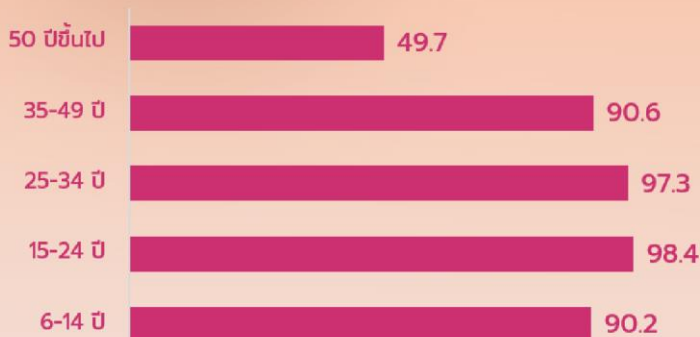




## รายงานสถานการณ์และแนวโน้มทางสังคม สถานการณ์เด็กกับเกมออนไลน์



### การใช้อินเทอร์เน็ตตามกลุ่มอายุต่าง ๆ



ที่มา : สำนักงานสถิติแห่งชาติ การสำรวจการมีการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2563

ปัจจุบันเทคโนโลยีดิจิทัล โดยเฉพาะอินเทอร์เน็ต มีบทบาทสำคัญอย่างมากต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน รวมถึงการทำกิจกรรมผ่อนคลายต่าง ๆ ทั้งการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์ก การดาวน์โหลดหรือสตรีมมิงรูปภาพ หนังสือนิยาย และการเล่นเกมออนไลน์ โดยกลุ่มอายุที่มีการใช้อินเทอร์เน็ตสูงที่สุด ได้แก่ อายุ 15 – 24 ปี ในสัดส่วน ร้อยละ 98.4 รองลงมา คือ กลุ่มอายุ 25 – 34 ปี ร้อยละ 97.3 และกลุ่มอายุ 35 – 49 ปี ร้อยละ 90.6

ข้อมูลการสำรวจพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ ในโครงการการศึกษาการเล่นของเด็กไทย พบว่า เด็กจะใช้ระยะเวลาในการเล่นเกมประมาณวันละ 2 – 4 ชั่วโมง โดยเกมที่นิยมเล่นมากที่สุดเป็นเกมประเภทแอคชั่นในสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 80 และอุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่นได้แก่ มือถือ แท็บเล็ต นอกจากนี้ ยังพบว่าในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัส 2019 (COVID – 19) เด็กมีการเล่นเกมออนไลน์มากขึ้น และเด็กที่อยู่ในครอบครัวแอ่งกลาง หรือเด็กที่อาศัยอยู่กับปู่ย่า ตายาย มีการเล่นเกมออนไลน์ในระยะเวลาที่มากกว่าครอบครัวรูปแบบอื่น

ปัจจัยที่ทำให้เด็กเล่นเกมออนไลน์ มีทั้งปัจจัยในเชิงพฤติกรรม โดยพบว่าเด็กที่มีความภูมิใจและเคารพตนเองต่ำ มีความต้องการหลีกเลี่ยงจากโลกความเป็นจริงสูง และมีความต้องการในการแข่งขันสูง จะใช้เวลาในการเล่นเกมนานกว่ากลุ่มเด็กทั่วไป ปัจจัยด้านความบันเทิง ทั้งความรู้สึกสนุกสนานในการเล่น ความต่อเนื่องของเกม และความอยากรู้อยากเห็นของผู้เล่น และปัจจัยทางด้านสังคม อันเป็นผลจากการมีเพื่อน รอบข้างที่เล่นเกม จึงเข้าร่วมเล่นเกม เพื่อให้เกิดการยอมรับ

แม้ว่าเกมบางประเภทจะช่วยในการพัฒนาทักษะให้กับเด็ก ทั้งทักษะทางการคิด วิเคราะห์ และคำนวณ แต่การเล่นเกมนานเป็นเวลานาน ๆ นำไปสู่ผลกระทบเชิงลบต่าง ๆ ตามมา ทั้งปัญหาสุขภาพ อาทิ การ ปวดเมื่อยร่างกาย สายตาสั้น ปัญหาด้านการเรียนและความสัมพันธ์ โดยเด็กที่เล่นเกมเป็นเวลานาน จะมีผลการเรียนที่แยลง รวมถึงมีความสัมพันธ์ทางสังคมกับคนรอบข้างแยลง และมีพฤติกรรมที่ก้าวร้าวมากขึ้น นอกจากนี้ การเล่นเกมนาน อาจนำไปสู่เป็นโรคทางจิตเวช หรือที่เรียกว่า “โรคติดเกม”

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization : WHO) ได้ประกาศให้ “โรคติดเกม” (Gaming Disorder) เป็นหนึ่งในโรคทางจิตเวช โดยเป็นโรคที่เกิดจากพฤติกรรมเสพติดในทางสมอง มีลักษณะคล้ายกับติดสารเสพติด เป็นอุปสรรคสำคัญต่อการพัฒนาสมอง พัฒนาการ และพฤติกรรมของเด็ก โดยมีอาการบ่งชี้สำคัญได้แก่ (1) ให้ความสำคัญกับการเล่นเกมมากกว่าการทำกิจกรรมอื่น (2) หมกมุ่นกับการเล่นเกม ขาดการควบคุมตนเองในการใช้ชีวิตปกติ (3) ส่งผลให้เกิดความบกพร่องด้านบุคลิกภาพ ก่อให้เกิดผลกระทบต่อชีวิตประจำวัน ครอบครัว การเรียน การทำงาน สังคม รวมถึงประสิทธิภาพในด้านอื่น ๆ โดยต้องปรากฏเป็นหลักฐานชัดเจนอย่างน้อย 12 เดือน

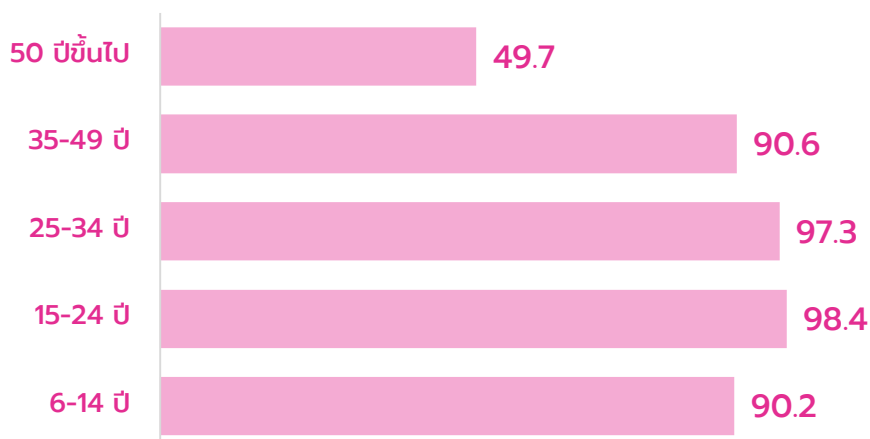
### ข้อเสนอแนะทาง

1. เร่งสื่อสารเชิงรุกถึงผลกระทบของการเล่นเกมออนไลน์ และการพนันที่แอบแฝงมาในลักษณะของการซื้อขายไอเท็มผ่านเกม รวมถึงสร้างความเข้าใจกับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และภาคส่วนต่าง ๆ ว่าเกมควรเป็นอุปกรณ์ควบคุมการเข้าถึงอย่างมีเงื่อนไข และมีความเหมาะสมสำหรับเด็กแต่ละวัยที่แตกต่างกัน
2. ส่งเสริมพื้นที่และกิจกรรมสร้างสรรค์ใกล้บ้าน ในโรงเรียน ชุมชน เพิ่มมากขึ้น เพื่อให้เด็กมีพื้นที่และการแสดงออกในกิจกรรมต่าง ๆ แทนการเล่นเกมนาน
3. มีมาตรการในการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ของเด็ก อาทิ การกำหนดอายุของผู้เล่นในการเข้าถึงเกมออนไลน์ การกำหนดเรตติ้งเกม การใช้เทคโนโลยีทางการเงินมาควบคุมการซื้อขายไอเท็มในเกม เพื่อให้พ่อแม่สามารถควบคุมดูแลการใช้จ่ายของเด็กได้
4. พัฒนาการองค์ความรู้และเครื่องมือที่ช่วยสนับสนุนพ่อแม่ในการดูแลเด็ก อาทิ เครื่องมือในการจัดการกับลูกที่ติดเกม พัฒนาเกมในเชิงสร้างสรรค์ ที่จะช่วยเสริมสร้างพัฒนาการของเด็กด้านการคิดวิเคราะห์ แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า และการทำงานเป็นทีม

## รายงานสถานการณ์และแนวโน้มทางสังคม “สถานการณ์เด็กกับเกมออนไลน์”

ปัจจุบันเทคโนโลยีดิจิทัล โดยเฉพาะอินเทอร์เน็ต มีบทบาทสำคัญอย่างมากต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน รวมถึงการทำกิจกรรมผ่อนคลายต่าง ๆ ทั้งการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์ก การดาวน์โหลดหรือสตรีมมิงรูปภาพ หนังสือนิยาย และการเล่นเกมออนไลน์ โดยกลุ่มอายุที่มีการใช้อินเทอร์เน็ตสูงที่สุด ได้แก่ อายุ 15 – 24 ปี ในสัดส่วนร้อยละ 98.4 รองลงมาคือ กลุ่มอายุ 25 - 34 ปีร้อยละ 97.3 และกลุ่มอายุ 35 - 49 ปี ร้อยละ 90.6

### การใช้อินเทอร์เน็ตตามกลุ่มอายุต่าง ๆ



ที่มา : สำนักงานสถิติแห่งชาติ การสำรวจการมีเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2563

ข้อมูลการสำรวจพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ ในโครงการการศึกษาการเล่นของเด็กไทย พบว่าเด็กจะใช้ระยะเวลาในการเล่นเกมประมาณวันละ 2 – 4 ชั่วโมง โดยเกมที่นิยมเล่นมากที่สุดเป็นเกมประเภทแอคชั่นในสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 80 และอุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่น ได้แก่ มือถือ แท็บเล็ต นอกจากนี้ ยังพบว่าในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัส 2019 (COVID – 19) เด็กมีการเล่นเกมออนไลน์มากขึ้น และเด็กที่อยู่ในครอบครัวหัววงกลาง หรือเด็กที่อาศัยอยู่กับปู่ย่า ตายาย มีการเล่นเกมออนไลน์ในระยะเวลาที่มากกว่าครอบครัวรูปแบบอื่น

**ปัจจัยที่ทำให้เด็กเล่นเกมออนไลน์** มีทั้งปัจจัยในเชิงพฤติกรรม โดยพบว่าเด็กที่มีความภูมิใจและเคารพตนเองต่ำ มีความต้องการหลีกเลี่ยงจากโลกความเป็นจริงสูง และมีความต้องการในการแข่งขันสูง จะใช้เวลาในการเล่นออนไลน์มากกว่ากลุ่มเด็กทั่วไป ปัจจัยด้านความบันเทิง ทั้งความรู้สึกสนุกสนานในการเล่น ความต่อเนื่องของเกม และความอยากรู้อยากเห็นของผู้เล่น และปัจจัยทางด้านสังคม อันเป็นผลจากการมีเพื่อนรอบข้างที่เล่นเกม จึงเข้าร่วมเล่นเกม เพื่อให้เกิดการยอมรับ

แม้ว่าเกมบางประเภทจะช่วยในการพัฒนาทักษะให้กับเด็ก ทั้งทักษะทางการคิด วิเคราะห์ และ คำนวณ แต่การเล่นเกมออนไลน์เป็นเวลานาน ๆ นำไปสู่ผลกระทบเชิงลบต่าง ๆ ตามมา ทั้งปัญหาสุขภาพ อาทิ การปวดเมื่อยร่างกาย สายตาสั้น ปัญหาด้านการเรียนและความสัมพันธ์ โดยเด็กที่เล่นเกมเป็นเวลานานจะมี ผลการเรียนรู้ที่แย่ลง รวมถึงมีความสัมพันธ์ทางสังคมกับคนรอบข้างแย่ลง และมีพฤติกรรมที่ก้าวร้าวมากขึ้น นอกจากนี้ การเล่นเกมเป็นเวลานาน อาจนำไปสู่เป็นโรคทางจิตเวช หรือที่เรียกว่า “โรคติดเกม”

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization : WHO) ได้ประกาศให้ “โรคติดเกม” (Gaming Disorder) เป็นหนึ่งในโรคทางจิตเวช โดยเป็นโรคที่เกิดจากพฤติกรรมเสพติดในทางสมองมีลักษณะคล้ายกับติดสารเสพติด เป็นอุปสรรคสำคัญต่อการพัฒนาสมอง พัฒนาการ และพฤติกรรมของเด็ก โดยมีอาการบ่งชี้สำคัญ ได้แก่ (1) ให้ความสำคัญกับการเล่นเกมมากกว่าการทำกิจกรรมอื่น (2) หงุดหงิดกับการเล่นเกม ขาดการควบคุมตนเอง ในการใช้ชีวิตปกติ (3) ส่งผลให้เกิดความบกพร่องด้านบุคลิกภาพ ก่อให้เกิดผลกระทบต่อชีวิตประจำวัน ครอบครัว การเรียน การทำงาน สังคม รวมถึงประสิทธิภาพในด้านอื่น ๆ โดยต้องปรากฏเป็นหลักฐานชัดเจนอย่างน้อย 12 เดือน

#### ข้อเสนอแนะทาง

1. เร่งสื่อสารเชิงรุกถึงผลกระทบของการเล่นเกมออนไลน์ และการพนันที่แอบแฝงมาในลักษณะของการซื้อขายไอเท็มผ่านเกม รวมถึงสร้างความเข้าใจกับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และภาคส่วนต่าง ๆ ว่าเกมควรเป็นอุปกรณ์ควบคุมการเข้าถึงอย่างมีเงื่อนไข และมีความเหมาะสมสำหรับเด็กแต่ละวัยที่แตกต่างกัน
2. ส่งเสริมพื้นที่และกิจกรรมสร้างสรรค์ใกล้บ้าน ในโรงเรียน ชุมชน เพิ่มมากขึ้น เพื่อให้เด็กมีพื้นที่ และการแสดงออกในกิจกรรมต่าง ๆ แทนการเล่นเกม
3. มีมาตรการในการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ของเด็ก อาทิ การกำหนดอายุของผู้เล่นในการเข้าถึง เกมออนไลน์ การกำหนดเรตติ้งเกม การใช้เทคโนโลยีทางการเงินมาควบคุมการซื้ออุปกรณ์ ไอเท็ม ในเกม เพื่อให้พ่อแม่สามารถควบคุม ดูแลการใช้จ่ายของเด็กได้
4. พัฒนาองค์ความรู้และเครื่องมือที่ช่วยสนับสนุนพ่อแม่ในการดูแลเด็ก อาทิ เครื่องมือในการจัดการ กับลูกที่ติดเกม พัฒนาเกมในเชิงสร้างสรรค์ ที่จะช่วยเสริมสร้างพัฒนาการของเด็กด้านการ คิดวิเคราะห์ แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า และการทำงานเป็นทีม