



# ความสัมพันธ์ของความหุนหันพลันแล่นและพฤติกรรม การเล่นเกม ต่อการติดเกมในกลุ่มผู้เล่นเกมออนไลน์ Association of Impulsivity and Gaming Behavior on Game Addiction among Online Game Players

ธนวิวิท หนูคงใหม่\*, ณัฐริณี จันทร์รัตโนทัย\*\*

Thanawin Nukongmai\*, Nattinee Jantaratnotai\*\*

\* คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\* ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

\* Bachelor of Science (Medical Science) student, Faculty of Science, Mahidol University

\*\* Department of Pharmacology, Faculty of Science, Mahidol University

## บทคัดย่อ

**วัตถุประสงค์** เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความหุนหันพลันแล่น และพฤติกรรมการเล่นเกม ต่อการติดเกมในกลุ่มผู้เล่นเกมออนไลน์

**วิธีการศึกษา** เป็นการศึกษาแบบภาคตัดขวางของผู้เล่นเกมออนไลน์ที่อยู่ในสังคมกลุ่มเกมออนไลน์ต่างๆ บนเฟซบุ๊ก ซึ่งเป็นสังคมที่ผู้เล่นเกมออนไลน์ใช้ในการพูดคุยแลกเปลี่ยนเกี่ยวกับเกมออนไลน์ โดยผู้วิจัยประกาศรับสมัครผู้เข้าร่วมวิจัยที่มีอายุ 13 ปีขึ้นไป ในกลุ่มเฟซบุ๊กของเกมหมวดหมู่ที่กำหนด ผู้ที่สนใจได้รับการอธิบายเกี่ยวกับงานวิจัย และตอบแบบสอบถามที่ประกอบด้วย ข้อมูลส่วนตัว ลักษณะการเล่นเกม แบบประเมินความหุนหันพลันแล่น (Barratt impulsiveness scale) และแบบประเมินการติดเกม (game addiction screening test)

**ผลการศึกษา** มีผู้ตอบแบบสอบถาม 162 ราย มีอายุตั้งแต่ 13-45 ปี พบว่าเกมในหมวดหมู่ที่มีผู้เล่นมากที่สุดคือ massive multiplayer online role playing game (ร้อยละ 59.3) พบความเสี่ยงต่อการติดเกม ร้อยละ 2.7 ในเพศชายและร้อยละ 29.2 ในเพศหญิง โดยความหุนหันพลันแล่น และจำนวนชั่วโมงที่เล่นเกมต่อวัน สัมพันธ์กับการติดเกมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = 0.385$ ,  $p < 0.001$ ;  $r = 0.246$ ,  $p = 0.002$  ตามลำดับ) นอกจากนี้ยังพบว่าลักษณะของความหุนหันพลันแล่นและการติดเกมแตกต่างกันในเพศชายและเพศหญิงตามช่วงอายุที่ต่างกัน

**สรุป** ชุมชนผู้เล่นเกมออนไลน์ในกลุ่มเฟซบุ๊กของผู้เล่นเกมมีหลากหลายอายุทั้งวัยรุ่นและวัยทำงาน การดูแลเฝ้าระวังด้านความหุนหันพลันแล่น จำนวนชั่วโมงที่เล่นเกมต่อวัน อาจช่วยลดการติดเกมได้

**คำสำคัญ** เฟซบุ๊ก ติดเกม ความหุนหันพลันแล่น เกมออนไลน์

Corresponding author:

วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2564; 66(4): 429-438

## ABSTRACT

**Objective :** To examine the association of impulsivity and gaming behavior with game addiction among online game players

**Methods :** This is a cross-sectional study of game players on facebook online gaming groups which constitute communities to discuss online games. The researchers promoted about the research in designated types of online games in facebook groups. The participants answered the questionnaires about impulsivity using Barratt impulsiveness scale, gaming behavior, and game addiction using game addiction screening test.

**Results :** A total of 162 participants completed the questionnaires. The results found a wide age range between 13-45 years old. The type of game played by most participants was massive multiplayer online role playing game (59.3%). Males were likely addicted to game at 2.7% compared with females at 29.2%. The impulsivity scores and the hours spent playing game per day were significantly associated with game addiction ( $r = 0.385, p < 0.001$ ;  $r = 0.246, p = 0.002$  respectively). Moreover, the pattern of game addiction differed according to age range and gender.

**Conclusion :** Online game players on facebook gaming groups constituted a variety of population. Monitoring impulsivity and the number of hours spent playing game could play an important part to help controlling game addiction.

**Keywords :** facebook, game addiction, impulsivity, online game

---

Corresponding author: Nattinee Jantaratnotai

J Psychiatr Assoc Thailand 2021; 66(4): 429-438

## บทนำ

ปัจจุบันมีผู้เล่นเกมออนไลน์เป็นจำนวนมากทั่วโลก และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นในอนาคต โดยพบว่า internet gaming traffic มีปริมาณ 127.8 exabytes ต่อเดือน ในปี ค.ศ. 2020 ซึ่งเพิ่มขึ้นอย่างมากจาก 33.7 exabytes ต่อเดือน ในปี ค.ศ. 2015<sup>1</sup> นอกจากนี้ยังพบว่ามีผู้เล่นเกมมือถือมากถึง 2.2 พันล้านคนทั่วโลก โดยร้อยละ 72.3 ของผู้ที่ใช้มือถือในอเมริกาจะเล่นเกมมือถือด้วย<sup>2</sup> สำหรับประเทศไทยนั้นมีผู้เล่นเกมออนไลน์จำนวนมาก โดยจากสถิติปี ค.ศ. 2020 มีจำนวนผู้เล่นเกมออนไลน์จำนวนมากถึง 27.8 ล้านคน คิดเป็น 41% ของประชากรทั้งหมด โดยเป็นการเล่นเกมผ่านมือถือและแท็บเล็ตมากถึงร้อยละ 71<sup>3</sup>

เมื่อมีผู้เล่นเกมออนไลน์จำนวนมาก ผลของการเล่นเกมจึงเป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจอย่างสูง เนื่องจากการติดเกมกำลังเป็นปัญหาสำคัญของเยาวชน และจัดเป็นโรคอุบัติใหม่ เนื่องจากเพิ่งมีการจัดว่า การติดเกมนี้เป็นโรคใน International Classification of Diseases (ICD-11) ในปี ค.ศ. 2018 โดยให้ชื่อโรคว่า internet gaming disorder (IGD)<sup>4</sup> จัดเป็นปัญหาของยุคปัจจุบันที่มีการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตมากขึ้น รวมถึงประเทศไทยที่มีเยาวชนใช้อินเทอร์เน็ตมากถึงร้อยละ 83.6 ในปี ค.ศ. 2021<sup>5</sup>

มีงานวิจัยจำนวนมากทั้งในต่างประเทศและประเทศไทยที่พบถึงผลกระทบต่อสุขภาพ จิตใจ และสังคมต่อการติดเกม ผลการสำรวจวัยรุ่นในยุโรป พบว่าการติดเกมส่งผลให้เกิดความซึมเศร้า และความวิตกกังวล<sup>6</sup> นอกจากนี้พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่เล่นเกมมากกว่า 5 ชม. ต่อวัน พบว่ามีความเศร้า มีความคิดและการวางแผนฆ่าตัวตาย สูงกว่าประชากรทั่วไป<sup>7</sup> งานวิจัยที่เป็นบทความปริทัศน์พบว่า การติดเกมมีความสัมพันธ์กับอาการหรือโรคทางจิตเวชคือ ความวิตกกังวลร้อยละ 92 ภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 89 อาการสมาธิสั้นร้อยละ 85 และอาการ

กลัวสังคม ย้ำคิดย้ำทำ ร้อยละ 75<sup>8</sup> ในด้านผลกระทบทางกาย พบหลากหลายอาการจากการนั่งเล่นเกมนานๆ เช่น อาการปวดเมื่อย แผลที่ผิวหนัง โรคอ้วน เป็นต้น<sup>9</sup> รวมถึงยังส่งผลกระทบต่อผลการเรียน การใช้ชีวิตในสังคม สุขภาวะทางจิตใจ และความภูมิใจในตนเองได้<sup>10,11</sup>

สำหรับความเสี่ยงที่ทำให้เกิดการติดเกม ได้แก่ การมีอุปกรณ์ที่เข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ การมีเพื่อนที่ชอบเล่นเกม การไม่ได้อยู่กับพ่อหรือแม่ การถูกกลั่นแกล้งในโรงเรียน รวมถึงภาวะทางจิตใจ การมีความเครียด ภาวะซึมเศร้าวิตกกังวล และความหุนหันพลันแล่น ล้วนเป็นปัจจัยเสี่ยงให้เกิดการติดเกมได้<sup>12,13</sup> ทั้งนี้ในการประเมินการติดเกมมีหลายเกณฑ์ที่ใช้ได้ ในประเทศไทยมีการพัฒนาแบบทดสอบการติดเกม (game addiction screening test; GAST) เพื่อใช้สำหรับค้นหาเด็กและวัยรุ่นที่อาจมีปัญหาติดเกมคอมพิวเตอร์ หรือหมกมุ่นกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์มากเกินไปให้เกิดปัญหาต่างๆ การศึกษา'ก่อนหน้า'นี้ในกลุ่มประชากรนักเรียนชั้นประถมศึกษาในกรุงเทพฯ พบว่ามีประชากรที่เล่นเกม ร้อยละ 98 และมีการประเมินการติดเกมโดย GAST พบว่ามีประชากรติดเกมร้อยละ 7.5<sup>14</sup> ส่วนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเชียงใหม่พบว่ามีประชากรติดเกม ร้อยละ 5.8<sup>15</sup> ซึ่งเป็นตัวเลขที่ใกล้เคียงกับการศึกษาโดย Taechoyotin และคณะ ในปี ค.ศ. 2018 ที่ใช้เกณฑ์ internet gaming disorder เก็บข้อมูลจากนักเรียนชั้นมัธยมในจังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 5,497 ราย ที่พบว่ามีประชากรติดเกมร้อยละ 5.4<sup>13</sup>

การศึกษาเกี่ยวกับการติดเกมส่วนใหญ่มักจะสำรวจในนักเรียนหรือนักศึกษา หรือในกลุ่มผู้เล่นเกมออนไลน์ อย่างไรก็ตามไม่เคยมีการสำรวจประชากรผู้เล่นเกมออนไลน์ในกลุ่มเฟซบุ๊ก ทั้งนี้ประชากรในกลุ่มเฟซบุ๊กจัดเป็นสังคมใหญ่ที่มีประชากรหลากหลายรูปแบบเข้าร่วม ไม่จำกัดกลุ่มอายุ หรืออาชีพ รวมทั้งเป็นกลุ่มที่เข้าถึงได้ง่าย การศึกษาครั้งนี้จึงต้องการศึกษาประชากรที่เล่นเกมออนไลน์ในหมวดหมู่ที่กำหนดในกลุ่มเฟซบุ๊กของผู้เล่นเกมออนไลน์ เนื่องจากเป็นกลุ่ม

ประชากรที่ยังไม่มีการศึกษา โดยสำรวจลักษณะทั่วไป ข้อมูลการเล่น เกม ความหุนหันพลันแล่น การติดเกม และความสัมพันธ์ของข้อมูลเหล่านี้ต่อการติดเกมเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวิจัย หรือการดูแลประชากรกลุ่มนี้ต่อไปในอนาคต

## วิธีการศึกษา

### รูปแบบการศึกษา และเกณฑ์การคัดเลือก อาสาสมัคร

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (cross-sectional descriptive study) โดยให้อาสาสมัครตอบแบบสอบถามหนึ่งครั้ง ซึ่งไม่มีการเก็บข้อมูลที่บ่งบอกถึงตัวบุคคลได้ งานวิจัยนี้ได้รับการรับรองทางจริยธรรมจากมหาวิทยาลัยมหิดล รหัสโครงการ MU-CIRB 2021/113.1203 และทำการเก็บข้อมูลช่วงเมษายน-พฤษภาคม 2021

เกณฑ์การคัดเลือกอาสาสมัครคือ อายุมากกว่าหรือเท่ากับ 13 ปี และเล่นเกมออนไลน์อย่างน้อย 1 ใน 4 หมวดหมู่ที่กำหนด คือ เกมแนวยิงมุมมองบุคคลที่หนึ่ง (first-person shooting; FPS), เกมออนไลน์แบบวางแผนการต่อสู้เป็นทีม (multiplayer online battle arena; MOBA), เกมออนไลน์ผู้เล่นจำนวนมากแบบเล่นตามบทบาท (massive multiplayer online role playing game; MMORPG) และเกมกีฬา อาสาสมัครที่ไม่ต้องการเข้าร่วมโครงการวิจัยต่อสามารถยกเลิกการตอบแบบสอบถามได้ทุกเมื่อ

### กระบวนการศึกษา

ผู้วิจัยประกาศรับสมัครผู้เข้าร่วมวิจัย ที่เป็นผู้เล่นเกมออนไลน์ ที่อยู่ในกลุ่มเฟซบุ๊กของผู้เล่นเกมออนไลน์ ในหมวดหมู่เกมที่กำหนด โดยให้ข้อมูลงานวิจัย และลิงก์เพื่อตอบแบบสอบถามในกลุ่มเฟซบุ๊ก อาสาสมัครที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ในการเข้าร่วมการวิจัยได้รับการอธิบายถึงรายละเอียดและวัตถุประสงค์ของงานวิจัยตามเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และกดยินยอมเข้า

ร่วมการวิจัย หลังจากนั้นผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสอบถามออนไลน์ โดยแบบสอบถามประกอบไปด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลการเล่น เกมออนไลน์ แบบประเมินความหุนหันพลันแล่น และแบบประเมินการติดเกม

แบบประเมินความหุนหันพลันแล่น (barratt impulsiveness scale; BIS) จัดเป็นแบบสอบถามที่ใช้เป็นมาตรฐานในการประเมินความหุนหันพลันแล่น<sup>16</sup> ฉบับแปลไทย<sup>17</sup> ประกอบไปด้วยคำถาม 30 ข้อ ซึ่งถามเกี่ยวกับความหุนหันพลันแล่น 3 ด้าน คือ การคงความสนใจ (attention), พฤติกรรมที่แสดงถึงความหุนหันพลันแล่น (motor) และการคิดทำโดยไม่ได้ไตร่ตรอง (non-planning) มีคะแนนรวมตั้งแต่ 30-120 คะแนน แบบสอบถามมีค่าความคงที่ภายใน Cronbach's alpha 0.86 และมีค่า reliability 0.81 ส่วนแบบประเมินการติดเกม (game addiction screening test; GAST) พัฒนาโดยสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับ รศ.นพ.ชาญวิทย์พรหมดล สาขาวิชาจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ซึ่งเป็นเกณฑ์ที่ใช้สำหรับค้นหาเด็กและวัยรุ่นที่อาจมีปัญหาติดเกม<sup>18</sup> มี 16 คำถามที่วัดปัญหาเกี่ยวกับการติดเกม ในด้านการหมกมุ่นกับเกม (preoccupation with game) การสูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่น เกม (loss of control) การสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบ (function impairment) มีเกณฑ์การตัดสินว่าติดเกมด้วยคะแนนที่แตกต่างกันในเพศชายและหญิง แบบสอบถามมีค่าความคงที่ภายใน Cronbach's alpha 0.92 มีความไวร้อยละ 68.5 มีความจำเพาะร้อยละ 89.3 สำหรับเพศชาย และมีความไวร้อยละ 88.2 ความจำเพาะร้อยละ 88.3 สำหรับเพศหญิง

### การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

ใช้สถิติเชิงพรรณนา เป็นร้อยละ ค่าเฉลี่ย พร้อมค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบการกระจายแบบปกติของข้อมูลด้วยสถิติด้วย Kolmogorov-Smirnov

และ Shapiro-Wilk ก่อนการเลือกสถิติเพื่อการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติ Mann-Whitney U test สำหรับการเปรียบเทียบความแตกต่างของเพศชายและหญิง ใช้สถิติ Kruskal-Wallis test สำหรับการเปรียบเทียบคะแนนความหุนหันพลันแล่น ใช้สถิติ one-way ANOVA สำหรับการเปรียบเทียบคะแนนการติดเกมในเพศต่างๆ และประเมินความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ ต่อการติดเกมด้วย Spearman's test โดยใช้โปรแกรมสถิติ SPSS version 20 (IBM, NY, USA)

## ผลการศึกษา

จากการลงประกาศผ่านกลุ่มในเฟซบุ๊กของผู้เล่นเกมออนไลน์ในหมวดหมู่ที่กำหนดคือ FPS, MOBA, MMORPG และเกมกีฬา มีผู้สนใจเข้าร่วมวิจัยจำนวน 162 ราย โดยมีรายละเอียดตามตารางที่ 1 อาสาสมัครมีอายุตั้งแต่ 13-45 ปี มีอายุเฉลี่ย 23 ปี ร้อยละ 94.4 มีอาชีพหรือเป็นนักเรียน มีเพียงร้อยละ 5.6 ที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ หมวดหมู่เกมที่มีผู้เล่นมากที่สุดคือ MMORPG โดยตารางที่ 2 แจกแจงเกมที่มีผู้เล่นมากที่สุด 10 อันดับแรก

อาสาสมัครส่วนใหญ่เล่นเกมเพื่อความบันเทิง มีส่วนน้อยที่เล่นเพื่อปรับอันดับในเกม หรือเพื่อพัฒนาความสามารถเพื่อเป็นนักแข่งเกมออนไลน์ (ร้อยละ 13.5) และมีบางส่วนที่เล่นเกมเพื่อเข้าสังคมด้วย ด้านระยะเวลาที่เล่นเกม พบว่าส่วนใหญ่เล่นมานานมากกว่า 1 ปีแล้ว และมักจะเล่นเกมในช่วงเวลา 18.00-24.00 น. อาสาสมัครส่วนใหญ่เล่นเกมเฉลี่ยมากกว่า 4 ชม. ต่อวัน และมากกว่า 5 วันต่อสัปดาห์ หรือไม่น้อยกว่า 20 ชม. ต่อสัปดาห์ โดยเล่นที่บ้านหรือหอพัก (ร้อยละ 98.8) ด้วยคอมพิวเตอร์ มากกว่าเล่นบนโทรศัพท์มือถือ

เมื่อพิจารณาความหุนหันพลันแล่นโดยใช้เกณฑ์ BIS ดังแสดงในตารางที่ 3 พบว่าเพศหญิง เพศชาย หรือเพศอื่นๆ มีคะแนน BIS ไม่แตกต่างกัน โดยมีคะแนน

ตั้งแต่ 42-98 คะแนน โดยเพศอื่นๆ มีคะแนน BIS เฉลี่ย  $63.7 \pm 11.4$  เมื่อพิจารณาการติดเกมโดยใช้เกณฑ์ GAST ประเมินพบว่าคะแนน GAST เฉลี่ยในเพศต่างๆ ไม่มีความแตกต่างกัน ( $p = 0.647$ ) อย่างไรก็ตามเนื่องจากเกณฑ์ตัดสินการติดเกมใช้การตัดคะแนนต่างกันในเพศชายและหญิง โดยเพศหญิงมีจุดตัดสินคะแนนว่าติดเกมที่ 23 ในขณะที่เพศชายมีจุดตัดสินคะแนนว่าติดเกมที่ 33<sup>18</sup> ดังแสดงในตารางที่ 4 จึงพบว่าเพศหญิงมีความชุกของการติดเกมมากกว่าชาย คือร้อยละ 29.2 ของเพศหญิง และร้อยละ 2.7 ของผู้ชายติดเกม ส่วนเพศอื่นๆ ไม่ได้นำมาวิเคราะห์เนื่องจากไม่มีเกณฑ์ตัดสินการติดเกมสำหรับเพศอื่นๆ นอกจากนี้ยังพบว่าคะแนน BIS เฉลี่ยสูงขึ้นตามความรุนแรงของการติดเกมตามลำดับ โดยพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญเมื่อเปรียบเทียบระหว่างผู้หญิงที่น่าจะติดเกม และผู้หญิงที่ไม่ติดเกม (ปกติ) ดังแสดงในตารางที่ 4

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ กับการติดเกม พบว่าความหุนหันพลันแล่นสัมพันธ์กับการติดเกมอย่างมีนัยสำคัญ ( $r = 0.385, p < 0.001$ ) และจำนวนชั่วโมงที่เล่นเกมต่อวันมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญต่อการติดเกม ( $r = 0.246, p = 0.002$ ) ส่วนเพศ อายุ หมวดหมู่เกมที่เล่น จุดประสงค์หลักในการเล่น เกม ช่วงเวลาที่เล่น จำนวนวันที่เล่นต่อสัปดาห์ ไม่พบว่าสัมพันธ์กับการติดเกม

เมื่อแบ่งอาสาสมัครเป็น 3 กลุ่มอายุ คือ วันรุ่นตอนต้นและตอนกลาง (13-17 ปี) วัยรุ่นตอนปลาย (18-21 ปี) และวัยผู้ใหญ่ ( $\geq 22$  ปี)<sup>19</sup> ซึ่งประกอบด้วยอาสาสมัครกลุ่มละ 30, 38 และ 91 ราย ตามลำดับ พบว่ารูปแบบของความหุนหันพลันแล่นและการติดเกมแตกต่างกันในเพศหญิง และเพศชาย นั่นคือผู้หญิงมีความหุนหันพลันแล่นลดลงตามอายุที่เพิ่มขึ้นซึ่งสัมพันธ์กับคะแนนการติดเกม ส่วนผู้ชายมีความหุนหันพลันแล่นมากที่สุดในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งสัมพันธ์กับคะแนนการติดเกมเช่นกัน ดังแสดงในภาพที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลและพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ (n=162)

|                                 | จำนวน (ร้อยละ) |                                     | จำนวน (ร้อยละ) |
|---------------------------------|----------------|-------------------------------------|----------------|
| <b>เพศ</b>                      |                | <b>ระยะเวลาตั้งแต่เริ่มเล่นเกม</b>  |                |
| ชาย                             | 111 (68.5)     | 1-4 สัปดาห์                         | 4 (2.5)        |
| หญิง                            | 48 (29.6)      | 1-6 เดือน                           | 9 (5.5)        |
| อื่นๆ                           | 3 (1.9)        | 6-12 เดือน                          | 10 (6.2)       |
| <b>อายุเฉลี่ย (mean ± SD)</b>   |                | 1 ปีขึ้นไป                          | 139 (85.8)     |
| ชาย                             | 23.0 ± 6.3     | <b>ช่วงเวลาที่เล่นเกมบ่อยที่สุด</b> |                |
| หญิง                            | 23.9 ± 4.6     | 6.00 - 12.00 น.                     | 6 (3.7)        |
| อื่นๆ                           | 20.0 ± 3.5     | 12.00 - 18.00 น.                    | 24 (14.8)      |
| รวม                             | 23.2 ± 5.8     | 18.00 - 24.00 น.                    | 125 (77.2)     |
| <b>อาชีพ</b>                    |                | 00.00 - 6.00 น.                     | 7 (4.3)        |
| นักเรียน/นักศึกษา               | 83 (51.2)      | <b>จำนวนชั่วโมงที่เล่นเกมต่อวัน</b> |                |
| ประกอบอาชีพ                     | 70 (43.2)      | น้อยกว่า 2 ชม.                      | 9 (5.5)        |
| ว่างงาน                         | 9 (5.6)        | 2-4 ชม.                             | 56 (34.6)      |
| <b>หมวดหมู่เกมที่เล่น</b>       |                | มากกว่า 4 ชม.                       | 97 (59.9)      |
| FPS                             | 28 (17.3)      | <b>จำนวนวันที่เล่นเกมต่อสัปดาห์</b> |                |
| MOBA                            | 32 (19.7)      | 1-2 วัน                             | 6 (3.7)        |
| MMORPG                          | 96 (59.3)      | 3-4 วัน                             | 18 (11.1)      |
| กีฬา                            | 6 (3.7)        | 5 วันขึ้นไป                         | 137 (84.6)     |
| <b>จุดประสงค์หลักในการเล่น*</b> |                | ไม่แน่นอน                           | 1 (0.6)        |
| ความบันเทิง                     | 114 (70.3)     | <b>อุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่น*</b>      |                |
| เพื่อเลื่อนอันดับในเกม          | 13 (8.0)       | คอมพิวเตอร์                         | 123 (75.9)     |
| เพื่อเป็นนักแข่งเกม             | 9 (5.5)        | โทรศัพท์มือถือ                      | 29 (17.9)      |
| เข้าสังคม                       | 20 (12.3)      | แท็บเล็ต                            | 9 (5.5)        |
| อื่นๆ                           | 7 (4.3)        | เครื่องเล่นเกม                      | 9 (5.5)        |
|                                 |                | อื่นๆ                               | 1 (0.6)        |

\*ผลรวมมากกว่าร้อยละ 100 เนื่องจากสามารถเลือกได้มากกว่า 1 คำตอบ

ตารางที่ 2 เกมที่มีผู้เล่นมากที่สุด 10 อันดับแรก\*

| รายชื่อเกม                       | หมวดหมู่ | จำนวน (คน) |
|----------------------------------|----------|------------|
| 1. Black Desert Online           | MMORPG   | 51         |
| 2. League of Legends             | MOBA     | 23         |
| 3. Ragnarok Online               | MMORPG   | 22         |
| 4. Dota 2                        | MOBA     | 21         |
| 5. Apex Legends                  | FPS      | 17         |
| 6. ROV                           | MOBA     | 16         |
| 7. Genchin Impact                | MMORPG   | 14         |
| 8. Blade and Soul                | MMORPG   | 11         |
| 9. PlayerUnknown's Battlegrounds | FPS      | 11         |
| 10. Valorant                     | FPS      | 10         |

\*สามารถเลือกตอบได้หลายเกม

ตารางที่ 3 คะแนนประเมินความหุนหันพลันแล่น (mean ± SD)

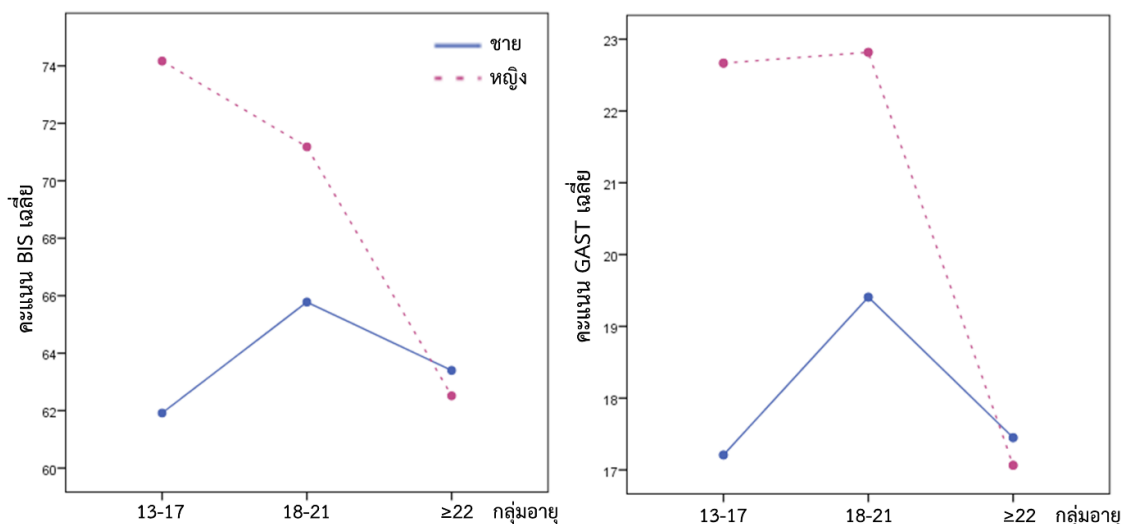
| BIS          | ชาย        | หญิง        | รวม         | p-value |
|--------------|------------|-------------|-------------|---------|
| Attentional  | 17.2 ± 3.3 | 18.0 ± 3.7  | 17.4 ± 3.4  | 0.493   |
| Motor        | 23.0 ± 4.6 | 24.1 ± 4.7  | 23.3 ± 4.6  | 0.452   |
| Non-planning | 23.6 ± 4.8 | 23.9 ± 5.5  | 23.6 ± 5.0  | 0.935   |
| รวม          | 63.7 ± 9.8 | 66.0 ± 11.3 | 64.3 ± 10.3 | 0.642   |

\*ไม่ได้แจกแจงผลสำหรับเพศอื่นๆ

ตารางที่ 4 ความชุกของการติดเกมจากเกณฑ์ GAST เปรียบเทียบกับคะแนน BIS เฉลี่ย

| เพศ  | คะแนน | กลุ่ม       | จำนวน (ร้อยละ) | คะแนน BIS (mean ± SD) | p-value* |
|------|-------|-------------|----------------|-----------------------|----------|
| ชาย  | < 24  | ปกติ        | 87 (78.4)      | 62.4 ± 9.6            | 0.081    |
|      | 24-32 | คลั่งไคล้   | 21 (18.9)      | 67.4 ± 9.3            |          |
|      | ≥ 33  | น่าจะติดเกม | 3 (2.7)        | 73.3 ± 9.9            |          |
| หญิง | < 16  | ปกติ        | 17 (35.4)      | 58.6 ± 7.7            | 0.001    |
|      | 16-22 | คลั่งไคล้   | 17 (35.4)      | 67.2 ± 8.4            |          |
|      | ≥ 23  | น่าจะติดเกม | 14 (29.2)      | 73.4 ± 13.1           |          |

\* เมื่อเทียบคะแนน BIS กับกลุ่มปกติ (ไม่ติดเกม) ในเพศเดียวกัน



ภาพที่ 1 คะแนน BIS และ GAST เฉลี่ย จำแนกตามช่วงอายุและเพศ

## วิจารณ์

การศึกษาครั้งนี้เป็นการสำรวจประชากรที่เล่นเกมออนไลน์ที่อยู่ในกลุ่มเฟซบุ๊กเป็นครั้งแรก ผลการสำรวจพบว่าอาสาสมัครมีช่วงอายุหลากหลายตั้งแต่วัยรุ่นตอนต้นถึงวัยผู้ใหญ่ และอาสาสมัครมีอายุเฉลี่ยสูงกว่าผลสำรวจในไทยก่อนหน้านี้ ที่มีกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมวิจัยวัยรุ่น เยาวชน หรือวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมากกว่า<sup>13-15</sup> การเก็บข้อมูลของงานวิจัยนี้ทำให้เห็นว่าผู้เล่นเกมออนไลน์ในกลุ่มเฟซบุ๊กในไทยมีวัยทำงานมากถึงร้อยละ 43.2 ซึ่งควรได้รับความสนใจในการศึกษาไม่น้อยไปกว่าวัยรุ่น

จากการศึกษาพบว่ามีคนติดเกมเพศชายและหญิงแตกต่างกันอย่างมาก คือ ร้อยละ 2.7 ในเพศชาย และ ร้อยละ 29.2 ในเพศหญิง เนื่องจากเกณฑ์การตัดสินว่าติดเกมของแต่ละเพศไม่เท่ากัน แต่ถ้าใช้เกณฑ์เดียวกันกับเพศชายจะพบว่าเพศหญิงติดเกม 3 ราย (ร้อยละ 6.3) ซึ่งน่าจะเป็นตัวเลขที่สะท้อนความจริงได้ดีกว่า นอกจากนี้เหตุผลที่พบการติดเกมในเพศหญิงสูงมากกว่าการศึกษาอื่นๆ อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างของงานวิจัยนี้มีผู้ใหญ่เป็นประชากรจำนวนมากกว่าร้อยละ 50 และมีประชากรเพศหญิงเพียงร้อยละ 29.6 ส่วนเกณฑ์การติดเกมนั้นพัฒนาขึ้นมาเพื่อใช้ประเมินกลุ่มประชากรที่เป็นเด็กและวัยรุ่น จึงอาจจะไม่เหมาะกับการนำไปใช้ในผู้ใหญ่ รวมทั้งเป็นไปได้ว่าประชากรที่อยู่ในกลุ่มเฟซบุ๊กอาจมีลักษณะแตกต่างจากประชากรทั่วไป อย่างไรก็ตามในการศึกษาส่วนใหญ่ก่อนหน้านี้มักจะพบการติดเกมในเพศชายมากกว่าหญิง<sup>20</sup> และพบความชุกของการติดเกมจากการศึกษาในหลายๆ ประเทศทั่วโลกตั้งแต่ร้อยละ 0.6-50 และมีค่ามัธยฐานที่ร้อยละ 5.5 ทั้งนี้การศึกษาต่างๆ มีความหลากหลายมากทั้งกลุ่มอายุและเกณฑ์ในการตัดสินว่าติดเกม<sup>10</sup>

เมื่อพิจารณาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการติดเกมพบว่าคะแนน BIS เฉลี่ยที่แสดงถึงความหุนหันพลันแล่นมีค่าต่างกันในกลุ่มผู้ติดเกมและผู้ไม่ติด

เกมอย่างมีนัยสำคัญเฉพาะในผู้หญิง ทั้งนี้น่าจะเป็นเพราะขนาดตัวอย่างของผู้ชายที่น่าจะติดเกมมีน้อยเกินไปจึงไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญถึงแม้ว่าค่าคะแนนจะแตกต่างกันค่อนข้างมาก ผลการสำรวจนี้ช่วยยืนยันว่าความหุนหันพลันแล่นมีความสัมพันธ์กับการติดเกมอย่างมีนัยสำคัญ และสอดคล้องกับผลการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบก่อนหน้านี้<sup>12</sup> ซึ่งชี้ให้เห็นถึงประเด็นที่อาจจะต้องจัดการเมื่อจะควบคุมการติดเกม

ความหุนหันพลันแล่นและการติดเกมมีความสัมพันธ์เป็นไปในทิศทางเดียวกัน แต่รูปแบบของความหุนหันพลันแล่นและการติดเกมในแต่ละช่วงอายุแตกต่างกันระหว่างเพศชายและหญิง โดยผู้หญิงมีค่าความหุนหันพลันแล่นและการติดเกมผกผันกับอายุ นั่นคือเมื่ออายุมากขึ้นผู้หญิงจะมีค่าความหุนหันพลันแล่นและการติดเกมลดลง ส่วนในผู้ชายลักษณะความหุนหันพลันแล่นและการติดเกมจะสูงสุดช่วงวัยรุ่นตอนปลาย และมีค่าความหุนหันพลันแล่นและการติดเกมน้อยกว่าในช่วงวัยรุ่นตอนต้นและตอนกลาง กับวัยผู้ใหญ่ ผลนี้อาจสัมพันธ์กับพัฒนาการของสมองที่พบว่าพัฒนาการของผู้ชายจะช้ากว่าของผู้หญิง<sup>21</sup> และอาจมีความสำคัญในแง่ของการดูแลและมัดระวังเรื่องของการติดเกมในช่วงวัยรุ่นตอนปลายเป็นพิเศษ

จำนวนชั่วโมงที่เล่นเกมต่อวันมีความสัมพันธ์กับการติดเกมไปในทิศทางเดียวกัน คือจำนวนชั่วโมงที่เล่นเกมมากมีโอกาสติดเกมมากขึ้น อย่างไรก็ตามผลการสำรวจด้านนี้พบความสัมพันธ์ในระดับอ่อน อาจเป็นเพราะอาสาสมัครส่วนใหญ่เล่นเกมมากกว่า 4 ชั่วโมงต่อวัน มีการศึกษาก่อนหน้านี้ที่สำรวจจำนวนชั่วโมงที่เล่นเกมต่อวันพบว่าวัยรุ่นอเมริกันใช้เวลาหน้าจอต่างๆ มากถึง 11 ชั่วโมงต่อวัน<sup>10</sup> ทั้งนี้การศึกษาในอนาคตน่าจะจำแนกจำนวนชั่วโมงของการเล่นเกมต่อวันให้มีตัวเลือกของชั่วโมงมากกว่านี้ เพื่อจะได้เห็นผลชัดเจนขึ้น



จุดสังเกตที่น่าสนใจของงานวิจัยนี้คือพบว่าการติดเกมในประชากรที่ศึกษามีค่อนข้างน้อยเมื่อเทียบกับการศึกษาอื่นๆ<sup>10</sup> นั่นคือผู้ที่เล่นเกมออนไลน์ส่วนใหญ่ไม่ติดเกม ซึ่งเป็นประเด็นที่น่าสนใจว่า มีพฤติกรรมการเล่นเกมอย่างไรที่ไม่ติดเกม หรือส่งผลดีนอกจากความบันเทิงอย่างไรบ้างหรือไม่ เนื่องจากบางการศึกษาพบว่าการเล่นเกมน่าสนใจในด้านดีด้วยเช่นกัน เช่นความรู้สึกระบายความสำเร็จ มิตรภาพ และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน<sup>9</sup> การศึกษาในอนาคตอาจจะตรวจสอบผลดีจากการเล่นเกมด้วย โดยไม่จำเป็นต้องมุ่งเฉพาะผลเสียของการเล่นเกม เนื่องจากอาจทำให้เห็นปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดการเล่นเกมแบบที่ส่งผลดีได้

#### ข้อจำกัด

การศึกษานี้มีจำนวนอาสาสมัครที่ตอบคำถามค่อนข้างน้อย เมื่อเทียบกับจำนวนประชากรผู้เล่นเกมออนไลน์ที่อยู่ในกลุ่มเฟซบุ๊กทั้งหมด มีความแตกต่างระหว่างจำนวนประชากรเพศชายและหญิงค่อนข้างมาก และพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์เป็นของผู้ที่อยู่ในกลุ่มเฟซบุ๊กที่อาจต่างจากกลุ่มผู้เล่นเกมออนไลน์ทั่วไป ทั้งนี้ควรมีการศึกษาในอนาคตถึงลักษณะของผู้ที่เล่นเกมที่อยู่ในกลุ่มเฟซบุ๊กว่าแตกต่างจากประชากรทั่วไปหรือไม่ รวมถึงเป็นการศึกษาช่วงที่มีการระบาดของโรค COVID-19 ที่อาจส่งผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกมได้

#### สรุป

การศึกษานี้พบว่าผู้เล่นเกมออนไลน์บนเฟซบุ๊กมีกลุ่มอายุที่หลากหลาย ความหุนหันพลันแล่นและจำนวนชั่วโมงที่เล่นเกมต่อวันมีความสัมพันธ์กับการติดเกม นอกจากนี้ลักษณะของความหุนหันพลันแล่นและการติดเกมมีความแตกต่างไปตามช่วงอายุและเพศชี้ให้เห็นถึงความสำคัญในการเฝ้าระวังการติดเกมในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย รวมถึงจำนวนชั่วโมงที่เล่นเกมต่อวันและการดูแลจัดการความหุนหันพลันแล่น เพื่อลดการติดเกมได้

#### กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณ รศ.ทพญ.แพรวพัชร บัจฉิมสวัสดิ์ สำหรับคำแนะนำในการเขียนบทความ

#### เอกสารอ้างอิง

1. We PC. Online gaming statistics 2021. [Accessed June 13, 2021]. Available from : <https://www.wepc.com/statistics/online-gaming/>. Published 2021.
2. We PC. Mobile gaming statistics 2021. [Accessed June 13, 2021] Available from : <https://www.wepc.com/statistics/mobile-gaming/>. Published 2021.
3. Peer Power. Thai gaming industry 2020. [Accessed June 13, 2021] Available from : <https://www.peerpower.co.th/blog/smes/thai-game-industry/>. Published 2020.
4. Jo YS, Bhang SY, Choi JS, Lee HK, Lee SY, Kweon YS. Clinical characteristics of diagnosis for Internet Gaming Disorder: Comparison of DSM-5 IGD and ICD-11 GD Diagnosis. J Clin Med 2019; 8(7): 945.
5. Internet World Stats. Asia Internet Use. [Accessed Aug 10, 2021] Available from : <https://www.internetworldstats.com/stats3.htm>. Published 2021.
6. Krossbakken E, Pallesen S, Mentzoni RA, et al. A Cross-Lagged Study of Developmental Trajectories of Video Game Engagement, Addiction, and Mental Health. Front Psychol 2018; 9: 2239.
7. Messias E, Castro J, Saini A, Usman M, Peoples D. Sadness, suicide, and their association with video game and internet

- overuse among teens: results from the youth risk behavior survey 2007 and 2009. *Suicide Life Threat Behav* 2011; 41(3): 307-315.
8. Gonzalez-Bueso V, Santamaria JJ, Fernandez D, Merino L, Montero E, Ribas J. Association between Internet Gaming Disorder or Pathological Video-Game Use and Comorbid Psychopathology: A Comprehensive Review. *Int J Environ Res Public Health* 2018; 15(4): 668.
  9. Sublette VA, Mullan B. Consequences of play: a systematic review of the effects of online gaming. *Int J Ment Health Addiction* 2012; 10: 3-23.
  10. Paulus FW, Ohmann S, von Gontard A, Popow C. Internet gaming disorder in children and adolescents: a systematic review. *Dev Med Child Neurol* 2018; 60(7): 645-659.
  11. Gentile DA, Choo H, Liau A, et al. Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics* 2011; 127(2): e319-329.
  12. Şalvarlı Şİ, Griffiths MD. The association between internet gaming disorder and impulsivity: a systematic review of literature. *Int J Ment Health Addiction* 2019; [Accessed Aug 10, 2021] Available from : [https://www.researchgate.net/publication/335374771\\_The\\_Association\\_Between\\_Internet\\_Gaming\\_Disorder\\_and\\_Impulsivity\\_A\\_Systematic\\_Review\\_of\\_Literature](https://www.researchgate.net/publication/335374771_The_Association_Between_Internet_Gaming_Disorder_and_Impulsivity_A_Systematic_Review_of_Literature)
  13. Taechoyotin P, Tongrod P, Thaweerungruangkul T, et al. Prevalence and associated factors of internet gaming disorder among secondary school students in rural community, Thailand: a cross-sectional study. *BMC Res Notes* 2020; 13(1): 11.
  14. Apisitwasana N, Perngparn U, Cottler LB. Gaming addiction situation among elementary school students in Bangkok, Thailand. *Indian J Public Health Res Dev* 2017; 8(2): 8-13.
  15. Chupradit S, Kaewmamuang N, Kienngam N, Chupradit PW. Prevalence and correlates between game addiction and stress of adolescents in Chiang Mai, Thailand. *Indian J Public Health Res Dev* 2019; 10(8): 1091-1096.
  16. Reise SP, Moore TM, Sabb FW, Brown AK, London ED. The Barratt Impulsiveness Scale-11: reassessment of its structure in a community sample. *Psychol Assess* 2013; 25(2): 631-642.
  17. Juneja R, Chaiwong W, Siripool P, Mahapol K, Shannon JS, Petchkrua W, et al. Thai adaptation and reliability of three versions of the Barratt Impulsiveness Scale (BIS 11, BIS-15, and BIS-Brief). *Psychiatry Res* 2019; 272: 744-755.
  18. Pornnoppadol C, Sornpaisarn B, Khamklieng K, Pattana-amorn S. The Development of Game Addiction Screening Test (GAST). *J Psychiatr Assoc Thailand* 2014; 59(1): 3-14.
  19. Curtis AC. Defining adolescence. *J Adolesc Family Health* 2015; 7(2): Article 2.
  20. Gentile D. Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: a national study. *Psychol Sci* 2009; 20(5): 594-602.
  21. Blakemore SJ. Imaging brain development: the adolescent brain. *Neuroimage* 2012; 61(2): 397-406.