

การศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต

ปริญญานิพนธ์
ของ
สาลินี รัตนพันธ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
พฤษภาคม 2546
ลิขสิทธิ์เป็นของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต

บทคัดย่อ

ของ

สาลินี รัตนพันธ์

10 ต.ค. 2546

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ

พฤษภาคม 2546

ส. รัตนพันธ์

สาลินี รัตนพันธ์. (2546). การศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต.

ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์ ดร. ดวงเดือน ศาสตราภักดิ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัฒนา ศรีสัตย์วาจา.

การศึกษาเรื่อง การศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีจุดมุ่งหมายคือ

1. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต
2. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามตัวแปร ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ต ระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ต และเพศ

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน ประกอบด้วยวัยรุ่นชายและหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ประจำปีการศึกษา 2545 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่ของรัฐจำนวน 4 โรงเรียน ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 420 คน และที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยของรัฐในระดับชั้นปีที่ 1 – 4 ประจำปีการศึกษา 2545 ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน จำนวน 4 มหาวิทยาลัย จำนวน 448 คน รวมทั้งสิ้น 868 คน

การวิเคราะห์ข้อมูล สถิติที่ใช้ t-test

ผลการวิจัย พบว่า

1. วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติมีสภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ทั้งในภาพรวม และองค์ประกอบย่อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตซึ่งมีระดับการศึกษาสูงกว่ามีสภาวะทางจิตไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตซึ่งมีระดับการศึกษาต่ำกว่า แต่เมื่อพิจารณาในองค์ประกอบย่อยในด้านความต้องการความรัก และความเหงาว่าเหว พบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตซึ่งมีระดับการศึกษาสูงกว่ามีสภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตซึ่งมีระดับการศึกษาต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนองค์ประกอบย่อยด้านความซึมเศร้า และความเครียดไม่พบความแตกต่าง
3. วัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ตนาน มีสภาวะทางจิตไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ตน้อย ทั้งในภาพรวม และองค์ประกอบย่อย
4. วัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตน้อย มีสภาวะทางจิตไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตนาน แต่เมื่อพิจารณาองค์ประกอบย่อยด้านความเหงาว่าเหว พบว่า วัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตน้อยกว่า มีสภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตนาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนด้านความเครียด พบว่า วัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตน้อย มีสภาวะทางจิตไม่แตกต่างกับวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตนาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนองค์ประกอบย่อยด้านความต้องการความรัก และความซึมเศร้าไม่พบความแตกต่าง
5. วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีสภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ ทั้งในภาพรวม และองค์ประกอบย่อยด้านความเหงาว่าเหว และความเครียด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่พบความแตกต่าง

6. วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีสุขภาวะทางจิตไม่แตกต่างจากวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อย ยกเว้นในด้านความต้องการความรัก ที่พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

A STUDY OF PSYCHOLOGICAL WELL – BEING
OF ADOLESCENT INTERNET CONSUMERS

AN ABSTRACT
BY
SALINEE RATTANAPHAN

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Developmental Psychology
at Srinakharinwirot University
May 2003

Salinee Rattanaphan. (2003). *A Study of Psychological Well – being of Adolescent Internet Consumers*. Master thesis, M.Ed. (Developmental Psychology). Bangkok : Graduated School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Dr. Duangduen Satraphat, Assist. Prof. Wattana Srisatvacha.

A Study of Psychological Well – being of Adolescent Internet Consumers had two objective :

1. To compare the psychological well – being of normal Internet consuming adolescents and Internet addicted Adolescents.
2. To compare the psychological well – being of Internet consuming adolescents with regard to such variable as, educational level, Internet consuming experience, Internet consuming period and sex.

The sample group of this study was derived by multi – stage random sampling, consisting of Internet consuming male and female adolescents studying in the secondary level 4-6 of 2002 academic year in four secondary state schools in Bangkok, totaling 420 subjects. The other group was the first to the fourth year state university students of 2002 academic year in Bangkok in four universities with the amount of 448 subjects. The total sample group was 868. The data were analyzed by t-test.

The study findings revealed that

1. The psychological well – being of normal Internet consuming adolescents was better than Internet addicted adolescents both as a whole and minor components with implied statistical significance of .001
2. The psychological well – being of Internet consuming adolescents with higher education was not different from that of Internet consuming adolescents with lower education. But in terms of the need for love and loneliness, the psychological well – being of Internet consuming adolescents with higher education was better than that of Internet consuming adolescents with lower education with implied statistical significance of .05. In addition no different in variable of depression and stress was not found.
3. The psychological well – being of adolescents with longer Internet experience was not different from adolescents with less Internet experience as a whole and minor component.
4. The psychological well – being of Internet consuming adolescents with shorter period of use was no difference from of Internet consuming adolescents with longer period of use. But in consideration of minor component of loneliness, it was found that the psychological well – being of Internet consuming adolescents with shorter period of use was better than those with longer period with implied statistical significance of .001. As regards to stress was found that the psychological

well – being of Internet consuming adolescent with shorter period of use was not as good as those with longer period with implied statistical significance of .05. No different was found in other components.

5. The psychological well – being of female Internet consuming adolescents was better than that of male Internet consuming adolescents as a whole and minor components concerning loneliness and stress with implied statistical significance of .05. No different was found in other components.

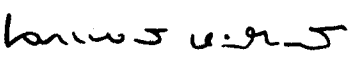
6. The psychological well – being of female Internet addicted adolescents was not different from male Internet addicted adolescents as a whole and minor components. With exception of the need for love, it was found that the psychological well – being of female Internet addicted adolescents was better than that of male Internet addicted adolescents with implied statistical significance of .05.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

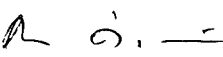
การศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต

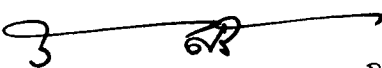
ของ
นางสาวสาลินี รัตนพันธ์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

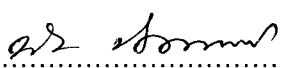

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร. นภาพร หะวานนท์)
วันที่ ...วิ..... เดือน ...พฤษภาคม... พ.ศ. 2546

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์


..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร. ดวงเดือน ศาสตรภัทร)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วดณา ศรีสัตย์วาจา)


..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร)


..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์ ดร. นิยะดา จิตต์จรัส)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์เล่มนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร. ดวงเดือน ศาสตราจารย์พร ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ซึ่งให้โอกาส ประสิทธิ์ประสาทความรู้ ให้คำแนะนำที่มีคุณค่า และช่วยแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความอดทนใส่ใจดูแลอย่างใกล้ชิดเสมอมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา กรรมการที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ มอบมุมมองใหม่ๆ และให้ความเข้าใจในสิ่งที่ผู้วิจัยคิดและนำเสนอ

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. นิยะดา จิตต์จรัส ที่กรุณาเป็นกรรมการสอบปริญญานิพนธ์ และได้ให้กำลังใจอันสำคัญยิ่งกับผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร ที่กรุณาเป็นกรรมการสอบปริญญานิพนธ์ และชี้แจงให้ผู้วิจัยมีความละเอียดถี่ถ้วนในการทำวิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประณต คำนิม ที่กรุณาให้คำแนะนำและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ภาควิชาจิตวิทยาพัฒนาการทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ คำแนะนำต่างๆ ให้แก่ผู้วิจัยตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร คณบดีคณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ คณบดีคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ คณบดีคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ผู้อำนวยการโรงเรียนราชวินิตมัธยม (เขตดุสิต) ผู้อำนวยการโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย ผู้อำนวยการโรงเรียนประชาราษฎร์อุปถัมภ์ ผู้อำนวยการโรงเรียนสีกัน (วัฒนานันท์อุปถัมภ์) ที่กรุณาอนุเคราะห์ อำนวยความสะดวกและให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลแบบสอบถามเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ คุณอารยา ถาวรสวัสดิ์ คุณศุภลักษณ์ เงินบำรุง คุณปาริชาติ แสงพานิช ที่คอยช่วยเหลือห่วงใย และเป็นกำลังใจอย่างดียิ่งในการทำงานวิจัยให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

คุณประโยชน์และคุณความดีทั้งหมดที่เกิดจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบแต่มารดา ที่ให้ความรักความห่วงใย ให้กำลังใจและให้โอกาสในการศึกษา จนสำเร็จสมความปรารถนาทุกประการ

สุดท้ายขอโน้มรำลึกถึง พระคุณมารดา บิดา ที่ได้เลี้ยงดู อบรมสั่งสอน ส่งเสริมและสนับสนุนด้านการศึกษา และเป็นแรงบันดาลใจในการศึกษาแก่ผู้วิจัย ตลอดจนครูอาจารย์ทุกท่านที่มีส่วนสร้างพื้นฐานทางการศึกษาแก่ผู้วิจัย จนทำให้ผู้วิจัยประสบความสำเร็จในการศึกษาครั้งนี้

สาลิณี รัตนพันธ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
<u>นิยามปฏิบัติการ</u>	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหมายและทฤษฎีทางจิตวิทยา.....	7
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีและงานวิจัยสุขภาวะทางจิต 4 ด้าน.....	16
เอกสารและงานวิจัยด้านสุขภาวะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต.....	31
เอกสารและงานวิจัยด้านสุขภาวะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ ระยะเวลา และเพศ.....	37
<u>สมมติฐานในการวิจัย</u>	42
<u>กรอบแนวคิดในการวิจัย</u>	43
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	44
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	44
การสร้างเครื่องมือ.....	45
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	48
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	48
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	49
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	59
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	59
สมมติฐานในการวิจัย.....	59
วิธีการดำเนินการวิจัย.....	60
สรุปผลการวิจัย.....	61
อภิปรายผล.....	62
ข้อเสนอแนะที่รับจากการวิจัย.....	72
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	72

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
บรรณานุกรม	73
ภาคผนวก	75
ประวัติย่อผู้วิจัย	92

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการเสพอินเทอร์เน็ต ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการเสพ ระยะเวลาในการเสพ และเพศ.....	50
2 แสดงการเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติกับวัยรุ่น ที่เสพติดอินเทอร์เน็ต โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อย และภาพรวม.....	52
3 แสดงการเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ากับวัยรุ่นที่มี ระดับการศึกษาต่ำกว่า โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม.....	53
4 วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ต มากกว่า 2 ปี กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มี ประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปีโดยจำแนกตามองค์ประกอบ ย่อยและภาพรวม.....	54
5 แสดงการเปรียบเทียบวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์ กับวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมากคือ 9-15 ชั่วโมง ขึ้นไปต่อสัปดาห์ ซึ่งจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม.....	55
6 ตารางแสดงการเปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นชายที่แสดง อินเทอร์เน็ตปกติ โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม.....	56
7 ตารางแสดงการเปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต กับวัยรุ่นชายที่ เสพติดอินเทอร์เน็ต โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม.....	57
8 แสดงการหาค่าอำนาจจำแนกโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Peason Product Moment Correlation).....	83
9 วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ต มากกว่า 2 ปี กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีประสบการณ์ใน การเสพอินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปีโดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม.....	84
10 วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ต มากกว่า 2 ปี กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยที่มีประสบการณ์ใน การเสพอินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปี โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม.....	85

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ปัจจุบันความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีมีบทบาทสำคัญมากต่อวิถีการดำเนินชีวิตของคนไทย การใช้คอมพิวเตอร์ อาทิ เพื่อการศึกษา เก็บข้อมูล สร้างระบบงาน ก่อความบันเทิงจากโปรแกรมสำเร็จรูปที่มีลักษณะเป็นเกมคอมพิวเตอร์ ตลอดจนถึงเทคโนโลยีตัวสำคัญที่สามารถเชื่อมโยงเครือข่ายนับล้านของคอมพิวเตอร์นี้ไว้ด้วยกัน อันทำให้การติดต่อสื่อสาร ค้นหาข้อมูล แลกเปลี่ยนทัศนคติ เกิดขึ้นได้อย่างง่ายดายด้วยระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต

อินเทอร์เน็ต คือระบบเครือข่ายคอมพิวเตอร์ที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในโลก โดยการเชื่อมโยงระหว่างเครือข่าย (Network) จำนวนมหาศาลจากทั่วโลกเข้าด้วยกัน ใช้มาตรฐานการรับส่งข้อมูลระหว่างกันด้วยโปรโตคอล ทีซีพี/ไอพี (Transmission Control Protocol/Internet Protocol : TCP/IP) ซึ่งคอมพิวเตอร์แต่ละเครื่องสามารถรับส่งข้อมูลในรูปแบบต่างๆ เช่น ตัวอักษร เสียง ภาพกราฟฟิก ภาพเคลื่อนไหว (Multimedia) และมีประโยชน์ในการให้บริการสื่อสารข้อมูล เช่น ส่งข้อความผ่านทางไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ เช่น Talk, Internet Relay Chat (IRC) หรือ I Seek You (ICQ) ซึ่งเป็นการสนทนากลุ่ม โดยสามารถรายงานสถานะว่าผู้ใช้คนนั้นๆ กำลังออนไลน์อยู่หรือไม่ ทำให้สามารถติดต่อไปยังกลุ่มที่กำลังใช้อินเทอร์เน็ตได้ง่ายขึ้น (นาริรัตน์ สุวรรณวาริ. 2543)

ในอนาคตอันใกล้พฤติกรรมของเยาวชนรุ่นใหม่ มีแนวโน้มที่จะถูกครอบงำโดยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ทุกประเภท ซึ่งค่อนข้างยากที่จะป้องกันหรือแนะแนวทางการใช้ให้ถูกต้องตามสมควร เพราะกระแสแห่งโลกาภิวัตน์ที่รุนแรงและยากที่จะต้านทานความพึงพอใจทางสังคมที่เต็มไปด้วยอารมณ์ของความอยากรู้อยากเห็นและต้องก้าวไปให้ทันกับสิ่งใหม่ที่เกิดขึ้นในโลกปัจจุบัน ฉะนั้นจึงไม่อาจปฏิเสธความสะดวกในการติดต่อสื่อสาร ความรวดเร็ว และไม่จำกัดในเรื่องระยะทางของอินเทอร์เน็ตที่ซึมแทรกเข้าเป็นส่วนหนึ่งของสังคมไทย ที่นับวันยังมีผู้ใช้เพิ่มขึ้น

ในปี 2543 ประเทศไทยมีผู้ใช้อินเทอร์เน็ต ประมาณ 950,000 คน และจะเพิ่มขึ้นถึง 12 ล้านคนในปี 2549 (International Data Corp, ออังก. การเติบโตด้านอินเทอร์เน็ตในภูมิภาคเอเชีย-แปซิฟิก, 2540) จากตัวเลขที่กำลังเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมากในผู้ใช้อินเทอร์เน็ตนี้ แสดงให้เห็นว่าผู้คนให้ความสนใจว่าเป็นสิ่งใหม่เป็นสิ่งที่ทำให้สัมผัสแห่งการสื่อสารถึงกันและกันมีแง่มุม และช่องทางในการเลือกใช้ชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป

งานวิจัยในปี 2543 ของนิว เจเนเรชันส์ บริษัทในเครือไทม์ วอร์เนอร์ อิงค์ ผู้ผลิตรายการข่าวสารและความบันเทิง ได้ทำการสำรวจความนิยมของเด็กกรุงเทพฯ พบว่าคอมพิวเตอร์เป็นความคลั่งไคล้ใหม่ที่มาแรงในหมู่วัยรุ่น โดย 44% ของเด็กที่สำรวจเป็นกลุ่มท่องโลกอินเทอร์เน็ต ซึ่งเด็กในกลุ่มนี้มีอายุ 13 – 18 ปี และเปิดใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อการสื่อสารพูดคุยกันหรือการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลทางเครือข่ายเป็นส่วนใหญ่ (เด็กไทยคลั่งอินเทอร์เน็ต. ข่าวสด. 2543)

การสำรวจอื่นๆ อันเนื่องจากการเติบโตทางด้านเทคโนโลยีสารสนเทศเป็นการเติบโตที่แทรกซึมเข้ามาอย่างรวดเร็วในกลุ่มวัยรุ่นที่กำลังอยู่ในวัยศึกษา และกลุ่มที่มีความรู้ระดับปริญญาตรีนั้น บริษัท Find/SVP (<http://www.findsvp.com>) ได้ทำการสำรวจพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่ากลุ่มของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตที่มีอิทธิพลและน่าจับตามองมากที่สุดคือ กลุ่มเด็กๆ ซึ่งมีอายุต่ำกว่า 18 ปี (มลชล พจน์พรวัฒนา. พฤษภาคม 2543) และจากผลการวิจัยของคุณอำไพศรี โสประทุม (2539) เกี่ยวกับลักษณะทั่วไปของผู้ใช้บริการการสื่อสารผ่านเครือข่ายพบว่า ผู้ใช้บริการส่วนใหญ่คิดเป็นร้อยละ 79.7 มีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า และยังพบว่าปัจจัยด้านการศึกษามีความสัมพันธ์กับการยอมรับอินเทอร์เน็ตในด้านของการช่วยพัฒนาในการทำงาน

พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตในกลุ่มวัยรุ่นที่มีจำนวนเพิ่มขึ้นในเมืองไทย เป็นเรื่องที่น่าสนใจศึกษา และหาข้อมูลเพื่อป้องกันสุขภาวะทางจิตในแง่ลบที่จะเกิดขึ้นกับวัยรุ่นอันเนื่องมาจากการใช้อินเทอร์เน็ต ดังเช่นนารีรัตน์ กล่าวว่ามีอิทธิพลของระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ตสามารถส่งผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในด้านต่างๆ อันมีความพยายามดำเนินการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะในกรณีอิทธิพลที่ส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชน (นารีรัตน์ สุวรรณวาริ. 2543:8) ทั้งนี้เพราะช่วงแห่งวัยวิกฤตของชีวิตมนุษย์ช่วงหนึ่งคือระยะวัยรุ่น ซึ่งเป็นช่วงที่เด็กกำลังเข้าสู่การเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา อันเป็นองค์ประกอบสำคัญที่มีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น ประกอบกับในช่วงระยะวัยรุ่นนี้เป็นวัยที่กำลังศึกษาหาความรู้ ต้องการค้นหาเอกลักษณ์แห่งตนและสนใจในสิ่งแปลกใหม่ หลายสิ่งหลายอย่างที่กำลังอยู่ในการเปลี่ยนแปลงผนวกรวมกันกับการเข้าไปใช้อินเทอร์เน็ตที่เป็นสิ่งใหม่จึงเป็นไปได้สูงที่จะเกิดผลต่อสุขภาวะทางจิตจากการเข้าไปเสพอินเทอร์เน็ต

ในการศึกษาการใช้อินเทอร์เน็ต โดยวิธีการติดตามแบบระยะยาว เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ทางเหตุและผลระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ต การมีส่วนร่วมทางสังคมและสุขภาวะทางจิต พบว่า การมีส่วนร่วมทางสังคมในเรื่องของการติดต่อกับครอบครัวนั้นลดลง ขนาดของเครือข่ายทางสังคมของผู้เข้าร่วมทดลองก็ลดลงเช่นกัน ส่วนสุขภาวะทางจิตนั้น พบว่า คนที่ใช้อินเทอร์เน็ต มากกว่ามีความว่าเหว่เพิ่มมากขึ้น ผู้ที่ใช้อินเทอร์เน็ตมากกว่าจะมีความเครียดมากกว่า และมีความซึมเศร้ามากกว่าด้วย (Robert Kraut et al. Internet Paradox. 2540) แม้ว่าข้อมูลที่ได้จากการวิจัยนี้จะมีผลยืนยันที่หนักแน่นว่า การใช้อินเทอร์เน็ตนั้นมีผลต่อสุขภาวะทางจิตอันหมายถึง ความเหงา ความเครียด และความซึมเศร้าที่เกิดขึ้นกับกลุ่มตัวอย่าง แต่เรายังไม่สามารถใช้ผลการวิจัยนี้กับคนทั่วไป เพราะกลุ่มตัวอย่างยังไม่เป็นตัวแทนของภูมิภาคหรือประชากรใดๆ นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างที่ตรวจสอบเป็นกลุ่มคนที่ใช้ระบบ On-line เพียง 1 หรือ 2 ปีแรก จึงยังไม่รู้แน่ชัดว่าผลที่ได้จะเหมือนเดิมหรือไม่ในระยะเวลาต่อมา อีกทั้งเทคโนโลยีก็มีการเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา

ตัวอย่างที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางจิตในสหรัฐอเมริกาพบว่า การใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไปอาจทำให้เกิดความสับสนทางจิตใจ (PIU (Pathological Internet Use)) (Davis.1976) และเกิดความผิดปกติอันเนื่องจากการเสพติดอินเทอร์เน็ต (IAD (Internet Addiction Disorder)) (IVAN Goldberg) ขึ้น อาการของ PIU มีลักษณะของอาการต่างๆ อันได้แก่ ความคิดถูกครอบงำจากอิทธิพลของอินเทอร์เน็ต การควบคุมแรงผลักดันลดลง ไม่สามารถหยุดใช้อินเทอร์เน็ตได้และรู้สึกว่าการใช้อินเทอร์เน็ตเป็นเพื่อนเพียงคนเดียวของตน เผื่อคิดถึงแต่อินเทอร์เน็ต ซึ่งในอนาคตอาจก่อให้เกิดการเสียทั้งเงินและเวลาอย่างมหาศาล แม้ว่าคนเหล่านี้จะเข้าใจดีว่าสิ่งที่ตนเองกำลังทำไปไม่เป็นที่ยอมรับทางสังคมแต่ก็ไม่สามารถหยุดได้ ซึ่งเป็นอาการเดียวกับความผิดปกติอันเนื่องจากการเสพติดอินเทอร์เน็ต

ในอาการของผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตนั้น ยัง (Young, 1996)พบว่าผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตจะมีความรู้สึกหมกหมุ่น คิดถึงและจำเป็นต้องใช้อินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้นเพื่อหาความพึงพอใจให้กับตน ไม่สามารถควบคุมการใช้รู้สึกอึดอัดเมื่อต้องหยุด อด และจะถอนตัวจากการใช้ รวมถึงไม่เปิดเผยข้อมูลด้านเวลาที่แท้จริงในการใช้ รวมทั้งพบว่าสาเหตุหนึ่งของการติดอินเทอร์เน็ตมาจากการติดความสัมพันธ์ในการติดต่อสื่อสารทางอินเทอร์เน็ต จนละเลยการเรียน และเกิดอาการซึมเศร้าเพิ่มมากขึ้นเมื่อความสัมพันธ์ทั้งในชีวิตจริงและการติดต่อสื่อสารผ่านอินเทอร์เน็ตต้องหยุดลง(www. netaddiction.com) เช่นเดียวกับที่ ซูเลอร์ กล่าวไว้ว่าผู้ใช้อินเทอร์เน็ตบางคนหลงใหลวิถีชีวิตในการใช้อินเทอร์เน็ตมากจนต้องการใช้เวลากับอินเทอร์เน็ตมากขึ้นทำให้บางครั้งละเลยชีวิตตามปกติไป การใช้อินเทอร์เน็ตในลักษณะนี้เกิดจากความต้องการของจิตไร้สำนึก ซึ่งเป็นความต้องการอันเกิดจากการได้รับการตอบสนองจากบางสิ่งๆที่เติมเต็มให้เกิดความสมบูรณ์ทางจิตใจ และเมื่อการตอบสนองนั้นได้รับการใช้อินเทอร์เน็ตในลักษณะที่ใช้จนเกิดอาการติดคนเหล่านั้นจะเป็นคนที่ไร้ ซึ่งความหมายและ ฟิงชาน(John Suler. 1995)

การเสพติดอินเทอร์เน็ตในลักษณะของการขาดเซยความต้องการทางจิตใจโดยการให้ความสำคัญกับเพื่อนใหม่หรือคู่รักทางอินเทอร์เน็ตมาก จนทำให้ต้องห่างกับเพื่อนหรือแยกทางจากคู่รักในชีวิตจริงนี้ผู้วิจัยเห็นถึงความเกี่ยวโยงด้านของผลต่อสุขภาวะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับความต้องการพื้นฐานทางจิตใจของวัยรุ่น นั่นคือความต้องการความรัก อันเนื่องจากว่าในช่วงชีวิตของเด็กวัยรุ่นต้องการความรัก ความเอาใจใส่จากครอบครัวพร้อมกับความต้องการที่จะมีอิสระที่จะเลือกและตัดสินใจในด้านความรัก เช่น ไม่ต้องการเปิดเผยตัวตนที่แท้จริงทั้งหมดกับเพื่อนหรือคู่รักของตน แต่สบายใจที่จะติดต่อในลักษณะที่ไม่ต้องเปิดเผยตัวตนที่แท้จริงกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต เป็นต้น ในกรณีเช่นนี้ผู้วิจัยเห็นว่าถ้าเมื่อใดที่วัยรุ่นต้องการติดต่อกับเพื่อนหรือคู่รักในชีวิตจริงไปพร้อมๆ กับความไม่แน่นอนที่เพื่อนทางอินเทอร์เน็ตจะหยุดการติดต่อกับพวกเขาได้ทุกเวลา เหตุการณ์เช่นนี้อาจทำให้เด็กวัยรุ่นเกิดความผิดปกติทางจิตใจโดยเกิดความต้องการความรักที่ไม่สิ้นสุด ผลคือเมื่อยังขาดความต้องการพื้นฐานทางด้านความรักเด็กวัยรุ่นจึงไม่สามารถพัฒนาสู่ความต้องการในขั้นที่สูงขึ้นไปได้ อีกทั้งวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ก็เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ก่อให้เกิดความเหงา (นุจรี สุพัฒน์.2533) ความซึมเศร้า และความเครียดตามมา จึงเป็นสิ่งที่น่าสนใจว่าในสังคมปัจจุบันที่มีการถ่ายทอด และซึมซับวัฒนธรรมทางตะวันตกอย่างสะดกอนั้นน่าจะทำให้เด็กวัยรุ่นยิ่งเพิ่มความต้องการความรัก ความว่าเหว ความซึมเศร้า และความเครียดมากขึ้น

ในประเทศไทยยังไม่พบว่ามีผู้ทำการวิจัยในด้านการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ผู้วิจัยจึงคำนึงและเห็นถึงความสำคัญในการศึกษาสุขภาวะทางจิตด้าน ความต้องการความรัก ความว่าเหว ความซึมเศร้า และความเครียดของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ซึ่งผู้วิจัยสนใจศึกษาเปรียบเทียบตัวแปรด้านการเสพติดอินเทอร์เน็ต ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ต ระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ต และตัวแปรเพศ โดยข้อมูลที่ได้สามารถเป็นความรู้พื้นฐานในการป้องกัน วางแผนและเตือนให้เด็กวัยรุ่นไทยได้ตระหนักถึงผลที่จะเกิดขึ้นกับสุขภาวะทางจิตจากการใช้อินเทอร์เน็ต

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต
2. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามตัวแปร ระดับการศึกษา
3. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามตัวแปร ประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ต
4. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามตัวแปร ระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ต
5. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของเพศหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ กับเพศชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ
6. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของเพศหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต กับเพศชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

ความสำคัญของการวิจัย

การศึกษาสภาวะทางจิตอันเนื่องจากการเสพติดอินเทอร์เน็ตของกลุ่มวัยรุ่นนี้จะได้ทราบถึงข้อมูลพื้นฐานอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ และพ่อแม่ ให้ได้ตระหนักถึงการดูแลเอาใจใส่ เรื่องการใช้อินเทอร์เน็ตแก่บุตร หลาน เด็กและเยาวชน เช่น ตระหนักถึงระยะเวลาในการใช้ การนำข้อมูลพื้นฐานไปใช้เพื่อสร้างข้อกำหนดในการเล่นอินเทอร์เน็ตอันเป็นแนวทางในการป้องกันในเรื่องผลของสภาวะทางจิตที่จะเกิดขึ้นแก่วัยรุ่นที่ใช้อินเทอร์เน็ต เป็นต้น

อีกทั้งข้อมูลที่ได้ยังสามารถนำมากำหนดนโยบายการเรียน การสอน การทำการวิจัยถึงปัญหาของการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอื่นๆ ที่เกิดขึ้นตามมาในอนาคต

ขอบเขตของการศึกษา

1. ประชากร ที่ใช้ในการศึกษานี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีอายุระหว่าง 15-17 ปี ในโรงเรียนมัธยมขนาดใหญ่ของรัฐซึ่งหมายถึงมีจำนวนนักเรียนตั้งแต่ 1501-2500 คน (กระทรวงศึกษาธิการ กรมสามัญศึกษา. 2543) ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 40 โรงเรียน และ นักศึกษามหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1-4 ที่มีอายุระหว่าง 18-21 ปี ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยของรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 11 มหาวิทยาลัย ที่ใช้อินเทอร์เน็ตอยู่ในปัจจุบัน โดยแบ่งเป็นประชากรระดับมัธยมในเขตกรุงเทพมหานครของรัฐจำนวน 109,771 คน (กระทรวงศึกษาธิการ กรมสามัญศึกษา. 2543) และประชากรของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยของรัฐปีที่ 1 - 4 ในเขตกรุงเทพมหานครจำนวน 216,592 คน (ทบวงมหาวิทยาลัย. 2545) รวมประชากรทั้งสิ้น 326,363 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง เมื่อเทียบจากตารางขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ควรเลือกจากประชากรแล้วต้องใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 868 คน (Yamane. 1970 : 886) โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 ส่วนคือ

2.1 กลุ่มนักเรียนชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในโรงเรียนมัธยมขนาดใหญ่ของรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 โรงเรียน โดยได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi - Stage Random Sampling) รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 420 คน

2.2 กลุ่มนักศึกษาชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยของรัฐในระดับชั้นปีที่ 1 - 4 ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 มหาวิทยาลัย จำนวน 448 คน โดยได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi - Stage Random Sampling)

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่

1. การเสพอินเทอร์เน็ต
 - 1.1 เสพอินเทอร์เน็ตปกติ
 - 1.2 เสพติดอินเทอร์เน็ต
2. ระดับการศึกษา
 - 2.1 กำลังศึกษาอยู่ในระดับมหาวิทยาลัย
 - 2.2 กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
3. ประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ต
 - 3.1 มากกว่า 2 ปี
 - 3.2 ไม่เกิน 2 ปี
4. ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ต
 - 4.1 น้อย คือ 1 – 8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์
 - 4.2 มาก คือ 9 – 15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์
5. เพศ
 - 5.1 เพศหญิง
 - 5.2 เพศชาย

3.2 ตัวแปรตาม

สุขภาวะทางจิต แบ่งเป็น

1. ความต้องการความรัก
2. ความเหงาว่าเหว
3. ความซึมเศร้า
4. ความเครียด

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. วัยรุ่น หมายถึง ผู้มีอายุระหว่าง 15 –21 ปี ที่ เป็นนักเรียน นักศึกษา ชาย – หญิง ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมตอนปลายและกำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยของสถาบันการศึกษาของรัฐในเขตกรุงเทพมหานครที่เสพอินเทอร์เน็ต
2. อินเทอร์เน็ต หมายถึงระบบเครือข่ายคอมพิวเตอร์จำนวนมหาศาลซึ่งเป็นช่องทางการติดต่อสื่อสารที่สามารถเชื่อมโยงระหว่างผู้ส่งและผู้รับสารได้ตลอดเวลา หรือเป็นตัวเผยแพร่ข้อมูลที่มีผู้ส่งสารฝากเก็บไว้เพื่อให้ผู้รับสารเข้ามาค้นหาติดต่อ ชื่อขาย พุดคุย และเพื่อความบันเทิงอื่นๆ
3. ประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ต หมายถึง ความยาวนานของการเสพอินเทอร์เน็ต ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตออกเป็น 2 ช่วงคือ 1. มากกว่า 2 ปี และ 2. ไม่เกิน 2 ปี
4. ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ต หมายถึง ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตต่อสัปดาห์โดยผู้วิจัยได้แบ่งระยะเวลาการเสพอินเทอร์เน็ตเป็น 2 ส่วนคือ 1. 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ 2. 9 – 15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์
5. เสพ หมายถึง การบริโภค

นิยามปฏิบัติการ

1. การเสพอินเทอร์เนต หมายถึง การบริโภคอินเทอร์เนตในทุกรูปแบบ โดยการเสพอินเทอร์เนตในที่นี้จะแบ่งเป็นการเสพอินเทอร์เนตปกติกับการเสพติดอินเทอร์เนต

เสพอินเทอร์เนตปกติ หมายถึง วัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เนตแล้วตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยแปลจากข้อคำถามของ ยัง (Kimberly S Young) จำนวน 10 ข้อ โดยคำตอบจะมีลักษณะ ใช กับ ไม่ใช้ วัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เนตปกติจะเป็นผู้ที่เลือกตอบว่า ใช น้อยกว่า 4 ข้อลงมา

เสพติดอินเทอร์เนตหมายถึง วัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เนตและตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยแปลจากข้อคำถามของ ยัง (Kimberly S Young) จำนวน 10 ข้อ โดยคำตอบจะมีลักษณะ ใช กับ ไม่ใช้ วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เนตจะเป็นผู้ที่เลือกตอบว่า ใช จำนวน 4 ข้อ หรือมากกว่า 4 ข้อขึ้นไป

2. สุขภาวะทางจิต หมายถึง กระบวนการทางจิตและพฤติกรรมอันเกิดจากการเสพอินเทอร์เนตของวัยรุ่นในกลุ่มตัวอย่างที่เมื่อเสพอินเทอร์เนตปกติกับเมื่อเสพติดอินเทอร์เนตแล้วเกิดพฤติกรรมและกระบวนการทางจิตในด้าน ความต้องการความรัก ความว่าเหว ความซึมเศร้า และความเครียด โดยวัดกระบวนการทางจิตและพฤติกรรมอันเกิดจากการเสพอินเทอร์เนต จากการให้ตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งข้อคำถามจะถามเกี่ยวกับสุขภาวะทางจิตด้านต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้ที่เสพอินเทอร์เนต ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ ในกรณีที่ข้อคำถามเป็นไปในทางบวก เกณฑ์การให้คะแนนมีลักษณะดังนี้ มากที่สุด เท่ากับ 5 มาก เท่ากับ 4 ปานกลาง เท่ากับ 3 น้อย เท่ากับ 2 และน้อยที่สุด เท่ากับ 1 ส่วนข้อคำถามที่เป็นไปในทางลบ เกณฑ์การให้คะแนนมีลักษณะดังนี้ มากที่สุด เท่ากับ 1 มาก เท่ากับ 2 ปานกลาง เท่ากับ 3 น้อย เท่ากับ 4 และน้อยที่สุด เท่ากับ 5

โดยแบ่งสุขภาวะทางจิตเป็นด้านต่างๆ ดังต่อไปนี้

2.1 ความต้องการความรัก หมายถึง ปริมาณความต้องการพื้นฐานของมนุษย์อันเป็นอารมณ์ที่ต้องการไขว่คว้าหาความสุขและความพึงพอใจ ให้กับตนเองและมอบให้กับผู้อื่น

2.2 ความเหงาว่าเหว หมายถึง ความไม่พึงพอใจต่อสัมพันธภาพทางสังคม มีความทุกข์ที่รู้สึกว่าคุณเองไม่ได้รับความใกล้ชิดสนิทสนม มีสัมพันธภาพที่ผิวเผิน ไร้ซึ่งความสำคัญ ไม่มีความสุข รวมทั้งหมกหมุ่นและคิดถึงแต่อินเทอร์เนต

2.3 ความซึมเศร้า หมายถึง ความรู้สึกเฉื่อยชา กระวนกระวายใจ ขาดความกระตือรือร้นตลอดทั้งวัน และเกือบทุกวัน รู้สึกว่าคุณเองไร้ค่า ไม่มีสมาธิ มีความคิดถดถอย ไม่สามารถพิจารณาตัดสินใจนอนไม่หลับ รวมถึงปฏิกิริยาตอบสนองต่อสภาพชีวิตที่คับแคบ เช่น เมื่อเกิดปัญหาต่างๆ

2.4 ความเครียด หมายถึง ความรู้สึกและปฏิกิริยาการตอบสนองทางร่างกายและจิตใจในตัวบุคคลเมื่อเกิดความคับข้องใจ โกรธ ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ หรือมีความลำบากในการพิจารณาตัดสินใจ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

“การศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต” นั้นผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในหลายด้านตามหัวข้อดังนี้

1. ความหมายและทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวกับวัยรุ่น
2. แนวคิดและทฤษฎีทางจิตวิทยา 4 ด้าน
 - 2.1 ความต้องการความรัก
 - 2.2 ความเหงาว่าเหว
 - 2.3 ความซึมเศร้า
 - 2.4 ความเครียด
3. เอกสาร และงานวิจัยด้านสภาวะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต
4. เอกสารแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยทางชีวสังคม ระยะเวลา และประสบการณ์ของผู้เสพติด

1. ความหมายและทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวกับวัยรุ่น

1.1 ความหมายที่เกี่ยวข้องกับสภาวะทางจิต

จิตวิทยา มาจากศัพท์ในภาษาอังกฤษว่า Psychology ซึ่งรากเดิมของคำศัพท์มาจากภาษากรีก คือคำว่า Psyche หมายถึง จิตหรือวิญญาณ กับคำว่า Locos ซึ่งหมายถึง การเรียนหรือการศึกษา เมื่อรวมสองคำนี้เข้าด้วยกันจิตวิทยาจะหมายความว่า การศึกษาเกี่ยวกับจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นความหมายในสมัยก่อนปี ค.ศ. 1929 หลังจากนั้นนักจิตวิทยาได้ให้ความสนใจและศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมต่างๆ ที่พิสูจน์หรือวัดได้ อันเกี่ยวข้องกับความคิดและปรากฏการณ์รอบตัวมนุษย์ รวมทั้งกระบวนการทางจิต ดังนั้นในปัจจุบัน จิตวิทยาจึงหมายถึง การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมและกระบวนการทางจิตของมนุษย์ในลักษณะที่เป็นศาสตร์ ที่สามารถศึกษาทดลองหรือพิสูจน์ได้ (โสภา ชูพิกุลชัย. 2529)

สภาวะทางจิต (Well – being) หมายถึง ความรู้สึกเป็นสุข สบายทั้งด้านสภาพร่างกายและจิตใจ (Longman Dictionary of Contemporary English.1995)

โดยทั้งนี้สภาวะทางจิตอันเป็นความรู้สึกที่เป็นสุขนั้นจะเกิดได้ก็เนื่องมาจากสาเหตุแห่งกระบวนการทางจิตและพฤติกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นแต่ละคน เพราะในความเป็นจริงชีวิตไม่สามารถพบกับความสุขแต่เพียงด้านเดียว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ในด้านที่ได้รับความสุข สบายไม่พอเพียง 4 ด้าน คือ ด้านความต้องการความรัก ความเหงา ความซึมเศร้า และความเครียด ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมความหมายและทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวกับวัยรุ่น อันเกี่ยวเนื่องกับสภาวะทางจิตทั้ง 4 ด้านไว้ดังนี้

1.2 ความหมายและเกณฑ์การกำหนดอายุวัยรุ่น

ในภาษาอังกฤษวัยรุ่นตรงกับคำว่า Adolescence ซึ่งมีรากศัพท์มาจากคำว่า Adolescere ในภาษาละติน ตามความหมายในรากศัพท์นั้น วัยรุ่นหมายถึง “ความเจริญวัย” (to grow) หรือ “การเจริญที่เข้าสู่สู่ภาวะ” (to grow to maturity) ในพจนานุกรมทางการศึกษาของกู๊ด (Good, 1956) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่นเป็นพัฒนาการขั้นหนึ่งของมนุษย์ ซึ่งอยู่ระหว่างระยะฟิวเบอร์ตี้ (Puberty) จนกระทั่งถึงขั้นมีวุฒิภาวะเป็นผู้ใหญ่ ระยะนี้เด็กทั้งชายและหญิงจะมีสภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และความรู้สึกด้านจริยธรรมแตกต่างไปจากวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่สังคมยังไม่ยอมรับให้มีบทบาทและความรับผิดชอบเท่าเทียมกับผู้ใหญ่ วัยรุ่นจึงมักมีความรู้สึกไวต่อการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนวัยเดียวกัน บางคนอาจประสบความยุ่งยากเพียงเล็กน้อย (ประสาธ อิศรปริดา. 2523 : 3)

อาคม สรสุชาติ (2521 : 87) กล่าวว่า “วัยรุ่นคือระยะเวลาที่เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต บางท่านก็เปรียบเทียบกับเหมือนทางโค้งของถนน ถ้าเลี้ยวโค้งไม่ดีรถก็อาจจะพลิกคว่ำเป็นอันตรายได้

กิติกร มีทรัพย์ (2527 : 20) กล่าวว่า “วัยรุ่นเป็นวัยที่เต็มไปด้วยความเปลี่ยนแปลงหลายอย่างทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และความคิด ฉะนั้นวัยรุ่นจึงต้องการให้คนหรือครอบครัวเข้าใจพวกเขา ซึ่งจะช่วยกล่อมเกล้าให้พัฒนาต่อไปอย่างเหมาะสม”

โคล (Luella Cole) ได้แบ่งวัยรุ่นออกเป็น 3 ตอนคือ

1. วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence) ในเพศหญิงอายุ 13 – 15 ปี ในเพศชายอายุ 15 – 17 ปี
2. วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescence) ในเพศหญิงอายุ 15 – 18 ปี ในเพศชายอายุ 17 – 19 ปี
3. วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence) ในเพศหญิงอายุ 18 – 20 ปี ในเพศชายอายุ 19 – 20 ปี (ปราณี รามสูตร. 2528 : 10 ; อ้างอิงจาก ลูล่า โคล. ม.ป.ป.)

สุชา จันทน์เอม (2528 : 2) ที่แบ่งระยะวัยรุ่นไว้เป็น 3 ระยะคือ

1. วัยรุ่นตอนต้น อายุ 13 – 15 ปี
2. วัยรุ่นตอนกลาง อายุ 15 – 18 ปี
3. วัยรุ่นตอนปลาย อายุ 18 – 21 ปี

ชัยฤทธิ์ อิศระไกรศีล (2523 : 42 – 43) กล่าวว่า ระยะเริ่มของวัยรุ่นสำหรับวัยรุ่นชายถือเอาตอนที่เริ่มมีน้ำกามเป็นครั้งแรก สำหรับวัยรุ่นหญิงถือเอาตอนที่ประจำเดือนเป็นครั้งแรก โดยปกติเด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุ 11 ปี เด็กชายเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นอายุ 13 ปี และจะสิ้นสุดเมื่ออายุครบ 21 ปี

ในการศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสฟติดอินเทอร์เน็ตและเสฟอินเทอร์เน็ตปกตินี้ ผู้วิจัยได้พิจารณาจากความหมายของวัยรุ่นแล้วจึงสรุปได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีสภาพร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ที่ยังไม่คงที่ เป็นวัยที่ต้องการการยอมรับ ความอบอุ่น มีความเครียดและอ่อนไหวง่าย เป็นวัยที่อยู่ระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ ฉะนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาวัยรุ่นตอนกลางที่มีอายุ 15-17 ปี หรือกำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กับกลุ่มวัยรุ่นตอนปลายที่มีอายุ 18-21 ปี หรือกำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยตามเกณฑ์ของเอกสารข้อมูลเพื่อนำมาศึกษาเปรียบเทียบ

1.3 แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสภาวะทางจิตของวัยรุ่น

1.3.1 ผลของการเปลี่ยนจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ (Effects of Transition)

1.3.1.1 ความรู้สึกไม่อบอุ่นมั่นคง (Insecurity) ความรู้สึกที่ก่อให้เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์ ก้าวร้าว Self – conscious หรือถอยหนี บางคนจะออกมาในรูปการเรียนหนังสือหนัก เล่นกีฬาของโรงเรียนอุทิศเวลาให้กับกิจกรรมทางสังคม

1.3.1.2 ความหมกหมุ่นกับปัญหาต่างๆ มากเกินไป (Preoccupation with Problems) วัยรุ่นได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางว่าเป็นวัยแห่งปัญหา : “Adolescence is widely accepted as a problem age” ซึ่งมีความหมาย 2 ประการด้วยกัน ประการแรก เด็กวัยรุ่นมีปัญหามากมายที่ต้องหมกหมุ่นครุ่นคิดและประการที่สอง มีความหมายว่าเด็กวัยรุ่นเป็นปัญหากับพ่อแม่ ครู และสังคมโดยทั่วไป ปัญหาของวัยรุ่นมีทั้งปัญหาส่วนตัวและปัญหาที่เป็นลักษณะของเด็กวัยรุ่น ปัญหาที่มีพบโดยทั่วไป เช่น ปัญหาการเงิน การเรียน สุขภาพ มารยาท สุขภาพจิต อาชีพ การปรับตัว ปมด้อย เพื่อน ครอบครัว พ่อแม่ เป็นต้น

1.3.1.3 มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา (Problem Behavior) พฤติกรรมที่เป็นปัญหาไม่ว่าจะอายุเท่าใด ก็คือพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนกับผู้อื่น เด็กวัยรุ่นตอนต้นไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับบทบาทใหม่ๆ ของชีวิต เป็นผลให้สับสน ไม่มั่นคง วิดกกังวล มีความประพฤติที่ไม่เหมาะสม หงุดหงิด ฉุนเฉียว

1.3.1.4 ไม่มีความสุข (Unhappiness) ซึ่งมีสาเหตุมาจาก

- 1) แรงกดดันจากสังคม
- 2) ความรู้สึกไม่อบอุ่น
- 3) ความรู้สึกล้มเหลวที่จะมีสัมพันธภาพกับเพศตรงข้าม
- 4) อุดมการณ์ซึ่งค่อนข้างจะรุนแรง
- 5) การขาดสถานภาพ
- 6) ปัญหาของการปรับตัว
- 7) ความล้มเหลวในการตอบสนองความต้องการ

วัยรุ่นที่ไม่มีความสุขจะแสดงออกเป็นพฤติกรรมหลายๆ แบบที่พบบ่อยที่สุด คือ

1. ไม่มีสมาธิ
2. อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย
3. ความคิดและการกระทำขาดประสิทธิภาพ
4. ไม่สามารถใส่ใจในงานที่ทำ ทำให้ใช้เวลามาก และงานไม่ดี ซึ่งนำไป

สู่ความหุนหันพลันแล่นความเจ้าอารมณ์ เช่น อารมณ์ค้าง หมกมุ่น ไม่พูดจา ทะเลาะวิวาทและต่อต้านสังคม การใช้กลไกกลไกหนี การพัฒนาบุคลิกภาพที่แปรปรวน

1.3.2 มุมมองเกี่ยวกับวัยรุ่นในทัศนะของนักจิตวิทยา

อาโนลด์ กีเซล (Arnold Gesell) มองว่าพัฒนาการของมนุษย์ไม่เพียงแต่จะก้าวหน้าไปตามลำดับขั้น (Upward) เท่านั้น แต่พัฒนาการของคนยังมีลักษณะเหมือนบันไดเวียน (spiral) ด้วย คือเมื่อขึ้นไปแล้วจะวกลงมาอีก ดังนั้นวัยรุ่นจึงอาจกลับมามีพฤติกรรมคล้ายเด็กได้ เช่น ลักษณะการแสดงอารมณ์โกรธที่เรียกว่า temper tantrum การขาดการควบคุมอารมณ์ ฯลฯ

เลวินท์ (Lewin) กล่าวว่า ถ้าแบ่งคนในโลกนี้ออกเป็นพวกๆ จะได้พวกเด็ก กับพวกผู้ใหญ่ ซึ่งเด็กกับผู้ใหญ่จะมีกลุ่มของตัวเองอย่างชัดเจน สำหรับวัยรุ่น เลวินท์ มองว่าไม่มีกลุ่มของตัวเองอย่างแท้จริง โดยที่ส่วนหนึ่งไปซ้อนทับกับกลุ่มของเด็ก และส่วนหนึ่งก็ไปซ้อนทับกับกลุ่มของผู้ใหญ่ ในสภาพเช่นนี้วัยรุ่นจะรู้สึกถึงการไม่มีกลุ่มอ้างอิง (Reference Group) อย่างแท้จริง นั่นคือวัยรุ่นไม่แน่ใจว่าตนเองเป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่ ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นในทางลบ เช่น ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง วิดกกังวล ก้าวร้าว ฯลฯ

ฟรอยด์ ได้ค้นพบโครงสร้างและธรรมชาติของโรคจิตโรคประสาท โดยแบ่งเป็นหลักใหญ่ๆ 3 ประการคือ

- 1) จิตไร้สำนึกและอิทธิพลของจิตไร้สำนึกอันมีต่อชีวิตของคนเรา
- 2) โครงสร้างของลักษณะแห่งจิต
- 3) ความสำคัญของความรู้สึกทางเพศของทารก

หลักทั้งสามของฟรอยด์เป็นหลักที่เกี่ยวข้องกับสภาวะทางจิตทั้งสิ้น แต่ในหัวข้อที่ผู้วิจัยใช้เป็นเอกสารอ้างอิงเพื่อประกอบการวิจัยเป็นเรื่องหลักอันเกี่ยวข้องกับอิทธิพลของจิตไร้สำนึกที่มีผลต่อชีวิตของคนเรา

ฟรอยด์ได้อธิบายถึง จิตไร้สำนึก (Unconscious) ว่าเวลาคนไขถูกสะกดจิตปรากฏว่าจำเรื่องราวบางอย่างเมื่อยังเป็นเด็กได้อย่างชัดเจน แต่เมื่อพ้นจากการสะกดจิตก็ไม่มีที่แหวว่าจำเรื่องราวที่ตนเล่าเมื่อตอนถูกสะกดจิตได้เลย ดังนั้นจึงน่าจะคิดว่าเหตุการณ์ที่ระลึกได้ตอนถูกสะกดจิตนั้น แม้มีได้อยู่ในห้วงนึกของคนไขในยามปกติ ก็ได้สูญหายไปไหน เมื่อการควบคุมสติสัมปชัญญะหย่อนลง เช่น ชั่วขณะหนึ่งที่พลั้งเผลอ มันก็จะปรากฏตัวออกมาอย่างชัดเจน คงจะมีอำนาจอะไรสักอย่างหนึ่งที่บังคับให้เรื่องราวนั้นๆ จมลงไปอยู่ส่วนลึกของจิตซึ่งฟรอยด์ตั้งชื่อว่า Unconsciousness ตามทฤษฎีของฟรอยด์จึงเห็นว่าจิตใจของคนเราแบ่งออกเป็นชั้นๆ ชั้นบนที่เห็นได้ชัดคือ จิตรู้สึกนึก (Consciousness) ได้ลงไปก็มีหลายชั้นสุดแต่กำลังบังคับอันเกิดแต่ความขัดแย้งทางจิต (Intrapsychical Conflict) ซึ่งมีอยู่หลายประการ กำลังบังคับอย่างหนึ่ง ฟรอยด์ให้ชื่อว่าการเก็บกด (Repression) ซึ่งฟรอยด์ใช้ Repression ในกรณีที่เราสะกดกลั้นความอยากโดยไม่รู้ตัว การเก็บกดอันเกิดจากความขัดแย้งอย่างรุนแรงระหว่างความดีที่ควรจะทำกับความอยากที่ไม่ควรจะทำแสดงออกมาทำให้เราลืมความรู้สึกหรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นโดยสิ้นเชิง เสมือนหนึ่งมิได้มีประสบการณ์นั้นๆ เกิดขึ้นกับเราเลย จึงเรียกว่าความจำเรื่องราวเหล่านั้นได้ถอยไปอยู่ในจิตไร้สำนึกเสียแล้ว

ความขัดแย้ง (Conflict) ฟรอยด์ได้ตั้งข้อสังเกตว่ามนุษย์เรานี้ตกอยู่ภายใต้หลักธรรมดา 2 ประการคือ หลักแห่งความพึงพอใจ (Principle of Pleasure) และหลักแห่งความจริง (Principle of Reality) ฟรอยด์ได้อธิบายความพึงพอใจในแง่ชีววิทยา และเน้นความพอใจอันเกิดแต่สัญชาตญาณแห่งการดำรงพันธุ์ (Sexual Instincts) เป็นส่วนใหญ่ โดยอ้างว่ามนุษย์รู้จักความพอใจในทางเพศมาตั้งแต่ยังเป็นทารก (Infantile Sexuality) ครั้นเติบโตขึ้นก็พบหลักแห่งความจริงว่า ถ้าจะทำตามความพอใจอันเกิดแต่สัญชาตญาณนั้นเป็นการไม่ดีงามจึงต้องสะกดกลั้นเอาไว้ ถ้าการสะกดกลั้นนั้นเกิดการขัดแย้งอย่างรุนแรงระหว่างความอยากทำตามแรงหนุนของสัญชาตญาณกับความจริงภายนอก (External Reality) แล้วย่อมจะยังผลให้ความทรงจำเกี่ยวกับความอยากนั้นๆ ถอยไปสู่จิตไร้สำนึก ซึ่งจิตไร้สำนึกมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ทั้งรายที่เป็นโรคจิตและบุคลลธรรมดา

เมื่อเด็กเติบโตมาจนถึงช่วงวัยรุ่น ฟรอยด์ อธิบายว่า พลังเพศซึ่งเคยเก็บกดไว้ในระยะวัยเด็กตอนปลาย ได้กลับมาปรากฏอีกครั้งหนึ่ง ซึ่งเด็กชายจะรักแม่ หรือเด็กหญิงจะรักพ่อ (ซึ่งเรียกว่าปม Electra) แต่เด็กเรียนรู้อย่างดีแล้วว่าสิ่งนี้เป็นสิ่งที่สังคมไม่ยอมรับ เด็กจะพยายามดึงความรักเช่นนั้นออกมาจากพ่อแม่ และหันไปสู่วัยรุ่นที่นอกกรอบแล้ว ซึ่งก็คือเพศตรงข้าม ในช่วงเวลาที่เด็กดึงตัวเองออกจากพ่อแม่ เป็นช่วงเวลาที่ก่อให้เกิดความยุ่งยากและความไม่มั่นคงทางอารมณ์ เพื่อให้เขาเกิดความมั่นคงซึ่งแหล่ง support ทางอารมณ์ที่ดีที่สุดของวัยรุ่นก็คือ กลุ่มเพื่อน เด็กวัยรุ่นจึงติดเพื่อนมากเป็นพิเศษ

แอนนา ฟรอยด์ มองว่าวัยรุ่นเป็นช่วงของการมีความขัดแย้งภายใน (Internal Conflict) การสูญเสียสมดุลของจิตใจ (Psychic Disequilibrium) และพฤติกรรมรุนแรงในช่วงวัยรุ่นบางครั้งเด็กจะเห็นแก่ตัวอย่างมากแต่ในบางขณะเขาก็จะเป็นผู้เสียสละอุทิศตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม ในบางครั้ง

เขาต้องการอยู่ร่วมกับกลุ่มเพื่อนหลายๆ คน แต่ในบางครั้งก็กลับปลีกตัวแยกตัวอยู่ตามลำพัง บางครั้งมีอุดมการณ์ที่รุนแรง ในขณะที่บางขณะก็ไม่มีอุดมการณ์ใดๆ ซึ่งเกิดจากการมีวุฒิภาวะทางเพศกับพลังของ id ซึ่งมีมากในช่วงนี้ (ประมวญ ดิคินสัน. 2512 : 5-8)

จากบทความของ ซูเลอร์ ได้กล่าวถึงความต้องการของจิตไร้สำนึก ว่าเป็นความต้องการอันเกิดจากการได้รับการตอบสนองจากการเสพอินเทอร์เนตเพื่อเติมความสมบูรณ์ทางจิตใจให้เต็ม แต่การตอบสนองจากการเสพติดอินเทอร์เนต ซึ่งหมายถึงการใช้เวลากับอินเทอร์เนตมากเกินไปจนละเลยชีวิตตามปกติไป เป็นการหาสิ่งตอบสนองที่ทำให้คนที่เสพติดอินเทอร์เนตไร้ซึ่งความหมายและฟังก์ชัน (Suler. 1995)

อีริกสัน (Erikson. 1968) มองว่าวัยรุ่นเป็นช่วงของการมีเอกลักษณ์ในตนเอง (Ego Identity) หรือช่วงของการความสับสนในตนเอง (Identity Diffusion) การมีเอกลักษณ์ในตนเอง หมายความว่าบุคคลรู้จักตนเองอย่างแท้จริงในทุกด้าน รู้ว่าตนเองเป็นใคร มีความสามารถอะไร มีความสนใจอะไร และเหมาะสมกับอาชีพใด มีอุดมคติในชีวิตอย่างไร

อีริกสัน ได้กล่าวว่าช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงของการหล่อหลอมส่วนต่างๆ ของ Identity เข้าด้วยกัน และเป็นช่วงของการแก้ปัญหาความขัดแย้ง ซึ่งมีอยู่ 7 ประการที่สำคัญ คือ

1. Temporal Perspective versus Time Confusion (การรู้จักเวลา – ความสับสนในเรื่องเวลา) หมายความว่ามีความเข้าใจในเรื่องของเวลาและความต่อเนื่องของชีวิต จนกระทั่งสามารถเชื่อมโยงได้จากอดีตถึงอนาคต และเกิดความเข้าใจในเรื่องการใช้เวลา เพื่อการวางแผนชีวิตที่ประสบความสำเร็จ เรียนรู้ที่จะกะประมาณและกำหนดเวลาของตนเอง จากการวิจัยพบว่า True sense of time จะยังไม่พัฒนาจนกว่าจะถึงวัยรุ่นตอนปลายประมาณอายุ 15 หรือ 16 ปี

2. Self – Certainty versus Self – Consciousness (ความมั่นคงในตนเอง – ความกังวลในตนเอง) หมายความว่ามีความพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง (Self – Confidence) จากประสบการณ์ที่ผ่านมา มาจนกระทั่งบุคคลเชื่อในตนเองและรู้สึกว่าตนเองมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในอนาคตตามเป้าหมายที่วางไว้ เขาจะพัฒนาความเชื่อมั่นในความสามารถที่จะต่อสู้กับสิ่งที่ป็นอยู่ในปัจจุบัน และคาดการณ์ถึงความสำเร็จในอนาคต

3. Role – Experimentation versus Role Fixtion (การทดลองบทบาท – การตรึงแน่นในบทบาท) เด็กวัยรุ่นต้องมีโอกาสที่จะทดลองบทบาทต่างๆ ที่มีอยู่ในสังคม เขาอาจจะทดลองการมีเอกลักษณ์ต่างๆ กัน มีลักษณะทางบุคลิกภาพต่างๆ กัน มีวิธีการพูดและการกระทำต่างๆ กัน มีแนวคิดต่างๆ ตลอดจนปรัชญา เป้าหมายและสัมพันธภาพที่หลากหลาย เอกลักษณ์จะเกิดจากการมีโอกาสดลองในสิ่งเหล่านี้ คนที่พัฒนาการควบคุมภายในและการรู้สึกผิดมากเกินไป จะเป็นคนที่ขาดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และตรึงแน่นในบทบาท และไม่แสวงหาตัวตนของตนเอง

4. Apprenticeship Versus Work Paralysis (การฝึกฝนงาน – การไม่ทำงาน) วัยรุ่นควรมีโอกาสที่จะสำรวจและพยายามทดลองในอาชีพต่างๆ ก่อนที่จะตัดสินใจในงานอาชีพใดอาชีพหนึ่ง

5. Sexual Polarization Versus Bisexual Confusion (การรู้จักเพศ – การสับสนในเพศ) เด็กวัยรุ่นต้องสามารถกำหนดได้ว่าอะไรที่หมายถึง ผู้ชาย และ ผู้หญิง อีริกสัน รู้ดีกว่ามันเป็นสิ่งสำคัญที่วัยรุ่นต้องแยกได้ชัดเจนระหว่างเพศเพื่อเป็นพื้นฐานของการพัฒนาความใกล้ชิดกับเพศตรงข้ามและเป็นพื้นฐานสำหรับการมีเอกลักษณ์ที่มั่นคง

6. Leadership and Follow ship ersus Authority Confusion (ผู้นำและผู้ตาม – ความสับสนในอำนาจ) เด็กวัยรุ่นต้องเรียนรู้การเป็นผู้นำ พอๆ กับต้องเรียนรู้การเป็นผู้ตามในสถานการณ์ต่างๆ

7. Ideological Commitment versus Confusion of Values (การมีอุดมการณ์ – ความสับสนในค่านิยม) วัยรุ่นแต่ละคนจะสร้างอุดมคติหรือปรัชญาชีวิตขึ้นมาเพื่อเป็นแนวทางให้กับพฤติกรรม อิริกสัน เน้นว่าบุคคลจำเป็นต้องมีบางสิ่งบางอย่างที่จะเชื่อถือศรัทธา ทำตามหรือเพื่ออุทิศตนเอง การมีอุดมการณ์ในตนเองเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการมีเอกลักษณ์ในตนเองที่จะทำให้มีความแน่วแนในเป้าหมายของตนเองถ้าบุคคลสามารถแก้ความขัดแย้งทั้งเจ็ดนี้ให้หมดไปได้ จะทำให้เกิดเอกลักษณ์ที่มั่นคงขึ้นมา วิกฤตจะผ่านพ้นไปเมื่อบุคคลไม่มีข้อสงสัยในเอกลักษณ์แห่งตน อิริกสันยอมรับว่าการมีเอกลักษณ์เป็นสิ่งที่ทำได้ยากในช่วงที่บุคคลมีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็ว คนรุ่นเก่าไม่อาจเป็นตัวแทนที่ดีให้กับคนรุ่นใหม่ได้ดีพอ ดังนั้นวัยรุ่นจึงอาจปฏิเสธตัวตนของพ่อแม่และหันไปหาเพื่อนเพื่อค้นหาตัวตนของตนเอง ดังนั้นกลุ่มเพื่อนจึงมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมากถ้าวัยรุ่นล้มเหลวในการแสวงหาเอกลักษณ์ในตนเอง เขาจะเป็นคนที่สงสัยในตนเอง สับสนในบทบาท และอาจจะปลีกตัวจากคนอื่น ๆ ความสับสนในตัวเองถ้ามีมากมาย และถาวร จะนำไปสู่การมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์และบุคลิกภาพที่เป็นปัญหา เอกลักษณ์ประกอบด้วยหลายส่วน คือด้านร่างกาย เพศ สังคม อาชีพ จริยธรรม อุดมการณ์ และคุณลักษณะทางจิตใจ ซึ่งประกอบขึ้นเป็นตัวตนทั้งหมด

แฮฟวิกเกอร์ส (Havighurst. 1953) ในทฤษฎีของแฮฟวิกเกอร์ส นั้นกล่าวว่า พัฒนาการจะเกิดขึ้นในช่วงเวลาเฉพาะ และผ่านไปอย่างสมบูรณ์ในช่วงเวลาหนึ่งโดยเฉพาะ รวมทั้งเป็นลักษณะงานที่ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง โดยใช้เวลาหลายปี ซึ่งควรจะมีการส่งเสริมให้ดำเนินไปตามขั้นตอน เช่น การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคล การเลือกอาชีพ การเรียนรู้บทบาททางเพศที่เหมาะสม

แฮฟวิกเกอร์ส ได้ทำการศึกษาและสังเกตพฤติกรรมของวัยรุ่นโดยทั่วไป โดยสรุปวัย กิจของวัยรุ่นในหนังสือชื่อ (Human Development and Education) ว่ามีด้วยกัน 10 ประการคือ

1) สามารถสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนฝูงได้ทั้งสองเพศ

เด็กวัยรุ่นทั้งชายและหญิงจะพยายามที่จะทำตัวเป็นหนุ่มสาว และมีลักษณะเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น โดยจะรู้จักทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ โดยไม่ยึดถือความรู้สึกส่วนตัวเป็นใหญ่ เด็กวัยรุ่นจะพยายามทำตัวให้มีเสน่ห์ เนื่องจากเด็กวัยนี้จะมีวุฒิภาวะทางเพศ มีแรงผลักดันทางเพศและต้องการให้ตนเองเป็นที่สนใจของเพศตรงข้าม การมีวุฒิภาวะทางร่างกายและเพศ จึงเป็นปัจจัยสำคัญของการปรับตัวกับเพื่อนฝูง เด็กที่เติบโตช้าอาจเข้าร่วมกลุ่มกับเด็กที่โตเป็นหนุ่มสาวเร็วกว่าไม่ได้

2) มีบทบาทสังคมในฐานะที่เป็นเพศชายหรือเพศหญิงอย่างเหมาะสม

เด็กวัยรุ่นจะเรียนรู้ที่จะทำงานให้เป็นที่ยอมรับของผู้ใหญ่ว่า ตนเป็นผู้หญิงหรือผู้ชายอย่างสมบทบาท เช่น ผู้หญิงจะดูอ่อนโยน อ่อนแอกว่าผู้ชายในด้านกำลังกาย จะต้องทำตัวให้มีเสน่ห์น่าสนใจสำหรับผู้ชายดูเหมือนจะปรับตัวได้ง่ายกว่าผู้หญิง เพราะสังคมมักจะยอมรับและให้ความสำคัญแก่ผู้ชายมากกว่า ผู้ชายจะมีสิทธิเหนือผู้หญิง แต่สำหรับในสังคมยุคปัจจุบัน ผู้หญิงพยายามเรียกร้องความเสมอภาพเท่าเทียมชายมากขึ้นกว่าคนรุ่นก่อน

3) ยอมรับสภาพทางด้านร่างกายของตนและรู้จักใช้ร่างกายอย่างมีประสิทธิภาพ

เด็กวัยรุ่นจะมีความภาคภูมิใจในรูปร่างของตนและรู้จักดูแลรักษาสุขภาพร่างกายของตนให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง โดยปกติเด็กหญิงจะมีความเจริญเติบโตรวดเร็วกว่าเด็กผู้ชายประมาณ 1 – 2 ปี ทำให้เด็กหญิงมีการเปลี่ยนแปลงของรูปร่างรวดเร็วกว่า เริ่มมีประจำเดือน เด็กวัยรุ่นจะมี

ความรู้สึกกังวลใจในสิ่งเหล่านี้ด้วยเนื่องจากสังคมมักจะต้องการเด็กหนุ่มสาวที่มีบุคลิกลักษณะดี แต่งกายดี และมักจะประเมินคุณค่าของบุคคลจากรูปลักษณ์ภายนอก

4) ความเป็นตัวของตัวเองไม่เกาะติดพ่อแม่และผู้ใหญ่คนอื่น ๆ

เด็กวัยรุ่นจะพัฒนาความรู้สึกเป็นอิสระ จากการต้องพึ่งพาอาศัยพ่อแม่อยู่เสมอแบบเด็กเล็กๆ ถึงแม้เด็กวัยรุ่นจะมีความรักพ่อแม่ของตนก็ตาม เด็กวัยรุ่นจะหันไปหาความสุขและความพึงพอใจทางเพศ โดยคบหาสมาคมกับเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันมากกว่าความผูกพันกับพ่อแม่ เด็กต้องการเติบโตขึ้นอย่างมีอิสระ เป็นตัวของตัวเอง แต่พ่อแม่มักรู้สึกเกรงกลัวว่าลูกจะเป็นคนอ่อนต่อโลก ไม่รู้เท่าทันเหตุการณ์ต่างๆ จึงมักเข้ามาก้าวก่ายในเรื่องส่วนตัวของลูก ซึ่งอาจทำให้เด็กมีความรู้สึกขัดแย้งและต่อต้านภารกิจข้อนี้ อาจทำให้เด็กวัยรุ่นยุ่งยากใจ เพราะเด็กวัยรุ่นก็ยังคงมีความเป็นอยู่ แม้ร่างกายจะเติบโตเหมือนผู้ใหญ่ก็ตาม

5) สามารถพึ่งพาตนเองในด้านเศรษฐกิจ

ภารกิจข้อนี้ อาจเป็นภาระอันหนักสำหรับเด็กวัยรุ่นที่จะต้องดูแลรับผิดชอบตนเองในเรื่องการใช้จ่ายของตนเอง เด็กวัยรุ่นบางคนอาจทำงานอดิเรกและมีรายได้ของตนเอง รู้จักเก็บเงิน และมีความภูมิใจที่สามารถหาเงินใช้เองได้ การกระทำเช่นนี้ช่วยให้เด็กวัยรุ่นเรียนรู้ชีวิตแบบผู้ใหญ่ที่ต้องพึ่งตนเอง และมั่นใจในตนเองว่าจะเป็นผู้ใหญ่ที่มีความสามารถ

6) สามารถเลือกอาชีพและเตรียมตัวสำหรับการประกอบอาชีพ

เมื่อเด็กวัยรุ่นเติบโตขึ้นจนมีทักษะในการใช้มือและพละกำลังเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ เด็กวัยรุ่นก็จะสนใจเรื่องอาชีพ และเตรียมการในเรื่องอาชีพที่ตนสนใจ

7) การเตรียมตัวสำหรับการแต่งงานและชีวิตครอบครัว

เด็กวัยรุ่นควรมีทัศนคติที่ดีต่อการมีชีวิตรอบครัวและมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลบ้านการอบรมเลี้ยงดูเด็ก เนื่องจากสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้เขาเข้าใจชีวิตคู่ ซึ่งเป็นการปูพื้นฐานของการใช้ชีวิตแบบผู้ใหญ่

8) พัฒนาแนวความคิดเพื่อเป็นพลเมืองดี

เด็กวัยรุ่นควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกฎหมาย รัฐบาล เศรษฐกิจ การเมือง ภูมิศาสตร์ ธรรมชาติของมนุษย์และความเข้าใจในสถาบันสังคมต่างๆ ที่เขาดำเนินชีวิตอยู่ เด็กวัยรุ่นควรมีความรู้และทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตในโลกสมัยใหม่ เช่น ความสามารถทางภาษาดี มีเหตุผลในการคิดไตร่ตรองและแก้ไขปัญหาต่างๆ มีความต้องการรับผิดชอบต่อสังคมเด็กวัยรุ่นต้องการมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อการดำเนินชีวิตในสังคมของชุมชนและประเทศชาติของตน ความรู้สึกว่าเป็นสมาชิกของสังคมนั้นมีมาตั้งแต่วัยเด็ก จนกระทั่งโตขึ้นเป็นเด็กวัยรุ่นที่มีความคุ้นเคยและเข้าใจสังคมมากขึ้น รู้ว่าเขาเป็นสมาชิกคนหนึ่งของสังคม อันจะต้องมีสิทธิและหน้าที่ต่อสังคมในฐานะพลเมืองคนหนึ่ง เช่นเดียวกับผู้ใหญ่คนอื่นๆ ความรู้สึกรับผิดชอบต่อสังคมที่เด็กวัยรุ่นมีต่อสังคมในฐานะพลเมืองคนหนึ่ง เช่นเดียวกับผู้ใหญ่คนอื่นๆ ความรู้สึกรับผิดชอบต่อสังคมที่เด็กวัยรุ่นมีต่อสังคมของเขาจะช่วยทำให้เขามีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมต่างๆ เช่น ร่วมทำงานอาสาสมัครและดูแลสาธารณประโยชน์แก่ชุมชน ซึ่งล้วนเป็นคุณลักษณะที่ดีอันควรปลูกฝัง

9) ยึดถือค่านิยมและคุณธรรมซึ่งให้นำทางชีวิต

ระยะวัยรุ่นเป็นช่วงชีวิตที่เด็กวัยรุ่นจะรับรู้และยึดถือค่านิยมในการดำเนินชีวิต ในฐานะที่เป็นมนุษย์คนหนึ่งซึ่งจะต้องดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกลมเกลียวกับผู้อื่นในสังคม เด็กวัยรุ่นจะมีความสนใจในเรื่องศาสนาและปรัชญาชีวิต ค่านิยมของแต่ละบุคคลจะพัฒนาขึ้นมาอย่างต่อเนื่องเป็นลำดับ

10) ยึดถือค่านิยมและคุณธรรมซึ่งชี้นำทางชีวิต

ระยะวัยรุ่นเป็นช่วงชีวิตที่เด็กวัยรุ่นจะรับรู้และยึดถือค่านิยมในการดำเนินชีวิต ในฐานะที่เป็นมนุษย์คนหนึ่งซึ่งจะต้องดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกลมเกลียวกับผู้อื่นในสังคม เด็กวัยรุ่นจะมีความสนใจในเรื่องศาสนาและปรัชญาชีวิต ค่านิยมของแต่ละบุคคลจะพัฒนาขึ้นมาอย่างต่อเนื่องเป็นลำดับ ตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ เกิดขึ้นจากการสั่งสมอบรมจริยธรรมในครอบครัว โดยรับแบบอย่างจากบุคคลที่ใกล้ชิด

วัยกิจทั้ง 10 ประการนี้ แต่ละข้ออาจจะอภิปรายได้ทั้งในแง่จิตวิทยา วัฒนธรรม สังคมและการศึกษาพัฒนาการทางสังคมตามวัยกิจของวัยรุ่นที่กำลังมาข้างหน้า สามารถแบ่งเป็นประเด็นใหญ่ๆ ได้ 6 ประเด็น ซึ่งเป็นประเด็นที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตที่วัยรุ่นควรมี คือ

1) วุฒิภาวะทางสังคม (Social Maturation) หมายถึง ความสามารถที่จะเข้ากับเพื่อน รุนราวคราวเดียวกัน และมีเพื่อนที่ตนคิดว่าเป็นเพื่อนสนิททั้งที่เป็นเพศเดียวกันและต่างเพศ สำคัญกว่าตนโตแล้วแลไม่ขึ้นกับพ่อแม่มากเกินไป ไม่หวังจะให้ผู้ปกครองเอาใจเหมือนเมื่อยังเป็นเด็ก ช่วยตนเองและตัดสินใจด้วยตนเองโดยให้ความขัดแย้งกับผู้อื่นน้อยที่สุดและยอมรับด้วยเหตุผล พึงความขัดแย้งของพ่อแม่และของเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน

2) พัฒนาการของบทบาท (Role Development) หมายถึงการรับและเลียนแบบบทบาทของผู้ใหญ่ทั้งชายและหญิง วัยรุ่นชายจะศึกษาบทบาทของผู้ใหญ่ที่เป็นชาย ส่วนวัยรุ่นหญิงจะศึกษาบทบาทของผู้ใหญ่ที่เป็นหญิง

3) การเลือกอาชีพและการเตรียมตัวเพื่ออาชีพ (Occupational Selection and Preparation) หมายถึง การศึกษาเตรียมตัวเพื่อประกอบอาชีพให้เหมาะสมกับระดับสติปัญญาและความสามารถของตน

4) การเตรียมตัวเป็นพลเมืองดี (Preparing for Social and Civic Responsibilities) หมายถึง การศึกษาหาความเข้าใจในเรื่องกฎหมาย รัฐบาลและเศรษฐกิจ

5) การเตรียมตัวเพื่อการแต่งงาน (Preparing for Marriage and Family Life) หมายถึง การสร้างสัมพันธภาพกับเพศตรงข้าม เสริมทัศนคติในการแต่งงาน การบุตร มีครอบครัว

6) การตัดสินใจเลือกอุดมการณ์ในชีวิต (Building a Philosophy of Life and Farnonious System) หมายถึง การตัดสินใจเลือกอุดมการณ์ที่ควรยึดถือเป็นหลักในชีวิต (ชยันต นาคบุปผา. 2515 ; อ้างอิงจาก Havighurst. 1952)

จากการสรุปประเด็นใหญ่ทั้ง 6 ข้อนี้เป็นการชี้ให้เห็นถึงวิถีชีวิตที่จักต้องมีในวัยรุ่น คือต้องมีวุฒิภาวะทางสังคมที่จะเข้ากับเพื่อนในรุ่นราวคราวเดียวกัน สมาชิกในครอบครัว ช่วยและตัดสินใจด้วยตัวเอง มีการพัฒนาบทบาทจากการเลียนแบบ เตรียมตัวและเลือกอาชีพ เป็นพลเมืองที่ดี สร้างสัมพันธภาพกับเพศตรงข้ามเพื่อเตรียมตัวแต่งงาน และเลือกที่จะมีอุดมการณ์เพื่อเป็นหลักในชีวิต การที่จะมีองค์ประกอบต่างๆ ที่ครบถ้วนสมบูรณ์เหล่านี้ ย่อมมีผลกระทบในแง่ลบต่างๆ ขึ้นจากการติดต่อสื่อสารกับกลุ่มคนหรือใครก็ตามที่เขาเกี่ยวข้องกับ และเมื่อวัยรุ่นต้องมีพัฒนาการการเติบโตทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และสังคมควบคู่กันไป การเสพอินเทอร์เนตของวัยรุ่นนั้นน่าจะมีอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิตในด้านต่างๆ ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นกำลังเป็นวัยที่มีความต้องการและมีปัญหาต่างๆ มากมาย

1.3.3 ความต้องการและปัญหาของวัยรุ่น

ความต้องการของวัยรุ่น แบ่งออกเป็น 2 ข้อใหญ่ๆ คือ

1) ความต้องการทางกาย

2) ความต้องการทางใจ ในเรื่องของความต้องการทางใจ เป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ที่สำคัญ เป็นความต้องการซึ่งเกิดจากประสบการณ์ทางสังคม ความต้องการพื้นฐานด้านจิตใจของมนุษย์ประกอบด้วย

2.1 ต้องการความรัก ความเห็นอกเห็นใจ ความเอาใจใส่ทั้งจากครอบครัว

และบุคคลภายนอก

2.2 ต้องการสถานภาพหรือตำแหน่งทางสังคม

2.3 ต้องการอิสระภาพ

2.4 ต้องการความสำเร็จ

2.5 ต้องการมีปรัชญาในชีวิต

ปัญหาของวัยรุ่นที่ต้องการความช่วยเหลือนั้นมีสัญญาณอันตรายซึ่งแสดงอาการออกมาให้เห็นทางด้านอารมณ์ คือ วัยรุ่นจะแสดงลักษณะเฉยเมย วิตกกังวล กระวนกระวาย และ เบื่อหน่าย ปัญหาการเสพติดอินเทอร์เน็ตในกลุ่มวัยรุ่นอาจเป็นปัญหาของความต้องการทางใจที่ต้องการเติมส่วนที่ขาดหายให้เต็ม

ปัญหาที่รุนแรงทางด้านอารมณ์และความผิดปกติทางจิตใจ

ปัญหาทางอารมณ์ที่สำคัญของวัยรุ่นคือ ความเครียด (Stress) นิวคอมบ์ และคณะ (Newcomb, et al.1981) แบ่งสาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นเครียดไว้ 7 ประการ คือ

1) ครอบครัว พ่อแม่ ได้แก่ การหย่าร้าง ปัญหาการเงิน การทะเลาะ เป็นต้น

2) อุบัติเหตุ ความเจ็บป่วย

3) เรื่องราวทางเพศ เช่น ตกหลุมรัก

4) ความเป็นตัวของตัวเอง เช่น การหาเพื่อนกลุ่มใหม่

5) การทำผิดต่างๆ เช่น ลักขโมย

6) การเปลี่ยนแปลง เช่น การเปลี่ยนงานใหม่ของพ่อแม่

7) ความไม่พึงพอใจต่างๆ เช่น น้ำหนักมาก หน้าเป็นสิว เรียนไม่ดี

ในเรื่องของปัญหาทางอารมณ์นั้น กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2524 : 82) กล่าวว่า ปัญหาทางอารมณ์เป็นปัญหาหนึ่งที่กระทบถึงสุขภาพจิตเมื่อมีปัญหาทางอารมณ์ บุคคลนั้นจะมีความรู้สึกปั่นป่วน สับสน เสียใจ ผิดหวัง หวาดกลัว เกิดอาการท้อแท้ ซึ่งปัญหาทางสุขภาพจิตนี้ วีระ ไชยศรีสุข (2533:54) ได้ให้ความเห็นว่า ก่อให้เกิดอาการทางประสาท ย้ำคิดย้ำทำ บ่นแล้ว บ่นอีก มีความวิตกกังวล มักจะพูดลวงหน้าถึงความเลวร้ายของเหตุการณ์ต่างๆ บ่อยๆ จนเด็กรู้สึกกลัว ไม่กล้าคิด ไม่กล้าทำอะไร หรือพ่อแม่ที่มีอาการซึมเศร้า ไม่สนใจความคิดหรือการกระทำใดๆ ของลูกวัยเด็ก เด็กไม่รู้จะไปปรึกษาใคร กลายเป็นคนว่าเหว เหงา ซึมเศร้าตามไปด้วย ทำให้เด็กมีบุคลิกแปรปรวนกระทบกระเทือนถึงสุขภาพจิตของเด็ก

จากแนวคิด มุมมอง ทฤษฎีของวัยรุ่นและทฤษฎีอันเกี่ยวเนื่องกับสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นทำให้พบว่าวัยรุ่นเป็นวัยวิกฤตทางอารมณ์วัยหนึ่ง ความวิกฤตทางอารมณ์นี้ก่อให้เกิดอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิตในหลายด้าน ซึ่งผู้วิจัยสนใจศึกษาถึงผลที่มีต่อสุขภาวะทางจิตโดยเริ่มจากความต้องการพื้นฐานในด้านความต้องการความรักอันเป็นความต้องการทางจิตใจและสังคมเมื่อไม่เพียงพอหรือขาดไปจึงเกิดความ

ว่าเหวตามมา และในบางครั้งความว่าเหวอาจมีอาการของความซึมเศร้าเกิดขึ้นร่วมด้วยแต่อาการซึมเศร้านี้ถ้าสังเกตให้ดีจะมีความแตกต่างจากความเหงา (นุจรี สุพัฒน์. 2533) ซึ่งที่สุดกลายเป็นความเครียดที่อยู่ในจิตใจก่อผลแก่ร่างกาย สุขภาวะทางจิตทั้ง 4 ด้านนี้เป็นสิ่งที่วัยรุ่นมีโอกาสจะเผชิญไปพร้อมกับสิ่งรอบตัวที่เกิดขึ้นในทุกขณะ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเทคโนโลยีสารสนเทศเช่นอินเทอร์เน็ตซึ่งเป็นเทคโนโลยีสำคัญที่วัยรุ่นสามารถเข้าไปใช้ได้อย่างง่ายดาย ผู้วิจัยจึงสนใจในเรื่องของสุขภาวะทางจิตทั้ง 4 ด้านดังกล่าวที่เกิดขึ้นในกลุ่มวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต เพราะถ้าพึ่งถ้าเสพติดอินเทอร์เน็ตปกติอาจไม่เกิดผลต่อสุขภาวะทางจิต แต่เมื่อใดที่วัยรุ่นเสพติดอินเทอร์เน็ตอาจก่อให้เกิดปัญหาทำให้เกิดสุขภาวะทางจิตในด้านความรู้สึกไม่มีความสุข สบาย และยากต่อการแก้ไข ผู้วิจัยจึงนำได้รวบรวมเอกสาร แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาวะทางจิตทั้ง 4 ด้านอันอาจเกิดขึ้นจากการเสพติดอินเทอร์เน็ตได้

2. แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยของสุขภาวะทางจิต 4 ด้าน

2.1 ความต้องการความรัก (Need of Love or Belonging)

ในการให้คำนิยามของคำว่าความรักในแง่จุดมุ่งหมายของ เอ็ม สก๊อต เปค (วิทยากร เชียงกุล. 2538 ; อ้างอิงจาก เอ็ม สก๊อต เปค.1978) จิตแพทย์ ชาวอเมริกา โดยนิยามว่า ความรัก หมายถึง “ความตั้งใจที่จะขยายความเป็นตัวของตัวเองออกไป เพื่อผูกพัน ทำนุบำรุงความเจริญเติบโตทางจิตใจ (Spiritual Growth) ของตัวเองและผู้อื่น”

ในปี 1988 ไคมอนด์ ก็ได้กล่าวว่า (ทตารณ. 2534 ; อ้างอิงจาก Diamond. 1988) ความต้องการความรักมิใช่เป็นเพียงการรับความรักหากแต่ต้องการที่จะให้ความรักแก่ผู้อื่นด้วย แต่ถ้าความตั้งใจนั้นขาดหายไปไม่ถึงผู้รับ ความรู้สึกพื้นฐานที่ยังไม่ได้รับการเติมให้เต็มนี้อาจก่อปัญหาให้แก่ผู้รับได้

ฟรอมม์ (ประมวญ ดิฉินสัน. 2512 ; อ้างอิงจาก Fromm. 1947) ฟรอมม์มีความเห็นว่ามีมนุษย์มีปัญหาสำคัญอย่างหนึ่งคือ ทำอย่างไรตนจึงจะเจริญสัมพันธ์ภาพกับโลกแห่งผู้คน สิ่งต่างๆ และกับตัวเองได้ดี สัมพันธ์ภาพนี้อาจเป็นในทำนองผลิตผลหรือทำลาย ซึ่งย่อมเกี่ยวกับความรักเพราะมนุษย์ผู้ต้องการความเป็นตัวของตัวเองย่อมต้องมีความรักตนเสียก่อน ซึ่งความรักแท้นั้นคือผลสำเร็จชั่วชีวิตทำให้เราเรียนรู้และเข้าใจบุคคลที่เรารักดีขึ้น

ความต้องการพื้นฐานอย่างหนึ่งของมนุษย์ตามทฤษฎีของ มาสโลว์ (Maslow. 1970) นักจิตวิทยาและเจ้าหน้าที่ระดับสูงของสถาบันวิจัยทรัพยากรมนุษย์ คือ ความต้องการความรัก ความเห็นอกเห็นใจ ทั้งจากครอบครัวและบุคคลภายนอก ซึ่งหากไม่ได้หรือได้แต่ไม่เต็มที่ คนๆ นั้นอาจมีชีวิตผิดเพี้ยนจากปกติไม่มากนักน้อยเป็นของธรรมดา

ซัลลิแวน (ประมวญ ดิฉินสัน. 2512 ; อ้างอิงจาก Sullivan. 1938) เชื่อว่ามนุษย์มีความปรารถนาสำคัญสองประการ คือ ทางร่างกาย (Satisfaction) และทางความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ในสองประการนี้ซัลลิแวนเห็นว่าจิตวิทยาของมนุษย์นั้นมีรากฐานอยู่บนความปรารถนาที่จะได้รับความอบอุ่นใจเป็นสำคัญ ถ้าบุคคลมีความหวาดวิตกกังวลทับถมอยู่ ความรัก ที่เขาแสดงออกจะเป็นเพียงเครื่องแสดงว่าเขากำลังไขว่คว้าหาความอุ่นอกอุ่นใจจากบุคคลที่เขาแสดงความจงรักภักดีเท่านั้น ถ้าเช่นนั้นจะไม่เรียกว่าความรัก ซัลลิแวนยังเห็นว่า วัยก่อนรุ่นหนุ่มสาวเป็นวัยแห่งการปลูกฝังและทำให้ความรักในมนุษยชาติขยายตัวขึ้นในจิตใจของคนเรา เพราะระยะนี้เด็กรักใคร่รักจริงมิได้คิดสรรเสียดเสียก่อนว่าตนจะได้อะไรตอบแทนบ้าง

โคฮัท (Kohut) อธิบายว่า การเลี้ยงดูเอาใจใส่อย่างพอเหมาะ (Proper Maternal Care) จะช่วยให้ความหลงรักตนเองของทารก (Primary Narcissism) พัฒนาไปตามปกติ การขาดความรักความอบอุ่นในช่วงวัยเยาว์จะส่งผลให้ความเป็นตัวตน (Sense of Self) แตกสลาย จึงหมดความภาคภูมิใจ และรู้สึกซึมเศร้า ทฤษฎีของฟรอยด์ กล่าวว่าสิ่งที่บุคคลหลงรักตนเองนับว่าเป็นความผิดปกติทางจิต แต่ในอีกแง่หนึ่งนั้นถือว่าการรักตนเองเป็นความรักแท้ของคนที่มีสุขภาพจิตดีพึงมี ซึ่ง ฟอรัม ฮอร์นีย์ และซัลลิแวนได้สนับสนุนความเห็นนี้ รวมทั้งย้ำว่า ถ้าบุคคลใดรักตนเองไม่เป็นแล้วก็ไม่สามารถจะให้ความรักแก่ผู้อื่นได้ (ประมวลุติคดีนสัน. 2512 : 130)

ดร. สแตนตัน พิลีย์ นายแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการบำบัดรักษาผู้ป่วยเสพติด กล่าวว่า “มนุษย์เราส่วนใหญ่เป็นผู้เสพติดด้วยกันทั้งนั้น แต่มีน้อยคนที่รู้ตัว” ผู้คนมักเข้าใจคำว่า “เสพติด” ไขว่ไขวหรือไม่กว้างขวางพอ เช่น รู้เพียงจะติดได้แค่เหล้า หรือเฮโรอีน มีจำนวนน้อยมากที่รู้ว่าเป็นนอกจากสารเสพติดต่างๆ แล้วมนุษย์ยังสามารถติดหรือตกเป็นทาสความรัก พิลีย์กล่าวไว้ในหนังสือความรักและการเสพติดว่าความรัก เป็นพาหะดีเลิศสำหรับโดยสารสู่การเสพติด เพราะสามารถเป็นต้นกำเนิดของความหลงใหลและมีอิทธิพลครอบงำจิตใจได้สำนึกได้มาก เมื่อรูปแบบของความรักผิดเพี้ยน การเสพติดก็จะตามมาทันที

พิเลีย สรุป ความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องของการเสพติดความรักโดยเรียกสิ่งนี้ว่า ความบริสุทธิ์ เป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพภายในกับคนอื่นผู้สามารถสนองตอบความต้องการของเรา สามารถทำให้เรารู้สึกอบอุ่นปลอดภัยและมั่นคง สิ่งที่ทำให้เกิดการเสพติดนั้น มาจากความรู้สึกภายในตัวมนุษย์ เกิดจากความต้องการเติมส่วนขาดหายให้เต็ม

ฮอลลิส ผู้เขียนหนังสือ เรื่อง “การกินดีอยู่ดีเป็นธุรกิจของครอบครัว” ได้ตั้งข้อสังเกตที่น่าสนใจเกี่ยวกับสัมพัทธภาพระหว่างการเสพติดความรักไว้ว่า ผู้เสพติดจะรู้สึกเลวร้ายเมื่อไม่ได้วัตถุหรือสิ่งของซึ่งตนปรารถนาแต่บางครั้งเมื่อได้ของที่ต้องการความรู้สึกก็ยังไม่ดีเหมือนเดิม ไม่ว่าจะเป็นอาหาร ยารักษาโรคสุขภาพอนามัยสมบูรณ์หรือความรัก ยามเมื่อยังไม่ได้มากก็จะเกิดความรู้สึกเลวร้ายนานัปการเกิดวิตกกังวลเพราะต้องการไขว่คว้าหาสิ่งเหล่านั้น จนทำให้จิตใจปั่นป่วนสับสนมาโดยตลอดแม้ในที่สุดจะได้มากก็ตามนั้นเป็นลักษณะอาการที่เกิดขึ้นเป็นเสมือนความไม่อึดทนทางอารมณ์ โดยเฉพาะผู้เสพติด และเขาสรุปปิดท้ายว่า การเสพติดทางอารมณ์ในลักษณะต่างๆ อาจส่งผลเสียต่อการดำเนินชีวิตในอัตราส่วนมากพอกๆ กับการเสพติดทางเคมีและบางครั้งอาจมากกว่าด้วยหากไม่ได้รับการแก้ไขอย่างทันทั่วทั้งที่

ในหนังสือ “Looking for Love in all The Wrong Places” ของ Jed Diamond ได้กล่าวถึงลักษณะพิเศษของผู้ตกเป็นทาสการเสพติดความรักไว้ 18 ประการคือ

- 1) ท่านมาจากครอบครัวที่ไม่เคยมีความปลอดภัยหรือมั่นคงในการดำเนินชีวิตเลย
- 2) ท่านมีความรู้สึกไม่ปลอดภัยและไม่มั่นคง ชีวิตเจริญเติบโตด้วยความนึกคิดคล้ายเป็นเด็กกำพร้า
- 3) สภาพการเป็นอยู่ไม่ก่อให้เกิดความรู้สึกปลอดภัย ท่านจึงต้องพัฒนารูปแบบตัวให้น่าสนใจโดยยึดแบบอย่างจากคนซึ่งคิดว่ามีความสนใจพอและอยู่ในลักษณะกำลังต้องการจะเป็น
- 4) การพยายามทำลักษณะหรือบุคลิกภายนอกให้ดูดี ขณะที่ความรู้สึกแท้จริงภายในมีแต่ความเจ็บปวด พยายามสรรหาความรักรูปแบบใหม่ โดยเชื่อว่าสิ่งซึ่งได้มาจะช่วยขจัดความปวดร้าวภายในได้
- 5) กลัวจะถูกทอดทิ้งหรือถูกกล่าวร้าย เลยต้องชวนชวหาคู่ร่วมชีวิตเชื่อว่าจะนำความปลอดภัยมาให้ได้

6) ท่านพยายามไขว่คว้าหาใครบางคนที่จะรักและยอมรับใครก็ตามซึ่งคบหาแล้วสามารถสร้างความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัยให้ได้ทั้งๆ ส่วนลึกของจิตใจยังไม่เคยเชื่อว่าจะมีคนน่าไว้วางใจถึงที่สุด

7) แม้ท่านจะพยายามทำตัวหรือบุคลิกภายนอกให้น่าสนใจ แต่ภายในกลับโศกเศร้าผิดหวัง เพราะคนรักไม่เคยให้ในสิ่งที่ต้องการ อาจนึกตำหนิตัวเองที่คอยรอความต้องการนั้นๆ

8) ความรู้สึกเกิดขึ้นจากข้อ 7 กลายเป็นรูปธรรมสามารถจับต้องได้ และทำให้เกิดความผิดหวังรุนแรง อาจถึงขั้นอยากฆ่าตัวตาย

9) ท่านเกิดความสับสนในความต้องการพื้นฐานเพื่อความปลอดภัย ความมั่นคง ความรัก ไม่เข้าใจว่าแท้จริงแล้วต้องการความรักหรืออยากเป็นผู้ชนะทางเซ็กส์กันแน่

10) ท่านเกิดความรู้สึกว่าจะต้องมีสัมพันธ์ทางด้านการรักเพื่อเสริมสร้างให้ชีวิตอยู่รอด แต่กลัวว่าจะเป็นสิ่งได้มาโดยต้องตอบแทนด้วยอะไรบางอย่าง

11) ท่านเกิดความรู้สึกว่ารักไม่ได้และไม่เคยได้รับความรักเลยพยายามทำตัวให้เป็นของใครบางคน ทำให้เหมือนมีคนคอยสนใจ แต่เมื่อไม่ได้มากก็ทำให้เกิดความรู้สึกด้อยค่ามากขึ้น

12) ท่านเริ่มมีความเชื่อมั่นมากขึ้นในการดำเนินชีวิตแบบลับๆ ขณะกระบวนการเสพติดความรักก็ก้าวหน้าด้วยเช่นกัน

13) ท่านรู้สึกคล้ายหวาดกลัวสถานการณ์ต่างๆ มากขึ้น ยิ่งเวลาผ่านไปมากแค่ไหนก็ยังควบคุมตัวเองไม่ได้มากเท่านั้น

14) ท่านรู้แะใจดีที่กำลังต้องการความรักในรูปแบบผิดพลาด แต่ไม่สามารถเริ่มต้นทำในวิถีทางถูกต้องได้ ไม่รู้ด้วยว่าจะไร้หนทางที่ตัวเองพอใจ

15) ท่านมีความต้องการในลักษณะหมดหวังจะควบคุมพฤติกรรมผู้คนรอบข้าง โดยเฉพาะวัตถุประสงค์ซึ่งเป็นที่ต้องการของตัวท่านเอง

16) ท่านอาจทำความรู้สึกให้เอนเอียง ทำได้แม้กระทั่งเบี่ยงเบนพฤติกรรมสู่การเสพติดทางเคมี เช่นการเสพติดเฮโรอีน แอลกอฮอล์ คาเฟอีน นิโคติน เป็นต้นแม้กระทั่งติดโทรทัศน์ หรืออาหารบางชนิด

17) จากสภาพความผิดพลาดทางการสร้างความรักและเซ็กส์ ทำให้ท่านพยายามหลีกเลี่ยงการพิจารณาสภาพแท้จริงของความกลัวในจิตใจ และในที่สุดก็จะเลี่ยงการรับผิดชอบชีวิตด้วยการพิจารณาสภาพแท้จริงของความกลัวในจิตใจ และในที่สุดก็จะเลี่ยงการรับผิดชอบชีวิตด้วยการพิจารณาสภาพแท้จริงของความกลัวในจิตใจ

18) แทนที่จะเกิดความรู้สึกปวดร้าวหมดหวัง ท่านอาจไม่ยอมยุติ ยังพยายามหาทางออก โดยเชื่อว่าจะช่วยแก้ไขสถานการณ์ให้ดีขึ้นต่อไปเรื่อยๆ

(ทิตาภรณ์. ม.ป.ป. ; อ้างอิงจาก Diamond. 1988)

ผู้เป็นทาสการเสพติดความรักอาจเกิดจากเมื่อครั้งยังเป็นเด็ก เราทุกคนต้องทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อสนองตอบความต้องการของพ่อแม่มากกว่าทำเพื่อตัวเอง แม้ความจริงสิ่งที่ได้ทำลงไปจะไม่ตรงกับความต้องการของตัวเอง โลกของวัยเยาว์จึงอยู่ภายใต้การควบคุมดูแลของพ่อแม่ถูกจำกัดวงแคบมาก จึงต้องสร้างสรรค์จินตนาการขึ้นเองเพื่อให้เกิดความรู้สึกว่ายังมีโลกส่วนตัวอยู่ จินตนาการซึ่งไม่สามารถทำให้เป็นจริงได้นี้เปรียบเสมือนตัวการก่อให้เกิดปัญหาตามมาจากภายหลัง เมื่อความอัดอั้นเกิดขึ้นในจิตใจหลายคนต้องพยายามดิ้นรนหาทางออก บางรายยังคงใช้วิธีสร้างฉากความฝันต่อ บางรายหันเข้าหาสิ่งเสพติดร้ายแรง ทั้งหมดถือเป็นการกระทำที่อยู่นอกเหนือการควบคุมของจิตใจโดยสิ้นเชิง แม้รู้ดีว่าไม่ใช่เรื่องถูกต้องก็ยังทำต่อ เพราะเชื่อว่าสามารถจัดการความเจ็บปวดร้าวทางจิตใจได้ดีกว่าวิธีการอื่นๆ

ความต้องการพื้นฐานทางจิตใจมนุษย์ก็คือความต้องการความรัก นวลละอ อสุภาผล ได้สรุปแนวคิดของมาสโลว์เกี่ยวกับหลักการผดุงจิตทางจิตใจว่า ความผดุงจิตทางจิตใจของมนุษย์เกิดจากการที่มนุษย์ไม่ได้รับการตอบสนองตามที่ต้องการ ความต้องการของมนุษย์มีลำดับขั้น โดยเริ่มตั้งแต่ความต้องการทางด้านร่างกาย ความต้องการความปลอดภัย ความต้องการความรักและเป็นเจ้าของ ความต้องการที่จะได้รับการยกย่องนับถือ และความต้องการขั้นสุดท้ายคือ ความต้องการที่จะพัฒนาตนเอง แต่อย่างไรก็ตาม ถ้าความต้องการอย่างหนึ่งอย่างใดไม่ได้รับความพึงพอใจ บุคคลนั้นก็จะอยู่ภายใต้ความต้องการนั้นตลอดไป ซึ่งทำให้ความต้องการอื่นๆ ไม่ปรากฏหรือกลายเป็นความต้องการระดับรองลงไป (นวลละอ อสุภาผล. 2527 : 255-287) ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าความต้องการความรักเป็นความต้องการพื้นฐานทางจิตใจมนุษย์ที่สำคัญ และเป็นผลให้จิตใจมนุษย์ที่ยังไม่ได้รับความรักหรือได้รับไม่เพียงพอจะอดและติดตรึงอยู่กับความรู้สึกนี้

ในงานวิจัยของ ดำรงชัย บัวล้อมใบ (ดำรงชัย บัวล้อมใบ.2535) ที่ศึกษาเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของชายรักร่วมเพศกับชายปกติ พบว่า บุคคลต้องการความรักและความรู้สึกเป็นเจ้าของ การขาดสิ่งเหล่านี้มักเป็นสาเหตุให้เกิดความคับข้องใจ ทำให้เกิดปัญหาการปรับตัวที่ไม่ดี บุคคลจำนวนมากมีความลำบากใจที่จะเปิดเผยตนเองเมื่อมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดสนิทสนมกับเพศตรงข้ามเนื่องจากกลัวว่าจะถูกปฏิเสธ ความรักความรู้สึกเช่นนี้สืบเนื่องมาจากประสบการณ์ในวัยเด็ก การได้รับความรักหรือการขาดความรักในวัยเด็กย่อมมีผลกับการเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีวุฒิภาวะและการมีเจตคติในเรื่องของความรัก

ตามเอกสารงานวิจัย และทฤษฎีข้างต้น ผู้วิจัยจึงสรุปถึงความหมายของความต้องการความรักว่าหมายถึง ปริมาณความต้องการพื้นฐานของมนุษย์อันเป็นอารมณ์ที่ให้ความสุข ความพึงพอใจ โดยเป็นความต้องการที่จะให้ พร้อมๆ กับการรับความรักจากผู้อื่น เพื่อผูกพัน ทำนุบำรุงความเจริญเติบโตทางจิตใจ ซึ่งการเสพติดอินเทอร์เน็ตอาจเนื่องมาจากการขาดความต้องการพื้นฐานทางด้านความรัก ปริมาณความต้องการความรักอาจมากขึ้นหรือน้อยลงจากการเสพของผู้เสพเอง เพราะการเสพนี้อาจติดต่อกับผู้คุยสื่อสารได้สองทางอย่างไว้ซึ่งอุปสรรค และไม่แน่นอนว่าความต้องการเติมความรักในส่วนที่ขาดหายไปเต็มด้วยการเสพติดอินเทอร์เน็ตนั้น จะเพิ่มให้ล้นหรือความรู้สึกถึงลงและมีความทุกข์เพิ่มขึ้นหรือไม่ในผู้ที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

2.2 ความว่าเหว่ (Loneliness)

ฟรอมม์ (Fromm. 1941, 1947) นักจิตวิเคราะห์ชาวเยอรมันได้กล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง *Escape from Freedom* ว่าการเป็นตัวของตัวเองทำให้คนเรารู้สึกว่าตนเปล่าเปลี่ยว และไร้ความสำคัญลงกว่าการที่ตนเป็นหนึ่งในฝูงชน ทำให้เขาเกิดความไม่แน่ใจและเกิดความลังเลใจว่าจะเลือกทางเดินอย่างไรดี การทำตามฝูงชนนั้นง่ายทำให้คนเรารู้สึกอบอุ่นและปลอดภัยรวมทั้งกลายเป็นคนสำคัญขึ้นมาถ้ากลุ่มคนที่เราเข้าไปร่วมด้วยประสบความสำเร็จ อย่างไรก็ตามคนเราชอบแยกตัวเป็นอิสระออกมาจากกลุ่มคนเป็นบางครั้ง ฟรอมม์ ยังกล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง *Man for Himself* ด้วยว่าอำนาจชนิดหนึ่งในตัวมนุษย์ที่ทำให้เกิดการดิ้นรนเพื่อความเป็นตัวของตัวเอง ในฐานะที่เป็นมนุษย์เราทุกคนย่อมต้องดิ้นรนเพื่อให้ได้มาซึ่งวิธีการใหม่ๆ และหาวิธีการอันแยบคายที่จะแก้ปัญหาต่างๆ เพื่อให้ตนดำรงชีวิตอยู่ได้จึงทำให้คนเราแตกต่างจากสัตว์โลกทั่วไป แต่เพราะเหตุที่ว่าคนเรากลัวความว่าเหว่ที่ต้องผจญโลกอยู่แต่เพียงผู้เดียว แม้ว่าจะต้องแลกกับความเป็นตัวของตัวเองซึ่งเป็นความปรารถนามาตั้งแต่ต้น (ประมวญ ดิลคินสัน. 2512 ; อ้างอิงจาก Fromm. 1941, 1947)

เพบลอ และ เพอร์แมน (Martin and Osborne. 1989 : 462 – 463 ; citing Peplau and Perman. 1982) กล่าวว่า ความว่าเหวเป็นการตอบสนองต่อการขาดความสนิทสนม เป็นการได้รับความไม่พึงพอใจต่อสัมพันธ์ภาพทางสังคมหรือเกิดจากแรงขับทางสังคมที่ได้รับไม่เพียงพอ

ไวส์ (Saxton. 1983 : 134 ; citing Weiss. 1975) กล่าวถึงความว่าเหวว่าเป็นความรู้สึกของความทุกข์ทรมานจากการถูกแยกโดยปราศจากความใกล้ชิด (รัชนี เบญจรง. 2537)

ผู้วิจัยสรุปได้ว่าความว่าเหว หมายถึง ความไม่พึงพอใจต่อการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีความทุกข์รู้สึกกว่าตนเองไม่ได้รับความใกล้ชิดสนิทสนม มีสัมพันธ์ภาพที่ผิวเผิน ไร้ซึ่งความสำคัญ ไม่มีความสุขมองโลกในแง่ร้าย

ชนิดของความว่าเหว

ยัง (Martin and Osborne. 1989 : 436 ; อ้างอิงจาก Young. 1982) ได้แบ่งความว่าเหว (Loneliness) แบ่งออกได้เป็น 3 ชนิด คือ

1) ชนิดที่เกิดขึ้นชั่วคราวแล้วหายไป (Transient Loneliness) โดยเกิดในช่วงเวลาสั้นๆ เกิดเป็นนาทีหรือเกิดเป็นชั่วโมง เป็นประสบการณ์ที่เกิดกับทุกๆ คนเป็นส่วนมากช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง อันเป็นกลุ่มอาการที่ไม่รุนแรงไม่ได้ตั้งใจที่จะให้เกิดความรู้สึกขึ้น

2) ชนิดที่เกิดอันเนื่องมาจากมีสถานการณ์ที่สำคัญในชีวิตเกิดขึ้นกับบุคคลนั้น (Situational Loneliness) เป็นผลมาจากความสำคัญที่เกิดขึ้น เช่น การสูญเสียคู่ชีวิต การหย่า ซึ่งเป็นการสูญเสียที่ไม่สามารถควบคุมได้

3) ชนิดเรื้อรัง (Chronic Loneliness) เป็นชนิดที่เกิดขึ้นกับระยะเวลา บุคคลจะว่าเหวเป็นระยะเวลา 2 ปี หรือมากกว่า 2 ปี เกิดเรื้อรังลำดับจนถึงขั้นสุดท้ายกลุ่มอาการของความว่าเหวชนิดนี้อาจจะแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างของความคิดที่เกิดขึ้น

ไวส์ (Sears, Peplau and Taylor. 1991 : 294 ; citing Weiss. 1973) แบ่งความว่าเหวออกเป็น 2 ชนิดคือ

1) ความว่าเหวทางอารมณ์ (Emotional Loneliness) เป็นผลมาจากการขาดความสนิทสนม อันอาจเกิดจากเด็กที่ขาดความสนิทสนมจากพ่อ แม่ หรือผู้ใหญ่ที่ขาดความสนิทสนมจากสามีหรือภรรยา หรือขาดความสนิทสนมจากเพื่อน

2) ความว่าเหวทางสังคม (Social Loneliness) เกิดขึ้นเมื่อบุคคลขาดการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งอาจเกิดจากการขาดเครือข่ายทางสังคม เช่น เพื่อนหรือผู้ร่วมงาน

(รัชนี เบญจรง. 2537)

ทวิตต์ จันทรลอย (2537) ได้กล่าวถึงชนิดของความว่าเหวไว้ 2 ชนิด คือ

1) Trait loneliness เป็นความรู้สึกว่าเหวที่มีอยู่ในตัวบุคคลอย่างถาวรและติดตัวไป แม้จะอยู่ในสถานการณ์อื่นๆ ที่แตกต่างกันก็ตามสาเหตุใหญ่ก็เนื่องมาจากความรู้สึกที่เคยถูกทอดทิ้งถูกปล่อยปละละเลย หรือถูกพรากจากความสัมผัสที่อบอุ่นมาตั้งแต่ครั้งยังเป็นเด็กเล็กเรียกว่ามักถูกปล่อยให้อยู่ตามลำพัง ไม่มีมารดาหรือบิดาหรือ พี่ๆ น้องๆ เป็นเพื่อนคุย เป็นเพื่อนเล่นที่จะทำให้เกิดอารมณ์ร่วมกับคนอื่นตามธรรมชาติ จึงเติบโตแต่ด้านความคิด ความจำ ส่วนอารมณ์ความรู้สึกนั้นกลับสับสน ทำให้มุ่งไปแต่เรื่องเรียนและเอาแต่คิด ถ้ามองอย่างผิวเผิน เด็กจะดูเรียบร้อย สำนวน เรียบๆ ทั้งการพูดจาการแสดงออก หรือการแต่งกายที่กลัวว่าจะฉูดฉาด

ฟอริต์ เชื่อว่าความเหงาเป็นเพียงความรู้สึกที่ผิดปกติเล็กน้อยของโรคอารมณ์ซึมเศร้าซึ่งเป็นเรื่องใหญ่ เขาเชื่อว่าส่วนใหญ่แล้วความรู้สึกแหว่แหว่นั้นมักเกิดเนื่องมาจากการถูกอบรมเลี้ยงดูของพ่อและแม่ โดยตั้งแต่ที่ทารกอยู่ในช่วง 2 ปีแรกของการดูนมแม่ แต่ทารกไม่ได้รับการตอบสนองตามที่เขาคาดหวังจะดูหน้านมจากแม่ หรือแม่ได้ดูจนอึดแต่ความต้องการที่อยากให้อุ้มและกอดในระหว่างที่ดูนมนั้นไม่ได้รับการตอบสนอง เมื่อโตขึ้นเด็กจึงเกิดความรู้สึกหงอยเหงา นักพฤติกรรมศาสตร์ปักใจเชื่อว่า ความเหงาของคนเรานั้นมักเกิดจากการไม่ได้รับการสัมผัสโอบกอดเท่าที่ควรในช่วงวัยเด็ก เรียกว่าการสัมผัสด้วยการโอบกอดนั้นเป็นอาหารใจที่สำคัญที่สุดของมนุษย์เรา

2) State loneliness เป็นความว้าเหว่ที่เกิดขึ้นเพียงชั่วคราวแล้วก็หายไป ซึ่งอาจเกิดจากสถานการณ์แวดล้อม หรือการไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ และไม่เฉพาะเจาะจงตัวบุคคล กล่าวคือทุกคนอาจเกิดความรู้สึกว่าแหว่ได้ถ้าอยู่ในสภาพเช่นเดียวกัน ฟอริต์ ได้อธิบายถึงสาเหตุที่มนุษย์ต้องเผชิญกับความว้าเหว่ไว้ว่าเกิดจาก

2.1 การที่มนุษย์มีเหตุผลและจินตนาการต่างๆ ทำให้มนุษย์มีวิวัฒนาการทางอารยธรรมเพิ่มขึ้นๆ ในขณะเดียวกันก็แยกตนเหินห่างจากธรรมชาติ จากสัตว์โลกพวกอื่น และจากบุคคลอื่นไกลกันยิ่งขึ้นๆ

2.2 มนุษย์แสวงหาอิสระเสรีทุกขั้นตอนของกระบวนการพัฒนาการเมื่อได้มาแล้วก็จำ ต้องแลกเปลี่ยนความอ้างว้าง ตัวอย่างเช่น เด็กวัยรุ่นที่เป็นอิสระพ้นจากความดูแลของพ่อแม่ผู้ปกครองจะพบตัวเองเผชิญกับความว้าเหว่

2.3 พัฒนาการทางเทคโนโลยีสมัยใหม่ในวัตถุใช้สอยในความเป็นอยู่ประจำวัน เช่น เครื่องมือเครื่องใช้หาความบันเทิงเรีงรมย์ เครื่องทุ่นแรงในการทำงาน ทำให้มนุษย์สัมพันธ์กับคนอื่นน้อยลง เมื่อต้องติดต่อกันก็มีท่วงท่าห่างเหินไว้ตัว

คนที่ว่าแหว่นั้นมักรู้สึกตัวเองเป็นคนไม่มีคุณค่า มักมองว่าคนอื่นมีค่าและศักดิ์ศรี น่าเคารพ น่าภาคภูมิใจกว่า จึงเป็นคนที่ไม่กล้าไปขอความช่วยเหลือจากใคร หรือแม้แต่จะไปบรรยายอารมณ์ให้ใครฟัง เพราะกลัวแต่คิดเกรงว่าตนนั้นจะไปรบกวนเวลาอันมีค่าของคนอื่น คนที่ว่าแหว่จึงเปรียบเสมือนคนที่นั่งนิ่งอยู่หน้ากระจกด้านเดียวแล้วมองเห็นภาพคนมากมายกำลังสนุกสนานเฮฮาอย่างมีความสุข โดยที่ตนเองไม่สามารถสอดแทรกเข้าไปร่วมอะไรด้วยได้ และก็ไม่มีใครเฉลียวใจที่จะหันมามองว่าเขากำลังนั่งทำอะไรอยู่ คนที่ชอบนั่งอยู่ตามลำพังหรือโดดเดี่ยว ไม่จำเป็นว่าต้องเป็นคนขี้อายหรือว่าแหว่ซึมเศร้าเสมอไป แต่คนขี้อายนั้นมักชอบแยกตัวอยู่ตามลำพังแล้วว่าแหว่กับตัวเองอยู่เสมอ ปัญหาหลักของ ความว้าเหว่ คือการขาดความเชื่อมั่นในตัวเองด้านมนุษยสัมพันธ์ อีกทั้งปัจจุบันสังคมไทยกำลังเข้าสู่ยุคที่ไม่มีใครสนใจใคร คือสนใจอยู่แต่เรื่องวัตถุ อาทิ บ้าน รถ โทรศัพท์ วิทยุ คอมพิวเตอร์ และวัตถุอื่นๆ อีกมากมายจึงทำให้ความเหงาว้าเหว่วิ่งเข้าครอบงำจิตใจคนในสังคมมากมาย

การจะประเมินถึงความรู้สึกว่าแหว่ของบุคคลใดนั้น จะต้องดูที่ระดับของความต้องการในการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมากกว่าจะดูที่ระดับของการมีปฏิสัมพันธ์ที่บุคคลนั้นมีอยู่จริง ระดับของความต้องการดังกล่าวอาจขึ้นๆ ลงๆ ได้เสมอในช่วงเวลาต่างๆ ความรู้สึกว้าแหว่นั้นพบว่ามันสามารถแปรผันไปตามองค์ประกอบภายใน เช่น ความรู้สึก ความเชื่อ เป็นต้น แม้ว่าเราจะมี จำนวนเพื่อนหรือมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมคงเดิมก็ตาม แต่บางวัน บางเวลา หรือในบางสิ่งแวดล้อม เราก็อาจจะมีความรู้สึกว้าแหว่เกิดขึ้นได้ นั่นก็ขึ้นอยู่กับความต้องการในขณะนั้น

จอห์น และคณะ (Jones, et al. 1985) กล่าวว่าผู้ที่มีความรู้สึกว่าเขาจะมีนิสัยคล้ายๆ กัน และจะหมกมุ่นอยู่กับตัวเอง ไม่ชอบมีปฏิสัมพันธ์กับคนแปลกหน้า จะใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ตามลำพัง ไม่ชอบที่จะกระทำกิจกรรมทางสังคมโดยทั่วๆ ไป บางครั้งเขาก็จัดการกับความรู้สึกของตัวเองด้วยการรับประทานอาหารมากๆ นอกมากๆ ดูทีวี ดื่มเหล้า หรือเสริมสวย เป็นต้น ตลอดไปจนถึงการทำตัวให้ยุ่งอยู่ตลอดเวลาทำงานอดิเรก วีนออกกำลังกายตามลำพัง แต่บางคนก็จัดการกับตัวเองด้วยการทำตามใจตัวเอง โดยการจับจ่ายใช้สอย ซื้อข้าวของหรือเที่ยวไปเพียงเพื่อให้ตัวเองรู้สึกดีขึ้น ผลของความว่าเหวมีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจ และความคิดเป็นประสบการณ์ที่ไม่พึงพอใจ มีความสัมพันธ์กับความซึมเศร้า บุคคลที่ว่าเหวสามารถอธิบายได้ว่าเป็นบุคคลที่ไม่มีความสุข กระสับกระส่าย มองโลกในแง่ร้าย เป็นศัตรู บุคคลที่ว่าเหวมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับระยะเวลาว่านานเท่าไรที่บุคคลนั้นมีความว่าเหว (Martin and Osborne. 1989 : 436 ; citing Young. 1982)

ความว่าเหวมีความสัมพันธ์กับอายุ จากการสำรวจของ พาร์ลี (Sears, Freedman and Peplau. 1985: 209 ; citing Parlee. 1979) พบว่า ความว่าเหวสูงสูดนั้นพบในวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น กล่าวคือ มีความว่าเหวถึง 79% ของประชากรที่ได้ทำการสำรวจความว่าเหวของวัยรุ่นที่หาทางออกด้วยการเสพอินเทอร์เน็ตโดยใช้วิธีการต่างๆ เช่น พุดคุยสื่อสารทางจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (E- mail) พุดคุยกันทางห้องสนทนาต่างๆ (Chat room) ซึ่งพวกเขาสามารถจะถ่ายทอดสิ่งต่างๆ ในลักษณะใดก็ได้เพราะไม่มีใครรู้จักตัวตนที่แท้จริงของกันและกัน การเข้าไปเล่นเกมส์ หรือแม้แต่การใช้อินเทอร์เน็ตในรูปแบบต่างๆ นี้จะมีผลอย่างไรต่อวัยรุ่นผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตและเสพอินเทอร์เน็ตปกติ ความเหวว่าเหวจะเพิ่มขึ้นหรือลดลง แต่ในกรณีที่ใช้วิธีนี้จนติดและเคยชิน เขายังรู้สึกเจ็บปวดกับโลกอีกใบที่ยังไม่สามารถรู้ว่าเป็นเพียงโลกแห่งความฝันหรือไม่

2.3 อารมณ์ซึมเศร้า (Depression)

อารมณ์ซึมเศร้าที่ผิดปกติจะหมายถึงโรคหรือความผิดปกติทางจิตเวช ซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มโรคอารมณ์ผิดปกติ (Mood Disorder หรือ Affective Disorder) โดยมีความผิดปกติของอารมณ์เกิดขึ้นและอยู่นานเป็นเดือนหรือ เป็นปี โดยที่โรคอารมณ์ซึมเศร้านี้จะมีผลทำให้เกิดอาการผิดปกติของทั้งความรู้สึก ความคิด พฤติกรรมและสุขภาพร่างกายไปพร้อมๆ กัน

ซอลแมนส์ (Salmans. 1995) ได้อธิบายถึงอารมณ์ซึมเศร้าเป็นกลุ่มอาการร่วมกับอาการแสดงทางพฤติกรรม โดยอาการเหล่านี้แพทย์จะใช้หลักการวินิจฉัยจากคู่มือการวินิจฉัยโรคทางจิตเวชของสมาคมจิตแพทย์อเมริกัน (DSM-IV) มีเกณฑ์ดังนี้

- 1) มีอารมณ์เศร้า (ในเด็กและวัยรุ่นอาจเป็นความรู้สึกกระวนกระวายใจ) เกือบตลอดเวลา และเป็นติดต่อกันเกือบทุกวัน
- 2) ความกระตือรือร้น และความสนุกสนานในกิจกรรมที่เคยทำทั้งหมดหรือเกือบทั้งหมดลดลงอย่างมากเกือบตลอดเวลา และเป็นติดต่อกันเกือบทุกวัน (ตัดสินจากความรู้สึกของผู้ป่วยเอง หรือจากการสังเกตของผู้ใกล้ชิดว่ามีพฤติกรรมเฉื่อยชาเกือบตลอดเวลา)
- 3) น้ำหนักตัวเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจน โดยมีน้ำหนักลดลงหรือเพิ่มขึ้นทั้งๆ ที่ไม่ได้ควบคุมอาหารหรือลดน้ำหนัก (มากกว่าร้อยละ 5 ของน้ำหนักตัวต่อ 1 เดือน) หรือความอยากอาหารเพิ่มขึ้นหรือลดลงเกือบทุกวัน (ในเด็กจะตัดสินจากน้ำหนักไม่เพิ่มตามเกณฑ์ที่ควรเพิ่ม)
- 4) มีอาการนอนไม่หลับหรือหลับบ่อยมากหรือนานผิดปกติเกือบทุกวัน

5) การเคลื่อนไหวของร่างกายเปลี่ยนแปลง โดยมีอาการกระวนกระวายผุดลุกผุดนั่งมากกว่าปกติ หรือเคลื่อนไหวช้าลงรวมทั้งความคิดช้าลงหรือฟุ้งซ่านมากขึ้นเกือบทุกวัน ทั้งนี้จะตัดสินโดยการสังเกตจากผู้อื่น (ไม่ใช่เป็นความรู้สึกของตนเอง)

6) อ่อนเพลียไม่มีแรงเกือบทุกวัน

7) รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า หรือมีความรู้สึกที่ตนเองผิดหรือไม่ดีอย่างมากเกินเหตุ (ซึ่งอาจถึงขั้นหลงผิด) เกือบทุกวัน (ไม่ใช่การตำหนิตนเองหรือเกิดความรู้สึกผิดเพราะป่วย)

8) ความสามารถในการคิดถดถอยหรือสมาธิไม่ดี หรือไม่สามารถตัดสินใจได้ และอาการนี้เป็นอยู่เกือบทุกวัน

9) คิดเรื่องความตายซ้ำๆ (ไม่ใช่เพียงกลัวตาย) หรือคิดฆ่าตัวตายโดยอาจจะไม่มีแผนการที่แน่นอน หรือพยายามฆ่าตัวตาย หรือวางแผนฆ่าตัวตาย

(ณรงค์ สุภัทรพันธุ์. 2543 ; อ้างอิงจาก Salmans. 1995)

จากลักษณะอาการและความหมายของความซึมเศร้าผู้วิจัยจึงสรุปได้ว่า ความซึมเศร้า หมายถึง ความรู้สึกเฉื่อยชา กระวนกระวายใจ ขาดความกระตือรือร้นตลอดทั้งวัน และเกือบทุกวัน รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ไม่มีสมาธิ มีความคิดถดถอย ไม่สามารถพิจารณาตัดสินใจ นอนไม่หลับ รวมถึงปฏิกิริยาตอบสนองต่อสภาพชีวิตที่คับแค้น เช่น เมื่อเกิดปัญหา

สาเหตุของโรคซึมเศร้า

โรคซึมเศร้าหรือโรคอารมณ์ผิดปกติ แบ่งได้เป็น 4 กลุ่มใหญ่ ดังนี้คือ

1) สาเหตุจากปัญหาในจิตใจ (Intrapsychic Models)

นักจิตวิเคราะห์อธิบายว่าอารมณ์เศร้าเป็นอารมณ์ผสมผสานของความรู้สึกหลายๆ อย่าง ตั้งแต่ความรู้สึกกลัว เกลียด โกรธ ละอายและความรู้สึกผิด โดยที่ความรู้สึกโกรธเป็นอารมณ์พื้นฐาน (Primitive) ที่สุด ปรากฏให้เห็นแม้ในเด็กทารก ส่วนความรู้สึกผิดเป็นอารมณ์ละเอียดอ่อนและสลับซับซ้อนมากที่สุด จะเกิดขึ้นได้ก็เฉพาะในบุคคลที่มีมโนธรรม (Superego) ก่อร่างขึ้นแล้ว

มาสโลว์ (Maslow. 1970) อธิบายว่าความเศร้าเกิดจากการหั่นเหวความโกรธและความก้าวร้าวเข้าหาตัวเองเนื่องจากมีความรู้สึกสองฝักสองฝ่าย คือทั้งรักและโกรธ (Ambivalence) ต่อบุคคลสำคัญในชีวิตผู้เป็นที่รักและเป็นที่พักพิงทางอารมณ์ แต่ก็เป็นผู้ที่สร้างความผิดหวังและความคับแค้นใจให้ด้วย และภาวะครั่นเครง (Hypomania) หรือความคลุ้มคลั่ง (Mania) เกิดจากการสูญเสียหรือไม่ได้รับความรักจากบิดามารดา ทำให้มีภาวะซึมเศร้าตั้งแต่ครั้งเยาว์วัย (Primal depression) โดยการปฏิเสธ (Denial) หรือกลบเกลื่อนความเศร้า ด้วยทำที่รื่นเรึง และครั่นเครงของภาวะไฮโปเมเนียหรือเมเนีย

ฟรอยด์ (Sigmund Freyd. 1923) ได้อธิบายว่าความเศร้าเกิดจากการสูญเสียหรือจากพรากจากผู้เป็นที่รัก โดยใช้กลไกทางจิตชนิดเก็บไว้ในตนเอง (Introjection) ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของผู้ป่วยซึมเศร้าด้วยการซึมซับ (Incor – porate) เอาภาพของบุคคลผู้เป็นที่รัก (แต่สร้างความคับแค้นใจ) รวมเข้ากับ Ego ของตนเอง เมื่อเกิดการสูญเสียผิดหวังหรือจากพราก ความโกรธก้าวร้าวที่เกิดจากความรู้สึกสองฝักสองฝ่ายจะสร้างความปั่นป่วนในจิตใจ ทำให้รู้สึกผิด หมดความภาคภูมิใจในตนเองและรู้สึกซึมเศร้า นอกจากนี้ผู้ป่วยบางคนอาจใช้กลไกทางจิตชนิดพฤติกรรมถอยกลับ (Rgression) ไปเป็นระยะปาก หรือ ระยะทวาร มีท่าทีแบบเด็ก เช่น งอแง เอาแต่ใจตัวเอง กลัวไม่กล้าอยู่คนเดียว หรือย่ำคิดย้ำทำ เป็นต้น

ทฤษฎี Superego Development

เมลานี ไคล (Melanie Klein) เชื่อว่า Superego เกิดได้ในเด็กตั้งแต่ขวบปีแรกทำให้มีภาวะเศร้าขึ้นเมื่อเด็กทารกมีปัญหาในความสัมพันธ์กับมารดา ซึ่งความเศร้าในช่วงต้นของชีวิตนี้เองที่ส่งผลให้เกิดโรคซึมเศร้าในเวลาต่อมา และการฆ่าตัวตายเป็นการลงโทษหรือทำลายตัวเองในตัวเองในระดับจิตไร้สำนึก

ออทโท เคลเบอร์ก (Otto Kernberg) อธิบายว่า เด็กทารกวัย 6 เดือนจะเรียนรู้ว่ามารดามีทั้งข้อดีและข้อไม่ดี และแสดงความโกรธ ความก้าวร้าว ต่อมารดาโดยการกัด เช่น กัดหัวนม ขณะเดียวกันก็กลัวว่าจะทำอันตรายต่อมารดา ทำให้ตกอยู่ในภาวะซึมเศร้า (Depressive Position)

ทฤษฎี Ego Psychology

จาค็อบสัน (Jacobson) อธิบายว่าภาวะเศร้า เกิดจากการ ขาดความรักความอบอุ่นในวัยทารก (Infantile deprivation) และมีความคับแค้นใจ (Frustration) ทำให้มีการหยุดชะงักของการพัฒนา ego และ superego บุคคลนั้นจึงไม่สามารถปรับตัวกับโลกแห่งความเป็นจริงด้วยวิธีการ (กลไกทางจิต การปรับสภาพ และการควบคุมตัวเอง) ที่เหมาะสม ส่งผลให้หมดความภาคภูมิใจในตัวเองและรู้สึกไร้ค่าซึ่งเป็นลักษณะของภาวะซึมเศร้า

บริจิท (Bibring) อธิบายว่าภาวะเศร้าเกิดจากความขัดแย้งจาก Ego เองที่ไม่สามารถบรรลุถึงอุดมคติแห่งตน (Ego ideal) คือต้องการเป็นที่รัก (Loved) เติ่น (Superior) เป็นคนดีที่น่ารัก (Good loving) มีใช้ความขัดแย้งระหว่าง ego กับ superego หรือ ego กับ บุคคลอื่น ภาวะวิตกกังวลเป็นปฏิกิริยาต่อภัยอันตรายทั้งภายนอกและภายใน มีการใช้กลไกทางจิตในแบบสู้ (Fight) หรือหนี (Flight) แต่ในภาวะซึมเศร้า ego ดูเหมือนสับสน (Paralyzed) ทำให้รู้สึกท้อถอยและหมดความภาคภูมิใจ

ทฤษฎีอื่นๆ ได้แก่

โบว์บี (Bowlby) เน้นเรื่องความผูกพัน (Attachment) ระหว่างทารกกับผู้เลี้ยง (Love object) โดยเชื่อว่าความเศร้าเกิดจากการขาดความรัก ไม่ได้ได้รับความรัก หรือจากการสูญเสียหรือจากพราก ความต้องการไม่ได้รับการตอบสนอง (Unmet Dependency Need) ทำให้เกิดความล้มเหลวในการพัฒนาทางจิตใจ

ซาลิแวน (Sullivan) เชื่อว่าปัญหาความขัดแย้งระหว่างบุคคล (Interpersonal interaction) หรือสภาพสังคมรอบตัวเป็นสาเหตุของโรคทางจิตต่างๆ รวมทั้งโรคซึมเศร้า

อริยัตติ (Arieati) อธิบายถึงการมีผู้บงการชีวิต (Dominant other) ซึ่งมักจะเป็นบิดามารดาหรือสามีภรรยา ซึ่งผู้ป่วยยังพึ่งพิงในหลายด้าน เมื่อไม่ได้รับการยอมรับหรือเข้าใจจากบุคคลดังกล่าว หรือยึดมั่นกับแผนการในชีวิตที่ไม่มีโอกาสเป็นจริงจึงทำให้ซึมเศร้า

2) สาเหตุจากการมีความคิดในแง่ลบ (Negative Cognition)

อารอน เบค (Aron Beck) อธิบายถึงสาเหตุของโรคซึมเศร้าว่าเกิดจากการมีความนึกคิดในเชิงลบ มองเหตุการณ์ชีวิตในแง่ร้ายไปเสียหมด ทำให้จิตใจอยู่ในสภาพท้อแท้หมดหวัง โดยมีหลักว่าคนเราคิดอย่างไร ก็รู้สึกอย่างนั้น คือมองตนเอง มองสังคม และมองอนาคตในแง่ลบ (Cognitive Triad) ดังนี้

มองตนเองว่าไร้ค่า ไร้สมรรถภาพ ไร้ความภาคภูมิใจหรือไร้ซึ่งทุกสิ่ง มองโลกหรือสังคมในแง่ร้าย เห็นแต่สิ่งไม่ดีในสังคม สิ่งแวดล้อม รู้สึกถูกกดขี่บีบบังคับและถูกคาดหวังเรียกร้องจากสังคม มากจนรู้สึกท้อแท้หมดกำลังใจ มองอนาคตว่ามีแต่ความลำบาก ล้มเหลว และหนทางตัน หมดทางแก้ไข นำไปสู่การพยายามฆ่าตัวตายเพื่อหนีปัญหา หรือหนีความทุกข์ทรมาน

3) สาเหตุทางพฤติกรรม (Behavioral models)

มีแนวคิด 2 แบบคือ โรคซึมเศร้าเกิดจากภาวะท้อแท้ ทอดอาลัย และภาวะหมดกำลังใจ ภาวะท้อแท้ ทอดอาลัย (Learned helplessness) หมดกำลังใจ ใจไม่สู้ และหมดความกระตือรือร้น เนื่องจากประสบแต่ความล้มเหลวและผิดหวังครั้งแล้วครั้งเล่าภาวะหมดกำลังใจ (No positive reinforcement) เนื่องจากไม่เคยได้รับคำชมเชย รางวัล หรือสนับสนุนหรือประสบความสำเร็จใดๆ เลย จึงขาดแรงจูงใจและขาดความมั่นใจ ทำให้เบื่อหน่ายไร้ความสุข

4) สาเหตุทางชีวภาพ (Biological models) สาเหตุนี้เกิดจากอิทธิพลของพันธุกรรมอันได้แก่

4.1 ความผิดปกติของสารสื่อประสาท (Neurotransmitters) เช่น สารเอมีน (Biogenic Amine) หรือจุดรับประสาท (Receptors) ที่เชื่อมต่อปลายประสาท (Synapses) และตัวส่งข่าวที่สอง (Second messengers) ของเซลล์สมองบริเวณลิมบิก (Limbic)

4.2 ความผิดปกติของระบบฮอร์โมนของต่อมไร้ท่อ (Neuroendocrine) โดยเห็นจากผู้ป่วยโรคซึมเศร้าหรือผู้ป่วยโรคไทรอยด์เป็นพิษ จะมีความผิดปกติของอารมณ์ด้วยได้บ่อยๆ

4.3 ความผิดปกติทางสรีรวิทยาของระบบประสาท (Neurophysiology) โดยเกี่ยวข้องกับชีวภาพ เช่น คลื่นสมองขณะหลับ การตื่นตัวของสมองหรือความไม่สมดุลของการกระจายของสารละลายไซโตเคมีและโพแทสเซียมในและนอกเซลล์ประสาทการมีแคลเซียมในเซลล์ปริมาณสูง ทำให้เป็นพิษต่อเซลล์ (Cytotoxic) อาจเกี่ยวข้องกับโรคอารมณ์ผิดปกติได้ (ดวงใจ กสานติกุล. 2542 : 82-87)

จากสาเหตุทั้งทางจิตใจ ความคิด พฤติกรรม และลักษณะทางชีวภาพของบุคคลอาจก่อให้เกิดโรคซึมเศร้าได้ทั้งสิ้น อีกทั้งอารมณ์นี้ยังสามารถเกิดได้ตั้งแต่ในวัยทารก อันเนื่องจากการเลี้ยงดูความขัดแย้งทางจิตใจ สภาพสังคมรอบตัว การขาดความรักความอบอุ่น มีปัญหาด้านการพึ่งพิงทางจิตใจและร่างกาย เป็นปฏิกิริยาตอบสนองต่อสภาพชีวิตที่คับแคบ แบบแผนในชีวิตต่างๆ ที่วางไว้ไม่ได้ไม่ถึงดวงดาว จึงเกิดอารมณ์ซึมเศร้าขึ้น

การจำแนกโรคอารมณ์ซึมเศร้า

การจำแนกโรคทางอารมณ์ตามเกณฑ์วินิจฉัยของสมาคมจิตแพทย์อเมริกันฉบับที่ 4 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – DSM-IV ดัดแปลง) จำแนกออกเป็นโรคอารมณ์แปรปรวนไบโพลาร์ (Bipolar) และโรคซึมเศร้า (Depressive disorder)

ผู้วิจัยขอกล่าวถึงแต่เพียงโรคซึมเศร้าซึ่งจำแนกออกเป็น 3 กลุ่มคือ

1) โรคซึมเศร้าหรือภาวะเศร้าซึมรุนแรง (Major Depression) ซึ่งแบ่งเป็น

1.1 การป่วยครั้งแรกหรือครั้งเดียว (Single)

1.2 ป่วยซ้ำ (Recurrent)

2) โรคซึมเศร้าปานกลางแต่เรื้อรังนานเกิน 2 ปี หรือโรคซึมเศร้าดิสไทเมีย (Dysthymia)

3) โรคซึมเศร้ากลุ่มที่จำแนกหรือระบุกลุ่มไม่ได้ (Depressive Disorder not Otherwise specified – NOS) (ดวงใจ กสานติกุล. 2542 :13)

โรคซึมเศร้าจะเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น โคลบ์ (Kolb. 1968) ได้ทำการวิจัยพบว่าโรคจิตนั้นพบได้น้อยในวัยเด็กและจะเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ หลังจากย่างเข้าสู่วัยรุ่น โรคอารมณ์ซึมเศร้าเป็นโรคที่ต้องการการดูแลรักษาอย่างจริงจังและเต็มที่เช่นเดียวกับอาการเจ็บป่วยทางกาย การศึกษาผลจากการเกิดโรค ได้ถูกตีพิมพ์ในวารสารสมาคมแพทย์อเมริกันในปี ค.ศ. 1989 โดยรายงานว่าการเกิดโรคอารมณ์ซึมเศร้า

ทำให้ความสามารถในการดำเนินชีวิตในสังคมของผู้ป่วยเสียไปมากที่สุด จะเป็นรองก็เพียงแค่โรคหัวใจขาดเลือดเฉียบพลันเท่านั้น โดยดูจากจำนวนวันที่ผู้ป่วยต้องนอนอยู่แต่ในเตียงและอาการเจ็บป่วยรุนแรงที่เกิดขึ้นในร่างกาย นายแพทย์เฟรเดอริก กูดวิน อดีตผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตแห่งชาติของอเมริกา (NIMH) กล่าวว่า โรคอารมณ์ซึมเศร้าเป็นโรคที่ทำให้เกิดผลเสียต่อความสามารถของบุคคลมากกว่าโรคทางกายใดๆ ทั้งสิ้น ทั้งนี้จะร้ายแรงกว่าโรคปอดอักเสบเรื้อรัง โรคข้ออักเสบเรื้อรัง และโรคเบาหวานเสียอีก

ซินว็ฒน์ นิจนตร (2526 : 173-196) ได้ศึกษาเรื่องสภาพจิตสังคมในโรงเรียน กับสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า วัยรุ่นหญิงมีสุขภาพจิตทั้งในด้านสภาพทางจิต ทางสังคม มีความรู้สึกอึดอัด คับแค้นใจ ความก้าวร้าวและความซึมเศร้าเสื่อมกว่าวัยรุ่นชาย

สภาวะซึมเศร้าเป็นตัวแปรที่ผู้วิจัยสนใจศึกษาว่าเมื่อวัยรุ่นเสพติดอินเทอร์เน็ตจะมีความซึมเศร้าในลักษณะใด เพราะการเสพอินเทอร์เน็ตติดต่อกันทุกวันหรือใช้เวลาอยู่กับอินเทอร์เน็ตมากขึ้นๆ จนเสพติดอินเทอร์เน็ตอาจทำให้เกิดอาการซึมเศร้าขึ้น

2.4 ความเครียด (Stress)

นักจิตวิทยาหลายท่านได้ให้ความหมายของความเครียดไว้ในลักษณะคล้ายและแตกต่างกัน ดังนี้ เซลเย (Selye. 1956) บิดาของการศึกษาเรื่องความเครียดให้ความหมายของความเครียดไว้ว่าเป็นกลุ่มอาการทางร่างกายที่มีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่คุกคาม อันเป็นผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายเพื่อต่อต้านการคุกคามนั้น และเขาเรียกการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายในร่างกายอันมีผลต่อภาวะคุกคามนั้นว่า กลุ่มอาการปรับตัวทั่วไป (General Adaptation Syndrome)

ลาซารัส และฟอล์คแมน (Lazarus and Folkman. 1984) กล่าวว่า ความเครียดเป็นลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมที่ก่อให้เกิดสภาพการณ์ที่ทำให้บุคคล ประเมินว่าสิ่งนั้น คุกคามต่อชีวิต ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ และบุคคลจะมีวิธีการตอบสนองต่อสถานการณ์นั้นต่างกันไป ขึ้นอยู่กับการประเมินความสมดุลของ ความต้องการ (Demand) และ แหล่งทรัพยากร (Resource) ที่บุคคลนั้นมีอยู่ โดยผ่านกระบวนการการประเมินทางสติปัญญา (Cognitive Appraisal) (รักชนก คชไกร. 2541 : 23)

สวณีย์ ดันติพัฒนานนท์ (2522) กล่าวว่า ความเครียดมี 2 ความหมาย คือ

- 1) เป็นภาวะอารมณ์ที่ปั่นป่วนหรืออารมณ์ไม่สมดุลที่ประสบ
- 2) เป็นสิ่งกระตุ้นที่คุกคามต่อสวัสดิภาพทางกายและใจ ของบุคคลที่ก่อให้เกิดความไม่

สบายเป็นเหตุให้มีพฤติกรรมแปรปรวนในที่สุด

พะยอม อิงคตานุวัฒน์ (2525) ได้ให้คำจำกัดความว่า ความเครียดคือการขัดขวางหรือการเร้าที่ทำให้มนุษย์พยายามหลีกเลี่ยงหรือทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระและอารมณ์ร่วมกัน

กองสุขภาพจิต (2526) ได้ให้คำจำกัดความของความเครียดว่า เป็นความกระวนกระวายใจเนื่องมาจากสถานการณ์อันไม่พึงพอใจเกิดขึ้น ความปรารถนาไม่ได้รับการตอบสนองหรือเป็นอันซึ่งผิดพลาดไปจากเป้าหมายที่ต้องการ

โรบินสัน (Robinson. 1983) กล่าวว่า เมื่อมีสิ่งมาคุกคามจิตใจคน เราจะรู้สึกเครียดหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับความรู้สึกส่วนตัวของแต่ละคน เพราะความเครียดจะเกี่ยวข้องกับระหว่างสภาวะที่คุกคามนั้นกับการตัดสินใจรับรู้ สำหรับคนที่รู้สึกว่าจะสามารถเผชิญกับสภาวะนั้นได้ก็จะไม่เกิดความเครียด แต่ในคนที่ไม่สามารถเผชิญกับสภาวะนั้นได้ก็จะเกิดความเครียดขึ้น

ร็อบเบิร์ต (Robert. 1978) กล่าวว่า ความเครียดหมายถึงกลุ่มพฤติกรรมตอบสนองที่เกิดขึ้นเมื่อมีความวิตกกังวล มีความคับข้องใจ มีความโกรธ ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ หรือมีความลำบากในการพิจารณาตัดสินใจ (รองศาสตราจารย์แพทย์หญิง อัมพร โอตระกูล. 2540 น.25)

คุกเกอร์แฮม (อรพรรณ เมฆสุภา. 2526 ; อ้างอิงจาก Cookerham. n.d.) กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะทางจิตใจและร่างกายของสิ่งมีชีวิตที่ถูกกระตุ้นให้แสดงออกต่อสภาวะการณ์แวดล้อมอันเป็นการปรับตัว ซึ่งจะเป็นในรูปของการต่อสู้หรือถอยหนีแล้วแต่สถานการณ์ และขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของคนนั้น จิตใจและร่างกายที่ถูกกระตุ้นจะเกิดเป็นอาการกลัวหรือวิตกกังวลในระดับต่างๆ กัน ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นบ่อยๆ จะมีผลทำให้เกิดเป็นอาการทางจิตประสาทขึ้นได้

ดังนั้นจะเห็นถึงความอันเกี่ยวเนื่องกับความเครียด ผู้วิจัยจึงสรุปความหมายของความเครียดดังนี้ โดยส่วนใหญ่แล้ว ความเครียด หมายถึงความรู้สึกและปฏิกิริยาการตอบสนองทางร่างกายและจิตใจในตัวบุคคลเมื่อเกิดความคับข้องใจ โกรธ ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ หรือมีความลำบากในการพิจารณาตัดสินใจ

สาเหตุของความเครียด

มิลเลอร์ และคีน (Miller and Keane. 1983) กล่าวว่า มูลเหตุของความเครียดอาจเกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอกหรือร่างกายหรือเกิดจากภาวะภายในร่างกายก็ได้ โดยได้แบ่งสาเหตุของความเครียดดังนี้

1) ความเครียดภายในร่างกาย (Internal Stress) ซึ่งเกิดได้จาก

1.1 ความเครียดทางชีววิทยา (Biological Stress) เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายหรือทางชีวภาพ หรือเกี่ยวข้องกับสิ่งจำเป็นต่อการดำรงชีวิต เช่น อาหาร อากาศ น้ำ ซึ่งถ้าร่างกายได้รับไม่พอเพียงก็จะมีผลทำให้เกิดความรู้สึกไม่สบาย เช่น หงุดหงิด ปวดศีรษะ จุนเจียว เกิดเป็นความเครียดขึ้น

1.2 ความเครียดทางพัฒนาการ (Developmental stress) เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในช่วงของพัฒนาการแต่ละวัย โดยเป็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามต้องการของจิตใจจากเหตุจูงใจทางสังคม ได้แก่ ความต้องการความรัก ความต้องการมีชื่อเสียง การได้รับการยกย่องนับถือ ความต้องการเพื่อน เป็นต้น ซึ่งความต้องการดังกล่าวถ้าไม่เป็นไปตามความคาดหวังที่ตนต้องการจะก่อให้เกิดความเครียด

2) ความเครียดจากภายนอก (External Stress) หรืออาจเรียกว่าความเครียดจากสิ่งแวดล้อมเกิดได้จาก

2.1 สภาพแวดล้อมภายนอกทั้งทางด้านกายภาพ หรือสถานการณ์หรือวิกฤตการณ์ที่ก่อให้เกิดอันตรายหรือความเจ็บป่วยแก่ร่างกายจะทำให้เกิดความเครียดได้ เช่น ความร้อน ฝุ่นละออง เชื้อโรค ภาวะน้ำท่วม ไฟไหม้ ภาวะสงคราม เป็นต้น

2.2 ข้อเรียกร้องทางสังคมที่เกิดจากกฎระเบียบ วัฒนธรรม ประเพณี ซึ่งถ้าบุคคลนั้นไม่สามารถปฏิบัติตามให้สอดคล้องกับความต้องการของสังคมได้ก็ย่อมก่อให้เกิดความทุกข์ใจ เกิดความเครียด

เอนเจล (Engel. 1962) ได้แบ่งที่มาของความเครียดว่ามี 3 ทางคือ

1) ความเครียดที่เกิดจากการสูญเสีย เป็นการสูญเสียสิ่งมีค่า สิ่งที่เป็นของรักหรือมีความสำคัญต่อตน หรือเป็นเพียงความรู้สึกเกรงว่าจะสูญเสียสิ่งที่มีค่าหรือทรัพย์สินสมบัติของตนก็ทำให้เกิดความรู้สึกเครียดขึ้นได้ ตัวอย่างการสูญเสียหรือเกรงว่าจะสูญเสียที่ทำให้เกิดความเครียด ได้แก่ การสูญเสียญาติสนิท มิตรสหาย การสูญเสียอวัยวะในร่างกาย สูญเสียหน้าที่การงานหรือบทบาทในสังคม เป็นต้น

2) ความเครียดที่เกิดจากการได้รับอันตรายหรือเกรงว่าจะได้รับอันตราย เช่น การที่จะต้องอยู่ในภาวะสงคราม อยู่ในที่ซึ่งไม่คุ้นเคยหรือไม่ปลอดภัย การพบเหตุการณ์ที่น่าตกใจโดยไม่คาดคิด การต้องสอบแข่งขัน การต้องรับผิดชอบในหน้าที่ที่ไม่เคยทำมาก่อน เป็นต้น

3) ความเครียดที่เกิดจากความคับข้องใจอันเนื่องมาจากการต้องการของสัญชาตญาณไม่สมปรารถนา โดยที่มนุษย์เรามีความต้องการทางด้านร่างกาย ทางอารมณ์ จิตใจ และสังคมในการดำรงชีวิต เมื่อความต้องการเหล่านั้นไม่เป็นไปตามความต้องการหรือความคาดหวังก็จะเกิด เป็นความคับข้องใจแสดงออกในรูปของความเครียด เช่น ความหิว ความต้องการทางเพศ ความรัก ความอยากมีชื่อเสียง ความก้าวหน้าในอาชีพการงาน เป็นต้น (อัมพร โอตระกูล, สุขภาพจิต. 2540 : 26-28)

ล่อ หุตางกูร อธิบายสาเหตุของความเครียดว่า หมายถึง สาเหตุใดๆ ที่รบกวนให้เกิดความเครียดแก่บุคคลทำให้ร่างกายต้องปรับตัวเพื่อขจัดความเครียดนั้นๆ โดยแบ่งสาเหตุความเครียดไว้ดังนี้

1) สาเหตุ เฉพาะอย่าง (Specific Stress Agent) อาจเกิดจากจุลินทรีย์เชื้อโรค และสาเหตุจากการขาดปัจจัยที่จำเป็นทางชีวะ และการเสียสมดุลเฉพาะอย่างภายในอินทรีย์ เช่น การขาดน้ำ ขาดออกซิเจน เป็นต้น

2) สาเหตุที่ไม่มีตัวตน (Nonpecific Stress Agent) สาเหตุเกี่ยวกับจิตใจ เช่น ความกลัว ความเคร่งเครียดกับการทำงาน ความกดดันจากสังคม การเปลี่ยนแปลงบทบาทของชีวิต เช่น จากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ ความล้มเหลวทางมนุษยสัมพันธ์ หรือการทำงาน การสูญเสียต่างๆ ความคับข้องใจจากการที่ไม่สามารถสนองตอบความต้องการของตนเองขั้นพื้นฐาน ไปจนถึงความต้องการขั้นสูง

ทฤษฎีความเครียดของ คอกซ์ และ แมคคาร์รี (Cox and Maackary.1987) เป็นทฤษฎีที่สามารถอธิบายถึงส่วนที่สลับซับซ้อนของความเครียดโดยอธิบายระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม โดยอาศัยหลักของการตอบสนอง และการกระตุ้น ซึ่งเป็นการตอบสนองแบบเป็นวงจร (Cycle) เนื่องจากการสะท้อนกลับของผลที่ได้รับ ด้วยการแบ่งขั้นตอนเป็น 5 ขั้นตอน

1) ความต้องการมีความสัมพันธ์กับบุคคล และเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อมของบุคคลนั้น ซึ่งประกอบด้วยความต้องการด้านร่างกาย และจิตใจ ซึ่งบุคคลจะรับรู้ในความต้องการ และความสามารถกระทำตามความต้องการของตน

2) ความเครียด จะเกิดขึ้นเมื่อเกิดความไม่สมดุล ระหว่างการรับรู้ความต้องการ กับการรับรู้ความสามารถที่จะทำให้ ความต้องการนั้นสำเร็จ จากการประเมินทางสติปัญญา ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ต่อความสามารถในการเผชิญกับปัญหา ของแต่ละบุคคลที่มีความแตกต่างกันออกไป ในระยะนี้จะมีการสะท้อนกลับจากการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ สติปัญญา และพฤติกรรมที่ต้องการลดความเครียด

3) ระยะที่แสดงถึงการตอบสนองต่อความเครียด ซึ่งจะพิจารณาถึง ความสามารถในการเผชิญปัญหาของบุคคลนั้น

4) ผลลัพธ์ของการเผชิญปัญหา เมื่อเราไม่สามารถตอบสนองความต้องการได้ ก็เกิดความเครียดขึ้น

5) ระยะที่มีการสะท้อนกลับ ซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้ในทุกระยะของระบบความเครียด อันเป็นผลกระทบที่เกิดขึ้นได้ทันทีในแต่ละระบบ

ชนิดของความเครียด

ความเครียดมีหลายชนิด ขึ้นอยู่กับว่าจะจำแนกโดยใช้เกณฑ์อะไร เช่น

จำแนกตามสาเหตุการเกิด โดยกัลแลงเกอร์ (Gallagher, 1979) จำแนกออกเป็น 2 ประเภท คือ

- 1) ความเครียดที่เกิดขึ้นเนื่องจากมีทุกข์ (Distress) หมายถึง สิ่งคุกคามต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับบุคคลหนึ่งบุคคลใดแล้วก่อให้เกิดความไม่สบายใจหรือเกิดความคับข้องใจ
- 2) ความเครียดที่เกิดจากความสุข (Eustress) บางครั้งคนเรามีความสุขขึ้นมากะทันหันหรือมีเหตุการณ์ที่ทำให้จิตใจตื่นเต้นมาก หรือในกรณีที่มีความสนุกสนานมากเกินไปก็จะทำให้เกิดเป็นความรู้สึกเครียดได้

จำแนกตามแหล่งที่เกิด การแบ่งประเภทความเครียดโดยวิธีนี้มิลเลอร์ และคีน (Miller and Keane, 1983) อธิบายว่ามี 2 ประเภท ได้แก่

- 1) ความเครียดที่เกิดจากร่างกายสามารถแบ่งออกตามระยะเวลาของการเกิดได้ 2 ชนิด คือ
 - 1.1 ความเครียดชนิดเฉียบพลัน (Emergency Stress) เป็นสิ่งคุกคามชีวิตที่เกิดขึ้นทันทีทันใด เช่น อุบัติเหตุต่างๆ
 - 1.2 ความเครียดชนิดต่อเนื่อง (Continuing Stress) เป็นสิ่งคุกคามที่เกิดขึ้นแล้วดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยต่างๆ ที่คุกคามความรู้สึก เช่น การเข้าสู่วัยรุ่น และสิ่งแวดล้อมที่ก่อให้เกิดความคับข้องใจอย่างต่อเนื่อง เช่น เสียงดังรบกวนต่างๆ
- 2) ความเครียดที่เกิดจากจิตใจ เป็นสิ่งคุกคามที่สืบเนื่องมาจากความคิด บางครั้งก็เกิดขึ้นอย่างเฉียบพลันเพราะเป็นการตอบสนองอย่างทันทีทันใด เช่น เป็นสิ่งคุกคามที่ได้รับจากการอ่านหนังสือชมภาพยนตร์ จากคำบอกเล่าของผู้อื่นทำให้คิดว่าตนจะมีอันตรายก็ก่อให้เกิดความเครียดได้

ระดับของความเครียด

แจนีส (Janis, 1952) แบ่งระดับความเครียดเป็น 3 ระดับ ดังนี้

- 1) ความเครียดระดับต่ำ (Mild Stress) คือมีความเครียดเกิดน้อยมากและหมดไปในเวลาอันสั้นเพียงวินาทีหรือภายในชั่วโมงเท่านั้นมักเกี่ยวข้องกับสาเหตุเพียงเล็กน้อย ได้แก่ เหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน
- 2) ความเครียดระดับกลาง (Moderate Stress) ความเครียดระดับนี้รุนแรงกว่าโดยมีระยะเวลานานเป็นชั่วโมงหรือหลายๆ ชั่วโมงจนกระทั่งเป็นวันก็ได้ เช่น การเจ็บป่วยที่ไม่รุนแรง ความเครียดจากการทำงานมากเกินไป ความขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน ฯลฯ
- 3) ความเครียดระดับสูง (Severe Stress) ความเครียดระดับนี้จะยาวนานเป็นสัปดาห์ หรืออาจเป็นเดือนหรือเป็นปีก็ได้ เช่น การตายจาก การเจ็บป่วยที่รุนแรง การสูญเสียอวัยวะที่มีความสำคัญต่อวิถีการดำรงชีวิต

ผลกระทบของความเครียด

เมื่อเกิดความเครียด ร่างกายจะพยายามปรับตัวโดยเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายและจิตใจเพื่อขจัดความรู้สึกเครียดให้หมดไป การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามทฤษฎีความเครียดของเซลเย (Selye, 1965) กล่าวไว้ว่า โดยทั่วไปในสภาพปกติที่ไม่มีความเครียดอวัยวะต่างๆ ในร่างกายจะทำงานอยู่ในสภาพสมดุล แต่เมื่อมีสิ่งมาคุกคาม (Stressor) ก็จะทำให้สมดุลของร่างกายเปลี่ยนแปลงไป เกิดการเปลี่ยนแปลง

แปลงทางสรีระและชีวเคมีของร่างกาย เกิดเป็นพฤติกรรมปรับตัวที่เรียกว่า กลุ่มอาการปรับตัวทั่วไป (Murray, 1975) ซึ่งแยกออกได้เป็น 3 ระยะ คือ

1) ระยะเตือน (Alarming Stage) เป็นระยะที่เริ่มรู้ว่ามีสิ่งคุกคามต่อตัวคน ร่างกายจะทำการปรับตัวโดยผลิตฮอร์โมนออกมาเพื่อรักษาสมดุลเอาไว้ ฮอร์โมนที่หลั่งออกมาจะส่งผลให้หัวใจเต้นเร็ว และความดันโลหิตสูง

2) ระยะต่อต้าน (Resistance stage) เป็นระยะที่ร่างกายปรับตัวเพื่อต่อสู้กับสิ่งคุกคาม โดยใช้กลวิธีต่างๆ เพื่อให้ชีวิตอยู่รอดและไม่รู้สึกว่าเกิดความเครียดจนทนไม่ได้

3) ระยะหมดกำลัง (Exhaustion stage) เป็นระยะที่ไม่สามารถปรับตัวได้ จะเกิดความรู้สึกเครียดสูง หรือเกิดความเครียดนานเกินไป บางรายอาจถึงขั้นเสียชีวิตได้

ซิลซ์ (Sillz, 1986) และฮอปปีง (Hopping, 1980) อธิบายปฏิกิริยาการตอบสนองเมื่อเกิดความเครียดว่ามีการเปลี่ยนแปลงในร่างกาย 4 ด้าน คือ

1) การแสดงออกทางอารมณ์ คือ เกิดความรู้สึกซึ่งจะเป็นไปในทางบวกหรือทางลบก็ได้ ขึ้นอยู่กับสิ่งคุกคามที่มากระตุ้นความรู้สึกทางบวก ได้แก่ ดีใจ เบิกบาน อิ่มเอิบ ส่วนในทางลบ ได้แก่ กลัว วิตกกังวล โกรธ หรือซึมเศร้า เป็นต้น

2) การแสดงออกทางกล้ามเนื้อเพื่อเตรียมตัวสู้ เช่น มือกำมัด หน้าผากย่น คิ้วขมวด กล้ามเนื้อบีบเกร็ง ฯลฯ

3) การเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายที่สัมพันธ์กับอารมณ์ คือ มีการหลั่งฮอร์โมนจากต่อมหมวกไตคือสารเอพิเนฟริน (Epinephrine) นอร์เอพิเนฟริน (Norepinephrine) และไฮโดรคอร์ติโซน (Hydrocortisone) ออกมากขึ้น มีผลกระตุ้นให้การทำงานของอวัยวะในร่างกายเพื่อเตรียมการต่อสู้ ได้แก่หัวใจเต้นแรงขึ้น ความดันโลหิตเพิ่ม ผิวหนังร้อน ม่านตาขยาย ฯลฯ

4) มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิดและสมาธิ ทำให้ความสามารถในเรื่องความคิดอ่านลดลงและสมาธิเสียไป เป็นผลให้เกิดการตัดสินใจผิดพลาด

ในการอธิบายเกี่ยวกับการเกิดความเครียดของเซลเยและซิลซ์นั้น จะเห็นได้ว่าเมื่อมีความเครียดเกิดขึ้น จะมีอาการทางอารมณ์ที่อาจเกิดขึ้นอันได้แก่ ความกลัว วิตกกังวล โกรธ หงุดหงิด ไม่เป็นมิตร เศร้า หรือรู้สึกไม่มั่นคง เป็นต้น (อัมพร โอตระกูล, 2540)

จากเอกสาร แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยเกี่ยวกับสภาวะทางจิตในด้านต่างๆ จะเห็นได้ว่าเมื่อเด็กที่กำลังเติบโตเป็นวัยรุ่นนั้นต้องพบกับสภาพการณ์ต่างๆ ที่ก่อให้เกิดผลต่อสภาวะทางจิตไม่ว่าจะเป็นความต้องการพื้นฐานคือความต้องการความรัก พร้อมๆ กับความขัดแย้งที่อยากมีอิสระในตัวเองคือการแยกตัวออกไปจากสังคมทำให้รู้สึกโดดเดี่ยว เปล่าเปลี่ยวไม่มีใครกลายเป็นความว้าวุ่น ไม่มีความสุขและอบอุ่นทางใจ มีผลทำให้เกิดความซึมเศร้าพร้อมๆ ไปด้วยความเครียด

3. เอกสารและงานวิจัยของสภาวะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต

3.1 เอกสารแนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหมายและลักษณะของผู้เสพติดอินเทอร์เน็ต

การตรวจสอบทางจิตวิทยาเกี่ยวกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตนั้นเป็นเรื่องใหม่มากและยังไม่มีมีการขึ้นบัญชีการเสพติดอินเทอร์เน็ตใน DSM-IV (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) ชูลเลอร์ แห่งมหาวิทยาลัยไรเดอร์ ได้เขียนบทความเกี่ยวกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตว่า การเสพติดอินเทอร์เน็ตอาจดีหรือไม่ดีต่อสุขภาพ การเสพติดอาจเกิดจากการสูญเสียหรือเกิดความขัดแย้งที่สำคัญ อันเป็นความ

พยายามที่จะควบคุมความสิ้นหวังและความวิตกกังวลซึ่งอาจสะท้อนให้เห็นถึงความไม่มั่นคงร่วมกับความรู้สึกว่างเปล่าภายในลึกๆ ซูเลอร์ กล่าวว่าผู้ที่ใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไป อาจทำให้เกิดความสับสนทางจิตใจหรือเกิดโรค PIU (Pathological Internet Use) ขึ้นด้วยการใช้อินเทอร์เน็ตโดยไม่มีจุดประสงค์ชัดเจน หรือการพูดคุย Online ซึ่งอาการของ PIU นั้นคล้ายคลึงกับอาการต่างๆ ได้แก่ ความคิดแบบครอบงำเกี่ยวกับอินเทอร์เน็ต การควบคุมแรงผลักดันลดลง การไม่สามารถหยุดใช้อินเทอร์เน็ตได้และความรู้สึกที่อินเทอร์เน็ตเป็นเพื่อนเพียงคนเดียวของตน เผ่าคิดถึงแต่อินเทอร์เน็ต ซึ่งในอนาคตการเสียทั้งเงินและเวลาในจำนวนมหาศาลจะเกิดขึ้น แม้ว่าคนเหล่านี้จะเข้าใจดีว่าสิ่งที่ตัวเองกำลังทำไม่เป็นที่ยอมรับทางสังคมทั้งหมดแต่ก็หยุดไม่ได้ (Suler. March. 1996) จึงสรุปได้ว่าผู้ที่เสพติดอินเทอร์เน็ตน่าจะมีสุขภาวะทางจิตดีกว่าผู้ที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

ซูเลอร์ ได้กล่าวไว้ใน The Psychology of Cyberspace อีกว่าการที่ผู้ใช้บางคนพบว่าตัวเองหลงใหลวิถีชีวิตในไซเบอร์สเปซมากเกินไปจนต้องการใช้เวลาในอินเทอร์เน็ตมากขึ้นๆ จนบางครั้งละเลยชีวิตปกติของตนเองรวมทั้งไม่สามารถอธิบายได้ด้วยคำพูดว่าทำไมจึงเสพติดอินเทอร์เน็ตนั้น เหตุผลอาจไม่ใช่เพราะห้องสนทนา กลุ่มข่าว หรือกลุ่มอีเมลที่กำลังกลืนกินชีวิตพวกเขา แต่เป็นเพราะพลวัตรของจิตไร้สำนึกภายในที่กระตุ้นให้เกิดขึ้น ซูเลอร์อธิบายว่าแรงจูงใจของมนุษย์นั้นถูกจัดเป็นระบบของความต้องการที่เชื่อมโยงกัน บางคนสามารถบอกความต้องการที่มีในจิตสำนึกได้ง่าย แต่ความต้องการของจิตไร้สำนึกไม่สามารถบอกได้ เมื่อเรามีอารมณ์ความรู้สึกจนกระทั่งถูกครอบงำด้วยกิจกรรมหรือบุคคล นั้นเป็นเพราะกิจกรรมหรือบุคคลนั้นตอบสนองความต้องการที่สำคัญบางอย่าง ซึ่งมักเป็นความต้องการในจิตไร้สำนึก การสนองตอบความต้องการได้อย่างดีนี้ทำให้เกิดความรู้สึกถึงตัวตนที่สมบูรณ์ขึ้น

การอธิบายลักษณะที่ดี และไม่ดีของการผูกพันต่อกิจกรรมในไซเบอร์สเปซรวมทั้งผลของกิจกรรมเหล่านี้มีข้อสังเกตที่เชื่อมโยงต่อความต้องการอันเป็นรากฐานของบุคคล 8 ข้อคือ

1) จำนวนและประเภทของความต้องการที่กิจกรรมนั้นตอบสนอง ความต้องการอาจเป็นทางกายภาพภายในบุคคล ระหว่างบุคคล และทางจิตใจ ยิ่งความต้องการนั้นได้รับการตอบสนองจากการใช้อินเทอร์เน็ตมากเท่าใด ไซเบอร์สเปซก็จะยิ่งมีอิทธิพลต่อบุคคลนั้น

2) ระดับของการสูญเสีย ยิ่งความต้องการพื้นฐานถูกปฏิเสธหรือละเลย บุคคลนั้นก็ยิ่งหาความพึงพอใจในสถานที่ที่เขาทำได้ เนื่องจากไซเบอร์สเปซเป็นสภาพแวดล้อมที่หลากหลายและเข้าถึงได้ง่าย จึงเป็นเป้าหมายของความกระหายเหล่านั้น โดยเฉพาะเมื่อชีวิตภายนอกของบุคคลนั้นเป็นต้นกำเนิดของการสูญเสีย

3) ประเภทของกิจกรรมในอินเทอร์เน็ต มีหลายแง่มุมในการใช้อินเทอร์เน็ต บางกิจกรรมไม่เกี่ยวข้องกับทางสังคม เช่น การเล่นเกม การสร้างซอร์ตแวร์ การหาข้อมูล งานเขียนและรูปภาพ บางกิจกรรมก็จะเกี่ยวข้องกับทางสังคมอย่างแท้จริง สภาพแวดล้อมอาจเกี่ยวกับการสื่อสารที่เกิดขึ้นพร้อมกันและที่เกิดขึ้นไม่พร้อมกัน (เช่น การสนทนากับอีเมล)หรือเป็นการสื่อสารตัวข้อความกับการได้เห็น ได้ฟัง กิจกรรมในอินเทอร์เน็ตประเภทต่างๆ สามารถมีอิทธิพลต่อความต้องการที่แตกต่างกัน

4) ผลของกิจกรรมในอินเทอร์เน็ตต่อระดับการทำงานของบุคคล สุขภาพและอนามัย ความสำเร็จในที่ทำงาน และความสัมพันธ์กับเพื่อนและครอบครัวเป็นสัญลักษณ์สำคัญของการทำงานแบบปรับตัว จำนวนและขอบเขตในลักษณะเหล่านี้ถูกรบกวนจากการใช้อินเทอร์เน็ตซึ่งแสดงถึงความลึกของโรค

5) ความรู้สึกเศร้าโศก ความรู้สึกสิ้นหวัง คับข้องใจ รู้สึกผิดและความโกรธอาจเป็นสัญญาณเตือนของการใช้อินเทอร์เน็ตที่เป็นโรค บุคคลอาจเชื่อมโยงความรู้สึกเหล่านี้กับไซเบอร์สเปซหรือกับชีวิตภายนอก

6) การทราบความต้องการอย่างมีจิตสำนึก ยิ่งบุคคลเข้าใจแรงจูงใจของตัวเองมากขึ้นเท่าใด เขายิ่งสูญเสียอำนาจเมื่อสิ่งไร้สำนึกนั้นทำให้ไฮเปอร์เน็ตเวิร์กบังคับ การตอบสนองความต้องการที่ถูกเก็บกดเป็นเพียงกิจกรรมที่ช่วยระบายอารมณ์อย่างหนึ่งซึ่งต้องทำซ้ำอย่างต่อเนื่อง การทำตามความต้องการพื้นฐานหมายความว่าบุคคลนั้นตัดสินใจแก้ไขความขัดแย้งหรือการสูญเสียที่เกี่ยวข้องกับความต้องการนั้นโดยเข้าใจอย่างมีจิตสำนึกกว่าความต้องการเหล่านั้นทำอะไรให้เกิดขึ้น การยอมรับความหมกหมุ่นกับไซเบอร์สเปซอาจเป็นก้าวแรกในการรักษาโรคเสพติดนี้ได้

7) ประสบการณ์และขั้นตอนการเกี่ยวข้อง ผู้ใช้รายใหม่อาจหลงใหลโอกาสต่างๆ ที่ไซเบอร์สเปซมีให้ชั้นของการเสพติดอาจจะลดลงในที่สุดเมื่อความใหม่ของไฮเปอร์เน็ตเวิร์กหายไป และต้องทำหน้าที่ของตัวเองในโลกที่แท้จริง

8) สมดุลและการประสานของการใช้ชีวิตในโลกแห่งความจริงและในไซเบอร์สเปซการใช้ไฮเปอร์เน็ตเวิร์กที่เกิดจากโรคนี้มักจะทำให้เกิดชีวิตออนไลน์ที่แยกตัวออกจากชีวิตจริงอย่างสิ้นเชิง และแม้กระทั่งป้องกันการล่องล้าจากโลกแห่งความจริง

ซูเลอร์ ได้อธิบายเพิ่มต่อไปถึงความต้องการที่อาจตอบสนองได้ด้วยกิจกรรมในไซเบอร์สเปซ แม้ว่าจะมีประโยชน์ที่จะจัดประเภทของความต้องการเหล่านั้นแต่ความต้องการเหล่านั้นเชื่อมโยงและมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างซับซ้อน การทำความเข้าใจปฏิสัมพันธ์เหล่านี้สามารถช่วยให้เข้าใจวิธีการและเหตุผลที่คนเราเกี่ยวข้องกับไฮเปอร์เน็ตเวิร์กในทางที่ดีและทางที่เป็นโรค ดังนี้

1) ความต้องการทางเพศและอื่นๆ (Sexual Needs and More) ขณะนี้ไซเบอร์เซ็กซ์เป็นหัวข้อที่มีการพูดถึงในสื่อมวลชน เพราะเซ็กซ์เป็นแรงจูงใจขั้นพื้นฐานอย่างหนึ่งที่ได้รับความสนใจ คนส่วนใหญ่ในไซเบอร์สเปซไม่ได้ต้องการตอบสนองแรงขับด้านทางเพศของตัวเอง อย่างไรก็ตามมีบางคนที่ต้องการ เมื่อคนเรารู้สึกหงุดหงิดกับกิจกรรมทางเพศออนไลน์ พวกเขาทำอย่างนั้นด้วยเหตุผลพื้นฐาน 2 ประการคือ เป็นการสนองความต้องการทางชีววิทยา แต่ก็เป็นการสนองความต้องการทางจิตใจและสังคมด้วยการแสวงหาทางเพศบางอย่างในไฮเปอร์เน็ตเวิร์กไม่ใช่เชิงสังคมเช่น การสะสมภาพและเรื่องลามกโดยไม่ต้องสื่อสารกับใครสำหรับคนปกติ การแสวงหาเหล่านี้จะเพิ่มขึ้นและลดลงตามการขึ้นลงของความต้องการทางเพศตามธรรมชาติ

ระดับของการที่คนเราขาดความรัก ความรู้สึกทางเพศ และ/หรือความเป็นเพื่อนในโลกแห่งความจริงจะเป็นตัวกำหนดว่าบทบาทจะแสวงหาสิ่งเหล่านี้ในไซเบอร์สเปซอย่างไร ถ้าความต้องการอันใดอันหนึ่งไม่ได้รับการตอบสนองในความสัมพันธ์ในโลกแห่งความจริง บุคคลนั้นอาจมองหาสิ่งเหล่านี้ในไฮเปอร์เน็ตเวิร์ก

2) สภาพความต้องการของจิตสำนึกที่เปลี่ยนแปลง (Need for an Altered State of Consciousness) มนุษย์มีความต้องการที่มีมาแต่กำเนิดที่จะเปลี่ยนแปลงความมีจิตสำนึกของตัวเองเพื่อค้นหาความจริงจากแง่มุมต่างๆ คนเราสนองตอบความต้องการนี้ด้วยกิจกรรมต่างๆ เช่นการทำสมาธิ ยา กิฬา เพศและศิลปะ ไซเบอร์สเปซอาจเป็นกิจกรรมที่สำคัญอันใหม่ที่เพิ่มขึ้นมา มันอาจเป็นทางเลือกใหม่เพื่อเปลี่ยนแปลงความมีจิตสำนึกโดยเสน่วิธีการใหม่ๆ ที่จะติดต่อกับคนอื่นและค้นหาโลกนี้ ความรู้สึกเรื่องเวลาพื้นที่และเอกลักษณ์ส่วนตัวสามารถเปลี่ยนไปในไฮเปอร์เน็ตเวิร์ก

คนเราอาจลุ่มหลงสภาพแวดล้อมไซเบอร์สเปซเพราะสามารถสนองความต้องการความคิดเกี่ยวกับความจริงด้วยการสนับสนุนรูปแบบการคิดขั้นต้นที่ไร้จิตสำนึกเช่นเดียวกับความฝัน นอกจากนั้นยังสามารถทำให้แสดงออกถึงความเพ้อฝันและแรงขับต้นที่ไร้จิตสำนึกซึ่งอาจอธิบายการแสดงบทบาทที่นึกฝันเอง ความก้าวร้าวและความรู้สึกทางเพศในไฮเปอร์เน็ตเวิร์ก

3) ความต้องการความสำเร็จและการเป็นเจ้านาย (The Need of Achievement and Mastery) ทุกคนมีความต้องการพื้นฐานในการเรียนรู้ ความสำเร็จ การเป็นเจ้านายสิ่งที่แวดล้อมตนและความนับถือตนเอง

ที่เกิดจากความสำเร็จ สิ่งแวดล้อมมากมายในไซเบอร์สเปซแม้ว่าจะมีความซับซ้อนทางเทคนิค ทางสังคม หรือทั้งสองทาง มีข้อจำกัดเพียงเล็กน้อยสำหรับการที่บุคคลหนึ่งสามารถทดลองและเรียนรู้ การค้นหาและการควบคุมระดับต่างๆ ของสภาพแวดล้อมที่ซับซ้อนทางเทคนิคและทางสังคมสามารถเป็นตัวสนองความต้องการอยากรู้ อยากเห็น และแหล่งของความนับถือตัวเอง คุณสมบัติทางเทคนิคและสังคมใหม่ๆ ในอินเทอร์เน็ตเกิดขึ้นตลอดเวลาและเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว การที่จะอยู่เหนือสิ่งเหล่านี้ ผู้หนึ่งจะต้องพัฒนาตัวเองตลอดเวลาเช่นกัน ความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในด้านเทคนิคและ/หรือสังคม สามารถเป็นกระบวนการปกติที่ดีอย่างหนึ่ง อย่างไรก็ตาม คนบางคนรู้สึกถึงแรงผลักดันที่จะชดเชยความรู้สึกล้มเหลว ความไม่เพียงพอ หรือความต้องการการยอมรับและชมเชย ความล้มเหลวในความความสำเร็จในไซเบอร์สเปซอาจกลายเป็นการค้นหาที่ไม่มีวันจบสิ้นและไม่สามารถสร้างความพึงพอใจได้อย่างเต็มที่

4) ความต้องการเป็นส่วนหนึ่ง (Need to Belong) ทุกคนมีความต้องการ การติดต่อกันระหว่างบุคคล การยอมรับทางสังคมและความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง ความรู้สึกมีตัวตนขึ้นอยู่กับการได้รับการยอมรับและการยืนยันจากผู้อื่น เนื่องจากไซเบอร์สเปซนั้นมีกลุ่มต่างๆ มากมายให้เข้าเป็นสมาชิก จึงสามารถสนองความต้องการในการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งที่มีความคิดคล้ายๆ กัน บุคคลหนึ่งสามารถแบ่งแยกการเป็นสมาชิกของกลุ่มโดยการเข้าร่วมกับกลุ่มต่างๆ โดยแต่ละกลุ่มสนองความสนใจหรือด้านหนึ่งของเอกลักษณ์ของตน

ปัญหาอาจเกิดขึ้นเมื่อกลุ่มหนึ่งเริ่มขยายตัว มีผู้ใช้รายใหม่จำนวนมากเข้าร่วมกลุ่มนี้เริ่มเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วมากกว่าในโลกที่แท้จริง เมื่อมีคนมากขึ้นและคุณต้องการรักษาการเป็นสมาชิก คุณต้องกลับเข้าไปในกลุ่มนี้ตลอดเวลาเพราะไม่ต้องการให้ความสัมพันธ์เหล่านั้นจางหายไป ความรู้สึกกลัวที่ไร้จิตสำนึกเกี่ยวกับการต้องแยกทางและการถูกทอดทิ้งอาจจะหลอกหลอนผู้ใช้บางคน ทำให้พวกเขาเข้าร่วมอย่างถูกบังคับ

5) ความต้องการความสัมพันธ์ (Need for Relationships) ในเกือบทุกกิจกรรมในไซเบอร์สเปซตอบสนองความต้องการพื้นฐานที่สุดของมนุษย์คือ ความต้องการที่จะติดต่อกับผู้อื่น สำหรับบางคน ความสัมพันธ์ในไซเบอร์สเปซเป็นตัวเสริมความสัมพันธ์ในโลกแห่งความจริง ผลที่ได้รับอาจจะไม่น่าพึงพอใจ นำผิดหวัง ปกติบุคคลย่อมมองเห็นข้อจำกัดและกีดกันในความสัมพันธ์แบบออนไลน์ บุคคลเรียนรู้ที่จะถ่วงดุลความสัมพันธ์ออนไลน์กับความสัมพันธ์ในโลกแห่งความจริง แต่คนใช้อินเทอร์เน็ตบางคนมองไม่เห็นปัญหาเหล่านี้และต้องกลับมาแสวงหาความสัมพันธ์เพิ่มเติม การขาดการพบกันแบบตัวต่อตัวในความสัมพันธ์ในไซเบอร์สเปซมีผลใน 2 ด้านคือ ด้านหนึ่ง บางคนชื่นชอบการที่ไม่ต้องแสดงชื่อจริงและสามารถเปิดเผยเกี่ยวกับตัวเองได้มากขึ้น ซึ่งอาจทำให้เกิดกิจกรรมออนไลน์มากเกินไป และการถอนตัวจากการติดต่อกับคนในโลกแห่งความจริง อีกด้านหนึ่งคือการขาดการรวมกันแบบตัวต่อตัวทำให้ขาดส่วนสำคัญในความสัมพันธ์ของมนุษย์ เพราะรูปร่างหน้าตา ภาษากายและเสียง เป็นส่วนประกอบสำคัญของความเป็นตัวเองและการแสดงออกของตัวเอง การต้องการติดต่อทางร่างกาย เช่นการสัมผัสและถูกสัมผัส เป็นความต้องการที่มีพลังมาก ดังนั้นความสัมพันธ์ในไซเบอร์สเปซจึงอาจมีลักษณะทั้งลึกลับและสนิทสนม ในขณะเดียวกันก็มีลักษณะผิวเผินและไม่สมบูรณ์

6) ความต้องการประสบความสำเร็จและการทำได้ดีกว่าของตัวเอง (Need for Self-Actualization and the Transcendence of Self) ความต้องการประสบความสำเร็จเป็นความต้องการขั้นสูงสุดตามลำดับขั้นของ Maslow และเป็นความพยายามที่จะพัฒนาตนเองในฐานะบุคคลคนหนึ่ง คนจำนวนมากรู้สึกว่าตนเองกำลังแสดงความสามารถทางการสร้างสรรค์โดยการเข้าไปเกี่ยวข้องกับด้านต่างๆ ทางเทคนิคและสังคมของอินเทอร์เน็ต พวกเขาพบว่ากำลังทำให้ความสนใจ หัตถศิลป์และบุคลิกที่ซ่อนเร้นเป็นจริงขึ้นมา บางคน

บอกว่าเป็นตัวของตัวเองในไซเบอร์สเปซมากกว่าในชีวิตจริง แต่เป็นการยากที่จะบอกว่าสิ่งนี้เป็นประสบการณ์ประสบความสำเร็จส่วนตัวหรือไม่ หรือเป็นการหลอกตัวเอง ปัจจุบันทั้ง 8 ประการนี้สามารถช่วยตอบคำถามนี้ได้ แต่คำตอบอาจเป็นเพียงนามธรรมนั่นคือ ขึ้นอยู่กับการพิจารณาและผู้ใช้ (Suler. 1996)

ต่อมา โกลด์เบิร์ก ได้เปลี่ยนคำศัพท์จากการใช้อินเทอร์เน็ตที่ถูกครอบงำจากโรคความสับสนทางจิตใจจากการใช้อินเทอร์เน็ต (PIU) เพื่อขึ้นบัญชีเกี่ยวกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตใน DSM-IV เป็น IAD (Internet Addiction Disorder) อันหมายถึงความผิดปกติของการเสพติดอินเทอร์เน็ต โดยผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตจะใช้เวลากับการ Online มากจนกระทบกับชีวิตส่วนตัวและอาชีพ รวมถึงการใช้คอมพิวเตอร์แล้วเกิดความสับสนทางจิตใจ (PIU) ด้วย (Ivan Goldberg. 1996)

ปัจจุบันยังคงไม่มีการวินิจฉัยทางจิตวิทยาที่เป็นทางการเกี่ยวกับการติดอินเทอร์เน็ตหรือการติดคอมพิวเตอร์ การที่จะวินิจฉัยได้หรือไม่ว่าเป็นความผิดปกติในการติดอินเทอร์เน็ตจะต้องเป็นไปตามเกณฑ์พื้นฐาน 2 ประการคือ

- 1) มีรูปแบบของอาการที่วินิจฉัยอย่างน่าเชื่อถือและต่อเนื่องอันประกอบเป็นความผิดปกตินี้หรือไม่
- 2) การวินิจฉัยนี้มีความสัมพันธ์กับอะไรบาง เช่น ประวัติ บุคลิกภาพ การทำนาย ผู้ที่ถูกวินิจฉัยว่าเป็นโรคนี้ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน นักวิจัยศึกษาได้เพียงเกณฑ์ประการแรก โดยให้คำนิยามอาการต่างๆ ที่ประกอบกันเป็นการติดคอมพิวเตอร์หรืออินเทอร์เน็ต

ยัง (Young.1996) นักจิตวิทยาได้จัดประเภทของคนติดอินเทอร์เน็ต โดยมีลักษณะ 4 ประการหรือมากกว่านั้นของเกณฑ์ดังต่อไปนี้

- 1) คุณรู้สึกว่าการติดอินเทอร์เน็ตหรือบริการออนไลน์มีอิทธิพลต่อคุณทำให้คุณคิดถึงมันแม้ว่าจะไม่ได้ใช้หรือไม่?
- 2) คุณรู้สึกมีความจำเป็นมากขึ้นๆ ที่จะใช้เวลาออนไลน์เพื่อแสวงหาความพึงพอใจใช้หรือไม่?
- 3) คุณไม่สามารถควบคุมการใช้ออนไลน์ของคุณใช้หรือไม่?
- 4) คุณรู้สึกหงุดหงิดเมื่อพยายามลดหรือหยุดการใช้ออนไลน์ใช้หรือไม่?
- 5) คุณเข้าในออนไลน์เพื่อหลบหนีปัญหาหรือปลดปล่อยความรู้สึกบางอย่างเช่น ความหมดหวัง ความรู้สึกผิด ความวิตกกังวล หรือความหดหู่ใช้หรือไม่?
- 6) คุณโกหกสมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อนฝูงเพื่อปกปิดวิธีการและระยะเวลาที่คุณใช้ออนไลน์หรือไม่?
- 7) คุณเสี่ยงกับการสูญเสียความสัมพันธ์ งานโอกาสทางการศึกษาหรืออาชีพเพราะการใช้ออนไลน์หรือไม่?
- 8) คุณยังคงกลับไปใช้ออนไลน์แม้ว่าต้องใช้จ่ายเงินมากเกินไปกับค่าใช้ออนไลน์หรือไม่?
- 9) เมื่อเล่นอินเทอร์เน็ตมากจนเกิดความรู้สึก เช่น หดหู่ หงุดหงิด เครียด จึงอยากถอนตัวจากการใช้แต่ก็ถอนไม่ได้
- 10) คุณมักจะใช้ออนไลน์นานมากกว่าที่ตั้งใจไว้หรือไม่

นอกจากเกณฑ์ข้างต้นแล้วนักจิตวิทยาท่านอื่นๆ ก็กำลังถกเถียงกันเกี่ยวกับอาการต่างๆ ของการติดอินเทอร์เน็ตซึ่งอาการที่ได้สรุปออกมามีความแตกต่างเพียงเล็กน้อยจากเกณฑ์ข้างต้นของยัง โดยเกณฑ์ที่นักจิตวิทยามักใช้ในการให้คำนิยามการติดอินเทอร์เน็ตและคอมพิวเตอร์ก็เป็นรูปแบบเดียวกันดังนี้

- 1) คุณกำลังละเลยสิ่งสำคัญในชีวิตเพราะพฤติกรรมนี้หรือไม่
- 2) พฤติกรรมนี้กำลังทำลายความสัมพันธ์ของคุณกับคนสำคัญในชีวิตของคุณหรือไม่
- 3) คนสำคัญในชีวิตของคุณรู้สึกรำคาญหรือผิดหวังเกี่ยวกับพฤติกรรมนี้ของคุณหรือไม่

- 4) คุณรู้สึกดีกับหรือหงุดหงิดเมื่อมีคนวิจารณ์พฤติกรรมนี้หรือไม่
- 5) คุณเคยพบว่าตัวเองทำตัวปกปิดพฤติกรรมนี้หรือไม่
- 6) คุณเคยพยายามลดการใช้แต่ทำไม่ได้หรือไม่
- 7) ถ้าคุณซื่อสัตย์กับตัวเอง คุณรู้สึกว่ามีความต้องการที่ซ่อนเร้นคอยผลักดันพฤติกรรมนี้หรือไม่

กริฟฟิธส์ (Griffiths, Feb. 1997) ได้กล่าวถึงงานวิจัยของ ยัง (Young, 1996) ที่เกี่ยวกับการติดอินเทอร์เน็ตด้วยประเด็นที่น่าสนใจในการลงความเห็นเพิ่มเติมว่า การเสพติดทางพฤติกรรม (เช่นการเสพติดอินเทอร์เน็ต) เป็นการเสพติดที่สุจริตใจ จึงไม่มีความสำคัญแต่กลับได้รับการกล่าวขวัญถึงเรื่องนี้อย่างมากพร้อมๆ กับที่เขาริบายถึงการใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไปโดยยกคำกล่าวของ อจาयी (Ajayi, 1995) ที่ได้รายงานว่ามีอินเทอร์เน็ตนั้นก็หมายถึงเรากำลังได้เห็นแนวโน้มของคนที่ใช้เวลากับเทคโนโลยีมากกว่ากับคนที่ตามเทคโนโลยีไม่ทัน ซึ่งถ้ามองย้อนกลับไปได้ตั้งแต่เริ่มมีโทรทัศน์ จนถึงการใช้คอมพิวเตอร์ในปัจจุบันก็ทำให้คนจำนวนมาก เข้าสู่ระบบเครือข่ายจนไม่มีอารมณ์ที่จะติดต่อกับผู้อื่น

การที่คนจำนวนมากเข้าสู่ระบบเครือข่ายจนไม่มีอารมณ์จะติดต่อกับผู้อื่นตามรายงานของอจาयीนั้น ผู้วิจัยเห็นว่าลักษณะพฤติกรรมที่แสดงออกนี้ เป็นสัญญาณบอกเหตุที่ก่อให้เกิดการเสพติดอินเทอร์เน็ตตามการวิจัยของ ยัง เช่นกัน

ธีรยุทธ บุญมี ได้วิเคราะห์ถึงวิกฤติการณ์มนุษย์ยุคโลกาภิวัตน์ ที่ว่าด้วยการเกิดขึ้นของโลกสองแบบนี้คือ โลกแบบกายภาพปกติ (Normal Space) และโลกอภิมิติ (Cyberspace) ซึ่งเป็นโลกทางนามธรรมที่เกิดจากการเชื่อมต่อกันด้วยเครือข่ายการสื่อสาร และทำนายว่าจะเกิดความขัดแย้งระหว่างโลกทั้งสอง และจะทำให้จิตใจของมนุษย์ทำงานหนักต่อการกระตุ้นของสิ่งเร้า แต่จะขาดความสนใจที่ลึกซึ้งต่อเนื้อและละเอียดต่อการใช้เหตุผล ความขัดแย้งนี้ยังสะท้อนให้เห็นถึงความขัดแย้งระหว่างกายกับจิตใจของมนุษย์ อันมีผลทำให้กลายเป็น “ปัจเจกชนเทียม” ที่เสพติดทางร่างกาย แต่ขาดความมุ่งมั่นทางจิตใจ จนเกิดเป็นวิกฤติการณ์ของมนุษยชาติในศตวรรษหน้า (ธีรยุทธ บุญมี, 2538) ในคำกล่าวของธีรยุทธ บุญมี ทำให้ผู้วิจัยเห็นว่าการเสพติดอินเทอร์เน็ตเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้เสพติดกลายเป็นคนที่อยู่ในสถานการณ์สมมติไม่ได้เป็นบุคคลที่แท้จริงสิ่งนี้จึงมีผลต่อสุขภาพทางจิตของผู้เสพติดโดยตรง

รายงานข่าวจาก เอเอฟพี ประเทศสิงคโปร์ ที่ได้รับการเปิดเผยจาก พ.ญ. มูนิดาซา วินสโลว์ จิตแพทย์ประจำสถาบันสุขภาพจิตของสิงคโปร์ว่า เวลานี้ชาวสิงคโปร์มีการเสพติดโลกไซเบอร์กันมากขึ้นและหนักขึ้นถึงขั้นที่เรียกว่าเป็นพวก “ไซเบอร์ฮอลิก” ซึ่งเป็นไปในทำนองเดียวกับคนที่ติดเหล้าหรือแอลกอฮอล์ซึมคนที่ติดอยู่ในอาการนี้ จะมัววนอยู่กับการติดต่อสื่อสารผ่านโลกคอมพิวเตอร์ จนไม่สามารถแยกแยะเวลาหรือแบ่งเวลาให้กับบุคคลใกล้ชิด เช่นในกรณีของเด็กหนุ่มอายุ 20 ปี ชื่อ นายเจอรี่ จิม ซึ่งนั่งเล่นเกมอัลติมาออนไลน์บนอินเทอร์เน็ต ร่วมกับคนอื่นทั่วโลกถึง 3 วัน 3 คืน จนต้องสูญเสียหญิงคนรักไป (มติชน, 2544 : 12)

ปัญหาการสูญเสียคนรักไปเนื่องจากการใช้เวลาอยู่กับอินเทอร์เน็ตมากเกินไปนี้ได้ถูกรายงานจาก ยัง (Young, 1998 – 2001) เช่นกันว่าปัญหาสำคัญที่ก่อให้เกิดความทุกข์ใจแก่นักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยคือการต้องเลิกอยู่กับคูรักรักอันเนื่องมาจากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งใช้เวลาอยู่กับอินเทอร์เน็ตมากเกินไป ทำให้เกิดความซึมเศร้าขึ้นกับฝ่ายที่ไม่ได้รับความสนใจ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ มาร์ติน และ ออสบอม (Martin and Osbome, 1989 ; อ้างอิงจาก Young, 1982) ที่พบว่า สถานการณ์ของการสูญเสียความรักจะก่อให้เกิดความเหงาว่าเหวขึ้น อีกทั้งนักศึกษาที่ใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไปทำให้เกิดผลการเรียนต่ำลง มีความซึมเศร้า หงุดหงิด จนเฉยเมยเมื่อไม่ได้ใช้อินเทอร์เน็ต ไม่ใส่ใจกับปัญหา โทกในเรื่องราวการใช้เวลากับอินเทอร์เน็ตและไม่บอกถึงจุดประสงค์ในการเข้าไปใช้ รวมทั้งให้เหตุผลว่าการเรียนรู้ทางอินเทอร์เน็ตเป็นเรื่องสำคัญสำหรับพวกเขา

สตีฟ ทอมป์สัน ทำการสำรวจผู้ที่เสพติดอินเทอร์เน็ต พบว่า ในกลุ่มผู้ที่ถูกสำรวจจำนวนร้อยละ 33 เปิดเผยว่าการใช้อินเทอร์เน็ตมีผลทางลบกับชีวิต และร้อยละ 47 รายงานว่ามีระดับความเครียดทางร่างกายเกิดขึ้น เช่น ตาพร่ามัว นอนไม่หลับ ซึ่งอาการนอนไม่หลับนี้ แซนดร้า ซอลแมน (Sandra Salmens. 1995) ได้กล่าวว่าการนอนไม่หลับนั้นเป็นอาการของโรคซึมเศร้า

เมริสสา เฮซท์ ออร์แซค (อรรณณ อบรมย์. 2543 ; อ้างอิงจาก เมริสสา เฮซท์ ออร์แซค. ม.ป.ป.) คุชฌ์บัณฑิตนักจิตวิทยาที่ก่อตั้งคลินิกบำบัดการเสพติดคอมพิวเตอร์ของโรงพยาบาลแมคคลีน ในเมืองเบลมอนท์ รัฐแมสซาชูเซต กล่าวว่า “การเสพติดคอมพิวเตอร์ เหมือนเล่นการพนันมาก มีชนะ มีรางวัล มีการสูญเสีย โดยคนเราชอบคิดว่า ครั้งต่อไปฉันจะชนะ ซึ่งทุกคนมีความต้องการที่แน่นอนอันหนึ่ง และคนที่ได้รับความกดดัน หรือขี้อายก็อาจอยากเป็นของใครสักคน หรืออยากได้รับความนับถือ และพวกเขาก็ต้องการในเรื่องทางเพศ ความต้องการเหล่านี้สำเร็จได้ทางอินเทอร์เน็ต ความคิดของของพวกเขาก็ได้รับความนับถือ บางคนนึกว่าคนเหล่านี้เป็นคนสำคัญและรับฟังคำแนะนำของพวกเขาก็ไม่มีใครรู้หลอกว่าพวกเขาไม่มีตั้ง” จากคำกล่าวของออร์แซคนั้นผู้วิจัยเห็นว่าผู้ที่มีบุคลิกเช่น ค่อนข้างขี้อาย หรือเก็บตัว ก็ต้องการความรัก และความ เป็นเจ้าของอันมีผลทำให้เสพติดอินเทอร์เน็ตเพื่อทดแทนความต้องการความรักนี้ และเขาก็ไม่สามารถหาความรู้สึกนี้ได้อย่างเพียงพอในโลกแห่งความจริงจึงมีผลทำให้เกิดผลในทางลบต่อสุขภาวะทางจิตของผู้ที่ต้องการความรักเหล่านี้

จากเอกสาร งานวิจัยต่างๆ ทำให้ผู้วิจัยสามารถสรุปถึงลักษณะอาการของการเสพติดอินเทอร์เน็ต ในกลุ่มวัยรุ่นนักเรียนนักศึกษา ได้ว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต เป็นวัยรุ่นที่ใช้เวลาอยู่กับอินเทอร์เน็ตมาก คิดถึง หมกหมุ่น ให้ความสำคัญกับการใช้อินเทอร์เน็ต ละเลยความสัมพันธ์ทางสังคม ไม่เปิดเผยข้อเท็จจริง ในด้านเวลาและกิจกรรมที่ทำในอินเทอร์เน็ต หงุดหงิด ซึมเศร้าเมื่อไม่ได้เข้าไปใช้อินเทอร์เน็ต ไม่สามารถถอนตัวจากการใช้ เกิดความเครียดทางร่างกาย และไม่ประสบความสำเร็จจากความสัมพันธ์ในโลกแห่งความจริงทำให้เกิดอาการขาดความรัก มีผลทำให้ต้องการความรัก เกิดความสูญเสียจากการเสพติดจึงทำให้เกิดความเหงาว่าเหว่ เกิดความเครียดทางร่างกายกระทั่งนอนไม่หลับเป็นผลให้เกิดความซึมเศร้าขึ้น ซึ่งอาการเหล่านี้ชี้ให้เห็นว่าผู้ที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมีสุขภาวะทางจิตด้อยกว่าผู้ที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ ด้วยเหตุนี้ทำให้ผู้วิจัยคาดคะเนได้ว่า การเสพติดอินเทอร์เน็ตของกลุ่มวัยรุ่นนั้นน่าจะมีอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิต ด้าน 1. ความต้องการความรัก 2. ความว่าเหว่ 3. ความซึมเศร้า 4. ความเครียด จึงนำไปสู่การตั้งสมมติฐานได้ว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติมีสุขภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามสมมติฐานข้อที่ 1

4. เอกสารแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยทางชีวสังคม ระยะเวลา และประสบการณ์ของผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตกับสุขภาวะทางจิต

4.1 เอกสารแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยทางชีวสังคม ในเรื่องระดับการศึกษาของผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตกับสุขภาวะทางจิต

เบรนนอร์ (Brenner. 1997) ได้ทำการวิจัยเชิงสำรวจเรื่องจิตวิทยาการใช้คอมพิวเตอร์ : XLVII ในเรื่องเกี่ยวกับขอบเขตการใช้ การบิดเบือน และการเสพติดอินเทอร์เน็ต พบว่าผู้ใช้อินเทอร์เน็ตที่มีอายุน้อยกว่าจะรายงานปัญหาต่างๆ มากกว่าผู้ใช้อินเทอร์เน็ตที่มีอายุมากกว่า เช่น เป็นเวลามากกว่า 1 ครั้งที่ข้าพเจ้ามีเวลานอนน้อยกว่า 4 ชั่วโมงเนื่องจากการใช้อินเทอร์เน็ต ถ้าไม่มีคอมพิวเตอร์ข้าพเจ้าจะไม่สนุกเลย เป็นต้น ซึ่งจากการรายงานปัญหานี้ผู้วิจัยวิเคราะห์ได้ว่าเป็นสิ่งที่สะท้อนให้เห็นถึงความสามารถในการบริหารบทบาทของตนเองในชีวิตจริงโดยเฉพาะอย่างยิ่งเวลา ฉะนั้นวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยก็น่าจะมีสุขภาวะทางจิตที่ดีกว่าวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

ซูเลอร์ ได้อธิบายถึงประสบการณ์ และขั้นตอนของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตรายใหม่ว่าการเสพติดอินเทอร์เน็ตอาจจะลดลงไปในที่สุดเมื่อความใหม่ของอินเทอร์เน็ตหายไป (Suler. 1997) ในการวิเคราะห์ และลักษณะของวัยรุ่นตอนปลายอย่างเช่นวัยรุ่นในระดับมหาวิทยาลัยนั้นผู้วิจัยคาดคะเนว่าแนวโน้มในการเล่นอินเทอร์เน็ตของนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยซึ่งเป็นวัยรุ่นที่มีความคิดและวุฒิภาวะมากกว่าใช้อินเทอร์เน็ตมานานกว่า และระดับการใช้ลดลงเมื่อความใหม่ของอินเทอร์เน็ตหายไปทำให้การใช้อินเทอร์เน็ตน้อยลงจะส่งผลให้สุขภาวะทางจิตดีกว่าคือมีความคิดพิจารณาแบ่งแยกโลกแห่งความจริง และโลกในไซเบอร์สเปซได้ดีกว่าวัยรุ่นในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

จากการวิเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับการศึกษาผู้วิจัยเห็นว่าวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมหาวิทยาลัย กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีความแตกต่างกันในเรื่องของระดับการศึกษา ดังนั้นผู้วิจัยคาดคะเนว่าแนวโน้มของวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าคือในระดับมหาวิทยาลัยน่าจะมีแนวโน้มในการเล่นอินเทอร์เน็ตน้อยกว่า ยังผลให้มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่กำลังศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่เล่นอินเทอร์เน็ต จึงนำไปสู่การตั้งสมมติฐานข้อที่ 2

4.2 เอกสารแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของผู้เล่นอินเทอร์เน็ตกับสุขภาวะทางจิต

ในการศึกษาวิจัยโดยใช้วิธีการติดตามข้อมูลระยะยาว (Longitudinal) ของ โคเบิร์ท เคราท์, วิกกี ลุนมาร์ค และคณะ เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ทางเหตุและผลระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ต ต่อการมีส่วนร่วมทางสังคมและสุขภาวะทางจิตด้วยวิธีการติดตามพฤติกรรมของผู้เข้าร่วมทดลองจำนวน 169 คน ในช่วงเวลา 1-2 ปี ของการใช้อินเทอร์เน็ต โดยผู้เข้าร่วมทดลองของเคราท์แบ่งออกเป็นสองกลุ่ม กลุ่มแรกเป็นนักเรียนชั้นมัธยมที่เป็นวัยรุ่น กลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มของคนในครอบครัวที่อยู่ในระดับสังคมชั้นสูง การศึกษาครั้งนี้ใช้เกณฑ์วัดสุขภาวะทางจิต 3 เกณฑ์ซึ่งมีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมทางสังคมและสุขภาวะทางจิตอัน ได้แก่ ความว่าเหว่ ความเครียด และความซึมเศร้า โดยผู้ร่วมทดลองตอบคำถาม 3 ข้อ จาก UCLA Loneliness Scale ซึ่งเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความรู้สึกว่าเหว่ ส่วนการวัดความเครียด ใช้ Hassles Scale เพื่อตรวจสอบว่าผู้เข้าร่วมทดลองพบกับสิ่งกระตุ้นความเครียดของชีวิต 1 ข้อหรือมากกว่า ในจำนวน 49 ข้อในเดือนก่อนที่จะมาเล่นอินเทอร์เน็ตหรือไม่ เคราท์ และคณะกล่าวว่าเนื่องจากความเครียดเป็นตัวกระตุ้นความซึมเศร้า จึงได้รวมเกณฑ์นี้เป็นตัวแปรควบคุมในการวิเคราะห์เกี่ยวกับความว่าเหว่ และเลือกใช้คำถามจากเกณฑ์ CES-D (Center of Epidemiologic Studies Depression) จำนวน 15 ข้อ และเก็บข้อมูลคำตอบเป็นจำนวน 2 ครั้งคือในช่วงก่อนและหลังการใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อทดสอบความซึมเศร้า

ผลการศึกษาในเรื่องเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมทางสังคม พบว่า วัยรุ่นมีชั่วโมงการใช้อินเทอร์เน็ตมากกว่าผู้ใหญ่ การใช้อินเทอร์เน็ตมากขึ้นมีความสัมพันธ์กับการลดลงต่อการติดต่อกับครอบครัว และเครือข่ายทางสังคมในท้องถิ่นและระยะทางที่ไกลออกไป แสดงให้เห็นว่าคนที่ใช้เวลากับอินเทอร์เน็ตมากกว่า น่าจะมีผลต่อสุขภาวะทางจิตมากกว่าคนที่ใช้เวลากับอินเทอร์เน็ตน้อยกว่า

ผลการศึกษาเรื่องสุขภาวะทางจิตนั้น เคราท์และคณะ พบว่า คนที่ใช้อินเทอร์เน็ตมากกว่ามีความว่าเหว่เพิ่มขึ้น คนที่รายงานว่ามีความว่าเหว่มากกว่าคนที่ยากจน รวมทั้งมีความเครียดและความซึมเศร้าเพิ่มขึ้น รวมทั้งเพศชายจะมีความเหงาว่าเหว่เพิ่มขึ้นมากกว่าเพศหญิงอีกด้วย (Lundmark, et al. 1998)

การศึกษาวิจัยของเราที่ได้มีผู้วิจารณ์ในแง่ลบต่างๆ เนื่องด้วยการวิจัยของเราที่แสดงว่าผู้เข้าร่วมทดลองใช้อินเทอร์เน็ตมากขึ้นแต่กลับมีความเกี่ยวข้องกับทางสังคมลดลงและรู้สึกเปล่าเปลี่ยวและหดหู่มากขึ้น การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เกิดขึ้นได้แม้ว่าการใช้อินเทอร์เน็ตส่วนใหญ่เป็นไปเพื่อจุดประสงค์ทางสังคมคือการติดต่อทางอิเล็กทรอนิกส์กับครอบครัว เพื่อนและคนแปลกหน้า

จากคำกล่าวของ ธีรยุทธ บุญมี ในเรื่องของความขัดแย้งระหว่างกายและจิตใจของมนุษย์ อันเกี่ยวโยงถึงสุขภาวะทางจิต ตามข้อสังเกตของจูอัน และงานวิจัยของเราที่ วิกกี ลันมาร์ค และคณะ ทำให้ผู้วิจัยเล็งเห็นถึงความเปลี่ยนแปลงของสุขภาวะทางจิตที่จะเกิดขึ้นกับกลุ่มคนที่ใช้ระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ตชัดเจนขึ้น ดังจะเห็นว่าทั่วโลกให้ความสำคัญและจับตามองถึงการใช้อย่างคงคุณค่าที่สุด ยังผลให้เกิดแนวคิด และงานวิจัยต่างๆ ขึ้น โดยในงานวิจัยของ เคราท์ และคณะนั้นได้มีนักจิตวิทยาหลายท่านโต้แย้งพร้อมๆ กับที่เคราท์ก็ได้นำเสนอข้อมูลแย้งกลับไปเช่นกันดังนี้

Silverman (Silverman. 1999) ได้แย้งถึงงานของเคราท์ว่า ชุมชน online ที่ Silverman เป็นสมาชิกช่วยส่งเสริมสุขภาวะทางจิตของสมาชิกในกลุ่ม online ของเขาเพิ่มขึ้นในโลกแห่งความเป็นจริง รวมทั้งได้อ้างถึงความรู้สึกของเอกลักษณ์กลุ่มและการสนับสนุนในการติดต่อทาง online ที่เข้มข้น

ในข้อโต้แย้งของ Silverman นั้น คิสเลอร์ และ เคราท์ (Kiesler and Kraut. 1999 : 783) กล่าวว่าแม้ว่างานวิจัยของเคราท์ และคณะไม่ได้ศึกษากลุ่ม online โดยเฉพาะ แต่ก็ความจริงที่ว่าบางคนสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่มีความหมายบน online ได้ทั้งที่ผ่านกลุ่มอิเล็กทรอนิกส์และการติดต่ออย่างเป็นทางการส่วนตัว อย่างไรก็ตามข้อมูลที่ได้ แสดงให้เห็นว่าคนเรามีความรู้สึกใกล้ชิดกับเพื่อนที่ติดต่อทาง online น้อยกว่ากลุ่มที่มีความสัมพันธ์กันในโลกที่แท้จริง ความสัมพันธ์ทาง online ที่เกิดขึ้นกับกลุ่มทดลองนี้ทำให้เกิดการสนับสนุนทางข้อมูลมากกว่าทางด้านอารมณ์

ไรตัน (Rierdan. 1999 : 781) ให้ข้อสังเกตถึงเกณฑ์ CES-D ที่เคราท์ และคณะใช้วัดอาการซึมเศร้า ความกังวล และความเครียดอื่นๆ คะแนนเฉลี่ยของผู้ร่วมทดลองแสดงให้เห็นถึงระดับความเครียดต่ำและโต้แย้งในเรื่องนี้อีกว่าเป็นสิ่งที่ไม่สามารถแสดงให้เห็นได้ว่าผู้ร่วมทดลองเกิดความซึมเศร้าจากการใช้อินเทอร์เน็ต

ในกรณีของ ไรตัน เคราท์ และคณะเห็นด้วยว่าผู้เข้าร่วมทดลองไม่ได้รู้สึกความซึมเศร้าในทางคลินิก รวมทั้งเคราท์ และคณะนั้นไม่ได้กล่าวว่า การใช้อินเทอร์เน็ตทำให้เกิดความซึมเศร้า แต่พบว่าการใช้อินเทอร์เน็ตมากขึ้นสามารถนำไปสู่ผลด้านความเป็นอยู่ทางสังคมและสุขภาวะจิตที่ลดลงเล็กน้อย ซึ่งข้อสำคัญของผลการศึกษาวิจัยของเคราท์และคณะ ไม่ได้อยู่ที่ขนาดของผล แต่อยู่ที่ทิศทางของผลการศึกษานั้น

จูดีท เอส. ซาฟิโร (Judith S. Shapiro. 1996) ได้เสนอคำอธิบายเพิ่มเติมสำหรับผลการวิจัยของเคราท์และคณะว่า ผู้ร่วมทดลองของเคราท์ ประกอบด้วยครอบครัวที่มีวัยรุ่น หรือผู้ใหญ่ในคณะกรรมการชุมชน เมื่อกลุ่มตัวอย่างที่เลือกมานั้นมีความเกี่ยวข้องกับทางสังคมสูงกว่าปกติ เคราท์ และคณะคาดคะเนได้ว่าการเบี่ยงเบนไปที่ค่าเฉลี่ยคือบางคนจะมีความเกี่ยวข้องกับทางสังคมน้อยลง อีกทั้งซาฟิโรได้ตั้งสมมติฐานว่ากลุ่มที่สูญเสียการติดต่อทางสังคมหรือรู้สึกซึมเศร้าเริ่มใช้เวลาว่างด้วยการใช้อินเทอร์เน็ต

ในคำกล่าวของซาฟิโร เคราท์และคณะเห็นว่าไม่สอดคล้องกับข้อมูลที่พบ นั่นคือคนที่รู้สึกว่าเหงาและซึมเศร้ามากขึ้นไม่ได้ใช้อินเทอร์เน็ตมากขึ้น ซาฟิโร ได้แย้งถึงกรณีนี้ว่าสามารถหลีกเลี่ยงความไม่แน่นอนของผลการทดลองโดยการรวมกลุ่มควบคุมในการทดลองเข้าด้วยกัน ซึ่งในจุดนี้ เคราท์และคณะเห็นด้วยว่าการศึกษานี้จะได้ประโยชน์จากกลุ่มควบคุม ซึ่งแท้จริงเคราท์ และคณะได้พยายามสรรหากกลุ่มควบคุมแล้ว แต่พบว่าต้องใช้ค่าใช้จ่ายมากกว่างบประมาณที่กำหนดไว้ (Lundmark, et al. 1998)

เคราท์ และคณะ (kraut, et al. 2001) ได้ทำการวิจัยอย่างต่อเนื่องเพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ทางเหตุและผลระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ต ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ได้ทำการติดตามผลกับกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเดิมซึ่งเป็นนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา และผู้ที่ทำงานในองค์กรพัฒนาชุมชนในเมือง ฟิตสเบิร์ก ที่ใช้อินเทอร์เน็ตมากกว่า 2 ปีขึ้นไป จากการสัมภาษณ์และให้ตอบแบบสอบถาม เคราท์ พบว่าประสบการณ์ในการใช้อินเทอร์เน็ตที่มากขึ้นไม่มีผลต่อสุขภาวะทางจิตด้าน ความเหงาว่าเหว และความซึมเศร้าแต่อย่างใด แต่มีผลต่อความเครียดคือมีความเครียดเพิ่มขึ้น

จากผลการวิจัยอย่างต่อเนื่องของเคราท์ในครั้งนี้ทำให้ทราบถึงตัวแปรด้านประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตไม่มีผลต่อสุขภาวะทางจิตของผู้ที่มีประสบการณ์ในการเสพ 2 ปีแรก ยกเว้นแต่ด้านที่สำคัญคือด้านความเครียดนั้น พบว่ามีผลต่อสุขภาวะทางจิตในทางลบ แต่เมื่อความใหม่ของอินเทอร์เน็ตหมดไปอาจไม่ก่อให้เกิดความเครียดขึ้นตามที่ ซูเลอร์ กล่าว ประกอบกับเอกสารงานวิจัยและทฤษฎีที่กล่าวถึงความมีวุฒิภาวะของวัยรุ่นที่มีอายุมากขึ้นจะสามารถควบคุม บริหาร จัดการและมีความคิดพิจารณามากขึ้นเมื่อเสพอินเทอร์เน็ตในหลายๆ ปีพร้อมกับวัยที่เพิ่มขึ้น ฉะนั้นในเรื่องเกี่ยวกับประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตนี้ ผู้วิจัยจึงคาดคะเนถึงแนวโน้มของการเสพอินเทอร์เน็ตว่าวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตมากกว่า 2 ปี น่าจะมีคะแนนสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปี ตาม สมมติฐานข้อที่ 3

4.2 เอกสารแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตกับสุขภาวะทางจิต

บริษัท เน็ตแวลว จำกัด ในประเทศสิงคโปร์ ได้รับจ้างสำรวจพฤติกรรมในวงการอินเทอร์เน็ตทั่วโลก และพบว่าพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตของชาวสิงคโปร์กว่า 1 ใน 3 แวะเข้าไปที่เว็บไซต์ประเภท “เช็กซ์” และร้อยละ 68 เป็นกลุ่มผู้ชาย ซึ่งในเวลาเฉลี่ยถึง 71.5 นาที ในการดูเว็บเหล่านี้ เมื่อเทียบกับกลุ่มผู้หญิงที่ใช้เวลาโดยเฉลี่ยเพียง 29.1 นาที อีกทั้งกลุ่มอายุที่ชอบใช้เว็บไซต์ประเภทนี้มากที่สุดเป็นกลุ่มหนุ่มสาววัย 15-24 ปี (มติชน. มีนาคม 2544) จากการเข้าไปดูเว็บไซต์ประเภทเช็กซ์มากที่สุดในกลุ่มวัยรุ่นสาวนี้ทำให้ผู้วิจัยสามารถวิเคราะห์ถึงสภาพของความต้องการความรักที่มีมากในกลุ่มคนเหล่านี้ซึ่งเป็นไปได้ว่ากลุ่มวัยรุ่นที่ใช้เวลาดูเว็บไซต์ประเภทเช็กซ์มากน่าจะมีผลให้สุขภาวะทางจิตไม่ดี

เบรนเนอร์ (Brenner. 1997) ได้สำรวจการใช้อินเทอร์เน็ต การบิดเบือนการใช้ และความเป็นไปได้ของการเสพติดทางพฤติกรรม ในการสำรวจพบว่าผู้ใช้ประสบกับผลที่เกี่ยวกับการใช้ตั้งแต่การหลงลืมเวลาจนถึงไม่สามารถจดจำจำนวนชั่วโมงที่ใช้ ซึ่งผู้ที่ถูกสำรวจครั้งนี้ให้คำตอบโดยเฉลี่ยว่าใช้อินเทอร์เน็ต 19 ชั่วโมงต่อสัปดาห์และรายงานการบริหารเวลาไม่ได้ ทำให้เกิดผลทางลบกับการทำงานของตน ซึ่งในกรณีนี้ผู้วิจัยคาดคะเนว่าเมื่อผู้ถูกสำรวจไม่สามารถบริหารเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ตได้น่าจะก่อให้เกิดความเครียดอันมีผลต่อสุขภาวะทางจิตของผู้เสพเอง

คิม จุนฮัน (Kim Juhan. 1996) ได้ให้ข้อสังเกตของผู้ที่ติดอินเทอร์เน็ตไว้ว่า คนเหล่านี้จะถูกดูดซับเข้าสู่โลกเสมือนมากขึ้นทุกที นั่นคือเขาจะใช้เวลากับอินเทอร์เน็ตมากขึ้นเรื่อยๆ และล้มเหลวกับความพยายามที่จะลดชั่วโมงการใช้งานทุกครั้ง เพิกเฉย หรือไม่ให้ความสำคัญกับเพื่อนหรือครอบครัว บางครั้งต้องโกหกเรื่องการใช้เน็ตของตนเอง รวมทั้งจะมีอาการเศร้าโศกเสียใจทุกครั้งที่ต้องออกจากระบบ จากข้อสังเกตนี้ทำให้ผู้วิจัยวิเคราะห์ได้ว่ายังมีระยะเวลาการเสพมากเท่าไร สุขภาวะทางจิตของผู้เสพก็น่าจะด้อยกว่าผู้ที่มีระยะเวลาในการเสพน้อยกว่า

เอ็ดเกอร์ และราเทอร์เบิร์ก (Egger & Rauterberg.1996) ได้สำรวจพฤติกรรมและการเสพติดอินเทอร์เน็ตซึ่งคำตอบส่วนใหญ่มาจากประเทศสวิสเซอร์แลนด์ พบผลจากการสำรวจในเชิงลบว่าผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตมีความรู้สึกต้องการใช้อินเทอร์เน็ตเมื่อไม่ได้อยู่กับคอมพิวเตอร์ แต่การสำรวจนี้พบว่าไม่มีความแตกต่างด้านระยะเวลาของการใช้

ซูเลอร์ (Suler. 1996) พบว่าผู้ที่ใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไป อาจทำให้เกิดความสับสนทางจิตใจ ไม่สามารถหยุดใช้อินเทอร์เน็ตได้และรู้สึกว่าอินเทอร์เน็ตเป็นเพื่อนเพียงคนเดียว รวมทั้งเฝ้าคิดถึงแต่อินเทอร์เน็ต

ในเรื่องของระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตนั้น เมื่อวิเคราะห์เอกสาร บทความ และงานวิจัย รวมทั้งงานวิจัยของเกรทท์ในหัวข้อ 4.2 พบว่าเมื่อมีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตในแต่ละครั้งนานกว่าจะเกิดผลต่อสุขภาพทางจิตด้านความเครียด ความเหงาว่าเหว และความซึมเศร้ามากกว่าผู้ที่ใช้อินเทอร์เน็ตในระยะเวลาน้อยกว่าในการเสพติดอินเทอร์เน็ตแต่ละครั้ง จึงทำให้ผู้วิจัยเห็นถึงแนวโน้มว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตในระยะเวลาที่น้อย คือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ น่าจะมีผลให้มีความสุขทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ ตามสมมติฐานข้อที่ 4

4.3 เอกสารแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยทางชีวสังคม ในเรื่องเพศ ของผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตกับสุขภาพทางจิต

การสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตของศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (National Electronics and Computer Technology Center : NECTEC) ในระหว่างเดือน กันยายน – ตุลาคม 2544 พบว่าผู้หญิงมีพฤติกรรมชอบท่องอินเทอร์เน็ตมากกว่าผู้ชาย และส่วนใหญ่ยังเป็นโสดถึง 76.3% ของกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 20,000 คน มีอายุระหว่าง 20-29 ปี (สยามธุรกิจ. 2545)

จากข้อมูลของ Nielsen/Net Rating ในเรื่องเกี่ยวกับ โลกของอินเทอร์เน็ต (Internet World) ได้แสดงถึงจำนวนคนอเมริกันที่ติดต่อดังกล่าวทางอินเทอร์เน็ตทั้งหมด 76 ล้านคน เป็นชาย 52.7% และเป็นหญิง 47.3% และให้ข้อมูลว่าจำนวนคนทั่วโลกที่ใช้การติดต่อดังกล่าวผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ตเป็นจำนวน 149 ล้านคน

มาฮาดีน (Mohaiadin. 1996) ได้ศึกษาถึงประโยชน์และองค์ประกอบสัมพันธ์กับการยอมรับการใช้เครือข่ายอินเทอร์เน็ตของนักศึกษาในมาเลเซียที่ศึกษาอยู่ในต่างประเทศพบว่านักศึกษาชาย มีแนวโน้มในการใช้เครือข่ายอินเทอร์เน็ต และทักษะการใช้เครือข่ายดีกว่านักศึกษาหญิง ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการใช้เพื่อส่งจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (E-mail) รวมทั้งประสบการณ์ และทักษะในการใช้คอมพิวเตอร์มีความสัมพันธ์กับความถี่ในการใช้เครือข่ายอินเทอร์เน็ต

ยัง (Young.1996) พบว่าผู้หญิงเสพติดอินเทอร์เน็ตได้มากกว่าผู้ชาย

เบรเนอร์ (Brenner. 1997) ได้สำรวจการใช้อินเทอร์เน็ต การบิดเบือนการใช้ และความเป็นไปได้ของการเสพติดทางพฤติกรรม ในการสำรวจพบว่าทั้งผู้ชายและผู้หญิงมีความแตกต่างทั้งในด้านเวลาและปัญหาที่ประสบจากการใช้อินเทอร์เน็ต

ไฮเบอร์ (Griffiths. 1998 ; citing Hyber. 1995) อ้างถึงรายงานของ ไฮเบอร์ ที่ได้สำรวจพบว่าผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตส่วนใหญ่เป็นผู้ชายที่มีชีวิตในสังคมน้อยหรือไม่มีเลย รวมทั้งมีความนับถือตัวเองต่ำ

จากงานวิจัยที่มีความเห็นที่แตกต่างกันไปในเรื่องของเพศนี้ผู้วิจัยวิเคราะห์ได้ว่าในการใช้อินเทอร์เน็ตที่พบว่าเพศชายมีทักษะ และประสบการณ์ดีกว่าเพศหญิง รวมทั้งงานวิจัยของเกรทท์ในปี 1998 ที่พบว่าผู้ชายที่เข้าไปเสพติดอินเทอร์เน็ตมีความเหงาว่าเหวเพิ่มมากกว่าผู้หญิงที่เข้าไปเสพติดอินเทอร์เน็ต ผู้วิจัยจึงตีความได้ว่า ถึงแม้ว่าผู้ชายจะเข้าไปเสพติดอินเทอร์เน็ตตามปกติ แต่แนวโน้มของสุขภาพทางจิตของผู้หญิงที่เสพติด

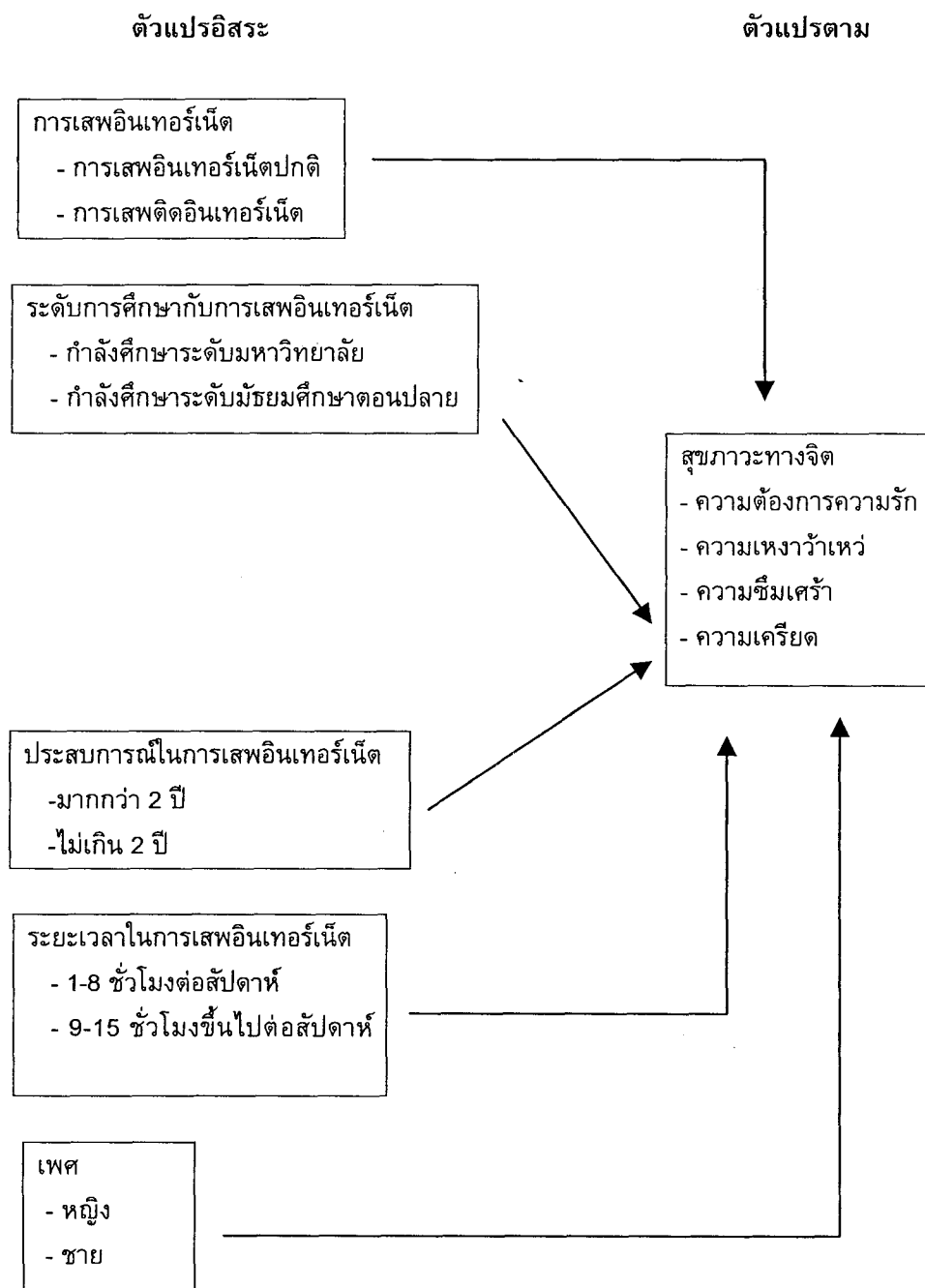
อินเทอร์เนตปกติเหมือนกันน่าจะดีกว่า ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนตปกติมีสุขภาวะทางจิตดีกว่าชายที่เสพติดอินเทอร์เนตปกติ ตามสมมติฐานข้อที่ 5

ในความแตกต่างทางเพศนี้ผู้วิจัยวิเคราะห์จากเอกสารงานวิจัยของกริฟฟิธส์มีประเด็นที่น่าสนใจว่า ส่วนใหญ่ผู้ชายที่มีชีวิตในสังคมน้อยหรือไม่มีเลยรวมทั้งนับถือตัวเองต่ำนั้นเป็นกลุ่มที่ติดอินเทอร์เนต ซึ่งการติดอินเทอร์เนตนี้จะส่งผลต่อสุขภาวะทางจิตในหลายด้าน ผู้วิจัยจึงตีความได้ว่า ผู้ที่เสพติดอินเทอร์เนตน่าจะเป็นชายมากกว่าหญิง และคำว่าชีวิตในสังคมน้อยหรือไม่มีเลย รวมทั้งการที่มีความนับถือตัวเองต่ำน่าจะแปลความได้ว่ามีสุขภาวะทางจิตในด้านที่ไม่มีความสุขในด้านต่าง ๆ ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เนตมีคะแนนสุขภาวะทางจิตมากกว่าหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนตปกติ ตามสมมติฐานข้อที่ 6

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เนตปกติ มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เนต
2. วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เนตที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า มีสุขภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เนตที่มีระดับการศึกษาค้นคว้าต่ำกว่า
3. วัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เนตมากกว่า 2 ปี มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เนตไม่เกิน 2 ปี
4. วัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เนตน้อย คือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีคะแนนสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เนตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์
5. วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนตปกติ มีสุขภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เนตปกติ
6. วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนต มีสุขภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เนต

กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพยาอินเทอร์เน็ต ตามขั้นตอนดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. การหาคุณภาพเครื่องมือ
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีอายุระหว่าง 15-17 ปี ในโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่ของรัฐซึ่งหมายถึงมีจำนวนนักเรียนตั้งแต่ 1501-2500 คน (กระทรวงศึกษาธิการ กรมสามัญศึกษา. 2543) ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 40 โรง และ นักศึกษามหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1-4 ที่มีอายุระหว่าง 18-21 ปี ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยของรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 11 มหาวิทยาลัย ที่ใช้อินเทอร์เน็ตอยู่ในปัจจุบัน โดยแบ่งเป็นประชากรระดับมัธยมในเขตกรุงเทพมหานครของรัฐจำนวน 109,771 คน (กระทรวงศึกษาธิการ กรมสามัญศึกษา. 2543) และประชากรของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยของรัฐปีที่ 1 - 4 ในเขตกรุงเทพมหานครจำนวน 216,592 คน (ทบวงมหาวิทยาลัย. 2545) รวมประชากรทั้งสิ้น 326,363 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง เมื่อเทียบจากตารางขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ควรเลือกจากประชากรแล้วต้องใช้กลุ่มตัวอย่าง 868 คน (Yamane. 1970, : 886) โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

2.1 กลุ่มนักเรียนชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่ของรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 โรงเรียน โดยได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi – Stage Random Sampling) ตามลำดับขั้นต่อไปนี้

2.1.1 สุ่มเลือกเขตที่มีโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่ของรัฐด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) คือใช้วิธีการจับสลากเขตที่มีโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่จากจำนวน 28 เขต ออกมาจำนวน 4 เขต ได้แก่ เขตพระนคร เขตดุสิต เขตดอนเมือง เขตห้วยขวาง

2.1.2 สุ่มเลือกโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่ของรัฐด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) คือใช้วิธีการจับสลากโรงเรียนมัธยมศึกษาใหญ่มา 4 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย โรงเรียนราชวินิต (มัธยม) โรงเรียนสีกัน (วัฒนาหน้ที่อุปถัมภ์) และโรงเรียนประชาราษฎร์อุปถัมภ์

2.1.3 สุ่มเลือกห้องเรียนของนักเรียนในระดับชั้นปีที่ 4 – 6 ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) คือใช้วิธีการจับสลากเลือกห้องเรียนระดับชั้นปีที่ 4 – 6 ชั้นละ 1 ห้องรวม 3 ห้องเรียน

2.1.4 สุ่มเลือกนักเรียนในห้องที่ได้ทำการสุ่มไว้แล้วด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย

(Simple Random Sampling) โดยวิธีการจับฉลากขึ้นมาห้องละ 35 คน ในแต่ละระดับชั้นปี รวมโรงเรียนละ 105 คน จำนวน 4 โรงเรียนเป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชายและหญิงในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่ เท่ากับ 420 คน

2.2 กลุ่มนักศึกษาชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยของรัฐในระดับชั้นปีที่ 1 – 4 ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 มหาวิทยาลัย จำนวน 448 คน โดยได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi – Stage Random Sampling) ตามลำดับขั้นต่อไปนี้

2.2.1 สุ่มเลือกมหาวิทยาลัยด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) คือใช้วิธีการจับฉลากเลือกมหาวิทยาลัยของรัฐในเขตกรุงเทพมหานครมาเป็นจำนวน 4 มหาวิทยาลัย ได้แก่ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

2.2.2 สุ่มเลือกคณะจากมหาวิทยาลัย 4 แห่งที่ได้ทำการสุ่มเลือกไว้แล้วด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) คือใช้วิธีการจับฉลากเลือกคณะในมหาวิทยาลัยของรัฐในเขตกรุงเทพมหานครมาเป็นจำนวน 1 คณะ ได้แก่ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และคณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

2.2.3 สุ่มเลือกนักศึกษาในคณะที่ได้สุ่มไว้แล้วในระดับชั้นปีที่ 1 – 4 ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) คือใช้วิธีการจับฉลากชั้นปีละ 28 คน และจับรวม 4 ชั้นปี เป็นจำนวน 112 คน ดังนั้นกลุ่มตัวอย่าง 4 มหาวิทยาลัยจึงได้เท่ากับ 448 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามรายละเอียดเกี่ยวกับปัจจัยทางชีวสังคมตามตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต และประสบการณ์ในการใช้อินเทอร์เน็ต มีลักษณะเป็นการตอบโดยเติมข้อมูลลงในช่องว่าง

ส่วนที่ 2 แบบทดสอบเกี่ยวกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต มีลักษณะเป็นข้อคำถามให้เลือกตอบว่า ใช่ หรือ ไม่ใช่

ส่วนที่ 3 แบบทดสอบสุขภาวะทางจิตด้านความต้องการความรัก แบบทดสอบสุขภาวะทางจิตด้านความว้าวุ่น แบบทดสอบสุขภาวะทางจิตด้านความซึมเศร้า และแบบทดสอบสุขภาวะทางจิตด้านความเครียด โดยมีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Rating Scale) ชนิด 5 อันดับ คือ ในกรณีที่ข้อคำถามเป็นไปในทางบวก เกณฑ์การให้คะแนนมีลักษณะดังนี้ มากที่สุด เท่ากับ 5 มาก เท่ากับ 4 ปานกลาง เท่ากับ 3 น้อย เท่ากับ 2 และน้อยที่สุด เท่ากับ 1 ส่วนข้อคำถามที่เป็นไปในทางลบ เกณฑ์การให้คะแนนมีลักษณะดังนี้ มากที่สุด เท่ากับ 1 มาก เท่ากับ 2 ปานกลาง เท่ากับ 3 น้อย เท่ากับ 4 และน้อยที่สุด เท่ากับ 5

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมีดังนี้ เป็นแบบสอบถามจำนวน 1 ฉบับ แบ่งเป็น 3 ส่วน

แบบสอบถามส่วนที่ 1 มีลักษณะเป็นแบบสอบถามด้านปัจจัยทางชีวสังคมของวัยรุ่น ซึ่งประกอบด้วยตัวแปร 3 ตัวคือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และแบบสอบถามเกี่ยวกับระยะเวลาและประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ต โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบเติมข้อความสั้นๆ ลงไป

ตัวอย่างข้อคำถาม

1. โปรดระบุเพศ.....อายุ.....
2. ระดับการศึกษา.....
3. ระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต.....ช.ม./สัปดาห์
4. ท่านใช้อินเทอร์เน็ตมาเป็นเวลา.....ปี

แบบสอบถามส่วนที่ 2 เป็นแบบทดสอบเกี่ยวกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตมีจำนวน 10 ข้อ โดยให้ผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยปรับปรุงจากเกณฑ์คำถามของนักจิตวิทยาที่ได้จัดประเภทของผู้เสพติดอินเทอร์เน็ต Kimberly S Young โดยผู้วิจัยสร้างข้อคำถามซึ่งยึดตามแบบสอบถามของ Young ที่มีลักษณะคำตอบว่าใช่ กับไม่ใช่ ผู้ที่ตอบแบบสอบถามว่าใช่ 4 ข้อ หรือเกิน 4 ข้อขึ้นไปถือว่าเป็นผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตและผู้ที่ไม่ตอบว่าใช่ น้อยกว่า 4 ข้อถือว่าเป็นผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. ท่านรู้สึกคิดถึงอินเทอร์เน็ตแม้ว่าจะไม่ได้ใช้		
2. ท่านรู้สึกมีความจำเป็นมากขึ้นเรื่อยๆ ในการใช้อินเทอร์เน็ต		

แบบสอบถามส่วนที่ 3 เป็นแบบทดสอบ 4 ส่วนในการทดสอบสุขภาวะทางจิตในแต่ละด้านของกลุ่มตัวอย่างที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยการอ่านเอกสาร ข้อมูลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางจิตในแต่ละด้าน แล้วกำหนดนิยามปฏิบัติการ และสร้างข้อคำถามในการทดสอบแต่ละด้านของสุขภาวะทางจิตนี้จำนวนด้านละ 15 ข้อ เป็นมาตรฐานประมาณค่า 5 ระดับ ซึ่งในกรณีที่ข้อคำถามมีลักษณะเป็นบวก ค่าของคะแนนมีเกณฑ์ดังนี้ คือ มากที่สุดเท่ากับ 5 มากให้คะแนนเท่ากับ 4 ปานกลางให้คะแนนเท่ากับ 3 น้อยให้คะแนนเท่ากับ 2 และน้อยที่สุดให้คะแนนเท่ากับ 1 และในกรณีที่ข้อคำถามมีลักษณะเป็นลบ ค่าของคะแนนมีเกณฑ์ดังนี้ คือ มากที่สุดเท่ากับ 1 มากให้คะแนนเท่ากับ 2 ปานกลางให้คะแนนเท่ากับ 3 น้อยให้คะแนนเท่ากับ 4 และน้อยที่สุดให้คะแนนเท่ากับ 5 ดังนั้นพิสัยของคะแนนอยู่ระหว่าง 60-300 ฉะนั้นจึงจะสามารถวิเคราะห์ถึงระดับของสุขภาวะทางจิตในด้านต่างๆ ได้ตามระดับคะแนนของผู้เสพติดอินเทอร์เน็ต

แบบสอบถามสุขภาวะทางจิตด้านความต้องการความรัก

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ท่านรู้สึกไม่ได้รับความรักจากครอบครัว					
2. คุณรู้สึกว่าตัวเองขาดความรัก					

แบบสอบถามสุขภาวะทางจิตด้านความเหงาว่าเหว

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. อินเทอร์เน็ตสามารถเป็นเพื่อนท่านเมื่อท่านอยู่คนเดียว					
2. ท่านพอใจในจำนวนเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต					

แบบสอบถามสุขภาวะทางจิตด้านความซึมเศร้า

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายต่อผู้คนรอบข้าง					
2. ท่านมีความรู้สึกกระวนกระวายใจ					

แบบสอบถามสุขภาวะทางจิตด้านความเครียด

ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
3. ปัจจุบันท่านรู้สึกเครียด					
4. ปัจจุบันท่านมีความวิตกกังวล					

การทดสอบคุณภาพเครื่องมือ

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัย ใช้สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ โดยแบ่งเป็น

1. หาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน เป็นผู้พิจารณาเนื้อหาว่าตรง ตามนิยามปฏิบัติการหรือไม่ นอกจากนั้นยังตรวจสอบภาษาว่ารัดกุมและเข้าใจตรงกันด้วย

2. หาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) และหาค่าอำนาจจำแนก โดยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item – test Correlation) ซึ่งก่อนเก็บรวบรวมข้อมูล

จากแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา จำนวน 80 คน แล้วนำมาคำนวณหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (ดูได้จากภาคผนวก ตาราง 8)

3. หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา สูตรของครอนบัค

โดยใช้สูตร α -Coefficient ได้ค่าความเชื่อมั่นในแบบสอบถามส่วนที่ 3 หรือสุขภาวะทางจิตรวม เท่ากับ .9791

ส่วนในองค์ประกอบย่อยได้ค่าความเชื่อมั่นดังนี้

ความต้องการความรัก เท่ากับ .9262

ความเหงาว่าเหว เท่ากับ .9310

ความซึมเศร้า เท่ากับ .9446

ความเครียด เท่ากับ .9497

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. นำหนังสือที่ทางบัณฑิตวิทยาลัยออกให้ไปติดต่อกับโรงเรียนและมหาวิทยาลัยที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล

2. นำแบบสอบถามไปทดสอบกลุ่มตัวอย่างตามวัน เวลาที่ให้การอนุญาตเก็บข้อมูล โดยจะเก็บข้อมูลครั้งละ 20 นาที โดยผู้วิจัยเก็บข้อมูลแบบสอบถามที่สมบูรณ์ได้เป็นจำนวน 865 ชุด หรือร้อยละ 99.65 จากจำนวนเก็บจริง 868 ชุด ส่วนที่ขาดหายไป 3 ชุดเกิดจากกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามไม่ครบถ้วนทั้ง 3 ส่วน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โปรแกรม SPSS for Windows ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน

2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง โดยใช้สถิติ t (t -test)

แบบ Independent เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ถึงข้อที่ 6

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยในเรื่องการศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตในครั้งนี้ส่วนแรกจะนำเสนอข้อมูลพื้นฐาน ประกอบด้วยข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเป็นพื้นฐานเกี่ยวกับลักษณะและขอบเขตของกลุ่มตัวอย่าง และส่วนต่อไปจะนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานที่ผู้วิจัยตั้งไว้แบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

ตอนที่ 2 นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า กับวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตที่มีระดับการศึกษาดำกว่า

ตอนที่ 3 นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ต นานกว่า กับวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยกว่า

ตอนที่ 4 นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ต น้อยกว่า กับวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมากกว่า

ตอนที่ 5 นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ

ตอนที่ 6 นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต กับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โปรแกรม SPSS (Statistical Package for the Social Science) โดย

1. ในการรวบรวมข้อมูลพื้นฐาน ใช้ค่าสถิติ ได้แก่ ค่าคะแนนเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
2. ในการทดสอบสมมติฐาน โดยวิเคราะห์ความแตกต่าง ใช้ค่าสถิติ t-test
3. ค่าคะแนนเฉลี่ยจะเป็นเกณฑ์ในการวิเคราะห์ผลการวิจัยโดยในการเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ดังนี้ กลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนสภาวะทางจิตน้อยกว่าแสดงว่ามีสภาวะทางจิตดีกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนสภาวะทางจิตมากกว่า ซึ่งในการวิเคราะห์และแปลผลในครั้งนี้ เพื่อความสะดวกและมีความเข้าใจตรงกันในเรื่องการใช้สัญลักษณ์ทางสถิติ จึงขอเสนอดังนี้

N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t-distribution
r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation)
*	แทน	นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
**	แทน	นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
***	แทน	นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มนักเรียนชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ประจำปีการศึกษา 2545 ในโรงเรียนมัธยมขนาดใหญ่ของรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 โรงเรียน จำนวน 419 คน และกลุ่มนักศึกษาชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยของรัฐในระดับชั้นปีที่ 1 – 4 ประจำปีการศึกษา 2545 ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 มหาวิทยาลัย จำนวน 446 คน รวมทั้งสิ้น 865 คน

ตาราง 1 แสดงข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการเสพอินเทอร์เน็ต ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการเสพ ระยะเวลาในการเสพ และเพศ

กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. การเสพอินเทอร์เน็ต		
4.1 เสพอินเทอร์เน็ตปกติ	558	64.5
4.2 เสพติดอินเทอร์เน็ต	307	35.5
รวม	865	100
2. ระดับการศึกษา		
1.2 มหาวิทยาลัย	446	51.60
2.2 มัธยมศึกษาตอนปลาย	419	48.40
รวม	865	100
3. ประสบการณ์ในการเสพ		
3.1 มากกว่า 2 ปี	560	64.70
3.2 ไม่เกิน 2 ปี	305	35.3
รวม	865	100
4. ระยะเวลา		
4.1 1-8 ชั่วโมง/สัปดาห์	631	72.90
4.2 9-15 ชั่วโมงขึ้นไป/สัปดาห์	234	27.10
รวม	865	100
5. เพศ		
5.1 หญิง	433	58.10
5.2 ชาย	432	49.90
รวม	865	100

จากตาราง 1 แสดงจำนวนของพฤติกรรมการเล่นอินเทอร์เน็ต พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เล่นอินเทอร์เน็ตปกติมีจำนวน 307 คน คิดเป็นร้อยละ 35.5 และกลุ่มตัวอย่างที่เล่นติดอินเทอร์เน็ตมีจำนวน 558 คน คิดเป็นร้อยละ 64.50

เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในระดับปริญญาตรีมีจำนวน 440 คน คิดเป็นร้อยละ 51.60 และกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในระดับมัธยมตอนปลายมีจำนวน 419 คน คิดเป็นร้อยละ 48.40

เมื่อจำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นอินเทอร์เน็ต พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ในการเล่นอินเทอร์เน็ตมากกว่า 2 ปี มีจำนวน 560 คน คิดเป็นร้อยละ 64.70 และกลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ในการเล่นอินเทอร์เน็ตใน 2 ปีแรกมีจำนวน 305 คน คิดเป็นร้อยละ 35.3

เมื่อจำแนกตามระยะเวลาในการเล่นอินเทอร์เน็ต พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระยะเวลาในการเล่นอินเทอร์เน็ต 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีจำนวน 631 คน คิดเป็นร้อยละ 72.90 และกลุ่มตัวอย่างที่มีระยะเวลาในการเล่นอินเทอร์เน็ต 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ มีจำนวน 234 คน คิดเป็นร้อยละ 27.10

เมื่อจำแนกตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง 433 คน คิดเป็นร้อยละ 50.10 และวัยรุ่นเพศชายมีจำนวน 432 คน คิดเป็นร้อยละ 49.90

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามสมมติฐานข้อที่ 1 คือ วัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติมีสุขภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ด้วยปรากฏในตาราง 2

ตาราง 2 แสดงการเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อย และภาพรวม

สุขภาวะทางจิต/ การเสพติดอินเทอร์เน็ต	N	$\bar{X}$	SD	t	P-Value
ความต้องการความรัก					
เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ	558	47.24	5.49	-5.40***	.000
เสพติดอินเทอร์เน็ต	307	49.35	5.48		
ความเหงาว้าเหว่					
เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ	558	40.96	4.22	-5.77***	.001
เสพติดอินเทอร์เน็ต	307	42.96	3.70		
ความซึมเศร้า					
เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ	558	39.15	6.23	-5.81***	.001
เสพติดอินเทอร์เน็ต	307	41.70	6.12		
ความเครียด					
เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ	558	32.80	9.30	-6.64***	.001
เสพติดอินเทอร์เน็ต	307	37.21	9.34		
สุขภาวะทางจิตรวม					
เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ	558	160.16	18.01	-8.45***	.000
เสพติดอินเทอร์เน็ต	307	170.90	17.51		

จากตาราง 2 พบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติมีคะแนนสุขภาวะทางจิตในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยทุกด้านน้อยกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติมีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า กับวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ตามสมมติฐานข้อที่ 2 คือ วัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า มีสภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่ากัน ด้วยปรากฏในตาราง 3

ตาราง 3 แสดงการเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า กับวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม

สภาวะทางจิต/ ระดับการศึกษา	N	$\bar{X}$	SD	t	P-Value
ความต้องการความรัก					
มหาวิทยาลัย	446	47.13	4.96	-4.74***	.001
มัธยมศึกษาตอนปลาย	419	49.00	6.03		
ความเหงาว่าเหว					
มหาวิทยาลัย	446	41.90	3.70	2.5*	.05
มัธยมศึกษาตอนปลาย	419	41.20	4.52		
ความซึมเศร้า					
มหาวิทยาลัย	446	40.10	5.65	.19	.85
มัธยมศึกษาตอนปลาย	419	40.01	6.94		
ความเครียด					
มหาวิทยาลัย	446	34.84	8.61	1.5	.13
มัธยมศึกษาตอนปลาย	419	33.85	10.40		
สภาวะทางจิตรวม					
มหาวิทยาลัย	446	163.95	16.40	.01	.99
มัธยมศึกษาตอนปลาย	419	163.96	20.61		

จากตาราง 3 พบว่า วัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตที่มีการศึกษาสูงจะมีคะแนนสภาวะทางจิตทั้งในภาพรวม และองค์ประกอบย่อยด้านความซึมเศร้า และความเครียดไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตที่มีการศึกษาต่ำกว่า ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

ส่วนองค์ประกอบย่อยด้านความต้องการความรัก และความเหงาว่าเหว พบว่า วัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เนตที่ศึกษาสูงกว่ามีสุขภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เนตที่มีการศึกษาดำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

ตอนที่ 3 นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตนานกว่ากับวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตน้อยกว่า ตามสมมติฐานข้อที่ 3 คือวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตมากกว่า 2 ปี มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตไม่เกิน 2 ปี

ตาราง 4 วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตมากกว่า 2 ปี กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตไม่เกิน 2 ปีโดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม

สุขภาวะทางจิต / ประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ต	N	$\bar{X}$	SD	t	P-Value
ความต้องการความรัก					
มากกว่า 2 ปี	560	48.04	5.40	.36	.72
ไม่เกิน 2 ปี	305	47.91	5.91		
ความเหงาว่าเหว					
มากกว่า 2 ปี	560	41.64	3.91	.82	.41
ไม่เกิน 2 ปี	305	41.40	4.50		
ความซึมเศร้า					
มากกว่า 2 ปี	560	40.00	6.25	-.92	.36
ไม่เกิน 2 ปี	305	40.32	6.41		
ความเครียด					
มากกว่า 2 ปี	560	34.21	8.95	-.60	.55
ไม่เกิน 2 ปี	305	34.63	10.51		
สุขภาวะทางจิตรวม					
มากกว่า 2 ปี	560	163.80	17.50	-.33	.74
ไม่เกิน 2 ปี	305	164.24	20.40		

จากตาราง 4 พบว่า วัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตรมากกว่า 2 ปี มีคะแนนสุขภาวะทางจิตทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อย 4 ด้าน ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตรไม่เกิน 2 ปี ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตรน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ กับวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตรมากคือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ ตามสมมติฐานข้อที่ 4 คือวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตรน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตรมากคือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์

ตาราง 5 แสดงการเปรียบเทียบวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตรน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ กับวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตรมากคือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ ซึ่งจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม

สุขภาวะทางจิต/ ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ต	N	$\bar{X}$	SD	t	P-Value
ความต้องการความรัก					
1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์	631	48.00	5.67	-90	.37
9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์	234	48.30	5.31		
ความเหงาว่าเหว					
1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์	631	41.20	4.00	-4.00***	.001
9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์	234	42.46	3.34		
ความซึมเศร้า					
1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์	631	40.15	6.21	.80	.44
9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์	234	39.80	6.62		
ความเครียด					
1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์	631	34.80	9.50	2.27**	.05
9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์	234	33.15	9.51		
สุขภาวะทางจิตรวม					
1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์	631	164.06	18.20	-28	.78
9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์	234	163.67	19.50		

จากตาราง 5 พบว่า วัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีสุขภาวะทางจิตดีในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยด้านความต้องการความรัก และความซึ่มเศร้า ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมากคือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์

ส่วนองค์ประกอบย่อยด้านความเหงาว่าเหว่ และความเครียด พบว่าวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมากคือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ส่วนด้านความเครียด พบว่าวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ต 1 – 8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีสุขภาวะทางจิตไม่ดีเท่ากับวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ต 9 –15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ ตามสมมติฐานข้อ 5 คือวัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ

ตาราง 6 ตารางแสดงการเปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม

สุขภาวะทางจิต/การเสพ	N	$\bar{X}$	SD	t	P-Value
อินเทอร์เน็ตปกติระหว่างหญิงและชาย					
ความต้องการความรัก					
หญิงเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	287	47.57	5.31	-1.43	.15
ชายเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	271	46.90	5.67		
ความเหงาว่าเหว่					
หญิงเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	287	40.50	3.98	2.68**	.01
ชายเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	271	41.45	4.42		
ความซึมเศร้า					
หญิงเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	287	38.70	5.95	1.73	.08
ชายเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	271	39.62	6.50		
ความเครียด					
หญิงเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	287	31.52	9.01	3.40***	.001
ชายเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	271	34.16	9.37		
สุขภาวะทางจิตรวม					
หญิงเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	287	158.29	17.12	2.53*	.05
ชายเสพอินเทอร์เน็ตปกติ	271	162.29	18.76		

จากตาราง 6 พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เนตปกติ มีคะแนนสุขภาวะทางจิตน้อยกว่าวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เนตปกติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 จึงสรุปได้ว่าวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนตปกติ มีสุขภาวะทางจิตทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยด้านความเหงาว่าเหว และความเครียดดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เนตปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนองค์ประกอบย่อยด้านความต้องการความรัก และ ความซึมเศร้าไม่พบความแตกต่าง

ตอนที่ 6 การวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนต กับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เนตตามสมมติฐานข้อ 6 คือวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนต มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เนต

ตาราง 7 ตารางแสดงการเปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนต กับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เนต โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม

สุขภาวะทางจิต/ การเสพติดอินเทอร์เน็ตระหว่างหญิงและชาย	N	$\bar{X}$	SD	t	P-Value
ความต้องการความรัก					
หญิงเสพติดอินเทอร์เน็ต	146	48.70	5.97	1.97*	.05
ชายเสพติดอินเทอร์เน็ต	161	49.93	4.94		
ความเหงาว่าเหว					
หญิงเสพติดอินเทอร์เน็ต	146	42.40	3.52	1.23	.22
ชายเสพติดอินเทอร์เน็ต	161	42.84	3.85		
ความซึมเศร้า					
หญิงเสพติดอินเทอร์เน็ต	146	41.15	5.60	.72	.47
ชายเสพติดอินเทอร์เน็ต	161	42.20	6.55		
ความเครียด					
หญิงเสพติดอินเทอร์เน็ต	146	36.50	8.64	1.29	.19
ชายเสพติดอินเทอร์เน็ต	161	37.84	9.91		
สุขภาวะทางจิตรวม					
หญิงเสพติดอินเทอร์เน็ต	146	168.70	16.31	1.88	.06
ชายเสพติดอินเทอร์เน็ต	161	172.82	18.36		

จากตาราง 7 พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีคะแนนสุขภาวะทางจิตไม่แตกต่างจากวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 จึงสรุปได้ว่าวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีสุขภาวะทางจิตไม่แตกต่างจาก วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อย

เมื่อพิจารณาในองค์ประกอบย่อยด้านความต้องการความรัก พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีคะแนนสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต โดยจำแนกตามตัวแปร การเสพติดอินเทอร์เน็ต ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ต ระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ต และเพศ ว่ามีผลอย่างไรต่อสภาวะทางจิต 4 ด้าน คือ ด้านความต้องการความรัก ด้านความเหงาว่าเหว ด้านความซึมเศร้า และด้านความเครียด ซึ่งพอสรุปขั้นตอนและผลการศึกษาค้นคว้าได้ดังนี้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต
2. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามตัวแปร ระดับการศึกษา
3. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามตัวแปร ประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ต
4. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามตัวแปร ระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ต
5. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ ตามตัวแปรเพศ
6. เพื่อเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ตามตัวแปรเพศ

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีสภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต
2. วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า มีสภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมีระดับการศึกษาต่ำกว่า
3. วัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ตนานกว่า มีสภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีประสบการณ์น้อยกว่า
4. วัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตน้อยกว่า มีสภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพติดอินเทอร์เน็ตมากกว่า
5. วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีสภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ
6. วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีสภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

วิธีการดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นกลุ่มนักเรียนชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ประจำปีการศึกษา 2545 ในโรงเรียนมัธยมขนาดใหญ่ของรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน จำนวน 4 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย โรงเรียนราชวินิต (มัธยม) โรงเรียนสีกัน (วัฒนานันท์อุปถัมภ์) และโรงเรียนประชากรราษฎร์อุปถัมภ์ จำนวน 420 คน และกลุ่มนักศึกษาชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยของรัฐในระดับชั้นปีที่ 1 – 4 ประจำปีการศึกษา 2545 ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน จำนวน 4 มหาวิทยาลัย ได้แก่ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จำนวน 448 คน รวมทั้งสิ้น 868 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากตาราง Yamane (Yamane. 1970, p. 886)

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามรายละเอียดเกี่ยวกับลักษณะประชากรตามตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ต และระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ต

ส่วนที่ 2 เป็นแบบทดสอบเกี่ยวกับการเสพอินเทอร์เน็ตมีจำนวน 10 ข้อ โดยการให้ผู้เสพอินเทอร์เน็ตตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยปรับปรุงจากเกณฑ์ข้อคำถามของ Kimberly S Young นักจิตวิทยาที่ได้จัดประเภทของผู้เสพติดอินเทอร์เน็ต ซึ่งผู้วิจัยสร้างข้อคำถามโดยยึดตามแบบสอบถามของ Young ให้มีลักษณะคำตอบว่าใช่ กับ ไม่ใช่ ผู้ที่ตอบแบบสอบถามว่าใช่ 4 ข้อ หรือเกิน 4 ข้อขึ้นไปถือว่าเป็นผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตและผู้ตอบว่าใช้น้อยกว่า 4 ข้อถือว่าเป็นผู้เสพอินเทอร์เน็ตปกติ

ส่วนที่ 3 แบบทดสอบสุขภาวะทางจิตด้านความต้องการความรัก แบบทดสอบสุขภาวะทางจิตด้านความว่าเหว แบบทดสอบสุขภาวะทางจิตด้านความซึมเศร้า และแบบทดสอบสุขภาวะทางจิตด้านความเครียด โดยมีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating Scale) ชนิด 5 อันดับ คือ ในกรณีที่ข้อคำถามเป็นไปในทางบวก เกณฑ์การให้คะแนนมีลักษณะดังนี้ มากที่สุด เท่ากับ 5 มาก เท่ากับ 4 ปานกลาง เท่ากับ 3 น้อย เท่ากับ 2 และน้อยที่สุด เท่ากับ 1 ส่วนข้อคำถามที่เป็นไปในทางลบ เกณฑ์การให้คะแนนมีลักษณะดังนี้ มากที่สุด เท่ากับ 1 มาก เท่ากับ 2 ปานกลาง เท่ากับ 3 น้อย เท่ากับ 4 และน้อยที่สุด เท่ากับ 5 ดังนั้นพิสัยของคะแนนอยู่ระหว่าง 60-300 ดังนั้นจะสามารถวิเคราะห์ถึงระดับของสุขภาวะทางจิตในด้านต่าง ๆ ได้ตามคะแนนของผู้เสพอินเทอร์เน็ต

การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

1. หาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน เป็นผู้พิจารณาเนื้อหาว่าตรงตามนิยามปฏิบัติการหรือไม่ นอกจากนั้นยังตรวจสอบภาษาว่ารัดกุมและเข้าใจตรงกันด้วย

2. หาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) และหาค่าอำนาจจำแนก โดยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item – test Correlation) ได้ค่าอำนาจจำแนกรายข้อตามตาราง 8

3. หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา สูตรของครอนบัค โดยผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา จำนวน 80 คน แล้วนำมาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตร α - Coefficient ได้ค่าความเชื่อมั่นในแบบสอบถามส่วนที่ 3 เท่ากับ .9791

ส่วนองค์ประกอบย่อยได้ค่าความเชื่อมั่นดังนี้

ความต้องการความรัก เท่ากับ .9262

ความเหงาว่าเหว เท่ากับ .9310

ความซึมเศร้า เท่ากับ .9446

ความเครียด เท่ากับ .9497

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. นำหนังสือที่ทางบัณฑิตวิทยาลัยออกให้ไปติดต่อกับโรงเรียนและมหาวิทยาลัยที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล
2. นำแบบสอบถามไปทดสอบกลุ่มตัวอย่างตามวัน เวลาที่ให้การอนุญาตเก็บข้อมูล โดยจะเก็บข้อมูลครั้งละ 20 นาที และเก็บข้อมูลให้ครบจำนวนกลุ่มตัวอย่างภายในเวลา 3 เดือนนับจากที่ได้การอนุญาตให้จัดเก็บข้อมูล
3. การเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง 868 คน ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์จากแบบสอบถามจำนวน 865 ฉบับ หรือร้อยละ 99.65 ส่วนที่ขาดหายไป 3 ฉบับเกิดจากการตอบแบบสอบถามไม่ครบถ้วนทั้ง 3 ส่วนของกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัย ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โปรแกรม SPSS for windows ดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน
2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง โดยใช้สถิติ t (t – test) แบบ Independent เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ถึงข้อที่ 6

สรุปผลการวิจัย

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยสรุปผลการวิจัยและนำเสนอผลเป็น 6 ข้อใหญ่ ดังนี้

1. การเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต พบว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน
2. การเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า กับวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า พบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตซึ่งมีระดับการศึกษาสูงกว่ามีสุขภาวะทางจิตไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อย ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 คือ วัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า

มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่ากัน ยกเว้นในองค์ประกอบด้านความต้องการความรัก พบว่าวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เนตซึ่งมีระดับการศึกษาสูงกว่ามีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เนตที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. เปรียบเทียบวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตมากกว่า 2 ปี กับวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตไม่เกิน 2 ปี พบว่า วัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตมากกว่า 2 ปี มีสุขภาวะทางจิตไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนตไม่เกิน 2 ปี ทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อย ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

4. เปรียบเทียบวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เนต 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ กับวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เนต 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ พบว่า สุขภาวะทางจิตในภาพรวม ในองค์ประกอบย่อยด้านความต้องการความรัก และด้านความเข้มแข็งของวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มนี้ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4

ส่วนในองค์ประกอบด้านความเหงาว่าเหวและความเครียด พบว่า วัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เนต 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เนต 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ส่วนด้านความเครียด พบว่า วัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เนต 1 – 8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีสุขภาวะจิตไม่ดีเท่ากับวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เนต 9 – 15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. เปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เนตปกติ กับวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เนตปกติ พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เนตปกติ มีสุขภาวะทางจิตในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยด้านความเหงาว่าเหวและความเครียดดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เนตปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 5 ส่วนในองค์ประกอบย่อยด้านความต้องการความรักและความเข้มแข็งไม่พบความแตกต่าง ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

6. เปรียบเทียบวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนต กับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เนต พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนต มีสุขภาวะทางจิตทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยไม่แตกต่างกับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เนต ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 ยกเว้นองค์ประกอบย่อยด้านความต้องการความรักที่พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เนต มีสุขภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เนต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ผลการวิจัยเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตซึ่งประกอบด้วย 4 องค์ประกอบย่อย คือ ความต้องการความรัก ความเหงาว่าเหว ความเข้มแข็ง และความเครียด ของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เนตตามตัวแปรอิสระ คือ การเสพอินเทอร์เนต (การเสพอินเทอร์เนตปกติ และการเสพติดอินเทอร์เนต) ระดับการศึกษา (มหาวิทยาลัย และมัธยมศึกษาตอนปลาย) ประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เนต (มากกว่า 2 ปี และ ไม่เกิน 2 ปี) ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เนต (1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ และ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์) และเพศ (หญิง และชาย) ซึ่งถ้าผลการวิจัย พบว่า กลุ่มที่มีคะแนนสุขภาวะทางจิตน้อย แสดงว่าสุขภาวะทางจิตดี และในการทางตรงข้าม ถ้ากลุ่มที่ได้คะแนน

สุขภาวะทางจิตมาก แสดงว่าสุขภาวะทางจิตไม่ดี ซึ่งผู้วิจัยพบผลการวิจัยที่สอดคล้องกับสมมติฐานและไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน โดยการอภิปรายผลจะแบ่งเป็นสองส่วนทั้งในสุขภาวะทางจิตรวม และด้านองค์ประกอบย่อยได้ดังนี้

1. การเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตพบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีสุขภาวะทางจิตทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยทั้ง 4 ด้านดีกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 จากผลการวิจัยสามารถวิเคราะห์สาเหตุได้ว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมีสภาวะที่เป็นสุขจากการเสพติดอินเทอร์เน็ต รวมทั้งอาจมีจุดประสงค์ในการเข้าไปเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างแนบแน่น แต่วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตอาจเกิดสภาวะที่ไม่เป็นปกติสุขทางจิตใจ ด้วยสาเหตุที่ว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตใช้กิจกรรมในไซเบอร์สเปซทดแทนสิ่งที่เป็นไปได้ยากในโลกแห่งความจริง อาทิ ไม่มีอิสระเสรี ไม่สามารถพูดคุยหรือเสรีภาพภายในโรงเรียน และครอบครัวย่างเต็มที่ จึงทำให้วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตเข้าไปในอินเทอร์เน็ตเพื่อกิจกรรมบางอย่าง เช่นเล่นเกมออนไลน์ พูดคุยกับเพื่อนทั้งชาวต่างชาติ และเพื่อนในชาติเดียวกัน แต่เมื่อเสพติดมากเกินไปจนก่อให้เกิดความสับสนทางจิตใจ ซึ่งเป็นอาการของโรค PIU (Pathological Internet Use) (Davis. 1976) หรือเกิดความผิดปกติอันเนื่องจากการเสพติดอินเทอร์เน็ต เพราะการเข้าไปในโลกแห่งไซเบอร์สเปซนั้นเป็นเพียงโลกเสมือนไม่ใช่โลกแห่งความจริง ซึ่ง ยัง ได้เสนอความผิดปกติต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตว่าจะมีลักษณะ เผ่าคิดถึงแต่อินเทอร์เน็ต หงุดหงิด หดหู่ เศร้าโศก เมื่อรู้สึก อยากถอนตัวจากระบบแต่ถอนไม่ได้ เป็นต้น (Young. 1996) แสดงให้เห็นว่าจากอาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นนี้มีผลต่อสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตในแง่ลบ ดังนั้นวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติจึงมีสุขภาวะทางจิตดีกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

ส่วนในองค์ประกอบย่อย 4 ด้าน อภิปรายผลได้ดังนี้

ด้านความต้องการความรัก

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีความต้องการความรักน้อยกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติมีความต้องการความรักน้อย เมื่อเทียบกับวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ผลการวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมีความต้องการความรักมาก ซึ่งอาจเกิดจากหลายสาเหตุด้วยกัน ประการแรกวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตอาจติดกิจกรรมในไซเบอร์สเปซอันเป็นกิจกรรมที่สนองความต้องการทางจิตใจและสังคมที่ตนเองได้รับไม่เพียงพอในชีวิตจริง เช่น การเข้าไปพูดคุยสนทนากับเพื่อนๆ ตามห้องสนทนาต่างๆ ประการที่สอง การมีข้อจำกัดในด้านบุคลิก รูปร่าง หน้าตา น้ำเสียง ฯลฯ จึงทำให้ความปรารถนาที่จะเจริญสัมพันธ์ภาพกับเพศตรงข้ามในชีวิตจริงต้องสะดุดลง แต่การเลือกใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อเป็นช่องทางในการเติมเต็มความรักอาจเป็นสิ่งที่สามารถเปิดเผยความรู้สึกส่วนตัวได้มากกว่า ประการที่สาม คนรักในชีวิตจริงอาจไม่เคยให้ในสิ่งที่วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตต้องการ เช่น ต้องการปรึกษาเรื่องส่วนตัวบางอย่างที่เขาไม่กล้าเปิดเผยเพราะกลัวจะเกิดปัญหขึ้น จึงหาทางออกด้วยการไปปรึกษากับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต ประการที่สี่ วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตเหล่านี้อาจเป็นทาสของความรัก ด้วยวิธีจินตนาการว่าตนเองมีคนรักทางอินเทอร์เน็ต ซึ่งแท้ที่จริงแล้ววัยรุ่นเหล่านี้จะไม่ทราบถึงตัวตนที่แท้จริง และไม่ได้รับความจริงใจจากการติดต่อคบหาเพื่อนทางอินเทอร์เน็ตเลย ฉะนั้นปัจจัยทุกประการที่อาจเป็นสาเหตุให้วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตเข้าไปหมกหมุ่นในโลกไซเบอร์สเปซนี้อาจจะยิ่งกระตุ้นให้เกิดความต้องการความรักมากขึ้น เพราะโลกในไซเบอร์สเปซเป็นเพียงโลกเสมือน ซึ่งไม่อาจทดแทนสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้นได้ การเสพติดอินเทอร์เน็ตในลักษณะนี้ ซูเลอร์ วิเคราะห์ว่า ผู้ที่ไม่สามารถหาความรักในโลกปัจจุบันได้จะไปไขว่คว้าจากในอินเทอร์เน็ตเพราะวัยรุ่นเหล่านี้ขาดความรัก (Suler. 1996) และสอดคล้องกับคำกล่าวของ เมริสสา เฮิร์ท ออร์เชก ที่ว่า

คนที่อายุน้อย ได้รับความกดดันอาจจะอยากเป็นของใครสักคนรวมกับความต้องการทางเพศที่ตนมี ในความต้องการเหล่านี้สำเร็จได้ด้วยอินเทอร์เน็ต (อรวรรณ อบรมย์, 2543 ; เมวิสซา เฮิร์ท ออร์แซค) แต่เมื่อวัยรุ่นเข้าไปในโลกแห่งไซเบอร์สเปซจนเสพติดอินเทอร์เน็ตแล้วปริมาณของความต้องการความรักที่กำลังไขว่คว้าอยู่นั้นพบว่ามากกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติตามผลการวิจัย

ด้านความเหงาว่าเหว

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีความเหงาว่าเหวน้อยกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 จากผลการวิจัยนี้อาจมีสาเหตุหลายประการที่ทำให้วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมีความเหงาว่าเหวมากกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ ประการแรกอาจเกิดจาก ความต้องการเป็นตัวของตัวเอง ต้องการมีอิสระเสรี หรือชอบแยกตัวเป็นอิสระ ซึ่งการเข้าไปอยู่ในโลกแห่งไซเบอร์สเปซในลักษณะอาการเสพติดอินเทอร์เน็ต อาจทำให้วัยรุ่นเหล่านี้เสพติดอินเทอร์เน็ตมากเกินไปจนลืมสังคนรอบข้าง เห็นห่างกับคนรักในชีวิตจริง ความว่าเหวจึงเกิดขึ้นมาก ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ยัง ที่พบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตจะเกิดสถานการณ์ทุกขใจที่ต้องสูญเสียคนรักในชีวิตจริงไป (Young, 1996) และสถานการณ์แห่งความทุกขใจนี้จะก่อให้เกิดความว่าเหวขึ้น (Martin and Osborne, 1989 ; citing Young, 1982) ประการที่สอง วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตอาจต้องการดิ้นรน หรือหาวิธีการใหม่ๆ เพื่อที่จะแก้ปัญหาความว่าเหวในจิตใจ โดยอินเทอร์เน็ตอาจเป็นช่องทางในการหาวิธีการใหม่ๆ เพื่อขจัดความเหงาว่าเหว แต่เมื่อเสพติดไปนานๆ วิธีการเหล่านี้อาจไม่ได้ช่วยบรรเทาความว่าเหวที่มีอยู่แต่ผลกลับพบว่ามีความว่าเหวมากกว่าคนที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ ประการที่สาม เกิดจากความไม่พอใจในจำนวนเพื่อนทางอินเทอร์เน็ตและเพื่อนในโลกแห่งความจริง ซึ่งความไม่พอใจจำนวนเพื่อนนี้อาจไม่ได้หมายถึงปริมาณของเพื่อนที่กำลังคบอยู่ แต่อาจหมายถึงคุณภาพของเพื่อนที่คบหรือติดต่อยุ่กันไม่ได้ทำให้เกิดความพอใจหรือคบกันในลักษณะไม่มีความจริงใจ และเลิกซึ่งเท่าที่ควร ดังนั้นหากวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตเข้าไปเพื่อนต้องการจะหาเพื่อนนั้น ความต้องการนี้อาจไม่ประสบผลสำเร็จ เพราะเพื่อนที่ตนคบอยู่ในโลกแห่งไซเบอร์สเปซอาจหายไปเมื่อใดก็ได้ ฉะนั้นการเสพติดอินเทอร์เน็ตในลักษณะอาการติด จึงทำให้เกิดความเหงาว่าเหวได้มากกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ ตามผลการวิจัย

ด้านความซึมเศร้า

ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีความซึมเศร้าน้อยกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 จากผลการวิจัย แสดงให้เห็นว่าการเสพติดอินเทอร์เน็ตจะก่อให้เกิดความซึมเศร้ามากกว่า การเสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ ในจุดนี้ทฤษฎีของ โบว์บี เชื่อว่า สาเหตุอาจต่อเนื่องมาจากการขาดความรัก เพราะการขาดความรักจะส่งผลให้เกิดความซึมเศร้าตามมา (Bowlby) อีกทั้งความซึมเศร้านี้อาจสะสมมาตั้งแต่ในวัยทารก คือ เกิดปัญหาขึ้นจากความสัมพันธ์ที่เห็นห่างกับพ่อ แม่ จึงทำให้เกิดความซึมเศร้าขึ้นในช่วงต้นของชีวิตและสะสมมากขึ้นเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎี Ego Psychology ของ จาค็อบสัน (ดวงใจ กสานติกุล, 2542 ; อ้างอิงจาก จาค็อบสัน, 1984) ที่อธิบายว่า ภาวะซึมเศร้าเกิดจากการขาดความรัก ความอบอุ่น ในวัยทารก มีความคับแค้นใจ ทำให้มีการหยุดชะงักของพัฒนาการด้าน Ego และ Superego บุคคลเหล่านี้จึงไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับโลกแห่งความเป็นจริงด้วยวิธีการที่เหมาะสม ส่งผลให้หมดความภาคภูมิใจในตัวเองและรู้สึกไร้ค่าอันเป็นลักษณะของความซึมเศร้า ซึ่งผลการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้พบว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมีความต้องการความรักมากกว่าวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ ดังนั้นความต้องการความรักที่มีมาก ประกอบกับการสะสมความซึมเศร้ามานี้ตั้งแต่ในวัยเด็ก จึงมีผลให้เกิดความซึมเศร้ามากขึ้นเมื่อเข้าไปเสพติดอินเทอร์เน็ต ในขณะที่

ความเครียด

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีความเครียดน้อยกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ผลการวิจัยที่พบแสดงให้เห็นว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมีความเครียดมากกว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ซึ่งสาเหตุอาจเกิดจาก ปฏิกริยาทางร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้นกับผู้เสพติดอินเทอร์เน็ตส่งผลให้เกิดความเครียด เพราะการเสพติดอินเทอร์เน็ตจะก่อให้เกิดอาการต่างๆ มากมายตามที่ ยัง ได้สรุปว่า ผู้ที่เสพติดจะเฝ้าคิดถึงแต่อินเทอร์เน็ต ไม่สามารถควบคุมการใช้อินเทอร์เน็ต รู้สึกหงุดหงิด และเครียดเมื่ออยากถอนตัวจากการใช้แต่ถอนตัวไม่ได้ (Young, 1996) ก่อปรกับความกระวนกระวายใจอันเนื่องมาจากการที่เฝ้าหน้าจอ หรือความปรารถนาต่างๆ ที่วัยรุ่นต้องการจะได้รับจากการเสพติดอินเทอร์เน็ต ไม่ได้รับการตอบสนองหรือผิดพลาดไปจากเป้าหมายที่ต้องการ เช่น การรอคอย e-mail จากคู่รักทางอินเทอร์เน็ต หรือ ความต้องการที่จะเข้าไปสนทนากับเพื่อนกลุ่มเดิมในห้องสนทนาต่างๆ ซึ่งอาจเป็นการรอคอยที่เลื่อนลอยเพราะไม่ทราบว่าจะตอบหรือคู่รักทางอินเทอร์เน็ต จะตอบมาหรือเข้ามาคุยด้วยตามที่หวังไว้หรือไม่ เป็นต้นดังนั้นความเครียดของผู้ที่รอคอยในลักษณะการเสพติดจึงเกิดขึ้นมากกว่าผู้ที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ

2. การเปรียบเทียบสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตตามตัวแปรระดับการศึกษา พบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตในระดับมหาวิทยาลัย มีสภาวะทางจิตไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยด้านความซึมเศร้าและความเครียด ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 จากผลการวิจัยที่ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานในเรื่องของระดับการศึกษานี้ ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานจากงานวิจัยเชิงสำรวจของเบรนนอร์ที่พบว่าวัยรุ่นที่มีอายุน้อยกว่าซึ่งหมายถึงวัยรุ่นในระดับมัธยมศึกษาชั้นมีรายงานปัญหาต่างๆ มากกว่าวัยรุ่นที่มีอายุมากกว่า (Brenner, 1997) รวมทั้ง จากการวิเคราะห์ถึงการเสพติดอินเทอร์เน็ตของ ซูลเลอร์ ที่กล่าวว่า การเสพติดอินเทอร์เน็ตจะลดลงเมื่อความใหม่ของอินเทอร์เน็ตหายไป (Suler, 1997) ซึ่งผู้วิจัยวิเคราะห์ว่าวัยรุ่นที่มีอายุมากกว่าหรือกำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยน่าจะมีกิจกรรมและมีประสบการณ์ในการใช้อินเทอร์เน็ตนานกว่าความรู้สึกว่าใหม่จึงมีน้อยกว่าการเสพติดอินเทอร์เน็ตจึงมีน้อยลง ผลการวิจัยแตกต่างจากสมมติฐานที่ตั้งไว้ อาจเนื่องมาจาก ประการแรก มีสาเหตุจากช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นช่วงวัยรุ่นเหมือนกันทั้งสองกลุ่ม ดังนั้นจึงมีความอยากรู้อยากเห็น ต้องการลองเทคโนโลยีใหม่ๆ ก่อปรกับความเปลี่ยนแปลงทางข้อมูลข่าวสาร และเว็บไซต์ต่างๆ เกิดขึ้นใหม่ๆ ตลอดเวลา จึงทำให้สภาวะทางจิตของวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มไม่แตกต่างกัน ประการที่สอง อาจมาจากการสาเหตุของการที่วัยรุ่นเข้าไปในไซเบอร์สเปซเพื่อปลดปล่อยความเครียด อันอาจเกิดจากการสะสมสภาวะทางจิตที่ได้รับมาในช่วงวัยเด็กพอๆ กัน ดังจะเห็นได้จากค่าเฉลี่ยของวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 163.95 และ 163.96 ตามลำดับ ซึ่งคะแนน 163 เป็นคะแนนค่อนข้างสูง แสดงให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นทั้งสองกลุ่ม มีสภาวะทางจิตไม่ดีพอๆ กัน ฉะนั้นจึงมีผลให้สภาวะทางจิตของวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มนี้ไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาในองค์ประกอบย่อย

ด้านความต้องการความรัก

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย มีความต้องการความรักน้อยกว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 จากผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าอาจมีสมดุลในการให้และรับความรักจากผู้อื่น ถึงแม้ว่าจะเป็น การให้และรับ

ด้านความต้องการความรัก

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย มีความต้องการความรักน้อยกว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 จากผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าอาจมีสมดุลในการให้และรับความรักจากผู้อื่น ถึงแม้ว่าจะเป็น การให้และรับความรักในโลกแห่งไซเบอร์สเปซก็ตาม รวมทั้งมีความสามารถในการเจริญสัมพันธภาพกับคนทั่วโลกและสิ่งต่างๆ ให้เข้ากับตัวเองได้เป็นอย่างดี ประกอบกับการมีกิจกรรมกับเพื่อนในชั้นเรียน กิจกรรมในชมรม มีความเป็นอิสระทางความคิด และเปิดเผยที่จะมีคนรักในชีวิตจริงได้มากกว่าเพราะมีวุฒิภาวะมากกว่า ในขณะที่วัยรุ่นในระดับมัธยมปลายอาจถูกตีกรอบจากครอบครัว และโรงเรียนมากกว่าในการคบหาเพื่อนต่างเพศ ดังนั้นการแสวงหาอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่นในระดับมัธยมศึกษา จึงอาจเป็นการระบายความคับคั่งหรือความต้องการความรักที่ตนเองไม่สามารถมีได้ในโลกแห่งความจริง รวมทั้งวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมปลายอาจมีปัญหาเรื่องการปรับตัว และยังติดตรึงอยู่กับการขาดความรักความอบอุ่นในวัยเยาว์ พร้อมๆ กับการที่เพิ่งจะอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นความอยาก رؤ้อยากเห็นในเรื่องเพศจึงมีมากกว่าวัยรุ่นตอนปลายซึ่งเป็นวัยรุ่นในระดับมหาวิทยาลัย ฉะนั้นจึงอาจแสวงหาอินเทอร์เน็ตเพื่อทดแทน และกลบเกลื่อนปมปัญหาของตน ทำให้วัยรุ่นเหล่านี้เกิดความต้องการความรักมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เบรนนอร์ ที่พบว่า ผู้แสวงหาอินเทอร์เน็ตที่อายุน้อยกว่าจะมีปัญหามากกว่าผู้แสวงหาอินเทอร์เน็ตที่มีอายุมาก (<http://www.findsvp.com>)

ด้านความเหงาว่าเหว

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี มีความเหงาว่าเหวน้อยกว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลตรงกับความเหงาว่าเหวที่ได้กล่าวไว้ในข้อ 1 ดังนั้นจึงอภิปรายผลได้เช่นเดียวกัน

ด้านความซึมเศร้า และความเครียด

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี มีความซึมเศร้า และความเครียดไม่แตกต่างจาก วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย สาเหตุที่ไม่พบความแตกต่างอาจเกิดจากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มนี้เป็น วัยรุ่นเหมือนกัน และเนื่องจากความซึมเศร้าจะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น (Kolb, 1968) ดังนั้นจึงเห็นได้จากค่าเฉลี่ยของความซึมเศร้า ในวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่แสวงหาอินเทอร์เน็ต มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 40.10 และ 40.01 ตามลำดับ ซึ่งคะแนน 40 เป็นคะแนนที่ค่อนข้างสูง แสดงให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นทั้งสองกลุ่ม มีความซึมเศร้าสูงพอๆ กัน อีกทั้ง เคราท์ วิเคราะห์ว่า ความซึมเศร้าจะถูกกระตุ้นให้เกิดขึ้นจากความเครียด ซึ่งผลการวิจัยของผู้วิจัยนี้สอดคล้องกับ การวิเคราะห์ของเคราท์ นั่นคือ วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี มีความเครียดไม่แตกต่างจาก วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยจะเห็นได้ว่า ค่าเฉลี่ยของความเครียด ในวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 34.84 และ 33.85 ตามลำดับ ซึ่งคะแนน 33.84 เป็นคะแนนที่ค่อนข้างสูง แสดงให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มมีความเครียดสูงพอๆ กัน ดังนั้นสาเหตุของความซึมเศร้า และความเครียดในวัยรุ่นที่แสวงหาอินเทอร์เน็ตทั้งสองกลุ่ม ซึ่งเกิดขึ้นสูงพอๆ กันนี้อาจเกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามวัย คือ จากวัยเด็กสู่ผู้ใหญ่ ตามทฤษฎีของอริกสัน กล่าวไว้ว่าเป็นช่วงวิกฤตตามวัยช่วงหนึ่ง ที่วัยรุ่นจะเกิดความสับสน ต้องการมีอิสระ และเอกลักษณ์ในตนเอง ต้องการรู้จักตนเองอย่างแท้จริงในทุกด้าน ทั้งด้านความสามารถ ความสนใจ จะประกอบอาชีพอะไร และมีอุดมคติในชีวิตอย่างไร รวมทั้งเกิดความ

พัฒนาการด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ถ้ามีความมั่นคงวัยรุ่นก็ประสบความสำเร็จในแผนที่วางไว้ แต่ถ้ามีความกังวลในตนเองความเชื่อมั่นในตนเองก็ไม่เกิดขึ้น ในจุดนี้วัยรุ่นอาจหาทางออกเพื่อลดความกังวลในตัวเองลงโดยการเข้าไปเสพอินเทอร์เน็ต ดังนั้นเมื่อยิ่งเล่นจึงเกิดความซึมเศร้าและความเครียดพองๆ กัน

3. การเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต ตามตัวแปรประสบการณ์ ซึ่งเปรียบเทียบวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตมากกว่า 2 ปี กับวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปี ทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบย่อย 4 ด้าน ผลการวิจัยไม่พบความแตกต่างของวัยรุ่นทั้งสองกลุ่ม ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3 ที่ผู้วิจัยตั้งขึ้นจากงานวิจัยของเคราท์ ที่ได้ทำการวิจัยเชิงทดลองกับวัยรุ่นที่ใช้อินเทอร์เน็ตใน 1-2 ปีแรก พบว่า วัยรุ่นที่ใช้อินเทอร์เน็ตนาน มีสุขภาวะทางจิตด้านความเหงาว่าเหว ความซึมเศร้า และความเครียดมากกว่า วัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตน้อย (Krunz, et al. 1998) แต่ผลการวิจัยในอีกสามปีต่อมาของเคราท์ได้พบว่า ประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตไม่มีผลต่อสุขภาวะทางจิตด้านความเหงาว่าเหว และความซึมเศร้า แต่ยังคงพบว่าวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตอย่างต่อเนื่อง 3-4 ปี มีความเครียดเพิ่มขึ้น (Krunz. 2001) จากผลการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยไม่พบความแตกต่างทั้งในภาพรวม และองค์ประกอบย่อยของสุขภาวะทางจิต จึงแตกต่างจากงานวิจัยของเคราท์ ซึ่งสาเหตุอาจมาจากงานวิจัยของเคราท์เป็นงานวิจัยเชิงทดลอง และทำกับกลุ่มวัยรุ่นที่ใช้เวลาในการเล่นอินเทอร์เน็ตอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งแตกต่างจากวัยรุ่นไทยที่ผู้วิจัย พบว่า ประสบการณ์การเสพอินเทอร์เน็ตไม่ว่าจะมีประสบการณ์ใน 2 ปีแรก หรือมากกว่า 2 ปีขึ้นไป รวมทั้งวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาเดียวกันมีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตแตกต่างกัน สุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มนี้ก็ไม่ได้แตกต่างกัน (ดูผลได้จากภาคผนวก ตาราง 9 และ 10) การที่ประสบการณ์ไม่ได้เป็นตัวแปรที่ทำให้สุขภาวะทางจิตในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยทั้ง 4 ด้านของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตทั้งสองกลุ่มไม่แตกต่างกันนั้น อาจเป็นเพราะวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรม หรือกิจกรรมจากการเสพอินเทอร์เน็ตที่คล้ายคลึงกัน อาทิการเข้าไปเพื่อค้นหาข้อมูลในการทำรายงาน หรือส่งจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ การพูดคุยกับเพื่อนๆ ออนไลน์เหมือนกัน เป็นต้น ส่วนในเรื่องการเก็บข้อมูลนั้นผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตโดยจากกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามพบว่าทุกคนมีระยะเวลาเกิน 1 ปี ในจุดนี้ผู้วิจัยวิเคราะห์ได้ว่าระยะเวลา 1 ปีเป็นเวลานานพอควรที่จะคุ้นเคยกับการปรับตัว และเรียนรู้เกี่ยวกับการใช้อินเทอร์เน็ตได้อย่างคล่องแคล่วและรวดเร็ว ฉะนั้นเมื่อมีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตเกินหนึ่งปี จึงไม่พบความแตกต่างในสุขภาวะทางจิตของผู้เสพทั้งสองกลุ่ม อย่างไรก็ตามผลการวิจัยที่ไม่ตรงกับผลการวิจัยของเคราท์นี้ อาจเป็นเพราะวิธีการวิจัยของผู้วิจัยเป็นเพียงการวิจัยเชิงสำรวจ ส่วนการวิจัยของเคราท์เป็นการวิจัยเชิงทดลองที่มีความเข้มข้นมากกว่า

4. การเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ตตามตัวแปรด้านระยะเวลา โดยเปรียบเทียบวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ กับวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ พบว่า ทั้งสองกลุ่มมีสุขภาวะทางจิตในภาพรวมไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 4 จากผลการวิจัยที่ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ผู้วิจัยตั้งจากเอกสารงานวิจัยทั้งของเคราท์ และเบรนนเนอร์ ที่พบว่าการเสพอินเทอร์เน็ตในระยะเวลาติดต่อกันหลายๆ ชั่วโมงจะส่งผลต่อสุขภาวะทางจิต และก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ขึ้นมากกว่าผู้ที่ใช้ระยะเวลาในการเสพน้อย (Krunz. 1998, Victor Branner. 1997) นั้นอาจมีสาเหตุมาจากพฤติกรรมการเสพอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่นไทยอาจใช้อินเทอร์เน็ตไม่ติดต่อกัน 8 ชั่วโมงหรือ 15 ชั่วโมงภายในวันเดียว จึงไม่พบความแตกต่างในภาพรวม

ส่วนในองค์ประกอบย่อย พิจารณาได้ดังนี้

ด้านความต้องการความรัก

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีความต้องการความรัก ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ โดยเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ กับวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ พบว่า มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 48.00 และ 48.30 ตามลำดับ ดังจะเห็นได้ว่คะแนนเฉลี่ย 48 นั้นเป็นคะแนนที่ค่อนข้างสูง ดังนั้น วัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีความต้องการความรักสูงพอๆ กับวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ ซึ่งจากผลการวิจัยนี้อาจมีสาเหตุเกิดจากการที่วัยรุ่นทั้งสองกลุ่มใช้โลกในไซเบอร์สเปซเพราะเห็นว่าเป็นกิจกรรมอันใหม่ เป็นทางเลือกใหม่ โดยวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มนี้อาจลุ่มหลงสภาพแวดล้อมในไซเบอร์สเปซเพราะสามารถสนองความต้องการและการสนับสนุนรูปแบบการคิดขั้นต้นที่ไร้จิตสำนึกเช่นเดียวกับความฝัน เช่น ฝันหวานว่าจะได้พบกับชาย หรือหญิงในอุดมคติจากโลกในไซเบอร์สเปซ ซึ่งในจุดนี้อินเทอร์เน็ตจึงอาจเป็นสิ่งที่สนองความต้องการความรักที่วัยรุ่นทั้งสองกลุ่มยังขาดอยู่ได้ หรือต้องการค้นหาคนที่เหมาะสมกับตนเองจริงๆ โดยเลือกไซเบอร์สเปซเป็นช่องทางหนึ่งในการสานฝันให้เป็นจริง

ด้านความเหงาว่าเหว

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีความเหงาว่าเหวน้อยกว่า วัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ สาเหตุของผลการวิจัยอาจเกิดจากกลุ่มในอินเทอร์เน็ตที่วัยรุ่นเข้าไปร่วมนั้นอาจเริ่มขยายตัว ก่อให้เกิดผู้ใช้รายใหม่จำนวนมากเข้าร่วมกลุ่มด้วย ความเปลี่ยนแปลงจึงไปเป็นอย่างรวดเร็วและมากกว่าในโลกแห่งความเป็นจริง เมื่อมีคนมากขึ้น และวัยรุ่นต้องการรักษาการเป็นสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้นจึงต้องกลับเข้าไปในกลุ่มนี้ตลอดเวลาเพราะไม่ต้องการให้ความสัมพันธ์เหล่านั้นจางหายไป ความรู้สึกกลัวในจิตใจไร้สำนึกอันเกี่ยวกับการต้องแยกทางและการถูกทอดทิ้งอาจจะเข้ามาหลอกหลอน ทำให้เกิดการเข้าไปร่วมกลุ่มในลักษณะของการถูกบังคับไปในตัว ฉะนั้นจึงทำให้ต้องใช้เวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก ด้วยเพราะกลัวว่าเพื่อนสมาชิกในไซเบอร์สเปซจะลืมตน ดังนั้นวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก จึงมีความเหงาว่าเหวมากกว่าวัยรุ่นที่มีระยะเวลาในการเข้าไปเล่นน้อย

ด้านความซึมเศร้า

วัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีความซึมเศร้าไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ โดยเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ กับวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ พบว่า มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 40.15 และ 39.80 ตามลำดับ ดังจะเห็นได้ว่คะแนนเฉลี่ย 40 นั้นเป็นคะแนนที่ค่อนข้างสูง ดังนั้น วัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ จึงมีความซึมเศร้าสูงพอๆ กับวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ ซูเลอร์ กล่าวว่ ความซึมเศร้า ลึนหวัง นี้เป็นสัญญาณเตือนของการใช้อินเทอร์เน็ตที่เป็นโรค (Suler, 1996) ซึ่งแม้ว่วัยรุ่นทั้งสองกลุ่มจะมีระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตพอๆ กัน แต่พบว่มีความซึมเศร้าสูงพอๆ กัน ดังนั้นวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มอาจใช้อินเทอร์เน็ตในลักษณะเสพติด หรือมีอาการสับสนทางจิตใจ ความซึมเศร้าจึงตามมา

ด้านความเครียด

วัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยคือ 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ มีความเครียดมากกว่า วัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตมาก คือ 9-15 ชั่วโมงขึ้นไปต่อสัปดาห์ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน สาเหตุอาจเกิดจากวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตน้อยมีความเครียดติดมาจากในโรงเรียน แต่เมื่อเล่นอินเทอร์เน็ตไปนานๆ ความเครียดเหล่านั้นอาจลดลง เพราะการเข้าไปเสพอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่นอาจเป็นไปเพื่อปลดปล่อยความเครียด และสร้างเสริมภาพให้กับตัวเองจากการใช้อินเทอร์เน็ต หรืออาจเป็นเพราะกิจกรรมในออนไลน์มีความใหม่ เช่น เกมสรีร์ค่น่าร็อค ซึ่งสามารถเล่นเกมส์และสนทนากับเพื่อนในออนไลน์ได้พร้อมๆ กัน มีการสนทนาแนะนำ เลือกลง และกำหนดบุคลิกภาพตัวเองเมื่อเข้าไปเล่นเป็นตัวละครในเกมนั้น ซึ่งวัยรุ่นบางรายเล่นติดต่อกัน 6-8 ชั่วโมง และเมื่อให้สัมภาษณ์จะกล่าวว่าดีกว่าไปติดยาเสพติด รวมทั้งกล่าวปิดท้ายว่าสนุกมาก เพลินดี (รายการเมืองไทยรายวัน, 4 มีนาคม 2546) ดังนั้นความใหม่ของกิจกรรมต่างๆ อาจทำให้วัยรุ่นเล่นนานจนเพลินและเกิดความเครียดน้อยกว่าวัยรุ่นที่ใช้ระยะเวลาในการเสพอินเทอร์เน็ตเพียง 1-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ซึ่งเฉื่อยแล้วอาจเล่นเพียง 1 ชั่วโมงต่อวัน

5. การเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ มีสุขภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สาเหตุของผลการวิจัยอาจเกิดจากเพศหญิงมีทักษะ และประสบการณ์ในการใช้คอมพิวเตอร์น้อยกว่าเพศชาย ดังนั้นเพศชายจึงมีแนวโน้มในการใช้อินเทอร์เน็ตมากกว่าเพศหญิง (Mohaiadin, 1996) จึงทำให้เพศชายมีกิจกรรมในไซเบอร์สเปซมากกว่า และยิ่งใช้เวลามากขึ้นสัมพันธภาพทางสังคมในชีวิตจริงก็ยิ่งลดลงเช่นกัน กอปรกับเพศชายมีความกล้า ที่จะเข้าไปดูเว็บไซต์ต่างๆ เช่น เว็บไซต์ลามก มากกว่าเพศหญิง ด้วยเพราะการอบรมสั่งสอน วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณีไทย สอนให้เพศหญิงสงวนกริยาท่าทีกับเพศตรงข้าม และไม่แสดงออกในเรื่องความต้องการทางเพศ จึงอาจทำให้เพศหญิงไม่เข้าไปหมกหมุ่นกับกิจกรรมทางเพศต่างๆ มากเท่าเพศชาย ดังนั้นวัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ มีสุขภาวะทางจิตดีกว่า วัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ ตามผลการวิจัย

ส่วนในองค์ประกอบย่อย พิจารณาได้ดังนี้

ด้านความต้องการความรัก

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ มีความต้องการความรัก ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ โดยเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของ วัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 47.57 และ 46.90 ตามลำดับ ซึ่งจะเห็นได้ว่าคะแนนเฉลี่ย 47.24 เป็นคะแนนที่ค่อนข้างสูง ดังนั้น วัยรุ่นหญิงที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ มีความต้องการความรักสูงพอๆ กับวัยรุ่นชายที่เสพอินเทอร์เน็ตปกติ สาเหตุของผลการวิจัยนี้อาจเกิดจาก ความต้องการความสัมพันธ์ซึ่งในเกือบทุกกิจกรรมในไซเบอร์สเปซนั้น ตอบสนองความต้องการพื้นฐานสำคัญของมนุษย์ นั่นคือความต้องการที่จะติดต่อสื่อสารกับคนอื่น วัยรุ่นทั้งสองกลุ่มอาจใช้ความสัมพันธ์ในไซเบอร์สเปซเพื่อเป็นตัวเสริมความสัมพันธ์ในโลกแห่งความจริงเหมือนกัน ผลที่ได้รับอาจจะไม่น่าพึงพอใจและทำให้หลายคนต้องผิดหวัง เพราะวัยรุ่นได้มอมขมกับดักและข้อจำกัดจากความสัมพันธ์แบบออนไลน์ไป เพราะไม่มีใครสามารถทราบได้อย่างแท้จริงว่าคนที่เราพูดคุย ติดต่อกับ หรือคิดว่าเป็นบุคคลในอุดมคติ นั้นแท้จริงแล้วมีหน้าตา และบุคลิกภาพเป็นอย่างไร สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความ

อยากรู้ อยากเห็น และต้องการที่จะเข้าไปใกล้ชิดและติดตามมากขึ้น ดังนั้นจึงทุ่มเทและจดจ่อกับบุคคลที่เราไม่รู้จักตัวคนที่แท้จริงนี้มากขึ้น ทำให้เกิดการฝึกฝนและต้องการหาทางเติมความรักที่ตนเองต้องการนี้ให้เต็มด้วยการหมกหมุ่นกับอินเทอร์เน็ตมากขึ้น ซึ่งวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มอาจตกอยู่ในสถานการณ์เช่นนี้เหมือนกัน ดังนั้น จึงมีความต้องการความรักสูงพอๆ กัน

ความเหงาว่าเหว

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีความเหงาว่าเหวน้อยกว่าวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ สาเหตุของผลการวิจัยนี้อาจเกิดจากวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตอาจใช้อินเทอร์เน็ตในการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆ ในโลกแห่งไซเบอร์สเปซเพียงผิวเผินเพราะข้อจำกัดทางเทคโนโลยีที่ผู้หญิงมีทักษะน้อยกว่า ขณะที่เด็กผู้ชายที่เพศชายมีความรู้สึกเหงาว่าเหวนั้นอาจเป็นเพราะมีความเชี่ยวชาญในเทคโนโลยีมากกว่า รวมทั้งกล้าที่จะเปิดเผยและเข้าไปติดต่อกับกลุ่มคนในไซเบอร์สเปซมากกว่า ซึ่งการเข้าไปติดต่อกับเพื่อนหรือหมกหมุ่นอยู่กับโลกในไซเบอร์สเปซของตัวเองมากเกินไป การปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในชีวิตจริงก็จะน้อยลงด้วย จึงส่งผลให้เกิดความเหงาว่าเหวขึ้นมากกว่าเพศหญิง

ความซึมเศร้า

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีความซึมเศร้าไม่แตกต่างจากวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนความซึมเศร้า ของวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ กับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ พบว่า คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 38.70 กับ 39.62 ตามลำดับ ซึ่งจะเห็นได้ว่าคะแนนเฉลี่ย 39.19 เป็นคะแนนที่ค่อนข้างสูง ดังนั้นวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีความซึมเศร้าสูง พอๆ กับ วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ ความซึมเศร้าสูงนี้อาจเกิดจากการขาดความรัก โบวบี เชื่อว่า ความเศร้าเกิดจากการขาดความรัก ไม่ได้ได้รับความรักอย่างเพียงพอ ซึ่งผลการวิจัยของผู้วิจัยในข้างต้นได้พบว่า วัยรุ่นทั้งสองกลุ่มนี้มีความต้องการความรักสูงพอๆ กัน ดังนั้นจากผลการวิจัยจึงได้ทราบถึงแนวโน้มของความซึมเศร้าที่มีสูงในระดับพอๆ กันด้วย

ความเครียด

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ มีความเครียดน้อยกว่าวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติ จากผลการวิจัยที่พบนี้อาจมีสาเหตุมาจาก เมื่อวัยรุ่นหญิงมีทักษะในการใช้คอมพิวเตอร์ไม่ดีเท่ากับวัยรุ่นชาย ฉะนั้นการที่เพศชายอาจหมกหมุ่นอยู่กับการใช้อินเทอร์เน็ตมากเกินไป เพื่อทำกิจกรรมหรือเข้าไปดูเว็บไซต์ต่างๆ เพื่อตอบสนองความต้องการทางเพศจึงอาจมีมากกว่าวัยรุ่นหญิง รวมทั้งการเข้าไปติดต่อกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่นชายอาจมีปริมาณความตั้งใจมากกว่า ซึ่งเมื่อมีความตั้งใจมากหรือเข้าไปหมกหมุ่นมาก ความเครียดก็อาจยังมีมากกว่าวัยรุ่นหญิงที่อาจใช้อินเทอร์เน็ตเพียงผิวเผิน ดังนั้นวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต จึงมีความเครียดน้อยกว่าวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

6. การเปรียบเทียบ สุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตในหญิง และชาย พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีสุขภาวะทางจิตไม่แตกต่างจากวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนสุขภาวะทางจิต ของวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต กับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต พบว่า คะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 168.70 กับ 172.82 ตามลำดับ ซึ่งจะเห็นได้ว่าคะแนนเฉลี่ย 170.76 เป็นคะแนนที่ค่อนข้างสูง ซึ่งสาเหตุอาจเกิดจากวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตและวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตใช้

กิจกรรมในไซเบอร์สเปซในลักษณะอาการสับสนทางจิตใจเหมือนกัน ทำให้ทั้งสองกลุ่มมีสภาวะทางจิตในภาพรวมสูง พอๆ กัน ฉะนั้นสาเหตุอาจเกิดจากความต้องการในการติดต่อสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ หรือการทำกิจกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการทางจิตใจของทั้งสองกลุ่มเป็นไปในทิศทางเดียวกัน เช่น หาคู่ทางออนไลน์ ฉะนั้นวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มจึงมีสภาวะทางจิตไม่แตกต่างกัน

ด้านความต้องการความรัก

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีความต้องการความรักน้อยกว่า วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากผลการวิจัยนี้อาจมีสาเหตุจากพฤติกรรมในการท่องเว็บไซต์ของวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตซึ่งมีจุดประสงค์เพื่อสนองความต้องการทางเพศ ในด้านที่มีความต้องการความรักและความใคร่ ฉะนั้นจึงมีพฤติกรรมในการเข้าไปดูเว็บไซต์ลามกมากกว่าเพศหญิง ในสิงคโปร์พบว่าเพศชายเข้าไปดูเว็บไซต์ประเภทเซ็กซ์ ถึงร้อยละ 68 รวมทั้งใช้เวลาดูนานกว่าเพศหญิง (มติชน. มีนาคม. 2544) สิ่งนี้แสดงให้เห็นถึงอาการของการเสพติดอินเทอร์เน็ตหรือติดเว็บไซต์ลามก และสาเหตุอาจมีลักษณะเดียวกับงานวิจัยของ Hyber ที่พบว่าวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตอาจเป็นคนที่ชอบเก็บตัวมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมน้อยหรือไม่มีเลยรวมทั้งนับถือตัวเองต่ำ (Griffiths. Feb. 1998 ; citing Hyber. 1995) ซึ่งผลจากการที่ไม่ได้ติดต่อสัมพันธ์กับผู้คนในชีวิตจริงเก็บตัวไม่มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและนับถือตัวเองต่ำนี้อาจทำให้ต้องการเติมความรักส่วนที่หายไปโดยเข้าไปในโลกแห่งไซเบอร์สเปซ อีกทั้งผลการวิจัยยังสะท้อนให้เห็นถึงความแตกต่างกันทางบุคลิกภาพซึ่งจะเห็นได้ว่าเพศชายมีความกล้าในการแสดงออกหรือเปิดเข้าไปดูเว็บไซต์ลามกต่างๆ มากกว่าเพศหญิงด้วย ซึ่งในทฤษฎีของแฮฟวิกเกอร์ส (Havighurst. 1953) ที่ได้ทำการศึกษาและสังเกตพฤติกรรมของวัยรุ่นโดยทั่วไปแล้วสรุปว่า เพศชายค่อนข้างจะปรับตัวได้ง่ายกว่าเพศหญิง เพราะสังคมมักจะยอมรับและให้ความสำคัญใหญ่แก่เพศชายมากกว่าเพศหญิง ส่วนเพศหญิงดูอ่อนโยน อ่อนแอกว่าเพศชายในด้านกำลังกาย จะต้องทำตัวให้มีเสน่ห์น่าสนใจ ซึ่งอาจเป็นเพราะขนบธรรมเนียม ประเพณี ผนวกกับการอบรมสั่งสอนที่เข้มงวดตามแบบไทยที่ปลูกฝังให้เพศหญิงรักนวลสงวนตัวที่ไม่แสดงกริยาเกินเลย รู้จักระงับอารมณ์ และหักห้ามใจ เพศหญิงส่วนใหญ่จึงอาจไม่กล้าเปิดเข้าไปในเว็บไซต์ลามก ฉะนั้นจึงไม่เกิดแรงจูงใจให้เกิดอารมณ์รัก และอารมณ์ใคร่เท่ากับเพศชาย สาเหตุอีกประการที่วัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมีความต้องการความรักมากกว่าเพศหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ตอาจเกิดจากเมื่อครั้งวัยเยาว์วัยรุ่นชายอาจทำอะไรหลายอย่างเพื่อตอบสนองความต้องการของพ่อแม่มากกว่าทำเพื่อตัวเอง รวมทั้งสิ่งที่ตอบสนองนั้นอาจไม่ได้ตรงกับความต้องการของตัวเองเลยรวมกับการที่จะต้องถูกควบคุมจากพ่อแม่ วัยรุ่นชายจึงต้องสร้างจินตนาการเพื่อให้เกิดความรู้สึกว่ายังมีโลกส่วนตัวอยู่ Jed Diamond กล่าวว่า จินตนาการเหล่านี้จะทำให้เกิดปัญหาตามมาภายหลัง ด้วยวิธีการหนีไปผจญต่อโดยการเข้าไปหาสิ่งเสพติดบางอย่าง และการติดนี้จะอยู่นอกเหนือการควบคุมของจิตใจ ซึ่งแม้ว่าวัยรุ่นเหล่านี้จะรู้ดีว่าไม่ใช่เรื่องที่ถูกต้อง แต่ก็ยังทำต่อเพราะเชื่อว่าอาจสามารถขจัดความเจ็บปวดทางจิตใจได้ดีกว่าวิธีอื่น (Diamond. 1988) ซึ่งสิ่งเสพติดเหล่านี้ อาจเป็นการเสพติดอินเทอร์เน็ต ฉะนั้นความต้องการอันเป็นพื้นฐานทางจิตใจ เช่นความต้องการความรักของวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตจึงอาจเกิดจากความอัดอั้นในวัยเด็กที่ต้องการปลดปล่อยออกมาในโลกไซเบอร์สเปซมากกว่าเพศหญิง

ด้านความเหงาว่าเหว่ ความซึมเศร้า และความเครียด

ผลการวิจัย พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีความเหงาว่าเหว่ ความซึมเศร้า และความเครียด ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต โดยเมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยพบว่า ในความเหงาว่าเหว่ พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต กับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 42.40 และ 48.84 ตามลำดับ ในด้านความซึมเศร้า พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต กับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 41.15 และ 42.20 ตามลำดับ และในด้านความเครียด พบว่า วัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต กับวัยรุ่นชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ต มีคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 36.50 และ 37.84ตามลำดับ ดังนั้นค่าคะแนนเฉลี่ย 42.67 จึงเป็นคะแนนที่ค่อนข้างสูง ดังนั้นวัยรุ่นหญิงที่เสพติดอินเทอร์เน็ต จึงมีความเหงาว่าเหว่ ความซึมเศร้า และความเครียด สูงพอๆ กัน ผลการวิจัยนี้อาจมีสาเหตุจากการใช้อินเทอร์เน็ตในลักษณะอาการสับสนทางจิตใจ ในวัยรุ่นชาย และวัยรุ่นหญิง ซึ่งเมื่อเข้าไปในโลกแห่งไซเบอร์สเปซซึ่งเป็นโลกเสมือนแล้วเกิดอาการติด อาการเหล่านี้จะทำให้วัยรุ่นทั้งสองกลุ่มมีความผิดปกติทางจิตใจ ตามลักษณะอาการที่ ยัง ได้พบว่า วัยรุ่นเหล่านี้จะหมกหมุ่น เผ่าคิดถึง และโศกเศร้าเมื่อต้องถอนตัวออกจากอินเทอร์เน็ต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเคราท์ ที่พบว่า การเข้าไปหมกหมุ่นอยู่กับกิจกรรมทางอินเทอร์เน็ตมากเกินไปจะก่อให้เกิดความซึมเศร้า เหงา และ เครียด มาก (Krunt . 1996)

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า การเสพติดอินเทอร์เน็ตมีผลต่อสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่น ดังนั้นการดูแลสอดส่องพฤติกรรม การแนะนำ และการควบคุมให้ใช้อินเทอร์เน็ตอย่างถูกต้องเหมาะสมนั้นมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ต่อ พ่อ แม่ ครู และผู้ปกครองเป็นอย่างยิ่ง
2. ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ความแตกต่างทางเพศมีผลต่อสุขภาวะทางจิตโดยพบว่าเพศชายที่เสพติดอินเทอร์เน็ตปกติมีสุขภาวะทางจิตในภาพรวมและองค์ประกอบด้านความเหงาว่าเหว่ และความเครียดไม่แตกต่างกับเพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งในจุดนี้เป็นสัญญาณเตือนและบ่งบอกถึงทิศทางการเข้าไปหมกหมุ่นอยู่กับกิจกรรมทางอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่นชายจนมีสัมพันธภาพทางสังคมน้อยลงทำให้เกิดความเหงาว่าเหว่ และความเครียดมากกว่าเพศหญิง ดังนั้นพ่อแม่ ผู้ปกครอง ควรหาวิธีป้องกัน และเรียนรู้การใช้อินเทอร์เน็ตให้เท่าทันกับวัยรุ่นในปัจจุบัน พร้อมๆ กับสรรหากิจกรรมอื่นๆ ที่ก่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์กับสังคมในโลกแห่งความจริงเพิ่มขึ้นเมื่อบุตรหลานสังเกตเห็นความผิดปกติเช่นการใช้เวลากับอินเทอร์เน็ตมากเกินไปจนควร

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากกลุ่มวัยรุ่นที่ศึกษาในระดับมัธยมศึกษา และมหาวิทยาลัยเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานคร จึงทำให้ผลการศึกษาเป็นตัวแทนของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานครเท่านั้น ไม่สามารถเป็นตัวแทนของวัยรุ่นทั่วประเทศได้ ดังนั้นเพื่อให้เกิดภาพรวมทั้งประเทศ ในการศึกษาครั้งต่อไปจึงควรนำตัวแทนกลุ่มวัยรุ่นทั้งประเทศมาศึกษา
2. ควรศึกษาปัจจัยอื่นๆ เช่นบุคลิกภาพที่อาจส่งผลต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ต
3. ควรศึกษาพฤติกรรมการเสพติดอินเทอร์เน็ต ในทุกกลุ่มของประเทศ เพราะประชากรในแต่ละภูมิภาคอาจมีอาการในการเสพติดอินเทอร์เน็ตไม่เหมือนกัน
4. ควรทำการวิจัยในเชิงทดลอง หรือการเก็บข้อมูลระยะยาว เพื่อที่จะตรวจสอบว่าแต่ละวัยผลพฤติกรรมการเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างไร และส่งผลกระทบต่อในแง่ใดบ้าง

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กองสุขภาพจิต กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2526). กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.
- กิตติกร มีทรัพย์. (2527). "จิตวิทยาวัยรุ่น," วารสารแนะแนว. ม.ป.พ.
- ข้าวสด. (2543). "เด็กไทยคลั่งอินเทอร์เน็ต." ข้าวสด.
- ชัยฤทธิ์ อัสระไกรศีล. (2523). "ผู้ใหญ่ควรมองเด็กวัยรุ่นอย่างไร," ครูสาร 1. ม.ป.พ.
- ดวงใจ กสานติกุล. (2542). โรคซึมเศร้ารักษาหายได้ และโรคอารมณ์ผิดปกติ. ม.ป.พ.
- ดำรงชัย บัวล้อมใบ. (2535). การศึกษาเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของชายรักร่วมเพศ กับชายปกติ. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร
- ทวีศักดิ์ จันทร์ลอย. (2537). การใช้สื่อมวลชนเพื่อจัดความวุ่นวายของลูกเรือประมงโชคเบญจา 3. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (การสื่อสารมวลชน). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ธีรยุทธ บุญมี. (2538). วิกฤตการณ์มนุษย์ยุคโลกาภิวัตน์. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.
- วัลยา. (2541, 8 พฤศจิกายน). "เทียบพหุความสามารถคนไทยบนเวทีโลกปี 41," มติชน. หน้า 4.
- ธีรวัฒน์ นิเจนตร. (2526). สุขภาพจิตเชิงสังคมในโรงเรียนกับสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นุจรี สุพัฒน์. (2533). "เหงา," วิทยาสารพยาบาล. 15(1).
- นวลละออ สุภาพล. (2527). "ทฤษฎีบุคลิกภาพ," เอกสารการสอนวิชา ทฤษฎีบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสารมิตร.
- นาริรัตน์ สุวรรณวาริ. (2543). พฤติกรรมในระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ตของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ด. (เทคโนโลยีการศึกษา). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- บงกช เชื้อวชาญยนต์. (2533). การศึกษาเปรียบเทียบความเครียดของประชาชนในเขตเมือง และเขตชนบท จังหวัดสงขลา. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- ประณต คำจิณ. (2542). "มุมมองเกี่ยวกับวัยรุ่นในทัศนะต่างๆ กัน," เอกสารการสอนวิชา จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสารมิตร.
- ประมวญ คิตตินัน. (2512). ทฤษฎีจิตวิทยาว่าด้วยบุคลิกภาพ. ม.ป.พ.
- ปราณี รามสูต. (2528). จิตวิทยาวัยรุ่น. ม.ป.พ.
- ปราสาท อิศรปริดา. (2523). จิตวิทยาวัยรุ่น. ม.ป.พ.
- พะยอม อิงคตานุวัฒน์. (2522). ศัพท์จิตเวช. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์.
- มหัทธิพล อรุณสวัสดิ์. (2539). สภาพปัญหา และความต้องการ การใช้บริการของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตผ่านเครือข่ายจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยภายใต้โดเมนเน็ตเสิร์ฟ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (โสตทัศนศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

- รัชนก กชไกร. (2541). ความเครียด บุคลิกภาพแบบเข้มแข็ง แรงสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น : นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรมสามัญ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (อนามัยครอบครัว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- รัชนี เบญจรง. (2537). ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตของสตรีโสด. ปริญญา นิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เรวดี คงสุภาพกุล. (2538). การใช้ระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ตของนิสิตนักศึกษาในเขต กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ น.ม. (สื่อสารมวลชน). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วิทยากร เชียงกุล. (2538). ความรักในทัศนะใหม่. หน้า 32.
- วัลลภ ปิยะมโนธรรม. (2535, 2 ธันวาคม). เнга. มีเดีย ดีไลท์. หน้า 223 – 225.
- ศักดิ์ วิริยะ. (2525). หากไฟที่จะรัก. แปลจาก The Art of Loving by Dr. Erich Fromm.
- ณรงค์ สุภัทรพันธุ์. (2543). โรคซึมเศร้า คำถามที่คุณมี คำตอบที่คุณต้องการ. แปลมาจากงานของ Sandra Salmans. Depression : Questions you have...Answers you need. หน้าต่าง สุขภาพ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สุโลกกว้าง.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2541). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุชา จันทน์เอม. (2528). จิตวิทยาวัยรุ่น. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิชย์.
- สุภาพรรณ โคตรจรัส. (2527). สุขภาพจิต จิตวิทยาในการดำรงชีวิต. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุนีย์ ตันติพัฒนานนท์. (2522). การพยาบาลจิตเวช. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์.
- สุนิสา เหลืองสมบูรณ์. (2537). การสำรวจความคิดเห็นของผู้ใช้ที่สังกัดอุดมศึกษาเกี่ยวกับการใช้ระบบเครือข่ายคอมพิวเตอร์ของศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (เทคโนโลยีการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- โสภา ชูพิกุลชัย. (2521). จิตวิทยาทั่วไป. ม.ป.พ.
- อรพรรณ เมฆสุภา. (2526). "ปัญหาและแผนงานเกี่ยวกับสุขภาพจิตในนครหลวง," วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. ม.ป.พ.
- อาคม สรสุชาติ. (2521). "ความรักของวัยรุ่น," แม่บ้าน. ม.ป.พ.
- อัจฉรา สุขารมณ. (2540). จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน. ม.ป.พ.
- อรรณณ อบรมย์. (2543, กันยายน). เพื่อนแท้ เพื่อนเทียม. หน้า 19. กรุงเทพฯ : บริษัท สำนักพิมพ์น้ำฝน จำกัด.
- อำไพศรี โสประทุม. (2539). พฤติกรรมการเปิดรับข้อมูลข่าวสาร และปัจจัยบางประการที่มีผลต่อการยอมรับการสื่อสารผ่านเครือข่ายคอมพิวเตอร์ระบบอินเทอร์เน็ต ของผู้ใช้คอมพิวเตอร์ในเขต กรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสื่อสารมวลชน คณะวารสารศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- อัมพร โอตระกูล. (2538). *สุขภาพจิต*. ม.ป.พ.
- Ajayi, A. (1995). "Terminal addiction," *Internet and comms Today*. No. 4. May issue, p. 36.
- Brenner, Victor. (1997). *Psychology of Computer Use XLVKK*. Parameters of Internet Use, abuse, and addiction : The first 90 days of the Internet usage survey. *Psychological Reports*, 80(3) : 879 – 882.
- Davis, R. A. (1999). Internet Addiction : Is it real? Catalyst. (available online at [http://www.victoria point.com Addiction%20or%20not.htm](http://www.victoria.point.com/Addiction%20or%20not.htm)) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (DSM-IV). (1996). Washington, D.C. : American Psychiatric Association.
- Egger, O. & Rauterberg, M. (1996). Internet Behaviour and Addiction. Semester thesis ; Swiss Federal Institute of Technology, Zurich. Email ; egger@ifh.ee.ethz.ch world wide web, <http://www.wifap.bepi.ethz.ch/~egger/ibq/res.html>.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity, Youth and Crisis*. New York. Norton & Company.
- Goldberg, Ivan. (1996). *Internet Addiction*. Electronic message posted to Research Discussion List research@cmhcsys.com Fri, 5 Jul. 1996 14:50:12 email ; Psydoc@Psycom. Net World Wide Web, <http://www.cmhc.com/mlists/research/and> <http://www1.Rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html>.
- Griffiths, M.D. (1995). *Technological addictions*. *Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.
- Havighurst. (1953). *Human Development and Education*.
- International Data Corp. ชื่องง. (2540). การเติบโตด้านอินเทอร์เน็ตในภูมิภาคเอเชีย – แปซิฟิก.
- Jill Rierdan. (1999). Internet – Depression Link?, Pacific Graduate School of Psychology, American Psychologist, article data September. Vol 54.
- John, Suler. (1996). Why is This Thing Eating My Life?, Computer and Cyberspace Addiction. Rider University, article dated Aug, Revised Aug 98, March 99 (V1.8). <http://www1.rider.edu/~suler/psycyber/eatlife.html>.
- John, Suler, Ph.D. (1996, May). The Psychology of Cyberspace – In-Person and Cyberspace Relationships. Rider University, article dated . <http://www1.rider.edu/~suler/psycyber/psycyber.html>
- Judith, Shapiro S. (1990). Loneliness : Paradox of Artifact, Madonna University, American Psychologist, article data September. Vol 54.
- Kimberly, Young, S. (1996). Internet Can be as Addicting as Alcohol, Drugs and Gambling, Says New Research, An APA news release available at [http://www.apa.org/releases/internet .html](http://www.apa.org/releases/internet.html) reporting on; Presentation:"Pathological Internet Use:The Emergence Of A New Clinical Disorder, Psy.D., University of Pittsburgh at Bradford, Session.

- Mohaiadin, Jamaludin. (1996, June). "Utilization of the Internet by Malaysian Students Who are Studying in Foreign Countries and Factors that Influence its Adp[topm]," *Dissertation Abstracts International*. 57(4) : 1421.
- Paul, Hoffman. (1995). *Destination Internet & world wide web*. USA.
- Richard,. Davis A. (1976). *A Cognitive Behavioral Model of Pathological Internet Use (PIU)*, M.A. York University.
- Rierdan, J. (1999). *Internet-depression link? American Psychologist*. 54(9) : 781-782.
- Robert, Kraut, et al. (1999). *Internet Paradox : a social technology that reduces social involvement and psychological well being*. *American Psychologist* 53(9) L 1017-1031.
- (2001, 4 May). *Revised for a special issue of Journal of Social Issues*. Carnegie Mellon University.
- Sara, Kiesler and Rebert, Kraut. (1999). *Internet Use and Ties That Bind*. Carnegie Mellon University, *American Psychologist*, article data September. Vol 54.
- Toby, Silverman. (1999). *The Internet and Relational Theory*. William Paterson University, *American Psychologist*, article data September. Vol 54.
- Yamane, T. (1970). *Statistics; An Introductory Analysis*. 2nd ed. Tokyo : Harper & Row, New York: Eveson & London and John Weatherhill, Inc.
- <http://www.findsvp.com>. (2001). March.
- <http://netaddiction.com/>. (2001). March.
- www.psychology.com. (2001). March.
- <http://www.victoriapoint>. (2001). October.
- Monton@consultant.com. (2001). March.
- www.wired.com/wired.archive/8.04/joy-pr.html. (2001). October.
- Psychology of Cyberspace* – (2001). *Ethics in Cyberspace Research*. 28 April.
- <http://www.concentric>. (2002). *net/~Astorm/iad.html*. February.

ภาคผนวก

แบบสอบถามเรื่องการศึกษาสภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต

อันเป็นลักษณะการสำรวจกลุ่มวัยรุ่นที่สนใจในเทคโนโลยีการติดต่อสื่อสาร

ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามจะเป็นประโยชน์ทางการศึกษา

กรุณาตอบแบบสอบถามตามความรู้สึกจริงของท่านในปัจจุบัน ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ

ส่วนที่ 1 โปรดเติมคำตอบลงในช่องว่าง

1. โปรดระบุเพศของท่าน.....
2. ระดับการศึกษา.....อายุ.....ปี
3. ระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต.....ชั่วโมง/สัปดาห์
4. ท่านใช้อินเทอร์เน็ตมาเป็นเวลา.....ปี

ส่วนที่ 2 โปรดขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ใช่ หรือ ไม่ใช่

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. คุณรู้สึกคิดถึงอินเทอร์เน็ตแม้ว่าจะไม่ได้ใช้		
2. คุณรู้สึกมีความจำเป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ ที่จะใช้เวลาออนไลน์เพื่อให้บรรลุถึงความพึงพอใจ		
3. คุณไม่สามารถควบคุมการใช้ออนไลน์ของคุณ		✓
4. คุณเข้าในออนไลน์เพื่อหลบหนีปัญหาหรือปลดปล่อยความรู้สึกบางอย่าง เช่น ความหดหู่ หมดหวัง หรือรู้สึกผิด		
5. คุณไม่เปิดเผยความถี่และระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต		
6. เมื่อเล่นอินเทอร์เน็ตมาจนเกิดความรู้สึก เช่น หดหู่ หงุดหงิด เครียด คุณจึงอยากถอนตัวจากการใช้แต่ก็ถอนไม่ได้		
7. คุณเสี่ยงกับการสูญเสียความสัมพันธ์กับเพื่อนเพราะการใช้อินเทอร์เน็ต		
8. คุณยังคงกลับไปใช้อินเทอร์เน็ตแม้ว่าต้องใช้จ่ายเงินมากเกินไป		
9. คุณรู้สึกหงุดหงิดเมื่อพยายามลดหรือหยุดการใช้ออนไลน์		
10. คุณมักใช้ออนไลน์นานกว่าที่ได้ตั้งใจไว้		

ส่วนที่ 3 โปรดขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามความรู้สึกของท่าน

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. คุณรู้สึกต้องการความรักจากครอบครัว					
2. แม้การเล่นอินเทอร์เน็ตจะทำให้คุณมีเพื่อนก็ตาม แต่คุณก็ต้องการความรักจากเพื่อนในชีวิตจริง					
3. คุณรู้สึกพึงพอใจที่ได้ติดต่อกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต					
4. คุณรู้สึกว่าตัวเองขาดความรัก					
5. คุณได้มอบความรักให้แก่เพื่อน ๆ					
6. คุณได้มอบความรักให้แก่ครอบครัว					
7. คุณรู้สึกว่าเพื่อนทางอินเทอร์เน็ตสามารถให้ความรักแก่คุณได้					
8. คุณรู้สึกว่าเพื่อนทางอินเทอร์เน็ตรู้สึกดีกับคุณ					
9. เพื่อนในชั้นเรียนให้ความรักกับคุณ					
10. คุณรู้สึกมีความสุขเมื่อมีเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต					
11. เมื่อคุณเล่นอินเทอร์เน็ตนาน ๆ คุณรู้สึกต้องการเพื่อนทางอินเทอร์เน็ตที่ถูกใจสักคนหนึ่ง					
12. เพื่อนในชั้นเรียนของคุณให้ความรู้สึกอบอุ่นใจ					
13. แม้ว่าคุณมีเพื่อนที่รู้ใจทางอินเทอร์เน็ตแต่คุณก็ยังต้องการเพื่อนในโลกแห่งความจริง					
14. เพื่อนทางอินเทอร์เน็ตเป็นเพื่อนที่จอมปลอมสำหรับคุณ					
15. เพื่อนที่รู้ใจทางอินเทอร์เน็ตจริง ๆ แล้วไม่เข้าใจในตัวคุณ					
16. อินเทอร์เน็ตสามารถเป็นเพื่อนคุณเมื่อคุณอยู่คนเดียว					
17. คุณพอใจในจำนวนเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต					
18. คุณมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต					
19. คุณมีความสุขเสมอ					
20. คุณมีความสำคัญกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต					
21. คุณมีความสำคัญกับเพื่อนในชั้นเรียน					
22. คุณยังต้องการเพื่อนที่แท้จริงสักคน					
23. คุณมีจำนวนเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต					
24. คุณมีกิจกรรมทางอินเทอร์เน็ต					
25. คุณมีความสนิทสนมกับเพื่อนในชั้นเรียน					

ตาราง 8 แสดงการหาค่าอำนาจจำแนกโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Pearson Product Moment Correlation) ของสภาวะทางจิตรวม

ข้อที่	N	r	Sig.(2-tailed)	ข้อที่	N	r	Sig.(2-tailed)
1.	80	.705**	.001	31.	80	.761**	.001
2.	80	.687**	.001	32.	80	.705**	.001
3.	80	.659**	.001	33.	80	.728**	.001
4.	80	.669**	.001	34.	80	.692**	.001
5.	80	.732**	.001	35.	80	.768**	.001
6.	80	.703**	.001	36.	80	.811**	.001
7.	80	.743**	.001	37.	80	.847**	.001
8.	80	.753**	.001	38.	80	.718**	.001
9.	80	.738**	.001	39.	80	.777**	.001
10.	80	.717**	.001	40.	80	.749**	.001
11.	80	.716**	.001	41.	80	.736**	.001
12.	80	.686**	.001	42.	80	.757**	.001
13.	80	.731**	.001	43.	80	.795**	.001
14.	80	.681**	.001	44.	80	.734**	.001
15.	80	.611**	.001	45.	80	.700**	.001
16.	80	.674**	.001	46.	80	.838**	.001
17.	80	.650**	.001	47.	80	.847**	.001
18.	80	.651**	.001	48.	80	.850**	.001
19.	80	.569**	.001	49.	80	.811**	.001
20.	80	.756**	.001	50.	80	.802**	.001
21.	80	.803**	.001	51.	80	.782**	.001
22.	80	.687**	.001	52.	80	.803**	.001
23.	80	.699**	.001	53.	80	.768**	.001
24.	80	.711**	.001	54.	80	.750**	.001
25.	80	.783**	.001	55.	80	.667**	.001
26.	80	.762**	.001	56.	80	.631**	.001
27.	80	.749**	.001	57.	80	.815**	.001
28.	80	.705**	.001	58.	80	.820**	.001
29.	80	.683**	.001	59.	80	.726**	.001
30.	80	.812**	.001	60	80	.586**	.001

ตาราง 9 วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ตมากกว่า 2 ปี กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปีโดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม

สภาวะทางจิต /ในระดับมัธยมที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ต	N	$\bar{X}$	SD	t	P-Value
ความต้องการความรัก					
มัธยมศึกษาตอนปลายมากกว่า 2 ปี	251	3.40	.30	.41	.68
มัธยมศึกษาตอนปลายไม่เกิน 2 ปี	168	3.40	.30		
ความเหงาว้าเหว่					
มัธยมศึกษาตอนปลายมากกว่า 2 ปี	251	2.75	.29	.25	.80
มัธยมศึกษาตอนปลายไม่เกิน 2 ปี	168	2.76	.32		
ความซึมเศร้า					
มัธยมศึกษาตอนปลายมากกว่า 2 ปี	251	2.78	.60	-.78	.44
มัธยมศึกษาตอนปลายไม่เกิน 2 ปี	168	2.83	.60		
ความเครียด					
มัธยมศึกษาตอนปลายมากกว่า 2 ปี	251	2.22	.65	1.36	.17
มัธยมศึกษาตอนปลายไม่เกิน 2 ปี	168	2.31	.75		
สภาวะทางจิตรวม					
มัธยมศึกษาตอนปลายมากกว่า 2 ปี	251	2.78	.33	1.00	.32
มัธยมศึกษาตอนปลายไม่เกิน 2 ปี	168	2.81	.36		

จากตาราง 9 พบว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ตมากกว่า 2 ปี มีสภาวะทางจิตในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยทั้ง 4 ดัชนีไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีประสบการณ์ในการเสพติดอินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปี เทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปี ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

ตาราง 10 วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตมากกว่า 2 ปี
กับวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปี
โดยจำแนกตามองค์ประกอบย่อยและภาพรวม

สุขภาวะทางจิต /ในระดับมหาวิทยาลัย	N	$\bar{X}$	SD	t	P-Value
ที่มีประสบการณ์การเสพอินเทอร์เน็ต					
ความต้องการความรัก					
มหาวิทยาลัยมากกว่า 2 ปี	303	3.47	.28	1.4	.16
มหาวิทยาลัยไม่เกิน 2 ปี	143	3.43	.31		
ความเหงาว้าเหว่					
มหาวิทยาลัยมากกว่า 2 ปี	303	2.80	.24	.88	.38
มหาวิทยาลัยไม่เกิน 2 ปี	143	2.80	.27		
ความซึมเศร้า					
มหาวิทยาลัยมากกว่า 2 ปี	303	2.95	.57	1.20	.22
มหาวิทยาลัยไม่เกิน 2 ปี	143	2.90	.61		
ความเครียด					
มหาวิทยาลัยมากกว่า 2 ปี	303	2.33	.55	.43	.66
มหาวิทยาลัยไม่เกิน 2 ปี	143	2.30	.62		
สุขภาวะทางจิตรวม					
มหาวิทยาลัยมากกว่า 2 ปี	303	2.89	.31	1.22	.21
มหาวิทยาลัยไม่เกิน 2 ปี	143	2.85	.35		

จากตาราง 10 พบว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตมากกว่า 2 ปี มีสุขภาวะทางจิตในภาพรวมและองค์ประกอบย่อยทั้ง 4 ดัชนีไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยที่มีประสบการณ์ในการเสพอินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปี อินเทอร์เน็ตไม่เกิน 2 ปี ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ทบ 1012/ ๗๗๗๖

วันที่ 4 พฤศจิกายน 2545

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 - 4 จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ต ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ทม 1012/ ๗๗๗



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

4 พฤศจิกายน 2545

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ให้นักเรียนระดับมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119

ที่ ทม 1012/ ๗๙ ๗๙



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๘ พฤศจิกายน 2545

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนราชวินิตมัธยม (เขตดุสิต)

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัฒนา ศรีสัตย์วาท เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้นักเรียนมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 48 คน ตอบแบบสอบถามการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภกรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119

ที่ ทม 1012/ ๗๙ ๗๔



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒ พฤศจิกายน 2545

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภักดิ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัฒนา ศรีสัตย์วาทา เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้นักเรียนมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4-6 จำนวน 48 คน ตอบแบบสอบถามการศึกษาศุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119

ที่ ทม 1012/ ๗๗๕๔



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๕ พฤศจิกายน 2545

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนพระราชราษฎร์อุปถัมภ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพยาอินเทอร์เน็ต" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัฒนา ศรีสัตย์วาจา เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้นักเรียนมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 48 คน ตอบแบบสอบถามการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพยาอินเทอร์เน็ต ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอบความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119

ที่ ทม 1012/ 7-7-๖1



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๖ พฤศจิกายน 2545

เรื่อง ขออนุญาตเพื่อการศึกษาวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสีกัน (วัฒนานครอุปถัมภ์)

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพยาอินเทอร์เน็ต" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภักดิ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัฒนา ศรีสัตย์วาจา เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษา โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ให้นักเรียนมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 4 - 6 จำนวน 48 คน ตอบแบบสอบถามการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพยาอินเทอร์เน็ต ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2545

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาต ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119

ที่ ทม 1012/ ๔๔๔5



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

พฤษภาคม 2545

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน คณะบดีคณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 - 4 จำนวน 56 คน ตอบแบบสอบถามการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต ในระหว่างเดือนพฤษภาคม 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาลิณี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119

ที่ ทม 1012/ ๔๑๑๔



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๙ พฤศจิกายน 2545

เรื่อง ขออนุญาตเพื่อการศึกษาวิจัย

เรียน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสาธิตี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพยาอินเทอร์เน็ต" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษา โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 - 4 จำนวน 56 คน ตอบแบบสอบถามการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพยาอินเทอร์เน็ต ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2545

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาธิตี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119

ที่ ทม 1012/ ๗๔๔ ๓



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๙ พฤศจิกายน 2545

เรื่อง ขออนุญาตเสนอแนะเพื่อการวิจัย

เรียน คณบดีคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวสาธิตี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพยาเฮอร์โรน" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 56 คน ตอบแบบสอบถามการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพยาเฮอร์โรน ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2545

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตเสนอแนะ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาธิตี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

โทรสาร. 02-258-4119



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. 5731, 5618

ที่ ทม 1012/1991

วันที่ 5 พฤศจิกายน 2545

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวสาลินี รัตนพันธ์ นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต" โดยมี รองศาสตราจารย์ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัฒนา ศรีสัตย์วาจา เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 - 4 จำนวน 56 คน ตอบแบบสอบถามการศึกษาสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่นที่เสพอินเทอร์เน็ต ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน 2545

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวสาลินี รัตนพันธ์ ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(รองศาสตราจารย์นภภรณ์ หะวานนท์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ – สกุล	นางสาวสาลินี รัตนพันธ์
เกิด	4 พฤษภาคม 2510
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	131/1171 ถนนพระราม 2 แขวงแสมดำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพฯ
ตำแหน่ง	Account Director
สถานที่ทำงาน	บริษัท กราฟฟิค คอนเวอร์เซชั่น จำกัด
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2528	จบระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 แผนกวิทยาศาสตร์ โรงเรียนบางมดวิทยา (สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์)
พ.ศ. 2533	จบบริหารธุรกิจ (เอกการโฆษณาและการประชาสัมพันธ์) จากมหาวิทยาลัยรามคำแหง
พ.ศ. 2540	จบ English Language Intensive Course for Overseas Students จาก Griffith University Australia
พ.ศ. 2546	จบการศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร