

การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน

นภัสพล สีนสมศักดิ์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาบริหารงานยุติธรรมและสังคม

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

พฤษภาคม 2561

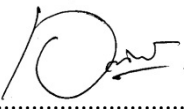
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

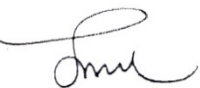
อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ นภัสพล สีนสมศักดิ์ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม
ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

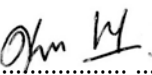
อาจารย์ผู้ควบคุมงานนิพนธ์



..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลาชัย)

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

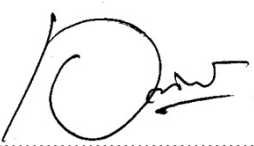

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ว่าที่เรือตรี ดร.เอกวิทย์ มณีธร)


..... กรรมการ
(พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลาชัย)


..... กรรมการ
(พันตำรวจเอกหญิง ดร.ศุภลักษณ์ เหลี่ยมวรากร)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระ กุศลสวัสดิ์)

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม
ของมหาวิทยาลัยบูรพา


..... คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ว่าที่เรือตรี ดร.เอกวิทย์ มณีธร)

วันที่...24... เดือน.....พฤษภาคม..... พ.ศ....2561....

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาอย่างสูงจาก พันตำรวจโท ดร. ไวพจน์ กุลาชัย อาจารย์ที่ปรึกษา ที่กรุณาสละเวลาให้คำปรึกษา ชี้แนะแนวทาง และพิจารณาตรวจทาน แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ตลอดจนให้ข้อคิดเห็นอันเป็นประโยชน์ต่อวิทยานิพนธ์ จนกระทั่ง วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสิ้นโดยสมบูรณ์ ผู้วิจัย จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

นอกจากนี้ยังได้รับความกรุณาจากท่านประธานและคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ทุกท่าน ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาตรวจสอบคุณภาพ วิทยานิพนธ์ และได้กรุณาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่อง พร้อมให้คำแนะนำ อีกทั้งขอขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบ รวมทั้งให้คำแนะนำแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ทั้งยังได้รับความอนุเคราะห์จากท่านผู้อำนวยการ โรงเรียน ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ท้ายที่สุดนี้ คุณงามความดีและประโยชน์อันพึงเกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบ เป็นเครื่องบูชาพระคุณของบิดา มารดา บรรพบุรุษ ญาติพี่น้อง บุรพจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ ประสาทวิชา อบรมสั่งสอน ชี้แนะแนวทางที่ดีและมีคุณค่า ตลอดจนกระทั่งประสบความสำเร็จ ในวันนี้

นภัสพล สิ้นสมศักดิ์

57920842: สาขาวิชา: การบริหารงานยุติธรรมและสังคม; ร.ม. (การบริหารงานยุติธรรมและสังคม)

คำสำคัญ: ผลกระทบ/ การเสพติด/ สมาร์ทโฟน

นักสพล สิ้นสมศักดิ์: การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟน

(A STUDY ON IMPACTS OF SMARTPHONE ADDICTION) คณะกรรมการควบคุม

วิทยานิพนธ์: ไวกจน์ กุลาชัย, ปร.ด., 119 หน้า. ปี พ.ศ. 2560.

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเสพติดสมาร์ตโฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และผลกระทบที่เกิดจากการเสพติดสมาร์ตโฟน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตภาคตะวันออกเฉียงของประเทศไทย จำนวน 382 คน ที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติสหสัมพันธ์ ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนส่งผลกระทบในทางบวกต่ออารมณ์แปรปรวน รวมถึงยังทำให้ สุขภาพ ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความสัมพันธ์ในสังคม และผลการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายแย่ลงด้วย

57920842: MASTER: JUSTICE AND SOCIAL ADMINISTRATION; M.A. IN POLITICAL SCIENCE (JUSTICE AND SOCIAL ADMINISTRATION)

KEYWORDS: IMPACT/ ADDICTION/ SMARTPHONE

NAPASSPHOL SINSOMSACK: A STUDY ON IMPACTS OF SMARTPHONE ADDICTION. ADVISORY COMMITTEE: WAIPHOT KULACHAI, Ph.D., 119 P. 2016.

The objective of this study was to examine smartphone addiction among high school students and its impacts. The samples of the study were 382 high school students in the Eastern region of Thailand derived from multi-stage sampling. Questionnaire was employed to collect the data. The data then were analyzed using correlation statistics. The results indicated that smartphone addiction had positive impact on mood disorder. It also caused negative impact on health, family relationship, social relationship, and academic performance of the high school students.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ซ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	5
สมมติฐานของการวิจัย.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม.....	10
ทฤษฎีจิตวิเคราะห์.....	14
ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์.....	18
แนวคิดเกี่ยวกับสมาร์ตโฟน.....	21
แนวคิดเกี่ยวกับการเสพติดสมาร์ตโฟน.....	22
ผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟน.....	29
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	39
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	48
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	54
รูปแบบการวิจัย.....	54
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	54
กลุ่มตัวอย่างและการสุ่มตัวอย่าง.....	55

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	56
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ.....	57
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	63
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	63
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์.....	64
4 ผลการวิจัย.....	66
การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	67
การวิเคราะห์คุณลักษณะของตัวแปรต้นการเสพติดสมาร์ทโฟน.....	72
การวิเคราะห์คุณลักษณะของตัวแปรตามผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน.....	76
การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสมาร์ทโฟน และผลกระทบ.....	83
สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน.....	84
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	86
สรุปผลการวิจัย.....	86
อภิปรายผล.....	89
ข้อเสนอแนะ.....	91
บรรณานุกรม.....	93
ภาคผนวก.....	101
ภาคผนวก ก.....	102
ภาคผนวก ข.....	108
ภาคผนวก ค.....	114
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	119

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	39
2 ตาราง Matrix เพื่อพิจารณาถึงผลกระทบที่เกิดจากการเสพติดสมาร์ต โฟน.....	46
3 จำนวนโรงเรียนมัธยมปลายในภาคตะวันออก.....	55
4 กลุ่มตัวอย่าง.....	56
5 เกณฑ์ในการอธิบายระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวแปร.....	57
6 การตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม (IOC).....	58
7 ความเชื่อมั่น (Cronbach' s Alpha) ของแบบสอบถาม.....	63
8 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ.....	67
9 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ.....	68
10 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการศึกษา.....	68
11 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเกรดเฉลี่ย.....	69
12 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสถานที่พักอาศัย.....	69
13 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามบุคคลที่พักอาศัยด้วย.....	70
14 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของจำนวนพี่น้อง.....	70
15 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการมีสมาร์ต โฟนเป็นของตนเอง.....	71
16 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการมีสมาร์ต โฟนเครื่องแรกโดยจะแบ่งเป็นระดับชั้นการศึกษาที่มีสมาร์ต โฟนเครื่องแรก.....	71
17 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระยะเวลาในการใช้งานสมาร์ต โฟนติดต่อกัน.....	72
18 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นในส่วนที่ 2 ของแบบสอบถามการใช้งานสมาร์ต โฟน.....	72
19 ผลการวิเคราะห์สถิติทดสอบที่.....	76
20 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นในส่วนที่ 3 ผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ต โฟนของแบบสอบถามด้านอารมณ์แปรปรวน.....	76
21 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นในส่วนที่ 3 ผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ต โฟนของแบบสอบถามด้านสุขภาพ.....	78
22 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นในส่วนที่ 2 ของแบบสอบถามการใช้งานสมาร์ต โฟน.....	79

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
23 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นในส่วนที่ 3 ผลกระทบจาก การเสพติดสมาร์ทโฟน ของแบบสอบถามด้านผลการเรียน.....	80
24 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นในส่วนที่ 3 ผลกระทบจาก การเสพติดสมาร์ทโฟน ของแบบสอบถามด้านความสัมพันธ์ในสังคม.....	82
25 ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสมาร์ทโฟน และผลกระทบจากการเสพติด สมาร์ทโฟน	83
26 ผลการทดสอบสมมติฐานการศึกษาผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน.....	85

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันการติดต่อสื่อสารมีความสำคัญอย่างมากในสังคมมนุษย์ ทั้งในการทำงาน นัดหมายพบปะสังสรรค์ หรือการพูดคุยเพื่อความบันเทิง จากสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้การติดต่อสื่อสารเป็นเรื่องที่ขาดไม่ได้ในสังคมมนุษย์ จากในยุคสมัยโบราณที่ผู้คนติดต่อสื่อสารโดยการใช้ควันไฟ ตีกลอง ในยุคถัดมาก็ได้พัฒนาเป็นการส่งนกพิราบ ส่งจดหมาย โทรเลข และโทรศัพท์ เป็นต้น ในแต่ละยุคสมัยที่ผ่านมามนุษย์ก็ได้มีการพัฒนาติดต่อสื่อสารมาอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สามารถติดต่อสื่อสารกันสะดวกสบาย และรวดเร็วมากขึ้น (สุชาติ สุภาพ, 2549) จนมาถึงในยุคปัจจุบันซึ่งอุปกรณ์ติดต่อสื่อสารที่สำคัญที่สุดในยุคสมัยนี้ ก็คือสมาร์ทโฟน (Smartphone)

พัฒนาการของสมาร์ทโฟนได้เริ่มพัฒนามาจากโทรศัพท์มือถือรุ่นแรกที่ได้ถูกผลิตขึ้นในปี ค.ศ. 1983 ซึ่งมีขนาดใหญ่พกพายาก และมีราคาแพงมากโดยมีราคาอยู่ที่ประมาณ 100,000 บาท ในสมัยนั้น หลังจากนั้นได้มีการพัฒนาโทรศัพท์มือถือแบบใหม่ออกมาเรื่อย ๆ ซึ่งต่างก็พัฒนาให้มีความทันสมัยมากขึ้น โดยมีขนาดเล็กลงเรื่อย ๆ รูปร่างที่ดูทันสมัย เช่น แบบพับปิดฝา แบบเลื่อนหน้าจอเพื่อไขว้ปุ่มกด เป็นต้น รวมไปถึงคุณสมบัติของการใช้งานที่มีความหลากหลายมากขึ้น เช่นการส่งข้อความ เกมส์ (Games) ให้เล่นในโทรศัพท์ ต่อมาในช่วงปี ค.ศ. 1993-2003 เป็นช่วงเวลาของการนำเทคโนโลยีดิจิทัล (Digital) มาพัฒนาผสานเข้ากับโทรศัพท์มือถือ ซึ่งนำไปสู่การรับส่งข้อมูลในระบบ 3G ที่เข้ามาระหว่างปี ค.ศ. 2003-2013 ทำให้ผู้ใช้งานสามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ต (Internet) ผ่านทางโทรศัพท์มือถือเพื่อการใช้งานที่หลากหลายและสะดวกสบายมากยิ่งขึ้น จนมาถึงปัจจุบันโทรศัพท์มือถือก็ได้เปลี่ยนแปลงเป็นโทรศัพท์สมาร์ทโฟนที่มีความสามารถที่หลากหลายเป็นโทรศัพท์ที่ผสมผสานกับคอมพิวเตอร์ อีกทั้งยังมีราคาที่ไม่สูงมาก ทำให้ผู้คนในสังคมมีการใช้งานสมาร์ทโฟนเพิ่มมากขึ้นทุกวัน (สุชาติ สุภาพ, 2554)

จากการกำเนิดของสมาร์ทโฟนทำให้รู้สึกได้ว่าสังคมปัจจุบันนี้เทคโนโลยีก้าวหน้าขึ้นอย่างรวดเร็ว จากโทรศัพท์ที่เคยใช้ได้เพียงแค่พูดคุยสื่อสาร ก็ได้มีการพัฒนาเป็นสมาร์ทโฟนที่มีความหลากหลายมากมายในการสื่อสารทั้งสามารถติดต่อสื่อสารสนทนาผ่านการแชท (Chat) เพื่อสนทนาโต้ตอบกับคนที่อยู่ห่างไกล ส่งรูปภาพถึงกันภายในเวลาไม่ถึงวินาที วิดีโอคอล (Video call) เพื่อให้สามารถเห็นหน้าตาความเป็นอยู่ของกันและกันผ่านทางไกล สามารถบอกเล่า

สถานะหรือรูปภาพในปัจจุบันของตนเองในสังคมออนไลน์ (Online) เพื่อให้ทุกคนบนโลกรู้ว่าเราทำอะไรรู้สึกอย่างไร เป็นอย่างไร อยู่ที่ไหน อีกทั้งยังสามารถใช้เพื่อความบันเทิง เช่น เล่นเกมส์ ดูโทรทัศน์ ดูภาพยนตร์ ถ่ายภาพ ถ่ายวิดีโอ และอื่น ๆ อีกมากมาย ซึ่งถือว่าสมาร์ทโฟนเป็นอุปกรณ์ที่ทำให้มนุษย์มีความสะดวกสบายในการใช้ชีวิตมากขึ้น ทั้งในด้านการติดต่อสื่อสาร การทำงาน และความบันเทิง (วิไลลักษณ์ บุญยัง และคณะ, 2558)

ในปัจจุบันนี้ทั่วโลกมีผู้ใช้สมาร์ทโฟนเพิ่มมากขึ้น จากข้อมูลที่เว็บไซต์ (Website) IDC (International Data Corporation) ซึ่งเป็นบริษัทที่รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการตลาด และการทำธุรกิจ ในแวดวงเทคโนโลยีระดับโลก ได้เปิดเผยข้อมูลยอดขายสมาร์ทโฟนทั้งหมดที่ผ่านมาในปี 2015 ที่แสดงให้เห็นว่าสมาร์ทโฟน กลายเป็นอุปกรณ์ที่ผู้คนต้องการเพิ่มขึ้นทุกปี โดย IDC ได้ระบุว่า ในปี ค.ศ. 2015 นั้น ซัมซุง (Samsung) จำหน่ายสมาร์ทโฟนได้จำนวนรวมกว่า 85.6 ล้านเครื่อง ซึ่งเพิ่มขึ้นจากปี ค.ศ. 2014 ที่มียอดรวม 75.1 ล้านเครื่อง คิดเป็นอัตราการเติบโต ร้อยละ 14 ส่วนทางด้านของบริษัทแอปเปิล (Apple) มียอดจำหน่ายสมาร์ทโฟนได้ 74.8 ล้านเครื่อง เพิ่มขึ้นจากเดิมที่จำหน่ายได้ 74.5 ล้านเครื่องในปี ค.ศ. 2014 คิดเป็นอัตราการเติบโต ร้อยละ 0.4 และสมาร์ทโฟนยี่ห้ออื่น ๆ ก็มี ยอดการจำหน่ายเพิ่มมากขึ้นเช่นกัน โดยยอดจำหน่ายสมาร์ทโฟนรวมของทุกยี่ห้อในปี ค.ศ. 2015 มียอดจำหน่ายสูงถึง 1.43 พันล้านเครื่อง เพิ่มขึ้นจากยอดรวมในปี ค.ศ. 2014 ที่มียอดขาย 1.3 พันล้านเครื่อง คิดเป็นอัตราการเติบโตถึง ร้อยละ 10.1 ซึ่งจากรายงานนี้ทำให้ได้รับรู้ว่ายอดผู้ใช้สมาร์ทโฟนทั่วโลกมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นทุกปี และจะเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง เนื่องจากจะมีการพัฒนาระบบเพื่อให้ใช้งานได้อย่างหลากหลาย และมีราคาที่ถูกลงจนคนจากหลากหลายชนชั้นสามารถมีไว้ในครอบครองเพื่อใช้งานได้ (International Data Corporation, 2016)

สำหรับประเทศไทย ก็ได้มีผลการสำรวจจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จากการสำรวจได้พบว่า มีผู้ใช้โทรศัพท์มือถือ 51.1 ล้านคน เมื่อพิจารณาแนวโน้มการใช้โทรศัพท์มือถือของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไปในช่วงระยะเวลา 5 ปี ระหว่างปี พ.ศ. 2555 ถึง พ.ศ. 2559 พบว่า ผู้ใช้โทรศัพท์มือถือทุกประเภทเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 70.2 (จำนวน 44.1 ล้านคน) เป็นร้อยละ 81.4 (จำนวน 51.1 ล้านคน) และผู้ใช้โทรศัพท์มือถือแบบสมาร์ทโฟน เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 8.0 (จำนวน 5.0 ล้านคน) เป็นร้อยละ 50.5 ประมาณจำนวน 31.7 ล้านคน แสดงให้เห็นว่าคนในสังคมไทยในยุคปัจจุบันนี้ มีการใช้สมาร์ทโฟนกันมากขึ้นหลายเท่าตัว ภายในเวลาไม่กี่ปี (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2559)

การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของอุปกรณ์สื่อสารที่พัฒนาจนมาเป็นสมาร์ทโฟน ได้ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในระดับต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นสังคมระดับครอบครัว แวดวงเพื่อนฝูง สังคมในที่ทำงาน ซึ่งจะเห็นได้จากการเสพติดโทรศัพท์ประเภทสมาร์ทโฟนของ

ผู้คนในสังคมที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต (Internet) ได้เพียงแค่อุปกรณ์สวมใส่สมาร์ตโฟน กระทั่งเทคโนโลยีเหล่านี้กลายเป็นสิ่งที่มนุษย์ขาดไม่ได้ กลายเป็นศูนย์กลางในการใช้ชีวิตประจำวัน เพราะสามารถอำนวยความสะดวกในการติดต่อสื่อสาร และความบันเทิงได้อย่างหลากหลาย (บัญญัติ เกิดนิคม, 2558) แต่ความสะดวกสบายจากสมาร์ตโฟนกลับก่อให้เกิดปัญหาสังคมหลายประการ เนื่องจากคนในสังคมส่วนใหญ่ใช้สมาร์ตโฟนโดยไม่สนใจสิ่งรอบข้าง เช่น ในขณะที่ว่างจากกิจกรรมต่าง ๆ ก็จะต้องนำขึ้นมาใช้งานจนติดกลายเป็นนิสัย แม้ในขณะที่นั่งเรียนหนังสืออยู่ที่โรงเรียนหรือที่สอนพิเศษก็ต้องหาโอกาสใช้งานสมาร์ตโฟน ขณะขับรถยนต์ก็มักจะนำขึ้นมาตรวจเช็คเมื่อมีเสียงแจ้งเตือน ช่วงเวลาที่การจราจรติดขัดก็ต้องนำสมาร์ตโฟนขึ้นมาใช้งาน ตรวจเช็คข้อความตอบข้อความในสังคมออนไลน์ ยามว่างที่ไม่มีอะไรทำผู้คนส่วนใหญ่ก็ไม่สามารถที่จะขาดสมาร์ตโฟนได้ต้องนำมาสัมผัสหน้าจอ เลื่อนเพื่ออ่านข่าวสารความเคลื่อนไหวในสังคมออนไลน์ ในเวลาก่อนนอนก็ต้องใช้งานสมาร์ตโฟนเพื่อติดตามข่าวสาร แม้กระทั่งเวลารับประทานอาหารยังต้องใช้งานสมาร์ตโฟนในการถ่ายรูป เพื่อแสดงภาพอาหารในสังคมออนไลน์ เพื่อรอดูกระแสตอบรับจากสังคมออนไลน์ และตอบความคิดเห็นจากคนที่เข้ามาชื่นชมหรือวิจารณ์พฤติกรรมเหล่านี้เมื่อทำซ้ำ ๆ กัน ไปจะทำให้เกิดความเคยชินจนทำให้กลายเป็นคนที่ติดจออยู่กับสมาร์ตโฟนโดยไม่รู้ตัว ซึ่งอาการลักษณะนี้คือ อาการของคนที่เป็นเสพติดสมาร์ตโฟนนั่นเอง (พรพิสุทธิ์ มงคลวนิช, 2556 อ้างถึงใน วรรณันท์ จิตสุขปลั่ง, 2557.)

การเสพติดสมาร์ตโฟนมีผลกระทบต่าง ๆ ตามมามากมาย เช่น ทำให้ผู้ที่มีอาการเสพติดสมาร์ตโฟนมีอาการแปรปรวน (พิชญ์ เพชรคำ, 2557) คือ อาการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่รวดเร็ว จนผิดปกติ ผู้ที่มีอาการอาจมีหลากหลายอารมณ์ในหนึ่งวัน โดยอาจรู้สึกเศร้า รู้สึกหงุดหงิด รู้สึกมีความสุข รู้สึกกังวลทุกข์ใจ หรืออาจร้องไห้โดยไม่มีสาเหตุ ซึ่งอารมณ์แปรปรวนนี้ก็สามารถนำไปสู่โรคจิตต่าง ๆ เช่น โรคเครียด โรคจิตร้ายแรง เป็นต้น (ฐานันต์ ปิยะศิริศิลป์, 2550)

ผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟนที่สำคัญอีกข้อหนึ่งก็คือผลกระทบทางด้านสุขภาพ (Al-Orainy, 2003) สุขภาพคือ สภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกายจิตใจ จิตวิญญาณ รวมถึงการปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ (พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550, 2550) ซึ่งก็ได้มีผลการศึกษาจากงานวิจัยพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนส่งผลกระทบต่อสุขภาพแย่ลง (Ben-Yehuda, 2016)

ผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟนที่เป็นปัญหาอย่างมากในเด็กนักเรียนนั้นก็คือผลกระทบทางด้านผลการเรียน ซึ่งจากผลการศึกษาที่พบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนส่งผลให้ผลการเรียนของเด็กนักเรียนแย่ลง (Gowthami, 2016) ผลการเรียน หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจ ความสามารถหรือความสำเร็จของนักเรียน นักศึกษาที่ได้จากการเรียนการสอนของครูอาจารย์ และ

สถาบันศึกษา ซึ่งวัดผลความสำเร็จหรือระดับความรู้ความสามารถของนักศึกษาว่ามีความรู้ที่ได้รับจากการเรียนการสอนมากหรือน้อย โดยวัดจากผลของคะแนนสอบในแต่ละวิชา การทำงาน ทำการบ้าน และประเมินผลออกมาในรูปแบบของเกรดเฉลี่ยที่เป็นตัวเลข (เกษตรชัย และหิม, 2550)

ผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟนที่สำคัญอีกข้อหนึ่งก็คือ ผลกระทบทางด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่งก็มีผลการศึกษาวิจัยที่พบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ในครอบครัวอย่าง (Derakhshani, 2015) ความสัมพันธ์ในครอบครัว คือ การมีส่วนร่วมซึ่งกันและกันในครอบครัว โดยสมาชิกในครอบครัวมักจะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ซึ่งสามารถเป็นปฏิสัมพันธ์ได้กับทั้งบิดามารดาบุตรหลาน รวมไปถึงญาติพี่น้องทั้งหลาย โดยความสัมพันธ์ในครอบครัวนั้นมักจะเป็นความสัมพันธ์ที่ดีอบอุ่น และ มักจะสบายใจเมื่อได้มีส่วนร่วมในความสัมพันธ์ต่าง ๆ ในครอบครัว (ทัศนดาว ลิ้มพะสุต, 2543)

ผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟนที่จะนำหีบขมาเป็นข้อสุดท้ายก็คือ ผลกระทบทางด้านความสัมพันธ์ในสังคม ซึ่งก็ได้มีผลการศึกษาวิจัยพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้ความสัมพันธ์ในสังคมอย่าง (Jeong, 2015) ความสัมพันธ์ในสังคม คือ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในสังคมตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยความสัมพันธ์ทางสังคมนั้นคือการมีส่วนร่วมทางสังคมในกิจกรรมต่าง ๆ เช่น พิธีกรรมทางศาสนา การละเล่นประเพณี การแข่งกีฬา การท่องเที่ยว การซื้อขายแลกเปลี่ยนสินค้า ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ครูนักเรียน หัวหน้าลูกน้อง หมอและ คนไข้ก็ถือเป็นความสัมพันธ์ในสังคมเช่นกัน (Nick, 1994)

จากปัญหาการเสพติดสมาร์ตโฟน และผลกระทบที่กล่าวมาข้างต้น ทำให้การเสพติดสมาร์ตโฟนกลายเป็นปัญหารูปแบบใหม่ของคนในสังคมที่แพร่ระบาดอย่างหนักในปัจจุบันทำให้เกิดผลกระทบที่น่ากังวลตามมาอย่างมากมาย ทั้งผลกระทบด้านการเรียน อารมณ์แปรปรวน ความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านสุขภาพ การทำงาน ความสัมพันธ์ในสังคม สมาร์ทโฟน อีกทั้งยังเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน และอาชญากรรมอีกด้วย ซึ่งจากผลกระทบต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้เกิดเป็นปัญหาสังคมที่อาจกลายเป็นต้นตอของปัญหาต่าง ๆ ตามมาอีกมากมายหลากหลายปัญหา ทำให้ผู้วิจัยเกิดความสนใจที่จะศึกษาผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟนในกลุ่มนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เพื่อที่จะเสนอแนะแนวทางเพื่อแก้ไขปัญหาในอนาคตต่อไป

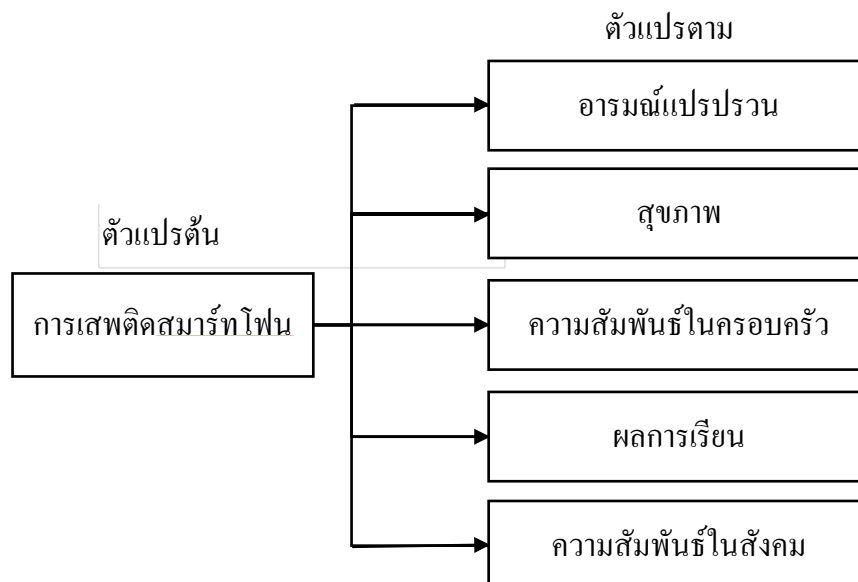
วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการเสพติดสมาร์ตโฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในภาคตะวันออกเฉียง
2. เพื่อศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในภาคตะวันออกเฉียง
3. เพื่อเสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาการเสพติดสมาร์ตโฟนของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในภาคตะวันออกเฉียง

สมมติฐานของการวิจัย

1. นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในภาคตะวันออกเฉียงมีการเสพติดสมาร์ตโฟนอยู่ในระดับสูง
2. การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับอารมณ์แปรปรวนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
3. การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
4. การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
5. การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
6. การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

1. ผู้บริหารของโรงเรียน สามารถนำผลการศึกษาไปใช้เพื่อปรับปรุงและพัฒนา
มาตรการป้องกันผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟนให้มีประสิทธิภาพสูงยิ่งขึ้น
2. ผลการศึกษาในครั้งนี้สามารถนำไปเผยแพร่ เพื่อให้เยาวชนได้ศึกษา และรู้เท่าทัน
ผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน
3. นักวิชาการ นักวิจัย และ ผู้ที่สนใจสามารถนำผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ไปใช้ต่อยอด
เพื่อให้เกิดประโยชน์หรืออาจนำไปใช้ในการอ้างอิงในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน” ผู้วิจัยได้กำหนด
ขอบเขตของการทำวิจัยครั้งนี้ คือ

1. ขอบเขตด้านประชากร ประชากรที่ศึกษาคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
ในภาคตะวันออกเฉียง 7 จังหวัด ในเทอมที่ 1 ปีการศึกษา 2560 มีโรงเรียนทั้งหมด 151 โรงเรียน
มีนักเรียนทั้งหมด 67,099 คน

2. ขอบเขตด้านกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษา คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) ด้วยการจับสลากเพื่อคัดเลือกจังหวัดทั้งหมด 3 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดฉะเชิงเทรา จังหวัดชลบุรี จังหวัดระยอง และได้ทำการคัดเลือกโรงเรียนที่จะทำการศึกษา จังหวัดละ 1 โรงเรียน โดยสุ่มจับสลากได้โรงเรียนดังนี้ โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ 2 จังหวัดฉะเชิงเทรา มีจำนวนนักเรียนมัธยมปลาย 769 คน โรงเรียนศรีราชา จังหวัดชลบุรี มีจำนวนนักเรียนมัธยมปลาย 1,417 คน และ โรงเรียนวังจันทร์วิทยา จังหวัดระยอง มีจำนวนนักเรียนมัธยมปลาย 678 คน รวมทั้งหมด 2,891 คน

3. ขอบเขตด้านตัวแปร

3.1 ตัวแปรต้น ประกอบด้วย 1 ตัวแปร คือ การเสพติดสมาร์ทโฟน

3.2 ตัวแปรตาม ประกอบด้วย 5 ตัวแปร คือ อารมณ์แปรปรวน สุขภาพ ผลการเรียนรู้ ความสัมพันธ์ในครอบครัว และความสัมพันธ์ในสังคม

นิยามศัพท์เฉพาะ

สมาร์ทโฟน หมายถึง โทรศัพท์มือถือขนาดพกพา ที่นอกเหนือจากการใช้โทรออก รับสายแล้ว ยังสามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตเพื่อเข้าเว็บไซต์ต่าง ๆ ดูภาพยนตร์ ฟังเพลง ถ่ายภาพ ถ่ายวิดีโอ เป็นนาฬิกาปลุก ทีวีใช้เชื่อมต่อเข้าสู่โลกสังคมออนไลน์ ซึ่งถือเป็นโทรศัพท์อัจฉริยะที่สามารถใช้งานได้หลากหลาย เพื่อเพิ่มความสะดวกสบายให้กับคนสมัยใหม่

การเสพติดสมาร์ทโฟน หมายถึง ผู้ใช้งานสมาร์ทโฟนไม่สามารถที่จะควบคุมระยะเวลาในการใช้สมาร์ทโฟนของตนเองได้ หรือใช้อย่างสม่ำเสมอมากกว่าที่ตั้งใจไว้ ผู้ที่มีอาการเสพติดสมาร์ทโฟนนี้มักจะมีสมาร์ทโฟนติดตัวตลอดเวลา และเลือกที่จะหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาใช้งานมากกว่าการทำกิจกรรมอย่างอื่น โดยผู้ที่มีอาการเสพติดสมาร์ทโฟนจะมีการกระสับกระส่าย หงุดหงิดเมื่อไม่ได้ใช้งานสมาร์ทโฟน ทำให้ต้องใช้งานสมาร์ทโฟนอยู่ตลอดเวลา เช่น เมื่อตื่นนอน ขณะรับประทานอาหารเช้า เข้าห้องน้ำ ขณะขับขีหรืออยู่บนยานพาหนะ ยามว่าง และก่อนนอน เนื่องจากสมาร์ทโฟนได้มีความหลากหลายในการใช้งานที่หลากหลายจนเพลิดเพลินไปกับการใช้งานจนเสพติดโดยไม่รู้ตัว อีกทั้งยังส่งผลต่อเนื้อทำให้รู้สึกหุดหู่ โดดเดี่ยวเมื่อขาดสมาร์ทโฟน

อารมณ์แปรปรวน หมายถึง อาการทางจิตชนิดหนึ่ง ที่ผู้ที่มีอาการนี้มักจะมีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ตลอดเวลาและเป็นไปอย่างรวดเร็ว เช่น หงุดหงิดง่าย มีอาการเศร้าโดยไม่มีสาเหตุ อยากรู้อยากเห็น ๆ คนเดียว เป็นต้น ซึ่งสาเหตุที่ทำให้แต่ละบุคคลเกิดอาการอารมณ์แปรปรวนก็คือการเสพติดสมาร์ทโฟน ซึ่งผู้ที่มีอารมณ์แปรปรวนจากการเสพติดสมาร์ทโฟนนี้ จะมี

อาการหงุดหงิด วิตกกังวล ซึมเศร้าเมื่อไม่ได้ใช้งานสมาร์ทโฟน ระบายความเครียดความโมโห ความกดดันลงในสังคมออนไลน์เป็นประจำ และมักจะแสดงอาการหงุดหงิดไม่พอใจเมื่อถูกผู้อื่นว่ากล่าวตักเตือนเรื่องการใช้งานสมาร์ทโฟน

สุขภาพ หมายถึง ความสมบูรณ์ของร่างกาย ไม่เจ็บไม่ปวดตามอวัยวะต่าง ๆ ไม่มีอาการบาดเจ็บภายใน การมีร่างกายที่แข็งแรงไม่มีโรค ดูแลรักษาตนเอง และออกกำลังกายอยู่เป็นประจำ

ผลการเรียน หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจ ความสามารถหรือความสำเร็จของนักเรียน นักศึกษาที่ได้จากการเรียนการสอนของครูอาจารย์ และสถาบันศึกษา โดยผลการเรียนจะวัดกันที่ การตั้งใจเรียนในห้องเรียน การทบทวนบทเรียน การทำงาน ทำการบ้าน และการสอบ ทุกองค์ประกอบเหล่านี้จะถูกนำมาประเมินในรูปแบบของเกรดเฉลี่ยที่เป็นตัวเลข และแบ่งระดับวัดว่า นักเรียนนักศึกษาแต่ละคนมีความเข้าใจอยู่ในระดับใด

ความสัมพันธ์ในครอบครัว หมายถึง การมีกิจกรรมมีส่วนร่วมซึ่งกันและกันในครอบครัว โดยสมาชิกในครอบครัวมักจะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน เป็นความห่วงใยความเอาใจใส่ สามารถปรึกษาปัญหาเพื่อร่วมกันหาทางแก้ไขปัญหาได้เสมอ มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนทัศนคติ และสิ่งที่ได้พบเจอซึ่งความสัมพันธ์ในครอบครัวนี้สามารถปฏิสัมพันธ์ได้กับทั้งบิดามารดาบุตรหลาน รวมไปถึงญาติพี่น้องทั้งหลาย โดยความสัมพันธ์ในครอบครัวนั้นมักจะเป็นความสัมพันธ์ที่ดีอบอุ่น และมักจะสบายใจเมื่อได้มีส่วนร่วมในความสัมพันธ์ต่าง ๆ ในครอบครัว

ความสัมพันธ์ในสังคม หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในสังคมตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยความสัมพันธ์ทางสังคมนั้นคือการมีส่วนร่วมทางสังคมในกิจกรรมต่าง ๆ เช่นการพูดคุย วางแผน การร่วมงาน การต่อต้าน การซื้อขายแลกเปลี่ยน การแข่งขัน เป็นต้น ซึ่งประเพณี วัฒนธรรม และศาสนา ก็ถือเป็นความสัมพันธ์ในสังคมเช่นกันเนื่องจากสิ่งเหล่านี้ถือเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลได้มีกิจกรรมร่วมกัน เช่นการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา วันสงกรานต์ วันตรุษจีน เป็นต้น แต่ก็มีความสัมพันธ์ที่ไม่ได้ออกมาจากการกระทำ แต่เป็นความสัมพันธ์ทางด้านจิตใจ เช่นความผูกพันระหว่างเพื่อน ครูอาจารย์กับลูกศิษย์ ความไว้วางใจของเพื่อนและคนรู้จัก หรือการสื่อสารทางด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ ก็ถือว่าเป็นความสัมพันธ์ทางสังคมเช่นกัน

นักเรียน หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

โรงเรียน หมายถึง สถานศึกษาที่ผู้วิจัยใช้เก็บข้อมูล ซึ่งเป็นสถานศึกษาของรัฐ ได้แก่ โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎ์ 2 จังหวัดฉะเชิงเทรา โรงเรียนศรีราชา จังหวัดชลบุรี และ โรงเรียนวังจันทร์วิทยา จังหวัดระยอง

สังคมออนไลน์ หมายถึง สื่อสังคมที่สามารถเชื่อมถึงกันผ่านอินเทอร์เน็ตเพื่อให้มนุษย์สามารถที่จะติดต่อสื่อสาร และติดตามข่าวสารในสังคมได้ เช่น เฟสบุ๊ก (Facebook) ไลน์ (Line) ทวิตเตอร์ (Twitter) อินสตราแกรม (Instagram) เป็นต้น

บทที่ 2

เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน ผู้วิจัยได้ค้นคว้าจากเอกสารเพื่อศึกษาแนวคิด ทฤษฎี ตลอดจนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง มาเป็นพื้นฐาน และแนวทางการศึกษารวมทั้งการนำมาสร้างกรอบแนวคิดการวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

1. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม
2. ทฤษฎีจิตวิเคราะห์
3. ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์
4. แนวคิดเกี่ยวกับสมาร์ทโฟน
5. แนวคิดเกี่ยวกับการเสพติดสมาร์ทโฟน
6. ผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
8. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม

จุดเริ่มต้นของการศึกษาเรื่องการเรียนรู้มีมาตั้งแต่ในยุคสมัยที่อารยธรรมกรีกยังรุ่งเรือง ได้มีนักปรัชญาที่สำคัญสองคน คือ Plato และ Aristotle โดยในยุคนี้จะเป็นทฤษฎีเชิงปรัชญาที่เกี่ยวข้องกับธรรมชาติของความรู้ว่าความรู้คืออะไรเราสามารถรู้อะไรได้บ้าง ขอบเขตขีดจำกัดของความรู้โดยตรงไหน และแหล่งที่ให้กำเนิดความรู้คืออะไร ซึ่งนักปรัชญาทั้งสองก็ได้ให้คำตอบที่แตกต่างกัน (Hergenhahn & Olson, 2001) โดย Plato มีความเชื่อว่า ความรู้คือธรรมชาติที่มีอยู่ในสมองมนุษย์อยู่แล้วตั้งแต่กำเนิด โดยความรู้สามารถเพิ่มได้จากการสะท้อนเนื้อหาของความคิดจิตใจของมนุษย์แต่ละคน และพฤติกรรมของมนุษย์สามารถเรียนรู้หรือถ่ายทอดได้โดยการคบหาสมาคมกันในสังคม ในขณะที่ Aristotle ก็ได้ให้ความหมายของความรู้อีกอย่างหนึ่ง เขาเชื่อว่าความรู้ไม่ใช่สิ่งที่มีอยู่แล้วตามธรรมชาติ ความรู้จะต้องเป็นเรื่องสากล ไม่ใช่เป็นเรื่องเฉพาะ และเกิดขึ้นโดยบังเอิญ การได้รับความรู้ตามทัศนะของเขานั้นอาศัยแนวทางทางวิทยาศาสตร์ และวัตถุที่มองเห็นเป็นสิ่งสำคัญจะอาศัยการใคร่ครวญของจิตอย่างเดียวไม่ได้ แต่ต้องอาศัยข้อเท็จจริงตามธรรมชาติ และตามแนวทางสังคมด้วย (อิบราฮีม ฌรงค์รักษาเขต, 2546)

ในยุคถัดมาก็ได้มีการศึกษาเพิ่มเติมต่อจากยุคกรีกว่า พฤติกรรมของมนุษย์ และสัตว์ไม่สามารถเรียนรู้หรือถ่ายทอดโดยการคบหาสมาคมแต่เพียงอย่างเดียว การเรียนรู้จะเกิดขึ้นต่อเมื่อมีการให้รางวัลหรือการลงโทษด้วย หรือที่เรียกอีกอย่างก็คือการเรียนรู้แบบการวางเงื่อนไข (วัลภา สบายยิ่ง , 2559)

Pavlov (1926) มีความสนใจว่ามนุษย์ และสัตว์เกิดมาพร้อมกับปฏิกิริยาสะท้อน (Unconditioned reflexes) หรือก็คือการตอบสนองต่อสิ่งเร้าโดยอัตโนมัติโดยไม่มีเงื่อนไข ยกตัวอย่างเช่น การนำไฟฉายฉายไปที่ทำให้ม่านตาหด เสียงดังทำให้ตกใจ เป็นต้น เขาได้พยายามศึกษาเกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร โดยได้ทำการทดลองกับสุนัข เขาได้สังเกตเห็นว่าสุนัขมักจะมีอาการน้ำลายไหลเมื่อได้เห็นอาหารทั้ง ๆ ที่ยังไม่ได้อิน เขาจึงทำการทดลองโดยให้ผู้ที่นำอาหารมาให้อาหารสุนัขนั้นอยู่เป็นประจำเดินเข้ามาในห้อง ปรากฏว่าสุนัขตัวนั้นก็มีการน้ำลายไหลทั้งที่ยังไม่ได้เห็นอาหาร ต่อมาเขาได้เจาะต่อมน้ำลายของสุนัข และต่อสายรับน้ำลายให้ไหลออกสู่ขวดแก้ว สำหรับวัดปริมาณน้ำลาย จากนั้นเขาก็เริ่มการทดลอง โดยก่อนที่จะให้อาหารแก่สุนัขจะต้องมีการสั้นกระดิ่งก่อนแล้วตามด้วยการให้อาหาร ทำเป็นประจำทุกวันประมาณ 7-8 วัน จากนั้นเพียงแค่สั้นกระดิ่ง สุนัขก็จะมีอาการตอบสนองคือน้ำลายไหลเพียงแค่อินเสียงกระดิ่งเท่านั้น ปรากฏการณ์เช่นนี้เรียกว่า พฤติกรรมสุนัขถูกวางเงื่อนไขหรือเรียกว่าสุนัขเกิดการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก ซึ่งได้พบว่า สุนัขได้เรียนรู้ว่าเมื่อมีการสั้นกระดิ่งแปลว่าจะได้รับอาหาร ทำให้เกิดอาการน้ำลายไหลนั่นเอง

Watson and Rayner (1920) ได้นำความคิดของ Pavlov มาทดลองกับมนุษย์ เพื่อที่จะศึกษาพฤติกรรมการเรียนรู้ของมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับความกลัว ทั้งสองคนได้เขียนบทความ “Conditioned emotional reactions” ซึ่งเป็นบทความที่สรุปผลการทดลองของพวกเขากับทารกอายุ 1 ขวบ โดยพวกเขาได้สังเกตเห็นว่าโดยธรรมชาติแล้วเด็กเล็กมักจะกลัวเสียงที่ดังขึ้นมาอย่างกะทันหัน แต่จะไม่หวาดกลัวสัตว์ประเภท หนู กระต่าย แมว หรือลูกสุนัข การทดลองเริ่มต้น โดยที่ปล่อยให้เด็กทารกเล่นกับหนู เมื่อเวลาผ่านไปสักครู่ขณะที่เด็กทารกกำลังจะเอื้อมมือไปจับหนูก็ใช้ค้อนตีแผ่นเหล็กให้เกิดเสียงดังเด็กแสดงอาการตกใจกลัวร้องไห้ หลังจากนั้นพวกเขาก็สังเกตเห็นว่าเด็กมีอาการหวาดกลัวเมื่อเห็นหนู ถึงแม้จะไม่มีเสียงค้อนตีแผ่นเหล็กให้เกิดเป็นเสียงดังก็ตาม ใน การทดลองนี้ทำให้พบว่า เด็กเกิดการเรียนรู้ชนิดเชื่อมโยงระหว่างเสียงดังกับการสัมผัสหนู ทำให้เด็กเกิดความหวาดกลัวตามธรรมชาติกับหนู จากการทดลองนี้ปรากฏว่าเด็กไม่ได้กลัวเพียงแค่หนูเท่านั้น แต่เกิดอาการหวาดกลัวสัตว์ทุกชนิดที่มีขน รวมทั้งเสื้อขนสัตว์ด้วย ซึ่งทำให้เห็นได้ว่าเด็กได้เกิดการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกจากการลงโทษด้วยการตีแผ่นเหล็กให้เกิดเสียงดัง ต่อมาพวกเขาได้ทดลองแก้ความกลัวของเด็กทารก โดยให้มารดาของเด็กทารกอุ้มเด็กไว้ ในขณะที่

พวกเขาให้นำหนูขาวมาขึ้นให้เด็กจับ ในช่วงแรกเด็กยังหวาดกลัว และร้องไห้ทุกครั้งที่ได้เห็นหนูขาว แต่หลังจากมารดาพยายามปลอบเด็ก พร้อมกับจับมือของเด็กไปลูบตัวหนูขาวสักพักหนึ่ง เด็กทารกก็หายกลัวหนูขาว และสามารถแตะหนูขาวได้ด้วยตนเอง ซึ่งภายหลังจิตแพทย์ได้นำวิธีการนี้มา รักษาคนที่มีอาการกลัวสิ่งแปลก ๆ (Hergenhahn & Olson, 2001)

ในยุคถัดมาทฤษฎีการเรียนรู้ได้ถูกพัฒนาขึ้นมาอย่างต่อเนื่อง โดยได้พัฒนามาเป็นทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social learning theory) ซึ่งเป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อมุ่งเน้นไปที่การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายในบริบทของสังคม โดยเชื่อว่า นอกจากความรู้และพฤติกรรมจะพัฒนาจากการคบหาสมาคมแล้ว พฤติกรรมยังสามารถพัฒนาขึ้นมาได้จากการคาดหวังที่เกิดจากการเฝ้าดูหรือสังเกตพฤติกรรมของบุคคลอื่น ๆ และผลที่ตามมาจากพฤติกรรมนั้น ดังนั้นบุคคลสามารถที่จะพัฒนานิสัยหรือพฤติกรรมต่าง ๆ ขึ้นมาได้โดยไม่ต้องคบหาสมาคมกับบุคคลที่เป็นต้นแบบเพียงแถมอง และสังเกตพฤติกรรมของบุคคลต้นแบบก็สามารถที่จะเรียนรู้และพัฒนาพฤติกรรมและนิสัยขึ้นมาได้ (Bandura, 1977)

Bandura (1997) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ได้ให้แนวคิดการเรียนรู้ทางสังคมว่าการเรียนรู้ของมนุษย์สามารถอธิบายผ่านพฤติกรรมของมนุษย์จากการตอบสนองต่อตัวแปรต่าง ๆ จนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง และพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากการมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ขององค์ประกอบทั้ง 3 อย่าง ได้แก่ พฤติกรรมต่าง ๆ ของแต่ละบุคคล ลักษณะเฉพาะตัวของบุคคล เช่นการรับรู้ เชื้อชาติ เพศ เป็นต้น และสภาพแวดล้อมหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งมนุษย์สามารถที่จะสังเกตสิ่งเหล่านี้เพื่อที่จะศึกษาเรียนรู้ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อให้ไม่เป็นที่แปลกแยกของสังคม และเพื่อให้ได้รับการยอมรับจากสังคม โดยอาจจะใช้วิธีการสังเกตบุคคลเพียงคนเดียว สังเกตกลุ่มบุคคล หรือสังเกตสังคมรอบตัว เพื่อพัฒนาพฤติกรรมขึ้นมาได้ ยกตัวอย่างเช่น การสังเกตพฤติกรรมของเพื่อนที่เรียนได้คะแนนดีในชั้นเรียน และเป็นที่รักใคร่ของเพื่อน ๆ เพื่อนำมาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองให้ใกล้เคียงที่สุด เพื่อที่จะได้รับการยอมรับในสังคมหรือกลุ่มของเพื่อนคนนั้นบ้าง หรือการยึดคารานักวิ่งเป็นต้นแบบเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ก็ถือเป็นการเรียนรู้ทางสังคมเช่นกัน โดยกระบวนการที่ทำให้มนุษย์เกิดการเลียนแบบพฤติกรรม ประกอบด้วย 4 กระบวนการสำคัญคือ

1. กระบวนการความสนใจ (Attentional process) คือกระบวนการที่มนุษย์ได้ให้ความสนใจกับมนุษย์อีกคนหนึ่งซึ่งแสดงพฤติกรรมหรือบุคลิกออกมา ในสถานการณ์ต่าง ๆ แล้วดูน่าสนใจดูสำคัญกับตนเอง และดูเป็นไปได้ที่ตนเองจะสามารถเลียนพฤติกรรมนั้นได้
2. กระบวนการความจำ (Retention process) คือกระบวนการในการจดจำพฤติกรรมของมนุษย์อีกคนหนึ่งได้อย่างติดตา ซึ่งจะทำได้จะทำให้สามารถที่จะเลียนแบบได้อย่างง่ายดาย

3. กระบวนการการแสดงออก (Motor and reproduction process) คือ กระบวนการแสดงออกพฤติกรรมตามอย่างมนุษย์อีกคนที่ได้สนใจสังเกต และจดจำพฤติกรรมมาแล้ว

4. กระบวนการเสริมแรง (Reinforcement process) หมายถึง หากมีการเสริมแรงหรือสร้างแรงจูงใจ เช่นการให้รางวัลต่อพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ได้ทำการเลียนแบบ การได้รับคำชื่นชมจากพฤติกรรมที่เลียนแบบมา จะทำให้มนุษย์สนใจในพฤติกรรมที่ได้รับการเสริมแรงเพิ่มมากขึ้น เรียนรู้ดีขึ้น และพยายามแสดงพฤติกรรมนั้นออกมาบ่อยครั้งขึ้นกว่าเดิม (ไวพจน์ กุลาชัย, 2552)

จากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ที่ได้กล่าวมาข้างต้นทั้งหมดนั้นสามารถสรุปได้ว่า แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้มีมากมายหลายยุคหลายสำนัก แต่จากการศึกษาวิเคราะห์ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมนั้นมีความเชื่อมโยงกับอาการเสพติดสมาร์ตโฟน เนื่องมาจากสังคมในยุคปัจจุบันนั้นเป็นสังคมที่มีรูปแบบเป็นสังคมก้มหน้าผู้คนส่วนใหญ่ต่างมีสมาร์ตโฟนไว้ใช้งานกันอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นประชาชนธรรมดา ดารา นักร้อง นักแสดง ศิลปิน ต่างก็มีสมาร์ตโฟนเพื่อใช้งานกันทุกคนทำให้ผู้ที่ไม่มีสมาร์ตโฟน ต่างก็ต้องแสวงหาเพื่อมาใช้งาน เนื่องจากได้เรียนรู้จากการสังเกตสังการรอบข้างแล้วพบว่า ผู้คนในยุคสมัยนี้ต่างมีสมาร์ตโฟนใช้งานหากต้องการที่จะเข้าร่วมกลุ่มกับสังคม ได้ก็จำเป็นที่จะต้องมีสมาร์ตโฟน เมื่อมีสมาร์ตโฟนแล้วก็ทำให้เกิดอาการเสพติดได้อย่างง่ายดายเนื่องมาจากความหลากหลายในการใช้งานของสมาร์ตโฟน ความเพลิดเพลินในการใช้งานสมาร์ตโฟน อีกทั้งยังได้เรียนรู้จากสภาพแวดล้อมตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมว่า ในยุคสมัยนี้กิจกรรมต่าง ๆ และการสานสัมพันธ์กับบุคคลอื่นส่วนใหญ่จำเป็นที่จะต้องใช้งานสังคมออนไลน์ผ่านทางสมาร์ตโฟนตลอดเวลาเพื่อที่จะได้มีพฤติกรรมที่เป็นไปในทางเดียวกันกับผู้คนส่วนใหญ่ในสังคม อีกทั้งเมื่อได้ใช้งานสมาร์ตโฟนแล้วยังทำให้ได้สังเกตพฤติกรรม ทักษะคิด แนวคิด ของบุคคลต่าง ๆ ง่ายขึ้น เมื่อพบว่า บุคคลใดที่ได้รับการชื่นชมการยอมรับก็จะอยากที่จะเป็นอย่างบุคคลนั้น ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อให้ได้รับการยอมรับจากสังคม จนทำให้เกิดอาการเสพติดสมาร์ตโฟนเนื่องมาจาก สมาร์ตโฟนถือเป็นเครื่องมือที่ใช้หาต้นแบบที่จะเลียนแบบพฤติกรรมได้เป็นอย่างดีโดยสามารถดูได้จากเสียงตอบรับของสังคมออนไลน์ ทำให้มนุษย์เกิดการเรียนรู้ทางสังคมว่าถ้าเลียนแบบพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ได้รับการตอบรับที่ดีจะทำให้ตนได้รับการยอมรับคำชื่นชม จึงได้ทำการเรียนรู้ และเลียนแบบพฤติกรรมเพื่อแสดงออกในสังคมออนไลน์ ซึ่งเมื่อแสดงพฤติกรรมที่ได้เลียนแบบมาแล้วก็จะคอยกังวลว่าจะมีคนมาชื่นชม หรือแสดงความคิดเห็นกับสิ่งที่ตนได้เลียนแบบพฤติกรรมมาหรือไม่ในสังคมออนไลน์ จนกลายเป็นพฤติกรรมที่เคยชินจนพัฒนามาเป็นการเสพติดสมาร์ตโฟนในที่สุด จากที่กล่าวมาข้างต้นทำให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ที่ทำให้ผู้ที่ได้เรียนรู้จากการสังเกตสังการรอบข้าง บุคคลต้นแบบ และบุคคลอื่น ๆ ทั่วไป จำเป็นที่จะต้องพัฒนาพฤติกรรม แนวคิด ทักษะคิด ให้

เหมือนกับสังคมนาฬิกาที่เป็นสังคมนาฬิกาที่ผู้คนที่ใช้งานโทรศัพท์มือถืออย่างไม่สนใจสิ่งต่าง ๆ รอบข้าง จึงจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปใช้งานมือถืออย่างไม่สนใจสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้เห็นเองได้รู้สึกว่าได้รับการยอมรับจากสังคม และกลายเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดการเสพติดมือถือ จนทำให้เกิดผลกระทบต่าง ๆ ตามมามากมาย เช่น ทำให้เป็นคนอารมณ์แปรปรวน หงุดหงิดง่าย สุขภาพแย่ง ผลการเรียนต่ำลง ความสัมพันธ์ในครอบครัวและกับผู้คนในสังคมน้อยลง จนกลายเป็นบ่อเกิดของปัญหาสังคมในปัจจุบัน

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ถือเป็นทฤษฎีที่มีความสำคัญอีกสาขาหนึ่งที่ได้รับการพัฒนาขึ้นมาในช่วงศตวรรษที่ 19 โดยได้พัฒนามาจากสาขาวิชาจิตเวชศาสตร์ (Psychiatry) ที่มาจากการศึกษาของวงการแพทย์ที่ศึกษาเกี่ยวกับปัญหาของผู้ป่วยทางจิต โดยได้ทำการแยกความผิดปกติทางจิตใจออกจากความผิดปกติทางร่างกาย และเชื่อว่าความผิดปกติทางจิตของผู้ป่วยทางจิตนั้นสามารถที่จะอธิบายได้จากระบบการทำงานหรือส่วนประกอบของสมอง และเชื่อว่าความผิดปกติทางจิตเป็นโรคร้ายชนิดหนึ่ง ซึ่งแนวคิดนี้ได้รับการศึกษาและพัฒนาขึ้นมาจนกลายเป็นศาสตร์ใหม่ที่ได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลาย ซึ่งก็คือจิตเวชศาสตร์นั่นเอง (Overholser, 1949 อ้างถึงใน ปกรณ์ มณีปกรณ์, 2555)

Freud จิตแพทย์ชาวเวียนนา ผู้ซึ่งเป็นผู้ริเริ่มวางรากฐานของทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ที่ได้รับการยกย่องว่าเป็นบิดาของทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ก็ได้พัฒนาทฤษฎีจิตวิเคราะห์ขึ้นมาโดยต่อยอดมาจากวิชาจิตเวชศาสตร์ เขาได้พัฒนาทฤษฎีนี้โดยมีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ว่าเกิดขึ้นได้อย่างไรเพราะ เขาเชื่อว่าพฤติกรรมทุกพฤติกรรมมีความหมาย ไม่ได้เกิดขึ้นโดยบังเอิญ แต่จะมีจิตส่วนหนึ่งดำเนินการและสั่งการให้เกิดรูปแบบพฤติกรรมนั้น ๆ (ยศ สันตสมบัติ, 2542) โดยทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ เขามีสมมติฐานว่าพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากพลังทางทางจิตภาค และชีวภาค ซึ่งก็คือจิตใต้สำนึกหรือสัญชาตญาณนั่นเอง ซึ่งมนุษย์ก็อาจที่จะไม่เข้าใจปรากฏการณ์ดังกล่าวได้ ดังนั้นในการที่จะปรับปรุงพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์จึงจำเป็นต้องศึกษาเจาะลึกเข้าไปภายในจิตใจของมนุษย์จนถึงจิตใต้สำนึกของการตอบสนอง เพื่อหาทางแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องของมนุษย์ (ปกรณ์ มณีปกรณ์, 2555)

ก่อนที่ Freud จะพัฒนาเรื่องของอีโก้ (Ego) และ ซุปเปอร์อีโก้ (Superego) เขาได้อธิบายว่าหากพิจารณาจิตใจของมนุษย์ตามความรู้สึกตัวแล้ว จะสามารถแบ่งระดับจิตใจของมนุษย์ไว้ได้ทั้งหมด 3 ระดับ คือ จิตสำนึก (The conscious level) จิตกึ่งสำนึก (The subconscious level) และจิตใต้สำนึก (Unconscious level) ซึ่งรายละเอียดของจิตใจมนุษย์ทั้งสามระดับมีรายละเอียดดังนี้ คือ

จิตสำนึก เป็นส่วนของจิตใจที่มนุษย์รู้สึกและตระหนักในตนเองต่อพฤติกรรมที่แสดงออกอยู่ภายใต้การควบคุมด้วยสติปัญญา ความรู้ และการพิจารณาให้เหมาะสมกับสิ่งที่ถูกต้องและสังคมยอมรับ ส่วนจิตกึ่งสำนึก เป็นระดับของจิตใจที่อยู่ในขั้นที่ลึกลงไปกว่าจิตสำนึก ในส่วนของจิตกึ่งสำนึกนี้ มนุษย์ไม่สามารถที่จะตระหนักรู้ตลอดเวลา หากแต่ต้องใช้เวลาคิดหรือระลึกถึงชั่วคราว และประสบการณ์ต่าง ๆ จะถูกดึงมาสู่จิตสำนึกจิตใจส่วนนี้จะช่วยขจัดข้อมูลที่ไม่จำเป็นออกจากความรู้สึกของมนุษย์และเก็บไว้แต่ในส่วนที่มีความหมายต่อตนเอง จิตใจส่วนนี้ดำเนินการอยู่ตลอดเวลาในชีวิตประจำวัน และระดับสุดท้ายคือจิตใต้สำนึก เป็นระดับของจิตใจในขั้นลึกที่มนุษย์เก็บไว้ในส่วนลึกที่สุดของจิตใจ อันประกอบด้วยความต้องการตามสัญชาตญาณต่าง ๆ ซึ่งไม่อาจแสดงได้อย่างเปิดเผยและประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละขั้นตอนของพัฒนาการในชีวิตที่มนุษย์เก็บสะสมไว้ โดยเฉพาะประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวด เขากล่าวว่า มนุษย์จะเก็บความรู้สึกทางลบไว้ในส่วนจิตใต้สำนึก และจะแสดงออกในบางโอกาส ซึ่งเจ้าตัวไม่ได้ควบคุมและไม่รู้สึกตัว (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2541)

ต่อมาเขาได้ศึกษาเรื่องของบุคลิกภาพที่มีความสัมพันธ์กับจิตใจ ซึ่งหลังจากได้ศึกษาในเรื่องของระดับของจิตใจแล้วต่อมาเขาจึงได้เจาะลึกไปถึงโครงสร้างของบุคลิกภาพที่อยู่ภายในจิตใต้สำนึกของมนุษย์ ซึ่งมี 3 ส่วน คือ อิด (Id) อีโก้ (Ego) และซูเปอร์

อีโก้ (Superego) เขาได้ให้คำจำกัดความหมายของอิดว่าเป็นความต้องการพื้นฐานของจิตที่มีมาแต่กำเนิด เป็นพลังสัญชาตญาณที่กระตุ้นหรือผลักดันให้มนุษย์มีบุคลิกและพฤติกรรมที่ตอบสนองต่อความต้องการความสุข ความเพลิดเพลิน ความต้องการทางเพศ ความก้าวร้าว ความรุนแรง ความกลัวตาย เป็นต้น ส่วน อีโก้เป็นส่วนที่ทำหน้าที่ควบคุมความต้องการของอิดโดยอาศัยหลักของเหตุผล การเกิดของส่วนนี้จะทำให้อิดถูกผลักดันลงไปสู่จิตใจระดับจิตใต้สำนึก และอีโก้ทำหน้าที่เป็นตัวประสานงานระหว่างความต้องการตามสัญชาตญาณกับโลกภายนอกให้เหมาะสมตามหลักแห่งความเป็นจริงว่าควรให้พฤติกรรมแสดงออกอย่างไรในสังคมเพื่อไม่ให้ตนถูกคนในสังคมมองอย่างตำหนิ และแปลกแยกไปจากสังคม (บุญฉดา สายยศ, 2557) และโครงสร้างสุดท้ายคือซูเปอร์อีโก้ คือส่วนของบุคลิกภาพที่ทำหน้าที่ควบคุมและตัดสินใจว่าจะให้พฤติกรรมต่าง ๆ ถูกแสดงออกมาสู่โลกภายนอกหรือไม่ ซึ่งซูเปอร์อีโก้เป็นส่วนของจิตใจที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ถูกฝึกตามศีลธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีและศาสนา โดยสามารถแบ่งออกได้เป็นสองส่วน คือ มโนธรรม (Conscience) และ อุดมคติแห่งตน (Ego-ideal) ซึ่งรายละเอียดของทั้งสองส่วนมีดังต่อไปนี้ (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2541)

มโนธรรม เกิดจากการอบรมสั่งสอนของพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดู เป็นการสอนทั้งทางตรงและทางอ้อมให้แก่เด็ก เช่น สอนว่าอะไรไม่ควรทำอะไรควรทำ ถ้าทำผิดจะถูกลงโทษ หรือ การที่เด็กได้

เห็นการกระทำของพ่อแม่ ผู้ใกล้ชิด และจากครอบครัวอยู่เสมอ ก็เป็นการปลูกฝังให้เด็กได้รับประสบการณ์จากสิ่งเหล่านี้ ซึ่งเรียกว่า เป็นการสะสมในสิ่งดีงามติดตัวมาตลอด เมื่อโตขึ้นถ้าทำอะไรขัดกับมโนธรรมจะก่อให้เกิดความสำนึกผิด อุดมคติแห่งตน เกิดจากการอบรมสั่งสอนของพ่อแม่ และผู้อื่นเช่นกัน โดยจะเป็นการสอนว่าอะไรควรทำอะไรไม่ควรทำ เมื่อโตขึ้นถ้าทำตามอุดมคติแห่งตนจะก่อให้เกิดความรู้สึกอึดใจและภาคภูมิใจ ส่วนสำคัญของซูเปอร์อีโก้จะเกิดขึ้นมาเมื่อเด็กอายุประมาณ 5-6 ปี เด็กจะพยายามรับเอามาตรฐานทางศีลธรรมและอุดมคติจากพ่อแม่เข้ามาไว้ในตน พยายามซึมซับสิ่งเหล่านี้จนกลายเป็นคุณธรรมของตนเอง (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2541)

เมื่อสรุปตามทฤษฎีโครงสร้างของบุคลิกภาพที่กล่าวมาข้างต้นแล้วจะทำให้เห็นว่า โครงสร้างทั้งสามนี้ อิด อีโก้ และซูเปอร์อีโก้มีการทำงานที่สัมพันธ์กันเพื่อที่จะให้พฤติกรรมและบุคลิกภาพของมนุษย์แต่ละบุคคลแสดงออกมาในสังคมได้อย่างเหมาะสม เนื่องจากว่าอีโก้จะเป็นตัวที่คอยทำหน้าที่ควบคุมดูแลพฤติกรรมของบุคคล ที่ถูกกระตุ้นจากความต้องการความสุขความเพลิดเพลินของอิด ซึ่งอีโก้ก็จะนำความต้องการของอิดส่งต่อไปยังซูเปอร์อีโก้เพื่อให้หาวิธีการที่จะทำให้ความต้องการของอิดสามารถแสดงออกมาได้โดยไม่ขัดแย้งกับสังคมธรรมเนียมประเพณี โดยซูเปอร์อีโก้จะสามารถหักห้ามหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดังกล่าวด้วยความรู้สึกผิด ซึ่งหลังจากได้มีการถ่วงถ่วงแล้วความต้องการของอิดไม่เหมาะสมที่จะแสดงออกมาบุคคลก็จะเกิดกระบวนการระงับแรงกระตุ้น ซึ่งกระบวนการนี้จะทำการเปลี่ยนความต้องการของอิดให้เป็นพฤติกรรมที่ได้รับการยอมรับจากซูเปอร์อีโก้ เช่น แรงกระตุ้นที่ต้องการที่จะทำร้ายบุคคลอื่น ก็อาจจะเปลี่ยนให้เป็นพฤติกรรมการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา หรือ แรงกระตุ้นที่ทำให้เกิดความต้องการทางเพศ ก็อาจจะเปลี่ยนให้เป็นการเล่นเกมส์หรือการออกกำลังกายนั่นเอง นอกจากนี้มนุษย์ยังมีการตอบสนองอิดในรูปแบบของการควบคุมระงับอารมณ์ โดยมนุษย์จะเก็บความต้องการของอิดที่ซูเปอร์อีโก้ รู้สึกว่าไม่สมควรจะแสดงออกมาไว้ในจิตใจสำนึก และปฏิเสธตนเองว่าไม่เคยมีแรงกระตุ้นนั้น ๆ เคยเกิดขึ้นมาแต่อย่างใด ซึ่งกระบวนการนี้อาจทำให้เกิดผลกระทบต่าง ๆ ตามมามากมาย เช่น การเก็บกด ความเครียด วิตกกังวล เป็นต้น (Akers, 1994 อ้างถึงใน ปกรณ์ มณีปกรณ์, 2555)

จากแนวคิดทฤษฎีจิตวิเคราะห์ที่ได้กล่าวมาข้างต้นทั้งหมดนั้นสามารถสรุปได้ว่า แนวคิดทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ที่พูดถึงโครงสร้างของบุคลิกที่มีความสัมพันธ์กับจิตใจของมนุษย์ซึ่งมีอยู่สามส่วน คือ อิด อีโก้ และซูเปอร์อีโก้ซึ่งโครงสร้างทั้งสามส่วนนี้มีความเชื่อมโยงกับการเสพติดสมาร์ทโฟน เนื่องจากว่า อิด ก็คือ พฤติกรรม และบุคลิกของมนุษย์ที่เกิดจากความต้องการสองอย่างคือความต้องการทางกาย เช่น ความหิว ความต้องการทางเพศ และความต้องการทางจิต อารมณ์และจิตวิญญาณ ได้แก่ ความเพลิดเพลินผ่อนคลาย ความรัก ความต้องการประสบความสำเร็จ

ความต้องการมีศักดิ์ศรี ความต้องการมีชื่อเสียง เป็นต้น ทำให้เราเห็นว่าความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ทุกคนนั้นแท้จริงแล้วก็คือความต้องการให้ตนเองมีความสุขสบาย เพลิดเพลินผ่อนคลาย ไม่ต้องการเรื่องเครียด และต้องการที่จะตอบสนองความอยากของตนเอง แต่ก็มี อีโก้ และซูปเปอร์อีโก้ ที่เป็นตัวถ่วงกรงความอยากว่าควรทำหรือไม่ควรทำมากความอยากที่ไม่เหมาะสมให้เก็บอยู่ในจิตใต้สำนึกเพื่อไม่ให้แสดงออกมาให้คนในสังคมเห็น แต่ในยุคสมัยนี้เป็นยุคสมัยที่คนในสังคมทุกคนต่างมีสมาร์ทโฟนใช้งานเพื่ออำนวยความสะดวกสบาย ทั้งการใช้คุยโทรศัพท์ เล่นเกมส์ ฟังเพลง ชมภาพยนตร์ ท่องอินเทอร์เน็ต ใช้งานสังคมออนไลน์ ทำให้สมาร์ทโฟนได้กลายเป็นอุปกรณ์ที่ตอบสนองต่อความอยากของจิตใจของมนุษย์ได้เป็นอย่างดี

เนื่องจากสมาร์ทโฟนเป็นเครื่องมือในการติดต่อสื่อสารทั้งในการใช้สนทนาผ่านเครือข่ายโทรศัพท์ และการติดต่อสื่อสารในโลกออนไลน์ อีกทั้งยังใช้เล่นเกมส์เสพสื่อบันเทิงได้อีกด้วย ซึ่งสิ่งที่มีในระบบของการใช้งานสมาร์ทโฟนเหล่านี้ทำให้ความอยากของมนุษย์ซึ่งก็คืออึดได้รับการตอบสนองเป็นอย่างดี คือทำให้ผ่อนคลายรู้สึกเพลิดเพลินได้รับการพักผ่อนเมื่อใช้งานสมาร์ทโฟน ได้เล่นเกมส์เพื่อคลายเครียด ได้ฟังเพลงเพื่อให้ผ่อนคลาย ได้คุยกับเพศตรงข้ามเพื่อปลดปล่อยความต้องการทางเพศ ได้เดินเปลี่ยนผ้าเช็ดตัวส่วนเพื่อให้ได้รับการยอมรับจากสังคม แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเช่นการด่าทอผู้คนต่าง ๆ ผ่านสังคมออนไลน์เพื่อปลดปล่อยความต้องการความรุนแรงภายในจิตใจ ได้แสดงสิ่งต่าง ๆ ของตนเพื่อให้ผู้อื่นยอมรับให้ผู้อื่นอิจฉา ได้แสดงความต้องการต่าง ๆ ของตนลงไปในสังคมออนไลน์เพื่อให้ผู้อื่นเข้ามาแสดงความคิดเห็น ซึ่งจากสิ่งเหล่านี้สามารถทำให้อึดของมนุษย์สามารถที่จะปลดปล่อยออกมาได้อย่างเต็มที่ผ่านทางสมาร์ทโฟน โดยที่อีโก้ และซูปเปอร์อีโก้ไม่ได้ถ่วงกรงความอยากนั้น ๆ ก่อนที่จะปลดปล่อยออกไปในสังคมออนไลน์ผ่านทางสมาร์ทโฟน เนื่องจากรู้สึกว่าคุณคนส่วนใหญ่ไม่รู้จักตัวตนของเราในสังคมจริง ๆ ทำให้ไม่จำเป็นที่จะต้องรู้สึกกังวลว่าจะถูกมองไม่ดีหรือรู้สึกผิดใด ๆ ทั้งสิ้นทำให้พฤติกรรมส่วนใหญ่ที่ได้กระทำลงไปมักไม่ได้คำนึงถึงผลลัพธ์ที่ตามมาเพราะมนุษย์มักจะกล้าที่จะแสดงความต้องการต่าง ๆ ในสังคมออนไลน์มากกว่าสังคมที่ตนใช้ชีวิตอยู่จริง ๆ เช่น การอวดสิ่งของที่มีราคาแพงมากหากอวดในสังคมออนไลน์ก็จะมีผู้มาชื่นชมมาแสดงความอิจฉา แต่หากอวดในสังคมจริงก็มักจะถูกคนนินทาต่าง ๆ นา ๆ หรือการพยายามอยากเด่นอยากดังเช่นการพยายามตั้งใจเรียน กล้าแสดงออกในกิจกรรมต่าง ๆ หากทำในสังคมจริงก็มักจะถูกนินทาเหน็บแนม และถูกสังคมรังเกียจ แต่หากแสดงออกในสังคมออนไลน์ เช่น เดินเปลี่ยนผ้า ร้องเพลง พากษ์เสียง ภาพยนตร์ ก็มักจะได้รับความสนใจ และคำชื่นชมมากกว่าคำตำหนิ เป็นต้น ซึ่งจากสิ่งเหล่านี้ทำให้มนุษย์เกิดความเพลิดเพลินที่ได้ปลดปล่อยความต้องการของอึดออกมาโดยที่ไม่ถูกอีโก้ และซูปเปอร์อีโก้มาควบคุมจนทำให้เกิดอาการเสพติดสมาร์ทโฟนได้อย่างง่ายดาย เพราะมนุษย์จะรู้สึก

สบายใจและผ่อนคลายเมื่อได้ใช้งานสมาร์ทโฟนทำให้กลายเป็นคนที่ทำก่อนคิด และรู้สึกถูกตัดขาดจากสังคมจริงเมื่อได้ใช้งานสมาร์ทโฟน จนทำให้เกิดผลกระทบต่าง ๆ ตามมามากมาย ทั้งผลการเรียนแย่งลง อารมณ์ที่แปรปรวนหงุดหงิดง่าย สุขภาพที่แย่งลง ความสัมพันธ์ในครอบครัวที่มีการพูดคุยปรึกษาปัญหาถันน้อยลง และความสัมพันธ์ในสังคมที่ถันน้อยลงเรื่อย ๆ จนกลายเป็นปัญหาสำคัญในสังคมที่กำลังระบาดอย่างหนักในปัจจุบันนี้

ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์

Maslow เป็นนักจิตวิทยาแนวมนุษยนิยม ชาวอังกฤษที่มีชื่อเสียงอย่างมากคนหนึ่ง เขาได้คิดค้นทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ ซึ่งทฤษฎีนี้เขาได้นำเสนอว่า ความต้องการของมนุษย์มีมาตั้งแต่กำเนิดและมีมากมายหลากหลายรูปแบบด้วยกัน ซึ่งมนุษย์มีความต้องการอยู่ตลอดเวลาไม่สิ้นสุดตราบใดที่ยังมีชีวิตอยู่มนุษย์ก็ยังคงมีความต้องการอยู่ตลอดเวลา โดยความต้องการที่ได้รับการตอบสนองแล้วจะไม่เกิดแรงจูงใจกระตุ้นในพฤติกรรมนั้น ๆ อีกต่อไปจะมีเพียงความต้องการที่ยังไม่ได้รับการตอบสนองเท่านั้นที่จะมีอิทธิพลต่อการกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมเพื่อสนองความต้องการนั้น ๆ ได้ (สัมฤทธิ์ ยศสมศักดิ์, 2549) และความต้องการของมนุษย์จะมีลักษณะเป็นลำดับขั้นซึ่งจะเริ่มต้นจากความต้องการพื้นฐานที่เป็นลำดับที่ต่ำที่สุดก่อนแล้วจึงพัฒนาไปสู่ความต้องการในขั้นที่สูงกว่าต่อไปโดยลำดับความต้องการของมนุษย์สามารถแยกได้เป็น 5 ลำดับดังนี้ (เจนจิรา สงรัตน์, 2557)

ลำดับที่หนึ่ง ความต้องการทางกายภาพ (Physiological needs) เป็นความต้องการขั้นที่ต่ำที่สุดของมนุษย์ตามความคิดของมนุษย์แต่ละคน ซึ่งความต้องการในลำดับขั้นนี้จะต้องเป็นความต้องการที่จำเป็นและไม่สามารถที่จะขาดได้ ได้แก่ อาหาร น้ำ อากาศ เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ที่อยู่อาศัย การนอนหลับพักผ่อน ความต้องการทางเพศ เป็นต้น ซึ่งเมื่อมนุษย์ได้รับการตอบสนองความต้องการทางกายภาพแล้วจะทำให้มนุษย์มีความต้องการในลำดับขั้นที่สูงขึ้นไปอีก ซึ่งความต้องการดังกล่าวจะไปกระตุ้นพฤติกรรมของมนุษย์เพื่อให้อตอบสนองต่อความอยากในลำดับขั้นต่อไป (สัมฤทธิ์ ยศสมศักดิ์, 2549)

ลำดับที่สอง ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety needs) เป็นความต้องการที่มีลำดับขั้นสูงกว่าความต้องการทางกายภาพ เมื่อมนุษย์สามารถตอบสนองความต้องการทางกายภาพแล้วความต้องการในลำดับขั้นถัดมาก็คือความต้องการความมั่นคงปลอดภัย ซึ่งความต้องการความมั่นคงปลอดภัยสามารถแบ่งออกได้เป็นสองแบบคือ ความปลอดภัยทางร่างกาย เช่น ปลอดภัยจากสัตว์ร้าย ปลอดภัยจากโจรผู้ร้าย ปลอดภัยจากการถูกรังแก ปลอดภัยจากอุบัติเหตุ และความมั่นคง

ทางเศรษฐกิจ เช่น ความมั่นคงในงานที่ทำ มีเงินเก็บสำรองไว้ใช้ยามฉุกเฉิน มีฐานะที่ดี ได้รับสวัสดิการต่าง ๆ ได้รับบำเหน็จบำนาญ เป็นต้น (สัมฤทธิ์ ยศสมศักดิ์, 2549)

ลำดับที่สาม ความต้องการทางสังคม (Social needs) คือความต้องการที่จะเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของสังคม การได้รวมกลุ่มกับบุคคลต่าง ๆ ในสังคมมีความผูกพันกับผู้คนในสังคมได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมร่วมกับผู้อื่น และ ต้องการที่จะได้รับสถานภาพทางสังคมอีกด้วย เช่น การร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยเพื่อที่จะได้มีสถานภาพทางสังคมของกลุ่มเด็กกิจกรรมในมหาวิทยาลัย เพื่อให้ตนเองได้รู้สึกมีบทบาทและหน้าที่ในสังคมเด็กกิจกรรม เป็นต้น (สัมฤทธิ์ ยศสมศักดิ์, 2549)

ลำดับที่สี่ ความต้องการที่จะได้รับการยกย่องและการยอมรับ (Esteem need) เป็นความต้องการที่จะให้ตนเองมีชื่อเสียงเกียรติยศ ได้รับการเคารพยกย่องในสังคม ต้องการความยอมรับนับถือจากผู้คนในสังคมเพื่อให้ตนเองรู้สึกมีค่าในสายตาของตนเองและผู้อื่น หากได้รับการตอบสนองความต้องการในลำดับขั้นนี้มนุษย์ก็จะเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้มีโอกาสที่จะมีชื่อเสียงและเกียรติยศ ความสำเร็จ ความรู้ ความสามารถตำแหน่งในหน้าที่การงานได้ง่ายขึ้น และจะกลายเป็นคนที่ยอมรับนับถือตนเองมองเห็นคุณค่าและความสามารถของตนเอง แต่ผู้ใดที่ไม่ได้รับการตอบสนองในลำดับขั้นความต้องการในลำดับที่สี่นี้ บุคคลนั้นก็จะมีความรู้สึกต่ำต้อยไร้ค่า อ่อนแอทางด้านจิตใจ หมดหวัง และรู้สึกว่าตนเองไม่มีความหมาย (สัมฤทธิ์ ยศสมศักดิ์, 2549)

ลำดับที่ห้า ความต้องการประจักษ์ในคุณค่าของตนเอง (Self-actualization) ความต้องการในลำดับขั้นตอนนี้คือความต้องการที่จะได้รับความสำเร็จความสมหวังในชีวิต ที่ตนอยากจะทำอยากจะเป็น หรือเป็นสิ่งที่ตนได้วาดฝันไว้ ได้ทำในสิ่งที่ตนต้องการและมีความสุขไปกับการทำในสิ่งนั้น ๆ ซึ่งความต้องการในขั้นนี้ถือเป็นขั้นสูงสุดของมนุษย์ การที่มนุษย์จะเกิดความต้องการในลำดับขั้นที่ห้านี้ได้จะต้องได้รับการตอบสนองความต้องการทั้งสี่ขั้นที่ผ่านมาทั้งหมดอย่างเต็มเปี่ยม ทำให้บุคคลที่จะเกิดความต้องการในขั้นที่ห้านี้ได้มีอยู่น้อยมากในสังคม เพราะการที่จะตอบสนองความต้องการทั้งสี่ขั้นตอนได้อย่างเต็มเปี่ยมถือว่าเป็นเรื่องที่ยากมาก ทำให้คนส่วนใหญ่ในสังคมจะมีความต้องการเพียงขั้นที่สี่เท่านั้น โดยความต้องการประจักษ์ในคุณค่าของตนเองจะเกิดขึ้นกับผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตแล้วสามารถเติมเต็มทุกความต้องการในชีวิตได้แล้ว ก็จะทำให้เกิดความพยายามที่จะทำให้ความต้องการขั้นสูงสุดนี้ให้สำเร็จ จึงทำให้เกิดเป็นความมุ่งมั่นที่จะตอบสนองความต้องการนี้ไปให้ได้ (สัมฤทธิ์ ยศสมศักดิ์, 2549)

จากแนวคิดทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ ที่ได้กล่าวมาข้างต้นทั้งหมดนี้ สามารถสรุปได้ว่า ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ มีความเกี่ยวข้องกับอาการเสพติดสมาร์ทโฟนเป็นอย่างมาก เนื่องจากสมาร์ทโฟนเป็นเครื่องมือสารพัดประโยชน์ที่ถูกสร้างขึ้นมาเพื่อ

ใช้สำหรับการตอบสนองต่อความต้องการในลำดับชั้นความต้องการต่าง ๆ ที่ได้นำเสนอไว้ได้เป็นอย่างดี อย่างความต้องการลำดับที่หนึ่งความต้องการทางกายภาพ สมาร์ทโฟนก็สามารถที่จะใช้ตอบสนองความต้องการในลำดับชั้นนี้ได้ เช่นการใช้สั่งอาหารออนไลน์ การซื้อเสื้อผ้าผ่านทางร้านค้าออนไลน์ การพูดคุยกับเพศตรงข้ามในสังคมออนไลน์เพื่อตอบสนองความต้องการทางเพศ เป็นต้น ส่วนความต้องการลำดับที่สองความต้องการความมั่นคงปลอดภัย สมาร์ทโฟนก็สามารถที่จะใช้ถูกล็อกวงจรปิดที่ติดตั้งไว้ตามบ้านเรือนได้ โทรศัพท์แจ้งเตือนเหตุอันตรายภัยกับตำรวจได้ หรือสามารถใช้ส่งไฟฉายเมื่ออยู่ในที่มืดเพื่อป้องกันอันตรายจากสัตว์ร้ายและอุบัติเหตุได้เป็นอย่างดี

ความต้องการลำดับที่สามความต้องการทางสังคมหากจะตอบสนองความต้องการในลำดับชั้นนี้ให้ได้อย่างเต็มที่ในยุคปัจจุบันไม่สามารถที่จะขาดสมาร์ท โฟนได้เลย เนื่องจากผู้คนในสังคมยุคปัจจุบันเน้นการติดต่อสื่อสารผ่านทางสังคมออนไลน์ที่ใช้ผ่าน สมาร์ทโฟนกันเป็นส่วนใหญ่ ทำให้การจะตอบสนองความต้องการในลำดับชั้นนี้จำเป็นที่จะต้องมียุทธศาสตร์ โฟนไว้ใช้งานเพื่อให้สามารถเข้ากลุ่มกับผู้คนในสังคมได้ง่ายขึ้น ต่อมาความต้องการลำดับที่สี่คือ ความต้องการที่จะได้รับการยกย่องและการยอมรับ ความต้องการในลำดับชั้นนี้ก็จำเป็นที่จะต้องมียุทธศาสตร์ โฟนไว้ใช้งานเพื่อตอบสนองความต้องการในชั้นนี้ เนื่องจากในยุคปัจจุบันสังคมให้การยอมรับและยกย่องกันผ่านรูปลักษณ์ภายนอกเป็นอันดับแรก เช่นเสื้อผ้า กระเป๋า รองเท้า ซึ่งในยุคปัจจุบันนี้ผู้คนในสังคมทุกคนต่างก็มีสมาร์ท โฟนไว้เป็นเครื่องมือที่ใช้แสดงถึงฐานะ การใช้อำนวยความสะดวกสบาย และไว้ใช้แสดงตัวตนของตนเองเพื่อให้ผู้อื่นเข้ามาชื่นชมติดตามชีวิต หากบุคคลใดไม่มีสมาร์ท โฟนใช้ก็อาจจะกลายเป็นคนล้าสมัยโดนดูถูกและไม่ได้รับการยอมรับจากคนในสังคม ส่วนในลำดับความต้องการลำดับที่ห้าความต้องการประจักษ์ในคุณค่าของตนเอง ซึ่งในความต้องการนี้ก็จำเป็นที่จะต้องมียุทธศาสตร์ โฟนเช่นกันเนื่องจากความต้องการในลำดับสูงสุดนี้คือการรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง จึงจำเป็นที่จะต้องใช้สมาร์ท โฟนในการติดตามข่าวสารต่าง ๆ หรือค้นหาแนวทางในการใช้ชีวิตของตนเองจากผู้ที่ประสบความสำเร็จก่อนหน้าหรือจากบุคคลต้นแบบที่เราชื่นชอบ เพื่อให้ตนเองเกิดความสุขความเพลิดเพลินต่อสิ่งที่ตนทำไม่ว่าจะเป็นการทำงาน หรือวิถีชีวิตในทุก ๆ วัน และรู้สึกว่าคุณค่าต่อตัวเองและสังคม ซึ่งจากสาเหตุที่กล่าวมาข้างต้นเหล่านี้จึงเป็นสาเหตุที่ทำให้ผู้คนในสังคมเกิดอาการเสพติดสมาร์ท โฟน เนื่องจากสมาร์ท โฟนช่วยอำนวยความสะดวกสบายในการตอบสนองความต้องการในทุกลำดับชั้นของความต้องการ ทำให้ผู้ใช้งานรู้สึกอุ่นใจ มีความสุข รู้สึกดี และเพลิดเพลินเมื่อได้ใช้งานสมาร์ท โฟนทำให้อยากจะใช้งานสมาร์ท โฟนตลอดเวลาเพื่อใช้ตอบสนองต่อความต้องการต่าง ๆ ของตนเองให้เต็มเต็มเพื่อก้าวสู่ความต้องการในลำดับขั้นถัดไป จนทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมากมาย เช่น ปัญหาทางด้านสุขภาพเนื่องจากพักผ่อนไม่เพียงพอ

ผลการเรียนแย่ลง อารมณ์แปรปรวนหงุดหงิดง่าย ความสัมพันธ์ในครอบครัวที่แย่ลง และความสัมพันธ์กับผู้คนในสังคมจริงลดน้อยลงอีกด้วย

แนวคิดเกี่ยวกับสมาร์ทโฟน

ความหมายของสมาร์ทโฟน

สมาร์ทโฟน คือ โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่มีความสามารถเพิ่มเติมต่างจากโทรศัพท์ทั่วไปโดยสมาร์ทโฟนมีความสามารถคล้ายคลึงกับคอมพิวเตอร์จึงเปรียบเสมือนเป็นคอมพิวเตอร์ขนาดพกพาที่สามารถใช้งานอินเทอร์เน็ต เพื่อติดตามข่าวสาร สนทนาออนไลน์ วิตีโอคอล และเล่นเกมส์ออนไลน์ ได้ โดยที่เราสามารถเป็นผู้ที่ปรับแต่งการใช้งานของสมาร์ทโฟนได้อย่างอิสระจากการดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน อีกทั้งสมาร์ทโฟนยังมีความสามารถพิเศษอื่น ๆ อีกมากมาย เช่น กล้องถ่ายรูป เครื่องเล่นเพลง วิทยุ โทรทัศน์ และอื่น ๆ อีกมากมาย สมาร์ทโฟนจึงกลายเป็นเครื่องมือที่คนในสังคมส่วนใหญ่จำเป็นต้องมีเพื่ออำนวยความสะดวกในการใช้ชีวิตประจำวัน (Shiraishi, Ishikawa, Sano, & Sakurai, 2011)

สมาร์ทโฟน คือ อุปกรณ์มือถืออิเล็กทรอนิกส์ที่มีลักษณะเด่นคือ เล็กกระทัดรัด ใช้งานได้รวดเร็วและสามารถเข้าถึงข้อมูลผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตได้อย่างง่ายดาย ในทุกสถานที่ที่มีสัญญาณโทรศัพท์ และอินเทอร์เน็ตเข้าถึง เพื่อรับข้อมูลข่าวสารจากเว็บไซต์ต่าง ๆ สนทนาออนไลน์ และใช้ประโยชน์ในด้านต่าง ๆ ได้หลากหลายรวดเร็ว (คุณาวุฒิ ชื่นชม, 2555)

สมาร์ทโฟนคือโทรศัพท์มือถือที่นอกเหนือจากการใช้โทรออกรับสายแล้วยังมีการใช้งานที่หลากหลายสามารถรองรับการใช้งานอินเทอร์เน็ต สามารถใช้งานสังคมออนไลน์ และแอปพลิเคชัน (Application) ชั้นนำต่าง ๆ ได้อย่างหลากหลาย เช่น ไลน์ (Line) ยูทูบ (Youtube) เฟซบุ๊ก (Facebook) ทวิตเตอร์ (Twitter) เป็นต้น โดยที่ผู้ใช้สามารถปรับแต่งลูกเล่นการใช้งานสมาร์ทโฟนให้ตรงกับความต้องการของตนเองได้มากกว่ามือถือธรรมดา (Gowthami, 2016)

จากความหมายของสมาร์ทโฟนที่กล่าวมาข้างต้น กล่าวโดยสรุปได้ว่า สมาร์ทโฟน คือ โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่มีขนาดเล็กกระทัดรัด เหมาะแก่การพกพา สามารถใช้งานได้หลากหลายเนื่องจากการผสานรวมกันของโทรศัพท์กับคอมพิวเตอร์ ทำให้ผู้ใช้สามารถ เชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตเพื่อติดตามข่าวสารผ่านทางเว็บไซต์ต่าง ๆ ทั่วโลก สนทนาออนไลน์ ถ่ายทอดสถานการณ์สด ทำงาน ถ่ายภาพ ถ่ายวีดีโอ เล่นเกมส์ ฟังเพลง วิทยุ ชมโทรทัศน์ อีกทั้งยังสามารถปรับแต่งการใช้งานให้เหมาะสมกับผู้ใช้ด้วยตัวผู้ใช้เอง เพื่อให้เข้าถึงความต้องการของผู้ใช้ สมาร์ทโฟนจึงกลายเป็นเครื่องมือที่คนในสังคมส่วนใหญ่จำเป็นต้องมีไว้เพื่อผ่อนคลายติดตามข่าวสาร และ ใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งจากความหมายของ

สมาร์ทโฟนที่กล่าวมาข้างต้นนี้ทำให้ไม่น่าแปลกเลยที่ผู้คนจะเกิดอาการเสพติดสมาร์ทโฟน เนื่องจากความหลากหลายในการใช้งานที่ทำให้เกิดความบันเทิงเพลิดเพลินจึงทำให้ผู้คนใช้งานสมาร์ทโฟนอย่างบ้าคลั่ง จนทำให้เกิดผลกระทบต่าง ๆ ตามมามากมาย

แนวคิดเกี่ยวกับการเสพติดสมาร์ทโฟน

1. ความหมายของการเสพติด (Addiction)

การเสพติด ตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า Addiction มีความหมายว่า การเสพติดที่ใช้บ่อย ๆ แล้วติด มักใช้กับสิ่งที่ทำให้ติดแล้วทำให้เกิดโทษ เช่น ยาเสพติด สิ่งเสพติด และของเสพติด เป็นต้น (ราชบัณฑิตยสถาน, 2545)

การเสพติด (Addiction) คือ ลักษณะของความผิดปกติทางจิต ที่เกี่ยวข้องกับการตกเป็นทาสต่อบางสิ่งบางอย่าง โดยผู้ที่มีอาการเสพติดจะมีลักษณะย้ำคิดย้ำทำ ไม่สามารถที่จะควบคุมตัวเองได้ ซึ่งส่งผลกระทบต่อร่างกาย สติปัญญา และบุคลิกภาพ ของผู้ที่มีอาการเสพติด (Magill, 1996 อ้างถึงใน ไชยรัตน์ บุตรพรหม, 2545)

การเสพติด (Addiction) โดยส่วนใหญ่จะเป็นปรากฏการณ์ทางด้านจิตวิทยา กับกลไกทางด้านร่างกายในระบบของการหลั่งสารเอนดอร์ฟิน โดยธรรมชาติของการเสพติดจะเป็นความพึงพอใจของความรู้สึกในระดับปัจเจกบุคคลเมื่อได้ทำในสิ่งที่ตนเองรู้สึกมีความสุข โดยการเปลี่ยนแปลงด้านสิ่งแวดล้อมและปัจจัยทางด้านสังคม วัฒนธรรม นับเป็นปัจจัยสำคัญที่มีแนวโน้มต่อการเสพติด และมีผลต่อการแสดงออกด้านพฤติกรรม (Smith, 1996 อ้างถึงใน ไชยรัตน์ บุตรพรหม, 2545)

จากความหมายของการเสพติดที่กล่าวมาข้างต้น กล่าวโดยสรุปได้ว่าการเสพติด คือ อาการอย่างหนึ่งที่เกิดจากการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งแล้วรู้สึกมีความสุข ผ่อนคลาย ทำบ่อยครั้ง จนติดเป็นนิสัย ไม่สามารถที่จะควบคุมตัวเองที่จะไม่ให้ทำในสิ่งที่เสพติดได้ เนื่องจากร่างกายจะหลั่งสารเอนดอร์ฟินออกมาทำให้รู้สึกมีความสุขและผ่อนคลายทุกครั้งที่ได้เสพสิ่งเหล่านั้น โดยการเปลี่ยนแปลงด้านสิ่งแวดล้อมและปัจจัยทางด้านสังคมวัฒนธรรม นับเป็นปัจจัยสำคัญที่มีแนวโน้มต่อการเสพติด เช่น ปัจจัยที่ทำให้เสพติดสมาร์ทโฟนส่วนหนึ่งเกิดจากสังคมรอบข้างที่ทุกคนต่างมีสมาร์ทโฟนใช้ ผู้ที่ไม่มีก็ยอมที่จะแสวงหาเพื่อให้มีเพื่อที่จะได้ตามกระแสของสังคมนั้น ๆ เพื่อไม่ให้ตนรู้สึกแปลกแยกไปจากสังคมจนติดสมาร์ทโฟนในที่สุด ซึ่งอาการเสพติดนี้มักจะใช้กับเรื่องที่ทำให้เกิดโทษ เช่น การเสพติดยาเสพติด การเสพติดเกมส์ การเสพติดความรุนแรง การเสพติดสมาร์ทโฟน เป็นต้น

2. การเสพติดอินเทอร์เน็ต

การเสพติดอินเทอร์เน็ต คือ ภาวะผิดปกติที่เกิดจากการควบคุมจิตใจไม่ได้ โดยคนที่เสพติดจะมีลักษณะชอบคิดถึงการท่องอินเทอร์เน็ตในครั้งต่อ ๆ ไปเสมอ รู้สึกกังวลใจเมื่อต้องปิดเครื่อง ใช้เวลามากเกินไปกับการเล่นอินเทอร์เน็ต และมักพูดโกหกเกี่ยวกับการใช้อินเทอร์เน็ต (ลักษณะ พลอยเลื่อมแสง, 2545 อ้างถึงใน อรวรรณ วงศ์แก้วโพธิ์ทอง, 2556)

การเสพติดอินเทอร์เน็ตคือการใช้อินเทอร์เน็ตในปริมาณที่เกินขนาดจนไม่สามารถควบคุมเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ตได้ และอาจก่อให้เกิดผลกระทบต่อเวลาสำหรับกิจกรรมที่จำเป็นอื่น ๆ ในชีวิตไม่ว่าจะเป็นการเรียน การงาน และชีวิตครอบครัว (รัศมี สาโรจน์, 2547)

การเสพติดอินเทอร์เน็ตมีลักษณะพื้นฐานเหมือนกับการติดการพนัน บุคคลใดที่มีพฤติกรรมเหล่านี้ตั้งแต่ 5 ข้อขึ้นไปถือว่าเข้าข่ายมีพฤติกรรมเสพติดอินเทอร์เน็ต โดยพฤติกรรมต่าง ๆ มีดังนี้

1. รู้สึกถูกรบกวนงาโดยอินเทอร์เน็ตมีการคิดคำนึงถึงเรื่องที่ผ่านมาในกิจกรรมในอินเทอร์เน็ต และคาดการณ์สิ่งที่จะเกิดขึ้นต่อไปในอินเทอร์เน็ต
2. รู้สึกต้องการใช้อินเทอร์เน็ตในเวลามากขึ้น เพื่อตอบสนองความพอใจ
3. ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมการใช้ หรือหยุดการใช้อินเทอร์เน็ตได้
4. รู้สึกหมดหวัง โมโห โกรธ รู้สึกกดดัน กระสับกระส่ายเมื่อต้องหยุดใช้อินเทอร์เน็ต
5. ใช้เวลาในอินเทอร์เน็ตมากกว่าที่ตั้งใจเอาไว้
6. สูญเสียความสัมพันธ์ทางสังคม หน้าที่การงาน การเรียน หรือโอกาสต่าง ๆ เพราะการใช้อินเทอร์เน็ต
7. โกหกหรือปกปิดครอบครัว เพื่อนหรือบุคคลรอบข้างเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต
8. ใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อเป็นหนทางหลีกเลี่ยงปัญหา หรือ บรรเทาผ่อนคลาย อารมณ์ ความรู้สึกกดดัน และสิ้นหวัง

จึงสามารถได้ว่า การเสพติดอินเทอร์เน็ตเป็นพฤติกรรมที่ผู้ใช้อินเทอร์เน็ตไม่สามารถแบ่งเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ตได้อย่างเหมาะสมจนอินเทอร์เน็ตเข้าไปแทรกแซงกิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิตประจำวันมากเกินไป ซึ่งจะพบมากในกลุ่มเยาวชนและคนวัยรุ่นที่กำลังอยู่ในวัยอยากรู้อยากเห็น การเสพติดอินเทอร์เน็ตจะมีอาการคล้ายกับคนติดยาเสพติด คือ มีความโหยหา ต้องการบ่อย ๆ เมื่อว่างจะต้องหาโอกาสเข้าใช้อินเทอร์เน็ต ถึงแม้บางครั้งจะไม่มีจุดมุ่งหมายในการใช้งานที่ชัดเจน โดยรูปแบบการเสพติดอินเทอร์เน็ตนั้นอาจมีหลายรูปแบบ เช่น การติดเกมออนไลน์ การติดการ

พนักออนไลน์ การติดยาทางเว็บไซต์ การติดเครือข่ายทางสังคม และการติดยาซื้อขายสินค้าออนไลน์ เป็นต้น (Young, 1996)

จากความหมายของการเสพติดอินเทอร์เน็ตที่กล่าวมาข้างต้น กล่าวโดยสรุปได้ว่าการเสพติดอินเทอร์เน็ต คือ อาการผิดปกติทางจิตที่เกิดจากการใช้งานอินเทอร์เน็ตที่มากเกินไป จนไม่สามารถที่จะควบคุมเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ตของตนเองได้ เนื่องจากได้รับความบันเทิงเพลิดเพลิน และความผ่อนคลายจากการใช้งานอินเทอร์เน็ตจนทำให้การใช้อินเทอร์เน็ตเข้าไปมีผลกระทบแทรกแซงกับกิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การทำงาน รับประทานอาหาร การเรียน เป็นต้น ซึ่งอาการเสพติดอินเทอร์เน็ตมักจะพบมากในกลุ่มเยาวชนและวัยรุ่น ซึ่งอาการเสพติดอินเทอร์เน็ตจะมีอาการคล้ายกับคนที่ติดยาเสพติด คือมีอาการโหยหา ต้องการที่จะเข้าไปใช้งานอินเทอร์เน็ตอยู่ตลอดเวลา แม้ว่าจะไม่มีจุดมุ่งหมายในการใช้งานที่ชัดเจน โดยรูปแบบการเสพติดอินเทอร์เน็ตนั้นมีหลากหลายรูปแบบ เช่น การเสพติดเว็บไซต์อาจารย์ ติ้ออ่านการ์ตูน ติ้อการพนักออนไลน์ ติ้อเกมส์ออนไลน์ ติ้อเครือข่ายสังคม และการติ้อเว็บไซต์ต่าง ๆ เป็นต้น ซึ่งในยุคสมัยนี้ที่คนส่วนใหญ่มีโทรศัพท์มือถือที่สามารถเข้าใช้งานอินเทอร์เน็ตได้อย่างรวดเร็ว และพกพาได้สะดวกสบายมากยิ่งขึ้น ทำให้การเสพติดอินเทอร์เน็ตได้เกี่ยวข้องกับกาเสพติดมือถือ คอมพิวเตอร์เริ่มมีบทบาทน้อยลง เนื่องจากมือถือสามารถพกพาไปได้ทุกที่ที่ต้องการ สามารถนำขึ้นมาใช้งานได้ตลอดเวลา ทำให้ผู้คนส่วนใหญ่แม้แต่ผู้ใหญ่บางคนก็เสพติดมือถือไปแล้วเช่นกัน จากไม่เคยเล่นอินเทอร์เน็ตในคอมพิวเตอร์ก็ได้มาสัมผัสผ่านมือถือทำให้เกิดการเสพติดไม่สามารถควบคุมเวลาในการใช้งานได้ เพราะฉะนั้นการเสพติดอินเทอร์เน็ต จึงมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเสพติดมือถือเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากอินเทอร์เน็ตถือเป็นกลไกสำคัญที่ทำให้มือถือมีความหลากหลายในการใช้งาน เพื่อผ่อนคลาย และสร้างความบันเทิง จนทำให้คนส่วนใหญ่ในสังคมเสพติดมือถือในที่สุด

3. แนวคิดเกี่ยวกับ โรคกลัวการพลาดข่าวสาร (Fear of Missing Out : FOMO)

FOMO เป็นคำย่อของอาการ Fear of Missing Out ซึ่งมีความหมายว่า การกลัวเป็นคนไม่สำคัญ กลัวไม่มีใครคิดถึง และกลัวการพลาดข่าวสาร กลุ่มบุคคลที่มีอาการส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มวัยรุ่นที่หมกมุ่น และติ้อการใช้เครื่องมือสื่อสารสมัยใหม่ ไม่ว่าจะเป็นมือถือ โทรศัพท์ โดยจะใช้งานเครื่องมือสื่อสารเหล่านี้ผ่านโปรแกรมหรือแอปพลิเคชันต่าง ๆ เช่น ไลน์ เฟซบุ๊ก เป็นต้น โดยไม่สนใจเวลาจนทำให้เกิดอาการเสพติดมือถือ และคอมพิวเตอร์ในที่สุด โดยสาเหตุที่ทำให้คนส่วนใหญ่ในสังคมเสพติดสิ่งเหล่านี้เป็นเพราะบุคคลที่ได้เข้าไปสัมผัสกับสังคมออนไลน์ทั้งหลาย ได้สร้างโลกส่วนตัวขึ้นมาทำให้ตนเองรู้สึกว่าจะสามารถที่จะมีเพื่อนได้มากขึ้นกว่าเดิม มีความสำคัญที่สามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างไม่มีขอบเขตจำกัดและมีคนเข้ามาแสดง

ความเห็นเข้ามากดถูกใจ ยิ่งมากเท่าไรยิ่งทำให้ตัวเองรู้สึกมีความสำคัญมีค่ามากขึ้น
(วิทยา นาควัชระ, 2557)

โรคกลัวการพลาดข่าวสาร (FOMO) เป็นประสบการณ์ที่คนในสังคมมีด้วยกันทุกคน ซึ่งก็คือเป็นการต้องการติดตามข่าวสารทั้งที่เป็นเรื่องราวที่ดีและไม่ดี ซึ่งคนในสังคมในยุคปัจจุบัน ส่วนใหญ่ต้องการที่จะรับรู้ข่าวสารเรื่องราวอยู่ตลอดเวลาจนบางทีก็รู้สึกทรมานที่จะต้องพลาด ข่าวสารหรือไม่ได้ติดตามข่าวสารต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น จนกลายเป็นเรื่องน่าอายจนไม่มีใครอยากที่จะยอมรับว่ากำลังรู้สึกทรมานจากการเผชิญหน้ากับอาการนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้ชีวิตอยู่ในยุค ปัจจุบันเป็นไปไม่ได้เลยที่จะหลีกเลี่ยงให้พ้นจากการไม่ต้องบริโภคข่าวสาร ยกเว้น การหลีกเลี่ยงออกจากสังคม (เจนจิรา สงรัตน์, 2557)

อาการโฟโม (FOMO) เป็นอาการที่ผู้ใช้งานสมาร์ทโฟนไม่สามารถหยุดตนเองหรือ อดทนต่อการขาดการติดต่อกับผู้อื่น และติดตามข่าวสารจากโลกภายนอกได้ ปรากฏการณ์นี้กำลัง เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วเพราะมีเครือข่ายสังคมออนไลน์ เช่น เฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ เป็นปัจจัยเร่งให้เกิด อาการโฟโม และในอาการโฟโมเองก็เป็นปัจจัยสำคัญในการผลักดัน ให้เกิดการเติบโตขึ้นของ กิจกรรมทางสังคมออนไลน์ในช่วง 1-2 ปีที่ผ่านมา และนำไปสู่อาการการเสพติดสมาร์ทโฟน (Park, 2010 อ้างถึงใน เจนจิรา สงรัตน์, 2557)

Przybylski จิตแพทย์ในประเทศอังกฤษ ได้ทำการศึกษาโรคกลัวการพลาดข่าวสาร อย่าง จริงจังเป็นคนแรก จากการศึกษาของเขาพบว่าบุคคลที่เป็น โรคกลัวการพลาดข่าวสาร จะมีอารมณ์ จุนเจียวหงุดหงิดกับการพลาดสิ่งที่วางแผนไว้ มีความกังวลว่ากลุ่มเพื่อนจะไม่สนุกถ้าขาดตนเองใน เวลาที่พูดคุยกัน พยายามแสดงออกทางสังคมออนไลน์ให้ตนเองเหนือกว่าผู้อื่น และมักจะมีอาการ กระวนกระวายใจหากไม่ได้ถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกบนสังคมออนไลน์ผ่าน สมาร์ทโฟน โดย ประเด็นหลังผู้คนในยุคสมัยปัจจุบันจะเป็นกันมากแต่ไม่รู้ตัว โดยกลุ่มที่เข้าข่ายเป็น โรคกลัวการ พลาดข่าวสารมากที่สุดคือ ประชากรส่วนใหญ่ในยุคปัจจุบัน ซึ่งผลที่ตามมานั้นร้ายแรงกว่าที่คิด เนื่องจากบุคคลที่มีอาการกลัวการพลาดข่าวสาร จะรู้สึกด้อยค่า เป็นตัวของตัวเองน้อยลง และใช้ ชีวิตในโลกแห่งความจริงได้ยากขึ้น จนอาจถึงขั้นเสียชีวิตหากติดตามข่าวสารผ่านทางสมาร์ทโฟน ในระหว่างทำกิจกรรมสำคัญตรงหน้า เช่น การขับรถ โดยรายงานจากในสหรัฐเผยว่า จำนวน ผู้เสียชีวิตจากการ โทศพิทระหว่างขับรถซึ่งรวมถึงการสนทนาออนไลน์ผ่านสมาร์ทโฟน ด้วยนั้น มี อัตราจำนวนผู้เสียชีวิตมากกว่าการเสียชีวิตจากการขับยานพาหนะระหว่างมีนเมาในปัจจุบัน (ศิโรจน์ สายแวง, 2556)

สรุปแล้วโรคกลัวการพลาดข่าวสาร คืออาการที่เป็นผลกระทบมาจากการมีสมาร์ทโฟน ใช้งาน ซึ่งก็คืออาการที่ไม่สามารถที่จะพลาดข่าวสารต่าง ๆ ในโลกออนไลน์ หรือพูดคุยกับผู้คนใน

สังคมออนไลน์ได้ หากรู้สึกว่าคุณเองพลาดข่าวสารหรือพลาดสิ่งสำคัญอะไรที่คนในสังคมต่างก็รับรู้กันเป็นส่วนใหญ่ จะรู้สึกแสบ รู้สึกว่าตนเองแปลกแยกและไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม ซึ่งอาการนี้ถือเป็นโรคอย่างหนึ่งที่จะทำให้คนที่เป็โรคนี้มักจะต้องหยิบสมาร์ตโฟนขึ้นมาดูอยู่ตลอดเวลา หากไม่ได้ติดตามข่าวสารผ่านทางสมาร์ตโฟนจะมีอาการหงุดหงิด กังวลใจ จนไม่สามารถทำกิจกรรมอื่น ๆ ได้ จนเกิดเป็นอาการติดสมาร์ตโฟนในที่สุด

4. ความหมายของการเสพติดสมาร์ตโฟน

การเสพติดสมาร์ตโฟน (Smartphone addiction) หมายถึง ผู้ใช้งานไม่สามารถควบคุมเวลาในการใช้สมาร์ตโฟนของตนเองได้ หรือใช้งานอย่างสม่ำเสมอานกว่าที่ตั้งใจไว้เนื่องจากผู้ใช้มีความหลากหลายในการใช้งานมากขึ้นตั้งแต่การโทรด้วยวิดีโอ ส่งข้อความ เล่นเกมส์ และสามารถติดต่อกันได้ง่าย รวดเร็วทั้งที่มีระยะทางหรือเวลาจำกัด ซึ่งปัญหาจากการเสพติดสมาร์ตโฟนนั้นส่งผลกระทบต่อความขัดแย้งกับผู้อื่นและทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลง อีกทั้งยังส่งผลต่อเนื่องทำให้รู้สึกหงุดหงิด โดดเดี่ยวเมื่อขาดสมาร์ตโฟน (ปัทิตตา ทองเจือพงษ์, 2559)

การเสพติดสมาร์ตโฟน คือ ปรากฏการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการใช้งานสมาร์ตโฟนมากเกินไป จนกลายเป็นปัญหาในชีวิตประจำวัน ที่ทำให้เกิดผลกระทบเชิงลบ เช่นการใช้งานสมาร์ตโฟนมากเกินไประหว่างกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันโดยไม่สนใจสิ่งต่าง ๆ รอบข้าง ผลกระทบต่าง ๆ หรืออันตรายที่ตามมา ซึ่งการเสพติดสมาร์ตโฟนนี้อาจจะทำให้งานเสียหาย เรียนไม่รู้เรื่อง เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ อีกทั้งยังทำให้ความสัมพันธ์กับคนรอบข้างแย่ลง เนื่องจาก ผู้ที่เสพติดสมาร์ตโฟนมักจะมีอาการตื่นเต้นตลอดเวลาเมื่อมีเสียงแจ้งเตือนดังขึ้น และไม่สามารถที่จะควบคุมตนเองที่จะไม่ให้หยิบสมาร์ตโฟนขึ้นมาใช้งานทันทีเพื่อเช็คข้อมูลข่าวสาร ซึ่งการเสพติดสมาร์ตโฟนนี้ มักจะทำให้เสียงาน เสียการเรียน และความสัมพันธ์กับผู้อื่นรอบข้าง (Bianchi & Phillips, 2005)

การเสพติดสมาร์ตโฟน เป็นปัญหาที่กำลังแพร่หลายในสังคมยุคปัจจุบัน ซึ่งผู้ที่มีอาการเสพติดสมาร์ตโฟนส่วนใหญ่ มักจะเป็นกลุ่มคนที่ขาดความอบอุ่นเหงาซึมเศร้า และต้องการการยอมรับจากสังคม โดยกลุ่มคนที่มีอาการเสพติดสมาร์ตโฟนส่วนใหญ่มักจะเป็นกลุ่มวัยรุ่น ที่อยู่โรงเรียน เพราะวัยรุ่นส่วนใหญ่มักใช้สมาร์ตโฟนเป็นทางเลือกแรกในการเข้าใช้งานอินเทอร์เน็ตเพื่อแสดงตัวตนให้คนอื่นยอมรับ ผ่อนคลายความเครียด หาเพื่อนคุยคลายเหงา ซื้อสินค้าออนไลน์ และสร้างความบันเทิงให้กับตนเอง จากสาเหตุที่กล่าวมาข้างต้นทำให้วัยรุ่นในสังคมส่วนใหญ่มีอาการเสพติดสมาร์ตโฟน ไม่สามารถที่จะควบคุมเวลาในการใช้งานได้ จนการใช้งานสมาร์ตโฟนได้รบกวนกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ จนไม่สามารถที่จะทำกิจกรรมนั้น ๆ ออกมาให้ดีได้ เช่นการทำรายงาน การทำการบ้าน การเรียน การพักผ่อน เป็นต้น ทำให้สุขภาพจิตและร่างกายแย่ลง ความสัมพันธ์กับคนในสังคมครอบครัว และเพื่อนลดลง ซึ่งทำให้การเสพติดสมาร์ตโฟนนี้ถือเป็น

ปัญหาใหม่ที่น่าเป็นห่วงอย่างมากในสังคมปัจจุบันนี้ (Kwon, Kim, Cho, & Yang, 2013)

ผู้ที่มีอาการเสพติดสมาร์ทโฟนทุกคนจะเป็นโรคกลัวไม่มีสมาร์ทโฟนใช้ (Nomophobia) ซึ่งโรคนี้จะมีอาการที่ทำให้เกิดความรู้สึกไม่สบายใจ วิตกกังวล กลัวไม่มีสมาร์ทโฟนใช้งาน และเกิดความกังวล กระวนกระวายเมื่อสัญญาณเครือข่ายในสมาร์ทโฟนหาย หรือ แบตหมด ผู้ที่มีอาการนี้มักจะต้องคอยดูหน้าจอสมาร์ทโฟนอยู่ตลอดเวลาว่ามีข้อความหรือมีคนโทรเข้ามาหรือไม่ จึงสรุปได้ว่าโรคกลัวไม่มีสมาร์ทโฟนใช้เป็นผลมาจากการเสพติดสมาร์ทโฟนที่มากเกินไป

(Bragazzi, & Puente, 2014 อ้างถึงใน ปทิตตา ทองเจือพงษ์, 2559)

การเสพติดสมาร์ทโฟนเป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้เกิดเป็นโรคกลัวไม่มีสมาร์ทโฟนใช้ เป็นอาการที่ชาวอเมริกาถึงร้อยละ 40 กำลังประสบปัญหาอยู่ในปัจจุบัน อาการนี้เป็นอาการที่ส่งผลให้ผู้ใช้ไม่สามารถละความสนใจจากสมาร์ทโฟนได้ เนื่องจากกลัวจะพลาดเหตุการณ์สำคัญต่างๆ ทำให้ต้องพกสมาร์ทโฟนติดตัวตลอดเวลา เช่น ขณะชมภาพยนตร์ ขณะอาบน้ำ เป็นต้น เมื่อมีการใช้งานมากจนเกินความจำเป็นจนไม่สามารถพักผ่อนตามเวลาปกติ ทำให้เกิดผลกระทบต่อการเรียน การทำงาน และกิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิตประจำวัน ยิ่งไปกว่านั้น คนในสังคมมีการปฏิสัมพันธ์โดยตรงน้อยลง สนใจคนรอบข้างน้อยลงให้ความสำคัญกันน้อยลง ทำให้สิ่งเหล่านี้กำลังก่อตัวเป็นปัญหาในสังคม เหมือนกับที่เคยเกิดขึ้นมาแล้วกับ การเสพติดอินเทอร์เน็ต (ดวงใจ กษานติกุล, 2543 อ้างถึงใน วิไลลักษณ์ ทองคำบรรจง และคณะ, 2555)

การเสพติดสมาร์ทโฟนที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ส่งผลกระทบต่อผู้เสพติดในหลายด้าน อาทิ ด้านการศึกษา ด้านการทำงาน รวมถึงด้านมนุษยสัมพันธ์ กับคนรอบข้าง และด้านการเข้าสังคม ทำให้กลายเป็นเด็กที่มีสมาธิสั้น ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อเรียนรวมถึงการตัดสินใจกระทำสิ่งต่าง ๆ อย่างผิดพลาด โดยปัญหาที่เกิดขึ้นจากการเสพติดสมาร์ทโฟนนั้นมีมากมายหลายปัญหา เช่น ปัญหาทางการเรียน ปัญหาด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์กับเพื่อน หรือครอบครัว โดยผู้เสพติดจะไม่สนใจ ครอบครัว ละทิ้งหน้าที่ประจำวันเพื่อใช้งานสมาร์ทโฟน ผู้เสพติดจะใช้เวลาน้อยลงกับบุคคลรอบข้างในชีวิต เพื่อที่จะมีเวลาใช้งานสมาร์ทโฟนมากขึ้น การปรับตัวเข้าสังคมคนจริง ๆ เริ่ม ถดถอยและอาจหายไปสู่สังคมไซเบอร์ นำไปสู่การถูกล่อลวงและ ละเมิดทางเพศ ปัญหาทางการเงิน ผู้ที่มีอาการเสพติดจะสูญเสียค่าใช้จ่าย เป็นจำนวนมากไปกับกิจกรรมในอินเทอร์เน็ต ไม่ว่าจะเป็นค่าบริการการใช้อินเทอร์เน็ต ค่าโทรศัพท์รวมถึงการดาวน์โหลดออนไลน์ เป็นต้น ปัญหาด้านอาชีพการงาน การเสพติดสมาร์ทโฟนนั้น ทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง และปัญหาสุดท้ายคือปัญหาทางด้านร่างกายและอารมณ์ การใช้สมาร์ทโฟนที่มากเกินไป ทำให้เกิดการพักผ่อนที่ไม่เพียงพอ เกิดปัญหาทางด้านสายตาที่เกิด จากการมองจอานาน ๆ กล้ามเนื้อแขนขาอ่อนแรง เกิดอาการเมื่อยล้า เสียความ สมดุล

ทางอารมณ์ เช่น อารมณ์แปรปรวน หงุดหงิดง่าย ศักยภาพ การสื่อสารทางสัมผัสทางตา หู จมูก ลดลง (อรวรรณ วงศ์แก้วโพธิ์ทอง, 2556)

จากความหมายของการเสพติดสมาร์ทโฟนที่กล่าวมาข้างต้น สามารถกล่าวโดยสรุปได้ว่าการเสพติดสมาร์ทโฟน คือ อาการของผู้ใช้สมาร์ทโฟนที่ไม่สามารถควบคุมเวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟนได้ จำเป็นที่จะต้องนำขึ้นมาใช้งานอย่างสม่ำเสมอ เนื่องจาก สมาร์ทโฟนสามารถใช้งานได้หลากหลาย ซึ่งผู้ใช้สามารถกำหนดรูปแบบของการใช้งานได้ด้วยตนเอง เช่น ใช้ทำงาน เล่นเกมสัปดาห์ละครั้ง ใช้อ่านนิยาย อ่านการ์ตูน ดูละคร และใช้เพื่อสร้างความบันเทิงอื่น ๆ มากมาย ทำให้ผู้ใช้รู้สึกมีความสุขเมื่อได้ใช้งานสมาร์ทโฟน จนเกิดความเคยชินทำให้จำเป็นต้องนำขึ้นมาใช้งานอยู่เป็นประจำโดยไม่สามารถที่จะควบคุมตัวเองได้ และจะมีอาการวิตกกังวล กระวนกระวาย หงุดหงิด เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ไม่สามารถใช้งานสมาร์ทโฟนได้ เช่น อยู่ในสถานที่ที่อับสัญญาณ สมาร์ทโฟนแบบหมด เป็นต้น ซึ่งอาการนี้เกิดจากการรู้สึกหวาดกลัวที่จะต้องพลาดข่าวสาร และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม ทำให้ผู้ที่มีอาการเสพติดสมาร์ทโฟน มักจะต้องหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาใช้งานอยู่ตลอดเวลา จนส่งผลกระทบต่อกิจกรรมประจำวัน เช่น การเรียน การทำงาน ขับรถ การพักผ่อน เป็นต้น ซึ่งผู้ที่มีอาการเสพติดสมาร์ทโฟนส่วนใหญ่มักจะเป็นวัยรุ่นที่มีอาการเหงา ซึมเศร้า และต้องการให้สังคมยอมรับในตนเอง วัยรุ่นที่มีลักษณะดังนี้มักจะใช้งานสมาร์ทโฟนตลอดเวลา ทำให้เกิดผลกระทบต่าง ๆ ตามมามากมาย เช่น อารมณ์แปรปรวน สุขภาพผลการเรียน ความสัมพันธ์ในครอบครัว และความสัมพันธ์ในสังคม อีกด้วย ซึ่งการเสพติดสมาร์ทโฟนขณะนี้ได้เป็นปัญหาที่สำคัญอย่างมากในสังคมทั่วโลก เนื่องจากเป็นปัญหาใหม่ที่แก้ไขได้ยากลำบาก เพราะชีวิตในทุกวันนี้สมาร์ทโฟนก็เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ อีกทั้งยังกลายเป็นค่านิยมของวัยรุ่นทุกคนที่ต้องมีสมาร์ทโฟนเหมือน ๆ เพื่อน เพื่อไม่ให้ตนเองรู้สึกแปลกแยกจากสังคมในยุคปัจจุบัน ทำให้อาการเสพติดสมาร์ทโฟนได้กลายเป็นปัญหาในสังคมยุคสมัยปัจจุบันที่กำลังก่อตัวรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ ทุกวัน

ผลกระทบของการเสพติดสารทโพน

1. อารมณ์แปรปรวน

1.1 ความหมายของอารมณ์แปรปรวน สาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์แปรปรวน อารมณ์แปรปรวน (Mood swings) คือ อาการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่รวดเร็ว โดยการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์นี้อาจเกิดขึ้นได้ตามธรรมชาติ หรือเกี่ยวข้องกับอาการเจ็บป่วย ความเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายหรือแม้แต่โรคจิตเวชบางชนิด เช่น โรคไบโพลาร์

(Bipolar disorder) โรคจิตอารมณ์ (Schizoaffective disorder)

อาการของอารมณ์แปรปรวนที่เห็นได้ชัด คือความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่รวดเร็ว จนผิดปกติ ผู้ที่มีอาการอาจมีหลากหลายอารมณ์ในหนึ่งวัน โดยอาจรู้สึกเศร้า รู้สึกมีความสุข รู้สึกกังวลทุกข์ใจ หรืออาจร้องไห้โดยไม่มีสาเหตุ แต่ถ้าหากอาการรุนแรงขึ้น ผู้ป่วยจะมีอารมณ์ที่ค่อนข้างรุนแรงและตรงข้ามกัน และอาจมีภาวะซึมเศร้าร่วมด้วย ทั้งนี้ หากเริ่มมีอาการที่หนักขึ้นจนเริ่มควบคุมไม่ได้ และแปรปรวนอย่างสุดโต่งเกินไปจนกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันอาจเป็นสัญญาณของอาการป่วยทางจิตที่รุนแรงมากขึ้น สาเหตุของอารมณ์แปรปรวนเกิดได้จากหลายสาเหตุ โดยอาจเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ หรือมีปัจจัยอื่น ๆ เป็นตัวกระตุ้น โดยสาเหตุส่วนใหญ่ได้แก่

1. ปัญหาทางจิต อารมณ์แปรปรวนถือเป็นอาการที่มักพบในผู้ป่วยที่มีปัญหาทางจิต ซึ่งสามารถพบได้ในโรคทางจิตเวช เช่น
2. โรคไบโพลาร์ (Bipolar disorder) ก่อให้เกิดอารมณ์แปรปรวนแบบสุดขั้ว ระหว่างอารมณ์ครื้นเครงและอารมณ์ซึมเศร้า
3. โรคไบโพลาร์แบบไม่รุนแรง (Cyclothymic disorder) ผู้ป่วยมักจะมีอารมณ์แปรปรวน ระหว่างอารมณ์ครื้นเครงและอารมณ์ซึมเศร้าที่ไม่รุนแรง แต่ก็มากกว่าคนปกติทั่วไป
4. โรคซึมเศร้า (Major depressive disorder) ผู้ป่วยโรคนี้จะมีอารมณ์ซึมเศร้าที่มากผิดปกติ บางรายอาจมีความรู้สึกอยากฆ่าตัวตายร่วมด้วย
5. โรคประสาทซึมเศร้า (Dysthymia) ผู้ป่วยจะมีอาการซึมเศร้าเรื้อรัง
6. โรคความผิดปกติในการควบคุมอารมณ์ (Disruptive mood dysregulation disorder) เป็นโรคที่เกิดขึ้นในเด็ก ทำให้เด็กมีอารมณ์ที่แปรปรวนผิดปกติ
7. ความผิดปกติของระดับฮอร์โมนในร่างกาย การเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนมีความเกี่ยวข้องโดยตรงกับการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ เนื่องจากฮอร์โมนต่าง ๆ ส่งผลกับการทำงานของสมอง ซึ่งมักจะเกิดในวัยรุ่น สตรีมีครรภ์ ผู้ที่เข้าสู่วัยทอง เป็นต้น ทั้งนี้อารมณ์แปรปรวนที่เกิดจากความผิดปกตินั้นสามารถรักษาให้หายได้ด้วยการปรับระดับฮอร์โมน

8. การติดสารเสพติด รวมถึงการเสพติดสมาร์ตโฟน เสพติดเกมส์ เสพติดอินเทอร์เน็ต สิ่งเสพติดเหล่านี้ สามารถส่งผลกระทบต่อสุขภาพ และการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์อย่างรุนแรง จนนำไปสู่ปัญหาทางจิตต่าง ๆ หากผู้ป่วยติดสารเสพติดอย่างเรื้อรังเป็นเวลานาน ๆ โดยไม่ทำการรักษา สารพิษก็อาจทำลายสมองได้ด้วยเช่นกัน

9. ปัญหาสุขภาพอื่น ๆ โรคที่เกี่ยวข้องกับสมองและระบบประสาท เป็นอีกสาเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้ป่วยเกิดอารมณ์แปรปรวน ทว่าอาการป่วยบางชนิด เช่น โรคเกี่ยวกับระบบหัวใจ และหลอดเลือด โรคของต่อมไทรอยด์ และโรคที่ส่งผลกระทบต่อปอด ก็ทำให้ผู้ป่วยมีอาการแปรปรวนได้เช่นกัน

นอกจากนี้ อารมณ์แปรปรวนยังอาจเกิดจากปัจจัยอื่น ๆ อีก ได้แก่ บุคลิกภาพ การรับประทานอาหาร เช่น อาหารที่มีน้ำตาลสูง ความเครียด การติดเกมส์อินเทอร์เน็ต หรือสมาร์ตโฟน การเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในชีวิต พฤติกรรมการนอนหลับ การใช้ยาในการรักษาโรค หรืออาการบางชนิด พันธุกรรม (ฐานันคร ปิยะศิริศิลป์, 2550)

จากความหมายของอารมณ์แปรปรวนและสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์แปรปรวนที่กล่าวมาข้างต้นนี้สามารถสรุปได้ว่าอารมณ์แปรปรวนเป็นอาการทางจิตชนิดหนึ่ง ที่ผู้ที่มีอาการนี้มักจะมีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ตลอดเวลาและเป็นไปอย่างรวดเร็ว เช่น หงุดหงิดง่าย มีอาการเศร้าโดยไม่มีสาเหตุ อยากรู้อยู้อยู่คนเดียว เป็นต้น ซึ่งอารมณ์แปรปรวนนี้หากปล่อยไว้นาน ๆ โดยไม่ได้รับการรักษาอาจพัฒนากลายเป็นโรคต่าง ๆ ที่อันตรายมากได้ เช่น ไบโพลาร์ โรคซึมเศร้า โรคเครียด โรคความผิดปกติทางด้านการควบคุมอารมณ์ และโรคจิตได้ ซึ่งสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการอารมณ์แปรปรวนก็มีมาได้จากหลายสาเหตุ เช่น การรับประทานอาหารที่มีน้ำตาลสูง การถูกกดดัน การติดเกมส์ติดอินเทอร์เน็ต การใช้ยาบางชนิด และ การเสพติดสมาร์ตโฟนที่ผู้วิจัยได้ศึกษาจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องนั้นก็ถือเป็นสาเหตุหลักในยุคสมัยนี้ที่ทำให้ผู้ที่มีอาการเสพติดสมาร์ตโฟนมีอาการที่แปรปรวนจนกลายเป็นปัญหาที่ทำให้เกิดผลเสียกับสังคมอย่างร้ายแรง จากการวิจัยของ Ravichandran (2009), Hyun-Seok (2012), Sarwar (2013), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Al-Harrasi (2014), Jones (2014), Mok (2014), Park (2014), Park (2014), Park (2014), Derakhshani (2015), Park (2015), ปัทิตตา ทองเจือพงษ์ (2559), Ben-Yehuda (2016) และ Gowthami (2016) พบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้ผู้เสพติดมีอาการที่แปรปรวน

2. สุขภาพ

ความหมายของสุขภาพ

สุขภาพ ตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ปี พ.ศ.2538 คือ ความสุขปราศจากโรค หรือ ความสบาย (ราชบัณฑิตยสถาน, 2545)

สุขภาพ ว่าเป็น สภาวะที่มีความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจและสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มิใช่เพียงแต่ปราศจากโรค และความพิการเท่านั้น ต่อมาในปี2541 องค์การอนามัยโลก ได้เพิ่มเติมคำว่าสภาวะทางจิตวิญญาณ และคำว่าพลวัต ดังนั้นความหมายของสุขภาพจึงได้แก่ สภาวะที่มีความสมบูรณ์ และมีความเป็นพลวัตของร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ มิใช่เพียงแต่ปราศจาก โรคเท่านั้นซึ่งเป็นที่น่าสังเกตว่าในคำจำกัดความใหม่นี้ได้เน้นถึงความเป็นพลวัตหรือการเปลี่ยนแปลง เนื่องจากสุขภาพนั้นอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาของช่วงชีวิต การเพิ่มประเด็นของจิตวิญญาณเข้ามาก็เป็นสิ่งที่มองเห็นถึงการให้ความสำคัญของสุขภาพด้านจิตวิญญาณมากขึ้นนอกจากนั้น ในคำจำกัดความใหม่นี้ได้ตัดคำว่าพิการออกเนื่องจากความพิการนั้นมิได้หมายถึงการไม่มีสุขภาพที่ดีได้เสมอไปเนื่องจากผู้พิการก็สามารถที่จะดูแลตนเองและปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพที่ทำให้เกิดสุขภาพดีได้เช่นกัน (WHO, 1998)

สุขภาพ ความเป็นปกติ ความสมดุล และความมั่นคงของร่างกายและเป็นการพัฒนาสุขภาพจากระดับหนึ่งไปสู่อีกระดับหนึ่งที่แข็งแรงขึ้น (Pender, 2011)

สุขภาพหมายถึง ภาวะของความสมบูรณ์ของ ร่างกาย จิตใจ และการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม ปราศจากโรคภัย สุขภาพมีความหมายเชิงบวก นั่นคือต้องมีทั้ง สุขภาพกายที่ดี สุขภาพจิตที่ดี สุขภาพสังคมที่ดี สุขภาพจิตวิญญาณที่ดี จึงจะกล่าวได้ว่ามีสุขภาพที่ดี ซึ่งผู้มีสุขภาพดีถือเป็นกำไรของชีวิต เพราะผู้ที่มีจะดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยสุขภาพ สามารถแบ่งออกได้เป็น 4 องค์ประกอบด้วยกันคือ

1. สุขภาพกาย คือ ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน ร่างกายทำงานได้ตามปกติ อย่างมีประสิทธิภาพ ดังคำกล่าวที่ว่า การไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ
2. สุขภาพจิต คือ จิตใจเบิกบานแจ่มใส ควบคุมตัวเองได้ดี ดังคำกล่าวที่ว่า จิตใจที่แจ่มใส ย่อมอยู่ในร่างกายที่สมบูรณ์
3. สุขภาพสังคม คือ สภาวะกาย ใจ สมบูรณ์ปรับตัวให้เข้ากับสังคม ดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง
4. สุขภาพจิตวิญญาณ คือ ปัญญารู้เท่าทัน ความดีและความชั่ว ประโยชน์และโทษ มีจิตใจดีงาม เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีคุณธรรม ดำรงชีวิตอยู่ในศีลธรรมอันดีงาม

จะเห็นได้ว่าการมีสุขภาพที่ดีต้องมีทั้ง 4 องค์ประกอบครบถ้วนถ้าขาดอย่างใดอย่างหนึ่ง เราก็จะไม่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ถ้าขาดสุขภาพกายที่ดีเราก็จะมีโรคร้ายรุมเร้า ถ้าขาดสุขภาพจิตที่ดี เราก็จะหดหู่ ถึงแม้จะมีปัจจัยที่ดีหลาย ๆ อย่าง ถ้าขาดสุขภาพสังคมที่ดีเราก็ไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่กับคนอื่นได้ ถ้าขาดสุขภาพจิตวิญญาณที่ดี เราก็อาจเป็นคนชั่วโดยที่ไม่รู้ตัว นอกจากนี้สุขภาพยังมีระดับต่าง ๆ ได้แก่ สุขภาพระดับบุคคล ระดับครอบครัว ระดับชุมชน และระดับชาตินะนั่นเอง ฉะนั้นเราควรพัฒนาสุขภาพของตนเองให้ดีกว่าก่อนแล้วค่อยพัฒนา ระดับครอบครัว ชุมชน อันจะก่อให้เกิดสุขภาพระดับชาตินะที่นั่นเอง (พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550, 2550)

จากความหมายของสุขภาพที่กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า สุขภาพหมายถึง สภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ รวมถึง การปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่นในสังคม มีคุณธรรมสามารถแยกแยะสิ่งที่ผิดสิ่งที่ถูกและเลือกปฏิบัติสิ่งที่ดีได้ และต้องมีจิตวิญญาณที่ดี ไม่คิดแก่งแย่งชิงดีชิงเด่น ใช้ชีวิตอย่างสมดุลปกติสุข ดูแลสุขภาพของตนเองให้ดีพร้อมอยู่เสมอ ซึ่งผู้พิการก็สามารถเป็นผู้ที่มีสุขภาพที่ดีได้เช่นกัน จากทัศนคติ การหมั่นดูแลสุขภาพ และการมีจิตใจที่ดี แต่ในยุคปัจจุบันการเสพติดสมาร์ตโฟนนั้นก็ทำให้ผู้คนขาดความใส่ใจที่จะดูแลสุขภาพ จนทำให้คนในยุคสมัยใหม่มีสุขภาพที่ไม่ดี เจ็บป่วยอยู่บ่อยครั้งทั้งสุขภาพทางกายและทางจิตใจ จากการวิจัยของ Al-Harrasi and Al-Badi (2014) พบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้ส่งผลกระทบต่ออาการออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร และการพักผ่อนทำให้มีปัญหาสุขภาพ ซึ่งจากการวิจัยของ Jones (2014), และ Mok and other (2014) ก็ได้พบว่าการเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้เกิด โรคเครียด อีกทั้งยังเสี่ยงต่อการเป็นโรคประสาทอีกด้วย และการวิจัยของ Ravichandran (2009), Sarwar (2013), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Park, and Park (2014), Park, Hyun, Kim, and Lee (2014), Abu-Shanab, and Haddad (2015), Park and other (2015), ปทิตตา ทองเจือพงษ์ (2559), และ Ben-Yehuda, Greenberg, and Weinstein (2016) ที่พบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้สุขภาพแย่ลง

3. ผลการเรียนรู้

3.1 ความหมายของการเรียน

การเรียนรู้ คือ การเรียนด้วยวิธีฟังด้วยวิธีอ่าน การท่องจำ จดจำ พิจารณาให้มีความรู้ความเข้าใจ (สมเด็จพระญาณสังวร, 2540 อ้างถึงใน พระมหาญาณวัณน์ ฐิตวฑฺฒโน, 2557)

การเรียนรู้ คือ การแสวงหาวิชาความรู้ เพื่อให้ได้มาซึ่งปัญญา เพื่อขจัดความไม่รู้และอวิชชาให้หมดสิ้นไป (พระราชวรมุนี, 2540 อ้างถึงใน พระมหาญาณวัณน์ ฐิตวฑฺฒโน, 2557)

การเรียนการศึกษา คือ ชีวิต และชีวิตก็คือการเรียนการศึกษา ซึ่งการศึกษาหมายถึง การฝึกหัด ฝึกฝน และเข้ารับอบรมบ่มนิสัยจากสถาบันศึกษาต่าง ๆ หรือจากสังคมสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว (สุมน อมรวิวัฒน์, 2544 อ้างถึงใน พระมหาญาณวัฒน์ ฐิตวฑฒโน, 2557)

การเรียนการศึกษาสามารถแยกความหมายได้เป็นสองแนว คือ แนวแรกเป็นการเรียนรู้ในวงกว้างครอบคลุมถึงกระบวนการต่าง ๆ ของสังคมที่จะถ่ายทอด แนวคิด ความเชื่อ ระบบพฤติกรรม ตลอดจนศิลปวัฒนธรรม ประเพณี ส่วนอีกแนว คือการเรียนการศึกษาในวงแคบมุ่งที่สถาบันเพียงสถาบันเดียวคือ สถาบันการศึกษาหรือโรงเรียน เป็นการทำความเข้าใจในเรื่องบทบาทหน้าที่ และกระบวนการต่าง ๆ เพื่อให้ได้รับความรู้และนำไปใช้ประโยชน์ได้ในชีวิตประจำวัน (ไพฑูรย์ สินลารัตน์, 2555 อ้างถึงใน พระมหาญาณวัฒน์ ฐิตวฑฒโน, 2557)

การศึกษา หมายถึง การอบรมเลี้ยงดู การอบรมบ่มนิสัย หรือการทำให้บุคคลผู้นั้นมีศักยภาพในการดำรงชีวิต (วิชัย ต้นศิริ, 2550 อ้างถึงใน พระมหาญาณวัฒน์ ฐิตวฑฒโน, 2557)

การเรียน หมายถึง กระบวนการต่าง ๆ ที่บุคคลนำมาใช้ในการพัฒนาความรู้ ความสามารถเจตคติความประพฤติที่ดีมีคุณค่าและมีคุณธรรมเป็นที่ยอมรับนับถือของสังคม เป็นกระบวนการทางสังคมที่ทำให้บุคคลได้รับความรู้ความสามารถจากสิ่งแวดล้อมที่โรงเรียนจัดขึ้น (จินตนา สุจจันต์, 2554)

จากความหมายของการเรียนที่กล่าวมาข้างต้นนั้น สรุปได้ว่า การเรียนคือ การถ่ายทอดองค์ความรู้ต่าง ๆ ของคนในยุคก่อน ไม่ว่าจะเป็นวัฒนธรรม ประเพณี กฎระเบียบของสังคมต่าง ๆ ทักษะความรู้การใช้ชีวิต สู่คนยุคปัจจุบัน อย่างมีระเบียบแบบแผนเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ ทักษะความรู้ความเข้าใจเพื่อให้บุคคลได้พัฒนาตนเอง และปรับปรุงคนให้เหมาะสมกับโอกาสและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้สามารถนำความสามารถในตัวบุคคลมาใช้ให้เกิดประโยชน์ทำให้เป็นพลเมืองที่ดีมีประโยชน์แก่สังคม และแก่ตนเอง วัตถุประสงค์ของการเรียนคือเพื่อให้หลุดพ้นจากอำนาจครอบงำของสิ่งที่ไม่รู้จากปัจจัยภายนอกให้มากที่สุด เพื่อให้มีอิสระในความคิดและพัฒนาองค์ความรู้ใหม่ ๆ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต เทคโนโลยี และสังคมให้ก้าวหน้าต่อไป

3.2 ความหมายของผลการเรียน

ความหมายของผลการเรียนสามารถแบ่งได้เป็นสองประการ คือ ความรู้ที่ได้รับหรือทักษะที่เจริญขึ้นโดยการเรียนวิชาต่าง ๆ ในโรงเรียน ตามปกติพิจารณาจากคะแนนสอบหรือผลงานที่ครูกำหนดให้ทำหรือจากทั้งสองอย่าง และผลหรือผลงานที่นักเรียนได้จากวิชาสามัญ เช่น คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ซึ่งตรงกันข้ามกับทักษะที่ได้จากวิชาการฝีมือและวิชาพลศึกษา (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษา, 2515 อ้างถึงใน สรายุทธ เพ็ชรชีก, 2553)

ผลการเรียนว่า หมายถึง ความรู้ ทักษะ และสมรรถภาพทางสมองในด้านต่าง ๆ ที่นักเรียนได้รับจากการสั่งสอนของครูอาจารย์ ซึ่งสามารถตรวจสอบได้ โดยใช้แบบวัดผลการเรียน หรือข้อสอบนั่นเอง (ชวาล แพรัตกุล, 2517)

ผลการเรียน หมายถึง คุณลักษณะและความสามารถของบุคคลอันเกิดจากการเรียนการสอน เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดจากการฝึกฝนอบรม หรือจากการสอน ซึ่งได้แก่ ความจำ ความเข้าใจ การวิเคราะห์ การนำไปใช้ การสังเคราะห์ และการประเมินค่า (ไพศาล หวังวานิช, 2526)

ผลการเรียน หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจ และความสำเร็จในการเรียน ซึ่งแสดงให้เห็นด้วยคะแนนสอบ (อรรพรรณ เจือจันทร์, 2536 อ้างถึงใน ธวัชชัย ศุกดิษฐ์, 2556) ผลการเรียน หมายถึง ความสำเร็จในการพยายามเข้าถึงความรู้ ซึ่งเกิดจากการทำงานที่ต้องอาศัยความพยายามอย่างมาก ทั้งองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับสติปัญญาและองค์ประกอบที่ไม่ใช่สติปัญญา แสดงออกในรูปของคะแนน หรือเกรดเฉลี่ยสะสม ซึ่งสามารถสังเกตได้จากการวัดหรือการทดสอบทั่วไป (มณฑารัตน์ ชูพินิจ, 2540)

ผลการเรียน หมายถึง คุณลักษณะและความสามารถของบุคคล เกิดจากการเรียนการสอนเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดจากการอบรม หรือจากการสอน การวัดผลการเรียน เป็นการตรวจสอบระดับความสามารถของบุคคลว่าเรียนแล้วมีความรู้เท่าใด (ประภัสสร วงษ์ศรี, 2542)

ผลการเรียน หมายถึง ความรู้ความเข้าใจ ความสามารถหรือความสำเร็จที่ผู้เรียนได้รับหลังจากผู้เรียนรู้วิชาเหล่านั้นแล้ว พิจารณาจากคะแนนสอบจากแบบสอบถามหรือการทำงานตามที่ครูกำหนด หรือทั้งสองอย่างรวมกัน หรือได้จากการสังเกตพฤติกรรมและความสำเร็จด้านอื่น ๆ ประกอบด้วย (เกษตรชัย และหิม, 2550)

ผลการเรียน หมายถึง ขนาดของความสำเร็จที่ได้จากการเรียนที่อาศัยความสามารถเฉพาะตัวบุคคล โดยตัวที่บ่งชี้ถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาจจะได้มาจากกระบวนการที่ไม่ต้องอาศัยการทดสอบ เช่น การสังเกต การตรวจการบ้าน หรืออาจได้ในรูปแบบของระดับคะแนนที่ได้จากการเรียน ซึ่งต้องอาศัยกรรมวิธีที่ซับซ้อน และระยะเวลาที่นานพอสมควร หรืออีกวิธีหนึ่งอาจวัดด้วยภาพวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั่วไป (Eysenck, 1972 อ้างถึงใน ธวัชชัย ศุกดิษฐ์, 2556)

จากความหมายที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ผลการเรียน หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจ ความสามารถหรือความสำเร็จของนักเรียน นักศึกษาที่ได้จากการเรียนการสอนของครูอาจารย์ และสถาบันศึกษา ซึ่งวัดผลความสำเร็จหรือระดับความรู้ความสามารถของนักศึกษามีความรู้ที่ได้รับจากการเรียนการสอนมากหรือน้อย โดยวัดจากผลของคะแนนสอบในแต่ละวิชา การทำงาน ทำ

การบ้าน และประเมินผลออกมาในรูปแบบของเกรดเฉลี่ยที่เป็นตัวเลข และแบ่งระดับวัดว่านักเรียน นักศึกษาแต่ละคนมีความเข้าใจอยู่ในระดับใด ซึ่งจากการวิจัยของ Hyun-Seok (2012), Sarwar, (2013), Al-Harrasi (2014), Mok (2014), Park (2014), Park (2014), Abu-Shanab (2015), Al-Barashdi (2015), Jeong (2015), Lee (2015), Sundari (2015) และ Gowthami (2016) พบว่า การเสพติดสมาร์ทโฟนเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผลการเรียนของนักเรียนลดลง

4. แนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางครอบครัว

4.1 ความหมายของครอบครัว

ครอบครัว หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีความผูกพันกันทางอารมณ์และจิตใจ ในการดำเนินชีวิตร่วมกัน รวมทั้งการพึ่งพิงทางสังคมเศรษฐกิจ และมีความสัมพันธ์กันทางกฎหมายหรือทางสายโลหิต โดยบางครอบครัวอาจมีลักษณะเป็นช้อยกเว้นบางประการ จากดังกล่าวก็ย่อมได้ ซึ่งอาจหมายรวมถึง ครอบครัวที่มีสมาชิกข้ามช่วงอายุอาศัยอยู่ด้วยกัน เช่น ปู่ย่าตายายอาศัยอยู่กับหลาน (กสศ, 2542 อ้างถึงใน ศิริกุล อิศรานุรักษ์, 2542)

ครอบครัวเป็นสถาบันของสังคมที่สำคัญที่สุด ความคงทนมากที่สุด และเป็นสถาบันทางสังคมกลุ่มแรกที่มีมนุษย์ทุกคนจะต้องมีตั้งแต่แรกเกิดจนเติบโตในครอบครัว โดยครอบครัวจะให้ตำแหน่ง ชื่อ นามสกุล ซึ่งเป็นเครื่องบอกถึงสถานภาพและบทบาทในสังคมที่เรามีส่วนร่วม ตลอดจนกำหนดสิทธิและหน้าที่ที่สมาชิกมีต่อกันและต่อสังคม ซึ่งจะเห็นได้ว่าสถาบันครอบครัวเป็นจุดช่วยยึดโยงชีวิตของคนให้มีเสถียรภาพให้มีคุณภาพมากที่สุดภายใต้ความรัก ความอบอุ่น ความเข้าใจ และความเอื้ออาทรด้วยการอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัว (สุพัตรา สุภาพ, 2541)

ครอบครัว หมายถึง บุคคล หรือกลุ่มบุคคลที่พักอาศัยรวมกัน (อาจจะอาศัยอยู่ประจำ หรืออยู่ชั่วคราว) ภายในบ้านที่ตกเป็นตัวอย่าง และกลุ่มบุคคลดังกล่าวมีความสัมพันธ์กันโดยสายโลหิต หรือโดยการสมรส (ภัสสร ลิมานนท์ และคณะ, 2538 อ้างถึงใน จิราพร ชมพิกุล, 2552) ครอบครัว หมายถึง การอยู่ร่วมกันของบุคคลที่เป็นสมาชิก ซึ่งมีความสัมพันธ์กัน ผูกพันกัน เช่น ความสัมพันธ์ทางสายเลือด หรือการรับเป็นบุตรบุญธรรม สมาชิกที่มีความสัมพันธ์กันจะมีบทบาทและหน้าที่แตกต่างกัน เช่น เป็นบิดามารดา สามีภรรยาหรือบุตรฯลฯ (วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์, 2545 อ้างถึงใน จิราพร ชมพิกุล, 2552)

ครอบครัว คือสถาบันพื้นฐานที่เป็นหลักสำคัญที่สุดของสังคม ทำหน้าที่หล่อหลอม และขัดเกลาความเป็นมนุษย์ให้แก่สมาชิกของครอบครัวด้วยการอบรมเลี้ยงดู ให้ความรัก ความเอื้ออาทรความช่วยเหลือเกื้อกูลกัน พร้อมทั้งปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม วิธีประพฤติปฏิบัติตน และถ่ายทอดบรรพตฐานทางสังคมให้แก่สมาชิกในครอบครัว เพื่อให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพ (จุฬาลักษณ์ ประจักษ์, 2557)

ครอบครัวจัดเป็นสถาบันทางสังคมที่เก่าแก่อันดับแรกของมนุษย์ เป็นรากฐานที่สำคัญที่สุดในบรรดาสถาบันทางสังคมทั้งหลาย โดยมีความสำคัญ และมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อมนุษย์ทุกคน นับตั้งแต่เกิด เจริญเติบโต จนกระทั่งถึงวาระสุดท้ายของชีวิต ปัจจุบันได้มีการตระหนักถึงความสำคัญของครอบครัวมากขึ้น มีการมองบริบท (Individual in his context) นอกเหนือจากการเคยมองเฉพาะบุคคล จึงช่วยให้เข้าใจบุคคลได้อย่างแท้จริง เนื่องจากบริบทที่สำคัญของบุคคล คือ ครอบครัว (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2542)

ครอบครัว หมายถึง กลุ่มบุคคลที่ประกอบด้วยบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป และได้มาอาศัยอยู่ร่วมกัน มีความสัมพันธ์กันทางสายโลหิตหรือกฎหมายการแต่งงาน หรือการเลี้ยงดู (เพ็ญญา กุลนภาดล, 2547 อ้างถึงใน ผกามาศ นันทจิรววัฒน์, 2554)

จากความหมายของครอบครัวที่ได้กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ครอบครัวคือสถาบันพื้นฐานทางสังคม ที่เป็นสถาบันแรกที่มนุษย์ได้สัมผัสตั้งแต่แรกเกิด และต้องเติบโตในสถาบันครอบครัว ซึ่งสถาบันครอบครัวจะประกอบด้วย บุคคลที่มีสายเลือดเดียวกัน หรือบุคคลที่แต่งงานกัน หรือบุคคลที่ได้รับการอุปการะเลี้ยงดูจากคนในครอบครัว ซึ่งสถาบันครอบครัวนี้ถือเป็นสถานที่ขัดเกลาบุคคลก่อนที่จะเข้าสู่สังคมภายนอก ซึ่งลักษณะบุคลิกของบุคคลแต่ละคนมักจะขึ้นอยู่กับจากการเลี้ยงดูของครอบครัว

4.2 ความหมายของความสัมพันธ์ทางครอบครัว

ความหมายของความสัมพันธ์ในครอบครัว คือ ความสัมพันธ์ของบิดามารดาและบุตรอันประกอบด้วย การพักผ่อนหย่อนใจร่วมกันของครอบครัว การที่สมาชิกมีเวลาอยู่ร่วมกันในครอบครัว การติดต่อสื่อสารกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว เช่น พูดคุย สัมผัส แสดงท่าทาง ความคล้ายคลึงกันในด้านของความคิดเห็น การรับรู้ปัญหา และการปรึกษาปัญหาเพื่อหาทางแก้ไขร่วมกัน การใช้เหตุผลในครอบครัว การมีศรัทธาต่อศาสนา และความขัดแย้งในครอบครัว (ทัตดาว ลิมพะสุต, 2543)

ความสัมพันธ์ในครอบครัว หมายถึง ความผูกพัน รักใคร่ ความสามัคคีในครอบครัว สมาชิกในครอบครัวมีความเข้าใจซึ่งกันและกันช่วยเหลือกันได้เสมอ ได้ทำกิจกรรมที่พึงพอใจร่วมกัน มีการติดต่อสื่อสารที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว บิดามารดาเลี้ยงดูบุตร โดยให้อิสระทางความคิด และการแสดงออก ไม่คอยควบคุม หรือบังคับบุตรมากเกินไป เลี้ยงดูบุตรแบบมีเหตุผล มีความสุขในครอบครัว และมีความมั่นคงในชีวิตสมรส (สุพัชรีย์ หนูใหญ่, 2544)

ความสัมพันธ์ในครอบครัว หมายถึง ลักษณะทางพฤติกรรมภายในครอบครัวที่ประกอบด้วย พ่อแม่ และบุตร ที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดียวกัน มีความรักมีความห่วงใยมีการดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันของสมาชิกในครอบครัว เด็กต้องได้รับความอบอุ่นจาก

พ่อแม่หรือผู้ปกครอง และสมาชิกมีความสัมพันธ์กันดี บุคคลในครอบครัวอยู่ด้วยกันอย่างอบอุ่น และมีกิจกรรมดี ๆ ร่วมกันอยู่เสมอ (อมราวดี ณ อุบล, 2544)

ความสัมพันธ์ในครอบครัวคือ ความสัมพันธ์ที่ีระหว่างบุคคลในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นระหว่างพ่อแม่ลูกผู้ปกครอง ญาติผู้ใหญ่อื่น ๆ ได้แก่ ปู่ย่า ตายาย ลุงป้า น้าอา ทั้งผู้ที่มีสถานภาพสมรส เป็นผู้สมรส หรืออาจจะเป็น โสดก็ได้โดยความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวนั้นจะต้องเป็นความสัมพันธ์ที่ดี มีความเชื่อใจไว้วางใจต่อกัน รักใคร่ผูกพันกัน มีเวลาให้แก่กันและกัน ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน (อัญมณี สมตัว, 2544)

จากความหมายของความสัมพันธ์ในครอบครัวที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัว คือ การมีกิจกรรมมีส่วนร่วมซึ่งกันและกันในครอบครัว โดยสมาชิกในครอบครัวมักจะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน เป็นความห่วงใยความเอาใจใส่ สามารถปรึกษาปัญหาเพื่อแก้ไขได้เสมอ มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนสิ่งที่ได้พบเจอหรือทัศนคติกัน ซึ่งสามารถเป็นปฏิสัมพันธ์ได้กับทั้งบิดามารดาบุตรหลาน รวมไปถึงญาติพี่น้องทั้งหลาย โดยความสัมพันธ์ในครอบครัวนั้นมักจะเป็นความสัมพันธ์ที่อบอุ่น และ มักจะสบายใจเมื่อได้มีส่วนร่วมในความสัมพันธ์ต่าง ๆ ในครอบครัว ซึ่งจากการวิจัยของ Ravichandran (2009), Baron (2010), Sarwar (2013), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Jones (2014), Park, (2014), Park (2014), Abu-Shanab, (2015), Derakhshani, (2015), Jeong, (2015), Ben-Yehuda, (2016) และ Gowthami, (2016) พบว่าการเสพติดสมาร์ทโฟนทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวแย่ลง

5. ความสัมพันธ์ในสังคม

5.1 ความหมายของสังคม

สังคม หมายถึง คนจำนวนหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ต่อกันตามระเบียบกฎเกณฑ์ โดยมีวัตถุประสงค์สำคัญร่วมกัน เช่น สังคมชนบท วงการหรือสมาคมของคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง เช่น สังคมชาวบ้าน ที่เกี่ยวกับการพบปะสังสรรค์หรือชุมนุมชน เช่น วงสังคม งานสังคม คนจำนวนหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ต่อกันตามระเบียบกฎเกณฑ์ โดยมีวัตถุประสงค์สำคัญร่วมกัน เช่น สังคมชนบท (ราชบัณฑิตยสถาน, 2545)

สังคม หมายถึง การรวมตัวกันของกลุ่มคนที่มีวิถีชีวิตคล้ายคลึงกัน และอาศัยอยู่ในอาณาเขตบริเวณใกล้เคียงกัน อาณาเขตเดียวกัน เป็นกลุ่มใหญ่ (Alex, 2000 อ้างถึงใน ศิริรัตน์ แอดสกูล, 2559)

สังคม คือ การรวมตัวกันของบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป อาศัยอยู่ในอาณาเขตหรือดินแดนเดียวกัน โดยมีรูปแบบในการดำเนินชีวิตที่มีความคล้ายคลึงกัน มีวิถีชีวิตหรือวัฒนธรรมร่วมกัน (Haralalambos & Holborn, 2004 อ้างถึงใน ศิริรัตน์ แอดสกูล, 2559)

สังคม หมายถึง กลุ่มคนที่มีวัฒนธรรมหรือแบบแผนในการดำเนินชีวิตร่วมกัน ซึ่งเป็นแบบแผนที่แต่ละสังคมได้ประมวลเอาไว้เป็นแบบอย่างเพื่อประโยชน์ของกลุ่มสังคม และเพื่อให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข (ณรงค์ เส็งประชา, 2539 อ้างถึงใน ศิริรัตน์ แอดสกุล, 2559)

จากความหมายของสังคมที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า สังคมคือ การรวมตัวกันของบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปที่อยู่อาศัยอยู่ในบริเวณอาณาเขตบริเวณเดียวกัน มีความสัมพันธ์ในแบบพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีวิถีชีวิตที่คล้ายคลึงกัน มีวัฒนธรรมประเพณีกฎระเบียบ และกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ซึ่งในแต่ละสังคมก็จะมีแบบแผนที่แต่ละสังคมได้ปลูกฝังเอาไว้ให้คนรุ่นหลังไว้เป็นแบบอย่างเพื่อประโยชน์ของกลุ่มสังคม และเพื่อให้บุคคลในสังคมได้ใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ปราศจากภัยอันตราย

5.2 ความหมายของความสัมพันธ์ในสังคม

ความสัมพันธ์ของคนในสังคมจะเกิดขึ้นต่อเมื่อบุคคลสองคนหรือมากกว่าติดต่อกันสื่อสารกัน และมีความสัมพันธ์ต่อกัน เช่น พูดคุย วางแผนงานร่วมกัน ร่วมงานกัน ต่อต้านหรือแข่งขันกัน หรือแม้แต่ขณะอยู่คนเดียวยังนำเอาความคิด และการปฏิบัติของสังคมมาใช้ เช่น การรับประทานอาหาร การแต่งกาย สังคมรอบตัวจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ทั้งในด้านความรู้สึกนึกคิด การรับรู้และการแสดงออกต่าง ๆ (Sheldon, 2004)

ความสัมพันธ์ในสังคม หมายถึง ความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างบุคคลที่มากกว่าหนึ่งคนขึ้นไป โดยความสัมพันธ์ทางสังคมก็คือการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคม ซึ่งประเพณี วัฒนธรรม ศาสนา ก็ถือว่าเป็นความสัมพันธ์ในสังคมเช่นกันเนื่องจากว่าสิ่งเหล่านี้ถือเป็นสิ่งเชื่อมประสานให้บุคคลในสังคมได้มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เช่นการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา การละเล่นพื้นบ้าน การเข้าร่วมกิจกรรม การพูดคุย การซื้อขายสินค้า เป็นต้น (Nick, 1994)

ความสัมพันธ์ในสังคม หมายถึง การมีความสัมพันธ์ร่วมกันของบุคคลในสังคม ซึ่งอาจจะไม่ได้เป็นความสัมพันธ์ที่ออกมาจากการกระทำ แต่อาจจะเป็นความสัมพันธ์ทางด้านของจิตใจ เช่นการไว้เนื้อเชื่อใจ พ่อ แม่ พี่น้อง เพื่อน หรือคนรู้จัก หรือกระทั่งการสื่อสารทางด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ ที่แสดงออกมาผ่านทางสีหน้า เพื่อให้คนรอบข้างได้รับรู้ก็ถือว่าเป็นความสัมพันธ์ทางสังคมเช่นกัน (Christine & Dietmar, 2010)

จากความหมายของความสัมพันธ์ในสังคมที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ความสัมพันธ์ในสังคม คือ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในสังคมตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยความสัมพันธ์ทางสังคมนั้นคือการมีส่วนร่วมทางสังคมในกิจกรรมต่าง ๆ เช่นการพูดคุย วางแผน การร่วมงาน การต่อต้าน การแข่งขัน เป็นต้น ซึ่งประเพณี วัฒนธรรม และศาสนา ก็ถือเป็นความสัมพันธ์ในสังคมเช่นกันเนื่องจากสิ่งเหล่านี้ถือเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลได้มีกิจกรรมร่วมกัน เช่น

การประกอบพิธีกรรมทางศาสนา วันสงกรานต์ วันตรุษจีน เป็นต้น แต่ก็มีความสัมพันธ์ที่ไม่ได้ออกมาจากการกระทำ แต่เป็นความสัมพันธ์ทางด้านจิตใจ เช่น ความผูกพันระหว่างเพื่อน ครู อาจารย์กับลูกศิษย์ ความไว้นับถือเชื่อใจของเพื่อนและคนรู้จัก หรือการสื่อสารทางด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ ก็ถือว่าเป็นความสัมพันธ์ทางสังคมเช่นกัน ซึ่งจากการวิจัยของ Baron (2010), Hyun-Seok (2012), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Park (2014), Derakhshani (2015), Jeong (2015) และ Gowthami (2016) พบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้ความสัมพันธ์ในสังคมลดน้อยลง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งได้แก่ ผลการศึกษาของ Ravichandran (2009), Baron (2010), Hyun-Seok (2012), Sarwar (2013), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Al-Harrasi (2014), Jones (2014), Mok (2014), Park (2014), Park (2014), Park (2014), Abu-Shanab (2015), Al-Barashdi (2015), Derakhshani (2015), Jeong (2015), Lee (2015), Park (2015), Sundari (2015), ปัทิตตา ทองเจือพงษ์ (2559), Ben-Yehuda (2016), และ Gowthami (2016) พบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนส่งผลกระทบต่อผู้เสพติดหลายประการ รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

นักวิชาการ	เรื่องที่ศึกษา	ผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟน
Ravichandran (2009)	Mobile phones and teenagers: Impact, consequences and concerns - Parents/ caregivers perspectives	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทำให้สมาธิสั้น ต้องส่งข้อความอยู่ตลอดเวลา 2. ทำให้เกิดการก่อกวนแกล้งและการส่งข้อความที่ไม่เหมาะสม 3. เวลาในครอบครัวเวลาในการศึกษาและเวลาในการทำกิจกรรมอื่น ๆ ลดน้อยลง 4. เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุ 5. ทำให้มีปัญหาด้านสุขภาพ เนื่องจากเวลาในการใช้งานโทรศัพท์มารบกวนเวลาออกกำลังกาย 6. อารมณ์แปรปรวน

ตารางที่ 1 (ต่อ)

นักวิชาการ	เรื่องที่ศึกษา	ผลกระทบของการเสพติด สมาร์ทโฟน
Baron (2010)	The dark side of mobile phones	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทำให้เราเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมากเกินไปโดยไม่ทันระวังตัว 2. อาจเกิดอันตรายจากการโดนหลอกหลวงหรือถูกมิชชันนารีนำข้อมูลส่วนตัวไปใช้ 3. ไม่สนใจโลกแห่งความเป็นจริง สร้างความสัมพันธ์ในสังคมออนไลน์เท่านั้น 4. เป็นสาเหตุให้เกิดอุบัติเหตุ หากใช้โดยไม่ดูสถานการณ์ 5. ทำให้การพูดคุยกับเพื่อนและครอบครัวลดน้อยลง
Hyun-Seok, Hyun-Kyung and Jeong-Cheol (2012)	The influence of smartphone addiction on mental health, campus life and personal relationships Focusing on K university students	<ol style="list-style-type: none"> 1. ปริมาณในการอ่านหนังสือลดลง 2. กิจกรรมกับกลุ่มเพื่อนลดลง 3. ผลการเรียนลดลง 4. เวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟนมากขึ้นทุกวัน 5. มีอารมณ์แปรปรวนหงุดหงิดง่าย
Sarwar (2013)	Impact of smartphone's on society	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัว และคนในสังคมแย่ลง 2. ทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ เช่น โรคเครียด และอาจทำให้หลงเชื่อวิธีการรักษาโรคแบบผิดๆ 3. รบกวนการเรียนทำให้การเรียนแย่ลง 4. ทำให้การโกงข้อสอบง่ายขึ้น 5. ทำให้เกิดการรังแกทางโลกออนไลน์ได้ง่ายขึ้น

ตารางที่ 1 (ต่อ)

นักวิชาการ	เรื่องที่ศึกษา	ผลกระทบของการเสพติด สมาร์ทโฟน
Sarwar (2013)	Impact of smartphone's on society	6. ทำให้มีอารมณ์ที่แปรปรวน หงุดหงิดง่าย 7. พักผ่อนน้อยลงเพราะสมาร์ทโฟนรบกวนการนอน
พิชญ์ เพชรคำ (2557)	พฤติกรรมการใช้โทรศัพท์สมาร์ทโฟนของวัยรุ่นไทยที่มีผลกระทบด้านลบต่อตนเองและสังคม	1. ก่อให้เกิดการติดเกมส์ 2. ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ 3. ก่อให้เกิดความอิจฉาริษยา 4. ความสัมพันธ์การพูดคุยกันปากต่อปากกับผู้คนรอบข้างและครอบครัวลดน้อยลง 5. ละเลยต่อสภาวะแวดล้อมและบุคคลรอบข้าง 6. ทำให้เกิดการหลอกลวงเพื่อให้อายุยืนยาวทรัพย์สิน รวมไปถึงการหลอกลวงเพื่อผลประโยชน์ทางเพศ 7. อารมณ์แปรปรวน
Al-Harrasi and Al-Badi (2014)	The impact of social networking: A study of the influence of smartphones on college students	1. ส่งผลกระทบต่อให้สมาธิสั้น 2. ส่งผลกระทบต่อให้นักเรียนมีโลกส่วนตัวสูง 3. ส่งผลกระทบต่อเวลาในการทำกิจกรรมอื่น ๆ เช่นการเรียน การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน เป็นต้น 4. ส่งผลกระทบต่อการเรียน ทำให้นักเรียนละเลยความรับผิดชอบต่าง ๆ ในเรียน เช่น การบ้าน รายงาน วิจัย 5. ทำให้นักเรียนมีอารมณ์แปรปรวน หงุดหงิดง่าย

ตารางที่ 1 (ต่อ)

นักวิชาการ	เรื่องที่ศึกษา	ผลกระทบของการเสพติด สมาร์ทโฟน
Jones (2014)	Students' cell phone addiction and their opinions	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทำให้เกิดความต้องการคำชื่นชมจากโลกออนไลน์ โดยไม่สนใจโลกความเป็นจริง 2. ก่อให้เกิดโรคเครียด 3. ก่อให้เกิดความรู้สึกกังวลใจ วิตก เครียด เมื่อไม่มีใครสนใจสิ่งที่ตนเองโพสต์ 4. ความสัมพันธ์และกิจกรรมในครอบครัว เพื่อน ลดน้อยลง
Mok and others. (2014)	Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทำให้เกิดความเสี่ยงเป็นโรคประสาท 2. อารมณ์แปรปรวน หงุดหงิดง่าย 3. อ่อนแอต่อการถูกระตุ้นทางอารมณ์ 4. ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว 5. ผลการเรียนแย่ลง 6. ทำให้เป็นโรคเครียด
Park and Lee (2014)	Nature of youth smartphone addiction in Korea	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคมและครอบครัวน้อยลง 2. อารมณ์แปรปรวน มีภาวะซึมเศร้า 3. ความนับถือในตนเองต่ำลง 4. ลดความสามารถในการสื่อสารกับคนในสังคมแห่งความจริง

ตารางที่ 1 (ต่อ)

นักวิชาการ	เรื่องที่ศึกษา	ผลกระทบของการเสพติด สมาร์ทโฟน
Park and Park (2014)	The conceptual model on smart phone addiction among early childhood	1. ทำให้เด็กมีปัญหาในการพัฒนาจิตใจ อารมณ์แปรปรวนง่าย ควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ และทำให้เรียนรู้ได้ช้า 2. ทำให้เด็กมีปัญหาด้านสุขภาพ เช่น ความบกพร่องทางสายตา กล้ามเนื้อ และความอ้วน
Park, Hyun, Kim and Lee (2014)	Impact of personal time-related factors on smart phone addiction of female high school students	1. ทำให้รบกวนเวลาของกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของนักเรียน สุขภาพแย่ลง 2. ผลการเรียนแย่ลง 3. ความสัมพันธ์ในครอบครัวแย่ลง 4. อารมณ์แปรปรวนง่าย
Abu-Shanab and Haddad (2015)	The influence of smart phones on human health and behavior: Jordanians' perceptions	1. ทำให้สุขภาพแย่ลง 2. ทำให้ใช้เวลาอยู่แต่กับตนเองไม่สนใจครอบครัวและสังคมรอบข้าง 3. การเรียนแย่ลง
Al-Barashdi, Bouazza and Jabur (2015)	Smartphone addiction among university undergraduates: A literature review	1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนลดลง
Derakhshani and Shirazi (2015)	The role of smartphone addiction in emotional regulation of boys' high school students in chabahar city	1. อารมณ์แปรปรวน ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ 2. ไม่สามารถควบคุมเวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟนได้ 3. ความสัมพันธ์กับครอบครัวและผู้อื่นลดน้อยลง

ตารางที่ 1 (ต่อ)

นักวิชาการ	เรื่องที่ศึกษา	ผลกระทบของการเสพติด สมาร์ทโฟน
Jeong and Lee (2015)	Smartphone addiction and empathy among nursing students	1. ปริมาณในการอ่านหนังสือลดลง 2. กิจกรรมกับครอบครัวและกลุ่มเพื่อนลดลง 3. ผลการเรียนลดลง 4. เวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟนมากขึ้นทุกวัน
Lee and Cho (2015)	Effects of self-control and school adjustment on smartphone addiction among elementary school students	1. นักเรียนเรียนดีเสพติดสมาร์ทโฟนน้อยกว่านักเรียนผลการเรียนแย่น้อยกว่านักเรียนผลการเรียนแย่น้อยกว่านักเรียนที่เคาพกถูระเบียบในโรงเรียน 2. นักเรียนที่เคาพกถูระเบียบในโรงเรียนมีเสพติดสมาร์ทโฟนน้อยกว่านักเรียนที่ไม่เคาพกถูระเบียบของโรงเรียน
Park and others. (2015)	The effects of heavy smartphone use on the cervical angle, pain threshold of neck muscles and depression	1. ทำให้สุขภาพเสีย เช่นเกิดอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ กระตุกสันหลัง กระตุกข้อต่าง ๆ และอาจทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับมดลูกเป็นต้น 2. ทำให้เกิดอาการหดหู่อารมณ์แปรปรวน หงุดหงิดง่าย
Sundari (2015)	effects of mobile phone use on academic performance of college going young adults in India	1. ส่งผลให้ผลการเรียนต่ำลง 2. การใช้งานสมาร์ทโฟนรบกวนเวลาในการทำกิจกรรมอื่น ๆ เช่นการเรียน การทำงาน เป็นต้น
ปัทมา ทองเจือพงษ์ (2559)	ปัจจัยและผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟนต่อประสิทธิภาพการทำงาน โรคกลัวไม่มีสมาร์ทโฟนใช้	1. อารมณ์แปรปรวนสมาธิสั้น 2. ส่งผลเสียต่อสุขภาพ ทำให้เป็นโรคกลัวไม่มีสมาร์ทโฟนใช้ 3. ทำให้เกิดความขัดแย้งกับผู้อื่นมากขึ้น

ตารางที่ 1 (ต่อ)

นักวิชาการ	เรื่องที่ศึกษา	ผลกระทบของการเสพติด สมาร์ทโฟน
Ben-Yehuda, Greenberg and Weinstein (2016)	Internet addiction by using the smartphone- relationships between internet addiction, Frequency of smartphone Use and the state of mind of male and female students	<ol style="list-style-type: none"> 1. ทำให้ทักษะทางมนุษยสัมพันธ์ลดต่ำลง เวลาร่วมในครอบครัวลดน้อยลง 2. อารมณ์แปรปรวน 3. จัดสรรเวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟน ไม่ได้ ทำให้กระทบไปยังกิจวัตรประจำวัน 4. ทำให้สุขภาพเสีย ผู้เสพติดสมาร์ทโฟน มักมีอาการ ปวดหัว ปวดนิ้ว ปวดข้อต่าง ๆ 5. ครอบคลุมเวลาในการพักผ่อน ทำให้ผู้เสพติด สมาร์ทโฟนส่วนใหญ่นอนหลับไม่ เพียงพอ 6. ทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า
Gowthami and Kumar (2016)	Impact of smartphone : A pilot study on positive and negative effects	<ol style="list-style-type: none"> 1. สมาธิสั้น มีอาการกระวนกระวายใจอยู่ เสมอ อารมณ์แปรปรวน 2. ปลดตนเองออกจากสังคมแห่งความ เป็นจริง ใช้เวลาอยู่แต่กับสังคมออนไลน์ บนสมาร์ทโฟน 3. การเรียนแย่ลง นักเรียนชอบแอบใช้งาน สมาร์ทโฟนในห้องเรียน ไม่ทำการบ้าน เพราะใจจดใจจ่ออยู่กับสมาร์ทโฟน 4. เป็นสาเหตุให้เกิดอุบัติเหตุ

จากตารางข้างต้นผู้วิจัยได้นำมาทำเป็นตาราง Matrix เพื่อพิจารณาถึงผลกระทบที่เกิดจาก
การเสพติดสมาร์ทโฟน ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ตาราง Matrix เพื่อพิจารณาถึงผลกระทบที่เกิดจากการเสพติดสมาร์ตโฟน

ผลกระทบของสมาร์ตโฟน	1. สุขภาพ	2. สมาธิสั้น	3. ความรุนแรงส่งผลกระทบต่อสังคมออนไลน์	4. ความสัมพันธ์ในครอบครัว	5. อุบัติเหตุ	6. ถูกหลอกหลวงล่อลวง	7. ความสัมพันธ์ในสังคม	8. ผลการเรียนรู้	9. ระยะเวลากิจกรรมอื่นๆ	10. อารมณ์แปรปรวน	11. ต้องการการยอมรับจากสังคมออนไลน์	12. ความนับถือในตนเองต่ำ	13. เกิดความขัดแย้งกับผู้อื่น
Ravichandran (2009)	✓	✓	✓	✓	✓					✓			
Baron (2010)				✓	✓	✓	✓						
Hyun-Seok (2012)							✓	✓	✓	✓			
Sarwar (2013)	✓		✓	✓				✓		✓			
พิชญ์ (2557)	✓			✓		✓	✓			✓			
Al-Harrasi and Al-Badi (2014)	✓	✓						✓	✓	✓			
Jones (2014)	✓	✓		✓						✓	✓	✓	
Mok (2014)	✓	✓	✓					✓		✓			
Park (2014)				✓			✓			✓		✓	
Park (2014)	✓							✓		✓			
Park (2014)	✓			✓				✓	✓	✓			

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ผลกระทบของสมาร์ตโฟน													
	1. สุขภาพ	2. สมรรถิ์สัน	3. ความรุนแรงสังคมออนไลน์	4. ความสัมพันธ์ในครอบครัว	5. อุบัติเหตุ	6. ถูกหลอกลวงล่อลวง	7. ความสัมพันธ์ในสังคม	8. ผลการเรียนรู้	9. ระยะเวลากิจกรรมอื่นๆ	10. อารมณ์แปรปรวน	11. ต้องการการยอมรับจากสังคมออนไลน์	12. ความนับถือในตนเองต่ำ	13. เกิดความขัดแย้งกับผู้อื่น
Abu-Shanab (2015)	✓			✓				✓					
Al-Barashdi (2015)								✓					
Derakhshani (2015)				✓			✓		✓	✓			
Jeong (2015)				✓			✓	✓	✓				
Lee (2015)								✓					✓
Park (2015)	✓									✓			
Sundari (2015)								✓	✓				
ปทีตดา (2559)	✓	✓								✓			✓
Ben-Yehuda (2016)	✓			✓					✓	✓			
Gowthami (2016)		✓		✓	✓		✓	✓	✓	✓			
รวม	12	6	3	12	3	2	7	12	8	15	1	2	2

จากตารางข้างต้นทำให้ได้ทราบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนส่งผลกระทบต่อในเรื่องของ อารมณ์แปรปรวน มากที่สุด รองลงมาได้แก่ สุขภาพ ความสัมพันธ์ในครอบครัว ผลการเรียน ความสัมพันธ์ในสังคม ควบคุมเวลากิจกรรมอื่น สมาธิสั้น ความรุนแรงในสังคมออนไลน์ อุบัติเหตุ ถูกหลอกหลวง ล่อลวง ความนับถือในตนเองต่ำ เกิดความขัดแย้งกับผู้อื่น และต้องการการยอมรับ จากสังคมออนไลน์ ตามลำดับ แต่ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจะศึกษาผลกระทบของการเสพติด สมาร์ตโฟน เฉพาะ 5 ด้านที่มีความสำคัญมากที่สุด คือ อารมณ์แปรปรวน สุขภาพ ความสัมพันธ์ใน ครอบครัว ผลการเรียน และความสัมพันธ์ในสังคม เพื่อสร้างเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

Ravichandran (2009) ศึกษาเรื่อง Mobile phones and teenagers: Impact, consequences and concerns-Parents/ caregivers perspectives มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้ โทรศัพท์มือถือของวัยรุ่น อิทธิพลของการส่งข้อความภาษาที่ใช้ในกลุ่มวัยรุ่น และเพื่อให้เข้าใจ ผลกระทบของ โทรศัพท์มือถือต่อร่างกาย จิตใจ และความปลอดภัยของวัยรุ่น โดยศึกษาจากกลุ่ม วัยรุ่นในประเทศนิวซีแลนด์ ที่มีอายุระหว่าง 13 ปี ถึง 19 ปี โดยเก็บแบบสัมภาษณ์และ แบบสอบถามผ่าน เว็บไซต์ทางการศึกษา เบอร์โทรศัพท์จากสมุดหน้าเหลือง โรงเรียน องค์กร ชุมชน และสถานที่ประชุมในท้องถิ่นเช่น โบสถ์ วัด เป็นต้น ผลการศึกษาพบว่า การใช้ โทรศัพท์มือถือของวัยรุ่นเป็นเวลานาน ส่งผลกระทบทำให้สมาธิสั้น เวลาในครอบครัวเวลาใน การศึกษาและเวลาในการทำกิจกรรมอื่น ๆ ลดน้อยลง เกิดปัญหาด้านสุขภาพ เนื่องจากเวลาในการ ใช้งานโทรศัพท์มารบกวนเวลาออกกำลังกาย มีอารมณ์แปรปรวน อีกทั้งยังเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการ ก่อกวนแกล้งและการส่งข้อความที่ไม่เหมาะสม และเป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุ อีกด้วย

Baron (2010) ศึกษาเรื่อง The dark side of mobile phones มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการ ใช้งานโทรศัพท์มือถือ ทศนคติต่อการใช้งาน โทรศัพท์มือถือ และผลกระทบจากการใช้งาน โทรศัพท์มือถือที่มากเกินไป โดยเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม และการสัมภาษณ์นักศึกษา มหาวิทยาลัยที่มีอายุ 18 ปี ถึง 24 ปี ในประเทศ สวีเดน สหรัฐอเมริกา อิตาลี ญี่ปุ่น และเกาหลีใต้ ผล การศึกษาพบว่า นักศึกษาในมหาวิทยาลัยส่วนใหญ่มักจะใช้งาน โทรศัพท์มือถือเป็นเวลานาน และ ต้องมีโทรศัพท์มือถือติดตัวตลอดเวลา โทรศัพท์มือถือมีผลกระทบที่เลวร้ายหลายด้าน เช่น ทำให้ ผู้ใช้งานไม่สนใจโลกแห่งความเป็นจริงคิดถึงแต่เพียงสังคมออนไลน์ เปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมาก เกินไปโดยไม่ทันระวังตัว อาจเกิดอันตรายจากการ โดนหลอกหลวง หรือถูกมิชชันนารีนำข้อมูลส่วนตัว ไปใช้ เป็นสาเหตุให้เกิดอุบัติเหตุหากใช้โดยไม่ดูสถานการณ์ ทำให้การพูดคุยกับเพื่อนและ ครอบครัวลดน้อยลง

Hyun-Seok, Hyun-Kyung and Jeong-Cheol (2012) ศึกษาเรื่อง The influence of smartphone addiction on mental health, campus life and personal relations-Focusing on K university students มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟนต่อสุขภาพจิต ชีวิตในโรงเรียน และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยมุ่งเน้นศึกษาไปที่นักศึกษาของมหาวิทยาลัยคิมยุง ในประเทศเกาหลีใต้ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีอาการเสพติดสมาร์ทโฟน และการเสพติดสมาร์ทโฟนส่งผลกระทบต่อ ปริมาณในการอ่านหนังสือเรียนลดลง ผลการเรียนแย่ลง กิจกรรมความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนลดลง และมีอารมณ์แปรปรวนหงุดหงิดง่าย

Sarwar (2013) ศึกษาเรื่อง Impact of smartphone's on society มีวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบว่าสมาร์ทโฟนมีผลกระทบต่อสังคม วัฒนธรรม วิถีชีวิต การศึกษา สุขภาพ และความสัมพันธ์ทางสังคมของมนุษย์ ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ทโฟนทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัว และคนในสังคมแย่ลง ทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ เช่น ปัญหาทางด้านสายตา โรคเครียด สมาธิสั้น และอาจทำให้หลงเชื่อวิธีการรักษาโรคแบบผิด ๆ ทำให้มีอาการที่แปรปรวนหงุดหงิดง่าย พักผ่อนน้อยลงเพราะสมาร์ทโฟน รบกวนการนอน รบกวนการเรียนทำให้การเรียนแย่ลง ทำให้การ โกงข้อสอบง่ายขึ้น เนื่องจากสามารถใช้สมาร์ทโฟนเพื่อเข้าถึง เครื่องคิดเลข และ ข้อมูลออนไลน์ได้ ทำให้เกิดการรังแกทางโลกออนไลน์ได้ง่ายขึ้น เนื่องจากสมาร์ทโฟนมีกล้องที่สามารถถ่ายวิดีโอได้ทำให้สามารถถ่ายภาพหรือวิดีโอเพื่อข่มขู่นักเรียนคนอื่น ๆ ได้ง่ายขึ้น

พิชญ์ เพชรคำ (2557) ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการใช้โทรศัพท์สมาร์ทโฟนของวัยรุ่นไทยที่มีผลกระทบด้านลบต่อตนเองและสังคม มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของวัยรุ่นไทย และศึกษาผลกระทบด้านลบของการใช้สมาร์ทโฟนของวัยรุ่นไทยต่อตนเอง และสังคม ศึกษาโดยเก็บแบบสอบถามบุคคลที่ใช้สมาร์ทโฟน อายุ 16 ปี ถึง 26 ปี ในเขตจังหวัด กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอาการเสพติดสมาร์ทโฟนสูง ซึ่งก่อให้เกิดผลกระทบด้านลบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน คือการทำให้เกิดภาวะติดเกมส์ ก่อให้เกิดโรคเห่อตามแฟชั่น ก่อให้เกิดความอิจฉาริษยา ความสัมพันธ์การพูดคุยกันปากต่อปากกับผู้คนรอบข้างและครอบครัวลดน้อยลง ละเลยต่อสภาวะแวดล้อมและบุคคลรอบข้าง ทำให้เกิดการหลงกลวงเพื่อให้สูญเสียทรัพย์สิน รวมไปถึงการหลงกลวงเพื่อผลประโยชน์ทางเพศ ทำให้สุขภาพเสีย และเป็นปัจจัยที่ทำให้อารมณ์แปรปรวน

Al-Harrasi and Al-Badi (2014) ศึกษาเรื่อง The impact of social networking: A study of the influence of smartphones on college students มีวัตถุประสงค์เพื่อค้นหาผลกระทบของเครือข่ายทางสังคมออนไลน์ที่ใช้งานผ่านสมาร์ทโฟน ศึกษาโดยการเก็บแบบสอบถามจากนักเรียนนักศึกษาในสถาบันศึกษาชั้นสูงของสุลต่านโอมาน ผลการศึกษาพบว่า การใช้งานเครือข่ายทางสังคม

ออนไลน์ผ่านทางสมาร์ทโฟนส่งผลกระทบต่อให้สมาธิสั้นกลายเป็นคนที่มีโลกส่วนตัวสูงอารมณ์แปรปรวนหงุดหงิดง่าย ส่งผลกระทบต่อเวลาในการทำกิจกรรมอื่น ๆ เช่นการเรียน การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน ส่งผลกระทบต่อการเรียน ทำให้นักเรียนละเลยความรับผิดชอบต่าง ๆ ในเรียน เช่น การบ้าน รายงาน วิจัย เป็นต้น

Jones (2014) ศึกษาเรื่อง Students' cell phone addiction and their opinions มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลกระทบของการเสพติดโทรศัพท์มือถือของนักศึกษา ในมหาวิทยาลัย Elon สหรัฐอเมริกา และความคิดเห็นของนักศึกษาต่อการเสพติดโทรศัพท์มือถือ ผลการศึกษาพบว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดการเสพติดโทรศัพท์มือถือเป็นเพราะต้องการคำชื่นชมจากโลกออนไลน์ โดยไม่สนใจโลกความเป็นจริง และการเสพติดโทรศัพท์มือถือยังเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดโรคเครียด เกิดความกังวลใจวิตกเมื่อไม่มีใครสนใจสิ่งที่ตนเองโพสต์ ความสัมพันธ์และกิจกรรมในครอบครัว กลุ่มเพื่อน ลดน้อยลง

Mok and other (2014) ศึกษาเรื่อง Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาจำแนกระดับความรุนแรงของการเสพติดสมาร์ทโฟน และค้นหาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน ศึกษาจากนักศึกษามหาวิทยาลัยในเกาหลีใต้จากทั่วประเทศ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาเพศชายจะมีอาการเสพติดสมาร์ทโฟนมากกว่านักศึกษาหญิง โดยการเสพติดสมาร์ทโฟนสามารถจำแนกออกได้เป็น 3 ระดับ ตามระดับความรุนแรงน้อย ปานกลาง และรุนแรงมาก ผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟนที่ได้พบจากการศึกษาคือทำให้เกิดความเสี่ยงเป็นโรคประสาท อารมณ์แปรปรวน หงุดหงิดง่าย อ่อนแอต่อการถูกกระตุ้นทางอารมณ์ ทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว และผลการเรียนแย่ลง

Park and Lee (2014) ศึกษาเรื่อง Nature of youth smartphone addiction in Korea มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวโน้มการเสพติดสมาร์ทโฟน และผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟนในนักศึกษามหาวิทยาลัยในประเทศเกาหลีใต้ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยในประเทศเกาหลีใต้มีอาการเสพติดสมาร์ทโฟนสูงมาก โดยผู้ที่มีอาการเสพติดสมาร์ทโฟน จะมีอารมณ์แปรปรวน ความนับถือในตนเองต่ำ ความสามารถในการเข้าสังคมในโลกแห่งความเป็นจริงลดลง และมีภาวะซึมเศร้า

Park and Park (2014) ศึกษาเรื่อง The conceptual model on smart phone addiction among early childhood มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเสพติดสมาร์ทโฟนของเด็กปฐมวัยที่เกิดจากการเลี้ยงดูของครอบครัว และผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟนของเด็กปฐมวัย ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบการเลี้ยงดูที่ส่งเสริมให้เด็กใช้งานสมาร์ทโฟนจะทำให้เด็กมีอาการเสพติดสมาร์ทโฟน เนื่องจาก ผู้ปกครองไม่มีเวลาที่ดูแลใส่ใจเด็ก จึงจำเป็นต้องใช้สมาร์ทโฟนในการเลี้ยงดู

ซึ่งผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟนของเด็กปฐมวัยคือ ทำให้เด็กมีปัญหาในการพัฒนาจิตใจ อารมณ์แปรปรวน มีปัญหาด้านสุขภาพ เช่น ความบกพร่องทางสายตา กล้ามเนื้อ และทำให้เกิดโรค อ้วน

Park, Hyun, Kim and Lee (2014) ศึกษาเรื่อง Impact of personal time-related factors on smartphone addiction of female high school students มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมปลายในโรงเรียนมัธยมหญิงล้วนในประเทศเกาหลีใต้ ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้รบกวนเวลาของกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของนักเรียน ผลการเรียนแย่ง ความสัมพันธ์ในครอบครัวแย่ง สุขภาพแย่ง และทำให้อารมณ์แปรปรวนง่าย

Abu-Shanab and Haddad (2015) ศึกษาเรื่อง The influence of smart phones on human health and behavior: Jordanians' perceptions มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบในด้านลบของการเสพติดสมาร์ตโฟนเกี่ยวกับสุขภาพและพฤติกรรมของมนุษย์ ด้วยการสำรวจจากวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้สุขภาพแย่ง การเรียนแย่ง ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว และคนในสังคมลดน้อยลง

Al-Barashdi, Bouazza and Jabur (2015) ศึกษาเรื่อง Smartphone addiction among university undergraduates: A literature review มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเสพติดสมาร์ตโฟนในมหาวิทยาลัยหลาย ๆ แห่ง โดยศึกษาจากการทบทวนวรรณกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ในมหาวิทยาลัยในหลาย ๆ แห่งมีอาการเสพติดสมาร์ตโฟน และมีผลการเรียนแย่งเรื่อย ๆ เมื่อมีอาการเสพติดสมาร์ตโฟน

Derakhshani and Shirazi (2015) ศึกษาเรื่อง The role of smartphone addiction in emotional regulation of boys' high school students in chababar city มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการควบคุมอารมณ์และความสัมพันธ์ในสังคมของเด็กนักเรียนชายที่มีอาการเสพติดสมาร์ตโฟน ในเมือง Chababar ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีอาการเสพติดสมาร์ตโฟน มีอารมณ์แปรปรวน ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ ไม่สามารถควบคุมเวลาในการใช้งานสมาร์ตโฟนได้ ความสัมพันธ์กับครอบครัว และสังคมลดน้อยลง

Jeong and Lee (2015) ศึกษาเรื่อง Smartphone addiction and empathy among nursing students มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเสพติดสมาร์ตโฟน และผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟนในนักศึกษาพยาบาล ที่ประเทศเกาหลีใต้ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดการเสพติดสมาร์ตโฟนในหมู่นักศึกษาพยาบาล คือ ความเครียด ความกดดัน ความท้อใจส่วนตัว ทำให้เกิดผลกระทบต่าง ๆ ตามมา คือ ปริมาณในการอ่านหนังสือลดลง กิจกรรมกับ

ครอบครัวและกลุ่มเพื่อนน้อยลง ผลการเรียนรู้แย่ง และเวลาในการใช้สมาร์ตโฟนเพิ่มมากขึ้นทุกวัน

Lee and Cho (2015) ศึกษาเรื่อง Effects of self-control and school adjustment on smartphone addiction among elementary school students มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาในกรุงโซล ประเทศเกาหลีใต้ และการปรับตัวของโรงเรียนที่มีการติดตั้งสมาร์ตโฟน ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้นักเรียนมีผลการเรียนที่แย่ง โรงเรียนจึงมีการปรับตัวโดยเปลี่ยนรูปแบบในการสอนผ่านทางสมาร์ตโฟน เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้การใช้สมาร์ตโฟนเพื่อการศึกษาหาความรู้เพื่อประโยชน์ทางการเรียนมากขึ้น

Park and other (2015) ศึกษาเรื่อง The effects of heavy smartphone use on the cervical angle, pain threshold of neck muscles and depression มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบจากการใช้งานสมาร์ตโฟน ของนักศึกษามหาวิทยาลัย Sahmyook ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้เกิดปัญหาสุขภาพเสีย เช่นเกิดอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ กระดูกสันหลัง กระดูกข้อต่าง ๆ และอาจทำให้เกิดปัญหากับมดลูก อีกทั้งยังมีผลกระทบทางจิต ทำให้เกิดอาการหดหู่ อารมณ์แปรปรวน และหงุดหงิดง่าย

Sundari (2015) ศึกษาเรื่อง Effects of mobile phone use on academic performance of college going young adults in India มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบของการเสพติดโทรศัพท์มือถือทางด้านผลการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยในอินเดีย ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดโทรศัพท์มือถือส่งผลกระทบต่อให้ผลการเรียนต่ำลง และรบกวนการทำกิจกรรมอื่น ๆ เช่นการเรียน การทำงาน เป็นต้น

ปัทิตตา ทองเจือพงษ์ (2559) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยและผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟนต่อประสิทธิภาพการทำงาน โรคกลัวไม่มีสมาร์ตโฟนใช้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาปัจจัยและผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟนต่อประสิทธิภาพในการทำงานของพนักงานในบริษัท เจทีซีอินไซต์ จำกัด ผลการศึกษาพบว่า พนักงานที่มีอาการเสพติดสมาร์ตโฟนจะมีอารมณ์แปรปรวน สมาธิสั้น เป็นโรคกลัวไม่มีสมาร์ตโฟนใช้ ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง และมักจะมีความขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน

Ben-Yehuda, Greenberg and Weinstein (2016) ศึกษาเรื่อง Internet addiction by using the smartphone-relationships between internet addiction, frequency of smartphone use and the state of mind of male and female students มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟน และเปรียบเทียบความถี่ในการใช้งานสมาร์ตโฟนของนักเรียนชาย และนักเรียนหญิง

ในอิสราเอล ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนหญิงจะมีการใช้งานสมาร์ทโฟนที่ถึ่กว่านักเรียนชาย และมีอัตราการเสพติดสมาร์ทโฟนที่สูงกว่านักเรียนชาย และการเสพติดสมาร์ทโฟนทำให้ทักษะทางมนุษยสัมพันธ์ด่ำลง เวลาในครอบครัวน้อยลง จัดสรรเวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟนไม่ได้ทำให้กระทบต่อกิจวัตรประจำวัน ทำให้สุขภาพแย่งพักผ่อ่นน้อยลง และทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า

Gowthami and Kumar (2016) ศึกษาเรื่อง Impact of smartphone : A pilot study on positive and negative effects มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบเชิงบวก และเชิงลบของสมาร์ทโฟน ผลการศึกษาพบว่า ผลกระทบเชิงบวกของสมาร์ทโฟน คือ การช่วยในการศึกษาทั่วโลก โดยที่ไม่จำเป็นต้องไปถึงสถานที่จริง และไม่จำเป็นต้องค้ำนึ่งถึงเวลา สามารถใช้เป็นสื่อในการสอนหนังสือสำหรับนักเรียนที่ไม่สามารถมาโรงเรียนได้ สามารถใช้ค้นหาเกร็ดความรู้ต่าง ๆ ที่ไม่มีให้ศึกษาในห้องเรียน และสามารถแลกเปลี่ยนประสบการณ์ต่าง ๆ ผ่านทางโลกออนไลน์ได้อย่างง่ายดาย ส่วนผลกระทบในเชิงลบคือหากเกิดการเสพติดสมาร์ทโฟน จะทำให้สมาธิสั้น อารมณ์แปรปรวน มีโลกส่วนตัวสูงขึ้น การเรียนแย่ง และเป็นสาเหตุให้เกิดอุบัติเหตุบ่อยมากขึ้น

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เพื่อชี้ให้เห็นถึงผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน และเสนอแนะแนวทางในการป้องกันรวมถึงแนวทางในการแก้ไขปัญหาการเสพติดสมาร์ทโฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กำหนดวิธีการดำเนินการศึกษา ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3. กลุ่มตัวอย่างและการสุ่มตัวอย่าง
4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
5. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
6. การเก็บรวบรวมข้อมูล
7. การวิเคราะห์ข้อมูล
8. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ใช้แนวทางการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative research) โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนรัฐบาลในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ทั้งหมด 7 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดจันทบุรี จังหวัดฉะเชิงเทรา จังหวัดชลบุรี จังหวัดตราด จังหวัดปราจีนบุรี จังหวัดระยอง จังหวัดสระแก้ว มีจำนวนโรงเรียนทั้งหมด 151 โรงเรียน และมีจำนวนนักเรียนรวม 67,099 คน รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนโรงเรียนมัธยมปลายในเขตภาคตะวันออก

จังหวัด	จำนวนโรงเรียนมัธยมปลาย	จำนวนนักเรียนมัธยมปลาย
จันทบุรี	23	9,055
ฉะเชิงเทรา	29	9,829
ชลบุรี	31	20,299
ตราด	16	3,346
ปราจีนบุรี	19	6,613
ระยอง	19	10,669
สระแก้ว	14	7,288
รวม	151	67,099

ที่มา: กลุ่มสารสนเทศ สำนักนโยบายและแผนการศึกษาระดับขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขต 6, เขต 7, เขต 17, เขต 18

กลุ่มตัวอย่างและการสุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่อยู่ในเขตภาคตะวันออกของประเทศไทย จำนวน 382 คน ที่ได้จากการใช้ตาราง Krejcie and Morgan (1970) หลังจากนั้นจึงทำการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) โดยดำเนินการดังนี้

1. สุ่มจับสลากจังหวัดในเขตภาคตะวันออกของประเทศไทย เพื่อให้ได้จังหวัดที่จะทำการศึกษา 3 จังหวัด โดยจับสลากได้ จังหวัดฉะเชิงเทรา จังหวัดชลบุรี และจังหวัดระยอง
2. สุ่มจับสลากโรงเรียนจาก 3 จังหวัด จังหวัดละ 1 โรงเรียน เพื่อให้ได้โรงเรียนที่จะทำการศึกษา โดยจับสลากได้โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎ์ 2 จังหวัดฉะเชิงเทรา โรงเรียนศรีราชา จังหวัดชลบุรี และโรงเรียนวังจันทร์วิทยา จังหวัดระยอง
3. กำหนดสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างของแต่ละโรงเรียน ตามตารางที่ 4
4. สุ่มจับสลากรหัสประจำตัวนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของทั้ง 3 โรงเรียน เพื่อใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา
5. เก็บแบบสอบถาม

ตารางที่ 4 กลุ่มตัวอย่าง

โรงเรียน	จำนวนนักเรียนระดับชั้นมัธยมปลาย	กลุ่มตัวอย่าง
เบญจมาชราชรังสฤษฎิ์ 2	769	104
ศรีราชา	1,417	183
วังจันทร์วิทยา	678	95
รวม	2,864	382

ที่มา: กลุ่มสารสนเทศ สำนักนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขต 6, เขต 7, เขต 17, เขต 18

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามประกอบด้วย 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 การใช้งานสมาร์ทโฟน

ส่วนที่ 3 ผลกระทบจากการใช้งานสมาร์ทโฟน

ส่วนที่ 4 ข้อคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะอื่น ๆ

ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถาม ดังต่อไปนี้

- ศึกษาเอกสาร ตำรา งานวิจัย บทความ สิ่งตีพิมพ์ และเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเสพติดสมาร์ทโฟน และผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน ในด้าน อารมณ์แปรปรวน สุขภาพ ผลการเรียน ความสัมพันธ์ในครอบครัว และความสัมพันธ์ในสังคม
- กำหนดนิยามเฉพาะของแต่ละตัวแปร
- สร้างแบบสอบถามของแต่ละตัวแปรตามคำนิยามเฉพาะ โดยอาศัยฐานความรู้และความเข้าใจจากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง
- สร้างมาตรวัดระดับความคิดเห็นเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ ตามแบบของ Likert's Scale ได้แก่ เห็นด้วยน้อยที่สุด เห็นด้วยน้อย เห็นด้วยปานกลาง เห็นด้วยมาก และเห็นด้วยมากที่สุด มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้
 - หมายถึง นักเรียนเห็นด้วยมากที่สุด
 - หมายถึง นักเรียนเห็นด้วยมาก
 - หมายถึง นักเรียนเห็นด้วยปานกลาง
 - หมายถึง นักเรียนเห็นด้วยน้อย

1 หมายถึง นักเรียนเห็นด้วยน้อยที่สุด
 ทั้งนี้ การตีความค่าเฉลี่ยระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวแปรต่าง ๆ ที่ได้จากมาตรวัด
 ดังกล่าวข้างต้นใช้เกณฑ์ในการหาช่วงอันตรภาคชั้น ตามหลักการวิธีการแบ่งชั้น ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{อันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{5 - 1}{5} \\ &= 0.8 \end{aligned}$$

เกณฑ์การอธิบายระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวแปรต่าง ๆ รายละเอียดดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 เกณฑ์ในการอธิบายระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวแปร

ระดับคะแนนเฉลี่ย	ระดับความคิดเห็น
4.21 – 5.00	สูงมาก
3.41 – 4.20	สูง
2.61 – 3.40	ปานกลาง
1.81 – 2.60	ต่ำ
1.00 – 1.80	ต่ำมาก

5. ตรวจสอบข้อคำถามแต่ละข้ออีกครั้งว่าสามารถวัดตัวแปรแต่ละตัวได้หรือไม่

6. ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ โดยทดสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content validity) และการหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2546)

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ การทดสอบความเที่ยงตรง (Validity) และการทดสอบความเชื่อถือได้ (Reliability) ดังนี้

1. ความเที่ยงตรง นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content validity) แล้วนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ก่อนนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลจริง ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน ดังนี้

- 1.1 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เขมมารี รักษ์ชูชีพ
- 1.2 ดร. ปิยะ นาควัชระ
- 1.3 ดร. ภัสนันท์ พ่วงเถื่อน
- 1.4 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระ กุศลสวัสดิ์
- 1.5 นางสาว สุพิชญ์ เจริญรักษ์ (ผู้อำนวยการโรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ 2)

แล้วนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องโดยใช้สูตร

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

IOC หมายถึง ค่าดัชนีความสอดคล้อง

R หมายถึง ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

โดยค่า +1 หมายถึง คำถามที่สามารถนำไปวัดในแบบสอบถามได้ ส่วน -1 หมายถึง คำถามที่ไม่สามารถนำไปวัดในแบบสอบถามได้

n หมายถึง จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

จากการวิเคราะห์ความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์การวิจัยแล้ว ซึ่งค่า IOC ทุกค่ามีค่าสูงกว่า 0.5 โดยค่า IOC ในแบบสอบถามที่มากที่สุดคือ 1.0 และค่า IOC ที่น้อยที่สุดคือ 0.8 แสดงว่าข้อคำถามทุกข้อมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย (บุญชม ศรีสะอาด, 2543) ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 การตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม (IOC)

ข้อคำถาม	ค่า IOC
1. ท่านต้องมีสมาร์ตโฟนติดตัวตลอดเวลา	1.0
2. ท่านบอกเล่าถึงกิจกรรมที่กำลังทำอยู่ผ่านทาง สังคมออนไลน์ เช่น เฟสบุ๊ก ไลน์ อินสตราแกรม ทวิตเตอร์ อย่างสม่ำเสมอ	1.0
3. ท่านใช้สมาร์ตโฟนเพื่อติดตามข่าวสาร หรือ ข้อมูลต่าง ๆ ของบุคคลที่คุณสนใจอย่างสม่ำเสมอ	1.0

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อความ	ค่า IOC
4. ท่านหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาเพื่อเช็กการติดต่อกับเพื่อนของคุณตลอดเวลา	1.0
5. สมาร์ทโฟนคือสิ่งที่ช่วยในการฆ่าเวลาในการรอสิ่งต่างๆ	1.0
6. ท่านถ่ายรูปอาหารก่อนรับประทาน เพื่อส่งต่อให้โลกออนไลน์ได้ดู	1.0
7. ท่านใช้สมาร์ทโฟนเพื่อช่วยคลายความเหงาเมื่อ หรือผ่อนคลายจากความทุกข์ได้	1.0
8. ท่านรู้สึกเพลิดเพลินเมื่อได้ใช้งานสมาร์ทโฟน	1.0
9. ท่านชอบหยิบสมาร์ทโฟนมาเล่นมากกว่าทำกิจกรรมอื่นที่มีประโยชน์	1.0
10. ท่านชอบหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาดู แม้ว่าไม่ได้มีสายเรียกเข้าก็ตาม	1.0
11. ท่านเผลอใช้เวลากับสมาร์ตโฟนนานกว่าที่ตั้งใจไว้	1.0
12. ท่านหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาดูเป็นครั้งแรกเมื่อตื่นนอน	1.0
13. ท่านคิดสมาร์ตโฟนไปเข้าห้องน้ำด้วยเสมอ	1.0
14. ท่านใช้งานสมาร์ตโฟนก่อนที่จะเข้านอน	1.0

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อความ	ค่า IOC
15. ท่านต้องลองใช้งานแอปพลิเคชันใหม่ ๆ ที่เป็นกระแสในสังคม	0.8
16. ในขณะที่อยู่บนยานพาหนะท่านมักจะนำสมาร์ทโฟนขึ้นมาใช้งานอยู่เป็นประจำ	0.8
17. ท่านรู้สึกไม่พอใจเมื่อถูกผู้อื่นบ่นเรื่องการใช้งาน สมาร์ทโฟน	1.0
18. ท่านหงุดหงิดเมื่อถูกห้ามไม่ให้ใช้สมาร์ทโฟน	1.0
19. เมื่อสมาร์ทโฟนของท่านไม่มีสัญญาณหรือแบตเตอรี่หมด ท่านจะรู้สึกกังวล	1.0
20. ท่านหงุดหงิดเวลาที่ลืมสมาร์ทโฟน หรือไม่มีสมาร์ทโฟนใช้งาน	1.0
21. ท่านระบายความเครียดความกดดันลงในสื่อสังคมออนไลน์ผ่านทางสมาร์ทโฟน	0.8
22. ท่านมีอาการปวดตาหลังจากเล่นสมาร์ทโฟน	1.0
23. ท่านเคยปวดนิ้วเมื่อใช้งานสมาร์ทโฟนเป็นเวลานาน	1.0
24. ท่านมีอาการปวดบริเวณคอบ่าไหล่เมื่อใช้งานสมาร์ทโฟนเป็นเวลานาน	1.0
25. ท่านพักผ่อนน้อยลงจากการเล่นสมาร์ทโฟน	1.0

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อความ	ค่า IOC
26. ท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าการ ออกกำลังกาย	1.0
27. เมื่อตื่นนอนท่านใช้งานสมาร์ทโฟนนานกว่า การคุยกับคนในครอบครัว	1.0
28. เวลารับประทานอาหารกับครอบครัวท่าน เลือกหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาใช้งานเวลาที่รอ อาหาร	1.0
29. เมื่อกลับจากโรงเรียนท่านเลือกที่จะใช้งาน สมาร์ทโฟนมากกว่าทำกิจกรรมกับครอบครัว	1.0
30. คนในครอบครัวของท่านพูดคุยกันน้อยลง หลังจากที่ทุกคนมีสมาร์ทโฟนใช้งาน	1.0
31. ท่านรู้สึกว่าการใช้งานสมาร์ทโฟนมีความสุข กว่าการพูดคุยกับคนในครอบครัว	1.0
32. ท่านเคยใช้งานสมาร์ทโฟนระหว่างเรียน	1.0
33. เมื่อมีสัญญาณแจ้งเตือนค้างท่านหยิบสมาร์ต โฟนขึ้นมาดูแม้จะอยู่ในระหว่างเรียนก็ตาม	1.0
34. ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนในระหว่างทำ การบ้าน	1.0
35. เมื่อใกล้สอบท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ต โฟนมากกว่าอ่านหนังสือทบทวนความรู้	1.0

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อความ	ค่า IOC
36. ท่านรู้สึกไม่เข้าใจในบทเรียนที่อาจารย์สอน เมื่อท่านแอบใช้งานสมาร์ทโฟนในห้องเรียน	1.0
37. ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนเมื่อขึ้นรถสาธารณะ	1.0
38. ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนในที่สาธารณะต่างๆ แม้ในขณะที่เดิน หรือ ซี่งของตามตลาด	1.0
39. ท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนเพื่อคุยกับ เพื่อนมากกว่าออกไปทำกิจกรรมร่วมกัน	1.0
40. ท่านเลือกใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าออกไป ทำกิจกรรมข้างนอกกับคนในสังคม	1.0
41. ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนในขณะที่ทำกิจกรรม ร่วมกันกับผู้อื่น เช่น กิจกรรมทางศาสนา	1.0

2. การทดสอบความเชื่อถือได้ ดำเนินการโดยทำการทดสอบ (Try out) เก็บแบบสอบถามจำนวน 30 ชุด กับกลุ่มประชากรที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างคือที่โรงเรียนชลกันยานุกูลแสนสุข เพื่อตรวจสอบความเหมาะสม ความน่าเชื่อถือของคำถามด้วยการใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อถือครอนบาคแอลฟา (Cronbach's Alpha) โดยต้องมีค่าอัลฟา .70 ขึ้นไป จึงจะถือว่ามีความน่าเชื่อถือสามารถนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลได้ (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2546) หลังจากได้วิเคราะห์ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่ได้มาแล้ว ผู้วิจัยได้ตัดคำถามบางข้อออกเพื่อให้ความน่าเชื่อถือของแบบสอบถามเพิ่มมากขึ้น ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ความเชื่อมั่น (Cronbach' s Alpha) ของแบบสอบถาม

หัวข้อ	เดิม		ใหม่	
	จำนวนข้อ	Cronbach' s Alpha	จำนวนข้อ	Cronbach' s Alpha
การใช้งานสมาร์ทโฟน	16	0.86	15	0.861
อารมณ์แปรปรวน	5	0.854	4	0.857
สุขภาพ	5	0.701	3	0.793
ความสัมพันธ์ในครอบครัว	5	0.839	5	0.839
ผลการเรียน	5	0.850	4	0.866
ความสัมพันธ์ในสังคม	5	0.823	5	0.823

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างตามลำดับ ดังต่อไปนี้

1. ขอนหนังสือแนะนำตัวจากจากคณะรัฐศาสตร์ และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
2. ขอความอนุเคราะห์จากผู้อำนวยการ โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ 2 โรงเรียนศรีราชา และโรงเรียนวังจันทร์วิทยาเพื่อลงพื้นที่ในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งได้แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของทั้ง 3 โรงเรียน
3. เขียนรหัสประจำตัวนักเรียนทั้งหมดแล้วจับสลากขึ้นมาเป็นกลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูล
4. ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามให้แก่แก่นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 450 ชุด โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการด้วยตนเอง
5. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม และพบว่าไม่มีแบบสอบถามที่สมบูรณ์สามารถนำไปใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้จำนวน 341 ชุด

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ และสถิติอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องในการทดสอบสมมติฐาน โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดำเนินการตามลำดับดังนี้

1. จัดระเบียบข้อมูล และลงรหัส
2. นำข้อมูลไปคำนวณหาค่าทางสถิติ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ มีขั้นตอนดังต่อไปนี้
 - 2.1 ตรวจสอบความสมบูรณ์ และความถูกต้องของแบบสอบถามหลังจากทำการเก็บรวบรวมข้อมูล
 - 2.2 บันทึกข้อมูลที่เป็นรหัสลงในแบบบันทึกข้อมูล และโปรแกรมคอมพิวเตอร์
 - 2.3 ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์
 - 2.4 ประมวลผลข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยใช้สถิติดังต่อไปนี้

1. สถิติวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive analytical statistics) เป็นสถิติที่นำมาใช้บรรยายคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง และตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย
 - 1.1 ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) ใช้สำหรับแปลความหมายข้อมูลด้านประชากรของแบบสอบถาม
 - 1.2 ค่าเฉลี่ย (Mean) ใช้สำหรับแปลความหมายของข้อมูล และทดสอบสมมติฐานที่ 1
 - 1.3 ค่าความเบี่ยงมาตรฐาน (Standard Deviation: SD) ใช้สำหรับอธิบายลักษณะการกระจายของข้อมูล
2. สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistics) เป็นสถิติที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้มาจากกลุ่มตัวอย่าง เพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย
 - 2.1 สถิติทดสอบที (t-Test statistics) สถิติทดสอบที่เป็นสถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐานที่เกี่ยวกับค่าเฉลี่ยของตัวแปร ใช้เพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย ข้อที่ 1
3. สถิตีสหสัมพันธ์ (Correlation) ใช้สำหรับเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย ข้อที่ 2-6 ซึ่งสถิตีสหสัมพันธ์เป็นสถิติที่ใช้ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตั้งแต่ 2 ตัวขึ้นไปว่ามีความสัมพันธ์กันมากน้อยเพียงใด ในการศึกษาครั้งนี้จะใช้ ค่าประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's correlation) มีสูตรดังนี้

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ r_{xy} เป็น ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

$\sum X$ แทน ผลรวมของข้อมูลที่วัดได้จากแบบสอบถามที่ใช้วัดตัวแปรต้น
การเสพติดสมาร์ทโฟน

$\sum Y$ แทน ผลรวมของข้อมูลที่วัดได้จากแบบสอบถามที่ใช้วัดตัวแปรตาม

$\sum XY$ แทน ผลรวมของผลคูณระหว่างข้อมูลตัวแปรต้นกับตัวแปรตาม

$\sum X^2$ แทน ผลรวมของกำลังสองของข้อมูลที่วัดได้จากตัวแปรต้น

$\sum Y^2$ แทน ผลรวมของกำลังสองของข้อมูลที่วัดได้จากตัวแปรตาม

N แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

สำหรับเกณฑ์ในการพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร มีรายละเอียดดังนี้

(กัลยา วาณิชย์บัญชา, 2545)

± 0.81 ถึง ± 1.00 หมายถึง มีความสัมพันธ์ระดับสูงมาก

± 0.61 ถึง ± 0.80 หมายถึง มีความสัมพันธ์ระดับสูง

± 0.41 ถึง ± 0.60 หมายถึง มีความสัมพันธ์ระดับปานกลาง

± 0.21 ถึง ± 0.40 หมายถึง มีความสัมพันธ์ระดับต่ำ

± 0.00 ถึง ± 0.20 หมายถึง มีความสัมพันธ์ระดับต่ำมาก

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลของการศึกษา เรื่อง การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน จากแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่างที่มีความสมบูรณ์จำนวน 341 คน ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์คุณลักษณะของตัวแปรต้นการเสพติดสมาร์ทโฟน

ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์คุณลักษณะของตัวแปรตามผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน

3.1 อารมณ์แปรปรวน

3.2 สุขภาพ

3.3 ความสัมพันธ์ในครอบครัว

3.4 ผลการเรียน

3.5 ความสัมพันธ์ในสังคม

ส่วนที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสมาร์ทโฟน และผลกระทบ

ส่วนที่ 5 สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

สำหรับสัญลักษณ์ที่ใช้ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ในบทนี้มีความหมายดังต่อไปนี้

\bar{X} หมายถึง ค่าเฉลี่ยเลขคณิตของข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่าง

SD หมายถึง ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง

n หมายถึง จำนวนของตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์

r หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

t หมายถึง ค่าสถิติ t

df หมายถึง ค่าองศาอิสระ

Sig. หมายถึง ค่านัยสำคัญ

Std. Error หมายถึง ความคลาดเคลื่อน หรือความผิดพลาด

AD หมายถึง การเสพติดสมาร์ทโฟน

EM หมายถึง อารมณ์แปรปรวน

HE หมายถึง สุขภาพ

FA หมายถึง ความสัมพันธ์ในครอบครัว

ST	หมายถึง ผลการเรียนรู้
SO	หมายถึง ความสัมพันธ์ในสังคม

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้วิจัยนำข้อมูลจากแบบสอบถามการศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟนมาวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน โดยจำแนกตาม เพศ อายุ ระดับชั้นที่ศึกษา ระดับผลการเรียน เกรดเฉลี่ย สถานที่พักอาศัย บุคคลที่พักอาศัยด้วย จำนวนพี่น้อง การเป็นเจ้าของสมาร์ตโฟน การมีสมาร์ตโฟนเครื่องแรก และระยะเวลาในการใช้งานสมาร์ตโฟน

ตารางที่ 8 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน (n = 341)	ร้อยละ
ชาย	129	37.8
หญิง	212	62.2
รวม	341	100.0

จากตารางที่ 8 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเพศหญิง จำนวน 212 คน คิดเป็นร้อยละ 62.2 และเป็นเพศชายจำนวน 129 คนคิดเป็นร้อยละ 37.8

ตารางที่ 9 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
14 ปี	1	0.3
15 ปี	85	24.9
16 ปี	114	33.4
17 ปี	78	22.9
18 ปี	58	17.0
19 ปี	5	1.5
รวม	341	100.0

จากตารางที่ 9 กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุ 16 ปี จำนวน 114 คนคิดเป็นร้อยละ 33.4 รองลงมาคืออายุ 15 ปี จำนวน 85 คนคิดเป็นร้อยละ 24.9 ถัดมาคืออายุ 17 ปี จำนวน 78 คนคิดเป็นร้อยละ 22.9 อายุ 18 ปี จำนวน 58 คนคิดเป็นร้อยละ 17 อายุ 19 ปี จำนวน 5 คนคิดเป็นร้อยละ 1.5 และอายุ 14 ปี จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.3

ตารางที่ 10 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
มัธยมศึกษาปีที่ 4	153	44.9
มัธยมศึกษาปีที่ 5	89	26.1
มัธยมศึกษาปีที่ 6	99	29.0
รวม	341	100.0

จากตารางที่ 10 กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 153 คน คิดเป็นร้อยละ 44.9 รองลงมาคือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 29.0 และเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 26.1

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเกรดเฉลี่ย

ตัวแปร	\bar{X}	SD
เกรดเฉลี่ย	3.06	0.53

จากตารางที่ 11 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีเกรดเฉลี่ยอยู่ที่ 3.06 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 0.53 แสดงให้เห็นว่าเกรดเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 3.06, SD = 0.53$)

ตารางที่ 12 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสถานที่พักอาศัย

สถานที่พักอาศัย	จำนวน	ร้อยละ
บ้านผู้ปกครอง	290	85.0
หอพัก	15	4.4
บ้านเช่า	36	10.6
รวม	341	100.0

จากตารางที่ 12 กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีสถานที่พักอาศัยที่บ้านผู้ปกครอง จำนวน 290 คน คิดเป็นร้อยละ 85 รองลงมาคือมีสถานที่พักอาศัยที่บ้านเช่า จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 10.6 และมีสถานที่พักอาศัยที่หอพัก จำนวน 15 คนคิดเป็นร้อยละ 4.4

ตารางที่ 13 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามบุคคลที่พังกอาศัยด้วย

บุคคลที่พังกอาศัยด้วย	จำนวน	ร้อยละ
พ่อแม่	302	88.6
ญาติ	31	9.1
เพื่อน	6	1.8
พังกคนเดียว	2	0.6
รวม	341	100.0

จากตารางที่ 13 กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่พังกอาศัยกับพ่อแม่ จำนวน 302 คน คิดเป็นร้อยละ 88.6 รองลงมาคือพังกอาศัยกับญาติ จำนวน 31 คนคิดเป็นร้อยละ 9.1 ลำดับถัดมาคือพังกอาศัยกับเพื่อน จำนวน 6 คนคิดเป็นร้อยละ 1.8 และพังกคนเดียว จำนวน 2 คนคิดเป็นร้อยละ 0.6

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของจำนวนพี่น้อง

ตัวแปร	\bar{X}	SD
จำนวนพี่น้อง	1.93	1.21

จากตารางที่ 14 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนพี่น้องในครอบครัวโดยเฉลี่ยจำนวน 2 คน ($\bar{X} = 1.93$, $SD = 1.21$)

ตารางที่ 15 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการเป็นเจ้าของสมาร์ทโฟน

การเป็นเจ้าของสมาร์ทโฟน	จำนวน	ร้อยละ
มี	341	100.0
ไม่มี	0	0.0
รวม	341	100.0

จากตารางที่ 15 กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามที่สมบูรณ์ ทั้งหมด 341 คน มีสมาร์ทโฟนในการใช้งานทุกคน

ตารางที่ 16 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการมีสมาร์ทโฟนเครื่องแรก

การมีสมาร์ทโฟนเครื่องแรก	จำนวน	ร้อยละ
ประถมศึกษา	151	44.3
มัธยมศึกษาตอนต้น	164	48.1
มัธยมศึกษาตอนปลาย	26	7.6
รวม	341	100.0

จากตารางที่ 16 กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีสมาร์ทโฟนเครื่องแรก ในช่วงการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 164 คนคิดเป็นร้อยละ 48.1 รองลงมา มีสมาร์ทโฟนเครื่องแรกในช่วงการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 151 คน คิดเป็นร้อยละ 44.3 และมีสมาร์ทโฟนเครื่องแรกในช่วงการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 26 คนคิดเป็นร้อยละ 7.6

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระยะเวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟนติดต่อกัน

ตัวแปร	\bar{X}	SD
ระยะเวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟน	7.98	5.55

จากตารางที่ 17 พบว่า ระยะเวลาในการใช้งานสมาร์ทโฟนเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 7.98 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 5.55 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีการใช้งานสมาร์ทโฟนเฉลี่ย 8 ชั่วโมงต่อวัน ($\bar{X} = 7.98, SD = 5.55$)

ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์คุณลักษณะของตัวแปรการเสพติดสมาร์ทโฟน

การวิเคราะห์คุณลักษณะของตัวแปรการเสพติดสมาร์ทโฟนที่ศึกษา ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถามจำนวนทั้งหมด 15 ข้อเป็นการวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ดังรายละเอียดในตารางที่ 18

ตารางที่ 18 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเสพติดสมาร์ทโฟน

การใช้งาน สมาร์ทโฟน	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	\bar{X}	SD	การ แปร ผล	ลำดับ	n = 341
1. ท่านต้องมี สมาร์ทโฟนติดตัว ตลอดเวลา	2 0.60%	5 1.50%	85 24.90%	124 36.40%	125 36.70%	4.07	0.85	สูง	4	
2. ท่านบอกเล่าถึง กิจกรรมที่กำลังทำอยู่ ผ่านทางสังคม ออนไลน์ เช่น เฟซบุ๊ก ไลน์ อินสตราแกรม ทวิตเตอร์ อย่าง สม่ำเสมอ	27 7.90%	63 18.50%	92 27.50%	99 29.00%	60 17.60%	3.30	1.19	ปาน กลาง	14	

ตารางที่ 18 (ต่อ)

การใช้งาน สมาร์ทโฟน								n = 341	
	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	\bar{X}	SD	การ แปร ผล	ลำดับ
3. ท่านใช้ สมาร์ทโฟนเพื่อ ติดตามข่าวสาร หรือ ข้อมูลต่าง ๆ ของ บุคคลที่คุณสนใจ อย่างสม่ำเสมอ	1 0.30%	8 2.30%	89 26.10%	143 41.90%	100 29.30%	3.98	0.82	สูง	5
4. ท่านหยิบ สมาร์ทโฟนขึ้นมา เพื่อเช็คการติดต่อกับ เพื่อนของคุณ ตลอดเวลา	9 2.60%	33 9.70%	118 34.60%	114 33.40%	67 19.60%	3.58	1.00	สูง	10
5. ท่านถ่ายรูป อาหารก่อน รับประทาน เพื่อส่ง ต่อให้โลกออนไลน์ ได้ดู	101 29.60%	98 28.70%	66 19.40%	47 13.80%	29 8.50%	2.43	1.28	ต่ำ	15
6. ท่านใช้ สมาร์ทโฟนเพื่อช่วย คลายความเหงา เบื่อ หรือผ่อนคลายจาก ความทุกข์ได้	1 0.30%	6 1.80%	42 12.30%	122 35.80%	170 49.90%	4.33	0.81	สูง มาก	1
7. ท่านรู้สึก เพลิดเพลินเมื่อได้ใช้ งานสมาร์ทโฟน	1 0.30%	3 0.90%	55 16.10%	139 40.80%	143 41.90%	4.23	0.77	สูง มาก	3
8. ท่านชอบหยิบ สมาร์ทโฟนมาเล่น มากกว่าทำ กิจกรรมอื่นที่มี ประโยชน์	3 0.90%	24 7.00%	127 37.20%	119 34.90%	68 19.90%	3.66	0.91	สูง	9

ตารางที่ 18 (ต่อ)

การใช้งาน สมาร์ทโฟน						n = 341		การ แปร ผล	ลำดับ
	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	\bar{X}	SD		
9. ท่านชอบหยิบ สมาร์ทโฟนขึ้นมา ดูแม้ว่าไม่ได้มีสาย เรียกเข้าก็ตาม	12 3.50%	31 9.10%	83 24.30%	120 35.20%	95 27.90%	3.75	1.07	สูง	8
10. ท่านผลอใช้ เวลากับสมาร์ท โฟนนานกว่าที่ตั้ง ใจไว้	5 1.50%	19 5.60%	75 22.00%	120 35.20%	122 35.80%	3.98	0.97	สูง	6
11. ท่านหยิบ สมาร์ทโฟนขึ้นมา ดูเป็นอย่างแรกเมื่อ ตื่นนอน	17 5.00%	31 9.10%	59 17.30%	106 31.10%	128 37.50%	3.87	1.16	สูง	7
12. ท่านติด สมาร์ทโฟนไปเข้า ห้องน้ำด้วยเสมอ	38 11.10%	39 11.40%	80 23.50%	98 28.70%	86 25.20%	3.45	1.29	สูง	11
13. ท่านใช้งาน สมาร์ทโฟนก่อนที่ จะเข้านอน	3 0.90%	5 1.50%	42 12.30%	121 35.50%	170 49.90%	4.32	0.81	สูง มาก	2
14. ท่านต้อง ลองใช้งาน แอปพลิเคชันใหม่ ๆ ที่เป็นกระแสใน สังคม	20 5.90%	58 17.00%	131 38.40%	82 24.00%	50 14.70%	3.25	1.08	ปาน กลาง	13
15. ในขณะที่อยู่บน ยานพาหนะท่าน มักใช้งาน สมาร์ทโฟนขึ้นมา อยู่เป็นประจำ	26 7.60%	48 14.10%	118 34.60%	86 25.20%	63 18.50%	3.33	1.15	ปาน กลาง	12
รวม						3.70	0.63	สูง	

จากตารางที่ 18 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเสพติดสมาร์ทโฟนโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.70$, $SD = 0.63$) โดย ใช้สมาร์ทโฟนเพื่อช่วยคลายความเหงา เบื่อ หรือผ่อนคลายจากความทุกข์ มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ยระดับสูงมาก ($\bar{X} = 4.33$, $SD = 0.81$) รองลงมา คือ ใช้งานสมาร์ทโฟนก่อนที่จะเข้านอน มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูงมาก ($\bar{X} = 4.32$, $SD = 0.81$) ลำดับที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ 3 คือ รู้สึกเพลิดเพลินเมื่อได้ใช้งานสมาร์ทโฟน มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูงมาก ($\bar{X} = 4.23$, $SD = 0.77$) ลำดับที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ 4 คือ ต้องมีสมาร์ทโฟนติดตัวตลอดเวลา มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูง ($\bar{X} = 4.07$, $SD = 0.85$) ลำดับที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับที่ 5 คือ ใช้สมาร์ทโฟนเพื่อติดตามข่าวสาร หรือข้อมูลต่าง ๆ ของบุคคลที่คุณสนใจอย่างสม่ำเสมอ มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูง ($\bar{X} = 3.98$, $SD = 0.82$) ลำดับที่ 6 คือ เผลอใช้เวลาไปกับสมาร์ทโฟนนานกว่าที่ตั้งใจไว้ มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูง ($\bar{X} = 3.98$, $SD = 0.97$) ลำดับที่ 7 คือ หยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาดูเป็นอย่างแรกเมื่อตื่นนอน มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูง ($\bar{X} = 3.87$, $SD = 1.16$) ลำดับที่ 8 คือ ชอบหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาดูแม้ว่าไม่ได้มีสายเรียกเข้าก็ตาม มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูง ($\bar{X} = 3.75$, $SD = 1.07$) ลำดับที่ 9 คือ ชอบหยิบสมาร์ทโฟนมาเล่นมากกว่าทำกิจกรรมอื่นที่มีประโยชน์ มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูง ($\bar{X} = 3.66$, $SD = 0.91$) ลำดับที่ 10 คือ หยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาเพื่อเช็คการติดต่อกับเพื่อนของคุณตลอดเวลา มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูง ($\bar{X} = 3.58$, $SD = 1.00$) ลำดับที่ 11 คือ คิดสมาร์ทโฟนไปเข้าห้องน้ำด้วยเสมอ มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับสูง ($\bar{X} = 3.45$, $SD = 1.29$) ลำดับที่ 12 คือ ในขณะที่อยู่บนยานพาหนะท่านมักจะนำสมาร์ทโฟนขึ้นมาใช้งานอยู่เป็นประจำ มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.33$, $SD = 1.15$) ลำดับที่ 13 คือ ต้องลองใช้งานแอปพลิเคชันใหม่ ๆ ที่เป็นกระแสในสังคม มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.25$, $SD = 1.08$) ลำดับที่ 14 คือ บอกเล่าถึงกิจกรรมที่กำลังทำอยู่ผ่านทางสังคมออนไลน์ เช่น เฟสบุ๊ก ไลน์ อินสตราแกรม ทวิตเตอร์ อย่างสม่ำเสมอ มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.30$, $SD = 1.19$) และลำดับที่ 15 ลำดับสุดท้าย คือ ถ่ายรูปอาหารก่อนรับประทาน เพื่อส่งต่อให้โลกออนไลน์ได้ดู มีค่าคะแนนเฉลี่ยระดับต่ำ ($\bar{X} = 2.43$, $SD = 1.28$)

ตารางที่ 19 ผลการวิเคราะห์สถิติทดสอบที

ตัวแปร	N	Mean	Std	t	df	Sig
การใช้งาน สมาร์ตโฟน	341	3.70	0.63	8.59	340	.000

จากตารางที่ 19 จากผลการวิเคราะห์ พบว่า ค่าเฉลี่ยของประชากรมีค่ามากกว่า 3.41 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเสพติดสมาร์ตโฟนอยู่ในระดับสูง

ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์คุณลักษณะของตัวแปรผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟน

ผลการวิเคราะห์คุณลักษณะของตัวแปรผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟนแบ่งการวิเคราะห์เป็นทั้งหมด 5 ด้าน คือ ด้านอารมณ์แปรปรวน ด้านสุขภาพ ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านผลการเรียน และด้านความสัมพันธ์ในสังคม

1. ด้านอารมณ์แปรปรวน ประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 4 ข้อ ผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 20

ตารางที่ 20 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านอารมณ์แปรปรวน

ผลกระทบจากการ เสพติดสมาร์ตโฟน ด้านอารมณ์แปรปรวน	n = 341					\bar{X}	SD	การ แปร ผล	ลำดับ
	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็น ด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง				
1. ท่านรู้สึกไม่พอใจเมื่อ ถูกผู้อื่นบ่นเรื่องการใช้ งานสมาร์ตโฟน	11 3.20%	30 8.80%	115 33.70%	106 31.10%	79 23.20%	3.62	1.03	สูง	3
2. ท่านหงุดหงิดเมื่อถูก ห้ามไม่ให้ใช้ สมาร์ตโฟน	15 4.40%	36 10.60%	111 32.60%	96 28.20%	83 24.30%	3.57	1.10	สูง	4

ตารางที่ 20 (ต่อ)

ผลกระทบจากการ เสพติดสมาร์ทโฟน ด้านอารมณ์แปรปรวน						n = 341			
	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็น ด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	\bar{X}	SD	การ แปร ผล	ลำดับ
3. เมื่อสมาร์ทโฟนของท่านไม่มีสัญญาณหรือแบตเตอรี่หมด ท่านจะรู้สึกกังวล	16 4.70%	36 10.60%	85 24.90%	123 36.10%	81 23.80%	3.64	1.10	สูง	2
4. ท่านหงุดหงิดเวลาที่ลืมสมาร์ทโฟน หรือไม่มีสมาร์ทโฟนใช้งาน	11 3.20%	35 10.30%	95 27.90%	115 33.70%	85 24.90%	3.67	1.06	สูง	1
รวม						3.63	0.90	สูง	

จากตารางที่ 20 พบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยรวมมีอารมณ์แปรปรวนอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.63$, $SD = 0.90$) โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ลำดับที่ 1 ท่านหงุดหงิดเวลาที่ลืมสมาร์ทโฟน หรือ ไม่มีสมาร์ทโฟนใช้งาน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.67$, $SD = 1.06$) ลำดับที่ 2 คือ เมื่อสมาร์ทโฟนของท่านไม่มีสัญญาณหรือแบตเตอรี่หมด ท่านจะรู้สึกกังวล มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.64$, $SD = 1.10$) ลำดับที่ 3 คือ ท่านรู้สึกไม่พอใจเมื่อถูกผู้อื่นบ่นเรื่องการใช้งานสมาร์ทโฟน มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.62$, $SD = 1.03$) และลำดับที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ ท่านหงุดหงิดเมื่อถูกห้ามไม่ให้ใช้สมาร์ทโฟน มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.57$, $SD = 1.10$)

2. ด้านสุขภาพ ประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 3 ข้อ ผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 21

ตารางที่ 21 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านสุขภาพ

ผลกระทบจากการ เสพติดสมาร์ตโฟน ด้านสุขภาพ						\bar{X}	SD	การ แปร ผล	ลำดับ
	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็น ด้วย	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง				
1. ท่านเคยปวดนิ้วเมื่อ ใช้งานสมาร์ตโฟนเป็น เวลานาน	63 18.50%	64 18.80%	80 23.50%	96 28.20%	38 11.10%	2.95	1.29	ปาน กลาง	3
2. ท่านมีอาการปวด บริเวณคอบ่าไหล่เมื่อใช้ งานสมาร์ตโฟนเป็น เวลานาน	11 3.20%	35 10.30%	95 27.90%	115 33.70%	85 24.90%	3.10	1.21	ปาน กลาง	2
3. ท่านพักผ่อนน้อยลง จากการเล่นสมาร์ตโฟน	11 3.20%	35 10.30%	95 27.90%	115 33.70%	85 24.90%	3.46	1.07	สูง	1
รวม						3.17	1.02	ปาน กลาง	

จากตารางที่ 21 พบว่า กลุ่มตัวอย่างในภาพรวมมีปัญหาด้านสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.17, SD = 1.02$) โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ลำดับที่ 1 ท่านพักผ่อนน้อยลงจากการเล่นสมาร์ตโฟน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.46, SD = 1.07$) ลำดับที่ 2 คือ ท่านมีอาการปวดบริเวณคอบ่าไหล่เมื่อใช้งาน มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.10, SD = 1.21$) ลำดับที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ ท่านเคยปวดนิ้วเมื่อใช้งานสมาร์ตโฟนเป็นเวลานาน มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.95, SD = 1.29$)

3. ความสัมพันธ์ในครอบครัว ประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 5 ข้อ ผลการวิเคราะห์ดัง
ตารางที่ 22

ตารางที่ 22 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว

n = 341									
ผลกระทบจากการ เสพติดสมาร์ตโฟน ด้านความสัมพันธ์ใน ครอบครัว	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็น ด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	\bar{X}	SD	การ แปร ผล	ลำดับ
1. เมื่อตื่นนอนท่านใช้ งานสมาร์ตโฟนนาน กว่าการคุยกับคนใน ครอบครัว	24 7.00%	50 14.70%	105 30.80%	97 28.40%	65 19.10%	3.38	1.16	ปาน กลาง	2
2. เวลารับประทานอาหารกับครอบครัว ท่านเลือกหยิบสมาร์ต โฟนขึ้นมาใช้งานเวลาที่ รออาหารสมาร์ตโฟน เป็นเวลานาน	57 16.70%	67 19.60%	75 22.00%	84 24.60%	58 17.00%	3.06	1.34	ปาน กลาง	4
3. เมื่อกลับจาก โรงเรียนท่านเลือกที่จะ ใช้งานสมาร์ตโฟนมา กว่าทำกิจกรรมกับ ครอบครัว	14 4.10%	50 14.70%	101 29.60%	108 31.10%	68 19.90%	3.49	1.09	สูง	1
4. คนในครอบครัวของ ท่านพูดคุยกันน้อยลง หลังจากที่ทุกคนใช้งาน สมาร์ตโฟน	40 11.70%	66 19.40%	96 28.20%	94 27.60%	45 13.20%	3.11	1.21	ปาน กลาง	3
5. ท่านรู้สึกว่าการใช้ งานสมาร์ตโฟนมีความ สุขกว่าการพูดคุยกับคน ในครอบครัว	54 15.80%	78 22.90%	103 30.20%	69 20.20%	37 10.90%	2.87	1.22	ปาน กลาง	5
รวม						3.18	0.97	ปาน กลาง	

จากตารางที่ 22 พบว่า กลุ่มตัวอย่างในภาพรวมมีความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ไม่ดี โดยเฉลี่ยในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.18, SD = 0.97$) โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ลำดับที่ 1 เมื่อกลับจากโรงเรียนท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าทำกิจกรรมกับครอบครัว มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.49, SD = 1.09$) ลำดับที่ 2 คือ เมื่อคืนนอนท่านใช้งานสมาร์โฟนนานกว่าการคุยกับคนในครอบครัว มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.38, SD = 1.16$) ลำดับที่ 3 คือ คนในครอบครัวของท่านพูดคุยกันน้อยลงหลังจากที่ทุกคนใช้งานสมาร์โฟน มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.11, SD = 1.21$) ลำดับที่ 4 คือ คนในครอบครัวของท่านพูดคุยกันน้อยลงหลังจากที่ทุกคนใช้งานสมาร์โฟน มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.06, SD = 1.34$) ลำดับที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ ท่านรู้สึกว่าการใช้งานสมาร์โฟนมีความสุขกว่าการพูดคุยกับคนในครอบครัว มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.87, SD = 1.22$)

4. ผลการเรียนรู้ ประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 4 ข้อ ผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 23

ตารางที่ 23 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านผลการเรียน

ผลกระทบจากการ เสพติดสมาร์โฟน ด้านผลการเรียน	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็น ด้วย	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	\bar{X}	SD	n = 341	
								การ แปร ผล	ลำดับ
1. ท่านเคยใช้งาน สมาร์โฟนระหว่าง เรียน	9	33	100	122	77	3.66	1.02	สูง	1
	2.60%	9.70%	29.30%	35.80%	22.60%				
2. เมื่อมีสัญญาณแจ้ง เตือนดังท่านหยิบ สมาร์โฟนขึ้นมา ตรวจสอบแม้จะอยู่ใน ระหว่างเรียนก็ตาม สมาร์โฟนเป็น เวลานาน	22	57	97	93	72	3.40	1.18	ปาน กลาง	3
	6.50%	16.70%	28.40%	27.30%	21.10%				

ตารางที่ 23 (ต่อ)

ผลกระทบจากการ เสพติดสมาร์ทโฟน ด้านผลการเรียน	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็น ด้วย	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	\bar{X}	SD	การ แปร ผล	ลำดับ
3. เมื่อใกล้สอบท่าน เลือกที่จะใช้งาน สมาร์ทโฟนมากกว่า อ่านหนังสือทบทวน ความรู้	25	37	127	89	63	3.38	1.12	ปาน กลาง	4
	7.30%	10.90%	37.20%	26.10%	18.50%				
4. ท่านรู้สึกไม่เข้าใจ ในบทเรียนที่อาจารย์ สอนเมื่อท่านแอบใช้ งานสมาร์ทโฟนใน ห้องเรียน	24	43	101	100	73	3.45	1.16	สูง	2
	7.00%	12.60%	29.60%	29.30%	21.40%				
รวม						3.47	0.92	สูง	

จากตารางที่ 23 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับความคิดเห็นต่อการเรียนในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.47, SD = 0.92$) โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ลำดับที่ 1 ท่านเคยใช้งานสมาร์ทโฟนระหว่างเรียน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.66, SD = 1.02$) ลำดับที่ 2 คือ ท่านรู้สึกไม่เข้าใจในบทเรียนที่อาจารย์สอนเมื่อท่านแอบใช้งานสมาร์ทโฟนในห้องเรียน มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.45, SD = 1.16$) ลำดับที่ 3 คือ เมื่อใกล้สอบท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าอ่านหนังสือทบทวนความรู้ มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.40, SD = 1.18$) ลำดับที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ เมื่อใกล้สอบท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าอ่านหนังสือทบทวนความรู้ มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.38, SD = 1.12$)

5. ความสัมพันธ์ในสังคม ประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 5 ข้อ ผลการวิเคราะห์ดัง
ตารางที่ 24

ตารางที่ 24 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านความสัมพันธ์ในสังคม

ผลกระทบจากการ เสพติดสมาร์ตโฟน ด้านความสัมพันธ์ใน สังคม	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ ใจ	เห็น ด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	\bar{X}	SD	การ	
								แปร ผล	ลำดับ
1. ท่านใช้งานสมาร์ต โฟนเมื่อขึ้นรถสาธารณะ	22 6.50%	30 8.80%	84 24.60%	114 33.40%	91 26.70%	3.65	1.15	สูง	1
2. ท่านใช้งานสมาร์ต โฟนในที่สาธารณะ ต่าง ๆ แม้ในขณะที่เดิน หรือ ชื้อของตามตลาด	35 10.30%	64 18.80%	98 28.70%	92 27.00%	52 15.20%	3.18	1.20	ปาน กลาง	4
3. ท่านเลือกที่จะใช้งาน สมาร์ตโฟนเพื่อคุยกับ เพื่อนมากกว่าออกไปทำ กิจกรรมร่วมกัน	15 4.40%	57 16.70%	115 33.70%	106 31.10%	48 14.10%	3.34	1.05	ปาน กลาง	2
4. ท่านเลือกใช้งาน สมาร์ตโฟนมากกว่า ออกไปทำกิจกรรมข้าง นอกกับคนในสังคม	20 5.90%	59 17.30%	115 33.70%	106 31.10%	41 12.00%	3.26	1.07	ปาน กลาง	3
5. ท่านใช้งานสมาร์ต โฟนในขณะที่ทำกิจกรรม ร่วมกันกับผู้อื่น เช่น กิจกรรมทางศาสนา	57 16.70%	75 22.00%	119 34.90%	61 17.90%	29 8.50%	2.79	1.17	ปาน กลาง	5
รวม						3.25	0.85	ปาน กลาง	

n = 341

จากตารางที่ 24 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์ในสังคมโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.25, SD = 0.85$) โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ลำดับที่ 1 ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนเมื่อขึ้นรถสาธารณะ มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.65, SD = 1.15$) ลำดับที่ 2 คือ ท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนเพื่อคุยกับเพื่อนมากกว่าออกไปทำกิจกรรมร่วมกัน มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.34, SD = 1.05$) ลำดับที่ 3 คือ ท่านเลือกใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าออกไปทำกิจกรรมข้างนอกกับคนในสังคม มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.26, SD = 1.07$) ลำดับที่ 4 คือ ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนในที่สาธารณะต่าง ๆ แม้ในขณะที่เดิน หรือ ซ้อมของตามตลาด มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.18, SD = 1.20$) ลำดับที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนในขณะที่ทำกิจกรรมร่วมกันกับผู้อื่น เช่น กิจกรรมทางศาสนา มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.79, SD = 1.17$)

ส่วนที่ 4 การวิเคราะห์ผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน

ในส่วนนี้เป็นผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสมาร์ทโฟน และผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน ในด้านต่างๆ ด้านอารมณ์แปรปรวน ด้านสุขภาพ ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านผลการเรียน ด้านความสัมพันธ์ในสังคม ผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 25

ตารางที่ 25 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสมาร์ทโฟน และผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน

ตัวแปร	AD	EM	HE	FA	ST	SO
AD	1					
EM	.667**	1				
HE	.481**	.489**	1			
FA	.620**	.596**	.552**	1		
ST	.570**	.556**	.462**	.604**	1	
SO	.625**	.569**	.519**	.689**	.637**	1

** หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 25 พบว่าการเสพติดสมาร์ทโฟนมีความสัมพันธ์กับตัวแปรต่างๆ

1. การเสพติดสมาร์ทโฟนมีความสัมพันธ์กับอารมณ์แปรปรวน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยมีความสัมพันธ์กันในระดับสูง ($r = 0.667$)
2. การเสพติดสมาร์ทโฟนมีความสัมพันธ์กับสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยมีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง ($r = 0.481$)
3. การเสพติดสมาร์ทโฟนมีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ.01 โดยมีความสัมพันธ์กันในระดับสูง ($r = 0.620$)
4. การเสพติดสมาร์ทโฟนมีความสัมพันธ์กับผลการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ.01 โดยมีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง ($r = 0.570$)
5. การเสพติดสมาร์ทโฟนมีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 โดยมีความสัมพันธ์กันในระดับสูง ($r = 0.625$)

ส่วนที่ 5 สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

จากการวิเคราะห์โดยใช้สถิติวิเคราะห์เชิงพรรณนา เพื่อวัดระดับค่าการเสพติดสมาร์ทโฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พร้อมทั้งได้ทำการตรวจสอบความถูกต้องของระดับค่าการเสพติดสมาร์ทโฟนด้วยสถิติ One sample t-Test และได้ใช้สถิติค่าประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's correlation) นำมาทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสมาร์ทโฟน กับผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน ผลการทดสอบมีรายละเอียดดังนี้

สมมติฐานที่ 1 นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมีการเสพติดสมาร์ทโฟนอยู่ในระดับสูง

ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมีการเสพติดสมาร์ทโฟนอยู่ในระดับสูงซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ 2 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับอารมณ์แปรปรวนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับอารมณ์แปรปรวนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ 3 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ 4 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัว
ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ใน
ครอบครัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ 5 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนของนักเรียน
ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนของนักเรียน
ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ 6 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในสังคมของ
นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในสังคม
ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 26 ผลการทดสอบสมมติฐานการศึกษาผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน

สมมติฐานการวิจัย	ผลการทดสอบ สมมติฐาน
สมมติฐานที่ 1 นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมีการเสพติด สมาร์ทโฟนอยู่ในระดับสูง	เป็นไปตามสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 2 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับอารมณ์ แปรปรวนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	เป็นไปตามสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 3 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับสุขภาพของ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	เป็นไปตามสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 4 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ ในครอบครัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	เป็นไปตามสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 5 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับผลการเรียน ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	เป็นไปตามสมมติฐาน
สมมติฐานที่ 6 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ ในสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย	เป็นไปตามสมมติฐาน

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การศึกษาผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟนเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาการเสพติดสมาร์ตโฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 2. ศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายและ 3. เสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาการเสพติดสมาร์ตโฟน ของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตามด้วยสถิติสหสัมพันธ์

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง การศึกษาผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ตโฟน สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามจากการวิเคราะห์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 16 ปี อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีเกรดเฉลี่ยอยู่ที่เกรด 3 พักอาศัยอยู่ที่บ้านของผู้ปกครองโดยอาศัยอยู่กับพ่อแม่ มีพี่น้องในครอบครัวโดยเฉลี่ยจำนวน 2 คน กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีสมาร์ตโฟน มีสมาร์ตโฟนเครื่องแรกกันในช่วงระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นเป็นส่วนใหญ่ และมักจะใช้งานสมาร์ตโฟนเฉลี่ยวันละ 8 ชั่วโมง

2. คุณลักษณะของตัวแปรการเสพติดสมาร์ตโฟนผลการศึกษาพบว่าการเสพติดสมาร์ตโฟนมีค่าคะแนนเฉลี่ยโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง

3. คุณลักษณะของตัวแปรตาม ซึ่งมีทั้งหมด 5 ด้าน คือ ด้านอารมณ์แปรปรวน ด้านสุขภาพ ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านผลการเรียน และด้านความสัมพันธ์ในสังคม รายละเอียดมีดังนี้

3.1 ด้านอารมณ์แปรปรวน

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอาการแปรปรวน โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ลำดับที่ 1 ท่านหงุดหงิดเวลาที่ลืมสมาร์ตโฟน หรือไม่มีสมาร์ตโฟนใช้งาน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ลำดับที่ 2 คือ เมื่อสมาร์ตโฟนของท่านไม่มีสัญญาณหรือแบตเตอรี่หมดท่านจะรู้สึกกังวล โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 3 คือ ท่านรู้สึกไม่พอใจเมื่อถูกผู้อื่นบ่นเรื่องการใช้งานสมาร์ตโฟน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง และข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ ท่านหงุดหงิดเมื่อถูกห้ามไม่ให้ใช้สมาร์ตโฟน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง

3.2 ด้านสุขภาพ

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีปัญหาสุขภาพ โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 1 ท่านพักผ่อนน้อยลงจากการเล่นสมาร์ตโฟน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 2 คือ ท่านมีอาการปวดบริเวณคอบ่าไหล่เมื่อใช้งานสมาร์ตโฟนเป็นเวลานาน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง และข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ ท่านเคยปวดนิ้วมือใช้งานสมาร์ตโฟนเป็นเวลานาน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง

3.3 ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ไม่ดี โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 1 เมื่อกลับจากโรงเรียนท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ตโฟนมากกว่าทำกิจกรรมกับครอบครัว โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 2 คือ เมื่อตื่นนอนท่านใช้งานสมาร์ตโฟนนานกว่าการคุยกับคนในครอบครัว โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 3 คือ คนในครอบครัวของท่านพูดคุยกันน้อยลงหลังจากที่ทุกคนใช้งานสมาร์ตโฟน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 4 คือ เวลารับประทานอาหารกับครอบครัวท่านเลือกหยิบสมาร์ตโฟนขึ้นมาใช้งานเวลาที่รออาหารเป็นเวลานาน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง และข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ ท่านรู้สึกว่าการใช้งานสมาร์ตโฟนมีความสุขกว่าการพูดคุยกับคนในครอบครัว โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง

3.4 ด้านผลการเรียน

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีผลการเรียนที่ไม่ดี โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 1 ท่านเคยใช้งานสมาร์ตโฟนระหว่างเรียน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 2 คือ ท่านรู้สึกไม่เข้าใจใน

บทเรียนที่อาจารย์สอนเมื่อท่านแอบใช้งานสมาร์ทโฟนในห้องเรียน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 3 คือ เมื่อมีสัญญาณแจ้งเตือนดังท่านหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาตรวจสอบ แม้จะอยู่ในระหว่างเรียนก็ตาม โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง และข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ เมื่อใกล้สอบท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าอ่านหนังสือทบทวนความรู้ โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง

3.5 ด้านความสัมพันธ์ในสังคม

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์ในสังคมที่ไม่ดี โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีรายละเอียดตามลำดับดังนี้ คือ ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับที่ 1 ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนเมื่อขึ้นรถสาธารณะ โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ลำดับที่ 2 คือ ท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนเพื่อคุยกับเพื่อนมากกว่าออกไปทำกิจกรรมร่วมกัน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ลำดับที่ 3 คือ ท่านเลือกใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าออกไปทำกิจกรรมข้างนอกกับคนในสังคม โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ลำดับที่ 4 คือ ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนในที่สาธารณะต่าง ๆ แม้ในขณะที่เดิน หรือ ซ้อมของตามตลาด โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง และข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยลำดับสุดท้าย คือ ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนในขณะที่ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น เช่น กิจกรรมทางศาสนา โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง

4. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเสพติดสมาร์ทโฟนกับผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน ทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์แปรปรวน ด้านสุขภาพ ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านผลการเรียน และด้านความสัมพันธ์ในสังคม มีรายละเอียด ดังนี้

4.1 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับอารมณ์แปรปรวนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

4.2 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

4.3 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

4.4 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

4.5 การเสพติดสมาร์ทโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

อภิปรายผล

สมมติฐานที่ 1 นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมีการเสพติดสมาร์ตโฟนอยู่ในระดับสูง

ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตภาคตะวันออกเฉียงของประเทศไทยมีการเสพติดสมาร์ตโฟนอยู่ในระดับสูง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Baron (2010), Hyun-Seok, Hyun-Kyung and Jeong-Cheol (2012), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Mok and other (2014), Park and Lee (2014), Al-Barashdi, Bouazza and Jabur (2015), และ Ben-Yehuda, Greenberg and Weinstein (2016) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่พวกเขาได้ศึกษามีการเสพติดสมาร์ตโฟนอยู่ในระดับสูง

สมมติฐานที่ 2 การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับอารมณ์แปรปรวนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับอารมณ์แปรปรวนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตภาคตะวันออกเฉียงของประเทศไทย โดยสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Ravichandran (2009), Hyun-Seok, Hyun-Kyung and Jeong-Cheol (2012), Sarwar (2013), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Al-Harrasi and Al-Badi (2014), Mok and other (2014), Park and Lee (2014), Park and Park (2014) Park, Hyun, Kim and Lee (2014), Derakhshani and Shirazi (2015), Park and other (2015), ปัทิตตา ทองเจือพงษ์ (2559), และ Gowthami and Kumar (2016) ที่ผลการศึกษาพบว่าการเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้อารมณ์แปรปรวน

สมมติฐานที่ 3 การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนมีความสัมพันธ์เชิงลบกับสุขภาพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตภาคตะวันออกเฉียงของประเทศไทย โดยสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Al-Harrasi and Al-Badi (2014) ที่พบว่าการเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้ส่งผลกระทบต่ออาการออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร และการพักผ่อนทำให้มีปัญหาสุขภาพ อีกทั้งยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Jones (2014), และ Mok and other (2014) ที่พบว่าการเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้เกิดโรคเครียด อีกทั้งยังเสี่ยงต่อการเป็นโรคประสาทอีกด้วย และยังคงสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Ravichandran (2009), Sarwar (2013), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Park and Park (2014), Park, Hyun, Kim and Lee (2014), Abu-Shanab and Haddad (2015), Park and other (2015), ปัทิตตา ทองเจือพงษ์ (2559), และ Ben-Yehuda, Greenberg and Weinstein (2016) ที่พบว่าการเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้สุขภาพแย่ลง

สมมติฐานที่ 4 การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความสัมพันธ์ในครอบครัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย โดยสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Ravichandran (2009), Baron (2010), Sarwar (2013), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Jones (2014), Park, Hyun, Kim and Lee (2014), Abu-Shanab and Haddad (2015), Derakhshani and Shirazi (2015), Jeong and Lee (2015), และ Gowthami and Kumar (2016) ที่ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวแย่ลง

สมมติฐานที่ 5 การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนมีความสัมพันธ์เชิงลบกับผลการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย โดยสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Hyun-Seok, Hyun-Kyung and Jeong-Cheol (2012), Sarwar (2013), Mok and other (2014), Park and Park (2014), Park, Hyun, Kim and Lee (2014), Abu-Shanab and Haddad (2015), Al-Barashdi, Bouazza and Jabur (2015), Jeong and Lee (2015), Lee and Cho (2015), Sundari (2015), และ Gowthami and Kumar (2016) ที่ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้ผลการเรียนแย่ลง

สมมติฐานที่ 6 การเสพติดสมาร์ตโฟน มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความสัมพันธ์ในสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย โดยสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Baron (2010), Hyun-Seok, Hyun-Kyung and Jeong-Cheol (2012), พิชญ์ เพชรคำ (2557), Park and Lee (2014), Derakhshani and Shirazi (2015), Jeong and Lee (2015), ปัทิตตา ทองเจือพงษ์ (2559), Gowthami and Kumar (2016) ที่ผลการศึกษาพบว่า การเสพติดสมาร์ตโฟนทำให้ความสัมพันธ์ในสังคมแย่ลง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ผู้ปกครองควรที่จะศึกษาถึงผลเสียของการเสพติดสมาร์ทโฟน เพื่อที่จะได้อธิบายให้เด็กเข้าใจได้ว่าการเสพติดสมาร์ทโฟนมีอาการอย่างไร และมีผลกระทบอย่างไร เพื่อให้เด็กระมัดระวังตัวเองมากขึ้นซึ่งผู้ปกครองควรเอาใจใส่ ให้เวลา และแสดงความรักกับเด็กให้มากขึ้น และปรับบุคลิกของตนเองให้เป็นตัวอย่างให้เด็กเห็นว่าสมาร์ทโฟนไม่จำเป็นที่จะต้องใช้งานตลอดเวลา เพื่อที่จะทำให้เด็กมีอาการเสพติดสมาร์ทโฟนลดน้อยลง

2. หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น โรงเรียน ควรสร้างมาตรการป้องกันการใช้งานสมาร์ทโฟนที่มากเกินไปของเด็กนักเรียนควรจะมีการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่แล้วแต่ความสนใจของนักเรียนในช่วงเวลาพักให้มากขึ้นในโรงเรียนเพื่อให้นักเรียนได้ใช้เวลาไปกับกิจกรรมที่สร้างสรรค์มากขึ้น เช่นการ จัดตลาดนัดนักเรียน การสอนดนตรีนอกเวลา การสอนวาดภาพ การจัดกิจกรรมสันทนาการ การจัดตั้งกิจกรรมชมรมต่าง ๆ เป็นต้น เพื่อให้นักเรียนผ่อนคลายจากการเรียนในโรงเรียน อีกทั้งยังได้ประโยชน์กับนักเรียนอีกด้วย ในขณะที่เรียนหนังสือในห้องเรียน ควรที่จะมีมาตรการที่เข้มงวด หากนักเรียนหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาใช้งานควรจะยึดสมาร์ทโฟนเอาไว้จนกว่าจะจบคาบเรียน และมีการจดบันทึกชื่อไว้หากมีการหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาใช้งาน 5 ครั้งขึ้นไปทางโรงเรียนควรเรียกผู้ปกครองมาพูดคุยถึงปัญหานี้เพื่อหาวิธีแก้ปัญหา และหากนักเรียนจำเป็นที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนจริง ๆ สามารถให้นักเรียนขออนุญาตใช้สมาร์ทโฟนและบอกถึงเหตุผลที่จำเป็นจะต้องใช้สมาร์ทโฟนกับอาจารย์ผู้สอนได้ เพื่อไม่ให้เด็กติดอันจนต้องแอบใช้งานสมาร์ทโฟนในระหว่างเรียน

3. สื่อบันเทิงต่าง ๆ ควรมีการนำเสนอถึงผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน ทั้ง ภาพยนตร์ การ์ตูน หนังสือ เกมส์ และละครทีวี เพื่อให้ผู้ปกครอง และเด็กนักเรียนรู้ถึงผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน เพื่อให้นักเรียน หรือบุคคลธรรมดาทั่วไป ได้ตระหนักถึงปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากการใช้งานสมาร์ทโฟนมากเกินไป ซึ่งเด็กนักเรียนมักจะเสพติดประเภทบันเทิงมากกว่าข่าวสาร ทำให้สื่อประเภทบันเทิงสามารถเข้าถึง และใช้เพื่อยั่วเตือนเด็กให้เห็นถึงผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน ได้ดีกว่าพ่อแม่ ผู้ปกครอง และ โรงเรียน

ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

1. ควรศึกษาเกี่ยวกับผลกระทบจากการเสพติดสมาร์ทโฟน ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตพื้นที่อื่นๆ แล้วนำผลการศึกษาวิจัยที่ได้มาเปรียบเทียบ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์แบบ ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น และนำไปเป็นแนวทางในการชี้ให้เห็นถึงปัญหาที่เกิดจากการเสพติดสมาร์ทโฟน

2. การศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เพราะสามารถเก็บข้อมูลเชิงลึกได้ เช่น การสัมภาษณ์ เพื่อจะได้ทราบข้อมูลเชิงลึกสามารถอธิบายสาเหตุด้านต่าง ๆ และข้อเท็จจริงได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

3. การศึกษาปัจจัยด้านอื่น ๆ ที่อาจมีความสัมพันธ์กับผลกระทบของการเสพติดสมาร์ตโฟน ของนักเรียน เช่นปัจจัยที่ทำให้เกิดการเสพติดสมาร์ตโฟน เป็นต้น

บรรณานุกรม

- กัลยา วาณิชย์บัญชา. (2545). *การใช้ SPSS for Window ในการวิเคราะห์ข้อมูล* (พิมพ์ครั้งที่ 6).
ภาควิชาสถิติ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
เกษตรชัย และหิม. (2550). องค์ประกอบในการพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน
โรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้. *วารสาร
สงขลานครินทร์ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*, 13(3), 436-453.
- จินตนา สุจางานันท์. (2554). *การศึกษาตลอดชีวิตและการพัฒนาชุมชน*. กรุงเทพฯ:
โรงพิมพ์ไอ.เอส.พรินติ้งเฮาส์.
- จิราพร ชมพิกุล และคณะ. (2552). *สัมพันธภาพในครอบครัวไทย*. กรุงเทพฯ: สถาบันพัฒนา
การสาธารณสุขอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล, สำนักงานกิจการสตรีและ
สถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- จุฬาลักษณ์ ประจจะเนย์. (2557). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารภายในครอบครัวรูปแบบ
การดำเนินชีวิตรูปแบบความผูกพันภายในครอบครัว กับพฤติกรรมการใช้เครือข่าย
สังคมออนไลน์และการติคเกมของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร*.
วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชานิเทศศาสตร์, คณะนิเทศศาสตร์,
มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- เจนจิรา สงรัตน์. (2557). *อิทธิพลการหวาดกลัวสังคม การยอมรับนับถือตนเอง อาการโฟโมที่มีต่อ
การเสพติดสมาร์ตโฟน*. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, สาขาวิชาบริหารธุรกิจ,
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ไชยรัตน์ บุตรพรหม. (2545). *ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการติคอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่นในเขต
กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์สังคมวิทยามหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมวิทยา,
คณะรัฐศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชวาล แพรัตกุล. (2517). *เทคนิคการเขียนข้อสอบ*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- ฐานันตร์ ปิยะศิริศิลป์. (2550). *โรคอารมณ์แปรปรวน โรคแมเนีย-ซึมเศร้า*, เข้าถึงได้จาก:
http://elib.fda.moph.go.th/library/default.asp?page2=subdetail&id_L1=27&id
- ทัศนาว ติมพะสุต. (2543). *แบบแผนการอบรมเลี้ยงดูบุตรและสัมพันธภาพในครอบครัว*.
วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา,
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- ธวัชชัย ศุภดิษฐ์. (2556). *ปัจจัยที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ของการเรียนในระดับปริญญาโทของสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ปีการศึกษา 2554*. กรุงเทพฯ: งานวิจัยพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2543). *การวิจัยเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- บัญญัติ เกิดนิยม. (2558). *สมาร์ทโฟนพลิกโลก! เผยมนุษย์สร้าง 'สังคมเครือข่าย' ใช้ชีวิตติดไซเบอร์*. เข้าถึงได้จาก <http://www.thairath.co.th/content/476412>.
- ปกรณ์ มณีปกรณ์. (2555). *ทฤษฎีอาชญาวิทยา (Criminological theory)*. กรุงเทพฯ: เวลด์เทรค ประเทศไทย.
- ปัทมिता ทองเจือพงษ์. (2559). *ปัจจัยและผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟนต่อประสิทธิภาพการทำงาน โรคกลัวไม่มีสมาร์ทโฟนใช้. วารสารระบบสารสนเทศด้านธุรกิจ (JISB), 2(3), 43.*
- ประภัสสร วงษ์ศรี. (2541). *การรับรู้อัตสมรรถนะ ความภาคภูมิใจในตนเองกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.*
- ปยุตดา สายยศ. (2557). *การใช้สัญลักษณ์ภาพแทนร่างกายในงานศิลปะกรรมของพินรี สัมพันธ์พิทักษ์ และวัชรพร อยู่ดี. วิทยานิพนธ์ศิลปมหาบัณฑิต, สาขาวิชาทฤษฎีศิลป์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศิลปากร.*
- ผกามาศ นันทจิรววัฒน์. (2554). *การศึกษาและพัฒนาการปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัวอย่างประสบความสำเร็จด้วยการให้คำปรึกษาครอบครัวโดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน. คุยฉินิพนธ์การศึกษาคุษฉินิบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550. (19 มีนาคม). *ราชกิจจานุเบกษา*. หน้า 18.
- พระมหาญาณวัฒน์ ฐิตวฑฒโน. (2557). *การวิเคราะห์แนวคิดทางการศึกษาของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). คุยฉินิพนธ์พุทธศาสตรคุยฉินิบัณฑิต, สาขาวิชาพุทธบริหารการศึกษา, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.*
- พิชญ์ เพชรคำ. (2557). *พฤติกรรมการใช้โทรศัพท์สมาร์ทโฟนของวัยรุ่นไทยที่มีผลกระทบด้านลบต่อตนเองและสังคม. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยศรีปทุม.*
- ไพศาล หวังวานิช. (2526). *การวัดผลการศึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

- มณฑารัตน์ ชูพินิจ. (2540). *องค์ประกอบในการพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาปริญญาตรีสถาบันราชภัฏนครศรีธรรมราช*. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ยศ สันตสมบัติ. (2542). *พรอยต์และการพัฒนาการของจิตวิเคราะห์ : จากความฝันสู่ทฤษฎีสังคม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2545). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญพัฒน์.
- รัศมี สาโรจน์. (2547). *การจำแนกกลุ่มการเสพติดอินเทอร์เน็ตของนักศึกษาปริญญาตรีมหาวิทยาลัยขอนแก่น*. รายงานการศึกษาอิสระวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาสถิติประยุกต์, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วิทยา นาควัชระ. (2557). *กลุ่มอาการใหม่ของสังคมกลายเป็นคนไม่สำคัญ*. เข้าถึงได้จาก: <http://www.thaihealth.or.th/Content/24980>.
- วริศนันท์ จิตสุขปลื้ม. (2557). *สังคมก้มหน้า*. ศิลปนิพนธ์ศิลปบัณฑิต, สาขาวิชาทัศนศิลป์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- วัลภา สบายยิ่ง. (2559). *เอกสารการสอนชุดวิชาจิตวิทยาเพื่อการดำรงชีวิต*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- วิไลลักษณ์ บุญยัง, วงศ์ธีรา สุวรรณิน และบุญเรือง ศรีเหรียญ. (2558). ปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อสมาร์ตโฟนในเขตกรุงเทพมหานคร. *วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์*, 5(1), 1-4.
- วิไลลักษณ์ ทองคำบรรจง และคณะ. (2554). ปัจจัยเชิงเหตุและผลของพฤติกรรมติดอินเทอร์เน็ตของนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*, 17(2), 103-119.
- ไวพจน์ กุลาชัย. (2552). *การเมืองในองค์กรและทัศนคติของข้าราชการตำรวจเกี่ยวกับประสิทธิผลขององค์กร*. คุษณินิพนธ์ปริญญาคุษณิปบัณฑิต, สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ศิริกุล อิศรานุรักษ์. (2542). *หลักการวางแผนงานอนามัยครอบครัว*. กรุงเทพฯ: เจริญดีการพิมพ์.
- ศิริรัตน์ แอดสกุล. (2559). *ความรู้เบื้องต้นทางสังคมวิทยา* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2541). *ทฤษฎีจิตวิทยานุคลิกภาพ* (พิมพ์ครั้งที่ 15). กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.

- คิวโรจน์ สายแวง. (2556). *Marketeer Academy FOMO* กัยร้ายของคนกลัวตก Trend. เข้าถึงได้จาก: <http://marketeer.co.th/archives/7293>.
- ศราวุธ เพ็ชรซึก. (2553). *ปัจจัยทางครอบครัวที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น: ศึกษากรณีโรงเรียนมีนประสาธวิทยาคมมีนบุรี กรุงเทพมหานคร. ภาคนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพัฒนาศึกษา, คณะพัฒนาศึกษาและสิ่งแวดล้อม, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.*
- สัมฤทธิ์ ยศสมศักดิ์. (2549). *รัฐประศาสนศาสตร์แนวคิดและทฤษฎี*. กรุงเทพฯ: ธรรมการพิมพ์.
- สุชาติ พลาชัยภรณ์ศิลป์. (2554). *แนวโน้มการใช้โมบายแอปพลิเคชัน*. *วารสารนักบริหารมหาวิทยาลัยกรุงเทพ*, 31(4), 110-115.
- สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์. (2546). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: เพื่อฟ้าพรินต์.
- สุชาติ สุภาพ. (2549). *วิวัฒนาการของการสื่อสารและเทคโนโลยี*. *วารสาร Newsletter Science*, 3(1), 18-20.
- สุพัชรี หนูใหญ่. (2544). *ความสัมพันธ์ในครอบครัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ศึกษา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.*
- สุพัตรา สุภาพ. (2541). *ปัญหาสังคม*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กลุ่มสารสนเทศ สำนักงานนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน. ข้อมูลพื้นฐาน โรงเรียน สังกัด สพม. เขต 6 (ฉะเชิงเทรา-สมุทรปราการ). เข้าถึงได้จาก http://data.bopp-obec.info/emis/school.php?Area_CODE=101706.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กลุ่มสารสนเทศ สำนักงานนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน. ข้อมูลพื้นฐาน โรงเรียน สังกัด สพม. เขต 17 (จันทบุรี-ตราด). เข้าถึงได้จาก http://data.boppobec.info/emis/school.php?Area_CODE=101717.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กลุ่มสารสนเทศ สำนักงานนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน. ข้อมูลพื้นฐาน โรงเรียน สังกัด สพม. เขต 18 (ชลบุรี-ระยอง). เข้าถึงได้จาก http://data.bopp-obec.info/emis/school.php?Area_CODE=101718.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2559). *สรุปผลที่สำคัญ สำรวจการมีกรใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2559*. เข้าถึงได้จาก <http://service.nso.go.th/nso/web/survey/surtec5-1-3.html>.

- อมราวดี ฌ อุบล. (2544). *สุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่นที่มีลักษณะครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู และสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- อรรวรรณ วงศ์แก้วโพธิ์ทอง. (2556). *การเสพติดอินเทอร์เน็ตของชุมชนชาวออนไลน์*. เข้าถึงได้จาก: http://www.bu.ac.th/knowledgecenter/executive_journal/july/aw6.pdf
- อัญมณี สมตัว. (2554). *การศึกษาสัมพันธภาพในครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กับการอบรมสั่งสอน ลูกเรื่องเพศและการคบเพื่อนต่างเพศ: ศึกษาเฉพาะครอบครัวของนักเรียนหญิงบางละมุง จังหวัดชลบุรี*. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาสังคมสงเคราะห์, มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.
- อิบราเฮ็ม ณรงค์รักษาเขต. (2546). *ญาณวิทยาในอิสลาม*. วารสารวิทยาลัยอิสลามศึกษา, 2(1), เข้าถึงได้จาก: <http://www.cis.psu.ac.th/fathoni/cis/ibra.html>.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2544). *จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว* (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชั้นใต้การพิมพ์.
- Abu-Shanab, E., & Haddad, E. (2015). The influence of smartphones on human health and behavior: Jordanians' perceptions. *International Journal of Computer Networks and Applications*, 2(2), 52-56.
- Al-Barashdi, H., Bouazza, A., & Jabur, N. (2015). *Smartphone addiction among university undergraduates: A literature review*. Oman: Department of Information Studies, Sultan Qaboos University.
- Al-Harrasi, A, S, & Al-Badi, A, H. (2014). The impact of social networking: A study of the influence of smartphones on college students. *Contemporary Issues in Education Research-second quarter*, 7(2), 129-136.
- Al-Orainy, A. (2003). *Recent Research on Mobile Phones Effects*. Proceedings of the International Conference on Non-Ionizing Radiation at UNITEN (ICNIR 2003).
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Baron, N. S. (2010). *The dark side of mobile phones*. Washington DC: Department of Language and Foreign Studies, American University.

- Ben-Yehuda, L., Greenberg, L., & Weinstein, A. (2016). Internet addiction by using the smartphone-relationships between internet addiction, frequency of smartphone use and the state of mind of male and female students. *Journal of Reward Deficiency Syndrome and Addiction Science*, 2(1), 22-27.
- Bianchi, A., & Phillips, J. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyberpsychology & Behavior*, 8, 39-51
- Bragazzi, N. L., & Puente, G. D. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 14(7), 155-160.
- Christine, B., & Dietmar, F. (2010). *Social relationships and trust*. Social science research center berlin (WZB). Berlin: Berlin DIW Berlin & Humboldt University of Berlin.
- Derakhshani, N., & Shirazi, M. (2015). The role of smartphone addiction in emotional regulation of boys' high school students in Chabahar city. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences ISSN*, 5(3), 1105-1108.
- Gowthami, S., & VenkataKrishnaKumar, S. (2016). Impact of Smartphone: A pilot study on positive and negative effects. *International Journal of Scientific Engineering and Applied Science (IJSEAS)*, 2(3), 473-478.
- Hergenhahn, B. R., & Olson Matthew, H. (2001). *An introduction to theories of learning*. (6th ed.). New Jersey: Prentice Hall.
- Hyun-Seok, C., Hyun-Kyung, L., & Jeong-Cheol, H. (2012). The influence of smartphone addiction on mental health, campus life and personal relations-Focusing on K university students. *Journal of the Korean Data & Information Science Society*, 23(5), 1005-1015.
- International data corporation. (2016). *Apple, Huawei, and Xiaomi finish 2015 with above average year-over-year growth, as worldwide smartphone shipments surpass 1.4 billion for the year, according to IDC*. Retrieved from <http://www.idc.com/getdoc.jsp?containerId=prUS40980416>.
- Ivan, P. P. (1926). *Conditioned reflexes an investigation of the physiological activity of the cerebral cortex*. translated by, Anrep, G, V. Oxford: Oxford University Press.
- Jeong, H., & Lee, Y. (2015). Smartphone addiction and empathy among nursing students. *Advanced Science and Technology Letters*, 88(47), 224-228.

- Jones, T. (2014). Students' cell phone addiction and their opinions. *The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications*, 5(1), 74-80.
- Krejcie, R.V. & Morgan, D.W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607 – 610.
- Kwon, M., Kim, D., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *Plosone*, 8(12), 2.
- Lee, J., & Cho, B. (2015). *Effects of self-control and school adjustment on smartphone addiction among elementary school students*. Seoul: Educational technology, College of Education Ewha Womans University.
- Mok, J. Y., et al. (2014). Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 10, 817-828.
- Nick, H. (1994). Categories of social relationship. *New School for Social Research*, 65(5), 59-90.
- Park, C. J., Hyun, J. S., Kim, Y. K., & Lee, K. E. (2014). *Impact of personal time-related factors on smartphone addiction of female high school students*. Proceedings of the World Congress on engineering and computer science. Retrieved from http://www.iaeng.org/publication/WCECS2014/WCECS2014_pp311-315.pdf.
- Park, C., & Park, Y. (2013). The conceptual model on smart phone addiction among early childhood. *International Journal of Social Science and Humanity*, 4(2), 147-150.
- Park, J. et al. (2015). The effects of heavy smartphone use on the cervical angle, pain threshold of neck muscles and depression. *Advanced Science and Technology Letters*, 91(3), 12-17.
- Park, N., & Lee, H. (2014). Nature of youth smartphone addiction in korea. *Media Information Research of Seoul National University*, 51(1), 100-132.
- Pender, N. J., Murdaugh, C. L., & Parsons, M. A. (2011). *Health promotion in nursing practice*. (4th ed.). New Jersey: Pearson Education.
- Ravichandran, S. V. (2009). *Mobile phones and teenagers: Impact, Consequences and Concerns-Parents/Caregivers Perspectives*. Thesis of Masters of Computing, Unitec Institute of Technology, New Zealand.

- Sawar, M. (2013). Impact of Smartphone's on Society. *European Journal of Scientific Research*, 98(2), 216-226.
- Sheldon, C. (2004). *Social Relationships and health*. American psychologist of Carnegie mellon University.
- Shiraishi, Y., Ishikawa, D., Sano, S., & Sakurai, K. (2011). *Smartphone trend and evolution in japan*. Impress R&D joint survey conducted.
- Sundari, T. (2015). Effects of mobile phone use on academic performance of college going young adults in india. *International Journal of Applied Research 2015*, 1(9), 898-905.
- Watson, J. B., & Rayner, R. (1920). Conditioned emotional reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3, 1-14.
- World Health Organization. (1998). *World Health Day Safe Motherhood: Prevent Unwanted Pregnancy*. Geneva: WHO.
- Young, K. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder, *Cyberpsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสอบถาม

เรื่อง การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยเรื่องการศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาระดับปริญญาโท คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ สาขาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม

ผู้วิจัยใคร่ขอความกรุณาจากทุกท่านในการตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริงและแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ คำตอบเหล่านี้ไม่มีถูกผิด และผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับไม่มีการเปิดเผยว่าใครเป็นผู้ให้ข้อมูล การเปิดเผยข้อมูลใด ๆ จะนำไปเพื่อประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น และผู้วิจัยใคร่ขอขอบคุณในความอนุเคราะห์ของท่านเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ส่วนที่ 1: ข้อมูลทั่วไป

โปรดเติมเครื่องหมาย ตามความเป็นจริงลงในช่องที่กำหนด หรือเติมข้อความตามความเป็นจริงในช่องว่างตามคำถามแต่ละข้อ

1. เพศ ชาย หญิง
2. อายุ ปี (นับวันที่ตอบแบบสอบถาม)
3. ระดับชั้นที่ศึกษา มัธยมศึกษาปีที่ 4 มัธยมศึกษาปีที่ 5 มัธยมศึกษาปีที่ 6
4. เกรดเฉลี่ยที่ได้ล่าสุด.....
5. ปัจจุบันท่านพักอาศัยอยู่ที่ บ้านผู้ปกครอง หอพัก บ้านเช่า
6. บุคคลที่ท่านพักอาศัยด้วย พ่อแม่ ญาติ เพื่อน พักคนเดียว
7. ท่านมีพี่น้องจำนวน.....คน
8. ท่านมีสมาร์ทโฟนหรือไม่ มี ไม่มี
9. ท่านมีสมาร์ทโฟนเครื่องแรกตอน ประถม มัธยมต้น มัธยมปลาย
10. ท่านเคยใช้งานสมาร์ทโฟนติดต่อกันนานที่สุดเป็นเวลา.....ชั่วโมง

ส่วนที่ 2: การใช้งานสมาร์ทโฟน

โปรดเติมเครื่องหมาย ✓ ตามความเป็นจริงลงในช่องที่กำหนด

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11. ท่านต้องมีสมาร์ทโฟนติดตัวตลอดเวลา					
12. ท่านบอกเล่าถึงกิจกรรมที่กำลังทำอยู่ผ่านทางสังคมออนไลน์ เช่น เฟสบุ๊ก ไลน์ อินสตราแกรม ทวิตเตอร์ อย่างสม่ำเสมอ					
13. ท่านใช้สมาร์ทโฟนเพื่อติดตามข่าวสาร หรือ ข้อมูลต่าง ๆ ของบุคคลที่คุณสนใจอย่างสม่ำเสมอ					
14. ท่านหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาเพื่อเช็กการติดต่อกับเพื่อนของคุณตลอดเวลา					
15. ท่านถ่ายรูปอาหารก่อนรับประทาน เพื่อส่งต่อให้โลกออนไลน์ได้ดู					
16. ท่านใช้สมาร์ทโฟนเพื่อช่วยคลายความเหงา เบื่อ หรือผ่อนคลายจากความทุกข์ได้					
17. ท่านรู้สึกเพลิดเพลินเมื่อได้ใช้งานสมาร์ทโฟน					
18. ท่านชอบหยิบสมาร์ทโฟนมาเล่นมากกว่าทำกิจกรรมอื่นที่มีประโยชน์					
19. ท่านชอบหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาดู แม้ว่าไม่ได้มีสายเรียกเข้าก็ตาม					
20. ท่านเปลืองเวลากับสมาร์ทโฟนนานกว่าที่ตั้งใจไว้					
21. ท่านหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาดูเป็นครั้งแรกเมื่อตื่นนอน					
22. ท่านคิดสมาร์ทโฟนไปเข้าห้องน้ำด้วยเสมอ					
23. ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนก่อนที่จะเข้านอน					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
24. ท่านต้องลองใช้งานแอปพลิเคชันใหม่ ๆ ที่เป็นกระแสในสังคม					
25. ในขณะที่อยู่บนยานพาหนะท่านมักจะนำสมาร์ตโฟนขึ้นมาใช้งานอยู่เป็นประจำ					

ส่วนที่ 3: ผลกระทบจากการใช้งาน

โปรดเติมเครื่องหมาย ✓ ตามความเป็นจริงลงในช่องที่กำหนด

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านอารมณ์					
26. ท่านรู้สึกไม่พอใจเมื่อถูกผู้อื่นบ่นเรื่องการใช้งานสมาร์ตโฟน					
27. ท่านหงุดหงิดเมื่อถูกห้ามไม่ให้ใช้สมาร์ตโฟน					
28. เมื่อสมาร์ตโฟนของท่านไม่มีสัญญาณหรือแบตเตอรี่หมด ท่านจะรู้สึกกังวล					
29. ท่านหงุดหงิดเวลาที่ลืมสมาร์ตโฟน หรือไม่มีสมาร์ตโฟนใช้งาน					
ด้านสุขภาพ					
30. ท่านเคยปวดนิ้วเมื่อใช้งานสมาร์ตโฟนเป็นเวลานาน					
31. ท่านมีอาการปวดบริเวณคอบ้างไหล่เมื่อใช้งานสมาร์ตโฟนเป็นเวลานาน					
32. ท่านพักผ่อนน้อยลงจากการเล่นสมาร์ตโฟน					

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว					
33. เมื่อตื่นนอนท่านใช้งานสมาร์ทโฟนนานกว่าการคุยกับคนในครอบครัว					
34. เวลารับประทานอาหารกับครอบครัวท่านเลือกหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาใช้งานเวลาที่รออาหาร					
35. เมื่อกลับจากโรงเรียนท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าทำกิจกรรมกับครอบครัว					
36. คนในครอบครัวของท่านพูดคุยกันน้อยลงหลังจากที่ทุกคนใช้งานสมาร์ทโฟน					
37. ท่านรู้สึกว่าการใช้งานสมาร์ทโฟนมีความสุขกว่าการพูดคุยกับคนในครอบครัว					
ด้านการเรียน					
38. ท่านเคยใช้งานสมาร์ทโฟนระหว่างเรียน					
39. เมื่อมีสัญญาณแจ้งเตือนดังท่านหยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมาตรวจสอบแม้จะอยู่ในระหว่างเรียนก็ตาม					
40. เมื่อใกล้สอบท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าอ่านหนังสือทบทวนความรู้					
41. ท่านรู้สึกไม่เข้าใจในบทเรียนที่อาจารย์สอนเมื่อท่านแอบใช้งานสมาร์ทโฟนในห้องเรียน					
ด้านความสัมพันธ์ในสังคม					
42. ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนเมื่อขึ้นรถสาธารณะ					
43. ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนในที่สาธารณะต่าง ๆ แม้ในขณะที่เดิน หรือ ซ้อมของตามตลาด					
44. ท่านเลือกที่จะใช้งานสมาร์ทโฟนเพื่อคุยกับเพื่อนมากกว่าออกไปทำกิจกรรมร่วมกัน					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
45. ท่านเลือกใช้งานสมาร์ทโฟนมากกว่าออกไปทำกิจกรรมข้างนอกรับคนในสังคม					
46. ท่านใช้งานสมาร์ทโฟนในขณะที่ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น เช่น กิจกรรมทางศาสนา					

ข้อคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูงในการร่วมมือตอบแบบสอบถาม

ภาคผนวก ข

หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหาเพื่อการวิจัย

ที่ ศธ ๒๒๑๑/๑๒๑๖



คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ. เมือง จ. ชลบุรี

๑๖ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตเคราะห้ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหาเพื่อการวิจัย
เรียน นางสาวสุพิชฌาย์ เจริญรักษ์ (ผู้อำนวยการโรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎ์ 2)

สิ่งที่ส่งมาด้วย

๑. งานวิจัยบทที่ ๑ - ๓
๒. แบบประเมินผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย
๓. แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

ด้วย นายณภัสพล สิ้นสมศักดิ์ รหัสประจำตัวนิสิต ๕๗๙๒๐๘๔๒ หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้จัดทำงานวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาผลกระทบของการเสดติดสมาร์ทโฟน" โดยมี พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลาชัย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการทำงานนิพนธ์

ในการนี้คณะฯ มีความประสงค์ขออนุญาตเคราะห้จากท่านพิจารณาแบบสอบถาม เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหา

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห้ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ว่าที่เรือตรี ดร.เอกวิทย์ มณิธร)
คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์

ผู้ประสานงาน

โทรศัพท์ ๐๓๘ - ๑๐๒๓๖๙ ต่อ ๑๑๗



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบัณฑิตศึกษา คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ โทร. ๒๓๖๙
ที่ ศร ๖๒๑๑.๖/๐๖๑๑ วันที่ ๑๖ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหาเพื่อการวิจัย
เรียน ดร.ปิยะ นาควัชระ

ด้วย นายณภัตพล สิ้นสมศักดิ์ รหัสประจำตัวนิสิต ๕๗๙๒๐๘๔๒ หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้จัดทำงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน” โดยมี พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลาชัย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการทํางานนิพนธ์

ในกรณีนี้คณะฯ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่านพิจารณาแบบสอบถาม เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหา

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ว่าที่เรือตรี ดร.เอกวิทย์ มณีธร)
คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบัณฑิตศึกษา คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ โทร. ๒๓๖๙
 ที่ ศธ ๖๒๑๑.๖/๐๓๖๖ วันที่ ๑๖ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
 เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหาเพื่อการวิจัย
 เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชีระ กุลสวัสดิ์

ด้วย นายณภัสพล สินสมศักดิ์ รหัสประจำตัวนิสิต ๕๗๙๒๐๘๔๒ หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้จัดทำงาน
 วิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษามลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน” โดยมี พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลาชัย
 เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการทำงานนิพนธ์

ในการนี้คณะฯ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่านพิจารณาแบบสอบถาม
 เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหา

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้



(รองศาสตราจารย์ ว่าที่เรือตรี ดร.เอกรวิทย์ มณีธร)
 คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบัณฑิตศึกษา คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ โทร. ๒๓๖๙
ที่ ศธ ๖๒๑๑๖/๐๑๑๓ วันที่ ๑๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหาเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เขมมรี รัชชชุชีพ

ด้วย นายณภัสพล สินสมศักดิ์ รหัสประจำตัวนิสิต ๕๗๙๒๐๘๔๒ หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้จัดทำงาน
วิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน” โดยมี พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ ฤลาชัย
เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการทำงานนิพนธ์

ในการนี้คณะฯ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่านพิจารณาแบบสอบถาม
เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหา

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ว่าที่เรือตรี ดร.เอกวิทย์ มณีธ)
คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบัณฑิตศึกษา คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ โทร. ๒๓๖๙
ที่ ศธ ๖๒๑๑.๑/๐๖๑๒ วันที่ ๑๖ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหาเพื่อการวิจัย
เรียน ดร.ภัสรินทร์ พ่วงเดือน

ด้วย นายณภัสพล สินสมศักดิ์ รหัสประจำตัวนิสิต ๕๗๙๒๐๘๔๒ หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้จัดทำงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษามลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน” โดยมี พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลาชัย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการทำงานนิพนธ์

ในการนี้คณะฯ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่านพิจารณาแบบสอบถาม เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงในเชิงเนื้อหา

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ว่าที่เรือตรี ดร.เอกวิทย์ มณีธ)
คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์

ภาคผนวก ค

หนังสือขออนุญาตเก็บแบบสอบถาม



ที่ ศธ ๖๒๑๑/ ๑๖๖๕

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา ตำบลแสนสุข
อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี 20131

๑๖ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บแบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนศรีราชา

ด้วย นายณภัสพล สินสมศักดิ์ รหัสนิสิต ๕๗๙๒๐๘๕๒ นิสิตระดับปริญญาโท หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษามลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน" โดยมี พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลชัย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาหลักในการจัดทำวิทยานิพนธ์ ในกรณีนี้ คณะฯ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่านพิจารณาแบบสอบถาม โดย นายณภัสพล สินสมศักดิ์ จะเป็นผู้ประสานงานกับท่าน โทร ๐๘๓-๑๑๗๐๐๘๖

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ว่าที่เรือตรี ดร.เอกวิทย์ มณีธร)
คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์
โทรศัพท์ ๐-๓๘๑๐-๒๓๖๙ ต่อ ๑๑๗
โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๓๔๗๕ ต่อ ๑๐๒



ที่ ศธ ๖๒๑๑/ ๑๖๖๓

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา ตำบลแสนสุข
อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี 20131

๑๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บแบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนชลกันยานุกูลแสนสุข

ด้วย นายณภัสพล สิ้นสมศักดิ์ รหัสบัณฑิต ๕๗๙๒๐๘๔๒ นิสิตระดับปริญญาโท หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน" โดยมี พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลาชัย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาหลักในการจัดทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้ คณะฯ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่านพิจารณาแบบสอบถาม โดย นายณภัสพล สิ้นสมศักดิ์ จะเป็นผู้ประสานงานกับท่าน โทร ๐๘๓-๑๑๗๐๐๘๖

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ วาที่เรื้อตรี ดร.เอกวิทย์ มณีธ)
คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์

โทรศัพท์ ๐-๓๘๑๐-๒๓๖๙ ต่อ ๑๑๗

โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๓๔๗๕ ต่อ ๑๐๒



ที่ ศธ ๖๒๑๑/ ๑๖๖๑

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา ตำบลแสนสุข
อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี 20131

๑๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บแบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ ๒

ด้วย นายณภัตพล สีนสมศักดิ์ รหัสนิสิต ๕๗๙๒๐๘๔๒ นิสิตระดับปริญญาโท หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน" โดยมี พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลหาชัย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาหลักในการจัดทำวิทยานิพนธ์ ในกรณีนี้ คณะฯ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่านพิจารณาแบบสอบถาม โดย นายณภัตพล สีนสมศักดิ์ จะเป็นผู้ประสานงานกับท่าน โทร ๐๘๓-๑๑๗๐๐๘๖

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ว่าที่เรือตรี ดร.เอกวิทย์ มณีธร)
คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์
โทรศัพท์ ๐-๓๘๑๐-๒๓๖๙ ต่อ ๑๑๗
โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๓๔๗๕ ต่อ ๑๐๒



ที่ ศธ ๖๒๑๑/ ๑๖๖๒

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา ตำบลแสนสุข
อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี 20131

๑๙ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บแบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวังจันทร์วิทยา

ด้วย นายณภัสพล สีนสมศักดิ์ รหัสนิสิต ๕๗๙๒๐๘๔๒ นิสิตระดับปริญญาโท หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาผลกระทบของการเสพติดสมาร์ทโฟน" โดยมี พันตำรวจโท ดร.ไวพจน์ กุลาชัย เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาหลักในการจัดทำวิทยานิพนธ์ ในครั้งนี้ คณะฯ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่าน พิจารณาแบบสอบถาม โดย นายณภัสพล สีนสมศักดิ์ จะเป็นผู้ประสานงานกับท่าน โทร ๐๘๓-๑๑๗๐๐๘๖

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ วาที่เรื้อตรี ดร.เอกวิทย์ มณีธ)
คณบดีคณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์

คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์

โทรศัพท์ ๐-๓๘๑๐-๒๓๖๙ ต่อ ๑๑๗

โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๓๔๗๕ ต่อ ๑๐๒