

ภาวะการณ์ปัจจุบัน กับการเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ในวัยรุ่น

CURRENT SITUATION AND ENHANCEMENT OF SOCIAL MEDIA ONLINE LITERACY AMONG ADOLESCENTS

สาริศา จันทรอำพร¹ และมฤษฎ์ แก้วจินดา²
Sarisa Jantaraumporn¹, and Marid Kaewchinda²

¹นิสิตบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพมหานคร

²อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ หลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาข้อมูลเบื้องต้นของการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสังกัดคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร 2) เพื่อพัฒนาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดเน้นความจริงในการส่งเสริมการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่ง ในเขตกรุงเทพมหานคร 3) เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดเน้นความจริงไปพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่ง ในเขตกรุงเทพมหานคร งานวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 การวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาพฤติกรรมการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์จากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในสังกัด สช. เขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,146 คน ระยะที่ 2 การวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อพัฒนาและทดลองการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับนักเรียนกลุ่มเป้าหมายโดยใช้การวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง และเปรียบเทียบผลคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้วัดตัวแปรตามหลังการทดลอง การทดลองนี้ใช้การเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจากกลุ่มเป้าหมายจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คนและกลุ่มควบคุม 10 คน ให้นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเป็นจำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าร้อยละ และวิเคราะห์เปรียบเทียบทางสถิติโดยใช้ (Non Parametric Statistics) Signed test และ (Parametric Statistics) Wilcoxon-Mann-Whitney Test

ผลการวิจัยพบว่า 1) ร้อยละ 92.8 ของกลุ่มตัวอย่าง 1,146 คน มีการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์เพื่อเข้าถึงสื่อชนิดต่าง ๆ ได้แก่ โลกโซเชียล และยูทูบ ผ่านโทรศัพท์มือถือเป็นส่วนใหญ่ เพื่อจุดประสงค์ในการพูดคุย แลกเปลี่ยนข่าวสาร ซึ่งกันและกัน 2) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้น

ความจริง สามารถพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ดีขึ้นได้ 3) นักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริง มีแนวโน้มที่จะพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ดีกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

ABSTRACT

The objectives of this research study were three folds; 1) to investigate the usage of social media on-line and study social media literacy skills among adolescents in private high schools in Bangkok metro area, 2) to develop Reality Therapy (RT) Group Counseling for adolescents in private high schools, and 3) to study the effectiveness of Reality Therapy (RT) Group Counseling in enhancing Social Media Literacy skills among them. This study had 2 phases, including Phase 1: a survey search, to study the habits of social media literacy among private - high school students in Bangkok Metro area. The participants were 1,146 students from private schools. Phase 2: a quasi - experimental research, the researcher developed and test the RT group counseling with 10 participants. The analyses of this study were utilized by a measurement of dependent variables before and after the treatment and a comparison between an experimental group and a control group by measuring the dependent variable after the treatment. This research study applied a purposive sampling method to recruit 20 participants. The participants equally were divided into two groups; 10 participants for the experimental group, and the other 10 participants for the control group. The experimental group participated in the RT group counseling for 10 sessions, 90 minutes per each session. Frequencies, means, standard deviation, and percentage were calculated. The data analyses also were utilized by Signed test (Non Parametric Statistic) and Wilcoxon-Mann-Whitney Test (Parametric Statistics).

The findings were 1) 92.8 percent from the sample of 1,146 students used social media on-line via mobile phone for conversation or intercommunication on Facebook, Line, and YouTube applications. 2) RT Group Counseling was able to develop social media literacy among students, and 3) those students who attended RT Group Counseling was able to develop social media literacy more than students in the control group.

คำสำคัญ

การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ การปรึกษาแบบกลุ่ม วัยรุ่น

Keyword

Social Media Online Literacy, Group Counseling, Adolescent

ความสำคัญของปัญหา

โลกยุคปัจจุบันมีความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาการและเทคโนโลยีต่าง ๆ ส่งผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมเป็นอย่างมาก สะท้อนถึงค่านิยม วัฒนธรรม ทักษะคิด ความเชื่อ และการปฏิบัติตนต่อสิ่งแวดล้อมของบุคคลในสังคมจากสื่อที่ปรากฏขึ้นภายในชุมชน ข้อมูลข่าวสารและการเรียนรู้จากสื่อครอบคลุมทุกคนในสังคมไทย ที่หลายครั้งบุคคลไม่ทันได้ตระหนักและระวังตัวประสบการณ์ที่ผ่านสื่อถือเป็นองค์ประกอบสำคัญในกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมของประชาชนในสังคม จากการศึกษาจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2556) สำรวจการมีและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในครัวเรือนพบว่า กลุ่มวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 15-24 ปี มีสัดส่วนการใช้อินเทอร์เน็ตสูงกว่ากลุ่มอื่นเป็นร้อยละ 51.9 ในปี 2554 และคาดว่าจะการใช้อินเทอร์เน็ตของกลุ่มวัยรุ่นนี้จะมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ขณะที่สื่อสังคมออนไลน์ได้รับความนิยมมากขึ้นจากการใช้งานที่ง่าย เข้าถึงกลุ่มคนได้อย่างรวดเร็ว มีการแสดงความคิดเห็นมากมายต่อภาพ วิดีโอ หรือข้อความที่ถูกเผยแพร่ออกไป และสื่อที่นำมาใช้แบ่งปันมีหลากหลายลักษณะ รวมทั้งมีการพัฒนาตลอดเวลาของเทคโนโลยีการสื่อสารและอินเทอร์เน็ต ทำให้มีความชัดเจนว่าสื่อสังคมออนไลน์จะเป็นสื่อหลักของผู้บริโภคในปัจจุบัน แต่สังคมไทยยังขาดภูมิคุ้มกันจากการบริโภคผ่านสื่อ โดยการรับเอาสิ่งที่สื่อเสนอเอาไว้ทั้งหมด และคิดว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสม ไม่มีข้อโต้แย้งสงสัย หรือตั้งข้อคำถามต่อการนำเสนอที่เกิดขึ้น การรับสื่อในลักษณะดังกล่าวจึงมีผลต่ออารมณ์ ความรู้สึก ความคิดและพฤติกรรมของผู้รับสื่อ ทำให้เกิดพฤติกรรมสะท้อนการใช้สื่อนั้นอย่างขาดสติ (นภินทร ศิริไทย, 2547) เช่น การถูกยั่วยุ ส่งเสริมพฤติกรรมรุนแรง มั่วสุม และหมกมุ่นอยู่กับสิ่งที่เป็นอันตราย บั่นทอนสุขภาพทางจิตใจ เป็นต้น

การมุ่งเน้นพัฒนาศักยภาพเพื่อให้เกิดการเรียนรู้เท่าทันสื่อจึงเป็นกุญแจที่สำคัญในการลดปัญหาที่เกิดขึ้น และส่งเสริมศักยภาพของบุคคลให้มีภูมิคุ้มกันในการรับรู้ข่าวสารที่อยู่รอบตัว การพัฒนาเพื่อให้เกิดทักษะการเรียนรู้เท่าทันสื่อ อุลิษา ครุฑแสน (2556) ได้เสนอว่าปัจจัยที่มีผลต่อการรู้เท่าทันสื่อของเยาวชนประกอบด้วย 3 ปัจจัย ได้แก่ 1) การคิดวิจารณ์ญาณ 2) ความตระหนักในอิทธิพลของสื่อ และ 3) การรู้เท่าทันตนเอง นอกจากนี้ยังมีปัจจัยเสริมอีก 4 ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการเรียนรู้เท่าทันสื่ออีก นั่นคือ 1) กลุ่มเพื่อนและกลุ่มครู 2) การเปิดรับสื่อสร้างสรรค์ 3) การอ่าน และ 4) สนทริยภาพ ซึ่งเหล่านี้จะกลายมาเป็นภูมิคุ้มกันให้บุคคลที่กำลังเผชิญอยู่ในยุคที่สื่อปรากฏและมีอิทธิพลอยู่รายล้อมรอบตัวมีความพร้อมที่จะรับข้อมูลข่าวสารอย่างสร้างสรรค์ ไม่ตกเป็นเหยื่อจากอิทธิพลของสื่อที่ส่งผลกระทบต่อตนเอง ทั้งทางด้านอารมณ์ จิตใจ และพฤติกรรม กระทั่งสามารถนำสื่อที่รับชมไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้อย่างสูงสุด

โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชนซึ่งอยู่ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนเอกชน ปัทสรา คล้ายชม (2555) พบว่าความแตกต่างด้านค่าใช้จ่ายทางการศึกษาของโรงเรียนเอกชนส่วนใหญ่มีค่าเล่าเรียนและค่าใช้จ่ายอุปกรณ์การศึกษาสูงกว่าโรงเรียนรัฐบาล นักเรียนโรงเรียนเอกชนส่วนใหญ่มาจากครอบครัวที่มีรายได้ปานกลางไปถึงค่อนข้างสูง ส่งผลให้นักเรียนมัธยมปลายในโรงเรียนเอกชนมีโอกาสใช้จ่ายเงินในการซื้อสินค้าได้มากกว่า กลุ่มวัยรุ่นจากโรงเรียนมัธยมเอกชนจึงมีโอกาสในการมีอุปกรณ์สื่อสาร เช่น Smart phone และสามารถเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์ได้มากกว่านักเรียนในกลุ่มโรงเรียนรัฐบาล

จากการศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมพบว่า การใช้งานสื่อสังคมออนไลน์อย่างไม่เหมาะสม ชักนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เกิดจากการขาดความสามารถในการควบคุมตนเอง และตั้งเป้าหมายไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ พัทธนันท์ ตั้งพิพัฒนการกุล (2553) ศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเน้นความจริงทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมการควบคุมตนเองในการเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ดีขึ้น และชัยญา ภาคอุทัย และคณะ (2557) ศึกษาการปรึกษากลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ด้วยแนวคิดเดียวกันนักเรียนมีการสร้างกลวิธีที่จะบรรลุวัตถุประสงค์ของตนเอง แรงจูงใจ ความสนใจความกระตือรือร้นในการแสวงหาความรู้ ทักษะการแสวงหาแหล่งข้อมูลที่น่ามาสู่ความรู้ วิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนในการแก้ปัญหาและพัฒนาศักยภาพดีขึ้นกว่า ซึ่งจะเห็นได้ว่ากระบวนการให้การปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริงมีส่วนที่จะช่วยให้สมาชิกภายในกลุ่มมีพัฒนาการไปสู่เป้าหมายที่ดีขึ้นทั้งในด้านพฤติกรรมที่ได้แสดงออก และความคิด ทักษะคิดด้านบวกในการไปสู่เป้าหมายของตนเองอย่างเหมาะสม ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเน้นความจริง (Reality Therapy; Glasser, 1998) แนวคิดนี้เชื่อว่าบุคคลมีอิสระในการคิด ตัดสินใจ เลือกกระทำในสิ่งที่ตนต้องการ หลายครั้งที่บุคคลเกิดปัญหาอุปสรรคในชีวิตมาจากการเลือกของตนเอง ทั้งนี้ปัญหาส่วนใหญ่ของบุคคลเกิดจากสัมพันธภาพ และความขัดแย้งกับบุคคลสำคัญในชีวิต Glasser (1998) จึงนำมุมมองของตนมาใช้กับวัยรุ่นในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา โดยเน้นการเสริมสร้างให้บุคคลรู้จักวางแผน และเลือกตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพด้วยความรับผิดชอบต่อผลที่ตามมา และเรียนรู้ที่จะประเมินพฤติกรรมของตนเองเพื่อพัฒนาตนเองให้ตัดสินใจเลือกแก้ไขปัญหาอย่างชาญฉลาดขึ้น (วัชร ทรัพย์มี, 2546)

ผู้วิจัยเล็งเห็นความสำคัญของการเสริมสร้างให้วัยรุ่นมีความสามารถในการรู้เท่าทันสื่อ โดยการใช้กระบวนการการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ซึ่งเป็นกระบวนการที่จะช่วยเหลือสมาชิกในกลุ่มให้เกิดสัมพันธภาพและกลุ่มมีบทบาทที่จะช่วยเหลือ ให้กำลังใจ รวมถึงสนับสนุนกันและกันในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและกลุ่มการได้ช่วยเหลือและส่งเสริมซึ่งกันและกันจะช่วยให้ศักยภาพของวัยรุ่นที่เป็นสมาชิกกลุ่มในด้านการคิดวิเคราะห์แสดงออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เสริมสร้างให้สมาชิกภายในกลุ่มมีแลกเปลี่ยนแนวทางในการประพจน์ ปฏิบัติตนเอง เข้าใจพฤติกรรมที่เกิดขึ้นกับการรับชมสื่อโดยผ่านความคิดเห็นภายในกลุ่มผ่านกระบวนการคิดให้สามารถรับมือกับปัญหาที่อาจจะขึ้นได้อย่างสร้างสรรค์และเหมาะสมเท่าทันกับโลกในยุคปัจจุบัน

ผู้วิจัยจึงทำการสำรวจกลุ่มนักเรียนเอกชนในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานครเกี่ยวกับการใช้และการเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์เพื่อดูแนวโน้มภาวการณ์การใช้สื่อในปัจจุบัน และนำเอาการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวเน้นความจริงมาใช้ เพื่อส่งเสริมการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ และช่วยป้องกันไม่ให้อายุรุ่นตกเป็นเหยื่อของสื่อสังคมออนไลน์ รวมถึงได้รับผลกระทบจากสื่อที่มีอยู่ในปัจจุบัน และเพื่อเป็นการนำร่องพัฒนาการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มในวัยรุ่นที่มีบริบทใกล้เคียงกับงานวิจัยนี้ต่อไปในอนาคตอีกด้วย

โจทย์วิจัย/ปัญหาวิจัย

- 1.เยาวชนในปัจจุบันมีสถานภาพการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์อย่างไร
2. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดเน้นความจริงสามารถพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มได้หรือไม่

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาข้อมูลเบื้องต้นของการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสังกัดคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อพัฒนาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดเน้นความจริงในการส่งเสริมการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อศึกษาผลของการนำการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดเน้นความจริงไปใช้เพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร

วิธีดำเนินการวิจัย

แบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ คือ ระยะแรกเป็นการวิจัยเชิงสำรวจและระยะที่สองเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง

การวิจัยเชิงสำรวจ เป็นการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร ภายใต้สังกัดคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน ดำเนินการในช่วงภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ตามการแบ่งเขตที่ตั้งพื้นที่ในกรุงเทพมหานคร 3 กลุ่ม ได้แก่ 1) กรุงเทพฯเขตชั้นใน 2) กรุงเทพฯเขตชั้นกลาง และ 3) กรุงเทพฯเขตชั้นนอก ได้โรงเรียนที่เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้จำนวน 13 โรงเรียน กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งสิ้น 1,146 คน

เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบสอบถามพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของวัยรุ่น ที่ได้รับการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญและแก้ไขก่อนนำไปใช้ โดยดำเนินการเก็บข้อมูลในช่วงเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2557 ถึงเดือนมกราคม พ.ศ. 2558

การวิจัยกึ่งทดลอง เป็นการพัฒนาและทดลองการปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริงสำหรับวัยรุ่น กลุ่มเป้าหมายในการทดลองคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2557 (มีนาคม - เมษายน 2558) การคัดเลือกกลุ่มทดลองใช้วิธีเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเป็นผู้ที่ใช้สื่อสังคมออนไลน์ และสมัครใจเข้าร่วมกลุ่มการให้คำปรึกษา หลังการประชาสัมพันธ์มีนักเรียนเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองอย่างละ 10 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยกึ่งทดลอง ประกอบด้วยเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากเครื่องมือทั้งสองชนิดในช่วงก่อนและหลังการทดลองมาเปรียบเทียบกัน เพื่อดูความแตกต่างที่เกิดขึ้นหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงการวิจัยเชิงทดลองคือ แบบทดสอบการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ เป็นแบบ

วัดที่พัฒนาขึ้นโดยสำนักงานปลัดกระทรวงวัฒนธรรม มีลักษณะเป็นการตอบคำถามถูกหรือผิด โดยวัดความสามารถในการรู้เท่าทันสื่อ มีจำนวน 20 ข้อ จากการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือพบว่าได้ค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .85

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดเน้นความจริง มีการพบกลุ่มจำนวน 10 ครั้ง ในแต่ละครั้งใช้เวลา 90 นาที กลุ่มการปรึกษานี้มุ่งให้นักเรียนตระหนักถึงการพัฒนาการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างรู้เท่าทัน การเผชิญปัญหา ค้นหาความเหมาะสมของตนเองกับการใช้สื่อ มีความตระหนักรู้ในตนเองมากขึ้น ส่งเสริมให้มีความคิดวิจาร์ญาณในการรับชมสื่อ และรับรู้ถึงอิทธิพลของสื่อที่ส่งผลต่อตนเอง เพิ่มความสามารถในการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างมีประสิทธิภาพ

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เครื่องมือสถิติสำหรับวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มใช้ Signed test และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้วย Wilcoxon-Mann-Whitney Test เพื่อทดสอบสมมติฐานโดยตั้งค่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิจัย

1. ผลการสำรวจพบว่ากลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสังกัดคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร ที่ตอบแบบสอบถาม จำนวน 1,146 คน พบว่า เพศหญิง ร้อยละ 67.6 เพศชาย ร้อยละ 32.2 ระดับอายุโดยเฉลี่ยอยู่ที่ 17 ปี รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของผู้ปกครองมากกว่า 50,001 บาท ร้อยละ 42.8 เกรดเฉลี่ยของนักเรียนอยู่ที่ GPA. = 3.13 มีการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ ร้อยละ 92.8 เพื่อเข้าถึงสื่อชนิดต่าง ๆ 3 อันดับต้น ได้แก่ โลก ร้อยละ 83.7 เฟซบุ๊ก ร้อยละ 80.9 และยูทูบ ร้อยละ 80.3 ผ่านโทรศัพท์มือถือเป็นส่วนใหญ่ ร้อยละ 94.7 เพื่อจุดประสงค์ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ 3 อันดับต้น ได้แก่ ฟุตคย ร้อยละ 76.2 อัฟโหลด แชร์รูปภาพ /วิดีโอ ร้อยละ 71.7 และอัปเดตข้อมูลข่าวสาร ร้อยละ 59.4

2. ผลการทดลองพบว่าคะแนนเฉลี่ยจากแบบทดสอบการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ก่อนการทดลองเท่ากับ 4.3 และหลังการทดลองพบว่าค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 7.3 เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ก่อนและหลังกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p = .01$) ผลการทดลองนี้แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริง มีแนวโน้มที่จะพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ให้ดีขึ้น

3. ผลการทดลองแสดงให้เห็นว่าคะแนนเฉลี่ยจากแบบทดสอบการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์หลังการทดลองของกลุ่มทดลองเท่ากับ 7.3 และของกลุ่มควบคุมพบว่ามีค่าเฉลี่ย 4.1 เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองหลังจากสิ้นสุดการทดลอง พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p = .00$) ผลการทดลองนี้แสดงให้เห็นว่านักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริง มีแนวโน้มที่จะพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ดีกว่านักเรียนที่ใช้ชีวิตตามปกติ

อภิปรายผล

การวิจัยผลของการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเพื่อส่งเสริมการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์สำหรับวัยรุ่น ในครั้งนี้ สามารถอภิปรายผลแบ่งออกเป็น 3 ประเด็น คือ

1. ผลการวิจัยเชิงสำรวจพบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนเอกชนในเขตกรุงเทพมหานครจำนวนทั้งสิ้น 1,164 คน พบว่ามีจำนวนนักเรียนหญิงมากกว่านักเรียนชาย แสดงถึงจำนวนประชากรหญิงที่เข้ารับการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมากกว่าประชากรชาย สอดคล้องกับจำนวนประชากรในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับอายุเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสำรวจอยู่ที่ 17 ปี เกรดเฉลี่ยค่อนข้างสูง (GPA. = 3.13) แสดงให้เห็นถึงระดับผลการศึกษาที่ค่อนข้างดีในสถานศึกษาเอกชน รายได้เฉลี่ยของผู้ปกครองในกลุ่มนักเรียน มากกว่า 50,001 บาทต่อเดือน แสดงความมีฐานะทางเศรษฐกิจที่ดี และอาจส่งผลต่อความสามารถในการซื้ออุปกรณ์สื่อสารที่เชื่อมต่อการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ได้ กลุ่มตัวอย่างส่วนมากรายงานว่าใช้อุปกรณ์สื่อสารใช้เป็นส่วนมากถึงร้อยละ 92.8 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปัทมรา คล้ายชม (2555) พบว่า นักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีรายได้ค่อนข้างสูงส่งผลให้นักเรียนมีการใช้เงินในการซื้อสินค้าฟุ่มเฟือยสูงตามไปด้วย วัยรุ่นกลุ่มนี้จึงสามารถเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์ได้มาก

การเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโดยส่วนใหญ่ใช้โทรศัพท์มือถือ เนื่องจากเป็นอุปกรณ์ที่ใช้งานง่าย และสะดวกในการซื้อหามาใช้งาน มีการใช้งานแอปพลิเคชัน 3 อันดับต้น ได้แก่ ไลน์ เพชบุ๊ค และยูทูบ สะท้อนให้เห็นถึงการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อการพูดคุย แลกเปลี่ยนข่าวสารซึ่งกันและกัน รวมไปถึงสื่อสังคมออนไลน์ดังกล่าวยังเป็นสื่อที่มีความทันสมัย และใช้งานกันอย่างแพร่หลายในปัจจุบัน ผลการสำรวจยังบ่งชี้ถึงกิจกรรมที่นักเรียนทำในการเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์ ประกอบด้วย การพูดคุย อัฟโหลด แชร์รูปภาพ/วิดีโอ และอัปเดตข้อมูลข่าวสาร เป็น 3 อันดับต้นของการใช้งาน ผลการสำรวจนี้สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ Theotakis and Doukidis (2009) ที่ทำการศึกษารายการเข้าถึงโปรแกรมทางอินเทอร์เน็ต และกล่าวถึงการเพิ่มจำนวนของเว็บไซต์ประเภทเครือข่ายทางสังคมออนไลน์ที่เพิ่มมากขึ้น และพบว่าการใช้บริการมีผลมาจากการเห็นประโยชน์ ความชอบ ที่สืบเนื่องมาจากความหลากหลายของรูปแบบการเลือกใช้ ซึ่งได้กลายมาเป็นความท้าทายและสนุกสนานให้แก่ผู้ใช้บริการ และผู้ใช้บริการนิยมเลือกรูปแบบที่ตรงกับความต้องการของแต่ละคน ซึ่งแตกต่างกันไปตามเอกลักษณ์เฉพาะตัวของบุคคล และพบว่าการใช้บริการเว็บไซต์นอกเหนือจากการโต้ตอบผ่านกระดานข้อความ ทั้งยังสามารถแบ่งปันรูปภาพ เล่นเกม แสดงออกซึ่งอารมณ์หรือเหตุการณ์ที่รู้สึกในขณะนั้นรวมไปถึงการทราบข่าวคราวความเคลื่อนไหวของกลุ่มเพื่อน หรือคนคุ้นเคยอีกด้วย

2. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริงเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ ช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสได้คิดทบทวน พูดถึงประสบการณ์ ความรู้สึกที่เกิดขึ้น และแสดงความคิดเห็นของตนเอง นักเรียนได้ระบายความอัดอั้นใจ ได้รับการสะท้อนจากสมาชิกกลุ่มให้เห็นถึงสภาพของปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองในปัจจุบันอันอาจจะนำไปสู่อนาคต ได้สำรวจตัวเอง ฝึกการรับรู้ความต้องการของตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา ใช้ความคิดและความเห็นของบุคคลภายในกลุ่มในการแก้ไขปัญหา และปรับปรุงตนเอง ซึ่ง Corey (2008) ได้ให้ข้อเสนอเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มถึง ลำดับขั้นตอนในการเกิดกระบวนการกลุ่มพบว่า ในขั้นการทำงานร่วมกัน (Working Stage: Cohesion

and Productivity) เป็นช่วงที่การต่อต้านภายในกลุ่มลดลง และสมาชิกภายในกลุ่มเกิดความเชื่อใจและยอมรับกันมากขึ้น ห่วงใยและใส่ใจความรู้สึกซึ่งกันและกัน มีความหวังในการหาทางออกถึงปัญหาของพวกเขาซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกลุ่ม จะมีการรับฟังปรับเปลี่ยนโครงสร้างทางความคิด ทดลองวิธีการใหม่ ๆ ที่นักเรียนได้รับจากกลุ่ม เสริมสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่มเพื่อใช้ในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นของแต่ละบุคคล มีความตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง ให้ข้อเสนอแนะ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ กล่าวพูดในสิ่งที่คิดและกล้าแย้งในสิ่งตนเองรู้สึกติดขัด ส่งผลให้สมาชิกภายในกลุ่มได้เข้าใจตนเองทั้งผ่านมุมมองของตนเองและผู้อื่นยอมรับ และเข้าใจตนเองมากขึ้น นำไปสู่การพัฒนาตนเองไปยังเป้าหมายที่ตั้งเอาไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยการปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริงเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ โดยพัทธนันท์ ตั้งพิพัฒนการกุล (2553) ศึกษาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีพฤติกรรมการควบคุมตนเองในการเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ดีขึ้น และงานวิจัยของ ชัญญา ภาคอุทัย และ วรากร ทรัพย์วิระพรรณ (2557) ศึกษาการปรึกษากลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ด้วยแนวคิดเดียวกันผลของการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีการสร้างกลวิธีที่จะบรรลุมุ่งวัตถุประสงค์ของตนเอง แรงจูงใจ ความสนใจความกระตือรือร้นในการแสวงหาความรู้ ทักษะการแสวงหาแหล่งข้อมูลที่น่ามาสู่ความรู้ วิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนในการแก้ปัญหาและพัฒนาศักยภาพ ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ซึ่งจะเห็นได้ว่ากระบวนการให้การปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริงมีส่วนที่จะช่วยให้สมาชิกภายในกลุ่มมีพัฒนาการไปสู่เป้าหมายที่ดีขึ้นทั้งในด้านพฤติกรรมที่ได้แสดงออก และความคิด ทศนคติด้านบวกในการไปสู่เป้าหมายของตนเองอย่างเหมาะสม ซึ่งระบบ WDEP (วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา, 2557) ได้ช่วยให้สมาชิกกลุ่มมีระเบียบในการคิดวางแผนไปสู่เป้าหมายของตนเองผ่านกระบวนการทั้ง 4 อย่าง ได้แก่ 1) การรับรู้ความต้องการของตนเอง จากการที่สมาชิกกลุ่มร่วมกันอภิปรายเพื่อหาความต้องการของตนเองในการทำงาน 2) การกระทำที่แสดงออกในปัจจุบัน สมาชิกกลุ่มได้มีการรับรู้ว่าสถานการณ์ของตนเองกำลังทำอะไรที่ไหน อย่างไร อาทิเช่นการสังเกตปัญหาของนักเรียนที่พบว่า ตนเองกำลังมีปัญหาจากการใช้อุปกรณ์เข้าถึงสื่อในช่วงเวลาอน หรือในชั้นเรียน 3) การประเมินผล พบว่าสมาชิกกลุ่มสามารถประเมินปัญหาที่เกิดขึ้น รู้ว่าปัญหานั้นรบกวนสภาพจิตใจตนเองมากหรือน้อย สามารถประเมินผลของการแก้ไขปัญหาที่สมาชิกกลุ่มระดมความคิดว่าสอดคล้องกับตนเอง สามารถนำไปใช้จริงได้มากน้อยเพียงใด และ 4) แผนการที่จะทำให้เพื่อเป้าหมายบรรลุผล สมาชิกกลุ่มได้จัดทำและวางแผนการบรรลุเป้าหมายของตนเองผ่านกิจกรรมภายในกลุ่ม และร่วมกันอภิปรายเพื่อเสริมสร้างแนวทางในการไปสู่เป้าหมายของตนเองอย่างเหมาะสม

ทั้งนี้ในการเข้าร่วมกลุ่มการให้คำปรึกษา พบว่า ผลของพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อยังช่วยส่งเสริมให้วิถีความเป็นอยู่ของสมาชิกกลุ่มดีขึ้น สอดคล้องกับการรู้เท่าทันสื่อในงานวิจัยของ บุญผา แหมศรีทองคำ และดนุลดา จามจุรี (2553) ศึกษาการศึกษาการรู้เท่าทันสื่อ ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาการรู้เท่าทันสื่อในสังคมข่าวสารยุคใหม่ ด้วยการช่วยให้พลเมืองสามารถใช้สื่อและสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีความรับผิดชอบต่อสังคมในฐานะพลเมืองโดยบูรณาการเข้าสู่ระบบการศึกษาของประเทศและจัดวางให้อยู่ในกรอบแนวคิดของการเรียนรู้ตลอดชีวิตในทุกระดับวัยและครอบคลุมทุกสื่อ ทั้งนี้

การพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อจะต้องเน้นไปที่การพัฒนาด้านความคิดหรือกระบวนการทางปัญญา (Cognitive Process) คือ การคิดวิเคราะห์หรือการคิดเชิงวิพากษ์ ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับสารมีความรู้ความเข้าใจและมีทักษะในการรับ เลือกรับวิเคราะห์ ประเมิน แยกแยะ ตอบโต้แสดงความคิดเห็นต่อสื่ออย่างมีเหตุผล รู้ถึงผลกระทบของเนื้อหาสื่อว่ามีผลต่อพฤติกรรมได้อย่างไร ซึ่งสอดคล้องกับคุณลักษณะต่าง ๆ ที่เป็นองค์ประกอบของการรู้เท่าทันสื่อ อุลิษา ครุฑเสน (2556) พบว่า แนวทางการพัฒนากระบวนการเรียนรู้เท่าทันสื่อ มีปัจจัยที่มีผลต่อการรู้เท่าทันสื่อ คือ 1) การตระหนักในอิทธิพลของสื่อ จากการเข้าร่วมกลุ่มพบว่าสมาชิกในกลุ่มมีพัฒนาการทางความคิดและความเข้าใจเกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อที่ส่งผลกระทบต่อ อารมณ์ พฤติกรรม ทักษะคิด ที่เกิดขึ้น ซึ่งอิทธิพลของสื่อชนิดเดียวกันส่งผลกระทบที่แตกต่างกันในแต่ละบุคคล เข้าใจว่าสื่อส่งผลกระทบต่อตนเองหลังจากการรับชม 2) การตระหนักรู้ในตนเอง จากการเข้าร่วมกลุ่มพบว่า สมาชิกกลุ่มสามารถอธิบายได้ว่าตนเองใช้สื่อชนิดใดมากที่สุด และตระหนักถึงความจำเป็นในการใช้สื่อชนิดนั้น ว่ามีความเหมาะสมกับอุปกรณ์การเข้าถึงที่ตนเองมีอยู่หรือไม่ รวมไปถึงความเหมาะสมที่ตนเองใช้งานกับสื่อ ทั้งในด้านของอายุ และกิจกรรมที่ใช้งาน อภิปรายและได้ข้อสรุปที่เหมาะสมกับตนเองจากการเข้ากลุ่ม 3) ความคิดวิเคราะห์ สมาชิกกลุ่มสามารถอธิบายความสำคัญของการใช้ความคิดไตร่ตรองอย่างถี่ถ้วนในการรับเนื้อหาของสื่อ ไม่รับฟังเนื้อหาเพียงด้านเดียว และรู้จักหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับสื่อที่ส่งผลกระทบทางด้านลบกับตนเองได้

3. ความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริงเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ ข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองต่อกลุ่มให้การปรึกษาโดยเน้นความจริงพบว่า นักเรียนมีแนวโน้มที่เห็นชอบกับการจัดกิจกรรมกลุ่มในครั้งนี้ ซึ่งอาจเป็นผลมาจากการจัดกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้มีโอกาสทำงานร่วมกับสมาชิกกลุ่มคนอื่น โดยการให้อิสระแก่สมาชิกกลุ่มในการพูดคุย และเปิดประเด็นในการเข้ากลุ่มในแต่ละครั้ง มีกิจกรรมให้ทำร่วมกันและเสนอข้อคิดเห็นอย่างอิสระภายในกลุ่ม ผู้วิจัยสังเกตเห็นว่านักเรียนมีการช่วยเหลือกัน แนะนำวิธีการในการแก้ไขปัญหาซึ่งกันและกัน มีการพูดให้กำลังใจซึ่งกันตลอดจนมีการโต้เถียงแนวคิดของตนเองอย่างสร้างสรรค์ทั้งกับสมาชิกในกลุ่มและผู้นำกลุ่ม มีการตั้งเวลาที่แน่นอนในแต่ละครั้งของการให้การเข้ากลุ่ม สิ่งเหล่านี้อาจเป็นปัจจัยที่ทำให้นักเรียนรับรู้ถึงบรรยากาศในกลุ่มที่สนุกสนาน และได้ประโยชน์ต่อตนเอง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1.1 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริงเพื่อเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ เป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้ครู อาจารย์ หรือบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับเยาวชนในช่วงวัยรุ่นนำไปใช้ในการพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์

1.2 ระยะเวลาในการทดลอง ควรที่ศึกษาเวลาที่ใช้ในการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษากับระยะเวลาของทางสถานศึกษาเพื่อความสะดวกของรูปแบบกระบวนการให้คำปรึกษา อีกทั้งยังช่วยให้สมาชิกกลุ่มสามารถเตรียมตัวได้อย่างเหมาะสมกับระยะเวลาในการเข้าร่วมกลุ่มอีกด้วย

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาวิจัยการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นความจริง ไปใช้กับกลุ่มวัยรุ่น เช่น วัยรุ่นที่อยู่ในโรงเรียนรัฐบาล (สังกัด สพฐ. และสังกัด กทม.) และวัยรุ่นในชุมชน (ชุมชนหมู่บ้าน ชุมชนวัด กบองค์กรอิสระต่าง ๆ) เป็นต้น

2.2 ควรศึกษาถึงอุปสรรคและและปัญหาอื่นที่ส่งผลกระทบต่อการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ และพัฒนาให้เกิดกระบวนการรู้เท่าทันสื่อ

บรรณานุกรม

- ชัยญา ภาควิทย และ วรากร ทรัพย์วิระพรรณ. (2557). “ผลการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเรียนรู้ด้วยการนำตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6”. วารสารวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา. 12 (2):
- นภินทร ศิริไทย. (2547). **ความรู้เรื่องการรู้เท่าทันสื่อเพื่อสุขภาพภูมิคุ้มสุขภาพที่ดีสำหรับเด็กและเยาวชนในการพัฒนาองค์ความรู้การรู้เท่าทันสื่อสุขภาพ สู่หลักสูตรในระบบและนอกระบบการศึกษาของไทย**. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- บุปผา เมฆศรีทองคำ. (2551). **การวิจัยชาติพันธุ์วรรณนาอภิมาน: การสังเคราะห์งานวิจัยเชิงคุณภาพ**. สืบค้นจาก http://www.bu.ac.th/knowledgecenter/epaper/jan_june2008/Buppha.pdf เมื่อวันที่ 10 มีนาคม 2557.
- บุปผา เมฆศรีทองคำ และดนลดา จามจุรี. (2553). การศึกษาการรู้เท่าทันสื่อ: วิธีทางในการสร้างการรู้พลังเท่าทันสื่อ. วารสารนักบริหาร. 31(1): 63-69.
- ปภัสรา คล้ายชม. (2555). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อขายสินค้าและบริการฟุ่มเฟือยของนักเรียนชั้นมัธยมปลายในกรุงเทพมหานคร**. โครงการประชุมเชิงวิชาการ SWUMBA Research Conference 17 กรกฎาคม 2555 โรงแรมจัสมินเอ็กเซกคิวทีฟสวีท.
- วีไลลักษณ์ พงษ์โสภา. (2557). **ทฤษฎีและเทคนิคการให้บริการปรึกษา**. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2550). **กระบวนการปรึกษา ขั้นตอน สัมพันธภาพ ทักษะ**. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พัทธนันท์ ตั้งพิพัฒนการกุล. (2553). **การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2556). **สรุปผลสำคัญการสำรวจเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2551**. กรุงเทพฯ: เท็กซ์แอนด์เจอร์นัล.
- อุลิสซา ครุฑะเสน. (2556). **แนวทางการพัฒนากระบวนการเรียนรู้เท่าทันสื่อของแกนนำเยาวชน**. Veridian E-Journal. 6(3): 276 - 285.
- Corey, G. (2008). **Theory and Practice of Group Counseling**. 9th ed. Belmont, CA: Thomson Brooks/Cole.

Glasser, W. (1998). **Choice Theory in the Classroom**. Harper Perennial.

Theotokis & Doukidis. (2009). **When Adoption Brings Addiction: A Use Diffusion Model for Social Information Systems**. The 30th International Conference on Information Systems. Phoenix, AZ.