มือถือ : สิ่งเสพติดที่ละลายพฤติกรรมของคนยุคนี้ ..!

**เดี๋ยวนี้คงไม่มีใครถามคำ ถามว่า "เธอมีโทรศัพท์มือถือหรือเปล่า" แต่คำถามจะเปลี่ยนไปว่า "เธอมีโทรศัพท์มือถือกี่เครื่อง"**

ในช่วงระยะเวลาไม่กี่ปี โทรศัพท์มือถือเข้ามามีบทบาทในชีวิตของคนเรามากมายเหลือเกิน เรียกว่าเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตกันเลยทีเดียว  บางคนเปลี่ยนพฤติกรรมตัวเองจากที่เคยติดคอมพิวเตอร์ เคยอ่านหนังสือ เคยมีไลฟ์สไตล์ที่ชื่นชอบของตัวเองมากมาย จนกระทั่งมีเจ้าโทรศัพท์มือถือ ซึ่งขอเน้นจำพวกสมาร์ทโฟนทั้งหลายที่เข้าไปละลายพฤติกรรมเดิมๆ ของผู้คน และสร้างค่านิยมให้แก่ผู้คนขึ้นมาใหม่ ยิ่งเดี๋ยวนี้มีแอปพลิเคชั่นมากมายที่มาช่วยกระตุ้นให้คนเราสื่อสารกันมาก ขึ้น โดยเฉพาะโปรแกรมที่ใช้ chat กัน ได้รับความนิยมชนิดถล่มทลาย

**มองดูผิวเผินอาจเป็นเช่นนั้น แต่แท้ที่จริงเราห่างกันมากขึ้นหรือเปล่า**

การสื่อสารต้องการมากกว่าแค่การ chat กัน ดิฉันยังเชื่อในรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ที่ควรจะมีการสื่อสารผ่านความรู้สึก สีหน้า ท่าทางและแววตาสิ่งเหล่านี้ต่างหากที่นับวันค่อยๆ หายไปเรื่อยๆ จนกำลังจะกลายเป็นของหายากขึ้นทุกขณะ

นอกจากนี้ งานวิจัยหลายชิ้นที่สะท้อนให้เห็นว่าเด็กรุ่นใหม่ติดโทรศัพท์มือถืออย่าง หนัก ดังเช่นประเทศอังกฤษที่มีนักวิจัยจากมหาวิทยาลัยแมริแลนด์ พบว่าเด็กรุ่นใหม่ติดโทรศัพท์มือถือทุกลมหายใจเข้าออก  ถ้าพวกเขาขาดมันเหมือนกับขาดแขนขาเลยทีเดียว



เด็กส่วนใหญ่พึ่งพาเทคโนโลยีจนเป็นสิ่งสำคัญในชีวิต ปัจจุบันเด็กติดโทรศัพท์มือถือมากกว่าคอมพิวเตอร์ MP3 และโทรทัศน์ โดยทีมนักวิจัยได้ศึกษานักเรียนกว่า 1,000 คน ใน 10 ประเทศ ที่เข้าร่วมโครงการ The World Unplugged Project โดยให้เด็กนักเรียนอยู่โดยปราศจากมือถือหนึ่งวัน

ผล วิจัยชี้ให้เห็นว่ามีเด็กมากกว่า 50% ที่ไม่สามารถทนอยู่ได้โดยไม่มีเครื่องมือสื่อสารใดๆ และกลุ่มตัวอย่างทุกคนก็รู้สึกทรมานมาก หลายคนยอมรับว่าติดโทรศัพท์เหมือนติดยาเสพติด ถ้าไม่มีมันก็อยู่ไม่ได้ พวกเขาบรรยายความรู้สึกเมื่อไม่มีโทรศัพท์ว่า สับสน กระวนกระวาย โกรธ โดดเดี่ยว ไม่มั่นคง ไม่ปลอดภัย ตกใจ หงุดหงิด ฯลฯ

ในขณะที่บ้านเราก็ไม่น้อยหน้า เคยมีงานวิจัยจากหลากหลายสำนัก พบว่าคนไทยส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีต่อการนำเทคโนโลยีมาใช้ และเชื่อว่าทำให้ชีวิตง่ายขึ้น สะดวกสบายขึ้น รวมถึงสร้างโอกาสใหม่ๆ ทั้งเรื่องการติดต่อสื่อสาร ค้นคว้าหาข้อมูลความรู้ ฯลฯ

โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มวัยรุ่นไทยมีความรู้สึกที่ดีต่อเทคโนโลยีในแง่ของ ความรู้สึกปลอดภัย มั่นใจ ได้เข้าสังคม และทันสมัย ทั้งยังพบว่า มือถือมีความสำคัญเป็นอันดับ 1 ในชีวิตของพวกเขา บางคนบอกว่าถ้าขาดมือถือจะมีอาการเหมือนคนติดยาแล้วไม่ได้เสพเลยทีเดียว

นี่ยังไม่นับรวมผลการศึกษาที่พบว่าหนุ่มสาวจะนิยมเปลี่ยนมือถือเครื่องใหม่ เพื่อไม่ให้ตกกระแสนิยม ทั้งยังใช้จ่ายเงินในการใช้โทรศัพท์มือถือเป็นสัดส่วนค่าใช้จ่ายต่อเดือนมาก สุดเป็นอันดับ 2 รองจากค่าใช้จ่ายเรื่องอาหาร

**ลองนึกถึงโฉมหน้าของเด็กรุ่นใหม่ที่เสพติดโทรศัพท์มือถือจะ เป็นอย่างไรบ้าง?**

หนึ่ง อ้วนขึ้น เพราะเคลื่อนไหวน้อยลง ทำกิจกรรมอื่นๆ ก็น้อยลง

สอง พูดน้อยลง เพราะเปลี่ยนไป chat ผ่านมือถือ

สาม ภาษาแย่ลง เพราะต้องการเขียนคำสั้นๆ  บางคนก็ย่อคำหรือใช้คำสแลงเฉพาะกลุ่ม

สี่ ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นยากขึ้น เพราะมีโลกส่วนตัวบนออนไลน์มากกว่า

ห้า โรคภัยไข้เจ็บถามหา เช่น นิ้วล็อก ปวดคอ สายตามีปัญหา ฯลฯ

หก แยกตัวออกจากสังคม เพราะพึ่งพาเทคโนโลยีอย่างเดียว เชื่อว่าตนเองอยู่ได้โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น

ถ้าลูกของคุณกำลังเข้าข่ายนี้อยู่ โปรดหาทางช่วยเหลือเป็นการด่วน ก่อนที่จะต้องเข้ารับการบำบัด..!

สสส. ( สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ )

**( http://www.vcharkarn.com/my/129662 )**