

ชื่อ – สกุล ชั้น เลขที่

ใบงานที่ 1 ไรคออนไลน์



ให้นักเรียนลองสังเกตพฤติกรรมของตนเอง เพื่อน และผู้ปกครอง

ว่ามีแนวโน้มเป็นไรคออนไลน์หรือไม่

โดยใส่ เครื่องหมาย / หน้าข้อที่มีอาการ
และใส่เครื่องหมาย x หน้าข้อที่ไม่มีอาการ

☐

รู้สึกหมกมุ่นกับอินเทอร์เน็ต
แม้ในเวลาไม่ได้ใช้งาน

☐

มีความต้องการใช้อินเทอร์เน็ตเป็นเวลานานขึ้น

☐

ไม่สามารถควบคุม
การใช้อินเทอร์เน็ตได้

☐

รู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้อง
ใช้อินเทอร์เน็ตน้อยลงหรือหยุดใช้

☐

ใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาหรือคิดว่าการใช้อินเทอร์เน็ตทำให้ตนเองรู้สึกดีขึ้น

☐

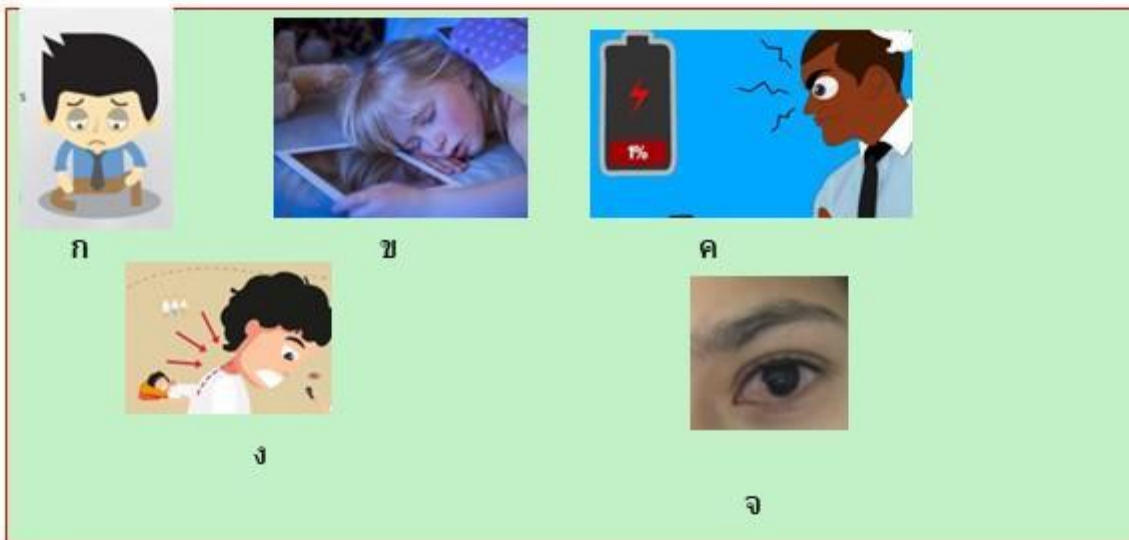
หลอกคนในครอบครัวหรือเพื่อน
เรื่องการใช้อินเทอร์เน็ตของตัวเอง

ใบงานที่ 2 โรคออนไลน์

ให้นักเรียน จับคู่

เป็นโรคออนไลน์ ชนิดใด และจับคู่ภาพ

- A : โรคซึมเศร้า
- B : ละเมอแชท
- C : โนโมโฟเบีย (Nomophobia)
- D : โรควันในตาเสื่อม
- E : สมาร์ทโฟนเฟซ (Smartphone Face)



โรค

ภาพ

1. / **Facebook** คนรุ่นใหม่มักใช้ช่องทางนี้ในการระบายความรู้สึกตัวเองมากขึ้น
2. / อาการกลัวไม่มีมือถือใช้ในการติดต่อสื่อสารหรืออัปเดตข้อมูล
3. / อาการติดแชทแม้ขณะหลับอยู่ จึงทำให้พักผ่อนไม่เพียงพอ
4. / อาการก้มมองหน้าจอมากเกินไปจนทำให้ปวดเมื่อยที่คอ
5. / โรควันในตาเสื่อม เห็นภาพเป็นคราบดำ ๆ คล้ายหยาก