

ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของ  
ผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน  
อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน

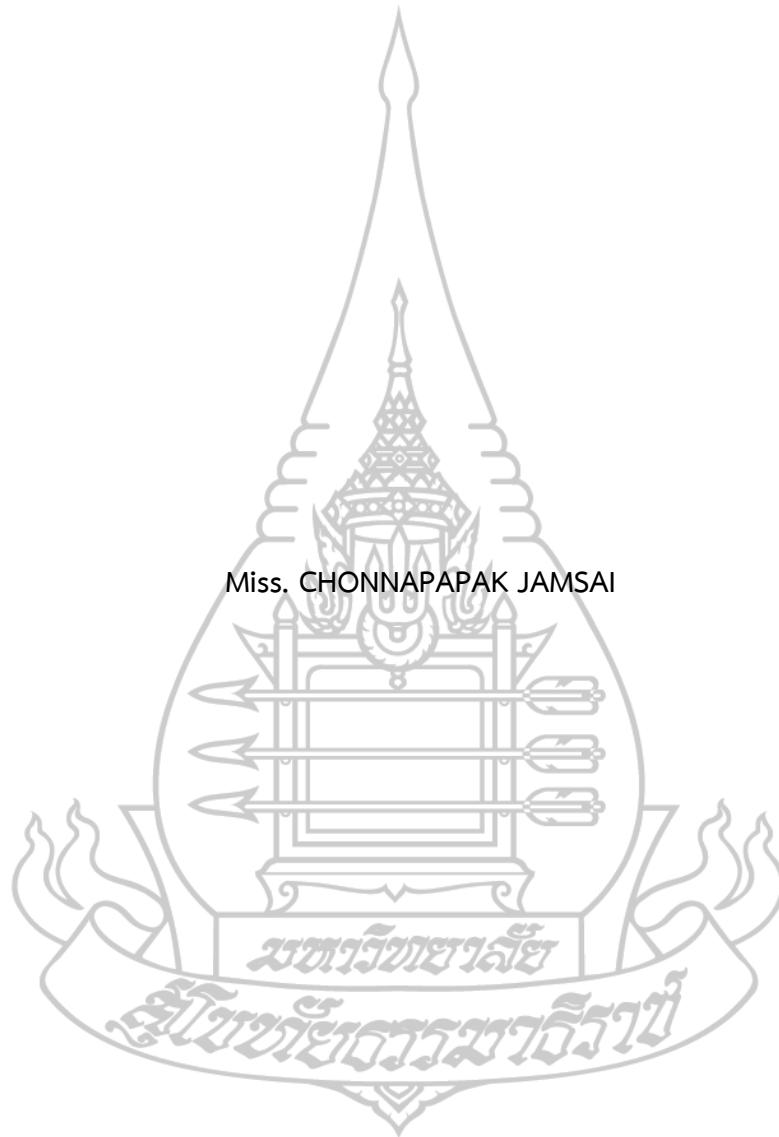


นางสาวชลนภักดิ์ แจ่มใส

การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา)  
สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

พ.ศ. 2566

Relationship between communication using digital technologies for  
with happiness of the elderly in subdistrict municipality Li Lamphun  
province



Miss. CHONNAPAPAK JAMSAI

An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree of Master of Education (Guidance and Psychological Counseling)  
School of Educational Studies Sukhothai Thammathirat Open University

2023

หัวข้อการศึกษาค้นคว้าอิสระ	ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับ ความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน
ชื่อและนามสกุล	นางสาวชลณภักดิ์ แจ่มใส
แขนงวิชา / วิชาเอก	{{major_name_th}}
สาขาวิชา	ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง

การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2567

คณะกรรมการสอบการศึกษาค้นคว้าอิสระ



รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ  
(ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์)

ชื่อการศึกษา คำนวณว่าอิสระ ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน  
ผู้ศึกษา นางสาวชลณภักดิ์ แจ่มใส รหัสนักศึกษา 2602800720  
ปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต(การแนะแนวและปรึกษาเชิงจิตวิทยา)  
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง ปีการศึกษา 2566

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน 2) เปรียบเทียบระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน และ 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้สูงอายุในเขตพื้นที่อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในปีพ.ศ.2566 จำนวน 400 คน ซึ่งได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น เครื่องมือการวิจัยเป็นแบบสอบถามการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาล ตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน เป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.82 วิเคราะห์ข้อมูล ด้วยสถิติ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ค่าที่ และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis)

ผลการศึกษาพบว่า 1) การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน อยู่ในระดับมาก 2) การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน ไม่แตกต่างกัน และ 3) การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน มีความสัมพันธ์กันที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

**คำสำคัญ** การสื่อสารการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ความสุขของผู้สูงอายุ

Independent Study title: “Relationship between communication using digital technologies for with happiness of the elderly in subdistrict municipality Li Lamphun province”

Author: “Miss. CHONNAPAPAK JAMSAI”; ID: “2602800720”;

Degree: Master of Education (Guidance and Psychological Counseling)

Independent Study Advisor: Asst. Prof. Wunlapa Sabaiying; Academic year: 2023

### Abstract

The objectives of this research were 1) Study the level of communication using digital technology and happiness of the elderly in Wangdin subdistrict municipality Li Lamphun. 2) Compare the level of communication using digital technology among the elderly between social bound and home bound in Wangdin subdistrict municipality Li Lamphun. And 3) Study the relationship between communication and the use of digital technology with the happiness of the elderly in the area of Wangdin subdistrict municipality Li Lamphun. The sample group in the study elderly people 400 in the area of Wangdin Subdistrict Municipality Li Lamphun data for 2023 from stratified sampling research tools was questionnaire communication using digital technologies for with happiness of the elderly. It is a rating scale with a confidence level of 0.82. Data were analyzed using statistics: frequency percentage mean standard deviation t-test and simple correlation coefficient.

The research findings showed that 1) Communication using digital technology and happiness of the elderly in the Wangdin subdistrict municipality Li Lamphun at a high level. 2) Communication using digital technology among the elderly social bound and home bound in the Wangdin subdistrict municipality Li Lamphun, there were no different. And 3) Communication using digital technology have a relationship with happiness of the elderly in the Wangdin subdistrict municipality Li Lamphun of 0.05 level significance.

**Keywords :** Communication using digital technology, Happiness of the elderly

## กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ ด้วยความอนุเคราะห์ และความกรุณาจากรองศาสตราจารย์ ดร.วิไลภา สบายยิ่ง ที่ได้ให้คำปรึกษาข้อแนะนำ ตลอดจนการแก้ไขปรับปรุงข้อบกพร่องต่างๆ เพื่อให้การศึกษาอิสระฉบับนี้มีความสมบูรณ์มากที่สุด ผู้ศึกษาขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ทุกท่านที่ได้สั่งสอน ถ่ายทอดแนวคิด องค์ความรู้ และชี้แนะแนวทางการศึกษาต่าง ๆ ให้แก่ผู้ศึกษา ตลอดจนเจ้าของผลงานวิชาการบทความ งานวิทยานิพนธ์ งานดุขุณีนิพนธ์ ที่ผู้ศึกษาได้ใช้ในการศึกษาฉบับนี้ รวมถึงบุคลากรทุกท่านในคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ที่ได้อำนวยความสะดวกด้วยดีเสมอมาจนการศึกษาอิสระฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

สุดท้าย ขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา ครอบครัว และเพื่อน ๆ ทุกท่านที่ได้สนับสนุน รวมถึงเป็นกำลังใจอย่างดียิ่ง ตั้งแต่เริ่มต้นศึกษาจนกระทั่งการศึกษาอิสระฉบับนี้เสร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี



นางสาวชลณภักดิ์ แจ่มใส

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญ .....	ช
สารบัญตาราง .....	ญ
สารบัญภาพ .....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ .....	1
1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
3. กรอบแนวคิดการวิจัย .....	3
4. สมมติฐานการวิจัย .....	4
5. ขอบเขตของการวิจัย.....	4
6. นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	6
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง .....	8
1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล .....	9
1.1 ความหมายของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล.....	9
1.2 องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล .....	10
1.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล.....	15
1.4 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล .....	17
1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล.....	19
2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล .....	23
2.1 ความหมายของความสุข .....	23
2.1 องค์ประกอบของความสุข .....	24
2.3 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสุข.....	26
2.4 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสุข .....	27
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข .....	29

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3. แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ .....	31
3.1 ความหมายของผู้สูงอายุ.....	31
3.2 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ.....	32
3.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ.....	35
3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ.....	38
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	42
1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	42
1.1 ประชากร .....	42
1.2 กลุ่มตัวอย่าง.....	42
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	44
2.1 ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	44
2.2 ส่วนที่ 2 แบบสอบถามระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน.....	44
2.3 ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความสุขของผู้สูงอายุ.....	45
3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	45
4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	46
4.1 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
บทที่ 4 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	47
1. ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของตัวแปร .....	48
1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยการคำนวณค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .....	48
1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน.....	49
1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับความสุขของผู้สูงอายุ.....	54



สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2. ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐานการวิจัย.....	58
2.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ระหว่าง กลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน โดยการวิเคราะห์ ด้วยการทดสอบด้วยค่า T- test .....	58
2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับ ความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้วยการวิเคราะห์สัมพัทธ์อย่างง่าย (Simple correlation coefficient).....	59
บทที่ 5 สรุปการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	60
1. สรุปผลการศึกษา.....	60
1.1 วัตถุประสงค์ของการศึกษา.....	60
1.2 สมมติฐานการวิจัย.....	60
1.3 ขอบเขตของการวิจัย .....	60
1.4 สรุปผลการวิจัย.....	62
2. อภิปรายผล.....	63
3. ข้อเสนอแนะ.....	65
3.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป.....	65
3.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	66
บรรณานุกรม .....	68
ภาคผนวก .....	75
ภาคผนวก ก.....	76
ภาคผนวก ข.....	78
ภาคผนวก ค.....	88
ประวัติผู้ศึกษา .....	92

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามหมู่บ้าน.....	43
ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	48
ตารางที่ 4.2 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในภาพรวมทั้ง 4 ด้าน.....	49
ตารางที่ 4.3 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านแหล่งที่มาของสื่อ.....	50
ตารางที่ 4.4 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ).....	51
ตารางที่ 4.5 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร).....	52
ตารางที่ 4.6 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร).....	53
ตารางที่ 4.7 ระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในภาพรวมทั้ง 3 ด้าน.....	54
ตารางที่ 4.8 ระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ).....	55
ตารางที่ 4.9 ระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านความสุขทางอารมณ์.....	56
ตารางที่ 4.10 ระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ).....	57
ตารางที่ 4.11 การวิเคราะห์ความแตกต่างของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขต พื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน จำแนกตามประเภทของผู้สูงอายุ.....	58
ตารางที่ 4.12 แสดงผลการทดสอบสมมติฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน.....	59

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย ..... 4



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในยุคดิจิทัลที่เทคโนโลยีพัฒนาอย่างรวดเร็ว เครื่องมือเทคโนโลยีดิจิทัลได้กลายเป็นส่วนสำคัญในชีวิตของผู้คนในทุกเพศทุกวัยรวมถึงกลุ่มผู้สูงอายุ เทคโนโลยีดิจิทัลยังมีบทบาทสำคัญในการเพิ่มพูนความสุขและคุณภาพชีวิต โดยหนึ่งในประโยชน์สำคัญที่สุดของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลคือ การเชื่อมต่อกับผู้อื่นได้อย่างง่ายผ่านแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook และ Instagram ที่ช่วยให้การติดต่อกับเพื่อนและครอบครัวที่อยู่ห่างไกลได้สะดวกมากยิ่งขึ้น อีกทั้งผู้คนยังสามารถแบ่งปันรูปภาพ วิดีโอ หรือแม้แต่การใช้ชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ยังมีแอปพลิเคชันเกี่ยวกับการส่งข้อความ เช่น WhatsApp และ Line ที่ยังเป็นตัวช่วยที่น่าสนใจเกี่ยวกับการสื่อสารแบบเรียลไทม์ ซึ่งจากการศึกษาของ Noelle (2021) ที่พบว่า วิธีการสื่อสารของผู้คนเปลี่ยนไปอย่างมากในทศวรรษที่ผ่านมา และยังพบว่า สื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลต่อวิธีการสื่อสารของผู้คน เนื่องจากวิธีการที่ผู้คนสามารถสื่อสารจะนำไปสู่การได้รับความรู้และข้อมูลเพิ่มเติมอีกทั้งยังสามารถเข้าถึงได้มากขึ้น การศึกษาเพิ่มเติมของ Kalpana (2020) ยังพบว่า ปัจจัยด้านอายุ เป็นตัวแปรสำคัญของการใช้งานของเทคโนโลยีดิจิทัล และผลที่เกิดขึ้นมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ โดยจะแตกต่างกันไปตามอายุ ซึ่งผู้ที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปี จะให้ความสำคัญกับการติดต่อกับเพื่อน มีลักษณะที่เน้นด้านความสัมพันธ์ ความบันเทิง การสร้างตัวตน และการรักษาสายสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งในทางตรงกันข้ามวัยกลางคนและวัยสูงอายุจะใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อเชื่อมต่อกับผู้อื่นที่มีความสนใจและงานอดิเรกเหมือนกัน

ผลการสำรวจการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ.2565 (ไตรมาส 2) ที่พบว่า การมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน มีประชาชนอายุ 50 ปีขึ้นไป ประมาณ 23.7 ล้านคน ซึ่งในจำนวนนี้มีผู้ใช้อุปกรณ์ดิจิทัลประมาณ 16.8 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 71 โดยใช้ช่องทางการเรียนรู้ ด้านการทดลองใช้งานด้วยตนเองมากที่สุดถึงร้อยละ 86 รองลงมาคือ เรียนรู้จากบุตรหลานหรือสมาชิกครอบครัวร้อยละ 82 และเรียนรู้จากเพื่อนหรือคนรู้จัก ร้อยละ 68 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2565) ในขณะที่การศึกษาของสิทธิพร สุนทร และคณะ (2561) ที่พบว่าปัจจัยการใช้สังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงวัยในจังหวัดมหาสารคามโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญ หรือในการศึกษาของปิยดา ราชพิบูลย์ (2564) ที่ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้และทักษะการประเมินสารสนเทศจากสื่อสังคมออนไลน์และเปรียบเทียบทักษะการประเมินสารสนเทศจากสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการใช้

สื่อสังคมออนไลน์อยู่ในระดับมาก นอกจากนี้ยังทำการสำรวจแนวทางทางเทคนิคและการเชื่อมต่อกับ แอปพลิเคชันที่สามารถลดความเหงา ป้องกันภาวะทุพโภชนาการ (Malnutrition) และสร้างแรงบันดาลใจในการรับประทานอาหาร ตลอดจนการแก้ปัญหาในการเข้าถึงสังคมของผู้สูงอายุในต่างประเทศ ซึ่งพบว่า ร้อยละ 80 มีการใช้แอปพลิเคชันดังกล่าว และร้อยละ 88 ของผู้ใช้ มีความเห็นว่าแอปพลิเคชันดังกล่าว สามารถตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง สามารถลดความเหงาและความโดดเดี่ยวทางสังคมได้ เห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นและมีความสุขเมื่อมีการใช้งานแอปพลิเคชันดังกล่าว

ในบางกรณีศึกษาในต่างประเทศ พบว่า เมื่อใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการสื่อสารในปริมาณ ที่พอเหมาะ เทคโนโลยีดิจิทัลสามารถนำไปสู่ระดับสุขภาวะทางจิตที่สูงขึ้น (Przybylski & Weinstein, 2017) ด้านการศึกษาเชิงจิตวิทยาในประเทศจีนยังค้นพบความเกี่ยวข้องที่สนับสนุนแนวคิดเกี่ยวกับ ความสุขเมื่อมีการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุ โดยพบว่าอินเทอร์เน็ต มีผลกระทบเชิงบวกอย่างมากต่อความพึงพอใจทางร่างกายและความพึงพอใจ ในชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศจีน อีกทั้งการ วิเคราะห์กลไกแสดงให้เห็นว่าอินเทอร์เน็ตสามารถปรับปรุงระดับการมีส่วนร่วมของ การ ประกันสุขภาพซึ่งสามารถตีความได้ว่าเป็นกลไกที่เป็นไปได้ นอกจากนี้อินเทอร์เน็ตยังส่งผลต่อความ พึงพอใจทางร่างกายและส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุซึ่งได้รับอิทธิพลจาก การสื่อสารผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Xuebing, 2015) นักวิชาการบางท่านชี้ให้เห็นว่า การใช้ โซเชียลมีเดียช่วยสร้างและเสริมสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้คน อีกทั้งผู้สูงอายุที่มีความถนัดในการ ใช้โซเชียลมีเดียสูงจะมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีขึ้น (Renzo, 2021)

จากความเป็นมาและความสำคัญดังกล่าวในข้างต้น จะเห็นได้ว่าการสื่อสารโดยใช้ เทคโนโลยีดิจิทัลมีบทบาทสำคัญในการเพิ่มความสุขและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เครื่องมือเหล่านี้ ช่วยให้ผู้ใช้สูงอายุเชื่อมต่อกับผู้อื่นและเพื่อให้สามารถเข้าถึงข้อมูลและความบันเทิง ลดความโดดเดี่ยว และเสริมสร้างสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีจากการใช้เครื่องมือเทคโนโลยีดิจิทัลอย่างชาญฉลาดและ ปลอดภัย และสามารถใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีเหล่านี้ได้อย่างมีความสุข ผู้ศึกษาจึงสนใจที่จะศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาล ตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ผลการศึกษาจะสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาแนวทางการให้คำปรึกษา เชิงจิตวิทยาเกี่ยวกับการสื่อสารของผู้สูงอายุที่เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตประจำวัน และช่วยในการ ให้คำปรึกษาด้านการส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลอย่างถูกต้องแก่ผู้สูงอายุ ตลอดจนเพื่อแนะนำ แนวทางการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลแก่ผู้สูงอายุให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขภายใต้ การเปลี่ยนแปลงทางการสื่อสารทางเทคโนโลยีทั้งในปัจจุบันและอนาคต

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

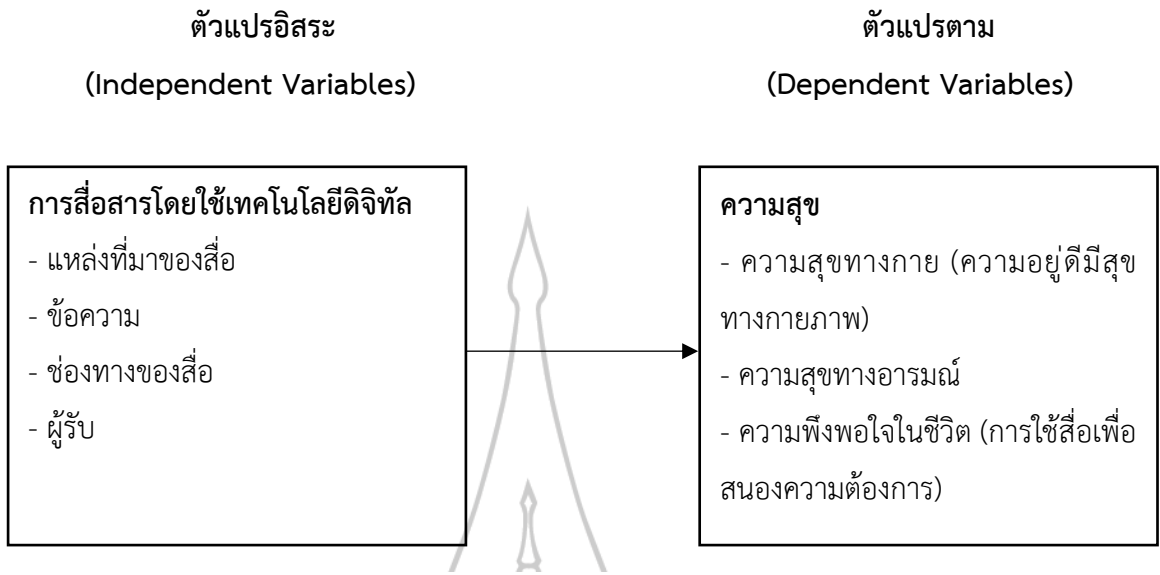
2.1 ศึกษาระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน

2.2 เปรียบเทียบระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน

2.3 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน

## 3. กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ซึ่งผู้ศึกษาได้นำเอากรอบทฤษฎีด้านการสื่อสารตามแบบจำลองการสื่อสาร SMCR ของ Berlo (1960) ซึ่งมีความสอดคล้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล และทฤษฎีดังกล่าวเป็นการอธิบายถึงการสื่อสาร โดยการสื่อสารที่จะเกิดขึ้นหรือเกิดขึ้นอย่างถูกต้องนั้น องค์ประกอบของแต่ละส่วนในกระบวนการสื่อสารต้องมีความสัมพันธ์เพื่อให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพ ผู้ศึกษาจึงนำทฤษฎีดังกล่าวมาใช้เป็นกรอบของตัวแปรอิสระ เพื่อศึกษาอิทธิพลของสื่อประกอบด้วย แหล่งที่มาของสื่อ ข้อความ ช่องทางของสื่อ และผู้รับ และในส่วนของตัวแปรตาม ผู้ศึกษาได้ใช้กรอบทฤษฎี Self-Determination Theory/SDT เพื่อศึกษาโครงสร้างของบริบทแห่งความสุข โดยมีองค์ประกอบเชิงทฤษฎี 3 ประการ ได้แก่ ความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) ความสุขทางอารมณ์ และความพึงพอใจ ดังภาพที่ 1.1



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย

#### 4. สมมติฐานการวิจัย

- 4.1 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอฉะเชิงเทรา จังหวัดฉะเชิงเทรา อยู่ในระดับมาก
- 4.2 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอฉะเชิงเทรา จังหวัดฉะเชิงเทรา ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน แตกต่างกัน
- 4.3 การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอฉะเชิงเทรา จังหวัดฉะเชิงเทรา มีความสัมพันธ์กัน

#### 5. ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีขอบเขตการวิจัยตามรายละเอียดดังนี้

**5.1 ประชากร** ได้แก่ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60 -69 ปี ในเขตพื้นที่อำเภอฉะเชิงเทรา จังหวัดฉะเชิงเทรา

**5.2 กลุ่มตัวอย่าง** คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60 -69 ปี ในเขตพื้นที่อำเภอฉะเชิงเทรา จังหวัดฉะเชิงเทรา ได้มาโดยใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิตามสัดส่วนของหมู่บ้าน จำนวน 17 หมู่บ้าน รวมทั้งสิ้น 400 คน

### 5.3 ตัวแปรที่ศึกษา ประกอบด้วย

**5.3.1 ตัวแปรอิสระ** มี 4 ตัวแปร คือ การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ประกอบด้วย แหล่งที่มาของสื่อ ข้อความ ช่องทางของสื่อ และผู้รับ

**5.3.2 ตัวแปรตาม** คือ ความสุข ประกอบด้วย ความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) ความสุขทางอารมณ์ ความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ)

## 6. นิยามศัพท์เฉพาะ

6.1 การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล หมายถึง การสื่อสารแลกเปลี่ยน แบ่งปัน แลกเปลี่ยนและหารือเกี่ยวกับข้อมูลที่สำคัญสื่อที่ใช้เทคโนโลยีดิจิทัล โดยอาศัยกระบวนการสื่อสารต่าง ๆ ของกลุ่มผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ชุมชนต่างจังหวัด

6.2 แหล่งที่มาของสื่อ หมายถึง เป็นบุคคลที่สร้าง คัดกรอง จัดการ สื่อสาร สร้าง แบ่งปัน และติดตามข้อมูล สัญลักษณ์ ตลอดจนรูปแบบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัล และเป็นผู้เลือกช่องทางในการส่ง ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นที่ต้องการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัล

6.3 ข้อความ หมายถึง เป็นส่วนของรายละเอียดเนื้อหาที่ผู้ใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเลือกใช้ โดยหมายรวมถึง ข้อความที่มีเนื้อหาสำคัญและไม่สำคัญ รูปภาพ ภาพเคลื่อนไหว ตลอดจนเสียง เพื่อส่งต่อไปยังผู้รับ

6.4 ช่องทางของสื่อ หมายถึง รูปแบบที่เลือกใช้ในลักษณะของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล เพื่อการเผยแพร่และเพื่อใช้สื่อสารระหว่างกันในเครือข่ายทางสังคมออนไลน์ และโปรแกรมประยุกต์บนสื่อต่างๆ

6.5 ผู้รับ หมายถึง ผู้ใช้สื่อดิจิทัล ที่รับข้อมูล สัญลักษณ์ ตลอดจนรูปแบบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัลจากผู้ส่งสาร

6.6 ความสุข หมายถึง ความเป็นอยู่ที่ดีตามอัตวิสัย ได้แก่ นิสัยใจคอโดยกำเนิด คุณภาพของความสัมพันธ์ทางสังคม สังคมที่พวกเขาอาศัยอยู่ และความสามารถในการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานในระดับหนึ่ง มีทรัพยากรเพียงพอสำหรับตอบสนองความต้องการ และการปรับตัวเข้ากับเงื่อนไขต่าง ๆ ได้อย่างดี โดยมี 3 องค์ประกอบ คือ ความสุขทางกายภาพ (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) ความสุขทางอารมณ์ และความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ)



6.7 ความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) หมายถึง การปรับตัวที่นำไปสู่พฤติกรรมที่สามารถรับมือกับภัยคุกคามหรือปัญหาที่เกิดขึ้นเกิดขึ้นทำให้เกิดความคิดและการกระทำที่แปลกใหม่และหลากหลายก่อให้เกิดผลลัพธ์ในเชิงบวกต่อการดำรงชีวิตหลังจากที่มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

6.8 ความสุขทางอารมณ์ หมายถึง ความสุขที่ก่อให้เกิดความรู้สึกปลอดภัยและการรับรู้โลกว่าเป็นสิ่งที่คาดเดาและควบคุมได้ อีกทั้งรูปแบบคุณค่าของความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นของแนวคิดเกี่ยวกับตนเอง ซึ่งเป็นผลที่เกิดขึ้นหลังจากมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

6.9 ความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ) หมายถึง มีความยินดี ดีใจ สร้างสรรค์แนวทางในการต่อยอดการดำรงชีวิต การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อสังคมครอบครัว และสังคมภายนอก เป็นสถานะที่มีความพึงพอใจต่อความคิดและอารมณ์ในขณะที่มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

6.10 ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีสัญชาติไทยทั้งชายและหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี บริบูรณ์ขึ้นไป และอาศัยอยู่ในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน

6.11 ผู้สูงอายุประเภทกลุ่มติดสังคม หมายถึง ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้ ช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม ชุมชนได้ สามารถเดินขึ้นบันไดเองโดยไม่ต้องช่วยเหลือ

6.12 ผู้สูงอายุประเภทกลุ่มติดบ้าน หมายถึง ผู้สูงอายุกลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองได้บ้าง ไม่สามารถเดินตามลำพังบนทางเรียบได้ต้องใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือ ต้องการความช่วยเหลือขณะรับประทานอาหาร ต้องการความช่วยเหลือพาไปห้องน้ำ

## 7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 สมาชิกในครอบครัว เพื่อน หรือผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความเข้าใจต่อระดับของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุ สามารถให้คำแนะนำ หรือคำปรึกษาเกี่ยวกับวิธีการใช้งานการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลที่เหมาะสมกับการใช้งานที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้สูงอายุซึ่งเป็นผู้ใช้โดยตรงได้อย่างแท้จริง

7.2 สมาชิกในครอบครัว เพื่อน หรือผู้ดูแลผู้สูงอายุ รับรู้และเข้าใจ และสามารถหาแนวทางการส่งเสริมความสุขแก่ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นพื้นฐานของความแข็งแรงทั้งสุขภาพร่างกายและจิตใจ

7.3 สมาชิกในครอบครัว เพื่อน หรือผู้ดูแลผู้สูงอายุ มีความเข้าใจในกลุ่มผู้สูงอายุทั้งประเภทกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน ในด้านความสามารถในการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล นอกจากนี้ยังสามารถหาแนวทางในการส่งเสริมการสื่อสารที่เหมาะสมกับประเภทกลุ่มผู้สูงอายุได้

อย่างเหมาะสม เกิดประโยชน์ในด้านการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่จำเป็นและมีความสำคัญในเรื่องการดูแลรักษาสุขภาพ และการป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุได้

7.4 ผลการศึกษาที่ได้จะสามารถลดช่องว่างในการดูแลกลุ่มผู้สูงอายุผ่านการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล สามารถส่งเสริมการสื่อสารที่ถูกต้อง และข้อมูลสารสนเทศยังเป็นแนวทางที่สำคัญต่อการพัฒนาการสื่อสารของผู้สูงอายุโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลได้อย่างมีประสิทธิภาพ



## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ทำการรวบรวมวรรณกรรม เอกสาร แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล
  - 1.1 ความหมายของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล
  - 1.2 องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล
  - 1.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล
  - 1.4 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล
  - 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล
2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความสุข
  - 2.1 ความหมายของความสุข
  - 2.2 องค์ประกอบของความสุข
  - 2.3 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสุข
  - 2.4 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสุข
  - 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข
3. แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
  - 3.1 ความหมายของผู้สูงอายุ
  - 3.2 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ
  - 3.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ
  - 3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

## 1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

### 1.1 ความหมายของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

การสื่อสารเป็นคำที่มาจากภาษาละตินที่แปลว่าการแบ่งปันโดยการสื่อสารสามารถกำหนดได้ว่าเป็นการแลกเปลี่ยนข้อมูลอย่างตั้งใจและใส่ใจระหว่างคนสองคนขึ้นไป โดยการแลกเปลี่ยนข้อมูลดังกล่าวนั้นจะมีวัตถุประสงค์เพื่อสื่อหรือรับความหมายที่ตั้งใจไว้ผ่านระบบสัญลักษณ์ที่ใช้ร่วมกันและสามารถเข้าใจได้ทั้งฝ่ายผู้ส่งและฝ่ายผู้รับ ซึ่งในทางเดียวกันกระบวนการในการสื่อสารดังกล่าวจะครอบคลุมทั้งกลุ่มเพศชาย เพศหญิง และรวมถึงกลุ่มปัจเจกบุคคล อีกทั้งยังหมายรวมถึงสมาชิกของกลุ่ม สังคม ชุมชน หรือองค์กรด้วย ดังนั้นการสื่อสารจึงเป็นอีกกระบวนการหนึ่งที่สามารถเพิ่มความหมายให้กับชีวิตมนุษย์ เป็นส่วนหนึ่งในการช่วยสร้างความสัมพันธ์และเสริมความรัก ความเข้าใจ ตลอดจนการเพิ่มพูนความรู้และทำให้ชีวิตมีคุณค่า ซึ่งครอบคลุมถึงเครื่องมือสื่อสารต่าง ๆ เช่น หนังสือพิมพ์ หนังสือ จดหมาย โทรศัพท์ และโทรศัพท์มือถือ

ภัทรพร ฉิวคราม (2561, น. 25) ได้อธิบายไว้ว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเป็นการใช้การสื่อสารที่มีรูปแบบของข้อมูลเป็น ภาพ เสียง ข้อความ หรือรูปแบบผสม ภายใต้เทคโนโลยีที่มีความแม่นยำ และรวดเร็ว

อารียา ศรีแจ่ม (2562, น. 23) นิยามไว้ว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล เป็นการสื่อสารโดยใช้บริการเพื่อส่งข้อความ ส่งอีเมล วิดีโอ เพลง รูปภาพ และการทำงาน ซึ่งเป็นการเชื่อมโยงกับความสนใจและกิจกรรมของผู้ใช้

นภาพร ภูบุบผา (2562, น. 35-36) ได้อธิบายไว้ว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเป็นการติดต่อระหว่างกัน เพื่อทำการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น พูดคุย แบ่งปันประสบการณ์ ตลอดจนการสื่อสารบนเครือข่ายชุมชนออนไลน์ผ่านอุปกรณ์เทคโนโลยีดิจิทัลต่าง ๆ เช่น คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์มือถือ

กนกนาฏ ลิขิตปรีวัน และพูนสุข ภาระมรทัต (2561, น. 31 - 33) ได้อธิบายไว้ว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล เป็นการสร้างเครือข่ายในการแบ่งปันข้อมูลรูปแบบหนึ่งผ่านการเชื่อมโยงเทคโนโลยีดิจิทัล โดยมีลักษณะในการสื่อสารต่าง ๆ ทั้งข้อความ รูปภาพ หรือเสียง อย่างไม่จำกัดเรื่องเวลาและเนื้อที่ในการสื่อสาร

สรุป เทคโนโลยีดิจิทัลและการสื่อสารได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์ที่แยกจากกันไม่ได้ และทำให้เกิดกระบวนการทางการสื่อสารต่าง ๆ มากขึ้นโดยใช้เวลาและต้นทุนน้อยลง ดังนั้นการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล จึงหมายถึง กระบวนการแลกเปลี่ยนข้อมูลความรู้ รูปภาพ เสียง สัญลักษณ์ ผ่านสื่อต่าง ๆ ที่อยู่ในรูปแบบอุปกรณ์เทคโนโลยีดิจิทัลได้แบบทันทีและเสมือนจริงในเวลาเดียวกัน

## 1.2 องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

Nag, B (2011) อธิบายไว้ว่า รากฐานของการสื่อสารขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลักสี่ประการ ได้แก่ แหล่งที่มาของสื่อ ข้อความ ช่องทางหรือสื่อ และผู้รับ ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้ย่อมเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการสื่อสารแม้ว่าการสื่อสารในปัจจุบันและอนาคตจะแตกต่างกันออกไป หากศึกษามิติของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในเชิงลึก อาจพบตัวแปรขององค์ประกอบที่เพิ่มขึ้น ซึ่งอาจเป็นองค์ประกอบที่ส่งผลกระทบต่อหรือมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลหรือกลุ่มไปสู่เป้าหมายและวัตถุประสงค์ที่ต้องการ

Sharp, N. S. (2020) ได้กล่าวไว้ว่า การสื่อสารที่ดีคือกลยุทธ์ความสำเร็จ ซึ่งมักพบว่าการสื่อสารที่ไม่ประสบความสำเร็จจำนวนมาก มักมาจากการตระหนักถึงขอบเขตที่กว้างจนเกินไป ดังนั้นการสื่อสารต้องเข้าใจพื้นฐานขององค์ประกอบของการสื่อสารที่แท้จริงที่ประกอบด้วย ผู้ส่ง หรือแหล่งที่มาของสื่อ ข้อความ ช่องทางของสื่อ และผู้รับ แม้การสื่อสารจะเปลี่ยนแปลงไปในรูปแบบที่มีการพัฒนาตามยุคสมัยเพื่อให้เกิดประโยชน์ที่มากขึ้นภายใต้กระบวนการสื่อสารที่สะท้อนมุมมองของเป้าหมายการสื่อสารที่แตกต่างกัน

Clifford, G. (2009) กล่าวว่า เทคโนโลยีใหม่ได้รับการพัฒนาและนำไปใช้ซึ่งถือเป็นเครือข่ายการสื่อสารทางเลือกที่มีศักยภาพ ไม่ว่าจะเป็นสิ่งพิมพ์ ดิจิทัล หรืออิเล็กทรอนิกส์ ล้วนแล้วแต่อาศัยพื้นฐานขององค์ประกอบการสื่อสารเป็นหลัก ซึ่งเมื่อศึกษาผลกระทบในส่วนย่อยของการสื่อสาร สิ่งเหล่านั้นย่อมหมายถึงค่านิยม ทักษะ ทักษะ ทักษะ ความเชื่อ และแนวปฏิบัติ โดยการศึกษาต้องแยกประเด็นการศึกษาออกไป เนื่องจากเป็นความยากต่อการจำกัดและระบุความแน่นอนของปรากฏการณ์ ด้วยเหตุนี้องค์ประกอบของการสื่อสารจึงประกอบด้วยหลัก 4 ประการ คือ แหล่งที่มาของสื่อ ข้อความ ช่องทางของสื่อ และผู้รับ

ในตำรา Communication theories ของมหาวิทยาลัย University of Twente (2003, p.12) อธิบายว่า หนึ่งในกรอบแบบของการสื่อสารในช่วงเปลี่ยนผ่านของยุคแรกๆ ในการเข้าสู่เทคโนโลยีสารสนเทศ คือวิธีการพยายามค้นหาวิธีจากการส่งข้อความจากแหล่งข้อมูลผ่านช่องทางที่มีการศึกษาค้นคว้าการรองรับเทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์ให้มีข้อผิดพลาดน้อยที่สุด มีประสิทธิภาพสูงสุด และรวดเร็วที่สุด และจากการผ่านการเผยแพร่ในหนังสือ The mathematical theory of communication ในหัวข้อเรื่อง ‘Shannon and Weaver model of communication’ โดยในปี ค.ศ. 1948 แชนนอน นักคณิตศาสตร์ชาวอเมริกัน วิศวกรอิเล็กทรอนิกส์และวิฟเวอร์เป็นนักวิทยาศาสตร์ชาวอเมริกัน ทั้งคู่ร่วมกันเขียนบทความใน ‘Bell System Technical Journal’ ชื่อ ‘A Mathematical Theory of Communication’ ซึ่งเรียกอีกอย่างว่า ‘Shannon-Weaver model ของการสื่อสาร’ (Shannon, C. E., & Weaver, W., 1949) เพื่ออธิบายว่าการสื่อสารเกิดขึ้นระหว่าง ผู้ส่งและผู้รับอย่างไร เริ่มแรกพวกเขาออกแบบให้เป็นแบบจำลองเชิงเส้นเพื่ออธิบายวิธีการส่ง

และรับข้อความ และในเวทีวิศวกรรม แบบจำลองนี้เรียกอีกอย่างว่าทฤษฎีสารสนเทศ และส่วนใหญ่จะใช้ในการคำนวณการส่งสัญญาณที่เกิดขึ้นในเครื่องจักร แบบจำลองถือว่าผู้ส่งเป็นผู้เริ่มต้นการสื่อสาร และเป็นแหล่งข้อมูล ข้อมูลจะถูกส่งต่อจากสมองและผ่านริมฝีปากในรูปแบบของสัญญาณ สัญญาณนี้ผสมกับสิ่งรบกวนอื่น ๆ และเสียงอื่น ๆ และผู้รับก็ได้รับในที่สุด นอกจากนี้โมเดลแชนนอน ยังมีประโยชน์หลายประการ ประการแรก สามารถอธิบายถึงองค์ประกอบที่ขัดขวางการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ดังนั้นจึงสามารถระบุข้อบกพร่องหรือสัญญาณรบกวนในการสื่อสาร และแก้ไขได้ ทั้งนี้โมเดลยังแบ่งกระบวนการสื่อสารออกเป็นส่วนเล็ก ๆ ทำให้ผู้รับเข้าใจได้มากขึ้น นอกจากนี้ยังใช้ได้กับการสื่อสารเกือบทุกประเภท เนื่องจากทำให้การสื่อสารเป็นกระบวนการสองทางโดยประการสุดท้าย จะประเมินการสื่อสารเป็นกระบวนการเชิงปริมาณ ประกอบด้วย

**1.2.1 ผู้ส่ง (แหล่งข้อมูล)** คือบุคคลที่สร้างข้อความ เลือกช่องทาง และส่งข้อความ กล่าวคือ แหล่งข้อมูลเริ่มกระบวนการโดยเลือกข้อความที่จะส่ง บุคคลที่จะส่งข้อความถึง และช่องทางที่จะส่งข้อความ ผู้ส่งสามารถส่งข้อความได้หลายวิธี อาจด้วยวาจา (ผ่านคำพูด) เป็นลายลักษณ์อักษร ผ่านภาษากาย และดนตรี ฯลฯ

**1.2.2 ตัวเข้ารหัส (เครื่องส่งสัญญาณ)** ตัวเข้ารหัสคือเครื่องจักร (หรือคน) ที่แปลงความคิดเป็นสัญญาณที่สามารถส่งจากผู้ส่งไปยังผู้รับ เดิมทีโมเดลแชนนอนได้รับการออกแบบเพื่ออธิบายการสื่อสารผ่านวิธีการต่าง ๆ อย่างไรก็ตามตัวเข้ารหัสยังสามารถเป็นคนที่เปลี่ยนความคิดเป็นคำพูด เขียน หรือภาษาสัญลักษณ์เพื่อสื่อสารความคิดกับใครบางคน

**1.2.3 ช่องทาง** คือ ขั้นตอนต่อไปในโมเดล แชนนอน คือ ช่องทาง โดยช่องทางการสื่อสารเป็นโครงสร้างพื้นฐานที่รับข้อมูลจากผู้ส่งและส่งสัญญาณไปยังตัวถอดรหัสและผู้รับ บางครั้งเราเรียกสิ่งนี้ว่า สื่อ

**1.2.4 ตัวถอดรหัส (ตัวรับ)** เป็นเครื่องที่ใช้ในการแปลงสัญญาณหรือข้อมูลระบบเลขฐานสองเป็นข้อความหรือตัวรับทำหน้าที่แปลข้อความจากสัญญาณ

**1.2.5 เสียงรบกวน** ขั้นตอนต่อไปในแบบจำลองของ แชนนอนคือ เสียงรบกวน โดยที่เสียงรบกวนรบกวนข้อความระหว่างทางจากผู้ส่งไปยังผู้รับ ตั้งชื่อตามแนวคิดที่ว่า เสียงรบกวนอาจขัดจังหวะความเข้าใจเกี่ยวกับข้อความ โดยเสียงรบกวนมีสองประเภท ได้แก่ เสียงรบกวนภายในและเสียงรบกวนภายนอก ซึ่งหนึ่งในเป้าหมายสำคัญสำหรับผู้ที่ใช้ทฤษฎีนี้คือ การระบุสาเหตุของเสียงรบกวนและพยายามลดให้น้อยที่สุดเพื่อปรับปรุงคุณภาพของข้อความ โดยเสียงภายในจะเกิดขึ้นเมื่อผู้ส่งเข้ารหัสข้อความผิดพลาดหรือผู้รับถอดรหัสข้อความผิดพลาด นี่คือจุดสองจุดที่สามารถเกิดขึ้นได้ และเสียงรบกวนจากภายนอก จะเกิดขึ้นเมื่อสิ่งภายนอก (ไม่ได้อยู่ในการควบคุมของผู้ส่งหรือผู้รับ) เพื่อขัดขวางการส่งข้อความ

**1.2.6 ถอดรหัส** ขั้นตอนต่อไปในโมเดลแซนนอนคือ ตัวถอดรหัส ซึ่งเป็นการถอดรหัส สิ่งที่ตรงกันข้ามกับการเข้ารหัส Shannon และ Weaver สร้างแบบจำลองนี้โดยอ้างอิงถึงการสื่อสาร ที่เกิดขึ้นผ่านอุปกรณ์เช่นโทรศัพท์ ดังนั้นในรุ่นนี้ มักจะมีอุปกรณ์ที่ถอดรหัสข้อความจากเลขฐานสอง หรือคลื่อนกลับเป็นรูปแบบที่ผู้รับสามารถเข้าใจได้

**1.2.7 ผู้รับ (ปลายทาง)** ขั้นตอนต่อไปในโมเดลแซนนอน คือ ตัวรับ โดยที่ตัวรับ คือจุดสิ้นสุดของกระบวนการสื่อสารทางเทคนิคของโมเดลนี้ดั้งเดิม นี่คือขั้นตอนที่บุคคลได้รับข้อความ ในที่สุด หรือสิ่งที่เหลืออยู่หลังจากคำนึงถึงเสียงรบกวน

**1.2.8 ข้อเสนอแนะ** ขั้นตอนสุดท้ายในโมเดล คือ ข้อเสนอแนะ ซึ่งจริง ๆ แล้ว ขั้นตอนข้อเสนอแนะไม่ได้ถูกเสนอโดยแซนนอน แต่มาพร้อมกับขั้นตอนป้อนกลับเพื่อตอบสนองต่อ คำวิจารณ์ในลักษณะเชิงเส้นของวิธีการ ('เชิงเส้น' หมายความว่าข้อความมีทิศทางเดียวเท่านั้น) การตอบกลับเกิดขึ้นเมื่อผู้รับข้อความตอบกลับไปยังผู้ส่งเพื่อปิดกระบวนการสื่อสาร พวกเขาอาจตอบ กลับเพื่อแจ้งให้ผู้ส่งทราบว่าได้รับข้อความหรือเพื่อแสดงให้ผู้ส่งทราบ

เช่นเดียวกับแบบจำลองการสื่อสารอื่น ๆ โมเดลการสื่อสารของแซนนอนและวีฟเวอร์ ก็มีข้อบกพร่องและข้อจำกัดเช่นกัน แม้ว่าโมเดลจะครอบคลุมพื้นฐานการสื่อสารระหว่างผู้ส่งและผู้รับ ในหลักการเนื้อหาในช่วงดังกล่าวจะเห็นได้ว่า ทฤษฎีของแซนนอนและวีฟเวอร์ ยังคงไว้ซึ่งองค์ประกอบ หลักทั้ง 4 คือ การนำ 1) ข้อความ (ที่มีการพัฒนาด้วยหลักทฤษฎีและกลไกทางคณิตศาสตร์จาก 2) แหล่งข้อมูล ผ่าน 3) ช่องทาง การสื่อสาร เพื่อให้ไปถึง 4) ผู้รับ ด้วยวิธีการที่รวดเร็วและมีประสิทธิภาพที่สุดในการรับข้อความจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่ง

ในขณะที่ กิดานันท์ มลิทอง (2543) ได้อธิบายเพิ่มเติมซึ่งเป็นองค์ประกอบของ การสื่อสารที่มีความสอดคล้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล จากหลักทฤษฎี SMCR ของ เบอร์โล นักทฤษฎีการสื่อสารชาวอเมริกัน ซึ่งเป็นผู้พัฒนาแบบจำลองการสื่อสาร SMCR ในปี 1960 ที่เป็นการพัฒนาแบบจำลองกระบวนการการสื่อสารจากแซนนอน โดยในแบบจำลองการสื่อสารของ เบอร์โลได้อธิบายไว้ว่า กระบวนการสื่อสารจะต้องประกอบด้วย ผู้ส่งหรืออาจเรียกว่าแหล่งข้อมูล ข้อความ ช่องทางการส่งข้อความ และองค์ประกอบสุดท้ายคือผู้รับสาร โดยองค์ประกอบของแต่ละส่วน ในกระบวนการดังกล่าวล้วนแล้วแต่มีความสัมพันธ์เพื่อให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพ และจะเกิด ประสิทธิภาพก็ต่อเมื่อแหล่งที่มาและผู้รับต้องอยู่ในระดับเดียวกัน จากนั้นการสื่อสารจะเกิดขึ้นหรือ เกิดขึ้นอย่างถูกต้อง บนข้อสรุปที่ว่ารากฐานที่ทั้งผู้ส่ง (แหล่งที่มา) และผู้รับจะต้องได้รับอิทธิพลจาก วัฒนธรรม ระบบสังคม ความรู้ ทักษะการสื่อสาร และปัจจัยอื่น ๆ ของตนเอง หลังจากพัฒนา ข้อความซึ่งเป็นองค์ประกอบในชุดสัญลักษณ์แล้ว ขั้นตอนของ ผู้ส่งจะเริ่มต้นขึ้น เบอร์โล กล่าวว่า กระบวนการสื่อสาร ต้องประกอบด้วย SMCR ซึ่งถือเป็นพื้นฐานของการสื่อสารทั่วไป แต่การสื่อสาร ไม่ใช่ว่าได้ทำการสื่อสารกันแล้วจะสิ้นสุดแค่นั้น ในการสื่อสารแต่ละครั้ง ต้องคำนึงด้วยว่า ประสบ

ผลสำเร็จหรือไม่ มีความสัมพันธ์ผลมากน้อยเพียงใด ทั้งนี้ เบอร์โลได้อธิบายลักษณะของสื่อในแบบจำลองการสื่อสารว่า ต้องเข้าไปเกี่ยวข้องกับแหล่งสาร ข่าวสาร และผู้รับสาร อย่างเลียงไม่ได้มาขยายความเพิ่มเติม โดยกล่าวว่า กระบวนการสื่อสาร ของเบอร์โล มีลักษณะตามแบบจำลองของ S M C R ประกอบด้วย (S) ผู้ส่งสาร (M) ข้อมูลข่าวสาร (C) ช่องทางการสื่อสาร (R) ผู้รับสาร โดยอธิบายองค์ประกอบแต่ละส่วนดังนี้

**1.2.9 ผู้ส่งสาร (sender)** หมายถึง บุคคล หรือหน่วยงานที่เป็นผู้สร้างสาร หรือแหล่งกำเนิดสาร แล้วส่งสารไปยังบุคคลอื่น หรือไปยังหน่วยงานอื่นด้วยวิธีใดวิธีการหนึ่ง หรืออาจหลายวิธี เช่น การพูด การเขียน การแสดงท่าทาง เป็นต้น ผู้ส่งสารจึงถือเป็นองค์ประกอบประการแรก ที่ทำให้กระบวนการสื่อสารเกิดขึ้น เพราะเป็นผู้เริ่มต้นการสื่อสารนั่นเอง ดังนั้นผู้ส่งสารอาจเป็นบุคคลคนเดียว กลุ่มบุคคล หน่วยงาน หรือสถาบันองค์กรก็ได้ ผู้ส่งสารควรตระหนักอยู่เสมอ ก็คือ จะต้องมีความรู้ ความเข้าใจในสารที่จะสื่อออกไปนั้นอย่างแจ่มชัด มีวัตถุประสงค์ชัดเจน เข้าใจถึงความสามารถและความพร้อมในการรับสารของผู้ที่ตนจะสื่อสารด้วย รวมทั้งเลือกใช้วิธีการสื่อสารได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้การสื่อสารครั้งนั้นๆบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

**1.2.10 ข้อมูลข่าวสาร (Message)** หมายถึง เรื่องราวหรือสิ่งต่าง ๆ ที่อาจอยู่ในรูปของข้อมูล ความรู้ ความคิด ความรู้สึก ที่ผู้ส่งสารต้องการส่งไปให้ผู้อื่นได้รับ และเกิดการตอบสนองสารประกอบด้วยส่วนสำคัญ 3 ประการ คือ

1) **รหัสของสาร** ได้แก่ภาพ สัญลักษณ์ หรือสัญญาณต่าง ๆ ที่มนุษย์ใช้แสดงออกแทนความคิด หรือความรู้สึกต่างๆ ดังนั้น สารจึงจำแนกได้ 2 ลักษณะ คือ รหัสของสารที่เป็นถ้อยคำ (วจนภาษา) ได้แก่ ภาษาพูด และภาษาเขียน และอีกลักษณะ คือ รหัสของสารที่ไม่เป็นถ้อยคำ (อวจนภาษา) ได้แก่กิริยาท่าทาง

2) **เนื้อหาของสาร** ได้แก่ มวลความคิด และประสบการณ์ที่ผู้ส่งสารต้องการจะ ถ่ายทอดแลกเปลี่ยนเพื่อความเข้าใจร่วมกัน เนื้อหาของสารจะแฝงไปกับรหัสของสาร เมื่อผู้รับสารสามารถ ถอดรหัสของสารได้ ก็แสดงว่าเข้าใจเนื้อหาของสารนั้นแล้ว เราแบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ คือ

(1) **เนื้อหาของสารที่เป็นข้อเท็จจริง** เป็นองค์ความรู้ หลักเกณฑ์ หรือข้อสรุปที่ผ่านการพิสูจน์มาแล้ว มีเหตุผลยอมรับได้ว่าเป็นความจริง สามารถอ้างอิงได้

(2) **เนื้อหาของสารที่เป็นข้อคิดเห็น** คือ ความรู้สึกหรือความคิดส่วนตัวของผู้ส่งสาร โดยอาจจะเป็นจริงหรือไม่เป็นจริงก็ได้



(3) *การจัดสาร* ได้แก่ การนำเนื้อหาของสารมาเรียบเรียงอย่างมีระบบ เพื่อให้ได้ใจความตามเนื้อหาที่ต้องการ ด้วยการเลือกใช้รหัสของสารที่เหมาะสม เช่น การเลือกใช้คำ การใช้ท่าทางประกอบ การจัดลำดับความ การอธิบาย เป็นต้น สารที่ได้รับการจัดอย่างดีจะทำให้ผู้รับสารสามารถเข้าใจได้ตามวัตถุประสงค์ที่ผู้ส่งสารต้องการ

3) *ช่องทางการสื่อสาร (Channel)* คือ สิ่งที่เป็นตัวกลางทำให้สารเคลื่อนตัวออกไปจากผู้ส่งสาร มีทั้งสื่อที่อยู่ตามธรรมชาติ เช่น อากาศ คลื่นแสง คลื่นเสียง และสื่อที่มนุษย์ทำขึ้นหรือผลิตขึ้น เช่น โทรศัพท์ หนังสือ นิตยสาร แอ็บบันทึกเสียง โดยสารจะถูกถ่ายทอดเข้าสู่ระบบการรับรู้ของมนุษย์ เช่น อวัยวะ หรือประสาทสัมผัสทั้ง 5 ของมนุษย์ ซึ่งก็เป็นช่องทางของผู้ส่งสารผ่านช่องทางของสารไปสู่ผู้รับสาร

4) *ผู้รับสาร (Receiver)* หมายถึง การตั้งใจฟังข้อมูล แล้วตรวจสอบความเข้าใจ แล้วโดยสะท้อนกลับ หรือถามคำถามเพื่อให้แน่ใจว่าการสื่อสารมีความเข้าใจในสถานการณ์เดียวกัน จุดหมายปลายทางที่สารจะส่งไปถึงผู้รับสารอาจเป็นบุคคลเดียว หรือเป็นกลุ่มก็ได้ ถ้าหากผู้รับสารตอบสนองได้ตรงกับความต้องการของผู้ส่งสาร ก็แสดงว่าผู้รับสารเข้าใจความหมายของสารที่ส่งมา ผู้รับสารจึงมีหน้าที่แปลความหมายของสารส่งสารต่อไปยังผู้รับสารคนอื่น ๆ ตามที่ผู้ส่งสารกำหนดจุดมุ่งหมายไว้ ซึ่งปัจจัยที่มีความสำคัญต่อการสื่อสารที่จะทำให้การสื่อสารมีความสำเร็จตามลักษณะกระบวนการสื่อสาร S M C R หรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

(1) *ทักษะในด้านการสื่อสาร* เป็นการศึกษาเกี่ยวข้องกับการถ่ายทอดและรับข้อมูลที่มีทั้งความสามารถทางวาจาและอวัจนภาษา โดยที่การถ่ายทอดข้อมูลอย่างชัดเจน กระชับ และด้วยน้ำเสียงที่ถูกต้อง ล้วนเป็นส่วนสำคัญของการสื่อสารที่เป็นลายลักษณ์อักษร

(2) *ทัศนคติ* กล่าวคือ ทัศนคติในการสื่อสารช่วยให้สามารถให้เหตุผลพร้อมกันเกี่ยวกับการตอบสนองทางอารมณ์ของบุคคลต่อบางสิ่งบางอย่าง

(3) *ความรู้ ความสามารถ* กล่าวคือ ความสามารถในการสื่อสารข้อมูลได้อย่างถูกต้อง ชัดเจน และเป็นไปตามที่ตั้งใจ ถือเป็นทักษะชีวิตที่สำคัญและเป็นสิ่งที่ไม่ควรมองข้าม

จากการรวบรวมหลักการและแนวคิดในข้างต้น พบว่า กรอบทฤษฎีของ Rogers ยังคงมีการใช้กันอย่างแพร่หลายมากที่สุด เนื่องจากนำไปสู่ความเข้าใจที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นเกี่ยวกับกระบวนการสื่อสารโดยตรง และเกี่ยวเนื่องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ซึ่งประกอบด้วย แหล่งที่มา ข้อความ ช่องทางของสื่อ และผู้รับ การศึกษานี้ได้รับการสนับสนุนจากทฤษฎี SMCR ซึ่งเป็นกรอบทางทฤษฎีพื้นฐานของการสื่อสารและนำไปใช้ประยุกต์กับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

### 1.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

สิ่งประดิษฐ์ที่สำคัญทุกอย่างมาพร้อมกับการเปลี่ยนแปลง Chikezie E. (2020) กล่าวว่า นับตั้งแต่ช่วงปลายทศวรรษ 1960 รูปแบบของเทคโนโลยีดิจิทัล ได้เกิดการเปลี่ยนแปลงเพื่อนำไปใช้ในที่สาธารณะ โดยในยุคแรกที่มีจุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนผ่านไปยุคแห่งการสื่อสารเทคโนโลยีดิจิทัล จากเครื่องคอมพิวเตอร์ในยุคแรกไปสู่อุปกรณ์อัจฉริยะที่มีการเปิดใช้งานอย่างกว้างขวางผ่านการเชื่อมต่อเครือข่ายขนาดใหญ่ ทั้งการสื่อสารทั้งในรูปแบบอัตโนมัติและการขับเคลื่อนโดยมนุษย์ และยังมีสมมติฐานที่ว่าอนาคตเทคโนโลยีจะนำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางสังคม การเปลี่ยนแปลงการสื่อสารมีการแสดงให้เห็นถึงคุณสมบัติในการสื่อสารที่เชื่อมโยง การตอบโต้ และการใช้งานที่หลากหลาย รวมถึงการสตรีมเสียงและวิดีโอทางอินเทอร์เน็ต ความนิยมอาจรวมถึงเว็บไซต์ โลกเสมือนจริง แอปมือถือ มัลติมีเดีย เกมคอมพิวเตอร์ และแอนิเมชันของคอมพิวเตอร์ และโทรศัพท์มือถือได้ กลายมาเป็นสื่อดิจิทัลที่สำคัญที่สุดและมีการใช้กันอย่างแพร่หลายที่สุด ยกตัวอย่างเช่นในพื้นที่ชนบท การสื่อสารเคลื่อนที่และการใช้โทรศัพท์มือถือมีความชัดเจนมากขึ้นแม้แต่ในกลุ่มผู้สูงอายุ หรือในกรณีที่หลากหลาย ๆ คนใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อค้นหาความบันเทิง หาข้อมูล เพื่อสื่อสารกับบุคคลที่มีความคิดเหมือนกันหรือเพื่อแสดงออกถึงตัวตน การใช้งานแต่ละอย่างเหล่านี้สนองความต้องการเฉพาะ และความต้องการจะกำหนดวิธีการใช้สื่อโดยการตรวจสอบปัจจัยการเลือกสื่อของกลุ่มต่าง ๆ สามารถระบุแรงจูงใจเบื้องหลังการใช้สื่อได้

กระบวนการสื่อสารในบริบทของเทคโนโลยีดิจิทัล เป็นการเชื่อมต่อและนำเสนอความท้าทายใหม่ ๆ การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้จำเป็นต้องมีการสำรวจกรอบทฤษฎีและความสัมพันธ์ที่ชัดเจน เพื่อประโยชน์ต่อการนำไปใช้ในมิติด้านต่าง ๆ ยกตัวอย่างเช่น ทฤษฎีการพึ่งพาเทคโนโลยี ทฤษฎีการใช้และการตอบสนอง ทฤษฎีการแพร่กระจายนวัตกรรม และทฤษฎีการสร้างสรรคทางสังคม โดย

#### 1.3.1 ทฤษฎีการพึ่งพาเทคโนโลยี (Technological dependence theory)

โดยพื้นฐานแล้วเป็นกระบวนการทางประวัติศาสตร์ที่ขึ้นอยู่กับสถานะเริ่มต้นของความรู้ทางเทคโนโลยีดิจิทัล ในขณะที่ผู้คนพึ่งพาเทคโนโลยีมากขึ้นและใช้เวลากับโทรศัพท์มากขึ้นกว่าที่เคย Scott M. (2021) อธิบายว่า การรับรู้เทคโนโลยีของแต่ละบุคคลอาจส่งผลต่อแนวโน้มที่พวกเขาจะใช้หรือขึ้นอยู่กับเทคโนโลยีที่มีอยู่เมื่อจำเป็นต้องแก้ไขปัญหาเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะประสิทธิภาพส่วนบุคคลหรือในที่ทำงาน หรือเพื่อมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการทางสังคมบางรูปแบบ และหากเราถือว่าการเชื่อมต่อเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ที่มีคุณค่าจะเป็นที่เข้าใจได้ว่าคนจำนวนหนึ่งที่พึ่งพาสื่อการสื่อสารเหล่านี้จะกลายเป็นผู้พึ่งพาอาศัยกัน ความสัมพันธ์อันใกล้ชิดระหว่างเทคโนโลยีดิจิทัล การพึ่งพาอาศัยกัน และการเชื่อมโยงทางสังคมก็จะปรากฏชัดเจนยิ่งขึ้น นอกจากนี้ทัศนคติเชิงบวกต่อเทคโนโลยีบ่งชี้ว่าแต่ละคนมุ่งเน้นไปที่ความสำคัญของการเข้าถึง

อินเทอร์เน็ตและการค้นหาข้อมูลตามความต้องการ อาจเกิดจากปัจจัยพื้นฐานหลายประการ (ชวรัตน์ เชิดชัย, 2527) ดังนี้

1) *ความเหงา* เป็นเหตุผลทางจิตวิทยาที่ว่า ปกติคนเราไม่ชอบที่จะอยู่ตามลำพัง เนื่องจากเกิดความรู้สึกสับสน วิตกกังวล หวาดกลัว และถูกเมินเฉยจากสังคม พวกเขาเหล่านั้นชอบหรือพยายามที่จะรวมกลุ่มเพื่อสังสรรค์กับผู้อื่นเท่าที่โอกาสจะอำนวยได้ เมื่อไม่สามารถที่จะติดต่อสังสรรค์กับผู้อื่นเท่าที่โอกาสจะอำนวยได้ เมื่อไม่สามารถที่จะติดต่อสังสรรค์กับบุคคลได้โดยตรง สิ่งที่ดีที่สุดคือการอยู่กับสื่อต่าง ๆ ที่ใช้ในการสื่อสารเพื่อเป็นการคลายเหงา

2) *ความอยากรู้อยากเห็นในสิ่งต่าง ๆ* ซึ่งเป็นคุณสมบัติพื้นฐานของตัวบุคคล ดังนั้น สื่อจึงถือเอาความอยากรู้อยากเห็นเป็นหลักสำคัญ อย่างหนึ่งในการเสนอข่าวสาร ปกติคนเราจะอยากรู้อยากเห็นจากสิ่งที่อยู่ใกล้ตัวเองที่สุดไปจนถึงสิ่งที่อยู่ไกลตัวเองมากที่สุด ตามลำดับ ทั้งนี้มีใช้เพราะว่าสิ่งเหล่านั้นจะมีผลกระทบต่อตนเองทั้งทางตรงและทางอ้อมเท่านั้น แต่เป็นความอยากรู้อยากเห็นในสิ่งที่เกิดขึ้นในด้านต่าง ๆ เช่น สาเหตุของเหตุการณ์ ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์นั้น รวมทั้งผลกระทบซึ่งอาจจะเกิดขึ้นกับตนเองหรือผู้อื่นด้วย

3) *ประโยชน์ใช้สอยของตนเอง* กล่าวคือ การสร้างปฏิสัมพันธ์ที่สม่ำเสมอและเชื่อถือได้เพื่อเริ่มต้น กำหนด รักษา หรือส่งเสริมความสัมพันธ์ การสื่อสารระหว่างบุคคลเป็นมากกว่าการทักทาย เป็นการมุ่งเน้นไปที่การติดต่อซ้ำแล้วซ้ำอีกและพึ่งพาอาศัยกัน เพื่อทำความเข้าใจว่าบุคคลและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลระหว่างบุคคลเป็นอย่างไร

4) *ลักษณะเฉพาะของสื่อ* เป็นปัจจัยหนึ่งที่เกิดจากมุมมองทางสังคมและเทคนิคก่อนหน้านี้ภายใต้บริบทของข้อมูลต่าง ๆ ในการสื่อสาร รวมถึงความรู้ที่มีปฏิสัมพันธ์โดยใช้สื่อนอกเหนือจากปัจเจกบุคคล ซึ่งรวมถึงการนำเข้าและการสังเคราะห์ความรู้ที่มีประสิทธิภาพที่แตกต่างกันภายใต้ความแตกต่างกันของสื่อในการทำงานร่วมกัน

### 1.3.2 ทฤษฎีการยอมรับและการใช้เทคโนโลยีแบบครบวงจร (*Unified theory of acceptance and use of technology*) Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999)

อธิบายว่า การวิจัยการยอมรับเทคโนโลยีส่งผลให้เกิดหลักฐานจำนวนมากเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้ใช้ที่เกี่ยวข้องกับการนำเทคโนโลยีมาใช้ โดยมีการทบทวนเพื่อรวบรวมความคล้ายคลึงทางทฤษฎีและบริบทและความแตกต่างระหว่างทฤษฎีการยอมรับเทคโนโลยีที่มีต้นกำเนิดจากงานวิจัย 3 สาย ได้แก่ จิตวิทยาสังคม การจัดการ และจิตวิทยาพฤติกรรม อย่างไรก็ตามแบบจำลองทางทฤษฎีการยอมรับและการใช้เทคโนโลยีแบบครบวงจร Viswanath (2016) เสนอแนะว่าการใช้เทคโนโลยีจริงนั้นถูกกำหนดโดยเจตนาเชิงพฤติกรรม การรับรู้ถึงความเป็นไปได้ในการนำเทคโนโลยีมานั้นขึ้นอยู่กับผลกระทบโดยตรงของโครงสร้างหลักสี่ประการ ได้แก่ ความคาดหวังด้านประสิทธิภาพ ความคาดหวังด้านความพยายาม อิทธิพลทางสังคม และเงื่อนไขในการอำนวยความสะดวก ผลกระทบของตัว

ทำนายจะถูกกลั่นกรองตามอายุ เพศ ประสบการณ์ และความสมัครใจในการใช้งาน อย่างไรก็ตามจากการสังเกตความทันสมัย อาจกล่าวได้ว่าแบบจำลองที่มีอยู่อาจจะไม่สามารถระบุตัวแปรทั้งหมดที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการตัดสินใจเกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศได้อย่างแม่นยำ

**1.3.3 ทฤษฎีการแพร่กระจายนวัตกรรม (Diffusion of innovation theory)** เป็นทฤษฎีที่อธิบายแนวคิดด้านเทคโนโลยีใหม่ๆ ที่แพร่กระจายออกไปอย่างไร กล่าวคือสมาชิกของกลุ่มหรือระบบสังคมได้รับรู้เกี่ยวกับนวัตกรรมเมื่อเวลาผ่านไปอย่างไร กล่าวอีกนัยหนึ่งคือการแพร่กระจายเป็นกระบวนการที่นวัตกรรมถูกสื่อสารไปยังระบบสังคม ตัวแปรที่ได้รับการปกป้องโดยแบบจำลอง ได้แก่ การรับรู้ถึงประโยชน์ซึ่งเกี่ยวข้องข้องกับระดับการปรับปรุงประสิทธิภาพที่บุคคลเชื่อว่าสามารถใช้เทคโนโลยีสามารถสร้างขึ้นได้ และการรับรู้ถึงความสะดวกในการใช้งาน (Rahman et al., 2017)

#### 1.4 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

เทคโนโลยีในแต่ละยุคนอกจากจะกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ในแต่ละสังคมแล้วยังหมายถึงการกำหนดความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ในกลุ่มต่าง ๆ อีกด้วย กล่าวอีกนัยหนึ่งคือมนุษย์กลุ่มหนึ่งจะมีความสามารถในการควบคุมมนุษย์อีกกลุ่มหนึ่งได้โดยอาศัยเทคโนโลยีในแต่ละยุคสมัย ซึ่งหมายถึงการปกครองรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งนั่นเอง และเทคโนโลยีในอนาคตอาจมีความก้าวหน้า ทันสมัยและมีการพัฒนาขึ้นเรื่อย ๆ ไม่มีวันสิ้นสุด อนาคตข้างหน้าเทคโนโลยีจะเป็นอย่างไร มีการพัฒนาไปในทิศทางใดก็ตามผู้ที่ได้รับประโยชน์สูงสุดนั้นคือตัวมนุษย์ ดังนั้นการสื่อสารเทคโนโลยีดิจิทัล จึงเป็นการแลกเปลี่ยนข้อมูล หรือข้อความทางอิเล็กทรอนิกส์ซึ่งมีหลายรูปแบบและกลายเป็นมาตรฐานการสื่อสารสำหรับบุคคลและองค์กรในช่วงสองสามทศวรรษที่ผ่านมา ซึ่งการสื่อสารจึงถือเป็นหนึ่งในปฏิสัมพันธ์ที่สำคัญที่สุดของมนุษย์ เนื่องจากการพัฒนาของเทคโนโลยี มีการนำเสนอรูปแบบการสื่อสารประเภทต่างๆ มากขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการการติดต่อที่เพิ่มขึ้นของผู้คน เมื่อรวมกับสื่อดั้งเดิมที่ทุกคนคุ้นเคยกันมานาน เช่น โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ หนังสือ ฯลฯ โลกทั้งใบก็ประสบกับการเพิ่มขึ้นของการสื่อสารดิจิทัล และได้กลายเป็นกระแสแห่งการปฏิวัติในศตวรรษที่ 21 (Thanh, 2017)

Daniel M. (2018) นักวิทยาศาสตร์การวิจัยหลักและผู้อำนวยการผู้ก่อตั้งของ MIT's Internet Policy Research Initiative อธิบายว่า มนุษย์ต้องการการเชื่อมต่อ และอินเทอร์เน็ตเป็นเครื่องเชื่อมต่อที่ดีที่สุด ไม่ว่าจะเป็นคำถามเกี่ยวกับการเมือง กิจกรรมชุมชน วิทยาศาสตร์ การศึกษา ความรัก หรือชีวิตทางเศรษฐกิจ อินเทอร์เน็ตเชื่อมโยงผู้คนด้วยข้อมูลและความสัมพันธ์ที่มีความหมายและคุ้มค่า โดยต้องรู้สึกมั่นใจว่าเราสามารถได้รับการเติมเต็มจากความสัมพันธ์ของมนุษย์เหล่านี้ต่อไป เนื่องจากความต้องการของผู้รับสารจะเป็นตัวกำหนดการใช้สื่อ ดังนั้นการสื่อสาร ผู้รับสารจึงมีบทบาทสำคัญเสมือนเป็นผู้ที่ตัดสินใจเลือกใช้สื่อ โดยอาศัยพื้นฐานความต้องการของตนเองเป็นหลัก เมื่อกล่าวถึงความคาดหวังจากสื่อ พบว่าเป็นทฤษฎีที่พัฒนามาจากทฤษฎีพฤติกรรมและแรงจูงใจ เพื่อใช้

เป็นแนวทางในการอธิบายพฤติกรรมและแรงจูงใจ และยังเป็นหลักการที่พัฒนามาจากแนวทฤษฎีการใช้สื่อเพื่อประโยชน์และความพึงพอใจ กล่าวคือ เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นอย่างมีเป้าหมายและเหตุผลตามหลักการที่นักสังคมวิทยาได้เสนอแนวทฤษฎีเชิงโครงสร้างว่า พฤติกรรมของบุคคลล้วนแล้วแต่เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยตั้งใจ เนื่องจากก่อนที่คนเราจะลงมือทำอะไรจะต้องวาดภาพในใจก่อนแล้วว่านี้คือสิ่งที่ตนต้องการจะกระทำ

ประเด็นสำคัญที่จำเป็นต้องพูดถึงการปฏิวัติผลกระทบของแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียต่อการสื่อสารดิจิทัล โดยสามารถอธิบายคำว่าเทคโนโลยีโซเชียลมีเดีย (SMT) หมายถึงแอปพลิเคชันบนเว็บและมือถือที่อนุญาตให้บุคคลและองค์กรสร้าง มีส่วนร่วม และแบ่งปันเนื้อหาที่ผู้ใช้สร้างขึ้นใหม่หรือที่มีอยู่ในสภาพแวดล้อมดิจิทัลผ่านการสื่อสารแบบหลายทาง (Charles H. F., 2014) ดังนั้น สื่อสังคมออนไลน์จึงถือเป็นสื่อดิจิทัลประเภทหนึ่งที่ผู้คนแบ่งปัน แลกเปลี่ยน และหารือเกี่ยวกับข้อมูลในสภาพแวดล้อมออนไลน์ ผ่านแพลตฟอร์มเหล่านี้ บุคคลและองค์กรสามารถสร้างและแบ่งปันข้อมูลเกี่ยวกับตนเองได้อย่างอิสระ สื่อสังคมสามารถพบเห็นได้หลายรูปแบบในฟอร์มอินเทอร์เน็ต บันทึกรการใช้งาน เว็บไซต์ บล็อกโซเชียล ไมโครบล็อก วิกี พ็อดคาสต์ รูปภาพ วิดีโอ การให้คะแนน และบุ๊กมาร์ก นอกจากนี้ยังมีเทคโนโลยีอื่น ๆ ที่เป็นส่วนหนึ่งของมัน เช่น บล็อก การแชร์รูปภาพ vlog การโพสต์บนหน้าวอลล์ อีเมล ข้อความโต้ตอบแบบทันที การแชร์เพลง การจัดหาฝูงชน และวอยซ์ผ่าน IP เป็นต้น องค์กรและผู้คนสามารถติดต่อสื่อสาร เช่น การรับส่งข้อความผ่านช่องทางดิจิทัลต่าง ๆ ได้ด้วยโซเชียลมีเดีย ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดเจนของแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย ได้แก่ Facebook, Twitter, LinkedIn และ Youtube แอปพลิเคชันเหล่านี้ช่วยให้ผู้คนแบ่งปันเนื้อหาในระดับโลกและมีส่วนร่วมในการสนทนาตามเวลาจริงในหัวข้อเฉพาะ ในยุคที่อุตสาหกรรมอินเทอร์เน็ตและโทรคมนาคมอยู่ในขั้นตอนการควมรวมกิจการ โซเชียลมีเดียจึงได้กลายเป็นแม่เหล็กของการปฏิวัติครั้งนี้ สำหรับ ความเกี่ยวโยงในอีกด้านจากการศึกษาที่ผ่านมาของ Andrew and et.al. (2022) ค้นพบปัจจัยเหตุของการใช้การสื่อสารเทคโนโลยีที่น่าสนใจ โดยพบว่า การระบาดใหญ่ของ COVID-19 มีผลกระทบอย่างมากต่อชีวิตของทุกคน โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุ นอกจากนี้ยังขัดขวางวิธีการเข้าถึงบริการและโต้ตอบซึ่งกันและกัน และการเว้นระยะห่างทางกายภาพและคำสั่งอยู่บ้าน ทำให้การโต้ตอบทางดิจิทัลกลายเป็นสิ่งจำเป็น แม้ว่าข้อจำกัดเหล่านี้ได้เน้นให้เห็นถึงความสำคัญของเทคโนโลยีในชีวิตประจำวัน แต่ไม่ค่อยมีใครรู้ว่าผู้สูงอายุตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงนี้อย่างไร วิธีการการสำรวจสองครั้ง โดยครั้งแรกในปี 2019 และอีกครั้งในปี 2020 ได้รวบรวมข้อมูลจากผู้สูงอายุทั้งหมด 1,923 คนที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไปในแคนาดา สิ่งเหล่านี้พิจารณาว่าผู้สูงอายุคิดและใช้เทคโนโลยีอย่างไร ซึ่งการสำรวจในปี 2020 ยังตั้งคำถามเพิ่มเติมว่า COVID-19 ส่งผลกระทบต่อการใช้งานและทัศนคติต่อเทคโนโลยีอย่างไร ผลลัพธ์พบว่า ในขณะที่ผู้สูงอายุรู้สึกโดดเดี่ยวมากขึ้นในปี 2020 หลายคนรู้สึกดีเกี่ยวกับประโยชน์ของเทคโนโลยี และได้เพิ่มการใช้เทคโนโลยีในช่วงที่มี

การระบอบาใหญ่ เพื่อสนับสนุนความต้องการด้านสุขภาพ ความเป็นอยู่ที่ดี และการสื่อสาร และในการอภิปราย ผลลัพธ์ที่ได้ชี้ให้เห็นถึงศักยภาพของเทคโนโลยีในการสนับสนุนผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ ของการสูงวัยอย่างมีสุขภาพดี แม้ว่าผลลัพธ์เหล่านี้จะชี้ให้เห็นถึงโอกาสที่ได้รับจากเทคโนโลยี แต่ความท้าทายยังคงมีอยู่ เช่น ปัจจัยทางสังคมและเศรษฐกิจมีอิทธิพลต่อการใช้เทคโนโลยี ในขณะที่การศึกษาของพิสิทส์ ฌอน บัวกน (2565) พบว่า การใช้อุปกรณ์สื่อสารเพื่อแก้ปัญหาคความเหงาของผู้สูงอายุเป็นไปได้ อีกทั้งความสัมพันธ์ระหว่างระยะเวลาที่ใช้บนแอปโซเชียลเน็ตเวิร์กกับความรู้สึกเหงาแสดงให้เห็นความสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญ และผลการวิจัยยังชี้ให้เห็นว่า ระยะเวลาที่ใช้อุปกรณ์โซเซียลมีเดียกับสถานะความเหงาลดลง

### 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

วิลาศิณี ชะไวริน (2561) ได้ศึกษาพฤติกรรมการใช้ Application Line ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้ Application Line ของผู้สูงอายุศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและศึกษาอำนาจการทำนายของพฤติกรรมการใช้ Application Line ของผู้สูงอายุกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานครจำนวน 400 คน เลือกใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างโดยไม่อาศัยหลักความน่าจะเป็น โดยผู้วิจัยเลือกใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการใช้ Application Line ของผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความถี่ในการเปิดรับสาร จำนวน 1-3 ชม./วัน มีการส่งต่อข้อมูลผ่าน Application Line เกี่ยวกับข้อความสนทนา เหตุผลที่ใช้ Application เพราะสามารถสื่อสารได้ตลอดเวลา สำหรับการใช้ Application Line กับคนรอบข้าง ใช้กับคนในครอบครัว ญาติพี่น้อง เพื่อน โดยมีระยะเวลาการใช้ Application Line 2 ปี ผลการเปรียบเทียบปัจจัยชีวิตสังคมต่อความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุพบว่าผู้สูงอายุที่มีเพศแตกต่างกันมีต่อความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไม่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่มีอายุรายได้แตกต่างกันมีต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุแตกต่างกัน ในขณะที่ด้านการศึกษาพบว่าแตกต่างกันเพียงด้านเดียว คือ ด้านความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และอำนาจการทำนายของพฤติกรรมการใช้ Application Line ของผู้สูงอายุกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ด้านการรับรู้ภาวะสุขภาพ ด้านการสนับสนุนทางสังคมอย่างไม่เป็นทางการ และด้านสุขภาพนิสัยมีผลกระทบเชิงบวกกับความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน โดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน 52.3% ( $R = 0.523$ ) สำหรับด้านการประเมินความสุข และด้านความพอใจไม่มีความสัมพันธ์

ณิชากร เสนาวงษ์ (2564) ได้ศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของคนเจนเนอเรชั่นแซดในยุค New Normal ในกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของคนเจนเนอเรชั่นแซดในยุค New Normal ในกรุงเทพมหานคร 2) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของคนเจนเนอเรชั่นแซดในยุค New Normal ในกรุงเทพมหานคร 3) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของคนเจนเนอเรชั่นแซดในยุค New Normal ในกรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่าง คือ ประชาชนที่เกิดหลังปี 2540 (กลุ่มคน Generation Z) ซึ่งมีอายุระหว่าง 16-24 ปี จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามแบบมีโครงสร้างปิด ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลด้านเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพที่แตกต่างกันไม่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของคนเจนเนอเรชั่นแซดในยุค New Normal ทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่น 0.05 นอกจากนี้ยังพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อสื่อสังคมออนไลน์ของคนเจนเนอเรชั่นแซดในยุค New Normal อยู่ในระดับมาก และพบว่า ปัจจัยด้านการรับรู้ประโยชน์ ปัจจัยด้านการเข้าใจง่ายในการใช้งาน และปัจจัยด้านทัศนคติต่อการใช้งานมีผลต่อพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของคนเจนเนอเรชั่นแซดในยุค New Normal ที่แตกต่างกันมีผลต่อพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของคนเจนเนอเรชั่นแซดยุค New Normal แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ธนาวุฒิ ทองขาว (2564) ได้ศึกษาการสื่อสารการตลาดแบบบูรณาการผ่านสื่อดิจิทัลที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์ของกลุ่มประดิษฐ์เศษผ้า บ้านบวกเปา จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า โดยปัจจัยส่วนบุคคลในด้านเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา มีผลต่อการสื่อสารการตลาดแบบบูรณาการ ผ่านสื่อดิจิทัลและกระบวนการตัดสินใจซื้อไม่แตกต่างกัน ในขณะที่ปัจจัยส่วนบุคคลด้านอาชีพ โดยจำแนกเป็นแต่ละอาชีพมีผลต่อการสื่อสารการตลาดแบบบูรณาการผ่านสื่อดิจิทัลแตกต่างกันอีกทั้งยังมีผลต่อกระบวนการตัดสินใจที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และการสื่อสาร การตลาดแบบบูรณาการผ่านสื่อดิจิทัล มีความสัมพันธ์ต่อกระบวนการตัดสินใจอยู่ในระดับมาก มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน ซึ่งสามารถสรุปได้ว่าหากผู้ประกอบการมีการสื่อสารการตลาดแบบ บูรณาการผ่านสื่อดิจิทัลเพิ่มขึ้นจะทำให้เกิดกระบวนการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์ของกลุ่มประดิษฐ์เศษผ้าบ้านบวกเปาเพิ่มขึ้น ในทางตรงกันข้ามหากมีการสื่อสารการตลาดแบบบูรณาการผ่านสื่อดิจิทัลลดลงก็จะทำให้เกิดกระบวนการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์ของกลุ่มประดิษฐ์เศษผ้าบ้านบวกเปาลดลง เช่นกัน

รัชนก ไทรักษ์ (2566) ได้ศึกษาการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อการบริหารสถานศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาประจวบคีรีขันธ์ เขต 1 ผลการวิจัยพบว่า การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อการบริหารสถานศึกษา โดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก นอกจากนี้องค์ความรู้จากงานวิจัยนี้ เป็นประโยชน์เพื่อพัฒนาการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อการบริหารสถานศึกษาให้มีประสิทธิภาพ

ชุตินา อายุยืน และพิพัฒน์ ไทยอารี (2566) ได้ศึกษาการเตรียมความพร้อมในการสื่อสารโดยโทรศัพท์มือถือสมาร์ตโฟน (Smartphone) เพื่อเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ กรณีศึกษาสังคมผู้สูงอายุ อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี และศึกษาพฤติกรรมและมูลเหตุจูงใจในการใช้โทรศัพท์มือถือ สมาร์ตโฟน ของผู้ปฏิบัติตามนโยบายและผู้สูงอายุตามนโยบายพัฒนาคุณภาพชีวิตในอำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุ ที่พักอาศัยในอำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 400 คน และกลุ่มที่ 2 ผู้ปฏิบัติตามนโยบายในอำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 80 คน โดยการใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือในด้านวัตถุประสงค์ในการใช้งาน เวลาที่ใช้งาน ระยะเวลาใช้งานต่อวัน และปัญหาหรืออุปสรรคในการใช้งานที่แตกต่างกัน ซึ่งส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมในการสื่อสารโดยใช้โทรศัพท์มือถือสมาร์ตโฟน เพื่อเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุที่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในขณะที่กลุ่มที่ 2 ผู้ปฏิบัติตามนโยบายมีพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือในการเตรียมความพร้อมในการส่งเสริมผู้สูงอายุแตกต่างกัน ซึ่งส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมในการสื่อสารโดยใช้โทรศัพท์มือถือเพื่อเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุที่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

Alex & Yanghyun (2020) ได้สำรวจเทคโนโลยีดิจิทัลที่ส่งเสริมประสบการณ์การศึกษาและความสำเร็จของผู้เรียนที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมผ่านการสัมภาษณ์นักเรียนที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมและภาษา 46 คนในโปรแกรมการศึกษาต่าง ๆ โดยใช้การออกแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้การสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างเพื่อรวบรวมข้อมูลในการศึกษา การวิเคราะห์ข้อมูลระบุว่าเทคโนโลยีดิจิทัล การนำเสนอมีัลติมีเดีย และเครื่องมือเครือข่ายโซเชียลช่วยอำนวยความสะดวกด้านประสบการณ์ทางการศึกษาและความสำเร็จของผู้เข้าร่วมในสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ออนไลน์แบบอะซิงโครนัส ผู้เข้าร่วมใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อนำทางระบบบริหารจัดการการเรียนรู้เพื่อมีส่วนร่วมและมีส่วนร่วมในการสร้างองค์ความรู้เพื่อให้บรรลุความสำเร็จทางวิชาการที่ดีขึ้นในบริบทออนไลน์ ผลการวิจัยสนับสนุนความจำเป็นที่ผู้สอนออนไลน์ต้องใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่ออำนวยความสะดวกในการมีส่วนร่วมทางวิชาการและความสำเร็จของนักเรียนจากภูมิหลังที่หลากหลายในการเรียนรู้ออนไลน์



William J. (2020) ได้ศึกษาประโยชน์ของการใช้เทคโนโลยีทางสังคมในหมู่ผู้สูงอายุนั้น และความเหงาที่ลดลง พบว่า เทคโนโลยีมีความสามารถในการยกระดับและยกระดับชีวิตของผู้สูงอายุ ด้วยการอำนวยความสะดวกในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ดีขึ้น อย่างไรก็ตาม มีงานวิจัยเพียงไม่กี่ชิ้นที่ตรวจสอบความสัมพันธ์โดยตรงระหว่างการใช้เทคโนโลยีเพื่อเหตุผลทางสังคมกับสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ การศึกษาในปัจจุบันตรวจสอบประโยชน์ของการใช้เทคโนโลยีในผู้สูงอายุ 591 คน สำหรับการใช้อินเทอร์เน็ตโซเชียลได้รับการประเมินผ่านพฤติกรรมที่ใช้เทคโนโลยี 5 ประการ (เช่น การใช้อีเมล เว็บไซต์เครือข่ายสังคม วิดีโอ/โทรศัพท์ออนไลน์ แชนออนไลน์/ส่งข้อความโต้ตอบแบบทันที โดยใช้สมาร์ทโฟน) มีการประเมินทัศนคติต่อการใช้งานและประโยชน์ของการใช้เทคโนโลยี ผู้สูงอายุมักมีทัศนคติเชิงบวกต่อเทคโนโลยี การใช้เทคโนโลยีทางสังคมที่สูงขึ้นมีความสัมพันธ์กับสุขภาพที่ประเมินตนเองดีขึ้น การเจ็บป่วยเรื้อรังน้อยลง ความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นตามอัตวิสัย และอาการซึมเศร้าที่น้อยลง นอกจากนี้ ความเชื่อมโยงแต่ละอย่างระหว่างการใช้เทคโนโลยีทางสังคมกับสุขภาพกายและสุขภาพจิตถูกสื่อกลางด้วยความเหงาที่ลดลง ความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นเป็นปัจจัยสำคัญของสุขภาพร่างกายและความเป็นอยู่ที่ดี และเทคโนโลยีมีศักยภาพในการบ่มเพาะความสัมพันธ์ที่ประสบความสำเร็จในหมู่ผู้สูงอายุ

Keya (2022) ศึกษาการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคมช่วยลดความโดดเดี่ยวทางสังคมในผู้สูงอายุ : การทบทวนอย่างเป็นระบบ จากผลการศึกษาพบว่า การทบทวนอย่างเป็นระบบนี้เน้นย้ำถึงความจำเป็นในการใช้เทคโนโลยีในผู้สูงอายุเพื่อลดความโดดเดี่ยวทางสังคมด้วยความก้าวหน้าของเทคโนโลยีในช่วงหลายปีที่ผ่านมา สามารถตรวจสอบประสิทธิผลของการแทรกแซงตามการใช้งานเพื่อดูว่าสิ่งเหล่านี้สามารถแก้ไขปัญหาความโดดเดี่ยวทางสังคมและยกระดับความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคมได้อย่างไร ด้วยเหตุนี้จึงมุ่งเน้นที่การระบุว่าผู้สูงอายุจะได้รับประโยชน์สูงสุดจากการใช้เทคโนโลยีที่เข้าถึงได้และราคาไม่แพงได้อย่างไร และปรับการฝึกอบรมและดำเนินการแทรกแซงดังกล่าวอย่างไรเพื่อให้ได้ประโยชน์สูงสุด จึงได้ปฏิบัติตามหลักเกณฑ์รายการรายงานที่ต้องการสำหรับการทบทวนอย่างเป็นระบบและการวิเคราะห์ข้อมูล (PRISMA) เพื่อเลือกการศึกษาที่เกี่ยวข้อง เราวิเคราะห์บทความ 25 บทความ ทำการวิเคราะห์เชิงบรรยายเพื่อระบุประเด็นสำคัญ และตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีและความเป็นอยู่ที่ดี การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในระดับชุมชน การปฏิบัติตามแนวทางปฏิบัติที่ดีที่สุดจากการวิจัยแบบมีส่วนร่วมโดยชุมชนสามารถอำนวยความสะดวกในการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพเพื่อส่งมอบการแทรกแซงทางสังคมที่อิงตามเทคโนโลยี และเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองในการใช้ดิจิทัลในผู้สูงอายุ แอปพลิเคชันที่ใช้เทคโนโลยีมีมือถือไม่เพียงแต่ช่วยให้ครอบครัวติดต่อกันได้เท่านั้น แต่ยังเชื่อมโยงผู้สูงอายุกับแหล่งข้อมูลด้านการดูแลสุขภาพและส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ การใช้อุปกรณ์เทคโนโลยีตอบสนองความต้องการด้านการรับรู้ การมองเห็น และการได้ยิน และเพิ่มการ

รับรู้ความสามารถของตนเองในการใช้ดิจิทัลในผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีประโยชน์ในช่วงเว้นระยะห่างทางสังคมที่จำเป็นหรือการกักกันตนเองระหว่างการระบาดของโควิด-19 ด้วยเหตุผลที่ว่าเมื่ออายุมากขึ้น การมีส่วนร่วมทางสังคมลดลงเนื่องจากสถานการณ์ชีวิตที่เกิดขึ้นจากความเจ็บป่วย การจัดการที่อยู่อาศัย การเปลี่ยนแปลงสถานภาพการสมรส การเคลื่อนไหวที่บกพร่อง การเสียชีวิต หรือการแยกจากครอบครัว ซึ่งส่งผลเสียต่อความมั่นคงทางอารมณ์และคุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุ สำหรับคนชราที่อายุมากที่สุด ความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมความเพลิดเพลินในการรับประทานอาหาร และการรับรู้ถึงความเป็นมิตรของผู้ดูแลทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการนั้นมีจำกัดอย่างมาก ดังนั้นเทคโนโลยีจึงเป็นเครื่องมือที่จะช่วยเอาชนะอุปสรรคทางสังคมและเชิงพื้นที่ของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ โดยทำให้อุปกรณ์สื่อสารที่เข้าถึงได้ง่ายและราคาไม่แพง ซึ่งสนับสนุนการโต้ตอบในหลายรูปแบบ เช่น การส่งข้อความ อีเมล และการสื่อสารด้วยเสียงหรือวิดีโอทุกที่ทุกเวลา ผู้สูงอายุจำนวนมากเชื่อมต่อกับสื่อดิจิทัลในสังคมร่วมสมัย นอกจากนี้ยังพบว่า การวัดค่าประมาณการเข้าถึงเทคโนโลยีของผู้สูงอายุจะช่วยให้แก้ไขปัญหาความโดดเดี่ยวโดยเฉพาะเพื่อตอบสนองความต้องการของชุมชนที่ด้อยโอกาสทางเศรษฐกิจที่ยังไม่ปรากฏชื่อ

จากการรวบรวมงานวิจัยการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล สรุปได้ว่า การสื่อสารโดยใช้ดิจิทัลสามารถเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีและความเป็นอยู่ที่ดี มีความสุขที่ได้มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุที่สามารถตอบสนองต่อความต้องการและลดปัญหาความโดดเดี่ยวในกลุ่มผู้สูงอายุได้

## 2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล

### 2.1 ความหมายของความสุ

ความสุขจะถูกกำหนดในแง่ของความเชื่อ ความปรารถนา และความคิด แนวคิดนี้มักเชื่อมโยงกับกระบวนการทางจิตที่ควรเกี่ยวข้อง นิยามของความสุขสะท้อนถึงทฤษฎีแห่งความสุข คำจำกัดความทางอารมณ์ คำจำกัดความหลายคำอธิบายถึงความสุขในฐานะปรากฏการณ์ทางอารมณ์ ตัวอย่างเช่น

Wessman, A. E., & Ricks, D. F. (1966) อธิบายไว้ว่า ความสุขปรากฏได้ต่อเมื่อมีการประเมินโดยรวมของคุณภาพของประสบการณ์ของแต่ละคนในการดำเนินกิจกรรมที่สำคัญของเขา ด้วยเหตุนี้ ความสุขจึงเป็นแนวคิดที่แยกออกจากกระแสแห่งอารมณ์ชีวิต ซึ่งบ่งบอกถึงความสมดุลที่ตัดสินใจแล้วหรือความรู้สึกเชิงบวกในช่วงเวลาที่ยาวนาน

Fordyce, M. W. (1972) กล่าวว่า ความสุขเป็นอารมณ์เฉพาะ เป็นการประเมินโดยรวมของบุคคลโดยคำนึงถึงประสบการณ์ที่น่าพึงพอใจและไม่น่าพึงพอใจทั้งหมดของเขาในอดีตที่ผ่านมา

Jeremy (1789) อธิบายว่าความสุขว่าเป็น ผลรวมของความสุขและความเจ็บปวด ซึ่งรวมถึงแนวคิดเรื่อง การส่งผลต่อความสมดุล

Ruut (2006) อธิบายว่า คำว่าความสุข มีความหมายเหมือนกันกับ 'คุณภาพชีวิต' หรือ 'ความเป็นอยู่ที่ดี' โดยที่ผู้คนไม่เพียงมุ่งเข้าไปที่ความสุขในชีวิตของตนเองเท่านั้น แต่ยังสนับสนุนแนวคิดที่ว่าเราใส่ใจความสุขของผู้อื่นมากขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งอาจเป็นสิ่งที่สัมผัสได้ เป็นคำจำกัดความของความสุขที่สะท้อนถึงความเป็นอยู่ที่ดี นอกจากนี้ความสุขยังถูกกำหนดให้เป็นปรากฏการณ์ทางปัญญา ซึ่งเป็นผลมาจากกระบวนการประเมินผลโดยเจตนาและเป็นทัศนคติเชิงบวกต่อชีวิต ซึ่งจะอยู่ในรูปแบบที่สมบูรณ์ที่สุดนั้นมีทั้งองค์ประกอบทางความคิดและอารมณ์

กล่าวโดยสรุป ความสุข หมายถึง ความรู้สึกเชิงบวกโดยหลังจากได้รับประสบการณ์ของแต่ละคน เป็นการปรับตัวที่นำไปสู่พฤติกรรมที่สามารถรับมือกับปัญหาที่เกิดขึ้นเกิดขึ้นทำให้เกิดความคิดและการกระทำที่แปลกใหม่และหลากหลายก่อให้เกิดผลลัพธ์ในเชิงบวก มีความรู้สึกปลอดภัย เข้าใจในระดับความต้องการและมีความสุขต่อความคิดและอารมณ์ ณ ขณะที่เกิดปฏิสัมพันธ์ในเชิงสร้างสรรค์ในมิติของการดำรงชีวิตอย่างรู้คุณค่า

## 2.1 องค์ประกอบของความสุข

พิทักษ์ สุพรรณโณภาพ (2561) ได้อธิบายว่า การคิดเชิงบวกเป็นตัวแปรด้านการพัฒนาชีวิต หรืออีกนัยหนึ่งก็คือ การมีสุขภาพกายและจิตใจที่ดีของบุคคล มีความสัมพันธ์กับตัวแปรเชิงจิตวิทยา เกิดการรับรู้ และยอมรับในตนเองบนพื้นฐานของการคิดดี ทำดี นั้นหมายถึงผลกระทบในเชิงบวกที่เกิดขึ้นจากความสุขของบุคคล นอกจากนี้ยังส่งผลต่อการแก้ไขและลดทอนปัญหาที่สามารถเกิดขึ้นได้ในทุกเพศ ทุกวัย ตลอดจนสังคมตั้งแต่ขนาดเล็ก ไปจนถึงสังคมขนาดใหญ่ ดังเช่นในตอนหนึ่งของหนังสือ The Happiness Hypothesis ได้อธิบายการทบทวนปัจจัยสองประการที่แตกต่างกันโดยพื้นฐาน แต่กลับเป็นองค์ประกอบแห่งความสุขที่เกิดขึ้น โดยประกอบด้วย ปัจจัยที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับเงื่อนไขของตัวบุคคลซึ่งมีทั้งสามารถเปลี่ยนแปลงได้และเปลี่ยนแปลงไม่ได้ ซึ่งหมายถึง อายุ เพศ เป็นต้น และปัจจัยที่สอง คือกิจกรรมที่เกิดขึ้นจากความสมัครใจของแต่ละบุคคล เช่น การเรียนรู้ทักษะใหม่ การแลกเปลี่ยนทัศนคติในกลุ่มกิจกรรมเชิงบวก สิ่งเหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นองค์ประกอบแห่งการยอมรับ มีความสุขที่ได้รับ มีความสนุกสนาน มีแรงบันดาลใจ และท้ายที่สุดแล้วจะนำไปสู่ความสุขในที่สุด

การศึกษาของชาวนิวทรี วสันต์ธนาร์ตัน (2551) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับองค์กรแห่งความสุข และได้ค้นพบตัวแปรที่สำคัญและเป็นตัวแปรเชิงบวกที่มีอิทธิพลต่อความสุข ทำให้เกิดผลดีรอบด้าน โดยสรุปตัวแปรที่สามารถอธิบายได้อย่างครอบคลุมต่อผลกระทบเชิงบวกของบุคคล นั้นคือความเหมาะสมกับตนเอง โดยเขาได้อธิบายว่า การดำเนินชีวิตของมนุษย์ต้องอยู่บนพื้นฐานของความเหมาะสมซึ่งจะนำไปสู่การมีครอบครัวที่และสังคมที่ดี

Diener, E. (1994) ได้อธิบายว่าคำว่า ความสุขเป็นคำที่คลุมเครือ กล่าวอีกนัยหนึ่ง คนที่มีความเป็นอยู่ที่ดีดูเหมือนจะมีสุขภาพที่ดีขึ้นและทำงานได้ดีกว่าเมื่อเทียบกับคนที่มีความเครียดเรื้อรัง หดหู่ หรือโกรธ ดังนั้นความสุขจึงไม่ใช่แค่รู้สึกดี แต่ยังดีต่อผู้คนและคนรอบข้างด้วย ด้วยเหตุนี้จึงได้มีการแบ่งโครงสร้างความสุขออกเป็นสามส่วน โดยที่ความสุขดังกล่าวมีบริบทแห่งความสุขในเชิงความอยู่ดีมีสุข องค์ประกอบของโครงสร้างดังกล่าวได้แก่ อารมณ์เชิงบวก (ความรู้สึกพึงพอใจ) และความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งอธิบายได้ดังนี้

2.2.1 การประเมินสมดุลของผลกระทบเชิงบวก หรืออารมณ์เชิงบวก ซึ่งเป็นภาวะที่จะนำไปสู่ความยืดหยุ่นในการรับรู้และแนวโน้มพฤติกรรมที่หลากหลาย อารมณ์มีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นเพียงชั่วคราว แต่พฤติกรรมที่ตามมาจากแนวโน้มพฤติกรรมที่กว้างขึ้นจะนำไปสู่ทรัพยากรที่ยั่งยืน เช่น ความผูกพันทางสังคมและทักษะที่ขยายออกไป เช่น มีหลักฐานการศึกษาที่เพิ่มมากขึ้นว่า อารมณ์เชิงบวกมีอิทธิพลต่อตัวแปรที่สำคัญต่อความสำเร็จในสถานที่ทำงาน เช่น ความเชื่อเชิงบวก ความคิดสร้างสรรค์ การมีส่วนร่วมในการทำงาน การเผชิญปัญหาเชิงบวก สุขภาพ การทำงานเป็นทีม และการทำงานร่วมกัน ความพึงพอใจของลูกค้า ความเป็นผู้นำ และการปฏิบัติงาน

2.2.2 การประเมินอารมณ์ที่ไม่สมบูรณ์ในชีวิตของตนเอง ซึ่งอีกนัยหนึ่งสามารถอธิบายได้ว่าอารมณ์ดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับความเครียดที่เพิ่มขึ้นของโรคทางกายและพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ดีและผู้ที่มีอาการป่วยทางจิตมีแนวโน้มที่จะไม่เคลื่อนไหวร่างกายมากขึ้น เช่น ความกลัว ความโกรธ และความรังเกียจ นำไปสู่การตอบสนองที่แคบโดยมุ่งเน้นไปที่การหลีกเลี่ยงหรือเผชิญหน้ากับภัยคุกคาม การศึกษาของอาวูธ ไชแสง (2550) ได้สนับสนุนปัจจัยดังกล่าวและได้อธิบายเพิ่มเติมตัวแปรย่อยที่จะอธิบายถึงผลกระทบเชิงลบได้ ซึ่งประกอบด้วย สถานการณ์ทางสังคม อารมณ์ พฤติกรรม ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการสนับสนุนจากปัจจัยเหตุอื่น

2.2.3 การประเมินความพึงพอใจในชีวิต เพื่อประเมินว่าชีวิตของคนเราวัดผลตามแรงบันดาลใจและเป้าหมายได้ดีเพียงใด หรือเรียกว่า ความพึงพอใจโดยรวมต่อชีวิต ซึ่งแม้ว่าสาเหตุแห่งความทุกข์จะมีความสลับซับซ้อนมากขึ้น แต่ในทางกลับกันความพึงพอใจมักเกิดขึ้นได้อย่างง่ายดาย ซึ่งปัจจัยเหตุที่มีความสำคัญอย่างมากต่อความพึงพอใจในชีวิตคือ การคงอยู่ ซึ่งหมายถึง เต็มใจ พอใจ เหมาะสม ดำรงอยู่ ความคิด อารมณ์ และทัศนคติ (คุณัญญ์ สงขาว, 2550)

เนื่องจากองค์ประกอบเหล่านี้มีแรงจูงใจจากภายในและมีส่วนช่วยให้มีความเป็นอยู่ที่ดีที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น อีกทั้งการใช้ส่วนประกอบเหล่านี้ Diener พบว่ามีความถูกต้องของโครงสร้างการศึกษา ซึ่งก็คือสามารถทำการวัดบางสิ่งบางอย่างที่แท้จริงในจิตใจของมนุษย์ได้ ที่เป็นเช่นนี้เพราะองค์ประกอบเหล่านี้มีความสัมพันธ์อย่างมากกับลักษณะบุคลิกภาพบางประการ นอกจากนี้ยังสามารถนำไปทำนายผลลัพธ์ในอนาคตได้

### 2.3 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสุข

แนวคิดของ Martin E. P. (1975) ผู้บุกเบิกจิตวิทยาเชิงบวก (คำนี้ตั้งขึ้นโดย Abraham Maslow) อธิบายเพิ่มเติมว่า ไม่ใช่แค่เพราะเขามีทฤษฎีที่เป็นระบบว่าทำไมคนที่มีความสุขถึงมีความสุข แต่เพราะเขาใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ในการสำรวจความสุขจากการใช้แบบสอบถามที่ละเอียดถี่ถ้วน ซึ่ง เซลิกแมน พบว่าคนที่มีความพึงพอใจและร่าเริงที่สุดคือผู้ที่ค้นพบและใช้ประโยชน์จากส่วนผสมที่เป็นเอกลักษณ์ของ ‘จุดแข็งที่เป็นเอกลักษณ์’ เช่น ความเป็นมนุษย์ ความพอประมาณ และความพากเพียร วิสัยทัศน์แห่งความสุขนี้ผสมผสานหลักคุณธรรมของขงจื้อ เมินเซียสและอริสโตเติล เข้ากับทฤษฎีแรงจูงใจทางจิตวิทยาสมัยใหม่ ข้อเสนอของเซลิกแมน ก็คือความสุขมีสามมิติที่สามารถปลูกฝังได้ ได้แก่ ชีวิตที่น่ารื่นรมย์ ชีวิตที่ดี และชีวิตที่มีความหมาย อย่างไรก็ตามความสุขเป็นผลมาจากสภาวะทางอารมณ์โดยรวมของคนเรา Bradburn, N. M. (1969) เสนอข้อโต้แย้งว่าความสุขประกอบด้วยองค์ประกอบสองส่วนที่ค่อนข้างเป็นอิสระและไม่สัมพันธ์กัน ซึ่งมีทั้งผลกระทบเชิงบวกและผลกระทบเชิงลบ ดังนั้น อันดับแรกสามารถแยกแยะความรู้สึกเชิงประเมินของความสุข เข้าใจว่าเป็นความเป็นอยู่ที่ดีของแต่ละคน หรือความเจริญรุ่งเรืองของมนุษย์ จากนั้นจึงมีความรู้สึกเป็นเชิงพรรณนาถึงความสุขในระดับจิตวิทยา คล้ายกับแนวคิดที่บ่งชี้สภาวะ (ทางจิต/สมอง) เช่น ภาวะซึมเศร้า หรือ ความเจ็บสงบ (Haybron, D., 2011) ในขณะที่การวิจัยเกี่ยวกับความสุขพบว่ามีปัจจัยสัมพันธ์บางอย่างที่ส่งผลต่อความสุขของ ซึ่งรวมถึง (Deci E.L., & Ryan R.M., 1985) ประเภทบุคลิกภาพ อารมณ์เชิงบวกกับอารมณ์เชิงลบเจตคติต่อสุขภาพกาย ชนชั้นทางสังคมและความมั่งคั่ง สิ่งที่แนบมาและความเกี่ยวข้อง เป้าหมายและการรับรู้ความสามารถของตนเอง เวลาและสถานที่ ซึ่งทางด้าน ไดเนอร์ได้ให้หลักฐานว่าสภาวะส่วนตัวมีความถูกต้องเชิงสร้าง ซึ่งหมายความว่า กำลังวัดบางสิ่งทีจริง นี่เป็นเพราะแสดงให้เห็นว่า ความเป็นอยู่ที่ดีนั้นคงที่ตลอดเวลา มีความสัมพันธ์สูงกับลักษณะบุคลิกภาพบางอย่าง และมีความสามารถในการทำนายผลลัพธ์ในอนาคต (Diener, E., 1994) และด้าน Antonella et al. (2011) ยังได้ตั้งข้อสังเกตว่าความสุขยังเป็นคำที่กำกวมซึ่งอาจมีความหมายหลายประการ เช่น อารมณ์ชั่วคราว (ที่มีความหมายเหมือนกันกับความสุข) ประสบการณ์ของการเติมเต็มและความสำเร็จ กระบวนการระยะยาวของการสร้างความหมายและการพัฒนาอัตลักษณ์ผ่านการบรรลุศักยภาพของตนเองและการแสวงหาเป้าหมายที่เกี่ยวข้องตามอัตวิสัย

มีวรรณกรรมจำนวนมากเกี่ยวกับความเป็นอยู่ที่ดีและความสุขที่เกิดขึ้นในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา ความสนใจของผู้กำหนดนโยบายและนักเศรษฐศาสตร์สวัสดิการในประเด็นนี้ถูกตีความจากหลายปัจจัย ประการแรก ตัวชี้วัดทางการเงินทางสังคมและเศรษฐกิจไม่เพียงพอที่จะตีความความเป็นอยู่ที่ดีของมนุษย์ (Frugoli P. A et al., 2015) ดังนั้น วรรณกรรมที่เกิดขึ้นใหม่จึงใช้ความเป็นอยู่ที่ดีทางอัตวิสัยเป็นตัวบ่งชี้เพื่อวัดความสุขของพลเมือง (Nikolova and Popova, 2021) ประการที่สอง การศึกษาเชิงประจักษ์ที่สำรวจคุณภาพชีวิตสามารถช่วยในการประเมินผลกระทบด้านสวัสดิการจากปัจจัยต่าง ๆ เช่น การปนเปื้อน ตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อม สถานะการว่างงาน การศึกษา และสุขภาพ โดยในการศึกษาปัจจุบัน เรากำลังสำรวจผลกระทบของการศึกษาและ ICT ที่มีต่อความเป็นอยู่ที่ดี

มีการศึกษาหลายชิ้นที่สำรวจจุดเชื่อมต่อระหว่างการศึกษาและความสุข การศึกษาบางชิ้นรายงานความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างการศึกษาและความสุข ในขณะที่การศึกษาหลายชิ้นรายงานความสัมพันธ์ที่หาข้อสรุปไม่ได้ระหว่างการศึกษาและความสุข (Jian et al., 2024) การศึกษามีผลอย่างสำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจโดยรวมและความเป็นอยู่ที่ดีของมนุษย์และสวัสดิการในระดับบุคคล อย่างไรก็ตาม การศึกษามีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่ส่วนตัวผ่านช่องทางทั้งทางตรงและทางอ้อม ช่องทางโดยตรงได้อธิบายถึงผลกระทบเชิงบวกของการศึกษาเกี่ยวกับการประเมินตนเอง ความมั่นใจในตนเอง และความสุขที่ช่วยให้ผู้คนสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ดีขึ้น ช่องทางทางอ้อมอธิบายว่าการศึกษามีแนวโน้มที่จะส่งเสริมโอกาสในการทำงานที่มีคุณภาพดีขึ้น ความน่าจะเป็นในการจ้างงานที่สูงขึ้น และรายได้ที่สูงขึ้นซึ่งทำให้พวกเขาได้รับการรักษาด้านสุขภาพที่มีคุณภาพดีขึ้น ด้วยเหตุนี้ ผลลัพธ์ด้านสุขภาพจึงดีขึ้น

#### 2.4 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสุข

การใช้ชีวิตที่ดี มีความเจริญรุ่งเรือง การตระหนักรู้ในตนเอง ความยินดี และจุดมุ่งหมาย เป็นคำพูดที่เข้ามาในใจด้วยความสุข ในทฤษฎีความสุขที่แท้จริงของ Martin E. P. (1975) ได้กำหนดเส้นทางสู่ความสุขไว้ 3 เส้นทาง ได้แก่ ชีวิตที่นำรื่นรมย์ ชีวิตที่มีส่วนร่วม และชีวิตที่มีความหมาย การวางแผนแห่งความสุขดังกล่าวชี้ให้เห็นถึงการเพิ่มความสุขสูงสุด และลดความเจ็บปวดให้เหลือน้อยที่สุด ซึ่งเป็นเส้นทางหลักสู่ความสุข ในขณะที่มุมมองทางวิทยาศาสตร์มักตีกรอบความสุขว่าเป็นโครงสร้างที่ซับซ้อนครอบคลุมองค์ประกอบเชิงอัตวิสัยของทั้งผลกระทบและการรับรู้ที่นำไปสู่ความเป็นอยู่ที่ดี โดยที่ความคิดเรื่องความสุขเป็นความสมหวังส่วนบุคคล เป็นเส้นทางสู่สิ่งที่เขาเรียกว่าชีวิตที่ดีซึ่งมีลักษณะมุ่งเน้นกิจกรรมที่สะท้อนถึงสิ่งที่ดีที่สุดในตัวเอง (Diener, E., 1994) ด้วยเหตุนี้ความสุขจึงสัมพันธ์กับประสบการณ์ ความพึงพอใจ ความสุขทางกาย และความสุขทางอารมณ์ บวกกับการตระหนักรู้ว่าชีวิตมีความรู้สึกและทั้งดีและมีความหมาย คำจำกัดความทั้งหมดนี้มุ่งเน้นไปที่องค์ประกอบความสุขที่แตกต่างกันเล็กน้อย ตามแนวคิดของ Martin E. P. Seligman. (1975) ถือ

ว่าความรู้สึกมีความสุขเป็นการประเมินความเป็นไปได้ในการประสบความสำเร็จในชีวิตโดยอ้างถึงขอบเขตต่าง ๆ เช่น ความสัมพันธ์เชิงบวกกับผู้อื่น การมีส่วนร่วมในชีวิต การค้นหาเป้าหมาย และรู้สึกถึงอารมณ์เชิงบวก

Diener, E. (1994) ได้อธิบายไว้ว่าทฤษฎีบางทฤษฎีกำหนดความเป็นอยู่ที่ดีในแง่ของสภาพจิตใจที่แท้จริง ซึ่งความซับซ้อนเหล่านี้ส่วนหนึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้มีคำจำกัดความมากมายของความสุข และแนวคิดนี้ก็ได้เปลี่ยนแปลงไปมาตลอดหลายศตวรรษที่ผ่านมา ในความเป็นจริงความสุขสามารถอธิบายได้เป็นสิ่งที่แตกต่างกันมาก ขึ้นอยู่กับช่วงเวลาที่ได้แก่

ระยะสั้น: ความรู้สึกและอารมณ์ในปัจจุบันจะมีความ ความยินดี หรือความเศร้า

ระยะกลาง: ความพึงพอใจในชีวิตส่วนตัว โดยในการศึกษาว่าความสุขแตกต่างกันอย่างไรในวัฒนธรรมต่าง ๆ ได้รับการอธิบายว่าเป็นความซาบซึ้งในชีวิตโดยรวมของคน ๆ หนึ่ง

ระยะยาว: แนวทางที่มีสติจะเกิดขึ้นเพื่อความเจริญรุ่งเรืองในฐานะมนุษย์ ดังที่อริสโตเติลเรียกสิ่งนี้ว่าชีวิตแห่งกิจกรรมคุณธรรมตามเหตุผล

จิตวิทยาเชิงบวกได้นำแนวคิดนี้เข้าสู่ขอบเขตของการวิจัยทางวิทยาศาสตร์ โดยหวังว่าจะได้รับความเข้าใจที่ดีขึ้นเกี่ยวกับความเป็นอยู่ที่ดีของโลกและการใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย ตามทฤษฎี Self-Determination Theory/SDT หรือการกำหนดตนเอง เป็นกระบวนการต่อเนื่องที่เกี่ยวข้องกับระดับความเป็นอิสระที่ต่างกัน อีกทั้งยังมีการกำหนดปัจจัยที่ควบคุม 2 ประการคือ ภายใน และภายนอก โดยที่ภายใน ซึ่งหมายถึงพฤติกรรมที่กำหนดตัวเองได้มากขึ้น โดยที่บุคคลนั้นกระทำตามเจตจำนงเสรีของตนเองหรือเพื่อความเพลิดเพลินของตนเอง และภายนอก ซึ่งหมายถึงพฤติกรรมที่ได้รับ การควบคุมมากขึ้น โดยที่แรงจูงใจของบุคคลนั้นมาจากภายนอกและ หมายถึงความกดดันบางประการที่ต้องประพฤติตนในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง ซึ่งจะส่งผลสะท้อนต่อผลลัพธ์ด้านความรู้ความเข้าใจ อารมณ์ และพฤติกรรมของความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตสังคม (Deci E.L. & Ryan R.M., 1985) อย่างไรก็ตาม ผลกระทบเชิงบวกและความเป็นอยู่ที่ดีทางจิตได้รับการระบุว่าเป็นผลลัพธ์ที่สำคัญของการมีส่วนร่วมในพฤติกรรมด้วยเหตุผลอิสระ ส่งผลกระทบที่เชื่อมโยงอย่างแยกไม่ออกกับกระบวนการสร้างแรงบันดาลใจผ่านความเป็นอยู่ที่ดี และโดยบุคคลอื่นที่มีนัยสำคัญอาจนำไปสู่การมีส่วนร่วมของพฤติกรรมปรับตัวและการตอบสนองทางอารมณ์ในพฤติกรรมสุขภาพ (Hagger, M. S., & Protogerou, C., 2016) องค์ประกอบเชิงทฤษฎี SDT ยังได้อธิบายความสุขสามมิติ ซึ่งประกอบด้วยความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) สุขภาพทางอารมณ์ และความสุขทางใจ โดยที่

ความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) มีวิวัฒนาการมาจากการปรับตัวที่ทำหน้าที่สร้างทรัพยากรที่ยั่งยืน เป็นมากกว่าสุขภาพที่ดี มันเป็นผลลัพธ์โดยตรงของการเลือกวิถีชีวิตและพฤติกรรม สามารถรับมือกับภัยคุกคามหรือปัญหาที่เกิดขึ้นทันที ทำให้เกิดความคิดและการกระทำที่แปลกใหม่และหลากหลาย และเมื่อเวลาผ่านไป ประสบการณ์ใหม่ๆ เหล่านี้ก็จะรวมตัวกันเป็น

แหล่งข้อมูลที่เป็นผลสืบเนื่องซึ่งสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตของผู้คนได้ ตัวอย่างเช่น ความอยากรู้อยากเห็นที่ไม่ได้ใช้งานสามารถกลายเป็นความรู้ของผู้เชี่ยวชาญ หรือความรักใคร่และความสนุกสนานร่วมกันสามารถกลายเป็นความสัมพันธ์ที่สนับสนุนตลอดชีวิต และสามารถคาดการณ์ผลลัพธ์อันทรงคุณค่า เช่น สุขภาพ ความมั่งคั่ง และอายุยืนยาว เนื่องจากอารมณ์เหล่านี้จะช่วยสร้างทรัพยากรเพื่อไปให้ถึงจุดนั้น (Hagger, M. S., & Protoyerou, C., 2016)

ส่วนความสุขทางอารมณ์ เป็นความสุขที่ก่อให้เกิดความรู้สึกปลอดภัยและการรับรู้โลกว่าเป็นสิ่งที่คาดเดาและควบคุมได้ อีกทั้งรูปแบบคุณค่าของความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นของแนวคิดเกี่ยวกับตนเอง (เช่น การแสดงตัวตนทางจิตที่เกี่ยวข้องกับอดีต ปัจจุบัน และอนาคต) ถือเป็นองค์ประกอบการรับรู้หลักอีกประการหนึ่งที่แสดงถึงบริบททางสังคมของบุคคล (Hagger, M. S., & Protoyerou, C., 2016) โดยที่อารมณ์ทำหน้าที่เป็นปฏิกริยาที่เป็นตัวเป็นตนซึ่งแจ้งให้บุคคลทราบถึงสถานะความสม่ำเสมอ ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวใหม่เพื่อตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงและรักษาสมดุลทางจิตใจและความเป็นอยู่ที่ดี (Carver CS., 2003)

ในมิติด้านความพึงพอใจ หนึ่งในองค์ประกอบของความสุข Richard (2007) อธิบายไว้ว่า ความพึงพอใจถูกมองว่าสะท้อนถึงขอบเขตผลลัพธ์ที่เป็นรูปธรรมแห่งความสุข ดังนั้นตัวแปรความพึงพอใจให้คำอธิบายทางสถิติเกี่ยวกับความสุขได้ดีกว่าเงื่อนไขที่เป็นวัตถุประสงค์ โดยที่สภาพความเป็นอยู่ที่เป็นวัตถุประสงค์หรือสิ่งที่จับต้องได้ ซึ่งเป็นผลที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจต่อที่อยู่อาศัยและความพึงพอใจด้านการเงิน และ สภาพของการติดต่อทางสังคมซึ่งสะท้อนถึงความสำคัญต่อความเป็นอยู่ที่ดีของความสัมพันธ์ส่วนตัว สิ่งเหล่านี้จะสามารถอธิบายความสัมพันธ์ของความสุขที่พึงพอใจที่เป็นผลจากความ เป็นอยู่ที่ดี

## 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข

ในมิติของความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี และด้วยการขยายและปรับปรุงทุนทางสังคม ICT ความสุขยังขยายวงกว้างออกไป โดยสามารถสร้างความสุขในระดับสูงและความเป็นอยู่ที่ดี (Mariusz & Katarzyna, 2019) ซึ่งอีกนัยของแนวคิดที่สนับสนุนความสุขที่มีระดับสูงขึ้นของ Arthur & Dom (2019) ที่พบว่าการใช้อินเทอร์เน็ตกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับญาติและเพื่อนซึ่งสร้างความสุข ดังนั้นจึงพบว่ามีการศึกษาบางชิ้นที่มีการรายงานผลกระทบเชิงลบของ ICT ต่อความเป็นอยู่ที่ดีของมนุษย์ เนื่องจากการใช้อินเทอร์เน็ตลดแนวโน้มของการปฏิสัมพันธ์แบบเห็นหน้ากันระหว่างผู้คน (Jian et al., 2024) การสำรวจเพิ่มเติมในกรณีดังกล่าวของ Arthur & Dom (2019) ที่ได้สำรวจผลกระทบของเทคโนโลยีสารสนเทศต่อความเป็นอยู่ของมนุษย์ และค้นพบว่า การมีอินเทอร์เน็ตและโทรศัพท์มือถือที่บ้านสามารถเชื่อมโยงเชิงบวกต่อความเป็นอยู่ที่ดี และสรุปได้ว่าการศึกษามีอยู่ไม่สามารถรายงานผลกระทบที่สรุปการศึกษา ICT ต่อความเป็นอยู่ที่ดีได้อย่างกระจ่างชัด ดังนั้นจึง



จำเป็นต้องสำรวจเพิ่มเติมเกี่ยวกับความเชื่อมโยงระหว่างการศึกษา ICT และความเป็นอยู่ที่ดีตามอัตวิสัย เพื่อให้ได้หลักฐานที่แน่ชัดมากขึ้น

Interact J. (2018) ได้ศึกษาความสุขและเทคโนโลยี: การพิจารณาเป็นพิเศษเกี่ยวกับเทคโนโลยีดิจิทัลและอินเทอร์เน็ต (Happiness and Technology: Special Consideration of Digital Technology and Internet) โดยงานวิจัยนี้ถือได้ว่าเป็นการสำรวจผลกระทบของเทคโนโลยีต่อความสุข บทความชี้ให้เห็นว่าแนวทางทางวิทยาศาสตร์ของความสุขระบุว่าความสุขสามารถวัดได้ และต้องค้นหาปัจจัยอธิบายความเป็นอยู่ที่ดีในเชิงประจักษ์ การวิเคราะห์ผลกระทบของเทคโนโลยีต่อความสุขเริ่มต้นจากความคิดเห็นของนักปรัชญาและนักคิดทางสังคม จากนั้นจึงมุ่งเน้นไปที่การแก้ไขงานวิจัยเชิงประจักษ์ บทความนี้สรุปโดยเน้นว่าเทคโนโลยีซึ่งเป็นกลไกขับเคลื่อนความเป็นอยู่ที่ดีทางเศรษฐกิจ มีผลทั้งทางบวกและทางลบต่อความเป็นอยู่ส่วนตัวของบุคคล ดังนั้นจึงจำเป็นต้องดำเนินการควบคุมอย่างเพียงพอซึ่งส่งเสริมผลในเชิงบวกและลดอันตรายที่อาจเกิดขึ้น

Wido G. M. (2021) ได้ศึกษาคุณภาพและการสูงวัยอย่างมีความสุข ผลการวิจัยพบว่าความสุขจะเพิ่มขึ้นเมื่อผู้สูงอายุผสมผสานกิจกรรมทางสังคม ร่างกาย ความรู้ความเข้าใจ และกิจกรรมในบ้าน เข้ากับกิจกรรมพักผ่อน นอกจากนี้ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมยังเป็นสื่อกลางในความสัมพันธ์โดยตรงระหว่างบุคลิกภาพภายนอกและความสุข

Guna (2021) ได้ศึกษาโซเชียลมีเดียและความเป็นอยู่ที่ดีทางอารมณ์: การแสวงหาความสุขหรือความเพลิดเพลิน (Social media and Emotional Well-being: Pursuit of Happiness or Pleasure) พบว่า โซเชียลมีเดียได้กลายเป็นส่วนสำคัญของการสื่อสารออนไลน์ทั้งหมด เมื่อเริ่มมีแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย การมีส่วนร่วมเสมือนจริงก็เป็นไปได้ เกือบ 80% ของวันถูกใช้ไปกับ Facebook, Instagram, Twitter, YouTube, Snapchat, WhatsApp และอื่น ๆ คนยุคปัจจุบันอาศัยอยู่ในโลกที่สมาร์ทโฟนเป็นสิ่งแรกที่พวกเขาเห็นในแต่ละวัน สื่อสังคมออนไลน์ให้ความบันเทิงในการสื่อสาร ส่งเสริมมิตรภาพ และช่วยในการสร้างความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นและลึกซึ้ง พื้นฐานสำหรับการสื่อสารหรือการโต้ตอบคืออิทธิพล เมื่ออิทธิพลมีอิทธิพลอย่างมาก ผู้ใช้จะรู้สึกกดดันให้แยกจากการใช้ชีวิตจริงไปสู่การใช้ชีวิตเสมือนจริง เนื่องจากพวกเขา มักจะใช้แพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียที่มากกว่าการใช้แพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียที่มากขึ้นช่วยกระชับความสัมพันธ์ที่เรียกว่า ความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นมักเกิดขึ้นภายในผู้คนในพื้นที่ใกล้ชิด เช่น คู่รัก เพื่อนซี้ ฯลฯ และยังหมายถึงความสัมพันธ์กลุ่มอื่น ๆ ที่เรียกว่าความสัมพันธ์ที่อ่อนแอ ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้ในแวดวงสังคมกับเพื่อนและคนรู้จัก ขึ้นอยู่กับความแข็งแกร่งของความสัมพันธ์ การใช้สื่อสังคมออนไลน์สามารถส่งผลดีต่อสุขภาพหรือความผิดปกติได้ ในทั้งสองกรณี ความสัมพันธ์ส่งผลต่อความผาสุกทางอารมณ์ โดยการให้ความสุขหรือความเพลิดเพลิน ความสุขคือสภาวะของความเป็นอยู่ที่ดีพร้อมความพอใจที่สมดุลโดยไม่มีภาวะเจ็บปวด โซเชียลมีเดียสามารถเพิ่มความสุขและหล่อเลี้ยงวงสังคมได้ ผลกระทบ

ของโซเชียลมีเดียต่อผู้ใช้นั้นแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับความมั่นคงทางจิตใจของผู้ใช้ สื่อสังคมออนไลน์สามารถทำให้ผู้ใช้เชื่อมโยงกันมากขึ้นและห่างเหินจากความสัมพันธ์ในโลกแห่ง ความจริง โซเชียลมีเดียได้สร้าง การปฏิวัติในการส่งเสริมความสัมพันธ์ มันได้เปลี่ยนวิธีการเริ่มต้นและการรักษาความสัมพันธ์ นอกจากนี้ยังพบว่า การมีส่วนร่วมในชีวิตเสมือนจริงเป็นไปได้ด้วยการกำเนิดของโซเชียลมีเดีย เกือบ 80% ของวันใช้เวลาไปกับ Facebook, Instagram, Twitter, YouTube, Snapchat และ อื่น ๆ การใช้โซเชียลมีเดียเพื่อเชื่อมต่อและสื่อสารกับคนที่เราสนใจนั้นมีประโยชน์เสมอ ซึ่งเรียกว่าเป็น โซเชียลเน็ตเวิร์ก ความผิดปกติทางสังคมเกิดขึ้นเมื่อการสื่อสารอย่างต่อเนื่องนำไปสู่จุดที่ชีวิตจริงหรือ ออฟไลน์ของเราถูกแทนที่ด้วยชีวิตเสมือนหรือออนไลน์ มีขอบเขตเล็กน้อยระหว่างเครือข่ายสังคมและความผิดปกติทางสังคม เมื่อเครือข่ายทางสังคมเป็นประโยชน์ ความผิดปกติทางสังคมจะส่งผลต่อ ความเป็นอยู่ที่ดีทางอารมณ์ เมื่อความเป็นอยู่ที่ดีทางอารมณ์ได้รับผลกระทบ ผู้ใช้จำนวนมากจะรู้สึก ว่าถูกบังคับให้แยกตัวออกจากโลกแห่งความเป็นจริงเมื่อพวกเขาพบกับโลกเสมือนจริงที่เต็มไปด้วย จินตนาการและความเพลิดเพลิน เมื่ออินเทอร์เน็ตถูกสร้างขึ้น อาจไม่มีใครทราบถึงศักยภาพของมากกว่า ความสะดวกสบายในการแบ่งปันข้อมูล มันทำให้โลกใกล้จะพังทลายขอบเขตทางภูมิศาสตร์ ยิ่งมีการ สื่อสารระหว่างบุคคลมากเท่าไร ความสัมพันธ์ก็ยิ่งแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น ความผูกพันก็ยิ่งแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น ด้วยแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียที่มากขึ้น การอยู่บนแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียที่มากขึ้น กลายเป็นเกณฑ์ มาตรฐานสำหรับการใช้ชีวิตท่ามกลางคนรุ่นใหม่ ไม่ว่าจะ เป็นกิจกรรมแห่งความสุขหรือกิจกรรมแห่ง ความสุข ผู้ใช้มีแนวโน้มที่จะใช้โซเชียลมีเดียในระดับที่แตกต่างกัน

จากการรวบรวมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข พบว่า ปัจจัยด้านความสุขโดยรวม คือ ผลกระทบเชิงบวกที่เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมโดยมีสื่อกลางก่อให้เกิดความ ผูกพัน มีผลดีต่อสุขภาพ และสามารถแก้ไขปัญหาก็เกี่ยวข้องกับการสื่อสาร ส่งผลให้เกิดความ เพลิดเพลิน ลดปัญหาของช่วงวัยตลอดจนความไม่เข้าใจในการสื่อสารที่มีขอบเขตจำกัด

### 3. แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

#### 3.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ (2553) อธิบายว่าผู้สูงอายุคือบุคคลที่มีสัญชาติไทย และมีอายุตั้งแต่ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป ซึ่งจะมีความแตกต่างกันไปตามช่วงอายุ โดยแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุไว้ สามกลุ่ม คือ กลุ่มแรก คือ ผู้สูงอายุตอนต้น อายุ 60 - 69 ปี เป็นกลุ่มอายุที่มีกำลังช่วยเหลือตนเองได้ กลุ่มที่สอง คือ ผู้สูงอายุตอนกลาง อายุ 70 - 79 ปี เป็นกลุ่มที่เริ่มมีอาการเจ็บป่วย ร่างกายเริ่มอ่อนแอ

และมีโรคประจำตัวหรือโรคเรื้อรัง และกลุ่มที่สาม เป็นผู้สูงอายุตอนปลาย อายุ 80 ปีขึ้นไป เป็นกลุ่มที่เจ็บป่วยบ่อยขึ้นเนื่องจากอวัยวะเสื่อมสภาพ และอาจมีภาวะทุพพลภาพ

กรมกิจการผู้สูงอายุ (2563) ได้จำแนกผู้สูงอายุ เพื่อให้เหมาะสมกับการดำเนินงานดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุจากการประเมินและคัดกรองผู้สูงอายุ แบ่งออกเป็นสามกลุ่มดังนี้

กลุ่มที่ 1 ตัดสังคม ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้ ช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม ชุมชนได้สามารถเดินขึ้นบันไดเองโดยไม่ต้องช่วยเหลือ

กลุ่มที่ 2 ตัดบ้าน ผู้สูงอายุกลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองได้บ้าง ไม่สามารถเดินตามลำพังบนทางเรียบได้ต้องใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือ ต้องการความช่วยเหลือขณะรับประทานอาหาร ต้องการความช่วยเหลือพาไปห้องน้ำ

กลุ่มที่ 3 ตัดเตียง ผู้สูงอายุที่ป่วยและช่วยเหลือตนเองไม่ได้ พิกัด/ทุพพลภาพไม่สามารถย้ายตนเองขณะนั่งได้

### 3.2 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

ตามที่องค์การอนามัยโลก (WHO) ระบุไว้ อายุที่มากขึ้นหมายถึงความสามารถในการปฏิบัติตามข้อกำหนดด้านสิ่งแวดล้อมของแต่ละบุคคลลดลง ซึ่งอยู่นอกเหนือการควบคุม โดยวัยชราตามลำดับเวลาแบ่งออกเป็นดังนี้ 65-75 ปี หมายถึงวัยชราอายุน้อยและช่วงการเปลี่ยนผ่านจากชีวิตการทำงานไปสู่วัยเกษียณ 75-85 ปี กำหนดวัยชราขั้นสูงและช่วงเวลาที่เริ่มสังเกตเห็นการสูญเสียการทำงาน 85 ปีขึ้นไป เป็นช่วงเวลาที่ต้องได้รับการดูแลและช่วยเหลือเป็นพิเศษ

กณิกนันต์ หยกสกุล (2551) กล่าวว่า วัยผู้สูงอายุหรือวัยชราเป็นระยะสุดท้ายของชีวิต ความชราของบุคคลไม่ได้หมายความว่า เป็นโรคหรือความเจ็บป่วยแต่หมายถึงพัฒนาการของชีวิตซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงที่ดำเนินไปสู่ความเสื่อมของร่างกายและจิตใจวัยนี้เป็นการยากที่จะกำหนดลงไปว่าเริ่มเมื่ออายุเท่าใดและจะจบลงเมื่ออายุเท่าไรโดยทั่วไปแล้วถือว่าเริ่มต้นตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไปสภาพความเสื่อมของคนเรานั้นจะเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการเช่นกรรมพันธุ์ อาหาร อาชีพ สภาพความเป็นอยู่ ดินฟ้าอากาศ ถิ่นที่อยู่อาศัย โรคภัยไข้เจ็บ ตลอดจนจิตใจและอารมณ์ร่วมด้วย ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในผู้สูงอายุ โดยจะพบว่าโครงสร้างของร่างกายจะค่อยๆ ว่างโรยเซลล์ต่าง ๆ เริ่มหย่อนสมรรถภาพเนื่องจากใช้งานมานานการเปลี่ยนแปลงหรือการปรับตัวในวัยนี้จะแสดงออกในด้านความล่าช้าในกิจกรรมทุกด้านของชีวิตเช่นความคิดอ่านความจำการรับรู้ทางประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหวสมรรถภาพในการทำงานของร่างกายในด้านความต้านทานต่อความเจ็บป่วยก็ลดลงด้วยเช่นเดียวกัน ดังนั้นสิ่งหนึ่งที่ผู้สูงอายุจะต้องเผชิญคือมีโอกาสเกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่าย เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคติดเชื้อ และ โรคที่เกิดจากอุบัติเหตุ เป็นต้น

เมื่อบุคคลเข้าสู่วัยสูงอายุ สภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปจากวัยอื่น เนื่องจากมีความเสื่อมของการทำงานระบบต่าง ๆ ทั่วร่างกายโดยเฉพาะ

ระบบประสาทระบบหัวใจระบบหลอดเลือดระบบขับถ่าย ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบกระดูก และระบบกล้ามเนื้อ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้มักจะเกิดซ้ำ ๆ การเปลี่ยนแปลงและปัญหาที่เกิดขึ้นในผู้สูงอายุต่างกันต่าง ๆ ดังนี้ (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2545)

การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย (Biological Change) การเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในทุก ระบบของร่างกายผู้สูงอายุ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะและส่วนต่าง ๆ ที่พบโดยทั่วไปได้แก่ ผิวหนัง บาง แห้งเหี่ยวบ่น ลอกหลุดง่าย มักมีอาการคัน มีจ้ำเลือด เซลล์ ผผและขนทั่วไปสีจางลง กลายเป็นสีเทาและสีขาว เส้นผมร่วงและแห้งง่าย ความไวและความรู้สึกตอบสนองต่อปฏิกิริยาต่าง ๆ ลดลง การเคลื่อนไหวและการคิดเชิงซ้ำ การมองเห็นและการได้ยินลดลง การรับกลิ่นไม่ดี การรับรสของลิ้นเสียไป ทำให้รับรู้รสน้อยลง การรับรสนหวานจะสูญเสียก่อนรับรสอื่น ๆ ฟันผุแตกหักง่าย เคลือบฟันบางลง เหงือกหุ้มคอพ่นร่นลงไป กระดูกเปราะและหักง่าย มีอาการปวดกระดูก เนื่องจากแคลเซียมลดลง ต่อมไทรอยด์ทำงานน้อยลง ทำให้รู้สึกกว่าปากแห้ง ประสิทธิภาพการทำงานของหัวใจลดลง เกิดภาวะหัวใจวายได้ง่าย ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำงานลดลงทำให้เกิดการติดเชื้อได้ง่าย การเคลื่อนไหวของลำไส้ลดลง ทำให้เกิดอาการท้องผูกได้บ่อย ประกอบกับการไม่ได้ออกกำลังกาย พบอาการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ในเพศหญิง และปัสสาวะลำบากในเพศชายจากต่อมลูกหมากโตขึ้น นอกจากนี้การผลิตของฮอร์โมนต่าง ๆ ลดลง ทำให้ผู้สูงอายุอาจเป็นโรคเบาหวานอย่างอ่อน และมีการสูญเสียโซเดียมออกไปกับปัสสาวะได้ผนังหลอดเลือดมีลักษณะหนาและแข็งขึ้น เพราะมีไขมันมาเกาะเป็นสาเหตุของความดันโลหิตสูงความยืดหยุ่นของเนื้อปอดลดลงเป็นเหตุให้ การขยายตัวและยุบตัวไม่ดี ต่อมเพศทำงานลดลง สมรรถภาพทางเพศลดลง (เกสร สำเภาทอง, 2549) การเปลี่ยนแปลงของสรีระทางร่างกายของผู้สูงอายุดังกล่าว ทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ประเมินว่าตนเองมีสุขภาพไม่แข็งแรง ปัญหาความเจ็บป่วยทางร่างกายที่พบมากที่สุด โรคเรื้อรัง เช่น โรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 31.7 และป่วยเป็นโรคเบาหวานร้อยละ 13.3 คือโรคของระบบกล้ามเนื้อและกระดูกอันได้แก่ การปวดหลัง ปวดเข่า ปวดเอว ไช้ออกัสเสบ รองลงมาคือ โรคความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจ นอกจากนี้ยังพบว่า ภาวะการเจ็บป่วยของ

การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์ (Psychological Change) การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุ ลักษณะการเปลี่ยนแปลงที่พบส่วนใหญ่ ได้แก่

3.2.1 การรับรู้ ผู้สูงอายุมักยึดติดกับความคิดและเหตุผลของตนเอง จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ยาก เพราะมีความไม่มั่นใจในการปรับตัวและทางด้านจิตใจ รวมทั้งวิถีการดำเนินชีวิตก็เปลี่ยนไป เพราะเกษียณอายุจากการทำงาน มีกิจกรรม และการมีส่วนร่วมทางสังคมลดลง ทำให้เกิดความรู้สึกสูญเสียบทบาท ในคุณค่าของตัวเองลดลง

3.2.2 การแสดงออกทางอารมณ์ ลักษณะของความท้อแท้ ใจน้อย หงุดหงิดง่าย โกรธง่าย และซึมเศร้านอกจากนี้รูปแบบของครอบครัวในสังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงจากครอบครัว

ขยายเป็นครอบครัวเดี่ยวที่มีขนาดเล็กซึ่งประกอบด้วยสามีภรรยาและบุตรเท่านั้นกล่าวคือมีสมาชิกในครอบครัวอยู่กันไม่เกินสองรุ่นทำให้ผู้สูงอายุมีโอกาสที่จะถูกทอดทิ้งได้ง่ายปัญหาสุขภาพในประชากรของผู้สูงอายุจะนำไปสู่ความจำเป็นของความต้องการผู้ดูแลซึ่งจะส่งผลกระทบต่อระบบบริการสุขภาพอย่างมากในอนาคต การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้สูงอายุนั้น เกิดขึ้นจากการถูกทอดทิ้ง และการถูกตัดออกทางสังคม เช่น การออกจากงาน การออกจากความรับผิดชอบในหน้าที่เดิมที่เคยปฏิบัติ การขาดการดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลาน หรือจากการเจ็บป่วย ทำให้ผู้สูงอายุมีอาการไม่คงที่มีความเปล่าเปลี่ยว จิตใจไม่มั่นคง เมื่อมีสิ่งใดมากระทบกระเทือนใจเพียงเล็กน้อยก็จะโมโห หงุดหงิด โกรธง่าย หรือน้อยใจ บางรายมีอาการซึมเศร้า หรือมีปฏิกิริยาต่อต้าน เนื่องจากวัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัด ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ที่เป็นไปในทางเสื่อมสมรรถภาพตามอายุที่เพิ่มขึ้น ทางด้านร่างกาย จะเห็นว่าการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายลดลง ทางด้านจิตใจ พบว่าสภาพจิตใจมีการเปลี่ยนแปลง โดยจะหงุดหงิดง่าย และมีความวิตกกังวลสูงการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม เช่น การเปลี่ยนแปลง ด้านโครงสร้างของครอบครัว การเกษียณอายุราชการ การเปลี่ยนแปลงทางสถานภาพสมรส เป็นต้น สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ส่งผลต่อสุขภาพเกิดการเจ็บป่วยได้ง่าย และเมื่อเจ็บป่วยมักมีอาการรุนแรง และต้องใช้เวลาในการรักษาและฟื้นฟูสภาพทำให้สูญเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาสุขภาพมากขึ้น และการเปลี่ยนแปลงรูปแบบทางสังคมที่เห็นได้ชัด โดยที่ในอดีต ครอบครัวไทย เป็นครอบครัวใหญ่ที่มีผู้สูงอายุเป็นผู้นำ ผู้ให้ความรู้ ผู้ถ่ายทอดวิชาการและสนับสนุนพัฒนาความก้าวหน้าให้แก่บุตรหลาน และอยู่ในฐานะที่ควรให้ความเคารพบูชา ยอมรับนับถือ แต่ในปัจจุบัน สังคมไทย เปลี่ยนไปในลักษณะสังคมอุตสาหกรรมที่มีแต่การแข่งขันมองประโยชน์ของตนเอง การพึ่งพาอาศัยลดลง การรับรู้ของชนรุ่นใหม่ได้จากภายนอก ทำให้ผู้สูงอายุขาดความสำคัญ ขาดการยอมรับ และการดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลาน ทำให้ผู้สูงอายุต้องพบกับความโดดเดี่ยว รู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้ง และขาดที่พึ่งทางใจ กระทบต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ (กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ, 2552)

3.2.3 ความสนใจสิ่งแวดล้อมน้อยลง ผู้สูงอายุจะสนใจเฉพาะเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองมากกว่าเรื่องของผู้อื่น

3.2.4 การสร้างวิถีชีวิตของตนเอง เพื่อไม่ให้เป็นภาระกับคนอื่นสามารถพึ่งตนเองได้ระดับหนึ่ง

3.2.5 ยอมรับสภาพของการเข้าสู่วัยสูงอายุ จะใช้เวลาส่วนใหญ่ในการศึกษาปฏิบัติตามคำสั่งสอนในศาสนา บางคนอยากอยู่ร่วมกับลูกหลาน บางคนชอบอยู่คนเดียว

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม (Social Change) นอกจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ และอารมณ์แล้ว การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญกับผู้สูงอายุ เนื่องจากในวัยสูงอายุการปฏิสัมพันธ์กับสังคมเริ่มลดลง ทั้งนี้จาก

ภาระหน้าที่และบทบาททางสังคมลดลง ทำให้ผู้สูงอายุมีความยากลำบากในการปรับตัวจนก่อให้เกิดการเจ็บป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจตามมา การเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่มีผลต่อผู้สูงอายุ เช่น

**3.2.6 การเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบัน** จากสังคมเกษตรกรรมเป็นสังคมอุตสาหกรรมมากขึ้นมีการเคลื่อนย้ายของวัยแรงงานจากชนบทเข้าเมือง ผู้สูงอายุจะต้องเผชิญปัญหาการอยู่ตามลำพัง ไม่มีที่พักพิงทำให้ผู้สูงอายุมีโอกาสที่จะถูกทอดทิ้งได้ง่าย ปัญหาสุขภาพในประชากรของผู้สูงอายุจะนำไปสู่ความจำเป็นของความต้องการผู้ดูแลซึ่งจะส่งผลกระทบต่อระบบบริการสุขภาพอย่างมากในอนาคต ทำให้ผู้สูงอายุที่เคยมีชีวิตครอบครัวที่อบอุ่นในอดีตกับบุตรหลาน ต้องปรับตัวเข้ากับสังคมสมัยใหม่ ซึ่งในความเป็นจริงแล้วผู้สูงอายุทุกคนอยากให้มีผู้ดูแลตลอดไปและต้องการให้บุตรเป็นผู้ดูแล (กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ, 2552)

**3.2.7 การเปลี่ยนแปลงทางขนบธรรมเนียม ประเพณี** การได้รับวัฒนธรรมตะวันตกทำให้สังคมไทยมีลักษณะคล้ายสังคมตะวันตกมากขึ้น ค่านิยมหรือความเชื่อเดิมที่เคยปฏิบัติสืบต่อกันมา เช่นการเคารพพระบวชหรือค่านิยมของความกตัญญูต่อบิดามารดาและผู้ที่มีพระคุณบุตรจะต้องทดแทนพระคุณของบิดามารดาเมื่อแก่ชราค่อยหมดไป

**3.2.8 การปลดเกษียณหรือออกจากงานและการลดบทบาททางสังคม** ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกสูญเสียอำนาจและบทบาททางสังคมรู้สึกว่าตัวเองหมดความสำคัญ นอกจากนี้การสูญเสียบุคคลใกล้ชิด เช่น คู่ชีวิต ญาติสนิท ซึ่งการสูญเสียที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจของผู้สูงอายุมากที่สุด ก่อให้เกิดความรู้สึกว่าเหว่ โดดเดี่ยว

ดังนั้นการเพิ่มจำนวนประชากรสูงอายุ จึงกลายเป็นความท้าทายด้านสาธารณสุขที่สำคัญ การสนับสนุนทางสังคมมีบทบาทสำคัญในสุขภาพของผู้คน การสนับสนุนทางสังคมช่วยปรับปรุงสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุและนำความสุขมาสู่ชีวิตของผู้สูงอายุ

### 3.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

สำหรับผู้สูงอายุส่วนใหญ่ การเปลี่ยนแปลงด้านการรับรู้ (การคิด) ที่เกี่ยวข้องกับอายุจะไม่รุนแรงและไม่รบกวนการทำงานในแต่ละวันมากนัก ผู้สูงอายุสามารถเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ได้แม้ในช่วงบั้นปลายชีวิต แม้ว่าการเรียนรู้อาจใช้เวลานานกว่าผู้ใหญ่ที่อายุน้อยกว่าก็ตาม ความจำระยะสั้นแสดงให้เห็นการเปลี่ยนแปลงตามอายุอย่างเห็นได้ชัด แต่ความจำระยะยาวจะลดลงตามอายุ การเปลี่ยนแปลงการรับรู้บางอย่างเป็นเรื่องปกติตามอายุ เช่น ปฏิกริยาช้าลงและความสามารถในการแก้ปัญหาลดลง ความเร็วในการเข้ารหัส จัดเก็บ และเรียกค้นข้อมูลก็ช้าลงเช่นกันเมื่อเราอายุมากขึ้น อย่างไรก็ตาม ผู้สูงวัยจำนวนมากทำได้ดีกว่าผู้ที่มีอายุน้อยกว่าในด้านการทดสอบเขาวงกตปัญญาที่อาศัยความรู้และประสบการณ์ที่สั่งสมมา

ทฤษฎีผู้สูงอายุทางสังคมมีความก้าวหน้าจากการมุ่งเน้นไปที่ความเสื่อมถอยของชีวิตที่  
 ปลายของแต่ละบุคคล ไปสู่ทฤษฎีที่เน้นความแปรปรวนภายในและระหว่างบุคคลของประสบการณ์  
 ชีวิตที่ปลาย ซึ่งวิธีที่ความแตกต่างดังกล่าวถูกกำหนดเงื่อนไขโดยปัจจัยเชิงโครงสร้างทางสังคม  
 วัฒนธรรม และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มักเริ่มต้นในวัยเด็กและยังคงหล่อหลอมบุคคลและ  
 สมาชิกของเครือข่ายทางสังคมตลอดช่วงชีวิต แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์ที่  
 ทำนายและอธิบายประสบการณ์ในโลกแห่งความเป็นจริง ในกรณีของวิทยาผู้สูงอายุทางสังคม  
 เป้าหมายของทฤษฎีกล่าวถึงปรากฏการณ์ต่าง ๆ มากมาย ตั้งแต่ทัศนคติและแรงจูงใจของแต่ละบุคคล  
 เครือข่ายทางสังคมและการสนับสนุนทางสังคม การกระทำและหน้าที่ขององค์กรที่เป็นทางการ การ  
 สร้างบรรทัดฐานและทัศนคติแบบเหมารวมทางวัฒนธรรม ตัวกำหนดทางสังคม ของสุขภาพและ  
 แหล่งที่มาของความไม่เท่าเทียมกันตลอดชีวิต ความแปรปรวนของความเป็นอยู่ อายุยืนยาว และ  
 คุณภาพชีวิตตลอดช่วงชีวิต ส่วนหนึ่งของความซับซ้อนที่เพิ่มขึ้นนี้ ผู้สูงอายุทางสังคมได้กลายเป็น  
 สาขาวิชาที่มีความหลากหลายมากขึ้น ครอบคลุมสาขาวิชาต่าง ๆ เช่น สังคมวิทยา จิตวิทยา ชีววิทยา  
 มานุษยวิทยา สาธารณสุข การแพทย์ และวิศวกรรมศาสตร์ โดยเน้นย้ำว่าแต่ละสาขาวิชาสามารถช่วย  
 ในการพัฒนาหลักการที่ ก้าวข้ามแต่ละสาขา ทฤษฎีบูรณาการของผู้สูงอายุทางสังคมมีความสำคัญ  
 อย่างยิ่งต่อการพัฒนาแนวทางที่ครอบคลุมในการปรับปรุงสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล  
 ตลอดช่วงชีวิต ทฤษฎีผู้สูงอายุทางสังคมช่วยให้เราเข้าใจกระบวนการสูงวัยอย่างครอบคลุมโดยเน้น  
 คุณลักษณะส่วนบุคคล ความสัมพันธ์ทางสังคม และบริบททางวัฒนธรรมที่กว้างขึ้นซึ่งฝังลึกอยู่ในชีวิต  
 ของบุคคล

ในทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการช่วงอายุ เหล่านี้ นักวิชาการที่ศึกษาการพัฒนาคนุขย์ตลอด  
 หลักสูตรชีวิตมุ่งเน้นไปที่การเปลี่ยนแปลงเชิงบรรทัดฐานในการพัฒนาทางร่างกาย ความรู้ความเข้าใจ  
 และทางสังคมและอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับอายุ สำหรับหลายๆ คน ช่วงต้นของเส้นทางชีวิตถูกมองว่า  
 เป็นเวลาแห่งการเติบโต และช่วงหลังของเส้นทางชีวิตมักถูกมองว่าเป็นช่วงเวลาแห่งความเสื่อมถอย  
 ซึ่งนักวิชาการได้พยายามมากขึ้นที่จะขัดขวางภาพการพัฒนาและความเสื่อมในมิติเดียวนี้มากขึ้น  
 โดยตระหนักถึงธรรมชาติที่มีหลายมิติของการเป็น รวมถึงการดำรงอยู่ของความแปรปรวนทั้งภายใน  
 และระหว่างบุคคลในการพัฒนาคนุขย์ โดยที่ธรรมชาติของการพัฒนาคนุขย์มีหลายมิติที่เน้นย้ำความ  
 เข้าใจว่าความสามารถและการพัฒนาสามารถกำหนดแนวคิดและวัตถุประสงค์ได้หลายวิธี แม้ว่าตามหลักการ  
 แล้วจะมีการให้ความสนใจมากขึ้นในขอบเขตการรับรู้ เช่น ความฉลาดและการประมวลผลข้อมูล  
 พื้นฐาน และลักษณะที่เปลี่ยนแปลงทางกายภาพ นอกจากนี้ ในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา นักวิชาการได้  
 ตระหนักมากขึ้นว่าการพัฒนาของคนุขย์ไม่จำเป็นต้องเป็นไปตามวิถีที่กำหนดไว้ล่วงหน้า แต่สามารถ  
 ปรับเปลี่ยนได้

สำหรับทฤษฎีทางจิตวิทยา (Psychoanalytic Theory) ประกอบด้วย 2 ทฤษฎี คือ ทฤษฎีบุคลิกภาพ (Personality Theory) ที่อธิบายไว้ว่า ผู้สูงอายุจะมีความสุขหรือความทุกข์ขึ้นอยู่กับภูมิหลังและการพัฒนาจิตของผู้นั้น ถ้าผู้สูงอายุเติบโตด้วยความมั่นคง อบอุ่น มีความรักแบบถ้อยที่ถ้อยอาศัย เห็นความสำคัญของคนอื่นได้เป็นอย่างดีมักจะเป็นผู้สูงอายุที่ค่อนข้างจะมีความสุข สามารถอยู่ร่วมกับลูกหลานและผู้อื่นได้โดยไม่เดือดร้อน ในทางกลับกัน ถ้าผู้สูงอายุเกิดมาอยู่ร่วมกับใครไม่ได้ ไม่อยากช่วยเหลือผู้อื่น จิตใจคับแคบ ผู้สูงอายุมักจะเป็นผู้ไม่ค่อยมีความสุข และทฤษฎีความฉลาดแปรื่อง (Intelligence Theory) เชื่อว่าผู้สูงอายุที่ยังฉลาดแปรื่องและคงความเป็นปราชญ์อยู่ได้ เพราะเป็นผู้ที่มีความสนใจในเรื่องต่าง ๆ อยู่เสมอมีการค้นคว้าและพยายามที่จะมีการเรียนรู้ตลอดเวลา ผู้ที่มีลักษณะเช่นนี้ต้องเป็นผู้ที่มีสุขภาพดี มีฐานะเศรษฐกิจดีพอเป็นเครื่องเกื้อหนุน

ด้านทฤษฎีสังคมวิทยา มีทฤษฎีที่เกี่ยวข้องดังนี้

ทฤษฎีบทบาท (Role Theory) มีแนวคิดว่าการปรับตัวการเป็นผู้สูงอายุน่าจะเกี่ยวกับทฤษฎีบทบาท คือ บุคคลนั้นจะรับบทบาททางสังคมที่ต่างกันไปตลอดชั่วชีวิต เช่น บทบาทการเป็นพ่อ แม่ สามี ภรรยา ความเป็นคนถูกกำหนดโดยบทบาทหน้าที่ที่ตนกำลังรับผิดชอบ บุคคลจะอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขได้ขึ้นอยู่กับการปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่ที่ตนกำลังเป็นอยู่ได้เหมาะสมเพียงใด โดยอายุจะเป็นองค์ประกอบในการกำหนดบทบาทของแต่ละคนในช่วงชีวิตที่ผ่านมา

ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) ผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมอยู่เสมอๆ จะมีบุคลิกภาพที่กระฉับกระเฉง มีการกิจอย่างสม่ำเสมอทำให้มีความพึงพอใจในชีวิต ปรับตัวได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่ปราศจากกิจกรรม มีภาพพจน์ในด้านบวก ชอบเข้าร่วมกิจกรรมผู้สูงอายุ เป็นการทดแทนบทบาทที่เสียไปจากการที่ต้องเป็นหม้าย การเกษียณอายุจากการปฏิบัติงาน ซึ่งผู้สูงอายุจะมีความสุขได้ควรมีบทบาทหรือกิจกรรมทางสังคมตามสมควร เช่น มีงานอดิเรก การเป็นสมาชิกกลุ่มกิจกรรม สมาคม ชมรม

ทฤษฎีการแยกตนเอง (Disengagement Theory) เชื่อว่าการที่ผู้สูงอายุไม่เกี่ยวข้องกับบทบาททางสังคม เป็นเพราะการถอนสถานภาพบทบาทของตนเอง ตามปกติผู้สูงอายุจะลดกิจกรรมลงในขณะที่ยังคงปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงตามปกติของกระบวนการผู้สูงอายุ

ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory) ผู้สูงอายุจะแสวงหาบทบาททางสังคมให้มาทดแทนทางสังคมเก่าที่สูญเสียไป ยังคงปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่อย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ

ทฤษฎีระดับชั้นอายุ (Age Stratification Theory) อายุเป็นหลักเกณฑ์สากลที่จะกำหนดบทบาท สิทธิ หน้าที่ ซึ่งจะเปลี่ยนแปลงไปตามชั้นอายุ จากอายุหนึ่งไปสู่อีกอายุหนึ่ง



### 3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ

นุชนาด ประภาศ (2562) ได้ศึกษาความสุขของผู้สูงอายุไทยในยุค Thailand 4.0 พบว่าความสุขสำหรับบุคคลที่เข้าสู่วัยสูงอายุเป็นสิ่งสำคัญ ผู้สูงอายุมักขาดความสุขหรือมีความสุขลดลงได้ง่ายกว่าวัยอื่น ๆ เนื่องจากต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในชีวิตหลายด้าน ทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตสังคม และด้านจิตวิญญาณ รวมทั้งยังมีข้อจำกัดในการใช้ชีวิตมากกว่าวัยอื่น ๆ โดยเฉพาะเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงของยุคสมัยที่มีการใช้เทคโนโลยี วิทยาการ ความคิดสร้างสรรค์ นวัตกรรม วิทยาศาสตร์ และการวิจัยในชีวิตประจำวันเพิ่มขึ้น ดังนั้น การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความสุข ด้วยการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพให้ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตสังคม และด้านจิตวิญญาณ โดยใช้กิจกรรมสร้างสุข 5 มิติ สำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง และสุขสงบ จะช่วยเสริมสร้างความรู้สึกทางบวก ซึ่งความรู้สึกทางบวกนี้จะทำให้ผู้สูงอายุ สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับครอบครัวและสังคมได้อย่างมีความสุข มีเกียรติ มีศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ สามารถทำคุณประโยชน์ และขับเคลื่อนชุมชนในฐานะผู้มีประสพการณ์ ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในยุค Thailand 4.0 ได้อย่างยั่งยืน

สุนทรีย์ ชุ่มมงคล (2562) การสื่อสารเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยสื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดีย การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) การใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในการสื่อสารเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 2) บทบาทและความสำคัญของการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การวิจัยเรื่องนี้ ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูล จำนวน 6 คน ด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา ผลการวิจัย พบว่า 1) ผู้สูงอายุ มีการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในการสื่อสารเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ในเรื่องทั่วไปกับกลุ่มเพื่อนและสื่อสารเรื่องสุขภาพกับผู้สูงอายุในครอบครัวด้วยการส่งข้อมูลผ่านโซเชียลมีเดีย คือ Line และ Facebook เพื่อแบ่งปันข้อมูลข่าวสารหรือสาระต่าง ๆ ที่เห็นว่าเกี่ยวข้องกับการดูแลการป้องกันและการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ เพราะส่วนใหญ่ไม่มั่นใจในความรู้ ความสามารถและข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพของตนเอง และรู้สึกไม่คุ้นเคยหรืออายกับการสื่อสารเพื่อให้ข้อมูลด้านสุขภาพ และมีความคิดเห็นว่าการพูดคุยเรื่องดูแลสุขภาพทั้งสภาพร่างกายและสภาพจิตใจควรพูดคุยกับผู้สูงอายุ โดยใช้จิตวิทยาในการสื่อสาร และควรเป็นหน้าที่ของผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง เช่น แพทย์ พยาบาล และเห็นว่าการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียเพื่อพูดคุยเรื่องการดูแลสุขภาพกับผู้สูงอายุ ควรมีการให้ความรู้และฝึกทักษะจนผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจการใช้สื่อใหม่ที่มากพอ จึงจะทำให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ 2) การใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดีย มีบทบาทและความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุค่อนข้างมาก เนื่องจากสามารถลดช่องว่างในการสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัวและผู้สูงอายุ แต่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะขาดทักษะและประสบการณ์ในการใช้งาน ขาดความเข้าใจในระบบการทำงาน

ของสื่อใหม่ นอกจากนี้โซเชียลมีเดียยังมีข้อจำกัดในการใช้งานค่อนข้างมาก ทำให้ผู้สูงอายุบางรายมีปัญหาในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้านสุขอนามัย และการแสดงความคิดเห็นด้านการสื่อสารเรื่องการดูแลสุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและด้านจิตใจกับกลุ่มเพื่อนผ่านโซเชียลมีเดีย

ระวีวรรณ ทรัพย์อินทร์ (2561) ได้ศึกษาสื่อกับผู้สูงอายุในประเทศไทยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษานำเสนอผลการศึกษาประเด็น องค์ความรู้ด้านพฤติกรรมการใช้สื่อของผู้สูงอายุ ผลกระทบของสื่อต่อผู้ สูงอายุ และลักษณะเนื้อหาในสื่อที่ผู้สูงอายุต้องการ ทั้งนี้เพื่อเป็นแนวทาง เพื่อนำมาสรุปและสังเคราะห์เป็นข้อเสนอแนะเพื่อส่งเสริมการพัฒนาสื่อ สำหรับผู้สูงอายุ และเป็นข้อมูลพื้นฐาน เพื่อการศึกษาเข้าใจในประเด็นเรื่องสื่อกับผู้สูงอายุอย่างละเอียดลึกซึ้งยิ่งขึ้นต่อไป ซึ่งจากการศึกษาพบว่าผู้สูง อายุมีแนวโน้มในการใช้สื่อออนไลน์มากขึ้น แต่สื่อหลักอย่างโทรทัศน์และ วิทยุก็ยังคงเป็นสื่อที่เข้าถึงผู้สูงอายุได้มากที่สุด โดยปัจจัยด้านการศึกษา และปัจจัยทางด้านสังคม สภาพครอบครัวและฐานะทางเศรษฐกิจ ตลอดจนปัจจัยทางกายภาพ เช่น พื้นที่อยู่อาศัยนั้นก็ล้วนส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้สื่อทั้งสิ้น ส่วนผลกระทบของสื่อต่อผู้สูงอายุนั้นมีทั้งทางลบและ ทางบวกทั้งด้านสุขภาพร่างกายและสภาพจิตใจ สำหรับเนื้อหาในสื่อที่ผู้ สูงอายุต้องการ คือ เนื้อหาหลักๆ ที่ส่งเสริมภาพลักษณ์เชิงบวกที่สะท้อน ศักยภาพของผู้สูงอายุ เนื้อหาที่เน้นความรัก ความผูกพันระหว่างผู้สูงอายุ กับครอบครัว ทั้งนี้เนื้อและรูปแบบการนำเสนอสื่ออื่นนั้นต้องสอดคล้อง ความ ต้องการที่หลากหลายของผู้สูงอายุด้วย

วารุณี แก้วกิ่งจันทร์ (2563) ได้ศึกษาโมเดลการใช้นวัตกรรมสื่อสารของผู้สูงอายุ มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยด้านศักยภาพในการใช้เทคโนโลยี การยอมรับเทคโนโลยีและรูปแบบ การดำเนินชีวิต ที่มีต่อความตั้งใจในการใช้นวัตกรรมสื่อสารของผู้สูงอายุ โดยมีทัศนคติในการใช้นวัตกรรมสื่อสารเป็นตัวแปรส่งผ่าน เก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้สูงอายุที่มีอายุเกิน 60 ปีบริบูรณ์ ที่มีการใช้นวัตกรรมสื่อสารในเขตภาคเหนือตอนล่าง ได้แก่จังหวัดพิษณุโลก จังหวัดตาก จังหวัด เพชรบูรณ์ จังหวัดสุโขทัย และจังหวัดอุตรดิตถ์ จำนวน 400 คนเครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามโมเดล การใช้นวัตกรรมสื่อสารของผู้สูงอายุ งานวิจัยนี้ใช้การวิเคราะห์ด้วยแบบจำลองสมการ เชิงโครงสร้าง ผลการวิเคราะห์พบว่า ศักยภาพในการใช้เทคโนโลยี การยอมรับเทคโนโลยีและรูปแบบ การดำเนินชีวิตมีอิทธิพลทางตรงต่อความตั้งใจในการใช้นวัตกรรมสื่อสารของผู้สูงอายุอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีค่า  $\beta$  เท่ากับ-0.153, 0.323 และ 0.730 ตามลำดับ ทั้งนี้การ ยอมรับเทคโนโลยีและรูปแบบการดำเนินชีวิตที่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อความตั้งใจในการใช้นวัตกรรม สื่อสารของผู้สูงอายุ โดยมีทัศนคติในการใช้นวัตกรรมสื่อสารเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีค่า  $\beta$  เท่ากับ 0.411 และ 0.649 ตามลำดับ อีกทั้งยังพบว่า ทัศนคติในการใช้นวัตกรรมสื่อสารยังมีอิทธิพลทางตรงต่อความตั้งใจในการใช้นวัตกรรมสื่อสาร

ของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีค่า  $\beta$  เท่ากับ 0.998 และโดยมีค่า R2 เท่ากับ 0.996 ทั้งนี้แสดงให้เห็นว่าตัวแปรศักยภาพในการใช้เทคโนโลยี การยอมรับเทคโนโลยี รูปแบบการดำเนินชีวิตและทัศนคติในการใช้นวัตกรรมการสื่อสารสามารถพยากรณ์ความตั้งใจในการใช้นวัตกรรมการสื่อสารของผู้สูงอายุได้ 99%

จริยา เกตุคง (2564) ได้ศึกษา อิทธิพลสื่อสังคมออนไลน์ การรับรู้ภาวะสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพ ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลสื่อสังคมออนไลน์ การรับรู้ภาวะสุขภาพการส่งเสริมสุขภาพ ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล สื่อสังคมออนไลน์ การรับรู้ภาวะสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพ ด้านปัจจัยเอื้อการส่งเสริมสุขภาพ ด้านปัจจัยเสริม ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 70 -79 ปี มีสถานภาพสมรส มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 5,001 –10,000 บาท และมีสถานะทางสุขภาพเจ็บป่วย สื่อสังคมออนไลน์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ด้านการมีประโยชน์ การรับรู้ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ท่านรู้สึกว่าร่ากายแข็งแรงขึ้นเมื่อได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง การส่งเสริมสุขภาพ ด้านปัจจัยเอื้อโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ท่านได้รับความช่วยเหลือหรือคำแนะนำจากบุคลากรสาธารณสุข การส่งเสริมสุขภาพ ด้านปัจจัยเสริมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ท่านได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการมีความรับผิดชอบต่อสุขภาพ จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข / บุคลากรทางการแพทย์) และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ด้านสุขภาพทางกายและด้านสิ่งแวดล้อม ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า (1) ผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุมีเพศ อายุ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุโดยภาพรวมต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (2) สื่อสังคมออนไลน์ด้านการมีประโยชน์และด้านสังคม มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (3) การรับรู้ภาวะสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพด้านปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สรุป จากการรวบรวมแนวคิด ทฤษฎี วรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ครั้งนี้ ผู้ศึกษาค้นพบตัวแปรที่เกี่ยวข้องและมีความสำคัญต่อการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล และความสุข ซึ่งองค์ประกอบของตัวแปรที่ค้นพบจะเชื่อมโยงการสื่อสารโดยใช้บริการทางเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อส่งข้อความ ส่งอีเมล วิดีโอ เพลง รูปภาพ และการทำงาน

กับความสนใจและกิจกรรมของผู้ใช้ โดยมีพื้นฐานสำคัญของการสื่อสารที่เป็นหัวใจสำคัญ ประกอบด้วย แหล่งที่มาของสื่อ ข้อความ ช่องทางของสื่อ และผู้รับ ข้อค้นพบบางประการทำให้ทราบ และนำไปสู่ความเข้าใจต่อประเด็นปัญหาที่ว่าอนาคตเทคโนโลยีจะนำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และไม่สามารถปฏิเสธได้ว่า อิทธิพลทางสังคมและเงื่อนไขในการอำนวยความสะดวกจากการสื่อสาร โดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลย่อมเกิดปฏิสัมพันธ์ต่อกลุ่มผู้ใช้ที่หลากหลาย และเพื่อตอบสนองความต้องการ การติดต่อที่เพิ่มขึ้นของผู้คน สารระสำคัญอีกประการที่ค้นพบ ความสุขที่ได้มีการสื่อสารโดยใช้ เทคโนโลยีดิจิทัล อีกทั้งผลการวิจัยต่างประเทศยังพบว่า มีการประเมินทัศนคติต่อการใช้งานและ ประโยชน์ของการใช้เทคโนโลยี ผู้สูงอายุมักมีทัศนคติเชิงบวกต่อเทคโนโลยี การใช้เทคโนโลยีทางสังคม ที่สูงขึ้นมีความสัมพันธ์กับสุขภาพที่ประเมินตนเองดีขึ้น การเจ็บป่วยเรื้อรังน้อยลง ความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ตามอัตวิสัย และอาการซึมเศร้าที่น้อยลง ด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้ศึกษาจึงสนใจที่จะศึกษาโครงสร้าง ความสัมพันธ์ระหว่าง 2 ตัวแปร ได้แก่ การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุ ซึ่ง นำไปสู่การขยายผลการศึกษาในเชิงจิตวิทยา สามารถอธิบายระดับความสัมพันธ์และแนะนำแนวทาง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุขเพิ่มขึ้นจากการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล



### บทที่ 3

## วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุ เพื่อเปรียบเทียบระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุ และเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

#### 1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60 -69 ปี ในเขตพื้นที่อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน โดยเจาะจงเฉพาะกลุ่มติดสังคม จำนวน 6,840 คน และกลุ่มติดบ้านจำนวน 72 คน รวมทั้งสิ้น 6,912 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 12 กันยายน พ.ศ. 2566, สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำพูน)

#### 1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุในเขตพื้นที่อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูนในปี พ.ศ.2566 โดยหาขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยการใช้สูตรของทาโร ยามาเน (Taro Yamane, 1967) กำหนดให้ขนาดตัวอย่างมีความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 0.05 ตามสูตรดังนี้

$$\text{สูตร} \quad n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

เมื่อ " n แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N แทน ประชากรที่ศึกษา

e แทน ความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่าง กำหนดให้เท่ากับ 0.05

$$\text{แทนค่า} = \frac{6912}{1+6912(0.05)^2} = \text{ได้กลุ่มตัวอย่าง } 399.94 \text{ ปรับเป็น } 400 \text{ คน}$$

การเลือกตัวอย่างโดยใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิตามสัดส่วนของหมู่บ้าน และคำนวณหาสัดส่วนตามสัดส่วนของขนาดประชากรในแต่ละหมู่บ้าน แล้วจึงทำการเลือกตัวอย่างโดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน ดังตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามหมู่บ้าน

ลำดับ	หมู่บ้าน	จำนวนประชากร (คน)	กลุ่มตัวอย่าง (คน)
1	แวนนาริน	348	20
2	ป่าหก	123	7
3	ปวงคำ	237	14
4	กลาง	542	32
5	โฮ่ง	545	32
6	ใหม่น้ำผึ้ง	391	23
7	นากลาง	650	37
8	ผายอง	526	30
9	ปู่	339	20
10	วังดิน	671	39
11	ฮ่อมต้อ	484	28
12	ลี	266	15
13	ม่วงสามปี	722	42
14	ใหม่ศิวิไล	259	15
15	แพะหนองห้า	154	9
16	วังดินใหม่	570	33
17	พระธาตุห้าดวง	85	5
	รวม	6,912	400

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ออกแบบจากแนวคิด และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนการศึกษาเอกสารตำราทฤษฎี และงานวิจัยที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุ ซึ่งเครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามเป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) โดยแบ่งคำถาม ออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

### 2.1 ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

มีลักษณะของข้อคำถามเป็นรูปแบบการสำรวจรายการ (Check List) จำนวน 4 ข้อ ประกอบด้วย

- 2.1.1 เพศ เป็นการวัดข้อมูลประเภทนามบัญญัติ (Nominal scale)
- 2.1.2 ระดับการศึกษา เป็นการวัดข้อมูลประเภทเรียงลำดับ (Ordinal scale)
- 2.1.3 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน เป็นการวัดข้อมูลประเภทเรียงลำดับ (Ordinal scale)
- 2.1.4 กลุ่มผู้สูงอายุ เป็นการวัดข้อมูลประเภทเรียงลำดับ (Nominal scale)

### 2.2 ส่วนที่ 2 แบบสอบถามระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน

ในแบบสอบถามส่วนที่ 2 จะมีลักษณะของข้อคำถามจะเป็นแบบวัดมาตราส่วนประเมิน Likert Rating Scales 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยการแปลความหมายของระดับพฤติกรรมการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลใช้เกณฑ์ดังนี้

- คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.80 หมายถึง อยู่ในระดับน้อยที่สุด
- คะแนนเฉลี่ย 1.81 – 2.60 หมายถึง อยู่ในระดับน้อย
- คะแนนเฉลี่ย 2.61 – 3.40 หมายถึง อยู่ในระดับปานกลาง
- คะแนนเฉลี่ย 3.41 – 4.20 หมายถึง อยู่ในระดับมาก
- คะแนนเฉลี่ย 4.21 – 5.00 หมายถึง อยู่ในระดับมากที่สุด

จำแนกออกเป็น 4 ด้าน ประกอบด้วย

- |  |             |
|--|-------------|
| ด้านแหล่งที่มาของสื่อ                    | จำนวน 5 ข้อ |
| ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ)       | จำนวน 5 ข้อ |
| ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร) | จำนวน 5 ข้อ |
| ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร)         | จำนวน 5 ข้อ |

### 2.3 ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความสุขของผู้สูงอายุ

ความสุขที่สามารถวัดได้ในเชิงประจักษ์ ในแบบสอบถามส่วนที่ 3 จะมีลักษณะของข้อคำถามจะเป็นแบบวัดมาตราส่วนประเมิน Likert Rating Scales 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยการแปลความหมายของระดับความสุขใช้เกณฑ์ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.80 หมายถึง อยู่ในระดับน้อยที่สุด

คะแนนเฉลี่ย 1.81 – 2.60 หมายถึง อยู่ในระดับน้อย

คะแนนเฉลี่ย 2.61 – 3.40 หมายถึง อยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 3.41 – 4.20 หมายถึง อยู่ในระดับมาก

คะแนนเฉลี่ย 4.21 – 5.00 หมายถึง อยู่ในระดับมากที่สุด

จำแนกออกเป็น 3 ด้าน ประกอบด้วย

ด้านความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) จำนวน 5 ข้อ

ด้านความสุขทางอารมณ์ จำนวน 5 ข้อ

ด้านความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ) จำนวน 5 ข้อ

## 3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 **ศึกษารรณกรรม**เกี่ยวกับการพัฒนาเครื่องมือเชิงจิตวิทยาเกี่ยวกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุ

3.2 **กำหนดวัตถุประสงค์**ในการสร้างเครื่องมือ เพื่อระบุตัวแปรที่ต้องการศึกษา และนำไปสู่การพัฒนาแบบสอบถาม

3.3 **ศึกษารรณกรรม**เพื่อกำหนดนิยามของตัวแปร

3.4 **สร้างข้อคำถาม**ให้สอดคล้องกับนิยามของตัวแปร และกรอบการสร้างเครื่องมือ

3.5 **ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ**

3.5.1 **เสนอข้อความให้ผู้ทรงคุณวุฒิ** 3 ท่าน ตรวจสอบคุณภาพความตรง (Validity) ด้วยการหาค่าความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence / IOC) โดย IOC ที่มีค่าตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป แสดงว่าแบบสอบถามมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ซึ่งแต่ละข้ออยู่ระหว่าง 0.67-1.00 ซึ่งเป็นค่าที่ยอมรับได้ ซึ่งพบว่าได้ค่า IOC = 0.97 สามารถนำข้อคำถามไปใช้ได้

3.5.2 **นำแบบสอบถามที่ได้แก้ไขตามคำแนะนำ**ของผู้ทรงคุณวุฒิแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มทดลองมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะทำการวิจัย จำนวน 30 คน เพื่อนำผลมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม และจากผลการทดสอบได้เท่ากับ 0.82



หลังจากนั้นผู้ศึกษาจึงได้นำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลลำไทร อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ต่อไป

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

นำแบบสอบถามที่ตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วนแล้ว จัดทำคู่มือลงรหัส และทำการคำนวณค่าสถิติโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ดังนี้

##### 4.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

**4.1.1 การวิเคราะห์ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม** ทำการวิเคราะห์ค่าร้อยละ

**4.1.2 การวิเคราะห์ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุ** ทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

**4.1.3 การวิเคราะห์ความสุขของผู้สูงอายุ** ทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

**4.1.4 การทดสอบสมมติฐาน** ทำการเปรียบเทียบระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน โดยการวิเคราะห์ ด้วยการทดสอบด้วยค่า T-test และทำการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระที่นำมาใช้ในการศึกษาด้วยสถิติเชิงอนุมานการวิเคราะห์สหสัมพันธ์อย่างง่าย (simple correlation coefficient)

## บทที่ 4

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ครั้งนี้ ผู้ได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อช่วยคำนวณในการหาค่าทางสถิติ โดยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

#### ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของตัวแปร

1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยการคำนวณค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน

1.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับความสุขของผู้สูงอายุ

#### ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

2.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน โดยการวิเคราะห์ ด้วยการทดสอบด้วยค่า T-test

2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้วยการวิเคราะห์สัมพันธ์อย่างง่าย (Simple correlation coefficient)

## 1. ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของตัวแปร

### 1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยการคำนวณค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

n = 400		
ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>1. เพศ</b>		
ชาย	174	43.5
หญิง	226	56.5
<b>2. ระดับการศึกษา</b>		
ประถมศึกษา	11	2.8
มัธยมศึกษา	352	88.0
ปริญญาตรี	37	9.2
<b>3. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน</b>		
น้อยกว่า 5,000 บาท	15	3.8
5,001 – 6,000 บาท	109	27.3
6,001 – 7,000 บาท	193	48.3
7,001 – 8,000 บาท	65	16.3
มากกว่า 8,001 บาท	18	4.5
<b>4. กลุ่มประเภผู้สูงอายุ</b>		
กลุ่มติดสังคม	390	97.5
กลุ่มติดบ้าน	10	2.5

จากตารางที่ 4.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า

**1.1.1 เพศ** พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 226 คน คิดเป็นร้อยละ 56.5 และเป็นเพศชาย จำนวน 174 คน ร้อยละ 43.5

**1.1.2 ระดับการศึกษา** พบว่า ส่วนใหญ่มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา จำนวน 352 คน คิดเป็นร้อยละ 88 รองลงมามีการศึกษาในระดับปริญญาตรี จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 9.2 และการศึกษาในระดับประถมศึกษา จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 2.8

**1.1.3 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน** พบว่า ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 6,001 – 7,000 บาท จำนวน 193 คน คิดเป็นร้อยละ 48.3 รองลงมาได้แก่ รายได้ 5,001 – 6,000 บาท จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 27.3 รายได้ 7,001 – 8,000 บาท จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 16.3 มีรายได้มากกว่า 8,001 บาท จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 4.5 และรายได้น้อยกว่า 5,000 บาท จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 3.8

**1.1.4 กลุ่มประเภทผู้สูงอายุ** พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นกลุ่มติดสังคม จำนวน 390 คน คิดเป็นร้อยละ 97.5 และเป็นกลุ่มติดบ้าน จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 2.5

## 1.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน

ตารางที่ 4.2 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในภาพรวมทั้ง 4 ด้าน

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	แปลความ
ด้านแหล่งที่มาของสื่อ	4.02	0.67	มาก
ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ)	3.60	0.84	มาก
ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร)	3.89	0.71	มาก
ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร)	3.65	0.53	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.79</b>	<b>0.46</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.2 พบว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.79 (S.D.=0.46) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านแหล่งที่มาของสื่อ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 4.02 (S.D.=0.67) รองลงมาได้แก่ ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร) มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.89 (S.D.=0.71) ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร) มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ

3.65 (S.D.=0.53) และค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ) มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.60 (S.D.=0.84) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.3 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านแหล่งที่มาของสื่อ

n = 400

ด้านแหล่งที่มาของสื่อ	( $\bar{X}$ )	S.D.	แปลผล
1.มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากเว็บไซต์ที่ให้บริการการแบ่งปันไฟล์สื่อผสม เช่น YouTube	4.03	0.85	มาก
2.มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากการรับ-ส่งอีเมล (E-mail)	3.85	0.70	มาก
3.มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Networking)	4.13	0.59	มาก
4.มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากบล็อก (Blogging)	3.84	0.71	มาก
5.มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากแอปพลิเคชันในมือถือ เช่น LINE App	4.22	0.49	มากที่สุด
<b>รวม</b>	<b>4.02</b>	<b>0.67</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.3 พบว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านแหล่งที่มาของสื่อในภาพรวม อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยรวม ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 4.02 (S.D.=0.67) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากแอปพลิเคชันในมือถือ เช่น LINE App อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 4.22 (S.D.=0.49) รองลงมาคือ มีการสื่อสาร โดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Networking) อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 4.13 (S.D.=0.59) มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากเว็บไซต์ที่ให้บริการการแบ่งปันไฟล์สื่อผสม เช่น YouTube อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 4.03 (S.D.=0.85) มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากการรับ-ส่งอีเมล (E-mail) อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.85 (S.D.=0.70) และค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ มี

การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากบล็อก (Blogging) อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.84 (S.D.=0.71) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.4 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ)

n = 400

ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ)	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1.มีการสื่อสารเพื่อเชื่อมโยงการสื่อความหมายที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ	3.78	0.66	มาก
2.มีการสื่อสารโดยใช้สัญลักษณ์ที่ผู้ส่งสารและผู้รับสารเข้าใจความหมายร่วมกัน	3.05	1.16	ปานกลาง
3.มีการสื่อสารโดยจัดเรียบเรียงสารที่ดี ต่อเนื่อง ไม่สับสน	3.22	1.04	ปานกลาง
4.มีการสื่อสารโดยใช้เนื้อหาที่เร้าความต้องการของผู้รับสาร	3.93	0.53	มาก
5.มีการสื่อสารโดยใช้ข้อมูลที่สอดแทรกเพื่อให้เกิดการแบ่งปันข้อมูล	4.04	0.81	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.60</b>	<b>0.84</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.4 พบว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ) โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.60 (S.D.=0.84) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ มีการสื่อสารโดยใช้ข้อมูลที่สอดแทรกเพื่อให้เกิดการแบ่งปันข้อมูล อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 4.04 (S.D.=0.81) รองลงมาได้แก่ มีการสื่อสารโดยใช้เนื้อหาที่เร้าความต้องการของผู้รับสาร อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.93 (S.D.=0.53) มีการสื่อสารเพื่อเชื่อมโยงการสื่อความหมายที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.78 (S.D.=0.66) มีการสื่อสารโดยจัดเรียบเรียงสารที่ดี ต่อเนื่อง ไม่สับสน อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.22 (S.D.=1.04) และค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ มีการสื่อสารโดยใช้สัญลักษณ์ที่ผู้ส่งสารและผู้รับสารเข้าใจความหมายร่วมกัน อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.05 (S.D.=1.16) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.5 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร)

n = 400

ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร)	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. มีการสื่อสารผ่านการถ่ายทอดสดผ่านทาง Facebook Live	3.78	0.75	มาก
2. มีการสื่อสารผ่านการถ่ายทอดสดผ่านทาง YouTube Live	3.92	0.84	มาก
3. มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วย Messenger	3.76	0.80	มาก
4. มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วย LINE Call	4.18	0.50	มาก
5. มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วย แอปพลิเคชันจากผู้ให้บริการเครือข่ายมือถือ	3.82	0.66	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.89</b>	<b>0.71</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.5 พบว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร) โดยรวมและรายข้ออยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยรวม ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.89 (S.D.=0.71) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วย LINE Call มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 4.18 (S.D.=0.50) รองลงมาได้แก่ มีการสื่อสารผ่านการถ่ายทอดสดผ่านทาง YouTube Live มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.92 (S.D.=0.84) มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วยแอปพลิเคชันจากผู้ให้บริการเครือข่ายมือถือ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.82 (S.D.=0.66) มีการสื่อสารผ่านการถ่ายทอดสดผ่านทาง Facebook Live มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.78 (S.D.=0.75) และค่าเฉลี่ยต่ำสุด มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วย Messenger มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.76 (S.D.=0.80) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.6 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร)

n = 400

ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร)	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. มีการเลือกสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับเข้าใจความหมายและวัตถุประสงค์ที่ต้องการสื่อสาร	3.09	1.15	ปานกลาง
2. มีการเชื่อมโยงการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับได้รับข้อมูลข่าวสารแบบกลุ่ม	3.30	1.01	ปานกลาง
3. มีการเชื่อมโยงการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับได้รับข้อมูลข่าวสารแบบบุคคลเดียว	3.91	0.57	มาก
4. มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลด้วยสัญลักษณ์ที่ผู้รับสารเข้าใจ	4.09	0.72	มาก
5. มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลที่หลากหลายกับกลุ่มเป้าหมาย	3.84	0.66	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.65</b>	<b>0.82</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.6 พบว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร) โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.65 (S.D.=0.82) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลด้วยสัญลักษณ์ที่ผู้รับสารเข้าใจ อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 4.09 (S.D.=0.72) รองลงมาได้แก่ มีการเชื่อมโยงการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับได้รับข้อมูลข่าวสารแบบบุคคลเดียว อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.91 (S.D.=0.57) มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลที่หลากหลายกับกลุ่มเป้าหมาย อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.84 (S.D.=0.66) มีการเชื่อมโยงการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับได้รับข้อมูลข่าวสารแบบกลุ่ม อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.30 (S.D.=1.01) และค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ มีการเลือกสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับเข้าใจความหมายและวัตถุประสงค์ที่ต้องการสื่อสาร อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.09 (S.D.=0.57) ตามลำดับ



### 1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับความสุขของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 4.7 ระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน  
ในภาพรวมทั้ง 3 ด้าน

n = 400			
รายการ	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านความสุขทางกาย	3.77	0.77	มาก
ด้านความสุขทางอารมณ์	3.80	0.75	มาก
ด้านความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ)	3.86	0.79	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.81</b>	<b>0.77</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.7 พบว่า ระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในภาพรวมทั้ง 3 ด้าน โดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวม ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.81 (S.D.=0.77) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ) มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.86 (S.D.=0.79) รองลงมาได้แก่ ด้านความสุขทางอารมณ์ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.80 (S.D.=0.75) และค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ด้านความสุขทางกาย มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.77 (S.D.=0.77) ตามลำดับ



ตารางที่ 4.8 ระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน  
ด้านความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ)

n = 400

ด้านความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ)	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. การแบ่งปันข้อมูลข่าวสารจากสื่อเทคโนโลยีดิจิทัลสามารถแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพ	3.81	0.88	มาก
2. การติดต่อสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลทำให้เกิดการกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับญาติและเพื่อน	3.97	0.64	มาก
3. เมื่อได้รับข่าวสารที่มีการเผยแพร่แบบกลุ่มโดยไม่ผ่านการคัดกรองอยู่เป็นประจำ	3.75	0.78	มาก
4. เมื่อมีการติดต่อสื่อสารเทคโนโลยีดิจิทัลในเวลาที่ไม่เหมาะสม	3.50	0.72	มาก
5. เมื่อได้รับการแบ่งปันข้อมูลความเป็นอยู่ หรือการเปรียบเทียบสถานะทางสังคมจากเพื่อน หรือญาติพี่น้อง	3.80	0.83	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.77</b>	<b>0.77</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.8 พบว่า ความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) โดยรวมและรายข้ออยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวม ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.77 (S.D.=0.77) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การติดต่อสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลทำให้เกิดการกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับญาติและเพื่อน มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.97 (S.D.=0.64) รองลงมาได้แก่ การแบ่งปันข้อมูลข่าวสารจากสื่อเทคโนโลยีดิจิทัลสามารถแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.81 (S.D.=0.88) เมื่อได้รับการแบ่งปันข้อมูลความเป็นอยู่ หรือการเปรียบเทียบสถานะทางสังคมจากเพื่อน หรือญาติพี่น้อง มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.80 (S.D.=0.83) การแบ่งปันข้อมูลข่าวสารจากสื่อเทคโนโลยีดิจิทัลสามารถแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพ มีเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.81 (S.D.=0.88) และค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ เมื่อได้รับข่าวสารที่มีการเผยแพร่แบบกลุ่มโดยไม่ผ่านการคัดกรองอยู่เป็นประจำ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.50 (S.D.=0.72) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.9 ระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ด้าน  
ความสุขทางอารมณ์

n = 400

ด้านความสุขทางอารมณ์	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมีความสัมพันธ์ ที่ส่งผลต่ออารมณ์เชิงบวก	3.84	0.81	มาก
2. การได้ติดต่อและแบ่งปันข้อมูลต่อผู้คนโดยใช้ เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง	4.02	0.82	มาก
3. การติดต่อสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิด ความสุขที่ได้เรียนรู้ทักษะใหม่จากการเปลี่ยน ทัศนคติในกลุ่มกิจกรรมเชิงบวก	3.47	0.70	มาก
4. เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับภัยสังคมต่าง ๆ มักทำให้เกิดความวิตกกังวล	3.78	0.82	มาก
5. เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารในทางที่ไม่สร้างสรรค์และ ไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้ จากการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล	3.90	0.61	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.80</b>	<b>0.75</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.9 พบว่า ความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ด้านความสุขทางอารมณ์ โดยรวมและรายข้ออยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวม ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.80 (S.D.=0.75) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ การได้ติดต่อและแบ่งปันข้อมูลต่อผู้คนโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 4.02 (S.D.=0.82) รองลงมาได้แก่ เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารในทางที่ไม่สร้างสรรค์และไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้จากการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.90 (S.D.=0.61) การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมีความสัมพันธ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์เชิงบวก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.84 (S.D.=0.81) เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับภัยสังคมต่าง ๆ มักทำให้เกิดความวิตกกังวล มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.78 (S.D.=0.82) และค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ การติดต่อสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดความสุขที่ได้เรียนรู้ทักษะใหม่จากการเปลี่ยนทัศนคติในกลุ่มกิจกรรมเชิงบวก มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.47 (S.D.=0.70) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.10 ระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน  
ด้านความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ)

n = 400

ด้านความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ)	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลสามารถ บรรลุเป้าหมายด้านสุขภาพ	3.99	0.65	มาก
2. เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิด แรงจูงใจที่ดีต่อสังคม	3.89	0.82	มาก
3. เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลทำให้เกิด ความสัมพันธ์อันดีมีการพึ่งพาอาศัยกันกับคน ใกล้ชิดและกลุ่มสังคมมากขึ้น	3.80	0.82	มาก
4. เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิด ความรู้ใหม่ และสามารถปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้	3.81	0.87	มาก
5. มีอิสระที่จะเลือกรับข่าวสารที่หลากหลายและ สอดคล้องกับความต้องการของตนเองมากยิ่งขึ้น	3.79	0.79	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.86</b>	<b>0.79</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.10 พบว่า ความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาล ตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้านความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ) โดยรวมและรายข้ออยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยรวม ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.86 (S.D.=0.79) เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยพบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลสามารถบรรลุเป้าหมายด้านสุขภาพ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.99 (S.D.=0.65) รองลงมาได้แก่ เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดแรงจูงใจที่ดีต่อสังคม มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.89 (S.D.=0.82) เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดความรู้ใหม่ และสามารถปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.81 (S.D.=0.87) เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดีมีการพึ่งพาอาศัยกันกับคนใกล้ชิดและกลุ่มสังคมมากขึ้น มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.80 (S.D.=0.82) และค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ มีอิสระที่จะเลือกรับข่าวสารที่หลากหลายและสอดคล้องกับความต้องการของตนเองมากยิ่งขึ้น ตามลำดับ

## 2. ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

2.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน โดยการวิเคราะห์ ด้วยการทดสอบด้วยค่า T-test

สมมติฐาน

การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน มีความแตกต่างกัน

ผู้ศึกษาทำการทดสอบสมมติฐานด้วยการทดสอบด้วยค่า T-test ดังนี้

$H_0$  : การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน ไม่แตกต่างกัน

$H_1$  : การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.11 การวิเคราะห์ความแตกต่างของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน จำแนกตามประเภทของผู้สูงอายุ

การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล	กลุ่มติดสังคม		กลุ่มติดบ้าน		Sig	t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านแหล่งที่มาของสื่อ	4.01	0.37	4.14	0.31	.197	1.100
ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ)	3.61	0.49	3.56	0.62	.830	.305
ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร)	3.89	0.45	3.78	0.40	.381	.793
ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร)	3.65	0.53	3.52	0.57	.830	.773

จากตารางที่ 4.11 การวิเคราะห์ความแตกต่างของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน จำแนกตามประเภทของผู้สูงอายุ โดยใช้สถิติการทดสอบด้วยค่า T-test พบว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำ จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน ไม่แตกต่างกัน

สรุปได้ว่า ตัวแปรการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน ไม่แตกต่างกัน หมายถึง สามารถยอมรับสมมติฐานหลัก ( $H_0$ ) และปฏิเสธสมมติฐานรอง ( $H_1$ ) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

## 2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ด้วยการวิเคราะห์สัมพัทธ์อย่างง่าย (Simple Correlation Coefficient)

สมมติฐาน

การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน มีความสัมพันธ์กัน

ผู้ศึกษาทำการทดสอบสมมติฐานด้วยการวิเคราะห์สัมพัทธ์อย่างง่าย (Simple correlation coefficient) ดังนี้

$H_0$  : การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน

$H_1$  : การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน

ตารางที่ 4.12 แสดงผลการทดสอบสมมติฐานและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

Correlations			
		การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล	ความสุขของผู้สูงอายุ
การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล	Pearson Correlation	1	.554**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	400	400
ความสุขของผู้สูงอายุ	Pearson Correlation	.554**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	400	400

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

จากตารางที่ 4.12 เมื่อค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ( $r$ ) มีค่าอยู่ระหว่าง -1 ถึง 1 ถ้า  $r = 1$  หมายความว่า ตัวแปร X และ Y มีความสัมพันธ์เชิงบวกแบบตามกันโดยสมบูรณ์ และจากการศึกษาพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ( $r$ ) มีค่าเท่ากับ 0.554 หมายความว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุ ในทิศทางเดียวกัน ประมาณ 55.40%

## บทที่ 5

### สรุปการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ในบทนี้ผู้ศึกษาได้ทำการสรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ดังนี้

#### 1. สรุปผลการศึกษา

##### 1.1 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1.1.1 ศึกษาระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน

1.1.2 เปรียบเทียบระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน

1.1.3 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน

##### 1.2 สมมติฐานการวิจัย

1.2.1 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน อยู่ในระดับมาก

1.2.2 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน แตกต่างกัน

1.2.3 การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน มีความสัมพันธ์กัน

##### 1.3 ขอบเขตของการวิจัย

1.3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60-69 ปี ในเขตพื้นที่อำเภอสี จังหวัดลำพูน โดยเจาะจงเฉพาะกลุ่มติดสังคม จำนวน 6,840 คน และกลุ่มติดบ้าน จำนวน 72 คน รวมทั้งสิ้น 6,912 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 12 กันยายน พ.ศ. 2566, สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำพูน)

**1.3.2 กลุ่มตัวอย่าง** คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60 -69 ปี ในเขตพื้นที่อำเภอ ลี้ จังหวัดลำพูน ได้มาโดยใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิตามสัดส่วนของหมู่บ้าน จำนวน 17 หมู่บ้าน รวมทั้งสิ้น 400 คน

### 1.3.3 แปรที่ศึกษา ประกอบด้วย

1) **ตัวแปรอิสระ** มี 4 ตัวแปร คือ การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ประกอบด้วย แหล่งที่มาของสื่อ ข้อความ ช่องทางของสื่อ และผู้รับ

2) **ตัวแปรตาม** คือ ความสุข ประกอบด้วย ความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) ความสุขทางอารมณ์ และความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ)

### 1.3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

1) **ส่วนที่ 1** แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 4 ข้อ ประกอบด้วย เพศ ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และกลุ่มผู้สูงอายุ

2) **ส่วนที่ 2** แบบสอบถามระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอ ลี้ จังหวัดลำพูน จำนวน 20 ข้อ จำแนกออกเป็น 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านแหล่งที่มาของสื่อ ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ) ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร) และ ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร)

3) **ส่วนที่ 3** แบบสอบถามเกี่ยวกับความสุขของผู้สูงอายุ (ความสุขที่สามารถวัดได้ในเชิงประจักษ์) มีจำนวน 15 ข้อ จำแนกออกเป็น 3 ด้าน ประกอบด้วย ความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) ความสุขทางอารมณ์ และความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ) มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.82

### 1.3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

1) **ศึกษาวรรณกรรม** เกี่ยวกับการพัฒนาเครื่องมือเชิงจิตวิทยาเกี่ยวกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุ

2) **กำหนดวัตถุประสงค์** ในการสร้างเครื่องมือ เพื่อระบุตัวแปรที่ต้องการศึกษา และนำไปสู่การพัฒนาแบบสอบถาม

3) **ศึกษาวรรณกรรม** เพื่อกำหนดนิยามของตัวแปร

4) **สร้างข้อคำถาม** ให้สอดคล้องกับนิยามของตัวแปร และกรอการสร้างเครื่องมือ

5) **ตรวจสอบคุณภาพ** ของเครื่องมือ



### 1.3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

- 1) การวิเคราะห์ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ทำการวิเคราะห์ค่าร้อยละ
- 2) การวิเคราะห์ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุ ทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- 3) การวิเคราะห์ความสุขของผู้สูงอายุ ทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- 4) การทดสอบสมมติฐาน ทำการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระที่นำมาใช้ในการศึกษาด้วยสถิติเชิงอนุมานการวิเคราะห์สหสัมพันธ์อย่างง่าย (simple correlation coefficient)

## 1.4 สรุปผลการวิจัย

**1.4.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม** พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 56.5 และเป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 43.5 มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 88 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 6,001 – 7,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 48.3

**1.4.2 ผลการวิเคราะห์ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน** พบว่า ในภาพรวมทั้ง 4 ด้าน และรายด้านอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.79$ ,  $s.d.=0.46$ ) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านแหล่งที่มาของสื่อ ( $\bar{X} = 4.02$ ,  $s.d.=0.67$ ) รองลงมาได้แก่ ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร) ( $\bar{X} = 3.89$ ,  $s.d.=0.71$ ) ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร) ( $\bar{X} = 3.65$ ,  $s.d.=0.53$ ) และค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ) ( $\bar{X} = 3.60$ ,  $s.d.=0.84$ ) ตามลำดับ

**1.4.3 ผลการวิเคราะห์ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน** พบว่า ความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.81$ ,  $s.d.=0.77$ ) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ) ( $\bar{X} = 3.86$ ,  $S.D.=0.79$ ) รองลงมาได้แก่ รองลงมาได้แก่ ด้านความสุขทางอารมณ์ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.80 ( $S.D.=0.75$ ) และค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ด้านความสุขทางกาย มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) เท่ากับ 3.77 ( $S.D.=0.77$ ) ตามลำดับ

## 2. อภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน โดยผู้ศึกษาได้นำเอากรอบทฤษฎีด้านการสื่อสารตามแบบจำลองการสื่อสาร SMCR ของ David Berlo (1960) ซึ่งมีความสอดคล้องกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล และทฤษฎีดังกล่าวเป็นการอธิบายถึงการสื่อสารโดยการสื่อสารที่จะเกิดขึ้นหรือเกิดขึ้นอย่างถูกต้องนั้น องค์ประกอบของแต่ละส่วนในกระบวนการสื่อสารต้องมีความสัมพันธ์เพื่อให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพ ผู้ศึกษาจึงนำทฤษฎีดังกล่าวมาใช้เป็นกรอบของตัวแปรอิสระ เพื่อศึกษาอิทธิพลของสื่อประกอบด้วย แหล่งที่มาของสื่อ ข้อความ ช่องทางของสื่อ และผู้รับ และ ในส่วนของตัวแปรตาม ผู้ศึกษาได้ใช้กรอบทฤษฎีของ Diener (1984) เพื่อศึกษาโครงสร้างของบริบทแห่งความสุขที่สามารถวัดได้ในเชิงประจักษ์ โดยมีองค์ประกอบหลัก 3 ส่วน ได้แก่ ความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ) ความสุขทางอารมณ์ และความสุขเชิงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ) จากผลการศึกษาเบื้องต้นผู้ศึกษาจึงได้ขอนำเสนอการอภิปรายผลตามข้อสมมติฐานดังนี้

จากผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน อยู่ในระดับมาก พบว่า การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก ในทางเดียวกันผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในภาพรวมและรายด้านอยู่ในมากเช่นกัน ผลการศึกษาดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า ทั้งด้านการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและความสุขของผู้สูงอายุเป็นระดับของความสัมพันธ์ที่เชื่อมโยงกัน สอดคล้องกับผลการวิจัยของ William (2020) ที่อธิบายไว้ว่า เมื่อมีการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการสื่อสารมากขึ้นความเชื่อมโยงแต่ละอย่างระหว่างการใช้เทคโนโลยีทางสังคมกับสุขภาพกายและสุขภาพจิตถูกสื่อ ออกจากความเหงาก็จะลดลงเกิดความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้น ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญของสุขภาพร่างกายและความเป็นอยู่ที่ดี และอีกทั้งในขณะที่อยู่กับเทคโนโลยีที่มีศักยภาพในยามก่อให้เกิดการบ่มเพาะความสัมพันธ์ที่ประสบความสำเร็จในหมู่ผู้สูงวัยมากยิ่งขึ้น ดังนั้นเมื่อผู้ใช้เป็นผู้กำหนดการเลือกใช้สื่อเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นอย่างมีเป้าหมายและเหตุผลตามหลักการที่นักสังคมวิทยาได้เสนอแนวทฤษฎีเชิงโครงสร้างว่าพฤติกรรมของบุคคลล้วนแล้วแต่เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยตั้งใจ ซึ่งเป็นหลักการที่พัฒนามาจากแนวทฤษฎีการใช้สื่อเพื่อประโยชน์และความพึงพอใจ ตามหลักการของ Daniel (2018) ที่อธิบายว่ามนุษย์ต้องการการปฏิสัมพันธ์และอินเทอร์เน็ตเป็นเครื่องเชื่อมต่อดีที่สุด ไม่ว่าจะคำถามเกี่ยวกับ

การเมือง กิจการชุมชน วิทยาศาสตร์ การศึกษา ความรัก หรือชีวิตทางเศรษฐกิจ อินเทอร์เน็ต ล้วนแล้วแต่สามารถเชื่อมโยงผู้คนด้วยข้อมูลที่สัมพันธ์อย่างมีความหมายยะคุ้มค่า เกิดความรู้สึกที่สามารถได้รับการเติมเต็มจากปฏิสัมพันธ์ที่เกิดจากความต้องการของผู้รับสารซึ่งเป็นตัวกำหนดการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ซึ่งจากผลการศึกษาก็ชี้ให้เห็นถึงความสุขของผู้สูงอายุในระดับมาก ในทางเดียวกันการสื่อสารโดยการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก็อยู่ในระดับมาก ดังนั้นถือได้ว่าเป็นทิศทางที่ดีที่สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพิจารณาการให้คำแนะนำหรือคำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุในกรณีที่ยอยากมีส่วนร่วมหรือการมีปฏิสัมพันธ์กับครอบครัว และสังคมภายนอก ด้วยวิธีการสื่อสารที่มีความทันสมัย เข้าถึงได้ง่ายและรวดเร็ว

จากผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 พบว่า การสื่อสารโดยการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอถ้ำเสือ จังหวัดลำพูน ระหว่างกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน ไม่แตกต่างกัน ผลการศึกษาเป็นเช่นนี้เนื่องจาก พฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุในพื้นที่การศึกษาที่มีความถี่ในการใช้สื่อในทุกวัน สูงถึงร้อยละ 72.3 โดยมีจุดประสงค์สูงสุดคือ สำหรับพูดคุยกัน ร้อยละ 17.3 ดังนั้นแล้วเป้าหมายของการสื่อสารโดยการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจึงมีลักษณะที่ไม่ต่างกัน สอดคล้องกับหลักทฤษฎีของ Scott (2021) ที่อธิบายไว้ว่าการพึ่งพาเทคโนโลยี เป็นทัศนคติเชิงบวกที่มุ่งเน้นการสื่อสารเหล่านั้นเพื่อวัตถุประสงค์ที่ต้องการ และโดยทั่วไปแล้วความต้องการในการสื่อสารโดยการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมักจะกลมกลืนเข้าไปในชีวิตประจำวันที่มีเป้าหมายไม่แตกต่างกัน

จากผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ( $r$ ) เท่ากับ 0.554 หมายความว่า การสื่อสารโดยการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุ ในทิศทางเดียวกัน ประมาณ 55.40% ผลการศึกษาเป็นเช่นนี้เนื่องจาก เมื่อผู้สูงอายุมีการสื่อสารโดยการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพิ่มขึ้นย่อมทำให้ความสุขของผู้สูงอายุสูงขึ้น โดยเฉพาะช่องทางของสื่อที่สามารถช่วยให้เกิดความสะดวกสบายต่อการดำรงชีวิตประจำวัน ดังนั้นจะเห็นได้ว่าความสุขเป็นระบบที่ผสมผสานการจูงใจจากสิ่งเร้าที่มีอิทธิพลโดยตรงกับความเป็นอยู่ ซึ่งจากการศึกษานี้พบว่าการสื่อสารโดยการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล เป็นปัจจัยสำคัญต่อความเป็นอยู่ในยุคปัจจุบันของมนุษย์ แม้จะเป็นบุคคลที่เป็นกลุ่มวัยสูงอายุ ย่อมต้องมีการเปลี่ยนแปลงโดยเฉพาะอย่างยิ่ง การเปลี่ยนแปลงเพื่อเปิดรับเทคโนโลยีใหม่ ๆ เพื่อเป็นการเสริมสร้างความต้องการในการดำรงชีวิตที่เปลี่ยนแปลงด้านการสื่อสารที่ก้าวกระโดด แม้ผลการศึกษาครั้งนี้จะแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ในระดับต่ำ แต่อาจเนื่องมาจากพื้นที่การศึกษาที่ห่างไกลจากเมือง จึงแสดงให้เห็นถึงความเข้าถึงการใช้สื่อเทคโนโลยีดิจิทัลได้ไม่มากนัก อีกทั้งระบบสังคม ความมั่งคั่งของชุมชน ตลอดจนสถานะแวดล้อมที่ไม่เอื้อประโยชน์ต่อการเข้าถึงอาจนำมาซึ่งความสัมพันธ์ในระดับที่น้อย แต่ก็สามารถแสดงผลระดับความสัมพันธ์ในเชิงบวก ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการวิจัยของ Keya (2022) ที่พบว่า คุณภาพชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการ

ใช้เทคโนโลยีของผู้สูงอายุสัมพันธ์กับความเป็นอยู่ที่ดี ก่อให้เกิดการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในระดับชุมชน เพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองในการใช้ดิจิทัลในผู้สูงอายุ นอกจากนี้ แอปพลิเคชันที่ใช้เทคโนโลยีมีมือถือไม่เพียงแต่ช่วยให้ครอบครัวติดต่อกันได้เท่านั้น แต่ยังเชื่อมโยงผู้สูงอายุกับแหล่งข้อมูลด้านการดูแลสุขภาพและส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ การใช้อุปกรณ์เทคโนโลยีตอบสนองความต้องการด้านการรับรู้ การมองเห็น และการได้ยิน และเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองในการใช้ดิจิทัลในผู้สูงอายุ ดังนั้นเทคโนโลยีจึงเป็นเครื่องมือที่จะช่วยเอาชนะอุปสรรคทางสังคมและเชิงพื้นที่ของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ โดยทำให้อุปกรณ์สื่อสารที่เข้าถึงได้ง่ายและราคาไม่แพง ซึ่งสนับสนุนการโต้ตอบในหลายรูปแบบ เช่น การส่งข้อความ อีเมล และการสื่อสารด้วยเสียงหรือวิดีโอทุกที่ทุกเวลา ผู้สูงอายุจำนวนมากเชื่อมต่อกับสื่อดิจิทัลในสังคมร่วมสมัย นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการวิจัยของ วารุณี แก้วกิ่งจันทร์ (2563) ตัวแปรศักยภาพในการใช้เทคโนโลยี การยอมรับเทคโนโลยี รูปแบบการดำเนินชีวิตและทัศนคติในการใช้นวัตกรรมการสื่อสารสามารถพยากรณ์ความตั้งใจในการใช้นวัตกรรมการสื่อสารของผู้สูงอายุได้ 99% ซึ่งหมายถึง เมื่อมีการใช้ย่อมเกิดการยอมรับและผลลัพธ์ที่ตามมาคือการใช้ที่เพิ่มขึ้นอย่างตั้งใจในกลุ่มผู้สูงอายุ

### 3. ข้อเสนอแนะ

#### 3.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

3.1.1 ด้านผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุควรมีการต่อยอดความรู้ที่มีอยู่เดิม เช่น การศึกษาเกี่ยวกับคำศัพท์ทางเทคนิคและใช้ภาษาที่ใช้เกี่ยวกับเทคโนโลยีดิจิทัล เนื่องจากในหลายคำซึ่งอาจจะเป็นศัพท์ใหม่ที่ผู้สูงอายุไม่คุ้นเคย อาจทำให้ความเข้าใจในการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมีความยากลำบาก การเรียนรู้และต่อยอดความรู้เดิม จะช่วยให้การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเป็นเรื่องที่ง่ายขึ้น

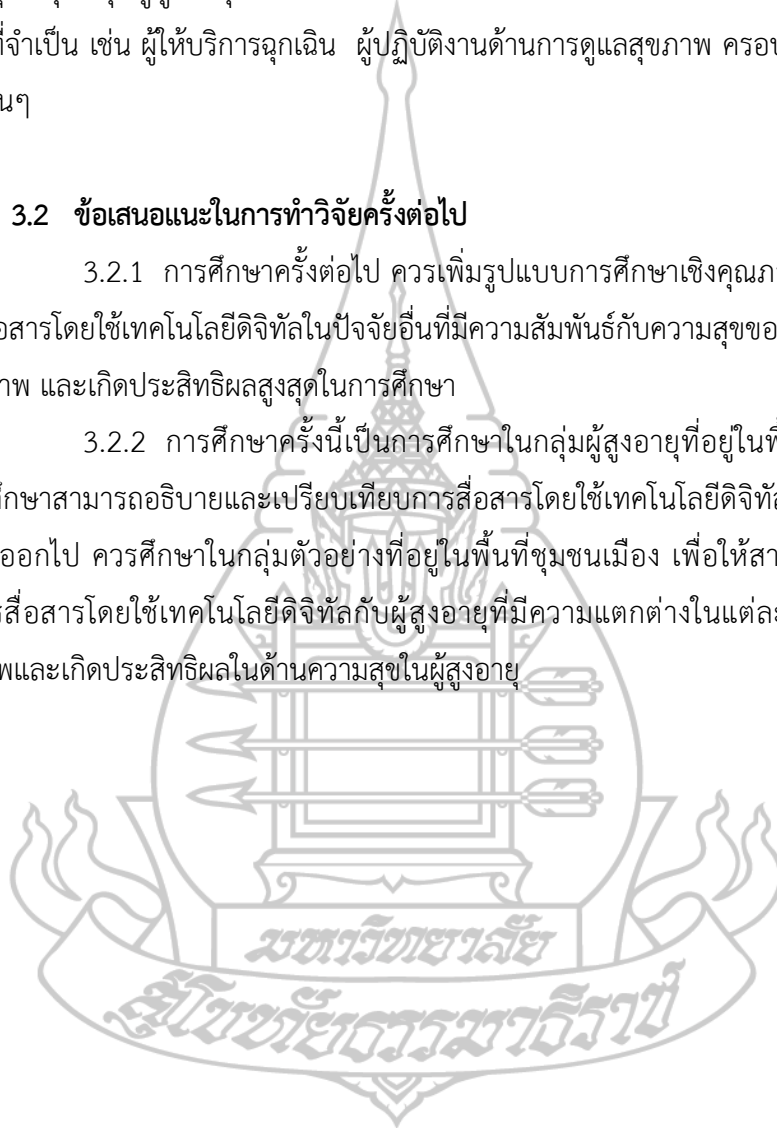
3.1.2 ด้านหน่วยงาน เนื่องด้วยการสื่อสารด้วยเทคโนโลยีดิจิทัลเป็นสิ่งจำเป็นและผลการศึกษายังชี้ให้เห็นถึงความสัมพันธ์ที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขเมื่อได้มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการสนับสนุนปัจจัยที่เอื้อประโยชน์ต่อความต้องการในด้านสื่อเทคโนโลยีดิจิทัลสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การจัดอบรมเกี่ยวกับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุ นอกจากจะทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขเมื่อได้ใช้วิธีการดังกล่าวในการสื่อสารแล้ว ยังสามารถสอดแทรกวิธีการที่สามารถเข้าถึงผู้สูงอายุได้ง่ายขึ้นในมิติต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพตลอดจนการให้คำปรึกษาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ

3.1.3 ด้านนโยบาย จากผลการศึกษาพบว่า เมื่อผู้สูงอายุมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมากในทางเดียวกันผู้สูงอายุมีความสุขมากขึ้นตามไปด้วย กรณีศึกษานี้สามารถนำไปสู่การกำหนดนโยบายสาธารณะสามารถปรับปรุงการเข้าถึงเทคโนโลยีของผู้สูงอายุได้ เช่น การให้เงินอุดหนุนกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อชดเชยค่าบริการโทรศัพท์เคลื่อนที่ โดยกำหนดให้ต้องเข้าถึงการสื่อสารที่จำเป็น เช่น ผู้ให้บริการฉุกเฉิน ผู้ปฏิบัติงานด้านการดูแลสุขภาพ ครอบครัวและเพื่อนฝูง และผู้ดูแลอื่นๆ

### 3.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 การศึกษาครั้งต่อไป ควรเพิ่มรูปแบบการศึกษาเชิงคุณภาพเพื่อให้สามารถเข้าถึงการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในปัจจุบันที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลสูงสุดในการศึกษา

3.2.2 การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาในกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ในพื้นที่ชนบท ดังนั้น เพื่อให้การศึกษาสามารถอธิบายและเปรียบเทียบการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในสถานการณ์ที่แตกต่างกันออกไป ควรศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในพื้นที่ชุมชนเมือง เพื่อให้สามารถพัฒนาและส่งเสริมการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างในแต่ละบริบทได้อย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผลในด้านความสุขในผู้สูงอายุ





บรรณานุกรม

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์

ศูนย์วิทยบริการวชิรเวศน์

## บรรณานุกรม

- กิดานันท์ มลิทอง. (2543). *เทคโนโลยีการศึกษาและนวัตกรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). อรุณการพิมพ์.
- กนกนาฏ ลิขิตปรีวัน และพูนสุข ธรรมรัต. (2561). *ยุทธศาสตร์การสื่อสารข้อมูลข่าวสารผ่านเฟซบุ๊ก เพจใหม่ของพิษณุโลก กลยุทธ์การสื่อสารผ่านเพจ Facebook จังหวัดพิษณุโลก*. [วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- กณิกนันต์ หยกสกุล. (2551). *การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในการจัดกิจกรรมเพื่อสุขภาพ*. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2563). *คู่มือแนวทางการส่งเสริมสุขภาพดี ชะลอชรา ชีวียืนยาว*. กรมอนามัย.
- กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ. (2552). *ระเบียบกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการว่าด้วยการสงเคราะห์ครอบครัวผู้มีรายได้น้อยและผู้ไร้ที่พึ่ง พ.ศ.2552*. สำนักงานปลัด กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- เกสร สำเภาทอง. (2549). *โครงการวิจัยการรับรู้ความตระหนักระดับกิจกรรมทางกายของบุคลากรด้านสาธารณสุขในเขตกรุงเทพมหานคร*. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- คุณัชฎ์ สงขาว. (2550). *การสำรวจและประเมินระดับความสุขของประชาชน : ศึกษาในกรณีองค์การบริหารส่วนตำบลกะเปา อำเภอดงหลวง จังหวัดสุราษฎร์ธานี*. [วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- จรรยา เกตุคง (2564). *อิทธิพลสื่อสังคมออนไลน์ การรับรู้ภาวะสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพ ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ*. [วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ฉลองรัฐ ทองกันทา และนิพนธ์ แก้วต่าย. (2566). *การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อดูแลสุขภาพประชาชนของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านยุค 4.0 อำเภอหนองบัว จังหวัดนครสวรรค์*. [วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต]. วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก.
- ชวรัตน์ เชิดชัย. (2527). *ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการสื่อสารมวลชน*. วารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ชาญวิทย์ วสันต์ธนารัตน์. (2551). *องค์กรแห่งความสุข*. ศูนย์เรียนรู้สุขภาพ. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).

- ชุติมา อายุยืน และพิพัฒน์ ไทยอารี (2566). การเตรียมความพร้อมในการสื่อสารโดยโทรศัพท์มือถือ  
สมาร์ตโฟน (Smartphone) เพื่อเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ กรณีศึกษาลังคมผู้สูงอายุ  
อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี. วารสารบัณฑิตวิทยาลัย. 3, 399-419.
- ธนาวุฒิ ทองขาว. (2564). การสื่อสารการตลาดแบบบูรณาการผ่านสื่อดิจิทัลที่มีผลต่อการตัดสินใจ  
ซื้อผลิตภัณฑ์ของกลุ่มประดิษฐ์เศษผ้า บ้านบวกเปา จังหวัดเชียงใหม่. [วิทยานิพนธ์  
บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- นภาพร ภูบุบผา. (2563). ทักษะการใช้เทคโนโลยีและโซเซียลมีเดียที่ส่งผลต่อความตั้งใจซื้อกล้อง  
แอดชบอร์ดผ่านระบบออนไลน์ของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล.  
[วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- นุชนาถ ประภาศ. (2562). ความสุขของผู้สูงอายุไทยในยุค Thailand 4.0. วารสารวิทยาลัยพยาบาล  
พระปกเกล้า จันทบุรี. 30(2), 219-228.
- พิทักษ์ สุพรรณธนาภพ. (2561). การคิดเชิงบวก: ตัวแปรในการพัฒนาชีวิต. วารสารอิเล็กทรอนิกส์  
มหาวิทยาลัยศิลปากร. 11(3). กันยายน - ธันวาคม.
- ปิยดา ราชพิบูลย์. (2564). พฤติกรรมการใช้และทักษะการประเมินสารสนเทศจากสื่อสังคมออนไลน์  
ของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยศรีนครี  
นทรวิโรฒ.
- ณิชกุล เสนางษ์. (2564). พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของคนเจนเนอเรชั่นแซดในยุค New Normal  
ในกรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยสยาม.
- ฟิลิปปัส ฌอน บัวกนก. (2565). เทคนิคการใช้การเล่าเรื่องดิจิทัลสำหรับสอน อย่างสร้างสรรค์เพื่อ  
ส่งเสริมทักษะการออกแบบ ผลงานผลิตภัณฑ์ท้องถิ่นสู่มาตรฐานสากล ในการยกระดับรายได้  
ครัวเรือน. วิจัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง.
- ภัทรพร ฉิมคราม. (2561). การรับรู้ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารที่มีอิทธิพลต่อนวัตกรรม  
การส่งเสริมทางการตลาดผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ : กรณีศึกษาการท่องเที่ยวเชิง  
วัฒนธรรม จังหวัดนนทบุรี. [วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี  
ราชมงคลธัญบุรี.
- ระวีวรรณ ทรัพย์อินทร์. (2561). สื่อกับผู้สูงอายุในประเทศไทย. วารสารนิเทศศาสตร์ธุรกิจบัณฑิตย.  
11(2), 367-387.
- รัชนก ไทยรักษ์. (2566). การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารเพื่อการบริหารสถานศึกษาใน  
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาประจวบคีรีขันธ์ เขต 1. วารสารนวัตกรรม  
การศึกษาและการวิจัย. 7(1), 52-67. <https://doi.org/10.14456/jeir.2023.4>.



- วารุณี แก้วกิ่งจันทร์. (2563). *โมเดลการใช้นวัตกรรมการสื่อสารของผู้สูงอายุ*. [วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- วิลาศิณี ชะไวริน. (2561). *พฤติกรรมการใช้ Application Line ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร*. [วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- สิทธิพร สุนทร วัชรินทร์ สุทธิชัย และพงษ์ศักดิ์ ชิมมอนด์ส. (2561). *รูปแบบการพัฒนาความสุขของผู้สูงวัยในจังหวัดมหาสารคาม*. [วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- สุนทรีย์ ชุ่มมงคล. (2562). *การสื่อสารเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยสื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดีย นวัตกรรมการออกแบบและการผลิตสื่อ*. วิจัยนวัตกรรมการออกแบบและการผลิตสื่อ. มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี.
- สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. (2553). *รายงานประจำปี สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2553*. มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.).
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2563). *สรุปผลสำคัญ การสำรวจสุขภาพจิต (ความสุข) ของคนในประเทศไทย ไทย พ.ศ.2563*. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2565). *การสำรวจการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ.2565 (ไตรมาส 2)*. กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม.
- อารีญา ศรีแจ่ม. (2562). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าถึงเทคโนโลยีของผู้สูงอายุในยุคดิจิทัล*. [วิทยานิพนธ์เศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยรังสิต.
- อาวุธ ไชแสง. (2550). *การสำรวจและจัดทำดัชนีความสุขของประชาชน : กรณีศึกษาองค์การบริหารส่วนตำบลไสไทย อำเภอเมือง จังหวัดกระบี่*. [วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- Andrew Sixsmith, Becky R. Horst, Dorina Simeonov & Alex Mihailidis. (2022). *Older people's use of digital technology during the COVID-19 pandemic*. Journal of first published online April 21, 2022, <https://doi.org/10.1177/02704676221094731>.
- Antonella Delle Fave, Ingrid Brdar, Teresa Freire, Dianne Vella-Brodrick & Marie Wissing. (2011). *The eudaimonic and hedonic components of happiness: Qualitative and quantitative findings*. Journal of Contribution. 2(10), 185-207.
- Alex Kumi-Yeboah & Yanghyun Kim. (2020). *Exploring the use of digital technologies from the perspective of diverse learners in online learning environments*. Journal Online Learning. 24(4), 42-63. <https://doi.org/10.24059/olj.v24i4.2323>.

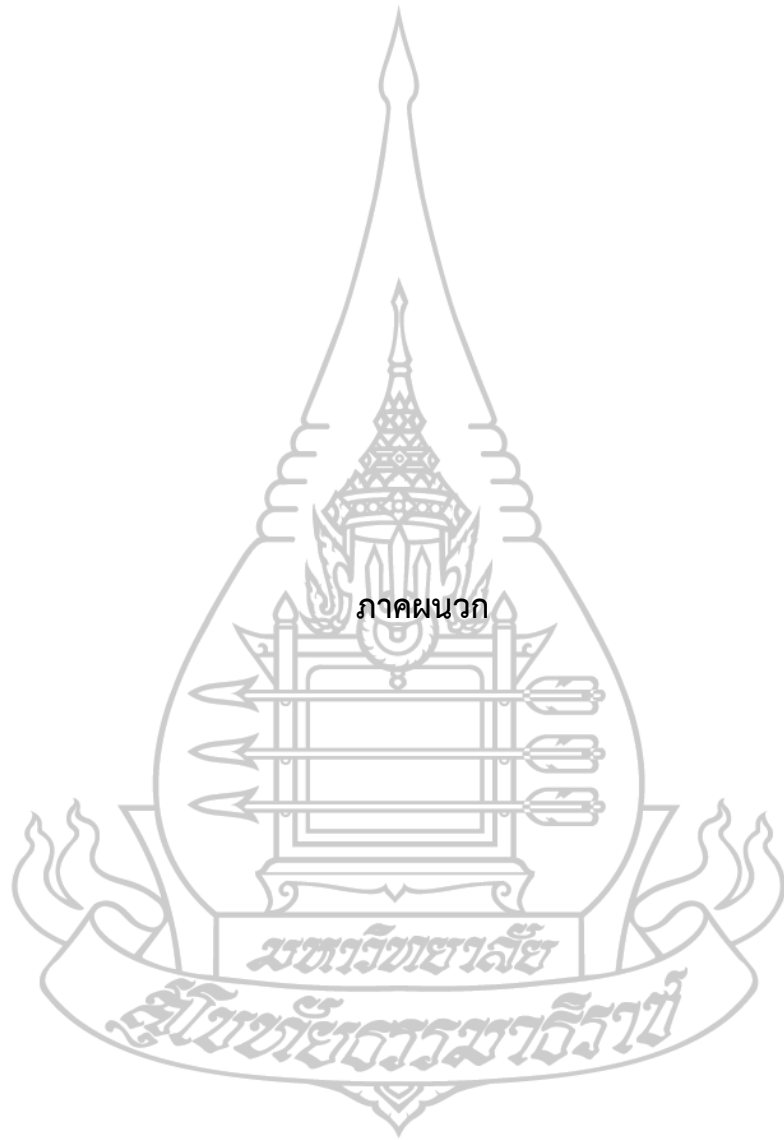
- Arthur Grime & Dom White. (2019). *Digital inclusion and wellbeing in New Zealand*. Victoria University of Wellington
- Berlo, D. K. (1960). *The Process of Communication: An Introduction to Theory and Practice*. Journal of Scientific research. 8(3), 25.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Aldine.
- Carver CS. (2003). *Pleasure as a sign you can attend to something else: Placing positive feelings within a general model of affect*. Journal of Cognition and Emotion. 17: 241–261.
- Clifford G. Christians, Theodore L. Glasser, Denis McQuail, Kaarle Nordenstreng & Robert A. White. (2009). *Normative theories of the media*. Journal of democratic societies. University of Illinois Press.
- Chikezie E. Uzuegbunam. (2020). *Digital communication technologies: Concepts, Practice and trends*. Journal of Information and media studies. 12(4), 513-538.
- Charles H.F. Davis.(2014). *Social Media in Higher Education: A Literature Review and Research Directions*. Journal of Arizona. 39(5), 409-422.
- Daniel M. (2018). *Alive at Work: The Neuroscience of Helping Your People Love What They Do*. Harvard Business Review Press.
- Deci E.L., & Ryan R.M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. 1st ed. Plenum Press.
- Diener, E. (1994). *Assessing subjective well-being: Progress and opportunities*. Journal of Social Indicators Research. 31(2), 103–157.
- Fordyce, M. W. (1972). *Development of a program to increase personal happiness*. Journal of Counseling Psychology, 24(6), 511–521. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.24.6.511>.
- Frugoli P. A., Almeida C. M. V. B., Agostinho F., Giannetti B. F. & Huisingh D. (2015). *Can measures of well-being and progress help societies to achieve sustainable development?*. Journal of Produ. 90, 370–380. 10.1016/j.jclepro.2014.11.076
- Hagger, M. S., & Protogerou, C. (2016). *Affect in the context of self determination theory*. Journal of affective Determinants of Health Behavior. New York. Oxford University Press. doi: 10.1093/oso/9780190499037.003.0007.

- Haybron, D. (2011). *Happiness*. Journal of The Stanford Encyclopedia of Philosophy. <http://plato.stanford.edu/archives/fall2011/entries/happiness/>.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). *Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria versus New Alternatives*. Journal of Management Information Systems. 16, 91-112.
- Interact J. (2018). Happiness and technology: special consideration of digital technology and internet. Journal of Semantic Scholar. 12(4), 20.
- Jia-Can Su, Yuan-Wei Zhang, Yan Wu, Xiang-Fei Liu & Xiao Chen. (2024). *Targeting the gut microbiota-related metabolites for osteoporosis: The inextricable connection of gut-bone axis*. Journal of Ageing Research Reviews. 94, 102-196.
- Kalpna Srivastava, Suprakash Chaudhury & Jyoti Prakash. (2020). *Psychological Well-being of Medical Students*. Journal of Industrial Psychiatry, 28(2), 155.
- Martin E. P. Seligman. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. San Francisco. W. H. Freeman.
- McQuail. (2009). *McQuail's Mass Communication Theory*. SAGE Publications Ltd.
- Nag, B.. (2011). *Mass media and ICT in development communication: comparison & convergence*. Journal of Global Media. 2, 1-29.
- Scott M. Debb, Katelyn J. Haschke & Marnee K. (2021). *From Reliance to Dependence*. Journal of Technology, Mind & Society. 15(20), 120.
- Taro Yamane. (1973). *Statistics: an introductory analysis*. Harper. & Row.
- Thanh Nguyen Hai. (2017). *The fourth industrial revolution and problems with education in Vietnam*. Journal of Agriculture. 1(4), 270-280.
- Keya Sen. (2022). *The use of digital technology for social wellbeing reduces social isolation in older adults: A systematic review*. Journal of SSM - Population Health. 17(2), 101020.
- Mariusz Duplaga & Katarzyna Szulc. (2019). *The Association of internet use with wellbeing, mental health and health behaviours of persons with disabilities*. Journal of Environ Res Public Health. 16(18), 3252.
- Noelle Defede. (2021). *Understanding How Social Media Is Influencing the Way People Communicate: Verbally and Written*. Journal of International Marketing Studies. 13(2):1.

- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2017). *A large-scale test of the Goldilocks hypothesis: Quantifying the relations between digital-screen use and the mental well-being of adolescents*. *Journal of Psychological Science*. 28(2), 204–215.
- Rahman, S., Touhiduzzaman, M. & Hasan, I. (2017). *Coastal Livelihood Vulnerability to Climate Change: A Case Study of Char Montaz in Patuakhali District of Bangladesh*. *Journal of Modern Energ*. 3, 58-64.
- Renzo Bianchi, Jay Verkuilen, Irvin S. Schonfeld, Jari J. Hakanen, Markus Jansson-röjmark, Guadalupe Manzano-García & Eric Laurent. (2021). *Is Burnout a Depressive Condition? A 14-Sample Meta-Analytic and Bifactor Analytic Study*. *Journal of clinical psychological science*. 2(20), 1-19.
- Richard Layard. (2007). *Happiness: Lessons from a New Science*. Penguin.
- Ruut Veenhoven. (2006). *How do we assess how happy we are? Tenets, implications and tenability of three theories*. *Journal of Social Indicators Research*. 32(2), 101-160.
- Shannon, C. E., & Weaver, W. (1949). *The mathematical theory of communication*. University of Illinois Press.
- Sharp. N. S. (2020). *Adopting a communication lifestyle*. *Journal of American Physical Society*. 5, 110515.
- University of Twente. (2003). *Communication theories*. Journal of the University of Twente in Enschede. The Netherlands.
- Viswanath Venkatesh. (2016). *Unified theory of acceptance and use of technology: A synthesis and the road ahead*. *Journal of the Association for Information Systems*. 17(5), 328–376.
- Wessman, A. E., & Ricks, D. F. (1966). *Mood and personality*. Holt, Rinehart, & Winston.
- Wido G. M. Oerlemans. (2021). *Finding the key to happy aging: A day reconstruction study of happiness*. *Journals of Gerontology*. 6, 665–674.
- William J Chopi. (2020). *The benefits of social technology use among older adults are mediated by reduced loneliness*. *Journal of Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 19(9), 551-6.
- Xuebing Dong. (2015). *Protection of intellectual property rights and industrial agglomeration: evidence from the creative industries in China*. *Journal of Taylor & Francis*.

48(1), 22-40,





ภาคผนวก

มหาวิทยาลัย

จุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย



ภาคผนวก ก

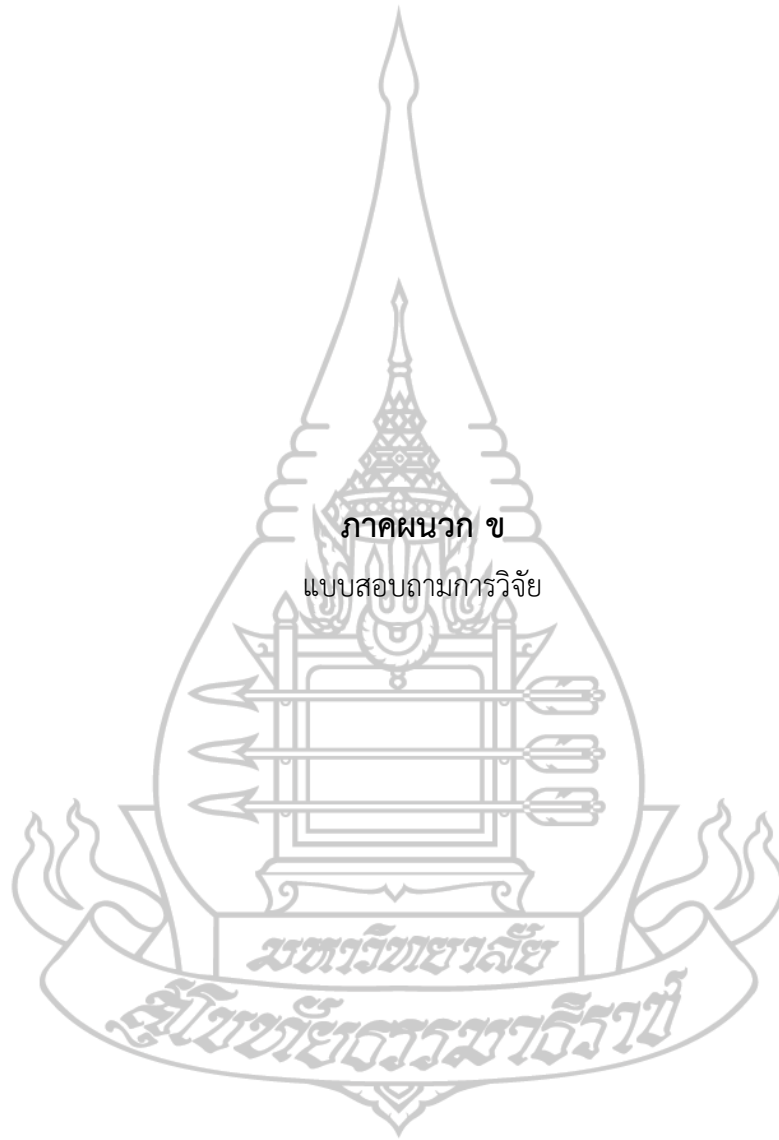
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

## รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- |              |  |
|--------------|--|
| 1. ชื่อ      | รองศาสตราจารย์พิเศษ พลโท ดร.วีระ วงศ์สรรค์ |
| สถานที่ทำงาน | มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี                   |
| วุฒิการศึกษา | ปร.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร)           |
| ตำแหน่ง      | อาจารย์ประจำหลักสูตร                       |
| 2. ชื่อ      | ดร.สมชัย พุทธา                             |
| สถานที่ทำงาน | มหาวิทยาลัยเกริก                           |
| วุฒิการศึกษา | ปร.ด. (การบริหารการศึกษา)                  |
| ตำแหน่ง      | อาจารย์ประจำสาขาวิชาการบริหารการศึกษา      |
| 3. ชื่อ      | ทัศนีย์ แสนมานิช                           |
| สถานที่ทำงาน | โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี       |
| วุฒิการศึกษา | กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว)                  |
| ตำแหน่ง      | หัวหน้าแผนกทรัพยากรมนุษย์                  |







ภาคผนวก ข  
แบบสอบถามการวิจัย



## แบบสอบถามการวิจัย

เรื่อง

ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุ  
ในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอฝาง จังหวัดลำพูน

**Relationship between communication using digital technologies for with  
happiness of the elderly in subdistrict municipality Li Lamphun province**

แบบสอบถามนี้จัดทำขึ้นเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับความสุขของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอฝาง จังหวัดลำพูน ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษาจะเป็นสารสนเทศที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนา และปรับปรุงมิติด้านความสุขซึ่งเป็นหนึ่งในประเด็นสำคัญเชิงจิตวิทยาของประชาชนกลุ่มผู้สูงอายุอย่างแท้จริง

ผู้ศึกษาจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถามทุกข้อตามความเป็นจริงด้วยตัวของท่านเอง โดยท่านจะไม่มีผลกระทบ จากการตอบแบบสอบถามแต่ประการใด และข้อมูลของท่านจะถูกเก็บเป็นความลับ

แบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถาม 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุ

ตอนที่ 3 ความสุขของผู้สูงอายุ

---

**ตอนที่ 1** ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

**คำชี้แจง** โปรดทำเครื่องหมาย  ลงใน  ที่ตรงกับความเป็นจริง

**1. เพศ**

1.  ชาย                      2.  หญิง

**2. ระดับการศึกษา**

1.  ระดับประถมศึกษา  
2.  ระดับมัธยมศึกษา  
3.  ระดับปริญญาตรี  
4.  ระดับปริญญาโท  
5.  ระดับปริญญาเอก

**3. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน**

1.  น้อยกว่า 5,000 บาท  
2.  5,001 – 6,000 บาท  
3.  6,001 – 7,000 บาท  
4.  7,001 – 8,000 บาท  
5.  มากกว่า 8,001 บาท

**4. ท่านเป็นกลุ่มผู้สูงอายุประเภทใด**

1.  กลุ่มดีดสังคม (เป็นผู้ช่วยเหลือตัวเองได้ ดำเนินชีวิตได้อย่างอิสระ เป็นผู้มีสุขภาพ  
ทั่วไปดี ไม่มีโรคเรื้อรัง)
2.  กลุ่มติดบ้าน (เป็นผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตัวเองได้บ้าง หรือต้องการช่วยเหลือจากผู้อื่น  
บางส่วน มีภาวะแทรกซ้อนทางด้านร่างกาย)

ตอนที่ 2 ระดับการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอ  
ลี้ จังหวัดลำพูน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ เพื่อเลือกระดับของการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล  
ที่ตรงกับพฤติกรรมของท่านมากที่สุด โดยในแต่ละข้อมีเพียงคำตอบเดียว โปรดอ่านและทำให้  
ครบถ้วนทุกข้อ

ข้อ	ข้อความ	ระดับการสื่อสาร				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปาน กลาง (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
<b>ด้านแหล่งที่มาของสื่อ</b>						
1.	มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยี ดิจิทัลจากเว็บไซต์ที่ให้บริการการ แบ่งปันไฟล์สื่อผสม เช่น YouTube					
2.	มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยี ดิจิทัลจากการรับ-ส่งอีเมล (E-mail)					
3.	มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยี ดิจิทัลจากเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Networking)					
4.	มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยี ดิจิทัลจากบล็อก (Blogging)					
5.	มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยี ดิจิทัลจากแอปพลิเคชันในมือถือ เช่น LINE App					

## ตอนที่ 2 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับการสื่อสาร				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
<b>ด้านข้อความ (การสร้างและการตีความ)</b>						
6.	มีการสื่อสารเพื่อเชื่อมโยงการสื่อความหมายที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ					
7.	มีการสื่อสารโดยใช้สัญลักษณ์ที่ผู้ส่งสารและผู้รับสารเข้าใจความหมายร่วมกัน					
8.	มีการสื่อสารโดยจัดเรียบเรียงสารที่ดี ต่อเนื่อง ไม่สับสน					
9.	มีการสื่อสารโดยใช้เนื้อหาที่เร้าความต้องการของผู้รับสาร					
10.	มีการสื่อสารโดยใช้ข้อมูลที่สอดแทรกเพื่อให้เกิดการแบ่งปันข้อมูล					

## ตอนที่ 2 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับการสื่อสาร				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
<b>ด้านช่องทางของสื่อ (ช่องทางในการสื่อสาร)</b>						
11.	มีการสื่อสารผ่านการถ่ายทอดสดผ่านทาง Facebook Live					
12.	มีการสื่อสารผ่านการถ่ายทอดสดผ่านทาง YouTube Live					
13.	มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วย Messenger					
14.	มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วย LINE Call					
15.	มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วยแอปพลิเคชันจากผู้ให้บริการเครือข่ายมือถือ					



## ตอนที่ 2 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับการสื่อสาร				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
<b>ด้านผู้รับ (ปลายทางในการสื่อสาร)</b>						
16.	มีการเลือกสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับเข้าใจความหมายและวัตถุประสงค์ที่ต้องการสื่อ					
17.	มีการเชื่อมโยงการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับได้รับข้อมูลข่าวสารแบบกลุ่ม					
18.	มีการเชื่อมโยงการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับได้รับข้อมูลข่าวสารแบบบุคคลเดียว					
19.	มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลด้วยสัญลักษณ์ที่ผู้รับสารเข้าใจ					
20.	มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลที่หลากหลายกับกลุ่มเป้าหมาย					

## ตอนที่ 3 ความสุขของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ เพื่อเลือกระดับความสุขของท่าน โดยในแต่ละข้อมีเพียงคำตอบเดียว โปรดอ่านและทำให้ครบถ้วนทุกข้อ

ข้อ	ข้อความ	ระดับความสุข				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
<b>ด้านความสุขทางกาย (ความอยู่ดีมีสุขทางกายภาพ)</b>						
21.	การแบ่งปันข้อมูลข่าวสารจากสื่อเทคโนโลยีดิจิทัลสามารถแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพ					
22.	การติดต่อสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลทำให้เกิดการกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับญาติและเพื่อน					
23.	เมื่อได้รับข่าวสารที่มีการเผยแพร่แบบกลุ่มโดยไม่ผ่านการคัดกรองอยู่เป็นประจำ					
24.	เมื่อมีการติดต่อสื่อสารเทคโนโลยีดิจิทัลในเวลาที่ไม่เหมาะสม					
25.	เมื่อได้รับการแบ่งปันข้อมูลความเป็นอยู่ หรือการเปรียบเทียบสถานะทางสังคมจากเพื่อน หรือญาติพี่น้อง					

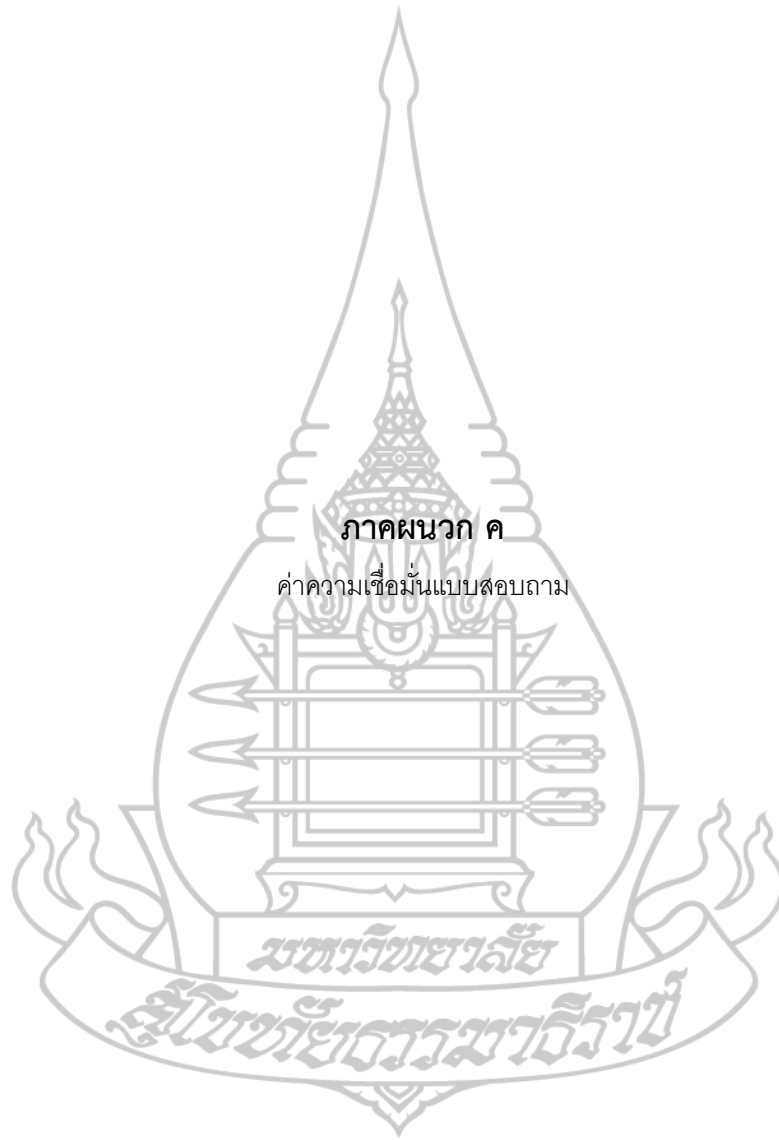


## ตอนที่ 3 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับความสุข				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
<b>ด้านความสุขทางอารมณ์</b>						
26.	การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมีความสัมพันธ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์เชิงบวก					
27.	การได้ติดต่อและแบ่งปันข้อมูลต่อผู้คนที่ใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง					
28.	การติดต่อสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดความสุขที่ได้เรียนรู้ทักษะใหม่จากการเปลี่ยนทัศนคติในกลุ่มกิจกรรมเชิงบวก					
29.	เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับภัยสังคมต่าง ๆ มักทำให้เกิดความวิตกกังวล					
30.	เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารในทางที่ไม่สร้างสรรค์และไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นได้จากการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล					

## ตอนที่ 3 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับความสุข				
		มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
<b>ด้านความพึงพอใจในชีวิต (การใช้สื่อเพื่อสนองความต้องการ)</b>						
31.	เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลสามารถบรรลุเป้าหมายด้านสุขภาพ					
32.	เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดแรงจูงใจที่ดีต่อสังคม					
33.	เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดี มีการพึ่งพาอาศัยกันกับคนใกล้ชิด และกลุ่มสังคมมากขึ้น					
34.	เมื่อมีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดความรู้ใหม่ และสามารถปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้					
35.	มีอิสระที่จะเลือกรับข่าวสารที่หลากหลายและสอดคล้องกับความต้องการของตนเองมากยิ่งขึ้น					



ภาคผนวก ค

ค่าความเชื่อมั่นแบบสอบถาม

มหาวิทยาลัย

สุโขทัยธรรมาธิราช

## Reliability

Scale: ALL VARIABLES

^  
Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

## Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.854	.833	35

Item Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากเว็บไซต์ที่ให้บริการการแบ่งปันไฟล์สื่อผสม เช่น YouTube	4.30	.535	30
มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากการรับ-ส่งอีเมล (E-mail)	4.10	.481	30
มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Networking)	4.23	.679	30
มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากบล็อก (Bloggng)	4.13	.629	30
มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลจากแอปพลิเคชันในมือถือ เช่น LINE App	4.07	.583	30
มีการสื่อสารเพื่อเชื่อมโยงการสื่อความหมายที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ	4.03	.765	30
มีการสื่อสารโดยใช้สัญลักษณ์ที่ผู้ส่งสารและผู้รับสารเข้าใจความหมายร่วมกัน	3.83	.699	30
มีการสื่อสารโดยจัดเรียงเรียงสาร ที่ดี ต่อเนื่อง ไม่สับสน	4.13	.571	30
มีการสื่อสารโดยใช้เนื้อหาที่เร้าความต้องการของผู้รับสาร	3.93	.691	30
มีการสื่อสารโดยใช้ข้อมูลที่สอดแทรกเพื่อให้เกิดการแบ่งปันข้อมูล	4.20	.484	30
มีการสื่อสารผ่านการถ่ายทอดสดผ่านทาง Facebook Live	3.90	.662	30
มีการสื่อสารผ่านการถ่ายทอดสดผ่านทาง YouTube Live	3.13	1.167	30
มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วย Messenger	3.37	1.129	30
มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วย LINE Call	3.93	.521	30
มีการสื่อสารด้วยการโทรทางอินเทอร์เน็ตด้วยแอปพลิเคชันจากผู้ให้บริการเครือข่ายมือถือ	4.10	.759	30
มีการเลือกสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับเข้าใจความหมายและวัตถุประสงค์ที่ต้องการสื่อ	3.83	.834	30
มีการเชื่อมโยงการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับได้รับข้อมูลข่าวสารแบบกลุ่ม	4.13	.571	30

Item Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
มีการเชื่อมโยงการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อให้ผู้รับได้รับข้อมูลข่าวสารแบบบุคคลเดียว	4.00	.695	30
มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลด้วยสัญลักษณ์ที่ผู้รับสารเข้าใจ	4.20	.407	30
มีการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลที่หลากหลายกับกลุ่มเป้าหมาย	4.00	.695	30
การแบ่งปันข้อมูลข่าวสารจากสื่อเทคโนโลยีดิจิทัลสามารถแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพ	3.17	1.177	30
การติดต่อสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลทำให้เกิดการกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับญาติและเพื่อน	4.13	.681	30
เมื่อได้รับข่าวสารที่มีการเผยแพร่แบบกลุ่มโดยไม่ผ่านการคัดกรองอยู่เป็นประจำ	4.03	.669	30
เมื่อมีการติดต่อสื่อสารเทคโนโลยีดิจิทัลในเวลาที่ไม่เหมาะสม	3.97	.615	30
เมื่อได้รับการแบ่งปันข้อมูลความเป็นอยู่ หรือการเปรียบเทียบสถานะทางสังคมจากเพื่อน หรือญาติพี่น้อง	4.17	.791	30
การสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมีความสัมพันธ์ที่ส่งผลต่ออารมณ์เชิงบวก	3.43	1.165	30
การได้ติดต่อและแบ่งปันข้อมูลต่อผู้คนโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง	4.07	.583	30
การติดต่อสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลก่อให้เกิดความสุขที่ได้เรียนรู้ทักษะใหม่จากการเปลี่ยนทัศนคติในกลุ่มกิจกรรมเชิงบวก	3.90	.403	30
เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับภัยสังคมต่าง ๆ มักทำให้เกิดความวิตกกังวล	3.93	.640	30
เมื่อได้รับข้อมูลข่าวสารในทางที่ไม่สร้างสรรค์และไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้จากการสื่อสารโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล	3.57	.728	30

คลิกหรือแตะที่นี่เพื่อใส่ข้อความ

## ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อสกุล	ชลนปภัค แจ่มใส
วัน เดือน ปี เกิด	14 มีนาคม 2526
สถานที่เกิด	-
ที่อยู่ปัจจุบัน	-
ประวัติการศึกษา	พ.ศ.2558 ปริญญาตรี มนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราชา
ประวัติการทำงาน	-

