# การสื่อสารและการปรับตัวของผู้สูงอายุในเมือง

อัจฉรา ปัณฑรานุวงศ์*
กิติมา สุรสนธิ*

## Abstract

*The present study aims to investigate different communication behaviors of the elders in urban environment. Also examined was their knowledge and opinion towards aging and perceived self-adjustment. A quantitative method of survey was used to collect data from 400 volunteer respondents aged 60+ living in Bangkok.*

*Results show that most respondents used interpersonal and group communication as a means to interact and establish their relationship with others, while mass media were more used for daily relaxation or as an escape from loneliness and boredom. Radio ranks the first as mass medium used most by the elders, followed by television. Interestingly, none of the respondents reported that they had been to the cinema or logged on to the World Wide Web.*

*Most respondents had moderate knowledge about aging. However, they had relatively positive opinion towards being old. Perceived self-adjustment was found to be highest for emotional self-adjustment, followed by health self-adjustment and social self-adjustment respectively.*

Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

* อัจฉรา ปัณฑรานุวงศ์ (ปร.ด. สื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์) ปัจจุบันดำรงตำแหน่งอาจารย์ ประจำสาขาวิชาประชาสัมพันธ์ คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

* กิติมา สุรสนธิ (นศ.ม. นิเทศศาตรพัฒนาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย) ปัจจุบันดำรงตำแหน่งรองศาสตราจารย์ ประจำสาขาวิชาบริหารการสื่อสาร คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

*Mass communication and interpersonal communication was found to have a positive correlation with knowledge about aging. Moreover, there is also a positive correlation between all types of communication and self-adjustment, except for the pair of group communication and social self-adjustment. Finally, results indicate a positive correlation between knowledge about aging and the elders' opinion and perceived self-adjustment, except for the elder's opinion towards relationship with younger members of the family which was found to have a negative correlation with knowledge about aging.*

## ความสำคัญและที่มาของปัญหา

ปัญหาผู้สูงอายุ คือปัญหาระดับโลกที่ทุกประเทศกำลังหาหนทางในการจัดการและแก้ปัญหา ในประเทศไทย ข้อมูลจากสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ชี้ชัดว่า ประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว เนื่องจากมีจำนวนประชากรผู้สูงอายุเกินกว่าร้อยละ 10 นับตั้งแต่ปี 2548 ต่อมาได้เพิ่มอย่างต่อเนื่อง จนเท่ากับร้อยละ 10.7 ในปี พ.ศ. 2550 และคาดว่าจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 15 – 28 ในปี พ.ศ. 2563 (www. nesdb.go.th, 15 พฤศจิกายน 2552)

ผลการวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีปัญหาหลายด้าน อันได้แก่ ปัญหาด้านสุขภาพอนามัย ปัญหาด้านอารมณ์จิตใจ ปัญหาด้านสังคม ทั้งนี้เนื่องจากบทบาทต่างๆที่สังคมกำหนดให้ เริ่มด้อยความสำคัญลง ทั้งบทบาทในฐานะบิดา มารดา บทบาทในฐานะผู้บังคับบัญชา ส่งผลให้ผู้สูงอายุตกอยู่ในสภาวะที่ไร้คุณค่า สูญเสียความภาคภูมิใจในตนเอง และมีภาพลักษณ์ที่ไม่ดีต่อตนเอง (Poor Self-Image) ทั้งยังไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับครอบครัว สิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว นอกจากนี้ ยังมีปัญหาด้านการศึกษา เพราะผู้สูงอายุส่วนมากไม่ได้รับการศึกษา หรือมีการศึกษาน้อย ทำให้ขาดความรู้ในเรื่องสิทธิต่างๆที่พึงได้รับ ขาดการเข้าถึงแหล่งข้อมูลข่าวสารที่จะนำมาใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิต ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไม่ดีเท่าที่ควร ปัญหาด้านเศรษฐกิจก็เป็นอีกปัญหาหนึ่งที่ผู้สูงอายุต้องเผชิญ เนื่องจากประชากรผู้สูงอายุส่วนใหญ่ของประเทศมีฐานะยากจน รายได้ไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูตนเองและครอบครัว ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จึงยังต้องทำงานหารายได้อยู่ และงานส่วนใหญ่ที่ทำ คือ อาชีพเกษตรกรและงานส่วนตัวเล็กๆน้อยๆ ที่สำคัญปัจจุบันยังไม่มีกฎหมายคุ้มครองแก่ผู้สูงอายุในด้านสวัสดิการต่างๆ แม้รัฐบาลยุคนายอภิสิทธิ์ เวชชาชีวะ จะมีเบี้ยผู้สูงอายุเลี้ยงให้แก่ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นการบริการด้านสวัสดิการสังคมที่รัฐและเอกชนจัดให้แก่ผู้สูงอายุ แต่ก็ยังมีขอบเขตและรูปแบบที่จำกัด ไม่เพียงพอและสนองความต้องการได้อย่างทั่วถึงต่อจำนวนประชากรผู้สูงอายุที่กำลังเพิ่มขึ้น

ผู้สูงอายุ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและพฤติกรรม ซึ่งเป็นผลมาจากการที่ร่างกายมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมและสิ่งแวดล้อม ถ้าหากสิ่งแวดล้อม สังคม มีการเปลี่ยนแปลงไปจากปกติ ผู้สูงอายุจะเกิดความเครียด เพราะร่างกายต้องปรับตัวให้เข้ากับกายภาพ สังคม สิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นใหม่ ซึ่งในภาวะปกติมนุษย์เราต้องมีการปรับตัวตามธรรมชาติอยู่แล้ว ซึ่งการเปลี่ยนแปลงหรือการปรับตัวจะเป็นไปอย่างช้าๆ ทำให้ไม่รู้สึกถึงการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว แต่สำหรับผู้สูงอายุ การเปลี่ยนแปลงในกายภาพ สังคม สิ่งแวดล้อมมากและรวดเร็วกว่า โดยการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพในผู้สูงอายุส่วนใหญ่เปลี่ยนแปลงไปในทางเสื่อมลง เช่น ตามัว หูตึง การเคลื่อนไหวลำบากขึ้น ส่วนการเปลี่ยนแปลงจากสังคมสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีผลมาจากการ

Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

เกษียณอายุ ทำให้สูญเสียตำแหน่งในสังคม รายได้ลดน้อยลง หรืออาจขาดรายได้ การลดความสัมพันธ์กับเพื่อนฝูง และชุมชน หรือการพลัดพรากสูญเสียสิ่งที่ตนรักใคร่ หรือการที่ครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป

การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุดังกล่าว ทำให้มีผลกระทบต่อจิตใจของผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก เช่น เกิดความรู้สึกว้าเหว่ รู้สึกหมดหวังหวาดระแวง ท้อแท้ในชีวิต เกิดความซึมเศร้า วิตกกังวล ประกอบกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและสังคมสิ่งแวดล้อม จนบางครั้งทำให้บางคนไม่สามารถปรับตัวได้ ทำให้เกิดอาการทางสุขภาพจิตได้ในระยะดังกล่าว แต่ถ้าผู้สูงอายุที่มีการเตรียมตัวที่ดี มีสุขภาพจิตที่ดีก็สามารถที่จะปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพทางสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ โดยไม่มีอาการหรือพฤติกรรมที่ผิดปกติเกิดขึ้น

จากสภาพปัญหาของผู้สูงอายุในด้านสังคมและวัฒนธรรมข้างต้น ประกอบกับการรวบรวมแนวคิดและการศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุนั้นจำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและสังคมที่ทำให้ผู้สูงอายุเผชิญกับความสูญเสียบทบาทในครอบครัว ซึ่งก่อให้เกิดความไม่เข้าใจซึ่งกันและกันระหว่างผู้สูงอายุและบุตรหลาน ส่งผลให้เกิดปัญหาช่องว่างระหว่างวัย รวมทั้งต้องสูญเสียบทบาททางสังคม รู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่า เป็นภาระต่อผู้อื่น ฯลฯ กอปรกับการที่เทคโนโลยีทางการแพทย์ได้เจริญก้าวหน้าไปมาก ประชาชนให้ความสนใจดูแลสุขภาพกันมากขึ้น ส่งผลให้จำนวนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นตามไปด้วย ดังนั้นหากผู้สูงอายุจำนวนมากเหล่านี้สามารถปรับตัวให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขแล้ว ปัญหาข้างต้นอาจลดน้อยลง

ทั้งนี้ ในกระบวนการแก้ไขปัญหาดังกล่าว จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการทางด้านการสื่อสาร เพื่อให้ความรู้ที่เหมาะสมต่อสภาวะของผู้สูงอายุ รวมทั้งสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเป็นผู้สูงอายุ อันจะนำไปสู่การปรับตัวทั้งด้านอารมณ์ สุขภาพ และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นรอบๆตัว ดังนั้น การศึกษาครั้งนี้จึงมุ่งที่จะค้นหาว่าการสื่อสารรูปแบบใดมีความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพสูงสุดในการช่วยบรรเทาหรือแก้ปัญหาผู้สูงอายุในสังคมได้ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการวางแผนเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุต่อไป

## ปัญหานำวิจัย

1. ผู้สูงอายุมีรูปแบบการสื่อสารระหว่างบุคคล การสื่อสารกลุ่มและการสื่อสารมวลชน ทั้งในแง่การใช้สื่อและเนื้อหาข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุอย่างไร
2. ผู้สูงอายุมีความรู้ ความคิดเห็น และการปรับตัวในการเป็นผู้สูงอายุอย่างไร
3. รูปแบบการสื่อสารของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับความรู้ และการปรับตัวของผู้สูงอายุหรือไม่
4. ความรู้มีความสัมพันธ์กับความคิดเห็น และการปรับตัวของผู้สูงอายุหรือไม่
5. ความคิดเห็นมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของผู้สูงอายุหรือไม่

## ระเบียบวิธีวิจัย

ใช้การศึกษาเชิงปริมาณ (Quantitative research) โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร การคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างใช้สูตรของ Taro Yamane ได้กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในเมืองจำนวน 400 ตัวอย่าง วิธีการเก็บข้อมูลใช้การเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) คือเลือกเก็บข้อมูลเฉพาะผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยในเขตกรุงเทพมหานคร โดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ในพื้นที่ชุมชนต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุรวมตัวกันอยู่ ได้แก่ ศูนย์การค้า สถานบริการทางสุขภาพ และวัด

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

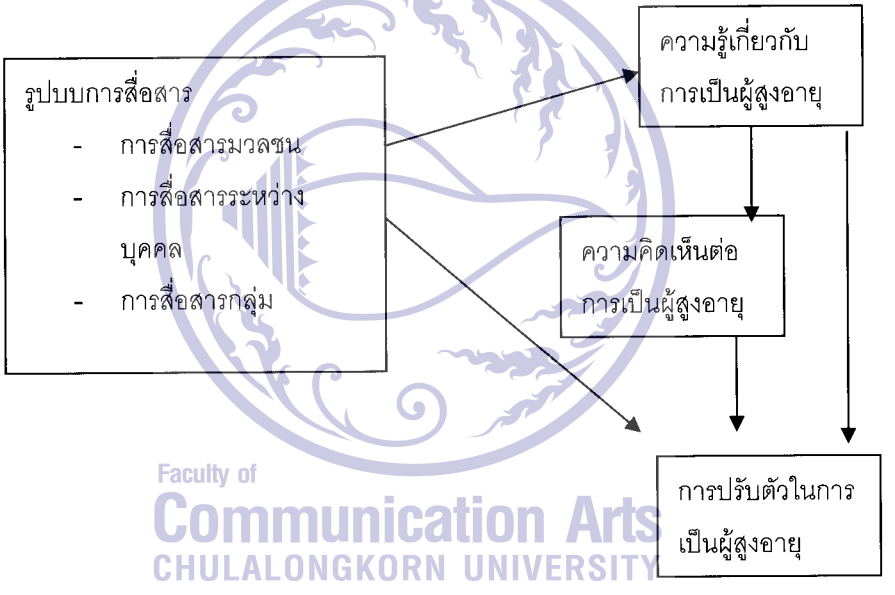
Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

ด้วยสถิติค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product - Moment Correlations Coefficient)

## แนวคิดและทฤษฎีที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบการวิจัยภายใต้แนวคิดและทฤษฎี ได้แก่ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคม ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างบุคคล ทฤษฎีการสื่อสารกลุ่ม (Group Communication Theory) และ ทฤษฎีบทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชน (Media Functions Theory) เพื่อศึกษารูปแบบการสื่อสาร ความรู้ ความคิดเห็น และการปรับตัวของผู้สูงอายุ ตลอดจนวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่างๆ

## กรอบการวิจัย




Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

## ผลการวิจัย

### ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีระดับการศึกษาต่ำกว่าอนุปริญญา มีสถานภาพสมรสและคู่สมรสอยู่ในครอบครัวเดียวกันมากที่สุด โดยอายุของผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 60 - 74 ปี บุตรของผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 39 - 45 ปี สำหรับอาชีพที่ผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่เคยประกอบมาก่อนในอดีตคือประกอบกิจการส่วนตัว ส่วนในเรื่องรายได้พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีรายได้ระหว่าง 10,001-30,000 บาท

**ปัญหานำวิจัยที่ 1 : ผู้สูงอายุมีรูปแบบการสื่อสารระหว่างบุคคล การสื่อสารกลุ่มและการสื่อสารมวลชน ทั้งในแง่การใช้สื่อและเนื้อหาข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุอย่างไร**

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการสื่อสารระหว่างบุคคลในระดับปานกลางค่อนข้างสูง โดยความถี่ของการสื่อสารระหว่างบุคคลของผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่ที่ 4-10 ครั้งต่อสัปดาห์ และใช้รูปแบบการสื่อสารแบบการพูดคุยกับเพื่อนมากที่สุด รองลงมาเป็นการสื่อสารกับบุคคลในครอบครัวหรือญาติ

ส่วนการสื่อสารกลุ่ม พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความถี่ในการสื่อสารประเภทนี้ เท่ากับการสื่อสารระหว่างบุคคล คือที่ 4-10 ครั้งต่อสัปดาห์ โดยใช้รูปแบบการสื่อสารกลุ่มผ่านกิจกรรมกลางแจ้งกับเพื่อน เช่น การออกกำลังกาย มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.75 รองลงมาคือ รูปแบบการพบปะสังสรรค์ เช่น ประชุม รับประทานอาหาร และรูปแบบการทำกิจกรรมเพื่อสังคม เช่น การเข้าวัดและการบริจาค คิดเป็นร้อยละ 35.75 และ 28 ตามลำดับ

ส่วนรูปแบบการสื่อสารมวลชนนั้น พบว่าผู้สูงอายุมีปริมาณการเปิดรับสื่อวิทยุกระจายเสียงมากที่สุด โดยมีผู้สูงอายุจำนวนมากที่สุดคือร้อยละ 63.5 ที่เปิดรับสื่อวิทยุเป็นเวลานานถึงสัปดาห์ละมากกว่า 12 ชั่วโมง รองลงมาคือ สื่อโทรทัศน์ มีผู้สูงอายุเปิดรับมากกว่า 12 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 34.25

อย่างไรก็ตาม ผู้สูงอายุยังมีการเปิดรับสื่อมวลชนประเภทหนังสือพิมพ์ด้วยเช่นกัน แม้จะเปิดรับเป็นระยะเวลาไม่นานเท่ากับสื่อวิทยุและโทรทัศน์ คือโดยส่วนใหญ่เปิดรับเป็นเวลา 5-8 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์ เช่นเดียวกันกับสื่อนิตยสารที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เปิดรับเป็นเวลา 5-8 ชั่วโมงต่อสัปดาห์เช่นกัน แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุใช้เวลากับการเปิดรับสื่อประเภทวิทยุและโทรทัศน์มากกว่าสื่อประเภทหนังสือพิมพ์ และนิตยสาร ทั้งนี้ มีข้อมูลที่น่าสนใจคือ ไม่มีผู้สูงอายุคนใดมีการเปิดรับสื่อโรงภาพยนตร์ และสื่อประเภทแผ่นพับ เอกสารเลย

ในด้านเนื้อหาของข่าวสารที่เปิดรับจากสื่อต่างๆ พบว่าในการสื่อสารระหว่างบุคคล ทั้งที่เป็นการสื่อสารกับเพื่อน กับญาติพี่น้องลูกหลาน และกับบุคคลอื่น เป็นการใช้ประโยชน์เพื่อการสร้างสัมพันธ์หรือแลกเปลี่ยนกับผู้อื่นมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.25 ร้อยละ 58 และร้อยละ 90.5 ตามลำดับ ในลักษณะใกล้เคียงกัน พบว่า ผู้สูงอายุใช้การสื่อสารกลุ่ม เช่น การออกกำลังกาย เพื่อสร้างสัมพันธ์หรือแลกเปลี่ยนกับผู้อื่นมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 76.75

รูปแบบการสื่อสารที่ผู้สูงอายุใช้ผ่อนคลายหรือคลายความเหงามากที่สุด คือการใช้เนื้อหาจากสื่อมวลชน โดยสื่อที่สามารถผ่อนคลายหรือคลายเหงาให้ผู้สูงอายุได้มากที่สุดล้วนแต่เป็นสื่อมวลชนทั้งสิ้น ได้แก่ สื่อโทรทัศน์ สื่อวิทยุกระจายเสียง และหนังสือพิมพ์ คิดเป็นร้อยละ 70.5 ร้อยละ 68.3 และร้อยละ 39.23 ตามลำดับ อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยยังพบว่า การสื่อสารระหว่างบุคคลรูปแบบการสื่อสารระหว่างบุคคลกับญาติพี่น้อง ก็เป็นไปเพื่อผ่อนคลายหรือคลายเหงาใกล้เคียงกับสื่อหนังสือพิมพ์ โดยมีจำนวนผู้ตอบ คิดเป็นร้อยละ 38.51

กล่าวโดยสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุใช้สื่อประเภทการสื่อสารระหว่างบุคคล สื่อกลุ่ม เพื่อสร้างความสัมพันธ์หรือแลกเปลี่ยนกับผู้อื่นมากที่สุด และใช้สื่อมวลชนเพื่อการผ่อนคลาย หรือคลายเหงา และที่น่าสนใจคือผู้สูงอายุเกือบจะไม่ใช้สื่อมวลชนประเภทอื่นๆ คือ นิตยสาร ภาพยนตร์ อินเทอร์เนต เอกสารแผ่นพับ เลย

**ปัญหานำวิจัยที่ 2 : ผู้สูงอายุมีความรู้ ความคิดเห็น และ การปรับตัวในการเป็นผู้สูงอายุอย่างไร**

การวิจัยได้ศึกษาระดับความรู้ของผู้สูงอายุที่มีต่อการเป็นผู้สูงอายุ คือความรู้ในเรื่องการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและภาวะจิตใจที่มีผลต่อสภาพอารมณ์และความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องดังกล่าวอยู่ในระดับปานกลางถึงต่ำ และไม่มีผู้สูงอายุคนใดมีความรู้ในระดับสูงเลย

นอกจากนี้ ผู้สูงอายุมีความความคิดเห็นว่า เรื่องเกี่ยวกับลูกหลานเป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด รองลงมาคือเรื่องสุขภาพ และเรื่องการสื่อสารกับบุคคลอื่น ตามลำดับ

สำหรับผลการวิจัยเรื่องการปรับตัว ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึงการยอมรับสภาพความอ่อนแอทางร่างกายและจิตใจ อาทิ ความรู้สึกไม่เป็นคนสำคัญ ความรู้สึกท้อแท้ เศร้าใจของผู้สูงอายุ พบว่า ในด้าน

Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

การปรับตัวด้านอารมณ์ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เห็นด้วยในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 51.25 รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก คิดเป็นร้อยละ 48.75 ส่วนการปรับตัวด้านสุขภาพ ส่วนใหญ่เห็นด้วยในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 60.25 และรองลงมาคือ เห็นด้วยระดับมากที่สุด ร้อยละ 29.5 และเห็นด้วยปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 10 ส่วนการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์ พบว่าส่วนใหญ่เห็นด้วยในระดับมาก คือร้อยละ 80 รองลงมาคือเห็นด้วยมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 15.75 และเห็นด้วยปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 4.3 สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เห็นว่าตนเองสามารถปรับตัวด้านอารมณ์ได้มากที่สุด รองลงมาคือปรับตัวด้านสุขภาพ และปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์

**ปัญหานำวิจัยที่ 3 : รูปแบบการสื่อสารของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับความรู้ และการปรับตัวของผู้สูงอายุหรือไม่**

**ตารางที่ 1 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารกับความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุ**

| รูปแบบการสื่อสารกับความรู้ | r | Sig. ( 2 – tailed) |
|---|---|---|
| การสื่อสารมวลชน | .103* | .039 |
| การสื่อสารระหว่างบุคคล | .105* | .036 |
| การสื่อสารกลุ่ม | - .054 | .497 |

* sig < .05

จากตารางที่ 1 แสดงผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พบว่า รูปแบบการสื่อสารของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับการมีความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุ โดยรูปแบบการสื่อสารประเภทสื่อสารมวลชน มีความสัมพันธ์กันในทางบวกกับความรู้ของผู้สูงอายุ (r = .103) หมายความว่ายิ่งผู้สูงอายุมีรูปแบบการสื่อสารมวลชนมากเท่าใด ผู้สูงอายุก็จะมีความรู้สูงตามไปด้วยเช่นกัน เช่นเดียวกับการสื่อสารระหว่างบุคคล ซึ่งพบว่า มีความสัมพันธ์กันในทางบวกกับความรู้ของผู้สูงอายุ (r = .105) อย่างไรก็ตาม ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารกลุ่มกับความรู้ของผู้สูงอายุ

Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

**ตารางที่ 2 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารกับการปรับตัวทางอารมณ์ของผู้สูงอายุ**

| รูปแบบการสื่อสารกับการปรับตัวทางอารมณ์ | r | Sig. ( 2 – tailed) |
|---|---|---|
| การสื่อสารมวลชน | .356* | .026 |
| การสื่อสารระหว่างบุคคล | ;216* | .020 |
| การสื่อสารกลุ่ม | .314* | .039 |

* sig < .05

ในด้านความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารกับการปรับตัว (ตารางที่ 2) พบว่า รูปแบบการสื่อสารทุกรูปแบบ คือ การสื่อสารมวลชน การสื่อสารระหว่างบุคคล และการสื่อสารกลุ่ม มีความสัมพันธ์กันในทางบวกกับการปรับตัวทางอารมณ์ของผู้สูงอายุ (r = .356, r = .216 และ r = .314) กล่าวคือ เมื่อผู้สูงอายุมีกิจกรรมการสื่อสารมวลชน สื่อสารระหว่างบุคคล และสื่อสารกลุ่มมาก ผู้สูงอายุก็จะมีการปรับตัวทางอารมณ์ได้ดียิ่งขึ้น

**ตารางที่ 3 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารกับการปรับตัวทางสุขภาพของผู้สูงอายุ**

| รูปแบบการสื่อสารกับการปรับตัวทางสุขภาพ | r | Sig. ( 2 – tailed) |
|---|---|---|
| การสื่อสารมวลชน | .327* | .029 |
| การสื่อสารระหว่างบุคคล | .116 * | .020 |
| การสื่อสารกลุ่ม | .078* | .020 |

* sig < .05

ยิ่งไปกว่านั้น ผลการวิจัยยังพบด้วยว่า ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารกับการปรับตัวด้านสุขภาพเป็นไปในเชิงบวกเช่นกัน (r = .327, r = .116, r = .078) กล่าวคือ เมื่อผู้สูงอายุใช้การสื่อสารมวลชน สื่อสารระหว่างบุคคล และสื่อสารกลุ่มมาก ผู้สูงอายุก็จะมีการปรับตัวด้านสุขภาพได้ดีขึ้นตามไปด้วย (ดูตารางที่ 3)

**ตารางที่ 4 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารกับการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์**

Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

| รูปแบบการสื่อสารกับการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์ | r | Sig. ( 2 – tailed) |
|---|---|---|
| การสื่อสารมวลชน | .454* | .035 |
| การสื่อสารระหว่างบุคคล | .104 * | .038 |
| การสื่อสารกลุ่ม | .027 | .590 |

* sig < .05

ส่วนการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารกับการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์ของผู้สูงอายุ พบว่า รูปแบบการสื่อสารที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์ ได้แก่การสื่อสารมวลชน และการสื่อสารระหว่างบุคคลเท่านั้น (r = .454, r = .104) ในขณะที่การสื่อสารกลุ่ม ไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์ อธิบายได้ว่า เมื่อผู้สูงอายุใช้รูปแบบการสื่อสารมวลชน และการสื่อสารระหว่างบุคคล ผู้สูงอายุก็จะมีการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์กับบุคคลมากขึ้นตามไปด้วย (ดูตารางที่ 4)

**ปัญหานำวิจัยที่ 4 : ความรู้มีความสัมพันธ์กับความคิดเห็น และการปรับตัวของผู้สูงอายุหรือไม่**

**ตารางที่ 5 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความรู้กับความคิดเห็นต่อการเป็นผู้สูงอายุ**

| ความรู้กับความคิดเห็นต่อการเป็นผู้สูงอายุ | r | Sig. ( 2 – tailed) |
|---|---|---|
| ความคิดเห็นเกี่ยวกับลูกหลาน | -.172* | .001 |
| ความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพ | . 209 * | .000 |
| ความคิดเห็นเกี่ยวกับการสื่อสารกับบุคคลอื่น | .374 | .000 |

* sig < .05

จากตารางที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ความรู้ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กันในทางลบกับความคิดเห็นเกี่ยวกับลูกหลาน ( r = - .172) กล่าวคือ ยิ่งผู้สูงอายุมีความรู้สูง ก็จะเห็นว่าตนเองได้รับการยอมรับจากลูกหลานและครอบครัวน้อย ในทางตรงกันข้าม พบว่าความรู้ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กันในทางบวกกับความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพ (r = .209) กล่าวคือ เมื่อผู้สูงอายุมีความรู้สูงก็จะมีความคิดเห็นเชิงบวกเกี่ยวกับสุขภาพว่า สุขภาพเป็นเรื่องที่สำคัญและเป็นเรื่องที่ดีมากขึ้นด้วย นอกจากนี้ ยังพบความสัมพันธ์ในทางบวกระหว่างความรู้กับความคิดเห็นต่อการสื่อสารกับบุคคลอื่นเช่นกัน (r = .374) หมายความว่ายิ่งผู้สูงอายุมีความรู้สูงก็จะยิ่งมีความคิดเห็นที่ดีต่อการสื่อสารกับบุคคลอื่นมากเท่านั้น

Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

**ตารางที่ 6 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความรู้กับการปรับตัวของผู้สูงอายุ**

| ความรู้กับการปรับตัวของผู้สูงอายุ | r | Sig. ( 2 – tailed) |
|---|---|---|
| การปรับตัวทางอารมณ์ | .128* | .010 |
| การปรับตัวด้านสุขภาพ | . 012 * | .038 |
| การปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์ | .374* | .000 |

* sig < .05

จากตารางที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ กับการปรับตัวนั้น พบว่า มีความสัมพันธ์ในทางบวกทั้งหมด กล่าวคือ ความรู้ของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับการปรับตัวทางอารมณ์ (r = .128) การปรับตัวด้านสุขภาพ (r = .012) และการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์ (r = .374) ซึ่งหากเปรียบเทียบระดับของความสัมพันธ์ จะเห็นว่าความรู้มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์มากที่สุด

**ปัญหานำวิจัยที่ 5 : ความคิดเห็นมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของผู้สูงอายุหรือไม่**

**ตารางที่ 7 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความคิดเห็นกับการปรับตัวของผู้สูงอายุ**

| ความคิดเห็นกับการปรับตัวของผู้สูงอายุ | r | Sig. ( 2 – tailed) |
|---|---|---|
| การปรับตัวทางอารมณ์ | .178* | .000 |
| การปรับตัวด้านสุขภาพ | -.022 | .662 |
| การปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์ | .193* | .000 |

* sig < .05

จากตารางที่ 7 จะเห็นว่า ความคิดเห็นต่อการเป็นผู้สูงอายุของผู้สูงอายุนั้น มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับการปรับตัวทางอารมณ์ และการปรับตัวด้านปฏิสัมพันธ์ ($r$ = .178, $r$ = .193) แต่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างความคิดเห็น กับการปรับตัวด้านสุขภาพ

## อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า การสื่อสารระหว่างบุคคลเป็นรูปแบบการสื่อสารที่ผู้สูงอายุใช้ในระดับที่ใกล้เคียงกับการสื่อสารกลุ่ม โดยให้ความสำคัญกับการสื่อสารกับเพื่อนมากที่สุด ส่วนผลการศึกษาประเด็นการใช้เนื้อหาจากการสื่อสาร สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุนิยมที่จะสื่อสารระหว่างบุคคลและสื่อสารกลุ่มเพื่อสร้างความสัมพันธ์หรือแลกเปลี่ยนกับผู้อื่น ในขณะที่การใช้สื่อมวลชน คือ วิทยุ และโทรทัศน์ เป็นไปเพื่อผ่อนคลาย หรือคลายเหงามากกว่า ทั้งนี้หากพิจารณาทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) ที่เสนอว่ากิจกรรมสังคมเป็นแก่นแท้ของชีวิตและจำเป็นสำหรับทุกวัย รวมทั้งวัยสูงอายุ (Havighurst อ้างในสุรกุล เจนอบรม, 2534) จะเห็นได้ว่า การสื่อสารคือกิจกรรมที่เข้ามาทดแทนกิจกรรมเดิมหรือบทบาทเดิมของผู้สูงอายุที่สูญเสียไป โดยการสื่อสารระหว่างบุคคล และสื่อสารกลุ่มคือกิจกรรมที่ทำหน้าที่ดำรงรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่ไม่ใช่คนในครอบครัว สะท้อนให้เห็นว่า ผู้สูงอายุเห็นว่าการดำรงความสัมพันธ์กับสังคมภายนอกบ้านมีความสำคัญ เพราะเป็นกิจกรรมที่มาทดแทนบทบาทที่สูญเสียไป และสิ่งที่จะทำให้ดำรงความสัมพันธ์นั้นได้คือ การสื่อสารแบบที่เห็นหน้าค่าตาและมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน มากกว่าที่จะเป็นการสื่อสารมวลชนที่ห่างไกล และทำหน้าที่เป็นเครื่องคลายความเหงาหรือผ่อนคลายมากกว่าที่จะสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น นอกจากนี้ หากพิจารณาทฤษฎีบทบาท (Role Theory) ที่กล่าวว่า บุคคลต่างพยายามที่จะพัฒนาบทบาททางสังคมของตนขึ้นมาใหม่ เพื่อทดแทนบทบาทที่ตนสูญเสียไป ซึ่งการสื่อสารโดยเฉพาะอย่างยิ่งการสื่อสารระหว่างบุคคล และการสื่อสารกลุ่ม ก็เป็นบทบาทใหม่ที่ผู้สูงอายุได้สร้างขึ้นเพื่อทดแทนบทบาทเดิมนั่นเอง

ข้อค้นพบดังกล่าว ยังอธิบายได้ด้วยแนวคิดเรื่องบทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชน ที่เสนอว่า สื่อมวลชนมีหน้าที่ประการหนึ่ง ในการให้ความบันเทิง ความสนุกสนาน พักผ่อนหย่อนใจแก่คนในสังคม จึงไม่แปลกที่ผู้สูงอายุ จะใช้สื่อสารมวลชนเพื่อการผ่อนคลายเป็นหลัก นอกจากนี้ หากพิจารณาคุณลักษณะของสื่อมวลชนซึ่งเป็นการสื่อสารทางเดียว เห็นได้ว่า ผู้สูงอายุไม่นิยมใช้การสื่อสารมวลชนเพื่อการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น แต่จะใช้การสื่อสารระหว่างบุคคลที่

Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

เห็นหน้าค่าตากัน และการสื่อสารกลุ่มที่เปิดโอกาสให้มีการสื่อสารสองทาง และทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นมากกว่า เพราะการสื่อสารระหว่างบุคคลเป็นสิ่งที่ช่วยให้มนุษย์ได้รับความรักความเข้าใจจากบุคคลอื่น เพื่อสร้างและกระชับความสัมพันธ์ที่มีต่อกัน (กริช สืบสนธ์, 2537) เช่นเดียวกับการสื่อสารกลุ่ม ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุใช้การสื่อสารแบบกลุ่มเล็กอย่างกลุ่มออกกำลังกายกลางแจ้ง การพบปะสังสรรค์ หรือการรับประทานอาหารร่วมกัน ซึ่งเป็นลักษณะกลุ่มที่ไม่เป็นทางการ คือเป็นกลุ่มเพื่อการสังคม ที่เน้นด้านมิติอารมณ์และสังคมเป็นหลัก

สำหรับในเรื่องความคิดเห็นที่มีต่อการเป็นผู้สูงอายุนั้น พบว่า ผู้สูงอายุมีความคิดเห็นในเชิงบวกกับการเป็นผู้สูงอายุในประเด็นต่างๆ อาทิ เห็นว่าบุตรหลานจะสามารถเป็นที่พึ่งพาของตนเองได้ และเข้าใจว่าผู้สูงอายุจะต้องระวังในเรื่องสุขภาพและอารมณ์ และควรมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นๆ สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุตระหนักถึงความจำเป็นของการปรับตัวในมิติต่างๆ เพื่อให้เป็นส่วนหนึ่งของสังคมและสามารถร่วมกิจกรรมต่างๆ กับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ หากการทดสอบความสัมพันธ์ชี้ให้เห็นว่า ในภาพรวม การสื่อสารมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความรู้ และการปรับตัวของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สื่อสารมวลชน เป็นรูปแบบการสื่อสาร ที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ และการปรับตัวทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านอารมณ์ สุขภาพ และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น นอกจากจะอธิบายได้ด้วยทฤษฎีทางด้านการสื่อสารแล้ว ผลวิจัยดังกล่าว ยังสอดคล้องกับทฤษฎีผู้สูงอายุทฤษฎีหนึ่ง คือทฤษฎีกิจกรรม ซึ่งเสนอว่า กิจกรรมเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวและมีความพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่ปราศจากกิจกรรมหรือบทบาทหน้าที่ใดๆ (Ebersole and Hess อ้างในณัฐพงศ์ อนุวัตรยรรยง, 2540, น. 21 – 29) เห็นได้ชัดว่า การสื่อสารเป็นกิจกรรมอย่างหนึ่งของผู้สูงอายุ ที่เป็นตัวแปรสำคัญ ที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ในฐานะสมาชิกอาวุโสของสังคมได้อย่างมีความสุข

## ข้อเสนอแนะ

1. เนื่องจากผู้สูงอายุใช้การสื่อสารมวลชนเพื่อความผ่อนคลายและคลายเหงาเป็นหลัก ดังนั้น อาจพัฒนาการสื่อสารผ่านสื่อมวลชนให้มีเนื้อหาที่ตอบสนองความต้องการดังกล่าวให้มากขึ้นกว่าเดิม ควบคู่ไปกับการให้ความรู้เกี่ยวกับสภาวะการเป็นผู้สูงอายุและการปรับตัวที่เหมาะสม

2. ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมกลุ่มและการสื่อสารระหว่างบุคคล กับกลุ่มเพื่อน หรือคนนอกครอบครัวให้มากขึ้น เพื่อเปิดโอกาสให้มีปฏิสัมพันธ์และการแลกเปลี่ยนกับสังคมภายนอก และสร้างกิจกรรมใหม่ๆ ให้กับผู้สูงอายุเพื่อทดแทนบทบาทหรือกิจกรรมเดิมที่สูญเสียไป

Faculty of Communication Arts CHULALONGKORN UNIVERSITY

## รายการอ้างอิง

กิติมา สุรสนธิ. **ความรู้ทางการสื่อสาร.** กรุงเทพฯ : คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. 2541.

กริช สืบสนธ์. **วัฒนธรรมและการสื่อสารในองค์การ.** กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.

ณัฐพงศ์ อนุวัตรยรรยง. **"การเปรียบเทียบการสนับสนุนทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพผู้สูงอายุชาวไทยพุทธและมุสลิมในภาคใต้ตอนบน."** วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์ การแพทย์ และสาธารณสุข คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย.** กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. 2545.

สุรกุล เจนอบรม. **วิทยาการผู้สูงอายุ.** กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.

www.nesdb.go.th 15 พฤศจิกายน 2552.