

การศึกษารูปแบบและปริมาณการใช้งานสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุในเขตจังหวัดนนทบุรี
Pattern and Amount of Smartphone Usage Among Older Adults Living in
Nonthaburi Province

จันทิกา สุภาพงษ์

สาขาวิชานิติศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร E-mail: jantiga.s@pnru.ac.th

โสรัยา งามสนิท

สาขาวิชานิติศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร E-mail: soraya@pnru.ac.th

Jantiga Supamong

Communication Arts Department, Faculty of Management Science, Phranakhon Rajabhat University

E-mail: jantiga.s@pnru.ac.th

Soraya Ngamsnit

Communication Arts Department, Faculty of Management Science, Phranakhon Rajabhat University

E-mail: soraya@pnru.ac.th

รับเข้า : 11 กุมภาพันธ์ 2569 แก้ไข : 14 มีนาคม 2569 ตอรับ : 1 เมษายน 2569

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปริมาณการใช้งาน รูปแบบการใช้งาน และปัจจัยเชิงบริบทที่เกี่ยวข้องกับการใช้งานสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี ดำเนินการศึกษาวิจัยด้วยระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) ระหว่างการศึกษาเชิงสำรวจและวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุจำนวน 400 คน และคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลเชิงลึกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วยแบบสอบถามที่มีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (IOC) ระหว่าง 0.67-1.00 และแบบสัมภาษณ์เชิงลึก วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาและการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ตามประเด็นสำคัญที่กำหนดไว้

ผลการวิจัย พบว่า 1) รูปแบบการใช้งานสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุผูกพันกับกิจวัตรประจำวันผ่านแอปพลิเคชันเป็นหลัก โดยจำแนกพฤติกรรมได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมสมาร์ทโฟนที่เน้นการใช้เพื่อจัดการชีวิตและธุรกรรม และกลุ่มพึ่งพาสมาร์ทโฟนที่เน้นการใช้เพื่อลดความเจ็บเหงาและรักษาความสัมพันธ์ 2) ปริมาณการใช้งานส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางถึงมาก โดยร้อยละ 59 ใช้งานมากกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน และพบกลไกการปรับตัวเชิงเทคนิค เช่น การขยายตัวอักษรและสั่งการด้วยเสียง เพื่อให้สามารถคงปริมาณการใช้งานในระดับที่ตอบสนองความสุขทางใจไว้ได้ 3) ปัจจัยเชิงบริบทด้านการอยู่อาศัยลำพังเป็นปัจจัยเร่งสำคัญที่ทำให้เกิดการใช้งานในปริมาณสูงเพื่อทำหน้าที่เป็นเพื่อนเสมือน ขณะที่ปัจจัยด้านช่วงอายุ

และเพศสภาพส่งผลต่อระดับทักษะและความเชื่อมั่นดิจิทัล โดยเฉพาะเพศหญิงที่มีพฤติกรรมการตรวจสอบข้อมูลและระมัดระวังต่อภัยไซเบอร์มากกว่าเพศชาย

คำสำคัญ: สมาร์ทโฟน ผู้สูงอายุ รูปแบบการใช้งาน

Abstract

The objectives of this research were to study the patterns, amount, and contextual factors associated with smartphone usage among older adults in Nonthaburi Province. This study employed a Mixed Methods Research design, combining a survey and qualitative research. Data were collected from a sample of 400 older adults, followed by purposive sampling of 30 key informants. The research instruments included a questionnaire with an Index of Item-Objective Congruence (IOC) between 0.67 and 1.00 and an in-depth interview guide. Data were analyzed using descriptive statistics and content analysis based on pre-defined key themes.

The results revealed that smartphone usage patterns among older adults can be categorized into two primary groups: 1) The Smartphone-Control Group, characterized by proactive usage to fulfill instrumental needs for managing daily routines and transactions; and 2) The Smartphone-Dependent Group, characterized by reactive usage to fulfill affective needs, such as alleviating loneliness and building social connectivity. Regarding the contextual factors associated with usage patterns and amount, digital self-efficacy and living contexts—particularly living alone or lack of caregivers—acted as catalysts for self-reliance through smartphones. Additionally, older adults with high usage necessity employed compensatory adaptation mechanisms, such as font size adjustments and device settings, to maintain Active Ageing and social participation.

Keywords: Smartphone, Older Adults, Usage Patterns

บทนำ

ปัจจุบันไทยกำลังเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างรวดเร็ว โดยมีอัตราการเพิ่มขึ้นของประชากรสูงวัยสูงเป็นอันดับ 2 ของอาเซียน (วิรัช เกษมทรัพย์, 2564) โครงสร้างนี้ส่งผลให้ผู้สูงอายุเผชิญความเสื่อมถอยทางสรีระและจิตใจ นำไปสู่ความรู้สึกสูญเสียคุณค่าและการขาดส่วนร่วมในสังคม (ÜnalEda & Özdemir,

2019) ท่ามกลางความท้าทายนี้ สมาร์ทโฟนได้ก้าวเข้ามาเป็นเครื่องมือสื่อสารหลักในการเข้าถึงสวัสดิการภาครัฐและสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2565; Kemp, 2023)

อย่างไรก็ตาม การใช้งานสมาร์ทโฟรมีลักษณะเป็นดาบสองคม แม้ช่วยคลายความเหงา (Newmark et al., 2023) แต่การใช้งานเกินความจำเป็นก็นำไปสู่ผลกระทบทางกายและจิตใจ เช่น โรคกระดูกคอเสื่อม ความวิตกกังวล และความผิดปกติในการนอนหลับที่เสี่ยงต่อโรคซึมเศร้าในระยะยาว (Newmark et al., 2023; Tian & Wang, 2023; Wilson, 2018) นอกจากนี้ ผู้สูงอายุที่มีความขัดแย้งในครอบครัวอาจใช้สมาร์ทโฟรมเพื่อขัดขวางความพึงพอใจทางสังคมจากภายนอก (Xu, et al., 2023)

แม้ว่าในปัจจุบันจะมีงานศึกษาวิจัยจำนวนมากที่ให้ความสำคัญกับพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศของผู้สูงอายุ เช่น Hunsaker และ Hargittai. (2018) และ Xie et al. (2020) แต่ส่วนใหญ่ยังคงมุ่งเน้นไปที่มิติของการเข้าถึงหรือการพัฒนาทักษะการใช้งาน เช่น Vroman et al. (2015) โดยมักมองกลุ่มผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่มีลักษณะพฤติกรรมคล้ายคลึงกัน เช่น Knowles. (2019) และ Quan-Haase et al. (2018) จึงยังขาดการศึกษาที่เจาะลึกถึงความสัมพันธ์ระหว่าง “รูปแบบ” และ “ปริมาณ” การใช้งานที่สะท้อนปัจจัยเชิงบริบท เช่น สถานะการอยู่อาศัยและการมีผู้ดูแล ซึ่งเป็นตัวแปรสำคัญที่กำหนดว่าผู้สูงอายุจะใช้สมาร์ทโฟรมในฐานะผู้ควบคุมเทคโนโลยี หรือตกอยู่ในสถานะพึ่งพาเพื่อขอความช่วยเหลือ

จังหวัดนนทบุรี เป็นพื้นที่ที่มีความน่าสนใจเชิงบริบทเนื่องจากมีสัดส่วนประชากรสูงอายุสูงถึงร้อยละ 21.7 (สำนักงานสถิติจังหวัดนนทบุรี, 2566) ซึ่งถือเป็นสังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์ โดยเฉพาะในเขตเทศบาลนครนนทบุรีที่มีความพร้อมด้านโครงสร้างพื้นฐานและการเข้าถึงเทคโนโลยีในระดับสูงในฐานะชุมชนเมือง อย่างไรก็ตามความแตกต่างด้านสภาพเศรษฐกิจ รูปแบบการอยู่อาศัย และการได้รับการสนับสนุนจากผู้ดูแล ส่งผลให้พฤติกรรมการใช้งานสมาร์ทโฟรมของผู้สูงอายุมีความหลากหลายและซับซ้อน การทำความเข้าใจ “รูปแบบ” และ “ปริมาณ” การใช้งานสมาร์ทโฟรมของผู้สูงอายุในพื้นที่นี้ จึงมีความสำคัญยิ่งต่อการออกแบบนวัตกรรมและนโยบายเชิงรุกเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมดิจิทัลที่ยั่งยืน

การวิจัยเรื่อง “การศึกษารูปแบบและปริมาณการใช้งานสมาร์ทโฟรมของผู้สูงอายุในเขตจังหวัดนนทบุรี” จึงมีวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อ ศึกษา รูปแบบ ปริมาณการใช้งาน และปัจจัยเชิงบริบทที่เกี่ยวข้องกับการใช้งานสมาร์ทโฟรมที่สะท้อนถึงบริบทชีวิต เช่น สถานะการอยู่อาศัยและการมีผู้ดูแล โดยการวิจัยครั้งนี้ได้นำกรอบแนวคิดทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ (Uses and Gratifications Theory) มาเป็นแกนหลักในการอธิบายกระบวนการเลือกใช้อุปกรณ์เพื่อตอบสนองความต้องการที่แตกต่างกัน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบการใช้งานสมาร์ทโฟรมของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี
2. เพื่อศึกษาปริมาณการใช้งานสมาร์ทโฟรมของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี
3. เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงบริบทที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบและปริมาณการใช้งานสมาร์ทโฟรมของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี

แนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การศึกษารูปแบบและปริมาณการใช้งานสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุในเขตจังหวัดนนทบุรี มีแนวคิด ทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุและภาวะพลัดพลัง (Active Ageing)

คำจำกัดความผู้สูงอายุมีความแตกต่างกันตามภูมิภาค โดยประเทศตะวันตกมักใช้เกณฑ์อายุ 65 ปีขึ้นไป (World Health Organization, 2015) ส่วนสหประชาชาติและประเทศไทยยึดเกณฑ์ 60 ปี ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 การวิจัยนี้จึงกำหนดขอบเขตอายุระหว่าง 60-85 ปี เพื่อครอบคลุมกลุ่มตอนต้นและตอนกลางที่มีสมรรถภาพทางร่างกายเหมาะสมต่อการใช้เทคโนโลยี

การเปลี่ยนแปลงทางสรีระและสังคมอาจทำให้ผู้สูงอายุขาดความกระตือรือร้น องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2002) จึงเสนอแนวคิด “ภาวะพลัดพลัง” (Active Ageing) เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตผ่านการมีส่วนร่วมและความมั่นคง พินิจ ฟาอำนาจผล (2563) และ กรมกิจการผู้สูงอายุ (2566) อธิบายว่าเป็น กระบวนการเสริมศักยภาพให้ผู้สูงอายุพึ่งพาตนเองและเท่าทันเทคโนโลยี สอดคล้องกับรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทยล่าสุดที่เน้นความสำคัญของสุขภาวะทางปัญญาและสังคม (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2566) ในยุคดิจิทัล ภาวะพลัดพลังจึงรวมถึงการมีส่วนร่วมผ่านสมาร์ทโฟนซึ่งเป็นเครื่องมือสำคัญ (Empowerment Tool) ที่ช่วยก้าวข้ามขีดจำกัดด้านพื้นที่และเวลาเพื่อรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมไว้

แนวคิดเกี่ยวกับสมาร์ทโฟนและพฤติกรรมการใช้งานผู้สูงอายุ

สมาร์ทโฟน (Smartphone) คือ โทรศัพท์ที่มีระบบปฏิบัติการรองรับอินเทอร์เน็ตและแอปพลิเคชันที่หลากหลาย ช่วยให้ผู้ใช้ปรับรูปแบบการสื่อสารตอบสนองความต้องการเฉพาะบุคคลได้สูง (Busch et al., 2021; กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2566) แม้ในอดีตผู้สูงอายุจะถูกมองว่าใช้เพียงฟังก์ชันพื้นฐาน (Chen & Chan, 2011) แต่ปัจจุบันมีการปรับใช้เทคโนโลยีในวิถีชีวิตมากขึ้น (Vicente & Lopes, 2016) ครอบคลุมทั้งการสื่อสาร ชุมชน และการเข้าถึงบริการภาครัฐ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2566)

ความต้องการส่วนบุคคลเป็นปัจจัยขับเคลื่อนการเลือกใช้สื่อ (Chen et al., 2026) ใน 3 ด้านหลัก ได้แก่ 1) ด้านอารมณ์เพื่อลดความโดดเดี่ยว (Hajek & König, 2019) 2) ด้านการสนับสนุนการดำเนินชีวิตและสุขภาวะ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2566) และ 3) ด้านนันทนาการ (Lin & Zhou, 2025) ความสามารถในการตอบสนองที่หลากหลายนี้ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความผูกพันและมีรูปแบบพฤติกรรมตามระดับการพึ่งพาเทคโนโลยี สอดคล้องกับสถิติจาก Kemp (2023) และสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (2565) ที่ระบุว่ากลุ่ม Baby Boomer ในไทยเข้าถึงอินเทอร์เน็ตผ่านสมาร์ทโฟนสูงถึงร้อยละ 96 สะท้อนถึงอิทธิพลสูงสุดของอุปกรณ์ต่อวิถีชีวิตดิจิทัลในปัจจุบัน

ทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ Uses and Gratifications

ทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ เน้นบทบาทของผู้รับสารในฐานะผู้ตัดสินใจเลือกเปิดรับสื่อด้วยวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง มากกว่าการเป็นผู้รับสารเชิงรับที่ถูกสื่อ

ซักจุง (Katz et al., 1973) โดยการนำแนวคิดด้านจิตวิทยาสังคมมาวิเคราะห์เพื่อให้เข้าใจถึงความต้องการเบื้องต้นและแรงจูงใจในการเลือกใช้สื่อ (McQuail, 2010)

กระบวนการนี้เริ่มต้นจากปัจจัยแวดล้อมทางจิตวิทยาสังคมที่กระตุ้นให้เกิดความคาดหวัง นำไปสู่พฤติกรรมในการเปิดรับสื่อเพื่อบรรเทาความพึงพอใจ แนวคิดนี้จำแนกความต้องการพื้นฐานของผู้รับสารออกเป็น 5 มิติ ได้แก่ 1) ความต้องการด้านพุทธิปัญญา 2) ความต้องการด้านอารมณ์ 3) ความต้องการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม 4) ความต้องการเสริมสร้างอัตลักษณ์และคุณค่าของตนเอง และ 5) ความต้องการด้านการผ่อนคลายหรือหลีกเลี่ยงปัญหา หากสื่อเหล่านั้นสามารถตอบสนองความต้องการได้ ผู้รับสารย่อมเกิดพฤติกรรมการใช้งานอย่างต่อเนื่องและมีความผูกพันกับช่องทางนั้นในระยะยาว (Katz et al., 1973)

ในยุคดิจิทัล ทฤษฎีนี้ถูกขยายความเพื่อให้ครอบคลุมคุณลักษณะของสื่อใหม่ที่มีการปฏิสัมพันธ์สูง โดย Sundar และ Limperos (2013) ชี้ให้เห็นว่าความต้องการของผู้ใช้งานในยุคปัจจุบันไม่ได้จำกัดอยู่แค่เนื้อหา แต่ยังรวมถึงความพึงพอใจที่เกิดจากคุณลักษณะของเทคโนโลยี เช่น การโต้ตอบที่รวดเร็วและสะดวก ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนในปัจจุบันที่ให้ความสำคัญกับการควบคุมข้อมูลและการตอบสนองความต้องการในทันที (Chen et al., 2026)

การขยายตัวของเทคโนโลยีพกพาทำให้สมาร์ทโฟนช่วยตอบสนองทั้งด้านสังคมและความบันเทิงไร้ขีดจำกัด (Hajek & König, 2019) ทั้งนี้ ความพึงพอใจที่เกิดจากการมีส่วนร่วมกับเนื้อหา มีความแตกต่างจากความพึงพอใจที่ได้จากการเข้าถึงข้อมูลเพียงอย่างเดียว โดยผลการศึกษาในปัจจุบันยังชี้ให้เห็นถึงความแตกต่างตามบริบทชีวิต ซึ่งพบว่าผู้ใช้งานที่มีภาวะโดดเดี่ยวทางสังคมมักมีแนวโน้มแสวงหาความพึงพอใจด้านการเชื่อมต่อและส่งผลกระทบต่อสุขภาวะทางจิตวิทยาผ่านการใช้งานสมาร์ทโฟนในมิติต่าง ๆ (Lin & Zhou, 2025)

อย่างไรก็ตาม การใช้งานที่สูงเกินความจำเป็นมีความสัมพันธ์เชิงลบกับปัจจัยทางจิตวิทยา โดยเฉพาะการใช้เทคโนโลยีเป็นกลไกเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาหรือบรรเทาอารมณ์เชิงลบ เช่น ความเครียดและความเหงา (Pontes & Griffiths, 2017) ซึ่งภาวะขาดการสนับสนุนทางสังคมและความรู้สึกโดดเดี่ยว มักเป็นปัจจัยกระตุ้นให้บุคคลเกิดการพึ่งพาเทคโนโลยีหรืออินเทอร์เน็ตมากขึ้น (Moretta & Buodo, 2020) โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่ใช้สมาร์ทโฟนเป็นเครื่องมือหลักในการรับมือกับความโดดเดี่ยวทางสังคมและเบี่ยงเบนความสนใจจากข้อจำกัดในการดำเนินชีวิตจริง (Newmark et al., 2023)

แนวคิดเกี่ยวกับเทคโนโลยีสื่อสารเป็นตัวกำหนด Technological determinism

แนวคิดเทคโนโลยีสื่อสารเป็นตัวกำหนดมีความเชื่อพื้นฐานว่า เทคโนโลยีเป็นตัวแปรหลักที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรม และวิถีชีวิตของมนุษย์ (McQuail, 2010; Oliver, 2011) โดยมองว่าเทคโนโลยีสื่อสารไม่ใช่เครื่องมือที่เป็นกลาง แต่มีผลโดยตรงต่อการกำหนดโครงสร้างการรับรู้และพฤติกรรมของผู้ใช้งาน กลุ่มนักคิดทฤษฎีนี้ยืนยันว่านวัตกรรมที่เกิดขึ้นเป็นรากฐานสำคัญของอำนาจในสังคม ซึ่งบีบให้มนุษย์ต้องปรับตัวเข้าหานวัตกรรมใหม่ ๆ เพื่อรักษาสถานะและการมีตัวตนในสังคมดิจิทัล (Hauer, 2017)

Marshall McLuhan นักทฤษฎีคนสำคัญได้ขยายความผ่านแนวคิด “หมู่บ้านโลก” (Global Village) ที่ชี้ให้เห็นว่าเทคโนโลยีสื่อสารช่วยขยายขีดความสามารถการรับรู้ของมนุษย์ให้ก้าวข้ามขีดจำกัดด้าน

ระยะทางและเวลา และแนวคิด “ตัวสื่อคือสาร” (The Medium is the Message) ที่เน้นย้ำว่า “รูปแบบ” ของสื่อมีอิทธิพลต่อประสบการณ์และการจัดระเบียบสังคมมากกว่าตัวเนื้อหาที่ส่งไป (McLuhan, 1964) ด้วยเหตุนี้ การอุบัติขึ้นของสมาร์ทโฟนจึงไม่ได้เป็นเพียงการเปลี่ยนอุปกรณ์สื่อสาร แต่เป็นการเปลี่ยนโครงสร้างการปฏิสัมพันธ์และวิถีชีวิตของผู้สูงอายุในระดับรากฐาน ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดนี้มาเป็นกรอบในการวิเคราะห์ว่า คุณลักษณะเฉพาะของสมาร์ทโฟน (เช่น ระบบหน้าจอสัมผัส การเชื่อมต่อตลอดเวลา และแอปพลิเคชันบังคับใช้) เข้าไปกำหนดรูปแบบและปริมาณการใช้งานของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรีอย่างไร โดยเฉพาะในกลุ่มที่ต้องปรับตัวเพื่อเข้าถึงบริการพื้นฐานของรัฐและสังคม

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

He Mei Tian และ Yifu Wang (2023) พบว่า การใช้โทรศัพท์มากเกินไปสัมพันธ์กับปัญหาการนอนหลับโดยมีภาวะซึมเศร้าและความเหงาเป็นปัจจัยร่วม ขณะที่ Busch et al. (2021) ระบุว่าการศึกษาการติดสมาร์ทโฟนยังอยู่ในระดับต่ำเนื่องจากการควบคุมตนเองและอิทธิพลสังคมมีผลมากกว่าความเหงา งานวิจัยทั้งสองฉบับจึงสะท้อนความซับซ้อนของปัจจัยจิตวิทยาสังคมที่หล่อหลอมพฤติกรรมการใช้สื่อของผู้สูงอายุในบริบทที่ต่างกัน

นิยามศัพท์เฉพาะ

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลอายุ 60 ปีขึ้นไป ตามเกณฑ์เกษียณอายุและสิทธิรับเบี้ยยังชีพของประเทศไทย ซึ่งสอดคล้องกับนิยามขององค์การสหประชาชาติ (United Nation, 1985)

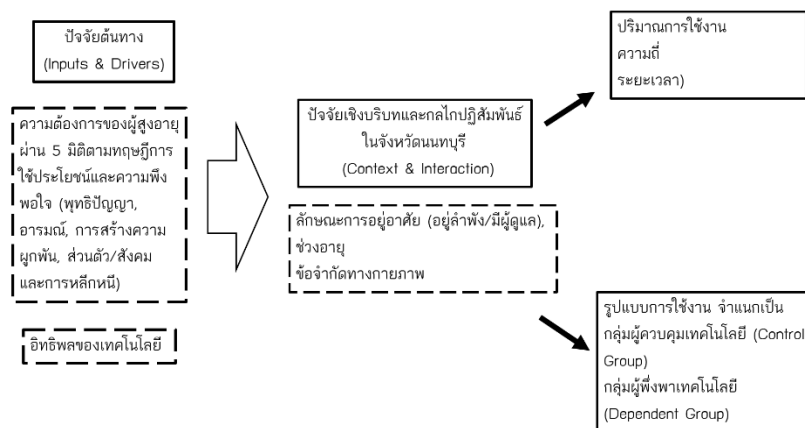
สมาร์ทโฟน หมายถึง โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่รองรับการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตและ Wi-Fi รวมถึงสามารถติดตั้งและใช้งานแอปพลิเคชันผ่านระบบปฏิบัติการได้มากกว่าการรับสาย-โทรออกปกติ

รูปแบบการใช้สมาร์ทโฟน หมายถึง ลักษณะการใช้งานฟังก์ชันต่าง ๆ เพื่อตอบสนองความต้องการเฉพาะบุคคล เช่น การสื่อสาร การติดตามข่าวสาร และการนำทาง

ปริมาณการใช้สมาร์ทโฟน หมายถึง ระยะเวลาการใช้งานจริง (ชั่วโมงและนาที) โดยไม่นับรวมช่วงเวลาที่เปิดอุปกรณ์ทิ้งไว้โดยไม่มีการปฏิสัมพันธ์กับเครื่อง

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรม แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องข้างต้น ผู้วิจัยได้ทำการสังเคราะห์ความเชื่อมโยงระหว่างปัจจัยต้นทาง ซึ่งประกอบด้วยความต้องการสื่อและอิทธิพลของเทคโนโลยี เข้ากับปัจจัยเชิงบริบทของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี เพื่อกำหนดเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยที่มุ่งเน้นการวิเคราะห์ผลลัพธ์เชิงพฤติกรรม ทั้งในด้านปริมาณและรูปแบบการใช้งานสมาร์ทโฟน ดังแสดงในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัยแสดงความเชื่อมโยงระหว่างป้จยัต้นทง ป้จยัเชิงบริบทของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี และผลลัพธ์ทางพฤติกรรมกรการใช้สมาร์ตโฟน

วิธีการวิจัย

การศึกษารูปแบบและปริมาณกรใช้งานสมาร์ตโฟนของผู้สูงอายุในเขตจังหวัดนนทบุรี มีวิธีการศึกษาวิจัยเป็นการวิจัยการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ประกอบด้วยกรสำรวจด้วยแบบสอบถาม เพื่อระบุกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย และการวิจัยเชิงคุณภาพด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปที่มีภูมิลำเนาหรืออาศัยอยู่ในเขตพื้นที่จังหวัดนนทบุรี โดยอ้างอิงข้อมูลจากสำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง (2566) พบว่าจังหวัดนนทบุรีมีจำนวนผู้สูงอายุรวมทั้งสิ้น 278,452 คน เนื่องจากจังหวัดนนทบุรีจัดเป็นพื้นที่ที่มีสัดส่วนประชากรสูงอายุเข้าสู่ “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” (Super-Aged Society) และมีลักษณะทางสังคมแบบกึ่งเมืองกึ่งชนบทที่ชัดเจน น่าสนใจต่อการศึกษาพฤติกรรมกรสื่อสารยุคดิจิทัล

เนื่องจากประชากรมีจำนวนมาก ($N > 100,000$ คน) ผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Cochran (1977) เพื่อกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างในกรณีที่ไมทราบจำนวนประชากรที่แน่นอนหรือประชากรมีขนาดใหญ่มาก โดยกำหนดระดับความเชื่อมั่นที่ 95% ($Z = 1.96$) และระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ 5% ($e = 0.05$) ดังนี้:

$$n = \frac{Z^2pq}{e^2}$$

เมื่อกำหนดตามสูตรจะได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำที่ 385 คน เพื่อความสมบูรณ์และป้องกันความคลาดเคลื่อนของข้อมูลในการวิเคราะห์เชิงสถิติ ผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสิ้นจำนวน 400 คน

วิธีการสุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบไม่อาศัยหลักความน่าจะเป็น (Non-probability Sampling) โดยใช้วิธีการสุ่มแบบโควตา (Quota Sampling) เพื่อกระจายกลุ่มตัวอย่างให้ครอบคลุมพื้นที่ 6 อำเภอของจังหวัดนนทบุรี และใช้วิธีการสุ่มแบบตามสะดวก (Convenience Sampling) ในการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายด้วยการแจกแบบสอบถามกลุ่มตัวอย่างเชิงปริมาณ ผ่านเครือข่ายศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เพื่อสำรวจรูปแบบและปริมาณการใช้งานในเบื้องต้น

กลุ่มตัวอย่างเชิงคุณภาพ คัดเลือกจากผู้ที่ตอบแบบสอบถามในขั้นตอนแรกจำนวน 30 คน โดยใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ตามหลักความแตกต่างสูงสุด (Maximum Variation Sampling) ครอบคลุมผู้ที่มีปริมาณการใช้งานและบริบทชีวิตที่ต่างกัน เพื่อเป็นตัวแทนในการให้ข้อมูลเชิงลึก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยแบ่งเครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูลออกเป็น 2 ส่วน เพื่อให้สอดคล้องกับระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods) ดังนี้

1. เครื่องมือเชิงปริมาณ (Quantitative Instrument) เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) มุ่งเน้นการสำรวจภาพรวมพฤติกรรม แบ่งออกเป็น 2 ตอน ได้แก่ (1) ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลและบริบทครอบครัว และ (2) พฤติกรรมการใช้งานสมาร์ทโฟนในมิติต่าง ๆ เช่น รูปแบบกิจกรรมและปริมาณเวลาที่ใช้

2. เครื่องมือเชิงคุณภาพ (Qualitative Instrument) เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ที่ออกแบบมาเพื่อขยายผลจากข้อมูลเชิงปริมาณ โดยเน้นการวิเคราะห์ แรงจูงใจและความพึงพอใจ 5 มิติ ตามกรอบทฤษฎี Uses and Gratifications (U&G) และอิทธิพลของเทคโนโลยีต่อวิถีชีวิตหลังเกษียณ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกที่แบบสอบถามไม่สามารถครอบคลุมได้

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ความเที่ยงตรง (Validity) เครื่องมือทั้ง 2 ส่วนผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อหาค่า ดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยคัดเลือกข้อคำถามและประเด็นการสัมภาษณ์ที่มีค่าระหว่าง 0.67 - 1.00

ความเชื่อมั่น (Reliability) สำหรับแบบสอบถามเชิงปริมาณ ผู้วิจัยได้นำไป ทดลองใช้ (Try-out) กับผู้สูงอายุที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบความชัดเจนของภาษาและลำดับคำถามก่อนนำไปใช้จริง

ในการดำเนินงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาเครื่องมือเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วนหลัก ดังนี้

1. เครื่องมือเชิงปริมาณ เป็นแบบสอบถามพฤติกรรมการใช้งานสมาร์ทโฟน โครงสร้างของแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ตอน ได้แก่ ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคล และพฤติกรรมการใช้งานสมาร์ทโฟนในมิติต่าง ๆ

2. เครื่องมือเชิงคุณภาพ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) คำถามประกอบด้วย 3 ส่วน คือ (1) สถานะทางเศรษฐกิจ สังคม และข้อมูลพื้นฐานหลังการเกษียณอายุ (2) วิธีการดำเนินชีวิตและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน และ (3) พฤติกรรมการใช้งานสมาร์ทโฟนและแอปพลิเคชันโดยละเอียด รวมถึงวัตถุประสงค์และความพึงพอใจในการใช้งาน

แบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดการวิจัย ผ่านกระบวนการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพจำนวน 3 ท่าน เพื่อประเมินความเหมาะสมและความครอบคลุมของประเด็นคำถาม ก่อนใช้ในการเก็บข้อมูลภาคสนาม

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ดำเนินการตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์และขอความยินยอมโดยสมัครใจ ผู้วิจัยลงพื้นที่สัมภาษณ์ด้วยตนเองทุกราย ดำเนินการถอดคำสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ (Verbatim) และทำการตรวจสอบข้อมูลกลับไปยังผู้ร่วมวิจัย (Member Check) เพื่อยืนยันความถูกต้องและน่าเชื่อถือ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยบูรณาการสถิติเชิงพรรณนาและผลการวิเคราะห์ตารางไขว้ เข้ากับผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากการสัมภาษณ์เชิงลึก ดังนี้

1. การวิเคราะห์เชิงปริมาณ วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม 400 ชุด โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อหาค่าร้อยละ (Percentage) และความถี่ (Frequency) เพื่ออธิบายลักษณะประชากรและพฤติกรรมการใช้งานในภาพรวม นอกจากนี้ได้ใช้การวิเคราะห์ตารางไขว้ (Cross-Tabulation) เพื่อสังเกตความสัมพันธ์เบื้องต้นระหว่างปัจจัยประชากรศาสตร์กับรูปแบบการใช้งานแอปพลิเคชัน โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ช่วยในการประมวลผล

2. การวิเคราะห์เชิงคุณภาพ ดำเนินการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากการสัมภาษณ์เชิงลึก 30 คน โดยใช้วิธีการจัดกลุ่มประเด็นหลัก (Thematic Analysis) ตามกรอบแนวคิดทฤษฎี U&G และใช้การอธิบายเชิงพรรณนาเพื่อสะท้อนถึงแรงจูงใจและวิถีชีวิตหลังเกษียณของผู้สูงอายุ

ผลการวิจัย

1. รูปแบบการใช้งานสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี

1.1 การใช้สมาร์ทโฟนผูกพันกับกิจวัตรประจำวัน

ผลจากแบบสอบถามพบว่าการติดต่อสื่อสารเป็นวัตถุประสงค์หลักของผู้สูงอายุ (ร้อยละ 62.0) โดยมีแอปพลิเคชันไลน์ (LINE) เป็นเครื่องมือยอดนิยม กิจกรรมที่ทำสูงสุดคือการโทรศัพท์หรือโทรผ่านไลน์ (ร้อยละ 88.5)

จากการสัมภาษณ์พบรูปแบบการใช้งานสมาร์ทโฟนในชีวิตประจำวันแตกต่างกัน 2 ลักษณะ คือ กลุ่มควบคุมสมาร์ทโฟน และ กลุ่มพึ่งพาสมาร์ทโฟน โดยมีแอปพลิเคชันไลน์เป็นศูนย์กลางการสื่อสารหลักของทั้งสองกลุ่ม แต่มีวัตถุประสงค์และวิธีการใช้งานที่แตกต่างกันตามวิถีชีวิตดังนี้

กลุ่มควบคุมสมาร์ทโฟน มองสมาร์ทโฟนเป็นเครื่องมือสนับสนุนการใช้ชีวิต จะเปิดอ่านข้อความเมื่อว่าง หรือใช้สมาร์ทโฟนเพื่อเป้าหมายเฉพาะ มีอำนาจเหนืออุปกรณ์ สามารถเพิกเฉยต่อการแจ้งเตือนได้หากกำลังทำกิจกรรมสำคัญในชีวิตจริง มักใช้ไลน์เพื่อธุระเป็นหลัก เช่น การส่งพิกัด หรือสื่อสารกับบุคคลใกล้ชิดเท่านั้น

กลุ่มพึ่งพาสมาร์ทโฟน มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เข้ากับสมาร์ทโฟน อาทิ การเริ่มต้นวันใหม่ด้วยการเปิดสมาร์ทโฟน หรือการรอคอยการแจ้งเตือน สมาร์ทโฟนทำหน้าที่เป็นสิ่งที่คอยกำหนดทิศทางว่าในแต่ละช่วงเวลาควรทำอะไร เน้นส่งต่อข้อความทักทายหรือรูปภาพทั่วไปทางไลน์ เพื่อรักษาปฏิสัมพันธ์และมีการโต้ตอบในกลุ่มไลน์ตลอดทั้งวัน

1.2. มีการใช้สมาร์ทโฟนเพื่อตอบสนองความสนใจเฉพาะบุคคล

ผลจากแบบสอบถามพบว่านอกจากการติดต่อสื่อสารที่เป็นวัตถุประสงค์หลัก ผู้สูงอายุยังใช้งานสมาร์ทโฟนกระจายไปในหลายด้าน ทั้ง เพื่อความบันเทิง (ร้อยละ 13.5) เพื่อการค้นหาข้อมูล (ร้อยละ 9.5) เพื่อสนทนาการ/แก้เหงา (ร้อยละ 8.0) เพื่อการทำงาน/ธุรกิจ (ร้อยละ 7.0) ขณะที่ กิจกรรมที่ทำเป็นประจำ 3 อันดับแรก ได้แก่ การโทรศัพท์หรือโทรผ่านไลน์ (ร้อยละ 88.5) รองลงมาคือการถ่ายภาพ/วิดีโอ (ร้อยละ 60.0) และการค้นหาข้อมูล (ร้อยละ 59.5) ตามลำดับ นอกจากสมาร์ทโฟน สื่อโทรทัศน์ยังคงครองความนิยมสูงสุดในชีวิตประจำวัน (ร้อยละ 83) ในขณะที่การใช้คอมพิวเตอร์หรือแท็บเล็ตมีสัดส่วนเพียงร้อยละ 22

ซึ่งผลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า กิจกรรมเหล่านี้กระจายตัวไปในหลายแอปพลิเคชันและหลายเนื้อหา ผู้สูงอายุมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการบริโภคสื่อจากสื่อกระแสหลักสู่สื่อเฉพาะทางตามความสนใจของตนเอง ทั้งในมิติการสร้างพื้นที่ส่วนตัว เช่น เริ่มลดบทบาทของโทรทัศน์ที่นำเสนอข่าวสารทั่วไป แล้วหันมาใช้สมาร์ทโฟนค้นหาเนื้อหาที่ตรงใจมากขึ้น อาทิ ใช้ YouTube หรือ TikTok ติดตามช่องเฉพาะ อาทิ การฟังเพลงเก่า หรือการดูซีรีส์ย้อนหลัง และในมิติการร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น การร่วมกิจกรรมในกลุ่มโซเชียลมีเดีย ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนที่มีความสนใจเดียวกัน

1.3 รูปแบบการทำธุรกรรมและการพึ่งพาตนเอง

แม้ว่าการใช้สมาร์ทโฟน เพื่อการค้นหาข้อมูล (ร้อยละ 9.5) และ เพื่อการทำงาน / ธุรกิจ (ร้อยละ 7.0) รวมถึงซื้อสินค้าออนไลน์จะไม่ได้เป็นกิจกรรมหลักเมื่อเทียบกับการใช้คุยโทรศัพท์/โทรไลน์โดยตรง แต่ก็สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุมีการใช้งานที่หลากหลายและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันที่มีการพึ่งพาตนเองมากขึ้นด้วยสมาร์ทโฟน แม้สัดส่วนการใช้เพื่อธุรกรรมยังไม่สูงเท่าการสื่อสาร แต่ผลการวิจัยเชิงคุณภาพพบแนวโน้มการพึ่งพาตนเองที่สูงขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มควบคุมสมาร์ทโฟน ที่มีความมั่นใจในการแก้ไขปัญหาเทคนิคเบื้องต้นและการจัดการความเสี่ยงด้วยตนเอง

จากบทสัมภาษณ์พบว่า สมาร์ทโฟนได้เปลี่ยนจากอุปกรณ์สนทนาการมาเป็น กระเป๋าเงินและเครื่องมือบริหารความเสี่ยง ผ่านพฤติกรรมหลัก อาทิ การใช้ Mobile Banking เพื่อซื้อขายหรือตรวจสอบยอดเงินตนเอง การซื้อสินค้าออนไลน์ รู้จักป้องกันตนเองและต่อรอง ด้วยการจ่ายเงินปลายทาง

และขอคืนสินค้าก่อน ขอคืนสินค้าเป็น การพึ่งพาตนเองเมื่อเกิดปัญหาทางไซเบอร์ ผู้สูงอายุเริ่มมีภูมิคุ้มกัน ดิจิทัลและพยายามแก้ไขปัญหาเทคนิคพื้นฐานด้วยตนเองก่อนขอความช่วยเหลือ มีความระมัดระวังต่อลิงก์ แลกเปลี่ยนหรือข้อความจากคนไม่รู้จักมากขึ้น

2. ปริมาณการใช้งานสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุในจังหวัดนนทบุรี

2.1. ปริมาณการใช้งานที่ถูกขับเคลื่อนด้วยความจำเป็นและข้อจำกัด

ผลจากแบบสอบถามพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังคงเป็นผู้ใช้ระดับปานกลางถึงมาก โดยมีผู้ใช้ ถึง 135 คน (ร้อยละ 33.75) ที่ใช้สมาร์ทโฟน 2-4 ชั่วโมงต่อวัน และยังมีผู้ใช้จำนวนมากถึง 101 คน (ร้อยละ 25.25) ที่ใช้มากกว่า 4 ชั่วโมงต่อวัน

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ปริมาณการใช้งานที่สูงนั้นถูกขับเคลื่อนด้วยแรงจูงใจที่ แตกต่างกันไปตามบริบทชีวิต 2 ลักษณะ คือ กลุ่มควบคุมสมาร์ทโฟน จะใช้เวลากับการทำธุรกรรม การหา ข้อมูล และการสื่อสารเพื่อภารกิจในชีวิตประจำวันด้วยความจำเป็น ส่วนกลุ่มพึ่งพาสมาร์ทโฟนจะมีแนวโน้ม ใช้เวลาไปกับการลดข้อจำกัดทางสังคมเช่น คลายความเหงาและสร้างความรู้สึกลึกซึ้งเชื่อมต่อกับสังคม นอกจากนี้ เวลาที่ยังเพิ่มขึ้นด้วยข้อจำกัดด้านความสามารถในการใช้เทคโนโลยีอีกด้วย

2.2. ความรู้สึกต่อระยะเวลาและผลกระทบทางกายภาพ

แม้ผลจากแบบสอบถามจะระบุว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปริมาณการใช้งานสมาร์ทโฟนเฉลี่ยอยู่ ที่ 2-4 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 33.75) และมีกลุ่มที่ใช้งานหนักมากกว่า 4 ชั่วโมงขึ้นไปถึงร้อยละ 25.25 ซึ่ง นับว่าเป็นผู้ที่มีปริมาณการใช้งานระดับปานกลางถึงมาก แต่การรับรู้ถึงระยะเวลาและผลกระทบจากผลการ สัมภาษณ์เชิงลึกนั้นพบประเด็นที่น่าสนใจว่า “ความจำเป็นในการใช้งาน” และ “ความสุขทางใจ” มีน้ำหนัก มากกว่าความกังวลด้านผลกระทบทางกายภาพ

สิ่งนี้ส่งผลให้ผู้สูงอายุเลือกใช้กลไกการปรับตัวเชิงเทคนิคเพื่อให้สามารถคงปริมาณการใช้ งานในระดับที่ตนเองพอใจได้ อาทิ การปรับขนาดตัวอักษรให้ใหญ่ขึ้น การเปลี่ยนมาใช้งานพิมพ์ด้วยเสียง แทนการพิมพ์ด้วยนิ้วมือ หรือการใช้อุปกรณ์เสริมเพื่อช่วยถือสมาร์ทโฟน ลดปัญหาทางกายภาพด้วยตนเอง

3. ปัจจัยเชิงบริบทที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบและปริมาณการใช้งานสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุใน จังหวัดนนทบุรี

3.1. ปัจจัยเชิงบริบทชีวิตและสถานะทางสังคม

ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมการอยู่อาศัยและสถานะทางเศรษฐกิจเป็นแรงขับเคลื่อนสำคัญต่อ ปริมาณและวัตถุประสงค์การใช้งาน ดังนี้

โครงสร้างครอบครัวและการอยู่อาศัย กลุ่มที่อยู่ตัวคนเดียวหรือไม่มีผู้ดูแลใช้งานหนัก (>4 ชม./วัน) สูงถึงร้อยละ 38.2 จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า สมาร์ทโฟนทำหน้าที่เป็น “เพื่อนเสมือน” (Virtual Caregiver) โดยผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนี้ระบุว่าต้องเปิดสมาร์ทโฟนไว้เกือบตลอดเวลาเพื่อคลายความเหงา ในบ้านและใช้ติดตามความเป็นไปของสังคมผ่านโซเชียลมีเดีย เพื่อลดภาวะความโดดเดี่ยวในบริบทสังคม กึ่งเมือง

สถานะทางอาชีพและรายได้ กลุ่มธุรกิจส่วนตัวหรือรับจ้างทั่วไปเน้นใช้เพื่อการทำงาน (ร้อยละ 35.6 ใช้ 2-4 ชม./วัน) ซึ่งผลการสัมภาษณ์สะท้อนว่าคนกลุ่มนี้มองสมาร์ทโฟนเป็นเครื่องมือทำมาหากิน โดยเฉพาะการทำงานผ่าน LINE และการโอนเงินชำระค่าสินค้า ต่างจากกลุ่มรับบำนาญที่เน้นสนทนาและการข่าวสาร (ร้อยละ 19.2) มองว่าสมาร์ทโฟนคืออุปกรณ์ที่ช่วยให้ตนเองยังคงเป็นผู้สูงอายุที่ทันสมัยและไม่ตกข่าวหลังเกษียณ

สภาพแวดล้อมสื่อเดิมแม่โทรศัพท์จะเป็นสื่อหลักของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 83.0) แต่กลุ่มที่ไม่มีผู้ดูแลมีการเข้าถึงสื่อดิจิทัลอื่นร่วมด้วยในสัดส่วนที่สูงกว่ากลุ่มอื่น เช่น การใช้แท็บเล็ตหรือคอมพิวเตอร์ (ร้อยละ 32.4) เพื่อแสวงหาเนื้อหาเฉพาะบุคคลที่รายการโทรศัพท์ทั่วไปไม่สามารถตอบโจทย์ความสนใจเฉพาะทางได้

3.2 ปัจจัยเชิงทักษะและอารมณ์ส่วนบุคคล

ปัจจัยภายในตัวบุคคลส่งผลโดยตรงต่อความหลากหลายและความเชื่อมั่นในการจัดการเทคโนโลยี ดังนี้

ช่วงอายุและทักษะดิจิทัล กลุ่มอายุ 60-65 ปี มีความมั่นใจในการใช้แอปพลิเคชันหลากหลาย (ร้อยละ 17.9) โดยข้อมูลเชิงคุณภาพระบุว่าคนกลุ่มนี้มีลักษณะเป็นกลุ่มควบคุมสมาร์ทโฟน ที่พร้อมจะแก้ปัญหาเทคนิคเบื้องต้นด้วยตนเอง ในขณะที่กลุ่มอายุ 75 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนการใช้กิจกรรมที่หลากหลายเพียงร้อยละ 10.9 โดยส่วนใหญ่มีพฤติกรรมเป็นกลุ่มพึ่งพาสมาร์ทโฟน ที่เน้นการใช้งานในพื้นที่ปลอดภัย คือการสื่อสารผ่านไลน์และการโทรศัพท์เป็นหลัก เนื่องจากมีความกังวลต่อความซับซ้อนของฟังก์ชันใหม่ที่อาจนำไปสู่ความผิดพลาดหรือความเสี่ยง

เพศสภาพและอารมณ์ เพศหญิงมีความระมัดระวังต่อภัยไซเบอร์สูงกว่าเพศชาย ผลการสัมภาษณ์พบว่าผู้หญิงมีพฤติกรรม “เช็กก่อนเชื่อ” โดยมักจะส่งข้อมูลที่ได้รับมาไปสอบถามในกลุ่มเพื่อนสนิทหรือคนในครอบครัวก่อนทำธุรกรรมใด ๆ เนื่องจากมีความกังวลต่อความปลอดภัยของทรัพย์สินและการรักษาความสัมพันธ์ในพื้นที่ออนไลน์มากกว่าเพศชายที่มักตัดสินใจบนฐานความมั่นใจทางเทคโนโลยีของตนเอง

อภิปรายผล

การศึกษารูปแบบและปริมาณการใช้งานสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุในเขตจังหวัดนนทบุรี สามารถนำมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัยได้ดังนี้

1. อภิปรายผลด้านรูปแบบการใช้งานสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุ

ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุมีรูปแบบการใช้สมาร์ทโฟนที่ผูกพันกับกิจวัตรประจำวัน โดยมีแอปพลิเคชันไลน์ (LINE) เป็นศูนย์กลาง (ร้อยละ 88.5) ซึ่งสามารถอธิบายได้ด้วย ทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ (Uses and Gratifications) ของ Katz et al. (1973) ในมิติของ ความต้องการสร้าง

ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social integrative needs) โดยผู้สูงอายุไม่ได้เป็นเพียงผู้รับสารเชิงรับ แต่เป็นผู้ตัดสินใจเลือกใช้สื่อเพื่อรักษาความสัมพันธ์

นอกจากนี้ การแบ่งกลุ่มพฤติกรรมเป็นกลุ่มควบคุมสมาร์ตโฟน และ กลุ่มพึ่งพาสมาร์ตโฟน สะท้อนถึงแนวคิดของ Busch et al. (2021) และ กรณีกิจการผู้สูงอายุ (2566) ที่ว่าสมาร์ตโฟนช่วยให้ผู้ใช้งานปรับเปลี่ยนรูปแบบการสื่อสารให้ตอบสนองความต้องการเฉพาะบุคคลได้มากกว่าสื่อเดิม โดยเฉพาะกลุ่มควบคุมที่มีลักษณะของ ภาวะพลัดพลัง (Active Ageing) ตามแนวคิดของ ฟินิจ ฟาอันวยผล (2563) ที่เน้นการพึ่งพาตนเองและการเท่าทันเทคโนโลยี เห็นได้ชัดจากการใช้ Mobile Banking และการจัดการความเสี่ยงทางไซเบอร์ด้วยตนเอง ซึ่งถือเป็น เครื่องมือสำคัญ ที่ช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตและศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุในยุคดิจิทัล

2. อภิปรายผลด้านปริมาณการใช้งานสมาร์ตโฟนของผู้สูงอายุ

ปริมาณการใช้งานที่สูงในระดับปานกลางถึงมาก (ร้อยละ 59 ของกลุ่มตัวอย่างใช้มากกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน) สอดคล้องกับแนวคิด เทคโนโลยีสื่อสารเป็นตัวกำหนด (Technological Determinism) ของ McLuhan (1964) ที่ว่า “ตัวสื่อคือสาร” (The Medium is the Message) รูปแบบของสมาร์ตโฟนที่มีระบบหน้าจอสัมผัสและการเชื่อมต่อตลอดเวลา ได้เข้าไปกำหนดวิถีชีวิตและบีบให้ผู้สูงอายุต้องปรับตัวเพื่อรักษาสถานะทางสังคม

ประเด็นที่น่าสนใจคือ ผู้สูงอายุเลือกใช้การปรับตัวเชิงเทคนิค (เช่น ขยายตัวอักษร พิมพ์ด้วยเสียง) เพื่อคงปริมาณการใช้งานไว้ แทนที่จะลดการใช้งานเมื่อมีปัญหาทางกายภาพ สิ่งนี้ตอกย้ำแนวคิดของ Sundar และ Limperos (2013) ที่ชี้ให้เห็นว่าความพึงพอใจของผู้ใช้ในยุคปัจจุบันเกิดจาก คุณลักษณะของเทคโนโลยี (Modality and Interactivity) การโต้ตอบที่รวดเร็วและง่ายดายทำให้ความพึงพอใจในการใช้สื่อมีน้ำหนักมากกว่าอุปสรรคทางร่างกาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Busch et al. (2021) ที่พบว่าปัจจัยด้านนิสัยส่วนบุคคลมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้งานอย่างมาก

3. อภิปรายผลด้านปัจจัยเชิงบริบทที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบและปริมาณการใช้งาน

บริบทการอยู่อาศัยและความเหงา กลุ่มที่อยู่คนเดียวใช้งานหนักที่สุด (>4 ชม./วัน ร้อยละ 38.2) สะท้อนทฤษฎีของ Katz et al. (1973) ในด้าน ความต้องการด้านการผ่อนคลายหรือหลีกเลี่ยงปัญหา โดยสมาร์ตโฟนทำหน้าที่เป็น “เพื่อนเสมือน” เพื่อบรรเทาภาวะทางอารมณ์เชิงลบ สอดคล้องกับงานวิจัยของ He Mei Tian และ Yifu Wang (2023) และ Newmark et al., (2023) ที่ระบุว่าความเหงาเป็นปัจจัยผลักดันให้เกิดการพึ่งพาเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อรับมือกับความโดดเดี่ยวทางสังคม

ปัจจัยด้านช่วงอายุและพื้นที่ปลอดภัย กลุ่มอายุ 75 ปีขึ้นไปที่มีพฤติกรรมแบบกลุ่มพึ่งพาสมาร์ตโฟน และใช้งานในพื้นที่ปลอดภัย (เฉพาะไลน์) สะท้อนถึงความกังวลด้าน สุขภาวะทางปัญญา (Cognitive Well-being) และข้อจำกัดทางสรีรวิทยาตามแนวคิดของผู้สูงอายุ (World Health Organization, 2002) ทำให้คนกลุ่มนี้เลือกใช้งานตามความเคยชินเพื่อลดความเสี่ยง

ปัจจัยด้านเพศสภาพและภูมิคุ้มกันดิจิทัล พฤติกรรม “เช็กก่อนเชื่อ” ในเพชฌัญญ์ สอดคล้องกับแนวคิดเรื่อง ความมั่นคงในชีวิต ภายใต้กรอบ Active Ageing ที่ผู้สูงอายุพยายามปรับตัวให้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงเพื่อปกป้องตนเองจากภัยไซเบอร์ ซึ่งเป็นการแสดงออกถึงการมีส่วนร่วมในสังคมออนไลน์อย่างระมัดระวัง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการนำผลงานวิจัยไปใช้

1. ภาครัฐและผู้กำหนดนโยบายควรส่งเสริมความฉลาดทางดิจิทัล (Digital Literacy) และทักษะการบริหารความเสี่ยง ควบคู่กับการพัฒนาแอปพลิเคชันด้านจิตสังคม เพื่อสนับสนุนภาวะพลัมพลังและการพึ่งพาตนเองของผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน
2. ผู้พัฒนาแอปพลิเคชันควรให้ความสำคัญกับการออกแบบส่วนประสานผู้ใช้ (User Interface) ที่เข้าถึงง่าย และมีระบบสนับสนุนการลดข้อผิดพลาด เพื่อสร้างความเชื่อมั่นและลดความวิตกกังวลในการใช้งานเทคโนโลยีดิจิทัล
3. ครอบครัวและผู้ดูแลควรปรับเปลี่ยนบทบาทจากการทำแทนเป็นการถ่ายทอดทักษะ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใช้สมาร์ทโฟนเป็นเครื่องมือสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและลดภาวะโดดเดี่ยวอย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาเชิงเปรียบเทียบควรเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้งานในพื้นที่ชนบทหรือบริบทเศรษฐกิจที่ต่างกัน เพื่อตรวจสอบอิทธิพลของปัจจัยเชิงบริบทต่อการแบ่งกลุ่มพฤติกรรม
2. การศึกษาความสัมพันธ์เชิงลึก วิเคราะห์เชิงปริมาณระหว่างความเหงา (Affective Needs) กับประเภทเนื้อหาที่บริโภค เพื่อประเมินผลลัพธ์เชิงบวกต่อสุขภาวะและภาวะพลัมพลังในระยะยาว

บรรณานุกรม

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2566). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2565*. บริษัท อมรินทร์ คอร์เปอเรชั่นส์.
- พินิจ ฟ้าอำนวยผล. (2563). *โครงการพัฒนาเครื่องมือประเมินภาวะ active ageing สำหรับผู้สูงอายุไทย*. มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.
- พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546. (2546, 31 ธันวาคม). *ราชกิจจานุเบกษา*, 120(130 ก), 1-18.
- วิชช เกษมทรัพย์. (2564, 25 กรกฎาคม). *ไทยพร้อมหรือไม่กับการก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์*. Post Today.
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์. (2565). *รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย ประจำปี 2565*. สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์.
- สำนักงานสถิติจังหวัดนนทบุรี. (2566). *รายงานสถิติจังหวัดนนทบุรี พ.ศ. 2566*. สำนักงานสถิติจังหวัดนนทบุรี.

- สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง. (2566). สถิติจำนวนประชากร ปี พ.ศ. 2566. สำนักบริหารการทะเบียน.
- Busch, P. A., Hausvik, G. I., Ropstad, O. K., & Pettersen, D. N. (2021). Smartphone usage among older adults. *Computers in Human Behavior*, 121, Article 106783. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106783>
- Cascio, J. (2022). *Human responses to a BANI world*. <https://medium.com/@cascio/human-responses-to-a-bani-world-fb3a296e9cac>
- Chen, K., & Chan, A. H. S. (2011). A review of technology acceptance by older adults. *Gerontechnology*, 10(1), 1-12.
- Chen, S., Zou, X., Gao, Q., & Bian, R. (2026). *Different social media use types, psychological needs, and adolescents' mental health*. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S555515>
- Cochran, W. G. (1977). *Sampling techniques* (3rd ed.). John Wiley & Sons.
- Hajek, A., & König, H. H. (2019). Online social networks and perceived social isolation. *BMC Public Health*, 19(1), Article 40. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6342-5>
- Hauer, T. (2017). Technological determinism and new media. *International Journal of English and Literature*, 2(2), 239174.
- Hunsaker, A., & Hargittai, E. (2018). Internet use among older adults. *New Media & Society*, 20(10), 3937-3954. <https://doi.org/10.1177/1461444818787348>
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *Public Opinion Quarterly*, 37(4), 509-523. <https://doi.org/10.1086/268109>
- Kemp, S. (2023, February 9). *Digital 2023: Thailand*. DataReportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2023-thailand>
- Knowles, B. (2019). Older technology non-users. *Communications of the ACM*, 62(3), 72-77. <https://doi.org/10.1145/3308550>
- Lin, Y., & Zhou, X. (2025). Smartphone use and well-being. *Behaviour & Information Technology*, 44(16), 3935-3961.
- McLuhan, M. (1964). *Understanding media: The extensions of man*. McGraw-Hill.
- McQuail, D. (2010). *McQuail's mass communication theory* (6th ed.). Sage.
- Moretta, T., & Buodo, G. (2020). Internet use and loneliness. *Current Addiction Reports*, 7(2), 125-136. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00298-6>
- Newmark, R. L., et al. (2023). Digital technologies and resilience. *Journal of Applied Gerontology*, 42(12), 2348-2359. <https://doi.org/10.1177/07334648231175779>

- Oliver, M. (2011). Technological determinism in education. *Journal of Computer Assisted Learning*, 27(5), 373-384. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2729.2011.00419.x>
- Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2017). Internet disorder scale. *Addictive Behaviors*, 64, 261-268. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.004>
- Quan-Haase, A., et al. (2018). Older adults' online activities. *American Behavioral Scientist*, 62(9), 1207-1228. <https://doi.org/10.1177/0002764218777571>
- Sundar, S. S., & Limperos, A. M. (2013). Uses and gratifications 2.0. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 57(4), 504-525. <https://doi.org/10.1080/08838151.2013.845827>
- Tian, H., & Wang, Y. (2023). Mobile phone addiction and sleep. *Behavioral Sciences*, 13(2), Article 153. <https://doi.org/10.3390/bs13020153>
- Ünal, E., & Özdemir, A. (2019). Old age and aging. In Z. Kiyak et al. (Eds.), *Recent studies in health sciences* (pp. 437-454).
- United Nations. (1985). *The world aging situation: Strategies and policies*. United Nations.
- United Nations. (2022). *World population prospects 2022*. United Nations.
- Vicente, P., & Lopes, I. (2016). Older mobile users. *Communications*, 41(1), 71-86. <https://doi.org/10.1515/commun-2016-0005>
- Vroman, K. G., et al. (2015). Older adults and ICT use. *Computers in Human Behavior*, 43, 156-166. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.058>
- Wilson, C. (2018). Digital technology and wellbeing. *Ageing & Society*, 38(7), 1307-1331. <https://doi.org/10.1017/S0144686X17000189>
- World Health Organization. (2002). *Active ageing: A policy framework*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2015). *World report on ageing and health*. World Health Organization.
- Xie, B., et al. (2020). Digital inclusion during COVID-19. *Journal of Aging & Social Policy*, 32(4-5), 460-470. <https://doi.org/10.1080/08959420.2020.1771239>
- Xu, Y., et al. (2023). Smartphone addiction in older adults. *Frontiers in Public Health*, 11, Article 1136494. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1136494>