

วารสารธรรมเพื่อชีวิต

JOURNAL OF DHAMMA FOR LIFE

ISSN: 2822-048X

<https://soo8.tci-thaijo.org/index.php/dhammalife/index>

Original Research Article

Social Media for Enhancing Communication Quality of Life Elderly at Phlapphla Chai Subdistrict Elderly School, Suphanburi Province

การสื่อสารสื่อสังคมออนไลน์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุ

ตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี

Khanassamon Temrak^{1*}, Sukanya Buranadechachai², & Sakdina Bunpiam³

คณสมน เต็มรักษ์^{1*}, สุกัญญา บุรณเดชาชัย², & ศักดินา บุญเปี่ยม³

ARTICLE INFO

Name of Author &
Corresponding Author: *

1. Khanassamon Temrak*

คณสมน เต็มรักษ์

Faculty of Communication Arts, Bangkok
Thonburi University, Thailand.

คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

Email: khanassamon@gmail.com

2. Sukanya Buranadechachai

สุกัญญา บุรณเดชาชัย

Faculty of Communication Arts, Bangkok
Thonburi University, Thailand.

คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

Email: sukanya.Bur@bkkthon.ac.th

3. Sakdina Bunpiam

ศักดินา บุญเปี่ยม

Faculty of Communication Arts, Bangkok
Thonburi University, Thailand.

คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

Email: sakdina_bun@bkkthon.ac.th

คำสำคัญ :

ผู้สูงอายุ, สื่อสังคมออนไลน์,
การสื่อสารเพื่อการพัฒนา, คุณภาพชีวิต,
โรงเรียนผู้สูงอายุ

Keywords:

Older Adults, Social Media,
Communication for Development,
Quality of Life, Elderly School

Article history:

Received: 11/06/2026

Revised: 05/07/2026

Accepted: 01/08/2026

Available online: 30/08/2026

How to Cite:

Temrak, K. et al. (2026). Social Media for
Enhancing Communication Quality of Life
Elderly at Phlapphla Chai Subdistrict
Elderly School, Suphanburi Province.
Journal Dhamma for Life, 32(4), 577-591.

ABSTRACT

This study aimed to (1) examine the effects of social media use for daily communication among older adults attending the Elderly School in Plubplachai Subdistrict, Suphan Buri Province, Thailand; (2) analyze the internal and external factors influencing their adoption and use of social media technologies; and (3) identify an effective model for improving older adults' quality of life through the utilization of social media for communication. Data were collected through in-depth interviews, participant observation, and document analysis of learning activities, curricula, and community development projects implemented by the Elderly School. Key informants included older adult participants, local government administrators, project coordinators, and community network partners. The collected data were analyzed using qualitative content analysis to identify key themes, influencing factors, communication mechanisms, and patterns contributing to quality-of-life development.

The findings revealed that older adults' use of social media was influenced by multiple factors, including physical and psychological conditions, economic status, digital literacy, communication skills, and support from family members, local communities, and public organizations. Social media use enhanced access to health-related information, strengthened social interaction, reduced feelings of loneliness, increased opportunities for participation in community and public service activities, and promoted sustained social engagement. Consistent with the Active Ageing framework, the study demonstrates that improving digital communication competencies, together with continuous social support,



ศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย
Thai-Journal Citation Index Centre

<https://soo8.tci-thaijo.org/index.php/dhammalife/index>

enhances older adults' physical, psychological, and social well-being while fostering self-efficacy and active citizenship. Furthermore, social media serves as a mechanism for reducing the intergenerational digital divide, facilitating knowledge exchange, and empowering older adults to participate more actively in community life. These findings provide practical implications for designing policies, educational programs, and community-based initiatives that support digital inclusion and promote sustainable quality of life among older adults in aging societies.

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) วิเคราะห์ผลที่เกิดจากการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี (2) วิเคราะห์ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสาร และ (3) ศึกษารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุผ่านการใช้ประโยชน์จากสื่อสังคมออนไลน์ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญประกอบด้วย ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้รับผิดชอบโครงการ และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตแบบมีส่วนร่วม และการวิเคราะห์เอกสารจากหลักสูตร กิจกรรม และโครงการของโรงเรียนผู้สูงอายุ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุประกอบด้วยปัจจัยด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจ ทักษะดิจิทัลและการสื่อสาร ตลอดจนการสนับสนุนจากครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานท้องถิ่น การใช้สื่อสังคมออนไลน์ช่วยเพิ่มการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ ส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ลดความรู้สึกโดดเดี่ยว เพิ่มโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมสาธารณะ และเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ ผลการศึกษาสอดคล้องกับแนวคิดพุทธิพล ที่ชี้ว่าการพัฒนาทักษะการใช้สื่อดิจิทัลควบคู่กับการสนับสนุนจากเครือข่ายทางสังคม สามารถเสริมสร้างศักยภาพในการดูแลตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเอง และการเป็นพลเมืองที่มีส่วนร่วมในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ องค์ความรู้ที่ได้สะท้อนว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นกลไกสำคัญในการลดช่องว่างทางดิจิทัลระหว่างวัย และสามารถประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการกำหนดนโยบาย พัฒนาหลักสูตร และออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ของโรงเรียนผู้สูงอายุและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและรองรับสังคมผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน



บทนำ

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 และมีแนวโน้มที่จำนวนประชากรสูงอายุจะเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยคาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. 2568 ประเทศไทยจะเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) ซึ่งมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2566) สถานการณ์ดังกล่าวส่งผลกระทบต่อการพัฒนาในหลายมิติ ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และสาธารณสุข โดยเฉพาะการเพิ่มขึ้นของภาระค่าใช้จ่ายด้านการดูแลสุขภาพ การขยายตัวของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และการลดลงของประชากรวัยแรงงาน ซึ่งล้วนเป็นประเด็นสำคัญที่ประเทศไทยจำเป็นต้องเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรในระยะยาว องค์การสหประชาชาติได้กำหนดเกณฑ์การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุไว้ว่า ประเทศที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 หรือประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 7 ของประชากรทั้งหมด ถือว่าเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) และเมื่อมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 20 หรือประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 14 จะถือว่าเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้การส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุให้สามารถพึ่งพาตนเอง มีส่วนร่วมในสังคม และดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพตามแนวคิด “ผู้สูงอายุที่มีพลพลัง” (Active Ageing) กลายเป็นประเด็นสำคัญของการพัฒนาประเทศ ภายใต้บริบทดังกล่าว โรงเรียนผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาให้เป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การสร้างโอกาสในการพัฒนาคุณภาพ และการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับแผนผู้สูงอายุแห่งชาติและพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ที่มุ่งยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในทุกมิติ โรงเรียนผู้สูงอายุแห่งแรกของประเทศไทยได้ก่อตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2553 ณ ตำบลห้วยม อำเภอบาง จังหวัดเชียงราย ก่อนที่จะขยายรูปแบบการดำเนินงานไปยังพื้นที่ต่าง ๆ ทั่วประเทศในฐานะพื้นที่แห่งการเรียนรู้และการพัฒนาทางสังคมของผู้สูงอายุ อย่างไรก็ตามการดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุยังเผชิญข้อจำกัดหลายประการ ทั้งด้านงบประมาณ บุคลากร การออกแบบกิจกรรม การถ่ายทอดองค์ความรู้ ตลอดจนการสื่อสารระหว่างหน่วยงาน ผู้จัดกิจกรรม และผู้สูงอายุผู้เข้าร่วมโครงการ ส่งผลให้การสร้างการมีส่วนร่วมและการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารของผู้สูงอายุยังไม่เกิดประสิทธิภาพสูงสุด งานศึกษาของ ปณิสญา อธิจิตตา และกุลทิพย์ ศาสตระจุ (2563) ชี้ให้เห็นว่า โรงเรียนผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จมักอาศัยการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพและการสร้างเครือข่ายความร่วมมืออย่างต่อเนื่อง โดยผสมผสานการใช้สื่อบุคคล สื่อกิจกรรม และสื่อออนไลน์ เพื่อเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุและภาคีเครือข่ายในชุมชน

ในขณะเดียวกันการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยีดิจิทัลทำให้สื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) เข้ามามีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของประชาชนทุกช่วงวัย รวมถึงผู้สูงอายุ ทั้งในด้านการติดต่อสื่อสาร การเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร การเรียนรู้ด้านสุขภาพ และการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างเหมาะสมจึงมีศักยภาพในการลดความโดดเดี่ยว ส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต และยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญ อย่างไรก็ตาม แม้ว่าการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในสังคมไทยจะขยายตัวอย่างรวดเร็ว



แต่การศึกษาที่มุ่งวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้อีคอมเมิร์ซของผู้สูงอายุ ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการใช้งานและรูปแบบการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีดังกล่าวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตในบริบทของโรงเรียนผู้สูงอายุยังมีอยู่อย่างจำกัด โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย อำเภออุ้มทอง จังหวัดสุพรรณบุรี เป็นหนึ่งในโรงเรียนผู้สูงอายุที่จัดตั้งขึ้นภายใต้แนวคิด “เปลี่ยนภาระให้เป็นพลัง” โดยมุ่งส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองผ่านกิจกรรมการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมของชุมชน ปัจจุบันพื้นที่ดังกล่าวมีผู้สูงอายุจำนวน 1,803 คน และมีนักเรียนผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมจำนวน 90 คน โดยได้รับการสนับสนุนจากภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาสังคมในการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง อย่างไรก็ตาม ยังไม่มีการศึกษาที่มุ่งวิเคราะห์การใช้อีคอมเมิร์ซในฐานะเครื่องมือเพื่อการสื่อสารและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทของโรงเรียนผู้สูงอายุแห่งนี้โดยตรง

ด้วยเหตุนี้ การวิจัยเรื่อง “การสื่อสารเพื่อการพัฒนาผู้สูงอายุโดยการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี” จึงมีความสำคัญทั้งในเชิงวิชาการและเชิงปฏิบัติ เนื่องจากจะช่วยอธิบายผลที่เกิดจากการใช้อีคอมเมิร์ซ วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ และสังเคราะห์รูปแบบการสื่อสารที่เหมาะสมสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทของโรงเรียนผู้สูงอายุ อันจะเป็นประโยชน์ต่อการกำหนดแนวทางการพัฒนานโยบาย การจัดกิจกรรม และการส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อรองรับการเข้าสู่สังคมสูงวัยของประเทศไทยอย่างยั่งยืน

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและกรอบแนวคิดในการวิจัย

สังคมผู้สูงอายุและนโยบายการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ (Aged Society) ซึ่งมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ภาครัฐกำหนดนโยบายและยุทธศาสตร์ในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้งในด้านสุขภาพ การเรียนรู้ตลอดชีวิต การมีส่วนร่วมทางสังคม และการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อสนับสนุนการดำรงชีวิตอย่างอิสระ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2566; สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2564; สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2566) พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ได้กำหนดให้ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมการศึกษา การเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร การเรียนรู้ และการพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุในหลายพื้นที่ทั่วประเทศ เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตและการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ (ราชกิจจานุเบกษา, 2546) ในระดับสากล องค์การอนามัยโลก (World Health Organization (WHO), 2002,) และองค์การสหประชาชาติ (United Nations [UN], 2020; United Nations Department of Economic and Social Affairs [UN DESA], 2023) ได้เสนอแนวคิดว่าการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุควรเน้นการสร้างศักยภาพในการใช้ชีวิตอย่างอิสระ การมีส่วนร่วมในสังคม การเข้าถึงบริการด้านสุขภาพ และการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อลดความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารและบริการสาธารณะ



แนวคิด Active Ageing

แนวคิด Active Ageing ขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) อธิบายว่าการสูงวัยอย่างมีพลังเป็นกระบวนการเพิ่มโอกาสด้านสุขภาพ (Health) การมีส่วนร่วม (Participation) และความมั่นคงในชีวิต (Security) เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ต่อมา WHO (2015) ได้ขยายแนวคิดดังกล่าวไปสู่กรอบ "Healthy Ageing" ที่เน้นการคงไว้ซึ่งความสามารถในการดำเนินชีวิต (Functional Ability) ผ่านการสนับสนุนจากสภาพแวดล้อมและเทคโนโลยีที่เหมาะสม สำหรับประเทศไทย Wongsala et al. (2021) พบว่า ผู้สูงอายุให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ การสื่อสาร การพึ่งพาตนเอง และการมีส่วนร่วมกับชุมชน โดยเฉพาะการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อเชื่อมโยงกับครอบครัวและสังคม ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์สามารถสนับสนุนการสูงวัยอย่างมีพลังได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น แนวคิด Active Ageing จึงเป็นฐานทฤษฎีสำคัญของงานวิจัยนี้ เนื่องจากสามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

แนวคิดการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุ

เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media Technology) มีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้งด้านการติดต่อสื่อสาร การเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร การเรียนรู้ การรับบริการสุขภาพ และการสร้างเครือข่ายทางสังคม ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถลดความโดดเดี่ยว เพิ่มความผูกพันกับครอบครัว และส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน งานวิจัยของ ปณิสญา อธิจิตตา และกุลทิพย์ ศาสตระรุจิ (2563) พบว่า การสื่อสารภายในโรงเรียนผู้สูงอายุช่วยเพิ่มการมีส่วนร่วมของผู้เรียนผ่านกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และการใช้ช่องทางดิจิทัลในการสื่อสารระหว่างสมาชิก ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาศักยภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จากการทบทวนวรรณกรรม สามารถสรุปได้ว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุไม่ได้ขึ้นอยู่กับ การเข้าถึงเทคโนโลยีเพียงอย่างเดียว แต่ยังได้รับอิทธิพลจากปัจจัยภายใน ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา สุขภาพ ความรู้ด้านดิจิทัล และแรงจูงใจในการใช้งาน รวมทั้งปัจจัยภายนอก ได้แก่ การสนับสนุนจากครอบครัว โรงเรียนผู้สูงอายุ ชุมชน ภาครัฐ และโครงสร้างพื้นฐานด้านเทคโนโลยี ซึ่งล้วนส่งผลต่อประสิทธิภาพของการใช้เทคโนโลยีเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิต

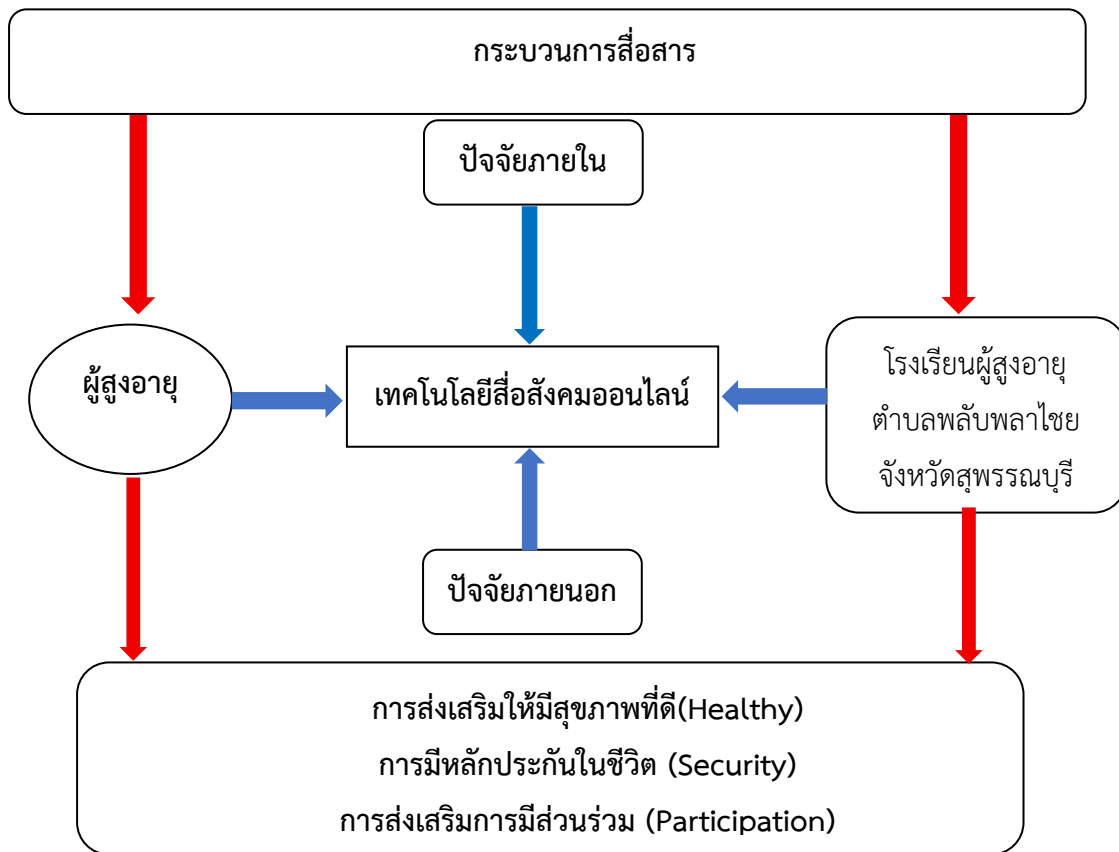
โรงเรียนผู้สูงอายุและการพัฒนาคุณภาพชีวิต

โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุผ่านกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต การส่งเสริมสุขภาพ การสร้างเครือข่ายทางสังคม และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ ซึ่งสอดคล้องกับยุทธศาสตร์การพัฒนาผู้สูงอายุของประเทศไทย (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2567) การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถใช้เทคโนโลยี



สื่อสังคมออนไลน์ได้อย่างเหมาะสม จะช่วยเพิ่มการเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร การติดต่อสื่อสาร การประกอบอาชีพ การดูแลสุขภาพ และการมีส่วนร่วมทางสังคม ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์ผลที่เกิดจากการนำเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารมาใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี
2. เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี
3. เพื่อทราบรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี

ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เป็นเครื่องมือหลักในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกที่สะท้อนข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ บุคลากรฝ่ายบริหารและฝ่ายประจำขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น รวมถึงเครือข่ายภาคประชาชน ภาคเอกชน นักวิชาการ และผู้สูงอายุที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี อันประกอบด้วย ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้ปฏิบัติงานที่รับผิดชอบงานด้านผู้สูงอายุ ผู้แทนภาคประชาชน ผู้แทนภาคเอกชน นักวิชาการที่มีความเชี่ยวชาญ และผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ

กลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เพื่อคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่มีความรู้ ประสบการณ์ และบทบาทเกี่ยวข้องโดยตรงกับประเด็นการวิจัย พร้อมทั้งใช้หลักการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation of Qualitative Sources) ตามแนวคิดของ (Patton, 2015) เพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถือของข้อมูลที่ได้รับ กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวนทั้งสิ้น 16 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

1. ผู้แทนจากฝ่ายบริหารและผู้ปฏิบัติงานขององค์การบริหารส่วนตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งประกอบด้วย นายกองค์การบริหารส่วนตำบล รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบล สมาชิกสภาท้องถิ่น และผู้ที่มีหน้าที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุ จำนวน 8 คน
2. ผู้แทนจากภาคประชาชน ภาคเอกชน นักวิชาการ และผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ จำนวน 8 คน โดยใช้เทคนิคการคัดเลือกแบบลูกโซ่ (Snowball Sampling) เพื่อให้สามารถเข้าถึงผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่มีความรู้และประสบการณ์เฉพาะด้านได้อย่างครอบคลุม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เป็นเครื่องมือหลักในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) เพื่อศึกษามุมมอง ประสบการณ์ และความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี ทั้งนี้ การสัมภาษณ์ดำเนินการเป็นรายบุคคลและใช้



คำถามที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยเก็บข้อมูลจนกว่าจะเกิดความอิ่มตัวของข้อมูล (Data Saturation) โดยมีการแบ่งเครื่องมือในการวิจัย 2 ประเภท ได้แก่

1. แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview Guideline) ซึ่งเป็นชุดคำถามที่กำหนดประเด็นการสัมภาษณ์ไว้ล่วงหน้า เพื่อให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยผู้ให้ข้อมูลทุกคนได้รับคำถามในประเด็นหลักเดียวกัน อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยสามารถปรับลักษณะหรือเพิ่มเติมคำถามให้เหมาะสมกับบริบทของการสัมภาษณ์ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกและครบถ้วนมากยิ่งขึ้น

2. แบบวิเคราะห์เอกสาร (Documentary Analysis) ใช้สำหรับศึกษาข้อมูลจากแหล่งเอกสารที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ตำรา หนังสือ บทความวิชาการ วารสาร งานวิจัย วิทยานิพนธ์ รายงานการประชุม หนังสือราชการ กฎหมาย เอกสารของหน่วยงาน สื่ออิเล็กทรอนิกส์ และข้อมูลจากแหล่งอินเทอร์เน็ตที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียน ผู้สูงอายุ การใช้สื่อสังคมออนไลน์ และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อนำมาใช้ประกอบการวิเคราะห์และสนับสนุนผลการวิจัยให้มีความสมบูรณ์และน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลอย่างเป็นระบบ โดยใช้ทั้งข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data) และข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมและสามารถตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้อย่างครบถ้วน ดังนี้

1. การเก็บรวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data) ทำโดยผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ซึ่งได้รับการคัดเลือกตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล การสัมภาษณ์ดำเนินการในลักษณะตัวต่อตัว พร้อมบันทึกเสียงและจดบันทึกภาคสนามภายใต้ความยินยอมของผู้ให้ข้อมูล ก่อนนำข้อมูลที่ได้ออกความและวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) แนวคำถามในการสัมภาษณ์ครอบคลุมประเด็นสำคัญ 4 ด้าน ได้แก่ (1) ข้อมูลพื้นฐานและบทบาทของผู้ให้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุ (2) ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุ (3) ผลที่เกิดจากการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ และ (4) รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยอาศัยประโยชน์จากเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสาร ทั้งนี้ การเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินไปจนกว่าจะถึงจุดอิ่มตัวของข้อมูล (Data Saturation) ซึ่งเป็นภาวะที่ไม่ปรากฏประเด็นหรือสารสนเทศใหม่ที่มีนัยสำคัญต่อการวิเคราะห์

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลแบบทุติยภูมิ (Secondary Data) ผู้วิจัยใช้วิธีการวิเคราะห์เอกสาร (Documentary Analysis) โดยศึกษาข้อมูลจากแหล่งวิชาการและเอกสารที่เกี่ยวข้อง อาทิ ตำรา หนังสือ บทความวิชาการ วารสาร งานวิจัย วิทยานิพนธ์ รายงานการประชุม หนังสือราชการ กฎหมาย เอกสารของ

หน่วยงาน สื่ออิเล็กทรอนิกส์ และฐานข้อมูลออนไลน์ที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนผู้สูงอายุ การใช้สื่อสังคมออนไลน์ และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จากนั้นจึงนำข้อมูลมาวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ที่มีการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) โดยดำเนินการถอดความข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกและการวิเคราะห์เอกสาร จากนั้นจัดหมวดหมู่ข้อมูล (Coding) จำแนกประเด็นสำคัญ และสังเคราะห์ข้อมูลตามกรอบแนวคิด ทฤษฎี และวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อนำไปสู่การอธิบายและตีความปรากฏการณ์อย่างเป็นระบบ และนอกจากนี้ยังมีรายละเอียดการข้อมูลพื้นฐานโดยมีข้อมูลที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล เช่น เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ
2. ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังนี้ 1) ถอดความข้อมูลจากการสัมภาษณ์และตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล 2) อ่านทบทวนข้อมูลทั้งหมดเพื่อทำความเข้าใจภาพรวมของเนื้อหา 3) จัดทำรหัสข้อมูล (Coding) และจัดกลุ่มข้อมูลตามประเด็นที่มีความหมายร่วมกัน 4) จำแนกข้อมูลออกเป็นหมวดหมู่ (Categories) และสังเคราะห์เป็นประเด็นหลัก (Themes) ตามกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของการวิจัย 5) เปรียบเทียบข้อมูลจากการสัมภาษณ์กับข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง และตรวจสอบความสอดคล้องของข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) 6) นำเสนอผลการวิเคราะห์ในรูปแบบการพรรณนาเชิงวิเคราะห์ (Analytical Description) พร้อมเชื่อมโยงกับแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เมื่อได้ผลการวิเคราะห์แล้วผู้วิจัยนำไปเรียบเรียงข้อมูลในการสรุปผลการวิจัยและทำการอภิปรายผลการวิจัยต่อไป

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การสื่อสารเพื่อการพัฒนาผู้สูงอายุโดยการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี” มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) วิเคราะห์ผลที่เกิดจากการนำเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารมาใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ (2) วิเคราะห์ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุ และ (3) ศึกษากระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี โดยสามารถสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ได้ดังนี้

1. การวิเคราะห์ผลที่เกิดจากการนำเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารมาใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า การใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์ในชีวิตประจำวันส่งผลเชิงบวกต่อผู้สูงอายุใน



หลายมิติ ทั้งด้านการสื่อสาร การเรียนรู้ และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน ผู้สูงอายุสามารถประยุกต์ใช้แอปพลิเคชัน เช่น Line, Facebook และ YouTube ในการติดต่อสื่อสารกับครอบครัวและเพื่อน การติดตามข่าวสารด้านสุขภาพ การแสวงหาความรู้ และการเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ส่งผลให้เกิดความคุ้นเคย ความมั่นใจ และสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมดิจิทัลได้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้ การนำสื่อสังคมออนไลน์มาใช้อย่างช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยเป็นช่องทางในการประชาสัมพันธ์ แจ้งข่าวสาร แลกเปลี่ยนองค์ความรู้ และติดตามกิจกรรมการเรียนรู้ระหว่างผู้เรียนและผู้จัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ทำให้กระบวนการเรียนรู้ขยายจากการเรียนภายในห้องเรียนไปสู่การเรียนรู้ตลอดชีวิต และส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งด้านจิตใจ สังคม สุขภาพ การเรียนรู้ และความสามารถในการพึ่งพาตนเอง

2. การวิเคราะห์ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุสามารถแบ่งออกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ปัจจัยภายใน ประกอบด้วย ความรู้และประสบการณ์เดิมด้านเทคโนโลยี ทักษะติดต่อการเรียนรู้สิ่งใหม่ แรงจูงใจส่วนบุคคล ตลอดจนสภาพร่างกายและสุขภาพของผู้สูงอายุ ซึ่งล้วนส่งผลต่อการเปิดรับ การเรียนรู้ และการยอมรับเทคโนโลยี ผู้สูงอายุที่มีพื้นฐานการใช้เทคโนโลยีและมีทัศนคติเชิงบวกจะสามารถเรียนรู้และปรับตัวต่อการใช้สื่อสังคมออนไลน์ได้รวดเร็วและมีประสิทธิภาพมากกว่า ปัจจัยภายนอก ประกอบด้วย การสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว การส่งเสริมจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ความพร้อมของโครงสร้างพื้นฐานด้านเทคโนโลยี และการได้รับแรงสนับสนุนจากเพื่อนหรือเครือข่ายผู้สูงอายุ ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการสร้างโอกาสการเรียนรู้และเสริมสร้างความมั่นใจในการใช้เทคโนโลยี โดยเฉพาะการจัดกิจกรรมฝึกอบรม การจัดให้มีศูนย์การเรียนรู้ด้านดิจิทัล และการมีอาสาสมัครหรือผู้ช่วยคอยให้คำแนะนำอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถใช้สื่อสังคมออนไลน์ได้อย่างเหมาะสมและเกิดประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต

3. การศึกษารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุผ่านการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์มีลักษณะเป็นกระบวนการพัฒนาที่ต่อเนื่องและเชื่อมโยงกัน ประกอบด้วย 3 ขั้นตอนสำคัญ ได้แก่ (1) การสร้างความพร้อมและแรงจูงใจในการเรียนรู้เทคโนโลยีดิจิทัล โดยการพัฒนาทักษะพื้นฐานและส่งเสริมทัศนคติเชิงบวก ควบคู่กับการสนับสนุนจากครอบครัวและชุมชน (2) การประยุกต์ใช้สื่อสังคมออนไลน์ในชีวิตประจำวันและกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมการสื่อสาร การเรียนรู้ และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน และ (3) การยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านจิตใจ สังคม สุขภาพ การเรียนรู้ และการพึ่งพาตนเอง รูปแบบดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุผ่านเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์มิได้อาศัยเพียงการพัฒนาทักษะด้านดิจิทัลของผู้สูงอายุเท่านั้น แต่จำเป็นต้องอาศัยการบูรณาการความร่วมมือระหว่างครอบครัว ชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โรงเรียนผู้สูงอายุ และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างระบบสนับสนุนการเรียนรู้ที่เหมาะสมและ

ต่อเนื่อง อันจะนำไปสู่การส่งเสริมการสูงวัยอย่างมีพลัง (Active Ageing) และการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีศักดิ์ศรี มีคุณค่า และมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืนในยุคดิจิทัล

สรุปการวิจัยเรื่อง “การสื่อสารเพื่อการพัฒนาผู้สูงอายุโดยการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี” มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ผลจากการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ วิเคราะห์ปัจจัยภายในและภายนอกที่ส่งผลต่อการใช้เทคโนโลยี และศึกษารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้ประโยชน์จากสื่อสังคมออนไลน์ ผลการวิจัยพบว่า การใช้ Line, Facebook และ YouTube ช่วยส่งเสริมการสื่อสาร การเรียนรู้ การติดตามข้อมูลสุขภาพ และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชน ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความมั่นใจและปรับตัวต่อสังคมดิจิทัลดีขึ้น ปัจจัยภายใน ได้แก่ ความรู้เดิม ทักษะคิด แรงจูงใจ และสุขภาพ ขณะที่ปัจจัยภายนอก ได้แก่ การสนับสนุนจากครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้ รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตประกอบด้วยการสร้างความพร้อม การประยุกต์ใช้เทคโนโลยี และการยกระดับคุณภาพชีวิต ซึ่งนำไปสู่การสูงวัยอย่างมีพลังและการพึ่งพาตนเองอย่างยั่งยืน

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง “การสื่อสารเพื่อการพัฒนาผู้สูงอายุโดยการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย จังหวัดสุพรรณบุรี” มีประเด็นสำคัญที่สามารถอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ ดังนี้

1. การศึกษาผลที่เกิดจากการนำเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารมาใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ จากผลการศึกษาพบว่า การใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์ส่งผลเชิงบวกต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหลายมิติ ทั้งด้านการสื่อสาร การเรียนรู้ การมีส่วนร่วมทางสังคม และสุขภาวะทางจิตใจ โดยผู้สูงอายุสามารถใช้แอปพลิเคชัน เช่น Line, Facebook และ YouTube ในการติดต่อกับครอบครัว รับรู้ข้อมูลข่าวสาร และเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ส่งผลให้ลดความรู้สึกโดดเดี่ยวและเพิ่มความมั่นใจในการดำเนินชีวิต ทั้งนี้ ผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิด Active Ageing ขององค์การอนามัยโลก ซึ่งให้ความสำคัญกับการส่งเสริมสุขภาพ การมีส่วนร่วม และความมั่นคง เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยการเข้าถึงเทคโนโลยีดิจิทัลสามารถเป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมการมีส่วนร่วมทางสังคมและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงวัย (Wongsala et al., 2021) และนอกจากนี้ พบว่า การมีเครือข่ายทางสังคม การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน และการได้รับการยอมรับจากสังคม เป็นองค์ประกอบสำคัญของการสูงวัยอย่างมีพลัง (Active Ageing) ซึ่งนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ซึ่งในบริบทของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลับพลาไชย การใช้สื่อสังคมออนไลน์ยังช่วยขยายพื้นที่การเรียนรู้จากภายในห้องเรียนสู่การเรียนรู้ตลอดชีวิต (Lifelong Learning) ผ่านการสื่อสารในกลุ่ม Line การติดตามข้อมูลผ่าน Facebook และการศึกษาดูด้วยสื่อออนไลน์ ทำให้ผู้สูงอายุยังคงสามารถเรียนรู้และมีส่วนร่วมกับกิจกรรมของชุมชนได้อย่างต่อเนื่อง



2. การศึกษาปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ จากผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุประกอบด้วย ปัจจัยภายใน ได้แก่ ความรู้พื้นฐานด้านเทคโนโลยี ทักษะคิด ความเชื่อมั่นในตนเอง แรงจูงใจ และสภาพร่างกาย ขณะที่ปัจจัยภายนอก ได้แก่ การสนับสนุนจากครอบครัว เพื่อน ชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และความพร้อมของโครงสร้างพื้นฐานด้านดิจิทัล ซึ่งผลการศึกษาสอดคล้องกับงานวิจัยของ (ปณิสญา อธิจิตตา, & กุลทิพย์ ศาสตรระจุ, 2563) ที่พบว่า ความสามารถในการเข้าถึงและใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุไทยไม่ได้ขึ้นอยู่กับอายุเพียงอย่างเดียว แต่ขึ้นอยู่กับระดับการศึกษา ประสบการณ์เดิม แรงสนับสนุนจากครอบครัว และโอกาสในการเรียนรู้ ซึ่งล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมการสูงวัยอย่างมีศักยภาพ ความเหลื่อมล้ำด้านการศึกษาและเศรษฐกิจ รวมถึงการได้รับการสนับสนุนจากสิ่งแวดล้อมรอบตัว เป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดระดับความสามารถด้านดิจิทัลของผู้สูงอายุ มากกว่าปัจจัยด้านอายุเพียงอย่างเดียว ทั้งนี้กรณีศึกษาของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลไชยสะท้อนให้เห็นว่า การสนับสนุนจากองค์การบริหารส่วนตำบล การจัดอบรมด้านดิจิทัล การมีศูนย์การเรียนรู้ ICT และการช่วยเหลือจากลูกหลานหรืออาสาสมัครในชุมชน เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยลดความวิตกกังวลในการใช้เทคโนโลยี และทำให้ผู้สูงอายุสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

3. การศึกษารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสาร จากผลการศึกษาพบว่า รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุผ่านการใช้สื่อสังคมออนไลน์สามารถอธิบายได้เป็นกระบวนการ 3 ระยะ ได้แก่ (1) การสร้างความพร้อมและแรงจูงใจในการเรียนรู้ (2) การประยุกต์ใช้เทคโนโลยีในชีวิตประจำวันและกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ และ (3) การยกระดับคุณภาพชีวิตในด้านจิตใจ สังคม สุขภาพ การเรียนรู้ และการพึ่งพาตนเอง ซึ่งรูปแบบดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า การพัฒนาศักยภาพด้านดิจิทัลของผู้สูงอายุไม่ใช่เพียงแค่การสอนทักษะการใช้เทคโนโลยี แต่เป็นกระบวนการสร้างระบบสนับสนุนที่เชื่อมโยงระหว่างผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานภาครัฐ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้และการใช้เทคโนโลยีอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ผลที่ได้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ (Sirisuwan, Phimha & Banchonhattakit, 2022) ที่พบว่า การส่งเสริมการสูงวัยอย่างมีพลัง (Active Ageing) และการมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญ โดยผู้สูงอายุที่สามารถเรียนรู้และประยุกต์ใช้ข้อมูลหรือเทคโนโลยีได้ จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าและสามารถพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น นอกจากนี้ ผลการศึกษายังสนับสนุนข้อเสนอของ Wongsala et al. (2021) ที่ระบุว่า การส่งเสริมการมีส่วนร่วมทางสังคม และการสร้างเครือข่ายความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุเป็นองค์ประกอบสำคัญของการพัฒนาคุณภาพชีวิตในสังคมสูงวัย โดยสื่อสังคมออนไลน์สามารถทำหน้าที่เป็นเครื่องมือเชื่อมโยงผู้สูงอายุกับครอบครัว ชุมชน และสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ จากผลการศึกษาทั้งหมดจึงอาจกล่าวได้ว่า การใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการสื่อสารในบริบทของโรงเรียนผู้สูงอายุ มิได้เป็นเพียงเครื่องมือในการรับส่งข้อมูลข่าวสารเท่านั้น แต่ยังเป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การสร้างเครือข่ายทางสังคม การพัฒนาทักษะดิจิทัล และการเสริมสร้างการสูงวัยอย่างมีพลัง อันนำไปสู่การยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน

สรุป

การศึกษานี้แสดงให้เห็นว่า การใช้เทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุไม่ได้ขึ้นอยู่กับความสามารถในการใช้เทคโนโลยีเพียงอย่างเดียว แต่เป็นผลจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายใน ได้แก่ สุขภาวะทางร่างกายและจิตใจ สถานะทางเศรษฐกิจ และทักษะดิจิทัล กับปัจจัยภายนอก ได้แก่ การสนับสนุนจากครอบครัว ชุมชน โรงเรียนผู้สูงอายุ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ซึ่งส่งผลต่อการเข้าถึง การเรียนรู้ และการใช้ประโยชน์จากสื่อสังคมออนไลน์อย่างมีประสิทธิภาพ ผลการศึกษายืนยันว่า การใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยช่วยเพิ่มการเข้าถึงข้อมูลและบริการด้านสุขภาพ ส่งเสริมการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ลดความรู้สึกโดดเดี่ยว เพิ่มโอกาสในการเรียนรู้ตลอดชีวิต และสนับสนุนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณค่า มีความมั่นใจในการพึ่งพาตนเอง และมีบทบาทในสังคมมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ การศึกษายังนำเสนอรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุผ่านการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เน้นการบูรณาการการพัฒนาทักษะดิจิทัลเข้ากับการสร้างระบบสนับสนุนทางสังคมจากทุกภาคส่วน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดวุฒิพลั่ง (Active Ageing) ที่มุ่งส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุให้สามารถเรียนรู้ ปรับตัว และมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมภายใต้บริบทของสังคมดิจิทัล

ในเชิงวิชาการ งานวิจัยนี้มีส่วนขยายองค์ความรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยแวดล้อม และการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเสนอกรอบอธิบายที่เชื่อมโยงมิติด้านเทคโนโลยี สังคม และการเรียนรู้ตลอดชีวิตเข้าด้วยกัน ทำให้เกิดความเข้าใจเชิงลึกเกี่ยวกับกระบวนการเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุในบริบทของการเปลี่ยนผ่านสู่สังคมดิจิทัล องค์ความรู้ที่ได้สามารถใช้เป็นฐานในการพัฒนาทฤษฎี การศึกษาวิจัยในอนาคต และการเปรียบเทียบในบริบทพื้นที่หรือกลุ่มประชากรที่แตกต่างกัน ในเชิงการประยุกต์ใช้ ผลการศึกษานี้สามารถใช้เป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ในการกำหนดนโยบายและออกแบบหลักสูตร กิจกรรม และระบบสนับสนุนด้านการเรียนรู้ดิจิทัลของโรงเรียนผู้สูงอายุ ตลอดจนเป็นแนวทางสำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริมการรู้เท่าทันดิจิทัล ลดความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงเทคโนโลยี และยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อรองรับการพัฒนาสังคมสูงอายุอย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยในครั้งนี้

1. หน่วยงานภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และโรงเรียนผู้สูงอายุ ควรร่วมกันส่งเสริมและพัฒนาทักษะการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและสื่อสังคมออนไลน์ให้แก่ผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง โดยออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับศักยภาพของผู้สูงอายุแต่ละกลุ่ม เพื่อเพิ่มความสามารถในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารและการสื่อสารในชีวิตประจำวัน



ศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย
Thai Journal Citation Index Centre

<https://so08.tci-thaijo.org/index.php/dhammalife/index>

2. ควรบูรณาการการใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นส่วนหนึ่งของการจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ เช่น การใช้กลุ่ม Line หรือ Facebook ในการประชาสัมพันธ์ การติดตามกิจกรรม การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และการสื่อสารระหว่างผู้เรียนกับผู้จัดกิจกรรม เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตและเพิ่มการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในชุมชน

3. ครอบครัวยุคใหม่ และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องควรมีบทบาทในการสนับสนุนการเรียนรู้และการใช้เทคโนโลยีของผู้สูงอายุ ทั้งในด้านการให้คำแนะนำ การสร้างแรงจูงใจ และการช่วยเหลือด้านอุปกรณ์หรือการทำงาน เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจและลดข้อจำกัดในการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างเหมาะสมและปลอดภัย

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรขยายการศึกษาไปยังโรงเรียนผู้สูงอายุหรือชุมชนในพื้นที่อื่น เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้สื่อสังคมออนไลน์และรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทที่แตกต่างกัน

2. ควรศึกษาวิจัยเชิงปริมาณหรือการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และยืนยันผลการศึกษาด้วยข้อมูลเชิงสถิติ

3. ควรศึกษาการพัฒนาแบบหรือโปรแกรมส่งเสริมทักษะดิจิทัลสำหรับผู้สูงอายุ รวมถึงประเมินผลลัพธ์ในระยะยาว เพื่อพัฒนาแนวทางที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้อย่างยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2566). สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย พ.ศ. 2566. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2567). แผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 3 (พ.ศ. 2566–2580). กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- ปณิสญา อธิจิตตา, & กุลทิพย์ ศาสตรารุจิ. (2563). การสื่อสารเพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ. *วารสารนิเทศศาสตร์และนวัตกรรม*, 7(2), 45–62.
- ราชกิจจานุเบกษา. (2546). พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546. *ราชกิจจานุเบกษา*, 120(130 ก), 1–11.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2566). รายงานภาวะสังคมไทย ไตรมาส 4 และภาพรวม ปี 2565.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2564). การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2564.
- Sirisuwan, P., Phimha, S., & Banchonhattakit, P. (2022). Influence of active ageing and health literacy on quality of life among elderly persons in northeast Thailand. *Journal of Health Psychology*, 81(6), 1–12. <https://doi.org/10.1177/00178969221109329>



- United Nations. (2020). *World population ageing 2020: Highlights*. United Nations.
- United Nations Department of Economic and Social Affairs. (2023). *World social report 2023: Leaving no one behind in an ageing world*. United Nations.
- 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.
- Wongsala, M., Anbäcken, E. M., & Rosendahl, S. (2021). Active ageing perspectives among older adults in Thailand: A qualitative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(15), 7973. <https://doi.org/10.3390/ijerph18157973>

