



**แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งาน
สมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ
อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี**

วันที่รับบทความ:	22 ตุลาคม 2566
วันแก้ไขบทความ:	9 ธันวาคม 2566
วันที่ตอบรับบทความ:	20 ธันวาคม 2566

ชฎาธาร พุดหล้า¹
วทีญญู วิษาเกรียงไกร²
ฐิติพร ชีระจิตร³

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์ คือ (1) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน เทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี (2) เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรค ในพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี โดยศึกษาจากเอกสาร และการตั้งประเด็นคำถามเพื่อศึกษา โดยมีแบบสัมภาษณ์เชิงลึก มีผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้นำชุมชน หน่วยงานราชการท้องถิ่น และตัวแทนผู้สูงอายุ ในพื้นที่ดังกล่าวจำนวน 10 คน ผลการวิจัย พบว่า แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มีแนวทางในการส่งเสริมผ่านช่องทางต่าง ๆ เช่น กลุ่ม บวร (บ้าน วัด โรงเรียน) และหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หรือ เทศบาลตำบลบางพลับ โดยเสนอให้จัดตัวแทนในทุกช่องทางให้ความรู้ความเข้าใจพร้อมเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน อย่างถูกต้องถูกวิธี ขับเคลื่อนโดยเครือข่ายผู้นำชุมชน หน่วยงานราชการ วัด หรือโรงเรียนผู้สูงอายุ และครอบครัว หรือ บ้าน ในการกระจายความรู้ และจัดกิจกรรมการเรียนรู้การใช้งานสมาร์ทโฟน อยู่สม่ำเสมอ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถค้นหาข้อมูลทางการแพทย์ ข้อมูลด้านการโภชนาการ การใช้แผนที่นำทาง การใช้งานติดต่อสื่อสารกับคนรู้จักที่อยู่ห่างไกล และการใช้งานสำหรับสั่งซื้อสินค้าที่จำเป็น รวมทั้งสามารถสร้างผลผลิตในชุมชน

คำสำคัญ: การพัฒนาคุณภาพชีวิต; ผู้สูงอายุ; สมาร์ทโฟน

ประเภทบทความ : บทความวิจัย

¹ นักจัดการงานทั่วไปปฏิบัติการ องค์การบริหารส่วนจังหวัด, ผู้รับผิดชอบบทความ อีเมล: Chadatarn.mu@gmail.com

² นักจัดการงานทั่วไปปฏิบัติการ องค์การบริหารส่วนจังหวัด

³ นักวิจัยอิสระ, 89/152 หมู่ 8 ถนนเลียบบคลองถนน ตำบลเสาธงหิน อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี 11140.

ผู้รับผิดชอบบทความ อีเมล: kwansenseijj@gmail.com



Approaches to develop the quality of life the elderly by encouraging the elderly to use smart phones: A case study of Bang Phlap Subdistrict Municipality Community, Pak Kret District, Nonthaburi Province

Received: 22 October 2023
Revised: 9 December 2023
Accepted: 20 December 2023

Chadatarn Pudlar¹

Watunyu Wichakriengkai²

Dhitiporn Keerajit³

Abstract

This research is a qualitative study with the following objectives: (1) To explore ways to improve the quality of life of the elderly people by promoting smartphone using skills among the elderly community in Bang Phlap Subdistrict, Pak Kret District, Nonthaburi Province. (2) To examine the problems and obstacles in enhancing the quality of life of the elderly people through the promotion of smartphone using skills among the elderly people in the same community.

The study was conducted through literature review and formulation of research questions, using in-depth interviews with key informants for this research, which include community leaders, local government agencies, and representatives of the elderly people in the area, totaling 10 individuals. The research found that the methods for improving the quality of life of the elderly people may involve promoting through various channels such as the บวร (Home, Temple, School) groups and local administrative organizations, the Bang Phlap Subdistrict Municipality. It suggests appointing representatives in every channel to provide knowledge and understanding while enhancing smartphone using skills correctly and effectively, driven by a network of community leaders, government agencies, temples or schools for the elderly people, and families or homes. This helps disseminate knowledge and organize regular learning activities for smartphone usage, enabling the elderly people to search for medical and nutrition information, use navigation maps, communicate with distant acquaintances, and order necessary goods online, as well as to generate community products.

Keywords: The Quality of Life; Elderly; Smart Phone

Type of Article: Research Article

¹ General Administration Officer, Provincial Administrative Organization (PAO),

Corresponding author Email: Chadatarn.mu@gmail.com

² General Administration Officer, Provincial Administrative Organization (PAO)

³ Independent Researcher, 89/152 Village No. 8, Liab Khlong Thanon Road, Sao Thong Hin Subdistrict, Bang Yai District, Nonthaburi Province 11140. Corresponding author Email: Email: kwansenseijj@gmail.com



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นับเป็นระยะเวลา 16 ปีแล้วที่โลกก้าวเข้าสู่ศตวรรษที่ 21 มาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2544 และจะสิ้นสุดในปี พ.ศ. 2643 ท่ามกลางสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงและเจริญก้าวหน้าอย่างไม่หยุดนิ่งในทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง เทคโนโลยี เมื่อโลกมีการเปลี่ยนแปลงคุณสมบัติที่พึงประสงค์ของคนในโลกต้องการยอมเปลี่ยนไป ความรู้ ทักษะที่เคยมีอาจไม่เพียงพอหรือล้าสมัย ดังนั้น คนจึงจำเป็นต้องพัฒนาตนเอง รวมถึงกลุ่มผู้สูงอายุ ที่ยังคงต้องพัฒนาตลอดเวลา หมั่นเรียนรู้ และเพิ่มพูนทักษะใหม่ ๆ เพื่อให้สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างไม่โดนเอาเปรียบ ท่ามกลางโลกปัจจุบันที่มีการแข่งขันสูง คน หรือ ผู้สูงอายุ ที่มีความรู้ ความสามารถจะได้เปรียบ คุณภาพที่ดีในการดำเนินชีวิต มักจะอยู่กับคนที่พร้อมและตื่นตัวพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ โดยเฉพาะในยุคกระแสโลกาภิวัตน์ คอมพิวเตอร์ เทคโนโลยีสารสนเทศ นวัตกรรม แอปพลิเคชัน สมาร์ทโฟน เข้ามามีอิทธิพลต่อคนทั่วโลกการติดต่อสื่อสารเป็นไปอย่างสะดวกสบาย และรวดเร็ว การเรียนรู้จึงเป็นสิ่งที่เปิด กว้าง คนทุกเพศ ทุกวัย สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง ซึ่งแตกต่างจากสมัยก่อนที่การเรียนจำกัดแค่ในห้องเรียนแต่ในยุคสมัยนี้คนสามารถหาความรู้ได้ตลอดเวลาไม่ว่าจะอยู่ที่ใดในโลก แหล่งความรู้ที่สำคัญมีอยู่มากมายทั้งจาก หนังสือ อินเทอร์เน็ต คนสามารถเรียนและเพิ่มพูนความรู้ได้ด้วยตนเอง ยุคศตวรรษที่ 21 จะประสบความสำเร็จ และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขได้ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลง

ปัจจุบันโลกาภิวัตน์ ดำเนินอยู่อย่างมีนัยสำคัญต่อทุกคน และทุกประเทศทั่วโลก จากการเปลี่ยนแปลงในสังคมต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต หรือการทำงาน ที่มีลักษณะข้ามพรมแดนเพิ่มมากขึ้น เช่น เจริญธุรกิจกับลูกค้าในต่างประเทศ ติดต่อกับบุคลากรในต่างแดน หรือค้นคว้าหาข้อมูลและความรู้จากทั่วโลก เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในซีกโลกหนึ่งจะกระทบต่อบุคคลในอีกซีกโลกหนึ่งได้ในทันที การพึ่งพาอาศัยกันทั่วทั้งโลกทวีขึ้นตามความสะดวกด้านเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร และเทคโนโลยีการคมนาคม และการขนส่ง ที่อำนวยความสะดวกได้กลายเป็นระบบสังคมเดียวกันอย่างแท้จริง สังคมไทยจึงเสี่ยงไม่พ้นที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับตัวให้เข้ากับระบบของโลกที่เป็นโลกาภิวัตน์ ผลกระทบของโลกาภิวัตน์ที่มีต่อวิถีชีวิตส่วนบุคคล ครอบครัว อาชีพการทำงาน รวมทั้งชีวิตทางสังคมของผู้คน ประเด็นเน้นหนักจะเกี่ยวข้องกับการทำงาน สภาพการทำงาน รายได้ และการคุ้มครองหรือสวัสดิการสังคม นอกเหนือไปจากนั้น มิติทางด้านสังคมจะครอบคลุมถึง ความปลอดภัยในทรัพย์สิน วัฒนธรรม รวมทั้งอัตลักษณ์ ความสามัคคีการแตกแยก รวมทั้งความสามัคคีในครอบครัว และชุมชน ทั้งนี้โลกาภิวัตน์ทางด้านสังคมจะมุ่งไปสู่การขจัดปัญหาการว่างงาน ความอยุติธรรม ความไม่เสมอภาค คุณภาพชีวิต รวมทั้งความยากจน และความยั่งยืนของโลกาภิวัตน์ทุกด้านทั้งทางด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม วัฒนธรรมและกฎหมาย จะบังเกิดสัมฤทธิ์ผลของโลกาภิวัตน์ขึ้นได้ก็ต่อเมื่อกระแสโลกาภิวัตน์นั้นสนองตอบต่อความต้องการของคนในสังคมในภาพรวม

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว เนื่องจากมีประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นตามทิศทางของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560-2564 กลุ่มวัยผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มสูงขึ้น ในขณะที่กลุ่มวัยแรงงานมีจำนวนลดลง (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2558) ประเทศไทยนั้น ได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 และก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ

อย่างสมบูรณ์ ในปี พ.ศ. 2564 การเตรียมความพร้อมรับมือสังคมผู้สูงอายุจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งในยุคศตวรรษที่ 21 ซึ่งปัจจุบันปัญหาที่พบในผู้สูงอายุส่วนมากคือ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านการดูแล และด้านเทคโนโลยี เป็นต้น ปัญหาดังกล่าวส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุโดยตรง หากไม่มีทักษะและการวางแผนหรือเตรียมความพร้อมย่อมส่งผลไปถึงอนาคต เพื่อเป็นการป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวจึงควรการสร้างการเรียนรู้ทักษะที่สำคัญในศตวรรษที่ 21 ให้แก่ ผู้สูงอายุที่เป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่ง นั่นคือ ด้านเทคโนโลยี

ฤดี กรุดทอง (2540, หน้า 28-35) ได้กล่าวถึง แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตในมุมระดับของคุณภาพชีวิตได้ ได้แก่ สุขภาพ การศึกษา สวัสดิการ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ รายได้ ความยากจน อาชญากรรม ความปลอดภัย สถานที่อยู่อาศัย การจ้างงาน ผลผลิตภาพ สถานภาพของ บุคคล ความเสมอภาค การเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี ความผูกพันเป็นอันเดียวกันในสังคมและ วงจรชีวิตในครอบครัว เป็นต้น แต่ก็มีผู้ค้านว่าบุคคลแต่ละกลุ่มต่างมีแบบแผนการดำเนินชีวิต แตกต่างกันไป ตัวแปรข้างต้นจะถูกโต้แย้งว่าไม่สามารถวัดระดับคุณภาพชีวิตได้ เช่น กลุ่ม ผู้สูงอายุ หนุ่มสาว และผู้ที่มีวัฒนธรรมต่างกัน

ดังนั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามนโยบายของรัฐบาลในการส่งเสริมสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ ในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมสุขภาพของชุมชน และการอยู่ร่วมกันในสังคมเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการกระจายอำนาจสู่การปกครองส่วนท้องถิ่นในการตอบสนองความต้องการของประชาชนในท้องถิ่นได้อย่างทั่วถึง ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีคือ มีสุขภาพร่างกายดี สุขภาพจิตดี ครอบครัวมีความสุขมีความอบอุ่น มีสังคมที่เอื้ออาทรซึ่งกันและกัน มีความเป็นอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี ปลอดภัย และมีความมั่นคงในชีวิต ได้รับสวัสดิการและการบริการทางสุขภาพอย่างเหมาะสม อยู่อย่างมีคุณค่ามีศักดิ์ศรีสามารถพึ่งพาตนเองได้ เป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจและมีส่วนร่วมในครอบครัว ชุมชนและสังคม มีโอกาสเข้าถึงข้อมูลและข่าวสารปัจจุบัน ผู้สูงอายุถือว่าเป็นวัยที่มีประสบการณ์ชีวิตมากกว่าวัยอื่น ๆ การใช้ชีวิตในช่วงวัยสูงอายุ นั้นจะแตกต่างกันไปตามวิถีชีวิตของแต่ละคน สิ่งสำคัญที่จะทำให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตในช่วงบั้นปลายของชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ มีความสุข ไม่เป็นภาระของสังคม การพึ่งพาตนเองได้นั้นก็เป็นเรื่องจำเป็นซึ่งเครื่องมือในการอำนวยความสะดวก และเป็นปัจจัยหนึ่งที่ผู้สูงอายุควรที่จะพัฒนาทักษะการใช้งาน และเรียนรู้อย่างจริงจัง เพื่อที่จะสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านการใช้เทคโนโลยีอำนวยความสะดวก และการเข้าถึงข้อมูลสารสนเทศต่าง ๆ นั่นคือ สมาร์ทโฟน (Smartphone) ที่กลายมาเป็นโทรศัพท์ที่เป็นมากกว่าโทรศัพท์ที่ใช้ในการพูดคุยติดต่อ และยังกลายเป็นอุปกรณ์ที่เข้ามาช่วยจัดการกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตของเราให้เป็นอย่างง่ายตายขึ้นภายใต้การเชื่อมต่อระหว่างเทคโนโลยีเครือข่ายการสื่อสารและเทคโนโลยีคอมพิวเตอร์นั่นเอง

จากรายงานของ Statista แพลตฟอร์มออนไลน์ของเยอรมันที่เชี่ยวชาญด้านการรวบรวมข้อมูลและการแสดงภาพ ซึ่งนำเสนอสถิติและรายงาน ข้อมูลเชิงลึกของตลาด ข้อมูลเชิงลึกของผู้บริโภค และข้อมูลเชิงลึกปี พ.ศ. 2564 ระบุว่าจำนวนผู้ใช้สมาร์ทโฟนทั่วโลก ล่าสุดมีประมาณ 3.5 พันล้านคน คิดเป็นประมาณ 45.15 เปอร์เซ็นต์ ของประชากรโลก ซึ่งแสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของสมาร์ทโฟนที่เข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันจนอาจกล่าวได้ว่า สมาร์ทโฟนเป็นเสมือนปัจจัยพื้นฐานในชีวิตลำดับที่ 5 ซึ่งหมายความว่าเราคงมีชีวิตอยู่ไม่ได้



ถ้าขาดสมาร์ทโฟนเพราะสมาร์ทโฟนในปัจจุบันมีอิทธิพลอย่างมากต่อมนุษย์และส่งผลกระทบต่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในสังคมปัจจุบัน โดยเฉพาะการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานและอำนวยความสะดวกในการดำรงชีวิตของมนุษย์นั่นเอง เนื่องจากศักยภาพการเติบโตทางการตลาดของอุตสาหกรรมสมาร์ทโฟนที่กลายมาเป็นปัจจัยที่ช่วยในการตอบสนองคนทำงานส่วนใหญ่ ที่เริ่มมีความต้องการที่จะสร้างความยืดหยุ่นในการทำงานเพื่อสร้างความสมดุลระหว่างชีวิต งานและการพักผ่อน การช่วยอำนวยความสะดวกในการใช้ชีวิตให้สอดคล้องกับไลฟ์สไตล์ ถูกใช้โดยกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเด็กและเยาวชนโดยส่วนใหญ่ ที่ชอบเข้าถึงข้อมูลจากเว็บไซต์ ติดตามข่าวสารสร้างปฏิสัมพันธ์ในเครือข่ายสังคมออนไลน์ และเลือกใช้อุปกรณ์/แอปพลิเคชันได้อย่างหลากหลาย ความนิยมที่เพิ่มขึ้นของสมาร์ทโฟนที่ส่งผลให้ความสำคัญกับการออกแบบหน้าเว็บไซต์ที่ตอบสนองการทำงานของสมาร์ทโฟนมากขึ้น (Mobile Friendly Websites) และการเชื่อมต่อเครือข่ายอินเทอร์เน็ต Wi-Fi ที่ขยายพื้นที่ครอบคลุม ส่งผลให้การเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตของผู้คนกลายเป็นเรื่องที่ยั่งยืน จึงยิ่งทำให้สมาร์ทโฟนที่รองรับการเชื่อมต่อสัญญาณอินเทอร์เน็ต และช่วยสนับสนุนการท่องเที่ยวโลกออนไลน์ในหลากหลายรูปแบบ

จากทิศทางที่เติบโตขึ้นของสมาร์ทโฟนที่มีพัฒนาการในส่วนของเทคโนโลยีต่าง ๆ เช่น เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence: AI) ก็จะช่วยทำให้สมาร์ทโฟนมีความฉลาดมากขึ้น โดย AI ในสมาร์ทโฟน นั้นจะมีบทบาทมากในด้านการ “เรียนรู้เจ้าของ” โดยบันทึกพฤติกรรมการใช้งาน การกด การปรับ การพิมพ์ การแก้คำ ฯลฯ แล้วเรียนรู้จดจำเพื่อนำไปปรับตั้งค่าต่าง ๆ ให้เหมาะสมที่สุดกับเจ้าของตัวเอง ซึ่งที่ผ่านมา AI เข้ามาพัฒนาสมาร์ทโฟนในด้านต่าง ๆ เช่น

1. การเพิ่มประสิทธิภาพกล้องถ่ายรูป
2. การแปลภาษาแบบเรียลไทม์
3. การช่วยจัดการชีวิตประจำวัน
4. การสแกนใบหน้าและการระบุตัวตนโดยใช้ใบหน้า
5. เป็นผู้ช่วยอัจฉริยะด้านเสียงเพื่อช่วยในการทำงานต่าง ๆ ได้มากขึ้น

ส่งผลให้สมาร์ทโฟน จึงเป็นตัวช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการใช้ชีวิตของเราให้ดีขึ้น มีความสามารถในการเรียนรู้เพื่อตอบสนองความต้องการของเจ้าของได้ และแอปพลิเคชันที่ตอบสนองความต้องการใช้ประโยชน์ของมนุษย์

เมื่อเห็นถึงแนวโน้มการใช้สมาร์ทโฟนในอนาคตแล้ว การเตรียมความพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุ และการเสริมสร้างความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุในอนาคต ควรให้ความสำคัญกับ “มนต์ทัศน์ของสังคมที่มีต่อผู้สูงอายุ และการดึงศักยภาพของผู้สูงอายุให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยี” ไม่มองผู้สูงอายุว่าเป็นกลุ่มพึ่งพิงและเป็นภาระ แต่ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาและดำรงไว้ซึ่งสมรรถนะในการปฏิบัติกิจวัตรด้านต่าง ๆ ได้ การนำศักยภาพและความสามารถในตัวตนออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม เป็นภาวะของผู้สูงอายุที่ยังคงมีความคล่องแคล่ว กระตือรือร้นเคลื่อนไหวที่คล่องตัวและมีประสิทธิภาพ ประกอบกับกระบวนการคิดและการเรียนรู้ ยังคงมีความสมบูรณ์ ถึงแม้บางครั้งอาจจะเกิดความล่าช้าในการประมวลผลข้อมูลต่าง ๆ แต่โดยภาพรวมแล้วยังคงเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่สามารถเป็นกำลังในการช่วยขับเคลื่อนสังคมได้ดี ดังนั้น ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ

มีความสามารถ มีความรู้ทักษะและประสบการณ์ในชีวิตของตนเองมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม โดยผลจากการได้ปฏิบัติเหล่านี้อาจจะได้รับทั้งค่าตอบแทนและไม่ได้รับค่าตอบแทน แต่สิ่งที่ผู้สูงอายุได้คือ สุขภาพกาย จิตสังคม และจิตวิญญาณผู้สูงอายุที่มีพลัง สามารถช่วยเหลือตนเอง ดูแลตนเองพึ่งตนเองได้ และสามารถตั้งศักยภาพที่มีอยู่ในตัวผู้สูงอายุมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่นและสังคม

ทั้งนี้ ผู้วิจัยและคณะทำงาน จึงมีวัตถุประสงค์ในการศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี เพื่อเป็นแนวทางที่นำไปสู่การมีทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟนที่ซับซ้อนของกลุ่มผู้สูงอายุในอนาคต ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน เทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
2. เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรค ในพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

ขอบเขตการวิจัยด้านเนื้อหา สนใจมุ่งเน้นศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) คือ ผู้นำชุมชน หน่วยงานราชการท้องถิ่น และตัวแทนผู้สูงอายุ ในเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี โดยใช้วิธีการเก็บข้อมูล แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) จำนวน 10 คน ประกอบด้วยผู้นำชุมชน 2 คน หน่วยงานราชการท้องถิ่น 4 คนและตัวแทนผู้สูงอายุในชุมชน 4 คน

ขอบเขตด้านระยะเวลา

ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ ระหว่างเดือน มิถุนายน - กันยายน พ.ศ. 2566

ขอบเขตด้านสถานที่

เทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี



ประโยชน์ที่จะได้รับในการวิจัย

1. ทำให้ทราบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
2. ทำให้ทราบปัญหา และอุปสรรคในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยและคณะฯ ได้นำแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยมาเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย ดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การพัฒนาสภาพความเป็นอยู่ที่ดีที่ได้รับการตอบสนองความต้องการทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจเป็นความพอใจในการดำรงชีวิตและมีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย อย่างไรก็ตาม การที่จะก่อให้เกิดความสุข ความพึงพอใจอันเนื่องมาจากการมีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี ตลอดจนมีวิถีชีวิตที่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ทั้งในทางด้านเศรษฐกิจและสังคมนั้น ก็ต่อเมื่อบุคคลได้รับการสนองต่อสิ่งที่ร่างกายและจิตใจต้องการอย่างเพียงพอ การสนองตอบความต้องการของแต่ละบุคคลนั้นเป็นไปตามลำดับขั้นความต้องการของบุคคล 5 ระดับ คือ ความต้องการทางด้านกายภาพ ความรู้สึกมั่นคง และปลอดภัย ความรู้สึกรักและเป็นเจ้าของ ความนับถือ สุนทรียภาพ และศักยภาพแห่งตน ซึ่งการที่บุคคลได้รับการสนองต่อสิ่งที่ต้องการทั้ง 5 ระดับ จะมีผลต่อการมีคุณภาพชีวิตในระดับสูงสุด แต่หากได้รับการสนองตอบความต้องการเพียงแค่ระดับใดระดับหนึ่ง (ฤดี กรุดทอง, 2540, หน้า 38)

2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

การจำแนกกลุ่มผู้สูงอายุตามศักยภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้ประยุกต์เกณฑ์การประเมินความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน ดัชนีบาร์เธลเอดีแอล (Barthel ADL Index) ดังนี้ (อัญชิษฐา ศิริคำเพ็ง และภักดี โพธิ์สิงห์, 2560, หน้า 238)

กลุ่มที่ 1 ติดสังคม ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้ ช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม ชุมชนได้ สามารถเดินขึ้นบันไดเองโดยไม่ต้องช่วยเหลือ เดินออกนอกบ้านได้ เดินตามลำพังบนทางเรียบได้ รับประทานอาหารด้วยตนเองได้ดี ใช้สุขาด้วยตนเองได้อย่างเรียบร้อย

กลุ่มที่ 2 ติดบ้าน ผู้สูงอายุกลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองได้บ้าง ไม่สามารถเดินตามลำพังบนทางเรียบได้ต้องใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือ ต้องการความช่วยเหลือขณะรับประทานอาหาร ต้องการความช่วยเหลือพาไปห้องน้ำ

กลุ่มที่ 3 ติดเตียง ผู้สูงอายุที่ป่วยและช่วยเหลือตนเองไม่ได้ พิการ/ทุพพลภาพไม่สามารถย้ายตนเองขณะนั่งได้ ไม่สามารถขยับได้ในท่านอน การรับประทานอาหารกลืนลำบาก แม้ว่าผู้ดูแลจะป้อนอาหารให้ ต้องขยับถ่ายในท่านอนหรืออยู่บนเตียง สวมใส่ผ้าอ้อมตลอดเวลาต้องเปลี่ยนผ้าอ้อมประจำ

3. ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี

วิลเลียม อ็อกเบอร์น (W.F. Ogburn) ผู้เสนอทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี เชื่อว่า การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมนำไปสู่ความก้าวหน้าของสังคมมนุษย์การประดิษฐ์คิดค้นต่าง ๆ ทางวัตถุ เช่น เครื่องมือ อาวุธ คอมพิวเตอร์ มือถือ ฯลฯ รวมทั้งกระบวนการทางวิชาการต่าง ๆ (Technological Process) จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม เช่น มีการสื่อสารที่รวดเร็วผ่านระบบอินเทอร์เน็ตและเครือข่ายต่าง ๆ มีตำแหน่งโปรแกรมเมอร์ ในขณะที่แฮกเกอร์ก็มุ่งที่จะขโมยข้อมูลต่าง ๆ บนระบบ ดังนั้น ในส่วนการบริหารภาครัฐจึงต้องมีกฎหมายว่าด้วยการกระทำผิดทางคอมพิวเตอร์มารองรับให้ทัน เป็นต้น ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ทำให้มีพลังงานที่สังคมนำมาใช้ได้มากขึ้นยอมทำให้สามารถผลิตสินค้าได้มากขึ้น สามารถเลี้ยงจำนวนประชากรได้มากขึ้นซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างอุดมการณ์/ภาษา/เทคโนโลยี ก็จัดเป็นกรอบซึ่งชัดเจนจำกัดวิธีที่สังคมจะนำมาใช้แก้ปัญหาต่าง ๆ สังคมที่มีระดับการใช้เทคโนโลยีต่ำย่อมไม่สามารถใช้วิธีการอย่างเดียวกันกับสังคมที่มีเทคโนโลยีสูง เครื่องมือย่อมเป็นตัวกำหนดวิธีแก้ปัญหาและวิธีแก้ปัญหาที่ต้องอาศัยเครื่องมือทันสมัยยอมนำไปใช้สังคมที่ขาดเครื่องมือเหล่านั้นไม่ได้ (บ้านจอมยุทธ, ม.ป.ป.)

4. ทฤษฎีด้านนวัตกรรม

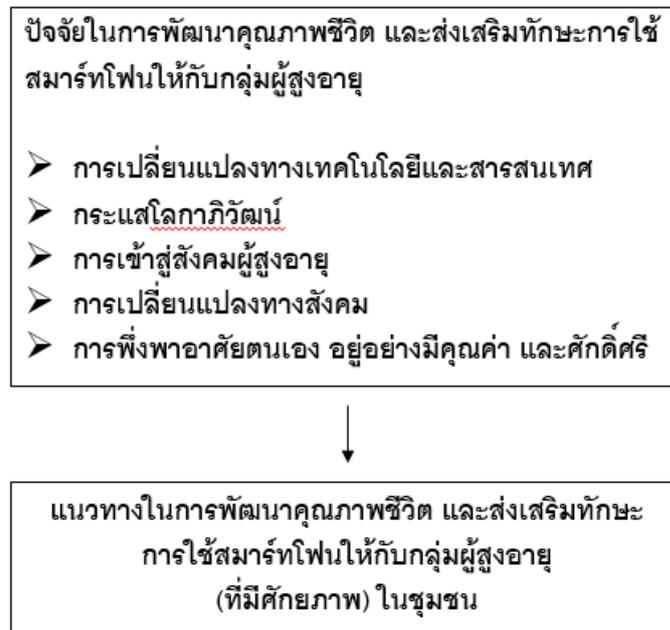
สิ่งใหม่ที่เกิดจากการใช้ความรู้ และความคิดสร้างสรรค์ที่มีประโยชน์ต่อเศรษฐกิจและสังคม เกิดจากความคิดของคน เป็นการสร้างสิ่งที่มีอยู่เดิมให้กลายเป็นสิ่งใหม่ที่แตกต่างโดยอาศัยการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมรอบตัวให้ในการสร้างโอกาสใหม่ ๆ และมีการถ่ายทอดหรือส่งต่อแนวคิดนั้นให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม (ศิวะนันท์ ศิวพิทักษ์, 2554, หน้า 15-17)

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สารัช สุธาพิทย์กุล และพิทักษ์ ศิริวงศ์ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร เรื่อง สภาพปัญหาและการเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีของผู้สูงอายุ (2561) กรณีศึกษา ผู้สูงอายุที่ใช้สมาร์ทโฟน ในพื้นที่บริเวณโดยรอบพระปิ่นเกล้า เขตบางกอกน้อย จังหวัดกรุงเทพมหานคร รวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตแบบมีส่วนร่วม และศึกษาจากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อระบุถึงสภาพการณ์และปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นอยู่ในปัจจุบัน จากการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์ในอดีต เสียงตอบรับหรือความคิดเห็นของผู้สูงอายุ ผู้ให้ข้อมูลหลักคือกลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่บริเวณโดยรอบพระปิ่นเกล้า เขตบางกอกน้อย จังหวัดกรุงเทพมหานครฯ จำนวนทั้งหมด 7 คน ผลจากการวิจัยพบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่หันมาเลือกใช้งานเทคโนโลยีสมาร์ทโฟน ล้วนมีความต้องการที่จะค้นหาวิธีที่จะสร้างความสะดวกสบายให้กับการใช้ชีวิตประจำวันได้ และสามารถตอบสนองความต้องการต่าง ๆ เช่น ด้านการติดต่อสื่อสาร ด้านการรับรู้หรือค้นหาข้อมูลข่าวสาร หรือสิ่งอื่น ๆ ตามความสนใจ ส่วนในด้านของปัญหาที่เกิดขึ้นกับกลุ่มผู้สูงอายุ คือ ด้านการใช้งานและการทำความเข้าใจในการใช้สมาร์ทโฟน เนื่องจากด้วยความซับซ้อนในตัวระบบของเทคโนโลยีสมัยใหม่ ทำให้เป็นอุปสรรคสำคัญกับการใช้งาน สมาร์ทโฟนของกลุ่มผู้สูงอายุอย่างมาก



กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มุ่งเน้นศึกษาเพื่อหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี โดยศึกษาจากเอกสาร และการตั้งประเด็นคำถามเพื่อศึกษา โดยมีแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ดำเนินการโดย

ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัย และคณะทำงานทำการติดต่อประสานงานกับผู้ให้ข้อมูลหลัก

ขั้นตอนที่ 2 ร่วมชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเก็บรวบรวมข้อมูลในข้อมูลหลัก

ขั้นตอนที่ 3 นำแบบสัมภาษณ์ให้กับผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคน เพื่อเตรียมข้อมูลสัมภาษณ์

ขั้นตอนที่ 4 การสัมภาษณ์แบบเชิงลึก ได้แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ปัญหา และอุปสรรค ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ขั้นตอนที่ 5 ทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล และขออนุญาตเผยแพร่การศึกษาอิสระ

ขั้นตอนที่ 6 นำข้อมูลที่ได้มาเรียบเรียงแล้วทำการวิเคราะห์ข้อมูล

ขั้นตอนที่ 7 นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก นำมาแปลผลการศึกษาในรูปแบบของการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis)

ผลการวิจัย

ผลการวิจัย พบว่า ในเขตเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี มีแนวทางในการส่งเสริมทักษะการใช้งาน สมาร์ทโฟน ผ่านช่องทางต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงการพัฒนาทักษะได้ง่าย และถูกต้องไม่หลอกลวง เช่น กลุ่ม บวร หรือบ้าน วัด โรงเรียน และจากหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หรือเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี โดยเสนอให้จัดตัวแทนในทุกช่องทางให้ความรู้ความเข้าใจพร้อมเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน อย่างถูกต้องถูกวิธี ขับเคลื่อนโดยเครือข่ายผู้นำชุมชน หน่วยงานราชการ วัด โรงเรียน หรือโรงเรียนผู้สูงอายุ และครอบครัว หรือ บ้าน ในการกระจายความรู้ และจัดกิจกรรมการเรียนรู้การใช้งานสมาร์ทโฟน อยู่สม่ำเสมอ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้งานสมาร์ทโฟน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ฟังพาดตนเองได้ ใช้งานเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ เป็นข้อมูลที่ถูกต้อง ไม่หลอกลวง และเกิดประโยชน์ต่อตัวผู้สูงอายุที่ใช้งาน โดยจากการสัมภาษณ์ ผู้สูงอายุ พบว่า เป็นเรื่องของการค้นหาข้อมูลทางการแพทย์ ข้อมูลด้านการโภชนาการที่ต้องการ การใช้แผนที่นำทาง ใช้งานติดต่อสื่อสารกับญาติ พี่น้องที่อยู่ห่างไกล และใช้งานสำหรับสั่งซื้อสินค้าที่จำเป็น นอกจากนี้ ในส่วนการสัมภาษณ์ของผู้นำชุมชน และหน่วยงานราชการ พบว่า ต้องการให้ผู้สูงอายุที่มีทักษะและความสามารถในการนำเทคโนโลยีดิจิทัลมาใช้เสริมสร้างสุขภาพให้แข็งแรง มีความกระฉับกระเฉงในการดำเนินชีวิตประจำวัน มีความสัมพันธ์ที่ดีและมีส่วนร่วมทำกิจกรรมกับคนในครอบครัว ชุมชน มีความสามารถสร้างผลผลิตเพื่อความมั่นคงทางรายได้เพื่อการดำรงชีพของตนเอง รวมทั้งสามารถสร้างผลผลิตในชุมชน และสามารถใช้งานสมาร์ทโฟนในการดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างปลอดภัย สามารถปรับตัวนำสมาร์ทโฟนที่มาประยุกต์เสริมสร้างคุณภาพชีวิต ความมั่นคงทางรายได้ และสร้างผลผลิตชุมชนได้

สำหรับการศึกษาปัญหาและอุปสรรค ในพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งาน สมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัย พบว่า ข้อจำกัดทางด้านสุขภาพร่างกายเป็นปัญหาหลักในการใช้งาน ความสมบูรณ์ในประสาทสัมผัสโดยเฉพาะสายตา และความคล่องตัวในการใช้งาน พบว่าอุปกรณ์มีขนาดเล็กอ่านยาก ถือลำบาก การทัชสกรีนหรือสัมผัส เพื่อปฏิสัมพันธ์กับสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุที่ใช้งานยังไม่คล่องแคล่ว และไม่ถนัด อาการหลงลืมที่เกิดขึ้นกับกลุ่มผู้สูงอายุ เช่น ลืมรหัสผ่านการใช้งานสมาร์ทโฟน หรือแอปพลิเคชันต่าง ๆ การที่ไม่มีความรู้ทางด้านภาษาอังกฤษ และภาษาอื่น ๆ ความกังวลเรื่องความเสี่ยงและอันตรายจากการใช้งานสมาร์ทโฟน และค่าใช้จ่ายในการใช้สมาร์ทโฟน รวมถึงค่าบริการอินเทอร์เน็ต ไม่สอดคล้องกับรายได้ เป็นต้น ซึ่งในส่วนของหน่วยงานราชการ และผู้นำชุมชนสะท้อนปัญหาด้านค่าใช้จ่ายในการมีสมาร์ทโฟน และค่าบริการอินเทอร์เน็ต รวมถึงงบประมาณจากภาครัฐในการสนับสนุนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้ผู้สูงอายุยังมีไม่มาก

การอภิปรายผล

ผลการศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี สามารถนำมาอภิปรายผลการศึกษาดังนี้



จากการสัมภาษณ์แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งานสมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี เป็นเรื่องของการค้นหาข้อมูลทางการแพทย์ ข้อมูลด้านการโภชนาการที่ถูกต้อง การใช้แผนที่นำทาง การใช้ งานติดต่อสื่อสารกับญาติ พี่น้อง ที่อยู่ห่างไกล และการใช้งานสำหรับสั่งซื้อสินค้าที่จำเป็น สอดคล้องกับ ผลงานวิจัยของ เกริกศักดิ์ บุญญานพวงศ์ และสุรีย์ บุญญานพวงศ์ (2533) ได้ศึกษาเรื่อง ศักยภาพ ของผู้สูงอายุ ในการทำงานเพื่อสังคม พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ทำหน้าที่ดูแลบ้านแทนบุตร หลาน เลี้ยงหลาน ทารายได้เลี้ยง คนในครัวเรือน เป็นที่ปรึกษา ตัดสินและชี้ขาดในปัญหาต่าง ๆ ผู้สูงอายุทั้งในเขตเมืองและชนบทไม่ค่อยเข้าไป มีบทบาทในกิจกรรมทางสังคมมากนัก นอกจากนี้ กิจกรรมทางศาสนา กิจกรรมด้านการส่งเสริมการศึกษา อาชีพ และการพัฒนาท้องถิ่น ซึ่งผู้สูงอายุ จะเป็นผู้ถ่ายทอดวิทยาการ หรือเป็นคณะกรรมการดำเนินการ และ สอดคล้องกับ ผลงานวิจัยของ สุมาลี และคณะ (2541) ศึกษาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ การวัดคุณภาพชีวิต ของประชากรไทย ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตทางการศึกษา และสุขภาพอนามัยเป็นมิติของคุณภาพ ชีวิตที่มีการพัฒนามากกว่าด้านอื่น ๆ

ส่วนการสัมภาษณ์ของผู้นำชุมชนและหน่วยงานราชการ พบว่า ต้องการให้ผู้สูงอายุที่มีทักษะและ ความสามารถในการนำเทคโนโลยีดิจิทัลมาใช้เสริมสร้างสุขภาพให้แข็งแรง มีความกระฉับกระเฉงในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน มีความสัมพันธ์ที่ดีและมีส่วนร่วมทำกิจกรรมกับคนในครอบครัว ชุมชน มีความสามารถสร้าง ผลผลิตเพื่อความมั่นคงทางรายได้เพื่อการดำรงชีพของตนเอง รวมทั้งสามารถสร้างผลผลิตในชุมชนและ สามารถใช้สมาร์ทโฟนในการดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างปลอดภัย สามารถปรับตัวนำสมาร์ทโฟนที่มาประยุกต์ เสริมสร้างคุณภาพชีวิต ความมั่นคงทางรายได้ และสร้างผลผลิตชุมชนได้ สอดคล้องกับ ผลงานวิจัยของ ศิริวรรณ ศิริบุญ (2543) พบว่าปัญหาที่สำคัญที่สุดของผู้สูงอายุ คือ ปัญหาการเงิน ปัญหาสุขภาพ ปัญหา ทางด้านจิตใจ ปัญหาครอบครัว และ ปัญหาอื่น ๆ ตามลำดับ ผู้สูงอายุต้องการให้ช่วยเหลือในเรื่องการเงินหรือ เงินสงเคราะห์ (เบี้ยยังชีพ) การบริการด้านสุขภาพอนามัยและการรักษาพยาบาล งานอาชีพ การฝึกอาชีพเพื่อ เพิ่มรายได้ การรวมกลุ่มหรือจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ ต้องการคนดูแล ต้องการ ปัจจัยสี่โดยเฉพาะเครื่องอุปโภค บริโภคและต้องการกิจกรรมสันทนาการ เป็นต้น

สำหรับการศึกษาปัญหาและอุปสรรค ในพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมทักษะการใช้งาน สมาร์ทโฟน ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลตำบลบางพลับ อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัย พบว่า ข้อจำกัดทางด้านสุขภาพร่างกายเป็นปัญหาหลักในการใช้งาน ความสมบูรณ์ในประสาท สัมผัสโดยเฉพาะสายตา และความคล่องตัวในการใช้งาน พบว่าอุปกรณ์มีขนาดเล็กอ่านยาก ถือลำบาก การ ทักษกรีน หรือสัมผัสเพื่อปฏิสัมพันธ์กับสมาร์ทโฟนของผู้สูงอายุที่ใช้งานยังไม่คล่องแคล่ว และไม่ถนัด อาการ หลงลืมที่เกิดขึ้นกับกลุ่มผู้สูงอายุ สอดคล้องกับแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุของ อัญชลี รัชกุล (2538) ที่อธิบายว่า ผู้สูงอายุ คือ บุคคลที่กำลังเปลี่ยนแปลงและเปลี่ยนไปในทางเสื่อมสภาพลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ความคิดอ่าน และบุคลิกภาพ รวมไปถึงการ สูญเสียบทบาท และสถานภาพทางสังคมตามมามากด้วย บุคคลอาจจะสูงอายุตามเงื่อนไขใดหรือทุกเงื่อนไขก็ได้ ดังนั้น เวลาของการมีชีวิตจึงมีความสัมพันธ์กับการเจริญ และความเสื่อมของร่างกาย (สมศักดิ์ ศรีสันติสุข, 2539, หน้า 9-10) และการเปลี่ยนแปลงในวัยผู้สูงอายุ เป็น

กระบวนการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ และสังคมที่มนุษย์มีอาจหลีกเลี่ยงได้และเกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งอาจจะมีอารมณ์ของร่างกาย จิตใจ ตลอดจนมีความเจ็บป่วยหรือความพิการร่วมด้วย นักสังคมวิทยา ยอมรับว่าภาวะสูงอายุเป็นการก้าวเข้าสู่สภาพการเปลี่ยนแปลง หรือบทบาทใหม่ในสังคม นอกจากนั้นภาวะสูงอายุยังเป็นผลจากการสูญเสียอย่างค่อยเป็นค่อยไปของความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย จิตใจและสังคม

สำหรับปัญหาและอุปสรรคด้านความกังวลเรื่องความเสี่ยงและอันตรายจากการใช้งานสมาร์ทโฟนนั้น เป็นเรื่องของความรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล ผู้สูงอายุสะท้อนผ่านการสัมภาษณ์เชิงลึกว่า ยังมีความกังวลต่อการใช้เทคโนโลยีในหลายประการประกอบด้วย ความกังวลต่อการกรอกข้อมูลรายละเอียด ส่วนตัวที่อาจถูกนำไปใช้ โดยมีจรรยาบรรณ จนเกิดความเสียหายแก่ตนเอง โฆษณาที่อวดอ้างสรรพคุณเกินจริง นอกจากนี้ พบว่า ผู้สูงอายุ เคยเจอความเสี่ยงต่าง ๆ เช่น ข้อความแปลกจากบุคคลที่ไม่รู้จัก หรือการรบกวนจากโฆษณาสินค้าต่างๆ ที่แสดงเข้ามาในแอปพลิเคชัน หรือการหลอกลวงให้กรอกข้อมูลทางออนไลน์ การแอบอ้างใช้รูปบุคคลที่รู้จักมา หลอกให้โอนเงิน ภาพลามกอนาจารที่ส่งมา สินค้าที่ซื้อทางออนไลน์ไม่ตรงกับโฆษณา ด้วยเหตุเหล่านี้ ผู้สูงอายุมองว่าไม่ปลอดภัยรวมถึงความเหมาะสมของการโพสต์ข้อความหรือข้อมูลของตนเองโดนโจรกรรม ซึ่งมีความสอดคล้องตามแนวคิดที่จะแก้ไขความกังวลเหล่านี้ ของ Loureiro, & Barbas (2014) ที่เสนอว่า ควรเสริมทักษะการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลให้ผู้สูงอายุ เช่น การเข้าถึง ข้อมูลและการรวบรวมข้อมูลบนสื่อดิจิทัล การจัดการ และจัดระเบียบข้อมูล เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในอนาคต การประเมิน การตีความ และการเปรียบเทียบข้อมูลที่มาจากหลายแหล่ง การสร้างข้อมูลใหม่โดยใช้ข้อมูลที่ได้รับมาและนำไปประยุกต์ใช้และการสื่อสารและการถ่ายทอดข้อมูลด้วยวิธีการที่มีความเหมาะสม ทั้งนี้ การที่ผู้สูงอายุจะมีทักษะ การรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลนั้นยังขึ้นอยู่กับ การรับรู้ในศักยภาพ ของตนเองว่าสามารถทำสิ่งนั้นได้ (Self-efficacy) ความสามารถทางดิจิทัล (Digital Competence) เช่น ความสามารถของผู้สูงอายุในการมีความรู้ ทักษะและทัศนคติ ที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ ทักษะการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลและสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ทักษะการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลอย่างมีประสิทธิภาพ (Tyler, Simic, & De George-Walker, 2018, p 330) นอกจากนี้ Tyler, Simic, & De George-Walker (2018) อธิบายเพิ่มเติมว่า สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการมีส่วนร่วมทางดิจิทัลของผู้สูงอายุนั้น คือ

- 1) การรับรู้ในศักยภาพของตนเองว่าสามารถทำสิ่งนั้นได้ (Self-efficacy)
- 2) ความสามารถทางดิจิทัล (Digital Competence) ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล เช่น การมีความรู้ ทักษะ และทัศนคติที่จำเป็นสำหรับการเข้าไปมีส่วนร่วมทางดิจิทัลอย่างประสบความสำเร็จ
- 3) สิ่งแวดล้อมทางการเรียนรู้ส่วนบุคคล จากแนวคิดการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล และปัญหาการ รู้เท่าทันสื่อดิจิทัลของผู้สูงอายุตามที่กล่าวมา ช่วยชี้แนะว่าในด้านความรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลของผู้สูงอายุ ควรให้ความสำคัญในประเด็น การเข้าถึง การใช้งาน การประเมิน และการใช้ประโยชน์เนื้อหาข่าวสารบนสื่อดิจิทัล

หากสามารถอธิบายสถานภาพการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลของ ผู้สูงอายุตามที่กล่าวมา จะสามารถนำมา กำหนดแนวทางการพัฒนาและเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล สำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการเสริมสร้างทักษะให้กับผู้สูงอายุในอนาคต จากผลสำรวจของสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (2562) ที่รายงานผลการสำรวจพฤติกรรม ผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทยซึ่งในกลุ่มผู้ใหญ่ตอนกลางและ



ผู้สูงอายุ (คนที่เกิดในช่วงปี พ.ศ. 2489-2507 มีอายุ 54-72 ปี) พบว่า ปัญหาจากการใช้อินเทอร์เน็ตที่พบเจอ ได้แก่ ปริมาณโฆษณาออนไลน์ที่มารบกวน (ร้อยละ 79.5) และไม่มั่นใจว่าข้อมูลที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ตจะเชื่อถือได้ (ร้อยละ 45.5) และยังสะท้อนจากผลการวิจัยของ พัทธนี เขยจรรรยา (2559) ด้านการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของกลุ่ม ผู้สูงอายุซึ่งพบว่า ผู้สูงอายุยังเชื่อข้อมูลในสื่อออนไลน์โดย ขาดการรู้เท่าทัน โดยเฉพาะข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ และการทานอาหารเพื่อป้องกันโรคภัย

ข้อเสนอแนะ

จากข้อค้นพบในการวิจัย ผู้วิจัย มีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. นโยบายรองรับวิถีชีวิตใหม่ของสังคมผู้สูงอายุ โดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัล มีการจัดส่งเสริมสวัสดิการและสนับสนุนค่าใช้จ่าย ควบคู่กับการพัฒนาเครือข่ายให้บริการอินเทอร์เน็ตความเร็วสูงสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุสะท้อนถึงความต้องการให้รัฐสนับสนุนด้านพื้นที่ครอบคลุมสัญญาณอินเทอร์เน็ตความเร็วสูง หากรัฐสามารถกำหนดเป็นสวัสดิการพื้นฐานสำหรับผู้สูงอายุโดยกำหนดให้ผู้สูงอายุสามารถใช้บริการสัญญาณอินเทอร์เน็ตได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายในปริมาณที่สามารถใช้ได้พอเพียงในการใช้ชีวิตประจำวันวิถีใหม่
2. เพิ่มความสามารถในการใช้เทคโนโลยี ควบคู่กับความรอบรู้ทางดิจิทัล และการรู้เท่าทันสื่อ ความสามารถในการใช้งานเทคโนโลยีของผู้สูงอายุ แต่ละคนมีความแตกต่างกัน การเพิ่มความสามารถในการใช้งานสามารถจัดเป็นสวัสดิการพื้นฐานด้วยการจัดอบรมการใช้เทคโนโลยีในชีวิตวิถีใหม่ ควบคู่ไปกับการเพิ่มทักษะชีวิตที่จำเป็นสำหรับความรอบรู้ทางดิจิทัลและการรู้เท่าทันสื่อให้แก่ผู้สูงอายุ
3. ปกป้องสิทธิและความปลอดภัยบนสื่อออนไลน์สำหรับผู้สูงอายุผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุมักเป็นกลุ่มเป้าหมายของผู้ไม่หวังดี มีฉ้อโกงที่ฉวยโอกาสจากการขาดทักษะ และความรู้ในการใช้งานสื่อออนไลน์ จากการสัมภาษณ์สะท้อนให้เห็นว่าความสามารถในการใช้เทคโนโลยีของผู้สูงอายุ ในด้านการใช้งานอย่างปลอดภัยยังเป็นสิ่งจำเป็น ดังนั้น ในขณะที่ดำเนินนโยบายเพิ่มความสามารถในความรอบรู้ทางดิจิทัลและการรู้เท่าทันสื่อแล้ว ควรมีมาตรการทางกฎหมาย ระเบียบ ข้อกำหนดจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับสิทธิผู้บริโภค กิจกรรมด้านผู้สูงอายุ ที่จะปกป้องสิทธิและความปลอดภัยในการใช้งานสื่อออนไลน์ของผู้สูงอายุ เช่น การจัดตั้งศูนย์ หรือหน่วยเฉพาะกิจเพื่อรับเรื่องร้องเรียน ดำเนินการตรวจสอบ ช่วยเหลือ แก้ไข และเยียวยาครบวงจร เป็นต้น
4. ส่งเสริมการออกแบบ ผลิตภัณฑ์ และแอปพลิเคชันเฉพาะผู้สูงอายุที่เข้าถึงได้ เพราะอุปสรรคสำคัญในการใช้งานเทคโนโลยีคือผู้สูงอายุมีสภาพร่างกายที่เสื่อมโทรม ทั้งด้านสายตาดูการมองเห็น การอ่าน การฟัง ดังนั้น จำเป็นต้องมีการพัฒนาการออกแบบ ผลิตภัณฑ์ และแอปพลิเคชันเฉพาะผู้สูงอายุ ด้วยเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence: AI) เทคโนโลยีเชื่อมโยงอินเทอร์เน็ตกับการใช้ชีวิต จะช่วยให้การใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุมีคุณภาพมากยิ่งขึ้น
5. ส่งเสริมการสร้างสรรคเนื้อหาเสริมสร้างสำหรับผู้สูงอายุบนแพลตฟอร์มออนไลน์ ผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยีเพื่อชีวิตที่ดี และใช้เวลากับการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตมากในแต่ละวัน จำเป็นต้องมีการสร้างเนื้อหาบนสื่อออนไลน์ที่จะช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุ แนวทางการดำเนินงานในระยะสั้น ที่สามารถ

ดำเนินการได้ทันที คือ สนับสนุนองค์กร ธุรกิจ มูลนิธิ นักธุรกิจวิสาหกิจเริ่มต้น (Startup) กลุ่มบุคคล ผู้ทำงานอิสระ (Freelance) ผู้มีอิทธิพลออนไลน์ (Online Influencer) จัดทำเนื้อหา และสร้างแพลตฟอร์มสำหรับผู้สูงอายุมากขึ้น และดำเนินงานในระยะยาวอย่างยั่งยืน ด้วยการจัดตั้ง องค์กรสื่อออนไลน์ สาธารณะ

6. จัดตั้งศูนย์บ่มเพาะวิสาหกิจออนไลน์ (Online Business Incubation Center) สำหรับผู้สูงอายุ ถือเป็นโอกาสที่ผู้สูงอายุจะสามารถนำต้นทุนความรู้ ทักษะ ความสามารถของตนเองมาสร้างเนื้อหา หรือสร้างผลิตภัณฑ์ทำธุรกิจออนไลน์ได้ การจัดตั้งศูนย์บ่มเพาะวิสาหกิจออนไลน์หลายสถาบัน หากมีการเน้นการส่งเสริมสำหรับผู้สูงอายุได้ จะช่วยสนับสนุนการสร้างรายได้ของผู้สูงอายุได้ ศูนย์บ่มเพาะวิสาหกิจออนไลน์ จะเน้นการให้ความรู้ ทักษะในการทำธุรกิจออนไลน์ การเป็นพี่เลี้ยง ให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ สนับสนุน ให้คำปรึกษาทุกขั้นตอนในการทำธุรกิจออนไลน์

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัย

1. ผู้สูงอายุสะท้อนถึงความต้องการให้รัฐสนับสนุนด้านพื้นที่ครอบคลุมสัญญาณอินเทอร์เน็ตความเร็วสูง หากรัฐสามารถกำหนดเป็นสวัสดิการพื้นฐานสำหรับผู้สูงอายุโดยกำหนดให้ผู้สูงอายุสามารถใช้บริการสัญญาณอินเทอร์เน็ตได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ในปริมาณที่สามารถใช้ได้พอเพียงในการใช้ชีวิตประจำวันวิถีใหม่

2. การสร้างเนื้อหาบนสื่อออนไลน์ที่จะช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุ แนวทางการดำเนินงานในระยะสั้น ที่สามารถดำเนินการได้ทันที คือ สนับสนุนองค์กร ธุรกิจ มูลนิธิ นักธุรกิจวิสาหกิจเริ่มต้น (Startup) กลุ่มบุคคล ผู้ทำงานอิสระ (Freelance) ผู้มีอิทธิพลออนไลน์ (Online Influencer) จัดทำเนื้อหา และสร้างแพลตฟอร์มสำหรับผู้สูงอายุมากขึ้น และดำเนินงานในระยะยาวอย่างยั่งยืน ด้วยการจัดตั้ง องค์กรสื่อออนไลน์ สาธารณะ

3. แนวคิดการจัดตั้งศูนย์บ่มเพาะวิสาหกิจออนไลน์ (Online Business Incubation Center) สำหรับผู้สูงอายุ ถือเป็นโอกาสที่ผู้สูงอายุจะสามารถนำต้นทุนความรู้ ทักษะ ความสามารถของตนเองมาสร้างเนื้อหา หรือสร้างผลิตภัณฑ์ทำธุรกิจออนไลน์ได้

เอกสารอ้างอิง

เกริกศักดิ์ บุญญาพงศ์ และคณะ. (2533). รายงานการวิจัย ชีวิตคนชราในจังหวัดเชียงใหม่. สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ขวัญรัก สุขสมหทัย. (2549). การศึกษาความต้องการและการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล. วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.

ณัฐกัญย์ อ่องเอื้อ. (2564). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบ้านสวน จังหวัดชลบุรี.

รัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา.



- ณัฐหทัย นิรัตติชัย. (2561). *ผู้สูงอายุไทยในศตวรรษที่ 21*. วารสารสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- เบญจมาศ ยศเสนา. (2559). *การเห็นคุณค่าผู้สูงอายุ*. มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บ้านจอมยุทธ์. (ม.ป.ป.). *ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยีหรือทฤษฎีความล้ำทางวัฒนธรรม*.
https://www.baanjommyut.com/library_3/thai_social_and_cultural_change/03_4.html
- ปาริชาติ สถาปิตานนท์ สโรบล. (2542). *องค์ประกอบในการขับเคลื่อนประชาสังคม*. /linkfile/print5.htm
- พนม คลีณา. (2564). การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของผู้สูงอายุและข้อเสนอเพื่อการเสริมสร้างภาวะพหุพลังและผลิตภาพของผู้สูงอายุไทย. *วารสารนิเทศศาสตร์*, 39(2), มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.) โดย สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.)
- พัชนี เขยจรรยา. (2559). ปัจจัยการสื่อสารเพื่อพยากรณ์ความพร้อมในการเข้าสู่ประชาคมอาเซียนของประชาชนในจังหวัดชายแดนภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้. *วารสารนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, 34(3), 1-18.
- รัชณี ภูกร. (2552). *วิทยาการผู้สูงอายุ*. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ฤดี กรุดทอง. (2540). *เอกสารประกอบการสอนวิชา ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต. คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ สถาบันราชภัฏสวนดุสิต*.
- วิริยาภรณ์ สวัสดิ์รักษา. (2544). *การจัดสวัสดิการผู้สูงอายุเพื่อการพึ่งพาตนเอง : ศึกษาเฉพาะกรณีชุมชนในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพัฒนาแรงงานและสวัสดิการมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร และคณะ. (2544). *คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทยในประเด็นการเกื้อหนุนทางสังคมแก่ผู้สูงอายุ*. แอล.ที.เพรส.
- ศิวะนันท์ ศิวพิทักษ์. (2554). *การจัดการนวัตกรรมขององค์การธุรกิจที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมการสร้างนวัตกรรมของพนักงาน*. ดุษฎีนิพนธ์ บริหารธุรกิจดุสิตบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- ศิริวรรณ ศิริบุญ. (2543). *การตอบสนองต่อปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ: กรณีการตั้งศูนย์บริการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ*. โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. (2539). *สังคมวิทยาภาวะสูงอายุ ความจริงและการคาดการณ์ในสังคมไทย*. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมฤดี ทองรักษ์. (2561). *คุณภาพระบบ การรับรู้ประโยชน์การใช้งาน การรับรู้ความปลอดภัย แล้วความไว้วางใจ ส่งผลต่อความตั้งใจใช้บริการชำระเงินผ่านโทรศัพท์มือถือ ของผู้ใช้บริการวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร*. บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

- สามารถ ใจเตี้ย. (2562). *เสริมสร้างสุขภาพสังคมผู้สูงอายุในยุค thailand 4.0*. คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- สารัช สุชาติพิทยกุล และพิทักษ์ ศิริวงศ์. (2561). *รายงานการวิจัยสภาพปัญหา และการเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา ผู้สูงอายุที่ใช้สมาร์ทโฟน ในพื้นที่บริเวณโดยรอบพระปิ่นเกล้า เขตบางกอกจังหวัดกรุงเทพมหานคร*.
<https://repository.rmutr.ac.th/handle/123456789/760?show=full>.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2558). *ปัจจัยที่มีผลต่อการใช้อินเทอร์เน็ตของผู้สูงอายุในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ, สำนักงานสถิติพยากรณ์ สำนักงานสถิติแห่งชาติ
- สำราญ จุช่วย (2554). *การพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม*. คณะศิลปศาสตร์ วิทยาลัยราชพฤกษ์.
- สำนักงานนวัตกรรมแห่งชาติ. (2552). *การจัดการนวัตกรรมในยุคเศรษฐกิจขับเคลื่อนด้วยความรู้*.
<http://www.nia.or.th/innolinks>
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2564)*. กระทรวงมหาดไทย
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์. (2562). *พฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในไทย 2562*.
<https://www.etcha.or.th/publishing-detail/thailand-internet-user-behavior-2019-slides.html>.
- สุมาลี สันติพลวุฒิ. (2541). *การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์: การวัดคุณภาพชีวิตของประชากรไทยและผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจถดถอย*. *วารสารพัฒนบริหารศาสตร์*, 38(1), 65-92.
- อัญชลี รัชกุล. (2538). *การศึกษาความต้องการของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านนครปฐม*.
<http://202.28.231/dcims/basic.php> (29 สิงหาคม 2559)
- Loureiro, & Barbas (2014) *Learning and Collaboration Technologies: Technology-Rich Environments for Learning and Collaboration*. *First International Conference, LCT 2014, Held as Part of HCI International 2014, Heraklion, Crete, Greece, June 22-27, 2014, Proceedings, Part II*
- Tyler, M., Simic, V., & De George-Walker, L. (2018). Older adult Internet super-users: counsel from experience. *Activities, Adaptation & Aging*, 42(4), 328-330.