

การเพิ่มศักยภาพทางการสื่อสารณรงค์เรื่องการรู้เท่าทันสื่อในกลุ่มผู้สูงอายุอำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา

The increasing of communication proficiency to promote the media literacy in the elderly, Chiang Kum District, Phayao Province

นภาพร เกษสุวรรณ (Nawaporn Ketsuwan)*

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้านี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) วิเคราะห์กระบวนการเพิ่มศักยภาพทางการสื่อสารณรงค์เรื่องการรู้เท่าทันสื่อในกลุ่มผู้สูงอายุอำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา 2) ประเมินผลการสื่อสารณรงค์เรื่องการรู้เท่าทันสื่อ การวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการวิจัยเชิงปฏิบัติการ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสำรวจพื้นที่ สันทนาการ สัมภาษณ์เชิงลึก และการประชุมเชิงปฏิบัติการกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ คณะกรรมการผู้สูงอายุประจำตำบลอาสาสมัครทางการสื่อสาร และภาคีเครือข่าย คือ กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม.) นักวิชาการของเทศบาลตำบลเวียง และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล

ผลการศึกษาพบว่า ก่อนการเพิ่มศักยภาพการสื่อสารฯ ผู้สูงอายุในชุมชนมีศักยภาพตามองค์ประกอบ การสื่อสาร ดังนี้ 1) ผู้ส่งสารหลักในชุมชนเป็นผู้ที่ได้รับการยอมรับศรัทธาจากผู้รับสาร ทั้งผู้ส่งสารที่เป็นผู้นำชุมชนแบบเป็นทางการและไม่เป็นทางการ โดยมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการรู้เท่าทันสื่อในเรื่องทักษะในการเข้าถึงเนื้อหาสาร แต่ยังไม่มีความรู้ในด้านการสร้างสรรค์ การมีส่วนร่วม การวิเคราะห์ และการประเมินเนื้อหาสาร 2) เนื้อหาสารเรื่องการรู้เท่าทันสื่อยังไม่ชัดเจน และยังไม่อยู่ในการรับรู้จดจำของผู้สูงอายุในชุมชน เพราะการสื่อสารในกลุ่มผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นการสื่อสารเรื่องความรู้และการแนะนำวิธีป้องกันโรคเป็นหลัก อีกทั้งเนื้อหาสารยังขาดความน่าสนใจ 3) ช่องทางหรือสื่อ ชุมชนมีต้นทุนศักยภาพในการบริหารจัดการ และมีสื่อที่เข้าถึงกลุ่มผู้สูงอายุได้ดี คือ สื่อบุคคล สื่อพื้นบ้าน และสื่อกิจกรรม แต่ยังไม่ได้รับความนิยมในการนำมาใช้กับการสื่อสารเพื่อการณรงค์ในชุมชน 4) ผู้รับสาร ในกลุ่มผู้สูงอายุจะยอมรับสารได้ง่ายเมื่อมีการยอมรับและศรัทธาในผู้ส่งสาร แต่มีข้อจำกัดในทักษะการรู้เท่าทันสื่อทุกด้าน ได้แก่ การเข้าถึงเนื้อหาสาร การสร้างสรรค์ การมีส่วนร่วม การวิเคราะห์ และการประเมินเนื้อหาสาร

ผู้วิจัยได้ใช้กระบวนการพัฒนาศักยภาพในระดับชุมชนของกลุ่มแกนนำผู้สูงอายุและอาสาสมัครทางการสื่อสาร โดยมีทั้งหมด 4 ขั้นตอนได้แก่ 1) การจัดประชุมเพื่อระดมความคิดเห็น 2) การเสริมศักยภาพด้านการสื่อสารณรงค์ และการรู้เท่าทันสื่อ 3) การทำแผนและถอดประสบการณ์ 4) การผลิตสื่อและเผยแพร่สื่อณรงค์ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้หลักการมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน รวมถึงนำมาใช้ในการประเมินผลการสื่อสารณรงค์เรื่อง

* อาจารย์, สาขาวิชาการจัดการการสื่อสาร คณะวิทยาการจัดการและสารสนเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

Lecturer, Communication Management, School of Management & Information Sciences, University of Phayao Corresponding author: Tel.: 081-7168089. E-mail address: nawaporn.ke@up.ac.th

การรู้เท่าทันสื่อด้วย ได้แก่ การถอดบทเรียนของกลุ่มแกนนำผู้สูงอายุและอาสาสมัครทางการสื่อสารในฐานะผู้ส่งสารและมีส่วนร่วมกับการสื่อสารรณรงค์หลังการเพิ่มศักยภาพการสื่อสารฯ ผู้สูงอายุในชุมชนมีศักยภาพตามองค์ประกอบการสื่อสาร ดังนี้ 1) ผู้ส่งสารมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการรู้เท่าทันสื่อในทุกด้าน และมีความเข้าใจในเนื้อหาเรื่องการรู้เท่าทันสื่อโฆษณาชวนเชื่อมากยิ่งขึ้น อีกทั้งยังสามารถพัฒนาทักษะการรู้เท่าทันสื่อของชุมชนในเรื่องการสร้างการรับรู้ ความเข้าใจ และความตระหนักให้กับกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มผู้รับสารในชุมชนได้เป็นอย่างดี 2) สาร จากการประเมินเนื้อหาสาร พบว่า มีรายละเอียดเพิ่มขึ้นในเรื่องความสำคัญของการรู้เท่าทันสื่อ และอันตรายจากการหลงเชื่อสื่อโฆษณาชวนเชื่อ รวมถึงคำแนะนำและวิธีการดูแลสุขภาพ 3) ช่องทางหรือสื่อที่ชุมชนเลือกใช้ในการสื่อสารรณรงค์คือ สื่อบุคคล สื่อพื้นบ้าน และสื่อกิจกรรม สามารถสร้างการรับรู้ ความเข้าใจ และความตระหนักในเรื่องการรู้เท่าทันสื่อได้เป็นอย่างดี 4) ผู้รับสาร มีทักษะที่จำเป็นสำหรับการรู้เท่าทันสื่อในด้านการเข้าถึงเนื้อหาสาร และการวิเคราะห์สาร โดยมีการรับรู้ ความเข้าใจ และความตระหนักในเรื่องการรู้เท่าทันสื่อเพิ่มมากขึ้น

คำสำคัญ: การรู้เท่าทันสื่อ ผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this study were 1) to analyze work process increase the communication proficiency for promoting the media literacy in the elderly in Chiang Kum District, Phayao Province, and 2) to evaluate the promotion results of media literacy. The operational research is the action research method by surveying the information, performing the depth interview, handling the operational workshop with the main interviewers which are the elderly committees, the public health volunteers and the scholars from the municipal of Wieng Sub-district and the district health promotion hospital.

The result was shown that before the increasing of the communication efficiency in the elderly group was initiated , the main communication composed of 1) the core senders in the community was faithfully admitted from the receiver in both formal and informal means with the essential skills in the media literacy but they lack some skills such as creation , participation , analysis and evaluation , 2) the message in the media literacy was definitely unclear, uninteresting and hard to memorize since the communication was given mainly about the advice and knowledge of diseases, 3) the effective media supplying the proficient cost to the best –handled procedure were the personal , local and activity media but it was unaccepted to apply in the community media campaign, 4) the elderly receivers would typically accept the media when there were the acceptance and adherence to the senders

while the media literacy skill was limited in the assessment, creation, participation, analysis and evaluation from the message.

The researcher performed the efficiency development for the elderly leaders and volunteers in the community in order to create media within 4 steps; 1) arrange the meeting for brainstorming 2) promote the communication efficiency and media literacy 3) execute the plan and experience 4) create and publish the media. It was found that the participation was applied in all steps including the media literacy evaluation process, which is the imitation for the lesson of the elderly leaders and volunteers as the senders and the participants in the communication promotion.

After increasing the communication efficiency, the elderly performed the compositions as follows 1) the senders raised all crucial media literacy skills and better understood the media literacy information. Additionally, they could develop many skills such as the perception, the understanding and awareness for the community's elderly promptly. 2) The message from the evaluation was found that the additional details of the media literacy and the threat of propaganda including the suggestion and the health treatment were demonstrated. 3) The selected media, were the personal, local and activity ones, were established for the perception, understanding and awareness in the media literacy appropriately. Moreover, 4) the receivers needed to build up the essential skills in order to understand and analyze the message for the better perception, understanding and awareness in the media literacy appropriately.

Keywords: media literacy, the elderly

บทนำ

การสื่อสารสุขภาพในปัจจุบัน มีการใช้สื่อและช่องทางต่าง ๆ ที่หลากหลายตามประเภทของกลุ่มเป้าหมายที่แตกต่างกัน ผลการวิจัยด้านการสื่อสารสุขภาพ พบว่า เกิดปัญหาการสื่อสารสุขภาพที่นำเสนอผ่านสื่อมวลชน เนื่องจากนักสื่อสารสุขภาพด้านสื่อสิ่งพิมพ์ขาดความรู้จริงและประสบการณ์ในเรื่องที่เขียน ผู้เขียนไม่สามารถนำเสนอถ่ายทอดเนื้อหาให้ผู้อ่านเกิดความสนใจและเข้าใจ (บุญเรือง เนียมหอมและคณะ, 2551) นอกจากนี้ยังมีเรื่องการเผยแพร่ข้อมูลสุขภาพผ่านอินเทอร์เน็ตสู่ประชาชน พบว่า มีการเผยแพร่ข้อมูลสุขภาพที่ไม่ถูกต้องผ่านสื่ออินเทอร์เน็ต และพบข้อมูลสุขภาพที่นำเสนอทางเว็บไซต์จำนวนมากให้ข้อมูลที่ไมถูกต้องในเรื่องคำแนะนำการดูแลสุขภาพ หรือคำแนะนำการใช้ยา รวมทั้งการขายผลิตภัณฑ์ทางสุขภาพที่มีการโฆษณาสรรพคุณเกินจริง ก่อให้เกิดผลเสียต่อผู้บริโภค (สุกัญญา ประจุกสิลา และคณะ, 2551)

ประเด็นสุขภาพของผู้สูงอายุในประเทศไทยกำลังเข้าสู่พื้นที่ชนบทอย่างเงียบ ๆ และเริ่มปรากฏชัดเจนจนกลายเป็นประเด็นที่หลายหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในจังหวัดพะเยาให้ความสำคัญ ศูนย์คุ้มครองสิทธิผู้บริโภคจังหวัดพะเยาได้ดำเนินงานร่วมกับเครือข่ายวิทยุชุมชนในระดับพื้นที่เพื่อเฝ้าระวังสื่อโฆษณาของวิทยุชุมชนแต่ละสถานี พบว่ามีการโฆษณาขายสินค้าผ่านทางรายการจัดรายการ และพบการโฆษณาอวดอ้างสรรพคุณยา อาหารเสริมเกินจริง ทำให้ผู้บริโภคหลงเชื่อคำโฆษณาในสื่อที่อาจก่อให้เกิดการใช้ยาที่ผิด ใช้ยาเกินจำเป็น หรือในบางรายอาจทำให้แพ้ยา และเมื่อไปพบแพทย์ ประชาชนส่วนใหญ่ไม่สามารถบอกได้ว่าเป็นยาอะไร (มติชนออนไลน์, 2554) ผู้สูงอายุในจังหวัดพะเยาจึงตกเป็นเป้าหมายของกลุ่มผู้ผลิตสินค้าประเภทยา อาหาร และผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

จากการสำรวจข้อมูลในกลุ่มผู้สูงอายุเขตเทศบาลตำบลเวียง อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา พบว่าผู้สูงอายุมีการเปิดรับข่าวสารจากสื่อสิ่งพิมพ์ สื่อวิทยุกระจายเสียง สื่อวิทยุโทรทัศน์ และสื่อบุคคล โดยสื่อวิทยุโทรทัศน์มีการเปิดรับผ่านทางดาวเทียม ส่วนสื่อวิทยุกระจายเสียงมีการเปิดรับจากวิทยุชุมชน ซึ่งเนื้อหาสาระที่นำเสนอผ่านวิทยุชุมชนและโทรทัศน์ดาวเทียมมักเกี่ยวข้องกับสุขภาพร่างกาย และมีการโฆษณายา อาหารเสริมหรือผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่เกี่ยวกับสุขภาพ เช่น น้ำผลไม้ต่าง ๆ ยาเสริมสมรรถนะทางเพศที่โน้มน้าวให้ผู้สูงอายุตัดสินใจซื้อสินค้าเหล่านั้นด้วยถ้อยคำที่เกินจริง ซึ่งนอกจากประเด็นเรื่องสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงจากการบริโภคสินค้าประเภท ยา อาหารเสริมหรือผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่เกี่ยวกับสุขภาพโดยตรงแล้ว ยังมีประเด็นที่ส่งผลต่อสุขภาพภายในครัวเรือน ที่ลูกหลาน หรือญาติที่ดูแลมีความกังวลและเครียดต่อการที่ผู้สูงอายุที่เป็นบุพการีหรือญาติของตนรับไว้ให้ซื้อยาหรืออาหารเสริมต่าง ๆ ซึ่งเกรงว่าอาจจะอันตรายต่อสุขภาพเพราะไม่แน่ใจในคุณภาพ และความปลอดภัยของสินค้า หรือบางรายอาจมีรายได้ไม่เพียงพอในการซื้อสินค้า เนื่องจากสินค้าหลายชนิดมีราคาแพงและการซื้อมาอุปโภคและบริโภคต้องซื้อจำนวนมาก เช่น 3 ขวด หรือ 6 ขวดขึ้นไป ซึ่งมูลค่าไม่ต่ำกว่า 3,000-5,000 บาท จากการสำรวจข้อมูลพบว่า มีกรณีที่ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการซื้อสินค้าต่อครั้งไม่น้อยกว่า 10,000 บาท ซึ่งจากสาเหตุดังกล่าวจึงนำมาซึ่งการทะเลาะเบาะแว้ง เกิดความไม่เข้าใจกัน และส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตและความสัมพันธ์ภายในครอบครัว (นวพร เกษสุวรรณ, 2557)

ในขณะที่เดียวกันก็มีผู้สูงอายุจำนวนหนึ่งที่เปิดรับข่าวสารจากสื่อโฆษณาไม่แตกต่างจากผู้สูงอายุคนอื่น ๆ แต่ก็ไม่ได้ซื้อสินค้าประเภทยา อาหารเสริม และผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่เกี่ยวกับสุขภาพมาบริโภคตามการโฆษณาผ่านทางวิทยุชุมชน หรือทีวีดาวเทียมแต่อย่างใด ซึ่งจากสถานการณ์ทั้งหมดที่กล่าวมา ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลเวียงมีพื้นที่ที่มีการเปิดรับสื่อที่คล้ายคลึงกัน แต่มีทักษะการรู้เท่าทันสื่อที่แตกต่างกัน ดังนั้น หากมีการใช้กระบวนการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน ตั้งแต่การระบุปัญหาที่เกิดขึ้น การช่วยให้ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล ตลอดจนหาวิธีแก้ไขปัญหา และส่งเสริมกิจกรรมนั้นให้เข้าไปตามความต้องการของคนในชุมชนอย่างแท้จริง รวมถึงเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุและเครือข่ายในชุมชนได้มีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ไปสู่กลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน ซึ่งก่อให้เกิดการสื่อสารระหว่างกลุ่มโดยการกระตุ้นย้ำเตือนความรู้เดิมที่มีและเติมเต็มในทักษะด้านการรู้เท่าทันสื่อที่ขาดหายไป เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ระหว่างกันอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น อันจะเป็นการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้ผู้สูงอายุในชุมชนให้รู้จักคิด วิเคราะห์ ไตร่ตรองและหาข้อมูลก่อนตัดสินใจบริโภค ยา อาหาร และผลิตภัณฑ์สุขภาพ เป็นการป้องกันและลดความเสี่ยงด้านสุขภาพของผู้สูงอายุได้ทั้งในระดับปัจเจก

และระดับชุมชนอย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืนตลอดไป อีกทั้งเป็นการส่งเสริมความพอเพียงอันเกิดจากการที่ผู้สูงอายุมีทักษะในการซื้อหรือไม่ซื้อยา อาหารเสริม หรือผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพที่ปลอดภัยและเพียงพอกับความจำเป็นเท่านั้น และยังคงส่งผลต่อสุขภาพด้านกาย จิต สังคม และปัญญาให้กับผู้สูงอายุและญาติพี่น้อง ช่วยลดความตึงเครียดในครัวเรือนลงได้อย่างเป็นรูปธรรม

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์กระบวนการการเพิ่มศักยภาพทางการสื่อสารณรงค์เรื่องความรู้เท่าทันสื่อในกลุ่มผู้สูงอายุอำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา
2. เพื่อประเมินผลการสื่อสารณรงค์เรื่องความรู้เท่าทันสื่อในกลุ่มผู้สูงอายุอำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา

การทบทวนวรรณกรรม

1. **แนวคิดการสื่อสารแบบมีส่วนร่วม** การสื่อสารแบบมีส่วนร่วมเป็นรูปแบบการสื่อสารที่ผู้ส่งสารและผู้รับสารมีอิสระในการสื่อสารและสามารถเข้าถึงสื่อหรือข้อมูลข่าวสารที่เท่าเทียมกัน เพื่อแสดงออกทางความคิด มุมมองและความรู้สึกของพวกเขาอันจะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นมาสู่ตนเองและชุมชนของพวกเขา เป็นการสร้างความเชื่อมั่น เห็นคุณค่าของตัวเองและท้องถิ่นเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงแก้ปัญหาและพัฒนาโดยศักยภาพของชุมชนเอง (กาญจนา แก้วเทพ, 2546)

การมีส่วนร่วมในการสื่อสารของชุมชนนั้นกระทำได้ในหลายระดับ ในงานวิจัยนี้จะขอจัดแบ่งระดับการมีส่วนร่วมของชุมชนเอาไว้ 3 ระดับ โดยเรียงลำดับจากระดับที่น้อยที่สุดไปจนถึงมากที่สุดดังนี้ (กาญจนา แก้วเทพ และคณะ, 2543)

- 1.1 การมีส่วนร่วมในฐานะผู้รับสาร (Audience/Receiver/Users)
- 1.2 การมีส่วนร่วมในฐานะผู้ส่ง/ผู้ผลิต/ผู้ร่วมผลิต/ผู้ร่วมแสดง (Sender/Producer/ Coproduce /Performance)
- 1.3 การมีส่วนร่วมในฐานะผู้วางแผนและกำหนดนโยบาย (Policy Maker/Planner)

ดังนั้นหากใช้หลักการสื่อสารแบบมีส่วนร่วมมาใช้ในการสื่อสารณรงค์เรื่องความรู้เท่าทันสื่อในกลุ่มผู้สูงอายุแล้ว นอกจากจะไม่เพียงสร้างรูปแบบการสื่อสารณรงค์เรื่องความรู้เท่าทันสื่อที่พึงประสงค์แล้วเท่านั้น ยังทำให้กลุ่มผู้สูงอายุเกิดความเข้าใจในเรื่องดังกล่าวอย่างแท้จริง

2. **แนวคิดการรู้เท่าทันสื่อ** ผู้วิจัยเลือกใช้แนวคิดของ Center for Media Literacy (Center for Media Literacy,2008) เป็นแนวคิดหลักในการจำแนกองค์ประกอบของการรู้เท่าทันสื่อออกเป็น 5 องค์ประกอบ ได้แก่

2.1 **ทักษะการเข้าถึง (Access Skill)** ทักษะการเข้าถึงสื่อเป็นความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกถึงการสร้างโอกาสให้ตนได้รับสื่อประเภทต่าง ๆ อย่างเต็มที่ รวดเร็ว สามารถรับรู้เข้าใจเนื้อหาของสื่อประเภทต่าง ๆ ได้อย่างเต็มความสามารถ มีการแสวงหาข่าวสารได้จากสื่อหลายประเภทและไม่ถูกจำกัดอยู่กับสื่อประเภทใดประเภทหนึ่งมากเกินไป มีความสามารถในการเก็บข้อมูลที่เกี่ยวข้องและเป็นประโยชน์

พร้อมทั้งทำความเข้าใจความหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถเลือกกรองข้อมูลประเภทต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการ

2.2 ทักษะการวิเคราะห์ (Analyze Skill) เป็นความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกถึงการบอกหรืออธิบายเพื่อแยกแยะข้อเท็จจริง ข้อจริง ข้อเสนอเกินจริง ความคิดเห็น ข้อดี ข้อเสีย และการโน้มน้าวใจจากการนำเสนอของสื่อ รวมถึงสามารถทบทวนผลดี ผลเสีย และผลกระทบที่มีต่อตนเองและผู้อื่นจากการเลือกรับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ และสามารถบอกหรืออธิบายเกี่ยวกับวัตถุประสงค์หลัก และวัตถุประสงค์แฝงของสื่อในรูปแบบต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง ครอบคลุมครบถ้วน รวมถึงสามารถให้เหตุผลสนับสนุนได้อย่างสมเหตุสมผล

2.3 ทักษะการประเมินสื่อ (Evaluate Skill) เป็นความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกถึงการตัดสินใจเชื่อหรือไม่เชื่อ เลือกรับหรือปฏิเสธข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ ที่บุคคลเปิดรับ และได้ผ่านกระบวนการวิเคราะห์เพื่อแยกแยะสารสนเทศที่สร้างสรรค์และมีประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นตามจุดมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้ โดยสามารถตีความและแปลความหมายของข้อมูลข่าวสารที่สื่อต้องการนำเสนอ หรือแอบแฝงมาในลักษณะต่าง ๆ เพื่อนำไปสู่การตัดสินใจคุณค่า ความถูกต้องเหมาะสม และคุณภาพของสารสนเทศที่ได้รับจากสื่อบนพื้นฐานของประสบการณ์เดิมอย่างมีคุณธรรม จริยธรรม และหลักการประชาธิปไตย

2.4 ทักษะการสร้างสรรค (Create Skill) คือ การที่บุคคลจึงต้องเปลี่ยนบทบาทมาเป็นผู้ผลิตสื่อ ทักษะการสร้างสรรคจึงเป็นความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกถึงการออกแบบเพื่อนำเสนอข้อมูลสารสนเทศ องค์ความรู้ และความคิดเห็นของตนผ่านสื่อที่ผ่านการเลือกอย่างเหมาะสมและหลากหลายรูปแบบได้อย่างเปิดเผย ตรงไปตรงมา และอยู่บนพื้นฐานของความรับผิดชอบและจริยธรรมของตนเองมีความสามารถทำให้ได้สื่อที่จะสามารถสื่อสารได้ตามวัตถุประสงค์ของตน รวมถึงการใช้เทคโนโลยีต่าง ๆ ของสื่อเพื่อแก้ไข และเผยแพร่สารได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.5 ทักษะการมีส่วนร่วม (Participate Skill) เป็นความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกถึงการเข้าไปมีส่วนร่วมในการวิพากษ์ แสดงความคิดเห็น ทำงานร่วมกัน และใช้ประโยชน์จากสื่อของผู้อื่นเพื่อนำไปสู่เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารในลักษณะต่าง ๆ ที่ถูกต้องและเป็นประโยชน์ต่อสังคม และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในการวิพากษ์ และแสดงความคิดเห็นต่อสื่อต่าง ๆ อย่างเปิดเผยบนพื้นฐานของความรับผิดชอบและจริยธรรม รวมถึงการเปิดโอกาสให้บุคคลอื่นเข้ามามีส่วนร่วมในการวิพากษ์ แสดงความคิดเห็น ทำงานร่วมกัน และใช้ประโยชน์จากสื่อของตนเองอย่างเหมาะสม

3. แนวคิดเรื่องการสื่อสารกับผู้สูงอายุ สำหรับเรื่องความสัมพันธ์ในกลุ่มผู้สูงอายุระหว่างคนวัยเดียวกันนั้น ถือว่ามีความสำคัญมากต่อชีวิตของผู้สูงอายุ นอกเหนือจากความพึงพอใจที่จะคบหาสมาคมกับคนอายุรุ่นเดียวกันแล้ว ความสัมพันธ์ดังกล่าวก็ยังมีหน้าที่ที่หลากหลาย เช่น เป็นแหล่งแห่งความมั่นใจ (เวลาไปเที่ยวกับผู้สูงอายุด้วยกัน จะรู้สึกสบายใจกว่าไปกับคนหนุ่มสาว) เป็นแหล่งของการสนับสนุนด้านต่าง ๆ เป็นแหล่งที่บรรเทาความตึงเครียดและสร้างอารมณ์ด้านบวกต่าง ๆ มีงานวิจัยหลายเรื่องที่แสดงให้เห็นว่า ความขัดแย้งในกลุ่มผู้สูงอายุนั้นจะมีน้อยกว่าคนหนุ่มสาว ดังนั้นในเรื่องการสื่อสารเพื่อจัดการกับความขัดแย้งจึงมีความจำเป็นน้อยกว่าเช่นกัน นอกจากนี้ ประเด็นที่ผู้สูงอายุพูดคุยกันนั้นจะเป็นเรื่องการรวมตัวกัน เรื่องการร่วมมือกัน เป็น

เรื่องการพึ่งพาอาศัยกันและกัน เป็นต้น สำหรับในงานวิจัยนี้จะให้ความสนใจกับความสัมพันธ์แบบเพื่อนร่วมวัยเดียวกันของผู้สูงอายุ ซึ่งเราคงต้องยอมรับกันว่า มิตรภาพนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับคนทุกรุ่นทุกวัย ไม่เว้นแม้แต่ผู้สูงอายุ อย่างไรก็ตาม ตามแนวคิดของทฤษฎี Continuity ที่ได้กล่าวมาข้างต้น ปริมาณและคุณภาพของมิตรภาพในวัยสูงอายุนั้นจะเป็นอย่างไร ก็ย่อมขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่ผ่านมาในวัยหนุ่มสาวของบุคคลนั้น ๆ (กาญจนา แก้วเทพ, 2553)

สำหรับในเรื่องประเภทของการรวมกลุ่มในผู้สูงอายุ ได้แก่ กลุ่มครอบครัว กลุ่มเพื่อนฝูง กลุ่มชมรมผู้สูงอายุ กลุ่มสนใจงานอดิเรก กลุ่มออกกำลังกาย กลุ่มรักษาสุภาพ กลุ่มศาสนา ฯลฯ โดยจะมีผลทำให้รูปแบบการสื่อสารของผู้สูงอายุมีลักษณะเป็นการสื่อสารแบบไม่เป็นทางการ ไม่เป็นลายลักษณ์อักษร เป็นต้น ซึ่งกลุ่มผู้สูงอายุจะใช้สื่อกิจกรรมมากที่สุด โดยที่สื่อกิจกรรมนี้เป็นรูปแบบการสื่อสารแบบกลุ่มที่ต้องมาพบปะเห็นหน้ากัน (face-to-face communication) ภายในเวลาและสถานที่ที่กำหนดไว้ (นิรมล อินทฤทธิ์, 2547)

วิธีดำเนินการวิจัย

การเพิ่มศักยภาพทางการสื่อสารณรงค์เรื่องการรู้เท่าทันสื่อด้วยกลยุทธ์การมีส่วนร่วมในกลุ่มผู้สูงอายุ อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา เป็นการศึกษาปฏิบัติการ มีเครื่องมือการเก็บข้อมูล ได้แก่ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสำรวจพื้นที่ สนทนากลุ่ม สัมภาษณ์เชิงลึก และการประชุมเชิงปฏิบัติการกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ คณะกรรมการผู้สูงอายุประจำตำบล อาสาสมัครทางการสื่อสาร และภาคีเครือข่าย คือ กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) นักวิชาการของเทศบาลตำบลเวียง และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย ดังนี้

1. นักวิจัยประชุมชี้แจงความเป็นมาและแนวทางการทำวิจัยกับกลุ่มประธานผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่บ้านอสม. และนักวิชาการที่ดูแลผู้สูงอายุประจำตำบลเวียง เพื่อหาแกนนำด้านการสื่อสารณรงค์เรื่องการรู้เท่าทันสื่อในชุมชน
2. สำรวจบริบทชุมชน เพื่อหาศักยภาพการสื่อสารของชุมชน โดยการสัมภาษณ์และซักชวนให้คนในชุมชนที่มีศักยภาพในการสื่อสารร่วมเป็นอาสาสมัครในการสร้างและผลิตสื่อ รวมทั้งเป็นผู้ส่งสารหลัก
3. จัดเวทีคืนข้อมูลให้กับกลุ่มแกนนำผู้สูงอายุฯ และอาสาสมัครทางการสื่อสารในชุมชน เพื่อระดมความคิดเห็นในการร่วมออกแบบสารและเลือกสื่อตามศักยภาพของชุมชน ตลอดจนการเสริมศักยภาพทางการสื่อสารณรงค์และความรู้เรื่องการรู้เท่าทันสื่อ
4. วางแผนการผลิตสื่อจากสารที่ตกลงร่วมกัน โดยพิจารณาร่วมกันถึงสื่อที่ควรผลิตภายใต้ข้อจำกัดของชุมชน เช่น ระยะเวลา ความเป็นไปได้ รวมถึงการร่วมวางแผนการผลิต กำหนดผู้รับผิดชอบแต่ละสื่อ และการวางแผนการเผยแพร่สื่อ
5. การผลิตสื่อ โดยให้แต่ละกลุ่มที่รับผิดชอบจัดทำเนื้อหาและรูปแบบสื่อที่รับผิดชอบ หลังจากดำเนินการเรียบร้อยแล้วจะให้แต่ละกลุ่มร่วมแสดงความคิดเห็นและให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงสื่อ พร้อมทั้งหารือถึงช่องทางการสื่อสารสองทางให้กับสมาชิกในชุมชนในระหว่างการผลิตสื่อ และหลังการรับสื่อไปแล้ว ในฐานะการเป็นผู้ส่งสารร่วมกัน

6. การเผยแพร่สื่อ ร่วมกันเผยแพร่สื่อตามที่ได้กำหนดแผนการสื่อสารณรงค์ โดยเปิดโอกาสให้คนในชุมชนได้มีส่วนร่วมในการติดตั้งหรือเผยแพร่สื่อร่วมกัน

7. การประเมินผลสื่อ โดยประเมินจากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มแกนนำผู้สูงอายุฯ อาสาสมัครผลิตสื่อ ผู้สูงอายุในชุมชนที่เป็นผู้รับสาร และญาติของผู้สูงอายุ รวมถึงการประเมินจากการเข้าร่วมในเวทีผู้สูงอายุประจำเดือนเป็นระยะเวลา 3 เดือน เพื่อสังเกตการณ์การสื่อสารของกลุ่มแกนนำผู้สูงอายุฯ ตลอดจนสังเกตพฤติกรรมยอมรับจากผู้สูงอายุในชุมชน

ผลการวิจัย (Results)

การเพิ่มศักยภาพทางการสื่อสารณรงค์เรื่องความรู้เท่าทันสื่อด้วยกลยุทธ์การมีส่วนร่วมในกลุ่มผู้สูงอายุอำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา มีผลการศึกษาดังนี้

1. บริบททางการสื่อสาร

1.1 ผู้ส่งสาร (Sender) ส่วนใหญ่จะอยู่ในกลุ่มผู้นำของชุมชน ซึ่งสามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

(1) ผู้นำชุมชนที่เกิดขึ้นจากอำนาจหน้าที่ โดยเป็นบุคคลที่ได้รับการแต่งตั้งจากรัฐอย่างเป็นทางการ คือ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน เจ้าหน้าที่ อสม. นักพัฒนาชุมชน เป็นต้น ผู้ส่งสารกลุ่มนี้ ทิศทางการสื่อสารใช้ลักษณะจากบนลงล่าง หรือการสื่อสารทางเดียว (one-way communication) ผ่านช่องทางที่เป็นทางการ เช่น การประชุมประจำหมู่บ้านและตำบล การแจ้งผ่านไปยังผู้ใหญ่บ้านเพื่อประชาสัมพันธ์ให้ทางหอกระจายข่าวประจำหมู่บ้าน หรือการไปเยี่ยมบ้านของกลุ่ม อสม.

(2) ผู้นำชุมชนอย่างไม่เป็นทางการ เกิดขึ้นตามความเชื่อถือศรัทธาของคนในชุมชนมีทั้งแบบการแต่งตั้งจากคนในชุมชน เช่น ประธานกลุ่มเครือข่ายต่าง ๆ ได้แก่ ประธานกลุ่มผู้สูงอายุ นักจัดรายการวิทยุชุมชน และแบบไม่มีการแต่งตั้งแต่เป็นผู้นำทางจิตวิญญาณ ความเคารพนับถือ เช่น ปราชญ์ท้องถิ่นในด้านต่าง ๆ ได้แก่ ศิลปินพื้นบ้าน พระภิกษุ และคนเฒ่าคนแก่ในหมู่บ้าน ผู้ส่งสารกลุ่มนี้ทิศทางการสื่อสาร เน้นการสื่อสารสองทาง (two-way communication) แต่ผสมผสานระหว่างการสื่อสารจากบนลงล่าง และการสื่อสารแนวระนาบ ที่มีเป้าหมายเพื่อปรึกษาหารือ ช่องทางที่ใช้เป็นประจำคือการประชุมปรึกษาหารือภายในกลุ่ม หรือผ่านช่องทางสื่อกิจกรรมต่าง ๆ เช่น งานบุญ โรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นต้น

ดังนั้นสรุปได้ว่า ผู้ส่งสารในตำบลเวียง มีสองกลุ่มใหญ่ มีการแบ่งแยกหน้าที่ในการส่งสารตามลักษณะที่มาและเนื้อหาสาร เช่น หากเป็นเรื่องราวภายนอกชุมชนและมีเนื้อหาเกี่ยวกับภายนอก ผู้ส่งสารมักใช้ผู้มีอำนาจหน้าที่ที่เป็นทางการและมีความเกี่ยวข้องกับที่มาของสารนั้น แต่หากเป็นเรื่องราวที่มาจากชุมชนแล้วมักใช้ผู้ส่งสารที่ได้รับการยอมรับหรือเคารพนับถือจากคนในชุมชนเป็นผู้ส่งสารมากกว่า

1.2 ข้อมูลข่าวสาร (Message) สามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะตามแหล่งที่มา 2 ประเภท คือ

(1) สารหรือข้อมูลข่าวสารที่มาจากภายนอกชุมชน ส่วนใหญ่ มักเป็นเนื้อหาเกี่ยวกับนโยบาย เจื่อนใจ กติกา ระเบียบ ที่มาจากหน่วยงานรัฐในระดับต่าง ๆ โดยเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับด้านการเกษตร หรือข่าวสารเกี่ยวกับสถาบันทางการเงินของรัฐ รวมถึงข่าวเรื่องการรับเบี้ยยังชีพของกลุ่มผู้สูงอายุ เป็นต้น

นอกจากนั้นสารยังเกี่ยวข้องกับสุขภาพที่มาจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพระดับตำบล โดยส่งข่าวสารผ่านอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เช่น การแนะนำวิธีป้องกันโรค เป็นต้น

(2) สารหรือข้อมูลข่าวสารที่มาจากภายในชุมชน เนื้อหาสารมักเกี่ยวกับกิจกรรม ความเคลื่อนไหวที่เกิดขึ้นภายในชุมชน เช่นงานศพ งานบุญ กิจกรรมประเพณีของตำบล ซึ่งมีการใช้ประกาศเสียงตามสายโดยพ่อหลวงเป็นหลัก หรือการสื่อสารแบบปากต่อปากที่ผู้ส่งสารจะเป็นผู้นำทางธรรมชาติหรือผู้ที่เชี่ยวชาญในประเพณี หรือกิจกรรมนั้น ๆ เป็นผู้สื่อสาร จากนั้นชาวบ้านก็จะมีการขยายเนื้อหาไปยังกลุ่มคนอื่น ๆ ในชุมชนมากขึ้น โดยเนื้อหาสารดังกล่าว เป็นเนื้อหาที่ชุมชนสร้างขึ้นเอง มีความเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิต และความรู้สึกเป็นเจ้าของประเด็นโดยตรง อีกทั้งผู้ส่งสารยังมีความใกล้ชิดกับคนในชุมชน และการใช้วิธีการสื่อสารแบบปากต่อปากยังทำให้การเผยแพร่ข่าวสารเข้าถึงชาวบ้านอย่างรวดเร็ว

1.3 ช่องทางการสื่อสาร หรือสื่อ (Channel/Media) จากการศึกษา สามารถแบ่งออกเป็น 4 กลุ่มดังต่อไปนี้

(1) สื่อบุคคล ได้แก่ ผู้นำชุมชน ผู้นำทางความคิด ผู้นำจิตวิญญาณ ศิลปินพื้นบ้าน รวมทั้งการสื่อสารแบบปากต่อปากเป็นสื่อที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด สื่อบุคคลเป็นสื่อที่เข้าถึงคนในชุมชนได้อย่างกว้างขวางและสามารถสื่อให้คนในชุมชนเข้าใจในข้อมูลต่าง ๆ ได้มากกว่าสื่อประเภทอื่น อีกทั้งเป็นสื่อที่ได้รับความไว้วางใจจากคนในชุมชน และเป็นสื่อที่เข้าถึงคนในชุมชนได้ทุกระดับ

(2) สื่อกระจายเสียง เป็นอีกสื่อหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในชุมชนเทศบาลตำบลเวียง ได้แก่ หอกระจายข่าว วิทยุชุมชน รถแห่ เป็นต้น

(3) สื่อพื้นที่ สื่อประเพณี สื่อกิจกรรม พื้นที่เทศบาลตำบลเวียง อำเภอเชียงคำ มีประเพณีท้องถิ่นที่ตึงงาม อาทิ ประเพณีรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุ เป็นงานประเพณีที่เป็นศูนย์รวมคนในชุมชนได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ยังมีสื่อกิจกรรมต่าง ๆ เช่น งานศพ เป็นกิจกรรมที่คนในชุมชนได้แสดงความรักและร่วมช่วยงานกันเป็นจำนวนมาก หรือการเข้าร่วมกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุที่มีเป็นประจำทุกวันที่ 14 ของเดือน ซึ่งเป็นอีกหนึ่งช่องทางการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพมากเช่นกัน รวมถึงกิจกรรมรำวงที่มีเป็นประจำในตอนเย็นของแต่ละหมู่บ้าน และเป็นกิจกรรมเสริมของโรงเรียนผู้สูงอายุซึ่งมีผู้ให้ความสนใจอย่างมากโดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุ สำหรับสื่อที่ได้รับความนิยมอย่างมากในกลุ่มของผู้สูงอายุคือ สื่อพื้นบ้านที่ถ่ายทอดโดยศิลปินพื้นบ้านในเทศบาลตำบลเวียง ได้แก่ การร้องจ้อย ซอ ค่าว ที่ศิลปินสามารถแต่งคำร้องให้สอดคล้องกับสถานการณ์/ เรื่องราวที่ต้องการถ่ายทอด เช่น การค่าวเหตุการณ์แผ่นดินไหว การค่าวต้อนรับผู้มาเยือนในชุมชน เพลงขอเรื่องการอนุรักษ์ป่าไม้ เป็นต้น

(4) สื่อสิ่งพิมพ์/ป้ายประกาศ สื่อสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ ในหมู่บ้าน เป็นสื่อที่มีความคงทน ถาวร และสามารถอ่านซ้ำเพื่อเตือนความจำหรือทบทวนข้อมูลได้ตลอดเวลา เช่น ป้ายประกาศ โปสเตอร์ ซึ่งส่วนใหญ่จะเผยแพร่ที่ศาลาอเนกประสงค์ประจำหมู่บ้าน

1.4 ผู้รับสาร (Receiver) มีต้นทุนทางสังคมสูง คือความสัมพันธ์ที่มีลักษณะเป็นพี่เป็นน้อง เป็นเพื่อนสนิทที่มีความกลมเกลียวในการทำกิจกรรมร่วมกัน และมักไม่ค่อยมีประเด็นขัดแย้ง นอกจากนี้ยังมีลักษณะนิสัยที่ชอบความสนุกสนาน ชอบร้องเพลงและร่าเริง โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุ นอกจากนี้ผู้รับสารมีความสนใจและจดจำสารที่เกี่ยวข้องกับผลประโยชน์ของตนเองมากกว่าสารอื่น ๆ เมื่อผู้รับสารเกิดข้อสงสัยเกี่ยวกับสารจะเลือกใช้วิธีการสอบถามจากเพื่อนบ้าน ผู้ใหญ่บ้าน และ อสม.

2. กระบวนการพัฒนาศักยภาพในระดับชุมชนของกลุ่มแกนนำผู้สูงอายุและอาสาสมัครทางการสื่อสาร โดยมีทั้งหมด 4 ขั้นตอนได้แก่ (1) การจัดประชุมเพื่อระดมความคิดเห็น (2) การเสริมศักยภาพด้านการสื่อสารรณรงค์ และการรู้เท่าทันสื่อ (3) การทำแผนและถอดประสบการณ์ (4) การผลิตสื่อและเผยแพร่สื่อรณรงค์ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้หลักการมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน โดยมีรายละเอียดในแต่ละขั้นตอนดังต่อไปนี้

2.1 การจัดประชุมเพื่อระดมความคิดเห็น จากกรณีที่นักวิจัยจัดเวทีรายงานสถานการณ์เรื่องการรู้เท่าทันสื่อในกลุ่มผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลเวียง และคืนข้อมูลเรื่องบริบททางการสื่อสารในชุมชน ให้กับกลุ่มแกนนำผู้สูงอายุ ซึ่งมีการประชุมร่วมกับนักวิชาการที่ดูแลผู้สูงอายุประจำตำบล และกลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ที่ประชุมเห็นความสำคัญในประเด็นดังกล่าว และมีมติให้ทดลองการสื่อสารรณรงค์เรื่องการรู้เท่าทันสื่อในกลุ่มผู้สูงอายุ โดยมีขอบเขตพื้นที่ใน 10 หมู่บ้านของตำบลเวียง อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา รวมถึงมีมติให้เปิดรับสมัครอาสาสมัครในชุมชนที่มาร่วมสร้างสรรค์สื่อ และเผยแพร่การสื่อสารรณรงค์

2.2 การเสริมศักยภาพด้านการสื่อสารรณรงค์ และความรู้เรื่องการรู้เท่าทันสื่อ จากกรณีที่นักวิจัยจัดเวทีคืนข้อมูลเรื่องบริบททางการสื่อสารในชุมชนให้กับกลุ่มแกนนำผู้สูงอายุ นักวิชาการ กลุ่ม อสม. และอาสาสมัครในชุมชนที่มาร่วมสร้างสรรค์สื่อ ที่ประชุมมีมติให้นักวิจัยจัดอบรมให้กับกลุ่มภาคีเครือข่ายใน 2 เรื่อง คือ การวิเคราะห์สื่อโฆษณาทางวิทยุและโทรทัศน์ และการเลือกใช้สื่อที่เหมาะสมในการสื่อสารรณรงค์

2.3 การทำแผนและถอดประสบการณ์ หลังจากให้นักวิจัยได้พัฒนาศักยภาพทางการสื่อสารรณรงค์ และการรู้เท่าทันสื่อแล้ว กลุ่มแกนนำฯ และภาคีเครือข่ายฯ ได้จัดประชุมเพื่อกำหนดเป้าหมายของการสื่อสาร และการออกแบบการสื่อสาร ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

(1)การกำหนดเนื้อหาสารหลัก (Message)

ตารางที่ 1 เนื้อหาสารที่กลุ่มแกนนำผู้สูงอายุและอาสาสมัครทางการสื่อสารร่วมออกแบบการสื่อสาร

หัวข้อหลัก	เนื้อหาสาร
1. อันตราย/โทษของการไม่รู้เท่าทันสื่อโฆษณาอาหารและยา	1.1 ความเสี่ยงจากการบริโภคสินค้าประเภทยา อาหารเสริม และผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพโดยไม่พิจารณาและตรวจสอบให้ดีก่อน 1.2 ผลกระทบต่อสุขภาพจิตของตนเอง (ผู้สูงอายุ) กับคนในครอบครัว เมื่อมีความเห็นไม่ตรงกันเรื่องการซื้อยามารับประทานตามโฆษณา
2. การเตือนเพื่อน ๆ ผู้สูงอายุ	2.1 เรื่องการซื้อยามากินเอง จะมีอันตรายถึงชีวิต 2.2 ก่อนซื้อยามากินเอง ควรพิจารณาว่าสินค้านั้นมีความเหมาะสมกับเราหรือไม่ ซึ่งควรปรึกษาแพทย์ก่อนรับประทานยา
3. วิธีการรักษาสุขภาพของผู้สูงอายุ	3.1 การเลือกรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ โดยเน้นกินผักและผลไม้ 3.2 การดื่มน้ำให้เพียงพอกับร่างกาย 3.3 ไม่ดื่มของมีแอลกอฮอล์ 3.4 การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอให้เหมาะสมกับร่างกาย เช่น รำกระบอง รำวง เดิน

ตารางที่ 2 แสดงเนื้อเพลงขอ ที่ใช้ในการสื่อสารรณรงค์เรื่องการรู้เท่าทันสื่อ

ประเภทของเพลงรณรงค์	เนื้อหาสาร	ผู้แต่ง/ร้อง
1. เพลงขอ : รู้เท่าทันสื่อโฆษณา	<p>ก้อยฟังเตอะมาลา ป่าจำแม่จำปออยู่แม่หมอน มาฟังคล้ายคำเหี้ยก่อน ข้าจะเล่าเรื่องยกเรื่องยา ขอปออยู่ แม่อยู่อย่าไปเซาะซื้อหา ตามเป็นเล่าลือมา โฆษณา ออกอากาศ</p> <p>เรื่องอาหาร และผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับสุขภาพ ขอปอแท้ อย่าได้ประมาท ซื้อเอาของมาลอง ร่างกายเฮานี้ บ่าใจดีลองของ บ่อถ้าซื้อมาลอง ร่างกายของเฮาเด็ดขาด ตัวอย่างที่เกิดขึ้นมีวะจี เจ้านี้ขอกราบ ขอปอแม่อย่าได้ ประมาท อย่าได้หลงเชื่อโฆษณา เป็นมาจุ มาหลอก บอกว่าเจ็บหัวเข่าแข้งขา ไปซื้อมากินเตอะยา แข่ง ชาติซาหายปวด</p> <p>ผู้สูงอายุตั้งหลายบ่อว่ายิ่งจายมวนหมู จะไปว่า ข้าเจ้าหลบหลู่ ถ้าซื้อยามากินเองซื้อปรึกษาแพทย์ก่อนเน้อ จะ เจ้าบ่อได้ข่มเหงนี้กว่าเป็นกันเองคล้ายคำมาเล่ามาบอก ก้านกินอาหารทุกวัน ที่สำคัญหื้อครบห้าหมู เฮามกินเพื่อ</p>	<p>1.แม่คล้าย อินตะเสนา (แต่งเนื้อเพลงและขับร้อง)</p> <p>2. พ่ออุดร อินตะเสนา (นักดนตรีสะล้อ)</p> <p>3. พ่อวรรณชัย กลิ่นหอม(นัก ดนตรีซิง)</p>

ประเภทของเพลง รณรงค์	เนื้อหาสาร	ผู้แต่ง/ร้อง
	<p>อยู่ เพื่อร่างกายจะได้แข็งแรง กินปากินผักผลไม้ลูก แตงกินมาแต่ในแดง กล้วยน้ำหวานกล้วยอ่อน</p> <p>เรื่องอาหารกำนกิน ตัวลูกแม่มึงจะเล่าจะบอกว่าด้านใน ด้านนอกที่อครบห้าหมู่ตั้งวัน กินผักและผลไม้ ขออย่าได้ ลืมกัน ลีนจีล่ำไยมาคั้นมะละกอน้อยหน้า</p> <p>หมั่นออกกำลังกาย เธอจะสบายร่างกายผุดผ่อง จะจวน เอาบ้อละอ่อน ปากันไปเดินรำวง ระกระบองก้อได้แล้วแต่ ความเหม้าะสม หรือจะเดินจงกลมสิบริบขาวรอบ บ่อว่า</p> <p>กินน้ำอ้อเพียงพอ ร่างกายชลดตัวอยู่จะไปคุดคู้มดมู มัน บ่ตีบงาม อันใดจะดีก็ปากันเยี้ยะ บ่อถ้าไปละฮือมันติดตำ ฮือหมั่นออกกำลังกาย ร่างกายจะได้สดชื่น</p> <p>ฮือเล็กเรื่องสุรยาเมาอันเหล่าน้ำขาว ก้ออย่าไปรีน บ่อ ใจของนิยมชมชื่น เพราะเป็นประเภท มัวเมา อันน้ำอ้อคณนั้นเล่า มันตึงบ่อดีแต่หนอ ตี้คล้ายคำมาขอ ก็เพราะเป็นห่วงบ่อแม่</p> <p>ป็น้องตงหลาย ตีมายายเป่าเต้าเป็นแก เป็นบ่อเป็นแม่ ตึงคุณลุงคุณอา เขาจ่วยกันเตอะ</p> <p>อนุรักษฮักษา ของประเพณีล้านนาเป็นของโบราณมาเก่า ฮือทำให้เบิกบานสนุกสนานขออย่าได้เครียด อย่าไป ซีเรียสอันเรื่องกำนเรื่องาน เหามาสนุก</p> <p>กันเตอะบ่อถ้าห้วงเวียกห้วงกำน ขอฮือป้งลงวางอายุสังขาร ก็แก</p> <p>ตี้จะเจ้ามาขอ เหาหยั่งก่อนหนอ อ้อบ่อแม่บ่อว่าผู้เต้าผู้ แก ตี้ได้มานั่งฟังขอ ข้าเราชอมานักขอนั่งพักก่อนหนอ ลวด เลยป้งกำขอ ยังเหยเต้าอ้อก่อนแหล่</p> <p>วางเพลง.....</p>	

(2) ช่องทางการสื่อสาร หรือสื่อ (Channel/Media)

ตารางที่ 3 สื่อ/ช่องทางการสื่อสารที่ใช้ในการสื่อสารรณรงค์

สื่อ/ช่องทางการสื่อสาร	ประเภทของสื่อ
1. สื่อบุคคล	- กลุ่มประธานผู้สูงอายุทุกหมู่บ้าน - อาสาสมัครทางการสื่อสาร (ศิลปินพื้นบ้าน) - ผู้ใหญ่บ้านทุกหมู่บ้าน - อาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน - นักจัดรายการวิทยุในชุมชน
2. สื่อพื้นบ้าน	- เพลงพื้นบ้านที่ใช้ในการรณรงค์ ได้แก่ เพลงขอ คำว จ้อย
3. สื่อกิจกรรม	- การจัดเหตุการณ์พิเศษ/กิจกรรมรณรงค์ในโรงเรียนผู้สูงอายุ เดือนละ 1 ครั้ง
4. สื่อกระจายเสียง	- สถานีวิทยุในชุมชน - หอกระจายข่าวของทุกหมู่บ้าน - รถแห่

2.4 การผลิตสื่อและเผยแพร่สื่อรณรงค์ หลังจากการประชุมวางแผนการสื่อสารรณรงค์แล้ว ทางประธานผู้สูงอายุ คณะกรรมการผู้สูงอายุ อาสาสมัครทางการสื่อสาร และ กลุ่ม อสม. ได้ดำเนินการผลิตสื่อและเผยแพร่ตามแผน โดยในด้านการผลิตสื่อมีอาสาสมัครทางการสื่อสารเป็นผู้ดำเนินการหลัก ได้แก่ ศิลปินพื้นบ้านเป็นผู้สร้างสรรค์เพลงรณรงค์จำนวน 3 เพลง (เพลงขอ คำว จ้อย) ซึ่งมีนักวิจัยเป็นผู้คอยอำนวยความสะดวกในเรื่องการบันทึกเสียง นอกจากนี้ยังมีกลุ่มคณะกรรมการผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่บ้าน และนักจัดรายการวิทยุชุมชนเป็นผู้สื่อสารหลักโดยมีการอธิบายเนื้อหาตามที่กำหนดไว้ในแผน นอกจากนี้หากกลุ่มอาสาสมัครทางการสื่อสารต้องการสื่อสารข้อมูลทางวิชาการ เช่น ความรู้เรื่องการไข้ยา นักวิจัยจะเป็นผู้ประสานนักวิชาการจากโรงพยาบาล เชียงคำและมหาวิทยาลัยพะเยามาหนุนเสริมในการสื่อสาร เป็นต้น สำหรับด้านการเผยแพร่สื่อจะมีประธานผู้สูงอายุ และคณะกรรมการผู้สูงอายุของแต่ละหมู่บ้านเป็นผู้คอยกำกับดูแลในด้านการเผยแพร่ให้เป็นไปตามระยะเวลาที่กำหนด

3. การประเมินผลการสื่อสาร

หลังจากที่มีการเผยแพร่การสื่อสารเป็นระยะเวลา 3 เดือนตามแผนการสื่อสารรณรงค์ ผู้วิจัยได้มีการวัดการรับรู้และความเข้าใจในเนื้อหาสาระด้วยการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบรายบุคคล โดยเก็บข้อมูลให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนจากทุกหมู่บ้าน และประเมินจากการจัดกิจกรรมประกวดร้องเพลงพื้นบ้านทุกประเภทที่ใช้ในการสื่อสารรณรงค์ ซึ่งผู้วิจัยจะนำเสนอผลการศึกษาเป็น 2 ประเด็น คือ ด้านการรับรู้ และด้านความเข้าใจเนื้อหาสาระ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 ด้านการรับรู้ ผู้รับสารมีการรับรู้ในการสื่อสารได้ดี โดยสื่อที่ผู้สูงอายุรับรู้ได้ดีที่สุดคือ สื่อพื้นบ้าน (เพลงที่ใช้ในการสื่อสารรณรงค์) และเพลงรณรงค์ที่ผู้รับสารรับรู้ได้ดีที่สุดคือ เพลงขอผู้ทันสื่อ รองลงมาคือเพลงลูกทุ่ง(กินยาโฮงบาล) และคำขวัญผู้ทันสื่อ ตามลำดับ โดยผู้รับสารบางกลุ่มสามารถจดจำเนื้อเพลงรณรงค์ และร่วมร้องเพลงรณรงค์ในเวทีผู้สูงอายุได้ รวมถึงยังสามารถขึ้นประกวดร้องเพลงได้โดยไม่ต้องดูเนื้อเพลงประกอบ แต่ผู้รับสารบางกลุ่มสามารถร้องเพลงตามได้ แต่ยังไม่สามารถจดจำเนื้อหาสาระได้ สำหรับช่องทางการสื่อสาร/สื่อที่ผู้รับสารรับรู้ได้ดีที่สุดคือ หอกระจายข่าวที่ผู้สูงอายุเป็นผู้เผยแพร่ โดยผู้รับสารจะได้รับฟัง ทั้งช่วงเช้าและช่วงเย็น รองลงมาคือเวทีผู้สูงอายุ ที่ประธานผู้สูงอายุใช้เปิดในระหว่างรอการเริ่มกิจกรรม และสื่อวิทยุชุมชนที่อาสาสมัครทางการสื่อสารเป็นผู้เผยแพร่โดยมีความถี่ในการเปิดทุกวัน นอกจากนี้ สื่อที่ช่วยส่งเสริมในการต่อยอดสื่อสารได้ดียิ่งขึ้น คือ สื่อกิจกรรม ได้แก่ การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ เช่น การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ การบรรยายให้ความรู้โดยวิทยากรจากโรงพยาบาลเชิงคำ กิจกรรมรณรงค์โดยการเปิดเพลงรณรงค์ในลานร่ายย่อนยุคที่มีเป็นประจำทุกวันในช่วงตอนเย็น สำหรับสื่อบุคคลที่สามารถโน้มน้าวใจผู้รับสารได้ดีคือ อาสาสมัครทางการสื่อสาร ได้แก่ ศิลปินพื้นบ้าน และนักจัดรายการวิทยุ ซึ่งทางคณะกรรมการผู้สูงอายุเป็นผู้เลือกให้เป็นผู้สื่อสารหลักแทนกลุ่มแกนนำทางการสื่อสาร

3.2 ด้านความเข้าใจเนื้อหาสาระ

จากผลการศึกษาพบว่า ผู้รับสารส่วนใหญ่มีความเข้าใจเนื้อหาสาระในประเด็นเรื่องความเสี่ยงจากการบริโภคสินค้าประเภทยา อาหารเสริม และผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับสุขภาพโดยไม่พิจารณาและตรวจสอบให้ถี่ก่อน และผู้รับสารมีความเข้าใจว่าก่อนซื้อยาควรจะไปปรึกษาแพทย์ เภสัชกร อสม. และลูกหลาน ซึ่งไม่ควรตัดสินใจซื้อสินค้าจากการรับรู้ในสื่อโฆษณาเพียงทางเดียว นอกจากนี้ผู้รับสารมีความคิดเห็นว่าการรับประทานอาหารเสริมมีความจำเป็นกับสุขภาพ และหากเลือกวิธีการส่งเสริมสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง จะเลือกวิธีการรับประทานอาหารเสริมควบคู่กับการออกกำลังกาย และรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์กับร่างกาย

การอภิปรายผล

จากผลการศึกษาวิจัยเรื่องการเพิ่มศักยภาพทางการสื่อสารรณรงค์เรื่องการใช้ยาต้านเชื้อด้วยกลยุทธ การมีส่วนร่วมในกลุ่มผู้สูงอายุอำเภอเชิงคำ จังหวัดพะเยา ได้ค้นพบกระบวนการที่สำคัญและเป็นกระบวนการแรกของการสื่อสารรณรงค์แบบมีส่วนร่วมคือ การวิเคราะห์และประเมินต้นทุนศักยภาพที่มีอยู่ในชุมชนของตนเอง หรือการศึกษาบริบทชุมชนเพื่อให้มองเห็นข้อเด่น ข้อด้อย และศักยภาพพร้อมทั้งวิเคราะห์สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นของชุมชนที่ต้องการแก้ไข จากนั้นจะนำไปสู่การค้นหาคำศัพท์และต้นทุนที่มีอยู่ในชุมชน จากการศึกษาพบว่า การรู้จักชุมชนและการทราบศักยภาพของชุมชนในด้านต่าง ๆ ช่วยทำให้การทำงานของคณะกรรมการผู้สูงอายุ และอาสาสมัครทางการสื่อสารมีความสามารถในเรื่องดังต่อไปนี้

1. สามารถกำหนดเป้าหมายในการสื่อสาร ที่วิเคราะห์มาจากการศึกษาบริบทชุมชน ในด้านจุดอ่อน จุดเด่น และศักยภาพและอุปสรรคทางการสื่อสารที่เกิดขึ้น
2. สามารถใช้ข้อมูลในการศึกษาบริบททางการสื่อสาร มากำหนดรูปแบบการสื่อสารรณรงค์ตามองค์ประกอบทางการสื่อสาร ทั้งด้านผู้ส่งสาร สื่อหรือช่องทางการสื่อสาร และสามารถออกแบบสารได้อย่าง

เหมาะสม สอดคล้องกับเป้าหมายที่ต้องการสร้างการรับรู้และความเข้าใจในเรื่องการรู้เท่าทันสื่อ และสอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชน

ดังนั้น การศึกษาบริบทชุมชนทางด้านการสื่อสาร จึงเป็นกระบวนการที่ขาดไม่ได้ในการสื่อสารแบบมีส่วนร่วม และควรทำตั้งแต่แรกก่อนการพัฒนาหรือกำหนดเป้าหมายในการพัฒนา เพราะสามารถทำให้การออกแบบกิจกรรมการสื่อสารณรงค์ในองค์ประกอบการสื่อสารต่าง ๆ มาจากศักยภาพที่มีความเฉพาะตัวของชุมชนว่ากิจกรรมใด หรือการใช้สื่อและสารถายใต้กระบวนการสื่อสารแบบมีส่วนร่วมนั้นควรเป็นแบบใด และจังหวะเวลาใดเหมาะสมที่จะใช้ภาคีเครือข่ายทางสื่อสารในชุมชน และจังหวะเวลาใดควรจะต้องดึงศักยภาพของเครือข่ายจากภายนอกเข้ามาหนุนเสริมได้อย่างเหมาะสม

จากการอภิปรายผลในเรื่องการสำรวจบริบทของชุมชนก่อนการวางแผนทางการสื่อสารณรงค์ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดในเรื่องหัวใจสำคัญของการสื่อสารชุมชน (กาญจนา แก้วเทพ และคณะ, 2551) ที่ได้ให้ข้อคิดเห็นไว้ว่า ความรู้และความเข้าใจที่มีต่อต้นทุน ศักยภาพ ข้อจำกัดของชุมชน จะสามารถทำให้นำไปออกแบบการสื่อสารได้อย่างเหมาะสมกับประเด็นหรือเป้าหมายที่ต้องการ ดังนั้นหากศึกษากระบวนการสื่อสารของชุมชน ควรมีความเข้าใจในเรื่องบริบททางการสื่อสารของชุมชนนั้น ๆ เนื่องจากการสื่อสารเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นภายใต้สภาพแวดล้อมหนึ่ง ๆ เสมอ การศึกษาบริบททางการสื่อสารของชุมชนนั้น ผู้เข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการสื่อสารชุมชนควรมีความรู้ความเข้าใจในประเด็นดังกล่าว

นอกจากนี้ การทำงานของกระบวนการสื่อสารณรงค์แบบมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในชุมชน กรณีการสร้างการรับรู้และความเข้าใจในเรื่องการรู้เท่าทันสื่อ นั้น จำเป็นต้องมีการออกแบบสารถายใต้ช่องทางการสื่อสารเพื่อนำพาสารไปยังกลุ่มเป้าหมาย สามารถทำได้อย่างมีประสิทธิภาพในระดับหนึ่ง เนื่องจากกระบวนการสร้างการกำหนด และการออกแบบสื่อและสารถายใต้กระบวนการที่คณะกรรมการผู้สูงอายุประจำตำบล และอาสาสมัครทางการสื่อสาร ซึ่งเป็นคนในชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในลักษณะตั้งแต่ร่วมคิด ร่วมผลิต และร่วมเผยแพร่ จึงทำให้สารถายที่ผลิตออกมามีเนื้อหาที่ใกล้ชิด สอดคล้องกับวิถีดั้งเดิมของชุมชน หรือเป็นสารถายที่ชุมชนมีความคุ้นชินอยู่แล้ว ประกอบกับการสร้างและการเลือกใช้สื่อหรือช่องทางยังเลือกใช้สื่อที่มีอยู่ในชุมชน ซึ่งชุมชนสามารถบริหารจัดการได้มากกว่าสื่อที่อยู่ภายนอกชุมชน จึงทำให้ผู้รับสารสามารถเข้าถึงและถอดรหัสสารถายนั้นได้โดยง่าย

อีกประเด็นที่น่าสนใจ ได้แก่ การใช้กระบวนการสื่อสารณรงค์แบบมีส่วนร่วมสามารถพัฒนาทรัพยากรบุคคลทั้งในส่วนของคณะกรรมการผู้สูงอายุประจำตำบล ให้สามารถเกิดทักษะในการประยุกต์ใช้กระบวนการสื่อสารกับกิจกรรมอื่น ๆ ในชุมชนได้ และกลุ่มอาสาสมัครทางการสื่อสารที่เข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการนอกจากจะเกิดทักษะทางการสื่อสาร ความภาคภูมิใจในตนเองที่สามารถทำให้พวกเขาารู้สึกเป็นที่ยอมรับของชุมชนมากยิ่งขึ้นแล้ว ยังสามารถทำให้เกิดความเข้าใจในเนื้อหาสารถายอย่างแท้จริง

สำหรับประเด็นการประเมินทักษะเรื่องการรู้เท่าทันสื่อในผู้ส่งสารและผู้รับสาร ผู้วิจัยได้นำแนวคิดเรื่อง Center for Media Literacy (Center for Media Literacy, 2008) มาเป็นแนวคิดหลักในการจำแนกองค์ประกอบของการรู้เท่าทันสื่อ ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 องค์ประกอบ คือ ทักษะการเข้าถึง (Access Skill) ทักษะการวิเคราะห์ (Analyze Skill) ทักษะการประเมินสื่อ (Evaluate Skill) ทักษะการสร้างสรรค์ (Create Skill)

และทักษะการมีส่วนร่วม (Participate Skill) ซึ่งจากผลการวิจัยพบว่า ในผู้รับสารที่มี 2 บทบาท คือเป็นทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสารนั้น จะมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการรู้เท่าทันสื่อในเรื่องทักษะในการเข้าถึง การสร้างสรรค์ การมีส่วนร่วม การวิเคราะห์ และการประเมินเนื้อหาสาร แต่สำหรับผู้รับสารที่มีบทบาทเดียวจะมีข้อจำกัดในทักษะการวิเคราะห์ และการประเมินเนื้อหาสาร ดังนั้น หากมีการสื่อสารรณรงค์ในโอกาสต่อไป หากสามารถปรับเปลี่ยนให้ผู้รับสารมีทั้ง 2 บทบาท จะส่งเสริมให้ผู้รับสารมีศักยภาพในการรู้เท่าทันสื่อได้ดี

ข้อเสนอแนะ

1. ศึกษากระบวนการระดับการสร้างการรับรู้ความหมายของคนในชุมชนให้กลายเป็นความเข้าใจในเรื่องการรู้เท่าทันสื่อให้มากขึ้น
2. ควรมีการพัฒนาหรือฝึกอบรมให้ผู้ที่เข้ามาเป็นคณะกรรมการผู้สูงอายุประจำตำบลรายใหม่โดยผ่านกระบวนการฝึกอบรมหรือแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เพื่อสร้างความเข้าใจในเรื่องการรู้เท่าทันสื่ออย่างถ่องแท้

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี โดยได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ และมหาวิทยาลัยพะเยา ตลอดจนได้รับความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจากผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา คำแนะนำ และข้อเสนอแนะเพื่อให้การวิจัยครั้งนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

ภาษาไทย

- กาญจนา แก้วเทพ. (2546). อีกครั้งกับเรื่องการสื่อสารแบบมีส่วนร่วม. วารสารวิจัยสังคม. ปีที่ 26 ฉบับที่ 2: น.101-135.
- กาญจนา แก้วเทพ และคณะ. (2543). การสื่อสารเพื่อชุมชน : การประมวลองค์ความรู้. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กาญจนา แก้วเทพ. (2553). การสื่อสารกับผู้สูงอายุ. โครงการเมธีวิจัยอาวุโส "กระบวนทัศน์ใหม่ของสื่อสารศึกษาไทย". สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.).
- กาญจนา แก้วเทพ และคณะ. (2551). การจัดการความรู้เบื้องต้นเรื่อง "การสื่อสารชุมชน". สำนักงานสนับสนุนการวิจัย. กรุงเทพฯ.
- กำจร หลุยยะพงศ์. (2552). การสื่อสารกับวาทกรรมอัตลักษณ์ผู้สูงอายุในสังคมไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาภาษาไทยและสื่อสารการแสดง คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โคทม อาริยา. (2551). การสัมมนาวิชาการ เรื่อง การพัฒนาหลักสูตรการสื่อสารสุขภาพ. แผนงานวิจัยและพัฒนาาระบบสื่อสารสุขภาพสู่ประชาชนภายใต้การสนับสนุนของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- นิรมล อินทฤทธิ. (2547). พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร จังหวัดปราจีนบุรี. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต. วิทยาศาสตร์ (สุขภาพจิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บุญเรือง เนียมหอมและคณะ. (2551). รูปแบบการพัฒนาการสื่อสารสุขภาพและนักสื่อสารสุขภาพด้านสื่อสิ่งพิมพ์. การสื่อสารสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัดภาพพิมพ์.
- ปาริชาติ สถาปิตานนท์ และคณะ. (2546). การสื่อสารสุขภาพ : ศักยภาพของสื่อมวลชนไทยในการสร้างเสริมสุขภาพ. โรงพิมพ์ภาพพิมพ์ กรุงเทพมหานคร.
- มติชนออนไลน์. (2554). อนาคตสังคมสูงอายุไทยยังน่าหวัง. สืบค้นจาก http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1324379852&groupid=03&catid=&subcatid=.
- สุกัญญา ประจุกติละ และคณะ. (2551). การเผยแพร่ข้อมูลสุขภาพผ่านอินเทอร์เน็ตสู่ประชาชน. การสื่อสารสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัดภาพพิมพ์.

ภาษาต่างประเทศ

- Center for Media Literacy. (2008). Literacy for the 21st century: An overview & Orientation guide to media literacy education (2nd ed.). Malibu,CA: Center for Media Literacy.