

กรณีศึกษาการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตสำหรับผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว ณ ประเทศนิวซีแลนด์*

A Case Study of The Use of New Media through Social Media on Smartphone to Improve Quality of Life for Elderly with Family Members in New Zealand

ณัฐนันท์ ศิริเจริญ (Nattanun Siricharoen)**

บทคัดย่อ

การศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับความพึงพอใจในการเลือกใช้อุปกรณ์สื่อสารใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับสมาชิกครอบครัว โดยกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในเมืองโอ๊คแลนด์ แอชมิลตัน โรโตรัว และเทอาโป ประเทศนิวซีแลนด์ เพื่อนำข้อค้นพบที่เป็นองค์ความรู้ใหม่เฉพาะกรณีศึกษาไปใช้ประโยชน์เป็นแนวทางสำหรับการวิจัยเปรียบเทียบเรื่องนี้ในประเทศไทยต่อไป ผลการวิจัยสรุปได้ว่า กลุ่มผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ใช้อุปกรณ์สำหรับการสื่อสารด้วยโทรศัพท์มือถือมากที่สุด โดยใช้ช่องทางการสื่อสารผ่านสื่อใหม่ที่เป็นโปรแกรมประยุกต์ ชื่อ ไวเปอร์ มากที่สุด รองลงมาตามลำดับคือ เฟซบุ๊ก สไกป์ อีเมล สแนปแชต อินสตาแกรม และไลน์ ในการสื่อสารเรื่องต่างๆ ไปกับกลุ่มเพื่อนและใช้วิธีการสื่อสารสุขภาพกับผู้สูงอายุในครอบครัวด้วยการส่งข้อมูลจากโซเชียลมีเดียเพื่อแบ่งปันข่าวสารหรือสาระต่างๆ ที่เห็นว่าเกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ ป้องกันและการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ เพราะส่วนใหญ่ยังไม่มี ความมั่นใจในความรู้ความสามารถและข้อมูลด้านสุขภาพของตนเองมากนัก ยังรู้สึกไม่คุ้นเคยหรือรู้สึกกระดากอายกับการสื่อสารเพื่อให้ข้อมูลด้านสุขภาพ และยังแสดงความคิดเห็นว่าการพูดคุยเรื่องดูแลสุขภาพทั้งสภาพร่างกายและสภาพจิตใจควรพูดคุยกับผู้สูงอายุแบบใช้จิตวิทยาขั้นสูงควรเป็นหน้าที่ของผู้เชี่ยวชาญโดยเฉพาะ เช่น แพทย์ พยาบาล และเห็นว่าถ้าจะมีการใช้สื่อใหม่เพื่อให้ข้อมูลเรื่องการดูแลสุขภาพกับผู้สูงอายุ ต้องให้ความรู้และฝึกฝนทักษะจนผู้สูงอายุมีความเข้าใจในการใช้สื่อใหม่ที่เพียงพอ จึงจะทำให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลตามที่ตั้งเป้าหมายเอาไว้

คำสำคัญ: สื่อใหม่ โซเชียลมีเดีย โทรศัพท์มือถือ คุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ สมาชิกในครอบครัว

*บทความวิจัยนี้เป็นรายงานผลการวิจัยของโครงการวิจัยในต่างประเทศ โดยได้รับทุนสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ประจำปีการศึกษา 2558 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้โซเชียลมีเดียผ่านโทรศัพท์มือถือและวิธีการสื่อสารสำหรับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัว โดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลซึ่งอาศัยอยู่ใน 4 เมืองของประเทศนิวซีแลนด์

This research paper is the finding report of the aboard research project, which is funded by Huachiew Chalermprakiet University in 2015 academic year. The purpose of this research is to study about how people use social media through their Smartphone and how they communicate with elderly and family members in order to improve the quality of life. The data was collected from informants who live in the four cities of New Zealand.

**ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
Assistant Professor Dr., Faculty of Communication Arts, Huachiew Chalermprakiet University

Abstract

In this study, the researcher required to learn about the satisfaction in using social media through new media on people's mobile phones in order to enhance the quality of life of elderly's family members. The information providers live in the cities of New Zealand which are Auckland, Hamilton, Rotorua, and Taupo. The findings of practical knowledge from case study will be brought to be a guideline for comparative research on this subject in Thailand. The study conclusion is shown that mobile phones have been used the most for communication and the outcome of consuming communication application through the new media in respectively order are; Wiper, Facebook, Skype, Email, Snapchat, Instagram, and Lines. The purpose of the communication is to chat with friends in general topics. And they apply health communication that related to elderly care by sharing and sending information from social media which presented in the news or web sites. This information from social media can be used to prevent and solve elderly health problems. Mainly because they are not confident in the ability of providing the correct health information and feeling unfamiliar or embarrassed to communicate in health information. And there are the comments about health care, both physical and mental condition. We should recommend the elderly to consult with Advanced Psychological specialists such as doctors or nurses. If the elderly is using new media to acquire the information on health care, we need to provide the knowledge and skills to make the elderly have a sufficient understanding of the new media. It will make efficient and effective purposes in using new media.

Keywords: New Media, Social Media, Smartphone, Quality of Life, Elderly, Family Members

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาการวิจัย

ปรากฏการณ์ของจำนวนผู้สูงอายุจากประเทศต่างๆ ทั่วโลก ที่มีสัดส่วนเพิ่มมากขึ้นในลักษณะคล้ายกัน ส่งผลต่อภาวะต่างๆ ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม วิถีชีวิตความเป็นอยู่ของสถาบันครอบครัว ชุมชนและระดับประเทศชาติ เพราะเมื่อเข้าวัยผู้สูงอายุจะเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมภายในครอบครัว ถ้าผู้สูงอายุไม่สามารถปรับตัวได้จะเกิดปัญหาต่างๆ ได้มาก (ศรีนวล สติวิทยานันท์, 2552) ได้แก่ 1) ปัญหาด้านสุขภาพกาย จะเกิดความเจ็บป่วยเพราะการปฏิบัติตนไม่ถูกสุขลักษณะ ขาดการดูแลสุขภาพตนเอง ส่วนปัญหาด้านสุขภาพจิต คือ การขาดคู่ปรึกษา การสูญเสียอำนาจและบทบาทของตนทำให้รู้สึกที่ตนเองไร้ค่า ซึมเศร้า 2) ปัญหาด้านการศึกษา เพราะขาดความรู้พื้นฐานในการพัฒนาความรู้ด้านการป้องกันโรคและรักษาสุขภาพอนามัยของตนเองตั้งแต่วัยเด็กจนสูงอายุ 3) ปัญหาด้านเศรษฐกิจ เพราะมีรายได้ไม่แน่นอนหรือบางรายไม่มีรายได้เลย ต้องพึ่งพาลูกหลาน ส่งผลให้เกิดความเครียดจนรู้สึกว่าจะมีชีวิตอยู่ไปเพื่ออะไร 4) ปัญหาด้านสังคมและวัฒนธรรม เพราะยุคปัจจุบันมีการใช้เทคโนโลยีในการ

ผลิตเป็นส่วนมาก ไม่ต้องพึ่งพาการถ่ายทอดความรู้จากผู้สูงอายุ จึงทำให้มองค่าของผู้สูงอายุต่ำและทำให้ไม่ได้รับการยกย่อง เกิดการแยกตัวเอง เกิดความเครียด เบื่อหน่ายชีวิต หลายรายจึงเกิดความขัดแย้งกับลูกหลาน

จากข้อมูลผู้สูงอายุในประเทศไทยเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 8.3 ในปี 2539 เป็นร้อยละ 10.3 ในปี 2548 และคาดว่าปี พ.ศ. 2563 จะมีประชากรผู้สูงอายุมากถึงร้อยละ 15.3 (สุทธิชัย จิตะพันธุ์กุล 2543) และจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 19.8 ในปี 2568 (สัมฤทธิ์ อารังนาสวัสดิ์ และคณะ 2549) จึงส่งผลให้ประชากรไทยเข้าสู่ภาวะสังคมผู้สูงอายุหรือ “ภาวะประชากรผู้สูงอายุ” (Population Aging) ซึ่งเป็นปัญหาที่ต้องการเครื่องมือทางการสื่อสารสุขภาพเข้ามาช่วยในการส่งเสริมส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวที่สามารถนำไปปฏิบัติกันได้อย่างเป็นรูปธรรมและก่อให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริง

สำหรับประเทศนิวซีแลนด์ มีประชากรประมาณ 4.3 ล้านคน โดยประชากรร้อยละ 67 เป็นคนเชื้อสายยุโรปร้อยละ 15 เป็นชาวเมารี (Mouri) และร้อยละ 10 เป็นคนเอเชีย (วรกรณ สามโกเศศ 2556) ประเทศไทยและนิวซีแลนด์นั้นมีความสัมพันธ์ทางการเมืองและเศรษฐกิจที่มั่นคงและใกล้ชิดมาอย่างยาวนาน โดยมีการแต่งตั้งผู้แทนโดยตรงในปี 1956 เพราะทั้งสองประเทศมีแนวความคิดที่สอดคล้องกันในเรื่องการเมือง เศรษฐกิจ และความมั่นคงในระดับภูมิภาค (กรมเจรจาการค้าระหว่างประเทศ 2547) ประเทศนิวซีแลนด์มีอัตราร้อยละของประชากรสูงอายุต่อประชากรทั้งหมด ในสัดส่วนที่สูงมาตั้งแต่ปี 1970 โดยมีผู้สูงอายุหญิงร้อยละ 13.8 และมีผู้สูงอายุชายร้อยละ 11.1 (Concepcion, Mercedes B., 1996) และในปี 2050 องค์การสหประชาชาติคาดว่าประเทศนิวซีแลนด์จะมีอัตราร้อยละของผู้สูงอายุเพศหญิงมากถึง 28.2 และเพศชายร้อยละ 23.6 นับเป็นจำนวนที่มากขึ้นอย่างน่าสนใจ เพราะจะก่อให้เกิดปัญหามากมายทั้งปัญหาสุขภาพการเจ็บป่วยเรื้อรังที่จะเพิ่มมากขึ้น ปัญหาค่าใช้จ่ายสูงในการดูแลและส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจและสังคมของประเทศตามมา

เนื่องจากผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม มีข้อจำกัดในการดูแลตนเอง เพราะเกิดภาวะเจ็บป่วยหรือโรคในระบบต่างๆ เนื่องจากเกิดความเสื่อมของร่างกาย เช่น การเคลื่อนไหวช้าลง กระดูกบางหักง่าย การมองเห็นไม่ชัด หูไม่ค่อยได้ยิน มีโรคประจำตัว สมรรถภาพลดลง เกิดอาการหลงๆ ลืมๆ ย้ำคิดย้ำทำ ต้องพึ่งพาผู้อื่น ประกอบกับในปัจจุบันสภาพสังคมได้เปลี่ยนแปลงไปทำให้ผู้สูงอายุจากหลายครอบครัวต้องอยู่เพียงลำพัง จึงเกิดความว้าเหวและท้อแท้ในชีวิต คิดว่าตนเองไร้ค่า (จรัสวรรณ เทียนประภาส และพัชริตันศิริ 2536) ดังนั้นการจะทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตยืนยาวอย่างมีคุณภาพ จึงต้องมีการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในผู้สูงอายุเพื่อยืดเวลาที่จะเจ็บป่วยเรื้อรังออกไปและในผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยให้หายหรือทุเลาหรือยืดเวลาของการเข้าสู่ภาวะทุพพลภาพออกไป (ตติยา สารธิมา 2552) เพราะผู้สูงอายุถือเป็นประชากรที่สำคัญกลุ่มหนึ่ง ซึ่งดำรงชีวิตในช่วงเวลาของความเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยีที่รวดเร็วในสังคมโลกยุคหลอมรวมเทคโนโลยีที่ปัจจุบันเทคโนโลยีสื่อใหม่ได้เข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันของมนุษย์เรามากขึ้น (กวีพงษ์ เลิศวีระ และคณะ 2556) โดยเฉพาะการใช้สื่อใหม่เพื่อการพูดคุยสื่อสารที่เป็นลักษณะเครือข่ายออนไลน์มากขึ้น ดังนั้นการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือ ซึ่งจะมีโปรแกรมประยุกต์ต่างๆ มากมาย ได้แก่ การใช้เฟซบุ๊ก (Facebook) การใช้สไกป์ (Skype) การใช้โปรแกรมไลน์ (Line) การใช้อีเมล (Email) เป็นต้น เพื่อการสื่อสารสุขภาพจึงเข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันของทุกครอบครัว โดยเฉพาะวิถีชีวิตประจำวันของคนในยุคนี้ที่ต้องมีการกิจต่างๆ ทั้งเรียนหรือทำงานอย่างต่อเนื่องเหมือนไม่หยุดนิ่ง จึงส่งผลให้สมาชิกในแต่ละครอบครัว มีเวลาในการสื่อสารด้วย

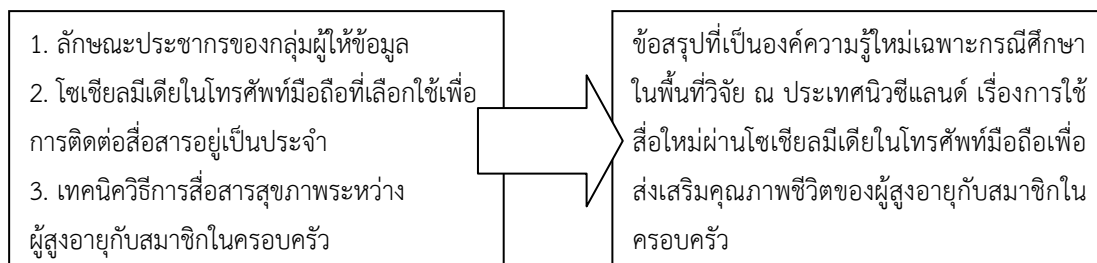
การพบหน้าซึ่งกันและกันลดน้อยลง รวมทั้งการสื่อสารสุขภาพกับผู้สูงอายุที่อยู่ในครอบครัวเดียวกันก็ลดลงตามไปด้วย

จากสถานการณ์ดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาประเด็นเรื่องการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว โดยใช้กรณีศึกษากลุ่มผู้ให้ข้อมูลในประเทศนิวซีแลนด์ เป็นโครงการศึกษานำร่อง เพราะจากข้อมูลจะเห็นแนวโน้มของอัตราการเพิ่มขึ้นของสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุมีความคล้ายคลึงและสอดคล้องกัน รวมทั้งมีลักษณะของกลุ่มประชากรและวัฒนธรรมการใช้ชีวิตที่มีลักษณะกัน มีความผูกพันกันระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวคล้ายกัน เป็นต้น ซึ่งลักษณะต่างๆ เหล่านี้สามารถนำผลการศึกษามาเปรียบเทียบและประยุกต์ใช้องค์ความรู้ใหม่ที่ค้นพบเพื่อนำมาถอดบทเรียนในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันได้

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อสำรวจการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือที่ใช้ในการสื่อสารเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับสมาชิกครอบครัวของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในประเทศนิวซีแลนด์
2. เพื่อศึกษาและวิเคราะห์เทคนิควิธีการสื่อสารเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในประเทศนิวซีแลนด์

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1. กรอบแนวคิดการวิจัย เรื่องกรณีศึกษาการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตสำหรับผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว ณ ประเทศนิวซีแลนด์

ขอบเขตการวิจัย

พื้นที่สำหรับการเก็บข้อมูลเฉพาะใน 4 เมือง ได้แก่ โอ๊คแลนด์ (Auckland) แฮมิลตัน (Hamilton) โรโตรัว (Rotorua) และเทาโป (Taupo) ประเทศนิวซีแลนด์

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

การศึกษารุ่นนี้ จะทำให้ค้นพบองค์ความรู้ใหม่ที่สามารถชี้ให้เห็นได้อย่างชัดเจนว่า ปัจจุบันนี้ผู้คนทั่วโลกจะใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือที่มีระบบและขั้นตอนในการใช้ที่คล้ายกัน จะแตกต่างกันตรงที่ใครจะมีความพึงพอใจเลือกใช้โซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือประเภทใดมากกว่ากัน ส่วนประเด็นสำคัญที่

สามารถนำมาใช้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันได้ คือ เทคนิควิธีการต่างๆ ในการสื่อสารสุขภาพระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว ซึ่งอาจมีความแตกต่างกัน แต่สามารถนำจุดที่แตกต่างกันซึ่งเป็นวิธีการปฏิบัติที่ดีมาใช้เป็นแนวทางช่วยทำให้การสื่อสารสุขภาพในประเทศไทยมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากยิ่งขึ้นได้

ทบทวนวรรณกรรม

1. แนวคิดเกี่ยวกับสื่อใหม่ (New Media)

สื่อใหม่ (New Media) คือ สื่อดิจิทัลที่มีความหลากหลายของสื่อในตัวเองและมีความสามารถในการติดต่อสื่อสารไปยังกลุ่มเป้าหมายทั้งเฉพาะบุคคลและเครือข่ายอื่นๆ (กาญจนา แก้วเทพ และ นิคม ชัยชุมพล, 2555) จึงนับได้ว่าสื่อใหม่เป็นนวัตกรรม (Innovation) ซึ่ง นิคม ชัยชุมพล ได้อธิบายถึงคุณลักษณะของสื่อใหม่ไว้ดังนี้คือ

1.1 ความเป็นดิจิทัล (Digitalization) สามารถทำงานได้รวดเร็วแม่นยำ จึงตอบสนองสื่อโซเชียลมีเดียต่างๆ ได้อย่างเท่าทันต่อทุกสถานการณ์

1.2 มีลักษณะเป็นการหลอมรวมสื่อ (Media Convergence) เพื่อให้ผู้ใช้มีความสะดวกในการใช้สื่อเพียงสื่อเดียว

1.3 มีลักษณะปฏิสัมพันธ์ (Interactivity) ที่สามารถโต้ตอบกันแบบทันทีทันใด สามารถทำให้ผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวซักถามข้อสงสัยหรือเกิดการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.4 มีลักษณะเป็นการสื่อสารจากหน่วยเดียวบุคคลเดียวกระจายสารไปยังกลุ่มคนหมู่มาก (One-to-Many) ได้อย่างรวดเร็วจึงสะดวกต่อการเข้าถึงข้อมูลและแลกเปลี่ยนข้อมูลความคิดเห็นกับสมาชิกในครอบครัวได้แบบทันทีทันใด

1.5 สามารถกระจายไปยังกลุ่มคนอื่นๆ (Many-to-many) ซึ่งมองหาสิ่งน่าสนใจที่เหมือนกันหรือแตกต่างกันได้อีกด้วย นอกจากนี้ เจนคินส์ เฮนรี (Jenkins, Henry 2006) ยังกล่าวถึงสื่อใหม่ว่ามีคุณลักษณะโดดเด่นอื่นๆ อีก อาทิ เป็นรูปแบบการสื่อสารแบบสองทาง(Two-way-communication) มีความสามารถเคลื่อนที่ได้สูง (Mobility) ทำให้สะดวกต่อการพกพาไปในที่ต่างๆ (Compactable) สามารถดัดแปลงเปลี่ยนรูปได้ (Convertibility) สามารถเชื่อมต่อกันโดยง่าย (Connectivity) สามารถหาและใช้ประโยชน์ได้ในทุกที่ (Ubiquity) มีความรวดเร็วในการสื่อสาร (Speed of Communication) มีลักษณะไร้พรมแดน (Absence of Boundaries) เป็นต้น โรเจอร์ส (Rogers, E. M. 2003) ได้นิยามสื่อใหม่ว่าเป็นเทคโนโลยีหรือสื่อที่เอื้ออำนวยให้เกิดการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารบนฐานของคนจำนวนมาก จึงเรียกการสื่อสารรูปแบบนี้ว่า “สื่อเครือข่ายสังคมออนไลน์” หรือ “โซเชียลมีเดีย” (Social Media) เช่น เฟซบุ๊ก อินสตาแกรม ทวิตเตอร์ ยูทูบ เป็นต้น และเป็นเพราะสื่อใหม่นั้นถือเป็นเทคโนโลยีที่มนุษย์สร้างขึ้นมาเพื่ออำนวยความสะดวกและเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน รวมทั้งการทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวันด้วย (บุผา เรืองรอง 2557) ตัวอย่างเช่น โทรศัพท์มือถือ (Smartphone) มีเทคโนโลยีก้าวหน้าจนสามารถรวมเอากิจกรรมต่างๆ เข้ามาอยู่ในโทรศัพท์มือถือเครื่องเดียวได้อย่างง่ายดาย อาทิ การฟังเพลง การดูทีวี การถ่ายรูป การเล่นเกม การท่องอินเทอร์เน็ต เป็นต้น (ทิพย์ นทีพัฒน์ 2555) ดังนั้นในยุคสมัยปัจจุบันนี้การให้ข้อมูลสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือจึงมีประโยชน์และมีความจำเป็นต่อมนุษย์ทุกเพศทุกวัย เพราะสามารถใช้เป็นเครื่องมือช่วยมิให้

ต้องใช้การสื่อสารตามรูปแบบดั้งเดิม คือ การสื่อสารแบบเห็นหน้าซึ่งกันและกัน (Face to face) ทุกครั้งไป ส่งผลให้เกิดความสะดวกสบาย ประหยัดค่าใช้จ่ายและประหยัดเวลาในการต้องเดินทางไปพบหน้ากันมากขึ้น

2. แนวคิดเกี่ยวกับโซเชี่ยลมีเดีย (Social Media)

คำว่า “โซเชี่ยลมีเดีย” ในบริบทของยุคนี้ โซเชี่ยล (Social) จะหมายถึง การแบ่งปันในสังคม เช่น การแบ่งปันเนื้อหาสาระข้อมูลต่างๆ แบ่งปันรสนิยม ความคิดเห็น หรือการมีปฏิสัมพันธ์ในสังคม เช่น การรวมกันเป็นกลุ่ม เป็นต้น (กานดา รุณนะพงศา สายแก้ว 2553) ดังนั้น โซเชี่ยลมีเดียในที่นี้ จึงหมายถึง สื่อหรือเครื่องมือที่ใช้เพื่อการสื่อสารที่ทำให้ผู้ใช้แสดงความเป็นตัวตนของตนเองเพื่อที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นหรือแบ่งปันข้อมูลกับบุคคลอื่นได้ ส่วนใหญ่จะเป็นการสื่อสาร 2 ทาง คือ ผู้รับสารสามารถแสดงความคิดเห็นหรือตอบกลับผู้ส่งสารได้ ทั้งการแสดงความคิดเห็น การพูดคุยผ่านโปรแกรมสนทนาออนไลน์ การให้ข้อคิดเห็นและบันทึกว่าชอบ เป็นต้น ความหลากหลายของโซเชี่ยลมีเดีย เช่น บล็อก วิกีพีเดีย เว็บรวมที่ให้ทุกคนนำเสนอข่าวสารได้ด้วยตนเอง การแบ่งปันวิดีโอจากยูทูบ ซึ่งเป็นแหล่งรวมวิดีโอออนไลน์ที่ใหญ่ที่สุดในโลก การแบ่งปันรูปภาพ การอภิปราย การเสวนา เครือข่ายสังคมทั่วไปและเครือข่ายสังคมเฉพาะด้าน

ดังนั้นการนำโซเชี่ยลมีเดียมาใช้ระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวเกี่ยวกับการสื่อสารสุขภาพเพื่อเป็นการดูแลเอาใจใส่ในด้านสุขภาพกายและสุขภาพใจของกันและกันจึงเป็นสิ่งที่น่าจะทำให้เกิดประโยชน์อย่างตรงประเด็นเช่นกัน เพราะกลุ่มผู้สูงอายุนั้นอาจมีความรู้สึกต้องการให้ลูกหลานพูดคุยสอบถามสารทุกข์สุกดิบกันอยู่เสมอ ถือเป็นความสุขความต้องการทางด้านจิตใจที่ทำให้รู้สึกไม่โดดเดี่ยว ว่าเหว ซึ่งตรงจุดนี้โซเชี่ยลมีเดียจะเข้ามาเป็นเครื่องมือช่วยในการสื่อสารของทั้งสองฝ่ายได้เป็นอย่างดี เพราะโซเชี่ยลมีเดียเป็นเครื่องมือออนไลน์ที่ทำให้ผู้ใช้มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยการแบ่งปันข้อมูลหรือพูดคุยกันได้ตลอดเวลา

3. แนวคิดเกี่ยวกับโทรศัพท์มือถือ (Smartphone)

โทรศัพท์มือถือหรืออิเล็กทรอนิกส์บางคนเรียกว่า โทรศัพท์มือถืออัจฉริยะ (ศุภศิลป์ กุลจิตต์เจี๊วงค์ 2556) เป็นสื่อใหม่ที่ช่วยสร้างความสะดวกสบายให้กับผู้ใช้เป็นอย่างมาก เพราะมีคุณสมบัติเฉพาะพิเศษจึงได้รับความนิยมจากกลุ่มผู้ใช้เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ด้วยการนำไปใช้ติดต่อสื่อสารในกิจกรรมทุกประเภท เช่น การพูดคุยด้วยเสียงอย่างเดียว การติดต่อสื่อสารด้วยภาพและเสียง การส่งข้อความ การส่งสติ๊กเกอร์ การใช้เป็นกล้องถ่ายรูป บันทึกวิดีโอ ใช้ฟังเพลง การรับส่งอีเมล การค้นหาข้อมูลในเว็บไซต์ การเข้าใช้เฟซบุ๊ก เป็นต้น ดังนั้นโทรศัพท์มือถือในยุคปัจจุบันนี้จึงกลายเป็นอุปกรณ์สื่อสารสมัยใหม่ที่จำเป็นอีกประเภทหนึ่งที่ประชากรทุกกลุ่มนิยมใช้ในชีวิตประจำวัน จึงเหมาะสมที่จะนำมาใช้เป็นเครื่องมือช่วยในการสื่อสารสุขภาพระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว

4. สถานการณ์การใช้สื่อใหม่โดยเฉพาะโทรศัพท์มือถือในประเทศนิวซีแลนด์

การวิจัยจากบริษัทที่ปรึกษาระดับโลก ทีเอ็นเอส นิวซีแลนด์ (TNS New Zealand) เป็นการสำรวจการใช้งานโทรศัพท์มือถือจากจำนวนผู้ใช้ 38,000 คนใน 43 ประเทศ (ONE News (May 21, 2013) โดยมีชาวนิวซีแลนด์จำนวน 500 คนเข้าร่วมในการสำรวจพฤติกรรมแรงจูงใจและจัดลำดับความสำคัญของโทรศัพท์มือถือครั้งนี้ด้วย พบข้อมูลว่าจำนวนชาวนิวซีแลนด์ที่เป็นเจ้าของโทรศัพท์มือถือ มีเพิ่มขึ้นเป็นสองเท่าจากปีที่ผ่านมา แสดงให้เห็นว่าการสำรวจครั้งใหม่ ตัวเลขได้เพิ่มขึ้นจากปีที่แล้วซึ่งอยู่จำนวนร้อยละ 33 มาถึงร้อยละ 60 ในปี 2013

ฟรอสต์แอนด์ซัลลิแวน (Frost & Sullivan, 2013) ได้ทำการวิจัยครั้งใหม่เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การสื่อสารเคลื่อนที่ในนิวซีแลนด์ โดยข้อมูลพบว่าร้อยละ 44 ของผู้ใช้โทรศัพท์มือถือในนิวซีแลนด์ส่วนใหญ่ใช้อย่างสม่ำเสมอ และร้อยละ 61 ใช้เพื่องานเครือข่ายทางสังคมผ่านทางเว็บไซต์อย่างน้อยเดือนละครั้ง ใช้ค้นหาข้อมูลซื้อบ้านร้อยละ 29 และค้นหาข้อมูลซื้อรถยนต์ร้อยละ 29 นอกจากนี้ยังมีการใช้อย่างแพร่หลายในการซื้อสินค้าต่างๆ โดยร้อยละ 51 ใช้ในการค้นหาร้านค้า ร้อยละ 31 ใช้ในการเปรียบเทียบราคา และร้อยละ 28 ของชาวนิวซีแลนด์เป็นผู้ใช้อายุระหว่าง 15 และ 65 ที่ได้สั่งซื้อสินค้าออนไลน์ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมาผ่านทางโทรศัพท์มือถือ และส่งผลให้กลายเป็นอุปกรณ์ที่มีจำนวนผู้ใช้เพิ่มมากขึ้น ข้อมูลในประเด็นนี้ได้รับการพิจารณาถึงความสำคัญของโทรศัพท์มือถือสำหรับการใช้ชีวิตประจำวันมากขึ้นเรื่อยๆ

ความรู้ปัจจุบันเกี่ยวกับเครือข่ายสังคมในประเทศนิวซีแลนด์ จากการสำรวจทั่วไปของสังคมเครือข่ายทางสังคมในประเทศนิวซีแลนด์ (Statistics New Zealand, 2012) พบข้อมูลว่าประชาชนส่วนใหญ่จะมีการติดต่อกับสื่อสารกับทั้งครอบครัวหรือเพื่อนเป็นประจำ โดยข้อมูลได้แสดงให้เห็นอีกว่าประชาชนชาวนิวซีแลนด์ส่วนใหญ่ชอบที่จะติดต่อกับครอบครัวแบบไม่เผชิญหน้าหรือไม่ต้องพบหน้ากันมากกว่าต้องพบหน้ากัน และชอบที่จะติดต่อกับเพื่อนแบบพบหน้ากันมากกว่าพบหน้าสมาชิกในครอบครัว การสำรวจครั้งนี้ยังแสดงให้เห็นว่าคนหนุ่มสาวมีแนวโน้มมากกว่าผู้สูงอายุที่จะติดต่อกับเพื่อนของพวกเขา ในขณะที่ผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะพึงพอใจในการติดต่อกับครอบครัวของพวกเขามากกว่าติดต่อกับเพื่อน

5. แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัวกับผู้สูงอายุ

5.1 การใช้ศักยภาพของสมาชิกในครอบครัวเป็นศูนย์กลางเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

โดยสมาชิกในครอบครัวสามารถให้การเกื้อหนุนและการดูแลผู้สูงอายุใน 3 ด้านสำคัญ คือ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านสังคม และ 3) ด้านเศรษฐกิจ (Chang, Tan Poo 1992) โดยด้านร่างกายนั้น คือ การดูแลเมื่อผู้สูงอายุเจ็บป่วยและไม่สามารถดูแลตนเองได้ ซึ่งผู้ดูแลจะได้แก่คู่สมรสหรือสมาชิกในครอบครัว ด้านสังคมคือ ครอบครัวสามารถให้ความเกื้อหนุนผู้สูงอายุโดยการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัวระหว่างผู้สูงอายุกับบุตรหลานที่โตแล้ว ด้านเศรษฐกิจ คือ การช่วยเหลือสนับสนุนปัจจัยด้านการเงินกับผู้สูงอายุให้สามารถมีเงินใช้จ่ายใช้สอยได้ด้วยตนเอง ดังนั้นการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังการเกษียณอายุจึงต้องขึ้นอยู่กับภาระการเกื้อหนุนของสมาชิกในครอบครัวเป็นสำคัญ

5.2 การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักพบกับปัญหาต่างๆ หลายด้าน เช่น ปัญหาสุขภาพจิต เพราะเป็นวัยที่มักพบกับการสูญเสียจึงส่งผลให้เกิดความเศร้าหมอง รวมทั้งปัญหาสุขภาพกาย ที่ส่วนใหญ่มักพบกับปัญหาโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ โรคประจำตัว โรคที่มากับวัยที่สูงขึ้น เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น ดังนั้นแนวคิดสำคัญคือ จะทำอย่างไรให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพาตนเองและดูแลตนเองได้ตามสมควรกับวัย และมีสุขภาพร่างกายและสภาวะจิตใจที่เข้มแข็ง ไม่ท้อแท้หรือเบื่อหน่ายกับชีวิต (ลัดดา ดำริการเลิศ 2556) ทั้งนี้เพื่อลดปัญหาของตัวผู้สูงอายุเอง ของครอบครัวและของสังคม การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุนั้นส่วนใหญ่จะสนใจเฉพาะความเป็นอยู่ทั่วไปหรือดูแลเฉพาะด้านสุขภาพร่างกาย แต่ไม่ค่อยสนใจเกี่ยวกับสุขภาพจิต จึงควรต้องพิจารณาว่าทำอย่างไรที่จะให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดีในการดำเนินชีวิตในแต่ละวันด้วย เพราะผู้สูงอายุมัก

ยึดติดกับความคิดและเหตุผลของตนเอง การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้สูงอายุมักท้อแท้และน้อยใจ โดยรู้สึกว่าการสังคมให้ความสำคัญต่อตนเองน้อยลง ทำให้มีอารมณ์ไม่มั่นคง หงุดหงิด ไม่ชอบสิ่งแปลกใหม่ เพราะความมั่งหวังในชีวิตลดลง ในทางการแพทย์ถือว่าการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุซึ่งเป็นไปตามภาวะธรรมชาตินี้ สามารถก่อให้เกิดปัญหาทั้งทางด้านร่างกายและปัญหาทางด้านจิตใจได้ (ศรีประภา ชัยสินธพ 2558) และเนื่องจากสภาวะของสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทำให้เกิดภาวะต่างคนต่างอยู่มากขึ้น ครอบครัวเปลี่ยนแปลงจากการอยู่กันเป็นครอบครัวใหญ่มีปู่ย่าตายาย พ่อแม่ลูก กลายเป็นครอบครัวเล็กอยู่เพียงลำพังพ่อแม่ลูก ทำให้ผู้สูงอายุไม่ค่อยได้รับความสนใจจากบุตรหลาน สาเหตุเหล่านี้ล้วนส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้งสิ้น

กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติและองค์การระหว่างประเทศเพื่อช่วยเหลือผู้สูงวัย (2556) หรือ United Nations Fund for Population Activities (UNFPA) and HelpAge International. เปิดเผยผลสรุปดัชนีชี้วัดประชากรสูงวัยของโลก หรือ GAI (Global Aging Initiative) ประจำปี 2013 โดยอ้างอิงข้อมูลขององค์การอนามัยโลกหรือ WHO (World Health Organization) ที่รวบรวมสถิติด้านคุณภาพชีวิต รายได้สวัสดิการ ค่าครองชีพ รวมถึงค่าเฉลี่ยอายุขัยประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปใน 91 ประเทศทั่วโลก ผลข้อมูลว่าประเทศสวีเดน เป็นประเทศที่ดีที่สุดสำหรับผู้สูงอายุ เพราะมีการบังคับใช้กฎหมายรับรองสวัสดิการ เงินบำนาญ และนโยบายดูแลผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบมายาวนานที่สุด ส่วนประเทศที่ดีสำหรับผู้สูงอายุในลำดับรองลงมาได้แก่ นอร์เวย์ เยอรมนี เนเธอร์แลนด์ แคนาดา สวิตเซอร์แลนด์ นิวซีแลนด์ สหรัฐอเมริกา ไอร์แลนด์ และญี่ปุ่น ตามลำดับ สำหรับไทยอยู่อันดับที่ 42 คือดูแลผู้สูงวัยดีในระดับปานกลาง

6. แนวคิดทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ (Uses and Gratifications Theory)

การศึกษานี้มีความสอดคล้องสัมพันธ์กับทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่ได้รับจากการติดต่อสื่อสารระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว โดยมีการรวบรวมผลงานวิจัยที่มีนักวิชาการด้านสื่อได้ศึกษาเอาไว้มากมายและแบ่งความพึงพอใจออกเป็น 4 กลุ่ม (นิลาวิทย์ พาณิชรุ่งเรือง 2540) ดังนี้

กลุ่มที่ 1 ความพึงพอใจในข้อมูลข่าวสารเพื่อนำมาใช้ในการปรับตัว (Orientation Gratifications) ทำให้เกิดความเข้าใจในสถานการณ์ต่างๆ ที่กำลังเกิดขึ้นและกำหนดทิศทางในการดำเนินชีวิตอย่างรู้เท่าทันสถานการณ์ในสังคมรอบตัวมากขึ้น รวมทั้งข้อมูลด้านสุขภาพต่างๆ ด้วย

กลุ่มที่ 2 ความพึงพอใจในการใช้ข้อมูลข่าวสารเพื่อเชื่อมโยงเข้ากับเครือข่ายส่วนบุคคลของตนเอง (Social Gratifications) เช่น การนำข้อมูลไปใช้ในการสนทนาหรือเพื่อการชักจูงในผู้อื่น เป็นต้น

กลุ่มที่ 3 เป็นความพึงพอใจในกระบวนการใช้ประโยชน์จากข้อมูลข่าวสารเพื่อดำรงเอกลักษณ์ของตนเอง (Para- Social Gratifications) เป็นต้น

กลุ่มที่ 4 ความพึงพอใจในกระบวนการใช้ข้อมูลข่าวสารเพื่อประโยชน์ในการลดหรือผ่อนคลายความตึงเครียดทางอารมณ์หรือเพื่อปกป้องตัวเอง (Para- Orientation Gratifications) เช่น เป็นการใช้เวลาให้หมดไปเพื่อความเพลิดเพลิน ความสนุกสนาน เพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่พอใจอย่างอื่น เป็นต้น

นอกจากนั้นแนวคิดทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจนี้ ยังมีความสอดคล้องสัมพันธ์กับแนวคิดของแม็คคอมส์และเบคเกอร์ (McCombs, Maxwell E. and Becker, Lee B. 1979) ที่ได้กล่าวไว้ว่า ผู้รับสารมีความพึงพอใจในการเลือกใช้เทคโนโลยีและวิธีการสื่อสารด้วยเหตุผลดังต่อไปนี้คือ 1) เพื่อต้องการ

แลกเปลี่ยนข้อมูลจากการพูดคุยกัน (Discussion) เพราะทำให้มีข้อมูลที่จะนำไปใช้พูดคุยกับบุคคลอื่นๆ ต่อไป 2) เพื่อต้องการมีส่วนร่วม (Participating) ในเหตุการณ์และความเป็นไปต่างๆ ที่เกิดขึ้น 3) เพื่อเสริมความเห็นหรือสนับสนุนการตัดสินใจที่ได้ทำไปแล้ว (Reinforcement) 4) เพื่อสร้างความบันเทิง (Entertainment) ทำให้เกิดความเพลิดเพลิน รวมทั้งผ่อนคลายอารมณ์ โดยแนวคิดจากทฤษฎีนี้สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการสื่อสารสุขภาพระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวได้เป็นอย่างดี เพราะการเลือกใช้สื่อและเนื้อหาที่จะพูดคุยกันควรมาจากความพึงพอใจและประโยชน์ที่จะได้รับของทั้งสองฝ่าย คือ ทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสาร หรือในการศึกษาครั้งนี้ คือ ระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

มีการศึกษาด้านการใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารของผู้สูงอายุไว้อย่างแพร่หลาย เช่น งานวิจัยที่ได้เสนอปัจจัยเฉพาะสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุไว้อย่างชัดเจนอีกงานหนึ่ง คืองานวิจัยของ ไรย์ และคณะ (Ryu, M., S. Kim, & E. Lee 2009) ที่ได้ศึกษาปัจจัยเฉพาะของผู้สูงอายุในการใช้บริการสื่อใหม่ต่างๆ ได้แก่ วิดีโอทางอินเทอร์เน็ต โดยปัจจัยเฉพาะของผู้สูงอายุประกอบด้วย สิ่งแวดล้อมและทรัพยากรที่เอื้อต่อการใช้เทคโนโลยี ประสิทธิภาพการใช้เทคโนโลยี ความวิตกกังวลต่อคอมพิวเตอร์ สภาพร่างกาย และเหตุการณ์สำคัญในชีวิต ซึ่งได้พัฒนาต่อยอดมาจากแบบจำลอง Technology Acceptance Model (TAM) ผลการศึกษาพบว่า ประโยชน์ ความง่ายและความสนุกในการใช้เทคโนโลยีเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุหันมาใช้เทคโนโลยีใหม่ๆ นอกจากนี้ ประสิทธิภาพที่ดีในการใช้เทคโนโลยีจะเพิ่มโอกาสให้ผู้สูงอายุสนใจทดลองเทคโนโลยีใหม่ๆ เหตุการณ์สำคัญในชีวิตเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่สำคัญ เพราะผู้สูงอายุท่านใดที่ผ่านประสบการณ์ชีวิตที่ดีมีความสุขมากโดยเฉพาะกับบุตรหลาน ญาติและผู้ร่วมงาน ผู้สูงอายุท่านนั้นจะเปิดใจรับเทคโนโลยีใหม่ๆ ได้ง่ายกว่า สำหรับประเด็นเรื่องการใช้เทคโนโลยีต่างๆ ซึ่งเกี่ยวข้องกับสื่อใหม่เพื่อใช้ในการสื่อสารกับบุตรหลานนั้น จะช่วยทำให้ผู้สูงอายุมีช่องทางในการพูดคุยไถ่ถามสารทุกข์สุกดิบกับสมาชิกในครอบครัวซึ่งถือเป็นคนใกล้ชิดกับผู้สูงอายุได้อย่างไม่รู้สึกลำบากใจ

แพน และคณะ (Pan, S & M. Jordan-Marsh 2010) ได้ศึกษาการใช้สื่อใหม่ที่สำคัญของผู้สูงอายุ คือ อินเทอร์เน็ต โดยอ้างอิงแบบจำลอง Technology Acceptance Model (TAM) เช่นกัน ซึ่งอธิบายถึงปัจจัยต่างๆ ที่เชื่อมโยงกับการใช้สื่ออินเทอร์เน็ต ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านทัศนคติเกี่ยวกับความใช้งานง่ายและปัจจัยด้านสิ่งอำนวยความสะดวกเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความสนใจอยากใช้เทคโนโลยี รวมถึงการรับรู้ถึงประโยชน์ที่จะได้รับส่งผลให้ผู้สูงอายุสนใจและใช้เทคโนโลยีมากกว่าเด็ก โดยมีข้อเสนอแนะว่า มีการประชาสัมพันธ์และสร้างวัฒนธรรมที่ส่งเสริมซึ่งกันและกัน รวมทั้งการให้คำชื่นชมเพื่อเป็นการให้กำลังใจผู้สูงอายุในการใช้งานเทคโนโลยีที่เป็นสื่อใหม่เพื่อตนเองมากขึ้น เพราะจะทำให้เกิดการเรียนรู้และฝึกฝนทักษะการใช้งานสื่อใหม่อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เช่น การใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยการติดต่อสื่อสารในเนื้อหาสาระที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ เป็นต้น

สำนักงานคณะกรรมการกิจการกระจายเสียง กิจการโทรทัศน์และกิจการโทรคมนาคมแห่งชาติ ร่วมกับ สถาบันวิจัยและให้คำปรึกษาแห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้นำเสนอข้อมูลจากเวทีการสานเสวนา การพัฒนาคุณภาพชีวิตและการเรียนรู้ของผู้สูงอายุในยุคหลอมรวมเทคโนโลยี โดยพบว่าโลกในภาพรวมกำลังก้าวเข้า

ผู้สูงอายุพร้อมๆ กับพัฒนาการทางด้านเทคโนโลยีเข้าสู่ยุคแห่งการหลอมรวมเทคโนโลยี (Convergence) และที่สำคัญในปัจจุบันและในอนาคตทุกอย่างจะเป็น Internet of Things (IoT) คือ ทุกอย่างจะต้องเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตทั้งหมด (สำนักงานโครงการวิจัยยุทธศาสตร์การพัฒนาคูณภาพชีวิตและการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ ในยุคหลอมรวมเทคโนโลยี 2557) แม้ที่ผ่านมาจะมีการอบรมการใช้คอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ตแก่ผู้สูงอายุ เกี่ยวกับการใช้อีเมล การใช้เฟซบุ๊ก ฯลฯ และผู้สูงอายุพร้อมที่จะเรียนรู้ในสิ่งที่อยู่รอบตัว แต่หน่วยงานต่างๆ ที่จะจัดอบรมให้กับผู้สูงอายุยังมีไม่เพียงพอ ในขณะที่ศูนย์การเรียนรู้หรือบริการอินเทอร์เน็ตตามชุมชนต่างๆ ที่หน่วยงานภาครัฐจัดตั้งขึ้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ก็ยังไม่กล้าที่จะเข้าไปใช้บริการ นอกจากนี้ความแตกต่างเศรษฐกิจได้ส่งผลให้เกิดความเหลื่อมล้ำระหว่างผู้สูงอายุในเมืองกับผู้สูงอายุในชนบท ผู้สูงอายุในเมืองจะมีความรู้ มีการศึกษามีรายได้พอที่จะซื้อหาสมาร์ทโฟน แท็บเล็ต คอมพิวเตอร์ แต่ผู้สูงอายุที่อยู่ในชนบทส่วนใหญ่จะไม่มีรายได้เพียงพอที่จะซื้อหาได้ รวมถึงขาดความรู้ในการเข้าถึง การเรียนรู้ การใช้สื่อต่างๆ ได้อย่างทั่วถึง ดังนั้น การเข้าถึงสื่อใหม่ของผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งในการที่จะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นด้วย

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยจะทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากประชากรตามข้อจำกัดบางประการในการวิจัย เช่น ระยะเวลา แรงงานและงบประมาณ เป็นต้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาข้อมูลและทำความเข้าใจเกี่ยวกับประชากรและกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในพื้นที่การวิจัย (Research site) คือ 4 เมือง ได้แก่ โอ๊คแลนด์ แอชมิลตัน โรโตรัวและเทอาโป ประเทศนิวซีแลนด์ จากการทบทวนวรรณกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องและสอบถามขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นอาจารย์สอนประจำอยู่ที่มหาวิทยาลัย Auckland University of Technology (AUT) รวมทั้งวิธีการคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลเพื่อให้ได้กลุ่มที่เป็นตัวแทนที่ดี มีความครอบคลุมลักษณะของประชากร เพื่อให้ผลสรุปการวิจัยมีความเที่ยงตรงภายในและมีความเที่ยงตรงภายนอก สามารถตอบปัญหาการวิจัยได้อย่างแม่นยำตรงและน่าเชื่อถือ

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ เป็นประชากรเฉพาะการวิจัย (Incumbent Populations) หมายถึงกลุ่มประชากรขนาดเล็กที่เป็นส่วนหนึ่งของประชากรตามคำถามการวิจัยที่ได้มาเนื่องจากข้อจำกัดเกี่ยวกับกำลังคนและทรัพยากรที่ใช้ในการวิจัย (นงลักษณ์ วิรัชชัย 2543) คือ กลุ่มผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวที่เป็นชาวนิวซีแลนด์และผู้ที่มาเรียนหนังสือหรือมาพักอาศัยและทำงานอยู่ที่ 4 เมือง ในประเทศนิวซีแลนด์ จำแนกตามลักษณะของประชากร (พิชิต ฤทธิ์จรูญ 2545) ที่มีลักษณะเป็นเอกพันธ์ (Homogeneity) คือประชากรในทุกๆ หน่วยมีคุณลักษณะ/โครงสร้างที่คล้ายคลึงกัน โดยใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลจากวิธีการคัดเลือกแบบมีจุดประสงค์/เฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) วิธีการคัดเลือกแบบบังเอิญ (Accidental Selection) ซึ่งเป็นการคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่มีลักษณะเบื้องต้นบางประการที่สอดคล้องกับลักษณะที่กำหนดไว้ (Bailey, K.D., 1987) วิธีการคัดเลือกแบบลูกโซ่ (Snowball Selection) ใช้การแนะนำจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่จะระบุถึงกลุ่มผู้ให้ข้อมูลคนอื่นๆ ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับตนเอง และสามารถให้ข้อมูลซึ่งเป็นจุดสำคัญได้อย่างครบถ้วนและเพียงพอสำหรับการที่จะยุติการเก็บรวบรวมข้อมูลได้ โดยมีผู้เชี่ยวชาญจำนวน 10 คน และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลจำนวน 50 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 60 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) การสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) และการสังเกต (Observation) ช่วงเวลาทำการเก็บข้อมูล คือ ระหว่างเดือน มิถุนายน – สิงหาคม 2558

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ซึ่งมีหัวใจสำคัญคือการวางระบบข้อมูลโดยการ จัดประเภทของคำและข้อความที่จะวิเคราะห์ จากการจำแนกเพื่อหาความสัมพันธ์ของข้อมูล โดยมีจุดมุ่งหมายที่จะ แยกแยะและอธิบายองค์ประกอบ ความหมายและความสัมพันธ์ของปรากฏการณ์ ภายใต้เงื่อนไขและ สภาพแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรมของพื้นที่ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นให้ความสำคัญต่อมุมมองของผู้ให้ ข้อมูล (ชยันต์ วรรณะภูติ 2537) เพราะถือเป็นผู้อยู่ในเหตุการณ์จริง มีประสบการณ์จริง

ผลการวิจัย

จากการสำรวจตามวัตถุประสงค์ข้อแรก ประเด็นการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือที่ใช้ ในการสื่อสารเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับสมาชิกครอบครัวของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในประเทศ นิวซีแลนด์ พบข้อมูลว่า กลุ่มผู้ให้ข้อมูลแบ่งเป็นจำนวนผู้ชายและผู้หญิงอย่างละครึ่งๆ กัน โดยอยู่ในช่วงวัยรุ่นซึ่ง กำลังเรียนหนังสือตั้งแต่ชั้นมัธยมจนถึงมหาวิทยาลัยมากที่สุด รองลงมาคือ วัยทำงาน และวัยผู้สูงอายุที่น้อยที่สุด ส่วนใหญ่เป็นชาวนิวซีแลนด์รุ่นใหม่ รองลงมาคือ ชาวนิวซีแลนด์ที่สืบเชื้อสายมาจากชนพื้นเมืองเมารีดั้งเดิม (Maori) และน้อยที่สุด คือ ผู้ที่มาจากประเทศอื่นๆ แต่มาอยู่อาศัยและทำงานในเมืองโอ๊คแลนด์ แฮมิลตัน โรโตรัว และแทโฮมานานแล้ว

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ โดยเฉพาะวัยรุ่นจะใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารโดยผ่านช่องทางการสื่อสาร จากโปรแกรมประยุกต์ชื่อ ไวเปอร์ (Wiper) ในการติดต่อสื่อสารทั้งเรื่องทั่วๆ ไปและเรื่องสุขภาพกับเพื่อนๆ และ สมาชิกในครอบครัวมากที่สุด รองลงมา ได้แก่ เฟซบุ๊ก สไกป์ อีเมล สแนปแชต อินสตาแกรม ไลน์ ด้วยเหตุผล คือ เป็นเทคโนโลยีสำหรับการสื่อสารซึ่งใกล้ชิด เป็นที่รู้จักกันในกลุ่มคนรู้จักซึ่งใช้เทคโนโลยีเหล่านี้เหมือนกัน จึงทำให้มีความคุ้นเคยและมีความถนัดในการใช้สื่อสาร มีความสะดวกและการใช้งานเข้าใจง่าย เหตุผลที่สำคัญ มากอีกประการ คือ การใช้สัญญาณเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตเพื่อเข้าใช้ช่องทางการสื่อสารเหล่านี้ จะเสียค่าใช้จ่ายไม่ แพงหรือในบางกรณีสามารถใช้ได้ฟรีหรือไม่เสียค่าใช้จ่ายเลย เช่น ในสถาบันการศึกษา ห้องสมุดของเมืองหรือ ตามร้านค้าต่างๆ ที่ติดตั้งสัญญาณเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตให้ผู้มาใช้บริการฟรี ส่วนกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เป็นผู้ที่มีมาจาก ประเทศอื่นๆ เช่น คนไทย จีน มาเลเซีย อินเดีย อิหร่าน แอลจีเรีย จาไมกา ชาวแอฟริกัน ซึ่งมีทั้งมาเรียนและ ทำงานอยู่ในนิวซีแลนด์ ส่วนใหญ่จะใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารกับเพื่อนๆ และสมาชิกในครอบครัวคล้ายๆ กับกลุ่มชาวนิวซีแลนด์ทั่วไป ยกเว้นคนไทยซึ่งจะใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารผ่านช่องทางการสื่อสารจาก โปรแกรมประยุกต์ชื่อ ไลน์ (Line) กับเพื่อนคนไทยและสมาชิกในครอบครัวที่อยู่ในประเทศไทยมากที่สุด เพราะ เป็นช่องทางการสื่อสารที่ได้รับความนิยมมากสำหรับคนไทยในประเทศไทย รองลงมาคือ อีเมล สไกป์ โดยใช้ เฟซบุ๊กน้อยที่สุด นอกจากนั้นยังมีผู้ให้ข้อมูลชาวเกาหลีใต้ ที่อยู่ในกลุ่มต่อต้านการใช้โซเชียลมีเดีย เพราะคิดว่า

ผู้ใช้สื่อโซเชียลมีเดียไม่มีความมั่นใจในตัวเอง เพียงแต่ต้องการแสดงตัวตนหรือการอวดตัวของตนออกมาเท่านั้น โดยตนเองคิดว่าสื่อโซเชียลมีเดียไม่มีความจำเป็นในการใช้ติดต่อสื่อสารในเรื่องส่วนตัว แต่อาจมีความจำเป็นสำหรับการทำธุรกิจ โดยเฉพาะการใช้เฟซบุ๊กในการทำธุรกิจ สำหรับการติดต่อเรื่องทั่วไป รวมทั้งเรื่องสุขภาพกับสมาชิกในครอบครัว จะใช้วิธีการเดินทางไปหาเลย

สำหรับการติดต่อสื่อสารเรื่องสุขภาพกับผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลซึ่งบรรพบุรุษมีเชื้อสายชาวเมารีที่อาศัยอยู่ในนิวซีแลนด์มาแต่ดั้งเดิม ส่วนใหญ่จะใช้การโทรศัพท์เพื่อพูดคุยหรือการเดินทางไปพบหน้ากันมากกว่า ไม่นิยมใช้ช่องทางการสื่อสารจากสื่อใหม่ใดๆ ทั้งสิ้น เพราะคิดว่าการพูดคุยกันต่อหน้าจะทำให้เกิดความเข้าใจกันง่ายมากขึ้นและสภาพของที่อยู่อาศัยและการจราจรก็ค่อนข้างสะดวกสบายเอื้อให้การเดินทางไปมาหาสู่กันใช้เวลาไม่นานนัก ส่วนกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เป็นชาวนิวซีแลนด์รุ่นใหม่นิยมใช้สื่อใหม่ต่างๆ เพื่อการติดต่อกับผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวเป็นประจำ เพียงแต่ยังไม่ค่อยได้ใช้เพื่อการให้ข้อมูลข่าวสารด้านการป้องกัน การดูแลสุขภาพและการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่อาจจะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ

จากการวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ข้อที่สองถึงประเด็นเทคนิควิธีการสื่อสารเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในประเทศนิวซีแลนด์ พบข้อมูลว่า กลุ่มผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ จะไม่กล้าให้คำแนะนำใดๆ ในเรื่องการดูแลสุขภาพมากนัก เพราะคิดว่าตนเองยังไม่มีความรู้เพียงพอหรือยังเด็กเกินไปที่จะให้คำปรึกษาหรือให้คำแนะนำในเรื่องสุขภาพกับผู้สูงอายุที่เป็นคุณพ่อคุณแม่หรือปู่ตายายของตนเอง โดยพฤติกรรมการใช้สื่อใหม่ คือ ใช้ผ่านโซเชียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือเพื่อการสื่อสารในเรื่องนี้ มักจะใช้เพื่อการส่งข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพที่เกิดขึ้นทั่วไป เช่น ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับโรคที่กำลังระบาดอยู่ในปัจจุบัน หรือการเกิดโรคและอาการเจ็บป่วยในช่วงเวลาต่างๆ อาทิ การระวังโรคไข้หวัด ปลอดภัยในช่วงฤดูหนาว เป็นต้น โดยจะใช้เทคนิควิธีการแบ่งปัน (Share) ข้อมูลสุขภาพเหล่านี้ไปให้ผู้สูงอายุในครอบครัวที่สามารถเข้าถึงข้อมูลได้จากโทรศัพท์มือถือหรือคอมพิวเตอร์ ผ่านโปรแกรมประยุกต์ อาทิ ไวเปอร์ เฟซบุ๊ก เป็นต้น นอกจากนั้นกลุ่มผู้ให้ข้อมูลบางส่วนจะใช้เทคนิควิธีการสื่อสารด้วยการให้กำลังใจแสดงความห่วงใยเพื่อกระตุ้นการดูแลสุขภาพของตัวผู้สูงอายุเองมากกว่าการแนะนำหรือบอกให้ผู้สูงอายุปฏิบัติตามเพื่อการดูแลสุขภาพด้วยวิธีการต่างๆ เพราะคิดว่าน่าจะเป็นหน้าที่ของผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนี้โดยเฉพาะ เช่น แพทย์ พยาบาล เป็นต้น และเห็นว่าถ้าจะมีการใช้สื่อใหม่เพื่อให้ข้อมูลเรื่องการดูแลสุขภาพกับผู้สูงอายุ ต้องให้สมาชิกในครอบครัวหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องจัดฝึกอบรมชี้แนะเพื่อให้ความรู้และฝึกฝนทักษะในการใช้โทรศัพท์มือถือจนผู้สูงอายุมีความมั่นใจ มีความเข้าใจในการใช้ที่เพียงพอ จึงจะทำให้เกิดผลสัมฤทธิ์ตามที่ตั้งเป้าหมายเอาไว้

ประเด็นปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นนั้น ส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับเรื่องของทัศนคติในการใช้สื่อใหม่ต่างๆ และวิธีการสื่อสารสุขภาพที่ยังไม่มีความกล้าและไม่ค่อยเห็นความสำคัญที่จะสื่อสารเรื่องสุขภาพกับผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวมากนัก ทั้งนี้เป็นเพราะเหตุผลหลายประการ ได้แก่

ตารางที่ 1 เหตุผลที่กลุ่มผู้ให้ข้อมูลยังไม่ค่อยสื่อสารสุขภาพกับผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัว

ลำดับที่	เหตุผล
1.	ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังไม่มีความมั่นใจในความรู้และข้อมูลด้านสุขอนามัยของตนเองมากนัก
2.	ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังรู้สึกไม่คุ้นเคยหรือรู้สึกกระดากอายกับการสื่อสารเพื่อให้ข้อมูลด้านสุขภาพในการให้คำแนะนำกับผู้สูงอายุเพื่อป้องกันหรือแก้ไขอาการเจ็บป่วยต่างๆ
3.	ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังรู้สึกว่าตนเองมีวัยที่อ่อนกว่า ยังเป็นเด็กไม่ควรพูดเรื่องนี้ในเชิงให้คำแนะนำกับผู้สูงอายุ น่าจะเป็นผู้เชี่ยวชาญโดยเฉพาะ เช่น แพทย์ พยาบาล
4.	ผู้ให้ข้อมูลที่สูงอายุส่วนใหญ่ยังรู้สึกว่าถ้าจะพูดคุยกันเรื่องสุขภาพ น่าจะเป็นการพูดคุยกันแบบซึ่งหน้า คือ เห็นหน้ากัน พูดคุยกันโดยตรงไม่ผ่านสื่อใหม่ต่างๆ แต่สื่อใหม่ก็ถือเป็นความจำเป็นที่ควรให้ความสำคัญแต่ต้องฝึกทักษะการใช้งานระหว่างผู้สูงอายุกับลูกหลานให้เพิ่มมากขึ้น เพราะเป็นเทคโนโลยีที่ช่วยให้การสื่อสารง่ายขึ้นและเห็นว่าคงจะหลีกเลี่ยงไม่ได้แล้ว ส่วนกลุ่มวัยรุ่นชอบที่จะใช้โทรศัพท์มือถือพูดคุยทุกเรื่องรวมทั้งเรื่องสุขภาพ

สำหรับความคิดเห็นของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับข้อเสนอแนะในการสื่อสารสุขภาพกับผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัว สรุปได้ดังนี้

ตารางที่ 2 ข้อเสนอแนะของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในการสื่อสารสุขภาพกับผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัว

ลำดับที่	ข้อเสนอแนะจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูล
1.	ส่วนใหญ่เห็นว่าถ้าจะต้องพูดคุยเรื่องดูแลสุขภาพทั้งสภาพร่างกายและสภาพจิตใจควรพูดคุยกับผู้สูงอายุแบบใช้จิตวิทยาขั้นสูง ด้วยการสังเกตความต้องการของผู้สูงอายุที่จะแสดงออกมาหรือเอ่ยปากขอร้องขอความช่วยเหลือออกมาเอง เพราะผู้สูงอายุบางครั้งไม่ให้ความเชื่อมั่นในตัวลูกหลานว่าจะมีความรู้ความสามารถมากพอที่จะมาแนะนำตนเองให้ดูแลสุขภาพได้
2.	ส่วนใหญ่เห็นว่าถ้าจะมีการใช้สื่อต่างๆ ที่เป็นสื่อใหม่เพื่อให้ข้อมูลข่าวสารเรื่องสุขภาพกับผู้สูงอายุ ต้องเป็นลักษณะการส่งต่อแบ่งปันข้อมูลไปให้ผู้สูงอายุได้ดูได้อ่านได้พิจารณาด้วยตนเองก่อนเป็นอันดับแรก หลังจากนั้นจึงค่อยติดตามว่าผู้สูงอายุต้องการความช่วยเหลือใดๆ หรือต้องการคำอธิบายเพิ่มเติมหรือไม่เกี่ยวกับข้อมูลด้านสุขภาพที่ได้รับมา คือ ส่งต่อข้อมูลด้านสุขภาพต่างๆ เพื่อให้เกิดความอยากรู้เพิ่มมากขึ้น
3.	ส่วนใหญ่เห็นว่าถ้าจะมีการใช้สื่อต่างๆ ที่เป็นสื่อใหม่เพื่อให้ข้อมูลข่าวสารเรื่องสุขภาพกับผู้สูงอายุ ต้องมีการบอกให้เห็นความสำคัญของสื่อที่จะติดต่อกันและต้องมีการแนะนำวิธีการใช้ก่อน ทั้งการรับและการส่งข้อมูล การสะท้อนความคิดเห็นกลับไปยังลูกหลานที่ส่งข้อมูลมา รวมทั้งการค้นหาข้อมูลด้านสุขภาพได้ด้วยตนเอง จึงจะทำให้การใช้สื่อต่างๆ เพื่อ

	การส่งเสริมคุณภาพชีวิตและความผาสุกของผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น เพราะถ้าผู้สูงอายุยังไม่มีความรู้ความเข้าใจในการใช้สื่อเพียงพอ จะทำให้การสื่อสารล้มเหลวหรือไม่เกิดผลต่อเนื่องใดๆ เกิดขึ้น
--	---

อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยในประเด็นด้านการใช้สื่อใหม่ผ่านโซเซียลมีเดียในโทรศัพท์มือถือเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตสำหรับผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว เฉพาะกรณีศึกษาในพื้นที่วิจัย ณ ประเทศนิวซีแลนด์นั้น จะพบว่ากลุ่มผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ต้องการใช้ประโยชน์และมีความพึงพอใจในการเลือกใช้อุปกรณ์สื่อสารด้วยโทรศัพท์มือถือ เพราะเป็นอุปกรณ์ที่พกพาติดตัวไปได้ตลอดเวลา มีความสะดวกในการใช้งาน และส่วนใหญ่จะสื่อสารผ่านช่องทางการสื่อสารที่เป็นโปรแกรมประยุกต์ ชื่อ ไวเปอร์ มากที่สุด เนื่องด้วยเหตุผลสำคัญต่างๆ เช่น ให้เสียงที่คมชัด ใช้เป็นวิดีโอคอล (Video Call) หรือการพูดคุยกันแบบเห็นหน้าที่มีภาพชัดจนระดับ HD (High-definition) และใช้แบนด์วิดท์ (Bandwidth) หรือปริมาณการรับและการส่งข้อมูล (Data-Transfer) ของอินเทอร์เน็ตที่น้อย มีความปลอดภัยในการรับส่งข้อมูลที่สูงมากเพราะจะมีการเข้ารหัสทั้งข้อความ เสียงและรูปภาพ สามารถแชร์วิดีโอให้กับเพื่อนและเปิดดูวิดีโอผ่านตัวแอปได้ทันที โดยไม่ต้องพึ่งโปรแกรมเปิดไฟล์วิดีโอ สามารถอัปโหลด (up load) คลิปวิดีโอส่วนตัวขึ้นไปเก็บไว้บนแอปเพื่อให้เพื่อนๆ ได้เข้ามาแสดงความคิดเห็นและเปิดดูได้อย่างง่ายดาย สามารถค้นหาเพลงและวิดีโอจากทั่วโลกสำหรับแชร์ขึ้นบนไทม์ไลน์ (Time line) ของผู้ใช้ได้ด้วย ช่วยเพิ่มความสุขสนทนในการแชท (Chat) เพื่อพูดคุยแบบต่างๆ เช่น การแชทแบบข้อความ การส่งรูปภาพ ส่งสติ๊กเกอร์แสดงอารมณ์ต่างๆ สามารถหาเบอร์โทรศัพท์ในรายชื่อผู้ที่ต้องการติดต่อบนมือถือ ส่งข้อความหาเบอร์มือถือ สามารถลบประวัติการแชททั้งรูปภาพและวิดีโอออกจากเครื่องได้ สามารถลบภาพส่วนตัวของเจ้าของที่ได้แชทคุยกับเพื่อนออกจากเครื่องของคู่สนทนาได้ นอกจากนั้นยังมีระบบการแจ้งเตือนเมื่ออีกฝ่ายได้เปิดอ่าน อีกทั้งยังมีการแจ้งเตือนด้วยว่าคู่สนทนาได้บันทึกประวัติในการแชทพูดคุยกัน จึงเป็นระบบการทำงาน (feature) ที่ทำให้ผู้ใช้นิยมมาก ถือว่าเป็นจุดแข็งของไวเปอร์ที่ทำให้ได้รับความนิยมจากผู้ในกลุ่มวัยรุ่นในพื้นที่วิจัยเป็นอย่างมาก เพราะมีการนำไปใช้งานมากที่สุด ส่วนการใช้เฟซบุ๊ก สไกป์ อีเมล สแนปแชท อินสตาแกรม ไลน์ ยังคงได้รับความนิยมจากผู้ให้ข้อมูลไล่เรียงกันลงมา เพียงแต่ยังมีปริมาณการใช้น้อยกว่าไวเปอร์ นอกจากนั้นผู้วิจัยสังเกตได้ถึงกระแสความนิยมในการเลือกใช้โปรแกรมประยุกต์อีกประเภทหนึ่ง คือ “สแนปแชท” (SnapChat) ซึ่งกำลังเป็นที่นิยมมากเช่นกันในกลุ่มผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นวัยรุ่นที่กำลังเรียนหนังสือมากที่สุด โดยให้เหตุผลสำคัญหลักๆ ว่า เพราะมีคุณสมบัติที่ถูกใจหลายอย่าง อาทิ สามารถรับส่งภาพถ่ายหรือวิดีโอพร้อมข้อความ ที่ใช้งานได้สะดวกและขั้นตอนการใช้ง่ายดายในการส่งภาพหรือคลิปวิดีโอสั้นๆ ไม่เกิน 10 วินาที ไปพร้อมข้อความหรือใช้เครื่องมือเขียนทับลงบนภาพหรือวิดีโอได้ ภาพและวิดีโอที่ส่งไปจะไม่มีการบันทึกลงในเครื่องของผู้รับ รวมทั้งในเซิร์ฟเวอร์ของสแนปแชท เป็นต้น

ปรากฏการณ์ทางสังคมตามข้อมูลที่ได้รับมาจากการเก็บข้อมูล เฉพาะกรณีศึกษาในพื้นที่วิจัย ณ ประเทศนิวซีแลนด์ จึงสามารถพิจารณาได้ถึงความสำคัญของการใช้สื่อใหม่ ได้แก่ โทรศัพท์มือถือ โซเซียลมีเดีย และโปรแกรมประยุกต์ต่างๆ รวมทั้งเทคนิควิธีการสื่อสารเพื่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับบุตรหลานที่เป็นสมาชิกภายในครอบครัว เพราะจะช่วยให้การใช้ชีวิตประจำวันมีความสะดวกสบายและมีความสม่ำเสมอทั้ง

การส่งข้อมูลและรับข้อมูลจากกันและกัน นอกจากนั้นยังเป็นการสร้างความรู้สึกร่วมกันที่ดีต่อกันได้อย่างต่อเนื่อง การผสมผสานเทคโนโลยีที่เป็นสื่อใหม่ต่างๆ ให้เข้ากับวิถีชีวิตประจำวันจึงถือเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องตระหนักถึงให้มากขึ้น โดยสามารถเลือกใช้ให้สอดคล้องและเหมาะสมตามประโยชน์และความพึงพอใจที่ทั้งสองฝ่ายเห็นพ้องต้องกัน เพราะข้อมูลที่พบในการวิจัยครั้งนี้ คือ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เกือบร้อยละ 90 จะใช้โทรศัพท์มือถือในการติดต่อสื่อสารกับกลุ่มเพื่อนๆ และผู้สูงอายุรวมทั้งสมาชิกในครอบครัวในทุกๆ เรื่อง เนื่องจากมีค่าใช้จ่ายในการใช้เพื่อการสื่อสารไม่มากนักหรือบางกรณีไม่เสียค่าใช้จ่ายเลย อีกทั้งการพัฒนาระบบต่างๆ ในโทรศัพท์มือถือให้สามารถตอบสนองการใช้งานของผู้ใช้ได้เกือบทุกสถานการณ์ จึงส่งผลให้ได้รับความนิยมจากผู้คนทั่วโลกอย่างรวดเร็ว โดยยังคงพบข้อมูลว่ามีจำนวนผู้ที่ยังไม่ใช้โทรศัพท์มือถืออยู่บ้าง ทั้งนี้เพราะเงื่อนไขความจำเป็นต่างๆ ได้แก่ 1) ไม่มีเงินเพียงพอในการซื้อเครื่องและอุปกรณ์ประกอบในการใช้โทรศัพท์มือถือ 2) ไม่มีความรู้เพียงพอในการใช้โปรแกรมประยุกต์ต่างๆ บนโทรศัพท์มือถือ จึงส่งผลให้ไม่อยากซื้อมาใช้ 3) ผู้ที่มีความรู้สึกต่อต้านเทคโนโลยีใหม่ๆ ที่เกิดขึ้นมาอย่างโทรศัพท์มือถือด้วยเช่นกัน 4) กลุ่มผู้สูงอายุที่สภาพร่างกาย เช่น สายตาที่มองไม่ค่อยชัด หูที่ฟังเสียงไม่ค่อยได้ยิน มือที่ไม่คล่องในการใช้ระบบสัมผัสหน้าจอโทรศัพท์มือถือ ส่งผลทำให้ไม่สามารถใช้โทรศัพท์มือถือได้สะดวก จึงทำให้ไม่ใช้ไปเลย จึงส่งผลให้การติดต่อสื่อสารกันระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวขาดความสะดวกสบายไปมาก เพราะข้อดีของโทรศัพท์มือถืออีกประการหนึ่ง คือ ทำให้สามารถติดต่อกับบุคคลอื่นๆ โดยไม่มีข้อจำกัดด้านสถานที่และเวลา ถือเป็นการใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารที่สำคัญอีกรูปแบบหนึ่งในชีวิตประจำวันในยุคดิจิทัล และกลายเป็นเครื่องมือช่วยในการสื่อสารที่สำคัญในยุคนี้ เพราะโทรศัพท์มือถือนั้น นับเป็น “สื่อใหม่” อีกประเภทหนึ่ง ดังที่ อูบลรัตน์ ศิริยุวศักดิ์ และคณะ (2547) ให้ความหมายของสื่อใหม่ ไว้ว่า เป็นเทคโนโลยีการสื่อสาร ได้แก่ สื่อเสียง (Audio) ตัวหนังสือ (Text) ภาพกราฟิก (Graphics) หรือวีดีโอ (Video, Animation) ที่มีศักยภาพในการเชื่อมโยงกับเทคโนโลยีเครือข่าย อินเทอร์เน็ต คอมพิวเตอร์ และ/หรือโทรคมนาคมเป็นองค์ประกอบหลักทำให้การสื่อสารเกิดการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมากมาย เช่น เฟซบุ๊ก อีเมล ฯลฯ ที่เป็นการสื่อสารแบบสองทาง ซึ่งเป็นไปได้ทั้ง One-to-one หรือ One-to-many หรือ Many-to-many เป็นต้น โดยคุณลักษณะของสื่อใหม่ทั้งหมดนี้ทำให้ โทรศัพท์มือถือสามารถตอบสนองระบบการใช้งานต่างๆ ได้ทั้งหมด

สอดคล้องกับแนวคิดของแม็คลูฮัน (Marshall McLuhan, 1964) นักวิชาการด้านสื่อมวลชนชาวอเมริกัน ที่ได้นำเสนอแนวคิดไว้ว่า “The medium is the message” ในหนังสือ Understanding media : the extensions of man โดยอธิบายว่า medium หรือสื่อหรือช่องทางการสื่อสารหรือวิธีการที่ใช้ในการส่งผ่านข้อมูลข่าวสารเนื้อหาสาระต่างๆ สื่อจะมีผลกระทบต่องานสังคมไม่ใช่เพียงแค่บทบาทในการส่งเนื้อหาผ่านสื่อเท่านั้น แต่ยังมีบทบาทตามลักษณะของตัวสื่อเองอีกด้วย ซึ่งบางครั้งกลับมีผลทางจิตวิทยาและสังคมต่อการรับรู้ของผู้รับสารมากกว่าตัวสารเสียอีก ดังนั้น medium ในความหมายของสื่อใหม่ คือ เทคโนโลยีที่มนุษย์ใช้ติดต่อสื่อสารหรือเชื่อมโยงเครือข่ายอินเทอร์เน็ตเข้าหากัน อาทิ เครือข่ายสังคมออนไลน์ เว็บไซต์ รวมไปถึงอุปกรณ์ต่างๆ ที่ออกแบบมาให้มีการใช้งานแตกต่างกัน นอกจากนั้น เคนท์ และ แลน (Kent Wertime and Ian Fenwick, 2008, Hardcover) ยังได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับสื่อใหม่ว่า หมายถึง เนื้อหา (content) ที่อยู่ในรูปแบบดิจิทัล ซึ่งมีลักษณะสำคัญของเนื้อหาอยู่ในรูปแบบดิจิทัล ได้แก่ 1) มีอิสระจากข้อจำกัดด้านเวลา (Freedom from

Scheduling) จึงสะดวกต่อการที่สมาชิกในครอบครัวจะส่งข้อมูลข่าวสารแลกเปลี่ยนกันกับผู้สูงอายุและสมาชิกคนอื่น ๆ ในเวลาของตนเองสะดวก 2) มีอิสระจากข้อจำกัดด้านพรมแดน (Freedom from Geological Boundaries) ผู้ใช้สามารถเลือกรับหรือส่งหรือค้นหาข้อมูลข่าวสารจากสถานที่ใดจากประเทศใดก็ได้ทั่วโลก 3) มีอิสระจากข้อจำกัดด้านขนาด (Freedom to Scale) ในด้านเนื้อหาที่สามารถย่อหรือขยายขนาดหรือเครือข่ายให้เหมาะสมสำหรับกลุ่มเป้าหมายเฉพาะเจาะจงอย่างผู้สูงอายุได้ 4) มีอิสระจากข้อจำกัดด้านรูปแบบ (Freedom from Formats) ไม่จำเป็นต้องมีรูปแบบหรือลักษณะที่ตายตัวแบบสื่อดั้งเดิม 5) มีอิสระจากยุคนักการตลาดสร้างเนื้อหาไปสู่ผู้บริโภคสื่อริเริ่มสร้างและควบคุมเนื้อหาเอง (From Marketer-Driven to Consumer-Initiated, Created and Controlled) ด้วยพัฒนาการเทคโนโลยีดิจิทัลนี้ ส่งผลให้สมาชิกในแต่ละครอบครัวสามารถสร้างสรรค์เนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลป้องกันสุขภาพของผู้สูงอายุให้ตรงตามลักษณะการใช้ชีวิตที่แตกต่างกันไปในแต่ละครอบครัวได้เอง

จากข้อมูลและแนวคิดดังกล่าว จึงสามารถพิจารณาได้ว่าสื่อใหม่ทำให้เกิดการสื่อสารได้สองทางผ่านระบบเครือข่ายและมีศักยภาพเป็นสื่อแบบประสม (Multimedia) โดยไม่จำกัดเวลาและสถานที่ สามารถส่งถ่ายข้อมูลความรู้ เผยแพร่ไปสู่บุคคลเป้าหมายต่างๆ ได้ทุกสถานที่ทุกเวลาบนโลกใบนี้ (ห้องสมุดดิจิทัลออนไลน์ 2557) ความเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ได้ส่งผลให้พฤติกรรมในการสื่อสารระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสารที่เป็นสมาชิกในครอบครัวเดียวกันที่ต้องมีการเปลี่ยนแปลงตามไปด้วยเพื่อให้สอดคล้องกับการพัฒนาของเทคโนโลยีด้านการสื่อสารในยุคปัจจุบันซึ่งเจริญก้าวหน้าไปอย่างก้าวกระโดด จึงแทบเป็นไปไม่ได้เลยที่ผู้คนยุคนี้จะหลีกเลี่ยงการใช้อุปกรณ์เหล่านี้ในชีวิตประจำวันไปได้ หรือถ้าพยายามหลีกเลี่ยงไม่ใช้ ก็จะทำให้การดำเนินชีวิตไม่มีความสะดวกสบาย ไม่มีความคล่องตัวในการติดต่อสื่อสารอย่างที่เราควรเป็น เช่น อาจต้องเสียค่าใช้จ่ายในการติดต่อสื่อสารเป็นจำนวนมากขึ้น อาจต้องเสียเวลาในการเดินทางไปมาหาสู่กันในกรณีที่อยู่ห่างไกลกันมากขึ้น หรืออาจช่วยป้องกันหรือแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุหรือสมาชิกในครอบครัวคนอื่นๆ ไม่ทันเวลา เป็นต้น อันเป็นการส่งผลเสียหายได้ในท้ายที่สุด

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่าการใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารดังกล่าว เช่น ไวเปอร์ ไลน์ เฟซบุ๊ก สไกป์ สแนปแชท อินสตาแกรม อีเมล มีประโยชน์และความจำเป็นมากในวิถีชีวิตของคนในยุคปัจจุบันนี้ แม้ว่าสื่อใหม่อาจไม่สามารถทำหน้าที่ในบางประการแทนสื่อบุคคลได้ เช่น ความใกล้ชิดแบบเห็นหน้ากันจริงๆ ได้สัมผัสกันจริงๆ แต่สามารถนำสื่อใหม่มาช่วยส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านสภาพจิตใจของผู้สูงอายุให้มีความสดชื่นมากขึ้น เพราะสามารถติดต่อสื่อสารกับลูกหลานได้ตลอดเวลา จึงสามารถสรุปผลการวิจัยประเด็นด้านเทคนิควิธีการสื่อสารเรื่องสุขภาพกับผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวได้หลายด้าน ดังนี้คือ

- 1) มิติด้านสภาวะจิตใจ เกิดการดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกันแบบสม่ำเสมอมากขึ้น ด้วยการถามไถ่สารทุกข์สุกดิบ การเป็นที่ปรึกษาหารือซึ่งกันและกันในทุกเรื่อง เมื่อมีปัญหาความคับข้องใจหรือมีเหตุการณ์ที่ต้องตัดสินใจและต้องการคำปรึกษา
- 2) มิติด้านสภาวะกาย เกิดการส่งข่าวสารและปรึกษาหารือกันเมื่อเกิดอาการผิดปกติด้านร่างกาย เกิดอาการเจ็บป่วยและต้องการความช่วยเหลือจากสมาชิกครอบครัวก่อนไปพบแพทย์มากขึ้น
- 3) มิติด้านสังคม เกิดการส่งข้อมูลข่าวสารของสมาชิกครอบครัวเพื่อช่วยให้รับรู้ความเป็นไปของ

สถานการณ์ต่างๆ ในสังคมรอบตัวมากขึ้น นอกจากนั้นยังช่วยให้การใช้ชีวิตประจำวันระหว่างผู้สูงอายุกับบุตรหลานมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น แม้ไม่ได้พบหน้ากันระหว่างวัน ถือเป็นการเรียนรู้อย่างไม่สิ้นสุด (Life-long Learning) ในการพัฒนาส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวให้มากยิ่งขึ้น

จากข้อมูลที่ได้มาจากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในด้านสถานะที่ผู้สูงอายุต้องพบเจอและแนวทางเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและความผาสุกให้กับผู้สูงอายุ โดยใช้ศักยภาพของสมาชิกในครอบครัวเป็นศูนย์กลางสำหรับการสร้างความสุขให้แก่ผู้สูงอายุ และทุกครอบครัวสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริง ดังนี้

ตารางที่ 3 ข้อเสนอแนะแนวทางการใช้ศักยภาพของสมาชิกในครอบครัวเป็นศูนย์กลางสำหรับการสร้างความสุขให้แก่ผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะแนวทางการใช้ศักยภาพของสมาชิกในครอบครัวเป็นศูนย์กลาง สำหรับการสร้างความสุขให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุ
การคำนึงถึงหลักจิตวิทยาสำหรับผู้สูงอายุ คือ มนุษย์ทุกคนมีความต้องการภายในตามลำดับ ได้แก่ 1) ความต้องการด้านร่างกาย 2) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัยทั้งด้านร่างกายและจิตใจ 3) ความต้องการความรักและต้องการการเป็นเจ้าของ 4) การได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น 5) การประจักษ์ในคุณค่าของตนเอง ดังนั้นสมาชิกในครอบครัวทุกคน ต้องประชุมและปรึกษารื้อกัน เพื่อทำความเข้าใจถึงปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากสถานะที่ผู้สูงอายุต้องพบเจอเมื่อเข้าวัยหลังอายุ 60 ปี ซึ่งเป็นวัยเกษียณตามเกณฑ์ปกติ เพราะผู้สูงอายุซึ่งเคยทำงานและสามารถสร้างรายได้ด้วยตนเองมาตลอด แต่ต้องกลับกลายเป็นผู้ที่ไม่มียาได้หรือรายได้ลดลง รวมทั้งสภาพร่างกายและจิตใจที่อ่อนแอลง บางคนอาจมีโรคประจำตัวที่ต้องดูแลรักษาอย่างต่อเนื่อง จึงส่งผลต่อความรู้สึกต่างๆ มากมายต่อการใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ดังนั้นลูกหลานที่เป็นสมาชิกในครอบครัว จึงต้องใส่ใจในการสื่อสารพูดคุยกับผู้สูงอายุในบ้านหรือแม้แต่พักอาศัยอยู่คนละบ้านก็สามารถใช้เทคโนโลยีสื่อใหม่ ได้แก่ โทรศัพท์มือถือ เพื่อการสื่อสารในการพูดคุยต่างกับผู้สูงอายุได้อย่างสม่ำเสมอ เพื่อการบอกข่าวสารทั่วไปและข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุโดยตรง การที่จะให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดีต้องพิจารณาว่าทำอะไรที่จะให้ผู้สูงอายุมีความสุขในการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน โดยใช้แนวทางดังนี้คือ การปรับตัวของบุตรหลาน ญาติพี่น้องและผู้ดูแล โดยการปรับใจปรับความคิดและหาวิธีการที่จะปรับการทํากิจวัตรประจำวันและการทำงานของตนเอง ให้สอดคล้องกับการดูแลผู้สูงอายุ การเอาใจใส่ดูแลผู้สูงอายุด้วยความรัก โดยเฉพาะการได้ดูแลบุพการีหรือญาติผู้ใหญ่ที่เรารัก การที่บุตรหลานแสดงความรักด้วยการโอบกอดหรือหอมแก้ม เป็นสัมผัสที่ทำให้ผู้สูงอายุรับรู้ถึงความรักและความสัมพันธ์ที่มีต่อผู้สูงอายุ การสร้างอารมณ์ขันให้ผู้สูงอายุ การได้ยั่วให้ยิ้มและหัวเราะจากใจ วันละครั้งด้วยการพูดหรือแสดงพฤติกรรมหยอกล้อให้ตลกหรือขบขัน จะช่วยลดความซึมเศร้าและความเหงา ทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อกันเกิดบรรยากาศอบอุ่นในครอบครัว นอกจากนั้นตัวผู้สูงอายุเอง ยังต้องมีการปรับตัว ปรับใจ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและความผาสุกให้กับตนเองอีกด้วย (ลัดดา ดำริการเลิศ 2556) ดังนี้คือ

1. การปรับตัวทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ความคิด อารมณ์และสภาพความเป็นอยู่ของตนเอง ด้วยการเปิด

ใจยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น สำหรับการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิต ผู้สูงอายุจำเป็นต้องหันไปตรวจร่างกายอย่างสม่ำเสมอและเริ่มพบแพทย์แต่เนิ่นๆ ที่เริ่มมีอาการที่บ่งชี้ว่าเจ็บป่วย การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เหมาะสมกับวัยและสภาพร่างกายของตนเอง

2. การใช้ชีวิตที่เรียบง่าย ด้วยการทำตามสบาย ไม่ผูกมัดตนเองด้วยกฎเกณฑ์ต่างๆ

3. การไม่พยายามคิดถึงเรื่องต่างๆ ที่ประสบความสำเร็จ ความสุข ความสนุกสนานในอดีตจนกลายเป็นการตอกย้ำความทรงจำที่ทำร้ายจิตใจตนเองอยู่ตลอดเวลา เพราะเมื่อคิดถึงปัจจุบันอาจทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกสูญเสียและเสียดายช่วงเวลาที่ผ่านมาในอดีต และส่งผลทำให้เกิดภาวะความท้อแท้เบื่อหน่ายต่อการมีชีวิตอยู่ในแต่ละวันได้ ผู้สูงอายุจึงต้องฝึกคิดหามุมมองชีวิตที่สร้างเสริมกำลังใจให้ตนเองมีชีวิตอยู่กับเวลาปัจจุบันกับบุตรหลานให้ได้อย่างรู้เท่าทันอารมณ์และจิตใจของตนเอง ด้วยการใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารและวิธีการสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัวอย่างเพลิดเพลินและสม่ำเสมอ ทั้งการเป็นผู้รับสารและเป็นผู้ส่งสารให้กับสมาชิกในครอบครัวได้ด้วยเช่นเดียวกัน

นอกจากนี้ด้วยข้อมูลของผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยยังมีข้อเสนอแนะสำหรับการนำข้อค้นพบที่เป็นองค์ความรู้ใหม่ในพื้นที่การศึกษาเฉพาะกลุ่ม ณ ประเทศนิวซีแลนด์ เพื่อเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้จริงสำหรับทุกครอบครัวให้เกิดเป็นรูปธรรมและสำหรับการนำไปเป็นฐานสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้คือ

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปประยุกต์ใช้จริง

1. ควรให้หน่วยงานภาครัฐอำนวยความสะดวกให้กลุ่มผู้สูงอายุด้วยการมีกลไกสนับสนุนเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุในการจัดหาสมาร์ตโฟน แท็บเล็ต คอมพิวเตอร์ และสามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ฟรีหรือในราคาถูก ควรมีการพัฒนาซอฟต์แวร์ แอปพลิเคชัน เนื้อหาสาระเกี่ยวกับสุขภาพในด้านต่างๆ ของผู้สูงอายุในเว็บไซต์ การจัดสร้างเครือข่ายสังคมออนไลน์ต่างๆ ที่เหมาะสมและเป็นประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุ ที่เข้าถึงง่ายและเข้าใจได้ง่าย

2. ควรมีหน่วยงานหรือองค์กรโดยเฉพาะที่เข้ามารับผิดชอบงานด้านการให้ความรู้และสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับประโยชน์ของการใช้สื่อใหม่ต่างๆ กับกลุ่มผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวร่วมกัน เพื่อให้เกิดสะดวก รวดเร็วในการสื่อสารสุขภาพกับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ โดยไม่ส่งผลกระทบต่อเวลาในการเรียนหรือการทำงานของบุตรหลาน แต่ยังสามารถดูแลเอาใจใส่ให้กำลังใจ เพื่อเป็นการป้องกันและแก้ไขปัญหาต่างๆ เกี่ยวกับสุขภาพกายและสุขภาพใจของผู้สูงอายุในบ้านได้เป็นอย่างดีในระดับหนึ่ง คือ ผู้สูงอายุอายุจะรู้สึกว่าได้โดดเดี่ยวหรือถูกลูกหลานละเลยทอดทิ้ง เพราะยังสามารถสื่อสารกันได้ตลอดเวลา โดยไม่จำเป็นต้องมาสื่อสารแบบเห็นหน้าซึ่งกันและกันทุกครั้ง เพราะในบางสถานการณ์ในบางท้องถิ่นอาจมีปัญหาคือ เป็นอุปสรรค เช่น การจราจรแออัดทำให้การเดินทางไม่สะดวก ช่วงเวลาในการเรียนและการทำงานทำให้ไม่สะดวกที่จะเดินทางไปพูดคุยกับผู้สูงอายุแบบเห็นหน้าซึ่งกันและกัน เป็นต้น

3. ควรมีหน่วยงานหรือองค์กรโดยเฉพาะที่จัดการฝึกอบรมให้กับสมาชิกในครอบครัวที่เป็นวัยรุ่น

และวัยทำงาน เพื่อให้มีความเชื่อมั่นว่าตนเองมีความรู้เพียงพอในการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพใจของผู้สูงอายุ
ในเบื้องต้น สามารถให้คำแนะนำสำหรับการดูแลตนเองให้กับผู้สูงอายุในบ้านได้

4. ควรมีหน่วยงานหรือองค์กรโดยเฉพาะที่เข้ามารับผิดชอบงานด้านการให้ความรู้และสร้างความ
เข้าใจเกี่ยวกับจำนวนผู้สูงอายุที่จะมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นในทุกๆ ครอบครัว เพื่อให้เกิดความตระหนักใน
ความสำคัญของปัญหาผู้สูงอายุที่จะเกิดขึ้นอย่างแน่นอนในอนาคต ดังนั้นสมาชิกในครอบครัวจึงต้องมีการ
เตรียมพร้อมสำหรับการดูแลเอาใจใส่ทั้งสภาพร่างกาย สภาพจิตใจของผู้สูงอายุในบ้าน เพราะทุกคนในครอบครัว
ก็ต้องกลายเป็นผู้สูงอายุในวันข้างหน้าเช่นเดียวกัน

ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาวิจัยในอนาคต

การใช้สนามวิจัยหรือพื้นที่เพื่อการเก็บข้อมูลในประเทศไทย เพราะจะได้ข้อค้นพบที่เป็นองค์ความรู้
ใหม่ซึ่งได้มาจากวิถีชีวิตวัฒนธรรมความเป็นอยู่สำหรับประชาชนคนไทยโดยตรง ควรมุ่งเน้นไปที่กลุ่มวัยรุ่นที่
กำลังศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษา เพราะเป็นกลุ่มที่ใช้สื่อใหม่ทุกวันในเกือบทุกกิจกรรมของการดำเนินชีวิต จะ
ได้ทราบว่ากลุ่มวัยรุ่นได้ใช้สื่อใหม่ประเภทใดและใช้เทคนิควิธีการใดในการสื่อสารสุขภาพกับผู้สูงอายุและสมาชิก
ในครอบครัว เพื่อนำมาเป็นข้อเสนอในการกำหนดนโยบายด้านนี้ของทุกภาคส่วน

กิตติกรรมประกาศ

โครงการวิจัยในต่างประเทศครั้งนี้ อยู่ในช่วงเวลาเดือนมิถุนายน – กรกฎาคม 2558 ผู้วิจัยต้อง
ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ประจักษ์ พุ่มวิเศษ อธิการบดี และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุไรพรณ เจน
วานิชยานนท์ รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ และคณะทำงานเป็นอย่างสูงที่ให้ทุน
สนับสนุนในการดำเนินงานต่างๆ เพื่อการเก็บข้อมูล รวมทั้ง ดร.อังสนา เตชะทัศนสุนทร Senior Lecturer จาก
มหาวิทยาลัย Auckland University of Technology (AUT), New Zealand. ที่ให้ความช่วยเหลือด้านข้อมูล
ต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งคำแนะนำและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่มีประโยชน์อย่างมากสำหรับหัวข้อเรื่องที่
วิจัย ณ ประเทศนิวซีแลนด์

เอกสารอ้างอิง

ภาษาไทย

กรมเจรจาการค้าระหว่างประเทศ. (2547). การศึกษาร่วมว่าด้วยการจัดทำความตกลงการค้าเสรี

(Closer Economic Partnership: CEP) ไทย-นิวซีแลนด์ (ไทย). เข้าถึงเมื่อ 2 กรกฎาคม 2558

เข้าถึงได้จาก <http://www.thaifita.com/thaifita/Home/>

กานดา รุณนะพงศา สายแก้ว. (2553). โซเชียลมีเดีย ภาควิชาวิศวกรรมคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

เข้าถึงเมื่อ 21 มิถุนายน 2558 เข้าถึงได้จาก <http://www.slideshare.net/krunapon/social-media-5661152>

กาญจนา แก้วเทพ และ นิคม ชัยขุนพล. (2555). คู่มือสื่อใหม่ศึกษา. กรุงเทพมหานคร : โครงการเมธีวิจัยอาวุโส
ฝ่ายวิชาการ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.

- กวีพงษ์ เลิศวีชรา และคณะ. (2556). **การเรียนรู้เทคโนโลยีของผู้สูงอายุ** หลักสูตรการบริหารเทคโนโลยีวิทยาลัย
นวัตกรรม มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ วารสารออนไลน์ CITU Review ฉบับที่ 1/2556, หน้า 1-7.
- กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ และองค์การระหว่างประเทศเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุ. (2556). “สวีเดนแชมป์
จัดอันดับประเทศที่ดีที่สุดสำหรับผู้สูงอายุ” เข้าถึงเมื่อ 2 มกราคม 2558 เข้าถึงได้จาก
<http://variety1.thaiza.com/สวีเดนแชมป์-จัดอันดับประเทศที่ดีที่สุดสำหรับผู้สูงอายุ/277342/>
- จรัสวรรณ เทียนประภาส และพัชรี ต้นศิริ. (2536). **การพยาบาลผู้สูงอายุ** พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ:
โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม.
- ชยันต์ วรรณะภุติ. (2537). **การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ** ใน อุทัย ดุลยเกษม บรรณาธิการ
คู่มือการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่องานพัฒนา พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ: สายส่งศึกษา คัดไทย จำกัด.
- ตติยา สาริมา. (2552). **แนวทางการดำเนินงานของสำนักงานสาธารณสุขระดับจังหวัด ปี 2552**
ศูนย์อนามัยที่ 7 อุบลราชธานี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข เข้าถึงเมื่อ 4 กรกฎาคม 2558
เข้าถึงได้จาก http://203.157.71.157/ewtadmin/ewt/hpc7/ewt_news.php?nid=364
- ทีปต์ นทีพัฒน์. (2555). **เทคโนโลยีกับการใช้ชีวิต** เข้าถึงเมื่อ 13 กุมภาพันธ์ 2558 เข้าถึงได้จาก
<http://my.dek-d.com/hierophant/blog/>
- นิลาวัลย์ พาณิชรุ่งเรือง. (2540). “ความน่าเชื่อถือและความพึงพอใจของประชาชนในกรุงเทพมหานคร ที่มีต่อ
รายการข่าวภาคค่ำทางโทรทัศน์ทั้ง 5 ช่อง (3, 5, 7, 9, 11)” วิทยานิพนธ์ วารสารศาสตรบัณฑิต
คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2543). “การวิจัยเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน : การวิจัยปฏิบัติการของครู”
ใน พิสมัย จารุจิตติพันธ์ (บรรณาธิการ). จัดพิมพ์เนื่องในโอกาสเกษียณอายุราชการ.
- บุบผา เรืองรอง. (2557). **สอนลูกเรื่องเทคโนโลยีและการสื่อสาร (Technology and Communication)**
คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช.
- พิชิต ฤทธิ์จัญญ. (2545). **การวิจัยเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ : ปฏิบัติการวิจัยในชั้นเรียน**. พิมพ์ครั้งที่ 3
กรุงเทพมหานคร : ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ลัดดา ดำริการเลิศ. (2556). **ความสุขของผู้สูงอายุ มุณินิสถานวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส)**
เข้าถึงเมื่อ 3 มกราคม 2558 เข้าถึงได้จาก http://ridcnrct.blogspot.com/2013/03/blog-post_28.html
- วรากรณ์ สามโกเศศ. (2556). คอลัมน์ “อาหารสมอง” น.ส.พ.กรุงเทพธุรกิจ ฉบับวันอังคารที่ 3 ธ.ค. 2556
เข้าถึงเมื่อ 2 กรกฎาคม 2558 เข้าถึงได้จาก <http://thaipublica.org/2013/12/mouri-polynesians/>
- ศรีนวล สติวิทยานันท์. (2552). **ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ** เอกสารประกอบการฝึกอบรม
โครงการการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมของสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

- ศุภศิลป์ กุลจิตต์เจี๊วงค์. (2556). “โทรศัพท์มือถืออัจฉริยะ ทศวรรษใหม่ของนวัตกรรมการสื่อสารแห่งอนาคต.”
วารสารวิชาการ Veridian E-Journal. ปีที่ 6, ฉบับที่ 1 (เดือนมกราคม – เมษายน 2556):
132-142.
- ศรีประภา ชัยสินธพ. (2558). **สภาพจิตใจของผู้สูงอายุ** ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์
โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล เข้าถึงเมื่อ 19 กุมภาพันธ์ 2558
เข้าถึงได้จาก <http://www.ramament.com/medicalstudent/generalpsyc/oldpsyc/>
- สำนักงานโครงการวิจัยยุทธศาสตร์การพัฒนาคูณภาพชีวิตและการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ ในยุคหลอมรวม
เทคโนโลยี. (2557). “สานเสวนาการพัฒนาคูณภาพชีวิตและการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ ในยุคหลอมรวม
เทคโนโลยี” เข้าถึงเมื่อ 3 กรกฎาคม 2558 เข้าถึงได้จาก
<http://www.convergencebtffund.net/index.php/8-2014-08-17-10-13-14/7-2014-11-09-09-09-06>
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. (2543). **สถานะของประชากรสูงอายุไทยในปัจจุบันและการดำเนินการต่างๆ ของ
ประเทศไทย** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สัมฤทธิ์ อารณาวาสวัสดิ์ และคณะ. (2549). **รูปแบบการดูแลสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในระยะยาวโดยชุมชน
มูลนิธิเพื่อการพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ.**
- ห้องสมุดดิจิทัลออนไลน์. (2557). บทบาทและความสำคัญของห้องสมุดดิจิทัลในปัจจุบัน
เข้าถึงเมื่อ 9 กรกฎาคม 2558 เข้าถึงได้จาก <http://www.nfbcl.org/date/2014/09/>
- อุบลรัตน์ ศิริยุวศักดิ์ และคณะ. (2547). **สื่อสารมวลชนเบื้องต้น : สื่อมวลชน วัฒนธรรม และสังคม**
กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาต่างประเทศ

- Bailey, K.D. (1987). **Methods of Social Research**. 3rd Edition.. New York: The Free Press.
- Chang, Tan Poo. (1992). “Implication of changing family structure on old-age support
in the ESCAP region,” Asia-Pacific Population Journal 7,2 (June 1992) : 49-65.
- Concepcion, Mercedes B. (1996). “The Graying of Asia : Demographic Dimensions,” in
Added Years of Life in Asia, Current Situation and Future Challenges. New York :
United Nations, 1996. ESCAP, Asian Population Studies Series No.141, p. 33.
- Frost & Sullivan. (2013). **NZ will have 90% smartphone and 78% tablet ownership by 2018.**
Accessed June 18, 2015. Available from
<http://www.scoop.co.nz/stories/BU1312/S00422/nz-will-have-90-smartphone-and-78-tablet-ownership-by-2018.htm>
- Jenkins, Henry. (2006). **Convergence Culture: Where Old and New Media Collide**. New York:
New York University Press.

- Kent Wertime & Ian Fenwick. (2008, Hardcover). **DigiMarketing: The Essential Guide to New Media and Digital Marketing**. Publisher: Wiley & Sons, Incorporated, John. Marshall McLuhan. (1964). **Understanding media : the extensions of man**. New York: McGraw-Hill.
- McCombs, Maxwell E. and Becker, Lee B. (1979). **Using Mass Communication Theory**. N.J: Prentice Hall, Inc.
- ONE News (May 21, 2013) NZ smartphone ownership doubles in one year – study. Accessed June 19, 2015. Available from <http://tvnz.co.nz/technology-news/nz-smartphone-ownership-doubles-in-one-year-study-5443887>
- Pan, S & M. Jordan-Marsh. (2010). Internet use intention and adoption among Chinese older adults: From the expanded technology acceptance model perspective. **Computers in Human Behavior**, Volume 26, Issue 5, September 2010, Pages 1111-1119.
- Rogers, E. M. (2003). **Diffusion of innovations** (5th ed.). New York: Free Press.
- Ryu, M., S. Kim, & E. Lee. (2009). Understanding the factors affecting online elderly user's participation in video UCC services. **Computers in Human Behavior**, Volume 25, Issue 3, May 2009, Pages 619-632.
- Statistics New Zealand (2012). **Objectives of the 2014 New Zealand General Social Survey's social networks and support rotating module**. Wellington: Statistics New Zealand ISBN 978-0-478-37778-1 (online).