

การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพัฒนามนุษย์และสังคม สหสาขาวิชาพัฒนามนุษย์และสังคม

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2561

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

THE SELF-ESTEEM OF THE ELDERLY THROUGH LINE APPLICATION



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts in Human and Social Development

Inter-Department of Human and Social Development

Graduate School

Chulalongkorn University

Academic Year 2018

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์
โดย	น.ส.นวพร สุนนทะนาม
สาขาวิชา	พัฒนามนุษย์และสังคม
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุ๋นเรื่อน เล็กน้อย

---

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

.....	คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.ธรรมบุญ หนูจักร)	
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	
.....	ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุวัฒนา ธาดานิติ)	
.....	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุ๋นเรื่อน เล็กน้อย)	
.....	กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน)	

CHULALONGKORN UNIVERSITY

นวพร สุนนทะนาม : การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์. ( THE SELF-ESTEEM OF THE ELDERLY THROUGH LINE APPLICATION) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ผศ. ดร.อุณเรือน เล็กน้อย

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านปัจจัยทางประชากรศาสตร์ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง รวมทั้งเสนอแนะการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ดำเนินการศึกษาโดยใช้เทคนิควิจัยเชิงปริมาณ สุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มแบบโควต้า มีขนาดตัวอย่างทั้งสิ้น 385 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นอิสระต่อกัน (Independent t-test) การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างกลุ่มแบบจับคู่ (Paired Samples t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA) และวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) โดยการวิจัยในครั้งนี้กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติไว้ที่ระดับ .05

ผลการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ คือ สถานภาพการครองคู่ และสภาพการอยู่อาศัย สำหรับพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ความถี่ ระยะเวลา และช่วงเวลาในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ไม่มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ทั้งนี้วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการใช้งานเพื่อติดต่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัวมีระดับมากที่สุด และเมื่อทำการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง ภายในแอปพลิเคชันไลน์ผู้สูงอายุมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ตัวตนมีความสำคัญมากกว่าในชีวิตจริง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สาขาวิชา พัฒนามนุษย์และสังคม

ลายมือชื่อนิสิต .....

ปีการศึกษา 2561

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

# # 6087157020 : MAJOR HUMAN AND SOCIAL DEVELOPMENT

KEYWORD: Elderly, LINE Application, Self-esteem

Nawaphorn Su-nonthanam : THE SELF-ESTEEM OF THE ELDERLY THROUGH LINE APPLICATION. Advisor: Asst. Prof. UNRUAN LEKNOI, Ph.D.

The purposes of the study were to compare the self-esteem of the elderly through demographic factors, correlation between their Line application consumption behavior and self-esteem of the elderly, compare the self-esteem of the elderly between using LINE application and using real-life experience and recommend the positive attitudes about self-esteem of the elderly through line application. Method was quantitative research. A sample of 385 elderlies were collected by quota sampling method. Data were analyzed using descriptive statistics and inferential statistics consist of independent t-tests, One-way ANOVA, Paired Samples t-test and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient in significant level of .05.

The results indicated that the elderly who use the application line have a high level of self-esteem. The factors that influence the self-esteem of the elderly was status and living condition. Line application consumption behavior of the elderly consisted of frequency, duration and time of usage were not significantly correlated with the level of self-esteem. In addition, the correlation coefficient was found to be significant between purpose of use the Line application and the self-esteem of the elderly, especially communication with family. By comparing the self-esteem between Line application and real-life experience, there was statistically significant. The elderly recognized that Line application improve their significance level than real life experience.

Field of Study: Human and Social  
Development

Student's Signature .....

Academic Year: 2018

Advisor's Signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เปรียบเสมือนการลากเส้นต่อจุดที่เชื่อมโยงจุดต่างๆเข้าด้วยกันจนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ สำหรับจุดประกายแรกผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุ๋นเรื่อน เล็กน้อย ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่สละเวลาอันมีค่าให้คำแนะนำตั้งแต่เริ่มคิดหัวข้อวิจัย เปิดมุมมองใหม่ๆ ช่วยปรับแก้ ตรวจสอบความถูกต้องให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์แบบตามหลักวิชาการ ทั้งยังเชื่อมั่นและไว้วางใจในตัวผู้วิจัยเสมอมาทำให้รู้สึกซาบซึ้งและอุ่นใจทุกครั้งที่ได้รับคำปรึกษา

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สุวัฒนา ธาดานิติ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอกที่กรุณาให้ความรู้และคำชี้แนะอย่างละเอียดซึ่งเป็นประโยชน์ยิ่งต่อการทำวิทยานิพนธ์ ตลอดจนให้คำปรึกษาและเป็นที่กำลังใจให้มาโดยตลอด

ขอกราบขอบพระคุณผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่านที่เสียสละเวลาให้ข้อมูลแก่ผู้วิจัยด้วยความเต็มใจ รู้สึกมีความสุขเสมือนได้พูดคุยกับญาติผู้ใหญ่และดีใจที่ได้รับฟังข้อเสนอแนะ คำสอนต่างๆซึ่งสามารถนำมาปรับใช้ในวิทยานิพนธ์และชีวิตจริง ตลอดจนขอขอบพระคุณทุกหน่วยงานที่ให้ความอนุเคราะห์ ช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี

สำคัญที่สุดคือขอขอบพระคุณจุดเล็กๆอันยิ่งใหญ่ ที่ทำให้ก้าวผ่านความกังวล ความเหนื่อยล้าเวลาทุกข์มากที่สุดหรือวันที่ท้อแท้สุดประมาณก็ยังอยู่เคียงข้างพร้อมเข้าใจนั่นคือ “ครอบครัว” คุณพ่อคุณแม่ อาม่า น้องแจ๊คและ ภก.สิทธิวุฒิจตุรเมธานนท์ ที่อยู่เบื้องหลังทำให้ยิ้มได้และสู้ต่อไปจนสำเร็จพร้อมให้ความช่วยเหลือ สนับสนุนทุกด้านทั้งกำลังร่างกายและกำลังใจเป็นพลังบวกที่สามารถเติมใจได้ไม่มีวันหมด

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณทุกคนจากหัวใจทั้งเพื่อนๆ อาจารย์และเจ้าหน้าที่ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน ที่ไม่อาจเอ่ยนามได้หมด ทุกท่านคือ “จุดสำคัญ” ซึ่งหากขาดจุดใดจุดหนึ่งไปการลากเส้นทางของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้คงไม่สมบูรณ์แบบ เช่นเดียวกันสำหรับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้อาจเป็นจุดเล็กๆที่สามารถเชื่อมโยงกับจุดอื่นๆในสังคม เพื่อให้ผู้วาดเส้นคนอื่นๆลากเส้นต่อในจุดต่อไปเป็นเส้นทางสู่การพัฒนาสังคมได้อย่างสมบูรณ์ โดยไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง

นวพร สุนนทะนาม

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....ค	ค
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....ง	ง
กิตติกรรมประกาศ.....จ	จ
สารบัญ.....ฉ	ฉ
สารบัญตาราง.....ณ	ณ
สารบัญรูปภาพ.....ฐ	ฐ
บทที่ 1 บทนำ..... 1	1
1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา..... 1	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย..... 4	4
1.3 ขอบเขตของการวิจัย..... 4	4
1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ..... 4	4
1.5 นิยามศัพท์เฉพาะ..... 4	4
1.6 กรอบแนวคิดในการวิจัย..... 6	6
บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรม..... 7	7
2.1 แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ..... 7	7
2.1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ..... 7	7
2.1.2 การเผชิญหน้าความท้าทายกับการเข้าสู่สภาวะการณสังคมผู้สูงอายุ..... 8	8
2.1.2.1 กระบวนการสู่สภาวะการณสังคมสูงอายุระดับโลก..... 9	9
2.1.2.2 ปัจจัยและผลกระทบจากสภาวะการณสังคมสูงอายุในประเทศไทย..... 10	10
2.1.3 ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ..... 13	13
2.1.3.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย..... 14	14

2.1.3.2 การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญาและการทำงานของสมอง .....	15
2.1.3.3 การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม .....	16
2.1.3.4 การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ.....	18
2.1.4 ความต้องการของผู้สูงอายุ .....	20
2.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	22
2.2.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง .....	22
2.2.2 ความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ.....	24
2.2.3 แนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith.....	25
2.2.4 องค์ประกอบที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	26
2.2.5 การเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	29
2.2.6 ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง .....	32
2.2.6.1 ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง .....	32
2.2.6.2 ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ.....	32
2.3 แนวคิดเกี่ยวกับสื่อสังคมออนไลน์ และแอปพลิเคชันไลน์.....	35
2.3.1 ความหมายของสื่อสังคมออนไลน์ .....	35
2.3.2 ประเภทของสื่อสังคมออนไลน์ .....	36
2.3.3 สื่อสังคมออนไลน์กับผู้สูงอายุ.....	37
2.3.4 ความหมายของแอปพลิเคชันไลน์ .....	39
2.3.5 คุณลักษณะและบทบาทของแอปพลิเคชันไลน์ .....	40
2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	41
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย .....	48
3.1 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย.....	48
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	49
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	50



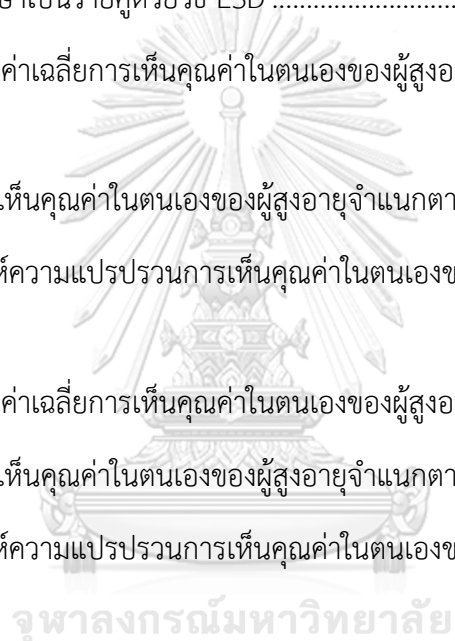
3.4 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือ.....	52
3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	53
3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิจัย.....	53
บทที่ 4 ผลการวิจัย.....	55
4.1 ข้อมูลทั่วไป.....	55
4.1.1 ลักษณะทางประชากรศาสตร์.....	55
4.1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์.....	58
4.2 การเห็นคุณค่าในตนเองผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์.....	60
4.3 ปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ.....	65
4.3.1 เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านปัจจัยทางประชากรศาสตร์.....	65
4.3.2 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ 84	
4.4 เปรียบเทียบระดับการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง.....	90
บทที่ 5 สรุปผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ.....	97
5.1 สรุปผลการศึกษา.....	98
5.2 ข้อเสนอแนะจากการวิจัย.....	102
5.3 ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป.....	105
บรรณานุกรม.....	106
ประวัติผู้เขียน.....	114

## สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1	แสดงนิยามคำจำกัดความสังคมสูงอายุตามสัดส่วนอายุประชากรในประเทศ.....	8
ตารางที่ 2	เปรียบเทียบระยะเวลาการก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุในกลุ่มประเทศพัฒนาแล้วและกำลังพัฒนา	9
ตารางที่ 3	จำนวน และอัตราส่วนร้อยละของประชากรวัยเด็ก วัยแรงงาน และวัยสูงอายุในประเทศไทยปี พ.ศ. 2513, 2533, 2553, 2573 และ 2583.....	11
ตารางที่ 4	จังหวัดที่มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุมากที่สุด.....	11
ตารางที่ 5	ตารางเปรียบเทียบลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ.....	34
ตารางที่ 6	ลำดับความนิยมของสื่อสังคมออนไลน์ในแต่ละช่วงอายุ.....	38
ตารางที่ 7	ที่ตั้งของพื้นที่เขตในกรุงเทพมหานคร .....	50
ตารางที่ 8	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลทั่วไป .....	56
ตารางที่ 9	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระยะเวลา ความถี่ในการใช้งาน และช่วงเวลาที่ใช้งานแอปพลิเคชันไลน์.....	58
ตารางที่ 10	จำนวน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้แอปพลิเคชันไลน์ตามวัตถุประสงค์การใช้งานของผู้สูงอายุ.....	59
ตารางที่ 11	จำนวน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ	61
ตารางที่ 12	จำนวน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ จำแนกตามข้อคำถาม .....	62
ตารางที่ 13	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามเพศ.....	65
ตารางที่ 14	ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามช่วงอายุ.....	66
ตารางที่ 15	การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามช่วงอายุ.....	66
ตารางที่ 16	การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามระดับการศึกษา	67

ตารางที่ 17 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามระดับการศึกษาเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD.....	68
ตารางที่ 18 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของผู้สูงอายุจำแนกตามระดับการศึกษาเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD .....	68
ตารางที่ 19 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญของ ผู้สูงอายุจำแนกตามระดับการศึกษาเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD .....	69
ตารางที่ 20 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจของผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษาเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD .....	70
ตารางที่ 21 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานะทางการเงิน	70
ตารางที่ 22 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานะการออม .....	71
ตารางที่ 23 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานะการ ออม	71
ตารางที่ 24 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามภาวะหนี้สิน .....	72
ตารางที่ 25 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามอาชีพก่อนเกษียณ .....	72
ตารางที่ 26 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามอาชีพก่อน เกษียณ	72
ตารางที่ 27 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามอาชีพใน ปัจจุบัน	73
ตารางที่ 28 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของ ผู้สูงอายุจำแนกตามอาชีพในปัจจุบันเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD .....	74
ตารางที่ 29 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดีของผู้สูงอายุ จำแนกตามอาชีพในปัจจุบันเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD.....	75
ตารางที่ 30 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานภาพ การครองคู่	75
ตารางที่ 31 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานภาพการครอง คู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD.....	76



ตารางที่ 32 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของ ผู้สูงอายุจำแนกตามสถานภาพการครองคู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD .....	77
ตารางที่ 33 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญของ ผู้สูงอายุจำแนกตามสถานภาพการครองคู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD .....	77
ตารางที่ 34 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจของผู้สูงอายุ จำแนกตามสถานภาพการครองคู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD.....	78
ตารางที่ 35 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดีของผู้สูงอายุ จำแนกตามสถานภาพการครองคู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD.....	78
ตารางที่ 36 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสภาพการ อยู่อาศัย 78	
ตารางที่ 37 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสภาพการอยู่อาศัย เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD .....	80
ตารางที่ 38 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของ ผู้สูงอายุจำแนกตามสภาพการอยู่อาศัยเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD .....	81
ตารางที่ 39 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญของ ผู้สูงอายุจำแนกตามสภาพการอยู่อาศัยเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD .....	82
ตารางที่ 40 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจของผู้สูงอายุ จำแนกตามสภาพการอยู่อาศัยเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD.....	83
ตารางที่ 41 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดีของผู้สูงอายุ จำแนกตามสภาพการอยู่อาศัยเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD.....	84
ตารางที่ 42 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามภาวะสุขภาพ .....	84
ตารางที่ 43 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามช่วงเวลาการใช้งาน 84	
ตารางที่ 44 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามความถี่การใช้งาน	85
ตารางที่ 45 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามระยะเวลาใช้งานต่อวัน.....	85
ตารางที่ 46 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามระยะเวลา ใช้งานต่อวัน 85	

ตารางที่ 47 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ .....86

ตารางที่ 48 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของผู้สูงอายุ .....87

ตารางที่ 49 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญของผู้สูงอายุ.....87

ตารางที่ 50 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจของผู้สูงอายุ .....88

ตารางที่ 51 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดีของผู้สูงอายุ .....89

ตารางที่ 52 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง..... 90

ตารางที่ 53 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง จำแนกรายข้อคำถาม..... 91

## สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1	จำแนกการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน .....13
ภาพที่ 2	ลักษณะการอยู่อาศัยของครอบครัวเดี่ยวของไทย พ.ศ. 2545-2555.....16
ภาพที่ 3	จำแนกทัศนคติต่อตนเองที่เกิดขึ้นจากการเห็นคุณค่าในตนเองในแต่ละด้าน.....25



## บทที่ 1

### บทนำ

#### 1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรได้นำพาโลกเข้าสู่ศตวรรษแห่ง “สังคมผู้สูงอายุ” จากสถิติผู้สูงอายุทั่วโลกที่รวบรวมโดยกองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ และองค์การเฮล์พเอจ อินเตอร์เนชันแนล พบว่ามีผู้สูงอายุฉลองวันเกิดครบรอบ 60 ปี มากถึงวินาทีละ 2 คน (United Nations Population Fund and Help Age International, 2012) ประเทศพัฒนาแล้วต่างได้กลายเป็นสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์แล้วแทบทุกประเทศ ในขณะที่ประเทศกำลังพัฒนามีทั้งที่กลายเป็นสังคมสูงอายุแล้ว และกำลังจะก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างรวดเร็ว (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2560) จึงอาจเรียกได้ว่าสังคมสูงอายุ คือชัยชนะที่เป็นผลพวงจากการพัฒนาด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเทคโนโลยีทางการแพทย์ โภชนาการ สุขากิจ การศึกษา และเศรษฐกิจ ทำให้ประชากรมีอายุที่ยืนยาวมากขึ้น

ปัจจุบันประเทศไทยได้เข้าสู่ “สังคมสูงอายุ” (Aging society) ตามคำนิยามของสหประชาชาติเป็นที่เรียบร้อยแล้ว โดยมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 จากในอดีตประเทศไทยยังมีสัดส่วนประชากรวัยเด็กมากกว่าวัยสูงอายุ เป็นสัดส่วนร้อยละ 45.1 และ 4.9 ของประชากรทั้งหมดตามลำดับ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2556) แต่ปัจจุบันการคาดประมาณประชากร ณ กลางปี พ.ศ. 2561 เป็นปีแรกที่ประเทศไทยมีจำนวนประชากรวัยเด็กน้อยกว่าประชากรวัยสูงอายุ คิดเป็นสัดส่วนเท่ากับร้อยละ 17.25 และ 17.77 ของประชากรทั้งหมดตามลำดับ โดยเฉพาะในระยะเวลาย้อนกลับ ภายในปี พ.ศ. 2564 ประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่ “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” (Complete Aged society) ซึ่งจะมีประชากรสูงอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 20 ของจำนวนประชากรทั้งหมด (สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร, 2557) อย่างไรก็ตามชัยชนะจากการพัฒนาดังกล่าวได้สร้างปรากฏการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างทางเศรษฐกิจ สังคมโดยรวมทั้งในระดับจุลภาคและระดับมหภาคอย่างชัดเจนมากขึ้นเรื่อยๆ เมื่อกำลังแรงงานซึ่งเป็นปัจจัยการผลิตมีแนวโน้มลดลง ผู้สูงอายุมีจำนวนมากขึ้น ผลกระทบมวลรวมประชาชาติ (GNP) รวมไปถึงการขยายตัวทางเศรษฐกิจจึงลดน้อยลง ส่งผลให้การลงทุนและการออมลดต่ำลงแต่กลับมีค่าใช้จ่ายด้านสาธารณสุข และค่าใช้จ่ายทางด้านสวัสดิการบริการสังคมต่างๆเพิ่มมากขึ้น ซึ่งอาจนำไปสู่การขาดดุลงบประมาณและการสะสมหนี้สาธารณะ

สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นยิ่งสะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการเตรียมความพร้อมด้านต่างๆไม่ว่าจะเป็นการกำหนดนโยบายตลอดจนแผนการพัฒนาประเทศให้สอดคล้องรับมือกับสังคมผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุมักจะประสบปัญหาถดถอยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ จากรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2559 พบว่าผู้สูงอายุจำนวนมากมีปัญหาสุขภาพร่างกาย พบโรคเรื้อรังชนิดไม่ติดต่อ เช่น โรคความดันโลหิตสูง, โรคเบาหวาน, โรคหัวใจและหลอดเลือด และโรคมะเร็ง ทั้งยังมีแนวโน้มที่จะมีสมรรถภาพของร่างกายถดถอยลง (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2560) ผู้สูงอายุมีความสามารถในการแก้ไขปัญหาที่ลดน้อยลง สูญเสียความจำได้ง่าย ทั้งยังพบอุบัติการณ์โรคสมองเสื่อมอัลไซเมอร์เพิ่มมากขึ้น (กรมการแพทย์, 2557)

สิ่งสำคัญที่ตามมาจากการเผชิญกับโรคภัยต่างๆคือ การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ (ปรมาภรณ์ เกษียรสินธุ์, 2555; พิมพ์จรัส บุญเลิศ, 2560; วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ, 2556) ปัญหาของการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ โดย กรมสุขภาพจิต (2561) ได้นำเสนอ ข้อมูลสถิติการฆ่าตัวตายสำเร็จ พบว่าเกิดขึ้นในผู้สูงอายุเป็นลำดับที่ 2 รองมาจากวัยทำงาน โดยมีสาเหตุหลักมาจากโรคซึมเศร้า ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายมีสมรรถภาพเสื่อมถดถอยลง การสูญเสียหรือพลัดพรากจากบุคคลในครอบครัวอันเป็นที่รัก หรือการเปลี่ยนแปลงบทบาทหรือสถานะทางสังคมอย่างการเกษียณอายุออกจากงาน ซึ่งส่งผลด้านลบต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ มีอารมณ์แปรปรวน รู้สึกท้อแท้ เครียด วิตกกังวล รู้สึกตนเองเป็นภาระ โดดเดี่ยว ถูกทอดทิ้งจากสังคม ไม่มีความสุขในการดำรงชีวิต หรือความพึงพอใจในชีวิตลดน้อยลง ซึ่งความรู้สึกดังกล่าวจัดเป็นคุณลักษณะของบุคคลที่มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจในลักษณะนี้ นอกจากจะสามารถย้อนกลับมาส่งผลกระทบต่อสุขภาพร่างกายได้แล้ว ยังอาจนำไปสู่ความคิดอยากฆ่าตัวตายในผู้สูงอายุได้เช่นกัน (World Health Organization, 2017)

เพื่อให้ผู้สูงอายุไทยสามารถรับมือต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ กรมสุขภาพจิต (2561) จึงผลักดันนโยบายการสร้างสุขภาพจิตที่ดีในผู้สูงอายุด้วยการมีความสุข 5 มิติ ที่ประกอบด้วย การมีความสุขทางกาย การมีความสุขทางอารมณ์ การมีความสุขภาคภูมิใจในตนเอง การมีความสุขที่ดีเป็นเหตุผล และการมองโลกตามความเป็นจริง ซึ่งเห็นได้ว่าความสุขทั้ง 5 มิตินี้เป็นปัจจัยที่สอดคล้องกับคุณลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง อันเป็นพื้นฐานความต้องการทางด้านสุขภาพจิตของมนุษย์ทุกคน (Maslow, 1970) ทั้งยังช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการเผชิญหน้าต่อความผิดหวัง ข้อตำหนิ หรือการถูกประเมินในแง่ลบได้ดี ไม่รู้สึกผิดหวังกับตนเอง หรือรู้สึกผิดหวังในตนเองน้อยที่สุด มีความภาคภูมิใจในตนเอง ไม่รู้สึกเป็นภาระของผู้อื่น มองโลกในแง่ดี มีความรับผิดชอบต่อนตนเองและผู้อื่น ตลอดจนมีความสุข และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ (J. D. Brown, & Marshall, M.A., 2006; ดวงกมล ทองอยู่, 2557)



อย่างไรก็ตามถึงแม้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังคงมีความผูกพันกับสิ่งแวดล้อมเดิม ยังไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคม โครงสร้างครอบครัวและบทบาทของตนในตลาดแรงงานที่เปลี่ยนไป รวมไปถึงเทคโนโลยีการติดต่อสื่อสาร (เกื้อ วงศ์บุญสิน และคณะ, 2560) แต่ในทางกลับกันจากสถิติผลสำรวจการใช้งานอินเทอร์เน็ตพบว่าผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ย 8.5 ชั่วโมงต่อวัน และนิยมใช้สื่อสังคมออนไลน์ชนิดเครือข่ายสังคมอย่างแอปพลิเคชันไลน์มากที่สุด (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2561) สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุมีพฤติกรรมที่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมนี้ โดยมีวัตถุประสงค์หลักในการใช้งานเพื่อการติดต่อสื่อสารกับบุคคลในครอบครัว หรือบุคคลที่อยู่ห่างไกล อีกทั้งการใช้แอปพลิเคชันไลน์ยังเป็นประโยชน์ ช่วยแสดงถึงการคงอยู่ของตนเอง สามารถแสดงความห่วงใยด้วยการส่งข้อความ หรือภาพที่มีข้อความที่เตือนใจให้แก่ผู้อื่น ช่วยให้รู้สึกรับรู้ตนเองในเชิงบวก มีความทันสมัยเหมือนวัยรุ่น มีอารมณ์ที่ดี ไม่รู้สึกเหงา มีจุดยืนในสังคม และมีความภาคภูมิใจในตนเอง (จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557; วิศปิตย์ ชัยช่วย, 2560) จึงเป็นที่น่าสนใจว่าการใช้แอปพลิเคชันไลน์ จะช่วยส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้ไม่น้อยไปกว่าในชีวิตจริง ดังนั้นเพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองผ่านปรากฏการณ์ทางสังคมที่อยู่ใกล้ตัว อย่างการใช้แอปพลิเคชันไลน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกรุงเทพมหานครเป็นพื้นที่ที่มีครัวเรือนที่มีการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตสูงที่สุดในประเทศไทย (สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม, 2561) มุ่งหวังเป็นมหานครอัจฉริยะ สนับสนุนประชาชน สู่พลเมืองดิจิทัล (ศูนย์ข้อมูลกรุงเทพมหานคร, 2561b) และยังเป็นพื้นที่ที่มีจำนวนผู้สูงอายุมากที่สุดในประเทศไทย คิดเป็นร้อยละ 8.3 ของประชากรวัยสูงอายุทั้งหมดในประเทศไทย (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2561) ประกอบกับยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงไปจากครอบครัวขยายกลายเป็นครอบครัวเดี่ยว และมีลักษณะสังคมแบบต่างคนต่างอยู่ทำให้ผู้สูงอายุต้องเตรียมพร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่มากขึ้นกว่าเดิม ผู้วิจัยจึงเลือกผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ที่มีประสบการณ์ในการใช้แอปพลิเคชันไลน์ มาเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง และเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์กับชีวิตจริง เพื่อสร้างข้อเสนอแนะในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับสถานการณ์ทางสังคมปัจจุบัน เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ได้อย่างเป็นประโยชน์ มีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดียิ่งขึ้น

## 1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านปัจจัยทางประชากรศาสตร์
- 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
- 3) เพื่อศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง
- 4) เพื่อเสนอแนะการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์

## 1.3 ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มุ่งประเด็นศึกษาการสร้างคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ผู้วิจัยจึงกำหนดขอบเขตการวิจัย โดยการเก็บข้อมูลการตอบแบบสอบถามจากผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร และมีประสบการณ์การใช้แอปพลิเคชันไลน์

## 1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1) ทราบถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์
- 2) ทราบถึงความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง
- 3) ได้ข้อเสนอแนะทางสังคมในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ สามารถนำผลการศึกษาที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในด้านการวางแผนกลยุทธ์ กำหนดนโยบาย สำหรับการรับมือสังคมสูงวัยระดับสุดยอดต่อไป

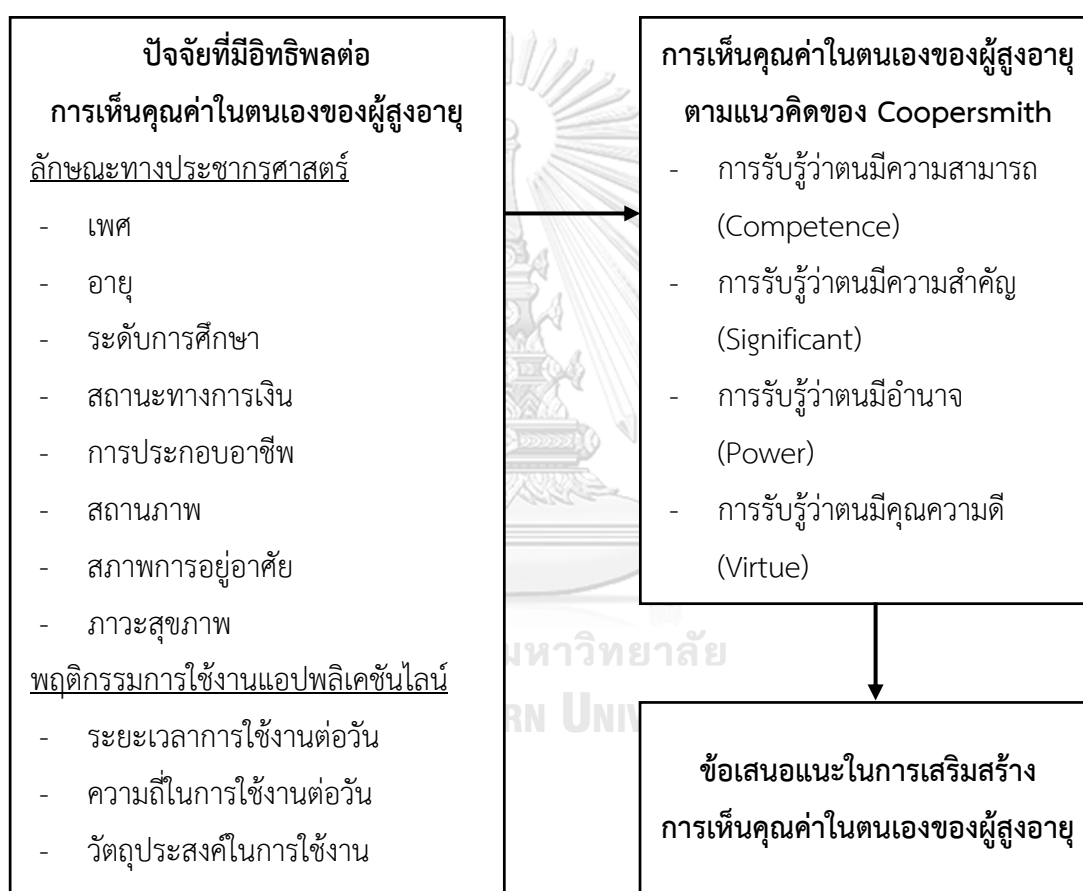
## 1.5 นิยามศัพท์เฉพาะ

- 1) ผู้สูงอายุ หมายถึง ประชากรทั้งเพศหญิงและชายที่มีอายุมากกว่า 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2553)
- 2) พฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ หมายถึง การกระทำ หรือกิริยาอาการที่แสดงออกทางร่างกาย ความคิด หรือความรู้สึกเพื่อตอบสนองต่อการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุ สำหรับการวิจัยนี้ ทำการศึกษาพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ด้วยองค์ประกอบ 3 ประการ (LINE Corporation, 2018; จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557; ศิริพร แซ่ลิ้ม, 2558) ได้แก่

- ระยะเวลาการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ต่อวัน
  - ความถี่ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ต่อวัน
  - วัตถุประสงค์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ได้แก่ การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล (ครอบครัว, เพื่อนสนิท หรือเพื่อนในอดีต ติดต่อธุระ ทำความรู้จักเพื่อนใหม่ ติดตามข้อมูลข่าวสาร แบ่งปันเรื่องราวของตนเอง แบ่งปันความปรารถนาดี เข้าร่วมกลุ่ม การเลือกซื้อสินค้าหรือบริการ และการเล่นเกมออนไลน์
- 3) การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ หมายถึง ทักษะที่ผู้สูงอายุมีต่อตนเองในด้านความสามารถ ความสำคัญ อำนาจ และคุณความดี ที่เกิดขึ้นจากกระบวนการประเมินเปรียบเทียบตนเองกับตัวตนในอุดมคติ กับบุคคลอื่นหรือสังคม ในช่วงเวลาใดช่วงเวลาหนึ่ง สำหรับการวิจัยนี้ การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุประเมินจากการรายงานตนเอง โดยศึกษาตามแนวคิดของ Coopersmith (1981a) ที่แบ่งแหล่งกำเนิดของการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น 4 ประการ ดังนี้
- **การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ (Competence)** ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อผู้สูงอายุรับรู้ว่าคุณสามารถทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตนคาดหวังไว้ สามารถเผชิญอุปสรรค และแก้ไขปัญหาได้ด้วยความมั่นใจ ทั้งยังปรับตัวและอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมได้ดี
  - **การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ (Significant)** ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อผู้สูงอายุรับรู้ว่าคุณเป็นที่สนใจ ได้รับการยอมรับ ได้รับการตอบสนอง ได้รับการดูแล การเอาใจใส่ได้รับความช่วยเหลือ เป็นที่รักใคร่ของผู้อื่น และถูกนับเป็นส่วนหนึ่งในสังคม
  - **การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ (Power)** ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อผู้สูงอายุรับรู้ว่าคุณมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของตน และต่อเหตุการณ์ต่างๆรอบตัว สามารถแสดงออกและเชื่อมั่นในอำนาจการกระทำของตนจะทำให้ได้ผลลัพธ์ที่ต้องการ หรือบรรลุวัตถุประสงค์ได้ด้วยตนเอง
  - **การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี (Virtue)** ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อผู้สูงอายุรับรู้ว่าคุณเองทำดี ปฏิบัติตามค่านิยมที่ดีของสังคม มีศีลธรรม จริยธรรม มีความพึงพอใจในสิ่งที่เป็นอยู่ สามารถแสดงออกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

## 1.6 กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาในประเด็นของ “การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ในกรุงเทพมหานคร” มีตัวแปรต้น คือ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ประกอบด้วย ลักษณะทางประชากรศาสตร์ และพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ตัวแปรตาม คือ การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง ที่ศึกษาตามแนวคิดของ Coopersmith โดยสรุปเป็นกรอบแนวคิดดังนี้



## บทที่ 2

### ทบทวนวรรณกรรม

การทบทวนเอกสารในการศึกษาเรื่อง “การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์” ผู้ศึกษาได้ทำความเข้าใจถึงความหมายและความเกี่ยวข้องของแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งในแง่หลักการสำคัญและวิธีการดำเนินงาน เพื่อนำมาใช้เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย และแนวทางการศึกษาโดยแบ่งเป็น 5 ส่วนหลัก ประกอบด้วยสาระสำคัญ ดังนี้

- 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
- 2.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
- 2.3 แนวคิดเกี่ยวกับสื่อสังคมออนไลน์ และแอปพลิเคชันไลน์
- 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

##### 2.1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

ปัจจุบันมโนทัศน์ของการให้นิยามความหมายของผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่ที่มีความแตกต่างทั้งการดูจากลักษณะทางกายภาพ (Functional Markers) ลักษณะทางสังคม (Social) ลักษณะทางวัฒนธรรม (Culture) ยังไม่ได้มีกฎเกณฑ์หรือข้อตกลงที่เป็นสากล การจำแนกผู้สูงอายุตามปีเกิดตามปฏิทิน (Chronological age) นับเป็นตัวชี้วัดที่ยอมรับทั่วไปเพราะเป็นตัวเลขทำให้สามารถเปรียบเทียบระหว่างบุคคลได้ชัดเจน รวมถึงการจำแนกตามอายุเกษียณหรืออายุเมื่อเริ่มได้รับสวัสดิการ อย่างไรก็ตามไม่สามารถใช้ได้เหมือนกันในแต่ละประเทศเนื่องจากความแตกต่างและข้อจำกัดของสภาพแวดล้อม เศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรมของพื้นที่นั้นๆ

สหประชาชาติ (United Nations; UN) ยังไม่ได้กำหนดนิยามที่แน่นอนถึงระดับอายุของ “ผู้สูงอายุ” (Older/Elderly person) แต่ใช้อายุ 60 ปีขึ้นไปในการนำเสนอสถิติข้อมูล และตัวชี้วัดที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ทั้งนี้ในประเทศพัฒนาแล้วส่วนใหญ่จะใช้อายุ 65 ปีขึ้นไปเป็นเกณฑ์ในการเรียก “ผู้สูงอายุ” (World Health Organization, 2001; มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2560; รศรินทร์ เกรย์ และคณะ, 2556) เนื่องจากประเทศที่พัฒนาแล้วส่วนใหญ่มักจะมีอายุเฉลี่ยยาวกว่าประเทศกำลังพัฒนา แต่สำหรับบางกลุ่มประเทศในแอฟริกาจะใช้อายุตั้งแต่ 50 ปีหรือ 55 ปีขึ้นไปเนื่องจากอายุเฉลี่ยของประชากรที่น้อยกว่าประเทศในภูมิภาคอื่น

สำหรับประเทศไทยได้กำหนดนิยาม “ผู้สูงอายุ” ไว้ในพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 มาตรา 3 “ผู้สูงอายุ” หมายความว่า บุคคลซึ่งมีอายุเกิน 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทย (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2553)

เมื่อพิจารณาผู้สูงอายุจาก “ช่วงอายุ” สามารถแบ่งได้เป็น 3 กลุ่ม ดังนี้ (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2556)

- 1) วัยต้น (อายุ 60-69 ปี) วัยที่สามารถทำงาน และช่วยเหลือตนเองได้
- 2) วัยกลาง (อายุ 70-79 ปี) วัยที่ร่างกายเริ่มมีการเสื่อมถอย มีโรคภัยไข้เจ็บ และเริ่มตระหนักถึงชีวิตบั้นปลายมากยิ่งขึ้น
- 3) วัยปลาย (อายุ 80 ปี ขึ้นไป) วัยที่อยู่ในภาวะพึ่งพิง และต้องการการดูแลอย่างใกล้ชิด

กระทรวงสาธารณสุข (ม.ป.ป.) ได้แบ่งกลุ่มผู้สูงอายุโดยพิจารณาจากแนวคิดการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว (Long term care) ได้ 3 กลุ่มดังนี้

- 1) กลุ่มติดสังคม ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองผู้อื่น และสังคมได้
- 2) กลุ่มติดบ้าน ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้บ้าง
- 3) กลุ่มติดเตียง ผู้สูงอายุที่ป่วย ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ พิการ หรือทุพพลภาพ

ดังนั้น “ผู้สูงอายุ” ในการศึกษาครั้งนี้จึง หมายถึง บุคคลที่อายุอยู่ในช่วงปลายของชีวิต ซึ่งเกิดการเปลี่ยนแปลงหลายด้านทั้งสภาพร่างกาย สภาพจิตใจ และสภาพสังคม กล่าวคือ ประชากรทั้งเพศหญิงและชายที่มีอายุมากกว่า 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป

#### 2.1.2 การเผชิญหน้าความท้าทายกับการเข้าสู่สภาวะการสังคมผู้สูงอายุ

“สังคมสูงอายุ” (Aging society) ตามการจำแนกระดับการเปลี่ยนแปลงประชากรขององค์การสหประชาชาติ คือ สังคมที่อัตราส่วนประชากรกำลังมีอายุเพิ่มขึ้น ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 หรือประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 7 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงนิยามคำจำกัดความสังคมสูงอายุตามสัดส่วนอายุประชากรในประเทศ

เกณฑ์วัดของสหประชาชาติ	สัดส่วนผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป	หรือ	สัดส่วนผู้สูงอายุ 65 ปีขึ้นไป
สังคมสูงอายุ	>10%		>7%
(Ageing society)			
สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์	>20%		>14%
(Complete-aged society)			
สังคมสูงอายุนี้อายุระดับสุดยอด	>28%		>20%
(Super-aged society)			

ที่มา: (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2560)

### 2.1.2.1 กระบวนการสู่สภาพการณ์สังคมสูงอายุระดับโลก

โลกของเราได้กลายเป็นสังคมสูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ. 2549 และภายในระยะเวลา 10 ปี ประชากรผู้สูงอายุในประชาคมโลกได้เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 10 เป็นร้อยละ 12.5 จากจำนวนประชากรทั้งหมดกว่า 7 พันล้านคน ซึ่งมีแนวโน้มว่าประชากรโลกจะมีอายุสูงขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งประเทศพัฒนาแล้วได้กลายเป็นสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์แล้วทุกประเทศ ในขณะที่ประเทศกำลังพัฒนามีทั้งที่กลายเป็นสังคมสูงอายุแล้ว และกำลังจะกลายเป็นสังคมสูงอายุอย่างรวดเร็ว (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2560)

ยุโรปนับเป็นภูมิภาคที่เกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของประชากรเข้าสู่ "สังคมผู้สูงอายุ" มากที่สุดในโลก มีสัดส่วนเฉลี่ยของประชากรวัยสูงอายุมากที่สุดร้อยละ 21 ของประชากรทั้งหมด สำหรับภูมิภาคเอเชีย ประเทศญี่ปุ่นมีสัดส่วนเฉลี่ยร้อยละ 33.4 ของประชากรทั้งหมด นับเป็นประเทศที่มีสัดส่วนของผู้สูงอายุมากที่สุดในโลก (United Nations, 2017) โดยแต่ละประเทศมีระยะเวลาเข้าสู่สังคมสูงอายุในระดับแตกต่างกัน

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบระยะเวลาการก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุในกลุ่มประเทศพัฒนาแล้วและกำลังพัฒนา

กลุ่มประเทศ	ประเทศ	ร้อยละ 7	ร้อยละ 14	จำนวนปีที่ใช้เวลาก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุ
กลุ่มประเทศพัฒนาแล้ว	ฝรั่งเศส	พ.ศ.2408	พ.ศ.2523	115
	สวีเดน	พ.ศ.2429	พ.ศ.2514	85
	สหรัฐอเมริกา	พ.ศ.2484	พ.ศ.2556	72
	อิตาลี	พ.ศ.2467	พ.ศ.2530	63
	ญี่ปุ่น	พ.ศ.2512	พ.ศ.2537	26
กลุ่มประเทศกำลังพัฒนา	เกาหลี	พ.ศ.2543	พ.ศ.2563	20
	สิงคโปร์	พ.ศ.2543	พ.ศ.2560	17
	ไทย	พ.ศ.2553	พ.ศ.2573	20
	จีน	พ.ศ.2545	พ.ศ.2570	25

ที่มา: (ชมพูนุท พรหมภักดี, 2556)

จากตารางที่ 2 หากแบ่งกลุ่มตามการพัฒนา พบว่าประเทศกำลังพัฒนามีระยะเวลาการก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุที่สั้นกว่าในกลุ่มประเทศพัฒนาแล้ว โดยเฉพาะเกาหลี สิงคโปร์ และไทย ที่มีระยะเวลาเข้าสู่สังคมสูงวัยไม่เกิน 20 ปี ในทางกลับกันประเทศที่พัฒนาแล้วมีเวลาดำเนินการมากในการปรับตัว ปรับโครงสร้างทางเศรษฐกิจและสังคมเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุ โดยมี

ระยะเวลาตั้งแต่ 63 ปีจนถึงกว่า 100 ปี ยกเว้นเพียงญี่ปุ่นเท่านั้น (กิตติพงษ์ สนธิสัมพันธ์, 2560; ชมพูนุท พรหมภักดี, 2556)

#### 2.1.2.2 ปัจจัยและผลกระทบจากสภาวะการมีสังคมสูงอายุในประเทศไทย

ปัจจุบันประเทศไทยได้กลายเป็นสังคมสูงอายุ (Aging society) แล้วตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 และกำลังก้าวเข้าสู่ “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” (Complete-aged society) ภายในปี พ.ศ. 2564 อีกทั้งจะก้าวเข้าสู่ “สังคมสูงอายุนับสูงสุดยอด” (Super aged society) ภายในปี พ.ศ. 2574 (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2560) ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของลักษณะประชากรเกิดขึ้นได้จากปัจจัยดังต่อไปนี้

##### 1) การลดลงของภาวะเจริญพันธุ์

เมื่อพิจารณาจากมุมมองทางประชากรศาสตร์ ประชากรมีการเจริญเติบโตพัฒนาตามช่วงวัยอยู่ตลอดเวลา การเกิดทำให้จำนวนประชากรเพิ่มขึ้น ส่วนการตายทำให้ประชากรลดน้อยลง การเกิดประชากรน้อยลงควบคู่ไปกับการตายน้อยลง จึงเกิดเป็นสังคมผู้สูงอายุ ขณะเดียวกันคนเป็นโรคกันมากขึ้น แต่งานซ้ำ ผู้หญิงส่วนใหญ่ได้รับการศึกษาสูงจึงให้ความสำคัญกับบทบาทหน้าที่การงาน และคู่สมรสมีบุตรน้อยลงเนื่องจากเจตคติที่เปลี่ยนไป ทำให้สัดส่วนประชากรวัยอื่นถูกแทนที่ด้วยวัยผู้สูงอายุมากขึ้นตามกาลเวลา

##### 2) การลดลงของภาวะการเจ็บป่วยและการตาย

ในอดีตประชากรเสียชีวิตก่อนวัยอันควรเป็นจำนวนมาก ทำให้อายุเฉลี่ยของประชากรในประเทศไทยต่ำ ทั้งเรื่องสงคราม เด็กทารกมีความเสี่ยงเสียชีวิต แต่เมื่อประเทศพัฒนาขึ้นความก้าวหน้าทางสาธารณสุขและเทคโนโลยีนวัตกรรมทางการแพทย์ที่ทันสมัย จึงมีวิธีการรักษาป้องกันให้หายขาดจากโรคร้ายแรงได้ ทำให้อัตราการตายของประชากรลดลง (เกื้อ วงศ์บุญสิน และคณะ, 2560)



ตารางที่ 3 จำนวน และอัตราส่วนร้อยละของประชากรวัยเด็ก วัยแรงงาน และวัยสูงอายุในประเทศไทยปี พ.ศ. 2513, 2533, 2553, 2573 และ 2583

ประชากร	พ.ศ.2513	พ.ศ.2533	พ.ศ.2553	พ.ศ.2573	พ.ศ.2583
วัยเด็ก (ต่ำกว่า 15 ปี)	15.5 ล้าน 45.1%	15.8 ล้าน 29.0%	12.7 ล้าน 19.2%	9.8 ล้าน 14.8%	8.2 ล้าน 12.8%
วัยทำงาน (15-59 ปี)	17.2 ล้าน 50.0%	34.7 ล้าน 63.7%	44.8 ล้าน 67.9%	38.8 ล้าน 58.6%	35.2 ล้าน 55.1%
วัยสูงอายุ (60 ปีขึ้นไป)	1.7 ล้าน 4.9%	4.0 ล้าน 7.3%	8.5 ล้าน 12.9%	17.6 ล้าน 26.6%	20.5 ล้าน 32.1%
วัยทำงาน : วัยสูงอายุ (คน)	10 : 1	8 : 1	5 : 1	2 : 1	1 : 1

ที่มา: (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2556)

หากพิจารณาโครงสร้างอายุของประชากรไทยในอดีต พบว่าเคยมีสัดส่วนและจำนวนประชากรวัยเด็กมากกว่าประชากรวัยสูงอายุตลอดมา และจากข้อมูลในตารางที่ 3 ชี้ให้เห็นได้ชัดว่า โครงสร้างอายุประชากรไทยมีการเปลี่ยนรูปไปจากในอดีต สัดส่วนของประชากรวัยเด็กลดลง ในขณะที่สัดส่วนของประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้น และในอนาคตปี พ.ศ. 2583 อัตราการเกิดยังคงมีแนวโน้มว่าจะลดต่ำลงไปอีก ส่วนอายุคาดเฉลี่ยของคนไทยจะยืนยาวขึ้น (สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร, 2557)

ตารางที่ 4 จังหวัดที่มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุมากที่สุด

	จำนวนประชากรทั้งหมด	จำนวนประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป	ร้อยละ
ประเทศไทย	66,188,503	10,225,322	15.45
อันดับจำนวนประชากรผู้สูงอายุ			
อันดับที่ 1 กรุงเทพมหานคร	5,682,415	978,455	17.22
อันดับที่ 2 จังหวัดนครราชสีมา	2,639,226	417,303	15.81
อันดับที่ 3 จังหวัดเชียงใหม่	1,746,840	300,490	17.20
อันดับที่ 4 จังหวัดขอนแก่น	1,805,910	287,373	15.91
อันดับที่ 5 จังหวัดอุบลราชธานี	1,869,633	254,377	13.61

ที่มา: (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2561)

ในปี พ.ศ. 2560 ประเทศไทยมีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุมากถึงร้อยละ 15.45 ของประชากรทั้งหมด โดยภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคตะวันออก และภาคใต้ มีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุร้อยละ 17.30, 16.39, 14.78, 13.84 และ 13.63 ตามลำดับ อย่างไรก็ตามหากพิจารณาตามจำนวนของประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป พบว่ากรุงเทพมหานครมีจำนวนผู้สูงอายุมากถึง 1 ใน 10 ของจำนวนผู้สูงอายุทั้งหมดในประเทศไทย (ตารางที่ 4) (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2561) อีกทั้ง สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2556) ได้คาดประมาณแนวโน้มประชากรสูงอายุไทยอาศัยในเขตเทศบาลหรือเขตเมืองเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 39.7 ในปี พ.ศ. 2553 เป็นร้อยละ 59.8 ในปี พ.ศ. 2558 ซึ่งสอดคล้องกับแนวโน้มการเติบโตของประชากรเมืองในประเทศไทยที่มีสัดส่วนเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง

ผู้วิจัยจึงพิจารณาเลือกกรุงเทพมหานคร เป็นกลุ่มประชากรตัวอย่าง เนื่องจากกรุงเทพมหานคร นับเป็นพื้นที่ที่มีจำนวนผู้สูงอายุมากที่สุดในประเทศไทย และยังคงมีแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของประชากรสูงอายุอย่างต่อเนื่องในอนาคต

ประเด็นสังคมสูงอายุเป็นเรื่องของคนทุกวัยไม่ใช่เฉพาะผู้สูงอายุ เนื่องจากลักษณะสังคมที่หลากหลายและประชากรทุกวัยจำเป็นต้องใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันตั้งแต่สถาบันครอบครัว สังคม ชุมชน ดังนั้นสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นเมื่อเทียบกับวัยอื่นจะสามารถส่งผลกระทบต่อ

#### 1) ผลกระทบต่อสังคม

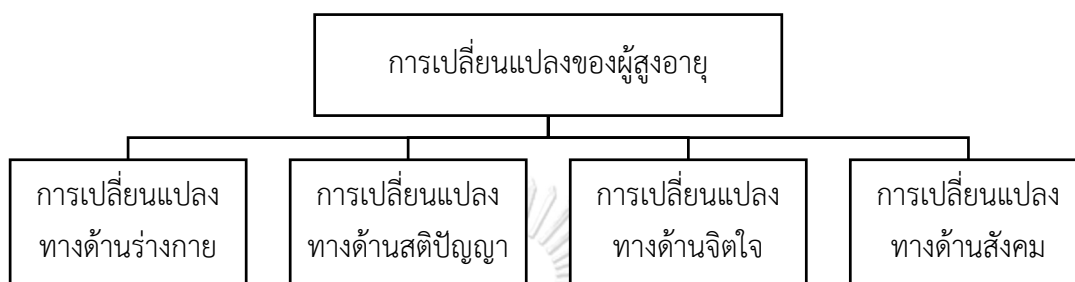
ด้านการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการเกื้อหนุนพึ่งพิงระหว่างกลุ่มประชากรสังคม การมีบุตรหลานน้อยบุตรหลานคนเดียว เมื่อเทียบกับสัดส่วนประชากรแล้วทำให้ประชากรวัยแรงงานต้องแบกรับภาระหนักในการเลี้ยงดูพ่อแม่สองคนหรือผู้สูงอายุในครอบครัวที่เพิ่มมากขึ้น จำเป็นที่ผู้ดูแลต้องพัฒนาตนให้มีทักษะ สุขภาพกายและจิตที่ดีในการพร้อมดูแล อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุที่มีมากขึ้นไม่ได้เป็นเพียงภาระพึ่งพิงของสังคมแต่ยังคงต้องเป็นที่พึ่งพิงให้แก่คนในครอบครัวไปด้วยทั้งเรื่องการให้คำแนะนำเมื่อครอบครัวเกิดวิกฤติ ปัญหาคุณภาพชีวิต ด้านเศรษฐกิจหรือด้านสัมพันธภาพของคนในครอบครัว นอกจากนี้รวมถึงเรื่องการเลี้ยงดูบุตรหลาน การให้คำปรึกษา การอบรมสั่งสอน ถ่ายทอดความรู้ภูมิปัญญาองค์ความรู้ ตลอดจนเป็นอาสาสมัครในชุมชนอีกด้วย

#### 2) ผลต่อตัวผู้สูงอายุ

จากสถิติที่ผู้สูงอายุในปัจจุบันจะมีแนวโน้มมีชีวิตยืนยาวขึ้นแต่นั้นไม่ได้หมายความว่าทุกคนจะมีคุณภาพชีวิตที่ดี กล่าวคือมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงและสภาพจิตใจที่เข้มแข็ง ในทางกลับกันร่างกายเมื่อเสื่อมถอยตามการเปลี่ยนแปลงของร่างกายย่อมส่งผลกระทบต่อด้านอื่นๆด้วยไม่ว่าจะเป็นสภาพจิตใจ สภาพสังคม โดยเฉพาะ

อย่างยิ่งการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุที่มีมิติที่สลับซับซ้อน จึงจำเป็นต้องทำความเข้าใจ เพราะจะนำไปสู่ผลกระทบหลายด้าน

### 2.1.3 ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ภาพที่ 1 จำแนกการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน



ที่มา: (วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ, 2556)

สำหรับผู้สูงอายุ นอกเหนือจากการสูงอายุตามวัย (Chronological ageing) แล้ว ยังคงรวมไปถึงการสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological ageing) การสูงอายุตามสภาพจิตใจ (Psychological aging) และการสูงอายุตามสภาพสังคม (Sociological aging) อีกด้วย (James, 1950; เพ็ญผกา กาญจนภาส, 2541) จึงอาจกล่าวได้ว่าผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่มีการเปลี่ยนแปลงโดยธรรมชาติตามกาลเวลา และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย จิตใจ และสังคมตามมา (Wallace, 1992; พิมพ์จรัส บุญเลิศ, 2560) ถึงแม้ว่าการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวอาจแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล แต่การทำความเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุจะช่วยสะท้อนสาเหตุของพฤติกรรม และแนวความคิดของผู้สูงอายุได้มากยิ่งขึ้น ทั้งนี้นักวิชาการได้จำแนกการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุเป็น 4 ด้านหลัก ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา และการทำงานของสมอง การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ และการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม (จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557; ปริมาภรณ์ เกษียรสินธุ์, 2555; พิมพ์จรัส บุญเลิศ, 2560; วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ, 2556; สุมาลี สังข์ศรี, 2540; สุรกุล เจนอบรม, 2541)

### 2.1.3.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

สามารถจำแนกตามระบบของร่างกายได้ดังนี้

**ระบบผิวหนัง** ผู้สูงอายุจะมีผิวที่เปราะบางขึ้น เทียบกับ แห่ง ขาดความ ความยืดหยุ่น ทำให้เกิดรอยเขียวช้ำเกิดขึ้นได้ง่ายเนื่องจากเส้นเลือดเปราะ ผมนและขนหลุดร่วงง่าย รวมถึงเปลี่ยนเป็นสีขาว การทำงานของต่อมเหงื่อที่น้อยลงส่งผลให้การขับเหงื่อลดลง จึงทนต่อการเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิได้ไม่ดี (Boss, 1981)

**ระบบประสาทสัมผัส** ในผู้สูงอายุ 80 ปีจะพบน้ำหนักของสมองน้อยกว่าวัยหนุ่มสาวมากถึง 10% เกิดขึ้นมาจากเซลล์ประสาทที่มีการเสื่อมถอย และลดจำนวนลง สมองบางส่วน อาจฝ่อตัว ส่งผลต่อความคิดอ่าน สติปัญญา ความจำ หรือการเคลื่อนไหว ในด้านของการรับรู้รสและกลิ่น ต้อประสิทธิภาพลง เนื่องจากต่อมรับรู้รสและกลิ่นที่ลดจำนวนลง จึงมักพบผู้สูงอายุนับประทานอาหาร รสจัด โดยเฉพาะรสเค็ม และรสหวานมากขึ้น ซึ่งเป็นอีกหนึ่งในสาเหตุหลักของกลุ่มโรคเรื้อรังชนิดไม่ ติดต่อกัน (Non-communicable diseases) ด้านระบบการมองเห็น สายตาจะเปลี่ยนเป็นสายตาวาย กระจกตาขุ่น อาจเกิดต้อกระจก กล้ามเนื้อลูกตาเสื่อม การมองเห็นสีลดลง ด้านการได้ยิน จะพบการทำงานของหูชั้นในบกพร่อง ทำให้ผู้สูงอายุสูญเสียความสามารถในการได้ยินเสียงที่มีความถี่สูง หรือเกิดอาการที่เรียกกันว่า หูตึง หูหนวก นอกจากนี้การทำงานของหูชั้นในยังส่งผลต่อระบบการทรงตัว จึงมัก พบผู้สูงอายุมีอาการวิงเวียน บ้านหมุน และเป็นลมได้บ่อยๆ (Peters, 2006; Varma, Hausdorff, & Studenski, 2016; ประเสริฐ อัสสันตชัย, 2560)

**ระบบทางเดินอาหาร** ปัญหาที่มักพบคือภาวะทุโภชนาการเนื่องมาจากการ เปลี่ยนแปลงของอวัยวะทางช่องปากและฟัน หลอดอาหาร ประสิทธิภาพการย่อยของกระเพาะอาหาร ถดถอยลง ทำให้สารอาหารดูดซึมได้ยากมากกว่าวัยอื่น รวมไปถึงการทำงานของลำไส้ใหญ่ที่มีการ เคลื่อนตัวลดน้อยลง ส่งผลให้ผู้สูงอายุพบปัญหาด้านการขับถ่ายไม่ว่าจะท้องผูก หรือท้องเสีย (Boss, 1981; Grassi, 2011)

**ระบบทางเดินหายใจ** ปอดเสื่อมลง สูญเสียความยืดหยุ่น การขยายตัวและ ยุบตัวไม่ดี กล้ามเนื้อทรวงอกเสื่อม การแลกเปลี่ยนก๊าซออกซิเจนที่ปอดด้อยประสิทธิภาพลง ผู้สูงอายุ จะมีอาการเหนื่อยง่าย โดยเฉพาะช่วงเวลาที่ออกกำลังกายหนัก กล้องเสียงเสื่อม เสียงแหบแห้ง (Boss, 1981; Sharma & Goodwin, 2006)

**ระบบหัวใจและหลอดเลือด** เซลล์กล้ามเนื้อหัวใจลดจำนวนลง มีเนื้อเยื่อ พังผืดเพิ่มมากขึ้น ลิ้นหัวใจและหลอดเลือดแดง มีไขมันสะสมและหินปูนมาเกาะ นำไปสู่การเกิด โรคหัวใจและหลอดเลือด หนึ่งในสาเหตุการเสียชีวิตอันดับต้นๆของประชากรไทยในปัจจุบัน (จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557; สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2561)

ระบบทางเดินปัสสาวะ และไตทำหน้าที่เสื่อมลง การขับของเสียในร่างกาย ความจุของกระเพาะปัสสาวะ และประสิทธิภาพการทำงานของหลอดกระเพาะปัสสาวะลดลง ทำให้ผู้สูงอายุปัสสาวะรดได้บ่อย ในผู้สูงอายุเพศชายอาจพบต่อมลูกหมากหนาตัวจนอุดตันท่อทางเดินปัสสาวะ ทำให้ปัสสาวะบ่อยเวลากลางคืน (วันทิน ศรีเบญจลักษณ์ & ปณิตา ลิ้มปะวัฒน์, 2556)

ระบบต่อมไร้ท่อ ฮอร์โมนเพศมีจำนวนลดลง ส่งผลกระทบด้านจิตใจและอารมณ์ มักพบผู้สูงอายุมีอาการซึมเศร้า วิตกกังวล หรือหงุดหงิดง่าย นอกจากนี้ระดับพาราไธรอยด์ ฮอร์โมนที่ลดลง ยังส่งผลให้การทำงานของเซลล์กระดูกสลายตัวมากกว่าปกติ พบภาวะกระดูกพรุนในผู้สูงอายุ เมื่อเกิดการกระทบกระเทือนกระดูกเปราะ แตกหักง่ายกว่าวัยหนุ่มสาว (Boss, 1981)

โดยสรุปแล้วจะเห็นว่าการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติตามระบบร่างกายอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เช่นเดียวกับความเสื่อมจากสิ่งของที่สึกหรอตามอายุและลักษณะการใช้งาน วัยผู้สูงอายุได้สัมผัสความเสื่อมจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เล็กลงทีละน้อยตั้งแต่วัยเด็กมาเป็นระยะเวลายาวนานทำให้อวัยวะต่างๆในร่างกายแปลกไปจากเดิมทั้งโครงสร้างร่างกายภายในและภายนอก ทำได้เพียงชะลอและลดปัจจัยที่ทำให้เกิดความเสื่อมอีกทั้ง วิรศกดิ์ เมืองไพศาล, ประเสริฐ อัสสันตชัย, รศรินทร์ เกรย์, ศิริพันธ์ สาส์ตย์, and รุ่งนิรันดร์ ประดิษฐ์สุวรรณ (2560) กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงของร่างกายตามกระบวนการชรา ยังส่งผลกระทบถึงศักยภาพการทำงานของร่างกาย จิตใจและสังคมอีกด้วย จึงควรเริ่มดูแลตั้งแต่อายุไม่มากนัก

### 2.1.3.2 การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญาและการทำงานของสมอง

ผลกระทบการเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญาและการทำงานของสมองสามารถเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุ ไม่ว่าจะเป็นการที่เนื้อสมองส่วนหน้ามีปริมาตรที่ลดลง การเกิดหลอดเลือดสมองอุดตัน หรือการลดลงของสารสื่อประสาทในสมอง ส่งผลให้ผู้สูงอายุอาจมีพฤติกรรมและความสามารถในการเรียนรู้ที่ผิดไปจากเดิม ผู้สูงอายุจะสูญเสียความจำในช่วงสั้น ใช้เวลานานในการนึกบททวน แต่ไม่ค่อยพบปัญหานี้ในความจำที่ผ่านมานานแล้ว มีการตอบสนองอัตโนมัติของร่างกายช้าลงจนไม่อาจเทียบได้กับวัยหนุ่มสาว (Lefancois, 1993; ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545)

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2545) พบว่า ผู้สูงอายุโดยส่วนมากไม่ใช้ตรรกะ (logic) ในการแก้ปัญหาหรือใช้ด้วยระยะเวลาที่ยาวนานกว่าเดิม มีแนวโน้มที่จะใช้วิธีคิดแก้ปัญหาแบบ mythos (หรือ mythical ซึ่งตรงกันข้ามกับคำว่า logos หรือ logic) ที่เป็นวิธีการคิดแบบอันทันยผสมประสบการณ์ส่วนตัวและการนึกคิดขึ้นมา (intuition)

ในผู้สูงอายุที่มีการศึกษาที่ดี และการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง จะพบการเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาในเชิงลบที่น้อยกว่าผู้สูงอายุที่ไม่เคยเข้าสู่ระบบการศึกษา หรือหยุดการเรียนรู้ไปแล้ว (Fratiglioni L, Wang H.X., Ericsson K., Maytan M., & B., 2000; Peters, 2006; ประเสริฐ อัสสันตชัย, 2560) ซึ่งผลกระทบที่น่ากังวลที่สุดสำหรับประชากรผู้สูงอายุในปัจจุบัน คือ

โรคสมองเสื่อมอัลไซเมอร์ ที่แนวทางการรักษาในปัจจุบันยังคงสนับสนุนให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตประจำวัน โดยการหลีกเลี่ยงปัจจัยที่เป็นสาเหตุของโรคหลอดเลือดหัวใจและสมอง เสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดีอยู่เสมอ และใช้ยาสำหรับรักษาโรคนี้ (กรมการแพทย์, 2557)

การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาและการทำงานของสมองมีความคล้ายกับการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายตรงที่ขึ้นอยู่กับความเสื่อมของอายุการใช้งานและสภาพแวดล้อมที่ประสบในแต่ละบุคคล อย่างไรก็ตามก็ยังสามารถลดความเสี่ยงของการเปลี่ยนแปลงด้านนี้ได้ จากการเสริมสร้างพฤติกรรมและการดูแลสุขภาพจิตให้ดีขึ้น

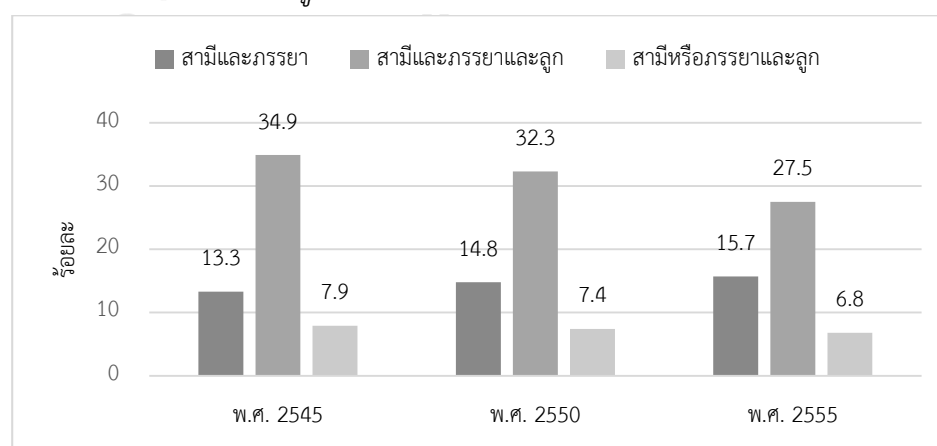
### 2.1.3.3 การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

เกื้อ วงศ์บุญสิน และคณะ (2560) ได้จำแนกการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมที่ส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุเป็น 3 ประเภทดังนี้

#### 1) การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างครอบครัว

หน่วยที่เล็ก และสำคัญที่สุดของสถาบันสังคม ข้อมูลจาก สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2560) ชี้ให้เห็นว่าลักษณะการอยู่อาศัยของครอบครัวเดี่ยว หรือครอบครัวที่มีเฉพาะพ่อแม่ และลูก ได้เปลี่ยนแปลงไปสู่การเป็นครอบครัวที่คู่สมรสไม่มีลูกเพิ่มมากขึ้น (ดังแผนภาพที่ 2) ส่งผลให้คู่สมรส ซึ่งจะเป็หนึ่งนในประชากรผู้สูงอายุในอนาคตขาดแคลนผู้ที่จะมาดูแล หรือผู้เกื้อหนุนทางการเงิน นอกจากนี้การอพยพของประชากรสู่เขตเมืองมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เนื่องจากวิถีสังคมเศรษฐกิจที่ลูกหลานต่างออกไปหารายได้ขาดความใส่ใจและเกื้อกูลกัน ทำให้ผู้สูงอายุบางรายต้องอยู่ตามลำพัง จนเกิดความเหงาและรู้สึกถูกทอดทิ้ง

ภาพที่ 2 ลักษณะการอยู่อาศัยของครอบครัวเดี่ยวของไทย พ.ศ. 2545-2555



ที่มา: (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560)

#### 2) การเปลี่ยนแปลงของการเข้าถึงเทคโนโลยีการติดต่อสื่อสาร

ปัจจุบันเทคโนโลยีก้าวเข้ามามีบทบาทสำคัญในการดำเนินชีวิตประจำวัน ผู้สูงอายุมีความจำเป็นในการเรียนรู้ และเท่าทันเทคโนโลยี แต่อย่างไรก็ตามด้วยการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและการทำงานของสมองดังที่กล่าวข้างต้น ทำให้การเริ่มต้นในการเรียนรู้สิ่งใหม่มีข้อจำกัดและไม่สามารถทำได้อย่างรวดเร็วมากนัก จะต้องมีการปฏิบัติซ้ำและฝึกฝนการใช้งานมากกว่าวัยอื่นๆ จนเทคโนโลยีอาจกลายเป็นดาบสองคม ที่ผู้สูงอายุตกเป็นเหยื่อของมิจฉาชีพ ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบของ โทรศัพท์ อีเมล แอปพลิเคชัน อย่างไรก็ตามเทคโนโลยีก็เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุเช่นกัน โดยเฉพาะการคลายความเหงา การเพิ่มปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวและคนใกล้ชิด การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม หรือการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นผ่านทางเครือข่ายสังคม หรือ โซเชียลเน็ตเวิร์ก (social network)

### 3) การเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้สูงอายุในตลาดแรงงาน

การเกษียณอายุทำให้สถานะของผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงไปตั้งแต่ระดับสถาบันครอบครัวจนถึงระดับสังคม การถูกลดบทบาทลง ถูกจำกัดประสิทธิภาพในการทำงาน หรือการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ส่งผลให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีบทบาทเป็นผู้รับภาระเกื้อหนุน ดูแลจากบุตร หลาน แต่อย่างไรก็ตามในปัจจุบันที่นอกจากปริมาณผู้สูงอายุเพิ่มจำนวนมากขึ้นแล้ว คุณภาพของผู้สูงอายุ เช่น วุฒิการศึกษา ประสบการณ์การทำงาน หรือความสามารถในการใช้เทคโนโลยีก็เพิ่มมากขึ้นเช่นกัน จึงไม่อาจกล่าวได้ว่าผู้สูงอายุจะเป็นเพียงผู้รับแต่เพียงอย่างเดียว ในหลายสถานการณ์ได้พิสูจน์ให้เห็นว่าผู้สูงอายุได้เริ่มต้นพลิกบทบาทกลับมาเป็นผู้ให้ ตัวอย่างเช่น การให้คำปรึกษาในการประกอบธุรกิจ การให้คำปรึกษาด้านการลงทุน หรือการเป็นที่ปรึกษาสถาบันในตลาดแรงงานต่างๆ ซึ่งนับได้ว่าเป็นโอกาสทางเศรษฐกิจที่ดีต่อประเทศในช่วงขาดแคลนวัยแรงงานอีกด้วย

การเปลี่ยนแปลงด้านสังคมของผู้สูงอายุเกี่ยวข้องกับปัจจัยมากมาย ไม่ใช่แค่ลักษณะทางกายภาพเพียงอย่างเดียว แต่หมายถึงระดับโครงสร้างครอบครัว โครงสร้างสังคมที่เปลี่ยนตามยุคโลกาภิวัตน์ ทำให้บทบาทสถานะภาพทางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรมของผู้สูงอายุเปลี่ยนไปด้วย ซึ่งให้เห็นว่าผู้สูงอายุที่มีอายุมากขึ้นมักมีสภาพทางสังคมที่กว้างขึ้นจากประสบการณ์และอายุ ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักมีความผูกพันกับสิ่งแวดล้อมเดิมๆ ทำให้อิทธิพลของการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ส่งผลกระทบต่อจิตใจ สติปัญญาและร่างกายของผู้สูงอายุในสภาพที่กว้างมากขึ้น

#### 2.1.3.4 การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุส่วนใหญ่แล้วเป็นผลลัพธ์ของการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม ซึ่งเปรียบได้เป็นปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอกตามลำดับ (กรมอนามัย, 2561) โดยธรรมชาติแล้วผู้สูงอายุจะมีการปรับปรุงและพัฒนาจิตใจของตนเองในทิศทางที่ตึงเครียดมากขึ้น การควบคุมอารมณ์และจิตใจทำได้ดีกว่าสมัยหนุ่มสาว มีความสุขุมเยือกเย็น แต่บุคลิกภาพที่แสดงออกยังคงแตกต่างกันตามประสบการณ์เดิม การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย และสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ หากผู้สูงอายุไม่สามารถรับมือกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้ การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจที่จะพบและสังเกตเห็นเด่นชัด ได้แก่ (กรมอนามัย, 2561; จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557)

**การรับรู้** ผู้สูงอายุยึดติดกับทัศนคติ ความคิด และเหตุผลของตนเอง หรือที่เรียกกันว่าเป็นคนหัวรั้น ไม่เปิดรับสิ่งใหม่ๆ และไม่รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

**การแสดงออกทางอารมณ์** ผู้สูงอายุมีอารมณ์ไม่มั่นคง อ่อนไหวแบบเด็ก เหวงา หงุดหงิด หรือโกรธง่าย มีความวิตกกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การเจ็บป่วย และการเปลี่ยนแปลงของสังคมที่เกิดขึ้น ผู้สูงอายุอาจรู้สึกท้อแท้ น้อยใจที่บทบาทของตนลดน้อยลง ร่างกายไม่เอื้ออำนวยต่อการทำงาน สังคมไม่เห็นคุณค่าของตน จนทำให้ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าในตนเองลดน้อยลง ในกลุ่มผู้สูงอายุที่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจอย่างรุนแรง หรือเป็นระยะเวลานาน จะนำไปสู่การเกิดโรคซึมเศร้าที่เป็นปัญหาของผู้สูงอายุทั่วโลกในปัจจุบัน (Fratiglioni L et al., 2000; World Health Organization, 2017)

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2545) ได้จำแนกความสัมพันธ์ระหว่างการแสดงออกทางอารมณ์ในแง่ลบของผู้สูงอายุกับสภาพสังคมไทยในปัจจุบันดังนี้

##### 1) สภาพครอบครัวเดี่ยว

พ่อแม่มีบุตรหนึ่งถึงสองคน เมื่อบุตรเติบโตแยกจากครัวเรือนไป ผู้สูงอายุเหล่านี้มักติดที่อยู่อาศัยและสังคมที่คุ้นชิน ไม่ต้องการไปอยู่ร่วมครอบครัวกับบุตรหลานในสถานที่ใหม่ๆ หากคู่ชีวิตมีการพิพาทจากกันจะทำให้ผู้สูงอายุเหล่านี้มีความวิตกกังวล อารมณ์เหวงาที่รุนแรงมากขึ้น

##### 2) สภาพสังคมชนบท

หมู่บ้านในชนบทของไทยกำลังมีการเปลี่ยนแปลง สวนทางกันกับสภาพสังคมเมืองที่มีการเติบโตมากขึ้น วัยหนุ่มในชุมชนจากครัวเรือนเพื่อเข้าไปอาศัยในเมือง ความสัมพันธ์ผู้สูงอายุกับเพื่อนบ้านในชุมชนที่มีความสนิทสนมกันเหมือนญาติเริ่มลดน้อยลง จนผู้สูงอายุส่วนหนึ่งต้องถูกทอดทิ้ง อยู่ลำพัง เสมือนไร้ญาติขาดมิตร



### 3) สภาพสังคมเมืองใหญ่

ประสบปัญหาวิกฤตมากยิ่งขึ้น เพราะลูกหลานมีบ้านเรือนที่ห่างไกล สภาพสังคมเมืองใหญ่ การประกอบอาชีพที่มีการแข่งขันทางการเจริญเติบโตทาง เศรษฐกิจสูง ทำให้ผู้สูงอายุอาจจะไม่ได้รับการดูแลใกล้ชิดจากลูกหลานมากนัก การ ติดต่อกับญาติพี่น้องที่ในครอบครัวก็ลดน้อยลง สภาพความเป็นเมืองใหญ่โดยเฉพาะ กรุงเทพมหานครมีปัญหาการเดินทางที่ยุ่งยาก ทำให้เกิดภาวะที่ผู้สูงอายุรู้สึกเหมือนถูก ทอดทิ้ง เหวง หรือเห็นคุณค่าในตนเองน้อยลง ทั้งที่แท้จริงแล้วบุตรหลานไม่ได้มีความ ตั้งใจที่จะห่างเหิน ผู้สูงอายุจำนวนหนึ่งจำต้องงดทำกิจกรรมที่สนใจ หรือพบเจอเพื่อน สนิท ญาติมิตรโดยปริยาย

จินตนา สงค์ประเสริฐ (2538) พุดถึงผู้สูงอายุที่มาพบแพทย์ส่วนหนึ่งมาด้วย ปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายแต่ก็มีอีกจำนวนไม่น้อยที่มาด้วยปัญหาทางจิต จึงได้แบ่ง การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจเป็น 2 ลักษณะ คือ

#### 1) ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพจิตดี

จะมีความพึงพอใจและยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเป็นจริง มัก ขวนคุยเรื่องความหลังที่ก่อให้เกิดความสุข รู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง และไม่แยกตัวจาก สังคม ตระหนักว่าตนเองมีคุณค่าต่อสังคมสามารถนำประสบการณ์มาเป็นประโยชน์ต่อ ลูกหลาน คนรุ่นหลังได้ ปรับตัวต่อสภาพร่างกายว่าเป็นไปตามธรรมชาติ มีทัศนคติที่ดี ต่อสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรมที่เปลี่ยนไปจากเดิม

#### 2) ผู้สูงอายุที่สุขภาพจิตเปลี่ยนแปลงไปในทางไม่ดีนัก

จะไม่ยอมปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลง ยึดติดกับสภาวะเดิม จนบางราย บุคลิกภาพเปลี่ยนไป อารมณ์แปรปรวนหงุดหงิด โมโหง่าย พุดมาก จู้จี้ แต่บางรายกลับ เกิดสภาวะซึมเศร้า สมองทำงานเชื่องช้า มีพฤติกรรมลงเสงสัย ปัญหาจากครอบครัวที่ ขาดการดูแลเอาใจใส่ของลูกหลาน ทำให้รู้สึกว่าลูกหลานไม่เคารพรักจนผู้สูงอายุคิดว่า ตนเองเป็นภาระและถูกทอดทิ้ง ไม่เป็นที่ต้องการ นอกจากนี้มักพบผู้ป่วยที่เกษียณอายุ มักจะมาด้วยอาการท้อแท้ สิ้นหวัง รู้สึกไร้ค่า มีความคิดอยากฆ่าตัวตาย บางรายคู่สมรส เสียชีวิตหรือบุตรหลานเสียชีวิตทำให้ต้องโศกเศร้าและอยู่อย่างโดดเดี่ยว มักมาพร้อม อาการที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายร่วมด้วยทำให้มีอาการนอนไม่หลับ ตื่น กลางดึก เบื่ออาหาร อาหารไม่ย่อย เป็นต้น

จากการศึกษาสรุปได้ว่าปัญหาการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจของผู้สูงอายุนั้น เกิดขึ้นได้จากหลายปัจจัยทั้ง (1) การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจากสมรรถภาพที่เสื่อมลง ความกังวล เกี่ยวกับการเจ็บป่วยทำให้กระทบต่อจิตใจ (2) การสูญเสียหรือพลัดพรากจากบุคคลในครอบครัว คู่

สมรส เพื่อนสนิทและคนใกล้ชิดทำให้ส่งผลต่อสภาพจิตใจในด้านลบ (3) การเปลี่ยนบทบาทหรือสถานะทางสังคม อย่างการเกษียณอายุต้องออกจากงาน ทำให้ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) น้อยลง เกิดความเศร้าได้ง่ายและมีความเครียดรุนแรง สามารถส่งผลกระทบต่อให้เกิดโรคอารมณ์แปรปรวน โรคจิตเภท โรคสมองเสื่อม และโรคประสาท จนเป็นวงจรผลกระทบที่ย้อนกลับมาทำร้ายสุขภาพร่างกายให้ทรุดลง

ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ ทั้งด้านร่างกาย ด้านสติปัญญา ด้านจิตใจและด้านสังคมมีความเกี่ยวเนื่องกันอย่างไร้รอยต่อ การเปลี่ยนไปด้านใดด้านหนึ่งที่เกิดขึ้นมักส่งผลกระทบต่อไม่ว่าจะทางตรงหรือทางอ้อมต่อด้านอื่นๆอยู่เสมอ ซึ่งเป็นสิ่งที่ห้ามธรรมชาติไม่ได้จึงจำเป็นต้องมีความเตรียมพร้อมรับมือและปรับตัวกับความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวในสิ่งที่ป้องกันและแก้ไขได้ เพื่อเข้าใจความต้องการของผู้สูงอายุที่มาพร้อมกับการเปลี่ยนแปลงได้ดียิ่งขึ้น

#### 2.1.4 ความต้องการของผู้สูงอายุ

Maslow (1970) นักจิตวิทยาชาวอังกฤษ ได้เสนอทฤษฎีความต้องการตามลำดับขั้น (Hierarchy of Needs Theory) โดยจัดลำดับความสำคัญของความต้องการจากระดับต่ำไปยังระดับสูง โดยทั่วไปแล้วมนุษย์จะเริ่มค้นหาความต้องการที่อยู่ในระดับต่ำสุด และเมื่อความต้องการนั้นได้รับการตอบสนอง จึงจะไปสู่ความต้องการในลำดับถัดไปซึ่ง Maslow จำแนกลำดับขั้นของความต้องการ ดังนี้

- 1) ความต้องการทางสรีระ (Physiological Needs) ความต้องการระดับแรกสุดของมนุษย์ เช่น ความต้องการอาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค อากาศ การพักผ่อนหลับนอน การมีเพศสัมพันธ์
- 2) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety Needs) ความต้องการความอบอุ่น ความมั่นคง สุขภาพดี และได้รับความคุ้มครองซึ่งความต้องการนี้จะเกิดขึ้นหลังจากความต้องการทางสรีระได้รับการตอบสนองแล้ว
- 3) ความต้องการการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและได้รับความรัก (Belonging and Love Needs) ความต้องการเป็นเจ้าของและได้รับการยอมรับจากสังคม มีเพื่อน มีคู่รัก นำไปสู่การเกิดแพชชั่น ค่านิยม หรือการเกิดกลุ่ม สมาคม สมาพันธ์ สหพันธ์ เป็นต้น ในบางสถานการณ์ความต้องการนี้ อาจมากจนทำให้ละเลยความต้องการทางสรีระ และความต้องการความมั่นคงปลอดภัย
- 4) ความต้องการยกย่องสรรเสริญ (Esteem Needs) มนุษย์ทุกคนต่างต้องการรู้สึกเคารพตนเอง รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และได้รับการยกย่องจากผู้อื่นว่าตนนั้นมีความสามารถ มีชื่อเสียง มีตำแหน่งฐานะ บุคคลใดที่ผิดหวังจากความต้องการ

เหล่านี้ อาจนำไปสู่ความรู้สึกอ่อนแอ ท้อแท้ ผิดหวัง เกิดความกดดันในจิตใจ จนอาจนำไปสู่โรคซึมเศร้า และการฆ่าตัวตายได้ ความต้องการยกย่องสรรเสริญ สามารถแบ่งได้ออกเป็น 2 ระดับ

- การเห็นคุณค่าในตนเอง มีความแข็งแรง มีความสามารถ มีความรู้ ประสบผลสำเร็จ มีความมั่นใจที่จะพบปะผู้คน มีความอิสระในตนเอง ไม่ผูกมัดหรือยึดติดกับผู้อื่น อาจกล่าวได้ว่าเป็นความต้องการที่เกิดขึ้นจากส่วนบุคคล และประสบการณ์ชีวิตที่สั่งสมมา
- ความต้องการความเคารพจากผู้อื่น มีศักดิ์ศรี มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จัก มีสถานภาพทางสังคมที่ดี เป็นจุดสนใจ และเป็นที่ชื่นชมของคนรอบข้าง

5) ความต้องการรู้จักสภาพตนที่แท้จริง (Need for Self-actualization) ความต้องการที่จะเข้าใจตน และพัฒนาชีวิตตนให้สมบูรณ์พร้อม ดังคำกล่าวที่ว่า “What the man can be, he must be” ซึ่งเป็นประโยคที่สะท้อนถึงความต้องการขั้นสุดของมนุษย์ ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อความต้องการลำดับก่อนหน้าได้ถูกเติมเต็มแล้ว และความต้องการนี้ไม่ได้เกิดขึ้นกับทุกคน

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2017) ได้ระบุความต้องการของผู้สูงอายุเป็น 4 ประเด็นหลัก คือ

- 1) ความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ
- 2) สภาพแวดล้อมที่มีความเป็นมิตรกับผู้สูงอายุ
- 3) ระบบสุขภาพที่เกื้อหนุนแก่ผู้สูงอายุ
- 4) ระบบการดูแลระยะยาวด้านสาธารณสุขสำหรับผู้สูงอายุ

ทางด้านกรมอนามัย (2561) ชี้ให้เห็นว่าผู้สูงอายุ นับเป็นวัยท้าทายของชีวิต ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่หลากหลาย และควรได้รับการช่วยเหลือประคับประคองทั้งจากครอบครัวและสังคม สามารถจำแนกความต้องการของผู้สูงอายุได้ดังนี้

- 1) ความต้องการทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีผู้ดูแล มีสภาพแวดล้อมที่สนับสนุน ได้รับการบริการรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าจากรัฐ
- 2) ความต้องการทางด้านจิตใจได้รับการยอมรับ และเคารพยกย่องนับถือดังเช่นในอดีต บุคคลใกล้ชิด และสังคมเห็นคุณค่าของตน
- 3) ความต้องการทางด้านสังคม-เศรษฐกิจของผู้สูงอายุ นอกเหนือจากการได้รับความสนใจแล้ว ยังรวมถึงการได้สนับสนุนช่วยเหลือครอบครัว และสังคมด้วยความถนัดที่ตนมี การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ไม่เป็นภาระให้แก่ผู้อื่น ไม่ต้องการความเมตตาสงสาร และได้รับการประกันรายได้หรือประกันความชราภาพ

ความต้องการของผู้สูงอายุนั้นเป็นผลลัพธ์ของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีความต้องการตามลำดับขั้นของ Maslow (1970) ที่มีแนวคิดที่ว่า ความต้องการของมนุษย์นั้นไม่มีที่สิ้นสุด และเมื่อความต้องการนั้นถูกเติมเต็มแล้ว ความต้องการในขั้นถัดไปจะเกิดขึ้นตามมา องค์การอนามัยโลก และกรมอนามัย ประเทศไทย จึงผลักดันนโยบายที่จะตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกายและความปลอดภัยของผู้สูงอายุเป็นลำดับต้นๆ ซึ่งสามารถสังเกตเห็นได้จากสภาพแวดล้อมในปัจจุบันที่เกื้อหนุนต่อผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น หรือระบบประกันสุขภาพที่ออกแบบมาสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ แต่อย่างไรก็ตามความต้องการในลำดับถัดไป อย่างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ที่สัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ยังไม่ได้ถูกผลักดันมากเท่ากับความต้องการในลำดับก่อนหน้าทั้งที่มีความสำคัญไม่น้อยไปกว่ากัน

## 2.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

### 2.2.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

ความต้องการได้รับการยกย่องสรรเสริญ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ ไม่ได้ระบุเพียงการได้รับการยอมรับ หรือสรรเสริญจากผู้อื่นเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการที่บุคคลหนึ่งมีความเคารพในคุณค่าที่ตนมี มีความมั่นใจในความสามารถ ความรู้ และภาคภูมิใจในตนเอง หรือที่เรียกกันว่า “การเห็นคุณค่าในตนเอง” (Self-esteem) (Maslow, 1970)

Coopersmith (1967) ได้อธิบายว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้น คือ การประเมินคุณค่าในสิ่งที่ตนเองมี จนเกิดเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกถึงการยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง ที่สะท้อนถึงทัศนคติที่มีต่อตนเองในด้านความสามารถ ความสำคัญ อำนาจ และคุณความดี มีความเป็นอัตวิสัย ซึ่งบุคคลอื่นสามารถรับรู้ได้จากภาษาและท่าทีที่แสดงออกมา

Cooley (1902) นักคิดสายทฤษฎีปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ พบว่าความรู้สึกต่อตนเองเกิดขึ้นมาจากการสะท้อนความคิดเห็นที่ผู้อื่นมีต่อตน หรือที่รู้จักกันในแนวคิดตัวตนในกระจกเงา (The looking glass self) ประกอบไปด้วยภาพลักษณ์ที่ตนมีต่อตนเอง จินตนาการของคนอื่นต่อภาพลักษณ์นั้น และความรู้สึกของเราที่มีต่อจินตนาการดังกล่าว เช่น ความรู้สึกพึงพอใจ ความรู้สึกภาคภูมิใจ หรือความรู้สึกด้อยค่า สอดคล้องกับ Mead (1934) ที่มองว่าบุคคลจะรับรู้ตนเอง ผ่านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผ่านมุมมองของผู้อื่นที่มีต่อตน รวมไปถึงผ่านการประเมินตามแนวทางปฏิบัติของสังคม

Cooley และ Mead ต่างกล่าวถึงการรับรู้ตนเองว่ามีทิศทางมาจากปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมากกว่าความคิดส่วนบุคคล กฎเกณฑ์และการปฏิบัติของสังคมจะเป็นตัวกำหนดความรู้สึกของบุคคล ตลอดจนเป้าหมายที่บุคคลตั้งไว้

James (1950) นักปรัชญาจิตวิทยา นับเป็นบุคคลแรกที่มีการพูดถึงการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งประกอบไปด้วย 2 ลำดับชั้น คือ กระบวนการเรียนรู้ตนเอง (I-Self) และผลลัพธ์ของการเรียนรู้ตนเอง (Me-Self) ซึ่งผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นสามารถแบ่งประเภทได้เป็น

- 1) ตัวตนทางวัตถุ (Material self) ลักษณะทางกายภาพที่ตนเป็น หรือทรัพย์สินสมบัติที่มี
- 2) ตัวตนทางสังคม (Social self) ลักษณะชื่อเสียงที่ได้รับการยอมรับจากผู้อื่น
- 3) ตัวตนทางจิตวิญญาณ (Spiritual self) ตัวตนส่วนลึกของบุคคลที่เกิดขึ้นจากการประเมิน และรับรู้เองอย่างต่อเนื่อง

การเห็นคุณค่าของตนเอง คือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการเรียนรู้ตนเอง ตามพื้นฐานของความสำเร็จ หรือความล้มเหลว สามารถประเมินได้จากความเป็นจริงที่เกิดขึ้นเทียบกับความคาดหวังที่ตั้งเอาไว้ เมื่อบุคคลใดประสบความสำเร็จเหนือกว่าที่ตนคาดหวังไว้ บุคคลนั้นจะรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

Rogers (1959) นักทฤษฎีบุคลิกภาพได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองผ่านมุมมองตัวเองกับตัวตนที่แท้จริง และตัวตนในอุดมคติ (I-ideal self) ว่าเป็นความรู้สึกต่อตนเองทั้งในเชิงบวกและลบ ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง เมื่อบุคคลมองตนเองใกล้เคียงกับความเป็นจริง ตัวตนในอุดมคติที่เกิดขึ้นจึงมีความเป็นไปได้สูง บุคคลนั้นจะรู้สึกพึงพอใจในตนเอง หรือเห็นคุณค่าในตนเอง ในทางกลับกันหากบุคคลนั้นพิจารณาตนเองมากกว่าหรือน้อยกว่าตัวตนที่แท้จริง จะมีโอกาสเกิดความรู้สึกไม่สมหวัง หรือไม่เห็นคุณค่าในตนเองได้

Rosenberg (1965) มองว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นส่วนหนึ่งของอัตมโนทัศน์ (Self-concept) ที่ประกอบด้วย การตระหนักรู้ตนเอง และการประเมินตนเอง ดังนั้นการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ การประเมินตนเองเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นเกิดขึ้นเป็นทัศนคติที่บุคคลหนึ่งจะมีต่อตนเอง โดยทัศนคตินี้อาจมีทิศทางที่เป็นบวก หรือเป็นลบก็ได้

Sedikides and Gregg (2003) นักวิชาการด้านจิตวิทยา ระบุว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการประเมินตนเอง โดยความรู้สึกนี้อาจจะเป็นในทิศทางที่ดีหรือไม่ดีก็ได้

เสมอจันท์ อนะเทพ (2535) ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กับพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์ ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ “ความรู้สึกที่เกิดจากการประเมินตนเองเกี่ยวกับ ความมีคุณค่า ความสำคัญ ความสามารถ การประสบความสำเร็จ การยอมรับตนเอง การมีประโยชน์ต่อสังคม ตลอดจนการได้รับการยอมรับจากสังคม”

ปาร์ซญ์ เกลี้ยงลำยอง (2556) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองในเชิงบวก คือ การที่บุคคลตระหนักว่าตนมีคุณค่า เป็นประโยชน์ต่อบุคคลรอบข้าง และสังคม โดยมีทั้งปัจจัยภายใน (บุคคล) และปัจจัยภายนอก (สังคม) เป็นตัวกำหนดความรู้สึกมีคุณค่าของบุคคลนั้น

ดวงกมล ทองอยู่ (2557) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นความรู้สึกที่เกิดจากการประเมินตนเอง ยอมรับ และมองตนเองในทางบวก ระบุว่าตนเองมีประโยชน์ และเป็นที่ยอมรับของสังคม ซึ่งความรู้สึกนี้จะนำไปสู่การแสดงออกตามทัศนคติของบุคคลนั้น

ปกรณัม เชื้อแก้วจินดา (2559) ทำการศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของคณางานกวาดถนน สังกัดกรุงเทพมหานคร ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ การรับรู้ และการประเมินคุณค่าในตนเอง ทั้งในแง่บวก และลบ โดยประเมินผ่านการสะท้อนตนเอง และการเปรียบเทียบกับผู้อื่น

จากการให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองข้างต้น ผู้วิจัยจึงให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองสำหรับการศึกษาครั้งนี้ คือ ทัศนคติที่มีต่อตนเองในด้านความสามารถ ความสำคัญ อำนาจ และคุณความดี ที่เกิดขึ้นจากกระบวนการการประเมินเปรียบเทียบตนเองกับตัวตนในอุดมคติ การเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นหรือสังคม ทัศนคตินี้มีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ ทั้งยังเปลี่ยนแปลงได้ในแต่ละช่วงเวลาตามปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอกที่เกิดขึ้น ทั้งนี้ผู้วิจัยได้จำแนกรายละเอียดของปัจจัยแต่ละชนิดไว้ในหัวข้อองค์ประกอบที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในลำดับถัดไป

### 2.2.2 ความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

บุคคลที่มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะประเมินตนเองในแง่บวก และมีความภาคภูมิใจในตนเอง มากกว่าบุคคลที่มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่ต่ำ (J. D. Brown, 1998) นอกจากนี้การเห็นคุณค่าในตนเองจะช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการเผชิญหน้าต่อความผิดหวัง ข้อตำหนิ หรือการถูกประเมินในแง่ลบได้ดี ไม่รู้สึกผิดหวังกับตนเอง หรือรู้สึกผิดหวังในตนเองน้อยที่สุด (J. D. Brown, & Marshall, M.A., 2006)

สอดคล้องกับสภาวะการณ์ในปัจจุบันที่ นอกเหนือไปจากที่ผู้สูงอายุจะต้องเผชิญปัญหาการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายแล้ว ผู้สูงอายุจำนวนมากยังไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านอื่นๆ เช่น การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ หรือการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม (พิมพ์จรัส บุญเลิศ, 2560) โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ กรมสุขภาพจิต (2561) ได้นำเสนอ ข้อมูลสถิติการฆ่าตัวตายสำเร็จ พบว่าเกิดขึ้นในผู้สูงอายุเป็นลำดับที่ 2 รองมาจากวัยทำงาน โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ติดบ้าน สาเหตุจากถูกทอดทิ้งจากครอบครัว ขาดคนรับฟัง รู้สึกแปลกแยก และซึมเศร้า เช่นเดียวกับ สุธรรม นันทมงคลชัย, อรุณศิริ เมฆพัฒน์, พิทยา จารุพูนผล, and โชคชัย หมั่นแสงทรัพย์ (2550)

ได้ทำการศึกษาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ จังหวัดนครสวรรค์ พบผู้สูงอายุจำนวน 1 ใน 5 ของผู้สูงอายุทั้งหมดในจังหวัดนครสวรรค์ มีระดับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ ผู้สูงอายุเหล่านั้น มักจะรู้สึกโดดเดี่ยว แยกแยก วิตกกังวล ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้นำไปสู่การเป็นโรคซึมเศร้า และสูญเสียคุณภาพชีวิต ส่งผลกระทบต่อเนื้อทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคมสูงอายุที่มีสุขภาพจิตที่ดี

ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลใดมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่สูง บุคคลเหล่านั้น จะภาคภูมิใจในตนเอง ไม่รู้สึกเป็นภาระของผู้อื่น มองโลกในแง่ดี มีความรับผิดชอบต่อนตนเองและผู้อื่น มีความสุข และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ดวงกมล ทองอยู่, 2557)

จากสถานการณ์สังคมสูงอายุในปัจจุบัน ผู้สูงอายุจำนวนมากต้องเผชิญหน้ากับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถรับมือต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงในเชิงบวก และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

### 2.2.3 แนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith

Coopersmith (1967) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ทักษะคนที่ มีต่อตนเอง อันเกิดขึ้นจากการประเมินตนเอง และแสดงออกเป็นพฤติกรรมในการยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง ที่สะท้อนถึงความเชื่อของบุคคลว่าตนเองนั้นมีความสามารถ มีความสำคัญ มีอำนาจ และมีคุณความดี

โดย Coopersmith (1981a) ได้กล่าวถึงที่มาของการเห็นคุณค่าในตนเองทั้ง 4 ประการ ดังนี้

ภาพที่ 3 จำแนกทัศนคติต่อตนเองที่เกิดขึ้นจากการเห็นคุณค่าในตนเองในแต่ละด้าน

ด้านความสามารถ (Competence)	ด้านความสำคัญ (Significant)
<b>การเห็นคุณค่าในตนเอง</b>	
ด้านอำนาจ (Power)	ด้านคุณความดี (Virtue)

ที่มา: (Rouse, 1993)

- 1) การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ (Competence) ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อคุณรับรู้ว่าคุณสามารถทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมายทั้งที่ตนคาดหวัง และเป้าหมายที่บุคคลอื่นตั้งให้กับตน สามารถเผชิญอุปสรรค และแก้ไขปัญหาได้ด้วยความมั่นใจ ทั้งยังปรับตัวและอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างดี

- 2) การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ (Significant) ความรู้สึกว่าคุณเองเป็นที่สนใจ ได้รับการยอมรับ ได้รับการตอบสนอง ได้รับการดูแล การเอาใจใส่ ได้รับความช่วยเหลือ เป็นที่รักใคร่ของผู้อื่น และถูกนับเป็นส่วนหนึ่งในสังคม
- 3) การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ (Power) ความรู้สึกว่าคุณเองมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของตน และต่อเหตุการณ์ต่างๆรอบตัว สามารถแสดงออก และเชื่อมั่นในอำนาจการกระทำของคุณจะทำให้ได้ผลลัพธ์ที่ต้องการ หรือบรรลุวัตถุประสงค์ได้ด้วยตนเอง
- 4) การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี (Virtue) ความรู้สึกว่าคุณเองทำดี ปฏิบัติตามค่านิยมที่ดีของสังคม มีศีลธรรม จริยธรรม มีความพึงพอใจในสิ่งที่เป็นอยู่ สามารถแสดงออกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

การศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในการศึกษานี้จึงเลือกแนวคิดของ Coopersmith (1981a) ที่จำแนกการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น 4 ประการ มาใช้เป็นองค์ประกอบของตัวแปรตาม สำหรับการสร้างเครื่องมือที่จะสะท้อนถึงระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม

#### 2.2.4 องค์ประกอบที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

Coopersmith (1981a) แบ่งองค์ประกอบที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น 2 ส่วน คือ

- 1) องค์ประกอบภายในตน ลักษณะเฉพาะที่แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ประกอบด้วย

ลักษณะทางกายภาพ ที่แสดงถึงบุคลิกภาพ เช่น ส่วนสูง น้ำหนัก รูปร่าง หน้าตา มีส่วนทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งยังเอื้ออำนาจให้บุคคลสามารถกระทำตามความมุ่งหวังได้ ดังนั้นบุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่ครบถ้วน เพียงพร้อมจะมีแนวโน้มการเห็นคุณค่าในตนเองที่สูงกว่าคนที่มีข้อบกพร่องทางด้านลักษณะทางกายภาพ หรือมีปัญหาความเจ็บป่วยทางกายภาพ

ความสามารถหรือสมรรถภาพ นอกเหนือไปจากการมีลักษณะทางกายภาพที่พร้อมแล้ว การมีความสามารถ และสมรรถภาพ รวมไปถึงปัญญา หรือระดับการศึกษา ยังมีส่วนช่วยให้บุคคลสำเร็จตามความมุ่งหวังเช่นเดียวกัน หากบุคคลใดขาดความสามารถ บุคคลเหล่านั้นจะมีแนวโน้มไม่ประสบความสำเร็จดังที่มุ่งหวัง อันนำไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเองที่น้อยลง



สภาวะอารมณ์ ที่มีอยู่เดิมของบุคคล อันเป็นผลจากคุณลักษณะของจิตใจที่มีมาแต่กำเนิด และถูกหล่อหลอมจากสภาพสังคม ทั้งวัฒนธรรม ประเพณี และศีลธรรม รวมไปถึงภาวะทางอารมณ์ที่มีต่อตนเองหลังจากการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันกับบุคคลอื่น ดังเช่นแนวคิดกระจกสะท้อนตน บุคคลที่มองโลกในเชิงบวก จะรู้สึกมีความสุข ประทับใจในตนเอง รู้สึกชื่นชมตนเอง บุคคลเหล่านั้นจะเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ในทางกลับกันหากบุคคลมีปัญหาทางด้านสุขภาพจิต เช่น โรควิตกกังวล บุคคลเหล่านั้นมีแนวโน้มที่จะพิจารณาตนเองในเชิงลบ มักมีความรู้สึกหดหู่ ท้อแท้ ผิดหวัง จะทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดน้อยลง

ค่านิยมส่วนบุคคล เนื่องจากความเชื่อในแต่ละบุคคลนั้นมีความแตกต่างกันไป บุคคลจึงให้ความสำคัญต่อสิ่งของ สถานการณ์ หรือการตอบรับตามความเชื่อของตนเอง ร่วมกับค่านิยมที่เกิดขึ้นในสังคม เช่น ผู้สูงอายุให้คุณค่าของการเป็นที่พึ่งพิงของคนในครอบครัว เมื่อผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนไม่สามารถช่วยเหลือคนในครอบครัวได้ การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจะมีแนวโน้มที่จะลดลง

เป้าหมายที่มุ่งหวัง การตัดสินใจของคุณค่าของตนตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เมื่อบุคคลสามารถกระทำได้ตามหรือได้ดีกว่าเป้าหมายที่ตั้งไว้ บุคคลนั้นจะรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง แต่ถ้าหากไม่สามารถทำตามเป้าหมาย หรือเป้าหมายที่ตนเองตั้งมีความยากเกินความเป็นจริง บุคคลนั้นจะรู้สึกตนเองขาดความสามารถ จนนำไปสู่ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่ลดลง (ปฎิญา แก้วทนต์, 2552)

- 2) องค์ประกอบภายนอกตน สภาพแวดล้อมภายใต้ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วย

ความสัมพันธ์กับบุคคลภายในครอบครัว นอกจากการอบรมสั่งสอนโดยครอบครัวตั้งแต่วัยเด็กจะมีส่วนช่วยให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองแล้ว การได้มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันกับบุคคลภายในครอบครัวในแต่ละช่วงวัยยังมีส่วนช่วยเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองเช่นกัน ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ร่วมกับคนในครอบครัว ได้รับความสนใจ ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม จะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่สูงกว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพัง หรือมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัวในเชิงลบ

สถานภาพทางสังคม ที่แสดงถึงระดับทางสังคมของบุคคล โดยพิจารณาจากความสามารถ ฐานะทางการเงิน อาชีพ ตำแหน่งหน้าที่ หรือที่อยู่อาศัย โดยปกติแล้วบุคคลทั่วไปจะให้ความเคารพ การปฏิบัติที่ดีแก่ผู้ที่มีสถานภาพ

ทางสังคมสูง ทำให้บุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง เช่นเดียวกับกับบุคคลที่ไม่มีหรือมีสถานภาพทางสังคมในระดับที่ต่ำกว่า มักจะรู้สึกเป็นผู้ตาม และมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่น้อย

สังคมและกลุ่มเพื่อน สัมพันธภาพกับเพื่อนหรือสังคมมีส่วนช่วยเสริมสร้าง การเห็นคุณค่าในตนเองตั้งแต่วัยเด็ก โดยเฉพาะเมื่อบุคคลมีอายุที่เพิ่มมากขึ้น การมีสัมพันธภาพกับบุคคลรอบข้างจะมีผลกับการเห็นคุณค่าในตนเองมากยิ่งขึ้น โดยมีลักษณะเป็นไปในทิศทางเดียวกัน กล่าวคือ หากผู้สูงอายุมิ สัมพันธภาพกับสังคมในทางลบ ไม่ได้รับการยอมรับ หรือโดนตำหนิ จะทำให้ ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุลดน้อยลงเช่นกัน

Maslow (1970) กล่าวถึงการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎีความ ต้องการตามลำดับขั้น โดยจำแนกออกเป็น 2 ส่วน คือ

- 1) ความต้องการมีคุณค่าในตนเอง เป็นความต้องการที่เกิดขึ้นจากส่วนบุคคล ที่ ต้องการให้ตนมีความสามารถ มีความรู้ ประสบผลสำเร็จ มีความมั่นใจที่จะ พบปะผู้คน และมีความอิสระในตนเอง ไม่ผูกมัดหรือยึดติดกับผู้อื่น
- 2) ความต้องการให้ผู้อื่นเห็นคุณค่า เป็นความต้องการที่เกิดขึ้นจากผลการประเมิน โดยบุคคลอื่น ที่ต้องการให้ผู้อื่นเห็นว่าตนมีความสามารถ มีศักดิ์ศรี เป็นส่วน หนึ่งของสังคม เป็นที่ชื่นชมของคนรอบข้าง

Taft (1985) ระบุถึงองค์ประกอบที่จะทำให้บุคคลรับรู้ว่าคุณค่า ครอบคลุมด้วย

- 1) ความรู้สึกภายในต่อคุณค่าของตน (Inner self-esteem) ความรู้สึกมีคุณค่าใน ตนเองที่ขึ้นกับการกระทำ การควบคุม และอำนาจที่มี สถานะแท้จริงของ บุคคลในสังคม และผลกระทบที่บุคคลมีต่อสิ่งแวดล้อม
- 2) ความรู้สึกที่ได้รับจากภายนอกต่อความมีคุณค่าของตน (Outer self-esteem) การประเมินเจตคติที่สังคมมีต่อตนเอง หรือที่รู้จักในชื่อ “แนวคิดกระจกมอง ตน” (Looking glass self) ที่เป็นการรับรู้คุณค่าของตนเองผ่านการประเมิน โดยบุคคลอื่น (เสมอจันท์ อนุเทพ, 2535)

Salerno M. C., Bolina A. F., Dias F. A., Martins M. F., and M. (2015) ได้ ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุประเทศบราซิล พบปัจจัยที่มี นัยสำคัญทางสถิติ ประกอบด้วย เพศ, ระดับการศึกษา, การเป็นโรคซึมเศร้า และการรับรู้สุขภาพของ ตนเอง โดยอาการของโรคซึมเศร้าจะเป็นปัจจัยที่สะท้อนถึงระดับความเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ได้มากที่สุด

สุพรรณษา แสงพระจันทร์, จินห์จุกา ซัยเสนา ดาลลาส, ภรภัทร เสงอุดมทรัพย์, and เวทิส ประทุมศรี (2559) ทำการศึกษาการรับรู้ความหมายความมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า ได้อภิปรายองค์ประกอบที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วย

- 1) การได้รับการยอมรับจากภายนอก ผู้สูงอายุจะรู้สึกภาคภูมิใจเมื่อบุคคลอื่นรับรู้ในสิ่งดีงามที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมของตนไม่ว่าจะเป็นการประพฤติตนเป็นคนดี มีศักดิ์ศรี ไม่หวังพึ่งพาใคร ไม่เป็นภาระของผู้อื่น หรือการมีทัศนคติด้านบวก พร้อมเผชิญปัญหา ปรับปรุงตนเองให้กลมกลืนกับสังคม
- 2) การได้รับการปฏิบัติจากผู้มีคุณค่า ผู้สูงอายุให้ความสำคัญในเรื่องของการยกย่องโดยบุคคลอื่น ผู้สูงอายุจะรู้สึกได้รับความรัก หรือการยอมรับ จนเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน ซึ่งองค์ประกอบนี้จะเกิดขึ้นหลังจากผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐาน และความปลอดภัยแล้ว
- 3) การภาคภูมิใจในสิ่งที่ทำ สะท้อนถึงความสามารถของผู้สูงอายุในการพึ่งพาตนเองทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และเศรษฐกิจ รวมไปถึงการเลี้ยงดูบุตรหลาน และการทำประโยชน์แก่สังคม

สรุปได้ว่าแนวคิดในเรื่ององค์ประกอบที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (1981a) ได้ครอบคลุมในสิ่งที่แนวคิดอื่นๆ (Maslow, 1970; Salerno M. C. et al., 2015; Taft, 1985; สุพรรณษา แสงพระจันทร์ et al., 2559) กล่าวถึงไว้ อีกทั้งยังจำแนกออกเป็นองค์ประกอบภายใน ภายนอก และให้ความหมายในแต่ละด้านไว้อย่างชัดเจน ผู้วิจัยจึงเลือกแนวคิดของ Coopersmith (1981a) มาใช้เป็นตัวแปรต้น ในการสร้างเครื่องมือที่จะสะท้อนถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในการศึกษานี้

#### 2.2.5 การเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเอง เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงตามปัจจัยภายใน และภายนอก Coopersmith (1981b) พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเกิดขึ้นตั้งแต่ในวัยเด็ก โดยเริ่มจากการรับรู้ถึงลักษณะทางกายภาพของตน และถูกพัฒนาขึ้นได้ด้วยการเลี้ยงดูของบิดา และมารดา เช่นเดียวกับกับการศึกษาของ Rosenberg (1965) ที่พบว่าทัศนคติ การดูแลเอาใจใส่ สถานะทางสังคมของบิดา มารดามีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุตร

ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองถูกพัฒนาได้อย่างต่อเนื่อง โดยจะแปรผันไปตามอายุที่เพิ่มมากขึ้น และมีการเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้อย่างชัดเจนในช่วงของวัยรุ่นถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ และเริ่มต้นสร้างบุคลิกภาพและเอกลักษณ์ของตนเอง (พรธทิพย์ เกษะนันท์, 2516; เสมอจันทร์ อนะเทพ, 2535) ในวัยผู้ใหญ่ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีการ

เปลี่ยนแปลงที่ค่อนข้างน้อย เนื่องจากบุคคลมีการรับรู้ตนเองที่เพิ่มมากขึ้น มีวุฒิภาวะ และประเมินตนเองตามความเป็นจริง อย่างไรก็ตามความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเริ่มมีแนวโน้มลดลงอีกคงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ เนื่องมาจากสภาวะแวดล้อมที่ผู้สูงอายุต้องเผชิญ ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งลักษณะทางกายภาพ การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ความสามารถในการทำงานที่ลดลง ตลอดจนสถานะทางสังคมที่ลดลง (Roy, 1976)

ด้านการศึกษาของ Kaplan and Pokorny (1969) พบว่าผู้สูงอายุจะมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองหากสามารถพึ่งพาตนเองได้ ในขณะที่เดียวกันผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองได้น้อย กล่าวคือกลุ่มที่ไม่มีความจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิต ลักษณะการเป็นอยู่ในปัจจุบันไม่แตกต่างจากที่คาดหวัง ไม่มีปัญหาในการต้องใช้ชีวิตโดยลำพัง หรืออาศัยอยู่กับคู่สมรส ก็ยังคงมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองได้เช่นเดียวกัน

Girdano and Every (1979) ได้นำเสนอวิธีการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองดังนี้

- 1) การใช้ภาษาเชิงบวก เป็นการเน้นย้ำถึงคุณลักษณะเชิงบวกของตน เช่น ตนเองมีประสบการณ์ในการทำงาน สามารถแก้ไขปัญหาได้ดี ตนเองมีบุคลิกภาพที่น่าภาคภูมิใจ
- 2) การยอมรับคำยกย่องชมเชย โดยการใช้ประโยคการยอมรับด้วยความยินดี นอกเหนือไปจากการนอบน้อมถ่อมตน เพื่อเป็นการเสริมสร้างลักษณะมองตนเองในทางบวกมากยิ่งขึ้น
- 3) การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก จะช่วยให้บุคคลได้กลมกลืนเป็นส่วนหนึ่งของสังคมมากยิ่งขึ้น โดยพฤติกรรมที่แสดงออกควรเป็นไปในเชิงสร้างสรรค์ เมื่อสังคมเกิดการยอมรับ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของบุคคลนั้นจะเพิ่มมากขึ้น

Bruno (1983) ได้แจกแจงวิธีการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ดังนี้

- 1) การให้ข้อเสนอแนะในเชิงบวก ทั้งการรับข้อเสนอแนะจากผู้อื่น และการเสนอแนะให้กับตนเอง เพื่อให้จิตใจเกิดการพัฒนา มีกำลังใจ มีความภาคภูมิใจในตนเอง
- 2) การสร้างความสำเร็จ เมื่อบุคคลได้เริ่มต้นเพียรพยายาม จนนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมาย บุคคลนั้นจะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง
- 3) การลดความคาดหวัง การตั้งความคาดหวังให้สอดคล้องกับความเป็นจริง เพื่อเพิ่มโอกาสในการสำเร็จตามเป้าหมาย หรือลดระดับความโศกเศร้าเสียใจที่จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลนั้นผิดหวัง

- 4) ไม่ประเมินคุณค่าของตนเอง เพราะมนุษย์เพียงแต่มีชีวิตอยู่ก็ถูกนับว่ามีคุณค่าแล้ว การเห็นคุณค่าในตนเองจะเพิ่มมากขึ้น เมื่อบุคคลนั้นเลิกตัดสินค่าของตนเอง

วิธีการของบรูโนนั้นมีความคล้ายคลึงกับแนวคิดของ Rogers (1959) ที่ให้ความเห็นว่า หากบุคคลใดมองตนเองให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริง จะมีโอกาสที่ตนเองเป็นดังตัวตนในอุดมคติ หรือสำเร็จตามเป้าหมายได้ จนกระทั่งบุคคลนั้นจะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างแท้จริง

ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา (2556) ได้กำหนดแนวทางการสร้างคุณค่าในตนเองไว้ดังนี้

- 1) การจัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศที่ผ่อนคลาย เพื่อสร้างความสมดุลทางจิตใจ
- 2) การจัดกิจกรรมกลุ่มในการแก้ปัญหา เพื่อให้เกิดการเข้าสู่สังคม เกิดการยอมรับและเห็นคุณค่าในตนเอง
- 3) เปิดโอกาสการแสดงความคิดเห็น เพื่อให้เกิดการยอมรับ และความเข้าใจในความคิดและค่านิยมของผู้อื่น
- 4) การตั้งเป้าหมาย เพื่อให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งการระลึกถึงความสำเร็จที่ผ่านมาแล้วเช่นกัน
- 5) การวิเคราะห์ข้อมูลย้อนหลัง เพื่อทบทวนและยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ไม่ว่าจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวก็ตาม

สรุปได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นมีการพัฒนาตามช่วงวัยอายุอยู่เสมอ และมีแนวโน้มที่ลดลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ หากพิจารณาจากองค์ประกอบในการเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง ร่วมกับการศึกษาการเสริมสร้างคุณค่าในตนเองข้างต้น ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางในการเสริมสร้างคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยแบ่งออกเป็นสองแนวทางหลัก ได้แก่ การพัฒนาปัจจัยภายใน และการพัฒนาปัจจัยภายนอก

- 1) การพัฒนาปัจจัยภายใน คือ การพัฒนามุมมองที่มีต่อตนเอง เช่น การพิจารณาตนเองตามความเป็นจริง การยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามช่วงวัย การกล้าแสดงออก การเพียรพยายามเพื่อให้สำเร็จเป้าหมายที่กำหนดไว้ และการลดความคาดหวัง
- 2) การพัฒนาปัจจัยภายนอก คือ การพัฒนาหรือยอมรับมุมมองของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเอง เช่น การมองสังคมตามความเป็นจริง การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นหรือการร่วมกิจกรรมทางสังคม และการสื่อสารร่วมกันในเชิงบวก

## 2.2.6 ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ทักษะหนึ่งที่บุคคลหนึ่งจะมีต่อตนเอง โดยทักษะนี้อาจมีทิศทางที่เป็นบวก หรือเป็นลบ (Rogers, 1959; Rosenberg, 1965) การเข้าใจถึงลักษณะบุคคลจะช่วยบ่งบอกถึงการรับรู้คุณค่าในตนเองของบุคคลนั้น ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงสามารถแบ่งออกได้เป็น ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง และลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

### 2.2.6.1 ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง

Coopersmith (1981b) กล่าวว่า บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะมีความตระหนักถึงศักยภาพของตน รับรู้ความต้องการของตนเอง ยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น มีกระบวนการคิดที่เป็นไปในเชิงบวก มีความกล้าแสดงออก ทั้งยังแสดงออกได้อย่างเหมาะสม และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคล หรือสิ่งแวดล้อมรอบตัว

Mason (1954) พบว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองที่สูงจะมีการใช้ชีวิตที่เต็มไปด้วยความสุข

Rosenberg (1965) มองว่าการเห็นคุณค่าในตนเองสูง แสดงถึงความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่าตนเองนั้นดีพอ มีความรู้สึกคุณค่า และเชื่อมั่นในสิ่งที่ตนเป็น

สมิต อาชวนิจกุล (2545) ได้จำแนกลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง คือ ผู้ที่มีจิตใจดีและเข้มแข็ง มีเป้าหมาย มีความหวัง ไม่ย่อท้อต่อความลำบาก มีความกระตือรือร้น มีความกล้าแสดงออก และมีความเชื่อมั่นในตนเอง

ปฎิญา แก้วทงศ์ (2552) ได้สรุปคุณลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง คือ บุคคลที่มีความคิดเชิงบวก มองโลกในแง่ดี และมีเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจน มีความสามารถในการแก้ไขปัญหา เชื่อมั่นในศักยภาพของตน และมีความภาคภูมิใจในตนเอง

สรุปได้ว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง คือ บุคคลที่มีการรับรู้ตนเองตามความเป็นจริง ไม่ประเมินตนเองสูงหรือต่ำจนเกินไป มีเป้าหมายที่ชัดเจน โดยความคาดหวังนั้นอยู่ในพื้นฐานของความเป็นไปได้ มีความเชื่อมั่นในศักยภาพตน มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ยอมรับและพร้อมปรับเปลี่ยนตนให้บรรลุเป้าหมายที่คาดหวัง รู้จักการให้กำลังใจตนเอง มีความคิดเชิงบวกต่อสังคม กล้าแสดงความคิดเห็น เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม และมีจิตใจเอื้ออาทรพร้อมช่วยเหลือผู้อื่น

### 2.2.6.2 ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

Coopersmith (1981b) กล่าวว่า บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะปฏิเสธความเป็นตัวเอง ขาดความมั่นใจ หรือความพึงพอใจในตนเอง ขาดความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง ไม่มีความสุขกับสถานะที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

Rosenberg (1965) ได้อธิบายลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ดังนี้

- 1) บุคคลที่มีความรู้สึกอ่อนไหวต่อการถูกวิจารณ์
- 2) บุคคลที่รู้สึกกระวนกระวายใจเมื่อผู้อื่นมีทัศนคติไม่ดีต่อตน
- 3) บุคคลที่ไม่กล้าตัดสินใจ หรือกระทำการบางสิ่ง เพราะกลัวความผิดพลาด
- 4) บุคคลที่ไม่สามารถปรับตัว หรือแก้ไขความผิดพลาดที่เกิดขึ้น

Luck and Heiss (1972) สรุพบว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะมีลักษณะปลีกวิเวก รู้สึกด้อยค่า ไม่กล้าหรือมีปัญหาในการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

ธีระ ชัยยุทธยรรยง (2542) บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีปัญหาทางด้านจิตใจ รู้สึกถูกสังคมปฏิเสธ ทัศนคติต่อตนเองในแง่ลบ มองความคิดของผู้อื่นในแง่ลบ ซ้ำเติมตนเอง

ปริญญา แก้วทนต์ (2552) ได้สรุปคุณลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ คือ บุคคลที่มองตนเองว่าด้อยค่า ไม่มีความสุขในชีวิต ขาดความรับผิดชอบ ปฏิเสธความผิดที่เกิดขึ้นจากตนเอง ต้องการการดูแลเอาใจใส่ ขาดเป้าหมายในชีวิต วิตกกังวล ในบางคนความรู้สึกนี้อาจนำไปสู่การฆ่าตัวตาย

กล่าวโดยสรุปบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ คือ บุคคลที่มีทัศนคติต่อตนเองในเชิงลบ ซึ่งอาจเกิดจากความผิดพลาดที่ถูกลำบากหนักไม่สัมพันธ์กับความเป็นจริง ไม่สามารถยอมรับความผิดพลาดที่เกิดขึ้น กล่าวโทษตนเอง ขาดความพยายามในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง มีมุมมองต่อบุคคลและสิ่งแวดล้อมในเชิงลบ ปฏิเสธการรับฟังความคิดเห็นของบุคคลอื่น และเคยชินกับการถูกช่วยเหลือ

**C**แนวคิดคุณลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นส่วนประกอบในการสร้างเครื่องมือในการศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุเปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง จากการวิเคราะห์การศึกษาที่ผ่านมาข้างต้น (Coopersmith, 1981b; Luck & Heiss, 1972; Mason, 1954; Rosenberg, 1965; ธีระ ชัยยุทธยรรยง, 2542; ปริญญา แก้วทนต์, 2552; สมิต อาชวณิชกุล, 2545) ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์และสรุปโดยจำแนกคุณลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ โดยแบ่งออกเป็นทัศนคติที่มีต่อตนเองในแต่ละด้านตามแนวคิดของ Coopersmith (1981a) ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ตารางเปรียบเทียบลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง	ลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ
ด้านความสามารถ	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ตระหนักถึงศักยภาพของตนเอง</li> <li>- มีความกระตือรือร้น กล้าแสดงออก</li> <li>- มีความคิดสร้างสรรค์</li> <li>- มีความสามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า</li> <li>- สามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมในแต่ละสถานการณ์</li> <li>- สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลรอบข้าง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- คิดว่าตนเองขาดความสามารถ</li> <li>- ไม่กล้าแสดงออก</li> <li>- ไม่พร้อมเริ่มต้นสิ่งใหม่</li> <li>- ขาดความสามารถในการแก้ไขปัญหา</li> <li>- ไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลรอบข้าง</li> </ul>
ด้านความสำคัญ	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- มีความเคารพตนเอง</li> <li>- มีความเป็นตัวของตัวเอง</li> <li>- ตระหนักถึงหน้าที่และความรับผิดชอบของตน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- รู้สึกโดดเดี่ยว</li> <li>- หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์</li> <li>- ไม่เคารพในตนเอง</li> </ul>
ด้านอำนาจ	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- มีจิตใจเปิดกว้างยอมรับสิ่งต่างๆตามความเป็นจริง</li> <li>- มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ขาดความพยายามในการทำงานที่ยากหรือท้าทาย</li> <li>- อยู่ภายใต้อิทธิพลของผู้อื่น</li> <li>- ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง</li> </ul>
ด้านคุณความดี	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- มองโลกในเชิงบวก</li> <li>- มีความพึงพอใจในตนเอง</li> <li>- ปฏิบัติตามค่านิยมที่ดีของสังคม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- มองโลกในเชิงลบ</li> <li>- รู้สึกว่าตนเองมีปมด้อย</li> <li>- แสดงพฤติกรรมที่ผิดจากศีลธรรมและจริยธรรมของสังคม</li> </ul>

ที่มา: นวพร (2562) จากการวิเคราะห์ข้อมูลของ Coopersmith (1981), Manson (1954), Rosenberg (1965), ลมิต อาชวนิตกุล (2545), ปฏิญญา แก้วทงศ์ (2552: 20), Luck (1969), ธีระ ชัยยุทธยรรยง (2542) และปฏิญญา แก้วทงศ์ (2552)



จากการทบทวนวรรณกรรมเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุถูกจัดเป็นส่วนหนึ่งในลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ที่เกิดขึ้นหลังจากความต้องการขั้นพื้นฐาน และความต้องการทางด้านจิตใจได้รับการตอบสนองแล้ว ซึ่งคุณลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถเป็นไปได้ทั้งในเชิงบวกและเชิงลบ หากผู้สูงอายุมีการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งด้านความสามารถ ความสำคัญ อำนาจ และคุณความดี (Coopersmith, 1981a) ในระดับที่สูง ผู้สูงอายุจะสามารถเผชิญหน้ากับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา นำไปสู่การใช้ชีวิตอย่างมีความสุข และมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในปัจจุบันที่ประเทศไทยกำลังจะก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ มีรายงานปัญหาที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น ด้วยค่านิยมและมโนทัศน์แบบเดิมๆ ที่ผู้สูงอายุมักประสบกับสภาวะถดถอย ทั้งร่างกายและจิตใจถูกมองเป็นภาระที่สังคมต้องแบกรับ ทั้งยังกลุ่มเสี่ยงต่อการถูกละเมิดสิทธิด้านจิตใจ นับเป็นการเน้นย้ำถึงคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่กำลังลดน้อยลง ดังนั้นหากมีเครื่องมือที่จะเข้ามามีส่วนช่วยในการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อส่งเสริมตัวแปรตามในงานวิจัยนี้ คือ การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุทั้งด้านความสามารถ ความสำคัญ อำนาจ และคุณความดี ให้สอดคล้องกับบริบทการพัฒนาในปัจจุบันที่ขับเคลื่อนด้วยเทคโนโลยีก็คงหนีไม่พ้นการใช้แอปพลิเคชันไลน์นั่นเอง

## 2.3 แนวคิดเกี่ยวกับสื่อสังคมออนไลน์ และแอปพลิเคชันไลน์

### 2.3.1 ความหมายของสื่อสังคมออนไลน์

Cambridge University Press (2018) ระบุความหมายสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) คือ เว็บไซต์หรือโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่ช่วยให้ผู้คนสามารถสื่อสาร หรือเผยแพร่ข้อมูลผ่านระบบอินเทอร์เน็ต โดยมีตัวกลางเป็นโทรศัพท์หรือคอมพิวเตอร์

Kietzmann, Hermkens K., McCarthy I.P., and B.S. (2011) เห็นว่าสื่อสังคมออนไลน์ คือ แพลตฟอร์มที่พัฒนาขึ้นจากระบบโทรศัพท์ และเว็บไซต์ ใช้สำหรับการโต้ตอบสื่อสาร หรือการเผยแพร่สาร ทั้งในระดับบุคคลจนถึงระดับสังคม

ราชบัณฑิตยสถาน (2556) ได้บัญญัติความหมายของสื่อสังคม สื่อสังคมออนไลน์ หรือสื่อออนไลน์ คือ โปรแกรมที่ทำงานโดยใช้พื้นฐานของเทคโนโลยีเว็บไซต์รุ่น 2.0 ขึ้นไปสำหรับการติดต่อสื่อสาร แลกเปลี่ยนข้อมูล หรือทำกิจกรรมร่วมกันของกลุ่มบุคคล

พิชิต วิจิตรบุญยรักษ์ (2554) ได้ให้ความหมายของสื่อสังคมออนไลน์ คือ สื่อที่ผู้ส่งสาร แลกเปลี่ยนสารกับผู้รับสารโดยมีตัวกลางเป็นเครือข่ายออนไลน์ มีการโต้ตอบระหว่างผู้ส่งสาร และผู้รับสาร สื่อสังคมออนไลน์แบ่งออกได้เป็น 4 ประเภท คือ บล็อก (Blogging) ทวิตเตอร์และไมโครบล็อก (Twitter

and Microblogging) เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Networking) และการแบ่งปันสื่อทางออนไลน์ (Media Sharing)

นฤมล บุญส่ง (2561) ทำการค้นคว้าเรื่องสื่อสังคมกับการเรียนการสอนในศตวรรษที่ 21 และได้สรุปความหมายของสื่อสังคม คือ บริการที่มีความสะดวก รวดเร็ว และเข้าถึงได้ง่าย มีวัตถุประสงค์ใช้สำหรับการนำเสนอ หรือแลกเปลี่ยนสารในรูปแบบต่างๆไม่ว่าจะเป็นข้อความ เสียง ภาพนิ่ง หรือ ภาพเคลื่อนไหวของผู้ใช้งาน โดยมีเครือข่ายอินเทอร์เน็ตเป็นตัวกลาง

สรุปได้ว่า สื่อสังคมออนไลน์ หรืออาจเรียกได้ว่า สื่อสังคม หรือสื่อออนไลน์ คือ ช่องทางการปฏิบัติการทางสังคมในการสื่อสาร เผยแพร่ และแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารในรูปแบบต่างๆผ่านระบบเทคโนโลยีเว็บไซต์หรืออินเทอร์เน็ต

### 2.3.2 ประเภทของสื่อสังคมออนไลน์

เมื่อโลกก้าวเข้าสู่ยุคเทคโนโลยี สื่อสังคมออนไลน์ถูกนำมาใช้อย่างแพร่หลาย ผู้บริโภคจำนวนมากต่างมีความต้องการสื่อสังคมออนไลน์ที่ตอบสนองการใช้งานที่แตกต่างกัน ผู้วิจัยจึงทำการรวบรวมประเภทของสื่อสังคมออนไลน์ และจำแนกตามคุณลักษณะการใช้งานหลักได้ดังนี้ (Williamson, 2013)

- 1) เครือข่ายสังคม (Social network) ถูกใช้สำหรับการนำเสนอข้อมูลส่วนบุคคล ทั้งในรูปแบบของข้อความ ภาพนิ่ง หรือภาพเคลื่อนไหว โดยที่บุคคลอื่นสามารถโต้ตอบ ส่งต่อ หรือแสดงความคิดเห็นได้ ตัวอย่างเช่น Facebook, LINE, Linkedin หรือ Google+
- 2) ไมโครบล็อก (Microblog) ใช้นำเสนอข้อมูลที่มีความสนใจ ในรูปแบบสั้น กระชับ มีการใช้ # ในการเชื่อมต่อกับบุคคลที่มีความสนใจในเรื่องเดียวกัน ตัวอย่างเช่น Twitter หรือ Tumblr
- 3) แพลตฟอร์มให้บริการแบ่งปันสื่อ (Video and photo sharing platform) มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อการนำเสนอภาพนิ่ง หรือภาพเคลื่อนไหว เช่น Instagram หรือ YouTube
- 4) บล็อก (Blog) ใช้สำหรับการบันทึกเรื่องราวเปรียบเสมือนไดอารี่ออนไลน์ที่มีการเผยแพร่ข้อมูลให้แก่บุคคลภายนอก เช่น Blogger หรือ Wordpress
- 5) พื้นที่สาธารณะของกลุ่ม (Online collaborative space) ใช้ในการนำเสนอข้อมูลที่เกิดขึ้นจากการรวบรวม เรียบเรียง และอ้างอิงจากฐานข้อมูลแหล่งต่างๆ เช่น Wikipedia

- 6) กลุ่มแลกเปลี่ยนความคิดเห็น (Forum, discysson group) มีความคล้ายคลึงกับบล็อก แต่วัตถุประสงค์หลักจะเป็นการสอบถาม ขอความคิดเห็นจากบุคคลที่เข้ามารับสาร เช่น Pantip
- 7) เกมออนไลน์ เป็นการเล่นเกมผ่านระบบอินเทอร์เน็ต มีผู้เล่นจำนวนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป
- 8) ข้อความสั้น (Instant messaging) ใช้สำหรับการแจ้งให้ทราบ หรือการสอบถามความเห็นผ่านระบบโทรศัพท์มือถือ เช่น SMS หรือ MMS
- 9) แพลตฟอร์มสำหรับบอกตำแหน่ง (Geo-spatial tagging) วัตถุประสงค์ในการแสดงตำแหน่งของตน หรือค้นหาตำแหน่งของบุคคลอื่น เช่น check-in หรือ nearby ใน Facebook, Foursquare, Eatitgo

สื่อสังคมออนไลน์แต่ละชนิดแม้จะมีคุณลักษณะหลักที่แตกต่างกัน แต่ผู้ผลิตสื่อสังคมออนไลน์ยังคงพัฒนาคุณลักษณะใหม่เพื่อดึงดูด และตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคอยู่เสมอ ยกตัวอย่างเช่น แอปพลิเคชัน ไลน์ (LINE) ที่นอกจากเป็นเครือข่ายสังคมแล้ว ยังสามารถเล่นเกมออนไลน์ ค้นหาตำแหน่ง หรืออ่านข่าวสารได้, Twitter เพิ่มคุณลักษณะในการเผยแพร่ภาพนิ่ง หรือภาพเคลื่อนไหวในการบอกเล่าเรื่องราว แทนข้อความแบบสั้น, Instagram ที่นำการใช้ # มาเชื่อมกลุ่มบุคคลที่มีความสนใจในเรื่องเดียวกัน การพัฒนาคุณลักษณะที่เพิ่มขึ้นมานี้จึงเปรียบได้ดั่งกระจกที่สะท้อนถึงความต้องการใช้งานที่หลากหลายของผู้บริโภค และหันเข้าสู่สังคมออนไลน์มากยิ่งขึ้น

### 2.3.3 สื่อสังคมออนไลน์กับผู้สูงอายุ

ประเทศไทยมีความมุ่งมั่นที่จะพัฒนาเศรษฐกิจในรูปแบบของ “เศรษฐกิจที่ขับเคลื่อนด้วยนวัตกรรม” (Value-Based Economy) หรือเป็นที่รู้จักกันในชื่อ “ประเทศไทย 4.0” จึงเกิดการผลักดันสังคมเข้าสู่รูปแบบดิจิทัล โดยเฉพาะเทคโนโลยีอินเทอร์เน็ตเชื่อมต่อ ที่มุ่งหวังให้ประชาชนทุกช่วงวัยสามารถเข้าถึง และใช้งานได้มากยิ่งขึ้น (สุรัชพงศ์ สิกขาบัณฑิต, 2561) สอดคล้องกับสถานการณ์โลกในปัจจุบันที่ Kemp (2018) ได้นำเสนอสถิติการใช้งานอินเทอร์เน็ตทั่วโลกประจำปี ค.ศ.2018 พบผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตจำนวน 4 พันล้านคนทั่วโลก ซึ่งเพิ่มขึ้นได้ถึงร้อยละ 7 จากปีที่แล้ว เช่นเดียวกันกับจำนวนผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่มีสัดส่วนเพิ่มขึ้นร้อยละ 13 ต่อปี นอกจากนี้ผลการสำรวจยังพบว่าประเทศไทยเป็นประเทศที่มีระยะเวลาการใช้งานอินเทอร์เน็ตเฉลี่ยต่อวันต่อคนมากที่สุดในโลก และมีผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์เพิ่มขึ้นร้อยละ 11 ต่อปี

สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม (2561) ประกาศผลสำรวจการมีกรใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2560 พบกรุงเทพมหานครเป็นพื้นที่ที่มีครัวเรือนที่มีการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตสูงที่สุด คิดเป็นร้อยละ 81.8 รองลงมาคือภาคกลาง

ภาคใต้ ภาคเหนือ และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คิดเป็นร้อยละ 70.5, 65.1, 54.9 และ 54.9 ตามลำดับ เช่นเดียวกับ ศูนย์ข้อมูลกรุงเทพมหานคร (2561b) ที่จัดทำแผนแม่บทเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารกรุงเทพมหานคร ระยะ 5 ปี (พ.ศ.2561-2565) โดยมีวิสัยทัศน์คือ “Smart BMA กรุงเทพฯ เป็นมหานครอัจฉริยะ สนับสนุนประชาชน สู่พลเมืองดิจิทัล” มีพันธกิจในการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานดิจิทัล ให้ตอบสนองความต้องการประชาชน อย่างทันทั่วถึง

สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (2561) ประกาศผลสำรวจสถิติการใช้งานอินเทอร์เน็ตของประชากรไทย พบคนไทยใช้งานอินเทอร์เน็ตมากขึ้นจากปีก่อนหน้า ซึ่งสอดคล้องกับรายงานสถิติการใช้งานอินเทอร์เน็ตทั่วโลกประจำปี ค.ศ.2018 เป็นการยืนยันว่าประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมดิจิทัลอย่างเต็มรูปแบบ โดยสื่อสังคมออนไลน์ที่มีความนิยมเป็นสามอันดับแรก ได้แก่ YouTube, LINE และ Facebook ตามลำดับ ซึ่งการสำรวจในครั้งนี้ได้แสดงผลชนิดของสื่อสังคมออนไลน์ที่เป็นที่นิยมในแต่ละช่วงอายุ ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ลำดับความนิยมของสื่อสังคมออนไลน์ในแต่ละช่วงอายุ

ลำดับความนิยมของสื่อสังคมออนไลน์	Baby boomer (54-72 ปี)	Gen X (38-53 ปี)	Gen Y (18-37 ปี)	Gen Z (น้อยกว่า 18 ปี)
อันดับ 1	LINE	LINE	Youtube	Youtube
อันดับ 2	Youtube	Youtube	LINE	LINE
อันดับ 3	Facebook	Facebook	Facebook	Facebook

ที่มา: (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2561)

จากตารางสรุปได้ว่าผู้สูงอายุจะถูกจัดอยู่ในกลุ่ม Baby boomer มีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ย 8.5 ชั่วโมงต่อวัน นับเป็นระยะเวลามากถึง 1 ใน 3 ของวัน โดยสื่อสังคมออนไลน์ชนิดเครือข่ายสังคมอย่างแอปพลิเคชันไลน์ ถูกจัดเป็นสื่อสังคมออนไลน์ที่นิยมมากที่สุดในกลุ่มผู้สูงอายุ

จุฑารัตน์ ประเสริฐ (2557) ศึกษาพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์ กับการรับรู้ตนเองและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุไทย พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้แอปพลิเคชันไลน์ เพื่อพูดคุย แลกเปลี่ยนข่าวสารทั่วไป ถูกจัดเป็นสื่อสังคมออนไลน์หลักในกลุ่มผู้สูงอายุ และยังมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกรับรู้ตนเองในเชิงบวก ทั้งความรู้สึกทันสมัยเหมือนวัยหนุ่มสาว มีอารมณ์ที่ดี มีความสุข มีสติปัญญาสามารถเรียนรู้เทคโนโลยี และช่วยคลายความเหงาได้

วิศปต์ย์ ชัยช่วย (2560) ได้ศึกษาปรากฏการณ์การใช้ไลน์ของผู้สูงอายุไทย พบว่า ในปัจจุบันการพัฒนาด้านเทคโนโลยีเพิ่มขึ้นมากจากในอดีต ทำให้เทคโนโลยีอุปกรณ์สื่อสารเคลื่อนที่ เช่น Smartphone หรือ Tablet มีราคาถูกลง ผู้สูงอายุเข้าถึงได้ง่ายและเริ่มต้นใช้งานแอปพลิเคชัน

ชั้นไลน์ เพื่อการติดต่อสื่อสาร จนในปัจจุบันแอปพลิเคชันไลน์ได้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของการใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ เปรียบดังพื้นที่เสมือนที่ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลภายนอกได้โดยไม่มีข้อจำกัดด้านสถานที่และเวลา และยังสามารถแสดงถึงสถานะ การคงอยู่ของตน การคิดถึง การเป็นห่วงผู้อื่น ผ่านภาพนิ่งอย่าง ภาพสวัสดีตอนเช้า คติสอนใจ หรือภาพเคลื่อนไหวที่มีลักษณะแบ่งปันความรู้และข้อควรระวัง

จึงเป็นที่น่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง เมื่อประเทศไทยได้พัฒนาเข้าสู่สังคมดิจิทัลไปพร้อมกับ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรครั้งสำคัญอย่างสังคมผู้สูงอายุ นอกเหนือจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและปัญญาที่วิทยาการเทคโนโลยีเข้ามามีส่วนช่วยเหลือผู้สูงอายุแล้ว การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจยังคงมีความสำคัญที่ไม่น้อยไปกว่ากัน หากสังคมดิจิทัลที่เกิดขึ้นเป็นการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในเชิงบวก ตัวอย่างเช่น ผู้สูงอายุเข้าร่วมเครือข่ายสังคมผ่านแอปพลิเคชันไลน์ เพื่อการติดต่อสื่อสาร แบ่งปันข้อมูล ความรู้ประสบการณ์ โดยไม่มีข้อจำกัดด้านระยะทางและเวลา หรือเพื่อการแสดงจุดยืนทางสังคมของผู้สูงอายุ จนนำไปสู่การรู้สึกภาคภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเองเชิงบวกของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยจึงเห็นว่ามีความเป็นไปได้เป็นอย่างยิ่งที่การเปลี่ยนแปลงของสังคม โดยเฉพาะการใช้แอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุ จะเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการยกระดับจิตใจ และรับมือการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุได้มากยิ่งขึ้น

#### 2.3.4 ความหมายของแอปพลิเคชันไลน์

เอมิกา เหมมินทร์ (2556) กล่าวว่า แอปพลิเคชันไลน์ถูกพัฒนาขึ้นจากเหตุการณ์นำ มิที่ประเทศญี่ปุ่น ที่ประสบปัญหาการสื่อสารผ่านเครือข่ายโทรศัพท์มือถือ บริษัท NHN ร่วมกับ Naver สาขประเทศญี่ปุ่นจึงพัฒนาการสื่อสารผ่านระบบอินเทอร์เน็ตขึ้น เพื่อรองรับการส่งข้อความสื่อสารด้วยเสียง สร้างกลุ่ม หรือแบ่งปันสื่อ แบบไม่เสียค่าใช้จ่าย โดยสามารถใช้งานได้ในระบบปฏิบัติการ iOS และ Android บนอุปกรณ์สื่อสารเคลื่อนที่ และบนคอมพิวเตอร์ การทำงานของแอปพลิเคชันไลน์จำเป็นต้องมีเบอร์โทรศัพท์มือถือเพื่อสร้างบัญชีผู้ใช้งาน

ศุภศิลาป์ กุลจิตต์เจือวงศ์ (2556) ให้ความหมายว่า ไลน์ คือ แอปพลิเคชันสำหรับการสนทนาบนอุปกรณ์สื่อสารเคลื่อนที่ และบนคอมพิวเตอร์ สื่อสารโดยการพิมพ์ข้อความส่งระหว่างเครื่องมือสื่อสาร โดยมีจุดเด่นคือการใช้ “สติ๊กเกอร์” ในการสื่อสาร แสดงอารมณ์ และความรู้สึกของผู้ใช้งาน

วิศปต์ย์ ชัยช่วย (2560) ได้ให้ความหมายของแอปพลิเคชันไลน์ว่าเป็นโปรแกรมประยุกต์ที่ใช้สำหรับการสื่อสารทั้งวันภาษา เช่น การส่งข้อความตัวอักษร หรือการสนทนาด้วยเสียง และอวัจนภาษา เช่น การส่งสติ๊กเกอร์ หรือภาพสำหรับสื่อความหมาย โดยใช้งานผ่านระบบ

อินเทอร์เน็ตทั้งใน Smartphone, Tablet หรือคอมพิวเตอร์ แอปพลิเคชันนี้ถูกพัฒนาขึ้นโดยบริษัท NHN ประเทศเกาหลี และประเทศญี่ปุ่น

สรุปได้ว่า แอปพลิเคชันไลน์ คือ ช่องทางในการติดต่อสื่อสารแบบไม่เสียค่าบริการ ระบบอินเทอร์เน็ต เป็นการสื่อสารในรูปแบบวีจันภาษา และอวีจันภาษา สามารถติดต่อสื่อสารได้ทั้งแบบบุคคล หรือแบบสังคม โดยไม่มีข้อจำกัดด้านสถานที่และเวลา รองรับการใช้งานบนอุปกรณ์สื่อสารเคลื่อนที่ และคอมพิวเตอร์

### 2.3.5 คุณลักษณะและบทบาทของแอปพลิเคชันไลน์

เนื่องจากความต้องการในการใช้งานที่หลากหลายของผู้บริโภคในยุคปัจจุบัน แอปพลิเคชันไลน์จึงมีการพัฒนา คุณลักษณะและบทบาทใหม่ๆ เพื่อตอบสนองการใช้งานของผู้บริโภคอยู่เสมอ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้ (LINE Corporation, 2018)

- 1) ส่งข้อความ ผู้ใช้สามารถแลกเปลี่ยนข้อความให้บุคคลอื่นและสนทนาแบบกลุ่มได้ตลอด 24 ชั่วโมงทั่วโลก
- 2) สติกเกอร์ ช่วยให้ผู้ใช้สามารถถ่ายทอดความรู้สึกผ่านสติกเกอร์ตัวละครหรืออิมจิ
- 3) รูป วิดีโอ และข้อความเสียง แอปพลิเคชันถูกออกแบบให้ง่ายต่อการแบ่งปันรูปภาพ วิดีโอ ข้อความเสียง หมายเลขโทรศัพท์ และข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่
- 4) โทรและวิดีโอคอล นอกเหนือจากข้อความตัวอักษร สติกเกอร์ ภาพนิ่ง หรือภาพเคลื่อนไหวแล้ว แอปพลิเคชันยังรองรับการโทรศัพท์หรือวิดีโอแบบเรียลไทม์โดยใช้ระบบอินเทอร์เน็ต ไม่ต้องเสียค่าบริการ
- 5) ติดตามศิลปิน หรือคู่อุปกรณ์ร้านค้า สามารถเพิ่มบัญชีผู้ใช้ที่เป็นทางการของศิลปินร้านค้า หรือทีวีโซว เพื่อรับข่าวสารใหม่ๆ
- 6) ไลน์ไลน์ แบ่งปันเรื่องราวแก่บัญชีผู้ใช้คนอื่นด้วยข้อความ รูปภาพ ภาพเคลื่อนไหว สู่สาธารณะ หรือติดตามเรื่องราวของบัญชีผู้ใช้คนอื่นได้เช่นกัน
- 7) KEEP การจัดเก็บข้อมูลที่อยู่ในแอปพลิเคชันไว้ที่บัญชีส่วนบุคคล เพื่อความสะดวกในการค้นหา และป้องกันการสูญหายของข้อมูล
- 8) เพิ่มเพื่อน แอปพลิเคชันรองรับการเพิ่มเพื่อนด้วยระบบหมายเลขโทรศัพท์ ชื่อผู้ใช้บัญชี การสแกน QR code หรือการเขย่าโทรศัพท์มือถือ
- 9) LIVE การแชร์ช่วงเวลาพิเศษแก่ผู้ใช้งานในกลุ่มแบบเรียลไทม์
- 10) ฟิลเตอร์ใบหน้า และเอฟเฟกต์ เพิ่มความสดใส และสนุกสนานให้แก่การสนทนา
- 11) Face Play เล่นเกมกับผู้อื่น และยังแบ่งปันภาพนิ่งทางไลน์ หรือเครือข่ายสังคมอื่น

## 12) LINE Today ติดตามข่าวสาร กีฬา บันเทิง ภาพยนตร์ คอนเทนต์ที่สนใจ

นอกจากการพัฒนาคุณลักษณะเพื่อตอบโจทย์ผู้บริโภครวมไปแล้ว แอปพลิเคชันไลน์ยังรองรับรูปแบบการใช้งานที่เอื้ออำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้นอีกด้วย เช่น การเพิ่มขนาดการแสดงผลหน้าจอ และขนาดตัวอักษร หรือการใช้งานฟิเจอร์แว่นขยาย เพื่อลดปัญหาด้านการมองเห็นของผู้สูงอายุ หรือฟิเจอร์ในการอ่านออกเสียงหรือการพิมพ์ตามเสียง เพื่อเพิ่มความสะดวกในการใช้งาน หรือลดปัญหาด้านภาษาของผู้สูงอายุ

คุณลักษณะที่ถูกพัฒนาให้ง่ายและเน้นความหลากหลายในการใช้งาน แอปพลิเคชันไลน์จึงได้รับความนิยมในทุกช่วงวัย โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีลำดับความนิยมเป็นอันดับที่ 1 นอกจากนี้จำนวนผู้สูงอายุที่ใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ และระยะเวลาในการใช้งานยังคงเพิ่มมากขึ้นจากปีก่อนหน้า (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2561) จึงเป็นการสะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุในปัจจุบันเริ่มมีการปรับตัวและยอมรับเทคโนโลยีในการสื่อสารมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาจำนวนมากที่พบว่าผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ทั้งยังรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวัน และตระหนักถึงข้อดีในการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่ผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ เพื่อเสริมสร้างแนวทางการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้อย่างสอดคล้องไปกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในปัจจุบัน

## 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในขณะที่ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ควบคู่กับการเจริญเติบโตของเทคโนโลยี ผู้สูงอายุถูกจัดเป็นตัวละครหลักที่จะต้องปรับตัวรับมือกับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจที่มักเกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม การเห็นคุณค่าในตนเองจะช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง พร้อมเผชิญหน้าต่อการเปลี่ยนแปลงในแต่ละด้าน

จากการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพของ จุฑารัตน์ แสงทอง (2557) ได้ศึกษา ประสบการณ์ชีวิต และการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่ปฏิบัติงานอาสาสมัครในโรงพยาบาลของรัฐ โดยมีผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางในการถ่ายทอดเรื่องราว ฐานคิด อุดมการณ์ และประสบการณ์ชีวิต ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าวัยสูงอายุส่วนใหญ่เป็นช่วงวัยที่การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเป็นวัยแห่งการสูญเสียทั้งครอบครัว ศักยภาพ อำนาจ ละอิทธิพล นำไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเองที่ลดน้อยลง อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุที่ได้เข้ามาทำงานอาสาสมัครกลับมีความรู้สึกที่ตนเองมีความหมาย มีคุณค่า สามารถกระทำสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ได้รับการยอมรับจากผู้อื่น มองโลกในแง่ดี ซึ่งนอกจากการ

เห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจะเป็นผลลัพธ์ที่ดีต่อตนเองแล้ว ยังเป็นการผลักดันให้ผู้สูงอายุได้นำความคิดเชิงบวกเหล่านั้นมาพัฒนาสังคมมากขึ้นอีกด้วย

ปฏิญญา แก้วทงงค์ (2552) ได้ทำการศึกษาวิจัยเชิงพรรณนา ในหัวข้อ การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ พื้นที่ชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร จังหวัดปราจีนบุรี เริ่มต้นศึกษาลักษณะกิจกรรมที่จัดขึ้นโดยชมรมผู้สูงอายุ ประเมินระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยใช้แนวคิดลักษณะการมองเห็นคุณค่าในตนเองสูง และต่ำ และศึกษาทัศนคติการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ จากการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุส่วนมากนิยมเข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นตามวันสำคัญในประเพณีของไทย และเข้าร่วมการประกวดร้องเพลงคาราโอเกะน้อยที่สุด ในด้านการมองเห็นคุณค่าในตนเองสูง ผู้วิจัยได้กำหนดตัวชี้วัดความรู้สึกที่มีต่อตนเองของผู้สูงอายุไว้จำนวน 11 ข้อ ประกอบด้วย 1) มีคุณค่าเท่าเทียมกับผู้อื่น 2) มีข้อดีหลายประการ 3) มีความกล้าเผชิญปัญหา 4) มีความเคารพนับถือตนเอง 5) มีความสามารถในการทำสิ่งต่างๆ 6) การมองว่าโลกนี้ยังมีอะไรน่าทำอีกมากมาย 7) มีความสุขเมื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่น 8) มีความสบายใจกว่าในอดีต 9) มีการวางแผนชีวิตที่แน่นอน 10) มีความภาคภูมิใจในตนเอง 11) มองตนเองในแง่ดี พบว่าค่าเฉลี่ยแต่ละตัวชี้วัดอยู่ในระดับมาก โดยส่วนมากผู้สูงอายุจะรู้สึกมีความภาคภูมิใจในตนเอง เคารพนับถือตนเอง และมองว่าโลกนี้ยังมีอะไรน่าทำอีกมากมายตามลำดับ ในด้านการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ผู้วิจัยได้กำหนดตัวชี้วัดไว้จำนวน 9 ข้อ ประกอบด้วย 1) ไม่กล้ายอมรับความจริง 2) ตนเองไม่มีอะไรน่าภาคภูมิใจ 3) ไร้ประโยชน์ 4) ไม่จำเป็นต้องทำอะไรให้สำเร็จก็ได้ 5) ชอบอยู่บ้านมากกว่าข้างนอก 6) ตลอดชีวิตที่ผ่านมาไม่มีอะไรดีเลย 7) ไม่อยากเริ่มต้นทำอะไรใหม่ 8) อดทนทำอะไรไม่ได้นาน 9) มีความวิตกกังวล ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุมีความต้องการอยู่บ้านของตนมากกว่าข้างนอก แต่อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีระดับคะแนนเฉลี่ยน้อยจนถึงน้อยมากในตัวชี้วัดข้ออื่นๆ เมื่อเปรียบเทียบกับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบว่า ช่วงอายุ ระดับการศึกษา ลักษณะอาชีพ และระยะเวลาการเข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เมื่อพบว่าระดับการเห็นคุณค่าในตนเองมีแนวโน้มลดลงสวนทางกับอายุที่เพิ่มมากขึ้น การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การได้เข้าทำกิจกรรมร่วมกัน การสร้างกลุ่มหรือชมรมของผู้สูงอายุจะมีส่วนช่วยเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ อันนำไปสู่การเป็นสังคมสูงอายุที่มีประสิทธิภาพได้ (จุฑารัตน์ แสงทอง, 2557; ปฏิญญา แก้วทงงค์, 2552) อย่างไรก็ตามนอกเหนือจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างสังคมสูงอายุแล้ว การเติบโตของเทคโนโลยียังคงมีความสำคัญไม่น้อยไปกว่ากัน การศึกษาในปัจจุบันจึงมุ่งเน้นศึกษาเครื่องมือที่มีความสอดคล้องกับบริบทของสังคม อย่างเช่น สื่อสังคมออนไลน์ หนึ่งในเครื่องมือสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการใช้ชีวิตประจำวันของทุกช่วงวัย



จากงานวิจัยการสร้างคุณค่าในตนเองผ่านสื่อสังคมออนไลน์เฟซบุ๊กของนิสิตนักศึกษาใน กรุงเทพมหานคร ของ ปาริษย์ เกลี้ยงลายอง (2556) ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าเฟซบุ๊กเป็นหนึ่งในช่องทางที่จะช่วยให้นิสิตนักศึกษาสร้างคุณค่าในตนเองตามแนวคิดของ Coopersmith ได้ กล่าวคือ การสร้างคุณค่าในตนเองผ่านลักษณะทางกายภาพ ผ่านภาวะทางอารมณ์และปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หรือผ่านความสามารถและความรู้ทั่วไปมีแนวโน้มที่จะช่วยให้นิสิตนักศึกษาเห็นคุณค่าในตนเองระดับมากจนถึงปานกลาง ในทางกลับกันการสร้างคุณค่าในตนเองผ่านค่านิยมในสังคมมีระดับน้อย เนื่องมาจากการโพสต์ภาพที่เป็นการแสดงออกอย่างสนิทสนมกับคนรัก หรือเพื่อนต่างเพศ และการโพสต์ภาพที่เกี่ยวกับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จัดเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม หรือสอดคล้องกับวัฒนธรรมในสังคมไทย ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในด้านนี้จึงมีระดับน้อยที่สุด การศึกษานี้จึงเป็นดังตัวแทนของสื่อสังคมออนไลน์ที่แสดงให้เห็นว่ามีส่วนช่วยให้ผู้ใช้งานเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง

เช่นเดียวกับกับการศึกษาวิจัยของ พิมพ์จรัส บุญเลิศ (2560) ที่ทดลองนำสื่อสังคมออนไลน์อย่างเกมออนไลน์ที่พัฒนาขึ้นจากแนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเอง มาเป็นเครื่องมือในการลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ การเห็นคุณค่าในตนเองในที่นี้ประกอบด้วย 1) ความรู้สึกในความสำเร็จของ ตนเอง เช่น การถูกยอมรับ การมีคุณค่าอย่างเหมาะสม การเป็นที่รักของคนอื่น การเป็นประโยชน์กับครอบครัวและสังคม 2) ความรู้สึกในความสามารถของตนเอง เช่น การทำสำเร็จตามเป้าหมาย 3) ความรู้สึกในคุณค่าความดีของตนเอง เช่น การมีศีลธรรม จริยธรรม และการมองโลกในแง่ดี จากผลการศึกษาพบว่าเกมออนไลน์ที่พัฒนาขึ้นด้วยแนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งสามด้านมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีระดับการซึมเศร้าที่ลดลงถึงร้อยละ 33 ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการรักษาและป้องกันโรคซึมเศร้าหรือวิตกกังวล ที่เป็นหนึ่งในสาเหตุของปัญหาทางด้านร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุได้

เมื่อพิจารณาสถิติการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ประเทศไทยปี พ.ศ. 2561 โดยสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (2561) พบว่ากิจกรรมหลักในการใช้งานอินเทอร์เน็ตของผู้สูงอายุ คือ สื่อสังคมออนไลน์ โดยชนิดของสื่อสังคมออนไลน์ที่เป็นที่นิยมมากที่สุดในกลุ่มผู้สูงอายุ คือ แอปพลิเคชันไลน์ ผู้วิจัยจึงเห็นว่าหากสื่อสังคมออนไลน์อย่าง เฟซบุ๊ก หรือเกมออนไลน์มีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง ในปัจจุบันผู้สูงอายุนิยมใช้แอปพลิเคชันไลน์เป็นอันดับ 1 จึงมีความเป็นไปได้ที่แอปพลิเคชันนี้จะช่วยสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองแก่ผู้สูงอายุเช่นกัน

จุฑารัตน์ ประเสริฐ (2557) ทำการศึกษาพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการรับรู้ตนเองและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุไทย ผู้วิจัยได้แบ่งผลการศึกษาเป็นแต่ละด้าน ดังนี้

- 1) ด้านพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชัน ซึ่งประกอบด้วย ระยะเวลาและความถี่ในการใช้งานต่อวัน ความถี่ตามลักษณะการใช้งาน ความถี่ในการสื่อสารกับบุคคลอื่น และความถี่ในการใช้เพื่อวัตถุประสงค์ต่างๆ พบว่าผู้สูงอายุมีใช้ไลน์เพื่อสนทนาส่วนบุคคลเป็น

ลักษณะการใช้งานหลัก ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวตามลำพัง มีสถานะโสด หรือหย่าร้างจะมีการติดต่อสื่อสารกับเพื่อนสนิทบ่อยครั้งที่สุด ต่างจากผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส หรือ บุตรหลาน ที่มุ่งเน้นติดต่อสื่อสารกับบุตรหลาน ญาติพี่น้อง และคนในครอบครัว ผู้สูงอายุในทุกกลุ่มประชากรมีวัตถุประสงค์ของการใช้งานเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร เหตุการณ์ประจำวันมากที่สุด

- 2) ด้านการรับรู้ตนเองของผู้สูงอายุ การศึกษานี้ประเมินโดยใช้แบบสอบถามควบคู่กับการสัมภาษณ์เชิงลึก ซึ่งได้ผลการศึกษาที่ไม่แตกต่างกัน คือ พบว่าผู้สูงอายุที่มีการใช้แอปพลิเคชันไลน์จะมีการรับรู้ตนเองเชิงบวกอยู่ในระดับสูง ผู้สูงอายุรู้สึกกระฉับกระเฉง ชีวิตไม่เหงา และเชื่อว่าจะมีสิ่งดี ๆ เกิดขึ้นกับตน ตามลำดับ
- 3) ด้านการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูง กล่าวคือ ผู้สูงอายุมีการเปิดเผยตนเอง มีความไว้วางใจ มีความรู้สึกร่วมกัน และมีความสนิทสนม กับบุคคลอื่น
- 4) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้งานและการรับรู้ตนเองเชิงบวก พบว่ามีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน กล่าวคือ หากผู้สูงอายุมีความถี่ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์มากขึ้น การรับรู้ตนเองในเชิงบวกมากขึ้นด้วย
- 5) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้งานและความสัมพันธ์เชิงบวกกับผู้อื่น พบว่ามีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันทั้งกับบุคคลภายในและภายนอกครอบครัว เว้นแต่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ในการใช้งานเพื่อวัตถุประสงค์ต่างๆ กับความสัมพันธ์เชิงบวกกับบุคคลในครอบครัว

ศิริพร แซ่ลิ้ม (2558) ทำการศึกษาพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาลักษณะทางประชากรศาสตร์, ความสามารถในการเข้าถึงอุปกรณ์สื่อสารและอินเทอร์เน็ต, ความสามารถในการใช้งาน และพฤติกรรมการใช้งาน ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการศึกษาที่น่าสนใจโดยจำแนกได้ดังนี้

- 1) ความสามารถในการใช้งานในด้านการรับรู้ความสามารถของตนเองในการใช้งาน ผู้สูงอายุโดยส่วนมากมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการใช้ไลน์ในระดับมาก คือ มีความมั่นใจในตนเองว่าสามารถเรียนรู้วิธีการใช้งาน สามารถใช้งานได้โดยไม่วิตกกังวล และพร้อมเปิดรับเทคโนโลยีสมัยใหม่ นอกจากนี้ยังพบว่าคุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ในด้านเพศและอายุที่ต่างกันไม่ส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการใช้งาน แต่ระดับการศึกษา รายได้ และการประกอบอาชีพของผู้สูงอายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการใช้งานที่แตกต่างกัน โดยพบว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาปริญญาโทขึ้นไป ประกอบอาชีพพนักงานบริษัท/เอกชน และมีรายได้อยู่ในช่วง 20,001-30,000 บาท จะมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการใช้งานสูงสุด

- 2) พฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุ ประเมินจากระยะเวลา และความถี่ในการใช้งานต่อวัน สถานที่ที่ใช้งานแอปพลิเคชัน ลักษณะการใช้งาน และวัตถุประสงค์ของการใช้งาน พบว่าผู้สูงอายุมีส่วนมากใช้งานไลน์ 1-3 ชั่วโมงต่อวัน เข้าใช้งานแอปพลิเคชัน 2-5 ครั้งต่อวัน ใช้ไลน์ที่บ้าน มีลักษณะการใช้งานมุ่งเน้นสำหรับการติดต่อสื่อสารส่งข้อความเป็นหลัก และมีวัตถุประสงค์ในการใช้งานเพื่อการติดต่อกับลูกหลานและครอบครัว เพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพมีระยะเวลาในการใช้งานที่ไม่แตกต่างกัน แต่ผู้สูงอายุที่มีรายได้ 30,001 ขึ้นไป มีระยะเวลาการใช้งานไลน์ที่มากกว่ากลุ่มที่มีรายได้น้อยกว่า 10,000 บาท

วรรณพร อินทมุสิก (2560) ได้ศึกษาพฤติกรรมการใช้และผลที่ได้รับต่อชีวิตและจิตใจจากแอปพลิเคชันไลน์ของกลุ่มสูงอายุ เก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก เมื่อพิจารณาด้านพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันของผู้สูงอายุพบว่าวัตถุประสงค์เริ่มแรก คือ ต้องการติดต่อสื่อสารกับเพื่อนหรือคนที่อยู่ห่างไกล เมื่อใช้งานมาเป็นระยะหนึ่งผู้สูงอายุจะใช้ไลน์ในการติดต่อสื่อสารเป็นประจำทุกวัน เนื่องจากมีเวลาว่างจากการเข้าสู่ช่วงวัยเกษียณอายุงาน มักจะติดต่อสื่อสารกับกลุ่มเพื่อนเป็นหลัก รองลงมาเป็นการติดต่อสื่อสารกับครอบครัว ซึ่งมีลำดับที่สลับกันกับงานวิจัยของศิริพร แซ่ลิ้ม (2558) ในด้านความรู้สึกที่มีต่อเนื้อหาที่ได้รับของผู้สูงอายุจะขึ้นอยู่กับลักษณะอารมณ์ในช่วงเวลานั้น เป็นเนื้อหาที่สนใจอยู่แล้ว หรือความสัมพันธ์ระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสาร นอกจากนี้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ดังนี้

- 1) ใช้งานได้ง่าย
- 2) สามารถติดต่อหรือส่งข้อมูลได้ครั้งละจำนวนมาก
- 3) เพิ่มเพื่อนได้ง่ายจากบัญชีโทรศัพท์ที่มีอยู่
- 4) สามารถโทรศัพท์โดยไม่ต้องเสียค่าบริการ
- 5) สามารถย้อนดูประวัติย้อนหลังการสนทนาได้เนื่องจากเมื่อสูงอายุอาจจะหลงลืมได้ง่าย
- 6) ได้รับข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิตทันสมัย รวดเร็ว ไม่ต้องอ่านข่าวหรือดูรายการโทรทัศน์
- 7) ช่วยคลายเครียดแก่เหงาได้

ถึงแม้ว่าผู้สูงอายุจะมีความรู้สึกในด้านลบต่อการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์บางส่วน เช่น ใช้งานติดขัดจากสัญญาณอินเทอร์เน็ต การได้รับข้อมูลซ้ำซ้อน หรือข้อมูลหลอกลวง แต่ผู้สูงอายุยังมองว่าแอปพลิเคชันไลน์มีประโยชน์มากกว่าโทษ ตอบสนอง และสอดคล้องกับพฤติกรรมผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี

นอกจากแอปพลิเคชันไลน์จะเป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุแล้วทางด้านอัญชลี เกตุจันทร์, ญัฐ พาส สลุงอยู่, and สุรินทร์ มรรคา (2561) ได้ศึกษาผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุเช่นกัน ผลการศึกษาได้แบ่งผลกระทบในแต่ละด้านดังนี้

- 1) ด้านสุขภาพ การใช้งานแอปพลิเคชันเป็นระยะเวลาาน อาจทำให้เกิดการเวียนศีรษะ อารมณ์หงุดหงิด หรือสายตาคิดปกติได้ ตลอดจนการออกกำลังกายน้อยลงกว่าเดิม
- 2) ด้านการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว แบบเผชิญหน้า ผู้สูงอายุมิปฏิสัมพันธ์ในโลกจริงลดน้อยลง ทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวน้อยลง เช่นเดียวกับกับการศึกษาของปา รัชญ์ เกลียงลายอง (2556) ที่พบว่านิสิตนักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองผ่านสังคมจริงมากกว่าสังคมเสมือนในเฟซบุ๊ก
- 3) ด้านเวลา พบว่าผู้สูงอายุใช้เวลาอยู่กับตนเองมากขึ้น การทำงานอดิเรกลดน้อยลง นอนตึกขึ้น และตื่นสายกว่าเดิม

อย่างไรก็ตามผลกระทบทั้งสามด้านมักจะเกิดขึ้นในผู้สูงอายุที่มีอาชีพเป็นพนักงานบริษัทมากที่สุด และเกิดขึ้นน้อยในผู้สูงอายุที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ หรือว่างงาน

จากการศึกษาที่มีความเกี่ยวข้องกับแอปพลิเคชันไลน์ข้างต้น ผู้วิจัยได้พบว่าลักษณะทางประชากรศาสตร์และพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ที่มีแนวโน้มมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ มีดังนี้

- 1) ลักษณะทางประชากรศาสตร์ ประกอบด้วย เพศ, อายุ แบ่งออกเป็น 60-64 ปี, 65-69 ปี และอายุตั้งแต่ 70 ปีขึ้นไป, ระดับการศึกษา, สถานะทางการเงิน, การประกอบอาชีพ, สถานภาพ และสภาพการอยู่อาศัย (จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557; ศิริพร แซ่ลิ้ม, 2558)
- 2) พฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ประกอบด้วย ระยะเวลาการใช้งานต่อวัน ความถี่ในการใช้งานต่อวัน และวัตถุประสงค์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์

สำหรับการแปลผลการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถาม ที่ประยุกต์ข้อคำถามมาจากแนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (1981a) ที่ประกอบด้วยการรับรู้ตนในด้านความสามารถ ความสำคัญอำนาจ และคุณความดี

ซึ่งเห็นชัดว่าทุกการศึกษาที่ผ่านมาผู้สูงอายุตระหนักถึงประโยชน์ของการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ มีการรับรู้ตนเองและมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นในเชิงบวกจากการใช้แอปพลิเคชันไลน์ อย่างไรก็ตามในปัจจุบันยังไม่มีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ดังนั้นเพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง สามารถใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ได้อย่างเป็นประโยชน์ มีข้อเสนอแนะเพื่อเป็นแนวทางการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองผ่านการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ เพื่อเป็นภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และ

สังคม อันเป็นแนวทางสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี อยู่ดี มีสุข ผู้วิจัยจึงเลือกศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเอง  
ของผู้สูงอายุ ผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ในเขตกรุงเทพมหานคร



### บทที่ 3

## วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาในประเด็นของ “การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์” ซึ่งงานวิจัยชิ้นนี้เป็นการเก็บข้อมูลโดยใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีระเบียบวิธีเชิงสำรวจ (Survey study) โดยใช้การตอบแบบสอบถาม (Questionnaires) ของผู้สูงอายุผู้สูงอายุ ในกรุงเทพมหานคร เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง และชัดเจนต่อการวิเคราะห์ให้ผู้ศึกษาวิจัยได้ดำเนินการวิจัยโดยมีรายละเอียด ดังนี้

#### 3.1 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

- 1) ทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้อง
  - แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
  - แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
  - แนวคิดเกี่ยวกับสื่อสังคมออนไลน์ และแอปพลิเคชันไลน์
  - งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 2) กำหนดวัตถุประสงค์ กรอบแนวคิด และขอบเขตการวิจัย
  - ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์
  - เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และในชีวิตจริง
- 3) ออกแบบ พัฒนา และตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย
  - สร้างเครื่องมือตามโครงสร้างด้านเนื้อหา ตัวแปร และสอดคล้องกับกรอบแนวคิดการวิจัย
  - ตรวจสอบความถูกต้อง และแก้ไขข้อผิดพลาด
  - ประเมินคุณภาพแบบสอบถามโดยผู้เชี่ยวชาญ และขออนุมัติการศึกษาวิจัยในมนุษย์
  - ปรับแก้ตามคำแนะนำ
- 4) เก็บรวบรวมข้อมูล
  - คัดกรองกลุ่มตัวอย่างตามขอบเขตการวิจัย
  - ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย ขั้นตอนในการทำวิจัย และขอความร่วมมือในการทำวิจัย

- ประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้ออปพลิเคชันไลน์ ด้วยแบบสอบถาม
- 5) ประเมินผล
- วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุโดยใช้ Independent t-test, Pearson's Product Moment Correlation และ One-Way ANOVA
  - เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และในชีวิตจริงโดยใช้ Paired-Samples t-test
  - จัดทำข้อเสนอแนะในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้ออปพลิเคชันไลน์ วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ และความแตกต่างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และในชีวิตจริง

### 3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

- 1) ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ คือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและหญิง อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร และมีการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์
- 2) กลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากประชากรขนาดใหญ่และไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน ผู้ศึกษาได้ใช้สูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างของ Cochran ในกรณีที่ไม่ทราบขนาดของประชากร ดังนี้

$$n = \frac{p(1-p)Z^2}{(e)^2}$$

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

p = สัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร

Z = ค่า Z ที่ระดับนัยสำคัญที่ผู้วิจัยกำหนดไว้

e = sampling error, ค่าที่ยอมให้เกิดความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 5 (= 0.05)

การคำนวณ : p = 0.5, Z = 1.96 และ e = 0.05

$$n = \frac{0.5(1-0.5)1.96^2}{(0.05)^2} = 384.16$$

จากจำนวนตัวอย่างทั้งหมด 385 คน เลือกแผนการสุ่มตัวอย่างแบบโควต้า (Quota Sampling) โดยแบ่งกลุ่มตามที่ตั้งของพื้นที่เขตในกรุงเทพมหานคร (strata) จะได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละพื้นที่ทั้ง 3 พื้นที่เป็นจำนวนที่ใกล้เคียงกัน ดังนี้

ตารางที่ 7 ที่ตั้งของพื้นที่เขตในกรุงเทพมหานคร

ที่ตั้งของพื้นที่	รายชื่อเขต	กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ (คน)
เขตชั้นใน	พระนคร ป้อมปราบศัตรูพ่าย สัมพันธวงศ์ ปทุมวัน บางรัก ยานนาวา สาทร บางคอแหลม ดุสิต บางซื่อ พญาไท ราชเทวี ห้วยขวาง คลองเตย จตุจักร ธนบุรี คลองสาน บางกอกน้อย บางกอกใหญ่ ดินแดง วัฒนา	129
เขตชั้นกลาง	พระโขนง ประเวศ บางเขน บางกะปิ ลาดพร้าว บึงกุ่ม บางพลัด ภาษีเจริญ จอมทอง ราษฎร์บูรณะ สวนหลวง บางนา ทุ่งครุ บางแค วังทองหลาง คันนายาว สะพานสูง สายไหม	128
เขตชั้นนอก	มีนบุรี ดอนเมือง หนองจอก ลาดกระบัง ตลิ่งชัน หนองแขม บางขุนเทียน หลักสี่ คลองสามวา บางบอน ทวีวัฒนา	128
	รวม	385

ที่มา: (ศูนย์ข้อมูลกรุงเทพมหานคร, 2561a)

### 3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปลายปิด (Close-ended question) ที่ประยุกต์มาจากการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ โดยมีลำดับขั้นขึ้นในการสร้างแบบสอบถาม ดังนี้

- 1) ศึกษาข้อมูลจากเอกสารเชิงวิชาการ บทความ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 2) สร้างแบบสอบถามแบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ลักษณะทางประชากรศาสตร์ และพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์

ส่วนที่ 2 การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง

ซึ่งรายละเอียดของแบบสอบถามในการวิจัยครั้งนี้จะประกอบด้วยตัวแปรต้นในส่วนที่ 1 และตัวแปรตามในส่วนที่ 2



ส่วนที่ 1

แบบสอบถามลักษณะทางประชากรศาสตร์ จำนวน 8 ข้อ ได้แก่

- เพศ
- อายุ
- ระดับการศึกษา
- สถานะทางการเงิน
- การประกอบอาชีพ
- สถานภาพ
- สภาพการอยู่อาศัย
- ภาวะสุขภาพ

แบบสอบถามพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ โดยประกอบด้วยการเลือกตอบ (Check List) และแบบมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของลิเคิร์ต (Likert's scale) มีรายละเอียดคำถามดังต่อไปนี้

- ระยะเวลาการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ต่อวัน
- ความถี่ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ต่อวัน
- วัตถุประสงค์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์

โดยระยะเวลาและความถี่ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ต่อวัน มีลักษณะคำถามเป็นแบบตัวเลือก วัตถุประสงค์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เป็นข้อคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของลิเคิร์ต (Likert's scale) แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ส่วนที่ 2

แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือจากแนวคิด Coopersmith (1981a) ใช้ในการวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การรับรู้ตนเองด้านความสามารถ ความสำคัญอำนาจ และคุณความดี โดยมีลักษณะคำถามเช่นเดียวกันทั้งส่วนภายในแอปพลิเคชันไลน์ และในชีวิตจริง เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของลิเคิร์ต (Likert's scale) แบ่งเป็น 5 ระดับ โดยมีความหมายและเกณฑ์การให้คะแนนแต่ละชนิดข้อคำถามดังนี้

ระดับความเห็น	คะแนนค่าถ้าม
เห็นด้วยเป็นอย่างยิ่ง	5
เห็นด้วย	4
ไม่แน่ใจ	3
ไม่เห็นด้วย	2
ไม่เห็นด้วยเป็นอย่างยิ่ง	1

สามารถแปลความหมายเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนี้

ระดับคะแนนเฉลี่ย	ความหมาย
1.00 – 1.80	ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำมาก
1.81 – 2.60	ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ
2.61 – 3.40	ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง
3.41 – 4.20	ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง
4.21 – 5.00	ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมาก

### 3.4 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนการสร้าง และการพัฒนาเครื่องมือ โดยดำเนินการ ดังนี้

- 1) ศึกษาข้อมูลจากเอกสารเชิงวิชาการ บทความ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
- 2) กำหนดกรอบการสร้างเครื่องมือ โดยกำหนดขอบเขตงานวิจัย
- 3) สร้างเครื่องมือตามโครงสร้างด้านเนื้อหา ตัวแปร และสอดคล้องกับกรอบแนวคิดการวิจัย
- 4) การพัฒนาเครื่องมือ ดำเนินการ 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 นำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องและสมบูรณ์ เพื่อปรับปรุงแก้ตามข้อเสนอแนะ

ขั้นตอนที่ 2 ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เพื่อพิจารณาความถูกต้องของเนื้อหา และความเหมาะสมของแบบสอบถาม โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) เท่ากับ 1.00

ขั้นตอนที่ 3 การทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) โดยการนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มผู้สูงอายุอื่นๆ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยใช้วิธีของครอนบาค

(Cronbach's Alpha Coefficient) มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .953 ถือว่าผ่านเกณฑ์ทางสังคมศาสตร์ สามารถนำไปใช้ได้ (สมศักดิ์ ศรีสันติสุข, 2525)

### 3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามผู้สูงอายุ ทั้งหมด 3 พื้นที่ในกรุงเทพมหานคร การสุ่มตัวอย่างได้ใช้วิธีเก็บตัวอย่างตามแบบความบังเอิญ (Accident sampling) ในแต่ละพื้นที่ ตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ได้คำนวณไว้ในตารางที่ 7 โดยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

- 1) ประสานงานกับผู้อำนวยความสะดวกสำนักงานเขต เพื่อขอคำแนะนำและความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลให้ได้สะดวกและรวดเร็วขึ้น
- 2) ทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลจากหลักสูตรสหสาขาวิชาพัฒนามนุษย์และสังคม บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- 3) เตรียมเครื่องมือที่ผ่านการพัฒนาโดยสมบูรณ์แล้ว ออกทำการเก็บรวบรวมข้อมูล จากการสัมภาษณ์และเก็บแบบสอบถามโดยแนะนำและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 4) ผู้ศึกษาวินิจฉัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามทุกฉบับ
- 5) นำแบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์รวบรวมให้คะแนน และลงรหัสข้อมูลในโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป
- 6) ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

### 3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย มีดังต่อไปนี้

วัตถุประสงค์ที่ 1 เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์

- ผู้วิจัยเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างลักษณะทางประชากรศาสตร์ กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยเลือกใช้สถิติเชิงอนุมาน Independent t-test และ One-Way ANOVA
- ผู้วิจัยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยเลือกใช้สถิติเชิงอนุมาน Pearson's Product Moment Correlation Coefficient

วัตถุประสงค์ที่ 2 เพื่อศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง

- ผู้วิจัยวิเคราะห์การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริงโดยเลือกใช้สถิติเชิงอนุมาน Paired-Samples t-test
- วัตถุประสงค์ที่ 3 เพื่อจัดทำข้อเสนอแนะในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์
- ผู้วิจัยนำผลลัพธ์ของการศึกษาที่ได้มาจากวัตถุประสงค์ที่ 1 และ 2 มาจัดทำข้อเสนอแนะโดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณสำหรับการวิจัยนี้ ประกอบด้วย สถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน โดยมีรายละเอียดดังนี้

#### 1) สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics)

เป็นการใช้ค่าสถิติ โดยการหาค่าความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ในการบรรยายข้อมูลดังต่อไปนี้

- ลักษณะทางประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานะทางการเงิน การประกอบอาชีพ สถานภาพ และสภาพการอยู่อาศัย วิเคราะห์โดยการหาค่าความถี่ และร้อยละ
- พฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ได้แก่ ระยะเวลาในการใช้งานต่อวัน (ชั่วโมง) ความถี่ในการใช้งานต่อวัน (ครั้ง) และวัตถุประสงค์ในการใช้งาน วิเคราะห์โดยการหาค่าความถี่ ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ได้แก่ การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ความสำคัญ อำนาจ และคุณความดี วิเคราะห์โดยการหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

#### 2) สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics)

ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน โดยใช้การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสำหรับประชากรกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (Independent t-test) เพื่ออธิบายความแตกต่างของเพศกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ใช้การทดสอบความแตกต่างระหว่างตัวแปรแบบจับคู่ (Paired-Samples t-test) เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุระหว่างระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง และใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Anova) เพื่ออธิบายความแตกต่างของระดับการศึกษา สถานะทางการเงิน การประกอบอาชีพ สถานภาพ และสภาพการอยู่อาศัยกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ และวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) เพื่ออธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์และระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยมีระดับนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ 0.05

## บทที่ 4

### ผลการวิจัย

ผลการศึกษา เรื่อง “การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์” ผู้วิจัยได้แบ่งผลการนำเสนอข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) และสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) จากการรวบรวมข้อมูลแบบสอบถาม จำนวน 385 ชุด ผู้วิจัยได้วิเคราะห์และนำเสนอผลการวิจัยออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

- 4.1 ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย ลักษณะทางประชากรศาสตร์ และพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุ
- 4.2 การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์
- 4.3 ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
- 4.4 เปรียบเทียบระดับการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง

#### 4.1 ข้อมูลทั่วไป

##### 4.1.1 ลักษณะทางประชากรศาสตร์

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร จำนวนทั้งหมด 385 คน พบว่า เกือบสองในสามเป็นเพศหญิง มีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 64 ปี มีช่วงอายุ 60-86 ปี ร้อยละ 61 มีอายุระหว่าง 60-64 ปี ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 32.3 สำหรับสถานะทางการเงิน สามในสี่ของผู้สูงอายุไม่มีปัญหาทางการเงิน ครั้งหนึ่งของผู้สูงอายุมีเงินออมพอใช้ไปตลอด และสองในสามของผู้สูงอายุไม่มีหนี้สิน ก่อนเกษียณอายุงานผู้สูงอายุส่วนใหญ่ทำธุรกิจส่วนตัว และร้อยละ 44.7 ไม่ได้ทำงานในปัจจุบัน ทั้งนี้ผู้สูงอายุมากกว่าครึ่งหนึ่งมีสถานะสมรส และส่วนใหญ่อาศัยอยู่ร่วมกับคู่สมรสและบุตร โดยร้อยละ 61.3 ของผู้สูงอายุ ไม่มีโรคประจำตัว ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวมักพบโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคไขมันในเลือดสูง นำเสนอข้อมูลทั่วไปเป็นภาพรวมตาราง ดังนี้

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	136	35.3
หญิง	249	64.7
<b>ช่วงอายุ (<math>\bar{X}</math>=64.23 <math>\pm</math> 4.48, MIN=60, MAX=86)</b>		
60-64 ปี	235	61.0
65-69 ปี	104	27.0
ตั้งแต่ 70 ปีขึ้นไป	46	12.0
<b>ระดับการศึกษา</b>		
ต่ำกว่าประถมศึกษา	97	25.2
มัธยมศึกษา หรือปวช.	121	31.4
ปวส. หรืออนุปริญญา	43	11.2
ตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป	124	32.3
<b>สถานะทางการเงิน</b>		
ไม่มีปัญหาทางการเงิน	290	75.3
มีปัญหาเดือดร้อนค่าใช้จ่าย	95	24.7
<b>สถานะการออม</b>		
ไม่มีเงินออม	78	20.2
มีเงินออมพอใช้อีกไม่กี่ปีข้างหน้า	103	26.8
มีเงินออมพอใช้ไปตลอด	204	53.0
<b>ภาวะหนี้สิน</b>		
ไม่มีหนี้สิน	256	66.5
มีหนี้สิน	129	33.5
<b>อาชีพก่อนเกษียณ</b>		
ไม่ได้ทำงาน	37	9.6
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	66	17.1
พนักงานบริษัท	56	14.5
รับจ้างทั่วไป	63	16.4
ค้าขาย	70	18.2

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ธุรกิจส่วนตัว	93	24.2
<b>อาชีพในปัจจุบัน</b>		
ไม่ได้ทำงาน	172	44.7
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	22	5.7
พนักงานบริษัท	13	3.4
รับจ้างทั่วไป	63	16.4
ค้าขาย	52	13.4
ธุรกิจส่วนตัว	63	16.4
<b>สถานภาพการครองคู่</b>		
โสด	85	22.1
สมรส	205	53.2
แยกกันอยู่	95	24.7
<b>สภาพการอยู่อาศัย</b>		
อยู่คนเดียว	40	10.4
อยู่กับคู่สมรส	98	25.5
อยู่กับบุตรหลาน	79	20.5
อยู่กับคู่สมรสและบุตร	107	27.8
อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น	61	15.8
<b>ภาวะสุขภาพ</b>		
ไม่มีโรคประจำตัว	236	61.3
มีโรคประจำตัว	149	38.7
- โรคเบาหวาน	34	18.5
- โรคความดันโลหิตสูง	75	40.8
- โรคไขมันในเลือดสูง	30	16.3
- โรคหัวใจและหลอดเลือด	10	5.4
- โรคภูมิแพ้	9	4.9
- โรคไตเรื้อรัง	6	3.3
- โรคกระดูกและข้อ	15	8.2
- โรคมะเร็ง	2	1.1
- โรคหืด	3	1.5

#### 4.1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์

การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์ จำแนกออกเป็น

1) ระยะเวลา ความถี่ในการใช้งาน และช่วงเวลาที่ใช้งาน พบว่า ร้อยละ 86.8 ของผู้สูงอายุใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ทุกวัน เกือบครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุมีระยะเวลาใช้งานต่อวันน้อยกว่า 2 ชั่วโมง ผู้สูงอายุที่ใช้งาน 2-3 ชั่วโมง และมากกว่า 3 ชั่วโมงขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 22.1 และ 34.0 ตามลำดับ ช่วงเวลาการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่ใช้งานตลอดทั้งวัน คิดเป็นร้อยละ 46.2 ผู้สูงอายุที่ไม่ได้ใช้งานตลอดทั้งวัน มีการใช้งานในช่วงเวลาเช้า กลางวัน เย็น และก่อนนอน มีจำนวนที่ใกล้เคียงกัน ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระยะเวลา ความถี่ในการใช้งาน และช่วงเวลาที่ใช้งานแอปพลิเคชันไลน์

ความถี่ในการใช้งาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ได้ใช้งานทุกวัน	51	13.2
ใช้งานทุกวัน	334	86.8
ระยะเวลาใช้งานต่อวัน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
น้อยกว่า 2 ชั่วโมง	169	43.9
2-3 ชั่วโมง	85	22.1
มากกว่า 3 ชั่วโมงขึ้นไป	131	34.0
ช่วงเวลาการใช้งาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เช้า	78	20.3
กลางวัน	74	19.2
เย็น	80	20.8
ก่อนนอน	76	19.7
ตลอดทั้งวัน	178	46.2

\*เลือกตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

2) วัตถุประสงค์ในการใช้งาน นำเสนอเป็นจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังตารางที่ 10 พบว่าผู้สูงอายุมีวัตถุประสงค์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัวมากที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ย 3.80 นอกจากนี้ยังมีวัตถุประสงค์การใช้งาน เพื่อสื่อสารกับเพื่อนสนิท เพื่อติดตามข่าวสาร ข้อมูลสุขภาพ ข่าวบันเทิง หรือการเมือง เพื่อแสดงความเป็นสมาชิกและติดตามข่าวสารของของกลุ่ม เช่น กลุ่มเพื่อนร่วมรุ่น กลุ่มคนรักสุขภาพ และเพื่อติดต่อธุระ โดยทั้ง 5 วัตถุประสงค์นี้มีความถี่การใช้งานอยู่ในระดับมาก วัตถุประสงค์การใช้



งานที่มีความถี่อยู่ในระดับปานกลาง ประกอบด้วย เพื่อแบ่งปันความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น เช่น ส่งดอกไม้ คำอวยพร เพื่อสื่อสารกับเพื่อนในอดีต และเพื่อโพสต์บอกเล่าเรื่องราวที่ตนพบเจอ ส่วนวัตถุประสงค์การใช้งานที่มีความถี่ในระดับน้อย คือ ใช้สำหรับทำความรู้จักเพื่อนใหม่ และเพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชัน คุปองร้านค้า ทั้งนี้ผู้สูงอายุมีวัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เพื่อเล่นเกมออนไลน์อยู่ในระดับน้อยที่สุด

ตารางที่ 10 จำนวน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้แอปพลิเคชันไลน์ตาม

วัตถุประสงค์การใช้งานของผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์การใช้งาน	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความถี่				
			มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
เพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว	3.80 (มาก)	1.11	124 (32.2)	122 (31.7)	99 (25.7)	19 (4.9)	21 (5.5)
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนสนิท	3.63 (มาก)	.97	72 (18.7)	153 (39.7)	115 (29.9)	35 (9.1)	10 (2.6)
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนในอดีต	2.98 (ปานกลาง)	1.13	26 (6.8)	112 (29.1)	126 (32.7)	70 (18.2)	51 (13.2)
เพื่อติดต่อธุรกิจ	3.41 (มาก)	1.10	68 (17.7)	114 (29.6)	136 (35.3)	42 (10.9)	25 (6.5)
เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่	2.54 (น้อย)	1.13	23 (6.0)	43 (11.2)	138 (35.8)	94 (24.4)	87 (22.6)
เพื่อติดตามข่าวสาร ข้อมูลสุขภาพ ชาวบ้านเท็ง หรือการเมือง	3.55 (มาก)	1.04	66 (17.1)	150 (39.0)	119 (30.9)	29 (7.5)	21 (5.5)
เพื่อโพสต์บอกเล่าเรื่องราวที่ตนพบ	2.83 (ปานกลาง)	1.06	19 (4.9)	79 (20.5)	160 (41.6)	73 (19.0)	54 (14.0)
เพื่อแบ่งปันความปรารถนาดีให้แก่ ผู้อื่น เช่น ส่งดอกไม้ คำอวยพร	3.35 (ปานกลาง)	1.09	58 (15.2)	118 (30.6)	138 (35.8)	44 (11.4)	27 (7.0)
เพื่อแสดงความเป็นสมาชิกและติดตาม ข่าวสารของของกลุ่ม เช่น กลุ่มเพื่อน ร่วมรุ่น กลุ่มคนรักสุขภาพ	3.48 (มาก)	.98	60 (15.6)	126 (32.7)	153 (39.7)	30 (7.8)	16 (4.2)
เพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตาม โปรโมชัน คุปองร้านค้า	2.34 (น้อย)	1.22	22 (5.7)	46 (11.9)	104 (27.0)	83 (21.6)	130 (33.8)
เพื่อเล่นเกมออนไลน์	1.75 (น้อยที่สุด)	1.13	15 (3.9)	23 (6.0)	51 (13.2)	59 (15.3)	237 (61.6)

จากตารางที่ 9 และ 10 อภิปรายได้ว่าผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่มีการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ทุกวัน และใช้งานแทบตลอดทั้งวัน โดยมีระยะเวลาเฉลี่ย  $3.03 \pm 1.81$  ชั่วโมงต่อวัน เห็นได้ว่าแอปพลิเคชันไลน์ถูกจัดเป็นหนึ่งในช่องทางสื่อสารออนไลน์ที่ผู้สูงอายุมีการใช้งานเป็นประจำ สอดคล้องกับรายงานผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย ปี 2561 ที่พบว่าแอปพลิเคชันไลน์เป็นสื่อสังคมออนไลน์ที่ผู้สูงอายุไทยเลือกใช้มากที่สุด และใช้เวลาในการเล่นสื่อสังคมออนไลน์เฉลี่ยอยู่ที่ 2 ชั่วโมง 57 นาทีต่อวัน (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2561) และ การใช้ LINE ของผู้สูงอายุ: การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยาที่รายงานผลว่าแอปพลิเคชันไลน์ได้กลายเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ (วิศปต์ย์ ชัยช่วย, 2560) นอกจากนี้จากการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุมีวัตถุประสงค์ในการใช้งานเพื่อการสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัวอยู่ในระดับมาก ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับการศึกษาพฤติกรรมการใช้ไลน์แอปพลิเคชันของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร ที่พบว่า ผู้สูงอายุใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เพื่อติดต่อครอบครัว/ลูกหลาน มากกว่าการติดต่อกับเพื่อนสมัยเรียน (ศิริพร แซ่ลิ้ม, 2558) ถึงแม้ว่าการศึกษาข้างต้นจะพบว่าผู้สูงอายุไม่ซื้อสินค้าและบริการออนไลน์เลย แต่ในการศึกษานี้พบว่ายังมีผู้สูงอายุที่ใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ เพื่อการซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น หรือคูปองร้านค้า ซึ่งอาจสะท้อนถึงพฤติกรรมปรับตัวของผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นควบคู่กับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ทำให้ตนรู้สึกทันสมัยเหมือนหนุ่มสาว และมีสติปัญญาสามารถเรียนรู้เทคโนโลยีได้ (จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557)

#### 4.2 การเห็นคุณค่าในตนเองผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์

การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ทั้งภาพรวมและรายด้าน อธิบายโดยใช้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เทียบกับเกณฑ์คะแนนเฉลี่ย ดังนี้

- |             |  |
|-------------|--|
| 1.00 – 1.80 | ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำมาก  |
| 1.81 – 2.60 | ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ     |
| 2.61 – 3.40 | ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง |
| 3.41 – 4.20 | ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง     |
| 4.21 – 5.00 | ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมาก  |

สำหรับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ตามแนวคิดของ Coopersmith (1981a) ที่แบ่งแหล่งกำเนิดของการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น 4 ประการ ประกอบด้วย การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ และการรับรู้ว่าคุณมีความดี ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูล ดังต่อไปนี้

การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ  $3.85 \pm .68$  เมื่อพิจารณาควบคู่กับเกณฑ์ความหมายพบว่าผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง ทั้งนี้ผู้สูงอายุมีระดับการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ความสำคัญ อำนาจ และคุณความดีอยู่ในระดับสูง ดังตาราง

ตารางที่ 11 จำนวน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความถี่				
			สูงมาก	สูง	ปานกลาง	ต่ำ	ต่ำมาก
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.85 (สูง)	.68	140 (36.4)	136 (35.3)	97 (25.2)	10 (2.6)	2 (.5)
1) การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	3.70 (สูง)	.81	123 (32.0)	121 (31.4)	111 (28.8)	25 (6.5)	5 (1.3)
2) การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	3.83 (สูง)	.78	137 (35.6)	138 (35.8)	84 (21.8)	23 (6.0)	3 (.8)
3) การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	3.69 (สูง)	.81	115 (29.9)	130 (33.8)	106 (27.5)	27 (7.0)	7 (1.8)
4) การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี	4.18 (สูง)	.75	207 (53.8)	112 (29.1)	57 (14.8)	7 (1.8)	2 (.5)

จากตารางที่ 12 เมื่อวิเคราะห์ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองตามข้อคำถามในแบบสอบถามพบว่า ในด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ผู้สูงอายุมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงในทุกข้อคำถาม โดยหัวข้อความสามารถปรับอารมณ์และความคิด ให้ตัวเองมีความสุข มีอารมณ์ขัน และมีจิตใจที่เบิกบาน มีระดับคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 3.90) ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ ร้อยละ 40.5 ของผู้สูงอายุเห็นด้วยเป็นอย่างยิ่งสำหรับข้อคำถาม “ในวันสำคัญ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ วันพ่อ วันแม่ หรือวันสำคัญ ท่านได้รับคำอวยพรจากลูกหลาน เพื่อน หรือคนใกล้ชิด” มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.02 จัดอยู่ในระดับสูง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจมีเพียงข้อคำถามเดียวที่ผู้สูงอายุรู้สึกไม่แน่ใจ คือ ข้อคำถาม “ท่านมักมีเพื่อนใหม่เข้ามาขอพูดคุยเป็นเพื่อนด้วย” ในด้านการรับรู้ว่าคุณมีคุณความดีมีข้อคำถามที่ผู้สูงอายุเห็นด้วยเป็นอย่างยิ่งด้วยกันสองคำถาม คือ “ท่านสื่อสารด้วยคำพูดสุภาพ และคำนึงถึงความรู้สึกของคู่สนทนา” และ “ท่านจะแสดงความชื่นชม ยินดี เมื่อเห็นคุณที่ท่านรู้จักประสบความสำเร็จ”

ตารางที่ 12 จำนวน ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ จำแนกตามข้อคำถาม

การเห็นคุณค่าในตนเอง	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความถี่				
			เห็นด้วย เป็นอย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วยเป็น อย่างยิ่ง
การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ							
1. ท่านสามารถทำงานที่ตั้งใจไว้ได้ตามเป้าหมาย	3.69 (เห็นด้วย)	1.16	119 (30.9)	104 (27.0)	110 (28.6)	28 (7.3)	24 (6.2)
2. ท่านสามารถบอก/พูดในสิ่งที่ท่านต้องการกับคนรอบข้างได้	3.76 (เห็นด้วย)	1.07	114 (29.6)	119 (30.9)	111 (28.8)	26 (6.8)	15 (3.9)
3. ท่านสามารถให้ข้อมูลที่ลูกหลานของท่านต้องการได้	3.70 (เห็นด้วย)	1.09	106 (27.5)	125 (32.5)	100 (26.0)	40 (10.4)	14 (3.6)
4. ท่านสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆในชีวิตประจำวันของท่านได้	3.61 (เห็นด้วย)	1.11	98 (25.5)	113 (29.4)	119 (30.9)	37 (9.6)	18 (4.6)
5. เมื่อลูกหลานมีปัญหาไม่สบายใจ เขามักมาปรึกษาท่านเพื่อขอความช่วยเหลือ	3.45 (เห็นด้วย)	1.20	91 (23.6)	102 (26.5)	114 (29.6)	47 (12.2)	31 (8.1)
6. ท่านสามารถร่วมวงสนทนากับผู้อื่นที่มีอายุอ่อนกว่าได้	3.80 (เห็นด้วย)	1.04	111 (28.9)	138 (35.8)	97 (25.2)	25 (6.5)	14 (3.6)
7. ท่านสามารถปรับอารมณ์และความคิดให้ตัวเองมีความสุข มีอารมณ์ขัน และมีจิตใจที่เบิกบานได้	3.90 (เห็นด้วย)	.97	120 (31.2)	138 (35.9)	105 (27.3)	11 (2.9)	11 (2.9)
การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ							
1. ลูกหลานคอยถามและห่วงใยสุขภาพของท่าน	3.72 (เห็นด้วย)	1.14	124 (32.2)	99 (25.7)	110 (28.6)	34 (8.8)	18 (4.7)
2. บุคคลอื่นจะตอบกลับหรือขอบคุณท่านเมื่อท่านส่งความปรารถนาดีไปให้	3.92 (เห็นด้วย)	.97	125 (32.5)	136 (35.3)	99 (25.7)	17 (4.4)	8 (2.1)
3. ท่านรู้สึกดีใจที่เป็นส่วนหนึ่งของลูกหลาน ครอบครัว หรือกลุ่มเพื่อน	4.01 (เห็นด้วย)	.95	144 (37.4)	127 (33.0)	94 (24.4)	14 (3.6)	6 (1.6)
4. ลูกหลานให้ข้อมูลข่าวสารที่ท่านสนใจได้ในเวลาที่ท่านต้องการ	3.77 (เห็นด้วย)	1.06	111 (28.8)	131 (34.1)	99 (25.7)	30 (7.8)	14 (3.6)
5. เมื่อท่านมีเรื่องไม่สบายใจ ลูกหลานจะเข้ามาคุยกับท่าน	3.52 (เห็นด้วย)	1.10	80 (20.8)	126 (32.7)	112 (29.1)	48 (12.5)	19 (4.9)

การเห็นคุณค่าในตนเอง	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความถี่				
			เห็นด้วย เป็นอย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วยเป็น อย่างยิ่ง
6. ในวันสำคัญ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ วันพ่อ วันแม่ หรือวันสำคัญ ท่านได้ รับคำอวยพรจากลูกหลาน เพื่อน หรือคนใกล้ชิด	4.02 (เห็นด้วย)	1.05	156 (40.5)	130 (33.8)	62 (16.1)	26 (6.7)	11 (2.9)
7. ท่านมักมีคนเข้ามาพูดคุยด้วยทำให้ รู้สึกไม่เหงา	3.84 (เห็นด้วย)	.96	109 (28.3)	143 (37.1)	100 (26.0)	29 (7.6)	4 (1.0)
การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ							
1. ท่านมักมีเพื่อนใหม่เข้ามาขอพูดคุย เป็นเพื่อนด้วย	3.36 (ไม่แน่ใจ)	1.17	70 (18.2)	114 (29.6)	120 (31.2)	46 (11.9)	35 (9.1)
2. ท่านเชื่อมั่นในความคิดเห็นของ ตนเอง	3.86 (เห็นด้วย)	1.04	129 (33.5)	114 (29.6)	111 (28.8)	20 (5.2)	11 (2.9)
3. เวลาที่ท่านแสดงความคิดเห็น คนใน ครอบครัวให้ความเคารพในความ คิดเห็นของท่าน	3.80 (เห็นด้วย)	1.01	107 (27.8)	141 (36.6)	98 (25.5)	30 (7.8)	9 (2.3)
4. ท่านรู้สึกว่าลูกหลาน คนในครอบครัว หรือกลุ่มเพื่อน เคารพ และเกรงใจ	3.83 (เห็นด้วย)	1.00	110 (28.6)	144 (37.4)	95 (24.6)	26 (6.8)	10 (2.6)
5. ท่านกล้าที่จะบอกให้คนอื่นทราบถึง ความต้องการของท่านอย่าง ตรงไปตรงมา	3.75 (เห็นด้วย)	1.05	105 (27.3)	136 (35.3)	103 (26.8)	26 (6.8)	15 (3.8)
6. ท่านสามารถขอความร่วมมือผู้อื่นให้ ทำในสิ่งที่ท่านต้องการได้	3.73 (เห็นด้วย)	1.02	91 (23.6)	157 (40.8)	96 (24.9)	25 (6.5)	16 (4.2)
7. ลูกหลานเชื่อฟังและปฏิบัติตาม คำแนะนำของท่านโดยไม่ได้แย้ง	3.49 (เห็นด้วย)	1.11	82 (21.3)	111 (28.8)	128 (33.2)	43 (11.2)	21 (5.5)
การรับรู้ว่าคุณมีความดี							
1. ท่านปฏิบัติตามแบบฉบับของผู้ที่มี คุณงามความดี	4.19 (เห็นด้วย)	.96	189 (49.1)	103 (26.8)	77 (20.0)	9 (2.3)	7 (1.8)
2. ท่านสื่อสารด้วยคำพูดสุภาพ และ คำนึงถึงความรู้สึกของคู่สนทนา	4.31 (เห็นด้วยเป็น อย่างยิ่ง)	.88	202 (52.5)	116 (30.1)	55 (14.3)	7 (1.8)	5 (1.3)
3. ท่านแบ่งปันเรื่องราวความดีแก่ ลูกหลานหรือบุคคลใกล้ชิด เช่น บอ	4.12 (เห็นด้วย)	.92	161 (41.8)	133 (34.5)	73 (19.0)	13 (3.4)	5 (1.3)

การเห็นคุณค่าในตนเอง	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความถี่					
			เห็นด้วย เป็น อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วยเป็น อย่างยิ่ง	
บุญ ส่งคติสอนใจ หรือคติธรรมคำสอน								
4. ท่านจะว่ากล่าวตักเตือน และให้คำแนะนำที่ถูกต้อง เมื่อลูกหลานทำผิดศีลธรรม	3.96 (เห็นด้วย)	1.08	153 (39.7)	114 (29.6)	82 (21.4)	22 (5.7)	14 (3.6)	
5. ท่านจะแสดงความชื่นชม ยินดี เมื่อเห็นคุณที่ท่านรู้จักประสบความสำเร็จ	4.38 (เห็นด้วยเป็น อย่างยิ่ง)	.83	220 (57.1)	100 (26.0)	58 (15.1)	4 (1.0)	3 (0.8)	
6. ท่านไม่ยึดตนเองเป็นหลัก เปิดใจกว้าง และยอมรับฟังความคิดเห็นผู้อื่น	4.16 (เห็นด้วย)	.88	166 (43.1)	131 (34.0)	76 (19.8)	8 (2.1)	4 (1.0)	
7. ท่านจะให้คำแนะนำและความช่วยเหลือ เมื่อพบว่าคนใกล้ชิดประสบปัญหา	4.15 (เห็นด้วย)	.95	175 (45.5)	117 (30.4)	76 (19.7)	10 (2.6)	7 (1.8)	

จากตารางที่ 11 และ 12 อภิปรายได้ว่าผู้สูงอายุที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งในภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับสูง โดยมีระดับคะแนนเฉลี่ยด้านการรับรู้ว่าคุณค่าความดีมากที่สุด ถัดมา คือการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญ การรับรู้ว่าคุณค่ามีความสามารถ และการรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจ ตามลำดับ สอดคล้องกับการศึกษาพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการรับรู้ตนเองและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุไทยที่พบว่าการใช้แอปพลิเคชันไลน์มีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุไทยมีระดับการรับรู้ตนเองในเชิงบวกที่สูงขึ้น มีระดับการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นอยู่ในระดับสูง โดยเฉพาะการยกย่องซึ่งกันและกัน ที่เป็นหนึ่งในปัจจัยของการรับรู้ว่าคุณค่าความดี ผู้สูงอายุเห็นว่าแอปพลิเคชันไลน์ช่วยให้ชื่นชม และยกย่องบุคคลรอบตัวได้ง่ายขึ้น นอกจากนี้ยังมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่ามีความทันสมัย มีศักยภาพในการทำงานไม่ต่างจากคนหนุ่มสาว มีความกระฉับกระเฉง มีความรู้ คลายเหงา มีความรู้สึกที่ดีต่อกันมากขึ้น จิตใจเบิกบาน มีคนเข้ามาพูดคุยด้วย และเข้ามาอวยพรในวันต่างๆ (จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557) ความรู้สึกเหล่านี้นอกจากจะสะท้อนถึงความสามารถในการรับมือการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในผู้สูงอายุแล้ว ยังบ่งบอกถึงประโยชน์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ที่มีส่วนช่วยในการยกระดับจิตใจของผู้ใช้งาน และการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้เป็นอย่างดี (วรรณพร อินทมุสิก, 2560) เมื่อพิจารณาลำดับคะแนนในแต่ละด้าน พบว่าผู้สูงอายุโดยส่วนมากที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์มีการสื่อสารด้วยคำสุภาพ คำนึงถึงความรู้สึกของคู่สนทนา

ทั้งยังชื่นชม และแสดงความยินดีเมื่อเห็นบุคคลอื่นประสบความสำเร็จอยู่ในระดับสูงมาก พฤติกรรมเหล่านี้ยังสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่ประกอบด้วย การใช้ภาษาเชิงบวก และการยอมรับคำยกย่องชมเชย (Girdano & Every, 1979) นอกจากนี้แอปพลิเคชันไลน์ยังมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ความสามารถของตน รับรู้ว่าตนเองเป็นที่พึงพิงของบุคคลรอบข้าง มีความเชื่อมั่นในศักยภาพตน มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง สามารถปรับความคิดให้ตนเองมีความสุข มีความคิดเชิงบวกต่อสังคม กล้าแสดงความคิดเห็น และมีจิตใจเอื้ออาทรพร้อมช่วยเหลือผู้อื่น อันเป็นคุณลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง (Coopersmith, 1981a; Mason, 1954; Rosenberg, 1965; ปฏิญญา แก้วทรวงศ์, 2552; สมิต อาชวนิจกุล, 2545)

#### 4.3 ปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ปัจจัยตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาข้อที่ 1 และ 2 คือ 1) เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านปัจจัยทางประชากรศาสตร์ เลือกใช้สถิติเชิงอนุมาน Independent t-test และ One-Way ANOVA และ 2) ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เลือกใช้สถิติเชิงอนุมาน Pearson's Product Moment Correlation Coefficient โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการศึกษา มีดังนี้

##### 4.3.1 เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านปัจจัยทางประชากรศาสตร์

1) ผู้สูงอายุที่มีเพศต่างกันมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน นำเสนอข้อมูลเป็นตาราง ดังนี้

ตารางที่ 13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามเพศ

	เพศชาย		เพศหญิง		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.91	.71	3.82	.66	1.294	.196
1. การรับรู้ว่าตนมีความสามารถ	3.80	.80	3.65	.81	1.829	.068
2. การรับรู้ว่าตนมีความสำคัญ	3.91	.78	3.78	.78	1.574	.116
3. การรับรู้ว่าตนมีอำนาจ	3.73	.83	3.67	.80	.745	.457
4. การรับรู้ว่าตนมีคุณความดี	4.20	.77	4.17	.74	.275	.783

2) ช่วงอายุที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวมและรายด้าน ไม่แตกต่างกัน นำเสนอข้อมูลค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์ความแปรปรวน ดังตารางที่ 14 และ 15

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามช่วงอายุ

	อายุ 60-64 ปี		อายุ 65-69 ปี		อายุตั้งแต่ 70 ปีขึ้นไป	
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.84	.67	3.84	.71	3.94	.67
1. การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	3.70	.81	3.69	.80	3.73	.84
2. การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	3.80	.76	3.84	.84	3.95	.73
3. การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	3.67	.79	3.67	.86	3.81	.84
4. การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี	4.18	.74	4.14	.81	4.28	.68

ตารางที่ 15 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามช่วงอายุ

		SS	df	MS	F	Sig.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	.459	2	.229	.496	.609
	ภายในกลุ่ม	176.743	382	.463		
	รวม	177.201	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	ระหว่างกลุ่ม	.037	2	.018	.028	.972
	ภายในกลุ่ม	250.711	382	.656		
	รวม	250.748	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	ระหว่างกลุ่ม	.926	2	.463	.758	.469
	ภายในกลุ่ม	233.282	382	.611		
	รวม	234.208	384			
การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	ระหว่างกลุ่ม	.782	2	.391	.592	.554
	ภายในกลุ่ม	252.387	382	.661		
	รวม	253.169	384			
การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี	ระหว่างกลุ่ม	.673	2	.337	.593	.553
	ภายในกลุ่ม	216.785	382	.568		
	รวม	217.458	384			



3) ระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ และการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นำเสนอข้อมูลเป็นตาราง ดังนี้

ตารางที่ 16 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามระดับการศึกษา

		SS	df	MS	F	Sig.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	4.461	3	1.487	3.279*	.021
	ภายในกลุ่ม	172.741	381	.453		
	รวม	177.201	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	ระหว่างกลุ่ม	5.942	3	1.981	3.082*	.027
	ภายในกลุ่ม	244.806	381	.643		
	รวม	250.748	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	ระหว่างกลุ่ม	5.731	3	1.910	3.186*	.024
	ภายในกลุ่ม	228.477	381	.600		
	รวม	234.208	384			
การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	ระหว่างกลุ่ม	7.851	3	2.617	4.065*	.007
	ภายในกลุ่ม	245.317	381	.644		
	รวม	253.169	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความดี	ระหว่างกลุ่ม	1.690	3	.563	.995	.395
	ภายในกลุ่ม	215.768	381	.566		
	รวม	217.458	384			

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษาจะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม สูงกว่าผู้สูงอายุที่สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษา หรือ ปวช.
- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษาจะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม สูงกว่าผู้สูงอายุที่สำเร็จการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป

ตารางที่ 17 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามระดับการศึกษาเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การเห็นคุณค่า ในตนเอง	$\bar{X}$	S.D.	ระดับการศึกษา			
			ต่ำกว่า ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา หรือปวช.	ปวส. หรือ อนุปริญญา	ตั้งแต่ปริญญา ตรีขึ้นไป
ต่ำกว่าประถมศึกษา	4.03	.66		.247*	.209	.258*
มัธยมศึกษา หรือปวช.	3.79	.74			-.038	.011
ปวส. หรืออนุปริญญา	3.82	.64				.049
ตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป	3.77	.63				

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษามีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา หรือ ปวช.
- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษามีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป

ตารางที่ 18 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของผู้สูงอายุจำแนกตามระดับการศึกษาเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณ มีความสามารถ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับการศึกษา			
			ต่ำกว่า ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา หรือปวช.	ปวส. หรือ อนุปริญญา	ตั้งแต่ปริญญา ตรีขึ้นไป
ต่ำกว่าประถมศึกษา	3.91	.82		.302*	.245	.279*
มัธยมศึกษา หรือปวช.	3.61	.85			-.056	.022
ปวส. หรืออนุปริญญา	3.67	.76				.034
ตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป	3.70	.76				

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญ พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษามีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา หรือ ปวช.
- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษามีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป

ตารางที่ 19 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญของผู้สูงอายุจำแนกตามระดับการศึกษาเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับการศึกษา			
			ต่ำกว่าประถมศึกษา	มัธยมศึกษาหรือปวช.	ปวส. หรืออนุปริญญา	ตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป
ต่ำกว่าประถมศึกษา	4.02	.71		.294*	.132	.270*
มัธยมศึกษา หรือปวช.	3.73	.86			-.162	-.024
ปวส. หรืออนุปริญญา	3.89	.69				.138
ตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป	3.75	.76				

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญ พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษามีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา หรือ ปวช.
- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษามีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป

ตารางที่ 20 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจของผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษาเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับการศึกษา			
			ต่ำกว่าประถมศึกษา	มัธยมศึกษา หรือ ปวช.	ปวส. หรือ อนุปริญญา	ตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป
ต่ำกว่าประถมศึกษา	3.93	.83		.336*	.274	.334*
มัธยมศึกษา หรือ ปวช.	3.60	.84			-.061	-.002
ปวส. หรือ อนุปริญญา	3.66	.81				.060
ตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป	3.60	.75				

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

4) สถานะทางการเงินที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม ไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าในด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยผู้สูงอายุที่มีปัญหาเดือดร้อนเรื่องค่าใช้จ่ายมีระดับการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถมากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีปัญหาทางการเงิน นำเสนอข้อมูลเป็นตาราง ดังนี้

ตารางที่ 21 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานะทางการเงิน

	ไม่มีปัญหาทางการเงิน		มีปัญหาเดือดร้อนเรื่องค่าใช้จ่าย		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.82	.62	3.92	.84	-1.141	.239
1. การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	3.64	.77	3.87	.90	-2.236*	.027
2. การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	3.82	.74	3.86	.89	-.417	.677
3. การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	3.65	.76	3.80	.95	-1.402	.163
4. การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี	4.18	.71	4.18	.87	-.036	.972

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5) สถานะการออมที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน นำเสนอข้อมูลค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์ความแปรปรวน ดังตารางที่ 22 และ 23 ตารางที่ 22 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานะการออม

	ไม่มีเงินออม		มีเงินออมพอใช้อีกไม่กี่ปีข้างหน้า		มีเงินออมพอใช้ไปตลอด	
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.95	.76	3.78	.67	3.85	.65
1. การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	3.80	.91	3.59	.77	3.72	.78
2. การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	3.93	.78	3.74	.79	3.84	.78
3. การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	3.79	.96	3.62	.80	3.68	.75
4. การรับรู้ว่าคุณมีความดี	4.27	.81	4.16	.75	4.16	.73

ตารางที่ 23 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานะการออม

		SS	df	MS	F	Sig.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	1.336	2	.668	1.451	.236
	ภายในกลุ่ม	175.866	382	.460		
	รวม	177.201	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	ระหว่างกลุ่ม	2.131	2	1.065	1.637	.196
	ภายในกลุ่ม	248.617	382	.651		
	รวม	250.748	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	ระหว่างกลุ่ม	1.692	2	.846	1.390	.250
	ภายในกลุ่ม	232.516	382	.609		
	รวม	234.208	384			
การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	ระหว่างกลุ่ม	1.277	2	.638	.968	.381
	ภายในกลุ่ม	251.892	382	.659		
	รวม	253.169	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความดี	ระหว่างกลุ่ม	.858	2	.429	.757	.470
	ภายในกลุ่ม	216.600	382	.567		
	รวม	217.458	384			

6) ภาวะหนี้สินที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน นำเสนอข้อมูลเป็นตาราง ดังนี้

ตารางที่ 24 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามภาวะหนี้สิน

	ไม่มีหนี้สิน		มีหนี้สิน		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.86	.65	3.83	.73	.356	.722
1. การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	3.67	.81	3.75	.80	-.898	.370
2. การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	3.85	.74	3.78	.85	.791	.430
3. การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	3.70	.78	3.67	.87	.238	.812
4. การรับรู้ว่าคุณมีความดี	4.21	.74	4.12	.78	1.138	.256

7) อาชีพก่อนเกษียณที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน นำเสนอข้อมูลค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์ความแปรปรวน ดังตารางที่ 25 และ 26 ตารางที่ 25 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามอาชีพก่อนเกษียณ

อาชีพก่อนเกษียณ	การเห็นคุณค่าในตนเอง		การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ		การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ		การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ		การรับรู้ว่าคุณมีความดี	
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.
	1. ไม่ได้ทำงาน	3.89	.80	3.79	.86	3.89	.94	3.73	.89	4.15
2. ข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	3.92	.62	3.85	.72	3.83	.73	3.73	.68	4.25	.71
3. พนักงานบริษัท	3.74	.61	3.56	.71	3.79	.72	3.57	.73	4.04	.73
4. รับจ้างทั่วไป	3.79	.76	3.64	.88	3.74	.81	3.60	.97	4.16	.86
5. ค้าขาย	3.76	.78	3.54	.88	3.71	.89	3.64	.91	4.14	.85
6. ธุรกิจส่วนตัว	3.97	.55	3.80	.78	3.97	.68	3.81	.71	4.28	.57

ตารางที่ 26 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามอาชีพก่อนเกษียณ

		SS	df	MS	F	Sig.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	3.106	5	.621	1.352	.242
	ภายในกลุ่ม	174.095	379	.459		
	รวม	177.201	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	ระหว่างกลุ่ม	5.728	5	1.146	1.772	.118
	ภายในกลุ่ม	245.020	379	.646		
	รวม	250.748	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	ระหว่างกลุ่ม	3.550	5	.710	1.167	.325
	ภายในกลุ่ม	230.658	379	.609		

		SS	df	MS	F	Sig.
	รวม	234.208	384			
การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	ระหว่างกลุ่ม	3.048	5	.610	.924	.466
	ภายในกลุ่ม	250.121	379	.660		
	รวม	253.169	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความดี	ระหว่างกลุ่ม	2.558	5	.512	.902	.480
	ภายในกลุ่ม	214.900	379	.567		
	รวม	217.458	384			

8) อาชีพในปัจจุบันที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ และการรับรู้ว่าคุณมีความดีแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นำเสนอข้อมูลเป็นตาราง ดังนี้

ตารางที่ 27 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามอาชีพในปัจจุบัน

		SS	df	MS	F	Sig.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	4.641	5	.928	2.039	.072
	ภายในกลุ่ม	172.560	379	.455		
	รวม	177.201	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	ระหว่างกลุ่ม	9.631	5	1.926	3.028*	.011
	ภายในกลุ่ม	241.117	379	.636		
	รวม	250.748	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	ระหว่างกลุ่ม	2.895	5	.579	.949	.449
	ภายในกลุ่ม	231.313	379	.610		
	รวม	234.208	384			
การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	ระหว่างกลุ่ม	3.793	5	.759	1.153	.332
	ภายในกลุ่ม	249.375	379	.658		
	รวม	253.169	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความดี	ระหว่างกลุ่ม	6.966	5	1.393	2.508*	.030
	ภายในกลุ่ม	210.492	379	.555		
	รวม	217.458	384			

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงาน
- ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงกว่าผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป
- ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงกว่าผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพค้าขาย
- ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงกว่าผู้สูงอายุที่ทำธุรกิจส่วนตัว

ตารางที่ 28 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของผู้สูงอายุจำแนกตามอาชีพในปัจจุบันเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	$\bar{X}$	S.D.	อาชีพในปัจจุบัน					
			ไม่ได้ทำงาน	ข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	พนักงานบริษัท	รับจ้างทั่วไป	ค้าขาย	ธุรกิจส่วนตัว
1. ไม่ได้ทำงาน	3.65	.80		-.593*	-.182	-.022	.143	-.140
2. ข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	4.25	.67			.412	.571*	.736*	.453*
3. พนักงานบริษัท	3.84	.70				.159	.324	.042
4. รับจ้างทั่วไป	3.68	.81					.165	-.118
5. ค้าขาย	3.51	.89						-.168
6. ธุรกิจส่วนตัว	3.79	.75						

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดี พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 6 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดีน้อยกว่าผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจ
- ผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดีน้อยกว่าผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป
- ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดีสูงกว่าผู้สูงอายุที่เป็นพนักงานบริษัท
- ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดีสูงกว่าผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป



- ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของคุณความดีสูงกว่าผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพค้าขาย
- ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการหรือรัฐวิสาหกิจมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของคุณความดีสูงกว่าผู้สูงอายุที่ทำธุรกิจส่วนตัว

ตารางที่ 29 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของคุณความดีของผู้สูงอายุ จำแนกตามอาชีพในปัจจุบันเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณค่า มีคุณความดี	$\bar{X}$	S.D.	อาชีพในปัจจุบัน					
			ไม่ได้ ทำงาน	ข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	พนักงาน บริษัท	รับจ้าง ทั่วไป	ค้าขาย	ธุรกิจ ส่วนตัว
1. ไม่ได้ทำงาน	4.23	.73		-.358*	.238	.236*	.114	.025
2. ข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	4.58	.53			.595*	.593*	.472*	.383*
3. พนักงานบริษัท	3.99	.65				-.002	-.124	-.213
4. รับจ้างทั่วไป	3.99	.83					-.122	-.211
5. ค้าขาย	4.11	.89						-.089
6. ธุรกิจส่วนตัว	4.20	.63						

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

9) สถานภาพการครองคู่ที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม และในรายด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นำเสนอข้อมูลเป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 30 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานภาพการครองคู่

		SS	df	MS	F	Sig.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	9.828	2	4.914	11.216*	.000
	ภายในกลุ่ม	167.373	382	.438		
	รวม	177.201	384			
การรับรู้ว่าคุณค่ามีความสามารถ	ระหว่างกลุ่ม	10.984	2	5.492	8.750*	.000
	ภายในกลุ่ม	239.764	382	.628		
	รวม	250.748	384			
การรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญ	ระหว่างกลุ่ม	9.255	2	4.628	7.858*	.000
	ภายในกลุ่ม	224.953	382	.589		
	รวม	234.208	384			
การรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจ	ระหว่างกลุ่ม	12.732	2	6.366	10.114*	.000
	ภายในกลุ่ม	240.437	382	.629		

		SS	df	MS	F	Sig.
	รวม	253.169	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความดี	ระหว่างกลุ่ม	8.763	2	4.382	8.020*	.000
	ภายในกลุ่ม	208.695	382	.546		
	รวม	217.458	384			

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่โสดมีการเห็นคุณค่าในตนเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่สมรส
- ผู้สูงอายุที่โสดมีการเห็นคุณค่าในตนเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่แยกกันอยู่

ตารางที่ 31 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานภาพการครองคู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การเห็นคุณค่า ในตนเอง	$\bar{X}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่		
			โสด	สมรส	แยกกันอยู่
โสด	3.57	.59		-.403*	-.249*
สมรส	3.98	.68			.154
แยกกันอยู่	3.82	.69			

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่โสดมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถน้อยกว่าผู้สูงอายุที่สมรส
- ผู้สูงอายุที่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงกว่าผู้สูงอายุที่แยกกันอยู่

ตารางที่ 32 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานภาพการครองคู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	$\bar{X}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่		
			โสด	สมรส	แยกกันอยู่
โสด	3.45	.70		-.400*	-.145
สมรส	3.85	.80			..255*
แยกกันอยู่	3.60	.85			

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่โสดมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญน้อยกว่าผู้สูงอายุที่สมรส
- ผู้สูงอายุที่โสดมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญน้อยกว่าผู้สูงอายุที่แยกกันอยู่

ตารางที่ 33 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญของผู้สูงอายุจำแนกตามสถานภาพการครองคู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	$\bar{X}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่		
			โสด	สมรส	แยกกันอยู่
โสด	3.54	.70		-.382*	-.352*
สมรส	3.92	.80			.029
แยกกันอยู่	3.89	.75			

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่โสดมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจน้อยกว่าผู้สูงอายุที่สมรส
- ผู้สูงอายุที่โสดมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจน้อยกว่าผู้สูงอายุที่แยกกันอยู่

ตารางที่ 34 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีอำนาจของผู้สูงอายุ จำแนกตามสถานภาพการครองคู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่ามีอำนาจ	$\bar{X}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่		
			โสด	สมรส	แยกกันอยู่
โสด	3.36	.71		-460*	-332*
สมรส	3.82	.80			.128
แยกกันอยู่	3.69	.84			

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณค่า พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่โสดมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณค่าตนน้อยกว่าผู้สูงอายุที่สมรส
- ผู้สูงอายุที่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณค่าตนสูงกว่าผู้สูงอายุที่แยกกันอยู่

ตารางที่ 35 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณค่าของผู้สูงอายุ จำแนกตามสถานภาพการครองคู่เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่ามีคุณค่า	$\bar{X}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่		
			โสด	สมรส	แยกกันอยู่
โสด	3.94	.71		-368*	-165
สมรส	4.31	.73			.202*
แยกกันอยู่	4.10	.79			

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

10) สภาพการอยู่อาศัยที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม และในรายด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นำเสนอข้อมูล เป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 36 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสภาพการอยู่อาศัย

		SS	df	MS	F	Sig.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	21.641	4	5.410	13.216*	.000
	ภายในกลุ่ม	155.561	380	.409		
	รวม	177.201	384			
การรับรู้ว่ามีความสามารถ	ระหว่างกลุ่ม	20.452	4	5.113	8.437*	.000

		SS	df	MS	F	Sig.
	ภายในกลุ่ม	230.296	380	.606		
	รวม	250.748	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	ระหว่างกลุ่ม	19.416	4	4.854	8.587*	.000
	ภายในกลุ่ม	214.792	380	.565		
	รวม	234.208	384			
การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	ระหว่างกลุ่ม	28.545	4	7.136	12.073*	.000
	ภายในกลุ่ม	224.623	380	.591		
	รวม	253.169	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความดี	ระหว่างกลุ่ม	20.465	4	5.116	9.869*	.000
	ภายในกลุ่ม	196.993	380	.518		
	รวม	217.458	384			

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 7 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลานมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น

ตารางที่ 37 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสภาพการอยู่อาศัย เป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การเห็นคุณค่า ในตนเอง	$\bar{x}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่				
			อยู่คนเดียว	อยู่กับคู่สมรส	อยู่กับบุตรหลาน	อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น
1. อยู่คนเดียว	3.25	.75		-.827*	-.613*	-.700*	-.463*
2. อยู่กับคู่สมรส	4.07	.61			.214*	.127	.363*
3. อยู่กับบุตรหลาน	3.86	.68				-.087	.149
4. อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	3.95	.58					.236*
5. อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น	3.71	.66					

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 6 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส และบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติ หรือบุคคลอื่น
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น

ตารางที่ 38 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของผู้สูงอายุจำแนกตามสภาพการอยู่อาศัยเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	$\bar{x}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่				
			อยู่คนเดียว	อยู่กับคู่สมรส	อยู่กับบุตรหลาน	อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น
1. อยู่คนเดียว	3.15	.83		-.810*	-.530*	-.607*	-.401*
2. อยู่กับคู่สมรส	3.96	.75			.280*	.202	.409*
3. อยู่กับบุตรหลาน	3.68	.85				-.077	.129
4. อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	3.76	.72					.206
5. อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น	3.56	.80					

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 5 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส และบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติ หรือบุคคลอื่น
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญสูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น

ตารางที่ 39 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเองของผู้สูงอายุจำแนกตามสภาพการอยู่อาศัยเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเอง	$\bar{x}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่				
			อยู่คนเดียว	อยู่กับคู่สมรส	อยู่กับบุตรหลาน	อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น
1. อยู่คนเดียว	3.24	.90		-.767*	-.652*	-.671*	-.439*
2. อยู่กับคู่สมรส	4.01	.71			.115	.096	.329*
3. อยู่กับบุตรหลาน	3.90	.76				-.019	.214
4. อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	3.91	.76					.233
5. อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น	3.68	.67					

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเอง พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 5 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส และบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเองน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติ หรือบุคคลอื่น
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเองสูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น



ตารางที่ 40 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีอำนาจของผู้สูงอายุ จำแนกตามสภาพการอยู่อาศัยเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่ามีอำนาจ	$\bar{x}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่				
			อยู่คนเดียว	อยู่กับคู่สมรส	อยู่กับบุตรหลาน	อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น
1. อยู่คนเดียว	2.98	.79		-.959*	-.754*	-.798*	-.562*
2. อยู่กับคู่สมรส	3.94	.76			.205	.160	.396*
3. อยู่กับบุตรหลาน	3.73	.79				-.044	.191
4. อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	3.78	.74					.236
5. อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น	3.54	.78					

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่โดยใช้การทดสอบผลต่างนัยสำคัญ (LSD) การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดี พบคู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 7 คู่ ดังนี้

- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดีน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดีน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดีน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรส และบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดีน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติ หรือบุคคลอื่น
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดี สูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรหลาน
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดี สูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น
- ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลานมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดี สูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น

ตารางที่ 41 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าดีของผู้สูงอายุ จำแนกตามสภาพการอยู่อาศัยเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD

การรับรู้ว่าคุณค่าดี	$\bar{x}$	S.D.	สถานภาพการครองคู่				
			อยู่คนเดียว	อยู่กับคู่สมรส	อยู่กับบุตรหลาน	อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น
1. อยู่คนเดียว	3.60	.92		-.770*	-.516*	-.721*	-.451*
2. อยู่กับคู่สมรส	4.38	.64			.255*	.049	.319*
3. อยู่กับบุตรหลาน	4.12	.77				-.205	.064
4. อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	4.33	.66					.270*
5. อยู่กับญาติหรือบุคคลอื่น	4.06	.74					

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (LSD)

11) ภาวะสุขภาพที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวมและในรายด้านไม่แตกต่างกัน นำเสนอข้อมูลดังนี้

ตารางที่ 42 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามภาวะสุขภาพ

	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.88	.65	3.81	.73	950	.343
1. การรับรู้ว่าคุณค่าดี	3.74	.81	3.64	.81	1.149	.251
2. การรับรู้ว่าคุณค่าดี	3.84	.76	3.80	.81	.474	.635
3. การรับรู้ว่าคุณค่าดี	3.73	.78	3.62	.86	1.270	.205
4. การรับรู้ว่าคุณค่าดี	4.19	.72	4.16	.81	.335	.738

4.3.2 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

1) ช่วงเวลาการใช้งานที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวมและในรายด้านไม่แตกต่างกัน นำเสนอข้อมูลดังนี้

ตารางที่ 43 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามช่วงเวลาการใช้งาน

	ไม่ได้ใช้งานตลอดทั้งวัน		ใช้งานตลอดทั้งวัน		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.86	.70	3.83	.66	.438	.662
1. การรับรู้ว่าคุณค่าดี	3.69	.82	3.72	.79	-.318	.750
2. การรับรู้ว่าคุณค่าดี	3.83	.76	3.83	.80	-.039	.969

	ไม่ได้ใช้งานตลอดทั้งวัน		ใช้งานตลอดทั้งวัน		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
3. การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	3.73	.83	3.64	.79	.983	.326
4. การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี	4.21	.77	4.14	.74	.904	.366

2) ความถี่ในการใช้งานที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม และในรายด้านไม่แตกต่างกัน นำเสนอข้อมูลดังนี้

ตารางที่ 44 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามความถี่การใช้งาน

	ไม่ได้ใช้งานทุกวัน		ใช้งานตลอดทุกวัน		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.70	.90	3.87	.64	-1.278	.206
1. การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	3.49	1.08	3.73	.75	-1.568	.122
2. การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	3.67	.91	3.85	.76	-1.561	.119
3. การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	3.54	1.04	3.71	.77	-1.100	.276
4. การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี	4.11	.96	4.19	.72	-.674	.501

3) ระยะเวลาใช้งานต่อวันที่แตกต่างกัน มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม และในรายด้านไม่แตกต่างกัน นำเสนอข้อมูล เป็นตารางที่ 45 และ 46 ดังนี้

ตารางที่ 45 ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามระยะเวลาใช้งานต่อวัน

	น้อยกว่า 2 ชั่วโมง		2-3 ชั่วโมง		มากกว่า 3 ชั่วโมงขึ้นไป	
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.82	.75	3.84	.60	3.89	.63
1. การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	3.61	.91	3.76	.76	3.78	.68
2. การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	3.82	.83	3.79	.70	3.86	.77
3. การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	3.68	.86	3.68	.75	3.70	.79
4. การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี	4.17	.82	4.13	.68	4.23	.71

ตารางที่ 46 การวิเคราะห์ความแปรปรวนการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจำแนกตามระยะเวลาใช้งานต่อวัน

		SS	df	MS	F	Sig.
การเห็นคุณค่าในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	.378	2	.189	.408	.665
	ภายในกลุ่ม	176.823	382	.463		
	รวม	177.201	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	ระหว่างกลุ่ม	2.357	2	1.178	1.812	.165
	ภายในกลุ่ม	248.391	382	.650		
	รวม	250.748	384			

		SS	df	MS	F	Sig.
การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	ระหว่างกลุ่ม	.299	2	.149	.244	.784
	ภายในกลุ่ม	233.910	382	.612		
	รวม	234.208	384			
การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	ระหว่างกลุ่ม	.015	2	.007	.011	.989
	ภายในกลุ่ม	253.154	382	.663		
	รวม	253.169	384			
การรับรู้ว่าคุณมีความดี	ระหว่างกลุ่ม	.500	2	.250	.440	.644
	ภายในกลุ่ม	216.958	382	.568		
	รวม	217.458	384			

4) วัตถุประสงค์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งในภาพรวมและรายด้าน

วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ยกเว้นเพียงวัตถุประสงค์การใช้งานเพื่อเล่นเกมออนไลน์ ที่ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม นำเสนอข้อมูล เป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 47 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์การใช้งาน	การเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม	
	Pearson Correlation (r)	Sig.
เพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว	.428**	.000
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนสนิท	.391**	.000
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนในอดีต	.187**	.000
เพื่อติดต่อธุระ	.278**	.000
เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่	.317**	.000
เพื่อติดตามข่าวสาร ข้อมูลสุขภาพ ข่าวบันเทิง หรือการเมือง	.228**	.000
เพื่อโพสต์บอกเล่าเรื่องราวที่ตนพบ	.300**	.000
เพื่อแบ่งปันความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น เช่น ส่งดอกไม้ คำอวยพร	.345**	.000
เพื่อแสดงความเป็นสมาชิกและติดตามข่าวสารของของกลุ่ม เช่น กลุ่มเพื่อนร่วมรุ่น กลุ่มคนรักสุขภาพ	.337**	.000
เพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น คุปองร้านค้า	.162**	.001
เพื่อเล่นเกมออนไลน์	.079	.121

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นำเสนอข้อมูล เป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 48 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถของผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์การใช้งาน	การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ	
	Pearson Correlation (r)	Sig.
เพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว	.369**	.000
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนสนิท	.279**	.000
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนในอดีต	.162**	.002
เพื่อติดต่อธุระ	.309**	.000
เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่	.365**	.000
เพื่อติดตามข่าวสาร ข้อมูลสุขภาพ ข่าวบันเทิง หรือการเมือง	.245**	.000
เพื่อโพสต์บอกเล่าเรื่องราวที่ตนพบ	.348**	.000
เพื่อแบ่งปันความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น เช่น ส่งดอกไม้ คำอวยพร	.309**	.000
เพื่อแสดงความเป็นสมาชิกและติดตามข่าวสารของของกลุ่ม เช่น กลุ่มเพื่อนร่วมรุ่น กลุ่มคนรักสุขภาพ	.281**	.000
เพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น คุปองร้านค้า	.259**	.000
เพื่อเล่นเกมออนไลน์	.144**	.005

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 วัตถุประสงค์การใช้งานเพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น คุปองร้านค้า มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และวัตถุประสงค์การใช้งานเพื่อเล่นเกมออนไลน์ ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญของผู้สูงอายุ นำเสนอข้อมูล เป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 49 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญของผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์การใช้งาน	การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	
	Pearson Correlation (r)	Sig.
เพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว	.408**	.000
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนสนิท	.327**	.000

วัตถุประสงค์การใช้งาน	การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ	
	Pearson Correlation (r)	Sig.
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนในอดีต	.161**	.002
เพื่อติดต่อธุรกิจ	.223**	.000
เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่	.236**	.000
เพื่อติดตามข่าวสาร ข้อมูลสุขภาพ ข่าวบันเทิง หรือการเมือง	.179**	.000
เพื่อโพสต์บอกเล่าเรื่องราวที่ตนพบ	.226**	.000
เพื่อแบ่งปันความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น เช่น ส่งดอกไม้ คำอวยพร	.283**	.000
เพื่อแสดงความเป็นสมาชิกและติดตามข่าวสารของของกลุ่ม เช่น กลุ่มเพื่อนร่วมรุ่น กลุ่มคนรักสุขภาพ	.254**	.000
เพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น คุปองร้านค้า	.122*	.017
เพื่อเล่นเกมออนไลน์	.026	.611

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และวัตถุประสงค์การใช้งานเพื่อเล่นเกมออนไลน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นำเสนอข้อมูล เป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 50 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจของผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์การใช้งาน	การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ	
	Pearson Correlation (r)	Sig.
เพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว	.371**	.000
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนสนิท	.353**	.000
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนในอดีต	.173**	.001
เพื่อติดต่อธุรกิจ	.198**	.000
เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่	.297**	.000
เพื่อติดตามข่าวสาร ข้อมูลสุขภาพ ข่าวบันเทิง หรือการเมือง	.189**	.000
เพื่อโพสต์บอกเล่าเรื่องราวที่ตนพบ	.271**	.000
เพื่อแบ่งปันความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น เช่น ส่งดอกไม้ คำอวยพร	.308**	.000
เพื่อแสดงความเป็นสมาชิกและติดตามข่าวสารของของกลุ่ม เช่น กลุ่มเพื่อนร่วมรุ่น กลุ่มคนรักสุขภาพ	.291**	.000

วัตถุประสงค์การใช้งาน	การรับรู้ว่ามีอำนาจ	
	Pearson Correlation (r)	Sig.
เพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น คุปองร้านค้า	.173**	.001
เพื่อเล่นเกมออนไลน์	.101*	.048

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดีของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ยกเว้นเพียงวัตถุประสงค์การใช้งานเพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น คุปองร้านค้า การใช้งานเพื่อเล่นเกมออนไลน์ ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดีของผู้สูงอายุ นำเสนอข้อมูล เป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 51 แสดงผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์การใช้งานกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่ามีคุณความดีของผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์การใช้งาน	การรับรู้ว่ามีคุณความดี	
	Pearson Correlation (r)	Sig.
เพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว	.325**	.000
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนสนิท	.392**	.000
เพื่อสื่อสารกับเพื่อนในอดีต	.148**	.004
เพื่อติดต่อธุระ	.226**	.000
เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่	.187**	.000
เพื่อติดตามข่าวสาร ข้อมูลสุขภาพ ข่าวบันเทิง หรือการเมือง	.172**	.001
เพื่อโพสต์บอกเล่าเรื่องราวที่ตนพบ	.181**	.001
เพื่อแบ่งปันความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น เช่น ส่งดอกไม้ คำอวยพร	.286**	.000
เพื่อแสดงความเป็นสมาชิกและติดตามข่าวสารของของกลุ่ม เช่น กลุ่มเพื่อนร่วมรุ่น กลุ่มคนรักสุขภาพ	.336**	.000
เพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น คุปองร้านค้า	-.006	.910
เพื่อเล่นเกมออนไลน์	-.005	.928

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

#### 4.4 เปรียบเทียบระดับการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง

การศึกษาเปรียบเทียบระดับการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ที่ใช้สถิติเชิงอนุมาน Paired-Sample t-test โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุมีคะแนนรวมแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริงไม่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตามระดับการรับรู้ว่าคุณค่าในตนเองสำคัญภายในแอปพลิเคชันไลน์ สูงกว่าในชีวิตจริง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อพิจารณาค่าตัวเลขควบคู่กับเกณฑ์การตีความหมายแล้ว พบว่า ทั้งภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริงมีการเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม และรายด้านอยู่ในระดับสูงเหมือนกัน ดังตาราง ตารางที่ 52 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง

การเห็นคุณค่าในตนเอง	ภายในแอปพลิเคชันไลน์		ชีวิตจริง		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
การเห็นคุณค่าในตนเอง	3.85	.679	3.82	.663	.957	.339
การรับรู้ว่าคุณค่ามีความสามารถ	3.70	.808	3.70	.821	.079	.937
การรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญ	3.83	.781	3.73	.839	2.715*	.007
การรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจ	3.69	.812	3.70	.805	-.406	.685
การรับรู้ว่าคุณค่ามีคุณความดี	4.18	.753	4.17	.747	.334	.738

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาระดับการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญจำแนกตามรายข้อคำถาม พบว่าในข้อคำถาม “บุคคลอื่นจะตอบกลับหรือขอบคุณท่านเมื่อท่านส่งความปรารถนาดีไปให้” “ในวันสำคัญ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ วันพ่อ วันแม่ หรือวันสำคัญ ท่านได้รับคำอวยพรจากลูกหลาน เพื่อน หรือคนใกล้ชิด” และ “ท่านมักมีคนเข้ามาพูดคุยด้วยทำให้รู้สึกไม่เหงา” ภายในแอปพลิเคชันไลน์ มีระดับคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าในชีวิตจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาค่าตัวเลขควบคู่กับเกณฑ์การตีความหมายแล้ว พบว่า ทั้งภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริงมีระดับการรับรู้ว่าคุณค่าสำคัญอยู่ในระดับสูงเหมือนกัน ดังตาราง



ตารางที่ 53 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบการรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง จำแนกรายข้อคำถาม

การรับรู้ว่าคุณค่ามีความสำคัญ	ภายในแอปพลิเคชันไลน์		ชีวิตจริง		t	Sig.
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1. ลูกหลานคอยถามและห่วงใยสุขภาพของท่าน	3.72	1.143	3.62	1.210	1.716	.087
2. บุคคลอื่นจะตอบกลับหรือขอบคุณท่านเมื่อท่านส่งความปรารถนาดีไปให้	3.92	.970	3.81	1.014	2.106*	.036
3. ท่านรู้สึกดีใจที่เป็นส่วนหนึ่งของลูกหลาน ครอบครัว หรือกลุ่มเพื่อน	4.01	.952	3.93	1.025	1.617	.107
4. ลูกหลานให้ข้อมูลข่าวสารที่ท่านสนใจได้ในเวลาที่ท่านต้องการ	3.77	1.064	3.68	1.100	1.548	.122
5. เมื่อท่านมีเรื่องไม่สบายใจ ลูกหลานจะเข้ามาคุยกับท่าน	3.52	1.102	3.47	1.132	.793	.428
6. ในวันสำคัญ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ วันพ่อ วันแม่ หรือวันสำคัญ ท่านได้รับคำอวยพรจากลูกหลาน เพื่อน หรือคนใกล้ชิด	4.02	1.047	3.86	1.133	3.092*	.002
7. ท่านมักมีคนเข้ามาพูดคุยด้วยทำให้รู้สึกไม่เหงา	3.84	.957	3.73	.982	2.234*	.026

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิจัยข้างต้นผู้วิจัยได้วิเคราะห์การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์โดยจำแนกเป็นรายด้านดังนี้

#### 1. การเห็นคุณค่าในตนเองในภาพรวม

ผู้สูงอายุที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในอยู่ในระดับสูง สอดคล้องกับการศึกษาศึกษาพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการรับรู้ตนเองและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุไทยที่พบว่าการใช้แอปพลิเคชันไลน์มีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุไทยมีระดับการรับรู้ตนเองในเชิงบวกที่สูงขึ้น มีระดับการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

อยู่ในระดับสูง (จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557) ถึงแม้ว่า Coopersmith (1981a) จะระบุว่า องค์ประกอบภายในอย่างลักษณะทางกายภาพ ความสามารถ สมรรถภาพจะมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ในการศึกษาที่พบว่าเพศ อายุ สถานะทางการเงิน สถานะการ ออม ภาวะหนี้สิน อาชีพก่อนเกษียณ อาชีพในปัจจุบัน และภาวะสุขภาพที่แตกต่างกันกลับ ไม่ส่งผลต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง เห็นได้ว่าในการศึกษานี้ผู้สูงอายุที่มีภาวะสุขภาพที่ แตกต่างกันมีความสามารถในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เหมือนกัน เช่นเดียวกับแนวทาง การพัฒนาแอปพลิเคชันไลน์ ที่จัดทำพีเจอาร์เพื่อรองรับการใช้งานของทุกคน ไม่มีข้อจำกัด จากสภาวะร่างกาย ผู้สูงอายุทุกคนสามารถเข้าถึง และใช้งานได้ (LINE Corporation, 2018) ถึงแม้ว่าผู้สูงอายุที่มีปัญหาภาวะสุขภาพอาจมีความกังวลต่อสภาพร่างกายของตน อันนำไปสู่ การเห็นคุณค่าในตนเองที่ลดลง (วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ, 2556) แต่ในปัจจุบัน ระบบสาธารณสุขได้ปรับเปลี่ยนเป้าหมายจากการรับมือเข้าสู่การป้องกัน มีแนวทางการ รักษาโรคที่เพิ่มมากขึ้น และผู้ป่วยสามารถเข้าถึงการรักษาได้จากการกระจายตัวของ โรงพยาบาลทั่วกรุงเทพมหานคร และสวัสดิการการรักษาพยาบาลที่ครอบคลุมแต่ละสิทธิ์การ รักษา ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น มีความกังวลต่อโรคประจำตัวลดน้อยลง (ไทยรัฐ ฉบับพิมพ์, 2560) ภาวะสุขภาพจึงไม่เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของ ผู้สูงอายุ

ในด้านของระดับการศึกษา สถานภาพการครองคู่ และสภาพการอยู่อาศัยเป็นปัจจัย ที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เช่นเดียวกันกับแนวคิดองค์ประกอบภายนอก ที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Coopersmith, 1981a) โดยองค์ประกอบภายนอกตน ประกอบด้วย ความสัมพันธ์กับบุคคลภายในครอบครัว สถานภาพทางสังคม และสังคมและ กลุ่มเพื่อน ถึงแม้ว่าในอดีตผู้สูงอายุมีโอกาสเข้ารับการศึกษาน้อย อย่างไรก็ตามวัยสูงอายุยังเป็นวัยที่มีการสั่งสมประสบการณ์ชีวิต เรียนรู้การดำเนินชีวิตจากการปฏิบัติจริง (ชุตินา สิ้น ชัยวนิชกุล และจิราพร เกศพิชญวัฒนา, 2561) ผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับการศึกษาหรือมีการศึกษา ในระดับประถมศึกษาจึงมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงเช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่มีระดับ การศึกษามากกว่าประถมศึกษาขึ้นไป ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว มีการเห็นคุณค่าในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเทียบกับผู้สูงอายุที่ไม่ได้อาศัยอยู่คนเดียว มีการเห็นคุณค่าใน ตนเองอยู่ในระดับสูง จากแนวคิดของ Coopersmith (1981b) ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ร่วมกับ คนในครอบครัว ได้รับความสนใจ ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม จะมีระดับการเห็นคุณค่าใน ตนเองที่สูงกว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพัง หรือมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัวในเชิง ลบ เช่นเดียวกันกับสารานุกรมไทยฉบับผู้สูงวัยได้ระบุไว้ว่า การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม ทำให้ผู้สูงอายุต้องอยู่ลำพังกันมากขึ้น จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเหงา รู้สึกถูกทอดทิ้ง (เกื้อ

วงศ์บุญสิน และคณะ, 2560) นอกจากนี้ผู้สูงอายุที่คู่สมรสเสียชีวิตหรือบุตรหลานเสียชีวิตทำให้ต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยวมักจะมาด้วยอาการท้อแท้ สิ้นหวัง รู้สึกไร้ค่า ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่สะท้อนถึงการเห็นคุณค่าในตนเองที่ลดลง (จินตนา สงค์ประเสริฐ, 2538; พิมพ์จรัส บุญเลิศ, 2560; ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545)

เมื่อพิจารณาพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุ สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุไม่มีความจำเป็นต้องใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เป็นระยะเวลาานตลอดทั้งวัน หรือทุกวัน เพียงใช้งานแอปพลิเคชันไลน์อย่างน้อยที่สุดตามการศึกษานี้ คือ เป็นบางวัน เปิดใช้งานไม่ตลอดทั้งวัน และใช้งานน้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน แอปพลิเคชันไลน์ยังคงมีส่วนช่วยเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้ไม่แตกต่างกัน การใช้งานที่ไม่มากเกินไปนี้เองยังส่งผลให้ผู้สูงอายุไม่ต้องรับผลกระทบจากการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เป็นระยะเวลานาน อย่างไรก็ตาม การปวดศีรษะ ปวดกระบอกตา หรือว่าเสียเวลาทำงานอดิเรก (ปาริษฐ์ เกลี้ยงลำยอง, 2556; อัญชลี เกตุจันทร์ et al., 2561) ด้านวัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ การสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว กับเพื่อนสนิท และการแบ่งปันความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น เช่น ส่งดอกไม้ คำอวยพร จัดเป็นวัตถุประสงค์การใช้งานสามลำดับแรกเช่นเดียวกันกับการศึกษาอื่นๆ (จุฑารัตน์ ประเสริฐ, 2557; วรรณพร อินทมุสิก, 2560; ศิริพร แซ่ลิ้ม, 2558) โดยเฉพาะการติดต่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุมากที่สุด สะท้อนถึงปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับคนในครอบครัวที่ยังคงมีการติดต่อสื่อสาร ส่งความรู้สึกที่ดีให้กันและกัน ไม่รู้สึกเหงา โดดเดี่ยว หรือถูกทอดทิ้ง

## 2. การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ

ผู้สูงอายุที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์มีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูง โดยเฉพาะในเรื่องของการปรับอารมณ์และความคิด ให้ตัวเองมีความสุข มีอารมณ์ขัน และมีจิตใจที่เบิกบาน ที่มีระดับการเห็นด้วยสูงที่สุด นอกจากนี้การปรับอารมณ์และความคิดยังเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดีของผู้สูงอายุ (กรมอนามัย, 2561) ปัจจัยที่ส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถในตนเองของผู้สูงอายุที่นอกเหนือจากการเห็นคุณค่าในตนเองมีเพียง สถานะทางการเงิน และอาชีพในปัจจุบัน ที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ผู้สูงอายุที่มีปัญหาเรื่องเดือร้อนเรื่องค่าใช้จ่ายส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุวัยต้น ที่สามารถทำงาน และช่วยเหลือตนเองได้ (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2556) จึงเป็นสาเหตุที่มีระดับการทำงานที่ตั้งใจไว้ได้ตามเป้าหมาย การแก้ไขปัญหาดังกล่าวในชีวิตประจำวัน และการให้คำปรึกษาแก่ลูกหลานที่สูงกว่าผู้สูงอายุที่ไม่เดือร้อนเรื่องค่าใช้จ่าย

เมื่อพิจารณาพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ช่วงเวลา ความถี่ และระยะเวลาการใช้งานไม่ส่งผลต่อระดับการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถเช่นเดียวกันกับการรับรู้ตนในด้านอื่นๆ อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุที่ใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เพื่อติดต่อธุระ เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่ หรือเพื่อการซื้อสินค้า ติดตามคูปองร้านค้า มีระดับความสัมพันธ์ต่อการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถมากกว่าด้านอื่นๆอย่างชัดเจน เป็นที่น่าสังเกตว่าผู้สูงอายุที่เรียนรู้การซื้อของออนไลน์ หรือคุณลักษณะที่มีความสลับซับซ้อนของแอปพลิเคชันไลน์อย่างเช่น การเล่นเกมออนไลน์ จะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ผู้สูงอายุรู้สึกสามารถทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมาย สามารถเผชิญอุปสรรคและแก้ไขปัญหา ทั้งยังปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างดีตลอดจนมีระดับการรับรู้ความสามารถของตนเพิ่มสูงขึ้น (Rouse, 1993)

### 3. การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ

ผู้สูงอายุที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์มีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญสูง โดยเฉพาะในข้อความ “บุคคลอื่นจะตอบกลับหรือขอบคุณท่านเมื่อท่านส่งความปรารถนาดีไปให้” “ในวันสำคัญ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ วันพ่อ วันแม่ หรือวันสำคัญท่านได้รับคำอวยพรจากลูกหลาน เพื่อน หรือคนใกล้ชิด” และ “ท่านมักมีคนเข้ามาพูดคุยด้วยทำให้รู้สึกไม่เหงา” แอปพลิเคชันไลน์ มีส่วนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญมากกว่าชีวิตจริงอย่างเห็นได้ชัด นับเป็นผลลัพธ์จากคุณลักษณะของแอปพลิเคชันไลน์ที่ถูกออกแบบมาสำหรับการติดต่อสื่อสารที่สะดวก รวดเร็ว และสนุกสนาน (LINE Corporation, 2018; วรรณพร อินทมุสิก, 2560; วิศปต์ชัยช่วย, 2560) ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญเป็นเช่นเดียวกันกับการเห็นคุณค่าในตนเอง คือระดับการศึกษา สถานภาพการครองคู่ และสภาวะการอยู่อาศัย ผู้สูงอายุที่มีคู่สมรสอยู่ด้วยกันสะท้อนถึงการมีแหล่งเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน ทั้งในด้านวัตถุสิ่งของรวมไปถึงด้านจิตใจ (จอห์น โนเดล และนภาพร ชโยวรรณ, 2553) ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสจึงมีการเห็นคุณค่าในตนเองด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญสูงกว่าผู้สูงอายุที่โสด ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว มีการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญน้อยกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้อาศัยอยู่คนเดียว เห็นได้ว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ร่วมกับคนในครอบครัว ได้รับความสนใจ ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม จะรู้สึกว่าคุณมีความสำคัญ ไม่เหงา ไม่รู้สึกถูกทอดทิ้ง (เกื้อ วงศ์บุญสิน และคณะ, 2560)

สำหรับพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ผู้สูงอายุที่มีการติดต่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญมากที่สุด สะท้อนให้เห็นว่าการใช้แอปพลิเคชันไลน์จะเข้ามามีส่วนช่วยให้

ผู้สูงอายุทุกคน โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวสามารถรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเองมีความสำคัญเพิ่มขึ้น และมีส่วนช่วยลดปัญหาสังคมที่เกิดขึ้นจากสุขภาพจิตของผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี

#### 4. การรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจ

ผู้สูงอายุที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์มีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจสูง โดยเฉพาะความรู้สึกเชื่อมั่นในความคิดเห็นของตน ที่เป็นหนึ่งในลักษณะบุคคลที่มีการรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจ (Coopersmith, 1981a) มีระดับสูงที่สุดในกลุ่มข้อคำถามนี้ และยังเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุในปัจจุบัน ที่ผู้สูงอายุมีความยึดติดกับทัศนคติ ความคิด และเหตุผลของตนเองมากขึ้น (กรมอนามัย, 2561; จุฬารัตน์ ประเสริฐ, 2557) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจมีเพียงระดับการศึกษา สถานภาพการครองคู่ และสภาพการอยู่อาศัย ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวมีความเชื่อมั่นในความคิดเห็นของตน ความกล้าแสดงออก รวมไปถึงการรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจที่น้อยกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้อยู่คนเดียว ทั้งนี้สาเหตุเกิดขึ้นได้จากการปลื้มใจทางไกลจากสังคมของผู้สูงอายุ บทบาทในสังคมที่ลดลง ทำให้ผู้สูงอายุไม่กล้าแสดงออกจนเกิดความกังวลในการเผชิญหน้ากับบุคคลอื่นในสังคม (จินตนา สงค์ประเสริฐ, 2538; ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545) นอกจากนี้การใช้แอปพลิเคชันไลน์เพื่อติดต่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัวยังเป็นการส่งเสริมให้เกิดการรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจเช่นเดียวกันกับการเห็นคุณค่าในตนเองด้านอื่นๆข้างต้น จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งที่แอปพลิเคชันไลน์จะเข้ามามีส่วนช่วยผลักดันให้ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวรับรู้ว่าคุณค่ามีอำนาจมากยิ่งขึ้น

#### 5. การรับรู้ว่าคุณค่ามีคุณความดี

ผู้สูงอายุที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์มีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่ามีคุณความดีสูง โดยเฉพาะการสื่อสารด้วยคำสุภาพ คำนี้ถึงความรู้สึกของคู่สนทนา ทั้งยังชื่นชมและแสดงความยินดีเมื่อเห็นบุคคลอื่นประสบความสำเร็จอยู่ในระดับสูงมาก พฤติกรรมเหล่านี้ยังสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่ประกอบด้วย การใช้ภาษาเชิงบวก และการยอมรับคำยกย่องชมเชย (Girdano & Every, 1979) สอดคล้องกับการศึกษาพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการรับรู้ตนเองและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุไทยที่พบว่าการใช้แอปพลิเคชันไลน์ช่วยให้ผู้สูงอายุสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี และได้รับการยกย่องซึ่งกันและกัน (จุฬารัตน์ ประเสริฐ, 2557) แอปพลิเคชันไลน์จึงเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถชื่นชม ยกย่องบุคคลรอบตัวได้ง่ายขึ้น มีความรู้สึกที่ดีต่อกันมากขึ้น มีจิตใจเบิกบาน ช่วยในการยกระดับจิตใจ และการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้เป็นอย่างดี (วรรณพร อินทมุสิก, 2560) อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุเป็นวัยที่รู้สึกภาคภูมิใจเมื่อบุคคลอื่นรับรู้ในสิ่งดีงามที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมของตนไม่ว่าจะเป็นการประพาดิตนเป็นคนดี

มีศักดิ์ศรี ไม่หวังพึ่งพาใคร ไม่เป็นภาระของผู้อื่น หรือการมีทัศนคติด้านบวก (สุพรรณษา แสง  
พระจันทร์ et al., 2559) พฤติกรรมเหล่านี้จึงเป็นสาเหตุที่การรับรู้ว่าคุณค่าของคุณ  
ผู้สูงอายุระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริงไม่แตกต่างกัน



## บทที่ 5

### สรุปผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้ออปพลิเคชันไลน์ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ทั้งด้านลักษณะทางประชากรศาสตร์ และพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง รวมถึงเสนอแนะการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้ออปพลิเคชันไลน์

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและหญิง อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร และมีการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ พื้นที่การศึกษาคือกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งสิ้น 385 คน ทำการคำนวณโดยสูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างของ Cochran กำหนดค่าความเชื่อมั่นที่ระดับร้อยละ 95 สัดส่วนความคลาดเคลื่อนเท่ากับ .05 ทำการเลือกแผนการสุ่มตัวอย่างแบบโควต้า (Quota Sampling) โดยแบ่งกลุ่มตามที่ตั้งของพื้นที่เขตในกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย เขตชั้นใน เขตชั้นกลาง และเขตชั้นนอก เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างตามแบบความบังเอิญ (Accident sampling) ในแต่ละพื้นที่เขต

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย ลักษณะทางประชากรศาสตร์ ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานะทางการเงิน การประกอบอาชีพ สถานภาพ สภพการอยู่อาศัย และภาวะสุขภาพ ต่อมาคือ พฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ประกอบด้วย ระยะเวลาการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ความถี่ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ และวัตถุประสงค์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ สำหรับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ แบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ และการรับรู้ว่าคุณมีความดี

เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามปลายปิด (Close-ended question) ที่ประยุกต์มาจากการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ลักษณะทางประชากรศาสตร์ และพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์

ส่วนที่ 2 การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เปรียบเทียบระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง ทั้งในด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ และการรับรู้ว่าคุณมีความดี

ทั้งนี้การแปลผลแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าตามแบบของลิเคิร์ต จะใช้ค่าเฉลี่ยมาพิจารณาความถี่ของกลุ่มโดยคะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.80 หมายถึงมีระดับน้อยที่สุด 1.81 – 2.60 หมายถึงมีระดับน้อย 2.61 – 3.40 หมายถึงมีระดับปานกลาง 3.41 – 4.20 หมายถึงมีระดับมาก 4.21 – 5.00 หมายถึงมีระดับมากที่สุด

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ประกอบด้วย สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ประกอบด้วยค่าความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ในการบรรยายข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ พฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ได้แก่ การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ความสำคัญ อำนาจ และคุณความดี สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน โดยใช้การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสำหรับประชากรกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (Independent t-test) เพื่ออธิบายความแตกต่างของเพศกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ใช้การทดสอบความแตกต่างระหว่างตัวแปรแบบจับคู่ (Paired-Samples t-test) เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุระหว่างระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริง และใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Anova) เพื่ออธิบายความแตกต่างของระดับการศึกษา สถานะทางการเงิน การประกอบอาชีพ สถานภาพ และสภาพการอยู่อาศัยกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ และวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) เพื่ออธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพฤติกรรมการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์และระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยแปลผลความหมายค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์ตามข้อเสนอแนะของ Cohen's ดังนี้ ค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์ที่ .10-.30 หมายถึง มีความสัมพันธ์ในระดับเล็กน้อย ค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์ที่ .30-.50 หมายถึง มีความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง และค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์ที่มากกว่า .50 ขึ้นไป หมายถึง มีความสัมพันธ์ในระดับมาก

## 5.1 สรุปผลการศึกษา

ผู้วิจัยสรุปผลการศึกษาได้ประเด็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

1. ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างเกือบสองในสามเป็นเพศหญิง มีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 64 ปี มีช่วงอายุ 60-86 ปี ร้อยละ 61 มีอายุระหว่าง 60-64 ปี ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 32.3 สำหรับสถานะทางการเงิน สามในสี่ของผู้สูงอายุไม่มีปัญหาทางการเงิน ครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุมีเงินออมพอใช้ไปตลอด และสองในสามของผู้สูงอายุไม่มีหนี้สิน ก่อนเกษียณอายุงานผู้สูงอายุส่วนใหญ่ทำธุรกิจส่วนตัว และร้อยละ 44.7 ไม่ได้ทำงานในปัจจุบัน ทั้งนี้ผู้สูงอายุมากกว่าครึ่งหนึ่งมีสถานะสมรส และส่วนใหญ่อาศัยอยู่ร่วมกับคู่สมรสและบุตร โดยร้อยละ 61.3 ของผู้สูงอายุ ไม่มีโรคประจำตัว
2. พฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์ จำแนกออกเป็น ระยะเวลา ความถี่ในการใช้งาน ช่วงเวลาที่ใช้งาน และวัตถุประสงค์ในการใช้งาน ผลการศึกษามีดังนี้



- ระยะเวลา ความถี่ในการใช้งาน และช่วงเวลาที่ใช้งาน พบว่า ร้อยละ 86.8 ของผู้สูงอายุใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ทุกวัน เกือบครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุมีระยะเวลาใช้งานต่อวันน้อยกว่า 2 ชั่วโมง ผู้สูงอายุที่ใช้งาน 2-3 ชั่วโมง และมากกว่า 3 ชั่วโมงขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 22.1 และ 34.0 ตามลำดับ ช่วงเวลาการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ของผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่ใช้งานตลอดทั้งวัน คิดเป็นร้อยละ 46.2
- วัตถุประสงค์ในการใช้งานเพื่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อสื่อสารกับเพื่อนสนิท เพื่อติดตามข่าวสาร เพื่อแสดงความเป็นสมาชิกและติดตามข่าวสารของของกลุ่ม และเพื่อติดต่อธุระ มีความถี่การใช้งานอยู่ในระดับมาก เพื่อแบ่งปันความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น เพื่อสื่อสารกับเพื่อนในอดีต และเพื่อโพสต์บอกเล่าเรื่องราวที่ตนพบเจอ มีความถี่อยู่ในระดับปานกลาง เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่ และเพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น คุปองร้านค้า มีความถี่ในระดับน้อย ทั้งนี้ผู้สูงอายุมีวัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เพื่อเล่นเกมออนไลน์อยู่ในระดับน้อยที่สุด

3. การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ  $3.85 \pm .68$  เมื่อพิจารณาควบคู่กับเกณฑ์ความหมายพบว่าผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง ทั้งนี้ผู้สูงอายุมีระดับการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ความสำคัญ อำนาจ และคุณความดีอยู่ในระดับสูง เมื่อวิเคราะห์ตามข้อคำถามในแบบสอบถาม พบว่า ในด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ หัวข้อ ความสามารถปรับอารมณ์และความคิด ให้ตัวเองมีความสุข มีอารมณ์ขัน และมีจิตใจที่เบิกบาน มีระดับคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ ผู้สูงอายุเห็นด้วยสำหรับข้อคำถาม “ในวันสำคัญ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ วันพ่อ วันแม่ หรือวันสำคัญ ท่านได้รับคำอวยพรจากลูกหลาน เพื่อน หรือคนใกล้ชิด” ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ ข้อคำถาม “ท่านมักมีเพื่อนใหม่เข้ามาขอพูดคุยเป็นเพื่อนด้วย” มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ในด้านการรับรู้ว่าคุณมีความดีมีข้อคำถามที่ผู้สูงอายุเห็นด้วยเป็นอย่างยิ่งคือ “ท่านสื่อสารด้วยคำพูดสุภาพ และคำนึงถึงความรู้สึกของคู่สนทนา” และ “ท่านจะแสดงความชื่นชม ยินดี เมื่อเห็นคนที่ท่านรู้จักประสบความสำเร็จ”

4. ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในแต่ละด้าน แบ่งเป็นปัจจัยทางประชากรศาสตร์ และพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ผลการศึกษามีดังนี้

#### 1) การเห็นคุณค่าในตนเอง

- เพศ อายุ สถานะทางการเงิน สถานะการออม ภาวะหนี้สิน อาชีพก่อนเกษียณ อาชีพในปัจจุบัน และภาวะสุขภาพไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ในขณะที่

ระดับการศึกษา สถานภาพการครองคู่ และสภาพการอยู่อาศัย ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

- ช่วงเวลา ความถี่ และระยะเวลาการใช้งานไม่ส่งผลต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

## 2) การรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ

- เพศ อายุ สถานะการออม ภาวะหนี้สิน อาชีพก่อนเกษียณ และภาวะสุขภาพไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในขณะที่ระดับการศึกษา สถานะทางการเงิน อาชีพในปัจจุบัน สถานภาพการครองคู่ และสภาพการอยู่อาศัย ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
- ช่วงเวลา ความถี่ และระยะเวลาการใช้งานไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ

## 3) การรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ

- เพศ อายุ สถานะทางการเงิน สถานะการออม ภาวะหนี้สิน อาชีพก่อนเกษียณ อาชีพในปัจจุบัน และภาวะสุขภาพไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ ในขณะที่ระดับการศึกษา สถานภาพการครองคู่ และสภาพการอยู่อาศัย ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
- ช่วงเวลา ความถี่ และระยะเวลาการใช้งานไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ

## 4) การรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ

- เพศ อายุ สถานะทางการเงิน สถานะการออม ภาวะหนี้สิน อาชีพก่อนเกษียณ อาชีพในปัจจุบัน และภาวะสุขภาพไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ ในขณะที่ระดับการศึกษา สถานภาพการครองคู่ และสภาพการอยู่อาศัย ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
- ช่วงเวลา ความถี่ และระยะเวลาการใช้งานไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีอำนาจ

## 5) การรับรู้ว่าคุณมีคุณความดี

- เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานะทางการเงิน สถานะการออม ภาวะหนี้สิน อาชีพก่อนเกษียณ และภาวะสุขภาพไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้าน

การรับรู้ว่าคุณค่าในตนเองดี ในขณะที่ อาชีพในปัจจุบัน สถานภาพการครองคู่ และสภาพการอยู่อาศัย ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าในตนเองดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

- ช่วงเวลา ความถี่ และระยะเวลาการใช้งานไม่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าในตนเองดี

5. ความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์ในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในแต่ละด้าน ผลการศึกษามีดังนี้

1) การเห็นคุณค่าในตนเอง

- วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ยกเว้นเพียงวัตถุประสงค์การใช้งานเพื่อเล่นเกมออนไลน์ ที่ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

2) การรับรู้ว่าคุณค่าความสามารถ

- วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าความสามารถอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3) การรับรู้ว่าคุณค่าสำคัญ

- วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าสำคัญอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ยกเว้นเพียงวัตถุประสงค์การใช้งานเพื่อเล่นเกมออนไลน์ ที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าสำคัญ

4) การรับรู้ว่าคุณค่าอำนาจ

- วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าอำนาจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

5) การรับรู้ว่าคุณค่าความดี

- วัตถุประสงค์การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าความดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ยกเว้นเพียงวัตถุประสงค์การใช้งานเพื่อซื้อสินค้าหรือบริการ ติดตามโปรโมชั่น คุปองร้านค้า และเพื่อเล่นเกมออนไลน์ ที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าความดี

6. เปรียบเทียบระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในแต่ละด้าน ระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีคะแนนรวมแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง ระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์และชีวิตจริงไม่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตามการเห็นคุณค่าในตนเอง

ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญภายในแอปพลิเคชันไลน์ สูงกว่าในชีวิตจริง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อพิจารณาระดับการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญจำแนกตามรายข้อคำถาม พบว่าในข้อคำถาม “บุคคลอื่นจะตอบกลับหรือขอบคุณท่านเมื่อท่านส่งความปรารถนาดีไปให้” “ในวันสำคัญ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ วันพ่อ วันแม่ หรือวันสำคัญ ท่านได้รับคำอวยพรจากลูกหลาน เพื่อน หรือคนใกล้ชิด” และ “ท่านมักมีคนเข้ามาพูดคุยด้วยทำให้รู้สึกไม่เหงา” ภายในแอปพลิเคชันไลน์ มีระดับคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าในชีวิตจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

## 5.2 ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยขอเสนอแนะแนวทางการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุผ่านการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ดังนี้

### 1. ข้อเสนอแนะสำหรับภาครัฐ

#### 1.1 เพิ่มโอกาสในการเข้าถึงการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์แก่ผู้สูงอายุ

จากผลการวิจัยพบว่าแอปพลิเคชันไลน์มีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญเพิ่มมากขึ้นจากชีวิตจริง และการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อซื้อสินค้า บริการ ติดตามโปรโมชั่น และเล่นเกมออนไลน์ยังมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ดังนั้นภาครัฐควรมีการสนับสนุน ส่งเสริมเรื่องแพลตฟอร์มดิจิทัลสำหรับผู้สูงอายุ โดยเริ่มต้นจัดโครงสร้างขั้นพื้นฐานโดยรัฐ ให้มีอินเทอร์เน็ต และ wi-fi ทั่วถึง สำหรับกลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่สามารถเข้าถึงได้ ควรมีช่องทางในการเข้าถึงอุปกรณ์สื่อสารสมัยใหม่ เพื่อรองรับสังคมสูงอายุ ให้ผู้สูงอายุทุกคนสามารถเข้าถึงการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ รับข้อมูลสุขภาพ ข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่ตน สามารถติดต่อสื่อสารกับบุคคลรอบข้างได้ง่ายยิ่งขึ้น ตลอดจนเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองจากการใช้แอปพลิเคชันไลน์

#### 1.2 เพิ่มมาตรการป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบจากการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์

ถึงแม้ว่าผลการศึกษาจะพบว่าแอปพลิเคชันไลน์เป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะช่วยเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองแก่ผู้สูงอายุ แต่อย่างไรก็ตามสังคมในปัจจุบันยังคงมีบุคคลที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์เป็นเครื่องมือในการบิดเบือนความเข้าใจของผู้บริโภค ทั้งการส่งข้อมูลที่ไม่เป็นความจริง หรือการหลอกลวงจนเกิดการสูญเสียทรัพย์สิน (เกื้อ วงศ์บุญสิน และคณะ, 2560) ดังนั้นภาครัฐควรมีมาตรการป้องกัน

ร่วมพัฒนากับผู้พัฒนาแอปพลิเคชัน เกิดการสร้างแพลตฟอร์มที่เป็นมิตรแก่ผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุสามารถใช้งานได้อย่างปลอดภัย และไม่ตกเป็นเหยื่อของผู้ไม่หวังดี

### 1.3 เพิ่มความรู้การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์แก่ผู้สูงอายุอย่างรอบด้าน

แอปพลิเคชันไลน์มีทั้งคุณประโยชน์และโทษ นอกจากทำให้ผู้สูงอายุเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้น การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์เป็นระยะเวลาานอาจสร้างผลกระทบที่ไม่คาดฝัน อย่างเช่น เกิดอาการปวดศีรษะ ปวดกระบอกตา หรือว่าเสียเวลาทำงานอดิเรก (ปารัชญ์ เกลี้ยงถ้ายอง, 2556; อัญชลี เกตุจันทร์ et al., 2561) อีกทั้งการตกเป็นเหยื่อของผู้ไม่หวังดี เช่น การส่งต่อข่าวสารที่ผิดหรือบิดเบือน หรือการหลอกลวงจนเกิดการสูญเสียทรัพย์สิน ภาครัฐควรเพิ่มพูนทักษะความรู้ให้แก่ผู้สูงอายุในการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ ผ่านการประชาสัมพันธ์ หรือจัดอบรมเสวนา เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ได้อย่างเหมาะสม รู้เท่าทันสื่อ (Media literacy) รู้ถึงประโยชน์และโทษของแอปพลิเคชันไลน์อย่างรอบด้าน ทั้งนี้ภาครัฐยังสามารถใช้แอปพลิเคชันไลน์เป็นช่องทางในการสื่อสารกับผู้สูงอายุได้

## 2. ข้อเสนอแนะสำหรับภาคเอกชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

### 2.1 ใช้แอปพลิเคชันไลน์เป็นเครื่องมือหนึ่งในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุ หรือสถานพยาบาล ที่พบผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ แอปพลิเคชันไลน์สามารถเป็นเครื่องมือหนึ่งที่ช่วยเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายรร่วมกันกับวิธีหรือเครื่องมืออื่น ๆ ได้ พัฒนาช่องทางการติดต่อสื่อสาร ให้สอดคล้องกับยุคสมัย ให้ความรู้ ความเข้าใจแก่ผู้สูงอายุผ่านแอปพลิเคชันไลน์

### 2.2 เพิ่มทักษะความรู้การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์แก่ผู้สูงอายุอย่างรอบด้าน

ภาคเอกชนควรชี้ผู้สูงอายุเห็นทั้งประโยชน์และโทษจากการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์อย่างรอบด้าน ผลักดันการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ให้ตรงตามวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในแต่ละด้านได้อย่างเฉพาะเจาะจง เช่น ผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าสำคัญต่ำ ภาคเอกชนสามารถแนะนำให้ผู้สูงอายุใช้แอปพลิเคชันไลน์เพื่อติดต่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อนสนิท เพื่อให้ผู้สูงอายุมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณค่าสำคัญเพิ่มมากขึ้น หรือผู้สูงอายุที่มี

แนวโน้มการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถต่ำ ภาคเอกชนสามารถนำแอปพลิเคชันไลน์มาเพิ่มระดับการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ผ่านการติดตามโปรโมชั่น หรือการเล่นเกมนออนไลน์

### 3. ข้อเสนอแนะสำหรับผู้สูงอายุ

#### 3.1 ผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำสามารถใช้แอปพลิเคชันไลน์เพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง

สำหรับข้อบ่งชี้จากการศึกษาเรื่องสภาพการอยู่อาศัย แอปพลิเคชันไลน์ช่วยให้ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง อีกทั้งผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวมักเกิดความรู้สึกเหงา โดดเดี่ยว หรือแปลกแยกจากสังคม มีแนวโน้มที่จะเผชิญปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ (จุฬารัตน์ ประเสริฐ, 2557; วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ, 2556; ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545) แอปพลิเคชันไลน์จึงเป็นหนึ่งในเครื่องมือที่ช่วยเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้มากขึ้น

#### 3.2 แอปพลิเคชันไลน์ช่วยให้ผู้สูงอายุมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะการรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญ

สำหรับข้อบ่งชี้จากการศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างภายในแอปพลิเคชันไลน์ และชีวิตจริง การใช้งานแอปพลิเคชันไลน์ช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรับรู้ว่าคุณมีความสำคัญเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะในเวลาที่คุณปรารถนาจะไปแล้วได้รับการตอบกลับมา การที่ตนได้รับคำอวยพรในวันสำคัญต่างๆ หรือการที่มีคนเข้าทักทายพูดคุยด้วย ทำให้ตนไม่รู้สึกเหงา ทั้งนี้การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุไม่ว่าจะเป็น การเสื่อมถอยทางด้านร่างกาย จิตใจ หรือสังคมส่งผลให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณมีความสำคัญลดลง (วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ, 2556) การใช้แอปพลิเคชันไลน์จึงช่วยอุดช่องว่างการเสื่อมถอยนี้ได้

สำหรับข้อบ่งชี้จากการศึกษาพฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ผู้สูงอายุที่ใช้แอปพลิเคชันไลน์เพื่อติดต่อสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว จะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่เพิ่มสูงขึ้นมากกว่าการใช้งานเพื่อวัตถุประสงค์อื่นๆ เนื่องจากบริบททางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ลูกหลานต่างออกไปหารายได้ ทำให้ผู้สูงอายุบางรายต้องอยู่ตามลำพัง รู้สึกห่างจากคนในครอบครัวมากยิ่งขึ้น ขาดความใส่ใจและเกื้อกูลกัน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560) ดังนั้นการสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว

ผ่านแอปพลิเคชันไลน์ สามารถช่วยร่นระยะทางความห่างระหว่างผู้สูงอายุกับคนในครอบครัว และเพิ่มระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้

### 3.3 ผู้สูงอายุควรมีการใช้งานแอปพลิเคชันไลน์อย่างเหมาะสม

เนื่องจากระยะเวลาการใช้งาน ความถี่ในการใช้งาน และช่วงเวลาที่ใช้งานที่เพิ่มมากขึ้น ไม่ได้ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ผู้สูงอายุจึงควรพิจารณาระยะเวลาในการใช้แอปพลิเคชันไลน์ ไม่ให้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ และการปฏิสัมพันธ์ในชีวิตจริง (ปารัชญ์ เกลี้ยงถายอง, 2556; อัญชลี เกตุจันทร์ et al., 2561)

## 5.3 ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครเท่านั้น ดังนั้น หากศึกษาเพิ่มเติมในพื้นที่ภูมิภาค ประชากร กลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น ในชนบท ที่บริบททางสังคมแตกต่างกันออกไป จะสามารถได้รายละเอียดและผลการศึกษาที่ต่างกันเพื่อกำหนดแนวทางรับมือกับปัญหาได้ครอบคลุมมากขึ้น ซึ่งจะก่อให้เกิดผลดีต่อการเตรียมความพร้อมก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ในระดับภาพรวมทั้งประเทศ
2. การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นเพียงการวิจัยเชิงปริมาณเท่านั้น ครั้งต่อไปหากมีการศึกษาในลักษณะการวิจัยเชิงคุณภาพ มีการสัมภาษณ์เชิงลึกก็จะสามารถเปรียบเทียบผลลัพธ์เนื้อหา ในรายละเอียดของมิติต่างๆได้อย่างลุ่มลึก
3. การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ศึกษาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพจิตใจของผู้สูงอายุเท่านั้น แต่ผู้สูงอายุมักเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านอื่นๆด้วยไม่ว่าจะเป็น ด้านร่างกาย ด้านสังคม เป็นต้น หากมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับประเด็นต่างๆเหล่านี้ด้วย จะทำให้เกิดข้อเสนอแนะในการเตรียมความพร้อมด้านการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุได้รอบด้านมากขึ้น

## บรรณานุกรม

ภาษาไทย

กรมการแพทย์. (2557). แนวทางเวชปฏิบัติภาวะสมองเสื่อม. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด.

กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2561). สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย 77 จังหวัด ณ วันที่ 31 ธันวาคม 2560. Retrieved from [http://www.dop.go.th/download/knowledge/th1533055363-125\\_1.pdf](http://www.dop.go.th/download/knowledge/th1533055363-125_1.pdf)

กรมสุขภาพจิต. (2561). สถิติผู้สูงอายุฆ่าตัวตายสูงอันดับ 2. Retrieved from <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=27623>

กรมอนามัย. (2561). การเปลี่ยนแปลงและเตรียมตัวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ. Retrieved from <http://hp.anamai.moph.go.th/soongwai/statics/health/prepared/topic002.php>

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2553). พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546. Retrieved from [http://www.dop.go.th/download/laws/regulation\\_th\\_20152509163042\\_1.pdf](http://www.dop.go.th/download/laws/regulation_th_20152509163042_1.pdf)

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2556). รายงานการศึกษาโครงการติดตามและประเมินผลการดำเนินงานตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ.2554 – 2564) ระยะที่ 2 (พ.ศ.2550 – 2554). กรุงเทพมหานคร: วิทยาลัยประชากรศาสตร์.

กระทรวงสาธารณสุข. แนวคิดการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว. Retrieved from <http://eh.anamai.moph.go.th/download/Manual/Long%20Term%20Care.pdf>

กิตติพงศ์ สนธิสัมพันธ์. (2560). รับมือสังคมผู้สูงอายุ: ตัวอย่างจากต่างประเทศ. Retrieved from <https://themomentum.co/happy-life-aging-society/>

เกื้อ วงศ์บุญสิน และคณะ. (2560). ผู้สูงอายุและสังคมไทย: สารานุกรมไทยฉบับผู้สูงอายุ.

จอห์น โนเดล และนภาพร ชโยวรรณ. (2553). การสูงอายุทางประชากร และการอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุในประเทศไทย แนวโน้มอดีต สถานการณ์ปัจจุบันและความท้าทายในอนาคต. กรุงเทพมหานคร: กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ.

จินตนา สงค์ประเสริฐ. (2538). ผู้สูงอายุ (*Agging*). เชียงใหม่: พงษ์สวัสดิ์การพิมพ์.

จุฬารัตน์ ประเสริฐ. (2557). พฤติกรรมการใช้แอปพลิเคชันไลน์กับการรับรู้ตนเองและการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นของผู้สูงอายุไทย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.

จุฬารัตน์ แสงทอง. (2557). ประสบการณ์ชีวิตและการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่ปฏิบัติงานอาสาสมัครในโรงพยาบาลของรัฐ. (วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ปทุมธานี.

ชมพูนุท พรหมภักดี. (2556). การเข้าสู่สังคมสูงอายุประเทศไทย. สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, 3, 12.



- ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา. (2556). การเห็นคุณค่าในตนเอง. คลังความรู้เพื่อสนับสนุนงานสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. Retrieved from <http://ns2.ph.mahidol.ac.th/phklb/detail/index/909>
- ชุติมา สีนชัยวนิชกุล และจิราพร เกศพิชญวัฒนา. (2561). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการสูงวัยอย่างมีสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนเขตกรุงเทพมหานคร. วารสารพยาบาลทหารบก, 1(19), 100-109.
- ดวงกมล ทองอยู่. (2557). แนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นตามทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตน. วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์, 4(2), 179-190.
- ไทยรัฐฉบับพิมพ์. (2560). เปิดหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า โอกาสคนไทยเข้าถึงการรักษาพยาบาล. Retrieved from <https://www.thairath.co.th/scoop/1043824>
- ธีระ ชัยยุทธธรรมรงค์. (2542). การเสริมสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง. วารสารวิชาการ, 2, 68-74.
- นฤมล บุญส่ง. (2561). สื่อสังคมกับการเรียนการสอนในศตวรรษที่ 21. *Veridian E-Journal. Silpakorn University*, 11(1), 2873-2885.
- ปรกรณ์ เชื้อแก้วจินดา. (2559). การเห็นคุณค่าในตนเองของคนงานกวาดถนน สังกัดกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์สังคมวิทยาและมานุษยวิทยามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ปทุมธานี.
- ปริญญา แก้วทองงค์. (2552). การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษา ชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร จังหวัดปราจีนบุรี. (วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ปทุมธานี.
- ปรมาภรณ์ เกษียรสินธุ์. (2555). กลยุทธ์การสื่อสารในการสอนคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ตสำหรับผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมระดับกลาง. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ประเสริฐ อัสสันตชัย. (2560). การเปลี่ยนแปลงของระบบประสาท. Retrieved from [http://www.si.mahidol.ac.th/project/geriatrics/knowledge\\_article/knowledge\\_header\\_2\\_008.html](http://www.si.mahidol.ac.th/project/geriatrics/knowledge_article/knowledge_header_2_008.html)
- ปารัชญ์ เกียรติ์ถายอง. (2556). การสร้างคุณค่าในตนเองผ่านสื่อสังคมออนไลน์เฟซบุ๊กของนิสิตนักศึกษาในกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- พรรณทิพย์ เอกะนันท์. (2516). การเปลี่ยนแปลงความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองของ วัยรุ่น. วารสารครุศาสตร์, 5, 64-69.
- พิชิต วิจิตรบุญรักษ์. (2554). สื่อสังคมออนไลน์: สื่อแห่งอนาคต. วารสารนักบริหาร, 31(4), 99-103.
- พิมพ์จรัส บุญเลิศ. (2560). การส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าผ่านเกมออนไลน์ (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- เพ็ญผกา กาญจนภาส. (2541). ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการส่งเสริมสุขภาพในการดูแล

- ตนเองของผู้สูงอายุ อำเภอหนองบัวระเหว จังหวัดชัยภูมิ. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2560). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2559. นครปฐม: บริษัท พรินเตอร์จำกัด.
- รศรินทร์ เกรย์ และคณะ. (2556). มโนทัศน์ใหม่ของนิยามผู้สูงอายุ: มุมมองเชิงจิตวิทยาสังคมและสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เดือนตุลาจำกัด.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). สื่อสังคม. Retrieved from <http://www.royin.go.th/?knowledges=สื่อสังคม-4-ตุลาคม-2556>
- วรรณพร อินทมุสิก. (2560). การศึกษาพฤติกรรมการใช้และผลที่ได้รับต่อชีวิตและจิตใจจากแอปพลิเคชันไลน์ของกลุ่มสูงอายุ. (การค้นคว้าอิสระ นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, กรุงเทพมหานคร.
- วันทิน ศรีเบญจลักษณ์, & ปณิตา ลิ้มปะวิฒนะ. (2556). ภาวะกลืนปัสสาวะไม่ได้ในผู้สูงอายุ. วารสารประสาทวิทยาศาสตร์ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ, 8(2), 82-92.
- วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ. (2556). รายงานประจำปีสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2555. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พงษ์พานิชย์เจริญผล.
- วิศปัติย์ ชัยช่วย. (2560). การใช้ LINE ของผู้สูงอายุ: การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา. *Veridian E-Journal. Silpakorn University*, 10(1), 905-918.
- วีรศักดิ์ เมืองไพศาล, ประเสริฐ อัสสันตชัย, รศรินทร์ เกรย์, ศิริพันธุ์ สาส์ตย์, & รุ่งนรินทร์ ประดิษฐ์สุวรรณ. (2560). สารานุกรมไทยฉบับผู้สูงอายุ: ความชราและวงจรชีวิต.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2545). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย (เล่ม 2) วัยรุ่น-วัยสูงอายุ (8 ed.). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิริพร แซ่ลิ้ม. (2558). พฤติกรรมการใช้ไลน์แอปพลิเคชันของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์วารสารศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ปทุมธานี.
- ศุภศิลป์ กุลจิตต์เจี๊วงค์. (2556). ไลน์รูปแบบการสื่อสารบนความสร้างสรรค์ของสมาร์ตโฟน: ข้อดีและข้อจำกัดของแอปพลิเคชัน. *วารสารนักบริหาร*, 33(4), 42-54.
- ศูนย์ข้อมูลกรุงเทพมหานคร. (2561a). กรุงเทพฯปัจจุบัน. Retrieved from <http://203.155.220.230/m.info/nowbma/>
- ศูนย์ข้อมูลกรุงเทพมหานคร. (2561b). แผนแม่บทเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารกรุงเทพมหานคร ระยะ 5 ปี (พ.ศ.2561-2565). Retrieved from [http://203.155.220.230/bmainfo/docs/plan\\_IT\\_BMA/plan\\_IT\\_BMA.pdf](http://203.155.220.230/bmainfo/docs/plan_IT_BMA/plan_IT_BMA.pdf)
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2561). สารประชากร มหาวิทยาลัยมหิดล: ประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2561. Retrieved from

<http://www.ipsr.mahidol.ac.th/ipsr/Contents/Documents/Gazette/Gazette2018TH.pdf>

สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. (2525). สังคมไทยแนวทางการวิจัยและพัฒนา. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สมิต อาชวณิชกุล. (2545). การพัฒนาตนเอง. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2560). สังคมสูงวัย 60+. Retrieved from

[https://www.m-society.go.th/article\\_attach/20463/21073.pdf](https://www.m-society.go.th/article_attach/20463/21073.pdf)

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2556). การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย

พ.ศ. 2553 – 2583. Retrieved from

<http://social.nesdb.go.th/social/Portals/0/Documents/การคาดประมาณ%20e-book.pdf>

สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร.

(2557). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2556. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์. (2561). Thailand internet user profile 2018. Retrieved from

[https://www.etcha.or.th/app/webroot/content\\_files/13/files/Slide\\_for\\_Stage%281%29.pdf](https://www.etcha.or.th/app/webroot/content_files/13/files/Slide_for_Stage%281%29.pdf)

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). มองภาพคร่าวๆของไทยในรอบ 10 ปี. Retrieved from

[http://service.nso.go.th/nso/web/article/article\\_62.html](http://service.nso.go.th/nso/web/article/article_62.html)

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2561). จำนวนผู้ป่วย / สาเหตุการตาย. Retrieved from

<http://service.nso.go.th/nso/web/statseries/statseries09.html>

สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม. (2561). การสำรวจการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2560. Retrieved from

[http://www.nso.go.th/sites/2014/DocLib13/ด้านICT/เทคโนโลยีในครัวเรือน/2560/FullReportICT\\_60.pdf](http://www.nso.go.th/sites/2014/DocLib13/ด้านICT/เทคโนโลยีในครัวเรือน/2560/FullReportICT_60.pdf)

สุธรรม นันทมงคลชัย, อรุณศิริ เมฆพัฒน์, พิทยา จารุพูนผล, & โชคชัย หมั่นแสวงทรัพย์. (2550). ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในเขตชนบทจังหวัดนครสวรรค์. จดหมายเหตุทางแพทย์ แพทยสมาคมแห่งประเทศไทย, 90(1), 155-159.

สุพรรณษา แสงพระจันทร์, จิณห์จุฑา ชัยเสนา ดาลลาส, ภรภัทร เสงอุตมทรัพย์, & เวทิส ประทุมศรี. (2559). การรับรู้ความหมายความมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า. วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข, 26(2), 76-88.

สุมาลี สังข์ศรี. (2540). การศึกษานอกโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุ โดยประยุกต์ใช้วิธีการศึกษาทางไกล.

กรุงเทพมหานคร: 9119 เทคนิคพรินต์ติ้ง.

สุรกุล เจนอบรม. (2541). วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุ และการศึกษานอกระบบสำหรับผู้สูงอายุไทย. (ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย., กรุงเทพมหานคร.

สุรัชพงษ์ สิกขาบัณฑิต. (2561). นโยบายประเทศไทย 4.0 : โอกาส อุปสรรค และผลประโยชน์ของไทยในภูมิภาคอาเซียน. Retrieved from

[https://www.parliament.go.th/ewtadmin/ewt/parliament\\_parcy/download/article/article\\_20180302145352.pdf](https://www.parliament.go.th/ewtadmin/ewt/parliament_parcy/download/article/article_20180302145352.pdf)

เสมอจันทร์ อนะเทพ. (2535). ความสัมพันธ์ ระหว่างการรับรู้เกี่ยวกับโรค ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กับพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์ของผู้เสพยาเสพติดทางเส้นเลือดที่ได้รับการรักษาด้วยยาเมธาโดน. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม.

อัญชลี เกตุจันทร์, ณิชฐาพร สลุงอยู่, & สุรินทร์ มรรคา. (2561). ผลกระทบของการใช้แอปพลิเคชัน Line ที่มีต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอบางปะกง จังหวัดฉะเชิงเทรา. วารสารรัชต์ภาคย์, 12(25), 52-65.

เอมิกา เหมมินทร์. (2556). พฤติกรรมการใช้และความคิดเห็นเกี่ยวกับผลที่ได้จากการใช้เครือข่ายสังคม ออนไลน์ (Social Media) ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.

ภาษาอังกฤษ

Boss, G. R., & Seegmiller, J. E. (1981). Age-Related Physiological Changes and Their Clinical Significance. *Western Journal of Medicine*, 135, 440.

Brown, J. D. (1998). *The self*. In. New York: McGraw-Hill.

Brown, J. D., & Marshall, M.A. (2006). *The three faces of self-esteem*. New York: Psychology Press.

Bruno, F. J. (1983). *Adjustment and Personal Growth: Seven Pathway*. New York: John Wiley & Sons.

Cambridge University Press. (2018). Social media. Retrieved from

<https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/social-media>

Cooley, C. H. (1902). *Human Nature and the Social Order*. New York: Scribner's.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman and Company.

Coopersmith, S. (1981a). *The Antecedents of Self-Esteem* (2 ed.). California: Consulting Psychologists Press, Inc. .

- Coopersmith, S. (1981b). *Coopersmith Self-Esteem Inventories: Manual*. Menlo Park: CA: Mind Garden, Inc.
- Fratiglioni L, Wang H.X., Ericsson K., Maytan M., & B., W. (2000). Influence of social network on occurrence of dementia: a community-based longitudinal study. *Lancet*, 355, 1315-1319.
- Girdano, D., & Every, G. (1979). *Controlling Stress & Tension : A Holistic*. New Jersey Prentice-Hall. Englewood Cliffs.
- Grassi, M., Petraccia, L., Mennuni, G., et al. . (2011). Changes, functional disorders, and diseases in the gastrointestinal tract of elderly. *Nutrición Hospitalaria*, 26(4), 659-668. Retrieved from [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112011000400001&lng=en&tlng=en](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112011000400001&lng=en&tlng=en).
- James, W. (1950). *The Principles of Psychology*. New York: Dover.
- Kaplan, H. B., & Pokorny, A. D. (1969). Self-derogation and psychosocial adjustment. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 149(5), 421-434.
- Kemp, S. (2018). DIGITAL IN 2018: WORLD'S INTERNET USERS PASS THE 4 BILLION MARK. Retrieved from <https://wearesocial.com/uk/blog/2018/01/global-digital-report-2018>
- Kietzmann, J. H., Hermkens K., McCarthy I.P., & B.S., S. (2011). Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. *Business Horizons*, 54(3), 241-251.
- Lefancois, G. R. (1993). *The Lifespan* (4 ed.). California: Wadsworth Publishing, Co.
- LINE Corporation. (2018). LINE. Retrieved from <https://line.me/th/>
- Luck, P. W., & Heiss, J. (1972). Social Determinants of Self-Esteem in adults male. *sociology & social research*,, 57(1), 69-84.
- Maslow, A. H. (1970). Motivation and personality. Retrieved from [http://s-f-walker.org.uk/pubsebooks/pdfs/Motivation\\_and\\_Personality-Maslow.pdf](http://s-f-walker.org.uk/pubsebooks/pdfs/Motivation_and_Personality-Maslow.pdf).
- Mason, E. P. (1954). Some correlates of self-judgments of the aged. *Journal of Gerontology*, 9, 324-337.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, Self, and Society*. Chicago: University of Chicago Press.

- Peters, R. (2006). Ageing and the brain. *Postgraduate Medical Journal*, 82(964), 84–88.
- Rogers, C. (1959). *A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework*. New York: McGraw Hill.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rouse, D. (1993). Evaluation of the relationship between exercise and self-esteem. Retrieved from [https://repository.arizona.edu/bitstream/handle/10150/558225/AZU\\_TD\\_BOX213\\_E9791\\_1993\\_64.pdf?sequence=1](https://repository.arizona.edu/bitstream/handle/10150/558225/AZU_TD_BOX213_E9791_1993_64.pdf?sequence=1)
- Roy, S. C. (1976). *Problem of low self esteem. Introduction to nursing: an adaptation model*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Salerno M. C., Bolina A. F., Dias F. A., Martins M. F., & M., T. D. (2015). Self-esteem of community-based elderly and association macros: A population-based study. *Cogitare Enfrem*, 20(4), 768-774.
- Sedikides, C., & Gregg, A. P. (2003). *Portraits of the self*. London: Sage.
- Sharma, G., & Goodwin, J. (2006). Effect of aging on respiratory system physiology and immunology. *Clinical Interventions in Aging*, 1(3), 253–260.
- Taft, L. B. (1985). Self esteem in later life: a nursing perspective. *Advance in nursing science*, 77-84.
- United Nations. (2017). World Population Ageing 2017. Retrieved from [http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WPA2017\\_Highlights.pdf](http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WPA2017_Highlights.pdf)
- United Nations Population Fund and Help Age International. (2012). Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge. Retrieved from <https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Ageing%20report.pdf>
- Varma, V. R., Hausdorff, J. M., & Studenski, S. A., et al. (2016). Aging, the Central Nervous System, and Mobility in Older Adults: Interventions. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 71(11), 1451–1458.
- Wallace, R. B. (1992). *Ageing and disease: From laboratory to communication in the epidemiologic study of the elderly*. New York: Oxford University Press.

Williamson, A. (2013). Social Media Guidelines for Parliaments. Retrieved from <http://www.ipu.org/PDF/publications/SMG2013EN.pdf>

World Health Organization. (2001). *Definition of an older person: Proposed working definition of an older person in Africa for the MDS project*, Kowal P, Dowd JE. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2017). Mental health of older adults. Retrieved from <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>.





## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นวพร สุนนทะนาม
วัน เดือน ปี เกิด	31 พฤษภาคม 2536
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
วุฒิการศึกษา	เกียรตินิยมอันดับ 1 ศิลปศาสตรบัณฑิต คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชา รัฐศาสตร์ สาขาการปกครอง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ที่อยู่ปัจจุบัน	Ploynavaporn@gmail.com



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY