

พฤติกรรมของวัยรุ่นที่ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มกิจกรรมคลายเครียด
จากรายการวาไรตี้ผ่านระบบสมาร์ตโฟน

Behavior of teenagers affecting development learning skills of elderly for increase relaxation
activity from variety program through the smartphone

ปิยะณัฐ นุ่มทองคำ* และธีระวัฒน์ จันทิก

สาขาวิชาการจัดการธุรกิจและภาษาอังกฤษ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นวิจัยเชิงปริมาณมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมของวัยรุ่นต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มกิจกรรมคลายเครียดจากรายการวาไรตี้ผ่านระบบสมาร์ตโฟนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือ วัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลจำนวน 400 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติอนุมาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ความถี่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและสถิติอ้างอิงได้แก่ ทดสอบค่าที (t-test) และทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยมากกว่าสองกลุ่มประชากร (One Way ANOVA) และเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถาม มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.849 วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน คือ ทดสอบความสัมพันธ์ โดยใช้ Chi-square สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลสถิติใช้โปรแกรม SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows

ผลการศึกษาพบว่า 1) วัยรุ่นส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุ 21 ปี ระดับการศึกษาปริญญาตรีและมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 6,001-8,000 บาท 2) ลักษณะทางประชากรศาสตร์มีความสัมพันธ์กับทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ตโฟน 3) พฤติกรรมของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ตโฟน

คำสำคัญ : พฤติกรรม, วัยรุ่น, ผู้สูงอายุ, รายการวาไรตี้, กิจกรรม, สมาร์ตโฟน

Abstract

The study was a quantitative research and purpose of this research was to examine behavior of teenagers affecting development learning skills of elderly for increase relaxation activity from variety program through the smartphone. The samples was selected from teenagers in the Bangkok area and perimeters. 400 questionnaires sampling by purposive random. Statistical tools that used to analyze the data were percentage, mean and standard deviation and Inferential Statistics which t-test and One- Way ANOVA. The research instrument was questionnaire with reliability 0.849. Statistical tools used for hypothesis testing were Chi-square. SPSS for windows software was chosen to analyze data.

The results of the study were as follows : 1) Most of respondents were female, age 21 years old, Bachelor's degree and monthly income is between 6,001-8,000 baht. 2) describing demography was related with developing learning skill of elderly from variety program through the smartphone. 3) Behavior of teenagers was related with learning skill of elderly from variety program through the smartphone.

Keywords : behavior, teenagers, elderly, variety program, activity, smartphone

*ผู้นิพนธ์ประสานงาน

1. บทนำ

เป็นที่ทราบกันดีว่าสังคมไทยและสังคมโลกกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ จำนวนผู้สูงอายุของไทยเริ่ม มีมากจนเป็นสังคมผู้สูงอายุไปแล้ว เมื่อมองภาพอนาคตไปอีก 10 ปี “โลกของผู้สูงอายุ” ไม่ใช่โลกใบเล็กๆอีกต่อไปแต่กำลังใหญ่โตขึ้นเรื่อยๆ ท่ามกลางสภาพทางเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยีกำลังเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ในขณะที่ลูกหลานต้องต่อสู้แข่งขันในการทำงานและอพยพย้ายถิ่นฐานไปทำงานที่อื่น ทำให้สายสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับลูกหลานและครอบครัวน้อยลง ยิ่งอายุมากขึ้นการไปมาหาสู่ญาติสนิท มิตรสหายก็มีแนวโน้มค่อยๆลดลง จนเกรงว่าสังคมผู้สูงอายุจะขาดความสุขทางใจและสายสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกัน ซึ่งโลกในปัจจุบันเป็นยุคของสังคมเครือข่าย เทคโนโลยีมากมายเข้ามามีบทบาทในทุกเรื่องของการดำเนินชีวิต ผู้สูงอายุจะไม่ค่อยให้ความสนใจกับเทคโนโลยีต่างๆ มากนัก เพราะคิดว่าเป็นเรื่องของเด็กๆ หรือวัยหนุ่มสาวเท่านั้น ในความเป็นจริงแล้ว ตัวผู้สูงอายุเองก็สามารถเข้าถึงเทคโนโลยีเหล่านี้ได้เช่นกัน เพียงแต่ว่าเราในฐานะวัยรุ่นจะต้องเข้ามามีส่วนร่วมในการช่วยเหลือผู้สูงอายุครั้งนี้ (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2544)

การใช้เทคโนโลยีไม่ได้เป็นสิ่งที่ดีที่สายเกินไปสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากยุคสมัยที่เปลี่ยนไปตามกาลเวลาทำให้อะไรหลายๆอย่างต้องปรับตัวตามไปด้วย หากวัยรุ่นอย่างเราๆเมินเฉยต่อพวกท่านก็ไม่ต่างอะไรจากทิ้งพวกท่านให้เดียวดายหรือส่งไปบ้านพักคนชราเลย ผู้สูงอายุไม่ได้เรียกร้องอะไรมาเพียงต้องการกำลังใจและความสุขจากคนที่อยู่รอบข้าง เราในฐานะคนเจนเนอเรชันซี(Z)ควรเข้าหาพวกท่าน สอนและสร้างเสริมการเรียนรู้ในสิ่งที่เป็นปัจจุบันจากทักษะความสามารถของตัวเอง ให้พวกท่านเรียนรู้ไปพร้อมกับเราโดยไม่รู้ตัวสักแตกแยก เปิดใจรับเพราะบางอย่างท่านก็ไม่ได้ สามารถติดตามเราได้ทัน เราจึงต้องทำความเข้าใจในจุดๆนี้ ทั้งนี้สิ่งที่ให้ความบันเทิงแก่ผู้สูงอายุในทุกๆวันนี้ก็คือโทรทัศน์ แต่อย่างที่รู้มันยังมีอิเล็กทรอนิกส์อื่นๆที่คอยอำนวยความสะดวกอย่างเช่นสมาร์ตโฟน ที่สามารถเสิร์ฟชมความบันเทิงเหล่านั้นได้เช่นกัน หากวันไหนติดธุระ ออกไปเที่ยวข้างนอกก็สามารถรับชมย้อนหลังหรือรับชมสดๆผ่านโทรศัพท์ได้ อำนวยความสะดวกเป็นการสร้างเสริมสุขภาพจิตให้ดียิ่งขึ้นอีกทางหนึ่ง (ระพีพัฒน์ ณะพัฒน์ และคณะ,2557)

รายการบันเทิงที่ผู้สูงอายุรับชมที่สร้างเสริมสุขภาพจิตที่เราพบเห็นกันบ่อยๆตามโทรทัศน์มักจะเป็นรายการวาไรตี้ ซึ่งมีหลากหลายรูปแบบทั้งคลายเครียด เบาสมอง หลากกรส หลายอารมณ์ เพราะสิ่งเหล่านี้จะทำให้พวกท่านนั้นผ่อนคลาย ไร้ความวิตกกังวลจากความคิดในหัวที่มักจะมีแต่เรื่องเครียด ได้เห็นรอยยิ้มของพวกท่านจากการกลับมาเรียนหนังสือ สังเกตกันไหมว่าเราจะไม่ค่อยเห็นผู้สูงอายุยิ้มอย่างมีความสุขบ่อยเท่าไรนัก เพราะฉะนั้นเมื่อเราในฐานะวัยรุ่นคนหนึ่งรู้แล้วว่าผู้สูงอายุชอบทำกิจกรรมใดเป็นพิเศษประกอบกับทำกิจกรรมคลายเครียดควบคู่ไปด้วยอาทิเช่น การร้องเพลง การเต้น หรือกิจกรรมอื่นๆ สิ่งใดที่ท่านทำแล้วเกิดความสุข แล้วทำไมถึงไม่สนับสนุนพวกท่านเหล่านั้น ทั้งนี้การรับชมรายการวาไรตี้พร้อมทำกิจกรรมควบคู่กันไปเป็นการพัฒนาสมองผู้สูงอายุไปด้วย ส่งเสริมทักษะการคิด การที่สมองทำงานถูกกระตุ้นบ่อยๆทำให้ร่างกายตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา อาจเป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยลดความเสี่ยงในการเสื่อมสมรรถภาพสมองหรืออัลไซเมอร์ได้อีกด้วย (ชัยยงค์ พรหมวงศ์และนิคม ทาแดง,2530)

จากที่กล่าวข้างต้นนี้ ทำให้คณะผู้วิจัยมีความต้องการและสนใจที่จะทำการศึกษาวิจัยในเรื่อง พฤติกรรมของวัยรุ่นที่ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มกิจกรรมคลายเครียดจากรายการวาไรตี้ผ่านระบบสมาร์ตโฟน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบถึงพฤติกรรมของวัยรุ่นในการช่วยพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ตโฟนให้เกิดประโยชน์ควบคู่ไปกับกิจกรรมคลายเครียดที่ทำร่วมกันกับวัยรุ่น รวมถึงการสร้างสัมพันธ์ที่ดีขึ้นระหว่างคนต่างวัย แล้วสามารถนำผลงานวิจัยนี้ไปปรับใช้กับการดำเนินชีวิตเพื่อสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีในครอบครัวและสุขภาพจิตที่ดีขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาลักษณะประชากรศาสตร์ของวัยรุ่นที่ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมของวัยรุ่นที่ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน

สมมติฐานการวิจัย

1. ลักษณะทางประชากรศาสตร์ส่งผลต่อพฤติกรรมการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน
2. พฤติกรรมของวัยรุ่นส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน

ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ส่วนที่ 1 ความหมายและพฤติกรรมของวัยรุ่น

ทฤษฎี Coleman (1980: อ้างถึงใน ฌ็องยูน ฌ็องยูน, 2550) กล่าวว่า วัยรุ่น หรือ Adolescence มาจากภาษาละติน ซึ่งมีความหมายว่า การก้าวสู่สภาวะวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเป็น อย่างมากในทุกๆด้านทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา และสังคม (ราชบัณฑิตยสถาน 2525) กล่าวว่า วัยรุ่น (Adolescence) คือ ช่วงระยะเวลาหนึ่งในการเจริญเติบโตของมนุษย์ คือ ระยะเวลา แรกเนื้ออ่อนนุ่มสาว ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาทางเพศ และดำเนินไปอย่างรวดเร็วกับผู้ใหญ่ เต็มตัว) แบ่งอายุของเด็กวัยรุ่น ออกเป็น 3 ระยะดังนี้

1. วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence) อายุระหว่าง 13-15 ปี ร่างกายมีความเจริญเติบโตทางเพศอย่างสมบูรณ์ทั้ง เพศหญิงและ เพศชาย
2. วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescence) อายุระหว่าง 16-19 ปี มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และ ความนึกคิดมี ลักษณะค่อยเป็นค่อยไป
3. วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence) อายุระหว่าง 20-24 ปี ในระยะนี้การพัฒนาของวัยรุ่นเริ่มเข้าสู่สภาวะ อย่างสมบูรณ์แบบ ซึ่งมีการพัฒนาทางด้านจิตใจมากกว่าทางด้านร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางด้านที่เกี่ยวข้องกับ การนึกคิด และปรัชญาชีวิต ระยะนี้มีมักพยายามปรับ/ปรับรูปร่างกายของตนเองให้เข้ากับ สภาพแวดล้อมมากขึ้น

พฤติกรรม Cronbach (1963: อ้างถึงใน พรทิพย์ รุ่งนุ่น, 2550) พฤติกรรม หมายถึง การกระทำของ สิ่งมีชีวิต เช่น ม่านตาเบิกโพลง ร้องกรี๊ดเมื่อตกใจ พฤติกรรมมนุษย์มีองค์ประกอบ 7 ประการดังนี้ 1) ความมุ่งหมาย (Goal) เป็นความต้องการที่ทำให้เกิดกิจกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการที่เกิดขึ้น ซึ่งความต้องการบางอย่างสามารถตอบสนองได้ทันที แต่ บางอย่างต้องใช้เวลาจนถึงจะบรรลุความต้องการ 2) ความพร้อม (Readiness) คือ ระดับวุฒิภาวะ หรือ ความสามารถที่ จำเป็นในการ ทำกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการ 3) สถานการณ์ (Situation) เป็นเหตุการณ์ที่เปิดโอกาสให้เลือกทำ กิจกรรมเพื่อสนอง ความต้องการ 4) การแปลความหมาย (Interpretation) 5) การตอบสนอง (Response) เป็นการกระทำ กิจกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการ 6) ผลที่ได้รับ หรือ ผลที่ตามมา (Consequence) เมื่อทำกิจกรรมแล้วย่อมได้รับผล จาก การกระทำ 7) ปฏิกริยาต่อความผิดหวัง (Reaction to thwarting)

ดังนั้น การแสดงพฤติกรรมของวัยรุ่น วิทยา นาควัชระ (2526: อ้างถึงใน เฉลิมชัย อุฬารกุล, 2544) การ แสดงพฤติกรรมของวัยรุ่น ต้องยอมรับและให้ความสนใจ เพื่อขจัดปัญหาที่ เกิดขึ้น โดยทั่วไปแล้วปัญหาของวัยรุ่นจะมีลักษณะ ต่างๆ ดังนี้

- 1) ปัญหาที่เกิดจากตัวของวัยรุ่นเอง (Self Original Aspect) ปัญหาเหล่านี้เกิดได้จาก มีการเปลี่ยนแปลงทั้ง ทางด้าน จิตใจ ร่างกาย สังคม เขวามันปัญหาและอารมณ์ วัยรุ่นจะเกิดความวุ่นใจในการเกิด ปัญหาเหล่านี้ 2) ปัญหาที่สังคมมองว่า เกิดจากวัยรุ่น (Social Response Aspect) 3) ปัญหาที่เกิดจากปฏิกริยาต่อต้านของวัยรุ่นที่มีต่อสังคม (Reaction Aspect)

Abraham Maslow (Maslow 1943) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความต้องการ หรือแรงจูงใจของมนุษย์ เขาได้มีความคิดเห็น ว่ามนุษย์มีความต้องการและมีอยู่ตลอดเวลา ความต้องการที่ยังไม่ได้ตอบสนองเท่านั้นที่เป็น สาเหตุให้เกิดแรงจูงใจของพฤติกรรม โดยได้จำแนกความต้องการของมนุษย์เป็นลำดับขั้น โดยที่ มนุษย์จะสนองความต้องการตามลำดับก่อนหลัง ได้แก่ 1) Physiological Needs ความต้องการด้านสรีระเป็นความต้องการทางด้านร่างกาย 2) Safety Needs ความต้องการด้านความมั่นคงความปลอดภัย 3) Social Needs เป็นความต้องการทางสังคม 4) Esteem Needs ความต้องการที่จะเปลี่ยนเป็นที่นับถือยกย่องในวงสังคม มนุษย์ชอบที่จะมีความเคารพใน ตนเอง ให้เกียรติตนเอง และในขณะเดียวกันเขาก็ต้องการได้รับเกียรติและความยกย่องในตัวเอง จากบุคคลอื่นด้วย มนุษย์นั้นต้องการสถานภาพและความต้องการให้คนอื่นตระหนักใน ความสำคัญของเขายอมรับนับถือจากผู้อื่น มีความเป็นอิสระและได้รับสถานะที่ต้องการ การได้รับความพึงพอใจใน ความต้องการนี้จะนำมาซึ่งความรู้สึกมั่นใจในตัวเองการมีคุณค่าในตัวเอง 5) ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-actualization needs)

ทฤษฎีการยอมรับนวัตกรรมและเทคโนโลยีขั้นตอน (Roger and Shoemaker, 1978, p. 76) คือ การยอมรับของผู้บริโภคที่มีต่อนวัตกรรมและเทคโนโลยี (adoption and innovation theory) เรียกว่า กระบวนการยอมรับซึ่งกล่าวถึงพฤติกรรมของบุคคลในสังคมที่แสดงออกถึงการยอมรับนำไปปฏิบัติ โดยแบ่งออกเป็น 5 ได้แก่ ขั้นที่ 1 การรับรู้ (awareness stage) เป็นขั้นแรกที่จะนำไปสู่การยอมรับ ขั้นที่ 2 สนใจ (interest stage) เป็นขั้นที่เริ่มมีความสนใจ ขั้นที่ 3 ประเมินค่า (evaluation stage) เป็นขั้นที่จะได้ไตร่ตรองถึงประโยชน์ ขั้นที่ 4 ทดลอง (trial stage) เป็นขั้นที่ใช้วิทยาการใหม่ ๆ ขั้นที่ 5 ยอมรับ (adoption stage) เป็นขั้นที่บุคคลรับวิทยาการใหม่ ๆ นั้น ไปใช้ในการปฏิบัติกิจกรรมของตนอย่างเต็มที่

ถึงแม้วัยรุ่นจะเป็นวัยที่มีความต้องการอุปกรณ์สื่อสารรุ่นใหม่ ๆ สูง แต่ก็มิชอบจำกัดเรื่องรายได้มากกว่ากลุ่มอื่น ที่น่าสนใจก็คือ สมาร์ทโฟนสามารถตีตลาดในกลุ่มผู้สูงอายุได้มากยิ่งขึ้น โดยสามารถขายให้คนวัยนี้ได้เพิ่มขึ้น 25% ในปี 2556 ส่วนอุปกรณ์เชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตอื่น ๆ ที่มียอดการเป็นเจ้าของเติบโตขึ้นตามสมาร์ตโฟนมาคือ แท็บเล็ต ด้วยฟังก์ชันการใช้งานที่ใกล้เคียงสมาร์ตโฟนทุกอย่าง และพกพาสะดวกใช้งานง่าย ทำให้อุปกรณ์ชนิดนี้ได้รับความนิยมสูงขึ้นในทุกวัยเช่นกัน ในขณะที่สัดส่วนการเป็นเจ้าของคอมพิวเตอร์พีซี และแล็ปท็อปน้อยที่สุด (ระพีพัฒน์ ณะพัฒน์ และคณะ)

ส่วนที่ 2 ความหมายของผู้สูงอายุ

คำที่ใช้เรียกบุคคลว่า คนแก่คนชราหรือผู้สูงอายุนั้น โดยทั่วไปเป็นคำที่ใช้เรียกบุคคลที่มีอายุ มาก ผมหงอก หน้าตาเหี่ยวย่น การเคลื่อนไหวเชื่องช้า พจนานุกรมไทยฉบับราชบัณฑิตยสถานให้ ความหมายคำว่า “ชรา” ว่า แก่ด้วยอายุ, ช รุดทรุดโทรม (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2544) แต่คำนี้ไม่เป็น ที่นิยมมากนักโดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุและกลุ่มนักวิชาการที่พิจารณาแล้วเห็นว่าคำนี้ก่อให้เกิดความ หดหู่ใจและความถดถอยสิ้นหวัง ดังนั้นที่ประชุมคณะผู้อาวุโสโดยมีพล.ต.ต.หลวงธรรณสิทธิสุนทร เป็น ประธานจึงได้กำหนดคำให้เรียกว่า ผู้สูงอายุ ขึ้นแทนตั้งแต่วันที่ 1 ธันวาคม 2512 เป็นต้นมาซึ่งคำนี้ได้ ให้ความหมายที่ยกย่องให้เกียรติแต่ผู้ที่ชราภาพว่าเป็นผู้ที่สูงทั้งวัยวุฒิคุณวุฒิและประสบการณ์ด้วย

Hall (1976) ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทาง ร่างกายและจิตใจไปในทางเสื่อมลง เป็นวัยที่ต้องปรับตัวในด้านต่าง ๆ ตามที่ควรจะเป็นเพื่อจะได้ ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างภาคภูมิใจ และมีสุขภาพกายและจิตใจดี โดยที่ Hall (1976) ได้แบ่ง การสูงอายุของมนุษย์ออกเป็น 4 ประเภท คือ 1) การสูงอายุตามวัย (Chronological Aging) 2) การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological Aging) 3) การสูงอายุตามสภาพจิตใจ (Psychological Aging) 4) การสูงอายุตามสภาพสังคม (Sociological Aging)

ส่วนที่ 3 ความหมายของรายการวาไรตี้

รายการปิกนิกบันเทิง หรือที่นิยมเรียกว่ารายการ variety สำหรับประเทศอังกฤษเรียกรายการประเภทนี้ว่า Light Entertainment แต่ในสหรัฐและในไทยจะเรียกว่าเรียลลิตี้โชว์ เป็นรูปแบบรายการที่มุ่งเน้นนำเสนอความบันเทิง หลายเรื่องหลายรส หลากอารมณ์ โดยใช้รูปแบบการนำเสนอ ที่หลากหลายคล้าย ๆ กับรายการนิตยสารต่างกันเพียงรายการ ปิกนิกไม่

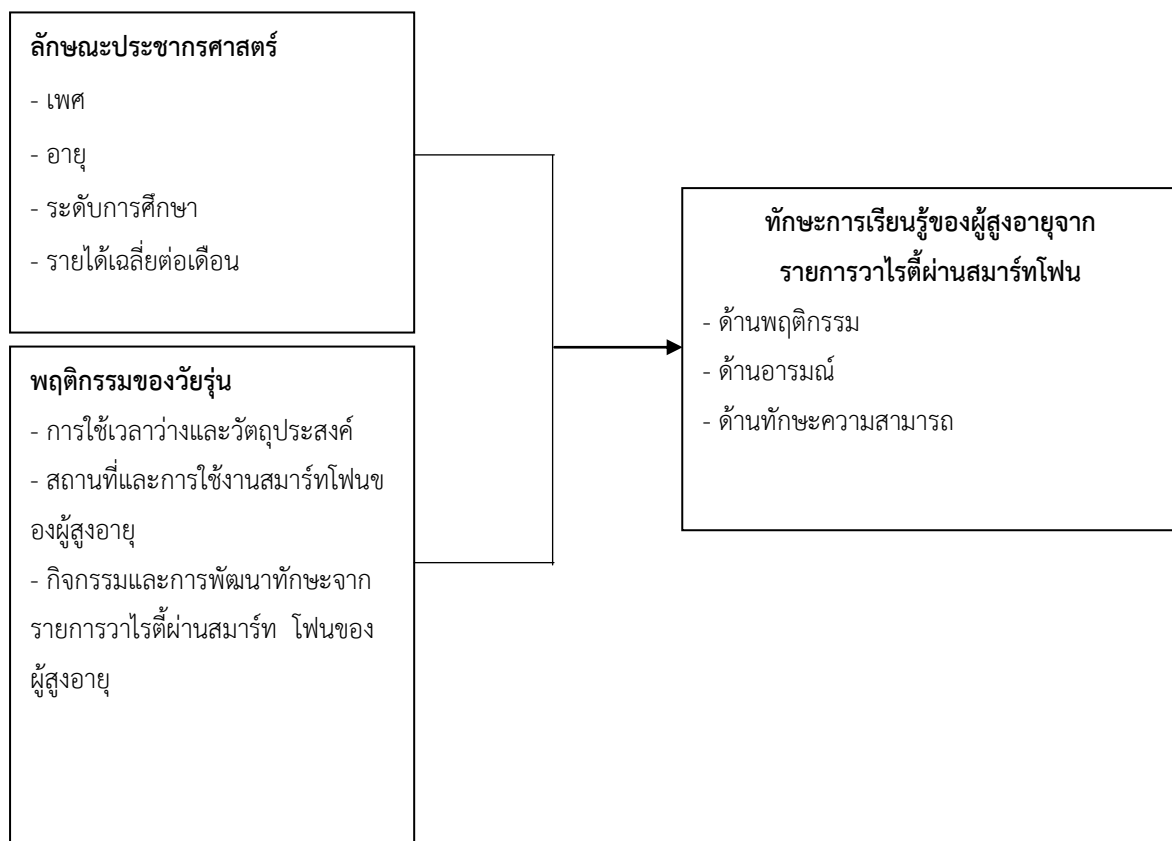
จำเป็นต้องเชื่อมโยง หรือร้อยเรียงแต่ละช่วงแต่ละตอนของรายการให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ซึ่งรายการประเภทนี้ได้รับความนิยมสูงมาก เพราะประกอบด้วยความบันเทิงหลายรูปแบบ ได้แก่รูปแบบการพูดคุยหรือ (Talk show) รูปแบบตลกคอมมีดี้ เบบาสมอง รูปแบบร้องเพลง รูปแบบการแข่งขันกัน รูปแบบดนตรี หรือจะเป็นรูปแบบการแสดงความสามารถพิเศษต่างๆ เพื่อนำไปออกอากาศทางโทรทัศน์ต่อไป (ชัยยงค์ พรหมวงศ์และนิคม ทาแดง,2530)

ส่วนที่ 4 ครอบคลุมกับการสร้างเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ

สังคมที่มีความใกล้ชิดกับผู้สูงอายุมากที่สุดก็คือครอบครัวนั่นเอง ลูกหลานหรือสมาชิกในครอบครัวจึงต้องมีความเข้าใจในปัญหา ความต้องการและอาการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจที่เกิดขึ้นในผู้สูงอายุ รวมทั้งควรจะต้องทราบกลวิธี ในการสร้างเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ (รวิวรรณ เภาภักธนา, 2560)

ป้องกันอาการสมองเสื่อมด้วยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ ไม่เครียด จะทำให้ห่างไกลจากโรคอัลไซเมอร์ การออกกำลังกายสมอง จะช่วยกระตุ้นให้สมองทำงานไม่เสื่อมสภาพเร็วขึ้น วิธีออกกำลังกายสมอง คือ การฝึกทักษะการใช้มือ เท้าและประสาทสัมผัสทั้ง 5 ให้รับรู้ข้อมูลและการเคลื่อนไหวต่างๆ ทั้งรูปแบบอยู่กับที่ การเคลื่อนที่หรือแบบใช้อุปกรณ์ประกอบการเคลื่อนไหว โดยทำอย่างต่อเนื่องจนเกิดการเชื่อมโยงของระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาทและสมองส่วนต่างๆ ทำงานประสานกันอย่างเป็นระบบ ทำจิตใจให้แจ่มใสและฝึกสมองให้มีการใช้ความคิด ความจำ เช่น อ่านหนังสือ ดูรายการบันเทิง ร้องเพลง ทำกิจกรรมต่างๆร่วมกับครอบครัวและสังคม เช่น การร้องเพลง ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้สมองทั้ง 2 ซีกให้ทำงานประสานกันทั้งระบบ โดยสมองซีกซ้ายจะต้องทำความเข้าใจในทำนอง เนื้อร้องและคิดทำที่ใช้เด่นรำ ส่วนสมองซีกขวาต้องเข้าถึงอารมณ์ ความรู้สึกในเพลง ทำให้สมองแข็งแรงและทำงานอย่างสมดุล ห่างไกลจากโรคอัลไซเมอร์ (กรุงเทพฯธุรกิจ, 2559)

กรอบแนวคิดในการวิจัย



รูปที่ 1 กรอบแนวคิดในงานวิจัย

2. วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษานี้ ได้แก่ วัยรุ่นทั้งหมดในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลแบบไม่ทราบค่าประชากรประชากร (Population) ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ วัยรุ่นตอนกลางในภูมิภาคตะวันตก ที่มีอายุ 18-22 ปี เนื่องจากไม่ทราบจำนวนประชากรจึงได้กำหนดขนาดตัวอย่างโดยการคำนวณประชากรใช้ระดับความเชื่อมั่น 95% ค่าความผิดพลาดสูงสุดที่จะเกิดขึ้น 0.05 (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2554) ดังนี้

$$n = \frac{Z^2}{4e^2}$$

โดยที่ n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
 Z = ค่ามาตรฐานซึ่งขึ้นอยู่กับระดับความเชื่อมั่น
 e = ระดับของความคลาดเคลื่อนที่ยอมให้เกิดขึ้นเท่ากับ 0.05

ในทางปฏิบัติเรานิยมใช้ระดับความเชื่อมั่น 95% ดังนั้น $Z = 1.96$

$$n = \frac{(1.96)^2}{4(0.05)^2}$$

$$n = 384.16 \text{ หรือ } 384 \text{ ตัวอย่าง}$$

กลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้มีค่าเท่ากับ 384 ชุดและเพื่อลดความคลาดเคลื่อนและให้การเก็บข้อมูลของแบบสอบถามครอบคลุมสมบูรณ์ จึงมีการเผื่อความผิดพลาดของแบบสอบถามไว้ 10% เท่ากับ 38 ชุด ดังนั้นขนาดของกลุ่มตัวอย่างสำหรับงานวิจัยครั้งนี้เท่ากับจำนวน 400 ชุด

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้ ได้แก่ วัยรุ่นทั้งหมดในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลจำนวน 400 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามพฤติกรรมของวัยรุ่นต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ เพื่อเพิ่มกิจกรรมคลายเครียดจากรายการวาไรตี้ผ่านระบบสาร์ทโฟน โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามลักษณะประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ โดยลักษณะคำถามเป็นคำถามปลายปิดแบบให้เลือกคำตอบ

ส่วนที่ 2 ทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสาร์ทโฟน ได้แก่ ผู้สูงอายุใช้เวลาว่างทำกิจกรรมใด ผู้สูงอายุมีจุดประสงค์อะไรในการรับชมรายการวาไรตี้ผ่านสาร์ทโฟน ผู้สูงอายุมีความถี่ในการรับชมรายการวาไรตี้เท่าใด ผู้สูงอายุรับชมรายการวาไรตี้ผ่านสาร์ทโฟนที่ใด รายการที่รับชมร่วมกันบ่อยที่สุด มักทำกิจกรรมอะไรควบคู่ไปด้วย ระยะเวลาที่ช่วยสอนหรือส่งเสริมทักษะของผู้สูงอายุจากวัยรุ่น โดยข้อคำถามเหล่านี้เป็นคำถามปลายปิดแบบให้เลือกคำตอบ

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมของวัยรุ่นส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสาร์ทโฟน โดยแบ่งเป็น 3 ด้าน ดังนี้ 1.ด้านพฤติกรรม 2.ด้านอารมณ์ และ3.ด้านทักษะความสามารถ การอภิปรายผลการวิจัยลักษณะแบบสอบถามที่ใช้ระดับการวัดข้อมูลประเภทจัดอันดับ (Ordinal Scale) เป็นการวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ในแบบสอบถามใช้เกณฑ์ค่าเฉลี่ยในการอภิปรายผล ซึ่งผลจากการคำนวณโดยใช้สูตรการคำนวณดังนี้

$$\text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} = \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}}$$

$$= \frac{5-1}{5}$$

$$= 0.8$$

- 1 คะแนน (ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.80) หมายถึง เห็นด้วยในระดับน้อยที่สุด
- 2 คะแนน (ค่าเฉลี่ย 1.81 – 2.60) หมายถึง เห็นด้วยในระดับน้อย
- 3 คะแนน (ค่าเฉลี่ย 2.61 – 3.40) หมายถึง เห็นด้วยในระดับปานกลาง
- 4 คะแนน (ค่าเฉลี่ย 3.41 – 4.20) หมายถึง เห็นด้วยในระดับมาก
- 5 คะแนน (ค่าเฉลี่ย 4.21 – 5.00) หมายถึง เห็นด้วยในระดับมากที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ใช้การวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถาม และวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of Item-Objective Congruence: IOC) เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากคะแนนของผู้เชี่ยวชาญ โดยหากค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 แสดงว่าข้อคำถามนั้นอยู่ในเกณฑ์ใช้ได้ แต่หากน้อยกว่า ข้อคำถามนั้นต้องถูกตัดทิ้งหรือปรับปรุงให้ดีขึ้น (อรพินทร์ ชูชม, 2545) สำหรับงานวิจัยนี้ได้ค่าคะแนนมากกว่า 0.5 ทุกข้อ จากนั้นจึงนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 ชุด เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) (Cronbach, L.J., 1951) โดยค่าสัมประสิทธิ์ที่ได้เท่ากับ 0.849 จึงถือว่าแบบสอบถามมีความเชื่อมั่นสูง

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ทำแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าความถี่ และค่าร้อยละ

ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะทางประชากรศาสตร์ที่ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ จากรายการวาระไร้ขีดผ่านสมาร์โฟนโดยคำนวณหาค่าสถิติ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติอ้างอิง (Inferential Statistics) เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ ได้แก่ การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยสำหรับ กับกลุ่มตัวอย่างคือ การวิเคราะห์ความแปรปรวน (T-Test)

ส่วนที่ 4 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติอ้างอิง (Inferential Statistics) เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ ได้แก่ การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยสำหรับ หลายกลุ่มตัวอย่างคือ การวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance: ANOVA)

ส่วนที่ 5 การทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติอ้างอิง (Inferential Statistics) เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ ได้แก่ ค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (Person's Correlation Coefficient) การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistic) ได้แก่ Pearson Chi-Square ด้วยวิธี Bivariate (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2552)

3. ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จากผลการศึกษา พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 252 คน คิดเป็นร้อยละ 61.5 ส่วนใหญ่จะมีอายุ 21 ปี จำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 46.1 ส่วนใหญ่ มีระดับการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 372 คน คิดเป็นร้อยละ 91.2 และมีรายได้เฉลี่ยส่วนใหญ่ 6,001-8,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 41.2

การวิเคราะห์พฤติกรรมของวัยรุ่นที่ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระไร้ขีดผ่านสมาร์โฟน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ดูรายการบันเทิงในเวลาว่างเป็นหลัก จำนวน 284 คน คิดเป็นร้อยละ 69.6 มีจุดประสงค์เพื่อผ่อนคลาย

คลายความเครียดในการรับชมรายการวาไรตี้ จำนวน 308 คน คิดเป็นร้อยละ 76.5 เป็นขั้นตอนที่สะดวกสบายและรวดเร็วในการรับชมรายการวาไรตี้จากสมาร์ทโฟนจำนวน 168 คน คิดเป็นร้อยละ 42.2 มีการรับชมรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน 3-4 วันต่อสัปดาห์ จำนวน 132 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3 ผู้สูงอายุรับชมรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนที่บ้านมากที่สุด จำนวน 336 คน คิดเป็นร้อยละ 84.3 รายการวาไรตี้ที่ผู้สูงอายุรับชมมากที่สุดผ่านสมาร์ทโฟนเรียงตามอันดับความนิยม คือ **ไม้ค้ทองคำ** จำนวน 276 คน คิดเป็นร้อยละ 24.8 รองลงมา **กิกิตู้ สงครามเพลง** จำนวน 256 คน คิดเป็นร้อยละ 23.4 **ต่อ 4 family game** จำนวน 160 คน คิดเป็นร้อยละ 14.4 **Today show** จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 12.9 **ชิงร้อย ชิงล้าน** จำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 10.4 **ศึก 12 ราศี** จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 7.6 **ก่อนบ่ายคลายเครียด** จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 6.8 และขณะรับชมรายการวาไรตี้ผู้สูงอายุมักจะนอนพัก จำนวน 192 คน คิดเป็นร้อยละ 46.1 และวัยรุ่นมีการสอนหรือส่งเสริมทักษะการใช้สมาร์ทโฟน ให้แก่ผู้สูงอายุต่ำกว่า 1 ชั่วโมง จำนวน 288 คน คิดเป็นร้อยละ 72.5

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ ทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน ในด้านพฤติกรรม ด้านอารมณ์ และด้านทักษะความสามารถ

ทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ	\bar{X}	SD	แปลความหมาย
ด้านพฤติกรรม	3.4078	0.832	มาก
ด้านอารมณ์	3.3758	0.734	ปานกลาง
ด้านทักษะความสามารถ	3.3713	0.794	ปานกลาง

จากตารางที่ 1 พบว่า ทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน ในด้านพฤติกรรม มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 3.4078$, $SD = 0.832$) รองลงมาเป็นด้านสังคมมีค่าเฉลี่ย ($\bar{X} = 3.758$, $SD = 0.734$) และด้านทักษะความสามารถ มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ($\bar{X} = 3.3713$, $SD = 0.794$)

การทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 ลักษณะทางประชากรศาสตร์ที่ส่งผลต่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน

ตารางที่ 2 เพศส่งผลต่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระดีผ่านสมาร์ทโฟนโดยใช้การใช้สถิติอนุमान (t-test)

ทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ	เพศ				
	Mean	SD	Sig.	t	Sig. (2-tailed)
ด้านพฤติกรรม	3.356	.874	.248	-.947	.344
	3.438	.805		-.927	.355
ด้านสังคม	3.257	.789	.079	-2.479	.014
	3.445	.692		-2.396	.017
ด้านทักษะความสามารถ	3.320	.799	.794	-.971	.332
	3.400	.790		-.968	.334

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 2 พบว่าการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระดีผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่าค่า sig = 0.248, 0.079 และ 0.794 ตามลำดับ ซึ่งสูงกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า เพศที่แตกต่างกันของวัยรุ่นส่งผลต่อด้านพฤติกรรมด้านสังคมและด้านทักษะความสามารถในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระดีผ่านสมาร์ทโฟนไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 3 อายุส่งผลต่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระดีผ่านสมาร์ทโฟนโดยใช้วิธี One Way ANOVA

ทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ	อายุ				
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
ด้านพฤติกรรม	275.960	399	.656	0.948	.436
			.692		
ด้านอารมณ์	215.000	399	1.297	2.442	.046
			.531		
ด้านทักษะความสามารถ	275.960	399	1.188	1.903	.109
			.624		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 3 พบว่าการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระดีผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามอายุ พบว่า ค่า F= 0.948 Sig.= 0.436 ซึ่งมากกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า อายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระดีผ่านสมาร์ทโฟนไม่แตกต่างกัน

การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระดีผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามอายุ พบว่า ค่า F= 2.442 Sig.= 0.046 ซึ่งน้อยกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า อายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อด้านอารมณ์ในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระดีผ่านสมาร์ทโฟนที่แตกต่างกัน

การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามอายุ พบว่า ค่า $F = 1.903$ Sig. = 0.109 ซึ่งมากกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า อายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อด้านทักษะความสามารถในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4 ระดับการศึกษาส่งผลต่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนโดยใช้วิธี One Way ANOVA

ทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ	ระดับการศึกษา				
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
ด้านพฤติกรรม	275.960	399	.211 .694	.304	.738
ด้านอารมณ์	215.000	399	1.481 .534	2.773	.064
ด้านทักษะความสามารถ	251.369	399	.950 .628	1.512	.222

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4 พบว่า การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ค่า $F = 0.304$ Sig. = 0.738 ซึ่งมากกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า ระดับการศึกษาที่แตกต่างกันส่งผลต่อด้านพฤติกรรมในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนไม่แตกต่างกัน

การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ค่า $F = 2.773$ Sig. = 0.064 ซึ่งมากกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า ระดับการศึกษาที่แตกต่างกันส่งผลต่อด้านอารมณ์ในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนไม่แตกต่างกัน

การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ค่า $F = 1.512$ Sig. = 0.222 ซึ่งมากกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า อายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อด้านทักษะความสามารถในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 5 รายได้ส่งผลกระทบต่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระใดผ่านสมาร์ทโฟนโดยใช้วิธี ANOVA

ทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ	รายได้				
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
ด้านพฤติกรรม	275.960	399	1.414 .684	2.066	.085
ด้านอารมณ์	215.000	399	.551 .539	1.023	.395
ด้านทักษะความสามารถ	251.369	399	.823 .628	1.311	.265

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 5 พบว่า การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระใดผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ค่า $F = 2.066$ Sig. = 0.085 ซึ่งมากกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า รายได้ที่แตกต่างกันส่งผลกระทบต่อด้านพฤติกรรมในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระใดผ่านสมาร์ทโฟนไม่แตกต่างกัน

การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระใดผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ค่า $F = 1.023$ Sig. = 0.395 ซึ่งมากกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า รายได้ที่แตกต่างกันส่งผลกระทบต่อด้านอารมณ์ในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระใดผ่านสมาร์ทโฟนไม่แตกต่างกัน

การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระใดผ่านสมาร์ทโฟน เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ค่า $F = 1.311$ Sig. = 0.265 ซึ่งมากกว่า 0.05 ดังนั้นสรุปได้ว่า รายได้ที่แตกต่างกันส่งผลกระทบต่อด้านทักษะความสามารถในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระใดผ่านสมาร์ทโฟนไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 2 พฤติกรรมของวัยรุ่นส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาระใดผ่านสมาร์ทโฟน

ตารางที่ 6 ทดสอบสมมติฐาน พฤติกรรมของวัยรุ่นส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มกิจกรรมคลายเครียดจากรายการวาระใดผ่านสมาร์ทโฟน

พฤติกรรมของวัยรุ่น		ทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ		
		ด้านพฤติกรรม	ด้านอารมณ์	ด้านทักษะความสามารถ
การใช้เวลาว่างและ วัตถุประสงค์	Pearson Chi-Square	491.333	438.836	311.904
	Sig.	0.000*	0.000*	0.000*
สถานที่และการใช้งานสมาร์ท โฟน	Pearson Chi-Square	444.108	187.142	181.469
	Sig.	0.000*	0.000*	0.000*
กิจกรรมและการพัฒนาทักษะ จากรายการวาระใดผ่านสมาร์ท โฟนให้แก่ผู้สูงอายุ	Pearson Chi-Square	255.094	246.755	246.479
	Sig.	0.000*	0.000*	0.000*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 6 พบว่า การทดสอบสมมติฐาน แสดงการทดสอบพฤติกรรมของวัยรุ่น โดยใช้สถิติ Chi-square ในการทดสอบ พบว่า ใช้เวลาว่างและวัตถุประสงค์ของวัยรุ่น สถานที่และการใช้งานสมาร์ทโฟนของวัยรุ่น และกิจกรรมและการพัฒนาทักษะจากรายวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนให้แก่ผู้สูงอายุ ส่งผลต่อทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุในด้านพฤติกรรม ด้านอารมณ์และด้านทักษะความสามารถที่ระดับนัยสำคัญที่ 0.05 จะเห็นได้ว่าจากสมมติฐานการวิจัย พฤติกรรมของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน ทั้ง 3 ด้าน จึงทำให้ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ

4. สรุปและอภิปรายผล

จากผลการวิจัยพฤติกรรมของวัยรุ่นที่ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มกิจกรรมคลายเครียดจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน

จากการศึกษาด้านประชากรศาสตร์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล มีผลต่อทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน โดยผู้ตอบแบบสอบถามเป็นวัยรุ่นในเขตกรุงเทพและปริมณฑลส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงที่มีอายุ 21 ปี โดยมีระดับการศึกษาปริญญาตรี และมีรายได้เฉลี่ยส่วนใหญ่ 6,001-8,000 บาท

จากการศึกษาพฤติกรรมของวัยรุ่นสัมพันธ์กับทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มกิจกรรมคลายเครียดจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน พบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะใช้เวลาว่างทำกิจกรรมดูรายการบันเทิงประเภทวาไรตี้ผ่านทางสมาร์ทโฟน เช่นรายการไม้คันทองคำ 4 ต่อ 4 family game และกิกี้ดู สงครามเพลง ซึ่งเป็นรายการที่ยอดนิยมทุกเพศทุกวัย เนื่องจากว่าส่วนมากเป็นรายการครอบครัว เด็กดูได้ ผู้ใหญ่ดูดี อีกทั้งยังมีการแชร์ประสบการณ์ร่วมจากรายการวาไรตี้อันเกิดจากกิจกรรมความชอบที่คล้ายคลึงกัน ขณะรับชมจะเกิดกระบวนการคิดที่มีลักษณะการอยากทำตาม ลุ้นที่จะเอาใจช่วยและอีกหลากหลายอารมณ์ร่วมกับรายการนั้นๆ ผู้สูงอายุจะใช้สมาร์ทโฟนในการดูรายการวาไรตี้ส่วนใหญ่คือที่บ้าน โดยมีจุดประสงค์ในการดูเพื่อการผ่อนคลายความเครียดเนื่องจากมีความสะดวกสบายและรวดเร็วในการเข้าถึงโดยใช้สมาร์ทโฟน โดยเฉลี่ยแล้ววัยรุ่นมักจะดูรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนกับผู้สูงอายุ 3-4 ครั้งต่อสัปดาห์ ในแต่ละครั้งที่ดูรายการวาไรตี้ที่ผู้สูงอายุมักจะนอนพักหรือกินอาหารว่างเพื่อเพิ่มอารมณ์ ทำให้มีการปฏิสัมพันธ์ที่ดีกันมากขึ้นกับวัยรุ่น อันเกิดจากความเครียด ซึมเศร้าที่ลดเบาบางลง ทำให้ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว เป็นการลดช่องว่างระหว่างวัยลง เวลาสอนหรือส่งเสริมทักษะการใช้สมาร์ทโฟนจะได้เรียนรู้ได้ง่ายขึ้นเกิดจากต่างเข้าใจในบริบทกันและกัน โดยไม่มีกำแพงมากั้นอันเกิดการต่อต้านที่จะรับการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ แพน และคณะ (Pan, S & M. Jordan-Marsh 2010) ซึ่งอธิบายถึงปัจจัยต่างๆ ที่เชื่อมโยงกับการใช้สื่ออินเทอร์เน็ต ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านพฤติกรรมเกี่ยวกับความใช้งานง่ายและปัจจัยด้านสิ่งอำนวยความสะดวกเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดความสนใจอยากใช้เทคโนโลยี ส่งเสริมซึ่งกันและกัน รวมทั้งการให้คำชื่นชมเพื่อเป็นการให้กำลังใจผู้สูงอายุในการใช้งาน เทคโนโลยีที่เป็นสื่อใหม่มากขึ้นเพราะจะทำให้เกิดการเรียนรู้และฝึกฝนทักษะการใช้งานสื่อใหม่อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ

จากการวิจัยจะพบอีกว่า เมื่อจำแนกตามเพศแล้ว เพศที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อการทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนที่ไม่แตกต่างกันในด้านพฤติกรรม ด้านอารมณ์ และด้านทักษะความสามารถ เมื่อจำแนกตามอายุแล้ว อายุที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อการทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนไม่ที่แตกต่างกันในด้านพฤติกรรมและด้านทักษะความสามารถ แต่แตกต่างในด้านอารมณ์ เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษาและรายได้ส่งผลต่อการทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนไม่ที่แตกต่างกันในด้านพฤติกรรม ด้านอารมณ์ และด้านทักษะความสามารถ รวมไปถึงพฤติกรรมของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มกิจกรรมคลายเครียดจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชอบที่จะดูรายการบันเทิงวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนทำให้เกิดทักษะการเรียนรู้ใหม่ๆทั้งด้านสมาร์ทโฟนและการเข้าถึงรายการวาไรตี้ที่หลากหลายบนสมาร์ทโฟน ผู้สูงอายุมองมีความชื่นชอบในรายการวาไรตี้เนื่องจากมีความตลก เบาสมอง มีเสน่ห์น่าชวนให้ติดตามและปฏิบัติตามได้ด้วย แต่ผู้สูงอายุไม่ชอบการทำกิจกรรมใดเพียงลำพัง ต้องการการดูแล ความเอาใจใส่จากลูกหลานหรือก็คือ วิทยุรุ่น นั้นเอง การส่งเสริมทักษะวิทยุรุ่นควรมีการสอนซ้ำหลายๆ ครั้งอย่างใจเย็น เพื่อความเข้าใจเนื่องจากเทคโนโลยีสมาร์ทโฟนเป็นเครื่องมือสื่อสารที่มีความซับซ้อน จึงทำให้เรื่องยากให้เป็นเรื่องง่ายสำหรับผู้สูงอายุ รวมทั้งควรทำกิจกรรมคล้ายเครียดเพิ่มเติมอย่างอื่นเช่น การเลียนแบบรายการเพื่อเกิดการเรียนรู้ การพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น มองทั้งสองด้านจะได้มีการใช้ทำงาน ช่วยลดการเสื่อมสมรรถภาพของสมองอันเป็นสาเหตุหนึ่งในการเกิดโรคอัลไซเมอร์ ดังนั้น วิทยุรุ่นควรหันมาใส่ใจและสังเกตพฤติกรรมที่ผู้สูงอายุระหว่างทำกิจกรรมแล้วร่วมกิจกรรมนั้นกับพวกเขาให้มากยิ่งขึ้น ไม่ให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว เศร้าและจิตตก เห็นคุณค่าของตนเองและหลีกเลี่ยงการใช้อารมณ์การสอนหรือส่งเสริมพัฒนาทักษะอันเป็นสาเหตุทำให้ผู้สูงอายุท้อและหมดกำลังใจ ทั้งนี้ผู้สูงอายุและวิทยุรุ่นได้ทั้งความรู้ใหม่ๆรวมถึงสุขภาพจิตที่ดีขึ้นในครอบครัว

ข้อเสนอแนะในวิจัยครั้งต่อไป

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาพฤติกรรมของวิทยุรุ่นในการใช้เวลาว่างทำและวัตถุประสงค์ สถานที่และการใช้งานและกิจกรรมและการพัฒนาทักษะจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนแก่ผู้สูงอายุที่ช่วยพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้สูงอายุด้านกิจกรรมจากรายการวาไรตี้ผ่านสมาร์ทโฟนเพียงเบื้องต้นเท่านั้น รุข้อมูลเพียงด้านเดียว จึงขอเสนอให้ท่านศึกษาข้อมูลเชิงลึกในด้านความต้องการที่ผู้สูงอายุอยากให้ออกมาช่วยพัฒนาทักษะการเรียนรู้ในด้านอื่นๆให้มีความหลากหลายความสามารถมากขึ้น เพื่อตอบโจทย์การพัฒนาทักษะผู้สูงอายุให้มีศักยภาพที่ดียิ่งขึ้น ทั้งการใช้ชีวิตในชีวิตประจำวัน สุขภาพชีวิต ทำให้ผู้สูงอายุตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองและไม่รู้สึกว่าคุณค่าตนเองแตกแยกออกจากสังคม

5. เอกสารอ้างอิง

- [1] กัลยา วานิชย์บัญชา. (2554). การวิเคราะห์สถิติสถิติสำหรับการบริหาร: และวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 13 กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสถิติคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชีจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- [2] เฉลิมชัย อุฬารกุล. (2544). อิทธิพลของดิสโก้เทคที่มีต่อเยาวชนวัยรุ่น: ศึกษากรณีวิทยุรุ่นในสถานศึกษา เขตเทศบาลเมืองสกลนคร.วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, คณะครุศาสตร์, สาขาบริหารการศึกษา.
- [3] ชัยยงค์ พรหมวงศ์ และนิคม ทาแดง. (2530). “ประเภทและรูปแบบรายการวิทยุโทรทัศน์,” ในเอกสารการสอนชุดวิชาความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับวิทยุโทรทัศน์, หน่วยที่ 8-15 (นันทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2530), น.41.
- [4] ณัฐยานี ช่วยธานี. (2550). ปัจจัยคัดสรรที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะของเด็กวัยรุ่นตอนต้นที่ติด อินเทอร์เน็ต. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะ พยาบาลศาสตร์,สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์.
- [5] กรุงเทพธุรกิจ. (2559). บริหารสมอง ป้องกันอัลไซเมอร์. [ออนไลน์]. สืบค้นจาก : <http://www.bangkokbiznews.com> [วันที่สืบค้น 2 พฤษภาคม 2560]
- [6] พรทิพย์ ร่มนุ่น.(2550). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการติดอินเทอร์เน็ตของนักเรียนระดับ ประถมศึกษาโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศิลปากร, คณะศึกษาศาสตร์.
- [7] ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. (2544). สวัสดิการผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- [8] รวีวรรณ เภากัณ. (2560). ครอบคลุมกับการสร้างเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ. [ออนไลน์]. สืบค้นจาก : <http://www.healthcarethai.com> [สืบค้นเมื่อ 30 เมษายน 2560]
- [9] ระพีพัฒน์ ธนะพัฒน์และคณะ. (2557). แนวโน้มการใช้งานสมาร์ตโฟนประเทศไทย. [ออนไลน์]. สืบค้นจาก : <https://sites.google.com/a/bumail.net> [สืบค้นเมื่อ 30 เมษายน 2560]
- [10] สุดสบาย จุลกัทัพพะ. (2547). “พบหมอคิริราช : ความเครียด” *หนังสือพิมพ์บ้านเมือง* ฉบับวันที่ 1 ธันวาคม.[ออนไลน์]. สืบค้นจาก : <http://www.stou.ac.th> [สืบค้นเมื่อ 1 พฤษภาคม 2560]
- [11] อรพินทร์ ชูชม. (2545). เอกสาร ประกอบการสอนวิชาการสร้างและ พัฒนาเครื่องมือวัดทางพฤติกรรม. (เอกสารประกอบการสอน). กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- [12] Cronbach, L.J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*.
- [13] Hall, D. A. (1976). *Medical care of the elderly*. New York: John Wiley & Sons.
- [14] Hoffman, E. (1988). *The right to be human: A biography of Abraham Maslow*. Jeremy P. Tarcher, Inc.
- [15] Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-96.
- [16] Pan, S & M. Jordan-Marsh. (2010). Internet use intention and adoption among Chinese older adults: From the expanded technology acceptance model perspective. *Computers in Human Behavior*, Volume 26, Issue 5, September 2010, Pages 1111-1119.
- [17] Rogers, E., & Shoemaker, F. (1978). *Communication of innovations: A cross-cultural approach*. New York: Free Press.