

**พฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา**
**STUDENTS' SMARTPHONE USAGE PATTERNS AT MAHAMAKUT BUDDHIST
UNIVERSITY; LANNA CAMPUS IN THE POLITICAL SCIENCE PROGRAM**

- 1.สุมาลี พงศ์ไพโรธพันธ์*, 2.พระปณิญา พุนเปี่ยม (สุปณิญาโน),
3.เกศรา จักรมหาสกุล, 4.อัญชลี แสงเพชร
1.Sumalee Phongphaisan*, 2.Patinya phunpiam,
3.Ketsara Chakmahasakun, 4.Anchalee Sangphet

สังกัด: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา
Affiliate: Mahamakut Buddhist University Lanna Campus
Corresponding Author E-Mail: sumaliphngsphirsanth@gmail.com*

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนและเพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา โดยมีกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา คือ นักศึกษาที่ชั้นปีที่ 3 สาขาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จำนวน 21 คน โดยเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาผ่านแบบสอบถาม ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟน โดยรวมทั้ง 5 ด้าน มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดได้แก่ด้านลักษณะพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนซึ่งมีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก รองลงมาได้แก่ด้านอิทธิพลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟน และด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดได้แก่ด้านความเสี่ยงในการใช้สมาร์ตโฟน

คำสำคัญ: พฤติกรรม, สมาร์ตโฟน, อิทธิพลของสื่อ-โซเชียล

ABSTRACT

This article research aim to examines how these students use their smartphones. Twenty-one third-year students from Mahamakut Buddhist University Lanna Campus Department of Public Administration make up the study's sample group. A questionnaire served as the study's research tool. The mean and standard deviation were the statistics

employed in the data analysis. According to the study's findings, students' perceptions of smartphone usage behavior, encompassing all five elements, showed high interpretive values. With a high interpretation value, the aspect of smartphone using habit obtained the highest average value. The impact on smartphone usage habits was the second factor. The risk factor associated with smartphone use had the lowest average value.

Keywords: Behavior, Smartphone, Influence of social media

บทนำ

โซเชียลมีเดียได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตคนในปัจจุบันไปแล้ว เพราะช่วยสร้างความสะดวกสบายในด้านต่างๆ มากมาย เป็นโลกที่ทุกอย่างเชื่อมต่อกัน เนื่องจากการสื่อสารเป็นสิ่งสำคัญของมนุษย์ มนุษย์ใช้การติดต่อสื่อสารในการรับส่งข้อมูลข่าวสารต่างๆ เพื่อให้สามารถก้าวทันต่อสถานการณ์และการเปลี่ยนแปลงในโลกยุคปัจจุบัน ทำให้เทคโนโลยีการติดต่อสื่อสารมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง โดยมีการประยุกต์เครื่องมือและอุปกรณ์สื่อสารให้มีประสิทธิภาพสูงในการใช้งาน ทำให้การสื่อสารเป็นไปอย่างรวดเร็ว หมดจด อีกทั้งใน ณ ปัจจุบันนี้ สมาร์ทโฟนที่มีการทำงานเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตนั้น ทำให้การสื่อสารในโซเชียลเน็ตเวิร์คมีความสะดวกมากยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นอุปกรณ์ที่มีบทบาทสำคัญในการดำเนินชีวิตประจำวันของคนไทยเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นการอ่านหนังสือพิมพ์รายวัน การตรวจเช็คจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (E-mail) อีกทั้งยังสามารถติดตามความเคลื่อนไหวของเพื่อนๆ บุคคลสำคัญ ดารา นักแสดงที่ตนเองชื่นชอบ โดยกระทำผ่านโซเชียลเน็ตเวิร์ค ซึ่งสมาร์ตโฟนนั้นไม่ใช่เป็นเพียงโทรศัพท์ที่สามารถโทรเข้าและรับสาย หรือส่ง SMS เท่านั้น แต่สมาร์ตโฟนยังสามารถใช้งานแอปพลิเคชันประเภทต่างๆ ได้หลากหลาย จากการสำรวจของ Flurry (Emarketer, 2016) ใน USA พบว่าโปรแกรม (Application) ที่นิยม มีดังนี้ เกม (Gaming) เฟสบุ๊ก (Facebook) ส่งข้อความ (Social massaging) ยูทูบ (Youtube) เป็นต้น พฤติกรรมเหล่านี้ เป็นส่วนหนึ่งของกิจวัตรประจำวันของคนไทย ทั้งผู้ใหญ่และเด็กที่ดูเหมือนว่าขาดไม่ได้

แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นการใช้สมาร์ตโฟนถึงแม้จะเป็นช่องทางในการบูรณาการตนเองให้เข้ากับสังคมแต่ก็มีด้านลบเช่นกันเมื่อใช้อุปกรณ์ต่างๆ เหล่านี้เป็นเวลานานและความถี่ที่บ่อยขึ้นก็จะส่งผลกระทบต่อทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต ทำให้ผู้ใช้มีพฤติกรรมที่แข็งกระด้างไม่ใส่ใจผู้คนหรือสิ่งรอบข้าง เป็นบุคคลที่ใจร้อน คาดหวังผลที่ต้องการรวดเร็วและมีอารมณ์หงุดหงิดง่ายเมื่อไม่ได้ตั้งใจ ทำให้ขาดสติ ขาดความรู้ตัว จิตใจจดจ่อแต่เฉพาะอุปกรณ์และข้อมูลที่ใช้อยู่ตรงหน้า อาจกล่าวได้ว่าปัจจุบันนี้เป็นยุคของสังคมก้มหน้า ซึ่งยากที่ใครหรือวงการใดจะหลีกเลี่ยงได้ (สมาคมห้องสมุดแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์, 2555) ฉะนั้น เราจึงต้องรู้จักระวังและควบคุมตัวเองที่จะไม่เสพติดโซเชียลเน็ตเวิร์คมากเกินไปจนมันกลายเป็นพิษในชีวิตของเรา

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นจึงเป็นเหตุให้คณะผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาและทำความเข้าใจพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟน โดยมุ่งศึกษาในกลุ่มนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีบทบาทที่สำคัญในการเปลี่ยนแปลงและขับเคลื่อนอนาคตของประเทศและผลการวิจัยที่ได้สามารถนำไปประยุกต์และต่อยอด การพัฒนาคู่มือพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนอย่างสร้างสรรค์สำหรับเยาวชน ซึ่งเป็นประโยชน์กับสังคมและประเทศชาติต่อไป โดยหวังว่าผลการศึกษาในครั้งนี้จะช่วยให้เกิดแนวทางในการใช้สมาร์ตโฟนอย่างมีสติและไม่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพหรือความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้ใช้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา
2. เพื่อศึกษาแนวทางข้อเสนอแนะเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษานี้เป็นงานวิจัยแบบไม่ทดลอง (Non-Experimental Design) เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยเก็บข้อมูลในช่วงระยะเวลาใดระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางของวิธีดำเนินการวิจัยซึ่งมีรายละเอียดการวิจัยดังนี้

ประชากรกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยเรื่องพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ภาคปกติ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ประชากรและกลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง ภาคปกติ ที่ลงทะเบียนในปีการศึกษา 2566 รวมจำนวน 21 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม (questionnaire) โดยแบบสอบถามในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 เป็นการสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

ส่วนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิด ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหา และแนวทางแก้ไข การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของนักศึกษาในเรื่องพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1 ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data)

สำหรับข้อมูลปฐมภูมินั้น ผู้วิจัยจะได้มาจากแบบสอบถาม โดยมีขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ส่งแบบสอบถามไปหากกลุ่มตัวอย่าง
2. รวบรวมแบบสอบถามที่ตอบกลับมา ตรวจสอบความสมบูรณ์ถูกต้องของแบบสอบถาม และกรณีที่พบว่าแบบสอบถามตอบกลับมาน้อย ผู้วิจัยจะแจกแบบสอบถามเพิ่มเติมเข้าไป
3. ประมวลผลข้อมูลที่ได้มาจากแบบสอบถาม ทั้งข้อมูลปลายปิดและข้อมูลปลายเปิด

2. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data)

เป็นข้อมูลที่ได้มาจากการศึกษาค้นคว้า และรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ คือ หนังสือทางวิชาการ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics)

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ จะกำหนดหลักเกณฑ์ของการกำหนดช่วงของคะแนนในการแปลผลความคิดเห็นของผู้ตอบ โดยใช้สูตรในการคำนวณหาช่วงห่าง ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{ช่วงห่าง} &= \frac{\text{max} - \text{min}}{5} \\ &= \frac{5 - 1}{5} \\ &= 0.8 \end{aligned}$$

จากช่วงห่างดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยขอนำมากำหนดเกณฑ์ในการแปลผลความคิดเห็นของผู้ตอบได้ ดังนี้

4.20 - 5.00 หมายถึง มากที่สุด

3.40 - 4.19 หมายถึง มาก

2.60 - 3.39 หมายถึง ปานกลาง

1.80 - 2.59 หมายถึง น้อย

1.00 - 1.79 หมายถึง น้อยที่สุด

สำหรับสถิติที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล จะเป็นสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ที่ประกอบไปด้วย ความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Average) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยความถี่และร้อยละจะใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนที่ 1 ที่เป็นข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง และจะนำค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนที่ 2 และส่วนที่ 3 ของแบบสอบถาม

ผลการวิจัย

พฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา โดยรวมทั้ง 5 ด้าน พบว่า นักศึกษามีความคิดเห็น โดยรวมทั้ง 5 ด้าน มีค่าแปล

ผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.89$, S.D. = .564) ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ด้านลักษณะพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟน ซึ่งมีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.48$, S.D. = .602) รองลงมา ได้แก่ ด้านอิทธิพลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟน ($\bar{x} = 4.33$, S.D. = .856) และด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ด้านความเสี่ยงในการใช้สมาร์ทโฟน ($\bar{x} = 3.81$, S.D. = .928) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ด้านลักษณะพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟน พบว่า พฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ด้านลักษณะพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.13$, S.D. = .604) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า การใช้สมาร์ทโฟนเพื่อถ่ายรูป ถ่ายคลิปวิดีโออัดเสียงมีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.33$, S.D. = .796) รองลงมา คือ มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก การใช้แอปพลิเคชันในสมาร์ทโฟนในการแต่งภาพ มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.19$, S.D. = .680) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด การใช้สมาร์ทโฟนเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตเพื่อศึกษาหาความรู้ต่างๆ เช่น เว็บไซต์ แปลคำศัพท์ภาษาอังกฤษ หรือ คณิตเลข มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.71$, S.D. = 1.007) ตามลำดับ

2. ด้านปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจากการใช้สมาร์ทโฟน พบว่า พฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ด้านปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจากการใช้สมาร์ทโฟน นอนไม่หลับ-ปวดศีรษะ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.64$, S.D. = .784) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอันดับแรก คือ นอนไม่หลับ-ปวดศีรษะ มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.00$, S.D. = .894) รองลงมา คือ ตาแห้ง สายตาเบลอ มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.71$, S.D. = .845) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ปวดเมื่อยคอและข้อมือ มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.29$, S.D. = 1.146) ตามลำดับ

3. ด้านอิทธิพลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟน พบว่า พฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ด้านอิทธิพลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.00$, S.D. = .548) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอันดับแรก คือ เพื่อน มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.10$, S.D. = .700) รองลงมา คือ ความสะดวกสบาย-รวดเร็ว มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.05$, S.D. = .740) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ สิ่งแวดล้อม-สังคมมีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.52$, S.D. = .928) ตามลำดับ

4. ด้านความเสี่ยงในการใช้สมาร์ทโฟน พบว่า พฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ด้านความเสี่ยงในการใช้สมาร์ทโฟนโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.57$, S.D. = .820) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอันดับแรก คือ ก่อให้เกิดความเสี่ยงด้านความปลอดภัย ซึ่งอาจส่งผลให้อาชญากรไซเบอร์สามารถเข้าถึงข้อมูลที่มีค่าได้ มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.95$, S.D. =

.740) รองลงมา คือ หลอกให้ดาวน์โหลดหรือคลิกโปรแกรมไวรัส มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.43, S.D. = .1.207$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ การโดนหลอกให้โอนเงิน มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.29, S.D. = 1.189$) ตามลำดับ

5. **ด้านระยะเวลาในการเล่นสมาร์ตโฟน** พบว่า พฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ด้านระยะเวลาในการเล่นสมาร์ตโฟน โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.10, S.D. = .618$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอันดับแรก คือ 1 – 2 ชั่วโมง มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.38, S.D. = .805$) รองลงมา คือ มากกว่า 3 ชั่วโมง มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.29, S.D. = .644$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ 2 – 3 ชั่วโมง มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.81, S.D. = 1.030$) ตามลำดับ

อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา สามารถนำผลการวิเคราะห์ข้อมูลมาอภิปรายผลได้ดังนี้ จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา พบว่า นักศึกษาคฤหัสถ์ระดับชั้นปีที่ 3 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา โดยรวมทั้ง 5 ด้าน มีค่าแปลผลอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะสื่อ-อินเทอร์เน็ตและเทคโนโลยีความทันสมัยในสังคมยุคปัจจุบันนี้ เข้ามามีบทบาทและควบคุมการใช้ชีวิต โดยมีสมาร์ตโฟนเป็นเหมือนอวัยวะที่ 33 ไปแล้วก็ได้ และไม่สามารถปฏิเสธได้เลยว่าในสังคมของโลกยุคปัจจุบันนี้ โซเชียลเน็ตเวิร์กได้เข้ามามีอิทธิพลเป็นอย่างมากในการใช้ชีวิตประจำวันของผู้คน จึงทำให้สังคมทุกวันนี้เรียกว่า “สังคมก้มหน้า” ซึ่งหมายถึงผู้คนโดยส่วนใหญ่ให้ความสำคัญ หรือถึงขั้นเรียกว่าหมกมุ่นก้มหน้าก้มตาและจดจ่ออยู่กับการเสพข่าวสาร การติดต่อ การพูดคุยกันผ่านสื่อออนไลน์ต่างๆ เช่น Line, What Sapp, Twitter, Facebook, Instagram โดยใช้สมาร์ตโฟน, แท็บเล็ตและคอมพิวเตอร์เป็นเครื่องมือซึ่งทำให้มีการพูดคุยหรือมีปฏิสัมพันธ์กับผู้คนที่อยู่รอบตัวน้อยลง จนกลายเป็นต่างคนต่างอยู่มากขึ้น ซึ่งแน่นอนว่าถ้าให้สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลกับเรามากจนเกินไป โดยที่เราไม่รู้จักรับรู้ควบคุมการใช้ให้ดี ปัญหาต่างๆ โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่นในสมัยนี้ที่ติดหนักมากซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Fole Man (2556) จะเห็นได้ว่าปัจจุบันตามแนวคิดของ Fole Man เป็นไปในทิศทางเดียวกับผลการศึกษาโดยเว็บไซต์ Vafamilycornmention (2015) ระบุว่าในปัจจุบันเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) มีบทบาท ในชีวิตประจำวันจนทำให้ทุกวันนี้เรียกได้ว่าเป็น สังคมก้มหน้า” ซึ่งหมายถึงผู้คนส่วนใหญ่ให้ความสำคัญ หรือหมกมุ่นจดจ่ออยู่กับการเสพข่าว การติดต่อสื่อสาร การพูดคุยผ่านสื่อออนไลน์ต่างๆ เช่น ไลน์ (Line) เฟสบุ๊ก (Face book) วอทส์แอป (WhatsApp) ทวิตเตอร์ (Twitter) อินสตาแกรม (Instagram) โดยใช้

งานผ่านสมาร์ทโฟน (Smartphone) หรือแท็บเล็ต (Tablet) เป็นเครื่องมือ ซึ่งเป็นผลทำให้มีการพูดคุย หรือการ มีปฏิสัมพันธ์กับผู้คนที่อยู่รอบตัวน้อยลงจนกลายเป็นต่างคนต่างอยู่มากขึ้น

ด้านลักษณะพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ยุค ปัจจุบันคนในสังคมค่อนข้างเป็นคนซีเหงา ติดโทรศัพท์มือถือ ชอบออกนอกบ้าน มีความอ่อนแอทางจิตใจ ไม่ มีความเชื่อมั่นในตัวเองติดสุขนิยม บริโภควัตถุนิยม ต้องการความรวดเร็ว ขาดความยับยั้งชั่งใจไม่มีความ อดทน อดกลั้น มีค่านิยมทางเพศเสรี ของเกี่ยวกับสิ่งเสพติด เมินศาสนา ขาดสาระและ ไร้สำนึก เยาวชนส่วน ใหญ่ใช้เวลาในการพูดคุยโทรศัพท์นานวันละหลายชั่วโมงโดยจะเปิด โทรศัพท์มือถือไว้ตลอดเวลาพูดคุยกัน พร่ำเพรื่อ พูดคุยกันนานๆ ทุกเรื่อง ทุกเวลา ทุกสถานที่สาระและไม่มีสาระเสมือนว่าเยาวชนเป็นทาส โทรศัพท์มือถือ ทั้งยังขาดความระมัดระวังในการใช้ภาษาว่าเหมาะกับกาลเทศะหรือไม่ ซึ่งสอดคล้องกับ งานวิจัยของ อนุสร หงส์ขุนทด (2556) และ วิทย์ ปัญโญ (2558) กล่าวถึงสังคมก้มหน้า (Social rare) โดยให้ ความหมายว่าเป็นคนกลุ่มหนึ่งที่อยู่ในสังคมหรือมีการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกัน โดยคนกลุ่มนี้พกพา อุปกรณ์ที่ เรียกว่า สมาร์ทโฟน (Smartphone) หรือแท็บเล็ต (Tablet) ที่เชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตอยู่ ตลอดเวลาซึ่ง บุคคลที่อยู่ในกลุ่มสังคมนี้มักทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่นๆ เช่นการรับประทานอาหารร่วมกัน นั่งดื่มกาแฟ ร่วมกัน คุยกันเล็กน้อยเมื่อพบกัน แล้วหยิบสมาร์ทโฟน หรือแท็บเล็ต (Tablet) ออกมาใช้ โดยไม่สนใจคน รอบข้างหรือสิ่งรอบตัวมีลักษณะเป็นต่างคนต่างอยู่ ซึ่งเข้าสู่โลกของตัวเองผ่านทาง เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) เช่น อินสตาแกรม (Instagram), เฟสบุ๊ก (Facebook) ยูทูบ (YouTube) เป็นต้น แต่ กิจกรรมที่ทำอยู่ด้วยกันยังคงดำเนินไปตามปกติ เช่น คุยเรื่องเกี่ยวกับแต่ไปมอง หน้ากัน เพราะสายตามอง สมาร์ทโฟน (Smartphone) หรือแท็บเล็ต (Tablet) โดยมีลักษณะปากพูด หู ฟัง อาจมีการโต้ตอบกันบ้าง เป็นบางครั้งและรู้เรื่องบ้างไม่รู้เรื่องบ้างแต่ก็สามารถรวมกิจกรรมไปได้ด้วยกันโดยไม่มีปัญหา

ด้านปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจากการใช้สมาร์ทโฟน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจ เป็นเพราะ ปัจจุบันคนใช้สมาร์ทโฟนมีจำนวนมากและแพร่หลาย ขณะที่แสงจากหน้าจอสมาร์ทโฟนส่ง ผลกระทบมากมายที่หลายคนไม่รู้ ไม่เพียงแต่สมาร์ทโฟนเท่านั้นที่เป็นตัวปัญหา แต่หน้าจอคอมพิวเตอร์และ แท็บเล็ตก็ส่งผลเสียไม่แพ้กัน ยิ่งหลายคนทำงานกับหน้าจอทั้งวัน นอกเหนือเวลางานยังติดหน้าจอสมาร์ท โฟนหรือแท็บเล็ตอีก เพื่อทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งแชททั้งแชร์ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของฐาปนวงศ์ ตั้งอุไร วรธรณ (2556) ที่ได้กล่าวว่าปัจจุบันคนหันมาใช้เทคโนโลยีกันมากขึ้นไม่ว่าจะเล่นเกม เล่นคอมพิวเตอร์ การ ใช้สมาร์ทโฟนซึ่งใช้งานอย่างต่อเนื่องกันเป็นเวลานานจนทำให้เกิดโรคในกลุ่มอาการออฟฟิศซินโดรมหรือที่ วงการแพทย์เรียกว่า เทคโนโลยีซินโดรม (Technology Syndrome) เป็น โรคในกลุ่มออฟฟิศซินโดรมที่ กำลังคุกคามผู้ใช้สมาร์ทโฟนเป็นเวลานาน หรือผู้ที่เสพติดเทคโนโลยีโดย ปัจจุบันกลายเป็นยุคที่คนใช้ดวงตา จ้องมองจอสมาร์ทโฟนโดยใช้มือในการถือและสัมผัสสมาร์ทโฟน จากงานวิจัยของ ฐิติมา เลิศอุดมทรัพย์ (2557) ได้กล่าวว่า แนวโน้มของปัญหาเทคโนโลยีซินโดรมมีมากขึ้นในปัจจุบัน เนื่องจากสิ่งแวดล้อมที่ ก้าวหน้าด้วยเทคโนโลยีคอมพิวเตอร์ สมาร์ทโฟน ฯลฯ กลายเป็นสิ่งสำคัญที่ขาดไม่ได้ในการทำงานหรือแม้แต่ ในชีวิตประจำวัน

ด้านอิทธิพลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้สมาร์โฟนมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะปัจจัยทางจิตวิทยาเกี่ยวกับจิตใจ กระบวนการคิด และพฤติกรรมของมนุษย์ที่ศึกษา เป็นพฤติกรรมทางความคิดและความรู้สึกที่ส่งผลให้เกิดพฤติกรรม เช่น การรับรู้ อารมณ์ บุคลิกภาพ พฤติกรรม รวมไปถึงการประยุกต์ใช้ความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมในด้าน ต่าง ๆ ของมนุษย์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ซึ่งปัจจัยทางจิตวิทยาประกอบไปด้วย แรงจูงใจ การรับรู้ การเรียนรู้ ทัศนคติ และบุคลิกภาพ และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่ล้อมรอบ ๆ ตัว ได้แก่ สภาพแวดล้อมกายภาพ สังคมหรือวัฒนธรรม สถานการณ์ ต่างก็มีอิทธิพลต่อความรู้สึกของบุคคลได้ทั้งสิ้นซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ดุจเดือน พันธุนาวิน (2550) ได้ทำการศึกษาถึงรูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม โดยพบว่าด้วยสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบๆ ตัวนักเรียนนั้น ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่มีชีวิตหรือไม่มีชีวิต เช่น สื่อ พ่อแม่ ครู เพื่อน ที่ล้วนมีอิทธิพลต่อการกระทำของนักเรียน และเมื่อนักเรียนนั้นรับรู้ถึงสิ่งที่อยู่รอบตัวแล้วตีความและแสดงพฤติกรรมนั้นออกมา ร่วมด้วยแนวคิดทฤษฎี แรงสนับสนุนทางสังคม คือ การที่บุคคลนั้นๆ ซึ่งเป็น ผู้รับแรงสนับสนุนได้รับการปฏิสัมพันธ์จากผู้ให้การสนับสนุนในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นทางด้านอารมณ์หรือจิตใจ สังคม ข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำ วัตถุประสงค์ของที่มีผลกระตุ้นทำให้ผู้รับนั้นเกิดการตอบสนองต่อสิ่งที่ได้รับการสนับสนุนนั้นๆ และเป็นแรงผลักดันให้บุคคลนั้นๆ มีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ผู้รับต้องการได้

ด้านความเสี่ยงในการใช้สมาร์โฟน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะปัจจุบันนี้เราอยู่ในยุคดิจิทัลที่มีการใช้สมาร์โฟน โดยมีการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต ที่สามารถเข้าถึงสื่อต่างๆ ได้อย่างง่ายดาย และสะดวกรวดเร็วที่ทุกคนสามารถเข้าถึงได้ทุกเพศ และทุกวัย โดยเนื่องจากในยุคที่พฤติกรรมกรบริโภค และใช้ชีวิตของคนไทยเชื่อมโยงกับโลกออนไลน์มากขึ้น ภัยทางอินเทอร์เน็ตเป็นประเด็นที่ถูกกล่าวถึงอย่างกว้างขวางด้วย ก่อให้เกิดความเสียหายกับคนไทยจำนวนมาก ตามรายงานของสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติในหนังสือพิมพ์ฐานเศรษฐกิจ (2565) ถึงผลสำรวจสถานการณ์การ หลอกหลวงผ่านอินเทอร์เน็ต และการสื่อสารสมัยใหม่ในประเทศไทย ระหว่างเดือนมกราคมถึงมีนาคม 2565 พบว่า คนไทยเกือบครึ่งมีประสบการณ์ถูกหลอกหลวงในรอบ 1 ปี และประมาณ 2 ใน 5 ตกเป็นเหยื่อของการ หลอกหลวง โดยรูปแบบการหลอกหลวงที่พบมาก คือ อีเมล/SMS หลอกหลวง ขณะที่ประเภทการหลอกหลวงที่มี อัตราการตกเป็นเหยื่อสูงสุด ได้แก่ การหลอกขายสินค้าออนไลน์สำหรับการรับมือเมื่อถูกหลอก พบว่าเกินครึ่ง เลือกไม่ทำอะไร และมีจำนวนน้อยมากที่เลือกแจ้งความ

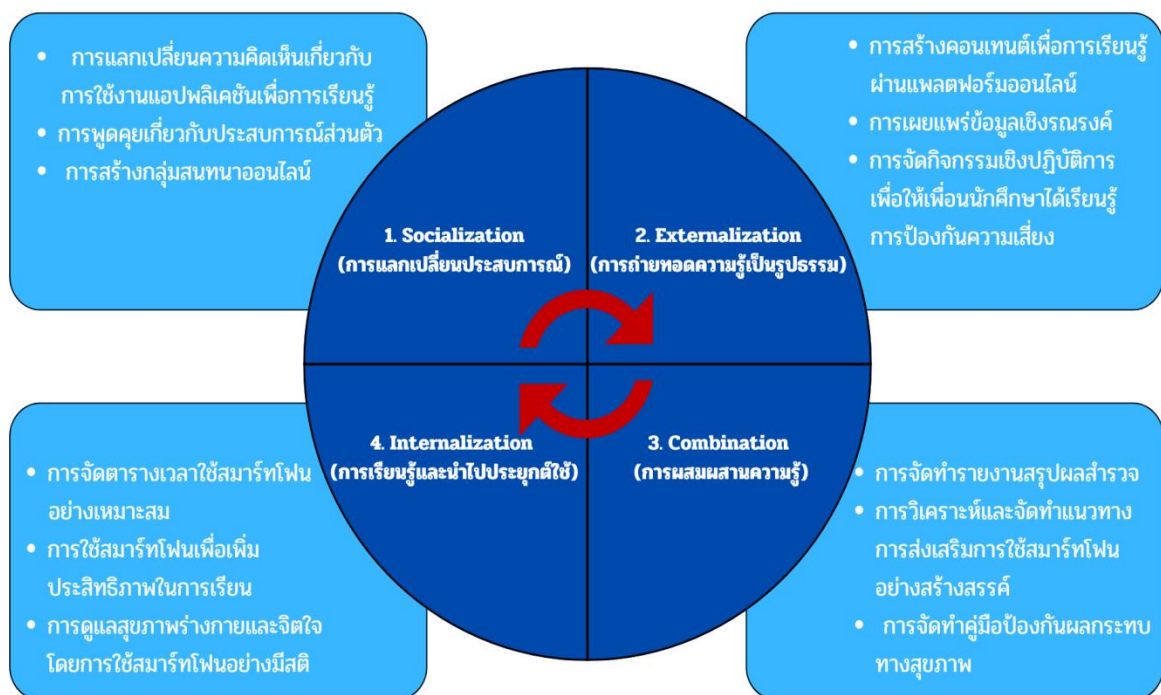
ด้านระยะเวลาในการเล่นสมาร์โฟนมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะสื่อสังคมออนไลน์ในปัจจุบัน มีมากมายให้ผู้ใช้งานได้เลือกใช้ ไม่ว่าจะเป็น เฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ หรือติ๊กต็อก สื่อสังคมเหล่านี้เข้ามาบทบาทในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้คน ในการใช้เป็นเครื่องมือในการเข้าถึงข้อมูลต่าง ๆ ที่สะดวกและรวดเร็ว We are social ได้รายงาน Digital (2022) Thailand ด้านสถิติการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของประเทศโดยเฟซบุ๊ก เป็นสื่อสังคมอันดับ 1 มีผู้ใช้ร้อยละ 93.3 รองลงมาคือ ไลน์ คิดเป็นร้อยละ 92.8 เฟซบุ๊กแมสเซนเจอร์ คิดเป็นร้อยละ 84.7 ติ๊กต็อก คิดเป็นร้อยละ 79.6และทวิตเตอร์ คิดเป็นร้อยละ 53.1แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงได้ว่า สื่อสังคมออนไลน์ได้เข้ามามีบทบาทในวิถีการดำเนินชีวิตมากขึ้น จนทำให้หลาย

คนหมกมุ่นอยู่แต่กับการใช้โซเชียลมีเดียสมาร์ทโฟนจนสูญเสียเวลาไปกับผู้คนรอบข้าง เสียความสัมพันธ์อันดีกับคนใกล้ชิด เสียเวลาที่มีค่าไปอย่างเปล่าประโยชน์แล้วยังทำให้เสียสุขภาพอีก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของอนันท์ งามสะอาด (2539) กล่าวไว้ว่าเวลาเป็นทรัพยากรที่มีค่าและมีความสำคัญกับทุกคนทั้งนี้เพราะธรรมชาติของเวลามีลักษณะพิเศษคือเป็นทรัพยากรที่มีความจำกัดใช้แล้วหมดไปไม่สามารถซื้อเพิ่มได้ไม่ว่ารวยหรือจนก็ไม่สามารถซื้อเก็บเอาไว้ได้ เวลาผ่านไปเรื่อยๆ ไม่สามารถหวนย้อนกลับคืนมาได้ ทุกคนจะต้องทำงานแข่งกับเวลา กล่าวคือใช้เวลาในการปรับตัวและมีทักษะทั้ง 5 ด้านโดยเร็วที่สุด ดังนั้นการบริหารเวลาของทุกๆ คนจึงจำเป็นอยู่อย่างยิ่งที่จะต้องมีการวางแผนงานที่ชัดเจนที่จะมุ่งสู่ความสำเร็จในที่สุด

ดังนั้นสามารถอธิบายได้ว่า การที่มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ได้ทำการสำรวจเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มีปัจจัยหลายด้านที่ส่งผลกระทบต่อนักศึกษาเช่นด้านลักษณะพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟน ด้านปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจากการใช้สมาร์ทโฟน ด้านอิทธิพลที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟน ด้านความเสี่ยงในการใช้สมาร์ทโฟน ด้านระยะเวลาในการเล่นสมาร์ทโฟน และสภาพแวดล้อมอื่นๆ นอกจากนั้นอาจารย์ผู้สอนและกระบวนการเรียนการสอนที่เน้นให้นักศึกษาได้แสดงออก เปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น ข้อเสนอแนะอีกด้วย

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “พฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา” ผู้วิจัยได้องค์ความรู้ใหม่และสามารถสรุปได้ ดังนี้



ภาพนี้เป็นแผนผังที่อธิบายพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา โดยแบ่งเป็น 4 ด้านหลัก ๆ ได้แก่

1. Socialization (การแลกเปลี่ยนประสบการณ์)

นักศึกษามักแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้สมาร์ทโฟนในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสภาพแวดล้อมของการเรียนและสังคม เช่น

- การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้งานแอปพลิเคชันเพื่อการเรียนรู้ เช่น แอปพลิเคชันช่วยจดบันทึก ตารางเรียน หรือการประชุมออนไลน์
- การพูดคุยเกี่ยวกับประสบการณ์ส่วนตัว เช่น การแชร์แอปพลิเคชันออกกำลังกาย หรือแอปช่วยในการจัดการสุขภาพจิต
- การสร้างกลุ่มสนทนาออนไลน์ เพื่อหารือเรื่องงานวิชาการหรือแบ่งปันข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับการเรียน

ข้อสังเกต: การแลกเปลี่ยนประสบการณ์เหล่านี้ช่วยสร้างความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษาและเสริมสร้างการเรียนรู้ร่วมกันในมิติที่หลากหลาย

2. Externalization (การถ่ายทอดความรู้เป็นรูปธรรม)

การถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับการใช้สมาร์ทโฟนให้ผู้อื่นเข้าใจง่ายและนำไปใช้ได้จริง โดยผ่านสื่อและกิจกรรมต่าง ๆ เช่น

- การสร้างคอนเทนต์เพื่อการเรียนรู้ ผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์ เช่น การทำวิดีโอสอนใช้แอปพลิเคชัน หรือการโพสต์บทความในบล็อกส่วนตัว
- การเผยแพร่ข้อมูลเชิงรณรงค์ เช่น การจัดทำอินโฟกราฟิกเกี่ยวกับอันตรายจากการใช้งานสมาร์ทโฟนเกินความเหมาะสม
- การจัดกิจกรรมเชิงปฏิบัติการ เพื่อให้เพื่อนนักศึกษาได้เรียนรู้การป้องกันความเสี่ยง เช่น เทคนิคการตั้งค่าความปลอดภัยในสมาร์ทโฟน

ข้อสังเกต: การถ่ายทอดความรู้เหล่านี้ช่วยให้เกิดการตระหนักรู้ในวงกว้างและลดความเสี่ยงจากการใช้งานสมาร์ทโฟน

3. Combination (การผสมผสานความรู้)

การนำข้อมูลและประสบการณ์ต่าง ๆ มารวบรวมและประมวลผลเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ เช่น

- การจัดทำรายงานสรุปผลสำรวจ เกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนในกลุ่มนักศึกษา พร้อมข้อเสนอแนะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
- การวิเคราะห์และจัดทำแนวทางการส่งเสริมการใช้สมาร์ทโฟนอย่างสร้างสรรค์ เช่น การใช้เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียน หรือการส่งเสริมทักษะดิจิทัล

- การจัดทำคู่มือป้องกันผลกระทบทางสุขภาพ เช่น แนวทางป้องกันอาการเมื่อยล้าจากการใช้สมาร์ตโฟนเป็นเวลานาน

ข้อสังเกต: การผสมผสานความรู้ทำให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ที่มีประโยชน์และสามารถพัฒนาเป็นโครงการหรือกิจกรรมในอนาคต

4. Internalization (การเรียนรู้และนำไปประยุกต์ใช้)

นักศึกษานำความรู้และประสบการณ์ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดและลดผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์ เช่น

- การจัดตารางเวลาใช้สมาร์ตโฟนอย่างเหมาะสม เพื่อลดผลกระทบต่อสุขภาพ เช่น การกำหนดช่วงเวลาการใช้งานและหลีกเลี่ยงการใช้ก่อนนอน
- การใช้สมาร์ตโฟนเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียน เช่น ใช้แอปช่วยจดบันทึก เตือนความจำ หรือทำแบบฝึกหัดออนไลน์
- การดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจ โดยการใช้สมาร์ตโฟนอย่างมีสติ เช่น หลีกเลี่ยงเนื้อหาที่อาจกระทบจิตใจ และฝึกพักสายตาทุก 20 นาที

ข้อสังเกต: การประยุกต์ใช้ที่เหมาะสมจะช่วยให้นักศึกษาใช้สมาร์ตโฟนอย่างสมดุลและปลอดภัย

สรุป

จากการศึกษาพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ชั้นปีที่ 3 ภาคปกติ (คฤหัสถ์) รหัสปีการศึกษา 2566 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาฯ และเพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาสาขาวิชาการ ปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ผ่านวิธีการการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey Research) ได้ผลการศึกษา คือ พฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษพบว่านักศึกษามีความคิดเห็นโดยรวมทั้ง 5 ด้านอยู่ในระดับมาก โดยการศึกษาพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาจะเน้นไปที่การสำรวจพฤติกรรมทั่วไปที่เกี่ยวข้องกับการใช้สมาร์ตโฟนในชีวิตประจำวันของนักศึกษา เช่น การใช้สมาร์ตโฟนในการติดต่อสื่อสาร, การเรียนรู้จากอินเทอร์เน็ต, เพื่อความบันเทิงและการใช้แอปพลิเคชันต่างๆ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ล้วนส่งผลทำให้นักศึกษามีพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนอยู่ในระดับที่มาก เนื่องจากในยุคปัจจุบันนี้สมาร์ตโฟนได้ก้าวเข้ามาเป็นบทบาทสำคัญในชีวิตประจำวันของทุกคนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยการเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนนี้จะมุ่งเน้นไปที่การศึกษาและวิเคราะห์ความแตกต่างหรือความคล้ายคลึงในพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาฯ จากหลายๆ มุมมอง เช่น อายุ, เพศและสถานะทางการศึกษา เป็นต้น โดยการศึกษาที่เปรียบเทียบปัจจัยต่างๆ ที่จะส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการใช้สมาร์ตโฟน เช่น ความสะดวกสบายจากการใช้งาน, การติดต่อสื่อสารกับเพื่อนและการใช้สมาร์ตโฟนเพื่อการศึกษา เป็นต้น การศึกษาเปรียบเทียบนี้จะช่วยให้เข้าใจถึงปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อการใช้งาน

สมาร์ทโฟนในกลุ่มนักศึกษาฯ และสามารถใช้อุปกรณ์ในการปรับปรุงและพัฒนา นโยบายการใช้สมาร์ทโฟนที่ดีขึ้นสำหรับนักศึกษาต่อไปได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปเป็นแนวทางหรือข้อมูลพื้นฐานในการออกแบบกิจกรรมเพื่อป้องกันและลดปัญหาพฤติกรรมการเล่นโทรศัพท์มือถือ โดยปรับให้เหมาะสมกับพัฒนาการและความสนใจของเด็กและเยาวชนที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย เช่น ชมรมความรู้เท่าทันสื่อใหม่ ระบบนิเวศการเรียนรู้ดิจิทัล กิจกรรมกีฬาและนันทนาการต่าง ๆ เพื่อเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และพัฒนาความสามารถของตนเอง มากกว่าการใช้เวลาไปกับการใช้สมาร์ทโฟน

2. ควรให้ความรู้และส่งเสริมให้เกิดการใช้สมาร์ทโฟนอย่างสร้างสรรค์อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ สูงสุด โดยสถาบันการศึกษาหรือชุมชนควรมีศูนย์ให้คำปรึกษา ที่เด็กและเยาวชนสามารถเข้ามาขอคำแนะนำในช่องทางที่ตนเองต้องการด้วยบรรยากาศที่อบอุ่นและเป็นมิตร

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

1. ควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนด้านอื่นด้วย โดยเฉพาะด้านของการให้ความรู้เกี่ยวกับอันตรายจากการใช้สมาร์ทโฟน เพื่อค้นหาข้อมูลในการลดความเสี่ยงจากการใช้สมาร์ทโฟนที่ถูกต้องเหมาะสม

2. การศึกษาครั้งนี้เน้นกลุ่มเป้าหมายที่เป็นนักศึกษาคณะสังคมศาสตร์ สาขาการปกครองชั้นปีที่ 3 ของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยวิทยาเขตล้านนาเพียงชั้นเดียว ในการศึกษาครั้งต่อไปอาจศึกษาทุกคณะและทุกระดับชั้นในมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยวิทยาเขตล้านนา

3. ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟน สื่อสังคมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างประเภทอื่นเช่น กลุ่มวัยทำงาน คณะอาจารย์และเจ้าหน้าที่พนักงานในมหาวิทยาลัยที่ใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อสะท้อนแนวความคิดที่อาจเกิดขึ้นในอีกหลายแง่มุม

เอกสารอ้างอิง

ฐานเศรษฐกิจ. (2565). *ผะ คนไทยเกือบครึ่งประเทศเคยถูกลอกหลวงออนไลน์ Gen Y Z เจอหนักสุด.*

<https://www.thansettakij.com/general-news/526091> . สืบค้นเมื่อ 20 พฤษภาคม 2567.

ฐาปนวงศ์ ตั้งอุไรวรรณ. (2556) . *เทคโนโลยีชินโดรม'เสี่ยงทำลายสุขภาพ.*

<http://www.thaihealth.or.th/Content/18424.html> . สืบค้นเมื่อ 9 มกราคม 2567.

ฐิติมา เลิศอุดมทรัพย์. (2557). *นวัตกรรมการแนะนำวิธีนวดบรรเทาอาการออฟฟิศซินโดรมผ่านสมาร์ทโฟน.*

(วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).

- ดุจเดือน พันธุนาวิน. (2550). รูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม (Interactionism model) และแนวทางการตั้งสมมติฐาน ในการวิจัย สาขาจิตพฤติกรรมศาสตร์ในประเทศไทย. *วารสารพัฒนาสังคม*. 9(1): 85–117.
- วิทย์ ปัญโญ. (2558) . *สังคมก้มหน้า Social ignore*. <http://www.slideshare.net> .สืบค้นเมื่อ 9 มกราคม 2567.
- สมาคมห้องสมุดแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. (2555). *บรรณารักษ์ในยุคสังคมก้มหน้า. การพัฒนาห้องสมุดในยุคสังคม ก้มหน้า*. สำนักหอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อนันท์ งามสะอาด. (2546). *บริหารเวลา*. กรุงเทพมหานคร: นามมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น.
- Emarketer. 2016. *How Users in the UK Engage with Mobile Apps*. [Online]. Available <http://www.emarketer.com> .สืบค้นเมื่อ 9 มกราคม 2567.
- Fole Marn. (2556). *สังคมก้มหน้าคืออะไร*. <http://www.talk.mthai.com/topic/385497> . สืบค้นเมื่อ 9 มกราคม 2567.