

การศึกษากลุ่มเสี่ยงและปัจจัยปกป้องพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟน
ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สถาบันระดับอุดมศึกษาเอกชน
ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

STUDY OF RISK GROUPS AND PROTECTIVE FACTORS OF
SMARTPHONE ADDICTION BEHAVIORS OF UNDERGRADUATE
STUDENTS IN PRIVATE HIGHER EDUCATION INSTITUTES IN
BANGKOK AND SURROUNDING AREA

พัชรภา อินทพรต

Patchrapa Intaprot

สำนักการศึกษาทั่วไป สถาบันการจัดการปัญญาภิวัฒน์

Office of General Education, Panyapiwat Institute of Management

Received: May 25, 2022 / Revised: September 23, 2022 / Accepted: October 3, 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากลุ่มเสี่ยงและปัจจัยปกป้องพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี สถาบันระดับอุดมศึกษาเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร และเขตปริมณฑล โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) รวม 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบวัดตัวแปรเชิงสาเหตุและผลของพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟน จำนวน 7 แบบวัด และมีความเชื่อมั่นตั้งแต่ .88 ถึง .95 ทำการเก็บข้อมูลระหว่างวันที่ 25 กุมภาพันธ์ ถึงวันที่ 30 เมษายน 2565 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ t-test ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way analysis of variance) และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้น (Stepwise Multiple Regression)

ผลการศึกษากลุ่มเสี่ยงพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 เป็นผู้ที่มีการติดสมาร์ตโฟนน้อยกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนไม่แตกต่างกัน ปัจจัยที่เป็นตัวทำนายพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษาที่สำคัญมี 2 ปัจจัยเรียงจากมากไปน้อย คือ ความเหงา และค่านิยมแบบวัตถุนิยม มีค่าการพยากรณ์ของพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีเท่ากับ 0.48 กล่าวคือ ทั้งสองปัจจัยสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ได้ร้อยละ 48 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาที่เป็นกลุ่มเสี่ยงเร่งด่วนที่ควรพัฒนาคือ นักศึกษาที่มีพฤติกรรมพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนมาก ได้แก่ กลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 โดยมีปัจจัยปกป้องที่สำคัญ ได้แก่ ความเหงา และค่านิยมแบบวัตถุนิยม

คำสำคัญ: กลุ่มเสี่ยง ปัจจัยปกป้อง พฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟน

Abstract

The objective of this research was to study the risk groups and protective factors of undergraduate students' smartphone addiction behaviors. The research sample consisted of 400 purposively selected undergraduate students studying at the bachelor's degree level in private higher education institutions in Bangkok and the surrounding area. The employed data collecting instruments were seven measurement scales to assess causal factors and the outcomes of smartphone addiction behaviors, with reliability coefficients ranging from .88 to .95. Data was collected between February 25 and April 30, 2022. The t-test, one-way analysis of variance and stepwise multiple regression analysis were used for data analysis.

The results of studying the risk groups revealed that the first year students had significantly lower level of smartphone addiction behaviors than those of the second year to fourth year students at the .05 level of statistical significance; while smartphone addiction behaviors of the second year to fourth year students were not significantly different. Loneliness and materialistic values were the two main factors that, in descending order, predicted students' behaviors related to smartphone addiction. The predictive value of smartphone addiction behaviors among undergraduate students was 0.48, indicating that the two factors could, with statistical significance at the .05 level, account for 48 percent of the variance in smartphone addiction among undergraduate students. Students with strong smartphone addiction behaviors, specifically the second year to fourth year students with significant protective factors like loneliness and materialistic values, made up the urgent risk group that needed to be developed.

Keywords: Risk Group, Protective Factors, Smartphone Addiction Behavior

บทนำ

ยุคเทคโนโลยีพลิกผันเป็นยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงอันเนื่องมาจากเทคโนโลยีดิจิทัล (Digital Disruption Era) ทำให้การพัฒนาทางเทคโนโลยีเป็นไปอย่างก้าวกระโดด สมาร์ทโฟนได้เข้ามามีบทบาทสำคัญในวิถีชีวิตของมนุษย์มากยิ่งขึ้น จนกลายเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันและเปรียบเสมือนปัจจัยที่ 5 เนื่องจากสมาร์ทโฟนเป็นโทรศัพท์เคลื่อนที่ที่ผสมผสานการทำงานของคอมพิวเตอร์ ซึ่งสามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้กับโทรศัพท์เคลื่อนที่ มีระบบปฏิบัติการที่รองรับโปรแกรมประยุกต์อื่น ๆ และแอปพลิเคชัน (Application) ที่สามารถตอบสนองความต้องการใน

การใช้สอยของมนุษย์ได้หลากหลายในทุกที่ทุกเวลา อีกทั้งระบบ 5G ที่ถูกพัฒนาจากระบบในอดีตทำให้มีอินเทอร์เน็ตที่เร็วขึ้น จากการตอบสนองความต้องการของผู้ใช้งานที่เปลี่ยนไป สมาร์ทโฟนถูกพัฒนาขึ้นทั้งด้านฮาร์ดแวร์ ซอฟต์แวร์ และแอปพลิเคชัน เพื่อช่วยอำนวยความสะดวกต่อการใช้งาน หรือการพัฒนาแอปพลิเคชันที่ช่วยแก้ไขปัญหาหรือช่วยให้การทำกิจกรรมของผู้ใช้งานได้สะดวกรวดเร็วขึ้น เรียกได้ว่าเป็นการเติบโตของสมาร์ทโฟนอย่างต่อเนื่อง (Vora, 2015)

การที่บุคคลนิยมติดต่อสื่อสารทางสังคมออนไลน์ผ่านสมาร์ทโฟนเป็นจำนวนมาก โดยทำ

กิจกรรมส่วนใหญ่ผ่านสมาร์ทโฟน ทำให้การดำเนินชีวิตเป็นเรื่องง่ายมากขึ้น เช่น การค้นหาข้อมูล การติดต่อสื่อสาร และการแลกเปลี่ยนข้อมูลก่อให้เกิดวัฒนธรรมก้มหน้า ถ้าบุคคลมีการใช้สมาร์ทโฟนที่มากเกินไปจนเกิดการใช้งานเกินความจำเป็น ส่งผลให้คนในสังคมไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนของตนเองได้ ใช้งานสมาร์ทโฟนสม่ำเสมอเป็นเวลานานกว่าที่ตั้งใจไว้ จนนำไปสู่พฤติกรรมเสพติดสมาร์ทโฟนขึ้นได้ (Thongjuepong, 2016) ซึ่งถ้าหากเสพติดขั้นรุนแรงจะก่อให้เกิด โรคโนโมโฟเบีย (Nomo phobia) คือ อาการกลัวไม่มีสมาร์ทโฟนใช้ โดยในแต่ละวันจะใช้เวลาพูดคุยกับผู้คนผ่านโทรศัพท์ในโลกออนไลน์มากกว่าพูดคุยกับผู้คนรอบข้าง และอาการนี้กำลังเสนอให้จัดเป็นโรคจิตเวชประเภทหนึ่งที่อยู่ในกลุ่มวิตกกังวล (Silangam, 2018) อีกทั้งการใช้สมาร์ทโฟนที่ติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ๆ ย่อมทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพ รวมถึงก่อให้เกิดผลกระทบต่อตนเองและสังคม และคุณภาพชีวิตโดยเฉพาะในเด็กและเยาวชน ผลกระทบต่อภาวะสุขภาพ จะส่งผลกระทบต่อร่างกายของตัวผู้ใช้ เช่น โรคภัยที่เกิดจากการใช้สมาร์ทโฟนเป็นเวลานาน การพักผ่อนไม่เพียงพอ อาการตาแห้งก่อให้เกิดโรคที่เกี่ยวข้องกับระบบประสาทสายตา สายตาเบลอเนื่องจากแสงจากหน้าจอของสมาร์ทโฟนสามารถทำลายจอประสาทตา (เรตินา) เกิดอาการเมื่อยล้าบริเวณต้นคอ บ่า ไหล่ และข้อมือ หมอนรองกระดูกเสื่อมสภาพก่อนวัยอันควร เนื่องจากนั่งเล่นมือถือในท่าเดิมเป็นเวลานาน ๆ อาการนี้หลีกเลี่ยงจากการเกร็งของระบบกล้ามเนื้อ เนื่องจากการใช้นิ้วหนึ่งพิมพ์ข้อความนานเกินไป ทำให้เส้นเอ็นหรือปลอกหุ้มเอ็นที่ใช้ในการงอนิ้วข้อมือตรงบริเวณโคนนิ้วอักเสบ และยังก่อให้เกิดโรคอ้วน นอนไม่หลับ ภาวะเครียด ในขณะที่องค์การอนามัยโลกได้บรรจุให้สมาร์ทโฟนเป็นหนึ่งในรายชื่อวัตถุที่อาจก่อมะเร็ง โดยเฉพาะผู้ใช้สมาร์ทโฟนเป็นเวลานานอย่างต่อเนื่อง อาจเพิ่มโอกาสให้มีความเสี่ยงต่อการเกิดเนื้องอกในสมองมากถึงร้อยละ 40 นอกจากนั้นพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนที่มากเกินไป

ส่งผลทางลบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน ความสัมพันธ์ในครอบครัวลดลง ทำให้ขาดการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างในโลกของความเป็นจริงมากขึ้น เนื่องจากให้ความสำคัญกับโลกเสมือนจริงที่มองผ่านมือถือตลอดเวลา ทำให้รู้สึกเพิกเฉยต่อเหตุการณ์และบุคคลที่เกิดขึ้นจริง และเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่นเพิ่มมากขึ้น รวมถึงการเสพติดสมาร์ทโฟนก่อให้เกิดผลกระทบต่อตนเองและสังคม ผู้เสพติดสมาร์ทโฟนจะเกิดอาการวิตกกังวล กลัวการตกกระแสนของสังคม กลัวการไม่ถูกยอมรับจากสังคมในโซเชียลมีเดีย (Thomee et al., 2011)

พฤติกรรมการเสพติดสมาร์โฟนนั้นเป็นประเด็นปัญหาที่สำคัญในหลาย ๆ ประเทศ โดยแต่ละประเทศกำลังสนใจที่จะศึกษาหาทางป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมการเสพติดสมาร์โฟน จากการสำรวจทั่วโลกพบว่า เด็กและเยาวชนมีภาวะเสี่ยงที่จะมีพฤติกรรมการเสพติดสมาร์โฟนมากที่สุด เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่อยากรู้อยากลอง ชอบเล่นเกม ชอบเที่ยว และชอบอัปเดตข่าวและกิจกรรมต่าง ๆ ของตนเอง (Tindell & Bohlander, 2012) เช่นเดียวกับในประเทศไทย มีข้อมูลการสำรวจจาก National Statistical Office (2020) โดยเยาวชนที่อายุอยู่ระหว่าง 18-22 ปี ที่ศึกษาในระดับอุดมศึกษาใช้โทรศัพท์มือถือ (ร้อยละ 98.5) และใช้อินเทอร์เน็ต (ร้อยละ 98.2) มากที่สุด ซึ่งกลุ่มอายุที่ใช้โทรศัพท์มือถือแบบสมาร์โฟนสูงที่สุดคือ กลุ่มอายุ 15-24 ปี (ร้อยละ 98.8) อีกทั้งมีแนวโน้มของจำนวนผู้ใช้และปริมาณการใช้สมาร์โฟนเพิ่มขึ้นอีกในอนาคต จะเกิดความเสี่ยงการติดสมาร์โฟนมากกว่าช่วงอายุอื่น เนื่องมาจากเป็นกลุ่มคนที่เกิดและเติบโตมาในยุคดิจิทัล (Digital natives) ใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่บนเว็บไซต์สื่อสารผ่านอินเทอร์เน็ตเป็นหลัก ทำให้มีความสามารถในการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตและข้อมูลต่าง ๆ จำนวนมากในเวลาอันรวดเร็ว มีพฤติกรรมรับสื่อแบบติดสื่อใหม่ ปฏิเสธสื่อแบบดั้งเดิม และมีพฤติกรรมในการรับข่าวสารทางสื่อสังคมออนไลน์ หรือโซเชียลเน็ตเวิร์คมากที่สุดและมากกว่ากลุ่มช่วงอายุอื่น ๆ และส่วนใหญ่ไม่ตระหนัก

และมองข้ามปัญหาของพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคม (Electronic Transactions Development Agency, 2019)

สำหรับข้อมูลดังกล่าวข้างต้นเป็นเหตุทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาและทำความเข้าใจพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคม โดยมุ่งศึกษาในกลุ่มเยาวชนที่กำลังศึกษาในระดับอุดมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีบทบาทที่สำคัญในการเปลี่ยนแปลงและขับเคลื่อนอนาคตของประเทศทั้งสิ้น ซึ่งในการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคมจำเป็นต้องรู้สาเหตุก่อนว่ามีปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้องในการอธิบายและทำนายพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคม รวมถึงการศึกษาวานักศึกษากลุ่มใดตามลักษณะทางชีวสังคมและภูมิหลังที่มีพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคมในปริมาณสูง หรือที่เรียกว่า นักศึกษาที่เป็นกลุ่มเสี่ยงซึ่งควรได้รับการพัฒนาโดยเร่งด่วน รวมทั้งการเสนอแนะปัจจัยปกป้องที่สำคัญตามลำดับจากมากไปน้อย เพื่อเป็นข้อมูลเบื้องต้นสำหรับการวางแผนทางป้องกันผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการเสพติดการตลาดโทรคมนาคมโดยเฉพาะเยาวชน ซึ่งเป็นระดับบุคคลที่จะสร้างประโยชน์กับสังคมและประเทศชาติสืบไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีชีวสังคมและภูมิหลังแตกต่างกัน
2. เพื่อศึกษาปัจจัยปกป้องพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

สมมติฐานการวิจัย

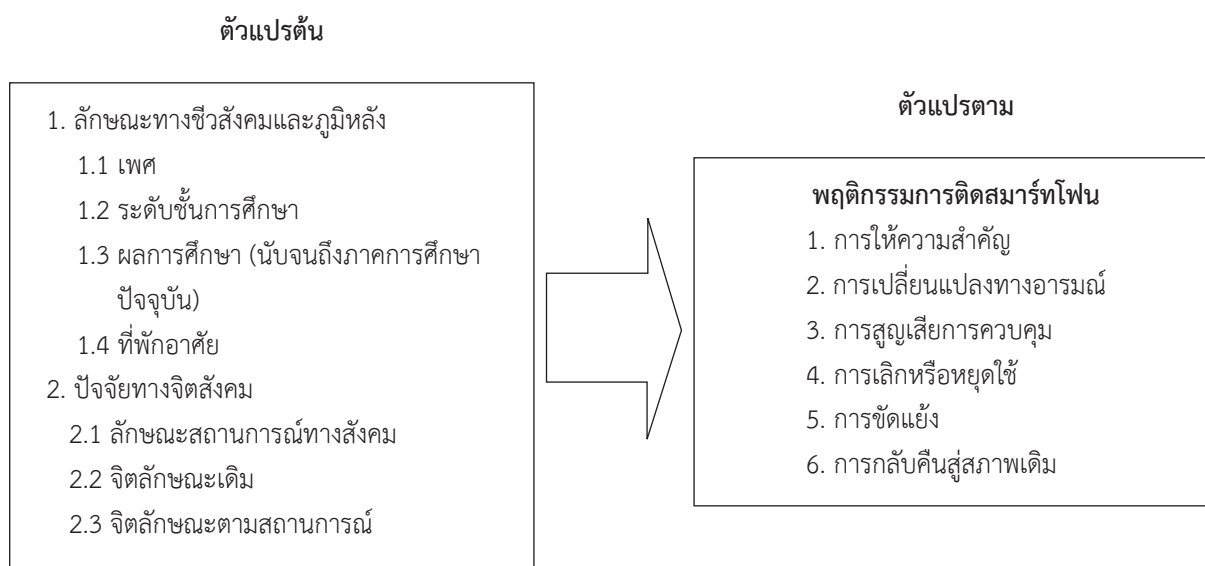
1. นักศึกษาที่มีชีวสังคมและภูมิหลังแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคมที่ต่างกัน
2. ปัจจัยลักษณะสถานการณ์ทางสังคมตัวแปรจิตลักษณะเดิม และตัวแปรจิตลักษณะตามสถานการณ์อย่างน้อยหนึ่งปัจจัยส่งผลต่อพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

ทบทวนวรรณกรรม

จากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม (Interactionism Model) (Magnusson & Endler, 1977, pp. 1821; Bhanthumnavin, 2009) มาเป็นหลักในการอธิบายและทำนายพฤติกรรมการตลาดโทรคมนาคม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ตามแนวพฤติกรรมศาสตร์ ซึ่งมีแนวคิดว่ามีลักษณะสถานการณ์เดียวกัน บุคคลต่าง ๆ ย่อมมีพฤติกรรมที่แตกต่างกันออกไป ดังนั้นสาเหตุของพฤติกรรมจึงมีสาเหตุมาจากสภาวะจิตหรือลักษณะจิตของบุคคลนั้น รวมเข้ากับลักษณะทางสถานการณ์จึงก่อให้เกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ดังนั้นจึงนำแนวความคิดดังกล่าวมาใช้เพื่ออธิบายปรากฏการณ์ทางพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งกล่าวโดยสรุปว่า พฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคลเกิดขึ้นจากสาเหตุดังต่อไปนี้ 1) ลักษณะของสถานการณ์ปัจจุบันหรือสภาพแวดล้อมทางสังคมที่บุคคลกำลังเผชิญอยู่ในขณะนั้น ซึ่งจะเอื้ออำนวยหรือขัดขวางการเกิดพฤติกรรม ตัวอย่างเช่น ลักษณะความสัมพันธ์ในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดูจากบิดามารดา รวมถึงการได้รับการฝึกฝนจากโรงเรียนให้มีพฤติกรรมที่เป็นพลเมืองดี โดยหากบุคคลมีความเกี่ยวข้องกับสถานการณ์ต่าง ๆ ตลอดเวลา บุคคลก็มีแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรมที่สอดคล้องตามที่สถานการณ์ผลักดัน 2) จิตลักษณะเดิมของบุคคลเป็นจิตลักษณะค่อนข้างคงที่ไม่อยู่ภายใต้อิทธิพลของสถานการณ์ปัจจุบัน เป็นจิตลักษณะที่ก่อตัวขึ้นตั้งแต่วัยเด็กสะสมมาถึงปัจจุบัน จากการปลูกฝังอบรมในครอบครัวและโรงเรียน ซึ่งตัวแปรกลุ่มนี้ เช่น ลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นต้น 3) จิตลักษณะร่วมกับสถานการณ์ ซึ่งได้ให้คำนิยามว่า ปฏิสัมพันธ์แบบกลไก (Mechanical Interaction) เป็นปัจจัยทางจิตลักษณะเดิมอย่างน้อย 1 ด้าน ร่วมกับปัจจัยทางสถานการณ์อย่างน้อย 1 ด้าน ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมหนึ่ง ๆ และ 4) จิตลักษณะตามสถานการณ์หรือปฏิสัมพันธ์แบบอินตอน (Organismic Interaction)

ซึ่งอธิบายถึงลักษณะทางจิตของบุคคลที่กระทำ โดยการเกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างสถานการณ์กับ จิตลักษณะเดิมของบุคคลก่อให้เกิดจิตลักษณะตาม สถานการณ์ของบุคคลนั้น ๆ เช่น ความเครียดอัน เกิดจากสถานการณ์ที่เผชิญ ความรู้สึกอันเกิดจาก สถานการณ์ รวมไปถึงเจตคติต่อพฤติกรรมที่บุคคลจะ กระทำ โดยทั้งหมดอาจเกิดขึ้นพร้อมกันได้มากกว่า ลักษณะเดียว ซึ่งต้องใช้วิธีการวัดโดยทางอ้อมเพราะ สังเกตอาการหรือแสดงออกอาจทำได้ยาก จาก แนวคิดและหลักการดังกล่าวทำให้ตัวแปรในงานวิจัยนี้ ประกอบด้วย ตัวแปรปัจจัยลักษณะสถานการณ์ ทางสังคม อันได้แก่ สภาพแวดล้อมด้านครอบครัว คือ สัมพันธภาพในครอบครัว สภาพแวดล้อมด้าน กลุ่มเพื่อน คือ กิจกรรมเหมาะสมที่ทำร่วมกับเพื่อน ตัวแปรจิตลักษณะเดิม คือ ความเหงา และค่านิยม แบบวัตถุนิยม ตัวแปรจิตลักษณะตามสถานการณ์ คือ ความเครียด และการรู้เท่าทันสื่อ และกลุ่มตัวแปร ชีวสังคมและภูมิหลังของนักศึกษา คือ เพศ ระดับชั้น การศึกษา ผลการศึกษา และที่พักอาศัย และจาก งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรต้นทุกตัวพบว่า มี อิทธิพลต่อพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟน เช่น งานวิจัย ของ Tan et al. (2013, p. 606) พบว่า ความเหงามี ผลต่อการใช้โทรศัพท์มือถือ โดยนักศึกษาที่มีคะแนน ความเหงาสูงจะใช้เวลาในแต่ละวันในการใช้โทรศัพท์ มือถือนานขึ้นและนักศึกษากลุ่มที่มีพฤติกรรมติดมือถือ จะมีความเหงาสูงกว่านักศึกษากลุ่มที่ไม่ได้มีพฤติกรรม ติดมือถือ เป็นต้น นอกจากนี้ในส่วนของปัจจัยปกป้อง พฤติกรรมการติดมาร์ทโฟนเป็นปัจจัยที่ช่วยเพิ่มความ ต้านทานของนักศึกษาต่อปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดปัญหา การติดมาร์ทโฟน ซึ่งปัจจัยปกป้องกันนั้นเป็นปัจจัยที่ ช่วยในการปรับหรือเปลี่ยนแปลงการตอบสนองต่อ สภาพแวดล้อมให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น โดย Chansiri (2019) หัวหน้าหน่วยจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ฝ่าย จิตเวชศาสตร์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย กล่าวว่า โดยปกติแล้วเด็กและเยาวชนมักจะเล่นเกม

แต่เมื่อเล่นเกมมากเกินไปจนเข้าสู่ภาวะติดเกมแล้ว จะถือเป็นความผิดปกติที่ส่งผลกระทบต่อ ด้านลบต่อ ตัวเด็ก โดยที่เด็กไม่สามารถจะหยุดยั้งหรือควบคุม ตนเองได้อีกต่อไป พวกเขาจะต้องการเล่นเกมอย่าง ต่อเนื่องและมีระยะเวลาการเล่นเกมที่เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ โดยไม่สนใจทำกิจกรรมอื่น ๆ นอกจากนี้การเล่นเกมนี้อาจยังสัมพันธ์โดยตรงกับพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟน คอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต หรืออุปกรณ์อื่น ๆ ที่เป็นหน้าจอ ดิจิทัล เนื่องจากเด็กมักเล่นเกมผ่านอุปกรณ์หน้าจอ เหล่านี้ จึงทำให้เด็กที่ติดเกมมักมีพฤติกรรมติดหน้าจอ รวมอยู่ด้วย สาเหตุของการติดสมาร์ทโฟนในวัยรุ่น อาจเกิดขึ้นได้จากหลากหลายปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยด้าน สิ่งแวดล้อม ที่ในโลกยุคปัจจุบันเป็นโลกแห่งเทคโนโลยี และดิจิทัล เกม อินเทอร์เน็ต สื่อโซเชียลมีเดีย และ อุปกรณ์หน้าจอ ฯลฯ ล้วนเป็นสิ่งแวดลอมรอบตัวของ เด็กวัยรุ่นนอกเหนือจากการเรียนหนังสือ อีกทั้งยังมี อิทธิพลของสื่อที่เหนี่ยวนำและกระตุ้นให้วัยรุ่นนั้น เข้าสู่สิ่งแวดล้อมเทคโนโลยีและดิจิทัลอย่างต่อเนื่อง ปัจจัยด้านครอบครัวและคนใกล้ชิด หมายถึง ในแง่ของการเป็นตัวอย่างให้แก่เด็ก เช่น พ่อแม่ที่มี พฤติกรรมติดเกม ติดหน้าจอ เวลารับประทานอาหารต้องใช้ อุปกรณ์หน้าจอไปด้วย วัยรุ่นก็จะซึมซับและเลียนแบบ พฤติกรรมดังกล่าว หรือแม้แต่สภาพแวดล้อมใน มหาวิทยาลัย เป็นต้น อย่างไรก็ตามพฤติกรรมการติด สมาร์ทโฟนสามารถป้องกันได้โดยต้องอาศัยความร่วมมือ จากผู้ที่เกี่ยวข้อง เช่น อาจารย์ที่ปรึกษา สถาบัน การศึกษา เริ่มตั้งแต่การจัดสรรเวลาให้นักศึกษา มาร่วมกันในการทำกิจกรรมต่าง ๆ หากิจกรรมที่ กระตุ้นความสนใจของนักศึกษาได้เช่นเดียวกับการใช้ สมาร์ทโฟน ดังนั้นผู้วิจัยจึงเสนอกรอบแนวคิด การวิจัยแสดงตัวแปรต้น ได้แก่ ลักษณะทางชีวสังคม และภูมิหลัง และตัวแปรปัจจัยทางจิตสังคม โดย ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟน เพื่อหา ปัจจัยที่เป็นปัจจัยปกป้องพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟน ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

จากภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัยประกอบด้วย **ตัวแปรต้น**

1. ลักษณะทางชีวสังคมและภูมิหลังของนักศึกษา ได้แก่ เพศ ระดับชั้นการศึกษา ผลการศึกษา และที่พักอาศัย

2. ปัจจัยทางสังคม ได้แก่

2.1 ลักษณะสถานการณ์ทางสังคม คือ สภาพแวดล้อมด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพในครอบครัว และสภาพแวดล้อมด้านกลุ่มเพื่อน ได้แก่ กิจกรรมเหมาะสมที่ทำร่วมกับเพื่อน

2.2 จิตลักษณะเดิม โดยพื้นฐานเกิดจากการอบรมและถ่ายทอดทางสังคมจากสถาบันทางสังคม และสั่งสมมาตั้งแต่วัยเด็กและติดตัวบุคคลนั้น ๆ มาในสถานการณ์หนึ่ง ๆ ประกอบด้วยความเหงา และค่านิยมแบบวัตถุนิยม

2.3 จิตลักษณะตามสถานการณ์เป็นจิตลักษณะที่เปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ที่บุคคลนั้นประสบอยู่ อันเป็นผลของสถานการณ์ปัจจุบันร่วมกับจิตลักษณะเดิมของบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมอย่างใกล้ชิด ประกอบด้วย ความเครียด และการรู้เท่าทันสื่อ

ตัวแปรตาม

ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟน

พิจารณาจากการที่นักศึกษาให้ความสำคัญและหมกมุ่นอยู่กับสมาร์ทโฟน มีการใช้สมาร์ทโฟนเป็นเวลานานหรือตลอดเวลา จนไม่สามารถควบคุมตนเองให้หยุดใช้ได้ ซึ่งลักษณะเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตประจำวัน ผู้วิจัยได้ใช้ลักษณะการติดเทคโนโลยีตามแนวคิดของ Griffiths (2005, pp. 191-197) มาใช้ในการอธิบายถึงลักษณะการติดสมาร์ทโฟนในการวิจัยครั้งนี้ โดยมี 6 องค์ประกอบ คือ 1) การให้ความสำคัญ (Salience) 2) การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ (Mood modification) 3) การสูญเสียการควบคุม (Loss of control) 4) การเลิกหรือหยุดใช้ (Withdrawal) 5) การขัดแย้ง (Conflict) และ 6) การกลับคืนสู่สภาพเดิม (Relapse)

ประโยชน์ที่ได้รับ

ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการวางแผนและควบคุมเพื่อปรับพฤติกรรม การติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีพฤติกรรมติดสมาร์ทโฟนในปริมาณสูง หรือที่เรียกว่า นักศึกษาที่เป็นกลุ่มเสี่ยง ซึ่งควรได้รับการพัฒนาโดยเร่งด่วนในสถานศึกษาระดับอุดมศึกษาที่อยู่ในบริบทเดียวกันให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น

วิธีการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษากลุ่มเสี่ยงและปัจจัยปกป้องพฤติกรรมกาติติสมาร์โฟน เป็นนักศึกษาที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี สถาบันระดับอุดมศึกษาเอกชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ปีการศึกษา 2564 โดยข้อมูลจำนวนประชากรรวมทั้งหมด 139,865 คน แบ่งเป็นสถาบันระดับอุดมศึกษาเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 106,863 คน (20 สถาบัน) และสถาบันระดับอุดมศึกษาเอกชนในเขตปริมณฑล จำนวน 33,002 คน (10 สถาบัน) โดยกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยต้องมีคุณสมบัติเบื้องต้นคือนักศึกษาที่ถูกคัดกรองเบื้องต้นจากแบบสอบถามที่นักศึกษาเลือกคำตอบว่า “เคย” ในแบบสอบถามของข้อความที่ว่า “นักศึกษาเคยพยายามควบคุมหรือหยุดการใช้สมาร์โฟนที่ใช้อย่างต่อเนื่องครั้งละนาน ๆ หรือไม่” ซึ่งการประเมินตนเองในข้อนี้จะเป็นข้อมูลที่แสดงให้เห็นว่านักศึกษารับรู้ถึงการใช้งานที่มากกว่าปกติของตนเองจึงพยายามควบคุมการใช้งาน สำหรับวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง เริ่มโดยขั้นแรกใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากรายชื่อจากสถาบันในเขตกรุงเทพมหานคร และในเขตปริมณฑลมาจำนวน 15 มหาวิทยาลัย (เขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 10 มหาวิทยาลัย และเขตปริมณฑล จำนวน 5 มหาวิทยาลัย) สำหรับขนาดตัวอย่างที่เหมาะสมในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้น (Stepwise Multiple Regression) นั้นกลุ่มตัวอย่างต้องมีไม่ต่ำกว่า 100 คน และกลุ่มตัวอย่างต้องมีจำนวนประมาณ 10-20 คนต่อจำนวนตัวแปรอิสระ 1 ตัวแปร โดยในการวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรสังเกต 11 ตัวแปร จึงมีขนาดตัวอย่างขั้นต่ำ 220 คน และเพื่อป้องกันการสูญหายจึงกำหนดขนาดตัวอย่างในงานวิจัยนี้จำนวน 400 คน (Hair et al., 2010) จากนั้นทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากนักศึกษาที่มีการติดสมาร์โฟนโดยการคัดกรองเบื้องต้นจากการตอบแบบสอบถาม ซึ่ง

จำนวนกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการเทียบสัดส่วนจำนวนประชากรในแต่ละมหาวิทยาลัยจนครบจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 400 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบวัดตัวแปรเชิงสาเหตุและผลของพฤติกรรมกาติติสมาร์โฟน โดยแบบวัดมีคุณภาพความเที่ยงตรงและเชื่อถือได้ จากการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของแบบวัดที่ไม่มีข้อนั้นรวมอยู่ (Item-Total Correlation) หรือค่า r โดยค่า r มีค่ามากกว่า 0.20 ขึ้นไป และค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค โดยมีค่าความเชื่อมั่น 0.70 ขึ้นไป (Saiyot & Saiyot, 1985, pp. 170-171) ซึ่งแบบวัดตัวแปรในการวิจัยครั้งนี้ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ตัวเลือก และมีความเหมาะสมตามเกณฑ์การพิจารณา ประกอบด้วย 1) แบบวัดพฤติกรรมกาติติสมาร์โฟน ค่า r เท่ากับ .30-.72 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .85 2) แบบวัดสัมพันธภาพในครอบครัว ค่า r เท่ากับ .72-.86 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .95 3) แบบวัดกิจกรรมเหมาะสมที่ทำร่วมกับเพื่อน ค่า r เท่ากับ .53-.89 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .88 4) แบบวัดความเหงา ค่า r เท่ากับ .36-.91 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .93 5) แบบวัดค่านิยมแบบวัตถุนิยม ค่า r เท่ากับ .36-.84 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .89 6) แบบวัดความเครียด ค่า r เท่ากับ .35-.77 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .85 และ 7) แบบวัดการรู้เท่าทันสื่อ ค่า r เท่ากับ .70-.93 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .95

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการขออนุมัติโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในการทำวิจัยสถาบันการจัดการปัญญาภิวัฒน์ ตามใบรับรองจริยธรรมการวิจัย หมายเลขรับรอง PIM-REC 001/2565 ตั้งแต่วันที่

11 มกราคม 2565 ถึง 11 มกราคม 2566 โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามออนไลน์ และชี้แจงรายละเอียดในการเข้าร่วมวิจัยแก่กลุ่มตัวอย่างให้เข้าใจและชัดเจน โดยผลการวิจัยจะใช้สำหรับวัตถุประสงค์ทางวิชาการเท่านั้น และผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลเป็นความลับ ไม่ส่งผลกระทบใด ๆ แก่ผู้เข้าร่วมวิจัย และประสานงานไปยังผู้ที่เกี่ยวข้องในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ด้วยวิธีการส่งลิงก์ข้อมูลเพื่อให้นักศึกษาให้ข้อมูลในแบบสอบถามระหว่างวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2565 ถึงวันที่ 30 เมษายน 2565 เป็นช่วงเวลาของภาคการศึกษา 2 ปีการศึกษา 2564

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลที่เก็บรวบรวมมาได้จากแบบสอบถาม ด้วยการนำมาประมวลผลซึ่งใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ โดยผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติอนุมาน (Inferential Statistics) ด้วยการวิเคราะห์ค่า t-test ความแปรปรวนทางเดียว (One-way analysis of variance) เมื่อพบความแตกต่างทดสอบรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe's Method) เพื่อตอบวัตถุประสงค์การวิจัยข้อ 1 สำหรับศึกษาความแตกต่างกันทางชีวสังคมและภูมิหลังว่า

จะมีพฤติกรรมการติดสมาร์โฟนของนักศึกษาที่แตกต่างกันหรือไม่ และสำหรับวัตถุประสงค์ข้อ 2 ใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้น (Stepwise Multiple Regression) เพื่อหาเปอร์เซ็นต์การทำนายที่สำคัญและลำดับการทำนายตัวแปรตามของงานวิจัย คือ พฤติกรรมการติดสมาร์โฟนของนักศึกษา เฉพาะตัวแปรต้นที่เป็นตัวแปรทางชีวสังคมและภูมิหลังที่เป็นข้อค้นพบจากคำตอบวัตถุประสงค์ข้อ 1 ว่าจะมีเปอร์เซ็นต์การทำนายที่สำคัญและลำดับการทำนายตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการติดสมาร์โฟนเป็นอย่างไร

ผลการวิจัย

1. การเปรียบเทียบพฤติกรรมการติดสมาร์โฟนของนักศึกษาที่มีชีวสังคมและภูมิหลังแตกต่างกัน

ผู้วิจัยใช้ t-test และความแปรปรวนทางเดียว (F-test) และวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe's Method) วิเคราะห์ความแตกต่างของพฤติกรรมการติดสมาร์โฟน จำแนกตามตัวแปรชีวสังคมและภูมิหลัง (เพศ ระดับชั้นการศึกษา ผลการศึกษา ที่พักอาศัย) ปรากฏผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 1 และตารางที่ 2

ตารางที่ 1 ค่าสถิติของ t-test และความแปรปรวนทางเดียว (F-test) ของพฤติกรรมการติดสมาร์โฟนของนักศึกษาที่มีลักษณะชีวสังคมและภูมิหลังแตกต่างกัน

ลักษณะชีวสังคมและภูมิหลัง	สถิติที่ใช้	ค่า t/F	P
เพศ	t	-.47	.64
ระดับชั้นการศึกษา	F	8.80	.00*
ผลการศึกษา	F	.53	.72
ที่พักอาศัย	F	1.56	.20

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 2 การทดสอบรายคู่โดยวิธีการของเซฟเฟของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกาติตสมารท์โฟนของนักศึกษาตามระดับชั้นการศึกษา

ระดับชั้นการศึกษา	นักศึกษาชั้นปีที่ 1 $\bar{x}_1 = 2.99$	นักศึกษาชั้นปีที่ 2 $\bar{x}_2 = 3.35$	นักศึกษาชั้นปีที่ 3 $\bar{x}_3 = 3.52$	นักศึกษาชั้นปีที่ 4 $\bar{x}_4 = 3.41$
นักศึกษาชั้นปีที่ 1	-	.01*(-.36)	.00*(-.53)	.04*(-.42)
นักศึกษาชั้นปีที่ 2	.01*(-.36)	-	.55	.98
นักศึกษาชั้นปีที่ 3	.00*(-.53)	.55	-	.92
นักศึกษาชั้นปีที่ 4	.04*(-.42)	.98	.92	-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 1 พบว่า พฤติกรรมการติตสมารท์โฟนของนักศึกษาแปรปรวนไปตามระดับของตัวแปรอิสระเพียงตัวแปรเดียว ได้แก่ ระดับชั้นการศึกษา และเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของกลุ่มที่แบ่งตามระดับตัวแปรต้นตามตารางที่ 2 พบว่า 1) นักศึกษาชั้นปีที่ 1 เป็นผู้ที่มีการติตสมารท์โฟนน้อยกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมกาติตสมารท์โฟนไม่แตกต่างกัน

2. การวิเคราะห์ปัจจัยปกป้องพฤติกรรมกาติตสมารท์โฟนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้น (Stepwise Multiple Regression) โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบปริมาณการทำนาย

จากตัวทำนาย 6 ตัว ว่ามีตัวแปรหรือปัจจัยเชิงเหตุใดที่สามารถใช้ทำนายการติตสมารท์โฟนของนักศึกษาได้ดี คล้ายคลึง หรือแตกต่างกันอย่างไร โดยทำการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งในกลุ่มรวมและในกลุ่มย่อยตามลักษณะทางชีวสังคมและภูมิหลังเฉพาะที่ปรากฏว่ามีนัยสำคัญ จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ซึ่งผลการวิเคราะห์ ได้แก่ ระดับชั้นการศึกษาของนักศึกษา โดยนักศึกษากลุ่มเสี่ยงคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 ที่มีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกาติตสมารท์โฟนอยู่ในระดับมาก ผู้วิจัยจึงได้แบ่งระดับผลการศึกษาแบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ 1) กลุ่มนักศึกษารวมทั้ง 4 ชั้นปี 2) กลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 1 (กลุ่มเสี่ยงน้อย) และ 3) กลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 (ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงมาก) ปรากฏผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการทำนายพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำแนกตามระดับชั้นการศึกษา

กลุ่ม	จำนวน คน	ปัจจัย 6 ตัวแปร				
		% ทำนาย	R^2_{adjust}	ตัวทำนาย	ค่า b	ค่าเบต้า (β)
นักศึกษาชั้นปีที่ 1	142	24.00*	.24	5, 4	.37, .24	.32, .22
นักศึกษาชั้นปีที่ 2-4	258	59.00*	.59	3, 4	.44, .35	.53, .30
รวม	400	49.00*	.48	3, 4	.36, .39	.43, .35

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตัวทำนายที่ 1 คือ สัมพันธภาพในครอบครัว

ตัวทำนายที่ 2 คือ กิจกรรมเหมาะสมที่ทำร่วมกับเพื่อน

ตัวทำนายที่ 3 คือ ความเหงา

ตัวทำนายที่ 4 คือ ค่านิยมแบบวัตถุนิยม

ตัวทำนายที่ 5 คือ ความเครียด

ตัวทำนายที่ 6 คือ การรู้เท่าทันสื่อ

จากตารางที่ 3 พบว่า ค่าการพยากรณ์ (R^2_{adjust}) ของพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษารวมทั้ง 4 ชั้นปี นักศึกษาชั้นปีที่ 1 และนักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 พบว่า มีค่าเท่ากับ 0.48, 0.24 และ 0.59 ตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยตัวแปรทางจิตสังคมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 กลุ่มเสี่ยงน้อย คือ ความเครียดและค่านิยมแบบวัตถุนิยม ส่วนตัวแปรทางจิตสังคมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษารวมทั้ง 4 ชั้นปี และชั้นปีที่ 2-4 ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงมาก คือ ความเหงา และค่านิยมแบบวัตถุนิยม

อภิปรายและสรุปผล

1. การเปรียบเทียบพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีชีวิตสังคมและภูมิหลังแตกต่างกัน ได้แก่ เพศ ระดับชั้นการศึกษา ผลการศึกษา ที่พักอาศัย ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1

การวิเคราะห์ลักษณะทางชีวิตสังคมและภูมิหลังของนักศึกษาพบว่า ระดับชั้นการศึกษาที่แตกต่างกันมีผลต่อพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษา โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนน้อยกว่านักศึกษาชั้นปีอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 นั้นต้องปรับตัวในด้านสถานที่เรียน การเรียน สิ่งแวดล้อม

ใหม่ ๆ ทำให้ต้องใส่ใจในเรื่องของการปรับตัว รวมถึงยังมีเพื่อนที่เพิ่งรู้จักกัน กลุ่มเพื่อนยังมีน้อย ทำให้การใช้เวลาในส่วนของสมาร์ทโฟนเป็นเรื่องที่สำคัญน้อยกว่า แตกต่างจากรุ่นพี่ที่มีความลงตัวในทุก ๆ เรื่อง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Wang et al. (2016) พบว่า อายุแต่ละช่วงวัยที่แตกต่างกัน ย่อมมีความต้องการใช้งานที่แตกต่างกัน และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Wattananukul et al. (2017) ค้นพบว่า ปัจจัยทางชีวิตสังคมและภูมิหลังของวัยรุ่นคือ ระดับชั้นการศึกษาที่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Homthuanlom (2019) ที่ศึกษาการตัดสินใจเล่นเกมออนไลน์ผ่านมือถือพบว่า ระดับชั้นการศึกษามีความสัมพันธ์กับการตัดสินใจเล่นเกมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ

2. ปัจจัยปกป้องพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ค่าการพยากรณ์ (R^2_{adjust}) ของพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษารวมทั้ง 4 ชั้นปี และนักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 พบว่า มีค่าเท่ากับ 0.48 และ 0.59 ตามลำดับ ส่วนนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เท่ากับ 0.24 แสดงว่า ตัวแปรเชิงสาเหตุทั้งหมดที่นำมาศึกษาในโมเดลสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษารวมทั้ง 4 ชั้นปี ได้ร้อยละ 48 นักศึกษา

ชั้นปีที่ 2-4 ได้ร้อยละ 59 และนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ได้ร้อยละ 24 โดยตัวทำนายพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษารวมทั้ง 4 ชั้นปี และนักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 ที่สำคัญเรียงจากมากไปน้อย คือ ความเหงา และค่านิยมแบบวัตถุนิยม ส่วนนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ตัวทำนายพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟน ที่สำคัญเรียงจากมากไปน้อย คือ ความเครียด และค่านิยมแบบวัตถุนิยม ซึ่งสามารถอภิปรายผลการศึกษาดังนี้

2.1 ความเหงามีอิทธิพลต่อการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษา จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าความเหงาส่งผลต่อการติดสมาร์ทโฟน ยิ่งนักศึกษามีความเหงามาก นักศึกษาก็จะยิ่งติดสมาร์ทโฟน ทั้งนี้ความเหงาอาจเกิดจากการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ในสังคมน้อย สร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้ยากหรือมีความรู้สึกไม่พอใจในรูปแบบของปฏิสัมพันธ์ในสังคม ซึ่งการอยู่แบบโดดเดี่ยวหรือการแยกตัวอาจนำไปสู่ความรู้สึกเหงาได้ หรือแม้แต่การอยู่ท่ามกลางผู้คนมากมายก็เกิดความรู้สึกเหงาได้ รวมทั้งความรู้สึกว่าตนเองด้อยค่า ไม่มีใครรักและเอาใจใส่ ทำให้รู้สึกโดดเดี่ยว อ้างว้าง ความเหงานั้นเป็นความรู้สึกทางลบ ความรู้สึกเป็นทุกข์และไม่น่าพอใจ ซึ่งสามารถรับรู้ได้ด้วยตนเอง เป็นความกังวลใจที่เกิดขึ้น เมื่อสัมพันธ์ภาพทางสังคมของบุคคลไม่น่าพึงพอใจไม่เป็นไปตามความต้องการหรือความคาดหวังของตน โดยความเหงาหรือความรู้สึกว่าเหงาเกิดขึ้นได้ทั้งที่บุคคลอยู่คนเดียวตามลำพังหรืออยู่ในกลุ่มคนมากมายก็ได้ และในขณะเดียวกันสภาพสังคมในปัจจุบันเทคโนโลยีก็เข้ามามีบทบาทในชีวิตมากขึ้น อย่างเช่นสมาร์ทโฟนที่สามารถใช้งานได้ทุกที่และด้วยความสามารถของอุปกรณ์ชนิดนี้สามารถทำให้ผู้ใช้งานสามารถเข้าถึงกิจกรรมต่าง ๆ ได้ เช่น การติดต่อสื่อสาร ค้นหาข้อมูลต่าง ๆ การแบ่งปันข้อมูล การบริโภคสินค้าและบริการต่างๆ หรือการใช้ประโยชน์ทั้งเพื่อตนเองและสังคมได้ตลอดเวลา (Peplau & Perlman, 1982; Bolle, 2014, p. 7) ทำให้การดำเนินชีวิตเป็นเรื่องง่ายมากขึ้น ซึ่งอาจทดแทนการที่บุคคลเกิดความเหงาจากสภาพการณ์ต่าง ๆ ที่กล่าวมา

ข้างต้น เพราะสามารถทำให้ผู้ใช้มีเพื่อนหรือรู้จักคนอื่นได้ทั่วโลกอย่างไร้พรมแดน เมื่อไม่สามารถสื่อสารหรือการสร้างความสัมพันธ์กับคนรอบข้างหรือสังคมตรงหน้าได้ ทั้งยังมีความสนุกสนาน ตื่นเต้นจากการได้รับข้อมูล ข้อความผ่านแอปพลิเคชันต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการเล่น Line Facebook Instagram Twitter หรือการตอบสนองทางสังคมออนไลน์ สร้างความรู้สึกถึงการมีคุณค่าหรือได้รับความรัก ซึ่งก็เหมือนกับได้รับแรงเสริมทางบวกจากการใช้สมาร์ทโฟน (Carbonell et al., 2013, pp. 902-903) นอกจากนี้ในงานวิจัยนี้ นักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 มีพฤติกรรมติดสมาร์ทโฟนมากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ Krajangprateep (2013) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเหงา และพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตในนักศึกษาพบว่า ความเหงาและพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์ทางบวก กล่าวคือ เมื่อนักศึกษามีความเหงาเพิ่มสูงขึ้นจะทำให้พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตของนักศึกษาเพิ่มขึ้น ในทางตรงกันข้ามหากนักศึกษามีความเหงาลดน้อยลงจะทำให้พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตลดลงตามไปด้วย สอดคล้องกับ Weiss (1973) พบว่าความเหงามีอิทธิพลทางตรงต่อการติดสมาร์ทโฟน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีความเหงาสูงจะมีการติดสมาร์ทโฟนสูง ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า หากนักศึกษาเหงามากเท่าไรก็จะส่งผลต่อการที่นักเรียนจะมีพฤติกรรมติดสมาร์ทโฟนมากเท่านั้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ความเหงาก่อให้เกิดความทุกข์และไม่สบายใจ เนื่องมาจากการรับรู้ว่าตนเองขาดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม หรือมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมน้อยกว่าที่ตนต้องการ ทำให้เกิดความรู้สึกไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์ทางสังคม สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ Young (1999) พบว่า การใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อคลายเหงาของคนในวัยเรียนเป็นสาเหตุสำคัญที่นำไปสู่การใช้อินเทอร์เน็ตในปริมาณที่มากจนถึงขั้นติด และความเหงาเป็นปัญหาที่ทำให้คนหลบหนีจากชีวิตจริงเข้าสู่อินเทอร์เน็ต ดังนั้นเมื่อนักศึกษาเกิดความเหงา

ก็จะหันไปใช้สมาร์ทโฟนเพื่อชดเชยความรู้สึกหรือความสัมพันธ์ที่ตนเองรู้สึกขาดเนื่องจากนักศึกษาไม่ชอบอยู่โดดเดี่ยว หากไม่สามารถติดต่อกับคนอื่นได้โดยตรง ก็มักใช้สมาร์ทโฟนเป็นตัวกลางในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น เมื่อผู้ใช้สมาร์ทโฟนหยุดใช้ทำให้เกิดความเหงาเป็นสาเหตุให้ใช้สมาร์ทโฟนบ่อยครั้งขึ้นและยาวนานขึ้นจนกลายเป็นผู้ติดสมาร์ทโฟน

2.2 ผลการวิจัยพบผลที่สำคัญบ่งชี้ว่าตัวแปรค่านิยมแบบวัตถุนิยมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนักศึกษาทั้งในภาพรวมและทุกชั้นปี จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าค่านิยมแบบวัตถุนิยมส่งผลต่อการติดสมาร์ทโฟน เมื่อนักศึกษามีค่านิยมแบบวัตถุนิยมมากก็ส่งผลให้ยิ่งติดสมาร์ทโฟนมากขึ้น จะเห็นได้ว่าค่านิยมเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคลว่าจะเข้าไปในทิศทางใดดังที่ Schermerhorn (1997, p. 61) ได้กล่าวถึงการเกิดพฤติกรรมของบุคคลว่า ทักษะคิดหรือความรู้สึกของบุคคลทั้งด้านบวก หรือทางด้านลบของบุคคลต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดจะมีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรม แต่ก่อนการเกิดทักษะคิดและพฤติกรรมนั้นสิ่งที่สร้างให้เกิดทักษะคิดต่อสิ่งต่าง ๆ คือ ความเชื่อและค่านิยม จะเห็นได้ว่าการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมใด ๆ ของบุคคลนั้นก็เกิดขึ้นมาจากค่านิยม Richins และ Dawson (1992, p. 303) กล่าวถึง การให้คุณค่ากับวัตถุเป็นส่วนหนึ่งของค่านิยมเรียกว่า “ค่านิยมแบบวัตถุนิยม” ซึ่งเป็นความเชื่อหรือค่านิยมประเภทหนึ่ง ซึ่งมีลักษณะที่บุคคลให้ความสำคัญกับการได้ครอบครอง การได้มาซึ่งสิ่งที่ตนปรารถนาหรือรูปแบบของการกระทำเพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ต้องการ เมื่อได้สิ่งที่ต้องการแล้วจะทำให้เกิดความสุขจะเห็นได้ว่าค่านิยมแบบวัตถุนิยมเป็นค่านิยมที่บุคคลให้ความสำคัญแก่ทรัพย์สินที่เป็นรูปธรรมตลอดจนสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ บุคคลที่มีค่านิยมแบบวัตถุนิยมจะมีความเชื่อว่าการได้ครอบครองเป็นเจ้าของในทรัพย์สินที่ตนเองปรารถนาเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับชีวิต เพราะเชื่อว่าจะทำให้ชีวิตมีความสุขและเชื่อว่าทรัพย์สินที่ได้มาเป็นเครื่องบ่งชี้ความสำเร็จในชีวิตได้

บุคคลที่มีค่านิยมแบบวัตถุนิยมสูงจะตัดสินความสำเร็จของตนเองและผู้อื่นจากจำนวนและคุณภาพของวัตถุสิ่งของที่ผู้นั้นครอบครอง ลักษณะของค่านิยมแบบวัตถุนิยมมี 3 องค์ประกอบคือ ความเป็นศูนย์กลางของชีวิตความสุขในชีวิตและความสำเร็จในชีวิตดังนี้ 1) การได้ครอบครองทรัพย์สินสมบัติเป็นหนทางแห่งความสุข (Acquisition as the pursuit of happiness) ผู้มีค่านิยมแบบวัตถุนิยมมองว่าทรัพย์สินสมบัติต่าง ๆ เป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อความพึงพอใจและความสุขของชีวิต จึงหาความสุขให้แก่ตนเองโดยการไขว่คว้าทรัพย์สินสมบัติต่าง ๆ มาครอบครอง 2) การมีศูนย์กลางของชีวิตอยู่ที่การได้ครอบครองเป็นเจ้าของทรัพย์สินสมบัติ (Acquisition centrality) ผู้มีค่านิยมแบบวัตถุนิยมมองว่าการได้เป็นเจ้าของทรัพย์สินต่าง ๆ เป็นศูนย์กลางหรือจุดมุ่งหมายของชีวิตใช้วัตถุเป็นเครื่องกำหนดแนวทางและพฤติกรรมการดำเนินชีวิต และ 3) การตัดสินความสำเร็จในชีวิตจากการได้ครอบครองทรัพย์สินสมบัติ (Possession-defined success) ผู้มีค่านิยมแบบวัตถุนิยมตัดสินความสำเร็จในชีวิตทั้งของตนเองและของผู้อื่นด้วยจำนวนและคุณภาพของทรัพย์สินที่ได้ครอบครอง พิจารณาความมั่งมีทางวัตถุว่าเป็นตัวบ่งชี้ถึงความสำเร็จในชีวิต ในขณะเดียวกันสมาร์ทโฟนก็เป็นอุปกรณ์สื่อสารอิเล็กทรอนิกส์ที่สามารถใช้งานได้หลากหลายมากขึ้น แตกต่างไปจากโทรศัพท์มือถือหรือโทรศัพท์เคลื่อนที่ในสมัยก่อนที่ถือเอาคุณสมบัติของการโทรศัพท์และรับสายเป็นหลัก โดยสมาร์ทโฟนเป็นอุปกรณ์ที่มีความแตกต่างกันในส่วนของการใช้งาน วิธีการใช้งาน และคุณลักษณะอื่น ๆ ซึ่งทำให้เกิดความแตกต่างกันทั้งในแง่ของการใช้งานและประสบการณ์ในการใช้งานสมาร์ทโฟนนั้นได้รับความนิยมและมีการใช้กันอย่างแพร่หลายเพราะมีแอปพลิเคชันและระบบปฏิบัติการต่าง ๆ สำหรับให้ใช้งานได้หลายประเภทสามารถหาซื้อได้ง่าย มีขนาดกะทัดรัด พกพาสะดวกไม่ว่าจะเป็นที่ไหน เช่น ในห้องนอน ห้องน้ำ ห้องทำงาน ห้องอาหาร เป็นต้น จากความสามารถในการใช้งานที่หลากหลายทำให้สมาร์ทโฟนกลายเป็นอุปกรณ์สำคัญ

ที่ผู้ใช้งานสามารถเข้าถึงกิจกรรมต่าง ๆ ได้ เช่นการบริโภคสินค้าและบริการต่าง ๆ การแบ่งปันข้อมูลหรือการใช้ประโยชน์ทั้งเพื่อตนเองและสังคมได้ตลอดทุกที่ทุกเวลา จนสมาร์ตโฟนกลายเป็นอุปกรณ์ที่มีบทบาทในชีวิตของคนเราเป็นอันมากทำให้เกิดการใช้งานและออนไลน์ตลอดเวลา ซึ่งในปัจจุบันนี้สมาร์ตโฟนมีหลายแบรนด์หลายรุ่นหลายราคา มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องให้ใช้งานได้ดีขึ้นรวมทั้งมีการออกแบบตัวเครื่องใหม่เพื่อดึงดูดใจผู้ใช้ให้อยากได้มาครอบครองเป็นเจ้าของ ทำให้สมาร์ตโฟนกลายเป็นทรัพย์สินอย่างหนึ่งที่มีค่าและมีราคาที่ต้องระวังไม่ให้สูญหายทั้งนี้ Carbonell et al. (2013, pp. 902-903) กล่าวถึงความพอใจที่ได้รับจากสมาร์ตโฟนว่าเป็นเหมือนแรงเสริมทางบวกอย่างเช่น ในเรื่องของอัตลักษณ์และสัญลักษณ์ทางสถานะ สมาร์ตโฟนไม่เพียงแต่ทำงานตามคุณสมบัติที่ปรากฏเท่านั้นแต่ยังทำหน้าที่เหมือนเป็นเครื่องหมายแสดงอัตลักษณ์ของผู้ใช้ ซึ่งก็เป็นไปได้ว่านอกจากการใช้งานแล้วการใช้สมาร์ตโฟนของนักศึกษาอาจมีคุณค่าอื่นที่เกิดขึ้นเหนือกว่าคุณค่าที่เป็นประโยชน์จากการใช้งานด้วยเหตุนี้จึงอาจก่อให้เกิดการตกเป็นทาสทางอารมณ์ของนักศึกษาจนนำไปสู่การติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Robert et al. (2015, p. 13) ที่พบว่า ค่านิยมแบบวัตถุนิยมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษาเช่นเดียวกันกับงานวิจัยของ Lee et al. (2014, p. 377) ที่พบว่า ค่านิยมแบบวัตถุนิยมมีอิทธิพลต่อการใช้สมาร์ตโฟนของคนได้หวั่นในลักษณะย้ำทำหรือพฤติกรรมซ้ำ ๆ (Compulsive Behavior) ดังนั้นจากการทบทวนทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าวสรุปได้ว่าค่านิยมแบบวัตถุนิยมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษา

2.3 ความเครียดมีอิทธิพลต่อการติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สอดคล้องกับงานวิจัยของ Petprayoon (2017) สะท้อนให้เห็นว่าความเครียดในชีวิตส่งผลต่อการติดสมาร์ตโฟนของ

นักศึกษาเมื่อนักศึกษาเกิดความเครียดในชีวิตสูงก็จะยิ่งติดสมาร์ตโฟนมากขึ้น ความเครียดในชีวิตนั้นอาจเกิดจากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่นักศึกษาประสบอยู่ อาจเป็นสถานการณ์จากสภาพแวดล้อมทั้งที่บ้านมหาวิทยาลัย หรือสังคมที่นักศึกษาใช้ชีวิตอยู่ แล้วนำไปสู่ความคับข้องใจ หงุดหงิดใจ ไม่สบายใจ และวิตกกังวล แล้วก็พยายามหาหนทางที่จะทำให้ตนเองผ่อนคลายจากสภาพที่เป็นอยู่ โดยเฉพาะนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ต้องมีการปรับตัวในหลายเรื่องจากพฤติกรรมวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่ ไม่ใช่แค่การปรับตัวด้านร่างกายแต่รวมถึงด้านสังคม ทำให้นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความเครียดสูงกว่านักศึกษาอีก 3 ชั้นปี อย่างมีนัยสำคัญ (Rojanahasadin, 2021) อีกทั้งสมาร์ตโฟนเป็นอุปกรณ์ที่พกพาสะดวกสามารถนำติดตัวไปได้ทุกที่ (Bolte, 2014, p. 7) จึงทำให้เกิดการใช้งานได้ตลอดเวลาพอเกิดความเครียดแล้วไม่รู้จะทำอย่างไรก็อาจทำให้ใช้สมาร์ตโฟนมากขึ้นเมื่อเกิดเหตุการณ์ในลักษณะนี้บ่อย ๆ ขึ้น ก็ทำให้เกิดการใช้สมาร์ตโฟนไปเรื่อยอย่างต่อเนื่องโดยไม่คำนึงถึงผลลัพธ์ที่เป็นโทษตามมา เพื่อทำให้เกิดความพอใจและผ่อนคลายจากความรู้สึกทุกข์ใจ ไม่สบายใจหรือความเครียดจากสภาพที่เผชิญอยู่ จึงเป็นเหตุให้เกิดการติดสมาร์ตโฟน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ผลการวิจัยพบผลที่สำคัญบ่งชี้ว่ากลุ่มนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2-4 มีการติดสมาร์ตโฟนในปริมาณสูง หรือที่เรียกว่านักศึกษาที่เป็นกลุ่มเสี่ยง ซึ่งต้องได้รับการพัฒนาโดยเร่งด่วนคือชั้นปีที่ 2-4 ที่มีพฤติกรรมการติดสมาร์ตโฟนในระดับสูง โดยเสนอแนะปัจจัยปกป้องที่ได้จากการวิเคราะห์โดยมีปัจจัยปกป้องที่สำคัญอันดับแรก ได้แก่ ความเหงา ผู้วิจัยเสนอว่าควรส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์หรือกิจกรรมสนทนากันต่าง ๆ เพื่อเตรียมความพร้อมในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมให้กับนักศึกษา เป็นการสร้างความสนุกสนาน สร้าง

สัมพันธ์ภาพกับเพื่อน รวมถึงการปลูกฝังการเรียนรู้การทำงานเป็นทีม กิจกรรมที่สามารถจัดให้นักศึกษานั้นมีหลายกิจกรรม อาทิเช่น กิจกรรมปฐมนิเทศ กิจกรรมรับน้องใหม่ กิจกรรมกีฬาสัมพันธ์ รวมถึงการสร้างชมรมต่าง ๆ เพื่อรองรับความสนใจของนักศึกษา เช่น ชมรมกีฬา ชมรมดนตรี ชมรมหมากล้อม ชมรมพุทธศาสนา เป็นต้น และเมื่อนักศึกษามีความพร้อมในทุกด้านดังกล่าวแล้วย่อมทำให้สามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัย/สถาบันการศึกษาได้อย่างมีความสุข ทำให้ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว อ้างว้าง หรือการมีปฏิสัมพันธ์ในสังคมน้อย ซึ่งจะนำมาสู่ความเหงาได้ ทำให้เป็นผลต่อการเกิดพฤติกรรมติดสมาร์ตโฟน

1.2 นักศึกษาระดับปริญญาตรีทุกชั้นปีได้รับอิทธิพลจากค่านิยมแบบวัตถุนิยมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมติดสมาร์ตโฟน ผู้วิจัยเสนอว่าควรส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมในด้านต่าง ๆ เช่น กิจกรรมทางวิชาการ รวมถึงการจัดตั้งสโมสรนักศึกษา เพื่อให้ นักศึกษาได้มีเวทีในการแสดงออกถึงความสามารถและเป็นการพัฒนาตนเองเพื่อสร้างความภูมิใจในตนเอง และมีความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองมากขึ้น โดยไม่จำเป็นต้องไปยึดติดกับวัตถุเพียงอย่างเดียว หรือใช้วัตถุเป็นเครื่องกำหนดแนวทางและพฤติกรรม การดำเนินชีวิตเพื่อให้ตนเองมีความสุข

1.3 นักศึกษาชั้นปีที่ 1 แม้จะมีพฤติกรรมติดสมาร์ตโฟนน้อยกว่านักศึกษาชั้นปีอื่น ๆ และได้รับอิทธิพลจากความเครียดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมติดสมาร์ตโฟน ผู้วิจัยเสนอว่าควรจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่สอดแทรกการผ่อนคลายความเครียดให้แก่ นักศึกษา รวมถึงการจัดสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่ช่วยผ่อนคลายความเครียด เช่น พื้นที่สีเขียว การจัดมุมพักผ่อนให้มากขึ้น และการจัดกิจกรรมคลายเครียด เช่น การจัดกิจกรรมดนตรี กลางแจ้ง การจัดงานกีฬา หรือควรจัดการสำรวจ

ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา ก่อนเข้าเรียน เพื่อเป็นการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพจิตและเป็นการเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพจิตไม่ให้มีระดับความรุนแรงมากขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษา ได้รับอิทธิพลหลักจากปัจจัยในลักษณะของความเป็นจิตลักษณะเดิม คือ ตัวแปรความเหงา ความเครียด และตัวแปรค่านิยมแบบวัตถุนิยมที่สามารถพัฒนาหรือสร้างความเปลี่ยนแปลงได้โดยนำไปใช้เป็นพื้นฐานในการทำ การวิจัยเชิงทดลอง โดยการเปรียบเทียบความเหงา/ค่านิยมแบบวัตถุนิยมของนักศึกษาก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และเปรียบเทียบความเหงา/ค่านิยมแบบวัตถุนิยมของนักศึกษาระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมกับกลุ่มทดลอง เพื่อจัดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมของบุคคล จะช่วยให้บุคคลรักษารูปแบบของการคิดและการแสดงออกอย่างมีเหตุผลในระยะยาว

2.2 ตัวแปรที่ผู้วิจัยนำมาศึกษาในครั้งนี้สามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษาได้ร้อยละ 48 ซึ่งที่เหลือเป็นตัวแปรอื่นที่ไม่ได้นำมาศึกษาในโมเดลการวิจัยครั้งนี้ อีกร้อยละ 52 ดังนั้นผู้วิจัยจึงเสนอให้มีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ เพิ่มเติม เพื่อจะได้อธิบายถึงพฤติกรรมติดสมาร์ตโฟนของนักศึกษาได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

2.3 เนื่องจากกลุ่มอายุที่ใช้โทรศัพท์มือถือแบบสมาร์ตโฟนสูงที่สุดคือ กลุ่มอายุ 15-17 ปี โดยงานวิจัยนี้กลุ่มตัวอย่างมีอายุ 18-24 ปี ดังนั้นควรขยายกลุ่มตัวอย่างให้กว้างขึ้นโดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มอายุ 15-17 ปี เพื่อทำให้เกิดความหลากหลายขึ้นและทำให้ครอบคลุมในทุกช่วงอายุของผู้ใช้สมาร์ตโฟนสูงสุด

References

- Bhanthumnavin, D. (2009). *Principles and methods of document processing for excellence in behavioral research* (2nd ed.). AA Public Company. [in Thai]
- Bolle, C. (2014). "Who is a smartphone addict?" *The impact of personal factors and type of usage on smartphone addiction in a Dutch population*. University of Twente.
- Carbonell, X., Oberst, U., & Beranuy, M. (2013). *The cell phone in the twenty-first century: A risk for addiction or a necessary tool?* In *Principles of addiction: Comprehensive addictive behaviors and disorder* (pp. 901-909). Academic Press.
- Chansiri, P. (2019). *Game addiction, a threat to the health of Thai children that parents have to take care of and protect*. Chulalongkorn Hospital. <https://chulalongkornhospital.go.th/kcmh/โรคติดเกม/> [in Thai]
- Electronic Transactions Development Agency. (2019). *Report of the survey results of internet users in Thailand in 2018*. Office of Strategy, Electronics Transactions Development Agency. [in Thai]
- Griffiths, M. D. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10, 191-197.
- Hair Jr., J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. F. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective* (7th ed.). Prentice-Hall.
- Homthuanlom, A. (2019). *Factors affecting decision to play online game on mobile phone of people* [Master's thesis]. Siam University. [in Thai]
- Jun, S. (2016). The reciprocal longitudinal relationships between mobile phone addiction and depressive symptoms among Korean adolescents. *Computers in Human Behavior*, 58, 179-186.
- Krajangprateep, S. (2013). *Family relationships, loneliness, self esteem, and internet use among students of Thammasat University* [Master's thesis]. Thammasat University. [in Thai]
- Lee, Y. K., Chang, C. T., & Cheng, Z. H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological trait, compulsive behavior, and technostress. *Computers in Human Behavior*, 31(1), 373-383.
- Magnusson, D., & Endler, N. S. (1977). *Personality at the crossroad: Current Issues in interactionism psychology*. LEA Publishers.
- National Statistical Office. (2020). *Survey on the use of information technology in households in 2021*. <http://www.nso.go.th/sites/2014/Pages/home.aspx> [in Thai]
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory. Research and Therapy*. John Wiley & Sons.
- Petprayoon, C. (2017). *Causal model of smartphone addiction among undergraduate students in Bangkok* [Doctoral dissertation]. Srinakharinwirot University. [in Thai]

- Richin, M. L., & Dawson, S. (1992). A consumer value orientation for materialism and its measurement: Scale development and validation. *Journal of Consumer Research*, (19), 303-316.
- Roberts, J. A., Pullig, C., & Manolis, C. (2015). I need my smartphone: A hierarchical model of personality and cell-phone addiction. *Personality and Individual Differences*, 79(2015), 13-19.
- Rojanahasadin, A. (2019). *Dorm Children and 1st year students are at high risk of depression stress, stress, and kill yourself*. Dailynews.co.th. <http://d.dailynews.co.th/education/743054/> [in Thai]
- Saiyot, L., & Saiyot, A. (1985). *Principles of educational research*. Suksaporn. [in Thai]
- Schermerhorn, J. R. (1997). *Organizational behavior*. John Wiley & Sons, Inc.
- Silangam, P. (2018). Dangers of smartphone addiction. *HCU Journal of Health Science*, 22(43-44), 193-204. [in Thai]
- Tan, C., Pamuk, M., & Donder, A. (2013). Loneliness and mobile phone. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 103(1), 606-611. <http://doi:10.1016/j.sbspro.2013.10.378>
- Tindell, D. R., & Bohlander, R. W. (2012). The use and abuse of cell phones and text messaging in the classroom: A survey of college students. *College Teaching*, 60(1), 1-9.
- Thongjuepong, P. (2016). Factors and effects of smart phone addiction to job performance nomo-phobia and conflict with others. *JSB Journal*, 2(3), 40-54. [in Thai]
- Thomee, S., Harenstam, A., & Hagbrg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances and symptoms of depression among young adults-a prospective cohort study. *BMC Public Health*, 11(66), 1-11.
- Vora, L. J. (2015). Evolution of mobile generation technology: 1G to 5G and review of upcoming wireless technology 5G. *International Journal of Modern Trends in Engineering and Research*, 2(10), 281-290.
- Wang D., Xiang Z., & Fesenmaier, D. R. (2016). Smartphone use in everyday life and travel. *Journal of Travel Research*, 55(1), 52-63.
- Watananukul, P., Pewkom, W., & Chansawang, P. (2017). *Behavior and factors of smartphone usage among adolescents*. http://sc2.kku.ac.th/stat/statweb/images/Eventpic/60/Seminar/01_6_.pdf [in Thai]
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. MIT Press.
- Young, K. S. (1999). The evaluation and treatment of Internet addiction. In L. V. Creek, & T. Jackson (Eds.), *Innovations in clinical practice: A source book* (pp. 17, 19-31). Professional Resource Press.



Name and Surname: Patchrapa Intaprot

Highest Education: M.Ed. (Education Research Methodology),
Chulalongkorn University

Affiliation: Panyapiwat Institute of Management

Field of Expertise: Mathematics and Statistics