

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือกับความสัมพันธ์ในครอบครัว ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ

Public university students' use of smartphone-based online social network and family relationship

เพ็ญสิริ วงศ์งามขำ^{a,*} ชีพสุมน รังสยาทร์^b และ นฤมล สราธพันธุ์^b

Pensiri Wongngamkum^{a,*}, Shiepsumon Rungsayatorn^b and Narumon Saratapun^b

^a โครงการศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการประถมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพฯ 10900

Master Program in Home Economics Education, Faculty of Education, Kasetsart University, Bangkok 10900, Thailand

^b ภาควิชาอาชีวศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพฯ 10900

Department of Vocational Education, Faculty of Education, Kasetsart University, Bangkok 10900, Thailand

ARTICLE INFO

Article history:

Received 12 July 2016

Received revised form 30 November 2016

Accepted 6 December 2016

Keywords:

family relationship,
online social networks,
smartphone,
social networking addiction

ABSTRACT

The objective of this research was to investigate the relationship between public university students' use of the smartphone-based online social network and the family relationship. A questionnaire was employed to gather data from 400 public university students selected by multi-stage random sampling. Data analysis comprised frequency, percentage, mean, Pearson's product moment correlation coefficient, and stepwise multiple regression, using a computer program. The findings revealed that nearly two-thirds of the students were female with an average age of 19.93 years. Most of the students used a smartphone to connect to the social network with an average connection time of 8 hours and 33 minutes per day. The results showed that nearly three-quarters of the students rated their online social networking addiction behavior at a moderate level. More than half of the students rated their family relationship and performed all aspects of their family relationship at a good level. The relationship between the students' use of the smartphone-based online social network and the family relationship revealed that the students' online social networking addiction behavior was negatively correlated with the family relationship and was statistically significant at the .01 level. The stepwise multiple regression indicated that "being frustrated when they are not online and want to know what is going on" was negatively correlated with and influenced the family relationship, and the family ties, love, and unity aspects were statistically significant at the .001 level. In addition, "being frustrated when they are not online and want to know what is going on" and "being unable to stop using or quit social network" were negatively correlated with and influenced the family communication aspect and were statistically significant at the .001 level.

* Corresponding author.

E-mail address: melzec0ver@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือกับความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ผลการศึกษาพบว่า นิสิตนักศึกษาเกือบสองในสามเป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย 19.93 ปี นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ ใช้สมาร์ตโฟนในการเข้าถึงเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีระยะเวลารวมในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เฉลี่ยเท่ากับ 8 ชั่วโมง 33 นาทีต่อวัน นิสิตนักศึกษาเกือบสามในสี่มีพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับปานกลาง นิสิตนักศึกษามากกว่าครึ่ง มีความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัว อยู่ในระดับดี การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือกับความสัมพันธ์ในครอบครัว พบว่า การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ ด้านพฤติกรรม การเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความสัมพันธ์ในครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ พบว่า ตัวแปรการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ ด้านพฤติกรรม การเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีอิทธิพลต่อการทำนายความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม และ ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว มี 1 ตัวแปร คือ รู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์ มีความสัมพันธ์เชิงลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนตัวแปรการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ ด้านพฤติกรรม การเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีอิทธิพลต่อการทำนายความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านการสื่อสารในครอบครัว มี 2 ตัวแปร คือ รู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์ และไม่สามารถหยุดหรือเลิกใช้เครือข่ายสังคม

ออนไลน์ได้ มีความสัมพันธ์เชิงลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

คำสำคัญ: ความสัมพันธ์ในครอบครัว เครือข่ายสังคมออนไลน์ โทรศัพท์มือถือ การเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์

บทนำ

อินเทอร์เน็ต เป็นระบบที่ช่วยให้ผู้คนทั่วโลกสามารถติดต่อสื่อสารและกระจายข้อมูลข่าวสารไปทั่วโลกได้ภายในเสี้ยววินาทีผ่านคอมพิวเตอร์ การใช้งานอินเทอร์เน็ตที่ได้รับความนิยมมากที่สุดในปัจจุบันคือการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ โดยผู้คนสามารถสร้างพื้นที่ส่วนตัวขึ้นมาเพื่อแนะนำตนเอง ทำความรู้จักกับบุคคลอื่นเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น แบ่งปันข้อมูล หรือประสบการณ์ร่วมกัน (อิทธิพล, 2552) จากผลการสำรวจ พบว่า ผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย 38 ล้านคน มีการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ทั้งหมด และมีการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือสูงถึง 34 ล้านคน (Kemp, 2016) ในปี 2558 ผลการสำรวจพบว่า เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่ได้รับความนิยมในประเทศไทย 5 อันดับแรกคือ Facebook, Line, Twitter, YouTube และ Instagram (Zocialinc, 2015)

ในปัจจุบันได้มีการพัฒนาให้โทรศัพท์มือถือสามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ ซึ่งเรารู้จักกันในชื่อ สมาร์ตโฟน ซึ่งเปรียบเสมือนเครื่องคอมพิวเตอร์แบบพกพาที่สามารถใช้ติดต่อสื่อสารผ่านอินเทอร์เน็ตได้ และเมื่อโทรศัพท์มือถือสามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ จึงทำให้ทุกวันนี้เห็นผู้คนใช้เวลากับสมาร์ตโฟนส่วนตัวกันตลอดเวลา โดยแทบไม่เงยหน้าขึ้นมาพูดคุยกับคนรอบข้าง ถึงแม้ว่าข้อดีของการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตผ่านโทรศัพท์มือถือจะมีประโยชน์ในการติดต่อสื่อสาร การแบ่งปันข้อมูลกับบุคคลที่อยู่คนละซีกโลกได้อย่างรวดเร็ว แต่ก็มีผลกระทบมาจากพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เช่นกัน โดย จิตรา (2554) กล่าวว่า ปัญหาจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ คือในสังคมครอบครัวไทยมักจะมองข้ามคนใกล้ชิด ไม่เห็นคุณค่า บางครอบครัวอยู่กันในบ้านไม่คุยกัน แต่กลับใช้เวลาพูดคุยกับบุคคลในเครือข่ายสังคมออนไลน์นี้มากกว่าพูดคุยกับสมาชิกในครอบครัว ซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาความสามัคคีในครอบครัวตามมา ความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ดีจะต้องเริ่มจากสมาชิกภายในครอบครัวมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน มีความรัก ความผูกพัน ความเข้าใจซึ่งกันและกัน (คันธารรัตน์, 2549)

มีการสื่อสารที่ีระหว่างกัน หากวัยรุ่นได้รับการดูแลเอาใจใส่ การช่วยเหลือ และการให้คำปรึกษาที่ดี ก็จะก้าวสู่ความเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ แต่ถ้าหากวัยรุ่นมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปสู่วางที่ผิด โดยไม่ได้รับการช่วยเหลือหรือให้คำปรึกษาที่ดี อาจก่อให้เกิดความเสียหายทั้งต่อตัวเองและครอบครัว ดังนั้น ครอบครัวจึงจำเป็นต้องพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีให้เกิดขึ้นอยู่เสมอ (วินัดดา, 2539)

จากข้อมูลดังกล่าวมาพบว่าการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือของนิสิตนักศึกษามีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นผู้วิจัยจึงศึกษาการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือว่ามีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ กรุงเทพมหานครหรือไม่ อย่างไร ทั้งนี้ผลของการวิจัยสามารถเป็นแนวทางสำหรับผู้ปกครอง คณาจารย์ สถานศึกษา และผู้ที่เกี่ยวข้อง ในการให้คำแนะนำเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือของนิสิตนักศึกษาให้เหมาะสม รวมทั้งมีการจัดกิจกรรม ประชาสัมพันธ์ และรณรงค์ให้นิสิตนักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของความสัมพันธ์ในครอบครัว

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา

1. การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ กรุงเทพมหานคร
2. ความสัมพันธ์ในครอบครัว ของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ กรุงเทพมหานคร
3. ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือกับความสัมพันธ์ในครอบครัว ของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ กรุงเทพมหานคร

นิยามศัพท์

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ หมายถึง พฤติกรรมการใช้เว็บไซต์เครือข่ายสังคมออนไลน์ คือ Facebook, Twitter, YouTube, Line และ Instagram ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ ครอบคลุม ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ จุดมุ่งหมายในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ผลกระทบของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์

ความสัมพันธ์ในครอบครัว หมายถึง ลักษณะการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันของสมาชิกในครอบครัวของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ ครอบคลุม ความผูกพัน รักใคร่ สามัคคี ในครอบครัว ซึ่งสมาชิกในครอบครัวมีความเข้าใจ ไว้วางใจ ซึ้งกันและกัน มีการทำกิจกรรมร่วมกัน และการสื่อสารในครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวพูดคุยกันด้วยความเข้าใจ ปรึกษาหารือร่วมกันเมื่อเกิดปัญหาต่างๆ

สมมติฐานการวิจัย

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัว

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตนักศึกษา ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยปิดของรัฐ สังกัดทบวงมหาวิทยาลัยเดิม ในกรุงเทพมหานคร ที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2558 จำนวน 400 คน จากประชากรจำนวน 110,943 คน (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2558) ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มประชากรแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) สุ่มมหาวิทยาลัย 4 มหาวิทยาลัย จากทั้งหมด 6 มหาวิทยาลัย โดยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) สุ่มคณะ 4 คณะ จากแต่ละมหาวิทยาลัย โดยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) และสุมนิสิตนักศึกษา แต่ละคณะ คณะละ 25 คน โดยวิธีการสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่มีการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญและมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.81 แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนิสิตนักศึกษา ลักษณะเป็นแบบให้เลือกตอบ (Check List) ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรสของบิดามารดา อาชีพของบิดามารดา สถานที่พักอาศัยระหว่างเรียน สำหรับแบบสอบถามปลายเปิด (Open-ended) ได้แก่ อายุ เกรดเฉลี่ยสะสม จำนวนสมาชิกในครอบครัว จำนวนพี่น้องร่วมบิดามารดา รายได้เฉลี่ยที่ได้รับจากผู้ปกครองต่อเดือน รายได้รวมของบิดามารดาต่อเดือน

ตอนที่ 2 การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ มีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.84 ผู้วิจัยปรับจากเครื่องมือของ ภาณุวัฒน์ (2554) และ สุทธิรัตน์ (2554) เป็นมาตราส่วน ประเมินค่า (Rating Scale) โดยแบ่งเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด และไม่เคยเลย ข้อคำถามครอบคลุม 3 ด้าน ได้แก่ ด้านจุดมุ่งหมายในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ 9 ข้อ ด้านผลกระทบของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ 8 ข้อ และด้านพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ 9 ข้อ รวมทั้งสิ้น 26 ข้อ

ตอนที่ 3 ความสัมพันธ์ในครอบครัว มีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.93 ผู้วิจัยปรับจากเครื่องมือของ กันธรัตน์ (2549) และ สุวิมล (2552) เป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) โดยแบ่งเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด และไม่เคยเลย ข้อคำถามครอบคลุม 2 ด้าน ได้แก่ ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว 11 ข้อ และด้านการสื่อสารใน ครอบครัว 11 ข้อ รวมทั้งสิ้น 22 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 5 สิงหาคม 2558 ถึง 21 กันยายน 2558 นำแบบสอบถามมา ตรวจสอบความสมบูรณ์ของคำตอบ ได้แบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์ จำนวน 400 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 ของ แบบสอบถามทั้งหมด

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง นำมาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย ข้อมูลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ ด้านข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ นำมาแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย ด้านจุดมุ่งหมายในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ด้านผลกระทบของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และด้านพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ นำมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ทดสอบสมมติฐานด้วยการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis)

ผลการวิจัยและการอภิปรายผล

นิสิตนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเกือบสองในสาม (65.25%) เป็นเพศหญิง มีอายุเฉลี่ย 19.93 ปี นิสิตนักศึกษามีผลการเรียนเฉลี่ยสะสมเท่ากับ 3.13 ประเมินสองในสาม (66.50%) มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 2-4 คน นิสิตนักศึกษา มากกว่าครึ่ง (51.75%) มีจำนวนพี่น้องร่วมบิดามารดา 2 คน มีรายได้ที่ได้รับจากผู้ปกครองต่อเดือนเฉลี่ยเท่ากับ 9,480.15 บาท มากกว่าสี่ในห้า (81.75%) มีบิดามารดาอยู่ด้วยกัน และนิสิต นักศึกษามากกว่าสองในห้า (43.25%)พักอาศัยที่บ้านของ บิดามารดา

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ

ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ พบว่า นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ (91.50%) ใช้สมาร์ตโฟนเป็นอันดับหนึ่งในการเข้าถึงเครือข่ายสังคมออนไลน์ เพราะสมาร์ตโฟนในปัจจุบันสามารถหาซื้อได้ในราคาที่ไม่แพงมากนัก และด้วยความสามารถของสมาร์ตโฟนที่เปรียบเสมือนเครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดเล็ก สามารถเชื่อมต่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ได้ทุกที่ทุกเวลา ทำให้นิสิตนักศึกษาสามารถเข้าถึงเครือข่ายสังคมออนไลน์ได้ตลอดเวลาที่ต้องการ นิสิตนักศึกษาใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เฉลี่ยเท่ากับ 8 ชั่วโมง 33 นาทีต่อวัน เข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ในช่วงเวลา 17.01-21.00 น. และมีค่าใช้จ่ายในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เฉลี่ยเท่ากับ 626.23 บาทต่อเดือน เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่นิสิตนักศึกษาเลือกใช้ 2 อันดับแรก คือ Line และ Facebook (ร้อยละ 93.25 และ 92.00 ตามลำดับ)

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ ด้านจุดมุ่งหมายในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ พบว่า นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ (93.50%) มีการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อสนทนา แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารกับเพื่อน คนสนิท กลุ่มเพื่อน หรือกลุ่มเฉพาะ ผ่านทางข้อความส่วนตัว อาจเนื่องมาจากเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เป็นประจำ คือ Line และ Facebook เป็นเครือข่ายสังคมออนไลน์ประเภท Social Connections เน้นการเชื่อมต่อเพื่อสร้างเครือข่ายทางสังคม ใช้ติดต่อสื่อสาร และแบ่งปันข้อมูลกับเพื่อนหรือสมาชิกในครอบครัว (White, 2013) สอดคล้องกับ ผลการศึกษาของ พิมพ์สุรีย์ (2555) พบว่า เหตุผลการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ คือ เพื่อติดต่อกับเพื่อน คิดเป็นร้อยละ 96.80

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ ด้านผลกระทบของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ พบว่า นิสิต นักศึกษามากกว่าสองในห้า (40.75%) *ไม่กล้าโพสต์ระบาย เรื่องส่วนตัวลงบนสังคมออนไลน์เพราะเกรงว่าสมาชิกในครอบครัวเห็น* ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้องนัก เนื่องจากสมาชิกในครอบครัวเป็นที่พึ่งที่ปรึกษาที่ดีที่สุด และยังสามารถให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ (ประสพ และคณะ, 2554)

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ ด้านพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ พบว่า นิสิต นักศึกษาเกือบสามในสี่ (72.25%) มีพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับปานกลาง และมีพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์อยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 20.75 นอกจากนี้ยังพบว่า นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ ในประเด็น *เข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ทุกครั้งที่มีความว่าง ทั้งขณะอยู่ในบ้าน สถานศึกษา หรือสถานที่สาธารณะ เช่น ห้างสรรพสินค้า ร้านอาหาร เป็นต้น และ เข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ขณะรับประทานอาหารเช้าหรือทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว* ซึ่งแสดงให้เห็นว่า นิสิตนักศึกษานำเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ทุกครั้งที่มีความว่าง ไม่ว่าจะอยู่ในสถานที่ใด หรือกำลังทำกิจกรรมใด สอดคล้องกับ ศิริภรณ์ (2553) ที่กล่าวว่า อาการที่บ่งชี้ว่ากำลังเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ คือ ว่างเมื่อไรต้องหยิบโทรศัพท์ที่ขึ้นมา Chat

ความสัมพันธ์ในครอบครัว

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว พบว่า นิสิตนักศึกษามากกว่าสองในสาม (68.00%) มีความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว อยู่ในระดับสูง แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายประเด็น พบว่า มีนิสิตนักศึกษาร้อยละ 29.50 ที่ *สมาชิกในครอบครัวไม่ค่อยแสดงความรักต่อกัน โดยการสัมผัส เช่น การโอบกอด หรือหอมแก้ม* ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ควรเกิดขึ้น เนื่องจากการโอบกอดเป็นการแสดงความรักความอบอุ่นต่อกัน และยังช่วยปลดปล่อยประโลมเพื่อให้สมาชิกในครอบครัวรู้สึกสบายใจ นอกจากนั้นยังช่วยให้ปัญหาและสัมพันธ์ภาพในครอบครัวดีขึ้น สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุวิมล (2552) พบว่า นิสิตนักศึกษาร้อยละ 34.40 เห็นด้วยระดับมากที่สุดและมาก ในประเด็น *สมาชิกในครอบครัวไม่ค่อยแสดงความรักต่อกัน (เช่น กอด หอมแก้ม เป็นต้น)* เนื่องจากเงินอายุและคิดว่าเป็นสิ่งที่รู้กันอยู่แล้ว

ความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านการสื่อสารในครอบครัว พบว่า นิสิตนักศึกษามากกว่าครึ่งเล็กน้อย (50.75%) มีความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านการสื่อสารในครอบครัวอยู่ในระดับดี แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายประเด็น พบว่า นิสิตนักศึกษาเกือบสองในห้า (38.50%) ที่ *บิดามารดามักใช้คำพูดคำหยาบ เช่น ลูกกลับบ้านดึกเกินไปแล้วนะ แทนการพูดแสดงความรู้สึกว่า พ่อหรือแม่เป็นห่วง* ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง โดย นวลศิริ (2550) กล่าวว่า การใช้ภาษาที่ไม่สร้างสรรค์ สื่อออกมาไม่ตรงกับความต้องการ เป็นสาเหตุของความขัดแย้งในครอบครัว เมื่อพูดแล้วแทนที่จะช่วยให้เกิดความเข้าใจระหว่างสมาชิกในครอบครัว กลับกลายเป็นเกิดผลเสีย สร้างความแตกร้างเข้าใจผิด และทำร้ายความรู้สึกของอีกฝ่าย หากมีการตอบโต้กันด้วยการสื่อสารทางลบยิ่งส่งผลให้เกิดการสื่อสารที่ไม่ดีในครอบครัว

ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือกับความสัมพันธ์ในครอบครัว

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือกับความสัมพันธ์ในครอบครัว พบประเด็นที่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนี้ **ระยะเวลาที่ใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่ออัพเดทสถานะ รูปภาพ และประสบการณ์ส่วนตัว** มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในทิศทางตรงกันข้าม ในระดับต่ำมาก ($r = -.098, -.106$ และ $-.108$ ตามลำดับ) กล่าวคือ หาก นิสิตนักศึกษานำเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่ออัพเดทสถานะ รูปภาพและประสบการณ์ส่วนตัวมาก จะมีแนวโน้มความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัวไม่ดี

ค่าใช้จ่ายในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านการสื่อสารในครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในทิศทางตรงกันข้าม ในระดับต่ำมาก ($r = -.107$) กล่าวคือ หาก นิสิตนักศึกษานำเข้าค่าใช้จ่ายในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์สูง จะมีแนวโน้มความสัมพันธ์ในครอบครัว ด้านการสื่อสารในครอบครัวไม่ดี

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือด้านพฤติกรรมกาเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์โดยภาพรวมมีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้ามกับความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม และรายด้าน ได้แก่ ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.221, -.178$ และ $-.239$ ตามลำดับ) กล่าวคือ นิสิตนักศึกษาที่มีการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือด้านพฤติกรรมกาเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์โดยภาพรวมสูง จะมีแนวโน้มความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และ ด้านการสื่อสารในครอบครัวไม่ดี เมื่อพิจารณารายประเด็น พบความสัมพันธ์ ดังนี้

ประเด็น ไม่สามารถหยุดหรือเลิกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ได้ มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัว ในทิศทางตรงกันข้าม ในระดับต่ำ และต่ำมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01, .05 และ .01 ตามลำดับ ($r = -.165, -.103$ และ $-.204$ ตามลำดับ) กล่าวคือ หากนิสิตนักศึกษาไม่สามารถหยุดหรือเลิกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ได้ยาก จะมีแนวโน้มความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัวไม่ดี สอดคล้องกับผลการศึกษาของ เชนินี (2556) พบว่า พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้ใช้บริการ มีแนวโน้มการใช้บริการมากจนเกินไป ไม่สามารถหยุดหรือควบคุมได้

ประเด็น ใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์แล้วรู้สึกสบายใจ ช่วยให้ลืมปัญหาต่างๆ ในชีวิตจริง มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัว ในทิศทางตรงกันข้าม ในระดับต่ำมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.131, -.173$ และ $-.161$ ตามลำดับ) กล่าวคือ หากนิสิตนักศึกษาใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มาก แล้วรู้สึกสบายใจ ช่วยให้ลืมปัญหาต่างๆ ในชีวิตจริงได้ จะมีแนวโน้มความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัวไม่ดี

ประเด็น เข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ขณะรับประทานอาหาร หรือทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน

รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัว ในทิศทางตรงกันข้าม ในระดับต่ำมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.138, -.195$ และ $-.178$ ตามลำดับ) กล่าวคือ หากนิสิตนักศึกษาเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มากขณะรับประทานอาหาร หรือทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว จะมีแนวโน้มความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัวไม่ดี

ประเด็น การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ทำให้ไม่มีเวลาอ่านหนังสือ ทำการบ้าน หรือทำกิจกรรมอื่น มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัว ในทิศทางตรงกันข้าม ในระดับต่ำมาก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.155, -.173$ และ $-.173$ ตามลำดับ) กล่าวคือ หากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มากทำให้นิสิตนักศึกษาไม่มีเวลาอ่านหนังสือ ทำการบ้าน หรือทำกิจกรรมอื่น จะมีแนวโน้มความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัวไม่ดี

ประเด็น รู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์ มีความสัมพันธ์กับความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัว ในทิศทางตรงกันข้าม ในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.230, -.267$ และ $-.263$ ตามลำดับ) กล่าวคือ หากนิสิตนักศึกษารู้สึกหงุดหงิดมาก เมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์ จะมีแนวโน้มความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวม ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว และด้านการสื่อสารในครอบครัวไม่ดี เพราะความรู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์นั้น เป็นหนึ่งในอาการของผู้ที่มีพฤติกรรมเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ เมื่อมีพฤติกรรมเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ย่อมส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับบุคคลรอบตัว สอดคล้องกับ จิตรา (2554) ที่กล่าวว่า ทุกครอบครัวควรสร้างความสัมพันธ์ด้วยการพูดคุยกัน และอยู่กับปัจจุบัน สนใจบุคคลที่อยู่ใกล้ตัวให้มากกว่าบุคคลที่อยู่ไกลตัว อย่าให้เครือข่ายสังคมออนไลน์เข้ามามีอิทธิพลต่อชีวิต จนมีความรู้สึกหงุดหงิดหรือไม่มีความสุขหากไม่ได้เข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือกับความสัมพันธ์ในครอบครัว

(n = 400)

การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ (ตัวแปรต้น)	ความสัมพันธ์ในครอบครัว (r)		
	ด้านความผูกพัน รักใคร่ สามัคคี ในครอบครัว	ด้าน การสื่อสาร ในครอบครัว	โดย ภาพรวม
- ระยะเวลาที่ใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่ออัปเดตสถานะ รูปภาพ และประสบการณ์ส่วนตัว	-.098*	-.106*	-.108*
- ค่าใช้จ่ายในการเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์	-.075	-.107*	-.097
พฤติกรรมสารสนเทศเครือข่ายสังคมออนไลน์โดยภาพรวม	-.178**	-.239**	-.221**
- ท่านไม่สามารถหยุดหรือเลิกใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ได้	-.103*	-.204**	-.165**
- ท่านใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์แล้วรู้สึกสบายใจ ช่วยให้ลืมปัญหาต่างๆ ในชีวิตจริง	-.131**	-.173**	-.161**
- ท่านเข้าใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ขณะรับประทานอาหารหรือทำกิจกรรม ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว	-.138**	-.195**	-.178**
- การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ทำให้ท่านไม่มีเวลาอ่านหนังสือ ทำการบ้าน หรือทำกิจกรรมอื่น	-.155**	-.173**	-.173**
- ท่านรู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์	-.230**	-.267**	-.263**

* $p < .05$, ** $p < .01$

**ตัวแปรการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือที่
ทำนายความสัมพันธ์ในครอบครัว**

ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เพื่อหาอิทธิพลของตัวแปรการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือด้านพฤติกรรมสารสนเทศเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีต่อความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษาโดยภาพรวม (ตัวแปรเกณฑ์) พบว่า ตัวแปรต้นหรือตัวแปรทำนายทั้ง 5 ตัวแปร ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการทำนายความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษาโดยภาพรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($F = 29.596$) มีเพียง 1 ตัวแปร คือ ประเด็นความรู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์ เป็นดัชนีที่สามารถอธิบายความแปรปรวนของความสัมพันธ์ในครอบครัว

ของนิสิตนักศึกษาโดยภาพรวมได้มากที่สุด หรือกล่าวได้ว่า มีอิทธิพลสูงสุด กล่าวคือ สามารถอธิบายความแปรปรวนของความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษาโดยภาพรวม ได้ร้อยละ 6.9 ($R^2 = .069$)

การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า ตัวแปร ความรู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์ สามารถอธิบายความแปรปรวนของความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษาโดยภาพรวม ได้ร้อยละ 6.9 ($R^2 = .069$) สรุปเป็นสมการได้ดังนี้

$$\hat{Y} = 66.373 - 2.732 (\text{ความรู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์})$$

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน โดยใช้ความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยภาพรวมเป็นตัวแปรเกณฑ์: ศึกษาอิทธิพลของการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือด้านพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์

(n = 400)

ตัวแปร	R ²	R ² _{change}	b	Beta	t	p
ความรู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องการทราบความเคลื่อนไหวบนสังคมออนไลน์ในขณะที่ไม่ได้ออนไลน์	.069	.069	-2.732	-.263	-5.440	.000
ค่าคงที่			66.373			
F			29.596			
p			.000			

Standard error = 11.501

Adjusted R² = .067

p < .05

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากผลการศึกษากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือกับความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษาพบว่า นิสิตนักศึกษจำนวนมากไม่น้อยมีพฤติกรรมเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ และยังพบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษามีหลายประเด็นที่ควรได้รับการพัฒนา ทั้งนี้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะสำหรับบิดามารดา ผู้ปกครอง สถาบันการศึกษา คณาจารย์ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน ดังนี้

1. บิดามารดา หรือผู้ปกครองควรเอาใจใส่ สอดส่องดูแล และหาเวลาพูดคุยให้คำปรึกษากับนิสิตนักศึกษาให้มากขึ้น แนะนำการแบ่งเวลาในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือให้เหมาะสม โดยสมาชิกในครอบครัวอาจร่วมกันกำหนดช่วงเวลาวันละ 2-3 ชั่วโมง ให้เป็นช่วงเวลาที่สมาชิกในครอบครัวทุกคนห้ามใช้โทรศัพท์มือถือ ตัดขาดจากเครือข่ายสังคมออนไลน์และหากิจกรรมอื่นๆ ทำร่วมกัน ซึ่งการทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว ยังเป็นการส่งเสริมให้สมาชิกในครอบครัวมีความผูกพัน รักใคร่สามัคคีในครอบครัว และมีการสื่อสารในครอบครัวที่ดี ซึ่งจะช่วยลดพฤติกรรมเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ให้น้อยลงได้

นอกจากนั้นบิดามารดา หรือผู้ปกครองควรร่วมกันสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้เกิดขึ้นในครอบครัว ด้วยการดูแลเอาใจใส่ ห่วงใยซึ่งกันและกัน ให้กำลังใจกัน ส่งเสริมการสื่อสารที่ดีในครอบครัว โดยบิดามารดาหรือผู้ปกครองควรพูดแสดงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเอง เพื่อให้ นิสิตนักศึกษาฟังและ

เข้าใจสิ่งที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองต้องการจะสื่อ ช่วยให้มีความเข้าใจอันดีระหว่างกัน เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นภายในครอบครัวควรมีการพูดคุยเพื่อปรับความเข้าใจ ปรึกษาหารือ และร่วมกันแก้ปัญหาต่างๆ เพื่อช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์และความใกล้ชิดระหว่างสมาชิกในครอบครัว

2. สถาบันการศึกษา คณาจารย์ ควรให้ความสำคัญและมีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้นิสิตนักศึกษากำหนดการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ให้เกิดประโยชน์ ตระหนักถึงผลเสียจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ ส่งเสริมและพัฒนาความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษา ดังนี้

- 2.1 สถาบันการศึกษา และคณาจารย์ ควรปรับตัวและเรียนรู้ให้เท่าทันเทคโนโลยีที่พัฒนาอย่างต่อเนื่อง เช่น นำโปรแกรม Microsoft Sway และ Kahoot มาประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอน เพื่อกระตุ้นให้นิสิตนักศึกษาเกิดความสนใจ และมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน สร้างสื่อการสอนเพื่อเผยแพร่ผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ และใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์เป็นสื่อกลางในการพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างคณาจารย์และนิสิตนักศึกษา

- 2.2 คณาจารย์ควรส่งเสริมให้นิสิตนักศึกษามีความรับผิดชอบ และมีวินัยในตนเอง โดยการสอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับการจัดการเวลา การควบคุมอารมณ์ และการลดพฤติกรรมเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ ในการจัดการเรียนการสอนหรือในรายวิชาที่เกี่ยวข้อง เช่น วิชาบริโภคนิยม และการจัดการทรัพยากรครอบครัว เพื่อช่วยให้นิสิตนักศึกษาแบ่งเวลาให้กับการเรียน เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว และเวลาใน

การรับผิดชอบหน้าที่ของตนเองอย่างสมดุล รวมทั้งจัดการกับอารมณ์หงุดหงิดที่เกิดจากการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ได้ และกำหนดเวลาในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ได้เหมาะสมมากขึ้น

2.3 สถาบันการศึกษาควรตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกัน และการลดพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ของนิสิตนักศึกษา โดยการจัดกิจกรรมรณรงค์ การลดการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนิสิตนักศึกษา จัดตั้งชมรมลดละเลิกพฤติกรรมการเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ จัดกิจกรรมประชาสัมพันธ์เพื่อนำการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์อย่างเหมาะสม รวมทั้งจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่างๆ เพื่อเป็นทางเลือกให้นิสิตนักศึกษาได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

2.4 คณาจารย์ควรส่งเสริมให้นิสิตนักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของความสัมพันธ์ในครอบครัว โดยการสอดแทรก เนื้อหาความรู้ หรือพัฒนาหลักสูตรเกี่ยวกับการส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัว เพื่อให้นิสิตนักศึกษาได้ตระหนักถึงความสำคัญ และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้เพื่อพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว

3. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน ควรจัดโครงการ หรือกิจกรรมรณรงค์ลดการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ เพื่อให้เกิดความตระหนักถึงผลเสียและปัญหาจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ผ่านโทรศัพท์มือถือ ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรม การเสพติดเครือข่ายสังคมออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นปัญหา ด้านการเรียน ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด ด้านอาชีพ การงาน ด้านการเงิน รวมไปถึงปัญหาด้านสุขภาพร่างกาย เช่น โรคทางสายตา โรคนิ้วล็อก โรคข้อมือที่เกิดจากการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยอื่นๆ ที่อาจมีอิทธิพลต่อการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และความสัมพันธ์ในครอบครัว ได้แก่ สภาพความเป็นอยู่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทักษะชีวิต ความเครียด การปรับตัวเข้าสังคม สุขภาพจิต และสุขภาพทางด้านร่างกาย เพื่อที่จะสามารถอธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ และความสัมพันธ์ในครอบครัวได้กว้างขึ้น

2. ควรขยายขอบเขตของการศึกษาให้ครอบคลุมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ และ Search engines ต่างๆ ที่มุ่งเน้นประโยชน์ ด้านการศึกษา เช่น Google Bing Yahoo Ask และ AOL

3. การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร ดังนั้นใน

การศึกษาครั้งต่อไป อาจศึกษาการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น กลุ่มคนวัยทำงาน หรือกลุ่มผู้สูงอายุ เนื่องจากในปัจจุบันการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ ในทุกกลุ่มอายุ

4. ควรศึกษาวิจัยเพิ่มเติมโดยใช้เครื่องมือและวิธีการรวบรวมข้อมูลที่หลากหลายเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก และมีความเที่ยงตรงสูง เช่น การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสังเกตการณ์ และการสนทนากลุ่ม

เอกสารอ้างอิง

- คันธารรัตน์ ยอดพิชัย. (2549). *ความสัมพันธ์ระหว่างความสัมพันธ์ในครอบครัว ความฉลาดทางอารมณ์ กับความเครียดของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- จิตรา คุณภูมิธธา. (2554). *เพศโซเชียล เน็ตเวิร์ก สร้างความร้าวฉาน! ในครอบครัว*. สืบค้นจาก <http://www.manager.co.th/qol/viewnews.aspx?NewsID=9540000112418>
- เดชนิณี มโนภาส. (2556). *พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของผู้ใช้บริการในอำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- นวลศิริ เปาโรหิตย์. (2550). *จิตวิทยาชีวิตครอบครัว*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ 108 สูดยอดไอเดีย.
- ประสพ รัตนากร ชนิกา ผู้จินดา วิมลศิริ ชำนาญเวช สุพัตรา สุภาพพรรณพิมล วิปุลากร เกษม ต้นติผลาชีวะ กุลยา ต้นติผลาชีวะ อมรา ตันจักษ์สมบุญ อรอนงค์ อินทรจิตร นรินทร์ กรินชัย และ สุพันธ์ ดวงจันทร์. (2554). *สายใยรัก สายใยครอบครัว*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว.
- พิมพ์สุรีย์ พงษ์เสื่อ. (2555). *พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ภาณุวัฒน์ กองราช. (2554). *การศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของวัยรุ่นในประเทศไทย: กรณีศึกษา Facebook (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- วินัดดา ปิยะศิลป์. (2539). *หนังสือชุดการพัฒนาครอบครัว เรื่อง “ครอบครัวกับวัยรุ่น”*. กรุงเทพฯ: อัมรินทร์พรินต์ติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง.

- ศิริภรณ์ สวัสดิ์ศิริ. (2553). *สังคมออนไลน์ ทำครอบครัวสื่อสารกันน้อยลง*. สืบค้นจาก <http://www.oknation.net/blog/Childrenhospital/2010/05/10/entry-1>
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2558). *ข้อมูลนิสิตนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาทั้งหมดจำแนกตามสถานบันระดับการศึกษา คณะ ชื่อสาขาวิชา ปีการศึกษา 2558*. สืบค้นจาก http://www.info.mua.go.th/information/show_all_statdata_table.php?data_show=2
- ศุภชัยรัตน์ ใจจันทร์. (2554). *การศึกษายุทธศาสตร์การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนจ่านกร้อง จังหวัดพิษณุโลก (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. มหาวิทยาลัยนเรศวร, พิษณุโลก.
- ศุวิมล อุไกรยา. (2552). *ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค และการป้องกันความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท)*. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- อิทธิพล ปรีดิประสงค์. (2552). *ประเภทของเครือข่ายสังคมออนไลน์*. สืบค้นจาก <http://www.gotoknow.org/blogs/posts/288469>
- Kemp, S. (2016). *Digital in 2016*. Retrieved from wearesocial.sg/blog/2016/01/digital-2016
- White, M. G. (2013). *Seven major social network categories*. Retrieved from http://socialnetworking.lovetoknow.com/What_Types_of_Social_Networks_Exist
- Zocialinc. (2015). *Thailand zocial award 2015*. Retrieved from <http://www.zocialinc.com/zocialawards2015/slides/thailandzocialawardsslide3.pdf>
- Translated Thai References**
- Chaikhan, S. (2011). *Social networking usage behavior of secondary school students in Janokrong school, Phitsanulok Province* (Unpublished master's thesis). Naresuan University, Phitsanulok. [in Thai]
- Dutsadeemetha, C. (2011). *Social networking is breaking up family relationships*. Retrieved from <http://www.manager.co.th/qol/viewnews.aspx?NewsID=9540000112418> [in Thai]
- Kongrach, P. (2011). *Social networking usage behavior of adolescents in Thailand: A case study of Facebook* (Unpublished master's thesis). Thammasat University, Bangkok. [in Thai]
- Manopas, T. (2013). *Social networking usage behavior of user in Pakkret District, Nonthaburi Province* (Unpublished master's thesis). Sukhothai Thammathirat Open University, Nonthaburi. [in Thai]
- Office of the Higher Education Commission. (2015). *University student database 2015*. Retrieved from http://www.info.mua.go.th/information/show_all_statdata_table.php?data_show=2 [in Thai]
- Paorohit, N. (2007). *Psychology of family life*. Bangkok, Thailand: 108 best idea. [in Thai]
- Piyasil, W. (1996). *Family development book set: Family and adolescents*. Bangkok, Thailand: Amarin Printing and Publishing. [in Thai]
- Pongsua, P. (2012). *Social networking usage behavior of undergraduates* (Unpublished master's thesis). Sukhothai Thammathirat Open University, Nonthaburi. [in Thai]
- Pretiprasong, I. (2009). *Types of social networking*. Retrieved from <http://www.gotoknow.org/blogs/posts/288469>
- Rattanakorn, P., Tujinda, C., Chumnanwech, W., Suparp, S., Wipulakorn, P., Tuntipalachewa, K., ... Doungchan, S. (2011). *Love ties family ties*. Bangkok, Thailand: Department of Women's Affairs and Family Development. [in Thai]
- Sawatdiworn, S. (2010). *Social networking decreases family communication*. Retrieved from <http://www.oknation.net/blog/Childrenhospital/2010/05/10/entry-1> [in Thai]
- Ukraisas, S. (2009). *The relationship between family relationship and adversity quotient, and prevention of commit suicide at-risk of public university students in Bangkok Metropolis* (Unpublished master's thesis). Kasetsart University, Bangkok. [in Thai]
- Yodpichai, K. (2006). *The relationship among family relationship, emotional quotient, and stress of public university students in Bangkok Metropolis* (Unpublished master's thesis). Kasetsart University, Bangkok. [in Thai]