

ฉบับที่ 7 : มกราคม 2567

หยุด  
กำ  
คิด  
ถาม

ICEML E-Bulletin

ว่าจ้าสุภาษิต: สร้างสื่อ  
สร้างสุข อย่างรู้เท่ากัน

สื่อ...พื้นที่ความสุขของสูงวัย:  
คลายความเหงา ความรู้สึกโดดเดี่ยว  
เติมพลังกายใจให้สดใส

"แฟ้มด้อมวยเกี้ยวน"  
สื่อสร้างสุขของ "แม่ยก" ยุคดิจิทัล

# สื่อ...สร้าง...สุข





# EDITOR'S TALK

คำว่า “สื่อ” ในความหมายที่เข้าใจทั่วไปหมายรวมถึงช่องทางนำสารและผู้ส่งสารหรือผู้ผลิตสื่อไว้ด้วยกัน เนื้อหาจากสื่อจะถูกต้องหรือบิดเบือนขึ้นกับเจตนาของผู้ส่ง สื่อจึงมีโอกาสเป็นได้ทั้งสื่อดีและสื่อร้าย ในปัจจุบันสื่อมักถูกมองว่าเป็นผู้ร้ายสร้างปัญหาให้กับสังคมทั้งมองมาทางหลอกกลวง ดังนั้น เพื่อให้ความเป็นธรรม ICEML E-Bulletin ฉบับนี้จึงนำเสนอสื่อในแง่มุมของผู้มอบอำนาจ สาระ ความคิด ความบันเทิง ความเพลิดเพลิน กำลังใจ ความมั่นใจ ...ทำหน้าที่ เป็น “สื่อสร้างสุข” ให้แก่สังคม

บทความแรก “วิชาสุภาษิต : สร้างสื่อ สร้างสุข อย่างรู้เท่าทัน” วิรพงษ์ บุญรักษา มีความเห็นว่าการรับสารมีผลต่อสุขภาวะของมนุษย์ ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม การส่งสารไม่ว่าจะเป็นการสนทนากายของ ส่งข้อความผ่านสื่อออนไลน์ และอื่น ๆ ควรเป็นไปอย่างสร้างสรรค์ โดยเสนอให้ใช้ วิชาสุภาษิต คำสอนในพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย เป็นความจริง สุภาพ กедิประโยชน์ หงวดี และถูกากลเทศ “Language of Happiness : ภาษาเสริมสุขของผู้สูงวัย” ณรงค์เดช พันธุ์พนม เสนอว่าเมื่อการสื่อสารทุกรูปแบบใช้ภาษาเป็นเครื่องมือและแผ่出去สื่อสร้างสุขได้ ภาษาจึงนับเป็นกุญแจเปิดสู่ความสุข ภาษาที่สร้างสุขให้แก่ผู้สูงอายุควรเป็นภาษาในเชิงบวก ให้กำลังใจ ลดความเครียด ไม่กดดัน ไม่สร้างความอึดอัด สร้างแรงบันดาลใจ ทำให้เกิดความมั่นใจ และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น “สื่อ...พื้นที่ความสุขของผู้สูงวัย : คลายความเหงา ความรู้สึกโดดเดี่ยว เติมพลัง ภายในให้สดใส” นันทิยา ดวงภูมิ เมต แสดงข้อมูลจากการวิจัยยืนยันว่า ผู้สูงอายุใช้สื่อออนไลน์ มีอาการซึมเศร้าหน้อยลง ลดภาวะเหงา มั่นใจในตนเองมากขึ้น และช่วยสร้างความสัมพันธ์ ด้วยเหตุผู้สูงอายุได้หลับหนีความจริงที่บ้าน เช่น วุ่นวาย และสับสน ได้ชั่วคราว “Netflix แพลตฟอร์มสตรีมมิ่ง สร้างสุขของทุก Gen ในครอบครัว” วรารักษ์ สีวงศ์สุวรรณ กล่าวว่าการใช้สื่อพร้อมกันทั้งครอบครัวเป็นวิถีการใช้สื่อที่สามารถสร้างสุขได้ กรณีของ Netflix ซึ่งเป็นที่นิยมของคนไทยทุกวัย จากงานวิจัยพบว่าการรับชมเป็นไปเพื่อความบันเทิงและได้ใช้เวลาเริ่มบังผู้อื่นโดยเฉพาะครอบครัว จึงเป็นสื่อสร้างสุขในระดับครอบครัว บทความสุดท้าย “แฟนด้อมวัยเกี้ยยืน” สื่อสร้างสุขของ “แม่ยก” ยุคดิจิทัล ขวัญจิต ศศิวงศารojน์ อธิบายว่า แฟนด้อม คือการรวมตัวกันของผู้ที่มีความเชื่นชอบสิ่งเดียวกัน ดนตรี เกม กีฬา ดารา นักร้อง ... สมาชิกกลุ่มนิติบุตรต่อสื่อสารข้อมูล พบปะ และทำกิจกรรมร่วมกัน ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุมีความสุขจากการเป็นแฟนด้อม กิจกรรมดีนั้นตัว กระปรี้กระเปร่า ชื่นใจแล้วมีปริญ ชีวิตมีสีสัน ได้สัมพันธ์กับผู้อื่น และรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม สิ่งเหล่านี้เป็น “พลังพิเศษ” สร้างสุขให้แก่ผู้สูงอายุ

ดังที่กล่าวมาข้างต้นนักวิชาการและนักวิจัยต่างๆ ได้ หากเป็นผู้สร้างสื่อควรคำนึงถึงภาษาที่เป็นวิชาสุภาษิต หากเป็นผู้ใช้สื่อก็ควรใช้อย่างพอต่อไม่มากไปจนกลายเป็นสเปตติด เลือกชม Netflix หรือเป็นแฟนด้อมอย่างมีสติไม่หลงไหลเกินเลย อย่างไรก็ตามการรู้เท่าทัน สื่อและการใช้คำ “หยุด คิด ถาม ทำ” ยังเป็นกลไกของการทำให้สื่อเป็น สื่อสร้างสุข ได้เสมอ

รศ.ดวลงพร คำบุญวัฒน์

บรรณาธิการ/ที่ปรึกษากลุ่มวิจัยการสื่อสารเพื่อการพัฒนา

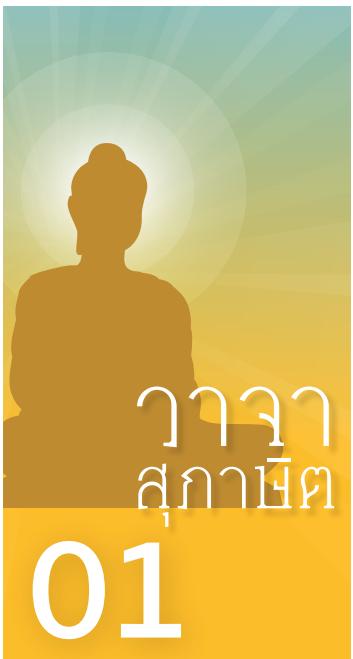
Email: lcdkn@hotmail.com



**บรรณาธิการ** รศ.ดวลงพร คำบุญวัฒน์ **กองบรรณาธิการ** รศ. ดร.นันทิยา ดวงภูมิ เมต, รศ. ดร.ขวัญจิต ศศิวงศารojน์

ผศ. ดร.ธิรพงษ์ บุญรักษา, ดร.ธนิษฐ์ พิบูลภาณุรัตน์, ผศ. ดร.ณรงค์เดช พันธุ์พนม, อาจารย์วราภรณ์ สีวงศ์สุวรรณ

**ผู้ประสานงาน** นางสาวญาศิณี เคารพธรรม ผู้ออกแบบ นายนัชณ์ชัย ชัยตระกูลพิบูลย์



# CONTENTS

## สารบัญ

ฉบับที่ 7 : มกราคม 2567

ICEMI E-Bulletin►

ฉบับที่ 1 : เดือนเมษายน 2565

ฉบับที่ 2 : เดือนกรกฎาคม 2565

ฉบับที่ 3 : เดือนตุลาคม 2565

ฉบับที่ 4 : เดือนมกราคม 2566

ฉบับที่ 5 : เดือนเมษายน 2566

ฉบับที่ 6 : เดือนสิงหาคม 2566

ฉบับที่ 7 : เดือนมกราคม 2567

วิชาสุภาษิต : สร้างสื่อ สร้างสุข อย่างรู้เท่าทัน

01

Language of Happiness : ภาษาเสริมสุขของผู้สูงวัย

04

สื่อ...พื้นที่ความสุขของสูงวัย :

06

คลายความเหงา ความรู้สึกโดดเดี่ยว เติมพลังกายใจให้สดใส

Netflix แพลตฟอร์มสตรีมมิ่งสร้างสุขของทุก Gen

09

ในครอบครัว

“ไฟน์ด้อมวัยเกี้ยวน”

12

สื่อสร้างสุขของ “แมยก” ยุคดิจิทัล

# วิชา ศึกษา

## สื่อสร้างสรรค์ สร้างสุข อย่างรู้เท่าทัน

### สื่อสร้างชีวิต - ชีวิตสร้างสื่อ

การสื่อสาร เป็นการกระทำของมนุษย์ “ผู้ส่งสาร” ที่มีเจตนาเกิดขึ้นในใจ แล้วผลิต “สาร” (ข้อมูล) ด้วยวาจา หรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ (วัจนาภาษา และอวจนาภาษา) โดยใช้ “สื่อ” เป็นเครื่องมือถ่ายทอด “สาร” ออกไปสู่ “ผู้รับสาร” “สื่อ” จึงเป็นเครื่องมือสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในการกระบวนการสื่อสาร หากมองย้อนไปในอดีต แม้มนุษย์จะยังไม่มีเทคโนโลยีที่ล้ำสมัย เทื่อนโน้นปัจจุบัน แต่มนุษย์ก็ใช้ “ตัวของมนุษย์เองเป็นสื่อ” ใน การผลิตสาร เพื่อส่งต่อข้อมูลต่าง ๆ กับผู้อื่น เช่น การล่าสัตว์ การหุงอาหาร การสั่งสอน เป็นต้น นอกจากนั้นมนุษย์ยังใช้ “ธรรมชาติเป็นสื่อ” เช่น การใช้พั้งังค้า ผืนทรายเป็นสื่อในการผลิตข้อมูลด้วยการวาดรูป หรือสร้างสัญลักษณ์ ต่อมามี “มนุษย์” ได้ประดิษฐ์อักษรขึ้นเพื่อเป็นสัญลักษณ์แทนคำพูด การผลิตสื่อของมนุษย์ก็ได้รับการพัฒนาให้ก้าวข้ามข้อจำกัดของ การกระจายข้อมูลในวงแคบไปสู่ทุกวัยทุกชั้น เช่น การฝึกนกพิราบเป็นสื่อบินพาข้อมูลไปสู่ดินแดนที่ห่างไกล เมื่อถึงยุคดูสาหกรรมมนุษย์เริ่มใช้ จดหมาย โทรศัพท์ และโทรศัพท์เป็นสื่อในการส่งสารกระจายออก ไปสู่ผู้คนในวงกว้างยิ่งขึ้น ปัจจุบันมนุษย์ได้ใช้เทคโนโลยีการสื่อสารเข้าไป เป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการทำงาน การเรียนรู้ การซื้อขาย และการทำธุรกิจ เป็นต้น “สื่อออนไลน์” จึงได้รับความนิยมเป็นอย่างมากตามความต้องการของกลุ่มคนในสังคมไม่เว้นแม้ในกลุ่มผู้สูงอายุ ในประเทศไทย ดังผลการวิจัยเพื่อสำรวจการใช้สื่อของผู้สูงอายุ สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล ในปี 2565 ที่พบว่าสูงอายุไทยเบิดรับ สื่อบุคคลมากที่สุด รองลงมาคือโทรศัพท์ และสื่อออนไลน์ ตามลำดับ



ธีรพงษ์ บุญรักษา



โดยเปิดรับสื่อบุคคล และโทรศัพท์มือถือเพื่อต่อสุขภาวะ ประมาณ 3-4 ชั่วโมงต่อวัน และเปิดรับสื่อออนไลน์ ประมาณ 1-2 ชั่วโมงต่อวัน<sup>1</sup> จึงอาจกล่าวได้ว่า แท้จริงแล้ว มนุษย์เป็นทั้งผู้บริโภคสื่อและผู้ผลิตสื่อเพื่อใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิต ด้วยกันทุกคน และนวัตกรรมการสื่อสารช่วยสร้างกลไก และเครือข่าย ผู้บริโภคและผู้ผลิตสื่อสาธารณะผ่านโลกเสมือนจริงได้ง่ายขึ้น

#### การเปิดรับสื่อ : ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อสุขภาวะ

การเปิดรับข้อมูลจากสื่อต่างๆ ย่อมส่งผลกระทบต่อความสุข หรือ สุขภาวะของมนุษย์ เช่น การได้รับความรู้ด้านโภชนาการจากสื่อ ทำให้เกิด การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการรับประทานอาหาร การดูแลร่างกาย มากขึ้น การได้รับความบันเทิงจากสื่อ ไม่ว่าจะเป็นการแสดง ละคร รวมถึง งานศิลปะที่งดงามและดนตรีที่ไพเราะ ช่วยทำให้เกิดความซาบซึ้ง ความ เพลิดเพลิน และมีกำลังใจ การได้พบปะพูดคุยกับคนรอบข้าง ก็ย่อมสร้าง ความสัมพันธ์ที่ดีให้เกิดขึ้น การได้รับข้อมูลจากวารสาร ก็ช่วยให้มีความรู้ เท่าทันต่อเหตุการณ์ ช่วยให้มีข้อมูลในการประเมินสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ ทันท่วงที แต่ในทางตรงกันข้ามหากได้รับข้อมูลที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง บิดเบือน ก็ย่อมส่งผลกระทบต่อสุขภาวะ เช่น โฆษณาชวนเชื่อที่เกินจริงในการขาย สินค้า การหลอกให้ลงทุน หากผู้รับสารหลงเชื่อ ก็ย่อมส่งชื่อผลิตภัณฑ์ มาใช้ แต่ไม่ได้ผลตามคาดหวัง ทำให้ต้องจ่ายเงินอย่างไม่คุ้มค่า หรืออาจ เป็นการลงทุนที่ก่อหนี้สิน การใช้คำหลอกลวง ใส่ร้าย ยุยงให้เข้าใจผิด ย่อมส่งผลให้เกิดความโกรธ ความเกลียด เกิดอคติ และเกิดความขัดแย้ง ได้ไม่ยาก ทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ไม่ดี การใช้คำหยาบคาย ข่มขู่ เสียดสี ย่อมทำให้ผู้รับฟังไม่พอใจ เกิดความกลัว ต้องยอมตกอยู่ภายใต้อำนาจ ของผู้ส่งสาร และเป็นเหตุให้เกิดการสูญเสียทรัพย์สิน เสียความมั่นใจ ตามมา เป็นต้น “ข้อมูลที่เปิดรับจากสื่อต่าง ๆ” ซึ่งถือเป็น “ผลผลิตที่เกิด จากกระบวนการผลิตสื่อ” ไม่ว่าจะเป็นสื่อบุคคล โทรศัพท์มือถือ วิทยุ สื่อพิมพ์ และสื่อออนไลน์ จึงเป็นตัวแปรสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลง สุขภาวะของคนในสังคม

#### สื่อสร้างสุข ตามคำสอนในพระพุทธศาสนา

พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมเกี่ยวกับการสื่อสารไว้หลายแห่ง รวมทั้งในมงคลสูตร คือ ธรรมแห่งความสุขความเริ่มใหญ่ในการดำเนินชีวิต อันประกอบด้วย 38 ประการ<sup>2</sup> เช่น “การไม่คุบคุนพาล” “การควบบัณฑิต” และ “การบุชาบุคคลที่ควรบุชา” กล่าวถึงการเลือกคนสื่อบุคคลที่ดี เป็นเหตุให้เกิดความสุข เพราะขยายเบลี่ยนแปลงความรู้ ความเห็น พฤติกรรม และนิสัยในทางที่ดีขึ้น ในทางตรงข้ามจึงไม่ควรคุบสื่อบุคคลที่ไม่ดี เพราะ จะมีอิทธิพลเปลี่ยนแปลงชีวิตไปในทางที่ไม่ดี “การฟังธรรมตามกาล” “เล่าเรียนศึกษามาก” และ “การสอนหน้าธรรมตามกาล” กล่าวถึงสิ่งที่ควรรู้ ควรศึกษาการสร้างกระบวนการ และพื้นที่จัดการความรู้ เพื่อช่วยให้มี ความรู้ที่ถูกต้อง ทันสมัย หมายเหตุการใช้งาน เป็นต้น ทั้งนี้มีองค์ความนิ่ง ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการใช้เวลาโดยตรง คือ “วิชาสุภาษิต” การรู้สักใช้ วิชาสุภาษิตให้เป็นผลดี ซึ่งในปัจจุบัน “วิชา” ที่กล่าวออกมามีอยู่ในหลาย รูปแบบ เช่น การพุดคุย การสอนหน้า การขายสินค้า การโทรศัพท์ รวมถึง การสื่อสารผ่านตัวอักษร และสัญลักษณ์ในลักษณะต่าง ๆ บนเครือข่าย ออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นการส่งอีเมล การส่งไลน์ การโพสต์ภาพ การกดไลค์ การกดแชร์ เป็นต้น การนำวิชาสุภาษิตไปประยุกต์ใช้เพื่อการสื่อสาร จึงขยายวงกว้างออกไป เช่นเดียวกัน

#### วิชาสุภาษิต หลักการผลิตสื่อเพื่อสร้างสุขภาวะและสันติสุขในสังคม

การกล่าวว่าวิชาอันเป็นสุภาษิต ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ประการ<sup>3,4</sup>

(1) ต้องเป็นจริง สื่อสารข้อมูลที่ทรงกับความเป็นจริง ไม่กล่าวเท็จ เช่น ไม่เปิดเบื้อง ไม่ตัดต่อแล้วผิดใจความ ไม่ต่อบตะลง ไม่หลอกลวง เป็นต้น ผู้ผลิตสื่อจะต้องตรวจสอบความถูกต้องเชื่อถือได้ของข้อมูล หากครั้งก่อนส่งข้อมูล

(2) ต้องสุภาพ สื่อสารอย่างให้เกียรติ ไม่หยาบคาย ไม่สบถ ไม่เสียดสี ไม่เด็กดัน ไม่สับประมาท ไม่ประชด ไม่ใช้อำนาจดึงซึ่งกัน รังแกผู้รับสาร เน้น การให้คำเสียดแทงเจ๊แพลหรือจุดอ่อน การใช้คำดูถูก เหยียดหยาม เป็นต้น ผลลัพธ์สื่อจึงคงที่จากนานาเลือกใช้คำให้เหมาะสม กับหัวรับสารและวัฒนธรรมในสังคมก่อนสื่อสารทักษะครั้ง

1

(3) ต้องเกิดประโยชน์ สื่อสารเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์ ไม่เกิดโทษต่อผู้รับสาร เช่น ก่อให้เกิดความสามัคคี ก่อให้เกิดความเบลี่ยมแปลง ต่อสุขภาวะในทางที่ดีขึ้น เป็นต้น ผู้ผลิตสื่อจึงต้องไดร์ต่องผลกระทบ ไว้ล่วงหน้าหากครั้งก่อนส่งสารออกไป

6

(4) ต้องประกอบด้วยเมตตา สือสารด้วยเจตนาที่หวังดี อย่างให้เกิดผลที่ดีต่อผู้รับสาร ผู้ผลิตสื่อจึงต้องตั้งสติเพื่อตรวจสอบจิตใจของตนเสียก่อน หากว่าท่านว่ากำลังเกิดความคิดที่ไม่ดีต่อผู้รับสาร ควรยับยั้งการสื่อสารของตนก่อน จนเมื่อปรับจิตใจให้กลับมามั่นคงจนเกิดความไม่เข้าด้วยกัน ความไม่เรียบร้อย ความไม่ตรงหน้า ความไม่รำคาญใจ จึงค่อยส่งสารออกไป

c

➤ (5) ต้องถูกการเทศะ สื่อสารอย่างถูกที่ ถูกเวลา เพราบปริบท แผลด้อม สถานที่ สถานการณ์ และจังหวะเวลาที่เหมาะสมเป็นปัจจัยสำคัญต่อการสื่อสารที่บรรลุเป้าหมาย ผู้ผลิตสื่อจึงต้องพิจารณาความแผนและเตรียมกลยุทธ์ในการสื่อสารให้เหมาะสมกับกากเทศะเพื่อเพิ่มความสำเร็จต่อการบรรลุเป้าหมาย

หากทุกคนในสังคมรวมทั้งท่านผู้สูงอายุทุกท่านซึ่งเป็น “สื่อบุคคล” และผู้ที่ใช้สื่อออนไลน์ ต่างยึดหลักการจากสุภาษณ์นี้ในการผลิตสื่อ จะช่วยให้เกิดสื่อดีขึ้นจำนวนมาก คนในครอบครัว ชุมชน และสังคมย่อมได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง และเป็นประโยชน์ ซึ่งเมื่อทิพลด้วยความเห็นความเข้าใจที่ถูกต้อง สร้างการเปลี่ยนแปลงในทางบวกด้วยสุขภาวะ และนำมาซึ่งสันติสุขในสังคม รวมทั้งยังช่วยสร้างพื้นที่เรียนรู้ เครือข่ายรั้วเพื่อประโยชน์ของรัฐสื่อของคนในสังคมได้อีกด้วย

เอกสารอ้างอิง

- 1 นันพิชา ดาวนุณเมฆ ชานุจิต ศิริกาโรจน์ สิรินธร พิบูลกรรณสูร วิรัชรัตน์ บุญภักษา และวรารณ์ สืบวงศ์สุวรรณ (2565). การสร้างสรรค์ความคิดเห็นและผลกระทบจากการใช้โซเชียลมีเดียของผู้ชุมชนชาวไทยในปี พ.ศ. 2565.

ศูนย์วิจัยการดำเนินการเพื่อสังคมที่ดีเดือนธันวาคม สถาบันวิจัยภาษาและสื่อสารมวลชนเชียงใหม่ มหาวิทยาลัย.

สืบเนื่องจาก file:///F:/%E0%B9%A7%E0%B8%8B%2B%E0%B8%88%E0%B9%8B%2B%E0%B8%AA%E0%B8%8B%88%  
E0%B8%88%09%E0%B8%8B%29%E0%B8%8A%9E%E0%B8%8B%94%E0%B8%95/  
ReportResearch-2022-Situation-Impact.pdf (สืบเนื่องมาตั้งแต่ 1 ธันวาคม 2566)

2 พระพรหมฤทธิ์ภานุกรณ์ พ.อ. ปุตต์ติ. (2559). พจนานุกรมพุทธศาสนา ฉบับปรัชญาธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 34. กรุงเทพฯ: มูลนิธิการศึกษาเพื่อสังคมไทย พะยอมเป้าງ (ป.อ.ปุตต์ติ).

3 พระมหาสมชาย จันทโรโยว. (2570). มงคลชีพ ฉบับ “ทรงกว้างหน้า”, กรุงเทพฯ : สมบูรณ์พุทธศาสนสถาน ในปุบลเมืองแม่ดินพะยอม เว็บไซต์คลาวด์.

4 สิริคุณ ใจวิภา (2558). มงคล 38 ประการ: ประทีบให้ผู้บริหารความเจริญรุ่งเรืองแห่งชาติ. พิมพ์ครั้งที่ 2, สุนทรียกรรม: สมบูรณ์กีฬาอนุรักษ์.

## About Me

ปริญญาเอกด้านบริหารธุรกิจ เน้นการพัฒนาทรัพยากร  
มนุษย์ในองค์กร เป็นนักวิจัยด้านผู้สูงอายุกับการรู้ทันสื่อ  
สมรรถนะด้านวัฒนธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาด้านแรงงาน  
ข้ามชาติ และเป็นอาจารย์สอนในสาขาวิศวกรรมศาสตร์ห่วง  
วัฒนธรรมเพื่อการบริหาร มีความสนใจด้านพุทธศาสนา  
กับการพัฒนานาบุรุษและองค์กร มีความเชื่อว่าการสื่อสาร  
เป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาความสุขของมนุษย์  
และสร้างสันติภาพให้แก่สังคม



พศ. ๑๙๘๖

อาจารย์ประจำหลักสูตรภาษาและ  
การสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม  
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย



นรนเดช พันธุ์พุมมี

# Language of Happiness: ภาษาเสริมสุขของผู้สูงวัย

ความสุขคือส่วนสำคัญของชีวิตที่มีผลกระทบต่อทุกด้านของมนุษย์ ความสุขทำให้ความเป็นอยู่ดีขึ้น ทั้งทางจิตใจและทางร่างกาย ความสุขของผู้สูงอายุไม่เพียงแต่เกิดจากสุขภาพที่ดี แต่ยังขึ้นอยู่กับสังคมและความร่วมมือในชุมชน ครอบครัว ตลอดจนครุกรัก ล้วนมีบทบาทสำคัญในการสร้างความสุขซึ่งต้องเป็นความสุขที่มีคุณภาพด้วย การศึกษาวิจัยจากหลายแหล่งแสดงให้เห็นว่าความสุขของผู้สูงอายุมีผลลัพธ์สำคัญในการใช้ชีวิตและสัมพันธ์กับปัจจัยหลายประการ แต่ที่สำคัญที่สุด คือทุกปัจจัยมีภาษาเป็นเครื่องมือในการสร้างสุขให้แก่ผู้สูงอายุ

การใช้ภาษาที่ดีจะช่วยสร้างสัมพันธ์และความเข้าใจต่อกัน ความรู้สึกแบบต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ ช่วยลดความเหงาและทำให้เกิดความใกล้ชิดผ่านการใช้ภาษาที่เข้าใจและไม่ตัดสิน ภาษาไม่เพียงแค่เป็นเครื่องมือในการสื่อสาร แต่ยังเป็นกุญแจที่เปิดประตูสู่ความสุข เราจึงพึงใช้ภาษาอย่างรอบคอบเพื่อช่วยสนับสนุนความสัมพันธ์อันดี ทำให้ชีวิตของผู้สูงอายุสดใสระไรเป็นกังวล

ในเชิงจิตวิทยา การใช้ภาษาเพื่อสร้างสุขมีผลกระทบต่อชีวิตอย่างมีนัยสำคัญ เมื่อใช้คำพูดคล้ายทุกข์และช่วยดูแลสุขภาพจิต ผู้สูงอายุจะ

เกิดความรู้สึกดีขึ้นอย่างรวดเร็ว ช่วยลดความเครียดจากปัญหารอบตัว ขณะนี้การสนทนาระหว่างกันด้วยภาษาที่เข้าใจง่าย จะช่วยเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุได้ เช่นเดียวกับกลุ่มคนวัยอื่น ๆ ทั้งนี้ การสื่อสารโดยใช้ภาษาที่ผู้สูงอายุเข้าใจง่าย ยังเป็นเครื่องมือให้ผู้สูงอายุมีความสุขได้อีกหลายแบบ เช่น การชวนพูดคุยถึงเรื่องราวจากความทรงจำของผู้สูงอายุ ภาษาที่เข้าใจง่ายจึงเป็นเครื่องมือในการเล่าเรื่องให้มีความสนุกสนาน และสร้างประสบการณ์ที่น่าจดจำระหว่างบทสนทนากลางๆ

สิ่งที่สำคัญที่สุดคือการใช้ภาษาที่ดีในการสื่อสาร ยังช่วยลดความตึงเครียดของผู้สูงอายุที่คุณรุ่นใหม่อาจมองข้าม ทั้งนี้เราสามารถเปลี่ยนวิธีการใช้ภาษาเพื่อสื่อสารในแต่ละวัน เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุอารมณ์ดี เตรียมพร้อมกับการเข้าสู่สังคมสูงวัย สร้างสุขให้กับผู้สูงอายุได้ในทุก ๆ วัน

ยกตัวอย่างคำพูดที่พึงระวัง เช่น “ทำไมไม่เข้าใจ ใช้แบบนี้ต่างหาก” “คุณอ่านไม่เป็นแบบนี้” “อย่ามาอย่างเหลย แค่นี้พอแล้ว” “ไม่ชอบแบบนี้ อย่าทำอีกนั่น” หรือ “เลิกทำอะไรแบบนี้ได้แล้ว เขาไม่ทำกันแล้ว” คำพูดเหล่านี้เป็นการใช้ภาษาที่ไม่สร้างสรรค์ อาจพูดด้วยความพลังงานหรือไม่ตั้งใจ อันเกิดจากความเคยชิน แต่คำพูดเหล่านี้เมื่อพูดออกไปแล้ว

ก็ยากที่จะแก้ไขให้เหมือนเดิม ซึ่งยังทำให้จิตใจของผู้สูงวัยบอบช้ำ เกิดความเข้าใจผิดมากขึ้นไปอีก

ดังนั้น สิ่งที่ลูกหลานพึงปฏิบัติ คือการเลือกใช้คำใช้ภาษาที่เหมาะสมแก่ผู้สูงวัย ไม่ว่าจะเป็น (1) การเลือกใช้คำที่ไม่ทำให้เกิดการเหมารวมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ คำต่าง ๆ ควรมีความเป็นกลางและไม่ทำให้ผู้ฟังมีความรู้สึกอดดิค (2) ใช้ภาษาที่แสดงให้เห็นถึงจุดแข็งของผู้สูงอายุ มากกว่าคำที่แสดงให้เห็นข้อจำกัดทางสมรรถภาพ การให้ความสำคัญกับทักษะต่าง ๆ ของผู้สูงอายุที่ท่านยังคงมีอยู่ จะช่วยกระตุนความมั่นใจในตนเองได้อย่างมาก (3) ใช้คำที่นำเสนอภาพเชิงสร้างสรรค์หรือเชิงบวกเมื่อพูดถึงผู้สูงอายุ หากใช้ภาษาที่แสดงออกถึงการให้กำลังใจ จะส่งผลให้คนรอบข้างไม่รู้สึกกดดัน แต่จะได้รับแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตที่ดีต่อไป (4) การพูดคุยเชิงบวกสามารถลดความเครียดได้ (5) การใช้ภาษาที่สร้างสรรค์อาจสร้างแรงบันดาลใจให้ผู้อื่นบรรลุเป้าหมายในชีวิต เช่นเดียวกัน การพูดจาด้วยภาษาเชิงบวกจะทำให้ผู้สูงอายุมีกำลังใจดี และพร้อมจะช่วยเหลือผู้อื่นต่อตัวยิ่งขึ้น (6) การใช้ภาษาที่สร้างสรรค์ยังช่วยปรับความเข้าใจระหว่างการสื่อสารกับสมาชิกในครอบครัว ทำให้ความสัมพันธ์ดีขึ้น ในทุกช่วงเวลาสำคัญ เช่น วันเกิดของคนในครอบครัว หรือวันหยุดสำคัญต่าง ๆ<sup>2,3</sup>

หากเราปรับวิธีการใช้ภาษาให้เป็นภาษาในเชิงบวก เลือกคำพูดที่ดี ให้กำลังใจ และส่งเสริมความเข้าใจอันดีระหว่างตัวเรา กับผู้สูงอายุ ย่อมทำให้เรารู้สึกอบอุ่นและทัศนคติของตนเอง เพื่อสร้างผลดีให้เกิดแก่การมีสุขภาพดี การใช้ภาษาที่สร้างสรรค์ กับผู้สูงอายุจะช่วยสร้างสังคมที่เชื่อมโยงระหว่างวัย เพื่อจะช่วยให้ก้าวเดินและเติบโตไปพร้อมกัน ด้วยภาษาที่ให้กำลังใจและบันดาลใจ เราจึงสร้างสุขภาพทางใจที่แข็งแรงและความเป็นอยู่ที่ดีให้กับผู้สูงอายุได้ในทุก ๆ วัน



## sharing good word

### รายการอ้างอิง

- 1 Segura, A., Cardona, D., Segura, A., Robledo, C. A., & Muñoz, D. I. (2023). The subjective perception of the happiness of older adult residents in Colombia. *Frontiers in Medicine*, 10, 1055572.
- 2 National Ageing Research Institute. (n.d.). Strategies for combatting ageism through age positive language. <https://www.nari.net.au/Handlers/Download.ashx?IDMF=6817e345-ce42-4f05-8510-ed42b124db14>
- 3 Columbia Pacific Communities. (2022, July 20). The positives of using constructive language for seniors: useful insights by one of the leading senior citizen homes in Kanchipuram. <https://www.columbiacomunities.in/article/the-positives-of-using-constructive-language-for-seniors-useful-insights-by-one-of-the-leading-senior-citizen-homes-in-kanchipuram/>

## About Me

บริณญาเอกด้านการแปลศิลป์ เป็นนักวิจัย  
ด้านการแปลในบริบทต่าง ๆ เช่น การสื่อสาร  
การแปล ปรากฏการณ์การแปลกับสังคมและ  
การเมือง และการแปลในฐานะการสื่อความรู้  
ให้ความครอบคลุมแก่ทุกคนในสังคม

อ. ดร.ณรงค์เดช พันธะพุฒย์

อาจารย์ประจำหลักสูตรภาษาและ  
การสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม  
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย



# สื่อ... พื้นที่ความสุขของสูงวัย: นันกิยา ดวงกุมเมค

การเผยแพร่ความเสื่อมทางกาย การทำงานของสมองที่ช้าลง ปัญหาสุขภาพ สถานภาพทางสังคมที่แตกต่างไปจากเดิม และการที่ต้องเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิต ประกอบกับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างพลิกผันและรวดเร็วจากความตัวหน้าทางเทคโนโลยี ทำให้ผู้สูงอายุ มักประสบปัญหาเรื่องการปรับตัวและการยอมรับกับสภาพการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ส่งผลให้เกิดความรู้สึกแบลกแยก ความเหงาและว้าเหว่ (Loneliness) ซึ่งภาวะเหล่านี้ส่งผลต่อสุขภาวะของผู้สูงอายุในทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านกาย ใจ สังคม และปัญญา โดยงานวิจัยของกรมสุขภาพจิต ชี้ให้เห็นว่า กลุ่มผู้ที่มีอายุมากจะมีโอกาสเผชิญกับภาวะความเหงาแบบเฉียบพลันได้ในสัดส่วนที่มากขึ้น ก่อภารต่อ อายุมากกว่า 80 ปีขึ้นไป มีโอกาสเกิดภาวะเหงาเฉียบพลันถึงร้อยละ 50 และอายุ 65 ปีขึ้นไป มีโอกาสร้อยละ 10 ซึ่งหากไม่ได้รับการดูแลจะทำให้เกิดภาวะเรื้อรัง (Chronic Loneliness) ที่จะนำไปสู่โรคซึมเศร้าและโรคทางกายต่าง ๆ ได้<sup>1</sup> นอกจากนี้ ภาวะเหงายังมีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพกายโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในกลุ่มพ่อแม่ และปู่ย่า ตายาย<sup>2</sup> ในขณะที่ผลการศึกษาประดีนผลกระทบของความเหงาในวัยชราที่มีต่อชีวิตและอายุขัยทางสุขภาพของผู้สูงอายุ สิงคโปร์และญี่ปุ่น แสดงให้เห็นถึงแนวโน้มของผู้สูงอายุที่รู้สึกโดดเดี่ยวว่า ประมาณ 3-5 ปี



## คลายความเหงา ความรู้สึกโดดเดี่ยว เติมพลังกายใจให้สดใส

และผู้สูงอายุที่รู้สึกโดดเดี่ยวจังจะใช้ชีวิตที่เหลืออยู่ในลักษณะเนื้อยา และมักจะมีข้อจำกัดในการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น การอาบน้ำ และแต่งตัว การลูกจักเดียงหรือเก้าอี้ และการเตรียมอาหาร<sup>3</sup>

สำหรับแนวทางการลดความรู้สึกเหงาหรือโดดเดี่ยวนั้นมีหลากหลาย ขึ้นอยู่กับบริบททางสังคมวัฒนธรรมของผู้สูงอายุ โดยในสังคมที่มีวัฒนธรรมกลุ่มนิยม (Collectivistic Culture) อย่างเช่นสังคมไทยนั้น ชุมชนและภาคส่วนนี้มีวิวัฒนาการเข้ามามีบทบาทในการสร้างกิจกรรม หรือการกระตุ้นให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมต่าง ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีเพื่อนและมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างสม่ำเสมอ อีกทั้งทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเป็นมีคุณค่า เป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และไม่ได้อยู่ในโลกนี้เพียงลำพัง ซึ่งเป็นการลดภาระที่มาจากการที่ผู้สูงอายุต้องใช้ชีวิตอยู่ตามลำพังคนเดียว (Empty Nest Syndrome) อันเกิดจากสถานะโสดหรือการย้ายถิ่นของลูกหลาน ในส่วนของตัวผู้สูงอายุเอง ก็ต้องพยายามเข้าไปมีส่วนร่วมกับกลุ่มต่าง ๆ จะได้รู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และสังคมก็เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตของตน ไม่เปิดกันตนเองหรือตัดขาดจากโลกภายนอก อีกทั้งยังอาจจะใช้วิธีการเล่นเกมแก้เวลาและช่วยบริหารสมอง<sup>4</sup> รวมทั้งการสร้าง “พื้นที่แห่งความสุข” จากการใช้สื่อที่ตอบสนองความสนใจและความต้องการของตนเองได้

ผลจากการศึกษาผู้สูงอายุเมริกัน 591 คน อายุเฉลี่ย 68 ปี เกี่ยวกับ ประโยชน์ของการใช้เทคโนโลยีสังคม (Social Technology) ได้แก่ อีเมล เครือข่ายสังคม (เฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ วิดีโอหรือโทรศัพท์ออนไลน์ เช่น สไปป์ แอปพลิเคชันสื่อสาร การส่งข้อความ และสมาร์ตโฟน) ในการลดภาระเวลาและไดเดียได้ชี้ให้เห็นว่า การใช้เทคโนโลยีเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุมีทัศนะเชิงบวกต่อเทคโนโลยี ไม่ต้องการเรียนรู้เทคโนโลยีใหม่ ๆ มีโรคเรื้อรังและอาการซึมเศร้าที่น้อยลง อีกทั้งช่วยลดภาระเวลาและว่างเวificio และช่วยให้ผู้สูงอายุสร้างความสัมพันธ์ที่ประสบความสำเร็จ<sup>7</sup> อีกجانวิจัยซึ่งใช้วิธีการทดลองให้ผู้สูงอายุชาวดัตช์ใช้อินเทอร์เน็ต เพื่ออาจนความรู้สึกโดยเดียวกับผู้สูงอายุทั่วโลกในเพื่อเป็นกลุ่มทดลอง (เข้าโปรแกรมอบรมการใช้อินเทอร์เน็ต) และกลุ่มควบคุม (ไม่ได้เข้าอบรมการใช้อินเทอร์เน็ต) ต่างกันมองว่าการใช้อินเทอร์เน็ตสามารถลดความรู้สึกเหงาของตนได้ โดยความเปลี่ยนแปลงที่สำคัญจะเห็นได้ในกลุ่มทดลองและในผู้สูงอายุที่มีอารมณ์เหงาและมีการศึกษาสูง นอกจากนี้ การใช้อีเมลของผู้สูงอายุยังเอื้อให้เกิดการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ช่วยฆ่าเวลา และที่สำคัญคือทำให้ไม่غمุนกับความรู้สึกเหงาและเกิดมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้นด้วย<sup>6</sup>

การเปิดรับความบันเทิงจากสื่อ ไม่ว่าจะเป็นประเภทรายการภาษาพยัณตร์ หรือชีรีส์คลอร์ ที่ปัจจุบันมาได้ทั้งผ่านระบบโทรทัศน์ปกติ และสตรีมมิ่ง (Online Streaming) นอกจากจะสร้างความสุขและความเพลิดเพลินแล้ว ยังช่วยให้ผู้สูงอายุดีหลบหนี (Escapism) ไปจากโลกความเป็นจริงที่บางทีน่าเบื่อ รุนแรง ลับสน ได้ชั่วคราวอีกด้วย การที่ผู้ชมเข้าไปอยู่ในโลกของสื่อในลักษณะของการหลบหนี ถูกมองว่าเป็น

เทคนิคหนึ่งในการจัดการความรู้สึกเหงาที่เกิดจากการที่ผู้ชุมมองเห็นตัวเองเป็นตัวละครที่อยู่ในสื่อ อีกทั้งเป็นวิธีการที่ทำได้ง่าย ไม่ต้องใช้พลังหรือความพยายามมากมาย ทำให้การใช้สื่อเพื่อหลบหนีความจริงมีประโยชน์กว่าคultyความเหงาได้<sup>7</sup> นอกจากนี้ การเปิดบับสื่อแบบมาราธอน (Media Marathon) กล่าวคือ การชมรายการทีวีครบทั้งชีรีส์ การชมภาษาพยัณตร์ 3-4 เรื่องจากชีรีส์เรื่องเดียวกัน หรืออ่านหนังสือ 3-4 เล่ม จากชีรีส์เรื่องเดียวกัน ภายในเวลาเพียงหนึ่งสัปดาห์หรือน้อยกว่านั้น จะช่วยให้คนที่กำลังประสบปัญหาสุขภาพสามารถจัดการอารมณ์ ความคิด และร่างกายได้มากขึ้น<sup>8</sup>

อย่างไรก็ตาม สื่อจะเติมพลังกาย พลังใจ สร้างความสุขได้ ผู้สูงอายุต้องเลือกรับและต้องใช้สื่อย่างประเมิน เพื่อการใช้สื่อที่มากเกินไป หรือการฟังหรือดูอะไรนาน ๆ ช้าๆ จะกลยุทธ์เป็นการส่งต่อสื่อ จะส่งผลกระแทบทกคนต่อสุขภาวะทุกด้านได้เช่นกัน ที่เห็นได้ชัดที่สุดก็คือ ทำให้ร่างกายขาดการเคลื่อนไหว มีความคิดจำ moy กับเรื่องใดเรื่องหนึ่งเมื่ออยู่ในห้องที่มีเสียงลงทะเบียนแบบเดิม ๆ ตลอดเวลา ตัดขาดจากโลกภายนอก และโลกแห่งความเป็นจริง ส่งผลต่อความสัมพันธ์กับผู้คนรอบข้าง และในที่สุดก็จะถูกผลักเข้าสู่ว่างวนแห่งความรู้สึกเหงาและโดยเดียว ดังนั้น สื่อจะสร้างความสุขได้ ผู้สูงอายุต้องใช้อย่างรู้ทันและมีสติ เช่นเดียวกัน กับการใช้ชีวิตในสังคมปัจจุบันที่เทคโนโลยีดิจิทัลได้ทำให้เส้นแบ่งระหว่างโลกจริงกับโลกเสมือนไม่มีอยู่อีกต่อไป





#### รายการอ้างอิง

- 1 MGR Online (11 เมษายน 2561). ไม่ได้กลับบ้านช่วงสงกรานต์ จะวังภาวะ “เหงาเฉียบพลัน.” <https://mgronline.com/gol/detail/961000036017>
- 2 Segrin, C., Burke, T. J., & Dunivan, M. (2012). Loneliness and poor health within families. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(5), 597-611. <https://doi.org/10.1177/0265407512443434>
- 3 Malhotra, R., Tareque, M. I., Saito, Y., Ma, S., Chiu, C-T., & Chan, A. (2021). Loneliness and health expectancy among older adults: A longitudinal population-based study. *Journal of the American Geriatrics Society*, 69(11), 3092-3102. <https://doi.org/10.1111/jgs.17343>
- 4 พระครูปัตติธรรมชัย ราชชยเบศ (มีนพเพชร). (2022). แนวการอุ้งผู้สูงชันให้หัวใจจากความเหงา. *สารสารสนเทศวิทยาการนวัตกรรมบริหารคน*, 5(2), 186-198.
- 5 Chopik, W. J. (2016). The Benefits of Social Technology Use Among Older Adults Are Mediated by Reduced Loneliness. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(9), 551-556. <http://doi.org/10.1089/cyber.2016.0151>
- 6 Fokkema, T. & Knipscheer, K. (2007). Escape loneliness by going digital: A quantitative and qualitative evaluation of a Dutch experiment in using ECT to overcome loneliness among older adults. *Aging & Mental Health*, 11(5), 496–504. <http://doi.org/10.1080/13607860701366129>
- 7 Gabbiadini, A., Boldissari C., Valtorta, R.R., Durante, F. & Mari, S. (2021). Loneliness, escapism, and identification with media characters: An exploration of the psychological factors underlying Binge-Watching tendency. *Frontiers in Psychology*, 12(785970), 1-10. <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.785970>
- 8 Perks, L. G. (2019). Media marathoning and health coping. *Communication Studies*, 70(1), 19-35. <http://doi.org/10.1080/10510974.2018.1519837>

## About Me

ปริญญาเอก Journalism Studies เน้นด้านสื่อและวัฒนธรรมศึกษา เป็นนักวิจัยด้านผู้สูงอายุกับการรู้ทันสื่อ การสื่อสารและปรับตัว ระหว่างวัฒนธรรมของผู้ชายถ้วน การสื่อสารอัตลักษณ์ของ LGBTQ+ และเป็นอาจารย์สอนแนวคิดและกลยุทธ์การสื่อสารระหว่าง วัฒนธรรม ที่สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล มีความสนใจเรื่องการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม การสื่อสารระหว่างวัย และมีมุ่งต่อผู้สูงอายุที่ไม่เข้าอายุมาเป็นตัวตัดสินใจให้ความสำคัญกับศักดิ์ศรี ของความเป็นมนุษย์

ดร. นันเกีย ดวงกุมเนศ



อาจารย์ประจำหลักสูตรภาษาและการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม  
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย



# Netflix

## แพลตฟอร์มสตรีมมิ่ง สร้างสุขของทุก Gen ในครอบครัว



### รายการ สืบวงศ์สุวรรณ

หากมองย้อนกลับไปในยุคก่อนหน้านี้ที่อินเทอร์เน็ตยังไม่ได้เข้ามา มีบทบาทกับชีวิตประจำวันของมนุษย์เหมือนอย่างปัจจุบัน การที่เราจะสามารถถ่ายทอดสดของข่าว ละคร รายการบันเทิง หรือภาพยนตร์ ต่าง ๆ ได้นั้นก็ต้องมาจากกรรมดั้งเดิมที่วิธีการจดจ่อหนังในโรงเพียงอย่างเดียวเท่านั้น ทว่าในยุคนี้ที่การสื่อสารพัฒนา起來อย่างไม่หยุดยั้งส่งผลให้การใช้งานอินเทอร์เน็ตกลายเป็นสิ่งที่ความสามารถสร้างสรรค์ผลงานต่าง ๆ ออกมากได้อย่างไร่ที่ติดตามถ่ายทอดสดไม่จำเป็นต้องพึ่งพารายการทีวีอีกต่อไป ที่จะกล่าวคือความก้าวหน้าของการสื่อสารและอุตสาหกรรมการบันเทิงนั้น ทำให้เกิดสิ่งหนึ่งที่เรียกว่า "Streaming TV Content" ขึ้นมา ซึ่งหลายค่ายมักจะรู้จักกันในนามของ Netflix, HBO Go, Prime TV, Disney+, Viu, หรือ We TV ที่เป็น Streaming TV Content Brand รายใหญ่และเป็นที่นิยมของผู้บริโภคอย่างมากในการชูภารกิจสตรีมมิ่งนั่นเอง ซึ่งสิ่งที่่นำสนใจคือ กระแสของ Streaming TV Content นั้น ส่งผลต่อพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปของผู้บริโภคต่อการดูสื่อโทรทัศน์เป็นอย่างมาก จากที่เห็นได้ชัดเจนคือ พฤติกรรมการรับชมสื่อบันเทิงผ่านทางโทรทัศน์นั้นน้อยลง จึงถือว่าการบริโภค Streaming TV

Content เป็นปรากฏการณ์ที่น่าจับตามองไม่น้อยเลยที่เดียว<sup>1</sup>

สตรีมมิ่งทีวี (Streaming TV) คือการรับส่งสัญญาณภาพและเสียงผ่านเครือข่ายระบบอินเทอร์เน็ต ด้วยการนำเทคโนโลยีอันทันสมัยมาใช้เพื่อให้เข้าถึงยังอุปกรณ์ต่าง ๆ ได้อย่างง่ายดายมากยิ่งขึ้น เป็นการเพิ่มช่องทางรายได้ เพิ่มจำนวนยอดผู้ชมพร้อมสร้างโอกาสทางธุรกิจได้อย่างดี เนื่องจากว่าการรับชมผ่านช่องทางการสตรีมมิ่งสามารถรับชมได้อย่างไม่จำกัดไม่ว่าอยู่ตรงไหนของโลกก็สามารถรับชมได้ นอกจากนี้ อุปกรณ์ที่ใช้รับชมยังมีความหลากหลายไม่ว่าจะเป็นคอมพิวเตอร์ สมาร์ตโฟน แท็บเล็ตหรือแม้แต่สมาร์ททีวี ถึงแม้ว่าการรับชมแบบสตรีมมิ่งนั้น ผู้รับชมจะต้องจ่ายค่าบริการรายเดือน เพื่อให้ได้รับชม เช่น Netflix โดยแพ็กเกจจะขึ้นอยู่กับระดับ Resolution ของภาพ เช่น 4K หรือ แบบธรรมดា และมีข้อจำกัดจำนวนผู้ใช้ต่อหนึ่งบัญชี แต่ผู้รับชมสื่อประเภทสตรีมมิ่ง ก็ยังเลือกที่จะรับชมโดยเสียค่าบริการ โดยเหตุผลส่วนใหญ่นั้นมาจากการที่ผู้ชมได้รับชมสื่อที่ตนต้องการ และเป็นรายการที่มีคุณภาพ และประกอบกับความสะดวกในการรับชม ทำให้สมเหตุสมผลต่อการยอมจ่ายค่าบริการเพื่อรับชมสื่อประเภทสตรีมมิ่ง<sup>2</sup>

หากพูดถึงแบรนด์ Streaming TV Content แล้วนั้น ผลสำรวจจาก Media Partners Asia (MPA) บริษัทที่ปรึกษาและวิจัยตลาดสื่อเผยแพร่ก็ติดในรายงาน Southeast Asia Online Video Consumer Insights & Analytics ซึ่งได้วิเคราะห์ภาพตลาดดิจิทัลสตรีมมิ่งในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ในปี 2022 และรายงานฉบับนี้มีข้อมูลของประเทศไทยรวมอยู่ด้วย ซึ่งตามรายงานพบว่า สตรีมมิ่งที่เป็นที่นิยมอันดับ 1 ของประเทศไทย คือ Netflix ที่มีปริมาณการรับชมคิดเป็น 24% และที่น่าสนใจอีก WeTV ที่ตามมาติดๆ 22% และ Viu 13% โดยเนื้อหาที่ได้รับความนิยมสูงสุดของผู้บริโภคสื่อสตรีมมิ่งพบว่า เป็น ซีรีส์เกาหลีซึ่งมีสัดส่วนการเข้าชมมากกว่า 30% ตามมาด้วยอเมริกัน 23%, จีน 14%, และญี่ปุ่น 10% ตามลำดับ<sup>3</sup> จากผลการสำรวจนี้ก็จะเห็นได้ว่าแพลตฟอร์ม Netflix นั้นมีความนิยมในหมู่ผู้บริโภคคนไทยอย่างมากเลยที่เดียว จึงขอยกตัวอย่างถึงการปันสุขของคนในครอบครัวที่ไม่ว่าจะเพศใด หรือวัยไหนก็สามารถมีความสุขร่วมกันได้ผ่านการรับชมสตรีมมิ่งช่องดังอย่าง Netflix เสียหน่อย

### Keep Calm and Watch Netflix (With Your Family)

สุ่มได้เล่าจะเท่ากับการใช้เวลาว่างไปกับการผ่อนคลายหรือซีรีส์สักเรื่องหนึ่งเพื่อรวมกับสมาชิกในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นวัยรุ่นที่เพิ่งจะสะสมการบ้านที่ครุสั่งเสร็จ ไม่ว่าจะเป็นทุนส่วนสวัสดิ์ทำงานที่เพิ่งจะเดินทางกลับมาถึงบ้าน หรือแม้กระทั่งผู้สูงอายุที่ทำงานบ้านหรือเลี้ยงหลานเล็กเด็กแต่งมาทั้งวัน ช่วงเวลาที่ทุกคนจะปลดภาระหน้าที่ทุกสิ่งอย่างแล้วมานั่งบนโซฟาหรือล้อมโต๊ะกินข้าว เพื่อดูสิ่งบันเทิงบนจอสีเหลี่ยมเป็นตาเดียวกัน ช่วงเวลาด้วยกันนี้และที่เป็นช่วงเวลาที่มีค่ามากเสียจริงคงครั้งเราอาจจะไม่รู้ตัวกันเลยด้วยซ้ำ เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นกิจกรรมที่คุณในครอบครัวมักจะทำกันจนเป็นเรื่องปกติไปเสียแล้ว ยิ่งเห็นความสุขนี้ ได้ชัดจากผลการศึกษาโดยมหาวิทยาลัยแคนาดา ในปี 2014 ซึ่งพบว่า วันที่ดีที่สุดของสปดาห์คือวันเสาร์และวันอาทิตย์

ซึ่งไม่ได้มีแค่กับคนที่มีงานทำเท่านั้น แต่ยังดีสำหรับคนที่ว่างงานอีกด้วย เนื่องจากสุขภาวะทางอารมณ์จะเพิ่มขึ้นในช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์ถึง 15% และตัวเลขนี้ก็มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอีกเมื่อผู้คนได้ใช้เวลาอยู่กับเพื่อนและครอบครัว<sup>4</sup> นอกจากนี้ งานวิจัยเรื่องผลการสำรวจพฤติกรรมการเปิดรับสื่อและความพึงพอใจแอปพลิเคชัน Netflix ของผู้ใช้งาน Netflix ในประเทศไทย ของพีระพงศ์ วีระวุฒิ ยังพบว่า ผู้ใช้งาน Netflix มีอายุตั้งแต่ช่วงวัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ ไปจนถึงวัยสูงอายุ โดยผู้ใช้งานมากที่สุดมีอายุตั้งแต่ 26-35 ปี คิดเป็น 50% และอายุตั้งแต่ 46 ปีขึ้นไปคิดเป็น 1.6% และจากการตอบแบบสอบถามพบว่า ผู้ใช้งานเลือกรับชม Netflix เนื่องจากต้องการเพลิดเพลิน สนุกสนาน คลายความเหงา และใช้เวลาร่วมกับผู้อื่น เช่น เพื่อน และครอบครัว<sup>5</sup> นอกจากนี้ยังมีผลการสำรวจการรับชมวิดีโอออนไลน์ผ่านการสตรีมมิ่งของ Netflix พบว่า ผู้ใช้งานส่วนใหญ่มีอายุ 21-30 ปี คิดเป็น 68.3% และผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 51 ปีขึ้นไปมากถึง 10% เลยทีเดียว ซึ่งจากการสำรวจข้างต้นแสดงให้เห็นว่า สตรีมมิ่งที่วิวอย่าง Netflix ตอบโจทย์การใช้งานจากทุกวัยและยังช่วยสร้างความบันเทิงให้กับสมาชิกกันต่อไป

หากลองสมมติเหตุการณ์ที่ต้นของหรือสมาชิกในครอบครัวนั่งกันอยู่พร้อมหน้าพร้อมตาหน้าจอทีวี และมีคนใดคนหนึ่งพูดขึ้นมาว่า “วันนี้จะดูอะไรกันดีล่ะ” สำหรับหลาย ๆ คน หรือหลาย ๆ ครอบครัวคงจะประสบปัญหานี้อยู่เป็นประจำว่าห่วงที่กำลังเลื่อนตูนோห้าไปมาในหน้าเมนู ทว่า Netflix นั้นมีบริการฟีเจอร์ที่ทำให้ผู้ใช้งานสามารถค้นหาหรือรับชมเนื้อหาที่ต้นของสนใจหรือหันขอบไปได้จ่ายมากขึ้น อย่างปุ่ม Play Something ซึ่งจะอยู่ในเมนูที่แท็บด้านซ้ายของจอ หรือถ้ากำลังเลื่อนหน้าจอหรือซีรีส์อยู่ เมื่อเลื่อนมาเรือดี ก็จะเจอบุํม Play Something บนแถบที่ 10 เพียงเท่านี้ เนื้อหาและเรื่องราวต่างๆ ก็จะโผล่มาบนหน้าจอทีวีแบบอัตโนมัติโดยไม่ต้องคิดให้มากความเลยทีเดียว ไม่ว่าจะเป็นหนังที่เข้าฉายในสปดาห์นี้ หรือจะย้อนไปดูซีรีส์เรื่องโปรดที่ยังดูค้างอยู่ก็เจอ





# NETFLIX

ได้หมด<sup>6</sup> ยิ่งไปกว่านั้นสำหรับผู้ปกครองหรือผู้สูงอายุในบ้านที่ใช้เวลาอยู่กับท่าน ๆ ยังสามารถมีส่วนร่วมและสนุกสนานไปพร้อมกันได้ ซึ่ง Netflix ยังมีฟีเจอร์ที่จะช่วยให้คุณทั้งครอบครัวได้เข้าถึงและเข้าใจโลกกว้างผ่านช่องทางและแพลตฟอร์มต่างๆ ที่มีอยู่ เช่น ฟีเจอร์ “Parental Controls Tools” เพื่อให้ผู้ใหญ่เข้าใจพฤติกรรมเด็กว่าชอบดูเนื้อหาแบบใด มีเนื้อหาอะไรที่แนะนำให้รับชมบ้าง และฟีเจอร์ “Content Rating” ที่จะช่วยให้ผู้ปกครองสามารถตรวจสอบความปลอดภัยของเนื้อหาที่ไม่เหมาะสม หรือใช้งานนานเกินไป และยังสามารถกำหนดเนื้อหาในแต่ละประเภทให้เหมาะสมกับอายุของลูกได้<sup>7</sup>

จากที่กล่าวมาทั้งหมดจะเห็นได้ว่า นอกจาก Netflix จะเป็นผู้นำในด้านการให้บริการด้านสาระความบันเทิงแก่ผู้รับชมทั่วโลกแล้ว ยังเป็นผู้ให้บริการที่คำนึงถึงการมีส่วนร่วมของทุกคนในครอบครัวที่จะสามารถสร้างสายใยความผูกพันระหว่างสมาชิกได้แม้จะอยู่กันคนละช่วงวัย และสามารถแบ่งปันความสุขร่วมกันผ่านเรื่องราวเดียวกันทั่วทุกมุมโลกได้ง่ายขึ้นไปอีกขั้นหนึ่ง



## About Me

ปริญญาโทสาขาวิชาภาษาและการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม อาจารย์ในสาขาวิชาภาษาอังกฤษ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา ควบคู่ไปกับการเป็นนักวิจัยในกลุ่มการสื่อสารเพื่อการพัฒนา และมีประสบการณ์ทำงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการรู้เท่าทันสื่อมาเป็นระยะเวลามากกว่า 3 ปี ด้วยความคิดที่ว่า “ร่วมกันขับเคลื่อนผู้สูงอายุไทย สู่ภาวะพกพาพลัง”

อาจารย์วรากร ศิริวงศ์สุวรรณ



คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์  
มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา



# “ແພນດ້ອມວ້ຍເກເປີຍນ” ສ້ອສຮັງສຸຂຂອງ “ແມ່ຍກ” ຍຸດລົງ

ข่าวญี่ปุ่น ศศิวิชานาโรจน์

“เกย์ยันแล้ว ทำอะไรได้?” เป็นคำถามที่ถ้าไม่ใช้ยังสูงอยู่หรือใกล้สูงอยู่ก็คงยังไม่เกิดคำถามนี้ คำว่า “เกย์ยัน” ตามราชบัณฑิตยสถาน แปลว่า “ลีน์ไป” จึงไม่ได้หมายถึงเฉพาะคนที่อยู่ในแวดวงราชการหรือการทำงานในระบบเท่านั้น แต่หมายรวมถึงผู้ที่เริ่มละลาภหรือหยุดทำงานประจำด้วยวัยที่สูงขึ้น โดยที่ว่าไปถ้าพูดตามบรรทัดฐานของสังคมไทย เรายังมักนึกถึง “แก่แล้วต้องเข้าวัด” โดยความเชื่อและการรับรู้ที่มีศาสนาพุทธเป็นฐานในเรื่องของการปล่อยวางและไม่ยึดติดกับสังชาร และ “ธรรมะ” ก็เป็นเครื่องมือกล่อม geleาให้เรียนรู้เพื่อเข้าถึงหลักธรรมชาติถึงกล่าวแม้ว่าปัจจุบันดังกล่าว�ังคงแข็งแกร่งอยู่ในสังคมไทย การเปลี่ยนแปลงสำคัญหลายอย่างก็ทำให้ศึกษาของวัยสูงอยู่แตกต่างไปจากอดีตอย่างไม่เคยเป็นมาก่อน นับตั้งแต่ความก้าวหน้าทางการแพทย์ที่ทำให้คนเรา

มีอายุยืนยาวมากขึ้น หากนับจากค.ศ. 1990 อายุขัยเฉลี่ยทั่วโลกเพิ่มขึ้นกว่าเท่าตัว<sup>1</sup> คนไทยเราเองปัจจุบันอายุขัยเฉลี่ยของผู้หญิงก็เพิ่มขึ้นไปถึง 80 ปี ผู้ชาย 72 ปี ซึ่งหากนับหลังจากอายุ 60 ปีไปแล้ว คาดว่าโดยเฉลี่ย จะมีชีวิตอยู่ต่อไปอีกถึง 23 ปี สำหรับผู้หญิง และเกือบ 18 ปี สำหรับผู้ชาย<sup>2</sup> อ่านมาถึงตรงนี้ หลายท่านคงคิดว่า “โอ้...อยู่ยาวไปอีกหลายปีที่เดียว”

นอกจากจะมีอายุขัยที่ยืนยาวแล้ว ผู้สูงอายุในยุคปัจจุบันก็ยังแข็งแรงกระฉับกระเฉงกว่าสมัยก่อนมาก หากไม่ทำงานประจำต่อ ก็ต้องมีเวลาเหลือเพื่อ และคนมักพูดถึงวัยเกษียณว่าเป็นช่วงเวลาแห่งการ “พักผ่อน” และแน่นอนว่า “สือบันเทิง” ทั้งหลายก็เป็นส่วนสำคัญของชีวิตวัยเกษียณที่ลูกหลานเรียนจบมีงานทำแบบจะเรียกได้ว่า หมวดภาระที่ต้องห่วงใจหรือแบกรับมาก เช่นตอนที่ยังหนุ่มสาวและส่วนใหญ่ก็กล้ายเป็น “Empty Nester” ลูกหลานแยกเรื่องออกไปหรือไปทำงานห่างไกลบ้าน เหลือแต่รังที่ว่างเปล่าอยู่กับเฉพาะตา-ยาย สภาระที่คล้าย ๆ กันนี้ก็รวมกลุ่ม Gen X'ers ที่กำลังจะထยอยเป็นผู้สูงอายุป้ายแดง ซึ่งจำนวนนี้เนื่องกับนิยมครองตัวเป็นโซเชียลมีเดีย เป็นสิ่งที่มาช่วยให้ชีวิตที่มีเวลาเป็นของตัวเองมากขึ้นได้ถูกใช้ไปอย่างเพลิดเพลิน หากเป็นผู้สูงอายุสมัยเก่าคงต้องติดวิทยุหรือโทรทัศน์ แต่ในยุคปัจจุบันโดยเฉพาะผู้สูงอายุในเมืองหรือที่บ้านเคยกับการใช้สื่อออนไลน์ ซึ่งทางดิจิทัลนับวันก็จะเข้ามามีอิทธิพลต่อการใช้เวลาว่างของผู้สูงอายุมากขึ้น

เมียนมาถึงตรงนี้ ผู้เขียนพยายามแพร่ประสบการณ์ “สือดี” ที่สามารถสร้างสุขได้ ซึ่งตัวเองก็ไม่เคยคิดว่าเรื่องเหล่านี้จะเกิดขึ้นกับกลุ่มผู้สูงอายุ อันที่จริงก็ไม่ใช่เรื่องที่เดียว เพียงแต่เปลี่ยนไปตามยุคสมัยมากกว่า สิ่งที่จะพูดถึง คือ “แฟนตัวแม่วัยเกษียณ” อันที่จริงเมื่อพูดถึงเรื่องความชื่นชอบคล่องไคลคลีปนั้น ดารา หรือนักร้อง จนเป็นแฟน หรือ แฟนคลับ น่าจะเป็นกลุ่มวัยรุ่น และผู้เขียนเองก็เคยมองว่าเป็นเรื่องของความนิยมหรือกระแสเพียงระยะสั้น ๆ เท่านั้นไม่น่าจะมีสาระสำคัญมาก แต่เมื่อไม่นานมานี้มีคนกล้าหาญเป็นแฟนตัวแม่วัยเกษียณ จึงได้หาข้อมูลเพิ่มเติม และพบว่าเป็นปรากฏการณ์ที่ปฏิเสธไม่ได้ในยุคปัจจุบันและเป็นเรื่องใกล้ตัวนักวิชาการเรียกว่า การศึกษาเรื่อง “แฟน” หรือ “Fan Studies” ไม่ใช่เรื่องเล็ก ๆ นับเป็นศาสตร์หนึ่งเลยที่เดียว ซึ่งถือกำเนิดขึ้นในช่วงต้นทศวรรษ 1980 ที่ศึกษาวิเคราะห์ “แฟน” หรือ “fans” ที่มีความรุ่มเรืองของแฟน ๆ และกิจกรรมของแฟน ๆ เป็นสาขาวิชาที่ต้องอยู่บ





จุดตัดระหว่างมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ แยกเป็นอีกสาขาวิชาหนึ่งนั่นแสดงว่าการเป็นแฟน หรือเพนคลับ รวมทั้งแฟนด้อม มือทิพลด้อคนและสังคมในยุคโน้มน้าวอย่างเดียว

แฟน หรือ เพนคลับ เป็นคำที่เราคุ้นเคยกันดี ส่วนแฟนด้อม เป็นคำที่เข้ามาในช่วงหลัง โดยเป็นคำที่มาจากการผสมคำระหว่างคำว่า Fanclub (แฟนคลับ) และ Kingdom (อาณาจักร) จนกลายมาเป็นคำว่า Fandom ที่หมายถึงกลุ่มคนหรือแฟนคลับที่ชอบสิ่งเดียวกัน อาจจะเป็นหนังสือ กีฬา ดนตรี เกม ละครโทรทัศน์ ศิลปิน ดารา นักร้อง หรือแม้แต่ พรรยาเมือง แฟนอาจมีการรวมตัวกันเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลในสิ่งที่ชื่นชอบร่วมกันผ่านแพลตฟอร์มต่าง ๆ และอาจมีการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ชื่นร่วมกัน รวมทั้งอาจพัฒนาเป็นเครือข่ายทางสังคมย่อย ๆ แฟนด้อมเป็นรูปแบบนวัตกรรมเชิงวัฒนธรรมนี้ที่มือทิพลด้อยมากต่อเศรษฐกิจ สังคม และการเมือง

หากเราเปรียบเทียบแฟนคลับหรือแฟนด้อมในสมัยนี้กับยุคก่อน คงใกล้เคียงกับคำว่า “แม่ยิก” แต่การสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ของเหล่า แฟนคลับยุคก่อนต้องไปรวมกันอยู่หน้าเวทีหรือแบบตัวต่อตัว แต่ยุคปัจจุบันสามารถขยายไปได้กว้างไกลและรวดเร็วกว่าผ่านช่องทาง ออนไลน์ อันที่จริงการรับสื่อและใช้สื่อของกลุ่มแฟนมีทั้งด้านบวกและลบ อยู่ที่การเลือกรับและให้สื่อ ในบทความครั้งนี้เน้นไปที่ด้านบวกของการใช้สื่อในฐานะแฟนด้อมวัยเกย์ยிண และการรับสื่อที่นำไปกับการรับสื่อในฐานะแฟนด้อมต่างกันอย่างไร

การรับสื่อในแบบของแฟนด้อมน่าจะเรียกได้ว่ามี “พลังพิเศษ” เพราะเกิดจากความนิยมชมชื่นอย่างมาก ทำให้มีการติดตามข้อมูลข่าวสาร ของสิ่งที่ชื่นชอบอย่างต่อเนื่อง ทำให้ความเลื่อยชาในวัยเกย์ยிணมีความตื้นตัว กระเบี้้ากระเปร้า มีจุดหมายในแบบทุก ๆ วัน ได้รับ “พลังบางกอก” และ “แบ่งปันความสุข” ระหว่างแฟนด้อม เพราะชื่นชอบในสิ่งเดียวกัน สนใจในสิ่งเดียวกัน และผู้สูงอายุยังมีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ รวมถึงอาจพัฒนาทักษะใหม่ ๆ รวมกับแฟนคนอื่น ๆ ด้วย เพราะในด้อมหนึ่ง ๆ นั้นมีคนหลากหลายวัย มีโอกาสได้สานสัมพันธ์กับคนอื่นมากขึ้น รวมถึงความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

ผู้เขียนเองก็ได้ข้อมูลเชิงประจักษ์จากคนใกล้ชิดที่พูดว่า สาวโสดวัยเกย์ยிணเมื่อเป็นแฟนคลับศิลปินเจ้าที่ชื่นชอบก็ทำให้ชีวิตทุกขันของเธอไม่ว่าจะเป็นเรื่องเงินงาน เวลาชีวิตที่มีเป้าหมาย ตื่นเช้าขึ้นมาต้องติดตามข้อมูลข่าวสารจาก “ชาวด้อม” ว่ามีกิจกรรมอะไรเกิดขึ้น

กับศิลปินคนโปรดของเรอบัง ก่อนนอนก็จะไปดูสื่อต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง กับศิลปินก็ทำให้สุใจ ผ่อนคลายและหลับสบาย การรับสื่อที่เรา “ยินยอม สนใจ” หรือ “รักที่จะสนใจ” ทำให้เกิดอาการ “ชื่นใจ” “ปลื้มปริ่ม” และ “เติมเต็ม” บางส่วนของชีวิตได้ จากการติดตามและค้นหาข้อมูล จากแฟนด้อมบางเจ้า มีแฟนจำนวนไม่น้อยที่บอกกับชาวต้อมว่าตนเอง นั้นอยู่ใน “วัยแม่” หรือ “วัยป้า” และสะท้อนความสุขที่ได้รับจากการ ติดตามข่าวสารศิลปินที่ตนเองชื่นชอบ มีประเด็นใหม่ ๆ ให้พุดคุยหลัง จากที่ชีวิตผ่านเรื่องราวซ้ำ ๆ เดิม ๆ มากما ก็มีความหวังใหม่ มีความ สำเร็จที่ท้าทายให้ลุ้นและติดตามโดยไม่ต้องเครียดเหมือนลูกหลาน ตัวเอง นอกจากความสุขที่ได้รับจากสื่อที่แท้จริงแล้ว ก็ยังไปปลูกกับ จินตนาการของตัวเองด้วยความเป็น “แม่มโน” และ “ซัปมโน” (การ สร้างสรรค์ข้อความใหม่จากจินตนาการของชาติตื้อม) ยิ่งไปกว่านั้น ยังเพิ่มความมีสีสันและเป้าหมายให้กับกิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิตมากขึ้น อีกด้วย เช่น การท่องเที่ยวตามรอยศิลปิน ละคร หรือภาพยนตร์

นอกจากนี้ ผู้เขียนยังได้อ่านการวิเคราะห์เกี่ยวกับประโยชน์ของ แฟนด้อมที่นำเสนอใน WAY Magazine (2022)<sup>3</sup> โดยชี้ให้เห็นว่า จุดเด่นที่แฟน ๆ ได้จากชุมชนแฟนด้อมคือ “ความเท่าเทียม” (Equality) อาจเรียกได้ว่า แฟนด้อม คือ “มนุษย์ในอุดมคติ” (Utopia) ที่ปราศจาก การแบ่งแยกหรืออคติ แฟน ๆ ได้รับการปฏิบัติอย่างเท่าเทียมกัน เพราะ ทุกคนมีความเชื่อมโยงกันด้วยความที่นิยมชมในสิ่งเดียวกันและสนุกที่ได้ใช้ เวลาร่วมกันกับ “คนครอบเดียวกัน” นอกจากนี้ ยังก่อให้เกิด “ความคิด สร้างสรรค์” (Creativity) จากความสุข และบางด้อมอาจมีความสัมพันธ์ แบบ “ครอบครัว” (Second Family) และอาจเรียกได้ว่า แฟนด้อมเป็น เสมือนบ้านหลังที่สองที่เลือกที่เดียว มีการ “สนับสนุนกันอย่างร่วมมือ” ในการให้คำปรึกษาและช่วยเหลือกันแม้จะเป็นเรื่องที่ไม่เกี่ยวข้องกับ แฟนด้อมก็ตาม และยังไปกว่านั้น พลังบวกของแฟนด้อมยังส่งต่อออก ไปสร้างประโยชน์ให้กับสังคมโดยรวมอีกด้วย ดังที่ผู้เขียนได้เห็นจาก กิจกรรมการกุศลของแฟนด้อมหลายเจ้าทั่วไทยและต่างประเทศ บางด้อมมีเครือข่ายปั้นระดับสถาบันที่เดียว ดังนั้น

กลุ่มแฟนคลับของสองนักแสดงหนุ่มที่ดัง หวังอ้อป และ เซียวจ้าน ร่วมกับบริจาคเงินจำนวน 69,000 หยวน (ประมาณ 3.4 แสนบาท) เพื่อ สร้างถนนให้กับหมู่บ้านในมณฑลเสฉวน ประเทศไทย โดยตั้งชื่อถนน เส้นนี้ว่า “Wu Ji” ตามชื่อของเพลงประกอบหลักของซีรีส์จีนที่เรียกว่าเรื่อง ปรมาจารย์ลัทธิมาร (The Untamed) ที่ทั้งคู่ขับร้องร่วมกัน นี้ไม่ใช่ ครั้งแรกที่แฟน ๆ ของหวังอ้อปและเซียวจ้าน ได้บริจาคเงินเพื่อการกุศล เพราะแค่ปี 2020 เพียงปีเดียว ก็มีโครงการการกุศลมากถึง 40 โครงการ ที่ได้รับทุนสนับสนุนจากแฟน ๆ ของทั้งคู่” (ข้อมูลจาก Sanook.com)<sup>4</sup>



ก่อนหน้านี้ ตัดไป

ถูกใจ

แสดงความรู้สึก

แสดงความคิดเห็น

แชร์

#### XiaoZhan FC Thailand

ขอบนักกระต่ายจ้าวท่านยกธงชาติเรื่องผลตอบแทนในวันนี้ไปสักจันแล้วน้า ❤️

“ปีนี้ ❤️ ไทย XiaoZhan FC Thailand (บ้านกระต่ายจ้าว) เลือกที่จะทำการกอลลัมต่อความรักเพื่อเฉลิมฉลองแก่เดือน เซียวจ้าน พากย์ไม่พึ่งมีความสำคัญมากกว่าแพทบีท รา. ในพื้นที่ แต่คงมีรักกันเป็นช่วงหนึ่งเดือนที่น่าทึ่งด้วย แฟนคลับเซียวจ้านท้าโลกลุ้นนาความรักเดินไปตามแสงอาทิตย์กับศิลปะล่วงเวลา เชือบจ้าน กลับเป็นตัวเองที่ต้องมีนั่น”

ขอบคุณ ❤️ จันที่เขยยนำเสนอเรื่องดีๆของพากย์ไปส่งต่อให้ทางจ้าวได้รับรักกันมากขึ้นค่ะ 🙏 谢谢！ ใครที่มี weibo ไป ขอบกันกด like กด repost ได้นะ

ที่มา: <https://www.facebook.com/XZFCUTH1005/photos/a.328891597853146/1064775297598102/?type=3&source=48>

← โพสต์

ขอบคุณคุณร่วมบริจาคท่านที่ทำให้ได้  
★XFX❤️XiaoZhan Birthday Project 2023★  
#ทำบุญร่วมชาติกับเซียวจ้าน ในวันเกิด #XiaoZhan สำเร็จลุล่วง และยอดเกินเป้า  
หมายจันทร์ตามบริจาคให้กับ "มูลนิธิกระดาษ" เพื่อมี 1 Project ขอผลบุญนี้ส่ง  
ผลให้ #เซียวจ้าน และแฟนคลับมีความสุข ราบรื่น สมหวัง 🙏

สรุปผล XIAOZHAN

XFX ❤️ XiaoZhan Birthday Project 2023  
#ทำบุญร่วมชาติกับเซียวจ้าน

รวมยอดบริจาคกันสั้น 302,461.15 บาท

**เป้าหมายที่ 1 : Complete**

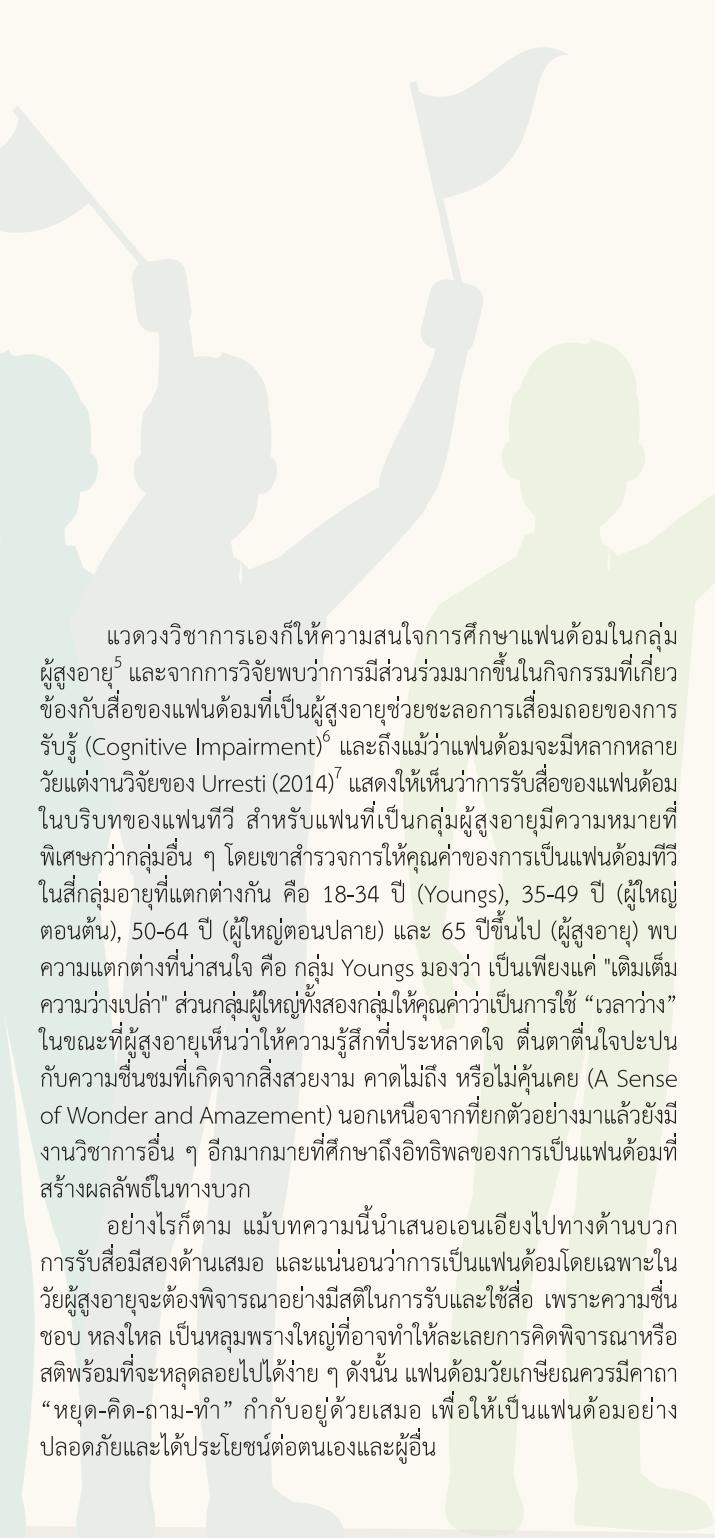
ซื้อ “เครื่องติดตามบรรดาภพการในครรภ์ (External Fetal Monitoring) ” ครรภ์เดียว-แปด 1 เครื่องพร้อมรถเข็น ให้โรงพยาบาลเกตุบดีครรภ์ร่วม จ.สุพรรณบุรี เป็นเงิน 250,000.00 บาท

**เป้าหมายที่ 2 : Complete**

บริจาคให้กับบุลลีอิกราคาเจ้า โครงการผู้ดูแลบ้านเด็ก / จังหวัดข้าว (จ.จังหวัดคนไร้บ้าน)  
เป็นเงิน 52,461.15 บาท

ทางทีม Project ขอบคุณคุณผู้จัดทำ  
ที่ทำให้ Project นี้บรรลุเป้าหมาย  
ขอบคุณทุกท่านที่เขยยัน #เซียวจ้าน และผู้บริจาคมีความสุขและรับรุ่น

ที่มา: [https://twitter.com/XZ\\_birthday/status/1708852841690038346](https://twitter.com/XZ_birthday/status/1708852841690038346)



แนววิชาการองค์ให้ความสนใจการศึกษาแฟนด้อมในกลุ่มผู้สูงอายุ<sup>5</sup> และจากการวิจัยพบว่าการมีส่วนร่วมมากขึ้นในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับสื่อของแฟนด้อมที่เป็นผู้สูงอายุช่วยผลของการสื่อมถ่ายของภาระ (Cognitive Impairment)<sup>6</sup> และถึงแม้ว่าแฟนด้อมจะมีหลากหลายวัยแต่งานวิจัยของ Urresti (2014)<sup>7</sup> แสดงให้เห็นว่าการรับสื่อของแฟนด้อมในบริบทของแฟนด้อมที่มีสำหรับแฟนที่เป็นกลุ่มผู้สูงอายุมีความหมายที่พิเศษกว่ากลุ่มอื่น ๆ โดยขาสำรวจการให้คุณค่าของการเป็นแฟนด้อมที่ไว้ในสื่อกลุ่มอายุที่แตกต่างกัน คือ 18-34 ปี (Youngers), 35-49 ปี (ผู้ใหญ่ตอนต้น), 50-64 ปี (ผู้ใหญ่ตอนปลาย) และ 65 ปีขึ้นไป (ผู้สูงอายุ) พบความแตกต่างที่น่าสนใจ คือ กลุ่ม Younger มองว่า เป็นเพียงแค่ "เติมเต็มความว่างเปล่า" ส่วนกลุ่มผู้ใหญ่ที่สองกลุ่มให้คุณค่ากว่าเป็นการใช้ "เวลาว่าง" ในขณะที่ผู้สูงอายุเห็นว่าให้ความรู้สึกที่ประหลาดใจ ตื่นตาตื่นใจบ้านกับความชื่นชมที่เกิดจากสิ่งสวยงาม คาดไม่ถูก หรือไม่คุ้นเคย (A Sense of Wonder and Amazement) นอกเหนือจากที่ยกตัวอย่างมาแล้วยังมีงานวิชาการอื่น ๆ อีกมากมายที่ศึกษาถึงอิทธิพลของการเป็นแฟนด้อมที่สร้างผลลัพธ์ในทางบวก

อย่างไรก็ตาม แม้บทความนี้นำเสนอด้วยภาษาอังกฤษไปทางด้านบวก การรับสื่อเมืองด้านเสมอ และแน่นอนว่าการเป็นแฟนด้อมโดยเฉพาะในวัยผู้สูงอายุจะต้องพิจารณาอย่างมีลิตติในการรับและใช้สื่อ เพราะความชื่นชอบ หลงไหล เป็นหลุมพรางใหญ่ที่อาจทำให้ละเลยการคิดพิจารณาหรือสติพร้อมที่จะหลุดรอดไปได้ร้าย ๆ ดังนั้น แฟนด้อมวัยเกย์ยังควรมีค่าดำเนินชีวิต-คิด-ถาม-ทำ” กำกับอยู่ด้วยเสมอ เพื่อให้เป็นแฟนด้อมอย่างปลอดภัยและได้ประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น

#### รายการอ้างอิง

- Roser, M., Ortiz-Ospina, E., and H. Ritchie. (2013). “Life Expectancy”. OurWorldInData.org. Internet: <https://ourworldindata.org/life-expectancy> (retrieved 04.04.2022).
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. (2566). สารประชากร. ปีที่ 32 (มกราคม). Retrieved from: <https://ipsr.mahidol.ac.th/population-gazette/>
- นพีวรรณ พัฒนา ธรรมรัตน์ (2022). ตามเมืองแม่: แม่เมือง: บทบาทแม่เมืองต่อเด็ก กันเป็นได้. WAY Magazine. Retrieved from: <https://waymagazine.org/mommy-day-2022/>
- Sanook. (30 พฤษภาคม 2564). แฟนคลับ หวังอ้อ-เชิญชาน ร่วมกับบริษัทเครื่องสำอาง WU JI ช่วยเหลือผู้ประสบภัยไฟไหม้. Retrieved from: <https://www.sanook.com/movie/111693/>
- Harington, CI and Bielby, DD. (2018). Aging, Fans, and Fandom. In *The Routledge Companion to Media Fandom*, (pp. 406-445). In Melissa A. Click and Suzanne Scott (eds.). New York: NY, Routledge.
- Ghisletta, P., Bickel, J-E, and Lovden, M. (2006) “Does Activity Engagement Protect against Cognitive Decline in Old Age? Methodological and Analytical Considerations,” *Journal of Gerontology: Psychology Sciences*, 61B (5), pp. 253-261.
- Urresti, X. L. (2014). Television as an Intergenerational Leisure Artefact: An Interdisciplinary Dialogue. *Participation*, 11(2), pp.132-155.

## About Me

ปริญญาเอกด้าน Demography เป็นนักวิจัยข้ามวัฒนธรรม สนใจผลพวงของความแตกต่างทางวัฒนธรรมที่เกิดจากการย้ายถิ่นและการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสู่สังคมสูงอายุที่สัมพันธ์กับสุขภาวะของบุคคลและสังคมในมิติของการอยู่ร่วมกันทั่วโลก ความหลากหลายทางวัฒนธรรม การสูงวัยข้ามชาติ และทุนทางวัฒนธรรมในการดูแลผู้สูงอายุ โดยยึดมั่นว่า “วัฒนธรรม” เป็นกุญแจสำคัญในการลดหักดิบสิ่งที่สกปรก ความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมในทุกช่วงชีวิตของมนุษย์

รศ. ดร.บัวญอจิต ศศิวงศ์วงศ์

อาจารย์ประจำหลักสูตรวัฒนธรรมศึกษา  
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย



words to share



sharing  
good word

ศูนย์วิชาการด้านการรู้เก่ากันสืบทอดผู้สูงอายุ  
กลุ่มวิจัยการสื่อสารเพื่อการพัฒนา

สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล  
999 ถนนพุทธมณฑลสาย 4 ตำบลศาลายา  
อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม 73170

Tel. 09 8826 5673  
Email [iceml.mahidol@gmail.com](mailto:iceml.mahidol@gmail.com)  
Web <https://www.iceml.org/>



Scan อ่าน ICEM E-Bulletin