

## ผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

ทศพล โสมะนันท์<sup>1</sup>

จิตตินันท์ บุญสถิรกุล<sup>2</sup>

ปิวิณา อ่อนใจเอื้อ<sup>3</sup>

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 081-732-0159 อีเมล : varangchan@hotmail.com

รับเมื่อ 17 เมษายน 2562 ตอบรับเมื่อ 17 พฤษภาคม 2562 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.002

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ คือนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏแห่งหนึ่ง ปีการศึกษา 2560 ซึ่งผู้วิจัยได้มาจากการเลือกอย่างเจาะจง เป็นนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา จำนวน 21 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา 2) แบบวัด การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ และ 3) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา ผู้วิจัยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบ Wilcoxon Signed Rank Test และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของกลุ่มทดลองในระยะหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ สูงขึ้นกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลจากการวิเคราะห์บันทึกการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างสะท้อนว่า จะต้องมีการตรวจสอบข้อมูลก่อนที่จะเชื่อสื่อออนไลน์หรือเผยแพร่สื่อออนไลน์ต่อ นอกจากนั้นจะระมัดระวังในการเผยแพร่ข้อมูลที่เป็นส่วนตัว และเลือกรับสื่อออนไลน์ที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเอง

**คำสำคัญ :** กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ไตรสิกขา การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์

<sup>1</sup> นิสิตระดับปริญญาโท หลักสูตรสาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>2</sup> รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>3</sup> อาจารย์ประจำ ดร. ประจำคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

## The Effects of Learner Development Activities based on Tri-Sikkha on Online Media Literacy of Undergraduate Students

1 Corresponding Author, Tel. 08 1732 0159 E-mail : varangchan@hotmail.com  
Receive 17 April 2019; Accepted 17 May 2019

Tosapol Somanandana<sup>1</sup>  
Jittinun Boonsathirakul<sup>2</sup>  
Paweena OnJai-Uea<sup>3</sup>

### Abstract

The purposes of this research is to study Learner Development Activities based on Tri-Sikkha on Online Media literacy of Undergraduate Students. The participants in this study were 21 undergraduate students at Faculty of Humanity and Social Science, Rajabhat University, selected by purposive sampling. The instruments used in this Undergraduate research consisted of 1) Learner Development Activities based on Tri-Sikkha on Media literacy of Undergraduate Students 2) the Online Media literacy test and 3) the Opinions towards Participating in the Activities Questionnaire. Means, Standard Deviation, Wilcoxon signed rank test and Content Analysis were used to analyze data.

The results revealed that the experimental group had the post-test scores of Online Media literacy higher than the pre-test at the significant level at .01. The results from learning records showed that the participants reported that after participating in the activities help them to recheck the information before believing or sharing them. In addition, the participants said that they would share personal information carefully and they wanted to get only beneficial information to improve themselves.

**Keywords** : Learner Development Activities, Tri-Sikkha, Media literacy

---

<sup>1</sup> M.A. Student, Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of Education, Kasetsart University

<sup>2</sup> Associate Professor, Ed.D. Faculty of Education, Kasetsart University

<sup>3</sup> Lecturer, Ph.D. Faculty of Education, Kasetsart University

## 1. บทนำ

ในปัจจุบันการเปลี่ยนผ่านจากสังคมอุตสาหกรรม (Industrial Society) เข้าสู่สังคมฐานความรู้ (Knowledge Based Society) ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมากมายทั้งด้าน เศรษฐกิจ สังคมและการศึกษา ประกอบกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารมีความรวดเร็ว ส่งผลให้บุคคลได้รับข้อมูลข่าวสารอย่างรวดเร็วทั้งทางบวก และทางลบ ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้คนใน สังคมนานับประการ โดยเฉพาะผลกระทบที่เกิดกับวัยรุ่นที่ยังมี วุฒิภาว่น้อยได้มีโอกาสได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารต่างๆ อย่าง เปิดกว้างและไร้ขีดจำกัด วัยรุ่นเหล่านั้นถูกถ่ายทอดและ การซึมซับข้อมูลจากสื่อที่มีข้อมูลที่ถูกและข้อมูลที่บิดเบือน ผ่านสื่อออนไลน์ หรืออินเทอร์เน็ตที่ไม่มีกรกลั่นกรอง ทำให้ วัยรุ่นเหล่านั้นตกเป็นเครื่องมือของบุคคลอื่นผ่านสื่อสังคม ออนไลน์อยู่เสมอ

จากผลการสำรวจของสำนักงานพัฒนาธุรกรรม ทางอิเล็กทรอนิกส์ (2559) พบว่าคนไทยใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ย 6.4 ชั่วโมงต่อวัน (หรือ 45 ชั่วโมงต่อสัปดาห์) จากสถิติดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า เวลาในการใช้สื่อออนไลน์ของคุณ ในปัจจุบันนั้น เปลี่ยนแปลงจากสมัยก่อนอย่างคาดไม่ถึง ซึ่งส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของคุณอย่างมาก บุคคล ทั่วไปสามารถเป็นเจ้าของสื่อได้อย่างง่ายดาย และสามารถ แพร่กระจายสื่อของตนเองได้อย่างรวดเร็วโดยไม่ได้ผ่าน การกรองจากบุคคลอื่นๆ ก่อนที่จะเผยแพร่ในเครือข่ายสังคม (พันธ์ศักดิ์ อาภาขจร, 2560) ดังนั้นถ้าวัยรุ่นได้รับข้อมูล ดังกล่าวอย่างขาดวิจารณญาณย่อมส่งผลกระทบต่อคุณนั้นๆ นักวิชาการได้แบ่งพัฒนาการของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ไว้ว่า มีอายุอยู่ในช่วง 19-22 ปี ซึ่งเป็นช่วงอายุที่จัดเป็น วัยรุ่นตอนปลาย (รัฐจวน คำวชิรพิทักษ์, 2557; ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2553) หากเทียบตามปีเกิด จึงเป็นผู้ที่เกิดใน ปี พ.ศ. 2543 ขึ้นไป เป็นผู้ที่อยู่ใน Generation Z เป็นคนที่ เติบโตมาพร้อมกับเทคโนโลยี การสื่อสาร และการติดโลก ออนไลน์ (รศรินทร์ เกรย์ อุมารณณ์ ภัทรวาณิชย์ อักษรภาค หลีกทอง และเจตพล แสงกล้า, 2559) นักศึกษากลุ่มนี้จึง จำเป็นต้องปรับตัวกับเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพ นักศึกษาบางส่วนติดการใช้สื่อออนไลน์จนทำให้ผลการเรียน เสีย และสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนและคนรอบข้างก็เสียไปด้วย จึงจำเป็นต้องหาแนวทางแก้ไขปัญหาคาดการติดสื่อออนไลน์ จำเป็นต้องให้การแก้ไขปัญหาคาดการใช้ปัญหาเพื่อไม่ให้นักศึกษาหลงใหลและหลงเชื่อในสื่อออนไลน์ที่หลั่งไหลเข้ามา สู่นักศึกษาตลอดเวลาผ่านมือถือหรือเครื่องมือสื่อสารอื่นๆ

การรู้เท่าทันสื่อ หมายถึง ความเข้าใจต่อเนื้อหาที่สื่อ นำเสนอข้อมูลมาได้อย่างชัดเจน โดยสามารถวิเคราะห์ถึง เจตนาของสื่อ ประเมินคุณค่าของข้อมูลที่ได้รับ โดยไม่ตกอยู่ ภายใต้อิทธิพลของสื่อ ตระหนักถึงผลกระทบของสื่อที่มี ต่อบุคคลและสังคมและรู้จักเลือกรับและใช้สื่อได้เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคมได้ (Bazzalgette, 2007; บุบผา เมฆศรีทองคำ, 2554; เทอดศักดิ์ ไม้เท้าทอง, 2557) การรู้เท่าทันสื่อประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การเข้าถึง (Access) คือ การรับสื่อประเภทต่างๆ ได้อย่าง รวดเร็ว การได้รับสื่อประเภทต่างๆ ได้อย่างเต็มที่และรวดเร็ว สามารถรับรู้และเข้าใจเนื้อหาของสื่อประเภทต่างๆ ได้อย่าง เต็มความสามารถ มีการแสวงหาข่าวสารได้จากสื่อหลาย ประเภท พร้อมทั้งทำความเข้าใจความหมายอย่างมี ประสิทธิภาพ การวิเคราะห์ (Analysis) การตีความเนื้อหา สื่อตามองค์ประกอบและแบบฟอร์มของสื่อแต่ละประเภทว่า สิ่งที่สื่อนำเสนอ นั้นส่งผลกระทบต่ออะไรบ้างต่อสังคม โดยใช้ พื้นความรู้เดิมและประสบการณ์ในการคาดการณ์ถึงผลที่จะ เกิดขึ้น การวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมายของสื่อ บริบทต่างๆ ของสื่อที่ส่งผลกระทบต่อการใช้งานของสื่อ โดยอาจใช้วิธี การวิเคราะห์เปรียบเทียบ การแยกองค์ประกอบย่อยต่างๆ หรือการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเหตุและผลการทำความเข้าใจ เนื้อหาบริบทที่ต้องการสื่อ การประเมินค่าสื่อ (Evaluate) เป็นผลจากการวิเคราะห์สื่อที่ผ่านมาทำให้สามารถที่จะ ประเมินคุณภาพ ของเนื้อหาที่มีคุณค่าต่อผู้รับสารมากขึ้น เพียงใด สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อผู้รับสาร ในด้านใดได้บ้าง คุณค่าที่เกิดขึ้นเป็นคุณค่าที่เกิดขึ้นทางใจ อารมณ์ ความรู้สึก หรือมีคุณค่าทางศีลธรรม จรรยาบรรณ สังคม วัฒนธรรมหรือประเพณี โดยสร้างความเกี่ยวข้องของ เนื้อหากับประสบการณ์ พร้อมเสนอความเห็นในแง่มุมมองที่ หลากหลาย การสร้างสรรค์ (Create) การเรียนรู้สื่อ รวมถึง การพัฒนาทักษะ การสร้างสื่อในแบบฉบับของตนเองขึ้นมา เมื่อผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจสามารถวิเคราะห์วิจารณ์ ประเมินค่าสื่อได้อย่างถ่องแท้แล้ว ทุกคนจะต้องวางแผน เขียนบท ค้นคว้าข้อมูลเนื้อหาประกอบ ความสามารถในการสร้างสรรค์ (หรือสื่อสาร) เนื้อหาโดยการเขียนบรรยาย ความคิด ใช้คำศัพท์ เสียง หรือการสร้างภาพให้มีประสิทธิภาพ ตามวัตถุประสงค์ที่หลากหลาย (พรทิพย์ เย็นจะบก, 2552; อุษา บิ๊กกันส์, 2555)

จากปัญหาดังกล่าวข้างต้น การพัฒนาตนเองให้ รู้เท่าทันสื่อออนไลน์จึงเป็นสิ่งจำเป็น ที่ช่วยนักศึกษาให้มี ข้อมูลเพียงพอสำหรับเข้าใจเนื้อหาของสื่อออนไลน์

ผลกระทบที่เกิดขึ้นทั้งต่อตัวตนและโลกของตนเอง เนื่องจากการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ จึงเป็นการเน้นพัฒนาด้านความคิดหรือกระบวนการทางปัญญาที่ช่วยให้ผู้รับสารมีความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะในการรับ เลือกรับ วิเคราะห์ สังเคราะห์ ประเมินค่า จัดกลุ่มข้อมูล ตอบโต้แสดงความคิดเห็นต่อสื่อออนไลน์อย่างมีเหตุผล รู้ถึงผลกระทบของเนื้อหาสื่อออนไลน์ว่ามีผลต่อพฤติกรรมอย่างไร (Potter, 2011; สุตารัตน์ ดิษยวรรณะ จันทราวพัฒนากุล, 2550; บุษพาเมฆศรีทองคำ และดนุลดา จามจุรี, 2554)

การพัฒนาผู้เรียนให้เกิดคุณลักษณะดังกล่าวได้นั้น จึงเป็นการจัดกิจกรรมผ่านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ซึ่งกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนได้นำองค์ความรู้ ทักษะจากการเรียนรู้และประสบการณ์ของผู้เรียนมาปฏิบัติ เพื่อพัฒนาให้ตนเองเป็นคนดี มีคุณธรรม จริยธรรม มีวินัย และมีจิตสำนึกสาธารณะที่ดีงาม เป็นคนมีปัญญาในการใช้ทักษะชีวิต การคิด การสื่อสาร การแก้ปัญหา และการใช้เทคโนโลยี และเป็นคนมีความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง โดยอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสร้างสรรค์ (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2553) โดยการนำกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนมาบูรณาการร่วมกับหลักไตรสิกขา ซึ่งไตรสิกขา หมายถึง กระบวนการพัฒนาบุคคลให้เกิดเป็นชีวิตที่ดีงาม โดยมีการพัฒนาตน 3 ด้านอย่างเป็นองค์รวม ได้แก่ ศีล คือ การประพฤติทางกายและวาจาที่ดีงาม ไม่ทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน สมาธิ คือ การบังคับจิตใจของตนเองให้อยู่ในสภาพที่เป็นประโยชน์และพร้อมทำงาน และปัญญา คือ การฝึกฝนอบรมให้เกิดความรู้และความเข้าใจ ที่ถูกต้อง ได้แก่ ความเชื่อที่มีเหตุผล การรู้จักคิด พิจารณา ตรวจสอบความรู้ ความเข้าใจ การนำความรู้มาใช้เพื่อแก้ปัญหา ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริง (สุนอมรวีวัฒน์, 2544; พระปราโมทย์ ปาโมชโช, 2549; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2555) กระบวนการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา กระบวนการของการศึกษาบวรากฐานของไตรสิกขา ได้แก่ สัมมาทิฎฐิ เป็น แก่นนำ และเป็นฐานแล้ว กระบวนการแห่งการศึกษาภายในตัวบุคคลที่ยังไม่รู้เรียนให้รู้ เมื่อ รู้แล้วยังไม่เข้าใจ พิจารณาให้เข้าใจ เมื่อพิจารณา ให้เข้าใจก็ดำเนินไปได้ กระบวนการศึกษานี้แบ่งเป็น 3 ขั้นตอนใหญ่ๆ เรียกว่า ไตรสิกขา ได้แก่ การฝึกฝนอบรมในด้านความ ประพฤติ ระเบียบวินัย ความสุจริตทางวาจาและอาชีวะ เรียกว่า อธิศีลสิกขา เรียกว่าศีล การฝึกอบรมทางจิตใจ การปลูกฝังคุณธรรม สร้างเสริมคุณภาพสมรรถภาพและสุขภาพจิต เรียกว่า อธิจิตตสิกขา เรียกว่า

สมาธิ และการฝึกอบรมทางปัญญา ให้เกิดความรู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้ความเป็นไปตามเหตุปัจจัยทำให้แก้ปัญหาไปตามแนวทางเหตุผล รู้เท่าทันโลกและชีวิต จนสามารถทำจิตใจให้บริสุทธิ์ หลุดพ้นจากความยึดติดถือมั่นในสิ่งต่างๆ ดับกิเลสดับทุกข์ได้ เป็นอยู่ด้วยจิตใจอิสระ ผ่องใส เบิกบาน เรียกว่า อธิปัญญาสิกขา เรียกว่า ปัญญา (ขวัณษา เอกจิตต์ และอุทัย สติมัน, 2559)

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา จึงมุ่งให้นักศึกษาได้พัฒนาตนเองทั้งทางด้านความประพฤติทางกาย วาจา และอาชีพให้มีชีวิตที่สุจริตและเกื้อกูล (ศีล) การพัฒนาจิตใจให้เจริญได้ที่ (สมาธิ) และการฝึกปัญญาให้รู้คิดเข้าใจ มองเห็นตามเป็นจริง (ปัญญา) ซึ่งจะทำให้เกิดเป็นผลคือ การเดินทางไปในทางหรือวิถีชีวิตที่ดีงาม (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2555) คุณลักษณะทั้ง 3 ด้าน มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ผู้ที่ได้รับการพัฒนาด้านหลักไตรสิกขา จะส่งผลให้เป็นบุคคลที่เก่ง ดี และมีความสุข มีการเรียนรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ และมีความรู้เท่าทันในการดำเนินชีวิต นักศึกษาที่ได้รับการฝึกฝนจนเกิดคุณลักษณะตามหลักไตรสิกขา จะเป็นผู้ที่สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ไม่ตกอยู่ในอำนาจของสื่อออนไลน์ เทคโนโลยี เพราะมีความรู้เท่าทัน มีความเข้าใจอย่างถูกต้อง เมื่อนักศึกษาเข้าใจความจริงตามลักษณะนี้ ก็จะทำให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองเพื่อเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคมมากขึ้น (พระมหาเสกสรรค์ จิรภาโส, 2552)

นักศึกษาในระดับปริญญาตรีอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ที่มีการควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น มีความมั่นคงทางจิตใจ มีความคำนึงและยอมรับความคิดของผู้อื่น จึงเหมาะกับกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนา การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ เนื่องจากจะทำให้ให้นักศึกษาเกิดการไตร่ตรองความเชื่อของตนเองที่มีต่อข้อมูลที่ได้รับ จากนั้นนำมาสู่ความรู้สึกที่เกิดขึ้นต่อข้อมูลนั้น และแสดงออกมาเป็นพฤติกรรม เนื่องจากข้อมูลจากสื่อออนไลน์นั้นย่อมกระทบต่ออารมณ์/ความรู้สึกของผู้ได้รับข้อมูลนั้น ซึ่งจะออกมาทางลบหรือทางบวกนั้น ขึ้นอยู่กับความเข้าใจที่มีต่อข้อมูลนั้นนั่นเอง ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขามาพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ให้แก่นักศึกษาในระดับปริญญาตรี

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

### 3. สมมติฐานการวิจัย

นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์มีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม

### 4. คำถามการวิจัย

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาสามารถพัฒนาให้เกิดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ได้หรือไม่ อย่างไร

### 5. วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองเพียงกลุ่มเดียว วัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pre-Post Test Design)

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏแห่งหนึ่ง ปีการศึกษา 2560 ซึ่งผู้วิจัยได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเป็นนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 1) ตัวแปรต้น คือ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา และ 2) ตัวแปรตาม คือ คะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีดังต่อไปนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ เป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยบูรณาการหลักไตรสิกขาเข้ากับแนวคิดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน จำนวน 10 ครั้ง แต่แต่ละครั้งจะให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เห็นถึงความเชื่อมโยงระหว่างศีลสมาธิ และปัญญาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ โดยด้านศีล คือ พฤติกรรมที่แสดงออกถึงการรับเลือกรับสื่อออนไลน์ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต ด้านสมาธิ คือ ความพยายามในการควบคุมจิตใจของตนเองไม่ให้หลงไหลไปกับความบันเทิงของสื่อออนไลน์ แต่เป็นการพยายามควบคุมจิตใจของตนเองให้เปิดรับสื่อออนไลน์ในทางที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต และด้านปัญญา คือ การพิจารณาถึงประโยชน์และโทษของเนื้อหาที่สื่อออนไลน์นำเสนอ รวมถึง

วิเคราะห์จุดมุ่งหมายที่สื่อออนไลน์นำเสนอเนื้อหา นั้นได้ ซึ่งมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมฯ และผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 4 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยแบ่งเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ออกเป็น 2 ชุด ได้แก่

2.1 แบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ที่สร้างขึ้นโดยปรกรณ์ประจัญบาน และอนุชา กอนพวง (2558) โดยผู้วิจัยนำมาปรับปรุง ข้อคำถามและสร้างข้อคำถามเพิ่มให้สอดคล้องกับพฤติกรรมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งสิ้น 32 ข้อ เป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) มี 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ซึ่งครอบคลุมการวัด 4 องค์ประกอบหลักของการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ได้แก่ 1) องค์ประกอบด้านการเข้าถึง คือมีความสามารถและโอกาสในการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร สามารถเข้าใจ เนื้อหาและมีความสามารถในการใช้สื่อออนไลน์ประเภทต่างๆ เพื่อค้นคว้าข้อมูลได้ โดยไม่ยึดติดกับสื่อออนไลน์ ประเภทใดประเภทหนึ่งมากเกินไป 2) องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์ คือ การวิเคราะห์เนื้อหาที่สื่อออนไลน์นำเสนอออกมาด้วยความเข้าใจ อย่างเป็นเหตุเป็นผลโดยปราศจากอคติส่วนตัว รวมทั้งสามารถวิเคราะห์วัตถุประสงค์และเจตนาที่สื่อออนไลน์ถ่ายทอดออกมาได้ว่า ต้องการให้เกิดผลกระทบอย่างไรต่อสังคม 3) องค์ประกอบด้านการประเมินค่า คือ การเลือกรับข้อมูลข่าวสารจากสื่อออนไลน์ต่างๆ การประเมินคุณภาพของเนื้อหาว่ามีคุณค่าต่อผู้รับสารมากน้อย และ 4) องค์ประกอบด้านการสร้างสรรค์ คือ การนำเสนอข้อมูลผ่านสื่อออนไลน์ได้อย่างเหมาะสม ตรงไปตรงมา เผยแพร่ข้อมูลได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเสนอความคิดเห็นของตนอย่างสร้างสรรค์ ซึ่งมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมฯ และผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 4 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และมีการหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ได้เท่ากับ 0.85 และมีค่า IOC (Index of Item-Objective Congruency) ได้ค่า IOC อยู่ระหว่าง .80-1.00

2.2 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา เป็นแบบสอบถามประเภทมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุดเพื่อให้นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมได้สะท้อนความคิดเห็นต่อการจัดกิจกรรมของผู้วิจัยทั้ง 10 ครั้ง รวมทั้งสะท้อนประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม โดยลักษณะข้อคำถามจะประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นคำถามปลายเปิด และคำถามปลายปิด

## 6. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัย

- 1) วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากแบบวัด การรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษากลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง
- 2) วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษากลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ด้วยโดยใช้สถิติ Wilcoxon Signed Rank Test และ
- 3) วิเคราะห์แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

### ตารางที่ 1 รายละเอียดกิจกรรม

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	แนวคิดในการจัดกิจกรรม
1 ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยกับผู้ร่วมกิจกรรม 2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ลักษณะกิจกรรม ให้แก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม	ปฐมนิเทศเป็นการสร้างความคุ้นเคยกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งเป็นการชี้แจงให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเข้าใจวัตถุประสงค์ของการทำกิจกรรม ซึ่งจะก่อให้เกิดการเห็นคุณค่าของการเข้าร่วมกิจกรรม
2 สามประสาน	1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความเข้าใจกระบวนการทำงานของไตรสิกขา 2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตระหนักถึงความสำคัญของการทำงานอย่างสามประสาน ระหว่างศีล สมาธิ ปัญญา	ความคิด จิตใจ และพฤติกรรมมีความเชื่อมโยงกันโดยพฤติกรรมที่แสดงออกมาจะดีหรือไม่ดีนั้น ขึ้นอยู่กับความคิด ความเชื่อ และความรู้สึก ต่อเหตุการณ์นั้น ถ้ามีความคิด ความเชื่อต่อเหตุการณ์นั้นตามความเป็นจริง (ปัญญา) จะส่งผลให้มีสติ มีความพยายามกระทำในเรื่องที่ดี และจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ตั้งใจได้ (สมาธิ) และแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิต (พฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิต-ศีล)

## 7. การดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Design) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองเพียงกลุ่มเดียว วัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pre-Post Test Design)

ผู้วิจัยแบ่งการดำเนินการเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นตอนเตรียมการวิจัย 2) ขั้นตอนดำเนินการวิจัย 3) ขั้นตอนสรุปผลการวิจัย โดยมีรายละเอียดในแต่ละขั้นตอนดังนี้

ขั้นเตรียมการวิจัย ผู้วิจัยทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา และการรู้เท่าทันสื่อ จากนั้นผู้วิจัยประชาสัมพันธ์กิจกรรมเพื่อเชิญชวนนักศึกษาเข้าร่วมการทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อ โดยให้มาลงชื่อสมัครได้ที่อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยา

ขั้นดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยให้นักศึกษาอาสาสมัครทำแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ก่อนเริ่มการทดลอง จากนั้นให้นักศึกษากลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด 10 ครั้ง ตามที่ผู้วิจัยวางแผนไว้ ซึ่งรายละเอียดกิจกรรมแสดงดังตารางที่ 1



ตารางที่ 1 (ต่อ)

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	แนวคิดในการจัดกิจกรรม
<p>3</p> <p>เรื่องเล่าจาก คุณหมอ ผู้ล้มกระเป๋ ไว้บนรถเมล์</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถเข้าถึงเนื้อหาสาระที่แท้จริงของสื่อออนไลน์ได้ (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถวิเคราะห์เนื้อหาและเจตนาในการส่งสารของสื่อออนไลน์ได้ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> </ol>	<p>การให้ข่าวสารในปัจจุบัน บางครั้งผู้ให้ข่าวสารต้องการให้ข่าวสารเพียงด้านเดียว เพื่อเรียกรมณณ์และความรู้สึกของผู้อ่านเท่านั้น ดังนั้นผู้ที่รับข่าวสารจึงต้องเข้าถึงข้อมูลเดียวกันในแง่มุมที่หลากหลาย (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง) และวิเคราะห์เรื่องราวที่ได้รับจากข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้น ไม่ใช่จากอารมณ์และความรู้สึกที่เกิดขึ้น รวมทั้งเข้าใจเจตนาของสื่อออนไลน์ที่ถ่ายทอดออกมาได้ว่าเป็นไปเพื่อให้ข้อเท็จจริง หรือ เพื่อกระตุ้นความรู้สึกของคนในสังคม (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์)</p>
<p>ครั้งที่ 4</p> <p>เรียกยอด like</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถวิเคราะห์เนื้อหาและเจตนาในการส่งสารของสื่อออนไลน์ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประเมินคุณค่าของเนื้อหาสาระจากสื่อออนไลน์ได้ (องค์ประกอบด้านการประเมินค่าสื่อ)</li> <li>3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเห็นแนวทางในการใช้สื่อออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ (องค์ประกอบด้านการใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์)</li> </ol>	<p>Social Media เป็นสื่อออนไลน์ที่ง่ายต่อการเข้าถึงและง่ายต่อการให้ข่าวสารดังนั้นจึงมีเด็กวัยรุ่นจำนวนมากใช้สื่อออนไลน์ในทางที่ไม่สร้างสรรค์เพื่อเรียกความสนใจ โดยเป็นยอด like ดังนั้นผู้รับสารจึงต้องมีการวิเคราะห์ถึงเจตนาของผู้ส่งสาร (การวิเคราะห์) รวมทั้งสามารถประเมินคุณค่าของสื่อออนไลน์ (การประเมินค่าสื่อ) ที่ได้รับรวมทั้งใช้ Social Media ในทางที่พัฒนาตน (การใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์) มากกว่าการทำให้ตนดูต้อยค่า</p>
<p>ครั้งที่ 5</p> <p>ครีมหน้าแดง</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อทำความเข้าใจเนื้อหาที่สื่อออนไลน์ต้องการสื่อสารออกมาอย่างแท้จริง (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิเคราะห์เนื้อหาและเจตนาในการส่งสารของสื่อออนไลน์ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> <li>3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถตัดสินใจเลือกเชื่อ/ไม่เชื่อข้อมูลที่สื่อออนไลน์ ส่งสารมาให้ (องค์ประกอบด้านการประเมินค่าสื่อ)</li> </ol>	<p>Social Media เป็นสื่อออนไลน์ที่เข้าถึงได้ง่าย ดังนั้นจึงมีผู้ขายสินค้าหลายราย นำมาเป็นช่องทางเพื่อโฆษณาและให้ข้อมูลในลักษณะที่เกินจริง รวมทั้งมีการให้หลักฐานสนับสนุนจากการรีวิวสินค้าเพื่อโน้มน้าวให้เชื่อและต้องการซื้อสินค้านั้น ผู้รับข่าวสารจึงต้องพยายามหาข้อมูลหรือประเด็นเกี่ยวกับสินค้านั้น (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง) และสามารถวิเคราะห์เจตนาของโฆษณา (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์) รวมทั้งสามารถตัดสินใจเลือกเชื่อ/ไม่เชื่อ โฆษณาเหล่านั้นโดยพิจารณาจากข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้น (องค์ประกอบด้านการประเมินค่า)</p>

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	แนวคิดในการจัดกิจกรรม
ครั้งที่ 6 เช็กก่อนเชื่อ	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมค้นหาข้อมูลได้อย่างรอบด้านก่อนเชื่อในข้อมูลนั้น (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิเคราะห์เนื้อหา ก่อนตัดสินใจเชื่อ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> </ol>	<p>Social Media เป็นแหล่งข้อมูลที่เข้าถึงได้ง่าย ดังนั้นจึงมีบุคคลหลายคนนำมาเป็นช่องทางในการให้ข้อมูลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิต ซึ่งข้อมูลเหล่านั้นมีทั้งข้อมูลที่เป็นความจริง และข้อมูลที่ไม่เป็นความจริง แต่มีผู้คนมากมายที่ได้รับข้อมูลบางอย่างที่มองว่า เป็นประโยชน์ต่อชีวิต และเลือกที่จะเชื่อหรือปฏิบัติตามข้อมูลนั้น โดยไม่ตรวจสอบความจริงก่อนเชื่อ ก็อาจจะทำให้เกิดผลเสียต่อการดำเนินชีวิตได้ (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง) ดังนั้นก่อนเลือกที่จะเชื่อข้อมูลอะไรควรมีการตรวจสอบข้อมูลนั้นอย่างละเอียดถี่ถ้วนก่อนที่จะเชื่อหรือปฏิบัติตาม ก็จะทำให้ไม่เกิดผลเสียตามมา</p>
ครั้งที่ 7 เช็กก่อนแชร์	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถวิเคราะห์เนื้อหาที่แท้จริงของเรื่องราวได้ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถหาข้อมูลที่ครบถ้วนของเรื่องราวนั้นได้ (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> </ol>	<p>การแสดงความคิดเห็นต่อข้อมูลข่าวสารที่ได้รับ บางครั้งผู้คนใช้เพียงความรู้สึกของตนเองในการตัดสินเรื่องราวเท่านั้น โดยขาดการหาข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริง</p> <p>จากเรื่องราวที่เกิดขึ้น (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง) และตัดสินการกระทำของผู้อื่นจากความรู้สึกของตนเอง ดังนั้นก่อนแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องราวต่างๆ ในสังคมจึงควรมองหาข้อมูลอย่างรอบด้านและแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องราวนั้นอย่างเป็นไปตามหลักเหตุผล (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์) กิจกรรมนี้จึงสะท้อนถึงการกระทำของคนใน Social Media ที่เห็นข้อมูลไม่รอบด้านแล้วใช้ความรู้สึกของตนเองตัดสินเรื่องราว โดยไม่เห็นข้อมูลอย่างรอบด้าน ซึ่งจะพบว่า การกระทำแบบนี้ เป็นการกระทำที่เกิดขึ้นบ่อยครั้งและส่งผลเสียตามมามากมาย</p>



ตารางที่ 1 (ต่อ)

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	แนวคิดในการจัดกิจกรรม
ครั้งที่ 8-9 บูรณาการกับชีวิต	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสำรวจลักษณะการเข้าถึง Social Media ของตนเองในชีวิตประจำวัน (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถวิเคราะห์รูปแบบการใช้ Social Media ของตนในชีวิตประจำวัน (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์)</li> <li>3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถประเมินว่าตนใช้ Social Media ในทางที่เกิดประโยชน์ในการพัฒนาตนหรือเพื่อความบันเทิง (องค์ประกอบด้านการประเมินค่า)</li> <li>4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวางแผนในการใช้ Social Media อย่างสร้างสรรค์ (องค์ประกอบด้านการสร้างสรรค์)</li> </ol>	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถบูรณาการสิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองได้ภายหลังจากการเสร็จสิ้นการทำกิจกรรมร่วมกัน
ครั้งที่ 10 ปัจฉิมนิเทศ	เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมไปประยุกต์ใช้	เพื่อสรุปกิจกรรม รวมทั้งให้แนวทางในการประยุกต์สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

เมื่อนักศึกษากลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมทั้ง 10 ครั้งแล้ว ผู้วิจัยให้นักศึกษากลุ่มทดลองทำแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์อีกครั้ง

ขึ้นดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยนำผลจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ในระยะก่อนและหลังการทดลองมาวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่าง รวมทั้งวิเคราะห์ผลที่ได้จากบันทึกการเรียนรู้ และแบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา

8. ผลการวิจัย

ผู้วิจัยแสดงผลการวิจัย แบ่งออกเป็น 4 ตอน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง 21 คน แบ่งออกเป็นเพศชาย จำนวน 7 คน และเพศหญิง จำนวน 14 คน ทั้งหมดเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ในสาขาวิชาจิตวิทยา

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัด

การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักศึกษากลุ่มทดลองและผลการทดสอบสมมติฐาน รายละเอียดดังตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** แสดงการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ระยะ	อันดับที่ของผลต่างคะแนน	จำนวน	ค่าเฉลี่ย อันดับที่	ผลรวม อันดับที่	Z	p
ก่อน	อันดับของผลต่างที่มีเครื่องหมายลบ	0	0	0	-4.01	.00
หลัง	อันดับของผลต่างที่มีเครื่องหมายบวก	21	11	231.00		
	รวม	21				

\* p < .05

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของกลุ่มทดลองในระยะเวลาหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ สูงขึ้นกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**ตอนที่ 3** ผลการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อ

ออนไลน์ของนักศึกษาในกลุ่มทดลองเมื่อแยกตามองค์ประกอบรายละเอียดดังตารางที่ 3

**ตอนที่ 4** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ และต่อผู้วิจัยเมื่อเสร็จสิ้นการทดลอง ทั้ง 10 ครั้ง รายละเอียดดังตารางที่ 4

**ตารางที่ 3** ผลการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ แยกตามองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	ก่อน	หลัง	p
การเข้าถึง	32.33	38.47	.00
การวิเคราะห์	31.38	39.28	.00
การประเมินค่าสื่อ	32.85	39.71	.00
การสร้างสรรค์	31.00	39.66	.00

**ตารางที่ 4** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษา

ข้อความ	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความหมาย
1 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมการจัดกิจกรรม	4.41	0.51	มาก
2 ความเหมาะสมของลำดับขั้นตอนในการจัดกิจกรรม	4.00	0.61	มาก
3 ความเหมาะสมของระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม	4.35	0.61	มาก
4 ความเหมาะสมของเอกสารและสื่อประกอบการจัดกิจกรรม	4.41	0.62	มาก
5 ความเหมาะสมของสถานที่จัดกิจกรรม	4.29	0.59	มาก
6 มีการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม	4.18	0.64	มาก
7 ได้รับประโยชน์ในการเข้าร่วมกิจกรรม	4.47	0.62	มาก
8 สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน	4.59	0.62	มากที่สุด
9 ความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวม	4.59	0.62	มากที่สุด

## 9. อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 2 ประเด็น โดยมีรายละเอียดดังนี้

### 9.1 การพัฒนากิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์

การพัฒนากิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา นี้ ประกอบด้วยกิจกรรมทั้งหมด 10 ครั้ง ซึ่งเป็นการมุ่งเน้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เข้าใจถึงความเชื่อมโยงระหว่างความคิด จิตใจ และพฤติกรรมที่ส่งผลต่อและกัน ทั้งนี้การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์เป็นการที่บุคคลจะต้องใช้ปัญญาเป็นตัววิเคราะห์ว่า สื่อออนไลน์ที่กำลังติดตามอยู่นั้นมีประโยชน์หรือไม่ (ปัญญา) ส่งผลต่อความรู้สึกต่อข้อมูลในสื่อออนไลน์นั้น เมื่อเห็นว่าไม่เกิดประโยชน์ ก็ทำให้สามารถควบคุมใจของตนเองให้ไม่หลงไหลไปกับกระแสข้อมูลที่ไม่เกิดประโยชน์ต่อชีวิต (สมาธิ) และแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมติดตามเฉพาะสิ่งที่เป็นประโยชน์มากขึ้น และติดตามข้อมูลที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตน้อยลง (ศีล) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา จึงเป็นการพัฒนาผู้ร่วมกิจกรรมต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์อย่างเป็นองค์รวม ซึ่งส่งผลให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความเข้าใจอย่างถ่องแท้ว่า ในการรับสื่อออนไลน์นั้นจะใช้เพียงแต่ความรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจต่อข้อมูลนั้นเพียงอย่างเดียวไม่ได้ แต่ต้องไปถึงขั้นวิเคราะห์ให้เห็นถึงผลดี/ผลเสีย ประโยชน์/โทษของสื่อออนไลน์ด้วย ก็จะแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมการเลือกรับสื่อออนไลน์บุคคล ก็จะเป็นการพัฒนาอย่างยั่งยืน เพราะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดการวิเคราะห์ข้อมูลรอบด้านก่อนการเชื่อ ดังสะท้อนจากข้อมูลที่นักศึกษากลุ่มทดลอง ความรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ถ่ายทอดออกมาจากบันทึกการเรียนรู้ เช่น

“การรับข้อมูลหลายๆ ด้านเพื่อตัดสินใจก่อนเชื่อตามข่าวที่แชร์” หรือ “ไม่หลงเชื่ออะไรง่าย ๆ ถ้าไม่ศึกษาให้ดีกว่าก่อน” หรือ “จะคิดทบทวนมากขึ้นก่อนที่จะโพสต์ข้อมูลอะไร เพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นในภายหลัง” หรือ “การเลือกรับข้อมูล เป็นเรื่องของการใช้ความคิด เราต้องมีการวิเคราะห์ก่อนที่จะเชื่อ” หรือ “ได้คิดไตร่ตรอง มองหลายๆ มุม หาสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้กับตัวเอง” หรือ “นำความรู้ไปใช้ในการปรับพฤติกรรม การโพสต์หรือแชร์ข่าวสาร ไม่ใช่ถ้อยคำหยาบคาย ควรมีสติในการเสพข่าว” หรือ “การที่เราต้องตรวจสอบข้อมูลก่อนที่จะแชร์หรือเผยแพร่ข้อมูลออกไปว่าเป็นเหตุการณ์ที่โดนตัดต่อหรือเอามาแค่บางส่วนใหม่หรือสามารถเชื่อได้แค่ไหน” หรือ “การรับข้อมูลหลายๆ ด้านเพื่อตัดสินใจตามหลักความเป็นจริงก่อนจะตัดสินใจให้ใครผิดใครถูก” หรือ “จะ

ไม่ตัดสินใจคนอื่นเพียงเพราะแชร์กันในสื่อออนไลน์ต่างๆ เพราะบางครั้งสิ่งที่แชร์กันมาอาจจะไม่ใช่เรื่องจริงเสมอไป”

สิ่งที่นักศึกษากลุ่มทดลองสะท้อนออกมาทำให้เห็นถึงความเชื่อมโยงระหว่างความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม กล่าวคือ เมื่อนักศึกษากลุ่มนี้ได้เห็นถึงโทษของการไม่ตรวจสอบข้อมูลให้รอบคอบก่อนเผยแพร่ต่อ (ปัญญา) ทำให้สามารถควบคุมตนเอง (สมาธิ) ไม่เชื่อและเผยแพร่ข้อมูลก่อนการตรวจสอบอย่างรอบคอบ (ศีล) จึงมีความสอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาสามารถพัฒนาคุณลักษณะเชิงบวกของบุคคลได้ ซึ่งในกรณีนี้คือ การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ สอดคล้องกับชัยยศ เดชสุระ (2558) ที่ได้พัฒนาโปรแกรมโดยการนำมโนหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและหลักพุทธธรรมไตรสิกขามาเสริมสร้างคุณลักษณะของความมีจิตสาธารณะให้แก่ นักศึกษาปริญญาบัณฑิต ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีการแสดงพฤติกรรมที่มีการใช้ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา โดยการควบคุมตนเองให้มีระเบียบวินัยในการเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งการพูดจาที่สุภาพ เรียบร้อย และการแสดงออกที่สุภาพ ปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีสติ คิดก่อนพูดและปฏิบัติ มีการพูดนำเสนอและแสดงออกถึงความเชื่อมั่นในตนเองว่า เป็นผู้ที่สามารถทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นได้ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับกิตติพงศ์ ดารักษ์ (2559) ที่ได้พัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขาให้แก่ นิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ผลการวิจัย พบว่า โดยนำหลักของศีลไปสร้างวินัยและความรับผิดชอบใน การปฏิบัติงานนำหลักของสมาธิไปพัฒนาตนเองให้มีสติไตร่ตรองคิดก่อนตัดสินใจ และนำหลักของปัญญาไปสร้าง องค์ความรู้ในขณะที่ศึกษาเล่าเรียน นำความรู้จากทักษะต่างๆ ไปพัฒนาตนในการปฏิบัติหน้าที่ครูในโรงเรียน และเผยแผ่ พระพุทธศาสนาในฐานะเป็น พุทธศาสนิกชน ดังนั้นจึงเห็นได้ว่า กิจกรรมที่ถูกพัฒนามาจากแนวคิดไตรสิกขา จะมีความเชื่อมโยงให้เห็นถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคล

### 9.2 การศึกษาผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์

นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์มีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ ระดับ .01 สะท้อนให้เห็นว่า กิจกรรมพัฒนา

ผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาฯ มีประสิทธิภาพที่ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความสามารถในการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์เพิ่มขึ้นได้ เห็นได้จากสิ่งที่นักศึกษากลุ่มทดลองสะท้อนออกมา เช่น

“กิจกรรมนี้ได้รู้ว่าการที่เราตั้งใจเชื่อสื่อออนไลน์จากการเห็นครั้งแรกนั้นไม่จำเป็นจะเป็นเรื่องที่ถูกต้องเสมอไป เราควรที่จะหาข้อมูลให้ชัดเจนก่อนที่จะตัดสินใจ” หรือ “กิจกรรมนี้ได้รู้ว่าการที่จะแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องราวต่างๆ นั้น ควรมีการไตร่ตรองก่อน หรือถ้าไม่รู้เรื่องราวนั้นจริงๆ ไม่ควรที่จะแสดงความคิดเห็นแต่ควรหาข้อมูลหรือนำข้อมูลที่ได้รับมาปรับใช้ให้เป็นประโยชน์มากกว่า” หรือ “กิจกรรมนี้ดีมาก ทำให้ได้ระมัดระวังเรื่องการเชื่อสื่อออนไลน์มากขึ้น” หรือ “กิจกรรมมีประโยชน์มาก ทำให้นำไปใช้ประโยชน์ในการรับสื่อออนไลน์ในชีวิตประจำวันได้”

นอกจากนี้นักศึกษามีความคิดเห็นว่า กิจกรรมนี้สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.59) และจากข้อมูลที่นักศึกษากลุ่มทดลองสะท้อนออกมาและผลการวิจัย แสดงให้เห็นว่าการพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์มีความสำคัญและจำเป็นอย่างมากต่อการเปิดรับข่าวสารในปัจจุบัน เนื่องจากสังคมตอนนี้ข้อมูลถูกถ่ายทอดออกมามากมายตามสื่อออนไลน์ต่างๆ ซึ่งข้อมูลเหล่านี้มีทั้งข้อมูลที่เชื่อถือได้และเชื่อถือไม่ได้ นักศึกษาซึ่งเป็นช่วงวัยที่อยู่ในช่วงของวัยรุ่นตอนปลายถึงแม้ว่าพัฒนาการทางสติปัญญาจะไปสูงขึ้นสูงสุดแล้ว แต่คุณภาพของการคิดของวัยรุ่นยังมีความแตกต่างจากผู้ใหญ่ เพราะวัยรุ่นยังมีประสบการณ์ที่น้อยกว่าผู้ใหญ่ (จิตตินันท์ บุญสถิตกุล, 2549) จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ให้แก่ นักศึกษากลุ่มนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยของจินตนา ต้นสุวรรณนนท์ (2551) ซึ่งได้ฝึกอบรมเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมมีคะแนนเฉลี่ยของการรู้เท่าทันสื่อในระยะติดตามผลและระยะหลังทดลองสูงกว่าการทดลอง ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า การที่นักศึกษามีคะแนนการรู้เท่าทันสื่อสูงขึ้น เป็นเพราะนักศึกษากลุ่มทดลองมีปัญญาที่เกิดจากการตกผลึกของประสบการณ์และการเรียนรู้ ซึ่งประกอบด้วยความสามารถในการรู้อย่างมีเหตุผล การประเมิน เป็นต้น ปัญหาในลักษณะนี้จึงมีความคงทน เพราะเป็นความเข้มแข็งจากฐานภายในจึงทำให้นักศึกษากลุ่มนี้มีคะแนนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง รวมทั้งสอดคล้องกับ Kleemans and Eggink (2016) ที่ได้ศึกษาเรื่องการเข้าใจข่าว : ผลกระทบที่เกิดจากการให้ศึกษารู้เท่าทันสื่อ

ต่อรู้เท่าทันข่าวในกลุ่มวัยรุ่น โดยศึกษาถึงโอกาสและความเสี่ยงของกลุ่มวัยรุ่นที่เกิดจากสื่อที่พัฒนาอย่างรวดเร็ว ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า กิจกรรมการรู้เท่าทันสื่อเป็นสิ่งที่น่าสนใจให้บุคคลเกิดความรู้เท่าทันข่าวสารมากขึ้น ผลการวิจัยจึงสนับสนุนให้โรงเรียนมีการให้การศึกษาด้านการรู้เท่าทันสื่อ

## 10. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

### 10.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

10.1.1 กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา ต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ สามารถพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีเพิ่มขึ้นได้ จึงสามารถนำไปพัฒนาให้แก่ นักศึกษาสาขาวิชาอื่นๆ แต่ควรมีการปรับข่าวสารที่ใช้เป็นสื่อออนไลน์ในการให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมร่วมกันวิเคราะห์ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน

10.1.2 ผู้วิจัยได้ประชาสัมพันธ์ เพื่อรับสมัครนักศึกษากลุ่มทดลอง ในการเข้าร่วมกิจกรรม จึงทำให้เข้าร่วมกิจกรรมด้วยความพร้อมเพรียง และกระตือรือร้นที่จะทำกิจกรรมในแต่ละครั้ง รวมทั้งผู้วิจัยมีการตั้งกลุ่มไลน์ เพื่อสื่อสารในวัน เวลา สถานที่ในการจัดกิจกรรมกลุ่มนักศึกษากลุ่มนี้ ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่าการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างควรมาจากความสมัครใจ เพราะจะทำให้การทำกิจกรรมราบรื่น และมีความต่อเนื่อง

### 10.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

10.2.1 จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เสนอแนะว่า กิจกรรมมีประโยชน์และทำให้เกิดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ และผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความคิดว่าควรมีลักษณะการจัดกิจกรรมการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ให้กับบุคคลกลุ่มต่างๆ ด้วย เช่น ในระดับนักเรียนชั้นประถมศึกษาหรือมัธยมศึกษาด้วย โดยอาจมีการปรับเนื้อหาของกิจกรรมให้สอดคล้องกับช่วงวัยและความสนใจ

10.2.2 ควรจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยมีรากฐานจากแนวคิดไตรสิกขา จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเห็นความเชื่อมโยง ระหว่างความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม จึงควรนำหลักการนี้ไปพัฒนาเป็นกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะเชิงบวกด้านอื่น เช่น การคิดอย่างมีเหตุผลให้แก่ผู้เรียนระดับปริญญาตรีได้ การบริโภคเทคโนโลยีและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เป็นต้น ซึ่งจะเป็นการพัฒนาอย่างยั่งยืนเพราะเป็นการพัฒนาจากภายในที่ทำให้บุคคลรู้จักคิด รู้จักที่จะแสดงความรู้สึกในทิศทางที่เหมาะสม ตลอดจนส่งผลเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์

## 11. เอกสารอ้างอิง

## ภาษาไทย

- กิตติพงษ์ ดารักษ์. (2559). การพัฒนาทักษะชีวิต  
ความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา สำหรับนิสิต  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.  
วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิตสาขาวิชาหลักสูตร  
และการสอน, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ขวัญษา เอกจิตต์ และอุทัย สติมัน. (2559). “หลักไตรสิกขา  
กับการพัฒนาตน”. วารสารครุศาสตร์ปริทัศน์.  
3(2), 170-179.
- จิตตินันท์ บุญสถิรกุล. (2549). **จิตวิทยาวัยรุ่นในโรงเรียน.**  
กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการ  
แนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย  
เกษตรศาสตร์.
- จินตนา ต้นสุวรรณนนท์. (2551). “ผลการฝึกอบรมเพื่อ  
พัฒนาการรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษา มหาวิทยาลัย  
ราชภัฏสวนดุสิต”. วารสารพฤติกรรมศาสตร์.  
14 (1), 21 - 32.
- ชัยยศ เดชสุระ. (2558). การพัฒนาโปรแกรมโดยการน้อมนำ  
หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและหลัก  
พุทธธรรมไตรสิกขา เพื่อสร้างเสริมจิตสาธารณะ  
นักศึกษาปริญญาบัณฑิต. **วารสารครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.** 43(4), 14-28.
- เทอดศักดิ์ ไม้เท้าทอง. (2557). “การรู้เท่าทันสื่อ: ทักษะ  
สำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21”. **วารสาร  
สารสนเทศศาสตร์.** 32(3), 74-91.
- บุบผา เมฆศรีทองคำ. (2554). “การรู้เท่าทันสื่อ : การก้าวทัน  
บนโลกข่าวสาร (ตอนที่ 1)”. **วารสารนักบริหาร.**  
31 (1), 117 - 123.
- บุบผา เมฆศรีทองคำ และดนุลดา จามจรี. (2554). “การ  
รู้เท่าทันสื่อ : การก้าวทันบนโลกข่าวสาร (ตอนที่  
2)”. **วารสารนักบริหาร.** 31 (2), 63 - 69.
- ปกรณ ประจันบาน และอนุชา กอนพวง. (2558). **โครงการ  
วิจัย การวิจัยและพัฒนาแบบวัดทักษะในศตวรรษ  
ที่ 21 ด้านการรู้เท่าทันสื่อ ของนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษา.** พิษณุโลก: คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- พรทิพย์ เย็นจะบก. (2552). **ถอดรหัส ลับความคิด เพื่อ  
การรู้เท่าทันสื่อ.** กรุงเทพฯ: ออฟเซ็ทครีเอชั่น จำกัด.
- พระปราโมทย์ ปาโมชโช. (2549). **วิมุตติมรรค.** กรุงเทพฯ:  
ธรรมดา.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2555). **พุทธธรรม  
(ฉบับปรับปรุงและขยายความ).** (พิมพ์ครั้งที่ 32).  
กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สหธรรมมิก.
- พระมหาเสกสสร จิรภาโส. (2552). **การศึกษาวิเคราะห์  
หลักไตรสิกขาที่มีต่อการจัดการศึกษาไทย.  
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** สาขาวิชา  
พระพุทธศาสนา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัย  
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พันธ์ศักดิ์ อาภาจจร. (2560). **รู้ทันเทคโนโลยีดิจิทัล ตอนที่  
1. เทคนิค เครื่องกล ไฟฟ้า อุตสาหกรรม.** 34 (398),  
79-88.
- รัฐจวน คำชिरพิทักษ์. (2557). “**พัฒนาการมนุษย์กับการ  
แนะแนว**” ในประมวลการสอนชุดจิตวิทยาและ  
สังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว. นนทบุรี:  
สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- รศรินทร์ เกรย์ อุมารณณ์ ภัทรวานิชย์ อักษรภาค หลักทอง  
และเจตพล แสงกล้า. (2559). **คุณภาพชีวิตต่างวัย  
ของผู้มีงานทำ.** กรุงเทพฯ: บริษัทโรงพิมพ์  
เดือนตุลา จำกัด.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2553). **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุก  
ช่วงวัย เล่ม 2.** พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุดารัตน์ ดิษยวรรณะ และ จันทรา วัฒนากุล. (2550).  
“รู้เท่าทันสื่อตอนโฆษณากับผู้บริโภค”. **วารสาร  
นักบริหาร.** 27(2), 60 - 64.
- สุนน อมรวิวัฒน์. (2544). **หลักบูรณาการทางการศึกษาตาม  
นัยแห่งพุทธธรรม.** นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย  
สุโขทัยธรรมาธิราช.
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์. (2559).  
“**รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ต  
ในประเทศไทย ปี 2559**” (Retrieved 29 กันยายน  
2560), from [http://www.etda.or.th/  
publishing-detail/thailand-internet-user-  
profile-2016-document.html](http://www.etda.or.th/publishing-detail/thailand-internet-user-profile-2016-document.html),
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2553). **แนวทางการ  
จัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตร  
แกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2550.**  
พิมพ์ครั้งที่ 3 ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่ง  
ประเทศไทย.

อุษา บิ๊กกินส์. (2555). การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ  
ชุดเครื่องมือและกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อชุมชน.  
กรุงเทพฯ : แผนงานสื่อสร้างสุขภาวะเด็กและ  
เยาวชน (สสย.) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้าง  
เสริมสุขภาพ (สสส.).

#### ภาษาอังกฤษ

- Bazzalgette, C. (2007). *Resources in EUOPA. MEDIA LITERACY QUESTIONNAIRE*. Retrieved November 20, 2007, from [ec.europa.eu/avpolicy/media\\_literacy/docs/contribution/uk/10\\_41\\_bazal\\_uk.pdf](http://ec.europa.eu/avpolicy/media_literacy/docs/contribution/uk/10_41_bazal_uk.pdf)
- Kleemans, M. and Eggink, G. (2016). The impact of media literacy education on teenagers' news literacy. *Journalism Education*. 5(1), 74-88.
- Potter, W.J. (2011). *Media literacy*. 5th ed Los Angeles: Sage.