



ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะความฉลาดทางดิจิทัลและพฤติกรรมความเป็นพลเมือง
ดิจิทัลต่อสุขภาวะดิจิทัลของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
THE RELATIONSHIP BETWEEN DIGITAL INTELLIGENCE SKILL AND DIGITAL
CITIZENSHIP BEHAVIORS ON DIGITAL WELL-BEING AMONG STUDENTS OF THE
FACULTY OF EDUCATION, RAMKHAMHAENG UNIVERSITY

อรพรรณ อุปการกุล, อุมารณ์ สุขารมณ์

ORAPAN UPAKANKUL, UMAPORN SUCAROMANA

สาขาจิตวิทยาการให้การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

DEPARTMENT OF COUNSELING PSYCHOLOGY, FACULTY OF EDUCATION,
RAMKHAMHAENG UNIVERSITY

กรุงเทพมหานคร

BANGKOK METROPOLIS

Received: August 21, 2025

Revised: September 15, 2025

Accepted: September 18, 2025

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับคะแนนของทักษะความฉลาดทางดิจิทัลและพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลต่อสุขภาวะดิจิทัลของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะความฉลาดทางดิจิทัลและพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลที่ส่งผลต่อสุขภาวะดิจิทัลของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยรามคำแหง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ (ส่วนกลาง หมายถึง มหาวิทยาลัยรามคำแหง ห้วหมาก) ที่ลงทะเบียนเรียนภาคเรียนฤดูร้อน ปีการศึกษา 2567 จำนวน 138 คน ผลการวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า ทักษะความฉลาดทางดิจิทัล พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล และสุขภาวะดิจิทัล มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: ทักษะความฉลาดทางดิจิทัล พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล สุขภาวะดิจิทัล

ABSTRACT

The objectives of this study were to examine the levels of digital intelligence skills and digital citizenship behaviors in relation to the digital well-being of undergraduate students in the

Faculty of Education, Ramkhamhaeng University, and to investigate the relationship between digital intelligence skills and digital citizenship behaviors that influence digital well-being. The sample consisted of 138 undergraduate students from the Faculty of Education (main campus, Ramkhamhaeng University, Hua mark) who were enrolled in the summer semester of the 2024 academic year. The findings revealed that digital intelligence skills, digital citizenship behaviors, and digital well-being were significantly correlated at the .01 level.

Keywords: Digital Intelligence Skills, Digital Citizenship Behaviors, Digital Well-being

บทนำ

ในปัจจุบันเทคโนโลยีดิจิทัลมีบทบาทสำคัญต่อวิถีชีวิตของคนทุกช่วงวัย โดยเฉพาะกลุ่ม Gen Y และ Gen Z ที่เป็นผู้ใช้อินเทอร์เน็ตสูงที่สุด ส่งผลให้การเรียนรู้ การสื่อสาร และการดำเนินชีวิตประจำวันผูกพันกับโลกดิจิทัลมากขึ้น ทั้งยังเปิดโอกาสให้เข้าถึงข้อมูลและเชื่อมต่อทางสังคมได้อย่างกว้างขวาง แม้เทคโนโลยีดิจิทัลจะนำมาซึ่งโอกาส แต่การใช้งานที่มากเกินไปอาจก่อให้เกิดผลกระทบด้านสุขภาพ เช่น ปัญหาการนอนหลับ ความเครียด และภาวะเหนื่อยล้าทางดิจิทัล จึงเกิดแนวคิดเรื่อง “สุขภาพะดิจิทัล” ที่มุ่งเน้นการใช้เทคโนโลยีอย่างสมดุลและปลอดภัย เพื่อคงไว้ซึ่งสุขภาพกาย จิตใจ และความสัมพันธ์ทางสังคม การส่งเสริมสุขภาพะดิจิทัลจำเป็นต้องอาศัยทักษะความฉลาดทางดิจิทัล ซึ่งช่วยให้บุคคลใช้เทคโนโลยีได้อย่างปลอดภัย มีจริยธรรม และเกิดประโยชน์ ตลอดจนสะท้อนออกมาเป็นพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลที่รับผิดชอบและสร้างสรรค์ อย่างไรก็ตาม ในการศึกษาของ Ribble, M. (2011). ได้เสนอองค์ประกอบ 9 ด้านของพลเมืองดิจิทัล เช่น การใช้เทคโนโลยีอย่างมีจริยธรรม การเคารพสิทธิของผู้อื่น และการรับผิดชอบต่อพฤติกรรมในโลกออนไลน์ ซึ่งเห็นว่าการส่งเสริมพฤติกรรมความรับผิดชอบต่อดิจิทัลในโรงเรียนและมหาวิทยาลัย ช่วยลดปัญหาการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ และเพิ่มความปลอดภัยในสังคมออนไลน์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kim, J., Hong, H., & Lee, S. (2021). ที่ได้ศึกษางานวิจัยในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยเกาหลีใต้ พบว่าพฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลที่รับผิดชอบ เช่น การไม่เผยแพร่ข่าวปลอม การเคารพสิทธิส่วนบุคคล และการใช้งานอินเทอร์เน็ตอย่างมีมารยาท ช่วยลดความวิตกกังวลทางดิจิทัล และส่งเสริมสุขภาพะจิตใจ และ อังคณา แสงสุข (2565). ได้ศึกษาพฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลของนักเรียนมัธยมศึกษาในประเทศไทย พบว่าพฤติกรรมที่รับผิดชอบต่อการใช้งาน เช่น การไม่เผยแพร่ข้อมูลอันเป็นเท็จ การเคารพสิทธิของเพื่อน และการควบคุมเวลาใช้งานสื่อ ส่งผลเชิงบวกต่อสุขภาพจิต ความสมดุลในการใช้ชีวิต และความปลอดภัยในโลกดิจิทัล นอกจากนี้ยังมีการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพะดิจิทัลในนักเรียนไทยในระดับอุดมศึกษาของสำนักวิจัยระบบสาธารณสุข (2565). พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการอบรมด้านทักษะความฉลาดทางดิจิทัล เช่น การคิดเชิงวิพากษ์ การใช้งานเทคโนโลยีอย่างมีจริยธรรม และการควบคุมเวลาใช้งาน มีระดับสุขภาพะดิจิทัลสูงกว่าในหลายมิติ โดยเฉพาะด้านความสัมพันธ์ทางสังคมและการควบคุมตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ อินทนนท์ (2563). ศึกษาความฉลาดทางดิจิทัลและการปรับตัวของเยาวชนและนักศึกษาไทย ซึ่งเห็นว่าการมีความฉลาดทางดิจิทัลที่ดีช่วยลดผลกระทบด้านลบจากการใช้สื่อ และสนับสนุนให้เกิดสุขภาพะดิจิทัลที่สมดุลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และความสัมพันธ์ทางสังคม

และนิตยา นาอินทร์ และคณะ (2564). ได้ศึกษาศึกษาทักษะความฉลาดทางดิจิทัลของนักศึกษาวิชาชีพครูในมหาวิทยาลัยไทย พบว่าทักษะเหล่านี้ เช่น การควบคุมอารมณ์ การจัดการเวลา และการรู้เท่าทันสื่อ มีความสัมพันธ์กับการรักษามรดกชีวิตดิจิทัล ซึ่งสะท้อนถึงสุขภาวะดิจิทัลเชิงบวก จากงานวิจัยที่ผ่านมาแต่ละงานวิจัยมักมุ่งศึกษาทักษะความฉลาดทางดิจิทัล พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล และสุขภาวะดิจิทัล แยกจากกัน ยังขาดงานที่บูรณาการความสัมพันธ์ระหว่างสามองค์ประกอบนี้ โดยเฉพาะในบริบทนักศึกษาไทยระดับอุดมศึกษา ดังนั้น งานวิจัยนี้จึงมีความสำคัญในการเติมเต็มช่องว่างทางวิชาการ โดยสร้างองค์ความรู้เชิงประจักษ์เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างทักษะความฉลาดทางดิจิทัล พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล และสุขภาวะดิจิทัลในกลุ่มนักศึกษาไทยระดับอุดมศึกษา ผลการศึกษาจะช่วยกำหนดแนวทางการพัฒนาทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 และยกระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาในสังคมดิจิทัลปัจจุบัน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคะแนนของทักษะความฉลาดทางดิจิทัลและพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลต่อสุขภาวะดิจิทัลของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะความฉลาดทางดิจิทัลและพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลที่ส่งผลต่อสุขภาวะดิจิทัลของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยรามคำแหง

กรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของทักษะความฉลาดทางดิจิทัล พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล และสุขภาวะดิจิทัลในยุคปัจจุบัน โดย ทักษะความฉลาดทางดิจิทัล (Digital Intelligence Skills) ถูกนิยามว่าเป็นความรู้ ทักษะ และทัศนคติที่ช่วยให้บุคคลใช้เทคโนโลยีได้อย่างปลอดภัย มีจริยธรรม และเกิดประโยชน์สูงสุดครอบคลุมทั้งด้านการจัดการอัตลักษณ์ดิจิทัล การรักษาความปลอดภัย การคิดเชิงวิพากษ์ และการใช้สื่ออย่างรับผิดชอบ ซึ่งถือเป็นพื้นฐานสำคัญของการดำรงชีวิตในสังคมดิจิทัล (DQ Institute, 2020; Park & Kim, 2019)

ปณิตา วรรณพิรุณ (2560, น. 12-20) กล่าวว่า ความฉลาดทางดิจิทัล คือ การมีทักษะในการรับรู้ สติปัญญา อารมณ์ และสังคม ที่ช่วยให้บุคคลในยุคดิจิทัล สามารถเผชิญกับความท้าทายและการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมดิจิทัลอย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ The Project DQ ที่ให้นิยามว่าความฉลาดทางดิจิทัล คือ ภาพรวมของทักษะด้านสังคม อารมณ์ และองค์ความรู้ที่จำเป็นต่อชีวิตดิจิทัล (Digital Life) รวมถึงความรู้ ทักษะ และทักษะในการปรับตัวด้านอารมณ์และพฤติกรรม เพื่อรับมือกับความท้าทายและความต้องการของยุคดิจิทัล

Yuhyun Park (2016) กล่าวว่า ความฉลาดทางดิจิทัล หรือ "DQ" หมายถึง ชุดของทักษะทางสังคม อารมณ์ และความรู้ความเข้าใจที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับความท้าทายและปรับตัวให้เข้ากับความต้องการในชีวิตดิจิทัล

European Commission (2018) กล่าวว่า ความฉลาดทางดิจิทัล เป็นชุดทักษะที่ช่วยให้บุคคลสามารถเข้าถึง วิเคราะห์ ใช้ประโยชน์ และผลิตข้อมูลในรูปแบบดิจิทัลได้อย่างปลอดภัยและสร้างสรรค์

พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล (Digital Citizenship Behaviors) สะท้อนถึงความรับผิดชอบและการมีส่วนร่วมอย่างสร้างสรรค์ในสังคมออนไลน์ ครอบคลุมทั้งมิติด้านการรับรู้ ทักษะ และพฤติกรรม ซึ่งได้รับอิทธิพลจากทั้งปัจจัยส่วนบุคคลและสังคม (Ribble, 2011; Choi et al., 2017) การส่งเสริมพลเมืองดิจิทัลที่มีคุณภาพจึงเป็นกลไกสำคัญในการสร้างสังคมออนไลน์ที่ปลอดภัยและยั่งยืน

Mike Ribble (2011, pp. 15) กล่าวว่า ความเป็นพลเมืองดิจิทัลคือผู้ที่มีความรู้ ความเข้าใจ เข้าใจงานดิจิทัลอย่างสม่ำเสมอในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นทั่วโลก มีการใช้งานดิจิทัลในทางที่เหมาะสม สร้างสรรค์ และมีคุณธรรมจริยธรรมในการใช้งานดิจิทัลเพื่อพัฒนาตนเองและสังคม

Terry Heick (2015) กล่าวว่า การที่จะเป็นพลเมืองดิจิทัลจะต้องสามารถตรวจสอบและควบคุมการกระทำที่มีการปฏิสัมพันธ์ของระหว่างตนเองและผู้อื่น และสภาพแวดล้อมของผู้เข้าใช้ถึงความแตกต่างระหว่างชุมชนทางกายภาพ ชุมชนดิจิทัลที่แสดงถึงคุณภาพของการตอบสนองของสมาชิกในชุมชนอย่างมีคุณภาพ

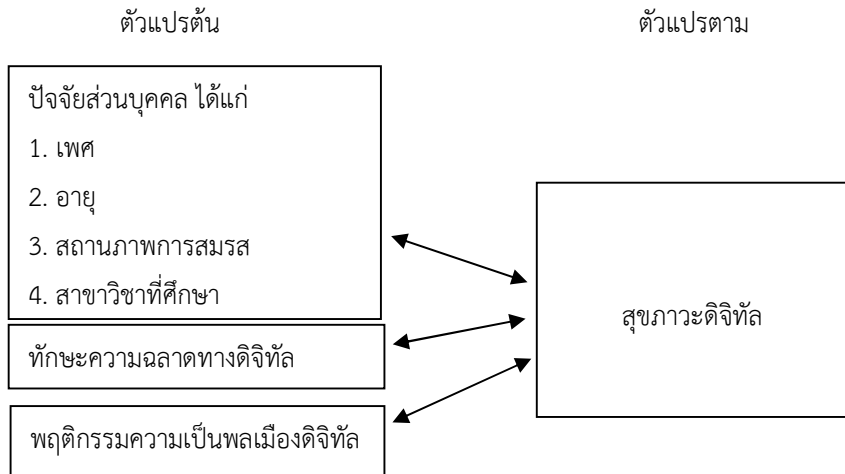
สถาบันสื่อเด็กและเยาวชน (2561) กล่าวว่า พลเมืองดิจิทัล คือ แนวคิดแนวปฏิบัติที่ให้พลเมืองได้เรียนรู้และมีทักษะในการใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีดิจิทัลอย่างชาญฉลาด มีการบริหารจัดการ กำกับตนเองได้ รวมถึงรู้เท่าทันและสามารถปกป้องตนเองจากความเสี่ยงต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล รวมทั้งเคารพสิทธิตนเองและผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อสังคม

สุขภาวะดิจิทัล (Digital Well-being) หมายถึง การใช้ชีวิตในโลกดิจิทัลอย่างสมดุล ปลอดภัย และเอื้อต่อสุขภาพกาย จิตใจ และความสัมพันธ์ทางสังคม (Burr et al., 2020) งานวิจัยจำนวนมากพบว่าการใช้สื่อดิจิทัลมากเกินไปมีความสัมพันธ์กับปัญหาการนอนหลับ ความเครียด และภาวะเหนื่อยล้าทางดิจิทัล (Twenge et al., 2017; Montag & Diefenbach, 2018) ขณะเดียวกัน แนวคิด PERMA ของ Seligman (2011) ได้ถูกนำมาใช้เพื่ออธิบายสุขภาวะดิจิทัลในมิติของอารมณ์บวก การมีส่วนร่วม ความสัมพันธ์ ความหมาย และความสำเร็จ

Burr, Taddeo and Floridi (2020, pp. 2313-2343) กล่าวว่า การใช้งานเทคโนโลยีดิจิทัลควรดำเนินไปอย่างมีสติ มีความสมดุล และมีเป้าหมายชัดเจน เพื่อสนับสนุนคุณภาพชีวิต สุขภาพกาย สุขภาพจิต ความสัมพันธ์ทางสังคม รวมถึงประสิทธิภาพในการทำงานหรือการเรียนรู้ โดยไม่ปล่อยให้เทคโนโลยีก่อผลกระทบด้านลบต่อชีวิตประจำวัน

DQ Institute (2020) กล่าวว่า สุขภาวะดิจิทัล หมายถึง สภาวะที่บุคคลสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างสมดุล และเต็มศักยภาพ พร้อมกับการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลอย่างมีความรับผิดชอบ

Kondja et al (2022, pp. 483-485) กล่าวว่า การประยุกต์ใช้ PERMA เพื่อวิเคราะห์สุขภาวะในการใช้เทคโนโลยีภายในอุตสาหกรรมบริการ โดยจัดจำแนกองค์ประกอบที่ส่งเสริมสุขภาวะดิจิทัล เช่น อุปกรณ์ อินเทอร์เน็ต และแอปพลิเคชันผ่านกรอบ PERMA ตามภาพที่ 1 ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากร คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ (ส่วนกลาง หมายถึง มหาวิทยาลัยรามคำแหง ทั่วประเทศ) ที่ลงทะเบียนเรียนภาคเรียนฤดูร้อน ปีการศึกษา 2567 จำนวน 2,693 คน ผู้วิจัยคำนวณกลุ่มตัวอย่างด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป G*POWER 3.1 สำหรับการวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's correlation) แบบสองทาง โดยกำหนดค่า effect size = 0.30 (Cohen, 1988), ระดับนัยสำคัญ (α) = 0.05 และพลังการทดสอบ (Power) = 0.95 ผลการคำนวณพบว่าต้องใช้กลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำ จำนวน 138 คน เพื่อให้การวิเคราะห์มีความน่าเชื่อถือเพียงพอ เพื่อป้องกันความผิดพลาดของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยจึงเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจำนวน 168 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เป็นแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยได้ศึกษารวบรวมเอกสาร ผลการศึกษา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาสร้างแบบประเมินที่ได้มาทำการปรับปรุงให้เหมาะสมกับงานวิจัยนี้ โดยแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ได้แก่ 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพการสมรส สาขาที่ศึกษา 2) แบบสอบถามทักษะความฉลาดทางดิจิทัล มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ 0.962 3) แบบสอบถามพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ 0.916 และ 4) แบบสอบถามสุขภาวะดิจิทัล มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ 0.938

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้จัดทำ Google form แบบสอบถาม ซึ่งประกอบได้ด้วย 4 ส่วน ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามทักษะความฉลาดทางดิจิทัล แบบสอบถามพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล และ แบบสอบถามสุขภาวะดิจิทัล

4. การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะความฉลาดทางดิจิทัลและพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลกับสุขภาวะดิจิทัลของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ใช้การแจกแจงความถี่ คำนวณเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 113 คน คิดเป็นร้อยละ 67.3 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีอายุระหว่าง 20 – 30 ปี จำนวน 130 คน คิดเป็นร้อยละ 77.4 กลุ่มตัวอย่างมีสถานภาพโสด จำนวน 154 คน คิดเป็นร้อยละ 97.7 กลุ่มประชากรศึกษาสาขาจิตวิทยาการให้การศึกษา จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 44.6 และผลการวิจัยของแต่ละตัวแปร พบว่า ทักษะความฉลาดทางดิจิทัล พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล และ สุขภาวะดิจิทัล ของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่ตอบแบบ ประเมินทั้งหมด 168 คน พบว่า ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล อยู่ในระดับสูง มีค่าเท่ากับ 4.42 ค่าเฉลี่ยของทักษะความฉลาดทางดิจิทัล อยู่ในระดับสูง มีค่าเท่ากับ 4.39 และค่าเฉลี่ยของสุขภาวะดิจิทัล อยู่ใน ระดับสูง มีค่าเท่ากับ 4.36 ตามตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ระหว่างทักษะความฉลาดทางดิจิทัลกับสุขภาวะดิจิทัลนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

ตัวแปร	DQ1	DQ2	DQ3	DQ4	DQ5	DQ6	DQ7	DQ8	DQ	DW-b1	DW-b2	DW-b3	DW-b4	DW-b5	DW-b
DQ1	1	.319**	.180*	.275**	.243*	.200**	.275**	.167*	.559**	.267**	.338**	.190*	.213**	.172*	.373**
DQ2		1	.269**	.418**	.445*	.247**	.008	.158*	.642**	.097	.481**	.067	.343**	.197*	.388**
DQ3			1	.110	.452*	.320**	.237**	.385**	.633**	.223**	.313**	.227**	.238**	.190*	.376**
DQ4				1	.391*	.110	.093	.011	.565**	.095	.328**	.024	.239**	.170*	.277**
DQ5					1	.279**	.150	.221**	.695**	.242**	.423**	.161*	.303**	.204*	.426**
DQ6						1	.414**	.397**	.594**	.129	.184*	.091	.161*	.113	.214**
DQ7							1	.212**	.481**	.203**	.193*	.153*	.116	.103	.241**
DQ8								1	.504**	.032	.266**	.001	.212**	.042	.187*
DQ									1	.274**	.549**	.194*	.396**	.262**	.537**
DW-b1										1	.162*	.235**	.120	.165*	.494**
DW-b2											1	.281**	.559**	.264**	.752**
DW-b3												1	.291**	.263**	.645**
DW-b4													1	.241**	.716**
DW-b5														1	.571**
DW-b															1

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05, ** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 1 พบว่า ทักษะความฉลาดทางดิจิทัลมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับสุขภาวะดิจิทัลของนักศึกษา ($r = .537, p < .01$) โดยเฉพาะทักษะการใช้เทคโนโลยีอย่างมีจริยธรรม การจัดสรรเวลา และการป้องกันภัยคุกคามออนไลน์ ส่งผลให้ผู้ที่มีทักษะความฉลาดทางดิจิทัลสูงมีสมดุลระหว่างโลกจริงกับโลกออนไลน์ และสุขภาวะทางจิตใจที่ดีกว่า

ตารางที่ 2 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ระหว่างพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลกับสุขภาวะดิจิทัลของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

ตัวแปร	DC1	DC2	DC3	DC	DW-b1	DW-b2	DW-b3	DW-b4	DW-b5	DW-b
DC1	1	.168*	.197*	.642**	.183*	.329**	.137	.355**	.155*	.371**
DC2		1	.385**	.716**	.110	.240**	.154*	.212**	.143	.274**
DC3			1	.763**	.017	.217**	.137	.165*	.078	.202**
DC				1	.143	.370**	.201**	.343**	.175*	.396**
DW-b1					1	.162*	.235**	.120	.165*	.494**
DW-b2						1	.281**	.559**	.264**	.752**
DW-b3							1	.291**	.263**	.645**
DW-b4								1	.241**	.716**
DW-b5									1	.571**
DW										1

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05, ** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 2 พบว่า พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะดิจิทัลในระดับปานกลาง ($r = .396, p < .01$) โดยนักศึกษาที่เคารพสิทธิผู้อื่น ใช้สื่ออย่างมีมารยาท และไม่เล่นแก๊งทางออนไลน์ มักมีระดับความเครียดต่ำลง และสร้างสุขภาวะดิจิทัลที่ปลอดภัยและสมดุลมากขึ้น

ตารางที่ 3 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ระหว่างทักษะความฉลาดทางดิจิทัลกับพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

ตัวแปร	DQ1	DQ2	DQ3	DQ4	DQ5	DQ6	DQ7	DQ8	DQ	DC1	DC2	DC3	DC
DQ1	1	.319**	.180*	.275**	.243**	.200*	.275**	.167*	.559**	.293**	.129	.226**	.307**
DQ2		1	.269**	.418**	.445**	.247**	.008	.158*	.642**	.282**	.070	.013	.170*
DQ3			1	.110	.452**	.320**	.237**	.385**	.633**	.179*	.445**	.314**	.439**
DQ4				1	.391**	.110	.093	.011	.565**	.235**	-.021	.107	.154*
DQ5					1	.279**	.150	.221**	.695**	.325**	.343**	.116	.363**
DQ6						1	.414**	.397**	.594**	.233**	.290**	.257**	.367**
DQ7							1	.212**	.481**	.263**	.172*	.377**	.388**
DQ8								1	.504**	.234**	.454**	.318**	.470**

ตารางที่ 3 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) ระหว่างทักษะความฉลาดทางดิจิทัลกับพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง (ต่อ)

ตัวแปร	DQ1	DQ2	DQ3	DQ4	DQ5	DQ6	DQ7	DQ8	DQ	DC1	DC2	DC3	DC
DQ									1	.434**	.382**	.353**	.549**
DC1										1	.168*	.197*	.642**
DC2											1	.385**	.716**
DC3												1	.763**
DC													1

จากตารางที่ 3 พบว่า ทักษะความฉลาดทางดิจิทัลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล ($r = .549, p < .01$) โดยผู้ที่มีทักษะด้านการคิดวิเคราะห์ การป้องกันข้อมูลส่วนตัว และการใช้เทคโนโลยีอย่างมีจริยธรรม จะมีแนวโน้มแสดงพฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลที่รับผิดชอบและสร้างสรรค์มากกว่า

อภิปรายผล

สมมติฐานที่ 1 ทักษะความฉลาดทางดิจิทัลของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะดิจิทัล โดยแยกอภิปรายดังนี้

จากการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ทักษะความฉลาดทางดิจิทัลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะดิจิทัลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ทั้งนี้ เนื่องจากว่านักศึกษาที่มีความฉลาดทางดิจิทัลในระดับสูง จะมีทักษะในการป้องกันภัยจากอินเทอร์เน็ต รู้จักควบคุมการเปิดเผยข้อมูลส่วนตัว และระมัดระวังในการคลิกลิงก์หรือดาวน์โหลดไฟล์จากแหล่งที่ไม่น่าเชื่อถือ ซึ่งช่วยลดความเสี่ยงต่ออาชญากรรมทางไซเบอร์ สอดคล้องกับ Chaudhry et al. (2023) ซึ่งชี้ให้เห็นว่า เยาวชนที่มีระดับความฉลาดทางดิจิทัลสูง มักสามารถควบคุมพฤติกรรมการใช้งานเทคโนโลยีดิจิทัลได้ดี ส่งผลให้มีความสุขภาวะดิจิทัลที่ดี เช่น มีสมดุลระหว่างโลกออนไลน์กับโลกจริง ลดภาวะเสพติดสื่อ และมีสุขภาพจิตดีขึ้น นอกจากนี้ Kowalski & Limber (2021) พบว่า ทักษะด้านความฉลาดทางดิจิทัลมีบทบาทสำคัญในการป้องกันตนเองจากภัยคุกคามออนไลน์ เช่น การกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบโดยตรงต่อสุขภาวะจิตของผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ต โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและนักศึกษา และยังสอดคล้องกับสำนักวิจัยระบบสาธารณสุข (2565) พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการอบรมด้านทักษะความฉลาดทางดิจิทัล เช่น การคิดเชิงวิพากษ์ การใช้งานเทคโนโลยีอย่างมีจริยธรรม และการควบคุมเวลาในการใช้งาน มีระดับสุขภาวะดิจิทัลที่สูงกว่าในหลายมิติ โดยเฉพาะในด้านความสัมพันธ์ทางสังคมและการควบคุมตนเอง เนื่องด้วยปัจจุบันมีการให้ความสำคัญเกี่ยวกับทักษะความฉลาดทางดิจิทัล บางหน่วยงานเกี่ยวกับการศึกษาได้มีการอบรมด้านทักษะความฉลาดทางดิจิทัล

ซึ่งส่งผลให้ประชาชนในปัจจุบันมีพฤติกรรมบนโลกออนไลน์ที่สอดคล้องกับคุณธรรมและจริยธรรมดิจิทัล เช่น การเคารพสิทธิของผู้อื่น การไม่เผยแพร่ข้อมูลเท็จ และการแสดงความรับผิดชอบต่อนเนื้อหาที่โพสต์บนสื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจูไรรัตน์ ทองคำชื่นวิวัฒน์ (2564) พบว่า นักเรียนที่มีทักษะความฉลาดทางดิจิทัลสูง จะมีพฤติกรรมเป็นพลเมืองดิจิทัลที่เหมาะสมมากกว่ากลุ่มอื่นอย่างชัดเจน

สมมติฐานที่ 2 พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยรามคำแหง มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะดิจิทัล โดยแยกอภิปรายดังนี้

จากการทดสอบสมมติฐาน พบว่า พฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะดิจิทัล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ทั้งนี้ เนื่องจากว่า นักศึกษาที่มีพฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลที่ดี เช่น การไม่กลั่นแกล้งทางออนไลน์ การเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น และการสื่อสารอย่างมีมารยาท มีแนวโน้มที่จะลดความเครียด ความวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าในโลกออนไลน์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Livingstone & Smith (2014) ที่ชี้ว่าพฤติกรรมที่เหมาะสมทางออนไลน์มีผลต่อสุขภาพจิตในทางบวก และพฤติกรรมการเคารพสิทธิผู้อื่น ไม่ละเมิดลิขสิทธิ์ และการใช้งานเทคโนโลยีอย่างมีความรับผิดชอบ ช่วยให้เกิดความปลอดภัยในโลกออนไลน์ นักศึกษาจะมีความไว้วางใจและมั่นใจในการใช้งานเทคโนโลยีมากขึ้น สอดคล้องกับ Ribble (2011) ที่ระบุว่า digital citizenship เป็นรากฐานของสังคมออนไลน์ที่ปลอดภัยและยั่งยืน โดย Kim, J., Hong, H., & Lee, S. (2021) กล่าวว่า พฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลช่วยลดความวิตกกังวลจากการใช้งานสื่อ และส่งเสริมสุขภาวะจิตของนักศึกษา เช่น การมีมารยาทดิจิทัลและการใช้งานอย่างรับผิดชอบ ช่วยลดแรงกดดันจากโลกออนไลน์และทำให้การใช้ชีวิตดิจิทัลมีความสุขมากขึ้นสอดคล้องกับ งานวิจัยของ อังคณา แสงสุข (2565) พบว่า พฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลของนักเรียนมัธยมศึกษามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับสุขภาวะดิจิทัลในมิติต่าง ๆ เช่น ความปลอดภัย ความสมดุลในการใช้งานเทคโนโลยี และสุขภาพจิต เนื่องจากการมีวินัยและความรับผิดชอบในโลกดิจิทัล ช่วยส่งเสริมชีวิตออนไลน์ที่สมดุลและปลอดภัยมากขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Iqbal et al. (2022) พบว่า พลเมืองดิจิทัลที่มีพฤติกรรมเชิงบวก เช่น ไม่เผยแพร่ข่าวปลอม ไม่กลั่นแกล้งผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อข้อมูลออนไลน์ มีแนวโน้มที่จะมีสุขภาวะดิจิทัลในระดับสูง และสามารถสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีในโลกออนไลน์ นอกจากนี้งานวิจัยของ Choi, M. (2020) พบว่า พฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลสามารถประเมินระดับสุขภาวะดิจิทัลได้ โดยมีการควบคุมตนเองในการใช้งานสื่อเป็นตัวกลาง โดยผู้ที่เป็พลเมืองดิจิทัลที่ดีมักสามารถจัดสรรเวลาและเนื้อหาในการใช้งานอย่างเหมาะสม ทำให้มีสมดุลทางจิตใจ

สมมติฐานที่ 3 ทักษะความฉลาดทางดิจิทัลของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล โดยแยกอภิปรายดังนี้

จากการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ทักษะความฉลาดทางดิจิทัลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ทั้งนี้ เนื่องจากว่านักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีทักษะความฉลาดทางดิจิทัลในระดับสูง ย่อมมีแนวโน้มปฏิบัติตนเป็นพลเมืองดิจิทัลที่เหมาะสม มีความรับผิดชอบต่อสังคมดิจิทัลมากขึ้น สอดคล้องกับ Park และ Lee (2020) ที่ระบุว่าทักษะความฉลาดทางดิจิทัลเป็นกรอบแนวคิดสำคัญที่เชื่อมโยงกับพฤติกรรมการใช้งานเทคโนโลยีอย่างสร้างสรรค์ มีจริยธรรม และ

ปลอดภัย ตลอดจนสนับสนุนความเป็นพลเมืองดิจิทัลในยุคดิจิทัลได้อย่างมีประสิทธิภาพ สะท้อนให้เห็นว่านักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีทักษะในการแยกแยะและประเมินข้อมูลข่าวสารในโลกออนไลน์ได้ดี จะมีแนวโน้มแสดงพฤติกรรมการเป็นพลเมืองดิจิทัลที่รับผิดชอบ เช่น การไม่เผยแพร่ข่าวปลอม การเคารพสิทธิผู้อื่น และการปฏิบัติตนบนสื่อสังคมออนไลน์อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับ World Economic Forum (2016) ที่เสนอว่าองค์ประกอบของความฉลาดทางดิจิทัลประกอบด้วยหลายด้าน โดยเฉพาะการรู้เท่าทัน การคิดวิพากษ์ และการรักษาความปลอดภัยทางข้อมูลส่วนบุคคล ซึ่งมีผลโดยตรงต่อพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีของผู้ใช้ ในส่วนความเชื่อมโยงของพฤติกรรมด้านต่าง ๆ ได้แก่ การเคารพสิทธิ ปลอดภัย ความรับผิดชอบ และการปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมในโลกออนไลน์ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Rahman, Amalia และ Aziz (2020) ที่กล่าวว่าความฉลาดทางดิจิทัลควรพัฒนาควบคู่กับการสร้างความตระหนักด้านจริยธรรมและความปลอดภัยทางเทคโนโลยี สอดคล้องกับงานของ Lin, Li & Deng (2020) ที่ศึกษาพฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลของนักเรียนระดับมหาวิทยาลัยในประเทศจีน พบว่าทักษะการคิดเชิงวิพากษ์ (Critical Thinking) และการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) เป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการเป็นพลเมืองดิจิทัลที่ดี และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สอดคล้องกับงานของ Choi, Glassman & Cristol (2017) ที่กล่าวถึงการเป็นพลเมืองดิจิทัล (Digital Citizenship) ในเชิงพฤติกรรมและจริยธรรม โดยพบว่าการสร้างทักษะความฉลาดทางดิจิทัลต้องควบคู่กับการสร้างจิตสำนึกความรับผิดชอบต่อสังคมและการเคารพสิทธิผู้อื่นบนโลกออนไลน์

เมื่อพิจารณาโดยรวม พบว่า PERMA ช่วยสะท้อนให้เห็นสุขภาวะดิจิทัลในมิติที่รอบด้าน ซึ่งเกิดขึ้นจากการบูรณาการทักษะความฉลาดทางดิจิทัลและพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัล โดยทั้งสองปัจจัยนี้ไม่เพียงแต่ช่วยลดความเสี่ยงหรือปัญหาเชิงลบ แต่ยังมีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้าง สุขภาพ การมีส่วนร่วม ความสัมพันธ์ที่ดี ความหมาย และความสำเร็จ ของนักศึกษาในสังคมดิจิทัลปัจจุบัน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัยในครั้งนี้ คือ ตัวแปรทักษะความฉลาดทางดิจิทัลและพฤติกรรมความเป็นพลเมืองดิจิทัลมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับสุขภาวะดิจิทัล ของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ดังนั้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ด้านนโยบาย คือ สถาบันการศึกษาควรจัดหลักสูตรหรือกิจกรรมส่งเสริมการเป็นพลเมืองดิจิทัลอย่างจริงจัง เช่น การอบรมเรื่องจริยธรรมในการใช้อินเทอร์เน็ต หรือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความตระหนักในโลกออนไลน์

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อลงลึกถึงแรงจูงใจและพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักศึกษาในการใช้งานเทคโนโลยี

2.2 ศึกษาความแตกต่างด้านพฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลในกลุ่มเพศ ช่วงวัย หรือสาขาวิชา เพื่อออกแบบแนวทางการส่งเสริมที่เหมาะสมเฉพาะกลุ่ม

2.3 ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อเจาะลึกมุมมองของนักศึกษาในประเด็นสุขภาวะดิจิทัล

2.4 การใช้สถิติแบบ Regression หรือ SEM จะสามารถตอบโจทย์งานวิจัยได้มากกว่า เพราะ สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันทำให้รู้ความสัมพันธ์ แต่จะไม่สามารถบอกได้ว่าทักษะความฉลาดทางดิจิทัลด้านใดที่มี อิทธิพลต่อสุขภาวะดิจิทัลมากที่สุด

2.5 การเปรียบเทียบตามปัจจัยพื้นฐาน เช่น เพศ อายุ ชั้นปี อาจทำให้เข้าใจลึกมากยิ่งขึ้น เพราะ ผลการวิจัยแสดงเฉพาะค่าเฉลี่ยรวมของกลุ่ม

2.6 การเพิ่มเติมองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการทำวิจัยในครั้งนี้ เช่น การเชื่อมโยงผลของงานวิจัยกับกรอบ ทฤษฎีเชิงจิตวิทยา/พฤติกรรม เช่น Social Cognitive Theorys เพราะผู้วิจัยมีการอ้างอิง PERMA และ Digital Citizenship หรือการเชื่อมโยงผลเข้ากับบริบทไทยในปัจจุบันเช่น ปัจจัยทางวัฒนธรรม และระบบการศึกษาไทย

กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าอิสระฉบับนี้สามารถดำเนินไปจนสำเร็จได้ด้วยความช่วยเหลือ และการสนับสนุนจากหลายฝ่าย ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างสูง ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อุมารณ สุขารมณ อาจารย์ที่ปรึกษาที่ได้ให้คำปรึกษา แนะนำ ชี้แนะและสนับสนุนในทุก ขั้นตอนของการทำวิจัยอย่างละเอียดและรอบคอบ ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ แสนสุภา ประธานสอบการศึกษาค้นคว้าอิสระที่ได้ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ขอขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน รวมถึงขอบคุณนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงทุกท่านที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบ ประเมินและให้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยในครั้งนี้ นอกจากนี้ ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณครอบครัวและเพื่อน ๆ ที่ให้กำลังใจ และสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน ตลอดระยะเวลาของการศึกษาอิสระนี้ สุดท้ายนี้ ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณ ทุกท่านที่ไม่ได้เอ่ยนามที่ได้มีส่วนช่วยเหลือในการศึกษาครั้งนี้ ไม่ว่าจะทางตรงหรือทางอ้อม

เอกสารอ้างอิง

- ธีรวัฒน์ รูปเหลี่ยม. (2560). *การพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางดิจิทัลของนักเรียนระดับ ประถมศึกษา* (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, มหาวิทยาลัย มหาสารคาม).
- ปองกมล สุรัตน์. (2561). *การรังแกผ่านโลกโซเชียลในมิติสังคมวัฒนธรรม กรณีศึกษาเยาวชนไทยเจนเอเรชั่น Z* (วิทยานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ).
- ต้องตา จำเริญใจ. (2561). *ศึกษาและเปรียบเทียบความเป็นพลเมืองดิจิทัลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ของ โรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 3* (วิทยานิพนธ์ปริญญาตรี บัณฑิต, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี).
- ลักขมี คงลาภ. (2561). ความฉลาดทางดิจิทัลปัจจัยสำคัญของการเป็นพลเมืองดีในโลกไซเบอร์. *วารสารวิจัยทาง วิชาการ*, 5(2), น. 35-46.

- ณัฐกานต์ แก้วมณี. (2562). ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เทคโนโลยีกับความฉลาดทางดิจิทัลของนักศึกษา, *วารสารวิชาการการศึกษา*, 7(3), น. 25–34.
- พีรวิชัย คำเจริญ. (2562). *แนวทางการส่งเสริมการเรียนรู้เท่าทันดิจิทัลตามลีลาการเรียนรู้แบบวาร์คสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้น*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศ, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี).
- นุชจรี ลอยหา, พัทธวีภา โพธิ์ศรี และอุทิศ บำรุงชีพ. (2563). แนวทางการจัดการศึกษาเพื่อการพัฒนาความฉลาดทางดิจิทัลบนฐานความคิดหลักเศรษฐกิจพอเพียง, *วารสารการศึกษาและการพัฒนาสังคม*, 15(2), น. 410–420.
- ธิปวัลย์ อัดถาหาร และเสกสรร ทองคำบรรจง. (2563). *ความฉลาดทางดิจิทัลของนักเรียนมัธยมศึกษา กระบวนการสร้างมโนทัศน์ การวัด และการวิเคราะห์ความเปลี่ยนแปลง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาวิจัย วัดผล และสถิติการศึกษา, มหาวิทยาลัยบูรพา).
- สุมาลี สุนทรา. (2563). การพัฒนา M-Learning แบบ Responsive Web Design ร่วมกับการจัดการเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู สาขาคอมพิวเตอร์ศึกษา. *Journal of Information and Learning*, 34(1), น. 34–45.
- อินทนนท์ (2563). การส่งเสริมความฉลาดทางดิจิทัลของเยาวชนในยุคสื่อไร้พรมแดน. *วารสารการวิจัยเพื่อพัฒนาชุมชน*, 11(2), น. 112–127.
- นิตยา นาคอินทร์, และคณะ. (2564). 8 ทักษะความฉลาดทางดิจิทัลของนักศึกษาวิชาชีพครูสู่การเป็นพลเมือง 4.0. *วารสารวิชาการ*, 14(1), น. 1–15.
- อังคณา แสงสุข. (2565). พฤติกรรมพลเมืองดิจิทัลกับสุขภาวะดิจิทัลของนักเรียนมัธยมศึกษา. *วารสารวิจัยทางการศึกษา*, 18(2), น. 79–94.
- กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. (2564). *สำรวจสถานการณ์การรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศและดิจิทัลของประชาชนในประเทศไทย ปี 2563–2564* from <https://www.thaimediafund.or.th/ผลสำรวจสถานการณ์การรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศและดิจิทัลของประชาชนไทย ปี พ.ศ.2563-2564>.
- ณัชชาธิ์ ธนศิริพัฒน์ และจิระสุข สุขสวัสดิ์. (2564). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความฉลาดทางดิจิทัลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเทศบาลเขาท่าพระ จังหวัดชัยนาท. *วารสารวิชาการศิลปศาสตร์ประยุกต์*, 14(1), น. 1–12.
- สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. (2565). *รายงานการวิจัยสุขภาวะดิจิทัลของนักศึกษาไทยระดับอุดมศึกษา*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- ขวัญชนก อายูเย็น, อุษา งามมีศรี, และสมใจ สืบเสาะ. (2566). ความเป็นพลเมืองดิจิทัลในประเทศไทย, *วารสารวิจัยทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*, 19(1), น. 45–60.

จุไรรัตน์ ทองคำชื่นวิวัฒน์. (2564). *ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะความฉลาดทางดิจิทัลกับพฤติกรรมการเป็นพลเมืองดิจิทัลของเยาวชนไทยในกรุงเทพมหานคร* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ).

พระมหาสายัณห์ เปมสีโล, สำราญ ศรีคำมูล, และสนธิ วงปล่อมหิรัญ. (2566). การศึกษาความฉลาดทางดิจิทัลของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในศตวรรษที่ 21 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตมหาวชิราลงกรณราชวิทยาลัย. *วารสารรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย*, 3(3), น. 71–90.

พรอรัม คุณความดี. (2566). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อทักษะความฉลาดทางดิจิทัลของนักศึกษาปริญญาตรีมหาวิทยาลัยขอนแก่น*. (สารนิพนธ์หลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น).

สุมาลี สุนทรา. (2566). การพัฒนาหลักสูตรส่งเสริมความฉลาดทางดิจิทัลสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. *วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย*, 15(2), น. 79–94.

วิรุฬรัตน์ สีหสิง. (2566). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางดิจิทัลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยบูรพา).

อุทิศ บำรุงชีพ, พัทธวิภา โพธิ์ศรี, และมงคล ยังทนต์. (2566). การพัฒนาความเป็นพลเมืองดิจิทัลของผู้สูงอายุผ่านนวัตกรรมชุมชนแห่งการเรียนรู้ภูมิปัญญาอาหารสุขภาพ. *วารสารวิจัยทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*, 18(2), น. 79–94.

สำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจดิจิทัล. (2567). *รายงานภาพรวมเศรษฐกิจดิจิทัลประเทศไทย*.

Ajzen, I. (2005). *Attitudes, personality and behavior* (2nd ed.). Open University Press.

Ribble, M. (2011). *Digital citizenship in schools: Nine elements all students should know* (2nd ed.). ISTE.

Choi, M., Glassman, M., & Cristol, D. (2017). What it means to be a digital citizen: The opinions of students and teachers in the USA. *Journal of Digital Learning in Teacher Education*, 33(1), pp. 4–18.

ETDA. (2565). *Thailand Internet User Behavior 2022*. สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์.

Feldman, R. S. (2018). *Understanding psychology* (13th ed.). McGraw-Hill Education.

Montag, C., & Diefenbach, S. (2018). Towards Homo Digitalis: Behavioral and psychological consequences of digital life. *Frontiers in Psychology*, 9, 785. from <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00785>

Park, Y. R., & Kim, J. (2019). Developing a digital intelligence competence model for smart education. *Computers & Education*, 130, pp. 99–115.

Kern, M. L., Waters, L., Adler, A., & White, M. A (2020). Assessing employee wellbeing in schools using a multifaceted approach: Associations with organizational culture and student achievement. *Journal of Positive Psychology*, 15(5), pp. 1–15.

- Burr, C., Taddeo, M., & Floridi, L. (2020). *The ethics of digital well-being: A multidisciplinary perspective*. Springer.
- DQ Institute. (2020). *DQ Framework 2020*. from <https://www.dqinstitute.org>
- OECD. (2021). *Digital Education Outlook: Pushing the Frontiers with Artificial Intelligence, Blockchain and Robots*. OECD Publishing.
- DataReportal. (2025). *Digital 2025: Thailand*. Retrieved from <https://datareportal.com/reports/digital-2025-thailand>
- Adams, N. B. (2004). Digital Intelligence Fostered by Technology.
- Chaudhry, H., Khalid, S., & Irfan, M. (2023). Digital intelligence and psychological well-being among university students: A correlational study. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(1), pp. 88–101. from <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01637-5>
- Conway, A. (2009). The internet generation: Bullying has gone digital the impact of cyberbullying on adolescent identity. Master's thesis, Ireland: University of Dublin.
- DQ Institute. (2018). 2018 DQ Impact Report: The child online safety index (COSI). DQ Institute. Retrieved from https://www.dqinstitute.org/2018DQ_Impact_Report/.
- DQ Institute. (2019). DQ global standards report 2019: Common framework for digital literacy, skills and readiness. from <https://www.dqinstitute.org/dq-global-standards/>
- Fogg, B. J., & Tsai, L. (2004). *Health behavior design and persuasion: Preference architecture and motivations*. In U. Weber et al. (Eds.), *Persuasive technology* (Lecture Notes in Computer Science, vol. 3962, pp. 37–48). Springer. from https://doi.org/10.1007/11678826_6.
- Fonseca, J., Borges-Tiago, T. (2024). Digital Literacy Education and Cyberbullying Combat: Scope and Perspectives. In: Kavoura, A., Borges-Tiago, T., Tiago, F. (eds) *Strategic Innovative Marketing and Tourism. ICSIMAT 2023. Springer Proceedings in Business and Economics*. Springer, Cham. from https://doi.org/10.1007/978-3-031-51038-0_18.
- J. Funct. Morphol. Kinesiol. (2024). The impact of digital technology use on the health of children aged 2–12 years. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 9(1), Article 10. from <https://doi.org/10.3390/jfmk9010010>.
- Kim, J., Hong, H., & Lee, S. (2021). The role of digital literacy and digital citizenship in reducing digital anxiety among college students. *Computers & Education*, 168, 104210.
- Livingstone, S., & Haddon, L. (2012). Theoretical framework for children's internet use. In S. Livingstone, L. Haddon, & A. Görzig (Eds.), *Children, risk and safety on the internet: Research and policy challenges in comparative perspective* (pp. 1–14). Policy Press.

- Lou, H., & Xu, Y. (2022). *Social media use and subjective well-being: A meta-analysis*. Computers in Human Behavior, 128, 107130. from <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107130>.
- Nguyen, M. H. (2023). Digital well-being and psychological resilience among university students during the post-pandemic era. *Journal of Educational Psychology*, 115(2), pp. 225–240.
- Park, Y., & Lee, S. (2020). Digital intelligence quotient: A conceptual framework for understanding digital skills and citizenship. *Computers & Education*, 157, 103981.
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., Lin, L., Rosen, D., Colditz, J. B., Radovic, A. M., & Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the U.S. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), pp. 1–8. from <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2017.01.010>
- Ribble, M. (2015). *Digital Citizenship in Schools: Nine Elements All Students Should Know* (3rd ed.). International Society for Technology in Education (ISTE).
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free Press.
- Taufiqur Rahman, Ayu Amalia, & Zuhdan Aziz (2020). From Digital Literacy to Digital Intelligence: A Comparative Study of Digital Literacy Frameworks.
- World Economic Forum. (2016). *Digital Intelligence: A guide to understanding and supporting the development of digital citizenship in children*.
- Wenge, J. M., Krizan, Z., & Hisler, G. (2017). Decreases in self-reported sleep duration among US adolescents 2009–2015 and association with new media screen time. *Sleep Medicine*, 39, pp. 47–53.

ผู้เขียนบทความ

นางสาวอรพรรณ อุปการกุล สาขาจิตวิทยาการให้การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง กรุงเทพมหานคร อีเมล 6612671002@rumail.ru.ac.th

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อุมารณ สุขารมณ สาขาจิตวิทยาการให้การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง กรุงเทพมหานคร