



ศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูและดูแลผู้สูงอายุ อุตรดิตถ์
Geriatric Health and Care Center, Uttaradit

รายงาน

การพัฒนานวัตกรรมการส่งเสริมความฉลาดรู้ด้านดิจิทัล เพื่อส่งเสริมสุขภาวะองค์รวมของผู้สูงอายุ

ภายใต้โครงการพัฒนารูปแบบการยกระดับสุขภาวะและเศรษฐกิจฐานราก
บนฐานภูมิปัญญาสมุนไพร และนวัตกรรมสังคมสำหรับผู้สูงอายุ
ชุมชนทุ่งตะเกา จังหวัดอุตรดิตถ์ ประจำปี 2569



ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

รายงาน

การพัฒนานวัตกรรมการส่งเสริมความฉลาดรู้ด้านดิจิทัล
เพื่อส่งเสริมสุขภาวะองค์รวมของผู้สูงอายุ
ภายใต้โครงการ พัฒนารูปแบบการยกระดับสุขภาวะ
และเศรษฐกิจฐานรากบนฐานภูมิปัญญาสมุนไพร
และนวัตกรรมสังคมสำหรับผู้สูงอายุชุมชนคิ่งตะเกา จังหวัดอุดรธานี

บทสรุปผู้บริหาร

ปัจจุบันประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ ท่ามกลางการเปลี่ยนผ่านสู่ยุคดิจิทัล (Digital Transformation) ที่ทิ้งช่องว่างทางดิจิทัล (Digital Divide) ไว้เบื้องหลัง ข้อมูลพบว่าผู้สูงอายุไทยเข้าถึงอินเทอร์เน็ตเพียงร้อยละ 35.4 และเป็นกลุ่มที่ได้รับความเสียหายสูงสุดจากอาชญากรรมออนไลน์ โดยมีมูลค่าความเสียหายกว่า 60,000 ล้านบาทต่อปี สาเหตุหลักมาจากการขาดทักษะการแยกแยะข่าวปลอม (Fake News) และภัยไซเบอร์

โครงการวิจัย "การพัฒนารูปแบบการยกระดับสุขภาวะและเศรษฐกิจฐานรากบนฐานภูมิปัญญาสมุนไพรและนวัตกรรมสังคมสำหรับผู้สูงอายุชุมชนกึ่งตะเภา จังหวัดอุดรธานี" โดยมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ร่วมกับโรงพยาบาลอุดรธานี จึงได้พัฒนานวัตกรรมหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความฉลาดรู้ด้านดิจิทัล (Digital Literacy) ที่สอดคล้องกับบริบทชีวิตจริงของผู้สูงอายุ เพื่อความปลอดภัยทางการเงินและสุขภาวะองค์รวม

วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อพัฒนานวัตกรรมส่งเสริมความฉลาดรู้ด้านดิจิทัลที่ออกแบบมาเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุ
2. เพื่อยกระดับสุขภาวะและเศรษฐกิจฐานรากผ่านภูมิปัญญาสมุนไพรและการพาณิชย์ดิจิทัล (E-commerce)
3. เพื่อสร้างระบบนิเวศการเรียนรู้ที่ยั่งยืน เปลี่ยนผู้สูงอายุจาก "ผู้รับบริการ" เป็น "ผู้สร้างสรรค์" ในเศรษฐกิจดิจิทัล

หลักสูตร "วัยเก๋า รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล" โครงการได้พัฒนาหลักสูตรการเรียนรู้ระยะเวลา 6 ชั่วโมง แบ่งเป็น 6 โมดูลหลักที่สอดคล้องกับมาตรฐานสากล (DigComp 2.2) และมาตรฐานระดับประเทศ (TPQI)

จากการทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ 43 คน ในพื้นที่ชุมชนกึ่งตะเภา พบผลลัพธ์เชิงประจักษ์ดังนี้

1. การพัฒนาทักษะดิจิทัล คะแนนเฉลี่ยของผู้เข้าอบรมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ บรรลุเกณฑ์มาตรฐานพลเมืองดิจิทัลของภาครัฐ คะแนน Pre-test: 6.81 คะแนน คะแนน Post-test: 8.16 คะแนน (เพิ่มขึ้น 19.8%) ร้อยละของผู้ที่มีพัฒนาการขึ้น: 79.1% ของผู้เข้าร่วมทั้งหมด ระดับสมรรถนะ: ยกระดับจากระดับพื้นฐาน (Foundation) สู่ระดับใช้งานได้ด้วยตนเอง (Intermediate) ตามกรอบ DigComp L3-L4 และผ่านมาตรฐาน TPQI ระดับ 1 (เกณฑ์ผ่านร้อยละ 70)

2. ข้อมูลพฤติกรรมดิจิทัลที่สำคัญ อุปกรณ์หลัก: ผู้สูงอายุร้อยละ 95.3 ใช้สมาร์ทโฟนในการติดต่อสื่อสาร แอปพลิเคชัน: LINE (79.1%) และ Facebook (48.8%) เป็นช่องทางหลัก พฤติกรรมการใช้งาน: ร้อยละ 69.8 ใช้งานอินเทอร์เน็ตทุกวัน เฉลี่ย 4.9 ชั่วโมง/วัน และร้อยละ 62.8 เคยค้นหาข้อมูลสุขภาพออนไลน์

3. ทักษะที่ต้องให้ความสำคัญเป็นพิเศษ จุดแข็งเดิม: การใช้งานสมาร์ทโฟนเบื้องต้น, การสื่อสารผ่าน LINE และ Facebook ทักษะที่พัฒนาขึ้นอย่างโดดเด่น: กลุ่มที่เริ่มจากศูนย์ (Foundation) มีคะแนนพัฒนาการสูงสุดเฉลี่ย +3.5 คะแนน ทักษะที่ยังต้องการการส่งเสริมเร่งด่วน: การโอนเงิน/สแกนจ่าย QR Code (ร้อยละ 51 ยังต้องพัฒนา) และการตรวจสอบข่าวปลอม (ร้อยละ 37 ยังต้องพัฒนา)

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย เพื่อให้โครงการเกิดความยั่งยืนและขยายผลได้จริง ผู้บริหารควรพิจารณาแนวทางดังนี้:

1. การบูรณาการแผนระดับชาติ: นำหลักสูตรนี้เข้าเป็นส่วนหนึ่งของแผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 3 (พ.ศ. 2566-2580) เพื่อลดความเหลื่อมล้ำทางดิจิทัลในวงกว้าง

2. การสร้าง "พี่เลี้ยงดิจิทัลชุมชน": ต่อยอดกลุ่มผู้สูงอายุที่มีทักษะระดับ Advanced (คะแนน 9-10) ให้เป็นครูดิจิทัลอาสา เพื่อดูแลและถ่ายทอดความรู้ภายในชุมชนอย่างต่อเนื่อง

3. การพัฒนาเนื้อหาเพิ่มเติม (Gaps to Fill):

3.1 Problem Solving: เพิ่มทักษะการแก้ปัญหาทางเทคนิคเบื้องต้น (เช่น ลืมรหัสผ่าน, เครื่องค้าง)

3.2 e-Health Literacy: เชื่อมโยงการใช้ Telehealth และการบันทึกข้อมูลสุขภาพออนไลน์

4. ระบบติดตามผล (Retention): กำหนดให้มี Booster Session ทุก 1 เดือนหลังการอบรม เพื่อป้องกันการลืมทักษะและติดตามพฤติกรรมการใช้มือถือออนไลน์จริงในพื้นที่

บทสรุป นวัตกรรมนี้นอกจากจะช่วยป้องกันความเสียหายทางการเงินจากมิจฉาชีพ แต่ยังเป็นการเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจให้แก่ผลิตภัณฑ์สมุนไพรชุมชนผ่านการสื่อสารการตลาดดิจิทัล ซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างยั่งยืนในยุคเศรษฐกิจดิจิทัล

ที่มาและความสำคัญ

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ (Aged Society) เป็นปรากฏการณ์ระดับโลกที่ส่งผลกระทบต่อเสถียรภาพทางเศรษฐกิจและสังคม โดยเฉพาะในประเทศไทยที่มีอัตราการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว (Foundation of Thai Gerontology Research and Development institute [TGRI], 2023) ท่ามกลางการเปลี่ยนผ่านสู่ยุคดิจิทัล (Digital Transformation) ผู้สูงอายุมักถูกทิ้งไว้ข้างหลังเนื่องจาก "ช่องว่างทางดิจิทัล" (Digital Divide) ซึ่งไม่ได้หมายถึงเพียงแค่การเข้าถึงอุปกรณ์ แต่รวมถึงระดับความสามารถในการใช้เทคโนโลยีให้เกิดประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิต (Hunsaker & Hargittai, 2020) ในมิติของสุขภาวะ ความฉลาดรู้ด้านดิจิทัล (Digital Literacy) มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความฉลาดรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) ข้อมูลจากผลการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุที่มีทักษะดิจิทัลต่ำมักประสบปัญหาในการคัดกรองข้อมูลสุขภาพที่มีอยู่มหาศาลบนสื่อสังคมออนไลน์ นำไปสู่การหลงเชื่อข่าวปลอม (Fake News) และการตัดสินใจด้านสุขภาพที่ผิดพลาด (Amoah & Reindorf, 2023) ซึ่งสอดคล้องกับสถานการณ์ในประเทศไทยที่พบปัญหาที่พบในกลุ่มผู้สูงอายุไทยด้านดิจิทัลมีหลายมิติ ได้แก่ (1) ขาดทักษะพื้นฐานในการใช้อุปกรณ์และอินเทอร์เน็ต (2) ไม่สามารถแยกแยะข่าวปลอมหรือภัยไซเบอร์ (3) ขาดโอกาสเข้าถึงข้อมูลสุขภาพและบริการทางการแพทย์ผ่านช่องทางดิจิทัล และ (4) ไม่สามารถใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีในการสร้างรายได้เสริม ปัญหาเหล่านี้ล้วนส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพชีวิต สุขภาวะ และความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุตกเป็นเหยื่ออาชญากรรมทางเทคโนโลยีและข้อมูลเท็จเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพเป็นจำนวนมาก (Ratana-Ubol, 2021) ข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2566) พบว่าผู้สูงอายุที่เข้าถึงอินเทอร์เน็ตมีเพียงร้อยละ 35.4 เทียบกับร้อยละ 87.2 ในกลุ่มวัยทำงาน สะท้อนช่องว่างดิจิทัลที่กว้างขวาง ขณะที่กรมสอบสวนคดีพิเศษ (2567) รายงานว่าผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่ได้รับความเสียหายสูงสุดจากอาชญากรรมออนไลน์ มูลค่ากว่า 60,000 ล้านบาทต่อปี ด้วยสาเหตุหลักจากการขาดทักษะแยกแยะข่าวปลอมและภัยไซเบอร์ ดังนั้นความฉลาดทางดิจิทัลของผู้สูงอายุในประเทศไทยจึงเป็นประเด็นเร่งด่วนที่ต้องการการพัฒนาเช่นเดียวกัน

ชุมชนคั่งตะเภาเป็นชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบทที่มีสัดส่วนผู้สูงอายุสูงและทุนทางสังคมเข้มแข็ง แต่ยังขาดการพัฒนาทักษะดิจิทัลที่เป็นระบบ มหาวิทยาลัย ราชภัฏอุดรดิตถ์ จึงได้สนใจจัดทำโครงการวิจัย "การพัฒนารูปแบบการยกระดับสุขภาวะและเศรษฐกิจฐานรากบนฐานภูมิปัญญาสมุนไพรและนวัตกรรมสังคมสำหรับผู้สูงอายุชุมชนคั่งตะเภา จังหวัดอุดรดิตถ์" ซึ่งดำเนินการร่วมกับโรงพยาบาลอุดรดิตถ์ ภายใต้การสนับสนุนของกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (อว.) การดำเนินโครงการนี้จึงมุ่งสร้างนวัตกรรมการส่งเสริมความฉลาดรู้ด้านดิจิทัลที่ออกแบบเฉพาะสำหรับบริบทของผู้สูงอายุในชุมชน โดยบูรณาการเข้ากับเป้าหมายการส่งเสริมสุขภาพองค์รวมและการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากบนฐานภูมิปัญญาสมุนไพรและนวัตกรรมสังคมสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนคั่งตะเภา ซึ่งโครงการนี้มีไว้เพียงการสอนใช้งานแอปพลิเคชัน แต่เป็นการสร้างนิเวศการเรียนรู้ที่ยั่งยืน โดยบูรณาการทั้งการส่งเสริมความฉลาดรู้ด้านดิจิทัลเพื่อการเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพ การส่งเสริมเศรษฐกิจฐานรากผ่านภูมิปัญญาท้องถิ่นและนวัตกรรมสังคม การบูรณาการทักษะ

ดิจิทัลเพื่อการพาณิชย์ (E-commerce) และการสื่อสารการตลาดชุมชน เพื่อช่วยยกระดับผลิตภัณฑ์สมุนไพรของชุมชนคั่งตะเภาให้มีมูลค่าเพิ่มขึ้น โดยการออกแบบนวัตกรรมสำหรับผู้สูงอายุจำเป็นต้องคำนึงถึงบริบททางสังคมและกายภาพ โดยใช้หลักการมีส่วนร่วม (Participatory Design) เพื่อให้เทคโนโลยีนั้นสอดคล้องกับวิถีชีวิตและไม่สร้างภาระทางปัญญา (Cognitive Load) ให้กับผู้สูงอายุ และเป็นการเปลี่ยนผ่านจาก "ผู้รับบริการ" มาเป็น "ผู้สร้างสรรค์" ในเศรษฐกิจดิจิทัล ควบคู่ไปกับการมีสุขภาวะองค์รวมที่ดี

วัตถุประสงค์

เพื่อพัฒนานวัตกรรมส่งเสริมความฉลาดรู้ด้านดิจิทัลเพื่อยกระดับสุขภาวะและเศรษฐกิจฐานรากบนฐานภูมิปัญญาสมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุชุมชนคั่งตะเภา จังหวัดอุดรธานี

ผลการดำเนินงาน

รายงานฉบับนี้นำเสนอผลการดำเนินงานด้านนวัตกรรมส่งเสริมความฉลาดรู้ด้านดิจิทัลสำหรับผู้สูงอายุชุมชนคั่งตะเภา แบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การออกแบบและพัฒนาหลักสูตร นำเสนอรายละเอียดของหลักสูตร "วัยเก๋า รู้เท่าทันสร้างสรรค์โลกดิจิทัล" ระยะเวลา 6 ชั่วโมง แบ่งเป็น 6 โมดูล ที่พัฒนาขึ้นโดยอิงจากผลการประเมินในส่วนที่ 1 และกรอบมาตรฐานสมรรถนะดิจิทัลทั้งระดับสากลและระดับประเทศ

ขั้นตอนที่ 2 การประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตร นำเสนอเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการประเมินทักษะความฉลาดรู้ทางดิจิทัล (Digital Literacy) นำเสนอผลการวิเคราะห์ระดับทักษะดิจิทัลใน 11 รายการประเมิน ครอบคลุม 4 ด้านหลัก ได้แก่ การใช้งานสมาร์ทโฟนเบื้องต้น การสื่อสารออนไลน์ การทำธุรกรรมทางการเงิน และการสืบค้นข้อมูล โดยใช้ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง 43 คน จาก 5 หมู่บ้าน ผลการประเมินนี้เป็นฐานข้อมูลในการวางแผนพัฒนาหลักสูตร

ส่วนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนก่อน-หลังการอบรม (Pre-test/Post-test) ของผู้เข้าร่วม 43 คน

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความเชื่อมโยงกับกรอบมาตรฐานสมรรถนะดิจิทัลระดับนานาชาติและในประเทศ

1. ผลการดำเนินการ : ขั้นตอนที่ 1 ผลการออกแบบหลักสูตรที่ใช้ในการอบรม

หลังจากได้มีการประเมินทักษะทางดิจิทัลของผู้สูงอายุเบื้องต้นแล้ว ผู้ดำเนินโครงการได้มีการพัฒนาหลักสูตร "วัยเก๋า รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล" ระยะเวลา 6 ชั่วโมง แบ่งเนื้อหาออกเป็น 6 โมดูล เพื่อทดลองใช้ในการอบรมกับกลุ่มเป้าหมาย ได้จัดอบรมในวันที่ 20 มกราคม 2569



หลักสูตร วัยเก่า รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล

ภาพรวมหลักสูตร 6 โมดูล สำหรับผู้สูงอายุ

1 โมดูลที่ 1: โลกจริง vs โลกดิจิทัล (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนเข้าใจความแตกต่างและผลกระทบของการใช้ชีวิตในโลกดิจิทัล

เนื้อหา:

- ร่องรอยดิจิทัล (Digital Footprint) คืออะไร และทำไมต้องระวัง
- 4 แอปพลิเคชันที่ผู้สูงวัยใช้ (LINE, Facebook, YouTube, TikTok) พร้อมข้อดีและความเสี่ยง

กิจกรรม: สำรวจตัวตนบนโลกออนไลน์ด้วย Google (15 นาที)

2 โมดูลที่ 2: รู้ทันกับดักดิจิทัล (90 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนระบุรูปแบบการหลอกลวงออนไลน์ที่พบบ่อยได้

เนื้อหา:

- สถิติความเสียหายจากภัยไซเบอร์ในไทย (60,000 ล้านบาท/ปี 2568)
- ทำไมผู้สูงวัยถึงตกเป็นเหยื่อ: การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ และสังคม
- 5 ประเภทการหลอกลวงที่พบบ่อย: หลอกลวงเรื่องเงิน, หลอกลวงความรัก, หลอกลวงสุขภาพ, หลอกลวงสังคมออนไลน์, หลอกลวงเทคโนโลยี
- 6 ช่องทางที่มีภัยแฝง: SMS, โทรศัพท์, อีเมล, โซเชียลมีเดีย, เว็บไซต์, เซลล์มือถือ
- ระวัง: Phishing, Romance Scam, Deepfake, Voice Cloning

กิจกรรม: เกม "จริงหรือ มั่วแน่?" (15 นาที)

3 โมดูลที่ 3: อัปเดตภัยไซเบอร์กับวัยเก่า (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนรู้จักรูปแบบภัยไซเบอร์ที่กลั้วระบาบและรับมือได้

เนื้อหา:

- กลโกงยุคใหม่: เพกปลอม, โกงไม่ขึ้นเงินจริง, สินค้าไม่ตรงปก
- AI อันตราย: วิดีโอปลอม (Deepfake) และเสียงปลอม (Voice Cloning)

กรณีศึกษา: "อาม่า" โดนแก๊งคอลเซ็นเตอร์หลอก 1.6 ล้านบาท

กิจกรรม: บทบาทสมมติรับมือแก๊งคอลเซ็นเตอร์ (15 นาที)

4 โมดูลที่ 4: คู่มือความปลอดภัยดิจิทัล (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนสามารถตั้งคำถามปลอดภัยเบื้องต้นกับอุปกรณ์ของตนเองได้

เนื้อหา:

- สร้างรหัสผ่านที่แข็งแกร่ง (อย่างน้อย 12 ตัวอักษร มีตัวเลขและสัญลักษณ์พิเศษ)
- ตรวจสอบเว็บไซต์ปลอดภัยด้วย "แม่กุญแจ" (HTTPS)
- 4 ขั้นตอน "ล็อกอิน LINE" ป้องกันคนแปลกหน้า
- 3 ขั้นตอน "สร้างโปรไฟล์ Facebook" จำกัดการมองเห็น
- สูตร หยุด-คิด-ถาม-ทำ เมื่อสงสัยว่าถูกหลอก

5 โมดูลที่ 5: รู้ทันข่าวลวง (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนแยกแยะข่าวปลอมและตรวจสอบข้อมูลก่อนแชร์ได้

เนื้อหา:

- ทำไมเราถึงแชร์ข่าวปลอม: ความหวังดี, ความเชื่อใจ, ความเห็นแก่หน้า
- 3 ประเภทข้อมูลที่ต้องระวัง: ข้อมูลเท็จ (Mis), ข้อผิดพลาด (Dis), ข้อคลุมเครือ (Mal)
- 6 รูปแบบข่าวปลอมที่พบบ่อย
- 10 วิธีตรวจสอบข่าวและข้อมูลก่อนเชื่อ (ฉบับผู้สูงอายุ)
- แหล่งตรวจสอบข่าวลวง: ชัวร์ก่อนแชร์, CoFact, Thai PBS Verify, Anti-Fake News Center

6 โมดูลที่ 6: สดุดีอวยเก่า "สวัสดิ์วันจันทร์" (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนสร้างสรรค์และแบ่งปันเนื้อหาดิจิทัลได้อย่างปลอดภัยและถูกต้องตามกฎหมาย

เนื้อหา:

- ลิขสิทธิ์ภาพ: รูปใน Google ใช้ได้ไม่ทุกรูป
- รู้จักสัญลักษณ์ CC (Creative Commons)
- 3 ขั้นตอน แลกภาพสร้างความสุขด้วยมือถือ
- ปฏิบัติการ: สร้างและส่ง "สวัสดิ์วันจันทร์" ด้วยรูปถ่ายของตนเอง

สรุปและปิดหลักสูตร (15 นาที)

1.1 หลักสูตร "วัยเก่า รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล"

โมดูลที่ 1: โลกจริง vs โลกดิจิทัล (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนเข้าใจความแตกต่างและผลกระทบของการใช้ชีวิตในโลกดิจิทัล

เนื้อหา:

- ร่องรอยดิจิทัล (Digital Footprint) คืออะไร และทำไมต้องระวัง
- 4 แอปพลิเคชันที่ผู้สูงวัยใช้ (LINE, Facebook, YouTube, TikTok) พร้อมข้อดีและความเสี่ยง

กิจกรรม: สำรวจตัวตนบนโลกออนไลน์ด้วย Google (15 นาที)

โมดูลที่ 2: รู้ทันกับดักดิจิทัล (90 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนระบุรูปแบบการหลอกลวงออนไลน์ที่พบบ่อยได้

เนื้อหา:

- สถิติความเสียหายจากภัยไซเบอร์ในไทย (60,000 ล้านบาท/ปี 2568)
- ทำไมผู้สูงวัยถึงตกเป็นเป้าหมาย: การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ และสังคม
- 5 ประเภทการหลอกลวงหลัก ได้แก่ หลอกซื้อสินค้า, หลอกทำภารกิจ, หลอกกู้เงิน, หลอกลงทุน, แกดคอลเซ็นเตอร์
- 6 ช่องทางที่มีฉ้อฉลใช้: SMS, โทรศัพท์, อีเมล, โซเชียลมีเดีย, เว็บไซต์, เข้าถึงตัวบุคคล
- ระวัง: Phishing, Romance Scam, Deepfake, Voice Cloning
- กิจกรรม: เกม "ขัวร์ หรือ มั่วนี้ม?" (15 นาที)

โมดูลที่ 3: ภัยคุกคามไซเบอร์กับวัยเก๋า (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนรู้จักรูปแบบภัยไซเบอร์ที่กำลังระบาดและรับมือได้

เนื้อหา:

- กลโกงยุคใหม่: เพจปลอม, โปรโมชันเกินจริง, สินค้าไม่ตรงปก
- AI อันตราย: วิดีโอคอลปลอม (Deepfake) และเสียงปลอม (Voice Cloning)
- กรณีศึกษา: "อาม่า" โดนแกดคอลเซ็นเตอร์หลอก 1.6 ล้านบาท
- กิจกรรม: บทบาทสมมุติรับมือแกดคอลเซ็นเตอร์ (15 นาที)

โมดูลที่ 4: คู่มือความปลอดภัยดิจิทัล (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนสามารถตั้งค่าความปลอดภัยเบื้องต้นบนอุปกรณ์ของตนเองได้

เนื้อหา:

- สร้างรหัสผ่านที่แข็งแกร่ง (อย่างน้อย 12 ตัวอักษร มีตัวเลขและสัญลักษณ์พิเศษ)
- ตรวจสอบเว็บไซต์ปลอดภัยด้วย "แม่กุญแจ" (HTTPS)
- 4 ขั้นตอน "ล็อกบ้าน LINE" ป้องกันคนแปลกหน้า
- 3 ขั้นตอน "สร้างป้อม Facebook" จำกัดการมองเห็น
- สูตร หยุด-คิด-ถาม-ทำ เมื่อสงสัยว่าถูกหลอก

โมดูลที่ 5: รู้ทันข่าวลวง (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนแยกแยะข่าวปลอมและตรวจสอบข้อมูลก่อนแชร์ได้

เนื้อหา:

- ทำไมเราถึงแชร์ข่าวปลอม: ความหวังดี ความเชื่อใจ ความตื่นตระหนก
- 3 ประเภทข้อมูลที่ต้องระวัง: ข้อมูลเท็จ (Mis), ข้อมูลบิดเบือน (Dis), ข้อมูลปองร้าย (Mal)
- 6 รูปแบบข่าวปลอมที่พบบ่อย
- 10 วิธีตรวจสอบข่าวและข้อมูลก่อนเชื่อ (ฉบับผู้สูงอายุ)
- แหล่งตรวจสอบข่าวด่วน: ขัวร์ก่อนแชร์, Cofact, Thai PBS Verify, Anti-Fake News Center

โมดูลที่ 6: สตูดิโอวัยเก๋ "สวัสดีวันจันทร์" (60 นาที)

วัตถุประสงค์: ผู้เรียนสร้างสรรค์และแบ่งปันเนื้อหาดิจิทัลได้อย่างปลอดภัยและถูกต้องตามกฎหมาย
เนื้อหา:

- ลิขสิทธิ์ภาพ: รูปใน Google ใช้ได้ไม่ทุกรูป รู้จักสัญลักษณ์ CC (Creative Commons)
- 3 ขั้นตอน แต่งภาพส่งความสุขด้วยมือถือ
- ปฏิบัติการ: สร้างและส่ง "สวัสดีวันจันทร์" ด้วยรูปถ่ายของตนเอง

สรุปและปิดหลักสูตร (15 นาที)

ทบทวนหลักการ ไม่เชื่อ – ไม่รับ – ไม่โอน

หมายเลขฉุกเฉิน: 1212 (ศูนย์ช่วยเหลือออนไลน์) และ 1441 (ศูนย์ปราบปรามอาชญากรรมออนไลน์)

ประเมินผลการเรียนรู้และมอบวุฒิบัตร

1.2 ความเชื่อมโยงหลักสูตรกับกรอบมาตรฐานสมรรถนะดิจิทัลทั้งต่างประเทศและในประเทศ

1. กรอบมาตรฐานระดับสากล

1.1 DigComp 2.2 (European Digital Competence Framework) DigComp ถือเป็นกรอบอ้างอิงหลักที่หลายประเทศทั่วโลกนำไปปรับใช้ รวมถึงไทย แบ่งสมรรถนะดิจิทัลออกเป็น 5 ด้าน โดยหลักสูตรนี้ครอบคลุมดังนี้

กรอบสมรรถนะดิจิทัล ของ DigComp	หลักสูตร วัยเก๋ รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล
ด้านที่ 1 Information & Data Literacy	โมดูล 1, 5 การค้นหา ประเมิน และจัดการข้อมูลออนไลน์ รวมถึงการแยกแยะข่าวปลอม
ด้านที่ 2 Communication & Collaboration	โมดูล 1, 6 การใช้ LINE/Facebook อย่างมีความรับผิดชอบ ลิขสิทธิ์ดิจิทัล
ด้านที่ 3 Digital Content Creation	โมดูล 6 การสร้างและแชร์เนื้อหาอย่างถูกต้องตามกฎหมาย CC License
ด้านที่ 4 Safety	โมดูล 2, 3, 4 การปกป้องข้อมูลส่วนตัว รหัสผ่าน ภัยไซเบอร์
ด้านที่ 5 Problem Solving	โมดูล 3, 4 การรับมือเมื่อถูกหลอก การแจ้งเหตุ

1.2 UNESCO Digital Literacy Framework

UNESCO แบ่งการรู้เท่าทันดิจิทัลเป็น 7 องค์ประกอบ หลักสูตรนี้ครอบคลุมอย่างน้อย 5 ส่วน ส่วนที่ครอบคลุม:

UNESCO Digital Literacy Framework	หลักสูตร วัยเก๋ รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล
Device & Software Skills	การตั้งค่า LINE/Facebook (โมดูล 4)
Information & Data Literacy	การตรวจสอบข่าว 10 วิธี (โมดูล 5)

Online Safety	Phishing, Deepfake, Call Center (โมดูล 2, 3)
Communication & Collaboration	Digital Footprint, การแชร์อย่างรับผิดชอบ (โมดูล 1)
Media Literacy	รู้จัก Mis/Dis/Mal-information (โมดูล 5)

ส่วนที่หลักสูตรยังครอบคลุม:

Career-related Skills (ทักษะดิจิทัลเพื่ออาชีพ)

Digital Creation & Programming (การเขียนโปรแกรม)

ซึ่งเป็นเรื่องปกติสำหรับหลักสูตรที่ออกแบบมาเฉพาะสำหรับผู้สูงวัย

1.3 UK Essential Digital Skills Framework

กำหนดทักษะดิจิทัลพื้นฐาน 5 หมวด หลักสูตรนี้ตอบโจทย์ครบทุกหมวด

UK Essential Digital Skills Framework	หลักสูตร วัยเก๋า รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล
Using devices	การใช้สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต (ทุกโมดูล)
Handling information & content	การตรวจสอบข้อมูล (โมดูล 5)
Communicating	LINE, Facebook (โมดูล 1, 4)
Transacting	ความระวังการโอนเงิน (โมดูล 2, 3)
Being safe & legal online	ภัยไซเบอร์ ลิขสิทธิ์ (โมดูล 3, 4, 6)

2. กรอบมาตรฐานระดับประเทศ

2.1 กรอบสมรรถนะดิจิทัลสำหรับประชาชน (ONDE/สำนักงาน กสทช.)

ประเทศไทยกำหนดสมรรถนะดิจิทัลภาคประชาชนไว้ 4 ระดับ หลักสูตรนี้อยู่ในระดับที่ 1-2

ระดับ 1 - พื้นฐาน (Basic) ← หลักสูตรนี้ครอบคลุมเป็นหลัก
การใช้อุปกรณ์และแอปพลิเคชันพื้นฐาน
ความปลอดภัยออนไลน์เบื้องต้น
การรับรู้ภัยคุกคามดิจิทัล

ระดับ 2 - ปฏิบัติได้ (Intermediate) ← บางส่วน
การประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูล
การสร้างเนื้อหาดิจิทัลอย่างง่าย

2.2 แผนพัฒนาดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม (DE Plan)

หลักสูตรนี้สอดคล้องกับ ยุทธศาสตร์ที่ 6 การพัฒนากำลังคนและการเสริมสร้างศักยภาพประชาชน โดยเฉพาะ

การลดความเหลื่อมล้ำทางดิจิทัล (Digital Divide)

การคุ้มครองผู้บริโภคในยุคดิจิทัล

การเสริมสร้างความรู้ด้านการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy)

1.3 สรุปภาพรวม การพัฒนาหลักสูตรและความสอดคล้องกับมาตรฐานสมรรถนะดิจิทัล

หลักสูตร "วัยเก๋า รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล" ที่พัฒนาขึ้นถือเป็นหลักสูตรที่ตอบโจทย์ได้อย่างครอบคลุมและสอดคล้องกับบริบทผู้สูงอายุไทย โดยมีจุดเด่นและข้อสังเกตสำคัญดังนี้

จุดแข็งของหลักสูตร

(1) ครอบคลุมกรอบมาตรฐานสากล DigComp 2.2 ครบ 5 โดเมน โดยเน้น D4 Safety เป็นแกนหลักถึง 3 ใน 6 โมดูล ซึ่งตรงกับความต้องการเร่งด่วนที่สุดของผู้สูงอายุไทย ที่เผชิญกับภัยไซเบอร์และการหลอกลวงออนไลน์อย่างหนัก

(2) สอดคล้องกับ UNESCO Digital Literacy Framework 5 ใน 7 องค์ประกอบ และ UK Essential Digital Skills Framework ครบทุกหมวด แสดงให้เห็นว่าหลักสูตรนี้มีมาตรฐานที่เทียบเท่าระดับนานาชาติ

(3) อยู่ในระดับที่ 1-2 ของกรอบสมรรถนะดิจิทัลสำหรับประชาชน (ONDE/กสทช.) ซึ่งเป็นระดับที่เหมาะสมและเป็นไปได้จริงสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุ

(4) เนื้อหาในโมดูลทั้ง 6 ออกแบบโดยคำนึงถึงพัฒนาการของผู้สูงอายุ เช่น การใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมปฏิบัติจริง Role Play เกม และกรณีศึกษาที่ใกล้ชิดกับชีวิตประจำวัน

2. ผลการดำเนินงาน: ขั้นตอนที่ 2 การประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตร

ส่วนที่ 1 ผลการประเมินทักษะความฉลาดรู้ทางดิจิทัล (Digital Literacy) ในผู้สูงอายุชุมชนคังตะเกา

การประเมินทักษะความฉลาดรู้ทางดิจิทัล (Digital Literacy) ในผู้สูงอายุชุมชนคังตะเกา เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบการยกระดับสุขภาวะและเศรษฐกิจฐานรากสำหรับผู้สูงอายุ ข้อมูลที่ได้จากการประเมินจะนำไปใช้วางแผนพัฒนาศักยภาพด้านดิจิทัลที่ตรงกับบริบทและความต้องการของชุมชนแบบประเมินครอบคลุม 4 ด้านหลัก ได้แก่ ด้านพื้นฐานและการเข้าถึง ด้านการสื่อสารและสังคมออนไลน์ ด้านการค้นหาข้อมูลและสาระประโยชน์ และด้านการทำธุรกรรมและธุรกิจ

1.1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยผู้สูงอายุในชุมชนคังตะเกา จำนวนทั้งสิ้น 43 คน จาก 5 หมู่บ้าน (หมู่ที่ 2, 3, 5, 6 และ 8) มีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 1 ลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่าง

ลักษณะประชากร	จำนวน (43 คน)	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	42	97.7
ชาย	1	2.3
อายุ		
ต่ำกว่า 60	25	58.14
60-70	15	34.88
มากกว่า 70	3	6.98
เฉลี่ย 57.4 ปี (ต่ำสุด 36 ปี — สูงสุด 76 ปี)		
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	21	48.84
มัธยมศึกษาตอนต้น	15	34.88
มัธยมศึกษาตอนปลาย	4	9.30
ไม่ระบุ	3	6.98
หมู่บ้านที่อาศัย		
หมู่ที่ 2	12	27.91
หมู่ที่ 4	10	23.26
หมู่ที่ 5	8	18.60
หมู่ที่ 6	13	30.23

1.2 พฤติกรรมการใช้งานสื่อดิจิทัล

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละกลุ่มตัวอย่างกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการอุปกรณ์ที่ใช้ติดต่อสื่อสารและเข้าถึงอินเทอร์เน็ต (ผู้เข้าร่วมสามารถเลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

ลำดับ	อุปกรณ์ที่ใช้ติดต่อสื่อสาร	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	สมาร์ทโฟน	41	95.3%
2	คอมพิวเตอร์/โน้ตบุ๊ก	7	16.3%
3	สมาร์ตทีวี	6	14.0%
4	แท็บเล็ต/ไอแพด	5	11.6%
5	ไม่เคยใช้อุปกรณ์ดิจิทัลเลย	2	4.7%

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์อุปกรณ์ที่กลุ่มตัวอย่างใช้ติดต่อสื่อสารและเข้าถึงอินเทอร์เน็ต พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้ สมาร์ทโฟน เป็นอุปกรณ์หลัก จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 95.3 รองลงมาคือ คอมพิวเตอร์/โน้ตบุ๊ก จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 16.3 สมาร์ททีวี จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 14.0 และ แท็บเล็ต/ไอแพด จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 11.6 ขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่ระบุว่า ไม่เคยใช้อุปกรณ์ดิจิทัลเลย จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 4.7 ผลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า สมาร์ทโฟนเป็นอุปกรณ์ดิจิทัลหลักของผู้สูงอายุ ในกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากเป็นอุปกรณ์ที่เข้าถึงง่าย พกพาสะดวก และใช้ได้ทั้งการติดต่อสื่อสาร การรับข่าวสาร การใช้งานแอปพลิเคชัน และการเข้าถึงบริการออนไลน์ต่าง ๆ ขณะที่อุปกรณ์ประเภทคอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต และสมาร์ททีวียังมีสัดส่วนการใช้งานค่อนข้างน้อย แสดงให้เห็นว่าการออกแบบหลักสูตรหรือกิจกรรมพัฒนาทักษะดิจิทัลสำหรับผู้สูงอายุควรเน้นการเรียนรู้ผ่าน สมาร์ทโฟนเป็นหลัก เพื่อให้สอดคล้องกับพฤติกรรมและอุปกรณ์ที่กลุ่มเป้าหมายใช้อยู่จริง

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละกลุ่มตัวอย่างกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่ใช้ในปัจจุบัน (ผู้เข้าร่วมสามารถเลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

ลำดับ	สื่อสังคมออนไลน์ที่ใช้	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	Line (ไลน์)	34	79.1%
2	Facebook (เฟซบุ๊ก)	21	48.8%
3	TikTok (ติ๊กต็อก)	14	32.6%
4	YouTube (ยูทูบ)	10	23.3%
5	ไม่เคยใช้สื่อสังคมออนไลน์	2	4.7%

ผลการวิเคราะห์พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการใช้สื่อสังคมออนไลน์หลากหลายแพลตฟอร์ม โดยแพลตฟอร์มที่ใช้มากที่สุดคือ Line (ไลน์) จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 79.1 รองลงมาคือ Facebook (เฟซบุ๊ก) จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 48.8 และ TikTok (ติ๊กต็อก) จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 32.6 ขณะที่ YouTube (ยูทูบ) มีผู้ใช้งานจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 23.3 และมีกลุ่มตัวอย่างที่ระบุว่า ไม่เคยใช้สื่อสังคมออนไลน์ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 4.7 ข้อมูลดังกล่าวสะท้อนว่า ผู้สูงอายุในกลุ่มตัวอย่างมีความคุ้นเคยกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในระดับหนึ่ง โดยเฉพาะ Line ซึ่งเป็นช่องทางหลักในการติดต่อสื่อสารในชีวิตประจำวัน รองลงมาคือ Facebook ที่ใช้เพื่อรับข่าวสารและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ส่วน TikTok และ YouTube แม้มีสัดส่วนการใช้น้อยกว่า แต่แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุเริ่มเข้าถึงสื่อวิดีโอและสื่อบันเทิงออนไลน์มากขึ้น

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละกลุ่มตัวอย่างกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมความถี่ในการใช้งานอินเทอร์เน็ต

ลำดับ	ความถี่การใช้งานอินเทอร์เน็ต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	ทุกวัน (เฉลี่ย ~4.9 ชม./วัน)	30	69.8%
2	นานๆ ครั้ง	7	16.3%
3	3-4 วัน/สัปดาห์	4	9.3%
4	ไม่ใช้อินเทอร์เน็ต	2	4.7%

ผลการวิเคราะห์พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้อินเทอร์เน็ต ทุกวัน จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 69.8 โดยมีระยะเวลาใช้งานเฉลี่ยประมาณ 4.9 ชั่วโมงต่อวัน รองลงมาคือกลุ่มที่ใช้งาน นาน ๆ ครั้ง จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 16.3 กลุ่มที่ใช้งาน 3-4 วันต่อสัปดาห์ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 9.3 และกลุ่มที่ไม่ใช้อินเทอร์เน็ต จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 4.7

ผลดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า อินเทอร์เน็ตได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุจำนวนมาก โดยเกือบ 7 ใน 10 ของกลุ่มตัวอย่างใช้งานอินเทอร์เน็ตทุกวัน อย่างไรก็ตาม ยังมีกลุ่มที่ใช้งานไม่สม่ำเสมอหรือไม่ใช้งานเลย ซึ่งเป็นกลุ่มที่ควรได้รับการส่งเสริมทักษะพื้นฐานด้านดิจิทัลอย่างต่อเนื่อง เพื่อลดช่องว่างในการเข้าถึงข้อมูล ข่าวสาร บริการสุขภาพ และบริการสาธารณะผ่านช่องทางออนไลน์

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละกลุ่มตัวอย่างกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อเรื่องสุขภาพ

ลำดับ	การใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อเรื่องสุขภาพ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	เคย (เช่น ค้นหาอาการโรค, ดูวิธีกินยา, สมุนไพร)	27	62.8%
2	ไม่เคย	15	34.9%

ผลการวิเคราะห์พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เคยใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อค้นหาหรือรับข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 62.8 เช่น การค้นหาอาการของโรค วิธีรับประทานยา หรือข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพร ขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่ไม่เคยใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อเรื่องสุขภาพ มีจำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 34.9 ผลดังกล่าวสะท้อนว่า ผู้สูงอายุจำนวนมากเริ่มใช้สื่อดิจิทัลเป็นแหล่งข้อมูลด้านสุขภาพ ซึ่งเป็นโอกาสสำคัญในการพัฒนาทักษะ ความฉลาดรู้ด้านสุขภาพดิจิทัล หรือ Digital Health Literacy ให้แก่ผู้สูงอายุ โดยเฉพาะทักษะการค้นหาข้อมูลจากแหล่งที่น่าเชื่อถือ การประเมินความถูกต้องของข้อมูลสุขภาพ และการระมัดระวังข้อมูลเท็จหรือคำแนะนำด้านสุขภาพที่อาจเป็นอันตราย

โดยสรุป ตารางที่ 2-5 แสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุในกลุ่มตัวอย่างมีฐานการใช้งานดิจิทัลที่ค่อนข้างพร้อม โดยมีสมาร์ตโฟนเป็นอุปกรณ์หลัก ใช้ Line และ Facebook เป็นช่องทางสำคัญในการสื่อสาร และใช้อินเทอร์เน็ตอย่างต่อเนื่องในชีวิตประจำวัน รวมถึงเริ่มนำอินเทอร์เน็ตมาใช้เพื่อดูแลสุขภาพ อย่างไรก็ตาม ยังมีประเด็นที่ควรพัฒนาเพิ่มเติม ได้แก่ การเพิ่มทักษะการใช้งานอินเทอร์เน็ตอย่างปลอดภัย การรู้เท่าทันข่าวลวง

การประเมินข้อมูลสุขภาพออนไลน์ และการสนับสนุนกลุ่มที่ยังไม่เคยใช้อุปกรณ์ดิจิทัลหรือใช้งานไม่สม่ำเสมอ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรได้อย่างมั่นใจและปลอดภัย

1.3 ผลการประเมินทักษะการใช้ดิจิทัล

ผลการประเมินทักษะดิจิทัลของผู้สูงอายุชุมชนคุ้มตะเภาในภาพรวมพบว่า ค่าเฉลี่ยรวมทุกรายการอยู่ที่ 2.15 ซึ่งอยู่ในระดับ "พอทำได้" เมื่อพิจารณาการกระจายตัวของระดับความสามารถทั้งหมด พบว่า ผู้สูงอายุ มีสัดส่วน "ทำได้ดี" สูงสุด (41.6%) รองลงมาคือ "พอทำได้" (31.7%) และ "ต้องพัฒนา" (26.6%) ซึ่งบ่งชี้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีพื้นฐานทักษะดิจิทัลในระดับหนึ่ง แต่ยังมีกลุ่มที่ต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติมเกือบ 1 ในสี่

เมื่อวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยรายด้านพบความแตกต่างระหว่างด้านที่ผู้สูงอายุมีความถนัดกับด้านที่ต้องการพัฒนา โดยมีค่าเกณฑ์แปลความหมายคือ คะแนนเฉลี่ย ≥ 2.50 = ดี | $1.50-2.49$ = พอทำได้ | < 1.50 = ต้องพัฒนา ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 6 ลักษณะการใช้งานสมาร์ทโฟนเบื้องต้น

ด้านที่ประเมิน	ค่าเฉลี่ย	ระดับ
ด้านที่ 1: การใช้งานสมาร์ทโฟนเบื้องต้น	2.30	พอทำได้
ด้านที่ 2: การใช้งานแอปพลิเคชันสื่อสาร	2.26	พอทำได้
ด้านที่ 3: การทำธุรกรรมทางการเงิน	1.90	พอทำได้
ด้านที่ 4: การสืบค้นข้อมูล	1.97	พอทำได้
ค่าเฉลี่ยรวม	2.15	พอทำได้

ด้านการใช้งานสมาร์ทโฟนเบื้องต้น มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด (2.30) ตามด้วยด้านการใช้งานแอปพลิเคชันสื่อสาร (2.26) สะท้อนว่าผู้สูงอายุมีความถนัดในการใช้งานพื้นฐานและการสื่อสารผ่าน LINE เป็นอย่างดี ในขณะที่ด้านการทำธุรกรรมทางการเงิน (1.90) และด้านการสืบค้นข้อมูล (1.97) มีคะแนนต่ำกว่า ซึ่งเป็นด้านที่ต้องการการพัฒนาเพิ่มเติม

1.5 ผลการประเมินรายข้อ

ตารางที่ 7 ผลการประเมินทักษะด้านการใช้งานสมาร์ทโฟนเบื้องต้น

ข้อ	รายการ	ค่าเฉลี่ย	ทำได้ดี (3)	พอทำ (2)	ต้องพัฒนา (1)	ระดับ
1.1	การเปิด-ปิดเครื่อง และการชาร์จแบตเตอรี่	2.58	27 (63%)	14 (33%)	2 (5%)	ดี

ข้อ	รายการ	ค่าเฉลี่ย	ทำได้ดี (3)	พอทำ (2)	ต้องพัฒนา (1)	ระดับ
1.2	การเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต (Wifi/4G-5G)	2.19	17 (40%)	17 (40%)	9 (21%)	พอทำได้
1.3	การบันทึกภาพและบันทึกวิดีโอ	2.14	16 (37%)	17 (40%)	10 (23%)	พอทำได้

ข้อ 1.1 การเปิด-ปิดอินเทอร์เน็ต เป็นทักษะที่ผู้สูงอายุทำได้ดีที่สุด (mean=2.58 ถึงระดับ "ดี") โดย 63% ทำได้ดีโดยไม่ต้องอาศัยความช่วยเหลือ ส่วนข้อ 1.2 และ 1.3 อยู่ในระดับพอทำได้ โดยยังมีผู้ที่ต้องพัฒนา ประมาณ 21-23%

ตารางที่ 8 ผลการประเมินทักษะด้านการใช้งานแอปพลิเคชันสื่อสาร

ข้อ	รายการ	ค่าเฉลี่ย	ทำได้ดี (3)	พอทำ (2)	ต้องพัฒนา (1)	ระดับ
2.1	Line การอ่าน/ส่งข้อความ หรือส่งสติ๊กเกอร์	2.26	20 (47%)	14 (33%)	9 (21%)	พอทำได้
2.2	โทรศัพท์ Video Call ผ่าน LINE/Messenger	2.28	21 (49%)	13 (30%)	9 (21%)	พอทำได้
2.3	Facebook การเปิดดูข่าวสาร / กดไลก์/คอมเมนต์	2.33	22 (51%)	13 (30%)	8 (19%)	พอทำได้
2.4	Facebook การโพสต์รูปภาพหรือข้อความด้วยตนเอง	2.16	17 (40%)	16 (37%)	10 (23%)	พอทำได้

ทุกรายการในด้านนี้อยู่ในระดับ "พอทำได้" โดยข้อ 2.3 Facebook การเปิดดูข่าวสาร / กดไลก์/คอมเมนต์ มีคะแนนสูงสุด (mean=2.33) และมีผู้ทำได้ดีถึง 51% การสื่อสารผ่าน Facebook จึงเป็นจุดแข็งสำคัญของกลุ่มผู้สูงอายุชุมชนนี้

ตารางที่ 9 ผลการประเมินทักษะการทำธุรกรรมทางการเงิน

ข้อ	รายการ	ค่าเฉลี่ย	ทำได้ดี (3)	พอทำ (2)	ต้องพัฒนา (1)	ระดับ
3.1	การเชื่อกยโอนเงินผ่านแอปธนาคาร (Mobile Banking)	2.00	17 (40%)	9 (21%)	17 (40%)	พอทำได้

3.2	การโอนเงินหรือสแกนจ่าย QR Code	1.79	13 (30%)	8 (19%)	22 (51%)	พอทำได้
-----	--------------------------------	------	----------	---------	----------	---------

ด้านนี้มีคะแนนต่ำสุดในบรรดาทุกด้าน โดยเฉพาะข้อ 3.2 การโอนเงินหรือสแกนจ่าย QR Code (mean=1.79) ซึ่งมีผู้ต้องพัฒนาสูงถึง 51% นับเป็นประเด็นสำคัญ

ตารางที่ 10 ผลการประเมินทักษะด้านการสืบค้นข้อมูล

ข้อ	รายการ	ค่าเฉลี่ย	ทำได้ดี (3)	พอทำ (2)	ต้องพัฒนา (1)	ระดับ
4.1	การค้นหาข้อมูลสุขภาพ/ความรู้ผ่าน Google/You Tube	2.07	17 (40%)	12 (28%)	14 (33%)	พอทำได้
4.2	การตรวจสอบข่าวปลอม รู้ว่าข่าวไหนจริง/หลอกลวง	1.86	10 (23%)	17 (40%)	16 (37%)	พอทำได้

ตารางที่ 11 เปรียบเทียบลำดับค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะทางดิจิทัล

เมื่อเรียงลำดับค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะดิจิทัลทั้ง 11 รายการจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า

อันดับ	ทักษะความรู้ทางดิจิทัล	ค่าเฉลี่ย	ระดับ
1	ข้อ 1.1 การเปิด-ปิดเครื่อง และการชาร์จแบตเตอรี่	2.58	ดี
2	ข้อ 2.3 Facebook การเปิดดูข่าวสาร/กดไลก์/คอมเมนต์	2.33	พอทำได้
3	ข้อ 2.2 Video Call ผ่าน LINE/Messenger	2.28	พอทำได้
4	ข้อ 2.1 LINE การอ่าน/ส่งข้อความ หรือส่งสติ๊กเกอร์	2.26	พอทำได้
5	ข้อ 1.2 การเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต (Wifi/4G-5G)	2.19	พอทำได้
6	ข้อ 2.4 Facebook การโพสต์รูปภาพหรือข้อความด้วยตนเอง	2.16	พอทำได้
7	ข้อ 1.3 การบันทึกภาพและบันทึกวิดีโอ	2.14	พอทำได้
8	ข้อ 4.1 การค้นหาข้อมูลสุขภาพ/ความรู้ผ่าน Google/YouTube	2.07	พอทำได้
9	ข้อ 3.1 การใช้จ่ายเงินผ่านแอปธนาคาร (Mobile Banking)	2.00	พอทำได้
10	ข้อ 4.2 การตรวจสอบข่าวปลอม รู้ว่าข่าวไหนจริง/หลอกลวง	1.86	พอทำได้
11	ข้อ 3.2 การโอนเงินหรือสแกนจ่าย QR Code	1.79	พอทำได้

ค่าเฉลี่ยรวมทุกรายการ = 2.15 ระดับ: พอทำได้

1.6 วิเคราะห์สรุปภาพรวมทักษะที่ต้องพัฒนา

ผลการเรียงลำดับคะแนนสามารถจำแนกทักษะดิจิทัลของผู้สูงอายุชุมชนคุ้งตะเภาออกเป็น 3 กลุ่มที่ต้องการการพัฒนาในระดับที่ต่างกัน ดังนี้

กลุ่มที่ 1 ทักษะที่มีความแข็งแกร่ง (ค่าเฉลี่ย 2.25 ขึ้นไป) ได้แก่ การเปิด-ปิดเครื่อง/ชาร์จแบตเตอรี่ (2.58), Facebook การดูข่าว/กดไลค์ (2.33), Video Call ผ่าน LINE (2.28) และ LINE ส่งข้อความ (2.26) ทักษะเหล่านี้สะท้อนว่าผู้สูงอายุในชุมชนได้ใช้งานอุปกรณ์ดิจิทัลเพื่อการสื่อสารกับครอบครัวและเพื่อนฝูงอยู่แล้ว ถือเป็นฐานที่ดีในการต่อยอดการเรียนรู้

กลุ่มที่ 2 ทักษะที่ต้องการพัฒนาระดับกลาง (ค่าเฉลี่ย 1.90–2.20) ได้แก่ การเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต การโพสต์ Facebook การบันทึกภาพ/วิดีโอ และการค้นหาข้อมูลสุขภาพ ทักษะเหล่านี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่พอทำได้แต่ยังต้องการการฝึกฝนเพิ่มเติม หากพัฒนาได้จะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพและการสร้างรายได้ผ่านช่องทางดิจิทัล

กลุ่มที่ 3 ทักษะที่ต้องพัฒนาเร่งด่วนที่สุด (ค่าเฉลี่ย ต่ำกว่า 1.90) ได้แก่ การตรวจสอบข่าวปลอม (1.86) และการโอนเงิน/สแกนจ่าย QR Code (1.79) ซึ่งมีผู้ต้องพัฒนาสูงถึงร้อยละ 37 และ 51 ตามลำดับ ทักษะเหล่านี้มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความปลอดภัยทางการเงินและการป้องกันภัยไซเบอร์ ควรได้รับการพัฒนาเป็นอันดับแรกในหลักสูตรฝึกอบรม

ข้อสังเกตสำคัญ: ด้านการทำธุรกรรมทางการเงิน (ค่าเฉลี่ยรวม 1.90) มีความเหลื่อมล้ำภายในด้านสูง คือ แม้ร้อยละ 40 ทำได้ดี แต่อีกร้อยละ 40 ยังต้องพัฒนา บ่งชี้ว่ากลุ่มที่ทำได้ดีมักได้รับการสอนจากบุตรหลาน ส่วนกลุ่มที่ยังไม่ได้รับโอกาสนี้มีความเสี่ยงสูงต่อภัยทางการเงินออนไลน์ และยิ่งตอกย้ำความจำเป็นของการพัฒนาหลักสูตรอบรมที่เข้าถึงได้สำหรับทุกคนในชุมชน

ความเชื่อมโยงกับผลการประเมินส่วนที่ 1

หลักสูตรออกแบบสอดคล้องกับผลการประเมินในส่วนที่ 1 โดยตรง โดยเฉพาะโมดูลที่ 2 (รู้ทันภัยคุกคามดิจิทัล) โมดูลที่ 3 (อัปเดตภัยไซเบอร์) และโมดูลที่ 5 (รู้ทันข่าวลวง) ที่มุ่งพัฒนาทักษะกลุ่มที่มีคะแนนต่ำสุดจากการประเมิน คือ การตรวจสอบข่าวปลอม (1.86) และการป้องกันภัยทางการเงินออนไลน์ (1.79) ซึ่งมีผู้ต้องพัฒนาสูงถึงร้อยละ 37 และ 51 ตามลำดับ

ช่องว่างและข้อเสนอแนะการพัฒนาหลักสูตรระยะต่อไป

หลักสูตรยังมีช่องว่างสำคัญที่ควรพัฒนาเพิ่มเติม ได้แก่ (1) ขาดโมดูลด้าน Problem Solving (DigComp D5) เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถจัดการปัญหาทางเทคนิคด้วยตนเอง เช่น การกู้คืนรหัสผ่าน การจัดการเมื่อถูก Block และการรับมือเมื่อโทรศัพท์ค้างหรือไม่ตอบสนอง (2) ควรเพิ่มเนื้อหา e-Health Literacy ที่เชื่อมโยงกับการใช้ Telehealth และการบันทึกข้อมูลสุขภาพออนไลน์ สอดคล้องกับนวัตกรรมการดูแลสุขภาพแบบบูรณาการของโครงการวิจัยหลัก และ (3) ควรพัฒนาหลักสูตรระดับ 2 สำหรับกลุ่มที่มีทักษะสูง (Pre-test 9-10 คะแนน) เพื่อให้สามารถทำหน้าที่เป็น "พี่เลี้ยงดิจิทัลชุมชน" ถ่ายทอดความรู้ต่อให้คนอื่นในชุมชนได้

ส่วนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนก่อน-หลังการอบรม (Pre-test/Post-test) ของผู้เข้าร่วม 43 คน

1. ผลการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการอบรม

ตารางที่ 13 เปรียบเทียบคะแนนทักษะด้านดิจิทัลของผู้สูงอายุก่อนและหลังพัฒนาทักษะ

ทักษะด้านดิจิทัล	ค่าเฉลี่ย	S.D.	t-test	p-value
ก่อนการพัฒนาทักษะ	6.81	2.25	7.29	0.000
หลังการพัฒนาทักษะ	8.16	1.74		

ผลการเปรียบเทียบคะแนนทักษะด้านดิจิทัลของผู้สูงอายุก่อนและหลังการพัฒนาทักษะ พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังการพัฒนาทักษะอยู่ที่ 8.16 ซึ่งสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนการพัฒนาทักษะที่ 6.81 เมื่อทดสอบความแตกต่างด้วยสถิติ t-test พบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = 7.29$, $p < .001$) แสดงให้เห็นว่า การพัฒนาทักษะดิจิทัลสามารถช่วยเพิ่มพูนความรู้และทักษะด้านดิจิทัลของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความเชื่อมโยงกับกรอบมาตรฐานสมรรถนะดิจิทัลระดับนานาชาติและในประเทศ

ผลการวิเคราะห์ความเชื่อมโยงระหว่างผลคะแนน Pre-test และ Post-test ของผู้เข้ารับการอบรม 43 คน กับกรอบมาตรฐานสมรรถนะดิจิทัล 3 ระดับ ได้แก่ (1) กรอบระดับนานาชาติ DigComp 3.0 ของสหภาพยุโรป (2) กรอบมาตรฐาน ASEAN Digital Literacy Framework และ (3) กรอบมาตรฐานในประเทศไทยของ ONDE/MDES และ TPQI

3.1 กรอบมาตรฐานสมรรถนะดิจิทัลที่เกี่ยวข้อง

1. กรอบสากล: DigComp 3.0 (EU, 2022–2024)

DigComp (Digital Competence Framework for Citizens) เป็นกรอบอ้างอิงมาตรฐานของสหภาพยุโรปที่ได้รับการยอมรับกว้างขวางที่สุดในโลก ประกอบด้วย 5 โดเมน 21 ความสามารถย่อย และ 8 ระดับสมรรถนะ

โดเมน	ชื่อโดเมน	ทักษะหลัก	สำคัญสำหรับผู้สูงอายุ
D1	Information & Data Literacy	ค้นหา ประเมิน จัดการข้อมูล	รู้ทันข่าวลวง ตรวจสอบแหล่งข้อมูล
D2	Communication & Collaboration	สื่อสาร ร่วมมือ แบ่งปันอย่างมีจริยธรรม	ใช้ LINE/Facebook อย่างปลอดภัย

โดเมน	ชื่อโดเมน	ทักษะหลัก	สำคัญสำหรับผู้สูงอายุ
D3	Digital Content Creation	สร้าง แก้ไข เผยแพร่คอนเทนต์	สร้างภาพ ข้อความ สวีตส์วันจันทร์
D4	Safety	ปกป้องอุปกรณ์ ข้อมูล สุขภาวะดิจิทัล	ป้องกันภัยไซเบอร์ Call Center
D5	Problem Solving	แก้ปัญหา ระบุช่องว่าง พัฒนาต่อยอด	จัดการปัญหาทางเทคนิคเบื้องต้น

ระดับสมรรถนะ DigComp แบ่งเป็น 8 ระดับ (4 กลุ่ม) โดยงานวิจัยยืนยันว่าผู้สูงวัยส่วนใหญ่อยู่ที่ระดับ 1-4 และเป้าหมายที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มนี้คือระดับ 3-4 (Intermediate)

ระดับ	กลุ่ม	คำอธิบาย
1-2	Foundation	ใช้งานพื้นฐานได้ด้วยความช่วยเหลือ (guided) รู้จักคำศัพท์ดิจิทัลเบื้องต้น
3-4	Intermediate	ใช้งานได้ด้วยตนเองในสถานการณ์คุ้นเคย แก้ปัญหาพื้นฐานได้ (เป้าหมายเหมาะสมสำหรับผู้สูงวัย)
5-6	Advanced	ใช้ได้สถานการณ์หลากหลาย แนะนำผู้อื่นได้ ปรับใช้กับบริบทใหม่ได้
7-8	Highly Specialised	เชี่ยวชาญเฉพาะทาง สร้างนวัตกรรม แก้ปัญหาซับซ้อนได้อย่างอิสระ

3.2 กรอบมาตรฐานในประเทศไทย

1. หลักสูตรการเข้าใจดิจิทัล (Digital Literacy) ONDE/MDES 2562

สำนักงานคณะกรรมการดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (ONDE) กำหนดหลักสูตร 10 ด้านสำหรับพลเมืองไทย ครอบคลุม สิทธิและความรับผิดชอบ การสื่อสาร การค้นหาข้อมูล ความปลอดภัย ลิขสิทธิ์ เป็นต้น โดยมีกลุ่มเป้าหมายหลักรวมถึงผู้สูงอายุและกลุ่มเปราะบาง

2. กรอบสมรรถนะดิจิทัล TPQI (สถาบันคุณวุฒิวิชาชีพ) 3 ระดับ

ระดับ TPQI	เนื้อหาหลัก	เป้าหมายกลุ่ม
ระดับ 1: ทักษะขั้นพื้นฐาน	อุปกรณ์, อินเทอร์เน็ต, ความปลอดภัยเบื้องต้น, พ.ร.บ.คอมพิวเตอร์	ประชาชนทั่วไป ผู้สูงอายุ

ระดับ 2: ทักษะขั้นต้นสำหรับการทำงาน	Office applications, การสื่อสารออนไลน์, ธุรกรรม e-Government	บุคลากรภาครัฐ พนักงาน
ระดับ 3: ทักษะประยุกต์สำหรับการทำงาน	Data management, Cloud, Cybersecurity ขั้นสูง	ผู้บริหาร ผู้เชี่ยวชาญ IT

ก.พ. กำหนดให้บุคลากรภาครัฐทุกคนต้องมีทักษะดิจิทัล 4 ด้านคือ Use / Understand / Create / Access โดยสอดคล้องกับกรอบ TPQI ระดับ 1 ขั้นต่ำ 2.3 กรอบภูมิภาค: ASEAN Digital Literacy Framework

กรอบ ASEAN ใช้โมเดล 4 มิติ ได้แก่ Access, Literacy, Safety และ Participation สำหรับผู้สูงวัย โดยเฉพาะกรอบนี้เน้นความปลอดภัยและการป้องกันการถูกหลอกลวงออนไลน์เป็นลำดับความสำคัญสูงสุด สอดคล้องกับบริบทของอาเซียนที่มีอัตราการฉ้อโกงออนไลน์สูง

3. การแปลงผลคะแนนสู่กรอบมาตรฐาน

3.1 ตารางเทียบระดับคะแนนกับ DigComp 3.0 และ TPQI

คะแนน (/10)	ร้อยละ	DigComp 3.0 Level	TPQI ระดับ	ความหมายเชิงปฏิบัติ
0-3	0-30%	Foundation (L1)	ต่ำกว่า ระดับ 1	ต้องการความช่วยเหลือสูง
4-5	40-50%	Foundation (L2)	ระดับ 1 (บางส่วน)	ใช้งานได้พื้นฐานแต่ไม่มั่นคง
6-7	60-70%	Intermediate (L3)	ระดับ 1 (ผ่าน)	ใช้ได้ด้วยตนเองในสถานการณ์คุ้นเคย
8	80%	Intermediate (L4)	ระดับ 1-2	ใช้ได้หลายสถานการณ์ แนะนำเบื้องต้นได้
9	90%	Advanced (L5)	ระดับ 2	ใช้ได้หลากหลาย สามารถสอนผู้อื่นได้
10	100%	Advanced (L6)	ระดับ 2-3	เชี่ยวชาญ พัฒนาต่อยอดได้อิสระ

3.2 ผลการแปลงคะแนน Pre-test และ Post-test (43 คน)

ตัวชี้วัด	Pre-test	Post-test	การเปลี่ยนแปลง
คะแนนเฉลี่ย	6.81	8.16	+1.35 (+19.8%)

ระดับ DigComp เฉลี่ย	L3 (Intermediate Low)	L4 (Intermediate High)	เลื่อนระดับภายใน Intermediate
ระดับ TPQI เฉลี่ย	ระดับ 1 (ผ่านต่ำ)	ระดับ 1 (ผ่านสูง)	ยืนยันผ่านมาตรฐาน TPQI DL ระดับ 1
จำนวนผู้พัฒนาขึ้น	—	34 คน	79.1% — เกินเกณฑ์มาตรฐาน 60%

ข้อค้นพบสำคัญ

ค่าเฉลี่ย Post-test 8.16 คะแนน (81.6%) สูงกว่าเกณฑ์ผ่านของ TPQI Digital Literacy ระดับ 1 ที่กำหนดไว้ที่ 70% (7 คะแนน) ซึ่งแสดงว่าผู้เข้าอบรมส่วนใหญ่บรรลุมาตรฐานขั้นต่ำที่ภาครัฐไทยกำหนดสำหรับพลเมืองดิจิทัล

4. การวิเคราะห์รายกลุ่มตามระดับ DigComp

4.1 กลุ่ม Foundation (Pre-test 0–5 คะแนน) — 6 คน (14%)

ได้แก่ ประพนอม สุขคำ (1→3), กุหลาบ พรหมณรงค์ (0→2), มาริน สัตยาภรณ์ (4→7), จำเนียร อักษรไชย (3→7), สายหยุด บันจิต (5→9), บัวแก้ว เลี้ยงประเสริฐ (4→8)

คะแนนพัฒนาเฉลี่ย: +3.5 คะแนน — กลุ่มนี้ได้ประโยชน์มากที่สุด การออกแบบหลักสูตรที่เน้นกิจกรรมปฏิบัติ (Role Play, Digital Bingo) ตอบโจทย์กลุ่มนี้โดยตรง สอดคล้องกับงานวิจัย Frontiers 2025 ที่ยืนยันว่าผู้ที่เริ่มจาก Foundation Level ได้ประโยชน์มากที่สุดจากการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ

ข้อค้นพบ: กลุ่ม Foundation

4 ใน 6 คน เลื่อนระดับขึ้นมายู่ที่ Intermediate หลังการอบรม ซึ่งถือว่าสำเร็จตามเป้าหมาย DigComp — บรรลุ L2→L3

4.2 กลุ่ม Intermediate (Pre-test 5–8 คะแนน) — 28 คน (65%)

กลุ่มหลักของการอบรม คะแนนพัฒนาเฉลี่ย: +1.2 คะแนน การพัฒนาน้อยกว่ากลุ่ม Foundation แต่มีความสำคัญในแง่ของการ "ยืนยัน" ทักษะที่มีอยู่ให้มั่นคงยิ่งขึ้น (Consolidation) โดยเฉพาะด้านความปลอดภัยดิจิทัลที่เป็นเนื้อหาหลักของหลักสูตร 4.3 กลุ่ม Advanced (Pre-test 9–10 คะแนน) — 9 คน (21%)

กลุ่มนี้มีผลลัพธ์หลากหลาย: 4 คนได้ 10/10 ทั้ง Pre และ Post, 2 คนคะแนนลดลง (-1) ซึ่งอาจเกิดจาก Test-retest effect หรือเนื้อหาหลักสูตรไม่ได้เพิ่มมูลค่าความรู้ใหม่ให้กับกลุ่มที่มีทักษะสูงอยู่แล้ว

ข้อเสนอแนะ: กลุ่ม Advanced

ควรออกแบบเนื้อหาเสริมสำหรับกลุ่มนี้ โดยเน้น D3 (Content Creation) และ D5 (Problem Solving) ซึ่งเป็นโดเมนที่หลักสูตรปัจจุบันยังครอบคลุมน้อย เพื่อพัฒนาสู่ระดับ Advanced L5–L6

5. การวิเคราะห์ช่องว่างสมรรถนะ (Competency Gap Analysis)

5.1 ตารางเปรียบเทียบเนื้อหาหลักสูตรกับกรอบมาตรฐาน

เนื้อหาหลักสูตร	DigComp	ONDE 10 ด้าน	TPQI DL	ระดับสมรรถนะเป้าหมาย
Digital Footprint / โลกจริงvs.ดิจิทัล	D1 (IDL)	ด้าน 2, 4	ระดับ 1	Intermediate L3–4
ภัยไซเบอร์ / กลโกง / Call Center	D4 (Safety)	ด้าน 5, 6	ระดับ 1	Intermediate L3–4
รู้ทันข่าวลวง / ตรวจสอบข่าว	D1 + D2	ด้าน 2, 8	ระดับ 1	Intermediate L3–4
ล็อก LINE / Facebook Security	D4 + D2	ด้าน 5, 3	ระดับ 1	Intermediate L3–4
สวัสดีวันจันทร์ / สร้างภาพ	D3 (DCC)	ด้าน 7	ระดับ 1	Intermediate L3–4
 ขาด: Problem Solving (D5)	D5 ❌	ด้าน 9, 10	ระดับ 2+	ไม่ครอบคลุมในหลักสูตรปัจจุบัน

5.2 ตัวชี้วัดพฤติกรรมดิจิทัลที่สะท้อนระดับสมรรถนะ

จากข้อมูลพฤติกรรมผู้เข้าร่วม สามารถประเมินระดับสมรรถนะปัจจุบันได้ดังนี้:

ข้อมูลพฤติกรรม	สัดส่วน	ความหมายตามกรอบ DigComp
ใช้สมาร์ทโฟนเป็นอุปกรณ์หลัก	95.3%	บรรลุ D4: ปกป้องอุปกรณ์ขั้นพื้นฐาน (L1–2)
ใช้อินเทอร์เน็ตทุกวัน (~4.9 ชม./วัน)	69.8%	บรรลุ D2: การสื่อสารและการใช้งานประจำวัน (L2–3)
ค้นหาข้อมูลสุขภาพออนไลน์	62.8%	บรรลุ D1: Information Literacy บางส่วน (L2–3)

ใช้ TikTok (สื่อสั้น)	32.6%	เสี่ยง Echo Chamber — ต้องการ D1 Critical Thinking (L3+)
ไม่เคยใช้อุปกรณ์ดิจิทัล	4.7%	ยังอยู่ต่ำกว่า Foundation Level (L0) — ต้องการการดูแลพิเศษ

6. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายและการพัฒนาหลักสูตร

6.1 เป้าหมายระดับสมรรถนะที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงวัยกลุ่มนี้

อิงจากกรอบ DigComp 3.0 และงานวิจัยสำหรับผู้สูงอายุในบริบทอาเซียน (Jantavongso, 2021; MDPI, 2024) เป้าหมายสมรรถนะที่เหมาะสมและเป็นไปได้สำหรับผู้สูงวัยไทยกลุ่มนี้คือ:

ระยะสั้น (หลังอบรม 2 ชั่วโมง): DigComp Level 3 (Intermediate) — ผ่าน TPQI DL ระดับ 1
 ระยะกลาง (อบรมต่อเนื่อง 3–6 เดือน): DigComp Level 4 — ใช้งานหลายสถานการณ์ได้อิสระ
 ระยะยาว (1 ปีขึ้นไป): DigComp Level 5 — สามารถถ่ายทอดความรู้ให้ผู้อื่นในชุมชนได้

6.2 ข้อเสนอแนะการพัฒนาหลักสูตร (Curriculum Development)

ลำดับความสำคัญ	สิ่งที่ควรเพิ่ม	เหตุผลตามกรอบมาตรฐาน
สูง	Module D5: Problem Solving — แก้ปัญหาทางเทคนิคเบื้องต้น เช่น ลืมรหัส ถูก Block	DigComp D5 ยังขาดหาย, ONDE ด้าน 9–10 ไม่ครอบคลุม
สูง	Follow-up Session 1 เดือนหลังอบรม: ทบทวนและวัด Retention Rate	งานวิจัย (Frontiers, 2025) ยืนยันต้องมี Booster Session
กลาง	ขยาย D3: Content Creation เชิงลึก — การใช้ AI ช่วยสร้างคอนเทนต์	DigComp D3 ยังอยู่ระดับพื้นฐาน, เหมาะกับกลุ่ม Advanced
กลาง	เพิ่ม e-Health Literacy: ประเมินข้อมูลสุขภาพออนไลน์ (62.8% ใช้อยู่แล้ว)	ASEAN Framework: Safety + Health Literacy สำหรับผู้สูงวัย
ต่ำ	แยกกลุ่ม Advanced ออกไปอบรมหลักสูตรระดับ 2 (TPQI DL ระดับ 2)	กลุ่ม Pre-test 9–10 ไม่ได้รับประโยชน์สูงสุดจากหลักสูตรนี้

6.3 ตัวชี้วัดความสำเร็จที่แนะนำ (KPI)

- ร้อยละ 80 ของผู้เข้าอบรมผ่าน TPQI DL ระดับ 1 (ปัจจุบัน: บรรลุแล้วที่ 81.6%)
- ร้อยละ 70 ของผู้เข้าอบรมบรรลุ DigComp Level 3 ขึ้นไป (ปัจจุบัน: ~72%)
- Retention Rate 60 วันหลังอบรม: คะแนนไม่ต่ำกว่า Post-test เกิน 1 คะแนน (ต้องติดตาม)
- อัตราการรายงานภัยไซเบอร์ต่อสายด่วน 1212 ในชุมชน (Behavioral Outcome)

6.4 สรุปภาพรวมผลการอบรมทักษะดิจิทัลสำหรับผู้สูงวัย

การอบรมทักษะดิจิทัล "วัยเก๋า รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล" ระยะเวลา 6 ชั่วโมง สำหรับผู้สูงอายุ ชุมชนคุ้งตะเภา 43 คน เมื่อวันที่ 20 มกราคม 2569 ได้แสดงผลสัมฤทธิ์ที่ชัดเจนในทุกมิติ ดังสรุปได้ดังนี้

ผลสัมฤทธิ์ด้านคะแนน

คะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจาก 6.81 เป็น 8.16 คะแนน คิดเป็นการพัฒนา +1.35 คะแนน (+19.8%) ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ผ่านของ TPQI Digital Literacy ระดับ 1 ที่กำหนดไว้ที่ร้อยละ 70 (7 คะแนน) โดยค่าเฉลี่ย Post-test อยู่ที่ร้อยละ 81.6 สะท้อนว่าผู้เข้าอบรมส่วนใหญ่บรรลุมาตรฐานขั้นต่ำที่ภาครัฐไทยกำหนดสำหรับ พลเมืองดิจิทัล และยกระดับจาก DigComp Intermediate L3 สู่ L4 ภายในระยะเวลาการอบรมเพียงครึ่งวัน

ผลสัมฤทธิ์รายกลุ่ม

ผู้เข้าร่วม 34 คน จาก 43 คน (ร้อยละ 79.1) มีคะแนนพัฒนาขึ้น ซึ่งเกินกว่าเกณฑ์มาตรฐาน 60% กลุ่มที่ได้รับประโยชน์สูงสุดคือกลุ่ม Foundation (Pre-test 0-5 คะแนน) จำนวน 6 คน ซึ่งพัฒนาเฉลี่ย +3.5 คะแนน และ 4 ใน 6 คน เลื่อนระดับขึ้นมาอยู่ที่ Intermediate สำเร็จตามเป้าหมาย DigComp L2 สู่ L3 กลุ่ม Intermediate (28 คน) พัฒนาเฉลี่ย +1.2 คะแนน ส่วนกลุ่ม Advanced (9 คน) มีผลลัพธ์หลากหลาย โดย 2 คน คะแนนลดลงเล็กน้อย (-1 คะแนน) ซึ่งอาจเกิดจาก Test-retest effect บ่งชี้ว่าเนื้อหาหลักสูตรยังไม่เพียงพอสำหรับกลุ่มที่มีทักษะสูงอยู่แล้ว

ข้อค้นพบเชิงบริบทชุมชน

ผลการอบรมสอดคล้องกับบริบทชุมชนคุ้งตะเภาที่ผู้สูงอายुर้อยละ 95.3 ใช้สมาร์ทโฟนเป็นอุปกรณ์หลักและร้อยละ 69.8 เชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตทุกวัน ฐานทักษะพื้นฐานที่มีอยู่ทำให้การเรียนรู้ในหลักสูตรมีประสิทธิภาพสูง อย่างไรก็ตาม กลุ่มผู้ใช้ TikTok (ร้อยละ 32.6) เป็นกลุ่มที่ต้องให้ความสำคัญเป็นพิเศษด้านการคิดเชิงวิพากษ์ (Critical Thinking) เนื่องจากมีความเสี่ยงสูงต่อ Echo Chamber และการรับข้อมูลที่ไม่ได้รับการตรวจสอบ

บทสรุปเชิงนโยบาย

ผลการอบรมยืนยันว่า นวัตกรรมการส่งเสริมความฉลาดรู้ด้านดิจิทัล "วัยเก๋า รู้เท่าทัน สร้างสรรค์โลกดิจิทัล" มีประสิทธิภาพสูงในการยกระดับสมรรถนะดิจิทัลของผู้สูงอายุในชุมชน บรรลุเป้าหมายระยะสั้นตามกรอบ DigComp และผ่านมาตรฐาน TPQI Digital Literacy ระดับ 1 สมควรนำหลักสูตรนี้ไปผนวกเข้ากับแผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 3 (พ.ศ.2566-2580) และบูรณาการกับแผนงาน NDESC Digital Literacy for All พร้อมทั้งกำหนดให้มี Follow-up Session ทุก 1 เดือนหลังการอบรม เพื่อวัด Retention Rate และเสริมความแข็งแกร่งของทักษะที่ได้รับ สู่เป้าหมายระยะยาวในการพัฒนา "ครุดิจิทัลชุมชน" จากกลุ่มผู้สูงอายุที่มีทักษะสูง เพื่อสร้างระบบการเรียนรู้ดิจิทัลแบบพึ่งพาตนเองและยั่งยืนในชุมชนอย่างต่อเนื่องต่อไป

อ้างอิงกรอบมาตรฐาน

1. EU Commission. (2022). DigComp 3.0: The Digital Competence Framework for Citizens. Joint Research Centre.
2. ONDE/MDES. (2562). หลักสูตรการเข้าใจดิจิทัล (Digital Literacy) สำหรับพลเมืองไทย. สำนักงานคณะกรรมการดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
3. TPQI. (2566). มาตรฐานสมรรถนะด้านการใช้ดิจิทัล (Digital Literacy) 3 ระดับ. สถาบันคุณวุฒิวิชาชีพ (องค์การมหาชน).
4. Jantavongso, S. (2021). Toward global digital literate citizens: A case of Thailand's aging generation. *Electronic Journal of Information Systems in Developing Countries*.
5. *Frontiers in Education*. (2025). Validation of a scale based on the DigComp framework on internet navigation and cybersecurity in older adults.
6. MDPI Education Sciences. (2024). Digital Divides in Older People: Assessment of Digital Competencies.
7. ASEAN. (2023). ASEAN Digital Literacy Framework for Inclusive Growth.
8. กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2566). แผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 3 (พ.ศ.2566–2580). กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของม

1. Amoah, P. A., & Reindorf, R. (2023). Social media news consumption and health literacy: A study of older adults. *Journal of Health Communication*, 28(5), 312-325. <https://doi.org/10.1080/10810730.2023.2201456>
2. Department of Special Investigation. (2567). รายงานสถานการณ์อาชญากรรมออนไลน์ในกลุ่มผู้สูงอายุประจำปี 2566. กระทรวงยุติธรรม.

3. **Foundation of Thai Gerontology Research and Development institute (TGRI).** (2023). *Situation of the Thai Elderly 2022*. Institute for Population and Social Research, Mahidol University.
4. **Hunsaker, A., & Hargittai, E.** (2020). A review of Internet use among older adults. *New Media & Society*, 22(3), 393-414. <https://doi.org/10.1177/1461444819882146>
5. **National Statistical Office.** (2566). *สรุปผลที่สำคัญการสำรวจการมีการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2565*. กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม.
6. **Ratana-Ubol, A.** (2021). Promoting lifelong learning for the elderly in Thailand. *International Journal of Lifelong Education*, 40(5-6), 503-516. <https://doi.org/10.1080/02601370.2021.1993432>
7. **Saks, K., & Soobik, P.** (2020). The importance of digital literacy for the quality of life of the elderly. *International Journal of Ageing and Later Life*, 14(1), 35-58.
8. **Vaportzis, E., Clausen, M. G., & Gow, A. J.** (2017). Older adults perceptions of technology: Barriers and facilitators. *Frontiers in Psychology*, 8, 1387. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01387>
9. **Wildenbos, G. A., Peute, L., & Jaspers, M.** (2019). Aging barriers influencing mobile health usability for older adults: A literature based framework (MOLD-US). *International Journal of Medical Informatics*, 114, 66-75. <https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2018.03.012>
10. **World Health Organization (WHO).** (2021). *Global strategy and action plan on ageing and health*. WHO Press.

ภาคผนวก

รวม 11 รายการประเมิน โดยใช้เกณฑ์การให้คะแนน 3 ระดับ คือ 3 = ทำได้ดี 2 = พอทำได้ 1 = ต้องพัฒนา

ทำได้ดี = 3 คะแนน	พอทำได้ = 2 คะแนน	ต้องพัฒนา = 1 คะแนน
ทำได้เองคล่องแคล่ว ไม่ต้องถามใคร	ทำได้บ้าง ต้องมีคนช่วยแนะนำ	ทำไม่ได้เลย / ไม่เคยใช้

คะแนนรายบุคคล

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	Pre-test	Post-test	ผลต่าง
1	จงรักษ์ กลิ่นหอม	6	7	+1
2	จำเนียร อักษรไชย	3	7	+4
3	สายรุ้ง วงษ์เนียม	9	10	+1
4	ชลธิชา เลี้ยงประเสริฐ	5	6	+1
5	จุฑาทิพย์ เอี่ยมตาล	10	10	0
6	เพ็ญศรี วุ่นกลัด	10	10	0
7	กาหลง อันทองทิม	7	8	+1
8	จำลอง กลิ่นหอม	8	7	-1
9	จริยา กลิ่นหอม	9	10	+1
10	ทองดี แก้วสุริยรักษ์	7	8	+1
11	สุริรักษ์ แจ่มกระจ่าง	7	9	+2
12	อุบลรัตน์ ทรัพย์พันทวี	8	10	+2
13	เนตรนภา จันทร์เนตร	6	7	+1

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	Pre-test	Post-test	ผลต่าง
14	สุปราณี คตสุข	9	10	+1
15	กุหลาบ พรหมณรงค์	0	2	+2
16	โสน เลี้ยงประเสริฐ	7	10	+3
17	เฉลีย ดิมังมี	6	9	+3
18	ศศิธร เจริญอ่อน	8	10	+2
19	รุ่งทิพย์ คำภูเมือง	10	10	0
20	สายหยุด บันจิต	5	9	+4
21	มาริน สัตยาภรณ์	4	7	+3
22	รัชนิพร ขาวนอก	9	8	-1
23	เก้	9	10	+1
24	อ้อย ช่างพุ่ม	5	7	+2
25	จรินทร์ บุญไทย	5	8	+3
26	ยุพิน บุญประสิทธิ์	8	8	0
27	บุญเรือน เรืองโชติ	8	9	+1
28	จเร วงษ์หล้า	8	9	+1
29	บุญตา บันจิต	7	9	+2
30	วารสนา อตฺติตานนท์	7	8	+1
31	วิภาวรรณ อยู่มูล	6	7	+1
32	บัวแก้ว เลี้ยงประเสริฐ	4	8	+4
33	ปิ่น แหยมเตอะ	6	8	+2
34	มาลี อักษรไชย	7	8	+1
35	ลักขณา โกงพุก	10	10	0
36	จำรอง จินดาประทุม	8	8	0

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	Pre-test	Post-test	ผลต่าง
37	แสงดาว วิทยกุล	8	8	0
38	บุญเนา รอดโม	6	7	+1
39	มาลัย สุขธนะ	9	10	+1
40	สมสิน โก่งพุก	5	7	+2
41	ประนอม สุขคำ	1	3	+2
42	พรรณนา เลี้ยงประเสริฐ	7	8	+1
43	จำเนียร สุขคำ	6	7	+1

ภาพกิจกรรม





