โลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของคนเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล

The Study of Generation Z's Worldview and Life Goals in the Digital

ศิริมนพร สมเภารัตนสุวรรณ[1*] และสุริยะใส กตะศิลา[2]

Sirimonphon Somphaorattanasuwan[1*] and Suriyasai Katasila[2]

[1*]นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชาผู้นำทางสังคมธุรกิจนักการเมือง มหาวิทยาลัยรังสิต

[2]อาจารย์ วิทยาลัยผู้นำและนวัตกรรมสังคม มหาวิทยาลัยรังสิต

[1*]Doctoral Student of Leadership in Society Business and Politics Rangsit University University

[2]Lecturer from the College of Leadership and Social Innovation Rangsit University University

*Corresponding Author Email: sirimonphon.s@gmail.com

Received: 19 July 2026 Revised: 31 August 2026 Accepted: 3 September 2026

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ครอบครัว และสังคมที่มีอิทธิพลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายชีวิตของเจเนอเรชัน Z 2. เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคด้านความสัมพันธ์ระหว่างวัยที่ส่งผลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายชีวิตของเจเนอเรชัน Z 3. เพื่อศึกษาผลกระทบทางพฤติกรรมและจิตใจจากการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลของเจเนอเรชัน Z และ 4. เพื่อพัฒนาโมเดลแนวคิดเกี่ยวกับโลกทัศน์และเป้าหมายชีวิตของเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล เป็นการวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เครื่องมือในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถาม มาตรประมาณค่า 5 ระดับ และแบบสัมภาษณ์เชิงลึกกึ่งโครงสร้าง โดยกลุ่มตัวอย่างเชิงปริมาณ คือ เจเนอเรชัน Z อายุ 18–28 ปี จำนวน 948 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Cochran ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และระดับความคลาดเคลื่อน 0.05 แล้วสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนให้ครอบคลุม 5 ภูมิภาค และกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 34 คน ที่มาจากการเลือกแบบเจาะจง แล้วนำข้อมูลที่รวบรวมได้จากแบบสอบถามวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และข้อมูลที่รวบรวมได้จากแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างและเอกสารที่เกี่ยวข้องวิเคราะห์เชิงเนื้อหาและจัดหมวดหมู่ตามประเด็น ผลการวิจัยพบว่า 1) สื่อสังคมออนไลน์และบุคคลต้นแบบมีอิทธิพลต่อโลกทัศน์ในระดับมาก ($\bar{x}$= 4.42, S.D. = 0.62) กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 48.1 เห็นว่าทักษะดิจิทัลสำคัญที่สุดต่อความสำเร็จ และให้ความสำคัญสูงสุดกับความสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน ($\bar{x}$= 4.78, S.D. = 0.52) 2) ปัญหาและอุปสรรคด้านความสัมพันธ์ระหว่างวัยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$= 3.15, S.D. = 1.08) โดยช่องว่างด้านการสื่อสารเป็นอุปสรรคสำคัญ 3) ผลกระทบทางพฤติกรรมและจิตใจจากเทคโนโลยีดิจิทัลอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$= 3.13, S.D. = 1.07) โดยข้อมูลดิจิทัลมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจมากกว่าบุคคลรอบตัว ($\bar{x}$= 3.85, S.D. = 0.92) และการเปรียบเทียบตนเองบนสื่อออนไลน์ก่อให้เกิดความวิตกกังวล ($\bar{x}$= 3.42, S.D. = 1.08) และ 4) ผลการสังเคราะห์นำไปสู่โมเดล G-Z-D-I ประกอบด้วย Grounded Support, Zero-Hierarchy Communication, Digital Resilience และ Identity Fluidity ซึ่งสามารถใช้เป็นแนวทางลดช่องว่างระหว่างวัยและส่งเสริมการกำหนดเป้าหมายชีวิตอย่างสมดุลในสังคมดิจิทัล

คำสำคัญ: เจเนอเรชัน Z, โลกทัศน์, เป้าหมายชีวิต

Abstract

This research consists purposes were 1. to examine personal, familial and social factors influencing the worldview and life goals of Generation Z 2. to investigate intergenerational relationship barriers affecting their worldview and life goals 3. to assess behavioral and psychological impacts of digital technology usage on Generation Z and 4. to develop a conceptual model of Generation Z's worldview and life goals in the digital era. This study employed a mixed-methods design, combining quantitative and qualitative approaches. The research instruments were a five-point rating scale questionnaire and a semi-structured in-depth interview. The quantitative sample consisted of 948 Generation Z individuals aged 18–28 years. The sample size was determined using Cochran's formula at a 95% confidence level with a margin of error of 0.05. Multi-stage sampling was then used to cover all five regions of Thailand. The qualitative target group comprised 34 key informants selected through purposive sampling. Questionnaire data were analyzed using descriptive statistics, including frequency, percentage, mean and standard deviation. Data from the semi-structured interviews and related documents were analyzed through content analysis and categorized by theme. The results revealed that 1) social media and role models highly influenced worldviews ($\bar{x}$= 4.42, S.D. = 0.62), with 48.1% citing digital skills as most crucial for success and work-life balance rated highest ($\bar{x}$= 4.78, S.D. = 0.52) 2) intergenerational relationship barriers were at a moderate level ($\bar{x}$= 3.15, S.D. = 1.08), with communication gaps identified as the primary obstacle 3) behavioral and psychological impacts from digital technology were moderate ($\bar{x}$= 3.13, S.D. = 1.07), with digital information influencing decisions more than people around them ($\bar{x}$= 3.85, S.D. = 0.92) and self-comparison on social media causing anxiety ($\bar{x}$= 3.42, S.D. = 1.08) and 4) empirical synthesis led to the G-Z-D-I Model (Grounded Support, Zero-Hierarchy Communication, Digital Resilience and Identity Fluidity), serving as a framework to reduce intergenerational gaps and promote balanced life goals in the digital society.

Keywords: Generation Z, Worldview, Life Goals

บทนำ

ปัจจุบันเทคโนโลยีดิจิทัลได้เข้ามามีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนในหลายมิติ ทั้งการสื่อสาร การศึกษา การทำงาน การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม โดยเฉพาะประชากรกลุ่มเจเนอเรชัน Z (Generation Z) ซึ่งเติบโตมาท่ามกลางอินเทอร์เน็ต สมาร์ตโฟน และสื่อสังคมออนไลน์ ทำให้คนรุ่นนี้มีประสบการณ์ในการเรียนรู้ การรับรู้ และการปฏิสัมพันธ์กับสังคมที่เชื่อมโยงระหว่างโลกจริงกับโลกดิจิทัลอย่างต่อเนื่อง ภวิกา ภักษา (2566, น.1) อธิบายว่าเจเนอเรชัน Z เป็น

กลุ่มคนที่เติบโตมาพร้อมกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ซึ่งส่งผลต่อรูปแบบการเรียนรู้ การสื่อสาร การสร้างปฏิสัมพันธ์ และการดำเนินชีวิตของคนรุ่นนี้

สำหรับบริบทของประเทศไทย ผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย ปี 2565 พบว่า กลุ่มเจเนอเรชัน Z ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยวันละ 8 ชั่วโมง 24 นาที และร้อยละ 97.15 ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ในการเข้าถึงอินเทอร์เน็ต โดยกิจกรรมสำคัญประกอบด้วยการติดต่อสื่อสาร การทำกิจกรรมเพื่อความบันเทิงและสันทนาการ ตลอดจนการรับบริการออนไลน์ด้านการศึกษา ข้อมูลดังกล่าวสะท้อนว่าเทคโนโลยีดิจิทัลมิได้เป็นเพียงเครื่องมือในการสื่อสาร แต่ได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ การสร้างความสัมพันธ์ และการดำเนินชีวิตของคนรุ่นใหม่อย่างกว้างขวาง (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2565, น.78)

อย่างไรก็ตาม การดำเนินชีวิตภายใต้สภาพแวดล้อมดิจิทัลก่อให้เกิดทั้งโอกาสและความท้าทายในมิติทางสังคมและจิตวิทยา สื่อสังคมออนไลน์ช่วยให้เยาวชนสามารถเชื่อมโยงกับผู้อื่น แสดงออกทางความคิดสร้างสรรค์ และสร้างเครือข่ายทางสังคมได้อย่างรวดเร็ว ขณะเดียวกันยังอาจก่อให้เกิดแรงกดดันจากการเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น ความต้องการได้รับการยอมรับ และความกังวลเกี่ยวกับภาพลักษณ์ในสังคมออนไลน์ ผลการศึกษาของ Anderson, Vogels, Perrin and Rainie (2022, p.6) พบว่า ร้อยละ 38 ของวัยรุ่นที่สำรวจรู้สึกถูกครอบงำด้วยความขัดแย้งหรือ “ดราม่า” บนสื่อสังคมออนไลน์ ร้อยละ 31 รู้สึกว่าตนถูกเพื่อนกีดกัน ร้อยละ 29 รู้สึกกดดันให้สร้างเนื้อหาที่ได้รับยอดกดถูกใจหรือความคิดเห็นจำนวนมาก และร้อยละ 23 ระบุว่าสื่อสังคมออนไลน์ทำให้รู้สึกแย่ต่อชีวิตของตนเอง

ในด้านสุขภาวะทางจิต องค์การอนามัยโลก สำนักงานภูมิภาคยุโรป ระบุว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับสุขภาพจิตของเยาวชนมีลักษณะซับซ้อนและสามารถเกิดขึ้นได้ในสองทิศทาง กล่าวคือ การใช้เทคโนโลยีอาจสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิต ขณะเดียวกันผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตอยู่แล้วอาจมีรูปแบบการใช้เทคโนโลยีเพิ่มขึ้น ดังนั้น การพิจารณาผลกระทบของเทคโนโลยีต่อเยาวชนจึงจำเป็นต้องคำนึงถึงบริบททางสังคม ครอบครัว ความสัมพันธ์ และปัจจัยส่วนบุคคลร่วมด้วย โดยไม่ควรสรุปว่าการใช้เทคโนโลยีเป็นสาเหตุโดยตรงของปัญหาสุขภาพจิตในทุกกรณี (World Health Organization Regional Office for Europe, 2025, p.5)

นอกจากผลกระทบต่อพฤติกรรมและสุขภาวะทางจิตแล้ว สภาพแวดล้อมทางสังคมและเศรษฐกิจในยุคดิจิทัลยังมีความเกี่ยวข้องกับการกำหนดคุณค่าและเป้าหมายในการดำเนินชีวิตของเจเนอเรชัน Z ผลสำรวจเจเนอเรชัน Z และมิลเลนเนียลในประเทศไทยของ Deloitte พบว่า การทำงาน ครอบครัว และความสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างเป็นองค์ประกอบที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการสร้างอัตลักษณ์ของคนรุ่นใหม่ ขณะที่ประเด็นที่เจเนอเรชัน Z ให้ความสำคัญ ได้แก่ การดำเนินชีวิตตามแนวทางของตนเอง การสร้างสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน และการเรียนรู้ทักษะใหม่อย่างต่อเนื่อง (Deloitte, 2023, p.9) สะท้อนให้เห็นว่าเป้าหมายชีวิตของคนรุ่นนี้มิได้พิจารณาเฉพาะความสำเร็จด้านการศึกษาและการทำงานเท่านั้น แต่ยังเชื่อมโยงกับคุณภาพชีวิต ความสัมพันธ์ และการพัฒนาตนเองด้วย

เมื่อพิจารณาปรากฏการณ์ดังกล่าวร่วมกัน จะเห็นได้ว่าการทำความเข้าใจเจเนอเรชัน Z จำเป็นต้องพิจารณามากกว่าพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีหรือสื่อสังคมออนไลน์เพียงด้านเดียว เนื่องจากสภาพแวดล้อมดิจิทัลมีความเกี่ยวข้องกับการรับรู้ตนเอง การสร้างความสัมพันธ์ การเรียนรู้ การทำงาน และการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ขณะเดียวกันคนรุ่นนี้ยังต้องอยู่ร่วมและ

ปฏิสัมพันธ์กับบุคคลต่างเจเนอเรชันในครอบครัว สถาบันการศึกษา องค์กร และสังคม ซึ่งอาจมีประสบการณ์ ค่านิยม รูปแบบการสื่อสาร และมุมมองต่อการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน ความแตกต่างดังกล่าวอาจส่งผลต่อการปรับตัว การสื่อสาร และการสร้างความเข้าใจระหว่างบุคคลต่างวัย

แม้ว่างานศึกษาและรายงานที่ผ่านมาได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยี ประสบการณ์จากสื่อสังคมออนไลน์ สุขภาวะทางจิต และความคาดหวังต่อการดำเนินชีวิตและการทำงานของเจเนอเรชัน Z ในหลายมิติ แต่การศึกษาที่เชื่อมโยง “โลกทัศน์” (Worldview) “เป้าหมายการดำเนินชีวิต” (Life Goals) สภาพแวดล้อมดิจิทัล และการอยู่ร่วมกันระหว่างบุคคลต่างเจเนอเรชันในบริบทของสังคมไทยอย่างเป็นองค์รวมยังมีความจำเป็น เพื่อทำความเข้าใจว่าปัจจัยด้านเทคโนโลยี สังคม และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีความเกี่ยวข้องกับวิธีที่เจเนอเรชัน Z มองตนเอง มองสังคม และกำหนดสิ่งที่ต้องการบรรลุในอนาคตอย่างไร

ดังนั้น จากสภาพปัญหาและช่องว่างขององค์ความรู้ดังกล่าว การศึกษาโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัลจึงมีความสำคัญต่อการทำความเข้าใจคนรุ่นนี้อย่างรอบด้าน ทั้งในมิติของการดำเนินชีวิต การสร้างความสัมพันธ์ การเรียนรู้ การทำงาน และการอยู่ร่วมกับบุคคลต่างเจเนอเรชัน การศึกษาครั้งนี้จึงมุ่งศึกษาทำความเข้าใจ โลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของเจเนอเรชัน Z ภายใต้บริบทของสังคมดิจิทัล ตลอดจน ปัจจัยและสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันระหว่างเจเนอเรชัน เพื่อให้ได้องค์ความรู้ที่สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมศักยภาพของเจเนอเรชัน Z การปรับตัวของครอบครัว สถาบันการศึกษา องค์กร และสังคม ตลอดจนเป็นพื้นฐานสำหรับการเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนผ่านสู่เจเนอเรชันรุ่นต่อไปอย่างเหมาะสมและยั่งยืน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาคุณลักษณะส่วนบุคคล คุณลักษณะครอบครัว และคุณลักษณะทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล
2. เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคด้านความสัมพันธ์ระหว่างวัยที่ส่งผลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล
3. เพื่อศึกษาผลกระทบทางพฤติกรรมและจิตใจที่เกิดจากการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ซึ่งมีอิทธิพลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z
4. เพื่อพัฒนาและนำเสนอโมเดลแนวคิดเกี่ยวกับโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล

การบททวนวรรณกรรม

ในการศึกษาวิจัยเรื่องกระบวนทัศน์ โลกทัศน์ และเป้าหมายชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในสังคมไทยยุคดิจิทัล ผู้วิจัยได้ทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยบูรณาการ 8 กรอบแนวคิดและทฤษฎีจำนวน (T1–T8) และจัดเนื้อหาออกเป็น 4 ส่วนให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยและคุณลักษณะที่หล่อหลอมโลกทัศน์และเป้าหมายชีวิต ส่วนแรกประกอบด้วยแนวคิดโลกทัศน์ (Worldview: T1) และแนวคิดด้านวัฒนธรรมและการหล่อหลอมทางสังคมวัฒนธรรม (Cultural Perspective: T2) โดยโลกทัศน์หมายถึงกรอบการรับรู้และการตีความที่บุคคลมีต่อตนเอง บุคคลอื่น สังคม และสภาพแวดล้อม ซึ่งมีความสัมพันธ์กับประสบการณ์ ภาษา วัฒนธรรม และบริบททางสังคมที่บุคคลดำรงอยู่ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2553, น.491) โลกทัศน์จึงมิได้เกิดขึ้นอย่างโดดเดี่ยว แต่เป็นผลจากกระบวนการเรียนรู้และการปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมตลอดช่วงชีวิต

ในด้านวัฒนธรรม ยศ สันตสมบัติ (2540) อธิบายว่าวัฒนธรรมเกี่ยวข้องกับระบบความหมาย ความเชื่อ ค่านิยม และแบบแผนการดำเนินชีวิตที่สมาชิกในสังคมเรียนรู้และถ่ายทอดร่วมกัน ขณะที่ Schein และ Schein (2017) อธิบายว่าค่านิยม ความเชื่อและข้อสมมติที่สมาชิกมีร่วมกันสามารถกำหนดวิธีการรับรู้และพฤติกรรมภายในกลุ่มหรือองค์การได้ ดังนั้น ครอบครัว สถาบันการศึกษา กลุ่มเพื่อน องค์กร และบริบททางสังคมจึงมีส่วนในการสร้างกรอบความคิดและค่านิยมของบุคคล เมื่อพิจารณาในบริบทของเจเนอเรชัน Z งานศึกษาของ Dikeç et al. (2023) เกี่ยวกับการรับรู้อนาคตของนักศึกษากลุ่มเจเนอเรชัน Z พบว่าการมองอนาคตของคนรุ่นนี้มีความสัมพันธ์กับประสบการณ์และสภาพแวดล้อมที่เผชิญอยู่ ทั้งในด้านชีวิต การศึกษา และอนาคต ขณะที่ Dokoupilová et al. (2024) ศึกษาค่านิยมของเจเนอเรชัน Z ในสาธารณรัฐเช็กและสโลวาเกีย และพบทั้งค่านิยมที่สอดคล้องและแตกต่างจากคนต่างเจเนอเรชัน โดยเฉพาะค่านิยมด้านความเป็นปัจเจก ความเอื้อเฟื้อ ความเป็นสากล และการแสวงหาความพึงพอใจในชีวิต ดังนั้น T1 และ T2 จึงถูกนำมาใช้เป็นกรอบในการวิเคราะห์ว่าปัจจัยส่วนบุคคล ครอบครัว สังคม การศึกษา เศรษฐกิจ และวัฒนธรรมมีส่วนเกี่ยวข้องกับการก่อรูปโลกทัศน์และเป้าหมายในการดำเนินชีวิตของเจเนอเรชัน Z อย่างไร

2. แนวคิดเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคด้านความสัมพันธ์ระหว่างวัย ส่วนที่สองประกอบด้วยแนวคิดการวิเคราะห์สัมพันธภาพ (Transactional Analysis: T3) และทฤษฎีอัตลักษณ์ (Identity Theory: T4) โดยการศึกษาครั้งนี้นำแนวคิด Transactional Analysis มาประยุกต์ใช้ในการทำความเข้าใจรูปแบบการสื่อสารระหว่างบุคคล โดยพิจารณาสภาวะอัตตา (Ego States) ซึ่งประกอบด้วยสภาวะผู้ปกครอง (Parent) สภาวะผู้ใหญ่ (Adult) และสภาวะเด็ก (Child) เพื่อช่วยอธิบายรูปแบบความคิด ความรู้สึก และการตอบสนองที่ปรากฏในการสื่อสารระหว่างบุคคล (Ranđelović et al., 2024)

งานของ Kornyeyeva (2023) ได้เสนอการพิจารณาสภาวะผู้ปกครองโดยให้ความสำคัญกับการให้คุณค่าและการลดคุณค่าของบุคคล ซึ่งมีความสัมพันธ์กับการรับรู้คุณค่าในตนเองและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ขณะที่ Jusik and Wieczorek (2024) แสดงให้เห็นถึงบทบาทของภาษาและการสื่อสารที่สัมพันธ์กับสภาวะอัตตา รวมทั้งเสนอว่าการพัฒนาการสื่อสารที่มุ่งสู่สภาวะผู้ใหญ่สามารถช่วยให้บุคคลพิจารณาข้อมูลและสถานการณ์อย่างเป็นเหตุเป็นผลมากขึ้น แนวคิดดังกล่าวจึงสามารถนำมาประยุกต์วิเคราะห์การสื่อสารระหว่างบุคคลต่างวัย โดยเฉพาะในสถานการณ์ที่มีความแตกต่างด้านประสบการณ์ อำนาจ ค่านิยม และวิธีการสื่อสาร

สำหรับทฤษฎีอัตลักษณ์ (Identity Theory: T4) Stryker และ Burke (2000) อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างโครงสร้างทางสังคมกับอัตลักษณ์ของบุคคล โดยบุคคลมีอัตลักษณ์ที่เชื่อมโยงกับบทบาทและตำแหน่งที่ตนดำรงอยู่ในสังคม ขณะเดียวกันกระบวนการยืนยันตัวตน (Self-verification) มีส่วนทำให้บุคคลพยายามรักษาความสอดคล้องระหว่างความหมายที่ตนมีต่อตนเอง

กับการตอบสนองจากบุคคลอื่น ด้วยเหตุนี้ ความแตกต่างด้านบทบาท ค่านิยม ความคาดหวัง และการสื่อสารระหว่างบุคคลต่างเจเนอเรชันจึงอาจส่งผลต่อการรับรู้ตนเองและความสัมพันธ์ของเจเนอเรชัน Z ได้

ดังนั้น T3 และ T4 จึงเป็นกรอบในการอธิบายว่าความแตกต่างด้านการรับรู้ตนเอง บทบาททางสังคม ค่านิยม และรูปแบบการสื่อสารมีความเกี่ยวข้องกับปัญหา อุปสรรค และการสร้างความเข้าใจระหว่างเจเนอเรชัน Z กับบุคคลต่างวัยอย่างไร

3. แนวคิดเกี่ยวกับผลกระทบทางพฤติกรรมและจิตใจจากการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัล ส่วนที่สามประกอบด้วยทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ (Hierarchy of Needs: T5) ทฤษฎีความสุดโต่ง (Extremism Theory: T6) อธิบายผ่านแนวคิดการแสวงหาความสำคัญและแบบจำลอง 3N ได้แก่ ความต้องการ เรื่องเล่าหรือชุดความคิด และเครือข่ายทางสังคม โดยความรู้สึกสูญเสียคุณค่าเพียงอย่างเดียวไม่ได้ทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมรุนแรง แต่ต้องพิจารณาร่วมกับอุดมการณ์ เครือข่าย และบริบททางสังคม (Kruglanski et al., 2022) และกรอบแนวคิดเกี่ยวกับเทคโนโลยีดิจิทัลกับสุขภาวะทางจิต (Digital Technology and Psychological Well-being: T7)

Maslow (1943) เสนอว่าความต้องการของมนุษย์ประกอบด้วยความต้องการทางกายภาพ ความปลอดภัย ความรักและการเป็นส่วนหนึ่ง การได้รับการยอมรับและเห็นคุณค่า ตลอดจนการบรรลุศักยภาพแห่งตน ซึ่งความต้องการเหล่านี้มีส่วนเกี่ยวข้องกับแรงจูงใจและการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล ในบริบทของเจเนอเรชัน Z แนวคิดดังกล่าวสามารถนำมาใช้เป็นกรอบทำความเข้าใจความต้องการด้านความสัมพันธ์ การได้รับการยอมรับ การเห็นคุณค่าในตนเอง และการพัฒนาตนเอง โดยพิจารณาร่วมกับสภาพแวดล้อมทั้งในโลกจริงและโลกดิจิทัล

สำหรับ T6 ผู้วิจัยประยุกต์ใช้แนวคิดการแสวงหาความสำคัญ (Quest for Significance) และแบบจำลอง 3N ซึ่งประกอบด้วย Need, Narrative and Network โดย Kruglanski et al. (2022) อธิบายว่าพฤติกรรมสุดโต่งหรือการเข้าสู่กระบวนการหัวรุนแรงไม่สามารถอธิบายจากความต้องการของบุคคลเพียงปัจจัยเดียว แต่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างความต้องการที่จะมีความสำคัญ เรื่องเล่าหรือชุดความคิดที่กำหนดวิธีการบรรลุความสำคัญ และเครือข่ายทางสังคมที่สนับสนุนหรือยืนยันเรื่องเล่านั้น ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมิได้นำกรอบดังกล่าวมาใช้เพื่อสรุปว่าเจเนอเรชัน Z มีแนวโน้มเป็นกลุ่มสุดโต่ง แต่ใช้เป็นกรอบประกอบการพิจารณาว่าความต้องการการยอมรับ การได้รับความสำคัญ อิทธิพลของชุดความคิด และเครือข่ายทางสังคมอาจมีความสัมพันธ์กับการรับรู้และพฤติกรรมของบุคคลในบางบริบทได้อย่างไร

ในส่วนของ T7 งานของ Orben and Przybylski (2019) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลกับสุขภาวะของวัยรุ่น พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เทคโนโลยีกับสุขภาวะทางจิตมีขนาดค่อนข้างเล็ก และควรระมัดระวังการสรุปผลว่าการใช้เทคโนโลยีเป็นสาเหตุโดยตรงของปัญหาทางจิตใจ ขณะที่ Rideout and Robb (2018) พบว่าสื่อสังคมออนไลน์มีทั้งด้านบวกและด้านลบต่อชีวิตของวัยรุ่น โดยสามารถส่งเสริมความสัมพันธ์และการเชื่อมโยงกับผู้อื่น ขณะเดียวกันก็อาจรบกวนการปฏิสัมพันธ์แบบเผชิญหน้าและกิจกรรมอื่นในชีวิตประจำวัน

ดังนั้น T5–T7 จึงช่วยอธิบายว่าความต้องการของบุคคล การแสวงหาการยอมรับและความสำคัญ อิทธิพลจากเครือข่ายทางสังคม และรูปแบบการใช้เทคโนโลยีอาจมีความเกี่ยวข้องกับการปรับตัว พฤติกรรม และสุขภาวะทางจิตของเจเนอเรชัน Z โดยต้องพิจารณาปัจจัยเหล่านี้ร่วมกับบริบททางครอบครัว สังคม และประสบการณ์ของแต่ละบุคคล

4. กรอบแนวคิดเกี่ยวกับอัตลักษณ์และการแสดงตัวตนในพื้นที่ดิจิทัล ส่วนที่สี่ประกอบด้วยกรอบแนวคิดอัตลักษณ์ในพื้นที่ดิจิทัล (Digital Identity and Networked Publics: T8) ซึ่งใช้ทำความเข้าใจการสร้าง การนำเสนอ และการปรับเปลี่ยนตัวตนของเยาวชนภายใต้สภาพแวดล้อมที่มีเทคโนโลยีดิจิทัลเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน

Stald (2008) อธิบายแนวคิด Mobile Identity โดยชี้ให้เห็นว่าโทรศัพท์เคลื่อนที่และสื่อการสื่อสารมีบทบาทต่อการสร้างและการแสดงอัตลักษณ์ของเยาวชน ทั้งในด้านความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อน การเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และการจัดการการนำเสนอตนเอง ขณะที่ boyd (2008) เสนอแนวคิดพื้นที่สาธารณะแบบเครือข่าย (Networked Publics) ซึ่งอธิบายว่าสื่อสังคมออนไลน์เป็นพื้นที่ที่เยาวชนใช้ในการพบปะ สื่อสาร สร้างความสัมพันธ์ และนำเสนอตนเอง โดยคุณลักษณะของพื้นที่ดิจิทัล เช่น ความคงอยู่ของข้อมูล การค้นหาได้ การทำซ้ำ และการมีผู้ชมที่มองไม่เห็น ล้วนส่งผลต่อวิธีที่เยาวชนบริหารจัดการภาพลักษณ์และปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น

เมื่อนำ T8 มาพิจารณาร่วมกับ T7 จะเห็นได้ว่าพื้นที่ดิจิทัลมิได้มีบทบาทเพียงในฐานะช่องทางการสื่อสาร แต่เป็นพื้นที่ที่เชื่อมโยงกับการสร้างอัตลักษณ์ การสร้างความสัมพันธ์ การรับรู้การยอมรับจากผู้อื่น และประสบการณ์ทางจิตใจของบุคคล ดังนั้นการศึกษาพฤติกรรมของเจเนอเรชัน Z จึงควรพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างตัวตนในชีวิตจริงกับการนำเสนอตนเองในพื้นที่ดิจิทัลควบคู่กัน

การบูรณาการกรอบแนวคิดและทฤษฎี T1–T8 ทำให้การศึกษาครั้งนี้สามารถพิจารณาเจเนอเรชัน Z ได้อย่างเป็นระบบตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ได้แก่ 1) ปัจจัยส่วนบุคคล ครอบครัว สังคม และวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับโลกทัศน์และเป้าหมายชีวิต 2) การรับรู้ตัวตนและการสื่อสารที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างวัย 3) ความต้องการ พฤติกรรม และสุขภาวะทางจิตภายใต้สภาพแวดล้อมดิจิทัล ก่อให้เกิด การสร้างและนำเสนออัตลักษณ์ในพื้นที่ดิจิทัล กรอบดังกล่าวจึงใช้เป็นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูลและสังเคราะห์ผลการวิจัยเพื่อนำไปสู่การพัฒนาแบบจำลองแนวคิดเกี่ยวกับโลกทัศน์และเป้าหมายชีวิตของเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัลต่อไป

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) ระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ได้แก่ ประกอบด้วย

1.1 ประชากร ได้แก่ บุคคลสัญชาติไทยหรือผู้ที่พำนักอยู่ในประเทศไทย อายุระหว่าง 18–28 ปี ซึ่งอยู่ในกลุ่มเจเนอเรชัน Z และใช้เทคโนโลยีดิจิทัลหรือสื่อสังคมออนไลน์เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ครอบคลุมพื้นที่ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคใต้ และกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ บุคคลเจเนอเรชัน Z อายุ 18–28 ปี กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำตามสูตรของ Cochran (1977) ได้ 385 คน และปรับเพิ่มเพื่อรองรับการสุ่มหลายขั้นตอน การไม่ตอบแบบสอบถาม และการเปรียบเทียบรายภูมิภาค เป็นเป้าหมาย 750 คน โดยใช้การสุ่มหลายขั้นตอน (Multi-stage Sampling) ครอบคลุม 5 ภูมิภาค ภายหลังการเก็บข้อมูลได้รับแบบสอบถาม 980 ชุด และหลังตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลเหลือข้อมูลที่ใช้วิเคราะห์ได้ 948 ชุด

1.3 กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 27 คน ซึ่งคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาพัฒนาการหรือจิตวิทยาสังคม ด้านการสื่อสารระหว่างวัยหรือสื่อดิจิทัล และด้านสังคมวิทยา เยาวชนศึกษา หรือนโยบายสังคมดิจิทัล และผู้แทนจากกลุ่ม Baby Boomers, Generation X, Generation Y และ Generation Z จำนวน 24 คน โดยพิจารณาความอิ่มตัวของข้อมูลประกอบการยุติการเก็บข้อมูล (Creswell & Creswell, 2023; Hennink & Kaiser, 2022)

2. เครื่องมือในการวิจัย ได้แก่ ประกอบด้วย

2.1 แบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-Structured In-depth Interview) ใช้เก็บข้อมูลเชิงคุณภาพเกี่ยวกับความคิดเห็น ประสบการณ์ การใช้เทคโนโลยี ความสัมพันธ์ระหว่างวัย โลกทัศน์ และเป้าหมายชีวิต โดยเปิดโอกาสให้ผู้วิจัยซักถามเพิ่มเติมตามบริบทของผู้ให้ข้อมูล และบันทึกเสียงเพื่อนำมาถอดความและวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

2.2 แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นแบบตอบด้วยตนเอง (Self-administered Questionnaire) ใช้มาตราส่วนประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไปและปัจจัยพื้นฐาน 2) ความสัมพันธ์และช่องว่างระหว่างวัย 3) พฤติกรรมและผลกระทบจากเทคโนโลยี 4) โลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิต และ 5) ปัจจัยเชิงสังเคราะห์สำหรับการพัฒนาโมเดล พร้อมข้อคำถามปลายเปิด ผู้วิจัยตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์โดยผู้เชี่ยวชาญ และหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Index of Item–Objective Congruence: IOC) ตามแนวทางของ Rovinelli และ Hambleton (1977) โดยกำหนดเกณฑ์ IOC ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ถือว่าข้อคำถามสามารถนำไปใช้ได้ ส่วนความเชื่อมั่นของแบบสอบถามตรวจสอบด้วยค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) สำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การตรวจสอบแบบสามเส้าและการตรวจสอบโดยผู้ให้ข้อมูล

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) ข้อมูลปฐมภูมิ เก็บจากแบบสอบถามออนไลน์ในกลุ่มเจเนอเรชัน Z และการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้าง โดยการสัมภาษณ์ใช้เวลาประมาณ 30–45 นาทีต่อครั้ง บันทึกเสียงและถอดความเพื่อการวิเคราะห์ และ 2) ข้อมูลทุติยภูมิ เก็บรวบรวมจากหนังสือ ตำรา เอกสารวิชาการ งานวิจัย และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้ ผู้เข้าร่วมการวิจัยให้ความยินยอมโดยสมัครใจก่อนการเก็บข้อมูล และดำเนินการตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

4. การวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยถอดความข้อมูลจากการสัมภาษณ์วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จัดรหัสข้อมูล (Coding) จำแนกประเด็นหรือธีม (Themes) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างธีม และสังเคราะห์ผลให้เชื่อมโยงกับวัตถุประสงค์การวิจัย และ 2) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของข้อมูลก่อนนำมาวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา เพื่ออธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างและระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับโลกทัศน์ เป้าหมายชีวิต ความสัมพันธ์ระหว่างวัย และผลกระทบจากเทคโนโลยีดิจิทัล

5. สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ประกอบด้วย ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับอธิบายลักษณะทั่วไปและระดับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการวิจัย

การวิจัยนี้ ผู้วิจัยสามารถจำแนกผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ศึกษาคุณลักษณะส่วนบุคคล คุณลักษณะครอบครัว และคุณลักษณะทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล

ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยทางสังคมโดยเฉพาะสื่อสังคมออนไลน์และบุคคลต้นแบบมีอิทธิพลต่อการกำหนดโลกทัศน์ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$= 4.42, S.D. = 0.62) ขณะที่สภาพเศรษฐกิจและสังคมมีอิทธิพลต่อการกำหนดเป้าหมายชีวิตในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$= 4.38, S.D. = 0.75) ส่วนความคาดหวังของครอบครัวมีอิทธิพลในระดับปานกลางถึงมาก ($\bar{x}$= 3.25, S.D. = 1.05) นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 48.1 ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะดิจิทัลและการปรับตัวในฐานะปัจจัยสำคัญต่อความสำเร็จในอนาคต โดยมีค่าเฉลี่ยความสำคัญสูงที่สุด ($\bar{x}$= 4.65, S.D. = 0.48) ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่าโลกทัศน์และเป้าหมายชีวิตของเจเนอเรชัน Z ถูกหล่อหลอมจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ครอบครัว สังคม และสภาพแวดล้อมดิจิทัล ซึ่งสามารถเชื่อมโยงกับทฤษฎีโลกทัศน์ (T1) และ ทฤษฎีสัมพันธภาพทางวัฒนธรรม (T2) ได้อย่างชัดเจน

2. ศึกษาปัญหาและอุปสรรคด้านความสัมพันธ์ระหว่างวัยที่ส่งผลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล

ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างวัยเกิดจากความแตกต่างด้านรูปแบบการสื่อสาร ค่านิยม และความคาดหวังในการดำเนินชีวิต โดยเจเนอเรชัน Z ให้ความสำคัญกับความรวดเร็ว ความยืดหยุ่น ความเป็นอิสระ และการสื่อสารผ่านพื้นที่ดิจิทัล ขณะที่บุคคลต่างวัยบางส่วนยังให้ความสำคัญกับการสื่อสารแบบเผชิญหน้า ลำดับอาวุโส และแบบแผนทางสังคม ความแตกต่างดังกล่าวทำให้เกิดความเข้าใจคลาดเคลื่อน การหลีกเลี่ยงการสื่อสาร และการสร้างพื้นที่ส่วนตัวเมื่อรู้สึกไม่ได้รับการยอมรับ โดยข้อมูลในเล่มยังสะท้อนปัญหาการสื่อสารที่สั้นหรือ “ห้วน” และการใช้สื่อดิจิทัลเป็นพื้นที่ลดแรงกดดันจากการเผชิญหน้า ข้อค้นพบนี้จึงสามารถอธิบายผ่าน ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างวัย (T3) และ ทฤษฎีความเป็นตัวตน (T4) ซึ่งชี้ให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสาร การรับรู้บทบาท และการสร้างตัวตนของบุคคล

3. ศึกษาผลกระทบทางพฤติกรรมและจิตใจที่เกิดจากการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ซึ่งมีอิทธิพลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z

ผลการวิจัยพบว่า เทคโนโลยีดิจิทัลมีบทบาททั้งในด้านการเรียนรู้ การสร้างความสัมพันธ์ และการแสดงออกทางอัตลักษณ์ขณะเดียวกัน การเปิดรับภาพความสำเร็จและวิถีชีวิตของผู้อื่นอย่างต่อเนื่องอาจทำให้เจเนอเรชัน Z บางส่วนเกิดการเปรียบเทียบตนเอง ความกดดัน และความเปราะบางทางอารมณ์ ข้อมูลเชิงคุณภาพยังสะท้อนว่าโลกออนไลน์ซึ่งเป็นพื้นที่สำหรับทดลองและนำเสนอตัวตน อาจกลายเป็นพื้นที่ที่สร้างแรงกดดันเมื่อบุคคลต้องรักษาภาพลักษณ์หรือเปรียบเทียบตนเองกับมาตรฐานความสำเร็จของผู้อื่น ผลดังกล่าวแสดงให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการการยอมรับ การเห็นคุณค่าในตนเอง การสร้างอัตลักษณ์ และผลกระทบจากเทคโนโลยี ซึ่งเชื่อมโยงกับ ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (T5) ทฤษฎีความสุดโต่ง (T6) ทฤษฎีผลกระทบทางจิตวิทยาจากเทคโนโลยี (T7) และทฤษฎีอัตลักษณ์ในยุคดิจิทัล (T8)

4. พัฒนาและนำเสนอโมเดลแนวคิดเกี่ยวกับโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล

ผลการวิจัยพบว่า ผู้วิจัยได้สังเคราะห์เป็น G-Z-D-I Model (Gen Z Digital-Identity Integration Model) เพื่ออธิบายโลกทัศน์ เป้าหมายชีวิต อัตลักษณ์ และการปรับตัวของเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ ได้แก่ G – Grounded Support การสร้างฐานความเข้าใจและการสนับสนุน, Z – Zero-Hierarchy Communication การสื่อสารที่ลดกำแพงทางลำดับชั้น, D – Digital Resilience การสร้างภูมิคุ้มกันในการใช้ชีวิตบนโลกดิจิทัล และ I – Identity Fluidity การยอมรับความยืดหยุ่นของอัตลักษณ์และเป้าหมายชีวิต โมเดลดังกล่าวเป็นผลจากการสังเคราะห์ข้อค้นพบและการบูรณาการ T1–T8 เพื่อเสนอกรอบในการทำความเข้าใจและส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเจเนอเรชัน Z กับบุคคลต่างวัยในบริบทสังคมไทยยุคดิจิทัล ผลจากการวิจัยนี้จึงชี้ให้เห็นอย่างประจักษ์ว่า กระบวนทัศน์ โลกทัศน์ และเป้าหมายชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในสังคมไทยปัจจุบันไม่ได้ถูกขับเคลื่อนด้วยสถาบันขัดเกลาทางสังคมแบบดั้งเดิมอีกต่อไป แต่ถูกหล่อหลอมอย่างเข้มข้นผ่านระบบนิเวศดิจิทัลเสมือน แม้เทคโนโลยีจะเปิดโอกาสในการสร้างทางลัดสู่ความสำเร็จและการพึ่งพาตนเองในเชิงเศรษฐกิจยุคใหม่ (ร้อยละ 48.1) ผ่านการพัฒนาความสามารถและทักษะดิจิทัลที่โดดเด่น ตลอดจนพฤติกรรมการรับข้อมูลข่าวสารผ่านสื่อสั้นที่ต้องการความฉับไวและรวดเร็ว ทว่าในอีกด้านหนึ่ง พื้นที่ออนไลน์กลับนำมาซึ่ง “วิกฤตความปลอดภัยทางใจ” (Mental Safety Crisis) และภาวะเปราะบางทางอารมณ์สูง ซึ่งสัมพันธ์โดยตรงกับปรากฏการณ์ความความกดดันจากการเปรียบเทียบตนเองและการนำเสนอตัวตนบนสื่อสังคมออนไลน์ จากการที่เยาวชนต้องคอยจัดการอัตลักษณ์และแสวงหาการยอมรับบนพื้นที่ออนไลน์ตลอดเวลา จนกระตุ้นกลไกการเปรียบเทียบทางสังคมที่สร้างความย้อนแย้งให้เกิดภาวะความโดดเดี่ยว รวมถึงแรงบั่นทอนจิตใจจากปรากฏการณ์กลัวการตกกระแส การกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์ และการเสพติดวิดีโอสั้นที่บั่นทอนฟังก์ชันการรับรู้ ปัจจัยเหล่านี้ส่งผลให้เจเนอเรชัน Z มักปรากฏพฤติกรรมตอบโต้เชิงสุดโต่ง เช่น การถอนตัวออกจากสังคม หรือการแสดงพฤติกรรมต่อต้านแบบฉับพลัน เพื่อเป็นกลไกเชิงจิตวิทยาในการปกป้องอัตลักษณ์ของตนเองเมื่อเผชิญหน้ากับความไม่แน่นอนหรือความล้มเหลวในชีวิตจริง ยิ่งไปกว่านั้น การรับเอาบรรทัดฐานดิจิทัลแนวราบยังก่อให้เกิดความขัดแย้งระหว่างรุ่นจากความเหลื่อมล้ำทางรหัสการสื่อสาร และช่องว่างระหว่างวัยในองค์กรยุคปัจจุบัน ร่วมกับความเครียดสะสมในยุคหลังการแพร่ระบาดใหญ่ จนนำไปสู่ค่านิยมการดำเนินชีวิตแบบใหม่และการหลีกหนีด้วยกลวิธีเงียบงันอย่างปรากฏการณ์เงียบลาออกในที่ทำงานเพื่อหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับโครงสร้างอำนาจเดิม ดังนั้น การนำ โมเดล G-Z-D-I (Gen Z Digital-Identity Integration Model) ไปประยุกต์ใช้อย่างเป็นรูปธรรมผ่านการปรับบทบาทครอบครัวเป็นผู้สนับสนุน (Grounded Support) การสื่อสารแนวราบ (Zero-Hierarchy Communication) การสร้างภูมิคุ้มกันดิจิทัล (Digital Resilience) และการยอมรับความลื่นไหลของอัตลักษณ์ (Identity Fluidity) จึงเป็นกุญแจสำคัญในการถอดสลักความขัดแย้งเชิงโครงสร้าง ปฏิเสธการแก้ปัญหาแบบแยกส่วน และเปลี่ยนผ่านสังคมไทยไปสู่การอยู่ร่วมกันระหว่างรุ่นในยุคดิจิทัลได้อย่างสมดุลและยั่งยืน

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยนี้ ผู้วิจัยสามารถสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาคุณลักษณะส่วนบุคคล คุณลักษณะครอบครัว และคุณลักษณะทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล พบว่า ปัจจัยทางสังคมโดยเฉพาะสื่อสังคมออนไลน์และบุคคลต้นแบบมีอิทธิพลต่อการกำหนดโลกทัศน์ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$= 4.42, S.D. = 0.62) ขณะที่สภาพเศรษฐกิจและสังคมมีอิทธิพลต่อการกำหนดเป้าหมายชีวิตในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$= 4.38, S.D. = 0.75) ส่วนความคาดหวังของครอบครัวมีอิทธิพลในระดับปานกลางถึงมาก ($\bar{x}$= 3.25, S.D. = 1.05) นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 48.1 ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะดิจิทัลและการปรับตัวในฐานะปัจจัยสำคัญต่อความสำเร็จในอนาคต โดยมีค่าเฉลี่ยความสำคัญสูงที่สุด ($\bar{x}$= 4.65, S.D. = 0.48) ข้อค้นพบดังกล่าวสะท้อนว่าโลกทัศน์และเป้าหมายชีวิตของเจเนอเรชัน Z ถูกหล่อหลอมจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ครอบครัว สังคม และสภาพแวดล้อมดิจิทัล ซึ่งสามารถเชื่อมโยงกับ ทฤษฎีโลกทัศน์ (T1) และ ทฤษฎีสัมพันธภาพทางวัฒนธรรม (T2) ได้อย่างชัดเจน

2. เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคด้านความสัมพันธ์ระหว่างวัยที่ส่งผลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล พบว่า พบประเด็นสำคัญ 3 ด้าน ได้แก่ 1) ความแตกต่างของรูปแบบการสื่อสาร 2) ความแตกต่างด้านค่านิยมและการรับรู้บทบาท และ 3) ความแตกต่างด้านการใช้เทคโนโลยี ข้อมูลเชิงคุณภาพสะท้อนว่า คนต่างวัยมีรูปแบบการสื่อสารและความคาดหวังแตกต่างกัน โดยคนรุ่นก่อนให้ความสำคัญกับลำดับอาวุโสและการสื่อสารแบบเผชิญหน้า ขณะที่เจเนอเรชัน Z ให้ความสำคัญกับความรวดเร็ว ความเป็นอิสระ และการสื่อสารผ่านช่องทางดิจิทัล ความแตกต่างดังกล่าวอาจก่อให้เกิดความเข้าใจคลาดเคลื่อน การหลีกเลี่ยงการสื่อสาร หรือการสร้างพื้นที่ส่วนตัวของเจเนอเรชัน Z เมื่อรู้สึกไม่ได้รับการยอมรับ ผลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าอุปสรรคระหว่างวัยไม่ได้เกิดจากอายุเพียงอย่างเดียว แต่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการสื่อสาร การรับรู้ตัวตน และความแตกต่างด้านค่านิยม ซึ่งเชื่อมโยงกับ ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างวัย (T3) และ ทฤษฎีความเป็นตัวตน (T4)

3. เพื่อศึกษาผลกระทบทางพฤติกรรมและจิตใจที่เกิดจากการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ซึ่งมีอิทธิพลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z พบว่า ผลกระทบสำคัญ 3 ประเด็น ได้แก่ 1) การเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น 2) ความเครียดและความเปราะบางทางอารมณ์ และ 3) การเปลี่ยนแปลงอัตลักษณ์และเป้าหมายชีวิต โดยข้อมูลเชิงคุณภาพสะท้อนว่า การเห็นภาพความสำเร็จของผู้อื่นอย่างต่อเนื่องในสื่อสังคมออนไลน์ทำให้เจเนอเรชัน Z บางส่วนเกิดความกดดันจากการเปรียบเทียบตนเอง การแสวงหาการยอมรับ และความเครียดเมื่อชีวิตจริงไม่สอดคล้องกับภาพความสำเร็จในโลกออนไลน์ นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลต่างรุ่นยังสะท้อนว่า แม้เจเนอเรชัน Z มีทักษะการใช้เทคโนโลยีสูง แต่การรับข้อมูลและกระแสออนไลน์อาจส่งผลให้เป้าหมายชีวิตเปลี่ยนแปลงตามบริบทและแนวโน้มทางสังคมได้ สะท้อนให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการการยอมรับ การเห็นคุณค่าในตนเอง บริบททางสังคม และผลกระทบจากเทคโนโลยี ซึ่งเชื่อมโยงกับ ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (T5) ทฤษฎีความสุดโต่ง (T6) และ ทฤษฎีผลกระทบทางจิตวิทยาจากเทคโนโลยี (T7)

4. เพื่อพัฒนาและนำเสนอโมเดลแนวคิดเกี่ยวกับโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล พบว่า ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ ได้แก่ G – Grounded Support การสร้างฐานความเข้าใจและการสนับสนุน, Z – Zero-Hierarchy Communication การสื่อสารที่ลดกำแพงทางลำดับชั้น, D – Digital Resilience การสร้างภูมิคุ้มกันในการใช้ชีวิตบนโลกดิจิทัล และ I – Identity Fluidity การยอมรับความยืดหยุ่นของอัตลักษณ์และเป้าหมายชีวิต โมเดลดังกล่าวเป็นผลจาก

การสังเคราะห์ข้อค้นพบและการบูรณาการ T1–T8 เพื่อเสนอกรอบในการทำความเข้าใจและส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเจเนอเรชัน Z กับบุคคลต่างวัยในบริบทสังคมไทยยุคดิจิทัล ผลจากการวิจัยนี้ จึงชี้ให้เห็นอย่างประจักษ์ว่า กระบวนทัศน์ โลกทัศน์ และเป้าหมายชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในสังคมไทยปัจจุบันไม่ได้ถูกขับเคลื่อนด้วยสถาบันขัดเกลาทางสังคมแบบดั้งเดิมอีกต่อไป แต่ถูกหล่อหลอมอย่างเข้มข้นผ่านระบบนิเวศดิจิทัลเสมือน แม้เทคโนโลยีจะเปิดโอกาสในการสร้างทางลัดสู่ความสำเร็จและการพึ่งพาตนเองในเชิงเศรษฐกิจยุคใหม่ (ร้อยละ 48.1) ผ่านการพัฒนาความสามารถและทักษะดิจิทัลที่โดดเด่น ตลอดจนพฤติกรรมการรับข้อมูลข่าวสารผ่านสื่อสั้นที่ต้องการความฉับไวและรวดเร็ว ทว่าในอีกด้านหนึ่ง พื้นที่ออนไลน์กลับนำมาซึ่ง “วิกฤตความปลอดภัยทางใจ” (Mental Safety Crisis) และภาวะเปราะบางทางอารมณ์สูง ซึ่งสัมพันธ์โดยตรงกับปรากฏการณ์ความความกดดันจากการเปรียบเทียบตนเองและการนำเสนอตัวตนบนสื่อสังคมออนไลน์ ดังนั้น การนำ โมเดล G-Z-D-I (Gen Z Digital-Identity Integration Model) ไปประยุกต์ใช้อย่างเป็นรูปธรรมผ่านการปรับบทบาทครอบครัวเป็นผู้สนับสนุน (Grounded Support) การสื่อสารแนวราบ (Zero-Hierarchy Communication) การสร้างภูมิคุ้มกันดิจิทัล (Digital Resilience) และการยอมรับความลื่นไหลของอัตลักษณ์ (Identity Fluidity) จึงเป็นกุญแจสำคัญในการถอดสลักความขัดแย้งเชิงโครงสร้าง ปฏิเสธการแก้ปัญหาแบบแยกส่วน และเปลี่ยนผ่านสังคมไทยไปสู่การอยู่ร่วมกันระหว่างรุ่นในยุคดิจิทัลได้อย่างสมดุลและยั่งยืน

การอภิปรายผล

การวิจัยนี้ ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้

1. คุณลักษณะส่วนบุคคล ครอบครัว และสังคมที่มีอิทธิพลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล พบว่า สื่อสังคมออนไลน์และบุคคลต้นแบบมีอิทธิพลต่อการกำหนดโลกทัศน์ของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$= 4.42, S.D. = 0.62) ขณะที่สภาพเศรษฐกิจและสังคมมีอิทธิพลต่อการกำหนดเป้าหมายชีวิตในระดับมากที่สุด ($\bar{x}$= 4.38, S.D. = 0.75) และกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 48.1 ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะดิจิทัลและการปรับตัวเพื่อความสำเร็จในอนาคต ผลดังกล่าวสะท้อนว่า การก่อตัวของโลกทัศน์และเป้าหมายชีวิตของคนรุ่นนี้มิได้เกิดจากครอบครัวหรือสถาบันทางสังคมแบบเดิมเพียงอย่างเดียว แต่เกิดจากการรับรู้และปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางสังคมและดิจิทัลอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีโลกทัศน์ (Worldview Theory: T1) ที่อธิบายว่าโลกทัศน์เกี่ยวข้องกับการตีความตนเองและสิ่งแวดล้อม (อมรา ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2549, น.51–54) และทฤษฎีสัมพันธภาพทางวัฒนธรรม (Cultural Relationship Theory: T2) ที่ชี้ให้เห็นว่าค่านิยมและวัฒนธรรมมีอิทธิพลต่อวิถีคิดและพฤติกรรมของบุคคล (ยศ สันติสมบัติ, 2540, น.100) นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับ Dikeç et al. (2023) ที่พบว่า สภาพเศรษฐกิจ ระบบการศึกษา และโอกาสในการทำงานมีส่วนต่อการรับรู้อนาคตและการกำหนดเป้าหมายชีวิตของเจเนอเรชัน Z

2. ปัญหาและอุปสรรคด้านความสัมพันธ์ระหว่างวัยที่ส่งผลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล พบว่า ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างวัยสัมพันธ์กับความแตกต่างด้านค่านิยม รูปแบบการสื่อสาร การรับรู้บทบาท และความคาดหวังระหว่างคนต่างรุ่น โดยเจเนอเรชัน Z มีความคุ้นเคยกับการสื่อสารที่รวดเร็ว ยืดหยุ่น และผ่านช่องทางดิจิทัล ขณะที่บุคคลต่างวัยบางส่วนยังคงให้ความสำคัญกับการสื่อสารแบบเผชิญหน้าและลำดับอาวุโส ความแตกต่างดังกล่าวอาจก่อให้เกิดความเข้าใจคลาดเคลื่อน การหลีกเลี่ยงการสื่อสาร หรือการตอบสนองต่อกันในลักษณะที่ไม่สอดคล้องกัน ปรากฏการณ์ดังกล่าวสามารถ

อธิบายผ่าน ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างวัย (T3) ซึ่งในการวิจัยนี้ประยุกต์แนวคิดการวิเคราะห์การสื่อสารสัมพันธ์ โดย Randelović et al. (2024) อธิบายว่า Parent, Adult และ Child ไม่ได้หมายถึงอายุ แต่หมายถึงรูปแบบความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกขณะสื่อสาร ขณะที่ Jusik and Wieczorek (2024) ชี้ว่าการสื่อสารที่เปิดโอกาสให้แลกเปลี่ยนข้อมูล รับฟัง และใช้เหตุผลช่วยนำไปสู่ความเข้าใจร่วมกันได้ เมื่อเชื่อมโยงกับ ทฤษฎีความเป็นตัวตน (T4) จึงสะท้อนว่า การได้รับการยอมรับและพื้นที่ในการแสดงออกมีส่วนต่อการรับรู้ตัวตนและการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลต่างวัย ดังนั้น การลดช่องว่างระหว่างวัยจึงควรมุ่งสร้างรูปแบบการสื่อสารที่เคารพความแตกต่างและเปิดพื้นที่ให้แต่ละฝ่ายมีส่วนร่วมมากกว่าการยึดลำดับอาวุโสเพียงด้านเดียว

3. ผลกระทบทางพฤติกรรมและจิตใจที่เกิดจากการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ซึ่งมีอิทธิพลต่อโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ผลการวิจัยสะท้อนว่า เทคโนโลยีดิจิทัลมีทั้งบทบาทสนับสนุนการเรียนรู้ การสร้างความสัมพันธ์ และการแสดงออกทางอัตลักษณ์ ขณะเดียวกัน การเปิดรับภาพความสำเร็จและวิถีชีวิตของผู้อื่นอย่างต่อเนื่องอาจทำให้เกิดการเปรียบเทียบตนเอง ความกดดัน และความเปราะบางทางอารมณ์ในบางกลุ่ม ผลดังกล่าวสามารถอธิบายด้วย ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (T5) โดยเฉพาะความต้องการการยอมรับ การเห็นคุณค่าในตนเอง และการบรรลุศักยภาพแห่งตน (Maslow, 1943) ประกอบกับ ทฤษฎีอัตลักษณ์ในยุคดิจิทัล (T8) ซึ่งอธิบายว่าพื้นที่ออนไลน์เป็นพื้นที่สำคัญในการสร้างและแสดงตัวตน โดย Papacharissi (2015) ให้ความสำคัญกับบทบาทของอารมณ์และการมีส่วนร่วม ขณะที่ Stald และ Green (2020) มองพื้นที่ออนไลน์เป็นพื้นที่ทดลองและปรับเปลี่ยนอัตลักษณ์ของเยาวชน นอกจากนี้ ทฤษฎีผลกระทบทางจิตวิทยาจากเทคโนโลยี (T7) ยังสนับสนุนว่าผลกระทบไม่ได้เกิดจากเทคโนโลยีเพียงลำพัง แต่ต้องพิจารณารูปแบบการใช้งานและบริบทของบุคคลร่วมด้วย ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาในประเทศไทยที่พบความเชื่อมโยงระหว่างการใช้สื่อสังคมออนไลน์ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความพึงพอใจในชีวิต และสุขภาวะทางจิต ในส่วนของ ทฤษฎีความสุดโต่ง (T6) สามารถนำมาใช้ประกอบการอธิบายเมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกสูญเสียคุณค่าหรือความหมายของตนเองร่วมกับอิทธิพลของชุดความคิดและเครือข่ายทางสังคม อย่างไรก็ตาม การใช้เทคโนโลยีหรือการมีความเครียดเพียงอย่างเดียวไม่สามารถสรุปได้ว่าจะนำไปสู่พฤติกรรมสุดโต่งโดยตรง จึงควรพิจารณาปัจจัยส่วนบุคคล สังคม และสภาพแวดล้อมร่วมกัน

4. การพัฒนาและนำเสนอโมเดลแนวคิดเกี่ยวกับโลกทัศน์และเป้าหมายการดำเนินชีวิตของกลุ่มเจเนอเรชัน Z ในยุคดิจิทัล จากผลการวิจัยทั้งสามมิติข้างต้น ผู้วิจัยได้สังเคราะห์เป็น G-Z-D-I Model (Gen Z Digital-Identity Integration Model) เพื่อเชื่อมโยงปัจจัยด้านบุคคล ครอบครัว สังคม การสื่อสาร อัตลักษณ์ และเทคโนโลยีอย่างเป็นระบบ โดย G – Grounded Support มุ่งสร้างฐานความเข้าใจและการสนับสนุนจากครอบครัวและองค์กร Z – Zero-Hierarchy Communication มุ่งลดอุปสรรคจากลำดับชั้นและสร้างการสื่อสารที่เปิดกว้าง D – Digital Resilience มุ่งสร้างภูมิคุ้มกันและความสามารถในการรับมือกับแรงกดดันจากโลกออนไลน์ และ I – Identity Fluidity มุ่งยอมรับความยืดหยุ่นของอัตลักษณ์และเป้าหมายชีวิตของคนรุ่นใหม่ ซึ่งองค์ประกอบทั้ง 4 ส่วนปรากฏเป็นข้อสรุปของโมเดลในเล่มวิจัย ดังนั้น G-Z-D-I Model จึงเป็นผลจากการสังเคราะห์ข้อค้นพบเชิงประจักษ์ร่วมกับกรอบ T1–T8 มิได้อาศัยทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งโดยลำพัง แต่บูรณาการโลกทัศน์ วัฒนธรรม การสื่อสารระหว่างวัย ความเป็นตัวตน ความต้องการของมนุษย์ ความสุดโต่ง อัตลักษณ์ดิจิทัล และผลกระทบทางจิตวิทยาจากเทคโนโลยีเข้าด้วยกัน เพื่อใช้เป็นกรอบในการทำความเข้าใจและส่งเสริมการอยู่ร่วมกันระหว่างเจเนอเรชันในบริบทสังคมไทยยุคดิจิทัล

ข้อค้นพบ หรือองค์ความรู้ใหม่

จากการสังเคราะห์ข้อค้นพบเชิงประจักษ์ทั้งในเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นเป็น โมเดล G-Z-D-I (Gen Z Digital-Identity Integration Model) ซึ่งถือเป็นองค์ความรู้ใหม่และนวัตกรรมสังคมเชิงระบบ (Systemic Social Innovation) ที่มุ่งถอดสลักวิกฤตการณ์ทางจิตวิทยาและทลายกำแพงความสัมพันธ์ระหว่างรุ่นในสังคมไทยยุคดิจิทัล โดยมีรายละเอียดองค์ประกอบหลัก 4 ด้าน และแนวทางประยุกต์ใช้ ดังนี้

G - Grounded Support (การปรับบทบาทสถาบันครอบครัวและเครือข่ายสนับสนุน) องค์ประกอบนี้มุ่งแก้ปัญหา “วิกฤตความปลอดภัยทางใจ” โดยเสนอให้สถาบันครอบครัวและผู้ใหญ่รอบข้างเปลี่ยนผ่านบทบาทเชิงอำนาจ จากเดิมที่เป็นผู้ควบคุมกฎเกณฑ์หรือผู้พิพากษาคุณค่า มาทำหน้าที่เป็น “ฐานที่มั่นคงและปลอดภัยทางอารมณ์” (Grounded Supporter) ที่มีความยืดหยุ่น ยอมรับในความผิดพลาด และพร้อมรับฟังโดยไม่ด่วนตัดสิน กลไกนี้จะช่วยลดความกดดันจากการเปรียบเทียบตนเองและการนำเสนอตัวตนบนสื่อสังคมออนไลน์ของเจเนอเรชัน Z ทำให้พวกเขาไม่ต้องแสวงหาการยอมรับจากโลกออนไลน์เพียงอย่างเดียว แต่มีฐานใจที่แข็งแกร่งในโลกความจริง ซึ่งสามารถอธิบายหนุนเสริมได้ด้วย ทฤษฎีโลกทัศน์ (T1) และ ทฤษฎีสัมพันธภาพทางวัฒนธรรม (T2) ในการปรับระบบสิ่งแวดล้อมรอบตัวเพื่อหล่อหลอมโลกทัศน์ที่มั่นคง

Z - Zero-Hierarchy Communication (การสื่อสารเชิงผลลัพธ์ไร้ลำดับชั้น) เพื่อทลายอุปสรรค “ความเหลื่อมล้ำทางรหัสการสื่อสาร” โมเดลนี้เสนอให้มีการปฏิรูปกระบวนการสื่อสารทั้งในสถาบันครอบครัวและองค์กรร่วมสมัย โดยเปลี่ยนจากการสื่อสารแนวดิ่งที่มีลำดับชั้นเข้มงวด ไปสู่ “การสื่อสารแนวราบเชิงผลลัพธ์” (Horizontal & Outcome-Oriented Communication) ซึ่งเป็นการสื่อสารที่ให้ความสำคัญกับเนื้อหา เหตุผล และเป้าหมายของงานเป็นหลัก โดยไม่นำกรอบเรื่องอายุหรือระบบอาวุโสมาเป็นเงื่อนไขในการปิดกั้นความคิดสร้างสรรค์ วิธีนี้จะช่วยลดการใช้เทคโนโลยีเป็นเกราะกำบังและดึงเจเนอเรชัน Z กลับเข้าสู่กระบวนการปฏิสัมพันธ์ในสังคมจริง สอดคล้องและขับเคลื่อนภายใต้ฐานคิดของ ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างวัย (T3) และ ทฤษฎีความเป็นตัวตน (T4) เพื่อลดช่องว่างทางรหัสการสื่อสารและสร้างความสมดุลในโครงสร้างความสัมพันธ์ระหว่างรุ่น

D - Digital Resilience (การสร้างภูมิคุ้มกันและความฉลาดทางอารมณ์ดิจิทัล) องค์ประกอบนี้คือกลไกการสร้างวัคซีนทางใจในระดับปัจเจก มุ่งเน้นการส่งเสริมให้กลุ่มเจเนอเรชัน Z เกิด “ความยืดหยุ่นและภูมิคุ้มกันดิจิทัล” (Digital Resilience) ซึ่งประกอบด้วย ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ความเข้าใจในกลไกการทำงานของอัลกอริทึมที่คอยกระตุ้นการเปรียบเทียบทางสังคม และการฝึกฝนทักษะการแยกแยะระหว่างอัตลักษณ์เสมือนกับตัวตนที่แท้จริง เพื่อให้เยาวชนสามารถบริหารจัดการความเครียดสะสมและลดพฤติกรรมตอบโต้เชิงสุดโต่งเมื่อเผชิญกับความผันผวนบนพื้นที่ออนไลน์ โดยอ้างอิงและบูรณาการเข้ากับแนวคิดของ ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (T5) และ ทฤษฎีความสุดโต่ง (T6) เพื่อช่วยให้เยาวชนบรรลุความต้องการความปลอดภัยและปกป้องอัตลักษณ์ตนเองได้อย่างเท่าทัน

I - Identity Fluidity (การเปิดรับและความยืดหยุ่นทางอัตลักษณ์ร่วมกัน) องค์ประกอบสุดท้ายเน้นการสร้างพื้นที่ทางสังคมที่มีความยืดหยุ่นและโอบรับความหลากหลาย สังคมไทยต้องก้าวข้ามการมองอัตลักษณ์แบบตายตัว และหันมาทำความเข้าใจ “ความลื่นไหลทางอัตลักษณ์” (Identity Fluidity) ของคนรุ่นใหม่ ทั้งในมิติของเพศสภาพ วิถีชีวิต และรูปแบบการทำงานดิจิทัล การเปิดพื้นที่ให้เจเนอเรชัน Z ได้ผสมผสานตัวตนในโลกความจริงและโลกออนไลน์เข้าด้วยกันอย่างสมดุล จะช่วยลดแรงกดดันเชิงโครงสร้าง และเปิดโอกาสให้พวกเขาสามารถขับเคลื่อนนวัตกรรมและศักยภาพดิจิทัลได้อย่างสูงสุดเพื่อการพัฒนาสังคม ซึ่งเป็น

บทสรุปเชิงประยุกต์ตามกรอบของ ทฤษฎีผลกระทบทางจิตวิทยาจากเทคโนโลยี (T7) และทฤษฎีด้านอัตลักษณ์ในยุคดิจิทัล (T8) ในการประสานรวมอัตลักษณ์เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนผ่านเชิงกระบวนทัศน์อย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายและการกำหนดทิศทางสังคม

หน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับเยาวชน สังคม และการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ควรนำโมเดล G-Z-D-I ไปใช้เป็นกรอบแนวคิดหลักในการทำความเข้าใจพฤติกรรม โลกทัศน์ และกระบวนทัศน์ของคนรุ่นใหม่ในมิติที่ลึกซึ้ง ควรใช้ผลการวิจัยนี้เป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ประกอบการกำหนดนโยบายด้านการศึกษา การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ และการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตของเยาวชนในระดับชาติ สนับสนุนการออกแบบพื้นที่การเรียนรู้สาธารณะที่ลดลำดับชั้นแนวดิ่งลง และส่งเสริมการบูรณาการหลักสูตรการสร้างภูมิคุ้มกันทางอารมณ์ดิจิทัลในสถานศึกษา เพื่อลดช่องว่างระหว่างวัยและส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างยั่งยืนในยุคดิจิทัล

1.2 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการสำหรับองค์กรและสถาบันครอบครัว

สำหรับสถาบันครอบครัว พ่อแม่และผู้ปกครองควรปรับเปลี่ยนบทบาทตามแนวทาง การปรับบทบาทครอบครัวเป็นผู้สนับสนุนและการสื่อสารแนวราบ เพื่อเป็นผู้สนับสนุนที่มั่นคงทางอารมณ์ เปิดใจรับฟังโดยไม่ด่วนตัดสิน เพื่อสร้างพื้นที่ปลอดภัยทางใจในโลกความจริงให้แก่กลุ่มเจเนอเรชัน Z

สำหรับองค์กรและผู้บริหาร ควรลดการยึดติดกับระบบอาวุโสแนวดิ่งในการประเมินคุณค่าเนื้อหางาน และหันมาสร้างพื้นที่ปฏิสัมพันธ์แนวราบ เพื่อเปิดโอกาสให้กลุ่มเจเนอเรชัน Z แสดงศักยภาพและนวัตกรรมดิจิทัลได้อย่างสูงสุด โดยไม่ต้องใช้เทคโนโลยีเป็นเกราะป้องกันตนเองจากการเผชิญหน้า

สำหรับปัจเจกบุคคลกลุ่มเจเนอเรชัน Z ควรฝึกฝนการตระหนักรู้ในตนเอง และจัดสรรเวลาในการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์อย่างสมดุลเพื่อแยกแยะระหว่างอัตลักษณ์เสมือน และตัวตนที่แท้จริง ซึ่งจะช่วยลดการเกิดพฤติกรรมตอบโต้เชิงสุดโต่ง

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาทดสอบและยืนยันองค์ประกอบของ G-Z-D-I Model (Gen Z Digital-Identity Integration Model) ด้วยการวิจัยเชิงปริมาณขั้นสูง เช่น การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน หรือการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง Grounded Support, Zero-Hierarchy Communication, Digital Resilience และ Identity Fluidity รวมทั้งตรวจสอบความเหมาะสมของโมเดลในเชิงประจักษ์ให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น

2.2 ควรศึกษาเปรียบเทียบโลกทัศน์ เป้าหมายชีวิต ความสัมพันธ์ระหว่างวัย และผลกระทบจากเทคโนโลยีดิจิทัลในกลุ่มประชากรที่มีบริบทแตกต่างกัน เช่น พื้นที่ ภูมิภาค ระดับการศึกษา อาชีพ หรือกลุ่มเจเนอเรชันอื่น เพื่อพิจารณาว่าปัจ จัยและองค์ประกอบของโมเดล G-Z-D-I มีความแตกต่างตามบริบทหรือไม่ และเพื่อขยายขอบเขตการนำโมเดลไปประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสม

เอกสารอ้างอิง

ภวิกา ภักษา. (2566). วัยรุ่น Generation Z: วัยและเวลาที่สำคัญแห่งชีวิต. *วารสารราชพฤกษ์, 21*(3), 1-15.

ยศ สันตสมบัติ. (2540). *มนุษย์กับวัฒนธรรม.* (พิมพ์ครั้งที่ 2 แก้ไขเพิ่มเติม). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2553). *พจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยา.* กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน.

สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์. (2565). *รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย ปี 2565 (Thailand Internet User Behavior 2022).* กรุงเทพฯ: สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์.

Anderson, M., Vogels, E. A., Perrin, A., and Rainie, L. (2022). *Connection, Creativity and Drama: Teen Life on Social Media in 2022.* Washington, DC: Pew Research Center.

Boyd, d. (2008). Why Youth (Heart) Social Network Sites: The Role of Networked Publics in Teenage Social Life. In D. Buckingham (Ed.), *Youth, Identity, and Digital Media* (pp. 119–142). Cambridge, MA: MIT Press.

Cochran, W. G. (1977). *Sampling Techniques.* (3rd ed.). New York: John Wiley & Sons.

Creswell, J. W. and Creswell, J. D. (2023). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches.* (6th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.

Deloitte. (2023). *2023 Gen Z and Millennial Survey: Country Profile Thailand.* Bangkok: Deloitte Thailand.

Dikeç, G., Öztürk, S., Taşbaşı, N., Figenergül, D., and Güler, B. B. (2023). The Perceptions of Generation Z University Students about Their Futures: A Qualitative Study. *Sci, 5*(4), 45.

Dokoupilová, L., Cogiel, A. and Fero, M. (2024). Values as Motivating Factors for Representatives of Generation Z in the Czech Republic and Slovakia within the European Context. *Frontiers in Psychology, 15*, 1404354.

Hammond, S. P., Polizzi, G., and Bartholomew, K. J. (2023). Using a Socio-Ecological Framework to Understand How 8–12-Year-Olds Build and Show Digital Resilience: A Multi-Perspective and Multimethod Qualitative Study. *Education and Information Technologies, 28*, 3681–3709.

Hennink, M. and Kaiser, B. N. (2022). Sample Sizes for Saturation in Qualitative Research: A Systematic Review of Empirical Tests. *Social Science & Medicine, 292*, 114523.

Jusik, P. and Wieczorek, Z. (2024). Ego State Trip or Ego State Trap: Unlocking Change Through Language. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice, 15*(1), 3–14.

Kornyeyeva, L. (2023). Rethinking the Parent: A Valuing-Based Ego State Model. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice, 14*(2), 24–32.

Kruglanski, A. W., Molinario, E., Jasko, K., Webber, D., Leander, N. P., and Pierro, A. (2022). Significance-Quest Theory. *Perspectives on Psychological Science, 17*(4), 1050–1071.

Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review, 50*(4), 370–396.

Orben, A., and Przybylski, A. K. (2019). The Association between Adolescent Well-Being and Digital Technology Use. *Nature Human Behaviour, 3*, 173–182.

Ranđelović, K., Nikolić, M., and Todorović, J. (2024). Ego States and Tendency towards Psychosomatics. In C. Pracana and M. Wang (Eds.), *Psychological Applications and Trends 2024* (pp. 453–455). inScience Press: Lisbon.

Rideout, V., and Robb, M. B. (2018). *Social Media, Social Life: Teens Reveal Their Experiences.* San Francisco, CA: Common Sense Media.

Rovinelli, R. J. and Hambleton, R. K. (1977). On the Use of Content Specialists in the Assessment of Criterion-Referenced Test Item Validity. *Dutch Journal for Educational Research, 2*, 49–60.

Schein, E. H., and Schein, P. A. (2017). *Organizational Culture and Leadership.* (5th ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

Stald, G. (2008). Mobile Identity: Youth, Identity, and Mobile Communication Media. In D. Buckingham (Ed.), *Youth, Identity, and Digital Media* (pp. 143–164). Cambridge, MA: MIT Press.

Stryker, S., and Burke, P. J. (2000). The Past, Present, and Future of an Identity Theory. *Social Psychology Quarterly, 63*(4), 284–297.

World Health Organization Regional Office for Europe. (2025). *Addressing the Digital Determinants of Youth Mental Health and Well-being: Policy Brief.* Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.