

บทความวิจัย

การวิเคราะห์สื่อกีฬาออนไลน์เพื่อการพัฒนาเยาวชน อย่างสร้างสรรค์และปลอดภัยในสังคมดิจิทัล มนตรี วงษ์รักษ์¹ และชนะชัย ประสาทเกษการณ²

Received 19 March 2026

Revised 21 September 2026

Accepted 23 September 2026

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) วิเคราะห์ลักษณะและรูปแบบเนื้อหาของสื่อกีฬาออนไลน์ที่ได้รับความนิยมในกลุ่มเยาวชน (2) จำแนกระดับความปลอดภัยและความสร้างสรรค์ของเนื้อหาตามกรอบสื่อปลอดภัยและการพัฒนาเยาวชน และ (3) ประเมินบทบาทและศักยภาพของสื่อกีฬาออนไลน์ต่อการพัฒนาเยาวชนในสังคมดิจิทัล ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหาพร้อมกับการวิจัยเอกสารจากสื่อกีฬาออนไลน์ที่เผยแพร่ระหว่างเดือนตุลาคม 2568-มีนาคม 2569 โดยการคัดเลือกตัวอย่างแบบเจาะจงจำนวน 200 ชิ้น ผลการวิจัยพบว่าสื่อกีฬาออนไลน์มีอิทธิพลต่อเยาวชน โดยทำหน้าที่เป็นพื้นที่ทางสังคม แหล่งเรียนรู้ไม่เป็นทางการ และแหล่งแรงบันดาลใจ เปิดโอกาสให้เยาวชนเข้าถึงข้อมูล ติดตามนักกีฬา และมีส่วนร่วมกับชุมชน ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ผ่านแบบอย่างและนำไปสู่การมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬา อย่างไรก็ตามหากเนื้อหาขาดความปลอดภัย อาจนำไปสู่การเลียนแบบพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้ สื่อกีฬาออนไลน์ยังมีศักยภาพในการส่งเสริมการออกกำลังกาย การพัฒนาทักษะ และค่านิยมเชิงบวก แต่ผลลัพธ์ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของเนื้อหา การรู้เท่าทันสื่อ และการกำกับดูแลจากผู้ใหญ่ ดังนั้น การผลิตสื่อควรเน้นการเล่าเรื่องเชิงสร้างสรรค์ คำนึงถึงความปลอดภัยและวัยผู้ชม และหลีกเลี่ยงค่านิยมสุดโต่ง เพื่อให้สื่อกีฬาออนไลน์เป็นเครื่องมือพัฒนาเยาวชนอย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: สื่อกีฬาออนไลน์, การพัฒนาเยาวชน, สื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์, สังคมดิจิทัล

¹ คณะบริหารจัดการศึกษา มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตกรุงเทพ, montri.tnsu@gmail.com

² คณะบริหารจัดการศึกษา มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตกรุงเทพ, fc_jacky@gmail.com



Analyzing Online Sports Media for Safe and Creative Youth Development in the Digital Age

Montri Wongrak¹ and Chanachai Prasartketkarn²

Abstract

This study aimed to (1) analyze the characteristics and content formats of online sports media popular among youth, (2) classify content safety and creativity based on the safe and creative media framework, and (3) evaluate its roles and developmental potential for youth in the digital society. Qualitative content analysis and documentary research were conducted on publicly available sports media published between October 2025 and March 2026, using a purposive sample of 200 items. Findings show that online sports media influences youth by functioning as a social space, an informal learning source, and a source of inspiration, encouraging access to information, athlete followership, community engagement, and participation in sports. However, unsafe content may lead to imitation of inappropriate behaviors. The media also has strong potential to promote physical activity, skill development, and positive values, particularly through training content and athletes' life stories. Its impact depends on content appropriateness, media literacy, and adult guidance. Therefore, safe, age-appropriate, and creatively designed media is essential for sustainable youth development in the digital society.

Keywords: Online sports media, Youth development, Safe and creative media, Digital society

¹ Faculty of Sports Management, Thailand National Sports University Bangkok Campus,
Email: montri.tnsu@gmail.com

² Faculty of Sports Management, Thailand National Sports University Bangkok Campus,
Email: fc_jacky@gmail.com



บทนำ

ในยุคสังคมดิจิทัล สื่อออนไลน์ได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของเยาวชนทั้งด้านการเรียนรู้ การสื่อสาร ความบันเทิง และการสร้างอัตลักษณ์ของตนเอง การพัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศ การเข้าถึงอินเทอร์เน็ตความเร็วสูง และการใช้สมาร์ทโฟนอย่างแพร่หลาย ทำให้เยาวชนสามารถเข้าถึงข้อมูลและสื่อดิจิทัลได้อย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้สื่อมีบทบาทสำคัญต่อการก่อรูปทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมของคนรุ่นใหม่ โดยเฉพาะกลุ่ม digital natives ที่เติบโตมาพร้อมเทคโนโลยีและมีความคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อมออนไลน์ แนวคิดพลเมืองดิจิทัล (digital citizenship) จึงถูกนำมาใช้อธิบายความสามารถของบุคคลในการใช้สื่อดิจิทัลอย่างมีความรับผิดชอบ มีการรู้เท่าทันข้อมูล เคารพผู้อื่น และตระหนักถึงผลกระทบของการสื่อสารในโลกออนไลน์ (NIDA, 2024) ซึ่งสะท้อนว่าสื่อดิจิทัลมิได้เป็นเพียงเครื่องมือในการรับส่งข้อมูล แต่ยังเป็นพื้นที่ทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาเยาวชนในหลายมิติ อย่างไรก็ตาม การเข้าถึงสื่อดิจิทัลอย่างแพร่หลายก็ทำให้เยาวชนเผชิญกับความเสี่ยงจากเนื้อหาที่ไม่เหมาะสม เช่น ความรุนแรง ข่าวดง การกลั่นแกล้งทางออนไลน์ หรือการชักจูงสู่พฤติกรรมเสี่ยง โดย National Health Commission Office (2019) ระบุว่าภัยออนไลน์สามารถแพร่กระจายได้อย่างรวดเร็วและส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชนในวงกว้าง โดยเฉพาะเมื่อขาดทักษะการรู้เท่าทันสื่อและการกำกับดูแลที่เหมาะสมจากครอบครัวและสังคม สถานการณ์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าการใช้สื่อดิจิทัลในปัจจุบันจำเป็นต้องได้รับการจัดการอย่างรอบด้านเพื่อส่งเสริมการพัฒนาเยาวชนให้เหมาะสมในสังคมดิจิทัลร่วมสมัย

ในบริบทดังกล่าว “สื่อกีฬาออนไลน์” หรือเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับกีฬา การออกกำลังกาย นักกีฬา หรือกิจกรรมกีฬา ซึ่งเผยแพร่ผ่านแพลตฟอร์มดิจิทัลถือเป็นหนึ่งในประเภทสื่อที่ได้รับความนิยมและมีแนวโน้มเติบโตอย่างต่อเนื่องทั้งในรูปแบบการถ่ายทอดสดการแข่งขัน คลิปไฮไลต์ วิดีโอสั้น การวิเคราะห์เกม การฝึกทักษะ รวมถึงเนื้อหาที่ผู้ใช้สร้างขึ้นและสื่อด้านกีฬาอีสปอร์ต สื่อเหล่านี้สามารถเข้าถึงเยาวชนจำนวนมากและมีอิทธิพลต่อการรับรู้ด้านกีฬา สุขภาพ



และแบบอย่างทางสังคม โดยเรื่องราวของนักกีฬา มักถูกนำเสนอในลักษณะสร้างแรงบันดาลใจและส่งเสริมค่านิยมเชิงบวก เช่น ความมีวินัย การทำงานเป็นทีม ความอดทน และการเคารพกติกา ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญต่อการพัฒนาทักษะชีวิตและสุขภาวะของเยาวชน อย่างไรก็ตาม สื่อกีฬาออนไลน์บางประเภท อาจนำเสนอเนื้อหาเน้นความรุนแรง การยั่วยุ การบริโภคนิยม หรือเชื่อมโยงกับการพนันและพฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อทัศนคติและพฤติกรรมของเยาวชนในทางลบ ด้วยเหตุนี้ แนวคิดสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ จึงได้รับความสำคัญมากขึ้นในระดับนโยบายและสังคม โดยมุ่งเน้นการพัฒนาทักษะการรู้เท่าทันสื่อ การสร้างภูมิคุ้มกันทางดิจิทัล และการส่งเสริมการผลิตเนื้อหาที่เหมาะสมกับวัย (Thai Health Promotion Foundation, 2021) สะท้อนให้เห็นว่าสื่อมิได้เป็นเพียงช่องทางการสื่อสาร แต่เป็นสภาพแวดล้อมทางสังคมที่มีบทบาทต่อการหล่อหลอมพฤติกรรมและค่านิยมของเยาวชน และหากได้รับการออกแบบอย่างเหมาะสม สื่อกีฬาออนไลน์อาจเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาเยาวชนด้านสุขภาวะ ทักษะชีวิต ค่านิยมเชิงบวก และการมีส่วนร่วมทางสังคม และสร้างคุณค่าต่อสังคมได้อย่างยั่งยืน

จากการทบทวนงานศึกษาที่เกี่ยวข้อง พบว่า การศึกษาในประเทศไทยที่ผ่านมาให้ความสำคัญกับการรู้เท่าทันสื่อและสื่อดิจิทัลของเด็กและเยาวชน โดยมุ่งศึกษาทักษะในการเข้าถึง วิเคราะห์ ประเมิน และใช้สื่ออย่างเหมาะสม (Khamcharoen & Phonnikornkit, 2018) ขณะที่การศึกษาในบริบทกีฬาพบงานที่ศึกษาการรู้เท่าทันสื่อและการตระหนักรู้ผลกระทบจากการเล่นอีสปอร์ตของเยาวชนไทย ซึ่งมุ่งศึกษาการรับรู้และทักษะการรู้เท่าทันสื่อของผู้ใช้เป็นสำคัญ (Akarasriworn Nagaoka & Santawee, 2022) นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมบนสื่อสังคมออนไลน์กับแรงจูงใจในการออกกำลังกาย แต่ดำเนินการในกลุ่มประชากรวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร (Denduang, 2023) ส่วนการศึกษาในต่างประเทศเริ่มให้ความสนใจกับบทบาทของสื่อกีฬาดิจิทัลต่อแรงจูงใจและพฤติกรรมออกกำลังกายของคนหนุ่มสาว เช่น การศึกษาของ Li (2025) ในบริบทประเทศจีน อย่างไรก็ตาม งานดังกล่าว



มุ่งศึกษาผลหรือความสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับสื่อกับพฤติกรรมของผู้รับสารมากกว่าการวิเคราะห์คุณลักษณะของเนื้อหาสื่อกีฬาออนไลน์ในมิติความปลอดภัย การสร้างสรรค์ และศักยภาพต่อการพัฒนาเยาวชน โดยเฉพาะในบริบทสังคมไทย ช่องว่างดังกล่าวนำไปสู่การศึกษาครั้งนี้ ซึ่งมุ่งวิเคราะห์ลักษณะรูปแบบ และคุณค่าของสื่อกีฬาออนไลน์ที่ได้รับความนิยมในกลุ่มเยาวชน ตลอดจนประเมินความปลอดภัย การสร้างสรรค์ และศักยภาพของเนื้อหาต่อการส่งเสริมสุขภาวะ ทักษะชีวิต ค่านิยมเชิงบวก และการมีส่วนร่วมทางสังคมของเยาวชน เพื่อเป็นข้อมูลเชิงประจักษ์สำหรับการออกแบบและส่งเสริมการใช้สื่อกีฬาออนไลน์อย่างเหมาะสมในสังคมดิจิทัล

วัตถุประสงค์

1. วิเคราะห์ลักษณะและรูปแบบเนื้อหาของสื่อกีฬาออนไลน์ที่ได้รับความนิยมในกลุ่มเยาวชน
2. จำแนกระดับความปลอดภัยและการสร้างสรรค์ของเนื้อหาตามกรอบสื่อปลอดภัยและการพัฒนาเยาวชน
3. ประเมินบทบาทและศักยภาพของสื่อกีฬาออนไลน์ต่อการพัฒนาเยาวชนในสังคมดิจิทัล

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้องค์ความรู้เชิงประจักษ์เกี่ยวกับลักษณะและรูปแบบสื่อกีฬาออนไลน์ที่นิยมในเยาวชน เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลสำหรับการศึกษา วิจัย และพัฒนาสื่อในอนาคต
2. ได้แนวทางประเมินความปลอดภัยและการสร้างสรรค์ของสื่อกีฬาออนไลน์ตามกรอบสื่อปลอดภัยและการพัฒนาเยาวชน สำหรับหน่วยงานกำกับดูแลและผู้ผลิตสื่อ
3. ได้ข้อเสนอเชิงนโยบายและแนวปฏิบัติในการใช้สื่อกีฬาออนไลน์ส่งเสริมการพัฒนาเยาวชนด้านค่านิยม ทักษะชีวิต และสุขภาวะในสังคมดิจิทัล



วรรณกรรม

พฤติกรรมการใช้สื่อดิจิทัลของเยาวชน (Youth Digital Media Use)

พฤติกรรมการใช้สื่อดิจิทัลของเยาวชนในศตวรรษที่ 21 มีลักษณะเป็นการทำงานหลายแพลตฟอร์มควบคู่กัน โดยเฉพาะสมาร์ทโฟน สื่อสังคมออนไลน์ วิดีโอออนไลน์ และเกมดิจิทัล ซึ่งกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันทั้งด้านการเรียนรู้ การสื่อสาร และความบันเทิง เยาวชนในปัจจุบันมิได้เป็นเพียงผู้รับสาร แต่ยังมีบทบาทเป็นผู้สร้างและเผยแพร่เนื้อหา ส่งผลให้สื่อดิจิทัลมีอิทธิพลต่อการสร้างอัตลักษณ์และความสัมพันธ์ทางสังคมอย่างชัดเจน Livingstone and Helsper (2007) อธิบายว่าเยาวชนเติบโตในสภาพแวดล้อมสื่อที่เอื้อต่อการมีส่วนร่วมและปฏิสัมพันธ์ ขณะที่ OECD (2021) ชี้ว่าทักษะการรู้หนังสือดิจิทัลและการใช้สื่อเป็นปัจจัยสำคัญของการเรียนรู้ในโลกยุคใหม่ และแม้ว่าการใช้สื่อดิจิทัลจะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ การเข้าถึงข้อมูล และการมีส่วนร่วมทางสังคม แต่การใช้งานในระดับสูงอาจสัมพันธ์กับความเสี่ยงด้านสุขภาพและพฤติกรรม เช่น การเสพติดสื่อ การเปิดรับข้อมูลที่ไม่เหมาะสม และการรับข้อมูลซ้ำจากระบบอัลกอริทึม (Twenge & Campbell, 2018; UNICEF, 2019) นอกจากนี้ เยาวชนไทยยังใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นช่องทางหลักในการติดตามข่าวสาร ซึ่งแม้จะช่วยเพิ่มโอกาสในการเรียนรู้ แต่ก็เพิ่มความเสี่ยงต่อข่าวปลอมและข้อมูลคลาดเคลื่อน หากขาดทักษะการรู้เท่าทันสื่อและการไตร่ตรองข้อมูลก่อนเผยแพร่ หรือเชื่อถือ (Khamcharoen & Phonnikornkit, 2018; Muangthon et al., 2024)

ทฤษฎีการใช้และความพึงพอใจ (Uses and Gratifications Theory)

ทฤษฎีการใช้และความพึงพอใจ (Uses and Gratifications Theory) อธิบายว่าผู้ใช้สื่อเป็นผู้เลือกใช้สื่ออย่างมีเป้าหมายเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง ไม่ใช่ผู้รับสารแบบเฉย ๆ โดย Katz, Blumler, and Gurevitch (1974) เสนอว่าแรงจูงใจสำคัญในการใช้สื่อ ได้แก่ การแสวงหาข้อมูล ความบันเทิง การสร้างอัตลักษณ์ และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม แนวคิด



ดังกล่าวสอดคล้องกับบริบทสื่อดิจิทัลที่ผู้ใช้สามารถเลือกแพลตฟอร์ม รูปแบบเนื้อหา และลักษณะการมีส่วนร่วมได้อย่างอิสระ รวมถึงการสร้างและเผยแพร่เนื้อหาด้วยตนเอง ซึ่งส่งผลต่อการมีส่วนร่วมและการใช้งานสื่ออย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้งานวิจัยที่เกี่ยวข้องยังชี้ว่าสื่อดิจิทัลสามารถตอบสนองความต้องการด้านข้อมูลและแรงจูงใจของผู้ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยรูปแบบการสื่อสารที่เหมาะสมช่วยเพิ่มการเข้าถึงและการมีส่วนร่วมของผู้รับสาร (Wongrak et al., 2023) ขณะที่การรับชมเนื้อหาด้านสุขภาพและการออกกำลังกายผ่านสื่อออนไลน์ยังมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Denduang, 2023) สะท้อนว่าสื่อออนไลน์สามารถทำหน้าที่ที่ตอบสนองทั้งความต้องการด้านข้อมูล ความบันเทิง และแรงบันดาลใจได้พร้อมกัน

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมและทฤษฎีผลกระทบของสื่อ (Social Learning Theory and Media Effects Theory)

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) อธิบายว่ามนุษย์สามารถเรียนรู้พฤติกรรมผ่านการสังเกตและเลียนแบบแบบอย่างในสังคม โดยเฉพาะบุคคลที่ได้รับความสนใจหรือการยอมรับ Bandura (1977) เสนอว่าการเรียนรู้สามารถเกิดขึ้นได้โดยไม่ต้องมีประสบการณ์ตรง แต่เกิดจากการสังเกตพฤติกรรมและผลลัพธ์ของพฤติกรรมนั้น ในบริบทสื่อดิจิทัลแบบอย่างดังกล่าวอาจเป็นนักกีฬา บุคคลมีชื่อเสียง อินฟลูเอนเซอร์ หรือผู้ใช้สื่อทั่วไป ซึ่งการเปิดรับเนื้อหาอย่างต่อเนื่องอาจส่งผลต่อทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมของเยาวชน โดย Anderson et al. (2003) ชี้ว่าการเปิดรับเนื้อหาความรุนแรงในสื่อสามารถเพิ่มแนวโน้มพฤติกรรมก้าวร้าวผ่านกระบวนการเรียนรู้เชิงสังเกต ขณะที่ Bandura (2001) อธิบายว่าสื่อทำหน้าที่เป็น “ตัวแทนทางสังคม” ในการถ่ายทอดบรรทัดฐานและรูปแบบพฤติกรรมสู่ผู้รับสาร ซึ่งแนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับทฤษฎีผลกระทบของสื่อ (Media Effects Theory) ซึ่งอธิบายว่าสื่อสามารถส่งผลต่อความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของผู้รับสารทั้งในระยะสั้นและระยะยาว (Potter, 2014) โดยในสภาพแวดล้อม



สื่อดิจิทัล การกดถูกใจ การแชร์ หรือการแสดงความคิดเห็นสามารถทำหน้าที่เป็นแรงเสริมทางสังคมที่ช่วยให้เนื้อหาและพฤติกรรมบางรูปแบบถูกเผยแพร่ซ้ำ ขณะเดียวกันระบบอัลกอริทึมยังทำให้ผู้ใช้เปิดรับเนื้อหาที่สอดคล้องกับความสนใจอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจส่งผลต่อการก่อรูปทัศนคติและพฤติกรรมของเยาวชนได้

บทบาทของกีฬาในการพัฒนาเยาวชน (Sport for Youth Development)

กีฬาเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาเยาวชนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยแนวคิดกีฬาเพื่อการพัฒนา (Sport for Development) อธิบายว่า การมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬาช่วยส่งเสริมทักษะชีวิต ความมั่นใจในตนเอง การทำงานร่วมกับผู้อื่น และการมีส่วนร่วมทางสังคมของเยาวชน (Coalter, 2010) ขณะที่ Bailey (2006) เชื่อว่ากีฬาไม่เพียงส่งผลต่อสมรรถภาพทางกาย แต่ยังช่วยพัฒนาด้านจิตวิทยาและสังคม เช่น การเสริมสร้าง self-esteem ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (social inclusion) และความสามารถในการทำงานเป็นทีม (teamwork) ในบริบทสังคมดิจิทัล สื่อกีฬาออนไลน์มีบทบาทในการขยายประสบการณ์ทางกีฬาไปสู่พื้นที่ออนไลน์ผ่านการถ่ายทอดเรื่องราวของนักกีฬา การแข่งขัน และกิจกรรมกีฬา ทำให้เยาวชนสามารถเรียนรู้คุณค่าทางกีฬาและได้รับแรงบันดาลใจแม้ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมโดยตรง สื่อกีฬาออนไลน์จึงไม่เพียงทำหน้าที่เผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร แต่ยังเป็นพื้นที่ทางสังคมที่มีส่วนในการพัฒนาทักษะชีวิต ค่านิยม และการมีส่วนร่วมของเยาวชนในสังคมร่วมสมัย

แนวคิดสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ (Safe and Creative Media Concept)

แนวคิดสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ (Safe and Creative Media Concept) มุ่งส่งเสริมการใช้สื่อที่เอื้อต่อการพัฒนาผู้ใช้ โดยเฉพาะเด็กและเยาวชน ทั้งในด้านการคุ้มครองจากเนื้อหาที่ไม่เหมาะสมและการสนับสนุนการ



เรียนรู้เชิงบวก สื่อที่ปลอดภัยไม่เพียงหมายถึงการลดความเสี่ยงจากข้อมูลบิดเบือน การกลั่นแกล้งทางออนไลน์ หรือการละเมิดความเป็นส่วนตัว แต่ยังรวมถึงการพัฒนาทักษะของผู้ใช้ในการรับมือกับสภาพแวดล้อมดิจิทัล Livingstone and Third (2017) ซึ่งว่าการสร้างสภาพแวดล้อมดิจิทัลที่ปลอดภัยควรผสมผสานการกำกับดูแล เทคโนโลยี และการพัฒนาทักษะผู้ใช้ ขณะที่ UNESCO (2019) ระบุว่าความรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศเป็นทักษะสำคัญที่ช่วยให้ผู้ใช้สามารถเข้าถึง วิเคราะห์ และใช้สื่ออย่างมีความรับผิดชอบ ตามกรอบ online resilience ซึ่งมุ่งเสริมสร้างความสามารถของเยาวชนในการใช้ประโยชน์จากสื่อควบคู่กับการรับมือความเสี่ยงในโลกออนไลน์ (OECD, 2021) โดยการส่งเสริมสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายภาคส่วน ทั้งครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และผู้ให้บริการแพลตฟอร์ม เพื่อสร้างสมดุลระหว่างโอกาสในการเรียนรู้และการคุ้มครองเยาวชนจากผลกระทบเชิงลบ (UNICEF, 2019)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสื่อกีฬาออนไลน์และการพัฒนาเยาวชน

งานวิจัยร่วมสมัยสะท้อนว่าสื่อดิจิทัลมีบทบาทต่อการเชื่อมโยงเยาวชนกับกีฬาและกิจกรรมทางกาย ในประเทศไทย Wuttipipattanapong et al. (2024) พบว่าสื่อช่วยสร้างการรับรู้และสนับสนุนการเข้าถึงกิจกรรมกีฬาของเยาวชน ขณะที่ Panuthai (2024) พบว่ากิจกรรมทางกายออนไลน์สามารถส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ความฉลาดทางอารมณ์ และคุณภาพชีวิตได้สอดคล้องกับ Aschwanden and Messner (2024) และ Frühauf et al. (2025) ที่พบว่าเนื้อหาและแบบอย่างจากบุคคลด้านกีฬานำสื่อสังคมออนไลน์สามารถสร้างแรงจูงใจให้เยาวชนเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬาได้

อย่างไรก็ตาม ผลของสื่อดิจิทัลต่อเยาวชนอาจแตกต่างกันตามลักษณะเนื้อหาและบริบทการใช้สื่อ โดย Fiedler et al. (2023) พบว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในระดับสูงสัมพันธ์กับผลด้านสุขภาวะบางประการ ขณะที่ Steinsbekk et al. (2024) พบความสัมพันธ์ระหว่างการใช้สื่อสังคมออนไลน์กับการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน แต่ไม่พบผลต่อทักษะทางสังคมโดยทั่วไป ข้อค้นพบเหล่านี้



ชี้ให้เห็นว่าการศึกษาสื่อกีฬาออนไลน์ควรพิจารณาทั้งศักยภาพด้านสุขภาวะ
ทักษะชีวิต และการมีส่วนร่วมทางสังคม ควบคู่กับความปลอดภัยและความเสี่ยง
ของเนื้อหา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การวิเคราะห์สื่อกีฬาออนไลน์เพื่อการพัฒนาเยาวชน
อย่างสร้างสรรค์ในสังคมดิจิทัล” เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้การวิเคราะห์
เนื้อหา ร่วมกับการวิจัยเอกสาร เพื่อศึกษาลักษณะเนื้อหา รูปแบบการนำเสนอ
และคุณค่าของสื่อกีฬาออนไลน์ที่เผยแพร่ในสังคมดิจิทัล ซึ่งเป็นวิธีที่เหมาะสม
สำหรับการศึกษาปรากฏการณ์สื่อโดยไม่จำเป็นต้องเก็บข้อมูลภาคสนาม

แหล่งข้อมูลและหน่วยวิเคราะห์

แหล่งข้อมูล ได้แก่ สื่อกีฬาออนไลน์ที่เผยแพร่ผ่านแพลตฟอร์มดิจิทัล
ที่ได้รับความนิยมในกลุ่มเยาวชน ได้แก่ YouTube, TikTok, Facebook และ
เว็บไซต์ข่าวกีฬาออนไลน์ โดยเนื้อหาที่นำมาศึกษาต้องสามารถเข้าถึงได้
แบบสาธารณะ และเกี่ยวข้องกับกีฬา การออกกำลังกาย นักกีฬา หรือกิจกรรม
กีฬา

หน่วยวิเคราะห์ (Unit of Analysis) คือ “ชิ้นเนื้อหาสื่อ” (media
content item) เช่น คลิปวิดีโอ โพสต์ หรือบทความข่าว โดยแต่ละชิ้นถือเป็น
หน่วยข้อมูลอิสระสำหรับการเข้ารหัส

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้ใช้การเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive
Sampling) ผู้วิจัยกำหนดหน่วยวิเคราะห์จำนวน 200 ชิ้น โดยอ้างอิงแนว
ทางการวิจัยวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ที่เสนอว่าขนาดตัวอย่างควร
มีจำนวนเพียงพอในการสะท้อนความหลากหลายของเนื้อหาและรูปแบบการ
สื่อสาร เพื่อให้เกิดความครอบคลุมและความน่าเชื่อถือในการวิเคราะห์
(Neuendorf, 2017; Krippendorff, 2018) ทั้งนี้ผู้วิจัยแบ่งตัวอย่างอย่างสมดุล
ระหว่างแพลตฟอร์ม ได้แก่ YouTube, TikTok, Facebook และเว็บไซต์ข่าว



กีฬารายการออนไลน์ แพลตฟอร์มละ 50 ชิ้น เพื่อให้ครอบคลุมลักษณะเนื้อหาที่
แตกต่างกันและสอดคล้องจากแหล่งข้อมูลเฉพาะประเภท

เครื่องมือวิจัยและกรอบการเข้ารหัส

เครื่องมือวิจัยคือแบบบันทึกการวิเคราะห์เนื้อหา (Coding Sheet) ที่
พัฒนาจากการทบทวนวรรณกรรมด้านสื่อดิจิทัล กีฬา และการพัฒนาเยาวชน
โดยแบ่งตัวแปรออกเป็น 7 ด้าน ได้แก่ 1) ข้อมูลพื้นฐานของเนื้อหา 2) ประเภท
เนื้อหากีฬา 3) โทนการนำเสนอ 4) การนำเสนอแบบต้นแบบของนักกีฬา 5)
ระดับความปลอดภัยของเนื้อหา 6) ระดับความสร้างสรรค์และคุณค่าต่อเยาวชน
และ 7) ตัวชี้วัดการมีส่วนร่วมของผู้ชม ซึ่งพัฒนาจากการทบทวนวรรณกรรม

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยดำเนินการ 2 ขั้นตอน ได้แก่ การ
ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และการตรวจสอบความ
เชื่อมั่น (Reliability) โดยแบบบันทึกการวิเคราะห์เนื้อหา (Coding Sheet)
ได้รับการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญด้านนิเทศศาสตร์และสื่อ
ดิจิทัล จำนวน 3 ท่าน ด้วยการหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างรายการ
ประเมินและวัตถุประสงค์การวิจัย (IOC) พบว่าค่าความสอดคล้องมีค่าอยู่
ระหว่าง 0.67-1.00

หลังจากนั้นดำเนินการทดลองเข้ารหัสข้อมูลเบื้องต้น (pilot coding)
เพื่อปรับปรุงนิยามและเกณฑ์การจำแนกตัวแปรให้มีความชัดเจน และทดสอบ
ความสอดคล้องระหว่างผู้เข้ารหัส (Inter-coder Reliability) โดยใช้ค่า
สัมประสิทธิ์ Cohen's Kappa จากผู้เข้ารหัสจำนวน 2 คน พบว่ามีค่าเท่ากับ
0.82 ซึ่งอยู่ในระดับดีมาก สะท้อนว่าเครื่องมือมีความเชื่อมั่นและมีความ
สอดคล้องในการจำแนกข้อมูลในระดับที่ยอมรับได้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ดำเนินการค้นหาเนื้อหาจากแต่ละแพลตฟอร์มด้วยคำสำคัญที่เกี่ยวข้อง
กับกีฬา เช่น “กีฬา”, “ออกกำลังกาย”, “การแข่งขัน”, “นักกีฬา”, “training”,
“highlight” จากนั้นคัดเลือกเนื้อหาที่ตรงตามเกณฑ์ และบันทึกรายละเอียด



การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์เนื้อหา ตามแนวทางของ Neuendorf (2017) และ Krippendorff (2018) โดยดำเนินการจัดหมวดหมู่ข้อมูลตามกรอบการเข้ารหัส วิเคราะห์และตีความลักษณะของเนื้อหา รูปแบบการนำเสนอ และคุณค่าของสื่อกีฬาออนไลน์ จากนั้นสังเคราะห์ผลและเชื่อมโยงกับกรอบแนวคิดทางทฤษฎี ได้แก่ Social Learning Theory, Media Effects Theory และแนวคิดสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ เพื่ออธิบายบทบาทและศักยภาพของสื่อกีฬาออนไลน์ต่อการพัฒนาเยาวชนในสังคมดิจิทัล

การสังเคราะห์วรรณกรรมเพื่อการตีความผล

เพื่อเพิ่มความลึกในการอภิปรายผล การศึกษานี้ใช้การสังเคราะห์วรรณกรรม (Narrative Literature Synthesis) จากงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับ พฤติกรรมการใช้สื่อดิจิทัลของเยาวชน ผลกระทบของสื่อ กีฬาและการพัฒนาเยาวชน และสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ โดยค้นหาจากฐานข้อมูลวิชาการ เช่น Scopus, Web of Science และ Google Scholar และใช้เพื่อเปรียบเทียบ อธิบาย และตีความผลที่ได้จากการศึกษาภาคสนาม มิได้ใช้เป็นข้อมูลหลักของการวิเคราะห์

ผลการวิจัย

การศึกษานี้วิเคราะห์สื่อกีฬาออนไลน์ที่ได้รับความนิยมในกลุ่มเยาวชนไทยในบริบทสังคม ซึ่งคัดเลือกจากแพลตฟอร์มหลักที่เผยแพร่แบบสาธารณะ และมีระดับการมีส่วนร่วมสูง ผลการวิจัยนำเสนอเรียงตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา ดังนี้

1. ลักษณะและรูปแบบเนื้อหาของสื่อกีฬาออนไลน์ที่ได้รับความนิยมในกลุ่มเยาวชน

ผลการวิเคราะห์หน่วยข้อมูลจำนวน 200 ชิ้นจากแพลตฟอร์มหลักสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างของระบบนิเวศสื่อกีฬาไทย



ในช่วงปี พ.ศ. 2568-2569 อย่างชัดเจน โดยสื่อกีฬาไม่ได้ทำหน้าที่เพียงการรายงานผลการแข่งขันอีกต่อไป แต่กลายเป็นพื้นที่ทางสังคมดิจิทัลที่หลอมรวมข้อมูล ความบันเทิง อัตลักษณ์ และการมีส่วนร่วมของเยาวชนเข้าไว้ด้วยกัน เยาวชนมีบทบาททั้งในฐานะผู้รับสาร ผู้คัดเลือก และผู้ร่วมสร้างความนิยมของเนื้อหา ส่งผลให้รูปแบบสื่อมีลักษณะ “ผู้ใช้เป็นศูนย์กลาง” (user-driven media) มากขึ้น

ตารางที่ 1 การจำแนกสัดส่วนหน่วยข้อมูลและข้อมูลพื้นฐานตามแพลตฟอร์ม

แพลตฟอร์ม	จำนวน	แหล่งที่มาหลัก	ช่วงเวลาที่เกี่ยวข้อง	รูปแบบการนำเสนอ
YouTube	50	T Sports 7, Ch7HD, Buriram Marathon, Main Stand	ต.ค. 2568-มี.ค. 2569	วิดีโอแนวนอน/Live/ Shorts
TikTok	50	Popor_sapsiree, Jaychanathip, MIKASA.ACKER ฯลฯ	ต.ค. 2568-มี.ค. 2569	วิดีโอแนวตั้งสั้น/Challenge
Facebook	50	ขอบสนาม, ช้างศึก, SAT Official ฯลฯ	ต.ค. 2568-มี.ค. 2569	รูปภาพ/ วิดีโอ/ลิงก์
เว็บไซต์ข่าวกีฬา	50	Siamsport, Dailynews, Main Stand ฯลฯ	ต.ค. 2568-มี.ค. 2569	บทความ/อินโฟกราฟิก

จากตารางพบว่าแต่ละแพลตฟอร์มมีบทบาทแตกต่างกันในการสื่อสารเนื้อหาเกี่ยวกับกีฬา โดย YouTube เน้นเนื้อหาเชิงลึกและการถ่ายทอดสด TikTok เน้นความรวดเร็วและความบันเทิง Facebook เป็นพื้นที่เชื่อมโยงชุมชนและการสนทนา ส่วนเว็บไซต์ข่าวกีฬานำเสนอข้อมูลและการวิเคราะห์เชิงข่าวสะท้อนพฤติกรรมผู้บริโภคสื่อแบบหลายแพลตฟอร์มของเยาวชนในยุคดิจิทัล



ด้านประเภทกีฬา พบว่าฟุตบอลและวอลเลย์บอลยังได้รับความนิยมสูง ขณะที่แพลตฟอร์มวิดีโอมีแนวโน้มนำเสนอกีฬาทางเลือกและกิจกรรมเชิงไลฟ์สไตล์มากขึ้น

ในด้านรูปแบบการนำเสนอ เนื้อหายอดนิยมนักผสมผสานข้อมูลความบันเทิง และเรื่องราวชีวิตของนักกีฬา เช่น คลิปฝึกซ้อมเชิงแรงบันดาลใจ รายงานเชิงสารคดี และเนื้อหาเบื้องหลังที่สะท้อนความพยายามและอุปสรรคของนักกีฬา ซึ่งช่วยสร้างความใกล้ชิดและการมีส่วนร่วมของผู้ชม สื่อกีฬาออนไลน์จึงทำหน้าที่ทั้งเป็นแหล่งข้อมูล ความบันเทิง และพื้นที่ทางสังคมสำหรับเยาวชนในสภาพแวดล้อมดิจิทัล

2. ระดับความปลอดภัยและความสร้างสรรค์ของเนื้อหาสื่อกีฬาออนไลน์

ผลการวิเคราะห์พบว่าสื่อกีฬาออนไลน์ส่วนใหญ่มีระดับความปลอดภัยอยู่ในระดับปานกลางถึงสูง โดยเนื้อหาหลักมุ่งเน้นกิจกรรมทางกาย การแข่งขันตามกติกา และการส่งเสริมสุขภาพ อย่างไรก็ตาม พบเนื้อหาบางส่วนที่มีความเสี่ยงต่อการเลียนแบบ โดยเฉพาะกีฬาเอ็กซ์ตรีม การทำท่ายางร่างกาย และการแสดงทักษะที่ต้องอาศัยความชำนาญสูง ซึ่งพบมากในแพลตฟอร์มวิดีโอสั้น ทั้งนี้ ความเสี่ยงมีแนวโน้มลดลงเมื่อมีการใช้อุปกรณ์ป้องกัน คำเตือน หรือการควบคุมโดยผู้ฝึกสอน

ในด้านความปลอดภัยเชิงสังคม เนื้อหาส่วนใหญ่ไม่พบการส่งเสริมพฤติกรรมเสี่ยงโดยตรง เช่น การพนันหรือความรุนแรง แม้บางกรณีจะมีการนำเสนอการแข่งขันในลักษณะยั่วยุหรือสุดขั้ว ซึ่งอาจส่งผลต่อทัศนคติด้านการแข่งขันของเยาวชน ขณะที่เนื้อหาที่สะท้อนน้ำใจนักกีฬา ความพยายาม และการยอมรับความพ่ายแพ้ได้รับการตอบสนองเชิงบวกอย่างชัดเจน

สำหรับความสร้างสรรค์ พบว่าเนื้อหาจำนวนมากใช้เทคนิคการเล่าเรื่อง การถ่ายทำ และการผสมผสานข้อมูลกับความบันเทิงอย่างน่าสนใจ โดยเฉพาะเนื้อหาที่นำเสนอเส้นทางชีวิตและแรงบันดาลใจของนักกีฬา ซึ่งมีส่วน



ส่งเสริมการเรียนรู้เชิงคุณค่าและการสร้างแบบอย่างเชิงบวกแก่เยาวชน
ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ระดับความปลอดภัยและความสร้างสรรค์ของสื่อกีฬาออนไลน์

มิติการประเมิน	ลักษณะเนื้อหา	แนวโน้มผลกระทบ	ระดับ
ความปลอดภัยทางกาย	การแข่งขันตามกติกา การฝึกซ้อม	ส่งเสริมสุขภาพและการออกกำลังกาย	สูง
ความเสี่ยงต่อการเลียนแบบ	กีฬาเอ็กซ์ตรีม Challenge	อาจเกิดอันตรายหากไม่มีการควบคุม	ปานกลาง
ความปลอดภัยทางสังคม	การแข่งขันเชิงอารมณ์ การยั่วยุ	อาจส่งผลต่อค่านิยมการแข่งขัน	ปานกลาง
คุณค่าทางกีฬา	น้ำใจนักกีฬา ความพยายาม	สร้างทัศนคติเชิงบวก	สูง
ความสร้างสรรค์ของเนื้อหา	Storytelling เทคนิคการผลิตสูง	สร้างแรงบันดาลใจและการเรียนรู้	สูง

ผลการวิเคราะห์ชี้ว่า สื่อกีฬาออนไลน์ที่ได้รับความนิยมในกลุ่มเยาวชนไทยมีแนวโน้มเป็นสื่อที่ปลอดภัยและสร้างสรรค์ แต่ยังมีความเสี่ยงในบางรูปแบบที่เกี่ยวข้องกับการเลียนแบบและการนำเสนอความตื่นเต้น การออกแบบเนื้อหาให้มีมาตรการความปลอดภัยและการสื่อสารคุณค่าทางกีฬาอย่างสมดุลจึงมีความสำคัญต่อการพัฒนาเยาวชนในสังคมดิจิทัล

3. บทบาทและศักยภาพของสื่อกีฬาออนไลน์ต่อการพัฒนาเยาวชนในสังคมดิจิทัล

ผลการวิเคราะห์พบว่าสื่อกีฬาออนไลน์มีบทบาทมากกว่าการรายงานผลการแข่งขัน โดยเนื้อหายอดนิยมนำเสนอแนะเส้นทางพัฒนานักกีฬา โอกาสทางการศึกษา และความสำเร็จในอาชีพ เช่น การแข่งขันระดับเยาวชน การคัดเลือกลูกศิษย์ และกิจกรรมที่เชื่อมโยงกับทุนการศึกษา ซึ่งช่วยสร้างแรงบันดาลใจและทำให้เยาวชนมองเห็นโอกาสในอนาคตด้านกีฬา



นอกจากนี้ สื่อกีฬาออนไลน์ยังมีบทบาทในการสร้างชุมชนของผู้ที่มีความสนใจร่วมกัน โดยเฉพาะในกีฬาฟุตบอลและวอลเลย์บอลที่มีการแชร์ แสดงความคิดเห็น และติดตามอย่างต่อเนื่อง Facebook เป็นพื้นที่สนทนาและแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ขณะที่ YouTube และ TikTok ช่วยกระจายเนื้อหาไปยังผู้ชมวงกว้าง ส่งผลให้เยาวชนมีบทบาททั้งในฐานะผู้รับสารและผู้ผลิตเนื้อหา

ในด้านพฤติกรรมและทักษะชีวิต เนื้อหาการฝึกซ้อม เทคนิคการออกกำลังกาย และกิจกรรมกีฬาเชิงสุขภาพมีแนวโน้มกระตุ้นให้เยาวชนนำไปปฏิบัติจริง ขณะที่เรื่องราวเบื้องหลัง ความพยายาม และอุปสรรคของนักกีฬาช่วยสร้างแบบอย่างเชิงบวกและส่งเสริมการพัฒนาตนเอง โดยสรุป สื่อกีฬาออนไลน์มีศักยภาพในการเป็นทั้งแหล่งเรียนรู้ แรงบันดาลใจ และพื้นที่สร้างความสัมพันธ์ทางสังคมสำหรับเยาวชนในสังคมดิจิทัล

ตารางที่ 3 บทบาทและศักยภาพของสื่อกีฬาออนไลน์ต่อการพัฒนาเยาวชน

มิติของบทบาท	แพลตฟอร์มที่เด่น	ผลต่อเยาวชน
แรงบันดาลใจด้านอาชีพ	YouTube, เว็บไซต์ข่าว	การมองเห็นเส้นทางอาชีพและโอกาสทางการศึกษา
การสร้างชุมชน	Facebook	ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มอัตลักษณ์ร่วม
การเรียนรู้ทักษะ	YouTube, TikTok	การนำไปปฏิบัติจริง พัฒนาสุขภาพ
แบบอย่างเชิงบวก	ทุกแพลตฟอร์ม	การพัฒนาค่านิยม ความมุ่งมั่น และวินัย
พื้นที่ปฏิสัมพันธ์	TikTok, Facebook	การมีส่วนร่วมและการเรียนรู้เชิงสังคม



โดยสรุป สื่อกีฬาออนไลน์ที่เยาวชนบริโภคมีความหลากหลาย ทำงานผ่านหลายแพลตฟอร์ม และมีความปลอดภัยกับความสร้างสรรค์ค่อนข้างสูง แม้มีความเสี่ยงบางประการ แต่โดยรวมสามารถส่งเสริมแรงบันดาลใจ ทักษะชีวิต สุขภาวะ และอัตลักษณ์ทางสังคมของเยาวชนได้ หากใช้อย่างเหมาะสม สื่อกีฬาออนไลน์จึงมีศักยภาพเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาเยาวชนในสังคมดิจิทัล

4. การสังเคราะห์วรรณกรรมเพื่อการตีความ

จากการสังเคราะห์วรรณกรรมพบว่า แม้งานวิจัยที่ศึกษาสื่อกีฬาออนไลน์กับการพัฒนาเยาวชนโดยตรงจะมีจำนวนจำกัด แต่วรรณกรรมในสาขาที่เกี่ยวข้องสามารถอธิบายบทบาทของสื่อดังกล่าวได้อย่างชัดเจนในสามมิติสำคัญ ได้แก่ มิติการเรียนรู้และแบบอย่าง มิติพฤติกรรมและสุขภาวะ และมิติความเสี่ยงจากสื่อ

ประการแรก ในมิติการเรียนรู้และแบบอย่าง การนำเสนอเรื่องราวของนักกีฬาในฐานะแบบอย่างเชิงบวกสามารถส่งเสริมค่านิยม ความพยายาม และวินัยในตนเองของเยาวชนได้ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ Bandura (1977) ที่ระบุว่าการสังเกตและเลียนแบบแบบอย่างเป็นกลไกสำคัญของการเรียนรู้พฤติกรรม นอกจากนี้ สื่อกีฬาในสังคมดิจิทัลยังมีบทบาทในการสร้างอัตลักษณ์ ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และความหมายทางวัฒนธรรมให้แก่ผู้รับสาร (Rowe, 2013)

ประการที่สอง ในมิติพฤติกรรมและสุขภาวะ งานวิจัยชี้ว่าสื่อกีฬาและเทคโนโลยีดิจิทัลสามารถกระตุ้นแรงจูงใจในการออกกำลังกาย โดยเพิ่มการรับรู้ถึงประโยชน์ของกิจกรรมทางกายและความสามารถของตนเอง (Li, 2025) อีกทั้งกีฬาในฐานะเครื่องมือเพื่อการพัฒนา (Sport for Development) ยังช่วยส่งเสริมทักษะชีวิต ความมั่นใจในตนเอง และการมีส่วนร่วมทางสังคมของเยาวชน (Coalter, 2010)

ประการที่สาม ในมิติความเสี่ยงจากสื่อ วรรณกรรมระบุว่าการใช้สื่อดิจิทัลมากเกินไปอาจสัมพันธ์กับพฤติกรรมเนือยนิ่ง การลดกิจกรรมทางกาย



และการถอนตัวจากกีฬา โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชน (Pisaniello et al., 2025) อย่างไรก็ตาม ความเสี่ยงดังกล่าวลดลงได้หากผู้รับสารมีทักษะการรู้เท่าทันสื่อ และได้รับเนื้อหาที่ปลอดภัยและสร้างสรรค์ (UNESCO, 2019)

การสังเคราะห์วรรณกรรมจึงยืนยันว่าบทบาทของสื่อกีฬาออนไลน์มีลักษณะสองด้าน คือสามารถเป็นทั้งเครื่องมือในการพัฒนาเยาวชนและแหล่งความเสี่ยงในเวลาเดียวกัน ผลลัพธ์ขึ้นอยู่กับลักษณะเนื้อหา วิธีการนำเสนอ และระดับการรู้เท่าทันสื่อของผู้รับสาร (Livingstone & Third, 2017; Pisaniello et al., 2025) ดังนั้น ผลการศึกษาครั้งนี้จึงมีส่วนช่วยเติมเต็มช่องว่างขององค์ความรู้ โดยเฉพาะในบริบทสื่อกีฬาออนไลน์ร่วมสมัย และสามารถอธิบายบทบาทของสื่อดังกล่าวต่อการพัฒนาเยาวชนในสังคมดิจิทัลได้อย่างรอบด้าน หากได้รับการออกแบบและกำกับดูแลอย่างเหมาะสม

สรุปและอภิปรายผล

ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าสื่อกีฬาออนไลน์ในสังคมดิจิทัลมีบทบาทมากกว่าการรายงานผลการแข่งขัน โดยทำหน้าที่เป็นพื้นที่ที่เชื่อมโยงข้อมูลความบันเทิง การสร้างอัตลักษณ์ และการมีส่วนร่วมของเยาวชน แต่ละแพลตฟอร์มมีรูปแบบเนื้อหาและวิธีการนำเสนอแตกต่างกัน โดยเนื้อหาที่ได้รับความนิยมมักผสมผสานข้อมูลกีฬาเข้ากับการเล่าเรื่อง โดยเฉพาะเรื่องราวความพยายาม การฝึกซ้อม และการพัฒนาตนเองของนักกีฬา ข้อค้นพบดังกล่าวสอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ Bandura (1977) ที่อธิบายว่าบุคคลสามารถเรียนรู้พฤติกรรมและค่านิยมผ่านการสังเกตแบบอย่าง และสอดคล้องกับ Aschwanden and Messner (2024) ที่พบว่าเนื้อหาบนสื่อสังคมออนไลน์ที่มีความเป็นธรรมชาติและเชื่อมโยงกับชีวิตประจำวันสามารถส่งเสริมแรงจูงใจในการทำกิจกรรมทางกายของเยาวชน อย่างไรก็ตาม งานดังกล่าวมุ่งศึกษาการตอบสนองของเยาวชนต่ออินฟลูเอนเซอร์ ขณะที่การศึกษานี้มุ่งวิเคราะห์คุณลักษณะและรูปแบบของสื่อกีฬาออนไลน์ จึงช่วยขยาย



ความเข้าใจถึงลักษณะของเนื้อหาที่มีศักยภาพในการสร้างแรงบันดาลใจและการเรียนรู้แก่เยาวชน

ด้านความปลอดภัยและความสร้างสรรค์ พบว่าสื่อกีฬาออนไลน์ส่วนใหญ่มีลักษณะส่งเสริมสุขภาพ การออกกำลังกาย และคุณค่าทางกีฬา แต่ยังคงพบความเสี่ยงจากเนื้อหาบางรูปแบบที่อาจนำไปสู่การเลียนแบบพฤติกรรมอันตรายหรือการแข่งขันเชิงสุดโต่ง โดยเฉพาะเนื้อหาวิดีโอสั้น ข้อค้นพบนี้สอดคล้องกับแนวคิดสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ที่ให้ความสำคัญกับการรู้เท่าทันสื่อและการจัดการความเสี่ยง (UNESCO, 2019) และสอดคล้องกับ Fiedler et al. (2023) ที่สะท้อนว่าสื่อดิจิทัลอาจสัมพันธ์กับผลด้านสุขภาวะของนักกีฬาวัยรุ่น อย่างไรก็ตาม การศึกษาครั้งนี้พบเพิ่มเติมว่าความเสี่ยงมีความแตกต่างกันตามลักษณะและวิธีนำเสนอเนื้อหา โดยการให้บริบทด้านความปลอดภัย การใช้อุปกรณ์ป้องกันหรือการควบคุมโดยผู้ฝึกสอนช่วยให้เนื้อหาที่มีบริบทที่ปลอดภัยมากขึ้น สะท้อนว่าสื่อกีฬาออนไลน์ไม่ได้มีคุณค่าหรือความเสี่ยงจากประเภทกีฬาเพียงอย่างเดียว แต่ขึ้นอยู่กับวิธีการออกแบบและนำเสนอเนื้อหาด้วย

ด้านศักยภาพต่อการพัฒนาเยาวชน ผลการศึกษาพบว่าสื่อกีฬาออนไลน์มีศักยภาพในการส่งเสริมแรงบันดาลใจ สุขภาวะ ทักษะชีวิต และการมีส่วนร่วมทางสังคม โดยเฉพาะเนื้อหาเกี่ยวกับการฝึกซ้อม การพัฒนาตนเอง และโอกาสทางการศึกษา สอดคล้องกับแนวคิดกีฬาเพื่อการพัฒนา (Sport for Development) ที่มองว่ากีฬาสามารถสนับสนุนความมั่นใจในตนเอง การทำงานร่วมกับผู้อื่น และการมีส่วนร่วมทางสังคม (Bailey, 2006; Coalter, 2010) รวมทั้ง Li (2025) ที่พบความสัมพันธ์ระหว่างสื่อกีฬากับแรงจูงใจในการออกกำลังกายของคนหนุ่มสาว อย่างไรก็ตาม งานของ Li (2025) มุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเปิดรับสื่อกับพฤติกรรมของผู้รับสาร ขณะที่การศึกษาครั้งนี้จึงอยู่ที่การพิจารณาสื่อกีฬาออนไลน์ผ่านมิติความปลอดภัย ความสร้างสรรค์ และศักยภาพต่อการพัฒนาเยาวชนร่วมกัน ทำให้เห็นทั้งโอกาสและความเสี่ยงของสื่อกีฬาออนไลน์ และชี้ให้เห็นว่าศักยภาพในการพัฒนา



เยาวชนมิได้ขึ้นอยู่กับคำแนะนำเนื้อหากีฬาเพียงอย่างเดียว แต่สัมพันธ์กับลักษณะเนื้อหา วิธีการนำเสนอ และการจัดการความปลอดภัยที่เหมาะสมด้วย

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากผลการศึกษาที่พบว่าสื่อกีฬาออนไลน์มีทั้งศักยภาพในการส่งเสริมการพัฒนาเยาวชนและความเสี่ยงจากเนื้อหาบางรูปแบบ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรร่วมกำหนดแนวทางส่งเสริมและกำกับดูแลสื่อกีฬาออนไลน์สำหรับเยาวชน โดย สสส. และการกีฬาแห่งประเทศไทยควรสนับสนุนการผลิตสื่อกีฬาเชิงสร้างสรรค์ที่ส่งเสริมสุขภาวะ ทักษะชีวิต และคุณค่าทางกีฬา ขณะที่กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคมร่วมกับ กสทช. ควรพัฒนาแนวปฏิบัติด้านความปลอดภัยสำหรับเนื้อหาที่มีความเสี่ยงต่อการเลียนแบบ เช่น กีฬาเอ็กซ์ตรีมหรือกิจกรรมทำหายทางร่างกาย

นอกจากนี้ กระทรวงศึกษาธิการและสถานศึกษาควรบูรณาการการเรียนรู้หาทันสื่อกีฬาออนไลน์เข้ากับกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อให้เยาวชนสามารถประเมินและใช้ประโยชน์จากสื่อได้อย่างสร้างสรรค์และปลอดภัย ส่วนผู้ผลิตสื่อและผู้ดูแลแพลตฟอร์มควรออกแบบเนื้อหาให้เหมาะสมกับช่วงวัย หลีกเลี่ยงการนำเสนอความรุนแรงหรือค่านิยมสุดโต่ง และส่งเสริมการมีส่วนร่วมเชิงสร้างสรรค์ โดยครอบครัว ครู และผู้ฝึกสอนควรมีบทบาทร่วมในการแนะนำการใช้สื่ออย่างเหมาะสม

ข้อเสนอแนะการนำไปใช้

ผลการวิจัยนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อส่งเสริมการพัฒนาเยาวชนผ่านโครงการ หรือกิจกรรมกีฬาออนไลน์เพื่อสุขภาวะ ทักษะชีวิต และการมีส่วนร่วมของเยาวชน อย่างสร้างสรรค์และปลอดภัยในสังคมดิจิทัลโดยมีแนวทางสำคัญดังนี้

1. ผู้ผลิตสื่อและองค์กรกีฬาควรพัฒนาเนื้อหาหรือกิจกรรมกีฬาออนไลน์ที่ส่งเสริมสุขภาวะ การออกกำลังกาย ทักษะกีฬา ทักษะชีวิต และ



คุณค่าทางกีฬา โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและความเหมาะสมกับวัย เพื่อให้สื่อกีฬาออนไลน์เป็นทั้งแหล่งเรียนรู้และแรงบันดาลใจสำหรับเยาวชน

2. หน่วยงานด้านกีฬา การศึกษา และการพัฒนาเยาวชนสามารถนำผลการศึกษาไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาโครงการหรือกิจกรรมที่ใช้สื่อกีฬาออนไลน์เป็นเครื่องมือส่งเสริมสุขภาวะ ทักษะชีวิต และการมีส่วนร่วมทางสังคมของเยาวชน โดยเปิดโอกาสให้เยาวชนมีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์เนื้อหาและกิจกรรมอย่างเหมาะสมกับบริบทสังคมดิจิทัล

เอกสารอ้างอิง

- Akarasriworn Nagaoka, C., & Santawee, K. (2022). Media Literacy and Awareness of Impacts from E-Sport in Thai Youth. *The journal of social communication innovation*, 10(1), 21-29.
- Anderson, C. A., Berkowitz, L., Donnerstein, E., Huesmann, L. R., Johnson, J. D., Linz, D., Malamuth, N. M., & Wartella, E. (2003). The influence of media violence on youth. *Psychological Science in the Public Interest*, 4(3), 81-110. https://doi.org/10.1111/j.1529-1006.2003.pspi_1433.x
- Aschwanden, R., & Messner, C. (2024). How influencers motivate inactive adolescents to be more physically active: A mixed methods study. *Frontiers in Public Health*, 12, 1429850. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1429850>
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397-401. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.



- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory of mass communication. *Media Psychology*, 3(3), 265-299.
https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0303_03
- Coalter, F. (2010). The politics of sport-for-development: Limited focus programmes and broad gauge problems? *International Review for the Sociology of Sport*, 45(3), 295-314.
<https://doi.org/10.1177/1012690210366791>
- Denduang, E. (2023). *Social media activities influencing exercise motivation among working-age people in Bangkok* (Master's thesis, Dhurakij Pundit University).
- Fiedler, R., Heidari, J., Birnkraut, T., & Kellmann, M. (2023). Digital media and mental health in adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 67, 102421.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102421>
- Frühauf, A., Loinger, M., & Kopp, M. (2025). Adventure sports athletes on social media: Potential effects on adolescents' sports participation and risk-taking behavior. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 55, 4-13.
<https://doi.org/10.1007/s12662-024-01010-z>
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1974). Utilization of mass communication by the individual. In J. G. Blumler & E. Katz (Eds.), *The uses of mass communications: Current perspectives on gratifications research* (pp. 19-32). Sage.
- Khamcharoen, P., & Phonnikornkit, W. (2018). Children and digital literacy. *Journal of Social Communication Innovation*, 6(2), 22-31.
- Li, F. (2025). Investigating the role of Chinese sports media in shaping young adults' exercise habits through the lens of the health belief model.



- Frontiers in Sports and Active Living*, 7, 1600486.
<https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1600486>
- Livingstone, S., & Helsper, E. (2007). Gradations in digital inclusion: Children, young people and the digital divide. *New Media & Society*, 9(4), 671-696. <https://doi.org/10.1177/1461444807080335>
- Livingstone, S., & Third, A. (2017). Children and young people's rights in the digital age. *New Media & Society*, 19(5), 657-670. <https://doi.org/10.1177/1461444816686318>
- Muangthon, A., Vipawatthana, S., & Pluempitichakul, T. (2024). Developing online media literacy through presenting news information via Facebook. *Journal of Local Management and Development Pibulsongkram Rajabhat University*, 4(2), 54-61.
- National Health Commission Office. (2019). *Protecting the nation's future from online threats: Easily accessible technology*.
- National Institute of Development Administration (NIDA). (2024). *Conceptualizing digital citizenship for digital natives in Thailand*.
- OECD. (2021). *21st-century readers: Developing literacy skills in a digital world*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/a83d84cb-en>
- Panuthai, C. (2024). The effect of online physical activity on health, emotional quotient and quality of life of youth. *Academic Journal of Thailand National Sports University*, 16(3), 35-46.
- Pisaniello, A., Figus, A., Digennaro, S., & Spulber, D. (2025). The impact of digital technologies on youth sports dropout: Challenges and opportunities for educational environments. *Giornale Italiano di Educazione alla Salute, Sport e Didattica Inclusiva*, 9(1). <https://doi.org/10.32043/gsd.v9i1.1393>
- Potter, W. J. (2014). *Media effects*. Sage.



- Rowe, D. (2013). *Sport, culture and the media: The unruly trinity* (2nd ed.). Open University Press.
- Steinsbekk, S., Bjørklund, O., Valkenburg, P., Nesi, J., & Wichstrøm, L. (2024). The new social landscape: Relationships among social media use, social skills, and offline friendships from age 10-18 years. *Computers in Human Behavior*, 156, 108235. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108235>
- Thai Health Promotion Foundation. (2021). *Strategy for promoting and protecting children and youth in online media use, 2017-2021*. M-Powered.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271-283. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>
- UNESCO. (2019). *Media and information literacy curriculum for educators and learners*. UNESCO Publishing.
- UNICEF. (2019). *The state of the world's children 2019: Children in a digital world*. UNICEF.
- Wongrak, M., Prasartketkarn, C., & Tipsorn, W. (2023). A communication model on virtual setting for enhancing the public relations potential of sports organization. *Lawasri Journal*, 7(1), 77-90.
- Wuttipattanapong, P., Tanrattanakul, A., & Juicharoen, N. (2024). Communication to encourage sports among adolescents. *TMF Journal*, 3(2), 103-136.

