

อิทธิพลของพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

: การทบทวนวรรณกรรม

1. ความสอดคล้องเหมาะสมของชื่อเรื่องและบทคัดย่อ

- **ชื่อเรื่อง:** มีความชัดเจนและระบุประเภทของงานวิจัยอย่างตรงไปตรงมาว่าเป็น "การทบทวนวรรณกรรม" (Literature Review) ซึ่งช่วยให้ผู้อ่านเข้าใจได้ทันทีว่าบทความนี้เน้นการสังเคราะห์องค์ความรู้เดิมเพื่อสร้างกรอบแนวคิดใหม่
- **บทคัดย่อ:** ครอบคลุมประเด็นหลัก 3 ส่วนตามที่กำหนดไว้ คือ แนวคิดการติดสมาร์ทโฟน, ภาวะสุขภาพจิต (ซึมเศร้า, โนโมโฟเบีย, สมาธิสั้น) และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้เห็นทิศทางของกรอบแนวคิดวิจัยได้อย่างชัดเจน

2. การเชื่อมโยงของแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

- **การกำหนดตัวแปร:** ผู้วิจัยมีการจัดกลุ่มตัวแปรต้น (พฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟน) ออกเป็น 3 มิติ คือ ระยะเวลา, ประเภทแอปฯ และวัตถุประสงค์ ซึ่งถือเป็นการนิยามตัวแปรที่ครอบคลุมพฤติกรรมในยุคดิจิทัล
- **การเชื่อมโยงสู่ภาวะสุขภาพจิต:** มีความโดดเด่นในการหยิบยกภาวะ "โนโมโฟเบีย" (Nomophobia) ซึ่งเป็นอาการวิตกกังวลเมื่อขาดมือถือ มาเชื่อมโยงกับภาวะสุขภาพจิตดั้งเดิม (ซึมเศร้า/สมาธิสั้น) ทำให้งานวิจัยนี้มีความทันสมัยและสอดคล้องกับพฤติกรรมของ Generation Z
- **ฐานข้อมูลสนับสนุน:** มีการอ้างอิงแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ เช่น รายงานจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และวิทยานิพนธ์ที่ทันสมัย (ปี 2566-2567)

3. ความน่าเชื่อถือของกระบวนการศึกษา (Literature Synthesis)

- **กระบวนการเป็นระบบ:** แม้จะเป็นการทบทวนวรรณกรรม แต่มีการระบุขั้นตอนการทำงานที่ชัดเจน (3 ประเด็นหลัก) ทำให้กรอบแนวคิดที่ได้ (Conceptual Framework) มีความสมเหตุสมผลและมีที่มาที่ไป
- **กลุ่มเป้าหมาย:** ระบุเจาะจงไปที่นักศึกษาคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ ซึ่งช่วยให้การสังเคราะห์วรรณกรรมในขั้นต่อไปสามารถทำได้ลึกซึ้งตามบริบทพื้นที่เฉพาะ

4. องค์ความรู้ใหม่และคุณค่าต่อการนำไปใช้ประโยชน์

- **การสร้างกรอบแนวคิด:** คุณค่าหลักของบทความคือการ "สังเคราะห์" เพื่อนำไปสู่การวิจัยเชิงประจักษ์ในอนาคต ช่วยให้นักวิจัยท่านอื่นเห็นความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีกับผลกระทบทางจิตวิทยาได้อย่างเป็นรูปธรรม
- **การเตือนภัยทางสังคม:** ข้อมูลที่รวบรวมมาสามารถใช้เป็นแนวทางให้มหาวิทยาลัยออกแบบกิจกรรมเชิงป้องกัน หรือแนวทางการใช้เทคโนโลยีอย่างสร้างสรรค์ (Digital Wellbeing) สำหรับนักศึกษา
-

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเพื่อยกระดับบทความ

1. **การระบุฐานข้อมูลที่สืบค้น:** ในส่วนระเบียบวิธีวิจัย (หากขยายผล) ควรระบุว่าใช้คำค้นหา (Keywords) อะไร และสืบค้นจากฐานข้อมูลใด (เช่น Google Scholar, TCI, PubMed) เพื่อให้สมบูรณ์ตามรูปแบบ Systematic Review
2. **การวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบ:** หากเพิ่มตารางสรุปผลการศึกษาจากงานวิจัยที่ผ่านมา (Synthesis Matrix) ว่าแต่ละงานพบผลอย่างไร จะช่วยให้ผู้อ่านเห็นภาพรวมขององค์ความรู้ในปัจจุบันได้รวดเร็วยิ่งขึ้น

สรุป: บทความฉบับนี้ มีคุณภาพในการเรียบเรียงและการสังเคราะห์วรรณกรรมที่ดีมาก มีการเลือกประเด็นที่ทันสมัยและเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาสุขภาพจิตของเยาวชนในยุคปัจจุบัน