ผลสะท้อนด้านการสื่อสารของผู้ใช้งานรูปแทนตัวตน ในแอปพลิเคชันโลกเสมือน

Communication Implications of Avatar Users in Virtual World Applications

ฉัตริน จันแดง[1], และบัณฑิต สัตย์เพริศพราย[2]*
สาขาวิชานิเทศศาสตร์ คณะสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยรามคำแหง
**ผู้รับผิดชอบบทความ*

Chatarin Jandang[1], and Bundit Satpretpry[2]*
Communication Arts, Faculty of Mass Communication,
Ramkhamhaeng University, Thailand
**Corresponding author: 6712340002@rumail.ru.ac.th*

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการประกอบสร้างรูปแทนตัวตนของผู้ใช้งานในแอปพลิเคชันโลกเสมือน และ 2) ศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการสื่อสารของผู้ใช้งานรูปแทนตัวตนในแอปพลิเคชันโลกเสมือน โดยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลผ่านการสัมภาษณ์เชิงลึกจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักที่เลือกแบบเจาะจง จำนวน 7 คน แบ่งเป็นกลุ่มผู้ใช้งานแอปพลิเคชัน 5 คน และกลุ่มผู้ดูแลหรือต้นสังกัด 2 คน และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์เนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า การประกอบสร้างรูปแทนตัวตนในแอปพลิเคชัน REALITY เป็นการประกอบสร้างตัวตนในอุดมคติเพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดทางกายภาพและบริบททางสังคมในชีวิตจริง อวตารทำหน้าที่เป็นเกราะป้องกันทางจิตวิทยาภายใต้สภาวะการไม่เปิดเผยตัวตน ช่วยขจัดความกังวลจากการถูกประเมินรูปลักษณ์ และสร้างพื้นที่ปลอดภัยที่เอื้อให้ผู้ใช้งานสื่อสารได้อย่างมีอิสระมากขึ้น ส่วนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการสื่อสารพบว่า เมื่อผู้ใช้งานมีความผูกพันกับอวตาร จะเกิดความกล้าแสดงออกเชิงรุก มีการปรับวาทศิลป์ และเพิ่มความระมัดระวังในการสื่อสารมากขึ้น ข้อค้นพบสำคัญคือ ทักษะความมั่นใจและการสื่อสารที่ได้รับ

การฝึกฝนในแอปพลิเคชันโลกเสมือน สามารถเกิดการถ่ายโอนทักษะ (Skill Transfer) และนำกลับมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง โดยมีปฏิสัมพันธ์และการยอมรับจากชุมชนออนไลน์เป็นตัวเร่งปฏิกิริยาสำคัญ

คำสำคัญ: วีทูเบอร์, แอปพลิเคชันเรียลลิตี้, รูปแทนตัวตน

ABSTRACT

This qualitative research aimed to: 1) study the identity construction of avatar users in virtual world applications, and 2) study the changes in communication behavior of avatar users in virtual world applications. Data were collected through in-depth interviews with 7 purposively selected key informants (5 users and 2 observers) and analyzed using content analysis. The findings revealed that identity construction in the REALITY application represents the creation of an Ideal Self to overcome physical and social limitations in real life. The avatar serves as a psychological shield under the state of anonymity, eliminating appearance anxiety and creating a safe space that allows users to communicate more freely. Regarding changes in communication behavior, it was found that when users form an attachment to their avatars, they exhibit more proactive assertiveness, adjust their rhetoric, and show increased empathy. The most significant finding is that the confidence and communication skills developed in the virtual world application can lead to Skill Transfer, enabling users to apply these skills in their daily lives. Interactions and acceptance within the virtual community act as a crucial catalyst for developing these social skills.

Key words: VTuber, Application REALITY, Avatar

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในยุคดิจิทัล รูปแบบการสื่อสารได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว แต่ในขณะเดียวกันกลับพบปัญหาสุขภาพจิตด้านการสื่อสารในกลุ่มคนรุ่นใหม่ โดยเฉพาะความวิตกกังวลในการเข้าสังคม และการขาดความมั่นใจในภาพลักษณ์ของตนเอง จากรายงานสุขภาพคนไทย 2568 ระบุว่ากลุ่มเยาวชนและวัยทำงานตอนต้นมีความเสี่ยงต่อภาวะเครียดจากการเปรียบเทียบทางสังคมสูงเมื่อเทียบกับช่วงวัยอื่น ๆ สอดคล้องกับพฤติกรรมการใช้งานอินเทอร์เน็ตจากรายงาน Digital 2025: Thailand ที่พบว่าแม้ผู้ใช้งานชาวไทยจะมีจำนวนมาก แต่ส่วนใหญ่กลับเลือกเป็นเพียงผู้สังเกตการณ์เนื่องจากกลัวการถูกตัดสิน

เพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดดังกล่าวโลกเสมือน Virtual World และการสื่อสารผ่านรูปแทนตัวตน Avatar จึงเข้ามามีบทบาทสำคัญในฐานะสื่อกลางรูปแบบใหม่ แนวคิดสภาวะการไม่เปิดเผยตัวตน The Online Disinhibition Effect ชี้ว่าความนิรนามช่วยปลดล็อกพันธนาการทางการสื่อสาร ประกอบกับการศึกษาของ Ponce และคณะ (2025) ที่ยืนยันว่าอวตารทำหน้าที่เสมือนตัวกันชนทางสังคมที่ช่วยลดความกังวลในการเผชิญหน้า นอกจากนี้ การสร้างตัวตนในโลกเสมือนยังเปิดโอกาสให้ผู้ใช้งานได้นำเสนอตัวตนที่รู้สึกว่าเป็นตัวจริงมากกว่าโลกกายภาพ และเมื่อผู้ใช้งานมีความผูกพันกับอวตาร จิตใต้สำนึกจะปรับเปลี่ยนวิธีการสื่อสารและการแสดงออกให้สอดคล้องกับภาพลักษณ์ใหม่ตามทฤษฎี The Proteus Effect ซึ่งส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างชัดเจน

พื้นที่ที่สะท้อนปรากฏการณ์ทางนิเทศศาสตร์นี้ได้อย่างเด่นชัดคือแอปพลิเคชัน REALITY แพลตฟอร์มถ่ายทอดสดด้วยอวตารที่ได้รับความนิยมอย่างสูงในกลุ่มผู้ใช้งานชาวไทย โดยมียอดดาวน์โหลดสะสมทั่วโลกกว่า 15 ล้านครั้ง เทคโนโลยีดังกล่าวได้ลดกำแพงทางเทคนิค เอื้อให้ผู้ที่มีความประหม่าในชีวิตจริงสามารถก้าวขึ้นมาเป็นผู้สร้างสรรค์เนื้อหาหรือผู้นำทางความคิดได้สำเร็จภายใต้การปกป้องของรูปแทนตัวตน จากการสังเกตการณ์พบว่า มีผู้ใช้งานจำนวนมากที่อาจเป็นคนเก็บตัวหรือขาดความมั่นใจในชีวิตจริง แต่เมื่อสวมบทบาทผ่านอวตารกลับสามารถสื่อสารได้อย่างฉะฉาน มีวาทศิลป์ และกล้าแสดงออกทางอารมณ์ ซึ่งความมั่นใจดังกล่าวมีแนวโน้มที่จะส่งผลต่อเนื่องมาสู่พฤติกรรมในชีวิตจริง

ปรากฏการณ์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงพลวัตการสื่อสารมวลชนยุคใหม่ ที่สื่อกลางอย่างรูปแทนตัวตนมีอิทธิพลต่อกระบวนการส่งสารและพฤติกรรมของผู้ส่งสารอย่างมีนัยสำคัญ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเพื่อทำความเข้าใจกลไกการประกอบสร้างตัวตนและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการสื่อสารผ่านโลกเสมือน เพื่อนำองค์ความรู้ทางนิเทศศาสตร์ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาศักยภาพด้านการสื่อสารของบุคลากร หรือสร้างสรรค์นวัตกรรมที่ช่วยลดข้อจำกัดทางสังคมของผู้คนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการประกอบสร้างรูปแทนตัวตนของผู้ใช้งานในแอปพลิเคชันโลกเสมือน
2. เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการสื่อสารของผู้ใช้งานรูปแทนตัวตนในแอปพลิเคชันโลกเสมือน

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษานี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมและสรุปแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นกรอบในการวิเคราะห์ปรากฏการณ์ ดังนี้

บริบทของแอปพลิเคชันโลกเสมือนและวัฒนธรรมวีทูเบอร์

โลกเสมือนในปัจจุบันวิวัฒนาการสู่โซเชียลมีเดียเสมือนจริง Social VR ที่เน้นการสร้างปฏิสัมพันธ์ สอดคล้องกับวัฒนธรรม วีทูเบอร์ VTuber ซึ่ง Lu และคณะ (2021) อธิบายว่าเป็นการแสดงผ่านตัวกลาง โดยผสมผสานเทคโนโลยีการจับการเคลื่อนไหว Motion Capture เข้ากับการแสดงสดของผู้ใช้งานจริง เปิดโอกาสให้ผู้ใช้งานก้าวข้ามข้อจำกัดทางกายภาพและสร้างสรรค์ตัวตนใหม่ได้อย่างไร้ขีดจำกัด

แนวคิดเรื่องความวิตกกังวลในการสื่อสารและสภาวะการไม่เปิดเผยตัวตน

การปกปิดอัตลักษณ์ทางกายภาพสามารถอธิบายได้ด้วยแนวคิด สภาวะการไม่เปิดเผยตัวตน The Online Disinhibition Effect ของ Suler (2004) ซึ่งทำหน้าที่เป็นเกราะป้องกันทางจิตวิทยาที่ช่วยลดความรู้สึกเขินอาย ประกอบกับการศึกษาของ Ponce และคณะ (2025) ที่ค้นพบว่าการสื่อสารผ่านร่างอวตารทำหน้าที่เสมือน ตัวกันชนทางสังคม ที่ช่วยลดภาระทางความคิดของผู้ใช้งานลง ทำให้ผู้ใช้งานสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างลื่นไหล

แนวคิดเรื่องการประกอบสร้างตัวตนและพื้นที่ปลอดภัย

Tang (2025) ระบุว่าการสร้างตัวตนผ่านอวตารไม่ใช่การหลอกลวง แต่คือกระบวนการสร้างความสมจริงรูปแบบใหม่ที่คัดกรองอคติทางรูปลักษณ์ออกไป เพื่อนำเสนอตัวตนภายในที่ซื่อตรง สอดคล้องกับแนวคิดของ Turkle (1995) ที่เปรียบเทียบหน้าจอคอมพิวเตอร์ว่าเป็นเสมือนโรงงานแปรรูปอัตลักษณ์Identity Workshop ซึ่งเป็นพื้นที่ทดลองที่เปิดโอกาสให้บุคคลสวมบทบาทโดยไม่ต้องแบกรับความเสี่ยงในโลกกายภาพ

แนวคิดเรื่องผลสะท้อนของอวตารต่อพฤติกรรมมนุษย์

ทฤษฎี The Proteus Effect ของ Yee และ Bailenson (2007) อธิบายว่าเมื่อบุคคลมองเห็นเงาสะท้อนของตนเองในกระจกเงาดิจิทัล พวกเขาจะรับเอาความคาดหวังทางสังคมที่ผูกติดอยู่กับรูปลักษณ์นั้นมาเป็นของตนเอง นอกจากนี้ Latifi และคณะ (2025) ได้ค้นพบว่า หากผู้ใช้งานมีความผูกพันทางอารมณ์กับอวตารสูง อิทธิพลของความมั่นใจที่ได้รับจะสามารถส่งผลกระทบต่อเนื่องข้ามออกมาสู่บุคลิกภาพในชีวิตจริงได้อย่างยั่งยืน

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

นอกจากการศึกษาในต่างประเทศแล้ว ในบริบทสังคมไทย อภิญญา สุรกานนท์ (2564) พบว่าผู้รับสารไม่ได้มองว่าความไม่สมจริงของภาพกราฟิกเป็นอุปสรรคต่อการสื่อสาร แต่กลับให้ความสำคัญกับการเชื่อมโยงทางอารมณ์ สอดคล้องกับงานวิจัยเชิงคุณภาพของ ภัทรินทร์ จิตรวศินกุล และ ปิ่นวดี ศรีสุพรรณ (2564) ที่ชี้ว่าวัยรุ่นไทยมักนำเอาตัวตนในอุดมคติมาใส่ไว้ในตัวละครอวตารเพื่อใช้เป็นสนามฝึกซ้อมทางสังคม ซึ่งทักษะความมั่นใจที่เกิดขึ้นจะถูกหลอมรวมกลับเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพจริงในที่สุด

วิธีการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ Qualitative Research เพื่อมุ่งทำความเข้าใจพลวัตและปรากฏการณ์ด้านการสื่อสารมวลชนยุคดิจิทัลอย่างลึกซึ้ง โดยมีรายละเอียดการดำเนินการวิจัยดังนี้

- **ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง:** ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง Purposive Sampling โดยกำหนดกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก Key Informants จำนวนทั้งสิ้น 7 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมและสามารถสอบทานข้ามกลุ่มได้ ได้แก่
  - *กลุ่มผู้ใช้งาน User:* ผู้ใช้งานแอปพลิเคชัน REALITY ชาวไทยที่สร้างรูปแทนตัวตนเพื่อการสื่อสารอย่างต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 6 เดือน จำนวน 5 คน
  - *กลุ่มผู้ดูแลหรือต้นสังกัด Observer:* ตัวแทนจากสังกัดที่มีประสบการณ์ดูแลวีทูเบอร์ไม่น้อยกว่า 1 ปี จำนวน 2 คน
- **เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย:** ใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึก In-depth Interview ลักษณะกึ่งโครงสร้าง Semi-structured Interview โดยแบ่งชุดคำถามตามกลุ่มผู้ให้ข้อมูล เพื่อเจาะลึกกระบวนการสร้างตัวตน พฤติกรรมการสื่อสาร และการสังเกตการณ์พฤติกรรมจากมุมมองบุคคลที่สาม
- **การเก็บรวบรวมข้อมูล:** ผู้วิจัยใช้วิธีการลงพื้นที่เก็บข้อมูลภาคสนามเสมือนจริงภายในแอปพลิเคชัน REALITY ผ่านการปฏิสัมพันธ์ด้วยอวตารและการสื่อสารด้วยเสียงแบบเรียลไทม์
- **การวิเคราะห์และการตรวจสอบคุณภาพข้อมูล:** ผู้วิจัยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา Content Analysis จากการถอดบทสัมภาษณ์ และตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล Trustworthiness ด้วยการสอบทานความสอดคล้องระหว่างข้อมูลจาก 2 กลุ่ม ผู้ใช้งานและผู้ดูแล ร่วมกับการเทียบเคียงกับทฤษฎีการสื่อสารที่เกี่ยวข้อง Theoretical Verification เพื่อยืนยันปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรม

ผลการวิจัยและอภิปรายผลการวิจัย

2. ตารางสรุปความสอดคล้องของประเด็นข้อค้นพบจำแนกตามกรอบแนวคิดการวิจัย

กลุ่มผู้ให้ข้อมูล / นามแฝง	กล่องที่ 1: บริบทของแอปพลิเคชัน	กล่องที่ 2: การประกอบสร้างตัวตน	กล่องที่ 3: ผลสะท้อนด้านพฤติกรรม	กล่องที่ 3: ผลสะท้อนด้านทักษะ
กลุ่มผู้ใช้งาน User				
มีนา	✓	✓	✓	✓
เยียร์	✓	✓	✓	✓
บับเบิลที	✓	✓	✓	✓
สียุ	✓	✓	✓	✓
แวม	✓	✓	✓	✓
กลุ่มผู้ดูแล Observer				
คลอส	✓	✓	✓	✓
ฮันนี่	✓	✓	✓	✓

กลุ่มผู้ให้ข้อมูล / นามแฝง	กล่องที่ 1: บริบทของแอปพลิเคชัน	กล่องที่ 2: การประกอบสร้างตัวตน	กล่องที่ 3: ผลสะท้อนด้านพฤติกรรม	กล่องที่ 3: ผลสะท้อนด้านทักษะ
สรุปภาพรวม	7/7 (ครบทุกคน)	7/7 (ครบทุกคน)	พบ 2 ทิศทาง (กล้า/ระวัง)	7/7 (ครบทุกคน)

ตารางสรุปผลการวิจัยเชิงวิเคราะห์เปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม User และ Observer ตามกรอบแนวคิดและทฤษฎี

องค์ประกอบตามกรอบแนวคิด	ข้อค้นพบจากกลุ่มผู้ใช้งาน User	ข้อค้นพบจากกลุ่มผู้ดูแล Observer	งานวิจัยอ้างอิงที่สอดคล้อง
1. บริบทแอปพลิเคชัน *(สภาวะนิรนาม/พื้นที่ปลอดภัย)*	ใช้การไม่ระบุตัวตนจริงเพื่อลดความกังวล และเปิดเผยความรู้สึกได้อิสระมากขึ้น	ยืนยันว่าระบบแอปช่วยลดกำแพงทางสังคม ทำให้สมาชิกกล้าเข้าหาผู้อื่นโดยไร้การตัดสิน	Ponce และคณะ (2025), ศจี และ ศิวะนันท์ (2565)
2. การประกอบสร้างตัวตน *(ชดเชยปมด้อย /Ideal Self)*	ออกแบบอวตารเพื่อชดเชยข้อจำกัดสรีระ (ส่วนสูง/หน้าตา) และสร้างอัตลักษณ์แฟนตาซี	สังเกตเห็นสมาชิกใช้รูปลักษณ์อวตารเป็นเครื่องมือสร้าง ความมั่นใจใหม่	Tang (2025)
3. ผลสะท้อนด้านพฤติกรรม	ปรับวาทศิลป์ให้มั่นใจขึ้นหรือระมัดระวังคำพูดมาก	เห็นพัฒนาการจากความประหม่าสู่ความกล้า	Ponce และคณะ (2025)

องค์ประกอบตามกรอบแนวคิด	ข้อค้นพบจากกลุ่มผู้ใช้งาน User	ข้อค้นพบจากกลุ่มผู้ดูแล Observer	งานวิจัยอ้างอิงที่สอดคล้อง
(ความกล้า/ความเห็นอกเห็นใจ)	ขึ้นเพื่อให้เข้ากับบทบาทอวตาร	ปฏิสัมพันธ์ มีการปรับโทนเสียงและพลังงาน	
4. การถ่ายโอนทักษะ *(Skill Transfer สู่โลกจริง)*	นำความมั่นใจจากแอปไปใช้ในชีวิตจริง เช่น การคุยกับคนแปลกหน้าหรือทำกิจกรรมสาธารณะ	คอนเฟิร์มว่าสมาชิกนำทักษะการพูดและการนำเสนอไปใช้ในการเรียนและการทำงานจริง	พัชรินทร์ (2566)

ผู้วิจัยขอนำเสนอผลการวิจัยควบคู่ไปกับการอภิปรายผลผ่านกรอบแนวคิดทฤษฎีการสื่อสาร โดยแบ่งออกเป็น 2 ประเด็นหลัก ดังนี้

การประกอบสร้างรูปแทนตัวตนเพื่อสร้างพื้นที่ปลอดภัยทางนิเทศศาสตร์

ผลการวิเคราะห์พบว่า การประกอบสร้างรูปแทนตัวตนในแอปพลิเคชันโลกเสมือน ไม่ได้เป็นเพียงการสร้างความบันเทิง แต่เป็นกระบวนการ เจรจาต่อรองทางอัตลักษณ์ Identity Negotiation ระหว่างตัวตนในโลกจริงกับตัวตนที่ปรารถนาจะเป็น ผู้ใช้งานมุ่งเน้นการออกแบบอวตารเพื่อชดเชยข้อจำกัดทางกายภาพและสังคม เช่น การปรับส่วนสูง การเลือกคาแรกเตอร์แฟนตาซี เพื่อสร้าง ตัวตนในอุดมคติ Ideal Self

ปรากฏการณ์นี้สามารถอธิบายผ่านมิติทางนิเทศศาสตร์ได้ว่า อวตารทำหน้าที่เป็นสื่อกลาง Medium ที่มีประสิทธิภาพในการลดทอนความวิตกกังวลของผู้ส่งสาร โดยอาศัยกลไกของ สภาวะการไม่เปิดเผยตัวตน The Online Disinhibition Effect ที่ตัดขาดบริบททางกายภาพ ทำให้แพลตฟอร์มกลายเป็น พื้นที่ปลอดภัย Safe Space สอดคล้องกับแนวคิดของ Tang (2025) ที่ระบุว่า อวตารคือเครื่องมือประกอบสร้างความสมจริงรูปแบบใหม่ ที่คัดกรองอคติทางรูปลักษณ์ออกไป เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้ใช้งานได้สะท้อนเจตจำนงที่แท้จริงออกมาได้อย่างอิสระ

พลวัตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการสื่อสารและการถ่ายโอนทักษะ Skill Transfer

อิทธิพลของรูปแทนตัวตนที่ประกอบสร้างขึ้น ได้ส่งผลต่อพฤติกรรมการสื่อสารของผู้ใช้งานอย่างมีนัยสำคัญ โดยแตกแขนงออกเป็น 2 ทิศทางหลัก ได้แก่

- **การกระตุ้นความกล้าแสดงออกเชิงรุก Proactive Behavior:** ผู้ใช้งานปรับระดับพลังงานและวาทศิลป์ให้มีความเป็นผู้นำและกล้าหาญมากขึ้น สวมบทบาทเป็นผู้ให้ความบันเทิง (Entertainer) เพื่อให้สอดคล้องกับภาพลักษณ์อวตารที่โดดเด่น
- **การขัดเกลาความละเอียดอ่อนและความเห็นอกเห็นใจ Virtual Empathy:** ผู้ใช้งานอีกกลุ่มกลับเลือกใช้พื้นที่เสมือนในการปรับปรุงคำพูดให้สุภาพ ระมัดระวัง และแคร์ความรู้สึกผู้อื่นมากขึ้น ซึ่งเกิดจากการต้องการรักษาสถานภาพของตัวตนอุดมคติในชุมชนออนไลน์

พฤติกรรมทั้งสองมิตินี้เป็นการยืนยันความถูกต้องของทฤษฎีผลสะท้อนของอวตาร The Proteus Effect ที่ระบุว่ามนุษย์จะรับเอาทัศนคติที่ผูกติดกับรูปลักษณ์เสมือนมาเป็นของตนเอง

อย่างไรก็ตาม ข้อค้นพบที่เป็นจุดสูงสุดของงานวิจัยชิ้นนี้คือ ปรากฏการณ์การถ่ายโอนทักษะ Skill Transfer แอปพลิเคชันโลกเสมือนได้ทำหน้าที่เสมือน ห้องปฏิบัติการทางสังคม Social Laboratory ที่อนุญาตให้บุคคลลองผิดลองถูกในการสื่อสาร ทุนทางจิตวิทยาและความมั่นใจที่เกิดจากการได้รับการยอมรับในโลกเสมือน ได้แปรเปลี่ยนเป็นทักษะติดตัวที่ผู้ใช้งานนำกลับไปใช้พัฒนาศักยภาพในโลกกายภาพได้อย่างเป็นรูปธรรม เช่น การกล้าพูดในที่สาธารณะ หรือการเริ่มบทสนทนากับคนแปลกหน้า

สรุปและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การประกอบสร้างรูปแทนตัวตนของผู้ใช้งานในแอปพลิเคชัน REALITY เป็นกระบวนการเจรจาต่อรองทางอัตลักษณ์เพื่อสร้าง ตัวตนในอุดมคติ ภายใต้สภาวะการไม่เปิดเผยตัวตนที่ช่วยขจัดความกังวลและสร้างพื้นที่ปลอดภัยทางจิตวิทยา ซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการสื่อสารทั้งในด้านการเพิ่มความกล้าแสดงออกเชิงรุกและการเพิ่มความระมัดระวังในการสื่อสาร ข้อค้นพบสำคัญคือ ทักษะทางสังคมและความมั่นใจที่เกิดขึ้นไม่ได้จำกัดอยู่เพียงในพื้นที่เสมือน แต่สามารถเกิดปรากฏการณ์ การถ่ายโอนทักษะ Skill Transfer นำกลับมาประยุกต์ใช้พัฒนาบุคลิกภาพและการสื่อสารในโลกกายภาพได้อย่างเป็นรูปธรรม

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้

1. **สำหรับผู้ใช้งานและบุคคลทั่วไป:** สามารถปรับมุมมองต่อแอปพลิเคชันโลกเสมือนให้เป็นเสมือน "ห้องปฏิบัติการทางสังคม" (Social Laboratory) เพื่อใช้รูปแทนตัวตนเป็นเครื่องมือลดกำแพงทางจิตวิทยาในการฝึกฝนทักษะการสื่อสาร ลดความวิตกกังวล และถ่ายโอนทักษะกลับมาใช้ในชีวิตจริง
2. **สำหรับนักสื่อสารมวลชนและนักสร้างสรรค์เนื้อหา:** ควรนำเทคโนโลยีรูปแทนตัวตนมาประยุกต์ใช้เป็นสื่อกลางในการลดอุปสรรคด้านรูปลักษณ์ เช่น การใช้ Virtual Influencer เพื่อสร้างรูปแบบการนำเสนอใหม่ ๆ หรือใช้สื่อสารประเด็นที่อ่อนไหวเพื่อสร้างความรู้สึกปลอดภัยให้กับกลุ่มเป้าหมาย
3. **สำหรับนักวางแผนกลยุทธ์การสื่อสาร:** สามารถนำแนวคิดการถ่ายโอนทักษะไปประยุกต์ใช้ในการฝึกอบรมบุคลากร โดยใช้โลกเสมือนเป็นพื้นที่จำลอง Simulation ฝึกทักษะการพูดในที่สาธารณะเพื่อเพิ่มทุนทางจิตวิทยาก่อนปฏิบัติงานจริง

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการต่อยอดการวิจัยในรูปแบบเชิงปริมาณ Quantitative Research เพื่อหาความสัมพันธ์เชิงสถิติระหว่างระดับความผูกพันกับอวตารและระดับความสำเร็จในการถ่ายโอนทักษะสู่ชีวิตจริง
2. ควรศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการสื่อสารข้ามแพลตฟอร์ม Cross-platform Study ระหว่างแอปพลิเคชันที่เน้นอวตารกึ่งมนุษย์กับสภาพแวดล้อมเสมือนจริงเต็มรูปแบบ

บรรณานุกรม

ภัทรินทร์ จิตรวศินกุล, และ ปิ่นวดี ศรีสุพรรณ. (2564). *การสร้างตัวตนในสังคมโลกเสมือนจริงผ่านการเล่นคอมมู กรณีศึกษาคอมมู E.O.S.* (รายงานการวิจัย). มหาวิทยาลัยศิลปากร.

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, และ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). (2568). *รายงานสุขภาพคนไทย 2568 (Thai Health Report 2025).* สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.

อภิญญา สุรกานนท์. (2564). *อิทธิพลของความน่าเชื่อถือของวีทูบเบอร์และสตรีมเมอร์ที่มีต่อความตั้งใจซื้อเกมของผู้ชมทั่วไปและโอตาคุ* (การค้นคว้าอิสระปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

DataReportal. (2025). *Digital 2025: Thailand.* Retrieved from Digital 2025: Thailand DataReportal - Global Digital Insights.

Latifi, S., et al. (2025). User-Avatar Bond and Behavioral Change: A Long-Term Study of the Proteus Effect. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking.*

Lu, Z., et al. (2021). VTubers and the evolution of virtual influencers: A systematic review. *International Journal of Human-Computer Interaction.*

Ponce, A., et al. (2025). Speaking Through an Avatar: The Impact of Avatars on Social Anxiety. *Computers in Human Behavior.*

Suler, J. (2004). The Online Disinhibition Effect. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321-326.

Tang, Y. (2025). Constructing the VTuber Identity: Authenticity and the Virtual Self. *New Media & Society.*

Turkle, S. (1995). *Life on the screen: Identity in the age of the Internet.* Simon & Schuster.

Yee, N., & Bailenson, J. (2007). The Proteus effect: The effect of transformed social interaction on behavior. *Human Communication Research*, 33(3), 271-290.