

รูปแบบการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวก เพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนใน จังหวัดเชียงใหม่

Model of development of cognitive immunity based on Buddhist and psychological capital. Positive ways to prevent youth social media temptation in Chiang Mai

พิมภัสสร เต็ดขาด¹, เขมินธรา ตันธิกุล² และ อุเทน ลาพิงค์³

Pimpatsorn Dedkhad¹, Heminthar Tanthikun² and Uthen Lapink³

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

Mahamakut Buddhist University Lanna Campus, Thailand

Corresponding Author, Email: ¹nu.namrz@gmail.com

Retrieved: August 14, 2024; Revised: August 5, 2025; Accepted: August 14, 2025

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้บนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อประเมินประสิทธิผลและนำเสนอรูปแบบการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างเพื่อเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างแรกใช้สำหรับตอบแบบสอบถาม ได้แก่ นักเรียน นักศึกษา จำนวน 983 รูป/คน และกลุ่มตัวอย่างที่สองใช้สำหรับการสัมภาษณ์และประเมินการอบรม ที่ได้คำนวณมาจากกลุ่มตัวอย่างแรก ได้แก่ นักเรียน นักศึกษา จำนวน 284 รูป/คน โดยคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างตามวิธีการของ ทาโร ยามาเน่ (Yamane, 1973) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม แบบประเมิน และแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview)

ผลการวิจัยพบว่า ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชน ในจังหวัดเชียงใหม่ จากกลุ่มตัวอย่างแรก พบว่า บรรพชิต จำนวน 164 รูป คิดเป็นร้อยละ 16.68 คฤหัสถ์ชาย จำนวน 424 คน คิดเป็นร้อยละ 43.13 คฤหัสถ์หญิง จำนวน 395 คน คิดเป็นร้อยละ 40.18 มีช่วงอายุ ระหว่าง 15–20 ปี จำนวน 539 รูป/คน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 460 รูป/คน คิดเป็นร้อยละ 46.80 มีสถานะเป็นนักเรียน จำนวน 672 รูป/คน คิดเป็นร้อยละ 68.36 ระยะเวลาที่ท่านใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยเป็นชั่วโมงต่อวัน 4-6 ชั่วโมง จำนวน 421 รูป/คน คิดเป็นร้อยละ 42.83 สถานที่ที่ท่านใช้อินเทอร์เน็ตเป็นประจำ คือ สถานศึกษา จำนวน 983 รูป/คน คิดเป็นร้อยละ 100.0 ใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อติดต่อสื่อสาร จำนวน 983 รูป/คน คิดเป็นร้อยละ 100.00 โดยพฤติกรรมที่พบจากการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์ โดยพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การพบเห็นโฆษณา การใช้บริการการพนันออนไลน์ หรือเคสลับสนุน พบเห็นมากที่สุดอันดับแรก ($\bar{X}$ = 4.87, S.D. = 0.83) 1) ผลการวิเคราะห์การสัมภาษณ์ ากกลุ่มตัวอย่างที่สอง พบว่า การดำเนินโครงการหรือกิจกรรมใดๆ อันจะเป็นการทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกให้มีความสำคัญกับการส่งเสริมการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพชีวิตในทางบวก ซึ่งเกี่ยวข้องทั้งสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิตซึ่งมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอย่างใกล้ชิด ซึ่งในปัจจุบันได้มีการนำแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกไปประยุกต์ใช้ในหลากหลายบริบทของสถานศึกษาในส่วนนี้ของเนื้อหาวิชา การยกตัวอย่าง การเผยแพร่ความรู้ในการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนดังนั้นผู้ให้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์จึงเสนอ



แนวทางของโครงการส่งเสริมการรู้จักตนเองเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ที่จะเข้าใจความต้องการ การบูรณาการระหว่างครอบครัว โดยเสริมให้ผู้ปกครอง ได้สอนให้บุตรหลานให้รู้เท่าทันภัยจากการใช้สื่อออนไลน์ และกิจกรรมการสร้างภูมิคุ้มกันการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ (Cyber Bully) การกลั่นแกล้งกันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ในสังคมของเด็ก เยาวชนกับการถูกฉ้อโกงจากธุรกรรมออนไลน์ (Online fraud) เพราะมีโอกาสที่จะเกิดการฉ้อโกงได้ง่าย ซึ่งการป้องกันฉ้อโกงออนไลน์สำหรับเด็กและเยาวชนนั้น สำคัญที่สุดคือการสอนให้พวกเขารู้จักตรวจสอบและสืบค้นข้อมูลของผู้ที่ทำธุรกรรมสำหรับเยาวชน ผลกระทบจากภัยออนไลน์ต่าง ๆ เป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นว่าภัยจากโลกออนไลน์ ผู้วิจัยจึงได้สรุปเป็นได้แก่ อันดับ 1 รูปแบบเกมออนไลน์ (Online Game) อันดับ 2 รูปแบบข้อมูล ข่าวสาร ปลอม (Fake News) อันดับ 3 รูปแบบการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ (Cyber Bully) อันดับ 4 รูปแบบฉ้อโกงจากธุรกรรมออนไลน์ (Online fraud) อันดับ 5 รูปแบบการพนันออนไลน์ (Online gambling) อันดับ 6 รูปแบบการถูกเข้าถึงข้อมูลคอมพิวเตอร์โดยมิชอบ (Hack) อันดับ 7 รูปแบบการล่อลวงทางออนไลน์ (Online temptation) และอันดับ 8 รูปแบบอื่น ๆ เช่น ความเชื่อทางลัทธิ, โสยศาสตร์ ฯลฯ ซึ่งอาจสรุปได้ว่าการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนมีรูปแบบนั้นใกล้เคียงตัวเด็กและเยาวชนมากกว่าที่คิดซึ่งถ้าพวกเขาไม่มีภูมิคุ้มกันที่ดีหรือมีผู้ให้คำปรึกษาที่เหมาะสม พวกเขาก็อาจไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นจากภัยเหล่านี้ นอกจากนั้น นักเรียนนักศึกษาของท่านสามารถรับมือกับถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์จากด้านความฉลาดทางอารมณ์ เพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ทางออนไลน์คือการทำให้นั่นใจว่านักเรียน ต้องได้รับการขัดเกลาทางสังคมในตัวเองเพียงพอ ด้านวิธีการคิดและแก้ปัญหาให้เป็น ด้านรู้จักหน้าที่ บทบาท ของตัวเอง ด้านภูมิคุ้มกันต่อสิ่งแวดล้อมการให้ความรู้และบอกเล่าสถานการณ์

คำสำคัญ: ฐานทุนทางพุทธศาสนา; จิตวิทยาเชิงบวก; การถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์

Abstract

This research aims to analyze the factors contributing to vulnerability to online deception via social media, with the goal of developing a learning management model grounded in Buddhist capital and positive psychology to prevent such deception. The study further seeks to evaluate the effectiveness of the model and present a cognitive immunity development framework for youth in Chiang Mai province. The research employed a mixed-methods approach and involved two sample groups. The first group consisted of 983 students and novices who participated in a survey. The second group, comprising 284 participants selected from the first group based on Taro Yamane's sampling method (Yamane, 1973), engaged in interviews and training evaluations. Research instruments included questionnaires, assessment forms, and semi-structured interviews. The findings aim to contribute to educational strategies that enhance youth resilience against online deception through the integration of Buddhist values and principles of positive psychology.

This study examined the factors influencing susceptibility to online deception through social media and developed a cognitive immunity model based on Buddhist capital and positive psychology to prevent such deception among youths in Chiang Mai province. The research involved two sample groups. The first group comprised 983 participants (16.68% novices, 43.13% male laypersons, and 40.18% female laypersons), mostly aged 15–20 years. Among them, 46.80% were upper secondary school students and 68.36% identified as students. Most participants used the internet for 4–6 hours daily (42.83%) and primarily accessed it at educational institutions

(100%). All respondents reported using the internet mainly for communication (100%). Findings from the first sample group revealed that the most common form of online deception encountered was exposure to advertisements, online gambling, or related services ($\bar{x}$ = 4.87, S.D. = 0.83). The second group of 284 participants was interviewed to assess the effectiveness of training programs and gather in-depth perspectives. The results suggested that initiatives promoting positive psychology should focus on fostering holistic well being both physical and mental and should be integrated into educational settings. Participants emphasized the importance of self-awareness activities, family involvement in educating children about online risks, and specific programs aimed at preventing cyberbullying and online fraud. Online threats reported by youths were ranked as follows: (1) online gaming, (2) fake news, (3) cyberbullying, (4) online financial fraud, (5) online gambling, (6) unauthorized access to personal data (hacking), (7) online temptation, and (8) other forms such as cult beliefs and superstition. These findings highlight that online deception is more pervasive and closer to youths' daily lives than commonly perceived. Without strong cognitive immunity or appropriate guidance, youths may struggle to cope with such threats. Moreover, emotional intelligence was identified as a critical protective factor. Enhancing youths' digital emotional intelligence-such as self-regulation, problem-solving, role awareness, and environmental resilience-was found to be essential in empowering them to navigate the digital world safely and responsibly.

Keywords: Buddhist Water Management, Wisdom-Based Integration, Repeatedly Flooded Areas

บทนำ

โลกในยุคปัจจุบันหมุนเร็วด้วยเทคโนโลยีและการสื่อสารไร้พรมแดน “อินเทอร์เน็ต” ได้กลายมาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของคนส่วนใหญ่ทั่วโลก โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชนที่เติบโตขึ้นมาพร้อมกับสมาร์ทโฟน แพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย และเกมออนไลน์ จากข้อมูลล่าสุดในปี พ.ศ. 2568 พบว่ามีผู้ใช้อินเทอร์เน็ตทั่วโลกราว 5.35 พันล้านคน และกว่าครึ่งหนึ่งของจำนวนนี้ใช้งานโซเชียลมีเดียอย่างสม่ำเสมอ (Data Reportal, 2025) ประเทศไทยเองก็ไม่ต่างกัน เยาวชนไทยเกือบทั้งหมดสามารถเข้าถึงโลกออนไลน์ได้อย่างไร้ข้อจำกัด พวกเขาเรียนรู้ แสดงออก สร้างตัวตน และมีปฏิสัมพันธ์ในโลกเสมือนจริงเกือบตลอดเวลา โลกออนไลน์กลายเป็นแหล่งเรียนรู้และพื้นที่เติบโตของวัยรุ่นจำนวนมาก แต่ในขณะเดียวกันก็นำมาซึ่งภัยคุกคามและความเสี่ยงรูปแบบใหม่ที่ซับซ้อนกว่าเดิมภัยเหล่านี้ไม่ได้มาในรูปแบบของอาชญากรรมแบบเดิม ๆ เท่านั้น แต่แฝงตัวอยู่ในรูปแบบของการกลั่นแกล้งทางออนไลน์ (Cyberbullying), การหลอกลวง (Phishing/Sextortion), การเสพติดเกม และที่มาแรงที่สุดในปี 2025 คือ การหลอกลวงผ่าน Deepfake และ AI ที่สามารถสร้างภาพปลอม ข้อความปลอม และแม้แต่เสียงปลอมได้อย่างแนบเนียน ทำให้ผู้ใช้ที่ไม่ทันระวังตกเป็นเหยื่อได้ง่ายขึ้นกว่าเดิมมาก (Trend Micro, 2025) ข้อมูลจากหน่วยงานด้านความมั่นคงทางไซเบอร์ของไทยและองค์กรสากล เช่น NECTEC และ Kaspersky (2025) ชี้ว่าเยาวชนไทยจำนวนมากยัง “รู้ไม่เท่าทัน” โลกดิจิทัล แม้จะใช้งานได้คล่อง แต่ขาดความรู้ด้านความปลอดภัยและการจัดการตนเองในโลกออนไลน์อย่างแท้จริง ปัญหาคือ เยาวชนหลายคน รู้ว่ามีความเสี่ยง แต่กลับเชื่อว่า “ภัยพวกนั้นจะไม่เกิดกับตนเอง” นี่ก็ובกับคักของความประมาทที่เกิดจากการคุ้นชินยิ่งไปกว่านั้น ผลกระทบทางจิตใจจากการใช้โซเชียลมีเดียอย่างต่อเนื่อง เช่น ภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกด้อยค่า และการเปรียบเทียบตัวเองกับผู้อื่น ล้วนทำให้เยาวชนจำนวนมาก หลงทางในโลกดิจิทัลโดยไม่รู้ตัว และเมื่อต้องเผชิญกับการถูกคุกคามทาง



ออนไลน์ก็ยิ่งรู้สึกโดดเดี่ยวและไม่รู้จะหันหน้าไปหาใคร (มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย, 2568) เราจึงไม่ควรมองปัญหานี้เป็นเพียงเรื่องของเทคโนโลยี แต่ควรมองให้ลึกถึงระดับจิตใจและระบบคิดของเยาวชนด้วย นั่นคือเหตุผลที่แนวคิดอย่าง พุทธจิตวิทยา (Buddhist Psychology) จึงถูกหยิบยกขึ้นมาเป็นเครื่องมือทางเลือกที่น่าสนใจในการพัฒนา “ภูมิคุ้มกันทางปัญญา” หรือที่เรียกว่า Digital Immunity หลักธรรมอย่าง “สติ” (Mindfulness), “โยนิโสมนสิการ” (การคิดอย่างรอบคอบ), “อิทธิบาท 4” (เครื่องมือแห่งความสำเร็จ), และ “พรหมวิหาร 4” (ความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา) ล้วนสามารถปรับใช้กับชีวิตดิจิทัลได้อย่างน่าทึ่ง เมื่อเยาวชนสามารถฝึกสติให้รู้ทันตนเอง ใช้ปัญญาพิจารณาข้อมูลอย่างรอบคอบ และฝึกวางใจอย่างมีเมตตา การใช้อินเทอร์เน็ตก็จะไม่ใช่เรื่องอันตรายอีกต่อไป

ในยุคดิจิทัลที่เทคโนโลยีแทรกซึมอยู่ในทุกมิติของชีวิตประจำวัน สื่อออนไลน์ได้กลายเป็นเครื่องมือสำคัญในการเชื่อมโยง สื่อสาร และแสดงออกของผู้คน โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนที่เติบโตมากับสมาร์ทโฟนและโซเชียลมีเดีย อย่างไรก็ตาม การใช้งานเหล่านี้ไม่ได้มีเพียงแค่ประโยชน์ หากยังมาพร้อมกับภัยเงียบที่สำคัญและทวีความรุนแรงมากขึ้นทุกปี นั่นคือ การคุกคามทางออนไลน์ (Cyberbullying) ซึ่งไม่ได้เป็นเพียงพฤติกรรมไม่เหมาะสมเท่านั้น แต่ยัง ละเมิดสิทธิส่วนบุคคลอย่างรุนแรง และส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมของเยาวชนจากรายงานของ Plan International (2020) พบว่าเด็กผู้หญิงทั่วโลกกว่า 50% เคยถูกคุกคามบนแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย โดยการคุกคามที่พบบ่อยที่สุด ได้แก่ การดูหมิ่นด้วยถ้อยคำหยาบคาย (72%) การเหยียดรูปลักษณ์ภายนอก (61%) การล่วงละเมิดทางเพศในเชิงข้อความ (55%) และการสะกดรอยออนไลน์ (51%) ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ไม่เพียงสร้างความไม่ปลอดภัย แต่ยังเป็นการรุกรานพื้นที่ส่วนตัวของผู้ใช้โดยตรง (Canadian Women’s Foundation, 2023) ในประเทศไทย ข้อมูลจากมูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย (2568) ระบุว่า เยาวชนไทยมากกว่าหนึ่งในสามเคยประสบกับการคุกคามในรูปแบบต่าง ๆ ทางออนไลน์ เช่น การเผยแพร่ข้อมูลส่วนตัวโดยไม่ได้รับอนุญาต การปลอมแปลงบัญชีเพื่อโจมตีชื่อเสียง และการตามรังควานในพื้นที่โซเชียล ซึ่งผลทำให้เด็กและเยาวชนหลายคนต้องขาดเรียน เกิดภาวะวิตกกังวล หรือถึงขั้นมีแนวโน้มคิดสั้น นับเป็นปัญหาที่เชื่อมโยงโดยตรงกับความปลอดภัยในโลกไซเบอร์และสิทธิมนุษยชนขั้นพื้นฐาน

แนวโน้มที่น่ากังวลอีกประการคือ “ความเคยชิน” ของผู้ใช้งานกับพฤติกรรมคุกคาม ซึ่งทำให้บางคนมองว่าเป็นเรื่องปกติ หรือเพียงแค่ “ล้อเล่น” โดยไม่ได้ตระหนักถึงผลลัพธ์ระยะยาว นักวิจัยไทยอย่าง Laeheem (2024) พบว่าเยาวชนในบางพื้นที่ของประเทศไทยมีแนวโน้มเห็นการกลั่นแกล้งทางออนไลน์เป็นเรื่องสนุกและไม่จริงจัง จนนำไปสู่การขาดความตระหนักในการเคารพสิทธิของผู้อื่นในระดับสากล รายงานจาก Pew Research Center (2023) ระบุว่า ผู้ใช้เน็ตในสหรัฐอเมริการาว 44% เคยตกเป็นเหยื่อการคุกคามทางออนไลน์ โดยเฉพาะเยาวชนอายุ 13–17 ปี ที่ประสบกับ Cyberbullying มากถึง 54.6% ซึ่งเพิ่มขึ้นเกือบสามเท่าจากช่วงปี 2007 นอกจากนี้ เด็กที่เคยถูกคุกคามทางออนไลน์มีแนวโน้มเกิดภาวะซึมเศร้า (37%) วิตกกังวล (41%) และมีความคิดฆ่าตัวตาย (26%) สูงกว่ากลุ่มทั่วไปอย่างมีนัยสำคัญ (PACER, 2024) นอกจากผลกระทบทางจิตใจแล้ว การคุกคามออนไลน์ยังรุกราน “สิทธิส่วนบุคคล” ในรูปแบบที่มองเห็นได้ยาก เช่น การใช้ AI สร้าง Deepfake เพื่อปลอมแปลงภาพหรือเสียงของบุคคลหนึ่ง แล้วนำไปเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาต ซึ่งเข้าข่ายการละเมิดสิทธิส่วนตัวอย่างร้ายแรง เทคโนโลยีดังกล่าวถูกใช้ในหลายกรณีเพื่อแบล็กเมล์ผู้เสียหาย ทำให้ผู้เชี่ยวชาญด้านความปลอดภัยไซเบอร์ทั่วโลกออกมาเรียกร้องให้มีมาตรการควบคุมและคุ้มครองผู้ใช้อย่างยิ่งยวด (Trend Micro, 2025) การแก้ไขปัญหานี้ไม่อาจอาศัยเพียงมาตรการด้านกฎหมายหรือการจำกัดการเข้าถึงเท่านั้น หากแต่ต้องเริ่มจากการส่งเสริม “ความรู้เท่าทันดิจิทัล” (Digital Literacy) ควบคู่กับ “ความรู้ด้านสิทธิ” (Rights Literacy) ให้แก่เยาวชนอย่างจริงจัง การให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีอย่างปลอดภัย ควบคู่กับการสร้าง “ภูมิคุ้มกันทางปัญญา” ผ่านแนวคิดพุทธจิตวิทยา เช่น การฝึกสติ การคิดเชิงโยนิโส และเมตตาธรรม จึงเป็นทางออกที่สำคัญในการเสริมพลังภายในแก่ผู้ใช้งาน และป้องกันไม่ให้เกิดเป็นเหยื่อในโลกดิจิทัลที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

นอกจากนี้ การพัฒนาหลักสูตรการเรียนรู้เรื่อง “ชีวิตดิจิทัลอย่างรู้เท่าทัน” ที่ไม่เพียงแค่สอนให้ใช้เทคโนโลยีได้แต่สอนให้ “ใช้เป็น อยู่เป็น และไม่เป็นเหยื่อ” ก็เป็นอีกทางหนึ่งที่ระบบการศึกษาควรให้ความสำคัญมากขึ้นเพราะในท้ายที่สุด การปกป้องเยาวชนในยุคดิจิทัล ไม่ใช่แค่การสร้างเกราะป้องกันภายนอก แต่คือการฝึกฝนให้พวกเขามี เกราะภายใน ที่แข็งแรงพอจะอยู่ท่ามกลางพายุข้อมูลข่าวสาร ความเกลียดชัง ความเทียม และการล่อลวงที่มาพร้อมกับหน้าจอเล็กๆ ที่อยู่ในมือของพวกเขาทุกคนตั้งนั้นทางผู้วิจัย จึงได้สนใจที่จะพัฒนารูปแบบการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้บนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่
3. เพื่อประเมินความพึงพอใจในประสิทธิภาพและนำเสนอรูปแบบการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ผู้ให้ข้อมูลประกอบการวิจัยในครั้งนี้คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ดังต่อไปนี้

1. การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ได้ดำเนินการศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้
- ตารางที่ 1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างรอบที่หนึ่งแยกตามสถาบันการศึกษา 4 แห่ง เพื่อใช้ตอบแบบสอบถามในงานวิจัย

ที่	สถาบันการศึกษา	จำนวนประชากร	กลุ่มตัวอย่างรอบที่หนึ่ง
1	โรงเรียนสามัคคีวิทยาทาน	261	158
2	โรงเรียนเมตตาศึกษา	676	251
3	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่	817	269
4	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา	1,281	290
รวมทั้งหมด		3,035	968

จากตารางที่ 1 แสดงจำนวนประชากรแยกตามสถาบันการศึกษา ทั้ง 4 แห่ง แล้วนำมาการคำนวณกลุ่มตัวอย่างรอบที่หนึ่งแยกตามสถาบันการศึกษา เพื่อนำมาตอบแบบสอบถาม ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 968 รูป/คน โดยคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างรอบที่หนึ่งตามวิธีการของ ทาโร ยามาเน่ (Yamane, 1973) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และกำหนดความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ 0.05 มีสูตรดังนี้

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

โดย n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ



N = ขนาดของประชากร

e = ความคาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่างที่ยอมรับได้

ตารางที่ 2 แสดงสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างของรอบที่หนึ่งและกลุ่มตัวอย่างรอบที่สองเพื่อใช้ตอบแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างในงานวิจัย

ที่	สถาบันการศึกษา	กลุ่มตัวอย่าง รอบที่หนึ่ง	กลุ่มตัวอย่าง รอบที่สอง
1	โรงเรียนสามัคคีวิทยาทาน	158	47
2	โรงเรียนเมตตาศึกษา	251	73
3	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่	269	79
4	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา	290	85
รวมทั้งหมด		968	284

จากตารางที่ 2 แสดงการคำนวณกลุ่มตัวอย่างเพื่อใช้ในการตอบแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างและประเมินความพึงพอใจในการอบรม ได้แก่ นักเรียน นักศึกษา จำนวน 284 รูป/คน ได้มาจากกลุ่มตัวอย่างรอบที่หนึ่งรวมทั้ง 4 สถานศึกษาที่ใช้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 968 รูป/คน แล้ว นำมาหากลุ่มตัวอย่างรอบที่สองเพื่อใช้ในการประเมินการอบรม และการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง ตามวิธีการของทาโร่ ยามาเน่ (Yamane, 1973) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และกำหนดความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ 0.05 ดังนี้

$$\text{แทนค่า} \quad n = \frac{968}{1+968(0.05)^2}$$

$$n = 284$$

เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างรอบที่สองทั้งหมดจำนวน 284 รูป/คน แล้วนำมาหาสัดส่วนของประชากร (Proportional to Size) แยกแต่ละสถานศึกษาตามสูตรนี้

$$n_1 = \frac{N_i}{N} \times n$$

N_i คือ จำนวนกลุ่มตัวอย่างรอบที่หนึ่งของแต่ละสถานศึกษา

n คือ จำนวนกลุ่มตัวอย่างรอบที่สอง ทั้ง 4 สถานศึกษา

N คือ จำนวนกลุ่มตัวอย่างรอบที่หนึ่ง ทั้ง 4 สถานศึกษา

2. การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. การสัมภาษณ์ (Interview) กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ นักเรียน นักศึกษา จำนวน 284 รูป/คน ที่คำนวณรอบที่สองเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง ตามวิธีการของทาโร่ ยามาเน่ (Yamane, 1973) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และกำหนดความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ 0.05 (ตามตารางที่ 2)

เครื่องมือในการวิจัย

1. เครื่องมือเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ได้แก่

1. แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับการสร้างภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ โดยนำแบบสอบถามไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือโดยใช้สูตรประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alpha coefficient; α) ของครอนบาค (Cronbach) ได้เท่ากับ 0.97

ประกอบด้วยข้อคำถาม 3 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับระดับการพบเห็นการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์ของเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาอื่น ๆ และแนวทางการแก้ไข

2. แบบประเมินความพึงพอใจ (Satisfaction Survey) ในการอบรมการสร้างภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์ สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ โดยนำแบบสอบถามไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือโดยใช้สูตรประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alpha coefficient; α) ของครอนบาค (Cronbach) ได้เท่ากับ 0.93

ประกอบด้วยข้อคำถาม 3 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ระดับความพึงพอใจต่อโครงการอบรม

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการแก้ไข

โดยใช้สูตรการหาค่าความเชื่อมั่น (reliability) ซึ่งมีสูตรดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2560, น. 125)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right]$$

เมื่อ	α	หมายถึง	สัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น
	n	หมายถึง	จำนวนข้อ
	s_i^2	หมายถึง	คะแนนความแปรปรวนแต่ละข้อ
	s_t^2	หมายถึง	คะแนนความแปรปรวนทั้งฉบับ

2. เครื่องมือเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ได้แก่ แบบสัมภาษณ์การสร้างภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวง บนสื่อสังคมออนไลน์ สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ ชนิดกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้จากการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียน นักศึกษาของสถาบันการศึกษา 4 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนสามัคคีวิทยาทาน โรงเรียนเมตตาศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่ และมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา รวมทั้งหมด 968 รูป/คน และการตอบแบบประเมินการอบรมจากกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณรอบที่สองทั้งหมดจำนวน 284 รูป/คน

2. ข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้จากการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างกับกลุ่มตัวอย่างรอบที่สอง จำนวน 284 รูป/คน ซึ่งเป็นแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง ให้ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวง บนสื่อสังคมออนไลน์ สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งการดำเนินการสัมภาษณ์ในขั้นตอนนี้จะได้ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัย



1. เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางปัญญาด้านทุนทางพุทธศาสนา และจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชน ในจังหวัดเชียงใหม่พบว่า โดยเฉพาะกับเด็กและเยาวชนที่เป็นทั้งผู้กระทำและผู้ได้รับผลกระทบไม่ว่าจะเป็นการกลั่นแกล้งรังแก (cyber bullying) การละเมิดทางเพศ (cyber sexual harassment) การล่อลวงออนไลน์ (grooming) และ กรณีอื่น ๆ อีกมากมายซึ่งส่วนใหญ่ผู้ที่กระทำเรื่องดังกล่าวมักเป็นบุคคลที่อยู่แวดล้อมและใกล้ชิดตัวเด็กหรือเป็นบุคคลในสื่อสาธารณะที่มีอิทธิพลต่อความเชื่อและความสนใจของเด็กเองไม่ว่าจะเป็นเพื่อน ญาติ บุคคล ในครอบครัวหรือดารา นักร้องซึ่งบุคคลเหล่านี้จะมีอิทธิพลต่อตัวเด็กในแง่ของการเลียนแบบพฤติกรรมต่าง ๆ รวมถึงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในโลกออนไลน์ พฤติกรรมที่พบจากการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์ โดยพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การพบเห็นโฆษณา การใช้บริการการพนันออนไลน์ หรือเคสสนับสนุน พบเห็นมากที่สุดอันดับและอันดับสุดท้าย คือ การเคยถูกแอบอ้าง ข้อมูล ภาพถ่าย ข้อความ หรือสิ่งอื่นใดของผู้อื่น สอดคล้องกับงานวิจัยของปัญญพร เกื้อนัย (2566) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์และการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียน โรงเรียนช้างกลางประชานุกูล จังหวัดนครศรีธรรมราช” ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มเป้าหมายเข้าใช้งานสื่อสังคมออนไลน์จากที่บ้าน และใช้เวลา 1-4 ชั่วโมง ต่อวัน โดยใช้โทรศัพท์มือถือสื่อสังคมออนไลน์ที่เข้าใช้งานบ่อย คือ Facebook, YouTube, TikTok ตามลำดับ มีวัตถุประสงค์ เพื่อดูโทรทัศน์ ภาพยนตร์ วิดีโอ ฟังเพลง รองลงมา คือ เพื่อพูดคุย เพื่อแบ่งปันความรู้ภาพถ่าย วิดีโอ และเพื่อเล่นเกม ซึ่งผลการสำรวจการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสารในครัวเรือนพ.ศ.2563 พบว่า กลุ่มอายุ 15-24 ปี มีการใช้อินเทอร์เน็ตสูงที่สุด อุปกรณ์ในการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตส่วนใหญ่ ใช้โทรศัพท์มือถือแบบ Smart Phone รองลงมาใช้คอมพิวเตอร์ตั้งโต๊ะ สถานที่ใช้อินเทอร์เน็ตส่วนใหญ่ใช้ที่บ้าน/ที่พ่อกอาศัย กิจกรรมที่ใช้ส่วนใหญ่ คือ โซเชียลเน็ตเวิร์ค เช่น Facebook, Twitter, LINE, WhatsApp เป็นต้น รองลงมา คือ การดาวน์โหลดรูปภาพ หนังสือ วิดีโอ เพลงเล่นเกม ดูหนัง ฟังเพลงวิทยุ การอัปโหลดข้อมูล รูปภาพ/ถ่ายภาพ วิดีโอ เพลง software ฯลฯ เพื่อการแบ่งปันบนเว็บไซต์ และใช้ในการค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับสินค้าและบริการ ตามลำดับ

2. เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้บนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า พฤติกรรมที่พบจากการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์ โดยพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การพบเห็นโฆษณา การใช้บริการการพนันออนไลน์ หรือเคสสนับสนุน พบเห็นมากที่สุดและอันดับสุดท้าย คือ การเคยถูกแอบอ้าง ข้อมูล ภาพถ่าย ข้อความ หรือสิ่งอื่นใดของผู้อื่น การดำเนินโครงการหรือกิจกรรมใดๆ อันจะเป็นการทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกให้มีความสำคัญกับการส่งเสริมการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพชีวิตในทางบวก ซึ่งเกี่ยวข้องกับสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิตซึ่งมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอย่างใกล้ชิด ซึ่งในปัจจุบันได้มีการนำแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกไปประยุกต์ใช้ในหลากหลายบริบทของสถานศึกษาในส่วนนี้ของเนื้อหาวิชา การยกตัวอย่าง การเผยแพร่ความรู้ในการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนดังนั้นผู้ให้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์จึงเสนอจัดกิจกรรมตามที่ได้แนวทางได้แก่ โครงการส่งเสริมการเรียนรู้จักตนเองเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ที่จะเข้าใจความต้องการ โครงการบูรณาการระหว่างครอบครัวกิจกรรมการสร้างภูมิคุ้มกันการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ (Cyber Bully) การกลั่นแกล้งกันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ในสังคมของเด็ก เยาวชน กิจกรรมการถูกฉ้อโกงจากธุรกรรมออนไลน์ (Online fraud) เป็นกิจกรรมการหลอกลวงของออนไลน์ในลักษณะของการจ่ายเงินไปก่อนเพื่อให้ความรู้และการรู้ทันข้อมูลข่าวสารซึ่งสอดคล้องกับ บุชบา สุธีธร (2564) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลกระทบของสื่อสังคมที่มีต่อวัยรุ่น” ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่น คือวัยของการเปลี่ยนผ่านจากความเป็นเด็กสู่ความเป็นผู้ใหญ่ เป็นช่วงวัยที่มีความเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และพฤติกรรมทางสังคมที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาแนวคิดเกี่ยวกับตนเอง และความภาคภูมิใจในตัวเอง บทความนี้เป็นการศึกษาวิจัยวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจากการศึกษา พบว่า 1) สถานการณ์การใช้สื่อสังคมออนไลน์



ของวัยรุ่นไทยในปัจจุบันมีแนวโน้มการใช้เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องโดยมีการใช้เพิ่มขึ้นถึงวันละ 12 ชั่วโมงในวันหยุด 2) ด้วยคุณสมบัติของสื่อสังคมที่ตอบสนองความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยาและพัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นจึงทำให้วัยรุ่นได้ใช้ประโยชน์ด้านบวกจากสื่อสังคมในการแสดงตัวตนให้เป็นรู้จักในสังคม ใช้เพื่อสร้างและดำรงรักษาความสัมพันธ์กับบุคคล ใช้เชื่อมโยงความสนใจเกิดเป็นเครือข่าย อีกทั้งยังใช้เพื่อตอบสนองต่อความสนใจใคร่รู้และความบันเทิงที่ไม่มีข้อจำกัดด้านเวลาและสถานที่ อย่างไรก็ตามการที่วัยรุ่นใช้เวลาอยู่กับสื่อสังคมมากจนเกือบถึงครึ่งหนึ่งของเวลาในหนึ่งวันจึงมีความเสี่ยงที่จะได้รับผลกระทบในด้านลบอันได้แก่ในการติดสื่อสังคม เกิดผลกระทบต่อสมอง สุขภาพกาย สุขภาพจิต รวมถึงผลกระทบทางสังคมจากภัยซึ่งมีที่มาจากการใช้สื่อสังคม ผลการศึกษานี้นำไปสู่ข้อเสนอแนะให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง อันได้แก่วัยรุ่น ครอบครัว โรงเรียน รวมถึงผู้สร้างเนื้อหาทางสื่อสังคมได้ตระหนักถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นทั้งด้านบวกและด้านลบ เพื่อร่วมกันแสวงหาแนวทางให้วัยรุ่นใช้สื่อสังคมอย่างเหมาะสมต่อไป และสอดคล้องกับ สุรุมภา รอดมณี และคณะ (2560) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาภูมิคุ้มกันทางจิตวิทยาเพื่อความหย่อนตัวทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลตำรวจโดยใช้รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ” การวิจัยนี้เป็นการวิจัยผลสัมฤทธิ์แบบ ผลการวิจัยสรุปดังนี้ 1. ภูมิคุ้มกันทางจิตวิทยาเพื่อความหย่อนตัวทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 228 คน มีค่าเฉลี่ยโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับน้อย ภูมิคุ้มกันทางจิตวิทยาเพื่อความหย่อนตัวทางการเรียน ประกอบด้วย 1. การรับรู้ความสามารถของตนในการเรียน 2. ความมุ่งมั่นในการเรียน 3. การกำกับตนเอง และ 4. การมองโลกในแง่ดี 2. รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการในการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางจิตวิทยาเพื่อความหย่อนตัวทางการเรียนพัฒนาจากการบูรณาการแนวคิดและเทคนิคของทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่ม แบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่มเผชิญความจริง ทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่มการรู้คิดและพฤติกรรม ทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่มเกสตัลท์ และทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่มอย่างสันติที่มุ่งเน้นคำตอบ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นเริ่มต้น ขั้นดำเนินการ และขั้นยุติการให้การปรึกษากลุ่ม 3. ภูมิคุ้มกันทางจิตวิทยา เพื่อความหย่อนตัวทางการเรียนของกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการหลังการทดลองและหลังการติดตามผลเพิ่มขึ้นกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4. นักศึกษาพยาบาลตำรวจกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการหลังการทดลอง และหลังการติดตามผลมีภูมิคุ้มกันทางจิตวิทยาเพื่อความหย่อนตัวทางการเรียนโดยรวมและรายด้านสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการเรียนการสอนและเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนตามปกติและไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

. เพื่อประเมินประสิทธิภาพและนำเสนอรูปแบบการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจโครงการอบรมรูปแบบการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางปัญญาบนฐานทุนทางพุทธศาสนาและจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ ด้านคุณภาพการให้บริการ โดยรวมอยู่ในระดับ พึงพอใจมากซึ่งกิจกรรมโครงการที่ได้จัดขึ้นเพื่อใช้ผู้เรียนได้ใช้สื่อออนไลน์อย่างถูกวิธี และสร้างจิตสำนึกให้กับผู้ผลิตสื่อออนไลน์ จะต้องมีความรู้คุณธรรม ในการที่จะผลิตสื่อออนไลน์ต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ใช้งานไม่หลงผิด เพื่อที่จะลดปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากสื่อออนไลน์ซึ่งสอดคล้องกับชุดมิตรภาพ คำชาย (2562, น. 194-227) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ต่อพฤติกรรมเบี่ยงเบนของเด็กและเยาวชนในเขตกรุงเทพมหานครผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเบี่ยงเบน ได้แก่แรงดึงดูดให้กระทำความผิดระยะเวลาในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ แรงขัดขวางภายนอก และความถี่ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ตามลำดับ โดยแรงดึงดูดให้กระทำความผิด ระยะเวลาในการใช้สื่อสังคมออนไลน์และความถี่ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ มีทิศทางบวกกับพฤติกรรมเบี่ยงเบน นั่นคือ เมื่อเด็กและเยาวชน ใช้สื่อสังคมออนไลน์บ่อยครั้งต่อวัน มีการใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นเวลานานต่อวันและมีแรงดึงดูดให้กระทำความผิดสูง จะทำให้มีโอกาสเกิดพฤติกรรมเบี่ยงเบนสูงตามไปด้วย ในขณะที่แรงขัดขวางภายนอกมีทิศทางเป็นลบกับพฤติกรรมเบี่ยงเบน นั่นคือ ถ้าเด็กและ



เยาวชนมีแรงขัดขวางภายนอกจะทำให้มีโอกาสเกิดพฤติกรรมเบี่ยงเบนสูงขึ้น โดยพฤติกรรมเบี่ยงเบนแต่ละพฤติกรรมได้รับอิทธิพลจากสื่อสังคมออนไลน์แตกต่างกัน ผลการวิจัยนำไปสู่ข้อเสนอแนะในการยับยั้งพฤติกรรมเบี่ยงเบน จากแรงขัดขวางภายนอก ได้แก่ ความรักความอบอุ่นจากครอบครัว กลุ่มเพื่อน ผนวกกับการมีจริยธรรมในตนเอง การปฏิบัติตามกฎระเบียบในสังคม สนับสนุนให้เด็กและเยาวชนใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์ จะสามารถลดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อเด็กและเยาวชนได้ และสอดคล้องกับผลการวิจัยของพัทธ์รดา ยาประเสริฐ (2564) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “นวัตกรรมการศึกษาเชิงบูรณาการเพื่อเสริมสร้างกลยุทธ์เชิงบวกในการเผชิญปัญหาการถูกรังแกบนโลกไซเบอร์ของนักเรียนวัยรุ่นไทย” ผลการวิจัยพบว่า 1. ผลการศึกษากลยุทธ์เชิงบวกในการเผชิญปัญหาการถูกรังแกบนโลกไซเบอร์ พบว่า นักเรียนวัยรุ่นไทยมีระดับกลยุทธ์เชิงบวกในการเผชิญปัญหาการถูกรังแกบนโลกไซเบอร์ในแต่ละด้านแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยสูงสุดเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนวัยรุ่นไทยในภาคตะวันตกใช้กลยุทธ์เชิงบวกในการเผชิญปัญหาด้านมุ่งจัดการที่อารมณ์ ด้านมุ่งจัดการที่ปัญหา และด้านความสามารถในการใช้เทคโนโลยีมากที่สุด ด้านการสนับสนุนทางสังคมเป็นนักเรียนวัยรุ่นไทยในภาคตะวันออกและด้านการไม่แสดงกลยุทธ์เป็นนักเรียนวัยรุ่นไทยในภาคเหนือ 2. นวัตกรรมการศึกษาเชิงบูรณาการเพื่อเสริมสร้างกลยุทธ์เชิงบวกในการเผชิญปัญหาการถูกรังแกบนโลกไซเบอร์ ของนักเรียนวัยรุ่นไทย

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

การสร้างภูมิคุ้มกันทางปัญญาเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ ในโลกยุคดิจิทัลที่ผู้คนสามารถติดต่อสื่อสารกันได้อย่างรวดเร็วและไร้พรมแดน สื่อสังคมออนไลน์ได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของเยาวชนอย่างแนบแน่น โดยเฉพาะในจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเป็นเมืองใหญ่ที่เต็มไปด้วยความหลากหลายทั้งทางวัฒนธรรมและเทคโนโลยี การเข้าถึงอินเทอร์เน็ตอย่างแพร่หลายได้เปิดโอกาสให้เยาวชนได้เรียนรู้โลกกว้าง แต่ในขณะเดียวกันก็นำพาภัยคุกคามรูปแบบใหม่เข้ามาด้วย โดยเฉพาะ “การถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์” ซึ่งเป็นปัญหาที่นับวันยิ่งทวีความรุนแรงและซับซ้อนมากยิ่งขึ้นปัจจัยที่ส่งผลให้เยาวชนตกเป็นเหยื่อของการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์นั้นมีหลายประการ ทั้งจากตัวเยาวชนเองและจากสิ่งแวดล้อมรอบตัว ปัจจัยภายใน ได้แก่ ความอยากรู้อยากลอง วัยที่ยังขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ รวมถึงการมีภูมิคุ้มกันทางปัญญาต่ำ ขาดทักษะในการคิดวิเคราะห์แยกแยะสิ่งที่พบเห็นในโลกออนไลน์ ขณะที่ปัจจัยภายนอกก็มีบทบาทอย่างมาก เช่น ครอบครัวที่ไม่ได้ให้คำแนะนำอย่างใกล้ชิด โรงเรียนที่ยังไม่มีหลักสูตรเพื่อส่งเสริมการรู้เท่าทันสื่อ และสังคมโดยรวมที่ยังขาดมาตรการป้องกันอย่างจริงจัง นอกจากนี้ การโฆษณาชวนเชื่อ การพนันออนไลน์ และการแอบอ้างตัวตนก็เป็นช่องทางที่ทำให้เยาวชนถูกล่อลวงได้ง่ายขึ้นเมื่อพิจารณาแนวทางในการรับมือกับปัญหานี้อย่างยั่งยืน การสร้าง “ภูมิคุ้มกันทางปัญญา” ให้กับเยาวชนจึงเป็นทางออกที่สำคัญยิ่ง แนวทางดังกล่าวไม่ใช่เพียงการห้ามหรือจำกัดการใช้สื่อเท่านั้น แต่เป็นการพัฒนาเยาวชนให้มีทักษะและจิตใจที่เข้มแข็งพอที่จะต้านทานต่อสิ่งยั่วยุต่าง ๆ ได้อย่างมีสติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนาในแนวทางที่ผสมผสาน “ทุนทางพุทธศาสนา” และ “จิตวิทยาเชิงบวก” เข้าด้วยกัน เป็นวิธีที่ทรงพลังและเหมาะสมกับบริบทของสังคมไทย ซึ่งมีรากฐานวัฒนธรรมทางพุทธศาสนาอย่างลึกซึ้ง

ในด้านทุนทางพุทธศาสนา การฝึกโยนิโสมนสิการ หรือการคิดโดยแยกกาย ถือเป็นหลักธรรมสำคัญที่ช่วยเสริมสร้างวิจยญาณในการกลั่นกรองข้อมูล ช่วยให้เยาวชนสามารถตั้งคำถามกับสิ่งที่พบเห็น ไม่หลงเชื่อหรือหลงคล้อยไปกับสิ่งที่ดูน่าเชื่อถือแต่ไร้สาระ ส่วนการฝึกสติและสมาธิ ก็มีส่วนช่วยให้เยาวชนมีความรู้สึกตัว รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง และสามารถหยุดคิดก่อนจะตอบสนองต่อสิ่งเร้าบนโลกออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นข้อความที่กระตุ้นความโกรธ ความกลัว หรือความโลภขณะเดียวกัน จิตวิทยาเชิงบวกก็มีบทบาทอย่างมากในการเสริมสร้างพลังภายในของเยาวชน โดยเฉพาะแนวคิดเรื่อง self-awareness (ความตระหนักรู้ในตนเอง) ซึ่งช่วยให้เยาวชน

เข้าใจว่าอารมณ์ของตนเองมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมอย่างไร อีกทั้งแนวคิด self-compassion (การเห็นอกเห็นใจตนเอง) ก็ช่วยลดความต้องการที่จะหาความรักหรือการยอมรับจากคนแปลกหน้าในโลกออนไลน์อย่างขาดสติ นอกจากนี้ การฝึก resilience หรือความสามารถในการฟื้นตัวจากประสบการณ์เลวร้าย ก็ช่วยให้เยาวชนไม่จมอยู่กับอดีต แต่สามารถเรียนรู้และปรับตัวได้ดีขึ้นเมื่อเผชิญกับความผิดพลาด เช่น การเคยถูกล่อลวง รูปแบบการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางปัญญาที่เหมาะสมกับเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ จึงควรเป็นรูปแบบเชิงปฏิบัติที่ส่งเสริมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยใช้กิจกรรมที่เน้นการมีปฏิสัมพันธ์ เช่น การจัดวงสนทนา การจำลองสถานการณ์การถูกล่อลวง หรือการใช้กระบวนการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking) เพื่อให้เยาวชนได้มีโอกาสสร้างสรรค์แนวทางการรับมือด้วยตนเอง การเรียนรู้ในลักษณะนี้จะไม่เพียงทำให้เยาวชนเข้าใจเนื้อหาเท่านั้น แต่ยังปลูกฝังทักษะชีวิตที่สามารถนำไปใช้ในสถานการณ์จริงได้อีกด้วย

กล่าวโดยสรุป การป้องกันการถูกล่อลวงบนสื่อสังคมออนไลน์ในกลุ่มเยาวชนไม่สามารถอาศัยเพียงเทคโนโลยีหรือกฎหมายได้ แต่ต้องเริ่มจากการพัฒนาภายในของตัวเยาวชนเอง การผสมผสานระหว่างภูมิปัญญาพุทธศาสนาและแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก ถือเป็นเครื่องมือทรงพลังในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางปัญญาให้กับเยาวชนอย่างยั่งยืน เป็นการเตรียมพวกเขาให้พร้อมรับมือกับโลกที่ซับซ้อนและเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา โดยไม่หลงกลไปกับภาพลวงตาของโลกออนไลน์

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ควรมีการพัฒนาคุณธรรมเชิงบวกในการเผชิญปัญหาการถูกรังแกบนโลกโซเชียล กลุ่มวัยทำงานเพื่อขยายผลและนำไปต่อยอดในการใช้ประโยชน์ต่อไป
2. ควรสร้างโปรแกรมที่ใช้ในการให้การปรึกษาออนไลน์ผ่านแอปพลิเคชันเพื่อเป็นช่องทางเลือกในการให้คำปรึกษาออนไลน์
3. ควรพัฒนาเครือข่ายในการเผชิญปัญหาการถูกรังแกบนโลกโซเชียลเพื่อเพิ่มแนวทางในการช่วยเหลือแก่เด็กและเยาวชนต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- ชุดิมาภรณ์ คำชาย. (2562). อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ต่อพฤติกรรมเบี่ยงเบนของเด็กและเยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร. *วารสารสังคมสงเคราะห์ศาสตร์*, 27(2), 194-227.
- ทีมไทยเซิร์ท. (2556). *รายงานประจำปีไทยเซิร์ท 2556*. กรุงเทพฯ: สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์.
- ธวัชชัย แม่นคร. (2562). *กลยุทธ์การนำเสนอสารของเฟซบุ๊กแฟนเพจบริษัททัวร์ชั้นนำของประเทศไทย* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- บุษบา สุธีธร. (2564). ผลกระทบของสื่อสังคมที่มีต่อวัยรุ่น. *วารสารการประชาสัมพันธ์และการโฆษณา*, 14(1), 34-48.
- ปัญจพร เกื้อนุ้ย. (2022). พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์และการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนข้างกลางประชานุกูล จังหวัดนครศรีธรรมราช. *วารสารมหาจุฬานาครธรรมศาสตร์*, 9(6), 198-221.
- พัทธ์ธดา ยาประเสริฐ. (2564). *นวัตกรรมการศึกษาเชิงบูรณาการเพื่อเสริมสร้างกลยุทธ์เชิงบวกในการเผชิญปัญหาการถูกรังแกบนโลกโซเชียลของนักเรียนวัยรุ่นไทย* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2560). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย. (2568). *รายงานสถานการณ์เด็กและเยาวชนไทยกับภัยออนไลน์*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย.

- สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (NECTEC). (2568). รายงานการสำรวจความตระหนักรู้ด้านไซเบอร์ซีเคียวริตี้ในประเทศไทย. กรุงเทพฯ: NECTEC.
- สุรันภา รอดมณี และคณะ. (2560). การพัฒนาภูมิคุ้มกันทางจิตวิทยาเพื่อความยั่งยืนต่อการเรียนของนักศึกษาพยาบาลตำรวจโดยใช้รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ. *วารสารพยาบาลตำรวจ*, 9(2), 173-185.
- Canadian Women's Foundation. (2023). *Online hate and cyberviolence*. Retrieved June 15, 2024, from <https://canadianwomen.org/the-facts/online-hate-and-cyberviolence/>
- DataReportal. (2025). *Digital 2025: Global Overview Report*. Retrieved June 18, 2024, from <https://datareportal.com/reports/digital-2025-global-overview>
- Foundation for Internet Development Thailand. (2568). รายงานสถานการณ์เยาวชนกับภัยคุกคามออนไลน์. กรุงเทพฯ: มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย.
- Kaspersky. (2025). *Cybersecurity Threats to Youth: Annual Report*. Retrieved June 15, 2024, from <https://www.kaspersky.com>
- Laeheem, K. (2024). Cyberbullying among Thai youth in Southern Thailand: *Factors and prevention*. *Children*, 11(7), 790.
- PACER. (2024). *National bullying prevention statistics*. Retrieved June 12, 2024, from <https://www.pacer.org/bullying/info/stats/>
- Pew Research Centre. (2023). *Teens, social media and technology*. Retrieved June 15, 2024, from <https://www.pewresearch.org/internet>
- Plan International. (2020). *Free to be online: Experiences of girls and young women*. Retrieved June 22, 2024, from <https://plan-international.org/publications/freetobeeonline/>
- Trend Micro. (2025). *The rise of AI-based threats and deepfake cyberattacks*. Retrieved June 23, 2024, from <https://www.trendmicro.com>.
- Trend Micro. (2025). *The Rise of Deepfake Phishing and AI-driven Threats*. Retrieved June 26, 2024, from <https://www.trendmicro.com>
- Yamane, T. (1973). *Statistics: an introductory analysis*. New York: Harper & Row.