

พุทธวิถีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก*

The Buddhist Way to Use Online Social Media of Student in Chaturapakpiman

Ratchadapisek School

¹พระทัตทอง ทีปธมโม, โสวิทย์ บำรุงภักดิ์ และพระมหามิตร ฐิตปณฺโญ

¹Phra Thabthong Dhibhadhammo, Sowit Bamrungphak

and Phramaha Mit Thitapañño

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น

Mahachulalongkomrajavidyalaya University, KhonKaen Campus, Thailand.

¹Corresponding Author, E-mail: Thabthong55@gmail.com



บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสถานการณ์การใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก 2) เพื่อศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่สอดคล้องกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก 3) เพื่อเสนอพุทธวิถีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ พระสงฆ์และนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา จำนวน 10 รูป/คน และนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก จำนวน 30 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีพรรณนาวิเคราะห์ตามหลักวิธีอุปนัย

ผลการวิจัยพบว่า สถานการณ์ปัญหาที่พบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนเป็นเรื่องของการรู้ไม่เท่าทันข่าวลวง ติดสื่อลามก และมีพฤติกรรมการขาดสติในการทำงาน ผลกระทบที่ตามมา คือ สุขภาพ การศึกษา การพบปะกันทางสังคม และมีพฤติกรรมที่เลียนแบบบุคคลตามสื่อสังคมออนไลน์ พุทธวิถีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ คือ การควบคุมตนเองด้วยหลักอินทริยสังวร การเรียนรู้หลักกาลามสูตรให้เป็นเครื่องมือป้องกันการหลงเชื่อข่าวลวงที่แพร่สะพัดจากสื่อสังคมออนไลน์ และการวิเคราะห์สื่อสังคมออนไลน์ตามหลักโยนิโสมนสิการ โดยคิดค้นหาสาเหตุที่เกิดขึ้นก่อน สืบค้นหาสาเหตุที่แท้จริง แล้วแยกส่วนจนเข้าใจส่วนที่ดีหรือไม่ดีได้

คำสำคัญ: พุทธวิถี; สื่อสังคมออนไลน์; นักเรียน

* Received February 8, 2020; Revised March 9, 2020; Accepted March 24, 2020

Abstract

This research has been a qualitative research, the objectives of this research were to study students' circumstances of using social online media, study Buddhist teachings relevant to using the preceding media, and propose the Buddhist ways on using them. The research methodology was qualitative. The data were collected through in-depth interview. The key informants were ten Buddhist monks, including Buddhist academicians and 30 students at the target school. The data were analyzed and presented by way of analytical description.

The results of research were found that the challenges of using them to be unknowingly keeping abreast of fake news, addicting obscene media, and lacking consciousness in usage. The effects to students include: physical health, education, no social interactions, and negative behaviors out of imitating figures on their social online media. The Buddhist way on using social online media was awareness of faculties that culminates in students' self-control so that they do not fall prey to such media. Another ways to learn Buddhism's Kalama Sutta as the pre-emptive device to help prevention the students from absorbing pieces of fake news widely spread on social online media. It was absolutely necessary to analyze effects of social online media following 'Buddhism's rule of complete attention. Undertaking analyses step by step is: first, investigating arising causes; next, searching for actual facts; then, distinguishing between strong and weak points to understand them. So three complete facts were obvious, namely contribution and grave consequences, ways out of challenges, and solutions. These Buddhist ways on using their social online media was definitely likely to have students keep abreast of their social online media, resulting in their conscious awareness, disciplines, right understanding, and students' progression to be equipped with intellectual and moral thoughts.

Keywords: The Buddhist Ways; Social Online Media; Students

บทนำ

สื่อสังคมออนไลน์ ได้รับความนิยมมากขึ้นอันเนื่องมาจากการใช้งานที่ง่ายเข้าถึงกลุ่มคนได้รวดเร็วมีการแสดงความคิดเห็นไปมา และสื่อที่นำมาแบ่งปันมีลักษณะหลากหลาย รวมทั้งการพัฒนาตลอดเวลาของเทคโนโลยีการสื่อสารและอินเทอร์เน็ต ทำให้มีแนวโน้มค่อนข้างชัดเจนว่า สื่อสังคมออนไลน์ จะเป็นสื่อหลักของผู้คนในโลกอนาคต (Phichit Wichitbunyarak, 2011) สื่อสังคมออนไลน์ทำให้ผู้คนสามารถพูดคุยนำเสนอ บอกเล่าเรื่องส่วนตัว และเรื่องราวที่เราสนใจที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม (Phanuwat Kongrat, 2011) โดยกลุ่มประชากรที่ใช้สื่อสังคมออนไลน์ส่วนใหญ่ยังคงเป็นกลุ่มเยาวชน (อายุ 15 – 24 ปี) และยังพบว่าการเพิ่มขึ้นของความถี่ในการเข้าไปใช้งานและระยะเวลาการใช้งานต่อช่วงวันเพิ่มขึ้นด้วย จากเดิมวันละ 1 ชั่วโมง เพิ่มเป็นสูงสุดวันละ 7 ชั่วโมง ขณะที่วัตถุประสงค์การใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ส่วนใหญ่ยังคงเป็นการใช้ เพื่อความบันเทิง ติดตามข้อมูลข่าวสาร และการสนทนา จากสถานการณ์ที่ดังกล่าวทำให้ดึงความสนใจของนักเรียนไปอยู่ที่หน้าจอโทรศัพท์ และตามมาด้วยคำที่ใช้กันว่า “สังคมก้มหน้า” เพราะที่หน้าจอโทรศัพท์ทำให้เราต้องก้มลงไปดูอย่างไม่มีทางเลือก จนกลายเป็นปัญหาในการขาดการวิจารณ์ญาณในการวิเคราะห์ว่าเรื่องที่กระทำไปถูกหรือผิดได้ (Petchara Sangkawara, 2015) ทำให้นักเรียนขาดความสามารถในด้านการคิด จึงเป็นคนเชื่อคนง่าย ถูกหลอก ไม่เคยตรวจสอบความจริงตีความสถานการณ์ต่างๆ ผิดเพี้ยนไปจากความจริงเป็นสังคมที่ขาดความมั่นคงเปราะบางและพร้อมที่จะถูกชักจูงไปในทิศทางต่างๆ ได้โดยง่าย (Chanathip Pornkun, 2011) นอกจากถูกชักจูงได้ง่ายแล้วนักเรียนยังเป็นคน “มีจิตเปราะบาง รักง่าย หน่ายเร็ว ขาดความอดทน ไม่รู้จักรอคอย เป็นคนหัวร้อนคือโมโหง่าย โกรธง่าย เป็นต้น” (Sowit Bamrungphak, 2015) การนำหลักความเชื่อในพระพุทธศาสนามาควบคุมการเชื่อข้อมูลข่าวสารเหล่านั้น เพราะในยุคข่าวสารและเทคโนโลยีปัจจุบัน ผู้ที่ไม่รู้จักคิดและฝึกฝนตนไม่มีภูมิคุ้มกัน ลุ่มหลงลืมนั่นไหลไปตามกระแสความเปลี่ยนแปลงของโลก (Phra Brahmaganabhorn (P.A. Payutto), 2007) การคิดวิเคราะห์แยกแยะ รู้คุณและโทษของสิ่งนั้นด้วยการคิดหาทางออกที่ดีไปพร้อมๆ กับการพิจารณาทั้งผลดีและผลเสีย จะทำให้บุคคลสามารถปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับสภาพเหตุการณ์ (Phra Brahmaganabhorn (P.A. Payutto), 2016)

ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่า เหตุผลหนึ่งที่ใช้สื่อสังคมออนไลน์ถูกหลอกลวงนั้น เป็นสาเหตุมาจากการขาดสติในการใช้บริการ ซึ่งทำให้ขาดปัญญาพิจารณาบริโภคสื่อโดยไม่สามารถจำแนกแยกแยะหรือพิจารณาได้ว่าข้อมูลใดควรเชื่อถือหรือไม่ หรือก่อนจะเชื่อถือได้ใช้สติปัญญาพิจารณาครอบรอบถี่ถ้วนแล้วหรือไม่ ซึ่งหากมีสติรู้เท่าทันโดยใช้ปัญญาพิจารณาประกอบในการเสพสื่อจะสามารถวิเคราะห์ข้อมูล รวมถึงการพูดคุยสนทนาผ่านบุคคลที่เราไม่รู้จักโดยใช้สติกำกับตลอด ทำให้สามารถลดการถูกหลอกลวงลงได้ จากเหตุผลดังกล่าวมานี้ ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะทำการศึกษาสถานการณ์การใช้สื่อสังคมออนไลน์ รวมถึงหลักธรรมที่สอดคล้องแล้วจึงนำเสนอพุทธวิธีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก เพื่อเอาผลการวิจัยไปเป็นแนวทางในการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์โดยมีพุทธธรรมเป็นเครื่องกำกับทำให้เกิดประโยชน์ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ต่อนักเรียนสืบต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์การใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก
2. เพื่อศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่สอดคล้องกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์
3. เพื่อศึกษาพุทธวิถีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “พุทธวิถีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) อันประกอบไปด้วย 1) การวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) 2) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth interview) โดยผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ พระสงฆ์และนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา จำนวน 10 ท่าน และนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก จำนวน 30 ท่าน มีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1. การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ได้จากการศึกษาจากแหล่งข้อมูลชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) และชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ที่เป็นตำรา คู่มือ หนังสือ วารสาร บทความ วิทยานิพนธ์ รายงานการวิจัยและเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องโดยให้ความสำคัญแนวคิดเกี่ยวกับสื่อ และสื่อสังคมออนไลน์ หลักธรรมที่เกี่ยวข้องในการนำมาเป็นพุทธวิถีในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ และทฤษฎีการรู้เท่าทัน

2. การวิจัยภาคสนาม (Field Research) เพื่อศึกษาองค์ความรู้ ความเป็นมา สภาพปัญหาปัจจุบันของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียน โดยการใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ พระสงฆ์และนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา จำนวน 10 รูป/คน และนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก จำนวน 30 คน และกลุ่มผู้ได้รับผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ เพื่อศึกษาองค์ความรู้และความเป็นมา สภาพปัจจุบัน ปัญหาของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ โดยผู้วิจัยจะได้ศึกษาในส่วนของพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียน โดยมุ่งเน้นไปในส่วนของการเอาไปใช้ในการศึกษาติดตามข่าว ติดต่อสื่อสาร เพื่อที่จะทำให้สามารถทราบได้ว่า เมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์แบบที่กล่าวมาข้างต้น จะเกิดปัญหาที่ตามมาทางด้านใด และเพื่อที่จะนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้เพื่อยับยั้งชั่งใจในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ได้อย่างสร้างสรรค์

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดเครื่องมือไว้ ได้แก่ แบบการสัมภาษณ์เชิงลึก แบบการสังเกตพฤติกรรม และแบบสัมภาษณ์การสนทนากลุ่มย่อย

4. ตรวจสอบเครื่องมือ ผ่านการพิจารณาของคณะกรรมการผู้เชี่ยวชาญสาขาที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยจำนวน 5 ท่าน โดยเครื่องมือที่จะนำไปใช้ ต้องได้รับการให้นำหนักความน่าเชื่อถือจากคณะกรรมการร้อยละ 60 ขึ้นไป

5. การวิเคราะห์ข้อมูล เมื่อผู้วิจัยได้จัดเก็บรวบรวมข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลในแต่ละประเด็นอย่างครบถ้วนสมบูรณ์แล้วก็นำข้อมูลมาจัดเป็นระบบเป็นหมวดหมู่ นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์สังเคราะห์เนื้อหา เรียงลำดับตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย และสรุปผลพร้อมกับทำการนำเสนอผลการวิจัย โดยการพรรณนาโวหาร

ผลการวิจัย

ประเด็นที่ 1 สถานการณ์การใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนในโรงเรียนจตุรพักตรพิมาน รัชดาภิเษก

ผลการวิจัยพบว่า จากการลงพื้นที่เพื่อทำการสัมภาษณ์ สถานการณ์ปัญหาที่พบ คือ ปัญหาจากข่าวทำให้นักเรียนเกิดความสับสน เข้าใจผิดในหลายๆอย่าง ในมิติทางสังคม การดำรงชีวิต และการเรียน ปัญหาจากสื่อลามก นักเรียนเข้าไปแสวงหาข้อมูลทางเพศเพื่อ ตอบสนองความต้องการอยากรู้อยากเห็นของตน ประกอบกับสื่อลามกดังกล่าวมีความตื่นตาตื่นใจ มีทั้งภาพและเสียงพร้อมเนื้อหาประกอบ จึงทำให้สื่อลามกบนสื่อสังคมออนไลน์ได้รับความนิยมกันในหมู่นักเรียน และปัญหาจากการขาดสติและวิจารณญาณในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งนักเรียนหรือคนรุ่นใหม่ไม่มีวิจารณญาณที่ดีพอในการวิเคราะห์วิพากษ์ วิจารณ์สารหรือเนื้อหาสาระที่มากับสื่อ ก็อาจจะยอมรับสิ่งที่สื่อนำเสนอไว้และคิดเอาเองว่าสิ่งที่สื่อเสนอนั้นเป็นสิ่งที่ถูกต้องและเหมาะสมที่สุดซึ่งการบริโภคสื่อในลักษณะดังกล่าวนี้มีผลต่อความคิดและพฤติกรรมของนักเรียน ก่อให้เกิดผลกระทบทั้งร่างกายและจิตใจ

ประเด็นที่ 2. หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่สอดคล้องกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์

ผลการวิจัยพบว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่สอดคล้องกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ได้แก่ อินทริยสังวรพึงระวังข้อมูล นำหลักกาลามสูตรในการเชื่อถือข้อมูล และพิจารณาสื่อสังคมออนไลน์ตามหลักโยนิโสมนสิการ

อินทริยสังวร รับรู้สื่อสังคมออนไลน์ให้เป็น คือ เมื่อรับรู้ด้วยการเห็น(ทางตา) และรับรู้ผ่านการได้ยิน และรับข้อมูลต่างๆ การรับสิ่งกระทบไม่ว่าเป็นหรือเป็นทุกข์ การรับรู้ทางใจ เมื่อเกิดความรู้สึก (feeling) พิจารณาว่า คือ ความรู้สึกใด สุขทุกข์ หรือไม่สุข ไม่ทุกข์ โดยไม่ปรุงแต่งสื่อที่ได้รับด้วยความเพลิน สามารถแปลความหมายสื่อให้เกิดความคิดที่ตีงาม เข้าใจว่าเมื่อมีการรับรู้แล้ว สามารถเกิดกิเลสต่างๆ ประกอบกับการคิดปรุงแต่งได้ การที่จะเข้าใจสิ่งต่างๆ เหล่านี้ต้องใช้สติ ในการเข้าไปรู้แบบไม่ยึดมั่น ไม่อาศัยต้นหาทัญญู ไม่มัวเมาหรือเป็นทุกข์ไปตามไม่ว่าสุขหรือทุกข์ และเพ่งพินิจสื่ออย่างแยกการประกอบสร้างจากความจริงของสื่อ

กาลามสูตร หรือหลักความเชื่อ 10 ประการ เป็นหลักตัดสิน มิได้ห้ามมิให้เชื่อ แต่ให้เชื่อด้วยมีปัญญาประกอบด้วย มิฉะนั้นความเชื่อต่างๆ จะไม่พ้น “ความงมงาย” การพิจารณาว่า สื่อที่ได้รับรู้นั้น เป็นสิ่งที่ถือปฏิบัติแล้วเป็นอกุศล มีโทษ ไม่เกิดประโยชน์ ก่อให้เกิดทุกข์ ก่อให้เกิดความโลภ โกรธ หลง ซึ่งเมื่อคนเกิดกิเลสแล้วประพฤติดีศีลธรรม หรือทำให้คนอื่นเดือดร้อนหรือไม่ หากสื่อที่ได้รับรู้หรือถือปฏิบัติมาเป็นสิ่งตรงกันข้าม ก็สามารถเชื่อและนำไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์ได้ หลักกาลามสูตรนี้สามารถนำมาใช้ได้ดีกับการพิจารณาข้อความในเฟซบุ๊กและไลน์ได้

โยนิโสมนสิการ เป็นการส่งเสริมคุณลักษณะที่ดีในการฝึกอบรมตนเองอย่างมีสติ รู้จักคิดอย่างถูกวิธีคิดอย่างมีระบบ คิดวิเคราะห์ไม่มองสิ่งต่างๆอย่างผิวเผิน คิดตามเหตุผล และ คิดแบบกุศล ทำให้เรารู้จักเลือกรับรู้ อารมณ์ต่างๆ ที่มากระทบจากภายนอก และคิดใคร่ครวญ พิจารณาอารมณ์นั้นๆ การคิดวิเคราะห์ตามหลักโยนิโสมนสิการของนักเรียนนั้น คือ การที่นักเรียนสามารถคิด วิเคราะห์ตีความเนื้อหาของสื่อได้ว่าสิ่งไหนดี สิ่งไหนไม่ดีสิ่งที่สื่อเสนอนั้นส่งผลกระทบอะไรบ้างต่อสังคม การเมืองหรือเศรษฐกิจ โดยนักเรียนนั้นจะต้องใช้

พื้นฐานความรู้ที่ได้รับจากการเรียนรู้ การสอน การปลูกฝังจากครอบครัวและสถาบันการศึกษา โดยอย่างยิ่งทักษะการคิดวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเหตุและผล โดยใช้หลักการวิเคราะห์พื้นฐานของสื่อโดยนักเรียนจะต้องสามารถคิดวิเคราะห์ให้การใช้การเปรียบเทียบสื่อไหนไม่ดี หากความแตกต่าง ข้อเท็จจริง ความคิดเห็น เหตุและผลของสื่อที่เชื่อถือได้ หรือเชื่อถือไม่ได้ในโลกดิจิทัลนี้ได้

ประเด็นที่ 3 พุทธวิธีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก

ผลการวิจัยพบว่า พุทธวิธีแก้ปัญหาจากข่าวลวง คือ “กาลามสูตร” เป็นหลักพิจารณาการรับข่าวสารในยุคดิจิทัลนี้ได้เป็นอย่างดี “รู้เท่าทัน” การส่งต่อข้อมูลข่าวสารแบบ “ปากต่อปาก” และข้อมูลที่มีการส่งต่อกันทางออนไลน์ จากเพื่อน ครอบครัว หรือบุคคลใกล้ชิดนั้นเป็นกลวิธีในการเผยแพร่ ข้อมูลที่ทรงอิทธิพล และก่อให้เกิดความไว้วางใจต่อผู้รับสารเป็นอย่างมาก เนื่องจากผู้รับสารจะเกิดความรู้สึกว่า ผู้ให้ข้อมูลข่าวสารไม่ได้มีผลประโยชน์จากการนำเสนอข้อมูลข่าวสารนั้นๆ จึงไม่น่าแปลกใจที่คนส่วนใหญ่เลือกที่จะให้น้ำหนักกับข้อมูลจากบุคคลเหล่านี้ ซึ่งเป็นบุคคลที่ตนเองรู้จัก สนิทสนม คั่นเคย ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ทรงใช้วิธีที่สามารถใช้ได้ทุกยุคทุกสมัยในการสอนให้เรา ฝึกการไตร่ตรอง ด้วยสติ โดยลำดับด้วยตนเอง ในการที่จะเชื่อถือในข่าวสารเหล่านั้น ความมีสติเพื่อที่จะพิจารณาว่าข่าวสารข้อมูลนั้นมีความน่าเชื่อถือเพียงใด เพราะลักษณะดังกล่าวนี้เป็นอันตรายต่อการตัดสินใจ และมีผลต่อพฤติกรรมของเราเป็นอย่างมาก หากเรามีอคติในการยืนยันความเชื่อของตน โดยปักใจเชื่อว่าสิ่งที่เราเชื่อเท่านั้นคือสิ่งที่ถูกต้อง เราจะค้นหาเฉพาะข้อมูลที่สนับสนุนความคิด ดังกล่าว แม้จะมีข้อมูลจากแหล่งที่น่าเชื่อถือว่าการกระทำดังกล่าวอาจส่งผลเสียก็ตาม แต่เมื่อเราไม่เปิดรับหรือเชื่อถือข้อมูลดังกล่าวเลยความเสี่ยงที่เกิดขึ้นจะมีมาน้อยเพียงใด พระพุทธองค์สอนให้เราพิจารณาอย่ายึดถือถ้อยคำที่ได้ยินมาแม้จะมาจากครู อาจารย์ อย่ายึดถือว่าเป็นความจริงเสมอไป ดังนั้นการเปิดรับข้อมูลข่าวสารที่ดีที่สุด คือการเปิดรับข้อมูลข่าวสารให้รอบด้าน พยายามลดอคติที่เกิดขึ้นในใจ และรับฟังข้อมูลข่าวสารด้วยสติ และไม่ใช้อารมณ์ในการประเมินข้อมูล พิจารณาฟังรู้ด้วยตนเอง โดยฝึกตนให้เป็นที่พึ่งของตนเองได้ เมื่อใดที่ปราศจากธรรมเหล่านี้ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุข เมื่อไม่หลงแล้ว มีสัมปชัญญะ มีสติมั่นคง รู้ได้ด้วยตนเองเมื่อเจอข้อมูลใหม่ ควรจะมีวิธีพิจารณาอย่างไรนั่นเอง เชื่อโดยใช้ปัญญาเหมือนอย่างที่เราเล่ากล่ามชนทั้งหลายได้สดับรับฟังจากพระ สัมมาสัมพุทธเจ้านั่นเอง

พุทธวิธีแก้ปัญหาจากสื่อลามก พบว่า สิ่งที่ทำให้นักเรียนหลงไปกับสื่อลามกคือ การที่นักเรียนได้เห็น รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ศักยภาพหรือคุณสมบัติของกามทั้งหลาย ที่ทำให้นักเรียนหลงไหลติดใจในรูปที่สวยงามชวนอยากให้มอง เสียงที่ไพเราะเสนาะหูชวนให้อยากฟัง กลิ่นที่หอมชวนให้อยากดม รสที่อร่อยชวนให้อยากชิมรส โผฏฐัพพะที่นิ่มนวลชวนให้อยากถูกต้อง นำปรารถนานำใคร่นำพอใจ ชวนให้รักชกให้ใคร่พาใจให้กำหนด ทำให้เกิดความติดใจในกามคุณ ทำให้หลงไหลไปในสิ่งเหล่านี้ได้ง่าย เพราะยังไม่รู้ความเป็นจริง หรือสัจจะของธรรมชาติ หากได้รับการฝึกฝนดี ความใคร่ ความปรารถนาในกามคุณย่อมอยู่ในขอบเขตของศีลธรรม ตัวสื่อลามกนี่เองที่เป็นที่ตั้งของกิเลสกาม เป็นอารมณ์ของกิเลสกาม จึงได้นำหลักการควบคุมอายตนะด้วยการให้เข้าร่วมกิจกรรมการฝึกกัมมัฏฐานโดยการให้ดูคลิปเกี่ยวกับการพิจารณาภาพที่มีซากศพมาเป็นอารมณ์กรรมฐานว่า ร่างกายของตนหรือของผู้อื่นว่าเป็นของไม่งาม ไม่น่ายึดมั่นถือมั่น แต่เป็นของน่าเกลียด โสโครก เพราะการพิจารณาอาการ 32 นั้น ก็สามารถทำให้เห็นถึงความจริงของสังขารได้ และยึดเอา

ชกศพเป็นอารมณ์เพื่อพิจารณาให้เห็นความไม่งามความไม่เที่ยงแท้ของสังขารเหล่านี้ แล้วจะพบความจริงของธรรมชาติ ซึ่งถือว่าเป็นความงามในทางธรรมะ เอาชนะกิเลสตัณหาได้ ทั้งด้วยการพิจารณาชกศพ และด้วยการพิจารณาอาการ 32 หรือร่างกายของมนุษย์ที่ยังมีชีวิตอยู่ พิจารณาร่างกายนี้โดยเป็นของพืงเกลียดน่าสะอิดสะเอียน เต็มไปด้วยหมู่หนอนและสัตว์ทั้งหลาย อสุภกัมมัญฐาน เป็นเครื่องกำจัดราคะ ทำให้เกิดความเบื่อหน่ายคลายรักคลายยึดถือร่างกาย คลายความหลงรูปสวयงามลงได้ ดังนั้นการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนกับสื่อลามกนั้น ผู้วิจัยสรุปให้เข้าใจได้ชัดเจนขึ้น คือ การควบคุมรู้เท่าทันอายตนะ 6 (ในและนอก) ตาเห็นรูปในสื่อสังคมออนไลน์ เพราะเป็นช่องทางให้เป็นวิถีทางตา ได้เห็นรูป ถ้าหากผู้รับสาร ได้รับสารข้อมูลรูปภาพที่สุ่มเสี่ยง ล่อแหลม โป้เปลือยเหล่านี้แล้ว อาจจะเป็นไวรัสก็ได้ ต้องมาพิจารณาถึงรูปลักษณะคือ ตาเป็นเพียงอวัยวะส่วนหนึ่งในร่างกายเท่านั้น ตาที่เห็นรูปโป้เปลือยดังกล่าวแล้ว ให้มีสติระลึกถึงผลเสียมาด้วยว่า ถ้าเราดูแล้วเห็นแล้ว คิดหรือจินตนาการไปในทางอกุศล หรือโป้สค์ ส่งแชร์ส่งต่อไปย่อมจะเป็นผลเสียแน่นอน เพราะรูปภาพประเภทนี้ ปุ่ชชนคนทั่วไป ทุกเพศ ทุกวัยต่างก็ชื่นชอบ อยากดู อยากเห็น เมื่อเห็นรูปภาพจากสื่ออื่นแล้ว ควบคุมจิตใจตนเองให้เหนือกามารมณ์ ใช้หลักอสุภะ ควรรักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยที่มีพื้นฐานมาจากพระพุทธศาสนา ไม่ใช่สื่อที่ล่อแหลมหรือภาพโป้ที่เป็นอันตรายแก่ตนเอง ให้มีสติหลักพุทธธรรมแก้ไข หรือเตือนใจอยู่เสมอ จะไม่กลับไปทำอีก ผู้ปกครองต้องดูแลเอาใจใส่มากกว่านี้ ทุกฝ่ายต้องให้ความร่วมมือกัน ออกหรือแก้ไขกฎหมายที่รัดกุมให้ทันสมัยหรือให้โทษหนักกว่าเดิม มีฝ่ายควบคุมสื่อให้มีการตรวจสอบให้ดีกว่านี้ ให้ควบคุมร้านเกมหรือร้านคอมพิวเตอร์ให้อยู่ในกฎหมายมากกว่านี้ เจ้าหน้าที่ หรือตำรวจต้องปฏิบัติตัวอยู่ในกฎหมายมากกว่านี้ หลีกเลี้ยง หรือไตร่ตรองปฏิบัติตนให้อยู่ในกรอบ มีกฎหมายเอาผิดกับผู้เผยแพร่และผู้ให้บริการ มีการอบรมคุณธรรมจริยธรรม รวมถึงจรรยาบรรณต่างๆ

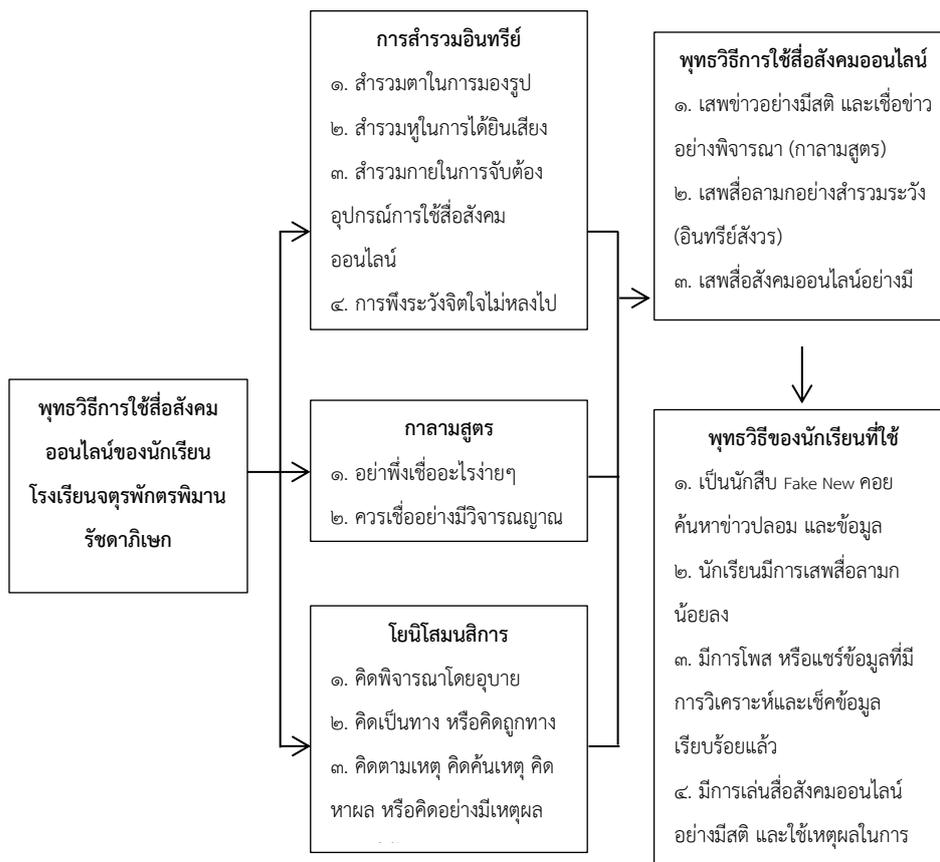
พุทธวิธีการควบคุมตนเองขณะใช้สื่อสังคมออนไลน์ การนำหลักโยนิโสมนสิการมาประยุกต์ใช้ให้กับนักเรียนเกิดการคิด วิเคราะห์ถึงสื่อที่ดีและไม่ดี ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ แยกแยะองค์ประกอบต่างๆ ทำให้รู้เท่าทันสื่อได้มากยิ่งขึ้น โยนิโสมนสิการ 4 ด้าน (1) วิธีคิดเหตุปัจจัย เป็นการคิดค้นหาสาเหตุที่เกิดขึ้นก่อน ส่งผลกระทบต่ออื่นตามมา หรือค้นจากผลที่เกิดขึ้น สืบค้นไปหาสาเหตุที่แท้จริง (2) วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ เป็นความคิดแยกส่วนจนเข้าใจส่วนที่ดีหรือไม่ดีได้ (3) วิธีคิดแบบคุณโทษทางออก เป็นวิธีคิดหาความจริงของสื่อใหม่ ให้เห็นครบถ้วนทั้ง 3 ด้านคือ คุณโทษและทางออกหรือด้านดีไม่ดีและวิธีแก้ไข (4) วิธีคิดเร้ากุศล เป็นวิธีที่เร้าพลังจิตใจให้เกิดคุณความดี ทำให้นักเรียนรู้เท่าทันสื่อใหม่ควรให้ครบกระบวนการทั้งบุคคล ครอบครัว สังคม สภาพแวดล้อม คือ ในส่วนบุคคล มีกัลยาณมิตรที่ดีที่ควรสร้างแรงจูงใจใฝ่เรียนรู้แรงจูงใจใฝ่ความดี คิดเป็น คิดถูกวิธี และในส่วนสังคม ที่ส่งผลให้มีสติ วินัยสัมมาทิฐิ และพัฒนาเด็กให้มีวิธีคิดเชิงปัญญาและคิดเชิงคุณธรรม

ผลการทดสอบนักเรียนทำให้ได้แนวคิดที่เป็นประโยชน์ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ คือ การใช้สื่อที่เสพออย่างมีสติ ในขณะที่ใช้ ไม่คิดทำร้ายใคร และสร้างวิธีคิดดีซึ่งทำให้เกิดการรู้เท่าทันสื่อใหม่ตามแบบพุทธวิธี ด้วยการสร้างการเรียนรู้และสั่งสมสิ่งที่ดี สร้างภูมิคุ้มกันและการควบคุมตนเอง การสร้างสติ สัมมาทิฐิ และวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ ส่งเสริมให้รู้จักใช้แนวคิดเชิงเหตุผลและมีคุณธรรมสอดคล้องกับแนวคิดการฝึกฝนวิธีคิดเป็นทักษะที่จะช่วยพัฒนากระบวนการคิดที่จะนำไปสู่ปัญญาที่แจ้ง คือ 1) ทักษะด้านการคิดอย่าง มี

วิจารณ์ญาณ เช่น การคิดวิเคราะห์ การประเมินคุณค่าแท้และคุณค่าเทียม และการพิจารณาถึงประโยชน์และโทษ 2) ทักษะด้านการไตร่ตรองสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ สรุปย่อเป็น 4 วิธีคิดที่ว่า “คิดถูกวิธี คิดมีระเบียบ คิดมีเหตุผล คิดเร้ากุศล”

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง “พุทธวิถีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก” สามารถสังเคราะห์ออกมาเป็นแผนภาพได้ดังนี้



อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัย เรื่อง พุทธวิถีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโรงเรียนจตุรพักตรพิมานรัชดาภิเษก พบประเด็นที่สามารถนำมาอภิปรายผล ดังนี้ สถานการณ์การใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนโดยพฤติกรรมส่วนใหญ่ของนักเรียนในปัจจุบันจะใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นส่วนใหญ่ทำให้พบปะข่าวปลอมที่แฝงมากับสื่อเหล่านี้ ข้อมูลข่าวสารในสื่อสังคมออนไลน์ก็เชื่อว่าจะเป็น ข่าวสารที่มีความถูกต้องครบถ้วนในทุกข่าวเสมอไป มีการสร้างข่าวหลอก ข่าวลือขึ้น และถูก หยิบยกขึ้นมา นำเสนอ อย่างมากมาย เป็นผลกระทบที่ชัดเจนและสำคัญที่สุด สอดคล้องกับ วิศรุต ตันติพงษ์อนันต์ ทำการศึกษา เรื่อง การเกิดภัยทางอินเทอร์เน็ตต่อวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งพบว่า ผลกระทบทางพฤติกรรมที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นเมื่อใช้อินเทอร์เน็ตทั้ง

ผลกระทบทางด้านสุขภาพกาย จิตใจ-อารมณ์ (Visaroot Tantipongant, 2005) สถานการณ์การปัญหาจากการชมภาพหรือคลิปเกี่ยวกับสื่อลามก นักเรียนส่วนใหญ่เปิดรับสื่อลามก โดยเหตุผลหลักคือการอยากรู้ อยากรอง ต้องการปลดปล่อยอารมณ์ทางเพศ และว่างไม่มีอะไรทำ สอดคล้องกับ ยุพาพร ปิระพงษ์ ได้ทำการวิจัยเรื่อง “อิทธิพลของสื่อลามกที่มีผลต่อการกระทำผิดทางเพศของเด็กและนักเรียน ศึกษาเฉพาะกรณี : ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและนักเรียนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ว่า สื่อลามกมีอิทธิพลต่อการกระทำผิดทางเพศ เพราะเด็กและนักเรียนเคยรับชมสื่อลามก (Yupaphorn Piwapong, 2011)

การใช้สื่อสังคมออนไลน์ตามหลักของการสำรวมอายตนะ พระพุทธเจ้าได้สอนไว้ว่าการใช้หลักอายตนะและผัสสะที่มีความเกี่ยวข้องและเป็นพื้นฐานของมนุษย์ในการรับรู้มีอยู่ 6 อย่างคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และมีผัสสะ อีก 6 ประการ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และใจ ทั้งสองสิ่งนี้เป็นสิ่งที่เกิดความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เพราะว่า เมื่อมีอายตนะ ผัสสะก็ย่อมเกิด สอดคล้องกับ สายน้ำผึ้ง รัตนงาม ทำการศึกษาเรื่อง “พุทธวิธีการรู้เท่าทันสื่อเพื่อพัฒนาชีวิต : ศึกษากรณีสื่อโทรทัศน์และสื่อออนไลน์ประเภทเฟซบุ๊ก” ว่า ผู้ที่รับสื่อแบบขาดสติ โดยปกติจะรับสื่อต่าง ๆ เข้ามา ตามกระบวนการของผัสสะ--> เวทนา --> ตัณหา --> ทุกข์ จึงขาดหลักการใช้โยนิโสมนสิการหรือหลักกาลามสูตร (Sainumpung Ratanangam, 2013) สอดคล้องกับ ศิวาพร ศรีศักดิ์นันท์ กล่าวถึงการใช้อสื่อในชุมชนเรื่อง รูปแบบการเสริมสร้างจริยธรรมการสื่อสารเชิงพุทธทางสื่อออนไลน์ ของสื่อมวลชนไทย โดยกล่าวไว้ว่า กระบวนการการสร้างปัญญา คิถุฎกวิธี ประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา และพบว่า วิธีการคิดที่ก่อให้เกิดปัญญาและการประพฤติปฏิบัติด้วยสำนึกในธรรมและความรับผิดชอบต่อสังคมโลก” (Sivaporn Srisakdinun, 2014)

ข้อเสนอแนะ

1. เชนนโยบาย

สามารถนำผลการวิจัยไปประชาสัมพันธ์ให้เห็นถึงประโยชน์และโทษของสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อให้นักเรียนเกิดความตระหนักถึงการแบ่งเวลาในการเรียนและการเข้าใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างระมัดระวัง เป็นแนวทางในการนำไปใช้กับโรงเรียนที่มีเยาวชนเป็นจำนวนมาก

2. เชนวิชาการ

งานวิจัยเล่มนี้ได้นำเอาหลักการทางพระพุทธศาสนาผนวกเข้ากับหลักศาสตร์สมัยใหม่เป็นพุทธวิธีการเฉพาะที่สามารถใช้กับนักเรียนในการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ในชีวิตประจำวันได้ สามารถนำความรู้เหล่านี้ไปใช้เชิงวิชาการทางการศึกษาเพื่อหาวิธีการป้องกันหรือควบคุมการใช้อสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนและนักศึกษาได้

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรทำการวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมกรการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในทุกระดับการศึกษา เช่น ระดับประถม ระดับมัธยม และระดับอุดมศึกษา การได้กลุ่มตัวอย่างที่มากและทุกระดับจะทำให้เห็นความแตกต่างของพฤติกรรมกรใช้อสื่อสังคมออนไลน์

3.2 ควรทำการวิจัยและติดตามพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนอย่างต่อเนื่องเพื่อนำผลการวิจัยที่ได้รับไปใช้ประชาสัมพันธ์ให้เห็นถึงประโยชน์และโทษของการใช้งาน และเป็นแนวทางในการป้องกันการเกิดปัญหาจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ได้

References

- Bamrungphak, S. (2015). Stop! Internal Sense-Fields: The Way of Mental Cultivation for Learning Enhancement. *Mahachula Academic Journal*. 2(Special), 1-12.
- Kocak, Y. (2014). *Gender Differences in Using Social Networks*. Hacettepe University. Ankara Turkey: Faculty of Education.
- Kongrat, P. (2011). *A Study of Teen Social Media Using Behavior in Thailand: A Case Study of Facebook*. Master's Dissertation. Thammasat University.
- Phra Brahmaganabhorn (P.A. Payutto). (2007). *Buddhadhamma Method of Thinking*. Bangkok: Siam.
- Phra Brahmaganabhorn (P.A. Payutto). (2016). *Buddhadhamma Extended Edition*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Piwapong, Y. (2011). *The Influence of Pornography on Male Juvenile Sexual Abuse*. Master's Dissertation. Mahidol University
- Pornkun, C. (2011). *Teaching Thinking Process Theory and Application*. Bangkok: Chulalongkorn University
- Ratanangam, S. (2013). *The Buddhist Way of Media Literacy for Life Development: A Case Study of Television and Facebook*. Ph.D. Dissertation. Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Sangkawara, P. (2015). *Thai Research Archives: The Dimension of Research Reform in Advancement to ASEAN*, Bangkok: Research Information Link Division Research Information Center National Research Council of Thailand.
- Srisakdinun, S. (2014). *Buddhism Ethical Communication Promotional Model on Social Media*. Dissertation Doctor of Philosophy. Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Tantiponganant, V. (2005). *The Occurrence of Internet Harm to Adolescents in Bangkok Metropolis*. Thesis Master of Arts. Chulalongkorn University.
- Wichitbunyarak, P. (2011). Social Media: Media of the Future. *Executive journal*, 31, (4), 93-103.