การสร้างภูมิคุ้มกันการเสพติดอินเทอร์เน็ตตามหลักอริยสัจ 4
BUILDING IMMUNITY AGAINST INTERNET ADDICTION BASED ON THE FOUR NOBLE TRUTHS

วัยญา ยิ้มยวน*
Waiya Yimyuan

บทคัดย่อ

พฤติกรรมเสพติดอินเทอร์เน็ตสามารถอธิบายได้ตามแนวคิดจิตวิเคราะห์หรือทฤษฎีเสริมแรง ซึ่งส่งผลต่อวิธีบำบัดรักษาอาการที่เป็นไปแบบแยกส่วนด้วยวิธีจิตบำบัดหรือปรับพฤติกรรม ซึ่งวิธีการที่มาจากรากฐานแนวคิดจิตวิทยายังคงเกิดพฤติกรรมกลับไปเสพติดซ้ำ ในขณะที่พฤติกรรมเสพติดอินเทอร์เน็ตตามแนวคิดพระพุทธศาสนาอธิบายได้ว่า เป็นเพียงทุกข์รูปแบบหนึ่งของชีวิตตามหลักอริยสัจ 4 ซึ่งมีสาเหตุหลักจากตัณหาในจิตใจและสภาพสังคมที่ขาดกัลยาณมิตรเป็นปัจจัยร่วม ซึ่งเป็นมุมมองแบบภาพรวม แนวทางแก้ไขปัญหาใช้สัมมาทิฏฐิอันมีปัจจัยเกิด 2 ประการ ได้แก่ โยนิโสมนสิการเป็นฐานสร้างสติและปัญญาภายในจิตบุคคลเพื่อลดละตัณหาโดยตรงและกัลยาณมิตรสร้างสังคมสิ่งแวดล้อมการใช้อินเทอร์เน็ตที่พึงประสงค์อันเป็นปัจจัยภายนอก ดังนั้นบุคคลและสังคมจึงมีภูมิคุ้มกันการใช้อินเทอร์เน็ตด้วยปัญญารู้เท่าทันโดยไม่ต้องหลีกเลี่ยงหรือตัดขาดจากอินเทอร์เน็ต จึงเป็นแนวทางที่สามารถใช้ทั้งแก้ไขและป้องกันพฤติกรรมเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างถาวร

คำสำคัญ: จิตวิเคราะห์; ทฤษฎีเสริมแรง; พระพุทธศาสนา

ABSTRACT

Addictive Internet behavior can be explained by the theory of psychoanalysis or reinforcement. This affects how the treatment is modular with psychotherapy or behavior modification. This way, the fundamental concept of psychology continues to addictive behavior repeated. While addictive Internet behavior based on Buddhism explains. It was the only form of life on the four Noble Truths, which is mainly caused by the lack of passion in the minds and social goodwill as a contributing factor. The overall view. Solutions gained a viewpoint that has caused two factors, namely the creation of reflective thinking is, consciousness and spiritual wisdom within individuals to direct persistent passion. Goodwill and create a social environment, using the Internet as the adverse

* ฝ่ายสารสนเทศ กองแผนงานและสารสนเทศ กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน กระทรวงแรงงาน