



ICEML E-Bulletin

Vol.12

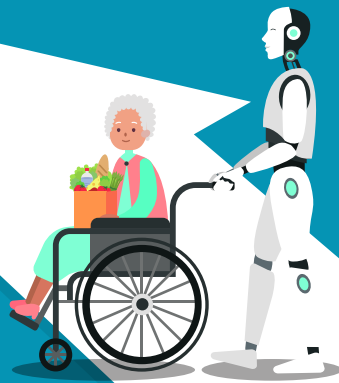
Twelfth Edition

ฉบับที่ 12 : มีนาคม 2569

โลกเปลี่ยน AI เปลี่ยน...
แล้วเราอยู่ตรงไหน?

AI กับผู้สูงอายุ: เมื่อชีวิตต้องเผชิญกับ
กำแพงล่องหนในโลกปัญญาประดิษฐ์

ระหว่างความหวัง ความระแวง
และชีวิตจริง: ปัญญาประดิษฐ์กับ
สุขภาพใจของผู้สูงอายุ



AI กับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ...
เต็มเต็มหรือเพิ่มช่องว่าง?





EDITOR'S TALK

ในโลกที่มีปัญญาประดิษฐ์ หรือ AI เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ผ่านเสียงที่ได้ยิน ภาพที่เห็น และข้อความที่ได้อ่าน AI เป็นเทคโนโลยีที่มนุษย์สร้างขึ้น และทำงานบนข้อมูลที่มนุษย์ป้อนให้ แต่ด้วยความสามารถอันน่าทึ่งในการวิเคราะห์และประมวลผล จึงทำให้ผู้คนนิยมใช้กันอย่างแพร่หลาย โดยลืมตั้งคำถามถึงความถูกต้องของข้อมูล บทความใน e-bulletin ฉบับนี้ มุ่งสร้างความเข้าใจ เสนอแนะแนวทางการใช้ AI อย่างรู้ทัน และแสดงให้เห็นถึงความเสี่ยงของการใช้ AI ในผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม และผู้มีปัญหาด้านสุขภาพจิต

เริ่มด้วย **โลกเปลี่ยน AI เปลี่ยน...แล้วเราอยู่ตรงไหน?** สราวุธ ไกรเสม ซึ่งเห็นว่าการพัฒนาความสามารถของ AI เป็นไปแบบก้าวกระโดดและรวดเร็ว โดยใช้เวลาไม่นานจากการชนะแชมป์หมากรุกโลกสู่การค้นพบทางวิทยาศาสตร์ระดับโนเบล ต่อจากนั้น AI ได้เข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวัน การทำให้ผู้คนมีความรู้เท่าทันและใช้ AI จะเป็นเครื่องมือ ที่มีคุณประโยชน์อย่างมาก **“ค้นหา มานะ ทิฐิ: 3 เลนส์คัดดีที่ขวางกั้นความจริงในยุค AI”** อีรพงษ์ บุญรักษา กล่าวถึงความผิดพลาดของการใช้ AI ส่วนหนึ่งมาจากอคติทางความคิดของมนุษย์ ค้นหา มานะ ทิฐิ เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มนุษย์ละเลยและยอมรับความผิดพลาดที่เกิดขึ้น เสนอให้พัฒนาเทคโนโลยีควบคู่ไปกับพัฒนาคน ให้กล้ายอมรับความไม่รู้และพร้อมที่จะเรียนรู้ AI กับผู้สูงอายุ: **เมื่อชีวิตต้องเผชิญกับกำแพงล่องหนในโลกปัญญาประดิษฐ์** นันทิยา ดวงกุ่มเมศ เชื้อมโยงความก้าวหน้าของเทคโนโลยี AI กับความสามารถในการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ โดยชี้ว่าเพราะการไม่รู้จัก AI จึงคิดว่าเป็นเรื่องยาก ไม่นั่นใจที่จะใช้ และไม่สนใจที่จะเรียนรู้ การทำความเข้าใจ AI มีความสำคัญต่อการปรับทัศนคติของผู้สูงอายุให้กล้าเรียนรู้และสามารถใช้ประโยชน์จาก AI ได้ในที่สุด **ระหว่างความหวัง ความระแวง และชีวิตจริง: ปัญญาประดิษฐ์กับสุขภาพใจของผู้สูงอายุ** ณรงค์เดช พันธะพุมมี ซึ่งเห็นว่า AI มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ เป็นความหวังใหม่ เป็นเพื่อนคุย เป็นเครื่องมือช่วยตรวจจับความผิดปกติ รวมทั้งช่วยดูแลผู้สูงอายุในภาวะซึมเศร้า โดยตั้งข้อสังเกตว่าการมีจริยธรรมเกี่ยวกับข้อมูล ควบคู่ไปกับการใช้เทคโนโลยีดูแลรักษาเป็นสิ่งสำคัญ **ปัญญาประดิษฐ์กับปัญหาที่เสื่อมถอย: ความท้าทายของการรู้ทันสื่อในสังคมสูงวัย** ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์ กล่าวว่าปัจจุบัน AI สามารถตรวจพบโรคสมองเสื่อมในผู้สูงอายุได้ตั้งแต่ระยะเริ่มต้น ช่วยรักษา วางระบบเตือนความจำ และฝึกสมองในรูปแบบเกม แต่ด้วยผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม มักมีความสามารถในการแยกแยะความถูกต้องน้อยลง จึงทำให้เกิดความเสี่ยงในการใช้ AI

AI ก้าวเข้ามาในสังคมและเป็นที่ยอมรับอย่างรวดเร็ว ผู้คนใช้ทั้ง ๆ ที่ไม่เข้าใจและหลงเชื่อในความสามารถ จึงควรเร่งให้สังคมเรียนรู้เพื่อเข้าใจในเทคโนโลยีเห็นทั้งแง่มุมที่เป็นประโยชน์และโทษ ปรับทัศนคติการใช้ที่ถูกต้อง โดยถือว่าการเรียนรู้ AI เป็นภารกิจสำคัญและเร่งด่วน เพื่อให้การเผชิญหน้ากับ AI เป็นไปอย่างรู้เท่าทัน ปลอดภัย และได้ประโยชน์

รศ.ดวงพร คำบุญวัฒน์
บรรณาธิการ/ที่ปรึกษากลุ่มวิจัยการสื่อสารเพื่อการพัฒนา

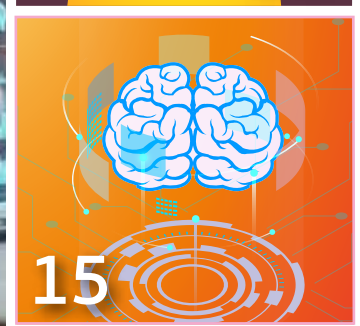
Email: lcdkn@hotmail.com



บรรณาธิการ รศ.ดวงพร คำบุญวัฒน์ กองบรรณาธิการ รศ. ดร.นันทิยา ดวงกุ่มเมศ, รศ. ดร.ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์

ผศ. ดร.อีรพงษ์ บุญรักษา, ดร.สิรินทร พิบุณยานุวัฒน์, ผศ. ดร.ณรงค์เดช พันธะพุมมี, ผศ. ดร.สราวุธ ไกรเสม

ผู้ประสานงาน นางสาวญาติณี เคารพธรรม ผู้ออกแบบ นายฉันทชัย ชัยตระกูลพิบูลย์



CONTENTS

สารบัญ

ฉบับที่ 12 : มีนาคม 2569

ICEML E-Bulletin▼

- ฉบับที่ 1 : เดือนเมษายน 2565
- ฉบับที่ 2 : เดือนกรกฎาคม 2565
- ฉบับที่ 3 : เดือนตุลาคม 2565
- ฉบับที่ 4 : เดือนมกราคม 2566
- ฉบับที่ 5 : เดือนเมษายน 2566
- ฉบับที่ 6 : เดือนสิงหาคม 2566
- ฉบับที่ 7 : เดือนมกราคม 2567
- ฉบับที่ 8 : เดือนสิงหาคม 2567
- ฉบับที่ 9 : เดือนธันวาคม 2567
- ฉบับที่ 10 : เดือนเมษายน 2568
- ฉบับที่ 11 : เดือนพฤศจิกายน 2568
- ฉบับที่ 12 : เดือนมีนาคม 2569

โลกเปลี่ยน AI เปลี่ยน...แล้วเราอยู่ตรงไหน? 01

“ต้นหา มานะ กิจฐิ:
3 เลนส์อดีตที่ขวางกันความจริงในยุค AI” 07

AI กับผู้สูงวัย: เมื่อชีวิตต้องเผชิญกับ
กำแพงล่องหนในโลกปัญญาประดิษฐ์ 11

ปัญญาประดิษฐ์กับปัญญาที่เสื่อมถอย:
ความท้าทายของการรู้ทันสื่อในสังคมสูงวัย 15

ระหว่างความหวัง ความระแวง และชีวิตจริง:
ปัญญาประดิษฐ์กับสุขภาพใจของผู้สูงอายุ 18

AI เปลี่ยน... โลกเปลี่ยน เปลี่ยน... แล้วเราอยู่ตรงไหน?

ว่าด้วยความล้าหน้า
อย่างรวดเร็ว
ของปัญญาประดิษฐ์
และสิ่งที่ผู้สูงวัย
ควรรู้ไว้ก่อนใครเขา

"ความเร็วของ AI ไม่ใช่ปัญหา ปัญหาคือการขาด 'ผู้อ่าน' ที่มีวิสัยทัศน์พอจะตรวจสอบ สิ่งที่มันผลิตออกมา"

เหตุใด AI จึงล้าหน้าเรื่อนัก

นักวิทยาศาสตร์คอมพิวเตอร์ Gordon Moore ผู้ร่วมก่อตั้งบริษัท Intel เคยตั้งข้อสังเกตไว้ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1965 ว่า จำนวนทรานซิสเตอร์บนชิปคอมพิวเตอร์จะเพิ่มขึ้นเป็นสองเท่าทุก ๆ สองปี ทำให้ต้นทุนลดลงและประสิทธิภาพสูงขึ้นเรื่อย ๆ ข้อสังเกตนี้ที่รู้จักกันในนาม "กฎของมัวร์" (Moore's Law) ยังคงใช้ได้จริงมาหลายทศวรรษ³ แต่สำหรับ AI ยุคใหม่ แรงผลักดันไม่ได้มาจากฮาร์ดแวร์เพียงอย่างเดียว หากแต่มาจากการบรรจบพร้อมกันของ "สามสิ่ง" ในเวลาเดียวกัน ได้แก่ ข้อมูลมหาศาลจากอินเทอร์เน็ต พลังการประมวลผลจากชิปกราฟิก (GPU) รุ่นใหม่ และอัลกอริทึมที่ฉลาดขึ้นอย่างก้าวกระโดด

Klaus Schwab ผู้ก่อตั้ง World Economic Forum เรียกปรากฏการณ์นี้ว่า "การปฏิวัติอุตสาหกรรมครั้งที่สี่" (Fourth Industrial Revolution) ซึ่งต่างจากการปฏิวัติครั้งก่อน ๆ ตรงที่มันไม่ได้แค่เปลี่ยนวิธีที่เราทำงาน แต่กำลังเปลี่ยนแปลงความหมายของการเป็น "มนุษย์" ในยุคเครื่องจักรอัจฉริยะด้วย⁴ การปฏิวัติอุตสาหกรรมครั้งแรกใช้เวลากว่า 80 ปีจึงเปลี่ยนโลกได้อย่างสมบูรณ์ แต่การปฏิวัติ AI ครั้งนี้อาจใช้เวลาเพียงทศวรรษเดียว

"รู้หรือไม่? ระหว่างปี ค.ศ. 2012-2022 ปริมาณการคำนวณที่ใช้ฝึกสอนโมเดล AI ขึ้นมาเพิ่มขึ้นถึง 300,000 เท่า เร็วกว่าที่กฎของมัวร์ทำนายไว้ถึง 10 เท่า⁵ ถ้าเปรียบเป็นรถยนต์ เหมือนกับว่ารถที่วิ่งได้ 60 กม./ชม. ในปี 2012 วันนี้วิ่งได้ 18 ล้าน กม./ชม. แล้ว"

จากหมากรุกสู่การวินิจฉัยโรคมะเร็ง

เพื่อให้เห็นภาพชัดขึ้นว่า AI ก้าวหน้าไปแค่ไหนในเวลาไม่นาน ลองมาดูเส้นทางผ่านตัวอย่างจริงกัน ในปี ค.ศ. 1997 คอมพิวเตอร์ Deep Blue ของ IBM สามารถเอาชนะแชมป์หมากรุกโลก Garry Kasparov ได้เป็นครั้งแรก ซึ่งในตอนนั้นถือว่าเป็นปรากฏการณ์ระดับโลก สื่อต่างพาดหัวข่าว

ลองนึกย้อนไปสักประมาณสิบปีก่อน ถ้าใครพูดว่า "เดี๋ยวเครื่องคอมพิวเตอร์จะช่วยเขียนจดหมาย แต่งกลอน แปลภาษา วิเคราะห์ผลเลือด และพูดคุยกับเราได้เหมือนมนุษย์" คงถูกมองว่าเป็นนิยายวิทยาศาสตร์ แต่วันนี้ทั้งหมดนั้นไม่ใช่จินตนาการอีกต่อไป มันคือสิ่งที่เกิดขึ้นจริง และมันเกิดขึ้นเร็วกว่าที่ใครคาดไว้มาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงสามถึงสี่ปีที่ผ่านมา ที่เทคโนโลยี AI ได้ก้าวกระโดดจากห้องแล็บของนักวิทยาศาสตร์มาอยู่ในมือทุกคนแบบที่ไม่มีใครทันตั้งตัว

ปัญญาประดิษฐ์ หรือ AI (Artificial Intelligence) ได้ก้าวกระโดดครั้งใหญ่ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลังจากการเกิดขึ้นของ "โมเดลภาษาขนาดใหญ่" (Large Language Models หรือ LLMs) อย่าง GPT ของบริษัท OpenAI นักวิจัยพบว่า เมื่อขนาดและข้อมูลฝึกสอนเพิ่มขึ้นถึงจุดหนึ่ง ความสามารถของ AI จะไม่ได้ค่อย ๆ เพิ่มขึ้นอย่างเส้นตรง แต่จะกระโดดพรวดพราดอย่างไม่คาดคิด ปรากฏการณ์นี้นักวิทยาศาสตร์เรียกว่า "Emergent Abilities" หรือความสามารถที่โผล่พรวดขึ้นมาเองโดยไม่ได้ออกสอนโดยตรง¹ เหมือนกับเด็กที่เรียนรู้คำศัพท์ทีละคำมาเป็นเวลานาน แล้ววันหนึ่งก็พูดประโยคยาวได้เองโดยไม่มีใครสอน

"ChatGPT ใช้เวลาเพียง 5 วันในการมีผู้ใช้งาน 1 ล้านคน ขณะที่ Netflix ต้องใช้เวลาถึง 3.5 ปี เพื่อไปถึงตัวเลขเดียวกัน"

ตัวเลขที่น่าตื่นตาตื่นใจที่สุดอาจเป็นเรื่องของการเติบโตของผู้ใช้ เมื่อ ChatGPT เปิดตัวสู่สาธารณชนในเดือนพฤศจิกายน ค.ศ. 2022 ภายในเพียง 2 เดือน มีผู้ใช้งานถึง 100 ล้านคนทั่วโลก² ตัวเลขนี้ทำลายสถิติทุกแพลตฟอร์มที่เคยมีมา ไม่ว่าจะเป็น TikTok ที่ใช้เวลา 9 เดือน หรือ Instagram ที่ใช้เวลา 2.5 ปี สำหรับคนที่เคยผ่านยุคที่โทรศัพท์บ้านยังต้องหมุนหน้าปัด ตัวเลขเหล่านี้บอกอะไรบางอย่างเกี่ยวกับความเร็วของโลกที่เปลี่ยนไปอย่างสิ้นเชิง



ราวกับว่ามนุษย์กำลังจะแพ้เครื่องจักร แต่ Deep Blue ทำได้เพียงเล่นหมากรุกเท่านั้น มันไม่สามารถทำอย่างอื่นได้เลยแม้แต่น้อย⁶

กระโดดอีกยี่สิบปีถัดมา ในปี ค.ศ. 2017 โปรแกรม AlphaGo Zero ของบริษัท DeepMind สามารถเอาชนะแชมป์โลกเกม Go ซึ่งซับซ้อนกว่าหมากรุกหลายล้านเท่า โดยไม่ต้องให้มนุษย์สอน มันเรียนรู้ด้วยการเล่นกับตัวเองล้วน ๆ⁷ แต่ที่น่าทึ่งกว่าคือสิ่งที่ตามมาหลังจากนั้น เมื่อเทคโนโลยีที่คล้ายกันถูกนำมาปรับใช้กับการแพทย์ ใน ค.ศ. 2020 AI ของ DeepMind ที่ชื่อ AlphaFold สามารถถอดรหัสโครงสร้างโปรตีนของสิ่งมีชีวิตได้อย่างแม่นยำ ซึ่งเป็นปัญหาที่นักชีวเคมีทั่วโลกพยายามแก้มากกว่าห้าสิบปี⁸ ผลงานชิ้นนี้ส่งผลให้ผู้สร้างได้รับรางวัลโนเบลสาขาเคมีในปี ค.ศ. 2024

ปัจจุบัน AI สามารถตรวจพบมะเร็งเต้านมในภาพ Mammogram ได้แม่นยำกว่าแพทย์ผู้เชี่ยวชาญในบางกรณี⁹ สามารถแปลภาษาได้ทันทีในระดับที่ใกล้เคียงนักแปลมืออาชีพ และสามารถเขียนโค้ดโปรแกรมคอมพิวเตอร์ได้อย่างรวดเร็ว ทั้งหมดนี้เกิดขึ้นภายในเวลาไม่ถึงสามสิบปีหลังจาก Deep Blue เอาชนะ Kasparov ได้ แต่สิ่งที่อยู่ห่างไกลในท้องถื่นก็เริ่มเดินเข้ามาในบ้านของเราทีละก้าวแล้ว ลองนึกถึงนาฬิกาอัจฉริยะที่ตรวจจับอัตราการเต้นของหัวใจและแจ้งเตือนเมื่อมีความผิดปกติ มีรายงานว่าในประเทศสหรัฐอเมริกา Apple Watch สามารถตรวจพบภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะในผู้สูงอายุได้หลายพันราย ก่อนที่คนเหล่านั้นจะรู้ตัวด้วยซ้ำว่ามีอาการ¹⁰ ลองนึกถึงลำโพงอัจฉริยะอย่าง Google Home หรือ Amazon Echo ที่ผู้สูงอายุใช้สั่งงานด้วยเสียงโดยไม่ต้องใช้มือ หรือแอปพลิเคชันแปลภาษาที่ช่วยให้คุณตายายคุยกับหลานที่ไปเรียนต่างประเทศได้โดยไม่ต้องพูดภาษาเดียวกัน

"AI ไม่ได้ค่อย ๆ เก่งขึ้นทีละนิด มันกระโดดพรวดพรวดจากการเล่นหมากรุก ไปสู่การค้นพบทางวิทยาศาสตร์ระดับโนเบลภายในเวลาไม่ถึงสามสิบปี"

เมื่อ AI เข้ามาในบ้านเรา

ในประเทศญี่ปุ่น ซึ่งเผชิญกับสังคมสูงวัยรุนแรงกว่าไทย ได้มีการทดลองนำหุ่นยนต์ AI ชื่อ PARO ซึ่งเป็นหุ่นยนต์รูปร่างเหมือนแมวน้ำมาวางไว้ในบ้านพักผู้สูงอายุ ผลการศึกษาจากมหาวิทยาลัยโตเกียวพบว่าผู้สูงอายุที่ได้ใช้เวลาอยู่กับ PARO มีระดับความวิตกกังวลและอาการซึมเศร้าลดลงอย่างมีนัยสำคัญ¹¹ แม้ทุกคนจะรู้ดีว่ามันเป็นเพียงเครื่องจักร แต่การมีสิ่งที่ตอบสนองและใส่ใจก็ช่วยบรรเทาความเหงาได้จริง นี่คือตัวอย่างหนึ่งที่ชี้ให้เห็นว่า AI ไม่ได้เป็นศัตรูของผู้สูงวัย แต่อาจเป็นเพื่อนที่ออกแบบมาเพื่อพวกเขาโดยเฉพาะ

ตัวอย่างใกล้ตัวในไทย: ปัจจุบันแอปพลิเคชันสุขภาพบนโทรศัพท์มือถือหลายตัวใช้ AI ช่วยตรวจสอบอาการเบื้องต้น อ่านผลตรวจเลือดและแนะนำการดูแลตัวเองได้ในภาษาไทย โรงพยาบาลรามาธิบดีได้เริ่มทดลองใช้ระบบ AI ช่วยคัดกรองผู้ป่วยเบาหวานจากภาพถ่ายจอประสาทตา ซึ่งช่วยลดระยะเวลารอคิวพบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญได้อย่างมีนัยสำคัญ¹²

ผู้สูงวัยในกระแสคลื่นนี้

ท่ามกลางกระแสความเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วนี้ ผู้สูงอายุมักถูกมองว่าเป็น "กลุ่มที่ถูกทิ้งไว้ข้างหลัง" แต่นั่นไม่ใช่ความจริงทั้งหมด งานวิจัยจากองค์การอนามัยโลก (WHO) ชี้ให้เห็นว่า ผู้สูงอายุที่ได้รับการสอนและมีโอกาสทดลองใช้เทคโนโลยีในบริบทที่ปลอดภัย สามารถปรับตัวและใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพไม่ต่างจากคนรุ่นอื่น¹³ สิ่งที่แตกต่างกันไม่ใช่ "ความสามารถในการเรียนรู้" แต่คือ "โอกาสในการเข้าถึง"

ตัวอย่างที่น่าประทับใจคือกรณีของ Ruth Amos หญิงชาวอังกฤษวัย 82 ปี ที่เริ่มเรียนรู้การใช้ ChatGPT จากหลานสาว และในที่สุดก็สามารถเขียนบันทึกความทรงจำจากชีวิตในสงครามโลกครั้งที่สองได้สำเร็จ โดยใช้ AI เป็นผู้ช่วยเรียบเรียงและแก้ไขไวยากรณ์ เรื่องราวของเธอกลายเป็นข่าวที่แพร่กระจายไปทั่วโลกในฐานะตัวอย่างที่ว่า "ไม่มีคำว่าสายเกินไป" สำหรับการเรียนรู้ เรื่องราวลักษณะเดียวกันนี้กำลังเกิดขึ้นในประเทศไทยเช่นกัน แม้อาจยังไม่เป็นข่าว



ยิ่งกว่านั้น ผู้สูงวัยยังมีสิ่งที่ AI ไม่มี นั่นคือ "ประสบการณ์ชีวิต" และ "วิจารณญาณที่สั่งสมมาจากการอยู่กับความไม่แน่นอนมาหลายทศวรรษ" ความสามารถในการตั้งคำถามว่า "จริงหรือเปล่า?" "น่าเชื่อถือแค่ไหน?" และ "ใครได้ประโยชน์จากสิ่งนี้?" คือทักษะวิจารณญาณ (Critical Thinking) ที่สำคัญยิ่งในยุค AI และผู้ที่ผ่านร้อนผ่านหนาวมามากกว่าย่อมมีทักษะนี้อยู่ในสายเลือดอยู่แล้ว

"ความเร็วของ AI ไม่ใช่ปัญหา — ปัญหาคือการขาด 'ผู้อ่าน' ที่มีวิจารณญาณพอจะตรวจสอบสิ่งที่มันผลิตออกมา"

ความเร็วที่ต้องระวัง: เงามของความก้าวหน้า

อย่างไรก็ตาม ความรวดเร็วของ AI มาพร้อมกับความเสี่ยงที่ต้องพึงระวัง นักวิชาการด้านจริยธรรม AI อย่าง Kate Crawford ชี้ว่า เมื่อเทคโนโลยีพัฒนาเร็วกว่าสังคมจะปรับตัวรับ ผลที่ตามมาคือช่องว่างระหว่างผู้ที่เข้าถึงได้และผู้ที่เข้าไม่ถึงจะกว้างขึ้นเรื่อย ๆ¹⁴ ในบริบทของไทย สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย (TDRI) ได้เตือนว่า ประชากรสูงอายุของไทยซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเป็น 28% ของประชากรทั้งหมดภายในปี 2580 อาจตกอยู่ในภาวะ "ยากจนทางดิจิทัล" หากไม่มีนโยบายการเสริมสร้างความรู้ด้าน AI ที่เป็นรูปธรรม¹⁵

ภัยที่จับต้องได้มากที่สุดในชีวิตประจำวันคือ "มิชชันนารี AI" ปัจจุบัน AI สามารถโคลนเสียงของคนได้จากการฟังเพียง 3 วินาที และสามารถสร้างภาพวิดีโอปลอม (Deepfake) ที่สมจริงได้ในชั่วโมเมนต์เดียว มีรายงานจากสหรัฐอเมริกาว่า ผู้สูงอายุถูกหลอกด้วยการโทรศัพท์ที่ใช้เสียงปลอมของลูกหลานขอความช่วยเหลือฉุกเฉิน และสูญเสียเงินออมทั้งชีวิตไป¹⁶ ในประเทศไทยเอง กรมสอบสวนคดีพิเศษ (DSI) รายงานว่าคดีฉ้อโกงทางออนไลน์ที่ใช้เทคโนโลยี AI เพิ่มขึ้นอย่างก้าวกระโดดในช่วงปี 2565–2567

นอกจากนี้ ความเร็วของ AI ยังหมายความว่า ข้อมูลเท็จและภาพปลอมถูกสร้างและแพร่กระจายได้เร็วกว่าที่เราจะตรวจสอบ งานวิจัยจาก MIT Media Lab พบว่าข้อมูลเท็จแพร่กระจายบน Social Media เร็วกว่าข้อมูลจริงถึง 6 เท่า¹⁷ ในยุคที่ AI สามารถสร้างเนื้อหาได้ในพริบตา ทักษะการตรวจสอบข้อมูล (Fact-checking) จึงไม่ใช่แค่สิ่งที่ "ดีถ้ามี" แต่เป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับทุกคน ไม่ว่าอายุเท่าไร

สัญญาณเตือน 3 ข้อ ที่ควรระวังเมื่อพบ AI ในชีวิตประจำวัน:

เร่งรีบผิดปกติ: ถ้ามีคนหรือข้อความใดกดดันให้ตัดสินใจโอนเงิน หรือให้ข้อมูลส่วนตัวในทันที ให้หยุดก่อนเสมอ AI สร้างความเร่งด่วนปลอมได้เก่งมาก

สมบูรณ์แบบเกินไป: ภาพหรือวิดีโอที่ดูเนียนเกินความเป็นจริง เสียงที่ฟังดูเหมือนคนรู้จักแต่มีสิ่งผิดปกติเล็กน้อย ให้ตั้งข้อสงสัยไว้ก่อน

ขอข้อมูลที่ไม่ควรถาม: ไม่มีหน่วยงานรัฐหรือธนาคารที่ถูกต้องโทรขอรหัส OTP หรือเลขบัตรประชาชนผ่านโทรศัพท์

AI ที่ "ฉลาด" แต่ไม่ "รู้" จริง

หนึ่งในความเข้าใจผิดที่พบบ่อยที่สุดเกี่ยวกับ AI คือการคิดว่ามัน "รู้" หรือ "เข้าใจ" ในแบบที่มนุษย์รู้และเข้าใจ ความจริงคือ AI ในปัจจุบันทำงานโดยการจดจำรูปแบบจากข้อมูลจำนวนมหาศาล แล้วสร้างคำตอบที่ "น่าจะถูกต้องที่สุด" โดยอิงจากรูปแบบเหล่านั้น นักวิทยาศาสตร์เรียกสิ่งนี้ว่า "Stochastic Parrot" หรือ "นกแก้วที่พูดตามความน่าจะเป็น" มันสามารถพูดสิ่งที่ฟังดูถูกต้องได้อย่างมั่นใจ แม้ในขณะที่ยังกำลังพูดผิดอยู่ก็ตาม¹⁸ มีกรณีที่เป็นข่าวดังในสหรัฐอเมริกา เมื่อทนายความรายหนึ่งใช้ ChatGPT ช่วยค้นหาคำพิพากษาศาลเพื่อใช้อ้างอิงในคดีความปรากฏว่า AI สร้างคำพิพากษาที่ฟังดูน่าเชื่อถือมากขึ้นมาหลายฉบับ แต่ทั้งหมดเป็นเอกสารที่ไม่มีอยู่จริง ทนายความถูกศาลลงโทษปรับเงินและตักเตือนอย่างรุนแรง¹⁹ นี่คือการเตือนสำคัญว่า AI ไม่ใช่สารานุกรม มันคือเครื่องมือที่ต้องใช้ด้วยความระมัดระวังและการตรวจสอบเสมอ

บทสรุป: อ่านเกมให้ออก ไม่ใช่วิ่งให้ทัน

การทำความเข้าใจ AI ในฐานะผู้สูงวัยไม่จำเป็นต้องหมายถึงการเรียนรู้ภาษาโปรแกรมมิ่ง หรือติดตามข่าวสารทางเทคนิคทุกวัน สิ่งที่สำคัญกว่า

ในยุคที่ AI สามารถสร้างเนื้อหาได้ในพริบตา ทักษะ การตรวจสอบข้อมูล (Fact-checking) จึงไม่ใช่แค่สิ่งที่ "ดีถ้ามี" แต่เป็น สิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน ไม่ว่าจะอายุเท่าไร

คือการรู้ว่า AI คืออะไร มันทำอะไรได้ ทำอะไรไม่ได้ และเราจะใช้มันในชีวิตประจำวันอย่างไรเท่าทันได้อย่างไร ดังที่ Luciano Floridi นักปรัชญาข้อมูลจากมหาวิทยาลัย Oxford ได้กล่าวไว้ว่า เป้าหมายของ AI Literacy ไม่ใช่การสร้างนักวิทยาศาสตร์ข้อมูล แต่คือการสร้างพลเมืองที่รู้เท่าทันในโลกที่ AI กำลังกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน²⁰ ประวัติศาสตร์สอนเราว่าทุกคลื่นของการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี ตั้งแต่เครื่องพิมพ์ดีด ไปจนถึงโทรทัศน์ และอินเทอร์เน็ต ล้วนนำมาซึ่งความกังวลในช่วงแรก แต่ก็นำมาซึ่งประโยชน์มหาศาลในระยะยาว เมื่อสังคมเรียนรู้ที่จะรับมือกับมันอย่างชาญฉลาด AI ก็ไม่แตกต่างกัน มันคือเครื่องมือชิ้นหนึ่ง ทรงพลังยิ่งกว่าที่เคยมีมา แต่ก็ยังคงเป็นเพียงเครื่องมือที่อยู่ในมือมนุษย์

โลกกำลังวิ่งเร็ว และ AI เป็นหนึ่งในเครื่องยนต์ที่ขับเคลื่อนความเร็วนั้น แต่ผู้ที่ประสบการณ์ชีวิตมากพอจะรู้ว่า ในการแข่งขันระยะยาว ไม่ใช่คนที่วิ่งเร็วที่สุดที่ชนะ แต่เป็นคนที่วิ่งอย่างฉลาดที่สุด รู้จักหยุดเมื่อควรหยุด และรู้จักตั้งคำถามเมื่อควรตั้งคำถาม และนั่น คือสิ่งที่ผู้สืบทอดทำได้ดีกว่าใคร



เอกสารอ้างอิง

- Wei, J., Tay, Y., Bommasani, R., Raffel, C., Zoph, B., Borgeaud, S., ... & Fedus, W. (2022). Emergent abilities of large language models. *Transactions on Machine Learning Research*. <https://arxiv.org/abs/2206.07682>
- Hu, K. (2023, February 2). ChatGPT sets record for fastest-growing user base. *Reuters*. <https://www.reuters.com/technology/chatgpt-sets-record-for-fastest-growing-user-base-2023-02-02/>
- Moore, G. E. (1965). Cramming more components onto integrated circuits. *Electronics*, 38(8), 114–117.
- Schwab, K. (2016). *The Fourth Industrial Revolution*. World Economic Forum. Geneva: World Economic Forum.
- Sevilla, J., Heim, L., Ho, A., Besiroglu, T., Hobbahn, M., & Villalobos, P. (2022). Compute trends across three eras of machine learning. *arXiv preprint*. <https://arxiv.org/abs/2202.05924>
- Campbell, M., Hoane, A. J., & Hsu, F. H. (2002). Deep Blue. *Artificial Intelligence*, 134(1–2), 57–83.
- Silver, D., Schrittwieser, J., Simonyan, K., Antonoglou, I., Huang, A., Guez, A., ... & Hassabis, D. (2017). Mastering the game of Go without human knowledge. *Nature*, 550(7676), 354–359.
- Jumper, J., Evans, R., Pritzel, A., Green, T., Figurnov, M., Ronneberger, O., ... & Hassabis, D. (2021). Highly accurate protein structure prediction with AlphaFold. *Nature*, 596(7873), 583–589.
- McKinney, S. M., Sieniek, M., Godbole, V., Godwin, J., Antropova, N., Ashrafian, H., ... & Shetty, S. (2020). International evaluation of an AI system for breast cancer screening. *Nature*, 577(7788), 89–94.
- Perez, M. V., Mahaffey, K. W., Hedlin, H., Rumsfeld, J. S., Garcia, A., Ferris, T., ... & Turakhia, M. P. (2019). Large-scale assessment of a smartwatch to identify atrial fibrillation. *New England Journal of Medicine*, 381(20), 1909–1917.
- Wada, K., & Shibata, T. (2007). Living with seal robots — Its sociopsychological and physiological influences on the elderly at a care house. *IEEE Transactions on Neural Systems and Rehabilitation Engineering*, 15(4), 557–564.
- คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. (2566). รายงานผลการวิจัยระบบ AI สำหรับคัดกรองโรคเบาหวานขึ้นจอประสาทตา. กรุงเทพฯ: คณะแพทยศาสตร์รามาธิบดี.
- World Health Organization. (2021). *Global report on ageism*. WHO Press. Geneva. <https://www.who.int/publications-detail/global-report-on-ageism>
- Crawford, K. (2021). *Atlas of AI: Power, politics, and the planetary costs of artificial intelligence*. Yale University Press.
- สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย (TDRI). (2566). สังคมสูงวัยกับความท้าทายด้านดิจิทัล: ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย. กรุงเทพฯ: TDRI.
- Federal Trade Commission (FTC). (2023). *Consumer Sentinel Network Data Book 2023: Imposter Scams using AI Voice Cloning*. Washington, D.C.: FTC. <https://www.ftc.gov/consumer-sentinel-network-data-book-2023-imposter-scams-using-ai-voice-cloning>
- Vosoughi, S., Roy, D., & Aral, S. (2018). The spread of true and false news online. *Science*, 359(6380), 1146–1151. <https://doi.org/10.1126/science.aap9559>
- Bender, E. M., Gebru, T., McMillan-Major, A., & Shmitchell, S. (2021). On the dangers of stochastic parrots: Can language models be too big? *Proceedings of the 2021 ACM Conference on Fairness, Accountability, and Transparency*, 610–623.
- Weiser, B. (2023, June 22). Lawyers sanctioned for using ChatGPT to cite fake cases. *The New York Times*. <https://www.nytimes.com/2023/06/22/us/politics/chatgpt-lawyers-fake-cases.html>
- Floridi, L., Cows, J., Beltrametti, M., Chatila, R., Chazerand, P., Dignum, V., ... & Vayena, E. (2018). *AI4People — An ethical framework for a good AI society*. *Minds and Machines*, 28(4), 689–707.



โลกเปลี่ยน **AI** เปลี่ยน...
แล้วเราอยู่ตรงไหน?

About Me

จบปริญญาเอกสาขาวิชาภาษาศาสตร์ ปัจจุบันสอนและทำวิจัยเรื่องเสียงพูด การเปลี่ยนแปลงของภาษา และความเป็นพหุภาษา ความสนใจหลักคือการทำความเข้าใจว่าภาษาเชื่อมโยงกับอัตลักษณ์ วัฒนธรรม และการใช้ชีวิตของผู้คนอย่างไร นอกจากงานด้านภาษาศาสตร์ ยังสนใจเรื่อง AI เพราะมองว่าเทคโนโลยีนี้ ไม่ใช่แค่เครื่องมือ แต่เป็นสิ่งที่เปลี่ยนวิธีที่เราศึกษาภาษา เข้าถึงข้อมูล และสื่อสารกัน โดยเชื่อว่าการมาของ AI จะส่งผลต่อผู้คนและสังคม ทั้งในแง่ที่เปิดโอกาสใหม่ ๆ และในแง่ความท้าทายต่อการเรียนรู้และการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็ว

พศ.ดร.สราวุธ ไตรส.eu



อาจารย์ประจำหลักสูตรภาษาศาสตร์
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย

"ตึกมหา มานะ

ทิฏฐิ: 3 เลนส์อคติ

ที่ขวางกั้นความจริง
ในยุค AI"

ปัญญาประดิษฐ์: สื่อที่เป็นเสมือน “แก้วสารพัดนึก” ของมนุษย์ในยุค
ปัจจุบัน

ในยุคที่ปัญญาประดิษฐ์ (AI) เป็นเสมือนส่วนหนึ่งของร่างกายมนุษย์ และมีบทบาทในการช่วยเหลือมนุษย์อย่างมาก เช่น การค้นหาข้อมูล หาความรู้ได้แทบทุก ๆ เรื่อง ช่วยวิเคราะห์ข้อมูลที่ซับซ้อนได้อย่างรวดเร็ว ช่วยสรุปเนื้อหาสาระที่ยาวให้เราเข้าใจได้ง่ายขึ้น และยังสามารถสร้างโมเดล หรือสิ่งเสมือนจริงขึ้นมา ไม่ว่าจะเป็นข้อความ ภาพ เสียง ช่วยให้การคาดการณ์ การตัดสินใจ รวมถึงการดำเนินการมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ด้วยเหตุเหล่านี้ สำหรับคนจำนวนมาก AI จึงกลายเป็น “แก้วสารพัดนึก” ที่สามารถเสก หรือดลบันดาลให้เกิดสิ่งที่มีมนุษย์ไม่สามารถทำได้ด้วยตนเอง กลายเป็นสัญลักษณ์ของความแม่นยำ เทียบตรง น่าเชื่อถือ และยืนยันความถูกต้องอีกด้วย ในที่สุด AI จึงกลายเป็น “ที่พึ่ง” สำหรับหลาย ๆ คนไปเสียแล้ว แต่ในอีกมุมหนึ่ง การสร้างความสมจริงที่แนบเนียน จนมนุษย์เราเริ่มแยกไม่ค่อนอกจากสิ่งใดเป็นของจริง หรือสิ่งใดถูก AI สร้างขึ้นมา ดังนั้นหากข้อมูลที่ AI สร้างขึ้นมาเกิดความคลาดเคลื่อน หรือสร้างข้อมูลเกินจริง จึงอาจเกิดความผิดพลาดในการตัดสินใจ และส่งผลกระทบในทางลบเกิดขึ้นมากมาย ยิ่งกลุ่มผู้สูงอายุบางท่านที่ไม่ได้คุ้นเคยกับการใช้ AI เป็นประจำ ย่อมง่ายต่อการหลงเชื่อสิ่งที่ AI สร้างขึ้น ซึ่งหากมีจรรยาบรรณ นำ AI ไปใช้หลอกลวง เช่น การโฆษณาชวนเชื่อที่แสดงภาพและเสียงของผู้ที่มีชื่อเสียงได้อย่างสมจริง การปลอมเสียงเป็นคนที่เรารู้จัก การใช้

ธีรพงษ์ บุญรักษา

ภาพเคลื่อนไหวที่หลอกกว่าเป็นเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานราชการ เป็นต้น จึงยอมง่ายต่อการหลงเชื่อ และเกิดความเสียหายอย่างคาดไม่ถึง

ข้อจำกัดของ AI ที่มนุษย์ยินดีจะละเลย

อย่างไรก็ตาม แม้ AI จะถูกมองว่าเป็นเครื่องมือที่แม่นยำและเป็นกลาง แต่ในทางเทคนิคแล้ว AI ไม่ได้ “เข้าใจ” ความหมายของข้อมูลอย่างที่มนุษย์เข้าใจได้อย่างสมบูรณ์แบบ หากแต่ประมวลผลจากรูปแบบและความน่าจะเป็นของข้อมูลที่ได้รับจากฐานข้อมูลเท่านั้น ซึ่งแปลว่าหากมีการดึงข้อมูลได้มาก AI ก็จะสามารถนำข้อมูลดังกล่าวมาประมวลและหาข้อสรุปให้กับเรา ดังนั้น หาก AI นำเข้าข้อมูลที่ผิดพลาดจำนวนมาก ๆ การประมวลก็เกิดความคลาดเคลื่อนตามไปด้วย นักวิชาการหลายท่านชี้ว่า AI สามารถสร้างข้อมูลที่คลาดเคลื่อนหรือเกินจริงได้โดยไม่รู้ตัว ซึ่งเรียกปรากฏการณ์นี้ว่า “Hallucination” กล่าวคือ การสร้างคำตอบที่ดูสมเหตุสมผล แต่ไม่มีข้อเท็จจริงรองรับ¹ นอกจากนี้ AI ยังไม่มีเจตนา ไม่มีศีลธรรม และไม่สามารถรับผิดชอบต่อผลลัพธ์ของการตัดสินใจได้ ดังนั้น ความถูกต้องหรือไม่ถูกต้องของข้อมูลจึงขึ้นอยู่กับวิธีที่มนุษย์นำไปใช้

ความคลาดเคลื่อนที่เกิดจากกระบวนการภายในของมนุษย์

คำถามสำคัญอยู่ที่ว่า “เหตุใดมนุษย์จึงเชื่อมั่นต่อข้อมูล เชื่อถือต่อการตัดสินใจของ AI ถึงแม้รู้ว่าอาจมีความคลาดเคลื่อน” ความผิดพลาดจำนวนไม่น้อย ไม่ได้เกิดจากเทคโนโลยีโดยตรง หากเกิดจากกระบวนการรับรู้และการตัดสินใจของมนุษย์เอง กล่าวคือ มนุษย์ไม่ได้มองข้อมูลอย่างเป็นกลางเสมอไป แต่ตีความข้อมูลผ่านกรอบความคิด ความเชื่อ และประสบการณ์ของตน ซึ่งเปรียบเสมือน “เลนส์” ที่มนุษย์แต่ละคนใส่มองและใช้ประเมิน ตัดสินสิ่งต่าง ๆ

จิตวิทยาสมัยใหม่อธิบายว่า มนุษย์มี “อคติทางความคิด” (Cognitive Bias) ซึ่งเป็นกลไกภายในของมนุษย์ที่ช่วยให้เราตัดสินใจได้รวดเร็วในสถานการณ์ที่ข้อมูลซับซ้อน แต่ในขณะเดียวกัน กลไกนี้ก็อาจทำให้การตัดสินใจคลาดเคลื่อนได้^{2, 3} ตัวอย่างอคติที่พบได้บ่อย เช่น

Confirmation Bias การเลือกเชื่อหรือให้ความสำคัญกับข้อมูลที่สอดคล้องกับความคิดเดิม และมองข้ามข้อมูลที่ขัดแย้งกับความเชื่อของตน

Overconfidence Bias ความมั่นใจเกินระดับความรู้ที่มี จึงประเมินความถูกต้องของตนสูงเกินจริง

Authority Bias การเชื่อข้อมูลเพราะเห็นว่าแหล่งที่มาดูน่าเชื่อถือ เช่น มีภาพผู้เชี่ยวชาญ เครื่องแบบ หรือสัญลักษณ์ของหน่วยงานราชการ

เมื่อ AI สามารถสร้างคำตอบได้รวดเร็ว ใช้ภาษาที่ดูเป็นเหตุเป็นผล และจัดรูปแบบให้น่าเชื่อถือ อคติทางความคิดเหล่านี้จึงถูกกระตุ้นให้ทำงานง่ายขึ้น เราอาจรู้ว่า AI อาจผิดพลาดได้ แต่ในระดับจิตใต้สำนึก ความมั่นใจ ความคุ้นเคย และความต้องการความแน่นอน กลับทำให้เรา “รู้สึกว่าจะได้”

“ค้นหา มานะ ทวิฐิ” เลนส์ สำหรับการสร้าง “เมืองในจินตนาการ”

หากอคติทางความคิดเป็นคำอธิบายในภาษาจิตวิทยา พุทธศาสนาได้อธิบายกลไกเดียวกันไว้ในอีกภาษาหนึ่ง คือ “ค้นหา มานะ และทวิฐิ” สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ปอ.ปยุตโต) ได้อธิบายว่า ธรรมทั้งสามประการนี้เป็นกระบวนการของจิตที่ทำให้เกิดความยึดมั่นถือมั่น และขยายความคิดปรุงแต่งออกไปจนห่างไกลจากความเป็นจริง ในพระไตรปิฎกธรรมทั้งสามนี้ยังถูกจัดอยู่ในกลุ่มที่เรียกว่า “ปัญจธรรม” คือ ธรรมที่ทำให้จิตฟุ้งซาย สร้างเรื่องราวและความหมายเกินกว่าข้อเท็จจริงที่ปรากฏ⁴

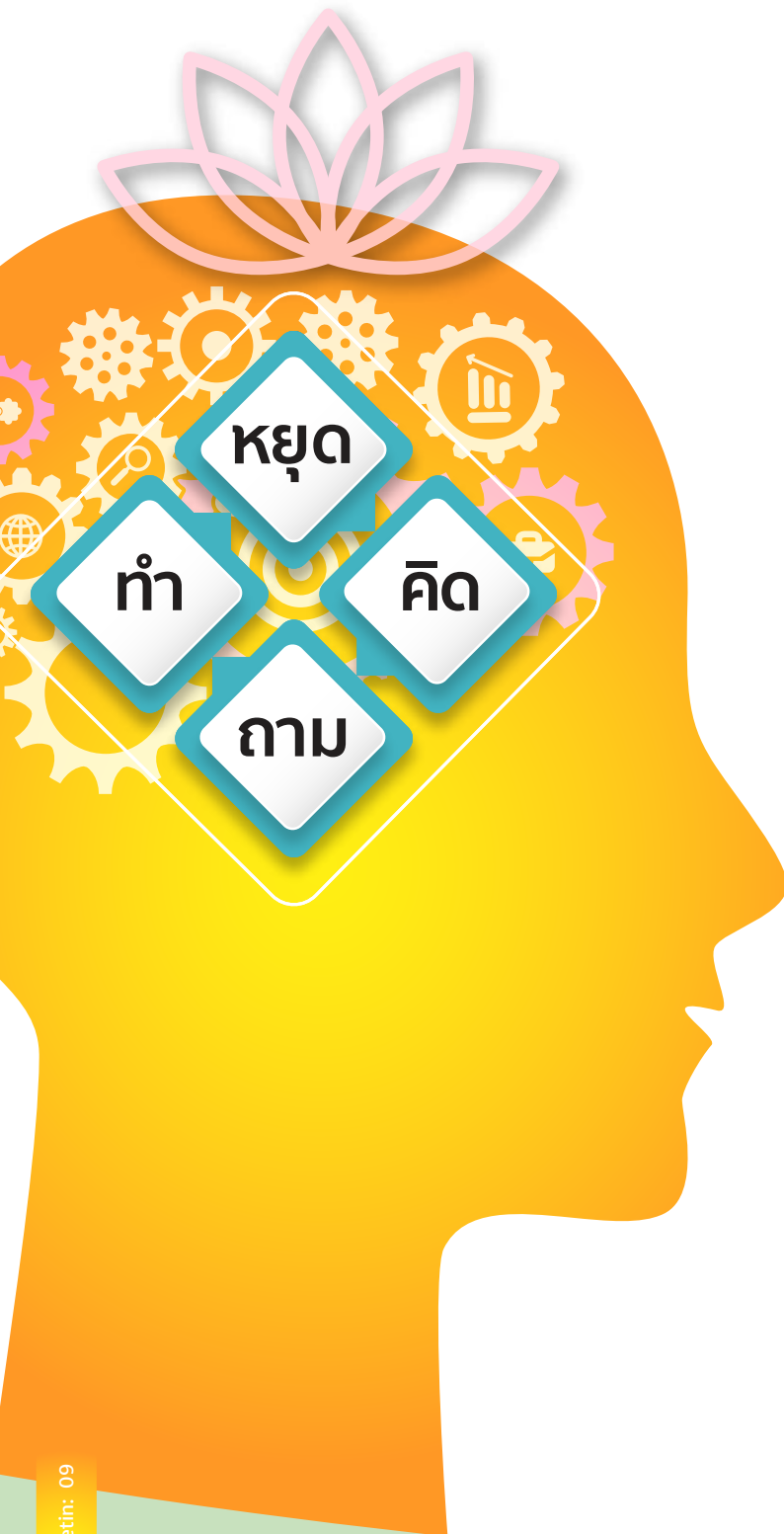
เมื่อนำมาพิจารณาในบริบทของ AI จึงอาจกล่าวได้ว่า ค้นหา มานะ และทวิฐิ เปรียบเสมือนเลนส์ที่กำหนดว่าเราจะรับรู้ข้อมูลอย่างไร และจะสร้าง “เมืองในจินตนาการ” แบบใดขึ้นในใจของเรา

ค้นหา คือ ความอยาก ความทะยานอยาก⁴ เมื่อเราอยากได้คำตอบที่รวดเร็ว อยากเห็นผลลัพธ์ที่ตรงใจ AI ก็สามารถสร้างคำตอบที่ตอบสนองความอยากนั้นได้ การตัดสินใจจึงขึ้นอยู่กับฐานของความหวัง ความกลัว หรือความต้องการส่วนตัว มากกว่าการพิจารณาอย่างรอบคอบ

มานะ คือ ความสำคัญตน หรือการเปรียบตนกับผู้อื่น⁴ เมื่อได้รับคำตอบจาก AI ที่ดูสมเหตุสมผล เราอาจเกิดความมั่นใจว่าเข้าใจแล้วรู้เพียงพอแล้ว รู้มากกว่าคนอื่นที่ใช้ AI ไม่เป็นเสียอีก ทั้งที่ยังไม่ได้ตรวจสอบอย่างรอบด้าน เราจึงมั่นใจว่าสิ่งที่ AI บอกเป็นจริงแล้วเสมอ

ทวิฐิ คือ ความเห็นหรือความเชื่อที่ยึดถือ หากยึดมั่นโดยไม่เปิดรับเหตุผลเพิ่มเติม อาจกลายเป็นมิจฉาทิฐิ⁴ เมื่อ AI สร้างคำตอบที่สอดคล้องกับกรอบความคิดของเรา ทิฐิจึงได้รับการเสริมพลัง สิ่งที่เราคิดจึงไม่ใช่ภาพสะท้อนของความจริงทั้งหมด แต่เป็นภาพสะท้อนของความเชื่อที่เราเลือกยืนยัน

ดังนั้น ปัญหาในยุค AI จึงมิได้อยู่เพียงที่เทคโนโลยี แต่เป็นปัญหาของการไม่รู้เท่าทันกระบวนการภายในของตนเอง กล่าวอีกนัยหนึ่ง



AI อาจช่วยสร้างโลกเหมือนแต่
คัมภีร์ มานะ และทฤษฎี
ต่างหาก ที่ช่วยสร้าง "โลกในใจ" ของเรา
จนทำให้เรา "ไม่รู้...เราไม่รู้"
แต่เรากลับสร้างความจริงขึ้น
มาแทนการแสวงหาความจริง

AI อาจช่วยสร้างโลกเหมือนแต่ คัมภีร์ มานะ และทฤษฎี ต่างหาก ที่ช่วย
สร้าง "โลกในใจ" ของเรา จนทำให้เรา "ไม่รู้...เราไม่รู้" แต่เรากลับ
สร้างความจริงขึ้นมาแทนการแสวงหาความจริง

แนวทางลดความคลาดเคลื่อนด้วย “หยุด คิด ถาม ทำ”

เมื่อพิจารณาว่า ความคลาดเคลื่อนในยุค AI มิได้เกิดจากเทคโนโลยี
เพียงอย่างเดียว หากเกิดจากเลนส์ภายในของมนุษย์ด้วย คำถามสำคัญจึง
ไม่ใช่เพียงว่า “AI จะถูกต้องเพียงใด” แต่คือ “เราจะใช้ใจแบบใดในการรับ
ข้อมูล” บทความนี้จะขอเสนอคาถา “หยุด คิด ถาม ทำ” เป็นเครื่องมือ
ช่วยลดความเสี่ยงจากปัญญาธรรม หรืออคติทางความคิด ดังนี้

“หยุด” ก่อนเชื่อ ก่อนแชร์ ก่อนตัดสินใจ เพื่อให้เกิดสติ จนสามารถ
ตัดวงจรความคิดอคติ หรือต้นเหตุที่เกิดขึ้นอัตโนมัติจากกลไกภายใน

“คิด” ตรวจสอบด้วยเหตุผล เช่น คิดว่าข้อมูลมีแหล่งที่มาชัดเจน
หรือไม่ มีหลักฐานสนับสนุนหรือไม่ เรากำลังเชื่อเพราะข้อมูลนี้ตรงกับอคติ
ของเราหรือไม่ เรากำลังถูกอิทธิพลของคัมภีร์ มานะ ทฤษฎี ครอบงำอยู่หรือไม่

รายการอ้างอิง

- 1 Bender, E. M., Gebru, T., McMillan-Major, A., & Shmitchell, S. (2021). On the dangers of stochastic parrots: Can language models be too big? *Proceedings of the 2021 ACM Conference on Fairness, Accountability, and Transparency (FAccT '21)*, 610–623. <https://doi.org/10.1145/3442188.3445922>
- 2 Tversky, A., & Kahneman, D. (1974). Judgment under uncertainty: Heuristics and biases. *Science*, 185(4157), 1124–1131. <https://doi.org/10.1126/science.185.4157.1124>
- 3 Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. Farrar, Straus and Giroux.
- 4 สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2564). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 43, นนทบุรี: ศูนย์พัฒนาวิชาชีพ พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน. https://www.watnyanaves.net/uploads/File/books/pdf/dictionary_of_buddhism_pro-muan-dhaama.pdf

“**ถาม**” คือ การตรวจสอบ และค้นหาความจริง และเปิดรับพื้นที่ให้ข้อมูลที่แตกต่างจากความเชื่อของตน

“**ทำ**” คือ การตัดสินใจและลงมือทำอย่างรอบคอบ ผ่านกระบวนการ “หยุด” “คิด” และ “ถาม” แล้ว โดยคำนึงถึงผลกระทบที่จะตามมาทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

กล่าวโดยสรุป AI อาจเป็น “แก้วสารพัดนึก” ของมนุษย์ในยุคปัจจุบัน แต่สิ่งที่ AI สร้างขึ้นมานั้น เป็นสิ่งจำลองที่อาจไม่ถูกต้องเสมอไป หากมนุษย์ไม่รู้เท่าทัน ตัณหา มานะ และทิฐิ AI มนุษย์อาจหลงติดกับดักอยู่ใน “เมืองจินตนาการ” ที่งดงามแต่ไม่สอดคล้องกับความจริง ดังนั้นการพัฒนา AI Literacy จึงไม่ควรจำกัดอยู่เพียงการเข้าใจเทคโนโลยี แต่ควรเป็น การพัฒนาใจให้มีสติ กล้ายอมรับความไม่รู้ และเปิดพื้นที่ให้เกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ในโลกแห่ง “ความจริงที่ถูกประกอบสร้างขึ้นใหม่” อยู่ตลอดเวลา

About Me

ปริญญาเอกด้านบริหารธุรกิจ เน้นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในองค์กร เป็นนักวิจัยด้านผู้สูงอายุกับการรู้ทันสื่อ สมรรถนะด้านวัฒนธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาด้านแรงงานข้ามชาติ และเป็นอาจารย์สอนในสาขาการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรมเพื่อการบริหาร มีความสนใจด้านพุทธศาสนากับการพัฒนามนุษย์และองค์กร มีความเชื่อว่าการสื่อสารเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาความสุขของมนุษย์ และสร้างสันติภาพให้แก่สังคม

ผศ. ดร.ธีรพงษ์ บุญรักษา



อาจารย์ประจำหลักสูตรภาษาและการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย

AI กับผู้สูงอายุ:

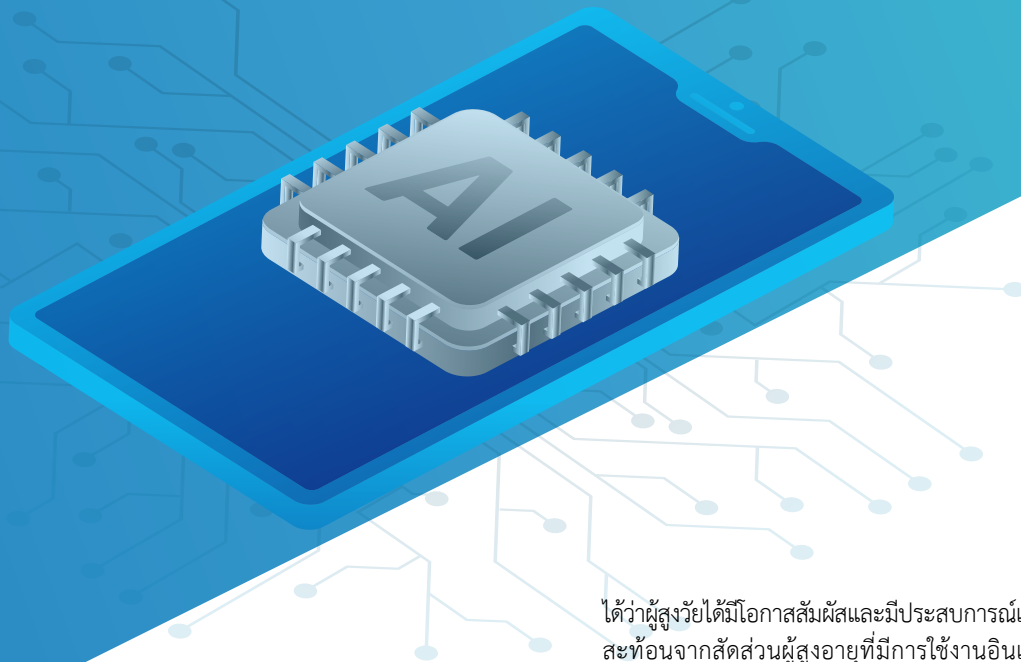
เมื่อชีวิตต้องเผชิญกับ
กำแพงล่องหน
ในโลกปัญญาประดิษฐ์

นันทิยา ดวงกุ่มเมศ

ในโลกที่ขับเคลื่อนด้วยอัลกอริทึมและปัญญาประดิษฐ์ (AI) คนทุกช่วงวัยต่างก็พยายามเรียนรู้และใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีที่ก้าวล้ำนี้ ไม่ว่าจะเป็นการศึกษา การค้นหาข้อมูล การดูแลสุขภาพ ความบันเทิง การบำบัดความเหงา การทำงาน หรือแม้กระทั่งการปฏิบัติธรรม แต่ในชีวิตของคนบางกลุ่ม เรากำลังมองเห็นภาพความล้าสมัยที่มาพร้อมกับ “ช่องว่างทางดิจิทัล” ที่ขยายกว้างขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุที่กำลังยืนอยู่บนเส้นทางของความเปลี่ยนแปลงในการใช้ชีวิตที่เคลื่อนไปสู่สังคมไร้เงินสด (Cashless Society) และโลกออนไลน์ ทำให้ต้องทำธุรกรรมผ่านแอปพลิเคชัน หรือแพลตฟอร์มออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นการใช้จ่ายใช้สอยในชีวิตประจำวัน การทำธุรกรรมทางการเงิน หรือการพูดคุยกับเซพบอดของหน่วยงานที่คอยรับเรื่องราวแทนคน

สำหรับคนรุ่นใหม่ AI อาจหมายถึงความสะดวกสบายและความรวดเร็ว แต่สำหรับผู้สูงอายุจำนวนมาก เทคโนโลยีนี้กลับก่อให้เกิดความสับสนในการใช้ชีวิตและการถูกตีตราว่า “ล้าหลัง” AI ที่ถาโถมเข้ามาในชีวิตก่อให้เกิดรอยแยกระหว่างวัย และความเสี่ยงในการดำเนินชีวิตซึ่งเกิดจาก **ความไม่รู้** ที่ทำให้ผู้สูงอายุหลงทางและหลุดลอยจากวงโคจรสังคม นำไปสู่ **ความกลัว** จากภัยไซเบอร์ที่ทำให้ต้องอยู่อย่างหวาดหวั่น





และ**ความท้าทายของการไม่สนใจ** เพราะมองว่าในช่วงเวลาชีวิตที่เหลืออยู่ ไม่มีความจำเป็นต้องเพิ่มความเครียดในการเรียนรู้เทคโนโลยีเหล่านี้ ทั้งนี้ สภาวะเหล่านี้ไม่ได้เป็นเพียงแค่ความรู้สึกส่วนบุคคล แต่เป็นภาพสะท้อนของวิกฤตความเหลื่อมล้ำทางดิจิทัลในยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและตลอดเวลา

ความไม่รู้

ความไม่รู้ กลายเป็นหมอกหนาที่แผ่ปกคลุมชีวิตผู้สูงอายุได้โดยไม่ทันรู้ตัว และสร้างช่องว่างทางดิจิทัลที่กว้างขึ้นอย่างชัดเจน ซึ่งจากตัวเลขทางสถิติและดัชนีชี้วัดความฉลาดรู้ด้านดิจิทัล (Digital Literacy) จะพบว่า สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ไม่รู้จัก และไม่เข้าใจ AI นั้นมีมากกว่าช่วงวัยอื่น¹ โดยผลการสำรวจการรับรู้ AI ของประชากรอายุ 18 ปีขึ้นไปใน 25 ประเทศทั่วโลก ปี 2025 ของ Pew Research Center ชี้ว่า มีเพียง 47% เคยได้ยินหรืออ่านเกี่ยวกับ AI อยู่บ้าง และ 14% ไม่เคยได้ยินหรือรู้จักเลย และกลุ่มที่อายุ 50 ปีขึ้นไปมีการรับรู้ น้อยกว่ากลุ่มที่มีอายุระหว่าง 18-49 ปี ในทุกประเทศ² อีกทั้งผู้สูงอายุจำนวนมากยังติดอยู่กับภาพจำว่า AI คือ “หุ่นยนต์ในหนังไซไฟ”³

สำหรับในประเทศไทยก็เช่นกัน แม้ว่าจะยังไม่มีข้อมูลที่ชัดเจนในแง่จำนวนและลักษณะการใช้งาน AI ของผู้สูงอายุไทย แต่ก็พอจะคาดการณ์

ได้ว่าผู้สูงอายุได้มีโอกาสสัมผัสและมีประสบการณ์เกี่ยวกับ AI อย่างแน่นอน สะท้อนจากสัดส่วนผู้สูงอายุที่มีการใช้งานอินเทอร์เน็ตสูงถึง 62.1%⁴ อีกทั้งมีแนวโน้มการใช้งานสื่อออนไลน์เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะแพลตฟอร์มยอดนิยม เช่น ไลน์ เฟซบุ๊ก ยูทูบ และ ดิจิต็อก⁵ การใช้งานแอปพลิเคชันและอุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น การใช้ผู้ช่วยเสียงสั่งงาน การดูวิดีโอที่ระบบเลือกให้โดยอัตโนมัติ หรือการแชทกับระบบตอบกลับอัตโนมัติ⁶ อย่างไรก็ตาม การตื่นตัวและรับรู้เรื่อง AI จะยังกระจุกอยู่ที่ผู้สูงอายุในเมืองที่มีความพร้อม ในแง่ของโครงสร้างพื้นฐานทางดิจิทัล และความสามารถในการครอบครองอุปกรณ์ที่เหมาะสม ในขณะที่ผู้สูงอายุในชนบทก็ยังคงมีปัญหาการเข้าถึงและการใช้งาน เนื่องจากขาดโครงสร้างพื้นฐานทางดิจิทัลและอุปกรณ์ที่รองรับการใช้งาน⁴ ที่สำคัญ ผู้สูงอายุไทยก็ยังเข้าใจว่า AI เป็นหุ่นยนต์ประเภทหนึ่ง และไม่ตระหนักว่าเทคโนโลยีที่ตนใช้อยู่เป็นการทำงานของ AI ไม่รู้ว่าแท้จริงแล้ว AI ทำงานอย่างไร และมีอิทธิพลต่อการใช้ชีวิต ความคิด และพฤติกรรมของตนในลักษณะใดบ้าง

ความกลัว

ข้อจำกัดเรื่องความรู้ความเข้าใจในเรื่องกลไกการทำงานของ AI ทำให้ผู้สูงอายุไม่ตระหนักว่า แท้จริงแล้ว AI ได้ฝังตัวอยู่ในชีวิตประจำวันอย่างแนบเนียน ทั้งในรูปแบบอัลกอริทึมจัดลำดับเนื้อหาบนสื่อสังคมออนไลน์ เช่น อัลกอริทึมแนะนำสินค้าในเฟซบุ๊กหรือวิดีโอในยูทูบ หรือแม้แต่ระบบสั่งการด้วยเสียงในชุดแอปพลิเคชัน ส่งผลให้ชีวิตตกอยู่ในความเสี่ยงโดยไม่ทันรู้ตัว หวาดระแวงที่จะเสียรู้ เสียทรัพย์สินจากมิจฉาชีพที่ใช้ AI สร้าง “สื่อสังเคราะห์” หรือ ของปลอม ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น สื่อปลอมเชิงลึก (Deepfake) เพื่อหลอกลวง หรือแอบอ้างบุคคลที่ผู้สูงอายุไว้วางใจ โดยเครื่องมือที่ใช้สร้างสื่อปลอมเหล่านี้มีหลายประเภท⁷ เช่น



ก้าวข้ามช่องว่าง แห่งความไม่รู้ สู่การเป็นผู้ใช้ AI อย่างเท่าทัน

(SOC) อธิบายว่า ผู้สูงอายุมักจะใช้พลังงานสมองกับสิ่งที่คุ้นเคย ให้ความสุข และอยู่ในขอบเขตที่ตนควบคุมได้ มากกว่าการพยายามเรียนรู้สิ่งใหม่ที่ซับซ้อน ด้วยเหตุที่ว่าเมื่ออายุมากขึ้น จะเกิดการเสื่อมถอยทั้งร่างกาย และพลังสมอง (ความจำ การประมวลผล) ทำให้ผู้สูงวัยต้องจัดสรรการใช้ พลังงานกับสิ่งที่ตนเองเห็นว่าสำคัญหรือคุ้มค่ากว่า จึงมัก “เลือก” ทำ ในสิ่งที่คุ้นเคย ให้ความสุขทางใจ รู้สึกมั่นใจ และไม่ต้องใช้พลังงานมาก⁸ ดังนั้น ผู้สูงอายุจึงมักจะหลีกเลี่ยงการเรียนรู้ AI เพราะมองว่าเป็นเรื่อง “ยาก” ซับซ้อน สร้างความเครียดและลดทอนความมั่นใจ

ก้าวข้ามช่องว่างแห่งความไม่รู้ สู่การเป็นผู้ใช้ AI อย่างเท่าทัน

การพาผู้สูงอายุก้าวข้ามกำแพงของความไม่รู้จัก AI ต้องไม่ใช่การ บังคับให้ผู้สูงอายุเป็นผู้เชี่ยวชาญ แต่ต้องสร้างพื้นที่ปลอดภัยในการเรียนรู้ ที่จะไม่ถูกคนวัยอื่นตีตราว่า “ช้า ไม่ทันโลก” เพื่อให้ความไม่รู้ถูกแทนที่ ด้วยความเข้าใจว่า AI ทำงานในลักษณะ “โครงข่ายประสาทเทียม” (Neural Networks) ที่เลียนแบบลักษณะการทำงานของสมองมนุษย์ ซึ่งมีเซลล์ประสาทนับพันล้านตัวที่เชื่อมต่อกัน เพื่อช่วยให้เราแยกแยะ ข้อมูลที่ได้รับจากประสาทสัมผัสได้ AI ก็ใช้วิธีเดียวกันนี้ในการเรียนรู้ข้อมูล โดยที่แบ่งการทำงานออกเป็น 3 ชั้นหลัก เริ่มจากชั้นรับข้อมูลหรือคำสั่ง ของเราเข้ามาก่อน จากนั้นก็จะเป็นชั้นของการประมวลผล ที่มีการวาง ข้อมูลซ้อนกันหลายๆ ชั้น เพื่อช่วยวิเคราะห์ลักษณะเด่นต่าง ๆ ออกมา ทั้งหมด แล้วจึงวิเคราะห์และประมวลผลสรุปเป็นผลลัพธ์ออกมา ซึ่งถือเป็นขั้นสุดท้ายของการทำงานของกลไกที่เปรียบเสมือนสมองของมนุษย์นี้ นั่นคือ **AI เป็นระบบที่เรียนรู้จาก “ข้อมูล” ที่ถูกป้อนเข้าไปโดยมนุษย์**

ในส่วนของความกลัว จะลดลงถ้าสร้างทักษะในการใช้อย่างรู้เท่าทัน หรือ AI Literacy ซึ่งไม่ใช่แค่การ “ใช้ AI เป็น” แต่คือกลุ่มสมรรถนะที่ช่วยให้บุคคลเข้าใจ (Understand) รู้ว่า AI คืออะไร ทำงานอย่างไร จะมีปฏิสัมพันธ์หรือใช้เครื่องมือ AI ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร สามารถประเมิน (Evaluate) แยกแยะผลลัพธ์จาก AI ได้ว่า เชื่อถือได้หรือไม่ (เช่น การแยกแยะ Fake News) และมีจริยธรรม (Ethics) ในการใช้ นั่นคือตระหนักถึงความเป็นส่วนตัวและความเป็นส่วนตัวของอัลกอริทึม

• ระบบแปลงข้อความเป็นภาพ เช่น Stable Diffusion, DALL-E, Midjourney

• ระบบแปลงข้อความเป็นวิดีโอ เช่น Stable Diffusion Videos, RunwayML, Lumen5, Invideo, Pika.art, Sora

• ระบบแปลงภาพเป็นวิดีโอ เช่น Pika.art

• ระบบสร้างวิดีโอพร้อมตัวละครและเสียงพูด เช่น Genmo, Pika.art, SteveAI, RunwayML

วิธีการที่แนบเนียนเหล่านี้ ทำให้ผู้สูงอายุตกเป็นเหยื่อได้ง่ายดาย โดยจะเห็นได้จากจำนวนผู้สูงอายุไทยที่ตกเป็นเหยื่อการถูกหลอกลวงออนไลน์เพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง

ความไม่สนใจ

บ่อยครั้งที่ความไม่รู้เกิดจากความตั้งใจที่จะ “ไม่รับรู้” ซึ่งเกิดจากความคิดว่า AI เป็นเรื่องที่ซับซ้อนและคงไม่จำเป็นนักสำหรับชีวิตที่เหลืออยู่ที่จะต้องมาเคร่งเครียดทำความรู้จักกับเทคโนโลยีนี้ ทำให้ไม่สนใจที่จะเรียนรู้ ซึ่งตามแนวคิด Selective Optimization with Compensation



สำหรับการสร้างความสนใจ มาจากการชี้ถึงอิทธิพลทางบวกว่า หากเข้าใจและใช้ AI เป็นจะช่วยให้ชีวิตง่ายขึ้น ปลอดภัยขึ้น หรือสะดวกยิ่งขึ้น เช่น ใช้ AI ช่วยอ่านเอกสาร เตือนเรื่องการกินยา นัดหมายแพทย์ ให้คำอธิบายเรื่องสุขภาพ ขณะเดียวกันก็จำเป็นต้องสร้างความตระหนักรู้ ถึงอิทธิพลทางลบที่อาจแฝงมากับการใช้งาน AI ซึ่งทำให้ชีวิตอยู่ในความเสี่ยงและตกเป็นเหยื่อของมิจฉาชีพ ดังนั้น การสื่อสารจึงควรสร้างทั้ง ความหวังและความระมัดระวังไปพร้อมกัน และที่สำคัญคือต้องไม่ลดทอนมั่นใจและคุณค่าในตนเอง เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตในทุกจังหวะของการเปลี่ยนแปลงอย่างมั่นคงและมีศักดิ์ศรี

รายการอ้างอิง

- 1 Gran, A. B., Booth, P., & Bucher, T. (2021). To be or not to be algorithm aware: A question of new digital divide? *Information, Communication & Society*, 24(12), 1779–1796. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2020.1736124>
- 2 Poushter, J., Fagan, M., & Corichi, M. (2025, October 15). How people around the world view AI. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/global/2025/10/15/how-people-around-the-world-view-ai/>
- 3 Cave, S., & Dihal, K. (2020). The whiteness of AI. *Philosophy & Technology*, 33(4), 685–703. <https://doi.org/10.1007/s13347-020-00415-6>
- 4 สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2567). การสำรวจการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2567 (ไตรมาส 1). https://www.nso.go.th/nsoweb/storage/survey_detail/2024/20240531072624_68686.pdf
- 5 นันทิยา ดวงกุ่มเมต, ชวัญจิต ศศิวงศาโรจน์, อีรพงษ์ บุญรักษา, ณรงค์ พันธ์พินิจ, & จุรินทร์ แซ่จาง. (2568). เจาะลึกผู้สูงอายุไทย: วิถีชีวิต การใช้เวลา และการเรียนรู้ทางเทคโนโลยีด้วยตนเองสู่ปัญญาอนาคต [รายงานการวิจัย]. สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- 6 อุมารณ์ เมธนาสิ. (2568). ความพร้อมของผู้สูงอายุไทยต่อการใช้งานเทคโนโลยี AI: ศึกษาเชิงพรรณนา. *วารสาร มจร ปรัชญาปริทรรศน์*, 8(3), น. 470-483.
- 7 Hanif, M. S. (2024, May 29). Synthetic identities: The darker side of generative AI. *Forbes*. <https://www.forbes.com/councils/forbestechcouncil/2024/05/29/synthetic-identities-the-darker-side-of-generative-ai/>
- 8 Bajor, J. K., & Balties, B. B. (2003). The relationship between selection optimization with compensation, conscientiousness, motivation, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 347–367. [https://doi.org/10.1016/S0001-8791\(02\)00035-0](https://doi.org/10.1016/S0001-8791(02)00035-0)

About Me

ปริญญาเอก Journalism Studies เน้นด้านสื่อและวัฒนธรรมศึกษา เป็นนักวิจัยด้านผู้สูงอายุกับการรู้หนังสือ การสื่อสารและปรับตัวระหว่างวัฒนธรรมของผู้ย้ายถิ่น การสื่อสารอัตลักษณ์ของ LGBTQ+ และเป็นอาจารย์สอนแนวคิดและกลยุทธ์การสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม ที่สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล มีความสนใจเรื่องการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม การสื่อสารระหว่างวัย และมีมุมมองต่อผู้สูงอายุที่ไม่เอาอายุมาเป็นตัวตัดสินแต่ให้ความสำคัญกับศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์

รศ. ดร.นันทิยา ดวงกุ่มเมต

อาจารย์ประจำหลักสูตรภาษาและการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย





ปัญญาประดิษฐ์ กับปัญญาที่เสื่อมถอย: ความท้าทาย ของการรู้ทันสื่อในสังคมสูงวัย

บัวจิต ศศิวงศาโรจน์

ในช่วงเวลาไม่กี่ทศวรรษที่ผ่านมา โลกได้เปลี่ยนผ่านเข้าสู่สองกระแสสำคัญพร้อมกันอย่างน่าสนใจ กระแสแรกคือการก้าวเข้าสู่ “สังคมสูงวัย” อย่างรวดเร็ว หลายประเทศรวมถึงประเทศไทยกำลังมีสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นต่อเนื่องดังที่เราทราบกันแล้ว¹ อีกกระแสหนึ่งที่เกิดขึ้นพร้อมกันคือการก้าวเข้าสู่ “สังคมอัลกอริทึม” หรือสังคมที่ขับเคลื่อนด้วยปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence: AI) และระบบวิเคราะห์ข้อมูลขนาดใหญ่ อัลกอริทึมไม่ได้อยู่เพียงในห้องทดลองหรือบริษัทเทคโนโลยีอีกต่อไป แต่แทรกซึมอยู่ในชีวิตประจำวันของเรา ตั้งแต่ระบบแนะนำข่าวในโทรศัพท์มือถือ การคัดกรองเนื้อหาในสื่อสังคมออนไลน์ ไปจนถึงการช่วยวินิจฉัยโรคในโรงพยาบาล รายงาน AI Index ของมหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ดชี้ให้เห็นว่า การประยุกต์ใช้ AI ขยายตัวอย่างรวดเร็วทั้งในภาคธุรกิจ การแพทย์ และบริการสาธารณะ²

เมื่อสองกระแสนี้มาบรรจบกัน คำถามสำคัญจึงเกิดขึ้นว่า สังคมสูงวัยจะดำรงอยู่และปรับตัวอย่างไรในโลกที่ขับเคลื่อนด้วยอัลกอริทึม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อพิจารณาถึงประเด็น “ภาวะสมองเสื่อม” ซึ่งเป็นความท้าทายสำคัญด้านสุขภาพของผู้สูงอายุทั่วโลก องค์การอนามัยโลกระบุว่า ปัจจุบันมีผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมมากกว่า 55 ล้านคนทั่วโลก และมีผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้นเกือบ 10 ล้านคนต่อปี³ ภาวะสมองเสื่อมไม่ได้กระทบเพียงความจำ หากแต่ส่งผลต่อการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจ และความสามารถในการประเมินข้อมูล

AI ในฐานะผู้ตรวจจับและพยายสมอง

ในยุคที่เทคโนโลยีมีบทบาทในชีวิตประจำวันมากขึ้น ปัญญาประดิษฐ์กำลังถูกนำไปใช้ในด้านสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับสมองอย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะในบริบทของภาวะสมองเสื่อมซึ่งเป็นความท้าทายสำคัญในสังคมผู้สูงอายุทั่วโลก เทคโนโลยี AI มีศักยภาพไม่เพียงแต่ในการตรวจจับสัญญาณของโรคในระยะเริ่มต้น แต่ยังอาจทำหน้าที่เป็นเครื่องมือที่ช่วย “พยาย” สมองและสนับสนุนการดำรงชีวิตของผู้ที่มีภาวะความจำลดลงได้อย่างมีประสิทธิภาพ⁴⁻⁵

งานวิจัยในวงการประสาทวิทยาและข้อมูลวิทยาศาสตร์สุขภาพชี้ให้เห็นว่า AI สามารถวิเคราะห์ข้อมูลเชิงซ้อนจากแหล่งต่าง ๆ เช่น ภาพถ่ายสมอง (MRI หรือ CT Scan) รูปแบบการใช้ภาษา จังหวะการพูด และพฤติกรรมดิจิทัลเพื่อคาดการณ์การเสื่อมสภาพของสมองก่อนที่สัญญาณภายนอกจะปรากฏชัด⁶ การวิเคราะห์รูปแบบลึกลับของระบบข้อมูลลักษณะนี้เป็นสิ่งที่อาจตรวจสอบได้ยากโดยมนุษย์ แต่โมเดล Deep Learning สามารถประมวลผลได้อย่างรวดเร็วและแม่นยำกว่า ดังตัวอย่างงานวิจัยที่ใช้ AI วิเคราะห์ Speech Patterns หรือรูปแบบการพูดของผู้สูงอายุ เพื่อค้นหารูปแบบที่บ่งบอกถึงการเปลี่ยนแปลงของความคิดและการสื่อสาร ซึ่งพบว่าการเลือกข้อความหรือคำที่แตกต่างจากกลุ่มคนปกติช่วยวินิจฉัยผู้ที่อยู่ในระยะเริ่มต้นของการมีภาวะสมองเสื่อมได้⁷ ประโยชน์ของ AI ที่สามารถตรวจจับอาการผิดปกติตั้งแต่ในระยะแรก ๆ นี้ ทำให้แพทย์



สามารถวางแผนการดูแลหรือให้การรักษาได้ตั้งแต่เนิ่น ๆ ซึ่งเพิ่มโอกาสในการดูแลอย่างเหมาะสม และอาจชะลอการลุกลามของอาการได้ดีขึ้น

นอกจากนี้ AI ยังสามารถทำหน้าที่เป็น Cognitive Aid หรือ “ผู้ช่วยทางปัญญา” เช่น ระบบเตือนความจำในการกินยา การจัดตารางกิจกรรมประจำวัน หรือแอปพลิเคชันที่ออกแบบมาเพื่อฝึกสมองในรูปแบบเกมและแบบฝึกหัดที่ปรับตามระดับความสามารถของผู้ใช้ ซึ่งทั้งหมดนี้ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างอิสระและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น⁸

อย่างไรก็ตาม แม้ AI จะมีศักยภาพสูง แต่การนำมาใช้ต้องคำนึงถึงเรื่องความปลอดภัยของข้อมูลส่วนบุคคล ความเป็นธรรมในการวินิจฉัย และการออกแบบที่ให้ความเคารพศักดิ์ศรี ความเป็นส่วนตัว และสามารถที่เหลื่อของผู้สูงอายุเป็นหลัก เพื่อไม่ให้เทคโนโลยีกลายเป็นอุปสรรค แต่เป็น “พันธมิตร” ที่ช่วยดูแลและพยุงศักยภาพทางปัญญาของผู้สูงอายุ

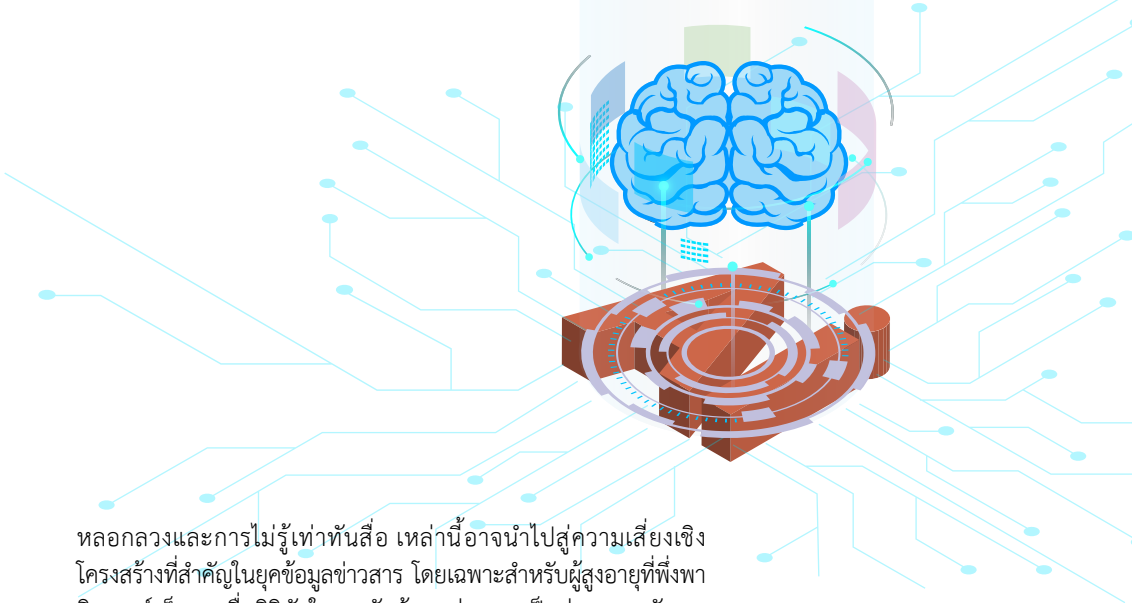
ภาวะสมองเสื่อมกับการเพิ่มความเสี่ยงด้านการรู้เท่าทันสื่อ

ในอีกด้านหนึ่ง AI กับผู้สูงอายุไม่ได้มีเพียงด้านบวกเพียงด้านเดียว หากนำมาพิจารณากับสภาวะสังคมในปัจจุบันที่ข้อมูลข่าวสารไหลเข้ามาอย่างไม่หยุดยั้ง ความสามารถในการประเมินและแยกแยะข้อมูลให้ถูกต้องและมีเหตุผล กลายเป็นทักษะสำคัญของคนทุกวัยโดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อภาวะสมองเสื่อมของสมอง ทั้งในระดับน้อย ๆ ไปจนถึงโรคสมองเสื่อมบางรูปแบบ เช่น อัลไซเมอร์ ภาวะเหล่านี้มีผลต่อหลายหน้าที่ทางปัญญาที่จำเป็นต่อการรับรู้ วิเคราะห์ และตัดสินใจเกี่ยวกับข้อมูลข่าวสารอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งทำให้ผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อมมีช่องโหว่เพิ่มขึ้นในการเข้าถึงและตัดสินใจข้อมูลข่าวสารอย่างปลอดภัย

หนึ่งในการทำงานของสมองด้านปัญญาที่ได้รับผลกระทบจากภาวะสมองเสื่อมคือ Executive Function ซึ่งเป็นระบบที่ควบคุมการวางแผน จัดลำดับความคิด และตัดสินใจ ความสามารถนี้มีความสำคัญต่อการประเมินความน่าเชื่อถือของแหล่งข้อมูลและการวิเคราะห์สิ่งที่พบในสื่อ การเสื่อมถอยใน Executive Function ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความยากลำบากในการจำ หรือแยกได้ยากว่าข้อมูลมาจากไหน (Source Monitoring) ผู้สูงอายุอาจยังจำเนื้อหาของข่าวได้ แต่ไม่สามารถจำแหล่งที่มาหรือบริบทของข่าวนั้นได้อย่างถูกต้อง ซึ่งส่งผลให้มีปัญหาในการตรวจสอบที่มาของข้อมูลและประเมินความน่าเชื่อถือของแหล่งข้อมูลอย่างเหมาะสม แต่จะพึ่งพา “ความคุ้นเคย” มากกว่าการตรวจสอบเหตุผล ส่งผลให้เสี่ยงต่อ False Memories และ Misinformation ปัญหานี้ยิ่งรุนแรงเมื่อข้อมูลถูกนำเสนอผ่านแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียที่ไม่ให้ข้อมูลต้นทางอย่างชัดเจน และอาศัยอัลกอริทึมแนะนำเนื้อหาเพื่อดึงดูดความสนใจ หรือทำให้รับสื่อนั้นบ่อย ๆ ผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะถูก “ดึงเข้าหาเนื้อหาที่สอดคล้องกับความเชื่อเดิม” การที่ผู้สูงอายุเห็นแต่เนื้อหาที่เสริมความเชื่อเดิมอย่างต่อเนื่องไม่เพียงแต่จำกัดมุมมอง แต่ยังทำให้ยากขึ้นในการแยกแยะข้อมูลปลอมและจริง โดยเฉพาะเมื่อความสามารถทางปัญญา (Cognitive Ability) ลดลง⁹

นอกจากนี้ ในโลกของข้อมูลข่าวสารที่ถูกจัดเรียงด้วยอัลกอริทึม ผู้ใช้สื่อที่เป็นผู้สูงอายุซึ่งมีภาวะสมองเสื่อมอาจเผชิญความเสี่ยงมากขึ้นจากความสามารถของ AI ในการสร้างและเลียนแบบเสียง ภาพ หรือแม้แต่แต่งข้อมูลให้ดูสมจริงอย่างแนบเนียน เทคโนโลยีอย่างการสร้างภาพ และวิดีโอปลอม หรือการเลียนเสียงบุคคลใกล้ชิด อาจทำให้ยากต่อการแยกแยะความจริงกับสิ่งที่ถูกสร้างขึ้น โดยเฉพาะเมื่อความจำและวิจารณญาณเริ่มถดถอย จึงเพิ่มความเปราะบางต่อการ

**เราจะออกแบบ ใช้งาน
และกำกับดูแล AI อย่างไร
ในสังคมสูงวัย
เพื่อไม่ให้ “ปัญญาประดิษฐ์”
กลายเป็นปัจจัยซ้ำเติม
“ปัญญาที่เสื่อมถอย”**



หลอกลวงและการไม่รู้เท่าทันสื่อ เหล่านี้อาจนำไปสู่ความเสี่ยงเชิงโครงสร้างที่สำคัญในยุคข้อมูลข่าวสาร โดยเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุที่พึ่งพาอินเทอร์เน็ตและสื่อดิจิทัลในการรับข้อมูลข่าวสารเป็นช่องทางหลัก

โดยรวม AI เปรียบเสมือนเหรียญสองด้าน ในด้านหนึ่งสามารถเป็น ‘เกราะป้องกัน’ ที่ช่วยตรวจจับและสนับสนุนการทำงานของสมอง ในอีกด้านหนึ่งก็สามารถเป็น ‘แหล่งความเสี่ยง’ ที่อาจเพิ่มความเปราะบางของผู้สูงอายุต่อข้อมูลที่ผิดและบิดเบือน ดังนั้น ประเด็นสำคัญไม่ได้อยู่ที่ว่า AI ดีหรือไม่ดี หากแต่อยู่ที่ว่า เราจะออกแบบ ใช้งาน และกำกับดูแล AI อย่างไรในสังคมสูงวัย เพื่อไม่ให้ “ปัญญาประดิษฐ์” กลายเป็นปัจจัยซ้ำเติม “ปัญหาที่เสื่อมถอย” แต่กลับเป็นเครื่องมือเสริมสร้างความมั่นคงทางปัญญา (Cognitive Security) ให้กับผู้สูงอายุ

About Me

ปริญญาเอกด้าน Demography เป็นนักวิจัยข้ามวัฒนธรรม สนใจผลพวงของความแตกต่างทางวัฒนธรรมที่เกิดจากการย้ายถิ่นและการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสู่สังคมสูงวัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะของบุคคลและสังคมในมิติของการอยู่ร่วมกันท่ามกลางความหลากหลายทางวัฒนธรรม การสูงวัยข้ามชาติและทุนทางวัฒนธรรมในการดูแลผู้สูงอายุ โดยยึดมั่นว่า “วัฒนธรรม” เป็นกุญแจสำคัญในการถอดรหัสการสื่อสาร ความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมในทุกช่วงชีวิตของมนุษย์

รศ. ดร.ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์

อาจารย์ประจำหลักสูตรวัฒนธรรมศึกษา
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย



อ้างอิง

- 1 World Health Organization. (2021). Ageing and health. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- 2 Stanford University. (2023). AI Index report 2023. <https://hai.stanford.edu/ai-index/2023-ai-index-report>
- 3 World Health Organization. (2023). Dementia. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>
- 4 Aljuhani, M., Ashraf, A., & Edison, P. (2024). Use of artificial intelligence in imaging dementia. *Cells*, 13, 1965. <https://doi.org/10.3390/cells13231965>
- 5 Shrestha, S., & Ghosh, A. (2025). Enhancing elderly care with AI: A review of artificial intelligence and machine learning applications. In *Proceedings of SoutheastCon 2025* (pp. 900–905). <https://doi.org/10.1109/southeastcon56624.2025.10971504>
- 6 Jo, T., Nho, K., & Saykin, A. J. (2019). Deep learning in Alzheimer's disease: Diagnostic classification and prognostic prediction using neuroimaging data. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 11, 220. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2019.00220>
- 7 Jiang, Y., & An, X. (2025). Speech differences between aged women with and without early Alzheimer's disease: Linguistic indicators of cognitive decline. *Acta Psychologica*, 256, 105008. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105008>
- 8 Lee-Cheong, S., Amanullah, S., & Jardine, M. (2022). New assistive technologies in dementia and mild cognitive impairment care: A PubMed review. *Asian Journal of Psychiatry*, 73, 103135. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2022.103135>
- 9 Pehlivanoglu, D., Lighthall, N., Lin, T., Chi, K., Polk, R., Perez, E., et al. (2022). Aging in an “infodemic”: The role of analytical reasoning, affect, and news consumption frequency on news veracity detection. *Journal of Experimental Psychology: Applied*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/xap0000426>

ระหว่าง ความหวัง ความระแวง และชีวิตจริง:

ปัญญาประดิษฐ์กับสุขภาพใจของผู้สูงอายุ

ณรงเดช พันระพุมบี

สังคมมนุษย์กำลังก้าวเข้าสู่วัยชราอย่างพร้อมเพรียงในหลาย ๆ ประเทศ รวากับนาฬิกาเรือนใหญ่ที่เดินไปในทิศทางเดียวกัน ผู้สูงอายุเพิ่มจำนวนขึ้น ขณะที่คำถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตในบั้นปลาย โดยเฉพาะเรื่องสุขภาพจิต กลับทวีความสำคัญยิ่งกว่าเดิม ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความเหงา และความเสื่อมถอยทางสติปัญญา มิได้เกิดขึ้นอย่างโดดเดี่ยว หากแต่เชื่อมโยงกับการแยกตัวทางสังคม โรคเรื้อรัง และการเข้าถึงบริการดูแลที่ยังไม่ทั่วถึง ในท่ามกลางบริบทเช่นนี้ ปัญญาประดิษฐ์ หรือ AI ได้ก้าวเข้ามาในฐานะ “ความหวังใหม่” ที่อาจช่วยพยุงสุขภาพทางจิตของผู้สูงอายุ พร้อม ๆ กับทั้งคำถามสำคัญไว้เบื้องหลังว่า เทคโนโลยีนี้จะเยียวยา หรือจะซ้ำเติมความเปราะบางของมนุษย์วัยปลายชีวิตกันแน่^{1, 2}

งานวิจัยจำนวนไม่น้อยชี้ให้เห็นว่า หากออกแบบและใช้อย่างระมัดระวัง AI สามารถเป็นผู้ช่วยที่อ่อนโยนต่อจิตใจของผู้สูงอายุได้

แชทบอต ระบบสนทนาอัตโนมัติ และหุ่นยนต์ช่วยเหลือทางสังคม ถูกพบว่าสามารถบรรเทาอาการซึมเศร้าและความวิตกกังวล โดยเฉพาะในช่วงเวลาสั้น ๆ และในกลุ่มที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพจิตอยู่แล้ว³

นอกจากนั้น AI ยังอาจทำหน้าที่เป็น “เพื่อนคุย” ในยามเงียบเหงา เป็นตัวกระตุ้นความจำ หรือเป็นผู้ช่วยจัดจังหวะชีวิตประจำวันให้มีความหมายมากขึ้น สำหรับผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง หรือมีโลกทางสังคมค่อย ๆ แคบลง เทคโนโลยีเหล่านี้อาจช่วยสร้างความรู้สึกเชื่อมโยง แม้จะมีอาจทดแทนมนุษย์ได้ทั้งหมด⁴ ในด้านสติปัญญา ระบบที่ขับเคลื่อนด้วย AI ยังสามารถออกแบบกิจกรรมเฉพาะบุคคล ช่วยฝึกความจำและการคิด ส่งผลให้การทำงานทางสติปัญญาดีขึ้นในระดับเล็กถึงปานกลาง⁵

อีกบทบาทหนึ่งที่น่าสนใจคือความสามารถของ AI ในการ “สังเกต” เห็นรายละเอียดเล็กน้อย” จากรูปแบบการพูด พฤติกรรม หรือข้อมูลสุขภาพ เพื่อบ่งชี้สัญญาณเริ่มต้นของภาวะซึมเศร้า หรือการเสื่อมถอย



วิธีการใช้ หลักฐานหลาย ๆ ชิ้นในปัจจุบันชี้ว่า AI สามารถมีบทบาทส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุได้ หากมนุษย์นำมาใช้อย่างมีจริยธรรม โปร่งใส และทำหน้าที่ “เสริม” ความสัมพันธ์ของมนุษย์ มากกว่าจะเข้ามาแทนที่การดูแลจากคนสู่คน ความท้าทายสำคัญจึงอยู่ที่การรักษา คักดิ์ศรี ความเป็นอิสระ และความหมายของชีวิตในวัยปลาย ให้คงอยู่ท่ามกลางกระแสเทคโนโลยี^{4, 8}

สำหรับประเทศไทย ซึ่งกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว ประเด็นเหล่านี้ยังมีความหมาย งานวิจัยในบริบทไทยเริ่มสะท้อนให้เห็นว่า แอปพลิเคชัน AI ที่ออกแบบให้สอดคล้องกับภาษา วัฒนธรรม และรูปแบบความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุไทย สามารถส่งผลเชิงบวกต่อสุขภาพจิตในระยะสั้นได้⁹ อย่างไรก็ตาม อนาคตของ AI ในการดูแลผู้สูงอายุไทย มิได้ขึ้นอยู่กับเทคโนโลยีเพียงลำพัง หากแต่ขึ้นอยู่กับ การกำกับดูแลทางจริยธรรม การมีส่วนร่วมของชุมชน และหัวใจของการดูแล ที่ยังคงยึดมนุษย์เป็นศูนย์กลาง เพื่อให้ AI เป็นเพียง “เพื่อนร่วมทาง” มิใช่ผู้มาแทนที่ความเอาใจใส่ที่มนุษย์พึงมีต่อกัน

ทางสติปัญญา ซึ่งอาจนำไปสู่การดูแลที่รวดเร็วและตรงจุดยิ่งขึ้น โดยเฉพาะในสังคมที่บุคลากรด้านสุขภาพจิตมีอยู่อย่างจำกัด⁶

อย่างไรก็ตาม ความหวังย่อมมาพร้อมความระแวง หาก AI ถูกใช้แทนที่ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ มากกว่าจะเป็นเพียงส่วนเสริม เทคโนโลยีอาจกลับกลายเป็นต้นเหตุของความโดดเดี่ยว งานวิจัยบางชิ้นชี้ว่า ระบบ AI ที่ไม่มีตัวตนทางกายภาพ เช่น แอป หรือเสียงสังเคราะห์ อาจสัมพันธ์กับระดับความเหงาที่เพิ่มขึ้นในผู้สูงอายุ แต่หากเป็นการใช้หุ่นยนต์ซึ่งมีรูปร่างและสามารถมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ใช้ผ่านกายสัมผัส อาจให้ผลในทางบวกกับจิตใจผู้สูงอายุมากกว่า⁷

ประเด็นด้านจริยธรรมและความเป็นส่วนตัวก็เป็นเงื่อนไขสำคัญที่ไม่อาจละเลย เรื่องสุขภาพจิตเป็นข้อมูลที่ละเอียดอ่อน ผู้สูงอายุจำนวนมากอาจไม่เข้าใจอย่างถ่องแท้เกี่ยวกับกลไกของการเก็บรักษาข้อมูล การใช้ข้อมูล หรือการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จาก AI หรือบ่อนให้ AI ดังนั้น ความเสี่ยงเรื่องอคติของอัลกอริทึม ความไม่โปร่งใส และการละเมิดสิทธิส่วนบุคคล จึงยังทวีความสำคัญ^{2, 6} ช่องว่างทางดิจิทัลก็เป็นอีกกำแพงหนึ่ง ผู้สูงอายุจำนวนมากเผชิญอุปสรรคในการเข้าถึงและใช้งานเทคโนโลยี หาก AI ถูกพัฒนาโดยไม่คำนึงถึงข้อจำกัดเหล่านี้ เทคโนโลยีที่ตั้งใจจะช่วย อาจกลับยิ่งตอกย้ำความเหลื่อมล้ำทางสุขภาพจิตในสังคม

ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาโดยรอบด้านแล้ว ตัวเทคโนโลยี AI เอง ก็มิได้เป็นทั้งผู้ร้ายเสียทีเดียว หากแต่เป็นเครื่องมือที่คุณค่าแท้จริงขึ้นอยู่กับ

AI เป็นเพียง “เพื่อนร่วมทาง”
มิใช่ผู้มาแทนที่ความเอาใจใส่
ที่มนุษย์พึงมีต่อกัน



เอกสารอ้างอิง

1. Wang, S. (2025). Exploring the Applications of Artificial Intelligence in Elderly Mental Health Management. *International Journal of Education and Humanities*, 19(2), 178-180. <https://doi.org/10.54097/0ng7x934>
2. Ghosh, M. (2025). Harnessing artificial intelligence for mental well-being of aging populations. *Asian Journal of Psychiatry*, 104655. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2025.104655>
3. Li, H., Zhang, R., Lee, Y. C., Kraut, R. E., & Mohr, D. C. (2023). Systematic review and meta-analysis of AI-based conversational agents for promoting mental health and well-being. *NPI Digital Medicine*, 6, 236. <https://doi.org/10.1038/s41746-023-00979-5>
4. Park, Y., Chang, S. J., Kim, H. J., & Jeong, H. N. (2024). Effectiveness of artificial intelligence robot interventions on psychological health in community-dwelling older adults: A systematic review. *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 26(3), 234-247. <https://doi.org/10.17079/jkgn.2024.00353>
5. Cao, Y., Yin, H., Hua, X., Bi, S., & Zhou, D. (2025). Effects of artificial intelligence and virtual reality interventions in art therapy among older people with mild cognitive impairment. *Australasian Journal on Ageing*, 44(1), e70006. <https://doi.org/10.1111/ajag.70006>
6. Wei, D. H., Hernandez, B., & Burdick, D. (2023). Artificial intelligence in mental health for the aging population: A scoping review. *Innovation in Aging*, 7, 805. <https://doi.org/10.1093/geroni/igad104.2598>
7. Dong, X., Xie, J., & Gong, H. (2025). A meta-analysis of artificial intelligence technologies use and loneliness: Examining the influence of physical embodiment, age differences, and effect direction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 28(4), 233-242.
8. Imkome, E. U., Soonthornchaiya, R., Lakanavisd, P., Deepaisarn, S., Wongsapakasereeb, K., Suebnukam, S., & Matthews, A. K. (2025). Ai-Aun Chatbot: A Pilot Study on the Effectiveness of an Artificial Intelligence Intervention for Mental Health Among Thai Older Adults. *Nursing & Health Sciences*, 27(2), e70093. <https://doi.org/10.1111/nhs.70093>

About Me

ปริญญาเอกด้านการแปลศึกษา เป็นนักวิจัยด้านการแปลในบริบทต่าง ๆ เช่น การสื่อสารการแปล ปรัชญาการแปลกับสังคมและการเมือง และการแปลในฐานะการสื่อความรู้ให้ครอบคลุมแก่ทุกคนในสังคม

ผศ. ดร.นรงค์ พันธ์พุมปี

อาจารย์ประจำหลักสูตรภาษาและการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรมสถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย





AI กับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ... เต็มเต็มหรือเพิ่มช่องว่าง?

ศูนย์วิชาการด้านการรู้เท่าทันสื่อของผู้สูงอายุ
กลุ่มวิจัยการสื่อสารเพื่อการพัฒนา

สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล
999 ถนนพุทธมณฑลสาย 4 ตำบลศาลายา
อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม 73170

Tel. 09 8826 5673

Email iceml.mahidol@gmail.com

Web <https://www.iceml.org/>

