Vol.1
First Edition

ฉบับที่ 1 เล่มที่ 1 : เมษายน 2565

ICEM
Intelligence Center for Elderly Media Literacy
E-Bulletin

สังคมสูงอายุไทยกับนิเวศสื่อดิจิทัล

แนวรบด้านการรู้ทันสื่อ เหตุการณ์เริ่มเปลี่ยนแปลง

บุพนิมิตแห่งมรรค

สื่อหลอกสื่อลวง สงครามใกล้ตัว ก่อความสูญเสียในสังคมสูงอายุไทย

สงคราม...สื่อ ผู้สูงอายุ

ฉบับที่ 1 เล่มที่ 1 : เมษายน 2565

บรรณาธิการ รศ.ดวงพร คำนูณวัฒน์

กองบรรณาธิการ
รศ. ดร.นันทิยา ดวงภุมเมศ
รศ. ดร.ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์
ผศ. ดร.ธีรพงษ์ บุญรักษา
ดร.สิรินทร พิบูลภานุวัธน์
ดร.ณรงเดช พันธะพุมมี
อาจารย์วราภรณ์ สืบวงศ์สุวรรณ์

ผู้ประสานงาน
นางสาวประวีณ์นุช แสงสว่างธรรมมะ

ICEM E-Bulletin
ฉบับที่ 1 : เดือนเมษายน 2565
ฉบับที่ 2 : เดือนกรกฎาคม 2565
ฉบับที่ 3 : เดือนสิงหาคม 2565
ฉบับที่ 4 : เดือนมกราคม 2566

EDITOR'S TALK

สังคมไทยในปัจจุบัน ผู้สูงอายุกำลังเผชิญกับการคุกคามจากการหลอกลวงผ่านสื่อยุคใหม่ สถานการณ์รุนแรงคล้ายกำลังอยู่ในภาวะสงคราม ผู้สูงอายุจำนวนไม่น้อยสูญเสียทรัพย์สินเงินทอง ประสบปัญหาชีวิต เกิดความไม่มั่นใจในตนเอง และเกิดความไม่มั่นคงในการดำรงชีวิต

ICEM E-Bulletin ฉบับแรกนี้ เป็นการเปิดประเด็นสถานการณ์สื่อที่นำไปสู่การถูกใช้เป็นเครื่องมือหลอกลวงผู้สูงอายุ ความรุนแรง ผลกระทบด้านต่างๆ และแนวทางการป้องกันไม่ให้ตกเป็นเหยื่อด้วยการสร้างการรู้เท่าทัน ทั้ง 4 บทความ กลั่นกรองและนำเสนอโดยนักวิชาการศูนย์วิชาการด้านการรู้เท่าทันสื่อของผู้สูงอายุ ซึ่งทำงานวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุกับการรู้เท่าทันสื่อมาอย่างต่อเนื่อง

งานเขียนของ นันทิยา ดวงภุมเมศ นำเสนอ **"นิเวศสื่อดิจิทัล"** ซึ่งทำให้เห็นภาพความหลากหลายของสื่อที่มีทั้งสื่อดั้งเดิมและสื่อออนไลน์ใหม่ ที่มีผลกระทบในการสื่อสารต่างกัน และด้วยเทคโนโลยีดิจิทัลที่มีความก้าวหน้าอย่างมากทำให้เกิดการพัฒนาการนำเสนอ ประการสำคัญมีการปรับบทบาทผู้รับสารมาเป็นผู้ส่งสารด้วยการสร้างเนื้อหาและส่งผ่านช่องทางการสื่อสารด้วยตนเอง ซึ่งในบทความของ วราภรณ์ สืบวงศ์สุวรรณ์ ได้นำเสนอเป็นความต่อเนื่องให้เห็นสถานการณ์ของผู้สูงอายุผู้ตกเป็นเหยื่อของสื่อหลอกลวง และผลกระทบที่ผู้สูงอายุได้รับเป็นความสูญเสียทั้งทางร่างกายและจิตใจเป็น **"สงครามใกล้ตัว"** ที่มีความรุนแรงและเป็นอันตรายแก่ผู้สูงอายุอย่างมหันต์ การแก้ปัญหาดังกล่าวข้างต้น ธีรพงษ์ บุญรักษา เสนอให้ใช้ **"บุพนิมิตแห่งมรรค 7"** เป็นหลักธรรมในการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ อาทิ เป็นผู้มีแหล่งข้อมูล มีจิตใจรักในการเรียนรู้ เชื่อมั่นในเหตุผลไม่เชื่อง่าย สามารถคิดวิเคราะห์ เป็นต้น ที่ล้วนนำมาสู่ความสามารถในการรู้เท่าทันสื่อ สุดท้าย สิรินทร พิบูลภานุวัธน์ ได้เน้นให้เห็นว่า **"สติ"** คืออาวุธสำคัญที่ผู้สูงอายุจะใช้เพื่อต่อสู้กับการถูกหลอก รวมทั้งนำเสนอคาถารู้ทันสื่อ **"หยุด คิด ถาม ทำ"** ซึ่งจะเป็นเกราะคุ้มกันให้ผู้สูงอายุรอดพ้นจากการถูกหลอกลวงได้เป็นอย่างดี

การสร้างการรู้เท่าทันสื่อของผู้สูงอายุ เป็นการสร้างความมั่นคงในชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุ นับว่าเป็นงานที่ต้องทำอย่างจริงจังและต่อเนื่อง เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันที่แข็งแกร่งไม่ตกเป็นเหยื่อของสื่อ ที่มีการพัฒนาปรับเปลี่ยนไปอย่างไม่หยุดยั้งและในทุกเหลี่ยมมุม

รศ.ดวงพร คำนูณวัฒน์
บรรณาธิการ/ที่ปรึกษากลุ่มวิจัยการสื่อสารเพื่อการพัฒนา

Email lcdkn@hotmail.com

CONTENTS:
สารบัญ

สังคมสูงอายุไทยกับนิเวศสื่อดิจิทัล... ปรากฏการณ์คู่ขนานสมรภูมิแห่งการบริโภคนิยม 01

สื่อหลอกสื่อลวง สงครามใกล้ตัว ก่อความสูญเสียในสังคมสูงอายุไทย 04

บุพนิมิตแห่งมรรค: หลักธรรมเพื่อสร้างเกราะคุ้มกันภัยของผู้สูงอายุรู้ทันสื่อ 06

แนวรบด้านการรู้ทันสื่อ...เหตุการณ์เริ่มเปลี่ยนแปลง 08

สังคมสูงอายุไทย กับนิเวศสื่อดิจิทัล...

ปรากฏการณ์คู่ขนาน สมรภูมิแห่งการบริโภคนิยม

นันทิยา ดวงภุมเมศ

ระยะเวลาเพียงทศวรรษที่ผ่านมา สังคมไทยได้กลายเป็นสังคมสูงอายุโดยสมบูรณ์ (Complete Aged Society) โดยสัดส่วนผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปมากถึงร้อยละ 20 หรือประมาณกว่า 12 ล้านคนในปี 2564[1] ส่งผลให้ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของประชากรสูงอายุรวดเร็วเป็นอันดับ 3 ของโลก[2] พร้อมกับการคาดการณ์ของ UN ที่ว่าในทศวรรษหน้า (ปี 2574) สังคมไทยจะกลายเป็นสังคมสูงอายุระดับสุดยอด (Super Aged Society) คือจำนวนผู้สูงอายุไทยจะเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 28 ของจำนวนประชากรทั้งหมด[3] นั่นหมายความว่า ในคนไทยทุก ๆ 3 คน จะมีผู้สูงอายุ 1 คน ซึ่งสัดส่วนนี้ดูจะไม่ห่างไกลจากความจริงในตอนนี้เท่าใดนัก เพราะภาพที่เราเริ่มคุ้นชินเมื่อเราไปห้างสรรพสินค้า หรือ ตลาดนัด เราก็จะพบเห็นผู้สูงอายุมากมาย ทั้งที่เป็นผู้ขายและผู้ซื้อ อีกทั้งในบางสถานที่ยังมี

การจัดกิจกรรมเฉพาะเพื่อผู้สูงอายุ เช่น ลานเล่นดนตรีและขับร้องเพลงเก่าอารมณ์ประมาณเพลงที่ใช้ประกวดในรายการ golden song ของช่องวัน 31 การสร้างสถานที่ปฏิบัติธรรมสำหรับผู้พักอาศัยของคอนโดมิเนียม ชมรมผู้สูงอายุ หรือแม้กระทั่งโรงเรียนผู้สูงอายุที่มีจำนวนเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

ปรากฏการณ์คู่ขนานกับสังคมสูงอายุก็คือการเปลี่ยนแปลงอย่างพลิกผันของวงการสื่อที่เป็นผลมาจากความก้าวหน้าของเทคโนโลยีดิจิทัล จึงทำให้เกิดการหลอมรวมสื่อดั้งเดิม เช่น วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ กับแพลทฟอร์มออนไลน์ และในขณะเดียวกับก็เกิดสื่อออนไลน์ใหม่มากมาย ไม่ว่าจะเป็นโซเชียลมีเดียอย่างเฟซบุ๊ก ยูทูป ทวิตเตอร์ อินสตาแกรม ติ๊กต็อก แอพพลิเคชั่นสนทนา เกมออนไลน์ แอพพลิเคชั่นขององค์กร สินค้า หรือบริการที่มีอยู่อย่างนับไม่ถ้วน จำนวนสื่อหลอมรวมและแพลทฟอร์มออนไลน์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องส่งผลให้นิเวศสื่อดิจิทัลในปัจจุบันกลายเป็นสมรภูมิที่มีการแข่งขันอย่างเข้มข้น เป็นสงครามแพลทฟอร์ม ที่เอาชนะกันด้วยความเร็ว ยอดผู้ชม การขยายเครือข่าย เป็นยุคที่อุตสาหกรรมสื่อถูกขับเคลื่อนด้วยระบบเครือข่าย หรือ **“Economies of Networks”** มากกว่าการขับเคลื่อนด้วยปริมาณผู้รับสารจำนวนมากในลักษณะของ **“Economies of Scale”** อย่างในอดีต[4] ที่สำคัญ เส้นแบ่งบทบาทระหว่างผู้ส่งสารกับผู้รับสารนั้นมันไม่ชัดอีกต่อไป เพราะภาพที่ผู้รับสารสามารถกลายมาเป็นผู้สร้างและส่งต่อเนื้อหาเรื่องราวต่าง ๆ (User Generated Content) และมีช่องทางการสื่อสารเป็นของตนเองนั้นปรากฏให้เห็นมากมายในปัจจุบัน เข้าทำนองที่ว่า เดี๋ยวนี้ใคร ๆ ก็เป็นผู้ผลิตเนื้อหาและเป็นเจ้าของช่องทางในการสื่อสารได้

---

[1] กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2565). สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย 77 จังหวัด ณ วันที่ 31 ธันวาคม 2564, วันที่เข้าถึงข้อมูล 1 มีนาคม 2565, แหล่งที่มา https://www.dop.go.th/th/know/side/1/1/1099

[2] HelpAge Asia (n.d.). “Situation of older people”, Ageing population in Thailand, Retrieved February 1, 2022, from https://ageingasia.org/ageing-population-thailand/

[3] สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2562). การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2553-2583 (ฉบับปรับปรุง). กรุงเทพฯ: สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.

[4] พีจิตรา สีคาโมโต้. (2561). สื่อไทยในวิกฤต การเมืองเปลี่ยนผ่าน เทคโนโลยีปั่นป่วน. กรุงเทพฯ: โครงการตำรา คณะนิเทศศาสตร์. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สมรภูมิรบของสื่อที่อยู่ในระบบนิเวศสื่อดิจิทัล ได้พุ่งเป้าไปที่กลุ่มผู้สูงอายุในฐานะลูกค้า หรือ Potential Customer[5] เพราะมีจำนวนมาก มีกำลังซื้อ และที่สำคัญยังอ่อนประสบการณ์กับกลยุทธ์ของสื่อออนไลน์ เนื่องจากผู้สูงอายุเติบโตมากับสื่อในยุคแอนะล็อกที่จำนวนสื่อมีไม่มาก ความซับซ้อนมีไม่เยอะ อีกทั้งภาครัฐยังมีกลไกที่สามารถคัดกรองข้อมูลที่สื่อนำเสนอได้มีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม ผลการสำรวจล่าสุด ชี้ให้เห็นว่าผู้สูงอายุไทยใช้สื่อออนไลน์มากเป็นอันดับสาม (รองจากสื่อโทรทัศน์และสื่อบุคคล)[6] ส่วนหนึ่งน่าจะเกิดจากการที่ต้องปรับตัวเข้ากับชีวิตวิถีใหม่ที่เกิดจากมาตรการเว้นระยะทางสังคมเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด 19 ตั้งแต่ปลายปี 2563

ผลพวงจากการสู้รบของสื่อเพื่อเอาชนะใจลูกค้าสูงอายุทำให้ผู้สูงอายุถูกกระตุ้นและโน้มน้าวให้เกิดความต้องการในการบริโภคสินค้าและใช้บริการที่บางครั้งเกินจำเป็น บางครั้งเป็นอันตราย บางครั้งไม่ใช่ของที่มีคุณภาพ ซึ่งความอยากมีอยากได้เหล่านั้นทำให้เกิดการใช้จ่ายที่ฟุ่มเฟือย และทำให้ผู้สูงอายุต้องตกอยู่ในวังวนของลัทธิบริโภคนิยมอย่างดิ้นไม่หลุด หนทางที่จะทำให้ผู้สูงอายุหลุดออกจากวังวนนี้ กลายเป็นผู้ชมข้างสนามที่มองภาพการแข่งขันของสื่อโดยไม่ได้รับบาดเจ็บ ก็คือ การเสริมพลังให้ผู้สูงอายุมีความสามารถในการกลั่นกรองข้อมูลข่าวสารที่เปิดรับจากสื่อต่าง ๆ พร้อม ๆ กับมีความเท่าทันอารมณ์และความต้องการของตนเอง (หรือกิเลส) ที่เกิดจากการกระตุ้นของสื่อ ซึ่งทำได้โดยการเชื่อมโยงแนวคิดการรู้เท่าทันตนเอง (การมีสติ) กับการรู้เท่าทันสื่อ (การคิดวิเคราะห์ก่อนตัดสินใจ) เข้าด้วยกัน เพื่อทำให้การรู้เท่าทันสื่อเป็นเรื่องใกล้ตัวและสอดรับกับวิถีวัฒนธรรมที่ผู้สูงอายุไทยสามารถเชื่อมโยงได้ง่าย[7]

---

[5] *Jin, B. Kim, J. & Baumgartner, L. M. (2019). Informal learning of older adults in using mobile devices: A review of the literature. Adult Education Quarterly, 69(2), 121-141.*

[6] *นันทิยา ดวงภุมเมศ, ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์, ธีรพงษ์ บุญรักษา, สิรินทร พิบูลภานุวัธน์ และ วราภรณ์ สืบวงศ์สุวรรณ์. (2565). ผู้สูงอายุรู้ทันสื่อ: สร้างหลักสูตรและขยายเครือข่ายนักสื่อสารสุขภาวะ. รายงานโครงการฉบับสมบูรณ์. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.*

[7] *นันทิยา ดวงภุมเมศ, ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์ และสิรินทร พิบูลภานุวัธน์. (2563). ผู้สูงอายุรู้ทันสื่อ: สร้างหลักสูตรและขยายเครือข่ายนักสื่อสารสุขภาวะ. รายงานโครงการฉบับสมบูรณ์. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.*

About Me

ปริญญาเอก Journalism studies เน้นด้านสื่อและวัฒนธรรมศึกษา เป็นนักวิจัยด้านผู้สูงอายุกับการรู้ทันสื่อ การสื่อสารและปรับตัวระหว่างวัฒนธรรมของผู้ย้ายถิ่น การสื่อสารอัตลักษณ์ของ LGBTQ+ และเป็นอาจารย์สอนแนวคิดและกลยุทธ์การสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม ที่สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล มีความสนใจเรื่องการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม การสื่อสารระหว่างวัย และมีมุมองต่อผู้สูงอายุที่ไม่เอาอายุมาเป็นตัวตัดสินแต่ให้ความสำคัญกับศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์

รศ. ดร.นันทิยา ดวงภุมเมศ

สื่อหลอกสื่อลวง สงครามใกล้ตัว

ก่อความสูญเสียในสังคมสูงอายุไทย

วราภรณ์ สืบวงศ์สุวรรณ์

เมื่อไม่นานมานี้ข่าวสงครามรัสเซียกับยูเครนกินพื้นที่ไม่น้อยทั้งในสื่อออฟไลน์และสื่อออนไลน์ของเรา อย่างที่ทราบกันดี สงครามเป็นสิ่งเลวร้ายที่ไม่มีใครอยากให้เกิด เพราะสงครามไม่เพียงส่งผลกระทบต่อผู้ที่เกี่ยวข้อง แต่ยังส่งต่อความสูญเสียไปยังทุกภาคส่วน ตั้งแต่เศรษฐกิจจนถึงการใช้ชีวิตประจำวันของคนทั่วโลก ซึ่งแน่นอนว่าหลายคนอาจจะมุ่งความสนใจไปที่สงครามระหว่างประเทศเช่นนี้ แต่อาจหลงลืมไปว่าในสังคมไทยเรานั้นเองก็กำลังมีการก่อสงครามจากสื่อบางกลุ่มที่เคลือบแฝงอยู่รอบ ๆ ตัวพวกเราเช่นเดียวกัน จากการรายงานข่าวจากทั้งสื่อหลักสื่อรอง รวมถึงที่พบเห็นจากประสบการณ์คนใกล้ชิดจะเห็นได้ว่า ขณะนี้มีผู้ไม่ประสงค์ดีบางกลุ่มพยายามใช้สื่อเป็นเครื่องมือก่อการร้ายไม่เว้นแต่ละวัน ซึ่งแน่นอนว่าที่ใดมีสงคราม ที่นั่นย่อมตามมาด้วยความสูญเสีย และกลุ่มที่ได้รับความเสียหายอย่างน่าตกใจนั้นก็คือ กลุ่มผู้สูงอายุ

สมรภูมิรบที่เกิดขึ้นใกล้ตัวเรานั้น ไม่ใช่สงครามที่ต่อสู้กันด้วยอาวุธนิวเคลียร์ หรือพลกำลังทหาร แต่กลับเป็นการต่อสู้โดยใช้ “ข้อมูลข่าวสาร” เป็นขีปนาวุธ ซึ่งหากมองจากภาพรวมของสังคมสมัยนี้ สื่อเก่า (ทีวี วิทยุ หนังสือพิมพ์) กลับดูไม่น่ากลัวเท่ากับพวกสื่อใหม่ หรือพวกสื่อจากสังคมออนไลน์ เช่น ไลน์ เฟซบุ๊ค อินสตราแกรม หรือทวิตเตอร์ เพราะเป็นสื่อที่ผู้คนสามารถเข้าถึงได้ง่ายและรวดเร็วเพียงแค่มีโทรศัพท์มือถือหนึ่งเครื่องและอินเทอร์เน็ต รวมถึงยังสามารถแชร์ต่อไปยังผู้อื่นได้อย่างทันทีโดยอาจจะขาดความยั้งคิดหรือไม่ระวังแต่เดี๋ยวก่อน อย่าเพิ่งประมาทข่าวสารจากสื่อเก่าเนื่องจากเป็นสื่อที่ผู้คนในสังคมส่วนใหญ่ รวมไปถึงกลุ่มผู้สูงอายุมักจะเชื่อโดยขาดการใช้วิจารณญาณเพราะเชื่อไปแล้วว่า ข่าวใดก็ตามที่ถูกรายงานโดยสื่อเหล่านี้มักเป็นข้อมูลที่เชื่อถือได้

แม้ว่าจะมีการรายงานผลลบที่เกิดจากสื่อลวงอยู่เนืองๆ แต่ก็ยังพบเห็นผู้ที่ได้รับความสูญเสียจากสื่ออยู่อย่างต่อเนื่อง และผู้สูงอายุก็มักจะถูกมุ่งเป้าและตกเป็นเหยื่อจากกลุ่มคนที่พยายามใช้สื่อเป็นเครื่องมือ จากผลสำรวจสถานการณ์การใช้สื่อและผลกระทบจากการบริโภคสื่อของโครงการฯ

เมื่อปี 2564[1] ที่ผ่านมา พบว่า ผู้สูงอายุไทยเกิดความสูญเสียจากการเสพสื่อประเภทต่างๆ ซึ่งไม่ใช่เพียงแค่การสูญเสียเงินทอง หรือของนอกกายเท่านั้น แต่ยังสูญเสียทั้งสุขภาพทางจิตใจและทางกายภาพอีกด้วย ซึ่งบางคนถึงขั้นสิ้นเนื้อประดาตัว และบางคนถึงขั้นสูญเสียคนที่เรารักอย่างไม่มีวันหวนกลับ

สิ่งที่จะทำให้เราตระหนักถึงภัยจากสงครามสื่อลวงได้ดีที่สุดก็คงจะหนีไม่พ้น การรับฟังข่าวสารจากสื่อต่างๆ และประสบการณ์ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม หลายท่านอาจจะพอจำข่าวที่ผู้สูงอายุถูกหลอกยืมเงินจากข้าราชการสาว ซึ่งมีมูลค่าความเสียหายมากถึง 30 ล้านบาท เมื่อปลายปี 2564[2] ที่ผ่านมาได้ และนี่เป็นตัวอย่างของการสูญเสียทรัพย์ที่เกิดจากการเชื่อสื่อบุคคล ซึ่งเป็นประเภทสื่อที่สร้างความสูญเสียให้แก่ผู้สูงอายุมากที่สุด หรือหากพูดถึงเรื่องของสุขภาพ ก็คงไม่พ้นเรื่องของการแชร์ข่าวลวงในช่วงการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรน่า (COVID-19) ไม่ว่าจะเป็นการแอบอ้างโดยใช้ชื่อของบุคลากรทางการแพทย์ที่น่าเชื่อถือก็ดี หรืออ้างถึงองค์กรอนามัยต่าง ๆ ทำทีออกมาแนะนำวิธีต้านทานเชื้อโควิด 19 ด้วยการดื่มน้ำอุ่นผสมเกลือ น้ำต้มกระเทียม และน้ำมะนาว[3] เป็นต้น ซึ่งคนที่ส่งต่อข่าวพวกนี้มาให้กับเราก็ไม่ใช่ใครที่ไหน คือ พ่อ แม่ ญาติผู้ใหญ่สูงวัยที่บ้านเรานั่นเอง

จึงเป็นเรื่องที่น่าแปลกใจไม่น้อยที่ผู้คนในสังคมส่วนใหญ่ โดยเฉพาะผู้สูงอายุ มักจะคล้อยตามพวกข่าวลวงเหล่านี้อย่างง่ายดาย ซึ่งหากไม่เกิดขึ้นกับตัวหรือเห็นกับตา ก็อาจจะยังไม่ตระหนักถึงภัยร้ายที่แฝงมากับสื่อมากเพียงพอได้ ปัญหานี้จึงเป็นเรื่องสำคัญที่ทุกคน ไม่ว่าจะคนใกล้ชิด ครอบครัว ญาติมิตรสหาย หน่วยงานที่รับผิดชอบ และประชาชนในสังคมต้องร่วมมือร่วมใจกันหยุดยั้งความสูญเสียที่นับวันจะทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ แล้วมาเปลี่ยนสมรภูมิสื่อนี้ให้เป็นเขตปลอดภัยไร้ข่าวลวงเพื่อความสงบสุขในสังคม

About Me

ปริญญาโทสาขาภาษาและการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม จากสถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล ปัจจุบันเป็นอาจารย์ในสาขาภาษาอังกฤษ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา ควบคู่ไปกับการเป็นนักวิจัยในกลุ่มการสื่อสารเพื่อการพัฒนา และมีประสบการณ์ทำงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการรู้เท่าทันสื่อมาเป็นระยะเวลามากกว่า 3 ปี ด้วยความคิดที่ว่า **“ร่วมกันขับเคลื่อนผู้สูงอายุไทยสู่ภาวะพฤฒพลัง”**

อาจารย์วราภรณ์ สืบวงศ์สุวรรณ์

[1] *นันทิยา ดวงมุมเมศ, ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์, ธีรพงษ์ บุญรักษา, สิรินทร พิบูลภาบุวัชน์ และ วราภรณ์ สืบวงศ์สุวรรณ์. (2564). โครงการการขยายผลหลักสูตรวัยเพชรรู้ทันสื่อและการสำรวจสถานการณ์และผลกระทบจากการบริโภคสื่อของผู้สูงอายุไทย. รายงานโครงการฉบับสมบูรณ์. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.*

[2] *กรุงเทพธุรกิจ. (2564). ชรก.สาวหลอกชาวบ้าน-ผู้สูงอายุ 30 ล้าน ตร.ล่าตัวแม่ชิงลาออก ออกหมายเรียกจ่อหมายจับ, วันที่เข้าถึงข้อมูล 21 เมษายน 2565, แหล่งที่มา https://www.bangkokbiznews.com/news/969708*

[3] *ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมประเทศไทย (2564). ดื่มน้ำมะนาวผสมเกลือเป็นวิธีฆ่าเชื้อไวรัสโควิด-19, วันที่เข้าถึงข้อมูล 21 เมษายน 2565, แหล่งที่มา https://www.antifakenewscenter.com/ผลิตภัณฑ์สุขภาพ/ข่าวปลอม-อย่าแชร์-ดื่มน้ำมะนาวผสมเกลือเป็นวิธีฆ่าเชื้อไวรัสโควิด-19/*

บุพนิมิตแห่งมรรค :
หลักธรรมเพื่อสร้างเกราะคุ้มกันภัยของผู้สูงอายุรู้ทันสื่อ

ธีรพงษ์ บุญรักษา

ผลการวิจัยสถานการณ์การเปิดรับสื่อและผลกระทบจากการเปิดรับสื่อของผู้สูงอายุในสังคมไทย[1] ได้ชี้ให้เห็นว่าผู้สูงอายุไทยในยุคดิจิทัลนี้ มีการเปิดรับสื่อในปริมาณค่อนข้างมากในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็น โทรทัศน์ สื่อบุคคลและสื่อออนไลน์ ผลการวิจัยยังแสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุจำนวนไม่น้อยตกเป็นเหยื่อของการหลอกลวงผ่านสื่อประเภทต่าง ๆ จนทำให้ความสูญเสีย การหลอกลวงที่หลากหลายรูปแบบทั้งการโน้มน้าวหลอกลวง การแอบอ้างบุคคลหรือองค์กรที่มีชื่อเสียงเพื่อสร้างความน่าเชื่อถือ การสร้างเรื่องเท็จ เป็นต้น จึงเปรียบเทียบขีปนาวุธที่พุ่งเข้าจู่โจมผู้สูงอายุในสังคมไทยอย่างไม่ขาดสาย การเสริมสร้างสมรรถนะให้ผู้สูงอายุมีความรู้เท่าทันสื่อ เพื่อเป็นเกราะคุ้มกัยให้แก่ผู้สูงอายุไทยรอดพ้นจากการหลอกลวงผ่านสื่อ จึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในสถานการณ์ปัจจุบัน

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึง **"บุพนิมิตแห่งมรรค 7"** ว่าเป็นหลักธรรมที่แสดงถึงความพร้อมของมนุษย์ในการเข้าสู่อริยมรรค[2] ซึ่งเป็นทางที่ทำให้มนุษย์สามารถพัฒนาจิตไปสู่การพ้นทุกข์ได้ ทำให้เปลี่ยนจากความไม่รู้ เป็นความรู้แจ้ง ที่ปราศจากอวิชชารอดพ้นจากกิเลสทั้งปวง หลักธรรมนี้จึงเหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการพัฒนาตนเองให้เกิดสมรรถนะในการเรียนรู้ เพื่อสร้างปัญญาและดำเนินชีวิตที่ดีงาม เปรียบเสมือนเกราะกันภัยที่นำพาผู้สูงอายุให้รอดพ้นจากภัยอันตรายที่เข้ามาจู่โจมต่อจิตใจของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 7 ประการ[3] ดังนี้

01 กัลยาณมิตตา คือ คำสอนของผู้รู้ หรือแหล่งความรู้ที่ถูกต้อง ผู้สูงอายุที่มีกัลยาณมิตตา จึงมีเป็นผู้ที่มีแหล่งข้อมูล มีผู้รู้ให้คำแนะนำ เสนอแนะในการเลือกเปิดรับสื่อที่น่าเชื่อถือ การวินิจฉัยและการนำสารสนเทศไปใช้ประโยชน์ เพื่อการตัดสินใจที่เหมาะสม

02 สีลสัมปทา คือ ความสามารถในการจัดการพฤติกรรมของตนให้อยู่ในสังคมได้อย่างสันติสุข ไม่เบียดเบียน ประทุษร้ายตนเองและผู้อื่น ผู้สูงอายุที่มีสีลสัมปทา จึงเป็นผู้ที่มีความสามารถในการวางแผน มีระเบียบวินัย ควบคุมพฤติกรรมของตนในการเปิดรับสื่อที่มีประโยชน์ ไม่หลงเพลิดเพลินไปกับสื่อที่หลอกลวง หรือไร้สาระ รวมถึงแสดงพฤติกรรมและสื่อสารที่มุ่งส่งเสริมการอยู่ร่วมกันกับผู้คนรอบข้าง เช่น การส่งต่อข้อมูลที่เป็นประโยชน์ การตักเตือนผู้อื่นที่หลงไปกับข้อมูลเท็จ เป็นต้น

03 ฉันทสัมปทา คือ แรงจูงใจใฝ่เรียนรู้ ใฝ่สร้างสรรค์ ผู้สูงอายุที่มีฉันทสัมปทา จึงเป็นผู้สูงอายุที่มีจิตใจ รักในการเรียนรู้ ชอบการค้นคว้า วิจัย เพื่อค้นหาความจริง ตรวจสอบข้อเท็จจริงของข้อมูลก่อนตัดสินใจเสมอ

04 อัตตสัมปทา คือ ความมุ่งมั่นพัฒนาตนเองให้เต็มศักยภาพ ผู้สูงอายุที่มีอัตตสัมปทา จึงเป็นผู้สูงอายุที่พยายามปรับปรุงพัฒนาตนเองให้มีทักษะในการรู้เท่าทันสื่ออยู่เสมอ พร้อมแก้ไขข้อบกพร่องทั้งด้านพฤติกรรม

05 ทิฏฐิสัมปทา คือ มีทัศนคติ ความคิดเห็น ค่านิยมที่ถูกต้อง ผู้สูงอายุที่มีทิฏฐิสัมปทา จึงเป็นผู้มีความเชื่อมั่นในเหตุและผล ไม่หลงเชื่อง่าย ไม่งมงาย และมีความรู้อย่างถูกต้อง รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

06 อัปปมาทสัมปทา คือ มีความไม่ประมาท มีสติรู้ตัวตลอดเวลา ผู้สูงอายุที่มีอัปปมาทสัมปทา จึงเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะหมั่นสำรวจความคิดความเห็นของตนเสมอไม่ให้ถูกกิเลสครอบงำ จนยับยั้งการกระทำได้อย่างทันท่วงที และมีความกระตือรือร้นไม่ประมาทในการค้นคว้าหาข้อเท็จจริงที่ทันสมัยอยู่เสมอ

07 โยนิโสมนสิการสัมปทา คือ ความสามารถในการคิดพิจารณา และแก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบ ผู้สูงอายุที่มีโยนิโสมนสิการสัมปทา จึงเป็นผู้ที่มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลอย่างเป็นระบบ สามารถประเมินคุณค่าที่แท้จริงไม่หลงไปกับสิ่งสมมุติหรือคุณค่าเทียม มีความสามารถในการค้นคว้าหาความรู้และความจริงได้ด้วยตนเอง

สมรรถนะทั้ง 7 ประการนี้ จึงเสมือนเป็นทั้งเกราะคุ้มกันภัยคุกคามจากข้อมูลเท็จที่ผู้สูงอายุรับมาจากสื่อต่าง ๆ และยังเป็นเกราะคุ้มกันกิเลสที่ซ่อนตัวอยู่ภายในจิตใจได้อีกด้วย ซึ่งหากผู้สูงอายุมีเกราะคุ้มกันภัยจากหลักธรรมนี้แล้ว นอกจากจะช่วยตนเองให้ไม่ตกเป็นเหยื่อของข้อมูลเท็จ ยังช่วยเสริมสร้างเกราะกันภัยให้กับผู้คนรอบข้างและสังคมไทยให้กลายเป็นสังคมแห่งความไม่ประมาทได้ในอนาคต

---

[1] *นันทิยา ดวงกุมเมศ, ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์, ธีรพงษ์ บุญรักษา, สิรินทร พิบูลภานุวัธน์, และวราภรณ์ สืบวงศ์สุวรรณ์. (2565). ผู้สูงอายุรู้ทันสื่อ: สร้างหลักสูตรและขยายเครือข่ายนักสื่อสารสุขภาวะ. รายงานโครงการฉบับสมบูรณ์. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสร้างสุขภาพ.*

[2] *พระเทพเวที. (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2533). รุ่งอรุณของการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4. เชียงราย: สหธรรมิกเชียงราย.*

[3] *พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2558). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 30. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์.*

About Me

ปริญญาเอกด้านบริหารธุรกิจ เน้นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในองค์กร เป็นนักวิจัยด้านผู้สูงอายุกับการรู้ทันสื่อ สมรรถนะด้านวัฒนธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาด้านแรงงานข้ามชาติ และเป็นอาจารย์สอนในสาขาการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรมเพื่อการบริหาร มีความสนใจด้านพุทธศาสนากับการพัฒนามนุษย์และองค์กร มีความเชื่อว่าการสื่อสารเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาความสุขของมนุษย์ และสร้างสันติภาพให้แก่สังคม

ผศ. ดร.ธีรพงษ์ บุญรักษา

แนวรบ ด้านการรู้ทันสื่อ

เหตุการณ์เริ่มเปลี่ยนแปลง

สิรินทร พิบูลภานุวัธน์

กองกำลังข่าวลวงบุกโจมตีด้วยอาวุธวิถีใกล้ขึ้นทุกที โดยในปัจจุบันเราจะพบว่า 9 ใน 10 คนที่คุยด้วยล้วนมีประสบการณ์ถูกหลอก ซึ่งบางคนก็ตกเป็นเหยื่อได้รับความเสียหาย บางคนไหวตัวทัน แต่สำหรับสังคมผู้สูงอายุของไทยมีผลสำรวจ[1] พบว่าในปี 2564 ผู้สูงอายุถึงร้อยละ 16 เสียรู้ เสียเงิน เสียความรู้สึกจากการหลงเชื่อข้อมูลอันเป็นเท็จ และจากการสัมภาษณ์พูดคุยพบว่าผู้สูงอายุบางคนถึงขั้นคิดสั้นจะจบชีวิตตัวเองเพราะตกเป็นเหยื่อข่าวลวง ในสถานการณ์สงครามข่าวลวงเช่นนี้จึงเป็นช่วงเวลาสำคัญที่ต้องเร่งเสริมพลังและส่งอาวุธให้ผู้สูงอายุไว้ป้องกันตัว

จากการทำงานด้านการรู้เท่าทันสื่อกับผู้สูงอายุมาอย่างต่อเนื่อง พบว่า สถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุเมื่อข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ มาถึงตัว หากเป็นข้อมูลที่กำลังเป็นที่สนใจของตัวเองอยู่แล้ว เช่น ของที่กำลังอยากได้ เรื่องที่กำลังอยากรู้หรือเป็นข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับคนใกล้ชิด เช่น ลูก หลาน ผู้สูงอายุจะเปิดรับข้อมูลดังกล่าวโดยง่ายไม่ลังเล ซึ่งเป็นช่องทางให้ผู้ไม่หวังดีแสวงหาผลประโยชน์โดยใช้เทคโนโลยีของสื่อต่างๆ ทั้งสื่อเก่าอย่างโทรทัศน์ วิทยุ สิ่งพิมพ์ และสื่อใหม่อย่างอินเตอร์เน็ต ยูทูป ไลน์ เฟซบุ๊ก ส่งข้อมูลเท็จหรือบิดเบือนข้อมูล (mis/disinformation) มาคุกคามทำร้ายผู้สูงอายุได้

อาวุธสำคัญที่ผู้สูงอายุต้องมีพร้อมในการต่อสู้กับข้อมูลปลอมและข่าวลวงคือ **"สติ"** การมีสติจะช่วยยับยั้งให้ผู้สูงอายุค่อย ๆ คิด ค่อย ๆ อ่าน ค่อย ๆ ทำความเข้าใจข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับมา สติจะช่วยให้มีเวลาทบทวนตัวเองว่ากำลังถูกโน้มน้าวด้วยคุณสมบัติบางอย่างของสื่อ สติ จะช่วยให้เห็นเป้าหมายและวิธีการของสื่อได้ชัดขึ้น พลังของสติจะทำให้เกิดปัญญาพิจารณาได้ว่าจะตอบโต้กับข้อมูลเหล่านั้นอย่างไร

สติ สามารถฝึกฝนให้เกิดขึ้นได้อย่างแข็งแกร่งไม่ต่างจากการฝึกอาวุธเพื่อพร้อมรบ การฝึกสติอย่างง่ายคือการจดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โครงการวิจัยฯ[2] จึงคิดค้นคาถารู้ทันสื่อ **"หยุด คิด ถาม ทำ"** เป็นเครื่องมือสำคัญที่จะช่วยผู้สูงอายุให้มีสติเมื่อต้องรับมือกับข้อมูลต่าง ๆ การตั้งสติเป็นส่วนสำคัญของคาถารู้ทันสื่อที่แฝงความหมายอยู่ในคาถาทุกคำคือ **"หยุด"** หยุดเพื่อยับยั้งตั้งสติ หยุดเพื่อประวิงเวลาให้ได้คิด **"คิด"** มีสติทบทวนตนเองว่าข้อมูลที่ได้รับเกี่ยวข้องกับตัวเองอย่างไร **"ถาม"** ตั้งสติหาข้อมูลเพิ่มเติมให้รอบคอบก่อนตัดสินใจ และเมื่อผ่านกระบวนการของการ หยุด คิด และถาม อย่างมีสติแล้ว ก็จะเกิดปัญญาในการ **"ทำ"** หรือจัดการกับข้อมูลที่ได้รับมาอย่างเหมาะสม

คาถารู้ทันสื่อ หยุด คิด ถาม ทำ ถูกถ่ายทอดไปยังผู้สูงอายุจำนวนมากในช่วงเวลาที่ผ่านมา ผ่านทางนักสื่อสารสุขภาวะวัยเพชร (นสส.วัยเพชร) ทั้ง 5 ภูมิภาคของประเทศ ผ่าน **"หลักสูตรวัยเพชรรู้ทันสื่อ"** ที่จัดอบรมในโรงเรียนผู้สูงอายุ ผ่านสปอตวิทยุ แจกสติกเกอร์ และล่าสุดเป็นเกมออนไลน์ หยุด คิด ถาม ทำ ที่ผู้สูงอายุสามารถดาวน์โหลดมาเรียนรู้และฝึกฝนได้ด้วยตนเองในโทรศัพท์มือถือหรือแท็บเล็ต

จากการเสริมพลังสติและส่งอาวุธ หยุด คิด ถาม ทำ ให้กับผู้สูงอายุผ่านช่องทางต่างๆ อย่างต่อเนื่อง ผู้สูงอายุที่ใช้คาถารู้ทันสื่อ หยุด คิด ถาม ทำ ในการรับข้อมูลข่าวสาร สามารถป้องกันตัวเองจากการถูกหลอกขายของ ไม่ซื้อของที่ไม่มีคุณภาพหรือไม่จำเป็น ป้องกันตัวเองจากการเป็นเหยื่อ ไม่ส่งข้อมูลลูกโซ่อันเป็นเท็จ ป้องกันตัวเองจากความใจอ่อน ไม่ทำบุญโดยไม่ตรวจสอบที่มาที่ไป เห็นได้ว่าในสงครามข่าวสารที่เต็มไปด้วยข้อมูลอันเป็นเท็จหรือข้อมูลที่บิดเบือนนี้ แนวรบด้านการรู้เท่าทันสื่อของผู้สูงอายุเหตุการณ์เริ่มเปลี่ยนแปลง

About Me

ปริญญาเอกด้านการสื่อสารระหว่างบุคคล เป็นนักวิจัยด้านผู้สูงอายุกับการรู้ทันสื่อ การสืบสานสื่อพื้นบ้าน ภูมิปัญญาท้องถิ่น และการท่องเที่ยวชุมชน และเป็นอาจารย์สอนด้านการสื่อสารในสังคมผสมผสาน ที่สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล มีความสนใจเรื่องประวัติศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม และเชื่อว่าผู้สูงอายุทุกคนคือปูชนียบุคคลที่มีส่วนสร้างสังคมที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

ดร. สิรินทร พิบูลภานุวัธน์

[1] *นันทิยา ดวงภุมเมศ, ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์, ธีรพงษ์ บุญรักษา, สิรินทร พิบูลภานุวัธน์ และ วราภรณ์ สืบวงศ์สุวรรณ์. (2564). โครงการการขยายผลหลักสูตรวัยเพชรรู้ทันสื่อและการสำรวจสถานการณ์และผลกระทบจากการบริโภคสื่อของผู้สูงอายุไทย. รายงานโครงการฉบับสมบูรณ์. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.*

[2] *สิรินทร พิบูลภานุวัธน์, ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์, และ นันทิยา ดวงภุมเมศ. (2562). โครงการสูงวัยไม่เสพสื่ออย่างสุ่มเสี่ยง สร้างนักสื่อสารสุขภาวะที่รู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ. รายงานโครงการฉบับสมบูรณ์. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.*

ศูนย์วิชาการด้านการรู้เท่าทันสื่อของผู้สูงอายุ
กลุ่มวิจัยการสื่อสารเพื่อการพัฒนา

สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล
999 ถนนพุทธมณฑลสาย 4 ตำบลศาลายา
อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม 73170

Tel. 09 8826 5673
Email praweenuch.sang@gmail.com
Web https://www.iceml.org/

Scan อ่าน ICEM E-Bulletin