



ข่าวประชาสัมพันธ์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๑๔ สุขุมวิท ๒๓ แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์ ๐-๒๖๔๙-๕๐๐๐ ภายใน
๕๖๖๖ โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๒๕๘-๐๓๑๑

ข่าวจากหนังสือพิมพ์ข่าวสด ฉบับประจำวันที ๒๗ เดือนกันยายน พ.ศ.๒๕๕๔ หน้า ๒๑

ภัย'โซเชียลเน็ตเวิร์ก' พื้นที่ก่อความร้ายฉาน?

ณอร อ่องกมล



"จำนวนผู้ใช้บริการ โซเชียล เน็ตเวิร์กใน
ประเทศไทย โดยเฉพาะเฟซบุ๊กขยาย
ตัวอย่างน่ากังวล จาก 6 ล้านกลายเป็น
10 ล้านคน ในระยะเวลาเพียงแค่ครึ่งปี
ถ้าถามว่าถึงเวลาที่เรควรจะเริ่ม
ตระหนักในบทบาทของมันหรือยังนั้น
หากมองว่าการแพร่กระจายนี้คล าย
คลึงกับโรคระบาดที่ต้องมีการป้องกัน
เราก็ควรมุ่งประเด็นไปยังผลที่อาจ

เกิดขึ้นมากกว่ารอข้อมูลชี้ชัดทางวิชาการ ถึงแม้ตัวอย่างของข้อเสียนจะไม่มีระบุออกมาเป็นงานวิจัย

หรือเป็นเปอร์เซ็นต์ แต่มันเกิดขึ้นจริง และมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ" **ดร.จิตรา ดุษฎีเมธา**

ประธานโครงการศูนย์ให้คำปรึกษาและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรี

นครินทร วิโรฒ ประสานมิตร (มศว) กล่าวเปิดประเด็นถึงมุมมองของโซเชียล

เน็ตเวิร์ก กับการเป็นปัจจัยแทรกแซงทางสังคมในยุคปัจจุบัน

แม้ประโยชน์ของการเชื่อมโยงโลกออนไลน์ ที่ผู้คนหันหน้าเข้าหาจอคอมพิวเตอร์มากกว่าพูดคุย
กันจริงๆ คงจะเป็นข้อดีที่กำลังเปลี่ยนเป็นข้ออ้าง และข้อยกเว้น ว่าต้องเล่น ต้องมี

เริ่มจากจุดประสงค์แค่เข้าสังคม หรือเล่นเพื่อติดต่อกับเพื่อนซึ่งห่างหายไปนาน ค่อยๆ พัฒนาแบบ ค้างลงกลายเป็นเวทีสื่อสารสร้างความรวมนานได้อย่างไม่เจตนา เป็นที่มาของปัญหาไร้คำตอบ

เมื่อสังคมกำลังขึ้นอยู่กับคำว่า "โซเชียลเน็ตเวิร์ก"

"การใช้สังคมออนไลน์อย่างไม่ระวังหรือรู้เท่าทันภัยเงียบของมัน แน่แน่นอนว่าคุณจะได้ของแถมเป็น 5 เสีย

"เสียเวลา" ถามว่าต้องเล่นขนาดไหนถึงจะรู้ว่าเรากำลังเสียเวลา เล่นจนเกรงตก จนการทำงานไม่ คืบหน้า อันนี้คือเสียทั้งเวลา การเรียน และการทำงาน

"เสียสุขภาพ" คือประเภทที่เล่นต่อเนื่องจนนิ้วล็อก คอเคล็ด แสบตา อดนอน แต่ก็ยังฝืนเล่น ไม่ได้ ทิ้งมูลค่า แถมเสียเวลาและสุขภาพ กรณีที่เพิ่งเกิดไปไม่นานคือ ชาวของหนุ่มใหญ่ชาวไทยที่เล่นเฟซบุ๊กไม่หลับ ไม่นอน จนเสียชีวิตปริศนาในห้องน้ำบนรถไฟ ก็เป็นอีกกรณีศึกษาที่เราควรให้ความ สนใจ และเริ่มวางแผนรับมือกับอันตรายเหล่านี้

"เสียความสัมพันธ์" อันนี้มีตัวอย่างที่เห็น ได้ชัดเจนจากทุกกลุ่มสังคม เป็นเพื่อนกันทั่วไป ถ้ามีเรื่อง ไม่เข้าใจก็จะเฉยไม่พูดกันในสังคมสด แต่แอบเตรียมคำพูดเจ็บแสบเอาไว้ประจานกันบนเฟซบุ๊ก ใช้อารมณ์ชั่ววูบเป็นที่ตั้ง เสียทั้งเพื่อน ความสัมพันธ์ และภาพพจน์ของตัวเอง เรียกได้ว่าเสียอย่าง ไม่น่าจะเสีย จากประสบการณ์ตรงของตนเองพบว่า มีปรากฏการณ์ใหม่เกิดขึ้นพร้อมกับโซเชียล เน็ตเวิร์ก นั่นคือ

การระบายออกทางพฤติกรรม จากนักศึกษาหญิงที่เรียบร้อย แต่โพสต์ข้อความหยาบคาย และ รุนแรงลงบนเฟซบุ๊ก แม้จะมองว่ามันคือการปลดปล่อยทางอารมณ์ แต่โซเชียลเน็ตเวิร์กคือพื้นที่ สาธารณะซึ่งทุกคนเห็นได้หมด กลายเป็นความพลาดอย่างแรง เพราะสิ่งที่ตามมาคือคุณจะเสีย เพื่อน และเสียภาพพจน์แน่ๆ

ในกรณีความสัมพันธ์แบบแฟน และสามีภรรยา งานวิจัยต่างชาติระบุว่า เฟซบุ๊กเป็นสาเหตุหลักที่ ทำให้คู่รักต้องขึ้นศาลว่าความฟ่องหย่า แล้วทำไมถึงเป็นเช่นนั้น

เพราะรากฐานของโซเชียลเน็ตเวิร์กคือได้ใกล้ชิดกับคนใกล้ชิด เมื่อคนล้มความสดของสังคมที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์ พูดคุย เห็นหน้า รับส่งอารมณ์ คนใกล้ชิดเลยกลายเป็นห่างเหิน ทั้งที่นั่งอยู่ด้วยกัน แต่ต่างฝ่ายต่างจ้องหน้าจอคอมพิวเตอร์ หัวเราะ สนุกสนาน อยู่กับสิ่งใกล้ตัว เป็นลักษณะความสัมพันธ์แบบความคิดสร้างอารมณ์ ไม่ใช่ อารมณ์ส่งต่ออารมณ์

ร้อยละ 10 ของผู้ใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กช่วงอายุคนทำงาน มักจะมีคนรักเก่า หรืออดีตคนเคยสนิทอยู่ในบัญชี ทั้งที่มองว่าผ่านมานานจนไม่น่าจะมีปัญหา แต่การรื้อฟื้นความสัมพันธ์แบบรวดเร็ว และง่ายดายบนสังคมออนไลน์ กลับทำให้เกิดการกระทำที่ไม่คิดว่าจะส่งผลเสีย พูดคุยบ่อยๆ กลายเป็นความคิดถึง อยากเห็นหน้ากันนิดเจอ เป็นความเลียดเถิดโดยไม่ตั้งใจ อย่างข่าวของเด็กนักเรียนหญิงที่ถูกกักขังหน่วงเหนี่ยว และข่มขืน หลังตัดสินใจนัดเจอกับหนุ่มที่พูดคุยผ่านเฟซบุ๊กมานานเป็นปี แต่กลับจบลงด้วยผลลัพธ์ที่คาดไม่ถึง

ทุกวันนี้เฟซบุ๊กกลายเป็นเวทีสำหรับเรื่องทางเพศ

พูดคุย นัดเจอ และมุ่งไปที่การหลับนอน ไม่สนใจว่าต้องรู้จัก ต้องคบหากันก่อน คิดแค่ว่าได้เสียกันก็จบ ต่างฝ่ายต่างแยกย้ายไปเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น ส่งต่อเป็นเสียที่ 4

"เสียใจ" ซึ่งหากคุณรับเอาความเสียใจนั้นๆ จะโดยตั้งใจหรือไม่ มาปรับเปลี่ยนให้เป็นบทเรียนได้ มันก็จะเกิดประโยชน์ แต่ถ้ายังคงวนเวียนอยู่กับความผิดพลาดซ้ำซาก สิ่งที่คุณจะเสียแน่ๆ คือ

"เสียโอกาส" คนเรามี 24 ชั่วโมงเท่ากันทุกวัน แต่ผู้ที่ใช้เวลาไปโดยเปล่าประโยชน์ เสียทั้งเวลา สุขภาพ ความสัมพันธ์ แถมยังเสียใจที่ต้องเสียโอกาส ซึ่งเรานั้นแหละเป็นคนเลือกเอง" ดร.จิตรา อธิบาย

แล้วข้อดีของโซเชียลเน็ตเวิร์กมีบ้างไหม

"ในทางกลับกันหากเราใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กเป็น มันจะให้ทั้งมูลค่าของเวลา คือเราใช้เวลาน้อยลง แต่ได้ข้อมูล และ ผลพลอยได้ที่เป็นประโยชน์มากขึ้น เราได้ความสัมพันธ์ที่ดีจากคนรู้จัก ซึ่งอยู่ห่างไกลคนละประเทศ คนละทวีป หรือครอบครัวที่พ่อแม่อยู่ต่างจังหวัด แต่ลูกหลานเข้ามาเรียน มาทำงานในกรุงเทพฯ ถ้าคุณใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กแล้ว ความใกล้ชิด ความผูกพันมันมีมากขึ้น ตรงนี้ก็ผ่าน แถมยังจะได้ปัญญาและถือเป็นการฝึกสมอง ผ่านข้อมูลอัปเดตที่ได้รับจากโซเชียลเน็ตเวิร์ก ทำ

ให้ผู้ใช้เกิดการพัฒนาในเรื่องของความรู้ อารมณ์ และทักษะทางสังคม โดยภาพรวมกลุ่มผู้ใช้เป็นจะมีสุขภาพชีวิตที่ดีขึ้นนั่นเอง" ดร.จิตรากล่าว

สาเหตุของการเสียสังคมให้แก่โลกโซเชียลเน็ตเวิร์ก

"คงต้องบอกที่น่าจะเป็นความเหงา ไม่ใช่แค่สังคมคนไทยเท่านั้นที่เหงา แต่ทั้งโลกซึ่งอยู่ในลักษณะครอบครัวเดี่ยว (Nuclear Family) แบบต่างคนต่างอยู่

ความเหงา และความซึมเศร้า เลยกลายเป็นปัจจัยหลักของการอยากมีตัวตนในสังคม อยากได้รับการยอมรับ อยากมีจุดยืนที่ใครๆ ตระกั้มองเห็น แต่เรากลับปฏิเสธสัมพันธ์กันน้อยลง ยิ่งคนเยาะความเหงามันยิ่งเกิดขึ้น ความสดของสังคมที่เรามองข้าม แล้วหันไปรับเอาความสัมพันธ์แบบกล่องสี่เหลี่ยมแทนที่ เพราะสามารถแสดงออกได้อย่างที่ต้องการ จะเมื่อไหร่ เวลาใดก็ได้ เอาตัวเองไปยึดเหนี่ยวกับเทคโนโลยี โดยไม่รู้ด้วยซ้ำว่าทำไปเพื่ออะไร เปิดโทรทัศน์ เปิดวิทยุให้มีเสียง แต่ไม่ได้สนใจฟัง เพราะแค่อยากรู้สึกมีใครอยู่ข้างๆ เหมือนการโพสต์ข้อความลงบนเฟซบุ๊ก ทั้งที่ไม่ได้อยากบอกใคร แต่อยากได้คอมเมนต์ อยากให้คนมากด Like นี่ก็คือสภาพสังคมเหงาที่ไม่มีใครรู้ว่าตัวเองกำลังเหงา"

จะแก้ไขอย่างไร เมื่อต่างคนต่างใช้ ไม่มีใครบังคับใครได้

"จริงๆ แล้วชีวิตมันเป็นพลวัต มีความสมดุลอยู่ในตัว ถ้าให้จำกัดว่าการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กมากเกินไปคือเท่าไร อันนี้ตอบไม่ได้ เพราะขึ้นอยู่กับความจำเป็นของแต่ละคน หากคุณทำงานเป็นผู้ดูแลเว็บแน่นอนว่านั่นคืองานที่คุณต้องใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการจ้องหน้าจอคอมพิวเตอร์ แต่คุณได้รับมูลค่า ได้งาน ได้เงิน ได้ประโยชน์จากการใช้เทคโนโลยี

การแก้ปัญหาทางที่สุด แต่กลับยากที่จะทำได้ คือเริ่มจากตัวเอง มีวินัยในการเล่น หยุดคือหยุด ฝึกให้เกิดการรับผิดชอบต่อหน้าที่หลัก มันอาจไม่ยากที่จะหักดิบ เลิกเล่น เลิกใช้

ลองเริ่มจากการมองหาความสัมพันธ์สดกับเพื่อน ครอบครัว หรือคนรอบข้าง หากไม่ได้เพราะอุปสรรคทางเวลา การเดินทาง ลองใช้สไกป์ (Skype) ที่สื่อสารแบบเห็นหน้าได้ยินเสียง ถ้าไม่มีก็ค่อยๆ ลดระดับความสดลง เป็นโทรศัพท์ ข้อความ และใช้โซเชียลเน็ตเวิร์กในแบบของทางเลือก

แทน

หากเริ่มที่ตัวเองไม่ได้ ครอบครัวและสังคมก็เป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหน่วยงานรัฐ และบริษัทเอกชนที่ให้บริการด้านเครือข่าย รวมถึงอุปกรณ์ซึ่งสัมพันธ์กับการใช้โซเชียลเน็ตเวิร์ก เสนอไอเดียร่วมกันทำเป็น โฆษณาถ่ายทอดการใช้งานที่ถูกต้อง ให้ผู้ใช้ได้ซึมซับถึงทักษะความเหมาะสมพอควร

ไม่อยากจะขัดแย้งว่าปัญหาที่เกิดขึ้นเพราะเราไม่รู้ เป็นไปได้ไหมที่เราจะตั้งรับ ก่อนรอให้มันกลายเป็นปัญหาเรื้อรัง อาจทำเป็นหนังสือคู่มือประกอบการใช้งาน สื่อสารข้อดีข้อเสียแบบย้ำให้เห็นถึงผลที่ตามมา ถ้าร่วมมือกันก็สามารถแก้ปัญหาเหล่านี้ได้ ส่วนตัวไม่เคยต่อต้านเทคโนโลยี

แต่เราต้องรู้เท่าทันโลก เทคโนโลยีมีไว้ใช้ ไม่ใช่ทำให้มนุษย์เสียคน" ดร.จิตรากล่าวทิ้งท้าย

หน้า 21