SWU มศว
IRCO NEWS
SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY
ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดรายละเอียดได้ที่ http://news swu.ac.th/newsclips/

ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูรายละเอียดได้ที่ http://news.swu.ac.th/newsclips/

ข่าวจากหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับประจำวันที่ 15 เดือนเมษายน พ.ศ.2569 หน้า 11 มูลค่าข่าว 612,252.-

มุมมอง 'อาจารย์กิ๊ฟ' ผศ.ดร.ประภาภรณ์ ปลดล็อก 'สนุกเกอร์' พ้น พ.ร.บ.การพนัน ยังพ่วงทวงคืน 'สมาธิของมนุษย์ในสังคม'

"อาจารย์กิ๊ฟ" ผศ.ดร.ประภาภรณ์ ระบุชัด การปลดล็อก "สนุกเกอร์" ออกจาก "พ.ร.บ.การพนัน" นอกจากจะส่งผลทางกฎหมายแล้ว ยังเป็นการทวงคืน "สมาธิของมนุษย์ในสังคม" อีกด้วย จะเป็นยังไง ไปติดตามคอลัมน์ของ "Teacher Gift" กันครับ

ในโลกที่ความสนใจกลายเป็นทรัพยากรที่มีมูลค่าสูงที่สุด มนุษย์กำลังเผชิญกับความท้าทายรูปแบบใหม่ที่ไม่เคยมีมาก่อน นั่นคือ "การสูญเสียความสามารถในการจดจ่อ" หรือความสามารถในการดำดิ่งกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ ภายใต้สิ่งที่เรียกว่า attention economy ซึ่งคือแนวคิดที่มองว่าใครที่สามารถ "ดึงเวลาและความสนใจ" ของผู้คนได้ ก็สามารถสร้างรายได้ อิทธิพล หรืออำนาจได้ แพลตฟอร์มดิจิทัลไม่ได้แข่งขันกันเพียงด้านข้อมูลหรือเนื้อหา แต่แข่งขันกันเพื่อ "ช่วงชิงเวลาและสมาธิ" ของผู้ใช้ให้ได้มากที่สุด อัลกอริทึมถูกออกแบบให้เราหยุดดูหน้าจอให้นานขึ้น เลื่อนดูคอนเทนต์ต่อโดยไม่รู้ตัว และเสพข้อมูลแบบรวดเร็วแต่ตื้นเขิน ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นไม่ใช่เพียงพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปเท่านั้น แต่คือโครงสร้างการคิดของมนุษย์ที่ค่อย ๆ ถูกปรับเปลี่ยนโดยที่เราแทบไม่รู้ตัว

ผลกระทบของปรากฏการณ์นี้ไม่ได้จำกัดอยู่ในระดับปัจเจกบุคคล แต่เริ่มขยายตัวเป็นปัญหาเชิงโครงสร้างของสังคม เด็กจำนวนมากเรียนรู้ได้ยากขึ้น ประสบปัญหาการเสพติดหน้าจอ สมาธิในการเรียนตกต่ำลง สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นไม่ใช่เพราะเด็ก ๆ ขาดศักยภาพ แต่เพราะขาดความสามารถหรือทักษะในการอยู่กับเนื้อหาหนึ่ง ๆ ได้นานเพียงพอ ผู้ใหญ่จำนวนไม่น้อยทำงานแบบ multitasking ตอบอีเมลไปด้วยประชุมไปด้วย หรือหลายคนทานข้าวไปด้วยในขณะที่ตาก็ดูซีรีส์หน้าจอไปด้วย จนคุณภาพของการตัดสินใจลดลง ประสิทธิภาพในการเรียนและการทำงานงานก็ลดลง ในระดับชาติ การที่ประชาชนไม่สามารถจดจ่อกับข้อมูลข่าวสารที่ซับซ้อนได้ อาจส่งผลต่อคุณภาพของการมีส่วนร่วมในระบอบประชาธิปไตย และความเข้าใจในสิทธิ หน้าที่ และกฎหมายของตนเอง

แน่นอนว่าในยุคที่มนุษย์เผชิญกับปัญหาการดำดิ่งหรือการจดจ่อกับสิ่งที่กำลังอยู่ตรงหน้า หลายครอบครัวสรรหากิจกรรมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์ หรือช่วงปิดเทอมของลูกหลานที่บ้าน ก็เพื่อที่จะทำให้บุตรหลานของตนอยู่ห่างจากหน้าจอ

ในบริบทสังคมเช่นนี้ กิจกรรมอย่าง "สนุกเกอร์" กลับมีความหมายที่ลึกซึ้งกว่าที่เราคิด สนุกเกอร์ไม่ใช่เพียงกีฬา แต่เป็นระบบการฝึกสมองที่ต้องอาศัยสมาธิ การควบคุมอารมณ์ และการคิดเชิงกลยุทธ์อย่างต่อเนื่อง ผู้เล่นต้องอยู่กับปัจจุบันอย่างแท้จริง คิดล่วงหน้าอย่างเป็นระบบ และรับมือกับความไม่แน่นอนในทุกช็อต ความสามารถในการ "นิ่ง" และ "โฟกัส" จึงไม่ใช่เพียงทักษะของนักกีฬา แต่เป็น

ทักษะของมนุษย์ในโลกยุคใหม่

จากการวิจัยเรื่องผลของการเล่นกีฬาสนุกเกอร์ที่มีอยู่อย่างแพร่หลายพบว่า การฝึกเล่นสนุกเกอร์ส่งผลทางบวกต่อการพัฒนาทักษะของมนุษย์อย่างน้อย 3 ประการ คือ 1. ทักษะการแก้ไขปัญหา (Problem-Solving Skill) นักสนุกเกอร์ต้องฝึกการวางแผนและการแก้ปัญหาในการแทงลูกทุกช็อต เหมือนกับการฝึกแก้โจทย์คณิตศาสตร์หรือวิทยาศาสตร์ 2. ทักษะในการจดจำและจดจ่อ (Memory and Focus Skills) นักสนุกเกอร์ไม่เพียงแต่ต้องจดจำตำแหน่งของลูก แต่ต้องใช้ความจำดังกล่าวในการคำนวณและวางแผนในการเล่นช็อตต่อไป และ 3. ทักษะความอดทนและความมีวินัย (Patience and Discipline) กีฬาสนุกเกอร์จะลดความใจร้อนเพราะต้องฝึกให้มีความนิ่งเพื่อจดจ่อกับทุกช็อตและต้องอาศัยการฝึกฝนเพื่อให้เกิดความชำนาญ

คำถามต่อมาคือ การฝึกสนุกเกอร์ส่งผลกระทบเชิงบวกต่อการเรียนหรือด้านวิชาการอย่างไรได้บ้าง แน่นอนว่าถ้าดูเผิน ๆ การเล่นสนุกเกอร์อาจฝึกเรื่องสมาธิและการจดจ่อโดยทั่วไป แต่ถ้าพิจารณาในแต่ละวิชาเรียนแล้ว สนุกเกอร์มีความคล้ายกับการเรียนบางวิชา เช่น ทักษะจากการเล่นสนุกเกอร์สามารถเชื่อมโยงกับการเรียนได้อย่างชัดเจน โดย

เฉพาะในด้านการพัฒนาสมาธิ การคิดวิเคราะห์ และความละเอียดรอบคอบ ผู้เล่นต้องเข้าใจมุม แรง และการเคลื่อนที่ของลูก ซึ่งสะท้อนหลักฟิสิกส์และเรขาคณิตในชีวิตจริง ทำให้การเรียนสาย STEM เป็นเรื่องที่จับต้องได้มากขึ้น นอกจากนี้ การตัดสินใจภายใต้ความกดดันในเกมยังช่วยฝึกให้ผู้เล่นสามารถคิดอย่างมีเหตุผลและควบคุมอารมณ์ได้ดีในสถานการณ์สอบหรือการทำงานที่มีเวลาจำกัด ขณะเดียวกัน ความใส่ใจในรายละเอียดที่จำเป็นต่อการแทงแต่ละช็อต ก็สามารถถ่ายทอดไปสู่การทำงานวิชาการ เช่น การตรวจทานงานเขียน การแก้โจทย์ที่ซับซ้อน หรือการทำวิจัยอย่างเป็นระบบได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การเล่นสนุกเกอร์มีผลเชิงบวกต่อสุขภาพจิตอย่างชัดเจน เพราะเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เล่นจดจ่ออยู่กับปัจจุบัน ลดความเครียด และหลุดออกจากความกังวลในชีวิตประจำวัน การใช้สมาธิในแต่ละช็อตยังช่วยสร้างความยืดหยุ่นทางอารมณ์ ทำให้สามารถรับมือกับความผิดพลาดและกลับมาตั้งหลักใหม่ได้ดีขึ้น นอกจากนี้ ความสำเร็จจากการแทงลูกยากหรือการชนะเกมยังช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง ทำให้กล้ารับมือกับความท้าทายทั้งในด้านการเรียนและชีวิต ขณะเดียวกัน สนุกเกอร์ยังปลูกฝัง "growth mindset" หรือทัศนคติแบบเติบโต โดยทำให้ผู้เล่นมองความผิดพลาดเป็นโอกาสในการเรียนรู้ ไม่ใช่ความล้มเหลว ส่งผลให้สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่องทั้งในเกมและในชีวิตจริง

สนุกเกอร์เป็นกีฬาที่โดดเด่นแตกต่างจากกีฬาประเภทอื่น เพราะเน้นความแม่นยำและกลยุทธ์มากกว่าพละกำลัง ทำให้ทุกคนสามารถเข้าถึงและพัฒนาทักษะทางความคิดได้อย่างเท่าเทียม ไม่ว่าจะเป็นเด็ก เยาวชน หรือผู้สูงอายุ อีกทั้งยังเป็นกิจกรรมที่สามารถเล่นได้ตลอดช่วงชีวิตโดยไม่ต้องใช้แรงกายมาก จึงเหมาะกับการสร้างสมดุลระหว่างการเรียน การทำงาน และการพักผ่อน สนุกเกอร์ช่วยให้ผู้เล่นได้ผ่อนคลาย ลดความเครียด และฟื้นฟูพลังใจ ขณะเดียวกัน งานวิจัยยังสนับสนุนว่ากีฬาประเภทนี้ช่วยพัฒนาการคิดเชิงกลยุทธ์ ความมีวินัย ความยืดหยุ่นทางจิตใจ และยังส่งผลเชิงบวกต่อผลการเรียนอีกด้วย จึงอาจกล่าวได้ว่าสนุกเกอร์ไม่ใช่เพียงเกมเพื่อความบันเทิง แต่เป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ในระยะยาว

ผู้ปกครองที่กำลังมองหากีฬาหรือกิจกรรมให้ลูกหลาน หรือแม้แต่ต้องการพัฒนาสมาธิของตนเอง สนุกเกอร์อาจเป็นทางเลือกที่มีคุณค่าอย่างยิ่ง เพราะนอกจากจะช่วยฝึกสมาธิให้จดจ่อกับสิ่งเดียวได้ยาวนานขึ้นแล้ว ยังพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา และการตัดสินใจอย่างเป็นระบบ เด็กจะได้เรียนรู้ความอดทน วินัย และการควบคุมอารมณ์ ขณะที่ผู้ใหญ่ก็สามารถใช้เป็นพื้นที่ "พักใจ" ลดความเครียด และกลับมาอยู่กับปัจจุบันได้มากขึ้น กิจกรรมนี้จึงไม่ได้ให้เพียงความสนุก แต่ยังช่วยเสริมสร้างทั้งพัฒนาการทางความคิด สุขภาพจิต และความสัมพันธ์ในครอบครัวผ่านการใช้เวลาร่วมกันอย่างมีคุณภาพ

ในจุดนี้เอง ประเด็นการ "ปลดสนุกเกอร์ออกจากพระราชบัญญัติการพนัน" จึงมีนัยสำคัญมากกว่าการปรับสถานะทางกฎหมายของกิจกรรมหนึ่ง หากแต่เป็นการสะท้อนการเปลี่ยนผ่านของวิธีคิดทางกฎหมายจาก "การควบคุมความเสี่ยงแบบเดิม" ไปสู่ "การบริหารความเสี่ยงในโลกใหม่" ในอดีต รัฐอาจมองว่าสนุกเกอร์เชื่อมโยงกับการพนันและต้องถูกจำกัด แต่ในปัจจุบัน ความเสี่ยงที่ใหญ่ไม่แพ้กันคือ "การสูญเสียสมาธิของมนุษย์" ซึ่งส่งผลต่อทั้งการเรียนรู้ เศรษฐกิจ และศักยภาพการแข่งขันของประเทศในระยะยาว

การปลดล็อกสนุกเกอร์ไม่ใช่เพียงการเปลี่ยนสถานะของกีฬา แต่คือการเปิดพื้นที่ให้สังคมได้กลับมาฝึกกีฬาด้านสมาธิในโลกที่ทุกอย่างพยายามดึงเราออกจากความจดจ่อ

เมื่อพิจารณาในเชิงนโยบาย จะพบว่าหลายประเทศเริ่มตระหนักถึงปัญหานี้และออกมาตรการควบคุมแพลตฟอร์มดิจิทัลอย่างจริงจัง เช่น สหภาพยุโรปได้ออกกฎหมาย Digital Services Act (DSA) และ Digital Markets Act (DMA) เพื่อกำกับดูแลอัลกอริทึมและลดพฤติกรรมที่บิดเบือนการรับรู้ของผู้ใช้ ขณะที่บางประเทศเริ่มพูดถึงแนวคิด "right to attention" หรือสิทธิของมนุษย์ในการไม่ถูกแทรกแซงสมาธิอย่างเกินควร โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน

ในทางกลับกัน ประเทศไทยยังคงอยู่ในช่วงเริ่มต้นของการตั้งคำถามต่อบทบาทของเทคโนโลยีต่อสมาธิของมนุษย์ การปลดล็อกสนุกเกอร์จึงอาจเป็นจุดเริ่มต้นเล็ก ๆ แต่มีนัยสำคัญของการ "ออกแบบสังคมใหม่" ที่ให้ความสำคัญกับคุณภาพของความสนใจ ไม่ใช่เพียงปริมาณของข้อมูล

หากมองในมิติการศึกษา สนุกเกอร์สามารถเป็นเครื่องมือหนึ่งในการพัฒนา executive function ของผู้เรียน ทั้งด้านสมาธิ ความจำ และการตัดสินใจ ซึ่งเป็นรากฐานของการเรียนรู้ตลอดชีวิต มากกว่าการเน้นเนื้อหาหรือการท่องจำเพียงอย่างเดียว ขณะที่ในมิติทางเศรษฐกิจ สนุกเกอร์ยังสามารถพัฒนาเป็น soft power สร้างอาชีพ และเชื่อมโยงกับอุตสาหกรรมกีฬาในระดับสากล

ในท้ายที่สุด การปลดล็อกสนุกเกอร์อาจไม่ใช่เพียงการเปลี่ยนแปลงเชิงกฎหมาย แต่คือการเปลี่ยนแปลงเชิง "วิธีคิด" ของสังคม ว่าเราจะให้คุณค่ากับอะไรในโลกยุคใหม่ ระหว่างความเร็วกับความลึกซึ้ง ระหว่างปริมาณกับคุณภาพ และระหว่างการถูกดึงความสนใจ กับการเป็นเจ้าของความสนใจของตนเอง

เพราะในโลกที่ไม่มีอะไรหยุดนิ่ง ความสามารถในการ "หยุดและจดจ่อ" อาจเป็นพลังที่สำคัญที่สุดของมนุษย์และบางที สนุกเกอร์ อาจไม่ได้เป็นเพียงกีฬา แต่เป็นคำตอบหนึ่งของสังคมที่กำลังพยายาม "กลับมาดำดิ่งและมีสมาธิกับสิ่งที่กำลังทำอยู่อย่างลึกซึ้งอีกครั้ง"

เมื่อมีการปลดล็อกสนุกเกอร์ออกจากกฎหมายการพนันแล้ว โอกาสในการนำกีฬานี้มาเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตและระบบการศึกษาจะเปิดกว้าง

มากขึ้น โรงเรียนสามารถบรรจุสนุกเกอร์เป็นกิจกรรมเสริมทักษะหรือจัดตั้งชมรมและการแข่งขันเพื่อกระตุ้นการเรียนรู้เชิงคิดวิเคราะห์และสมาธิ ขณะเดียวกัน ผู้ปกครองสามารถสนับสนุนบุตรหลานให้เข้าถึงกีฬานี้ได้ง่ายขึ้น ไม่ว่าจะผ่านการสมัครชมรมในชุมชนหรือการจัดพื้นที่เล่นภายในบ้าน ซึ่งถือเป็นการลงทุนด้านพัฒนาการที่มีคุณค่า ในระดับสังคม การส่งเสริมให้คนทุกวัยเข้าร่วมคลับสนุกเกอร์ในท้องถิ่นยังช่วยสร้างพื้นที่แห่งการเรียนรู้ร่วมกัน เสริมสร้างความสัมพันธ์ และก่อให้เกิดชุมชนที่มีคุณภาพ ดังนั้น การปลดล็อกทางกฎหมายจึงไม่ใช่เพียงการเปลี่ยนสถานะของกีฬา แต่เป็นการเปิดโอกาสให้สนุกเกอร์กลายเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิต การศึกษา การจดจ่อ และเสริมสร้างความผูกพันในสังคมอย่างยั่งยืนอีกด้วย.

เรื่องโดย : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาภรณ์ โรจน์ศิริรัตน์ รองอธิการบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กรอาจารย์ประจำภาควิชานิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว)

ทีมข่าวกีฬาเดลินิวส์