

การเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธ
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี
STRENGTHENING APPROPRIATE SOCIAL MEDIA BEHAVIOR ACCORDING TO
BUDDHIST PRINCIPLES FOR MATHAYOM 1 STUDENTS AT
WAT SAENGSAK SCHOOL PATHUM THANI PROVINCE

¹พระณัฐกรวิ ปิยธมโม Phranatgavee Piyathammo

²พระครูปลัดมารุต วรมงคล Phracoolpaladmarut Varamagkalo

³พระปลัดสรวิชัย อภิปัญญา Phrapalad Soravit Ahipanyo

⁴สายหยุด มีฤทธิ์ Sayyud Mererk ⁵พระวชิรรัตนารณ PhraVachirarattanapon

⁶พระโสภณวชิราวที PhraSophonvachiravatee

^{1, 2, 3, 4, 5, 6}มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand
Corresponding Author E-mail: natgavee@gmail.com

Article Received: June 28, 2025. Revised: December 26, 2025. Accepted: December 28, 2025.

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี และ 2) เพื่อเสนอแนะแนวทางการเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี เป็นงานวิจัยแบบผสมผสานวิธี คือ การวิจัยเชิงปริมาณ โดยการแจกแบบสอบถามกับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี จำนวน 92 รูปวิเคราะห์ ข้อมูลทางสถิติ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิจัยเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์โดยมีผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 15 คน และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1) สภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่อยู่ในระดับมาก คือ ด้านการบันเทิง ด้านการศึกษา ด้านการติดต่อสื่อสาร และด้านที่อยู่ในระดับปานกลาง คือ ด้านปัญหาการใช้ Social Media 2) แนวทางการเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี เป็นการประยุกต์ใช้วิธีคิดตามหลักโยนิโสมนสิการในฐานะเป็นพุทธการใช้สื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในสังคมไทย ซึ่งมีปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างไม่รู้เท่าทันของเยาวชนไทยเกิดขึ้นเพราะเยาวชนสังสมประสบการณ์และเรียนรู้สื่อสังคมออนไลน์แบบไม่รู้ตัว หรือขาดภูมิคุ้มกันตนเอง โดยหลักพื้นฐานการพัฒนาสติปัญญาที่จะพัฒนาเยาวชนให้รู้ทันสื่อสังคมออนไลน์ด้วยการเลือกใช่วิธีคิดทั้ง 4 แบบ เพราะเป็นวิธีคิดที่ครอบคลุมวิธีคิดทั้งหมดและเป็นพื้นฐานที่ส่งผลดีในส่วนของปัญญา แนวคิดเชิงเหตุผลและจิตใจคือคุณธรรมหรือกุศล ทั้งนี้ต้องอาศัยปัจจัย 4 ด้าน คือ การฟัง คิด ถาม เขียน ควบคู่กับการมีกัลยาณมิตรและการสร้างวิธีคิดเพื่อรู้เท่าทัน การใช้สื่อสังคมออนไลน์

คำสำคัญ: พฤติกรรม, การใช้สื่อสังคมออนไลน์, แนวพุทธ

Abstract

This research article aims to: 1) study the social media usage behavior of Grade 7 students at Wat Saengsan School, Pathum Thani Province, and 2) suggest guidelines for enhancing appropriate social media usage behavior based on Buddhist principles for Grade 7 students at Wat Saengsan School, Pathum Thani Province. This is a mixed-methods research, combining quantitative research through questionnaires distributed to 92 Grade 7 students at Wat Saengsan School, Pathum Thani Province, with statistical analysis of means and standard deviations, and qualitative research through document review, interviews with 15 key informants and analyze the data using content analysis.

The research findings revealed that: 1) The overall social media usage behavior of Grade 7 students at Wat Saengsan School, Pathum Thani Province was at a high level. When considering each aspect, the aspects at a high level were entertainment, education, and communication. In contrast, the aspect at a moderate level was the problem of using social media. 2) Guidelines for promoting appropriate social media usage behavior according to Buddhist principles for Grade 7 students at Wat Saengsan School, Pathum Thani Province, is an application of the Yonisomanasikara (analytical reflection or wise consideration) as a Buddhist approach to social media use for Thai youth. The problem of Thai youth using social media without awareness arises because they accumulate experiences and learn about social media unknowingly or lack self-protective measures. The basic principle of developing intelligence to enable youth to be aware of social media involves choosing to use four types of thinking methods because these methods encompass all thinking processes and are a foundation that positively affects intellect, rational thinking, and the mind, which is virtue or merit. This requires four factors: listening, thinking, questioning, and writing, coupled with having good friends and building critical thinking skills to be aware of social media usage.

Keywords: Behavior, Social Media Usage, Buddhist Approach

บทนำ

ปัจจุบันเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (ไอซีที) ได้แพร่หลายเข้ามาในประเทศไทย หลายปีแล้ว โดยเฉพาะเครือข่ายทางสังคมออนไลน์ จัดเป็นสื่อที่นับได้ว่าการเติบโตและขยายตัวอย่างรวดเร็ว เวลาเพียงไม่กี่ทศวรรษเครือข่ายทางสังคมออนไลน์หรืออินเทอร์เน็ตได้ขยายตัวจาก การเป็นแหล่งข้อมูลสำหรับนักวิชาการและนักวิจัย ไปสู่ความเป็นสื่อยอดนิยมของกลุ่มประชากร ในวงที่กว้างขึ้น การใช้เครือข่ายทางสังคมออนไลน์เริ่มเฟื่องฟูขึ้นในช่วงระยะเวลา 10 ปีที่ผ่านมา และยังคงขยายตัวต่อไปอย่างไม่สิ้นสุด โดยเห็นได้จากการสำรวจของ Internet World Stats พบว่า ในปี พ.ศ. 2548 มีผู้ใช้อินเทอร์เน็ตถึง 1,018,057,389 คนทั่วโลก (ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ, 2567) ซึ่งเมื่อไม่กี่ปีที่ผ่านมาในประเทศไทยก็มีจำนวนผู้ใช้อินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วเช่นกัน โดยในปี 2567 มีผู้ใช้อินเทอร์เน็ตชาวไทยเพิ่มขึ้นถึง 8.4

ล้านคนและผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทยส่วนใหญ่มีอายุประมาณ 20-29 ปี โดยกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 20 ปี เป็นกลุ่มที่เพิ่มขึ้นรวดเร็วที่สุดจะเห็นได้ว่าเยาวชนเป็นกว่าครึ่งของผู้ใช้ทั้งหมด

ทุกวันนี้มีคนใช้ชีวิตอยู่กับสังคมออนไลน์มากขึ้นทุกวันและมีการใช้ Social Media ที่ ผู้ใช้เป็นผู้ใช้สื่อสารหรือเขียนเล่าเนื้อหาเรื่องราว ประสบการณ์ บทความ รูปภาพ และวิดีโอที่ผู้ใช้เป็นผู้ใช้เขียนขึ้นเอง ทำขึ้นเองหรือพบเจอจากสื่ออื่นๆ แล้วนำมาแบ่งปันให้กับผู้อื่นที่อยู่ในเครือข่าย ของคน ผ่านทางเว็บไซต์ เครือข่ายทางสังคม (Social Network) ที่ให้บริการบนออนไลน์ ปัจจุบัน การสื่อสารแบบนี้ทำผ่านทาง Internet และ โทรศัพท์มือถือ เช่น กระดานความคิดเห็นรูปภาพ และ วิดีโอ โดยมีเทคโนโลยีที่รองรับเนื้อหา (Content) เหล่านี้ ได้แก่ เว็บไซต์บล็อก เว็บไซต์ที่แชร์รูปภาพ แชร์เพลง แชร์วิดีโอ เว็บไซต์บอร์ด อีเมล IM (Instant Message) เครื่องมือที่ให้บริการ เช่น Voice over IP ส่วนเว็บไซต์ที่ให้บริการ Social Network ได้แก่ Google, Group, Facebook, MySpace หรือYou Tube เป็นต้น

เครือข่ายทางสังคมออนไลน์หรืออินเทอร์เน็ตเริ่มเข้ามามีบทบาทในการหล่อหลอมการเรียนรู้และพฤติกรรมต่าง ๆ ของเด็กและเยาวชน ทั้งนี้เป็นเพราะเด็กและเยาวชนใช้อินเทอร์เน็ตใน กิจกรรมประจำวันมากขึ้นเรื่อย ๆ นอกจากนั้นการเรียนรู้ในโรงเรียนหรือมหาวิทยาลัยนั้นล้วนให้ บทบาทที่สำคัญกับระบบอินเทอร์เน็ตในฐานะเครื่องมือการเรียนรู้ใหม่ และการเชื่อมโรงเรียนราว 30,000 โรงเรียนของกระทรวงศึกษาธิการเข้ากับระบบอินเทอร์เน็ตความเร็วสูงผ่านดาวเทียม IP-Sur ย่อมเป็นจุดเปลี่ยนสำคัญของการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตของเด็กในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ผ่านอินเทอร์เน็ต ด้วยคุณประโยชน์ของเครือข่ายทางสังคมออนไลน์ที่มีต่อการศึกษานั้นมีมากมาย (ถนอมพร เลหาจรัสแสง, 2541) ดังเช่น สามารถช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับสังคม วัฒนธรรมและโลกมากขึ้น ทำให้ผู้เรียนสามารถสื่อสารกับผู้คนทั่วโลกได้อย่างรวดเร็ว และสามารถสืบค้นหรือเผยแพร่ข้อมูลสารสนเทศจากทั่วโลกได้ เครือข่ายทางสังคมออนไลน์จึงกลายเป็นแหล่งความรู้ขนาดใหญ่สำหรับผู้เรียนโดยที่สื่อประเภทอื่นๆ ไม่สามารถทำได้ กล่าวคือ ผู้เรียนสามารถค้นหาข้อมูลในลักษณะใดๆ ก็ได้ ไม่ว่าจะเป็นข้อความ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหวหรือในรูปแบบของสื่อประสม โดยการสืบค้นผ่าน เครือข่ายทางสังคมออนไลน์ที่โยงใยกับแหล่งข้อมูลต่างๆ ทั่วโลก ซึ่งการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ผ่านเครือข่ายทางสังคมออนไลน์นี้ยังเป็นการเพิ่มทักษะการคิดอย่างมีระบบ โดยเฉพาะทักษะการวิเคราะห์สืบค้น การคิดเชิงวิเคราะห์การวิเคราะห์ข้อมูลการแก้ปัญหา และการคิดอย่างอิสระให้แก่ผู้เรียนอีกด้วย ทั้งนี้เนื่องจากเครือข่ายทางสังคมออนไลน์เป็นแหล่งรวมข้อมูลมากมายมหาศาล ผู้เรียนจึงจำเป็นต้อง ทำการวิเคราะห์อยู่เสมอเพื่อแยกแยะข้อมูลที่เป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์สำหรับตนเอง

ดังเช่นทุกอย่างที่มีคุณประโยชน์ก็ย่อมมีโทษหากใช้อย่างไม่เหมาะสมปัญหาภัยต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมออนไลน์ โดยเฉพาะกับเยาวชนจะทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งในประเทศไทย สถานการณ์กำลังเข้าสู่สภาวะวิกฤตทั้งทางเศรษฐกิจ สังคมและสุขภาพ ทั้งในประเด็นการรับรู้และพฤติกรรมทางเพศ โดยพบว่าเยาวชนกว่า 60% ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร เคยพบเห็นภาพและสื่อลามกผ่านระบบออนไลน์ ซึ่งนำไปสู่การเกิดอารมณ์ทางเพศ อีกทั้งกว่าครึ่งยังเห็นว่าเรื่องสื่อลามก บนสื่อออนไลน์เป็นเรื่องธรรมดาที่รับได้ เคยมีการสนทนากับคนที่รู้จักบนโลกออนไลน์ถึง เกือบ 70% และไปสู่การมีเพศสัมพันธ์กับคนที่รู้จักทางอินเทอร์เน็ตถึง 13% จากจำนวนเยาวชน ทั้งหมดที่ได้ทำการสำรวจ ซึ่งล้วนมีความสอดคล้องกับปัญหาการล่อลวงทางอินเทอร์เน็ต ที่พบ ตามหน้าหนังสือพิมพ์ทั้งสิ้นหรือประเด็นการเล่นเกมนออนไลน์ที่เกิดขอบเขตจนเกิดปัญหาการปล้น ทรัพย์เพื่อนำเงินไปเล่นเกมที่จังหวัดสมุทรปราการ หรือการฆ่าตัวตาย เนื่องจากเล่นเกมจนผลการเรียน และชีวิตตกต่ำที่จังหวัดอ่างทอง นอกจากนั้นยังมีการกลั่นแกล้งออนไลน์ (ศรีดา ดันทะอติพานิช, 2565) เช่น การกลั่นแกล้งแต่งภาพเปลือยตัวปลอมซึ่งพบได้ใน หมูดารา จนเริ่มขยายมาสู่วัยรุ่นทั่วไป และการใช้

เครือข่ายออนไลน์อย่างไม่เหมาะสมนั้นยัง นำไปสู่การทำลายสถาบันครอบครัวอีกด้วย เห็นได้จากการใช้เครือข่ายออนไลน์ของเยาวชนส่วนใหญ่ จะใช้เวลาตั้งแต่ 2 ชั่วโมงถึงเที่ยงคืน ซึ่งนอกจากจะทำให้พักผ่อนไม่เพียงพอแล้วยังทำให้การพูดคุยและกิจกรรมกับครอบครัวลดลงถึงราว 25% หากไม่สามารถจัดการได้ก็อาจนำไปสู่วิกฤตรุนแรง เช่นในต่างประเทศได้ เช่น การที่ราว 40% ของวัยรุ่นฮ่องกงมีเพศสัมพันธ์กับผู้รู้จักผ่านระบบ อินเทอร์เน็ตหรือการจับกลุ่มออนไลน์ของวัยรุ่นเพื่อฆ่าตัวตายหมู่ในญี่ปุ่น เป็นต้น

ในประเทศไทยปัญหาสื่อลามกเวิ่นอนาจารต่าง ๆ เริ่มคุกคามเด็กและเยาวชนไทยมากขึ้น พบว่าเด็กอายุ ไม่ถึง 12 ปี เริ่มใช้อินเทอร์เน็ตถึง 20.8% เด็กอายุ 13-15 ปี เริ่มใช้มากที่สุด 45.3% โดยเด็กอายุน้อยที่สุดที่เริ่มใช้คือ 5 ขวบ สถานที่ที่ใช้บ่อยที่สุดคือสถานศึกษา 70.2% ตามด้วยบ้านพัก 66.9% และร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ 49.9 เวลาของการใช้อินเทอร์เน็ตจะใช้ตั้งแต่ 1-5 ชั่วโมง ทั้งที่ทาง การแพทย์แนะนำไว้ว่าเด็กและเยาวชนควรใช้เวลาดูโทรทัศน์และเล่นอินเทอร์เน็ตไม่ควรเกิน 2 ชั่วโมง ซึ่งโดยภาพรวมกว่า 80% เด็กใช้เวลาเล่นอินเทอร์เน็ตมากเกินไป แต่สิ่งที่น่าห่วงคือเวลาที่ เด็กนิยมใช้คือ 20.01-24.00 น. ซึ่งเป็นเวลาพักผ่อนของเด็กในวัยเรียน เนื้อหาในเว็บไซต์ที่เข้าไป ดูนั้น เด็กกว่า 60% เข้าไปดูเว็บลามก เด็กจะคุยกับคนแปลกหน้าผ่านทางอินเทอร์เน็ต โดยมากกว่า 80% จะมีการนัดพบกัน 10% นัดเจอกันข้างนอกและมีเพศสัมพันธ์กัน เด็กจะก้าวไปสู่ปัญหาที่ รุนแรง เข้าไปดูเว็บไซต์ที่ก่อให้เกิดความรุนแรง เช่น การทำระเบิด การฆ่าตัวตาย ฆาตกรรม ใน ส่วนของผู้ปกครอง 44.8% ระบุว่าไม่ทราบว่าจะดูอะไร ในอินเทอร์เน็ต มีแค่ 22.7% ที่รู้ว่าบุตรหลานใช้อย่างไร และมีเพียง 12.6% เท่านั้นที่ดูแลการใช้ ทั้งยังมีครูอาจารย์ที่ไม่รู้ว่าเด็กใช้อะไรบ้างสูงถึง 40.8% ขณะที่อีก 33.1% ไม่รู้ว่าลูกศิษย์ใช้อินเทอร์เน็ต จากผลกระทบดังกล่าวที่เกิดขึ้นจากการใช้งานเครือข่ายทางสังคมออนไลน์นั้น สมควรอย่างยิ่งที่หลายๆ ฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับผู้ใช้งานเครือข่ายทางสังคมออนไลน์ เช่น ผู้ปกครอง ครู และผู้ประกอบการร้านอินเทอร์เน็ตจำเป็นต้องมีบทบาทสำคัญในการช่วยกันสอดส่องดูแลเอาใจใส่ และควบคุมการใช้งานเครือข่ายทางสังคมออนไลน์ให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องและเหมาะสม เพื่อจะช่วยแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นจากการใช้เครือข่ายทางสังคมออนไลน์ของเยาวชนได้อย่างเหมาะสมต่อไป

โดยหลักการสำคัญของการศึกษาพฤติกรรมและผลจากการใช้เครือข่ายทางสังคมออนไลน์นั้น มุ่งเน้นการศึกษาผลที่เกิดขึ้นจากการใช้เครือข่ายทางสังคมออนไลน์ว่าเป็นไปในทิศทางใด และส่งเสริมให้ความรู้แก่ผู้ใช้ตั้งแต่ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เพื่อเป็นการวาง พื้นฐานการเรียนรู้เกี่ยวกับการใช้งานเครือข่ายทางสังคมออนไลน์ให้แก่ผู้ใช้ในระดับชั้นมัธยมศึกษา ตอนต้น เนื่องด้วยเด็กในวัยนี้เป็นช่วงวัยที่เริ่มมีพัฒนาการทางด้านการเรียนรู้ที่รวดเร็วมีความอยากรู้อยากเห็น หากมีการเรียนรู้ไปในทางที่ไม่เหมาะสม อาจจะทำให้เกิดผลกระทบทางด้านต่างๆ ตามมาได้ง่าย โดยปัจจัยที่จะส่งเสริมให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีพฤติกรรมการใช้ เครือข่ายทางสังคมออนไลน์ในทางที่ถูกต้องและปลอดภัยนั้นมีหลายด้าน และมีความแตกต่างกัน ทั้งในด้านของปัจจัยแวดล้อม และปัจจัยจิตลักษณะในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

ทศวรรษที่ผ่านมา จำนวนผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ (Social Network) เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ด้วยความสะดวกสบายในการเข้าถึง ความรวดเร็ว การติดต่อที่ ทำให้ผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์สามารถติดต่อสื่อสารกันได้อย่างรวดเร็วแม้จะอยู่คนละซีกโลก ทั้งยังสามารถเข้าถึงระบบได้จากอุปกรณ์ที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็น โทรศัพท์มือถือ คอมพิวเตอร์ ไอแพด และแท็บเล็ต อีกนัยหนึ่งคือ อุปกรณ์ใดๆ ที่เชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ล้วนสามารถเชื่อมต่อสื่อสังคมออนไลน์ได้ทั้งสิ้น ทั้งนี้ ร้อยละ 82 ของประชากรที่ใช้สื่อสังคมออนไลน์กว่าครึ่งเป็นนักเรียน และ นักศึกษาที่มีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ทุกวัน ด้วยความสามารถของสื่อสังคมออนไลน์ที่ไม่ได้จำกัดให้ผู้ใช้เป็นเพียงผู้เข้าถึง บริการ หรือข้อมูลที่สร้างต้องมาจากผู้ให้บริการเท่านั้น (วัฒน ภูวทิศ, 2554) ทำให้

ผู้ใช้ในระบบเครือข่ายสังคมออนไลน์ต่างๆ ได้รับสิทธิอย่างเต็มที่ในการสร้างและเผยแพร่ข้อมูลได้ตลอดเวลาตามต้องการโดยไม่จำกัดจำนวน ดังที่ปรากฏแล้วว่าข้อมูลเกือบทั้งหมดที่เผยแพร่อยู่บน สื่อสังคมออนไลน์ล้วนมาจากผู้ใช้แทบทั้งสิ้น ซึ่งปรากฏการณ์นี้ไม่เพียงดึงดูดให้คนเข้ามา ใช้สื่อสังคมออนไลน์เพิ่มขึ้น เยาวชนวัยเรียน ที่มีข้อจำกัดเรื่องค่าใช้จ่าย และมีเพื่อนในแวดวง ที่จำกัด แต่ด้วยสื่อสังคมออนไลน์ กลุ่มคนเหล่านี้สามารถติดต่อสื่อสารกับเพื่อนนอกกลุ่ม สามารถเปิดเผยตัวตนต่อสังคม สื่อสารกับเพื่อน หาเพื่อนใหม่ ทำกิจกรรมใหม่ และ รับรู้ข้อมูลข่าวสารได้ในวงกว้าง สื่อสังคมออนไลน์จึงกลายเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับพวกเขา ด้วยเหตุนี้หากสถานศึกษา และองค์กรด้านการศึกษาศาสนา สามารถนำข้อสังเกตนี้ไปใช้ประโยชน์ ในการพัฒนาแนวทางการสื่อสารข้อมูลย่อมเป็นประโยชน์กับนักเรียน การนำสื่อสังคมออนไลน์ไปใช้เพื่อพัฒนาศักยภาพด้านการศึกษามีให้เห็นในหลายรูปแบบ

จะเห็นได้ว่า ความพยายามที่จะศึกษาวิเคราะห์พฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนมีหลากหลายรูปแบบและมีการศึกษากันอย่างต่อเนื่องด้วยวัตถุประสงค์ที่คล้ายคลึงกันคือพยายามวิเคราะห์พฤติกรรมการใช้งานของคนในวัยเรียน เริ่มต้นด้วยการวิเคราะห์ในบริบทคล้ายๆ กัน เป็นต้นว่า ใช้อุปกรณ์ใดในการเข้าถึงสื่อสังคม ออนไลน์ แต่ละช่วงอายุมีการใช้แตกต่างกันอย่างไร ใช้สื่อสังคมออนไลน์อะไรบ้าง ใช้วันละกี่ชั่วโมง เพราะคงปฏิเสธไม่ได้ว่า หากต้องการนำสื่อสังคมออนไลน์ไปใช้ในการศึกษาให้สัมฤทธิ์ผล สถานศึกษาต้องสร้างความเข้าใจในพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของ คนกลุ่มนี้ว่ามีลักษณะการใช้สื่ออย่างไร ความนิยมในสื่อนี้เกิดจากอะไรและหากต้องการเข้าถึงกลุ่มคนจำนวนมากในเวลาอันรวดเร็วควรทำอย่างไร การได้ทำวิจัยจำนวนผู้ใช้เหล่านี้มีผู้ใช้นาน้อยเพียงไรที่จะช่วยเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารขององค์กรไปยังกลุ่มคนวัยเรียนได้อย่างรวดเร็วและแพร่หลาย ดังนั้น การทำความเข้าใจในพฤติกรรมการใช้งานในเชิงลึกจึงเป็นสิ่งสำคัญ (อิสริยะ ไพรีพ่ายฤทธิ์, 2565)

กล่าวได้ว่า สภาพสังคมไทยในปัจจุบัน มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบในการดำเนินชีวิต รวมทั้งระบบการศึกษาให้ซับซ้อนเพิ่มขึ้น โดยกระบวนการดังกล่าวนำพาผู้คนในสังคมให้ดำเนินชีวิตไปตามระบบแบบสังคมใหญ่ และทำให้ระบบสังคมย่อยต้องปรับประยุกต์ตนเองอยู่เสมอ เพื่อให้เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลง และในการเปลี่ยนแปลงนั้นได้นำเอาระบบระเบียบทำงานสังคมไทยขาดหายไปด้วย ด้านความเจริญก้าวหน้าทางงานวิทยาการและเทคโนโลยี มีบทบาทและส่งผลกระทบต่อสังคมไทยเป็นอย่างมาก จากการที่สังคมมีการพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว มีทั้งความเจริญทางด้านวัตถุและความเจริญทางด้านจิตใจ แต่ไม่สมดุลกัน จึงก่อให้เกิดปัญหาทางสังคมรวมทั้งระบบการศึกษาซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อการตอบสนองของเยาวชน การที่ประเทศจะพัฒนาหรือมีความเจริญก้าวหน้ามากขึ้นเพียงใดได้นั้นจะต้องอาศัยเงื่อนไขสำคัญหลายประการ คุณภาพของคนหรือประชากรของประเทศนั้นนับว่าสำคัญยิ่งโดยเฉพาะคุณภาพของนักเรียนด้านพฤติกรรม

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจประสงค์ที่จะศึกษาการเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี เพื่อศึกษาสภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ และเพื่อเสนอแนวทางการเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี ให้มีการพัฒนาการเรียนมากขึ้นและเพื่อส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้สำหรับนักเรียนต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรุค จังหวัดปทุมธานี
2. เพื่อเสนอแนะแนวทางการเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรุค จังหวัดปทุมธานี

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรุค จังหวัดปทุมธานีในปีการศึกษา 2567 จำนวน 92 คน
2. ผู้ให้ข้อมูลหลักในการสัมภาษณ์เชิงลึก จำนวน 15 คน โดยเลือกแบบเจาะจง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 แบบสอบถาม เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแบ่งออกได้ดังนี้ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปได้แก่ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถามและ ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้ Social Media ของนักเรียนเป็นแบบสอบถามแบบเลือกตอบ โดยให้ผู้ตอบเลือกจากคำตอบที่จัดเตรียมไว้จำนวน 5 ข้อ แบบสอบถามที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ Social Media ของนักเรียนเป็นแบบสอบถาม ระดับแบ่งออกเป็น 3 ด้าน 15 ข้อ ด้านที่ 1 พฤติกรรมการใช้ Social Media เพื่อการศึกษา จำนวน 5 ข้อ ด้านที่ 2 พฤติกรรมการใช้ Social Media เพื่อการบันเทิง จำนวน 5 ข้อ ด้านที่ 3 พฤติกรรมการใช้ Social Media เพื่อการติดต่อสื่อสาร จำนวน 5 ข้อ แนวทางการแก้ปัญหาการใช้งาน Social Media ของนักเรียนเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะอื่น ๆ เป็นแบบคำถามปลายเปิด (Open-ended question) และการสัมภาษณ์

2.2 แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้างเพื่อศึกษาแนวทางการเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรุค จังหวัดปทุมธานี

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรุค จังหวัดปทุมธานี โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์หาค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3.2 การวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

สรุปผลการวิจัย

1. สภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรุค จังหวัดปทุมธานี ดังในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ระดับสภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี

ข้อ	สภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	ลำดับ
1	ด้านการศึกษา	4.09	0.34	มาก	2
2	ด้านการบันเทิง	4.17	0.21	มาก	1
3	ด้านการติดต่อสื่อสาร	3.89	0.08	มาก	3
4	ด้านปัญหาการใช้ Social Media	3.29	0.14	ปานกลาง	4
ภาพรวม		3.67	0.46	มาก	

จากตารางที่ 1 พบว่า สภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านที่อยู่ในระดับมาก คือ ด้านการบันเทิง ด้านการศึกษา ด้านการติดต่อสื่อสาร และด้านที่อยู่ในระดับปานกลาง คือ ด้านปัญหาการใช้ Social Media

2. แนวทางการเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี

2.1. แนวทางการแก้ไขผลกระทบจากการใช้เครือข่ายทางสังคมออนไลน์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี ได้แก่ 1) ผู้ปกครอง (1) ผู้ปกครองไม่ควรตามใจลูกมากเกินไปในการใช้สื่อเทคโนโลยีหรือการใช้ สื่อออนไลน์ในปัจจุบัน (2) ผู้ปกครองควรกำหนดเวลาและควรวางนาฬิกาไว้หน้าเครื่องคอมพิวเตอร์หรือในจุดที่เด็กมองเห็นเวลาได้ชัดเพื่อจะได้ไม่เป็นข้ออ้างของการเล่นในแต่ละครั้งและจะได้ฝึกให้เด็ก ได้มีระเบียบวินัย อีกทั้งเด็กจะได้เรียนรู้เรื่องของการแบ่งเวลาที่ดียิ่งด้วย (3) ผู้ปกครองควรหาเวลาเพื่อส่งเสริมให้เด็กมีกิจกรรมนันทนาการประเภทอื่นๆ ทำบ้าง ซึ่งต้องเป็นกิจกรรมที่สร้างสรรค์ สนุกสนาน สามารถทำร่วมกันได้และเด็กให้ความสนใจ แทนการเล่นเกม หรือการอยู่บนสังคมออนไลน์ อีกทั้งยังเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเด็ก สร้าง บรรยากาศในครอบครัวให้อบอุ่นอีกด้วย (4) ผู้ปกครองควรชมเมื่อเด็กใช้เวลาในการเล่นหรือสามารถควบคุมตัวเองใน เวลาการเล่นเกมน้อย่างจริงจังและเด็ดขาดแต่เมื่อเด็กไม่สามารถรักษากติกา ผู้ปกครองไม่ควรใจ อ่อน ควรมีการทำโทษและงดการเล่น เพื่อเป็นการตักเตือน และ 2) สถาบันการศึกษา (1) ครูอาจารย์มีบทบาทสำคัญในการสอดส่องดูแลให้คำแนะนำ (2) ภาครัฐควรมีนโยบายในการป้องกันและแก้ปัญหาที่ชัดเจน (3) รัฐบาลควรมีนโยบายกวดขันการใช้อินเทอร์เน็ตของเด็กและเยาวชน (4) รัฐบาลควรมีการจัดโครงการที่ส่งเสริมและพัฒนาให้เด็กและเยาวชนใช้อินเทอร์เน็ต

2.2 แนวทางการแก้ไขปัญหาการใช้ สื่อ สังคมออนไลน์ Social Media ตามหลักโยนิโสมนสิการ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี ได้แก่ การประยุกต์ใช้วิธีคิดตามหลัก โยนิโสมนสิการในฐานะเป็นพุทธการใช้สื่อสังคม ออนไลน์สำหรับเยาวชนในสังคมไทย เห็นว่าปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างไม่รู้เท่าทัน ของเยาวชนไทย เกิดขึ้นเพราะเยาวชนสั่งสมประสบการณ์และเรียนรู้สื่อสังคมออนไลน์แบบไม่รู้ ตัวหรือขาดภูมิคุ้มกันตนเอง พื้นฐานการพัฒนาสติ ปัญญาที่จะพัฒนาเยาวชนให้รู้ทันสื่อสังคม ออนไลน์ การเลือกใช้วิธีคิดทั้ง 4 แบบ เพราะเป็น วิธีคิดที่ครอบคลุมวิธีคิดทั้งหมด และเป็นพื้นฐานที่ ส่งผลดีในส่วนของปัญญา คือ แนวคิดเชิงเหตุผลและจิตใจ คือ คุณธรรมหรือกุศล

ทั้งนี้ต้องอาศัย ปัจจัย 4 ด้าน คือการฟัง คิด ถาม เขียน ควบคู่กับ การมีกัลยาณมิตรและการสร้างวิธีคิดเพื่อรู้เท่าทัน การใช้สื่อสังคมออนไลน์ดังกล่าว

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้พบผลการวิจัยสำคัญที่นำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาสภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านที่อยู่ในระดับมาก คือ ด้านการบันเทิง ด้านการศึกษา ด้านการติดต่อสื่อสาร และด้านที่อยู่ในระดับปานกลาง คือ ด้านปัญหาการใช้ Social Media แสดงผลการวิจัยได้ว่า สภาพพฤติกรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ แสดงถึงการใช้งานอยู่ในระดับมากโดยเน้นไปที่การบันเทิง การศึกษา และการติดต่อสื่อสาร ในขณะที่ปัญหาการใช้งานอยู่ในระดับปานกลาง สามารถนำมาวิเคราะห์และอภิปรายผลได้ว่า พฤติกรรมการใช้สื่อเพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานตามวัย แสดงให้เห็นถึงด้านจิตวิทยาพัฒนาการวัยนี้ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนสูงมาก สื่อสังคมออนไลน์จึงทำหน้าที่เป็นพื้นที่สังคมเสมือนที่ช่วยให้พวกเขารู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ซึ่งมีความสอดคล้องกับการวิจัยของทัตธนันท์ พุ่มนุช (2555) ที่พบว่า ควรจัดหาเครื่องมือในเครือข่ายสังคม เช่น ควรมีการสร้างกิจกรรม ควรมีบล็อกแสดงความคิดเห็น ควรมีการสร้างกลุ่มเครือข่าย และควรมีการสร้างโปรไฟล์ ควรมีการ เผยแพร่และให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้เครือข่ายสังคม เช่น ควรจัดฝึกอบรม/ประชุม/สัมมนา ควรจัดทำคู่มือ การใช้ ควรจัดศึกษาดู งานควรจัดทำป้ายประชาสัมพันธ์ ควรจัดทำจุลสาร/แผ่นพับ ควรจัดประชาสัมพันธ์ผ่านเว็บไซต์ ควรได้รับการสนับสนุนด้านพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้เกี่ยวกับการใช้เครือข่ายทาง สังคม ควรจัดหาสื่อและเครื่องมือเตรียมความพร้อมด้านระบบอินเทอร์เน็ต และแนวทางการจัดการจัดกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของวิมลพรรณ อาภาเวช และคณะ (2554) ที่พบว่า ความคาดหวังการใช้ ประโยชน์ และความพึงพอใจต่อเฟซบุ๊กมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับมากกับพฤติกรรมการใช้สื่อในเฟซบุ๊ก นักศึกษามหาวิทยาลัย เทคโนโลยีราชมงคลพระนครส่วนใหญ่ มีการใช้เฟซบุ๊กทุกวัน และมีความคาดหวัง การใช้ประโยชน์อยู่ ในระดับมากและปานกลาง ส่วนความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก และมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของณดล โตไทยะ และลักขณา สรวิวัฒน์ (2553) ที่พบว่า การพัฒนาโปรแกรมฝึกการคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฝึกการคิดแบบโยนิโสมนสิการมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้ ดังนั้น โปรแกรมฝึกการคิดแบบโยนิโสมนสิการในการออกแบบให้เป็นกิจกรรมทั้งหมดนั้นมีผลให้นักเรียนระดับ มัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนทรายมูลวิทยามีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น การเข้าร่วมกิจกรรมนั้น นักเรียนได้แบ่งปันความคิดของตนเอง และได้สะท้อนความคิดเห็นภายในกลุ่มรับฟังสมาชิกภายในกลุ่มทำให้นักเรียนแต่ละคนเกิดภาพในใจของตนเองชัดเจนขึ้นส่งผลให้เกิดความคิด ใหม่ที่เหมาะสมกับการนำไปพัฒนาตนเอง เกิดการรับรู้ว่ามีสิ่งต่างๆ รอบตัวนั้นต้องไม่น่าความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบ มาเป็นตัวกำหนดต้องมีความคิดที่เป็นกลาง มองทุกอย่างตามความเป็นจริง ดังที่พระธรรมปิฎกกล่าวไว้ว่า การคิดแบบโยนิโสมนสิการเป็นการฝึกให้คิดอย่างมีระเบียบหรือคิดตามแนวทางการปฏิบัติของปัญญาคือรู้จักมองและพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามสภาวะโดยไม่เอาความรู้สึกของตนเองเข้าไปจับหรือเคลือบคลุม

2. ผลการเสนอแนวทางการเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี เป็นการประยุกต์ใช้วิธีคิดตามหลัก

โยนิโสมนสิการในฐานะเป็นพุทธการใช้สื่อสังคมออนไลน์สำหรับเยาวชนในสังคมไทย ซึ่งมีปัญหาการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างไม่รู้เท่าทันของเยาวชนไทยเกิดขึ้นเพราะเยาวชนสังสมประสบการณ์และเรียนรู้สื่อสังคมออนไลน์แบบไม่รู้ตัว หรือขาดภูมิคุ้มกันตนเอง โดยหลักพื้นฐานการพัฒนาสติปัญญาที่จะพัฒนาเยาวชนให้รู้ทันสื่อสังคมออนไลน์ด้วยการเลือกใช่วิธีคิดทั้ง 4 แบบ เพราะเป็นวิธีคิดที่ครอบคลุมวิธีคิดทั้งหมด และเป็นพื้นฐานที่ส่งผลดีในส่วนของปัญญา แนวคิดเชิงเหตุผลและจิตใจคือคุณธรรมหรือกุศล ทั้งนี้ต้องอาศัย ปัจจัย 4 ด้าน คือ การฟัง คิด ถาม เขียน ควบคู่กับการมีกัลยาณมิตรและการสร้างวิธีคิดเพื่อรู้เท่าทัน การใช้สื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของทัศนีย์ เจริญวิธิสุข (2554) ที่พบว่า การสื่อสารเชิงพุทธกับการเปลี่ยนแปลงสังคม ผลวิจัย พบว่า การสื่อสารที่มีผลมากในการส่งผลกระทบกระเทือนถึงสังคม หรือมีส่วนเกี่ยวข้อง สนับสนุน หรือ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสังคมคือการสื่อสารมวลชน ส่วนการสื่อสารกับตนเองและการสื่อสารกับบุคคลอื่น ทั้งในระดับปัจเจกและระดับสังคมเป็นการสื่อสารที่มีอิทธิพลและสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงสังคมโดยการเปลี่ยนแปลงมีลักษณะเป็นการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมของสังคมเป็นสำคัญทั้งในระดับปัจเจกและระดับสังคมในลักษณะการร่วมกันเป็นสังคมโดยรวมการสื่อสารกับตนเอง การสื่อสารกับบุคคลอื่นเป็นการสื่อสารที่ไม่อาจแยกจากกันได้โดยเด็ดขาดและเกี่ยวข้องสัมพันธ์มาทวิภูมิโดยมีรูปแบบและกระบวนการคือทำการสื่อสารกับบุคคลอื่น (ปรโตโฆสะ) ทำการสื่อสารกับตนเอง (โยนิโสมนสิการ) ทำการสื่อสารตามแนวทางประพฤติปฏิบัติในศีลสมาธิปัญญาซึ่งนำไปสู่รับสารเกิดปัญญาที่ก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งในส่วนตนและผู้อื่นอันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงสังคมทั้งในระดับปัจเจกและระดับสังคม องค์ความรู้เกี่ยวกับหลักการและแนวทางปฏิบัติด้านการสื่อสารเชิงพุทธที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสังคมที่สังเคราะห์ได้จากการศึกษามีหลักการและแนวทางปฏิบัติที่สำคัญคือสื่อสารด้วยสติบนพื้นฐานของความเข้าใจและเคารพในตนเองและผู้อื่นบนหลักการของเหตุและผลตามความเป็นจริงก่อให้เกิดปัญญาสร้างสรรค์และนำไปสู่การกระทำที่ดีงามทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

องค์ความรู้การวิจัย

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ การเสริมสร้างพฤติกรรมการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมตามแนวพุทธ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดแสงสรรค์ จังหวัดปทุมธานี ดังนี้

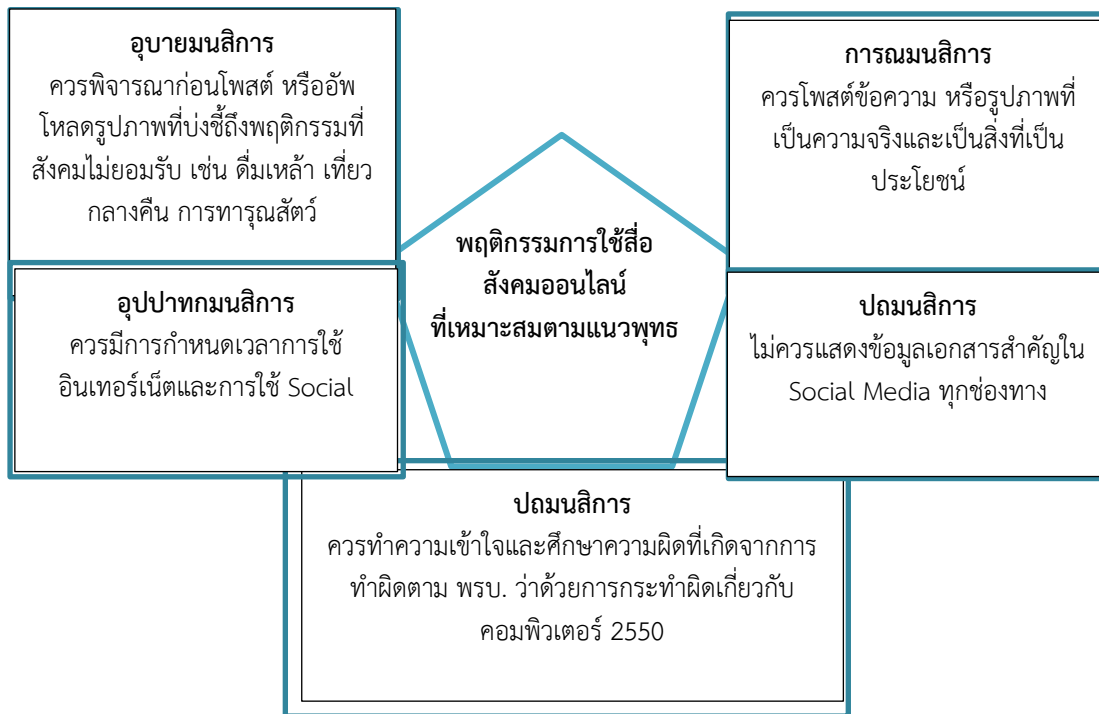
1. อุปายมนสิการ การพิจารณาโดยอุบายหรือคิดถุวิธี อุบายมีทั้งทางลบและทางบวกการงานบางอย่างต้องเลือกให้อุบายให้เหมาะสม

2. การณมนสิการ การคิดตามเหตุผล หรือคิดอย่างมีเหตุผล อาจเป็นการคิดโยงจากเหตุไปหาผล หรือโยงจากผลไปหาเหตุก็ได้ คำสอนที่เน้นเรื่องความคิดเห็นเหตุเป็นผลในพระพุทธศาสนา คือ อริยสัจ และ ปฏิจจสมุปบาท หรืออิทัปปัจจยตา สอนให้สอบสวนถึงเหตุปัจจัยว่าสิ่งทั้งหลายเกิดเพราะมีเหตุปัจจัยอะไรบ้าง จะดับเพราะดับเหตุปัจจัยอะไรบ้าง ทำให้เป็นคนรอบคอบ สายตากว้างไกลเป็นคนมีเหตุผล

3. ปณมนสิการ เป็นการคิดถุทาง ต่อเนื่องเป็นลำดับ หมายถึง ความคิดที่เป็นระเบียบตามหลักเหตุผล ไม่ยุ่งเหยิงสับสน จิตไม่แว่บติดพันในเรื่องนี้ แต่ได้ยวกลับเตลิดไปคิดอีกเรื่องหนึ่ง จิตยุ่งเหยิงนี้กระโดดไปมา ไม่เป็นขึ้นเป็นอัน แต่รวมทั้งความสามารถในการชักชวนนึกคิดไปสู่แนวทางที่ถูกต้อง

4. อุปาทมนสิการ คิดให้เกิดผลดีที่พึงประสงค์ หรือสร้างสรรค์ในทางดี อุปาทมนสิการจะต้องมีลักษณะใหญ่ 2 ประการ คือ 1) คิดแล้วเกิดความรู้สึกอยากทำ ทั้งนี้รวมไปถึงอยากที่สร้างสรรค์ เกิดความกระตือรือร้น ไม่ใช่คิดแล้วเกิดความท้อแท้ ท้อถอย ไม่อยากทำอะไรเลย เรื่องที่คิดนั้นจะเป็นเรื่องอะไรก็ได้ เช่น ความยากจน ความร่ำรวย เป็นต้น 2) การกระทำนั้นต้องเป็นการกระทำในแง่บวกคือเป็นกุศล และไม่เกินไปเพื่อเบียดเบียนตนเองเบียดเบียนคนอื่นและเบียดเบียนสังคม พุดสั้นๆ ว่าเป็นการกระทำที่สุจริต ถูกกฎหมาย

และศีลธรรม อย่างนี้จึงจะนับว่าเป็นอุปาทมณสิกการ เพราะคิดแล้วเกิดความกระตือรือร้นที่จะกระทำที่จะสร้างสรรค์และการกระทำนั้นเป็นไปเพื่อประโยชน์ตนและประโยชน์คนอื่น สรุปลองค์ความรู้การวิจัยดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 องค์ความรู้จากการวิจัย

ข้อเสนอแนะการวิจัย

- ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้
 - ผู้ปกครองควรมีส่วนรวมในการดูแล และให้ความรู้ในการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) แก่นักเรียนให้มากขึ้น
 - ครูควรทำข้อตกลงในการใช้งานอินเทอร์เน็ตให้กับผู้ปกครอง เพื่อนำไปปรับใช้ที่บ้าน เช่น กำหนดระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต หรือ การใช้งานเว็บไซต์ต่างๆ
 - จัดกิจกรรมกลางแจ้ง หรือกิจกรรมสาธารณะที่ก่อให้เกิดประโยชน์ เพื่อให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
 - นักเรียนควรได้รับความรู้ ตลอดจนการดูแล และเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดจากการใช้งาน
 - ส่งเสริมให้ใช้ประโยชน์จากเกมคอมพิวเตอร์ในแง่การศึกษาให้มากขึ้น
- ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป
 - ควรมีการศึกษาผลกระทบเกี่ยวกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) ในด้านการเรียนการสอนและด้านอื่นๆ
 - ควรศึกษาตัวแปรอื่นๆ ที่ส่งผลให้นักเรียนมีปัญหาต่อการเรียนและด้านอื่นๆ
 - ควรเป็นแบบสอบถามปลายเปิดเพื่อหาปัญหาที่แท้จริงของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

- โกวิทย์ พงษ์ภักดี และฉันทนา กล่อมจิต. (2553). การใช้โปรแกรมฝึกการคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อพัฒนาจิต
สาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วารสารศึกษาศาสตร์ ฉบับวิจัยบัณฑิตศึกษา
มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 4(1), 12-18.
- ถนอมพร เลหาจรัสแสง. (2541). คอมพิวเตอร์ช่วยสอน. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทัศนันท์ พุ่มนุช. (2555). การศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคม (Social Network) เพื่อพัฒนาในการ
ปฏิบัติงานของบุคลากรทางการศึกษาในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครปฐม.
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ทัศนีย์ เจนวิถีสุข. (2554). การสื่อสารเชิงพุทธกับการเปลี่ยนแปลงสังคม. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต.
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัฒน์ ภูวทิศ. (2554). การใช้ประโยชน์จากสื่อสังคมออนไลน์และผลกระทบเชิงจริยธรรมในการนำเสนอ
ข่าวสารของผู้สื่อข่าว. วารสารนักบริหาร, 31(3), 166-173.
- วิมลพรรณ อภาเวท และคณะ. (2554). พฤติกรรมการสื่อสารในเฟซบุ๊ก (Facebook) ของนักศึกษา
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร. รายงานวิจัย. คณะเทคโนโลยีสื่อสารมวลชน
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร.
- ศรีดา ดันทะอธิพานิช. (2565). ท่องอินเทอร์เน็ตอย่างปลอดภัย. กรุงเทพมหานคร: ด้านสุขภาพการพิมพ์.
- ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ. (2567). Internet World Stats. แหล่งที่มา
<http://nectec.or.th/ace2012> สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2567.
- อิสริยะ ไพรีพ่ายฤทธิ์. (2565). กระบวนการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา: แนวคิดสู่การปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร:
บุ๊คพอยท์.