

การผนวกแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลกับแนวคิดสติ เพื่อค้นหาความหมายและกระบวนการรู้เท่าทันตัวเอง

วันที่รับบทความ: 28 กันยายน 2567 / วันที่แก้ไขบทความ: 21 มกราคม 2568 / วันที่ตอบรับบทความ: 28 เมษายน 2568

มนต์ศักดิ์ ชัยวีระเดช

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้ได้สรุปใจความสำคัญบางส่วนจากวิทยานิพนธ์เรื่อง Bridging digital media literacy with the Thai context of ‘Sati’ (mindfulness) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อขยายภาพให้เห็นกระบวนการศึกษาวิจัย และรูปแบบการออกแบบระเบียบวิธีวิจัย เพื่อผนวกแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลกับแนวคิด ‘สติ’ โดยเฉพาะการรู้เท่าทันตัวเอง (self-literacy) รวมไปถึงการถกอภิปรายจากข้อค้นพบเพื่อส่งเสริมให้กลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียต่าง ๆ ในสังคมได้พิจารณาแนวทางการขับเคลื่อนประเด็นการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลร่วมกัน เป็นเสรีภาพที่จะกล้าตั้งคำถามต่อแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่เรารับมาจากแนวคิดตะวันตกเพื่อตั้งคำถามว่าแนวคิดดังกล่าวมีความสอดคล้องและเหมาะสมกับบริบททางวัฒนธรรมของชุมชนหรือสังคมเราหรือไม่ เพื่อสนับสนุนให้กลุ่มต่าง ๆ ในสังคมได้เป็นผู้กำหนดแก่นหลักของแนวคิดที่สามารถปรับประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับบริบทในแต่ละสังคมของตนเอง โดยใช้ “แนวทางที่หลากหลาย (diverse approaches)” เพื่อสร้างแรงขับเคลื่อนสำคัญในการสร้างพลเมืองเชิงรุกในประเทศไทยในแบบฉบับของตนเอง

คำสำคัญ: รู้เท่าทันสื่อดิจิทัล, รู้เท่าทันตัวเอง, สติ

มนต์ศักดิ์ ชัยวีระเดช (ปร.ด, มหาวิทยาลัยบอร์นมัธ, 2022; Email: monsak.cha@gmail.com) ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์, คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

*Corresponding author's email: monsak.cha@gmail.com

Bridging The Concepts of Digital Media Literacy and ‘Sati’ (Mindfulness) To Clarify Meanings and The Self-Literacy Process

Received: September 28, 2024 / Received in revised form: January 21, 2025 / Accepted: April 28, 2025

Monsak Chaiveeradech

Abstract

This article intends to outline partly of the key crucial points from the doctoral thesis of bridging digital media literacy with the Thai context of ‘Sati’ (mindfulness) with the objectives of visualizing the research study process and sharing the methodological design. Some findings are presented for discussion in order to encourage key stakeholders in Thailand to reconsider the new approaches for cultivating digital media literacy movement. With the freedom of speech underlying capability to question and decolonize the Western concepts that we have received for implementing in our society. Additionally, to support all stakeholders to initially designate their own ‘diverse approaches’ of digital media literacy to empower themselves to become an active citizen with regard to their own cultural contexts.

Keywords: Digital Media Literacy, Self-literacy, Mindfulness

Monsak Chaiveeradech, (Ph.D, Bournemouth University, 2022; Email: monsak.cha@gmail.com) Present is Assistant Professor of Faculty of Journalism and Mass Communication, Thammasat University.

*Corresponding author's email: monsak.cha@gmail.com

จากคำถามที่นำไปสู่การค้นหาคำเชื่อมโยงระหว่าง ‘สติ’ กับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล

แนวคิดเรื่องรู้เท่าทันสื่อเป็นแนวคิดที่พูดถึงกันอย่างกว้างขวางในประเทศไทย ทั้งในระดับการวางแผนนโยบายทางด้านวิชาการ และการปฏิบัติการทางด้านสื่อได้ใช้แนวคิดดังกล่าวในการขับเคลื่อนประเด็นนี้มาอย่างต่อเนื่อง หากพิจารณาที่มาของแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่ได้รับมานั้นมีรากฐานมาจากกรอบแนวคิดของยูเนสโกที่พัฒนากรอบการประเมินทางด้านรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศระดับโลก (the UNESCO Global Media and Information Literacy Assessment Framework) ที่เน้นในสองแขนงสำคัญคือ หนึ่ง การเตรียมความพร้อมของแต่ละประเทศที่พิจารณาจากห้าหมวดสำคัญคือ หนึ่ง การศึกษาทางด้านแนวคิดรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ สอง นโยบายทางด้านแนวคิดรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ สาม การจัดเตรียมทรัพยากรเพื่อสอดคล้องกับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ สี่ การเข้าถึงและการนำแนวคิดรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศไปใช้ และ ห้า การมีส่วนร่วมของกลุ่มประชาคมในสังคม ในแขนงที่หนึ่งจึงเป็นการเตรียมตัวเพื่อนำไปสู่การพัฒนาในแขนงที่สอง นั่นคือ การพัฒนาสมรรถนะของบุคคลที่มุ่งไปสู่การสร้างสังคมแห่งความรู้ที่มาจากการสร้างการมีส่วนร่วมของภาคประชาชน (UNESCO, 2013) เพื่อใช้เป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมทางด้านนโยบายในระดับองค์กรเพื่อส่งเสริมแนวคิดรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศไปยังภาคสังคม ภาคการศึกษา และภาคบุคคลเพื่อพัฒนาสมรรถนะ โดยเฉพาะการส่งเสริมบุคคลผ่านระบบการศึกษาให้แก่ครูในระดับการสอนต่าง ๆ ได้รับการฝึกอบรมเพื่อนำมาใช้ในการเสริมสร้างสมรรถนะในด้านการรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศให้แก่นักเรียนและนักศึกษาในระดับชั้นต่าง ๆ

อีกแนวคิดสำคัญมาจากห้าคำถามหลักที่ใช้กันอย่างแพร่หลายโดยศูนย์รู้เท่าทันสื่อจากประเทศสหรัฐอเมริกาที่ได้ออกแบบเป็นชุดเครื่องมือรู้เท่าทันสื่อไว้ในหลักสูตรการศึกษาเพื่อใช้ในการฝึกทักษะการคิดวิพากษ์จากแนวทางคำถามเพื่อนำไปสู่การ “เฝ้า” ที่เป็นช่วงขณะแห่งความเข้าใจในสิ่งที่

เกิดขึ้น (Center of Media Literacy, 2020) ซึ่งจะเป็นทักษะสำคัญในศตวรรษที่ 21 ที่สื่อหลอมรวมจากการเปลี่ยนผ่านรูปแบบของเทคโนโลยี ทำให้ผู้ส่งสารและผู้รับสารสามารถสร้างสรรค์เนื้อหาไปยังแพลตฟอร์มที่หลากหลาย โดยเฉพาะสื่อใหม่อย่างสื่อดิจิทัลสนับสนุนให้ผู้ใช้สร้างปฏิสัมพันธ์ท่ามกลางกระแสโลกาภิวัตน์ ผู้ใช้สามารถสร้างเครือข่ายระหว่างกันภายใต้ชุมชนเสมือนที่เชื่อมถึงกันได้ทั่วโลก (Bell, 2001) และพื้นที่เสมือนแห่งนี้ทุกคนสามารถสนทนา พูดคุย และแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งจะชุมชนที่สร้างอัตลักษณ์เฉพาะในการสื่อสารและสร้างปฏิสัมพันธ์บนพื้นที่เสมือน (Rheingold, 1998) พื้นที่บนโลกเสมือนแห่งนี้จึงเชื่อมโยงผู้คนจากโลกในพื้นที่เดิมให้เข้ามามีส่วนร่วมบนพื้นที่ใหม่ผ่านเทคโนโลยีรูปแบบหลากหลายเพื่อสร้างเนื้อหาและกิจกรรม รวมไปถึงสื่อสารและแลกเปลี่ยนข้อมูลและความรู้จากทั่วโลก

หากพิจารณาการเข้าถึงสื่อดิจิทัลในประเทศไทยในปี พ.ศ. 2567 มีผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทยจำนวน 63.21 ล้านคน คิดเป็น 88 เปอร์เซ็นต์จากจำนวนประชากรทั้งหมด 71.85 ล้านคน ซึ่งเพิ่มขึ้น 0.1 เปอร์เซ็นต์ ในขณะที่ผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ในประเทศไทยมีจำนวน 49.10 ล้านคน มีจำนวนมากขึ้นประมาณหนึ่งล้านคน คิดเป็น 68.3 เปอร์เซ็นต์จากจำนวนประชากรทั้งหมด เพิ่มขึ้น 2.1 เปอร์เซ็นต์ ระหว่างปี พ.ศ.2566 ถึงเดือนมกราคม พ.ศ. 2567 (Kemp, 2024) แสดงให้เห็นว่าอัตราการเข้าถึงและการใช้อินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จากรายงานยังระบุให้เห็นถึงการใช้งานในระบบเครือข่ายโทรคมนาคม (cellular mobile connection) เพิ่มขึ้นมากถึง 97.81 ล้านการใช้งานในรูปแบบแตกต่างกัน คิดเป็น 136.1 เปอร์เซ็นต์จากจำนวนประชากรทั้งหมด ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการใช้อินเทอร์เน็ตผ่านโทรศัพท์มือถือมากถึง 98.6 เปอร์เซ็นต์ ใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ยวันละ 7 ชั่วโมง 58 นาที โดยชอบเสพเนื้อหาวิดีโอออนไลน์มากถึง 93.7 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งหากแบ่งตามอายุจะเห็นถึงการเข้าถึงการใช้งานของกลุ่มคนอายุแต่ละกลุ่มเริ่มมีความใกล้เคียงกัน (กลุ่มอายุระหว่าง 25 – 34 คิดเป็น 14 เปอร์เซ็นต์, กลุ่มอายุระหว่าง 35 – 44 คิดเป็น 14.3 เปอร์เซ็นต์, กลุ่มอายุระหว่าง 45 – 54 คิดเป็น 14.2 เปอร์เซ็นต์,

กลุ่มอายุระหว่าง 55 – 64 คิดเป็น 14.3 เปอร์เซ็นต์ และกลุ่มอายุ 65 ปีขึ้นไป คิดเป็น 16.3 เปอร์เซ็นต์ (Kemp, 2024) ข้อมูลดังกล่าวยิ่งฉายภาพให้เห็นว่าการเข้าถึงการใช้งานของกลุ่มคนในอายุที่แตกต่างกันแทบจะไม่มี ความแตกต่างกันอีกต่อไปจากรายงานดังกล่าวแสดงให้เห็นถึงเครือข่ายสังคมออนไลน์กำลังเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตของเรา หากมองในด้านบวกสื่อสังคมออนไลน์จะเป็นพื้นที่ให้คนทั่วไปสามารถสร้างตัวตน สร้างโอกาสในการสื่อสารกับคนอื่น แลกเปลี่ยนข้อมูลเพื่อสร้างองค์ความรู้ และยังเป็นพื้นที่สนับสนุนเพื่อเสริมพลังให้แก่พลเมืองได้ส่งเสียงในการตรวจสอบประเด็นทางสังคม แต่ในอีกด้านของสื่อสังคมออนไลน์ที่อาจจะส่งผลในเชิงลบได้เช่นกัน หากบางกลุ่มในสังคมพยายามที่จะควบคุมข้อมูลและสารสนเทศในการกดทับและครอบงำการเคลื่อนไหวของพลเมืองนั้น ๆ (Mihailidis, 2014) การตั้งคำถามต่อแนวคิดเรื่องการศึกษาวิจัยในประเด็นรู้เท่าทันสื่อควรมีการทบทวนแนวคิดเพื่อให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหรือไม่ ประเด็นสำคัญคือจะทำอย่างไรที่แต่ละบุคคลเข้าใจและตระหนักถึงการเข้าถึงและการใช้ประโยชน์ของสื่อดิจิทัลที่มีระดับการเข้าถึงและการใช้ประโยชน์ที่แตกต่างกันไปในแต่ละรูปแบบของแพลตฟอร์ม

การเปลี่ยนผ่านของเทคโนโลยีดิจิทัลเป็นปัจจัยที่สร้างแรงเสริมให้แต่ละบุคคลเข้ามามีปฏิสัมพันธ์กับข้อมูลอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ในเมื่อเทคโนโลยีได้ตัดทอนกระบวนการตอบสนองให้สั้นลงแต่รวดเร็วขึ้น ซึ่งนำไปสู่ผลกระทบทั้งในทางบวกและลบได้เช่นเดียวกันจากการเข้าถึงข้อมูลและสื่อสารกับคนอื่นผ่านแพลตฟอร์มและเครื่องมือต่าง ๆ เพื่อตอบสนองความต้องการของแต่ละบุคคล ซึ่งอาจจะส่งผลต่อการรับข้อมูลที่มากเกินไป ข้อมูลที่เป็นมลพิษ ข้อมูลที่เถาโถมจู่โจมเข้ามาในทุก ๆ วัน จนทำให้เกิดความเหนื่อยล้าจากการเสพสื่อสังคมออนไลน์ ตรงจุดนี้ Bawden และ Robinson (2020) ได้เสนอแนะแนวทางสร้างสมดุลสติในการรับข้อมูลซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล อีกทั้ง Berger ตั้งคำถามว่า “เราควรที่จะเพิ่มสติและสภาวะจิตในแนวคิดรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศใหม่ (should we add to media and information literacy the issue of ‘mindfulness’ and ‘digital

wellness’?)” (Berger, 2019 น. 26) คำถามนี้จุดประกายความคิดและถกอภิปรายถึงการปรับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อไปสู่แนวทางใหม่ ๆ ที่สอดคล้องต่อการเปลี่ยนแปลงบนแพลตฟอร์มดิจิทัลที่ค้ำึงถึงปัจจัยภายในเป็นช่องว่างทางการวิจัยที่นำมาสู่การศึกษาหาความเชื่อมโยงระหว่างแนวคิด “รู้เท่าทันสื่อ” กับแนวคิด “สติ” อีกทั้ง Hobbs (2010) ได้เน้นย้ำในปาฐกถางานสัมมนาวิชาการว่า “การวิจัยในอนาคตควรให้ความสำคัญกับแนวคิดการมีสติและการรู้สติในการสร้างกระบวนการรู้เท่าทันสื่อ (future researches should examine how the concepts of mindlessness and mindfulness may contribute to the process of becoming media literate)” สอดคล้องกับ Rheingold (2011) (อ้างถึงใน De Abreu และ Mihailidis, 2014) ชี้ให้เห็นถึงรูปแบบการศึกษารู้เท่าทันสื่อต้องนำไปสู่การคิดวิพากษ์ (criticality), การแสดงออกอย่างเหมาะสม (savvy expression), การมีส่วนร่วม (participatory), การรวมทุกกลุ่ม (inclusion), วัฒนธรรมการยับยั้งชั่งใจ (tolerant digital media culture) และที่สำคัญคือเรื่อง “สติ (mindfulness)” แสดงให้เห็นว่า “สติ” ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้จากภายในเป็นปัจจัยหนึ่งต่อกระบวนการรู้เท่าทันสื่อ

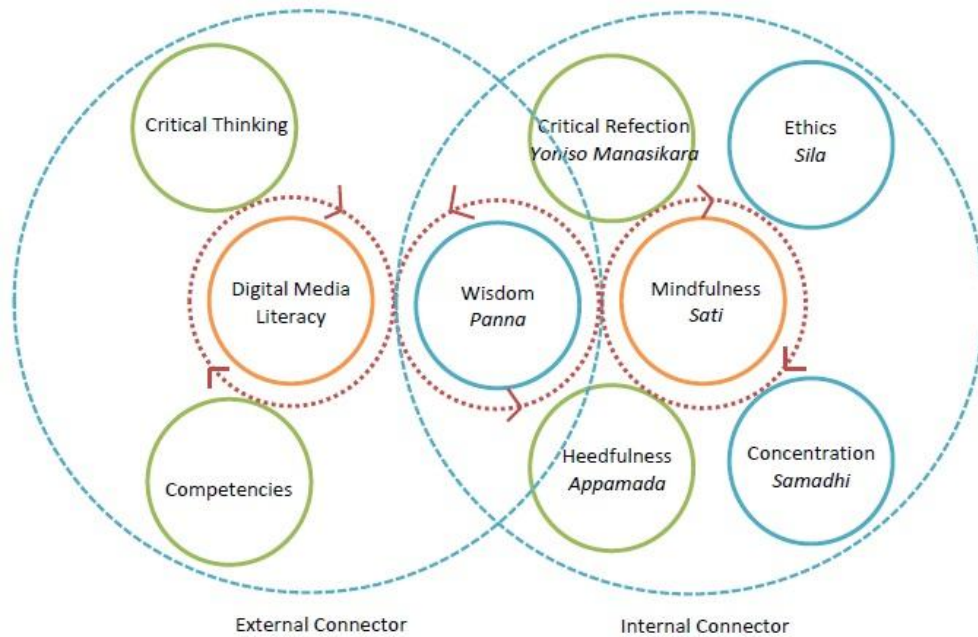
คำว่า ‘สติ’ เป็นคำที่คุ้นเคยกันดีในวิถีชีวิตของคนไทยโดยเฉพาะการบอกกล่าวให้กลับมาอยู่ในช่วงเวลาปัจจุบันหลังจากที่อาจจะเผลอไผลลืมหืมตัวไปชั่วขณะ หรือแม้แต่เป็นการบอกกล่าวถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นไปแล้วว่าเป็นการกระทำที่เกิดขึ้นโดยปราศจากการยั้งคิดเพื่อให้กลับมาระลึกนึกถึงสิ่งที่ได้กระทำลงไป สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต, 2560 น. 19) ได้อธิบายขอบเขตความหมายของ ‘สติ’ ไว้ว่าการระลึก นึกถึง นึกไว้ นึกได้ ระลึกได้ ไม่เผลอ ซึ่งตรงกับ ความจำในส่วนที่เป็น การระลึกและความสามารถในการระลึก จึงเป็น ความระมัดระวัง ความตื่นตัวในหน้าที่ ภาวะที่พร้อมอยู่เสมอในอาการคอยรับรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้อง และตระหนักว่าควรปฏิบัติต่อสิ่ง ๆ นั้นอย่างไร ประเด็นสำคัญที่พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต, 2545 น. 311) ชี้ให้เห็นการทำหน้าที่ของ ‘สติ’ มักจะถูกเปรียบเทียบกับเหมือนนายประตูที่คอยระวังเฝ้าดูคนเข้าออกอยู่เสมอ และคอยกักกับการ โดยปล่อยคนที่ควรเข้า

ออกให้เข้าออกได้ และคอยห้ามคนที่ไม่ควรเข้า ไม่ให้เข้าไป คนที่ไม่ควรออก ไม่ให้ออกไป ดังนั้น ‘สติ’ จึงเป็นตัวระลึกลึกถึงการทำหน้าที่และคอยยับยั้งซึ่งใจตนเอง ซึ่งเป็นกระบวนการเริ่มต้นจากภายในที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตโดยมี ‘สติ’ เป็นตัวกำกับอยู่เสมอให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท (อับปมาท) อันเป็นอีกหลักธรรมหนึ่งที่ทำให้ดำรงอยู่โดยไม่ขาด ‘สติ’ (พระธรรมปิฎก, 2545)

สอดคล้องกับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่มุ่งเน้นให้แต่ละบุคคลสามารถเข้าถึง วิเคราะห์ วิพากษ์ สื่อสาร และประเมินในระหว่างที่ปฏิสัมพันธ์กับสื่อเพื่อตระหนักรู้ถึงผลกระทบทั้งในด้านบวกและลบ ที่สำคัญให้แต่ละบุคคลเข้าใจในสมรรถนะของตนเองและมีอิสระในการพัฒนาสมรรถนะที่มีอยู่ในการบรรลุเป้าหมายเพื่อสร้างการมีส่วนร่วมในสังคมในฐานะพลเมืองผู้มีส่วนร่วม ในขณะที่ ‘สติ’ เป็นองค์ประกอบสำคัญในการฝึกปฏิบัติเพื่อปลดปล่อยให้ตัวเองเป็นอิสระจากอวิชชา หรือความไม่รู้ นั่น ซึ่งเป็นกระบวนการทางปัญญาที่เพาะบ่มให้แต่ละบุคคลตระหนักรู้ถึงความจริงตามเหตุและปัจจัยอันเป็นผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำของแต่ละบุคคล การปลดปล่อยให้ตัวเองเป็นอิสระในแนวคิดพุทธจึงเป็นการอยู่อย่างรู้เท่าทันสภาวะการอยู่อย่างประสานกลมกลืนกับธรรมชาติ ซึ่งเป็นการอยู่อย่างเป็นอิสระ ในความหมายถึงการอยู่อย่างไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งเป็นการใช้ชีวิตอยู่ได้ด้วยปัญญา หรือการรู้และเข้าใจในการจัดการ

กับสิ่งทั้งหลายตามวิถีแห่งเหตุปัจจัย (พระธรรมปิฎก, 2545 น. 100) ที่เชื่อมโยงให้เห็นถึงการพัฒนาสมรรถนะบนพื้นฐานแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่เป็นกระบวนการเพาะบ่มคุณค่าของตนเองในการเป็นอิสระในการใช้สิทธิของตนเองในการเสริมสร้างศักยภาพเพื่อ “กระทำ” และ “เป็นอยู่” ในสังคมบนพื้นฐานของการเป็นพลเมืองที่มีส่วนร่วมเพื่อส่วนรวม

การซ้อนทับของสองแนวคิดดังกล่าวเป็นจุดเริ่มต้นของสมมติฐานการวิจัยที่มองเห็นความเชื่อมโยงว่า ‘สติ’ เป็นองค์ประกอบสำคัญเพื่อให้คนไทยสามารถพัฒนาสมรรถนะบนพื้นฐานของแนวคิดรู้เท่าทันสื่อเพราะ ‘สติ’ ในบริบทความเป็นไทยเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการสร้างการตระหนักรู้โดยมีกลไก “การกลับมาอยู่กับปัจจุบัน” ได้สร้างพื้นที่ที่หยุดนิ่งให้เกิดการทบทวนเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นก่อนหน้านี้ เกิดขึ้น ณ ปัจจุบัน และเหตุการณ์ที่ยังไม่เกิดขึ้นเพื่อได้ สอดคล้องกับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อผู้วิจัยมองเห็นความเชื่อมโยงในกระบวนการพัฒนาสมรรถนะหรือความสามารถที่ส่งเสริมให้ตัวบุคคลบ่มเพาะทักษะทางด้านสมรรถนะสำหรับการมีส่วนร่วมบนสื่อดิจิทัล ที่ก่อให้เกิดกระบวนการปลดปล่อยตัวเองให้เป็นอิสระ (self-liberation) ในการสร้างองค์ความรู้หรือปัญญาให้เกิดขึ้นของแต่ละบุคคล ดังรูปที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดแสดงความสัมพันธ์ระหว่าง “สติ” กับ “รู้เท่าทันสื่อ” (Chaiveeradech 2022)

จากรูปที่ 1 แสดงให้เห็นการพัฒนาคำถามนำวิจัยมาสู่การร่างกรอบแนวคิดการทำวิจัย โดยขมวดให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่าง “สติ” กับ “รู้เท่าทันสื่อ” ในการสร้างสมมติฐานความสัมพันธ์ให้เห็นความเชื่อมโยงระหว่างกัน โดยผู้วิจัยกระบวนการ “สติ” เป็นกระบวนการที่ผู้วิจัยมองว่าเป็นกระบวนการทำงานจากภายในสู่ภายนอก “inside-out” ที่ “สติ” ทำหน้าที่เป็นเสมือนเครื่องมือที่สร้างพื้นที่ที่จะได้ “หยุด” และกลับมา “ดูคิด” ดังที่ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต, 2545) เปรียบ “สติ” เป็นเหมือนนายประตูที่คอยระวังเฝ้าดูคนเข้าออก ในขณะที่ “รู้เท่าทันสื่อ” นั้นเปรียบเป็นกระบวนการทำงานจากภายนอกสู่ภายใน “outside-in” ที่แต่ละบุคคลสามารถพัฒนาทักษะการคิดวิพากษ์และสมรรถนะจากปัจจัยภายนอก เช่น การได้รับการศึกษา การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมในรูปแบบทางการและไม่เป็นทางการ การเรียนรู้ดังกล่าวเป็นกระบวนการที่แต่ละบุคคลปฏิสัมพันธ์กับสิ่งเร้าจากภายนอกในการหล่อหลอมทักษะการคิดวิเคราะห์และสมรรถนะของแต่ละบุคคลที่นำมาสู่องค์ความรู้หรือการเกิดปัญญา

ผู้วิจัยตั้งข้อสงสัยเพื่อเป็นคำถามนำวิจัยไว้ว่า “แนวคิด ‘สติ’ จะเชื่อมโยงกับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อ และการคิดวิพากษ์อย่างไร” และ “เราจะนำแนวคิดที่ผนวกเข้ากันระหว่างแนวคิด ‘สติ’ กับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อมาประยุกต์ใช้กับคนไทยได้อย่างไร” ดังนั้นวัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อต้องการผนวกแนวคิด ‘สติ’ เข้าไปในกรอบแนวคิดของแนวคิดรู้เท่าทันสื่อและการนำแนวคิดที่ถูกปรับใหม่นี้ไปใช้ภายใต้บริบทในแบบไทย ซึ่งผู้วิจัยมองว่าตัวบุคคลเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์และกระบวนการรู้เท่าทันสื่อ โดยเฉพาะ ‘สติ’ เป็นกระบวนการภายในที่เข้ามามีปฏิสัมพันธ์กับความคิดของแต่ละบุคคล งานวิจัยชิ้นนี้จึงตั้งสมมติฐานว่าการรู้เท่าทันตัวเอง (self-literacy) เป็นพื้นฐานสำคัญของกระบวนการรู้เท่าทันสื่อ ถ้าแต่ละบุคคลตระหนักรู้ในความคิดและอารมณ์ของตนเอง พวกเขาจะสามารถปฏิสัมพันธ์กับสื่อด้วยองค์ความรู้ที่สั่งสมจากประสบการณ์ของตนเอง Ramasubramanian & Drazabi, (2020) ได้อ้างถึงคำสำคัญว่า “critical consciousness หรือจิตสำนึกขั้นวิพากษ์” เป็นหนึ่งมิติในโครงสร้างหรือกรอบในการพัฒนาสมรรถนะของแต่ละบุคคลที่จะนำไปสู่ “ความเป็นไป

ได้ในการตอบสนอง (the possibility of response)” ในชีวิตประจำวัน ที่ Milan (2016) มองว่ามิตินี้จะนำไปสู่ผลลัพธ์ของการปลดแอกทางด้านการสื่อสารในความหมายของความเป็นอิสระในการสื่อสารเพื่อต่อรองกับอำนาจที่ครอบงำ ซึ่ง Kellner และ Share (2019) เน้นย้ำให้เห็นความสำคัญของแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่สำรวจประเด็นความหลากหลายทางวัฒนธรรมและความแตกต่างทางสังคมที่บุคคลสามารถทำความเข้าใจและตั้งคำถามเกี่ยวกับชนชั้นทางอำนาจ บรรทัดฐานของสังคม และความไม่เท่าเทียมกัน เพื่อนำพาบุคคลให้ถอดรื้อโครงสร้างอุดมการณ์ที่กดทับเราอยู่ สิ่งเหล่านี้จะค่อย ๆ สังสมและประกอบสร้างจนกลายเป็น “ความเป็นปกติ (normalcy)” ในชุมชนและสังคมนั้น ๆ จึงเป็นไปได้ว่าจุดยืนแห่งตน (personal locus) เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการจิตสำนึกขั้นวิพากษ์ (critical consciousness) ที่ส่งเสริมให้เกิดการรู้เท่าทันสื่อเพื่อเพาะบ่มองค์ความรู้ในแต่ละบุคคลในขณะที่มีปฏิสัมพันธ์กับสื่อ นี่จึงเป็นช่องว่างทางการวิจัยที่ ‘สติ’ สามารถเข้ามาเชื่อมโยงกับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อในการสำรวจกระบวนการภายในที่ตัวบุคคลในการสร้างการตระหนักรู้ที่ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานว่าเป็นกระบวนการรู้เท่าทันตัวเอง (self-literacy)

การออกแบบวิธีการวิจัยเพื่อพัฒนารอบแนวคิด

การวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมแนวคิดสมรรถนะหรือความสามารถ (action research with capabilities approach) เป็นระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เพื่อใช้ในการพัฒนารอบแนวคิดการวิจัยเพื่อสำรวจจากคำถามนำวิจัยที่ได้ตั้งไว้ เพราะคนไทยต่างคุ้นเคยกับคำว่า ‘สติ’ เมื่อแสดงความรู้สึกเข้าใจแก่ตนเองและผู้อื่นเหมือนเป็นการเตือนให้ตระหนักในสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น กำลังเกิดขึ้น หรือเกิดขึ้นไปแล้วและส่งผลในทางลบ ดังนั้นบทบาทของ ‘สติ’ จึงเป็นเสมือนสิ่งที่ช่วยย้ำเตือนในทุก ๆ เหตุการณ์ให้แต่ละบุคคลได้หยุดหรือได้ให้เวลาในการทบทวนสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและมีปฏิสัมพันธ์กับเรา มองอีกด้านหากเปรียบกับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่เป็นเสมือนตัวเชื่อมต่อ

ให้บุคคลสามารถส่งเสียง วิพากษ์ และได้เลือกทำในสิ่งที่เราให้คุณค่ากับตัวเองผ่านสื่อได้ตามเป้าประสงค์ที่ต้องการ (Mihailidis, 2014) ในขณะที่ ‘สติ’ เป็นเสมือนผู้เฝ้าประตูที่คอยจับตาและสอดส่องชุดข้อมูลที่ผ่านเข้ามากระทบความคิดและอารมณ์ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), 2560) จึงเป็นไปได้ว่า ‘สติ’ ส่งเสริมให้บุคคลเกิดทักษะในการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งเร้าภายนอก โดยเฉพาะสื่อดิจิทัลที่เทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทสำคัญในการสร้างประสบการณ์ชีวิตของแต่ละบุคคลอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งสองแนวคิดต่างมีจุดเหมือนและมีบทบาทที่เชื่อมโยงคู่ขนานกันจึงเป็นที่มาของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

McDougall (2014) ตอกย้ำให้เห็นว่าแนวคิดรู้เท่าทันสื่อเป็นโครงการที่ไม่สมบูรณ์ (an incomplete project) ในตัวของมันเอง ในความสำคัญของ “ความไม่สมบูรณ์” นั้นมีความซับซ้อนต่อการถ่ายทอดแนวคิดรู้เท่าทันสื่อ ในเมื่อการเปลี่ยนผ่านของทรานส์มีเดียที่สื่อสามารถสื่อสารข้ามแพลตฟอร์มหรือหลายแพลตฟอร์มทำให้เกิดบริบทที่ต่างต่างผ่านรูปแบบที่หลากหลายท่ามกลางความแตกต่างทางวัฒนธรรม ดังนั้นการศึกษาเรื่องแนวคิดรู้เท่าทันสื่อควรมองกรอบแนวคิดใหม่ที่ไม่ได้เน้นเพียงแค่แพลตฟอร์มของสื่อที่เปลี่ยนแปลงไป แต่ควรมองให้เห็นถึงการให้ความสำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ผลิตกับผู้ชม, ครูกับนักเรียน หรือแม้แต่ตัวบุคคลเองที่เป็นได้ทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสารในคราวเดียวกันการพัฒนาแนวทางที่สร้างการมีส่วนร่วมในการสะท้อนผ่านสื่อที่มีสถานะลื่นไหล (fluid) ท่ามกลางยุคแห่งการมีส่วนร่วมเพื่อสร้างการตื่นรู้จึงเป็นประเด็นสำคัญที่ต้องมีการขบคิดเพื่อให้แนวคิดรู้เท่าทันสื่อนั้นสามารถปรับหรือขยายกรอบแนวคิดให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงได้ในทุกช่วงเวลา การออกแบบระเบียบวิธีวิจัยโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมแนวคิดสมรรถนะหรือความสามารถ (action research with capabilities approach) จึงเป็นรูปแบบที่ใช้เพื่อสนับสนุนการพัฒนารอบแนวคิดเพื่อตอบคำถามนำวิจัยที่ได้ตั้งไว้ในการค้นหาความเชื่อมโยงระหว่างแนวคิดทั้งสองที่ฉายภาพให้เห็นโครงสร้างและความสัมพันธ์ระหว่าง ‘สติ’, การคิดเชิงวิพากษ์

และแนวคิดรู้เท่าทันสื่อในบริบทไทย การที่ผู้วิจัยเลือกใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติ (action research) เพื่อให้เห็นกระบวนการสร้างการมีส่วนร่วมที่สนับสนุนให้กลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนในการเรียนรู้ประเด็นเฉพาะและทำให้เห็นแนวทางในการขับเคลื่อนประเด็นนี้ของกลุ่มคนที่มีส่วนได้ส่วนเสียในการมองหาแนวทางพัฒนาาร่วมกันได้อย่างไร (Craig, 2009) ซึ่งมนต์ศักดิ์ ชัยวีระเดช (2562) ได้ตั้งคำถามต่อแนวคิดเรื่องการศึกษาในประเด็นรู้เท่าทันสื่อควรมีการปรับเปลี่ยนแนวคิด โครงสร้าง และรูปแบบการเรียนรู้ทั้งในรูปแบบทางการและไม่เป็นทางการเพื่อให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหรือไม่

การเลือกใช้แนวคิดสมรรถนะหรือความสามารถมาผนวกเข้ากับกรวิจัยปฏิบัติการมาจากแนวคิดของ Amartya Sen ที่กล่าวว่า “ความสามารถของบุคคล ๆ หนึ่งในการทำในสิ่งที่มีความหมาย หรือการได้ไปถึงสถานะของการเป็นอยู่อย่างมีความหมายนั้นแสดงให้เห็นถึงบทบาทหน้าที่ที่มีความหมายที่คน ๆ หนึ่งนั้นได้เลือกทำในสิ่งที่พัฒนาตนเองในการบรรลุเป้าหมายของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีในการ ‘ได้ทำ’ และ ‘ได้เป็น’” (Sen 1993, น. 31) สอดคล้องกับ Walker และ Unterhalter (2007) ที่กล่าวถึงแนวคิดสมรรถนะหรือความสามารถว่าเป็นโอกาสและเสรีภาพในการที่คน ๆ หนึ่งจะได้เลือกทำในสิ่งที่ตนเองเห็นคุณค่า นั่นคือสิ่งที่สะท้อนให้เห็นถึงเสรีภาพของความเป็นพลเมืองกับความสามารถในการตัดสินใจหรือจัดอุปสรรคที่ขัดขวางเสรีภาพในการพัฒนาสมรรถนะหรือความสามารถของตนเอง ดังที่ Nussbaum (2011) อ้างถึงคำสำคัญอย่าง “การตรวจสอบความไม่เท่าเทียมอีกครั้ง (inequality reexamined)”, “เสรีภาพคือการพัฒนา (development as freedom)” และ Walker (2009) ได้พูดถึงคำว่า “การบรรลุเป้าหมายในเรื่องสิทธิมนุษยชน (fulfilment of human rights)”, “การบ่มเพาะมนุษยธรรม (cultivating humanity)” แนวคิดนี้ตั้งอยู่บนพื้นฐานคุณภาพชีวิตของความเป็นพลเมืองและหลักการพื้นฐานของแนวคิดที่ว่าด้วยความเป็นธรรมในสังคม ซึ่งส่งเสริมให้หน่วยงานภาครัฐหรือผู้วางแผนนโยบายมุ่งยกระดับคุณภาพชีวิตสำหรับทุกคน (Nussbaum 2011) จากแนวคิดดังกล่าวจุดประกายให้ผู้วิจัย

ออกแบบการวิจัยขึ้นนี้เพื่อทำความเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในสังคมซึ่งการวิจัยปฏิบัติการทำให้บุคคลในแต่ละภาคส่วนสามารถเข้ามาเรียนรู้และแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ซึ่งกันและกันอันเป็นหลักการพื้นฐานของการทำวิจัยเชิงประจักษ์โดยใช้คตินิยมแนวการตีความจากสิ่งที่กลุ่มตัวอย่างระหว่างกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียสะท้อนออกมา (McNiff, 2013 น.82) ย้ำให้เห็นว่า “ที่ที่ทุกคนสามารถพูดถึงเรื่องบางอย่างเพื่อพวกเขาได้” เป็นเพราะแต่ละบุคคลต่างก็คลุกคลีและมีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกัน ดังนั้นองค์ความรู้ที่เกิดขึ้นจึงเป็นผลพวงจากการแลกเปลี่ยนความคิดและความต้องการของแต่ละกลุ่มที่มีส่วนได้ส่วนเสียสะท้อนไปยังแต่ละภาคส่วนเพื่อพัฒนาและปลูกฝังเสรีภาพในการแสดงออกผ่านบทสนทนาที่แลกเปลี่ยนและรับฟังกัน ดังที่ Foucault อธิบายไว้ว่า “ให้สมรรถนะหรือความสามารถและความรับผิดชอบของพลเมืองได้เปล่งเสียงออกมาเพื่อพวกเขาเอง” (McNiff, 2013, น.82) ดังนั้นองค์ความรู้ที่ได้จะถูกกำหนดและขัดเกลาจากเป้าหมายของแต่ละบุคคลในแต่ละภาคส่วนซึ่งมีการพูดคุย แลกเปลี่ยนต่อรองจากมุมมองที่แตกต่างในการกำหนดองค์ความรู้ร่วมกันเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงให้สังคม ทุกคนจึงมีศักยภาพเฉพาะตัวและมีโอกาสแห่งเสรีภาพในการค้นหาวิธีการจากมุมมองที่แตกต่างในการทำความเข้าใจคุณค่าที่แตกต่างกันเพาะบ่มและสรรสร้างสังคมจากการลงมือปฏิบัติด้วยตัวของพวกเขาเอง

Sen อ้างถึง “รูปธรรมของเสรีภาพ (substantial freedom)” (Sen, 2009 & Nussbaum, 2011) ที่พูดถึงรูปแบบของเสรีภาพหรือโอกาสที่ถูกสร้างขึ้นจากการผสมผสานความสามารถของแต่ละบุคคลในการบรรลุบทบาทหน้าที่ของตนเอง ซึ่ง Nussbaum (2011) ใช้คำว่า “ความสามารถจากข้างใน (internal capabilities)” ที่ไหลลื่น ความเป็นพลวัต และแยกออกจากสมรรถนะที่เกิดขึ้นโดยกำเนิด ความสามารถของแต่ละบุคคลนี้เกิดขึ้นจากการถูกฝึกฝนและพัฒนาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม เศรษฐกิจ ครอบครัว การเมืองที่รอบล้อมตัวเรา ผู้วิจัยมองว่าแนวคิดดังกล่าวเป็นรูปแบบกระบวนการพัฒนาตัวเองที่ Nussbaum (2011) อธิบายคำ

ว่า ‘*บทบาทหน้าที่*’ เป็นเสมือนสมรรถนะหรือความสามารถของบุคคลต่อการตื่นตัวในการตระหนักรู้ (an active realisation) ดังนั้น ‘*สมรรถนะหรือความสามารถ*’ จึงหมายถึงโอกาสในการเลือกสรร (the opportunity to select) และมีเสรีภาพในการเลือกในสิ่งที่ต้องการ (the freedom to choose) ในขณะที่ ‘*บทบาทหน้าที่*’ เป็นการตระหนักรู้ของตัวบุคคลที่มีต่อสมรรถนะหรือความสามารถของตนเอง โดยเฉพาะเสรีภาพที่ตัวบุคคลได้รับมาจากแต่ละชุมชนของตนเองจะแสดงให้เห็นการมีส่วนร่วมอย่างตื่นตัว (active participation) ในการสรรค์สร้างรูปแบบการใช้ชีวิตในแบบที่อยากเป็น ซึ่ง Walker (2009) มองว่านี่คือโอกาสในการสะท้อนความคิดที่วิพากษ์ในทางบวกต่อการเปลี่ยนแปลงสังคม การวิจัยปฏิบัติการและแนวคิสมรรถนะหรือความสามารถจะช่วยก่อร่างความเชี่ยวชาญของคนกลุ่มน้อย (subaltern professionals) เพื่อส่งเสริมให้กลุ่มอื่น ๆ ได้นำความเชี่ยวชาญของตนเองมาใช้ในการลดความไม่เท่าเทียม การกีดกันทางวัฒนธรรม และการครอบงำจากผู้มีอำนาจในสังคมภายใต้การมีส่วนร่วมเพื่อสร้างการอยู่ร่วมกันและการนับรวมทุกกลุ่มคน

นี่จึงเป็นเหตุผลที่ Sen เน้นให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่าง ‘*สมรรถนะหรือความสามารถ*’ และ ‘*บทบาทหน้าที่*’ เพราะ ‘*สมรรถนะหรือความสามารถ*’ ไม่ได้เน้นไปที่ผลลัพธ์ของการเรียนรู้ของแต่ละบุคคลแต่เป็นการส่งเสริมให้พวกเขาตั้งคำถามถึงโอกาสในการเข้าถึงทางเลือกของรูปแบบการศึกษาที่ทำให้พวกเขาพัฒนาสมรรถนะหรือความสามารถในการบรรลุถึงการเรียนที่ตอบสนองคุณค่าในสมรรถนะหรือความสามารถของแต่ละบุคคล (Walker 2009) ‘*สมรรถนะหรือความสามารถ*’ บ่มเพาะให้บุคคลตั้งคำถามถึงความเท่าเทียม และเข้าใจในคุณค่าของความสามารถที่แท้จริงของตนเองเพื่อสนับสนุนสิทธิในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง เพื่อให้แต่ละบุคคลทำ ‘*บทบาทหน้าที่*’ เพื่อขับเคลื่อนสังคมจากการเป็นพลเมืองเชิงรุกที่เข้าใจในเสรีภาพของทางเลือกที่เขามี แนวคิดนี้มีความสำคัญต่อการสร้างองค์ความรู้เพื่อปลดปล่อยตัวเองจาก “*คุณค่าในความเป็นตะวันตก*” (the knowledge of decolonizing ‘Western values’) เพื่อต่อการครอบงำจาก

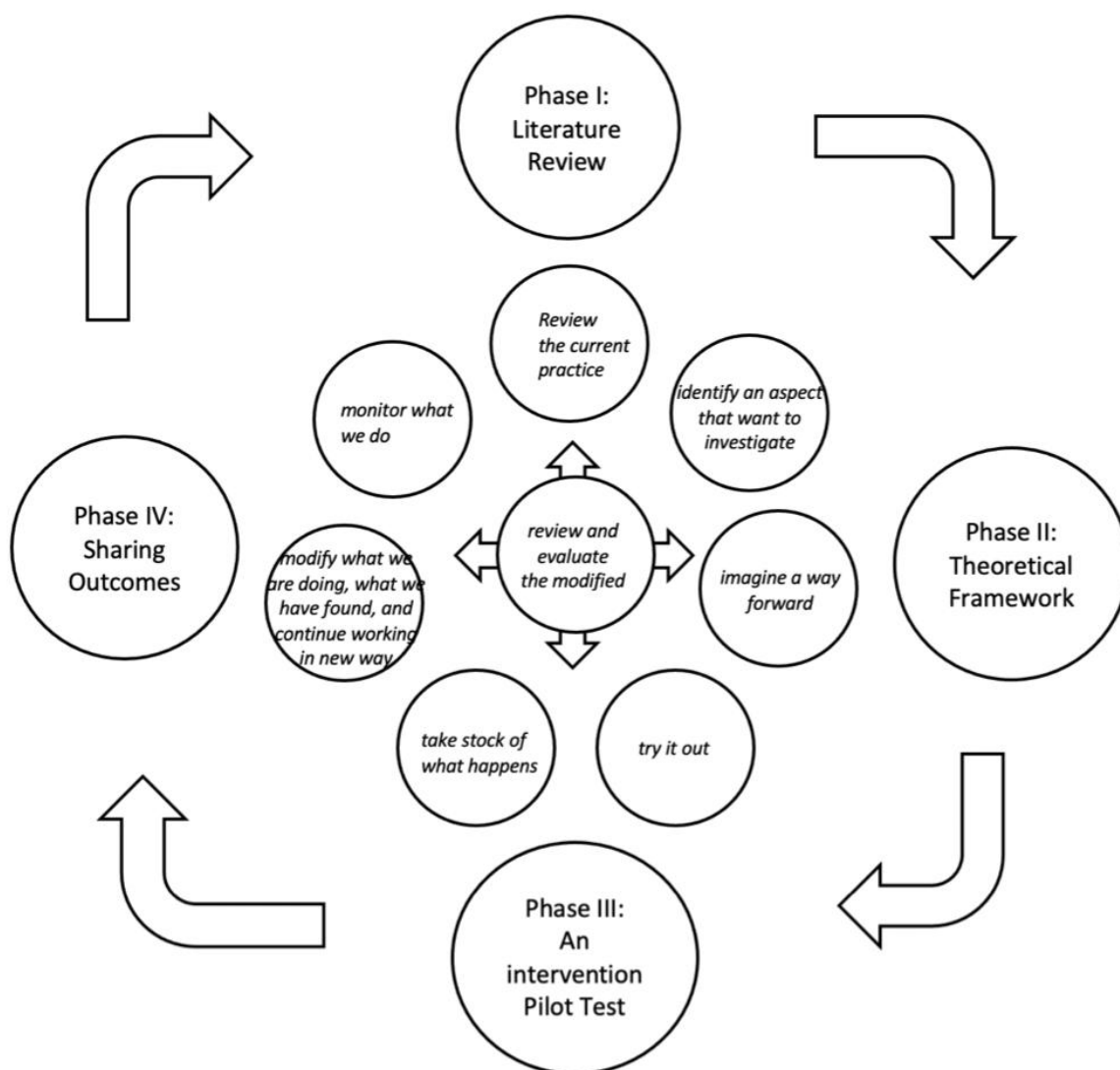
ความเป็นอาณานิคม (the colonial domination) ดังที่ Sen (2009) เน้นให้เห็นถึงผลของการครอบงำจากตะวันตกที่มีอิทธิพลสำคัญและต่อเนื่องที่พลเมืองในแต่ละประเทศสามารถพิเคราะห์และสร้างฐานแนวคิดเป็นของตนเองที่สอดคล้องกับความต้องการซึ่งแนวคิดสมรรถนะหรือความสามารถสนับสนุนความสำคัญของหลักการประชาธิปไตยภายใต้การเคารพในความเป็นมนุษย์

ผู้วิจัยมองว่าการออกแบบการศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนากลอบแนวคิดนั้นไม่ได้มาจากมุมมองจากผู้วิจัยเพียงมุมมองเดียว แต่ควรพัฒนามาจากการมีส่วนร่วมของกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียกับประเด็นการศึกษาดังกล่าว ดังนั้นการวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมผสานแนวคิดสมรรถนะหรือความสามารถ (action research with capabilities approach) นำมาใช้เพื่อสำรวจความเชื่อมโยงระหว่างแนวคิด ‘*สติ*’ แนวคิดรู้เท่าทันสื่อ และการคิดเชิงวิพากษ์ เนื่องจากการวิจัยเชิงปฏิบัติการเป็น “*แนวทางการปฏิบัติ (a pragmatic approach)*” (McAteer, 2013), “*สิ่งแวดล้อมที่เป็นฐานสำหรับนักฝึกปฏิบัติ (a practitioner-based environment)*”, “*วิจัยฐานชุมชน (community-based research)*” และ “*กระบวนการทำวิจัยเชิงรุกและเชิงรับ (a proactive and reactive research process)*” ที่ใช้ศักยภาพของกลุ่มคนในชุมชนในการแก้ไขปัญหาโดยสร้างกระบวนการมีส่วนร่วม (Craig, 2009) โดยกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียจะเข้ามามีส่วนร่วม ได้รับประสบการณ์และเข้าใจชุมชนของตนเองผ่านการคิดและพูดคุยอย่างเป็นอิสระและเท่าเทียมกันผ่านการมีส่วนร่วมที่เรียกว่า “*การฝึกปฏิบัติผ่านกระบวนการเปลี่ยนแปลง (change process in practice)*” (Winter, 2009) ที่ซึ่งองค์ความรู้ใหม่ถูกสร้างจากการที่คนในชุมชนได้ลงมือทำและแลกเปลี่ยนกัน (Whitehead & McNiff, 2006) กระบวนการดังกล่าวจึงเป็นการสร้างองค์ความรู้แบบ “*กระบวนการดำรงชีวิต (a living process)*” ที่องค์ความรู้มาจากกระบวนการตั้งคำถามเพื่อค้นหาศักยภาพใหม่ ๆ จากประสบการณ์ของคนในชุมชน (McNiff, 2013)

ดังนั้นงานวิจัยชิ้นนี้จึงส่งเสริมให้กลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียหลักมุ่งเน้นไปที่การให้แต่ละกลุ่มได้สะท้อนมุมมองประเด็น

ที่ถูกซ่อนอยู่ ซึ่งแนวคิดสมรรถนะหรือความสามารถเน้นที่ “การให้ความสำคัญที่ข้อมูล (*informational focus*)” ที่ทำให้บุคคลสามารถเข้าถึงเพื่อที่จะใช้ข้อมูลและแหล่งข้อมูลในการสร้างโอกาสในการตั้งคำถามและเลือกได้ว่าแต่ละชุมชนจะพัฒนาหรือสร้างไปในรูปแบบหรือทิศทางใด (Sen, 2009) สอดคล้องกับโมเดลการวิจัยเชิงปฏิบัติการสะท้อนคิด (*action-reflection cycle*) ที่พัฒนาโดย Lewin (McAteer, 2013) ที่ทำให้เห็น

กระบวนการปฏิบัติการสะท้อนคิดเป็นวงเกลียวไปเรื่อย ๆ สะท้อนให้เห็นวิวัฒนาการและการเปลี่ยนผ่านจากกรอบความคิดเริ่มต้นจากการวางแผน การลองปฏิบัติ การสังเกต และการสะท้อนคิดเพื่อให้กรอบแนวคิดที่แข็งแกร่งและชัดเจนขึ้นในการตอบคำถามนำวิจัย ผู้วิจัยได้แบ่งกระบวนการดำเนินงานวิจัยออกเป็น 4 ช่วงด้วยกัน ดังรูปที่ 2



ภาพที่ 2 กระบวนการดำเนินงานวิจัยโดยใช้รูปแบบการวิจัยปฏิบัติการ (Chaiveeradech 2022)

จากแผนภาพดังกล่าวอธิบายกระบวนการศึกษาวิจัยออกเป็น 4 ช่วงโดยเทียบให้เห็นขั้นตอนพื้นฐานที่เป็นหลักสำคัญของการวิจัยแบบปฏิบัติการที่สอดคล้องกับแนวคิดของ McAteer (McAteer, 2013) ดังนี้

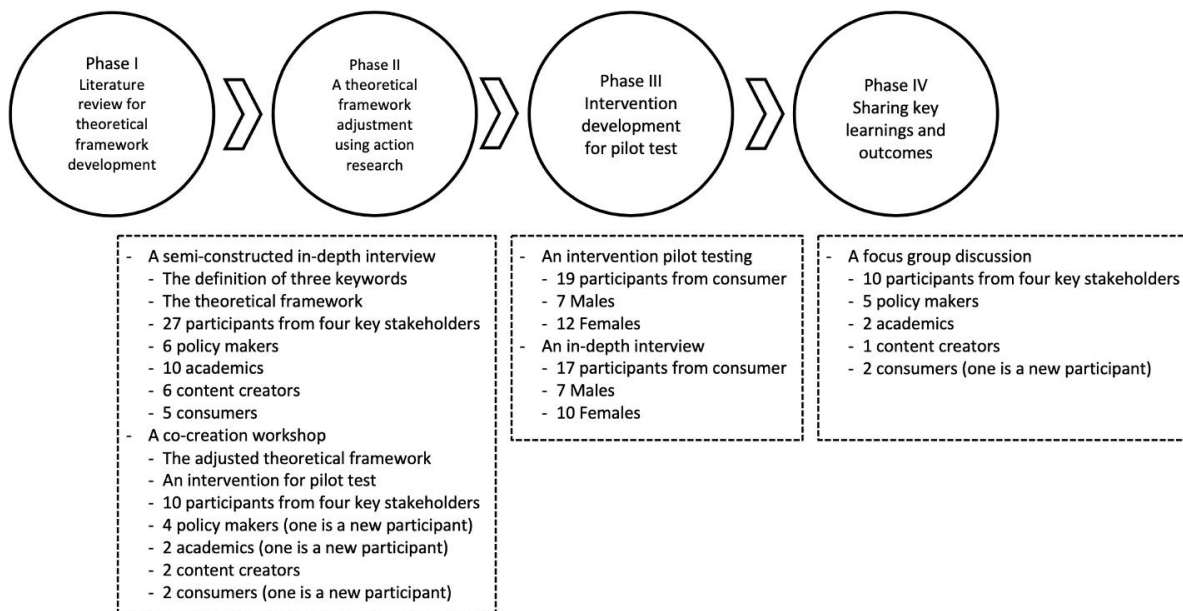
ช่วงที่ 1 การทบทวนวรรณกรรม เป็นการทำความเข้าใจแนวคิด ‘สติ’ และแนวคิดรู้เท่าทันสื่อเพื่อสำรวจช่องว่างในการทวิวิจัย รวมถึงค้นหาโครงสร้างความสัมพันธ์ระหว่างแนวคิดดังกล่าวเพื่อพัฒนาเป็นกรอบแนวคิดในเบื้องต้นเพื่อใช้เป็นกรอบวิจัยต้นแบบในการเก็บข้อมูล

ช่วงที่ 2 การปรับกรอบแนวคิด ผู้วิจัยใช้กรอบแนวคิดต้นแบบที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมเพื่อเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในประเด็นดังกล่าว คือ กลุ่มผู้วางแผนนโยบาย กลุ่มนักวิชาการ กลุ่มผู้ผลิตเนื้อหาสื่อดิจิทัล และกลุ่มผู้บริโภค โดยออกแบบจัดเก็บข้อมูลในสองรูปแบบ คือ *หนึ่ง* การสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคลเพื่อถามมุมมองเกี่ยวกับความหมายของคำว่า ‘สติ’, ‘รู้เท่าทันสื่อ’ และ ‘การคิดเชิงวิพากษ์’ รวมถึงความสัมพันธ์ระหว่างสามคำนี้ เพื่อนำข้อมูลมาปรับกรอบแนวคิดเบื้องต้น *สอง* กระบวนการสร้างสรรค์ร่วม (co-creation workshop) เป็นการนำข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกมาใช้ในการระดมความคิดที่มีตอนนิยม กรอบแนวคิด และการพัฒนาเครื่องมือนำร่องที่มาจากประสบการณ์ความคิดเพื่อนำไปเก็บข้อมูลในขั้นตอนต่อไป

ช่วงที่ 3 การพัฒนาเครื่องมือนำร่องเพื่อทดสอบ เครื่องมือดังกล่าวถูกคัดเลือกจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทั้งสี่กลุ่มเพื่อนำไปพัฒนาเป็นเครื่องมือต้นแบบเพื่อเอาไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มผู้บริโภค

และ ช่วงที่ 4 การแบ่งปันข้อมูลและผลการศึกษา ผู้วิจัยแบ่งปันข้อมูลและผลการศึกษาให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทั้งสี่กลุ่มอีกครั้งในรูปแบบการสนทนากลุ่มเพื่อร่วมแสดงความคิดเห็นต่อข้อมูล ผลการศึกษาจากเครื่องมือนำร่องที่ได้ทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงคำจำกัดความและกรอบแนวคิดเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นโดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้เห็นพ้องและสรุปคำจำกัดความรวมถึงกรอบแนวคิดร่วมกัน

ในทุกช่วงของกระบวนการวิจัยสามารถย้อนกลับไปทบทวนในแต่ละช่วงเพื่อให้กระบวนการพัฒนางานวิจัยมีความชัดเจนในประเด็นที่ต้องการศึกษาและนำเชื่อถือภายใต้รูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมผสานแนวคิดสมรรถนะหรือความสามารถที่ช่วยขยายขอบเขตไปยังมุมมองที่แตกต่างเพื่อให้กลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียได้ทำความเข้าใจ ทบทวนประเด็นที่เกิดขึ้นในชุมชนหรือสังคมของตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการขับเคลื่อนแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล การสร้างองค์ความรู้จะต้องมาจากรากฐานของ “ผู้เรียนรู้ในชุมชน (a community of learners)” ที่เกี่ยวพันกันระหว่างความเข้าใจของคนในชุมชนกับองค์ความรู้ที่เกิดขึ้นในชุมชน (Keiny และ Orland-Barak, 2009) และแนวคิดสมรรถนะหรือความสามารถจะช่วยสนับสนุนกระบวนการสร้างรูปแบบประชาธิปไตยแบบปรึกษาหารือ (democratic deliberation) โดยหลายช่องว่างความสัมพันธ์ในรูปแบบขั้นระหว่างกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียผ่านการเคารพในความเป็นมนุษย์และการส่งเสริมให้เกิดการส่งเสียงเพื่อบอกเล่าปัญหาหรือประเด็นต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชนของตนเอง



ภาพที่ 3 รายละเอียดจำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละขั้นตอนของกระบวนการวิจัย (Chaiveeradech 2021)

งานวิจัยชิ้นนี้ได้ผ่านกระบวนการอนุมัติการทำวิจัยในคนตามมาตรฐานของคณะกรรมการจริยธรรมในการวิจัยมหาวิทยาลัยบอร์นมัธ สหราชอาณาจักร ข้อมูลที่เก็บทั้งหมดจะได้รับการปกป้องภายใต้กฎหมายคุ้มครองข้อมูลภายใต้ประกาศความเป็นส่วนตัวส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างในการทำวิจัยแห่งมหาวิทยาลัยบอร์นมัธเพื่อให้มั่นใจได้ว่าข้อมูลจะมีการนำไปใช้อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มตัวอย่างจะได้รับการชี้แจง อธิบายอย่างชัดเจนก่อนตัดสินใจเข้าร่วมในงานวิจัยชิ้นนี้

‘สติ’ และ ‘การรู้เท่าทันตัวเอง’

ในแง่มุมมองจิตรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล

จากคำถามนำวิจัยสองข้อที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา หนึ่ง ‘สติ’ จะเชื่อมโยงกับการคิดเชิงวิพากษ์อย่างไร และ สอง ‘สติ’ จะเชื่อมโยงกับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลอย่างไร ผู้วิจัยขอหยิบบรรณบางส่วนจากวิทยานิพนธ์มาใช้ในการอภิปรายเพื่อชวนให้เห็นประเด็นที่ได้จากการศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่าง ‘สติ’ กับกระบวนการภายในที่ทางพุทธเรียกว่า ‘โยนิโสมนสิการ (critical reflection)’ นั้นสามารถอธิบายในเชิงคำนิยามเพิ่มใน

มุมมองของผู้วิจัยผ่านกระบวนการศึกษาเรื่องนี้ จากนิยามคำว่า “สติ” ที่ได้สรุปจากกลุ่มตัวอย่างของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียที่ระบุถึง “การรู้เท่าทันอารมณ์และความคิดของตนเอง” เพื่อเชื่อมโยงไปสู่ความหมายของการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลที่ระบุไว้ว่า “ทักษะ ความรู้ ความสามารถในการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้คนบนสื่อดิจิทัล เพื่อเข้าถึง เข้าใจด้วยกระบวนการทางปัญญา สามารถวิเคราะห์ ประเมินคุณค่า และเกิดกระบวนการสร้างการมีส่วนร่วมบนสารสนเทศบนพื้นฐานความรับผิดชอบโดยเคารพสิทธิ์ต่อตนเองและผู้อื่น” (Chaiveeradech, 2022, น. 198 และ 208) ข้อค้นพบจากคำนิยามโดยกลุ่มตัวอย่างของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียดังกล่าว ผู้วิจัยมองเห็นความสำคัญของกระบวนการรู้เท่าทันตัวเอง (self-literacy) จึงชวนขยายให้เห็นทักษะสำคัญเพิ่มเติมในสองส่วนคือ หนึ่ง การฟังเสียงที่เกิดขึ้นในใจของตนเอง (listening to one’s own voice) เป็นการฟังความคิด ความรู้สึกที่เกิดขึ้นมาทันทีทันใดในระหว่างที่เรากำลังมีปฏิสัมพันธ์กับสื่อ และ ‘สติ’ กับกระบวนการภายนอกที่แนวคิดรู้เท่าทันสื่อเรียกว่า ‘การคิดเชิงวิพากษ์ (critical thinking)’ นั่นคือ สอง การฟังเสียงคนอื่น (listening to

others' voices) เป็นการรับฟังทุกสิ่งเร้าที่เข้ามาปฏิสัมพันธ์ทั้งทางกายและใจที่สร้างผลกระทบกับเรา 'สติ' จะสร้างพื้นที่ให้แต่ละบุคคลได้สังเกตว่าอะไรกำลังเกิดขึ้นในความคิดของเราซึ่งนำไปสู่สิ่งที่เรียกว่าการรู้เท่าทันตัวเอง ซึ่งหลักการทางพุทธให้ความสำคัญกับกระบวนการภายในในรูปแบบ 'โยนิโสมนสิการ (critical reflection)' เป็นการฟังเสียงภายในของตนเองซึ่งผู้วิจัยมองว่าทักษะการฟังเป็นทักษะสำคัญในการบ่มเพาะทักษะสมรรถนะในแนวคิดรู้เท่าทันสื่อได้เช่นกัน

จากการอธิบายดังกล่าวผู้วิจัยวางเค้าร่างของการรู้เท่าทันตัวเองเป็นกระบวนการ "การสังเกตตนเอง (self-observation)" และ "การตระหนักรู้ในตนเอง (self-realisation)" เป็นส่วนสำคัญของทักษะ "การฟังเสียงของตนเอง (self-listening)" เพื่อทำความเข้าใจความคิดและอารมณ์ที่เกิดขึ้นของตนเองและสะท้อนกลับสิ่งที่เกิดขึ้นด้วยการตระหนักรู้ในตัวเองที่จะทำให้แต่ละบุคคลตระหนักได้ว่าทุกความคิดและอารมณ์เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปในช่วงเสี้ยววินาที ประเด็นสำคัญของการตระหนักรู้คือการที่ตัวบุคคลมีสติรู้ตัวในแบบแผนความคิดและอารมณ์ของตนเอง (patterns of thought and emotions) เพื่อทำความเข้าใจดังที่ Kellner & Share (2009) ใช้คำว่า "ความเป็นปกติ (normalcy)" ที่ประกอบสร้างคตินิยม บรรทัดฐานสังคม หรือความไม่เท่าเทียมที่กดทับเราอยู่ด้วยการทำให้เป็นปกติ ผลการศึกษาจากการพัฒนาเครื่องมือรื่องในการศึกษาวิจัยขึ้นนี้ สะท้อนให้เห็นกระบวนการ "การสังเกตตนเอง (self-observation)" ผลการศึกษาที่ได้แสดงให้เห็นว่าไม่ใช่เรื่องแปลกที่จะเกิดความคิดและอารมณ์ความรู้สึกเข้ามาในหัวมากมายในทุกช่วงเวลา แต่ใช้เป็นแนวทางการฝึกปฏิบัติง่าย ๆ ก็คือการยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นมากกว่าที่จะปฏิเสธหรือผลักมันออกไป เพราะกลไกการปฏิเสธความคิดและอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นมาในหัวดังกล่าวจะบ่มเพาะกลไกการกดทับตัวเอง (self-oppressed) ไปสู่การยอมรับและเพิกเฉยต่อความไม่เท่าเทียมกันในสังคมโดยปราศจากการตั้งคำถามบนพื้นฐานของเสรีภาพในการแสดงออก อย่างเช่น 'มันก็เป็นอย่างนี้มาตั้งนานแล้ว' 'มันก็ทำอย่างนี้มาโดยตลอด จะเปลี่ยนไปทำไม' ดังนั้นตัวบุคคลจะไม่สามารถปลดแอกความ

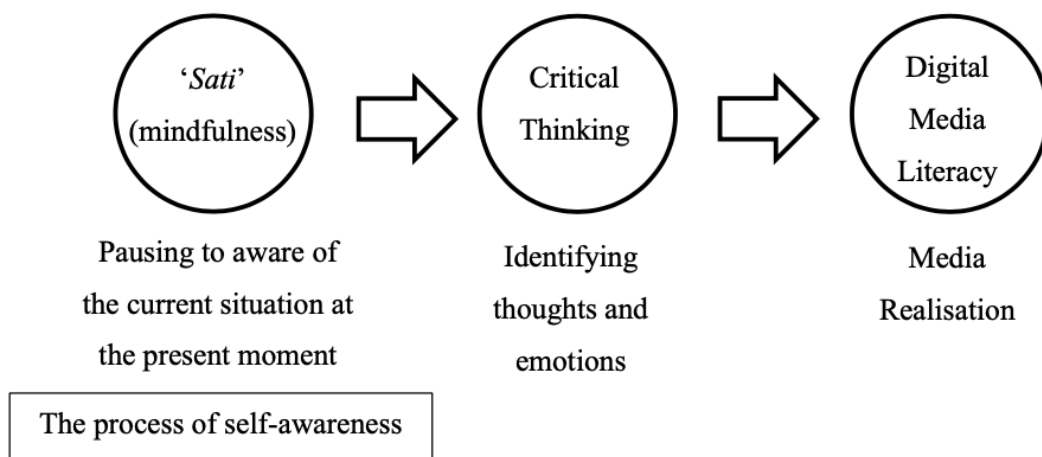
เป็นอิสระให้กับตัวเองได้เลยหากพวกเขาไม่ได้ตระหนักถึงความคิดและอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นมา และพยายามที่จะผลักไสความคิดและอารมณ์ความรู้สึกนั้นออกไป ทำให้หลงไปกับภาพลวงที่สร้างขึ้นเพื่อหลอกหนีจากความเป็นจริง

ข้ออภิปรายดังกล่าวอ้างไปถึงกระบวนการ "การตรวจสอบความไม่เท่าเทียมอีกครั้ง (inequality reexamined)", "เสรีภาพคือการพัฒนา (development as freedom)" (Nussbaum, 2011) ที่ฉายภาพให้เห็นกระบวนการฝึกปฏิบัติจากภายในที่สนับสนุนให้ตัวบุคคลนั้นสามารถตั้งคำถามและได้ลองพิจารณาอีกครั้งว่าสื่อหรือเนื้อหาที่เรารับเข้ามานั้นประกอบสร้างให้เกิดภาพลวงตาทางความคิดและอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร ซึ่งกระบวนการนี้เองเชื่อมโยงไปกับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลให้ตัวบุคคลมีทักษะเพื่อสามารถจัดการตัวเองในการตั้งรับกับสิ่งเร้าจากภายนอกที่พวกเขาเข้ามาในแต่ละวัน การผนวกแนวคิด 'สติ' เข้ากับแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลจึงเป็นการผสมผสานระหว่างกระบวนการภายในที่สร้างการตระหนักรู้ในความคิดและอารมณ์ความรู้สึกของตนเองเพื่อพัฒนาทักษะในการเชื่อมต่อองค์ความรู้ในการมีปฏิสัมพันธ์กับกระบวนการภายนอกโดยใช้ทักษะการคิดวิพากษ์จากรากฐานของปัญญาที่ 'สติ' กับ 'สัมปชัญญะ' ในการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรารับเข้ามา ดังที่พระธรรมโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต) (2560) ที่กล่าวว่า 'สติ' เป็นองค์ประกอบสำคัญในการฝึกปฏิบัติเพื่อตระหนักในความจริงบนพื้นฐานของเหตุปัจจัย โดยเฉพาะสังขธรรมอันเป็นกฎธรรมชาติที่ขจัดความเชื่อที่บอกต่อกันมาที่กีดกันเราให้หลีกหนีจากความเป็นจริงตามธรรมชาติ ประเด็นนี้ชวนให้ขบคิดไปยังช่องว่างทางการวิจัยที่ผู้วิจัยได้หมุดหมายประเด็นสำคัญไว้ในการศึกษาครั้งนี้ นั่นคือ ความแตกต่างในความเข้าใจและการตีความคำว่า 'สติ' กับ 'ปัญญา' ในมุมมองที่แตกต่างกันระหว่าง "การปรับปรุงตนเอง (self-improvement)" กับ "การพัฒนาตนเอง (self-development)" ซึ่งผู้วิจัยอยากชวนขบคิดเพื่อถกอภิปรายในความหมายที่แตกต่างกัน ความหมายของ "การปรับปรุงตนเอง (self-improvement)" ในมุมมองของการบำบัดที่ใช้คำว่า 'therapeia' (Petranker, 2017) ในการให้คุณค่าของตะวันตกจึงเป็นการทำให้ 'สติ' ถูกแปลงเป็น

สินค้าที่เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการบำบัดรักษาที่ใช้ ‘สติ’ หรือ mindfulness ในการแก้ไขปัญหาให้ดีขึ้น ในขณะที่ “การพัฒนาตนเอง (self-development)” เป็นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่มีเป้าหมายไปสู่การพัฒนาทักษะ สมรรถนะ และองค์ความรู้ในตัวบุคคลเพื่อปลดปล่อยตัวเองให้เป็นอิสระในการพัฒนาสมรรถนะจากการได้เลือกทำในสิ่งที่สนับสนุนคุณค่าที่ตัวเองมี ในขณะเดียวกันทางพุทธมองการปลดปล่อยตัวเองให้เป็นอิสระ (liberation) นั่นคือเส้นทางแห่งการไปสู่นิพพานในแง่ของการดับทุกข์ ซึ่งดูเหมือนจะเป็นเรื่องยากที่ต้องใช้เวลาในการทำสมาธิและเรียนรู้ในหลักทางทางพุทธศาสนา แต่หากเรามองในอีกแง่หนึ่งเพื่อให้ความหมายของคำว่า การปลดปล่อยตัวเองให้เป็นอิสระ (liberation) เป็นแนวทางการตระหนักรู้ในตนเอง (self-realisation) ที่ Sen (2009) ชี้ให้เห็นว่าความสำคัญของการมีชีวิตอยู่ ประสบการณ์ และการตระหนักรู้ของมนุษย์นั้น บุคคลมีเสรีภาพในการเลือกที่จะมี

ชีวิตได้ในแบบที่ตัวเองอยากจะเป็นเพื่อส่งเสริมการมีสุขภาวะที่ดีให้กับตัวเอง ประโยคดังกล่าวสะท้อนให้เห็นหัวใจสำคัญของการมีเสรีภาพเพื่อพัฒนาสมรรถนะและให้แต่ละบุคคลได้มีทางเลือกในการดำเนินชีวิตที่ตนเองต้องการภายใต้ความรับผิดชอบที่มีต่อตนเองและคนอื่น

การผนวกแนวคิด ‘สติ’ และแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลทำให้เห็นว่า ‘สติ’ เป็นองค์ประกอบสำคัญของการคิดเชิงวิพากษ์ซึ่งนำไปสู่การรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล ‘สติ’ ทำให้เกิดช่วงเวลาแห่งการหยุดนิ่งและสร้างพื้นที่ให้บุคคลได้เกิดกระบวนการสะท้อนความคิด (critical reflection) ‘สติ’ จึงเป็นกระบวนการของ “สมรรถนะร่วม (co-competency)” ที่ ‘สติ’ เป็นตัวสนับสนุนให้เกิดกระบวนการคิดวิพากษ์ เพื่อสร้างพื้นที่ให้เกิดการวิเคราะห์ สังเคราะห์ และประเมินการตัดสินใจ จากรูปที่ 4



ภาพที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่าง ‘สติ’, การคิดเชิงวิพากษ์ และการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล (Chaiveeradech 2022)

จากรูปที่ 4 แสดงให้เห็นว่า ‘สติ’ เป็นด่านแรกเมื่อบุคคลใช้ประสาทสัมผัสรับรู้สิ่งเข้ามา ‘สติ’ จะนำกลับมาที่ช่วงเวลาปัจจุบันเพื่อให้ตระหนักถึงสิ่งที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้น ช่วงจังหวะของการหยุดสร้างพื้นที่เพื่อแยกแยะ วิเคราะห์ ความคิดและอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการเปิดรับสื่อเข้า ซึ่งเป็นกระบวนการการใช้ความคิดเชิงวิพากษ์ ท้ายสุดบุคคลจะมีปฏิสัมพันธ์กับเนื้อหาสื่อที่รับเข้ามา หลังจากที่ได้ตระหนักได้

ว่าตนเองเกิดความคิดและความรู้สึกอย่างไรต่อเนื้อหาสื่อเหล่านั้น กระบวนการนี้เป็นการตระหนักรู้ในสื่อซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการรู้เท่าทันสื่อ

ผู้วิจัยตั้งข้อสรุปว่าจุดยืนของการรู้เท่าทันสื่อในแนวคิด ‘สติ’ ได้ในสองมิติคือ มิติแรก การรู้เท่าทันตนเองในระดับปัจเจกบุคคล จากการศึกษาวิจัยขึ้นนี้เพื่อสำรวจและคลี่คลายคำว่า ‘สติ’ ในบทบาทของการเป็นตัวสนับสนุน

กระบวนการภายในให้เกิดการรู้เท่าทันในตัวเองเพื่อนำไปสู่การรู้เท่าทันสื่อ การให้ความสำคัญไปที่กระบวนการภายในเป็นตัวเพาะบ่มการสะท้อนความคิดตนเอง ‘สติ’ จึงทำหน้าที่โอบอุ้มให้นำพาไปสู่กระบวนการทางปัญญาในการพัฒนาความสามารถให้บุคคลสังเกตและทำความเข้าใจในความคิดและอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง ซึ่งแนวทางนี้สามารถปรับรูปแบบการเรียนรู้ทั้งทางการและไม่เป็นทางการเพื่อนำไปสู่การทำความเข้าใจในแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล ท้ายสุดการรู้เท่าทันตัวเองจะขับเคลื่อนให้บุคคลเห็นโครงสร้างที่เรียกว่า “*แบบแผนความคุ้นชินของตนเอง (self-habitation)*” และเห็นโครงสร้างความสัมพันธ์ทางอำนาจที่เป็นกระแสหลักในสังคมที่กดทับเราอยู่ โดยเฉพาะ ‘สติ’ ในการศึกษาวิจัยชิ้นนี้จะเน้นให้เห็นถึงการที่บุคคลจะสร้างการตระหนักรู้ให้กับตนเองที่มีต่อเนื้อหาสื่อที่โน้มน้าวใจให้เกิดการตัดสินใจบริโภคหรือเกิดการกระทำทันทีทันใดในระหว่างที่มีปฏิสัมพันธ์บนดิจิทัลแพลตฟอร์ม ดังนั้นการรู้เท่าทันตนเองนำมาซึ่งกระบวนการฝึกปฏิบัติให้ตนเองเกิดการตระหนักรู้จากการตั้งคำถามกับตัวเองและได้ฟังเสียงของตนเองว่าความคิดและอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นมานั้นเราจะตอบสนองกับเนื้อหาสื่อที่ได้รับมาอย่างไร ซึ่งกระบวนการรู้เท่าทันตัวเองนี้จะนำไปสู่การปลดปล่อยตัวเองให้เป็นอิสระเพื่อนำไปสู่มิติที่สอง การรู้เท่าทันตนเองในระดับโครงสร้างทางสังคมจากการเป็นอิสระจากความเข้าใจในสมรรถนะของตนเองท่ามกลางการถูกกดทับจากโครงสร้างสังคม เมื่อบุคคลเข้าใจในสมรรถนะในการเลือกที่จะมีชีวิตได้ในแบบที่ตัวเองอยากจะเป็นเพื่อส่งเสริมการมีสุขภาวะที่ดีให้กับตัวเอง (Sen, 2009) เป็นพลเมืองตื่นรู้ในการสร้างการมีส่วนร่วมกับประเด็นที่เกิดขึ้นในสังคมจากการเข้าใจในสมรรถนะของตนเองและมีเสรีภาพในการเลือกในสิ่งที่ต้องการ เพื่อขับเคลื่อนสังคมจากการเป็นพลเมืองเชิงรุกที่เข้าใจในเสรีภาพจากทางเลือกที่แต่ละบุคคลพึงมี

การสร้างแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลกับ ‘สติ’ ในแนวทางใหม่

แนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลกับ ‘สติ’ เน้นย้ำให้เห็นถึงกระบวนการภายในเนื่องจากปัญหาหรือความทุกข์นั้นมาจากความคิดและอารมณ์ความรู้สึกที่ชักนำเราไปสู่การกระทำ ดังนั้นจากการอธิบายทำให้เห็นถึงการฝึกปฏิบัติผ่านกระบวนการ “*การสังเกตตัวเอง (self-observation)*” เพื่อให้บุคคลเข้าใจและตระหนักในความคิดและอารมณ์ความรู้สึกของตัวเองก่อนที่จะตอบสนองกับสื่อ หากพิจารณาคำนิยามการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลที่กำหนดขึ้นมาใหม่จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทั้งสี่กลุ่มที่นิยามร่วมกันไว้ว่า “*ทักษะ ความรู้ ความสามารถในการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้คนบนสื่อดิจิทัล เพื่อเข้าถึง เข้าใจด้วยกระบวนการทางปัญญา สามารถวิเคราะห์ประเมินคุณค่าที่แท้จริง และเกิดกระบวนการสร้างการมีส่วนร่วมบนสารสนเทศบนพื้นฐานความรับผิดชอบ โดยเคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น*” (Chaiveeradech, 2022, น. 208) จากคำนิยามดังกล่าวทำให้เห็นกระบวนการที่เชื่อมขนานระหว่างการทำงานภายในและภายนอกภายใต้แนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลกับ ‘สติ’ กระบวนการทางปัญญานี้เน้นให้เห็นถึงการบ่มเพาะวิถีแห่งการรู้เท่าทันตัวเองที่เป็นกระบวนการสะท้อนความคิดจากภายในที่เน้นทักษะการฟังเสียงของตนเองที่ขยายให้เห็นว่าเป็นการฟังเสียงสะท้อนของตนเองและฟังเสียงของผู้อื่นซึ่งเป็นทักษะใหม่ที่ผู้วิจัยได้เสนอให้เป็นหนึ่งในทักษะสำคัญของการพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อ การส่งเสริมกระบวนการทางปัญญาในแง่มุมนี้จึงเป็นการฝึกสังเกตและทำความเข้าใจเสียงของตนเองที่เชื่อมโยงไปยังเสียงของผู้อื่นด้วยเพื่อยินยอมให้เราได้เห็นเหตุและปัจจัยที่เกิดขึ้นได้ชัดเจนขึ้นจากการกระทำที่สามารถสร้างผลกระทบทั้งทางกายและจิตใจให้กับตนเองและคนอื่น ท้ายที่สุดการไปสู่เป้าหมายหลักของการสร้างกระบวนการมีส่วนร่วมในเชิงรุก (active participatory) เพื่อให้บุคคลในทุกภาคส่วนของสังคมได้ปลดปล่อยตัวเองให้เป็นอิสระว่าตนเองมีสิทธิเสรีภาพในการแสดงออกบนพื้นฐานความรับผิดชอบและเคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น การมองในสองมิติดังกล่าวยังสะท้อนให้เห็นถึงกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในสังคม

ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับประเด็นนี้ อย่างผู้วางนโยบาย นักวิชาการ ผู้ผลิตสื่อ หรือแม้กระทั่งผู้ใช้สื่อได้ทบทวนบทบาทและสมรรถนะหลักของตนเองในการเห็น “แบบแผนความคุ้นชินของตนเอง (self-habitation)” และเห็นโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงอำนาจที่เป็นกระแสหลักในสังคมที่ทำให้ใช้อำนาจ และถูกกดทับด้วยอำนาจจากกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในสังคมกับผลผลิตและวิธีการใช้ที่จะทำให้แต่ละกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียรู้เท่าทันแหล่งที่มาของการใช้อำนาจ และการถูกกดทับด้วยอำนาจจากความคุ้นชินเดิมของตนเองในการทำความเข้าใจและตระหนักเห็นถึงความสัมพันธ์เชิงหน้าที่ระหว่างกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียกลุ่มต่าง ๆ

การถกอภิปรายในประเด็นนี้ชวนให้ผู้วิจัยย้อนนึกไปถึงคำกล่าวของ McDougall (2020) ที่ชี้ให้เห็นว่าการปลดแอกจากความเป็นตะวันตกในแนวคิดรู้เท่าทันสื่อไม่ใช่การค้นหาทางออกที่เป็นแนวทางการต่อสู้เพื่อแย่งชิงอำนาจ หรือมองว่าเป็นอำนาจซ้อนทับ แต่เป็นการย้ำให้เห็นถึงบริบททางวัฒนธรรมของแต่ละสังคมที่เป็นประเด็นหลักที่ควรให้ความสำคัญในการพัฒนานโยบาย กลยุทธ์ หรือแนวทางการการนำไปใช้แนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลที่จะแตกต่างกันไปในแต่ละพื้นที่ เพื่อเป็นการลดช่องว่างในการตีความองค์ความรู้ โดยเฉพาะการตั้งกำแพงทางความรู้ที่กันคนอื่นเข้าถึงพื้นที่ทางความรู้ดังกล่าว การวางกรอบแนวคิดใหม่จึงเป็นการมองโครงสร้างทางสังคมจากเดิมที่เป็นแบบ “การควบคุมด้วยอำนาจ (power controlling)” มาเป็น “การแบ่งปันอำนาจ (power sharing)” ซึ่งเป็นการกระจายอำนาจจากศูนย์กลางรวมไปถึงการปลดปล่อยให้บุคคลเป็นอิสระจากการถูกกดทับจากโครงสร้างทางสังคม ‘สติ’ อาจวางบทบาทเป็นตัวประสานหลักในการเชื่อมโยงกลุ่มสังคมกลุ่มต่าง ๆ ในการทำความเข้าใจบริบททางสังคมที่แตกต่างกัน เพื่อค่อย ๆ ทลายกำแพงและยอมให้กลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียกลุ่มอื่น ๆ ในสังคมได้ข้ามพื้นที่เข้าไปแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ร่วมกัน ปรากฏการณ์นี้จะนำมาซึ่งการสั่งสมองค์ความรู้ในรูปแบบที่สั่นไหวและเป็นพลวัตที่จะก่อให้เกิดการยอมรับ เปลี่ยนแปลง ต่อรอง และแม้กระทั่งปฏิเสธองค์ความรู้ที่แลกเปลี่ยนกัน มันไม่สำคัญที่กลุ่มต่าง ๆ

ในสังคมจะเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย แต่ประเด็นสำคัญคือกระบวนการของ ‘สติ’ สามารถนำพาบุคคลให้ตระหนักในสิ่งที่เราตอบโต้กับสิ่งที่เราได้รับข้อมูลเข้ามาบนพื้นฐานการสะท้อนความคิดอย่างเข้าใจและใส่ใจตนเอง (empathic critical reflection) ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการรับฟังเสียงของตนเองอย่างเข้าใจโดยไม่ตัดสิน

การได้ลองคิดทบทวนและได้ฝึกตั้งคำถามไปยังแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่มีหลักการจากทางตะวันตกนำมาสู่การทบทวนกรอบแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่ผู้วิจัยได้รับอิทธิพลมาจากแนวคิดตะวันตกมาสู่การขยายกรอบแนวคิดที่ต้องการมาเป็น “ความเป็นท้องถิ่นที่ผสมผสาน (glocalising)” และ ตัว ‘สติ’ เองในการผนวกเข้าด้วยกันเพื่อสร้างแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่สอดคล้องกับบริบทไทย จะเห็นได้ว่าข้อค้นพบดังกล่าวเชื่อมโยงให้เห็นการรู้เท่าทันตนเองในระดับปัจเจกบุคคลได้ขยายมุมมองไปสู่การรู้เท่าทันตนเองในระดับเชิงโครงสร้างทางสังคม ดังที่องค์กรยูเนสโกพยายามที่จะเน้นย้ำและให้ความสำคัญกับความหลากหลายทางวัฒนธรรม ภาษา ความเชื่อ ซึ่งการฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อที่เน้นต้องการการปรับประยุกต์ใช้เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทของแต่ละสังคมในการออกแบบ “แนวทางที่หลากหลาย (diverse approaches)” ภายใต้หลักการของการรู้เท่าทันในฐานะการเรียนรู้สังคมที่เน้นความเข้าใจในบริบททางสังคมที่เชื่อมโยงกับสถาบัน, ระบบ, และโครงสร้างทางสังคม รวมไปถึงรูปแบบการใช้อำนาจในสังคมนั้น ๆ (UNESCO, 2017) โดยเฉพาะสิ่งที่ Winter (2009 น. 341) ได้กล่าวไว้ว่า “การสะท้อนคิดเป็นสิ่งจำเป็นที่เป็นกระบวนการที่สร้างรูปแบบหรือแนวคิดที่ตายตัวที่มาจากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติ” สะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของการสะท้อนตนเอง (self-reflection)” ที่ย้ำเตือนให้บุคคลได้เห็นว่า การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในทุก ๆ ช่วงเวลานั้นจะค่อย ๆ สั่งสมจนกลายเป็นองค์ความรู้ของตนเอง ข้อค้นพบจากการศึกษาวิจัยชิ้นนี้ฉายภาพให้เห็นว่าแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลที่ผนวกเข้ากับ ‘สติ’ ได้ทำหน้าที่ในการเชื่อมกลุ่มในพื้นที่ทางสังคมที่แตกต่างกัน เปิดพื้นที่ให้ต่อรองจากการได้แลกเปลี่ยนองค์ความรู้กันระหว่างกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในสังคมโดยใช้ “แนวทางที่หลากหลาย

(diverse approaches)” เพื่อส่งเสริมให้กลุ่มต่าง ๆ ในสังคม ได้พิจารณาแนวทางการขับเคลื่อนประเด็นการรู้เท่าทันสื่อ ดิจิทัลร่วมกันในประเทศไทย ดังนั้นความหมายของการปลด แอกจากความเป็นตะวันตกในแนวคิดรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลนั้น จึง เป็นเสรีภาพที่จะกล้าตั้งคำถามต่อแนวคิดรู้เท่าทันสื่อที่เรา รับมาจากแนวคิดตะวันตกเพื่อตั้งคำถามว่าแนวคิดดังกล่าวมี

ความสอดคล้องและเหมาะสมกับบริบททางวัฒนธรรมของ ชุมชนหรือสังคมเราหรือไม่ เพื่อสนับสนุนให้กลุ่มต่าง ๆ ใน สังคมได้เป็นผู้กำหนดแก่นหลักของแนวคิดที่สามารถปรับ ประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับบริบทในแต่ละสังคมของตนเองที่จะ เป็นแรงขับเคลื่อนสำคัญในการสร้างพลเมืองเชิงรุกในประเทศ ไทยตามแบบฉบับของตนเอง

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2545). *พุทธธรรม (ฉบับเดิม)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ธรรมสภา.
- พระธรรมโมหะจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2560). *พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุง)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ผลิธรรม.
- มนต์ศักดิ์ ชัยวีระเดช. (2562). เส้นทางทบทวนวรรณกรรมสู่ความเข้าใจแนวคิดสติและแนวคิดรู้เท่าทันสื่อผ่านมุมมองและแนวคิด ตะวันตก. *วารสารศาสตร์*, 12(12), 11-39.

ภาษาอังกฤษ

- Bawden, D. & Robinson, L. (2020). *Information overload: an overview*. Oxford Encyclopedia of Political Decision Making [online]. Oxford: Oxford University Press.
- Bell, D. (2001). *Introduction to cybercultures*. London and New York: Routledge.
- Berger, G., (2019). Whither MIL: thoughts for the road ahead. In: Carlsson, U., ed. *Understanding media and information literacy (MIL) in the digital age: a question of democracy*. Gothenburg: Department of Journalism, Media and Communication (JMC), University of Gothenburg, 25-36.
- Center of Media Literacy. (2020). *Five key questions form foundation for media inquiry* [online]. Retrieved 19 September 2022 from: <https://www.medialit.org/reading-room/five-key-questions-form-foundation-media-inquiry>
- Chaiveeradech, M. (2022). *Bridging digital media literacy with the Thai context of ‘Sati’ (mindfulness)*. Doctoral Thesis (Doctoral). Bournemouth University.
- Craig, D. V. (2009). *Action Research essentials*. San Francisco: Jossey-Bass.
- De Abreu, B. S. and Mihailidis, P. (2014). Introduction. In De Abreu B. S. and Mihailidis, P. (Eds). *Media literacy education in action: theoretical and pedagogical perspectives*. New York: Routledge, p.xxiii-xxx.
- Hobbs, R. (2010). *Digital media literacy: a plan of action* [online]. Washington: The Aspen Institute.
- Keiny, S and Orland-Barak, L. (2009). Educational action research as a paradigm for change. In: Noffke, S. and Somekh, B., eds. *The SAGE handbook of educational action research*. London: SAGE, 166-177.
- Keller, D. and Share, J. (2019). *The critical media literacy guide: engaging media and transforming education*. Leiden: BRILL | SENSE.

- Kemp, S. (2024). *Digital 2022: Thailand* [online]. Singapore: DATAREPORTAL.
- McAteer, M. (2013). *Action research in Education*. London: SAGE.
- McDougall, J. (2014). Media literacy: an incomplete project. *In* De Abreu B. S. and Mihailidis, P. (Eds). *Media literacy education in action: theoretical and pedagogical perspectives*. New York: Routledge, p.3-10.
- McDougall, J. (2020). Unbending the springs of action. *In*: Bennett, P., McDougall, J. and Potter, J., eds. *The uses of media literacy*. Oxon: Routledge, 66-84.
- McNiff, J. (2013). *Action research: principles and practice*. Oxon: Routledge.
- Mihailidis, P. (2014). Media literacy and the emerging citizen: youth, engagement and participation in digital culture. New York: Peter Lang.
- Milan, S. (2016). Liberated technology: inside emancipatory communication activism. *In*: Gordon, E. and Mihailidis, P., eds. *Civic media: technology / design / practice*. Cambridge, MA: MIT Press, 107-124.
- Nussbaum, M. (2011). *Creating capabilities: the human development approach*. Massachusetta: The Belknap Press of Harvard University Press.
- Petranker, J. (2017). The mindful self in space and time. *In*: Purser, R. E., Forbes, D. and Burke, A., eds. *Handbook of mindfulness: culture, context, and social engagement*. Switzerland: Springer, 95 – 106.
- Ramasubramanian, S. & Darzabi, R. C. (2020). Civic engagement, social justice, and media literacy. *In*: Christ, W. G. and De Abreu, B. S., eds. *Media literacy in a disruptive media environment*. New York: Routledge.
- Rheingold, H. (1998). A slide of life in my virtual community, *MIT press* [online], Retrieved 9 October 2020 from: https://www.cs.indiana.edu/docproject/bdgtti/bdgtti_18.html
- Sen, A. (1993). Capability and well-being. *In*: Nussbaum, M. C. and Sen, A., eds. *The quality of life*. Oxford: Oxford University Press, 30-53.
- Sen, A. (2009). *The idea of justice*. London: Penguin Books.
- UNESCO. (2013). *Global media and information literacy (MIL) assessment framework: country readiness and competencies* [online]. Paris: UNESCO.
- UNESCO, (2017). Reading the past, writing the future: fifty years of promoting literacy [online]. Paris: UNESCO.
- Walker, M. & Unterhalter, E. (2007). The capability approach: its potential for work in education. *In*: Walker, M. and Unterhalter, E., eds. *Amartya Sen's capability approach and social justice in education*. New York: Palgrave Macmillan, 1-18.
- Walker, M. (2009). Capabilities, flourishing and the normative purposes of action research. *In*: Noffke, S. and Somekh, B., eds. *The SAGE handbook of educational action research*. London: SAGE, 301-312.
- Whitehead, J. & McNiff, J. (2006). *Action research: living theory*. London: SAGE.
- Winter, R. (2009). Developing relationships, developing the self: Buddhism and action research. *In*: Noffke, S. and Somekh, B., eds. *The SAGE handbook of educational action research*. London: SAGE, 336-346.