

สุขภาพะ
ของคนไทย
ในโลกโซเชียล

สื่อ
สังคม
สื่อ
สังคม

A person in a red shirt stands on a rooftop at night, looking out over a city skyline with neon lights and digital data overlays. The scene is a blend of urban reality and digital virtuality, with binary code and data streams floating in the air. The text "สื่อสังคม สื่อสองคม" is prominently displayed in the center, with "สภาวะของคนไทยในโลกโซเชียล" written below it. The background features a cityscape with various signs, including "RESTRICTED" and "av:", and a large digital display showing "verflow: nix". The overall atmosphere is futuristic and contemplative.

“สื่อสังคม สื่อสองคม”
สภาวะของคนไทยในโลกโซเชียล

ภาพ : <https://www.freepik.com>
<https://medium.com/@AmazonkaV/do-we-live-in-virtual-reality-ebbf37c7f4f0>

<https://medium.com/@AmazonkaIV/do-we-live-in-virtual-reality-ebbf37c7f4f0>

มนุษย์สองโลกแห่งศตวรรษที่ 21

“มนุษย์สองโลก” ฟังดูแล้วอาจชวนให้นึกถึงเรื่องราวในนวนิยายหรือภาพยนตร์แนว Sci-Fi อย่างบุพเพสันนิวาส หรือ Interstellar ที่ตัวละครเดินทางไปมาระหว่างโลกอดีตกับโลกปัจจุบันด้วยหลักการบางอย่างที่เป็นเพียงจินตนาการ ความตื่นเต้นของคนจากโลกหนึ่งที่ได้พบเจอหรือได้ทำอะไรที่คนอีกโลกหนึ่งมี หรือทำไม่ได้ สร้างสีสันและเป็นเสน่ห์ของเรื่องราวแนวนี้เรื่องแล้วเรื่องเล่า แต่ “มนุษย์สองโลก” ที่กำลังจะกล่าวถึงต่อไปนี้เกิดขึ้นแล้วจริงๆ ตั้งแต่ศตวรรษที่ 20 ต่อเนื่องถึงศตวรรษที่ 21 ที่คนในโลกกำลังเดินทางกลับไปกลับมาระหว่าง 2 โลก โลกหนึ่งคือโลกจริงบนพื้นที่จริง

กับอีกโลกหนึ่งคือโลกเสมือนซึ่งอยู่บนพื้นที่ดิจิทัล การสลับพื้นที่ระหว่าง 2 โลกที่วุ่น มีสีสันและความตื่นเต้นไม่แพ้กัน และเป็นเรื่องจริงที่ไม่ใช่จินตนาการ

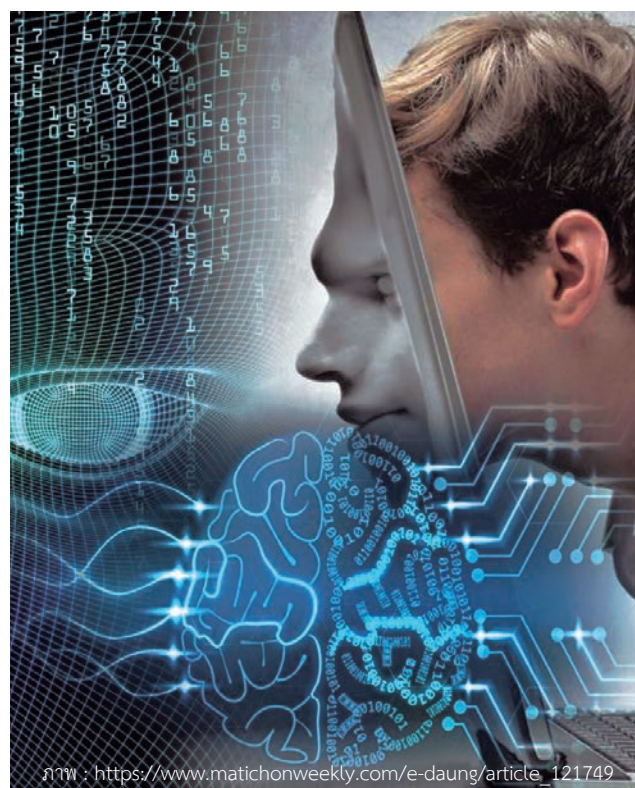
โลกของเราก้าวสู่ยุคข้อมูลข่าวสาร (Information age) นับแต่การปฏิวัติดิจิทัล (Digital revolution) เมื่อราวทศวรรษที่ 1950s เมื่อมีการพัฒนาคอมพิวเตอร์ยุคแรกที่ใช้หลอดสุญญากาศเป็นหน่วยความจำ เป็นการปิดกั้นเวลาบอกระยะทางการพัฒนาของโลกที่ดำเนินต่อจากยุคอุตสาหกรรม (Industrial age) เมื่อโลกยุคข้อมูลข่าวสารเดินทางผ่านกาลเวลามาได้เพียง 6 ทศวรรษ จาก ENAIC

คอมพิวเตอร์ยุคแรกที่มีขนาดกินพื้นที่ 167 ตารางเมตร ก็กลายมาเป็นเครื่องอิเล็กทรอนิกส์ที่มีขนาดเล็กกว่าฝ่ามือ และยังมีที่พำที่ที่จะเล็กลงกว่านั้นไปอีก

ระหว่างการเดินทางอันสั้นนี้ อาจกล่าวได้ว่าสื่อสังคมออนไลน์ (Online social media) ซึ่งหมายถึงโปรแกรมประยุกต์ (Application) ที่ใช้เพื่อการติดต่อสื่อสาร แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารระหว่างผู้คนในพื้นที่ดิจิทัลด้วยรูปแบบต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น LINE, Facebook, Twitter, Google+, Myspace, Instagram, LinkedIn, Pinterest, Snapchat, WhatsApp หรือ WeChat ได้กลายมาเป็นจุดสูงสุดของยุคข้อมูลข่าวสารในปัจจุบันที่เข้ามามีบทบาทต่อการสร้างความสัมพันธ์ และความเป็นไปในแง่มุมต่างๆ ของมนุษยชาติที่ว่ากันว่าเป็นไปอย่างพลิกผัน (Disruptive) โลกในพื้นที่ดิจิทัลที่สะท้อนให้เห็นภาพของการแทรกซึมของสื่อสังคมออนไลน์ในแทบทุกชีวิต และทุกกิจกรรมอย่างกว้างขวาง ได้เปลี่ยนวิถีทางของสิ่งต่างๆ ที่เคยทำมาในอดีตให้กลายมาเป็น “วิถีของสื่อสังคมออนไลน์” ตั้งแต่การดำเนินชีวิตประจำวัน การสร้าง การรักษา และการยุติความสัมพันธ์ การดำเนินธุรกิจ การสร้างข่าว การสื่อสาร การเคลื่อนไหวทางการเมือง การก่อการร้าย การก่อการตี การศึกษา การสาธารณสุข การดำเนินศาสนกิจ การเลี้ยงลูก การดูแลผู้สูงอายุ และอื่นๆ อีกเกินกว่าจะกล่าวได้หมด โลกในพื้นที่ดิจิทัลมีอาณาเขตกว้างใหญ่ ที่มีได้แบ่งพื้นที่ตามภูมิรัฐศาสตร์ดังแต่ก่อน แต่มีการจัดระเบียบที่มีความซับซ้อนเชื่อมโยง และแบ่งเขตแดนหลายชั้น หลายพื้นที่ได้ในเวลาเดียวกัน การปฏิวัติดิจิทัลได้สร้างโลกเสมือนไร้ขอบเขตขึ้นใบหนึ่งที่ดำเนินคู่ขนานกับโลกจริง แต่ก็มีความเป็นจริง (Reality) ของตัวมันเองอย่างน่าพิศวง

ในแต่ละขณะเวลา มีคนจากโลกจริงท่องไปในโลกเสมือนในจำนวนที่มากขึ้น และใช้เวลานานยาวขึ้น กิจกรรมต่างๆ ที่เข้าไปทำในโลกเสมือนมีความหลากหลายมากขึ้น แม้ตัวตนของแต่ละคนยังคงยืน เดิน นั่ง นอน ในโลกจริง แต่ในหลายขณะก็ลับเข้าไปทำสิ่งต่างๆ ในโลกเสมือน และสลับกลับไปกลับมาอย่างซ้ำของขึ้นทุกวัน ทำให้ทั้งโลกจริงและโลกเสมือนไม่ได้อยู่แยกขาดจากกันโดยเด็ดขาด แต่ซ้อนกันอยู่เป็นอีกชั้นหนึ่ง และเวลาของโลกทั้งสองก็เดินไปพร้อมๆ กัน

คนกับสื่อสังคมออนไลน์มีพัฒนาการและความเป็นไป ที่ขยายตัวทั้งในแนวกว้าง แนวยาว และแนวลึกมากขึ้น

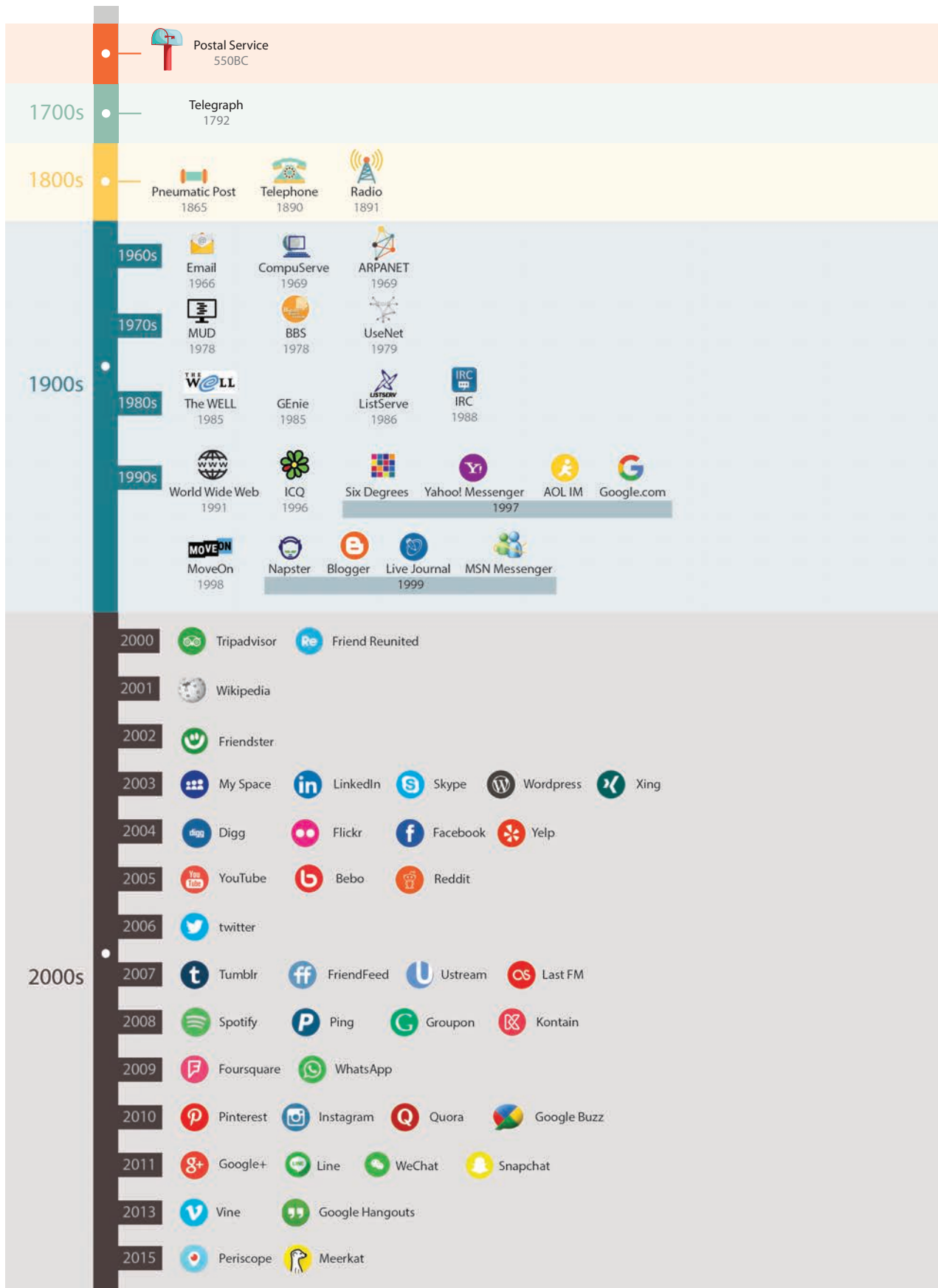


ภาพ : https://www.matichonweekly.com/e-daung/article_121749

ดังจะเห็นได้จากขอบเขตของกิจกรรมทางสังคมที่ใช้พื้นที่ในสื่อสังคมออนไลน์ที่นับวันจะหลากหลายมากขึ้น และในแต่ละด้านมีนวัตกรรมการใช้ที่ยิ่งแปลกใหม่และล้ำลึก นวัตกรรมและความแพร่หลายของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ ทั้งโดยคนแต่ละคน และโดยองค์กรต่างๆ นี้ ยิ่งกระตุ้นให้พัฒนาการของสื่อสังคมออนไลน์ และการใช้สื่อสังคมออนไลน์ก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว

ในระยะเวลาที่ผ่านมา โลกได้จับตามองพลวัตของสื่อสังคมออนไลน์ ทั้งในแง่ของตัวสื่อสังคมออนไลน์เอง และในแง่ของคนและชีวิตที่โลดแล่นในพื้นที่สื่อสังคมออนไลน์ ในมุมหนึ่ง สื่อสังคมออนไลน์ในโลกเสมือนก็อำนวยความสะดวกต่างๆ มากมาย มีโอกาสดีๆ ของชีวิตให้ไขว่คว้า มีข้อมูลไว้ขีดจำกัดให้เรียนรู้ มีเงินทองให้เสาะแสวงหา มีความสัมพันธ์ดีๆ ที่ช่วยเยียวยาทางจิตใจ และในขณะเดียวกัน การหมกมุ่นอยู่ในโลกเสมือนจนแทบจะตัดขาดจากโลกจริง คนจริงๆ ความรู้สึกจริงๆ รวมทั้งการล่องลอย การลดการเคลื่อนไหวทางกาย และภัยร้ายอื่นๆ อีกมากมาย ก็แฝงอยู่ในโลกเสมือนนี้ไม่แพ้กัน การใช้ชีวิตในโลกทั้ง 2 ใบไปพร้อมๆ กัน มีมุมมืดและมุมสว่างอย่างไร ส่งผลต่อความเป็นอยู่และสุขภาวะอย่างไร เป็นเรื่องที่น่าจะต้องเจาะระไ และเข้าใจให้ชัดแจ้ง เพราะดูๆ แล้วมนุษย์เราคงต้องใช้ชีวิตสลับไปสลับมาในทั้ง 2 โลกนี้ไปอีกนาน

อุบัติการ และวิวัฒนาการ ของสื่อสังคมออนไลน์



ภาพ : พอตา บุญยศิริธนะ



สื่อสังคมออนไลน์ (Online social media) นับเป็นนวัตกรรมของสื่อที่เกิดขึ้นในศตวรรษที่ 20 โดยแท้ และนับเป็นวิวัฒนาการที่ต่อเนื่องจากสื่อรุ่นพี่อย่าง โทรเลข (Telegraph) ซึ่งปิดตัวลงอย่างเป็นทางการในประเทศไทย ตั้งแต่ พ.ศ. 2545 ท่อลมรับ-ส่งเอกสาร (Pneumatic post) โทรศัพท์ (Telephone) และวิทยุ (Radio) ซึ่งล้วนเป็นประดิษฐ์กรรมแห่งศตวรรษที่ 18 และ 19 (ระหว่าง ค.ศ. 1792-1891) มีเพียงโทรทัศน์ (Television) เท่านั้นที่เกิดขึ้นในศตวรรษที่ 20 ตอนต้น และเป็นสื่อดาวรุ่งเกือบตลอดศตวรรษจวบจนกระทั่งเมื่อสื่อสังคมออนไลน์มาถึงก่อนที่จะเข้าสู่ศตวรรษที่ 21 เพียงเล็กน้อย สื่อโทรทัศน์ก็เฉาลงอย่างชัดเจน จนต้องปรับตัวเองให้เปิดพื้นที่ร่วมกับสื่อสังคมออนไลน์เพื่อความอยู่รอด

พจนานุกรมออกซฟอร์ด (Oxford Dictionary) ได้นิยามสื่อสังคมออนไลน์ไว้ว่าเป็นรูปแบบการสื่อสารผ่านเว็บไซต์และโปรแกรมประยุกต์ (Application) ที่ให้คนสามารถสร้างแบ่งปัน และเผยแพร่ เนื้อหาต่างๆ อันเป็นการร่วมกิจกรรมทางสังคมในรูปแบบเครือข่าย ซึ่งในความเข้าใจของคนทั่วไปอาจหมายถึงการสื่อสารผ่านระบบอินเทอร์เน็ตแบบทันที (Instant) จึงเป็นเรื่องเข้าใจไม่ยากกว่าเหตุใดการสื่อสารผ่านสื่อสังคมออนไลน์จึงเป็นที่แพร่หลาย และผูกพันกับผู้คนอย่างกว้างขวางราวกับลัทธิใหม่ของศตวรรษที่ 21

พัฒนาของการสื่อสังคมออนไลน์ในศตวรรษที่ 20

สื่อสังคมออนไลน์ มีจุดเริ่มต้นต่อจากการกำเนิดของคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่ที่มีความสามารถสูง (Super computer) เป็นความพยายามของนักวิทยาศาสตร์ในการจะให้เครื่องคอมพิวเตอร์เหล่านั้นสื่อสารและส่งข้อมูลระหว่างกันได้ และทำให้เกิด CompuServe ซึ่งเป็นระบบอินเทอร์เน็ตระยะแรกเริ่ม และเกิดจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (Email) เป็นครั้งแรกในปี 1966 ซึ่งต่อมาในปี 1979 Tom Truscott และ Jim Ellis นักวิทยาศาสตร์คอมพิวเตอร์ชาวอเมริกัน ได้พัฒนาระบบ UseNet เพื่อการสื่อสารผ่านจดหมายข่าวเสมือน (Virtual newsletter) โดยสมาชิกสามารถอ่าน และเขียนข้อความตอบโต้ รวมทั้งแสดงความคิดเห็นในกลุ่ม มีลักษณะที่คล้ายกับระบบ Bulletin Board System (BBS) ที่มีมาแต่ก่อน แต่สะดวกและรวดเร็วกว่า

สื่อสังคมออนไลน์ มีพัฒนาการที่ชัดเจนขึ้นเมื่อคอมพิวเตอร์ขนาดเล็ก หรือไมโครคอมพิวเตอร์ ซึ่งเป็นคอมพิวเตอร์ขนาดเล็กใช้ตามบ้านและสำนักงานทั่วไปมีการใช้อย่างแพร่หลายในช่วงทศวรรษที่ 1980 และในปี 1988 มีการพัฒนาโปรแกรม Internet Relay Chat (IRC) เพื่อการสื่อสารแบบ “พูดคุย” หรือ “สนทนา” (Chat) ซึ่งเป็นการสื่อสารที่สามารถโต้ตอบกันได้ทันทีในไมโครคอมพิวเตอร์เป็นครั้งแรก ได้รับความนิยมอย่างต่อเนื่องจนถึงทศวรรษที่

1990 IRC ได้ทำให้เกิดวัฒนธรรมการ Chat ในห้องสนทนา (Chat Rooms) ในขณะนั้นข้อมูลในโลกอินเทอร์เน็ตเริ่มมีปริมาณสะสมเพิ่มขึ้นจากการพัฒนาเนื้อหาในรูปแบบ World Wide Web (WWW) ที่เชื่อมต่อโยงในกันออนไลน์และสามารถค้นหาได้ผ่านโปรแกรมค้นหา (Browser) ได้อย่างง่ายดาย ตัวโปรแกรมค้นหานี้เองที่ทำให้คนและข้อมูลต่างๆ ที่คนทั่วโลกต่างคนต่างผลิตและเก็บไว้บนอินเทอร์เน็ตเชื่อมกันและหากันพบ

สื่อสังคมออนไลน์เต็มรูปแบบ ในปลายศตวรรษที่ 20

อาจกล่าวได้ว่า สื่อสังคมออนไลน์เริ่มพัฒนาอย่างเต็มรูปแบบเมื่อ SixDegree.com ถือกำเนิดขึ้นในปี 1996 โดย Andrew Weinreich แต่เดิมเรียกว่า MacroView ต่อมาเปลี่ยนเป็น SixDegree ล้อตามแนวคิด Six Degree of Separation ของ Frigyes Karinthy (1929) นักเขียนชาวฮังการีเรียน ในเรื่องสั้นชื่อ “Chain” ในหนังสือรวมเรื่องสั้นชื่อ “Everything is different” กล่าวถึงปรากฏการณ์ที่คนรู้จักกัน 2 คน จะมี “เพื่อน ของเพื่อน ของเพื่อน” ที่บังเอิญรู้จักกันเป็นทอดๆ อยู่ไม่เกิน 5 คน ในทำนองที่คนไทยเรียกว่า “โลกกลม” และที่ภาษาอังกฤษเรียกว่า “Small world” SixDegree นี้แตกต่างจาก IRC ตรงที่อนุญาตให้ผู้ใช้สร้างโปรไฟล์ (Profile) ของตัวเองได้ และใช้เพื่อการหาเพื่อนใหม่นอกจากนี้ยังมีเว็บไซต์ Classmate.com พัฒนาโดย Randy Conrads ในปี 1995 ใช้เพื่อการค้นหาเพื่อนเก่าชั้นอนุบาล ประถม มัธยม SixDegree.com ปิดตัวลงในปี 2000 หลังจากบริษัท Youthstream Media Network ซื้อกิจการไปในมูลค่า 125 ล้านดอลลาร์สหรัฐในปี 1999 ส่วนเว็บไซต์ Classmate.com ยังคงดำเนินการอยู่แต่ไม่ได้รับความนิยมเท่าใดนัก

ในขณะที่ SixDegree.com และ Classmate.com เป็นเว็บไซต์ที่มีกิจกรรมค่อนข้างน้อยในการติดต่อสัมพันธ์และสนทนาในกลุ่มเพื่อน Robot Wisdom ซึ่งริเริ่มโดย Jorn Barger ในปี 1995 มีรูปแบบเป็นการเขียนแสดงความคิดเห็นเพื่อให้อ่านและร่วมแสดงความคิดเห็น ซึ่งเขาเรียกว่าเป็น Blog หรือ Weblog นับว่าเป็นสื่อสังคมออนไลน์ประเภท Blog อันแรก มีเนื้อหาเกี่ยวกับประเด็นต่างๆ ทางสังคม เศรษฐกิจ การเมือง รวมทั้งความรู้ทั่วไป นอกจากนี้ยังมี MoveOn.org ซึ่งเป็น Blog ลักษณะเดียวกัน ริเริ่มโดย



ภาพ : <http://www.sixdegrees.com>

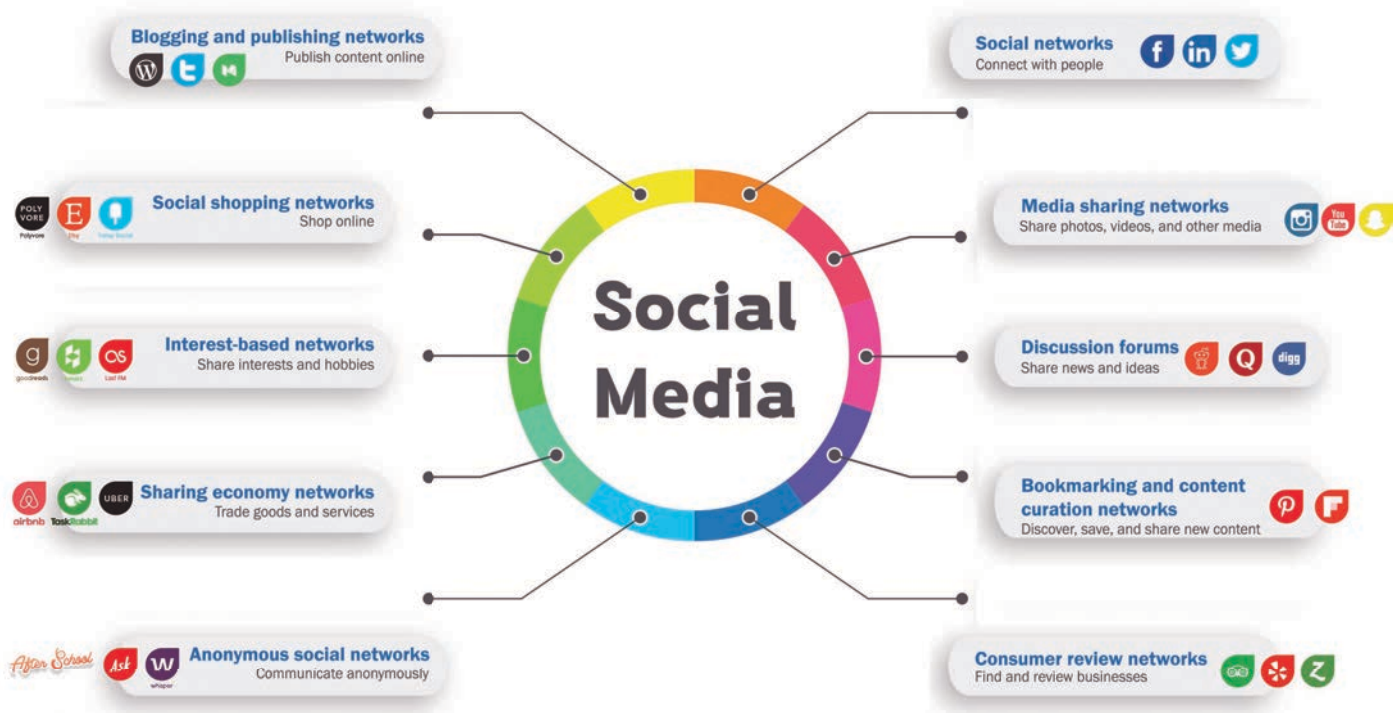
Joan Blades และ Wes Boyd ในปี 1988 ในช่วงเริ่มต้นมีลักษณะเป็นกลุ่มจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (Email group) รณรงค์และเคลื่อนไหวทางการเมือง เช่น กรณีการเคลื่อนไหวเพื่อยกเลิกการไต่สวนในการถอดถอนประธานาธิบดีบิล คลินตัน และกรณีอื่นๆ อีกมากมายไม่ว่าจะเป็นการสนับสนุนหรือไม่สนับสนุนผู้สมัครรับเลือกตั้ง และการรณรงค์หาทุนเพื่อกิจกรรมสาธารณะต่างๆ และ LIVEJOURNAL พัฒนาโดย Brad Fitzpatrick นักพัฒนาโปรแกรมคอมพิวเตอร์ชาวอเมริกัน ซึ่งต่อมาได้ขายกิจการให้กับ SUP Media บริษัทสื่อสารสัญชาติรัสเซียในปี 2007 การเกิดขึ้นของสื่อสังคมออนไลน์ประเภท Blog (บล็อก) นี้ น่าจะกล่าวได้ว่ามีส่วนสำคัญในการเผยแพร่ความคิดของคนในการแสดงความคิดเห็น และกระตุ้นให้คนอยากแสดงความคิดเห็น โดยเฉพาะเมื่อผู้เขียน Blog (Blogger) สามารถเขียนแบบนิรนามได้ไม่มีใครสามารถสืบค้นได้ว่าผู้เขียนเป็นใคร หรือบางคนอาจใช้การเขียนบล็อกเพื่อโฆษณาตัวเอง เผยแพร่ความคิดเห็นอย่างเปิดเผย ทำให้บล็อกกลายเป็นการชุมนุมทางความคิดเป็นแหล่งความรู้ เครื่องมือโน้มน้าวจิตใจ ล้างสมอง ประองตอง และการวิวาทบนพื้นที่ดิจิทัล

จะเห็นได้ว่าในช่วงปลายศตวรรษที่ 20 สื่อสังคมออนไลน์ได้พัฒนาบทบาทจากการสนทนาวิสาสะในกลุ่มเพื่อนฝูงและคนรู้จัก มาเป็นการเผยแพร่ความคิดเห็นส่วนตัวและการถกเถียงประเด็นสาธารณะต่างๆ อย่างกว้างขวาง

การขยายตัวและความหลากหลายของสื่อสังคมออนไลน์ในศตวรรษที่ 21

อาจกล่าวได้ว่าตลอดระยะเวลา 2 ทศวรรษแรกของศตวรรษที่ 21 เป็นยุคเฟื่องฟูอย่างก้าวกระโดดของสื่อสังคมออนไลน์โดยดูจากสื่อสังคมออนไลน์ใหม่ๆ ที่เปิดตัวเพิ่มขึ้นสะท้อนให้เห็นอย่างชัดเจนว่าประชากรในโลกออนไลน์

(Netizen) ขยายตัวอย่างรวดเร็ว จากการสำรวจในปี 2000 พบว่าประชากรอย่างน้อย 100 ล้านคนสามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ต และทำให้เห็นว่าโลกเสมือนกำลังขยายตัวแข่งกับโลกจริงแบบก้าวต่อก้าว นอกจากนี้สื่อสังคมออนไลน์ใหม่ๆ ที่ผุดขึ้น ต่างมีคุณลักษณะเฉพาะที่หลากหลายเพื่อตอบสนองความต้องการอันซับซ้อนของคนในสังคม



ภาพ : พอตตา บุญศิริธนะ

ความคึกคักของโลกสื่อสังคมออนไลน์เริ่มขึ้นในปี 2002 เมื่อ Friendster ซึ่งเป็นสื่อสังคมออนไลน์ประเภทเครือข่ายของกลุ่มเพื่อน ถือกำเนิดขึ้นที่กรุงกัวลาลัมเปอร์ ประเทศสหพันธรัฐมาเลเซีย โดยนักพัฒนาโปรแกรมคอมพิวเตอร์ชาวแคนาดา Jonathan เฉพาะในปี 2003 มีสื่อสังคมออนไลน์เกิดขึ้นถึง 6 เว็บไซต์ ได้แก่ LastFM สื่อสังคมออนไลน์ที่มีเนื้อหาเฉพาะกลุ่มผู้รักดนตรี MySpace สื่อสังคมออนไลน์ประเภทเครือข่ายกลุ่มเพื่อน LinkedIn สื่อสังคมออนไลน์เพื่อการเชื่อมโยงในกลุ่มคนทำงานเพื่อเป้าหมายทางวิชาชีพ WordPress สื่อสังคมออนไลน์ประเภทบล็อก Photobucket และ Flickr สื่อสังคมออนไลน์เพื่อการแบ่งปันรูปภาพ Delicious สื่อสังคมออนไลน์ที่ช่วยค้นหาเว็บไซต์ (Bookmarking) เพื่อจัดหมวดหมู่ที่ตนเองชอบและเผยแพร่ให้คนอื่นรู้

พอมถึงในปี 2004 Mark Zuckerberg ก็พัฒนา Facebook เวอร์ชันแรกที่ใช้เฉพาะในกลุ่มนักศึกษา มหาวิทยาลัย Harvard นอกจากนี้ยังมีสารพัดสื่อสังคมออนไลน์อื่นๆ ที่เกิดขึ้นในปีนี้ได้แก่ Care2, Muliplay, Ning, Orkut, Mixi, Pczo, Hyves ในปี 2005 มีสื่อสังคมออนไลน์ใหม่เกิดอีก 4 เว็บไซต์ ได้แก่ Youtube, Yahoo!360°, Bebo, Reddit ซึ่งในจำนวนนี้มีเพียง Youtube สื่อสังคมออนไลน์ประเภทแบ่งปันวิดีโอทั้งที่มีขนาดสั้นและขนาดยาว และ Reddit สื่อสังคมออนไลน์ประเภทรวบรวมข่าวสารและจัดอันดับเว็บไซต์ เท่านั้นที่ยังดำเนินการอยู่ ส่วนที่เหลือนั้นเสื่อมความนิยมและหยุดดำเนินการในที่สุด

ในปี 2006 Facebook ได้เพิ่มลูกเล่นและขยายกลุ่มผู้ใช้จากเฉพาะในกลุ่มนักศึกษา Harvard สู่อารณะจนกลายมาเป็นสื่อสังคมออนไลน์ที่มีผู้ใช้ทั่วโลกและมากที่สุดในโลก



ภาพ : <https://www.pexels.com>

ในปัจจุบัน และในปีเดียวกัน Jack Dorsey, Noah Glass, Biz Stone และ Evan Williams ได้เปิดตัว Twitter สื่อสังคมออนไลน์ที่มีลักษณะเฉพาะเพื่อการติดตามและแบ่งปันข่าว ความเคลื่อนไหวในประเด็นต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการเมือง ดารา บันเทิง กีฬา ประเด็นสังคม สิ่งแวดล้อม ฯลฯ สื่อสังคมออนไลน์ทั้ง 2 เว็บไซต์นี้นอกจากจะทำหน้าที่ในการเชื่อมความสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อนแล้ว ยังเป็นเครื่องมือสำคัญของผู้มีชื่อเสียงในวงการต่างๆ ในการแสดงความคิดเห็น แสดงตัวตน และรักษาคะแนนนิยมของตนเองในกลุ่มเป้าหมายที่ติดตามความเคลื่อนไหว Tumblr และ FriendFeed เกิดขึ้นในปี 2007 ส่วน Spotify, Ping, Groupon, Kontain เกิดขึ้นในปี 2008 Foursquare ในปี 2009 Instagram, Pinterest, Google Buzz ในปี 2010 ส่วน Google+ และ Pheed ในปี 2011

ความก้าวหน้าของสื่อสังคมออนไลน์เข้าขั้นทะยานแบบติดปีก เมื่อสื่อสังคมออนไลน์เข้าไปอยู่ในสมาร์ตโฟน ผสมกับการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตขยายตัวอย่างกว้างขวางในศตวรรษที่ 21 สื่อสังคมออนไลน์เหล่านี้ทำหน้าที่เผยแพร่ และเก็บข้อมูลระดับ Big Data ทุกเสี้ยววินาที ข้อมูลเหล่านี้เป็นทั้ง

ข่าวสาร อารมณ์ ความรู้สึก ทศนคติ ความรู้ ความบันเทิง มีความสำคัญต่อทั้งเรื่องส่วนตัว เรื่องงาน เรื่องทั่วไป ทั่วโลก

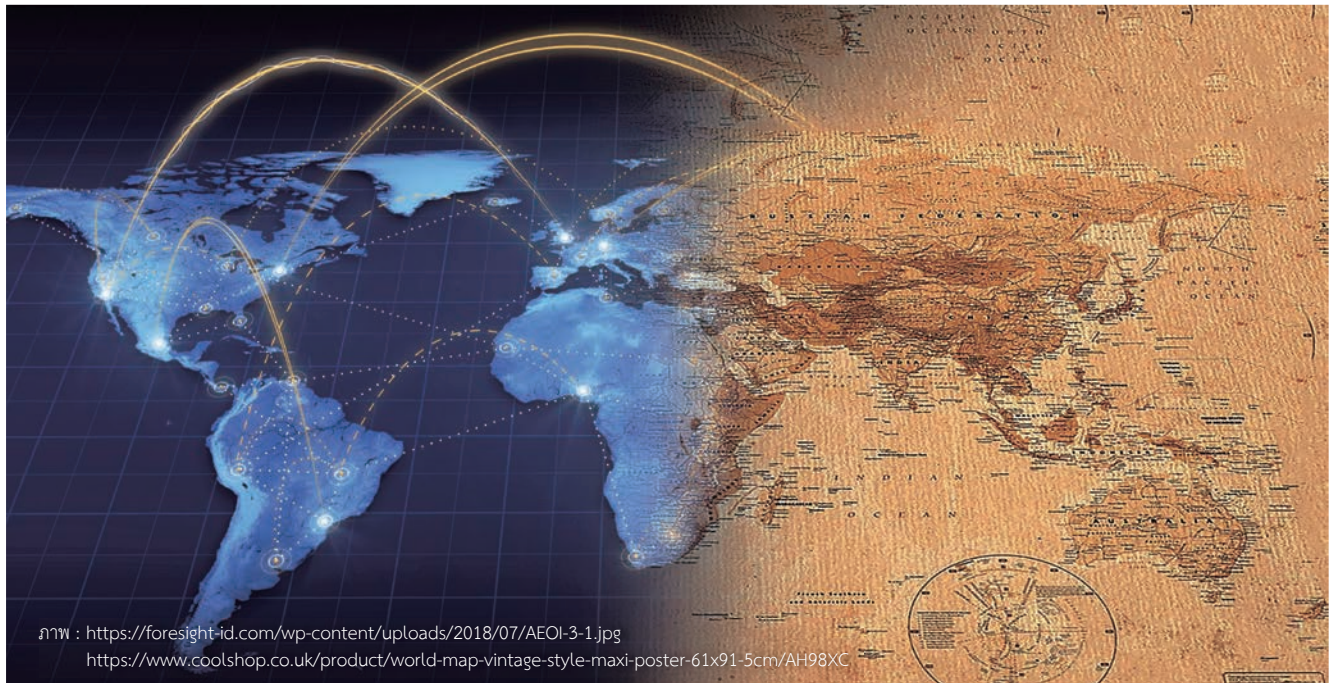
ในศตวรรษที่ 21 สื่อสังคมออนไลน์ขยายหน้าที่ออกจากการสนทนา รับ-ส่งข้อมูลข่าวสารเพื่อการบันเทิงและผ่อนคลาย ไปสู่การเป็นส่วนหนึ่งของการทำมาหากิน การเคลื่อนไหวในประเด็นสังคมและการเมือง ทั้งในระดับประเทศและระหว่างประเทศ ทั้งยังทดแทนบทบาทของสื่อประเภทอื่นๆ ที่ทำหน้าที่มาในอดีต ไม่ว่าจะเป็นสื่อสิ่งพิมพ์ โทรทัศน์ และวิทยุ ที่ต่างต้องปรับบทบาท หลีกทางให้ และอยู่ร่วมกับสื่อสังคมออนไลน์อย่างชาญฉลาด และไม่เพียงแต่ในแวดวงสื่อเท่านั้น สถาบัน และองค์กรต่างๆ ในสังคมล้วนกำลังปรับการทำงาน บทบาท และหน้าที่ของตนเองให้เข้ากับพื้นที่ใหม่นี้เพื่อให้ตนเองยังมีความหมายในโลกยุคดิจิทัล

การขยายตัวของสื่อสังคมออนไลน์อันรวดเร็วนี้ สรุปลได้เป็นภาพเดียวว่า ผู้คนได้ค้นพบพื้นที่ใหม่ที่น่าตื่นเต้นมากแห่งหนึ่ง เป็นพื้นที่ที่ไม่เคยพบมาก่อน ข่าวการค้นพบถูกบอกต่อๆ กันไปอย่างรวดเร็วจนผู้คนไปออกันอยู่รอบๆ พื้นที่นั้น ต่างคนต่างคิดค้นหนทางที่จะเข้าไปด้วยวิธีการและยานพาหนะแบบต่างๆ เพื่อได้รู้ ได้เห็น และได้หาประโยชน์สำหรับตนเองและใครต่อใคร

อาการต้น “โลกใหม่” ของศตวรรษที่ 21

การขยายตัวของประชากรโลก และประชากรไทย

ในพื้นที่เสมือน และสื่อสังคมออนไลน์



ภาพ : <https://foresight-id.com/wp-content/uploads/2018/07/AEOI-3-1.jpg>
<https://www.coolshop.co.uk/product/world-map-vintage-style-maxi-poster-61x91-5cm/AH98XC>

การค้นพบ “โลกใหม่” ของ คริสโตเฟอร์ โคลัมบัส เมื่อ ค.ศ. 1492 ทำให้คนใน “โลกเก่า” ซึ่งประกอบด้วยดินแดนเพียง 3 ส่วนคือ ยุโรป แอฟริกา และเอเชีย เกิดอาการ “ตื่น” ทั้งยังยั่วยุความกระหายใคร่รู้ สร้างจินตนาการ ความฝัน และความหวัง ขนาดที่โคลัมบัสเองเพื่อไปว่าเป็น Nuevo cielo e mundo “สวรรค์ใหม่ และโลกใหม่” แต่หลังจากการสร้างแผนที่โลกยุคใหม่สำเร็จ และทุกคนเห็นว่าโลกของเรามีเพียงเท่านี้ ก็ไม่มีใครพูดถึงการค้นหาโลกใหม่อีกเลย จนกระทั่งมาถึงช่วงปลายศตวรรษที่ 20 เมื่อ “โลกเสมือน” อุบัติขึ้นขึ้นกับโลกจริง

โลกเสมือนใบนี้ยังไม่มีใครรู้ว่ามียูปร่างหน้าตาเป็นอย่างไร อาณาเขตเริ่มต้นและสิ้นสุดที่ไหน สิ่งที่น่าสนใจระหว่างโลกใหม่ของโคลัมบัสกับโลกเสมือนของปลายศตวรรษที่ 20 คือการเป็นพื้นที่ของ “ความไม่รู้ที่ยิ่งทำให้คนอยากรู้” การเป็นพื้นที่ของความฝันและความหวังของนักแสวงโชค เรื่องราวที่เต็มไปด้วยความจริงบ้าง ความเท็จบ้าง ไม่ผิดไปจากความเป็นสวรรค์ใหม่และโลกใหม่ อย่างที่โคลัมบัสเคยเพื่อไว้ การหลงใหลเข้าไปท่องเที่ยวและค้นหาว่ามีอะไรในโลกนั้นบ้าง กับการเข้าไปเพื่อแสวงหาและกอบโกยผลประโยชน์นั้น มีมากพอๆ กัน

แต่ข้อที่แตกต่างที่สำคัญระหว่าง โลกเสมือน กับโลกใหม่ของโคลัมบัสคือ โลกเสมือนนี้เป็นโลกที่ใครก็เข้าไปได้อย่างง่ายดาย พาหนะที่จะพาเข้าไปไม่ได้แพงลิบลွ่เหมือนเรือनियाปินตา (Niña Pinta) และเรือ ซานตา มารีอา (Santa Maria) ของโคลัมบัส มีเพียงโทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต หรือคอมพิวเตอร์หลากหลายราคาเป็นพาหนะที่จะพาท่องไปได้ทุกแห่งหน ไม่ต้องใช้เวลาเป็นแรมปีขนาดที่ต้องส่งลาลูกเมียที่ทำเรือก่อนออกเดินทางเพราะอาจจะไม่ได้กลับมาพบกันอีก โลกเสมือนนี้สามารถเข้าออกได้ตังใจนึก จะใช้เวลาเพียงแวบขณะจิตหนึ่งหรือยาวนานจนหลงวนไปชั่ววันชั่วคืนในโลกใบนั้นก็ย่อมสามารถทำได้ และการที่โลกเสมือนนี้เป็นโลกที่ทุกคนสามารถเข้าได้ง่าย ทำให้ประชากรในโลกเสมือนเติบโตขึ้นรวดเร็วอย่างน่าตกใจ และยังไม่มียี่ห้อที่ทำที่จะยุติ หรือทำให้ดับแคบลงแต่อย่างใด

ตอนที่โคลัมบัสเหยียบเท้าบนโลกใหม่ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของอเมริกาใต้ในปัจจุบัน โลกใหม่ตอนนั้นคาดว่าจะมีประชากรซึ่งเป็นชาวพื้นเมืองเพียง 10 ล้านคน โลกใหม่ของโคลัมบัสใช้เวลาอีกกว่า 500 ปี ถึงได้มีประชากรเพิ่มขึ้นเป็นประมาณ 1 พันล้านคน

ในปี 2018 โลกเสมือนมีประชากรราว 4 พันล้านคน ในจำนวนนี้เป็นผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ไม่น้อยกว่า 3 พันล้านคน หากนับเอาจุดเริ่มต้นของการกำเนิด www ในปี 1991 เป็นวันชาติของโลกเสมือน ก็พอจะสรุปได้ว่าโลกเลือนลอยใบนี้ใช้เวลาเพียง 27 ปีเท่านั้น ในการขยายพลเมืองเป็น 4 เท่าของโลกใหม่ และหากนับเอาการกำเนิดของ Sixdegree.com ในปี 1996 เป็นจุดเริ่มของโลกสื่อสังคมออนไลน์ ก็จะทำให้เห็นว่าโลกสื่อสังคมออนไลน์ใช้เวลาเพียง 22 ปีเท่านั้น ในการขยายพลเมืองเป็น 3 เท่าของโลกใหม่ การขยายตัวของโลกเสมือนสะท้อนทั้งความตื่นตัว ความกระหาย รวมทั้งการส่งสมความเจริญทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีของมนุษย์

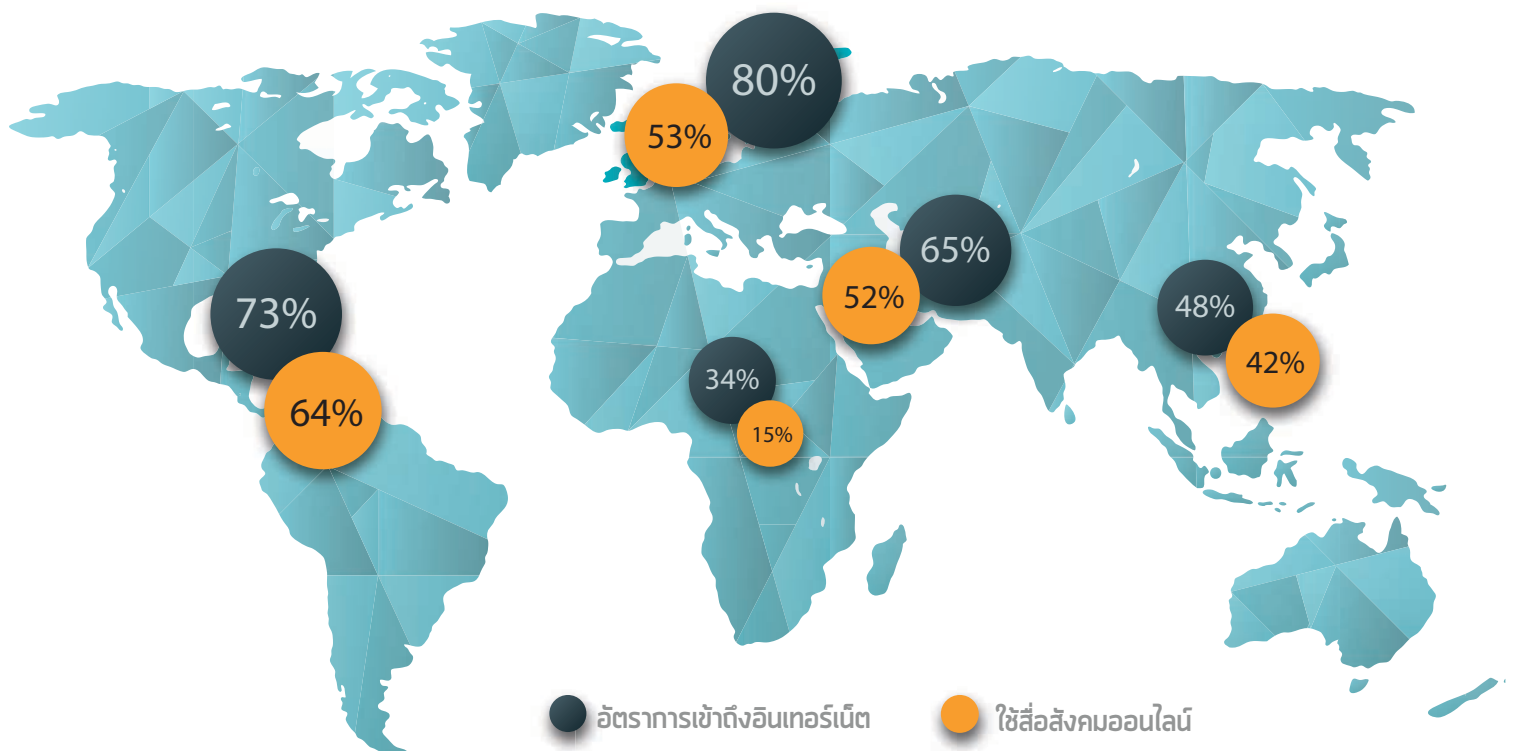
ในปี 2019 โลกมีประชากรประมาณ 7.5 พันล้านคน แม้จะมีประชากรเพิ่มขึ้นในทุกปี แต่ก็เพิ่มในอัตราที่ลดลง โดยเฉพาะในประเทศที่มีการพัฒนาในระดับสูง ประชากรโลกจำนวน 2 ใน 3 มีโทรศัพท์มือถือ ซึ่งกว่าครึ่งของจำนวนนี้เป็นสมาร์ตโฟน เท่ากับว่าคนค่อนข้างมียานพาหนะที่จะสามารถพาท่องโลกเสมือนบนฝ่ามือของตัวเองได้ ไม่ว่าจะอยู่ที่ใด จึงไม่น่าแปลกใจที่โลกเสมือนจะมีอัตราการเพิ่มของประชากรอย่างน่าตกใจ ในปีที่ผ่านมามีคนใช้อินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้นร้อยละ 53 ทั่วโลก และมีคนใช้สื่อสังคมออนไลน์

ทั่วโลกเพิ่มขึ้นร้อยละ 39 ในแต่ละวินาทีตลอดระยะเวลา 12 เดือนของปี 2017 จะมีคนใช้เพิ่มขึ้นอย่างน้อย 11 คน และเฉพาะสื่อสังคมออนไลน์มีคนใช้เพิ่มมากขึ้นกว่า 300 ล้านคน ไม่เพียงแต่จำนวนประชากรออนไลน์ในอินเทอร์เน็ตทั่วไป และในสื่อสังคมออนไลน์ที่เพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่องเท่านั้น เวลาที่ผู้คนท่องไปในโลกเสมือนใบนี้ก็มีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นอย่างไม่หยุดยั้งเช่นกัน ในรายงาน Global Digital Report 2018 คนใช้เวลาในโลกเสมือนเฉลี่ยไม่น้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน โลกเสมือนนี้มีความคับคั่งและคึกคักเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

โลกฝั่งตะวันตกซึ่งหลักๆ ประกอบด้วยอเมริกาเหนือ อเมริกาใต้ และยุโรป มีประชากรประมาณ 1 ใน 4 ของโลก มีอัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตค่อนข้างสูงเมื่อเทียบกับคนในทวีปอื่นๆ ร้อยละ 73 ของประชากรประมาณ 1 พันล้านคน ในอเมริกาเหนือและใต้เข้าถึงอินเทอร์เน็ต และใช้สื่อสังคมออนไลน์ราวร้อยละ 64 ส่วนในทวีปยุโรปซึ่งมีประชากรราว 840 ล้านคน มีอัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตร้อยละ 80 และใช้สื่อสังคมออนไลน์ประมาณร้อยละ 53 ขนาดของประชากรโลกเสมือนในฝั่งตะวันตกน้อยกว่าโลกจริงไปเพียงไม่เท่าไร

สิ่งที่น่าจับตามองคือแม้อัตราการเข้าถึงจะสูงมากแต่อัตราการขยายตัวของการเข้าถึงก็ยังไม่ได้อิ่มตัว

การเติบโตของประชากรโลกออนไลน์





ในปีที่ผ่านมาอเมริกาเหนือและใต้มีจำนวนคนที่เข้าถึงอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้นประมาณ 23 ล้านคน คิดเป็นอัตราเพิ่มร้อยละ 3 และมีคนใช้สื่อสังคมออนไลน์เพิ่มขึ้น 49 ล้านคน คิดเป็นอัตราเพิ่มร้อยละ 8 ส่วนในยุโรปมีคนเข้าอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้น 37 ล้านคน คิดเป็นอัตราเพิ่มร้อยละ 6 และคนใช้สื่อสังคมออนไลน์เพิ่มขึ้น 32 ล้านคน คิดเป็นอัตราเพิ่มร้อยละ 8

ตะวันออกกลางประกอบไปด้วย 22 ประเทศ มีประชากรประมาณ 250 ล้านคน แต่มีอัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตสูงมากถึงร้อยละ 65 ส่วนการใช้สื่อสังคมออนไลน์อยู่ที่ร้อยละ 52 แม้ทั้งจำนวนและอัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ต และการใช้จะยังสู้ทวีปอเมริกาและทวีปยุโรปไม่ได้ แต่มีรายงานว่าอัตราการเติบโตของการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตและการใช้สื่อสังคมของคนตะวันออกกลาง ในปีที่ผ่านมาสูงกว่าทวีปอเมริกาและยุโรปมาก การเข้าถึงอินเทอร์เน็ตของตะวันออกกลางเพิ่มขึ้น 17 ล้านคน คิดเป็นการเติบโตร้อยละ 11 ส่วนสื่อสังคมเติบโต 37 ล้านคน คิดเป็นการเติบโตถึงร้อยละ 39 ซึ่งเป็นอัตราการเติบโตสูงสุดเมื่อเทียบกับทุกภูมิภาค และนี่อาจเป็นภาพสรุปของคำตอบที่อยู่เบื้องหลังความสำเร็จของกลุ่ม Arab Spring ที่ประชากรตะวันออกกลางในโลกจริงและโลกเสมือนร่วมกันปฏิบัติการอย่างที่ว่า O2O (Online to Offline)

เกิดเป็นจุดสัมผัสของ 2 โลกที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญในตะวันออกกลาง

เอเชียแปซิฟิก เป็นภูมิภาคที่มีทั้งพื้นที่และประชากรมากที่สุดถึง 4 พันล้านคน แม้จะมีอัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตน้อยกว่าทั้งทวีปอเมริกา ยุโรป และตะวันออกกลาง คือประมาณร้อยละ 48 ของประชากร และมีการใช้สื่อสังคมร้อยละ 42 แต่เมื่อคิดเป็นจำนวนคนแล้วมีประชากรในโลกเสมือน และการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สูงกว่าในปีที่ผ่านมาเอเชียแปซิฟิกมีอัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้น 98 ล้านคน คิดเป็นการเพิ่มร้อยละ 5 ส่วนการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพิ่มขึ้น 224 ล้านคน คิดเป็นการเพิ่มร้อยละ 14 แม้อัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตและการใช้สื่อสังคมออนไลน์จะน้อยกว่าทวีปอเมริกาและยุโรป แต่ก็มีอัตราการเติบโตที่ค่อนข้างสูง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในส่วนของการใช้สื่อสังคมออนไลน์ สิ่งที่จะต้องระมัดระวังเกี่ยวกับการมองภาพรวมของภูมิภาคนี้ คือ การเป็นภูมิภาคที่มีความหลากหลายทั้งเผ่าพันธุ์ วัฒนธรรม ภาษา และระดับการพัฒนา ซึ่งส่วนใหญ่คนมักมองไปยังประเทศที่มีระดับการพัฒนา หรือมีอัตราการเติบโตทางเศรษฐกิจที่โดดเด่นเพียงไม่กี่ประเทศ ในขณะที่ประเทศโดยส่วนใหญ่ในเอเชียแปซิฟิกก็ยังยากจนและก้าวหน้าไม่มากนัก จากรายงานขององค์การศึกษาวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรม

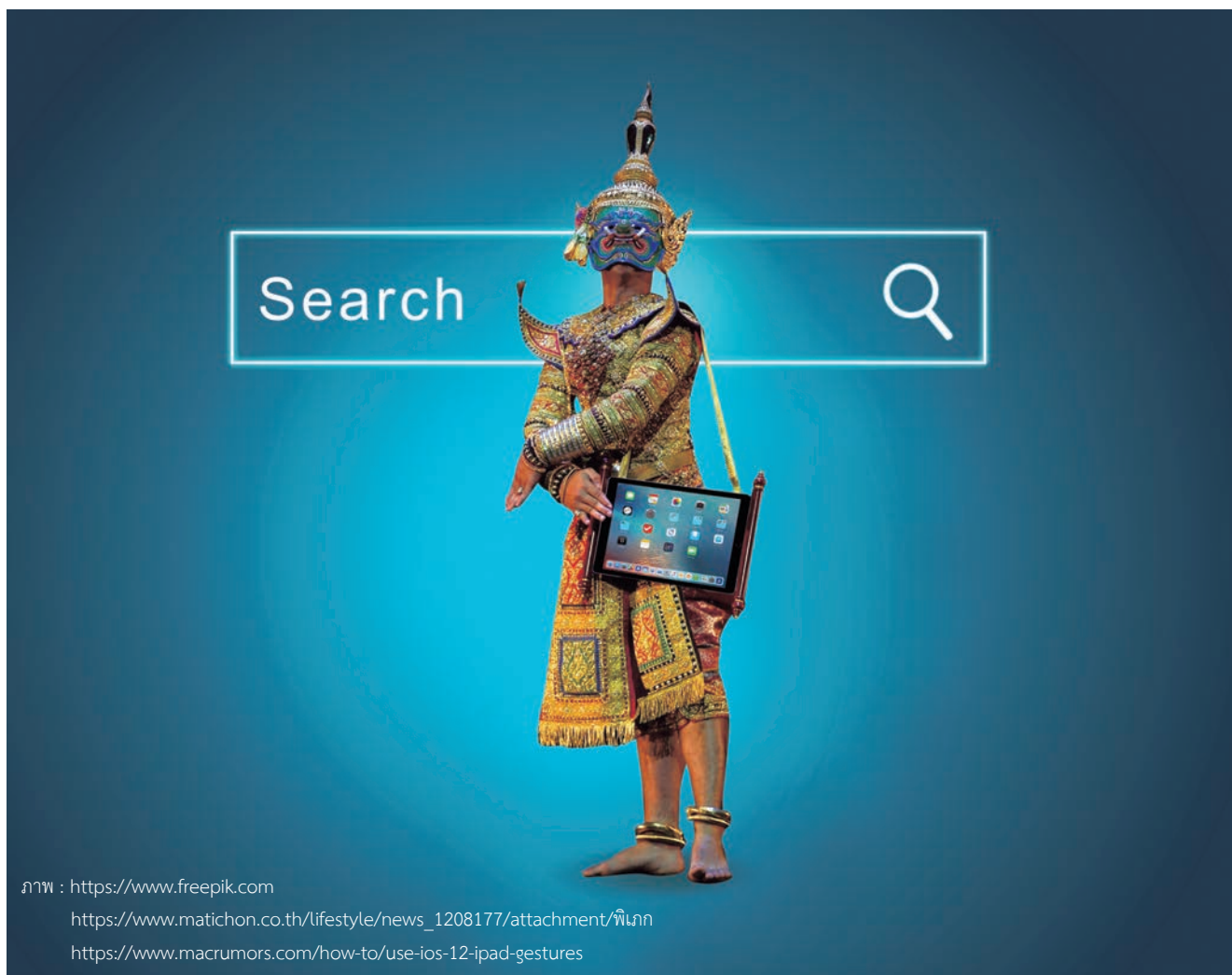
แห่งสหประชาชาติ (United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization: UNESCO) ในปี 2016 เกี่ยวกับการเติบโตและการใช้อินเทอร์เน็ตและสื่อสังคมออนไลน์ของภูมิภาคนี้พบว่า ยังมีระดับที่แตกต่างกันมาก อัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตมีตั้งแต่ระดับที่สูงเกินกว่าร้อยละ 90 ของประชากร เช่น ในญี่ปุ่น ร้อยละ 80 ในเกาหลีใต้ ออสเตรเลีย และสิงคโปร์ ระดับกลางๆ ประมาณร้อยละ 50 เช่น ในสาธารณรัฐประชาชนจีน และระดับน้อยที่เข้าถึงเพียงประมาณร้อยละ 10 หรือต่ำกว่า เช่น อัฟกานิสถาน เมียนมา และกัมพูชา ในรายงานดังกล่าวยังชี้ประเด็นปัญหาเรื่องความพร้อมของระบบโครงสร้างรองรับ ราคาของอินเทอร์เน็ต รวมทั้งมาตรฐานความปลอดภัย ความรุนแรง และการคุกคามในโลกไซเบอร์

ส่วนแอฟริกันนั้น ให้ภาพรวมที่แตกต่างไปจากเอเชีย แปซิฟิก และอื่นๆ ภูมิภาคนี้ยังคงค่อนข้างล้าหลังและทิ้งช่วงห่างในแง่ของพัฒนาการทางด้านอินเทอร์เน็ตและการใช้สื่อสังคมออนไลน์เมื่อเทียบกับทุกภูมิภาค จากประชากร 1.2 พันล้านคนของกว่า 50 ประเทศ มีอัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตเพียงร้อยละ 34 ใช้สื่อสังคมออนไลน์เพียงร้อยละ 15 อย่างไรก็ตาม

ในระยะเวลากว่า 10 ปีที่ผ่านมา รัฐบาลของประเทศต่างๆ มีความพยายามอย่างมากในการลงทุนในระบบโครงสร้างพื้นฐานด้านโทรคมนาคม ซึ่งรวมถึงการเชื่อมโยงเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ซึ่งเน้นการวางเคเบิลใต้น้ำเป็นสำคัญ เฉพาะในปี 2013 แอฟริกาลงทุนรวมเกี่ยวข้องกับเรื่องนี้ไปด้วยงบประมาณราวๆ 3.8 พันล้านเหรียญสหรัฐ ทั้งนี้เพื่อสร้างสะพานไซเบอร์เชื่อมแอฟริกากับภูมิภาคอื่นๆ และเพื่อไม่ให้แอฟริกาโดดเดี่ยวจากพื้นที่ในโลกเสมือน แม้จะมีความพยายามอย่างมากในการพัฒนาการเชื่อมโยงเครือข่ายอินเทอร์เน็ต แต่อุปสรรคสำคัญที่แอฟริกาเผชิญอยู่และยังหาทางออกไม่ได้คือการที่ยังมีอีก 16 ประเทศที่ไม่มีทางออกสู่ทะเล (Landlocked) ทำให้ไม่สามารถเชื่อมกับเคเบิลใต้น้ำได้ การเชื่อมกับเครือข่ายเคเบิลบนดินต้องอาศัยการผ่านพื้นที่ประเทศเพื่อนบ้านซึ่งยังคงมีกรณีพิพาทในหลายพื้นที่ ปัญหาเหล่านี้กระทบต่อทั้งราคาและคุณภาพของการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตรวมทั้งอัตราการใช้สื่อสังคมออนไลน์ แม้กระนั้นในปี 2018 ก็พบว่ามีคนเข้าถึงระบบอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้นจากปี 2017 ถึง 73 ล้านคน คิดเป็นอัตราเพิ่มร้อยละ 20 และมีคนใช้สื่อสังคมออนไลน์เพิ่มขึ้นกว่า 20 ล้านคน คิดเป็นอัตราเพิ่มร้อยละ 12

ภาพ : <https://www.freepik.com>





ประเทศไทยในโลกเสมือน

หากกล่าวถึงระดับความ “ตื่น” กับโลกเสมือนใบนี้แล้ว ประเทศไทยนับว่าติดอันดับต้นๆ ของโลกมาเป็นเวลา ยาวนานตั้งแต่ยุคที่ไม่มีโทรศัพท์มือถือหรือแท็บเล็ต การจะ เข้าโลกออนไลน์ต้องเข้าผ่านทางคอมพิวเตอร์ส่วนบุคคล ไม่ว่าจะเป็นแบบตั้งโต๊ะ หรือโน้ตบุ๊ก และยิ่งไปกว่านั้นคนส่วนใหญ่ ยังไม่มีคอมพิวเตอร์ส่วนตัว ต้องพึ่งพาคอมพิวเตอร์ของ ที่ทำงาน มหาวิทยาลัย โรงเรียน หรือร้านคอมพิวเตอร์ จนทำให้ร้านคอมพิวเตอร์ และ Internet Café เติบโตอย่าง รวดเร็วกว่าดอกเห็ด ในตอนนั้นการสนทนาออนไลน์ต้อง ทำผ่านคอมพิวเตอร์เท่านั้น โดยใช้โปรแกรม Chat ต่างๆ ส่วนสื่อสังคมออนไลน์แรกๆ ที่คนไทยนิยมยังเป็น Hi5 ในปี 2008 ฝ่ายการตลาดของ Hi5 รายงานว่าประเทศไทยมี สมาชิกมากเป็นอันดับที่ 12 ของโลก และมีอัตราการเติบโต เป็นอันดับ 3 ของโลก

มาจนถึงปี 2018 ผลการสำรวจของสำนักงานพัฒนา ธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (องค์การมหาชน) กระทรวง

ดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม รายงานว่าคนไทยใช้เวลาใน อินเทอร์เน็ตเฉลี่ย 10 ชั่วโมง 5 นาทีต่อวัน เพิ่มขึ้นจากปีก่อน 3 ชั่วโมง 41 นาที ซึ่งไม่ต่างจากผลการสำรวจของ We Are Social ซึ่งรายงานว่าการใช้เวลาค้นคว้าข้อมูลในโลก อินเทอร์เน็ตสูงที่สุดในโลก 9 ชั่วโมง 38 นาที เฉพาะการใช้สื่อสังคมออนไลน์ คนไทยใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง 10 นาทีต่อวัน และยิ่งไปกว่านั้น คนไทยชมสื่อบันเทิงต่างๆ ผ่าน อินเทอร์เน็ตประมาณ 4 ชั่วโมง 3 นาที จะว่าไปแล้ว เกือบ ครึ่งหนึ่งของชีวิตคนไทยในแต่ละวันต้องอยู่ในโลกเสมือน

ในแง่ของการแทรกซึมและการเข้าถึงของอินเทอร์เน็ต และสื่อสังคมออนไลน์ในประเทศไทย พบว่าประมาณร้อยละ 82 ของประชากรไทยเข้าถึงอินเทอร์เน็ต ซึ่งในปีนี้มี จำนวนเพิ่มขึ้นกว่าปีก่อน 11 ล้านคน คิดเป็นอัตราเพิ่ม ร้อยละ 24 และเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์ร้อยละ 74 ปีนี้มี จำนวนเพิ่มขึ้นกว่าปีก่อน 5 ล้านคน คิดเป็นอัตราเพิ่ม ร้อยละ 11 นอกจากนี้ร้อยละ 80 ของคนไทยมีเครื่องมือ



ภาพ : <https://www.pexels.com>

สื่อสารเคลื่อนที่ ไม่ว่าจะเป็นโทรศัพท์มือถือ หรือแท็บเล็ต ร้อยละ 90 รายงานว่าใช้อินเทอร์เน็ตทุกวัน ร้อยละ 8 เข้าสัปดาห์ละครั้ง ร้อยละ 74 ใช้อินเทอร์เน็ตผ่านสมาร์ทโฟน และร้อยละ 98 ของคนที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไปมีสมาร์ทโฟนใช้ ซึ่งอันที่จริงแล้วในปัจจุบันเด็กที่อายุต่ำกว่า 18 ปี ก็มีสมาร์ทโฟนใช้แล้วเป็นจำนวนมาก

หากเจาะลึกลงไปในพฤติกรรมในโลกเสมือนของคนไทย โดยดูจากเว็บหรือแอปพลิเคชันที่มีปริมาณการเข้าใช้คับคั่ง จะพบว่า กิจกรรมสำคัญของการใช้อินเทอร์เน็ตเป็นไปเพื่อการค้นหาข้อมูลผ่าน Google ทำให้ปริมาณการเข้า Google สูงที่สุดเมื่อเทียบกับเว็บอื่นๆ เฉลี่ยแล้วคนไทยใช้เวลาใน Google ประมาณ 9 นาทีต่อครั้ง ในแต่ละครั้งเปิดเข้าไปประมาณ 7-8 หน้า รองลงมาจาก Google คือ Facebook ซึ่งเป็นสื่อสังคมออนไลน์เพื่อการติดต่อกับเพื่อน ในแต่ละครั้งที่เข้า Facebook จะใช้เวลาเฉลี่ยประมาณ 12 นาที และเปิดเข้าไปประมาณ 12 หน้า รองจาก Facebook คือ Youtube ซึ่งเป็นสื่อสังคมออนไลน์ประเภท TV และ VDO ส่วนใหญ่เป็นไปเพื่อความบันเทิง แม้ปริมาณการเข้าจะน้อยครั้งกว่า แต่คนไทยจะใช้เวลาใน Youtube นานที่สุดคือประมาณ 24 นาที และเปิดไปประมาณ 10 หน้า

นอกจากการใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อการค้นข้อมูล (Google) ติดต่อกับเพื่อน (Facebook) ดู TV และ VDO (Youtube) แล้ว คนไทยยังใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อการสนทนาด้วยการพิมพ์ข้อความแบบตอบโต้ทันที (Instant messaging) ทดแทนการโทรศัพท์มากขึ้น โดยโปรแกรม Line เป็นสื่อสังคมออนไลน์

ประเภทการสนทนาที่นิยมที่สุด รวมทั้งการใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อการอ่านและติดตามความคิดเห็นในประเด็นต่างๆ และแสดงความคิดเห็นของตนเอง เช่น การเข้าไปอ่านและเขียนแสดงความคิดเห็น (Comment) ในเว็บไซต์ Pantip.com และ Sanook.com รวมทั้งการใช้ Twitter และที่น่าจับตามองมากในขณะนี้คือการซื้อสินค้าออนไลน์ ซึ่งมีหลายเว็บไซต์แต่ที่ติดอันดับคนใช้มากที่สุดในปัจจุบันคือ Lazada.co.th

อินเทอร์เน็ต และสื่อสังคมออนไลน์ เข้ามามีบทบาทในชีวิตคนไทยแทบทุกมิติ ไม่ว่าจะเป็นความบันเทิงและบันเทิงนาการด้วยการอ่าน การดู และการฟังเนื้อหาสาระประเภทต่างๆ ในการทำงานที่มีการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อการติดต่อสื่อสารกับผู้ร่วมงานมากขึ้น การติดตามความก้าวหน้าของงาน การรายงานปัญหาอุปสรรค การขอความคิดเห็น การสั่งและส่งงาน และในการรักษาความสัมพันธ์ส่วนบุคคลทั้งที่เป็นเพื่อน และครอบครัว จนกระทั่งการจับจ่ายใช้สอยผ่านอินเทอร์เน็ตและสื่อสังคมออนไลน์ที่มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นทุกวัน

การเติบโตอย่างรวดเร็วของใช้สื่อสังคมออนไลน์นี้ ส่วนหนึ่งสะท้อนให้เห็นปรากฏการณ์ที่ผู้คนต้องการการเชื่อมโยงและรับรู้ข่าวสารอยู่ตลอดเวลา กลัวการ “เอาท์” (Out) คือ การตกข่าว หรือไม่ทันเหตุการณ์ อย่างที่เรียกว่า Fear of Missing Out (FOMO) รวมทั้งต้องการแสดงความรู้สึกในเรื่องต่างๆ ที่เกิดขึ้น หรือส่งต่อข้อมูลที่ตนเองรับทราบมาเพื่อให้ใครๆ เห็นว่าตนเองรู้ก่อน จนขาดการตรวจสอบข้อมูลอย่างรอบคอบ

สองคมต่อสภาวะ ของสื่อสังคมออนไลน์

ดาบสองคม เหยี่ยสองด้าน และคุณอนันต์โทษมหันต์ เห็นจะไม่ผิดไปจากสิ่งที่คนในสังคมกำลังเผชิญกับสื่อสังคมออนไลน์ที่เติบโตอย่างรวดเร็วในทุกพื้นที่ของโลกปัจจุบัน และดูท่าทีแล้วสื่อสังคมออนไลน์แนบชิดกับชีวิตและพฤติกรรมของคนในสังคมไทยด้วยสถิติที่ไม่น้อยหน้าชาติใดในโลก

ความคลั่งไคล้สื่อสังคมออนไลน์ที่แพร่กระจายอย่างรวดเร็วนี้ สร้างข้อกังขาเกี่ยวกับความปลอดภัยของสังคมไทยในพื้นที่เสมือนนับตั้งแต่ยุคเริ่มต้นที่สื่อสังคมออนไลน์สัมผัสกับคนไทย จนกระทั่งเข้าขั้นรุกราล้ำทั้งพื้นที่ส่วนรวมและส่วนตัวของคนไทย แต่ก็ไม่มีใครกล้าประณามว่าสื่อสังคมออนไลน์ชั่วร้ายไปเสียทั้งหมดจนต้องกำจัดไปจากสังคม เพราะจริงๆ แล้วมีคนและกิจกรรมในสังคมอีกไม่น้อยที่ต้องพึ่งพาพื้นที่ในสื่อสังคมออนไลน์ และมีชีวิตของอีกหลายคนอาจพังครืนลงไปหากสื่อสังคมออนไลน์หายไปจากโลก

การจระไนให้เห็นชัดเจนว่าพื้นที่ในสื่อสังคมออนไลน์มีมุมสว่างมมมืดอย่างไรในสังคมไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อสภาวะของคนไทย ไม่ว่าจะเป็นทางกาย จิต ปัญญา หรือสังคม จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะนำไปสู่ข้อเตือนใจ และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับแนวปฏิบัติเพื่อลดด้านมืด และเพิ่มด้านสว่างของโลกเสมือนในสังคมไทย

ปัญญา และอริชชา ที่มากับโซเซียลมีเดีย

การใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นการไต่ระดับที่จุดสูงสุด และล่าสุด ของโลกยุคข้อมูลข่าวสารในปัจจุบัน แม้จะไม่อาจสรุปได้ชัดเจนว่าโลกยุคข้อมูลข่าวสารจะยกระดับของพัฒนาการไปถึงจุดไหน แต่เพียงแค่จุดล่าสุดนี้สังคมก็เปลี่ยนแปลงไปจนหลายคนปรับตัวเพื่อรับมือไม่ทัน

ในมิติของข้อมูลนั้น เมื่อแรกเริ่ม อินเทอร์เน็ตได้ทำลายเงื่อนไขข้อมูลที่เคยกีดกัน และสงวนเก็บไว้ให้กับคนบางกลุ่มเท่านั้น ในขณะที่คนอีกจำนวนมากไม่สามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ เกิดเป็นความเหลื่อมล้ำของข้อมูลข่าวสารซึ่งนำไปสู่ความเหลื่อมล้ำของโอกาสที่ได้รับ และความเหลื่อมล้ำทางสถานภาพในสังคม ในประเด็นนี้ สื่อสังคมออนไลน์ได้แสดงบทบาทในการเป็นตัวเร่งการทลายของเขื่อนกักเก็บข้อมูลนั้น และยังทำให้มวลข้อมูลขนาดมหึมาหลั่งไหลเข้าสู่ผู้คนทั่วโลก ปราศจากพรมแดนทางภูมิศาสตร์



ภาพ : <http://csslord.blogspot.com/2017/08/computer-knowledge-quiz-internet-set-3.html>

และภูมิรัฐศาสตร์ใดๆ ขวางกั้น และยังเมื่อสื่อสังคมออนไลน์เข้าไปอยู่ในโทรศัพท์มือถือ ก็ยังทำให้ข้อมูลทะลักเข้าสู่ผู้คนได้อย่างรวดเร็ว และผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ในปัจจุบัน ไม่ได้อยู่ในฐานะผู้รับข้อมูลเท่านั้น แต่ยังเกิดปรากฏการณ์ที่ใครๆ ก็สามารถสร้างข้อมูล (User-generated content) และเชื่อมต่อกันได้อย่างอิสระ เรียกโดยทั่วไปว่า “เว็บ 2.0” (Web 2.0) เกิดเป็นข้อมูลที่สร้างโดยภาคประชาชนอย่างไม่เคยมีมาก่อน ชาวเน็ต (Netizen) ได้มีโอกาสแสดงบทบาทการเป็นนักเขียนประชาชน นักสืบประชาชน นักวิชาการประชาชน นักเคลื่อนไหวประชาชน ฯลฯ ที่ทรงพลังยิ่ง เพราะสามารถทำได้ง่าย ทำได้เร็ว และทำได้ด้วยต้นทุนที่ต่ำ หลายคนลงมือลงแรงค้นคว้าข้อมูล วิเคราะห์และเขียนบทสรุป สร้างผลงานทางความคิดชิ้นใหม่ๆ มากมาย และสามารถสร้างรายได้อย่างงาม โลกสื่อสังคมออนไลน์พานักคิดเหล่านี้เข้าถึงกลุ่มลูกค้าทั่วโลก ส่งสินค้าถึงมืออย่างง่ายดาย ปิดการขายด้วยการโอนเงินผ่านระบบดิจิทัลในพริบตา เราได้เห็นศิลปินหน้าใหม่ที่สร้างผลงานในอพาร์ทเมนต์เล็กๆ ของตัวเองแล้วเผยแพร่ผ่านสื่อสังคมออนไลน์จนโด่งดังโดยไม่ต้องจ้องคนกลางหรือบริษัทนายหน้า มีหน้าเข้าบริษัทนายหน้าทั้งหลายกลายเป็นฝ่ายที่วิ่งเข้าหาเมื่อพบว่าศิลปินเหล่านั้นโด่งดัง

ในช่วงสามคืน ยืนยันด้วยยอดวิวขนาดหลาย K (1 K = การเข้าชม 1 พันครั้ง) หรือหลาย M (1 M = การเข้าชม 1 ล้านครั้ง) การแจ้งเกิดของศิลปินออนไลน์หน้าใหม่เหล่านี้ไม่ได้จำกัดเพียงแต่กลุ่มวัยรุ่นที่มีความคล่องแคล่วในการใช้สื่อสังคมออนไลน์เท่านั้น แต่ยังเปิดช่องทางให้ผู้สูงวัยได้ส่งเสียงและแสดงตัวตนไม่ให้เกิดหลงลืมไปกับกาลเวลา มีผู้สูงอายุไม่น้อยที่หัวใจกระชุ่มกระชวย มีกำลังใจลุกขึ้นมาทำสิ่งต่างๆ เพื่อเผยแพร่ในสื่อสังคมออนไลน์ นอกจากนี้ยังมีคนอีกมากมายที่ลงมือคิด และสร้างสิ่งต่างๆ เพื่อเผยแพร่ในสื่อสังคมออนไลน์ เพียงเพราะความเต็มใจในการค้นและการคิดโดยไม่มีแรงจูงใจทางการเงิน มีแต่ความสุขสบายใจกับการได้ทำสิ่งที่ตัวเองชอบ การที่ได้เผยแพร่ และการได้เห็นยอดวิว ยอดไลค์ คอมเมนต์ และแชร์ แฟนคลับที่ติดตามเป็นประจำจะได้รับการแจ้งเตือนเมื่อมีข้อมูลหรือผลงานใหม่ๆ ออกมา



ภาพ : <https://www.youtube.com/watch?v=uBErfuW3a2g>

ปัจจุบันมีนักเขียนในสื่อสังคมออนไลน์ประเภทบล็อกเกอร์ ที่ตั้งใจค้นคว้า และผลิตข้อมูลเพื่อเผยแพร่จำนวนมาก ครอบคลุมแทบทุกประเด็น ไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพ ด้านการลงทุน รวมไปถึงประเด็นปฏิกิริยาทั้งหลายตั้งแต่ การทำอาหาร การปลูกต้นไม้ การดูแลรักษาโรค ไปจนถึงการดูแลสุขภาพสัตว์เลี้ยง พูดได้อย่างเต็มปากว่าไม่ว่าใครอยากได้ความรู้ หรือความเห็นเรื่องอะไร โลกอินเทอร์เน็ตและสื่อสังคมออนไลน์ก็สามารถสรรหามาให้ได้อย่างจุใจ และข้อมูลที่เป็นความรู้เหล่านี้ก็มีส่วนทำให้สื่อสังคมออนไลน์เป็นส่วนสำคัญในการสนับสนุน “สังคมอุดมปัญญา” และกลายเป็นแหล่งรวบรวมข้อมูลขนาดใหญ่ในอุปกรณ์เล็กๆ ที่อยู่ในฝ่ามือของทุกคน



ภาพจาก <https://www.facebook.com/RayRaiRaiwan/>

อย่างไรก็ตาม การผลิตและการเผยแพร่ข้อมูลที่แสนง่ายดายในโลกสื่อสังคมออนไลน์ที่พร้อมจะเข้าถึงมือและเข้าถึงความคิดของผู้คน อาจแฝงไปด้วยข้อมูลด้อยคุณภาพ การคิดวิเคราะห์ที่ขาดหลักการที่น่าเชื่อถือ รวมไปถึงอคติ และความเข้าใจผิดต่างๆ ของผู้สร้างข้อมูลเอง เรื่องราวและข้อมูลเหล่านี้แพร่กระจายไปตามสื่อสังคมออนไลน์ประเภทต่างๆ โดยอาศัยการแชร์ข้อมูลของคนในโลกสื่อสังคมออนไลน์เอง ซึ่งการแข่งขันแชร์ข้อมูลต่างๆ ได้กลายเป็นปรากฏการณ์อีกอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นขึ้นมาในโลกยุคสื่อสังคมออนไลน์ การแชร์ข้อมูลเป็นลูกโซ่นี้แม้จะไม่เหมือนแชร์ลูกโซ่เสียทีเดียวแต่มีลักษณะคล้ายกันอยู่ไม่น้อย โดยเฉพาะในแง่ที่

เกี่ยวกับการบอกถึงผลประโยชน์บางอย่างให้กับคนที่อยู่ในวงใกล้ชิด และบอกต่อกันไปจนเป็นวงกว้าง กลายเป็นกลุ่มคนจำนวนมากที่ได้รับความรู้ข้อมูลผิดๆ และส่งต่อข้อมูลผิดๆ นอกจากนี้ ความตื่นตัวในการเป็นคนแรกที่ได้แชร์ข้อมูลที่น่าสนใจ น่าตกใจ น่าประทับใจในระดับสุดขีด (Extreme) ให้กับคนที่รู้จักก่อนใครๆ ก็กลายเป็นพฤติกรรมออนไลน์ที่ควรต้องระมัดระวังอีกอย่างหนึ่ง ในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมาได้มีการแชร์ข้อมูลผิดๆ ในลักษณะเช่นนี้นับครั้งไม่ถ้วน และอาจพูดได้ว่าสังคมไทยมีความ “ตื่นตูมออนไลน์” อยู่ไม่น้อย

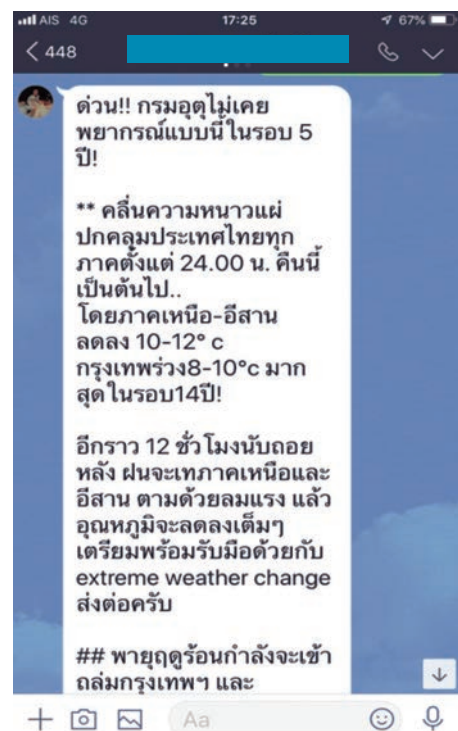
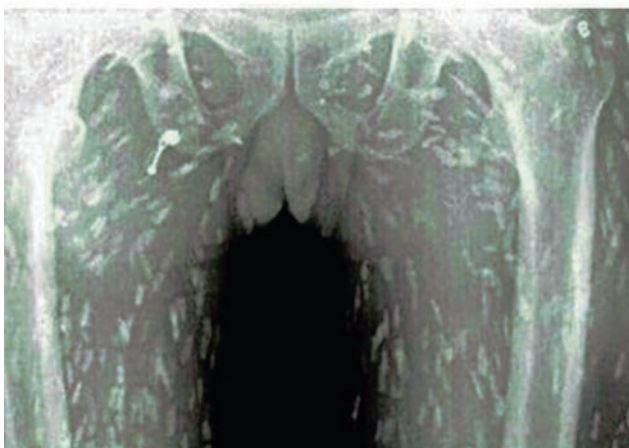
นอกจากนี้ ยังมีข้อมูลอีกไม่น้อยที่มีจรรยาบรรณสร้างขึ้นเพื่อฉ้อฉลในโลกออนไลน์ ทำให้โซเชียลมีเดียกลายเป็นแหล่งทำมาหากินของนักหลอกลวงตมต้นที่ล่อลวงผู้คนในสื่อสังคมออนไลน์ได้รายวัน ดังเช่นกรณีของ “นัทอินไว” ชายหนุ่มวัย 31 ปี ที่ถูกสาวรุ่นใหญ่ใช้รูปปลอมหลอกให้โอนเงินไปร่วมแสนบาท และกรณีของ “ฟาง สาวสายเปย์” ซึ่งตกเป็นเหยื่อสาวทอมที่หลอกให้หลงในจังหวัดที่น้องฟางอ่อนไหว ในช่วงอกหัก หลงให้โอนเงินเกือบสามแสนบาทภายใน 1 เดือน ทั้งสองกรณีเป็นกลลวงง่ายๆ ไม่ต่างอะไรจากพ่อค้าเร่ที่โชว์งูเหลือม งูจาง และแสดงการตัดคออับดุล ก่อนหลอกขายยาและวัตถุมงคลตามตลาดสดในอดีตเมื่อสี่สิบห้าสิบปีก่อน ความเขลาในสังคมยุคข้อมูลข่าวสารท่วม เกิดขึ้นได้อย่าง

ง่ายดายและเกิดความเสียหายขนาดใหญ่ได้ในสื่อสังคมออนไลน์ และยิ่งเทคโนโลยีพัฒนาเร็วขึ้นเท่าใด การฉ้อฉลก็ยิ่งมีความซับซ้อนมากขึ้น และก็ดูเหมือนว่าการตกเป็นเหยื่อก็ยิ่งง่ายขึ้นกว่าเดิม ราวกับพัฒนาการด้านการเรียนรู้และข้อมูลต่างๆ ไม่ได้ช่วยคนให้พ้นจากอวิชชาเลย เทคโนโลยีพลิกผันที่ทำให้ธุรกรรมทางธนาคารเป็นไปอย่างง่ายดายด้วย Mobile banking application ทำให้คนขายของออนไลน์จำนวนไม่น้อยถูกหลอกให้เชื่อมโยงธนาคารของตัวเองกับกระเป๋าเงินออนไลน์ (e-Wallet) ของคนร้าย ก่อนจะแอบโอนเงินออกจากบัญชีไปหมดเกลี้ยงในพริบตา เป็นอุทาหรณ์สำหรับการกด “ยอมรับ” (OK) และ “ดำเนินการต่อไป” (Next) โดยไม่อ่านคำอธิบายและคำเตือนที่แสนยืดเยื้อ

โซเชียลมีเดียในยุคที่ข้อมูลข่าวสารขนาดมหึมาจากทั่วโลกอยู่ในมือของผู้คน และสามารถสืบค้น เรียกใช้ได้ตลอดเวลา ครอบงำการเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตไม่ว่าจะเป็นแบบมีสายหรือแบบไร้สาย ทำให้ข้อมูลอยู่ใกล้กับมนุษย์มากที่สุด ในประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติ ในขณะที่ข้อมูลมหาศาลเหล่านี้สามารถสร้างปัญญาให้กับคนได้อย่างชนิดที่การศึกษาในโรงเรียนหรือมหาวิทยาลัยอาจไม่จำเป็นอีกต่อไป แต่ในหลายแง่มุมก็สามารถมอมเมาคนให้หลงใหล หลงผิด และถูกล่อลวงได้ไม่น้อยไปกว่ากัน

ภาพข้อมูลที่เท็จที่ส่งต่อในกลุ่มไลน์ทำให้คนหลงเชื่อและตระหนก

ชายชาวจีนผู้รักการกินซูชิรายหนึ่งมาพบแพทย์ หลังจากมีอาการปวดท้องและคลื่นไส้ไปทั่วผิวหนัง และก็ต้องผะ เมื่อภาพเอกซเรย์ที่ออกมาร่างกายของเขาเต็มไปด้วยพยาธิตัวโต เป็นผลมาจากการกินซาซิมิมากเกินไป



สุขภาพกาย กับการใช้โซเชียลมีเดีย

ต้องยอมรับว่า การหันมาดูแลสุขภาพจนกลายเป็นกระแสโลกในปัจจุบัน ส่วนหนึ่งได้รับแรงสนับสนุนจากสื่อสังคมออนไลน์ด้วยการเป็นพื้นที่สาธารณะที่ให้ข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาหารการกิน การออกกำลังกาย การพักผ่อน และการปฏิบัติตัวต่างๆ เพื่อการมีสุขภาพที่ดี ส่งไปยังผู้คนได้อย่างกว้างขวาง และข้อมูลเหล่านี้ก็เป็นข้อมูลที่คนที่สื่อสังคมออนไลน์ชอบที่จะส่งไปยังคนที่ตนเองสนิทสนม รักใคร่ เป็นการแสดงออกทางหนึ่งของความรัก ความห่วงใย ในยุคที่ผู้คนแยกย้ายอยู่ห่างไกลกัน และใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นช่องทางในการรักษาความผูกพันระหว่างกันไว้

นอกจากข้อมูลที่เป็นประโยชน์ทางสุขภาพซึ่งได้กล่าวไปข้างแล้ว สื่อสังคมออนไลน์ยังได้สร้างโปรแกรมสำเร็จรูปหรือแอปพลิเคชัน ที่เป็นประโยชน์ต่อการดูแลสุขภาพต่างๆ ซึ่งมีความสะดวกต่อการเรียกใช้เพราะส่วนใหญ่จะอยู่ในโทรศัพท์มือถือ หรืออาจอยู่ในอุปกรณ์พกพาที่มีพิเศษที่เป็นทั้งนาฬิกาบอกเวลา และมีเครื่องมือตรวจวัดกิจกรรมทางกาย เช่น จำนวนก้าวที่เดินในแต่ละวัน จำนวนชั่วโมงในการนอนหลับ การแนะนำท่าออกกำลังกาย ตลอดจนสัญญาณชีพบางอย่าง เช่น จังหวะการเต้นของหัวใจ ชีพจร และ ความดันโลหิต (เช่น แอปพลิเคชัน Cardiograph, Nike+ Running, และ Fitstar Personal Trainer) การให้ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วยต่างๆ (เช่น iTraig) ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะส่งเชื่อมกับแอปพลิเคชันเพื่อประมวลผลข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับสุขภาพ และสามารถส่งข้อความเตือน (Notification) ไปที่ตัวเอง คนใกล้ชิด หรือแม้กระทั่งแพทย์ประจำตัวได้ นอกจากนี้ยังมีแอปพลิเคชันที่แนะนำอาหารเพื่อการควบคุมแคลอรี (เช่น Calorie Counter by FatSecret) การลดน้ำหนัก (เช่น Diet Point Weight Loss) และแม้กระทั่งการเลิกบุหรี่ (เช่น Quit now และ Quit smoking slowly) จนการใช้แอปพลิเคชันเหล่านี้ได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตในยุคปัจจุบัน

อย่างไรก็ตาม มีผลการวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่กล่าวถึงการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์หรือ โซเชียลซินโดรม (Social syndrome) ที่มีผลต่อสุขภาพทางกายในลักษณะที่ไม่แตกต่างจากออฟฟิศซินโดรม (Office syndrome) ซึ่งเป็นอาการที่เกิดจากการนั่งทำงานหน้าคอมพิวเตอร์เป็นเวลานานๆ ทั้งนี้เพราะการเสพติดการใช้สื่อสังคมออนไลน์ทำให้ผู้ใช้ลดการเคลื่อนไหวทางกาย เกิดพฤติกรรมเนือยนิ่ง



ภาพ : <https://macropinch.com/cardiograph>
<https://www.wired.com/2017/11/review-iphone-x>

(Sedentary behaviors) และจดยังมองที่หน้าจอโทรศัพท์มือถือ หรือแท็บเล็ต รวมทั้งจอคอมพิวเตอร์ ในลักษณะเดียวกัน การก้มหน้าพิมพ์และอ่านข้อความต่อเนื่องเป็นเวลานานจนปวดหลัง ปวดต้นคอ และปวดศรีษะ การไม่ได้ออกกำลังกายอย่างถูกต้องและเหมาะสมโดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและวัยรุ่นเมื่อติดเกมออนไลน์ การใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างต่อเนื่องจนนอนไม่พอ จากการศึกษาของคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัย Pittsburgh พบความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เวลาในสื่อสังคมออนไลน์ที่มีผลกระทบเชิงลบต่อร่างกายจนมีความเสี่ยงต่อสุขภาพ การรับประทานอาหารไม่เป็นเวลา การนอนไม่หลับหรือนอนดึกเกินไป

นอกจากนี้ความสามารถของสื่อสังคมออนไลน์ในการดึงดูดความสนใจของผู้ใช้ให้อยู่หน้าจอได้เป็นเวลานานๆ ยังทำให้พ่อแม่จำนวนมากใช้สื่อสังคมออนไลน์ประเภทต่างๆ เพื่อดึงดูดความสนใจของเด็กเล็กๆ ให้อยู่นิ่งๆ ไม่วิ่งเล่นชน ทำให้พ่อแม่มีเวลาทำกิจกรรมอย่างอื่นซึ่งได้ผลเป็นอย่างดี แต่ผลเสียที่จะเกิดแก่สุขภาพกาย สุขภาพจิต และการเรียนรู้ของเด็กเป็นสิ่งที่น่าเป็นห่วงในอนาคต



จิตและสังคม สุขและความเสื่อม จากสื่อสังคมออนไลน์

หากจะมีสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่สามารถนำพาความรู้สึกนึกคิดของผู้คนให้มาพบปะกันได้อย่างกว้างขวางและรวดเร็วที่สุดรับรองได้ว่าไม่มีสิ่งใดที่จะทำได้เสมอเหมือนสื่อสังคมออนไลน์ในยุคปัจจุบัน และความกว้างขวางที่ว่าเป็นความกว้างขวางที่ครอบคลุมแทบทุกมุมโลก และความรวดเร็วที่ว่านี้ก็เป็นความรวดเร็วในชั่วเสี้ยววินาที ด้วยเหตุนี้โซเชียลมีเดียจึงเป็นเหมือนพื้นที่ที่เป็นชุมทางของความคิดของคนจากคนละที่ละทางที่บ้างก็มาปะทะ บ้างก็มาประนีประนอม บ้างก็มาผสมกลมกลืน เกิดเป็นเครือข่ายสังคมขนาดใหญ่ที่แต่ละจุดความคิดเชื่อมต่อถึงกันโดยตรงบ้าง โดยอ้อมบ้าง ซึ่งในแง่จิตและความรู้สึกนึกคิดจึงมีความเชื่อมโยงผูกพันกับสังคมอย่างแยกกันไม่ออก

หากสืบค้นเอกสารและข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับผลกระทบของโซเชียลมีเดีย ก็จะได้เห็นว่าประเด็นที่ได้รับความสนใจมากที่สุดทั้งในแง่บวกและแง่ลบ คือผลกระทบต่ออารมณ์จิตใจ และสัมพันธภาพกับสังคม อันหมายถึงทั้งผู้คนที่อยู่รอบข้างและผู้คนที่อยู่ในพื้นที่สื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งไม่น่าแปลกใจแต่อย่างใดเพราะความตั้งใจแต่แรกเริ่มของการสร้างสื่อสังคม

ออนไลน์ก็เพื่อเพิ่มพื้นที่และช่องทางให้คนทั้งที่รู้จักกันและไม่รู้จักกันได้พูดคุยและเชื่อมโยงกัน และด้วยคุณสมบัติของการเชื่อมโยงความรู้สึกนึกคิดของคนในสังคมเสมือนนี้เองที่ทำให้โซเชียลมีเดียมีผลต่อสภาวะทางจิต และสภาวะทางสังคม

สื่อสังคมออนไลน์มีบทบาทอย่างมากในการช่วยให้คนที่ไม่ได้พบปะกันมานาน ไม่ว่าจะเป็นญาติพี่น้อง เพื่อนเก่าสมัยเรียนชั้นอนุบาล ประถม มัธยม มหาวิทยาลัย ที่ทำงานเก่า หรือแม้แต่คนที่เคยพบกันโดยบังเอิญนานมาแล้วและไม่คิดว่าจะได้พบกันอีก แต่ปัญญาประดิษฐ์ (Artificial intelligence) และกลไกทางเทคโนโลยีสารสนเทศอันชาญฉลาดของสื่อสังคมออนไลน์ก็พาให้คนเหล่านี้ได้กลับมาพบและพูดคุยกันอีกครั้ง หากพูดเป็นสำนวนไทยว่า “โลกกลม” หรือ สำนวนอังกฤษ “โลกเล็ก” ก็ต้องบอกว่า สื่อสังคมออนไลน์ใช้ปัญญาประดิษฐ์นี้ทำให้โลกกลมขึ้นและเล็กลง และพาใครต่อใครมาพบปะกันอย่างน่าอัศจรรย์

และแม้แต่คนที่เห็นหน้าพบปะพูดคุยกันทุกวัน เช่น คนในครอบครัวหรือเพื่อนร่วมงาน ก็ยังมีความจำเป็นที่ต้องมาเชื่อมต่อกันในพื้นที่โซเชียล เพราะความสามารถของสื่อสังคมออนไลน์ไม่ได้หยุดเพียงแค่การเชื่อมต่อ

ในโลกเสมือนเท่านั้น แต่ยังสามารถติดตามความเคลื่อนไหว การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ ความคิด ความรู้สึกของกันและกันได้ โดยการอ่านข้อความ การดูภาพ และสัญลักษณ์ต่างๆ ที่แสดงความในใจของคนที่ตนเองรู้จัก รวมถึงคนที่ตนเองอยากรู้จักและอยากรู้อะไรของเขาได้ สื่อสังคมออนไลน์จึงเป็น สื่อสารมวลชนที่ผลิตข่าวคราวความเคลื่อนไหวของปวงชน คนสามัญทั่วไป ไม่ใช่สื่อสารมวลชนแบบในอดีตที่รายงาน เฉพาะความเคลื่อนไหวของบุคคลสำคัญที่อยู่ในความสนใจ ของสาธารณชนเท่านั้น จากนั้นไปใครๆ ก็สามารถเป็นบุคคล สาธารณะได้ นอกจากนี้หน้าที่ของสื่อสังคมออนไลน์ก็ไม่ใช่ แค่การเผยแพร่ข่าวสาร แต่ยังเผยแพร่ตัวตนของแต่ละคน ให้ผู้อื่นได้รับรู้ (Identity presentation) ไม่ว่าจะโดยตั้งใจ หรือไม่ตั้งใจก็ตาม แต่การเผยแพร่ (หรือการโพสต์) เป็นการ บอกในสิ่งที่อยากบอกไม่ว่าจะเป็นความรู้สึกกลางๆ อันเป็น ปกติธรรมดา ความรู้สึกที่เป็นสุข ความรู้สึกที่เป็นทุกข์ ความโกรธ ความน้อยใจ การรายงานความเคลื่อนไหวและ ความรู้สึกเหล่านี้ตามมาด้วยความคาดหวังที่จะต้องรับการ ตอบสนองบางอย่าง ซึ่งสื่อสังคมออนไลน์ในฐานะสื่อสองทาง (Two-way communication) ทำให้สามารถตอบโต้ กันได้ด้วยวิธีที่หลากหลาย และช่วยให้ความรู้สึกและความ เคลื่อนไหวเหล่านั้นได้รับการตอบสนอง ไม่ว่าจะด้วยการ ทำให้คนที่โพสต์รู้ว่าได้รับรู้แล้ว หรือการให้ความเห็นต่างๆ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เองได้กลายเป็น “การเกื้อหนุนทางจิตใจ” (Mental support) ที่มีอิทธิพลต่อจิตใจของคนในสื่อสังคม ออนไลน์เป็นอย่างมาก และการแสดงการเกื้อหนุนทางจิตใจ ในพื้นที่สื่อสังคมออนไลน์นี้ก็อาจได้แสดงออกในพื้นที่จริงด้วย เหมือนที่เราได้เห็นคนพูดถึงการเคลื่อนไหวและการโพสต์ ต่างๆ ของกันและกันเมื่อต่างฝ่ายต่างมาพบปะกันในพื้นที่จริง ตามโอกาสต่างๆ โลกจริงและโลกเสมือนของสื่อสังคม ออนไลน์วิ่งสลับกันไปมาอยู่ตลอดเวลา และการเกื้อหนุนทาง จิตใจก็อาจตามมาด้วยการสนับสนุนทางอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็น ความช่วยเหลือด้านข้อมูล เงินทอง ทรัพยากร หรือแม้แต่ แนะนำให้รู้จักกับคนอื่นๆ ในสื่อสังคมออนไลน์ที่สามารถ ให้การช่วยเหลือสนับสนุนได้ สื่อสังคมออนไลน์จึงเป็น พื้นที่ที่เปิดให้คนร้องขอการช่วยเหลือเยียวยาทางจิตใจ และเปิดโอกาสให้คนแสดงการสนับสนุนทางจิตใจแก่ผู้อื่น ด้วยในขณะเดียวกัน

การสร้างกลุ่มเฉพาะในสื่อสังคมออนไลน์ประเภทต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มเพื่อนเก่า เพื่อนร่วมงาน รวมทั้งกลุ่มสมาชิก

แม้ซีคันสนีย์เผยแพร่เรื่องราวการต่อสู้กับมะเร็งของตัวเอง เพื่อเป็นกำลังใจแก่ผู้ป่วยโรคมะเร็งผ่าน Youtube



[คลิปเต็มไม่ตัด] อย่ากลัวมะเร็ง! 'แมชีคันสนีย์' ใช้ 3 หลักรักษาเนื้อร้าย

213K views



1.6K



143



Share



Download



Saved

ภาพ : <https://www.youtube.com/watch?v=Aw6kPk0iOoU>

ครอบครัว มีส่วนไม่น้อยในการกระชับความสัมพันธ์ระหว่าง สมาชิกในกลุ่ม โดยเฉพาะกลุ่มครอบครัวในสภาวะการ เปลี่ยนแปลงทางสังคมและเศรษฐกิจที่พลัดพรากให้สมาชิก ในครอบครัวอยู่ห่างไกลกัน หรือแม้ไม่ได้อยู่ห่างไกลกันแต่มี เวลาที่จะพบปะกันน้อยลง สื่อสังคมออนไลน์มีส่วนอย่างมาก ในการสร้างพื้นที่เสมือนให้สมาชิกในครอบครัวได้พูดคุยกันได้ บ่อยครั้งตามที่ต้องการ “ห้องครอบครัว” ที่เกิดขึ้นในกลุ่มไลน์ ได้ทำหน้าที่เหมือนห้องนั่งเล่น หรือชานบ้านสมัยก่อนที่ สมาชิกในครอบครัวได้พบปะ นั่งพูดคุยไถ่ถามสารทุกข์สุกดิบ แจ้งข่าวสำคัญ แสดงความยินดี แสดงความเสียใจ ช่วยกัน ขบคิดปัญหาและหาทางแก้ไขร่วมกัน แม้การสื่อสารผ่านสื่อ สังคมออนไลน์จะไม่สามารถทดแทนการพบปะและการกอด สัมผัสได้อย่างเต็มที่ แต่ก็ช่วยบรรเทาความห่างเหินที่เกิดจาก ระยะทางที่ห่างไกลขึ้น และเวลาที่ได้พบปะกันน้อยลง

“หมู่บ้านอะคาเดมี่” ก็เป็นกรณีตัวอย่างสำคัญอีก ตัวอย่างหนึ่งที่แสดงพลังกำลังใจของโซเชียลมีเดียในการเป็น ตัวกลางเพื่อระดมความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ ความลุ่มระทึก และความหวัง ที่ตามมาด้วยความช่วยเหลือรูปแบบต่างๆ จากทั่วโลก พลิกเหตุการณ์ที่เกือบจะเป็นโศกนาฏกรรมให้ กลายมาเป็นการเฉลิมฉลองความร่วมมือของมวลมนุษยชาติ เราอาจได้เห็นภาพที่แตกต่างออกไป หากเหตุการณ์ในครั้งนั้น ไม่ได้เกิดในยุคสื่อสังคมออนไลน์



ภาพ : <https://www.facebook.com/pg/ThaiSEAL>

สื่อสังคมออนไลน์กับการกิจช่วย “หมูป่าอะคาเดมี”

“หลังได้ทานอาหารเพิ่มพลังที่หน่วยซีลดำนํ้าเข้าไปให้ และแพทย์ทหารที่ผ่านการฝึกในหลักสูตรนักทำลายใต้น้ำ จู่โจม ตรวจร่างกาย ทีมหมูป่าทุกคนแล้ว น้องๆ ส่งเสียง ทักทายผู้คนที่รอคอยอยู่นอกถ้ำผากมาครับ” (บันทึกภาพ 03/07/18)

ภายหลังการโพสต์ข้อความข้างต้นจากเฟซบุ๊กแฟนเพจ Thai Navy SEAL ก็มีผู้เข้ามาติดตาม (Follow) เฟสบุ๊กดังกล่าวว่า 2 ล้านครั้ง โดยมีคอมเมนต์ให้กำลังใจจำนวนมาก และขอบคุณโค้ชที่ช่วยดูแลเด็กทั้ง 12 คนให้มีชีวิตรอดในถ้ำอย่างปลอดภัย ขณะเดียวกันพ่อแม่ที่รออยู่บ้านรับทราบข่าวของลูกๆ จากเฟซบุ๊กดังกล่าว ก็รู้สึกดีใจและมีกำลังใจที่เห็นลูกหลานปลอดภัย

4 กรกฎาคม 2561 Facebook Fan page: Thai Navy SEAL เผยแพร่คลิปวิดีโอทีมหมูป่าแนะนำตัวทีละคน แต่ละคนมีสีหน้าแจ่มใสและยังยิ้มได้ ภายในคลิปแสดงให้เห็นว่าเด็กๆ ได้ใช้แผ่นฟอยล์ฉุกเฉิน อุปกรณ์รักษาอุณหภูมิที่ประชาชนช่วยกันบริจาคด้วย ขณะเดียวกันเว็บไซต์อย่าง YouTube ของสำนักข่าวต่างๆ ปรากฏคลิปข่าว Live สดพร้อมกันนั้น ก็มีคนเข้ามาแสดงความคิดเห็นด้วยความชื่นชมยินดีที่ทีมค้นหาพบเด็กๆ

ในช่วงเดือน มิถุนายน-กรกฎาคม 2561 เหตุการณ์นักฟุตบอลเด็ก 13 คน ติดถ้ำ กลายเป็นข่าวดังที่ทุกคนกล่าวถึง และยังจดจำได้ดี ระหว่างการช่วยเหลือ สังคมได้รับรู้ความคืบหน้าจากเฟซบุ๊กเพจ Thai Navy SEAL ที่คอย update ความเป็นไปภายในถ้ำเท่าที่จะเป็นไปได้ ขณะเดียวกันก็มี

ถ่ายทอดเหตุการณ์แบบ Real time ซึ่งทำให้คนติดตามและ เป็นกำลังใจให้ทีมหมูป่าและทีมช่วยเหลืออย่างมาก

เฟซบุ๊กเพจ Thai Navy SEAL รายงานว่าเครื่องสูบน้ำ มีกำลังไม่เพียงพอจะทำให้น้ำลดได้และฝนตกที่หนักต่อเนื่อง ทำให้น้ำท่วมมาถึงห้องโถง 3 เจ้าหน้าที่ที่ปักหลักอยู่ข้างใน จึงต้องถอยมาอยู่ที่โถง 2 ทันทีที่มีการรายงานผ่านสื่อสังคม/ สื่ออื่นๆ ทั้งคนไทยและชาวต่างชาติต่างก็แสดงท่าที ทั้งให้กำลังใจ และเอาใจช่วย ผ่านสื่อสังคมหลายช่องทาง ความช่วยเหลือจากทั้งในและต่างประเทศก็ทยอยเข้ามา

ความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญต่างประเทศ หลังไหลมายัง ประเทศไทย โดยแหล่งข่าวรายงานว่า นอกจากทีมกู้ภัยจาก ลาว อังกฤษและสหรัฐฯ แล้ว ยังมีทีมกู้ภัยจากประเทศจีนและ ฟิลิปปินส์ แสดงความพร้อมและเจตจำนงค์ที่จะส่งทีมงานเข้า ช่วยเหลือหากฝ่ายไทยต้องการ นอกจากนี้พบว่ามีการส่งต่อ ข้อความทางโซเชียลมีเดียในฟิลิปปินส์ว่ากลุ่มนักประดาน้ำกู้ภัย มากกว่า 10 คน และอุปกรณ์ พร้อมจะเดินทางมาให้ความช่วยเหลือ และว่าก่อนหน้านี้ได้พยายามติดต่อกับเจ้าหน้าที่ไทยด้วย

facebook และ website สำนักข่าวต่างๆ กล่าวว่า นี่เป็น “Mission Possible” ใน 18 วัน ของปฏิบัติการค้นหา และพาทีมหมูป่าออกจากถ้ำหลวง

ที่มา : https://www.matichon.co.th/region/news_1027686

https://www.matichon.co.th/foreign/news_1044837

https://www.khaosod.co.th/special-stories/news_1291506

https://www.khaosod.co.th/bbc-thai/news_1270268

<https://www.bbc.com/news/world-asia-44791998>

<https://www.bbc.com/thai/thailand-44659999>



กระแสไอซ์บั๊กเก็ตชาเลนจ์ กับการส่งจิตกุศลผ่านสื่อสังคมออนไลน์

ไอซ์บั๊กเก็ตชาเลนจ์ (Ice Bucket Challenge) กลายเป็นข่าวสำคัญ หลังจากกระแสนี้ทำให้ชาวโลกพร้อมใจกันรับคำท้า โดยราดตัวเองด้วยน้ำแข็งเย็นเฉียบเพื่อให้ซาบซึ้งถึงความรู้สึกของคนที่เป็นโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรง (Amyotrophic Lateral Sclerosis: ALS) เพื่อบริจาคเงินช่วยเหลือเพื่อการวิจัยการรักษา คนที่ถูกท้าทาย (Challenge) จะต้องเลือกระหว่างการเอาน้ำเย็นราดใส่ตัวเองหรือคนรอบข้างแล้วจ่ายแค่ 10 เหรียญ หรือเลือกที่จะไม่สาดน้ำแต่เข้าไปบริจาคเงิน 100 เหรียญให้กับ ALS Association ในสหรัฐฯ นายคอรี่ กริฟฟิน อดีตผู้จัดการของบริษัทการลงทุน เบน แคปิตอล จำกัด ถือเป็นหนึ่งในผู้ริเริ่มกิจกรรมดังกล่าว โดยช่วยเปลี่ยนให้กิจกรรม Ice Bucket Challenge เป็นการระดมทุนช่วยเหลือผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรง หลังจากที่เป็นเพื่อนของเขา ฟิท เฟรตส์ อดีตกัปตันของทีมเบสบอลมหาวิทยาลัยบอสตันป่วยเป็นโรคดังกล่าว กริฟฟินจึงบริจาคเงินกว่า 3 ล้านบาท ให้แก่โครงการดังกล่าว จากนั้นกิจกรรมนี้ก็ได้รับความสนใจและสนับสนุนจากแวดวงไอที กีฬา และนักร้องนักแสดงต่างๆ จำนวนมากอย่าง Bill Gates, Mark Zuckerberg, Tim Cook, Darren

Fletcher, Blake Shelton และ Adam Levine เป็นต้น

ในช่วงแรกของการทำไอซ์บั๊กเก็ตชาเลนจ์ก็ตรงตามวัตถุประสงค์ แต่พอนานเข้า ผู้คนก็ลืมนัดวัตถุประสงค์ว่ากระแสนี้เกิดขึ้นเพราะอะไร เพื่อใคร จนกระทั่ง สมาคม ALS เปิดเผยจำนวนเงินบริจาคจากการเล่นราดน้ำแข็ง จำนวน 115 ล้านดอลลาร์สหรัฐฯ ถูกนำไปใช้ในการศึกษาวิจัยสาเหตุของโรคร้ายแรง และนักวิทยาศาสตร์เปิดเผยการค้นพบครั้งสำคัญ นั่นคือ ค้นพบยีนส์ NEK1 ที่เป็นตัวการทำให้เกิดโรค ซึ่งทำให้เกิดการค้นคว้าวิธีการรักษาต่อไป โดยได้รับการตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสาร Nature Genetics นอกจากนี้ เงินบริจาคที่ได้สามารถนำไปอุดหนุนโครงการวิจัยถึง 6 โครงการ ซึ่งเป็นประโยชน์ในวงการแพทย์อีกด้วย

ในเมืองไทยเว็บไซต์ Blognone โดย มาร์ค Blognone เจ้าของคอลัมน์ คนดั่งนั่งเขียนในไทยรัฐออนไลน์ ซึ่งต้องการจุดประกายค่านิยมการบริจาค หรือการให้เงินเพื่อสาธารณประโยชน์แก่มูลนิธิ หรือภาคส่วนต่างๆ ในประเทศไทย โดยมีได้จำกัดไว้ที่ใดที่หนึ่ง โดยเขาได้ขอบริจาคให้โครงการสร้างอาชีพให้แม่หญิงใต้ที่สูญเสียสามีจากความไม่สงบ ผ่านเว็บไซต์เทใจ (taejai.com) พร้อมกับส่งคำท้าไปยัง

บุคคลสำคัญในวงการอินเทอร์เน็ตและไอทีในเมืองไทย ได้แก่ คุณภาวุธ (@pawoot) TARAD.com, คุณจักรพงษ์ (@jakrapong) จาก Thumbsup และอาจารย์ศุภเดช (@ripmilla) พิธีกรรายการแบไต๋ไฮเทค โดยผู้ที่ถูกทำจะมีเวลา 24 ชั่วโมงในการตอบรับคำท้าเอาน้ำแข็งราดตัว พร้อมกับการบริจาค

อย่างไรก็ตาม มีผู้วิจารณ์ว่าการเล่นไอซ์บักเก็ตเหลวไหล ไร้ประโยชน์ ซึ่งในความเป็นจริงก็มีคนที่ใช้กระแสนี้ในทางที่เป็นการบิดเบือนวัตถุประสงค์กลายเป็นกิจกรรมที่ไม่เกิดประโยชน์ ตัวอย่างเช่น การเลียนแบบการเล่นไอซ์บักเก็ต ใน Twitter, Vine หรือ Facebook ที่ติดแฮชแท็ก #dontjudgechallenge ซึ่งเน้นความสนุกสนานของการท้าทายให้โชว์ “รูปลักษณ์ภายนอก” เช่น หน้าที่มีสิ่วเต็มหน้า คิ้วหนากว่าคนทั่วไป สวมแว่นกรอบหนา ผมเผ้ารุงรัง หรืออะไรก็ตามที่เป็น “สิ่งผิดปกติ” “ที่น่าตลก” “น่าอับอาย” และตรงกันข้ามกับคำว่า “หน้าตาดี” ซึ่งเป็นการเล่นที่เข้าข่ายการล้อเลียนคนอื่น

ในประเทศไทย มีดาราสีบลีร์ตี ออกมาโดนกระแสวิพากษ์วิจารณ์ Don't Judge Challenge ด้วยการออกมาแปลงโฉม แต่งหน้า วาดหน้าตาให้เป็นคนน่าเกลียดก่อนจะโชว์ความสวยความหล่อในภายหลัง โดยแคมเปญ #DontJudgeChallenge จริงๆ แล้วมาจากผู้หญิงคนหนึ่งได้โพล้โบล่เครื่องสำอางออกจากหน้า ทำให้เห็นว่า จริงๆ หน้าตาไม่ดี ซึ่งตอนเธอแต่งหน้ามีแต่คนชมว่าสวย แต่พอไม่แต่งหน้ากลับว่าเธออัปลักษณ์ เธอจึงบอกทุกคนว่า “ความงามของคนควรเกิดจากจิตใจ ไม่ใช่จากเครื่องสำอาง” แต่ปรากฏว่า ผู้คนที่ใช้ Online social media จำนวนมากทั้งในและต่างประเทศ พากันตีความผิดๆ โดยแต่งหน้าให้ตัวเองอัปลักษณ์จากนั้นก็ลบออก แล้วอวดความสวยความหล่อของตัวเอง กลายเป็นว่าคนหน้าตาดีได้โอกาสในการอวดความสวยความหล่อของตัวเองทาง Online social media โดยไม่เกิดประโยชน์แต่อย่างใด

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/content/444109>

<https://www.posttoday.com/world/445380>



ภาพ : <https://www.pexels.com>

ในขณะที่การติดตามรับรู้ความเคลื่อนไหวของคนที่เราติดตามเป็นกิจกรรมที่สร้างความเพลิดเพลินให้แก่ผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างมาก และเป็นสิ่งที่ดึงดูดความสนใจของผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ได้เป็นเวลานานๆ ในบางมุมมองของกิจกรรมการ “ส่อง” หรือติดตามเรื่องราวของคนอื่น ทั้งที่ตนเองรู้จักและไม่รู้จัก บ่อยครั้งที่ทำให้เกิดการเปรียบเทียบและนำไปสู่ความอิจฉาริษยาตามทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม (Social comparison theory) ที่คนเรามักเอาตัวเองเปรียบเทียบกับผู้อื่นอยู่เสมอ และเกิดปฏิกิริยาต่างๆ เมื่อเห็นว่า

คนอื่นดีกว่า สุขกว่า รวยกว่า เก่งกว่า หรือคนอื่นเลวกว่า ทุกข์กว่า จนกว่า ด้อยกว่า คนจำนวนไม่น้อยที่ไม่อาจทำให้มีมูทิตาจิตที่จะพลอยยินดีกับความ สุข ความดี ความสำเร็จของคนอื่น แต่กลับก่อเป็นความทุกข์ที่เกิดจากความริษยาของตัวเอง แต่ที่กด “ไลค์” (like) หรือแสดงการรับรู้ด้วย “สติ๊กเกอร์” รูปแบบต่างๆ ทุกครั้งเพื่อแสดงมารยาทที่ดีในโลกสื่อสังคมออนไลน์ แต่สำหรับคนที่หลุดออกจากกรอบมารยาทที่ดีของโลกสื่อสังคมออนไลน์ การแสดงออกเพื่อปลดปล่อยแรงริษยาหรือความโกรธเกลียดเหล่านั้นอาจแสดงออกด้วยความรุนแรง

ผ่านข้อความ รูปภาพ และสัญลักษณ์ต่างๆ จนกลายเป็น การข่มเหงคุกคามในโลกไซเบอร์ (Cyberbullying) ซึ่งอาจ ลุกลามออกจากพื้นที่เสมือนสู่พื้นที่จริง และลุกลามจากการ ข่มเหงคุกคามทางจิตใจสู่การทำร้ายร่างกายได้ในที่สุด

แม้การสื่อสารผ่านสื่อสังคมออนไลน์จะเป็นการ แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารระหว่างกันไม่ผิดแผกไปจากการ สื่อสารผ่านช่องทางอื่น แต่บริบทและบรรยากาศของการตอบโต้ ผ่านโซเชียลมีเดียมีลักษณะเฉพาะหลายประการ เช่น การไม่ได้ เผชิญหน้ากับคู่สนทนา ณ เวลาจริง การไม่ได้รับฟังน้ำเสียง และสีหน้าของคู่สนทนาอย่างครบถ้วน ข้อความส่วนใหญ่ สั้นกระชับและห้วนในบางครั้ง การตีความจากภาพและ สัญลักษณ์ด้วยตัวเอง การไม่ต้องแสดงการรับรู้หรือตอบโต้ โดยทันทีและมีโอกาสได้คิดก่อนตอบสนองนานกว่าการ สนทนาต่อหน้าจริงๆ ทำให้คนจำนวนไม่น้อยรู้สึกคุ้นชินกับ การสนทนาผ่านโซเชียลมีเดีย แต่กลับทำตัวไม่ถูก และขาด ทักษะการสนทนาต่อหน้าจริงๆ รวมทั้งการเสพติดสื่อมากๆ เนื่องจากทั้งความคุ้นชินนั้นและความเพลิดเพลินจากความ หลากหลายของโซเชียลมีเดีย ทำให้คนใช้เวลากับการเข้าสังคม และการสนทนาในพื้นที่จริงลดน้อยลง ต่างคนต่างก้มหน้า

สนทนาผ่านโซเชียลมีเดีย แม้ทุกคนจะอยู่พร้อมหน้า ณ ที่นั้นก็ตาม สังคมก้มหน้าดังที่วันนี้ได้สร้างปัญหาอย่างมาก ต่อการใช้เวลาด้วยกันอย่างมีคุณภาพของครอบครัว และ ยิ่งเมื่อสื่อสังคมออนไลน์ยกระดับสนทนาการด้วยการรวมเอา เกมออนไลน์เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของสื่อสังคมออนไลน์ การ เล่นเกมออนไลน์กลายเป็นการเล่นเกมเป็นกลุ่มที่ผู้เล่นซึ่ง โดยส่วนใหญ่เป็นเด็กหรือวัยรุ่นไม่จำเป็นต้องมารวมกันอยู่ ที่เดียวกันในพื้นที่จริง แต่มาพบปะกันในรูปแบบ “Avatar” ซึ่งเป็นตัวจำลองของตัวเองเพื่อเล่นเกมร่วมกัน ใช้เวลานาน และใช้เงินในการเล่นเกมนานขึ้นถึงขั้นบั่นทอนทั้งสุขภาพ ทางการเงิน กาย จิต และสังคมไปพร้อมๆ กัน

สื่อสังคมออนไลน์เชื่อมต่อกับทุกมิติของสุขภาวะไป พร้อมๆ กัน ไม่ว่าจะเป็นด้านปัญญา กาย จิต หรือสังคม ผลกระทบที่เกิดขึ้นมีทั้งแง่ที่ทำให้สุขภาวะดีขึ้นเนื่องจาก การใช้สร้างสรรค์ และแง่ที่บั่นทอนสุขภาวะเนื่องจากการใช้อย่างเห็นแก่ตัวโดยไม่คำนึงถึงผลเสียที่เกิดแก่ผู้อื่น พัฒนาการทางเทคโนโลยีสื่อสังคมออนไลน์จะทำให้สื่อ สังคมออนไลน์ยังมีความ “คม” มากขึ้นต่อสุขภาวะ ทั้งใน คมที่เป็นประโยชน์และคมที่เป็นโทษ



ภาพ : <http://botswanayouth.com/wp-content/uploads/2015/05/5-Ways-To-Dealing-With-Cyber-Bullies.jpg>



การใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะ

“สิ่งใดเกิดขึ้นแล้ว ย่อมดีเสมอ”

จริงๆ แล้ว สื่อสังคมออนไลน์เป็นเพียงนวัตกรรม การสื่อสารอย่างหนึ่ง ไม่มีความดีหรือความเลวโดยตัวของมันเอง การใช้และผลของการใช้จะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับผู้ใช้เป็นผู้ปรุงแต่งขึ้น ไม่ผิดอะไรไปจากการค้นพบพลังงานปรมาณูที่สามารถใช้ในทางธรรมให้ล้างผลาญและเสียหายแก่มนุษย์โลกได้ แต่ก็สามารถใช้เพื่อประโยชน์ในทางสันติได้ ในขณะเดียวกัน การค้นพบและพัฒนาสื่อสังคมออนไลน์ จากอดีตมาจนถึงปัจจุบันนับเป็นความสำเร็จที่สำคัญทาง วิทยาศาสตร์การสื่อสาร เราต้องหาทางใช้ให้เกิดประโยชน์ อย่างสูงที่สุดในทางดี และพยายามหาทางป้องกันทางเสียหาย ให้ได้มากที่สุด

ในขณะที่คุณประโยชน์อันสำคัญอย่างหนึ่งของสื่อสังคมออนไลน์คือความอิสระในการเข้าถึงและการสร้างข้อมูล ด้วยตัวผู้ใช้เอง ทำให้สื่อสังคมออนไลน์เป็นของคนทุกเพศ ทุกวัยทุกชนชั้นและทุกชนชาติ ปัญหาใหญ่ของการป้องกัน ภัยร้ายจากสื่อสังคมออนไลน์ก็คือความอิสระของการเข้าถึง สื่อสังคมออนไลน์นี้เอง เพราะทำให้การควบคุมความเป็นไป

ในอาณาจักรอันกว้างใหญ่นี้ทำได้ยากเย็นเป็นอย่างยิ่ง การจะสร้างกฎเกณฑ์ กลไก หรือโครงสร้างขนาดใหญ่เพื่อ ควบคุมการเข้าออก กำหนดและติดตามพฤติกรรมการใช้ให้ เป็นไปแต่ในทางปลอดภัย เหมือนกับการสร้างคุกวงแหวน (Panopticon) ตามแนวสถาปัตยกรรมเรือนจำ (Prison architecture) ของ Jeremy Betham ที่มักนำไปใช้กับทั้ง เรือนจำและสถานบำบัดทางจิตเมื่อช่วงปลายศตวรรษที่ 18 นั้นแทบจะเป็นไปไม่ได้เลย และแม้จะทำได้เช่นการสร้างช่องทาง ควบคุมการส่งสัญญาณ (Gateway) หรือการสร้างตาข่าย เพื่อดักกรองข้อมูล ก็ทำได้ไม่เต็มທີ່หรือไม่เป็นที่ยอมรับ และ แม้จะทำได้ก็เท่ากับเป็นการลดทอนความสามารถสำคัญ และพลังของสื่อสังคมออนไลน์ กลายเป็นการปฏิเสธความ ก้าวหน้าทางเทคโนโลยีไปอย่างน่าเสียดาย

เมื่อไม่มีทางที่จะสร้างการควบคุมการใช้สื่อสังคม ออนไลน์อย่างเบ็ดเสร็จเช่นนี้ ผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์จึงต้อง มีหน้าที่ที่จะต้องเฝ้าระวังการใช้ด้วยตนเอง และช่วยกัน เป็นหูเป็นตา ระแวดระวังภัยร้ายต่างๆ ที่สื่อสังคมออนไลน์จะนำมา เมื่อพบเห็นสื่อสังคมออนไลน์ที่อาจเป็นอันตรายต่อสังคม

และคนใกล้ชิด โดยเฉพาะกลุ่มคนที่มีความเปราะบางไม่ว่าจะเป็นกลุ่มเด็ก หรือผู้สูงอายุที่อาจได้รับผลร้ายจากสื่อสังคมออนไลน์ได้โดยง่าย การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ (Online social media literacy) ซึ่งเป็นการรู้ทั้งประโยชน์และโทษของสื่อสังคมออนไลน์เป็นข้อมูลสำคัญที่ต้องมีการเผยแพร่ให้แก่ผู้ใช้สื่อสังคมออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นการสร้างข้อมูลเพื่อส่งต่อไปยังผู้อื่น หรือการส่งต่อข้อมูลที่ตนเองได้รับมารวมทั้งการรับข้อมูลผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ที่ต้องมีวิจารณญาณไตร่ตรองว่าเชื่อและถูกต้องมากน้อยเพียงใด การส่งต่อ (Share) จะส่งผลอย่างไร เหมาะสมกับผู้ที่จะได้รับหรือไม่ การปลูกฝังจริยธรรมในสื่อสังคมออนไลน์ (Online social media ethics) และมารยาทในสื่อสังคมออนไลน์ (Online social media etiquette) เป็นสิ่งที่ควรได้รับการปลูกฝังให้กับคนที่อยู่ในสื่อสังคมออนไลน์เพื่อให้ตระหนักถึงสิ่งที่ควรทำหรือไม่ควรทำ รวมไปถึงวินัย กาละ และเทศะ ในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ว่าที่ใดควรใช้ ที่ใดไม่ควรใช้ เมื่อใดควรใช้ เมื่อใดไม่ควรใช้ ใช้มากเกินไปแล้วหรือไม่ ใช้อย่างเหมาะสมแล้วหรือไม่ ซึ่งหากจะกล่าวโดยทั่วไปแล้ว จริยธรรมในสื่อสังคมออนไลน์ควรมีพื้นฐานจากจริยธรรมต่างๆ ไป ซึ่งการละเมิดจริยธรรมหลายครั้งหลายหนเกิดขึ้นด้วยความไม่ตั้งใจ หรือการรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เช่น การใช้คำพูดล้อเลียน หรือเหยียดหยามเพศ ขาดวัฒนธรรม และศาสนา เพื่อประจานให้เกิด

ความอับอาย การละเมิดความเป็นส่วนตัว การให้เกียรติและเคารพซึ่งกันและกัน การเข้าใจในความแตกต่าง การมีใจกว้าง ตระหนักถึงคุณค่าของความแตกต่าง มีมนุษยธรรมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ เพื่อให้คนในสื่อสังคมออนไลน์อยู่ร่วมกันอย่างสร้างสรรค์ และกลับ “คมดี” ของสื่อสังคมออนไลน์เพื่อสร้างประโยชน์สูงสุดแก่ส่วนรวม การสร้างพลังบวกในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ให้เกิดขึ้นทั้งในผู้ใช้แต่ละคนและในระหว่างกลุ่มผู้ใช้ร่วมกัน จะทำให้เกิดกลไกการเฝ้าระวังการใช้สื่อสังคมออนไลน์ (Online social media surveillance) อย่างไม่เป็นทางการ โดยไม่ต้องทำเป็นกฎเกณฑ์หรือโครงสร้างที่ปิดรัดแน่นหนาเกินไปจนไม่เหมาะสมแก่ทางปฏิบัติในบางบริบท

อย่างไรก็ตาม ในการส่งเสริมการเฝ้าระวังในระดับบุคคลจะมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น หากได้รับการสนับสนุนที่ดีจากกลไกทางสังคมในระดับสถาบัน โดยเฉพาะสถาบันครอบครัว ซึ่งเป็นส่วนที่ใกล้ชิดที่สุดกับกลุ่มผู้ใช้ที่มีความเสี่ยง 2 กลุ่มคือกลุ่มเด็ก และกลุ่มผู้สูงอายุ อันเป็นกลุ่มที่มีแนวโน้มจะได้รับความเสี่ยงจากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือการขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเทคโนโลยีสมัยใหม่มากกว่ากลุ่มอื่น และความเสี่ยงที่วุ่น เป็นความเสี่ยงทั้งในแง่ของการรับผลร้ายจากสื่อสังคมออนไลน์ และความเสี่ยงจากการเป็นผู้สร้างความเสียหายเอง ด้วยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม ผู้ใหญ่ควรต้องคอยติดตามการเข้าถึงและการรับรู้ข้อมูลต่างๆ ของเด็ก รวมทั้ง





สังเกตพฤติกรรมผิดปกติต่างๆ ที่อาจเกิดจากการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ ควรมีการจำกัดการใช้ที่เหมาะสม และที่สำคัญคือต้องเป็นตัวอย่างการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่ดี

ในส่วน of สถานศึกษานั้นสามารถแสดงบทบาทเชิงสร้างสรรค์ได้เป็นอย่างมาก เนื่องจากเป็นสถานที่ที่เด็กและเยาวชนใช้เวลาไม่น้อยกว่า 40 ชั่วโมงในแต่ละสัปดาห์ โดยเฉพาะในระดับก่อนอุดมศึกษา ขณะนี้ในบางประเทศ เช่น ฝรั่งเศสมีข้อกำหนดชัดเจนเกี่ยวกับการปริมาณการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในห้องเรียนที่เหมาะสมเพื่อไม่ให้นักเรียนใช้เวลาไปกับสื่อสังคมออนไลน์มากเกินไปจนเกินไป นอกจากนี้สถานศึกษายังควรแสดงความชัดเจนเกี่ยวกับแนวทางการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อประโยชน์ต่อการเรียนการสอน การสร้างชุมชนเพื่อพัฒนาและแบ่งปันความรู้เกี่ยวกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ที่เหมาะสมในสถานศึกษา การเรียนรู้เกี่ยวกับสื่อสังคมออนไลน์ในฐานะเครื่องมือการสื่อสาร และชุมชนทรัพยากรทางปัญญา และในฐานะสื่อการเรียนรู้ยุคใหม่ที่ต้องมีการใช้อย่างชาญฉลาด มีพลัง และมีจริยธรรม รวมทั้งการเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมอันไม่เหมาะสมในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของผู้เรียน และของผู้อื่นที่จะส่งผลกระทบต่อผู้เรียน

สำหรับการสาธารณสุขแล้ว ขณะนี้ได้มีการพัฒนาแอปพลิเคชันเพื่อประโยชน์ทางสุขภาพแล้วอย่างมากมาย

และมีความก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว ส่วนหนึ่งเป็นเพราะความตื่นตัวในการดูแลสุขภาพ ประกอบกับการเข้าถึงสมาร์ตโฟนอย่างทั่วถึง สิ่งที่น่าเป็นห่วงและยังมีการเฝ้าระวังไม่มากเท่าที่ควรคือการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลต่างๆ ที่ผลิตผ่านแอปพลิเคชันเหล่านี้ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นข้อมูลทางวิทยาศาสตร์สุขภาพที่มีความซับซ้อน ทำให้ผู้รับข่าวสารถูกล่อลวงและหลงเชื่อได้ง่ายเนื่องจากขาดความรู้ความเข้าใจสถาบันที่มีความเกี่ยวข้องกับการสาธารณสุขควรมีวิธีการตรวจสอบการทำงานของสื่อสังคมออนไลน์ต่างๆ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับสุขภาพ และให้ข้อมูลที่ถูกต้องออกมาเป็นระยะเพื่อให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง

ในแง่ของกลไกระดับรัฐ ซึ่งควรเป็นผู้รับผิดชอบนโยบายการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในภาพรวม ควรแสดงบทบาทในการสร้างสถาปัตยกรรมการสื่อสารออนไลน์ที่ไม่ได้เน้นแต่เพียงการเข้าถึง แต่ต้องเน้นการสร้างระบบเฝ้าระวังอัจฉริยะที่ไม่ปิดกั้นและจำกัดการใช้มากเกินไปจนกระทบต่อการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ มีความเด็ดขาดในการชี้ชัดว่าการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างใดที่เป็นผลเสียต่อสังคมโดยรวม ส่งเสริมการเฝ้าระวังและการใช้สื่อสังคมเชิงสร้างสรรค์เพื่อการพัฒนา ในระดับต่างๆ อย่างทั่วถึง

