

วารสารครุศาสตร์อภีวัฒน์ (Online) ปีที่ 6 ฉบับที่ 1

Journal of Modern Approach in Education Research (Online) Vol. 6 No. 1



# วารสารครุศาสตร์อภีวัฒน์

ปีที่ 6 ฉบับที่ 1 มกราคม-มิถุนายน 2568

Journal of Modern Approach in Education Research

Vol. 6 No. 1 : January - June 2025

ISSN: 3057-126X (Online)



## สารบัญ

ชื่อบทความ	หน้า
<b>บทความวิจัย</b>	
การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศ ในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย <i>เอกลักษณ์ เทพวิจิตร, พระณรงค์ ฐานวุฑโฒ (สระแก้ว)</i>	1-9
การศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิต ของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี <i>กวีภัทร ฉาวชาวนา, พระมหาศรีพยัคฆ์ สิริวิญญู (กงพาน)</i>	11-20
การพัฒนาคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย ตำบลห้วยขวาง อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม <i>ธีรภรณ์ เรือนนุช, สัญญา สดประเสริฐ และพระมหาประกาศิต จิตติปลิทธิกร</i>	21-29
<b>บทความวิชาการ</b>	
ปัญญาประดิษฐ์กับการจัดการเรียนรู้ภาษาไทย: โอกาส ท้าทาย และข้อพิจารณาทางจริยธรรม <i>พระมหาโกศล ธีรปัญญา (มาดี)</i>	30-40
พลเมืองวิถีพุทธกับการรักษาศีล 5 <i>ธีรวุฒิ วรโคตร</i>	41-49

## การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศ ในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

A Study of the Thai Language Proficiency of International Students at  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University  
เอกลักษณ์ เทพวิจิตร, พระณรงค์ ฐานวฑูโตม, (สระแก้ว)  
Ekalak Thepwijit, Phra Narong Thanawuttho  
คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย  
Faculty of Education, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

E-mail akekalak.tap@mcu.ac.th

Received: January 24, 2025

Revised: February 03, 2025

Accepted: May 26, 2025

### บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง “การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อพัฒนาการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และเพื่อสร้างการรูปแบบด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ใช้การเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant) โดยวิธีใช้การคัดเลือกแบบเจาะจงผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่เกี่ยวข้อง จำนวน 8 คน/รูป โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลแบบบรรยายและพรรณนาความ วิเคราะห์ลักษณะปัญหาจากเอกสาร จากการสัมภาษณ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องประกอบด้วย 1) รวบรวมข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง 2) จัดลำดับข้อมูล 3) จากการสัมภาษณ์ และ 4) นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์เนื้อหาตามประเด็น 5) สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

### ผลการวิจัยพบว่า

1) การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า การใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศมีทั้งด้านภายใน เช่น แรงจูงใจ ทศนคติ ความมั่นใจในตนเอง และด้านภายนอก ประกอบด้วย สภาพแวดล้อมทางภาษา วิธีการจัดการเรียนการสอน เนื้อหาหลักสูตร และการสนับสนุนจากอาจารย์และสถาบันการศึกษา ซึ่งประกอบด้วย การฟัง พูด อ่าน และเขียน โดยมักพบว่านิสิตมีความสามารถในการฟังและพูดในชีวิตประจำวันในระดับหนึ่ง

2) การพัฒนาการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า การพัฒนาการใช้ภาษาไทยทำให้เข้าใจภาษาไทยทำให้ผมเข้าถึงธรรมะและวัฒนธรรมไทยได้มากขึ้น

สามารถฟังและพูดได้ดีพอสมควรในการใช้ชีวิตประจำวัน แต่มีปัญหาเมื่อต้องใช้ศัพท์เฉพาะหรือคำราชาศัพท์ในชั้นเรียน แต่ก็มีอุปสรรค คือ คำศัพท์เฉพาะทางศาสนาและศัพท์วิชาการ ความแตกต่างของโครงสร้างประโยคกับภาษาตนเอง และขาดโอกาสในการฝึกสนทนากับคนไทยนอกชั้นเรียน บางทีก็ต้องเรียนรู้เอง

3) การสร้างการรูปแบบด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า การใช้ภาษาไทยมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนและการใช้ชีวิตในประเทศไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมหาวิทยาลัยที่มีเนื้อหาทางศาสนาและวิชาการเป็นภาษาไทยเกือบทั้งหมด การเรียนต้องเรียนทุกวิชาเป็นภาษาไทย ถ้าไม่เข้าใจก็เรียนไม่ได้ ต้องท่องศัพท์มา หรือในเวลาว่างเวลาเทศน์หรือสื่อสารกับญาติโยม ต้องพูดไทยให้เข้าใจง่าย และชัดเจน

**คำสำคัญ:** การสอนภาษาไทย; นิสิตชาวพม่า; การเรียนการสอน

### Abstract

The research titled "A Study of the Thai Language Proficiency of International Students at Mahachulalongkornrajavidyalaya University" aims to: 1) examine the Thai language proficiency of international students at Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 2) explore the development of their Thai language usage, and 3) propose a model for Thai language learning among these students. This qualitative research employed in-depth interviews with eight key informants, selected through purposive sampling. The data were analyzed using descriptive and content analysis methods, drawing from relevant documents, interviews, and previous research. The analytical process included: (1) collecting related literature, (2) organizing the data, (3) conducting interviews, (4) analyzing the data thematically, and (5) summarizing and discussing the findings with recommendations.

The results revealed the following:

1) Thai language proficiency among international students involved both internal factors such as motivation, attitude, and self-confidence and external factors such as language environment, teaching methods, curriculum content, and institutional support. Students showed moderate proficiency in listening and speaking in daily communication, while reading and writing were more challenging.

2) The development of Thai language skills enabled students to better understand the Thai language, Buddhist teachings, and Thai culture. While students could generally listen and speak well in daily life, they encountered difficulties with technical

vocabulary and royal language used in academic settings. Other obstacles included religious and academic terminology, syntactic differences between Thai and their native languages, and limited opportunities to practice speaking with native Thai speakers.

3) The findings highlighted the essential role of the Thai language in both academic and daily life contexts. As most academic content at the university is in Thai, understanding the language is crucial for successful learning. Students emphasized the need for Thai language reinforcement programs, such as intensive tutoring, real-life conversational practice with locals, and collaborative activities with Thai students to enhance their learning outcomes.

**Keywords:** Teaching Thai Language; Burmese Students; Teaching and Learning.

## บทนำ

ภาษาไทยเป็นเอกลักษณ์ของชาติ เป็นสมบัติทางวัฒนธรรม อันก่อให้เกิดความเป็นเอกภาพและเสริมสร้างบุคลิกภาพของคนในชาติให้มีความเป็นไทย เป็นเครื่องมือในการติดต่อสื่อสารเพื่อสร้างความเข้าใจและความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ทำให้สามารถประกอบกิจการ การงานและดำเนินชีวิตร่วมกันในสังคมประชาธิปไตยได้อย่างสันติสุขและเป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้ ประสบการณ์จากแหล่งข้อมูลสารสนเทศต่าง ๆ เพื่อพัฒนาความรู้ กระบวนการคิดวิเคราะห์ วิจัย และสร้างสรรค์ ให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี ตลอดจนนำไปใช้ในการพัฒนาอาชีพให้มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ นอกจากนี้ยังเป็นสื่อแสดงภูมิปัญญาของบรรพบุรุษด้านวัฒนธรรม ประเพณีสุนทรียภาพเป็นสมบัติล้ำค่าควรแก่การเรียนรู้ อนุรักษ์และสืบสานให้คงอยู่คู่ชาติไทยตลอดไป (กระทรวงศึกษาธิการ, กรมวิชาการ, 2551, 37.) หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคน ซึ่งเป็นกำลังของชาติให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย ความรู้ คุณธรรม มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและเป็นพลโลก ยึดมั่นในการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข มีความรู้และทักษะพื้นฐาน รวมทั้งเจตคติที่จำเป็นต่อการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพและการศึกษาตลอดชีวิต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญบนพื้นฐานความเชื่อว่าทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพไม่ว่าจะเป็นทั้งในประเทศและต่างประเทศ (กระทรวงศึกษาธิการ, กรมวิชาการ, 2551, 4.)

แต่เนื่องจากปัญหาการสื่อสารระหว่างบุคคลยังคงเป็นประเด็นสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ที่ต้องเรียนรู้ภาษาที่สองซึ่งแตกต่างจากภาษาประจำชาติของตน การศึกษาข้ามวัฒนธรรมจำเป็นต้องอาศัยทั้งการเรียนรู้และการปรับตัวให้เหมาะสมกับบริบทของสังคมใหม่ ซึ่ง “ภาษา” เป็นปัจจัยสำคัญที่มีอาจหลีกเลี่ยงได้ เนื่องจากเป็นเครื่องมือกลางในการสร้างความเข้าใจร่วมกันในบริบทของการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม การปรับตัวจึงเป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิดกับพระนิสิตต่างชาติ โดยเฉพาะในช่วงแรกของการเข้ามาศึกษาในประเทศไทย พระนิสิตจำเป็นต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงทั้งด้านสิ่งแวดล้อม สังคม และวัฒนธรรม ซึ่งล้วนแต่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตและการเรียนรู้ ทำให้ทักษะการปรับตัวกลายเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตและศึกษาเล่าเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ภาษาไทยในฐานะ

ภาษาประจำชาติ ถือเป็นเครื่องมือสำคัญที่สะท้อนเอกลักษณ์ ความเป็นไทย และเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่หล่อหลอมบุคลิกภาพของผู้คนในชาติ อีกทั้งยังเป็นกลไกสำคัญในการสร้างความเข้าใจอันดี ความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้น และความร่วมมือในสังคมประชาธิปไตย การใช้ภาษาไทยอย่างมีประสิทธิภาพจึงมีบทบาทสำคัญต่อการเรียน การทำงาน และการดำเนินชีวิตร่วมกันอย่างสันติสุข นอกจากนี้ ภาษาไทยยังเป็นสื่อกลางในการแสวงหาความรู้จากแหล่งข้อมูลสารสนเทศที่หลากหลาย อันส่งเสริมให้เกิดพัฒนาการทางความคิด การวิเคราะห์ วิจารณ์ และความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งล้วนเป็นพื้นฐานสำคัญในการปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่ รวมถึงการนำไปสู่การพัฒนาอาชีพและความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ภาษาไทยจึงไม่เพียงเป็นภาษาสื่อสารเท่านั้น หากแต่ยังเป็นเครื่องสะท้อนภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่สืบทอดคุณค่าด้านวัฒนธรรม ประเพณี และสุนทรียภาพไว้อย่างลึกซึ้ง ถือเป็นสมบัติทางวัฒนธรรมที่ควรค่าแก่การเรียนรู้ การอนุรักษ์ และการสืบสานให้คงอยู่คู่สังคมไทยตราบนานเท่านาน (Bently, J.M., 2008, p.8)

ทางการศึกษาได้มีผู้เรียกสื่อตัวกลางแตกต่างกันออกไปตามยุคตามสมัย ตามความคิดเห็นและตามความเหมาะสมของแต่ละกรณี เช่น อุปกรณ์การสอน โสตทัศนอุปกรณ์ โสตทัศนอุปกรณ์ สื่อการสอน และสื่อการเรียน ในปัจจุบันมักนิยมใช้คำว่า สื่อการเรียนการสอน แต่ละคำดังกล่าวมานี้ล้วนหมายถึงตัวกลางทั้งสิ้น แต่มีความหมายลึกซึ้งแตกต่างกัน กล่าวคือ สื่อการสอนเน้นที่ตัวผู้สอน ส่วนสื่อการเรียนเน้นที่ตัวผู้เรียน แต่เนื่องจากการเรียนการสอนเป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องเชื่อมโยงซึ่งกันและกัน จึงน่าจะเรียกตัวกลางที่ใช้ในการเรียนการสอนว่า สื่อการเรียนการสอน (อนุศักดิ์ สมิตสันต์, 2540)

จากการศึกษากลุ่มผู้เรียนภาษาไทยยังคงเป็นประเด็นสำคัญ เป็นภาษาถือเป็นเครื่องมือกลางที่สำคัญในการสร้างความเข้าใจร่วมกัน พระนิสิตต่างชาติที่เข้ามาศึกษาในประเทศไทยจึงต้องเผชิญกับความแตกต่างทางสภาพแวดล้อมและวัฒนธรรม ซึ่งจำเป็นต้องใช้ภาษาไทยเพื่อการดำรงชีวิตและการเรียนรู้ภาษาไทยในฐานะภาษาประจำชาติ ไม่เพียงเป็นสื่อกลางในการสื่อสาร แต่ยังสะท้อนอัตลักษณ์ ความคิด และภูมิปัญญาไทย อีกทั้งเป็นกลไกสำคัญในการเสริมสร้างความเข้าใจ ความสัมพันธ์ และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคม ภาษาไทยยังเป็นช่องทางในการเข้าถึงความรู้ พัฒนาการกระบวนการคิด และส่งเสริมการปรับตัวให้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่

### วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- 2) เพื่อพัฒนาการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- 3) เพื่อสร้างการรูปแบบด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### วิธีดำเนินการวิจัย

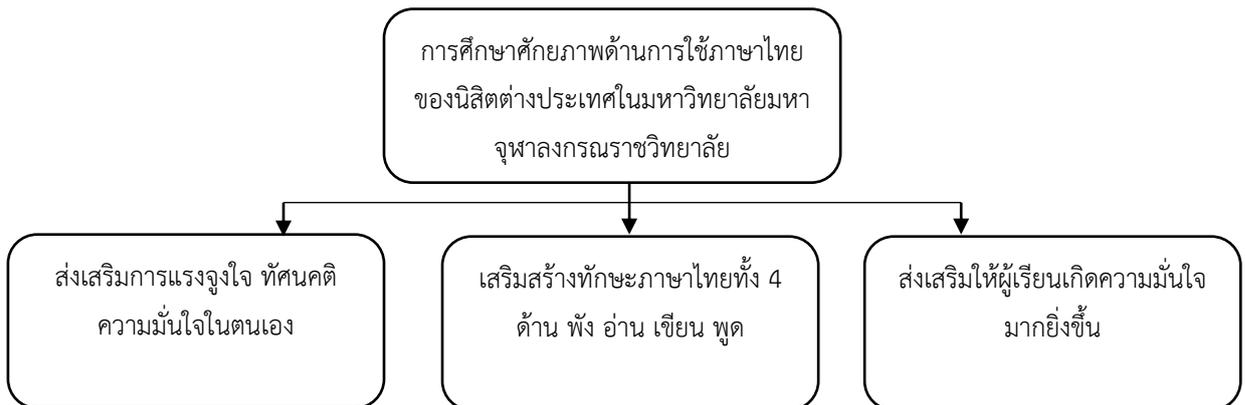
การวิจัยเรื่อง “การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” เป็นการศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Methodology) โดยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก (In-dept Interview) แบบมีคำถาม (Guideline) ไว้ล่วงหน้า อันจะทำให้ทราบถึงการศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant) จำนวน

8 คน/รูป ด้วยวิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง และใช้วิธีการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) สาเหตุที่ผู้วิจัยเลือกใช้การศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพเนื่องมาจากการศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษามุ่งไปที่ การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย การเก็บข้อมูลจึงมุ่งไปที่การสัมภาษณ์ผู้เกี่ยวข้องกับกลุ่มเป้าหมาย

## ผลการวิจัย

### 1) การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

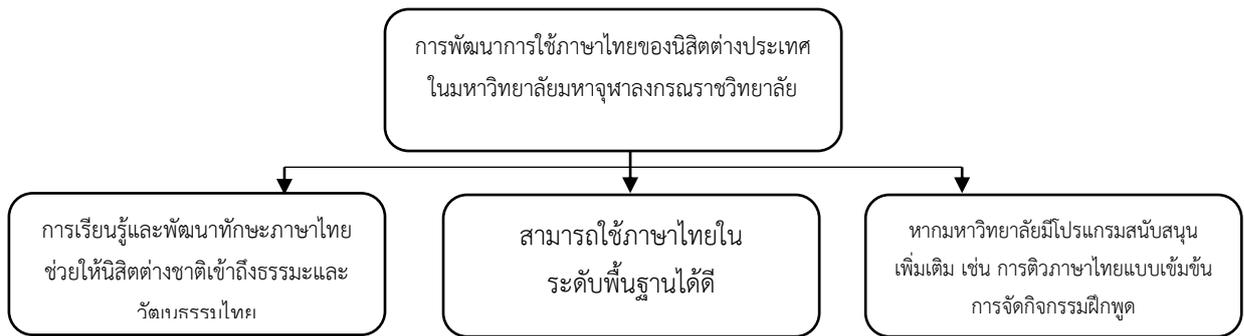
ผลการวิจัยพบว่า การใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศมีทั้งด้านภายใน เช่น แรงจูงใจ ทักษะคติ ความมั่นใจในตนเอง และด้านภายนอก ประกอบด้วย สภาพแวดล้อมทางภาษา วิธีการจัดการเรียนการสอน เนื้อหาหลักสูตร และการสนับสนุนจากอาจารย์และสถาบันการศึกษา ซึ่งประกอบด้วย การฟัง พูด อ่าน และเขียน โดยมีพบว่านิสิตมีความสามารถในการฟังและพูดในชีวิตประจำวันในระดับหนึ่ง แต่ยังคงมีข้อจำกัดด้านการอ่านจับใจความเชิงวิชาการ และการเขียนอย่างเป็นทางการเป็นระบบในบริบทภาษาไทยที่เป็นทางการ และพัฒนาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศ เพื่อเสริมสร้างทักษะภาษาไทยทั้ง 4 ด้าน อย่างสมดุล พร้อมทั้งส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความมั่นใจมากยิ่งขึ้น โดยสรุปเป็นแผนภาพดังนี้



ภาพที่ 1 การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### 2) การพัฒนาการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาการใช้ภาษาไทยทำให้เข้าใจภาษาไทยทำให้ผมเข้าถึงธรรมะและวัฒนธรรมไทยได้มากขึ้น สามารถฟังและพูดได้ดีพอสมควรในการใช้ชีวิตประจำวัน แต่มีปัญหาเมื่อต้องใช้ศัพท์เฉพาะหรือคำราชาศัพท์ในชั้นเรียน แต่ก็มีอุปสรรค คือ คำศัพท์เฉพาะทางศาสนาและศัพท์วิชาการ ความแตกต่างของโครงสร้างประโยคกับภาษาตนเอง และขาดโอกาสในการฝึกสนทนากับคนไทยนอกชั้นเรียน บางทีก็ต้องเรียนรู้เอง แต่ถ้าหากมหาวิทยาลัยมีโปรแกรมเสริม เช่น การติวภาษาไทยแบบเข้มข้น พาไปฝึกพูดกับชาวบ้าน หรือกิจกรรมร่วมกับนิสิตไทย จะช่วยได้มากขึ้น



ภาพที่ 2 การพัฒนาการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### 3) การสร้างการรูปแบบด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผลการวิจัยพบว่า การใช้ภาษาไทยมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนและการใช้ชีวิตในประเทศไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมหาวิทยาลัยที่มีเนื้อหาทางศาสนาและวิชาการเป็นภาษาไทยเกือบทั้งหมด การเรียนต้องเรียนทุกวิชาเป็นภาษาไทย ถ้าไม่เข้าใจก็เรียนไม่ได้ ต้องท่องศัพท์มา หรือในเวลาที่ไม่สะดวกหรือสื่อสารกับญาติโยม ต้องพูดไทยให้เข้าใจง่าย และชัดเจน และการใช้ภาษาไทยต้องแยกส่วน ระหว่างภาษาไทยที่พูดกับเพื่อน กับที่ต้องใช้ในหนังสือเรียน อยากให้มีให้มีรูปแบบการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนต่างชาติ โดยเน้นกิจกรรมจริงและฝึกพูดเป็นหลัก

#### อภิปรายผล

1) การศึกษาค้นคว้าภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า การใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศมีทั้งด้านภายใน เช่น แรงจูงใจ ทัศนคติ ความมั่นใจในตนเอง และด้านภายนอก ประกอบด้วย สภาพแวดล้อมทางภาษา วิธีการจัดการเรียนการสอน เนื้อหาหลักสูตร และการสนับสนุนจากอาจารย์และสถาบันการศึกษา ซึ่งประกอบด้วย การฟัง พูด อ่าน และเขียน โดยมักพบว่านิสิตมีความสามารถในการฟังและพูดในชีวิตประจำวันในระดับหนึ่ง สอดคล้องกับงานวิจัยของ ทรงศรี สรณสถาพร (2560) ได้วิจัยเรื่อง กลยุทธ์การเรียนรู้ภาษาอังกฤษโดยตรงของผู้เรียนชาวไทยในยุคประเทศไทย 4.0 ผลการวิจัยพบว่า ผู้เรียนชาวไทยในการใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ภาษาโดยตรง ได้แก่ 1) กลยุทธ์การจำในด้านสร้างเชื่อมโยงในใจ การทบทวนอย่างดี การใช้กิริยาท่าทาง 2) กลยุทธ์ปริชาน เช่น การฝึกฝน (Practicing) และการวิเคราะห์และการให้เหตุผล (Analyzing and reasoning) 3) กลยุทธ์การชดเชย เช่น การเอาชนะอุปสรรค (Overcoming limitations) และ การเดา (Guessing intelligently)

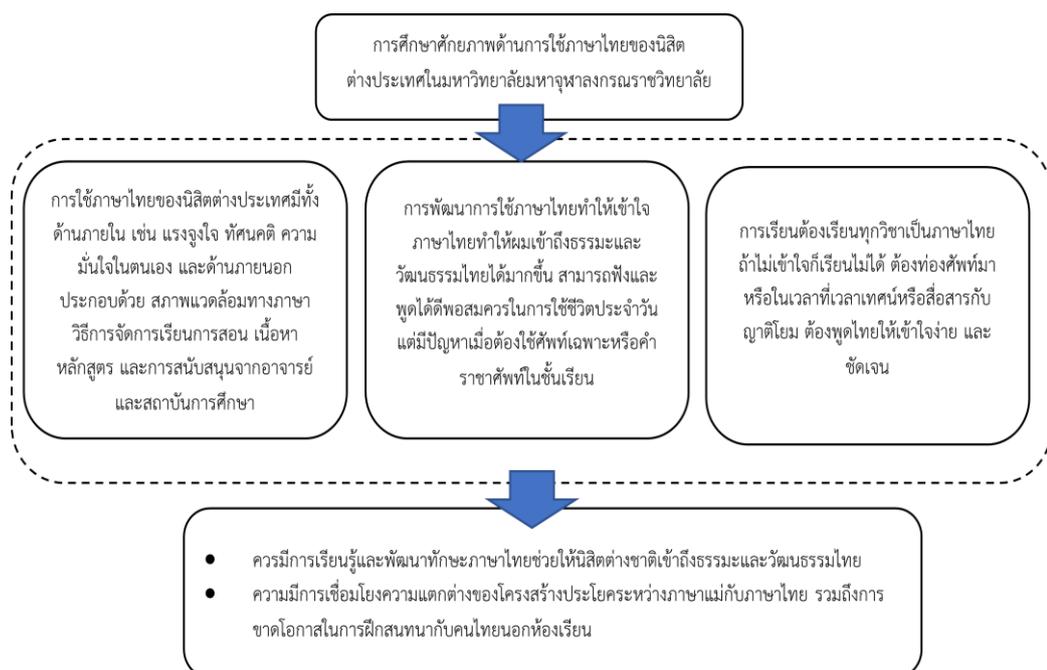
2) การพัฒนาการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า การพัฒนาการใช้ภาษาไทยทำให้เข้าใจภาษาไทยทำให้ผมเข้าถึงธรรมชาติและวัฒนธรรมไทยได้มากขึ้น สามารถฟังและพูดได้ดีพอสมควรในการใช้ชีวิตประจำวัน แต่มีปัญหาเมื่อต้องใช้ศัพท์เฉพาะหรือคำราชาศัพท์ในชั้นเรียน แต่ก็มีอุปสรรค คือ คำศัพท์เฉพาะทางศาสนาและศัพท์วิชาการ ความแตกต่างของโครงสร้างประโยคกับภาษาตนเอง และขาดโอกาสในการฝึกสนทนากับคนไทยนอกชั้นเรียน บางทีก็ต้องเรียนรู้เอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริระ สมนาม และคณะ (2553) ได้วิจัยเรื่อง ลักษณะการเรียนรู้และ

กลวิธีการเรียนรู้ของนักศึกษา ชาวจีนที่เรียนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ ณ สถาบันอุดมศึกษา เขตภาคเหนือตอนบน ผลการวิจัยพบว่า กลวิธีการเรียนรู้ภาษาของนักศึกษาชาวจีนที่เรียนภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ ส่วนใหญ่ใช้กลวิธีที่ใช้ความรู้ความเข้าใจ และกลวิธีเชิงวิภาพบ่อยมาก รองลงมาคือ ใช้กลวิธีที่ใช้การเสริมและการทดแทน และกลวิธีทางสังคมบ่อย โดยใช้กลวิธีที่ใช้ความจำน้อย และใช้ กลวิธีที่ใช้อภิปัญญาน้อยมาก

3) การสร้างการรูปแบบด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า การใช้ภาษาไทยมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนและการใช้ชีวิตในประเทศไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมหาวิทยาลัยที่มีเนื้อหาทางศาสนาและวิชาการเป็นภาษาไทยเกือบทั้งหมด การเรียนต้องเรียนทุกวิชาเป็นภาษาไทย ถ้าไม่เข้าใจก็เรียนไม่ได้ ต้องท่องศัพท์มา หรือในเวลาที่เราเวลาเทศน์หรือสื่อสารกับญาติโยม ต้องพูดไทยให้เข้าใจง่าย และชัดเจน สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปณิชา นิติสกุลวุฒิ (2557) ได้วิจัยเรื่อง การใช้กลยุทธ์ในการเรียนรู้ภาษาอังกฤษของนักเรียนที่เข้า ร่วมโครงการค่ายอาเซียน ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนไทยและนักเรียนอาเซียนใช้กลยุทธ์ในการ เรียนรู้ภาษาอังกฤษอยู่ในระดับมาก กลยุทธ์ที่ใช้สูงที่สุด คือกลยุทธ์ทางอารมณ์ กลยุทธ์ที่ใช้ต่ำที่สุด คือ กลยุทธ์การจ ำ 2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ในการใช้กลยุทธ์ในการเรียนรู้ภาษาอังกฤษของนักเรียน ไทยและอาเซียน พบว่า 2.1) นักเรียนไทยใช้กลยุทธ์ทางอารมณ์สูงที่สุดและใช้กลยุทธ์การจำน้อยที่สุด นักเรียนอาเซียนใช้กลยุทธ์ในการเรียนรู้ ภาษาอังกฤษสูงที่สุดคือ กลยุทธ์ทางอารมณ์และใช้กลยุทธ์ การชดเชยน้อยที่สุด 2.2) นักเรียนไทยใช้กลยุทธ์ ในการเรียนรู้ภาษาอังกฤษอยู่ในระดับต่ำกว่า นักเรียนอาเซียน 4 กลยุทธ์ คือ กลยุทธ์การจำกลยุทธ์ปริชาน กลยุทธ์การชดเชย กลยุทธ์อภิปริชาน ส่วนอีก 2 กลยุทธ์คือ กลยุทธ์ทางอารมณ์ และ กลยุทธ์ทางสังคม นักเรียนไทยใช้มากกว่านักเรียนอาเซียน

## องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับ “การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศใน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” โดยผู้จัดทำได้จัดทำเป็นองค์ความรู้ใหม่ดังนี้



## สรุปองค์ความรู้ใหม่จากงานวิจัย

งานวิจัยนี้ได้ค้นพบองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับ การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ซึ่งปัจจัยที่ส่งผลศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิต คือ แรงจูงใจ, ทักษะ, สภาพแวดล้อมทางการเรียน และการจัดกิจกรรมฝึกพูดกับชาวบ้านในท้องถิ่น หรือกิจกรรมแลกเปลี่ยนกับนิสิตไทย องค์ความรู้ใหม่เหล่านี้สามารถนำไปใช้ในการใช้ภาษาไทยให้มีบทบาทสำคัญต่อการเรียนในมหาวิทยาลัยและการเผยแพร่ธรรมะ มีการพัฒนารูปแบบส่งเสริมการใช้ภาษาไทยที่เน้นการปฏิบัติจริงพัฒนารูปแบบส่งเสริมการใช้ภาษาไทยที่เน้นการปฏิบัติจริง แนวทางการเรียนการสอนภาษาไทยสำหรับชาวพม่าและชาวต่างชาติกลุ่มอื่น ๆ ในอนาคต

## ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” ผู้วิจัยได้กำหนดข้อเสนอแนะไว้เพื่อเป็นประโยชน์ในงานวิจัยซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### 1) ข้อเสนอเชิงนโยบาย

ควรมีการนำเสนอแนวทางในนำเสนอรูปแบบเกี่ยวกับแนวการศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อให้เป็นประโยชน์ในเชิงปฏิบัติ และสำหรับนิสิตชาวต่างชาติ ในการปูพื้นฐานในการศึกษาข้อมูลให้เป็นการศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พร้อมด้วยการนำเสนอจัดการทำหลักสูตรภาษาไทยสำหรับนิสิตต่างชาติที่เน้นภาษาเพื่อการเรียนในสาขาพระพุทธศาสนา ควบคู่กับภาษาไทยในชีวิตประจำวัน เพื่อเสริมความเข้าใจทั้งเชิงวิชาการและวัฒนธรรม

### 2) ข้อเสนอเชิงปฏิบัติ

ควรมีการดำเนินการจัดกิจกรรมสำหรับจัดหลักสูตรเร่งรัดด้านคำศัพท์พื้นฐานและการสนทนาเบื้องต้นให้แก่ นิสิตต่างชาติใหม่ ก่อนเริ่มเรียนวิชาหลัก ให้กับนิสิตชาวต่างชาติ โดยเน้นเป็นแนวทางในการปฏิบัติ โดยการรวมบทเรียน คลิปวิดีโอ แบบฝึกหัด และบทสนทนา จำแนกตามหัวข้อที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาและชีวิตประจำวันที่เหมาะสม ควบคู่กับการจับคู่ นิสิตไทยกับนิสิตต่างชาติ เพื่อช่วยกันฝึกภาษาในชีวิตประจำวัน และช่วยปรับตัวด้านภาษาและวัฒนธรรม

### 3) ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยในครั้งต่อไป

ควรศึกษาลักษณะกลุ่มตัวแปรตามเดียวกัน เพื่อขยายขอบข่ายในพื้นที่การวิจัยให้กว้างออกไปหลายจังหวัด เพื่อให้ได้หลากหลายมุมมองในการศึกษาศักยภาพด้านการใช้ภาษาไทยของนิสิตต่างประเทศในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลายๆ ฝ่าย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลุ่มลึกหลากหลายมุมมอง รวมไปถึงการขยายขอบข่ายกลุ่มตัวแปรที่ศึกษา โดยเพิ่มปัจจัยที่เกี่ยวข้องที่ส่งผลต่อความสำเร็จต่อการศึกษา

## เอกสารอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ, กรมวิชาการ (2551). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

กันตยา เพิ่มผล (2541). *การพัฒนาประสิทธิภาพการทำงาน*. กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.

กาญจนา คุณารักษ์ (2535). *หลักสูตรและการพัฒนา*. พิมพ์ครั้งที่ 2. นครปฐม : โรงพิมพ์ มหาวิทยาลัย ศิลปากร.

กิดานันท์ มลิทอง (2545). *เทคโนโลยีการศึกษาร่วมสมัย*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์.

ทรงศรี สรณสถาพร (2560). “กลยุทธ์การเรียนรู้ภาษาอังกฤษโดยตรงของผู้เรียนชาวไทยในยุคประเทศไทย 4.0”. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยธนบุรี*. 11 (26).

นิคม ทาแดง, กอบกุล ปราบประชา, และอำนาจ เดชชัยศรี (2546). *ชุดฝึกหัดอบรมครู,ประมวลสาระ เรื่อง เทคโนโลยี การศึกษาเพื่อการเรียนรู้*. กรุงเทพมหานคร : ภาพพิมพ์.

ปณิชา นิติสกุลวุฒิ (2557). “การใช้กลยุทธ์ในการเรียนรู้ภาษาอังกฤษของนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการค่าย อาเซียน”. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยธนบุรี*. 8(16).

วิไลพร ไชยโย (2559). “รูปแบบการพัฒนาศักยภาพของผู้นำท้องถิ่นกับการบริหารจัดการภาครัฐแนว ใหม่”. *รายงานวิจัย*. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.

สิระ สมนาม และคณะ (2551). “ลักษณะการเรียนรู้และกลวิธีการเรียนรู้ของนักศึกษาชาวจีนที่เรียน ภาษาไทยในฐานะภาษาต่างประเทศ ณ สถาบันอุดมศึกษา เขตภาคเหนือตอนบน”. *รายงาน การวิจัย*. มหาวิทยาลัยฟาร์อีสเทอร์น.

อนุศักดิ์ สมิตสันต. (2540). *การบริหารวิชาการ*. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการบริการการศึกษา คณะ ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

Bently, J.M. (2008). *Supporting International Student Adjustment*. USA: Central Michigan University.

## การศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิต ของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี

A Study on the Application of Buddhist Principles in the Lives of Youth  
in the Digital Age Society

กวีภัทร ฉาวชานา, พระมหาศรีพัยค์ สิริวิญญู (กงพาน)  
Kaweephat Chawchawna, Phramaha Sriphayak Sirivinyu (Kongpan)  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

E-mail: Sriphayakkongphan@gmail.com

Received: January 20, 2025

Revised: February 13, 2025

Accepted: May 26, 2025

### บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี” ผู้วิจัยได้กำหนดใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ ด้วยการรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaires) โดยคัดเลือกนิสิตที่เข้าร่วมกิจกรรมสื่อนใน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มาเป็นผู้เกี่ยวข้องในการตอบแบบสอบถามจำนวน 50 คน/รูป ด้วยการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างขึ้นจากประชากรที่ทำการศึกษาแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้ 1) การศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยีอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.06 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.586 2) การวิเคราะห์ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยีอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.640 และ 3) การวิเคราะห์การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยีอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.47 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.472

คำสำคัญ: พุทธธรรมกับเยาวชน; สังคมยุคเทคโนโลยี; เทคโนโลยีกับพุทธธรรม

## Abstract

This research, titled "A Study on the Application of Buddhist Principles in the Lives of Youth in the Digital Age Society," employed a quantitative research methodology. Data were collected through questionnaires distributed to 50 participants students involved in media-related activities at Mahachulalongkornrajavidyalaya University. The sample group was selected using purposive sampling.

The research findings are as follows: 1) The study of the challenges faced by youth in their daily lives within a technological society revealed a high level of concern, with a mean score of 4.06 and a standard deviation of 0.586. 2) Youth perceptions regarding the application of Buddhist principles in navigating life in the technological era were also at a high level, with a mean score of 4.28 and a standard deviation of 0.640. 3) The study of satisfaction with the study and its relevance to the application of Buddhist teachings in youth life was rated highly, with a mean score of 4.47 and a standard deviation of 0.472.

**Keywords:** Buddhist Principles and Youth; Digital Age Society; Technology and Buddhist Principles

## บทนำ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่ชาวไทยส่วนใหญ่นับถือสืบต่อกันมาอย่างยาวนาน และนับเป็นหนึ่งในสถาบันหลักของชาติควบคู่กับชาติและพระมหากษัตริย์ ซึ่งทั้งสามสถาบันนี้เป็นเสาหลักที่หล่อหลอมความเป็นไทยให้มั่นคง พระพุทธศาสนาไม่เพียงเป็นรากฐานของวัฒนธรรมไทย หากยังเป็นเอกลักษณ์สำคัญที่แสดงถึงจิตวิญญาณของชาติ อันถือเป็นมรดกล้ำค่าคู่บ้านคู่เมืองมาแต่โบราณ ในยามที่ประเทศเผชิญวิกฤตหรือภัยพิบัติ พระพุทธศาสนาได้ทำหน้าที่เป็นหลักยึดเหนี่ยวทางจิตใจของประชาชน ทำให้ชาวไทยมีความสามัคคี เป็นน้ำหนึ่งใจเดียว และสามารถฮ้างไว้ซึ่งเอกราชและอธิปไตยของชาติได้อย่างมั่นคง การที่รัฐบรรจุพระพุทธศาสนาไว้ในแผนการศึกษาแห่งชาติ แสดงให้เห็นถึงบทบาทสำคัญของศาสนาในการจรรโลงสังคม สร้างความสมัครสมานสามัคคีในหมู่ประชาชน กระตุ้นจิตสำนึกแห่งความดีงาม เกิดไมตรีจิตมิตรภาพ และการเกื้อกูลกันอย่างกว้างขวางทั่วผืนแผ่นดินไทย (สุทธิวงศ์ ตันตยาพิศาลสุทธิ์, 2538, 6 - 20.)

ปัจจุบันสื่อสังคมมีอิทธิพลต่อความรู้สึกรู้สึก นึกคิดปรุงแต่ง ซึ่งนำความคิดให้เป็นไปได้ทั้งคุณ และโทษ ข้อมูลผ่านสื่อมีบทบาทชักจูงและมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตในกลุ่มผู้เสพที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะ วัยรุ่นที่อยู่ในวัยกำลังเรียนรู้ ลองผิดถูกทั้งทางความคิดและการกระทำนั้น ความสามารถในการยับยั้ง ชั่งใจหรือควบคุมอารมณ์ความต้องการของตนเอง ความสามารถในการวิเคราะห์ แยกแยะ และ กลั่นกรองในเรื่องที่ควรและไม่ควรย่อมมีน้อยตามวุฒิภาวะ และทุกวันนี้สังคมไทยเปิดกว้างในการรับ สื่อหากแต่เพราะบางไร้วุฒิมิคุ้มกัน โดยเฉพาะอินเทอร์เน็ตที่นำเสนอเนื้อหา ในทางลบด้วยเหตุผลทาง ธุรกิจที่มุ่งแสวงหากำไร ผู้ผลิตขาดสำนึก มุ่งแต่ตอบสนองความอยาก ด้วยการเผยแพร่ อบายมุข ประเภทต่าง ๆ ผลกระทบจึงเกิดกับสังคมในวงกว้าง อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่นซึ่งใช้การใช้คอมพิวเตอร์และโทรศัพท์มือถือวันละหลายชั่วโมง ทำให้มีโอกาสเกี่ยวข้องกับสื่อที่ไม่มีคุณภาพได้มาก และหากใช้สื่อโดยขาดการไตร่ตรอง ยังคิด ด้วยปัญญาที่ แยกแยะเหตุและผล คุณค่า ประโยชน์ ข้อดีข้อเสียของเนื้อหาที่สื่อแนะนำ ก็เป็นไปได้ว่าวัยรุ่นอาจซึมซับ พฤติกรรมหรือค่านิยมที่ผิดจากสื่อมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต หรือแม้กระทั่งเข้าร่วมกิจกรรมกับสื่อ ที่ไม่เหมาะสม ซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาทั้งต่อตัววัยรุ่น ครอบครัว และสังคมในวงกว้างตามมา (สำนักงาน คณะกรรมการกิจการกระจายเสียง และกิจการโทรคมนาคมแห่งชาติ, 2566, ออนไลน์) และเห็นได้ว่าการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม คนส่วนใหญ่เริ่มละเลยศีลธรรม ผู้บริหารบ้านเมืองไม่มองเห็นความสำคัญของการศึกษาจริยธรรม สังคมจึงยุ่งเหยิงสับสน ปัญหาโจรผู้ร้าย มีการแข่งขันเอาर्डเอาเปรียบ สภาพที่ไร้น้ำใจ และขาดเมตตากรุณาต่อกัน ทั้งนี้ เพราะคนไทยมองไม่เห็นความสำคัญของพระพุทธศาสนา คนไทยในปัจจุบันเจริญทางวัตถุ มีความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมาก ทำให้เกิดสภาพความขาดแคลนทางศาสนาและจริยธรรม (พระพรหมคุณาภรณ์, 2548, 43.)

การศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี สอดคล้องกับ การนำหลักพุทธธรรมถือเป็นหลักแห่งการดำรงชีวิตของชาวพุทธไทยมาอย่างยาวนานกว่า 2,500 ปี โดยชาวพุทธในประเทศไทยน้อมนำหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต เพื่อเสริมสร้างความสงบสุขทั้งต่อตนเองและส่วนรวม ผ่านการประพฤติตนด้วยความเพียร ความซื่อสัตย์สุจริต และการยึดมั่นในสัมมาอาชีวะ ในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตมีสำหรับ เยาวชนมีจุดมุ่งหมายเพื่อขัดเกลาจิตใจให้พ้นจากความเห็นแก่ตัว มุ่งเน้นการกระทำเพื่อประโยชน์ส่วนรวม มีความเข้าใจในสังขาร เข้าใจตนเอง เข้าใจสังคม และตระหนักรู้ถึงความเป็นมาและความเป็นไปของโลก อีกทั้งยังปลูกฝังให้ไม่ยึดติดกับสิ่งปรุงแต่ง ไม่ว่าจะป็นวัตถุภายนอกหรือแม้แต่ความยึดมั่นในตัวตนของตนเอง โดยพุทธธรรมยังทำหน้าที่เป็นเครื่องเตือนใจ ให้นุชนูชู้จักละอายและเกรงกลัวต่อบาป ประพฤติตนให้อยู่ในกรอบของศีลธรรมอันเหมาะสม หลักธรรมเหล่านี้ล้วนเป็นรากฐานสำคัญในการพัฒนาจิตสำนึกต่อ สังคมและเศรษฐกิจ โดยพระพุทธเจ้าทรงชี้แนะแนวทางแห่งชีวิตที่ถูกต้อง เพื่อมุ่งสู่ความสุขทั้งในระดับปัจเจกและระดับสังคม โดยเน้นให้ละเว้นความชั่ว ปฏิบัติแต่สิ่งที่ดีงาม และดำเนินชีวิตอย่างมีสติ มีเมตตา ซึ่งจะนำไปสู่สังคมที่เปี่ยมด้วยสันติสุขและยั่งยืน (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2542.)

พระพุทธศาสนาเป็นรากฐานสำคัญของสังคมไทยและมีบทบาทในการหล่อหลอมคุณธรรม จริยธรรมในหมู่ประชาชนมายาวนาน อย่างไรก็ตาม ในยุคที่เทคโนโลยีและสื่อดิจิทัลเข้ามามีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของเยาวชน ส่งผลให้เกิดปัญหาทางจิตใจ พฤติกรรม และค่านิยมที่อาจเบี่ยงเบนไปจากหลักศีลธรรม อันดี งานวิจัยนี้จึงมุ่งศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชน เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมคุณธรรม ความมีสติ และการใช้ชีวิตอย่างมีจิตสำนึก ซึ่งจะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจแก่เยาวชนให้สามารถดำรงตนได้อย่างเหมาะสมท่ามกลางกระแสแห่งเทคโนโลยีและการเปลี่ยนแปลงของสังคมในปัจจุบัน

### วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี
- 2) เพื่อวิเคราะห์ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี
- 3) เพื่อศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ที่ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ “การศึกษาน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี” ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ ด้วยการรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaires) โดยคัดเลือกนิสิตที่เข้าร่วมกิจกรรมสื่อนในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มาเป็นผู้เกี่ยวข้องในการตอบแบบสอบถามจำนวน 50 คน/รูป ด้วยการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างขึ้นจากประชากรที่ทำการศึกษาแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยใช้เหตุผลในการ เลือกเพื่อความเหมาะสมในการวิจัย เพื่อนำแบบสอบถามที่เก็บรวบรวมได้มาทำการวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ การหาจำนวนค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการหาค่าทางสถิติ ประกอบด้วย

- 1) การศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) รวมทั้งหมด 10 ข้อ โดยบอกความหมายไว้ 5 ระดับ ดังนี้
  - 5 หมายถึง สภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **มากที่สุด**
  - 4 หมายถึง สภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **มาก**

- 3 หมายถึง สภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ใน  
ระดับ **ปานกลาง**
- 2 หมายถึง สภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ใน  
ระดับ **น้อย**
- 1 หมายถึง สภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ใน  
ระดับ **น้อยที่สุด**

2) การวิเคราะห์ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) รวมทั้งหมด 10 ข้อ โดยบอกความหมายไว้ 5 ระดับ ดังนี้

- 5 หมายถึง ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนิน  
ชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **มากที่สุด**
- 4 หมายถึง ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนิน  
ชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **มาก**
- 3 หมายถึง ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนิน  
ชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **ปานกลาง**
- 2 หมายถึง ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนิน  
ชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **น้อย**
- 1 หมายถึง ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนิน  
ชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **น้อยที่สุด**

3) การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) รวมทั้งหมด 10 ข้อ โดยบอกความหมายไว้ 5 ระดับ ดังนี้

- 5 หมายถึง การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการ  
ดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **มากที่สุด**
- 4 หมายถึง การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการ  
ดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี **มาก**
- 3 หมายถึง การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการ  
ดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **ปานกลาง**
- 2 หมายถึง การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการ  
ดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **น้อย**

1 หมายถึง การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี อยู่ในระดับ **น้อยที่สุด**

### ผลการวิจัย

1) การศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี

ผลการวิจัยพบว่า ภาพรวมของการศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยีอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.06 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.586 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มากที่สุด คือ ท่านสามารถใช้เทคโนโลยีให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาตนและช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.48 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.507 รองลงมา คือ ท่านสามารถแยกแยะข้อมูลจริง/เท็จหรือโฆษณาแฝงที่พบในสื่อดิจิทัลได้ดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.34 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.481 และน้อยที่สุด คือ ท่านรู้สึกวิตกกังวล หรือเปรียบเทียบกับตนเองเมื่อเห็นชีวิตของผู้อื่นบนโลกออนไลน์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.85 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.355 ตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์การศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี

ลำดับ	การวิเคราะห์การศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี	ระดับความคิดเห็น		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1	ท่านรู้สึกวิตกกังวล หรือเปรียบเทียบกับตนเองเมื่อเห็นชีวิตของผู้อื่นบนโลกออนไลน์	2.85	0.355	ปานกลาง
2	ท่านรู้สึกว่าสื่อออนไลน์มีอิทธิพลต่อความคิดและการตัดสินใจของท่านในชีวิตประจำวัน	4.31	0.758	มาก
3	ท่านมีโอกาสในการเข้าถึงแหล่งเรียนรู้หรือพัฒนาตนผ่านสื่อออนไลน์อย่างต่อเนื่อง	4.25	0.610	มาก
4	ท่านได้รับคำแนะนำจากผู้ปกครองหรือครูในการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม	4.14	0.809	มาก
5	ท่านสามารถแยกแยะข้อมูลจริง/เท็จหรือโฆษณาแฝงที่พบในสื่อดิจิทัลได้ดี	4.34	0.481	มาก
6	ท่านสามารถใช้เทคโนโลยีให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาตนและช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม	4.48	0.507	มาก
	รวม	4.06	0.586	มาก

2) การวิเคราะห์ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี

ผลการวิจัยพบว่า ภาพรวมของการวิเคราะห์ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยีอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.640 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มากที่สุด คือ ท่านคิดว่าหลักทางสายกลางสามารถใช้เป็นแนวทางในการใช้เทคโนโลยีอย่างสมดุล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.65 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.481 รองลงมา คือ ท่านสามารถแยกแยะพฤติกรรมที่ควรหรือไม่ควรตามหลักศีลธรรมเมื่ออยู่ในโลกออนไลน์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.34 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.481 และน้อยที่สุด คือ ท่านเห็นว่าหลักธรรมในพระพุทธศาสนายังสามารถนำมาใช้ในการชีวิตประจำวันได้ในยุคเทคโนโลยี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 และเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.809 ตามตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** การวิเคราะห์ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี

ลำดับ	การวิเคราะห์ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยี	ระดับความคิดเห็น		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1	ท่านเห็นว่าหลักธรรมในพระพุทธศาสนายังสามารถนำมาใช้ในการชีวิตประจำวันได้ในยุคเทคโนโลยี	4.14	0.809	มาก
2	ท่านเคยน้อมนำหลักพุทธธรรม เช่น ศีล 5 หรืออริยสัจ 4 มาใช้เป็นแนวทางในการแก้ปัญหาในชีวิต	4.17	0.821	มาก
3	ท่านเห็นว่าการมีสติและสมาธิสามารถช่วยลดผลกระทบจากการใช้เทคโนโลยีเกินพอดีได้	4.14	0.809	มาก
4	ท่านเคยใช้สื่อดิจิทัล (เช่น YouTube, TikTok, Facebook) เพื่อศึกษาเนื้อหาธรรมะหรือคำสอนพุทธศาสนา	4.25	0.443	มาก
5	ท่านคิดว่าหลักทางสายกลางสามารถใช้เป็นแนวทางในการใช้เทคโนโลยีอย่างสมดุล	4.65	0.481	มากที่สุด
6	ท่านสามารถแยกแยะพฤติกรรมที่ควรหรือไม่ควรตามหลักศีลธรรมเมื่ออยู่ในโลกออนไลน์	4.34	0.481	มาก
<b>รวม</b>		<b>4.28</b>	<b>0.640</b>	<b>มาก</b>

3) การวิเคราะห์การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี

ผลการวิจัยพบว่า ภาพการวิเคราะห์การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยีอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.47 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.472 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มากที่สุด คือ ท่านพึงพอใจกับการเข้าถึงธรรมะผ่านช่องทางออนไลน์ เช่น เว็บไซต์ แอปพลิเคชัน YouTube หรือโซเชียลมีเดีย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.77 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.426 รองลงมาคือ ท่านพึงพอใจโดยรวมต่อการนำพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างสอดคล้องกับเทคโนโลยีสมัยใหม่ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.68 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.471 และน้อยที่สุด คือ ท่านพึงพอใจต่อเนื้อหาหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับพุทธธรรมที่สามารถประยุกต์ใช้ร่วมกับเทคโนโลยีสมัยใหม่ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.31 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.471 ตามตารางที่ 3

**ตารางที่ 3** การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี

ลำดับ	การวิเคราะห์การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี	ระดับความคิดเห็น		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1	ท่านพึงพอใจกับการนำหลักพุทธธรรมมาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตในยุคที่เทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงรวดเร็ว	4.42	0.502	มาก
2	ท่านพึงพอใจต่อเนื้อหาหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับพุทธธรรมที่สามารถประยุกต์ใช้ร่วมกับเทคโนโลยีสมัยใหม่	4.31	0.471	มาก
3	ท่านพึงพอใจที่ใช้พุทธธรรมช่วยให้ท่านมีความสงบใจ ลดความเครียดจากการใช้เทคโนโลยีมากเกินไป	4.34	0.481	มาก
4	ท่านพึงพอใจกับการเข้าถึงธรรมะผ่านช่องทางออนไลน์ เช่น เว็บไซต์ แอปพลิเคชัน YouTube หรือโซเชียลมีเดีย	4.77	0.426	มากที่สุด
5	ท่านพึงพอใจที่ได้เรียนรู้หรือฝึกฝนพุทธธรรมในโรงเรียนหรือกิจกรรมทางศาสนาเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมยุคดิจิทัล	4.34	0.481	มาก
6	ท่านพึงพอใจโดยรวมต่อการนำพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต	4.68	0.471	มากที่สุด

ลำดับ	การวิเคราะห์การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี	ระดับความคิดเห็น		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
	อย่างสอดคล้องกับเทคโนโลยีสมัยใหม่			
	รวม	4.47	0.472	มาก

## อภิปรายผล

1) ภาพรวมของการศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยีอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.06 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.586 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มากที่สุด คือ ท่านสามารถใช้เทคโนโลยีให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาตนและช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.48 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.507 สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระณัฐวัฒน์ ญาณปโป (2558) ตามกระแสยุคโลกาภิวัตน์ที่นับวัน วัตถุนิยมก็มีมากขึ้น และมีอิทธิพลต่อมนุษย์เพิ่มมากยิ่งขึ้น ในทางพระพุทธศาสนาได้บอกไว้ว่าการบริโภคปัจจัย 4 เป็นความต้องการของมนุษย์ และมนุษย์เกิดมาเพื่อต้องบริโภคปัจจัย 4 เพื่อหล่อเลี้ยงชีวิตในการดำรงชีพ การบริโภคปัจจัย 4 ในยุคโลกาภิวัตน์ในยุคดิจิทัล จึงต้องระวังผลกระทบต่อการบริโภค ถ้ายึดหลักธรรมมาดำเนินชีวิต ให้สามารถหลุดพ้นจากกิเลสที่ครอบงำกับบุคคลทั้งหลาย การที่เราได้เอาหลักธรรมมาใช้ในยุคดิจิทัลนั้นก็ทำให้เราไม่เกิดทุกข์ และจะทำให้เราสามารถอยู่ในยุคดิจิทัลได้

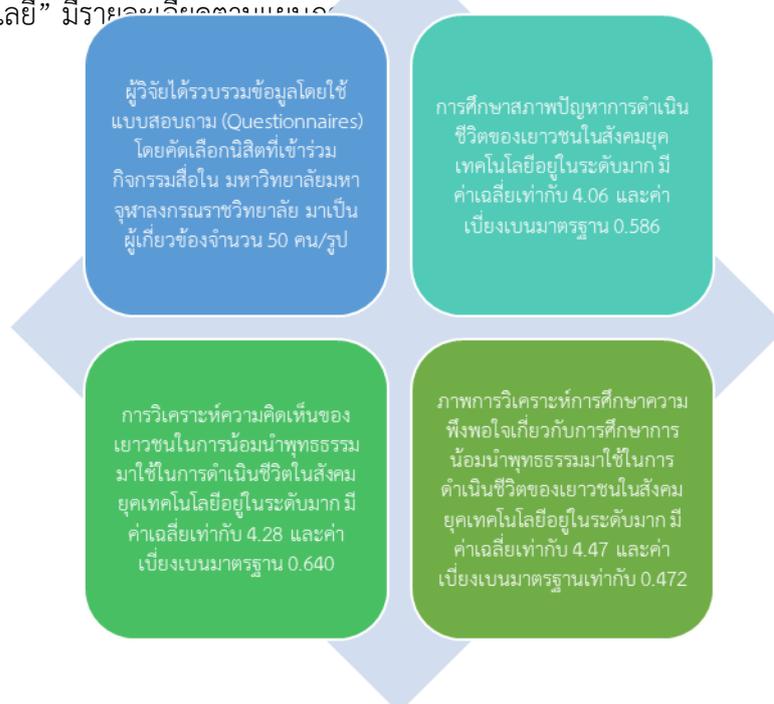
2) ภาพรวมของการวิเคราะห์ความคิดเห็นของเยาวชนในการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมยุคเทคโนโลยีอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.640 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มากที่สุด คือ ท่านคิดว่าหลักทางสายกลางสามารถใช้เป็นแนวทางในการใช้เทคโนโลยีอย่างสมดุล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.65 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.481 สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระพิชญ วุฒมนธโม (2558) การสื่อสารสมัยปัจจุบันมีประสิทธิภาพในการเปลี่ยนแปลงและขับเคลื่อนสังคมให้เป็นไปในทิศทางต่าง ๆ สามารถปรับเปลี่ยนทัศนคติ เจตคติและพฤติกรรมของบุคคลในสังคมได้ตามต้องการ ทำให้เกิดแนวคิดและทฤษฎีต่าง ๆ ในการสื่อสารที่มีความชัดเจน นำมาประยุกต์ใช้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ตกต่ำก่อเกิดปัญหา มาเป็นพฤติกรรมที่ดีงามตามที่สังคมส่วนรวมต้องการ ประสิทธิภาพการสื่อสารมีองค์ประกอบ 4 ประการคือ ผู้ส่งสาร สาร สื่อหรือช่องทางการสื่อสาร และผู้รับสาร การสื่อสารเผยแผ่พุทธธรรมสมัยพุทธกาล พระพุทธเจ้าทรงใช้การสอน 3 วิธี คือ อธิปาฏิหาริย์ อาเทศนาปาฏิหาริย์ และอนุสาสนีปาฏิหาริย์ ในการแสดงธรรม แต่ละครั้ง ทรงมีลีลาการสอน 4 อย่าง คือ แบบสันตัสสนา แบบสมาทปนา แบบสมุตเตสนาแบบสัมปทังสนา สื่อในพระพุทธศาสนา คือการสื่อถึงธรรมที่สามารถช่วยให้ผู้ฟังเข้าใจได้ชัดเจนแจ่มแจ้งยิ่งขึ้น สื่อในครั้งพุทธกาลที่ทรงใช้มี 5 ประเภท ได้แก่ (1) การ

สื่อสารด้วยบุคคลหรือสื่อมวลชน (คำพูด ท่าทาง) (2) การสื่อสารด้วยภาษา (3) การสื่อสารโดยใช้อุปกรณ์ (4) การสื่อสารด้วยการอุปมา อุปมัย (5) สื่อสารด้วยนิทานชาดก ในสมัยพุทธกาล พระพุทธเจ้าทรงเสด็จไปแสดงธรรม แก่พุทธศาสนิกชนทุกระดับชั้นด้วยพระองค์เอง โดยทรงใช้พุทธวิธีการสอนในรูปแบบต่าง ๆ จนทำให้พระพุทธศาสนาแพร่หลายไปทั่วชมพูทวีปจนมาถึงสุวรรณภูมิ

3) ภาพการวิเคราะห์การศึกษาความพึงพอใจเกี่ยวกับการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยีอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.47 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.472 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มากที่สุด คือ ท่านพึงพอใจกับการเข้าถึงธรรมะผ่านช่องทางออนไลน์ เช่น เว็บไซต์ แอปพลิเคชัน YouTube หรือโซเชียลมีเดีย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.77 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.426 สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาธนิต สิริวิมุตโน (2558) รูปแบบและกระบวนการสื่อสารพุทธธรรม ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ของพระสงฆ์ในสังคมไทย กระบวนการสื่อสารพุทธธรรมผ่านสื่อสังคมออนไลน์ของพระสงฆ์ในสังคมไทย ทำให้เนื้อหาสาระธรรมเผยแพร่ออกไปทั่วโลก ปัจจุบันเฟซบุ๊กมีผู้ใช้งานเป็นจำนวนมาก การบรรยายธรรมสามารถเข้าถึงผู้ชมได้มาก และข่าวสารยังกระจายไปอย่างรวดเร็วกว้างไกล สำหรับยูทูบ มีภาพเคลื่อนไหวพร้อมเสียง สามารถดึงดูดให้ผู้ชมมาสนใจในการบรรยายธรรมได้ ส่วนเว็บไซต์ ซึ่งเป็นคลังข้อมูลขนาดใหญ่ รวบรวมข้อธรรมได้มาก มีบอร์ดแลกเปลี่ยนพูดคุยสนทนา เสวนาธรรมด้วยการเชื่อมโยงกันในเว็บไซต์ ไม่ว่าจะเป็นการเข้าใช้ด้วยการค้นหาจากกูเกิล (google) การเข้าผ่านหน้าเว็บไซต์โดยตรง ถือเป็นอีกทางเลือกที่น่าสนใจ เป็นเวทีสาธารณะ ไม่มีขอบเขตและข้อจำกัดในการถาม-ตอบ ผู้ถามและผู้ตอบต่างเป็นอิสระต่อกัน

## องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย “การศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี” มีรายละเอียดความเรียงต่อไปนี้



## แผนภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

### ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยี” ผู้วิจัยได้กำหนดข้อเสนอแนะไว้เพื่อเป็นประโยชน์ในงานวิจัยซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 1 ข้อเสนอเชิงนโยบาย

ควรมีกำหนดนโยบายควรส่งเสริมการบูรณาการหลักธรรมในพระพุทธศาสนา เช่น ศีล สมาธิ ปัญญา เข้าไว้ในรายวิชาศีลธรรม จริยศึกษา และกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อปลูกฝังคุณธรรมและการรู้เท่าทันเทคโนโลยีให้กับเยาวชนอย่างมีระบบ สนับสนุนการผลิตสื่อพุทธธรรม เช่น พอดแคสต์ คลิปวิดีโอ เกม หรือแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียที่นำเสนอหลักธรรมในรูปแบบที่ทันสมัย

#### 2 ข้อเสนอเชิงปฏิบัติ

ควรมีกำหนดกิจกรรมประจำเดือนที่บูรณาการหลักพุทธธรรมกับการใช้เทคโนโลยี เช่น การฝึกสติผ่านแอป การแบ่งปันสื่อธรรมะออนไลน์ การสร้างคอนเทนต์ธรรมะสั้น ๆ ส่งเสริมให้เยาวชนรวมกลุ่มจัดกิจกรรมเกี่ยวกับธรรมะด้วยตนเอง เช่น การเจริญสติ กิจกรรมสาธารณประโยชน์ ค่ายคุณธรรม โดยใช้การสื่อสารผ่านเทคโนโลยีเพื่อดึงดูดเพื่อนในวัยเดียวกัน

#### 3 ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยในครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาการน้อมนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยีที่มีลักษณะแตกต่างกัน เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสังคมยุคเทคโนโลยีที่มีลักษณะแตกต่างกัน และเสริมด้วยวิจัยเกี่ยวกับสื่อหรือแพลตฟอร์มที่เยาวชนเข้าถึงได้ง่าย เช่น YouTube, TikTok, หรือแอปธรรมะ เพื่อออกแบบแนวทางการเผยแพร่ธรรมะที่ตรงกับความสนใจของกลุ่มเป้าหมาย

### เอกสารอ้างอิง

- นพพรชา อภิรัฐนานนท์ และกัจจา อภิชนรจเรช (2568). *พุทธธรรม 4.0 ศาสนากับความท้าทายทางเทคโนโลยี*. สืบค้นข้อมูลจาก <https://www.posttoday.com/lifestyle/548924>
- พระณัฐวัฒน์ ญาณปโป (2558). “รูปแบบการเรียนรู้พัฒนาพฤติกรรมการใช้สื่อดิจิทัลตามหลักพระพุทธศาสนา”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ดุสิตบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

- พระพรหมคุณาภรณ์ (2548). *คนไทยกับเทคโนโลยี*. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิปัญญา  
ประทีป.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (2554). *ธรรมานุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดั่งงาม*. พิมพ์ครั้งที่ 174.  
กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์สวย จำกัด.
- พระพิชญ์ วฑฒนธมโม (2558). “รูปแบบและกระบวนการเผยแพร่ธรรมของ ว. วชิรเมธี (พระมหาภูติชัย)”.  
*วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช  
วิทยาลัย.
- พระมหาธนิต สิริวิฑฒโน (2558). “รูปแบบและกระบวนการสื่อสารพุทธธรรม”. *วารสารวิจัยราชภัฏ  
เชียงใหม่*. 16(2).
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2542). *หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิต*. กรุงเทพมหานคร:  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการกิจการกระจายเสียง และกิจการโทรคมนาคมแห่งชาติ (2566). *หัวใจสำคัญของ  
การรู้เท่าทันสื่อคืออะไร*. สืบค้นข้อมูลจาก [https://bcp.nbtc.go.th/th/detail/  
20170124231457](https://bcp.nbtc.go.th/th/detail/20170124231457)
- สุทธิวงษ์ ตันตยาพิศาลสุทธ์ (2538). *พระพุทธศาสนากับการศึกษาของชาติ*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์  
การศาสนา.
- เอื้อจิต วิโรจน์ไตรรัตน์. (2540). การวิเคราะห์ระดับมีเดียลิตเตอเรซีของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาใน  
ประเทศไทย. *วิทยานิพนธ์ครุศาสตร์ดุสิตบัณฑิต* ไม่ได้ตีพิมพ์. จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.

**การพัฒนาคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย  
ตำบลห้วยขวาง อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม**

THE DEVELOPMENT OF SLEEP QUALITY AMONG THE ELDERLY IN BAN RANG I MEI  
COMMUNITY KAMPHAENG SAEN DISTRICT NAKHON PATHOM PROVINCE

ธีรภรณ์ เรือนนุช, สัณญา สดประเสริฐ  
และพระมหาประกาศิต ฐิติปสิทธิกร

Theeraporn Rueannut,  
Sanya Sodprasert, and Phramaha Prakasit Thitipassitthikorn  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

E-mail: Sriphayakkongphan@gmail.com

Received: January 24, 2025

Revised: February 23, 2025

Accepted: May 26, 2025

**บทคัดย่อ**

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม ๒) เพื่อการออกและพัฒนากิจกรรม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม ๓) เพื่อประเมินคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

ผลการวิจัยพบว่า

1) การนอนหลับของผู้สูงอายุภายในชุมชน สามารถแบ่งตามพฤติกรรม ดังที่กล่าว พฤติกรรมทางด้านสุขภาพ พฤติกรรมทางด้านอารมณ์และความเครียด พฤติกรรมทางด้านกรับประทานอาหาร พฤติกรรมทางด้าน ภายในที่พักของผู้สูงอายุ ทางด้านสภาพแวดล้อมบริเวณรอบบ้านของผู้สูงอายุ สภาพจิตใจของผู้สูงอายุ จากปัญหาดังกล่าวพบว่าเป็นสาเหตุมาจากการนอนหลับของผู้สูงอายุทั้งสิ้น 2) การออกแบบและพัฒนากิจกรรมให้ผู้สูงอายุภายในชุมชนได้มีส่วนร่วมในการสร้างกิจกรรม เช่นกิจกรรมสันทนาการ

การเพื่อลดความเครียดสะสมของผู้สูงอายุ การให้ความรู้เรื่องการรับประทานอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ การลงพื้นที่ ให้ความรู้ แนะนำ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการนอนหลับของผู้สูง รวมถึงการปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมบริเวณรอบบ้านพักของผู้สูงอายุ จนทำให้ผู้สูงอายุเกิดปัญหาในการนอนหลับลดลง 3) สามารถประเมินคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุภายในชุมชนได้ โดยแบ่งตามความเสี่ยงของปัญหาการนอนหลับของผู้สูงอายุ ว่ามีผลกระทบทางด้านความเสี่ยงสูง ความเสี่ยงปานกลางและความเสี่ยงต่ำในการนอนหลับได้ การพัฒนากิจกรรมได้แก่ การจัดกิจกรรมสันตนาการเพื่อลดความเครียด การให้ความรู้ด้านโภชนาการ การลงพื้นที่ให้คำแนะนำเรื่องการนอนหลับอย่างเหมาะสม และการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมรอบบ้าน เพื่อสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมนอนหลับที่ดีขึ้น ส่งผลให้ปัญหาการนอนหลับลดลง

**คำสำคัญ:** การพัฒนา, คุณภาพการนอน, ผู้สูงอายุ, ชุมชนบ้านรางอีเมย์

### Abstract

This research aimed to 1) study the sleeping behavior of the elderly in Ban Rang E-Mei Community, Kamphaeng Saen District, Nakhon Pathom Province, 2) to design and develop activities to change the sleeping behavior of the elderly in Ban Rang E-Mei Community, Kamphaeng Saen District, Nakhon Pathom Province, 3) to assess the quality of sleep of the elderly in Ban Rang E-Mei Community, Kamphaeng Saen District, Nakhon Pathom Province.

The research results found that

1. The sleeping behavior of the elderly in the community can be divided according to the behaviors mentioned above: health behavior, emotional and stress behavior, eating behavior, behavior in the elderly's residence, environment around the elderly's house, and mental state of the elderly. From the above problems, it was found that the cause was all from the elderly's sleep.

2. Design and develop activities for the elderly in the community to participate in creating activities, such as recreational activities to reduce the accumulated stress of the elderly, providing knowledge about eating correctly according to nutritional principles, going to the field to provide knowledge, advice, and change the sleeping behavior of the

elderly, including changing the environment around the elderly's residence until the elderly have less sleeping problems.

3. The quality of sleep of the elderly in the community can be assessed by dividing it according to the risk of sleeping problems in the elderly. That there are high-risk, medium-risk, and low-risk impacts on sleep

**Keywords:** Development, Sleep quality, Elderly, Ban Rang E-Mei community

## บทนำ

จากข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี 2564 พบว่าประเทศไทยมีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) คิดเป็นร้อยละ 19.6 ของประชากรทั้งหมด แสดงให้เห็นถึงแนวโน้มของสังคมผู้สูงอายุที่กำลังเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยในระดับชุมชน เช่น บ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม มีสัดส่วนผู้สูงอายุสูงกว่าค่าเฉลี่ยประเทศ คือ ร้อยละ 21.2 ซึ่งสะท้อนว่าชุมชนแห่งนี้กำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างชัดเจน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2564) ปัญหาทางสุขภาพที่สำคัญของผู้สูงอายุหนึ่งในปีนั้นคือ “การนอนหลับ” ซึ่งได้รับผลกระทบจากการเสื่อมของระบบประสาทส่วนกลาง ความเจ็บป่วยเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคหัวใจ รวมถึงภาวะทางจิตใจ เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล และความซึมเศร้า ทั้งนี้ยังได้รับอิทธิพลจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เช่น การแยกครอบครัว การลดความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว และการใช้ชีวิตแบบเร่งรีบในสังคมเมือง ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีแนวโน้มเกิดปัญหาการนอนหลับมากขึ้น

การสำรวจภาวะสุขภาพผู้สูงอายุในประเทศไทยยังพบว่าปัญหาการนอนหลับเป็นปัญหาอันดับ 3 ที่พบในผู้สูงอายุ โดยมีผู้ที่ประสบปัญหาดังกล่าวถึงร้อยละ 44.7 ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการตื่นกลางดึก ง่วงนอนในตอนกลางวัน และหลับยากเมื่อเข้านอน การพักผ่อนนอนหลับแม้จะช่วยบรรเทาอาการแต่ก็อาจก่อให้เกิดผลข้างเคียง เช่น ความสับสนหรือซึมเศร้า จึงควรส่งเสริมวิธีที่ปลอดภัย เช่น การออกกำลังกายเบาๆ การสวดมนต์ ทำสมาธิ หรือฟังเพลงผ่อนคลาย

โดยเฉพาะการออกกำลังกายประเภทแอโรบิกเบา เช่น การเดิน การเดินบนสไลป (Paslop) ซึ่งเหมาะกับผู้สูงอายุ เพราะมีการเคลื่อนไหวที่ช้า แรงกระแทกต่ำ และช่วยฝึกสมาธิ การทรงตัว และลดความเสี่ยงการล้มได้ ทั้งยังมีหลักฐานทางวิชาการสนับสนุนว่าการออกกำลังกายช่วยลดระยะเวลาที่ใช้ก่อนหลับ และเพิ่มคุณภาพการนอนอย่างมีนัยสำคัญ (Turek et al., อ้างในบทความต้นฉบับ) จึงเป็นแนวทางที่ควรส่งเสริมในชุมชนที่มีผู้สูงอายุจำนวนมาก เช่น บ้านรางอีเม้ย เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและสุขภาพโดยรวมของกลุ่มเปราะบางนี้

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมกรรมการนอกลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม
2. เพื่อออกและพัฒนากิจกรรม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการนอกลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม
3. เพื่อประเมินคุณภาพการนอกลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

## วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดใช้วิธีวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participation Action Research-PAR) โดยผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการ 4 กระบวนการตามแนวคิดของ Kemmis & McTaggart 1 ประกอบด้วย การวางแผน (Planning) การปฏิบัติตามแผน (Action) การสังเกตผล (Observation) และการสะท้อนผล (Reflection) โดยผู้วิจัยได้ปรับขั้นตอน การวางแผน ออกเป็นขั้นการเตรียมการและการวางแผน เพื่อจำแนกภารกิจในการทำงานในพื้นที่ ได้ ชัดเจนมากยิ่งขึ้น เนื่องจากผู้วิจัยได้ลงพื้นที่จัดเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาโจทย์การวิจัยก่อนแล้ว จึงได้จัดทำ ขั้นตอนการดำเนินงานของรูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมออกเป็น 5 ระยะ คือ 1) ระยะเตรียมการ (Pre-Research) 2) ระยะการวางแผน (Planning) 3) ระยะการปฏิบัติตามแผน 4) ระยะการสังเกตผลการนิเทศติดตามสนับสนุนการดำเนินงาน (Observation) และ 5) ระยะสะท้อนผล (Reflection) ในการวิเคราะห์ข้อมูลตามกระบวนการนี้ เพื่อให้ข้อมูลที่ได้มาสะท้อนและตรงตามวัตถุประสงค์ของการทำวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยออกแบบโดยใช้การเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพในการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งข้อดีการวิจัยเชิงคุณภาพ คือ สามารถตอบคำถามการวิจัยได้หลายแง่มุม ช่วยเติมเต็มหรือเพิ่มพูนความครบถ้วนสมบูรณ์มากขึ้นและช่วยเอื้ออำนวยให้ผู้ใช่ผลการวิจัยรับรู้และเข้าใจปัญหาได้อย่างถ่องแท้ และให้แนวทางปฏิบัติสำหรับตัดสินใจวางแผนแก้ไขปัญหาและพัฒนาอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

## ผลการวิจัย

1. ศึกษาพฤติกรรมกรรมการนอกลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

บ้านรางอีเม้ย หมู่ที่ 7 ตำบลห้วยขวาง อำเภอกำแพงแสนจังหวัดนครปฐม ประชาชนมีวิถีชีวิตแบบไทย เรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อ ส่วนมากประกอบอาชีพเกษตรกร ทำไร่ ทำนา ทำสวน และเลี้ยงสัตว์ ในชุมชนมีปัญหาหลายด้าน เช่น รายได้ไม่พอต่อค่าใช้จ่ายภายในครัวเรือน ปัญหาเรื่องมลพิษทางอากาศ ปัญหาเรื่องที่พักอาศัย ปัญหาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุภายในชุมชน ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุภายใน

ชุมชนเป็นปัญหาสำคัญที่เกิดขึ้นภายในชุมชนบ้านรางอีเม้ย มีต้นตอมาจากการนอนหลับของผู้สูงอายุ ซึ่งมาจากสาเหตุทั้งทางตรงและทางอ้อมไม่ว่าจะเป็นจากความเครียดสะสม จากการรับประทานอาหาร จากสถานที่พักอาศัย และจากสภาพจิตใจของผู้สูงอายุซึ่งเป็นภาพรวมที่ทำให้ผู้สูงอายุภายในชุมชนเกิดโรคเรื้อรังที่มาจาก การนอนหลับ

พฤติกรรมทางด้านอารมณ์และความเครียดของผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นความเครียดที่เกิดจากคร่ำเรื้อน ความเครียดที่เกิดจากภาวะโรคเรื้อรังที่เป็นอยู่ ทำให้มีสภาวะทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุจนมากระทบต่อการนอนหลับของผู้สูงอายุ ประกอบกับการรับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสมและไม่ถูกต้องตามเวลาที่ควรรับประทานอาหารของวัยสูงอายุ รวมถึงสภาพแวดล้อมภายในบ้านพักและสภาพแวดล้อมรอบๆ บ้านก็มีผลทำให้ผู้สูงอายุเกิดปัญหาในการนอนหลับดังนั้นผู้วิจัยจึงออกแบบเพื่อสร้างกิจกรรม และประเมินคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุภายในชุมชน

## 2. ออกและพัฒนากิจกรรม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

กิจกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนครั้งที่ 1 โดยการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมผ่อนคลายจากความเครียดโดยให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมสันทนาการ และเล่นเกมสื่เพื่อผ่อนคลายที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลห้วยขวาง ซึ่งมีผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรม 34 คน ผลที่ได้คือผู้สูงอายุเกิดความสนุกสนาน การแลกเปลี่ยนความรู้ และมีการเล่าสู่กัน จนสามารถทำให้ผู้สูงอายุลิ้มความเครียดที่สะสมลงได้

กิจกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนครั้งที่ 2 โดยการจัดกิจกรรมการแช่เท้าจากน้ำเย็น และการแช่เท้าจากน้ำอุ่น พร้อมทั้งมีการใช้สมุนไพรลูกประคบให้กับผู้สูงอายุในชุมชนที่มีอาการปวดเมื่อยจากการทำงานและการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน โดยมีผู้สูงอายุเข้าร่วม 30 คน ผลจากการทำกิจกรรมทำให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ผ่อนคลายจากการปวดเมื่อยลงได้ทำให้ผู้สูงอายุนอนหลับได้ตลอดทั้งคืนไม่นอนหลับๆตื่นๆ

## 3. ประเมินคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

หลังจากที่ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมสันทนาการและกิจกรรมการแช่เท้าด้วยน้ำเย็น การแช่เท้าด้วยน้ำอุ่น และการทำสมุนไพรลูกประคบแล้ว ผู้วิจัยได้มีการติดตามผลหลังจากการทำกิจกรรมโดยผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ถึงที่พักของผู้สูงอายุและมีการประเมินคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุที่มีปัญหาการนอนหลับ เช่น

1. นางมีบุญ (นามสมมติ) อายุ 64 ปี อยู่กับครอบครัว 3 คน มีปัญหาเรื่องการนอนหลับ ด้านอาการปวดเมื่อยจากขาและสะโพกท่อนล่างผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุแช่เท้าจากน้ำอุ่น และประคบบริเวณที่เกิดอาการ 2-3 วัน จนผู้สูงอายุมีอาการดีขึ้นตามลำดับ

2. นายบุญมี (นามสมมติ) อายุ 78 ปี มีปัญหาเรื่องการนอนหลับจากภาวะเครียดสะสม ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ตรวจสอบที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในชุมชนพบว่า สถานที่พักอาศัยเป็นชุมชนที่แออัด มีอากาศถ่ายเทไม่สะดวก และมีกลิ่นจากน้ำเสียจากบ้านผู้สูงอายุมารบกวน ผู้วิจัยได้แนะนำการจัดเรียงที่ของในที่พักอาศัย การปลูกต้นไม้เพื่อให้มีอากาศที่ถ่ายเทและมีการปลูกไม้ดอกที่สร้างกลิ่นหอมเพื่อลดปัญหาการนอนหลับและมีการประเมินจากความดันโลหิตและภาวะอื่นๆที่ร่วมด้วยอยู่ในสภาวะที่ปกติ

## อภิปรายผล

### 1. ศึกษาพฤติกรรมการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

ผลการวิจัย พฤติกรรมการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านบ้านรางอีเม้ย หมู่ที่๗ ตำบลห้วยขวาง อำเภอกำแพงแสนจังหวัดนครปฐม ประชาชนมีวิถีชีวิตแบบไทย เรียบง่าย ไม่ฟุ่มเฟือย ส่วนมากประกอบอาชีพเกษตรกร ทำไร่ ทำนา ทำสวน และเลี้ยงสัตว์ ในชุมชนมีปัญหาหลายด้าน เช่น รายได้ไม่พอต่อค่าใช้จ่ายภายในครัวเรือน ปัญหาเรื่องมลพิษทางอากาศ ปัญหาเรื่องที่พักอาศัย ปัญหาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุภายในชุมชน ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุภายในชุมชนเป็นปัญหาสำคัญที่เกิดขึ้นภายในชุมชนบ้านรางอีเม้ย มีต้นตอมาจากการนอนหลับของผู้สูงอายุ ซึ่งมาจากสาเหตุทั้งทางตรงและทางอ้อมไม่ว่าจะเป็นจากความเครียดสะสม จากการรับประทานอาหาร จากสถานที่พักอาศัย และจากสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นภาพรวมที่ทำให้ผู้สูงอายุภายในชุมชนเกิดโรคเรื้อรังที่มากจากการนอนหลับ สอดคล้องกับ อริสรา ล้ำจุมจัง และคณะ (2562) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุ ตำบลบ้านสวน อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ผลการวิจัยพบว่า ผลการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 73.85 มีอายุเฉลี่ย 69 ปีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 6.89 อายุมากที่สุด คือ 92 ปี และอายุน้อยที่สุด คือ 60 ปีมีสถานภาพสมรส ร้อยละ 48.80 ไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 49.30 และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนน้อยกว่า 5,000 บาท ร้อยละ 64.40 มีโรคประจำตัว ร้อยละ 77.36 โดยโรคที่พบมากที่สุด คือ โรคความดันโลหิตสูง การดื่มแอลกอฮอล์ ร้อยละ 12.13 สูบบุหรี่ ร้อยละ 7.28 ดื่มเครื่องดื่มคาเฟอีน ร้อยละ 67.12 ใช้นอนหลับหรือยาคลายเครียด ร้อยละ 18.06 และมีการใช้สมุนไพรที่ช่วยให้หลับ ร้อยละ 2.96 ผลการศึกษาปัจจัยทางด้านร่างกายที่รบกวนการนอนหลับของผู้สูงอายุพบว่า คะแนนเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ความเจ็บปวดเรื้อรัง รองลงมาผลการศึกษาปัจจัยทางด้านจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุ พบว่า คะแนนเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ มีปัญหาการนอน และการมีสมาธิน้อยลง รองลงมา คือ รู้สึกเบื่อ เซ็ง ตามลำดับผลการศึกษาปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่รบกวนการนอนหลับของผู้สูงอายุพบว่า คะแนนเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับน้อย โดยข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ อุณหภูมิ ร้อนเกินไป แสง และเสียงรบกวนผลการศึกษาในระดับคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคุณภาพ

การนอนหลับไม่เต็มอิ่ม ร้อยละ 61.73 และคุณภาพการนอนหลับดี ร้อยละ 38.27 โดยมีคะแนนเฉลี่ย (PSQIscores) เท่ากับ 7.02 ซึ่งจัดว่ามีคุณภาพการนอนหลับไม่ดีตามเกณฑ์ของพิตต์สเบิร์ก (PSQI >5)

## 2. ออกและพัฒนากิจกรรม ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชน บ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

ผู้วิจัยได้ออกแบบกิจกรรมเป็น 2 ลักษณะโดยลักษณะที่ 1 ให้ผู้วิจัยได้เข้าร่วมกิจกรรมสนทนา การเพื่อลดความเครียดสะสมและมีการร่วมกิจกรรมการผ่อนคลาย การสร้างผลิตภัณฑ์จากผลผลิตทางเกษตรกรรมในพื้นที่ เช่น ทำน้ำยาบ้วนปาก การทำขนมไทย ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลห้วยขวาง

กิจกรรมที่ 2 ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ถึงที่พักอาศัยของผู้สูงอายุโดยนำผู้สูงอายุแนะนำให้ผู้สูงอายุ แช่เท้าด้วยน้ำอุ่น แช่เท้าด้วยน้ำเย็น และใช้สมุนไพรลูกประคบให้กับผู้สูงอายุที่มีปัญหา เรื่องปวดเมื่อยบริเวณต่างๆจากการทำงาน และมีการดูแลแนะนำที่พักอาศัยให้กับผู้สูงอายุ เรื่องอากาศถ่ายเทปัจจัยสภาพแวดล้อมต่างๆ ด้วยการทำความสะอาดแนะนำที่พักอาศัยให้กับผู้สูงอายุ เรื่องอากาศถ่ายเทปัจจัยสภาพแวดล้อมต่างๆ ด้วยภาวะ เสียง กลิ่น และสภาพความเป็นอยู่บริเวณที่พักอาศัย จนส่งผลให้มีปัญหาเกี่ยวกับการนอนหลับ

หลังจากผู้วิจัยได้ออกแบบและทำกิจกรรมแล้วพบว่าผู้สูงอายุมีการนอนหลับที่ดีขึ้นโดยวัดจากผลการตรวจสอบสุขภาพของผู้สูงอายุไม่ว่าจะเป็นความดันโลหิต และภาวะอื่นๆที่ส่งผลข้างเคียงของ ผู้สูงอายุ แต่ละบุคคลสอดคล้องกับ ธวัชชัย แสงวงหา (2565) ได้ทำการวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุในตำบลโพธิ์ใหญ่ อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มผู้สูงอายุร้อยละ 34.1 มีคุณภาพการนอนหลับที่ไม่ดีจากสภาพแวดล้อมบริเวณที่พัก ภาวะความเครียดสะสม โรคประจำตัว ประวัติการป่วยเป็นโรคทางจิตเวชของคนในครอบครัว คุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ เวลาในการเข้านอนจนหลับไป และจำนวนชั่วโมงที่นอนหลับได้ในแต่ละคืน มีความสัมพันธ์กับคุณภาพการนอนหลับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

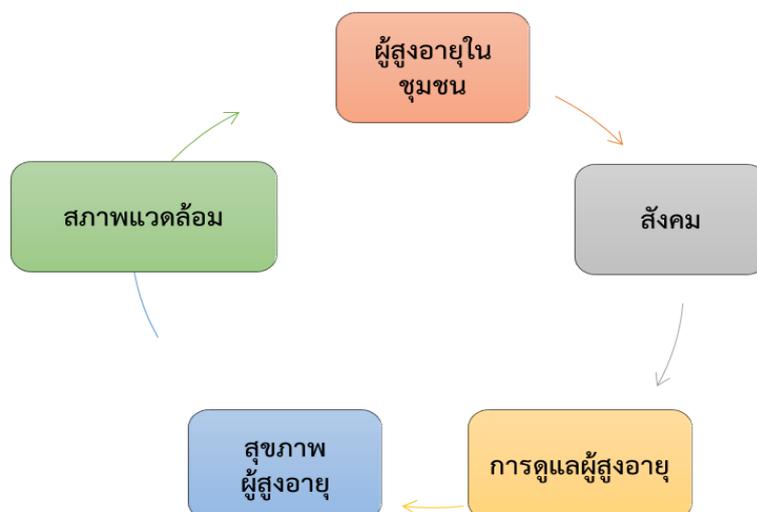
## 3. ประเมินคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

การประเมินคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุภายในชุมชนบ้านรางอีเม้ย ตำบลห้วยขวาง อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม หลังจากผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ศึกษาปัญหา ออกแบบ และสร้างกิจกรรมให้ผู้สูงอายุในชุมชนได้ร่วมกิจกรรมเป็นหมู่คณะ การแยกกิจกรรมออกเป็นกลุ่ม รวมถึงการออกแบบกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุเป็นรายเดี่ยว ผู้วิจัยได้ทำการประเมินถึงคุณภาพการนอนหลับของผู้สูงอายุภายในชุมชน อยู่ในความเสี่ยงระดับใดที่จะก่อให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพจิตใจ และท่านใดที่ก่อให้เกิดอันตรายที่จะต้องทำการส่งไปรักษาโดยเร่งด่วน สอดคล้องกับ อีวา ฮอร์ท เทลเฮด และคณะ (2564) ได้ทำการวิจัย เรื่อง ประสิทธิภาพการนอนไม่หลับของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านพักคนชรา ผลการวิจัยพบว่า : การให้คุณค่ากับการนอนหลับที่ดีและอิทธิพลที่รบกวนการนอนหลับ โดยมีหมวดหมู่ย่อยเป็นการรบกวนภายในและภายนอก ผู้สูงอายุแสดงความคิดเห็นว่าการนอนหลับมีความสำคัญต่อความเป็นอยู่ของพวกเขา และคุณภาพการนอนหลับที่ไม่ดีส่งผลเชิงลบต่ออารมณ์และสุขภาพร่างกายของพวกเขา พวกเขาพบว่าการ

รบกวนภายใน เช่น ความวิตกกังวลและความไม่สบายทางร่างกายเป็นสาเหตุของการรบกวนการนอนหลับ แต่ยังคงรวมถึงปัจจัยภายนอก เช่น การรบกวนสภาพแวดล้อม ระดับกิจกรรมที่ลดลง ความเหงา และความกังวลว่าพยาบาลคนใดกำลังปฏิบัติหน้าที่อยู่

### องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษาวิจัยโดยการแจกแบบการสำรวจเอกสารที่เกี่ยวข้อง การสัมภาษณ์เชิงลึกในพื้นที่ที่ศึกษาวิจัย มีความชัดเจนเหมาะสมนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อเป็นแนวทางในการจัดการปัญหาเรื่องการนอนหลับของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านรางอีเม้ย ตำบลห้วยขวาง อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม และสามารถนำแนวคิดดังกล่าวไปสร้างโมเดล ซึ่งเป็นต้นแบบในการขจัดปัญหาการนอนหลับของผู้สูงอายุให้กับชุมชนใกล้เคียง ภายใต้ความร่วมมือของผู้สูงอายุและสมาชิกภายในครอบครัวผู้สูงอายุ ซึ่งต้องอาศัยทั้งครอบครัวของผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนมีจำนวนมากว่าหนึ่งร้อยคน ทำให้เกิดสังคมรวมกลุ่มและการแยกกันอยู่เป็นส่วนบุคคลตามลำพังหรือที่เรียกว่าสังคมแบบผู้สูงอายุอยู่บ้านตามลำพังจนทำให้ผู้สูงอายุเกิดปัญหาและวิกฤติเกี่ยวกับปัญหาการนอนหลับของผู้สูงอายุจนส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายที่อ่อนแอ โดยมีผลกระทบมาจากหลายด้านไม่ว่าจะเป็นสภาพแวดล้อมของที่พักอาศัย สภาพความเป็นอยู่หลับนอน และการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ ซึ่งที่กล่าวมาเป็นเหตุที่นำมาสู่ปัญหาการนอนหลับได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม ผู้สูงอายุภายในชุมชน ทราบถึงพฤติกรรมทางด้านต่างๆที่ส่งผลให้เกิดปัญหาการนอนหลับไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมทางด้านความเครียด พฤติกรรมทางด้านการรับประทานอาหาร พฤติกรรมทางด้านสภาพแวดล้อมบริเวณบ้านพักของผู้สูงอายุ และการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุห่างไกลจากปัญหาการนอนไม่หลับ หรือการนอนหลับๆตื่นๆในระหว่างคืน จนผู้สูงอายุสามารถจัดการพฤติกรรมและบริหารเวลาเกี่ยวกับการนอนหลับได้เป็นอย่างดี



แผนภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

## ข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยได้มีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรมีการเผยแพร่ความรู้เรื่องการนอนหลับ ของผู้สูงอายุในชุมชนสาธารณสุขชนโดยเฉพาะผู้สูงอายุ
2. ควรมีคุณภาพการนอนหลับที่ไม่ดีเพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุและบุคลากร ทางสุขภาพที่เกี่ยวข้องในการดูแลผู้สูงอายุทั้งที่บ้าน
3. ควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพการนอนหลับที่ดีควรคำนึงถึงปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ ปัจจัยด้านร่างกายและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมซึ่งควรจัดการปัจจัยที่เกี่ยวข้อง

### ข้อเสนอแนะในการผลการวิจัยไปใช้

1. การนอนหลับของผู้สูงอายุ หลีกเลี้ยงการนำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดเสียงดังในเวลากลางคืน มีการกำจัดสัตว์และแมลงที่รบกวนการนอนหลับ ดูแลห้องนอนให้มีอากาศถ่ายเทสะดวกและมีอุณหภูมิที่เหมาะสมกับการนอนหลับ
2. สามารถนำงานวิจัยไปปรับใช้กับผู้ที่ปัญหาด้านการนอนหลับได้ทุกเพศ ทุกวัยเพื่อลดผลกระทบทั้งทางตรงและทางอ้อมได้
3. นำงานวิจัยไปบูรณาการเกี่ยวกับปัญหาเรื่องสุขภาพของผู้สูงอายุในด้านอื่นได้หลากหลาย

### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรวิจัยเรื่องคุณภาพการนอนหลับที่ดีในผู้สูงอายุ โดยส่งเสริมให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ผู้นำชุมชน หรือกำจัดปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่อาจรบกวนในการนอนหลับของผู้สูงอายุ
2. ควรวิจัยเรื่องการบริการทางเลือกที่จะให้ผู้สูงอายุได้รับการบรรเทาอาการเจ็บป่วยเรื้อรังของร่างกาย คลินิกแพทย์แผนไทย ส่งเสริมการใช้สมุนไพรในท้องถิ่น
3. ควรมีการศึกษาการจัดปัญหาการนอนไม่หลับในผู้สูงอายุให้มากขึ้นการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับยาที่ปลอดภัย มีการข้างเคียงน้อย หรือการจัดการ โดยไม่ใช้ยาในรูปแบบที่เหมาะสม

## เอกสารอ้างอิง

กฤษณะ อุ่นทะโคตร. (2560). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการนอนของนิสิต คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร (รายงานการศึกษาอิสระ, คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร). เขียนเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษารายวิชาการวิจัยสุขภาพ (551461) ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 พิมพ์ครั้งที่ 1 จำนวน 100 เล่ม โดย คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

- ชุ่มบัวทอง, อ. (2564). คุณภาพการนอนหลับ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการนอนหลับและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ (พิมพ์ครั้งที่ 1, หน้า 17–25). สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ปฎิญา พงษ์ราศรี. (2021). การส่งเสริมสุขภาพประชาชนไทยผ่านการจัดทำข้อเสนอแนะการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย การลดพฤติกรรมเนือยนิ่งและการนอนหลับเพื่อสุขภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 1, พิมพ์รวม 1,000 เล่ม). สำนักพิมพ์กรมอนามัย.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2566). รายงานสถิติจังหวัดนครปฐม พ.ศ. 2566 (พิมพ์ครั้งที่ 1). สำนักงานสถิติแห่งชาติ
- Bruce, A., & Aloia, M. (2006). Sleep planning in quantity and quality. ชื่อหนังสือ/วารสาร, (ฉบับที่2),วารสาร ศูนย์สมองและระบบประสาท ชั้น 1 และชั้น 2 โรงพยาบาลกรุงเทพอินเตอร์.
- Somchai, P., & Rattanaporn, K. (2024). The impact of health promotion on community wellness in rural Thailand. Thailand Journal of Health Promotion and Environmental Health, 7(2), 45–58. <https://doi.org/10.1234/tjhp.2024.007> พิมพ์จำนวน 1,000 เล่ม โดย Thailand Journal of Health Promotion Environmental Health.

## ปัญญาประดิษฐ์กับการจัดการเรียนรู้ภาษาไทย: โอกาส ท้าทาย และข้อพิจารณาทางจริยธรรม

Artificial Intelligence and Thai Language Learning Management:  
Opportunities, Challenges, and Ethical Considerations

พระมหาโกศล ธีรปญโญ (มาตี)  
Phramaha Kosol Thirapaño (Madee)  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
Mahachulalongkorntajavidyalaya University  
Email: madeekosol@gmail.com

Received: January 14, 2025

Revised: February 23, 2025

Accepted: May 20, 2025

### บทคัดย่อ

ในยุคที่ปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence: AI) ก้าวเข้ามาเป็นพลังเปลี่ยนแปลงสำคัญใน  
ทุกมิติของชีวิต โดยเฉพาะในแวดวงการศึกษา บทความวิชาการฉบับนี้เชิญชวนผู้อ่านสำรวจและตั้งคำถาม  
ว่า AI ควรทำหน้าที่เป็นเพียงผู้ช่วยในการเรียนรู้ หรือสามารถทำหน้าที่แทนมนุษย์ได้จริงหรือไม่ โดยเฉพาะ  
ในบริบทของการเรียนรู้ภาษาไทย ซึ่งเป็นภาษาที่มีมิติของวัฒนธรรม ความงาม และบริบทเฉพาะตัวที่ยาก  
ต่อการแปลเป็นตรรกะเชิงเทคนิค บทความนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาบทบาทของ AI ในการจัดการเรียนรู้  
ภาษาไทยในระดับอุดมศึกษา โดยมุ่งวิเคราะห์ศักยภาพในการส่งเสริมการเรียนรู้เฉพาะบุคคล การพัฒนา  
ทักษะการคิดวิเคราะห์ การให้ข้อเสนอแนะเชิงโต้ตอบในทันที และการเสริมสร้างแรงจูงใจของผู้เรียนผ่าน  
การเรียนรู้แบบมีปฏิสัมพันธ์ โดยอ้างอิงจากกรอบแนวคิดทางทฤษฎีร่วมสมัย เช่น ทฤษฎีการเรียนรู้แบบ  
สร้างสรรค์ การเรียนรู้แบบผสมผสาน ทฤษฎีภาระทางปัญญา และทฤษฎีแรงจูงใจภายใน ตลอดจนแนวคิด  
ด้านจริยธรรมทางเทคโนโลยีการศึกษา บทความนำเสนอข้อค้นพบทั้งในเชิงโอกาสและข้อควรระวัง เช่น  
ความสามารถของ AI ในการสนับสนุนการเรียนรู้แบบปรับตามผู้เรียน การลดภาระครูในการประเมิน  
เบื้องต้น ตลอดจนความเสี่ยงด้านการลอกเลียนผลงาน การขาดการอ้างอิงแหล่งที่มา และการลดทอน  
ความคิดเชิงวิพากษ์ของผู้เรียน จากข้อค้นพบดังกล่าว ผู้เขียนจึงเสนอแนวทางเชิงจริยธรรมในการ  
ประยุกต์ใช้ AI ในการเรียนภาษาไทย โดยเน้นให้เทคโนโลยีทำหน้าที่เสริมพลังมนุษย์ มิใช่แทนที่มนุษย์ และ  
กระตุ้นให้ผู้อ่านตั้งคำถามต่ออนาคตของการเรียนรู้ไทยในยุคที่เครื่องจักรและมนุษย์ต้องอยู่ร่วมกันอย่าง

เข้าใจ และประเด็นด้านจริยธรรม เช่น การลอกเลียน การไม่อ้างอิงแหล่งที่มา และการขาดการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ บทความนี้เสนอแนวทางการประยุกต์ใช้ AI อย่างมีจริยธรรมและรับผิดชอบ ผ่านกิจกรรมการเรียนรู้ที่ออกแบบมาเพื่อเสริมพลังการเรียนรู้ของมนุษย์ มีใช้แทนที่มนุษย์ ด้วยภาษาที่เรียบง่ายแต่นำไปสู่การใคร่ครวญ ผู้อ่านจะได้ร่วมตั้งคำถามถึงอนาคตของการเรียนรู้ไทยในยุคที่เทคโนโลยีเดินเคียงคู่กับคุณค่าทางมนุษยศาสตร์

**คำสำคัญ:** ปัญญาประดิษฐ์; การจัดการเรียนรู้ภาษาไทย; ข้อพิจารณาทางจริยธรรม

### Abstract

This academic article examines the role of Artificial Intelligence (AI) in the management of Thai language education in higher education institutions. The objective is to explore the potential of AI to facilitate personalized learning, foster critical thinking skills, deliver real-time feedback, and enhance learner motivation through interactive engagement. Drawing upon contemporary learning theories—Constructivism, Blended Learning, Cognitive Load Theory, and Self-Determination Theory—the article critically assesses the pedagogical suitability and ethical implications of AI integration in Thai language instruction. Key challenges identified include overreliance on AI tools, diminished linguistic-humanistic skills, and ethical concerns such as plagiarism, lack of source attribution, and insufficient reflective thinking. Based on this analysis, the article proposes ethically sound and pedagogically grounded approaches for implementing AI to support high-quality, sustainable Thai language education that aligns with the demands of the digital age.

**Keywords:** Artificial Intelligence; Thai Language Learning Management; Ethical considerations.

### บทนำ

เมื่อเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (AI) ก้าวเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ทั้งในบ้าน ที่ทำงาน และในห้องเรียน คำถามสำคัญที่เราควรถามคือเราจะอยู่ร่วมกับ AI อย่างไรจึงจะไม่สูญเสียแก่นแท้ของการเรียนรู้ที่แท้จริง? ห้องเรียนไม่ใช่เพียงสถานที่ถ่ายทอดความรู้ แต่คือพื้นที่ของแรงบันดาลใจ ความ

สงสัยใคร่รู้ และการเรียนรู้ร่วมกัน ในยุคที่ข้อมูลไหลบ่าดังสายน้ำ ผู้เรียนไทยจะยังสามารถรักษาพลังคิดสร้างสรรค์ และจริยธรรมท่ามกลางกระแสเทคโนโลยีได้อย่างไร?

AI มิได้เป็นเพียงเครื่องมือใหม่ในระบบการศึกษา แต่เป็นแรงผลักดันสำคัญที่กำลังเปลี่ยนรูปแบบการเรียนรู้จากระบบเดิมไปสู่ระบบที่อิงปัญญา เครื่องจักร และข้อมูล ซึ่งทำให้ผู้เรียนต้องปรับตัวและสถาบันการศึกษาต้องเร่งพัฒนาแนวทางที่ยั่งยืน การพัฒนาเหล่านี้ต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเข้าใจ ไม่ใช่เพียงการใช้งานเทคโนโลยีเท่านั้น แต่ต้องตั้งคำถามและพิจารณาว่าความรู้ใดควรเรียนรู้จากเครื่องจักร และความรู้ใดควรเรียนรู้จากประสบการณ์ของมนุษย์ ซึ่งในยุคปัจจุบัน ปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence: AI) ได้รับความสนใจอย่างแพร่หลายในแวดวงการศึกษา เนื่องจากมีศักยภาพในการพลิกโฉมกระบวนการเรียนรู้และการสอนในหลายมิติ เทคโนโลยี AI ช่วยให้การเรียนรู้มีความเฉพาะบุคคลมากขึ้น เพิ่มความแม่นยำในการวิเคราะห์ข้อมูล และสามารถให้ข้อเสนอแนะในรูปแบบโต้ตอบได้อย่างทันท่วงที อย่างไรก็ตาม การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวยังมาพร้อมกับข้อกังวลหลายประการ เช่น ความเสี่ยงจากการพึ่งพาเทคโนโลยีมากเกินไป ความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงเทคโนโลยี และประเด็นด้านจริยธรรมในการใช้ข้อมูลหรือผลงานที่ได้จาก AI

ในบริบทของการจัดการเรียนรู้ภาษาไทยในระดับอุดมศึกษา การประยุกต์ใช้ AI นับเป็นความท้าทายที่น่าสนใจเป็นพิเศษ เนื่องจากภาษาไทยเป็นภาษาที่มีโครงสร้างซับซ้อน แฝงไปด้วยบริบททางวัฒนธรรมและอารมณ์ของภาษา ซึ่งต่างจากภาษาเชิงเทคนิคหรือเชิงโครงสร้างแบบตายตัว AI จะสามารถเข้าใจและประมวลผลภาษาที่มีพลวัตเช่นนี้ได้มากน้อยเพียงใด และผู้เรียนจะสามารถใช้ AI เป็นเครื่องมือส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ สร้างสรรค์ และเรียนรู้อย่างมีจริยธรรมได้หรือไม่ เป็นประเด็นที่ผู้เขียนให้ความสนใจและต้องการศึกษาอย่างลึกซึ้ง ซึ่งบทความฉบับนี้มีขอบเขตเนื้อหาเน้นเฉพาะการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (AI) ในการจัดการเรียนรู้ภาษาไทยในระดับอุดมศึกษาเท่านั้น โดยมุ่งวิเคราะห์ผลกระทบทั้งในด้านการจัดการเรียนรู้ เนื้อหา วิธีการเรียนการสอน และจริยธรรมการใช้งาน AI ในห้องเรียนภาษาไทย ไม่รวมถึงการใช้ AI ในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน หรือในสาขาวิชาอื่น รวมทั้งไม่ครอบคลุมการใช้ AI เพื่อการบริหารจัดการด้านการศึกษาทั่วไป ทั้งนี้ เพื่อให้การวิเคราะห์อยู่ในขอบเขตที่สามารถอธิบายได้อย่างครอบคลุม ลุ่มลึก และเชื่อมโยงกับกรอบแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ร่วมสมัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## Artificial Intelligence (AI) คืออะไร

ในยุคที่เทคโนโลยีมีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ “ปัญญาประดิษฐ์” หรือที่รู้จักกันทั่วไปในชื่อย่อว่า “AI” (Artificial Intelligence) ได้กลายเป็นหนึ่งในนวัตกรรมที่ได้รับความสนใจอย่างกว้างขวาง AI คือระบบที่ถูกออกแบบมาให้สามารถเลียนแบบพฤติกรรมของมนุษย์ โดยเฉพาะในเรื่องของการคิด การเรียนรู้ การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา เทคโนโลยีนี้ไม่ได้เพียงแค่ตั้งโปรแกรมตามคำสั่งแบบเดิม ๆ แต่สามารถปรับตัวได้จากประสบการณ์ หรือข้อมูลที่ได้รับมา ซึ่งเรียกว่า “การเรียนรู้ของ

เครื่อง” (Machine Learning) และยังพัฒนาไปถึงระดับที่เรียกว่า “การเรียนรู้เชิงลึก” (Deep Learning) ที่ช่วยให้ระบบสามารถวิเคราะห์ข้อมูลที่ซับซ้อนมากขึ้นได้ด้วยตัวเอง

AI ไม่ใช่แนวคิดใหม่ เพราะนักวิทยาศาสตร์เริ่มต้นพัฒนาแนวคิดนี้ตั้งแต่ช่วงกลางศตวรรษที่ 20 แต่ด้วยข้อจำกัดทางเทคโนโลยีในอดีต AI จึงยังไม่สามารถนำมาใช้จริงได้อย่างเต็มรูปแบบ จนกระทั่งเข้าสู่ยุคของข้อมูลขนาดใหญ่ (Big Data) และการประมวลผลที่รวดเร็วมากขึ้น ทำให้ AI กลายเป็นเครื่องมือสำคัญที่สามารถประยุกต์ใช้ในหลากหลายสาขา ตั้งแต่การแพทย์ การเกษตร การเงิน การค้าขายออนไลน์ ไปจนถึงภาคการศึกษาและภาคอุตสาหกรรม โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันที่ AI ถูกบูรณาการเข้ากับชีวิตประจำวันอย่างแนบเนียน เช่น ระบบแนะนำสินค้าบนเว็บไซต์ ระบบแปลภาษาอัตโนมัติ หุ่นยนต์ผู้ช่วย ระบบนำทางอัจฉริยะ หรือแม้แต่ผู้ช่วยเสมือนในโทรศัพท์มือถือ ในภาคการศึกษานั้น AI มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการเรียนรู้แบบดั้งเดิม ไปสู่การเรียนรู้ที่มีความเฉพาะบุคคลมากขึ้น (Personalized Learning) ด้วยการใช้ AI วิเคราะห์พฤติกรรมและผลการเรียนของนักเรียนแต่ละคน เพื่อปรับเนื้อหา วิธีสอน หรือกิจกรรมให้เหมาะสมกับระดับความสามารถและความสนใจของผู้เรียน อีกทั้งยังช่วยครูในการวิเคราะห์ข้อมูลจำนวนมาก เช่น การประเมินผล การจัดกลุ่มนักเรียน การวางแผนการสอน รวมถึงการให้คำแนะนำเชิงวิเคราะห์ที่ช่วยให้การจัดการเรียนการสอนมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น นอกจากนี้ AI ยังช่วยให้นักเรียนสามารถเข้าถึงแหล่งเรียนรู้ได้ตลอด 24 ชั่วโมงผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์ ซึ่งเป็นโอกาสที่ดีในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต อย่างไรก็ตาม การใช้ AI ก็ยังมีข้อท้าทายที่ควรพิจารณา ทั้งในแง่ของจริยธรรม ความปลอดภัยของข้อมูล ความเป็นส่วนตัว และผลกระทบต่อแรงงานบางประเภทที่อาจถูกแทนที่ด้วยระบบอัตโนมัติ นอกจากนี้ ยังมีข้อกังวลเกี่ยวกับการพึ่งพาเทคโนโลยีมากเกินไป ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อความสามารถในการคิดวิเคราะห์ของมนุษย์ในระยะยาว จึงจำเป็นต้องมีแนวทางหรือกฎระเบียบในการใช้ AI อย่างเหมาะสม รวมถึงการพัฒนา AI ให้สอดคล้องกับคุณธรรม จริยธรรม และความรับผิดชอบต่อสังคม

สรุปได้ว่า AI เป็นเทคโนโลยีที่มีศักยภาพสูงในการเปลี่ยนแปลงสังคมในทุกมิติ โดยเฉพาะในด้านการเรียนรู้และการดำเนินชีวิตประจำวัน อย่างไรก็ตาม การพัฒนาและการใช้งาน AI ควรอยู่ภายใต้กรอบความรับผิดชอบต่อสังคมและการควบคุมอย่างเหมาะสม เพื่อให้ AI เป็นเครื่องมือที่ส่งเสริมศักยภาพของมนุษย์อย่างแท้จริง มิใช่เป็นเพียงเครื่องจักรที่เข้ามาแทนที่มนุษย์ในทุกด้าน การอยู่ร่วมกันระหว่างมนุษย์กับ AI อย่างสมดุล จึงเป็นเป้าหมายสำคัญของโลกอนาคตที่เราควรร่วมกันออกแบบและกำหนดทิศทางด้วยความรู้ความเข้าใจ และความรอบคอบ

## AI กับการเรียนภาษาไทยเชิงวิชาการในมหาวิทยาลัย

ผู้เขียนได้นำประสบการณ์ตรงจากการสังเกตการณ์และแลกเปลี่ยนกับผู้สอนในรายวิชาภาษาไทยเชิงวิชาการของหลายมหาวิทยาลัย เพื่อวิเคราะห์ข้อดี ข้อจำกัด และความเป็นไปได้ของการใช้ AI ในบริบทจริงของห้องเรียน โดยพิจารณาทั้งในมิติของเนื้อหาวิชา วิธีการเรียนรู้ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน

กรณีที่ 1: มหาวิทยาลัย A ซึ่งได้นำ ChatGPT และ Grammarly มาใช้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชาภาษาไทยเชิงวิชาการ บรรยากาศในห้องเรียนมีการจัดโต๊ะเรียนแบบกลุ่มย่อย นักศึกษาใช้คอมพิวเตอร์หรือแท็บเล็ตของตนเองในการทดลองใช้เครื่องมือ AI ตามโจทย์ที่อาจารย์ให้ไว้ เสียงพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกิดขึ้นอย่างมีชีวิตชีวา และบนหน้าจอโปรเจกเตอร์ด้านหน้ามีการแสดงตัวอย่างคำแนะนำจาก AI เพื่อใช้ในการอภิปรายร่วมกัน

นักศึกษาเล่าว่า "การใช้ AI ช่วยให้เรา รู้สึกเหมือนมีครูอีกคนอยู่ข้างตัวเวลาตรวจงานเขียนของตัวเอง" ขณะที่อาจารย์ผู้สอนสะท้อนว่า "แม้ AI จะช่วยลดภาระในบางส่วน แต่ยังคงต้องสร้างโอกาสให้นักศึกษาได้ฝึกวิพากษ์ข้อเสนอแนะที่ได้จากระบบ และพัฒนาทักษะคิดอย่างมีวิจารณญาณของตนเอง" ChatGPT และ Grammarly มาใช้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชาภาษาไทยเชิงวิชาการ โดยให้นักศึกษาใช้เพื่อปรับปรุงร่างเรียงความก่อนส่งงาน ผลการประเมินแสดงให้เห็นว่านักศึกษามีความมั่นใจมากขึ้นในการเขียน และอาจารย์ใช้เวลาอันน้อยลงในการตรวจข้อผิดพลาดพื้นฐาน แต่พบว่านักศึกษาบางกลุ่มขาดการตรวจสอบและวิพากษ์เนื้อหาด้วยตนเอง

ในกรณีของมหาวิทยาลัย B ยังมีเสียงสะท้อนจากนักศึกษาว่า การใช้ AI เพื่อสร้างร่างข้อความ เป็นเพียงจุดเริ่มต้นเท่านั้น สิ่งที่มีคุณค่ามากกว่าคือการได้วิเคราะห์ข้อเสนอแนะเหล่านั้นร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียน และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างเปิดเผย นักศึกษาหลายคนให้ความเห็นว่า 'การเปรียบเทียบงานที่เขียนเองกับที่ AI ช่วยเขียน ทำให้เราเห็นข้อจำกัดของตัวเองชัดเจน และเรียนรู้ที่จะไม่พึ่งพาเทคโนโลยีมากเกินไป'

ในขณะเดียวกัน มีความพยายามในการนำแนวคิดแบบเดียวกันไปใช้กับวิชาอื่น เช่น ภาษาอังกฤษ หรือวิชาการสื่อสาร ซึ่งพบว่าผลลัพธ์มีทั้งที่คล้ายคลึงและแตกต่างกัน ตัวอย่างเช่น ในวิชาภาษาอังกฤษ นักศึกษาสามารถใช้ AI ตรวจสอบแกรมมาร์หรือช่วยร่างบทความได้คล่องตัวกว่า เนื่องจาก AI ส่วนใหญ่ได้รับการฝึกจากฐานข้อมูลภาษาอังกฤษจำนวนมาก ในขณะที่ในวิชาภาษาไทย ยังมีข้อจำกัดด้านบริบทเชิงวัฒนธรรมและความหมายแฝง

กรณีของวิชาการสื่อสารที่มหาวิทยาลัยเดียวกันมีการให้นักศึกษาใช้ AI วิเคราะห์เนื้อหาจากข่าวสารจริงและนำเสนอข้อคิดเห็นต่อความน่าเชื่อถือของข้อมูล ซึ่งช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียนใช้วิจารณญาณ และส่งเสริมความเข้าใจเรื่องข้อมูลเท็จ (fake news) ในบริบทสื่อายุคใหม่ การใช้ AI อย่างมีส่วนร่วม และมีการสะท้อนคิด มีแนวโน้มช่วยพัฒนาทักษะภาษาไทยในระดับสูง และลดปัญหาจริยธรรมในการเรียนรู้เมื่อเทียบกับการใช้ AI แบบรับคำตอบสำเร็จรูป

## การวิเคราะห์เชิงทฤษฎี

จากการศึกษาและวิเคราะห์ทฤษฎีการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับการใช้ AI ในการจัดการเรียนรู้ภาษาไทย พบว่าแต่ละทฤษฎีมีแนวทางสนับสนุนที่หลากหลาย ดังนี้:

1. Constructivism เน้นบทบาทของผู้เรียนในการสร้างความรู้จากประสบการณ์จริง การนำ AI มาใช้จึงต้องออกแบบให้เกิดปฏิสัมพันธ์เชิงลึก เช่น การใช้ AI ในการสำรวจประเด็นภาษา การตั้งคำถาม และการร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็น โดยมีครูเป็นผู้อำนวยความสะดวกมากกว่าผู้ถ่ายทอดโดยตรง

2. Blended Learning สนับสนุนการเรียนรู้แบบผสมผสานทั้งในห้องเรียนและผ่านเทคโนโลยี AI ช่วยให้ผู้เรียนเข้าถึงแหล่งข้อมูลและฝึกฝนภายนอกชั้นเรียนได้อย่างยืดหยุ่น พร้อมกลับมาสะท้อนคิดและอภิปรายในห้องเรียน ทำให้การเรียนรู้มีความลึกและหลากหลายมิติมากยิ่งขึ้น

3. Cognitive Load Theory แสดงให้เห็นว่า AI ช่วยลดภาระทางปัญญาในการประมวลผลข้อมูลพื้นฐาน ทำให้ผู้เรียนมีพลังสมองเพียงพอในการคิดเชิงวิเคราะห์และประยุกต์องค์ความรู้ โดยเฉพาะการเรียนรู้เนื้อหาที่ยากหรือซับซ้อน เช่น ไวยากรณ์หรือการวิเคราะห์วรรณคดี

4. Self-Determination Theory มุ่งส่งเสริมแรงจูงใจภายใน โดย AI ช่วยตอบสนองความต้องการด้านความสามารถ ความเป็นอิสระ และความเชื่อมโยงกับผู้อื่น ซึ่งเป็นหัวใจของการสร้างพลังขับเคลื่อนจากภายในของผู้เรียน

5. Ethics in Educational Technology (แนวคิดจริยธรรมในเทคโนโลยีการศึกษา) เป็นกรอบที่ไม่เพียงวางรากฐานให้การใช้ AI เป็นไปอย่างรับผิดชอบ แต่ยังเชื่อมโยงกับทุกทฤษฎีข้างต้นผ่านการออกแบบกิจกรรม การประเมินผล และการกำหนดแนวทางปฏิบัติในห้องเรียน

สรุปได้ว่าการใช้ AI ในการเรียนการสอนภาษาไทยจะมีประสิทธิภาพสูงสุดเมื่อผสมผสานทฤษฎีการเรียนรู้ที่หลากหลาย ควบคู่กับการตระหนักรู้ทางจริยธรรมและการมีส่วนร่วมของครูและผู้เรียนอย่างแท้จริง

## แนวทางการออกแบบนโยบายการบูรณาการ AI สู่หลักสูตรภาษาไทยในระดับอุดมศึกษา

แนวทางการออกแบบนโยบายการบูรณาการ AI สู่หลักสูตรภาษาไทยในระดับอุดมศึกษา ควรประกอบด้วย 4 มิติหลัก ได้แก่ การออกแบบหลักสูตร การพัฒนาอาจารย์ การประเมินผล และการกำหนดกรอบจริยธรรม ดังนี้

### 1. การบูรณาการ AI ในหลักสูตร

1.1 ปรับปรุงและพัฒนาเนื้อหาหลักสูตรภาษาไทยให้ทันสมัย โดยเน้นการใช้ AI เป็นเครื่องมือสนับสนุนการเรียนรู้ เช่น การใช้ AI เพื่อสร้างแบบฝึก การวิเคราะห์ข้อความ หรือประเมินการเขียนของนักศึกษา

1.2 บูรณาการกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น การใช้ AI เพื่ออภิปราย วิเคราะห์เนื้อหาวรรณกรรมไทย หรือฝึกเขียนเชิงสร้างสรรค์

1.3 กำหนด Learning Outcomes ที่สะท้อนการใช้ AI อย่างมีวิจารณญาณและส่งเสริมการเรียนรู้เชิงลึก

### 2. การพัฒนาอาจารย์

- 2.1 จัดอบรมและพัฒนาอาจารย์เกี่ยวกับแนวทางการใช้ AI ในการจัดการเรียนรู้ รวมถึงการออกแบบการเรียนรู้ตามแนวคิด Constructivism, Blended Learning และ Cognitive Load Theory
- 2.2 สร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ (Professional Learning Community) สำหรับแลกเปลี่ยนแนวปฏิบัติที่ดีในการใช้ AI ในบริบทภาษาไทย
- 2.3 ส่งเสริมให้อาจารย์มีบทบาทเป็นผู้อำนวยการเรียนรู้ (learning facilitator) มากกว่าผู้ถ่ายทอดความรู้แบบดั้งเดิม

### 3. การประเมินผล

- 3.1 ปรับกระบวนการประเมินผลการเรียนรู้ให้เน้นที่กระบวนการเรียนรู้และการสะท้อนคิดมากกว่าผลลัพธ์เชิงปริมาณ
- 3.2 ใช้แนวทางการประเมินแบบ Authentic Assessment และ Portfolio Assessment เพื่อสะท้อนความสามารถของนักศึกษาในการใช้ AI อย่างมีจริยธรรมและสร้างสรรค์
- 3.3 พัฒนารูปแบบ Rubric ที่สามารถวัดความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การสังเคราะห์ และการประยุกต์ใช้ AI อย่างเหมาะสม

### 4. การจัดทำนโยบายจริยธรรมระดับสถาบัน

- 4.1 จัดทำแนวปฏิบัติหรือแนวทางจริยธรรมสำหรับการใช้ AI ทั้งในเชิงเทคนิคและเชิงพฤติกรรม เช่น การอ้างอิงข้อมูลจาก AI การจำแนกผลงานของนักศึกษาออกจากผลงานที่ AI ช่วยสร้าง
- 4.2 ส่งเสริมการปลูกฝังจิตสำนึกทางจริยธรรมแก่ผู้เรียนผ่านการเรียนรู้แบบกรณีศึกษา และกิจกรรมสะท้อนคิดด้านจริยธรรมในการใช้เทคโนโลยี
- 4.3 กำกับดูแลโดยคณะกรรมการด้านจริยธรรมการใช้เทคโนโลยีทางการศึกษา เพื่อให้มั่นใจว่าการใช้ AI ในสถาบันมีความโปร่งใสและตรวจสอบได้

ทั้งนี้ นโยบายเหล่านี้จะช่วยให้อุดมศึกษาไทยสามารถใช้ AI อย่างมีประสิทธิภาพและมีจริยธรรมควบคู่ไปกับการพัฒนาทักษะภาษาไทยอย่างรอบด้านในศตวรรษที่ 21

1. ควรส่งเสริมการบูรณาการ AI เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรภาษาไทย โดยกำหนดกรอบแนวปฏิบัติอย่างชัดเจน เพื่อป้องกันการใช้ในทางที่ผิดและส่งเสริมการเรียนรู้เชิงลึก

2. ควรจัดอบรมครูผู้สอนเกี่ยวกับแนวคิดการเรียนรู้สมัยใหม่และการใช้เทคโนโลยี AI ให้สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ เช่น Constructivism, Blended Learning, และ Cognitive Load Theory เพื่อพัฒนาแนวทางการจัดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพและมีคุณธรรม

3. ควรพัฒนาระบบประเมินผลที่สอดคล้องกับการใช้ AI ในชั้นเรียน โดยเน้นการประเมินจากกระบวนการเรียนรู้ การสะท้อนคิด และความสามารถในการประยุกต์ใช้ AI อย่างมีจริยธรรม มากกว่าผลลัพธ์เชิงปริมาณเพียงอย่างเดียว

4. ควรกำหนดนโยบายการใช้ AI ในการเรียนรู้ร่วมกับกรอบจริยธรรมของสถาบัน โดยควบคุมการลอกเลียน การอ้างอิงแหล่งที่มา และการใช้ข้อมูลจาก AI อย่างโปร่งใส

5. ควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ โดยให้ความสำคัญกับความเป็นอิสระและแรงจูงใจภายในของผู้เรียน ตามแนวทางของ Self-Determination Theory เพื่อปลูกฝังนิสัยรักการเรียนรู้อย่างยั่งยืน

ข้อเสนอเหล่านี้มีเป้าหมายเพื่อให้การนำ AI มาใช้ในการเรียนการสอนภาษาไทยในระดับอุดมศึกษาเกิดผลอย่างสร้างสรรค์ สอดคล้องกับบริบทของการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

### ตัวอย่างกรณีศึกษาในระดับอุดมศึกษา

หนึ่งในตัวอย่างที่สะท้อนการนำ AI มาสร้าง 'ห้องเรียนอัจฉริยะ' ได้อย่างมีประสิทธิภาพ คือรายวิชาภาษาไทยเชิงวิเคราะห์ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ซึ่งผู้สอนได้ออกแบบกิจกรรมที่ใช้แพลตฟอร์ม AI ในการให้ข้อเสนอแนะต่อการเขียนเรียงความ นักศึกษาจะส่งร่างต้นฉบับของตนเข้าสู่ระบบ และระบบจะให้คำแนะนำด้านโครงสร้าง การใช้ภาษา และการจัดลำดับเหตุผล จากนั้นนักศึกษาจะต้องเขียน reflection เปรียบเทียบข้อเสนอแนะของ AI กับการปรับปรุงเนื้อหาด้วยตนเอง พร้อมอภิปรายร่วมกันในชั้นเรียน

นอกจากนั้น สถาบันยังจัดอบรมสั้นเกี่ยวกับ PDPA ให้แก่นักศึกษาและอาจารย์ เพื่อให้เข้าใจสิทธิในข้อมูลส่วนบุคคลก่อนเริ่มใช้งาน AI อย่างจริงจัง ระบบการประเมินผลใช้แฟ้มสะสมงาน (e-portfolio) และ rubrics ที่เน้นกระบวนการเรียนรู้และการสะท้อนคิด โดยข้อมูลทั้งหมดจัดเก็บในระบบที่นักศึกษาให้ความยินยอมในการใช้ข้อมูล ซึ่งถือเป็นแนวปฏิบัติที่สอดคล้องกับพระราชบัญญัติคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคลอย่างแท้จริง อีกกรณีหนึ่งคือ มหาวิทยาลัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้นำระบบ AI Chatbot เพื่อช่วยฝึกทักษะไวยากรณ์และการเขียนเชิงวิเคราะห์ในวิชาภาษาไทยเบื้องต้น โดยให้นักศึกษาโต้ตอบกับ Chatbot และนำบทสนทนาเหล่านั้นมาวิเคราะห์ว่าสอดคล้องกับหลักภาษาไทยหรือไม่ กิจกรรมเสริมรวมถึงการให้ผู้เรียนจัดทำบันทึกสะท้อนคิดรายบุคคลหลังจากโต้ตอบกับระบบ ซึ่งส่งผลให้ผู้เรียนสามารถประเมินตนเองได้ดีขึ้น และครูผู้สอนสามารถใช้ข้อมูลในการให้คำแนะนำเฉพาะรายได้อย่างมีประสิทธิภาพ และในมหาวิทยาลัยภาคเหนืออีกแห่งหนึ่ง ได้พัฒนาแดชบอร์ดการเรียนรู้ (Learning Analytics Dashboard) สำหรับผู้สอนเพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการเรียนรู้ของนักศึกษา เช่น เวลาที่ใช้ในการอ่านบทเรียน การคลิกซ้ำในเนื้อหาบางส่วน หรือรูปแบบการตอบคำถาม ระบบนี้ไม่เก็บข้อมูลส่วนบุคคลโดยตรง แต่ใช้การวิเคราะห์เชิงภาพรวมและไม่ระบุตัวตน เพื่อให้เป็นไปตามหลัก PDPA และใช้ผลการวิเคราะห์เหล่านี้ในการปรับรูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้รายกลุ่มอย่างเหมาะสม

## ตัวอย่างการเชื่อมโยงทฤษฎีกับกิจกรรมการเรียนรู้และการประเมินผล

ทฤษฎี	ลักษณะสำคัญ	ตัวอย่างกิจกรรมการเรียนรู้	รูปแบบการประเมินผล
Constructivism	ผู้เรียนสร้างความรู้จากประสบการณ์จริงและการปฏิสัมพันธ์กับบริบท	โครงการภาษาไทย การสืบค้นข้อมูลด้วย AI การอภิปรายกลุ่มแบบใช้ข้อมูลจาก AI	การประเมินตามกระบวนการคิดและการสะท้อนตนเองผ่านรายงานหรือการนำเสนอ
Blended Learning	ผสมผสานการเรียนรู้ในห้องเรียนและออนไลน์	เรียนรู้ไวยากรณ์ผ่าน AI และอภิปรายในชั้นเรียน วิเคราะห์เนื้อหาวรรณกรรมแบบผสมผสาน	การประเมินจากความสามารถในการสังเคราะห์ข้อมูลจากทั้งสองรูปแบบ และการเขียนสะท้อนคิด
Cognitive Load Theory	ลดภาระทางปัญญาด้วยการใช้เทคโนโลยีเสริมในระดับพื้นฐาน	ฝึกใช้ AI ตรวจสอบไวยากรณ์หรือประโยค แล้ววิเคราะห์ประเด็นเชิงลึกทางภาษา	การประเมินจากการคิดเชิงวิเคราะห์ และคุณภาพของงานเขียน/การอภิปราย
Self-Determination Theory	ส่งเสริมแรงจูงใจภายในและความเป็นอิสระของผู้เรียน	การเรียนรู้ผ่าน AI ที่ตอบสนองตามระดับความสามารถและความสนใจของผู้เรียน เช่น แพลตฟอร์มฝึกเขียน	การประเมินจากความก้าวหน้าเป็นรายบุคคล และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เลือกเอง

## ตัวอย่างกิจกรรมการเรียนรู้และรูปแบบการประเมินผลที่เชื่อมโยงกับทฤษฎี

1. ทฤษฎีการเรียนรู้แบบสร้างสรรค์ (Constructivism) ของ Jean Piaget และ Lev Vygotsky มุ่งเน้นว่าความรู้ไม่ได้ถูกถ่ายทอดจากครูสู่ผู้เรียนโดยตรง แต่ผู้เรียนต้องสร้างความรู้ขึ้นจากประสบการณ์ของตนเอง โดยอาศัยการตีความและโต้ตอบกับสิ่งแวดล้อม AI สามารถทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยสนับสนุนการเรียนรู้แบบสร้างสรรค์นี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น การให้ข้อมูลที่ตอบสนองกับบริบทเฉพาะบุคคล การให้

ข้อเสนอแนะอย่างต่อเนื่อง และการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ทดลองและสำรวจความรู้ด้วยตนเอง นอกจากนี้ AI ยังสามารถช่วยในการเรียนรู้แบบร่วมมือ (collaborative learning) โดยเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับระบบและเพื่อนร่วมกลุ่ม อันเป็นกลไกสำคัญในการสร้างองค์ความรู้ร่วม (social constructivism) สามารถออกแบบกิจกรรมแบบโครงงาน (Project-Based Learning) โดยให้นักศึกษาเลือกประเด็นด้านภาษาไทยที่สนใจ แล้วใช้ AI วิเคราะห์ข้อมูล รวบรวมข้อมูล และเขียนบทความ รายงานผล โดยอาจารย์ประเมินจากกระบวนการคิด การใช้เครื่องมือ AI อย่างเหมาะสม และความสามารถในการสะท้อนคิดผ่านการนำเสนอผลงาน

2. ทฤษฎีการเรียนรู้แบบผสมผสาน (Blended Learning) เป็นแนวคิดที่ผสมผสานการเรียนรู้แบบดั้งเดิมในชั้นเรียน (face-to-face learning) เข้ากับการเรียนรู้ผ่านเทคโนโลยีดิจิทัล (online learning) โดยเน้นให้ผู้เรียนมีโอกาสเรียนรู้ได้หลากหลายรูปแบบตามความสะดวกและความต้องการของตนเอง การบูรณาการ AI เข้ากับ Blended Learning ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่ยืดหยุ่น ผู้เรียนสามารถใช้ AI เพื่อเสริมความเข้าใจเนื้อหา ฝึกฝนทักษะ หรือทบทวนบทเรียนในเวลาว่างนอกชั้นเรียน และสามารถนำสิ่งที่เรียนรู้มากลับมาสะท้อน วิเคราะห์ และแลกเปลี่ยนในชั้นเรียนจริง ซึ่งช่วยส่งเสริมการเรียนรู้เชิงลึกและการพัฒนาทักษะทางสังคมในเวลาเดียวกัน ทั้งนี้ ผู้สอนจำเป็นต้องออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่ประสานกันระหว่างส่วนออนไลน์และออฟไลน์อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้การใช้ AI เป็นไปอย่างมีจุดหมายและไม่แยกขาดจากบริบทของชั้นเรียน ทฤษฎี Blended Learning สามารถจัดกิจกรรมที่ให้นักศึกษาเรียนรู้เนื้อหาผ่าน AI นอกเวลาเรียน (เช่น สรุปลิขิต ตรวจสอบคำตอบ) แล้วนำผลจากการเรียนรู้มาอภิปรายในชั้นเรียนจริง โดยผู้สอนอาจประเมินจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย ความสามารถในการสังเคราะห์ความรู้จากทั้งสองส่วน และการเขียนสะท้อนคิดหลังบทเรียน (Reflection Report)

3. ทฤษฎี Self-Determination Theory (Deci & Ryan, 2000) สนับสนุนแนวทางการเรียนรู้ที่ผู้เรียนมีความเป็นอิสระ (autonomy) ซึ่ง AI สามารถตอบสนองความต้องการนี้ผ่านการเรียนรู้ที่ปรับตามความสามารถและความสนใจของผู้เรียน ช่วยเสริมแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้ภาษา โดยแนวคิดหลักของทฤษฎีนี้ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) ความรู้สึกมีความสามารถ (competence) (2) ความรู้สึกเป็นเจ้าของการเรียนรู้ของตนเอง (autonomy) และ (3) ความรู้สึกผูกพันทางสังคม (relatedness) การนำ AI มาใช้ในการเรียนรู้ภาษาไทยสามารถสนับสนุนทั้งสามมิติได้ เช่น การให้ผู้เรียนเลือกหัวข้อหรือรูปแบบกิจกรรมที่สนใจ การให้ AI ประเมินผลและให้ข้อเสนอแนะเฉพาะบุคคล และการใช้แพลตฟอร์มการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้สื่อสารหรือแลกเปลี่ยนกับผู้อื่น โดยทั้งหมดนี้มีส่วนช่วยให้ผู้เรียนรู้สึกมีแรงจูงใจภายในมากขึ้นและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

### บทสรุปและข้อเสนอแนะ

บทความนี้นำเสนอการวิเคราะห์อย่างเป็นระบบเกี่ยวกับการบูรณาการเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (AI) ในการจัดการเรียนรู้ภาษาไทยในระดับอุดมศึกษา โดยใช้กรอบแนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้ร่วมสมัย

หลากหลายแขนงในการสนับสนุนการอภิปรายเชิงวิชาการอย่างมีหลักการ ข้อค้นพบชี้ให้เห็นว่า AI มีศักยภาพสูงในการส่งเสริมการเรียนรู้เฉพาะบุคคล พัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ และกระตุ้นแรงจูงใจภายในของผู้เรียน ทั้งนี้ ผลลัพธ์เชิงบวกจะเกิดขึ้นอย่างแท้จริงก็ต่อเมื่อมีการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสม ควบคู่กับการกำกับดูแลอย่างมีจริยธรรม ขณะเดียวกัน การใช้ AI ยังคงเผชิญกับความท้าทายด้านจริยธรรม ความรับผิดชอบ และการสร้างสมดุลระหว่างการใช้เทคโนโลยีกับการพัฒนาทักษะของมนุษย์ บทความนี้จึงเสนอแนวทางการบูรณาการ AI อย่างสร้างสรรค์ โดยเน้นการออกแบบนโยบายเชิงสถาบัน และการส่งเสริมจิตสำนึกทางจริยธรรมแก่ผู้สอนและผู้เรียน ข้อค้นพบดังกล่าวไม่เพียงนำไปประยุกต์ใช้ในบริบทการเรียนภาษาไทยได้โดยตรงเท่านั้น หากยังสามารถต่อยอดเป็นแนวทางการวิจัยเชิงประยุกต์ เช่น การพัฒนาโมเดลการเรียนรู้เฉพาะกลุ่ม หรือการศึกษาผลกระทบของ AI ต่อทักษะภาษาในระยะยาว

การนำปัญญาประดิษฐ์ (AI) เข้ามามีบทบาทในกระบวนการจัดการเรียนรู้ภาษาไทยสะท้อนให้เห็นถึงความก้าวหน้าและความพยายามในการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อเสริมสร้างประสิทธิภาพการเรียนการสอน โดยเฉพาะในบริบทที่ผู้เรียนมีความหลากหลายด้านพื้นฐานความรู้และความสามารถ AI ช่วยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนทักษะเฉพาะทาง เช่น การเขียนเชิงวิชาการ การวิเคราะห์ข้อความ และการใช้ภาษาอย่างถูกต้อง ซึ่งสามารถตอบสนองการเรียนรู้แบบเฉพาะบุคคล (personalized learning) และช่วยให้อาจารย์ลดภาระด้านการตรวจแก้เบื้องต้น เพื่อให้มีเวลาดำเนินพัฒนากระบวนการคิดขั้นสูงของผู้เรียนได้มากขึ้น อย่างไรก็ตาม การประยุกต์ใช้ AI ในการเรียนการสอนภาษาไทยยังเผชิญกับความท้าทายหลายประการ เช่น ขีดจำกัดของเทคโนโลยีในการประมวลผลบริบททางวัฒนธรรมและภาษาไทยที่มีความซับซ้อนด้านสำนวนและความหมายแฝง รวมถึงข้อกังวลว่าผู้เรียนอาจพึ่งพาเครื่องมือมากเกินไปจนขาดทักษะการคิด วิเคราะห์ และสร้างสรรค์เนื้อหาด้วยตนเอง อีกทั้งยังมีประเด็นจริยธรรมที่ต้องพิจารณาอย่างรอบคอบ ทั้งในเรื่องการอ้างอิงแหล่งที่มาของข้อความที่ AI สร้างขึ้น การใช้ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้เรียนในการประมวลผล และการส่งเสริมคุณธรรมในการใช้เทคโนโลยีอย่างรับผิดชอบ

ดังนั้น การจัดการเรียนรู้ภาษาไทยด้วยการใช้ AI จำเป็นต้องมีการออกแบบกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ใช้เครื่องมือเหล่านี้อย่างมีวิจารณญาณ ไม่ใช่เพียงเพื่อให้ได้คำตอบสำเร็จรูปเท่านั้น แต่เพื่อเรียนรู้วิธีประเมินข้อเสนอแนะ พิจารณาความถูกต้อง และพัฒนาแนวคิดของตนเองควบคู่กันไป อีกทั้งผู้สอนควรมีบทบาทเป็นผู้อำนวยความสะดวกในการสะท้อนคิด (reflection) และสร้างวัฒนธรรมในชั้นเรียนที่ยึดหลักคุณธรรม ความรับผิดชอบ และความตระหนักรู้ในการใช้เทคโนโลยีอย่างสร้างสรรค์ ซึ่งจะนำไปสู่การเรียนรู้ที่ลึกซึ้งและยั่งยืนในบริบทภาษาไทยยุคใหม่

## องค์ความรู้ใหม่

เมื่อเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (AI) เข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวัน ทั้งในบ้าน ที่ทำงาน และในห้องเรียน คำถามสำคัญที่ควรพิจารณาคือ มนุษย์จะอยู่ร่วมกับ AI อย่างไรโดยไม่สูญเสียแก่นแท้ของการ

เรียนรู้ที่แท้จริง ห้องเรียนไม่ควรถูกมองว่าเป็นเพียงพื้นที่ถ่ายทอดความรู้ หากแต่เป็นเวทีของแรงบันดาลใจ ความสงสัยใคร่รู้ และการเรียนรู้ร่วมกัน

ในยุคที่ข้อมูลล้นหลามอย่างไร้ขอบเขต ผู้เรียนไทยยังคงต้องรักษาพลังคิด สร้างสรรค์ และ จริยธรรมท่ามกลางกระแสเทคโนโลยี AI ซึ่งมีใช้เพียงเครื่องมือใหม่ในระบบการศึกษา แต่เป็นแรงผลักดัน สำคัญที่กำลังพลิกโฉมรูปแบบการเรียนรู้จากระบบเดิมไปสู่ระบบที่ขับเคลื่อนด้วยปัญญา เครื่องจักร และ ข้อมูล ดังนั้น ผู้เรียนจำเป็นต้องปรับตัว และสถาบันการศึกษาจำเป็นต้องเร่งพัฒนาแนวทางการเรียนรู้ที่ ยั่งยืน โดยมีพื้นฐานอยู่บนความเข้าใจ ไม่ใช่เพียงการใช้งานเทคโนโลยี แต่ต้องตั้งคำถามว่า ความรู้ใดควร เรียนรู้จากเครื่องจักร และความรู้ใดควรเรียนรู้จากประสบการณ์ของมนุษย์ ปัจจุบัน AI ได้รับความสนใจ อย่างแพร่หลายในวงการศึกษา ด้วยศักยภาพในการยกระดับการเรียนรู้ให้เป็นรายบุคคล วิเคราะห์ข้อมูลได้ อย่างแม่นยำ และให้ข้อเสนอแนะในลักษณะโต้ตอบแบบเรียลไทม์ อย่างไรก็ตาม ความเปลี่ยนแปลงนี้ยังมา พร้อมกับความกังวล เช่น ความเสี่ยงจากการพึ่งพาเทคโนโลยีมากเกินไป ความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึง และ ปัญหาจริยธรรมที่เกี่ยวกับการใช้ข้อมูลหรือผลงานที่สร้างขึ้นด้วย AI ในบริบทของการจัดการเรียนรู้ ภาษาไทยในระดับอุดมศึกษา การประยุกต์ใช้ AI นับเป็นความท้าทายที่น่าสนใจเป็นพิเศษ เนื่องจาก ภาษาไทยเป็นภาษาที่มีโครงสร้างซับซ้อน แฝงไปด้วยบริบททางวัฒนธรรมและอารมณ์ซึ่งต่างจากภาษาเชิง โครงสร้างแบบตายตัว ดังนั้น จึงเกิดคำถามว่า AI จะสามารถเข้าใจและประมวลผลภาษาที่มีพลวัตเช่นนี้ได้ เพียงใด และผู้เรียนจะสามารถใช้ AI เป็นเครื่องมือส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ และการ เรียนรู้ที่มีจริยธรรมได้หรือไม่

## เอกสารอ้างอิง

- วรารกร ทองสุข. (2565). จริยธรรมทางการศึกษากับเทคโนโลยีสมัยใหม่. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์. (2566). การใช้ปัญญาประดิษฐ์ในห้องเรียนภาษาไทย. วารสารการศึกษาและวัฒนธรรม, 12(2), 45–60.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Floridi, L., Cowls, J., Beltrametti, M., Chatila, R., Chazerand, P., Dignum, V., ... & Vayena, E. (2018). AI4People—An ethical framework for a good AI society: Opportunities, risks, principles, and recommendations. *Minds and Machines*, 28(4), 689–707.
- Garrison, D. R., & Vaughan, N. D. (2008). *Blended learning in higher education: Framework, principles, and guidelines*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Jonassen, D. H. (1999). Designing constructivist learning environments. In C. M. Reigeluth (Ed.), *Instructional-design theories and models: A new paradigm of instructional theory* (Vol. II). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Sweller, J. (1988). Cognitive load during problem solving: Effects on learning. *Cognitive Science*, 12(2), 257–285.

UNESCO. (2023). *Artificial Intelligence and education: Guidance for policy makers*. Paris: UNESCO Publishing.

## พลเมืองวิถีพุทธกับการรักษาศีล 5

Buddhist Citizenship and Keeping the 5 Precepts

ธีรวุฒิ วรโคตร

Teerawoot worakot

สำนักงานเลขานุการกรม สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ

General Administration Subdivision, Office of the Secretary

National Office of Buddhism, Thailand

E-mail: Teerawoot.wo@gmail.com

Received: January 15, 2025

Revised: February 20, 2025

Accepted: May 26, 2025

### บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้นำเสนอการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง “ศีล 5” กับ “ความเป็นพลเมืองวิถีพุทธ” โดยมุ่งชี้ให้เห็นว่า ศีล 5 มิได้เป็นเพียงข้อห้ามทางศาสนาในระดับบุคคลเท่านั้น หากแต่เป็นหลักจริยธรรมที่มีบทบาทสำคัญในการวางรากฐานความเป็นพลเมืองในสังคมพุทธ โดยเฉพาะในบริบทของสังคมไทยที่พระพุทธศาสนาเป็นรากฐานทางวัฒนธรรม ศีล 5 ทำหน้าที่เป็นกลไกในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม และวินัยในตนของปัจเจก นำไปสู่พฤติกรรมที่ไม่เบียดเบียน เคารพสิทธิ มีความซื่อสัตย์ รับผิดชอบ และมีสติ ซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้ล้วนเป็นองค์ประกอบสำคัญของพลเมืองที่ดีในระบอบประชาธิปไตย นอกจากนี้ บทความยังเชื่อมโยงแนวคิดของศีลกับพัฒนาการของความเป็นพลเมืองในพระพุทธศาสนา โดยอ้างอิงจากอัครคัมภีร์ที่กล่าวถึงวิวัฒนาการของสังคมมนุษย์ผ่านมุมมองเชิงธรรมาธิปไตย และชี้ให้เห็นว่าระบบสังฆะของพระพุทธเจ้าได้วางรากฐานสังคมแบบประชาคมที่เน้นความเสมอภาค ไม่ยึดติดชนชั้นวรรณะ และมีพระธรรมวินัยเป็นกติกาสังคมร่วมกัน บทสรุปของบทความจึงเสนอองค์ความรู้ใหม่ที่ว่า ศีล 5 คือกลไกจริยธรรมที่เชื่อมโยงจิตสำนึกของปัจเจกไปสู่ระเบียบสังคมแบบประชาคมภายใต้กติกาแห่งธรรม ซึ่งสามารถส่งเสริมความเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ และนำไปสู่สันติสุขในสังคมได้อย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: พลเมือง; พลเมืองวิถีพุทธ; ศีล 5

## Abstract

This scholarly article explores the connection between the "Five Precepts" and "Buddhist Citizenship," aiming to demonstrate that the Five Precepts extend beyond personal prohibitions to function as ethical principles that help shape the foundation of citizenship in Buddhist-influenced societies, particularly in Thailand, where Buddhism serves as a cultural cornerstone. The Five Precepts act as a framework for cultivating virtues, ethics, and self-discipline, fostering non-violence, respect for others' rights, honesty, responsibility, and mindfulness—traits intrinsic to good citizenship within a democratic framework. Furthermore, the article examines the relationship between these precepts and the concept of citizenship in Buddhism, drawing upon the Agganna Sutta, which reflects on the evolution of human society from a Dhammic perspective. It also highlights how the Buddha's establishment of the Sangha system introduced a model for a community-focused society rooted in equality, unbound by class hierarchy, and guided by the Dharma as a universal set of social principles. The article concludes by proposing a fresh insight: the Five Precepts serve as an ethical bridge, linking individual awareness to a collective social order governed by Dharma. This connection underscores their potential to nurture quality citizenship and foster enduring peace within society.

**Keywords:** Citizenship; Buddhist Citizenship; 5 Sī la

## บทนำ

มนุษย์นับว่าเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า และมีความสำคัญมากที่สุดในโลก เพราะมนุษย์เป็นทรัพยากรที่สามารถเรียนรู้และรับการฝึกอบรมสั่งสอน จนสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ ที่เป็นคุณประโยชน์ต่อโลกได้ ในการเรียนรู้และการฝึกอบรมเพื่อสะสมประสบการณ์ชีวิต มนุษย์ควรได้รับการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมไปด้วยพร้อม ๆ กัน เพราะคุณธรรมจริยธรรมมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกคนเป็นอย่างมาก

คำว่า “พลเมือง” เป็นคำสำคัญที่ได้รับการบันทึกไว้ในยุทธศาสตร์ของกระทรวงศึกษาธิการ ว่าด้วย “ยุทธศาสตร์การศึกษาเพื่อสร้างพลเมือง” ใน ปี พ.ศ. 2554 ทำให้เห็นว่าในสังคมไทยนั้นมีความชัดเจนมากขึ้นที่จะสร้างคนในทิศทางที่จะให้เป็น “พลเมือง” โดยคำว่า “พลเมือง” นั้นมีปรากฏอยู่ในทุก

ระบอบการปกครองของแต่ละประเทศ แต่พลเมืองจะมีบทบาท หน้าที่และบุคลิกภาพอย่างไรนั้น จะขึ้นอยู่กับระบอบทางการเมืองของรัฐนั้นๆ (ทิพย์พาวร ดันติสุนทร, 2554) พลเมือง ยังหมายถึงประชาชนที่มีสิทธิหน้าที่อย่างพร้อมบูรณ์ เป็นบุคคลที่ปฏิบัติตามกฎหมายบ้านเมือง มีบทบาทที่เกี่ยวข้องกับอำนาจทางการเมือง มีสิทธิไปเลือกตั้ง เสนอความคิดเห็นและเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของทางการเมือง สามารถเรียกร้องกฎหมาย นโยบาย และกิจการของรัฐ ตามที่ตนเห็นพ้องพลเมืองที่ดี หมายถึง ผู้ที่สามารถปฏิบัติหน้าที่ที่ต้องทำและควรทำได้อย่างครบถ้วน สอดคล้องกับหลักธรรม วัฒนธรรม ประเพณีที่ได้กำหนดไว้ มีความกระตือรือร้นที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ไม่ล่องละเมตสิทธิเสรีภาพของบุคคลอื่น ถือได้ว่าพลเมืองเป็นส่วนสำคัญของสังคม ทุกสังคมต่างต้องการพลเมืองที่มีคุณภาพเพื่อพัฒนาสังคมและประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้า

พลเมืองดีในแนวคิดของพระพุทธศาสนาเป็นสภาวะของการเป็นพลเมืองที่มีความสัมพันธ์ระหว่างประชาชนกับประชาชน ประชาชนกับรัฐ ซึ่งมีทฤษฎีของสัญญาประชาคมเข้ามาเกี่ยวข้อง โดยเฉพาะเรื่องการใช้สิทธิเสรีภาพ ความเสมอภาค ซึ่งแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรม ความสามารถและบทบาทหน้าที่ของประชาชนในฐานะพลเมืองที่มีต่อปัจเจกบุคคล สังคมในมิติต่าง ๆ นอกจากนั้นยังรวมถึงความสัมพันธ์ที่มีต่อรัฐได้อย่างเหมาะสม ในการอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข ภายใต้รูปแบบการปกครองของรัฐที่มีอธิปไตยและกติกาสังคมร่วมกัน (พระชวลิต ปญญาวิโร (แสงบุญเรือง), 2561) เกิดการยอมรับและปฏิบัติตามกติกาสังคมร่วมกัน ภายใต้พื้นฐานความคิดที่ว่า เมื่อมนุษย์อยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มแล้ว ย่อมก่อให้เกิดสังคมขึ้นมา และเมื่อมีสังคมแล้ว กฎระเบียบ กติกาสังคมจะเป็นตัวหล่อหลอมให้มนุษย์อยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุข นอกจากนั้น การรักษาศีลในระดับบรรทัดฐานเพื่อรักษากายวาจาให้ดีงาม ยังเป็นคุณลักษณะของพลเมืองดีทางพระพุทธศาสนา ซึ่งอาจพิจารณาได้หลายแง่มุมทั้งในเชิงปัจเจกและสังคม เป็นสิ่งที่พึงเชื่อว่าบุคคลนั้นเป็นคนดีตามที่ศนะของพระพุทธศาสนา เช่น การเป็นผู้เคารพในสิทธิต่อชีวิตและทรัพย์สินของผู้อื่น (เมตตาธรรม) การไม่กล่าวล่องละเมตผู้อื่น ไม่หลอกลวง ทำหน้าที่ทางสังคมด้วยความยุติธรรมโดยการปฏิบัติด้วยความสัมพันธ์ทุกระดับอย่างถูกต้องเหมาะสม ในกระบวนการทางความคิดนั้น พลเมืองดีจะต้องมีสัมมาทิฐิ ระดับจิตใจก็คือ การไม่โลภเกิน (อวิสมโลภะ) การไม่มุ่งร้ายคนอื่น (อพยาปาตะ) การไม่เพ่งโทษผู้อื่น (อนภิชณา/ไม่จ้องเล่นงานคนอื่น) เพราะการเป็นพลเมืองดี คือ การแสดงออกใด ๆ ควรเกิดจากความคิดและทำที่อันสมควรในเชิงบวก (ชาญณรงค์ บุญหนุน, 2553)

### แนวคิดเกี่ยวกับพลเมือง

นิยามความหมายของพลเมืองมีความซับซ้อนและมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับประวัติศาสตร์ แต่ความเข้าใจพื้นฐานของนิยามพลเมืองจะมีความเกี่ยวข้องกับประชาธิปไตย ซึ่งมีองค์ประกอบ ดังต่อไปนี้ (Kathleen Knight Abowitz and Jason Hamish, 2006)

1. การมีปัจเจกบุคคลมีสถานภาพจากความเป็นสมาชิกของชุมชนทางการเมือง
2. ปัจเจกบุคคลมีตัวตนทางการเมือง

3. มีการกำหนดค่าที่เกี่ยวข้องกับข้อตกลงส่วนรวมในชุมชนการเมือง
4. มีสิทธิและหน้าที่และมีส่วนร่วมทางการเมือง
5. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการเมืองการปกครอง

การเป็นพลเมืองเป็นบทบาทซึ่งจะต้องปฏิบัติตามจริยธรรมแบบพลเมือง (Civic Virtue) เพื่อให้บรรลุถึงการรักษาอุดมคติของการพลเมือง (Civic Ideal) ขึ้นอยู่กับอุดมการณ์ที่ใช้ในการสร้างชาติโดยเนื้อหาของจริยธรรมแบบพลเมืองขึ้นอยู่กับบริบทของสังคม อย่างไรก็ตาม บทบาทของพลเมืองคือการปกป้องสถาบันต่างๆ ที่ตอบสนองอุดมคติของการพลเมือง ซึ่งจุดเริ่มต้นของการเป็นพลเมือง คือ (นิภาพรรณ เจนสันติกุล, 2556)

1. การตระหนักในเรื่องของการเป็นเจ้าของอำนาจสูงสุด เช่น การให้การศึกษา การ กำหนดกฎเกณฑ์มาตรฐานทางสังคมผ่านกระบวนการปฏิสังสรรค์ทางสังคม ด้วยการเริ่มต้น ตั้งแต่เด็กในการฝึกระเบียบวินัย ปลูกฝังอุดมการณ์ความเป็นประชาธิปไตยให้กับประชาชนทุกระดับได้เรียนรู้ และตระหนักถึงสิทธิ หน้าที่ของตนเอง

2. การรื้อเรียง เป็นการรื้อเรียงเรื่องของการตระหนักถึงสิทธิ หน้าที่ของความเป็น พลเมือง เพื่อให้ประชาชนสามารถแสดงบทบาทของพลเมืองในรูปแบบต่างๆตามระบบ

3. การร่วมกัน เป็นการสร้างความเชื่อร่วมกันในเรื่องของสิทธิ หน้าที่ของประชาชน เพื่อให้เกิดความไว้วางใจและพลังการขับเคลื่อนร่วมกันบนความแตกต่างของปัจเจกบุคคลที่มีสิทธิและเสรีภาพในลักษณะกลุ่มร่วมกัน

4. การเสริมพลังอำนาจในการเข้าไปมีส่วนร่วมในทางการเมืองที่ไม่ใช่แค่การไปใช้สิทธิเลือกตั้ง แต่ต้องครอบคลุมถึงสิทธิในการออกเสียงประชามติ สิทธิสมัครรับเลือกตั้ง สิทธิในการจัดตั้งพรรคการเมือง สิทธิที่จะยื่นถอดถอนบุคคลออกจากตำแหน่งและสิทธิในการเข้าชื่อเสนอกฎหมาย เป็นต้น

ข้อจำกัดของความเป็นพลเมืองเกิดขึ้นตามบริบททางสังคมวัฒนธรรมในแต่ละพื้นที่ เช่น ในสังคมที่มีวัฒนธรรมของระบบอุปถัมภ์ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจและพฤติกรรมทางการเมืองก็เป็นสิ่งที่ขัดขวางการเติบโตและพัฒนาความเป็นพลเมือง จิตสาธารณะจึงเป็นคุณลักษณะสำคัญของการเป็นพลเมืองในการสะท้อนภาพของการมีความรู้ผิดรู้ชอบ มีสำนึกร่วมกับการทำหน้าที่เพื่อส่วนรวมและสังคม ตลอดจนยังผลักดันกลไกในการสร้างบทบาทของพลเมืองจึงเป็นไปได้ทั้งการเกิดสำนึกร่วมและการเกิดการพุ่มพุกการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่ยึดโยงตัวตนกับบริบททางสังคม จนนำมาสู่ความตระหนักสำนึกในบทบาท หน้าที่ทางสังคมที่ตนเองพึงมีต่อสังคมและสาธารณะ (ไพสิน ภูจินาพันธ์, 2563)

คุณลักษณะความเป็นพลเมืองมี 4 ด้าน ดังนี้ (วลัย พาณิช, 2542)

1. ด้านความรู้ ทักษะ และคุณลักษณะพื้นฐาน ประกอบด้วย รู้และเข้าใจ รับผิดชอบในฐานะสมาชิกของสังคม สนใจกิจกรรมต่าง ๆ ของสังคมและโลก รู้และมีทักษะ กระบวนการคิดอย่างมีเหตุผลในการตัดสินใจโดยใช้กระบวนการทางวิทยาศาสตร์และธรรมะในการแก้ปัญหาสังคม เศรษฐกิจ และเทคโนโลยี ใฝ่หาความรู้ และมีทักษะในวิชาสามัญ วิชาเฉพาะด้าน วิทยาการและเทคโนโลยีดำรงชีวิตบน

พื้นฐานแห่งคุณธรรม มีระเบียบ ซื่อสัตย์ยุติธรรม ประหยัด พึ่งตนเองได้และไม่เบียดเบียน เลือกรับ วิทยาการและวัฒนธรรมจากภายนอก มีความคิดริเริ่ม อดทน มีความกล้าทางจริยธรรม แก้ปัญหาและ ประเมินผลได้และมีมนุษยสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ชุมชน สังคม ประเทศ และโลก

2. ด้านการเมืองการปกครองในระบอบประชาธิปไตยที่มีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข ประกอบด้วย รู้และเข้าใจ รับผิดชอบในสิทธิของตนในระบอบประชาธิปไตย รู้และเข้าใจ กฎหมายของ บ้านเมือง รักษาความมั่นคงของชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์รู้และเข้าใจปัญหา และค้นหาแนวทางแก้ไขในทางการเมืองการปกครอง และตระหนักในคุณค่าการใช้สิทธิเสรีภาพบนรากฐานแห่งกฎหมาย จริยธรรม และศาสนา

3. ด้านสังคมและวัฒนธรรม ประกอบด้วย มีความสำนึกในความเป็นคนไทย รักและ เห็นคุณค่า ของวัฒนธรรม ดำรงรักษาไว้ซึ่งสัญลักษณ์และวัฒนธรรมไทย ภูมิใจในผลงานอันดีเด่นของ ไทย รับผิดชอบต่อ การอนุรักษ์และพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ทำประโยชน์ให้สังคม ตามบทบาทหน้าที่ เห็นคุณค่าในวิทยาการศิลปวัฒนธรรม และเทิดทูนสถาบันชาติ ศาสนา และ พระมหากษัตริย์

4. ด้านเศรษฐกิจ ประกอบด้วย รู้และเข้าใจในพื้นฐานทางเศรษฐกิจและการพัฒนา ประเทศ เห็นคุณค่าของการรักษาทรัพยากรสิ่งแวดล้อม นิยมใช้ผลผลิตของไทย รู้และเข้าใจปัญหา ด้านเศรษฐกิจ ตลอดจนสืบค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหา

## ศีล 5 กับความเป็นพลเมืองวิถีพุทธ

พระไตรปิฎก สรรพสาครได้กล่าวถึงศีลไว้ว่า “บุคคลใดในโลกนี้สำรวมกายวาจา ใจ ไม่ทำ บาปกรรมอะไร ไม่พูดเหลวไหล เพราะเหตุแห่งตน บัณฑิตเรียกคนเช่นนั้นว่า ผู้มีศีล” (ขุ.ชา.ทุก. (ไทย) 27/76/607)

ศีลในทางพระพุทธศาสนามีความผูกพันกับวิถีชีวิตของคนในสังคมมนุษย์ในทุกด้านของการ ดำรงชีวิต โดยเฉพาะวิถีชีวิตของคนไทยนั้นมีความผูกพันประสานกลมกลืนกับหลักความเชื่อ การประพฤติ ปฏิบัติ จนทำให้พระพุทธศาสนาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ประชาชนส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนาอย่าง มั่นคง ตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบันต่างมีเมตตา เอื้อเฟื้อ อนุเคราะห์ เสียสละ เป็นที่ตั้งตลอดมา ด้วยคุณของ พุทธธรรมคำสอนแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ทรงสั่งสอนให้มีอิสระจากปัจจัยที่เป็นเหตุแห่ง เครื่องเศร้าหมองทั้งปวง ทั้งทางกาย และทางใจ ทางกาย หมายถึง การไม่สร้างความวิบัติเสียหายแก่บุคคล อื่น ส่วนทางใจ คือ อิสระจากกิเลส เครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย อันตรอนชีวิตความเป็นอยู่ของตน เพื่อนำ สันติภาพและสันติสุขมาสู่โลกมนุษย์ พระพุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาของผู้รู้เท่าทันภาวะความเปลี่ยนแปลง ของตน ของสังคม โดยใช้ศาสนธรรมคำสอนของพระพุทธองค์เป็นหลักยึดถือประพฤติปฏิบัติ ในส่วนของ คำสั่งนั้น ได้แก่ ข้อปฏิบัติซึ่งบังคับไว้เป็นข้อห้ามมิให้กระทำ เรียกว่า ศีล เป็นข้อยกเว้นที่วางไว้เป็น กฎระเบียบ ในส่วนของคำสอน ได้แก่ คำแนะนำ คำชี้แจง การศึกษาอบรมอันเป็นหลักที่ทรงวางไว้สำหรับการ ประพฤติปฏิบัติที่เรียกว่า พระธรรม ถือว่าเป็นหน้าที่ที่จะพึงประพฤติปฏิบัติเพื่อความเจริญก้าวหน้า

เป็นความดีงามแห่งชีวิตความเป็นอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขและปลอดภัยทั้งร่างกายและจิตใจได้ในสังคมโดยรวม

“ศีล” หมายถึง การไม่เจตนาละเมิดระเบียบ ไม่เจตนาล่วงเกินเบียดเบียนผู้อื่น ถ้ามองแต่อาการ การกระทำ ศีล ก็คือ ความไม่ละเมิด ไม่เบียดเบียน อีกอย่างหนึ่ง ศีล อยู่ที่ความสำรวมระวัง คอยปิดกั้น หลีกเว้น ไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้น ถ้ามองให้ลึกที่สุด สภาพจิตของผู้ไม่คิดจะละเมิด ไม่คิดจะเบียดเบียนคนอื่น ด้วยกาย วาจา ใจ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธิ ปยุตโต), 2542) ศีล 5 ข้อในพระไตรปิฎก เรียกว่า สิกขาบท 5 แปลว่า ข้อที่ควรศึกษา สำเนียง คือระมัดระวัง มิให้ล่วงละเมิด มี 5 ประการ ด้วยกัน ได้แก่ (ที.ปา. (ไทย) 11/286/301-303)

- 1) ปาณาติปาตา เวรมณี เจตนางดเว้นจากทำชีวิตสัตว์ให้ตกลงไป
- 2) อทินนาทานา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการถือเอาเจ้าของที่เขามีได้ให้
- 3) กามสุมิฉฉาจา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการประพฤติผิดในกาม
- 4) มุสาวาทา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ
- 5) สุราเมรยมชชพมาทภูฐานา เวรมณี เจตนางดเว้นจากการดื่มสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่ง

ความประมาท

ในพระพุทธศาสนา แม้พระพุทธองค์จะไม่ได้ทรงตรัสถึงการเกิดขึ้นของพลเมืองโดยตรง แต่ก็ได้ บ่งบอกถึงแนวคิดความเป็นพลเมืองที่ปรากฏขึ้นในปฐมบทแห่งสังคมมนุษย์ ในสมัยยุคแรก ๆ ของ วิวัฒนาการของโลก ดังเช่นที่พระพุทธองค์ทรงตรัสแก่สามเณรวาเสฏฐะและสามเณรภารทวาชะ เพื่อที่จะให้เห็นภาพที่ชัดเจนในวิวัฒนาการ การกำเนิดแห่งสังคม รัฐ การเกิดขึ้นของแนวคิดสัญญา ประชาคมและพลเมือง ดังความตอนหนึ่งว่า

“สมัยหนึ่ง ครั้นเวลาล่วงเลยมาช้านาน โลกนี้เสื่อม เมื่อโลกกำลังเสื่อม เหล่าสัตว์ส่วนมากไปเกิด ที่พรหมโลกชั้นอภัสสร มีปีติเป็นภักขา ครั้นเวลาล่วงเลยมา โลกนี้เจริญขึ้น เมื่อโลกกำลังเจริญขึ้น เหล่า สัตว์ส่วนมากจุติจากพรหมโลกชั้นอภัสสรมาเกิดเป็นมนุษย์ นึกคิดอะไรก็สำเร็จ ได้ตามปรารถนา มีปีติเป็น ภักขา มีรัศมีชานออกจากร่างกาย เทียวสัญจรไปในอากาศ อยู่ในวิมานอันงดงาม สถิตอยู่นานแสนนาน สมัยนั้นทั่วจักรวาลมีตมนอนธการ ไม่มีดวงจันทร์ ไม่มีดวงอาทิตย์ ไม่มีดวงดาว ไม่ปรากฏกลางคืน กลางวัน เดือน ฤดู ปี แม้แต่ชายหญิงก็ไม่ปรากฏ มีชื่อเพียงว่า สัตว์ เท่านั้น ต่อมาเกิดวันดิน สะเก็ดดิน เครือดิน และข้าวสาลี โดยลำดับ มีการทดลองลิ้มรสจนเกิดตัณหาขึ้น วัน เดือน ปี ฤดูกาล ดวงดาวก็ปรากฏ เพศ หญิงเพศชายก็ปรากฏ มีการเสพเมถุนธรรม มีความโลภ ขี้เกียจ แย่งชิง ลักขโมยกันขึ้น จนเกิดสถาบันทาง สังคม เช่น กษัตริย์ พราหมณ์ แพศย์ และศูทร ขึ้นมา เป็นต้น” (ที.ปา. (ไทย) 11/111-140/83-104)

ความเป็นพลเมืองดีของระบบสังคมซึ่งแสดงออกถึงความมีอารยะ จะมีหลักจริยธรรมเป็นเครื่อง กำกับ เป็นการจัดระเบียบความสัมพันธ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกัน เพื่อเป็นแบบอย่างแห่งสังคมที่พึง ปรารถนา อันเป็นสังคมที่สงบสุข ปราศจากการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน สมาชิกในสังคมจะมีความรัก ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ให้แก่กันโดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน มีความสมานสามัคคี เคารพในสิทธิเสรีภาพ และ

ความเสมอภาคของพลเมืองที่เป็นสมาชิกในสังคมและไม่ใช้ความรุนแรง และหากพิจารณาความเป็นพลเมืองดีด้วยมิติความสัมพันธ์ในการการอยู่ร่วมกันทางสังคมดังกล่าวข้างต้น พลเมืองดีในทางพระพุทธศาสนาจึงมีความคล้ายคลึงกับพลเมืองดีในระบอบประชาธิปไตยอย่างมาก กล่าวคือ ในแง่ของสิทธิเสรีภาพ (วัชระ งามจิตรเจริญ, 2552) ซึ่งแนวคิดความเป็นพลเมืองดีทางพระพุทธศาสนา มีจุดกำเนิดมาตั้งแต่ช่วงแห่งวิวัฒนาการของสังคมมนุษย์สมัยยุคแรก ๆ ของโลก (ดังที่ปรากฏในอัครคัมภีร์ยูสุตร) โดยความเป็นพลเมืองจะเป็นสภาวะของการมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างประชาชนกับสังคม ที่มีความสัมพันธ์ต่อกันภายใต้เงื่อนไขของสัญญาประชาคม มิติทางสังคมสมัยนั้นจึงสะท้อนถึงการมีสิทธิ เสรีภาพ ความเสมอภาคในการเป็นพลเมืองภายใต้กติกาสังคมเดียวกัน แต่เมื่อเข้าสู่ยุคสังคมอินเดียบราหฺมณและสมัยพุทธกาล ความเป็นพลเมืองก็ได้ถูกยึดโยงด้วยระบบชนชั้นวรรณะ (Class System) ภายใต้อิทธิพลการครอบงำของศาสนาพราหมณ์ในขณะนั้น จนทำให้เกิดความเข้าใจที่บิดเบี้ยวไป จากความเป็นจริงดั้งเดิม ต่อมาเมื่อพระพุทธเจ้าได้ตั้งระบบสังฆะขึ้น ความเป็นพลเมืองดีหรือความเป็น อริยชนในพระพุทธศาสนา จึงมุ่งเป้าหมายความสัมพันธ์ของการอยู่ร่วมกันเป็นสำคัญระหว่างมวลสมาชิก ที่มีใช้ความสัมพันธ์แบบระบบชนชั้นหรือวรรณะใด ๆ แต่เป็นพลเมืองที่ต้องมีความเคารพและให้ความสำคัญ ถือปฏิบัติตามพระธรรมวินัย (ข้อปฏิบัติหรือกฎระเบียบกติกาทิศทางสังคม) เป็นหลัก เพื่อควบคุมพฤติกรรมของพลเมืองที่เรียกว่า ความมีอารยะ โดยทุกคนยอมรับหลักการร่วมกัน (พระกัณฺณจฺน์ กนฺตธมฺโม (แสงรุ่ง), 2559)

คุณลักษณะของพลเมืองดีทางพระพุทธศาสนา อาจพิจารณาได้หลายแง่มุมทั้งในเชิง ปัจเจกและสังคม ซึ่งเป็นสิ่งที่บ่งชี้ว่าบุคคลนั้นเป็นคนดีตามทัศนะของพระพุทธศาสนา เช่น การเป็นผู้ เคารพในสิทธิต่อชีวิตและทรัพย์สินของผู้อื่น(เมตตาธรรม) การไม่กล่าวล่วงละเมิดผู้อื่น ไม่หลอกลวง ทำหน้าที่ทางสังคมด้วยความยุติธรรม โดยการปฏิบัติด้วยความสัมพันธ์ทุกระดับอย่างถูกต้องเหมาะสม ในกระบวนการทางความคิดนั้น พลเมืองดีจะต้องมีสัมมาทิฐิ ระดับจิตใจก็คือ การไม่โลภเกิน (อวิสมโลภะ) การไม่มุ่งร้ายคนอื่น (อัพยาปาพะ) การไม่เพ่งโทษผู้อื่น (อนภิฆมา/ไม่จ้องเล่นงานคนอื่น) เพราะการเป็นพลเมืองดี คือการแสดงออกใด ๆ ควรเกิดจากความคิดและทำที่อันสมควรในเชิงบวก พลเมืองดีทางพระพุทธศาสนาจึงเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องถึงการเป็นพลเมืองที่เคารพศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ คือ ยอมรับความแตกต่างและความเท่าเทียมกันของทุกสมาชิกในสังคม โดยถือว่าความแตกต่างเป็นเรื่องทางสังคม ที่เป็นลักษณะของความแตกต่างกันตามบทบาทหน้าที่การงาน หรือตามวิถีประชาของพลเมืองในมิติต่าง ๆ ไม่มีใครสามารถถือสิทธิเหนือกว่าผู้อื่นโดยชาติกำเนิด ผิวพรรณ และอื่นใด ส่วนในแง่หลักแห่งการกระทำหรือในทางกฎหมาย จะเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องระหว่างปัจเจกชนกับรัฐที่ต้องมีความสัมพันธ์ต่อกันและกันในระดับที่เหมาะสม และมีความยุติธรรม คือ ยกย่องคนที่ควรยกย่อง ตีเตียนคนที่ควรตีเตียน และลงโทษอย่างเหมาะสมแก่คนที่ควรถูกลงโทษ รัฐต้องทำให้ทุกคนอยู่ภายใต้มาตรฐานกฎเกณฑ์เดียวกัน (ชาญณรงค์ บุญหนุน, 2561) ซึ่งพลเมืองดีในแนวคิดของพระพุทธศาสนา เป็นสภาวะของการเป็นพลเมืองที่มีความสัมพันธ์ระหว่างประชาชนกับประชาชน ประชาชนกับรัฐ ซึ่งมีทฤษฎีของสัญญาประชาคมเข้ามาเกี่ยวข้อง โดยเฉพาะเรื่องการใช้สิทธิเสรีภาพ ความเสมอภาค ซึ่งแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรม ความสามารถและบทบาท

หน้าที่ของประชาชนในฐานะพลเมืองที่มีต่อปัจเจกบุคคล สังคมในมิติต่าง ๆ นอกจากนั้นยังรวมถึงความสัมพันธ์ที่มีต่อรัฐได้อย่างเหมาะสมในการอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข ภายใต้รูปแบบการปกครองของรัฐที่มีอธิปไตยและกติกาสังคมร่วมกัน (พระชวลิต ปณฺญาชิโร (แสงบุญเรือง), 2561)

วิเคราะห์ได้ว่า ศิล 5 ถือเป็นหลักธรรมพื้นฐานที่สำคัญในพระพุทธศาสนา ซึ่งมีบทบาทอย่างมากในการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และวินัยในตนเองของพุทธศาสนิกชน โดยเฉพาะเมื่อนำมาพิจารณาในบริบทของ "ความเป็นพลเมืองวิถีพุทธ" ซึ่งหมายถึงการดำเนินชีวิตในฐานะสมาชิกของสังคมที่ยึดหลักธรรมทางพุทธศาสนาในการอยู่ร่วมกันอย่างสันติและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ศิล 5 มิใช่เพียงข้อห้ามในระดับบุคคลเท่านั้น แต่ยังสะท้อนเจตจำนงในการธำรงระเบียบสังคม ความปลอดภัย และความสงบสุขของส่วนรวมโดยตรง เมื่อพลเมืองยึดมั่นในศีลข้อที่ 1 คือการไม่เบียดเบียนชีวิต ย่อมส่งเสริมความกรุณา เห็นคุณค่าของชีวิต ทั้งต่อมนุษย์และสรรพสัตว์ ข้อที่ 2 การไม่ลักทรัพย์ เป็นการฝึกจิตใจให้เคารพสิทธิของผู้อื่น ซึ่งเป็นพื้นฐานของการอยู่ร่วมกันในสังคมประชาธิปไตย ข้อที่ 3 การประพฤติพรหมจรรย์หรือไม่ประพฤติผิดในกาม นำไปสู่การสร้างครอบครัวและชุมชนที่มั่นคง มีศีลธรรม ข้อที่ 4 การไม่พูดเท็จ ช่วยสร้างวัฒนธรรมของความซื่อสัตย์ โปร่งใส ซึ่งเป็นหัวใจของธรรมาภิบาล และข้อที่ 5 การไม่เสพสิ่งมีนเมา นำไปสู่การมีสติ ควบคุมตนเองได้ และลดปัญหาสังคมอันเกิดจากความมีนเมา ในภาพรวม ศิล 5 เปรียบเสมือนแนวทางปฏิบัติที่เชื่อมโยงระหว่างศีลธรรมกับพลวัตของสังคม เพราะพลเมืองที่รักษาศีลย่อมเป็นผู้มีวินัย เคารพสิทธิผู้อื่น รับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญของการเป็น "พลเมืองดี" ในวิถีพุทธที่แท้จริง กล่าวได้ว่า ศิล 5 มิใช่เพียงหลักธรรมส่วนบุคคล แต่คือกรอบพฤติกรรมที่สร้างพลเมืองที่มีคุณภาพ มีจิตสำนึกทางสังคม และเอื้อต่อการพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืน

## องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้จากบทความวิชาการนี้เน้นย้ำว่า ศิล 5 มิใช่เพียงข้อห้ามทางศาสนาที่จำกัดอยู่ในพฤติกรรมส่วนตัว หากแต่เป็นเครื่องมือในการวางรากฐานของ "ความเป็นพลเมือง" ในเชิงพุทธที่พัฒนาจากจิตที่บริสุทธิ์ไม่เบียดเบียน สู่อารมณ์อยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคมโดยมีธรรมเป็นหลักประกัน โดยมีองค์ประกอบเชิงความหมายที่สำคัญคือ

1. จิตสำนึกแห่งการไม่เบียดเบียน (อหิงสา) คือจุดเริ่มของพลเมืองวิถีพุทธ ศิลข้อที่ 1-3 สะท้อนมิติความสัมพันธ์เชิงศีลธรรมกับผู้อื่น ซึ่งเป็นพื้นฐานของสิทธิมนุษยชนในระบอบประชาธิปไตย
2. วาจาสัจจิดและสติสัมปชัญญะ (ศีลข้อ 4-5) คือกลไกแห่งธรรมาภิบาลของปัจเจก ซึ่งนำไปสู่สังคมที่โปร่งใส มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม และมีเหตุมีผล
3. ศิล 5 คือ 'สัญญาประชาคมภายในตน' ที่ประชาชนพึงทำกับตนเอง ก่อนจะสร้างพันธะสัญญากับสังคมและรัฐ โดยการสำรวมตนด้วยศีล คือการทำหน้าที่พลเมืองที่ไม่เบียดเบียน ทั้งทางตรงและโดยอ้อม

4. ระบบสังฆะในพระพุทธศาสนา คือแบบจำลองของประชาคมแห่งอารยะ ที่ไม่ยึดโยงด้วยวรรณะหรือชาติกำเนิด แต่เชื่อมโยงด้วยคุณธรรมและการเคารพในกติกาเดียวกัน

ดังนั้น องค์กรความรู้ใหม่นี้ชี้ให้เห็นว่า ศิล 5 มิใช่เพียงหลักธรรมแห่งความดีส่วนบุคคล หากแต่เป็น “ระเบียบสัญญาประชาคมแห่งพุทธวิถี” ที่ยกระดับพลเมืองจากผู้มีสิทธิ เป็นผู้มีคุณธรรม เพื่อสร้างสังคมที่เสมอภาค ปลอดภัย และมีสันติภาพอย่างยั่งยืน โดยมีพระธรรมเป็นโครงสร้างของการอยู่ร่วมกัน และมีศีลเป็นเครื่องมือควบคุมพฤติกรรมที่ทุกคนสมควรใจยึดถือร่วมกัน ดังคำที่ว่า “ศีล 5 คือกลไกทางจริยธรรมที่เชื่อมโยงจากระดับจิตสำนึกปัจเจกไปสู่ระเบียบสังคมแบบประชาคมภายใต้กติกาแห่งธรรม” ซึ่งองค์ความรู้ใหม่จากบทความนำเสนอได้ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

## บทสรุป

ศีล 5 ในพระพุทธศาสนาไม่ใช่เพียงข้อปฏิบัติส่วนบุคคลเพื่อการฝึกจิตและสำรวมพฤติกรรมเท่านั้น หากแต่เป็นหลักจริยธรรมพื้นฐานที่มีพลังในการขับเคลื่อนคุณภาพของพลเมืองในมิติของสังคมประชาธิปไตย โดยศีล 5 ทำหน้าที่เป็นกลไกสำคัญในการหล่อหลอมจิตสำนึกของบุคคลให้มีความเคารพใน

ชีวิต สิทธิ เสรีภาพของผู้อื่น สร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม อันนำไปสู่ความสงบเรียบร้อยของสังคมอย่างยั่งยืน บทบาทของศีลจึงเปรียบได้กับ “สัญญาประชาคมทางจริยธรรม” ที่ทุกคนในสังคมร่วมกันยอมรับและยึดถือ โดยอิงรากฐานจากพระธรรมวินัยที่เป็นระบบคุณค่าของความเป็นอารยะ ซึ่งไม่ผูกติดกับระบบวรรณะหรืออำนาจโดยกำเนิด แต่ตั้งอยู่บนฐานของคุณธรรมและความเสมอภาค ด้วยเหตุนี้ ความเป็นพลเมืองวิถีพุทธจึงหมายถึงการดำเนินชีวิตอย่างมีสติ มีวินัย และไม่เบียดเบียนบนพื้นฐานของศีลธรรม พร้อมทั้งมีจิตสำนึกในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเคารพกติกาสังคม ซึ่งทั้งหมดนี้ล้วนสะท้อนให้เห็นว่า ศีล 5 คือเครื่องมือทางธรรมะที่สามารถเชื่อมโยงมิติของปัจเจกบุคคลกับสังคมในภาพรวม เพื่อสร้างสันติสุข ความยุติธรรม และการพัฒนาอย่างยั่งยืนในฐานะของพลเมืองดีในโลกแห่งพุทธวิถี

### เอกสารอ้างอิง

- ชาญณรงค์ บุญหนุน. (2553). “พระพุทธศาสนากับการสร้างสรรค์ประชาธิปไตยว่าด้วยการเป็นพลเมืองที่ดีของสังคม”. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 6(1).
- ทิพย์พพร ต้นดีสุนทร. (2554). *การศึกษาเพื่อสร้างพลเมือง*. กรุงเทพมหานคร: สถาบันนโยบายการศึกษา.
- นิภาพรรณ เจนสันติกุล. (2556). “โครงสร้างทางสังคม บทบาทและนโยบายสาธารณะกับความเป็นพลเมือง”. *วารสารศิลปศาสตร์*. 5(1).
- พระกัญจน์ กนตธมโม (แสงรุ่ง). (2559). “การพัฒนาความเป็นพลเมืองดีตามหลักพระพุทธศาสนา”. *วารสารศิลปศาสตร์ปริทัศน์*. 11(21).
- พระชวลิต ปณฺญาวชิโร (แสงบุญเรือง). (2561). การพัฒนาพลเมืองเชิงพุทธบูรณาการของหมู่บ้านสามขา อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*.
- พระธรรมปิฎก (ประยุทธ ปยุตโต). (2542). *พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม*. กรุงเทพมหานคร: การศาสนา.
- ไพลิน ภูจินาพันธ์. (2563). “Sense of Belonging: พลเมืองกับความไม่เป็นอื่น”. *รายงานวิจัย*. สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.).
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วลัย พานิช. (2542). “ความเป็นพลเมืองดีในวิชาสังคมศึกษา การวิเคราะห์หลักสูตรมัธยมศึกษา”. ใน *ประมวลบทความการเรียนการสอนและการวิจัยระดับมัธยมศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัชระ งามจิตรเจริญ. (2552). *พุทธศาสนาเถรวาท*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

Kathleen Knight Abowitz and Jason Harnish. (2006). "Contemporary Discourses of Citizenship". *Review of Educational Research*. 76(4).