

การใช้หลักธรรมคุ้มครองโลกในการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นไทยในยุคดิจิทัล

USING THE EARTH PROTECTION PRINCIPLES IN THE LIVES OF THAI TEENS IN THE DIGITAL AGE



¹วิชิต นาชัยสินธุ์, ²พระครูสุนทรวินัยรส, ³พระครูวรจิตตานุรักษ์
และ ⁴พีระพงษ์ เคนทรภักดิ์

¹Wichit Nachaisin, ²Phrakru suntonwinairos, ³Phrakru worajittanurak
and ⁴Peerapong Kenthoraphak

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาลัยศาสนศาสตร์เฉลิมพระเกียรติกาฬสินธุ์
Mahamakut Buddhist University, kalasin College, Thailand

¹Paripurati@hotmail.com

Received : July 12, 2023; Revised: July 25, 2023; Accepted: August 26, 2023

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา การใช้หลักธรรมคุ้มครองโลกในการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นไทยในยุคดิจิทัล ชีวิตของวัยรุ่นไทยในยุคดิจิทัลมีลักษณะของการใช้เทคโนโลยีอย่างกว้างขวาง ตั้งแต่การสื่อสาร การศึกษา ไปจนถึงความบันเทิงและการแสดงออกต่าง ๆ แม้ว่าเทคโนโลยีจะมอบโอกาสมากมาย แต่จำเป็นอย่างยิ่งที่วัยรุ่นจะต้องสร้างสมดุลระหว่างชีวิตออนไลน์และออฟไลน์ และพัฒนาทักษะที่จำเป็นเพื่อดำเนินชีวิตในโลกดิจิทัลอย่างมีความรับผิดชอบ ปัจจุบันชีวิตวัยรุ่นไทยในโลกยุคดิจิทัลได้นำเอาการพัฒนาหลักธรรมคำสอนแนวพุทธมาใช้ในสังคมไทยโดยการส่งเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ เช่น การพัฒนาวินัยในตนเอง การพัฒนาลักษณะการเป็นกัลยาณมิตร เพื่อให้วัยรุ่นเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ รู้เท่าทันสื่อและสามารถอยู่

¹อาจารย์, สาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาลัยศาสนศาสตร์เฉลิมพระเกียรติกาฬสินธุ์

²อาจารย์ ดร.,สาขาวิชาการสอนพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาลัยศาสนศาสตร์เฉลิมพระเกียรติกาฬสินธุ์

³อาจารย์, สาขาวิชาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาลัยศาสนศาสตร์เฉลิมพระเกียรติกาฬสินธุ์

⁴ อาจารย์, สาขาวิชาการสอนภาษาไทย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาลัยศาสนศาสตร์เฉลิมพระเกียรติกาฬสินธุ์

ในสังคมที่เต็มไปด้วยเทคโนโลยีและสื่อมากมายที่พร้อมจะดึงเขาไปทางที่ไม่ถูกต้องดังตาม ควรประกอบไปด้วยการทำงานร่วมกันโดยสถาบันทางสังคมต่าง ๆ เช่น สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา สถาบันพุทธศาสนา ชุมชน เป็นต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันทางพุทธศาสนา ควรนำหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยในการขัดเกลาอบรมสั่งสอนให้ส่งเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ทำให้เด็กวัยรุ่นที่นับถือเป็นคนดีและคนเก่ง ช่วยเหลือตนเองและสังคมได้ ทำให้เกิดการพัฒนาที่ดีทั้งตนเองและสังคม

คำสำคัญ : การใช้หลักธรรม, วัยรุ่นไทย, ยุคดิจิทัล

Abstract

This academic article aims to study Using the Earth Protection Principles in the Lives of Thai Teens in the Digital Age The lives of Thai teenagers in the digital age are characterized by the widespread use of technology. From communication to education to entertainment and expression, although technology offers many opportunities. But it's essential for teens to balance their lives online and offline. and develop the skills necessary to live responsibly in a digital world. Nowadays, the lives of Thai adolescents in the digital world have brought the development of Buddhist teachings to be used in Thai society by promoting desirable characteristics such as developing self-discipline. Developing character traits as an ally for adolescents to achieve desirable behavior Media savvy and able to live in a society full of technology and media that are ready to pull him in the wrong direction. It should consist of collaboration by social institutions such as family institutions. academy Buddhist institutions, communities, etc., especially Buddhist institutions, should apply Buddhist teachings as a means of cultivating and teaching to promote desirable characteristics. in order to achieve desirable behavior Make respected teenagers as good people and pants people. Help yourself and society resulting in good development for oneself and society

Keywords : application of dharma, Thai youth, digital age.

บทนำ

ปัจจุบันวัยรุ่นและเยาวชนส่วนใหญ่มีปัญหาหลายอย่างที่ตนไม่สามารถแก้ไขปัญหาเหล่านั้นได้ด้วยตนเอง บางครั้งอาจจะแก้ไขปัญหาดังกล่าวด้วยวิธีการผิดๆ ไม่มีการคิดวิธีการแก้ไขปัญหานั้นอย่างถูกต้อง ซึ่งปัญหาเหล่านี้สามารถ แก้ไขได้โดยเริ่มจากการให้ความสำคัญกับพวกเขาให้เขาได้มีโอกาสในการแสดงความคิดเห็นเพื่อเป็นแนวทางในการ แก้ไขปัญหาวัยรุ่นเด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ที่มักจะประสบปัญหาคือเขาไม่มีความรู้ในเรื่องของสิ่งที่ถูกหรือผิดไม่มีคนมาให้ความรู้ให้คำปรึกษาที่ถูกและชี้แนะแนวทางการแก้ไขหรือข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นโดยการคิดที่ขาดการยั้งคิด ปัญหาส่วนใหญ่ เช่น ติดยาเสพติด ติดเกมส์ มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ปัญหาความรุนแรงของเด็กและสตรี ค่านิยมความทันสมัยตามโฆษณาตามสื่อต่าง ๆ เยาวชนเมื่อประสบพบเจอกับปัญหาต่างๆ ส่วนใหญ่มักปรึกษาเพื่อน เชื่อเพื่อน เพราะคิดว่าเพื่อนเป็นที่พึ่งให้แก้ตนได้ทั้งหมดเป็นความคิดที่ผิดความจริงแล้วเมื่อเกิดปัญหาคนที่ควรไปขอ คำปรึกษาคือ พ่อ แม่ เพราะพ่อแม่เป็นบุคคลที่ใกล้ชิดกับเรามากที่สุดและสามารถให้คำปรึกษาได้ทุกเรื่อง

“ศีลธรรมของยุวชนคือสันติภาพของโลก” ข้อความนี้ท่านพุทธทาสได้ให้เขียนติดไว้หน้าศาลาธรรมโฆษณ์ เพื่อเตือนให้นึกถึงความสำคัญของเยาวชนที่จะเติบโตเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ นำพาประเทศไปสู่ความเจริญ เยาวชน คือโลกในอนาคตจะดีหรือไม่ดี จะเจริญรุ่งเรืองหรือถดถอยลง เยาวชนจะเป็นผู้กำหนดทิศทางของประเทศจะไปสู่การเป็นประเทศที่พัฒนาแล้วในอนาคต เยาวชนจะเติบโตเป็นพลเมืองของประเทศจะต้องมีคุณภาพ ผู้ใหญ่มีหน้าที่เตรียมความพร้อมให้แก่เยาวชนโดยการกำหนดนโยบายและส่งเสริมเยาวชนให้มีประสิทธิภาพ การนำพาประเทศไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองต้องอาศัยเยาวชนที่ดี มีคุณภาพ มีคุณธรรม รู้จักผิดชอบชั่วดี มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ต่อตนเองและสังคม เยาวชนที่ขาดคุณภาพเป็นปัญหาของประเทศ ผู้ใหญ่ต้องดำเนินการปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้เยาวชนกลับมาเป็นกำลังสำคัญของประเทศ ปัจจุบันเยาวชนต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ตามการเปลี่ยนแปลงของยุคสมัยที่มีสิ่งเร้าเข้ามามีบทบาทในชีวิตของเยาวชนเป็นจำนวนมาก ไม่ว่าจะเป็นสิ่งเร้าจากสื่อสิ่งพิมพ์ สื่อวิทยุโทรทัศน์ และที่สำคัญคือจากสื่อออนไลน์ที่เยาวชนสามารถเข้าถึงได้อย่างง่าย โดยไม่มีระบบควบคุมอย่างละเอียดและรัดกุม การเข้าถึงสื่อต่างๆ นั้น เกิดจากความคั่นองตามวัยของเยาวชน การอยากลองหรือตามกระแสสังคมในปัจจุบัน รวมถึงการขาดวุฒิภาวะใน การตัดสินใจของเยาวชนเอง หากเยาวชนไม่ได้รับการอบรมสั่งสอนให้รู้ถึงคุณและโทษของสิ่งเร้าต่าง ๆ จะทำให้เยาวชนหลงผิดไปตามกระแสสังคมได้ การหลงผิดอย่างหนึ่งของเยาวชนที่เป็นปัญหาใหญ่ระดับประเทศ เช่นการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด เยาวชนหวังพึ่งสิ่งเสพติดเป็นเพื่อน เป็นปัญหาที่ขยายตัวอย่างรวดเร็วกระทบ ต่อสังคมและเศรษฐกิจ

ชีวิตวัยรุ่นไทยในยุคดิจิทัล

ชีวิตของวัยรุ่นไทยในยุคดิจิทัลได้รับอิทธิพลอย่างมากจากการใช้เทคโนโลยีและอินเทอร์เน็ตอย่างแพร่หลาย เช่นเดียวกับวัยรุ่นทั่วโลก วัยรุ่นไทยได้นำอุปกรณ์ดิจิทัลและแพลตฟอร์มออนไลน์เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของพวกเขา นี่คือการรวมว่าชีวิตของพวกเขาได้รับผลกระทบอย่างไร :

1. การสื่อสารและการเข้าสังคม: วัยรุ่นไทยใช้แพลตฟอร์มโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook, Instagram, Twitter และ TikTok เพื่อติดต่อกับเพื่อนๆ แชร์ประสบการณ์และติดตามเทรนด์ต่างๆ แอปส่งข้อความอย่าง LINE ยังได้รับความนิยมอย่างมากในประเทศไทยสำหรับการสื่อสารทั้งแบบส่วนตัวและแบบกลุ่ม

2. การศึกษา: เทคโนโลยีได้เปลี่ยนวิธีที่วัยรุ่นไทยเข้าถึงและมีส่วนร่วมกับการศึกษา โรงเรียนหลายแห่งใช้เครื่องมือและแพลตฟอร์มดิจิทัลสำหรับการมอบหมายงาน การสื่อสารกับครู และแม้แต่ห้องเรียนเสมือนจริง แหล่งข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ บทช่วยสอนออนไลน์ และแอปเพื่อการศึกษา มักใช้เพื่อการเรียนรู้เสริม

3. ความบันเทิง: แพลตฟอร์มสตรีมมิงอย่าง YouTube, Netflix และบริการสตรีมมิงในไทยช่วยให้วัยรุ่นเข้าถึงเนื้อหาความบันเทิงได้หลากหลาย รวมถึงเพลง ภาพยนตร์ รายการทีวี และวิดีโอจากผู้สร้างเนื้อหาที่พวกเขาชื่นชอบ เกมออนไลน์ยังเป็นแหล่งความบันเทิงที่สำคัญสำหรับวัยรุ่นไทยจำนวนมาก

4. กระแสสังคมและผู้มีอิทธิพล: วัยรุ่นไทยได้รับอิทธิพลจากกระแสอนไลน์และผู้มีอิทธิพล พวกเขามักจะติดตามเทรนด์แฟชั่น ความงาม ไลฟ์สไตล์ และเกมที่ได้รับนิยมนบนแพลตฟอร์มอย่าง TikTok และ Instagram อินฟลูเอนเซอร์ทั้งในและต่างประเทศส่งผลต่อความชอบและการตัดสินใจซื้อของพวกเขา

5. ความคิดสร้างสรรค์ทางดิจิทัล: ยุคดิจิทัลก่อให้เกิดผู้สร้างเนื้อหาชาวไทยรุ่นใหม่ที่ผลิตวิดีโอ ศิลปะ ดนตรี และเนื้อหาสร้างสรรค์ในรูปแบบอื่น ๆ ตั้งแต่การแบ่งปันงานศิลปะบน Instagram ไปจนถึงการสร้างช่อง YouTube เพื่อแสดงความสามารถและความคิดสร้างสรรค์ของพวกเขา

6. ความท้าทายและข้อกังวล: แม้ว่าเทคโนโลยีจะมีประโยชน์มากมาย แต่วัยรุ่นไทยก็เผชิญกับความท้าทายเช่นกัน ปัญหาต่าง ๆ เช่น การกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ต ความเป็นส่วนตัวทางออนไลน์ และเวลาหน้าจอที่มากเกินไปอาจส่งผลเสียต่อสภาพจิตใจและอารมณ์ของพวกเขา นอกจากนี้ยังมีข้อกังวลเกี่ยวกับผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้โซเชียลมีเดียมากเกินไปต่อความภาคภูมิใจในตนเองและภาพลักษณ์ของร่างกาย

7. ข้อบ่งชี้ออนไลน์: อีคอมเมิร์ซกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตวัยรุ่นไทย พวกเขาเลือกซื้อเสื้อผ้า เครื่องประดับ แกดเจ็ตและสินค้าอื่นๆ ทางออนไลน์ แพลตฟอร์มอีคอมเมิร์ซมอบความสะดวกสบายและทางเลือกที่หลากหลาย

8. ความปลอดภัยทางไซเบอร์และการรู้เท่าทันดิจิทัล: ในขณะที่วัยรุ่นไทยกำลังสำรวจภูมิทัศน์ทางดิจิทัล สิ่งสำคัญสำหรับพวกเขาคือการตระหนักถึงความปลอดภัยทางออนไลน์ ความปลอดภัยทางไซเบอร์ และการรู้เท่าทันดิจิทัล ความสามารถในการแยกแยะข้อมูลที่เชื่อถือได้ เข้าใจการตั้งค่าความเป็นส่วนตัว และป้องกันตนเองจากภัยคุกคามออนไลน์เป็นสิ่งสำคัญ

9. พลวัตของครอบครัว: ยุคดิจิทัลได้นำการเปลี่ยนแปลงมาสู่พลวัตของครอบครัวเช่นกัน การใช้สมาร์ทโฟนและอุปกรณ์ดิจิทัลที่เพิ่มขึ้นในบางครั้งอาจทำให้ปฏิสัมพันธ์แบบเห็นหน้ากันภายในครอบครัวลดลง อย่างไรก็ตาม อุปกรณ์เหล่านี้ยังสามารถเปิดโอกาสให้ครอบครัวได้เชื่อมต่อและแบ่งปันประสบการณ์

โดยสรุปแล้ว ชีวิตของวัยรุ่นไทยในยุคดิจิทัลมีลักษณะของการใช้เทคโนโลยีอย่างกว้างขวาง ตั้งแต่การสื่อสาร การศึกษา ไปจนถึงความบันเทิงและการแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ แม้ว่าเทคโนโลยีจะมอบโอกาสมากมาย แต่จำเป็นอย่างยิ่งที่วัยรุ่นจะต้องสร้างสมดุลระหว่างชีวิตออนไลน์และออฟไลน์ และพัฒนาทักษะที่จำเป็นเพื่อนำทางโลกดิจิทัลอย่างมีความรับผิดชอบ

จุฑา ภักติกุล (2559) อธิบายว่า “เด็กยุคดิจิทัล” (digital generation) หมายถึง เด็กที่เกิดในช่วงปลายศตวรรษที่ 20 เป็นต้นมา (ตั้งแต่ปีค.ศ.1995) โดยเฉพาะเด็กที่เกิดตั้งแต่ปีค.ศ.2000 จนถึงปัจจุบันซึ่งเป็นช่วงที่มีการพัฒนาของสื่อดิจิทัลอย่างรวดเร็ว จึงเรียกเด็กกลุ่มนี้อีกอย่างว่า digital native (ชนพื้นเมืองดิจิทัล) หมายถึง เด็กที่เติบโตและคุ้นเคยกับเทคโนโลยียุคดิจิทัลมาตั้งแต่เกิดในอีกมุมมองหนึ่งจุฑา ภักติกุล (2559) ได้อ้างอิงแนวคิดของ เอียน จูส์ นักการศึกษาชาวแคนาดา ผู้แต่งหนังสือ เรื่อง “understanding the digital generation” เกี่ยวกับเด็กในยุคดิจิทัลว่าลักษณะของเด็กยุคดิจิทัลเป็นผลจากวิธีการเรียนรู้ผ่านสื่อเทคโนโลยีและอุปกรณ์ดิจิทัลตั้งแต่วัยเด็กนั่นคือเด็กยุคนี้จะมีความจำเกี่ยวกับภาพ (visual memory) และการประมวลผล ข้อมูลจากภาพได้ดีกว่าข้อความตัวหนังสือสามารถแยกแยะข้อมูลภาพและเสียงได้ดีกว่าคน ยุคก่อนชอบมองภาพที่มีสีสันสดใสที่กระตุ้นให้เกิดความสนใจมากกว่ามีด ๆ ทิม ๆ นอกจากนั้นลักษณะการ กวาดสายตาเมื่อหาข้อมูลบนหน้าจอคอมพิวเตอร์ของเด็กยุคนี้ก็จะแตกต่างกับลักษณะการกวาดสายตาในการ อ่านหนังสือ นั่นคือ เมื่ออ่านหนังสือเราจะค่อย ๆ กวาดสายตาจากซ้ายไปขวา จากบนลงล่าง ในขณะที่คล้อยตัวอักษร z เรียกว่า การกวาดสายตาแบบ “z pattern” แต่ในเด็กที่มองหน้าจอคอมพิวเตอร์เขาจะกวาดสายตาจากบนลงล่างเมื่อเจอเรื่องที่สนใจจึงจะสแกนจากซ้ายไปขวา เป็นการมองแบบสแกนหาข้อมูลแทนการอ่านเนื้อหาทั้งหมด คือมีลักษณะคล้ายตัวอักษร f หรือที่เรียกว่าการกวาดสายตาแบบ “f pattern”

ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลจาก นิพนธ์ ชาญอัมพร และธাত্রีไต้ฟ้าพูล (2558) ในการศึกษา เรื่อง รูปแบบการดำเนินชีวิตและความคิดเห็นต่อรายการโทรทัศน์ของเด็กเจนเนอเรชันแซต นั่นคือ กลุ่มคนที่เกิดในช่วงกลางทศวรรษที่ 90 ถึง ค.ศ. 2010 เรียกว่า digital natives และเป็นกลุ่มคนที่อยู่ในเจนเนอเรชันแซต (generation z) ซึ่งเป็นกลุ่มคนที่เกิดมาในช่วงที่โลกกำลังเผชิญกับความท้าทาย เช่น การก่อการร้ายและ ความตระหนักเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม เป็นกลุ่มคนที่ผูกพันกับการใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์และเทคโนโลยีอย่างอินเทอร์เน็ต เว็บไซต์และสื่อสังคมออนไลน์ มีความรู้ความสามารถด้านเทคโนโลยีเชื่อมต่อกับสังคมทั่วโลกในรูปแบบของโลกเสมือนยืดหยุ่นฉลาดและอดทนต่อวัฒนธรรมที่แตกต่าง ได้รับการพัฒนาทางเทคโนโลยีอย่างก้าวกระโดด ทำให้เจนเนอเรชันแซตมีความแตกต่างจากเจนเนอเรชันอื่น ๆ การแพร่หลายของอินเทอร์เน็ตได้สร้างโลกที่ไร้ขอบเขตของเจนเนอเรชันแซต ทำให้เด็กในเจนเนอเรชันนี้สามารถเข้าถึงข้อมูลได้เร็วกว่าเจนเนอเรชันอื่น ๆ รสนิยมของพวกเขาจึงสามารถเปลี่ยนแปลงได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทำให้โทรศัพท์มือถือสมาร์ทโฟนและอินเทอร์เน็ตมีอิทธิพลต่อการเปิดรับสื่อของเจนเนอเรชันแซตมากขึ้นทุกวัน จนส่งผลให้ในปัจจุบันเจนเนอเรชันแซตเริ่มปฏิเสธสื่อโทรทัศน์แบบดั้งเดิมมากขึ้น ความสำคัญของโทรทัศน์เริ่มลดน้อยลงอย่างมีนัยสำคัญ และเห็นว่าการรับชมโทรทัศน์มีความสำคัญน้อยกว่าการเล่นเฟซบุ๊ก (นิพนธ์ ชาญอัมพร และ ธাত্রี ไต้ฟ้าพูล (2558) จากงานวิจัยเรื่องรูปแบบการดำเนินชีวิตและความคิดเห็นต่อรายการโทรทัศน์ของเด็กเจนเนอเรชันแซตของนิพนธ์ ชาญอัมพร และธাত্রี ไต้ฟ้าพูล (2558) ได้นำเสนอรูปแบบการดำเนินชีวิตของเด็กเจนเนอเรชันแซตโดยแบ่งออกเป็น 7 รูปแบบ คือ

1. กลุ่มเด็กสมัยนิยม (modern kid) เป็นกลุ่มเด็กที่ชื่นชอบเทคโนโลยีและกิจกรรมเพื่อความสนุกสนานบันเทิงต่าง ๆ
2. กลุ่มเด็กกระตือรือร้น (active kid) เป็นกลุ่มเด็กที่ชื่นชอบการทำกิจกรรมกลางแจ้ง เล่นกีฬา และอ่านหนังสือเรียน
3. กลุ่มเด็กชอบสังคม (sociable kid) เป็นกลุ่มเด็กที่ให้ความสำคัญกับเพื่อนและครอบครัวชอบ ทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว
4. กลุ่มเด็กช่างฝัน (dreamy kid) เป็นกลุ่มเด็กที่ชื่นชอบกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์และส่งเสริมจินตนาการมีโลกส่วนตัวสูง
5. กลุ่มเด็กฉลาด (smart kid) เป็นกลุ่มเด็กที่ชื่นชอบกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาไหวพริบสติปัญญา
6. กลุ่มเด็กเมือง (urban kid) เป็นกลุ่มเด็กที่ใช้ชีวิตแบบเด็กทั่วไปที่อาศัยอยู่ในเขตเมือง
7. กลุ่มเด็กอยากรู้อยากเห็น (curious kid) เป็นกลุ่มเด็กที่ชื่นชอบการเสริมสร้างความรู้และ ประสบการณ์ใหม่ ๆ ให้กับตนเอง

ปัญหาใหญ่ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันสำหรับเด็กเจนเนอร์ชั่นแซดหรือดิจิทัลเจนเนอร์ชั่นไม่ได้มีเพียงแค่ว่าเขาเหล่านั้นถูกจัดอยู่ในกลุ่มประเภทใด แต่คือปัญหาที่เด็ก ๆ และผู้ปกครองในเจนเนอร์ชั่นนี้ตกอยู่ใน สภาวะของการเสพติดมากเกินไปและใช้สื่อใหม่ที่ถูกคิดค้นและนำเสนอไปในด้านที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตมากกว่า ผลดี ดังที่แพง ชินพงศ์ (2559) ได้เขียนบทความถึงสถานการณ์การติดสื่อดิจิทัลของเด็กรุ่นใหม่ว่า เมื่อลูกวัย 7 ขวบร้องที่จะเล่นเกมหรือดูการ์ตูนในแท็บเล็ตหรือสมาร์ทโฟนของผู้ปกครองอยู่ตลอดเวลา หากลูกวัย 10 - 12 ขวบสายตาดำจ้องอยู่กับแท็บเล็ตหรือสมาร์ทโฟนที่อยู่ในมือได้เป็นวัน ๆ โดยที่ไม่สนใจจะทำกิจกรรมอื่นเลย นั่นแสดงว่าลูกของคุณกำลังเสพติดการเล่นแท็บเล็ตหรือสมาร์ทโฟนเข้าแล้ว สัญญาณเตือนว่าลูกเสพติดแท็บเล็ตหรือสมาร์ทโฟน คือ

1. เริ่มดื้อและร้องไห้งอแงเมื่อถึงเวลาที่ต้องทำกิจกรรมอื่น
2. ไม่อยากไปโรงเรียนแต่ต้องการอยู่บ้านเพื่อเล่นแท็บเล็ต หรือขอเอาแท็บเล็ตหรือสมาร์ทโฟนติดไปโรงเรียนด้วย
3. ไม่สามารถจะนั่งนิ่ง ๆ เมื่อเวลาออกไปรับประทานอาหารนอกบ้าน โดยขอมิแท็บเล็ตหรือสมาร์ทโฟนเป็นตัวช่วยวางไว้ตรงหน้าเสมอ นั่นคือ สัญญาณเริ่มต้นที่บอกให้รู้ว่าลูกของเราติดแท็บเล็ตและสมาร์ทโฟนแล้ว

ปัญหาด้านพฤติกรรมของวัยรุ่นไทยยุคดิจิทัล

ปัญหาพฤติกรรมของวัยรุ่นในประเทศไทยก็เช่นเดียวกับส่วนอื่น ๆ ของโลก ได้รับอิทธิพลจากเทคโนโลยีดิจิทัลที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและการผนวกเข้ากับชีวิตประจำวัน แม้ว่าปัญหาเหล่านี้บางส่วนจะเป็นปัญหาสากล แต่ก็มีปัจจัยทางวัฒนธรรมและสังคมบางประการที่ทำให้ปัญหาเหล่านี้แสดงออกมาแตกต่างกันในประเทศไทย ต่อไปนี้คือปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่นที่พบบ่อยในประเทศไทยในยุคดิจิทัล :

1. เวลาหน้าจอมากเกินไป: ด้วยความแพร่หลายของสมาร์ทโฟนและอินเทอร์เน็ต ทำให้วัยรุ่นไทยใช้เวลาหน้าจอมากขึ้นเรื่อยๆ ไม่ว่าจะเป็นโซเชียลมีเดีย การเล่นเกม หรือกิจกรรมออนไลน์อื่นๆ สิ่งนี้สามารถนำไปสู่ปัญหาต่างๆ รวมถึงกิจกรรมทางกายที่ลดลง รูปแบบการนอนหลับที่หยุดชะงัก และผลกระทบเชิงลบต่อการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมแบบเห็นหน้ากัน
2. ผลกระทบจากโซเชียลมีเดีย: วัยรุ่นในประเทศไทยอาจหมกมุ่นมากเกินไปกับการแสดงตนในโลกออนไลน์และวิธีที่คนรอบข้างรับรู้เช่นเดียวกับที่อื่น ๆ สิ่งนี้สามารถนำไปสู่ความรู้สึกไม่คู่ควร ความนับถือตนเองต่ำ และแม้แต่ปัญหาสุขภาพจิต แรงกดดันในการนำเสนอตัวตนในรูปแบบอุดมคติบนแพลตฟอร์มโซเชียลมีเดียอาจรุนแรงเป็นพิเศษ
3. การกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ต: การไม่เปิดเผยตัวตนและระยะห่างจากแพลตฟอร์มดิจิทัล บางครั้งอาจทำให้วัยรุ่นกล้ามีส่วนร่วมในการกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ต สิ่งนี้สามารถส่งผล

ร้ายแรงต่อทั้งเหยื่อและผู้กระทำความผิด ประเทศไทยเคยพบเห็นกรณีการกลั่นแกล้งบนอินเทอร์เน็ตซึ่งนำไปสู่ความทุกข์ทางอารมณ์และแม้กระทั่งการฆ่าตัวตายในหมู่เยาวชน

4. การปล้นสะดมทางออนไลน์: ยุคดิจิทัลทำให้เกิดความท้าทายใหม่ในแง่ของการปกป้องวัยรุ่นจากผู้ล่าทางออนไลน์ วัยรุ่นไทยอาจเสี่ยงต่อการถูกหลอกล่อ การคุกคาม หรือการแสวงประโยชน์ทางออนไลน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากพวกเขาไม่ได้รับการศึกษาเกี่ยวกับความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการมีปฏิสัมพันธ์กับคนแปลกหน้าทางออนไลน์

5. ผลการเรียนรู้: ความฟุ้งซ่านที่เกิดจากอุปกรณ์ดิจิทัลอาจส่งผลเสียต่อผลการเรียน วัยรุ่นไทยอาจพบว่าเป็นเรื่องยากที่จะมุ่งความสนใจไปที่การเรียน เมื่อพวกเขาถูกใจมตอย่างต่อเนืองด้วยการแจ้งเตือนและตัวเลือกความบันเทิงออนไลน์

6. การติดการพนันออนไลน์และการติดเกม: การติดการพนันออนไลน์และการติดเกมกลายเป็นปัญหาที่สำคัญในประเทศไทย วัยรุ่นสามารถติดเกมออนไลน์หรือแพลตฟอร์มการพนันซึ่งนำไปสู่ผลการเรียนตกต่ำ ความสัมพันธ์ในครอบครัวตึงเครียด และแม้แต่ปัญหาทางการเงิน

7. การมีเพศสัมพันธ์และการแบ่งปันเนื้อหาที่ไม่เหมาะสม: ความสะดวกในการแบ่งปันเนื้อหาที่โจ่งแจ้งทางออนไลน์สามารถนำไปสู่ปัญหาต่างๆ เช่น การมีเพศสัมพันธ์ในหมู่วัยรุ่น สิ่งนี้สามารถมีผลทางกฎหมายและทางสังคม ส่งผลต่อความเป็นอยู่ทางอารมณ์และชื่อเสียงของพวกเขา

8. ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่และลูก: ช่องว่างระหว่างวัยในการรู้เท่าทันเทคโนโลยีดิจิทัลบางครั้งอาจส่งผลให้เกิดความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นกับพ่อแม่ ผู้ปกครองอาจไม่เข้าใจขอบเขตของกิจกรรมดิจิทัลของบุตรหลาน ซึ่งนำไปสู่ความเข้าใจผิดและการโต้เถียง

9. ความกังวลเกี่ยวกับความเป็นส่วนตัวและความปลอดภัยทางออนไลน์: วัยรุ่นอาจไม่เข้าใจอย่างถ่องแท้ถึงความสำคัญของความเป็นส่วนตัวทางออนไลน์และผลที่อาจเกิดขึ้นจากการแบ่งปันข้อมูลส่วนบุคคล การขาดความตระหนักนี้อาจทำให้พวกเขาเสี่ยง เช่น การโจรกรรมข้อมูลส่วนตัวหรืออาชญากรรมทางไซเบอร์

ตั้งแต่เทคโนโลยีการสื่อสารพัฒนาอย่างก้าวล้ำ สื่อออนไลน์กลับส่งผลไปใน ด้านลบต่อชีวิตประจำวันและความสัมพันธ์ของคนในสังคมอย่างชัดเจนยิ่งขึ้น จนกลายเป็นประเด็นทางสังคมที่ทั้งสื่อกฎหมายและประชาชนเองจะต้องให้ความสำคัญในการป้องกันและแก้ไขปัญหาเหล่านี้ โดยเฉพาะกับกลุ่มวัยรุ่นที่ใช้เวลาไปกับสื่อออนไลน์วันละหลายชั่วโมงจนอาจนำไปสู่ความขัดแย้งทะเลาะวิวาท จนถึงขั้นทำร้ายร่างกายตามมา อีกทั้ง “การที่ไม่มีตัวตน หรือมีตัวตนซ่อนเร้นในโลกออนไลน์ ทำให้คนมีอิสระในการแสดงความคิดเห็นหรือแสดง “ความรุนแรง” ออกมาในสังคมมากขึ้น โดยเฉพาะในสังคมวัยรุ่นสมัยนี้ที่มีการสื่อสารห้วนสั้น สั้นๆ แรงๆ หรือวัฒนธรรมแบบสามคำสี่พยางค์ อย่างเวลาที่เราพูดห้วนๆ จะมีความแรงอยู่ด้วย ซึ่งจะนำไปสู่การวิวาทง่ายขึ้น” การทะเลาะวิวาทในสังคมออนไลน์มีหลายกรณี เช่น “ทะเลาะในเฟซบุ๊ก แล้วไปต่อในไลน์ หรือทะเลาะ

ในไลน์แล้วไปต่อในต่อในเฟซบุ๊ก แล้วออกมาเคลียร์กันตัวต่อตัว” จากความรุนแรงทางความสัมพันธ์ในการสื่อสารกลายเป็นความรุนแรงทางกายภาพ (สำนักงานรัฐบาลอิเล็กทรอนิกส์, 2558)

วิไลลักษณ์ ทองคำบรรจง และคณะ (2554) กล่าวในเรื่องปัจจัยเชิงเหตุและผลของพฤติกรรมติดอินเทอร์เน็ตของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร ว่าผลตัวแปรที่ส่งผลต่อพฤติกรรม การติดสื่อออนไลน์ของเด็กก็คือปัจจัยสภาพแวดล้อมในครอบครัวและปัจจัยสภาพแวดล้อมในกลุ่มเพื่อน โดยพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ได้รับอิทธิพลทางลบโดยตรงจากอิทธิพลของเพื่อนในการใช้อินเทอร์เน็ตอย่างเหมาะสม ซึ่งการแก้ปัญหาให้พฤติกรรมมีผลในทางบวกโดยตรงด้วยการควบคุมการใช้อินเทอร์เน็ตก็คือ การใส่ใจของครอบครัว นั้นเพราะปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของเด็กก็คืออิทธิพล โดยตรงจากความเหงา

การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมของวัยรุ่นในยุคดิจิทัลของประเทศไทยจำเป็นต้องอาศัยแนวทางหลายแง่มุมที่เกี่ยวข้องกับผู้ปกครอง โรงเรียน ชุมชน และผู้กำหนดนโยบาย การศึกษาเกี่ยวกับการเป็นพลเมืองดิจิทัลที่มีความรับผิดชอบ ความเป็นอยู่ที่ดีทางอารมณ์ และพฤติกรรมออนไลน์ที่ดีเป็นสิ่งสำคัญ การส่งเสริมให้มีการสื่อสารอย่างเปิดเผยระหว่างวัยรุ่นและผู้ดูแล สามารถช่วยบรรเทาความท้าทายเหล่านี้และส่งเสริมสภาพแวดล้อมดิจิทัลที่ปลอดภัยและเกื้อหนุนกันมากขึ้นสำหรับเยาวชนไทย

หลักคำสอนและการประยุกต์ใช้หลักธรรมคัมภีร์โลกในการดำเนินชีวิตประจำวัน

พระเทพญาณมหามุนี นามเดิม พระราชภาวนาวิสุทธิ (ไชยบูลย์ ธรรมขโย) (มก.เล่ม 42 : 104) มนุษย์ทุกชาติทุกศาสนาล้วนปรารถนาให้โลกมีสันติสุขที่แท้จริง แต่ก็ไม่มีใครรู้ว่าจะทำอย่างไร จนกระทั่ง พระพุทธองค์ได้ทรงค้นพบว่า วิธีการที่จะทำให้โลกเกิดสันติสุขที่แท้จริงนั้น จะต้องให้ทุกคนในโลกเข้าถึงสันติสุขภายในก่อน คือเข้าถึงพระธรรมกายซึ่งมีอยู่แล้วในตัวของคนทุกคน ธรรมกายเป็นแหล่งกำเนิดของความสุข เป็นแหล่งของสติและปัญญา เมื่อเข้าถึงแล้วมนุษย์จะมีความคิดคำพูด และการกระทำที่ดี จะมีการแบ่งปันให้แก่กัน แล้วสันติสุขที่แท้จริงก็จะเกิดขึ้นในโลก

โลกของเราได้รับการคุ้มครองด้วยธรรม จึงทำให้สังคมมนุษย์มีความสุข ธรรมที่คุ้มครองโลกอยู่นี้เรียกว่า “หิริ โอตตปปะ” ดังพุทธพจน์บทหนึ่งว่า

“หิริโอตตปปสมปนนา	สุกกุธมมสมาหิตา
สนโต สปปุริสา โลเก	เทวธมมาติ วุจฺจเร

สัปบุรุษผู้สงบประจบประกอบด้วยหิริและโอตตปปะ ตั้งมั่นอยู่ในธรรมชาวน ท่านเรียกว่า ผู้มีธรรมของเทวดาในโลก”

หิริ คือ ความละอายที่จะทำความชั่ว โอตตปปะ คือความกลัวต่อผลของความชั่ว หิริโอตตปปะนี้เป็นธรรมของผู้มีคุณธรรมที่จะนำพาเราก้าวไปสู่สุคติโลกสวรรค์ เพราะผู้จะเป็นเทวดาได้ ต้องมีคุณธรรมคือหิริ โอตตปปะอยู่ในใจ ท่านจึงเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า “เทวธรรม” คือธรรมที่จะทำให้เราได้เป็นเทวดา อีกทั้งเทวธรรมนี้ คือธรรมคุ้มครอง โลก หากคนทั้งโลกมีหิริ โอตตปปะ ละอายต่อการทำบาปและกลัวต่อผลของบาป ก็จะไม่ทำบาปอกุศล จะตั้งมั่นอยู่ ในศีล ๕ มนุษย์ทั้งหลายก็จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข สันติภาพของโลกย่อมจะบังเกิดขึ้น เมื่อมนุษย์พากันประพฤติธรรม ธรรมะก็จะคุ้มครองมนุษย์ให้อยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุข

ในอดีตกาล เคยมีผู้ที่ตามหาเทวธรรมนานถึง 12 ปี เฝ้ารอคอยผู้รู้ที่จะมาบอกว่า เทวธรรมคืออะไร สมัยนั้นพระโพธิสัตว์บังเกิดเป็นพระราชโอรสของพระเจ้าพรหมทัตพระนามว่า มหิสาสกุमार ทรงมี พระอนุชานามว่า จันทกุมาร พระบรมราชชนนีของพระโอรสทั้งสองได้สวรรคตไป ในขณะที่พระราชโอรสยังทรงพระเยาว์อยู่ พระเจ้าพรหมทัตทรงมีพระมเหสีใหม่ ซึ่งเป็นที่โปรดปรานของพระองค์ยิ่งนัก เมื่อพระนางให้กำเนิดพระโอรส ทรงขนานพระนามว่า สุริยกุมาร พระเจ้าพรหมทัตได้ประทานพรแก่พระโอรส ครั้นพระราชโอรสเจริญวัยขึ้น พระมเหสีก็กราบทูลขอราชสมบัติ พระองค์จึงจำใจต้องพระราชทานราชสมบัติแก่พระโอรสองค์เล็ก

พระเจ้าพรหมทัตทรงวิตกกังวลว่า พระนางอาจคิดปองร้ายต่อมหิสาสกุमारและจันทกุมาร จึงให้โอรสทั้งสองออกจากเมืองไปแสวงหาที่ปลอดภัยกว่า และสั่งว่าเมื่อพระองค์เสด็จสวรรคตแล้วจึงค่อยกลับมาครองราชสมบัติ

สุริยกุมารขอตามพี่ทั้งสองไปด้วย พระโอรสทั้งสามจึงเดินทางไปด้วยกัน ในระหว่างทางได้ช่วยกันสร้างที่พักอาศัยในที่ร่มรื่นแห่งหนึ่งสุริยกุมารได้ไปหาน้ำ เมื่อพบแหล่งน้ำแล้ว ก็รีบเดินลงไปตักน้ำ แต่ทว่าสระน้ำนี้ เป็นที่อยู่ของผีเสื้อน้ำตนหนึ่ง ซึ่งอยู่ในความปกครองของท้าวเวสสุวรรณ ได้มีเทวบัญชาไว้ว่า ห้ามออกไปจับสัตว์หรือมนุษย์กินนอกบริเวณสระน้ำนี้เป็นอันขาด แต่ถ้าผู้ใดลงมาในสระก็ให้จับกินได้ ยกเว้นผู้ที่รู้เทวธรรม ห้ามทำอันตรายเด็ดขาด

สุริยกุมารถูกผีเสื้อน้ำจับตัวไว้แล้วถามว่า “เจ้ารู้จักเทวธรรมไหม” สุริยกุมารตอบว่า “เทวธรรมคือพระจันทร์และพระอาทิตย์” ผีเสื้อน้ำจึงกล่าวว่า “ท่านรู้ไม่จริง” จึงจับสุริยกุมารเอาไปขังในที่อยู่ของตน

มหิสาสกุमारเห็นว่าน้องคนเล็กหายไปนาน จึงให้จันทกุมารไปตามหา เมื่อจันทกุมารเดินตามรอยเท้าน้องชายไปถึงสระน้ำ ทันทีที่ก้าวลงไปใต้น้ำก็ถูกผีเสื้อน้ำจับไว้และถามเรื่องเทวธรรม จันทกุมารตอบว่า “เทวธรรม คือ ทิศทั้งสี่” ผีเสื้อน้ำก็จับจันทกุมารไปขังรวมไว้กับสุริยกุมาร

เมื่อจันทกุมารหายไปอีกคน มหิสาสกุมาวจึงออกไปตามน้องทั้งสอง เดินสะกดรอยตามไป จนกระทั่งถึงสระน้ำ สังเกตเห็นรอยเท้าที่น้องทั้งสองเดินลงไป แต่ไม่มีรอยเท้ากลับขึ้นมา จึงรู้ทันทีว่าในสระน้ำนี้จะต้องมีผีเสื้อน้ำอาศัยอยู่ พระองค์ทรงกระชับพระขรรค์และถือธนูเตรียมพร้อมไว้ เดินสำรวจดูรอบ ๆ สระอย่างระมัดระวังโดยไม่ก้าวเท้าลงไปในสระน้ำ

ผีเสื้อน้ำคอยสังเกตอยู่ในสระ เมื่อเห็นมหิสาสกุมาไม่ยอมลงไปในสระ จึงแปลงกายเป็นมนุษย์ เดินเข้าไปหาแล้วแสวงถามว่า “ท่านคงเดินทางมาเหน็ดเหนื่อย ทำไมไม่ลงไปดื่มน้ำให้สบายเสียก่อนล่ะ” พระกุมารทรงพิจารณาแล้ว ก็สันนิษฐานได้ทันทีว่า จะต้องเป็นผีเสื้อน้ำแปลงตัวมาแน่ จึงตรัสถามตรงๆ ว่า “เจ้าจับน้องทั้งสองของข้าไปใช้ไหม”

ถึงแม้ว่าผีเสื้อน้ำจะดุร้ายแต่ก็ไม่โหด จึงยอมรับว่าใช่ พระกุมารตรัสถามว่า “เจ้าจับมนุษย์กินได้ทุกคนหรือ” ผีเสื้อน้ำตอบว่า “เราจับกินได้ทุกคนยกเว้นแต่ผู้ที่รู้จักเทวธรรมเท่านั้น” พระกุมารจึงบอกว่า “ถ้าท่านอยากรู้เทวธรรมเราก็จะแสดงธรรมให้ฟัง” แล้วประทับนั่งอยู่บนอาสนะที่สูงกว่า กล่าวพระคาถาด้วยพุทธลีลาว่า

“สัพบุรุษผู้สงบระงับ ประกอบด้วยhiriและโอตตปปะ ตั้งมั่นอยู่ในธรรมชา ท่านเรียกว่าเป็นผู้มีธรรมของเทวดา”

เมื่อมหิสาสกุมาแสดงเทวธรรมจบลง ผีเสื้อน้ำเกิดความศรัทธาเลื่อมใสในพระราชากุมาร อยากรู้จะประพฤติธรรมตามที่ได้ฟังทุกประการ แต่ผีเสื้อน้ำนั้นก็ยังไม่อยากกินมนุษย์อยู่ จึงบอกพระกุมารว่า “เราเชื่อแล้วว่าท่านเป็นผู้รู้เทวธรรมจริง เราอนุญาตให้ท่านดื่มและใช้น้ำในสระนี้ได้ตามใจชอบ แต่จะคินน้องชายให้ท่านได้เพียงคนเดียวเท่านั้น เพราะเรายังต้องกินเนื้อมนุษย์เป็นอาหารอยู่ ท่านจะเลือกเอาคนไหนล่ะ”

มหิสาสกุมาขอให้คินน้องชายคนเล็ก ผีเสื้อน้ำจึงกล่าวโศกว่า “ท่านบัณฑิต ท่านรู้จักเทวธรรมก็จริง แต่ท่านไม่ได้ประพฤติดนตามเทวธรรมเลย ทำไมจึงบอกให้ปล่อยน้องคนเล็ก แทนที่จะให้ปล่อยน้องคนโต การกระทำเช่นนี้ ได้ชื่อว่าไม่ให้เกียรติแก่ผู้มีอายุซึ่งมีวิญญูมากกว่า”

มหิสาสกุมาอธิบายว่า “เรารู้จักเทวธรรมและประพฤติเทวธรรมด้วย การที่เราต้องเอาน้องคนเล็กกลับไปก็เพราะน้องคนเล็กไม่ได้เกิดร่วมมารดาเดียวกับเรา และการที่เราต้องมาอยู่ในป่านี้ก็เพราะมารดาของน้องคนนี้ ทูลขอราชสมบัติให้แก่เขา ถ้าเราไม่ได้ตัวเขากลับไปถึงเราจะพูดความจริงว่าน้องชายคนเล็กถูกยักษ์ในป่าจับกินเสียแล้วก็คงไม่มีใครเชื่อ เขายอมครหาว่าเราสองคนพี่น้องร่วมมือกันฆ่าน้องคนเล็ก เพราะเห็นแก่ราชสมบัติ เราพิจารณาดีแล้วจึงขอให้คินน้องคนเล็ก”

ผีเสื้อน้ำได้ฟังดังนั้น จึงเกิดความเลื่อมใสอย่างแท้จริง กล่าวสรรเสริญว่า “ดีแล้วท่านบัณฑิต ท่านเป็นผู้รู้จักเทวธรรมและประพฤติตามด้วย เราจะคินน้องของท่านให้ทั้งสองคน” เมื่อได้น้องชายคินแล้ว มหิสาสกุมาก็ส่งสอนผีเสื้อน้ำด้วยความกรุณาว่า “ตัวท่านเกิดมากินเลือดกินเนื้อ

ของผู้อื่น ก็เพราะบาปที่สร้างไว้แต่ชาติปางก่อน เดียวนี้ท่านก็ยังทำบาปอีก จงเลิกเสียเถิด มิฉะนั้น ท่านจะไม่พ้นจากนรกเป็นแน่”

เมื่อพระราชบิดาเสด็จสวรรคตแล้วทั้งสามจึงพากันกลับเข้าเมืองและพาผีเสื้อน้ำไปด้วย จัดที่อยู่และให้อาหารเช่นมนุษย์ ให้ประพฤติดุจคนไปจนตลอดชีวิต ส่วนพระโพธิสัตว์ก็เสด็จขึ้นครองราชย์ แล้วตั้งใจสร้างบารมี ปกครองบ้านเมืองโดยธรรมตั้งอยู่ในทศพิธราชธรรมไปจนสิ้นอายุขัย ละโลกแล้วก็ไปเป็นใหญ่ในสุคติโลกสวรรค์

จะเห็นได้ว่า ความสงบสำรวมไม่ทำบาปอกุศล ตั้งอยู่ในกุศลธรรม เป็นคุณธรรมที่บัณฑิตทั้งหลายประพฤติกกันเป็นปกติ ชีวิตจะได้ปลอดภัย ประสบแต่ความเจริญรุ่งเรือง ดังนั้นจึงควรหมั่นฝึกฝนอบรมตนเอง ดำรงตนให้เป็นผู้มีเทวธรรมประจำใจ ธรรมนี้จะได้ปกป้องคุ้มครอง ให้ปลอดภัยทั้งในโลกนี้และภัยในสังสารวัฏ และหมั่นฝึกใจให้หยุดนิ่งตลอดเวลา หยุดนิ่งในทุกอิริยาบถ แล้วจะได้เข้าไปพบกับกายทิพย์ซึ่งเป็นกายของเทวดา

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (2538, หน้า 65. 7) ตูรายละเอียดใน อก.ทุก. (ไทย) 20/8/63. ได้ให้ความหมายว่า หิริและโอตตัมปะ ว่า เป็นหลักธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างศักยภาพ ทักษะ พฤติกรรมทางกายภาพ รวมทั้งการพัฒนาจิตใจ

พระมหาสุภาพณฺ์ ชุตินฺโท (สุขดา) (2548) กล่าวในการศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องพฤติกรรมของ มนุษย์ในทศณะของพุทธปรัชญาเถรวาทกับซิกมันด์ฟรอยด์ของมนุษย์ในสังคมที่อยู่ร่วมกัน ศีล หรือวินัย จะช่วยจัดให้เกิดความเป็นระเบียบในความเป็นอยู่ และเอื้อโอกาสให้เกิดการพัฒนาจนสามารถทำให้มนุษย์มีพฤติกรรมเกิดความเคยชินที่ดงามตามแบบอย่างของศีลที่กำหนดไว้ดีแล้ว ฉะนั้นการจะฝึกให้เกิดความเคยชินในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จะต้องมียุรูปแบบ และวิธีการนั้น ๆ อย่างเช่น ศีล หรือ วินัย เป็นต้น ให้เป็นอุปกรณ์ในการฝึกฝนเบื้องต้น อธิจิตตสิกขา คือ การฝึกปรือในด้านคุณภาพและสมรรถภาพของจิต สมาธิ เป็นส่วนของการฝึกฝนในด้านจิตใจ หรือระดับจิตใจให้เกิดการพัฒนาคุณสมบัติต่างๆ คือ ในด้านคุณธรรม เช่น ความมีเมตตา กรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเข้มแข็งอดทน ตลอดจนความเพียรพยายาม ความรับผิดชอบ ความแน่วแน่มั่นคง มีสติ สมาธิ และในด้านทำให้เกิดความสุข เช่น ความผ่องใส เบิกบาน ความรู้สึกอิ่มใจ หรือกล่าวโดยสรุปว่า การพัฒนาสุขภาพจิตให้มีความมั่นคง ในการดำรงอยู่ของชีวิตให้มีความสุข อธิปัญญาสิกขา คือ การฝึกปรือปัญญาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจสิ่งทั้งหลาย ตามความเป็นจริง จนถึงขั้นหลุดพ้นมีจิตใจเป็นอิสระผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ ปัญญาเป็นเรื่องของการฝึกหรือพัฒนาในด้านความรู้ความจริงโดยเริ่มตั้งแต่ความเห็น ความเชื่อ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้ในเหตุผล การรู้จักวินิจฉัยไตร่ตรองด้วยความแยบยลให้เห็นตามความเป็นจริง หมายความว่ารู้เท่าทันความเป็นไปของโลก และชีวิตจนทำให้จิตใจเป็นอิสระ ข้ามพ้นความทุกข์ปราศจากปัญหา ถึงความเป็นอิสระภาพ

โดยสมบูรณ์ หลักไตรสิกขานี้ได้โดยสาระครอบคลุมถึงการทำให้เกิดการพัฒนาทางสังคมพัฒนาทางอารมณ และการพัฒนาทางปัญญาหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาทั้งหมด คือ หลักแห่งการศึกษาหรือหลักแห่งการพัฒนาที่มุ่งเน้นหรือนำไปสู่เป้าหมายสูงสุดในชีวิตของบุคคล คือ การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

พระชัชวาลย์ ศรีสุข (2541) ได้เสนอผลงานการวิจัยเรื่อง ศาสนากับการพัฒนาศักยภาพในส่วนที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมไว้ว่า พฤติกรรมต่างๆ ของมนุษย์เป็นผลมาจากแรงผลักดันของตัณหาเป็นหลักใหญ่แม้ว่าตัณหาจะมีใช้ตัวเหตุโดยตรงของพฤติกรรมแต่เป็นแรงผลักดันให้เกิดพฤติกรรมในฐานะเป็นเงื่อนไขของการกระทำโดยใช้ปัญญา (โยนิโสมนสิการ) เป็นตัวแก้ปัญหาพฤติกรรมของมนุษย์พฤติกรรมที่มีปัญญาเป็นตัวนำทำให้การพัฒนาบุคลิกภาพเป็นไปด้วยดีต้องอาศัยความเคยชิน (อุปนิสัย) เพราะถ้ามีพฤติกรรมเคยชินอย่างไครนก็จะดำเนินชีวิตไปด้วยพฤติกรรมอย่างนั้นการพัฒนาบุคลิกภาพในพุทธศาสนาใช้การพัฒนาจิตใจไปที่ละขั้นจนกว่าจะสิ้นกิเลสด้วยการพัฒนาตนไปตามหลักของศีล สมาธิ ปัญญาและอริยมรรคมีองค์ 8 ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนาที่ต้องใช้เวลาในการสั่งสมจนกว่าจิตจะพัฒนาเข้าถึงภาวะที่สมบูรณ์สูงสุด คือ นิพพานคือเป้าหมาย

บทสรุป

ชีวิตของวัยรุ่นไทยในยุคดิจิทัลมีลักษณะของการใช้เทคโนโลยีอย่างกว้างขวาง ตั้งแต่การสื่อสาร การศึกษา ไปจนถึงความบันเทิงและการแสดงออกต่าง ๆ แม้ว่าเทคโนโลยีจะมอบโอกาสมากมาย แต่จำเป็นอย่างยิ่งที่วัยรุ่นจะต้องสร้างสมดุลระหว่างชีวิตออนไลน์และออฟไลน์ และพัฒนาทักษะที่จำเป็นเพื่อดำเนินชีวิตในโลกดิจิทัลอย่างมีความรับผิดชอบ ปัจจุบันชีวิตวัยรุ่นไทยในโลกยุคดิจิทัลได้นำเอาการพัฒนาหลักธรรมคำสอนแนวพุทธมาใช้ในสังคมไทยโดยการส่งเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ เช่น การพัฒนาวินัยในตนเอง การพัฒนาลักษณะการเป็นกัลยาณมิตร เพื่อให้วัยรุ่นเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ รู้เท่าทันสื่อและสามารถอยู่ในสังคมที่เต็มไปด้วยเทคโนโลยีและสื่อมากมายที่พร้อมจะดึงเขาไปทางที่ไม่ถูกต้องดีงาม ควรประกอบไปด้วยการทำงานร่วมกันโดยสถาบันทางสังคมต่าง ๆ เช่น สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา สถาบันพุทธศาสนา ชุมชน เป็นต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันทางพุทธศาสนาควรนำหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยในการขัดเกลาอบรมสั่งสอนให้ส่งเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ทำให้เด็กวัยรุ่นที่นับถือเป็นคนดีและคนเก่ง ช่วยเหลือตนเองและสังคมได้ ทำให้เกิดการพัฒนาดีทั้งตนเองและสังคม

เอกสารอ้างอิง

- จุฑา ภักดิ์กุล. (2015). *เด็กยุคดิจิทัล*. สารานุกรม ศึกษาศาสตร์. สืบค้นเมื่อ 20 ตุลาคม 2559. <http://ejournals.sw.u.ac.th/index.php/ENEDU/article/download>.
- ณัฐรินทร์ นีกรัตนาพันธ์. (2013). *พระพุทธศาสนากับชีวิตวัยรุ่นไทยในโลกสมัยใหม่*. JOURNAL OF NAKHONRATCHASIMA COLLEGE 7(2) (July-December) : 106-113.
- นิพนธ์ ชามุขอัมพร และ ธาตรี ใต้ฟ้าพล. (2558). *รูปแบบการดำเนินชีวิตและความคิดเห็น ต่อรายการโทรทัศน์ของเด็กเจนเอเรชั่นแซด*. วารสารการประชาสัมพันธ์และการโฆษณา. 8(2) July-December: 73-92.
- พระเทพญาณมหามุนี (ไชยบูลย์ ธมมชโย). สืบค้นเมื่อ 20 กรกฎาคม 2566. https://kalyanamitra.org/book/index_dhammadownload_detail.php?id=15.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2538). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*.
- พระมหาสุวณฺี ชุตินฺโด (สุขดา). (2548). *การศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องพฤติกรรมของ มนุษย์ ในทรรศนะของพุทธปรัชญาเถรวาทกับซิกมันด์ฟรอยด์*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระชัชวาลย์ ศรีสุข. (2541). *ศาสนากับการพัฒนาบุคลิกภาพ : ศึกษาเปรียบเทียบหลักคำสอนเกี่ยวกับการพัฒนาบุคลิกภาพในพุทธศาสนา และศาสนาคริสต์*. มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จุฑา ภักดิ์กุล. (2015). *เด็กยุคดิจิทัล*. สารานุกรม ศึกษาศาสตร์. สืบค้นเมื่อ 20 กรกฎาคม 2566. <http://ejournals.sw.u.ac.th/index.php/ENEDU/article/download>.
- แพง ชินพงศ์. (2559). *4 วิธีช่วยให้ลูกเลิกเสพติดแท็บเล็ต/สมาร์ทโฟน*. สืบค้นเมื่อ 1 กรกฎาคม 2566. <http://www.manager.co.th/QOL/ViewNews.aspx?NewsID=9590000044026>
- วิไลภรณ์ จีรวรรณเศรษฐ์. (2552). *เด็กยุคดิจิทัลภายใต้สังคมแห่งสื่อออนไลน์และการเรียนรู้*. JOURNAL OF EDUCATION FUTUROLOGY, 1(1): 1-10.
- Wallace, Brain. (2013). *The effect of media and technology on young children in the U.S.* <https://www.socialmediatoday.com/content/effects-media-and-technology-young-children-us-infographic>