

ยกระดับการจัดการ ขยะอิเล็กทรอนิกส์ รองรับการผลิตผ่านพลังงานสีเขียว



- รองศาสตราจารย์ ดร.อรรธสิทธิ์ พานแก้ว
คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



ารเปลี่ยนผ่านสู่พลังงานสีเขียวกลายเป็นวาระแห่งชาติเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ทั้งการส่งเสริมรถยนต์ไฟฟ้า แผงโซลาร์เซลล์ ระบบกักเก็บพลังงาน และอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์อัจฉริยะ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นกลไกสำคัญในการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกและสร้างเศรษฐกิจคาร์บอนต่ำ รวมถึงลดการพึ่งพาพลังงานฟอสซิลที่ต้องนำเข้าจากต่างประเทศ

แต่ในอีกด้านหนึ่ง สิ่งที่มีถูกกลเลเลคือการเพิ่มขึ้นของ “ขยะอิเล็กทรอนิกส์” ซึ่งเป็นผลพวงโดยตรงของการเปลี่ยนผ่านดังกล่าว แบตเตอรี่ลิเทียมไอออน แผงโซลาร์เซลล์ที่หมดอายุการใช้งาน อินเวอร์เตอร์ สายไฟ และอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์จำนวนมาก กำลังจะกลายเป็นความท้าทายด้านสิ่งแวดล้อมครั้งใหม่ หากประเทศไทยไม่มีระบบรองรับที่มีประสิทธิภาพ ปัญหาขยะอิเล็กทรอนิกส์ไม่ใช่เพียงประเด็นด้านสิ่งแวดล้อม แต่เป็นเรื่องของการจัดสรรอำนาจหน้าที่ และทรัพยากรระหว่างรัฐบาลส่วนกลางกับส่วนท้องถิ่น ปัจจุบันท้องถิ่นเป็นหน่วยงานที่อยู่ใกล้ชิดประชาชนที่สุด รับผิดชอบการจัดเก็บและบริหารจัดการขยะในชีวิตประจำวัน แต่กลับไม่มีทั้งงบประมาณ เทคโนโลยี และบุคลากรเพียงพอสำหรับจัดการขยะอันตรายประเภทใหม่ที่มีความซับซ้อนสูง โดยเฉพาะแบตเตอรี่จากรถยนต์ไฟฟ้าและอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่มีสารเคมีอันตราย

สถานการณ์เช่นนี้สะท้อนปัญหาเชิงโครงสร้างของการกระจายอำนาจในประเทศไทยที่มัก “กระจายงาน แต่ไม่กระจายงบประมาณ” ส่งผลให้ภารกิจใหม่ถูกผลักส่งสู่ท้องถิ่นโดยไม่มีเครื่องมือที่เพียงพอรองรับ จนท้ายที่สุดภาระกลับตกอยู่กับประชาชนและสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

หลายประเทศเริ่มตระหนักว่าการจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์ต้องอาศัยการทำงานร่วมกันระหว่างรัฐส่วนกลาง ภาคธุรกิจ และรัฐบาลท้องถิ่น ญี่ปุ่นเป็นตัวอย่างที่น่าสนใจผ่านกฎหมายการรีไซเคิลเครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้านและกฎหมายส่งเสริมการรีไซเคิลทรัพยากรขนาดเล็ก ซึ่งกำหนดให้ผู้ผลิต ผู้ค้าปลีก และผู้บริโภคต้องรับผิดชอบร่วมกันตามหลักความรับผิดชอบต่อผู้ผลิตตลอดวงจรชีวิตสินค้า (Extended Producer Responsibility: EPR)

ขณะเดียวกัน หน่วยงานท้องถิ่นทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางในการรวบรวมและคัดแยกขยะก่อนส่งต่อเข้าสู่ระบบรีไซเคิลที่ได้มาตรฐาน ภาครัฐจึงไม่ได้ผลักภาระทั้งหมดไปยังเทศบาล แต่สร้างกลไกทางการเงินและกฎหมายให้ทุกฝ่ายร่วมรับผิดชอบ ทำให้ญี่ปุ่นสามารถเพิ่มอัตราการนำทรัพยากรกลับมาใช้ใหม่ ลดการฝังกลบ และสร้างอุตสาหกรรมรีไซเคิลที่มีมูลค่าสูงควบคู่กันไปได้



ในขณะที่ประเทศจีนก็มีบทเรียนที่น่าสนใจไม่แพ้กัน หลังจากเผชิญปัญหาขยะอิเล็กทรอนิกส์จำนวนมาก รัฐบาลได้พัฒนาระบบ “เมืองปลอดขยะ” (Zero-Waste Cities) และจัดตั้งกองทุนสนับสนุนการรีไซเคิลขยะอิเล็กทรอนิกส์ โดยใช้เงินสมทบจากผู้ผลิตเครื่องใช้ไฟฟ้าและอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์เพื่อนำมาอุดหนุนผู้ประกอบการรีไซเคิลที่ได้รับการรับรอง นอกจากนี้ จีนยังลงทุนพัฒนาระบบติดตามการเคลื่อนย้ายขยะด้วยเทคโนโลยีดิจิทัล เชื่อมโยงข้อมูลระหว่างหน่วยงานกลางกับรัฐบาลท้องถิ่น ทำให้สามารถตรวจสอบเส้นทางของขยะอิเล็กทรอนิกส์ ลดการลักลอบกำจัดที่ผิดกฎหมาย และเพิ่มประสิทธิภาพในการนำโลหะหายากกลับมาใช้ใหม่

บทเรียนจากทั้งสองประเทศมีจุดร่วมไม่แตกต่างกันคือ การบริหารจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์ให้มีประสิทธิภาพ รัฐบาลส่วนกลางต้องสนับสนุนทั้งงบประมาณ เทคโนโลยี และข้อมูลให้ท้องถิ่น เพื่อให้หน่วยปกครองเล็ก ๆ เราสามารถปฏิบัติตามภารกิจได้ หากทรัพยากรไม่เพียงพอให้หน่วยงานระดับท้องถิ่นที่ใหญ่กว่าดูแล

สำหรับประเทศไทย การเปลี่ยนผ่านพลังงานสีเขียวควรถูกออกแบบใหม่ให้เชื่อมโยงกับระบบการจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์ตั้งแต่ต้นทาง ไม่ควรให้เกิดปัญหาแล้วจึงแก้ไข รัฐบาลควรกำหนดยุทธศาสตร์ระดับชาติที่เชื่อมโยงนโยบายพลังงาน นโยบายอุตสาหกรรม และนโยบายสิ่งแวดล้อมเข้าด้วยกัน โดยกำหนดให้ทุกโครงการส่งเสริมรถยนต์ไฟฟ้า พลังงานแสงอาทิตย์ หรือระบบกักเก็บพลังงาน ต้องมีแผนรองรับการเก็บคืนและรีไซเคิลอุปกรณ์เมื่อหมดอายุการใช้งาน

พร้อมทั้งผลักดันกฎหมาย EPR อย่างเป็นทางการ เพื่อให้ผู้ผลิตและผู้นำเข้าสินค้าร่วมรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการจัดเก็บและรีไซเคิล แทนที่จะปล่อยให้ท้องถิ่นรับภาระเพียงฝ่ายเดียว หลักการสำคัญคือ ผู้ที่ได้รับประโยชน์จากการจำหน่ายสินค้า ควรร่วมรับผิดชอบต้นทุนด้านสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นตลอดอายุของผลิตภัณฑ์

ในขณะเดียวกัน การเสริมศักยภาพองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต้องเป็นหัวใจของการปฏิรูปครั้งนี้ รัฐบาลควรจัดสรรงบประมาณแบบมีเงื่อนไขสำหรับการบริหารจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์ โดยเฉพาะ สนับสนุนการจัดตั้งศูนย์รวบรวมขยะอิเล็กทรอนิกส์ระดับจังหวัดหรือกลุ่มจังหวัด เชื่อมโยงฐานข้อมูลระหว่างกระทรวงมหาดไทย กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม กระทรวงพลังงาน และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อให้สามารถติดตามปริมาณขยะ แบ่งปันข้อมูล และวางแผนการลงทุนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ฉะนั้นการจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์ให้มีประสิทธิภาพต้องแก้เรื่องโครงสร้างความสัมพันธ์และงบประมาณระหว่างท้องถิ่นกับส่วนกลาง เพราะการเปลี่ยนผ่านสู่พลังงานสะอาดจะยั่งยืนได้ ก็ต่อเมื่อการบริหารจัดการของเรามีความยั่งยืน ●

เหตุรุนแรงทำคนเครียด-วิตก มาตรการรัฐถูกใจแจกวงเงินความเชื่อมั่น-ปลอดภัย

📖 8 ส.ค. 69 🕒 15:16 📍 490



Unit AI

๓ อานโศพงษ์

ឧទ្ទេសន៍សំខាន់ៗ

นักวิชาการธรรมศาสตร์ชี้ เหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นในสังคม เสี่ยงทำคน "เครียด - วิตกกังวล - รู้สึกไม่ปลอดภัย"กระทบทั้งสุขภาพจิต - กาย หากปล่อยไว้จะกลายเป็นหายนะแห่งทั้งสังคมแนะ 3 วิธีป้องกันผลกระทบทางใจ ใจภาครัฐเร่งจัดการปัญหาอย่างจริงจัง

วินัย (8 ส.ค. 2569) ดร.พรชัย เต๋อดีเลิศสาธิต สาขาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (ชม.) เผยเบื้องหลังเหตุการณ์รุนแรงและการก่อเหตุจากยาเสพติดในวัยหนุ่มที่ผ่านมาน่าทึ่งกว่า 5 ทศวรรษที่ผ่านมาว่า ผู้ชายในช่วงวัยปลายยุค 60s เป็นกลุ่มที่โดนยาเสพติดเข้าอย่างหนักหน่วงมากที่สุด

ทั้งนี้ สาธารณะ พฤติกรรมไซเบอร์เฟรนด์เก็ทซึ่งรวมถึงไม่พอใจใคร่หรืออาจไม่พอใจเสียงแตร หรือล่าสุด เหตุการณ์การจลาจลในสถานศึกษาว่า เหตุการณ์ที่ว่า ๆ ก็เกิดขึ้นในโอกาสทำให้อุณหภูมิในสังคมเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย และเรียกกลับมาในการใช้ชีวิตประจำวันว่า เป็นเทรนด์มาดได้

โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ที่มีความเปราะบางทางสุขภาพจิต อาจกระตุ้นให้เกิดอาการเจ็บ หรืออาการรุนแรงขึ้นได้ เช่น ปวดทางจิตใจ หรือ ผู้ที่เคยเป็นนักถูกทรมาน (รวมถึงครอบครัว) จากเหตุการณ์ความรุนแรงในลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งหากผู้รับเหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันอย่างต่อเนื่อง อาจไปกระตุ้นอารมณ์ หรือความรู้สึกที่เคยเกิดขึ้นในอดีตให้กลับมาได้

ดร.สราวัลย์ กล่าวว่า ภาคธุรกิจและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเหตุการณ์ความรุนแรงต่างๆ จำเป็นต้องมีการดำเนินการป้องกัน ปราบปราม และแก้ไขปัญหาดังกล่าวด้วยการจัดการกับเหตุการณ์เหล่านี้โดยใช้ปัจจัยทั้งเพื่อสร้างความเชื่อมั่นในการทำงานของรัฐบาล ในการสร้างความร่วมมือจากสื่อให้ทันต่อเหตุการณ์ เพื่อให้องค์กรชาชนต้องปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัดจนถึงข้อต่อไป ในขณะเดียวกันสื่อมวลชนเองควรนำเสนอข่าวความรุนแรงในสังคมอย่างมีความรับผิดชอบตามหลักจริยธรรม และในการนำเสนอข่าวเชิงสร้างสรรค์ ให้ความรู้แก่สังคม เพื่อให้สามารถเรียนรู้ร่วมกันของสังคมต่อไป

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าหลาย ๆ ครั้ง นอกจากเมื่อทำข้อเท็จจริงของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเสนอแล้ว ในอีกด้านจะมี การนำเสนอเหตุการณ์ด้านรุนแรงเหล่านี้ ในลักษณะกระตุ้นเจ้าเชิงอารมณ์ร่วมด้วย เนื่องจากสามารถดึงดูด ผู้ชมได้ค่อนข้างมาก จากการเห็นข่าวทำให้เกิดความรู้สึกร่วมมากขึ้น ทว่าการกระทำเช่นนี้อาจส่งผลกระทบต่อ สุขภาพจิตของผู้รับชมได้

“เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ต้องทำงานร่วมกับหลายภาคส่วน และจริงๆ แล้วไม่ว่าจะเป็นการขอคนในสังคมให้ต้องมาคอยดูแลสภาพจิตใจกันเอง ฉะนั้นจึงต้องมีการทำงานของสื่อมวลชนร่วมกับด้วย รวมถึงภาครัฐ และผู้บังคับใช้กฎหมายก็ควรมีบทบาททำงานร่วมกับหน่วยงานใกล้เคียง” ดร.ชลาลัย กล่าว

| จำวนต้นวันนี้



“เงินบาท” ทั้งคำรอบกว่า 1 เดือน ซื้อขาย
กรอบ 32.80-33.40



คลัง ย้ำผู้ไม่ผ่านบัตรสวัสดิการฯ รับ
บทลงโทษปรับภายใน 31 ส.ค.



"7 จักรการ" ให้ปากคำ ตร. แจ้ง 3 ข้อกล่าวหาโยงโยงสอดท้องกัน



เปลือกบาง ผิวเรียบมัน "มะนาวแป้น
ท่าเนิน" GI นื่องใหม่ต่อกล้าคุณภาพ
สินค้าเกษตรท้องถิ่น



วางดอกไม้ธูปเทียนหน้าศพพิธีฌาปนกิจ
นันทบุรี ๓๐. กุมภาพันธ์ ก่อนเปิดเรียน
17 ส.ค.



ทองคำ เติบโต -250 บาท *รูป
พรรณ*ขายออก 68,450 บาท



"อเมริกาต้องแก้พฤติกรรม" อิหร่านยื่น
มือโบ เปิดทางเดินเรือฮอร์มุซ



‘ธรรมาภิบาล’ ตรวจสอบเจ้า-สกล
โศกะนิกรเขียน บึงกุ่มนครนเร



กท.เจษฎาโอฬารยานเกรื่องนิเป็น
ทวารอึ่ง ภาวการทางพิเศษ





ดร.ธราดัย แก้วศิริปฐาภิต สาขาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

นักวิชาการธรรมชาติศาสตร์ กล่าวว่า ผลกระทบทางจิตใจที่เกิดจากการรับรู้เหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม สามารถเกิดขึ้นได้หลายรูปแบบ โดยลำดับความรุนแรงจากระดับต้น เช่น เกิดความรู้สึกสะเทือนใจ และตึงเครียดต่อความปลอดภัยของตัวเอง ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน ในขณะที่อีกบางคน อาจมีผลทางจิตใจเชิงลบมากกว่า เช่น เกิดความรู้สึกกลัว ใจร้อน หรือ ใจเต้นแรง เหงื่อออกตามฝ่ามือ เมื่ออ่านข่าวหรือเห็นภาพเหตุการณ์ในข่าว

โดยอาการเหล่านี้เป็นสัญญาณว่า ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเริ่มแสดงออกมาเป็นอาการทางกาย และในบางรายที่การเสพยาความรุนแรงขึ้นังคง ส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจค่อนข้างมาก อาจเกิดความวิตกกังวลที่เพิ่มมากขึ้น จนส่งผลให้มีพฤติกรรมการแสดงออกที่เปลี่ยนไป เช่น ความอยากอาหารลดลง นอนไม่หลับ ซึ่งถ้ามีอาการเหล่านี้ซ้ำอย่างต่อเนื่อง อาจส่งผลให้เกิดอาการวิตกกังวล (Anxiety) หรือ ซึมเศร้า (Depression) ในอนาคตได้

สำหรับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพจิตตัวเอง ประกอบด้วย

1. ควรเสริมข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ ในสังคมอย่างมีวิจารณ์ญาณ และพอเหมาะพอควร เช่น หากพบว่าเนื้อหาที่ดูถูกว่าเสียดสีผู้อื่น มีลักษณะที่เน้นการรังเกียจชังคนเฒ่าคนแก่ไปจนรู้สึกมีอารมณ์ร่วมมาก ควรจะต้องตระหนักไว้ว่าไม่ควรจะไปรังเกียจในรูปไปแบบนี้ต่อ แต่ได้เน้นการเสียดสีที่เสียดสีเหตุการณ์ในเชิงให้ความรู้แก่สังคมแทน
2. หมั่นสำรวจและตระหนักถึงสภาพจิตใจของตัวเอง หากในระหว่างอ่านข่าวหรือเนื้อหาของเหตุการณ์ ความรุนแรงแล้วเกิดความรู้สึกอ่อนไหวง่าย และจัดการอาการเหล่านั้นด้วยตัวเองได้ยาก เช่น แม้จะหยุดการรับรู้ข่าวไปแล้ว แต่สามารถย้อนคิดไปอยู่ในจิตใจอย่างต่อเนื่องยาวนาน อาจเป็นสัญญาณเตือนว่า สภาพจิตใจอาจจะรับมือกับเรื่องราวเหล่านี้ไม่ได้
3. การตัดสินใจไปพบจิตแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญทางสุขภาพจิต เพื่อปรึกษา และรับการดูแลรักษา ก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ในกรณีที่อาการต่างๆ ทางจิตใจเริ่มส่งผลในทางต่างๆ และ การดำรงชีวิตประจำวัน ไม่อาจเป็นอาจไปได้จน เหนืออึดอัดจนฝืนใจ ตื่นกลัว นอนไม่หลับ หรือกระทบวิถีกิจวัตรประจำวัน

ความวิตกกังวลหรืออาการที่เกิดขึ้นจากการรับชมข่าวเหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม หากความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นไม่มากจนเกินไป ก็ไม่ส่งผลให้เกิดประโยชน์ใด ๆ คือ ทำให้เกิดการตระหนักถึงความเหมาะสมและความปลอดภัยในการรับชมข่าวความรุนแรงเสีย และหลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่ดังกล่าวถึงตัวเพิ่มเติมมา รวมถึงระงับตัวในการใช้ชีวิตร่วมกัน แต่หากความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นจากข่าวความพหามิอาจเกินไปถึงจะกลายเป็นความเครียด และส่งผลกระทบต่อสุขภาพกาย โดยตรงหลายอย่างที่นำไปสู่สุขภาพที่ทรุดโทรม และปล่อยไว้ไม่ได้ก็การดูแลสุขภาพทั้งทางกายและจิตใจ โดยตรงหลายอย่างที่นำไปสู่สุขภาพที่ทรุดโทรม และปล่อยไว้ไม่ได้ก็การดูแลสุขภาพทั้งทางกายและจิตใจ โดยตรงหลายอย่างที่นำไปสู่สุขภาพที่ทรุดโทรม

สำหรับชาวเหตุการณ์ภาคอิงในสถานศึกษา นอกเหนือจากความสนใจ ความหวาดกลัว และ ความตื่นตระหนก ซึ่งเป็นผลกระทบทางกว้างที่เกิดขึ้นได้ในสังคม คร. ชลาลัย ให้คำแนะนำว่า การพูดคุยกันในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อเกิดเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นในโรงเรียน ความรู้สึกท่วมของคนที่สังคมย่อมมีมาก

เนื่องจากเป็นสถานศึกษาควรเป็นสถานที่ปลอดภัยสำหรับเด็กนักเรียนทุกคน แต่กลับมีเหตุการณ์ความรุนแรงที่ไม่มีใครคาดคิดเกิดขึ้น พ่อแม่ผู้ปกครอง ร่วมถึงตัวนักเรียนเอง อาจมีความหวาดกลัว หวาดระแวง หรือ วิตกกังวลมากยิ่งขึ้นในการไปโรงเรียน เราไม่ควรปล่อยไว้เรื่องนี้เป็นเพียงความรู้สึกส่วนตัวที่แต่ละคนต้องจัดการตัวเอง

สิ่งสำคัญคือครอบครัวควรสร้างบรรยากาศครอบครัวแบบปลอดภัย เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้สื่อสารถึงความรู้สึกกังวลใจ ความสับสนใจ ความรู้สึกในไม่มั่นคงปลอดภัยซึ่งกันและกันได้ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ภายในครอบครัว โดยไม่ตัดสินกันสามารถเป็นหนทางหนึ่ง ในการขยายสภาพจิตใจร่วมกันในครอบครัว

ดร. ชลาลัย เสนอแนะด้วยว่า คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตสภาพจิตใจของบุตรหลานอย่างใกล้ชิด ว่าได้รับผลกระทบกระเทือนทางจิตใจ จากเหตุการณ์นี้เท่าความรุนแรงในโรงเรียนมากน้อยแค่ไหน และเมื่อใดก็ตามที่สังเกตเห็นความผิดปกติในระดับอารมณ์ ความรู้สึก และ พฤติกรรมมาแสดงออก ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ขอแนะนำให้พาบุตรหลานไปปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือ ผู้ทำงานทางด้านสุขภาพจิต เพื่อที่จะได้รับการรักษาเยียวยาอย่างทันท่วงที

อ่านข่าว :

แพทย์แผนยลชั้นสูง 8 ศพเหตุยิงใน รร. พบกระสุนถูกอวัยวะสำคัญ

ขณ.เกิวยายผู้เสียชีวิตใน จร. "เสียชีวิต" สูงสุดคนละ 300,000 บาท

พ่อช่อโพธิ์ตั้งคมแทนลูกก่อนเหตุใน รร.เทพศิรินทร์นนทบุรี - ปชช.วางดอกไม้ธูปเทียน

๑) แก๊สที่เต็มของ

[ภาคทฤษฎี >](#)
[สุขภาพจิต >](#)
[ความรู้แรงในสังคม >](#)
[ผลกระทบทางจิตใจ >](#)
[ความวิตกกังวล >](#)
[ความปลอดภัยในสังคม >](#)

[คอมพิวเตอร์กราฟิก >](#)
[นักวิชาการจรรยาบรรณ >](#)
[เทคโนโลยี >](#)
[โรงเรียนเอกชน >](#)
[โรงเรียนรัฐบาล >](#)
[โรงเรียนสาธิต >](#)

ข่าวล่าสุด > ข่าวลือสดวันนี้ >

▶ **ข่าวสังคม**

අනිමා →



นางคอกไม้อาลัยเหตุจังหวัดตรังนันทบุรี
ตร.กน.กันก่อนเปิดเรียน 17 ส.ค.

⑤ + ฮิวโมกิ้งแล้ว + สังคม



รศ.สาธิตา ตรวจกระเป๋าสานไหม
นักเรียน ปอแก้วนครนเร

Ⓢ 2 ชั่วโมงแล้ว | สิบสาม



จากลำดับ 132 จีนบัญชีใหม่ได้ลำดับ 1 หลังรี
ผลสอบท้องถิ่นใหม่

④ 3 ថ្ងៃម្តងក៏ដើរ ៖ គឺលេង

กฟผ. จ่อนำแบตเตอรี่ EV หมดอายุ มาทำ BESS ระบบกักเก็บพลังงานไฟฟ้า พร้อมจับมือ กนอ. ผนึกผนึก Circular

เผยแพร่: 8 ส.ค. 2569 17:58 | ปรับปรุง: 8 ส.ค. 2569 17:58



กฟผ. เดินหน้าบริหารจัดการแบตเตอรี่จากรถ EV ที่หมดอายุการใช้งานมาถอดประกอบใหม่เป็นระบบกักเก็บพลังงาน (BESS) และรีไซเคิลเป็นแบตเตอรี่สี่เหลี่ยมกลับไปใช้งานใหม่ หนุนการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่าและยั่งยืน พร้อมจับมือ กนอ. ศึกษาตั้งนิคมฯ Circular ในอีอีซี

นายวฤต รัตนชื่น รองผู้อำนวยการยุทธศาสตร์ การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย (กฟผ.) ในฐานะโฆษก กฟผ. เปิดเผยว่า กฟผ. ในฐานะหน่วยงานหลักที่ดูแลด้านพลังงานของประเทศ และมีส่วนในการขับเคลื่อนการเปลี่ยนผ่านด้านพลังงาน (Energy Transition) ของประเทศไทย โดยมุ่งมั่นส่งเสริมการผลิตและการส่งจ่ายพลังงานสะอาดที่มั่นคง เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม พร้อมพัฒนานวัตกรรม และโครงสร้างพื้นฐานด้านพลังงานเพื่อรองรับการเติบโตทางเศรษฐกิจและสังคมคาร์บอนต่ำ อีกทั้งยังสนับสนุนระบบนิเวศยานยนต์ไฟฟ้าในประเทศ ซึ่งการขยายตัวของยานยนต์ไฟฟ้า (EV) อย่างก้าวกระโดด ทำให้ กฟผ. เล็งเห็นถึงความสำคัญในการบริหารจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์จากการเปลี่ยนผ่านสู่พลังงานสะอาด เช่น แบตเตอรี่ แผงเซลล์แสงอาทิตย์ และของเสียที่เกิดจากการใช้พลังงาน ฯลฯ ซึ่งแบตเตอรี่ถูกจัดเป็นวัตถุอันตรายเนื่องจากประกอบด้วยโลหะหนักและสารเคมีหลายชนิด โดยร่วมมือกับพันธมิตรบูรณาการการบริหารจัดการทั้งระบบนิเวศเพื่อการจัดการแบตเตอรี่ใช้แล้วอย่างยั่งยืน

กฟผ. เดินหน้าบริหารจัดการแบตเตอรี่ใช้แล้วแบบครบวงจรตั้งแต่การถอดแบตเตอรี่ออกจากรถ EV หรืออุปกรณ์

มีเดียใช้กล้องวงจรปิดเพื่อป้องกันอันตรายระหว่างการขนส่งและการจัดเก็บ การตรวจสอบ
 ีbusiness (https://www.facebook.com/ibusiness360) หรือ
 ีbusiness (https://twitter.com/ibusiness9?s=07)
 เข้าสู่กระบวนการรีไซเคิล (Battery Recycle) เพื่อผลิตแบตเตอรี่รุ่นใหม่ ซึ่งไม่เพียงช่วยลดผลกระทบต่องสิ่งแวดล้อม แต่ยังสร้างมูลค่าเพิ่มจากทรัพยากรที่เคยถูกมองว่าเป็นของเสีย ตอบโจทย์การพัฒนาเศรษฐกิจหมุนเวียนและการใช้พลังงานอย่างยั่งยืนในอนาคตของประเทศ



ทั้งนี้ กฟผ. ได้ร่วมกับภาคีเครือข่าย ได้แก่ สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) เพื่อศึกษาพัฒนาระบบกักเก็บพลังงานจากแบตเตอรี่ที่หมดอายุนำมาใช้กับระบบไฟฟ้า และมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.) ศึกษาพัฒนาโรงงานต้นแบบแยกแบล็คแมสจากแบตเตอรี่ยานยนต์ไฟฟ้า และแบตเตอรี่อุปกรณ์ไฟฟ้าแบบขยายขนาดเพื่อศึกษากระบวนการคืนกลับโลหะมีค่าจากแบตเตอรี่ที่เสื่อมสภาพ ณ โรงไฟฟ้าวังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา

โดยมีการเยี่ยมชมศูนย์ทดสอบผลิตภัณฑ์ไฟฟ้าและอิเล็กทรอนิกส์ (PTEC) สวทช. ที่ใช้ในการคัดแยกและคัดกรองแบตเตอรี่ที่ผ่านการใช้งานแล้ว (Second Life Battery) ตามมาตรฐานความปลอดภัยสากล อาทิ UN และ IEC ซึ่งจะต้องมีการตรวจสอบสภาพภายนอกและค่าความสมบูรณ์ของแบตเตอรี่ (State of Health : SOH) ที่แสดงระดับความสามารถในการกักเก็บและจ่ายพลังงานของแบตเตอรี่ ซึ่งแบ่งเป็น 2 กรณี ดังนี้

1. กรณีแบตเตอรี่ที่ยังมีค่า SOH มากกว่า 70 เปอร์เซ็นต์ จะถูกนำกลับมาใช้ใหม่เป็นระบบกักเก็บพลังงาน (Battery Energy Storage System : BESS) สำหรับระบบไฟฟ้า ขนาด 100 kWh และ 20 kWh ซึ่ง กฟผ. และ สวทช. ได้ร่วมกันพัฒนา Rack Control Unit (RCU) เป็นจุดศูนย์กลางในการควบคุมและสื่อสารกับอุปกรณ์ต่าง ๆ เพื่อเป็นพื้นฐานระบบ และระบบจัดการแบตเตอรี่ (Battery Management System : BMS) อันเป็นหัวใจสำคัญในการควบคุมการทำงาน ซึ่งเมื่อประกอบเสร็จแล้วจะต้องทดสอบความปลอดภัยตามมาตรฐานสากล อาทิ IEC 63330 ข้อกำหนดด้านความปลอดภัยในการนำมาใช้งานใหม่ IEC 63338 แนวทางพิจารณาในการนำแบตเตอรี่กลับมาใช้ใหม่ และ

1074... (https://www.facebook.com/Ibusiness360)
 (https://twitter.com/ibusiness9?s=07)



2. กรณีที่แบตเตอรี่มีค่า SOH ต่ำกว่า 70 เปอร์เซ็นต์ หรือชำรุด จะถูกนำไปเข้าสู่กระบวนการรีไซเคิล (Battery Recycle) และกระบวนการคืนกลับแร่สำคัญ (Recovery) ที่โรงงานต้นแบบแยกแบล็คแมส (Black Mass) จาก

ติดตาม ibusiness

(https://twitter.com/ibusiness9?s=07)

นโยบายความเป็นส่วนตัว (https://ibusiness.co/privacy-policy)

นโยบายการใช้คุกกี้ (https://ibusiness.co/cookie-policy)

ข้อกำหนดและเงื่อนไขการใช้บริการ (https://ibusiness.co/terms-condition)

นโยบายการใช้ข้อมูล Facebook (https://ibusiness.co/facebook-data-policy)

เกี่ยวกับเรา (https://ibusiness.co/about-us) ติดต่อเรา (https://ibusiness.co/contact-us)

หน้าหลัก (https://mgronline.com/) / เศรษฐกิจ-ธุรกิจ (https://mgronline.com/business)
/ การค้า-อุตสาหกรรม-คมนาคม (https://mgronline.com/business/4450)
/ อุตสาหกรรม-พลังงาน (https://mgronline.com/business/4450/4401/start=0)

กฟผ. จ่อนำเข้าแบตเตอรี่รถ EV หมดอายุ มาสู่ BESS - แบตฯ สีเขียวเพื่อความยั่งยืน เตรียมจับมือ กอ. ผลิตนิคมฯ Circular

เผยแพร่: 8 ส.ค. 2569 17:58 ปรับปรุง: 8 ส.ค. 2569 17:58 โดย: ผู้จัดการออนไลน์



กฟผ. เดินหน้าบริหารจัดการแบตเตอรี่จากรถ EV ที่หมดอายุการใช้งานมาถอดประกอบใหม่เป็นระบบกักเก็บพลังงาน (BESS) และรีไซเคิลเป็นแบตเตอรี่สีเขียว นำกลับไปใช้งานใหม่ หนุนการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่าและยั่งยืน พร้อมจับมือ กอ. ศึกษาตั้งนิคมฯ Circular ในอีอีซี

นายวฤต รัตนชื่น รองผู้อำนวยการยุทธศาสตร์ การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย (กฟผ.) ในฐานะโฆษก กฟผ.เปิดเผยว่า กฟผ. ในฐานะหน่วยงานหลักที่ดูแลด้านพลังงานของประเทศ และมีส่วนในการขับเคลื่อนการเปลี่ยนผ่านด้านพลังงาน (Energy Transition) ของประเทศไทย โดยมุ่งสนับสนุนส่งเสริมการผลิตและการส่งจ่ายพลังงานสะอาดที่มั่นคง เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม พร้อมพัฒนานวัตกรรม และโครงสร้างพื้นฐานด้านพลังงานเพื่อรองรับการเติบโตทางเศรษฐกิจและสังคมคาร์บอนต่ำ อีกทั้งยังสนับสนุนระบบนิเวศยานยนต์ไฟฟ้าในประเทศ ซึ่งการขยายตัวของยานยนต์ไฟฟ้า (EV) อย่างก้าวกระโดด ทำให้ กฟผ. เล็งเห็นถึงความสำคัญในการบริหารจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์จากการเปลี่ยนผ่านสู่พลังงานสะอาด เช่น แบตเตอรี่ แผงเซลล์แสงอาทิตย์ และของเสียที่เกิดจากการใช้พลังงาน ฯลฯ ซึ่งแบตเตอรี่ถูกจัดเป็นวัตถุอันตรายเนื่องจากประกอบด้วยโลหะหนักและสารเคมีหลายชนิด โดยร่วมมือกับพันธมิตรบูรณาการการบริหารจัดการ

ทั้งระบบนิเวศเพื่อการจัดการแบตเตอรี่ใช้แล้วอย่างยั่งยืน

MGR
ONLINE



(https://truehits.net/stat.php?login=manager)

(htt

กฟผ. เดินหน้าบริหารจัดการแบตเตอรี่ใช้แล้วแบบครบวงจรตั้งแต่การถอดแบตเตอรี่ออกจากรถ EV หรืออุปกรณ์ต่าง ๆ การรวบรวมโดยใช้กล่องนิรภัยเพื่อป้องกันอันตรายระหว่างการขนส่งและการจัดเก็บ การตรวจสอบคุณสมบัติทางไฟฟ้าตามมาตรฐานความปลอดภัย การคัดแยกเพื่อนำกลับมาใช้ใหม่ (Battery Repurpose) หรือเข้าสู่กระบวนการรีไซเคิล (Battery Recycle) เพื่อผลิตแบตเตอรี่สีเขียวรุ่นใหม่อีกครั้งซึ่งไม่เพียงช่วยลดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม แต่ยังสร้างมูลค่าเพิ่มจากทรัพยากรที่เคยถูกมองว่าเป็นของเสีย ตอบโจทย์การพัฒนาเศรษฐกิจหมุนเวียนและการใช้พลังงานอย่างยั่งยืนในอนาคตของประเทศ



ทั้งนี้ กฟผ. ได้ร่วมกับภาคีเครือข่าย ได้แก่ สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) เพื่อศึกษาพัฒนาระบบกักเก็บพลังงานจากแบตเตอรี่ที่หมดอายุนำมาใช้กับระบบไฟฟ้า และมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.) ศึกษาพัฒนาโรงงานต้นแบบแยกแบล็คแมสจากแบตเตอรี่ยานยนต์ไฟฟ้า และแบตเตอรี่อุปกรณ์ไฟฟ้าแบบขยายขนาด เพื่อศึกษากระบวนการคืนกลับโลหะมีค่าจากแบตเตอรี่ที่เสื่อมสภาพ ณ โรงไฟฟ้าวังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา

โดยมีการเยี่ยมชมศูนย์ทดสอบผลิตภัณฑ์ไฟฟ้าและอิเล็กทรอนิกส์ (PTEC) สวทช. ที่ใช้ในการคัดแยกและคัดกรองแบตเตอรี่ที่ผ่านการใช้งานแล้ว (Second Life Battery) ตามมาตรฐานความปลอดภัยสากล อาทิ UN และ IEC ซึ่งจะต้องมีการตรวจสอบสภาพภายนอกและค่าความสมบูรณ์ของแบตเตอรี่ (State of Health : SOH) ที่แสดงระดับความสามารถในการกักเก็บและจ่ายพลังงานของแบตเตอรี่ ซึ่งแบ่งเป็น 2 กรณี ดังนี้ คือ กรณีแบตเตอรี่ที่ยังมีค่า SOH มากกว่า 70 เปอร์เซ็นต์ จะถูกนำกลับมาใช้ใหม่เป็นระบบกักเก็บพลังงาน (Battery Energy Storage System : BESS) สำหรับระบบไฟฟ้า ขนาด 100 kWh และ 20 kWh ซึ่ง กฟผ. และ สวทช. ได้ร่วมกันพัฒนา Rack Control Unit (RCU) เป็นจุดศูนย์กลางในการควบคุมและสื่อสารกับอุปกรณ์ต่าง ๆ เพื่อเป็นพื้นฐานระบบ และระบบจัดการแบตเตอรี่ (Battery Management System : BMS) อันเป็นหัวใจสำคัญในการควบคุมการทำงาน ซึ่งเมื่อประกอบเสร็จแล้วจะต้องทดสอบความปลอดภัยตามมาตรฐานสากล อาทิ IEC 63330 ข้อกำหนดด้านความปลอดภัยในการนำมาใช้งานใหม่ IEC 63338 แนวทางพิจารณาในการนำแบตเตอรี่กลับมาใช้ใหม่ และ UL 1974 การประเมินความปลอดภัย ก่อนนำไปใช้งาน



ในกรณีที่แบตเตอรี่มีค่า SOH ต่ำกว่า 70 เปอร์เซ็นต์ หรือชำรุด จะถูกนำไปเข้าสู่กระบวนการรีไซเคิล (Battery Recycle) และกระบวนการรีไซเคิลจะแบ่งเป็น 2 ส่วนคือ (Recovery) ที่โรงงานตั้งแบบแยกแบบบล็อก (Block Mode) ของแบตเตอรี่

แบตเตอรี่รถอีวีหมดอายุ (https://mgronline.com/tags/แบตเตอรี่รถอีวีหมดอายุ)

BESS (https://mgronline.com/tags/BESS) แบตเตอรี่สีเขียว (https://mgronline.com/tags/แบตเตอรี่สีเขียว)

การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย (https://mgronline.com/tags/การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย)

กฟผ. (https://mgronline.com/tags/กฟผ.) ก.นอ. (https://mgronline.com/tags/ก.นอ.)

สวทช. (https://mgronline.com/tags/สวทช.)

🔍 กำลังโหลด

(https://mgronline.com/business/popular)

8.08.26 | 10:21 น.



ถอดรหัส 'มิน ออง ไลง์' เยือนไทย ผันกร่วมมือทุกมิติใครได้-ใครเสีย?

หมายเหตุ – นักวิชาการประเมินกรณีนายมิน ออง ไลง์ ประธานาธิบดีสาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมา เดินทางเยือนประเทศไทยอย่างเป็นทางการระหว่างวันที่ 6-7 สิงหาคมจะส่งผลดีหรือผลเสียต่อประเทศไทยทั้งในมิติการเมือง เศรษฐกิจ สังคมและความมั่นคง

ศิพิมพ์ ศรีปลั่ง

อาจารย์ประจำภาควิชารัฐศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



ในการเมืองระหว่างประเทศ บางครั้งรัฐจำเป็นต้องเลือกระหว่างการยึดมั่นในหลักการกับการปกป้องผลประโยชน์แห่งชาติ และสองสิ่งนี้ก็ไม่ได้เดินไปในทิศทางเดียวกันเสมอไป การที่รัฐบาลไทยต้อนรับ นายมิน ออง ไลง ประธานาธิบดีเมียนมา ในฐานะ “แขกของรัฐบาล” (Official Visit) พร้อมพิธีการเต็มรูปแบบ ณ ทำเนียบรัฐบาล จึงไม่ใช่เพียงการทูตทวิภาคีตามปกติ หากแต่เป็นการตัดสินใจเชิงยุทธศาสตร์ที่สะท้อนภาวะกลืนไม่เข้าคายไม่ออกของไทยอย่างชัดเจน

การตัดสินใจครั้งนี้ควรถูกวิเคราะห์ควบคู่กันอย่างน้อยสองระนาบ ระนาบแรกคือผลประโยชน์เชิงปฏิบัติ (practical interests) ที่ไทยอาจได้รับจากการมีปฏิสัมพันธ์โดยตรงกับผู้กุมอำนาจตัวจริงในเมียนมา ส่วนอีกระนาบหนึ่งคือ ต้นทุนเชิงบรรทัดฐาน (normative cost) จากการมอบความชอบธรรมเชิงสัญลักษณ์ให้กับผู้นำรัฐบาลทหารที่ยังคงถูกประชาคมระหว่างประเทศตั้งคำถามอย่างหนักในประเด็นสิทธิมนุษยชน

นับตั้งแต่รัฐประหารปี 2564 เป็นต้นมา ประชาคมระหว่างประเทศ โดยเฉพาะชาติตะวันตก ใช้นโยบายโดดเดี่ยว (isolation) และมาตรการคว่ำบาตรต่อรัฐบาลทหารเมียนมาเป็นเครื่องมือหลัก อย่างไรก็ตาม ผลลัพธ์ที่ผ่านมาแสดงให้เห็นว่า

นโยบายดังกล่าวยังไม่สามารถผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนผ่านทางการเมืองได้ ขณะวิกฤตด้านมนุษยธรรมและปัญหาความมั่นคงในรูปแบบใหม่กลับทวีความรุนแรงขึ้น โดยเฉพาะปัญหาอาชญากรรมข้ามชาติ ทั้งยาเสพติด แก๊งสแกมเมอร์ และมลพิษข้ามพรมแดนจากแม่น้ำกก ซึ่งล้วนส่งผลกระทบต่อไทยโดยตรง

ในบริบทเช่นนี้ การที่มิน ออง ไลง เดินทางเยือนอินเดีย ลาว จีน และล่าสุดคือไทย สะท้อนความพยายามสร้างการยอมรับสถานะของตนเองผ่านประเทศเพื่อนบ้านในภูมิภาค



ตัดสินใจจริง และปัญหาข้ามพรมแดนที่กระทบต่อความมั่นคงและเศรษฐกิจไทยไม่อาจรอให้เมียนมาเปลี่ยนผ่านทางการเมืองเสียก่อนจึงค่อยแก้ไข

อย่างไรก็ตาม การเลือกใช้วิธีการระดับสูงสุดก็ยังเป็นประเด็นที่ควรถูกตั้งคำถาม เพราะไทยยังมีทางเลือกอื่นที่สามารถรักษาช่องทางการสื่อสารได้ โดยมีต้นทุนด้านภาพลักษณ์ต่ำกว่า เช่น การหารือระดับรัฐมนตรี หรือการใช้กลไกอาเซียนเป็นเวทีหลัก จึงน่าจะมั่นใจว่าเหตุใดรัฐบาลไทยจึงเลือกยกระดับความสัมพันธ์ในช่วงเวลานี้

ในนิติภูมิรัฐศาสตร์ การเยือนครั้งนี้ยังสะท้อนการแข่งขันด้านอิทธิพลในภูมิภาค แม้มิน ออง โลงจะเดินทางเยือนจีนและอินเดียมาก่อน แต่การที่ไทยไม่ได้มีบทบาทในการกำหนดกรอบความสัมพันธ์ตั้งแต่ระยะแรก อาจทำให้ไทยมีพื้นที่ในการกำหนดวาระและเงื่อนไขการหารือที่น้อยลง และถูกมองว่าเป็นผู้ตามมากกว่าผู้กำหนดทิศทาง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อบทบาทของไทยในฐานะประเทศที่ควรมีอิทธิพลสำคัญต่อกระบวนการสันติภาพเมียนมาภายใต้กรอบ Five-Point Consensus ของอาเซียน

แม้การเยือนครั้งนี้จะก่อให้เกิดข้อถกเถียงในเชิงหลักการ แต่ก็มีผลประโยชน์ที่ไทยอาจได้รับอย่างเป็นรูปธรรมทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และความมั่นคง หากมองในมิติเศรษฐกิจ การฟื้นฟูการค้าชายแดนไทย-เมียนมา ซึ่งตั้งเป้ามูลค่าราว 1.2 หมื่นล้านดอลลาร์สหรัฐ ถือเป็นผลประโยชน์ที่เห็นได้ชัดที่สุด เมียนมายังคงเป็นตลาดและแหล่งวัตถุดิบสำคัญของจังหวัดชายแดนภาคเหนือและภาคตะวันตก ขณะที่ข้อเสนอของเมียนมาในการพัฒนาตนเองเป็นศูนย์กลางโลจิสติกส์เชื่อมสามภูมิภาค ก็อาจสร้างโอกาสใหม่ให้กับนักลงทุนไทย แม้ยังต้องประเมินความเสี่ยงด้านเสถียรภาพภายในประเทศอย่างรอบคอบ

ในอีกด้านหนึ่ง บันทึกความเข้าใจด้านแรงงานฉบับปรับปรุงมีนัยสำคัญต่อแรงงานเมียนมาซึ่งเป็นแรงงานต่างด้าวกลุ่มใหญ่ที่สุดในไทย หากสามารถยกระดับกลไกคุ้มครองสิทธิแรงงานให้เกิดขึ้นจริง ก็จะช่วยลดปัญหาการค้ามนุษย์ การแสวงหาประโยชน์จากแรงงานผิดกฎหมาย และเพิ่มโอกาสในการเข้าถึงสวัสดิการขั้นพื้นฐาน อย่างไรก็ตาม ประเด็นสำคัญอยู่ที่การนำไปปฏิบัติ ไม่ใช่เพียงการลงนามในเอกสาร

ส่วนประเด็นที่ไทยหลีกเลี่ยงไม่ได้มากที่สุดคือความมั่นคง ทั้งปัญหายาเสพติด แก๊งคอลเซ็นเตอร์ ศูนย์สแกมเมอร์ และมลพิษข้ามพรมแดนจากการทำเหมืองในแม่น้ำกกและแม่น้ำสาย ล้วนเป็นปัญหาที่ไทยไม่สามารถแก้ไขเพียงฝ่ายเดียว การมีช่องทางสื่อสารโดยตรงกับผู้มีอำนาจสูงสุดของเมียนมาจึงมีเหตุผลในทางปฏิบัติ เพราะกลไกความร่วมมือระดับปฏิบัติการเพียงอย่างเดียวมักไม่มีอำนาจเพียงพอในการสั่งการหน่วยงานด้านความมั่นคงหรือกองกำลังในพื้นที่ชายแดน

อย่างไรก็ตาม หากการเยือนครั้งนี้จะสร้างผลลัพธ์ที่เป็นรูปธรรม รัฐบาลไทยควรผลักดันประเด็นสำคัญอย่างน้อยสี่เรื่อง ประการแรก กลไกติดตามและประเมินผลของ MOU ทุกฉบับควรมีความชัดเจน ทั้งตัวชี้วัด กรอบเวลา และหน่วยงานรับผิดชอบ โดยเฉพาะความร่วมมือด้านยาเสพติดและสแกมเมอร์ ซึ่งที่ผ่านมา



ประการที่สอง ไทยควรผลักดันให้ปัญหามลพิษในแม่น้ำกกและแม่น้ำสายมีกลไกตรวจสอบคุณภาพน้ำร่วมที่โปร่งใส เป็นอิสระ และตรวจสอบได้ เนื่องจากเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชนและสิ่งแวดล้อมโดยตรง

ประการที่สาม ไทยควรผลักดันประเด็นด้านมนุษยธรรมให้เป็นรูปธรรมมากกว่าการแสดงความห่วงใยต่อชะตากรรมของนางออง ซาน ซูจี และนักโทษการเมืองรายอื่น เช่น การสนับสนุนให้มีการเข้าถึงของคณะกรรมการกาชาดสากลหรือกลไกที่เป็นกลางในการติดตามสภาพความเป็นอยู่ของผู้ถูกควบคุมตัว

ประการสุดท้าย ไทยควรระมัดระวังไม่ให้การต้อนรับครั้งนี้ถูกตีความว่าเป็นการเลือกข้างในความขัดแย้งภายในเมียนมา เพราะหากรัฐบาลเอกภาพแห่งชาติ (NUG) และกองกำลังชาติพันธุ์ต่างๆ มองว่าไทยเอนเอียงเข้าข้างรัฐบาลทหาร ก็อาจกระทบต่อบทบาทของไทยในฐานะผู้ประสานหรือผู้สนับสนุนกระบวนการสันติภาพในระยะยาว

การเยือนไทยของมิน ออง ไลง สะท้อนเจตย์ร่วมที่ประเทศเพื่อนบ้านของเมียนมาต่างต้องเผชิญ นั่นคือการรักษาสันติระหว่างหลักการด้านประชาธิปไตยและสิทธิมนุษยชน กับความจำเป็นในการจัดการปัญหาข้ามพรมแดนที่ส่งผลกระทบต่อประชาชนของตนเองโดยตรง

ไทยมีข้อจำกัดเชิงยุทธศาสตร์อย่างมาก จนยากจะหลีกเลี่ยงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้มีอำนาจตัวจริงในเมียนมา อย่างไรก็ตาม ความสำเร็จของนโยบายนี้จะไม่ถูกวัดจากพิธีการต้อนรับหรือจำนวน MOU ที่ลงนาม หากแต่จะถูกวัดจากผลลัพธ์ที่ตรวจสอบได้ในอีกหกเดือนถึงหนึ่งปีข้างหน้า ว่าปัญหายาเสพติด สแกมเมอร์ และมลพิษข้ามพรมแดนลดลงจริงหรือไม่ และไทยสามารถรักษาสันติระหว่างผลประโยชน์เชิงยุทธศาสตร์กับความรับผิดชอบด้านสิทธิมนุษยชนได้เพียงใด

ท้ายที่สุด สิ่งที่สังคมไทยควรจับตาอาจไม่ใช่ว่ารัฐบาลเลือกต้อนรับมิน ออง ไลง หรือไม่ หากแต่คือการตัดสินใจครั้งนี้จะทำให้ชีวิตของประชาชนตามแนวชายแดนปลอดภัยขึ้นจริงหรือไม่ เพราะในการเมืองระหว่างประเทศ ความชอบธรรมอาจเป็นสิ่งที่ถกเถียงกันได้ แต่ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับประชาชนคือสิ่งที่ไม่อาจใช้วิธีการทางการทูตมาแทนได้

นิสิต พันธมิตร

หัวหน้าศูนย์อาเซียนศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



การเดินทางเยือนประเทศไทยของนายมิน ออง ไลง ประธานาธิบดีเมียนมา ในฐานะแขกของรัฐบาล ถ้าเรามองในแง่การเดินทางไปเยือนต่างประเทศของแต่ละผู้นำก็มียุทธศาสตร์แตกต่างกันไป แต่เมียนมาเป็นกรณีของประเทศเพื่อนบ้าน แบ่งเป็น 2 มิติ คือในแง่ประเทศเพื่อนบ้านกับไทยเป็นเรื่องความสัมพันธ์ทางเศรษฐกิจ เพราะไทยต้องพึ่งพากำลังแรงงานจากประเทศเพื่อนบ้าน ทั้งเมียนมา ลาว และกัมพูชา

ดังนั้น เศรษฐกิจของทั้งสองประเทศจึงมีความสัมพันธ์ในลักษณะที่แตกต่างกับประเทศอื่น หากไม่มองยุทธศาสตร์ความสัมพันธ์ด้านการเมือง และความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ เมียนมายังเป็นสมาชิกของอาเซียน แม้จะมีเสียงและข้อครหาต่างๆ จากนอกอาเซียน แต่อาเซียนไม่ได้ทำให้ดูเหมือนการรู้สึกผิด ในมิติด้านความสัมพันธ์หากวิเคราะห์คงเหมือนกับถ้อยแถลงของรัฐในตรัสว่าการกระทรวงต่างประเทศว่า มิฉะนั้นเมียนมาจะอยู่ห่างจากอาเซียน ซึ่งในมิติของประเทศอาเซียนยังมีเรื่องของประเทศมหาอำนาจเข้ามาเกี่ยวข้อง รวมทั้งการไหลเข้ามาของกลุ่มทุนจีน และอิทธิพลของสหรัฐอเมริกาและจีน ในเรื่องสงครามการค้า

การคงอยู่ของระบบเศรษฐกิจเมียนมาในปัจจุบัน การระงับยับยั้งจากมาตรการลงโทษทางเศรษฐกิจทำให้เมียนมาต้องแสวงหาเพื่อกลับมาอยู่ในร่องรอยของเศรษฐกิจ เพราะประเทศต้องดำเนินไปด้วยเศรษฐกิจก่อน เมียนมาจึงต้องหาสิ่งทดแทนเพื่อให้ระบบเศรษฐกิจเดินต่อไปได้ เพราะการเสื่อมของระบบเศรษฐกิจของประเทศใดประเทศหนึ่งซึ่งถูกตัดออกจากโลกภายนอก ทำให้ประชาชนและระบบของประเทศอ่อนล้า เห็นได้ชัดจากการที่เมียนมาถูกกดดันแรงงานจึงเดินทางออกนอกประเทศมากขึ้น



เหมือนไม้ซีกมัดไม้ซุง การจะเปลี่ยนให้สหรัฐอเมริกา หรือยุโรป ระบุมาตรการลงโทษทางเศรษฐกิจ เพื่อดึงเงินทุนไหลกลับเข้ามาอาจจะยาก การพึ่งพาประเทศเพื่อนบ้านอาจเป็นทางออกในระยะสั้น ผู้นำและทีมของของรัฐบาลเมียนมาคงจะมองเรื่องการใช้เศรษฐกิจเป็นตัวนำ การเดินทางมาเยือนไทยของผู้นำเมียนมาครั้งนี้จึงเน้นไปที่การกระตุ้นเศรษฐกิจ และภาคธุรกิจ รวมทั้งสร้างความเชื่อมั่นในประเทศเพื่อนบ้านก่อนว่า เมียนมาต้องการขับเคลื่อนเศรษฐกิจ และกลับเข้ามาสู่วิถีของการตลาด

ปัจจุบันมีนักท่องเที่ยวไทยเดินทางไปเมียนมาเพิ่มมากขึ้น แต่บางส่วนก็ยังกังวลเรื่องความปลอดภัย ในขณะที่การเดินทางไปท่องเที่ยวประเทศเวียดนามกลับไม่มีคำถามเรื่องความปลอดภัยทั้งที่อาจมีปัญหาอยู่บ้าง เมียนมาจึงต้องการเชื่อมความสัมพันธ์ด้านเศรษฐกิจ เพื่อให้เห็นว่านักธุรกิจสามารถเข้าไปลงทุนได้ ส่วนนักท่องเที่ยวก็สามารถเดินทางไปได้เช่นกันโดยเฉพาะกับประเทศเพื่อนบ้านเมียนมาจึงเดินทางด้วยการออกไปเยือนประเทศเพื่อนบ้าน โดยเฉพาะประเทศไทยที่มีความสัมพันธ์ในลักษณะการเกื้อกูลกันโดยใช้เศรษฐกิจนำการเมือง

ทั้งนี้ ที่ผ่านมานักธุรกิจเมียนมาได้เดินทางไปเยือนประเทศที่เป็นพันธมิตร เช่น จีน รัสเซีย อินเดีย มาแล้ว แต่เมื่อเดินทางมาเยือนไทย มองว่าเป็นเรื่องของคอนเนกทิวิตี เพราะการเชื่อมโยงกันของประเทศที่อยู่ใกล้กันจะง่ายและสะดวกกว่าในเรื่องการติดต่อ เมื่อเชื่อมโยงเรื่องเศรษฐกิจกันได้แล้ว จะต่อเนื่องไปถึงเรื่องปากท้อง การสร้างความเชื่อมั่นในลักษณะนี้ทำให้ประชาชนที่มองเห็นสถานการณ์ความขัดแย้งภายในประเทศ มองเห็นภาพรวมเรื่องเศรษฐกิจ ปากท้อง ชีวิตความเป็นอยู่ และเม็ดเงินที่จะไหลเข้ามาทำให้ผู้ประกอบการมีเงินหมุนเวียน

ปัจจุบันค่าเงินเมียนมาตกต่ำมากแม้ในประเทศมีงานให้ทำแต่ไม่มีคนอยากทำ ทำให้เมียนมาต้องเผชิญปัญหาขาดแคลนแรงงาน ซึ่งระยะยาวเป็นผลเสียมากไม่ว่าจะเป็นรัฐบาลไหน หากไม่มีการจ้างงานหรือมีแรงงานที่อยากทำงานเศรษฐกิจอาจล้มสลาย จึงเป็นที่มาของการปลดล็อกภายใต้สถานการณ์ที่กำหนดไว้

สถานการณ์ในเมียนมาไม่ใช่ไม่เคยเกิดขึ้น เคยเกิดมาแล้วแต่มีมากขึ้นภายใต้ความเปราะบางจากการเปลี่ยนแปลงรัฐบาลที่มาจากการเลือกตั้งเป็นรัฐบาลทหาร แตกต่างกับไทยแม้มีความขัดแย้งแต่ไม่ได้มีหลายกลุ่มเพิ่มขึ้น และปัญหาเกิดจากความเห็นต่างระหว่างชอบกับไม่ชอบ ขณะที่เมียนมาเป็นสถานการณ์ที่เปราะบาง เป็นสถานการณ์ที่ไม่สามารถวิเคราะห์ได้ เพราะเมียนมามีชนกลุ่มน้อยหลายกลุ่ม แต่คำว่าระบบเรามองเรื่องประเทศและความสัมพันธ์ระหว่างรัฐต่อรัฐ ประเทศไทยจึงถูกมองในหลายแง่มุม

อีกมุมหนึ่งหากมองด้านขวามือของประเทศไทย คือกัมพูชา อาจไม่สามารถพึ่งพาแรงงานได้ และยังไม่รู้ว่าจะหาจุดเชื่อมโยงกันได้เมื่อไหร่ ขณะที่เมียนมาแม้มีปัญหาความขัดแย้งภายใน แต่แรงงาน

ดุลยภาค ปรีชารัชช

นายกสมาคมภูมิภาการศึกษา

และอาจารย์ประจำสาขาเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



การมาเยือนครั้งนี้ประเด็นสำคัญมีอยู่ 2 ส่วน ส่วนหนึ่งคือ การแสวงหาความร่วมมือในหลายมิติ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเศรษฐกิจ โลจิสติกส์ มลภาวะข้ามแดน การค้าการลงทุน แรงงานต่างๆ มีการออกเป็นข้อตกลงที่สะท้อนความร่วมมือของทั้ง 2 ประเทศออกมาอย่างชัดเจน แต่ประเด็นที่เป็นไฮไลต์ ผมคิดว่าเป็นวันที่ 6 สิงหาคมที่ผ่านมา ซึ่งนายกฯ อนุทินกับมิน ออง ไลง ไปร่วมงาน Thailand-Myanmar Business Forum 2026 ซึ่งมีนักธุรกิจต่างๆ มาเข้าฟังเป็นจำนวนมาก และมิน ออง ไลง ได้แสดงวิสัยทัศน์ เชิงยุทธศาสตร์เกี่ยวกับทำเลที่ตั้งของเมียนมา การพัฒนาเศรษฐกิจของเมียนมา โดยมุ่งหวังที่จะให้มีการกระตุ้นทางเศรษฐกิจกับทางประเทศไทยมากขึ้น และงานเลี้ยงรับรองในช่วงค่ำ ที่ท่านนายกฯ จัดก็มีภาคส่วนทางธุรกิจเข้าไปร่วมเยอะอยู่ รวมถึงตอนงาน Business Forum ตอนกลางวันก็มีภาคส่วนธุรกิจไปร่วมเยอะ

ฉะนั้นผมคิดว่าประเด็นที่มีน้ำหนักมากในการที่มิน ออง ไลง เยือนไทยครั้งนี้ น่าจะเป็นการร่วมมือทางเศรษฐกิจและด้านอื่นๆ ส่วนนัยยะทางการเมืองระหว่างประเทศ ผมคิดว่ากระทรวงการต่างประเทศของไทยและนายสีหศักดิ์ พวงเกตุแก้ว รองนายกรัฐมนตรีและรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ ได้

การเยือนของมิน ออง ไลง ครั้งนี้ ส่วนหนึ่งเป็นผลพวงจากกิจกรรมทางการทูตที่ทางนายสีหศักดิ์ พวงเกตุแก้ว และนายปานปรีย์ พหิทธานุกร ประธานคณะที่ปรึกษาของรองนายกรัฐมนตรีและรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ ได้เข้าไปเยือนเนปยีดอก่อนหน้านี้และทาง มิน ออง ไลง ก็เห็นความสำคัญของประเทศไทยที่จะเป็นสะพานเชื่อมระหว่างรัฐบาลใหม่ของเมียนมาให้เข้าไปพัวพันรวมกลุ่มกับอาเซียนอย่างลึกซึ้งมากขึ้น

ถามว่าการมาเยือนครั้งนี้คาดว่าจะมีผลต่อแรงงานข้ามชาติหรือไม่ ผมคิดว่ามีผลหลายๆ อย่าง เพราะว่าการลงนามในกรอบความร่วมมือมันกินหลายหัวข้อ กินหลายเนื้อหา เรื่องของแรงงานข้ามชาติอาจจะต้องมีว่ากระทรวงแรงงานหรือว่ากระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จะต้องพิจารณาถึงการดูแลแรงงานพม่า หรือการต่ออายุให้กับแรงงานเมียนมา หรือการที่แรงงานเมียนมาเป็นส่วนหนึ่งในการขับเคลื่อนโครงสร้างพื้นฐานการพัฒนาเศรษฐกิจของไทย เราจะดูแลให้เหมาะสมอย่างไร แต่ว่าต้องอยู่บนเงื่อนไขที่ว่าผลประโยชน์จะต้องตกอยู่ที่คนไทยเป็นอันดับแรก

ในส่วนของไทยจะได้รับประโยชน์หรือรับความเสี่ยงอะไรจากการเปิดรับผู้นำเมียนมาเข้ามาในครั้งนี้ เป็นเรื่องที่มีทั้งโอกาสและความท้าทาย เราพร้อมที่จะคุยกับทางเมียนมาใกล้ชิดมากขึ้น เพื่อให้พม่ามาช่วยมีส่วนรับผิดชอบในการแก้ปัญหา ที่ส่งผลกระทบต่อประเทศไทย เช่น มลภาวะในแม่น้ำกก มันก็เกิดจากกลุ่มทุนธุรกิจ ข้ามชาติ และกองกำลังชาติพันธุ์ที่ไปคุมพื้นที่ต้นน้ำ และไปก่อนมลภาวะ การที่เราร่วมมือกับทางพม่า รัฐบาลพม่ามี TOR มีกรอบดำเนินการถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นที่ดี ถึงแม้จะไม่สามารถแก้ปัญหาได้รวดเร็วทั้งหมด เพราะต้องอาศัยความร่วมมือจากภาคส่วนอื่นๆ ด้วย หรือกลุ่มที่เข้าไปลงทุนหรือไปควบคุมพื้นที่ที่เป็นลุ่มแม่น้ำกก ที่กอมลพิษมาให้พี่น้องชาวเชียงราย มันก็มีกลุ่มอื่นๆ นอกเหนือจากรัฐบาลเมียนมา แต่อย่างน้อยมันเป็นจุดเริ่มต้นที่ดี ทำให้เกิดการพูดคุยเพื่อแก้ปัญหาบางอย่าง

ขณะเดียวกันอาจจะมีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนพื้นที่การสู้รบบางอย่างเป็นพื้นที่ทางการค้า คือประเทศไทยเรามองยุทธศาสตร์แบบค่อนข้างรอบด้าน ตอนนี้จะต้องดูภัยคุกคามที่มาจากทางกัมพูชา ภัยคุกคามที่มาจากพรมแดนตะวันตก หรือการก่อเหตุความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ ซึ่งเกิดขึ้นพร้อมๆ กัน ผมคิดว่าถ้าเราจะโฟกัสไปที่การรับศึกกับกัมพูชา เป็นหลักแนวรบด้านอื่นๆ ก็จะต้องนั่งด้วยเหมือนกัน

ผมกำลังจะหมายถึงว่าการคุยกับมิน ออง ไลง มันจะทำให้สถานการณ์ที่ยุ่งยากในชายแดนตะวันตก กลายเป็นความร่วมมือระหว่างไทยกับเมียนมามากขึ้น ไทยก็สบายใจในการปกป้องดูแลอาณาเขต เพราะสามารถพูดคุยกับผู้นำเมียนมาให้ลดความรุนแรงทางฝั่งนั้นได้ เพื่อให้กระทบกับเราน้อยลง ทำให้พลังอำนาจแห่งชาติสามารถที่จะโฟกัสไปที่การจัดการกับปัญหาภัยคุกคามความมั่นคงในด้านอื่นๆ ได้ ซึ่งหมายถึงทางด้านกัมพูชา หรือว่าด้านปัญหาของไฟใต้ เป็นต้น



กับชายแดนด้านอื่นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้นด้วยเช่นกัน และข้อสังเกตอีกอย่างหนึ่งคือ สำหรับเมียนมา

วันนี้เปลี่ยนจากแต่ก่อนเรามีมโนทัศน์แบบไทยรบเมียนมา ตอนนี้เปลี่ยนเป็นไทยช่วยเมียนมา เราก็คิดว่าเราจะเข้าไปช่วยพัฒนาสันติภาพ ลงทุนในเมียนมามากขึ้นได้อย่างไร แต่สวนทางกับกัมพูชา เพราะกัมพูชาเปลี่ยนจากไทยช่วยกัมพูชาเป็นไทยรบกัมพูชา มันสลับกันอยู่ตรงนี้



ข่าวประชาสัมพันธ์

ทรู x คณะแพทย์ มธ. x รพ.ธรรมศาสตร์ x เอ็ก ดิจิทัล ขับเคลื่อนสาธารณสุขไทยสู่ Healthcare AI

8 สิงหาคม 2569

ข่าวประชาสัมพันธ์



กรุงเทพฯ 7 สิงหาคม 2569 – ทรู คอร์ปอเรชั่น ลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือทางวิชาการ (MOU) กับ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ และ เอ็ก ดิจิทัล บูรณาการองค์ความรู้ทางการแพทย์ เทคโนโลยี และดิจิทัลโซลูชัน ขับเคลื่อน Healthcare AI ให้



เพื่อสนับสนุนการดูแลรักษา การบริหารจัดการ และพัฒนาคุณภาพบริการผู้ป่วยทุกมิติ รวมถึงการพัฒนา ศักยภาพด้าน AI และ ดิจิทัล เฮลท์ ของนักศึกษา อาจารย์ และบุคลากรทางการแพทย์ ผ่านการออกแบบ หลักสูตรร่วมกับ ทรู ดิจิทัล อคาเดมี่ ซึ่งจะช่วยยกระดับทักษะ AI ต่อยอดงานวิจัย และส่งเสริมนวัตกรรม จากการประยุกต์ใช้ AI ที่สามารถตอบโจทย์ปัญหาสุขภาพของคนไทยได้อย่างแท้จริง

การลงนาม MOU ในครั้งนี้ ครอบคลุมความร่วมมือทางวิชาการด้านงานวิจัย การเรียนการสอน การพัฒนา บุคลากร และการสร้างนวัตกรรมทางการแพทย์ เครื่องมือ และ อุปกรณ์และนวัตกรรมด้านอื่นๆ ภายใต้ กรอบการดำเนินงาน AI, Data, and Intelligent Healthcare Transformation 6 มิติสำคัญ ประกอบด้วย

- 1) การพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้าน AI และ Digital Technology ทั้งกลุ่มอาจารย์ แพทย์ และบุคลากรทุกระดับของคณะแพทยศาสตร์ มธ. และ รพ.ธรรมศาสตร์ฯ
- 2) การปูพื้นฐานด้าน AI และการจัดการระบบฐานข้อมูลสุขภาพอิเล็กทรอนิกส์ (EMR) แก่นักศึกษาแพทย์ วางรากฐานสำคัญต่อการผลิตแพทย์แห่งอนาคต
- 3) การวิจัยและพัฒนานวัตกรรม AI ทางทางการแพทย์ ผ่านการบูรณาการฐานข้อมูลสุขภาพอิเล็กทรอนิกส์ ร่วมกับ เอ็ก ดิจิทัล เพื่อสร้างสรรค์ โมเดลคะแนนสุขภาพ (Health Score) และระบบ AI Clinical Intelligence สำหรับการวินิจฉัย การคัดกรอง การประเมินความเสี่ยง และสนับสนุนการตัดสินใจทางการแพทย์
- 4) การจัดตั้ง Thammasat-True AI Health Innovation Hub ศูนย์กลางนวัตกรรมทางการแพทย์ เพื่อเป็นพื้นที่เรียนรู้ วิจัย พัฒนา และแลกเปลี่ยนองค์ความรู้
- 5) การพัฒนาหลักสูตรระดับบัณฑิตศึกษา สาขาเทคโนโลยีดิจิทัลทางการแพทย์ คณะแพทยศาสตร์ มธ. ซึ่งเตรียมเปิดในปีการศึกษา 2570 และ 6) การนำผลงานวิจัยไปประยุกต์ใช้จริงและต่อยอดเชิงยั่งยืน ผ่านโครงการนำร่องเชิงปฏิบัติการและคลินิก ภายใต้กรอบกฎหมายและจริยธรรม

คุณศรินทร์รา วงศ์ศุภลักษณ์ หัวหน้าคณะผู้บริหารด้านทรัพยากรบุคคล บมจ. ทรู คอร์ปอเรชั่น กล่าวว่า “ทรู คอร์ปอเรชั่น มุ่งขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ Big Move สู่การเป็น AI-First Company ต่อยอดแนวคิด ‘AI for All Thais’ นำเทคโนโลยีมาสร้างประโยชน์สูงสุดให้แก่คนไทย เราเชื่อว่า การเปลี่ยนผ่านสู่ Healthcare AI ต้องเริ่มจากการพัฒนาคน และ AI จะสร้างคุณค่าเมื่อทำงานร่วมกับองค์ความรู้ทางการแพทย์ ภายใต้ความร่วมมือนี้ ทรูพร้อมนำโครงสร้างพื้นฐานดิจิทัล และโซลูชันอัจฉริยะที่ประยุกต์ใช้ AI และข้อมูลอย่างโปร่งใสและมีจริยธรรม มาบูรณาการกับระบบสาธารณสุข



แข็ง และที่สำคัญ การร่วมจัดตั้ง “Thammasat–True AI Health Innovation Hub” ศูนย์กลางเชื่อมโยงองค์ความรู้ งานวิจัย และโจทย์จริงจากโรงพยาบาล ที่จะเปลี่ยนงานวิจัยไปสู่การใช้งานจริงในระบบบริการสุขภาพ จะช่วยสร้างระบบนิเวศ AI ทางการแพทย์และยกระดับระบบสุขภาพไทยได้อย่างยั่งยืน”

รศ.พญ.อัจฉรา ตั้งสถาพรพงษ์ คณบดีคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ กล่าวว่า “ปัจจุบัน AI และเทคโนโลยีดิจิทัลกำลังเปลี่ยนแปลงวงการแพทย์อย่างรวดเร็ว ตั้งแต่การเรียนการสอน การวิจัย การวินิจฉัยและรักษา ตลอดจนการบริหารจัดการระบบสุขภาพ คณะแพทยศาสตร์ มธ. ในฐานะโรงเรียนแพทย์ จึงให้ความสำคัญในการพัฒนาศักยภาพด้าน AI และ Digital Health ของนักศึกษา อาจารย์ และบุคลากร ให้สามารถประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอน การวิจัย และการดูแลผู้ป่วย

ตลอดจนสร้างองค์ความรู้และนวัตกรรมที่ตอบโจทย์ปัญหาสุขภาพของประเทศ ภายใต้หลักการใช้เทคโนโลยีอย่างถูกต้อง มีวิจารณ์ญาณ และยึดมั่นในหลักจริยธรรมและความปลอดภัยของผู้ป่วย เชื่อมั่นว่า ความร่วมมือในครั้งนี้จะเป็นต้นแบบของการบูรณาการองค์ความรู้ทางการแพทย์เข้ากับเทคโนโลยีดิจิทัลและ AI ซึ่งจะสนับสนุนการพัฒนาบุคลากรทางการแพทย์แห่งอนาคต สร้างงานวิจัยและนวัตกรรมที่มีคุณภาพ เพื่อยกระดับบริการสุขภาพให้ตอบสนองความต้องการของคนไทยได้ดียิ่งขึ้น”

รศ.นพ.ดิลก ภิกขุโยทัย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ กล่าวว่า “รพ.ธรรมศาสตร์ฯ มุ่งพัฒนาระบบบริการที่มีผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง โดยนำเทคโนโลยีดิจิทัล AI และการใช้ข้อมูลสุขภาพมาสนับสนุนการดูแลรักษาผู้ป่วย และพัฒนาระบบบริหารจัดการ เพื่อยกระดับคุณภาพการให้บริการ

ซึ่งต้องดำเนินการควบคู่กับการเพิ่มศักยภาพให้แพทย์และบุคลากรมีความเข้าใจ สามารถใช้ข้อมูลและประยุกต์ใช้เทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความร่วมมือในครั้งนี้จะเสริมสร้างทั้งองค์ความรู้ด้านเทคโนโลยี การพัฒนาทักษะด้านดิจิทัลของบุคลากร การจัดการข้อมูลและการสร้างโซลูชันที่สามารถนำไปใช้ได้จริง รวมถึงการเชื่อมโยงบุคลากร ข้อมูล เทคโนโลยี การวิจัย และการบริการเข้าด้วยกัน ผ่านการจัดตั้ง Thammasat-True AI Health Innovation Hub จะเป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนและยกระดับ Healthcare AI ของรพ.ธรรมศาสตร์ฯ ไปอีกขั้น นำไปสู่บริการสุขภาพที่มีคุณภาพ ทันสมัย และเกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้ป่วย ประชาชน และระบบสาธารณสุขไทย”

คุณทิพวัลย์ วงศ์ธรรมชาติ ผู้จัดการทั่วไป ธุรกิจ Analytics AI and Consultation บริษัท แอ็ก ดิจิทัล จำกัด กล่าวว่า “ในยุคที่ AI และ Data กลายเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนาระบบสาธารณสุข อนาคตของระบบ Healthcare จะไม่ได้ขับเคลื่อนด้วยเทคโนโลยีการรักษาเพียงอย่างเดียว แต่ต้องอาศัยการเชื่อมโยง วิเคราะห์ และเปลี่ยนข้อมูลให้เป็นอินไซต์ที่นำไปใช้ได้จริง แอ็ก ดิจิทัล พร้อมนำความเชี่ยวชาญเฉพาะทางด้าน Data Analytics และเทคโนโลยี AI ขั้นสูง ผสานรากฐานที่แข็งแกร่งด้านการแพทย์และการศึกษาของคณะแพทยศาสตร์ มธ. และ รพ.ธรรมศาสตร์ฯ เพื่อร่วมขับเคลื่อน Healthcare AI ผ่าน 2 แนวทางหลัก



ได้อย่างแม่นยำและเป็นรูปธรรม

ควบคู่กับการพัฒนาระบบ Health Dashboard ศูนย์กลางข้อมูลอัจฉริยะที่ช่วยให้แพทย์สามารถคาดการณ์แนวโน้มผู้ป่วยและบริหารจัดการทรัพยากรของโรงพยาบาลได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ และ การต่อยอดสู่การยกระดับมหาวิทยาลัยอัจฉริยะ (Smart Campus) ผ่านการยกระดับ Research Lab and Modelling ด้วยโครงสร้างพื้นฐาน Data และ AI เพื่อเพิ่มความแม่นยำในการวิจัย พร้อมผลักดัน AI for Productivity เพื่อเสริมศักยภาพด้านดิจิทัลให้คณาจารย์ บุคลากร และนักศึกษา ซึ่งเราเชื่อมั่นว่าความร่วมมือครั้งนี้จะเป็นโมเดลต้นแบบของการประยุกต์ใช้ Data และ AI เพื่อยกระดับระบบสาธารณสุขและการศึกษาของประเทศอย่างยั่งยืน”

Related Posts:

1. ทรู ดึงพลัง AI มุ่งสร้างประสบการณ์ลูกค้าระดับเวิลด์คลาส ประกาศ 3 กลยุทธ์หลัก ร่วมขับเคลื่อนเศรษฐกิจดิจิทัลของประเทศ
2. เปิด 5 การกิจใช้เทคโนโลยี AI และ Machine Learning ลดก๊าซเรือนกระจก สู่เส้นทาง Net Zero ในแบบ “ทรู”
3. ทรู รุกหนักจับใจ! ชีวเบาะแสตำรวจรวบหัวโจกแก๊งขโมยอุปกรณ์สื่อสารลั่นส่งดำเนินคดีทั้งอาญา-แพ่งถึงที่สุด
4. เกือบ 3 ปี ‘Cell Broadcast’ ไม่เกิด จากกราดยิงถึงแผ่นดินไหว ‘แจ้งเตือนภัยฉุกเฉิน’ ไร้อำนาจ ไร้เจ้าภาพ
5. ทรู ต่อยอด ‘Mobility Data’ สะท้อนบุคลิก-ผู้คน-พื้นที่ 4 เมืองใหญ่ ต่อยอดสู่นโยบายสาธารณะ
6. เปิดตัว “Quantum Club Thailand” ผนึกภาครัฐ-เอกชน-นักวิจัย วางรากฐานระบบนิเวศควอนตัมไทย เชื่อมงานวิจัยสู่การใช้จริงในภาคอุตสาหกรรม

Healthcare AI

Thammasat-True AI Health Innovation Hub

TRUE

คณะแพทย มธ.

ทรู

sw.ธรรมศาสตร์

เอ็ก ดิจิทัล

ข่าวหรือบทความที่เกี่ยวข้อง

MCOT



ความรุนแรง คนเครียด ไม่ปลอดภัย

นักวิชาการ ชี้ ความรุนแรงเกิดต่อเนื่อง เสี่ยงทำคน“เครียด



📅 08 ส.ค. 2569 ⌚ 21:12 👁 94

แชร์    

8 ส.ค. -นักวิชาการธรรมศาสตร์ ชี้ เหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในสังคม เสี่ยงทำคน“เครียด - วิตกกังวล - รู้สึกไม่ปลอดภัย” กระทั่งสุขภาพจิต - กาย หากปล่อยไว้จะกลายเป็นหวาดระแวงทั้งสังคม

ดร.ชลาลัย แท้ศิลปสาริต สาขาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.) เปิดเผยถึงเหตุความรุนแรงและการก่อคดีอุกอาจที่เกิดขึ้นในเวลาที่ผ่านมา ไม่ว่าจะเป็นคดีฆาตกรรม 5 ศพ กรณีตำรวจผู้ยึดยาบังคับถ่ายคลิโปนาจาร กรณีจุดหญิงสาวขณะกำลังออกกำลังกายห้วงข่มขืนในห้องน้ำสาธารณะ พุทธกรรมโชว์เพอร์แท็กชีควงมิดไล่ไรเดอร์ เพราะไม่พอใจเสียงแตร หรือล่าสุด เหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษาว่า เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นมีโอกาสนำให้ผู้คนในสังคมเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย และ วิตกกังวลในการใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างมากได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ที่มีความเปราะบางทางสุขภาพจิต อาจกระตุ้นให้มีอาการกำเริบ หรืออาการรุนแรงขึ้นได้ เช่น ผู้ป่วยทางจิตใจ หรือ ผู้ที่เคยเป็นเหยื่อ (รวมถึงครอบครัว) จากเหตุการณ์ความรุนแรงในลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งหากรับรู้เหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันอย่างต่อเนื่องอาจไปกระตุ้นอารมณ์หรือความรู้สึกที่เคยเกิดขึ้นในอดีตให้กลับมาได้

ดร.ชลาลัย กล่าวว่า ภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเหตุการณ์ความรุนแรงต่างๆ จำเป็นต้องมีการดำเนินการป้องกัน ปรามปราม และบังคับใช้กฎหมายในการจัดการกับเหตุการณ์เหล่านั้นอย่างจริงจัง เพื่อสร้างความเชื่อมั่นในการทำงานของรัฐบาลในการสร้างความปลอดภัยให้กับคนในสังคม เพื่อไม่ให้ประชาชนต้องอยู่กันอย่างหวาดระแวงกันตลอดไป ในขณะเดียวกันสื่อมวลชนเองควรนำเสนอข่าวความรุนแรงในสังคมอย่างมีวิจารณญาณตามหลักจรรยาบรรณ และ เน้นการนำเสนอข่าวเชิงสร้างสรรค์ ให้ความรู้แก่สังคม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันของคนในสังคมต่อไป

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าหลายๆ ครั้ง นอกจากเนื้อหาข้อเท็จจริงของเหตุการณ์ที่ถูกนำเสนอแล้ว ในอีกด้านจะมีการนำเสนอเหตุการณ์ความรุนแรงเหล่านี้ในลักษณะกระตุ้นเร้าเชิงอารมณ์ร่วมด้วย เนื่องจากสามารถดึงดูดผู้ชมได้ค่อนข้างมากจากการเหนี่ยวนำให้เกิดความรู้สึกร่วมมากขึ้น ทว่า การกระทำเช่นนี้อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้รับชมได้

“เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ต้องทำงานร่วมกันหลายภาคส่วน และ จริงๆ แล้วไม่ควรจะเป็นภาระของคนในสังคมที่ต้องมาคอยดูแลสภาพจิตใจกันเอง ฉะนั้นจึงต้องมีการทำงานของสื่อมวลชนร่วมด้วย รวมถึงภาครัฐ และ ผู้บังคับใช้กฎหมายก็ควรมีบทบาททำงานร่วมกันอย่างใกล้ชิด” ดร.ชลาลัย กล่าว

นักวิชาการธรรมศาสตร์ กล่าวว่า ผลกระทบทางจิตใจที่เกิดจากการรับรู้เหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม สามารถเกิดขึ้นได้หลายรูปแบบ ไล่ลำดับความรุนแรงจากระดับต้น เช่น เกิดความรู้สึกสะเทือนใจ และวิตกกังวลต่อความปลอดภัยของตัวเอง ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน ในขณะที่บางคนอาจมีความรู้สึกเชิงลบที่มากขึ้น เช่น เกิดความรู้สึกกลัว ใจสั่น หรือ ใจเต้นแรง เหงื่อออกตามฝ่ามือ เมื่ออ่านข่าวหรือนึกถึงเหตุการณ์ในข่าว

โดยอาการเหล่านี้เป็นสัญญาณว่าความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเริ่มแสดงออกมาเป็นอาการทางกาย และ ในบางรายที่การเสพยาความรุนแรงในสังคมส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจค่อนข้างมาก อาจเกิดความวิตกกังวลที่เพิ่มมากขึ้นจนส่งผลให้มีพฤติกรรมแสดงออกที่เปลี่ยนไป เช่น ความอยากอาหารลดลง นอนไม่หลับ ซึ่งถ้ามีอาการเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง อาจส่งผลให้เกิดอาการวิตกกังวล (Anxiety) หรือ ซึมเศร้า (Depression) ในอนาคตได้

สำหรับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพจิตตัวเอง ประกอบด้วย

1. ควรเสพข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ ในสังคมอย่างมีวิจารณญาณ และพอเหมาะพอควร เช่น หากพบว่าเนื้อหาที่ถูกนำเสนอผ่านสื่อมีลักษณะที่เน้นการรับรู้เชิงอารมณ์มากเกินไปจนรู้สึกมีอารมณ์ร่วมมาก ควรจะต้องตระหนักไว้ว่าไม่ควรจะไปรับรู้เนื้อหาในรูปแบบนี้ต่อ แต่ให้เน้นการเสพข่าวที่นำเสนอเหตุการณ์ในเชิงให้ความรู้แก่สังคมแทน
2. หมั่นสำรวจและตระหนักถึงสภาพจิตใจของตัวเอง หากในระหว่างอ่านข่าวหรือเนื้อหาของเหตุการณ์ความรุนแรงแล้วเกิดความรู้สึกอ่อนไหวง่าย และจัดการอาการเหล่านี้ด้วยตัวเองได้ยาก เช่น แม้จะหยุดการรับรู้ข่าวไปแล้วแต่อารมณ์ยังคงค้างอยู่ในจิตใจอย่างต่อเนื่องยาวนาน อาจเป็นสัญญาณเตือนว่าสภาพจิตใจอาจจะรับมือกับเรื่องราวเหล่านั้นไม่ไหว
3. การตัดสินใจไปพบจิตแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญทางสุขภาพจิต เพื่อปรึกษา และรับการดูแลรักษา ก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ในกรณีที่อาการต่างๆ ทางจิตใจเริ่มส่งผลในทางร่างกายและการดำรงชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นอาการใจสั่น เหงื่อออกตามฝ่ามือ ตื่นกลัว นอนไม่หลับ หรือตระหนกวิตกกังวลง่าย

“ความวิตกกังวลหรืออาการที่เกิดขึ้นจากการรับชมข่าวเหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดขึ้นไม่มากจนเกินไป ก็มีแง่มุมที่เป็นประโยชน์ได้ คือ ทำให้เกิดการตระหนักรู้ถึงความเหมาะสมและความปลอดภัยในบางสถานที่ที่อาจมีความเสี่ยง และหลีกเลี่ยงที่จะไปในสถานที่ดังกล่าว รวมถึงเพิ่มความระมัดระวังตัวในการใช้ชีวิตมากขึ้น แต่หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดจากการเสพข่าวมีมากจนเกินไปก็จะกลายเป็นความเครียด และส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าผู้เสพข่าวมีอาการเหล่านี้และปล่อยไว้ไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมและทันทั่วถึง ก็อาจกลายเป็นอาการเครียด วิตกกังวลระยะยาว จนก่อให้เกิดเป็นความหวาดระแวงต่อสังคมได้เช่นกัน” ดร.ชลาลัย กล่าว

สำหรับข่าวเหตุการณ์ราดยังในสถานศึกษา นอกเหนือจากความสะเทือนใจ ความหวาดกลัว และความตื่นตระหนก ซึ่งเป็นผลกระทบวงกว้างที่เกิดขึ้นได้ในสังคม ดร. ชลาลัย ให้คำแนะนำว่า การพูดคุยกันในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อมีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นในโรงเรียน ความรู้สึกของคนในสังคมย่อมมีมาก เนื่องจากเป็นสถานศึกษาควรเป็นสถานที่ปลอดภัยสำหรับเด็กนักเรียนทุกคนแต่กลับมีเหตุการณ์ความรุนแรงที่ไม่มีใครคาดคิดเกิดขึ้น พ่อแม่ผู้ปกครอง รวมถึงตัวนักเรียนเอง อาจมีความหวาดกลัว หวาดระแวง หรือ วิตกกังวลมากยิ่งขึ้นในการไปโรงเรียน เราไม่ควรปล่อยให้เรื่องนี้เป็นเพียงความรู้สึกส่วนตัวที่แต่ละคนต้องจัดการตัวเอง สิ่งสำคัญคือครอบครัวควรสร้างบรรยากาศครอบครัวปลอดภัย เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้สื่อสารถึงความวิตกกังวลใจ ความสะเทือนใจ ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัยซึ่งกันและกันได้ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ภายในครอบครัวโดยไม่ตัดสินกันสามารถเป็นหนทางหนึ่งในการเยียวยาสุขภาพจิตใจร่วมกันในครอบครัวได้

ดร. ชลาลัย เสนอแนะด้วยว่า คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตสภาพจิตใจของบุตรหลานอย่างใกล้ชิดว่าได้รับผลกระทบกระเทือนทางจิตใจจากเหตุการณ์ข่าวความรุนแรงในโรงเรียนมากน้อยแค่ไหน และเมื่อใดก็ตามที่สังเกตเห็นความผิดปกติในระดับอารมณ์ ความรู้สึก และ พฤติกรรมการแสดงออก ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ขอแนะนำให้พาบุตรหลานไปปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือ ผู้ทำงานทางด้านสุขภาพจิต เพื่อที่จะได้รับการรักษาเยียวยาอย่างทันที่ว่งที่.-
สำนักข่าวไทย

แท็กที่เกี่ยวข้อง

ความรุนแรง

คนเครียด

ไม่ปลอดภัย

ข่าวที่เกี่ยวข้อง



หน้าหนึ่ง

การเมือง

บทความ

ภูมิภาค

เศรษฐกิจ

ต่างประเทศ

คุณภาพชีวิต

:

การศึกษา

นักวิชาการ มธ. เตือนเหตุรุนแรงที่ท่าสังคมเครียด-หวาดระแวง จีรัฐเร่งสร้างความปลอดภัย

🕒 8 สิงหาคม 2569
🕒 15:46 น.

แชร์ข่าว



🗨 ฟังข่าว

ก

ก

ก+

นักวิชาการธรรมศาสตร์ ชี้ เหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในสังคม เสี่ยงทำคน“เครียด-วิตกกังวล-รู้สึกไม่ปลอดภัย” กระทบทั้งสุขภาพจิต-กาย หากปล่อยไว้จะกลายเป็นหวาดระแวงทั้งสังคม แนะนำ 3 วิธีป้องกันผลกระทบทางใจสำหรับทุกคน พร้อมจีภาครรัฐ เร่งจัดการปัญหาอย่างจริงจัง สร้างความเชื่อมั่นให้ปชช. ส่วนสื่อควรนำเสนอเนื้อหาอย่างเหมาะสม ไม่เน้นเร้าอารมณ์เกินไป

ดร.ชลาลัย แต่ศิลปสาธิต สาขาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.) เปิดเผยถึงเหตุความรุนแรงและการก่อคดีอุกอาจที่เกิดขึ้นในเวลาที่ผ่านมา ไม่ว่าจะเป็นคดีฆาตกรรม 5 ศพ กรณีตำรวจชู้ยัดยาบังคับถ่ายคลิพอนาจาร กรณีอุกฉกรรจ์สาวขณะกำลังออกกำลังกายห้วงข่มขืนในห้องน้ำสาธารณะ พฤติกรรมไซเบอร์แท็กชีควมดไล์เรเดอร์เพราะไม่พอใจเสียงแตร หรือล่าสุด เหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษาว่า เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นมีโอกาสนำให้ผู้คนในสังคมเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย และ วิตกกังวลในการใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างมากได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ที่มีความเปราะบางทางสุขภาพจิต อาจกระตุ้นให้มีอาการกำเริบ หรืออาการรุนแรงขึ้นได้ เช่น ผู้ป่วยทางจิตใจ หรือ ผู้ที่เคยเป็นเหยื่อ (รวมถึงครอบครัว) จากเหตุการณ์ความรุนแรงในลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งหากรับรู้เหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันอย่างต่อเนื่องอาจไปกระตุ้นอารมณ์หรือความรู้สึกที่เคยเกิดขึ้นในอดีตให้กลับมาได้

ดร.ชลาลัย กล่าวว่า ภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเหตุการณ์ความรุนแรงต่างๆ จำเป็นต้องมีการดำเนินการป้องกัน ปรามปราม และบังคับใช้กฎหมายในการจัดการกับเหตุการณ์เหล่านั้นอย่างจริงจัง เพื่อสร้างความเชื่อมั่นในการทำงานของรัฐบาลในการสร้างความปลอดภัยให้กับคนในสังคม เพื่อไม่ให้ประชาชนต้องอยู่กันอย่างหวาดระแวงกันตลอดไป ในขณะที่เดียวกันสื่อมวลชนเองควรนำเสนอข่าวความรุนแรงในสังคมอย่างมีวิจรรย์ตามหลักจรรยาบรรณ และ เน้นการนำเสนอข่าวเชิงสร้างสรรค์ ให้ความรู้แก่สังคม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันของคนในสังคมต่อไป

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าหลายๆ ครั้ง นอกจากเนื้อหาข้อเท็จจริงของเหตุการณ์ที่ถูกนำเสนอแล้ว ในอีกด้านจะมีการนำเสนอเหตุการณ์ความรุนแรงเหล่านั้นในลักษณะกระตุ้นเร้าเชิงอารมณ์ร่วมด้วย เนื่องจากสามารถดึงดูดผู้ชมได้ค่อนข้างมากจากการเหนี่ยวนำให้เกิดความรู้สึกร่วมมากขึ้น ทว่า การกระทำเช่นนี้อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้รับชมได้

“เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ต้องทำงานร่วมกันหลายภาคส่วน และ จริงๆ แล้วไม่ควรจะเป็นภาระของคนในสังคมที่ต้องมาคอยดูแลสภาพจิตใจกันเอง ฉะนั้นจึงต้องมีการทำงานของสื่อมวลชนร่วมด้วย รวมถึงภาครัฐ และ ผู้บังคับใช้กฎหมายก็ควรมีบทบาททำงานร่วมกันอย่างใกล้ชิด” ดร.ชลาลัย กล่าว

นักวิชาการธรรมศาสตร์ กล่าวว่า ผลกระทบทางจิตใจที่เกิดจากการรับรู้เหตุการณ์ความรุนแรงในสังคมสามารถเกิดขึ้นได้หลายรูปแบบ ไล่ลำดับความรุนแรงจากระดับต้น เช่น เกิดความรู้สึกสะเทือนใจ และ วิตกกังวลต่อความปลอดภัยของตัวเอง ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน ในขณะที่เดียวกันบางคนอาจมีความรู้สึกเชิงลบที่มากขึ้น เช่น เกิดความรู้สึกกลัว ใจสั่น หรือ ใจเต้นแรง เหงื่อออกตามฝ่ามือ เมื่ออ่านข่าว หรือนึกถึงเหตุการณ์ในข่าว โดยอาการเหล่านี้เป็นสัญญาณว่าความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเริ่มแสดงออกมาเป็นอาการทางกาย และ ในบางรายที่การเสพข่าวความรุนแรงในสังคมส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจค่อนข้างมาก อาจเกิดความวิตกกังวลที่เพิ่มมากขึ้นจนส่งผลให้มีพฤติกรรมแสดงออกที่เปลี่ยนไป เช่น ความอยากอาหารลดลง นอนไม่หลับ ซึ่งถ้ามีอาการเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง อาจส่งผลให้เกิดอาการวิตกกังวล (Anxiety) หรือ ซึมเศร้า (Depression) ในอนาคตได้

สำหรับคำแนะนำในการดูแลสภาพจิตใจตัวเอง ประกอบด้วย 1. ควรเสพข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ ในสังคมอย่างมีวิจรรย์ตาม และพอเหมาะพอควร เช่น หากพบว่าเนื้อหาที่ถูกนำเสนอผ่านสื่อมีลักษณะที่เน้นการรับรู้เชิงอารมณ์มากเกินไปจนรู้สึกมีอารมณ์ร่วมมากเกินไป ควรจะต้องตระหนักไว้ว่าไม่ควรจะไปรับรู้เนื้อหาในรูปแบบนี้ต่อ แต่ให้เน้นการเสพข่าวที่นำเสนอเหตุการณ์ในเชิงให้ความรู้แก่สังคมแทน

2. หมั่นสำรวจและตระหนักถึงสภาพจิตใจของตัวเอง หากในระหว่างอ่านข่าวหรือเนื้อหาของเหตุการณ์ความรุนแรงแล้วเกิดความรู้สึกอ่อนไหวง่าย และจัดการอาการเหล่านี้ด้วยตัวเองได้ยาก เช่น แม้จะหยุดการรับรู้ข่าวไปแล้วแต่อารมณ์ยังคงค้างอยู่ในจิตใจอย่างต่อเนื่องยาวนาน อาจเป็นสัญญาณเตือนว่าสภาพจิตใจอาจจะมีมือกับเรื่องราวเหล่านั้นไม่ไหว

3. การตัดสินใจไปพบจิตแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญทางสุขภาพจิต เพื่อปรึกษา และรับการดูแลรักษา ก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ในกรณีที่อาการต่างๆ ทางจิตใจเริ่มส่งผลในทางร่างกายและ การดำรงชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นอาการใจสั่น เหงื่อออกตามฝ่ามือ ตื่นกลัว นอนไม่หลับ หรือตระหนกวิตกกังวลง่าย

“ความวิตกกังวลหรืออาการที่เกิดขึ้นจากการรับชมข่าวเหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดขึ้นไม่มากจนเกินไป ก็มีแง่มุมที่เป็นประโยชน์ได้ คือ ทำให้เกิดการตระหนักรู้ถึงความเหมาะสมและความปลอดภัยในบางสถานที่ที่อาจมีความเสี่ยง และหลีกเลี่ยงที่จะไปในสถานที่ดังกล่าว รวมถึงเพิ่มความรู้ระดับตัวในการใช้ชีวิตมากขึ้น แต่หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดจากการเสพข่าวมีมากจนเกินไปก็จะกลายเป็นความเครียด และส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าผู้เสพข่าวมีอาการเหล่านี้และปล่อยไว้ไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมและทันทั่วทั้งที่ ก็อาจกลายเป็นอาการเครียด วิตกกังวลระยะยาว จนก่อให้เกิดเป็นความหวาดระแวงต่อสังคมได้เช่นกัน” ดร.ชลาลัย กล่าว

สำหรับข่าวเหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษา นอกเหนือจากความสะเทือนใจ ความหวาดกลัว และ ความตื่นตระหนก ซึ่งเป็นผลกระทบวงกว้างที่เกิดขึ้นได้ในสังคม ดร. ชลาลัย ให้คำแนะนำว่า การพูดคุยกันในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อมีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นในโรงเรียน ความรู้สึกร่วมของคนในสังคมย่อมมีมาก เนื่องจากเป็นสถานศึกษาควรเป็นสถานที่ปลอดภัยสำหรับเด็กนักเรียนทุกคนแต่กลับมีเหตุการณ์ความรุนแรงที่ไม่มีใครคาดคิดเกิดขึ้น พ่อแม่ผู้ปกครอง รวมถึงตัวนักเรียนเอง อาจมีความหวาดกลัว หวาดระแวง หรือ วิตกกังวลมากยิ่งขึ้นในการไปโรงเรียน เราไม่ควรปล่อยให้เรื่องนี้เป็นเพียงความรู้สึกส่วนตัวที่แต่ละคนต้องจัดการตัวเอง สิ่งสำคัญคือครอบครัวควรสร้างบรรยากาศครอบครัวปลอดภัย เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้สื่อสารถึงความวิตกกังวลใจ ความสะเทือนใจ ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัยซึ่งกันและกันได้ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ภายในครอบครัวโดยไม่ตัดสินกันสามารถเป็นหนทางหนึ่งในการเยียวยาสุขภาพจิตร่วมกันในครอบครัวได้

ดร. ชลาลัย เสนอแนะด้วยว่า คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตสภาพจิตใจของบุตรหลานอย่างใกล้ชิดว่าได้รับผลกระทบกระเทือนทางจิตใจจากเหตุการณ์ข่าวความรุนแรงในโรงเรียนมากน้อยแค่ไหน และเมื่อใดก็ตามที่สังเกตเห็นความผิดปกติในระดับอารมณ์ ความรู้สึก และ พฤติกรรมการแสดงออก ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ขอแนะนำให้พาบุตรหลานไปปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือ ผู้ทำงานทางด้านสุขภาพจิต เพื่อที่จะได้รับการรักษาเยียวยาอย่างทันทั่วทั้งที่

Tags: [กราดยิง](#) [เหตุกราดยิง](#) [ความรุนแรง](#)

แชร์ข่าว    

ข่าวแนะนำ

กองทัพบกมอบ 10 ล้าน เยียวยา “สับโกลาฏ” กำลังพลบาดเจ็บสาหัสจากเหตุชายแดนไทย-กัมพูชา

[ข่าวภูมิภาค](#)



จันทร์, 10 สิงหาคม

2569



Search



facebook.com/thaipost)

สภาพอากาศวันนี้

THAILAND

32.1°C/26.6°C

s://twitter.com/thaipost)

annel/UCDSxrK6OhOK-

agram.com/thaipost_ig/)

.tiktok.com/@thaiposttk)

LINE : @THAIPOST

(https://lin.ee/ukteb32)

การเมือง (HTTPS://WWW.THAIPOST.NET/POLITICS/)



เปลว สีเงิน

(HTTPS://WWW.THAIPOST.NET/%E0%B9%80%E0%B8%9B%E0%B8%A5%E0%B8%A7-%E0%B8%AA%E0%B8%B5%E0%B9%80%E0%B8%87%E0%B8%B4%E0%B8%99/)

คอลัมน์สด (HTTPS://WWW.THAIPOST.NET/COLUMNIST/)

เศรษฐกิจ (HTTPS://WWW.THAIPOST.NET/ECONOMY/)

ต่างประเทศ (HTTPS://WWW.THAIPOST.NET/ABROAD/)

บันเทิง (HTTPS://WWW.THAIPOST.NET/ENTERTAINMENT/)

หนังสือพิมพ์ (HTTPS://WWW.THAIPOST.NET/NEWS-PAPER/)

ไทยโพสต์ ทีวี (HTTPS://WWW.THAIPOST.NET/THAIPOST-TV/)

(เปลว สีเงิน

'โปรดอ่านก่อนดำ'

h(https://www.thaipost.net/columnis...

+

(ผักกาดหอม

ไม่เอาอะไรสักอย่าง

h(https://www.thaipost.net/columnis...

+

(วิสาขบูชาวันเพ็ญ

ไม่ต้องกังวล?

h(https://www.thaipost.net/columnis...

+

(คืบปากอยากเล่า

พาครอบครัวช้อปปิ้ง

h(https://www.thaipost.net/columnis...

+

นักวิชาการ มธ. ห่วงเหตุรุนแรงที่ คนไทยเสี่ยงหวาดระแวงทั้งสังคม

8 สิงหาคม 2569 เวลา 10:37 น. (https://www.thaipost.net/general-news/1046513/)



นักวิชาการธรรมศาสตร์ ชี้ เหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในสังคม เสี่ยงทำคน“เครียด - วิตกกังวล - รู้สึกไม่ปลอดภัย” กระทั่งสุขภาพจิต - กาย หากปล่อยไว้จะกลายเป็นหวั่นระแวงทั้งสังคม แนะ 3 วิธีป้องกันผลกระทบทางใจสำหรับทุกคน พร้อมจีฬาครรัฐ เร่งจัดการปัญหาอย่างจริงจัง สร้างความเชื่อมั่นให้ ปชช. ส่วนสื่อควรนำเสนอเนื้อหาอย่างเหมาะสม ไม่เน้นเร้าอารมณ์เกินไป

8 สิงหาคม 2569 - ดร.ชลาลัย แท้ศิลปสาธิต สาขาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.) เปิดเผยถึงเหตุความรุนแรงและการก่อคดีอุกอาจที่เกิดขึ้นในเวลาที่ผ่านมานี้ ไม่ว่าจะเป็นคดีฆาตกรรม 5 ศพ กรณีตำรวจชู้ยักยัดยาบังคับถ่ายคลิบบอนาจาร กรณีฉุดหญิงสาวขณะกำลังออกกำลังกายหวังข่มขืนในห้องน้ำสาธารณะ พฤติกรรมโชว์เฟอร์แท็กชีควมมีดไล่ไรเดอร์เพราะไม่พอใจเสียงแตร หรือล่าสุดเหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษาว่า เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นมีโอกาสนำให้ผู้คนในสังคมเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย และ วิตกกังวลในการใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างมากได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ที่มีความเปราะบางทางสุขภาพจิต อาจกระตุ้นให้มีอาการกำเริบ หรืออาการรุนแรงขึ้นได้ เช่น ผู้ป่วยทางจิตใจ หรือ ผู้ที่เคยเป็นเหยื่อ (รวมถึงครอบครัว) จากเหตุการณ์ความรุนแรงในลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งหากรับรู้เหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันอย่างต่อเนื่องอาจไปกระตุ้นอารมณ์หรือความรู้สึกที่เคยเกิดขึ้นในอดีตให้กลับมาได้

ดร.ชลาลัย กล่าวว่า ภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเหตุการณ์ความรุนแรงต่างๆ จำเป็นต้องมีการดำเนินการป้องกันปราบปราม และบังคับใช้กฎหมายในการจัดการกับเหตุการณ์เหล่านั้นอย่างจริงจัง เพื่อสร้างความเชื่อมั่นในการทำงานของรัฐบาลในการสร้างความปลอดภัยให้กับคนในสังคม เพื่อไม่ให้ประชาชนต้องอยู่กันอย่างหวั่นระแวงกันตลอดไป ในขณะเดียวกันสื่อมวลชนเองควรนำเสนอข่าวความรุนแรงในสังคมอย่างมีวิจารณญาณตามหลักจรรยาบรรณ และ เน้นการนำเสนอข่าวเชิงสร้างสรรค์ ให้ความรู้แก่สังคม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันของคนในสังคมต่อไป

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าหลายๆ ครั้ง นอกจากเนื้อหาข้อเท็จจริงของเหตุการณ์ที่ถูกนำเสนอแล้ว ในอีกด้านจะมีการนำเสนอเหตุการณ์ความรุนแรงเหล่านี้ในลักษณะกระตุ้นเร้าเชิงอารมณ์ร่วมด้วย เนื่องจากสามารถดึงดูดผู้ชมได้ค่อนข้างมากจากการเห็นข่าวนำให้เกิดความรู้สึกร่วมมากขึ้น ทว่า การกระทำเช่นนี้อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้รับชมได้

te=colorbox&utm_source=thai-post&utm_medium=referral&utm_content=thumbs-mid-article-a:Mid Article Thumbnails 2:abp-mode):e=colorbox&utm_source=thai-post&utm_medium=referral&utm_content=thumbs-mid-article-a:Mid Article Thumbnails 2:abp-mode)

(<https://t.mikanutra.com/click>)

หญิงวัย 50+ ร่างทองจนคนรอบตัวหมั่นมองจริง

Mikanutra

อ่านต่อ

(<https://t.mikanutra.com/click>)

(<https://campaign.general.co.th/health-insurance/gen-health-lump-sum-plus/default/home>)

เพราะลูกคือคนสำคัญของคุณ คุณครองด้วยประกันสุขภาพเหมาจ่าย

(<https://campaign.generali.co.th/health-insurance/gen-health-lump-sum-plus/default/home>)

“เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ต้องทำงานร่วมกันหลายภาคส่วน และ จริงๆ แล้วไม่ควรจะเป็นภาระของคนในสังคมที่ต้องมาคอยดูแลสภาพจิตใจกันเอง ฉะนั้นจึงต้องมีการทำงานของสื่อมวลชนร่วมด้วย รวมถึงภาครัฐ และ ผู้บังคับใช้กฎหมายก็ควรมีบทบาททำงานร่วมกันอย่างใกล้ชิด”
ดร.ชลาลัย กล่าว

นักวิชาการธรรมศาสตร์ กล่าวว่า ผลกระทบทางจิตใจที่เกิดจากการรับรู้เหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม สามารถเกิดขึ้นได้หลายรูปแบบ ได้แก่ ลำดับความรุนแรงจากระดับต้น เช่น เกิดความรู้สึกสะเทือนใจ และวิตกกังวลต่อความปลอดภัยของตัวเอง ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน ในขณะที่เดียวกันบางคนอาจมีความรู้สึกเชิงลบที่มากขึ้น เช่น เกิดความรู้สึกกลัว ใจสั่น หรือ ใจเต้นแรง เหงื่อออกตามฝ่ามือ เมื่ออ่านข่าวหรือนึกถึงเหตุการณ์ในข่าว โดยอาการเหล่านี้เป็นสัญญาณว่าความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเริ่มแสดงออกมาเป็นอาการทางกาย และ ในบางรายที่การเสพข่าวความรุนแรงในสังคมส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจค่อนข้างมาก อาจเกิดความวิตกกังวลที่เพิ่มมากขึ้นจนส่งผลให้มีพฤติกรรมแสดงออกที่เปลี่ยนไป เช่น ความอยากอาหารลดลง นอนไม่หลับ ซึ่งถ้ามีอาการเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง อาจส่งผลให้เกิดอาการวิตกกังวล (Anxiety) หรือ ซึมเศร้า (Depression) ในอนาคตได้

สำหรับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพจิตตัวเอง ประกอบด้วย 1.ควรเสพข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ ในสังคมอย่างมีวิจารณญาณ และพอเหมาะพอควร เช่น หากพบว่าเนื้อหาที่ถูกนำเสนอผ่านสื่อมีลักษณะที่เน้นการรับรู้เชิงอารมณ์มากเกินไปจนรู้สึกมีอารมณ์ร่วมมากเกินไป ควรจะต้องตระหนักไว้ว่าไม่ควรจะไปรับรู้เนื้อหาในรูปแบบนี้ต่อ แต่ให้เน้นการเสพข่าวที่นำเสนอเหตุการณ์ในเชิงให้ความรู้แก่สังคมแทน

2.หมั่นสำรวจและตระหนักถึงสภาพจิตใจของตัวเอง หากในระหว่างอ่านข่าวหรือเนื้อหาของเหตุการณ์ความรุนแรงแล้วเกิดความรู้สึกอ่อนไหวง่าย และจัดการอาการเหล่านี้ด้วยตัวเองได้ยาก เช่น แม้จะหยุดการรับรู้ข่าวไปแล้วแต่อารมณ์ยังคงค้างอยู่ในจิตใจอย่างต่อเนื่องยาวนาน อาจเป็นสัญญาณเตือนว่าสภาพจิตใจอาจจะรับมือกับเรื่องราวเหล่านั้นไม่ไหว

3.การตัดสินใจไปพบจิตแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญทางสุขภาพจิต เพื่อปรึกษา และรับการดูแลรักษา ก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ในกรณีที่อาการต่างๆ ทางจิตใจเริ่มส่งผลในทางร่างกายและ การดำรงชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นอาการใจสั่น เหงื่อออกตามฝ่ามือ ตื่นกลัว นอนไม่หลับ หรือตระหนกวิตกกังวลง่าย

“ความวิตกกังวลหรืออาการที่เกิดขึ้นจากการรับชมข่าวเหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดขึ้นไม่มากจนเกินไป ก็มีแนวโน้มที่เป็นประโยชน์ได้ คือ ทำให้เกิดการตระหนักถึงความเหมาะสมและความปลอดภัยในบางสถานที่ที่อาจมีความเสี่ยง และหลีกเลี่ยงที่จะไปในสถานที่ดังกล่าว รวมถึงเพิ่มความระมัดระวังตัวในการใช้ชีวิตมากขึ้น แต่หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดจากการเสพข่าวมีมากเกินไปก็จะเป็นกลายเป็นความเครียด และส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าผู้เสพข่าวมีอาการเหล่านี้และปล่อยไว้ไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมและทันทั่วถึง ก็อาจกลายเป็นอาการเครียด วิตกกังวลระยะยาว จนก่อให้เกิดเป็นความหวาดระแวงต่อสังคมได้เช่นกัน” ดร.ชลาลัย กล่าว

สำหรับข่าวเหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษา นอกเหนือจากความสะเทือนใจ ความหวาดกลัว และ ความตื่นตระหนก ซึ่งเป็นผลกระทบวงกว้างที่เกิดขึ้นได้ในสังคม ดร. ชลาลัย ให้คำแนะนำว่า การพูดคุยกันในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อมีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นในโรงเรียน ความรู้สึกร่วมของคนในสังคมย่อมมีมาก เนื่องจากเป็นสถานศึกษาควรเป็นสถานที่ปลอดภัยสำหรับเด็กนักเรียนทุกคนแต่กลับมีเหตุการณ์ความรุนแรงที่ไม่มีใครคาดคิดเกิดขึ้น พ่อแม่ผู้ปกครอง รวมถึงตัวนักเรียนเอง อาจมีความหวาดกลัว หวาดระแวง หรือ วิตกกังวลมากยิ่งขึ้นในการไปโรงเรียน เราไม่ควรปล่อยให้เรื่องนี้เป็นเพียงความรู้สึกส่วนตัวที่แต่ละคนต้องจัดการตัวเอง สิ่งสำคัญคือครอบครัวควรสร้างบรรยากาศครอบครัวปลอดภัย เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้สื่อสารถึงความวิตกกังวลใจ ความสะเทือนใจ ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัยซึ่งกันและกันได้ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ภายในครอบครัวโดยไม่ตัดสินกันสามารถเป็นหนทางหนึ่งในการเยียวยาสภาพจิตใจร่วมกันในครอบครัวได้

ดร.ชลาลัย เสนอแนะด้วยว่า คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตสภาพจิตใจของบุตรหลานอย่างใกล้ชิดว่าได้รับผลกระทบกระเทือนทางจิตใจจากเหตุการณ์ข่าวความรุนแรงในโรงเรียนมากน้อยแค่ไหน และเมื่อใดก็ตามที่สังเกตเห็นความผิดปกติในระดับอารมณ์ ความรู้สึก และ พฤติกรรมแสดงออก ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ขอแนะนำให้พาบุตรหลานไปปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือ ผู้ทำงานทางด้านสุขภาพจิต เพื่อที่จะได้รับการรักษาเยียวยาอย่างทันทั่วถึง.



NATION

ข่าว

พิษข่าวรุนแรงทำคนไทยเครียด! มธ.จี้รัฐฟื้นความเชื่อมั่นด่วน

🕒 08 ส.ค. 2569 | titayu_pur



นักวิชาการ มธ. เตือนเหตุความรุนแรงถี่ ทำคนไทยเครียด-หวาดระแวง หวั่นกระทบกายใจ จี้รัฐปราบปรามจริงจังทวงความเชื่อมั่น ลือหยุดเร้าอารมณ์ แะ 3 วิธีเซฟใจ



Male

Play



KEYPOINTS

- วิกฤตสุขภาพจิตสังคม: เหตุความรุนแรงที่เกิดขึ้นถี่ ทำประชาชนเครียด วิตกกังวล และแสดงออกทางกาย (ใจสั่น นอนไม่หลับ) หากปล่อยไว้อาจกลายเป็นภาวะหวาดระแวงระดับสังคม
- จีรัฐ-สื่อ เร่งแก้ปัญหา: รัฐต้องบังคับใช้กฎหมายปราบปรามจริงจังเพื่อฟื้นความเชื่อมั่นความปลอดภัย ส่วนสื่อมวลชนต้องหยุดเสนอข่าวแบบกระตุ้นเร้าอารมณ์ และหันมาเน้นให้ความรู้
- 3 วิธีดูแลจิตใจรับมือข่าวรุนแรง: เสพข่าวอย่างพอเหมาะ-เลือกสื่อเชิงความรู้, หมั่นสำรวจอารมณ์ตนเองหากไม่ไหวให้หยุดรับสื่อ, และพบจิตแพทย์ทันทีเมื่อกระทบการนอนหรือการใช้ชีวิตประจำวัน

8 สิงหาคม 2569 ดร.ชลาลัย แท้ศิลปสาธิต **นักจิตวิทยา** มธ. ออกมาเตือนถึงพิษ **ข่าวความรุนแรง** ที่เกิดขึ้นต่อเนื่องในสังคมไทย จนสร้างความเครียดและความวิตกกังวลสะสมให้ประชาชน ชี้หากปล่อยไว้อาจลามเป็นความหวาดระแวงระดับสังคม กระทั่ง **สุขภาพจิต** และร่างกาย โดยเฉพาะกลุ่มเปราะบาง และผู้เคยตกเป็นเหยื่อ จึงเรียกร้องให้ **มาตรการรัฐ** บังคับใช้กฎหมายเร่งด่วนเพื่อฟื้นความเชื่อมั่น พร้อมเปิด วิธีรับมือ **ความเครียด** 3 ข้อ ให้คนไทยดูแลจิตใจตนเองและครอบครัว



ความรุนแรง และการก่อคดีอุกอาจที่เกิดขึ้นในเวลาที่ผ่านมานี้ ไม่ว่าจะเป็นคดีฆาตกรรม 5 ศพ กรณีตำรวจชู้ด ยาบั้งค์ถ่ายคลิปปอนาจาร กรณีฉุดหญิงสาวขณะกำลังออกกำลังกาย หวังข่มขืนในห้องน้ำสาธารณะ พฤติกรรม โขเฟอร์แท็กซีควมมีดไล่ไรเดอร์ เพราะไม่พอใจเสียงแตร หรือล่าสุด เหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษาว่า เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นมีโอกาทำให้ผู้คนในสังคม เกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย และวิตกกังวลในการใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างมากได้

โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ที่มีความเปราะบางทางสุขภาพจิต อาจกระตุ้นให้มีอาการกำเริบ หรือ อาการรุนแรงขึ้นได้ เช่น ผู้ป่วยทางจิตใจ หรือ ผู้ที่เคยเป็นเหยื่อ (รวมถึงครอบครัว) จากเหตุการณ์ ความรุนแรงในลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งหากรับรู้เหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันอย่างต่อเนื่อง อาจ ไปกระตุ้นอารมณ์หรือความรู้สึกที่เคยเกิดขึ้นในอดีตให้กลับมาได้



ดร.ชลาลิย์ แท้ศิลปสาธิต สาขาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.)

เนื้อหาที่เกี่ยวข้อง

"ยศชนัน" ดันแผนความปลอดภัยโรงเรียน 90 วัน คั่นกระเป๋าดูแลกลุ่มเสี่ยง

๐8 ส.ค. 2569

"อนุทิน" จ่อเข้มกฎหมายปิ่น เหมนครูปกปิ่น ชูเจ้าของปิ่นโดนด้วย

๐8 ส.ค. 2569



08 ส.ค. 2569

ดร.ชลาลัย กล่าวว่า ภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเหตุการณ์ความรุนแรงต่างๆ จำเป็นต้องมีการดำเนินการป้องกัน ปรามปราม และบังคับใช้กฎหมายในการจัดการกับเหตุการณ์เหล่านั้นอย่างจริงจัง เพื่อ

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าหลายๆ ครั้ง นอกจากเนื้อหาข้อเท็จจริงของเหตุการณ์ที่ถูกนำเสนอแล้ว ในอีกด้านจะมีการนำเสนอเหตุการณ์ความรุนแรงเหล่านี้ ในลักษณะกระตุ้นเร้าเชิงอารมณ์ร่วมด้วย เนื่องจากสามารถดึงดูดผู้ชมได้ค่อนข้างมาก จากการเหนี่ยวนำให้เกิดความรู้สึกโกรธมากขึ้น ทว่า การกระทำเช่นนี้อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้รับชมได้

“เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ต้องทำงานร่วมกันหลายภาคส่วน และจริงๆ แล้วไม่ควรจะเป็นภาระของคนในสังคมที่ต้องมาคอยดูแลสภาพจิตใจกันเอง ฉะนั้นจึงต้องมีการทำงานของสื่อมวลชนร่วมด้วย รวมถึงภาครัฐ และ ผู้บังคับใช้กฎหมายก็ควรมีบทบาททำงานร่วมกันอย่างใกล้ชิด” ดร.ชลาลัย กล่าว



เนื้อหาที่เกี่ยวข้อง

"เศรษฐา" ถกปมบูลลี่ ชีเหตุกราดยิง วอนสร้างพื้นที่ปลอดภัย

🕒 08 ส.ค. 2569

ดร.เร่งสอบเหตุกราดยิงเทพศิรินทร์ นนทบุรี พรุ่งนี้แถลงสรุปคดี

🕒 08 ส.ค. 2569

นักวิชาการธรรมศาสตร์ กล่าวว่า ผลกระทบทางจิตใจที่เกิดจากการรับรู้ เหตุการณ์ความรุนแรงในสังคมสามารถเกิดขึ้นได้หลายรูปแบบ ไล่ลำดับความรุนแรงจากระดับต้น เช่น เกิดความรู้สึกสะเทือนใจ และวิตกกังวลต่อความปลอดภัยของตัวเอง ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน ในขณะเดียวกันบางคนอาจมีความรู้สึกเชิงลบที่มากขึ้น เช่น เกิดความรู้สึกกลัว ใจสั่น หรือ ใจเต้นแรง เหงื่อออกตามฝ่ามือ เมื่ออ่านข่าว หรือนึกถึงเหตุการณ์ในข่าว



เกิดความวิตกกังวลที่เพิ่มมากขึ้น จนส่งผลให้มีพฤติกรรมแสดงออกที่เปลี่ยนไป เช่น ความอยากอาหารลดลง นอนไม่หลับ ซึ่งถ้ามีอาการเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง อาจส่งผลให้เกิดอาการวิตกกังวล (Anxiety) หรือ ซึมเศร้า (Depression) ในอนาคตได้

สำหรับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพจิตตัวเอง ประกอบด้วย

1. ควรเสพข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ ในสังคมอย่างมีวิจารณญาณ และพอเหมาะพอควร เช่น หากพบว่าเนื้อหาที่ถูกนำเสนอผ่านสื่อ มีลักษณะที่เน้นการรับรู้เชิงอารมณ์มากเกินไป จนรู้สึกมีอารมณ์ร่วมมาก ควรจะต้องตระหนักไว้ว่าไม่ควรจะไปรับรู้เนื้อหาในรูปแบบนี้ต่อ แต่ให้เน้นการเสพข่าวที่นำเสนอเหตุการณ์ในเชิงให้ความรู้แก่สังคมแทน
2. หมั่นสำรวจและตระหนักถึงสภาพจิตใจของตัวเอง หากในระหว่างอ่านข่าวหรือเนื้อหาของเหตุการณ์ความรุนแรงแล้วเกิดความรู้สึกอ่อนไหวง่าย และจัดการอาการเหล่านี้ด้วยตัวเองได้ยาก เช่น แม้จะหยุดการรับรู้ข่าวไปแล้ว แต่อารมณ์ยังคงค้างอยู่ในจิตใจอย่างต่อเนื่องยาวนาน อาจเป็นสัญญาณเตือนว่า สภาพจิตใจอาจจะรับมือกับเรื่องราวเหล่านั้นไม่ไหว
3. การตัดสินใจไปพบจิตแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญทางสุขภาพจิต เพื่อปรึกษา และรับการดูแลรักษา ก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ในกรณีที่อาการต่างๆ ทางจิตใจเริ่มส่งผลในทางร่างกาย และการดำรงชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นอาการใจสั่น เหงื่อออกตามฝ่ามือ ตื่นกลัว นอนไม่หลับ หรือตระหนกวิตกกังวลง่าย

“ความวิตกกังวลหรืออาการที่เกิดขึ้นจากการรับชมข่าวเหตุการณ์ ความรุนแรงในสังคม หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดขึ้นไม่มากจนเกินไป ก็มีแง่มุมที่เป็นประโยชน์ได้ คือ ทำให้เกิดการตระหนักถึงความเหมาะสม และความปลอดภัยในบางสถานที่ที่อาจมีความเสี่ยง และหลีกเลี่ยงที่จะไปในสถานที่ดังกล่าว รวมถึงเพิ่มความระมัดระวังตัวในการใช้ชีวิตมากขึ้น



การดูแลรักษาอย่างเหมาะสมและทันทั่วทั้งที่ ก็อาจกลายเป็นอาการเครียด วิตกกังวลระยะยาว จนก่อให้เกิดเป็นความหวาดระแวงต่อสังคมได้เช่นกัน” ดร.ชลาลัย กล่าว

สำหรับข่าวเหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษา นอกเหนือจากความสะเทือนใจ ความหวาดกลัว และและ ความตื่นตระหนก ซึ่งเป็นผลกระทบวงกว้างที่เกิดขึ้นได้ในสังคม ดร.ชลาลัย ให้คำแนะนำว่า การพูดคุยกันในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อมีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นในโรงเรียน ความรู้สึกร่วมของคนในสังคมย่อมมีมาก เนื่องจากเป็นสถานศึกษาควรเป็นสถานที่ปลอดภัย สำหรับเด็กนักเรียนทุกคน แต่กลับมีเหตุการณ์ความรุนแรงที่ไม่มีใครคาดคิดเกิดขึ้น

พ่อแม่ผู้ปกครอง รวมถึงตัวนักเรียนเอง อาจมีความหวาดกลัว หวาดระแวง หรือวิตกกังวลมากยิ่งขึ้นในการไปโรงเรียน เราไม่ควรปล่อยให้เรื่องนี้เป็นเพียงความรู้สึกส่วนตัว ที่แต่ละคนต้องจัดการตัวเอง สิ่งสำคัญคือครอบครัวควรสร้างบรรยากาศครอบครัวปลอดภัย เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้สื่อสาร ถึงความวิตกกังวลใจ ความสะเทือนใจ ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัยซึ่งกันและกันได้ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ภายในครอบครัวโดยไม่ตัดสินกัน สามารถเป็นหนทางหนึ่ง ในการเยียวยาสภาพจิตใจร่วมกันในครอบครัวได้

ดร.ชลาลัย เสนอแนะด้วยว่า คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตสภาพจิตใจของบุตรหลานอย่างใกล้ชิดว่า ได้รับผลกระทบกระเทือนทางจิตใจ จากเหตุการณ์ข่าวความรุนแรงในโรงเรียนมากน้อยแค่ไหน **และเมื่อใดก็ตามที่สังเกตเห็นความผิดปกติในระดับอารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมการแสดงออก ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ขอแนะนำให้พาบุตรหลานไปปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือ ผู้ทำงานทางด้านสุขภาพจิต เพื่อที่จะได้รับการรักษาเยียวยาอย่างทันทั่วทั้งที่**

<https://www.dailynews.co.th> ข่าว(/news/) > การศึกษา-ศาสนา (https://www.dailynews.co.th/news/news_group/education/) 8 ส.ค. 2569 • 12:01 น.

มาตรการรัฐคือกุญแจสำคัญ ทวงคืนความเชื่อมั่น-ปลอดภัย หวังคนไทยหวาดระแวงทั้งสังคม



กุญแจทวงคืนความปลอดภัย

นักวิชาการธรรมศาสตร์ ชี้ เหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในสังคม เสี่ยงทำคน “เครียด-วิตกกังวล-รู้สึกไม่ปลอดภัย” กระทั่งสุขภาพจิต-กาย หากปล่อยไว้จะกลายเป็นหวาดระแวงทั้งสังคม แนะนำ 3 วิธีป้องกันผลกระทบทางใจสำหรับทุกคน พร้อมจี้ภาครัฐ เร่งจัดการปัญหาอย่างจริงจัง สร้างความเชื่อมั่นให้ประชาชน ส่วนสื่อควรนำเสนอเนื้อหาอย่างเหมาะสม ไม่เน้นเร้าอารมณ์เกินไป

[https://social-](https://social-plugins.line.me/lineit/share?)[plugins.line.me/lineit/share?](https://social-plugins.line.me/lineit/share?)[url=https%3A%2F%2Fwww.dailynews.co.th%2Fnews%2F6](https://social-plugins.line.me/lineit/share?url=https%3A%2F%2Fwww.dailynews.co.th%2Fnews%2F6)

ดร.ชลาลัย แต่ศิลปสาธิต สาขาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.) เปิดเผยถึงเหตุความรุนแรงและการก่อคดีอุกอาจที่เกิดขึ้นในเวลาที่ผ่านมานี้ ไม่ว่าจะเป็นคดีฆาตกรรม 5 ศพ กรณีตำรวจชูป้ายบังคับถ่ายคลิปปอนาจาร กรณีฉุดหญิงสาวขณะกำลังออกกำลังกายหวังข่มขืนในห้องน้ำสาธารณะ พฤติกรรมโชว์เฟอร์แท็กซีควมมีดีไลเดอร์เพราะไม่พอใจเสียงแตร หรือล่าสุด เหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษาว่า เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นมีโอกาสทำให้ผู้คนในสังคมเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย และวิตกกังวลในการใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างมากได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ที่มีความเปราะบางทางสุขภาพจิต อาจกระตุ้นให้มีอาการกำเริบ หรืออาการรุนแรงขึ้นได้ เช่น ผู้ป่วยทางจิตใจ หรือ ผู้ที่เคยเป็นเหยื่อ (รวมถึงครอบครัว) จากเหตุการณ์ความรุนแรงในลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งหากรับรู้เหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันอย่างต่อเนื่องอาจไปกระตุ้นอารมณ์หรือความรู้สึกที่เคยเกิดขึ้นในอดีตให้กลับมาได้

ดร.ชลาลัย กล่าวว่า ภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเหตุการณ์ความรุนแรงต่างๆ จำเป็นต้องมีการดำเนินการป้องกัน ปราบปราม และบังคับใช้กฎหมายในการจัดการกับเหตุการณ์เหล่านั้นอย่างจริงจัง เพื่อสร้างความเชื่อมั่นในการทำงานของรัฐบาลในการสร้างความปลอดภัยให้กับคนในสังคม เพื่อไม่ให้ประชาชนต้องอยู่กันอย่างหวาดระแวงกันตลอดไป ในขณะเดียวกันสื่อมวลชนเองควรนำเสนอข่าวความรุนแรงในสังคมอย่างมีวิจารณญาณตามหลักจรรยาบรรณ และ เน้นการนำเสนอข่าวเชิงสร้างสรรค์ ให้ความรู้แก่สังคม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันของคนในสังคมต่อไป ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าหลายๆ ครั้ง นอกจากเนื้อหาข้อเท็จจริงของเหตุการณ์ที่ถูกนำเสนอแล้ว ในอีกด้านจะมีการนำเสนอเหตุการณ์ความรุนแรงเหล่านั้นในลักษณะกระตุ้นเร้าเชิงอารมณ์ร่วมด้วย เนื่องจากสามารถดึงดูดผู้ชมได้ค่อนข้างมากจากการเหนี่ยวนำให้เกิดความรู้สึกร่วมมากขึ้น ทว่า การกระทำเช่นนี้อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้รับชมได้

“เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ต้องทำงานร่วมกันหลายภาคส่วน และ จริงๆ แล้วไม่ควรจะเป็นภาระของคนในสังคมที่ต้องมาคอยดูแลสภาพจิตใจกันเอง ฉะนั้นจึงต้องมีการทำงานของสื่อมวลชนร่วมด้วย รวมถึงภาครัฐ และ ผู้บังคับใช้กฎหมายก็ควรมีบทบาททำงานร่วมกันอย่างใกล้ชิด” ดร.ชลาลัย กล่าว

นักวิชาการธรรมศาสตร์ กล่าวว่า ผลกระทบทางจิตใจที่เกิดจากการรับรู้เหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม สามารถเกิดขึ้นได้หลายรูปแบบ ไล่ลำดับความรุนแรงจากระดับต้น เช่น เกิดความรู้สึกสะเทือนใจ และวิตกกังวลต่อความปลอดภัยของตัวเอง ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน ในขณะเดียวกันบางคนอาจมีความรู้สึกเชิงลบที่มากขึ้น เช่น เกิดความรู้สึกกลัว ใจสั่น หรือ ใจเต้นแรง เหงื่อออกตามฝ่ามือ เมื่ออ่านข่าวหรือนึกถึงเหตุการณ์ในข่าว โดยอาการเหล่านี้เป็นสัญญาณว่าความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเริ่มแสดงออกมาเป็นอาการทางกาย และ ในบางรายที่การเสพข่าวความรุนแรงในสังคมส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจค่อนข้างมาก อาจเกิดความวิตกกังวลที่เพิ่มมากขึ้นจนส่งผลให้มีพฤติกรรมแสดงออกที่เปลี่ยนไป เช่น ความอยากอาหารลดลง นอนไม่หลับ ซึ่งถ้ามีอาการเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง อาจส่งผลให้เกิดอาการวิตกกังวล (Anxiety) หรือ ซึมเศร้า (Depression) ในอนาคตได้

สำหรับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพจิตตัวเอง ประกอบด้วย 1.ควรเสพข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ ในสังคมอย่างมีวิจารณญาณ และพอเหมาะพอควร เช่น หากพบว่าเนื้อหาที่ถูกนำเสนอผ่านสื่อมีลักษณะที่เน้นการรับรู้เชิงอารมณ์มากเกินไปจนรู้สึกมีอารมณ์ร่วมมากเกินไป ควรจะต้องตระหนักว่าไม่ควรจะไปรับรู้เนื้อหาในรูปแบบนี้ต่อ แต่ให้เน้นการเสพข่าวที่นำเสนอเหตุการณ์ในเชิงให้ความรู้แก่สังคมแทน

2.หมั่นสำรวจและตระหนักถึงสภาพจิตใจของตัวเอง หากในระหว่างอ่านข่าวหรือเนื้อหาของเหตุการณ์ความรุนแรงแล้วเกิดความรู้สึกอ่อนไหวง่าย และจัดการอาการเหล่านี้ด้วยตัวเองได้ยาก เช่น แม้จะหยุดการรับรู้ข่าวไปแล้วแต่อารมณ์ยังคงค้างอยู่ในจิตใจอย่างต่อเนื่องยาวนาน อาจเป็นสัญญาณเตือนว่าสภาพจิตใจอาจจะรับมือกับเรื่องราวเหล่านั้นไม่ไหว

3.การตัดสินใจไปพบจิตแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญทางสุขภาพจิต เพื่อปรึกษา และรับการดูแลรักษา ก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ในกรณีที่อาการต่างๆ ทางจิตใจเริ่มส่งผลในทางร่างกายและ การดำรงชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นอาการใจสั่น เหงื่อออกตามฝ่ามือ ตื่นกลัว นอนไม่หลับ หรือตระหนกวิตกกังวลง่าย

“ความวิตกกังวลหรืออาการที่เกิดขึ้นจากการรับชมข่าวเหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดขึ้นไม่มากจนเกินไป ก็มีแง่มุมที่เป็นประโยชน์ได้ คือ ทำให้เกิดการตระหนักถึงความเหมาะสมและความปลอดภัยในบางสถานที่ที่อาจมีความเสี่ยง และหลีกเลี่ยงที่จะไปในสถานที่ดังกล่าว รวมถึงเพิ่มความระมัดระวังตัวในการใช้ชีวิตมากขึ้น แต่หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดจากการเสพข่าวมีมากจนเกินไปก็จะกลายเป็นความเครียด และส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าผู้เสพข่าวมีอาการเหล่านี้และปล่อยไว้ไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมและทันทั่วถึง ก็อาจกลายเป็นอาการเครียด วิตกกังวลระยะยาว จนก่อให้เกิดเป็นความหวาดระแวงต่อสังคมได้เช่นกัน”

ดร.ชลาลัย กล่าว

สำหรับข่าวเหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษา นอกเหนือจากความสะเทือนใจ ความหวาดกลัว และความตื่นตระหนก ซึ่งเป็นผลกระทบวงกว้างที่เกิดขึ้นได้ในสังคม ดร. ชลาลัย ให้คำแนะนำว่า การพูดคุยกันในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อมีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นในโรงเรียน ความรู้สึกร่วมของคนในสังคมย่อมมีมาก เนื่องจากเป็นสถานศึกษาควรเป็นสถานที่ปลอดภัยสำหรับเด็กนักเรียนทุกคน แต่กลับมีเหตุการณ์ความรุนแรงที่ไม่มีใครคาดคิดเกิดขึ้น พ่อแม่ผู้ปกครอง รวมถึงตัวนักเรียนเอง อาจมีความหวาดกลัว หวาดระแวง หรือ วิตกกังวลมากยิ่งขึ้นในการไปโรงเรียน เราไม่ควรปล่อยให้เรื่องนี้เป็นเพียงความรู้สึกส่วนตัวที่แต่ละคนต้องจัดการตัวเอง สิ่งสำคัญคือครอบครัวควรสร้างบรรยากาศครอบครัวปลอดภัย เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้สื่อสารถึงความวิตกกังวลใจ ความสะเทือนใจ ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัยซึ่งกันและกันได้ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ภายในครอบครัวโดยไม่ตัดสินกันสามารถเป็นหนทางหนึ่งในการเยียวยาสภาพจิตใจร่วมกันในครอบครัวได้

ดร. ชลาลัย เสนอแนะด้วยว่า คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตสภาพจิตใจของบุตรหลานอย่างใกล้ชิดว่าได้รับผลกระทบกระเทือนทางจิตใจจากเหตุการณ์ข่าวความรุนแรงในโรงเรียนมากน้อยแค่ไหน และเมื่อใดก็ตามที่สังเกตเห็นความผิดปกติในระดับอารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมการแสดงออก ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ขอแนะนำให้พาบุตรหลานไปปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือ ผู้ทำงานทางด้านสุขภาพจิต เพื่อที่จะได้รับการรักษาเยียวยาอย่างทันทั่วถึง.



(<https://social->

[plugins.line.me/lineit/share?](https://social-plugins.line.me/lineit/share?)

[url=https%3A%2F%2Fwww.dailynews.co.th%2Fnews%2F6091098/](https://social-plugins.line.me/lineit/share?url=https%3A%2F%2Fwww.dailynews.co.th%2Fnews%2F6091098/)

"มาตรการรัฐ" ภัยแล้งความเชื่อมั่น-ปลอดภัย หวั่นหวาดระแวงทั้งสังคม

📅 8 สิงหาคม 2569



นักวิชาการธรรมศาสตร์ ชี้ เหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในสังคม เสี่ยงทำคน "เครียด - วิตกกังวล - รู้สึกไม่ปลอดภัย" แนะนำ 3 วิธีป้องกันผลกระทบทางใจสำหรับทุกคน พร้อมจักรักรัฐ เร่งจัดการปัญหาอย่างจริงจัง สร้างความเชื่อมั่นให้ ปชช. ส่วนสื่อควรนำเสนอเนื้อหาอย่างเหมาะสม ไม่เน้นเร้าอารมณ์เกินไป

ดร.ชลาลัย แต่ศิลปสาริต สาขาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.) เปิดเผยถึงเหตุความรุนแรงและการก่อคดีอุกอาจที่เกิดขึ้นในเวลาที่ผ่านมา ไม่ว่าจะเป็นคดีฆาตกรรม 5 ศพ กรณีตำรวจขู่ยึดยาบังคับถ่ายคลิโปนอาจารย์ กรณีจุดหญิงสาวขณะกำลังออกกำลังกายห้วงขมขื่นในห้องน้ำสาธารณะ พฤติกรรมโชว์เฟอร์แท็กชีควงมิดไลโรเดอร์เพราะไม่พอใจเสียงดนตรี หรือล่าสุด เหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษาว่า เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นมีโอกาทำให้ผู้คนในสังคมเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย และ วิตกกังวลในการใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างมากได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ที่มีความเปราะบางทางสุขภาพจิต อาจกระตุ้นให้มีอาการกำเริบ หรืออาการรุนแรงขึ้นได้ เช่น ผู้ป่วยทางจิตใจ หรือ ผู้ที่เคยเป็นเหยื่อ (รวมถึงครอบครัว) จากเหตุการณ์ความรุนแรงในลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งหากรับรู้เหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันอย่างต่อเนื่องอาจไปกระตุ้นอารมณ์หรือความรู้สึกในอดีตรื้อฟื้นกลับมาได้

🏠 กลับหน้าหลัก

ดร.ชลาลัย กล่าวว่า ภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเหตุการณ์ความรุนแรงต่างๆ จำเป็นต้องมีการดำเนินการป้องกัน ปรามปราม และบังคับใช้กฎหมายในการจัดการกับเหตุการณ์เหล่านั้นอย่างจริงจัง เพื่อสร้างความเชื่อมั่นในการทำงานของรัฐบาลในการสร้างความปลอดภัยให้กับคนในสังคม เพื่อไม่ให้ประชาชนต้องอยู่กันอย่างหวาดระแวงกันตลอดไป ในขณะเดียวกัน สื่อมวลชนเองควรนำเสนอข่าวความรุนแรงในสังคมอย่างมีวิจารณญาณตามหลักจรรยาบรรณ และ เน้นการนำเสนอข่าวเชิงสร้างสรรค์ ให้ความรู้แก่สังคม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันของคนในสังคมต่อไป



ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าหลายๆ ครั้ง นอกจากเนื้อหาข้อเท็จจริงของเหตุการณ์ที่ถูกนำเสนอแล้ว ในอีกด้านจะมีการนำเสนอเหตุการณ์ความรุนแรงเหล่านี้ในลักษณะกระตุ้นเร้าเชิงอารมณ์ร่วมด้วย เนื่องจากสามารถดึงดูดผู้ชมได้ค่อนข้างมากจากการเหนี่ยวนำให้เกิดความรู้สึกร่วมมากขึ้น ทว่าการกระทำเช่นนี้อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้รับชมได้

“เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ต้องทำงานร่วมกันหลายภาคส่วน และ จริงๆ แล้วไม่ควรจะเป็นภาระของคนในสังคมที่ต้องมาคอยดูแลสภาพจิตใจกันเอง ฉะนั้นจึงต้องมีการทำงานของสื่อมวลชนร่วมด้วย รวมถึงภาครัฐ และ ผู้บังคับใช้กฎหมายก็ควรมีบทบาททำงานร่วมกันอย่างใกล้ชิด” ดร.ชลาลัย กล่าว

นักวิชาการธรรมศาสตร์ กล่าวว่า ผลกระทบทางจิตใจที่เกิดจากการรับรู้เหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม สามารถเกิดขึ้นได้หลายรูปแบบ ไล่ลำดับความรุนแรงจากระดับต้น เช่น เกิดความรู้สึกสะเทือนใจ และวิตกกังวลต่อความปลอดภัยของตัวเอง ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน ในขณะเดียวกันบางคนอาจมีความรู้สึกเชิงลบที่มากขึ้น เช่น เกิดความรู้สึกกลัว ใจสั่น หรือ ใจเต้นแรง เหงื่อออกตามฝ่ามือ เมื่ออ่านข่าวหรือนึกถึงเหตุการณ์ในข่าว โดยอาการเหล่านี้เป็นสัญญาณว่าความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเริ่มแสดงออกมาเป็นอาการทางกาย และ ในบางรายที่การเสพข่าวความรุนแรงในสังคมส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจค่อนข้างมาก อาจเกิดความรู้สึกกังวลที่เพิ่มมากขึ้นจนส่งผลให้มีพฤติกรรมแสดงออกที่เปลี่ยนไป เช่น ความอยากอาหารลดลง นอนไม่หลับ ซึ่งถ้ามีอาการเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง อาจส่งผลให้เกิดอาการวิตกกังวล (Anxiety) หรือ ซึมเศร้า (Depression) ในอนาคตได้

สำหรับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพจิตตัวเอง ประกอบด้วย 1. ควรเสพข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ ในสังคมอย่างมีวิจารณญาณ และพอเหมาะพอควร เช่น หากพบว่าเนื้อหาทีู่กนำเสนอผ่านสื่อมีลักษณะที่เน้นการรับรู้เชิงอารมณ์มากเกินไปจนรู้สึกมีอารมณ์ร่วมมาก ควรจะต้องตระหนักว่าไม่ควรจะไปรับรู้เนื้อหาในรูปแบบนี้ต่อ แต่ให้เน้นการเสพข่าวที่น่าเสนอเหตุการณ์ในเชิงให้ความรู้แก่สังคมแทน

2. หมั่นสำรวจและตระหนักถึงสภาพจิตใจของตัวเอง หากในระหว่างอ่านข่าวหรือเนื้อหาของเหตุการณ์ความรุนแรงแล้วเกิดความรู้สึกอ่อนไหวง่าย และจัดการอาการเหล่านี้ด้วยตัวเองได้ยาก เช่น แม้จะหยุดการรับรู้ข่าวไปแล้วแต่อารมณ์ยังคงค้างอยู่ในจิตใจอย่างต่อเนื่องยาวนาน อาจเป็นสัญญาณเตือนว่าสภาพจิตใจอาจจะรับมือกับเรื่องราวเหล่านั้นไม่ไหว

3. การตัดสินใจไปพบจิตแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญทางสุขภาพจิต เพื่อปรึกษา และรับการดูแลรักษา ก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ในกรณีที่อาการต่างๆ ทางจิตใจเริ่มส่งผลในทางร่างกายและ การดำรงชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นอาการใจสั่น เหงื่อออกตามฝ่ามือ ตื่นกลัว นอนไม่หลับ หรือ กระทบกรวิตกกังวลง่าย

"ความวิตกกังวลหรืออาการที่เกิดขึ้นจากการรับชมข่าวเหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดขึ้นไม่มากจนเกินไป ก็มีแนวโน้มที่เป็นประโยชน์ได้ คือ ทำให้เกิดการตระหนักถึงความเหมาะสมและความปลอดภัยในบางสถานที่ที่อาจมีความเสี่ยง และหลีกเลี่ยงที่จะไปในสถานที่ดังกล่าว รวมถึงเพิ่มความระมัดระวังตัวในการใช้ชีวิตมากขึ้น แต่หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดจากการเสพข่าวมีมากเกินไปก็จะกลายเป็นความเครียด และส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าผู้เสพข่าวมีอาการเหล่านี้และปล่อยไว้ไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมและทันท่วงที ก็อาจกลายเป็นอาการเครียด วิตกกังวลระยะยาว จนก่อให้เกิดเป็นความหวาดระแวงต่อสังคมได้เช่นกัน" ดร.ชลาลัย กล่าว

สำหรับข่าวเหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษา นอกเหนือจากความสะเทือนใจ ความหวาดกลัว และ ความตื่นตระหนก ซึ่งเป็นผลกระทบวงกว้างที่เกิดขึ้นได้ในสังคม ดร. ชลาลัย ให้คำแนะนำว่า การพูดคุยกันในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อมีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นในโรงเรียน ความรู้สึกร่วมของคนในสังคมย่อมมีมาก เนื่องจากเป็นสถานศึกษาควรเป็นสถานที่ปลอดภัยสำหรับเด็กนักเรียนทุกคนแต่กลับมีเหตุการณ์ความรุนแรงที่ไม่มีใครคาดคิดเกิดขึ้น พ่อแม่ผู้ปกครอง รวมถึงตัวนักเรียนเอง อาจมีความหวาดกลัว หวาดระแวง หรือ วิตกกังวลมากยิ่งขึ้นในการไป



โรงเรียน เราไม่ควรปล่อยให้เรื่องนี้เป็นเพียงความรู้สึกส่วนตัวที่แต่ละคนต้องจัดการตัวเอง สิ่งสำคัญคือครอบครัวควรสร้างบรรยากาศครอบครัวปลอดภัย เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้สื่อสารถึงความวิตกกังวลใจ ความสับสนใจ ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัยซึ่งกันและกันได้ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ภายในครอบครัวโดยไม่ตัดสินกันสามารถเป็นหนทางหนึ่งในการเยียวยาสุขภาพจิตใจร่วมกันในครอบครัวได้

ดร. ชลาลัย เสนอแนะด้วยว่า คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตสภาพจิตใจของบุตรหลานอย่างใกล้ชิด ว่าได้รับผลกระทบกระเทือนทางจิตใจจากเหตุการณ์ข่าวความรุนแรงในโรงเรียนมากน้อยแค่ไหน และเมื่อใดก็ตามที่สังเกตเห็นความผิดปกติในระดับอารมณ์ ความรู้สึก และ พฤติกรรมการแสดงออก ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ขอแนะนำให้พาบุตรหลานไปปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือ ผู้ทำงานทางด้านสุขภาพจิต เพื่อที่จะได้รับการรักษาเยียวยาอย่างทันท่วงที



OPINION

มาตรการรัฐคือกุญแจสำคัญทางคืน ความเชื่อมั่น-ปลอดภัยหวั่นคนไทยหวาดระแวงทั้งสังคม

วันที่ 8 สิงหาคม 2569 - 15:32 น.



นักวิชาการธรรมศาสตร์ ชี้ เหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในสังคม เสี่ยงทำคน“เครียด - วิตกกังวล - รู้สึกไม่ปลอดภัย” กระทบทั้งสุขภาพจิต - กาย หากปล่อยไว้จะกลายเป็นหวาดระแวงทั้งสังคม แนะนำ 3 วิธีป้องกันผลกระทบทางใจสำหรับทุกคน พร้อมจีภาครัฐ เร่งจัดการปัญหาอย่างจริงจัง สร้างความเชื่อมั่นให้ ปชช. ส่วนสื่อควรนำเสนอเนื้อหาอย่างเหมาะสม ไม่เน้นเร้าอารมณ์เกินไป

ดร.ชลาลัย แต่ศิลปสาธิต สาขาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (มธ.) เปิดเผยถึงเหตุความรุนแรงและการก่อคดีอุกอาจที่เกิดขึ้นในเวลาที่ผ่านมา ไม่ว่าจะเป็นคดีฆาตกรรม 5 ศพ กรณีตำรวจขู่ยึดยาบังคับถ่ายคลิโปนาจาร กรณีจุดหญิงสาวขณะกำลังออกกำลังกายห้วงขมขื่นในห้องน้ำสาธารณะ พฤติกรรมโหดเหี้ยมแก๊งค์คดียึดไร่ไรเดอร์เพราะไม่พอใจเสียงแตร หรือล่าสุด เหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษาว่า เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นมีโอกาทำให้ผู้คนในสังคมเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย และ วิตกกังวลในการใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างมากได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ที่มีความเปราะบางทางสุขภาพจิต อาจกระตุ้นให้มีอาการกำเริบ หรืออาการรุนแรงขึ้นได้ เช่น ผู้ป่วยทางจิตใจ หรือ ผู้ที่เคยเป็นเหยื่อ (รวมถึงครอบครัว) จากเหตุการณ์ความรุนแรงในลักษณะคล้ายคลึงกัน ซึ่งหากรับรู้เหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันอย่างต่อเนื่องอาจไปกระตุ้นอารมณ์หรือความรู้สึกที่เคยเกิดขึ้นในอดีตให้กลับมาได้

ดร.ชลาลัย กล่าวว่า ภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเหตุการณ์ความรุนแรงต่างๆ จำเป็นต้องมีการดำเนินการป้องกัน ปรามปราม และบังคับใช้กฎหมายในการจัดการกับเหตุการณ์เหล่านั้นอย่างจริงจัง เพื่อสร้างความเชื่อมั่นในการทำงานของรัฐในการสร้างความปลอดภัยให้กับคนในสังคม เพื่อไม่ให้ประชาชนต้องอยู่กันอย่างหวาดระแวงกันตลอดไป ในขณะเดียวกันสื่อมวลชนเองควรนำเสนอข่าวความรุนแรงในสังคมอย่างมีวิจารณญาณตามหลักจรรยาบรรณ และ เน้นการนำเสนอข่าวเชิงสร้างสรรค์ ให้ความรู้แก่สังคม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันของคนในสังคมต่อไป

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าหลายๆ ครั้ง นอกจากเนื้อหาข้อเท็จจริงของเหตุการณ์ที่ถูกนำเสนอแล้ว ในอีกด้านจะมีการนำเสนอเหตุการณ์ความรุนแรงเหล่านี้ในลักษณะกระตุ้นเร้าเชิงอารมณ์ร่วมด้วย เนื่องจากสามารถดึงดูดผู้ชมได้ค่อนข้างมากจากการเหนี่ยวนำให้เกิดความรู้สึกร่วมมากขึ้น ทว่า การกระทำเช่นนี้อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้รับชมได้

“เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ต้องทำงานร่วมกันหลายภาคส่วน และ จริงๆ แล้วไม่ควรจะเป็นภาระของคนในสังคมที่ต้องมาคอยดูแลสภาพจิตใจกันเอง ฉะนั้นจึงต้องมีการทำงานของสื่อมวลชนร่วมด้วย รวมถึงภาครัฐ และ ผู้บังคับใช้กฎหมายก็ควรมีบทบาททำงานร่วมกันอย่างใกล้ชิด” ดร.ชลาลัย กล่าว

นักวิชาการธรรมศาสตร์ กล่าวว่า ผลกระทบทางจิตใจที่เกิดจากการรับรู้เหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม สามารถเกิดขึ้นได้หลายรูปแบบไล่ลำดับความรุนแรงจากระดับต้น เช่น เกิดความรู้สึกสะเทือนใจ และวิตกกังวลต่อความปลอดภัยของตัวเอง ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน ในขณะที่เดียวกันบางคนอาจมีความรู้สึกเชิงลบที่มากขึ้น เช่น เกิดความรู้สึกกลัว ใจสั่น หรือ ใจเต้นแรง เหงื่อออกตามฝ่ามือ เมื่ออ่านข่าวหรือนึกถึงเหตุการณ์ในข่าว โดยอาการเหล่านี้เป็นสัญญาณว่าความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเริ่มแสดงออกมาเป็นอาการทางกาย และ ในบางรายที่การเสพข่าวความรุนแรงในสังคมส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจค่อนข้างมาก อาจเกิดความวิตกกังวลที่เพิ่มมากขึ้นจนส่งผลให้มีพฤติกรรมแสดงออกที่เปลี่ยนไป เช่น ความอยากอาหารลดลง นอนไม่หลับ ซึ่งถ้ามีอาการเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง อาจส่งผลให้เกิดอาการวิตกกังวล (Anxiety) หรือ ซึมเศร้า (Depression) ในอนาคตได้

สำหรับคำแนะนำในการดูแลสภาพจิตตัวเอง ประกอบด้วย 1. ควรเสพข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ ในสังคมอย่างมีวิจารณญาณ และพอเหมาะพอควร เช่น หากพบว่าเนื้อหาที่ถูกนำเสนอผ่านสื่อมีลักษณะที่เน้นการรับรู้เชิงอารมณ์มากเกินไปจนรู้สึกมีอารมณ์ร่วมมาก ควรจะต้องตระหนักว่าไม่ควรจะไปรับรู้เนื้อหาในรูปแบบนี้ต่อ แต่ให้เน้นการเสพข่าวที่นำเสนอเหตุการณ์ในเชิงให้ความรู้แก่สังคมแทน

2. หมั่นสำรวจและตระหนักถึงสภาพจิตใจของตัวเอง หากในระหว่างอ่านข่าวหรือเนื้อหาของเหตุการณ์ความรุนแรงแล้วเกิดความรู้สึกอึดอัดในใจ และจัดการอาการเหล่านี้ด้วยตัวเองได้ยาก เช่น แม้จะหยุดการรับรู้ข่าวไปแล้วแต่อารมณ์ยังคงค้างอยู่ในจิตใจอย่างต่อเนื่องยาวนาน อาจเป็นสัญญาณเตือนว่าสภาพจิตใจอาจจะรับมือกับเรื่องราวเหล่านั้นไม่ไหว

3. การตัดสินใจไปพบจิตแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญทางสุขภาพจิต เพื่อปรึกษา และรับการดูแลรักษา ก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ในกรณีที่อาการต่างๆ ทางจิตใจเริ่มส่งผลในทางร่างกายและ การดำรงชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นอาการใจสั่น เหงื่อออกตามฝ่ามือ ตื่นกลัว นอนไม่หลับ หรือตระหนกวิตกกังวลง่าย

“ความวิตกกังวลหรืออาการที่เกิดขึ้นจากการรับชมข่าวเหตุการณ์ความรุนแรงในสังคม หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดขึ้นไม่มากจนเกินไป ก็มีแง่มุมที่เป็นประโยชน์ได้ คือ ทำให้เกิดการตระหนักถึงความเหมาะสมและความปลอดภัยในบางสถานที่ที่อาจมีความเสี่ยง และหลีกเลี่ยงที่จะไปในสถานที่ดังกล่าว รวมถึงเพิ่มความระมัดระวังตัวในการใช้ชีวิตมากขึ้น แต่หากความรู้สึกวิตกกังวลที่เกิดจากการเสพข่าวมีมากจนเกินไปก็จะกลายเป็นความเครียด และส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าผู้เสพข่าวมีอาการเหล่านี้และปล่อยไว้ไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสมและทันที่ ก็น่าจะกลายเป็นอาการเครียด วิตกกังวลระยะยาว จนก่อให้เกิดเป็นความหวาดระแวงต่อสังคมได้เช่นกัน” ดร.ชลาลัย กล่าว

สำหรับข่าวเหตุการณ์กราดยิงในสถานศึกษา นอกเหนือจากความสะเทือนใจ ความหวาดกลัว และ ความตื่นตระหนก ซึ่งเป็นผลกระทบวงกว้างที่เกิดขึ้นได้ในสังคม ดร. ชลาลัย ให้คำแนะนำว่า การพูดคุยกันในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อมีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นในโรงเรียน ความรู้สึกร่วมของคนในสังคมย่อมมีมาก เนื่องจากเป็นสถานศึกษาควรเป็นสถานที่ปลอดภัยสำหรับเด็กนักเรียนทุกคนแต่กลับมีเหตุการณ์ความรุนแรงที่ไม่มีใครคาดคิดเกิดขึ้น พ่อแม่ผู้ปกครอง รวมถึงตัวนักเรียนเอง อาจมีความหวาดกลัว หวาดระแวง หรือ วิตกกังวลมากยิ่งขึ้นในการไปโรงเรียน เราไม่ควรปล่อยให้เรื่องนี้เป็นเพียงความรู้สึกส่วนตัวที่แต่ละคนต้องจัดการตัวเอง สิ่งสำคัญคือครอบครัวควรสร้างบรรยากาศครอบครัวปลอดภัย เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้สื่อสารถึงความวิตกกังวลใจ ความสะเทือนใจ ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัยซึ่งกันและกันได้ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ภายในครอบครัวโดยไม่ตัดสินกันสามารถเป็นหนทางหนึ่งในการเยียวยาสภาพจิตใจร่วมกันในครอบครัวได้

ดร. ชลาลัย เสนอนะด้วยว่า คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตสภาพจิตใจของบุตรหลานอย่างใกล้ชิดว่าได้รับผลกระทบกระเทือนทางจิตใจจากเหตุการณ์ข่าวความรุนแรงในโรงเรียนมากน้อยแค่ไหน และเมื่อใดก็ตามที่สังเกตเห็นความผิดปกติในระดับอารมณ์ ความรู้สึก และ พฤติกรรมการแสดงออก ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ขอแนะนำให้พาบุตรหลานไปปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือ ผู้ทำงานทางด้านสุขภาพจิต เพื่อที่จะได้รับการรักษาเยียวยาอย่างทันท่วงที

#OPINION

หน้าหลัก (https://mgronline.com) / Green Innovation & SD (https://mgronline.com/greeninnovation)
/ Green News (https://mgronline.com/greeninnovation/1169/start=0)

เมิร์ซ เอสเธติกส์ x นาโนเทค สวทช. วางรากฐาน Aesthetic Longevity ดันไทยสู่เศรษฐกิจสุขภาพ

เผยแพร่: 8 ส.ค. 2569 22:21 ปรับปรุง: 8 ส.ค. 2569 22:21 โดย: ผู้จัดการออนไลน์



ประเทศไทยกำลังก้าวขึ้นเป็นหนึ่งในตลาดเศรษฐกิจสุขภาพ (Wellness Economy) ที่เติบโตอย่างรวดเร็วด้วยมูลค่ากว่า 1.4 ล้านล้านบาท ในปี 2561 สอดรับกับนโยบายของรัฐบาลไทยในการผลักดันประเทศสู่การเป็นศูนย์กลางสุขภาพนานาชาติผ่านยุทธศาสตร์ Thailand Global Health Hub 2025–2034 ในขณะที่กระแส Longevity ได้เข้ามา มีบทบาทสำคัญต่อการยกระดับสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้คน รวมไปถึงกระแส ‘T-Beauty’ และอุตสาหกรรมเวชศาสตร์ความงามที่กำลังเปลี่ยนผ่านจากการมุ่งเน้นผลลัพธ์ภายนอกในระยะสั้น สู่การดูแลสุขภาพผิวและการทำงานของผิวในระยะยาวบนพื้นฐานของวิทยาศาสตร์



ทิศทางการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้ขับเคลื่อนให้เกิดแนวคิด Aesthetic Longevity ซึ่งเป็นการมองความงามควบคู่กับไปกับสุขภาพผิว คุณภาพชีวิต และความมั่นใจในทุกช่วงวัย โดยมุ่งเน้นการทำความเข้าใจกลไกการเปลี่ยนแปลงของผิว ลึกในระดับชีววิทยา ด้วยเหตุนี้ เมิร์ซ เอสเซติกส์ ประเทศไทย และ สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) โดยศูนย์นาโนเทคโนโลยีแห่งชาติ (นาโนเทค) จึงได้ลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือด้านการวิจัยและพัฒนา เพื่อสร้างองค์ความรู้ด้าน Aesthetic Longevity และ Skin Longevity ที่รองรับด้วยหลักฐานเชิงวิทยาศาสตร์ อันจะเป็นรากฐานสำคัญในการต่อยอดสู่งานวิจัย เทคโนโลยี รวมถึงผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพที่มีมูลค่าสูงในอนาคต

ความร่วมมือครั้งนี้ นับเป็นการบูรณาการจุดแข็งของภาครัฐ ภาคเอกชน และผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์เข้าด้วยกัน โดย เมิร์ซ เอสเซติกส์ ประเทศไทย ได้นำความเชี่ยวชาญด้านเวชศาสตร์ความงามระดับโลก ตลอดจนความเข้าใจในนวัตกรรมและตลาดจริง มาผสานเข้ากับศักยภาพด้านวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และการวิจัยของศูนย์นาโนเทคโนโลยีแห่งชาติ (นาโนเทค) เพื่อสร้างองค์ความรู้ที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริง ทั้งยังเป็นการเชื่อมโยงเครือข่ายนักวิจัย แพทย์ และภาคอุตสาหกรรมให้ทำงานร่วมกันได้อย่างเป็นระบบและยั่งยืน



ภญ.กิตติวรรณ รัตนจันทร์ รองประธานบริหารอาวุโส ฝ่ายการพาณิชย์ประจำภูมิภาคญี่ปุ่น เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และออสเตรเลีย-นิวซีแลนด์ บริษัท เมอร์ซ เอสเซติกส์ เอเชียแปซิฟิก กล่าวว่า “ความร่วมมือครั้งนี้ไม่ได้เป็นเพียงการลงนามในบันทึกความเข้าใจ แต่เป็นการสร้าง Knowledge Partnership ที่ผสมผสานความเชี่ยวชาญของนักวิจัย แพทย์ และภาคเอกชนเข้าด้วยกัน เพื่อศึกษาและพิสูจน์บทบาทของเวชศาสตร์ความงามที่มีต่อ Skin Longevity และ Aesthetic

สวทช. (<https://mgronline.com/tags/สวทช.>)

Aesthetic Longevity (<https://mgronline.com/tags/Aesthetic Longevity>)

เมอร์ซ เอสเซติกส์ (<https://mgronline.com/tags/เมอร์ซ เอสเซติกส์>)

○ กำลังโหลด

(<https://mgronline.com/greeninnovation/popular>)

อธิบดีกรมองค์การระหว่างประเทศร่วมบรรยายในงานเสวนาวิชาการ หัวข้อ “นิติธรรม ความยุติธรรม และศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์: รำลึกและสืบสานพระกรณียกิจด้านกระบวนการยุติธรรมของสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา นเรนทิราเทพยวดี กรมหลวงราชสาริณีสิริพัชร มหาวัชรราชธิดา”

📅 วันที่นำเข้าข้อมูล 8 ส.ค. 2569

🔄 วันที่ปรับปรุงข้อมูล 8 ส.ค. 2569

👁 102 view

เมื่อวันที่ 7 สิงหาคม 2569 นางสาวพินทุ์สุดา ชัยนาม อธิบดีกรมองค์การระหว่างประเทศ ร่วมบรรยายในงานเสวนาวิชาการหัวข้อ “นิติธรรม ความยุติธรรม และศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์: รำลึกและสืบสานพระกรณียกิจด้านกระบวนการยุติธรรมของสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา นเรนทิราเทพยวดี กรมหลวงราชสาริณีสิริพัชร มหาวัชรราชธิดา” จัดโดยคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยมีคณาจารย์ นักศึกษา และประชาชนทั่วไปเข้าร่วมรับฟังการเสวนา ซึ่งรวมถึงในรูปแบบออนไลน์ กว่า 80 คน

งานเสวนาดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา ฯ และอภิปรายแนวทาง สืบสานพระกรณียกิจด้านกระบวนการยุติธรรมและหลักนิติธรรม โดยงานเสวนาประกอบด้วยการกล่าวปาฐกถาพิเศษ โดย ศ.ดร.สุรศักดิ์ ลิขสิทธิ์วัฒนกุล อาจารย์ประจำคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และนางพงษ์สวาท นิละโยธิน อดีตปลัดกระทรวงยุติธรรม และการ อภิปราย โดยอธิบดีกรมองค์การระหว่างประเทศ นายธนะชัย สุนทรเวช ผู้จัดการอาวุโส ด้านการพัฒนาหุ้นส่วนทางสังคมและการมีส่วนร่วม สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย (Thailand Institute of Justice: TIJ) นางสาวสันทนี ดิษยบุตร อัยการผู้เชี่ยวชาญพิเศษ และอดีต ผู้อำนวยการสำนักงานเลขาธิการ สถาบันนิติวัชร์ สำนักงานอัยการสูงสุด และ ผศ.ดร. รณกรณ์ บุญมี อาจารย์ประจำคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยมี ผศ.ดร. ญาดา เดชชัย เขียรประสิทธิ์ ผู้อำนวยการศูนย์กฎหมายอาญาและอาชญาวิทยา คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เป็นผู้ดำเนินรายการ

ในโอกาสนี้ อธิบดีกรมองค์การระหว่างประเทศ ได้กล่าวถึงพระกรณียกิจของสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา ฯ ซึ่งทรงเป็นทั้งนักกฎหมายและนักการทูต เพื่อขับเคลื่อนหลักนิติธรรม สิทธิมนุษยชน และกระบวนการยุติธรรมในเวทีระหว่างประเทศ โดยเฉพาะการริเริ่มจัดทำ ข้อกำหนดสหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงและมาตรการที่มิใช่การคุมขังสำหรับผู้กระทำความผิดหญิง (United Nations Rules for the Treatment of Women Prisoners and Non-custodial Measures of Women Offenders) หรือ “ข้อกำหนดกรุงเทพ” (The Bangkok Rules) ซึ่งมีส่วนสำคัญในการเสริมสร้างบทบาทของไทยในเวทีระหว่างประเทศในด้านหลักนิติธรรม ความยุติธรรมทางอาญา และสิทธิมนุษยชน

งานเสวนาฯ ยังจัดขึ้นเนื่องในโอกาสวันรพี ซึ่งตรงกับวันที่ 7 สิงหาคมของทุกปี เพื่อรำลึกถึงพระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ารพีพัฒนศักดิ์ กรมหลวงราชบุรีดิเรกฤทธิ์ “พระบิดาแห่งกฎหมายไทย” ผู้ทรงมีพระกรณียกิจสำคัญในการวางรากฐานและพัฒนาระบบกฎหมายและกระบวนการยุติธรรมของไทย

รูปภาพประกอบ

