

สื่อออนไลน์กับการกำกับอารมณ์ทางการเมือง: กรณีศึกษาความขัดแย้งไทย-กัมพูชา  
Online Media and the Regulation of Political Emotions: A Case Study  
of the Thailand-Cambodia Conflict

เบญจวรรณ ถวิลไพร\*  
ชนัญชิตา ทิพยานุกูล  
ยศธร นาเมืองรักษ์  
Benjawan. Tawilpai\*  
Chananchida Tippayanukoon  
Yosthon Namuangrak  
e-mail: benjawan11565@gmail.com

**บทคัดย่อ**

บทความนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อวิเคราะห์บทบาทของสื่อออนไลน์ในฐานะพื้นที่สาธารณะใหม่ที่สะท้อนและกระตุ้นอารมณ์ทางการเมืองของประชาชนในบริบทความขัดแย้งระหว่างไทย-กัมพูชา ผ่านการวิเคราะห์กระบวนการ “กำกับอารมณ์ทางการเมือง” ของผู้ใช้สื่อออนไลน์ โดยอาศัยกรอบแนวคิดทางรัฐศาสตร์ร่วมกับหลักพุทธปรัชญาเรื่อง “กาลามสูตร” เพื่อชี้ให้เห็นแนวทางการใช้สติและปัญญาในการกลั่นกรองข้อมูล ก่อนเชื่อ ก่อนแชร์ และก่อนแสดงออกทางอารมณ์

ผลการศึกษาพบว่า สื่อออนไลน์มีทั้งศักยภาพในการส่งเสริมการเรียนรู้ทางการเมืองแบบมีส่วนร่วม และในทางกลับกันก็สามารถเป็นพื้นที่ของความเกลียดชังและการดูหมิ่นที่ทำลายความสัมพันธ์ระหว่างประเทศและความเป็นมนุษย์ร่วมกันได้ ดังนั้น การกำกับอารมณ์ทางการเมืองจึงควรยึดหลักการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ควบคู่กับการใช้สติเพื่อป้องกันการหลงเชื่อข้อมูลเท็จ การใช้ถ้อยคำรุนแรง หรือการแสดงออกที่ละเมิดศักดิ์ศรีผู้อื่น ดังนั้น เพื่อเป็นการสร้างสรรค์ทางสังคมออนไลน์ด้วยความฉลาดทางอารมณ์ การนำหลักกาลามสูตรมาใช้ในกระบวนการสื่อสารทางการเมืองออนไลน์จะช่วยสร้างวัฒนธรรมการสื่อสารเชิงเมตตา ลดความขัดแย้ง และส่งเสริมความเข้าใจระหว่างประชาชนของทั้งสองประเทศบนพื้นฐานของสติและเหตุผล อันเป็นแนวทางสำคัญของการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคมประชาธิปไตยยุคดิจิทัล

**คำสำคัญ:** การสื่อสารทางการเมือง, การควบคุมอารมณ์, ความขัดแย้งไทย-กัมพูชา, สื่อออนไลน์, อารมณ์ทางการเมือง

**Abstract**

This article aims to analyze the role of online media as a new public sphere that both mirrors and amplifies political emotions among citizens in the context of the Thailand-Cambodia conflict. The study focuses on historical, ethnic, and territorial

sovereignty issues that often provoke emotional tension and polarization within digital communication spaces. Drawing upon the conceptual framework of political science and the Buddhist philosophical principle of the Kalama Sutta, the research investigates the process of regulating political emotions among online users. The analysis highlights the importance of mindfulness and critical reflection in filtering information before believing, sharing, or expressing emotions to foster rational and ethical engagement in political discourse. Findings indicate that online media have dual capacities: they can serve as platforms for participatory political learning and civic awareness, yet simultaneously act as arenas for hostility, hate speech, and digital bullying that erode mutual respect and international relations. Hence, regulating political emotions requires the integration of critical thinking and mindfulness to prevent misinformation, verbal aggression, and emotional manipulation. Applying the Kalama Sutta to online political communication encourages a culture of compassionate dialogue, reduces cross-border hostility, and enhances mutual understanding between Thai and Cambodian societies. Ultimately, this approach provides a philosophical and practical pathway toward peaceful coexistence within the democratic digital era.

**Keywords:** political communication, emotional regulation, Thailand–Cambodia conflict, online media, political emotions

## บทนำ

สื่อและสื่อสารมวลชนเป็นโครงสร้างพื้นฐานของสังคมการเมืองสมัยใหม่มาอย่างยาวนาน ตั้งแต่ยุคสื่อสิ่งพิมพ์ที่ขับเคลื่อนการสร้าง “สาธารณะ” แห่งการถกเถียง ไปจนถึงยุคสื่อเครือข่ายดิจิทัลที่การสื่อสารกลายเป็นทั้งพลังสร้างสรรค์และแรงเหวี่ยงของความเปราะบางต่อข่าวลวง ความเกลียดชัง และโพลาริซ การทำความเข้าใจวิวัฒนาการของ “พื้นที่สาธารณะด้านการสื่อสาร” (public sphere) จึงเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อออกแบบนโยบายสื่อ การรู้เท่าทันสื่อ และการมีส่วนร่วมทางพลเมืองที่รับผิดชอบในระบอบประชาธิปไตยยุคดิจิทัล (Habermas, 1989/1991; Castells, 2009) ซึ่งมีพื้นฐาน บริบท และวิวัฒนาการดังนี้

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสื่อกับพื้นที่สาธารณะมีรากฐานสำคัญจากกรอบคิดคลาสสิกของเอียร์เกน ฮาเบอร์มาส ซึ่งอธิบายว่า “การแปลงสภาพเชิงโครงสร้างของพื้นที่สาธารณะ” เกิดขึ้นพร้อมกับการขยายตัวของสื่อสิ่งพิมพ์และการรวมตัวของชนชั้นกระฎุมพีที่ใช้เหตุผลสาธารณะในการอภิปรายประเด็นส่วนรวม การสื่อสารเชิงเหตุผลและการวิพากษ์ (rational–critical debate) ทำให้

ความคิดเห็นสาธารณะมีพลังในการตรวจสอบรัฐและตลาด แนวคิดดังกล่าวได้กลายเป็นฐานทฤษฎีสำคัญของการศึกษาสื่อ ประชาธิปไตย และนโยบายสื่อสาธารณะในหลายประเทศมาจนถึงปัจจุบัน (Habermas, 1989/1991; ชวิตรา ตันติมาลา, 2562)

อย่างไรก็ตาม การทำความเข้าใจบทบาทของสื่อไม่อาจจำกัดอยู่เพียงมิติของเนื้อหา หากแต่ต้องพิจารณาสื่อในฐานะเทคโนโลยีและรูปแบบการสื่อสารด้วย มาร์แชล แม็คลูฮาน เสนอวลีคลาสสิก “the medium is the message” เพื่อชี้ให้เห็นว่าสื่อแต่ละชนิดส่งผลต่อโครงสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม การรับรู้ และกิจการของมนุษย์ในระดับที่ลึกไปกว่าข้อความที่ถูกสื่อสาร สื่อไฟฟ้า โทรทัศน์ และอินเทอร์เน็ต ได้เปลี่ยนสเกล จังหวะ และรูปแบบของชีวิตสังคม อันนำไปสู่การกำหนดเงื่อนไขใหม่ของการเมืองและการรับรู้ของสาธารณะ (McLuhan, 1964/1967)

เมื่อก้าวเข้าสู่ยุคดิจิทัล การวิเคราะห์ที่สื่อจำเป็นต้องเชื่อมโยงกับแนวคิด “สังคมเครือข่าย” มานูเอล กัสเทลส์ เสนอว่า “อำนาจในการสื่อสาร” คือแกนกลางของสังคมร่วมสมัย โดยการต่อสู้ทางการเมือง วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ ล้วนเกิดขึ้นผ่านโครงข่ายสื่อและแพลตฟอร์มดิจิทัลที่มีบทบาทในการกำกับความสนใจ การมองเห็น และการให้ความหมายต่อประเด็นสาธารณะ แม้พลังของเครือข่ายจะเอื้อให้เกิดการผลิตและการแบ่งปันข้อมูลเป็นไปอย่างกระจายศูนย์ แต่ในขณะเดียวกันก็เปิดพื้นที่ให้รัฐธุรกิจ และกลุ่มผลประโยชน์เข้าไปจัดการวาระสาธารณะผ่านกลไกของแพลตฟอร์ม (Castells, 2009)

พร้อมกันนั้น งานวิชาการร่วมสมัยได้ชี้ให้เห็นว่าพื้นที่สาธารณะดิจิทัลมิได้ขับเคลื่อนด้วยเหตุผลเพียงอย่างเดียว ซิซิลี ปาปาচারิสซี เสนอแนวคิด “สาธารณะอารมณ์” (affective publics) เพื่ออธิบายการก่อตัวของสาธารณะผ่านอารมณ์ ความรู้สึก และเรื่องเล่าที่เชื่อมโยงผู้คนเข้าด้วยกันอย่างหลวม ๆ แต่ทรงพลัง ลักษณะดังกล่าวช่วยอธิบายความผันผวน ความร้อนแรง และการแผ่ขยายอย่างฉับพลันของประเด็นสาธารณะบนแพลตฟอร์มอย่างทวิตเตอร์และสื่อสังคมออนไลน์อื่น ๆ (Papacharissi, 2014; 2015)

นอกจากศักยภาพเชิงบวกแล้ว งานวิชาการยังให้ความสนใจกับด้านมืดของสาธารณะออนไลน์ แคมป์ ชันสไตน์ เตือนว่าการออกแบบของสื่อดิจิทัลเอื้อให้ผู้ใช้ตกอยู่ใน “ห้องสะท้อนเสียง” และ “ฟองกรอง” ซึ่งบ่อนทำลายกระบวนการไตร่ตรองร่วมและเพิ่มระดับความแบ่งขั้วทางการเมือง ปรากฏการณ์ดังกล่าวเชื่อมโยงอย่างใกล้ชิดกับอัลกอริทึมที่จัดเรียงความสนใจและการมองเห็นของเนื้อหา (Sunstein, 2001/2017)

เมื่อพิจารณาในบริบทสังคมไทย นักวิชาการอย่าง อุบลรัตน์ ศิริยุวศักดิ์ ได้วิเคราะห์พลวัตของ “พื้นที่สื่อในฐานะพื้นที่สาธารณะ” ที่สัมพันธ์กับอำนาจรัฐ ทุน และการปฏิรูปกฎหมายกิจการกระจายเสียงและโทรทัศน์ ซึ่งสะท้อนความพยายามในการเปิดพื้นที่สื่อให้เป็นประชาธิปไตยมากขึ้น ท่ามกลางข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและการเมือง (Siriyuvusak, 1997; 2001) ขณะเดียวกัน พิงรอรามสุต ได้ชี้ให้เห็นประเด็นสิทธิการสื่อสาร ความรับผิดชอบออนไลน์ และภาระของตัวกลางอินเทอร์เน็ต ซึ่งเชื่อมโยงกับการออกแบบกฎหมายและธรรมาภิบาลแพลตฟอร์มในประเทศไทย

นอกจากนี้ งานวิจัยร่วมสมัยยังสะท้อนว่าพื้นที่สาธารณะออนไลน์ในไทยเป็นทั้งพื้นที่การมีส่วนร่วมของเยาวชนและประชาชน และเป็นสมรรถภูมิการต่อสู้เชิงอำนาจระหว่างรัฐกับขบวนการพลเมือง (Ganjanakhundee, 2020; Sinpeng, 2021)

ในยุคที่สื่อทำงานในลักษณะโครงข่าย แพลตฟอร์มจึงกลายเป็น “ประตู” ที่กำกับการเข้าถึง การมองเห็น และการไหลเวียนของข้อมูล งานศึกษาด้าน “การเมืองของแพลตฟอร์ม” ในประเทศไทยชี้ให้เห็นว่า การควบคุมอินเทอร์เน็ตและปฏิบัติการข้อมูลมีผลอย่างมีนัยสำคัญต่อการมีส่วนร่วมสาธารณะ นโยบายแพลตฟอร์ม และการรับรู้ความจริงร่วมของสังคม (พระมหาไพฑูรย์ สิริธมโม, 2568)

โดยสรุป กระบวนทัศน์ร่วมสมัยเห็นพ้องว่าพื้นที่สาธารณะได้เคลื่อนจากกรอบเชิงเหตุผลเพียงอย่างเดียวไปสู่ “สาธารณะเชิงอารมณ์” ที่ประกอบด้วยเหตุผล อารมณ์ และอัตลักษณ์ที่ไหลเวียนในเรื่องเล่าดิจิทัล สังคมเครือข่ายจึงต้องการทั้งวัฒนธรรมการไตร่ตรองเชิงเหตุผลและวัฒนธรรมการสื่อสารเชิงเมตตา เพื่อป้องกันไม่ให้เป็นพื้นที่สาธารณะออนไลน์ถูกรองงำด้วยความเกลียดชัง ข้อมูลเท็จ และการคุกคามกัน

ในเชิงนโยบาย บทความนี้ชี้ให้เห็นความจำเป็นของการพัฒนาธรรมาภิบาลแพลตฟอร์ม การกำกับดูแลตัวกลาง และการส่งเสริมสิทธิการสื่อสารควบคู่กับการคุ้มครองผู้ใช้ ขณะที่ในระดับพลเมือง การยกระดับการรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลควรครอบคลุมทั้งการตรวจสอบข้อเท็จจริง การอ่านข้อมูลเชิงบริบท และการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สาธารณะ เพื่อร่วมกันสร้างพื้นที่สาธารณะออนไลน์ที่เปิดกว้าง ปลอดภัย และรับผิดชอบต่อสังคม

จากที่กล่าวมา การพิจารณาบทบาทของสื่อจากยุคสื่อสิ่งพิมพ์สู่ยุคแพลตฟอร์ม มิได้มีนัยสำคัญในเชิงลำดับพัฒนาการทางประวัติศาสตร์เท่านั้น หากแต่สะท้อนการเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างของสื่อในฐานะ “สถาปัตยกรรมของสังคม” ที่มีอิทธิพลต่อรูปแบบการรับรู้ การรวมกลุ่ม และการใช้อำนาจของสาธารณะอย่างเป็นระบบ ภายใต้กรอบคิดดังกล่าว สื่อจึงไม่อาจถูกทำความเข้าใจในฐานะเพียงตัวกลางถ่ายทอดสาร หากแต่เป็นเงื่อนไขเชิงโครงสร้างที่กำหนดขอบเขตและพลวัตของพื้นที่สาธารณะด้านการสื่อสาร

ในบริบทของสื่อแพลตฟอร์ม การออกแบบเชิงเทคโนโลยี อัลกอริทึม และกติกการใช้งานได้เข้ามาทำหน้าที่จัดระเบียบความสนใจ การมองเห็น และการมีส่วนร่วมของผู้ใช้ ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพของการถกเถียงสาธารณะและกระบวนการก่อรูปความคิดเห็นร่วม ดังนั้น ปัญหาของพื้นที่สาธารณะร่วมสมัยจึงมิใช่เพียงประเด็นของเนื้อหาหรือพฤติกรรมผู้ใช้ แต่เป็นประเด็นเชิงโครงสร้างว่าพื้นที่การสื่อสารถูกออกแบบให้เอื้อต่อเหตุผล ความรับผิดชอบ และความสัมพันธ์เชิงพลเมืองเพียงใด

จากมุมมองเชิงนโยบายและจริยธรรมประชาธิปไตย พื้นที่สาธารณะด้านการสื่อสารจำเป็นต้องได้รับการออกแบบอย่างบูรณาการ ทั้งในมิติของกฎหมาย เทคโนโลยี และวัฒนธรรมการสื่อสาร ควบคู่กับการส่งเสริมความรู้เท่าทันสื่อและความสามารถในการประเมินข้อมูลเชิงวิพากษ์

การออกแบบดังกล่าวมิได้มุ่งควบคุมการสื่อสาร หากแต่เพื่อสร้างเงื่อนไขที่เอื้อให้การสื่อสารสาธารณะสามารถดำรงอยู่บนฐานของเหตุผล ความรับผิดชอบ และความเมตตาต่อกัน อันเป็นคุณค่าพื้นฐานของอุดมคติประชาธิปไตยในสังคมเครือข่ายร่วมสมัย

### ความขัดแย้งทางการเมืองระหว่างไทย-กัมพูชา: การวิเคราะห์เชิงรัฐศาสตร์และการทูต

ความขัดแย้งทางการเมืองระหว่างประเทศไทยและกัมพูชาเป็นหนึ่งในกรณีศึกษาสำคัญของภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ที่สะท้อนให้เห็นถึงความซับซ้อนระหว่าง “อธิปไตยแห่งรัฐ” กับ “มรดกทางประวัติศาสตร์จากยุคอาณานิคม” ความขัดแย้งนี้มิได้เกิดจากการแย่งชิงทรัพยากรธรรมชาติเท่านั้น แต่ยังเกี่ยวพันกับอัตลักษณ์ทางชาติ วาทกรรมแห่งอธิปไตย และการใช้ความสัมพันธ์ระหว่างประเทศเป็นเครื่องมือในการสร้างความชอบธรรมทางการเมืองภายในประเทศ ข้อพิพาททางการเมืองระหว่างประเทศไทยและกัมพูชาในกรณี “ปราสาทพระวิหาร” เป็นหนึ่งในกรณีศึกษาทางรัฐศาสตร์ที่สะท้อนให้เห็นถึงการปะทะกันระหว่าง “อธิปไตยแห่งรัฐ” (state sovereignty) และ “มรดกทางอาณานิคม” (colonial legacy) ที่ตกทอดมาจนถึงปัจจุบัน ปัญหาดังกล่าวมิใช่เพียงเรื่องของพื้นที่ภูมิศาสตร์ แต่เป็นสัญลักษณ์ทางวัฒนธรรม การเมือง และอัตลักษณ์ชาติที่ทั้งสองประเทศใช้สร้างความชอบธรรมทางการเมืองของตน ตามรายงานของ The Diplomat (Strangio, 2025) ความขัดแย้งชายแดนไทย-กัมพูชาเกิดขึ้นซ้ำซ้อนในหลายช่วงเวลา โดยเฉพาะในปี 2008 หลังจากที่กัมพูชาเสนอให้ปราสาทพระวิหารขึ้นทะเบียนเป็นมรดกโลก ซึ่งกลายเป็นชนวนความตึงเครียดระหว่างสองประเทศทั้งในระดับทูตและระดับประชาชน (The Diplomat, 2025) มีความเป็นมาจากการณดังกล่าวต่อไปนี้

#### 1. รากเหง้าทางประวัติศาสตร์ของข้อพิพาท

จิริชวัลค์ ทรงสุวรรณวิภา (2557) สะท้อนมุมมองว่า ข้อพิพาทปราสาทพระวิหารมีที่มาจากกรณีกักขังเขตแดนที่คลาดเคลื่อนในสมัยอาณานิคมระหว่างสยามกับฝรั่งเศส ซึ่งเป็นเจ้าอาณานิคมในกัมพูชา ส่งผลให้ไทยและกัมพูชาใช้ “แผนที่คนละฉบับ” ในการอ้างสิทธิ์ ส่งผลให้เกิดข้อขัดแย้งเชิงประวัติศาสตร์อย่างต่อเนื่อง (dric.nrct.go.th)

#### 2. การเมืองภายในและลัทธิชาตินิยม

งานศึกษาของ ISEAS (2025) เสนอว่า ลัทธิชาตินิยมไทยและกัมพูชาถูกนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการสร้างความชอบธรรมทางการเมืองภายใน โดยรัฐบาลทั้งสองฝ่ายต่างใช้ประเด็นชายแดนและอัตลักษณ์ทางชาติในการระดมการสนับสนุนจากประชาชน (iseas.edu.sg)

#### 3. กลไกทางการเมืองและการทูตและข้อจำกัดของอาเซียน

จิริชวัลค์ ทรงสุวรรณวิภา (2555) วิเคราะห์ว่า แม้ประชาคมการเมืองและความมั่นคงอาเซียน (APSC) จะมีบทบาทในการส่งเสริมสันติภาพ แต่ข้อจำกัดด้าน “หลักไม่แทรกแซงกิจการภายใน” ทำให้อาเซียนไม่สามารถเข้าไปมีบทบาทโดยตรงในการแก้ไขปัญหาได้

#### 4. ผลการศึกษา

1) รากเหง้าทางประวัติศาสตร์ยังคงเป็นปัญหาโครงสร้าง ข้อพิพาทปราสาทพระวิหารไม่ใช่เพียงการตีความกฎหมาย แต่เป็นปัญหาทางอารมณ์และสำนึกแห่งชาติ ที่ยังคงสืบทอดจากยุคอาณานิคม

2) การเมืองภายในส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ ในช่วงรัฐบาลทั้งสองประเทศที่ผ่านมา การใช้วาทกรรม “ปกป้องแผ่นดินเกิด” ถูกใช้เพื่อสร้างคะแนนนิยมภายใน จนกระทบต่อการเจรจาในระดับทวิภาคี

3) กลไกอาเซียนยังขาดพลังในการจัดการความขัดแย้ง แม้ว่าจะมีกรอบ APSC แต่การเคารพอธิปไตยรัฐสมาชิกและขาดกลไกบังคับใช้ทางกฎหมาย ทำให้อาเซียนทำหน้าที่ได้เพียง “เวทีหารือ” มากกว่า “ผู้ไกล่เกลี่ย”

4) แนวทางสู่ความร่วมมือ บทความจาก Ausis Journal (2023) เสนอแนวทาง “ความร่วมมือชายแดนเชิงสันติ” (border co-management) เช่น การพัฒนาพื้นที่เศรษฐกิจร่วม และการจัดการมรดกวัฒนธรรมร่วม เพื่อเปลี่ยนจากความขัดแย้งเป็นความร่วมมือ

จากการพิจารณาความขัดแย้งระหว่างไทย-กัมพูชาภายใต้กรอบทฤษฎีสันติศาสตร์ พบว่าความขัดแย้งดังกล่าวมิได้จำกัดอยู่เพียงมิติของข้อพิพาทเชิงดินแดน หากแต่สะท้อนบทบาทของ “อำนาจเชิงสัญลักษณ์” (symbolic power) ในความสัมพันธ์ระหว่างประเทศอย่างมีนัยสำคัญ รัฐทั้งสองประเทศมีการใช้ประวัติศาสตร์และอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมเป็นเครื่องมือในการกำหนดกรอบการรับรู้ และการเจรจาทางการเมือง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด “การเมืองแห่งอัตลักษณ์” (Politics of Identity) ที่ชี้ให้เห็นว่ารัฐมักสร้างหรือเน้นย้ำภาพของ “ศัตรูร่วม” เพื่อเสริมสร้างเอกภาพภายในประเทศ

นอกจากนี้ ผลการศึกษายังชี้ให้เห็นข้อจำกัดเชิงโครงสร้างของกลไกอาเซียน โดยเฉพาะหลักการไม่แทรกแซงกิจการภายในและการขาดอำนาจบังคับใช้ ซึ่งส่งผลให้บทบาทของอาเซียนในการจัดการความขัดแย้งและการสร้างสันติภาพระยะยาวมีข้อจำกัด ความขัดแย้งไทย-กัมพูชาจึงสามารถอธิบายได้ในฐานะ “การเมืองของความทรงจำ” (politics of memory) ที่ยังคงดำรงอยู่และถูกผลิตซ้ำผ่านวาทกรรมของรัฐและสื่อในทั้งสองสังคม

จากผลการศึกษาข้างต้น นโยบายด้านความสัมพันธ์ระหว่างประเทศควรมุ่งขยายกรอบการแก้ไขปัญหาออกเหนือจากการทูตระดับรัฐ โดยให้ความสำคัญกับ “การทูตภาคประชาชน” (people’s diplomacy) และ “การทูตทางวัฒนธรรม” (cultural diplomacy) เพื่อสร้างความเข้าใจและความไว้วางใจในระดับรากหญ้า โดยเฉพาะในพื้นที่ชายแดนที่ได้รับผลกระทบโดยตรงจากความขัดแย้ง

นอกจากนี้ รัฐควรส่งเสริมความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภาครัฐ ภาคประชาสังคม และชุมชนท้องถิ่น เพื่อพัฒนาโครงการแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรม การศึกษา และเศรษฐกิจข้ามพรมแดน

อันจะช่วยลดความตึงเครียดเชิงสัญลักษณ์และเปิดพื้นที่สำหรับการอยู่ร่วมกันภายใต้กรอบสันติวิธีในระยะยาว การดำเนินนโยบายดังกล่าวจะช่วยเปลี่ยนพื้นที่ชายแดนจากเส้นแบ่งทางการเมืองไปสู่การเป็นพื้นที่เชื่อมโยงความร่วมมือและมิตรภาพระหว่างสองประเทศอย่างยั่งยืน

### สื่อออนไลน์กับการกำกับอารมณ์ทางการเมือง

ในยุคสื่อดิจิทัล บทบาทของ “สื่อออนไลน์” ได้กลายเป็นปัจจัยสำคัญในการก่อรูปและกำกับ “อารมณ์ทางการเมือง” ของประชาชน (political emotions) โดยเฉพาะในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์ชาติและความขัดแย้งระหว่างประเทศ เช่น กรณีไทย-กัมพูชา ที่สื่อสังคมออนไลน์ทำหน้าที่ทั้ง “เครื่องมือระดม mobilization” และ “สนามอารมณ์สาธารณะ” (affective public space) ซึ่งส่งผลต่อการตัดสินใจทางการเมือง การชุมนุม และการรับรู้ต่อประเทศเพื่อนบ้าน ตามบทวิเคราะห์ของ The Diplomat (2025) ความรู้สึก “ชาติถูกคุกคาม” ที่เกิดขึ้นในไทยหลังการขึ้นทะเบียนปราสาทพระวิหารเป็นมรดกโลก ถูกกระพือในสื่อสังคมออนไลน์อย่าง Facebook และ Twitter จนกลายเป็น “ความโกรธแบบหมู่” (collective anger) ต่อรัฐบาลไทยและกัมพูชา (The Diplomat, 2025)

ประเด็น อารมณ์ทางการเมืองในยุคดิจิทัล นักวิชาการไทย เช่น สมเกียรติ ตั้งกิจวานิชย์ จากสถาบันวิจัย TDRI ได้อธิบายว่า “อารมณ์ทางการเมืองในยุคออนไลน์ไม่ได้เกิดจากข้อมูลเท็จเพียงอย่างเดียว แต่เกิดจากโครงสร้างการสื่อสารที่ทำให้ผู้ใช้รับข่าวสารเฉพาะกลุ่มที่ตรงกับความเชื่อของตน” (ThaiPBS, 2023) ระบบอัลกอริทึมของแพลตฟอร์มจึงมีส่วนในการขยายความรู้สึกแบ่งขั้ว และส่งผลต่อการสร้าง “พื้นที่แห่งอารมณ์ทางการเมือง” ที่คับแน่นไปด้วยอคติและความเกลียดชังว่า “ในยุคนี้ การเมืองไม่ได้ขับเคลื่อนด้วยเหตุผลเพียงอย่างเดียว แต่ขับเคลื่อนด้วยอารมณ์ร่วม ซึ่งสื่อออนไลน์คือเครื่องเร่งปฏิกิริยาสำคัญ” สมเกียรติ ตั้งกิจวานิชย์, ThaiPBS (2023) (thaipbs.or.th) สำนักข่าว BBC Thai (2024) ยังรายงานว่าอารมณ์โกรธ (anger) และความกลัว (fear) เป็นอารมณ์ที่มีแนวโน้มถูกแชร์เข้ามาที่สุดในสื่อออนไลน์ทางการเมืองไทย เนื่องจากเข้ากับ “โครงสร้างรางวัลทางอารมณ์” (emotional reward structure) ของแพลตฟอร์ม ทำให้เกิดการขยายความเกลียดชัง (hate amplification) ในวงกว้าง (bbc.com/thai)

การกำกับอารมณ์ (emotion regulation) ในสื่อออนไลน์ ควรแยกให้ชัดระหว่าง การกำกับอารมณ์โดยรัฐ การกำกับอารมณ์โดยแพลตฟอร์ม การกำกับอารมณ์โดยผู้ใช้เอง แบ่งออกได้ดังนี้

#### 1) กรอบแนวคิดรวม: การกำกับอารมณ์ทางการเมืองในสื่อออนไลน์

แนวคิด “การกำกับอารมณ์ทางการเมือง” (political emotion regulation) หมายถึง กระบวนการที่อารมณ์ของประชาชนถูกชี้แนะ จัดระเบียบ หรือขยายผลผ่านการสื่อสารในบริบททางการเมือง โดยมีผู้กระทำหลายระดับร่วมกันกำหนดทิศทางของอารมณ์ดังกล่าว สื่อออนไลน์จึงมีได้เป็นเพียงพื้นที่ที่แสดงออกทางความรู้สึก หากแต่เป็นโครงสร้างเชิงอำนาจที่ทำให้อารมณ์สามารถแปรเปลี่ยนเป็นแรงกดดันทางนโยบายและความสัมพันธ์ระหว่างประเทศได้

## 2) การกำกับอารมณ์โดยรัฐ (State-led Emotion Regulation)

การกำกับอารมณ์โดยรัฐหมายถึงการที่รัฐบาลหรือหน่วยงานรัฐใช้การสื่อสารอย่างเป็นทางการเพื่อจัดการอารมณ์สาธารณะ ไม่ว่าจะเป็นการลดทอนความตึงเครียด การสร้างความสงบ หรือการกำหนดกรอบการรับรู้ที่รัฐเห็นว่าเหมาะสม ในกรณีความสัมพันธ์ไทย-กัมพูชา รัฐบาลไทยเคยใช้แนวทาง “การทูตเชิงสื่อสาร” (communication diplomacy) ผ่านแถลงการณ์ออนไลน์และสื่อภาคีรัฐ เพื่ออธิบายบทบาทของศาลโลกและลดแรงกระเพื่อมทางอารมณ์ของประชาชน ลักษณะสำคัญของการกำกับอารมณ์โดยรัฐ คือ 1) ใช้วาทกรรมทางการทูต เหตุผลทางกฎหมาย และภาษาที่เน้นความสงบ 2) มุ่ง “ทำให้เย็นลง” (cooling down) มากกว่าการระดมอารมณ์ และ 3) อาศัยความชอบธรรมของรัฐและสถาบันระหว่างประเทศเป็นฐาน

อย่างไรก็ตาม ประสิทธิภาพของกลไกนี้ขึ้นอยู่กับระดับความไว้วางใจของประชาชนต่อรัฐ และความสามารถในการแข่งขันกับวาทกรรมทางเลือกในสื่อสังคมออนไลน์

## 3) การกำกับอารมณ์โดยแพลตฟอร์ม (Platform-led Emotion Regulation)

แพลตฟอร์มดิจิทัลมีบทบาทสำคัญในฐานะ “ตัวกลางเชิงอัลกอริทึม” ที่กำกับอารมณ์โดยอ้อม ผ่านการจัดลำดับเนื้อหา การขยายการมองเห็น และการกระตุ้นปฏิสัมพันธ์ กลไกดังกล่าวมักเอื้อให้เนื้อหาที่มีอารมณ์รุนแรง เช่น ความโกรธ ความกลัว หรือความภูมิใจชาตินิยม แพร่กระจายได้รวดเร็วและกว้างขวาง

ในกรณีไทย-กัมพูชา สื่อสังคมออนไลน์ทำหน้าที่ขยายอารมณ์ชาตินิยมทั้งในรูปของความไม่พอใจและการเรียกร้องให้รัฐมีท่าทีแข็งกร้าวมากขึ้น ซึ่งเกิดขึ้นไม่จำเป็นต้องมีการชี้แนะโดยรัฐโดยตรง แต่เป็นผลจากตรรกะของแพลตฟอร์มที่ให้รางวัลกับเนื้อหาซึ่งกระตุ้นอารมณ์สูง การกำกับอารมณ์โดยแพลตฟอร์มจึงมีลักษณะ ไม่เป็นทางการ แต่ทรงพลังเชิงโครงสร้าง ทำงานผ่านอัลกอริทึมและเศรษฐกิจความสนใจ และอาจขัดแย้งกับความพยายาม “ลดอารมณ์” ของรัฐ

## 4) การกำกับอารมณ์โดยผู้ใช้เอง (User-led / Self-regulation)

นอกจากรัฐและแพลตฟอร์มแล้ว ผู้ใช้สื่อเองก็เป็นผู้กระทำสำคัญในการกำกับอารมณ์ ผู้ใช้บางกลุ่ม โดยเฉพาะกลุ่มชาตินิยม มีบทบาทในการผลิตซ้ำ ขยาย และทำให้อารมณ์ทางการเมืองมีความชอบธรรมผ่านการโพสต์ แสดงความคิดเห็น และการสร้างกรอบ “พวกเรา-พวกเขา” ในขณะเดียวกัน ผู้ใช้บางส่วนก็อาจทำหน้าที่เป็นกลไกถ่วงดุล โดยพยายามเรียกร้องความยับยั้งชั่งใจ ตรวจสอบข้อมูล หรือส่งเสริมการสนทนาเชิงเหตุผล ดังนั้น การกำกับอารมณ์โดยผู้ใช้จึงมีลักษณะสองด้าน ได้แก่ 1) การขยายอารมณ์ (emotion amplification) 2) การควบคุมตนเองและการไตร่ตรอง (self-restraint) ระดับการรู้เท่าทันสื่อและความสามารถในการจัดการอารมณ์ของผู้ใช้จึงเป็นปัจจัยสำคัญต่อคุณภาพของพื้นที่สาธารณะออนไลน์

จากกรอบดังกล่าว สื่อออนไลน์จึงเป็นพื้นที่ของ “การเมืองแห่งอารมณ์” ที่อารมณ์ของประชาชนมิได้เป็นเพียงปฏิกริยา แต่เป็นทรัพยากรทางการเมืองที่ถูกกำกับ แข่งขัน และต่อรองระหว่างรัฐ แพลตฟอร์ม และผู้ใช้ การทูตยุคใหม่ โดยเฉพาะในกรณีความขัดแย้งระหว่างประเทศอย่าง

ไทย-กัมพูชา จึงจำเป็นต้องประสานความเข้าใจทั้งด้านเทคโนโลยีการสื่อสารและจิตวิทยาทางอารมณ์ของสังคม เพื่อจัดการความสัมพันธ์ระหว่างประเทศอย่างยั่งยืน

### การรังแกบนสื่อออนไลน์

“การรังแกบนสื่อออนไลน์” (online bullying หรือ cyberbullying) คือการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการทำร้ายผู้อื่น ทั้งทางวาจา อารมณ์ หรือภาพลักษณ์ โดยเฉพาะในพื้นที่สาธารณะอย่าง Facebook, X (Twitter), TikTok และ YouTube ซึ่งเปิดโอกาสให้เกิดการข่มขู่ คุกคาม และสร้างความอับอายต่อบุคคลหรือกลุ่มเป้าหมาย ในมิติทางรัฐศาสตร์ ปรากฏการณ์นี้ไม่ได้เป็นเพียง “อาชญากรรมทางไซเบอร์” แต่เป็น “การเมืองแห่งความกลัว” (politics of fear) ซึ่งส่งผลต่อการมีส่วนร่วมของประชาชน โดยเฉพาะกลุ่มที่มีความคิดเห็นแตกต่างทางการเมือง (BBC Thai, 2024) จากรายงานของ Thai PBS (2024) ระบุว่า การรังแกบนสื่อออนไลน์ในไทยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในประเด็นทางการเมือง วัฒนธรรม และศาสนา ซึ่งมีลักษณะเป็น “การโจมตีเชิงกลุ่ม” มากกว่าการกระทำของปัจเจกบุคคล (thaipbs.or.th) นักสังคมวิทยาอธิบายว่า “การรังแกบนสื่อออนไลน์” เป็นการผสมผสานระหว่างอำนาจเชิงสื่อ (media power) และอารมณ์ทางการเมือง (political affect) กล่าวคือ ผู้รังแกได้รับ “อำนาจเชิงสัญลักษณ์” (symbolic power) จากการได้รับการสนับสนุนของกลุ่มในโลกออนไลน์ ทำให้ความรุนแรงเชิงวาจากลายเป็น “ความรุนแรงที่ถูกทำให้ปกติ” (normalized violence) (UNICEF Thailand, 2022). (unicef.org/Thailand)

ในบริบทการเมืองร่วมสมัย “ความเกลียดชังทางดิจิทัล” (digital hatred) มีลักษณะเชิงโครงสร้าง กล่าวคือ ระบบอัลกอริทึมของแพลตฟอร์มมีแนวโน้มส่งเสริมเนื้อหาที่กระตุ้นอารมณ์สูง เช่น ความโกรธ ความเกลียด หรือการเยาะเย้ย ซึ่งเพิ่มปฏิสัมพันธ์และการเข้าถึง ทำให้ “เสียงแห่งเหตุผล” ถูกกลบด้วย “เสียงแห่งความโกรธ” (BBC Thai, 2024) ผลลัพธ์คือ การรังแกบนสื่อออนไลน์กลายเป็นกลไก “ทำให้คนเงียบ” (silencing mechanism) โดยเฉพาะในกลุ่มนักศึกษา นักกิจกรรม หรือผู้หญิงที่แสดงความคิดเห็นทางการเมือง ซึ่งมักถูกโจมตีด้วยถ้อยคำทางเพศหรือศาสนา (Amnesty International Thailand, 2022). (amnesty.or.th) และแนวทางการจัดการและนโยบายสาธารณะประกอบด้วย (1) ส่งเสริมระบบเตือนภัยและการแจ้งเหตุออนไลน์ ภาครัฐควรพัฒนาศูนย์รับเรื่องการรังแกออนไลน์ที่ทำงานร่วมกับแพลตฟอร์มโซเชียล เช่น Facebook, TikTok, X เพื่อให้ผู้ใช้สามารถรายงานการละเมิดได้รวดเร็ว (2) สร้างวัฒนธรรมการสื่อสารที่ไม่ใช้ความรุนแรง มหาวิทยาลัยและสื่อมวลชนควรจัดโครงการอบรม “Digital Civility” เพื่อปลูกฝังความเคารพความคิดเห็นที่แตกต่าง (3) การบังคับใช้กฎหมายอย่างมีดุลยภาพ กฎหมายควรปกป้องเหยื่อการรังแกโดยไม่กระทบต่อเสรีภาพในการแสดงความคิดเห็น และควรเน้นการเยียวยา มากกว่าการลงโทษ และ (4) ส่งเสริมสื่อสาธารณะเชิงสันติ ใช้สื่อของรัฐและภาคประชาชนสร้างเนื้อหาที่ลดความเกลียดชัง สะท้อนความเข้าใจ และส่งเสริมการอยู่ร่วมกัน ดังนั้น การรังแกบนสื่อออนไลน์คือ “ความรุนแรงแบบ

ใหม่” ที่เกิดในพื้นที่สื่อดิจิทัล ซึ่งมีพลังเทียบเท่าการใช้กำลังในโลกจริง เพราะสามารถสร้างบาดแผลทางสังคมและการเมืองอย่างรุนแรง การรับมือกับปรากฏการณ์นี้จึงต้องอาศัยความร่วมมือระหว่างรัฐ สื่อ แพลตฟอร์ม และภาคประชาชน เพื่อสร้าง “ภูมิคุ้มกันทางดิจิทัล” และรักษาพื้นที่สาธารณะของประชาธิปไตยให้ปลอดภัยจากความเกลียดชัง

### ความฉลาดทางอารมณ์กับการใช้สื่อออนไลน์ทางการเมือง

ในยุคดิจิทัลที่สื่อออนไลน์กลายเป็นสนามหลักของการสื่อสารทางการเมือง “ความฉลาดทางอารมณ์” (emotional intelligence – EI) ถือเป็นทักษะสำคัญที่กำหนดทั้งคุณภาพของการมีส่วนร่วมทางการเมืองและระดับของความขัดแย้งในสังคมออนไลน์ Goleman (1995) อธิบายว่าความฉลาดทางอารมณ์คือ “ความสามารถในการตระหนักรู้ ควบคุม และแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม รวมถึงการเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น” ซึ่งเมื่อประยุกต์กับบริบทสื่อออนไลน์ หมายถึงความสามารถของผู้ใช้ในการจัดการปฏิกิริยาทางอารมณ์ของตนต่อข้อมูล ข่าวสาร และความคิดเห็นที่แตกต่าง การขาดความฉลาดทางอารมณ์ในการใช้สื่อออนไลน์ทางการเมือง จึงอาจนำไปสู่การตอบสนองที่ขาดสติ การแชร์ข่าวลวง การรังแกออนไลน์ หรือแม้แต่การขยายความเกลียดชังทางสังคม ซึ่งปรากฏอย่างชัดเจนในกรณีความขัดแย้งระหว่างไทย-กัมพูชา ที่ผู้ใช้จำนวนมากมีปฏิกิริยาโต้ตอบด้วยอารมณ์ชาตินิยมมากกว่าเหตุผล

ความฉลาดทางอารมณ์กับพลวัตของสื่อการเมืองนั้น เมื่อพิจารณาจากรายงานของ UNICEF Thailand (2022) พบว่า เยาวชนไทยส่วนใหญ่ใช้สื่อออนไลน์เฉลี่ยวันละ 7 ชั่วโมง และกว่าร้อยละ 35 เคยมีประสบการณ์ “การทะเลาะหรือถกเถียงทางการเมืองออนไลน์” ซึ่งส่วนใหญ่ยอมรับว่าเกิดจาก “อารมณ์โกรธ” หรือ “รู้สึกถูกคุกคามทางความคิดเห็น” (UNICEF Thailand, 2022) ความฉลาดทางอารมณ์จึงมีบทบาทสำคัญใน 3 มิติหลัก คือ (1) มิติของการตระหนักรู้ตนเอง (self-awareness) ผู้ใช้สื่อที่มี EI สูงสามารถแยกแยะได้ว่า “อารมณ์ของตนกำลังถูกกระตุ้นโดยอะไร” เช่น ข้อมูลชาตินิยม ข่าวลวง หรือความคิดเห็นที่ต่างจากตน (2) มิติของการควบคุมตนเอง (self-regulation) สามารถชะลอปฏิกิริยาทางอารมณ์ก่อนแชร์หรือแสดงความคิดเห็น โดยใช้กระบวนการไตร่ตรอง (reflective process) ซึ่งสอดคล้องกับหลัก “สติ” ในพุทธศาสนา และ (3) มิติของความเข้าอกเข้าใจผู้อื่น (empathy) เข้าใจว่าผู้ไม่เห็นต่างมีประสบการณ์และบริบทที่แตกต่าง ลดการใช้ถ้อยคำรุนแรง และเพิ่มพื้นที่สนทนาเชิงเหตุผลในสังคมดิจิทัล งานศึกษาของมหาวิทยาลัยมหิดล (2566) ยืนยันว่าการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา สามารถลดพฤติกรรม “โต้เถียงด้วยความโกรธบนสื่อออนไลน์” ได้อย่างมีนัยสำคัญ และเพิ่มความสามารถในการจัดการข้อมูลข่าวสารทางการเมืองอย่างเป็นกลาง (mahidol.ac.th/news)

ส่วนบริบทด้านความฉลาดทางอารมณ์เชิงพุทธ: การผสมผสานกาลามสูตร และ สติปัญญาหลักธรรมในพุทธศาสนา โดยเฉพาะกาลามสูตร และ สติปัญญา 4 สามารถมองได้ว่าเป็นรากฐานของ

ความฉลาดทางอารมณ์เชิงพุทธ (Buddhist emotional intelligence) เพราะมุ่งให้มนุษย์มีสติรู้เท่าทันอารมณ์ ไม่ตกอยู่ใต้อำนาจของโทสะและอวิชชา ในกรณีสื่อออนไลน์ การฝึกสติในการเสพข่าวสารและการแสดงความคิดเห็น ทำให้ผู้ใช้สามารถ “กำกับอารมณ์ก่อนการตอบสนอง” ได้ ซึ่งตรงกับแนวคิดของ Goleman ว่า “สติเป็นเงื่อนไขพื้นฐานของความฉลาดทางอารมณ์” (Goleman, 2018) การใช้หลักกาลามสูตรควบคู่กับการฝึกสติ จึงเป็นแนวทางเชิงพุทธที่ช่วยให้ผู้ใช้สื่อสามารถตรวจสอบข่าวสารอย่างมีเหตุผล และไม่ถูกครอบงำด้วยอารมณ์ชั่ววูบ ซึ่งเป็นปัญหาหลักของการสื่อสารทางการเมืองในยุคปัจจุบัน

สำหรับประเด็นความฉลาดทางอารมณ์ในบริบทความขัดแย้งไทย-กัมพูชา ในกรณีข้อพิพาทชายแดนไทย-กัมพูชา การโพสต์และแชร์ความคิดเห็นที่เต็มไปด้วยความรู้สึกชาตินิยม ความโกรธ และความกลัว เป็นตัวอย่างของการขาดการควบคุมทางอารมณ์ของสาธารณชนในโลกดิจิทัล แต่ในขณะเดียวกัน มีกรณีของ “นักสื่อสารออนไลน์เชิงสันติ” (peace communicators) ที่ใช้สื่อออนไลน์สร้างความเข้าใจระหว่างประชาชนสองประเทศ เช่น การเผยแพร่วัฒนธรรมร่วม เพลง และมิตรภาพชายแดน ซึ่งเป็นตัวอย่างของผู้ใช้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงสามารถแปลงพลังอารมณ์ให้เป็นพลังเชิงสร้างสรรค์ทางการเมือง (transformative affect) และแนวทางพัฒนาและข้อเสนอเชิงนโยบาย ประกอบด้วย (1) ระดับบุคคล: ส่งเสริม “สติรู้เท่าทันอารมณ์ดิจิทัล” (Digital Mindfulness) เพื่อให้ผู้ใช้สามารถกำกับอารมณ์ก่อนแสดงออกทางสื่อ (2) ระดับสถาบันการศึกษา: พัฒนาหลักสูตร “ความฉลาดทางอารมณ์และการรู้เท่าทันสื่อ” (EI & Media Literacy) สำหรับนักเรียนและนิสิตนักศึกษา (3) ระดับนโยบายสาธารณะ: ส่งเสริมโครงการความร่วมมือระหว่างกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงดิจิทัล และองค์กรพัฒนาเอกชน เช่น UNICEF Thailand เพื่อสร้างวัฒนธรรมออนไลน์ที่มีสติและเมตตา และ (4) ระดับสื่อมวลชน: พัฒนานโยบายบรรณาธิการเชิงจริยธรรม ที่เน้นการรายงานข่าวด้วยความรับผิดชอบทางอารมณ์ (emotional responsibility journalism) ดังนั้น ความฉลาดทางอารมณ์เป็นกลไกสำคัญในการ “กำกับอารมณ์ทางการเมือง” บนสื่อออนไลน์ เพราะช่วยเปลี่ยนจากการตอบสนองด้วยความโกรธ ไปสู่การสื่อสารด้วยสติและความเข้าใจ การพัฒนา EI ในระดับบุคคลและสังคมจะทำให้การเมืองไทยสามารถก้าวข้าม “การเมืองแห่งอารมณ์” ไปสู่ “การเมืองแห่งปัญญา” (Politics of Wisdom) ที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของเมตตา เหตุผล และการรู้เท่าทัน

### หลักกาลามสูตร

กาลามสูตรในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎกเป็นหลักฐานสำคัญพระสูตรหนึ่งที่แสดงถึงหลักเกณฑ์คำสอนที่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าใช้ในการให้สติมีปัญญากำกับความรู้สึกกับสังคมชาวกาลามะที่มีความขัดแย้งทางความคิดและความเชื่อในครั้งพุทธกาลให้เป็นเครื่องมือในสภาพวิกฤติข้อมูลข่าวสารด้วยหลักของเหตุและผลซึ่งมีผลเป็นการยุติความรุนแรงอันไม่พึงประสงค์ในสังคมครั้งกระนั้น (วิริศ ช่างสุวรรณ และคณะ 2562) ในยุคดิจิทัลซึ่งข้อมูลข่าวสารถูกเผยแพร่รวดเร็วผ่านสื่อ

ออนไลน์ โดยเฉพาะโซเชียลมีเดีย – หลักการตามสูตรจึงถูกนำมา “ประยุกต์ใช้” เป็นเครื่องมือในการคัดกรองข่าวสาร และการสื่อสารออนไลน์ (สมศักดิ์ อัมพรวิสิทธิ์โสภา, 2565) บริบทสื่อออนไลน์: โอกาสและความเสี่ยง สื่อออนไลน์เปิดช่องทางให้ข้อมูลหลากหลายแพร่กระจาย แต่พร้อมกันนั้นก็เปิดทางให้เกิด “ข่าวลวง” (fake news), “การแชร์ไม่ไตร่ตรอง”, และ “การแพร่กระจายอารมณ์” เช่น ความโกรธ ความเกลียดชัง ซึ่งโดยมากไม่ได้ผ่านการพิจารณาอย่างมีวิจารณญาณ (blog ประยุกต์/บทความออนไลน์, 2564) ในแง่นี้ สื่อออนไลน์จึงเป็นพื้นที่ที่ หลักการตามสูตร มีความเกี่ยวข้องอย่างชัดเจน เพราะเป็นแนวทางให้ผู้ใช้ “ไม่ยึดถือทันที” และ “พิจารณา ตรวจสอบ ใช้ปัญญา” ก่อนเชื่อหรือแชร์ การประยุกต์ใช้หลักการตามสูตรในสื่อออนไลน์สามารถทำได้ดังนี้ (1) อย่าเชื่อโดยอ้างกันมา ผู้ใช้ควรตั้งคำถามว่า “ข้อมูลนี้มาจากแหล่งใด?”, “มีหลักฐานสนับสนุนหรือไม่” เช่นเดียวกับข้อแรกของหลักการตามสูตร (2) อย่าเชื่อเพราะได้ยินมา ในสื่อออนไลน์ ควรหลีกเลี่ยงการแชร์โดยไม่อ่านทั้งหมดหรือไม่ตรวจสอบ (3) อย่าเชื่อเพราะเห็นว่าผู้โพสต์มีความน่าเชื่อถือ ถึงแม้โพสต์จะมีภาพสวยหรือน่าสนใจก็ตาม ควรย้อนกลับไปตรวจสอบ และ (4) เมื่อทดลองใช้แล้วเห็นผลจริงจึงยึดถือ อาจกล่าวได้ว่านี่คือแก่นของหลักการตามสูตร “เห็นจริงแล้วเชื่อ” ซึ่งสามารถประยุกต์กับสื่อออนไลน์ได้ เช่น เห็นว่าข่าวสารนั้นตรวจสอบได้จริง ภาพไม่ถูกตัดต่อหนัก ก็อาจเชื่อได้

บริบทแห่งความท้าทายและข้อเสนอ พบว่า (1) แม้หลักการตามสูตรจะมีแนวทางชัดเจน แต่ผู้ใช้สื่อออนไลน์จำนวนไม่น้อยยังแชร์ข้อมูลโดยไม่พิจารณา งานสำรวจพบว่าในไทย 65 % เคยพบข่าวปลอม และ 18.9 % ไม่ตรวจสอบก่อนแชร์ (รายงานปัญหาข่าวปลอม, 2562) (2) ต้องมีการสร้าง “วัฒนธรรมการใช้ปัญญา” (culture of critical thinking) ในสังคม โดยเฉพาะในโรงเรียนและมหาวิทยาลัย เพื่อให้หลักการตามสูตรไม่ใช่เพียงศีลธรรมแบบธรรมะ แต่กลายเป็นทักษะดิจิทัล (digital competence) (3) ระบบแพลตฟอร์มสื่อควรสนับสนุน “การชะลอ” (delay) ก่อนแชร์ เช่น การมีระบบแจ้งเตือนว่า “คุณยังไม่ได้อ่านหมด” หรือ “มีแหล่งข่าวเดียว” เพื่อให้ผู้ใช้มีเวลาพิจารณา และ (4) ควรสำรวจว่าผู้ใช้สื่อออนไลน์ไทยมี “ความรู้” และ “การใช้หลักการตามสูตร” ในการตรวจสอบข้อมูลมากน้อยเพียงใด และผลต่อพฤติกรรมแชร์/ไม่แชร์อย่างมีเหตุผล ดังนั้น การนำหลักการตามสูตรมาประยุกต์ใช้ในยุคสื่อออนไลน์ไม่ใช่เพียงการนำธรรมะเข้าโลกดิจิทัลเท่านั้น แต่เป็นการสร้าง ทักษะสื่อสาร ความรู้เท่าทันสื่อ ที่สอดคล้องกับการเมืองและสังคมยุคใหม่ เมื่อผู้ใช้มีพลังปัญญาในการคัดกรองข้อมูล และไม่ตกเป็นเหยื่อของอารมณ์หรือวาทกรรม สื่อออนไลน์อาจกลายเป็นเครื่องมือสร้างสรรค์มากกว่าจะเป็นช่องทางปลุกปั่น

## บทสรุป

สื่อออนไลน์ได้กลายเป็น “สนามอารมณ์ทางการเมือง” โดยเฉพาะในกรณีความขัดแย้งระหว่างไทย-กัมพูชา ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ที่สะท้อนให้เห็นถึงพลังของเทคโนโลยีสื่อสารที่สามารถขยายและกำกับอารมณ์ของประชาชนได้อย่างกว้างขวาง ในบริบทนี้ สื่อออนไลน์ไม่ได้เป็นเพียง

เครื่องมือส่งข่าวสาร หากแต่ทำหน้าที่เป็น “ตัวกลางทางอารมณ์” (emotional mediator) ที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ การตัดสินใจ และพฤติกรรมทางการเมืองของผู้ใช้

ในกรณีความขัดแย้งชายแดนไทย-กัมพูชา การสื่อสารผ่านแพลตฟอร์มดิจิทัลได้เปลี่ยนข้อเท็จจริงเชิงกฎหมายให้กลายเป็นวาทกรรมทางอารมณ์ ชาติ และศักดิ์ศรี ความรู้สึก “โกรธ”, “ภูมิใจ”, และ “หวาดกลัว” ถูกกระตุ้นและแพร่กระจายอย่างรวดเร็วในหมู่ผู้ใช้ ทำให้ความขัดแย้งที่ควรจำกัดอยู่ในระดับรัฐ กลับขยายไปสู่ระดับประชาชนอย่างกว้างขวาง ปรากฏการณ์ดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิด affective politics ที่ชี้ให้เห็นว่าการเมืองยุคดิจิทัลไม่ได้ขับเคลื่อนด้วยเหตุผลเพียงอย่างเดียว แต่ขับเคลื่อนด้วยพลังทางอารมณ์ที่สื่อออนไลน์ช่วยหล่อเลี้ยงอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ การกำกับอารมณ์ทางการเมือง (emotion regulation) ผ่านสื่อออนไลน์ของทั้งรัฐและภาคประชาชนยังสะท้อนถึง “การต่อรองเชิงสัญลักษณ์” ระหว่างอำนาจรัฐกับสังคมออนไลน์ รัฐบาลพยายามสื่อสารเพื่อควบคุมอารมณ์ของสาธารณะ ขณะที่ผู้ใช้สื่อจำนวนมากใช้พื้นที่ออนไลน์เป็นเวทีในการปลดปล่อยอารมณ์และต่อต้านวาทกรรมทางอำนาจ จึงทำให้ความสัมพันธ์ทางการเมืองในยุคสื่อดิจิทัลเป็นพลวัตระหว่าง “การกำกับ” และ “การต่อต้านการกำกับ” อย่างต่อเนื่อง

ในมิติของสังคมการเมืองไทย งานศึกษานี้ชี้ให้เห็นว่าอารมณ์ทางการเมืองที่ถูกขยายผ่านสื่อออนไลน์มีทั้งด้านสร้างสรรค์และด้านทำลาย ด้านหนึ่งสามารถกระตุ้นการมีส่วนร่วมทางการเมืองของประชาชนและจิตสำนึกสาธารณะ แต่ในอีกด้านหนึ่ง หากขาดการกลั่นกรองและการรู้เท่าทันสื่ออารมณ์ที่รุนแรงอาจกลายเป็นเชื้อไฟแห่งความเกลียดชัง และขยายความขัดแย้งให้ลุกลามไปสู่การเผชิญหน้า ดังนั้น การจัดการอารมณ์ทางการเมืองในยุคสื่อออนไลน์จึงควรเน้นการสร้าง “ภูมิคุ้มกันทางดิจิทัล” (digital emotional literacy) ให้ประชาชน โดยผสมผสานหลักคิดแบบพุทธ (เช่น กาลามสูตร) กับแนวคิดสมัยใหม่ด้านจิตวิทยาสื่อ เพื่อส่งเสริมให้ผู้ใช้สามารถตระหนักรู้ เข้าใจ และควบคุมอารมณ์ตนเองได้ก่อนจะตอบสนองต่อข้อมูลทางการเมือง ท้ายที่สุด บทเรียนจากกรณีไทย-กัมพูชา ชี้ให้เห็นว่า ความขัดแย้งทางการเมืองในยุคดิจิทัลมิใช่เพียงการต่อสู้ระหว่าง “ข้อมูล” หากแต่เป็นการต่อสู้ระหว่าง “อารมณ์” และ “การรับรู้” ที่ต้องอาศัยทั้งสติปัญญา ความเข้าใจ และสื่อที่มีจริยธรรม เพื่อให้สังคมก้าวข้ามจาก “ความขัดแย้งทางอารมณ์” ไปสู่ “สันติภาพทางความเข้าใจ” อย่างยั่งยืน

### องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา สามารถสรุปออกเป็นประการต่างๆ ดังนี้

#### 1. สื่อออนไลน์ในฐานะพื้นที่สาธารณะทางการเมืองร่วมสมัย

ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าสื่อออนไลน์ได้พัฒนาเป็นพื้นที่สาธารณะรูปแบบใหม่ (new public sphere) ที่มีบทบาทสำคัญในการเอื้อให้เกิดการมีส่วนร่วมทางการเมืองของประชาชน ทั้งในมิติของการรับรู้

ข้อมูลข่าวสาร การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และการสร้างความหมายทางการเมืองร่วมกัน โดยเฉพาะในประเด็นที่มีความอ่อนไหวสูง เช่น ประวัติศาสตร์ชาติพันธุ์ และอธิปไตยเหนือดินแดน

## 2. พลวัตของอารมณ์ทางการเมืองในบริบทความขัดแย้งไทย-กัมพูชา

ความขัดแย้งระหว่างไทย-กัมพูชาไม่ได้จำกัดอยู่เพียงในระดับนโยบายหรือความสัมพันธ์ระหว่างรัฐ หากแต่ปรากฏอย่างเด่นชัดในระดับปัจเจกและสังคมผ่านการแสดงออกทางอารมณ์ในสื่อออนไลน์ อารมณ์ทางการเมือง เช่น ความโกรธ ความหวาดระแวง และชาตินิยมแบบการกีดกัน (exclusive) มีบทบาทในการกำหนดทัศนคติและพฤติกรรมการสื่อสารของผู้ใช้สื่อดิจิทัล

## 3. การกำกับอารมณ์ทางการเมืองของผู้ใช้สื่อออนไลน์

ผู้ใช้สื่อออนไลน์มีบทบาทในฐานะตัวแสดงทางการเมือง (political actors) ที่มีส่วนในการกำหนดทิศทางและคุณภาพของการสื่อสารทางการเมือง ผ่านกระบวนการรับรู้ การประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูล การตัดสินใจเผยแพร่หรือแสดงออกเชิงอารมณ์ ซึ่งสะท้อนระดับการกำกับอารมณ์และวุฒิภาวะทางการเมืองของประชาชนในสังคมประชาธิปไตย

## 4. การบูรณาการกรอบแนวคิดทางรัฐศาสตร์กับหลักกาลามสูตร

งานวิจัยนี้เสนอการบูรณาการกรอบแนวคิดทางรัฐศาสตร์เข้ากับหลักพุทธปรัชญาเรื่องกาลามสูตร ซึ่งเน้นการใช้เหตุผล การไตร่ตรอง และการตรวจสอบข้อมูลอย่างรอบคอบ โดยไม่ยึดถือความเชื่อจากอำนาจ แหล่งที่มา หรือกระแสสังคมเพียงลำพัง กรอบแนวคิดดังกล่าวช่วยอธิบายกลไกการกลั่นกรองข้อมูลและการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของผู้ใช้สื่อออนไลน์

## 5. ลักษณะสองด้านของสื่อออนไลน์ต่อการเมืองและสังคม

ผลการศึกษาพบว่าสื่อออนไลน์มีลักษณะเป็นพื้นที่ที่มีศักยภาพสองด้าน กล่าวคือ ในด้านหนึ่งสามารถส่งเสริมการเรียนรู้ทางการเมือง การมีส่วนร่วมของประชาชน และการถกเถียงอย่างเสรี แต่อีกด้านหนึ่งอาจเอื้อต่อการผลิตซ้ำวาทกรรมความเกลียดชัง การดูหมิ่นศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ และการขยายความขัดแย้งระหว่างสังคมและประเทศ

## 6. บทบาทของสติและการคิดอย่างมีวิจารณญาณในการสื่อสารทางการเมืองออนไลน์

การกำกับอารมณ์ทางการเมืองอย่างมีประสิทธิภาพจำเป็นต้องอาศัยสติ (mindfulness) ควบคู่กับการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (critical thinking) เพื่อช่วยลดความเสี่ยงจากการหลงเชื่อข้อมูลเท็จ การเผยแพร่ข้อมูลที่ขาดการตรวจสอบ และการใช้ถ้อยคำรุนแรงที่อาจส่งผลกระทบต่อสังคมโดยรวม

## 7. ความฉลาดทางอารมณ์กับคุณภาพของการสื่อสารทางการเมือง

การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ใช้สื่อออนไลน์มีความสำคัญต่อการยกระดับคุณภาพของการสื่อสารทางการเมือง โดยช่วยให้ผู้ใช้สามารถตระหนักและจัดการอารมณ์ของตนเอง ตลอดจนคำนึงถึงผลกระทบของการสื่อสารต่อผู้อื่นและต่อความสัมพันธ์ทางสังคมในระยะยาว

## 8. การประยุกต์ใช้กาลามสูตรเพื่อสร้างวัฒนธรรมการสื่อสารเชิงสร้างสรรค์

การนำหลักกาลามสูตรมาประยุกต์ใช้ในกระบวนการสื่อสารทางการเมืองออนไลน์สามารถมีส่วนช่วยสร้างวัฒนธรรมการสื่อสารที่ตั้งอยู่บนฐานของเหตุผล การเคารพซึ่งกันและกัน และการลดอคติ ซึ่งเอื้อต่อการลดทอนความขัดแย้งและเสริมสร้างความเข้าใจระหว่างประชาชนของทั้งสองประเทศ

#### 9. นัยเชิงทฤษฎีและเชิงปฏิบัติต่อประชาธิปไตยยุคดิจิทัล

โดยสรุป การกำกับบารมณทางการเมืองบนฐานของสติและปัญญาเป็นปัจจัยสำคัญต่อการดำรงไว้ซึ่งคุณภาพของพื้นที่สาธารณะในสังคมประชาธิปไตยยุคดิจิทัล งานวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่าความเห็นต่างสามารถดำรงอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติ หากกระบวนการสื่อสารตั้งอยู่บนเหตุผล จริยธรรม และการเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์

#### เอกสารอ้างอิง

- จิรัชวัลค์ ทรงสุวรรณวิภา. (2557). *ประชาคมการเมืองและความมั่นคงอาเซียนกับการแก้ปัญหาข้อพิพาทระหว่าง ไทย-กัมพูชา: กรณีเขตแดนและปราสาทพระวิหาร*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง. สืบค้นจาก <https://dric.nrct.go.th/Search/SearchDetail/277719>
- ชวิตรา ตันติมาลา. (2562). พื้นที่สาธารณะและการผลิตพื้นที่: ความหมายใหม่ของความสัมพันธ์ทางสังคม. *Journal of Library and Information Science, SWU*.
- พระมหาไพฑูริย์ สิริธมโม. (ชัยกุง). (2568). พลังของเครือข่ายสังคมออนไลน์ต่อการมีส่วนร่วมทางการเมืองในสังคมไทยร่วมสมัย. *วารสารกวีวันพะเยา*, 2(4), 33-51.
- มหาวิทยาลัยมหิดล. (2566). *ความฉลาดทางอารมณ์และการรู้เท่าทันสื่อในยุคดิจิทัล*. สืบค้นจาก <https://mahidol.ac.th/th/ei-media-literacy-2023/>
- วริศ ข่ายสุวรรณ,พระมหาศิวกร ปญญาวิโร, และกรนิษฐ์ ชายป่า. (2562). กาลามสูตร: หลักความเชื่อในยุคดิจิทัล. *วารสารบัณฑิตแสงโคมคำ*, 4(2), 178-194.
- สมศักดิ์ อัมพรวิสิทธิ์โสภาน. (2565). กาลามาสูตร : ทางรอดในสังคมยุคดิจิทัล. *วารสารนิตยสารเสียงธรรมจากมหายาน*, 8(1), 39-49.
- “หยุด Fake news ตามแนวคิดกระดิ่งผิดข่าวและหลักกาลามสูตร.” (2562, July 31). *Blogspot*. สืบค้นจาก <https://r-edu-institute.blogspot.com/2019/07/fake-news.html>
- Amnesty International Thailand. (2022). *Online abuse and gender-based violence in Thai politics*. สืบค้นจาก <https://www.amnesty.or.th/th/latest/blog/1002/>
- AusIS Journal. (2023, April 19). *Thailand-Cambodia border conflict: Sacred sites and political fights*. สืบค้นจาก <https://ausisjournal.com/2023/04/19/thailand-cambodia-border-conflict-sacred-sites-and-political-fights/>

- BBC Thai. (2024, February 18). “โลกออนไลน์ไทย: ความเกลียดชังและการรังแกทางดิจิทัลในยุคการเมืองแบ่งขั้ว.” สืบค้นจาก <https://www.bbc.com/thai/articles/cv79w86l1wdo>
- Benkler, Y. (2006). *The wealth of networks: How social production transforms markets and freedom*. Yale University Press.
- Castells, M. (2009). *Communication power*. Oxford University Press.
- Chulalongkorn University Blog. (2568, August 4). มอง ‘เขา’ ผ่าน ‘เรา’: ชวนสำรวจความสัมพันธ์ไทย-กัมพูชา. สืบค้นจาก [https://www.car.chula.ac.th/blog\\_detail.php?id=33](https://www.car.chula.ac.th/blog_detail.php?id=33)
- Digital Reach Thailand. (2022). *Thailand digital activism report 2022*. สืบค้นจาก <https://digitalreach.asia/thailand-digital-activism-report-2022/>
- Ganjanakhundee, S. (2020). *Social media and Thailand’s struggle over public space (ISEAS Perspective 2020/67)*. ISEAS–Yusof Ishak Institute.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (2018). *Altered Traits: Science Reveals How Meditation Changes Your Mind, Brain, and Body*. New York: Avery.
- Habermas, J. (1991). *The structural transformation of the public sphere: An inquiry into a category of bourgeois society (T. Burger, Trans.)*. MIT Press.
- Papacharissi, Z. (2014). *Affective publics: Sentiment, technology, and politics*. Oxford University Press
- Papacharissi, Z. (2015). Affective publics and structures of storytelling: Sentiment, events and mediality. *Information, Communication & Society*, 18(3), 307–324.
- Ramasoota, P. (n.d.). *Internet intermediary liability in Thailand. Network of Centers—Publixphere*. [https://publixphere.net/i/noc/page/OI\\_Case\\_Study\\_Internet\\_Intermediary\\_Liability\\_in\\_Thailand.html](https://publixphere.net/i/noc/page/OI_Case_Study_Internet_Intermediary_Liability_in_Thailand.html)
- Strangio, S. (2025, July). *The roots of the Thailand-Cambodia border conflict. The Diplomat*. สืบค้นจาก <https://thediplomat.com/2025/07/the-roots-of-the-thailand-cambodia-border-conflict/>
- Sinpeng, A. (2021). Hashtag activism: Social media and the #FreeYouth movement in Thailand. *Asian Studies Review*, 45(3), 1–19.

- Siriyuvasak, U. (2001). Regulation, reform and the question of democratising the broadcast media in Thailand. *Javnost – The Public*.
- Sunstein, C. R. (2017). *#Republic: Divided democracy in the age of social media*. Princeton University Press.
- ThaiPBS. (2013, April 15). *นักวิชาการชี้ไทยทั้กทั้งอำนาจศาลโลกยาก คดีปราสาทพระวิหาร*. สืบค้นจาก <https://www.thaipbs.or.th/news/content/162485>
- Thai PBS. (2024, June 25). “Cyberbullying การรังแกบนสื่อออนไลน์: เมื่อถ้อยคำทำร้ายมากกว่าที่คิด.” สืบค้นจาก <https://www.thaipbs.or.th/news/content/336401>
- The Diplomat. (2025, July). *The roots of the Thailand-Cambodia border conflict*. สืบค้นจาก <https://thediplomat.com/2025/07/the-roots-of-the-thailand-cambodia-border-conflict/>
- Tufekci, Z. (2017). *Twitter and tear gas: The power and fragility of networked protest*. Yale University Press.
- UNICEF Thailand. (2022). *Online bullying in Thailand: What you need to know*. สืบค้นจาก <https://www.unicef.org/thailand/th/online-bullying>