



THAI
MEDIA
newsletter

FUND

VOL. 05 | May 2023

จดหมายข่าวสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์

DIGITAL MEDIA BALANCE

Extra

เล่นสื่อไม่โดนสื่อเล่น
สารพันการรู้เท่าทัน รักสุขภาพดิจิทัล

Decode

พฤติกรรมใช้สื่อดิจิทัล
ของคนไทย 2023

Spotlight

ฉลาดใช้สื่อปลอดภัย-สร้างสรรค์
ติดอาวุธให้คนไทยรู้เท่าทัน

CON- TENTS

VOL. 05 MAY 2023



01

TMF Talk

02

Announce

03

Knowledge

สายมูฯ ต้องรู้ ระวัง! แก๊งกรรม
ทำพีชให้เสียทรัพย์

04

Extra

เล่นสื่อโมเดิร์นสื่อเล่น สารพัน
การรู้เท่าทัน รักษาสมดุลใช้งานสื่อ

08

Decode

พฤติกรรม

ใช้สื่อดิจิทัลของคนไทย 2023

10

Spotlight

ฉลาดใช้สื่อปลอดภัย-สร้างสรรค์
ติดอาวุธให้คนไทยรู้เท่าทัน

16

Fun Fund

แนวทางการกฏกติกการใช้สื่อออนไลน์
ด้วยหลัก “5ว”

EDITOR'S

TALK



ดร.สุนทร ศรีสุขใส
ผู้จัดการกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์

การใช้สื่อดิจิทัลในชีวิตประจำวันที่ทุกคนเข้าถึงได้ง่ายขึ้น ในด้านหนึ่งทำให้สามารถเข้าถึงแหล่งข้อมูลข่าวสาร และได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้อย่างกว้างขวาง แต่อีกด้านหนึ่ง การใช้งานที่มากเกินไปก็อาจนำมาสู่ผลกระทบทั้งทางสุขภาพกายและสุขภาพใจ รวมถึงส่งผลกระทบต่อหน้าที่ความรับผิดชอบได้ หากไม่สามารถจัดสรรหรือสร้าง “สมดุล” ในการใช้งานให้พอดีได้

นอกจากนี้ การสร้างความสมดุลการใช้สื่อดิจิทัลยังหมายถึงการใช้งานได้อย่างรู้เท่าทัน เพื่อให้ชีวิตที่มีสื่ออยู่รอบตัวไม่เสียสมดุล ซึ่งเป็นสิ่งที่กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์พยายามมุ่งให้ประชาชนทั้งเข้าถึง เข้าใจ และฉลาดใช้สื่อ โดยการสนับสนุนการผลิตสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ สร้างระบบนิเวศสื่อที่ดีให้เกิดขึ้นในสังคมไทย

คณะผู้จัดทำจดหมายข่าวสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์

บรรณาธิการบริหาร
นายธนกร ศรีสุขใส
ผู้จัดการกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์
กองบรรณาธิการ
นางสาวพัชรพร พงษ์ทัตติริกุล
นางสาวธัญญลักษณ์ ทองสวัสดิ์
นางสาวจิตติ วิสัยพรหม
นางสาวชนิตาภา เจริญสุข
นายเชาวนภิวัช เวชทวี
นายณัฐพล ศุภสิทธิ์
นางสาวบุษกร ธนโชติวรพงศ์
นายภูริต ดันติศิษย์

นางสาวมณัญญา ทิพานุดนเคน
นางสาวศิตตมาณีย์ ลอยเลิศ
นางสาวแก้วใจ จิระวงศ์ร่วม
นางสาววรรณภา ฤทธิรักษา
ฝ่ายศิลป์
นางสาวญาณชาติ นารถไทยวัฒนา
นางสาวจารุวรรณ ศกุลโสภณเมธี
ถ่ายภาพ
นายประสิทธิ์ เอนกอนันตพันธุ์
พิสูจน์อักษร
นางสาวน้ำทิพย์ ลัพพรรณ

สำนักงาน
กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์
เลขที่ 388 อาคาร เอส.พี. (ไอบีเอ็ม)
อาคารเอ ชั้น 6
ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน
เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร 10400
โทรศัพท์ 0 2273 0116-9
โทรสาร 0 2273 0120
อีเมล: contact@thaimediafund.or.th
เว็บไซต์: www.thaimediafund.or.th



05.05.2566 ART FOR YOUTH AND COMMUNITY

กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ จัดนิทรรศการในโอกาสปิดโครงการ Art for Youth and Community ซึ่งเป็นโครงการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ผ่านงานศิลปะให้กับเยาวชนและชุมชนในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ด้วยองค์ความรู้ในพื้นที่อย่างยั่งยืน ณ พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ ถนนเจ้าฟ้า กรุงเทพมหานคร โดยมีพลเรือเอก พงษ์เทพ หนูเทพ องคมนตรี เป็นประธานในพิธี เปิดงานนิทรรศการโดยภายในงาน มีการแสดงโมโนราห์ Art for youth จาก ผศ.ธรรมนิตย์ นิคมรัตน์ ศิลปินแห่งชาติประจำปี 2564 สาขาการแสดง และการแสดงจากนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ต่าง ๆ ด้วย

10.05.2566

ต้นแบบกู้ภัยขับเคลื่อนสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์

นายชำนาญ งามมณีอุดม รองผู้จัดการกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ ร่วมแถลงข่าวความร่วมมือการขับเคลื่อนโครงการต้นแบบกู้ภัยขับเคลื่อนสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ ภายในงานจัดเสวนาหัวข้อ "บทบาทของกู้ชีพกู้ภัยไทยสู่ความเป็นไปได้ในการขับเคลื่อนสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์" จากวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ นายอลงกรณ์ เหมือนดาว บรรณาธิการรายการข่าวสามมิติ นายคณิต บุญยพานิช บรรณาธิการบริหารด้านข่าวสืบสวน สถานีโทรทัศน์ Thai PBS นายสิทธิชัย ใจสงบ ประธานชมรมเจ้าพนักงานเวชกิจฉุกเฉินแห่งประเทศไทย และ ดร.พีรยา หาญพงศ์พันธุ์ รองอธิการบดีสายกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยกรุงเทพ ซึ่งโครงการดังกล่าวได้จัดอบรมแกนนำต้นแบบกู้ภัยแนวความคิดพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ โดยมีอาสาสมัครกู้ภัยทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัดเข้าร่วมอบรมทั้งสิ้น 50 คน จากเครือข่ายกู้ภัย 20 เครือข่าย ระหว่างวันที่ 8-10 พฤษภาคม 2566



25.05.2566

ปฐมนิเทศผู้ที่ได้รับ การสนับสนุนทุนประจำปี 2566



ดร.ธนกร ศรีสุขใส ผู้จัดการกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ เปิดงานและมอบนโยบายการบริหารโครงการ ในการจัดปฐมนิเทศผู้ที่ได้รับการสนับสนุนทุนประจำปี 2566 ณ โรงแรม ดิ เอ็มเมอร์ลด์ กรุงเทพมหานคร โดยได้แสดงความยินดีกับ 103 โครงการ ที่ผ่านการพิจารณา และขอให้ทุกโครงการร่วมทำงานแบบกัลยาณมิตรกับกองทุนพัฒนาสื่อฯ เพื่อให้เกิดประโยชน์และสร้างผลกระทบเชิงบวกแก่สังคม



สายมู ต้องรู้ ระวังแก็กกรรม ทำพีซีให้เสียทรัพย์

ทุกวันนี้กระแสการมูเตลูกลายเป็นเรื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจของผู้คน มีจาดาช้างแฝงตัวมาลวงเราในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การหลอกดูดวงเพื่อสอบถามข้อมูลส่วนตัว หลอกขอค่าครูเพื่อแก็กกรรมทำพิธีต่าง ๆ หลอกติดตั้งแอปพลิเคชันลงเครื่องเพื่อควบคุมเครื่องผ่านทางไกล หลอกทำบุญออนไลน์แต่สวมบัญชีปลอมให้โอนเงิน หรือการหลอกให้กรอกข้อมูลส่วนตัวเพื่อทำใบอนุโมทนาลาดหย่อนภาษี หากพบเหตุการณ์เหล่านี้ควรตรวจสอบข้อมูลทุกครั้ง อย่าหลงเชื่อ และเมื่อพบปัญหาการฉ้อโกงสามารถแจ้งความออนไลน์ได้ทาง <https://thaipoliceonline.com/> หรือติดต่อเข้าแจ้งความในท้องที่เพื่อดำเนินคดีต่อไป

3 ความผิดและบทลงโทษที่เกี่ยวข้องปราบโกงสายมู



ความผิดฐานฉ้อโกงตามประมวลกฎหมายอาญามาตรา 341 ผู้ใดโดยทุจริต หลอกลวงผู้อื่นด้วยการแสดงข้อความอันเป็นเท็จ หรือปกปิดข้อความจริงซึ่งควรบอกให้แจ้ง และโดยการหลอกลวงดังกล่าวนี้ ได้ไปซึ่งทรัพย์สินจากผู้ถูกหลอกลวงหรือบุคคลที่สาม หรือทำให้ผู้ถูกหลอกลวงหรือบุคคลที่สาม ทำ ถอน หรือทำลายเอกสาร สิทธิ ผู้ฉ้อโกงนั้นกระทำความผิดฐานฉ้อโกงต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินสามปี หรือปรับไม่เกินหกหมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ



ความผิดฐานฉ้อโกงตามประมวลกฎหมายอาญามาตรา 343 ถ้าการกระทำความผิดตามมาตรา 341 ได้กระทำการด้วยการแสดงข้อความอันเป็นเท็จต่อประชาชน หรือด้วยการปกปิดข้อความจริงซึ่งควรบอกให้แจ้งแก่ประชาชน ผู้กระทำความผิดต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินห้าปี หรือปรับไม่เกินหนึ่งแสนบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ถ้าการกระทำความผิดดังกล่าวในวรรคแรก ต้องด้วยลักษณะดังกล่าวในมาตรา 342 (การกระทำความผิดฐานฉ้อโกง ผู้กระทำ (1) แสดงตนเป็นคนอื่น หรือ (2) อาศัยความเบาปัญญาของผู้ถูกหลอกลวงซึ่งเป็นเด็ก หรืออาศัยความอ่อนแอแห่งจิตของผู้ถูกหลอกลวง) ผู้กระทำต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่หกเดือนถึงเจ็ดปี และปรับตั้งแต่หนึ่งหมื่นบาทถึงหนึ่งแสนสี่หมื่นบาท



ความผิดฐานนำเข้าสู่ข้อมูลเท็จตาม พ.ร.บ. ว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2560 มาตรา 14 โทษจำคุกไม่เกินห้าปี หรือปรับไม่เกินหนึ่งแสนบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ กรณีหลอกลวงบนช่องทางออนไลน์

ที่มา: พระราชบัญญัติให้ใช้ประมวลกฎหมายอาญา พ.ศ. ๒๕๔๙ และ พระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. ๒๕๕๐

DIGITAL LITERACY

เล่นสื่อไม่โดนสื่อเล่น สารพันการรู้เท่าทัน
รักษาสมดุลใช้งานสื่อ



ไม่ว่าคุณจะได้โตมาในยุคไหน วันนี้สื่อดิจิทัลได้ก้าวเข้ามาบิบบทบาทในชีวิตคุณแล้วอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้นทุกปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมการใช้งานจึงเป็นสิ่งที่คุณควรรู้เท่าทัน Extra ฉบับนี้ชวนทุกคนมาทำความเข้าใจผลกระทบที่คุณเสี่ยงเผชิญจากการใช้งาน แนะนำแนวทางการใช้งานที่เหมาะสม และ Social Detox หรือการห่างกันสักพักจากโซเชียลเพื่อสร้างสมดุลให้กายใจกลับมาแข็งแรงอีกครั้ง



จากสถิติผลสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้ดิจิทัลทั่วโลกในปี 2563 จัดทำโดยดิจิทัลเอเจนซี 'We Are Social' พบว่าประชากรไทยวัย 16-64 ปี ใช้เวลากับการใช้อินเทอร์เน็ตทุกอุปกรณ์เฉลี่ยวันละ 8 ชั่วโมง 6 นาที แบ่งเป็นการเข้าถึงจากสมาร์ตโฟนคิดเป็นเวลา 5 ชั่วโมง 5 นาที และเข้าถึงผ่านคอมพิวเตอร์กับแท็บเล็ตคิดเป็นเวลา 3 ชั่วโมง 6 นาที ตัวเลขเหล่านี้มีความเหมาะสมหรือไม่เมื่อเปรียบเทียบกับข้อมูลที่นักวิชาการและผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพให้คำแนะนำ ลองมาเช็กไปพร้อมกัน

การใช้เวลาหน้าจอ (Screen Time) ที่เหมาะสมสำหรับแต่ละวัย

ตามข้อมูลจาก American Academy of Pediatrics (AAP) หรือสมาคมกุมารแพทย์แห่งอเมริกา และข้อมูลบทสัมภาษณ์ของ Dr. Yolanda Reid Chassiakos ผู้ช่วยศาสตราจารย์มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย ลอสแอนเจลิส (University of California - Los Angeles หรือ UCLA) และผู้เขียนนิตสารรายงาน "Children and Adolescents and Digital Media Technical Report" ระบุข้อแนะนำสำหรับการใช้เวลาหน้าจอที่เหมาะสมไว้ดังนี้

- เด็กอายุต่ำกว่า 18 เดือน ควรเลี่ยงการใช้งาน ยกเว้นการใช้งานวิดีโอแชท
- เด็กอายุ 18-24 เดือน ไม่ควรใช้งานเกิน 1 ชั่วโมงต่อวันและใช้งานร่วมกับผู้ปกครองเสมอ
- เด็กอายุ 2-5 ปี ไม่ควรใช้งานเกิน 1 ชั่วโมงต่อวันและควรเลือกรายการที่มีคุณภาพเพื่อรับชม
- เด็กอายุ 6 ปีขึ้นไป ควรจัดสรรเวลาให้เหมาะสมตามวิจารณญาณผู้ปกครอง โดยคำนวณเวลาใช้งานหน้าจอจากเวลาที่เหลือจากการทำกิจกรรมที่จำเป็น ได้แก่ ไปโรงเรียน ทำการบ้าน ออกกำลังกาย เข้าสังคม และพักผ่อนเฉลี่ย 8-12 ชั่วโมงต่อวัน

อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาตัวเลขที่แนะนำสำหรับผู้ใหญ่ซึ่งมีความจำเป็นต้องใช้ชีวิตกับหน้าจอเป็นประจำนั้น ปัจจุบันการกำหนดช่วงเวลาอาจไม่สอดคล้องตามการใช้จริงหลายคนจึงตั้งคำถามว่า 'ตัวเลขการใช้งานที่มากเกินไปคือกี่ชั่วโมง' แม้ปัจจุบันยังไม่มีองค์กรการระบุตัวเลขแน่ชัด ทว่าหากอ้างอิงตามผลวิจัย Association between Screen Time and Depression among US Adults จัดทำโดย K.C. Madhav,

Shardulendra Prasad Sherchand และ Samendra Sherchan ที่ศึกษาด้วยการสำรวจข้อมูลโดยมีผู้เข้าร่วมเป็นชาวอเมริกันที่มีอายุตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไป ผลการศึกษาพบว่าผู้เข้าร่วมวิจัยที่ใช้เวลาหน้าจอมากกว่า 6 ชั่วโมงขึ้นไปพบความเสี่ยงสูงต่อการเกิดโรคซึมเศร้า ดังนั้นเราจึงอาจอนุมานตัวเลขเวลาการใช้ที่งานเหมาะสมไม่เกิน 6 ชั่วโมงต่อวัน



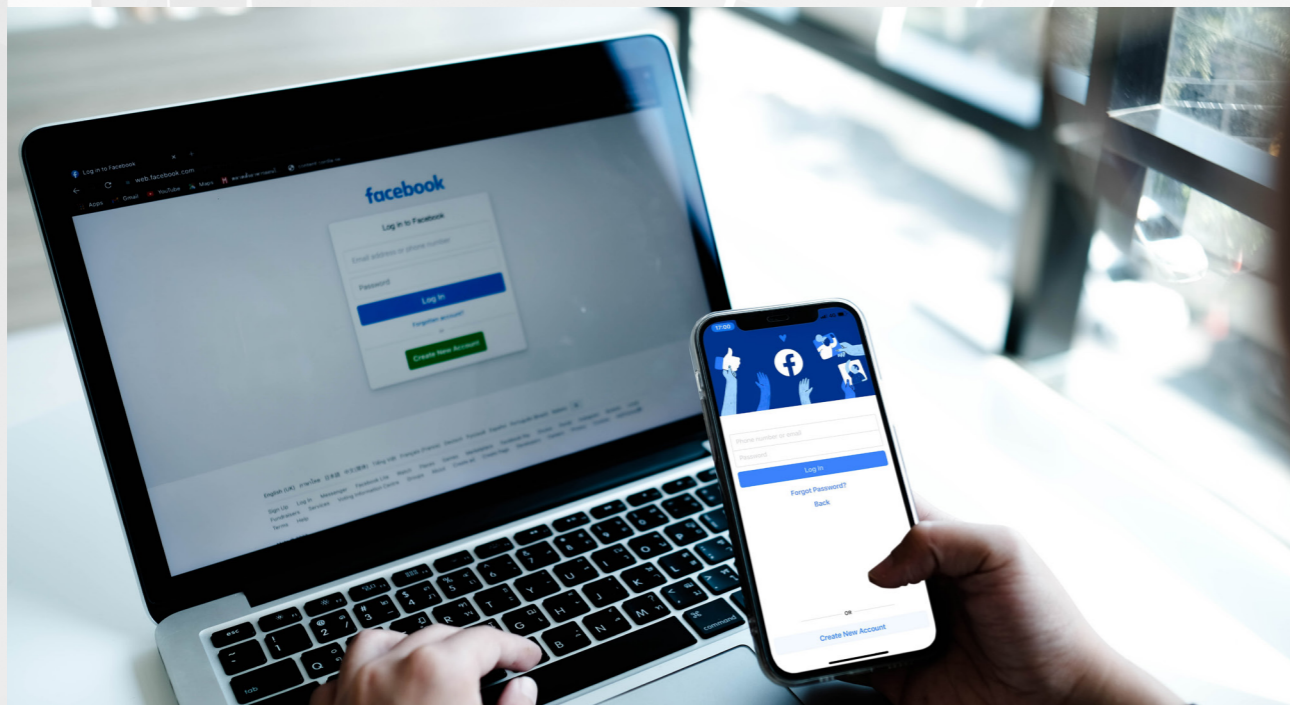
วิธีเช็คเวลาการใช้งานหน้าจอบนสมาร์ตโฟน

อุปกรณ์ระบบปฏิบัติการ iOS

เข้าไปที่เมนู Setting หรือตั้งค่า > เลือก Screen Time หรือ เวลาหน้าจอ

อุปกรณ์ระบบปฏิบัติการ Android

เข้าไปที่เมนู Setting > หรือตั้งค่า > Digital Wellbeing หรือยอดคงเหลือดิจิทัล



การใช้งานเวลาหน้าจอานาน ๆ ส่งผลกระทบต่อผู้ใช้งานทั้งทางสุขภาพร่างกายและสุขภาพใจแค่นั้น ทำให้เราถึงต้องให้ความสำคัญ ตามข้อมูลในหนังสือการบริหารจัดการเวลาบนโลกดิจิทัล (Screen Time Management) ของ มูลนิธิส่งเสริมสื่อเด็กและเยาวชน (สสย.) ระบุผลกระทบที่คนแต่ละช่วงวัยได้รับจากการใช้เวลาหน้าจอานานดังนี้

เด็ก

ด้านพัฒนาการ

- พัฒนาการทางภาษาช้า
- ทักษะการใช้ชีวิตที่เหมาะสมน้อยลง เช่น การชี้จกักรยาน ผูกเชือกรองเท้า เป็นต้น

ด้านสุขภาพกาย

- เสี่ยงเป็นโรคอ้วน
- เสี่ยงต่อสุขภาพทางกายภาพ เช่น เมื่อยล้า นิ้ว คอ หลัง ข้อมือ หรือสายตา
- นอนหลับไม่สนิท ส่งผลต่อพัฒนาการสมอง
- ถูกโฆษณาโน้มน้าวให้บริโภคขนม หรืออาหารที่ทำให้เกิดโรคอ้วน

ด้านจิตวิทยา

- ขาดการปฏิสัมพันธ์กับผู้คน
- มีพฤติกรรมก้าวร้าว

ผู้ใหญ่

ด้านสุขภาพกาย

- น้ำหนักเพิ่ม
- ปัญหาด้านสายตาจากโรค Computer Vision Syndrome (CVS)
- ปวดเมื่อยและเจ็บหลัง
- นอนไม่หลับ
- คิดช้าลง
- สุขภาพหัวใจอ่อนแอลง

ด้านจิตวิทยา

- ซึมเศร้าและวิตกกังวล

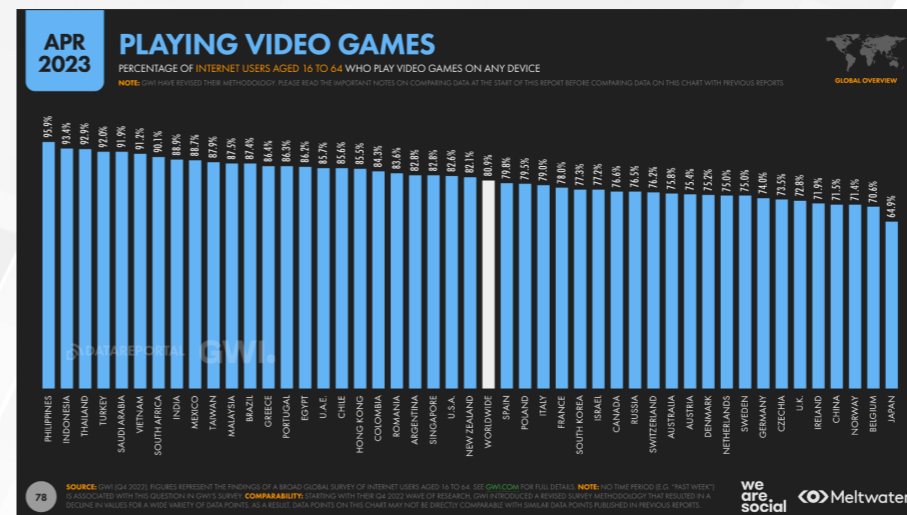
ห่างจอสักพักด้วย Social Detox

ปัจจุบันการห่างจอหรือลดบทบาทการใช้โซเชียลมีเดียให้น้อยลงด้วยการทำ Social Detox หรือ Social Detoxification กลายเป็นหนึ่งในเทรนด์สุขภาพสำคัญสำหรับคนยุคใหม่ บนอุปกรณ์ที่ใช้งานจึงออกแบบตัวช่วยที่พร้อมให้คุณจัดการเวลาหน้าจอเพื่อคืนสมดุลให้กับชีวิตอีกครั้ง เช่น การตั้งเวลาเพื่อจำกัดเวลาการใช้งานหน้าจอ ปิดการแจ้งเตือนรายการแอปพลิเคชัน ทั้งนี้ ในช่วงเวลาห่างจอทุกคนสามารถปรับพฤติกรรมเพื่อส่งเสริมการทำ Social Detox ได้ เช่น หางานอดิเรกและกิจกรรมออฟไลน์อื่นทำ วางโทรศัพท์ห่างตัวหรือปิดเครื่องเวลานอน



'3Ps' จัดการหน้าจอเจ้าตัวเอง

- Plan - สมาชิกในครอบครัวร่วมมือกันจำกัดเวลาใช้เวลาหน้าจอ
- Power off - กำหนดตารางเวลาการใช้หน้าจอ งดใช้อุปกรณ์ดิจิทัลและจัดพื้นที่ในบ้านเพื่อลดการใช้อุปกรณ์ในบางพื้นที่ เช่น ห้องอาหาร ห้องนั่งเล่น หรือห้องนอน
- Play - สร้างสมดุลระหว่างกิจกรรมการใช้เวลาหน้าจอกับการเล่นสร้างสรรค์อื่น ๆ เพื่อลดการใช้งานเทคโนโลยี ส่งเสริมสุขภาพ และการมีปฏิสัมพันธ์



กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์มีส่วนร่วมสนับสนุนการผลิตสื่อที่ให้ความสำคัญต่อการสร้างสรรค์คุณค่าด้านการจัดการเวลาที่เหมาะสมระหว่างโลกดิจิทัลและโลกแห่งความเป็นจริง โดยผลงานสื่อที่น่าสนใจคือ 'โครงการ Winner Gamer Season II' โครงการที่ให้ความสำคัญในแง่บริหารเวลาในการเล่นเกมอย่างเหมาะสม เพื่อสร้างความรู้เท่าทันและเฝ้าระวังสื่อให้กับพ่อแม่ผู้ปกครอง เด็ก เยาวชนและประชาชนในสังคม เนื่องจากตามข้อมูลในรายงาน Digital 2023 April Global Overview Report ของ We Are Social ประจำเดือนเมษายนพบว่าคนไทยใช้งานอินเทอร์เน็ตในการเล่นเกมนสูงเป็นอันดับ 3 ของโลก คิดเป็นเปอร์เซ็นต์สูงถึง 92.9% ของผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตทั้งหมด

โครงการ Winner Gamer เกมพิชิตฝัน Season II



โครงการ Winner Gamer เกมพิชิตฝัน Season II เป็นโครงการผลิตสื่อในรูปแบบรายการ จำนวน 12 ตอน ดำเนินการผลิตโดยบริษัท เทีนียม จำกัด เผยแพร่ 2 รูปแบบ ทั้งทางสื่อโทรทัศน์ ได้แก่ สถานีโทรทัศน์ช่อง 9 MCOT HD ช่อง 30 ตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคม - 17 ธันวาคม 2565 และช่องทางออนไลน์สำหรับดูย้อนหลัง ได้แก่ YouTube ช่อง Winner Gamer เกมพิชิตฝัน II และ Facebook Winner Gamer เกมพิชิตฝัน II

เนื้อหารายการนำเสนอมุมมองที่น่าสนใจเกี่ยวกับการเล่นเกมในหลากหลายมิติ กระตุ้นความตระหนักรู้และเฝ้าระวังผ่านการสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้องกับการเล่นเกมของเยาวชนไทย ไม่ว่าจะเป็นจากตัวผู้เล่น ผู้ปกครอง นักจิตวิทยา แพทย์ และนักวิชาการ ด้วยเนื้อหาทันสมัย ย่อยง่าย ตัดต่อสนุก ผู้รับชมจึงได้รับความบันเทิงไปพร้อมการสร้างภูมิคุ้มกันด้านการบริหารจัดการเวลาในการเล่นเกมที่เหมาะสม เพื่อเป็นแนวทางการสร้างเวลาคุณภาพและสร้างสรรค์ รวมถึงปลูกฝังค่านิยมและทัศนคติที่ดีต่อการใช้เทคโนโลยีให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริง เพราะเกมไม่ได้เป็นตัวร้ายเสมอไปหากใช้งานอย่างเหมาะสม

ที่มาข้อมูล:

- มูลนิธิส่งเสริมสื่อเด็กและเยาวชน (สสย.). (2563). การบริหารจัดการเวลาบนโลกดิจิทัล (Screen Time Management). พิมพ์ครั้งที่ 2. ปทุมธานี : บริษัท วอลล์ ออน คลาวด์ จำกัด
- We are Social. (2565). DIGITAL 2023: THAILAND. สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2566, จาก <https://datareportal.com/reports/digital-2023-thailand>
- Hailey Middlebrook. (2559). New screen time rules for kids, by doctors. สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2566, จาก <https://edition.cnn.com/2016/10/21/health/screen-time-media-rules-children-aap/index.html>
- American Psychological Association. (2562). Digital guidelines: Promoting healthy technology use for children. สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2566, จาก <https://www.apa.org/topics/social-media-internet/technology-use-children>
- K C Madhav, Shardulendra Prasad Sherchand, Samendra Sherchan. (2560). Association between screen time and depression among US adults. PMC (PubMed Central). สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2566, จาก <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5574844/>



DIGITAL MEDIA USE OF THAI PEOPLE

พฤติกรรมใช้สื่อดิจิทัลของคนไทย

2023

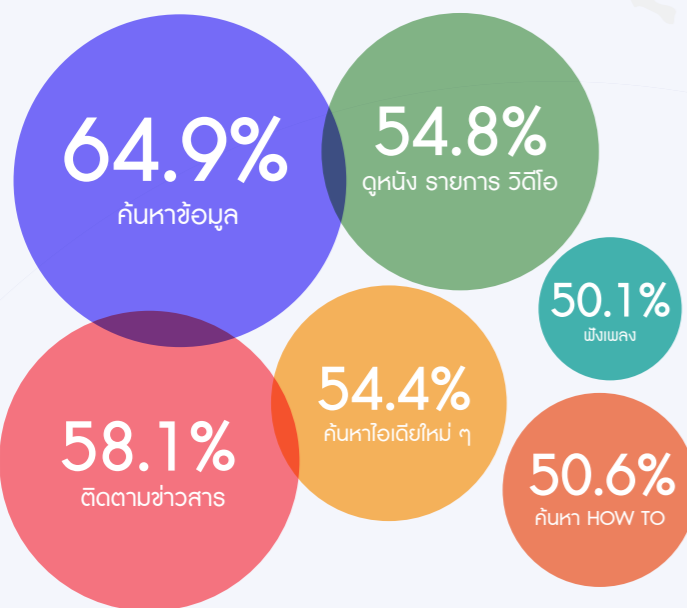
การใช้เวลากับอินเทอร์เน็ต

ในแต่ละวันของคนไทย (สำรวจอายุระหว่าง 16-64 ปี)

-  คนไทยใช้อินเทอร์เน็ตต่อวันเฉลี่ยมากถึง **8 ชั่วโมง 6 นาที**
-  นิยมใช้งานผ่านมือถือมากกว่าเฉลี่ยการใช้งานที่ **5 ชั่วโมง 5 นาที**
-  ใช้งานผ่านคอมพิวเตอร์เฉลี่ยประมาณ **3 ชั่วโมง 1 นาที**

6 อันดับแรก

กิจกรรมยอดฮิตบนโลกออนไลน์ของคนไทย



6 อันดับแรก

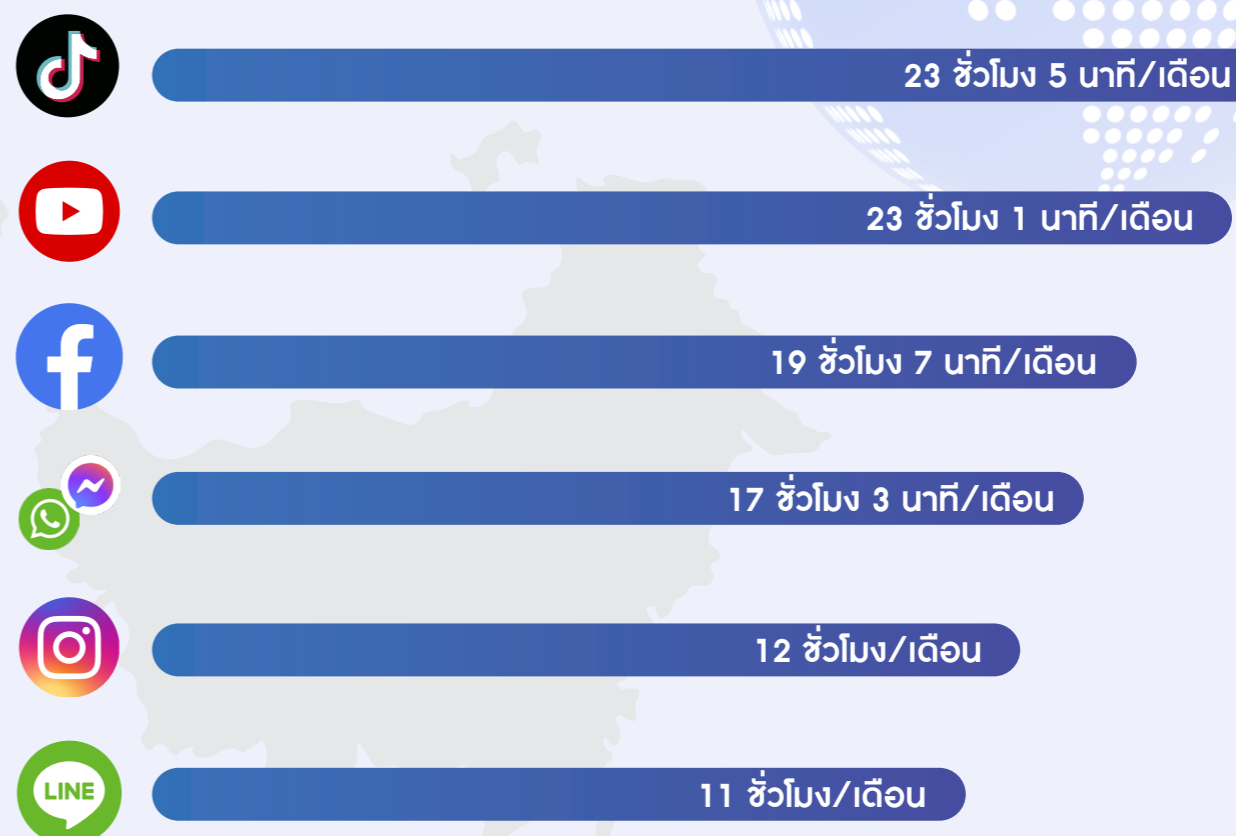
SOCIAL MEDIA ที่คนไทยนิยมใช้



คนไทยติดอันดับใช้สื่อดิจิทัล “ระดับโลก”

-  คนไทยใช้เวลาด้วย SOCIAL MEDIA **2 ชั่วโมง 44 นาทีต่อวัน** สูงกว่าค่าเฉลี่ยทั่วโลกที่ใช้งานอยู่ที่ **2 ชั่วโมง 31 นาทีต่อวัน**
-  คนไทยเล่นเกมผ่านคอนโซลซึ่งเป็น **อันดับ 2 ของโลก** คิดเป็น **1 ชั่วโมง 43 นาทีต่อวัน**
-  คนไทยกังวลเกี่ยวกับข่าวปลอมต่าง ๆ อยู่ที่ **62.5%** สูงกว่าค่าเฉลี่ยทั่วโลกที่มีเพียง **53.9%** เท่านั้น
-  คนไทยเล่นเกมมากเป็นอันดับ 4 ของโลก อยู่ที่ **92.3%** สูงกว่าค่าเฉลี่ยทั่วโลกที่ใช้งานอยู่ที่ **81.9%*** *(รวมทั้งเกมมือถือ เกมคอนโซล ฯลฯ)
-  คนไทยช้อปปิ้งออนไลน์/สืปดาห์ **บ่อยที่สุดในโลก**

6 แพลตฟอร์มที่คนทั่วโลกใช้เวลาามากที่สุดปี 2023



ที่มา: ผลสำรวจพฤติกรรมการใช้ดิจิทัลของคนไทย จาก DIGITAL 2023 GLOBAL OVERVIEW REPORT โดย WE ARE SOCIAL

SMART USE OF SAFE MEDIA

ฉลาดใช้สื่อปลอดภัย-สร้างสรรค์ ติตอาวูรให้คนไทยรู้เท่าทัน

การก้าวสู่โลกดิจิทัลอย่างเต็มตัวหลังยุคโควิดส่งผลให้พฤติกรรมของผู้คนเปลี่ยนแปลงไปอย่างสิ้นเชิง คนหันมาใช้สมาร์ทโฟนเป็นอุปกรณ์หลักในการเข้าถึงข้อมูลต่าง ๆ ทั้งการเสพคอนเทนต์ สื่อสาร ซอปปิง และความบันเทิง ทั้งโลกจริง โลกออนไลน์ ผูกพันเชื่อมร้อยด้วยข้อมูล ข่าวสาร ความคิด ความเห็น อารมณ์ ความรู้สึก ประสบการณ์ และกิจวัตรประจำวัน



แน่นอนว่าเทคโนโลยีล้ำสมัยมาพร้อมกับด้านมืดและด้านสว่างขึ้นอยู่กับทางเลือกใช้ให้เป็นคุณหรือโทษ คอลัมน์ Spotlight ฉบับนี้ ส่งไปที่ 4 โครงการน่าสนใจที่ส่งเสริมองค์ความรู้ด้านการรู้เท่าทันสื่อและสร้างการมีส่วนร่วมของประชาชนในทุกภาคส่วนของกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ ที่ช่วยตัดอาวุธทางปัญญาให้คนไทยมีความรอบรู้เท่าทันสื่อในยุคดิจิทัล

คบเด็กข้างบ้าน 🔍

ภาพยนตร์สั้นที่จะชวนย้อนวันวานไปกับการละเล่นพื้นบ้านอีสานที่ไม่ได้เห็นกันมานาน นวัตกรรมเชื้อเชิญให้เด็ก ๆ วางมือละสายตาจากหน้าจอแล้วไปเล่นกับเพื่อนข้าง ๆ บ้านด้วยกัน

ชีวิตติด Tech 2 🔍

รายการ TIC TAC TECH เรื่องไม่เล็กเทคโนโลยี ที่จะชวนทุกคนในครอบครัว รู้จักใช้ เข้าใจ และรู้เท่าทันเทคโนโลยีที่ทำให้ชีวิตง่าย สะดวกสบาย ปลอดภัย

หนังสือเสริมประสบการณ์ที่สอนน้องให้รู้เท่าทันโลกออนไลน์ 🔍

เสริมภูมิปัญญาทางวรายุทธศาสตร์กับพี่โมบายส์ ที่จะมาสอนน้อง ๆ ให้รู้เท่าทันโลกออนไลน์ ผ่าน e-book และการตูนแอนิเมชัน 8 ตอน สุดน่ารัก

มือใหม่ “วัยเท่า” รู้เท่าทันสื่อดิจิทัล 🔍

ไม่ให้ถูกหลอก ไม่ให้โดนโกง เรียนรู้ไปกับวัยเท่า จากสื่อความรู้ในการใช้อินเทอร์เน็ตและสื่อสังคมออนไลน์ผ่านสมาร์ทโฟน





คบเด็กข้างบ้าน ชวนกันออกไปเล่น

เด็กติดมือถือ ติดเกม อยู่หน้าจอเป็นเวลานาน ส่งผลเสียต่อสุขภาพกาย ใจ พัฒนาการทางสมอง การเติบโต และการเข้าสังคม สาเหตุส่วนหนึ่งมาจากการปล่อยให้เด็กใช้เวลาอยู่กับหน้าจออย่างไม่สมดุล หรือมากเกินไป

ปัญหาเด็กติดเกม เป็นแรงบันดาลใจสำคัญของ อมรวัฒน์ พุทรเลิศศักดิ์ หัวหน้าโครงการ คบเด็กข้างบ้าน โครงการที่ได้รับทุน ประเภทส่งเสริมและสนับสนุนเด็กและเยาวชน ประจำปี 2564 ที่มองว่าต้องมีทางเลือกอื่น หรือกิจกรรมที่ช่วยให้เด็กได้ออกไปเล่นกับเพื่อน ๆ ข้างบ้าน จึงเลือกการละเล่นพื้นบ้านอีสานที่ครั้งหนึ่งเขาเคยเล่นเมื่อยังเด็ก แต่ไม่ค่อยได้เห็นมากนักในยุคนี้ มาบอกเล่าใหม่ผ่านภาพยนตร์สั้น

ภาพยนตร์สั้นมีทั้งหมด 6 ตอน ตอนละ 15 นาที แต่ละตอนนำเสนอการละเล่นพื้นบ้านอีสานจาก 6 จังหวัด ได้แก่ ชัยภูมิ หนองคาย นครพนม ยโสธร เลย และมุกดาหาร ซึ่งมีความแตกต่างกันในแต่ละพื้นที่ แต่ล้วนมีประโยชน์กับเด็ก ๆ เป็นตัวอย่างการเล่นอย่างปลอดภัยและสร้างสรรค์ที่สามารถนำมาเล่นกับเพื่อนได้จริง เช่น จำหุ่มหมี ได้ฝึกร้องเพลงประสานกับเพื่อน การละเล่นผีโขน ได้ฝึกเด็กให้วาดรูปแต่งแต้มศิลปะหน้ากากผีโขน เดินไม้โกลก ฝึกการทรงตัว สมานธิ ที่สำคัญถือเป็นการได้มาออกกำลังกายสร้างสุขภาพที่ดีอีกด้วย

"ผลตอบรับดีมาก เด็ก ๆ ที่เชียงใหม่ จ.เลย ขอนำภาพยนตร์สั้นไปฉาย 'ถนนคนเดิน' ส่งเสริมการท่องเที่ยววัฒนธรรม มีคุณค่า เกิดประโยชน์ต่อเศรษฐกิจ สังคม การเรียนรู้ การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม เชียงอนุรักษ์ ส่วนการ 'ติดลิฟท์' จ.ชัยภูมิ ได้ถูกนำไปบรรจุหลักสูตรการเรียนการสอน นักเรียนก็ต้องฝึกเล่นให้เป็นเล่นได้ ไม่ใช่แค่งานประจำปี คนที่ไม่เคยรู้จักเล่นตามเพื่อน กลายเป็นชุมชนเล็ก ๆ มีกิจกรรมดี ๆ ที่ไม่ต้องอยู่แต่ที่หน้าจอ"

อมรวัฒน์บอกความรู้สึกด้วยว่า รู้สึกดีใจที่ได้ผลิตสื่อที่ดี สร้างสรรค์ เป็นประโยชน์ต่อสังคม เด็กได้รู้จัก เข้าใจ ผู้ปกครองได้เรียนรู้เล่นไปพร้อม ๆ กัน ขณะเดียวกันกองทุนพัฒนาสื่อฯ เป็นหน่วยงานที่เปิดโอกาสให้ผู้ผลิตสื่อเล็ก ๆ ได้ผลิตสื่อที่ทำประโยชน์เพื่อสังคม ประเทศชาติ โดยเราหวังจะต่อยอดโครงการฯ ถ่ายทอดการละเล่นพื้นบ้านของไทยซึ่งมีทุกภาค ทั้งภาคเหนือ ภาคใต้ คัดสรรการละเล่นพื้นบ้านที่น่าสนใจนำมาบอกเล่าต่อไป

เมื่อเด็กออกมาเล่น ใช้เวลาอยู่กับหน้าจออย่างเหมาะสม "การออกมาเล่น" จึงเป็นการเพิ่มทางเลือกให้เด็กได้มีกิจกรรมที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น ช่วยให้เด็กหลุดพ้นจากปัญหาติดเกม ติดมือถือได้ไม่ยาก

สำหรับภาพยนตร์สั้น "คบเด็กข้างบ้าน" ออกอากาศทางช่องโทรทัศน์รัฐสภา หมายเลข 10 หรือแอปพลิเคชัน TPchannel หรือ ดูย้อนหลังได้ที่ FB: คบเด็กข้างบ้าน



ชวนเล่น 6 การละเล่นพื้นบ้านอีสาน

- 1. ติดลิฟท์** เป็นการละเล่นในประเทศไทย เล่นกันช่วงฤดูหนาวหลังออกพรรษา คล้ายกับกีฬาออกกั๊แต่ใช้กติกาคล้ายการเล่นฟุตบอล กำหนดเวลาการเล่น โดยใช้ไม้ตีลูกเข้าประตูคู่ต่อสู้
- 2. อีตอย** ต้องเล่นเป็นกลุ่ม แบ่งผู้เล่นเป็น 2 ฝ่าย ชัดเส้นเป็นตารางจำนวนเท่ากับผู้เล่น ฝ่ายหนึ่งยืนประจำเส้นตามขวาง อีกฝ่ายจะวิ่งผ่านแต่ละเส้นไปโดยไม่ให้เจ้าของเส้นแตะโดนตัวได้
- 3. ผีโขน** การละเล่นหนึ่งของชาวผู้ไท จ.นครพนม แต่งกายชุดผีโขนเข้าร่วมขบวนแห่และแสดงท่าทางต่าง ๆ ในช่วงงานประเพณีบุญหลวง หรือ บุญผะเหวด
- 4. สะบ้า** หลายคนเข้าใจว่ามาจากมอญ แต่ภาคอีสานก็มีการเล่นชนิดนี้ การเล่นสะบ้ามีทั้งหมด 48 บท ที่นิยมเล่นกันคือ "สะบ้ารำ" โดยแบ่งเป็นชายหนึ่งฝ่าย หญิงหนึ่งฝ่าย ฝ่ายแพ้ต้องเป็นฝ่ายรำ
- 5. จำหุ่มหมี** เล่นคล้ายกับจำจ้อของภาคกลาง ถ้าคำสุดท้ายไปตกที่ผู้ใดผู้หนึ่งต้องเป็นคนปิดตา นับ 1-20 แล้วคนอื่นไปซ่อน ผนวกการละเล่นมอญซ่อนผ้าเข้ากับซ่อนหา หรือจำหุ่มหมี มีทั้งสั้นและยาว
- 6. มะแงงญา** เรียกว่าอีกชื่อว่า ไม้โกลก หรือ ขาโกลก ภูมิปัญญาของชาวบ้านที่คิดท่าของเล่นให้เด็ก ๆ จากธรรมชาติที่หาได้ง่ายในท้องถิ่น โดยเป็นการแข่งขันวิ่งไม้โกลกที่แสนสนุกสนาน



FB: คบเด็กข้างบ้าน



ชีวิตติด Tech เรื่องไม่เล็กเทคโนโลยี

เมื่อเทคโนโลยีไม่ใช่เรื่องที่ไกลตัวอีกต่อไป แต่มีบทบาทสำคัญในชีวิตประจำวันของทุกคน ดังนั้น หากไม่เรียนรู้ ไม่ปรับตัว ไม่เท่าทัน ก็อาจตกเป็นเหยื่อ ถูกหลอก ละเมิดสิทธิ์ ในโลกอนาคตจากนี้ เทคโนโลยี คือ ปัจจัยที่ต้องเรียนรู้ และนำมาปรับใช้อย่างเหมาะสม ปลอดภัย

พงศ์พิเชฐ ศิริโชติชำนาญ หัวหน้าโครงการ ชีวิตติด Tech 2 โครงการที่ได้รับทุนประเภทผู้รับทุนเดิม ประจำปี 2564 เล่าถึงที่มาของโครงการฯ ว่า แรกเริ่มก่อนที่จะมาเป็นชีวิตติด Tech 2 ได้นำเสนอโครงการชีวิตติด Tech รายการที่นำทุกคนในครอบครัวไปรู้จัก เข้าใจ และรู้เท่าทันเทคโนโลยีที่อยู่ในชีวิตประจำวันของเราให้มากยิ่งขึ้น โดยปรับตัวให้สอดคล้องกับยุค New Normal เป็นเนื้อหาที่เข้ากับสถานการณ์ปัจจุบันขณะนั้นอย่างมาก จำนวน 30 ตอน

ส่วนรายการ TIC TAC TECH เรื่องไม่เล็กเทคโนโลยี ดำเนินการต่อเนื่องภายใต้โครงการชีวิตติด Tech 2 รายการนำเสนอเรื่องราวของเทคโนโลยีที่หลากหลาย เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันที่จะทำให้ชีวิตเราง่าย สะดวกสบาย มีประสิทธิภาพมากขึ้น ปลอดภัย แปลกใหม่ สร้างแรงบันดาลใจ หากเรารู้จักใช้ เข้าใจ ก็เท่าทันเทคโนโลยี จำนวน 46 ตอน โดยมีการแบ่งรายการเป็นช่วงย่อย ๆ นำเสนอทั้งภาพเคลื่อนไหว (Animation) ละครชุดคอม และให้ข้อมูลตอบคำถามโดยผู้เชี่ยวชาญ

"มีแฟนรายการที่ติดตามช่องทาง YouTube และ Facebook ขอข้อมูลที่สนใจเพิ่มเติม และขอบคุณที่เราผลิตสื่อที่เป็นประโยชน์ ได้นำไปใช้จริง ๆ บางคนก็เสนอประเด็นที่เป็นประโยชน์และอยากให้เรา ซึ่งเรามีการทำสรุปโครงการเป็นไฟล์สรุปเพื่อรับฟังเสียงตอบรับของรายการด้วย"

สุดท้าย พงศ์พิเชฐมองว่าเทคโนโลยีมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โดยที่เราไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ขึ้นอยู่กับว่าเราจะใช้เทคโนโลยีไปในทางที่เกิดประโยชน์หรือโทษอย่างไร เพราะเทคโนโลยีหากเรียนรู้ทำความเข้าใจให้ให้เกิดประโยชน์ ทั้งการเรียน การประกอบอาชีพ ไม่ทำให้เกิดโทษอย่างแน่นอน

รับชมทีวีออนไลน์ทาง www.thaipbs.or.th/Live หรือช่องทาง YouTube: thaipbskids



ดูย้อนหลัง



หนังสือเสริมประสบการณ์

พี่สอนน้องให้รู้เท่าทันโลกออนไลน์

เด็กไทยมีภูมิคุ้มกันภัยจากสื่อออนไลน์ต่ำ ทั้งพนัน สื่อลามก การกลั่นแกล้ง รั้งแก (Bully) หลอกหลวง สิ่งไม่ดี หรือผิดกฎหมาย หลายครั้งที่เด็กเยาวชน กลายเป็นเหยื่อของมิจฉาชีพ จึงต้องเสริมภูมิคุ้มกันเพื่อชี้ให้เห็นข้อมูล ภัยร้ายทั้งสองด้านของโลกออนไลน์ ทั้งวิธีการป้องกัน และแก้ปัญหา

โครงการหนังสือเสริมประสบการณ์พี่สอนน้องให้รู้เท่าทันโลกออนไลน์ โครงการประเภท ทุนสนับสนุนเด็กและเยาวชน ปี 2564 โดย ปาริสสา สัทธินทรีย์ หัวหน้าโครงการฯ มองเห็นช่องโหว่ที่จะช่วยเติมเต็ม จึงจัดทำหนังสือเสริมทั้งรูปแบบเล่ม และรูปแบบ e-book และยังมีการ์ตูนอีก 8 ตอน ที่ช่วยสร้างความรู้เท่าทันสื่อให้กับเยาวชนไทย ในวัยประถมศึกษาตอนปลาย-ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ภูมิคุ้มกันต้านทานวายร้ายไซเบอร์ เป็นการจำลองเรื่องภัยออนไลน์ เช่น ข่าวปลอม วายร้าย Fake News วายร้าย Cyberbullying วายร้าย Digital Footprint พนันออนไลน์ หลอกกรัก คุกคาม ลามก โลกเสมือนจริง ซึ่งเหล่านี้เป็นภัยใกล้ตัว เป็นเรื่องที่เด็กประสบจริง ๆ มีตัวละครชื่อ "พี่โมบายล์" ที่มีพลังวิเศษรับมือวายร้ายไซเบอร์ด้วยท่าไม้ตาย ตีพิมพ์ทั้งสิ้น 2,000 เล่ม ส่งไปยังโรงเรียนต่าง ๆ ในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เพื่อใช้เป็นสื่อการเรียนการสอน และรูปแบบ e-book ผ่านเว็บไซต์ นอกจากนี้ทำหนังสือแล้ว ยังผลิตการ์ตูนแอนิเมชัน 8 ตอน เพื่อทำให้ข้อมูลน่าสนใจมากขึ้นสำหรับน้อง ๆ ที่ยังอ่านหนังสือไม่คล่อง



"น้องโมบายล์เป็นไอคอลลของน้อง ๆ พี่สอนน้อง พี่พูดอะไรน้องก็จะฟัง เช่น เมื่อเจอปัญหาถูกบูลลี่จะรับมืออย่างไร วิธีการที่ต้องพูด พูดอย่างไร เป็นต้น สำหรับยอด การเข้าชม ทั้ง e-book และการ์ตูนมี ประมาณเกือบแสนคน มีคนมาดูเยอะมาก และที่เห็นใจความคาดหวังอย่างมาก คือการ ที่สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา นำมาเป็นสื่อการเรียนการสอน และ กระจายไปยังอีกหลายสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษา"

ประโยชน์ที่ได้รับจากการทำโครงการฯ นี้ ปาริสสาบอกว่า การได้เป็นส่วนหนึ่งในการ ทำงานร่วมกับกองทุนพัฒนาสื่อฯ เกิด ประโยชน์กับตัวเองมาก ถือเป็น ประสบการณ์ที่ดีในการได้ลงทำงานกับเด็ก เก็บข้อมูล พูดคุย จนเกิดเป็นชิ้นงาน และคิดว่าสร้างคุณประโยชน์กับสังคมหวัง จะช่วยให้น้อง ๆ เยาวชน มีภูมิคุ้มกัน มากขึ้น สามารถเล่นอินเทอร์เน็ตได้อย่าง ปลอดภัย และสร้างสรรค์

ขั้นตอนต่อไป ปาริสสาบอกว่าตั้งใจจะต่อยอดทำ ต่อ โดยนำเรื่องภัยต่าง ๆ ในโลกออนไลน์ ในสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น วายร้ายเรื่องเพศ ศึกษา หรือในกลุ่มเด็กวัยรุ่นที่ต้องเจอ ปัญหาที่ต่างกันอย่างอื่น มานำเสนอเพื่อ ให้ ข้อมูลกับเด็ก ๆ และอยากให้เด็ก ๆ ได้มี โอกาสลงมือผลิตสื่อด้วยตัวเอง เพิ่มการมี ส่วนร่วมในกิจกรรม พัฒนาศักยภาพให้ เด็ก ๆ เติบโตอย่างแข็งแรง



ดาวน์โหลด e-book ได้ที่



รับชมการ์ตูน ทั้ง 8 ตอน



มือใหม่วัยเก๋ารู้เท่าทันสื่อดิจิทัล

สปอตไลต์ส่องไปที่โครงการสุดท้าย...โครงการมือใหม่วัยเก๋ารู้เท่าทันสื่อดิจิทัล การผลิตสื่อความรู้ในการใช้อินเทอร์เน็ตและสื่อสังคมออนไลน์ ผ่านสมาร์ตโฟนสำหรับผู้สูงอายุ โดยสมาคมสภาวิชาชีพการ การแพทย์และการกระจายเสียง (ประเทศไทย)

ผู้สูงอายุ เป็นกลุ่มที่เราให้ความสำคัญเพราะมักถูกหลอกจากสังคมออนไลน์มากที่สุด วัชระ แววุฒินันท์ หัวหน้าโครงการมือใหม่วัยเก๋ารู้เท่าทันสื่อดิจิทัล บอกจุดเริ่มต้นที่สนใจทำ โครงการนี้ ประกอบกับกองทุนพัฒนาสื่อฯ เห็นความสำคัญของ "ผู้สูงอายุ" ในปัจจุบันที่มี มากขึ้น จึงสนับสนุนผู้ผลิตสื่อสร้างสรรค์เพื่อพัฒนาศักยภาพ และเสริมทักษะการใช้ชีวิต ที่ดีขึ้น

รายการ "มือใหม่ วัยเก๋ รู้เท่าทันสื่อดิจิทัล" เป็นการผลิตรายการวิดีโอ จำนวน 10 ตอน ความยาวประมาณ 10-15 นาที มีอาโย-ทัศน์วรรณ เสนียวงศ์ ณ อยุธยา เป็นผู้ช่วยที่จะชวน มือใหม่วัยเก๋ทั้งหลายมาอัปเดตดิจิทัลกัน เริ่มตั้งแต่การใช้งานอินเทอร์เน็ตบนสมาร์ตโฟน และการสมัครอีเมลผ่านสมาร์ตโฟนด้วย Google การใช้งาน Google Play Store ในสมาร์ตโฟน การใช้งาน Line Facebook YouTube การตั้งค่าความปลอดภัยบนโลก ออนไลน์ และวิธีการตรวจสอบ Fake News และเว็บไซต์ปลอม



ติดตาม มือใหม่วัยเก๋ รู้เท่าทันสื่อดิจิทัล

สังคมไทยเป็นสังคมผู้สูงอายุ เทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงแบบก้าวกระโดดถึงผู้สูง อายุส่วนหนึ่งเอาไว ราชการมือใหม่ วัยเก๋ รู้เท่าทันสื่อดิจิทัล จึงช่วยผู้สูง อายุให้รู้เท่าทันมิจฉาชีพที่มีกแฝงตัวใน โลกออนไลน์

วัชระบอกอีกว่า ไม่เพียงแต่ผลิตสื่อเท่านั้น เรามุ่งเป้าการเผยแพร่ข้อมูลให้ผู้สูงอายุหรือ คนใกล้ชิดให้ได้นำไปใช้เรียนรู้ ซึ่งทีมทำงาน จัดกิจกรรมโรดโชว์ไปยังสมาคม ชุมชน ผู้สูงอายุ และนำวิธีการใช้ออนไลน์อย่าง ปลอดภัย สร้างสรรค์ โดยมีคลิปวิดีโอ สื่อสารเนื้อหาที่อธิบายเข้าใจได้ง่าย ใช้สื่ ที่ ดึงดูดและตัวอักษรขนาดใหญ่ มีการจำลอง สถานการณ์การแก้ปัญหาอย่างชัดเจน นอกจากนี้ ยังขอความร่วมมือไปยังสื่อ ออนไลน์ต่าง ๆ ช่วยกันเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์คลิปรายการ "มือใหม่ วัย เก๋ รู้เท่าทันสื่อดิจิทัล" เพื่อกระจายข้อมูล ให้ไปถึงผู้สูงอายุมากที่สุด

แนวทางการกติกาใช้สื่อออนไลน์ ด้วยหลัก “5ว”

ท้ายเล่ม ฉบับนี้...กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ ออเป็นห่วงปัญหาจากใช้สื่อออนไลน์ที่ไม่เหมาะสมของเด็กและเยาวชน รวมถึงภัยจากสื่อสังคมออนไลน์ ที่เป็นภัยคุกคามหลากหลายของเรามากขึ้น จึงขอเสนอแนะการใช้สื่อออนไลน์อย่างรู้เท่าทัน สร้างสรรค์ และปลอดภัย สำหรับเด็กด้วย หลัก “5ว” มาเป็นตัวช่วย สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และคุณครู ในการดูแลเด็ก ๆ เพื่อวางกฎกติกาใช้สื่อออนไลน์อย่างเหมาะสม



ว-วัย ที่เหมาะสมในการใช้สื่อ

เข้าใจพัฒนาการเด็ก ตระหนักว่าสื่ออิเล็กทรอนิกส์จะทำลายพัฒนาการทางภาษา กล้ามเนื้อ อารมณ์ การสังเกตและการเรียนรู้ โดยเฉพาะเด็กอายุ 0-2 ขวบ ไม่ควรใช้หน้าจออิเล็กทรอนิกส์ใด ๆ เลย หากห้ามไม่ได้ ต้องเลือกเนื้อหาและจำกัดเวลา ขณะที่เด็กอายุ 2-13 ปี ไม่ควรใช้สื่อสังคมออนไลน์ใด ๆ เนื่องจากเด็กยังแยกแยะความเสมือนจริงกับความจริงไม่ได้ ระบบยับยั้งซึ่งใจยังพัฒนาไม่สมบูรณ์



ว-วิธี การใช้สื่อ

สอนให้เด็กมีทักษะรู้ใช้ ป้องกันตัวเองจากภัยสื่อออนไลน์ ทั้งข้อมูลส่วนตัวที่ควรเก็บเป็นความลับ การตรวจสอบข้อมูลความน่าเชื่อถือ การใช้ข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริงได้ การไม่ใช้สื่อในการกลั่นแกล้งผู้อื่น ที่สำคัญสอนวิธีการที่เด็กจะรักษาเวลาที่ใช้ ข้อตกลง เงื่อนไขในการใช้งานอย่างสมดุลกับชีวิต อย่างสร้างสรรค์ มีคุณค่า เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเอง



ว-เวลา ที่ใช้สื่อ

ควรมีข้อตกลงเรื่องเวลาในการใช้สื่อ ไม่ว่าจะเล่นเกมออนไลน์ หรือดูสื่อออนไลน์ โดยไม่ควรเกินวันละ 1-2 ชั่วโมง รวมทั้งควรกำหนดเงื่อนไขการใช้ เช่น ต้องทำการบ้านก่อน หรือทำงานบ้านก่อน จึงจะใช้สื่อออนไลน์ได้



ว-วัฒนธรรม ประจำวันที่ใช้สื่อ

ส่งเสริม สนับสนุนให้เด็กได้ทำกิจกรรมเน้นส่งเสริมพัฒนาการ สุขภาพ ความแข็งแรงของร่างกาย พ่อแม่ควรใส่ใจและให้เด็กมีโอกาสเล่น หรือทำกิจกรรมเพิ่มทักษะ เช่น ดนตรี กีฬา ศิลปะ ท้องเที่ยว สันทนาการอื่น ๆ ที่เหมาะสม



ว-วัตถุประสงค์ การใช้งาน

พ่อแม่ควรพูดคุยทำความเข้าใจวัตถุประสงค์การใช้งานสื่อออนไลน์ ว่าต้องการค้นหาหาความรู้ทางการศึกษา หรือการใช้สื่อเพื่อความบันเทิง หรือใช้สื่อเพื่อการเข้ากลุ่มทางสังคม หรือการใช้สื่อเพื่อสร้างตัวตนออนไลน์ อย่างชัดเจนในการใช้สื่อตั้งแต่เริ่ม

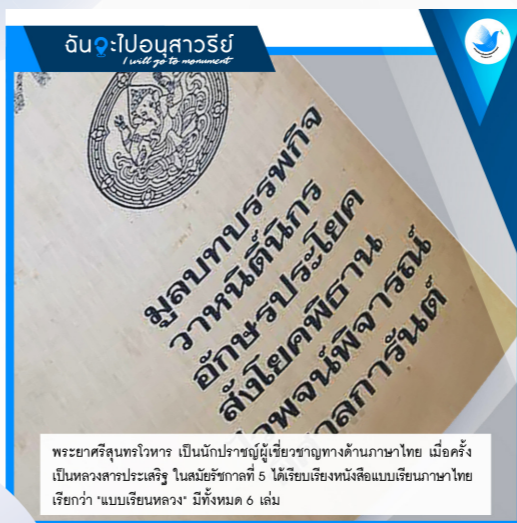


ดาวน์โหลดคู่มือรู้เท่าทันสื่อออนไลน์

ที่มา: คู่มือรู้เท่าทันสื่อออนไลน์และเฝ้าระวังสื่อปลอดภัยต่อเด็กและเยาวชน โดยกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์



ฉันจะไปอนุสาวรีย์



สารคดีออนไลน์เกี่ยวกับอนุสาวรีย์ในประเทศไทย เพื่อนำเสนอเรื่องราวของบุคคลสำคัญที่ได้สร้างคุณงามความดีต่อแผ่นดิน

อนุสาวรีย์ คือ อนุสรณ์แห่งความดีที่สร้างไว้เพื่อบันทึกความทรงจำหน้าสำคัญของประวัติศาสตร์ รายการสารคดีจะพาผู้ชมไปสัมผัสพลังแห่งความดีที่มีต่อประเทศไทย และร่วมระลึกถึงวีรกรรมอันกล้าแกร่ง เพื่อเป็นแบบอย่างและสร้างจิตสำนึกในการรักและหวงแหนประเทศไทย



สารคดีออนไลน์เกี่ยวกับอนุสาวรีย์ในประเทศไทย จำนวน 52 ตอน ผ่าน YouTube Channel และ Facebook ช่อง I will go to monument



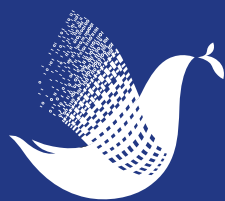
SCAN ME



Facebook: <https://www.facebook.com/iwillgotomonument>



YouTube Channel: <https://www.youtube.com/@iwillgotomonument>



กองทุนพัฒนาสื่อ
ปลอดภัยและสร้างสรรค์
THAI MEDIA FUND

กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์

เลขที่ 388 อาคาร เอส.พี. (ไอบีเอ็ม) อาคารเอ ชั้น 6 ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร 10400
โทรศัพท์ 0 2273 0116-8 โทรสาร 0 2273 0119 อีเมล: contact@thaimediafund.or.th เว็บไซต์: www.thaimediafund.or.th

