

ใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง ข้อควรปฏิบัติและควรระวังในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อวัยรุ่น
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการวัยรุ่น
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

ข้อควรปฏิบัติและควรระวังในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์

โลกของเครือข่ายสังคมออนไลน์ ก็ไม่ต่างจากโลกความเป็นจริง ที่มีทั้ง “คนดี” “คนร้าย” “ตัวจริง” “ตัวปลอม” ปะปนกันไปหมด แต่ที่น่าวัดกว่าโลกความเป็นจริง คือ เรื่องราวบนโลกสังคมออนไลน์ แพร่กระจายไปได้เร็วมาก แล้วก็หายากเสียด้วย บางคนใช้สื่อสังคมออนไลน์ อย่างรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือ คาดไม่ถึงว่าจะเกิดผลเสียหายตามมา อย่างกรณีที่มีข่าวลือที่สร้างความเสียหายแก่ผู้อื่น และมีการส่งต่อให้เพื่อนๆ หลังจากนั้นไม่นานผู้เผยแพร่ข้อความได้ถูกตำรวจจับกุมข้อหากระทำความผิดตาม พระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ.๒๕๕๐ และก็มีตัวอย่างข่าวลักษณะแบบนี้อยู่อีกหลายกรณี จึงปฏิเสธไม่ได้ว่าเมื่อเป็น “สังคม” ก็ต้องมีกฎระเบียบ มีข้อควรปฏิบัติไม่ว่าจะเป็นสังคมบน “โลกออนไลน์” หรือ “โลกความเป็นจริง” จึงขอกล่าวถึงข้อควรปฏิบัติและควรระวังในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ดังนี้

๑. พึงตระหนักเสมอว่าการโพสต์ข้อความ หรือแสดงความคิดเห็นให้เผยแพร่บนสื่อสังคมออนไลน์ เป็นข้อความที่สามารถเข้าถึงได้โดยสาธารณะ ดังนั้นผู้เผยแพร่ต้องรับผิดชอบ ทั้งด้านสังคม และกฎหมาย
๒. อย่าเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมากเกินไป บนสื่อสังคมออนไลน์ รวมถึงข้อมูลทางการเงิน เพราะการเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมากเกินไป ภัยร้ายก็จะเข้าใกล้ตัวเรามากขึ้นเท่านั้น การระบุ วัน เดือน ปีเกิด จะทำให้มีคนฉ้อโกงหรือขโมยข้อมูลได้ หากเป็นเด็ก หรือวัยรุ่น จะยิ่งเป็นเป้าหมายเพราะล่อลวงได้ง่าย
๓. ไม่ควรโพสต์ข้อความ ที่ชี้ชวนให้คนอื่นมีความเคลื่อนไหวส่วนตัวของเราตลอด เช่น บอกสถานะว่าไม่อยู่บ้าน หรือเดินทางไปไหน ขับรถอะไร ซึ่งทำให้ผู้ไม่หวังดีวางแผนมาทำร้าย หรือวางแผนขโมยทรัพย์สินเราได้
๔. ใช้ความระมัดระวังอย่างยิ่งในการโพสต์ หรือ เผยแพร่ ส่งต่อ ข้อความ รูปภาพ วิดีโอที่อาจทำให้ผู้อื่นเสียหาย เช่น ภาพหลุด คลิปหลุด หรือ โพสต์รูปภาพที่สื่อถึงอวัยวะต่างๆ และไม่ควรใช้ถ้อยคำหยาบคาย ถ้อยคำลามก อนาจาร ดูหมิ่น ส่อเสียด เสียดสี ให้ร้ายผู้อื่นในทางเสียหาย หรือสร้างความแตกแยกในสังคม
๕. พึงระมัดระวังอย่างยิ่งที่จะไว้ใจหรือเชื่อใจคน ที่รู้จักผ่านอินเทอร์เน็ต ในการแลกเปลี่ยนข้อมูลส่วนตัว เช่น ชื่อ อีเมล หมายเลขโทรศัพท์ ที่อยู่ หรือชื่อสถานศึกษา เพราะอาจถูกหลอกลวง หรือล่อลวงไปทำอันตรายได้
๖. ให้ระมัดระวังการเช็คอิน (Check-in) ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ โดยใช้กล้องโทรศัพท์ถ่ายภาพ ระบุพิกัด และเวลา เพราะภาพทุกภาพ การโพสต์ทุกอย่างจะอยู่ในอินเทอร์เน็ต ไม่มีวันถูกลบอย่างแท้จริง

ที่มา: ข้อควรระวังในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ . (๒๕๕๙, ๓๑ พฤษภาคม).

<https://pannawito๑.wordpress.com/>

ข้อควรระวังที่กล่าวมานี้เป็นเพียงส่วนหนึ่ง ของการปฏิบัติในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ เพื่อให้เกิด การตระหนักรู้เท่าทันภัยคุกคามต่างๆ จากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ เพื่อจะช่วยป้องกันภัยหรือลดความเสียหาย ลงได้ นอกจากนี้ ยังมีปัญหาและข้อควรระวังในการใช้อินเทอร์เน็ต ดังนี้

๑. การใช้เครือข่าย อินเทอร์เน็ตร่วมกับบุคคลอื่น

ปัจจุบันอินเทอร์เน็ตเข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันสูงมาก จนทำให้วิถีการทำงาน และการดำเนิน ชีวิตของคนเปลี่ยนแปลงไป จนทำให้คนจำนวนไม่น้อยใช้เวลาในโลกของการออนไลน์ ผ่านเครือข่าย อินเทอร์เน็ต พอ ๆ กับที่ใช้เวลาทำสิ่งต่าง ๆ บนโลกจริง หรือหลายคนอาจจะมากกว่า อินเทอร์เน็ตเป็นระบบ เครือข่ายเปิดที่ใครๆก็สามารถเข้าไปใช้งานได้ จึงเป็นเรื่องยากที่จะควบคุมการใช้งานของผู้ที่จะเข้าไปใช้ อินเทอร์เน็ตได้ นักเรียนจึงควรรู้จักมารยาทในการใช้อินเทอร์เน็ต ที่เรียกว่าบัญญัติ ๑๐ ประการของการใช้อินเทอร์เน็ตก็ได้ โดยอาจารย์ยืน ภู่วรวรรณ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ที่กล่าวว่า

๑. ต้องไม่ใช่คอมพิวเตอร์ทำร้าย หรือละเมิดผู้อื่น
๒. ต้องไม่รบกวนการทำงานของผู้อื่น
๓. ต้องไม่สอดแนม แก้ไข หรือเปิดดูแฟ้มข้อมูลของผู้อื่น
๔. ต้องไม่ใช่คอมพิวเตอร์เพื่อการโจรกรรมข้อมูลข่าวสาร
๕. ต้องไม่ใช่คอมพิวเตอร์สร้างหลักฐานที่เป็นเท็จ
๖. ต้องไม่คัดลอกโปรแกรมของผู้อื่นที่มีลิขสิทธิ์
๗. ต้องไม่ละเมิดการใช้ทรัพยากรคอมพิวเตอร์โดยที่ตนเองไม่มีสิทธิ์
๘. ต้องไม่นำเอาผลงานของผู้อื่นมาเป็นของตน
๙. ต้องคำนึงถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับสังคมที่เกิดจากการกระทำของท่าน
๑๐. ต้องใช้คอมพิวเตอร์โดยเคารพกฎระเบียบ กติกา และมีมารยาท

๒. ข้อควรระวังในการใช้งานเครือข่ายอินเทอร์เน็ต

ข้อควรระวังในการใช้งานอินเทอร์เน็ตในสังคมอินเทอร์เน็ตนั้น มีทั้งคนดีและคนไม่ดีเช่นเดียวกับสังคม ทั่วไปผู้ที่ไม่ระมัดระวังจึงอาจถูกล่อลวงไปในทางที่ผิด หรือก่อให้เกิดอันตรายได้ฉะนั้นเยาวชนไทยควรเรียนรู้ ปัญหาและวิธีป้องกันตนเองจากภัยอันตรายเหล่านี้จากผู้ใช้อินเทอร์เน็ตควรยึดถือปฏิบัติ ดังนี้

๑. ไม่บอกข้อมูลส่วนตัว เช่น ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ ชื่อโรงเรียนของตนให้แก่บุคคลอื่นที่รู้จักกันทางอินเทอร์เน็ต
๒. หากพบข้อความหรือรูปภาพใดๆบนอินเทอร์เน็ตที่มีลักษณะหยาบคายหรือไม่เหมาะสมควรแจ้งให้ ผู้ปกครองทราบทันที
๓. ไม่ควรไปพบบุคคลใดก็ตามที่รู้จักทางอินเทอร์เน็ตโดยไม่ได้รับอนุญาตจากผู้ปกครองก่อน และหาก ผู้ปกครองอนุญาต ก็ควรไปพร้อมกับผู้ปกครอง และควรไปพบกันในที่สาธารณะ
๔. ไม่ส่งรูปหรือสิ่งใดๆ ให้บุคคลที่รู้จักทางอินเทอร์เน็ต โดยมีได้รับอนุญาตจากผู้ปกครองก่อน
๕. ไม่ตอบคำถามหรือต่อความกับผู้ที่สื่อข้อความหยาบคาย และต้องแจ้งให้ผู้ปกครองทราบทันที
๖. ควรเคารพต่อข้อตกลงในการใช้อินเทอร์เน็ตที่ให้กับผู้ปกครอง เช่น กำหนดระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต เว็บไซต์ที่ผู้ปกครองอนุญาตให้เข้าได้

ในด้านข้อเสีย แพทย์พบว่าการเล่นเกมนติดต่อกันครั้งละนานๆ มีผลเสียต่อสุขภาพปัญหาที่พบบ่อยคือ อาการ ลำไส้ของสาวยตา กล้ามเนื้อที่แขน คอ ไหล่ และหลัง นอกจากนี้ยังพบอาการ ลมชัก ปวดศีรษะ ประสาทหลอน

บางรายมีอาการรุนแรงเข้าขั้นประสาทและกล้ามเนื้อบางส่วนเสื่อมสภาพไปและเชื่อกันว่าการติดเกมเป็นสาเหตุทางอ้อมของโรคอ้วน เด็กบางคนที่มีหมกมุ่นอยู่กับการเล่นเกมมากเกินไป จนไม่สนใจเพื่อนๆ และสังคมรอบข้าง ในที่สุดจะกลายเป็นคนขี้อายและตัดขาดจากสังคมปัญหาอีกประการหนึ่งเกิดจากเกมประเภทที่มีการใช้ความรุนแรงเกมประเภทนี้ทำให้เด็กมีนิสัยก้าวร้าว เข้ากันกับเพื่อนๆ ไม่ได้ดังนั้น จึงเป็นหน้าที่ของครูและผู้ปกครองจะต้องชี้แนะ ให้เด็กรู้ถึงข้อดีและข้อเสียของการเล่นเกม และแนะนำให้เด็กรู้จักเลือกเกมที่ให้ประโยชน์มากกว่าความสนุกเพียงอย่างเดียว

ที่มา: ITINFO@TLAA. วารสารประกันชีวิต. ปีที่ ๓๓ ฉบับ ๑๓๙ (กรกฎาคม-กันยายน ๒๕๕๖) : ๒๘-๒๙.

อีกทั้งพบว่าในปัจจุบันมีการใช้อินเทอร์เน็ตในทางที่ไม่ถูกต้องเป็นจำนวนมากและบางครั้งก่อให้เกิดปัญหาอาชญากรรมขึ้นในสังคม เช่น การใช้อินเทอร์เน็ตเป็นสื่อในการโฆษณาชวนเชื่อหรือหลอกลวง ผู้ใช้บริการให้หลงเชื่อทำให้ต้องสูญเสียเงิน ถูกล่อลวงเกินทางเพศหรือแม้กระทั่งเสียชีวิต การมีเว็บไซต์ขายบริการทางเพศและการที่เยาวชนอายุต่ำกว่า ๑๘ ปี ติดเกมออนไลน์จนเสียการเรียน เป็นต้น

ดังนั้น ผู้ใช้บริการอินเทอร์เน็ตจึงควรตระหนักถึงพิษภัยจากการนำเสนอ โฆษณาชวนเชื่อ และการขายบริการทุกประเภทผ่านทางอินเทอร์เน็ต รวมทั้งการสนทนาทางอินเทอร์เน็ต โดยไม่ทราบแหล่งที่มาหรือตัวบุคคลที่แน่ชัด ซึ่งผู้ให้บริการอินเทอร์เน็ตต้องเพิ่มความระมัดระวังไม่ควรให้ชื่อ นามสกุล หมายเลขโทรศัพท์ สถานที่ติดต่อหรือไปพบกับบุคคลแปลกหน้า ที่สนทนาผ่านทางอินเทอร์เน็ตตามลำพัง และในกรณีที่มีเหตุการณ์ผิดปกติหรือมีบุคคลที่ไม่น่าไว้วางใจมาติดต่อให้ออกไปพบนอกสถานที่ ควรแจ้งให้บิดามารดาหรือบุคคลใกล้ชิด หรือเจ้าหน้าที่ตำรวจทราบ ทั้งนี้เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการหลอกลวงไปสู่อาชญากรรมต่อไป สำหรับเวลาที่เหมาะสมในการเล่นเกมส์ของเยาวชนอายุต่ำกว่า ๑๘ ปี จำกัดไม่เกิน ๓ ชั่วโมง ผู้ปกครองจึงควรกวดขันลูกหลานและชี้ให้เห็นโทษของการเล่นเกมเป็นเวลานานติดต่อกันให้ลูกหลานทราบด้วย และหากพบปัญหากับอาชญากรหรืออาชญากรรมทางอินเทอร์เน็ต นักเรียนสามารถแจ้งกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (ไอซีที) หรือแจ้งที่โดยตรงรวดเร็ว <http://www.mict.go.th> ที่ร้องเรียนICT

ที่มา: <http://krutu.mycom๑๐๘.com/>