

ประเด็น สังคม ฉบับที่ B1 19 พ.ย. 67	วิทยาลัยการทัพบก
ประเด็น ปรัชญาการณในสังคมไทย	ความดั่งของ หมูแดง และหมีนอย ในโลกโซเซียลกับมุมมองเชิงสังคม
ประเด็นสำคัญ	<ul style="list-style-type: none"> - BANI - ปัญหาสุขภาพจิต - Dopamine สารความสุข - พลังการเติบโตของกระแสโซเซียล



ทำไมความน่ารักของหมิตัวปลอมๆ กับเจ้าหมูแดง ฮิปโปวัย 2 เดือน จึงทำให้สุขภาพจิตของคนไทยดีขึ้น จากสถานะที่ต่างคนต่างแสวงหาสิ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ หรือสร้างโลกแห่งจินตนาการกันไปต่างๆ นานา ที่มีสาเหตุเนื่องมาจากสภาวะสังคมที่เกิดการเปลี่ยนแปลง อย่างรวดเร็ว การแข่งขันในสังคมเพิ่มขึ้น โลกเข้าสู่ยุคที่เรียกว่า BANI ซึ่งเป็นแนวคิดของนักอนาคตศาสตร์ Jamais Cascio ได้อธิบายปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในโลกยุคใหม่ว่า หลายสิ่งในโลกแตกสลายได้ง่าย และก่อให้เกิดผลกระทบเป็นวงกว้างไปทั่วโลก

B - Brittle เปราะบางและถูกเปลี่ยนแปลงได้ง่าย ซึ่งต้องแก้ด้วยการเพิ่ม Soft Skill, Hard Skill และ Digital Skill เพื่อให้มีศักยภาพที่จะรับเทคโนโลยีใหม่ๆ ได้ตลอดเวลา

A - Anxious วิตกกังวลทั้งในชีวิตส่วนตัวและการทำงาน ฉะนั้นควรมีการพัฒนาและเอาใจใส่เรื่องสุขภาพจิตและ mindset อย่างต่อเนื่อง

N - Nonlinear ความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ไม่เป็นเส้นตรงหลายเหตุการณ์เกิดขึ้นแบบไม่มีใครคาดคิด ขาดตรรกะ และไม่เป็นเหตุเป็นผล ฉะนั้นควรมีมาตรการรับมือและเผชิญเหตุที่ยืดหยุ่นและพัฒนาการทำงานเป็นทีมให้ทันกระแสโลกอยู่เสมอ

I - Incomprehensible ซับซ้อนและเข้าใจยาก ไม่ได้มีความเชื่อมโยงเป็นเหตุเป็นผล ข้อมูลข่าวสารไม่ว่าจะจริงหรือเท็จล้วนมีปริมาณมากและซับซ้อน ทำให้การวิเคราะห์ สังเคราะห์ หรือสรุปเป็นไปได้ยากซึ่งจำเป็นต้องมีการใช้เทคโนโลยี ปัญญาประดิษฐ์ Big Data เข้ามาช่วยในการทำงานมากขึ้น อีกทั้งยังต้องมีการทบทวนแนวคิดการวางแผนในระยะยาวให้มีความยืดหยุ่นสอดคล้องกับสภาวะของโลก

ทั้งหมดนี้รวมเป็นการสะท้อนถึงการเปลี่ยนแปลงในสังคมและเทคโนโลยีที่ทำให้โลกกลายเป็นที่ "เปราะบาง" และ "ไม่สามารถคาดเดา" ได้อย่างแน่นอนในทุกด้าน

ประเทศไทยเป็นส่วนหนึ่งของพลวัตดังกล่าว สถานการณ์ปัจจุบันทำให้ผู้คนเบื่อหน่ายต่อความเป็นไปของสังคม การเมืองและเศรษฐกิจ และยังต้องการหาสิ่งยึดเหนี่ยวและเยียวยาทางจิตใจ การได้ทำอะไรเล็กๆ น้อยๆ ที่เป็นการสร้างสุขให้กับตัวเอง



จึงถือเป็นการเพิ่มพลัง เยียวยาใจ โลกโซเซียลจึงเป็นทางออกของใครหลายคนที่สามารถเข้าถึงความสุขนั้นได้ง่าย เมื่อได้ไปเจอกับความน่ารักของหมูเต้ง และหมีเนย รวมทั้งได้ดูรูป ดูคลิป ก็รู้สึกว่เจ้าพวกนี้ช่วยทำให้หายเหนื่อย ได้ฮีลใจตัวเอง เป็นความสุขอย่างหนึ่งที่ทำให้ผลอยิ้มออกมาแบบไม่รู้ตัว

ซึ่งพฤติกรรมที่เกิดขึ้นสามารถอธิบายได้จากงานวิจัยของมหาวิทยาลัยอ็อกซ์ฟอร์ด ที่ศึกษาไว้ว่าสิ่งน่ารักต่าง ๆ มากกระตุ้นต่อสมองและพฤติกรรมการแสดงออก การเจอลูกหมา, ลูกแมว, ลูกสัตว์อื่น ๆ หรือเด็กทารก สมองของเราก็จะตอบสนองด้วยการปล่อยสารฮอร์โมน ออกซิโทซิน (Oxytocin) ที่เป็นฮอร์โมนแห่งความรัก ที่ทำให้รู้สึกดีมีความสุข และโดปามีน (Dopamine) เป็นสารแห่งความสุข ทำให้เรามีความรู้สึกรักและหลงใหลในสิ่งนั้น รวมไปถึงกระตุ้นให้เรารู้สึกว่าอยากดูแล และปกป้องสิ่งเหล่านั้นด้วย นอกจากนี้ยังช่วยเพิ่มระดับ ฮอร์โมนคอร์ติซอล (Cortisol) เพื่อให้ร่างกายรู้สึกผ่อนคลายจากความเครียด



สถานการณ์ของภาวะสังคมไทยใน ปี 2567 มีปัญหาที่ต้องเฝ้าระวัง คือ ปัญหาสุขภาพจิต พบว่า ในกลุ่มเด็กเยาวชนและวัยทำงาน มีความเครียด วิตกกังวลไม่มีความสุข ในผู้สูงวัยต้องอยู่กับความเหงาและโดดเดี่ยว จึงทำให้ผู้คนมองหาความสุขที่เรียบง่ายและหาได้ง่าย การเติบโตของกระแสโซเชียลมีเดียได้ทำให้คำหรือภาพต่างๆ มีพลังในการสร้างการรับรู้ และเสริมสภาพจิตใจได้อย่างรวดเร็ว หมูเต้ง และหมีเนยจึงเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยขโลมจิตใจให้กับคนไทย มาชดเชยกับการเผชิญหน้าของภาวะสังคมในยุคที่เรียกว่า BANI

พ.อ.หญิง ฅนภัค ภัคคะกรณ

อจ.ทก.สมย.วทบ.