

การประยุกต์ใช้สัมมาวาจาทางพระพุทธศาสนาสำหรับประชาชนในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง ในสังคมยุคปัจจุบัน

APPLYING RIGHT SPEECH IN BUDDHISM FOR THE PUBLIC IN RESOLVING CONFLICTS IN
CONTEMPORARY SOCIETY

พระปลัดมานะ ฐิตสีโล (ประพตติธรรม)¹, พระมหาดนัยพัชร คมภิรปญโญ (ยุนิรัมย์)²,
พระธงชัย อภักวีโร (มอญัน)³, พระครูสมุทรอนันท์ อนันโท (บุญรอด)⁴, สุพัฒน์ ชัยวรรณ⁵
วิทยาลัยสงฆ์กาญจนบุรี ศรีไพบูลย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Phra Palat Mana Thitsilo (Practicing Dhamma)¹,
Phramaha Danaiphat Compeerapanyo (Yuniram)², Phra Thongchai Akkhawiro (Mobchan)³, Phrakhru Samut
Anan Ananto (Bunrot)⁴, Supat Chaiwan⁵
Kanchanaburi Sri Phaiboon Buddhist College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Corresponding Author E-mail : manavipassana@gmail.com

(Received : April 26, 2025; Edit : May 9, 2025; accepted : May 12, 2025)

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มุ่งวิเคราะห์และเสนอแนวทางการประยุกต์ใช้หลัก “สัมมาวาจา” ตามพระพุทธศาสนา เพื่อเป็นกลไกในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งของประชาชนในสังคมปัจจุบัน ซึ่งมีแนวโน้มทวีความรุนแรงมากขึ้นทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคม โดยเฉพาะจากการสื่อสารที่ขาดความระมัดระวัง ทั้งวาจาอันเป็นพิษ การดูหมิ่น โพสต์โจมตีผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ตลอดจนการขาดความเข้าใจซึ่งกันและกันในสภาพสังคมที่หลากหลาย หลักสัมมาวาจาในพระพุทธศาสนา ซึ่งประกอบด้วยการละเว้นจากการพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ และพูดเพ้อเจ้อ เป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมการสื่อสารอย่างมีคุณธรรม โดยสามารถประยุกต์ใช้ได้ผ่านแนวทาง 3 ประการ ได้แก่ 1) การฝึกเจตคติเมตตาต่อผู้ฟัง 2) การใช้วาจาที่สร้างความเข้าใจแทนการโต้เถียง และ 3) การหลีกเลี่ยงคำพูดที่บั่นทอนศักดิ์ศรีของผู้อื่น ตัวอย่างรูปธรรมของการประยุกต์ใช้ ได้แก่ การจัดเวทีสนทนาธรรมสำหรับเยาวชนและผู้นำชุมชน เพื่อฝึกการฟังอย่างตั้งใจและการพูดโดยไม่กล่าวโทษ, การอบรมเจ้าหน้าที่รัฐให้ใช้ถ้อยคำสร้างสรรค์ในการสื่อสารกับประชาชน และการใช้หลักสัมมาวาจาในการไกล่เกลี่ยข้อพิพาทในครอบครัวและชุมชน ผลจากการนำหลักสัมมาวาจามาใช้ในสถานการณ์ความขัดแย้งสะท้อนให้เห็นว่า ไม่เพียงช่วยลดความตึงเครียด แต่ยังส่งเสริมความไว้วางใจ ความร่วมมือ และนำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขมากขึ้น ดังนั้นการส่งเสริมให้ประชาชนตระหนักและนำสัมมาวาจาใช้ในการสื่อสารในชีวิตประจำวัน ถือเป็นการเสริมภูมิคุ้มกันทางวาจาเพื่อสันติภาพในระดับปัจเจกและสังคมโดยรวม

คำสำคัญ: การประยุกต์ใช้สัมมาวาจา, พระพุทธศาสนากับสัมมาวาจา, ความขัดแย้งกับสัมมาวาจา

Abstract

This academic article aims to analyze and propose guidelines for applying the principle of “Right Speech” according to Buddhism as a mechanism to solve conflicts among people in today’s society, which tend to become more severe at the individual, family, and social levels, especially due to careless communication, including toxic speech, insults, offensive posts via social media, and a lack of understanding among each other in diverse social conditions. The principle of Right Speech in Buddhism, which consists of refraining from lying, slandering, rude speech, and nonsense, is a moral principle that promotes virtuous communication. It can be applied through three approaches: 1) training the attitude of loving-kindness toward the listener; 2) using words that create understanding instead of arguing; and 3) avoiding words that undermine the dignity of others. Examples of its application include organizing a Dharma discussion forum for youth and community leaders to practice listening attentively and speaking without blaming; training government officials to use constructive language in communicating with the public; and using the principle of Right Speech to mediate disputes in families and communities. The results of applying the principle of Right Speech in conflict situations show that it not only reduces tension but also promotes trust, cooperation, and leads to more peaceful coexistence. Therefore, promoting public awareness and using Right Speech in daily communication is essential. It is considered as a verbal immunity booster for peace at the individual and societal level.

Keyword: Application of Right Speech, Buddhism and Right Speech, Conflict and Right Speech

บทนำ

พุทธศาสนาให้ความสำคัญอย่างยิ่งต่อ “ปัญญา” ซึ่งเป็นหลักธรรมที่มีความลึกซึ้งและควรพิจารณาในหลายแง่มุม โดยเฉพาะบทบาทของ “ความคิด” อันเป็นปัจจัยหลักในการเกิดปัญญา การคิดอย่างมีเหตุผล ย่อมนำไปสู่ความเข้าใจที่ลึกซึ้งและรอบด้าน โดยการส่งเสริมให้ประชาชนเกิดความคิดอย่างมีเหตุผล บางครั้งอาจเกิดความเข้าใจคลาดเคลื่อน เช่น การมองว่าการท่องจำเป็นอุปสรรคต่อการคิด จึงพยายามแยกการคิดออกจากการจำอย่างสิ้นเชิง แนวทางเช่นนี้ควรพิจารณาอย่างรอบคอบ เพราะอาจนำไปสู่การแบ่งแยกองค์ประกอบของกระบวนการคิดอย่างไม่สมดุล และไม่สอดคล้องกับธรรมชาติของการเรียนรู้แท้จริง เมื่อพิจารณาตามความเป็นจริง “ความจำ” และ “ความเข้าใจ” ต่างเป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สนับสนุนซึ่งกันและกันในการพัฒนาความคิด ความจำที่ดีช่วยให้การคิดมีรากฐานที่มั่นคง และสามารถนำข้อมูลที่ได้รับมาใช้ในการพิจารณาอย่างมีเหตุผลและรอบคอบ การพัฒนา “ปัญญา” จึงไม่ควรมุ่งเน้นเพียงด้านใดด้านหนึ่ง แต่ควรส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้แบบองค์รวม ที่ผสมผสานทั้งความจำ ความเข้าใจ และการคิดวิเคราะห์อย่างเหมาะสม (พระพรหมคุณาภรณ์, 2554: 2-3)

ปัญหาความรุนแรงที่เกิดขึ้นในสังคมไทยปัจจุบัน ทั้งในรูปแบบทางกาย วาจา และการใช้อารมณ์ที่รุนแรง ผ่านทั้งสื่อมวลชนและสื่อสังคมออนไลน์ กำลังกลายเป็นสิ่งที่สังคมเริ่มมองว่าเป็นเรื่องปกติ แม้ในความเป็นจริง สิ่งเหล่านี้สะท้อนถึงภาวะที่น่าเป็นห่วง คือ “วิกฤตแห่งความขาดสติ” ซึ่งแตกต่างจากอัตลักษณ์ดั้งเดิมของคนไทยที่มีลักษณะอ่อนโยน มีน้ำใจ และมักใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์ในการอยู่ร่วมกัน อัตลักษณ์เหล่านี้เคยเป็นที่กล่าวถึงโดยนักเดินทางชาวต่างชาติ เช่น สังฆราชปาลเลกัวซ์ ซึ่งเคยบันทึกไว้เมื่อเกือบสองศตวรรษก่อนว่า ชาวไทยมีอัธยาศัยดีงาม ไม่ค่อยมีการทะเลาะเบาะแว้งหรือการใช้ความรุนแรงอย่างร้ายแรงให้เห็นในสังคม แต่ในยุคปัจจุบัน สังคมไทยกำลังเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และการเมืองอย่างรวดเร็ว ซึ่งก่อให้เกิดแรงกดดัน และเร่งเร้าให้ผู้คนตอบสนองต่อสถานการณ์ด้วยอารมณ์มากกว่าสติ ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดคือ กรณีการแชร์คลิปทะเลาะวิวาทในโรงเรียนหรือสถานที่ราชการที่กลายเป็นไวรัลในโซเชียลมีเดีย หรือการโต้เถียงด้วยถ้อยคำรุนแรงในประเด็นการเมืองและศาสนา ซึ่งลุกลามกลายเป็นความเกลียดชังระหว่างกลุ่มคนอย่างชัดเจน แม้สังคมไทยจะมีมาตรการแก้ไข ปัญหาความขัดแย้งในระดับโครงสร้าง เช่น การออกกฎหมายควบคุมสื่อ การส่งเสริมคุณธรรมในสถานศึกษา หรือการอบรมจิตอาสา แต่ช่องว่างสำคัญที่ยังไม่ได้รับการเติมเต็ม คือ “การสร้างภูมิคุ้มกันทางวาจา” และจริยธรรมในการสื่อสารของประชาชนทั่วไป วิธีการที่ใช้อยู่จำนวนมากยังเน้นการควบคุมภายนอก มากกว่าการปลูกฝังภายในหลักสัมมาวาจา จึงเป็นคำตอบสำคัญในบริบทนี้ โดยเสนอแนวทางที่เน้นการพูดอย่างมีสติ สุภาพ ไม่กล่าวร้าย ไม่ปลุกปั่น และมีเจตนาสร้างสรรค์ ไม่ทำลาย สัมมาวาจาไม่เพียงแต่ลดความรุนแรงที่เกิดจากคำพูด แต่ยังสามารถแปรเปลี่ยนเป็นพลังในการสร้างความเข้าใจ และฟื้นฟูความสัมพันธ์ในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคม โดยเฉพาะในโลกออนไลน์ที่คำพูดสามารถแพร่กระจายได้ไกลและเร็ว การส่งเสริมให้ประชาชนมีสติในการพูด จึงไม่ใช่แค่การควบคุมพฤติกรรม แต่คือการสร้างวัฒนธรรมแห่งการอยู่ร่วมกันอย่างมีเมตตาและเคารพความต่าง ซึ่งเป็นรากฐานของสันติภาพอย่างแท้จริงในสังคมไทยยุคใหม่ (ธนภณ สมหวัง, 2568: ออนไลน์)

ดังนั้นการบริหารความขัดแย้งด้วยหลักสัมมาวาจาในทางพระพุทธศาสนานั้น เราต้องเข้าใจว่ามนุษย์สามารถสื่อสารและสร้างความเข้าใจกันได้ก็เพราะอาศัยคำพูดเป็นเครื่องมือหลักในการถ่ายทอดความคิดและความรู้สึก คำพูดจึงมีพลังอย่างยิ่งต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แต่ทั้งนี้ต้องพึงระวังว่า หากคำพูดที่เอ่ยออกมานั้นมีเจตนาไม่ดี หรือใช้ถ้อยคำไม่สุภาพ ย่อมก่อให้เกิดผลเสีย สร้างความขัดแย้ง ความหมางใจ และบั่นทอนมิตรจิตได้ง่าย ในทางตรงกันข้าม หากผู้พูดมีเจตนาดี พูดด้วยความสุจริตใจ ใช้ถ้อยคำสุภาพ อ่อนโยน และเหมาะสม ย่อมส่งเสริมให้คำพูดนั้นเกิดผลดี สร้างความเข้าใจอันดีต่อกัน และอาจช่วยคลี่คลายข้อขัดแย้งที่เกิดขึ้นได้ การบริหารความขัดแย้งในชีวิตประจำวัน จึงไม่จำเป็นต้องอาศัยอำนาจหรือการควบคุม หากแต่สามารถจัดการได้ด้วย หลักสัมมาวาจา ซึ่งหมายถึงการพูดอย่างถูกต้อง พูดแต่คำสัตย์ ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ และไม่พูดส่อเสียด การพูดด้วยหลักธรรมข้อนี้ ช่วยให้การสื่อสารราบรื่น ลดอารมณ์โกรธหรือความเข้าใจผิด และยังเป็นแนวทางสร้างสันติภาพเล็ก ๆ ในทุกความสัมพันธ์ ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว เพื่อนฝูง หรือสังคมนอกบ้าน โดยวาจาที่เป็นสุภาชิตนั้น คือคำพูดที่ผ่านการกลั่นกรอง ไตร่ตรอง และมีความหมายลึกซึ้ง สะท้อนภูมิปัญญาไทยซึ่งสืบทอดกันมาแต่โบราณ เป็นสำนวนที่สะท้อนความคิดสูง งดงามด้วยถ้อยคำ และเป็นภาพแทนของความเจริญในด้านภาษาและวัฒนธรรม เช่นเดียวกับวาจาสุภาชิตในสังคมอื่น ๆ ที่มักมีรูปแบบการเรียบเรียง

คล้ายคลึงกัน เช่นคำกล่าวที่ว่า “ปลาอยู่ได้ก็เพราะปาก แต่ก็ตายเพราะปาก” แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของวาจา และอันตรายจากคำพูดที่ไม่ระวัง ผู้ใดที่สามารถใช้วาจาอย่างเหมาะสมในสถานการณ์ที่ตึงเครียด ไม่พูดจาหยาบคาย ไม่ตอบโต้ด้วยอารมณ์ แต่สามารถใช้คำพูดเป็นสื่อกลางในการไกล่เกลี่ย บรรเทาความขัดแย้ง และโน้มน้าวให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน ย่อมเป็นผู้ที่เหมาะสมจะทำหน้าที่เป็นผู้นำ หรือแม้แต่เป็นตัวกลางในการประสานไมตรีได้อย่างมีประสิทธิภาพ คำพูดที่พอเหมาะพอดี มีน้ำหนักและเจตนาดี ย่อมเป็นคุณทั้งแก่ผู้พูดและผู้ฟัง คนเราจะประสบความสำเร็จและได้รับความเจริญก้าวหน้าในชีวิตได้ ก็ด้วยการรู้จักใช้วาจาสุภาพ สว่างสนิม และรักษาน้ำใจของผู้อื่น ในขณะเดียวกัน คำพูดที่ไม่เหมาะสมเพียงคำเดียว ก็อาจนำพาความเสื่อมเสียมาสู่ชีวิตได้เช่นกัน ซึ่งธรรมชาติของร่างกายมนุษย์ก็เป็นสิ่งที่สอนเราอย่างแยบคาย ดวงตา มีไว้ดู 2 ข้าง หู มีไว้ฟัง 2 ข้าง จมูก มีไว้ดมกลิ่น 2 รู แต่ปากที่ทำหน้าที่ทั้งพูดและกินนั้น ธรรมชาติกำหนดไว้เพียงหนึ่งเดียว เป็นนัยว่า มนุษย์ควรใช้ตาเพื่อสังเกต ใช้หูเพื่อรับฟังให้มาก แต่ใช้ปากพูดให้น้อยและมีสติอยู่เสมอ ทั้งในการกินและการพูด เพราะเมื่อใดก็ตามที่คำพูดของเรามีความเหมาะสม มีความระมัดระวัง และเปี่ยมด้วยเมตตาธรรม เมื่อนั้นคำพูดก็จะกลายเป็นพลังสร้างสรรค์ที่ยิ่งใหญ่ในการบริหารความสัมพันธ์และความขัดแย้งในทุกระดับของชีวิต (วศิน อินทสระ, 2527: 1)

สรุปในบริบทสังคมไทยยุคปัจจุบัน การเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วและแรงกดดันจากสื่อสารสนเทศได้นำไปสู่การสื่อสารที่ขาดสติและใช้อารมณ์มากกว่าปัญญา ส่งผลให้เกิดความขัดแย้งอย่างแพร่หลาย ทั้งในระดับบุคคลและสังคมโดยรวม พระพุทธศาสนาเน้นการใช้ปัญญาและเหตุผลในการสื่อสารอย่างมีเมตตา ซึ่งสอดคล้องกับหลักสัมมาวาจา คือการพูดอย่างสุภาพ จริงใจ ไม่กล่าวร้าย และไม่พูดในทางทำลายผู้อื่น หลักธรรมข้อนี้จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งในยุคที่คำพูดสามารถสร้างทั้งความขัดแย้งและความปรองดองได้ในเวลาเดียวกัน การประยุกต์ใช้สัมมาวาจาไม่เพียงช่วยลดความรุนแรงของปัญหาการสื่อสารในสังคม แต่ยังเป็นเครื่องมือสำคัญในการฟื้นฟูจิตสำนึกแห่งสันติ เสริมสร้างความเข้าใจ และสร้างภูมิคุ้มกันทางจริยธรรมให้แก่ประชาชนในการดำรงชีวิตร่วมกันอย่างมีสติและรับผิดชอบในสังคมดิจิทัล

บทบาทของประชาชนในสังคมไทยยุคปัจจุบัน

ในยุคดิจิทัล สื่อสังคมออนไลน์ได้กลายเป็นเครื่องมือหลักในการเชื่อมโยงผู้คนทั่วโลกอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ส่งผลให้บทบาทของประชาชนเปลี่ยนไปอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะในด้านการแสดงความคิดเห็น การตรวจสอบอำนาจ และการสร้างกระแสสาธารณะ อย่างไรก็ตาม การสื่อสารที่ขาดสติ ขาดความรับผิดชอบ และปราศจากจริยธรรมทางวาจา กำลังเป็นปัญหาใหญ่ที่ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความเข้าใจในประเด็นสังคม และเสถียรภาพของสังคมโดยรวม บทบาทนี้จึงนำเสนอแนวทางการประยุกต์ใช้ “สัมมาวาจา” ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งในมรรคมีองค์ 8 ของพระพุทธศาสนา มาเป็นกรอบคุณธรรมเพื่อส่งเสริมการสื่อสารที่สร้างสรรค์และลดความขัดแย้งในสังคมออนไลน์ จากการสำรวจพฤติกรรมการสื่อสารออนไลน์ของคนไทยในปี 2566 พบว่าประชาชนมีส่วนร่วมในประเด็นการเมืองและสังคมอย่างมาก แต่ก็ปรากฏพฤติกรรมการใช้ถ้อยคำรุนแรง ใส่ร้าย หรือปลุกปั่นความขัดแย้งอย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่สถานการณ์การเมืองตึงเครียด ขณะที่เมื่อสถานการณ์คลี่คลาย ความสนใจของสังคมก็หันไปยังประเด็นบันเทิงหรือเรื่องส่วนบุคคลแทน สะท้อนให้เห็นว่าแม้สื่อออนไลน์จะเปิดพื้นที่สำหรับการมีส่วนร่วม แต่หากขาดกรอบจริยธรรมในการสื่อสาร ก็อาจก่อให้เกิดผลเสียมากกว่าผลดี

ตัวอย่างของการขาดการคิดวิเคราะห์และวาจาสุจริต ได้แก่ การแชร์ข่าวลือโดยไม่ตรวจสอบ เช่น กรณีก๊อปปี้เกมที่มีข่าวบิดเบือนเกี่ยวกับการขาดงบประมาณ หรือการตกเป็นเหยื่อของมิจฉาชีพในรูปแบบ Romance Scam ที่อาศัยความเชื่อใจและวาทกรรมปลอมเพื่อหลอกลวงผู้คน ปรากฏการณ์เหล่านี้ล้วนเกิดจากการขาดสติและสัมมาทิฐิในการรับและส่งสาร สัมมาวาจาในพระพุทธศาสนาเน้นการพูดความจริง พูดอย่างสุภาพ พูดอย่างสร้างสรรค์ และพูดอย่างมีประโยชน์ หากนำมาใช้ในโลกออนไลน์จะช่วยลดความตึงเครียดและสร้างสังคมที่มีวุฒิภาวะมากขึ้น เช่น การแสดงความเห็นโดยยึดหลักเมตตา การหลีกเลี่ยงการตอบโต้ด้วยอารมณ์ และการสนับสนุนการสนทนาในเชิงสร้างสรรค์ ล้วนเป็นแนวทางที่ประชาชนสามารถนำไปปรับใช้ได้ในชีวิตประจำวัน

ในบริบทของสื่อสารสนเทศที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ประชาชนจึงควรพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิเคราะห้ควบคู่กับการใช้วาจาที่มีสติ เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันทางปัญญาในการสื่อสาร การนำหลักสัมมาวาจามาใช้ในการแสดงความคิดเห็นในสื่อสังคมออนไลน์จึงไม่ใช่เพียงเรื่องของศีลธรรมส่วนบุคคล แต่เป็นพื้นฐานของการอยู่ร่วมกันในสังคมประชาธิปไตยอย่างสันติและ

สร้างสรรค์ (องค์การพิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์แห่งชาติ (อพวช.) สำนักงานคณะกรรมการการรักษาความมั่นคงปลอดภัยไซเบอร์แห่งชาติ (สกมช.) และศูนย์ข่าวก่อนแชร์สำนักข่าวไทย อสมท, 2568: ออนไลน์)

สรุปได้ว่า บทบาทของประชาชนในสังคมไทยยุคปัจจุบัน จะเน้นที่ สื่อสังคมออนไลน์มีบทบาทสำคัญในการเชื่อมโยงผู้คน และเปิดพื้นที่ให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นต่อประเด็นสาธารณะ โดยเฉพาะด้านการเมือง อย่างไรก็ตาม สื่อออนไลน์ก็เป็นพื้นที่ที่ข้อมูลเท็จหรือบิดเบือนแพร่กระจายได้ง่าย ทำให้ประชาชนต้องมีทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์เพื่อแยกแยะข้อมูลอย่างรอบด้าน ทั้งนี้ ความสามารถในการสื่อสารอย่างมีสติและใช้หลักสัมมาวาจาในโลกออนไลน์จะช่วยลดความขัดแย้งและสร้างการสนทนาเชิงสร้างสรรค์ ขณะเดียวกันความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีก็เป็นดาบสองคมที่เปิดช่องให้มีฉ้อโกง ใช้เป็นเครื่องมือในการหลอกลวง จึงจำเป็นต้องพัฒนาทุนทางปัญญาของประชาชนเพื่อรับมือกับความท้าทายในสังคมข้อมูลข่าวสารปัจจุบัน

หลักการเกี่ยวกับการบริหารความขัดแย้งทั่วไป

จากการศึกษาเกี่ยวกับหลักการเกี่ยวกับการบริหารความขัดแย้งทั่วไปจะเห็นได้ว่า “กระบวนการความขัดแย้ง” เป็นกุญแจสำคัญในการนำไปสู่การจัดการความขัดแย้งอย่างมีประสิทธิภาพ ความขัดแย้งมักเกิดขึ้นจากความไม่ลงรอยกันในความคิดเห็น มุมมอง หรือผลประโยชน์ และสามารถพัฒนาไปสู่พฤติกรรมที่ส่งผลกระทบต่อผลลัพธ์ขององค์กรหรือสังคมโดยรวม โดยกระบวนการของความขัดแย้งสามารถแบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้:

ขั้นตอนที่ 1 ความเห็นไม่ตรงกัน (Incompatibility / Disagreement) ความเห็นที่ไม่สอดคล้องกันเป็นจุดเริ่มต้นของความขัดแย้ง ซึ่งมักมีสาเหตุมาจากปัจจัยหลัก 3 ประการ ได้แก่:

การสื่อสาร การสื่อสารที่ไม่ชัดเจนหรือขาดประสิทธิภาพอาจก่อให้เกิดความเข้าใจผิดระหว่างผู้ส่งและผู้รับสาร รวมถึงการใช้ช่องทางสื่อสารที่ไม่เหมาะสม ซึ่งอาจนำไปสู่ความขัดแย้งในระดับองค์กร อย่างไรก็ตาม การสื่อสารที่ไม่ดีเพียงอย่างเดียวอาจไม่ใช่ต้นเหตุหลัก แต่เป็นหนึ่งในหลายองค์ประกอบร่วมด้วย

โครงสร้างองค์กร ประกอบด้วยตำแหน่งงาน ลำดับชั้น อำนาจหน้าที่ ระดับความเชี่ยวชาญ และรูปแบบการบริหาร เช่น องค์กรขนาดใหญ่ที่มีระดับความเชี่ยวชาญหลากหลาย มักมีแนวโน้มเกิดความขัดแย้งมากกว่าองค์กรขนาดเล็ก

ตัวแปรด้านบุคคล ความแตกต่างระหว่างบุคคล เช่น ค่านิยม บุคลิกภาพ หรือทัศนคติ ล้วนเป็นปัจจัยที่อาจก่อให้เกิดหรือบรรเทาความขัดแย้งได้

ขั้นตอนที่ 2 การรับรู้และบุคลิกลักษณะส่วนบุคคล (Perception and Personalization) เมื่อเกิดความไม่ลงรอยกัน บุคคลจะเริ่ม รับรู้ หรือ รู้สึก ถึงความขัดแย้ง ซึ่งอาจแสดงออกมาในระดับจิตใจหรือพฤติกรรม ทั้งในระดับบุคคลและระดับกลุ่ม การรับรู้ความขัดแย้งจึงถือเป็นจุดเปลี่ยนสำคัญที่นำไปสู่ปฏิกิริยาตอบโต้

ขั้นตอนที่ 3 พฤติกรรม (Behavior) เป็นช่วงที่ความขัดแย้งถูกแสดงออกอย่างชัดเจนในรูปแบบของพฤติกรรม โดยแต่ละฝ่ายจะเผยเจตนาหรือจุดยืนของตนออกมา วิธีการจัดการความขัดแย้งในขั้นนี้ เรียกว่า การบริหารความขัดแย้ง ซึ่งประกอบด้วยแนวทางหลัก 5 ประการ ได้แก่ การแข่งขันหรือมุ่งเอาชนะ (Competing) การร่วมมือ (Collaborating) การหลีกเลี่ยง (Avoiding) การยอมให้หรือการไกล่เกลี่ย (Accommodating) การประนีประนอม (Compromising)

ขั้นตอนที่ 4 ผลลัพธ์ (Outcomes) ผลลัพธ์ของความขัดแย้งจะสะท้อนคุณภาพของกระบวนการจัดการ หากสามารถบริหารจัดการได้อย่างเหมาะสม จะส่งผลให้เกิด “ผลลัพธ์เชิงสร้างสรรค์” เช่น ความเข้าใจที่ดีขึ้น การพัฒนาวิธีการทำงาน หรือความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นขึ้น แต่หากจัดการไม่ดี จะนำไปสู่ “ผลลัพธ์เชิงลบ” เช่น การบั่นทอนความร่วมมือ การลดประสิทธิภาพหรือบรรยากาศความขัดแย้งที่ต่อเนื่อง (ธ สุทธยาฤทธิ์, 2553: 138 - 140.) ซึ่งเมื่อมาพิจารณาแล้วส่วนนี้จะสอดคล้องกับ การบริหารความขัดแย้งในที่เกณฑ์ที่ว่า การบริหารความขัดแย้งเป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยให้สังคมหรือกลุ่มบุคคลสามารถดำรงความสัมพันธ์และอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุข แม้ความขัดแย้งจะเป็นเรื่องธรรมดาที่เกิดขึ้นได้เมื่อมีความเห็นไม่ตรงกัน ความต้องการที่แตกต่าง หรืออารมณ์ความรู้สึกที่ไม่สอดคล้องกัน แต่หากได้รับการจัดการอย่างเหมาะสม ความขัดแย้งนั้นสามารถกลายเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาและความเข้าใจร่วมกันได้ การบริหารความขัดแย้งที่ดี จำเป็นต้องอาศัยทักษะเกณฑ์หลายประการ

ประกอบด้วยรายละเอียดต่อไปนี้

เกณฑ์ที่ 1 ทักษะการพูดและการฟัง ผู้ที่มีบทบาทในการจัดการความขัดแย้งควรมีความสามารถในการฟังอย่างตั้งใจ รู้จักสังเกตและวิเคราะห์สถานการณ์อย่างรอบด้าน รวมถึงการตั้งคำถามอย่างเหมาะสม เพื่อให้เข้าใจปัญหาในเชิงลึก พร้อมทั้งมีศิลปะในการพูดเพื่อชักจูง โกล่เกลี่ย ชี้แจง และประนีประนอมด้วยเหตุผลและข้อเท็จจริง

เกณฑ์ที่ 2 การมองเห็นแก่นแท้ของความขัดแย้ง การเข้าใจความขัดแย้งอย่างลึกซึ้งเป็นสิ่งสำคัญ ต้องสามารถแยกแยะความรู้สึกภายนอกกับแรงจูงใจภายใน เช่น ความต้องการที่ซ่อนอยู่ ความอิจฉาริษยา หรือแรงผลักดันทางอารมณ์อื่น ๆ ซึ่งเป็นรากของปัญหา เพื่อให้สามารถหาทางแก้ไขได้ตรงจุด

เกณฑ์ที่ 3 ความสามารถในการตัดสินใจและเผชิญหน้าอย่างมีสติ การจัดการความขัดแย้งอาจต้องเผชิญกับการใช้อารมณ์ เช่น คำพูดประชดประชันหรือการแสดงออกเชิงลบ ผู้บริหารสถานการณ์ต้องมีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความอดทน และสามารถควบคุมตนเองได้ เพื่อให้การแก้ปัญหาเป็นไปอย่างสร้างสรรค์

เกณฑ์ที่ 4 ความยืดหยุ่นในความคิดและการเปิดใจ การไม่ยึดติดกับกรอบความคิดของตนเองมากเกินไป และพร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นจากทุกฝ่าย ช่วยให้สามารถเข้าใจมุมมองที่แตกต่าง และค้นพบแนวทางแก้ไขที่เป็นประโยชน์ร่วมกัน

เกณฑ์ที่ 5 การมีจิตใจเป็นธรรม ความเป็นธรรมและเจตนาที่ดีในการช่วยคลี่คลายปัญหา คือหัวใจของการบริหารความขัดแย้ง ผู้ที่มีบทบาทในกระบวนการนี้ควรมีเมตตา กรุณา และมีความยุติธรรมในการตัดสินใจหรือชี้แนะแนวทางที่เป็นประโยชน์ต่อทุกฝ่าย

เกณฑ์ที่ 6 การมีข้อมูลและเครื่องมือในการแก้ไขปัญหา การบริหารความขัดแย้งที่มีประสิทธิภาพ ต้องมีข้อมูลรอบด้านเกี่ยวกับสถานการณ์และความต้องการของแต่ละฝ่าย รวมถึงมีแนวทางหรือเทคนิคในการเจรจา การประนีประนอม หรือการหาทางออกร่วมกันอย่างเหมาะสม (ปริยาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2553: 167 - 168)

สรุปได้ว่าการบริหารความขัดแย้งเป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยให้สังคมหรือประชาชนสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุข โดยเริ่มจากความไม่ลงรอยในความคิดเห็น มุมมอง หรือผลประโยชน์ ซึ่งพัฒนาไปสู่พฤติกรรมและผลลัพธ์ที่ส่งผลต่อคุณภาพของความสัมพันธ์ กระบวนการความขัดแย้งแบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน ได้แก่ ความเห็นไม่ตรงกัน การรับรู้ความขัดแย้ง พฤติกรรม และผลลัพธ์ ซึ่งสามารถจัดการได้ผ่านทักษะสำคัญ เช่น การฟังและพูดอย่างสร้างสรรค์ การเข้าใจแรงจูงใจภายใน การควบคุมอารมณ์ การเปิดใจรับฟัง การมีจิตใจเป็นธรรม และการใช้ข้อมูลที่รอบด้านในการหาทางออกร่วมกัน

การประยุกต์ใช้สัมมาวาจาทางพระพุทธศาสนาสำหรับประชาชน

ก่อนเราจะมาเข้าเรื่องของการประยุกต์ใช้สัมมาวาจาทางพระพุทธศาสนาสำหรับประชาชน เราจะกล่าวถึงที่มาของปัญหาว่า ความรุนแรงไม่จำเป็นต้องเกิดจากการกระทำที่เป็น “กายกรรม” หรือการลงมือทำโดยตรง แม้กระทั่งการใช้ “วจีกรรม” เช่น การพูดข่มขู่ การเปิดเผยข้อมูลส่วนตัว หรือการใส่ร้ายด้วยข้อมูลเท็จ ซึ่งก่อให้เกิดความหวาดกลัว ความเครียด หรือความวิตกกังวลก็สามารถถือเป็นความรุนแรงได้เช่นกัน นอกจากนี้ การเพิกเฉยหรือไม่ใส่ใจต่อความต้องการที่จำเป็นของสมาชิกในสังคมก็สามารถเป็นรูปแบบของความรุนแรงได้ เช่น การละเลยไม่ดูแลสิทธิ หรือไม่ให้ความสำคัญกับความเป็นอยู่ของประชาชนที่มีความจำเป็น ผลกระทบจากความรุนแรงไม่ได้จำกัดแค่การทำร้ายทางร่างกายเท่านั้น แต่ยังรวมถึงผลกระทบทางจิตใจ เช่น การทำให้บุคคลรู้สึกอับอาย ถูกดูหมิ่น หรือถูกละเมิดสิทธิ จนส่งผลต่อสุขภาพจิตและสภาพจิตใจของพวกเขา หรืออาจทำให้ชีวิตของพวกเขาผิดแผกไปจากปกติ ทั้งนี้ ล้วนเป็นการแสดงออกของความรุนแรงที่อาจเกิดขึ้นในสังคม ความรุนแรงไม่ได้จำกัดอยู่เพียงแค่การใช้กำลังหรืออำนาจต่อผู้อื่นเท่านั้น แม้กระทั่งการกระทำต่อตนเอง เช่น การฆ่าตัวตาย (ไม่ว่าจะสำเร็จหรือไม่สำเร็จ) หรือการทำร้ายตัวเองให้ได้รับบาดเจ็บทางใดทางหนึ่ง ก็ถือเป็นความรุนแรงเช่นกัน นอกจากนี้ ความรุนแรงยังสามารถเกิดขึ้นได้จากการกระทำระหว่างบุคคลคนเดียวกับกลุ่มคน หรือระหว่างกลุ่มหนึ่งกับอีกกลุ่มหนึ่ง (วิชัย รูปชาติ, 2554: 93) จากที่กล่าวมาในนี้สังคมปัจจุบันสามารถแก้ปัญหาได้ถ้าเข้าใจหลักการประยุกต์ใช้สัมมาวาจา ในประเด็นเรื่องการสร้างคนให้มีคุณภาพใช้เวลายาวนาน เช่นเดียวกับการปลูกต้นไม้ใหญ่ที่ต้องใช้เวลาดูแลเอาใจใส่จนเติบโตแข็งแรง หลักคิดเพื่อการดำเนินชีวิตจึงจำเป็นต้องมีแนวทางที่ชัดเจน โดยเฉพาะการฝึกฝนวาจาและพฤติกรรมให้อยู่ในทางที่ดี เพื่อประโยชน์ต่อตนเองและสังคม โดยอาศัยหลักสัมมาวาจาเป็นเครื่องนำทางสำคัญ

ประกอบด้วย

- 1) รู้น้อยไม่เลือกงาน หากยังมีความรู้บ้าง อย่าทอดทิ้งหรือเกี่ยงงาน เพราะการทำงานคือโอกาสดีในการเรียนรู้และพัฒนาตน
- 2) ยึดความยุติธรรมและใจเย็น การพูดหรือสื่อสารอย่างตรงไปตรงมา สุภาพ และมีเหตุผล ช่วยให้การอยู่ร่วมกับผู้อื่นเป็นไปด้วยดี
- 3) ขยัน อดทน และคบคนดี วาจาที่ไพเราะน่าฟัง สร้างความเชื่อมั่น และไม่พูดร้ายถึงใคร เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้คนไว้วางใจและเคารพ
- 4) เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น องค์กรที่ดีควรให้ออกาสแก่คนในองค์กร เช่นเดียวกับคนที่พูดเพื่อสร้างแรงบันดาลใจ ย่อมเป็นที่รักและเคารพ
- 5) รักตนเอง ครอบครัว และส่วนรวม เมื่อพูดด้วยความรักและความเข้าใจ จะช่วยเสริมพลังในชีวิตทั้งส่วนตัวและในหน้าที่การงาน
- 6) ใช้ความรู้ให้เกิดประโยชน์ การถ่ายทอดความรู้ด้วยวาจาดี สร้างแรงบันดาลใจ และเสริมคุณค่าให้ทั้งผู้พูดและผู้ฟัง
- 7) เรียนรู้จากผู้มีประสบการณ์ คำพูดของคนที่ผ่านมาชีวิตมาเยอะ คือภูมิคุ้มกันแห่งปัญญา จงฟังด้วยใจเปิดกว้าง
- 8) หลีกเลียงโทษ เพราะยิ่งพูดด้วยโกรธ ยิ่งมีแต่ความเสียหาย ผู้ที่ฝึกวาจาให้สงบ ย่อมลดความรุนแรงทั้งในตนเองและสังคม (เทียม โชควัฒนา, 2547: 11-14)
- 9) ไม่ทำร้ายคนใกล้ตัว แม้ยามลำบาก ก็ไม่ควรพูดจาทำลายใจคนรอบข้าง จงเลือกคำพูดที่สร้างพลังแทนการตำหนิ
- 10) เรียนรู้จากอดีต มองปัจจุบัน เพื่อวางแผนอนาคต การใช้คำพูดไตร่ตรองอย่างมีสติ จะช่วยให้การสื่อสารในวันนี้เป็นสะพานสู่วันพรุ่งนี้ที่มั่นคง
- 11) การร่วมมือของคนมากมาย นำมาซึ่งโอกาสใหญ่ วาจาที่รวมใจคนได้ เป็นพลังสำคัญของความสำเร็จ
- 12) ใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า ทุกคำพูดมีความหมาย อย่าปล่อยให้คำพูดของเรากลายเป็นสิ่งที่ทำลายเวลาอันมีค่าไปโดยเปล่าประโยชน์
- 13) รู้จังหวะงาน และการพูดให้เหมาะกับเวลา พูดให้ถูกกาลเทศะ เลือกคำที่เหมาะสม จะช่วยให้งานราบรื่นและได้รับความร่วมมือ
- 14) คนขยันพูดน้อย ทำมาก ย่อมประสบผลสำเร็จ วาจาที่เสริมแรงใจ เสริมสร้างความเพียร เป็นพลังขับเคลื่อนชีวิตที่มั่นคง
- 15) ไม่มีอะไรเกินความพยายาม หากใจมุ่งมั่น คำพูดที่ไพเราะน่าฟัง คือแรงผลักดันที่สำคัญทั้งต่อตนเองและผู้อื่น
- 16) คุณภาพของงาน ขึ้นอยู่กับคุณภาพของคน คำพูดสร้างความสามัคคี คือหัวใจของการทำงานร่วมกันอย่างยั่งยืน
- 17) การชมและติต้องเป็นสติและความหวังดี คำชื่นชมไม่ควรทำให้หลงตัว คำติต้องมีเมตตา เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน
- 18) คนที่อึดแอ้มและพูดดี เป็นที่รักของทุกคน สัมมาวาจาจึงไม่ได้แค่พูดให้ดี แต่รวมถึงการสื่อสารที่อบอุ่นและเป็นมิตร
- 19) การทำดีแม้ลำบาก ย่อมนำชีวิตไปสู่สิ่งที่ตั้งใจ พูดดีแม้ในสถานการณ์ที่ยาก ย่อมก่อให้เกิดสิ่งดีงามในระยะยาว
- 20) มนุษย์สัมพันธ์ที่ดี เริ่มต้นจากคำพูดที่ไพเราะ การพูดให้เกียรติ ให้อภัย และเข้าใจผู้อื่น คือหัวใจของความสัมพันธที่มั่นคง
- 21) ความสามารถที่แท้จริง จะพูดแทนตัวเองเสมอ อย่าพูดโอ้อวด แต่จงให้ผลงานเป็นคำพูดที่น่าเชื่อถือที่สุด
- 22) ทุกความรู้สึกล้วนเกิดแล้วดับ อย่าให้วาจาผูกติดกับอารมณ์ การพูดด้วยใจเป็นกลาง ทำให้ปัญหาในชีวิตคลี่คลายได้ง่ายขึ้น
- 23) คุณภาพของจิต กำหนดคุณภาพของชีวิต พูดอย่างสร้างสรรค์ คือการสะท้อนจิตใจที่มีคุณภาพ
- 24) ชีวิตคือการเรียนรู้ ไม่มีวันสิ้นสุด อย่าใช้คำพูดปิดโอกาสของตนเอง จงพูดเพื่อเปิดใจ เปิดทางให้กับความรู้ใหม่
- 25) ชนะใจตนเอง คือชัยชนะที่ยิ่งใหญ่ที่สุด ควบคุมคำพูดของตนเอง คือการควบคุมชีวิตได้ดีที่สุด

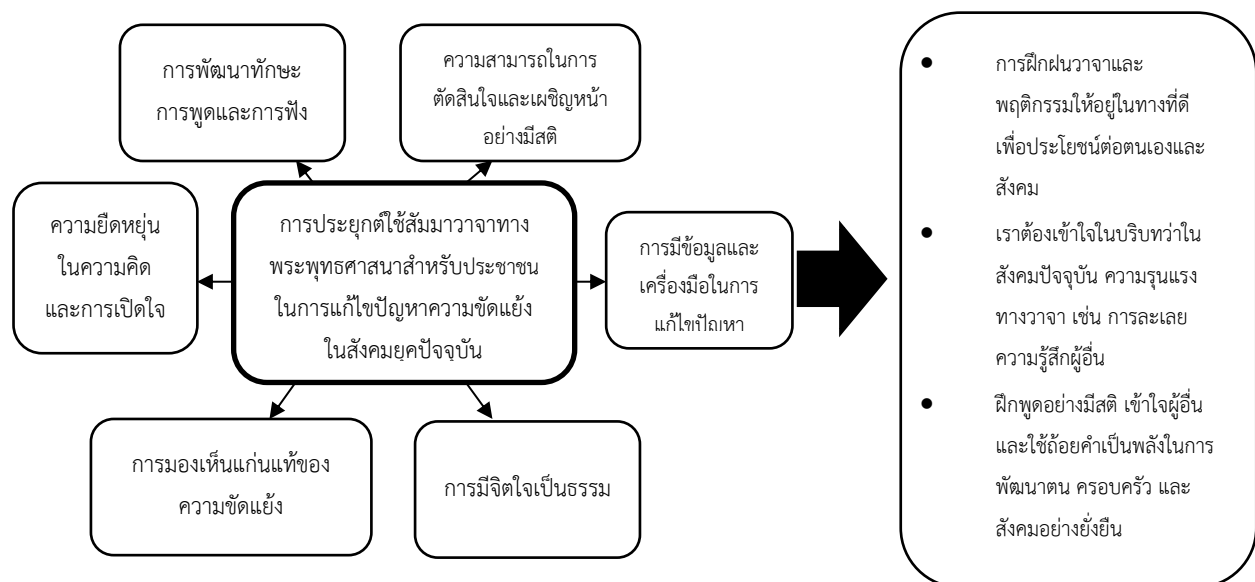
26) อย่าด่วนตัดสินใครด้วยคำพูดเพียงผิวเผิน จงมีสติ ใช้เหตุผล ไม่พูดตามกระแส แต่ไตร่ตรองก่อนพูดเสมอ

27) การทำร้ายผู้อื่น ด้วยคำพูด คือการย้อนทำร้ายตัวเอง แม้เราจะเป็นฝ่ายถูก ก็ต้องรู้จักปล่อยวาง มิฉะนั้นเวลานั้นจะกลายเป็นบ่วงรัดใจเราเอง (ฐิตินาถ ฌ พัทลุง, 2552: 13-220)

สรุปได้ว่า หัวใจหลักสำคัญในการการประยุกต์ใช้สัมมาวาจาทางพระพุทธศาสนาสำหรับประชาชน เราต้องเข้าใจในบริบทว่าในสังคมปัจจุบัน ความรุนแรงทางวาจา เช่น การพูดทำร้ายจิตใจ การใส่ร้าย หรือการละเลยความรู้สึกผู้อื่น ล้วนส่งผลเสียต่อบุคคลและสังคม การประยุกต์ใช้สัมมาวาจาจึงเป็นแนวทางสำคัญในการลดความขัดแย้งและสร้างความสงบสุข โดยเน้นการพูดอย่างมีเมตตา สุภาพ ให้เกียรติ และสร้างสรรค์ หลักการสัมมาวาจาช่วยให้ประชาชนฝึกพูดอย่างมีสติ เข้าใจผู้อื่น และใช้ถ้อยคำเป็นพลังในการพัฒนาตน ครอบครัว และสังคมอย่างยั่งยืน

องค์ความรู้ใหม่

การสร้างองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้สัมมาวาจาทางพระพุทธศาสนาสำหรับประชาชนในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในสังคมยุคปัจจุบัน นี้ได้ข้อค้นพบที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับ บทบาทของประชาชนในสังคมไทยยุคปัจจุบัน หลักการเกี่ยวกับการบริหารความขัดแย้งทั่วไป การประยุกต์ใช้สัมมาวาจาทางพระพุทธศาสนาสำหรับประชาชน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ตามแผนภาพที่ 1 ดังนี้



แผนภาพที่ 1 องค์ความรู้ใหม่

สรุป

การประยุกต์ใช้สัมมาวาจาทางพระพุทธศาสนาในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในสังคมยุคปัจจุบัน มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อสังคมไทยที่กำลังเผชิญกับปัญหาความรุนแรงทางวาจา โดยเฉพาะในสื่อสังคมออนไลน์ซึ่งเป็นพื้นที่แสดงความคิดเห็นที่เปิดกว้างและมีอิทธิพลสูง การแพร่กระจายข้อมูลเท็จ ข่าวลือ และการโต้แย้งด้วยถ้อยคำรุนแรง ได้กลายเป็นสาเหตุสำคัญของความขัดแย้งในสังคม การประยุกต์ใช้หลักสัมมาวาจา ซึ่งหมายถึงการพูดอย่างสุภาพ จริงใจ ไม่กล่าวร้าย ไม่พูดส่อเสียด และไม่พูดเพื่อเจ้อ จึงเป็นแนวทางที่ช่วยส่งเสริมให้ประชาชนมีสติในการสื่อสารและเคารพผู้อื่น โดยสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงผ่านกิจกรรม เช่น (1) การจัดอบรมเชิงปฏิบัติการในชุมชน เพื่อฝึกทักษะการฟังและการพูดอย่างมีเมตตา (2) การสร้างแคมเปญออนไลน์ส่งเสริมการใช้วาจาสุภาพ ผ่านอินฟลูเอนเซอร์หรือผู้นำชุมชนออนไลน์ (3) การบูรณาการในหลักสูตรสถานศึกษา เพื่อปลูกฝังวาจาที่สร้างสรรค์ในเด็กและเยาวชน และ (4) การใช้กลไกไกล่เกลี่ยในชุมชนหรือองค์กร โดยการเจรจาด้วยถ้อยคำที่สร้างความเข้าใจ ไม่ยั่วยุอารมณ์

สาระสำคัญของบทความนี้ คือ การตระหนักว่าความขัดแย้งในปัจจุบันไม่ได้แก้ไขได้ด้วยกฎหมายหรือการควบคุมเพียงอย่างเดียว แต่ต้องอาศัยการปรับทัศนคติและการสื่อสารที่มีคุณภาพ ซึ่งหลักสัมมาวาจาเป็นเครื่องมือทางจริยธรรมที่สามารถสร้างวัฒนธรรมการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขและยั่งยืนได้อย่างเป็นรูปธรรมในทุกระดับของสังคม

เอกสารอ้างอิง

- กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์. (2568). “ภูมิทัศน์สื่อ” กับ “การกำหนดวาระข่าวสาร” ของสังคมไทย. สืบค้นจาก <https://www.thaimediafund.or.th/article-08112566/>
- ฐิตินาถ ณ พัทลุง. (2552). *เข็มทิศชีวิต 5 : มั่งคั่ง*. ฉะเชิงเทรา: เข็มทิศชีวิต.
- เทียม โชควัฒนา. (2547). *ปรัชญาการทำงาน และการดำเนินชีวิต*. ดร.เทียม โชควัฒนา. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ตาตาพับลิเคชั่น.
- ธณณ สมหวัง. (2568). *สติของสังคมไทย*. สืบค้นจาก https://www.matichon.co.th/news-monitor/news_1541036
- ธ สุนทราวุธ. (2553). *การบริหารจัดการเชิงจิตวิทยา: หลักการ การประยุกต์ และกรณีศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: เนติกุลการพิมพ์.
- ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2553). *จิตวิทยาการบริหารงานบุคคล*. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพมหานคร.
- พระพรหมคุณาภรณ์. (2554). *การเสริมสร้างคุณลักษณะเด็กไทย*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา.
- วสิน อินทสระ. (2527). *หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนาเถรวาท*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย.
- วิชัย รูปขำดี. (2554). *บทบาทของท้องถิ่นกับการแก้ไขความรุนแรงทางสังคม*. วารสารสถาบันพระปกเกล้า. 9(1).
- องค์การพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ (อพวช.), สำนักงานคณะกรรมการการรักษาความมั่นคงปลอดภัยไซเบอร์แห่งชาติ (สกมช.), & ศูนย์ข่าวก่อนแซร์ สำนักข่าวไทย อสมท. (2568). *ข่าวลวง-ภัยออนไลน์: เทคโนโลยีทำให้ซับซ้อนขึ้น แต่ ‘อารมณ์-อคติ’ ยังเป็นตัวแปรสำคัญของการตกเป็นเหยื่อ*. สืบค้นจาก <https://blog.cofact.org/670816-2/>