

จิตวิทยาเด็ก / ในยุคปัญญาประดิษฐ์ (AI)



WRITTEN AND PREPARED BY
Phatthanan Homklin, B.Sc. (Health Science)
พัทธนันท์ หอมกลิ่น

จิตวิทยาเด็กในยุคปัญญาประดิษฐ์ (AI)

Child Psychology in the AI Era



Copyright by Phatthanan©2026. All Rights Reserved.

คำนำ

โลกในวันนี้กำลังเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ หรือ Artificial Intelligence (AI) ไม่ได้เป็นเรื่องไกลตัวอีกต่อไป แต่กำลังค่อย ๆ เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ทั้งการสื่อสาร การค้นหาข้อมูล การเรียนรู้ การทำงาน ตลอดจนการสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ และในโลกที่เปลี่ยนแปลงเช่นนี้ เด็กคือคนกลุ่มหนึ่งที่กำลังเติบโตท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

เด็กในยุคปัจจุบันไม่ได้เรียนรู้จากหนังสือ ห้องเรียน หรือคำบอกเล่าของผู้ใหญ่เพียงอย่างเดียว แต่สามารถเข้าถึงข้อมูลจำนวนมหาศาลได้ภายในเวลาเพียงไม่กี่วินาที สามารถตั้งคำถามกับระบบ AI ขอคำอธิบาย สร้างภาพ เขียนข้อความ หรือค้นหาคำตอบในเรื่องที่ตนเองสนใจได้อย่างง่ายดาย ความสามารถเหล่านี้นำมาซึ่งโอกาสทางการเรียนรู้ที่กว้างขึ้น แต่ในขณะเดียวกันก็เกิดคำถามสำคัญว่า เมื่อเด็กสามารถเข้าถึงคำตอบได้ง่ายขึ้น แล้วสิ่งใดคือสิ่งที่เด็กยังจำเป็นต้องเรียนรู้ด้วยตนเอง

คำถามนี้ไม่ได้เกี่ยวข้องกับเพียงกับความสามารถทางวิชาการ หากแต่เกี่ยวข้องกับ “จิตใจ” ของเด็กด้วย เพราะการเติบโตของมนุษย์ไม่ได้ประกอบด้วยความรู้เพียงอย่างเดียว เด็กยังต้องเรียนรู้ที่จะรู้จัก

ตนเอง เข้าใจอารมณ์ของตนเอง รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความ
รับผิดชอบ สามารถตัดสินใจ แก้ไขปัญหา และสร้างความสัมพันธ์กับ
ผู้คนรอบข้าง สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นส่วนสำคัญของการเติบโตที่เทคโนโลยี
ไม่สามารถทำหน้าที่แทนมนุษย์ได้ทั้งหมด

หนังสือเล่มนี้จึงเกิดขึ้นจากความตั้งใจที่จะชวนผู้อ่านมอง
“เด็ก” ให้ลึกไปกว่าการเป็นผู้ใช้เทคโนโลยี และมอง “AI” ให้กว้างไป
กว่าการเป็นเครื่องมือสำหรับ ค้นหาคำตอบ แต่ให้มองเห็น
ความสัมพันธ์ระหว่างเทคโนโลยี จิตวิทยา การเรียนรู้ อารมณ์ และ
พัฒนาการของเด็กที่กำลังเติบโตในโลกยุคใหม่

เนื้อหาในหนังสือจะพาผู้อ่านค่อย ๆ ทำความเข้าใจตั้งแต่
ธรรมชาติของเด็กและพัฒนาการทางจิตใจ ไปจนถึงการเปลี่ยนแปลงที่
เกิดขึ้นเมื่อ AI เข้ามามีบทบาทในการเรียนรู้และชีวิตประจำวัน รวมถึง
ประเด็นเกี่ยวกับอารมณ์ ความสัมพันธ์ ความปลอดภัย ความเป็น
ส่วนตัว การรู้เท่าทันข้อมูล การคิดวิเคราะห์ ตลอดจนบทบาทของ
ครอบครัว ครู และสังคมในการช่วยให้เด็กสามารถอยู่ร่วมกับ
เทคโนโลยีได้อย่างเหมาะสม

สิ่งสำคัญ หนังสือเล่มนี้ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายที่จะบอกว่าเด็กควร
หลีกเลี่ยงจาก AI หรือเทคโนโลยี แต่ต้องการชวนให้เราเรียนรู้ว่า “จะใช้
AI อย่างไรโดยไม่ปล่อยให้ AI เข้ามาแทนที่ความเป็นมนุษย์ของเด็ก”

เพราะในวันที่เทคโนโลยีสามารถตอบคำถามได้มากมาย สิ่ง
เด็กยังต้องการจากผู้ใหญ่ อาจไม่ใช่คำตอบที่มากขึ้น แต่คือคนที่พร้อม
รับฟัง เข้าใจ ให้คำแนะนำ และอยู่เคียงข้างเมื่อเด็กกำลังเรียนรู้ที่จะ
ค้นหาคำตอบด้วยตัวเอง

ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้จะเป็นแนวทางเล็ก ๆ
สำหรับนักเรียน นักศึกษา ครู ผู้ปกครอง และผู้ที่สนใจเรื่องเด็กและ
เทคโนโลยี ให้สามารถมองเห็นทั้งโอกาสและความท้าทายของ AI ได้
อย่างรอบด้าน และนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการเรียน การทำงาน
และการดูแลเด็กได้อย่างเหมาะสม

ท้ายที่สุดแล้ว เป้าหมายของการเติบโตในยุค AI อาจไม่ใช่การ
ทำให้เด็กฉลาดกว่าเทคโนโลยี แต่คือการช่วยให้เด็ก **เติบโตเป็น
มนุษย์ที่รู้จักคิด รู้จักรู้สึก รู้จักเลือก และรู้จักใช้เทคโนโลยีอย่างมีความ
รับผิดชอบ **

เพราะไม่ว่าโลกจะก้าวไปไกลเพียงใด

**หัวใจของการพัฒนาเด็กยังคงเริ่มต้นจากการเข้าใจเด็กคนหนึ่งอย่าง
แท้จริง **

พัทธนันท์ หอมกลิ่น

สารบัญ

หน้า

บทนำ	16
บทที่ 1 เด็กกับโลกใหม่ : เมื่อ AI กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต	23
1.1 เด็กยุคใหม่กำลังเติบโตในโลกแบบใด	24
1.2 AI คืออะไรในมุมมองของเด็กและผู้ใหญ่ควรเข้าใจ	26
1.3 จากอินเทอร์เน็ตสู่ Generative AI	37
1.4 เด็กไม่ได้เป็นเพียงผู้ใช้ แต่เป็นผู้สร้าง	47
1.5 โลกดิจิทัลกับโลกจริงที่หลอมรวมเข้าด้วยกัน	55
1.6 ทำไมผู้ใหญ่จึงต้องเข้าใจ AI ก่อนที่จะสอนเด็ก	68
บทที่ 2 จิตใจของเด็ก : สิ่งที่ AI ไม่สามารถเติบโตแทนเด็กได้	81
2.1 ธรรมชาติของจิตใจเด็ก	82
2.2 ความต้องการความรัก ความปลอดภัย และการยอมรับ	84
2.3 ความผูกพันระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่	85
2.4 การเรียนรู้ผ่านความสัมพันธ์	86
2.5 อารมณ์กับพัฒนาการทางความคิด	87
2.6 ทำไม “การมีคนอยู่ข้าง ๆ” จึงสำคัญกว่าเทคโนโลยี	88
2.7 เด็กต้องมีพื้นที่สำหรับการลองผิดและการเติบโต	90
2.8 สิ่งที่ AI ช่วยได้ และสิ่งที่เด็กต้องเติบโตด้วยตัวเอง	91

สารบัญ

	หน้า
2.9 เมื่อ AI เก่งขึ้น ผู้ใหญ่ต้องยิ่งเข้าใจ “หัวใจของเด็ก”	92
2.10 หัวใจสำคัญของบทนี้	93
บทที่ 3 เมื่อ AI เข้ามาในห้องเรียน : เด็กเรียนรู้เปลี่ยนไปอย่างไร	95
3.1 จากการค้นหาคำตอบสู่การสนทนากับ AI	96
3.2 AI กับการเรียนรู้เฉพาะบุคคล	98
3.3 ข้อดีของ AI ต่อการเรียนรู้	99
3.4 เมื่อเด็กใช้ AI มากเกินไป	100
3.5 การคิดเองกับการให้ AI คิดแทน	102
3.6 การสร้างทักษะการคิดวิเคราะห์	103
3.7 บทบาทใหม่ของครูในยุค AI	104
3.8 ห้องเรียนที่ดีในยุค AI ไม่ใช่ห้องเรียนที่ใช้ AI มากที่สุด	106
3.9 การบ้านในยุค AI	107
3.10 AI กับการคิดสร้างสรรค์ของเด็ก	108
3.11 การเรียนรู้ที่ AI ทำแทนไม่ได้	109
3.12 ห้องเรียนแห่งอนาคต : เด็ก ครู และ AI เรียนรู้ไปด้วยกัน	110
บทที่ 4 เด็กกับอารมณ์ในโลกดิจิทัล	112

สารบัญ

	หน้า
4.1 เมื่อหน้าจอกลายเป็นพื้นที่ระบายความรู้สึก	114
4.2 ความเหงาของเด็กในโลกที่เชื่อมต่อกัน	116
4.3 การเปรียบเทียบตนเองกับคนอื่น	117
4.4 ความกังวล การยอมรับ และคุณค่าในตนเอง	119
4.5 AI เพื่อนคุยกับ AI ที่เด็กอาจผูกพัน	120
4.6 เมื่อเด็กเริ่มเชื่อใจ AI มากกว่าคนใกล้ตัว	122
4.7 ผู้ใหญ่ควรรับฟังอย่างไรโดยไม่ตัดสิน	123
4.8 เด็กต้องเรียนรู้ที่จะเข้าใจอารมณ์ของตัวเอง	125
4.9 เมื่อโลกออนไลน์ทำให้เด็กต้องการการยอมรับตลอดเวลา	126
4.10 พื้นที่ที่ไม่มีหน้าจอก็สำคัญ	127
4.11 AI ไม่ควรเป็นทีเดียวที่เด็กใช้ระบายความรู้สึก	129
4.12 การสอนเด็กให้รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองในโลกดิจิทัล	130
4.13 ผู้ใหญ่ไม่จำเป็นต้องรู้ทุกคำตอบ แต่ต้องพร้อมอยู่ข้างเด็ก	131
บทที่ 5 เมื่อเด็กได้รับคำตอบทุกอย่าง	133
5.1 ความง่ายที่อาจกลายเป็นกับดัก	134
5.2 AI กับการลดความพยายามในการเรียนรู้	136
5.3 การคิดวิเคราะห์	137

สารบัญ

	หน้า
5.4 การตั้งคำถามสำคัญกว่าการรู้คำตอบ	138
5.5 ความคิดสร้างสรรค์	139
5.6 การแก้ปัญหาโดยไม่พึ่งเทคโนโลยี	141
5.7 สอนเด็กให้ใช้ AI เป็น “เครื่องมือ” ไม่ใช่ “สมองแทน”	142
5.8 ความผิดพลาดยังมีคุณค่า	143
5.9 ความอดทนกับการเรียนรู้ที่ไม่เกิดขึ้นทันที	144
5.10 การตัดสินใจต้องยังเป็นของเด็ก	145
5.11 ครูควรออกแบบคำถามที่ AI ตอบได้ไม่หมด	146
5.12 พ่อแม่ควรช่วยอย่างไรโดยไม่คิดแทนลูก	147
5.13 เด็กควรรู้ว่า AI ก็ผิดได้	148
5.14 การคิดเองไม่ได้หมายถึงการปฏิเสธ AI	149
5.15 หลักง่าย ๆ : ให้เด็กคิดก่อน แล้วค่อยให้ AI ช่วย	150
5.16 สิ่งที่เด็กควรมีมากกว่าคำตอบ	151
บทที่ 6 ความปลอดภัยและสิทธิของเด็กในยุค AI	153
6.1 ข้อมูลส่วนตัวของเด็ก	154
6.2 ความเป็นส่วนตัว	155

สารบัญ

	หน้า
6.3 ขาวปลอมและข้อมูลที่ผิด	156
6.4 ภาพ เสียง และตัวตนของเด็ก	158
6.5 อคติของระบบ AI	159
6.6 การกลั่นแกล้งในโลกออนไลน์	160
6.7 การปกป้องเด็กโดยไม่ปิดกั้นโลกของเด็ก	161
6.8 สิทธิของเด็กต้องมาก่อนความสะดวกของเทคโนโลยี	162
6.9 การปกป้องเด็กโดยไม่ปิดกั้นโลกของเด็ก	163
6.10 สอนเด็กให้รู้ว่าเมื่อใดควรขอความช่วยเหลือ	165
6.11 โรงเรียนกับการสร้างพื้นที่ดิจิทัลที่ปลอดภัย	166
6.12 ครอบครัวกับการสร้างข้อตกลงร่วมกัน	166
6.13 ผู้ใหญ่เองก็ต้องเป็นแบบอย่าง	167
6.14 ความปลอดภัยที่แท้จริง	168
6.15 แนวปฏิบัติสำหรับผู้ใหญ่ในการดูแลเด็กยุค AI	169
6.16 เมื่อการปกป้องต้องเดินคู่กับการให้อิสระ	171
บทที่ 7 ครอบครัวในยุค AI : พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องเก่งเทคโนโลยี	172
7.1 จากการควบคุมสู่การพูดคุย	173

สารบัญ

	หน้า
7.2 พ่อแม่กับบทบาทของการเป็นผู้ชี้แนะ	175
7.3 การสร้างข้อตกลงในการใช้เทคโนโลยี	176
7.4 การตั้งขอบเขตโดยไม่ทำให้เด็กรู้สึกถูกทอดทิ้ง	177
7.5 พ่อแม่ควรทำอะไรเมื่อเด็กใช้ AI	178
7.6 การสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้เด็กเล่นเรื่องออนไลน์	179
7.7 ครอบครัวที่เติบโตไปพร้อมกับเทคโนโลยี	180
7.8 พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องเก่งเทคโนโลยี แต่ต้องรู้จักโลกของลูก	181
7.9 เมื่อเด็กใช้ AI ทำการบ้าน	182
7.10 การสอนเรื่องความเป็นส่วนตัวโดยไม่สร้างความกลัว	183
7.11 พ่อแม่กับ AI ที่ทำหน้าที่คล้ายเพื่อน	184
7.12 การเป็นแบบอย่างสำคัญกว่าการออกคำสั่ง	185
7.13 การสร้างสมดุลระหว่างโลกออนไลน์กับโลกจริง	186
7.14 เมื่อพ่อแม่กับลูกเรียนรู้ไปพร้อมกัน	187
7.15 แนวทางง่าย ๆ สำหรับครอบครัวในยุค AI	188
7.16 สิ่งที่พ่อแม่ควรจำในวันที่ AI เปลี่ยนเร็วกว่าเรา	189

สารบัญ

	หน้า
บทที่ 8 ครูและนักศึกษาจากผู้ถ่ายทอดความรู้	191
8.1 ห้องเรียนที่เปลี่ยนไป	192
8.2 ครูในวันที่ได้คำถาม AI ได้ทันที	194
8.3 การใช้ AI เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้	194
8.4 การตรวจสอบข้อมูล	195
8.5 การลอก การฟั้งพา และจริยธรรมทางการศึกษา	196
8.6 AI กับความซื่อสัตย์ทางวิชาการ	197
8.7 ทักษะที่มนุษย์ยังต้องพัฒนา	198
8.8 ครูกับการสร้างคำถามที่ AI ตอบแทนได้ยาก	199
8.9 ครูในฐานะผู้สร้างภูมิคุ้มกันทางความคิด	200
8.10 นักศึกษาในมหาวิทยาลัยกับโลกของ AI	201
8.11 การสอนทักษะที่ AI ทำแทนได้ยาก	202
8.12 ครูต้องรู้ด้วยว่า “เมื่อใดไม่ควรใช้ AI”	203
8.13 ครูเองก็ต้องเป็นผู้เรียน	204
8.14 นักเรียนควรมีส่วนร่วม ไม่ใช่เป็นเพียงผู้รับกฎ	205
8.15 AI กับความแตกต่างระหว่างนักเรียน	206

สารบัญ

หน้า

8.16 ห้องเรียนที่ดีที่สุดอาจไม่ใช่ห้องเรียนที่ใช้ AI มากที่สุด	207
8.17 แนวทางสำหรับครูในการสร้างภูมิคุ้มกันทางความคิด	208
8.18 แนวทางสำหรับนักศึกษาในยุค AI	209
8.19 จากผู้ถ่ายทอดความรู้สู่ผู้สร้างภูมิคุ้มกันทางความคิด	210
บทที่ 9 เด็กที่แตกต่างในโลก AI	212
9.1 เด็กแต่ละคนไม่ได้เรียนรู้เหมือนกัน	214
9.2 AI กับเด็กที่มีความต้องการแตกต่างกัน	215
9.3 การศึกษาเฉพาะบุคคลกับความเสี่ยงของการตีกรอบเด็ก	216
9.4 ความเท่าเทียมไม่ได้หมายความว่าทุกคนต้องได้รับสิ่งเดียวกัน	218
9.5 ช่องว่างทางดิจิทัล: เมื่อโอกาสไม่ได้เริ่มต้นเท่ากัน	219
9.6 ภาษา วัฒนธรรม และโลกที่ไม่ได้มีเพียงมุมมองเดียว	220
9.7 การสร้างโลกดิจิทัลที่ไม่ทิ้งเด็กคนใดไว้ข้างหลัง	221
9.8 เด็กกลุ่มพิเศษกับสิทธิในการมีส่วนร่วม	222
9.9 อย่าให้ AI กลายเป็นผู้ตัดสินอนาคตของเด็ก	223
9.10 การเข้าถึงไม่ได้หมายถึงเพียงการมีอุปกรณ์	224
9.11 AI ควรช่วยลดอุปสรรค ไม่ใช่เพิ่มภาระให้เด็ก	225
9.12 การเรียนรู้ร่วมกันของเด็กที่แตกต่าง	226

สารบัญ

	หน้า
9.13 เด็กควรมีเสียงในการออกแบบโลก AI	227
9.14 จากความแตกต่างสู่คุณค่าของความหลากหลาย	228
9.15 แนวทางในการใช้ AI เพื่อสร้างโอกาสให้เด็กทุกคน	229
9.16 ความหวังของ AI ไม่ใช่การทำให้เด็กทุกคนเก่งเหมือนกัน	230
บทที่ 10 เลี้ยงเด็กอย่างไรให้เติบโตอย่างมีหัวใจในยุค AI	232
10.1 ทักษะที่เด็กควรมีมากกว่าความสามารถในการใช้ AI	234
10.2 ความฉลาดทางอารมณ์	235
10.3 ความเห็นอกเห็นใจ	236
10.4 ความรับผิดชอบ	237
10.5 การรู้จักตนเอง	239
10.6 การรู้เท่าทันสื่อและ AI	240
10.7 การใช้เทคโนโลยีอย่างมีจริยธรรม	241
10.8 ให้เด็กมีพื้นที่ที่ไม่ต้องพึ่ง AI	242
10.9 สอนเด็กให้รู้จักความพยายาม	243
10.10 ให้เด็กเรียนรู้จากความผิดพลาด	244
10.11 พ่อแม่ควรเป็น “พื้นที่ปลอดภัย” มากกว่าเป็นผู้ควบคุม	245
10.12 ครอบครัวควรสร้างข้อตกลงร่วมกัน	246

สารบัญ

	หน้า
10.13 สอนให้เด็กใช้ AI เพื่อสร้าง ไม่ใช่เพียงบริโภค	247
10.14 อย่าให้ AI มาแทนความสัมพันธ์ของมนุษย์	248
10.15 เลี้ยงเด็กด้วย “ความสัมพันธ์” ก่อน “เทคโนโลยี”	249
10.16 ผู้ใหญ่ต้องเติบโตไปพร้อมกับเด็ก	251
10.17 หลักสำคัญ 10 ประการในการเลี้ยงเด็กยุค AI	252
10.18 เด็กที่เก่ง AI ไม่จำเป็นต้องเป็นเด็กที่ดีที่สุด	253
10.19 เมื่อ AI ฉลาดขึ้น มนุษย์ยังต้องสอนเรื่องหัวใจ	254
10.20 การเตรียมเด็กสำหรับอนาคตที่เรา还不知道จัก	255
บรรณานุกรม	257

บทนำ

เด็กในวันที่โลกกำลังเปลี่ยนไป

ในอดีต การเติบโตของเด็กอาจดูเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในพื้นที่ไม่กี่แห่ง บ้าน โรงเรียน สนามเด็กเล่น และชุมชน เด็กเรียนรู้จากพ่อแม่ ครู เพื่อน หนังสือ และประสบการณ์ที่เกิดขึ้นรอบตัว การตั้งคำถามของเด็กอาจต้องรอคำตอบจากผู้ใหญ่ หรือค้นหาความรู้จากหนังสือที่มีอยู่ในห้องสมุด แต่วันนี้โลกของเด็กเปลี่ยนไปอย่างมาก

เพียงมีอุปกรณ์ดิจิทัลหนึ่งเครื่องและการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต เด็กสามารถเดินทางไปยังโลกแห่งข้อมูลได้ภายในเวลาไม่กี่วินาที สามารถเรียนรู้เรื่องที่สนใจจากคนทั่วโลก สามารถค้นหาคำตอบ สร้างสรรค์ผลงาน ติดต่อสื่อสาร และในปัจจุบันยังสามารถพูดคุยกับระบบปัญญาประดิษฐ์ หรือ AI ได้อีกด้วย

การเปลี่ยนแปลงนี้ทำให้คำว่า “การเรียนรู้” มีความหมายกว้างขึ้นกว่าเดิม เด็กไม่จำเป็นต้องรอให้ผู้ใหญ่เป็นผู้ถ่ายทอดความรู้เพียงฝ่ายเดียวอีกต่อไป แต่สามารถเป็นผู้ค้นหา ผู้ตั้งคำถาม และผู้สร้างเนื้อหาด้วยตนเองได้

อย่างไรก็ตาม เมื่อความรู้สามารถเข้าถึงได้ง่ายขึ้น สิ่งที่น่าคิดกลับไม่ใช่เพียงว่าเด็กจะเรียนรู้อะไรจาก AI แต่คือ ******เด็กกำลังเรียนรู้ที่จะคิดและรู้สึกอย่างไรในโลกที่ AI เข้ามามีบทบาทมากขึ้น ******

เพราะการเติบโตของเด็กไม่ได้ประกอบด้วยความรู้และความสามารถทางวิชาการเพียงอย่างเดียว เด็กยังต้องพัฒนาความสามารถในการเข้าใจตนเอง ควบคุมอารมณ์ สร้างความสัมพันธ์ รู้จักผิดถูก เห็นอกเห็นใจผู้อื่น และเรียนรู้ที่จะรับมือต่อการตัดสินใจของตนเอง

เทคโนโลยีอาจช่วยให้เด็กค้นหาคำตอบได้รวดเร็ว แต่การรู้ว่า “คำตอบใดควรเชื่อ” ยังคงต้องอาศัยการคิดวิเคราะห์

AI อาจช่วยสร้างเรื่องราวหรือภาพที่สวยงาม แต่การเข้าใจว่าความรู้สึกของคนอื่นเป็นอย่างไร ยังคงต้องอาศัยประสบการณ์และความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์

AI อาจสามารถสนทนากับเด็กได้ แต่ความรัก ความผูกพัน ความปลอดภัยทางใจ และการมีผู้ใหญ่ที่พร้อมรับฟัง ยังคงเป็นสิ่งสำคัญต่อการเติบโตของเด็ก

ดังนั้น การทำความเข้าใจเด็กในยุค AI จึงไม่ใช่เพียงการทำความเข้าใจเทคโนโลยี แต่เป็นการทำความเข้าใจ “มนุษย์ตัวเล็ก ๆ” ที่กำลังเติบโตท่ามกลางเทคโนโลยีที่มีความสามารถมากขึ้นทุกวัน เมื่อเด็กมีคำตอบอยู่เพียงปลายนิ้ว

เด็กในยุค AI สามารถถามคำถามได้แทบทุกเรื่อง ตั้งแต่เรื่อง การบ้าน วิทยาศาสตร์ ภาษา ไปจนถึงเรื่องความสัมพันธ์และความรู้สึก สิ่งนี้สร้างโอกาสมหาศาลให้กับการเรียนรู้ เพราะเด็กสามารถได้รับคำอธิบายที่แตกต่างกันและกันคิดว่าเรื่องที่ตนเองสนใจได้ด้วยตนเอง

แต่ในอีกด้านหนึ่ง ความสะดวกก็อาจกลายเป็นความท้าทาย

เมื่อคำตอบอยู่เพียงปลายนิ้ว เด็กอาจไม่จำเป็นต้องใช้เวลาในการค้นคว้าเหมือนในอดีต เมื่อ AI สามารถช่วยเขียนข้อความหรือแก้ปัญหาได้ เด็กอาจเกิดความเคยชินกับการให้เทคโนโลยีคิดแทน และเมื่อข้อมูลจำนวนมากถูกนำเสนออย่างรวดเร็ว เด็กอาจพบกับข้อมูลที่ไม่ถูกต้อง ข้อมูลที่มีอคติ หรือเนื้อหาที่ไม่เหมาะสมกับวัยโดยไม่รู้ตัว คำถามจึงไม่ได้อยู่ที่ว่าเราจะ “ให้เด็กใช้ AI หรือไม่” แต่ควรเป็น

คำถามว่า ******เราจะทำอย่างไรให้เด็กใช้ AI โดยที่ยังคงความสามารถในการคิดด้วยตนเอง ******นี่คือหนึ่งในโจทย์สำคัญของผู้ใหญ่ในยุคปัจจุบันจากการปกป้องเด็กสู่การสร้างภูมิคุ้มกัน เมื่อเทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การพยายามปิดกั้นเด็กจากโลกดิจิทัลทั้งหมดอาจไม่ใช่คำตอบที่เหมาะสมเสมอไป เพราะโลกที่เด็กกำลังจะเติบโตและทำงานในอนาคตเป็นโลกที่เทคโนโลยีจะเข้ามามีบทบาทมากขึ้น

สิ่งที่เด็กต้องการจึงไม่ใช่เพียงการถูกห้าม แต่คือการได้รับความรู้และทักษะเพื่อดูแลตนเอง

เด็กควรรู้จักตั้งคำถามกับข้อมูล

รู้จักตรวจสอบแหล่งที่มา

รู้จักปกป้องข้อมูลส่วนตัว

รู้จักแยกแยะสิ่งที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม

รู้จักใช้ AI อย่างมีจริยธรรมและที่สำคัญที่สุด คือรู้ว่าเมื่อใดควรหันกลับมาขอคำแนะนำจากมนุษย์ที่ตนเองไว้วางใจ

การสร้างภูมิคุ้มกันทางดิจิทัลจึงไม่ใช่การทำให้เด็กกลัวเทคโนโลยี แต่เป็นการทำให้เด็ก ******รู้จักเทคโนโลยีมากพอที่จะไม่ตก

เป็นผู้ถูกเทคโนโลยีควบคุม** บ้าน โรงเรียน และสังคมต้องเดินไป
พร้อมกัน

การดูแลเด็กในยุค AI ไม่สามารถเป็นหน้าที่ของฝ่ายใดฝ่าย
หนึ่งเพียงลำพัง พ่อแม่อาจเป็นคนแรกที่เห็นพฤติกรรมของเด็ก ครูอาจ
เป็นผู้สังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงในการเรียนรู้ และโรงเรียนเป็นพื้นที่
สำคัญในการสร้างทักษะการรู้เท่าทันสื่อและเทคโนโลยี

ขณะเดียวกัน สังคมและผู้พัฒนาเทคโนโลยีก็มีบทบาทในการ
สร้างสภาพแวดล้อมดิจิทัลที่ปลอดภัย เหมาะสมกับวัย และเคารพ
สิทธิของเด็ก

เมื่อทุกฝ่ายทำงานร่วมกัน เด็กจะไม่ได้ถูกปล่อยให้อยู่ตาม
ลำพังท่ามกลางโลกดิจิทัลที่ซับซ้อน แต่จะมีผู้ใหญ่คอยเป็นเข็มทิศให้
ในวันที่เขายังแยกแยะทิศทางด้วยตนเองได้ไม่ชัดเจน

หนังสือเล่มนี้กำลังชวนเรามองอะไร

หนังสือ “จิตวิทยาเด็กในยุคปัญญาประดิษฐ์ (AI)” จึงไม่ได้มุ่ง
ตอบเพียงว่า AI มีประโยชน์หรือมีโทษต่อเด็กอย่างไร แต่ต้องการพา

ผู้อ่านทำความเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่าง **เด็ก จิตใจ การเรียนรู้
ครอบครัว โรงเรียน และเทคโนโลยี**

เราจะเริ่มต้นจากการทำความเข้าใจธรรมชาติและพัฒนาการ
ของเด็ก ก่อนจะค่อย ๆ เดินเข้าสู่โลกของ AI และสำรวจว่าเทคโนโลยี
กำลังเปลี่ยนวิธีการเรียนรู้ การคิด การสื่อสาร และการสร้าง
ความสัมพันธ์ของเด็กอย่างไร

จากนั้นจะพิจารณาถึงความท้าทายด้านอารมณ์ ความ
ปลอดภัย ความเป็นส่วนตัว การรู้เท่าทันข้อมูล จริยธรรม และความ
เท่าเทียม รวมถึงบทบาทของพ่อแม่ ครู และผู้ใหญ่ในการสร้าง
สภาพแวดล้อมที่ช่วยให้เด็กเติบโตได้อย่างเหมาะสม

เนื้อหาทั้งหมดไม่ได้ต้องการให้ผู้อ่านเลือกว่าจะอยู่ฝ่าย
“เทคโนโลยี” หรือฝ่าย “ต่อต้านเทคโนโลยี” แต่ต้องการชวนให้เราอยู่ใน
จุดที่สำคัญกว่านั้น นั่นคือ **การใช้เทคโนโลยีอย่างเข้าใจมนุษย์**
เพราะท้ายที่สุดแล้ว สิ่งที่เราควรถามไม่ใช่เพียงว่า “AI จะเก่งขึ้นแค่
ไหน?” แต่ควรถามด้วยว่า

“ในวันที่ AI เก่งขึ้นทุกวัน เราจะช่วยให้เด็กเติบโตขึ้นอย่างมีคุณภาพได้อย่างไร?”

คำตอบอาจไม่ได้อยู่ที่การทำให้เด็กใช้เทคโนโลยีได้เก่งที่สุด แต่อาจอยู่ที่การทำให้เด็กสามารถใช้เทคโนโลยีโดยยังรู้จักคิด รู้จักตั้งคำถาม รู้จักรับผิดชอบ รู้จักรัก รู้จักเห็นใจผู้อื่น และรู้จักคุณค่าของตนเอง เพราะไม่ว่าโลกจะเปลี่ยนไปเร็วเพียงใด เด็กก็ยังคงเป็นเด็กคนหนึ่งที่ต้องการความรัก ความเข้าใจ ความปลอดภัย และใครสักคนที่พร้อมจะเดินไปกับเขา

AI อาจช่วยให้เด็กเรียนรู้โลกได้กว้างขึ้นแต่ความสัมพันธ์ที่ดีจะช่วยให้เด็กเรียนรู้ที่จะอยู่ในโลกนั้นอย่างมีความหมายและนี่คือจุดเริ่มต้นของการทำความเข้าใจ “จิตวิทยาเด็กในยุคปัญญาประดิษฐ์”

บทที่ 1

เด็กกับโลกใหม่ : เมื่อ AI กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต

โลกของเด็กในแต่ละยุคสมัยไม่เคยเหมือนเดิม เด็กในอดีตเติบโตท่ามกลางธรรมชาติ ครอบครัว โรงเรียน เพื่อน และชุมชน ขณะที่เด็กในปัจจุบันกำลังเติบโตขึ้นท่ามกลางโลกอีกใบหนึ่งที่เชื่อมต่อกันตลอดเวลา โลกที่ข้อมูลสามารถเดินทางได้เร็วกว่าความคิดของมนุษย์ โลกที่การสื่อสารไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการพบหน้ากัน และโลกที่เทคโนโลยีสามารถตอบสนองต่อคำถามของเด็กได้ภายในเวลาเพียงไม่กี่วินาที

การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวไม่ได้หมายความว่าเด็กยุคใหม่แตกต่างจากเด็กในอดีตโดยสิ้นเชิง เพราะความต้องการพื้นฐานของเด็กยังคงเป็นความรัก ความปลอดภัย การยอมรับ การได้รับความสนใจ และการมีความสัมพันธ์ที่มั่นคงกับบุคคลสำคัญในชีวิต แต่สิ่งที่เปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัดคือ สภาพแวดล้อมที่เด็กใช้ชีวิตและเรียนรู้

จากโลกที่เด็กต้องเดินทางไปหาความรู้ วันนี้ความรู้เดินทางมาหาเด็ก จากการรอคำตอบจากครูหรือผู้ปกครอง เด็กสามารถค้นหาคำตอบได้ด้วยตนเอง และจากการใช้เทคโนโลยีเป็นเพียงเครื่องมือ

สำหรับค้นหาข้อมูล ปัจจุบันเด็กสามารถสนทนา สร้างสรรค์ และทำงานร่วมกับระบบปัญญาประดิษฐ์ได้

การเปลี่ยนแปลงนี้นำมาซึ่งทั้งโอกาสและความท้าทาย หากเราเข้าใจเทคโนโลยีโดยมองเพียงด้านความสามารถ เราอาจมองเห็นแต่ความสะดวกและประสิทธิภาพ แต่หากเรามองผ่านมุมมองของจิตวิทยาเด็ก เราจะพบคำถามที่ลึกกว่านั้นว่า ****โลกใหม่กำลังส่งผลกระทบต่อวิถีที่เด็กคิด รู้สึก เรียนรู้ และสร้างความสัมพันธ์อย่างไร****

บทนี้จึงเป็นจุดเริ่มต้นของการทำความเข้าใจเด็กในโลกที่ AI กำลังเข้ามามีบทบาทมากขึ้น

1.1 เด็กยุคใหม่กำลังเติบโตในโลกแบบใด

เด็กที่เกิดและเติบโตในยุคปัจจุบันกำลังอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เทคโนโลยีดิจิทัลกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน โทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต คอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต สื่อสังคมออนไลน์ เกม แพลตฟอร์มการเรียนรู้ และระบบ AI ต่างเข้ามาเกี่ยวข้องกับชีวิตของเด็กในรูปแบบที่แตกต่างกัน

เด็กบางคนใช้เทคโนโลยีเพื่อเรียนหนังสือ บางคนใช้เพื่อความบันเทิง บางคนใช้เพื่อสื่อสารกับเพื่อน ขณะที่บางคนใช้เทคโนโลยีเพื่อ

สร้างผลงานของตนเอง ความหลากหลายเหล่านี้ทำให้เราไม่สามารถ
กล่าวได้ง่าย ๆ ว่า “เด็กใช้เทคโนโลยีมาก” แล้วจบเพียงเท่านั้น เพราะ
สิ่งที่ควรพิจารณามากกว่าปริมาณ คือ เด็กใช้เทคโนโลยีเพื่ออะไร ใช้
อย่างไร และสิ่งนั้นส่งผลต่อชีวิตของเด็กอย่างไร

โลกดิจิทัลเปิดโอกาสให้เด็กเข้าถึงความรู้ได้กว้างขึ้น เด็กที่
สนใจดาราศาสตร์สามารถเรียนรู้เกี่ยวกับจักรวาล เด็กที่สนใจศิลปะ
สามารถศึกษาผลงานจากทั่วโลก เด็กที่สนใจภาษาอาจฝึกภาษาได้กับ
เครื่องมือหลากหลาย และเด็กที่มีข้อจำกัดในการเข้าถึงทรัพยากรบาง
ประเภทอาจได้รับโอกาสทางการเรียนรู้ผ่านเทคโนโลยี

ในขณะเดียวกัน โลกดิจิทัลก็มีความซับซ้อนมากขึ้น เด็กอาจ
พบข้อมูลที่ไม่ถูกต้อง เนื้อหาที่ไม่เหมาะสม การโฆษณาที่แฝงอยู่ในสื่อ
การกลั่นแกล้งทางออนไลน์ หรือการสื่อสารกับบุคคลที่ไม่รู้จัก
นอกจากนี้ การใช้เทคโนโลยีอย่างต่อเนื่องยังอาจเข้ามาเบียดบัง
กิจกรรมสำคัญอื่น ๆ เช่น การนอนหลับ การออกกำลังกาย การเล่น
การสนทนากับครอบครัว และการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง

ดังนั้น การทำความเข้าใจโลกของเด็กยุคใหม่จึงต้องมองเด็กใน
ฐานะคนคนหนึ่งที่มีชีวิตอยู่ทั้ง โลกจริงและโลกดิจิทัล

สองโลกนี้ไม่ได้แยกออกจากกันอย่างเด็ดขาดอีกต่อไป

สิ่งที่เกิดขึ้นในโลกออนไลน์สามารถส่งผลกระทบต่อความรู้สึกของเด็กในโลกจริง และเหตุการณ์ในชีวิตจริงก็สามารถถูกนำเข้าไปสู่โลกออนไลน์ได้เช่นกัน

เด็กที่ถูกเพื่อนล้อในห้องเรียนอาจกลับไปพบข้อความหรือความคิดเห็นที่ทำให้รู้สึกแย่ต่อเรื่องในโทรศัพท์ เด็กที่ได้รับคำชมจากผลงานออนไลน์อาจเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ขณะเดียวกันเด็กที่เปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่นผ่านสื่อออนไลน์เป็นเวลานานอาจเริ่มตั้งคำถามกับคุณค่าของตนเอง

นี่คือเหตุผลที่การศึกษาจิตวิทยาเด็กในยุคดิจิทัลไม่สามารถมองเฉพาะพฤติกรรมที่เกิดขึ้นต่อหน้าต่อตาได้อีกต่อไป แต่จำเป็นต้องเข้าใจสภาพแวดล้อมดิจิทัลที่อยู่รอบตัวเด็กด้วย

1.2A คืออะไรในมุมมองของเด็กและผู้ใหญ่ควรเข้าใจ

เมื่อพูดถึง “ปัญญาประดิษฐ์” หรือ Artificial Intelligence (AI) หลายคนอาจนึกถึงหุ่นยนต์ เครื่องจักร หรือเทคโนโลยีที่ดูเหมือนอยู่ไกลตัว แต่ในความเป็นจริง AI ได้เข้ามาอยู่ใกล้ชีวิตประจำวันของมนุษย์มากกว่าที่เราคิด เด็กอาจพบ AI ผ่านระบบค้นหาข้อมูล แอปพลิเคชัน เกม การแนะนำวิดีโอ การแปลภาษา ระบบรู้จำเสียง หรือ