



วัยใส

ฉลาดรู้เน็ต



ความฉลาดทางดิจิทัล (DQ)

บรรยายโดย...
วิทยากรจากสำนักงาน ก.พ.

ความฉลาด คือ ความฉลาดด้านการใช้เทคโนโลยีและอินเทอร์เน็ต DQ เป็นผลจากการศึกษาและพัฒนา โดย DQ Institute ร่วมกับ World Economic Forum ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมให้ผู้คนทั่วโลก มีความรู้และทักษะในการใช้ชีวิตบนโลกออนไลน์อย่างปลอดภัย มีทักษะ 8 ข้อที่ควรปฏิบัติตาม ดังนี้

- ✓ ทักษะในการเป็นตัวของตัวเองที่ดี (Digital Citizen Identity) ใช้สื่อดิจิทัลสร้างภาพลักษณ์เชิงบวกของตนเอง มีวิจารณญาณในการรับส่งข่าวสารและมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นในสังคมออนไลน์
- ✓ ทักษะในการรักษาความมั่นคงปลอดภัยไซเบอร์ (Cybersecurity Management) ป้องกันการถูกขโมยข้อมูล และป้องกันความเสียหายของข้อมูล ระบบ และอุปกรณ์
- ✓ ทักษะการคิดวิเคราะห์ มีวิจารณญาณที่ดี (Critical Thinking) สามารถแยกแยะข้อมูลที่ถูกต้อง และข้อมูลที่ผิดได้ รู้เท่าทันสื่อและเทคโนโลยี และเข้าใจรูปแบบการหลอกลวงต่างๆ
- ✓ ทักษะในการรักษาข้อมูลส่วนตัว (Privacy Management) รู้จักปกป้องข้อมูลส่วนตัวบนโลกออนไลน์ และรู้เท่าทันภัยคุกคามทางอินเทอร์เน็ต เช่น มัลแวร์และไวรัส
- ✓ ทักษะในการจัดสรรเวลาหน้าจอ (Screen Time Management) บริหารเวลาที่ใช้อุปกรณ์ดิจิทัล เพื่อให้เกิดสมดุลระหว่างโลกออนไลน์และโลกภายนอก และตระหนักถึงอันตรายของการใช้หน้าจอ นานเกินไป
- ✓ ทักษะในการบริหารจัดการข้อมูลที่ผู้ใช้งาน (Digital Footprints) เข้าใจว่าการใช้ชีวิตในโลกดิจิทัล จะทิ้งร่องรอยข้อมูลไว้เสมอ และจัดการสิ่งเหล่านี้อย่างมีความรับผิดชอบ
- ✓ ทักษะในการรับมือกับการระรานทางไซเบอร์ (Cyberbullying Management) ควรปิดกั้นผู้ที่ระรานและไม่ตอบโต้ ขอความช่วยเหลือจากผู้ปกครอง ครู หรือผู้ดูแลระบบ และมีความเข้มแข็งในการเผชิญกับสิ่งที่เกิดขึ้น
- ✓ ทักษะการใช้เทคโนโลยีอย่างมีจริยธรรม (Digital Empathy) มีความเห็นอกเห็นใจและสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นบนโลกออนไลน์



ความสำคัญ



คนไทยใช้อินเทอร์เน็ตโดยเฉลี่ย 10 ชั่วโมง 5 นาที



ช่วงอายุ Gen Y (18-37 ปี) ใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุดเป็น
เวลา 4 ปีติดต่อกัน



อินเทอร์เน็ต คือ เครือข่ายขนาดใหญ่ที่เชื่อมโยงคอมพิวเตอร์และอุปกรณ์ต่าง ๆ ทั่วโลกเพื่อการสื่อสารที่สะดวกสบาย การพัฒนาของอินเทอร์เน็ตได้ขยายไปสู่แนวคิด Internet of Things (IoT) ซึ่งหมายถึงการที่วัตถุหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ สามารถเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตได้ ตัวอย่างของอุปกรณ์ IoT ได้แก่ บ้านอัจฉริยะที่ควบคุมผ่านสมาร์ทโฟน และ อุปกรณ์สวมใส่ (Wearable Device) เช่น สายรัดข้อมืออัจฉริยะและนาฬิกาอัจฉริยะที่บันทึกข้อมูลกิจกรรมและสุขภาพ รวมถึงเสื้อผ้าอัจฉริยะ ที่ตรวจจับอัตราการเต้นของหัวใจและการหายใจได้

ข้อแนะนำในการป้องกันและรับมือกับการละเมิดทางไซเบอร์

- ❌ **อย่าแชร์**บัญชีโซเชียลมีเดียกับบุคคลอื่น แม้แต่เพื่อนหรือสมาชิกในครอบครัว
- ❌ **อย่าส่งรูป**ถ่ายส่วนตัวที่ล่อแหลมให้บุคคลอื่น เพราะอาจถูกนำไปใช้แบล็กเมลในภายหลังได้
- ❌ **ระมัดระวัง**การเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวในโลกออนไลน์ และตั้งค่าความเป็นส่วนตัวของโพสต์

วิธีรับมือ

- ⚠️ **หยุด (STOP)** หยุดตอบโต้ผู้ละเมิดและบล็อกพวกเขา
- ⚠️ **บอก (TELL)** บอกผู้ปกครองหรือเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องเพื่อขอความช่วยเหลือ
- ⚠️ **ลบ (DELETE)** ลบข้อความที่กลั่นแกล้ง หรือแจ้งให้ผู้ดูแลระบบลบโพสต์นั้น
- ⚠️ **เข้มแข็ง (STRONG)** เข้มแข็งและไม่ใส่ใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น และใช้เป็นแรงผลักดันให้เราดีขึ้น

ภัยทางอินเทอร์เน็ตที่ควรระวังและวิธีการป้องกัน

ภัยทางอินเทอร์เน็ตที่ควรระวัง

-  ภัยจากการแชต การพูดคุยกับคนแปลกหน้าอาจทำให้ตกเป็นเหยื่อของผู้ไม่หวังดี เช่น การถูกนำรูปไปสร้างบัญชีปลอมเพื่อหลอกเงิน หรือการถูกแบล็กเมลด้วยรูปส่วนตัว
-  ภัยจากเว็บไซต์หรือเพจ อาจเจอเว็บไซต์หรือเพจหลอกลวง เช่น หลอกขายสินค้า หลอกให้ร่วมลงทุน หรือเว็บที่มีไวรัสและเว็บพนัน
-  ภัยจากอีเมล อาจมีอีเมลหลอกลวงที่พยายามเข้าถึงข้อมูลส่วนตัว หรือมีไวรัสและโฆษณาที่ไม่หวังดีแนบมา
-  ภัยจากการเล่นเกมออนไลน์ การใช้เวลาเล่นเกมมากเกินไปอาจทำให้เสียสุขภาพและอาจถูกหลอกให้โอนเงินเพื่อซื้อไอเทมในเกม

วิธีป้องกันภัยออนไลน์

-  ไม่บอกข้อมูลส่วนตัว เช่น อายุ ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ หรือสถาบันการศึกษา ไม่ส่งรูปให้คนที่เพิ่งรู้จัก
-  หลีกเลี่ยงการนัดเจอเพื่อนออนไลน์ในชีวิตจริง แต่หากจำเป็นควรให้ผู้ปกครองทราบและไปด้วยในที่สาธารณะ
-  อย่าโต้ตอบกับคนที่ใช้ถ้อยคำหยาบคาย สำหรับเยาวชน ควรได้รับอนุญาตจากผู้ปกครองก่อนใช้งานอินเทอร์เน็ต



ร้องเรียนอย่างไรดีเมื่อมีปัญหาซื้อของออนไลน์

เมื่อพบว่าสินค้าชำรุด บกพร่อง หรือไม่ได้รับสินค้า สิ่งแรกที่ต้องทำคือ

1. **ถ่ายรูปสินค้า** ควรถ่ายรูปสินค้าที่ชำรุดในทุกมุมเพื่อใช้เป็นหลักฐาน
2. **ติดต่อร้านค้า** ติดต่อไปยังผู้ขายก่อนเพื่อแจ้งข้อบกพร่องของสินค้าและสอบถามวิธีการเยียวยา
 - ถ้าเป็นการซื้อผ่านเว็บไซต์ ให้ติดต่อคอลเซ็นเตอร์หรือเบอร์โทรศัพท์ที่ระบุไว้
 - ถ้าเป็นการซื้อผ่านโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook, Instagram, LINE ให้ติดต่อกับพ่อค้าแม่ค้าโดยตรง



ประโยชน์ที่ได้รับ

มีความรู้และทักษะทางดิจิทัลที่ถูกต้อง สามารถใช้เทคโนโลยีและเครื่องมือออนไลน์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสร้างสรรค์ ตระหนักถึงความเสี่ยงและรู้วิธีป้องกันตนเองจากภัยในโลกออนไลน์ มีทักษะการสื่อสาร และการเข้าสังคมดิจิทัลอย่างเหมาะสมและรับผิดชอบ ใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง รวมทั้งสร้างผลงานเชิงสร้างสรรค์ได้ อีกทั้งยังช่วยลดโอกาสการตกเป็นเหยื่อหรือต้นเหตุของปัญหาสังคมออนไลน์ เช่น การกลั่นแกล้งหรือการแสพตติดอินเทอร์เน็ต นำไปสู่การเป็นแบบอย่างที่ดีและมีความมั่นคงปลอดภัยในการใช้งานดิจิทัลต่อสังคมโดยรวม



นางสาวนิรนาท ไหมอ่อน
นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ
กลุ่มสรรหาและบรรจุแต่งตั้ง กองการเจ้าหน้าที่
สิงหาคม 2568