

THE KNOWLEDGE

เดอะ โนวเลจ ปีที่ 7 ฉบับที่ 38

ฉบับพฤษภาคม-มิถุนายน 2568 ISSN 2539-5882

INFORMATION OVERLOAD



นิตยสารพัฒนาความรู้และความคิดสร้างสรรค์
เพื่อเพิ่มศักยภาพทุนมนุษย์ผ่านกระบวนการเรียนรู้สาธารณะ

www.okmd.or.th/knowledge/okmd-magazine

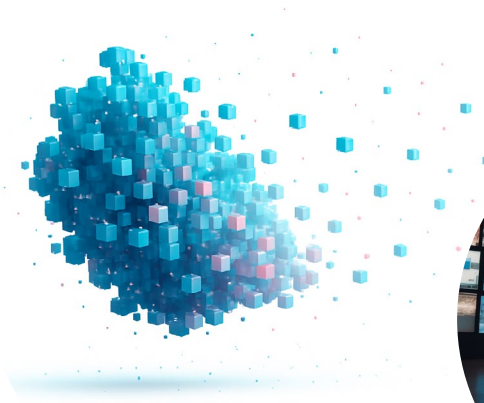
e - Book | SUBSCRIBE



click



06



18



08



24

CONTENTS

04

5IVE

5 ผลกระทบจาก
INFORMATION
OVERLOAD

12

NEXT

‘อนาคตข้อมูลยิ่งล้น’
มนุษย์จะจัดการอย่างไร
ไม่ให้เกินรับไหว

18

THE KNOWLEDGE

INFORMATION
OVERLOAD ในยุคดิจิทัล
สาเหตุผลกระทบ
และวิธีรับมือ

28

ความรู้เกินได้

ยุค AI ที่ ‘ข้อมูลอาหารล้น’
ส่งผลกับทุกคนอย่างไร

06

EXPLAINED

- ความก้าวหน้าของ AI
ต้นตอ และทางออก
‘ยุคข้อมูลล้นโลก’
- ข้อมูลล้น ‘คนโดน AI
แย่งงาน’ ทำอย่างไร
ให้คนมีศักยภาพ ไม่กลัว AI

14

DECODE

ถอดรหัส ‘สภาวะข้อมูลล้น’
ปลดล็อกปัญหาการทำงาน
ในองค์กร

22

WORD POWER

สัญญาณเตือน VS
ตัวช่วยการเรียนรู้
โลกยุคข้อมูลล้นเกิน
กับแนวทางการเรียนรู้
มี AI เป็นเครื่องมือ

30

OPINION

เมื่อความรู้กลายเป็น
เสี่ยงรบกวน
‘ภาวะข้อมูลล้น’
คือมลพิษใหม่
ของยุคดิจิทัล

10

ONE OF A KIND

A-Z เปิดศัพท์น่ารู้
ยุคข้อมูลล้นเกิน

16

DIGITONOMY

ตัวเลขยุค INFORMATION
OVERLOAD และ
การเติบโตของ AI

24

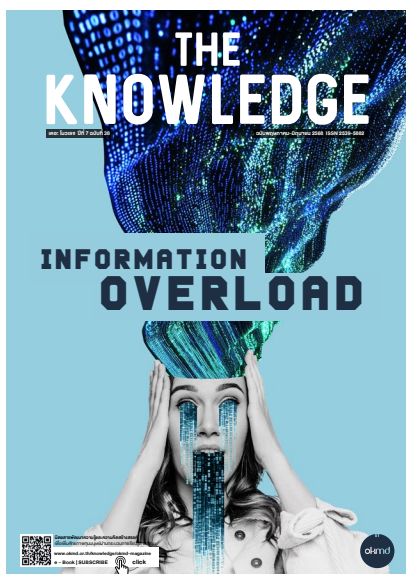
NEXTPERT

นานาชาติกับมุมมองต่อ
ข้อมูลที่ล้นเกินในยุค AI

31

EDITOR'S NOTE

บริหารจัดการตนเอง
และ AI ให้สมดุล



ในยุคดิจิทัลที่ข้อมูลไหลเวียนอย่างรวดเร็วและไร้ขีดจำกัด ทำให้ผู้คนและทุกภาคส่วนของสังคมต้องเผชิญกับ 'ภาวะข้อมูลล้นโลก' และ 'ล้นเกิน' อันเกิดจากปริมาณข้อมูลมหาศาลถูกผลิตและเผยแพร่ผ่านช่องทางต่างๆ ทั้งทางสื่อออนไลน์ โซเชียลมีเดีย แพลตฟอร์มข่าว และแหล่งข้อมูลอื่นๆ อีกมากมายนั้น แม้จะเป็นข้อมูลที่มีความสำคัญต่อวิถีชีวิตและกระบวนการทำงาน แต่หากมีมากเกินไปและกระจุกกระจายโดยขาดการกลั่นกรอง ย่อมส่งผลกระทบต่อผู้คนสืบสนใจเวลาในการประมวลผลนาน ตัดสินใจยาก และเสี่ยงกับการรับข้อมูลที่ผิดพลาดหรือบิดเบือนได้

ด้วยภาวะการณ์เช่นนี้ การจัดการข้อมูลที่มีปริมาณมากเกินไป โดยการสืบย้อนถึงสาเหตุ ผลกระทบ และหาแนวทางแก้ไขที่เหมาะสม ถือเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะแนวทางของการใช้ AI (Artificial Intelligence หรือ ปัญญาประดิษฐ์) ซึ่งปัจจุบันเป็นเทคโนโลยีสำคัญที่ไม่เพียงเป็นขั้นตอนของการสร้างข้อมูลที่ล้นเกิน ทว่าเวลาเดียวกันยังเป็นเครื่องมืออัจฉริยะที่สามารถแก้ปัญหาข้อมูลล้นโลกได้อย่างชาญฉลาดและมีประสิทธิภาพ ผ่านการคัดกรอง วิเคราะห์ และนำเสนอข้อมูลที่มีคุณภาพมากขึ้น ลดข้อมูลซ้ำซ้อน และช่วยให้สามารถแยกแยะข้อมูลจริงจากข้อมูลเท็จที่แชร์ต่อกันมาง่ายขึ้น

ดังนั้นนิตยสาร The Knowledge โดย OKMD ฉบับนี้ จึงเลือกธีม Information Overload เพื่อนำเสนอเนื้อหาที่เป็นประโยชน์ต่อยุคข้อมูลล้นโลกในหลากหลายมิติ เช่น จุดกำเนิดของข้อมูลท่วมท้น ตัวเลขเกี่ยวกับปริมาณข้อมูลล้น ผลกระทบต่างๆ ที่เกิดขึ้น การจัดการปัญหาข้อมูลที่มีมากเกินไปในอนาคต การปลดล็อกมหาสมุทรข้อมูลที่หลงไหลเข้ามาปะทะ เพื่อให้การทำงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ แนวทางการเรียนรู้ในโลกข้อมูลล้นยุคเอไอ มุมมองของนานาชาติต่อข้อมูลระดับ Overload

โดยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า จะเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านในการนำไปปรับใช้เพื่อรับมือหรือต่อยอดกับข้อมูลที่รับมาอย่างล้นเกินได้ไม่มากนักนอย

OKMD TEAM

okmd

Office of Knowledge Management and Development

ที่ปรึกษา

ดร.ทวารัฐ สุตะบุตร

ผู้อำนวยการสำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

บรรณาธิการบริหาร

ดร.อภิชาติ ประเสริฐ

รองผู้อำนวยการสำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

บรรณาธิการ

นายโตมร สุขปรีชา

ผู้อำนวยการสำนักยุทธศาสตร์และนวัตกรรมการเรียนรู้

จัดทำโดย

สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน)

69 อาคารวิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยมหิดล

ชั้น 18-19 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน

เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร 10400

โทรศัพท์ 0 2105 6500

โทรสาร 0 2105 6556

อีเมล theknowledge@okmd.or.th

เว็บไซต์ www.okmd.or.th



อนุญาตให้ใช้ได้ตามสัญญาอนุญาต
ครีเอทีฟคอมมอนส์ แสดงที่มา-ไม่ใช้
เพื่อการค้า-อนุญาตแบบเดียวกัน 3.0
ประเทศไทย

จัดทำขึ้นภายใต้โครงการเผยแพร่กิจกรรมองค์ความรู้โดยสำนักงาน
บริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน) เพื่อสร้างแรงบันดาลใจ
ในการนำองค์ความรู้มาผสมผสานกับความคิดสร้างสรรค์ เพื่อประโยชน์
ด้านการเรียนรู้ ต่อยอดธุรกิจ เพิ่มมูลค่าเศรษฐกิจของประเทศ

ผู้สนใจรับนิตยสารโปรดติดต่อ 0 2105 6520 หรือดาวน์โหลดที่
เว็บไซต์ www.okmd.or.th/knowledge/okmd-magazine

5

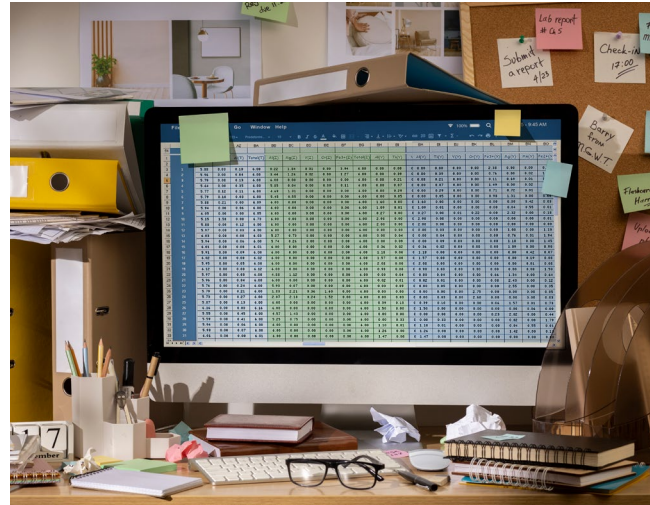
ผลกระทบจาก INFORMATION OVERLOAD

ในยุคดิจิทัลที่ท่วมทับด้วย Information Overload หรือข้อมูลซึ่งถูกสร้างขึ้นอย่างมากมายจนล้นเกิน และผู้คนสามารถเข้าถึงได้อย่างสะดวกรวดเร็วนั้น ด้านหนึ่งนับว่ามีประโยชน์ เพราะเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้ ก่อให้เกิดนวัตกรรมใหม่ๆ แต่อีกด้านหนึ่งการเสพข้อมูลจำนวนมากมหาศาลเกินขีดความสามารถของสมองจะประมวลผลได้ ย่อมเกิดอาการสับสนข้อมูล และนำมาซึ่งผลกระทบเชิงลบทั้งโดยรู้ตัวและไม่รู้ตัวได้ ดังต่อไปนี้

1 ▶

ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง

เนื่องจากการได้รับข้อมูลมากเกินไป สมองต้องใช้ความพยายามในการจดจำข้อมูลสูงขึ้นและยังต้องรับมือกับการจัดการข้อมูลหลายอย่างพร้อมๆ กัน อาจทำให้สมาธิและความสามารถในการจดจ่อลดลง สมองถูกเบี่ยงเบนไปกับรายละเอียดที่ไม่สำคัญ จึงส่งผลให้การทำงานช้าลงและเกิดข้อผิดพลาดได้มากขึ้น เช่น นักเขียนต้องค้นคว้าเกี่ยวกับเทคโนโลยีใหม่ๆ เพื่อเขียนบทความ แต่พบว่า มีข้อมูลจำนวนมากทั้งที่ขัดแย้งและซ้ำซ้อน ทำให้เสียเวลาหาข้อมูลนานเกินไป จนอาจเขียนบทความล่าช้าหรือเนื้อหาขาดความชัดเจน



2 ◀

การตัดสินใจที่ด้อยคุณภาพ

ด้วยภาวะข้อมูลที่มากเกินไป อีกทั้งข้อมูลยิ่งมามาก ยิ่งมีปัญหาเรื่องคุณภาพและความถูกต้อง ทำให้ต้องใช้เวลาและพลังงานในการรวบรวม คัดกรอง และวิเคราะห์ข้อมูลเหล่านั้นนานและมากเกินไปจนติดจำกั๊ต จนกระทั่งสมองเกิดความสับสน ตัดสินใจไม่ถูก ไม่รู้ควรเลือกข้อมูลไหน จึงตัดสินใจช้าลง ไม่แม่นยำ ไม่ทันต่อเหตุการณ์ หรือไม่กล้าตัดสินใจไปเลย เช่น นักการตลาดวิเคราะห์แนวโน้มของผู้บริโภคโดยใช้ข้อมูลจำนวนมากจากหลากหลายแหล่ง อาจทำให้ต้องใช้เวลาอ่าน เปรียบเทียบ และคัดกรองข้อมูลมากเกินไป ส่งผลให้วิเคราะห์ช้าหรือตัดสินใจไม่ได้ จนพลาดโอกาสในการนำเสนอแผนการตลาดที่เหมาะสม

3 ◀ การสื่อสารที่ไม่ชัดเจน

เพราะการมีข้อมูลมากเกินไป อาจทำให้ข้อมูลสำคัญถูกมองข้ามหรือเข้าใจผิด จึงส่งผลให้การสื่อสารไม่ชัดเจน ผู้รับสารเกิดความสับสน ขัดแย้ง และไม่สามารถสรุปข้อมูลที่สำคัญได้ เช่น การประชุมที่มีข้อมูลหลายร้อยหน้าและเต็มไปด้วยสถิติ รายงานวิจัย กราฟ และแนวโน้มการตลาดที่ซับซ้อน อาจทำให้ผู้ร่วมประชุมรับข้อมูลมากเกินไปจนสับสน ไม่สามารถจับใจความสำคัญได้ หรือเข้าใจแผนงานไปคนละแบบ

4 ▶ สูญเสียความคิดสร้างสรรค์

เนื่องจากการคิดสร้างสรรค์ต้องอาศัยพื้นที่ว่างทางความคิด แต่การได้รับข้อมูลจำนวนมากมาจนล้นเกิน อาจขัดขวางความคิดสร้างสรรค์ได้ เพราะเมื่อสมองถูกครอบงำด้วยข้อมูลจำนวนมาก และมีเวลาในการคิดอย่างลึกซึ้งและสร้างสรรค์น้อยลง ย่อมส่งผลกระทบต่อความสามารถในการคิดนอกกรอบหรือสร้างแนวคิดใหม่ๆ ลดน้อยลง เช่น นักออกแบบต้องอ่านบทความนับไม่ถ้วนเกี่ยวกับแนวโน้มการออกแบบ อาจทำให้รู้สึกอึดอัดจนไม่สามารถสร้างสรรค์แนวคิดใหม่ๆ ที่แตกต่างจากเดิมได้



The Knowledge by okmd

5 ◀ ปัญหาสุขภาพ

การได้รับข้อมูลมากเกินไป โดยเฉพาะทางออนไลน์ นอกจากจะส่งผลให้ร่างกายเหนื่อยล้า สายตาพร่ามัวความสามารถในการทำสมาธิหรือทักษะในการจับประเด็นลดลง และสมาธิสั้นแล้ว ยังก่อให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล เพราะสมองทำงานหนักขึ้น จนอาจนำไปสู่โรคซึมเศร้าและปัญหาสุขภาพจิตในระยะยาวได้



ฉะนั้น ในยุคดิจิทัลที่ภาวะข้อมูลล้นเกินอยู่ใกล้ตัวเช่นนี้ จึงควรเรียนรู้การเปิดรับอย่างเหมาะสม และจัดการกับข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้สามารถรักษาสสมดุลระหว่างการรับกับการถอยห่างจากข้อมูลได้ดี และช่วยลดผลกระทบที่จะเกิดขึ้นได้ด้วย **h**



ความก้าวหน้าของ AI ต้นตอ และทางออก ‘ยุคข้อมูลล้นโลก’

ในโลกยุคดิจิทัล ข้อมูล [Data] ถือเป็นทรัพยากรที่มีบทบาทต่อการใช้ชีวิตและขับเคลื่อนสังคมในทุกภาคส่วน แต่ขณะเดียวกันปริมาณข้อมูลที่เพิ่มขึ้นอย่างมหาศาลได้ก่อให้เกิดปัญหาที่เรียกว่า ‘ข้อมูลล้นโลก’ [Data Overload] หรือ ‘ภาวะข้อมูลล้นเกิน’ [Information Overload] ซึ่งหมายถึงสถานการณ์ที่มีข้อมูลจำนวนมากเกินไป จนยากต่อการจัดการและนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างมีประสิทธิภาพ ดังปรากฏอยู่ในปัจจุบัน

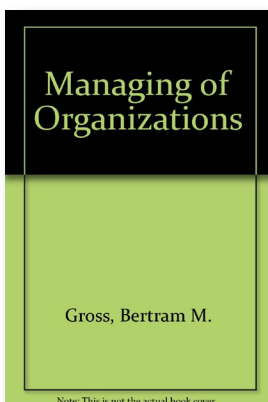
โดยปัญหานี้ กล่าวได้ว่ามีต้นตอสำคัญมาจาก AI ที่มีความสามารถในการผลิตและกระจายข้อมูลได้อย่างรวดเร็วและมหาศาลเกินกว่ามนุษย์จะควบคุมได้ อย่างไรก็ตาม AI เป็นหนึ่งในทางออกของการแก้ปัญหาข้อมูลล้นโลกหรือล้นเกินนี้ได้เช่นเดียวกัน

ดังนั้นหากทำความเข้าใจถึงสาเหตุ ย่อมจะพบแนวทางแก้ไขที่ดีจาก AI เพื่อช่วยลดปัญหาข้อมูลล้นโลกได้อย่างแน่นอน

จุดเริ่มต้นของยุคข้อมูลล้นโลก

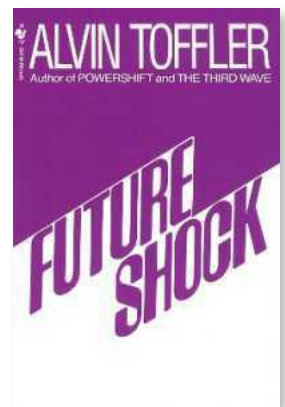
ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี นอกจากนำไปสู่ยุคดิจิทัลที่คนทั่วโลกสามารถติดต่อสื่อสารถึงกันได้ตลอดเวลาแล้ว ยังมี AI เป็นผลิตภัณฑ์ของความก้าวหน้าที่ใช้สร้างเนื้อหาและแพร่ข้อมูลได้อย่างรวดเร็วโดยอัตโนมัติ จนเป็นที่มาของยุคข้อมูลล้นโลกที่เกิดจากภาวะข้อมูลล้นเกิน

โดยคำว่า ภาวะข้อมูลล้นเกิน หรือ Information Overload ถูกกล่าวถึงครั้งแรกในหนังสือ The Managing of Organizations ของเบอร์ทราม เอ็ม กรอส เมื่อปี ค.ศ. 1964 ซึ่งได้อธิบายความหมายถึงปริมาณข้อมูลที่มากเกินไปอาจนำไปสู่การตัดสินใจที่ไม่มีประสิทธิภาพและความเครียดจากข้อมูล



Note: This is not the actual book cover

ต่อมานักอนาคตศาสตร์ชื่อดัง อัลวิน ทอฟฟ์เลอร์ ได้ทำให้คำนี้เป็นที่รู้จักมากขึ้นจากหนังสือ Future Shock เมื่อปี ค.ศ. 1970 อธิบายว่าหมายถึงปริมาณข้อมูลที่มากเกินไปอาจทำให้มนุษย์รู้สึกล้นเกินทางปัญญาและสูญเสียความสามารถในการตัดสินใจ



ทั้งนี้ หากสืบย้อนไปช่วงศตวรรษที่ 15 หลังกำเนิดแท่นพิมพ์กูเตนเบิร์ก มีการผลิตหนังสือและเอกสารจำนวนมาก จนสร้างความกังวลเกี่ยวกับข้อมูลที่เพิ่มขึ้นต่อมาในศตวรรษที่ 18-19 หนังสือพิมพ์และข้อมูลสาธารณะเติบโตอย่างรวดเร็วจนในศตวรรษที่ 19 โทรทัศน์ วิทยุ และสื่อสิ่งพิมพ์มีอิทธิพลในการแพร่กระจายข้อมูลมากยิ่งขึ้นก่อนจะเพิ่มปริมาณมหาศาลในศตวรรษนี้โดยมี AI เป็นเครื่องมือสำคัญและสร้างการไหลเวียนของข้อมูลอย่างต่อเนื่อง

AI ต้นตอของข้อมูลล้นเกิน

ด้วยความสามารถในการประมวลผลและกระจายข้อมูลได้อย่างรวดเร็ว ทำให้ AI กลายเป็นต้นตอสำคัญของการสร้างข้อมูลล้นเกิน ดังนี้

- AI ผลิตข้อมูลจำนวนมากได้โดยอัตโนมัติ เช่น โมเดล Generative AI อย่าง ChatGPT หรือ Gemini ขณะเดียวกันก็แพร่กระจายและสร้างภาวะ Filter Bubble ที่ทำให้ผู้ใช้งานได้รับข้อมูลซ้ำๆ จนยากต่อการแยกแยะข้อมูล
- AI ทำให้ข้อมูลถูกผลิตและส่งต่ออย่างต่อเนื่อง โดยในโซเชียลมีเดียใช้อัลกอริทึมของแพลตฟอร์มอย่าง Facebook, X, TikTok หรือ YouTube เพื่อสร้างและกระจายเนื้อหาให้กับผู้ใช้งาน
- AI ในการวิเคราะห์ธุรกิจหรือใช้ในการตลาดและโฆษณา สร้างข้อมูลเชิงลึกที่ทำให้เกิดปริมาณข้อมูลมหาศาลที่บางครั้งไม่ได้ถูกนำไปใช้ แต่มีการส่งต่อไปยังผู้ใช้งานตลอดเวลา

เบื้องทางออกของยุคข้อมูลล้นโลกอยู่ที่ 'AI'

แม้ AI จะเป็นต้นตอสำคัญของการเกิดข้อมูลล้นโลก แต่ในเวลาเดียวกันก็เป็นทางออกที่จะช่วยแก้ปัญหานี้ได้เช่นกัน ดังนี้



จึงเห็นได้ว่า ในยุคข้อมูลล้นโลกนี้ AI เป็นทางออกที่ช่วยแก้ปัญหาปริมาณข้อมูลให้กับมนุษย์ได้อย่างดี ส่วนจะมากหรือน้อยย่อมขึ้นอยู่กับผู้ใช้งานด้วย **B**

ข้อมูลล้น ‘คนโดน AI แย่งงาน’ ทำอะไรให้คนมีศักยภาพ ไม่กลัว AI

ต้องกังวลหรือไม่และทำอะไร เมื่อแม้แต่บิล เกตส์ ผู้ก่อตั้ง Microsoft ยังกล่าวว่า ในทศวรรษหน้า ความก้าวหน้าด้าน AI จะส่งผลให้มนุษย์ไม่จำเป็นสำหรับหลายหน้าที่สำคัญในโลกอีกต่อไป เราจะทำอะไรให้ยังคงมีงานทำ มีศักยภาพ ไม่กลัวปัญญาประดิษฐ์ เพราะข้อมูลที่ล้นเกินนำเราไปสู่ยุค ‘Free Intelligence’ ยุคที่ความฉลาดและความเชี่ยวชาญกลายเป็นของฟรี



ภาพ : www.netflix.com

บิล เกตส์ได้กล่าวสุนทรพจน์เนื้อหาดังกล่าวกวระหว่างงานประชาสัมพันธ์สารคดีเรื่อง ‘What’s Next? The Future with Bill Gates’ ของ Netflix ในนิวยอร์กซิตี้ เมื่อวันที่ 26 กันยายน ค.ศ. 2024 ระหว่างการสัมภาษณ์ในรายการ “The Tonight Show” ของ NBC และได้อธิบายเพิ่มเติมให้จิมมี ฟอลลอน พิธีกรและนักแสดงตลก ฟังว่า แม้ความเชี่ยวชาญของแพทย์ที่มีความสามารถ หรือครูที่หาตัวจับได้ยากยังต้องยอมแพ้ปัญญาประดิษฐ์หลังจากนี้ด้วยเหตุผลสำคัญคือ เพราะข้อมูลที่มีมหาศาลล้นเกินและเป็นประโยชน์ต่อผู้คนจะเป็นข้อมูลที่เข้าถึงได้ฟรีหรือเป็น ‘Free Intelligence’ ทำให้ผู้คนมีแนวโน้ม

เลือกใช้บริการ AI เป็นอันดับแรกแทนบริการจากมนุษย์ที่มีค่าใช้จ่ายและมีเงื่อนไขอื่นเพิ่มขึ้นตามมา ในที่นี้อาจหมายถึงบริการทางการแพทย์ที่ไม่ซับซ้อนหรือใช้อุปกรณ์รักษาเฉพาะทาง ทั้งยังได้รับการสนับสนุนจากคำกล่าวของซีอีโอของ Microsoft AI มุสตาฟา สุไลมานว่า ต้องยอมรับว่าตลาดแรงงานอาจไม่มั่นคงหลังการเติบโตของเทคโนโลยี AI อย่างไรก็ดี บิล เกตส์ยังอยากให้ทุกคน

มองมุมมองของ AI ในแง่ของการมอบประโยชน์ให้กับมนุษยชาติ เช่น การรักษาโรคภัยด้วยเทคโนโลยีล้ำสมัย การแก้ปัญหาด้านการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศอย่างสร้างสรรค์ และการศึกษาคุณภาพสูงสำหรับทุกคน ตามข้อมูลจากบทความ Bill Gates: Within 10 Years, AI Will Replace Many Doctors and Teachers—Humans Won't Be Needed 'For Most Things' โดย CNBC

ความกังวลคืบคลานเข้ามามากขึ้น ‘คนทำงานที่ใช้ AI มีแนวโน้มกลัวว่า AI อาจเข้ามาแทนที่’

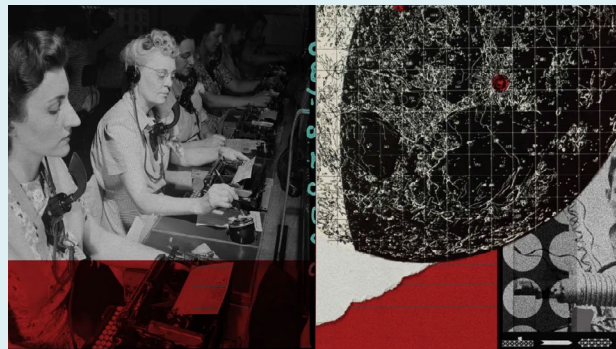
จากการสำรวจแรงงานของ CNBC SurveyMonkey ในเดือนธันวาคม ค.ศ. 2023 ได้แสดงให้เห็นว่ายิ่งพนักงานใช้ AI ในงานมากเท่าไร จะยิ่งกลัวว่าระบบอัตโนมัติอาจเข้ามาแทนที่มากขึ้นเท่านั้น เพราะได้เห็นศักยภาพและประสิทธิภาพในการทำงานแทนมนุษย์ด้วยตัวเองได้อย่างแท้จริง โดยพนักงานที่ใช้ AI เป็นประจำร้อยละ 60 รายงานว่า กังวลเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่องานของตนเอง และผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 72 ที่ใช้เทคโนโลยี AI นี้ตระหนักดีว่า ระบบอัตโนมัติช่วยเพิ่มผลผลิตได้อย่างมาก รวมถึงช่วยลดต้นทุน

ให้กับองค์กร ตามเนื้อหาในบทความของ Workers Who Use Artificial Intelligence Are More Likely To Fear That AI May Replace Them นิตยสาร Forbs มกราคม ค.ศ. 2024 ซึ่งปีก่อนหน้านี้ Goldman Sachs ได้เผยแพร่รายงานที่ประเมินว่าเทคโนโลยีที่เติบโตอย่างรวดเร็วนี้ อาจทำให้คนตกงานหรือตำแหน่งงานลงถึง 300 ล้านตำแหน่งงาน ทั้งยังคาดการณ์ว่าการเติบโตของ AI จะสะท้อนถึงวิถีของผลิตภัณฑ์คอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีในอดีต เหมือนที่คนรุ่นก่อนนี้ได้เคยใช้คอมพิวเตอร์เมนเฟรมขนาดยักษ์ก่อนมาเป็นเทคโนโลยีอย่าง AI

ชวนเรียนรู้จากอดีต ‘เทคโนโลยีเก่า ถูกแทนที่ด้วยเทคโนโลยีใหม่ ที่มักมาพร้อมโอกาสใหม่และการปรับตัว’

ผู้คนต่างกังวลว่า AI จะเข้ามาแย่งงานของทุกคนไป แต่หากมองย้อนกลับไปในอดีต เทคโนโลยีล้ำสมัยมักนำไปสู่สร้างระบบนิเวศใหม่ ค่อยๆ นำไปสู่การปรับตัวและคลี่คลายไปในทิศทางที่ควรเป็น แนวคิดนี้ถูกถ่ายทอดผ่าน People are Worried That AI Will Take Everyone's Jobs. We've Been Here Before. บทความเนื่องในโอกาสเฉลิมฉลองครบรอบ 125 ปีของนิตยสาร MIT Technology Review เพื่อถ่ายทอดว่าการเปลี่ยนแปลงนี้ไม่ใช่เรื่องใหม่และเกิดขึ้นได้ทุกยุคสมัย ไม่มีข้อยกเว้น อาจเปลี่ยนแค่จากเครื่องจักรใหม่ในโรงงานและฟาร์มในอดีตมาเป็นเทคโนโลยี AI ซึ่งแนวโน้มทางออกที่ดีที่สุด คือการนำความเข้าใจในเศรษฐศาสตร์มาใช้ ที่บอกเป็นนัยถึงการเตรียมความพร้อมที่จะ ‘ปรับตัว’

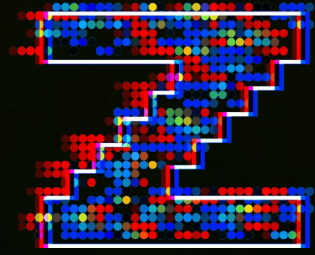
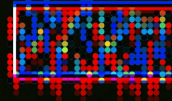
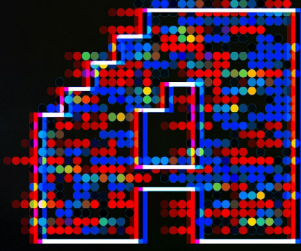
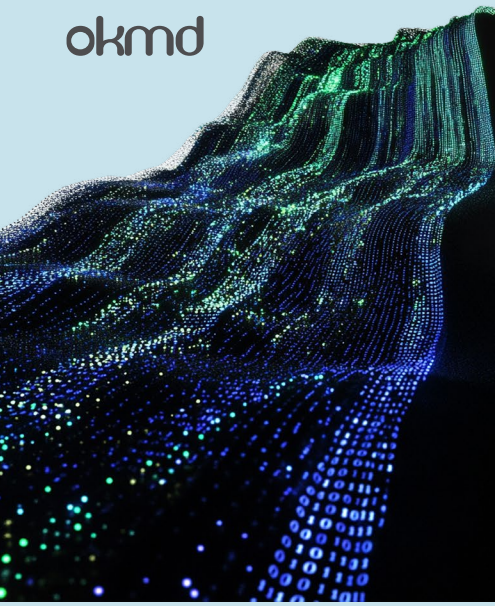
- ปรับตัวด้วยการเรียนรู้ พัฒนาตนเองไปพร้อมกับเรียนรู้ AI ที่เป็นเครื่องมือสร้างรายได้ เพิ่มศักยภาพในการแข่งขันให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ตลอดชีวิต ไม่หยุดนิ่งที่จะติดตามการเปลี่ยนแปลงในทุกขณะ



ภาพ : STEPHANIE ARNETT/MITTR

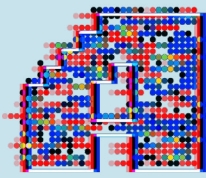
- ปรับตัวด้วยการพัฒนาตนเองเพื่อเพิ่มโอกาสในการจ้างงานด้วยการเรียนรู้ศาสตร์ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับเทคโนโลยี AI เช่น นักพัฒนาโซลูชัน AI วิศวกรบำรุงรักษา AI ผู้สอนหรือให้ความรู้เกี่ยวกับ AI
- ปรับตัวด้วยการนำความรู้เฉพาะทางที่มีอยู่เดิมติดอาวุธและเพิ่มประสิทธิภาพให้โดดเด่นยิ่งขึ้นด้วยการใช้เทคโนโลยี AI เช่น ความรู้เรื่องดนตรีและศิลปะ ความรู้ด้านการเกษตร ความรู้เรื่องอาหาร

ทั้งยังรวมถึงการปรับตัวของภาครัฐที่จะช่วยลดความเหลื่อมล้ำให้ภาคแรงงานทุกระดับสามารถไปต่อได้ เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตและเศรษฐกิจของประเทศไปพร้อมกัน **H**



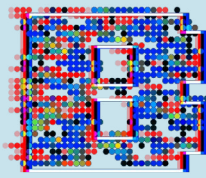
เปิดศัฟฟ์นำรู้ยุคข้อมูลล้นเกิน

ยุคนี้มีศัฟฟ์และคำนำรู้เกี่ยวกับภาวะข้อมูลล้นเกิน (Information Overload) มากมาย ไปติดตามผ่านตัวอักษร A-Z ด้วยกัน



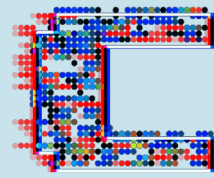
Automation

ระบบอัตโนมัติในการคัดกรอง จัดเรียง แนะนำข้อมูล สำคัญ เพื่อแก้ปัญหาข้อมูล ล้นเกิน



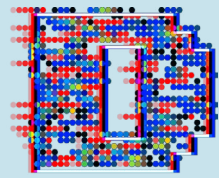
Big Data

ข้อมูลขนาดใหญ่ที่ถูกสร้างขึ้น จากแหล่งต่างๆ อย่างต่อเนื่อง และต้องใช้เครื่องมือพิเศษ ประมวลผล



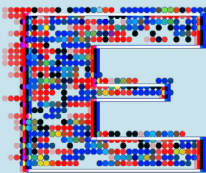
Cognitive Overload

ภาวะสมองต้องประมวลผล ข้อมูลมากเกินไปจนจำกัด ทำให้ประสิทธิภาพลดลง และเหนื่อยล้า



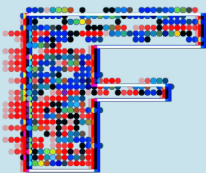
Data Smog

ปรากฏการณ์หมอกควัน ทางข้อมูล ซึ่งเกิดจากการมี ข้อมูลมากเกินไป จนทำให้ แยกแยะข้อมูลได้ยาก



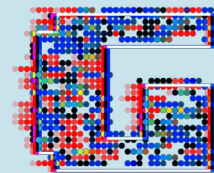
Email Overload

การได้รับอีเมลจำนวน มากเกินไป ส่งผลให้ การบริหารจัดการยากและ เกิดความเครียด



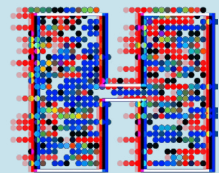
Future Shock

หนังสือขายดีของอัลวิน ทอฟฟ์เลอร์ ที่ทำให้คำว่า Information Overload ได้รับความนิยม



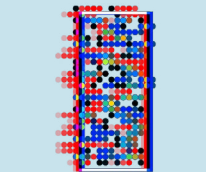
Google Effect

ปรากฏการณ์ที่บุคคลพึ่งพา เครื่องมือค้นหามากเกินไป จนลดความสามารถใน การจดจำข้อมูล



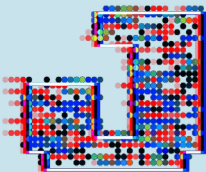
Hyperconnectivity

ภาวะที่ผู้คนเชื่อมต่อกับ เทคโนโลยีและข้อมูล ตลอดเวลา โดยไม่มีช่วง เวลาพักเบรก



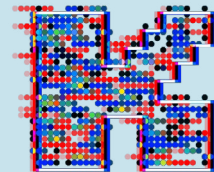
Information Overload

ภาวะข้อมูลท่วมท้น ซึ่งส่งผล ให้บุคคลได้รับข้อมูลมากเกินไป และประสิทธิภาพในการตัดสินใจ แย่ลง



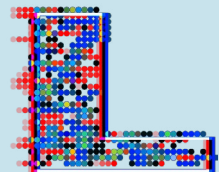
Junk Information

ข้อมูลที่ไม่เป็นประโยชน์ หรือไม่มีคุณภาพ ซึ่งกระจาย อยู่บนอินเทอร์เน็ต และทำให้ ข้อมูลล้นเกิน



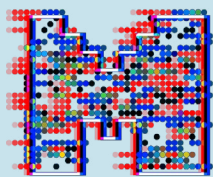
Knowledge Saturation

ภาวะที่มีข้อมูลมากเกินไป จนยากจะกลั่นกรอง ออกมาเป็นความรู้ที่มี ประโยชน์



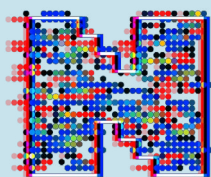
Lifelogging

การบันทึกชีวิตประจำวัน ของผู้คนผ่านเทคโนโลยี ดิจิทัล ซึ่งอาจนำไปสู่ภาวะ ข้อมูลล้นเกิน



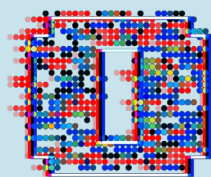
Mindful Computing

การใช้เทคโนโลยีอย่างมีสติ เพื่อลดปริมาณข้อมูล ล้นเกินและผลกระทบ ด้านสุขภาพจิต



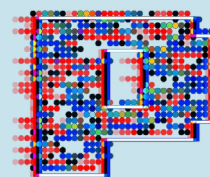
News Overload

การได้รับข่าวสารต่างๆ มากเกินไป จนกระทั่งทำให้เกิดความสับสน เหนื่อยล้า และเครียดได้



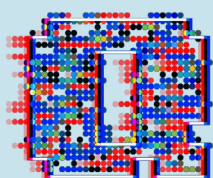
Overchoice

ปรากฏการณ์ที่มีตัวเลือก ข้อมูลมากเกินไป จนทำให้ การตัดสินใจยากขึ้นหรือ ตัดสินใจไม่ได้



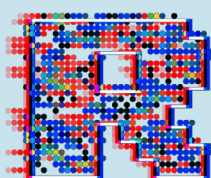
Paralysis by Analysis

ภาวะที่ไม่สามารถตัดสินใจได้ เพราะมีข้อมูลต้องวิเคราะห์ มากเกินไปจนความสามารถ ในการตัดสินใจลดลง



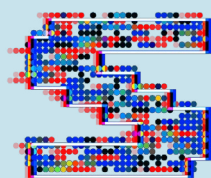
Query Overload

ภาวะที่มีการค้นหาข้อมูล หรือคำถามจำนวนมาก จนเกิดความสับสนในการจัดการข้อมูล



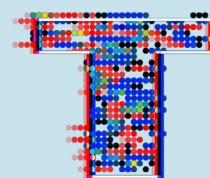
Redundancy

ความซ้ำซ้อนของข้อมูล ที่ก่อให้เกิดความสับสน และลดประสิทธิภาพในการรับรู้ลง



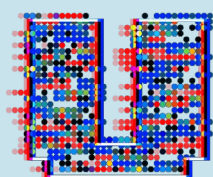
Social Media Fatigue

ความเหนื่อยล้าจาก การติดตามและรับข้อมูล โซเชียลมีเดียอย่างต่อเนื่อง มากเกินไป



Text Overload

การได้รับข้อความหรือ ข้อมูลตัวอักษรมากเกินไป จนทำให้ยากต่อการทำความเข้าใจ



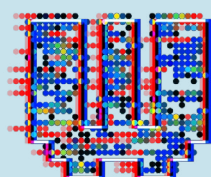
Unmanageable Data

ข้อมูลที่มีปริมาณมาก เกินกว่าจะจัดการได้ ส่งผลให้ ประสิทธิภาพการตัดสินใจ ลดลง



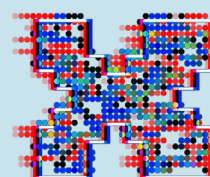
Volume of Data

ปริมาณข้อมูลที่หาก มากเกินไป จะทำให้ยาก ต่อการจัดการและวิเคราะห์ อย่างมีประสิทธิภาพ



Web Scraping

กระบวนการดึงข้อมูล จำนวนมากจากเว็บไซต์ ซึ่งอาจเพิ่มปัญหาด้านข้อมูล ล้นเกิน



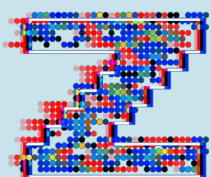
Xenonormalization

ปรากฏการณ์ที่มองว่า การรับข้อมูลจำนวนมาก เป็นเรื่องปกติ ทั้งที่ส่งผลเสีย หลายด้าน



Youtube Syndrome

ภาวะการดูยูทูปมากเกินไป ทำให้ได้รับข้อมูลเยอะ จนส่งผลต่อความคิดและการตัดสินใจ



Zettabyte Era

ยุคที่ข้อมูลถูกสร้างขึ้นอย่างมหาศาลจนวัดได้ เป็นหลักเซตตะไบต์โดย 1ZB นั้นจะเท่ากับ 1,000,000,000,000,000,000,000 ไบต์ ซึ่งเป็นหนึ่งในสาเหตุของภาวะข้อมูลล้นเกิน **k**

อ้างอิง :

• en.m.wikipedia.org

• powerthesaurus.org

• th.m.wikipedia.org

‘อนาคตข้อมูลยิ่งล้น’ มนุษย์จะจัดการอย่างไร ไม่ให้เกินรับไหว

แม้สมองมนุษย์จะอัจฉริยะแค่ไหน แต่หากได้รับข้อมูลมากเกินไป ย่อมยากจะรับมือไหว โดยเฉพาะในยุคที่มหาสมุทรข้อมูลถาโถมเข้ามาอย่างมากมายตลอดเวลา ทำให้ปริมาณข้อมูลในแต่ละวันเพิ่มขึ้นเป็น Big Data แบบก้าวกระโดด และยังมีแนวโน้มว่าในอนาคตข้อมูลยิ่งจะล้นเกินกว่านี้ สมองยิ่งยากจะต้านทานหรือเกินรับไหว จนส่งผลกระทบให้เกิดอาการได้หลากหลาย ตั้งแต่สมองเบลอ มึนหัว คิดช้า ตัดสินใจแย่งลง สมาธิสั้น ประสิทธิภาพการทำงานต่ำลง เครียดสะสม วิตกกังวลสูง อารมณ์ไม่คงที่ ซึมเศร้า เบิร์นเอาต์หรือหมดไฟในการทำงานไปเลย

ดังนั้น นี่จึงเป็นความท้าทายใหม่ที่มนุษย์ปัจจุบันและอนาคตจะต้องหาทางจัดการ เพื่อไม่ให้สมองและร่างกายรับข้อมูลจนเกินขีดความสามารถของตนเอง

1. กำหนดเป้าหมายของข้อมูลที่ต้องการ



โดยก่อนจะเสพข้อมูลให้ถามตนเองว่า ข้อมูลนี้จำเป็นกับเราหรือไม่ และตั้งเป้าหมายให้ชัดเจนด้วยว่าต้องการข้อมูลประเภทใด เช่น ข้อมูลเกี่ยวกับการทำงาน ข่าวสารด้านสุขภาพ เทคโนโลยี หรืออื่นๆ เพื่อหลีกเลี่ยงข้อมูลที่ไม่จำเป็นหรือไม่เกี่ยวข้องกับเป้าหมาย

2. คัดกรองแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ



ด้วยการเลือกติดตามแหล่งข้อมูลหรือแหล่งข่าวที่มีความน่าเชื่อถือ เช่น สำนักข่าวที่มีมาตรฐาน งานวิจัยที่ได้รับการรับรอง หรือแหล่งข้อมูลที่ผ่านการตรวจสอบมาแล้วว่าถูกต้อง นอกจากนั้นควรหลีกเลี่ยงการเสพข่าวจากโซเชียลมีเดียที่ไม่มีแหล่งอ้างอิงชัดเจน รวมถึงใช้เครื่องมือช่วยตรวจสอบข้อมูล เช่น Google Fact Check, Fact Check Explorer หรือเว็บไซต์ตรวจสอบข่าวปลอม

3. เพิกเฉยต่อข้อมูลแบบเลือกสรร

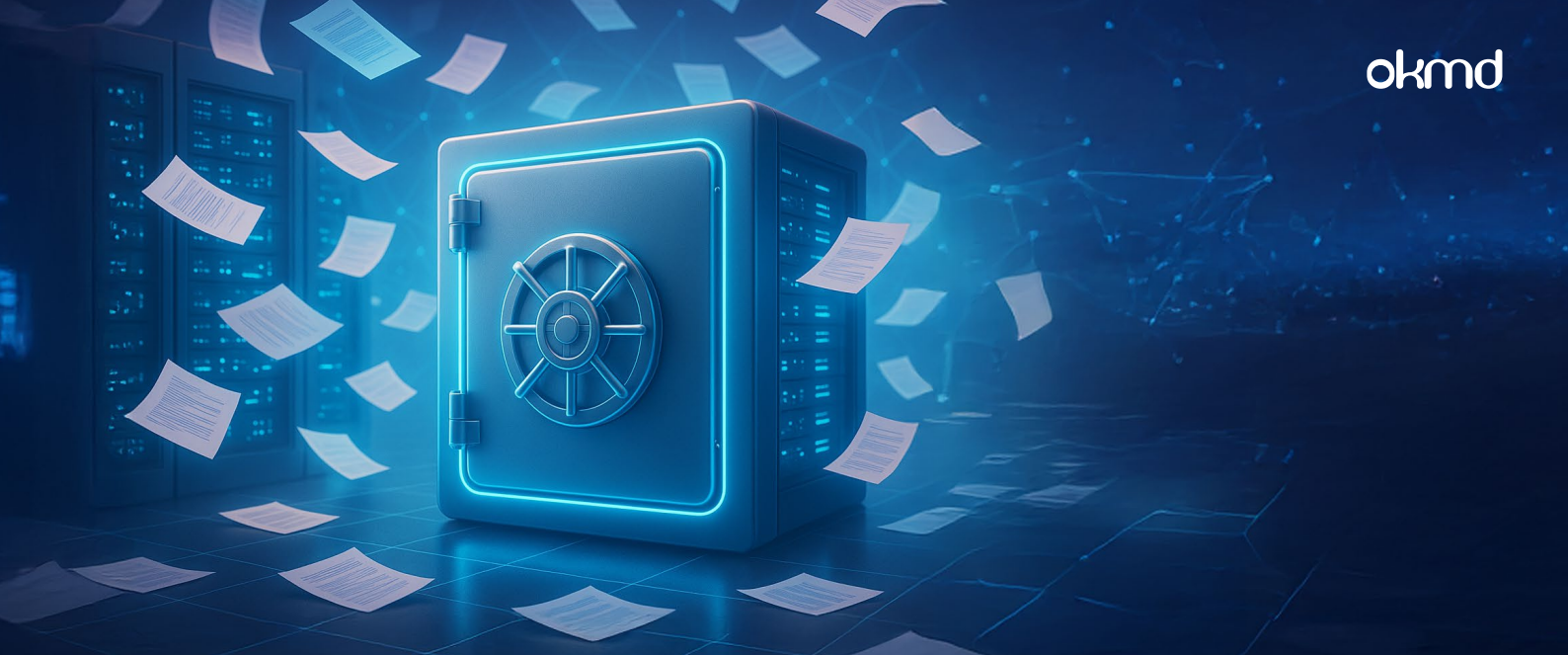


หมายความว่าไม่จำเป็นต้องรับข้อมูลทุกอย่างที่เข้ามาปะทะ ให้เลือกรับเฉพาะข้อมูลที่มีประโยชน์ต่อชีวิตและการทำงาน เลิกติดตามเพจหรือแหล่งข่าวต่างๆ ที่สร้างความเครียดมากกว่าคุณค่า หรือลดเวลาในการติดตามข้อมูลดังกล่าวให้น้อยลง รวมทั้งตั้งค่าฟีดแบ็กหรือบล็อกโฆษณา เพื่อไม่ให้ถูกรบกวนจากข้อมูลขยะหรือข้อมูลที่ฟุ่มเฟือย

4. จัดระเบียบช่องทางรับข้อมูล



เพื่อให้สามารถติดตามข้อมูลข่าวสารต่างๆ ได้ โดยไม่ต้องเปิดอ่านจากหลายแหล่งและพยายามจำกัดจำนวนกลุ่มไลน์หรือแชตบุ๊กที่เข้าร่วมให้น้อยลง เพื่อลดปริมาณข้อมูลที่ไม่จำเป็น ตลอดจนตั้งเวลาอ่านข่าวสารหรือเช็คข้อมูลให้เป็นเวลา เช่น เช้า-กลางวัน-เย็น แทนที่จะคอยเช็คตลอดเวลา



5. จัดการข้อมูลอย่างเป็นระบบ

โดยเมื่อรับข้อมูลมาแล้ว ควรจัดแบ่งข้อมูลออกเป็นหมวดหมู่ เพื่อให้ง่ายต่อการจดจำและการย่อยข้อมูลแต่ละส่วน ซึ่งอาจใช้เวลากับการจัดการนี้มากหน่อย แต่เมื่อจัดการได้แล้วจะคุ้มค่าแน่นอน



6. ใช้ AI ช่วยจัดการข้อมูล

อีกแรงแ

เช่น ใช้ ChatGPT หรือ Claude AI ในการสรุปข้อมูล หรือใช้ Google Alerts เพื่อติดตามเฉพาะข้อมูลที่สนใจ แทนการอ่านทุกๆ ข้อมูลข่าวสาร หรือใช้ OneNote ในการช่วยจัดเก็บข้อมูลสำคัญ



7. ลดการใช้เทคโนโลยีบางช่วงเวลา

โดยการกำหนดเวลารับข้อมูล เช่น ควรหยุดอ่านข่าวสารก่อนนอน ปิดการแจ้งเตือนในช่วงทำงาน หรือใช้แอปพลิเคชันช่วยจำกัดเวลาในการเสพข่าว อย่างเช่น Focus Mode หรือ Digital Wellbeing



8. สร้างสมดุลระหว่างตนเองกับข้อมูล

โดยลดการใช้เทคโนโลยี เพื่อรับข้อมูลอย่างเหมาะสม แล้วหันมาออกกำลังกาย เดินเล่นชมธรรมชาติ สูดอากาศบริสุทธิ์ จะช่วยให้สมองผ่อนคลายและร่างกายยืดหยุ่น



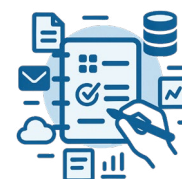
9. ฝึกสติและบริหารสมาธิในการเสพข้อมูล

โดยการอ่านข้อมูลอย่างมีสติ เสนอเฉพาะที่จำเป็น และฝึกตนเองให้ทำงานแบบมีสมาธิ เพื่อจะได้ไม่ไขว่ไขวไปกับข้อมูลที่หลั่งไหลเข้ามา



10. หมั่นทบทวนและปรับปรุงวิธีการรับข้อมูล

โดยดำเนินการเป็นระยะ เช่น ถ้ารู้สึกว่ารับข้อมูลมากเกินไป ให้ปรับลดแหล่งข้อมูลหรือปรับวิธีรับข้อมูลใหม่ หรือจดบันทึกว่าข้อมูลไหนมีประโยชน์ ข้อมูลไหนไม่มีประโยชน์ เพื่อปรับลดการรับข้อมูลไม่มีประโยชน์ลง และทุกเดือนควรตรวจสอบว่าข้อมูลที่เรานำมาช่วยให้ชีวิตดีขึ้นหรือมีประโยชน์ต่อการทำงานจริงหรือไม่ เพื่อจะได้ปรับปรุงการรับข้อมูลให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น



จึงเห็นได้ว่า แม้ข้อมูลจะเพิ่มขึ้นอย่างมหาศาลจนเกิดภาวะล้นเกิน แต่มนุษย์สามารถจัดการด้วยวิธีต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ทำให้ข้อมูลไม่กลายเป็นภาระเกินรับไหวอีกต่อไป **k**

ถอดรหัส ‘สภาวะข้อมูลล้น’ ปลดล็อกปัญหา การทำงานในองค์กร

ท่ามกลางข้อมูลที่ถูกสร้างขึ้นอย่างมหาศาลทุกวินาทีในยุคดิจิทัล จนทำให้เกิดปรากฏการณ์ที่เรียกว่า ‘ภาวะข้อมูลล้นเกิน (Information Overload)’ นั้น นอกจากจะส่งผลกระทบต่อชีวิตของผู้คนแล้ว ยังส่งผลต่อเนื่องต่อการทำงานในองค์กรต่างๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ด้วย

โดยพบว่า ปัจจุบันพนักงานในหลายองค์กรต้องเผชิญหน้ากับการทำงานด้วยข้อมูลที่ซ้ำซ้อนและมากเกินไป ไม่ว่าจะเป็นข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต โซเชียลมีเดีย ข้อความจากแฟกซ์ อีเมล รายงานจากการประชุม นับครั้งไม่ถ้วน หรือข่าวสารทั้งจากภายในและภายนอกองค์กร ยกตัวอย่างเช่น รายงานของ Gartner อ้างอิงจากบทความ Reducing Information Overload in Your Organization ใน Harvard Business Review ซึ่งทำการสำรวจพนักงานและผู้จัดการองค์กรหนึ่งเกือบ 1,000 คนแล้วปรากฏว่ามีพนักงาน 27% และผู้จัดการ 38% กล่าวว่าได้รับข้อมูลในองค์กรของตนมากเกินไป โดยแบ่งเป็น

ข้อมูลซ้ำซ้อน 57% ข้อมูลที่ไม่เกี่ยวข้องใดๆ กับองค์กร 47% และข้อมูลไม่สอดคล้องกับกลยุทธ์ขององค์กร 33% ขณะที่มีเพียง 13% เท่านั้น ที่ระบุว่าได้รับข้อมูลน้อยลงเมื่อเปรียบเทียบระหว่างปี ค.ศ. 2021 กับ 2022

สำหรับประเทศไทย แม้จะไม่มีการสำรวจในประเด็นนี้โดยตรง แต่จากสถิติภาวะหมดไฟในการทำงาน ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับภาระงานที่หนักอึ้งและได้รับข้อมูลมากเกินไป พบว่ามีตัวเลขสูงอย่างน่ากังวลเช่นกัน

มาถอดรหัสของภาวะข้อมูลล้น เพื่อปลดล็อกปัญหาการทำงานในองค์กรให้คลี่คลายไปในทางที่ดีขึ้นกัน

ภาวะข้อมูลล้นสร้างปัญหาในองค์กรอย่างไร

- **การตัดสินใจที่ล่าช้าและไม่แม่นยำ** เมื่อมีข้อมูลมากเกินไป พนักงานอาจประสบปัญหาในการวิเคราะห์และสรุปข้อมูล ส่งผลให้การตัดสินใจงานล่าช้าหรือผิดพลาดได้ง่าย
- **ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง** เนื่องจากการรับข้อมูลจำนวนมาก ทำให้ต้องใช้เวลามากขึ้นในการกลั่นกรองข้อมูล และเลือกใช้ข้อมูลให้ตรงกับความต้องการการทำงานจึงช้าลงและประสิทธิภาพพลดลงด้วย

- **การสื่อสารไม่ชัดเจน** ด้วยการรับข้อมูลจำนวนมากเกินขีดจำกัด อาจทำให้พนักงานเกิดความสับสนและนำไปสู่การสื่อสารที่ไม่ชัดเจน สร้างความเข้าใจคนละแบบจนส่งผลต่อการทำงานที่ผิดพลาด

- **ความเครียดและความเหนื่อยล้า** การต้องประมวลผลข้อมูลจำนวนมากอย่างต่อเนื่อง มักทำให้พนักงานรู้สึกเครียดและเหนื่อยล้า บางคนอาจถึงขั้นเบื่อหน่าย สูญเสียความกระตือรือร้น และหมดไฟทำงานเลยทีเดียว ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการทำงานอย่างมาก เช่น ทำงานแย่งผลงานถดถอย

ปลดล็อกปัญหาการทำงานในองค์กรจากภาวะข้อมูลล้น

จากภาวะข้อมูลล้น องค์กรจึงควรวางแนวทางเพื่อปลดล็อกปัญหาในการทำงานให้กับพนักงานหรือบุคลากรของตนอย่างเร่งด่วน เช่น

1. ปรับปรุงกระบวนการจัดการข้อมูล

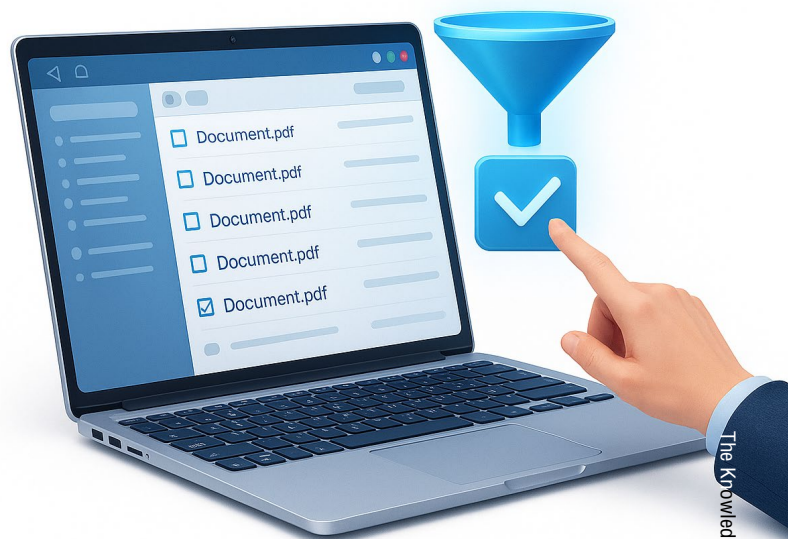
โดยให้พนักงานรับเฉพาะข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับงานของตน และหลีกเลี่ยงการส่งต่อข้อมูลที่ไม่จำเป็น พร้อมกับสร้างระบบการจัดลำดับความสำคัญของข้อมูล และกำหนดนโยบายการแชร์ข้อมูลที่เหมาะสม เช่น ใช้ระบบแชร์ข้อมูลผ่านคลาวด์ที่จัดระเบียบข้อมูลให้เข้าถึงง่าย หรือสรุปข้อมูลเป็น Bullet Points แทนการส่งเอกสารยาวๆ

2. ใช้เทคโนโลยีช่วยในการบริหารจัดการข้อมูล

โดยการนำซอฟต์แวร์หรือแพลตฟอร์มมาช่วยจัดระเบียบและกรองข้อมูลมาใช้ เพื่อลดปริมาณข้อมูลที่ไม่จำเป็นให้กับพนักงาน เช่น ใช้ Outlook Rules หรือ Gmail Filters เพื่อลดอีเมลขยะ

3. กำหนดนโยบายการสื่อสารภายในองค์กร

ด้วยการสร้างแนวทางการสื่อสารที่ชัดเจน เช่น กำหนดเวลาสำหรับการส่งอีเมลหรือการประชุม ใช้เอกสารในการประชุมที่กระชับและตรงประเด็น และสรุปข้อมูลสำคัญหลังการประชุม เพื่อลดการรับข้อมูลที่มากเกินไปและลดจำนวนข้อมูลซ้ำๆ



The Knowledge by okmd

4. ฝึกอบรมพนักงานให้รับมือกับข้อมูลได้ดี

โดยการจัดการฝึกอบรมเกี่ยวกับวิธีการจัดการข้อมูล และเทคนิคการกลั่นกรองข้อมูล เพื่อให้มีทักษะในการจัดการข้อมูลจำนวนมาก

5. สร้างวัฒนธรรมข้อมูลที่ชัดเจนและกระชับ

ด้วยการกระตุ้นให้พนักงานสรุปประเด็นสำคัญของการทำงานอย่างสั้นๆ และสนับสนุนการใช้ Infographic หรือ Mind Map แทนการรายงานยาวๆ

6. ส่งเสริมวัฒนธรรมการทำงานที่ยืดหยุ่น

โดยให้พนักงานมีเวลาพักและจัดการการทำงานของตนเอง เพื่อป้องกันความเครียดจากการทำงาน

ด้วยแนวทางปลดล็อกปัญหาการทำงานจากภาวะข้อมูลล้นเกินเช่นนี้ จะช่วยให้ทั้งองค์กรและพนักงานต่างขับเคลื่อนการทำงานได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพตามเป้าหมาย **h**



ตัวเลขยุค INFORMATION OVERLOAD

ส่วนแบ่งการตลาด AI โลก จำแนกตามภูมิภาคปี 2024

อเมริกาเหนือ
36.92%

ละตินอเมริกา
ตะวันออกกลาง และแอฟริกา
11.61%

เอเชียแปซิฟิก
25.50%



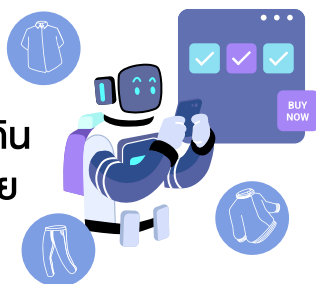
การลงทุนด้าน AI
ขององค์กร
ในภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก
ปี 2025

21%
ให้ความสำคัญกับ
การปรับปรุง
ประสบการณ์ลูกค้า

18%
ทำให้ระบบ
สำนักงานภายใน
เป็นระบบอัตโนมัติ

16%
ทำให้การจ่ายทำได้
อัตโนมัติ จัดการวงจร
ตัดสินใจของลูกค้า

ข้อมูลสินค้าเปลี่ยน
เวลาตัดสินใจน้อย
ให้ AI ช่วย

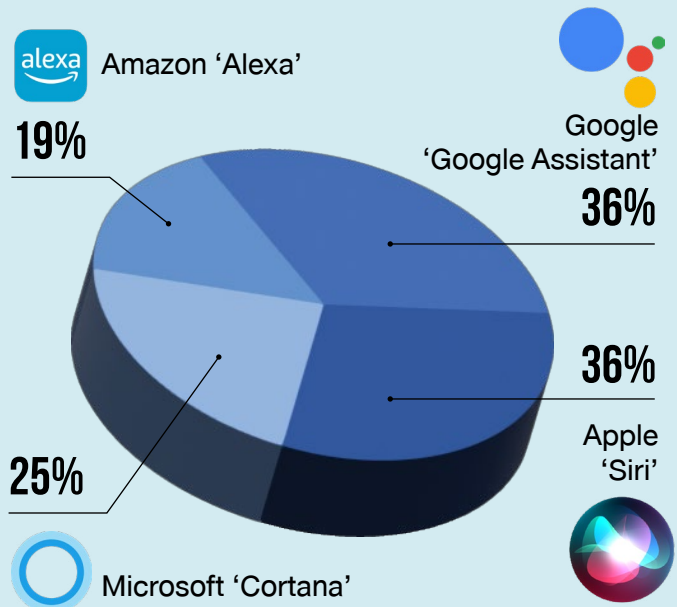


74% ของผู้บริโภคไม่ยากซื้อสินค้า
ใน 3 เดือน จากข้อมูลสินค้า
ที่เปลี่ยนจนล้าในปี 2023

46% การลงทุนกับ Generative AI
ด้านกลยุทธ์การสร้างสรรค
นวัตกรรมใหม่ของผู้บริหารธุรกิจ

40% แนวโน้มสินค้าออกสู่ตลาดไวขึ้น
จากการประมวลผล
ที่ลดเวลาลงด้วย AI

ส่วนแบ่งการตลาดของผู้ช่วย AI ในโลกข้อมูล



การรับมือกับการระดม AI ของผู้นำองค์กร

1,300 จำนวนผู้บริหาร และผู้นำด้าน IT ที่ร่วมให้การสำรวจ

90% ระบุว่าโครงสร้างพื้นฐานเทคโนโลยีขององค์กรไม่สามารถรับมือกับการระดม AI ได้

88% ของธุรกิจเพิ่มความซับซ้อนของชุดเทคโนโลยี

72% นำ AIOps มาลดความซับซ้อนของสภาพแวดล้อมมัลติคลาวด์ขององค์กร

สิ่งน่ากังวลของ AI ด้านการศึกษา ปี 2023



นักการศึกษา	การลอกเลียนและการโกง	21%
ผู้นำการศึกษา	การลอกเลียนและการโกง	24%
ผู้เรียน	การมีแนวโน้มถูกกล่าวหาว่าลอกเลียนหรือโกง	52%

โดย Microsoft

ชาวจีน Gen Z ใช้ Generative AI สร้างรายได้

14.18 %
ตั้งใจใช้

40.85 %
ไม่เคยใช้

43.45 %
มีแผนใช้



การใช้ AI กับการทำงานกฎหมาย

95%

มองว่าช่วยประหยัดเวลา

75%

เชื่อว่า AI ส่งผลบวกในงานด้านกฎหมาย

60%

เชื่อว่างานกฎหมายยังไม่พร้อมสำหรับการใช้ AI เต็มที่

AI กับการบรรลุเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน

โดย UN



	สร้างความก้าวหน้า	จับวางความก้าวหน้า
สิ่งแวดล้อม	30%	93%
เศรษฐกิจ	33%	70%
สังคม	38%	82%

การเติบโตของ Generative AI ภายในปี 2032

1.3 ล้านล้าน US\$
แนวโน้มมูลค่าตลาดของ Generative AI

640 พันล้าน US\$
แนวโน้มตลาดฮาร์ดแวร์ที่เป็นไปได้

470 พันล้าน US\$
แนวโน้มตลาดการฝึกอบรม AI



อ้างอิง :

• accenture.com
• marketplaza.com
• sixthtone.com

• asean.newsroom.ibm.com
• microsoft.com
• Springer Nature Sustainability Community

• bloomberg.com
• nature.com
• verdict.co.uk

• dataforest.ai
• precedenceresearch.com

• earth.org
• searchlogistics.com

INFORMATION OVERLOAD

ในยุคดิจิทัล

สาเหตุ ผลกระทบ และวิธีรับมือ



ภาวะ ‘ข้อมูลล้น’ กลายเป็นหนึ่งในความท้าทายที่สำคัญของคนยุคดิจิทัล ทุกวันนี้ผู้คนทั่วโลกใช้เวลาราว 82 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ในการเสพข้อมูล โดยเฉพาะบนโลกออนไลน์นี้เทียบเท่ากับ 70% ของเวลาตื่น โดยเฉลี่ยแล้วมนุษย์ในยุคนี้ต้องประมวลผลข้อมูลมากกว่าคนในยุค 1940 ถึง 90 เท่า เรียกได้ว่าเรา ‘กำลังจมอยู่ในกองข้อมูลมหาศาล’

ปัจจัยหลักที่ผลักดันให้เกิดคลื่นข้อมูลมหาศาล ได้แก่ การเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตความเร็วสูงที่เข้าถึงได้ตลอดเวลา คนส่วนใหญ่ใช้เวลาออนไลน์มากกว่า 6 ชั่วโมงครึ่งต่อวัน แม้ในช่วงพัก การแจ้งเตือนจากแอปต่างๆ มักดึงเราให้กลับมาจ้องหน้าจอ ทำให้เส้นแบ่งระหว่างโลกออนไลน์และออฟไลน์แทบไม่เหลืออยู่

อัลกอริทึมของโซเชียลมีเดียก็มีบทบาทสำคัญ ไม่ว่าจะเป็น Facebook, X (Twitter เดิม), Instagram หรือ TikTok ต่างออกแบบระบบที่นำเสนอเนื้อหาแบบไม่มีที่สิ้นสุดชวนให้เรากลัวว่าจะพลาดสิ่งสำคัญหรือ FOMO (Fear of Missing Out) ส่งผลให้หลายคนติดการเลื่อนฟีดอยู่ตลอดเวลา

ผลกระทบต่อความคิดและอารมณ์

สมองของมนุษย์มีขีดจำกัดในการรับข้อมูล งานวิจัยด้านจิตวิทยาชี้ว่าความจำระยะสั้นของเราจัดการข้อมูลได้เพียง 7 บวก หรือลบ 2 รายการในเวลาเดียวกัน เมื่อต้องรับมือกับการแจ้งเตือนที่ถาโถม แท็บเบราว์เซอร์ที่เปิดทิ้งไว้ หลายสลิปอัน หรือข่าวสารจากหลายช่องทางพร้อมกัน ย่อมทำให้เกิดภาวะ ‘ข้อมูลล้น’ ซึ่งส่งผลให้สมาธิสั้นลง งานวิจัยพบว่าเพียงแค่ถูกรบกวนครั้งเดียว เราอาจต้องใช้เวลารั้งถึง 20 นาทีในการกลับมาที่มีสมาธิเหมือนเดิม ส่งผลให้นำไปสู่การตัดสินใจที่แย่ลงเพราะเมื่อข้อมูลมากเกินไป เราอาจวิเคราะห์จนเป็นอัมพาต หรือหันไปเลือกตัวเลือกง่ายๆ โดยไม่ไตร่ตรองให้ดี

ด้านจิตใจก็ได้รับผลกระทบไม่น้อยเช่นกัน การสำรวจในเยอรมนีพบว่า 22.5% ของผู้ตอบแบบสอบถามระบุว่า ‘ข้อมูลล้น’ เป็นหนึ่งในสาเหตุของความเครียดที่พบบ่อย ขณะที่การสำรวจของ OpenText ในปี 2022 ระบุว่า 80% ของคนทำงานรู้สึกว่าการที่มากเกินไปส่งผลให้เกิดความเครียดในชีวิตประจำวัน

การที่ต้อง ‘เปิดสวิตช์’ อยู่ตลอดเวลาทั้งอีเมลงาน ข่าวสาร และข้อความส่วนตัว นำไปสู่ความวิตกกังวลและความเหนื่อยล้า นักจิตวิทยาเรียกอาการนี้ว่า ‘ภาวะล้าเพราะข้อมูล’ (Information Fatigue Syndrome) ซึ่งอาจแสดงออกในรูปแบบของความเครียดสูง อารมณ์แปรปรวนง่าย และภาวะหมดไฟ

เรายังเห็นปรากฏการณ์ ‘เหนื่อยล้าจากข่าว’ อย่างแพร่หลาย การอัปเดตข่าวอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะข่าวลบ หรือข่าวที่เปลี่ยนแปลงเร็ว ทำให้ผู้คนรู้สึกทางอารมณ์

ผลต่อการทำงาน การเรียนรู้ และสุขภาพ

ในที่ทำงาน ข้อมูลที่ล้นเกินส่งผลต่อประสิทธิภาพโดยตรง พนักงานต้องเสียเวลาสลั้งงาน จัดการอีเมลหรือกรองข้อความมากกว่าการมีสมาธิจดจ่ออยู่กับงานจริง ส่งผลให้เกิดปัญหาเรื่องสมดุลชีวิต ประสิทธิภาพลดลง และการเสพติดการทำงานแบบ ‘ออนไลน์ตลอดเวลา’ ซึ่งบั่นทอนคุณภาพชีวิต

ในแวดวงการศึกษา การที่ข้อมูลเข้าถึงได้มากเกินไป กลับกลายเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ ผู้เรียนมีแนวโน้มที่จะขาดโฟกัสหรือการจดจ่อ และการเข้าใจในเนื้อหาที่ลดลง ด้วยเพราะการมีข้อมูลที่เยอะเกินไปทำให้ต้องอาศัยการวิเคราะห์และใช้ความคิดเพื่อจำแนกข้อมูล



บางคนยังเผลอเข้าสู่พฤติกรรม ‘Doom-Scrolling’ หรือการเลื่อนดูเนื้อหาเชิงลบอย่างควบคุมตัวเองไม่ได้ บางครั้งโซเชียลมีเดียก็เปลี่ยนจากพื้นที่ผ่อนคลายเป็นพื้นที่ของหน้าที่ ความกดดัน และความวิตกกังวล

สุขภาพส่วนตัวก็ได้รับผลกระทบ โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและวัยเริ่มทำงาน หลายคนใช้มือถือจนดึก ส่งผลให้เข้านอนช้า การสำรวจในเยอรมนีพบว่า 56% ของผู้ตอบแบบสอบถามระบุว่า ‘การใช้สมาร์ทโฟนมากเกินไป’ เป็นสาเหตุหลักที่ทำให้หลับยาก และเกือบ 20% ของผู้ใหญ่วัย 18-24 ปี รายงานว่า มีอาการปวดตาหรือปวดหัวบ่อยครั้ง นอกจากนี้ 84% ของคนในกลุ่มวัยนี้ยอมรับว่า ‘ใช้มือถือมากเกินไปจริงๆ’

การหมกมุ่นกับโลกออนไลน์ยังส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์แบบพบปะตรงหน้า เพราะจิตใจมักติดอยู่กับหน้าจอแม้อยู่ต่อหน้ากัน

กลยุทธ์เพื่อความสมดุลในโลกดิจิทัล

ถ้าอยากมีสมดุลชีวิตที่ดี เราจำเป็นต้องตัดขาดจากโลกดิจิทัลเลยหรือเปล่า สำหรับคนส่วนใหญ่แล้ว การหันหลังให้เทคโนโลยีอย่างสิ้นเชิงอาจเป็นเรื่องยากเกินไป เป้าหมายที่มีเหตุผลกว่าคือ ‘การสร้างสมดุล’ ใช้ประโยชน์จากข้อมูลอย่างเต็มที่ โดยไม่ให้มันกลายเป็นภาระทางจิตใจเกินไป วิธีการต่อไปนี้จะสามารถช่วยลดภาวะข้อมูลล้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1. คัดกรองและจัดลำดับความสำคัญของข้อมูล

ข้อมูลไม่ได้มีคุณค่าทั้งหมดเท่ากัน การรู้จักเลือกเสพข้อมูลจากแหล่งที่เชื่อถือได้ เลิกติดตามเพจหรือฟีดที่รบกวนสมาธิ รวมถึงลดการสมัครรับข่าวสารที่ไม่จำเป็น เป็นจุดเริ่มต้นที่ดี เครื่องมืออย่างตัวกรองอีเมล แอปจัดการข่าวสาร หรือเทคโนโลยี AI ก็สามารถช่วยเรียงลำดับความสำคัญของข้อมูลได้แบบอัตโนมัติ หลายองค์กรเริ่มใช้ระบบกรองอัจฉริยะเพื่อให้มั่นใจว่า ‘เฉพาะข้อมูลที่สำคัญจริงๆ เท่านั้นจะไปถึงผู้รับในเวลาที่เหมาะสม’



2. กอดปลั๊กเป็นระยะ

การพักผ่อนทางจิตใจสำคัญไม่แพ้การพักร่างกาย การจัดช่วงเวลาสำหรับ ‘ดิจิทัลดีท็อกซ์’ เช่น งดใช้อุปกรณ์ก่อนนอนหนึ่งชั่วโมง หรือจัดวันหยุดสุดสัปดาห์ให้ปราศจากหน้าจอ คือวิธีที่หลายคนเริ่มนำมาใช้ ผู้ใช้งานสมาร์ทโฟนบางรายถึงขั้นตั้งค่าให้ปิดการแจ้งเตือน หรือวางโทรศัพท์ไว้ไกลมือ บริษัทบางแห่งสนับสนุนช่วงเวลาพักจากหน้าจอระหว่างวันทำงาน เพื่อช่วยให้พนักงานได้พักสมองและฟื้นฟูสมาธิ

3. วางขอบเขตให้ชัดเจน

การแยกขอบเขตระหว่าง ‘งาน’ และ ‘ชีวิตส่วนตัว’ รวมถึงระหว่าง ‘ออนไลน์’ และ ‘ออฟไลน์’ ช่วยให้จิตใจได้พักจริงๆ วิธีง่ายๆ อย่างการปิดอีเมลงานหลังเลิกงาน หรือเก็บมือถือไว้นอกห้องนอนก็ได้ผลดีบางประเทศ เช่น ฝรั่งเศส ได้ทำการออกกฎหมาย ‘สิทธิในการตัดการเชื่อมต่อ’ เพื่อปกป้องเวลาส่วนตัวของพนักงานอีกด้วย การมีพื้นที่ปลอดเทคโนโลยีในแต่ละวันจึงเป็นวิธีที่ช่วยให้เราไม่รู้สึกถูกกลืนไปกับโลกดิจิทัล



4. เสริมทักษะการรู้เท่าทันข้อมูล

ในยุคที่ข่าวปลอมระบาด การรู้จักประเมินแหล่งข่าวอย่างมีวิจารณญาณคือทักษะสำคัญ การอ่านให้ลึกกว่าพาดหัวข่าว หรือรู้จักกระจายแหล่งข้อมูลช่วยลดความเครียดจากการไล่ตามข่าวสารทุกเรื่อง องค์การอนามัยโลกเคยแนะนำเทคนิคการรับมือกับ ‘การระบาดของข้อมูล’ โดยเน้นให้ตรวจสอบที่มา และใช้วิจารณญาณกับข่าวที่ดูเกินจริง การคิดวิเคราะห์เชิงวิพากษ์จะช่วยให้เรารู้สึกควบคุมข้อมูลได้ดีขึ้น



5. ใช้เทคโนโลยีเพื่อสร้างสมดุล

น่าประหลาดใจที่เทคโนโลยีซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของปัญหาก็กลับมีเครื่องมือที่ช่วยแก้ปัญหาได้ด้วย ทั้ง iOS และ Android มีฟีเจอร์แสดงเวลาใช้งานหน้าจอ ตั้งเวลาจำกัดแอปหรือเปิดโหมดไฟสลัวเพื่อตัดสิ่งรบกวน นอกจากนี้การจัดโต๊ะทำงานให้เป็นสัดส่วนระหว่างโซนงาน โซนพักผ่อน และโซนเรียนรู้ ก็ช่วยลดการเผชิญกับข้อมูลหลายประเภทในเวลาเดียวกันได้

เมื่อรวมกลยุทธ์เหล่านี้เข้าด้วยกัน เราจะสามารถควบคุมการรับข้อมูลได้ดีขึ้น องค์กรเองก็มีบทบาทสำคัญในการออกแบบนโยบาย เช่น ลดอีเมลที่ไม่จำเป็น จัดประชุมให้กระชับ และเคารพเวลาส่วนตัวของพนักงาน พร้อมทั้งจัดอบรมทักษะการบริหารเวลาและจัดการเทคโนโลยีอย่างชาญฉลาด

สถานที่ทำงานที่ทันสมัยควรส่งเสริมวัฒนธรรมที่ไม่คาดหวังการตอบกลับทันทีทุกครั้ง ช่วยลดแรงกดดันและสร้างความสัมพันธ์กับเทคโนโลยีในทางที่ดีขึ้น

The Knowledge by okmd

การเลือกเสพข้อมูลอย่างมีสติ คือกุญแจสำคัญ

เช่นเดียวกับการเลือกรับประทานอาหาร ข้อมูลก็มีทั้งที่เป็น ‘สารอาหาร’ และ ‘ของขยะ’ การเสพข้อมูลอย่างมีสติและพอดี คือทักษะที่จำเป็นในโลกที่ล้นไปด้วยข่าวสาร ความตระหนักเรื่องนี้สะท้อนให้เห็นในกระแสแอปฝึกสมาธิ แนวคิด ‘ดิจิทัลดีท็อกซ์’ และการบรรจุหลักสูตรรู้เท่าทันข้อมูลในโรงเรียนและมหาวิทยาลัย

การรับมือกับข้อมูลล้นไม่ใช่การปฏิเสธทุกสิ่ง แต่คือการเลือกเสพอย่างชาญฉลาด เช่น อ่านสรุปข่าวคุณภาพ แทนการติดตามทุกอัปเดต หรือกำหนดเวลาชัดเจนสำหรับโซเชียลมีเดียแทนการไถ่ฟีดตลอดเวลา องค์กรเองต้องตระหนักถึงขีดจำกัดของมนุษย์ในการประมวลผล และออกแบบเทคโนโลยีให้สอดคล้องกับชีวิตจริง

ในยุคที่ ‘ข้อมูลคือพลัง’ การจัดการความสนใจและการเลือกเสพข้อมูลจึงไม่ใช่แค่ทางเลือกแต่เป็นทักษะสำคัญสำหรับการมีชีวิตที่สมดุลและมีคุณภาพ **K**

สัญญาณเตือน VS ตัวช่วย การเรียนรู้โลกยุคข้อมูลล้นเกิน กับแนวทางการเรียนรู้ มี AI เป็นเครื่องมือ

ในยุคข้อมูลล้นและการค้นหาคำตอบทั้งหมดได้ด้วย AI นั้น เรารู้หรือไม่ว่าครูผู้สอนต่างกังวลกับคำตอบในแบบฝึกหัดของเด็กๆ ที่ดูสมบูรณ์แบบเกินไปและมักมีทิศทางเดียว ซึ่งอาจหมายถึงสัญญาณการขาดความคิดหลากหลายและขาดการฝึกทักษะการคิดที่มีความสำคัญ

ความกังวลใจต่อ Gen AI กับสร้างคำตอบแบบผลิตซ้ำ เป็นไปในทิศทางเดียวกันของเด็กนักเรียน

บทความ AI Overload? Strategies for Educators, Leaders and Students to Ensure Authentic Work ที่นำเสนอเมื่อเดือนพฤศจิกายน-ธันวาคม ค.ศ. 2024 จาก Leadership Magazine สื่อออนไลน์ของสมาคมผู้บริหารโรงเรียนแห่งแคลิฟอร์เนียในสหรัฐอเมริกา นับเป็นหนึ่งในเสียงสะท้อนของความกังวลกันอย่างเด่นชัดจากเนื้อหาที่กล่าวว่า กลุ่มครูผู้สอนได้หารือกันว่าเครื่องมือ AI โดยเฉพาะ Gen AI หรือ Generative AI เช่น ChatGPT ได้แทรกซึมเข้าไปในงานของนักเรียนอย่างไร เกิดการตั้ง

คำถามว่าผู้สอนและผู้เรียนให้คุณค่ากับเทคโนโลยีในการเรียนรู้มากเกินพอดีหรือไม่ จนอาจทำให้ ‘คุณค่าทางปัญญา’ ถูกบดบัง

นำมาสู่โจทย์ท้าทายที่ว่าครูผู้สอนจะปลูกฝังและสร้างทักษะการคิดให้นักเรียนได้มากแค่ไหน เพื่อนำไปสู่ความหลากหลายทางความคิด มีความแตกต่าง มีเอกลักษณ์ซึ่งทั้งผู้นำด้านการศึกษา นักการศึกษา และผู้ปกครองล้วนมีความสำคัญในโจทย์ข้อนี้

AI กับผลกระทบต่อการเรียนรู้และความซื่อสัตย์ทางวิชาการของผู้ใหญ่ในบทบาทผู้เรียน

ไม่ว่าในวัยใด โดยเฉพาะในวัยผู้ใหญ่ การใช้งาน AI มากเกินไป ยังคงสามารถส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนโดยมีความสะดวกสบายทำให้ขาดความพยายามในการหาข้อมูล คิดวิเคราะห์ ทดลอง หรือเปรียบเทียบ ทั้งยังเกี่ยวข้องกับประเด็นเรื่องความซื่อสัตย์ทางวิชาการของผู้เรียน ที่เวลานี้นักศึกษาหรือผู้ใหญ่ที่ใช้ AI ในการเรียนใช้เครื่องมือได้ง่ายขึ้นสำหรับงานวิชาการ

สอดคล้องกับหัวข้อ ‘ข้อกังวลหลักเกี่ยวกับ AI ใน

ระบบการศึกษา’ ในรายงาน AI in Education Report เผยแพร่ใน ค.ศ. 2024 โดย Microsoft Education Team ที่มีใจความสำคัญว่า การโกง (Cheating) และการลอกเลียนแบบ (Plagiarism) มีแนวโน้มและสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งกับผู้นำครูผู้สอน นักการศึกษา และผู้เรียน จากความสะดวกในการ AI นำไปสู่การเรียกร้องให้มีการพิจารณานโยบายความซื่อสัตย์ทางวิชาการ และการประเมินผลใหม่ในโลกที่ยังไม่มีเครื่องมือตรวจจับ AI ที่เชื่อถือได้จริง

สิ่งจำเป็นในโลกการเรียนรู้ คือ ‘การสร้างสมดุลระหว่างทักษะการคิด VS การให้คุณค่ากับเทคโนโลยี’

ท่ามกลางกระแสหมุมบวมของ AI ที่มีประโยชน์ ลดช่องว่าง สร้างความเท่าเทียมในการเรียนรู้ กลุ่มครูผู้สอนที่มีประสบการณ์ได้พิจารณาแล้วว่า การให้คุณค่ากับเทคโนโลยี AI อย่างเหมาะสมและสมดุลคือประเด็นเร่งด่วน ทั้งยังตระหนักถึงหน้าที่ของตนเองในการช่วยสร้างสมดุล นำผู้เรียนให้กลับไปสู่การเรียนรู้ที่ได้ฝึกฝนทักษะการคิดอย่างแท้จริง โดยมีตัวอย่างแนวทางการกำหนด การใช้ AI

ในหลักสูตรที่ชัดเจนอย่างการกำหนดขอบเขตสิ่งที่สามารถยอมรับได้และยอมรับไม่ได้ โดย Nancy Watkins ผู้เขียนบทความ AI Overloaded? และผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษาวชาวอเมริกัน เช่น ผู้เรียนสามารถใช้ AI ระดม ความคิดและจัดระเบียบความคิดได้ แต่การส่งงานชิ้นสุดท้ายจะต้องเป็นผลงานของนักเรียน



ทางออกมีหลายวิธี พร้อมชวนคิด ‘เปลี่ยนความกังวลใจ ให้ AI มาเป็นผู้ช่วยครูสนับสนุนผู้เรียน’

นอกจากกำหนดขอบเขตสิ่งที่สามารถยอมรับได้และยอมรับไม่ได้ในการใช้ AI แล้ว ครูผู้สอนยังสามารถสนับสนุนการฝึกทักษะการคิดไปจนถึงเปลี่ยนให้ AI กลายเป็นผู้ช่วยครูสนับสนุนผู้เรียนได้ตามแนวทางตัวอย่างดังนี้

- ใช้การออกแบบโจทย์การทำงานที่เลี่ยงการใช้ AI อย่างมีชั้นเชิง เช่น ให้ผู้เรียนสร้างงานที่ต้องใช้การคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ และการไตร่ตรองส่วนบุคคล ซึ่งเป็นงานที่เครื่องมือ AI ทำได้ไม่มีประสิทธิภาพทั้งหมด หรือมอบหมายให้ผู้เรียนนำเสนอในชั้นเรียนสด (Live) เพื่อประเมินความเข้าใจของผู้เรียนแบบเรียลไทม์ได้ทันที

- ใช้ประโยชน์จากเครื่องมือ AI เพื่อตรวจจับการลอกเลียนแบบและรับรองความซื่อสัตย์ทางวิชาการ เช่น การใช้เครื่องมือที่ช่วยระบุเนื้อหาที่สร้างโดย AI ได้อย่าง Turnitin หรือการใช้เครื่องมือที่ช่วยในการให้คะแนนและให้ข้อเสนอแนะแบบเฉพาะบุคคลอย่าง Gradescope ที่ช่วยให้ผู้สอนมีเวลาได้ตอบกับนักเรียนอย่างสร้างสรรค์ได้มากขึ้น

แนวทางเหล่านี้สอดคล้องกับเนื้อหาใน AI and Education Guidance for Policy-Makers ฉบับวาระการศึกษาโลก 2030 ในหัวข้อ ‘AI จะมีผลกระทบอย่างไรต่อบทบาทของครู’ ที่ในอนาคตครูจะมีบทบาทน้อยลงในหลายภาระเดิมเมื่อมี AI มาอำนวยความสะดวกเพิ่ม ซึ่งมีข้อดีคือช่วยให้ครูมุ่งเน้นไปที่การออกแบบและใช้เวลาไปกับกิจกรรมการเรียนรู้ที่ต้องใช้การคิดในระดับสูง ความคิดสร้างสรรค์ การทำงานร่วมกันระหว่างบุคคล และค่านิยมทางสังคม และเพื่อให้แน่ใจว่าครูจะยังคงมีบทบาทสำคัญในการศึกษาเยาวชน ผู้กำหนดนโยบายจะต้องทบทวนอย่างมีกลยุทธ์ถึงการศึกษาที่ดำเนินไปพร้อมกับการเติบโตของ AI **(k)**

นานาชาติกับมุมมองต่อ ข้อมูลที่ล้นเกินในยุค AI

ข้อมูลล้นเกินและผลกระทบจากการใช้ AI เป็นประเด็นสำคัญระดับนานาชาติ ปัจจุบันเราได้เห็น AI เติบโตอย่างรวดเร็ว ทั้งยังสามารถสร้างข้อมูล วิเคราะห์ และปรับปรุงกระบวนการต่างๆ แต่ก็ทำให้มีการสะสมข้อมูลจำนวนมากจนกลายเป็นความท้าทายในการจัดการ

ข้อมูลล้นเกินในยุค AI ทำให้เกิดการจัดการข้อมูลภายในประเทศที่ไม่มีประสิทธิภาพ

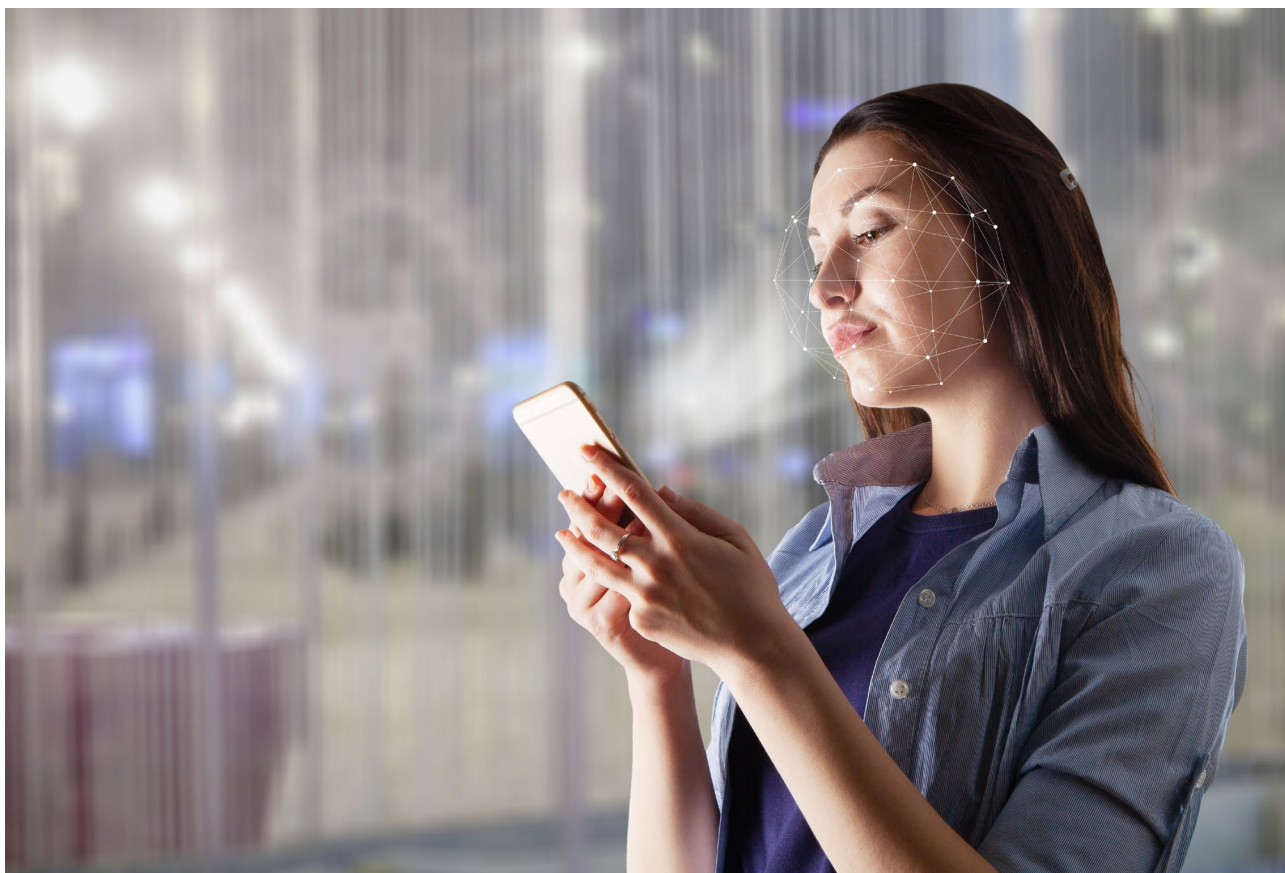
นิตยสาร Forbes Thailand ได้นำเสนอข้อมูลที่น่าสนใจที่ว่า ปัจจุบัน Gen AI หรือ Generative AI มีผู้ใช้งานทั่วไปจำนวนมากจนกลายเป็นความนิยมในการใช้งานเทคโนโลยีนี้ นำไปสู่การเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของข้อมูลที่ทำให้เกิดภาวะข้อมูลล้นเกิน มีการเติบโตเร็วกว่าแนวทางการพัฒนาด้านการกำกับดูแลข้อมูลภายในประเทศ สร้างความกังวลอย่างยิ่งต่อการจัดเก็บ

และประมวลผลข้อมูลในประเทศ (Data Localization) เนื่องจากต้องใช้พลังการประมวลผลแบบรวมศูนย์ (Centralized Computing) สำหรับรองรับเทคโนโลยีเหล่านี้ ยังไม่นับรวมการใช้ Generative AI อย่างไม่เหมาะสมข้ามประเทศ นำไปสู่ความพยายามจัดการข้อมูลของรัฐบาลแต่ละประเทศที่มีมุมมองต่อเทคโนโลยีและได้รับผลกระทบที่แตกต่างกันไป

'เพราะไม่สามารถอ่านบทความทั้งหมดที่ผ่านตาได้' ผู้คนจึงเป็นเหยื่อ Fake News มากขึ้น

บทความ Information Overload Helps Fake News Spread, and Social Media Knows It ค.ศ. 2020 ที่นำเสนอโดย Scientific American นิตยสารข้อมูลวิจัย แนวคิด และความรู้สำคัญด้านวิทยาศาสตร์ไปจนถึงสังคมที่เชื่อถือได้ ได้อธิบายความเสี่ยงจากข้อมูลล้นเกินไว้ว่า 'เพราะไม่สามารถอ่านบทความทั้งหมดที่ผ่านตาได้' ผู้คนจึงเป็นเหยื่อ Fake News ได้ง่ายกว่า โดยมีเรื่องราวของ 'แอนดี้' เป็นกรณีศึกษา จากการที่ 'แอนดี้' ต้องรับมือกับ

ข้อมูลมหาศาลในช่วงสถานการณ์โรคระบาดจนทำให้เกิดความสับสน และนำไปสู่หลากหลายการแสดงออกและพฤติกรรม เพราะหลังจากเผชิญกับข้อมูลที่ท่วมล้นในที่สุด 'แอนดี้' ได้เลือกเชื่อข้อมูลจากคนใกล้ชิด ซึ่งเป็นข้อมูลที่ผิด ทั้งยังเปิดทางส่งต่อให้กับอัลกอริทึมที่กำลังทำงานหนัก ทำให้ยิ่งพบกับข้อมูลที่ผิดไปในทิศทางเดียวกัน นำไปสู่การสนับสนุนความคิดเดิมเพิ่มขึ้นอีกชั้น เป็นหนึ่งเหตุผลที่ทำให้คนเป็นเหยื่อ Fake News





ข้อมูลที่ล้นเกินมีแนวโน้มทำให้เสียผลประโยชน์ไปจนถึงทำให้พลาดโอกาสได้จริง

หนึ่งในกรณีศึกษาที่ช่วยอธิบายเกี่ยวกับแนวโน้มที่ข้อมูลล้นเกินจะทำให้คนทั่วไปพลาดโอกาส คือ กรณีที่เกิดขึ้นในสหราชอาณาจักร ใน ค.ศ. 2020 เนื่องจากเว็บไซต์ที่มีข้อมูลมากเกินไปทำให้สำนักงานสถิติของสหราชอาณาจักร (The Office for National Statistics หรือ ONS) ไม่สามารถเผยแพร่ข้อมูลเศรษฐกิจหลังจกตลาดเงินเปิดทำการได้สำเร็จ ทำให้การเผยแพร่ข้อมูลเศรษฐกิจถูกเลื่อนออกไปเป็น 7.00 น. และทำให้นักลงทุนจำนวนมากพลาดโอกาสทำกำไรที่ดีกว่า ในการมีเวลา

พิจารณาผลกระทบละเอียดข้อมูลสำคัญ เช่น การหดตัวทางเศรษฐกิจในระดับสูงสุดในเวลาต่อมาก่อนเริ่มการซื้อขายหุ้นในตลาดหุ้นลอนดอนในเวลา 8.00 น. หรือเพียงอีก 1 ชั่วโมงถัดไป กรณีดังกล่าวสามารถนำมาเชื่อมโยงได้กับข้อมูลมหาศาลที่ผลิตโดย AI ทำให้หลายข้อมูลสำคัญถูกแทนที่ด้วย Echo Chamber หรือห้องเสียงสะท้อน ในพื้นที่ที่มีคนมีความคิดเห็นคล้ายกัน

ข้อมูลที่ล้นเกินทำให้การรวบรวมข้อมูลเพื่อวิเคราะห์เป็นข่าวกรองทำได้ง่ายขึ้น

บทความ ‘สายลับยุคดิจิทัล : Open-Source Intelligence (OSINT) เมื่อข่าวกรองมาจากแหล่งข่าวเปิด’ โดยสุทธิชัย หยุ่น ทางมติชนสุดสัปดาห์ พ.ศ. 2566 ได้ชี้ให้เห็นว่าในอดีตความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีอย่างอินเทอร์เน็ตมักต้องเริ่มภายในรัฐบาลก่อน แล้วจึงจะกระจายให้เอกชนใช้ แต่ปัจจุบัน AI กำลังเขย่าโลกทำให้นิยามข่าวกรองที่ต้องมีการจารกรรมหรือทำสงครามข่าวกรองเปลี่ยน

สำหรับ ‘ข่าวกรองโอเพ่นซอร์ส’ หรือ Open-Source Intelligence ที่ย่อว่า OSINT ในบทความ AI Overload : Navigating the US Intelligence Community’s Data Deluge จาก Global Security Review ได้กล่าวถึงเกิดจากการเติบโตแบบทวีคูณของข้อมูลดิจิทัล

การแพร่กระจายของโซเชียลมีเดีย และข้อมูลออนไลน์ในปัจจุบันที่มีมากขึ้น ทำให้ปริมาณและความหลากหลายของข้อมูลที่เข้าถึงได้ขยายตัวขึ้น ช่วยให้หน่วยข่าวกรองสามารถรวบรวมข้อมูลเชิงลึกที่มีค่าจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย ตั้งแต่บทความข่าว โพสต์บนโซเชียลมีเดีย ไปจนถึงสิ่งพิมพ์ทางวิชาการ และรายงานของรัฐบาลอย่างใดก็ได้ เพื่อให้เกิดการทำงานที่มีประสิทธิภาพ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องใช้เครื่องมือและเทคนิคขั้นสูงเพื่อจัดการ วิเคราะห์ และดึงข้อมูล ซึ่งเวลานี้ได้ถูกนำไปใช้งานในชุมชนข่าวกรองของอเมริกา ในทางกลับกันประเทศอื่นก็สามารถเข้าถึงข่าวกรองได้ไม่ยาก ไม่ต้องพึ่งพาสายลับเพียงลงทุนและใช้เครื่องมือเทคโนโลยี

ข้อมูลที่ล้นเกินและโดยเฉพาะเนื้อหาที่สร้างด้วย AI กำลังถูกเฝ้าระวังโดยรัฐบาลหลายประเทศ

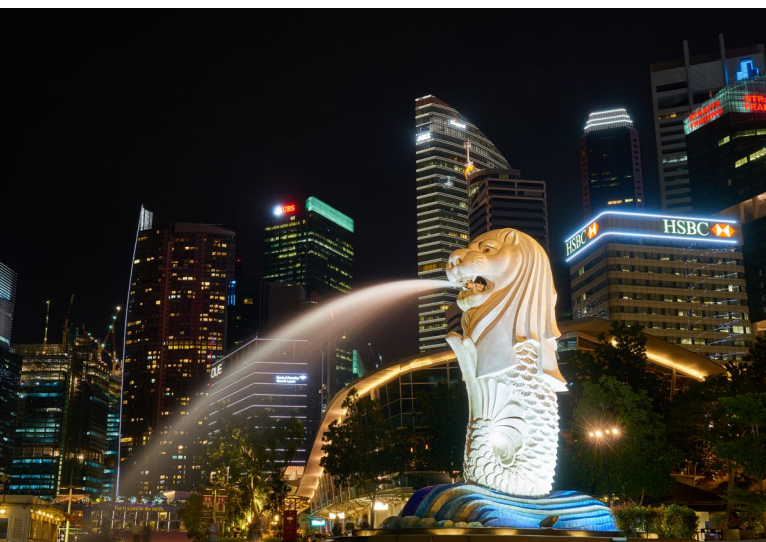
- แนวทางการควบคุมข้อมูลและเนื้อหาด้วยมาตรการและข้อบังคับของสาธารณรัฐประชาชนจีน

หนึ่งในความพยายามในการเฝ้าระวังคือการควบคุมข้อมูลและเนื้อหาด้วยมาตรการและข้อบังคับของสาธารณรัฐประชาชนจีน จากเดิมที่จีนมีมาตรการควบคุมเนื้อหาบนอินเทอร์เน็ตอย่างเข้มงวด จำกัดข้อมูลหรือเนื้อหาที่ไม่เหมาะสม ทั้งยังเคยถูกกล่าวถึงในฐานะที่ควบคุมสื่ออย่างเคร่งครัดในอดีต ปัจจุบันในยุค AI และข้อมูลที่ล้นเกิน สาธารณรัฐประชาชนจีนได้ประกาศให้แพลตฟอร์มต่างๆ ต้องตรวจสอบเนื้อหาที่สร้างโดย AI ก่อนเผยแพร่ออนไลน์ และมีป้าย 'สร้างโดย AI' กำกับเพิ่มหากนำไปใช้งานจริงเพื่อแสดงความรับผิดชอบ กลั่นกรอง Fake News และช่วยลดความเข้าใจผิดโดยเฉพาะในกลุ่มเด็กหรือผู้ที่ขาดความรู้และความระมัดระวังในการใช้โซเชียลมีเดียที่สร้างขึ้นโดย AI ตามการนำเสนอหัวข้อข่าว China Mandates



Labels for all AI-generated Content in Fresh Push Against Fraud, Fake News มีนาคม ค.ศ. 2025 โดย South China Morning Post

- แนวทางเลือกใช้กรอบการทำงานที่ยืดหยุ่นเพื่อขึ้นนวัตกรรมการควบคุมของสิงคโปร์



บทความ Innovation Over Regulation: Singapore's Bold AI Strategy กันยายน ค.ศ. 2024 โดย ITBrief Asia ทำให้พบว่า ในขณะที่หลาย

ประเทศทั่วโลกกำลังเร่งดำเนินการควบคุม AI สิงคโปร์กลับเลือกแนวทางที่แตกต่างออกไป แม้จะมีท่าทีที่ก้าวหน้าในแนวทางการบังคับควบคุมมาก่อน ทว่าสิงคโปร์ยังไม่ได้บังคับใช้กฎหมายหรือข้อบังคับเฉพาะที่ควบคุมเทคโนโลยี AI โดยตรง แต่กลับเลือกพึ่งพากรอบการทำงาน และแนวทางที่มุ่งส่งเสริมการพัฒนา AI อย่างมีความรับผิดชอบ พร้อมสนับสนุนในนวัตกรรมได้เติบโต นับได้ว่าเป็นเจตนาที่สะท้อนถึงกลยุทธ์ของรัฐบาลสิงคโปร์ที่มุ่งเน้นพัฒนา AI อย่างมีจริยธรรมและเพื่อสนับสนุนเจตนาดังกล่าว สิงคโปร์ที่ให้คำแนะนำโดยไม่กำหนดข้อจำกัดทางกฎหมายแต่อย่างใด ได้แก่ 'กรอบการทำงานการกำกับดูแล AI แบบจำลอง AI Verify' และ 'กลยุทธ์ปัญญาประดิษฐ์แห่งชาติ (NAIS 2.0)' กรอบการทำงานที่โดดเด่นที่สุดของประเทศที่ครอบคลุม และนำไปปรับใช้ได้ ซึ่งยังไม่ใช่การบังคับใช้ตามกฎหมายแต่คงเป็นคำแนะนำ

แม้ข้อมูลล้นเกินจะไม่ใช่อุปสรรคใหม่ในกระบวนการส่งสารและเปิดรับข้อมูลข่าวสาร แต่เมื่อมี AI ที่เป็นเทคโนโลยีใหม่มาเกี่ยวข้อง ทั้งยังสร้างการเปลี่ยนแปลงให้สังคม จึงมีแนวโน้มให้นานาประเทศหันมาสนใจกับผลกระทบ รวมถึงข้อดีบางประการเพื่อป้องกันและอุดหนุนของหลายอุปสรรค และนำจุดแข็งมาช่วยเสริมในการนำข้อมูลที่ล้นเกินมาปรับใช้ในมุมต่าง นอกจากนี้ยังควรสนับสนุนให้เกิดการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลกระทบจากข้อมูลล้นเกินในยุคการเติบโตที่ก้าวกระโดดของ AI **R**

อ้างอิง :

• ditp.go.th

• matchonweekly.com

• forbesthailand.com

• scientificamerican.com

• globalsecurityreview.com

• scmp.com

• itbrief.asia

• whitecase.com



ยุค AI ที่ทำให้ ‘ข้อมูลอาหารล้น’ ส่งผลมุมบวกับทุกคนอย่างไร

ข้อมูลล้นเกินยุค AI อาจสร้างอุปสรรค แต่สำหรับด้านความมั่นคงทางอาหาร ข้อมูลมหาศาล เท้ากับโอกาส และในด้านสุขภาพข้อมูลขนาดใหญ่คือทางป้องกันและแก้ไข ลองมามองข้อมูลอาหารที่กำลังล้นเกินในมุมใหม่ท่ามกลางโอกาสและความท้าทายสำคัญ

1 ข้อมูล ‘ด้านความมั่นคงทางอาหาร’ มหาศาล ช่วยให้เตรียมคลังอาหารได้มีประสิทธิภาพขึ้น

ทั้งจากความตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้นจริง อย่างอุณหภูมิโลกเปลี่ยน และจากการทำงานของอัลกอริทึม ล้วนช่วยกันตอกย้ำปัญหา นำไปสู่ทางออกในการวิเคราะห์ และบริหารจัดการให้อาหารมีเพียงพอต่อความต้องการ อย่างแท้จริง โดยมีตัวช่วยเป็น AI

- **ช่วยวิเคราะห์แนวโน้มและคาดการณ์คลังอาหาร** ในแง่ภูมิสภาพอากาศ ผลผลิต ที่ตั้ง และเป้าหมาย ช่วยให้วางแผนการผลิตและจัดเก็บอาหารในคลัง ได้อย่างเหมาะสมเพียงพอต่อความต้องการในอนาคต ได้จริง

- **ช่วยการจัดการห่วงโซ่อุปทาน** เพื่อจัดการหรือติดตามตั้งแต่การผลิต การขนส่ง การจัดเก็บในคลัง ไปจนถึงการลดการสูญเสีย ช่วยให้ทุกขั้นตอนดำเนินไป อย่างชาญฉลาด ถูกวิธี เกิดประสิทธิภาพมากขึ้นได้จริง

- **หนึ่งตัวอย่าง คือ Sencrop ของสตาร์ทอัพ** ด้านเทคโนโลยีเกษตรฝรั่งเศส ที่ให้บริการสถานีตรวจอากาศ และเซนเซอร์ที่ง่ายแก่การตรวจสอบและจัดการพืช ช่วยลดความเสียหายก่อนถึงเวลาเก็บเกี่ยวทำให้ได้ ผลผลิตใกล้เคียงความต้องการ



2 ข้อมูล ‘ด้านการกินและสุขภาพ’ ที่กำลังล้น ช่วยให้ดูแลสุขภาพเชิงป้องกันมากขึ้น ด้วยการกินดี

ประเด็นการกินดีที่ถูกกล่าวถึงเป็นประจำในโลกออนไลน์ ได้กลายมาเป็นเทรนด์ที่ช่วยผลักดันให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้บริโภคในเวลานี้ อย่างไรก็ตาม เราสามารถคัดกรองข้อมูลที่ต้องการอย่างแท้จริงด้วย AI

- **เข้าถึงและเปรียบเทียบข้อมูลคุณค่าและความปลอดภัยของอาหาร** จากแหล่งข้อมูลจำนวนมาก เราสามารถสร้างคำสั่งให้ AI จัดอันดับเปรียบเทียบประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูล เพื่อใช้คู่กับองค์ความรู้เดิมที่มีได้

- **ช่วยวางแผนมื้ออาหารเพื่อป้องกันโรค NCDs ดีต่อร่างกาย** การรณรงค์ลดโรค NCDs ในโลกออนไลน์ ทำให้เกิดพฤติกรรมการกินใหม่ เช่น ลดเค็ม ลดน้ำตาล กินปริมาณเหมาะสม ซึ่ง AI เข้ามาช่วยวางแผนได้

- **หนึ่งในตัวอย่างการใช้ AI สนับสนุนการกินดี คือ SNAQ** เครื่องมือติดตามโรคเบาหวานที่ขับเคลื่อนด้วย AI ช่วยให้การจัดการโรคเบาหวานเป็นเรื่องง่ายด้วยการนับคาร์โบไฮเดรต โปรตีน และไขมันผ่านภาพเพียงภาพเดียว

3 ข้อมูล ‘ด้านโอกาสเข้าถึงอาหารในกลุ่มเปราะบาง’ ที่มีเพิ่มมากขึ้น ช่วยลดความเหลื่อมล้ำ สร้างความเท่าเทียม

กลุ่มเปราะบางหมายถึงกลุ่มคนที่ขาดแคลนหรือเข้าถึงอาหารได้ยาก เช่น ผู้ยากไร้ ผู้พิการ ผู้สูงอายุ ผู้ประสพภัย การได้รับรู้ข้อมูลของคนกลุ่มนี้ที่บ่งชี้ขึ้น ช่วยกระตุ้นการนำ AI มาใช้แก้ปัญหาและยกระดับคุณภาพชีวิต

- **วิเคราะห์ข้อมูลประชากร เศรษฐกิจ และปัจจัยอื่นๆ** โดยปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น สภาพอากาศ พืชที่ปลูก ภูมิประเทศ เพื่อระบุพื้นที่และกลุ่มคนที่เสี่ยงต่อการขาดแคลนอาหารได้แม่นยำมากขึ้น

- **ช่วยกระจายอาหารเมื่อเกิดภัยพิบัติ** โดยใช้วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อระบุพื้นที่ขอความช่วยเหลือเร่งด่วน และช่วยวางแผนกระจายอาหารให้มีประสิทธิภาพสูงสุด ติดตามแบบเรียลไทม์ ตรวจสอบได้ทันที

- **การจัดอุปสรรคการกระจายอาหาร** หนึ่งในตัวอย่างคือ โครงการ World Food Programme (WFP) ที่มุ่งมั่นนำหุ่นยนต์ AI มาใช้จัดส่งอาหารในพื้นที่ที่เกิดภัยพิบัติ และความขัดแย้ง มอบให้แก่ผู้ประสบภัย

4 ข้อมูล ‘ด้านขยะอาหาร’ ก่อมจอ ช่วยลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกได้

ข้อมูล unep.org ระบุว่า ขยะอาหารเป็นหนึ่งในปัจจัยในการปล่อยก๊าซเรือนกระจกคิดเป็น 8-10% ของการปล่อยก๊าซเรือนกระจกทั่วโลก เมื่อนำ AI มาใช้ จะช่วยลดการปล่อยก๊าซที่ส่งผลเสียและลดการสร้างขยะเพิ่มในชีวิตประจำวัน

- **ช่วยประเมินสถานการณ์การตลาดไวล่วงหน้า** ตั้งแต่ความต้องการซื้อในกลุ่มเป้าหมายหลักไปจนถึงวิธีการกระตุ้นให้เกิดความต้องการในกลุ่มเป้าหมายที่รองลงมาเพื่อคำนวณสำหรับกระบวนการผลิตและการแข่งขัน

- **ช่วยลดขยะอาหารในทุกขั้นตอนของห่วงโซ่อาหาร** ตั้งแต่ช่วยประเมินปริมาณวัตถุดิบให้แม่นยำขึ้น เลือกวิธีขนส่งและจัดเก็บ ติดตามคุณภาพอาหารก่อนหมดอายุ เพื่อบริหารจัดการไปจนถึงจัดการขยะอย่างรู้วิธี

- **Binit สตาร์ทอัพจากฟินแลนด์** เป็นตัวอย่างน่าสนใจจากการคิดวิธีลดขยะในครัวเรือนโดย AI แบบเกมให้รู้ที่เราสร้างมากแค่ไหน ก็ประเภท จากการระบุวัตถุดิบจนถึงการวิเคราะห์องค์ประกอบ เช่น วัสดุ เทคนิคการผลิต และแบรนด์

ในภาพรวมข้อมูลที่ล้นเกินในยุค AI กำลังทำให้อุตสาหกรรมอาหารเปลี่ยนแปลง ซึ่งเมื่อลองมองกลับมาพิจารณารอบด้าน การมองเห็นในมุมมองจะนำไปสู่โอกาสที่ได้เปรียบคู่แข่ง ทั้งยังนำไปสู่การจัดการทรัพยากรที่คุ้มค่าและยั่งยืนได้จริง **B**

เมื่อความรู้กลายเป็นเสียงรบกวน ภาวะข้อมูลล้นคือมลพิษใหม่ของยุคดิจิทัล

ในยุคที่เราตื่นมาเจอกับการแจ้งเตือนในมือถือมากกว่าคำทักทายจากคนข้างๆ โลกของข้อมูลกำลังท่วมเราทุกวัน ทั้งอีเมล ข่าวสาร โพสต์จากโซเชียลมีเดีย และคลิปไวรัลที่อัลกอริทึมคัดสรรมาอย่างดีให้เสพไม่รู้จบ

มันอาจดูเหมือนเป็นเรื่องดีแต่ถ้ามากเกินไป สิ่งที่เคยเป็น ‘ความรู้’ อาจกลายเป็น ‘เสียงรบกวน’ ที่ทำให้เหนื่อยล้าโดยไม่รู้ตัว

‘ภาวะข้อมูลล้น’ คืออะไร และทำไมเราควรใส่ใจ

ภาวะข้อมูลล้น หรือ Information Overload คืออาการที่เกิดขึ้นเมื่อเราต้องรับข้อมูลจำนวนมากเกินกว่าที่สมองจะประมวลผลได้ทัน ส่งผลให้เกิดความเครียด ความลังเลและการตัดสินใจที่ผิดพลาด

แม้แนวคิดนี้จะมีมานาน โดยย้อนกลับไปถึงปี 1964 แต่ในยุคของอินเทอร์เน็ตความเร็วสูง และสมาร์ทโฟนที่ออนไลน์ตลอดเวลา ปัญหานี้กลับยิ่งชัดเจนมากขึ้น โดยเฉพาะในยุคนี้ที่คนจำนวนมากใช้ Generative AI ในการสร้างข้อมูลขึ้นมาจำนวนมาก งานวิจัยหลายชิ้นชี้ให้เห็นว่า การเผชิญหน้ากับข้อมูลมากเกินไปเป็นเวลานาน อาจส่งผลต่อสมาธิ ความจำ และสุขภาพจิตโดยรวม

ผลกระทบไม่ได้หยุดแค่ปัจเจก

ในระดับบุคคล ภาวะข้อมูลล้นทำให้เราตัดสินใจได้ยากขึ้น ขาดความมั่นใจ และรู้สึกเหนื่อยหน่ายกับงานที่ทำอยู่ ยิ่งต้องทำงานในโลกที่เปลี่ยนเร็ว ทุกอย่างด่วน ข้อมูลก็ไหลเข้ามาเร็วไม่แพ้กัน ผู้คนจึงเสี่ยงต่อความเครียดโดยไม่รู้ตัว

แต่เรื่องนี้ไม่ได้จบแค่ตัวบุคคล เพราะในภาพใหญ่ ปัญหานี้กำลังสร้างผลกระทบระดับโครงสร้าง ทั้งต่อองค์กร ทีมงาน ไปจนถึงระบบเศรษฐกิจ มีการประเมินว่า ภาวะข้อมูลล้นอาจทำให้เศรษฐกิจโลกสูญเสียมูลค่าราว 1 ล้านล้านดอลลาร์ต่อปี เพราะพนักงานต้องเสียเวลาไปกับการกลั่นกรองข้อมูลที่ไม่จำเป็น หรือรับมือกับการตัดสินใจที่ผิดพลาดจากความสับสน

ข้อมูลมากไม่ใช่เรื่องเล็ก มันคือมลพิษ

นักวิชาการบางคนถึงขั้นเสนอให้เรามอง ‘ข้อมูลล้น’ ว่าเป็นมลพิษรูปแบบหนึ่ง เหมือนกับการปฏิบัติอุตสาหกรรมสร้างมลพิษทางอากาศ การปฏิบัติดิจิทัลก็สร้าง ‘มลพิษทางข้อมูล’ เช่นกัน

ลองนึกภาพหมอกควันที่สูดเข้าไปทุกวัน ข้อมูลที่ไม่จำเป็นก็คล้ายกัน คือแทรกซึมอยู่ในทุกแพลตฟอร์ม และหากปล่อยไว้นานๆ โดยไม่จัดการ อาจบั่นทอนคุณภาพชีวิตโดยรวมได้ไม่แพ้กัน

ถึงเวลาต้องจัดระเบียบข้อมูลเหมือนจัดบ้าน

ทางออกของปัญหานี้อาจไม่ใช่แค่การปิดแจ้งเตือน แต่ต้องคิดใหม่ทั้งระบบ ตั้งแต่การออกแบบแพลตฟอร์มที่รับผิดชอบต่อผู้ใช้มากขึ้น การสร้างทักษะด้าน ‘สุขภาพข้อมูล’ หรือ Information Hygiene ไปจนถึงนโยบายภาครัฐที่จัดการกับข้อมูลที่เป็นพิษ

ศาสตราจารย์โบเลสวอฟ ชิมันสกี จากสถาบัน Rensselaer Polytechnic Institute เสนอว่า ควรมีการลงทุนในงานวิจัยข้ามศาสตร์ และบรรจุเรื่องเกี่ยวกับนิเวศข้อมูลเข้าไปในระบบการศึกษา เพื่อให้คนรุ่นใหม่รับมือกับโลกที่ข้อมูลท่วมท้นได้อย่างเข้าใจ ไม่ใช่แค่พยายาม ‘ไถ่ผ่าน’ ไปวันๆ

ข้อมูลดี แต่ต้องมีกรอบ

มนุษย์เราไม่ได้อยู่ในยุคที่ขาดแคลนข้อมูลอีกต่อไป ตรงกันข้าม อาจกำลังจมอยู่ในทะเลของข้อมูลอยู่ด้วยซ้ำ และถ้าไม่มีกลไกคัดกรองหรือรับมือ ก็อาจกลายเป็นมลพิษที่มองไม่เห็น แต่ทำลายสุขภาพชีวิตในระยะยาว

การยอมรับว่าภาวะข้อมูลล้นคือปัญหาเชิงระบบ และต้องการการจัดการอย่างจริงจัง อาจเป็นก้าวสำคัญในการทำให้โลกดิจิทัลน่าอยู่ขึ้นสำหรับทุกคน **B**

EDITOR'S NOTE

หาก ค.ศ. 2023 นับเป็นจุดเริ่มต้นของการตระหนักถึงพลังแห่งการเปลี่ยนแปลงของ AI จากการที่ OpenAI ได้เปิดตัวโมเดลเอไอ GPT-4 ในวันที่ 14 มีนาคม ค.ศ. 2023 ถัดมาใน ค.ศ. 2024 เราสามารถกล่าวได้ว่านับเป็นปีแห่งคลื่นยักษ์

ของข้อมูล ข่าวสาร ข้อมูลเสียง ภาพ วิดีโอจำนวนมหาศาลที่เหนือความคาดหมายและเหนือการควบคุมในโลกดิจิทัลที่ถูกสร้างขึ้นโดย AI ทั้งที่เป็นข้อมูลจริง ข้อมูลเท็จ ข้อมูลที่เป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ ข้อมูลเก่าและข้อมูลใหม่ ทั้งจากความต้องการใช้งาน และโดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องการเรียนรู้เทคโนโลยีใหม่ โดยมีโซเชียลมีเดียเป็นช่องทางส่งต่อและเผยแพร่ข้อมูลเหล่านี้ให้ขยายไปไกลโดยไม่มีการกลั่นกรอง ในขณะที่ผู้ใช้อย่างขาดความพร้อมและขาดความรู้ที่มากพอ

ทำให้ใน ค.ศ. 2025 เป็นปีที่คนทั่วโลกอยู่ท่ามกลางสถานการณ์ 'Information Overload' หรือ 'ข้อมูลล้นเกิน' ทั้งจากการใช้งานของผู้คนและอัลกอริทึมของ AI เอง ที่จะคัดเลือก สร้าง และเผยแพร่เนื้อหาด้วยความเร็วและปริมาณที่ไม่เคยมีมาก่อน นำมาซึ่งความโกลาหลทางปัญญาแบบใหม่อย่างที่เราไม่เคยมีมา โดยหนึ่งในนั้นคือ 'Deepfake' ที่มีแนวโน้มส่งผลดีคู่ไปกับผลเสีย หากขาดความรู้และการกลั่นกรองที่มีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะประเด็นที่อ่อนไหวอย่างความอคติทางเชื้อชาติ หรือการหลอกเพื่อให้ได้มาซึ่งทรัพย์สินของผู้ที่หลงกลลง

ในอีกด้าน 'ข้อมูลล้นเกิน' สามารถนำไปสู่ผลดีได้เช่นเดียวกัน ในแง่ของการเข้าถึงข้อมูลที่สร้างแรงบันดาลใจใหม่ ส่งต่อความรู้ใหม่ หากติดอาวุธทางความคิด สร้างนิสัย 'กระตุกต่อมทางความคิด' ให้กับผู้ใช้งาน นอกจากนี้ยังมีอีกหนึ่งประเด็นน่าสนใจคือการบริหารจัดการระหว่างตนเองและ AI ให้เกิดความสมดุล 'ไม่ไร้ Balance' ที่ไม่ว่าวัยไหน อย่าลืมหาตัวเองออกไปเล่นสนุก หาความรู้และประสบการณ์ควบคู่ไปกับการรู้เท่าทันและตามให้ทัน AI **R**



OKMD CAREER BOOTCAMP 2025 season 2

AI MEDIA

การสร้างสื่อวิดีโอ และเสียงด้วย Generative AI

วันเสาร์ที่ 17 พ.ค. 2568 เวลา 13:00 -16:00 น.

DIGITAL ETHICS & LAWS

จริยธรรมและกฎหมายดิจิทัล เพื่อการใช้งาน AI

วันเสาร์ที่ 7 มิ.ย. 2568 เวลา 13:00 -16:00 น.

ติดตามการสมัครได้ที่  okmd  AIAT



okmd

Value Chain ไม่ใช่แค่ทฤษฎี

หรือกระบวนการเริ่มต้นตั้งแต่การจัดหาวัตถุดิบ
ไปจนถึงการส่งมอบสินค้าให้แก่ลูกค้า
แต่คือแนวคิดที่เปลี่ยนระบบได้ทั้งระบบ

พบกับคลังบทความความรู้ Value Chain
ที่ถอดบทเรียนจากธุรกิจเล็ก-ใหญ่ ชุมชน-เมือง
ไปจนถึงระดับประเทศ

การสร้างอนาคตที่ดี เริ่มต้นจากการเข้าใจห่วงโซ่คุณค่าอย่างถ่องแท้

ค้นหาแรงบันดาลใจใหม่ๆ ได้ที่

knowledgeportal.okmd.or.th

