

พลังของความไว้วางใจ

เขียนโดย ม.ล.ชาญโชติ ชมพูนุท

วันอังคารที่ 14 เมษายน 2020 เวลา 14:55 น. -

พลังของ [ความไว้วางใจ](#)

[หนังสือ The Truth About Trust : How It Determines Success in Life, Love, Learning, and More](#) เขียนโดยศาสตราจารย์ David D
eSteno

หัวหน้ากลุ่มวิจัย

Social Emotions

มหาวิทยาลัย

Northeastern University

บอกว่า ความไว้วางใจต่อกันและกันเป็นหัวใจของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ในทุกด้าน

ไม่ใช่เฉพาะในเรื่องชีวิตสมรส การทำธุรกิจและเมื่อเข้ารับบริการทางการแพทย์

ผมตีความว่า [ความไว้วางใจ](#) ต่อกันและกันเป็นพื้นฐานทางอารมณ์ของมนุษย์ที่เป็นสัตว์สังคม และเป็นสัตว์ที่มีช่วงชีวิตอ่อนแอยาวนานในวัยเยาว์
ชีวิตต้องพึ่งพาคนอื่นในหลากหลายสถานการณ์ ที่เรียกว่ามี in
ter

-
dependence

ในพัฒนาการตอนเป็นเด็ก มนุษย์ต้องพัฒนาตนเองให้มีคุณลักษณะทั้งด้าน

independence

และ

inter

-
dependence

ไปพร้อมๆ กัน

สองคุณลักษณะนี้หาจุดสมดุลกัน

แต่จริงๆ แล้วมันส่งเสริมกันได้

คือคนที่มีความมั่นคงในตนเอง

จะมีความสัมพันธ์พึ่งพาต่อกันกับผู้อื่นได้ดี

คือคนที่

[trust](#)

ตนเองได้ดี

จะ

trust

คนอื่นได้ดีด้วย

ผมตีความว่าtrustช่วยให้สมองใช้พลังงานน้อย จิตใจผ่องใส แต่มนุษย์เราต้องฝึกทักษะในการไว้วางใจคน ว่าใครไว้วางใจได้ และใครไม่น่าไว้วางใจ ความสามารถนี้วิวัฒนาการขึ้นในมนุษย์และลิง

จึงเป็นคุณสมบัติที่เป็นทั้ง สัญชาตญาณ

และเป็นสิ่งที่ต้องฝึก

หนังสือเล่าการทดลองในลิงเพื่อทำความเข้าใจกลไกทางจิตวิทยาของความไว้วางใจ

ความสามารถในการไว้วางใจเป็นทั้งจิตสำนึกและจิตใต้สำนึก ส่วนจิตใต้สำนึกอยู่กับเส้นประสาทสมองเส้นที่๑๐ ชื่อ vagus nerve ซึ่งเป็นเส้นประสาทสมองที่ยาวที่สุด คือผ่านคอ ลงไปที่หน้าอกและลงไปในท้อง

และน่าจะเป็นเหตุให้ฝรั่งบอกว่าตัดสินใจโดยใช้

gut feeling

ซึ่งรวดเร็ว และในหลายกรณีใช้ได้ผล

แต่ก็มีหลักฐานเตือนว่า อย่าเชื่อ

gutfeeling

นัก

เพราะมันไม่ถูกเสมอไป

ตรงกับที่บอกในหนังสือว่าอย่าไว้วางใจตนเองเสมอไป หรือแม้ตัวเราเองก็อย่าไว้วางใจนัก ในหลายกรณีตัวเราเองก็อาจผิด โดยเฉพาะพฤติกรรมของตัวเองในอนาคต ศ. DeSteno มีผลวิจัยมาแล้วด้วย

ว่าคำพูดกับพฤติกรรมจริงๆของคนเราแตกต่างกันได้มากเพียงไร

กล่าวใหม่ว่าคนจำนวนมากพูดอย่างทำอย่าง

โดยอ้างเหตุผลสนับสนุนพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องของตนได้สารพัดเหตุผล

ที่ภาษাজิตวิทยาเรียกว่าเป็นพฤติกรรม

rationalization

ที่ภาษาไทยพื้นบ้านเรียกว่า “เอาสี่ข้างเข้าถู”

นอกจากใช้ประสาทอัตโนมัติแล้ว ระบบประสาทด้าน trust ยังใช้ระบบฮอร์โมน เช่น oxytocin นักวิจัยทดลองพ่น oxytocin เข้าโพรงจมูก ให้แก่ทีมที่กำลังร่วมกันตัดสินใจด้านการเงิน

พบว่าทีมมีความเชื่อถือกันและร่วมมือกันดีขึ้น

รวมทั้งเพิ่มความไม่ไว้วางใจทีมอื่นด้วย

จะเห็นว่าความไว้วางใจต่อกันและกันเป็นกลไกทางสรีรวิทยาที่เป็นธรรมชาติของมนุษย์ และเมื่ออยู่ในหมู่เพื่อนฝูงที่สนิทสนมไว้วางใจกัน เราจะรู้สึกสบายใจ และ
ละผมมีความเห็นว่าในสังคมที่คนซื่อสัตย์ต่อกัน
มีความไว้วางใจต่อกันและกันสูง เป็นสังคมที่น่าอยู่

เป็นพื้นฐานของสังคมที่มีสุขภาวะสูง

ดังที่เราารู้สึกเมื่อไปญี่ปุ่นและประเทศแถบสแกนดิเนเวีย

ในเมื่อคนเราตัดสินใจโดยอาศัย trust จึงมีคนหาวิธีเข้าไปสร้าง trust เพื่อหาผลประโยชน์ ที่เรียกว่า manipulate trust กล่าวได้ว่า ที่ไหนมีผลประโยชน์
ที่นั่นมีการ “ปั่นความน่าเชื่อถือ”
เฉพาะในยุคโซเชียลมีเดียเฟื่อง

ซึ่งคำตรงกันข้ามคือ หลอกหลวง

ผมมีความรู้สึกตลอดมาว่าการที่ กสทช. อนุญาตให้มีทีวีช่องขายสินค้า และอนุญาตให้โฆษณาสินค้าอย่างที่ทำกันอยู่ เป็นกึ่งหลอกหลวง และเป็นการ
manipulate
อารมณ์อยากได้

เป็นกระบวนการล่าเหยื่อ

ที่ผมไม่อยากให้อนุญาตให้ใช้คลื่นทีวีเพื่อการนี้โดยเฉพาะ

ผมมองว่ามันก่อผลเสียมากกว่าผลดีต่อสังคมภาพรวม

ไม่ทราบว่ามีคนคิดมากไปหรือเปล่า

แต่การmanipulatetrust โดยใช้ไอทีก็มีที่ใช้ในทางบวกด้วย ดังตัวอย่างหุ่นยนต์ดูแลผู้ป่วยชื่อLouise ที่ใช้ถ้อยคำเตือนและแนะนำการกินยา และการปฏิบัติตัว แทนพยาบาล โดยใช้ถ้อยคำที่อ่อนโยนห่วงใยเหมือนพยาบาลตัวจริง

ทำให้ผู้ป่วยเชื่อถือและปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง

ที่น่าสนใจคือข้อสรุปจากผลวิจัยว่า คนเรายังตำแหน่งสูง มีอำนาจมาก หรือร่ำรวยมากยิ่งขึ้นเชื่อคนอื่นน้อยลง และเป็นคนที่น่าเชื่อถือคนอื่นน้อยลงด้วย เขาอธิบายว่า เพราะในทางจิตวิทยา คนที่อยู่ในฐานะนี้รู้สึกว่าตนมีความจำเป็นด้านการพึ่งพาคนอื่น (inter

-
dependence
) น้อย ความเห็นแก่ตัวจึงสูง

เพราะจิตใต้สำนึกบอกว่าตนไม่มีความจำเป็นในเรื่องการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันกับผู้อื่น

เขาจึงไม่จำเป็นต้องเห็นแก่ผู้อื่น

นักวิจัยสรุปว่า คนที่อยู่ในกลุ่มเศรษฐฐานะสูงจะมีความไว้น้อยเชื่อใจคนอื่นต่ำ

วิจารณ์ พานิช

๙ เม.ย. ๖๓

[บันทึกนี้เขียนที่ GotoKnow](#) โดย [Prof. Vicharn Panich](#) ใน [สภามหาวิทยาลัย](#)