แนวทางการแก้ไขปัญหาการระรานทางไซเบอร์

วลัยลักษณ์ อมรสิริพงศ์[1*] กิตติศักดิ์ ภู่ฉุน[2] พนิดา ตะพัง[2] สุรัสสา ภูมิสวัสดิ์[2] มิ่งขวัญ ทับยาง[2]
อภิษฎา เตชศุภกรกุล[2] พรรณสุกาญจน์ สุขพันธ์[2] และ พิชามญชุ์ อธิรัตนพัฒน์[2]

[1]ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำสาขาวิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศศาสตร์ [2]นักศึกษาสาขาวิชานิติศาสตร์
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
อีเมล: [*] walailucka@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ปัญหาและผลกระทบจากการระรานทางไซเบอร์ และ 2) แนวทางการแก้ไขปัญหาการถูกรังแกจากพื้นที่ไซเบอร์ การระรานทางไซเบอร์เป็นความรุนแรงรูปแบบหนึ่งที่กำลังเกิดขึ้นแพร่หลาย โดยที่ผู้รังแกนั้นอาจไม่รู้ตัวหรือไม่ได้ตั้งใจถึงผลที่จะเกิดขึ้นในเวลาต่อมา กระทำไปโดยควบคุมอารมณ์ตัวเองไม่ได้นั่นเอง ซึ่งผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการถูกรังแกนั้น ส่งผลลบต่อความสามารถในการเรียนรู้ของเด็กที่ถูกรังแก ส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจของผู้ถูกรังแก สถาบันครอบครัวเป็นสถาบันหลักในการแก้ปัญหานี้ พ่อและแม่ต้องดูแลเอาใจใส่ลูกด้วยความใกล้ชิดและความเข้าใจ กลุ่มเพื่อนต้องมีความเคารพซึ่งกันและกัน ไม่ล้อเลียนปมด้อยของคนอื่น และตัวผู้ถูกรังแกต้องไม่ใส่ใจในคำพูดของคนอื่น ควรนำคำพูดของคนอื่นมาปรับใช้และพัฒนาตัวเองให้ดีขึ้น

คำสำคัญ: การระรานทางไซเบอร์ การรังแก โลกไซเบอร์

Solutions to the Problem of Cyber Bully

Walailuck Amornsiriphong[1*] Gittisak Phuchun[2] Phanida Tapang[2] Surassa Phumsawad[2] Mingkwan Tubyang[2]
Apissada Teachasupakornkul[2] Phansukarn Sukkaphan[2] and Pichamon Athirattanapat[2]

[1]Assistant Professor at Library and Information Science Program
[2] Undergraduate Students at Law Program
Faculty of Humanities and Social Sciences Nakhon Pathom Rajabhat University
email: [*]walailucka@gmail.com

Abstract

The objectives of this academic article were to study 1) the problems and impacts of cyber bullying and 2) solutions to solve the problem of cyber bullying. Cyber bullying is an emerging form of violence. The bullies may be unaware or unintentionally about the consequences that will happen later. Acting without controlling one's own emotions negatively affects the cognitive ability of children who are bullied. It affects the body and mind of the bullied. The family institution is the primary solution to this problem. Parents must take care of their children with intimacy and understanding. Friends must have mutual respect and do not mimic the inferiority of others. The bullied must not pay attention to the words of others. The words of other people should be adapted and developed for making yourself better.

Keywords: cyber bullying, bully, cyber

1. บทนำ

ในปัจจุบันเทคโนโลยีการสื่อสารมีความก้าวหน้าและพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว มีบทบาทและกลายเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเครือข่ายสังคมออนไลน์ (social network) ก่อให้เกิดยุคแห่งการสื่อสารไร้พรมแดน อย่างไรก็ตาม เครือข่ายสังคมออนไลน์เปรียบเสมือนดาบสองคม ซึ่งหากผู้ใช้ขาดคุณธรรม จริยธรรม การรู้จักเคารพสิทธิของผู้อื่น และขาดความระมัดระวังในการใช้แล้ว เครือข่ายสังคมออนไลน์จะเป็นช่องทางในการกระทำไม่ดีของผู้ประสงค์ร้าย โดยใช้ช่องทางดังกล่าวในการรังแกผู้อื่น หรือที่เรียกว่า การระรานทางไซเบอร์ (cyber bully) ซึ่งจัดเป็นภัยเงียบที่กำลังคุกคามและเป็นปัญหาใหญ่ที่ทั่วโลกให้ความสำคัญ (โสรยา อิ่มเอิบ, 2561, หน้า 1) นอกจากนี้ ผลการวิจัยขององค์การศึกษาวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (UNESCO) ยังพบว่า วัยรุ่นเกือบ 1 ใน 3 ของโลกเคยโดนถูกรังแกมาก่อน ซึ่งจะส่งผลลบต่อความสามารถในการเรียนรู้ของเด็กได้ (คมปทิต สกุลหวง, 2561) สังคมแห่งการรังแกนั้นก่อให้เกิดผลกระทบเป็นวงกว้าง ส่งผลต่อสภาพจิตใจไปสู่ผู้ที่ถูกรังแก จนอาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า การเรียนถดถอย เสียความมั่นใจ ชีวิตไม่มีความสุข และอาจนำพาไปถึงการฆ่าตัวตาย นอกจากนี้ การรังแกไม่เพียงกระทบกับสภาพจิตใจของผู้ที่ถูกแกล้งเท่านั้น แต่พฤติกรรมนี้ยังส่งผลต่อผู้ที่รังแกด้วย เช่น มีแนวโน้มจะติดสารเสพติด มีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรง และอาจร้ายแรงถึงขั้นอาจก่อเหตุอาชญากรรมขึ้นได้ในอนาคต (โรงพยาบาลเพชรเวช, 2563)

สำหรับสังคมไทย การรังแกกันผ่านพื้นที่ไซเบอร์เป็นความรุนแรงรูปแบบหนึ่งที่กำลังเกิดขึ้นแพร่หลาย และถือเป็นอาวุธที่ร้ายแรงรูปแบบหนึ่งที่สามารถทำลายความสุข และทำลายชีวิตของผู้อื่นได้โดยผู้ที่กระทำไม่ต้องออกแรง ซึ่งรูปแบบความรุนแรงรูปแบบนี้สามารถเกิดขึ้นได้กับคนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัยในสังคม และโดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มวัยรุ่น (สุภาวดี เจริญวานิช, 2560, หน้า 639) จากปัญหาดังกล่าว ผู้เขียนจึงต้องการเผยแพร่ให้ผู้คนตระหนักถึงผลกระทบจากการระรานทางไซเบอร์และนำทฤษฎีความรู้จากรายวิชาอาชญาวิทยามาร่วมในการวิเคราะห์และแนวทางในการแก้ปัญหา

2. วัตถุประสงค์

บทความวิชาการนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา

2.1 ปัญหาและผลกระทบจากการระรานทางไซเบอร์

2.2 แนวทางการแก้ไขปัญหาการถูกรังแกจากพื้นที่ไซเบอร์

3. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

3.1 ความหมายของการระรานทางไซเบอร์

สำนักงานราชบัณฑิตยสภา (2562) ให้คำนิยาม cyber bully ว่าคือ "การระรานทางไซเบอร์" หมายถึง การกลั่นแกล้ง การให้ร้าย การด่าว่า การข่มเหง หรือการรังแกผู้อื่นทางสื่อสังคมต่าง ๆ เช่น เฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ นอกจากนี้ ยังมีนักวิชาการที่ได้ให้ความหมายของการระรานทางไซเบอร์ไว้อย่างหลากหลาย ดังนี้

US Legal (2021) ให้คำนิยามว่า การระรานทางไซเบอร์ หมายถึง การประกาศข่าวลือหรือคำนินทาเกี่ยวกับบุคคลหนึ่งบนอินเทอร์เน็ต ซึ่งก่อให้เกิดการรังเกียจแก่จิตใจต่อผู้อื่น หรืออาจหมายถึง คุกคามเหยื่อโดยเผยแพร่เนื้อหาที่ทำลายชื่อเสียงหรือทำให้เกิดความขายหน้า

Willard (2007) กล่าวว่า การระรานทางไซเบอร์ หมายถึง การรังแก และคุกคามผ่านอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ เช่น อีเมล โทรศัพท์มือถือ ข้อความโต้ตอบแบบทันที ข้อความสั้น บล็อก และเว็บไซต์ ซึ่งทำให้เกิดอาชญากรรมคอมพิวเตอร์ได้ การระรานทางไซเบอร์เป็นการกระทำโดยเจตนา และนำไปสู่ความตึงเครียดทางอารมณ์ ทำให้เกิดความทุกข์อย่างซ้ำ ๆ การระรานทางไซเบอร์อาจหมายรวมถึงการคุกคาม และกล่าวถึงเรื่องทางเพศ การใช้คำพูดที่รุนแรง การดูถูกดูแคลน รวมทั้งการส่งอีเมลไปรบกวนผู้อื่นที่ไม่ต้องการติดต่อกับผู้ส่ง

นายแพทย์โกวิทย์ นพพร ได้ให้ความหมายของการระรานทางไซเบอร์ว่าเป็นการประจานกันทางโซเชียลมีเดีย เป็นพฤติกรรมรุนแรง หากเกิดในชีวิตจริง มักเป็นการล้อเลียนรูปร่างหน้าตา สถานะทางสังคม รวมถึงการทำร้ายร่างกาย ซึ่งหลายครั้งการรังแกนี้ได้สร้างผลกระทบทางด้านความรู้สึกมากมายจนอาจเกิดเป็นแผลทางใจฝังลึกจนยากที่จะเยียวยา หรืออาจลุกลามไปจนเกิดการปะทะ และสร้างบาดแผลทางกายได้ (โกวิทย์ นพพร, 2562)

ปองกมล สุรัตน์ (2553) กล่าวว่า การระรานทางไซเบอร์ หมายถึง การที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคล (ผู้รังแก) ใช้การติดต่อสื่อสารผ่านช่องทางเทคโนโลยีและอินเทอร์เน็ต เช่น โทรศัพท์มือถือ อีเมล หรือเว็บไซต์ต่าง ๆ ในการลงข้อความ หรือรูปภาพที่รุนแรง หยาบคาย ล้อเลียน อันเกี่ยวข้องกับบุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่ตกเป็นเป้าหมายให้ปรากฏแก่สาธารณะ หรือส่งไปยังผู้ถูกรังแกโดยตรง

สรุปได้ว่า การระรานทางไซเบอร์ หมายถึง การกลั่นแกล้ง การคุกคาม การข่มเหง หรือการรังแกผู้อื่นผ่านช่องทางเทคโนโลยีสารสนเทศ รวมทั้งเครือข่ายสังคมออนไลน์ เช่น โทรศัพท์มือถือ อีเมล เฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ โดยตั้งใจและเจตนา เพื่อให้เกิดความอับอายหรือทำลายชื่อเสียง อีกทั้งสามารถกระจายเรื่องดังกล่าวไปสู่วงกว้าง

3.2 รูปแบบการรังแกในโลกออนไลน์

เว็บไซต์ nobully.com ได้แบ่งการกระทำการรังแกในโลกออนไลน์เป็น 7 ประเภท (ธีรศานต์ สหัสสพาศน์, 2561) คือ

1) gossip ส่งข้อความนินทาเพื่อน ทำให้เพื่อนเสียหาย

2) exclusion ไล่บางคนออกจากกลุ่มออนไลน์ เช่น กลุ่มไลน์ หรือเฟซบุ๊กกรุ๊ป

3) nation การแอบเข้าไปใน log in ของคนอื่นและโพสต์ข้อความให้เจ้าของ account ดูไม่ดี เสียหาย คนรอบตัวเข้าใจผิด เช่น เด็ก log in facebook ไว้ที่ร้านเกมแล้วลืม log out มีคนมาเล่นคอมพิวเตอร์ต่อแล้วโพสต์ว่าเด็กคนนั้นขายตัว ทำให้เด็กเสื่อมเสียชื่อเสียง

4) harassment เป็นการว่ากล่าว ด่า ด้วยถ้อยคำหยาบคาย ตอกย้ำปมด้อย ทำให้เสียความมั่นใจ เช่น คนบนโลกอินเทอร์เน็ตที่นึกสนุกพิมพ์ว่าคนหน้าตาไม่ดีที่ถูกโจรข่มขืนว่าสงสารโจรจังเลย

5) cyber stalking ส่งข้อความ รูป วิดีโอ หรืออะไรก็ตามที่ทำให้คนอื่นอับอายบนอินเทอร์เน็ต รวมถึงข่มขู่ เช่น ผู้หญิงไปร่วมกิจกรรมของที่ทำงานริมทะเลแล้วใส่บิกินี และมีผู้ชายทำงานเดียวกันแอบถ่ายรูปไปลงวิจารณ์เรื่องรูปร่างของผู้หญิงในเฟซบุ๊ก และยังมีคนอื่นมาร่วมวิจารณ์แบบสนุกปาก

6) outing and trickery หยอกล้อ ยั่วโมโหจนอีกฝ่ายเผยความลับที่น่าอายของตัวเองบนโลกออนไลน์

7) cyber threat เห็นการกลั่นแกล้ง รังแกกันบนโลกออนไลน์แล้วเข้าไปร่วม

3.3 สาเหตุของการระรานทางไซเบอร์

นักวิจัยได้พยายามหาสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมการกลั่นแกล้ง ข่มเหงรังแกผู้อื่น โดยสามารถระบุปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้อง (ไทเกอร์ รัตนา, 2564) ได้ดังนี้

3.3.1 ปัจจัยด้านชีวภาพ ปัจจุบันความก้าวหน้าทางการแพทย์ทำให้เราเข้าใจพฤติกรรมก้าวร้าวทางด้านชีวภาพมากขึ้น เช่น พันธุกรรม ฮอร์โมนและสมอง เป็นต้น ซึ่งไม่เพียงแต่เกิดจากสาเหตุด้านจิตใจหรือสังคมเท่านั้น คนบางคนอาจจะมีปัญหาด้านการผลิตฮอร์โมนออกซิโทซิน (oxytocin) ซึ่งเป็นฮอร์โมนที่ทำให้เรามีความสุขเวลาเข้าสังคม ได้รับการยอมรับ หากฮอร์โมนประเภทนี้ขาดหายก็อาจจะทำให้มีความเห็นอกเห็นใจในคนอื่นน้อยลง

3.3.2 ปัจจัยด้านจิตวิทยา เป็นอีกปัจจัยเสี่ยงที่อิทธิพลต่อพฤติกรรมการกลั่นแกล้ง ข่มเหงรังแกในหมู่เด็กและเยาวชน อันได้แก่ การที่มีความพึงพอใจในตนเองต่ำ เช่น หากรู้สึกว่าตนเองไม่เก่ง หน้าตาไม่ดีหรือไม่ได้ร่ำรวยมากมาย ก็อาจจะมองหาวิธีการที่ทำให้รู้สึกว่าตนเองดีกว่าคนอื่นๆ โดยการกดคนอื่นให้ต่ำกว่าตนเอง เป็นต้น และนักจิตวิทยายังได้อธิบายถึง ความไม่สมดุลของอำนาจของทั้งผู้ที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้ง ข่มเหงรังแกผู้อื่น และผู้ที่โดนกลั่นแกล้ง โดนรังแก คือ ทั้งสองฝ่ายโดยทั่วไปมักจะมีลักษณะที่ไม่สมดุลหรือตรงกันข้ามกัน เช่น คนที่ตกเป็นเหยื่อ มักจะมีขนาดร่างกายที่เล็ก ในขณะที่ผู้รังแกจะมีขนาดร่างกายใหญ่ หรือคนที่ชอบกลั่นแกล้ง รังแกอาจจะมีความรู้สึกที่เป็นปมด้อยบางเรื่องในชีวิต จึงมักจะอยากข่มคนที่เด่นกว่าตนเอง หรือระบายความรู้สึกที่เป็นปมด้อยนั้นออกมา

3.3.3 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม เป็นปัจจัยที่มีความหลากหลาย ซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนเป็นอย่างมาก เช่น การเป็นคนที่เคยถูกกลั่นแกล้งมาก่อน อย่างการเติบโตขึ้นมาในครอบครัวที่มีการเลี้ยงดูที่ใช้ความรุนแรงหรือการอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีความก้าวร้าวและชอบใช้ความรุนแรง และพวกเขาก็จะรู้สึกว่าต้องระบายความโกรธที่ตัวเองได้รับนี้ให้กับผู้อื่น อีกทั้งสื่อต่างๆ ที่มีความรุนแรงอย่างภาพยนตร์หรือละครบางเรื่องก็เป็นอีกสาเหตุหนึ่งเหมือนกัน

3.3.4 ปัจจัยด้านสังคม การอยู่ในสังคมที่มีความหลากหลายไม่ว่าจะเป็นเชื้อชาติ ศาสนา วัฒนธรรม ตลอดจนค่านิยมต่างๆ หรือแม้แต่ความพิการ ความแตกต่างเหล่านี้จะถูกนำมาล้อเลียน จนนำไปสู่การปฏิบัติกับเหยื่อแบบที่ไม่เท่าเทียมกับคนอื่น เพียงเพราะความแตกต่าง

3.4 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

บทความนี้ มีทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

3.4.1 ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์

ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) จิตแพทย์ชาวออสเตรีย เชื้อสายยิว ฟรอยด์แบ่งจิตออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

1) จิตไร้สำนึก (unconscious mind) ทำหน้าที่กระตุ้นให้บุคคลแสดงออกไปตามหลักแห่งความพึงพอใจของตน ผู้ที่กระทำผิดในขั้นนี้มักเป็นพวกฆาตกรต่อเนื่อง

2) จิตสำนึก (conscious mind) เป็นสภาวะที่บุคคลรับรู้ตามประสาทสัมผัสทั้งห้า ได้แก่ ตา หู จมูก ปาก การสัมผัสด้วยกาย โดยอาศัยหลักแห่งเหตุผล และศีลธรรมที่ตนเองเชื่อถือเพื่อเป็นแนวทางในการแสดงพฤติกรรม ผู้กระทำผิดในขั้นนี้ มักกระทำผิดประเภทลักทรัพย์ ทำลายทรัพย์สิน

3) จิตก่อนสำนึก (preconscious mind) หมายถึง เป็นส่วนของประสบการณ์ที่สะสมไว้แต่มีลักษณะเลือนรางพวกที่กระทำผิดในขั้นนี้มักเป็นพวกที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ ข่มขืน อนาจาร

นอกจากนี้ ฟรอยด์ ยังได้ศึกษาถึงโครงสร้างทางจิตพบว่าโครงสร้างทางจิตประกอบด้วย

1) อิด (id) เป็นส่วนที่ติดตัวมนุษย์มาตั้งแต่เกิด ประกอบด้วยแรงขับทางสัญชาตญาณ (instinct) ที่กระตุ้นให้มนุษย์ตอบสนองความต้องการ ความสุข ความพอใจ ไม่คำนึงถึงความเหมาะสมตามความเป็นจริง เป็นลักษณะของการใช้ความคิดในขั้นปฐมภูมิ เช่น เด็กหิวก็จะร้องทันที เพื่อตอบสนองความต้องการของเขา

2) อีโก้ (ego) ทำหน้าที่ประสานอิดและซูเปอร์อีโก ทำให้บุคคลนั้นแสดงบุคลิกภาพออกมาเพื่อให้เหมาะสมกับความเป็นจริง เช่น ทารกเริ่มรู้จักตนเองว่า ฉันเป็นใคร มีลักษณะของการใช้ความคิดในขั้นทุติยภูมิ

3) ซุปเปอร์อีโก้ (superego) เกี่ยวข้องกับศีลธรรมจรรยา บรรทัดฐานของสังคม ค่านิยม และขนบธรรมเนียมประเพณีต่าง ๆ ซึ่งมโนธรรม จริยธรรมพัฒนามาจากการอบรมเลี้ยงดู (ปิยะพร ตันณีกุล, 2558, หน้า 117)

มนุษย์ทุกคนต่างล้วนมีจิตสำนึก จิตไร้สำนึกและจิตก่อนสำนึก เช่น ในขณะคนขรากำลังเดินข้ามถนนแล้วมีรถวิ่งมาด้วยความเร็ว โดยทั่วไปคนที่เห็นเหตุการณ์ต้องมีจิตสำนึกที่จะช่วยเหลือคนขรานั้น แต่ในทางกลับกัน หากคนนั้นไม่มีจิตสำนึกหรือจิตไร้สำนึก คนนั้นจะไม่มีจิตใจที่จะช่วยเหลือคนขรานั้นนั่นเอง ในส่วนจิตก่อนสำนึกนั้น เป็นเรื่องของการกระทำ ความคิดที่ตนเคยทำมาแล้วในอดีต และเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ตนเคยพบเจอก็จะถูกกระตุ้นทางการกระทำ ความคิดให้ทำ เช่น หากตนเคยรังแกผู้อื่นในอดีต เพราะความไม่พอใจ หรือเพราะเหตุผลอื่น ๆ พอมาในปัจจุบันเมื่อรู้สึกนึกคิดแบบในอดีตอีก การกระทำในอดีตที่เคยกระทำนั้นก็จะกลับมาอีกครั้ง

3.4.2 ทฤษฎีความกดดันทางสังคมของโรเบิร์ต แอคนิว

นักสังคมวิทยา โรเบิร์ต แอคนิว (Robert Agnew) เจ้าของทฤษฎี General Strain Theory (GST) แอคนิวได้ตั้งสมมติฐานว่าทำไมคนที่รู้สึกเครียดและกดดันจึงกระทำความผิด และอธิบายความสัมพันธ์ในสังคม โดยพบว่าสถานะทางอารมณ์ในเชิงลบ จะก่อให้เกิดความกดดันหลายประการ ได้แก่

1) ความล้มเหลวในการไปถึงเป้าหมายที่เป็นค่านิยมของสังคม เช่น วัยรุ่นต้องการความร่ำรวยและชื่อเสียง แต่ไม่มีเงินและไร้การศึกษา ทำให้การไปสู่เป้าหมายที่ต้องการเป็นไปไม่ได้ จึงเกิดความกดดัน

2) การแยกออกจากกันระหว่างความคาดหวังและความสำเร็จ เช่น หาเงินได้มากกว่า เรียนดีกว่า การงานดีกว่า สถานศึกษาดีกว่า เป็นต้น

3) การสูญเสียสิ่งเร้าทางบวก เช่น การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก การต้องย้ายบ้านหรือย้ายโรงเรียน การแยกทางกันของพ่อแม่

4) การถ่ายทอดสิ่งเร้าในทางลบ เช่น เคยถูกล่วงละเทิดทางเพศในวัยเด็ก ถูกทอดทิ้ง เคยตกเป็นเหยื่ออาชญากรรม การถูกทารุณกรรมหรือลงโทษตามเนื้อตัวร่างกาย ประสบความล้มเหลวในการเรียน ถูกเหยียดผิว เป็นต้น

ความกดดันแต่ละแบบจะเพิ่มความรู้สึกทางอารมณ์ในด้านลบและความผิดหวัง ซึมเศร้า กลัว และที่สำคัญที่สุด คือ ความโกรธ (ปิยะพร ตันณีกุล, 2558, หน้า 127)

ในส่วนทฤษฎีของโรเบิร์ตส์ แอคนิวนั้น บุคคลที่รังแกทางไซเบอร์อาจเกิดจากความกดดัน ทำให้รู้สึกเครียด รู้สึกผิดหวัง หรือโกรธ ส่งผลให้เกิดผลในเชิงลบ อาจเป็นอันตรายต่อสังคม หรือบุคคลอื่น เช่น ตนถูกกดดันและลงต่อบุคคลอื่นด้วยการรังแกทางไซเบอร์ ดูถูกคนอื่น และบุคคลที่โดนรังแกนั้นมักจะแยกตัวออกจากสังคม เพราะเกิดจากการที่ถูกรังแก หรือเกิดสิ่งเร้าทางลบ เช่น การเหยียดผิว ภาวะซึมเศร้า อาจนำไปสู่การใช้ความรุนแรงได้

3.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

อมรทิพย์ อมราภิบาล (2559) ศึกษาเรื่อง เหยื่อการรังแกผ่านโลกไซเบอร์ในกลุ่มเยาวชน : ปัจจัยเสี่ยงผลกระทบต่อสุขภาพจิตและการปรึกษาบุคคลที่สาม ผลการวิจัยปรากฏว่า นิสิตตกเป็นเหยื่อ และมีพฤติกรรมรังแกผู้อื่น ในระดับต่ำถึงปานกลางพบรูปแบบของการตกเป็นเหยื่อฯและพฤติกรรมรังแกผู้อื่นหลากหลาย โดยข้อมูลเพศชายและหญิงแตกต่างกันเล็กน้อย ผลการวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ พบว่า โมเดลที่สร้างขึ้นมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับพอใช้ปัจจัยการมีพฤติกรรมรังแกผู้อื่นฯส่งผลต่อการตกเป็นเหยื่อมากที่สุด เป็นผลทางตรงเชิงบวก รองลงมา คือ พฤติกรรมเสี่ยงทางออนไลน์เป็นผลทางอ้อมผ่านทางพฤติกรรมรังแกผู้อื่นฯส่วนปัจจัยที่ไม่ส่งผลคือภาวะขาดการปกป้องและปัจจัยแรงจูงใจผู้กระทำในด้านผลของตกเป็นเหยื่อฯพบว่าส่งผลทางบวกต่อสุขภาพจิตเชิงลบ และต่อการปรึกษาบุคคลที่สามการปรึกษาบุคคลที่สามส่งผลทางตรงเชิงบวกต่อสุขภาพจิตเชิงลบ ผลการเปรียบเทียบโมเดลเพศชายและหญิงพบว่าแตกต่างกันเล็กน้อย

สุวิพร ไฉไลสถาพร, อัจศรา ประเสริฐสิน และแววตา เตชาทวีวรรณ (2560, หน้า 215-216) ศึกษาเรื่องประสบการณ์และแนวทางการเผชิญปัญหาของเด็กและเยาวชนไทยที่ตกเป็นเหยื่อการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการให้ความหมายและเงื่อนไขของการถูกกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ 2) ทำความเข้าใจกระบวนการเผชิญปัญหาและผลจากการเผชิญปัญหาการถูกกลั่นแกล้งไซเบอร์ และ 3) ค้นหาแนวทางการเผชิญปัญหาการถูกกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ของเด็กและเยาวชนไทยที่ตกเป็นเหยื่อการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ ผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ให้ข้อมูลเป็นเด็กและเยาวชนไทยที่มีประสบการณ์ในการตกเป็นเหยื่อการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ไม่น้อยกว่า 3 เดือน

ในขณะที่มีอายุระหว่าง 15-24 ปี จำนวน 4 คน จากการศึกษาพบว่าเด็กและเยาวชนไทยที่ตกเป็นเหยื่อการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์มีการให้ความหมายการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์โดยคำนึงถึงผลกระทบที่ตนเองได้รับจากการถูกกลั่นแกล้งทางไซเบอร์เป็นหลัก เด็กและเยาวชนไทยแบ่งการกระทำที่เข้าข่ายเป็นการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ออกเป็น 3 รูปแบบ ได้แก่ 1) การโจมตีผู้อื่นด้วยถ้อยคำรุนแรง หยาบคาย 2) การประจานข้อความหรือรูปภาพส่วนตัว และ 3) การแอบอ้างสวมรอยเป็นผู้อื่น ปัจจัยสองอย่างที่เด็กและเยาวชนไทยพิจารณาในการให้ความหมายการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ ได้แก่ เจตนาและการเกิดซ้ำโดยพบว่าส่วนใหญ่ไม่ได้ให้ความสำคัญกับเจตนาของผู้กระทำหรือการเกิดซ้ำ นอกจากนี้ยังพบว่าบุคลิกภาพและนิสัยของผู้ถูกกลั่นแกล้งกับความสัมพันธ์กับผู้กลั่นแกล้งส่งผลต่อการตกเป็นเหยื่อการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ เด็กและเยาวชนไทยสามารถรับรู้และตระหนักถึงการถูกกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ได้ทันทีหลังจากเกิดการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ การถูกกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ส่งผลกระทบต่อทั้งจิตใจและพฤติกรรม วิธีการเผชิญปัญหาการถูกกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ของเด็กและเยาวชนไทยสามารถแบ่งออกเป็น 2 แบบหลัก ได้แก่ 1) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการปัญหา และ 2) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการอารมณ์ แนวทางในการรับมือกับปัญหาการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ของเด็กและเยาวชนไทยแบ่งออกเป็น 5 แนวทางหลัก ได้แก่ 1) การเผชิญหน้า 2) การจัดการทางด้านเทคนิค 3) การหลีกเลี่ยง 4) การเบี่ยงเบนความสนใจ 5) การแสวงหาแรงสนับสนุนทางสังคม โดยพบว่าครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางด้านจิตใจในการเผชิญปัญหาการถูกกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ของเด็กและเยาวชนไทย

อัญมณี หล้าหนัก, คมสันต์ เกียรติรุ่งฤทธิ์, ศิริไชย หงส์สงวนศรี และวิมลทิพย์ มุสิกพันธ์ (2563, หน้า 245) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับพ่อแม่ เพื่อน และครู กับการกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกของพฤติกรรมกลั่นแกล้งรังแกบนโลกไซเบอร์ และความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับพ่อแม่ เพื่อนและครูกับพฤติกรรมกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์ การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบตัดขวางในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 กรุงเทพมหานครจำนวน 1,144 ราย โดยใช้เครื่องมือ ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวแบบสอบถามพฤติกรรมการรังแกบนโลกไซเบอร์ และแบบสอบถามความผูกพันทางจิตใจกับพ่อแม่ เพื่อน (inventory of parental and peer attachment-Revised; IPPA-R) และครู (Inventory of teacher-student relationships; IT-SR) โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาในการหาความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และสถิติเชิงอนุมาน คือ chi-square, ANOVA และ multinomial logistic regression ในการหาความสัมพันธ์ ผลการศึกษา พบว่า นักเรียนมากกว่าครึ่งหนึ่งเคยมีประสบการณ์เกี่ยวข้องกับการกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์ (ร้อยละ 56.7) โดยเป็นกลุ่มที่เป็นเหยื่อ (ร้อยละ 25.2) รองลงมา คือ กลุ่มที่เป็นทั้งเหยื่อและผู้กลั่นแกล้ง (ร้อยละ 24.4) และกลุ่มผู้กลั่นแกล้ง (ร้อยละ 7.2) โดยพบปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ เพศชาย รายได้เฉลี่ยครอบครัวต่ำ การใช้สื่อสังคมออนไลน์ การใช้ Instagram สัมพันธ์กับการเป็นผู้กลั่นแกล้ง ส่วนการมีประสบการณ์เป็นทั้งเหยื่อและผู้กลั่นแกล้งสัมพันธ์กับเพศชาย ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 การใช้ระยะเวลาเล่นอินเทอร์เน็ตมากกว่า 7 ชั่วโมง/วัน การค้นหาข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตน้อย ความผูกพันกับพ่อแม่ต่ำ ความผูกพันกับเพื่อนต่ำ ส่วนการมีประสบการณ์เป็นเหยื่อสัมพันธ์กับระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 การใช้ระยะเวลาอินเทอร์เน็ตมากกว่า 7 ชั่วโมง/วัน การค้นหาข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตน้อย ความผูกพันพ่อแม่ต่ำ และความผูกพันกับครูสูง ผู้ปกครองและครูควรให้ความสำคัญในการแสดงความผูกพันที่ดีต่อเด็กผ่านการพูดคุยสื่อสาร โดยสร้างความไว้วางใจและการลดความรู้สึกแปลกแยก รวมถึงส่งเสริมทักษะทางสังคมแก่เด็กเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนและป้องกันปัญหาการกลั่นแกล้งรังแกบนโลกไซเบอร์ต่อไป

วาสนา ดำดี, ทัศนา ทวีคูณ และพัชรินทร์ นินทจันทร์ (2564, หน้า 78) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการรังแกกันผ่านโลกไซเบอร์กับภาวะซึมเศร้าและพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นในจังหวัดหนึ่ง เขตพื้นที่ภาคกลาง การวิจัยแบบบรรยายเชิงความสัมพันธ์ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการรังแกกันผ่านโลกไซเบอร์กับภาวะซึมเศร้าและพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นในจังหวัดหนึ่ง เขตพื้นที่ภาคกลาง กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2561 จำนวน 258 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีทั้งหมด 4 ส่วน คือ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต 2) แบบประเมินพฤติกรรมการรังแกกันผ่านโลกไซเบอร์ 3) แบบประเมินภาวะซึมเศร้า และ 4) แบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าว วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย และสถิติสหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน ผลการศึกษา พบว่า พฤติกรรมถูกรังแกผ่านโลกไซเบอร์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า ($r = .298$, $p < .001$) และพฤติกรรมก้าวร้าว ($r = .326$, $p < .001$) นอกจากนี้ ยังพบว่า พฤติกรรมรังแกผู้อื่นผ่านโลกไซเบอร์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า ($r = .174$, $p < .01$) และพฤติกรรมก้าวร้าว ($r = .352$, $p < .001$) ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางพัฒนาโปรแกรมในการป้องกันและลดภาวะซึมเศร้าและพฤติกรรมก้าวร้าวในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์การรังแกกันผ่านโลกไซเบอร์ ทั้งในกลุ่มผู้ถูกรังแกและกลุ่มผู้รังแกผู้อื่น

4. บทวิเคราะห์

ปัจจุบันเทคโนโลยีเป็นเรื่องที่ใกล้ตัวมาก เป็นสิ่งที่เข้ามามีบทบาทในชีวิตของเรามากยิ่งขึ้น และสามารถทำให้เกิดภัยร้ายผ่านโลกไซเบอร์ โดยผู้กระทำหรือผู้รังแกนั้นแสวงหาประโยชน์ ความต้องการของตนเองได้ง่ายเพียงแค่ปลายนิ้ว โดยไม่คำนึงถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นในเวลาต่อมา โดยส่งผลกระทบต่อร่ายกายและจิตใจของผู้ที่ถูกรังแก เช่น โรคซึมเศร้า เครียด ไม่มั่นใจในตนเอง ไม่เรียนหนังสือ รวมถึงการฆ่าตัวตายด้วย พฤติกรรมการรังแกบนโลกไซเบอร์นั้น ไม่ว่าจะกระทำโดยการพิมพ์ข้อความแสดงความคิดเห็นหรือข้อความส่วนตัวที่สื่อออกมาในแง่ลบ สามารถทำลายความสุขหรือชีวิตของผู้อื่น ซึ่งทุกคนควรต้องระมัดระวังในการสื่อสาร เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาอาชญากรรมจากการรังแกบนโลกไซเบอร์ ดังตัวอย่างเหตุการณ์การรังแกบนโลกไซเบอร์ของ “ครูบอลลี่” ซึ่งเป็นชาวจังหวัดอำนาจเจริญ ที่มุ่งมั่นเรียนจนจบและสอบบรรจุเป็นข้าราชการได้สำเร็จตามความฝันของพ่อแม่ เป็นครูสอนภาษาอังกฤษที่โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดราชบุรีได้สำเร็จ เป็นอีกคนที่ตกเป็น “เหยื่อไซเบอร์บูลลี่” โดยไม่รู้ตัว แม้ปัจจุบันสังคมไทยเปิดกว้างและยอมรับกลุ่มคนหลากหลายทางเพศ หรือ LGBT มากขึ้นก็ตาม ด้วยคาแรกเตอร์ของเพศสภาพ และนิสัยชอบเอนเตอร์เทน รวมถึงแนวคิดใหม่ แต่งหน้าแปลก ๆ ขณะสอนเพื่อดึงดูดให้นักเรียนชอบและสนุกกับการเรียนภาษาอังกฤษนี่เอง ทำให้ครูบอลลี่จากคนธรรมดาที่มีคนรู้จักไม่กี่ร้อย กลายเป็นคนสาธารณะของสังคมที่มีคนรู้จักหลายล้าน ทั้งในไทยและทั่วโลก หลังคลิปแต่งหน้าแปลกสอนภาษาอังกฤษกลายเป็นคลิปไวรัลกระฉ่อนโลกโซเชียลเมื่อกลางปี 62 ที่ผ่านมา เมื่อเป็นคนดังในชั่วพริบตา สิ่งที่ตามมา “ครูบอลลี่” ถูกไซเบอร์บูลลี่ด้วยคอมเมนต์แง่ลบทิ่มแทงใจมากมายในโลกโซเชียลโดยไม่ทันตั้งตัว จนรู้สึกบั่นทอนจิตใจ รอยยิ้มแห่งความสุขเริ่มหาย นอกจากนี้ ยังส่งผลกระทบลุกลามถึงคนใกล้ชิด ซึ่งน้อยคนจะนึกถึง นั่นคือ พ่อ แม่

ปัญหาดังกล่าวเกิดจากการที่ผู้คนในโลกไซเบอร์ได้ทำการแสดงความคิดเห็นของตัวเองลงไปบนโซเชียล ซึ่งเป็นพื้นที่สาธารณะ โดยมีเจตนาในแง่ลบ หรือเพื่อความสนุก ความต้องการของตัวเอง เช่นนี้ ทุกคนในสังคมควรตระหนักถึงตนเองและผู้อื่น ควรเคารพสิทธิซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะต่อหน้าหรือบนโลกไซเบอร์

จากพฤติการณ์การกระทำของผู้รังแกบนโลกไซเบอร์ที่กล่าวมาข้างต้นนี้ มีความเกี่ยวข้องกับทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์ ในส่วนโครงสร้างทางจิต พบว่า โครงสร้างทางจิตประกอบด้วย อิด (id) เป็นส่วนที่ติดตัวมนุษย์มาตั้งแต่เกิด ประกอบด้วยแรงขับทางสัญชาตญาณ (instinct) ที่กระตุ้นให้มนุษย์ตอบสนองความต้องการ ความสุข ความพอใจ ไม่คำนึงถึงความเหมาะสมตามความเป็นจริง อีกทั้งการกระทำดังกล่าวยังแสดงให้เห็นว่าผู้กระทำผิดนั้นเป็นผู้ที่ขาดจิตสำนึก คือ การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมออกไปตามหลักแห่งความพึงพอใจของตน เพราะการรังแกบนโลกไซเบอร์นั้น ถือเป็นการแสดงออกทางพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ไม่ควรมีอัตราการถูกรังแกบนโลกไซเบอร์เกิดเพิ่มขึ้นอีก

ตัวอย่างดังกล่าวสอดคล้องกับทฤษฎีกดดันของโรเบิร์ต แอคนิว ในเรื่องสถานะทางอารมณ์เชิงลบ จะก่อให้เกิดความกดดัน การที่ครูบอลลี่ถูกคนในโลกไซเบอร์แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเพศสภาพ บุคลิกภาพในเชิงลบ ซึ่งครูบอลลี่เป็นผู้ถูกกระทำ และหากครูบอลลี่สนใจใส่ใจความคิดเห็นต่างๆ ในโลกไซเบอร์ ครูบอลลี่ก็จะตกเป็นเหยื่อตามความหมายของทฤษฎีนี้ เพราะจะก่อให้เกิดความกดดัน ทำให้ครูบอลลี่กลายเป็นโรคซึมเศร้า เสียการเสียงาน เป็นต้น

สังคมยุคใหม่มีพัฒนาการทางเทคโนโลยีการสื่อสารที่ก้าวไกล กลายเป็นสิ่งที่มีบทบาทสำคัญในยุคปัจจุบัน แต่มาพร้อมกับภัยร้ายผ่านไซเบอร์ที่สามารถก่อให้เกิดอันตรายโดยไม่รู้ตัว การรังแกในโลกไซเบอร์โดยส่วนมากมักพบในกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งแสดงออกในรูปแบบการหยอกล้อ การแกล้งกัน ซึ่งฝ่ายผู้กระทำมักคิดว่าเป็นเพียงเรื่องธรรมดา เรื่องล้อเล่น แต่กลับกัน ในอีกฝ่ายที่ถูกกระทำนั้นกลับรู้สึกไม่สนุกด้วย ดังนั้น จึงต้องมีแนวทางการป้องกันปัญหาการถูกรังแกจากโลกไซเบอร์ ดังนี้

1) ตัวผู้ใช้ การใช้สื่อออนไลน์ในสมัยนี้ ผู้ใช้ต้องมีมารยาทในการใช้ซึ่งเป็นปัจจัยที่สำคัญอันดับแรกในการป้องกันและเพื่อไม่ให้เกิดการรังแกหรือไปรังแกผู้อื่น ควรคิดพิจารณาไตร่ตรองข้อมูลหรือคำพูดของตนที่จะแสดงความคิดเห็นลงในสื่อออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นการลงรูปภาพหรือวีดีโอ ต้องคำนึงถึงผลที่จะตามมาว่ามีผลดีอะไรบ้าง หรือมีผลกระทบตามมาหรือไม่ เช่น การลงรูปภาพหนึ่งจะส่งผลเสียต่อเจ้าของภาพหรือไม่ อย่างไร บางครั้งเจ้าของภาพอาจไม่ได้รู้สึกสนุกด้วย และส่งผลให้เกิดแผลทางจิตใจ ดังนั้น จึงต้องคิดก่อนทำ เพื่อลดปัญหาต่าง ๆ ที่จะตามในภายหลัง

2) การป้องกันในกลุ่มเพื่อนหรือสังคมนั้น สถาบันที่มีบทบาทในการป้องกันปัญหาการระรานทางไซเบอร์มากที่สุด คือ สถาบันครอบครัว พ่อแม่ควรทำความเข้าใจโลกออนไลน์และรู้ให้เท่าทัน ดูแลบุตรหลานอย่างใกล้ชิด ในกรณีที่บุตรหลานของตนถูกรังแกบนโลกไซเบอร์ จะได้สามารถดูแลไม่ให้เกิดความเครียด หรือความเศร้า รวมทั้งดูแลบุตรหลานของตนไม่ให้รังแกผู้อื่น และควรประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี นอกจากนี้ เพื่อนยังเป็นบุคคลที่มีบทบาทมากในช่วงวัยรุ่น เนื่องจากเป็นวัยที่ติดเพื่อน การที่จะอยู่ร่วมกันในกลุ่มเพื่อนได้โดยไม่มีปัญหา คือ การให้เกียรติกันและกัน เคารพสิทธิซึ่งกันและกัน และไม่นำปมด้อยของผู้อื่นมาล้อเล่น

3) การใช้คำพูด ควรใช้ภาษาที่ทำให้ผู้อื่นเข้าใจได้ง่าย การส่งภาพหรือวีดีโอแบบออนไลน์บางครั้งอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความเข้าใจผิดได้ และไม่ควรใช้คำล้อเลียนหรือเหยียดผู้อื่น เพราะผู้รังแกอาจคิดเป็นเรื่องสนุก แต่ผู้ถูกรังแกไม่มีความสุขด้วย ทำให้เกิดความคิดด้านลบหรือสูญเสียความมั่นใจได้ ดังนั้น ควรใช้ภาษาให้ถูกต้อง เหมาะสม และหยุดการใช้คำพูดดูถูกผู้อื่น ซึ่งช่วยลดปัญหาการกระทำผิดได้

4) การรังแกโดยการใช้กำลัง เป็นการรังแกที่ไม่ได้ส่งผลต่อด้านจิตใจเท่านั้น แต่ยังส่งผลถึงด้านร่างกายอีกด้วย การป้องกันที่ดี คือ ผู้ถูกรังแกควรหลีกหนีให้พ้นจากการรังแก และแสดงความมั่นใจในรูปร่างหรือปมด้อยของเรา การที่ผู้ถูกรังแกไม่ใส่ใจบุคคลเหล่านี้ ทำใจตนเองให้สงบ จะส่งผลทางจิตวิทยาให้ผู้รังแกหยุดการรังแกได้ และทำให้ผู้รังแกรู้สึกเบื่อและยอมถอยไปเอง

ดังนั้น ภัยเงียบที่เกิดจากการรังแกในไซเบอร์ แม้จะเป็นเรื่องขบขันกันภายในกลุ่มเพื่อน แต่ผลกระทบนั้นแผ่เป็นวงกว้าง ส่งผลกระทบต่อจิตใจของผู้ที่ถูกรังแก โดยที่ผู้รังแกนั้นไม่ได้คำนึงถึงผลที่จะตามมาจากการกระทำนั้น การป้องกันดังกล่าวข้างต้น หากปฏิบัติตามอาจเป็นเพียงการป้องกันเบื้องต้น อาจจะได้ผลหรือไม่ได้ผลก็ได้ ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับตัวบุคคลว่าจะเลือกปฏิบัติอย่างไร ดังนั้น ควรคำนึงถึงใจเขาใจเรา ควรมีความมั่นใจในตนเอง และคิดในเชิงบวก เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาการรังแกบนโลกไซเบอร์

5. ข้อเสนอแนะ

การจะแก้ไขปัญหาการรังแกบนโลกไซเบอร์ ไม่สามารถจะทำให้หมดหรือหายไปในระยะเวลาที่รวดเร็วได้จำเป็นที่จะต้องได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่ายไม่ว่าจะเป็นตัวผู้กระทำ ผู้ถูกกระทำ และสถาบันครอบครัวซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่สุด โดยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

5.1 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

สำหรับข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัตินั้น สถาบันครอบครัว ได้แก่ บิดา และมารดา เป็นสิ่งสำคัญอันดับแรก เนื่องด้วยมีความใกล้ชิด จึงควรให้คำปรึกษากับผู้ถูกรังแก ช่วยคิด ช่วยแก้ไข และสร้างความมั่นใจให้กับผู้ถูกรังแก สำหรับกลุ่มเพื่อนควรให้เกียรติซึ่งกันและกัน ไม่แบ่งพรรคแบ่งพวก ไม่เลือกปฏิบัติ ไม่ล้อเลียนปมด้อยของคนอื่น และการแสดงความคิดเห็นใดควรคิดไตร่ตรองให้รอบคอบว่าจะมีผลกระทบอะไรบ้าง และไม่ควรส่งข้อมูลส่วนตัวให้คนแปลกหน้าหรือผู้ที่ไม่รู้จัก เพื่อป้องกันการถูกรังแกในภายหลัง

5.2 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

สำหรับข้อเสนอแนะเชิงนโยบายนั้น หน่วนงานภาครัฐ เช่น กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และผู้บริหารสถานศึกษา ควรให้ความสำคัญกับการระรานทางไซเบอร์ว่าไม่ใช่เรื่องทั่วไป แต่เป็นปัญหาที่ทุกคนควรให้ความสำคัญ และร่วมกันแก้ไขปัญหา โดยมีบทลงโทษเพื่อไม่ให้มีผู้กระทำอีกต่อไป

6. บทสรุป

การรังแกบนโลกไซเบอร์นั้นแม้สังคมยุคในปัจจุบันจะมองว่าเป็นการล้อเล่นกันในกลุ่มเพื่อน ซึ่งผลกระทบนั้นไม่ได้ส่งผลต่อผู้ถูกรังแกเพียงฝ่ายเดียว ยังส่งผลต่อผู้ที่รังแกและคนรอบข้างที่ไม่มีส่วนในการรังแกนั้นด้วยและทำให้เกิดปัญหามากมายไม่ว่าจะ เป็นภาวะโรคซึมเศร้า ความเครียดที่อาจส่งผลให้เกิดการกระทำผิด เช่น การฆ่าตัวตาย การฆ่าผู้อื่น เป็นต้น ถ้าปัญหาดังกล่าวเกิดขึ้นแล้ว จะแก้ไขปัญหานั้นได้ยาก ซึ่งควรแก้ไขตั้งแต่ต้นเหตุไม่ใช่ปลายเหตุ สิ่งที่สำคัญในการแก้ปัญหา คือ สถาบันครอบครัว ซึ่งเป็นสถาบันหลักที่ต้องมีหน้าที่คอยปลูกฝังให้เด็กหรือเยาวชนรู้จักการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การเอาใจเขามาใส่ใจเราและตระหนักถึงผลของการกระทำต่าง ๆ จนเป็นนิสัยติดตัวตั้งแต่เล็ก เมื่อเด็กหรือเยาวชนเข้าใจและตระหนักได้ถึงผลดีและผลเสียจากการกระทำของตนเอง พวกเขาก็จะไม่ไปรังแกคนอื่น พ่อและแม่ควรใส่ใจในบุตรของตัวเองและทราบถึงปัญหาของบุตรเพื่อจะได้แก้ไขปัญหานั้นได้ทันท่วงที บุคคลต่อมา คือ กลุ่มเพื่อน ต้องมีความเคารพซึ่งกันและกัน ไม่ล้อเลียนปมด้อยของคนอื่น และตัวผู้ถูกรังแกนั้นอย่าใส่ใจในคำพูดของคนอื่น ควรนำคำพูดของคนอื่นมาปรับใช้และพัฒนาตัวเองให้ดียิ่งขึ้น ก่อนจะพิมพ์อะไรควรคิดก่อนที่จะแสดงความคิดเห็นลงไป ต้องผ่านการกลั่นกรองความคิดเสียก่อน ดังนั้น เมื่อทราบถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในการรังแกและช่วยกันป้องกันการรังแกบนโลกไซเบอร์ จะทำให้การกระทำความผิดที่เกิดจากการรังแกบนโลกไซเบอร์ลดน้อยได้ในระดับหนึ่ง

เอกสารอ้างอิง (References)

โกวิทย์ นพพร. (2562). **รับมืออย่างไรในสังคม Bully.** ค้นเมื่อ 3 พฤษภาคม 2564 จาก https://www.samitivejhospitals.com/th/article/detail/A1-bully

คมปทิต สกุลหวง. (2561). **ผลวิจัย UNESCO ชี้เด็ก 1 ใน 3 ของโลกถูก Bully หวั่นส่งผลต่อการเรียนรู้.** ค้นเมื่อ 3 พฤษภาคม 2564 จาก https://thestandard.co/one-third-of-teens-worldwide-suffers-bullying-UNESCO/

ไทเกอร์ รัตนา. (2564). การบูลลี่: ปัญหาที่สังคมทำเป็นมองไม่เห็น. ค้นเมื่อ 29 พฤษภาคม 2564 จาก https://faithandbacon.com/bullying-solutions/

ธีรศานต์ สหัสสพาศน์. (2561). **Cyberbullying การกลั่นแกล้งทางไซเบอร์.** ค้นเมื่อ 3 พฤษภาคม 2564 จาก https://www.prachachat.net/columns/news-229510

ปองกมล สุรัตน์. (2553). **พฤติกรรมการรังแกผ่านโลกไซเบอร์ระหว่างวัยรุ่น: กรณีศึกษานักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนาการมนุษย์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

ปิยะพร ตันณีกุล. (2558). **เอกสารประกอบการสอน รายวิชา อาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา.** นครปฐม: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.

โรงพยาบาลเพชรเวช. (2563). **Bully ปัญหาสังคมที่ไม่ใช่เพียงการแกล้ง.** ค้นเมื่อ 3 พฤษภาคม 2564 จาก https://www.petcharavejhospital.com/th/Article/article_detail/Social _Bullying

วาสนา ดำดี ,ทัศนา ทวีคูณ และพัชรินทร์ นินทจันทร์) 2564, มกราคม-เมษายน). ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการรังแกกันผ่านโลกไซเบอร์กับภาวะซึมเศร้าและพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นในจังหวัดหนึ่ง เขตพื้นที่ภาคกลาง. **วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต,** 35 (1), หน้า 77-90.

สุภาวดี เจริญวานิช. (2560, กรกฎาคม-สิงหาคม). การรังแกกันผ่านพื้นที่ไซเบอร์: ผลกระทบและการป้องกันในวัยรุ่น. **วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี,** 25 (4), หน้า 639-648.

สุวิพร ไฉไลสถาพร ,อัจศรา ประเสริฐสิน และแววตา เตชาทวีวรรณ.) 2560, กรกฎาคม-ธันวาคม). ประสบการณ์และแนวทางการเผชิญปัญหาของเด็กและเยาวชนไทยที่ตกเป็นเหยื่อการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์. **วารสารวิจัยและพัฒนาหลักสูตร,** 7 (2), หน้า 215-234.

โสรยา อิ่มเอิบ. (2561). **ความคิดเห็นเกี่ยวกับการรังแกบนพื้นที่ไซเบอร์ของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน.** การศึกษาค้นคว้าอิสระหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารและพัฒนาสังคม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สำนักงานราชบัณฑิตยสภา. (2562). **Cyber bully.** ค้นเมื่อ 3 พฤษภาคม 2564 จาก https://www.facebook.com/RatchabanditThai/photos/a.2527569647301115/2527570907300989/

อมรทิพย์ อัมราภิบาล. (2559, มกราคม-มิถุนายน). เหยื่อการรังแกผ่านโลกไซเบอร์ในกลุ่มเยาวชน: ปัจจัยเสี่ยงผลกระทบต่อสุขภาพจิตและการปรึกษาบุคคลที่สาม. **วิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา,** 14 (1), หน้า 59-73.

อัญมณี หล้าหนัก, คมสันต์ เกียรติรุ่งฤทธิ์, ศิริไชย หงส์สงวนศรี และวิมลทิพย์ มุสิกพันธ์ (2563, กรกฎาคม-กันยายน). ความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับพ่อแม่ เพื่อน และครู กับการกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์. **วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย,** 65 (3), หน้า 245-262.

US Legal. (2021). **Cyber bullying law and legal definition.** Retrieved May 3, 2021 from https://definitions.uslegal.com/c/cyber-bullying/

Willard, N. (2007). **Educator's guide to cyberbullying and cyberthreats.** Retrieved May 3, 2021 from https://web.archive.org/web/20110410181159/http://csriu.org/cyberbully/docs/cbcteducator.pdf