



การกลั่นแกล้งออนไลน์ ภัยร้ายที่ไทยติดอันดับ TOP5 ของโลก

ดร. วิทยา ดำรงเกียรติศักดิ์
คณะสารสนเทศและการสื่อสาร
มหาวิทยาลัยแม่โจ้

1. มหันตภัยเงียบ

ปัญหาการกลั่นแกล้งออนไลน์กำลังเป็นปัญหาใหญ่ที่สังคมไทยเผชิญอยู่ และมีอัตราการขยายตัวเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เป็น มหันตภัยเงียบที่รุกคืบรวดเร็วที่เราท่านอาจจะเป็น ผู้กระทำหรือโดนกระทำอย่างไม่รู้ตัว

“แรดแบบนี้ เสียชื่อเสียงหาลายวะ ไปขายตัวดีกว่า”
“หน้าตาก็ห่วยแตก ยังผิดเพคอีก เสียชาติเกิดจริง ๆ”
“ขู่ว่าฆ่าตัวตายเรอะ... ไม่กล้าห rokok
...แค่เรียกร้องความสนใจ... ตาย ๆ ไปเลยก็สิ้นะ...”
“ไม่มีใครชอบเธอ ไปกินยาฆ่าตัวตายซะ”

คำตำหนิแรงกักขะเหล่านี้กลายเป็นเรื่องชินตาของนักเลงคีย์บอร์ดไปแล้ว การวิพากษ์วิจารณ์ด้วยคำพูดเชิงลบ ส่อให้เป็นทัศนคติอันมืดบอดของผู้กระทำ ใครจะรู้ว่า ข้อความที่ท่านละเลงนิ้วจิ้มคีย์บอร์ดสั้นๆ อย่างสนุกปาก นั้นจะกลายเป็น

ฆาตกรรมออนไลน์ ฆาตกรคีย์บอร์ดเลือดเย็น

การกระทำเหล่านี้ได้แพร่หลายเป็นภัยร้ายต่อทุกกลุ่มคน จนไทยติดอันดับ 5 ของโลก โดย 75-80% ของเยาวชนไทย เคยเจอภัยการกลั่นแกล้งบนโลกอินเทอร์เน็ตมาแล้ว



2. การกลั่นแกล้งกักขะออนไลน์ (Cyberbullying) คืออะไร

• นิยามง่ายๆ ของ Cyberbullying คือการใช้ อินเทอร์เน็ตเป็นเครื่องมือในการคุกคาม ล่อลวง และกลั่นแกล้ง บนโลกไซเบอร์ ซึ่งอาจเป็นทั้งผู้กระทำ และผู้ถูกกระทำหรือ ทั้ง 2 อย่าง มักพบในกลุ่มวัยเรียน (โรงเรียน มหาวิทยาลัย) โดยมีเจตนาต้องการแกล้งข่มขู่ คุกคามให้เพื่อนอับอาย เสียหน้า เสียชื่อเสียง เสียเพื่อน ถูกอับเปหิออกจากกลุ่ม หรือไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อน

• วิธีการทำมีหลายวิธี เช่น สร้างเพจปลอม สร้างความเข้าใจผิด ด้วยข้อมูลไม่จริงของเพื่อน การตัดต่อภาพหรือ VDO ที่ไม่เหมาะสม การส่งต่อข้อความหยาบคาย คุกคาม ข่มขู่ ล้อเลียน นินทาว่าร้าย สร้างข่าวลือ เผยแพร่ข้อมูลลับ แอบอ้างชื่อหรือไปโพสต์ข้อความให้ร้ายผู้อื่น โทรศัพท์ กลั่นแกล้งแล้วเผยแพร่ผ่านโทรศัพท์มือถือ คอมพิวเตอร์ และอินเทอร์เน็ตสู่สาธารณะโดยไม่ได้รับอนุญาต



“ใครจะรู้ว่า คำคำที่ท่านละเลงนิ้วจิ้มคีย์บอร์ดสั้นๆ อย่างสนุกปาก นั้นจะกลายเป็น

ฆาตกรรมออนไลน์ ฆาตกรคีย์บอร์ดเลือดเย็น”



“เด็ก และเยาวชนไทย 80% เจอภัยคุกคาม ล่อลวงและกลั่นแกล้ง สูงกว่าสหรัฐอเมริกา และญี่ปุ่น”

3. สถิติที่น่าสนใจ

- เด็กและเยาวชน อายุ 5-28 ปี คือกลุ่มที่ใช้งานอินเทอร์เน็ตมากที่สุด และมีอัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตถึง 75% ใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุด เกือบ 8 ชั่วโมงต่อวัน
- 80% ของเด็กและเยาวชนไทย เจอภัยคุกคาม ล่อลวงและกลั่นแกล้งบนโลกอินเทอร์เน็ตเป็นอันดับต้น ๆ ของเอเชีย มากกว่าประเทศสหรัฐอเมริกา ยุโรป และญี่ปุ่น ถึง 4 เท่า โดย 66% ถูกกลั่นแกล้งอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง อีก 12% ถูกกลั่นแกล้งทุกวัน
- 28% ของเด็กไทย มองว่า Cyberbullying เป็นเรื่องปกติ
- 39% ของเด็กไทย มองว่า Cyberbullying เป็นเรื่องสนุก
- และกว่า 59% ของเด็กไทยบอกว่า “เคยเป็นส่วนหนึ่งใน Cyberbullying”
- การกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์จึงกลายเป็นเรื่องใหญ่ ที่ไม่สามารถมองข้ามได้



สถิติที่น่าสนใจของ cyberbully

75%

คืออัตราการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตของกลุ่มที่ใช้งานอินเทอร์เน็ตมากที่สุด คือ เด็กและเยาวชน อายุ 5-28 ปี และใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุดคือ เกือบ 8 ชม.ต่อวัน

เด็กและเยาวชนไทย เจอภัยคุกคามล่อลวง และการกลั่นแกล้งบนโลกอินเทอร์เน็ตเป็นอันดับต้นๆ ของเอเชีย

80%

39%
ของเด็กไทย มองว่า Cyberbullying เป็นเรื่องสนุก

และกว่า **59%**

ของเด็กไทยบอกว่า “เคยเป็นส่วนหนึ่งใน Cyberbullying”

28%

ของเด็กไทย มองว่า Cyberbullying เป็นเรื่องปกติ

4. กรณีศึกษา เหตุการณ์ที่ 1

ปุยฝ้าย (นามสมมติ) เป็นเด็กเรียนดีจึงถูกเพื่อนในห้องอิจฉาโดยไม่รู้ตัว จนเรียน ม.3 มีรุ่นพี่ส่ง Link Page มาให้แล้วบอกว่า **อยากให้คนชอบตัวเอง** ขนาดนี้เลยหรือ เธอตกใจ เมื่อเห็นภาพในเฟซบุ๊กของเธอ ถูกเปลี่ยนคำ บรรยายภาพส่อไปในทางเพศว่า **เด็กสก็อชขายตัว พร้อมเบอร์ที่ติดต่อ** ผลที่ตามมาคือ เธอถูกเพื่อนล้อ เพื่อนแกล้ง บอยคอต รวมถึงอาจารย์ก็ไล่ไม่ให้เข้า ห้องเรียน ทั้งที่ไม่อยากไปโรงเรียน แต่กลัวพ่อแม่ผิดหวัง จึงผีน�ไป โดยเก็บตัวเงียบ ๆ อยู่ในมุมของตัวเอง **จากผลการเรียนดีกลายเป็นตกฮวบ** ความที่พ่อแม่ไม่มีเวลา จึงสอนให้เธอแก้ปัญหาด้วยตัวเอง แม้จะเครียด แต่ไม่เคย ปรึกษา บอกเรื่องนี้ให้ใครรู้ มีแต่เพื่อนสนิทเพียง 2-3 คน ที่รู้ เมื่อหลายอย่างรุมเร้า วันหนึ่งขณะที่เธออยู่คนเดียว ก็เกิดความคิดว่า **ชีวิตน่าเบื่อ อยู่ไปก็ไร้ค่า ไม่มีใครต้องการ** ไม่มีอะไรดี หนาซ้ยังนำปัญหามาให้พ่อแม่อีก เธอหยิบ **คัตเตอร์ขึ้นมากัดข้อมือตัวเอง** โชคดีเพื่อนกลับมาเห็นทัน



เหตุการณ์ที่ 2

มีเด็กผู้หญิง ป. 5 คนหนึ่ง อายุ 11 ปี เข้าไปเล่นเน็ต ที่ร้านแล้วลืมหืมคเอาท์ มีคนสวมรอยใช้เฟซบุ๊กเอาไปโพสต์ ข้อมูลตามกลุ่มขายบริการทางเพศ ประมาณว่า ‘สาววัยใส วัยประถมยังไม่เคยเสียสาว สนใจติดต่อผ่านอินบ็อกเฟซบุ๊กนี้’ ด้วยความที่เด็กไม่รู้เรื่อง พอมีคนแอดเฟรนด์มาก็รับเลย คือ เด็กวัยนี้เขายังไม่ได้คิดถึงอันตรายหรือภัยต่างๆ คิดเพียงว่า **ใครมีจำนวนเพื่อนเยอะๆ แสดงว่าคนนั้นบ๊อบปูลาร์** ที่นี้ปรากฏว่าส่วนใหญ่จะเป็นผู้ชายส่งข้อความมา เด็กบอกว่า ตอนแรกก็คุยดี ๆ อยู่ขณะะ ไปสักพักก็ถามว่าอยู่ที่ไหน **เคยรียัง ขอเบอร์โทรติดต่อหน่อย** จะนัดขึ้นห้อง เด็กก็กลัวมาก

“...เด็กสก็อชขายตัว...สนใจติดต่อ
ถูกเพื่อนล้อ เพื่อนแกล้ง
ผลการเรียนตกฮวบ...
เมื่อถูกอย่างรุมเร้า...
เธอหยิบ คัตเตอร์ขึ้นมากัดข้อมือตัวเอง”



เหตุการณ์ที่ 4

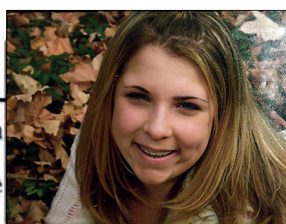
เรื่องราวเศร้าของ Amanda Todd เด็กสาวชาวแคนาดา วัย 15 ปี ที่โด่งดังไปทั่วโลก จากการเล่นเว็บแคมแล้วถูกชายคนหนึ่งใช้กรรมเกลียดกล่มให้เธอเปลือยหน้าอกโชว์ โดยแคปเจอร์ภาพออกอันเปลือยเปล่านั้นเธอเก็บไว้ ก่อนเผยแพร่ในเฟซบุ๊กแล้วไม่ว่าเธอย้ายที่อยู่ หรือย้ายโรงเรียน หนึ่ก็ครั้งเขาก็ตามไปเผยแพร่ภาพนั้น ให้กับเพื่อนในโรงเรียนใหม่ จนเธอไม่มีใครคบ ซ้ำร้ายความอ่อนแอทางจิตใจทำให้เธอแมนต้าเปลือยไปมีความสัมพันธ์กับเพื่อนชายที่มีแฟนแล้ว จึงทำให้คนรอบตัวยิ่งทวีความเกลียดชังเธอเข้าไปใหญ่ เธอตัดสินใจกินน้ำยาฟอกขาวฆ่าตัวตาย โชคดีที่ช่วยชีวิตได้ทัน แทนที่เพื่อนจะสงสารกลับยิ่งโหดร้าย โพสต์ข้อความเกลียดชังเธอรุนแรงกว่าเดิม ต่่าว่า ‘สมควรตายแล้ว ตายซะดีกว่าอยู่ ทำไมไม่ตาย ๆ ไป’ หน้าซำยังแชร์ภาพ น้ำยาฟอกขาวแนะนำให้เธอดื่ม แท้ก็เธอบนเฟซบุ๊กทุกครั้งเพื่อช่วยให้ฆ่าตัวตายสำเร็จ ในที่สุดเธอรับแรงกดดันจาก สังคม และถูกกลั่นแกล้งรังควานโดยไม่สิ้นสุดไม่ไหว จึงทำ คลิประบายทุกข์ ระบายความในใจ ความเจ็บปวด ที่ถูกแกล้ง ก่อนจะผูกคอตายในวันที่ 10 ตุลาคม 2012 คลิปของเธอ มีผู้ชมมากกว่า 20 ล้านวิว

เหตุการณ์ที่ 3

Megan Meier เป็นเด็กอายุ 14 ที่ผูกมิตรกับเพื่อนชาย ชื่อ Josh Evans ทาง MySpace โดยไม่เคยพบกันมาก่อน ซึ่งภายหลังเพื่อนชายคนนี้ได้เปลี่ยนท่าทีจากที่เคยเป็นมิตร ให้กำลังใจชมเชย Megan กลับเปลี่ยนเป็นรำคาญ ส่งข้อความ มาด่าทอและไล่ให้ไปตาย สุดท้าย Megan ก็ตัดสินใจฆ่าตัวตายจริง ๆ โดยกรณีนี้ถูกเปิดเผยภายหลังว่า Josh Evans เป็นแอดเคานท์ปลอมที่ถูกสร้างขึ้นมาโดยแม่ของคอนร่วมชั้น กับ Megan โดยมีเจตนาเอาไว้หลอกล่อข้อมูลของ Megan เพื่อนำไปใช้รังแกกันภายหลัง

CYBER STALKING

Rupp passed landmark legislation to protect our youth from the dangers of cyber stalking after the tragic death of Megan Meier.



Megan Meier
November 6, 1992- October 17, 2006

“ส่งข้อความ มาด่าทอ...

และไล่ให้ไปตาย...

เธอรับแรงกดดันจาก สังคม

และถูกกลั่นแกล้งรังควานไม่ไหว

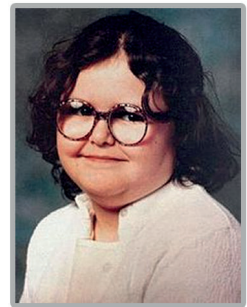
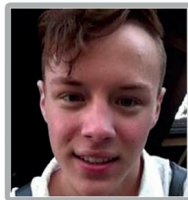
ก็ตัดสินใจ มาตัวตายจริงๆ”

และเหตุการณ์ที่ 5..6..7..8..9..10...

การกลั่นแกล้งยังคงดำเนินต่อไป การฆ่าตัวตาย เพราะการกลั่นแกล้งก็ยังไม่หยุด อาทิ Kelly Yeomans (1997, Derby, England) ; Ryan Halligan (2003, Vermont, U.S.A); Megan Meier (2006, Missouri, USA); Brodie Panlock (2006, Melbourne, Australia); Tyler Long (2009); Phoebe Prince (2010, New Jersey, U.S.A.); Jamie Hubley (2011, Ottawa, Canada); Jamey Rodemeyer (2011); Andrie Pott (2012, California, U.S.A); Amanda Todd (2012, British Columbia, Canada); Jadin Bell (2013, Oregon, U.S.A); Rehtach Parsons (2013, Nova Scotia, Canada) และ Katelyn Nicole Davis (2016, Georgia, U.S.A) เป็นต้น

ต้องอีกกี่ศพ เราถึงจะหยุดเรื่องนี้กัน

• ผลการวิจัยเกี่ยวกับประสบการณ์การรังแกผ่านโลกไซเบอร์ของเยาวชนในปัจจุบัน ข้อมูลพบว่า มีเยาวชนมากกว่าครึ่งยังคงมีส่วนเกี่ยวข้องกับการรังแกผ่านโลกไซเบอร์ โดยเป็นผู้รู้เห็นการรังแกมากที่สุด รองลงมา คือผู้รังแก ถัดมาคือ ผู้ถูกรังแก เยาวชนที่แสดงบทบาทรังแกผู้อื่น ผ่านโลกไซเบอร์ส่วนใหญ่ แสดงพฤติกรรมนินทา ตำหนอ ล้อเลียนผู้อื่น รองลงมา คือกีดกัน หรือ บล็อกผู้อื่น ออกจากกลุ่ม และถัดมา คือการโทรศัพท์กลั่นแกล้ง ส่วนในต่างประเทศพบว่า ประสบการณ์ของเยาวชนที่ถูก รังแกนั้น เคยถูกนินทา ตำหนอ ล้อเลียนมากที่สุด รองลงมา คือ ได้รับโทรศัพท์กลั่นแกล้ง และถัดมาคือ ได้รับข้อความ ก่อกวน หรือ ข่มขู่



“การกลั่นแกล้งออนไลน์ยังคงดำเนินต่อไป การฆ่าตัวตาย...ก็ยังไม่หยุด ...ต้องอีกกี่ศพ เราถึงจะหยุดเรื่องนี้กัน...”

5. ผลกระทบการกลั่นแกล้งออนไลน์

- งานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งผ่าน โลกโซเชียลมักได้รับ **ผลกระทบด้านลบ** ทั้งด้านอารมณ์ และด้านพฤติกรรม ทำให้ไม่สบายใจ เจ็บซ้ำใจ มีการทำร้ายตัวเอง คิดหรือพยายามฆ่าตัวตาย

- พฤติกรรมกลั่นแกล้งกันในวัยรุ่น จึงส่งผลให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ในวัยรุ่นตามมาอีกมากมาย ไม่ว่าจะเป็น ปัญหาด้านการเรียน สุขภาพ และจิตใจ รวมถึงปัญหา ทางพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งไม่ว่าจะเป็น กลุ่มผู้กลั่นแกล้งผู้อื่น (bully) กลุ่มผู้ถูกกลั่นแกล้ง (victim) หรือแม้แต่กลุ่ม ที่เป็นทั้งผู้กลั่นแกล้งผู้อื่น และผู้ถูกกลั่นแกล้ง (bully-victim) ล้วนแล้วแต่ได้รับผลกระทบจากพฤติกรรมรังแก กันทั้งสิ้น

- **กลุ่มผู้กลั่นแกล้งผู้อื่น (bully)** ในกลุ่มนี้จะมีปัญหา ด้านจิตใจและพฤติกรรม โดยมีอาการวิตกกังวล มีภาวะ ซึมเศร้า มีความคิดที่จะฆ่าตัวตาย และมีปัญหาสุขภาพจิต จากการศึกษาในระยะยาวพบว่า การที่เป็นผู้กลั่นแกล้ง ผู้อื่นในช่วงเด็ก และวัยรุ่น จะส่งผลให้มีพฤติกรรมเกรี้ยว พฤติกรรมรุนแรง และพฤติกรรมต่อต้านสังคม ในวัยผู้ใหญ่



- **กลุ่มผู้ถูกกลั่นแกล้ง (victim)** พฤติกรรมกลั่นแกล้งกัน จะส่งผลให้ผู้ถูกกลั่นแกล้งมีความรู้สึกกลัว รู้สึกไม่ปลอดภัย ผลการเรียนตกต่ำ ไม่อยากไปเรียน **มีความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองต่ำ มีภาวะซึมเศร้ามีความคิดที่จะฆ่าตัวตาย มีปัญหาสุขภาพจิต** มีอาการสมาธิสั้น และจากการศึกษาระยะยาว พบว่าการที่ถูกกลั่นแกล้งในวัยเด็ก จะส่งผลให้มีโอกาสเกิด อาการทางจิตในวัยผู้ใหญ่ได้ นอกจากนี้ ปัญหาด้านจิตใจ ดังที่กล่าวมาแล้ว ผู้ถูกกลั่นแกล้ง อาจมีปัญหาด้านพฤติกรรมตามมา เช่น มีปัญหาการเรียนตกต่ำ มีพฤติกรรมรุนแรง ใช้สารเสพติด และมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

- **กลุ่มที่เป็นทั้งผู้กลั่นแกล้งผู้อื่นและถูกกลั่นแกล้ง (bully-victim)** จากการศึกษาที่ผ่านมา พบว่ากลุ่มนี้จัดเป็น กลุ่มที่มีปัญหาด้านจิตใจและพฤติกรรมมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ โดยมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาพฤติกรรม เช่น Oppositional Defiant Disorder และ Conduct Disorder เป็นต้น **มีอาการเจ็บป่วยทางกายโดยมีสาเหตุมาจากจิตใจ (psychosomatic complaints)** เช่น ปวดท้องปวดศีรษะ เป็นต้น และถูกส่งให้เข้ารับการรักษาทางด้านจิตเวช มากที่สุด ผลการศึกษาระยะยาวในประเทศอังกฤษพบว่า การที่มีประสบการณ์พฤติกรรมกลั่นแกล้งกัน ไม่ว่าจะเป็นผู้กลั่นแกล้งผู้อื่น หรือเป็นทั้งผู้กลั่นแกล้งผู้อื่น และผู้ถูกกลั่นแกล้งในช่วงประถมศึกษา สามารถทำนายการเกิดอาการทางจิตเมื่อเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นได้ นอกจากนี้ ผลการศึกษาระยะยาวในประเทศฟินแลนด์ยัง พบว่า การที่มีประสบการณ์พฤติกรรมกลั่นแกล้งกันในวัยเด็ก ทั้งที่เป็นผู้กลั่นแกล้งผู้อื่น และถูกกลั่นแกล้ง จะมีแนวโน้มที่ **จะมีปัญหาตั้งครครภ์ก่อนวัยอันควรในเวลาต่อมา**

- อย่างไรก็ตามก็มีคำตอบอีกกลุ่มหนึ่งที่บ่งชี้ว่า การถูกรังแก ผ่านโลกโซเชียลไม่สร้างความเดือดร้อน แต่อย่างใด เนื่องจากเยาวชนระบุว่า รู้สึก “เฉย ๆ” และ “สนุกสนาน” ที่เป็นเช่นนี้อาจ เพราะเยาวชนที่ถูก กลั่นแกล้ง ประเมินว่าเหตุการณ์ดังกล่าวไม่ใช่ปัญหาที่มี ผลกระทบต่อตัวเขา หรืออาจรับรู้ว่าเป็นการหยอกล้อ ที่ไม่มีเจตนาร้าย ต่อกัน

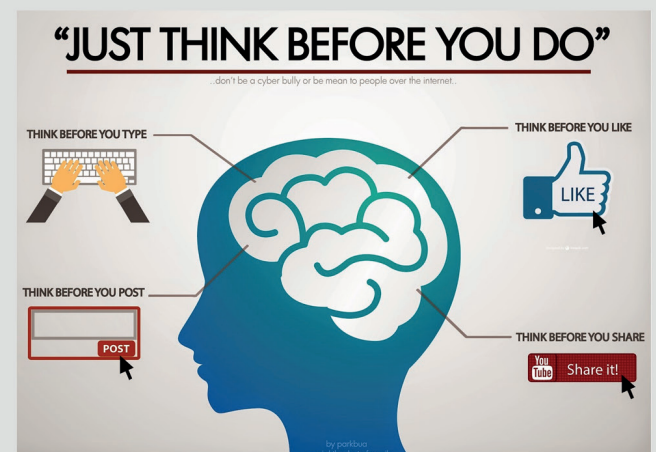
“ไม่ว่าจะเป็นผู้กลั่นแกล้ง...ผู้ถูกกลั่นแกล้ง หรือทั้ง 2 แบบ ล้วนได้รับผลกระทบจากการรังแกทั้งสิ้น ...”

6. วิธีรับมือเมื่อถูกลั่นแกล้ง

• วิธีรับมือของเยาวชนเมื่อถูกลั่นแกล้งรังแกผ่าน โลกไซเบอร์ พบว่าวิธีการรับมือ 5 อันดับแรกที่เยาวชน ส่วนใหญ่เลือกใช้คือ 1) การสื่อสารกับเพื่อน 2) กีดกัน หรือบล็อกผู้กลั่นแกล้งออกจากรายชื่อผู้ติดต่อ 3) สื่อสาร กับพ่อแม่ 4) ไม่สนใจหรือเพิกเฉยต่อการกลั่นแกล้ง และ 5) บอกให้ผู้กลั่นแกล้งหยุดกระทำพฤติกรรมกลั่นแกล้ง เมื่อนำคำตอบที่ได้มาวิเคราะห์ตามแนวคิด วิธีการเผชิญปัญหาผ่านโลกไซเบอร์พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีวิธีการรับมือจากการกลั่นแกล้งผ่านโลกไซเบอร์ที่มีประสิทธิภาพด้วยการใช้ กลวิธีการแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบมุ่งแสวงหา การสนับสนุนทางสังคมมากกว่าการใช้รูปแบบการหลีกเลี่ยง จากการที่เยาวชนที่ถูกลั่นแกล้งผ่านโลกไซเบอร์ใช้รูปแบบการรับมือกับเหตุการณ์กลั่นแกล้งด้วยการสื่อสารกับเพื่อน และพ่อแม่ถือเป็นกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการ สนับสนุนทางสังคม ที่นอกจากจะได้คำแนะนำที่ดีแล้ว ยังช่วยทำให้อารมณ์ผ่อนคลายจากปัญหาที่เกิดขึ้นได้

• แต่ก็ยังมีงานวิจัยไม่น้อยที่ผ่านมามีพบว่าเยาวชนส่วนใหญ่ มักไม่พูดคุยปัญหาการกลั่นแกล้งผ่านโลกไซเบอร์กับใคร เพราะเมื่อบอกไปแล้วทำให้ปัญหาแย่งลงกว่าเดิมหรือไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น และอีกเหตุผลหนึ่งคือเกรงใจ และไม่ต้องการรบกวนผู้อื่น สำหรับเยาวชนที่บอกปัญหา กับผู้อื่น ก็จะพูดคุยกับเพื่อนมากกว่าบิดามารดา หรือครูบาอาจารย์

“...กลวิธีการรับมือ ที่เยาวชนใช้คือ การมุ่งจัดการกับปัญหา... การแสวงหา การสนับสนุนทางสังคม... และการหลีกเลี่ยง ...”



7. การป้องกันกลั่นแกล้งออนไลน์สำหรับวัยรุ่นและนักศึกษา

การป้องกันและแก้ปัญหาเรื่องนี้ต้องใช้ความร่วมมือ จากทุกฝ่าย นอกจากพ่อแม่จะต้องติดตามความก้าวหน้า ของโลกยุคใหม่แล้ว ต้องเปิดใจกว้าง พร้อมจะสื่อสาร กับลูก และช่วยแก้ไข้ปัญหา แต่...

ปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่จะช่วยป้องกันปัญหา การ กลั่นแกล้งกันผ่านพื้นที่ไซเบอร์ของวัยรุ่นได้นั้น คือ ตัวของวัยรุ่นเอง วัยรุ่นควรมีการเรียนรู้มารยาทของการใช้การสื่อสารผ่านทางพื้นที่ไซเบอร์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะ เป็น Facebook, Twitter, Line, Youtube, E-mail หรือ พื้นที่ออนไลน์อื่น ๆ โดยวัยรุ่นควรปฏิบัติดังนี้

7.1 สร้างความตระหนัก

วัยรุ่นพึงตระหนักเสมอว่าจงปฏิบัติต่อบุคคลอื่นให้ เหมือนกับที่เราอยากให้คนอื่นปฏิบัติกับเรา

7.2 คิดก่อนโพสต์

ไม่ว่าจะโพสต์ข้อความใด ๆ ก็ตาม เช่น รูปภาพ วิดีโอ หรือข้อความต่าง ๆ ให้คิดถึงผลกระทบทั้งผลดี และผลเสีย ที่อาจจะเกิดขึ้นตามมาทุกครั้ง เพราะเมื่อโพสต์ลงไป ในพื้นที่ไซเบอร์แล้ว ข้อความ รูปภาพ หรือ วิดีโอดังกล่าว อาจย้อนกลับมาทำร้าย ทั้งตัวผู้โพสต์เอง และผู้ที่ถูกโพสต์ ถึงซ้ำแล้วซ้ำอีก จนอาจก่อให้เกิด บาดแผลลึกทางจิตใจ ของทั้งตัวผู้โพสต์เองและผู้ที่ถูกโพสต์

7.3 ให้ความสำคัญกับภาษาที่ใช้

ก่อนที่จะโพสต์สิ่งใดก็ตาม หรือต้องการจะสื่อสารสิ่งใด ก็ตามควรให้ความสำคัญถึงภาษาที่จะใช้ เพื่อป้องกัน ความเข้าใจผิดที่อาจเกิดขึ้นจากการสื่อสารที่ไม่สามารถเห็นหน้า หรือรู้เห็นความรู้สึก ของกันและกันได้



7.4 ข้อมูลส่วนตัว

การโพสต์ข้อมูลที่มีความเป็นส่วนตัวผิดที่ผิดเวลา สามารถนำปัญหาที่ร้ายแรงต่อตัวผู้โพสต์เองได้ภายหลัง วัยรุ่นต้องพึงตระหนักไว้ว่าเมื่อไรก็ตามที่โพสต์ข้อมูล บางอย่างที่มีความเป็นส่วนตัวในสื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น Facebook, Twitter, Line และอื่น ๆ เป็นการจำกัด ความเป็นส่วนตัวของตัววัยรุ่นเองมากขึ้น เท่านั้นเพราะข้อมูลส่วนตัวเหล่านั้นวันหนึ่ง อาจย้อนกลับมา ทำร้ายตนเอง

7.5 จำกัดเวลา

สิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่งที่วัยรุ่นควรทำ คือ การจำกัดเวลา ในการใช้พื้นที่ไซเบอร์ หรือการสื่อสารผ่านสังคมออนไลน์ และเพิ่มเวลาในการสื่อสารซึ่งกันและกันในโลกของ ความเป็นจริง

8. บทบาทของ Bystander

Bystander คือผู้ที่ไม่เห็นการกลั่นแกล้ง การรังแก ความกักขะที่มีผู้กระทำต่อใครบางคน เขาอาจเป็นได้ ทั้งส่วนหนึ่งของปัญหา (hurtful bystander) หรือส่วนหนึ่งของทางออก (helpful bystander) ก็ได้วิธีที่จะเป็นส่วนหนึ่งของทางออกคือ

8.1 มีความชัดเจนว่าจะไม่มีพฤติกรรมเกี่ยวข้อง กับ การกลั่นแกล้งออนไลน์

8.2 ไม่นิ่งดูตาย หรือส่งเสริมพฤติกรรม การกลั่นแกล้งรังแก

8.3 ไม่โพสต์ไม่แชร์ เรื่องซุบซิบเรื่องการรังแกของ ใครต่อใคร

8.4 ไม่ส่งต่อข้อความหรือรูปภาพที่เป็น การรังแก กลั่นแกล้งผู้อื่น

8.5 ช่วยเหลือ สนับสนุนให้กำลังใจหาทางออก ให้แก่ผู้ถูกกลั่นแกล้ง

8.7 แจ้ง (รายงาน) เรื่องการกลั่นแกล้งแก่ ผู้ที่เชื่อถือได้ (ครู อาจารย์ พ่อแม่ หรือตำรวจ)

“การป้องกัน และแก้ปัญหา การกลั่นแกล้งออนไลน์... ต้องใช้ความร่วมมือ จากทุกฝ่าย”



วิถีชีวิตใหม่บนโลกไซเบอร์



Cyberbullying การคุกคามและกักขังทางไซเบอร์

รศ.ดร.วิทยา ตำรงเกียรติศักดิ์
คณะสารสนเทศและการสื่อสาร
มหาวิทยาลัยแม่โจ้
เมษายน 2557

การคุกคามกักขังทางไซเบอร์หรือโลกออนไลน์ คือการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล การโพสต์ข้อความ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว ข้อความซุบซิบหมิ่นท้าวร้าย เพื่อทำอันตราย เป็นอันธพาล ก่อกรรม รังควาญ คุกคาม รังแกผู้อื่นอย่างจงใจ ใครควรวุ ข้ำชากด้วยความมุ่งร้าย สร้างความเกลียดชัง ความเสื่อมเสีย ดูถูกเหยียดหยามผู้อื่น นิยามทางกฎหมายคือ การใช้เทคโนโลยีการสื่อสารอย่างจงใจ เพื่อทำอันตรายผู้อื่น

เทคนิค/วิธีการ Bullying ที่วัยรุ่นใช้บ่อย ๆ

- แสร้งทำตนเป็นผู้อื่น (ปลอมตน)
- แพร่กระจายข้อความ ข่าวลืออันเป็นเท็จเกี่ยวกับเหยื่อ
- ส่ง/กระจายข้อความ ข่าวลือหายาบาย ข่มขู่
- ใช้กลยุทธ์ให้ผู้อื่นเปิดเผยข้อมูล
- โพรสุภาพของเหยื่อ โดยปราศจากการยินยอม



ประเภทการคุกคามกักขัง

1. Flaming ใช้ภาษาด้วยความโกรธสะระ/กักขัง
2. Harassment and Stalking การส่งข้อความข่มขู่ มุ่งร้าย ขู่ซ้ำซ้ำซาก
3. Denigration ส่งหรือ Post ข่าวลือ ซุบซิบเพื่อทำลายชื่อเสียง/ทำลายมิตรภาพ
4. Impersonation ละเมิดเข้าไปเปิด E-mail ผู้อื่น/เพื่อส่งข้อความ ขู่ร้าย ทำให้ผู้อื่นอับอาย เสียหาย
5. Trickey ใช้ขูบายให้บุคคลเปิดเผยข้อมูล เพื่อกระจายต่อผู้อื่น
6. Exclusion การจงใจตัดบางคนออกจากกลุ่ม online

ผู้ที่เสี่ยงต่อการคุกคามผู้อื่น

- ผู้ขาดวุฒิภาวะ/อ่อนด้อยเพียงสาสังคม
- ผู้ที่พ่อแม่ดูแลปกป้องมากไป/อยากให้เห็นเห็นความสำคัญ
- เจ็บป่วยทางอารมณ์มากถึงรุนแรง
- มีปัญหาด้านประสาท/มีปัญหาเกี่ยวกับพ่อแม่ เพื่อน การเรียน

นักการศึกษาควรทำอย่างไร

- วิจัยปรากฏการณ์/สาเหตุ/ปัจจัย ผลกระทบ
- วางแผนและทำโครงการ Antibullying Program

STOP cyberbullying



พ่อแม่ควรทำอย่างไร

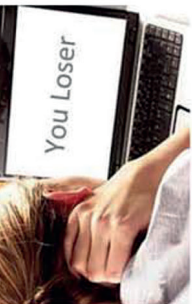
- ช่วยเหลือและสร้างความเข้าใจ ว่าการคุกคามกักขังทางอินเทอร์เน็ต เป็นอันตราย ไม่พึงประสงค์และผิดกฎหมาย
- Open Communication พูดอย่างเปิดเผย ตรงไปตรงมา
- ส่งเสริมการออกกฎหมายป้องกันระดับต่าง ๆ

เหยื่อควรทำอย่างไร

- สงบใจ บอกผู้กระทำให้หยุดกระทำ
- ไม่สนใจ/ปิดการสื่อสาร
- ทำ Hard copy ส่งให้พ่อแม่ผู้กระทำ
- แจ้ง Internet Service Provider ให้ปิด
- ให้นำมาฟ้องร้อง
- แจ้งความตำรวจ

ผลกระทบ

มีตั้งแต่ระดับน้อย-รุนแรง เป็นอันตรายทางอารมณ์ ซึมเศร้า กระวนกระวาย/ขาดเรียน/สอบตก/ก้าวร้าว/เจ็บปวดด้านจิตใจ/ปลื้ม/สร้างเรื่องรุนแรง/แค้น/ฆ่าตัวตาย



9. สรุป

ปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ (Cyberbullying) กำลังเป็นปัญหาที่คนไทยเผชิญอยู่ และมีอัตราการเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เป็นมหันตภัยเงียบที่รุนแรงมากขึ้น โดยไม่ค่อยมีคนใส่ใจ

“Cyberbullying” กลายเป็นปัญหาที่สร้างความรุนแรงได้ไม่ต่างจากปัญหาสังคมอื่น ๆ ด้วยคำพูดที่เคลือบด้วยยาพิษ หรือการแสดงความคิดเห็นในเชิงลบที่เป็นการละเมิดความเป็นส่วนตัว และไม่เคารพในสิทธิของผู้อื่น อาจทำให้ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันไม่เพียงพอตกเป็นเหยื่อแก่การกลั่นแกล้งรังแกหมูได้ง่าย การกลั่นแกล้งกันผ่านพื้นที่ไซเบอร์ก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมามากมาย ทั้งต่อตัวผู้ที่กลั่นแกล้งผู้อื่น หรือผู้ที่ถูกผู้อื่นกลั่นแกล้ง และแต่ละปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นความเครียด ภาวะซึมเศร้าหรือ การฆ่าตัวตาย เมื่อเกิดขึ้นแล้วถือว่าเป็นปัญหาที่แก้ไขได้ยาก

ดังนั้นการป้องกันจึงเป็นวิธีที่สำคัญที่สุดที่จะช่วยไม่ให้เกิดปัญหาต่าง ๆ สิ่งสำคัญที่จะช่วยให้ปัญหาลดลงคือ จะต้องมีความรู้ ความเข้าใจถึงพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตอย่างปลอดภัย และระมัดระวังก่อนที่จะโพสต์หรือแชร์ และการใช้ อินเทอร์เน็ตทุกครั้ง

“ คิดก่อนแชร์ หยุดรังแก หยุดกลั่นแกล้งกันบนโลกออนไลน์ อย่าให้ต้องเกิดการตาย แล้วจึงคิดจะหยุด ”



CYBER
BULLIES



10. เอกสารประกอบการเรียนเรียง

- วิทยา ดำรงเกียรติศักดิ์. (2557). Cyberbullying การคุกคามและกักขังทางไซเบอร์. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- Beran, T. and Li, Q. (2007). The relationship between cyberbullying and school bullying. **Journal of Student Wellbeing** 1(2): 15-33.
- Berger, K. (2007). Update on school bullying at school: Science forgotten? *Develop* 27: 90-126.
- Bonanno, R. A. and Hymel, S. (2013). Cyber bullying and internalizing difficulties: Above and beyond the impact of traditional forms of bullying. *J. Youth Adolesc.* 42: 685-697.
- Craig, W., Harel-Frisch, Y., Fogel-Grinvald, H., Costaler, S., Hetland, J., SimonsMorton, B., Molcho, M., de Mato, M.G., Overpeck, M., Due, P. and Pickett, W. (2009). A cross-national profile of bullying and victimization among adolescents in 40 countries, *Int. J. Public Health* 54: 216-224.
- Chisholm, June F. (2014). Review of the status of Cyberbullying and Cyberbullying Prevention **Journal of Information, Systems Education** 25:(1).
- David, C. and Hertz, M. F. (2007). Electronic Media, violence, and adolescents: An emerging public health problem. *J. Adolesc. Health* 41: S1-S5.
- Kumpulainen, K., Rasanen, E. and Henttonen, I. (1999). Children involved in bullying: Psychological disturbance and the persistence of the involvement. **Child Abuse Neglect** 23: 1253-1262.
- Lehti, V., Sourander, A., Klomek, A., Niemela, S., Sillanmaki, L., Piha, J., Kumpulainen, K., Tamminen, T., Moilanen, I. and Almqvist, F. (2011). Childhood bullying as a predictor for becoming a teenage mother in Finland, *Eur. Child Adolesc. Psychiatry* 20: 49-55.
- Li, Q. (2007). Bullying in the new playground: Research into cyberbullying and cyber victimization, *Aust. J. Edu. Technol.* 23: 435-454.
- Notar, Charles E. Padgett, S. and Roden, Jessica. (2013). Cyberbullying: A Review of the Literature. **Universal Journal of Educational Research** 1(1): 1-9.
- Patchin, J. W. and Hinduja, S. (2010). Cyberbullying and self-esteem. **Journal of School Health.** 80(12): 614-621.
- Raskauskas, J. and Stoltz, A. D. (2007). Involvement in traditional and electronic bullying among adolescents. *Develop. Psychol* 43: 564-575.
- Slonje, R. and Smith, P. K. (2008). Cyberbullying: Another main type of bullying?. **Scandinavian Journal of Psychology.** 49(2): 147-154.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., and Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 49(4): 376-385.
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. **Computers in Human Behavior** 26: 277-287.
- Wikipedia. (2017). **List of Suicides that have been attributed to bullying.**
- Zweig, J. M., Sayer, A., Crockett, L. J. and Vicary, J. R. (2002). Adolescent risk factors for sexual victimization: A longitudinal analysis of rural women. *J. Adolesc. Res.* 17: 586-603.

