

แนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งในเด็ก และเยาวชนวัยเรียนในจังหวัดชลบุรี

Coping Strategies and Preventing Approaches for Bullying among School-aged Children and Youth in Chonburi Province, Thailand

¹เทียนชัย สุริมาศ*, ²พัชชา เจิงกลิ่นจันทร์**, ³ศิริพงศ์ สวัสดิ์สันติสุข

¹Thianchai Surimas, ²Patcha Jeungklinchan, ³Siripong Sawatsuntisuk

First Author's E-mail: thian.su@tu.ac.th*

Corresponding Author's E-mail: patcha.jeung@gmail.com**

Received: April 2, 2026, Revised: July 9, 2026, Accepted: October 6, 2026

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนวัยเรียนในจังหวัดชลบุรี และเสนอแนะแนวทางในการพัฒนากลไกการรับมือและป้องกันปัญหาการกลั่นแกล้ง การวิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี โดยแบ่งการศึกษาเป็น 2 ระยะ ได้แก่ ระยะที่หนึ่ง การวิจัยเชิงปริมาณ เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามจากเด็กและเยาวชนวัยเรียนในจังหวัดชลบุรี จำนวน 907 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และระยะที่สอง การวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกจำนวน 30 คน และการสนทนากลุ่ม จำนวน 40 คน จากเด็กและเยาวชน ผู้ปกครอง ครู นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ นักพัฒนาสังคม และผู้แทนหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการกลั่นแกล้งที่เด็กและเยาวชนเผชิญมากที่สุด คือ การถูกทำให้เป็นตัวตลก การล้อเลียน ล้อปมด้อย หรือล้อชื่อพ่อแม่ รองลงมาคือ การถูกพุดจาตู่ถูก ต่ำทอ และการถูกข่มขู่หรือนินทา สำหรับแนวทางการรับมือ เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่เลือกมองหาวิธีหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยงหรืออยู่กับเพื่อนสนิท รองลงมาคือ การขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น การสื่อสารให้ผู้กระทำหยุดพฤติกรรม และการพยายามไม่สนใจ อย่างไรก็ตาม กลไกเชิงสถาบัน เช่น ช่องทางการแจ้งปัญหา ครูที่ปรึกษา หรือระบบเพื่อนช่วยเพื่อน ยังมีข้อจำกัดด้านความไว้วางใจ ความต่อเนื่อง และการรักษาความลับ ส่งผลให้เด็กบางส่วนเลือกจัดการปัญหาด้วยตนเองหรือหลีกเลี่ยงการขอความช่วยเหลือ ข้อเสนอสำคัญของการวิจัย คือ การพัฒนาระบบรับมือและป้องกันการกลั่นแกล้งที่ยึดเด็กเป็นศูนย์กลาง โดยบูรณาการครอบครัว โรงเรียน ชุมชน หน่วยงานคุ้มครองเด็ก และผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้อง ผ่านกระบวนการป้องกัน การเฝ้าระวัง การช่วยเหลือและส่งต่อ และการฟื้นฟูคุ้มครอง เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เป็นมิตร และลดการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนวัยเรียน

คำสำคัญ: การกลั่นแกล้ง; แนวทางการรับมือและการป้องกัน; เด็กและเยาวชนวัยเรียน

^{1, 2} คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; Faculty of Social Administration, Thammasat University

³ นักวิชาการอิสระ; Independent Scholar, E-mail: srp.swt.co@gmail.com



ABSTRACT

This research article aimed to examine coping strategies and prevention approaches for bullying among school-aged children and youth in Chonburi Province, Thailand, and to propose guidelines for developing mechanisms to address and prevent bullying. The study employed a mixed-methods research design conducted in two phases. The first phase was quantitative research, in which data were collected through questionnaires from 907 school-aged children and youth in Chonburi Province and analyzed using descriptive statistics. The second phase was qualitative research, involving in-depth interviews with 30 participants and focus group discussions with 40 participants, including children and youth, parents, teachers, psychologists, social workers, social development practitioners, and representatives from relevant agencies. The qualitative data were analyzed using content analysis.

The findings revealed that the most common forms of bullying experienced by children and youth were being ridiculed, mocked, teased about personal weaknesses, or teased about their parents' names. These were followed by verbal insults and derogatory remarks, as well as threats or gossip. In terms of coping strategies, most children and youth tended to seek alternative ways to avoid risky situations or stay close to trusted friends. This was followed by seeking help from others, communicating with the perpetrator to stop the behavior, and trying to ignore the situation. However, institutional mechanisms, such as reporting channels, homeroom teachers or advisors, and peer support systems, still faced limitations in terms of trust, continuity, and confidentiality. As a result, some children chose to handle the problem on their own or avoided seeking help. The key recommendation of this study is to develop a child-centered system for addressing and preventing bullying by integrating the roles of families, schools, communities, child protection agencies, and relevant professionals. Such a system should include prevention, monitoring, assistance and referral, as well as protection and rehabilitation processes in order to create a safe and child-friendly environment and reduce bullying among school-aged children and youth.

Keywords: Bullying; Coping and Prevention Approaches; School-aged Children and Youth

บทนำ

การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพมนุษย์ในทุกช่วงวัยเป็นหนึ่งในยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศ เพื่อยกระดับคุณภาพคนไทยให้มีความพร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ 21 โดยกลุ่มเด็กและเยาวชนถือเป็นหนึ่งในกลุ่มเป้าหมายสำคัญของการพัฒนาและสร้างเสริมศักยภาพมนุษย์ อย่างไรก็ตาม จากสถานการณ์ปัจจุบัน เด็กและเยาวชนถือเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงและเปราะบางหลายประการ ทั้งจากการเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และเทคโนโลยี ที่ส่งผลให้เกิดความท้าทายหลายประการ ปัญหาสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อประชากรกลุ่มนี้ คือ การกลั่นแกล้ง ถือเป็นปัญหาสำคัญที่กระทบต่อการพัฒนาทางอารมณ์ สังคม และจิตใจ ของเด็กในระยะยาว ส่งผลให้เด็กและเยาวชนเผชิญภาวะเครียด ซึมเศร้า วิตกกังวล และการแยกตัวจากสังคม ซึ่งการกลั่นแกล้งสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งในโรงเรียน



ครอบครัว ชุมชน และพื้นที่ออนไลน์ ซึ่งปัญหานี้รุนแรงมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง (วัชรพงษ์ ศรีสุข และ ปัทมนันท์ ปุณศรีพิพัฒน์, 2567; อภิญา หิรัญญะเวช, 2561; Oriol et al., 2025)

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2561) เสนอว่า การใช้ความรุนแรงหรือการกลั่นแกล้งในประเทศไทย ติดอันดับ 2 ของโลก สะท้อนว่าปัญหาเรื่องการกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชนเป็นประเด็นที่น่ากังวล ยิ่งไปกว่านั้น ในยุคที่สื่อออนไลน์เข้ามามีบทบาทกับการดำเนินชีวิต ปัญหาเรื่องการกลั่นแกล้งในรูปแบบใหม่มีความรุนแรงและเป็นประเด็นปัญหาที่ทำลายมากขึ้นด้วย (สาลิณี อ่างอิงผลการสำรวจ School-based Student Health Survey ของประเทศไทย พบว่า นักเรียนไทยอายุ 13 – 15 ปี ร้อยละ 29 เคยถูกกลั่นแกล้ง (UNICEF Thailand, 2018) สอดคล้องกับกรอบการสำรวจ Global School-based Student Health Survey ขององค์การอนามัยโลกที่มุ่งศึกษา กลุ่มเยาวชนอายุ 13 – 17 ปี ในระบบโรงเรียน (World Health Organization, 2021) ซึ่งเผชิญกับการกลั่นแกล้งในลักษณะเดียวกัน และส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชนทั้งระยะสั้นและระยะยาว

ทั้งนี้ สถานการณ์ด้านการกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชนในแต่ละพื้นที่อาจแตกต่างกัน จากบริบทพื้นที่ ความแตกต่างของวัฒนธรรม และแบบแผนทางสังคม ที่ส่งผลต่อการรับรู้ของเด็กและเยาวชนต่อความรุนแรงหรือพฤติกรรมการกลั่นแกล้งประเภทต่างๆ (อัมมัญญิตตา อยู่เจริญ, 2565) จากที่กล่าวมาข้างต้น การพัฒนาระบบคุ้มครองเด็กจากปัญหาการกลั่นแกล้งเป็นประเด็นสำคัญและต้องการการศึกษาเพื่อพัฒนาแนวทางการรับมือทั้งระบบ การป้องกันและจัดการปัญหาดังกล่าวจึงเป็นกลไกสำคัญในการสร้างสังคมที่ปลอดภัย และลดวงจรความรุนแรงในระยะยาว ซึ่งระบบการรับมือและลดปัญหานี้ ควรเป็นระบบเหมาะสมกับบริบทของแต่ละพื้นที่ โดยการศึกษาครั้งนี้ ศึกษาแนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้ง ของเด็กและเยาวชนในจังหวัดชลบุรี ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีการขยายตัวทางเศรษฐกิจ และเผชิญข้อท้าทายหลายประการ ทั้งจากกระบวนการกลายเป็นเมือง การเป็นอุตสาหกรรม การเข้ามามีอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ ความแตกต่างทางเศรษฐกิจ และความต่างทางวัฒนธรรมจากการย้ายถิ่นเข้ามาทำงาน ส่งผลให้เด็กและเยาวชนในพื้นที่ต้องเผชิญกับความท้าทายที่ซับซ้อนทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และอารมณ์จิตใจ ภายใต้บริบทดังกล่าว ส่งผลให้สถานการณ์การกลั่นแกล้งมีความรุนแรงเพิ่มขึ้น และมีหลากหลายรูปแบบ (Azeredo et al., 2015)

โดยสรุปแล้ว การพัฒนาแนวทางการป้องกันและรับมือการกลั่นแกล้งเชิงระบบ ในลักษณะการสร้างระบบสนับสนุนทางสังคมมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งการสร้างแนวทางการรับมือและป้องกันนี้ ต้องมาจากการความเข้าใจสถานการณ์การกลั่นแกล้งในบริบทพื้นที่ แนวทางการรับมือที่เด็กและเยาวชนในพื้นที่เลือกใช้เมื่อประสบปัญหา รวมทั้งวิธีการป้องกันที่เด็กและเยาวชนใช้ในการรับมือกับปัญหาในสถานการณ์ปัจจุบัน และความเข้าใจระบบและกลไกที่มีอยู่ ดังนั้น บทความนี้จึงมุ่งอธิบายแนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนวัยเรียน ในจังหวัดชลบุรี เพื่อให้เห็นสถานการณ์ปัจจุบัน เพื่อนำสู่การวิเคราะห์และสร้างแนวทางเพื่อรับมือและป้องกันการกลั่นแกล้งเชิงระบบ ที่เน้นการบูรณาการโรงเรียน ครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานรัฐ เพื่อการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรและนิเวศที่เหมาะสม เพื่อให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับสถานการณ์ปัญหาในพื้นที่ต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาแนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนวัยเรียน ในจังหวัดชลบุรี และเสนอแนะแนวทางเพื่อรับมือและป้องกันการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชน



วิธีการดำเนินงานวิจัย

การวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed Method Research) ใช้การออกแบบด้วยวิธีการศึกษาต่อเนื่อง โดยแบ่งออกเป็น 2 ระยะ การวิจัยทั้งสองระยะเก็บข้อมูลแบบปฐมภูมิ (Primary Data) เพื่อนำไปสู่การตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1) ระยะที่หนึ่ง

เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเด็กและเยาวชนวัยเรียนในพื้นที่ โดยสำรวจจากเด็กและเยาวชนอายุ 13 – 25 ปี ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่จังหวัดชลบุรี การกำหนดกรอบอายุดังกล่าว เป็นการกำหนดตามนิยามเชิงนโยบายของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และนิยามตามพระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550 (สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา, 2550) เพื่อเปิดโอกาสให้การศึกษาเชื่อมโยงกับระบบคุ้มครองเด็กและเยาวชนในพื้นที่ ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Sampling) ครอบคลุมทั้ง 11 อำเภอ ทั้งนี้ จากการเก็บข้อมูล มีแบบสอบถามที่มีลักษณะสมบูรณ์และสามารถใช้วิเคราะห์ข้อมูลได้ครบถ้วน จึงใช้เป็นข้อมูลกลุ่มตัวอย่างการวิจัย จำนวนทั้งสิ้น 907 คน โดยข้อมูลเด็กและเยาวชนที่มีความสมบูรณ์และนำมาใช้ในการวิเคราะห์จริงมีอายุระหว่าง 13 – 19 ปี

เครื่องมือในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ประกอบด้วยข้อคำถามที่พัฒนาขึ้นจากการศึกษาค้นคว้าเอกสารวิชาการ ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีการจัดเวทีเพื่อพัฒนาแบบสอบถามจากผู้ที่เกี่ยวข้องกับหัวข้องานวิจัย ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) การวิเคราะห์ข้อมูล มีหน่วยการวิเคราะห์ (Unit of Analysis) ในระดับบุคคล ใช้สถิติเชิงพรรณนา ด้วยการวิเคราะห์ตัวแปรเดียว ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าเฉลี่ย ค่าสูงสุด และค่าต่ำสุด และการวิเคราะห์ตัวแปรคู่ด้วยตารางไขว้

2) ระยะที่สอง

เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลจากเด็กและเยาวชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน ได้แก่ ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ และเจ้าหน้าที่ของหน่วยงานต่างๆ ใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งทางสำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 2 กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เป็นผู้ประสานงานและคัดเลือกผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย เพื่อไม่ให้เกิดความสับสนเชิงอำนาจและอคติในการให้ข้อมูลระหว่างเด็กและเยาวชน

เครื่องมือสำหรับการวิจัยคุณภาพ ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ใช้คำถามแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) และการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ทั้งนี้ ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย เข้าร่วมการสัมภาษณ์เชิงลึก จำนวน 30 คน และเข้าร่วมการสนทนากลุ่ม จำนวน 40 คน สำหรับขั้นตอนการวิเคราะห์และตีความตัวบทเพื่ออธิบายและวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จากประสบการณ์และพื้นฐานทางทฤษฎี

การวิจัยนี้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัย โดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากสมาคมนิติศาสตร์และรัฐศาสตร์ เอกสารรับรองเลขที่ ALPS-IRB-2024-8-0001 และ ALPS-IRB-2025-2-0001

ผลการวิจัย

บทความเรื่องแนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชนวัยเรียน ในพื้นที่จังหวัดชลบุรี การวิจัยระยะที่ 1 การวิจัยเชิงปริมาณ ได้เก็บข้อมูลด้วยแบบสำรวจจากกลุ่มตัวอย่างเด็กและเยาวชนในจังหวัดชลบุรี จำนวน 907 คน เมื่อพิจารณาโครงสร้างของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ข้อมูลเชิงปริมาณที่ใช้



วิเคราะห์มีลักษณะเป็นกลุ่มเด็กและเยาวชนวัยเรียนเป็นหลัก โดยกลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 13 – 19 ปี อายุเฉลี่ย 15.1 ปี ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 13 – 17 ปี จำนวน 813 คน (ร้อยละ 89.6) และกลุ่มอายุ 18 ปีขึ้นไป จำนวน 94 คน (ร้อยละ 10.4) เมื่อพิจารณาตามระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 539 คน (ร้อยละ 59.4) รองลงมาคือ มัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 294 คน (ร้อยละ 32.4) และ ปวช. จำนวน 74 คน (ร้อยละ 8.2) (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ข้อมูลบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ค่าเฉลี่ย
ช่วงอายุ		
อายุเฉลี่ย = 15.1 ปี, ต่ำสุด = 13 ปี, สูงสุด = 19 ปี, S.D. = ± 1.69		
— 13 – 17 ปี	813	89.6
— 18 ปีขึ้นไป	94	10.4
รวม	907	100.0
ระดับชั้น		
— มัธยมศึกษาตอนต้น	539	59.4
— มัธยมศึกษาตอนปลาย	294	32.4
— ปวช.	74	8.2
รวม	907	100.0

สำหรับการวิจัยระยะที่ 2 การวิจัยเชิงคุณภาพ มีผู้เข้าร่วมการศึกษา ประกอบด้วย การสัมภาษณ์เชิงลึกจำนวน 30 คน ได้แก่ ครู นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ นักพัฒนาสังคม เด็กและเยาวชน และผู้ปกครอง นอกจากนี้ ยังมีการจัด การสนทนากลุ่ม จำนวน 40 คน ซึ่งเป็นบุคลากรจากหน่วยงานภาครัฐและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ได้แก่ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงมหาดไทย และกระทรวงสาธารณสุข เพื่อสะท้อนมุมมองเชิงนโยบายและแนวทางการดำเนินงานในการป้องกันและรับมือกับปัญหาการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชน (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ผู้เข้าร่วมการศึกษา

ผู้เข้าร่วมการศึกษา	จำนวน
การสัมภาษณ์เชิงลึก	30 คน
— ครู นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ นักพัฒนาสังคม	15 คน
— เด็กและเยาวชน	11 คน
— ผู้ปกครอง	4 คน
การสนทนากลุ่ม	40 คน
— นักสังคมสงเคราะห์ นักจิตวิทยา	2 คน
— ครู และตัวแทนจากกระทรวงศึกษาธิการ	15 คน
— นักพัฒนาสังคม หรือตัวแทนจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น	21 คน
— สาธารณสุขจังหวัด กระทรวงสาธารณสุข	2 คน



การถูกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชนวัยเรียนตามประเภทพฤติกรรม

ในภาพรวมค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการถูกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชน พบว่า ประเภทพฤติกรรมที่เด็กและเยาวชนถูกลั่นแกล้งมากที่สุด คือ ถูกทำให้เป็นตัวตลก ถูกล้อเลียน ล้อปมด้อย ล้อชื่อพ่อแม่ (ค่าเฉลี่ย = 2.06, S.D. = 1.07) รองลงมาคือ ถูกพูดจา ดุถูก ด่าทอ (ค่าเฉลี่ย = 1.95, S.D. = 0.97) และถูกข่มขู่ หรือถูกนินทา (ค่าเฉลี่ย = 1.80, S.D. = 0.93) เมื่อพิจารณาจำแนกเพศ พบว่า เพศชาย ถูกทำให้เป็นตัวตลก ถูกล้อเลียน ล้อปมด้อย ล้อชื่อพ่อแม่ มากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 2.23, S.D. = 1.12) ในขณะที่เพศหญิง ถูกพูดจา ดุถูก ด่าทอ มากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 1.95, S.D. = 0.96) ข้อสังเกตที่น่าสนใจ คือ กลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศ มีค่าเฉลี่ยการถูกลั่นแกล้ง สูงกว่าในหลายพฤติกรรม เช่น ถูกจับร่างกายทั้งที่ไม่ยินยอม และถูกพูดจา ดุถูก ด่าทอ เมื่อพิจารณาจำแนกช่วงอายุ พบว่า ช่วงอายุ 13 – 17 ปี ถูกทำให้เป็นตัวตลก ถูกล้อเลียน ล้อปมด้อย ล้อชื่อพ่อแม่ มากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 2.07, S.D. = 1.08) ส่วนช่วงอายุ 18 ปีขึ้นไป ถูกพูดจา ดุถูก ด่าทอ มากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 1.80, S.D. = 0.96) (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 การถูกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชนวัยเรียนตามประเภทพฤติกรรม

การถูกลั่นแกล้ง (N=907)	เพศ						ช่วงอายุ				รวม	
	ชาย		หญิง		LGBTQIAN+		13 – 17 ปี		18 ปีขึ้นไป		(เต็ม 4)	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1) ฉันทถูกทำร้ายร่างกาย เช่น ตบหัว ชกต่อย ผลัก เดินชน ตบตี	1.67	0.83	1.61	0.80	1.79	0.90	1.67	0.83	1.39	0.73	1.65	0.82
2) ฉันทถูกขว้างปาสิ่งของใส่	1.31	0.60	1.24	0.56	1.40	0.60	1.28	0.58	1.10	0.31	1.28	0.58
3) ฉันทถูกจับร่างกายทั้งที่ไม่ยินยอม	1.60	0.83	1.56	0.78	1.87	0.97	1.61	0.81	1.54	0.83	1.60	0.82
4) ฉันทถูกพูดจา ดุถูก ด่าทอ	1.93	0.96	1.95	0.96	2.04	0.99	1.96	0.96	1.80	0.96	1.95	0.97
5) ฉันทถูกกีดกันออกจากกลุ่ม	1.43	0.77	1.41	0.68	1.55	0.89	1.41	0.70	1.74	1.12	1.44	0.74
6) ฉันทถูกทำให้เป็นตัวตลก ถูกล้อเลียน ล้อปมด้อย ล้อชื่อพ่อแม่	2.23	1.12	1.93	1.03	2.06	1.03	2.07	1.08	1.76	0.92	2.06	1.07
7) ฉันทถูกข่มขู่ หรือถูกนินทา	1.67	0.88	1.86	0.93	1.85	0.98	1.80	0.93	1.61	0.82	1.80	0.93
8) ฉันทถูกกระจายข่าวหรือภาพที่ไม่ดีเกี่ยวกับฉัน	1.50	0.79	1.70	1.00	1.44	0.70	1.59	0.90	1.62	0.75	1.59	0.89
9) ฉันทถูกขู่ทำร้าย โจมตี คุกคาม หลอกลวง ในสังคมออนไลน์	1.36	0.67	1.42	0.73	1.35	0.49	1.38	0.69	1.43	0.65	1.39	0.68
10) ฉันทเคยถูกเปิดเผยเรื่องส่วนตัวในสังคมออนไลน์	1.40	0.65	1.44	0.71	1.45	0.74	1.45	0.68	1.29	0.77	1.43	0.68
รวม	1.60	0.55	1.58	0.56	1.71	0.60	1.62	0.56	1.41	0.47	1.60	0.56

รูปแบบการรับมือและการป้องกันการถูกลั่นแกล้งโดยเด็กและเยาวชนวัยเรียน

การเลือกรูปแบบการรับมือของเด็กและเยาวชนที่ถูกกลั่นแกล้งมีหลายรูปแบบ ทั้งการหลีกเลี่ยง การสื่อสารโดยตรง การรับมือด้วยการโต้ตอบกลับอย่างรุนแรง ผลการศึกษาพบว่า แนวทางการรับมือและป้องกันการถูกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชน ส่วนใหญ่จะใช้วิธีการรับมือและป้องกัน คือ การมองหาวิธีการแก้ไขอื่นๆ เช่น ไม่อยู่ในสถานการณ์เสี่ยง อยู่กับเพื่อนสนิท (ค่าเฉลี่ย = 3.62, S.D. = 1.19) รองลงมาคือ การขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น เพื่อน ครู ผู้ปกครอง (ค่าเฉลี่ย = 3.54, S.D. = 1.28) และการสื่อสารว่าไม่ชอบเจ็บ บอกรหรือขอร้องให้หยุดทำ (ค่าเฉลี่ย = 3.35, S.D. = 1.31) และการพยายามไม่สนใจ ทำเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น (ค่าเฉลี่ย = 3.31, S.D. = 1.38) (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 รูปแบบการรับมือและการป้องกันการถูกลั่นแกล้งโดยเด็กและเยาวชนวัยเรียน

การรับมือและป้องกันการถูกลั่นแกล้ง (N=907)	เพศ						ช่วงอายุ				รวม	
	ชาย		หญิง		LGBTQIAN+		13 – 17 ปี		18 ปีขึ้นไป		(เต็ม 5)	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
1) การขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น เพื่อน ครู ผู้ปกครอง	3.35	1.33	3.69	1.24	3.40	1.22	3.55	1.28	3.41	1.18	3.54	1.28



การรับมือและป้องกันการถูกลั่นแกล้ง (N=907)	เพศ						ช่วงอายุ				รวม (เต็ม 5)	
	ชาย		หญิง		LGBTQIAN+		13 – 17 ปี		18 ปีขึ้นไป		$\bar{X}$	S.D.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
2) การมองหาวิธีการแก้ไขอื่นๆ เช่น ไม่อยู่ในสถานการณ์เสี่ยง อยู่กับเพื่อนสนิท	3.37	1.27	3.76	1.12	3.83	1.17	3.62	1.20	3.79	1.10	3.62	1.19
3) สื่อสารว่าไม่ชอบ เจ็บ บอกรหรือขอร้องให้หยุดทำ	3.10	1.38	3.49	1.25	3.46	1.32	3.32	1.32	3.55	1.17	3.35	1.31
4) การพยายามไม่สนใจ ทำเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น	3.02	1.40	3.46	1.35	3.51	1.31	3.30	1.39	3.46	1.27	3.31	1.38
5) การแสดงความรู้สึกเศร้า โกรธ ร้องไห้ กังวล หงุดหงิด	2.58	1.28	3.11	1.30	3.04	1.35	2.89	1.33	3.06	1.26	2.91	1.32
6) การโต้ตอบกลับหรือสู้กลับทางวาจา ร่างกาย หรือสิ่งของ เช่น ตะโกนดั่งๆ กระทำกลับ ทำลายสิ่งของ	2.74	1.39	2.75	1.37	2.63	1.42	2.74	1.39	2.83	1.28	2.74	1.38
รวม	3.03	0.90	3.38	0.77	3.31	0.84	3.24	0.85	3.35	0.72	3.24	0.84

1) การหลีกเลี่ยง จากข้อมูลพบว่า เด็กและเยาวชนมีการใช้วิธีการหลีกเลี่ยงสูงในกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศที่มีมากกว่ากลุ่มอื่น และมีความเชื่อมโยงกับการเลือกใช้การหลีกเลี่ยงและการแยกตัวออกจากสังคมอย่างชัดเจน ข้อมูลเชิงคุณภาพสะท้อนว่า เมื่อเด็กและเยาวชนเผชิญกับการถูกลั่นแกล้งที่รุนแรงต่อเนื่อง และไม่สามารถจัดการสถานการณ์ด้วยตนเองหรือเข้าถึงความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ได้ รูปแบบการรับมือที่เกิดขึ้นมักเป็นการถอยออกจากสถานการณ์อย่างถาวร เช่น การไม่ไปโรงเรียน การหลีกเลี่ยงกิจกรรมทางสังคม การลาออกจากโรงเรียน หรือการตัดขาดความสัมพันธ์กับเพื่อน ซึ่งบางกรณีส่งผลต่อการออกจากระบบการศึกษา (School Dropouts)

รูปแบบการหลีกเลี่ยงดังกล่าวสัมพันธ์กับอายุ โดยช่วงอายุ 13 – 17 ปี ใช้วิธีการมองหาวิธีการแก้ไขอื่นๆ เช่น ไม่อยู่ในสถานการณ์เสี่ยง อยู่กับเพื่อนสนิท มากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 3.62, S.D. = 1.20) และสำหรับช่วงอายุ 18 ปีขึ้นไป ใช้วิธีการเดียวกัน (ค่าเฉลี่ย = 3.79, S.D. = 1.10) ดังนั้น อายุที่มากขึ้นมีส่วนต่อการหลีกเลี่ยงสถานการณ์มากขึ้น ซึ่งรูปแบบนี้เป็นกลไกการป้องกันตนเองในระยะสั้น ช่วยลดการเผชิญหน้ากับความรุนแรงโดยตรง แต่ในระยะยาวกลับส่งผลกระทบเชิงลบต่อสุขภาพจิตของเด็กและเยาวชน โดยข้อมูลเชิงคุณภาพพบความเชื่อมโยงกับภาวะความเครียดสะสม ความวิตกกังวล ความรู้สึกโดดเดี่ยว และการลดทอนคุณค่าในตนเอง ซึ่งผลระยะยาวที่เกิดขึ้นยังสะท้อนว่า การหลีกเลี่ยงและการแยกตัวมักเกิดขึ้นในบริบทที่เด็กและเยาวชนไม่รับรู้ถึงการมีอยู่ของระบบสนับสนุน หรืออยู่ในบรรยากาศที่ไม่เอื้อต่อการขอความช่วยเหลือ เช่น ความกลัวว่าจะถูกตำหนิ ถูกมองว่าเป็นเรื่องเล็ก หรือถูกตีตราว่าเป็นปัญหา

2) การสื่อสารว่าไม่ชอบเมื่อถูกลั่นแกล้ง ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่า เด็กและเยาวชนบางส่วนเลือกใช้การบอกตรงๆ ต่อผู้ถูกลั่นแกล้งว่าไม่พอใจหรือไม่ต้องการให้พฤติกรรมดังกล่าวเกิดขึ้นอีก ซึ่งเป็นรูปแบบการรับมือที่สะท้อนการสื่อสารเชิงยืนยันตนเองและการตั้งขอบเขตทางสังคม โดยรูปแบบการรับมือนี้มักพบในกรณีที่การถูกลั่นแกล้งอยู่ในระดับไม่รุนแรง ทั้งนี้ เด็กและเยาวชนชายสื่อสารว่าไม่ชอบ เจ็บ บอกรหรือขอร้องให้หยุดทำ (ค่าเฉลี่ย = 3.10, S.D. = 1.38) ต่ำกว่าเพศหญิง (ค่าเฉลี่ย = 3.49, S.D. = 1.25) และผู้มีความหลากหลายทางเพศ (ค่าเฉลี่ย = 3.46, S.D. = 1.32) ซึ่งเกี่ยวข้องกับค่านิยมเรื่องเพศ จากการศึกษา ยังพบว่า วิธีนี้ใช้ในการรับมือกับเฉพาะการถูกลั่นแกล้งทางวาจาเป็นครั้งคราว และมักเกิดขึ้นในบริบทที่ผู้ถูกละเมิดและผู้ถูกลั่นแกล้งมีความสัมพันธ์ใกล้ชิด เช่น เพื่อนในกลุ่มเดียวกัน ทั้งนี้ เด็กที่เลือกใช้วิธีการดังกล่าวมักเป็นกลุ่มที่มีระดับพลังอำนาจในตนเองอยู่พอสมควร



“เมื่อเพื่อนพูดในสิ่งที่เราไม่โอเค อาจใช้วิธีการ Deep Talk กับเพื่อนสนิท หาทางออกร่วมกับกลุ่มเพื่อน จริงๆ สามารถใช้กับครอบครัวได้ด้วยนะ เป็นวิธีที่ทำได้ง่าย แต่ต้องสอนให้เด็กรู้จักใช้วิธีการนี้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 17, 14 กุมภาพันธ์ 2568)

การสื่อสารว่าไม่ชอบ สามารถช่วยลดพฤติกรรมการกลั่นแกล้งได้ในบางกรณี โดยเฉพาะเมื่อผู้กลั่นแกล้งไม่ตระหนักว่าพฤติกรรมของตนสร้างผลกระทบทางจิตใจต่อผู้อื่นทำ อย่างไรก็ตาม วิธีการนี้ไม่ได้เหมาะสมกับทุกสถานการณ์ โดยเฉพาะในกรณีที่การกลั่นแกล้งมีความรุนแรงสูง เกิดขึ้นซ้ำๆ หรือเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์เชิงอำนาจที่ไม่เท่าเทียม เช่น รุ่นพี่ บุคลากรในสถานศึกษา ในบางกรณี การสื่อสารว่าไม่ชอบ อาจทำให้สถานการณ์แย่ลง หากผู้กลั่นแกล้งมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือไม่ยอมรับขอบเขต ส่งผลให้ผู้ถูกละเมิดเผชิญกับการกลั่นแกล้งที่รุนแรงขึ้น

3) การรับมือโดยการขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ข้อมูลเชิงปริมาณจากการสำรวจรูปแบบการรับมือและป้องกันการถูกกลั่นแกล้ง พบว่า การขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น เช่น เพื่อน ครู หรือผู้ปกครอง เป็นรูปแบบการรับมือที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับค่อนข้างสูง เมื่อพิจารณาจำแนกตามช่วงอายุ พบว่า การขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นพบในกลุ่มเด็กมัธยมต้นมากกว่า และมีแนวโน้มลดลงเมื่อช่วงอายุเพิ่มขึ้น โดยช่วงอายุ 13 – 17 ปี (ค่าเฉลี่ย = 3.55, S.D. = 1.28) และช่วงอายุ 18 ปี ขึ้นไป (ค่าเฉลี่ย = 3.41, S.D. = 1.18) ส่วนเด็กและเยาวชนเพศชาย มีการขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น เพื่อน ครู ผู้ปกครอง น้อยกว่าเด็กและเยาวชนหญิง และผู้มีความหลากหลายทางเพศ

ข้อมูลเชิงคุณภาพสะท้อนการพึ่งพาศูนย์ครอบครัวรอบข้าง เช่น การบอกเพื่อน การแจ้งครู หรือการแจ้งผู้ปกครอง พบว่า การขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นเป็นรูปแบบการรับมือที่ปรากฏในทุกช่วงวัยของกลุ่มตัวอย่าง โดยบุคคลที่ถูกระบุว่าเป็นแหล่งช่วยเหลือมักเป็นบุคคลใกล้ชิดในชีวิตประจำวัน ทั้งในบริบทครอบครัวและสถานศึกษา สะท้อนให้เห็นว่า การขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นมีความเชื่อมโยงกับการมีอยู่ของแหล่งสนับสนุนทางสังคมในชีวิตของเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะเครือข่ายใกล้ชิดที่สามารถเข้าถึงได้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งทำหน้าที่เป็นกลไกสำคัญในการรับมือและป้องกันการถูกกลั่นแกล้งในทุกช่วงวัย

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกแนวทางการรับมือของเด็กและเยาวชนวัยเรียน

1) ความแตกต่างของช่วงวัย เมื่อพิจารณาตามช่วงวัยแล้ว พบว่า เด็กในช่วงระดับมัธยมต้นมีแนวโน้มใช้การขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น เช่น เพื่อน ครู และผู้ปกครอง มากกว่ากลุ่มวัยอื่น สะท้อนว่าการรับมือของเด็กในระดับมัธยมต้นยังพึ่งพาผู้ใหญ่และเครือข่ายใกล้ชิดเป็นหลัก ในขณะที่เมื่อช่วงอายุเพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ยของการขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นมีแนวโน้มลดลง โดยเยาวชนวัยปลายเลือกใช้รูปแบบการรับมืออื่นมากขึ้น เช่น การหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง การอยู่กับเพื่อนสนิท หรือการพยายามไม่สนใจต่อสถานการณ์ แนวโน้มดังกล่าวสะท้อนการเปลี่ยนแปลงของรูปแบบการรับมือจากการพึ่งพาสถานการณ์ภายนอกไปสู่การจัดการด้วยตนเองตามพัฒนาการและบริบททางสังคมของเด็กและเยาวชน อย่างไรก็ตาม ข้อมูลเชิงคุณภาพชี้ให้เห็นว่าการลดลงของการขอความช่วยเหลือไม่ได้หมายถึงการมีพลังอำนาจเพิ่มขึ้นเสมอไป หากแต่บางกรณีสัมพันธ์กับความกังวลว่าจะถูกมองว่าอ่อนแอ หรือไม่ต้องการพึ่งพาผู้ใหญ่มากเกินไป แม้จะยังเผชิญการกลั่นแกล้งในระดับที่รุนแรงหรือซับซ้อนก็ตาม

2) แหล่งสนับสนุนทางสังคม การเลือกวิธีการรับมือกับการกลั่นแกล้งมีความเกี่ยวข้องกับแหล่งสนับสนุนทางสังคมโดยตรง ผู้ถูกกลั่นแกล้งมักอยู่ในสถานะที่เปราะบางทางสังคมและจิตใจ โดยมีข้อจำกัดทั้งด้านเครือข่ายเพื่อน การปกป้องตนเอง และการเข้าถึงการช่วยเหลือจากผู้ปกครองและครู จากการสัมภาษณ์พบว่า หลายกรณีที่เด็กไม่มีแหล่งสนับสนุนทางสังคม เช่น ผู้ปกครองไม่เข้าใจและเพิกเฉย ไม่มีกลุ่มเพื่อนที่ไว้ใจ ไม่กล้าแจ้งครู ส่งผลให้เด็กบางคนเลือกใช้วิธีการหลีกเลี่ยง เพิกเฉย หรือเก็บปัญหาไว้กับตนเองแทนการขอ



ความช่วยเหลือ นอกจากนี้ การขาดการแทรกแซงที่เหมาะสมจากครอบครัว โรงเรียน และสถาบันที่เกี่ยวข้องยังทำให้พฤติกรรมการกลั่นแกล้งดำเนินต่อไปและมีแนวโน้มทวีความรุนแรงมากขึ้น ดังนั้น การกลั่นแกล้งยังสะท้อนโครงสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมและการสนับสนุนทางสังคมที่ไม่เพียงพอ ทั้งในระดับครอบครัว โรงเรียน และชุมชน ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาให้มีระบบการป้องกันและช่วยเหลือที่มีประสิทธิภาพ ที่พร้อมสนับสนุนเด็กและเยาวชนในระดับปฐมภูมิ ทั้งนี้ ระบบการสนับสนุน โดยเฉพาะครอบครัวและเพื่อน มีความสำคัญ แต่ในหลายกรณี ผู้ปกครองซึ่งควรเป็นแหล่งสนับสนุนปฐมภูมียังขาดความเข้าใจเรื่องนี้

“การจัดโครงการกับชุมชน ให้ผู้ปกครองมาแชร์เรื่องการกลั่นแกล้งกันว่าเขาคิดอย่างไร เพราะบางทีผู้ปกครองไม่รู้ด้วยซ้ำว่าคำที่ตัวเองพูดอาจส่งผลต่อจิตใจเด็ก หรืออย่างในชุมชนก็มีการล้อกัน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 12, 10 มกราคม 2568)

“ถ้าไม่รุนแรงมากจะทำไมไม่สนใจ ถ้าเราไม่สนใจเขาจะหยุดไปเอง เหมือนเขาทำอะไรเราไม่ได้ แต่ถ้าเขาไม่ยอมหยุดจะมาปรึกษาผู้ปกครอง บางทีผู้ปกครองก็บอกให้ไม่สนใจ หรือเลียงสถานการณ์” (การสนทนากลุ่ม, 10 มกราคม 2568)

การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและเพื่อนถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยลดความเสี่ยงและผลกระทบของการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชน โดยครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการสร้างความมั่นคงทางอารมณ์และความรู้สึกปลอดภัย การมีความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัวช่วยให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง กล้าที่จะเปิดเผยปัญหา และสามารถขอความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ได้เมื่อเผชิญกับสถานการณ์การกลั่นแกล้ง ขณะเดียวกัน การเลี้ยงดูที่ส่งเสริมความเข้าใจผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ และการเคารพสิทธิของผู้อื่น ยังมีส่วนสำคัญในการป้องกันไม่ให้เกิดพัฒนาพฤติกรรมก้าวร้าวหรือกลั่นแกล้งผู้อื่นอีกด้วย

ในสถานการณ์การกลั่นแกล้งและการรับมือปัญหา ความสัมพันธ์เชิงอำนาจที่ไม่เท่าเทียมเป็นปัจจัยสำคัญหนึ่ง เพราะผู้กลั่นแกล้งมักมีอำนาจมากกว่า อำนาจในที่นี้ไม่ได้หมายถึงอำนาจที่เป็นทางการ แต่เป็นอำนาจแบบไม่เป็นทางการ เช่น อำนาจที่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน เช่น การได้รับการสถาปนาเป็นหัวหน้ากลุ่ม ดังเช่นการถูกตั้งให้เป็น ‘ตัวแม่’ ‘ตัวพ่อ’ ซึ่งเป็นการเรียกผู้ที่มีพฤติกรรมการรังแกคนอื่น หรืออำนาจที่มาพร้อมกับสถานะทางสังคมหรือเศรษฐกิจ ซึ่งอำนาจเหล่านี้ส่งผลให้เกิดการข่มขู่ กลั่นแกล้ง หาแหล่งสนับสนุนเพื่อการกลั่นแกล้ง และสามารถแสดงอำนาจเหนือคนอื่นได้ ในขณะที่เด็กและเยาวชนที่ถูกกลั่นแกล้งจะมีอำนาจที่ไม่เท่ากับผู้อื่น นอกจากนี้ ผู้พบเห็นเหตุการณ์เป็นบุคคลที่สำคัญเพราะหากเป็นบุคคลมีอำนาจ เช่น คณะกรรมการนักเรียนหรือสภาเด็กและเยาวชน จะมีความสามารถในการหยุดการกลั่นแกล้ง เพราะมีแหล่งสนับสนุน เช่น ครู ซึ่งทำให้เปลี่ยนจากการเป็นผู้เห็นเหตุการณ์เป็นผู้พิทักษ์หรือปกป้องได้ เช่น กรณีของเด็กและเยาวชนที่เป็นคณะกรรมการนักเรียน สะท้อนว่า

“ถ้าเห็นคนทะเลาะหรือกลั่นแกล้งกันหนูก็ห้ามเลยคะ เพราะหนูเป็นคณะกรรมการนักเรียน หนูสามารถห้ามได้” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 17, 14 กุมภาพันธ์ 2568)

3) การไม่ยอมรับความแตกต่างหลากหลาย ผลการวิจัยพบว่า การไม่ยอมรับความแตกต่างหลากหลายด้านเชื้อชาติ ศาสนา และชาติพันธุ์ เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการเลือกแนวทางการรับมือของเด็กและเยาวชนวัยเรียน เนื่องจากการกลั่นแกล้งในลักษณะนี้เป็นการกระทำที่กระทบต่ออัตลักษณ์ส่วนบุคคล ความเชื่อทางศาสนา ภาษา วัฒนธรรม และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ถูกกลั่นแกล้ง เด็กและเยาวชนที่ถูกล้อเลียนจากความแตกต่างดังกล่าวจึงมักเผชิญกับความรู้สึกอับอาย ไม่เข้าใจว่าตนเองทำผิดอะไร และเกิดความไม่มั่นใจว่าจะสามารถตอบโต้หรืออธิบายตนเองได้อย่างปลอดภัยเพียงพอ

การกลั่นแกล้งที่เกี่ยวข้องกับเชื้อชาติ ศาสนา และชาติพันธุ์มักเกิดจากการขาดความเข้าใจในความแตกต่างทางวัฒนธรรม เช่น การล้อเลียนสำเนียงหรือการพูดไม่ชัดของเด็กต่างชาติ การนำข้อห้ามทางศาสนา



มาล้อเลียน หรือการทำให้ความเชื่อของผู้อื่นกลายเป็นเรื่องตลกในกลุ่มเพื่อน สถานการณ์เช่นนี้ทำให้ผู้ถูกกลั่นแกล้งจำนวนหนึ่งเลือกใช้แนวทางการรับมือแบบหลีกเลี่ยงหรือเงียบ ไม่ตอบโต้โดยตรง เพราะเกรงว่าการตอบโต้จะทำให้ตนเองถูกล้อเลียนมากขึ้น

“บางทีเด็กคนไทยก็กลั่นแกล้งเพื่อนที่เป็นเด็กคนต่างชาติ ด้วยการพูดล้อเลียนล้อเสียด เช่น ...เอ๊ย ...เอ๊ย ล้อเลียนคำที่เขาพูดไม่ชัด เพื่อนที่โดนล้อแบบนี้เขาก็ไม่ชอบ เพราะเขาไม่รู้ว่าผิดอะไร” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 14, 10 มกราคม 2568)

“มีล้อเพื่อนที่เป็นอิสลามว่ากินหมู กินหมูบั้ง ล้อศาสนาที่ต่างออกไป ทำเป็นเรื่องสนุก แต่เพื่อนเขาไม่สนุกเพราะเป็นศาสนาที่เขานับถือ” (การสนทนากลุ่ม, 10 มกราคม 2568)

การไม่ยอมรับความแตกต่างหลากหลายด้านเชื้อชาติ ศาสนา และชาติพันธุ์ เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกแนวทางการรับมือของเด็กและเยาวชนวัยเรียนในหลายลักษณะ ทั้งการนิ่งเงียบ การหลีกเลี่ยง การปลีกตัว การแกล้ง หรือการขอความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ ทั้งนี้ แนวทางที่เด็กเลือกใช้ขึ้นอยู่กับระดับความรุนแรงของการกลั่นแกล้ง ความรู้สึกปลอดภัยในการพูดออกมา การมีเพื่อนหรือครูที่เข้าใจ และความเชื่อมั่นว่าการขอความช่วยเหลือจะไม่ทำให้ตนเองถูกตีตราหรือถูกกลั่นแกล้งซ้ำมากกว่าเดิม

4) การกลั่นแกล้งที่เกิดจากปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยส่วนบุคคลของเด็กและเยาวชนวัยเรียนเป็นเงื่อนไขสำคัญที่ส่งผลต่อการเลือกแนวทางการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง โดยเฉพาะปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพภายนอก ลักษณะนิสัย บุคลิกภาพ สติปัญญา ความสามารถ การแสดงออกทางเพศ รสนิยม และฐานะทางครอบครัว ปัจจัยเหล่านี้มักถูกนำมาใช้เป็นเหตุผลในการล้อเลียน เหยียดหยาม กีดกันออกจากกลุ่ม หรือทำให้ผู้ถูกกลั่นแกล้งรู้สึกแตกต่างจากเพื่อนวัยเดียวกัน ส่งผลให้เด็กและเยาวชนต้องเลือกวิธีรับมือภายใต้ข้อจำกัดของตนเอง ทั้งในด้านความมั่นใจ ความสามารถในการตอบโต้ ความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อน และความรู้สึกปลอดภัยในการขอความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่

การกลั่นแกล้งจากปัจจัยส่วนบุคคลมักเชื่อมโยงกับการสร้าง ‘มาตรฐาน’ บางอย่างในกลุ่มเพื่อน เช่น มาตรฐานด้านบุคลิกภาพ ความสวยงาม ความเป็นหญิง ความเป็นชาย หรือการแสดงออกทางเพศ เมื่อเด็กหรือเยาวชนคนใดมีลักษณะแตกต่างจากมาตรฐานดังกล่าว อาจถูกนำมาเป็นประเด็นในการล้อเลียน วิจารณ์ หรือเหยียดหยาม ดังคำกล่าวของผู้ให้สัมภาษณ์ที่ระบุไว้

“ลัทธิปรังหน้าตา น้ำหนัก ส่วนสูง หรือการแต่งกายที่ไม่เหมือนคนส่วนใหญ่แล้วกลุ่มที่กลั่นแกล้งเป็นทั้งผู้หญิงและ LGBT อย่างคนที่มั่นใจในตัวเองสูง เกะกะกลุ่มกันวิจารณ์ LGBT อีกกลุ่ม เหยียดลักษณะของเขา แล้วก็เพคะเขาว่าไม่เหมือนผู้หญิง ทั้งน้ำเสียงการแต่งตัว เป็น LGBT แต่ไม่สวย เริ่มจากมาตรฐานทางเพศ แล้วก็โยงไปบุคลิกภายนอก” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2, 10 มกราคม 2568)

“เด็กพิเศษที่โดนแกล้ง เหมือนในเกาหลีเลย ที่จะแกล้งเด็กอันธพาล เด็กมาแกล้ง เวลานั้นกินข้าวจับข้าวยัดใส่ปาก เพราะเขาไม่ตอบโต้เลยยังทำ” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 27, 28 มกราคม 2568)

ข้อมูลนี้ชี้ให้เห็นว่า ความสามารถในการตอบโต้ของเด็กเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเลือกแนวทางการรับมือ หากเด็กไม่สามารถสื่อสาร ปฏิเสธ หรือขอความช่วยเหลือได้อย่างมีประสิทธิภาพ การรับมือมักอยู่ในลักษณะของการยอมจำนน เงียบ หรือหลีกเลี่ยงสถานการณ์ ซึ่งอาจทำให้ผู้กลั่นแกล้งรับรู้ว่าเป็นเป้าหมายที่ตอบโต้ไม่ได้ และนำไปสู่การกลั่นแกล้งซ้ำ

กลไกเชิงสถาบันกับการรับมือปัญหาการกลั่นแกล้ง

จากข้อมูลการสัมภาษณ์สะท้อนให้เห็นว่า แม้โรงเรียนจะมีกลไกเชิงสถาบันหรือช่องทางที่เป็นทางการที่ส่วนใหญ่ดำเนินการโดยโรงเรียนและหน่วยงานภาครัฐ เช่น การเปิดโอกาสให้นักเรียนแจ้งปัญหาต่อครู การมีครูที่ปรึกษา กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (Youth Counselor) มาตรการการตักเตือนและลงโทษ



การรณรงค์ การอบรมให้ความรู้ และการกำหนดแนวทางในการจัดการกรณีเกิดความขัดแย้งระหว่างนักเรียน แต่กลไกดังกล่าวยังมีข้อจำกัดในการปฏิบัติจริง โดยเฉพาะในกรณีที่การตอบสนองต่อปัญหาไม่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วหรือไม่สามารถยุติพฤติกรรมการกลั่นแกล้งได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้เด็กบางส่วนเกิดความไม่มั่นใจในการขอความช่วยเหลือจากครูหรือบุคลากรในโรงเรียน

เด็กและเยาวชนบางคนจึงเลือกใช้วิธีการรับมือด้วยตนเอง เช่น การมองหาวิธีการแก้ไขอื่นๆ เช่น ไม่อยู่ในสถานการณ์เสี่ยง อยู่กับเพื่อนสนิท มากกว่าการขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น เพื่อน ครู ผู้ปกครอง ซึ่งสะท้อนว่ากลไกทางการของโรงเรียนยังไม่สามารถสร้างความรู้สึกลดภัยและความเชื่อมั่นให้กับนักเรียนได้อย่างเพียงพอ ดังนั้น แม้โรงเรียนจะมีระบบหรือแนวทางในการจัดการปัญหาการกลั่นแกล้งอยู่แล้ว แต่ยังคงจำเป็นต้องพัฒนาให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ทั้งในด้านการคุ้มครองผู้ถูกรังแก การสร้างความไว้วางใจในการร้องเรียน และการสร้างสภาพแวดล้อมทางสังคมในโรงเรียนที่ปลอดภัยสำหรับนักเรียนทุกคน

“เริ่มจากล้อ พูดไม่ดีให้เราอาย ทำลายของเล่นเรา ไม่ให้เราอยู่ในกลุ่ม เราก็ดูว่าอะไร แล้วก็ผลักรเราเริ่มรุนแรงขึ้น ทุกครั้งจะบอกครู แต่หลังๆ ไม่กล้าเพราะมีการข่มขู่ด้วย เวลาบอกครูเขาจะปฏิเสธตลอด บอกไม่ได้ทำ มีเงินด้วย หว่าเรายืมเงินไป 20 บาท แต่เราไม่ได้ยืม เขาบอกถ้าไม่คืนจะแกล้งเรา หลังจากนั้นเราก็ดอนแกล้งเลยต้องให้ไป ไม่อยากให้แกล้งอีก พ่อเคยคุยกับครูที่โรงเรียนแล้ว แต่ก็ยังไม่หยุดอีก” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 13, 15 กุมภาพันธ์ 2568)

“เรียนรู้ที่จะปล่อยผ่านและไม่ตอบสนองต่อการกลั่นแกล้งในเรื่องเล็กน้อย การไม่ให้ความสำคัญหรือไม่สนใจต่อคำพูดหรือพฤติกรรมที่บูลลี่ เพื่อให้เรื่องจบลงและไม่ส่งผลกระทบต่อจิตใจในระยะยาว อีกอย่างเด็กไม่กล้าบอกครู เพราะกลัวว่าจะโดนบูลลี่ซ้ำ พวกนั้นอยู่กันเป็นแก๊งใหญ่ ชอบใช้กำลังด้วย ยิ่งไม่กล้าบอก ก็เลยจะไม่ให้เจอ ถ้าเจอก็จะอยู่กับเพื่อน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 3, 15 กุมภาพันธ์ 2568)

แม้โรงเรียนจะมีกลไกเชิงสถาบันในการดูแลและให้คำปรึกษาแก่เด็กและเยาวชนที่เผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งอยู่บ้าง แต่กลไกดังกล่าวยังมี ข้อจำกัดด้านความเพียงพอและความต่อเนื่องในการดำเนินงาน โดยเฉพาะการขาดผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน เช่น นักจิตวิทยา หรือนักสังคมสงเคราะห์ ที่สามารถให้การช่วยเหลือเชิงลึกต่อสภาพปัญหาทางอารมณ์และจิตใจของเด็กได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ บริการให้คำปรึกษาที่มีอยู่ในโรงเรียนบางครั้งยังไม่สามารถสร้างความไว้วางใจให้กับเด็กได้อย่างเพียงพอ ทำให้เด็กบางคนเลือกที่จะไม่เปิดเผยปัญหากับบุคลากรในโรงเรียน และหันไปขอคำปรึกษาจากเพื่อนหรือบุคคลภายนอกแทน

ข้อมูลยังสะท้อนถึงความจำเป็นในการพัฒนาระบบสนับสนุนที่เป็นรูปธรรมและมีความต่อเนื่องมากขึ้น เช่น การจัดตั้งพื้นที่หรือบริการให้คำปรึกษาเฉพาะด้านสำหรับเด็กที่ได้รับผลกระทบจากการกลั่นแกล้ง รวมถึงการประสานความร่วมมือกับผู้เชี่ยวชาญจากหน่วยงานภายนอก เช่น นักจิตวิทยา หรือหน่วยงานด้านการคุ้มครองเด็ก เข้ามาให้คำปรึกษาและติดตามช่วยเหลือเด็กได้อย่างสม่ำเสมอ นอกจากนี้ ยังควรให้ความสำคัญกับการดูแลทั้งเด็กที่ถูกกลั่นแกล้งและเด็กที่เป็นผู้กระทำการกลั่นแกล้ง โดยอาจเชื่อมโยงการทำงานกับครอบครัวและการเยี่ยมบ้าน เพื่อค้นหาปัจจัยเชิงลึกของพฤติกรรมและนำไปสู่การฟื้นฟูและป้องกันปัญหาในระยะยาว

“ทุกวันนี้การกลั่นแกล้งกันก็ยังเกิดขึ้น บริการที่โรงเรียนมีอาจไม่เพียงพอจริงๆ อย่างให้การปรึกษาที่มี แต่บางทีเด็กที่โดนเขาก็ไม่สบายใจมากๆ อยากให้มีผู้เชี่ยวชาญมาให้คำปรึกษาตรงนี้ ไม่ต้องมาประจำก็ได้ แต่เด็กต้องรู้ว่าจะไประบายได้ที่ไหน” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 7, 14 กุมภาพันธ์ 2568)

“มีการอบรมเรื่องการกลั่นแกล้งกันอยู่แล้ว แต่อาจจะขาดความต่อเนื่อง หรือนักเรียนอาจจะไม่ทันคิดตอนทำ เพราะฉะนั้น ถ้าจะป้องกันต้องต่อเนื่อง เน้นย้ำตลอด อาจมีวิทยากรจากภายนอกมาพูดหรือมีหน่วยงานที่ดูแลเรื่องนี้มาช่วยทำกิจกรรม” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5, 10 มกราคม 2568)



การสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อเด็กและเยาวชนวัยเรียนแบบบูรณาการครอบครัวและชุมชน

การป้องกันและลดปัญหาการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับ การสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อเด็ก (Child-friendly Environment) หรือการสร้างนิเวศที่เหมาะสมกับเด็กและเยาวชน ซึ่งไม่สามารถดำเนินการโดยโรงเรียนเพียงลำพัง แต่ต้องอาศัยความร่วมมือของหลายภาคส่วน ทั้งครอบครัว โรงเรียน ชุมชน หน่วยงานที่ปฏิบัติงานด้านการคุ้มครองเด็ก และเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง โดยครอบครัวถือเป็นจุดเริ่มต้นสำคัญในการทำความเข้าใจปัญหาและสนับสนุนเด็ก ขณะที่โรงเรียนควรสร้างบรรยากาศที่ปลอดภัย เอื้อเพื่อ และเคารพสิทธิซึ่งกันและกัน เพื่อให้เด็กสามารถเรียนรู้และใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีศักดิ์ศรี

นอกจากนี้ การสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อเด็ก ยังต้องอาศัยการทำงานร่วมกันในระดับครอบครัว และชุมชนท้องถิ่น ผ่านการสร้างกิจกรรมและพื้นที่ทางสังคมที่ส่งเสริมความสัมพันธ์เชิงบวก การเรียนรู้ร่วมกัน และการตระหนักถึงผลกระทบของการกลั่นแกล้ง โดยมีผู้มีบทบาทหลากหลายเข้ามามีส่วนร่วม เช่น ครู ผู้ปกครอง ผู้นำชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อาสาสมัคร และผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและครอบครัว นอกจากนี้ ควรมีระบบหรือช่องทางการช่วยเหลือที่ชัดเจน เพื่อให้เด็กสามารถเข้าถึงการสนับสนุนได้เมื่อเผชิญปัญหา ดังนั้น การสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อเด็กจึงเป็นกระบวนการที่ต้องอาศัยความร่วมมือของทั้งครอบครัว โรงเรียน และชุมชน เพื่อร่วมกันสร้างวัฒนธรรมของความเคารพ ความเห็นอกเห็นใจ และการอยู่ร่วมกันอย่างปลอดภัยในสังคม

“สร้างสภาพแวดล้อมที่ไม่มีการกลั่นแกล้งหรือบูลลี่ การสร้างข้อตกลงนี้ ควรเป็นการร่วมมือกันระหว่างโรงเรียน ชุมชน และครอบครัว เพื่อให้ทุกคนตระหนักถึงความสำคัญของการไม่บูลลี่อย่างมีความรับผิดชอบ และส่งเสริมการเคารพสิทธิและศักดิ์ศรีของผู้อื่น” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 14, 10 มกราคม 2568)

“การสร้างกิจกรรมและบรรยากาศเชิงบวกในชุมชน โดยอาศัยความร่วมมือของคนในชุมชน ทั้งครอบครัว/ผู้ปกครอง เด็ก ผู้นำชุมชน ครู และเครือข่าย จะทำให้เกิดประสบการณ์ที่ดีร่วมกัน มีความสามัคคี ไม่เกิดการบูลลี่” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 15, 10 มกราคม 2568)

การบูรณาการโรงเรียน ครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานด้านการคุ้มครองเด็ก กับการสร้างระบบนิเวศที่เป็นมิตรกับเด็กและเยาวชนวัยเรียน โดยยึดเด็กเป็นศูนย์กลาง

การพัฒนากลไกการรับมือกับปัญหาการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนจำเป็นต้องดำเนินการอย่างเป็นระบบและบูรณาการในหลายระดับ ได้แก่ ระดับเพื่อน ระดับโรงเรียน ระดับครอบครัว และระดับชุมชน โดยข้อมูลสะท้อนว่า เด็กที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่นมักเคยมีประสบการณ์ถูกกระทำหรือเผชิญความรุนแรงมาก่อน ทั้งจากกลุ่มเพื่อน ครอบครัว หรือสภาพแวดล้อมทางสังคม ดังนั้น การแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งจึงไม่สามารถมุ่งเน้นเฉพาะผู้ถูกกระทำเพียงฝ่ายเดียว แต่ต้องพิจารณาปัจจัยแวดล้อมและความสัมพันธ์ทางสังคมของเด็กอย่างรอบด้าน

การแก้ไขและป้องกันปัญหาการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชน จำเป็นต้องมองปัญหาอย่างรอบด้านและพัฒนาเป็นระบบที่ครอบคลุมทุกมิติของชีวิตเด็ก โดยไม่ควรมุ่งเน้นเฉพาะการจัดการเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในโรงเรียนเท่านั้น แต่ต้องพิจารณาความสัมพันธ์และสภาพแวดล้อมของเด็กทั้งในระดับเพื่อน ครอบครัว โรงเรียน และชุมชนร่วมกัน การดำเนินงานจึงควรพัฒนาไปสู่ ระบบที่เป็นมิตรต่อเด็ก (Child-friendly System) ซึ่งให้ความสำคัญกับการคุ้มครองสิทธิ ความปลอดภัย และสุขภาวะทางจิตใจของเด็กและเยาวชน

ระบบดังกล่าวจำเป็นต้องมีกลไกการสนับสนุนทางสังคมที่เข้มแข็ง ทั้งจากครอบครัว เพื่อน ครู และเครือข่ายในชุมชน เพื่อให้เด็กสามารถเข้าถึงความช่วยเหลือได้อย่างเหมาะสมเมื่อเผชิญปัญหา ขณะเดียวกัน



ควรสร้างสภาพแวดล้อมทางสังคมที่ไม่ยอมรับพฤติกรรมการกลั่นแกล้ง โดยส่งเสริมวัฒนธรรมของความเคารพ ความเห็นอกเห็นใจ และการอยู่ร่วมกันอย่างปลอดภัย การทำงานในลักษณะนี้ต้องอาศัยความร่วมมือและการบูรณาการเพื่อพัฒนาเครือข่ายการดูแลและสนับสนุนเด็กอย่างต่อเนื่อง อันจะนำไปสู่การสร้างสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยและปราศจากการกลั่นแกล้งสำหรับเด็กและเยาวชนวัยเรียนในระยะยาว ซึ่งมีหลายหน่วยงานและวิชาชีพที่ต้องเข้ามาดำเนินงาน และต้องคิดระบบร่วมกันในลักษณะการดำเนินงานร่วม

“คนที่ทำเรื่องนี้ต้องเข้าใจว่าส่งต่อไปทางไหน ควรมีผังว่าถ้าเกิดเหตุการณ์ จะช่วยตรงไหน ศูนย์ให้คำปรึกษาก็ต้องมีผู้เชี่ยวชาญเข้ามา มองว่ากลไกทางกฎหมาย อาจจะไม่แก้ไขปัญหา เพราะคนที่ถูกบูลลี่ ก็คือคนที่ถูกระทำ จริงๆ ทุกคนมีบทบาทในการป้องกันและแก้ไขปัญหา ครอบครัวยุติ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ประธานชุมชน อสม. ครู อพม. นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์” (ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 13, 10 มกราคม 2568)

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายในบทความนี้ อธิบายข้อค้นพบเกี่ยวกับการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชน โดยเชื่อมโยงผลการศึกษากับแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อทำความเข้าใจความซับซ้อนของปัญหา บทบาทของกลไกสนับสนุน และแนวทางพัฒนาระบบคุ้มครองเด็กที่มีประสิทธิภาพ 5 ประเด็น

ประเด็นที่ 1 การกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนปัญหาที่ซับซ้อนและเกี่ยวข้องกับหลายปัจจัย การรับมือและการป้องกันในการกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชนส่วนใหญ่จะเลือกแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง โดยข้อค้นพบจากการศึกษาที่เด็กจำนวนมากเลือกรับมือการกลั่นแกล้งด้วยการหลีกเลี่ยง เจ็บ หรือนำตัวเองออกจากปัญหา มากกว่าการใช้ช่องทางช่วยเหลือผ่านกลไกที่มี ซึ่งการลดลงของการขอความช่วยเหลือสอดคล้องกับช่วงวัยของเด็กที่มากขึ้น โดยการศึกษาของ Cowie and Wallace (2000) กล่าวถึงแนวโน้มของเด็กที่อายุเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะผู้ชาย มักไม่ขอความช่วยเหลือ เพราะกลัวจะถูกมองว่าไม่เข้มแข็ง นอกจากนี้ การที่เด็กมีอายุเพิ่มขึ้นจะรู้สึกว่าจะสามารถจัดการปัญหาด้วยตนเองได้มากขึ้นตามมาด้วย เพราะมีการพัฒนาทักษะทางสังคมจึงสามารถจัดการปัญหาได้ด้วยตนเอง (Smith et al., 1999) ดังนั้น การพัฒนาทักษะสังคมและการสร้างความเข้าใจเชิงบวกกับการขอรับความช่วยเหลือในการรับมือกับปัญหาการกลั่นแกล้งของเด็กและเยาวชนจึงมีความสำคัญต่อการรับมือ โดยเฉพาะกับเด็กและเยาวชนที่สูงกว่าระดับมัธยมต้น

ประเด็นที่ 2 การขอรับความช่วยเหลือผ่านกลไกเชิงสถาบัน หรือกลไกของโรงเรียน อาจไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ทุกกรณี เนื่องจากการขอรับความช่วยเหลือจากช่องทางที่เป็นทางการ สามารถส่งผลให้การกลั่นแกล้งรุนแรงขึ้นและหลายรูปแบบขึ้น ซึ่งสะท้อนผ่านผลการวิจัยว่า หลายกลไกที่ดำเนินงานในเชิงสถาบัน เช่น โครงการเพื่อนช่วยเพื่อน การให้คำปรึกษาในโรงเรียน ไม่ได้สร้างความมั่นใจให้เยาวชนที่ถูกกลั่นแกล้งเนื่องจากเกิดความไม่มั่นใจในการรักษาความลับ หรือความสัมพันธ์ระหว่างผู้ถูกกลั่นแกล้งกับผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งอาจทำให้เกิดการกลั่นแกล้งหนักขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานของ Lee et al. (2022) ที่สะท้อนว่า กลไกเชิงสถาบันส่งผลให้เกิดการกลั่นแกล้งที่รุนแรงและหลายรูปแบบมากขึ้น และงานวิจัยของ Oriol et al. (2025) ที่สะท้อนว่า กลไกเชิงสถาบันทำให้เด็กและเยาวชนถูกกลั่นแกล้งและถูกตีตรา

ประเด็นที่ 3 การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) ทั้งในระดับครอบครัว กลุ่มเพื่อน โรงเรียน ชุมชน มีบทบาทสำคัญต่อการรับมือการกลั่นแกล้ง (Cosgrove, 2014; Lee et al., 2022) งานวิจัยของ Park et al. (2025) ยังชี้ให้เห็นว่า ความสามารถของครอบครัวในการรับมือกับปัญหาหรือความยืดหยุ่นของครอบครัว (Family Resilience) ส่งผลเชิงบวกอย่างมากกับการเป็นกลไกการสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญต่อปัญหานี้ นอกจากนี้ งานวิจัยให้ความสำคัญกับการสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน (Peer Support) ซึ่งจากการศึกษา



พบว่า เด็กกล้าที่จะเปิดเผยปัญหาและได้รับความช่วยเหลืออย่างทันท่วงทีมากกว่าแบบอื่น ซึ่งสะท้อนความสำคัญของระบบการสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน ทั้งการสนับสนุนด้านอารมณ์ การป้องกัน และการแนะนำ ซึ่งถือเป็นกลไกที่ไม่เป็นทางการเพื่อแก้ไขปัญหา (Ajibewa et al., 2025; Klomek, 2020)

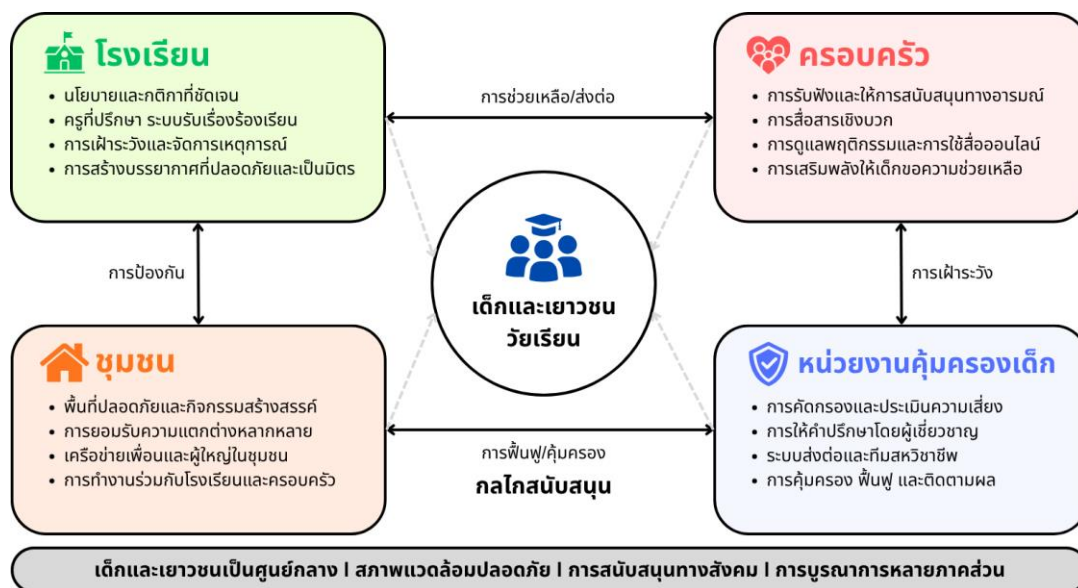
ประเด็นที่ 4 การสร้างนิเวศที่เหมาะสมหรือสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรผ่านความสัมพันธ์เชิงบวก เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน และการสนับสนุนจากครอบครัวและชุมชน จะสามารถแก้ไขปัญหาได้ ผลการศึกษาพบว่า ยังขาดการบูรณาการครอบครัว ชุมชน นักวิชาชีพอื่นๆ เช่น นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ และหน่วยงานคุ้มครองเด็กให้ทำงานร่วมกันเป็นเครือข่าย (Wessells, 2015) โดยปัจจุบัน เด็กและเยาวชนวัยเรียนส่วนใหญ่รับมือกับการกลั่นแกล้งด้วยตนเอง อย่างไรก็ตาม Cohen et al. (2009) และ Kyriakides et al. (2014) ให้ความสำคัญกับการสร้างบรรยากาศที่เหมาะสมในโรงเรียน แต่การศึกษายังไม่ได้ขยายไปยังการสร้างนิเวศที่เหมาะสมนอกโรงเรียน ซึ่งผลการวิจัยนี้เห็นว่า จำเป็นต้องสร้างนิเวศที่เหมาะสม ทั้งในโรงเรียน ครอบครัว และชุมชนด้วย โดยเน้นการพัฒนาพื้นที่ยึดเด็กเป็นศูนย์กลางและเป็นมิตร เข้าใจความต้องการและธรรมชาติของเด็กและเยาวชน เพื่อให้กลไกมีประสิทธิภาพมากที่สุด (Wessells, 2015)

ประเด็นสุดท้าย ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า การสร้างระบบคุ้มครองและป้องกันปัญหาเด็กจำเป็นต้องดำเนินการแบบบูรณาการหลายภาคส่วนโดยต้องนำครอบครัว โรงเรียน หน่วยงานที่ปฏิบัติงานด้านการคุ้มครองเด็ก และชุมชนเข้ามาทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบ และจำเป็นต้องมีการบูรณาการค่อนข้างสูงเนื่องจากปัญหาที่เกิดขึ้นกับเด็กมีความเชื่อมโยงกับสภาพแวดล้อมทางสังคมหลายระดับ สอดคล้องกับ Board on Children, Youth, and Families (2014) และ Wessells (2015) ที่ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของชุมชนในการแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้ง ทั้งนี้ การศึกษาของ อภิญา เวชชัย (2551) พบว่า ระบบการคุ้มครองเด็กในระดับชุมชนท้องถิ่นยังขาดโครงสร้างที่ชัดเจน การดำเนินงานมักเป็นลักษณะตามวาระ จากการศึกษา พบว่า กลไกในระดับชุมชนที่ดำเนินงานเพื่อการแก้ปัญหายังมีน้อย จึงเป็นช่องว่างในการพัฒนากลไกในระดับชุมชนและท้องถิ่น เพื่อทำงานเชิงบูรณาการกับโรงเรียนและครอบครัว เพื่อสร้างสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรกับเด็ก

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

องค์ความรู้สำคัญจากการวิจัยนี้ คือ การจัดการปัญหาการกลั่นแกล้งไม่ควรถูกจำกัดไว้ที่ตัวเด็กหรือโรงเรียนเท่านั้น แต่ต้องอาศัยการบูรณาการระหว่าง 4 ระบบหลัก ได้แก่ โรงเรียน ครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานคุ้มครองเด็ก โรงเรียนมีบทบาทในการกำหนดนโยบายและกติกาที่ชัดเจน พัฒนาระบบรับเรื่องร้องเรียน เผื่อระวังเหตุการณ์ และสร้างบรรยากาศที่ปลอดภัยและเป็นมิตร ครอบครัวมีบทบาทในการรับฟังสนับสนุนทางอารมณ์ ใช้การสื่อสารเชิงบวก ดูแลพฤติกรรมและการใช้สื่อออนไลน์ รวมถึงเสริมพลังให้เด็กกล้าขอความช่วยเหลือ ชุมชนมีบทบาทในการสร้างพื้นที่ปลอดภัย กิจกรรมสร้างสรรค์ การยอมรับความแตกต่างหลากหลาย และการเชื่อมโยงเครือข่ายผู้ใหญ่ในพื้นที่ ส่วนหน่วยงานคุ้มครองเด็กมีบทบาทในระดับวิชาชีพ ได้แก่ การคัดกรองความเสี่ยง การให้คำปรึกษา ระบบส่งต่อ ทีมสหวิชาชีพ การคุ้มครอง พื้นที่ปลอดภัย และติดตามผล

บทความนี้จึงนำเสนอแนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนวัยเรียนในจังหวัดชลบุรี ผ่านกลไกสนับสนุน 4 ขั้นตอน ได้แก่ การป้องกัน การเฝ้าระวัง การช่วยเหลือและส่งต่อ และการฟื้นฟูคุ้มครอง โดยแต่ละขั้นตอนต้องเชื่อมโยงข้อมูล บทบาท และความรับผิดชอบระหว่างหน่วยงานและผู้เกี่ยวข้องอย่างต่อเนื่อง โดยมีหลักการสำคัญ คือ การยึดเด็กเป็นศูนย์กลาง การสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย การสนับสนุนทางสังคม และการบูรณาการหลายภาคส่วน



แผนภาพที่ 1 แนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนวัยเรียนในจังหวัดชลบุรี

ข้อจำกัดในการวิจัย

การวิจัยนี้มีข้อจำกัดสำคัญเกี่ยวกับขอบเขตของกลุ่มตัวอย่างและการตีความผลการศึกษา แม้การออกแบบการวิจัยเดิมจะกำหนดกรอบกลุ่มเป้าหมายเป็นเด็กและเยาวชนอายุ 13 – 25 ปี ตามนิยามเชิงนโยบายของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ แต่ข้อมูลเชิงปริมาณที่มีความสมบูรณ์และนำมาใช้วิเคราะห์จริงมีอายุระหว่าง 13 – 19 ปี ผลการศึกษาจึงสะท้อนประสบการณ์ของเด็กและเยาวชนวัยเรียนในบริบทสถานศึกษาเป็นหลักเท่านั้น อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยได้ลดข้อจำกัดดังกล่าวโดยการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากเด็กและเยาวชน ผู้ปกครอง ครู บุคลากรภาครัฐ และผู้ปฏิบัติงานด้านเด็กและเยาวชนมาประกอบการตีความ เพื่อให้เห็นบริบทของการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งในหลายระดับ ทั้ง ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยเรื่องแนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งในเด็กและเยาวชนวัยเรียนในจังหวัดชลบุรี มีข้อเสนอแนะ ดังนี้

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1. โรงเรียน ครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานคุ้มครองเด็ก ควรร่วมกันพัฒนาไกด์จัดการการกลั่นแกล้งในฐานะปัญหาเชิงระบบ โดยเชื่อมโยงการเฝ้าระวัง การช่วยเหลือ และการส่งต่อระหว่างหน่วยงานอย่างชัดเจน
2. สถานศึกษาและครูที่ปรึกษา ควรจัดให้มีพื้นที่ปลอดภัยและระบบรับเรื่องร้องเรียนที่เด็กไว้วางใจได้ โดยรักษาความลับ ไม่ตีตรา ลดความเสี่ยงจากการถูกกลั่นแกล้งซ้ำ และมีขั้นตอนช่วยเหลือที่ชัดเจน
3. ผู้ปกครอง ผู้นำชุมชน อาสาสมัคร และเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น ควรได้รับการพัฒนาความรู้เรื่องการกลั่นแกล้ง การสังเกตสัญญาณเตือน การสนับสนุนทางอารมณ์ และการประสานส่งต่อเด็กอย่างเหมาะสม



ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. หน่วยงานด้านการศึกษา หน่วยงานคุ้มครองเด็ก และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ควรร่วมกันพัฒนาระบบคุ้มครองเด็กเชิงพื้นที่ที่ครอบคลุมการป้องกัน เฝ้าระวัง ช่วยเหลือ ส่งต่อ พันฟู และติดตามผล
2. กระทรวงศึกษาธิการและสถานศึกษา ควรกำหนดนโยบายและมาตรการป้องกันการกลั่นแกล้งที่เน้นสิทธิเด็ก ศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ความเสมอภาค ความหลากหลาย และการสื่อสารอย่างไม่ใช่ความรุนแรง
3. หน่วยงานคุ้มครองเด็กและทีมสหวิชาชีพ ควรจัดบริการเฉพาะทางสำหรับเด็กที่เกี่ยวข้องกับการกลั่นแกล้ง ทั้งผู้ถูกระทำ ผู้กระทำ และผู้เห็นเหตุการณ์ โดยคำนึงถึงความเป็นส่วนตัว ความไว้วางใจ และการลดการถูกระทำซ้ำ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการกลั่นแกล้งในกลุ่มเยาวชนระดับอุดมศึกษาเพิ่มเติม เพื่อเปรียบเทียบบริบท รูปแบบ การกลั่นแกล้ง แหล่งสนับสนุน และวิธีรับมือที่แตกต่างจากกลุ่มวัยเรียน
2. ควรศึกษาประสิทธิผลของการป้องกันการกลั่นแกล้งเชิงบูรณาการในระดับพื้นที่ โดยทดลองระบบ เฝ้าระวัง รับเรื่องร้องเรียน ส่งต่อ และสร้างพื้นที่ปลอดภัยร่วมกับโรงเรียน ครอบครัว ชุมชน และหน่วยงาน คุ้มครองเด็ก
3. ควรศึกษาเชิงลึกเกี่ยวกับบทบาทของผู้เห็นเหตุการณ์ กลุ่มเพื่อน และความสัมพันธ์เชิงอำนาจ เพื่อพัฒนาแนวทางเสริมพลังให้เด็กเป็นผู้ปกป้อง ช่วยเหลือ และส่งต่อความช่วยเหลือได้อย่างเหมาะสม

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณเด็กและเยาวชนกลุ่มตัวอย่างในจังหวัดชลบุรี ตลอดจนผู้ปกครอง ครู อาจารย์ นักสังคมสงเคราะห์ นักจิตวิทยา นักพัฒนาสังคม และเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนทุกท่าน ที่กรุณาสละเวลาให้ข้อมูล ข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะ และแบ่งปันประสบการณ์ที่มีคุณค่า ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการดำเนินงานวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้บริหารกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 2 ชลบุรี ที่ให้การสนับสนุนและคำแนะนำอันเป็นประโยชน์ตลอดกระบวนการวิจัย รวมทั้งขอขอบคุณกองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 ที่ให้การสนับสนุนทุนวิจัย จนทำให้งานวิจัยนี้สามารถดำเนินการได้อย่างเป็นรูปธรรม

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *เผยเด็กไทยถูกรังแกในโรงเรียนเป็นอันดับ 2 ของโลก*. สืบค้นเมื่อ 30 มีนาคม 2569, จาก <https://mhc7.dmh.go.th/12/10/2018/6736/>
- ธัมมภูริธิตา อยู่เจริญ. (2565). การกลั่นแกล้งบนพื้นที่สาธารณะออนไลน์ของกลุ่มเยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร. *วารสารสังคมสงเคราะห์ศาสตร์*, 30(2), 232–266.
- วัชรพงษ์ ศรีสุข และ ปัทมนันท์ ปุณเสรีพิพัฒน์. (2567). การระรานทางไซเบอร์: มุมมองของนักศึกษาผู้ถูกระรานและปฏิบัติการในการรับมือ. *วารสารวิจัยสังคมและปริทัศน์*, 47(2), Article 271956.
- สาธิตี อารงเลาะห์พันธุ์, อัญมณี กุมมาระกะ, ภัทรีนิ ไตรสถิตย์, ฤทัยชนก กาศเกษม, เบญจลักษณ์ มณีทอง, ณัฏพร มโนใจ, จีรยุทธ ไชยจารุณิข, ศศิกานต์ ลิ้มปิติ, และ พิมพ์วิรัชย์ ศรีคำมูล. (2565). การ



- กลั่นแกล้งในโลกออนไลน์และการรับมืออย่างเหมาะสมในกลุ่มเยาวชน. *วารสารกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์*, 1(3), 47–69.
- สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. (2550). พระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550. https://www.dcy.go.th/public/mainWeb/file_download/1637833342893-691571183.pdf
- อภิญา เวชชัย. (2551). *การพัฒนาระบบการคุ้มครองเด็กในสังคมไทย. (รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์).* สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกสว.).
- อภิญา หิรัญเวช. (2561). *อิทธิพลของอารมณ์ขันทางลบ การละเลยคุณธรรม และการรับรู้ความนิรนาม ต่อพฤติกรรมการข่มเหงรังแกทางเพชบุรี.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Ajibewa, T. A., Kershaw, K. N., Carnethon, M. R., Heard-Garris, N. J., Beach, L. B., & Allen, N. B. (2025). Peer bullying victimization, psychological distress, and the protective role of school connectedness among adolescents. *BMC Public Health*, 25(1), 2763. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-24002-6>
- Azeredo, C. M., Rinaldi, A. E. M., de Moraes, C. L., Levy, R. B., & Menezes, P. R. (2015). School bullying: A systematic review of contextual-level risk factors in observational studies. *Aggression and Violent Behavior*, 22, 65–76. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.04.006>
- Board on Children, Youth, and Families. (2014). Community-based interventions. In *Building capacity to reduce bullying: Workshop summary* (pp. 65–72). National Academies Press.
- Cohen, J., McCabe, E. M., Michelli, N. M., & Pickeral, T. (2009). School climate: Research, policy, practice, and teacher education. *Teachers College Record*, 111(1), 180–213.
- Cowie, H., & Wallace, P. (2000). *Peer support in action: From bystanding to standing by.* SAGE Publications.
- Klomek, A. B. (2020). Peer and parents' support are crucial protective factors against adolescent victimization by bullying. *EClinicalMedicine*, 22, Article 100328. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100328>
- Kyriakides, L., Creemers, B. P. M., Papastilianou, D., & Papadatou-Pastou, M. (2014). Improving the school learning environment to reduce bullying: An experimental study. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 58(4), 453–478. <http://dx.doi.org/10.1080/00313831.2013.773556>
- Lee, J., Roh, B.-R., & Yang, K.-E. (2022). Exploring the association between social support and patterns of bullying victimization among school-aged adolescents. *Children and Youth Services Review*, 136, Article 106418. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106418>



- Oriol, X., Miranda, R., Varela, J., & Garcia, N. (2025). Bullying victimization and subjective well-being in 10- and 12-year-old children from 24 countries: The buffering effect of family and teacher support. *Child Indicators Research*, 18, 1073–1100.
<https://doi.org/10.1007/s12187-025-10226-w>
- Park, Y., Wood, B., Thor, P., Gallegos, T., Curran, L., & Park, K. (2025). Adolescents' victimization and perpetration of bullying and their built environment: Exploring the protective effect of family resilience. *Journal of Interpersonal Violence*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/08862605251384942>
- Smith, P. K., Morita, Y., Junger-Tas, J., Olweus, D., Catalano, R., & Slee, P. (Eds.). (1999). *The nature of school bullying: A cross-national perspective*. Routledge.
- UNICEF Thailand. (2018). *Half of world's teens experience peer violence in and around school – UNICEF*. <https://www.unicef.org/thailand/press-releases/half-worlds-teens-experience-peer-violence-and-around-school-unicef>
- Wessells, M. G. (2015). Bottom-up approaches to strengthening child protection systems: Placing children, families, and communities at the center. *Child Abuse & Neglect*, 43, 8–21. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.04.006>
- World Health Organization. (2021). *Global School-based Student Health Survey: Thailand 2021 fact sheet*. <https://cdn.who.int/media/docs/default-source/ncds/2021-thailand-gshs-fact-sheet.pdf>