



การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

Self-control to Prevent Cyberbullying in Sampran District,
Nakhon Pathom

กนิษฐา สาครชลธาร¹, วันจักร น้อยจันทร์²

Kanitha Sakornchonlathan, Wanjak Noichan

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาคุณลักษณะการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม และ 2. เปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับคุณลักษณะการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ประกอบด้วย 6 ด้าน ด้านการยับยั้งตนเอง ด้านการมีจิตสำนึกที่ดี ด้านความมั่นใจที่จะควบคุมตนเอง ด้านการต่อสู้กับอารมณ์ตนเอง ด้านการอดกลั้นต่อการคับข้องใจ ด้านความสำนึกของการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ผู้วิจัยได้วิจัยโดยใช้แบบสอบถามกับประชาชนอำเภอสามพราน จำนวน 400 คน โดยหาค่าความถี่ ร้อยละ หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) วิเคราะห์โดยการทดสอบค่าที (t-test Independent) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์

ผลการวิจัย พบว่า 1. ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.54 S.D. = 0.42) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีระดับความคิดเห็นสูงสุดคือ ด้านความสำนึกของการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ($\bar{X}$ = 3.74 S.D. = 0.63) รองลงมาคือ ด้านการมีจิตสำนึกที่ดี ($\bar{X}$ = 3.66 S.D. =

¹ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา; Suansunandha Rajabhat University

² มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา; Suansunandha Rajabhat University

Corresponding author, e-mail: kanithatg@gmail.com, tel.098-2937922



0.60) และด้านการอดกลั้นต่อการคับข้องใจ อยู่ในระดับน้อยสุด ($\bar{X}$ = 3.53 S.D. = 0.60) ตามลำดับ) 2. ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน ผลการศึกษาจำแนกตาม เพศ อายุ ภูมิฐานะ พบว่า ภาพรวมไม่แตกต่างกัน จำแนกตาม อาชีพ ระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต (ต่อวัน) พบว่า ความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่าง แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: การควบคุมตนเอง, การป้องกันการถูกรังแก, บนโลกออนไลน์

Abstract

The objectives of this research were 1. to study the level of Self-control to Prevent Cyberbullying in Sampran District, Nakhon Pathom.; and 2. to compare between personal factors and Self-control to Prevent Cyberbullying in Sampran District, Nakhon Pathom. The research instruments are a questionnaire of 5 aspects: in residential aspect, in fair and sufficient compensation, safety working environment, working promotion, and benefit of social work. The researcher used the questionnaires with 196 traffic police officers in the Metropolitan Police Division 2. By finding the frequency and percentage, finding the mean and standard deviation, Analyzed by t-test independent and One-way ANOVA, data analysis using social science software packages.

The results of this study is as below: 1. The level of Self-control to Prevent Cyberbullying in Sampran District, Nakhon Pathom is in a high level ($\bar{X}$ = 3.54, S.D. = 0.42). When considering each aspect, it is found that the aspect of the highest average value of the top 3 was the Social responsibility at a high level ($\bar{X}$ = 3.74, S.D. = 0.63). The second one is the Good conscience at a high level ($\bar{X}$ = 3.66, S.D. = 0.60). The last one is the Tolerating Grievances at a high level ($\bar{X}$ = 3.53, S.D. = 0.60). 2. The perspective of comparison between personal factor and Self-control to Prevent Cyberbullying in Sampran District, Nakhon Pathom



classified by genders, age and geography found that the sample variance was not different. These elements were classified by the difference of career and the range of internet time using found that the sample variance was different and significantly differently at .05 level.

Keywords: Self-Control, Prevent Cyberbullying, Social network

บทนำ

ประเทศไทยได้ ติดอันดับ TOP 5 ของโลก เรื่อง การกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ ที่มีผลกระทบต่อสภาพทางด้านจิตใจ ซึ่งโลกออนไลน์นั้นสามารถเข้าถึงได้ง่ายขึ้น เพียงผ่านการใช้มือถือที่มีอินเทอร์เน็ต ที่ย่อโลกให้ใกล้เข้ามา เชื่อมต่อทุกสิ่งต่าง ๆ ได้เพียงเสี้ยววินาที ในความจริงแล้วนั้นบนโลกใบกลมนี้มี 2 ด้านควบคู่กัน เทคโนโลยีเช่นกัน ถ้ารู้จักใช้เทคโนโลยีในด้านประโยชน์ก็เกิดผลดีกับชีวิต แต่ในอีกด้านถ้าไม่สามารถควบคุมความคิดได้ มันสามารถนำมาเป็นเครื่องมือที่ใช้ทำร้ายผู้คนได้ และเป็นโทษมหันต์ ไม่ว่าจะเป็นการสื่อสารผ่านการเขียน ข้อความเสียง วิดีโอ หรือแม้แต่ภาพถ่ายได้ง่ายมากเกินไป ก็ทำให้เกิด “ไซเบอร์บูลลี่” หรือการรังแกผ่านโลกออนไลน์เกิดก็ขึ้นได้ง่ายขึ้นเช่นเดียวกัน ซึ่งมีผลกระทบ ทำให้ผู้ที่ถูกรังแกเสียสุขภาพจิต อาจทำให้เป็นโรคซึมเศร้า และอาจถึงขั้นระดับความรุนแรงถึงขั้นฆ่าตัวตายได้ (กรมสุขภาพจิต, 2562)

การกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ (ไซเบอร์บูลลี่) คือ การใช้เครื่องมือสื่อสารอย่าง โทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต คอมพิวเตอร์ เชื่อมต่อเครือข่ายสังคมออนไลน์ที่คนอื่น ๆ สามารถเห็นความเคลื่อนไหวได้ มีการสื่อสารโต้ตอบกันในเรื่องราวหรือประเด็นต่าง ๆ ร่วมกันได้ และสามารถแชร์เรื่องราว ข้อความ ต่อไปยังผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นแอฟริเคชั่น เฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ อิน스타그램 ไลน์ หรือเว็บไซต์ ที่เป็นเครื่องมือหลักในการเป็นช่องทางให้เกิดการรังแกและกลั่นแกล้งกัน ด้วยสารพัดวิธี ทั้งการโพสต์ การแชร์ หรือส่งต่อข้อมูลอันเป็นเท็จโจมตีบุคคลอื่น ซึ่งมักจะเป็นข้อความหรือเนื้อหาในทางให้ร้าย กระทำการอันใดที่ส่งผลให้เกิดความอับอายต่อผู้อื่น เป็นการละเมิดสิทธิส่วนบุคคล และบางทีก็อาจเป็นการกระทำที่เลยเถิดไปถึงขั้นผิดกฎหมายและจริยธรรม (กรมสุขภาพจิต, 2562)

ในปัจจุบันระดับความรุนแรงของพฤติกรรมการณ์กลั่นแกล้งได้สูงมากขึ้นกว่าในอดีต เนื่องจากวิธีการกลั่นแกล้งได้เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมและรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ จากในอดีตที่ยังไม่มีเทคโนโลยี การกลั่นแกล้งจึงไม่รุนแรงเท่าในปัจจุบันนี้ เพราะในปัจจุบันได้มีเทคโนโลยีและสิ่งเร้าต่าง ๆ เพิ่มเข้ามาและเป็นทางนำไปสู่การกลั่นแกล้งได้หลายรูปแบบและง่ายขึ้น โดยบางครั้งในตัวของผู้บุคคลคนนั้นยังไม่เคยเจอกันเลยก็ตาม แต่สามารถกลั่นแกล้งกันผ่านสื่อออนไลน์ได้เลย

จากสภาพและปัญหาดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาวิจัยเรื่อง การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม เพื่อศึกษาว่าปัจจัยใดบ้างที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการณ์รังแกบนโลกออนไลน์และการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแก ซึ่งการศึกษารังนี้จะเป็นประโยชน์กับผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายเพื่อใช้ในการป้องกันตนเองจากการถูกรังแกรุนแรงนอกจากนี้ยังเป็นประโยชน์ต่อการจัดการกับปัญหาพฤติกรรมการณ์รังแกบนโลกออนไลน์

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม
2. เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม

วิธีดำเนินการวิจัย

บทความวิจัยเรื่อง “การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม” ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตเนื้อหาโดยจากแนวคิดระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ซึ่งแบ่งออกเป็น 6 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการยับยั้งตนเอง 2) ด้านการมีจิตสำนึกที่ดี 3) ด้านความมั่นใจที่จะควบคุมตนเอง 4) ด้านการต่อสู้กับอารมณ์ตนเอง 5) ด้านการอดกลั้นต่อการคับข้องใจ 6) ด้านความสำคัญของการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย คือ ตัวแปรต้น (Independent Variables) ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต (ต่อวัน) และภูมิฐานะ ตัวแปรตาม (Dependent Variables) การควบคุมตนเองในการป้องกันการ



ถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ประชากร คือ ประชาชนในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน 146,943 คน โดยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างด้วยตารางสำเร็จรูปของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คน พื้นที่ในการศึกษาวิจัย คือ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ระยะเวลาการดำเนินการวิจัย ตั้งแต่ เดือน มีนาคม ถึงเดือนกันยายน พ.ศ. 2563 รวมเป็นระยะเวลา 7 เดือน

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ประชาชนอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน 400 คน สถิติที่ใช้ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และสถิติเชิงอ้างอิงที่ใช้สำหรับทดสอบสมมติฐานการวิจัยโดยจำแนกตามลักษณะของตัวแปร สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คือ การทดสอบค่าที (t-test) ทดสอบค่าเอฟ (F-test) โดยวิธีการวิเคราะห์แบบไคกำลังสอง (Chi-Square)

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเกี่ยวกับ การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จากการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire) ผู้วิจัยนำข้อมูลมาสรุปผลได้ดังนี้

1. ปัจจัยส่วนบุคคล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 224 คน คิดเป็นร้อยละ 56 มีอายุระหว่าง 20 – 29 ปี จำนวน 255 คิดเป็นร้อยละ 63.80 มีการประกอบอาชีพข้าราชการจำนวน 102 คิดเป็นร้อยละ 25.50 มีการใช้อินเทอร์เน็ต 6 ชม.ขึ้นไป จำนวน 198 คิดเป็นร้อยละ 49.50 ภูมิลำเนา ภาคกลาง จำนวน 233 คิดเป็นร้อยละ 58.30

2. ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม

ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.74 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.63 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านสรุปได้ ดังนี้

1) ด้านการยับยั้งตนเอง ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม ด้านการยับยั้งตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.46

2) ด้านการมีจิตสำนึกที่ดี ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม ด้านการมีจิตสำนึกที่ดี โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.66

3) ด้านความมั่นใจที่จะควบคุมตนเอง ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม ด้านความมั่นใจที่จะควบคุมตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.53

4) ด้านการต่อสู้กับอารมณ์ตนเอง ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม ด้านการต่อสู้กับอารมณ์ตนเอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.46

5) ด้านการอดกลั้นต่อการคับข้องใจ ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม ด้านการอดกลั้นต่อการคับข้องใจ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.41

6) ด้านความสำนึกของการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม ด้านความสำนึกของการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.74



ตารางที่ 1 ผลวิเคราะห์การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม โดยภาพรวม

การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ด้านการยับยั้งตนเอง	3.46	0.58	มาก
ด้านการมีจิตสำนึกที่ดี	3.66	0.60	มาก
ด้านความมั่นใจที่จะควบคุมตนเอง	3.53	0.60	มาก
ด้านการต่อสู้กับอารมณ์ตนเอง	3.46	0.61	มาก
ด้านการอดกลั้นต่อการคับข้องใจ	3.41	0.65	มาก
ด้านความสำนึกของการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม	3.74	0.63	มาก
รวม	3.54	0.42	มาก

จากตารางที่ 1 โดยภาพรวมของประชาชน ในอำเภอสามพราน มีการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแก อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.54$, S.D. = 0.42) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีระดับความคิดเห็นสูงสุดคือ ด้านความสำนึกของการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ($\bar{X} = 3.74$, S.D. = 0.63) รองลงมาคือ ด้านการมีจิตสำนึกที่ดี ($\bar{X} = 3.66$, S.D. = 0.60) และด้านความมั่นใจที่จะควบคุมตนเอง ($\bar{X} = 3.53$, S.D. = 0.60) ตามลำดับ

3. เปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ด้านเพศ พบว่าประชาชนในอำเภอสามพรานที่มีเพศต่างกัน มีระดับความคิดเห็น ไม่แตกต่างกัน

การวิเคราะห์ความแปรปรวนของระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ด้านอายุ ที่แตกต่างกัน จากการตรวจสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน ของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพรานที่มีอายุต่างกัน พบว่าความแปรปรวนของประชากรทั้ง 4 กลุ่ม ไม่แตกต่างกัน

การวิเคราะห์ความแปรปรวนของระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม ด้านภูมิลำเนา ที่แตกต่างกัน จากการตรวจสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน ของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณที่มี ภูมิลำเนา ต่างกัน พบว่า ความแปรปรวนของประชากรทั้ง 6 กลุ่ม ไม่แตกต่างกัน

ผลการเปรียบเทียบของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐมที่มีอาชีพ ต่างกัน พบว่า ความแปรปรวนของประชากรทั้ง 4 กลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวด้วยเทคนิค LSD พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 4 กลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของประชากรที่มีอาชีพ ต่างกันพบว่า ประชาชนมีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐมที่มีอาชีพต่างกัน พบว่า พนักงานบริษัท มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม แตกต่างกัน

ผลการเปรียบเทียบของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐมที่มีระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต (ต่อวัน) ต่างกัน พบว่า ความแปรปรวนของประชากรทั้ง 3 กลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวด้วยเทคนิค LSD พบว่า คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของประชากรที่มีระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต (ต่อวัน) ต่างกันพบว่า ประชาชนมีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐมที่มีระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต(ต่อวัน) ต่างกัน พบว่า 6 ชม.ขึ้นไป



มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม แตกต่างกัน

อภิปรายผลการวิจัย

จากข้อค้นพบของการวิจัย มีประเด็นที่สำคัญสามารถนำมาอภิปรายผลเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ระดับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม โดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก พบว่า ส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ด้านความสำนึกของการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ด้านการมีจิตสำนึกที่ดี ด้านความมั่นใจที่จะควบคุมตนเอง ด้านการต่อสู้กับอารมณ์ตนเอง ด้านการยับยั้งตนเองและด้านการอดกลั้นต่อการคับข้องใจ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย สารระ มุขติ (2559) ได้ศึกษา การพัฒนารูปแบบการควบคุมตนเองตามแนวพุทธจิตวิทยา สำหรับนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช พบว่า การควบคุมตนเองตามหลักพุทธจิตวิทยาโดยรวมทั้งฉบับในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 3.847 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.271 ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านมโนธรรมที่ได้รับการพัฒนา

2. การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

ผลเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม พบว่า ทั้งภาพรวมและรายข้อมีด้านที่แตกต่างกันคือ อาชีพ ระยะเวลา แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยเล่มอื่น อาจเป็นเพราะ อาชีพ ระยะเวลา ของประชาชนในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐมแตกต่างกัน

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม พบว่าภาพรวมรายด้านรายข้อที่ไม่แตกต่างกัน คือ เพศ อายุ ภูมิฐานะ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สารระ มุขติ (2559) ได้ศึกษา การพัฒนารูปแบบการควบคุมตนเองตามแนวพุทธจิตวิทยา สำหรับนักศึกษา พยาบาลคณะ

พยาบาลศาสตรเกื้อการุณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช พบว่า การควบคุมตนเองตามหลักพุทธจิตวิทยาโดยรวมทั้งฉบับในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 3.847 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.271 ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านมโนธรรมที่ได้รับการพัฒนา ($\bar{X}$ = 4.167, SD = 0.389)

องค์ความรู้ใหม่

การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ได้แก่ การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ด้านการยับยั้งตัวเอง ด้านการมีจิตสำนึกที่ดี ด้านความมั่นใจที่จะควบคุมตนเอง ด้านการต่อสู้กับอารมณ์ตนเอง ด้านการอดกลั้นต่อการคับข้องใจ ด้านความสำนึกของการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีภาพรวมอยู่ในระดับมาก ฉะนั้นการที่จะทำให้การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ต้องพัฒนาในเรื่องการยับยั้งตนเองต่อสิ่งชั่วร้าย การมีจิตสำนึกที่ดีอยู่ตลอดเวลา มีความมั่นใจที่จะควบคุมตนเองเมื่ออยู่บนโลกออนไลน์ สามารถที่จะต่อสู้กับอารมณ์ตนเองได้ อดกลั้นต่อการคับข้องใจเวลาอยู่บนโลกออนไลน์ และมีความสำนึกในการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม จึงควรพัฒนาการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ให้กับประชาชนในด้านที่กล่าวมาข้างต้น



ภาพที่ 1 การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์



ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากการศึกษาดังกล่าวมาข้างต้นปรากฏว่า การควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม โดยภาพรวมและรายข้ออยู่ในระดับมาก ประชาชน ในอำเภอสามพรานมีการควบคุมอารมณ์ตนเองในการยับยั้งชั่งใจในการใช้อินเทอร์เน็ต แต่ควรมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในระดับอำเภออื่นเพื่อที่จะเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในการป้องกันตนเองบนโลกไซเบอร์

2. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

- 1) ควรศึกษาในเรื่องการควบคุมตนเองในการป้องกันการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในอำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ในกลุ่มประชากรอื่นที่แตกต่างกัน
- 2) ควรมีการศึกษาระบบการพัฒนาโปรแกรมการป้องกันพฤติกรรมกรังแกบนโลกออนไลน์ อย่างเป็นรูปธรรม รวมถึงทดลองใช้และศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันพฤติกรรมกรังแกบนโลกออนไลน์

เอกสารอ้างอิง

- ไพศาล ไกรสิทธิ์. (2542). *การพัฒนาตน*. ราชบุรี: สถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง.
- วัลยา ธรรมพานิชวัฒน์. (2553). ทฤษฎีการควบคุมตนเอง: แนวคิดและการประยุกต์ใช้ในการพยาบาลเด็กและครอบครัว. *วารสารสภาการพยาบาล*, 25(4): 23-33.
- สาระ มุขดี. (2559). *การพัฒนารูปแบบการควบคุมตนเองตามหลักพุทธจิตวิทยา สำหรับนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์เพื่อการรู้ณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราชธิราช*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาคุชฎบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- Bandura, Albert. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Bandura, Albert. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of control*. New York: W.H. Freeman.

