

ปัจจัยทางจิตและสังคมที่สัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแก
บนโลกออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
Psychological Factors and Social Factors Related to Resilience from
Cyberbullying Among Senior High School Students

จิตติมา ดีพันธ์

Jittima Deephan

จิตรพร เบาแรง

Jitraporn Baorang

ทิตยา สามสี

Tittaya Samsee

ณัฏฐิรนาฏ บิณรัตน์

Natthiranat Binrat

ทิจากร กุลพิพัฒนรัตน์

Thichakorn Kulpipatrat

ธีระชน พลโยธา

Teerachon Polyota

ปิยนุช พันธ์ เพี้ยชัย

Pinyapan Piasai

คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์ 1) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว โรงเรียน และเพื่อน ที่สัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ และ 2) เพื่อศึกษาอำนาจในการทำนายของปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคม ที่มีต่อการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีประสบการณ์ในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ จำนวน 300 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกตัวอย่างแบบโควตา การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้แบบวัดที่มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า 6 ฉบับ ได้แก่ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว โรงเรียน และเพื่อน และ

แบบวัดการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันและการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบปกติ ผลการวิจัยพบว่า 1) ตัวแปรต้นทุกตัวมีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 2) ปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจาก ครอบครัว โรงเรียน และเพื่อน สามารถร่วมกันทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คิดเป็นร้อยละ 46.8 ตัวแปรที่มีความสำคัญมี 4 ตัวแปร ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว

คำสำคัญ: ภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์, การเห็นคุณค่าในตนเอง, การมองโลกในแง่ดี, การสนับสนุนทางสังคม

Abstract

This research aimed to 1) study the correlation of psychological factors which were self-esteem and optimism, and social factors which were social support from family, school and friends relating to resilience from cyberbullying; and 2) study power of prediction of psychological factors and social factors to resilience from cyberbullying among senior high school students. The research samples included 300-senior-high-school-students who experienced cyberbullying. This study employed quota sampling. The instrument for collecting data were rating scales consisting of six questionnaires: self-esteem questionnaire; optimism questionnaire; social support from family; school and friends questionnaire; and resilience from cyberbullying questionnaire. The data analysis used the Pearson product-moment correlation coefficient and Enter Multiple Regression Analysis. The results of this study were 1) there were positive and statistically significant relationships of .01 level between every independent variable and dependent variable.; 2) psychological factors and social factor predicted resilience from cyberbullying of senior high school students at 46.8 % with a statistical significant of .05 level and the important factors were self-esteem, optimism, social support from friends and family.

Keywords: resilience from cyberbullying, self-esteem, optimism, social support

ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

ความรุนแรงเป็นสาเหตุสำคัญของการเสียชีวิตของวัยรุ่นติดอันดับ 4 ของโลก โดยเฉลี่ยวัยรุ่นทั่วโลก 200,000 คนต่อปี ถูกคร่าชีวิตเพราะความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการฆาตกรรม การทำร้ายร่างกาย การคุกคามด้วยอาวุธ กลุ่มวัยรุ่นที่ใช้ความรุนแรง รวมไปถึงการกลั่นแกล้งรังแก หรือที่เรียกว่า Bullying (World Health Organization, 2015) ปัจจุบันเทคโนโลยีการสื่อสารบนโลกออนไลน์ถูกนำมาใช้ในการกลั่นแกล้งรังแกคำทอ แชรข้อมูลล้อเลียน ทำให้เกิดความรู้สึกเจ็บปวดและอับอาย เป็นปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นและร้ายแรงอย่างมากของกลุ่มวัยรุ่นในปัจจุบัน สำหรับในวัยรุ่นไทยนั้น มีการสำรวจเยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า วัยรุ่นร้อยละ 43.9 ยอมรับว่าเคยโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ ซึ่งการกลั่นแกล้งรังแกที่โดนกระทำบ่อยที่สุด คือ การถูกด่าทอว่าร้าย และนินทาผ่านมือถือหรืออินเทอร์เน็ต ซึ่งผลการวิจัยยังพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดการกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ เกิดจากการที่วัยรุ่นไทยในปัจจุบันเกือบทุกคนสามารถเข้าถึงอุปกรณ์สื่อสาร เช่น โทรศัพท์มือถือและอินเทอร์เน็ตได้อย่างรวดเร็ว และมีการใช้งานอุปกรณ์สื่อสารในปริมาณมาก (มุสิกพันธ์ และคณะ, 2552) และผลการศึกษาของ เทเลนอร์ กรุ๊ปซึ่งทำธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับโทรคมนาคม (Telenor Group, 2016) ได้ทำการศึกษาประสบการณ์เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแกทางอินเทอร์เน็ตและการถูกกดดันจากเพื่อนออนไลน์ในนักเรียนอายุตั้งแต่ 12-18 ปี ทั้งในประเทศไทย บังคลาเทศ และมาเลเซีย โดยในนักเรียนไทย จำนวน 1,336 คน พบว่า ร้อยละ 33 เคยมีประสบการณ์หรือเกี่ยวข้องกับการรังแกผ่านโลกโซเชียล ดังนั้น การโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ ถือเป็นปัญหาที่สำคัญ และกำลังคุกคามวัยรุ่นไทยอยู่ไม่น้อย

การกลั่นแกล้งรังแกกันบนโลกออนไลน์ (Cyberbullying) หมายถึง การกระทำหรือพฤติกรรมก้าวร้าว โดยใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์โดยเจตนา โดยกระทำซ้ำ ๆ เป็นระยะเวลายาวนาน โดยบุคคลหรือกลุ่มคนกลุ่มหนึ่งที่มีต่อเหยื่อผู้ที่ไม่สามารถป้องกันตนเองได้ (Smith et al., 2008) ผ่านช่องทางการสื่อสาร เช่น โทรศัพท์มือถือ ระบบส่งข้อความทันที หรือสังคมออนไลน์ เช่น Facebook, Instagram, Youtube, และ Twitter โดยรูปแบบการกลั่นแกล้งรังแกมีทั้งการด่าทอว่าร้ายกัน การเผยแพร่รูปภาพที่น่าอายของผู้อื่น การใส่ร้ายป้ายสี การส่งต่อข้อมูลความลับของผู้อื่น หรือแม้กระทั่งการปลอมแปลงเป็นบุคคลอื่นเพื่อกระทำการให้บุคคลนั้นเสื่อมเสียชื่อเสียง (Agatston, Kowalski, & Limber, 2007) ในบางครั้งผู้ตกเป็นเหยื่อก็ไม่สามารถรับรู้ได้ว่าใครเป็นผู้กระทำ (Dooley, PyŻalski, & Cross, 2007) โดยเทคโนโลยีที่เปลี่ยนไป ยิ่งทำให้รูปแบบของการกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์เกิดความรุนแรงเพิ่มขึ้น (ลิ้มพานิช, 2563)

การกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ไม่ได้เป็นเพียงการคุกคามทางออนไลน์หรือก่อกวนทางมือถือ หรือเป็นปัญหาเล็กน้อย เมื่อเทียบกับการทำร้ายร่างกายจากการกลั่นแกล้งรังแกแบบดั้งเดิมอย่างที่หลายคนเข้าใจ (Patchin, & Hinduja, 2012) ทั้งนี้ จากการศึกษาของเวเบอร์และเพลเฟรย์ (Weber, & Pelfrey, 2014)

พบว่า เยาวชนที่เป็นเหยื่อของการกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ต่างเขียนบรรยายถึงผลกระทบทางจิตใจที่ได้รับ ได้แก่ เกิดความหวาดกลัว เช่น เศร้า ซึมเศร้า ไม่อยากไปโรงเรียน รู้สึกโดดเดี่ยว รู้สึกถูกจ้องจ้องจากเพื่อนในโรงเรียน เสียสมาธิทางการเรียน นอกจากนี้ยังเป็นเหตุให้หวาดกลัวต่อการโดนทำร้ายร่างกาย เพราะการกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ทำให้พวกเขารู้สึกเสี่ยงต่อความไม่ปลอดภัย และมีผลเปลี่ยนแปลงต่อชีวิตในด้านอื่นตามมา เช่น สูญเสียตัวตนในโลกออนไลน์ ต้องย้ายโรงเรียน หาเพื่อนกลุ่มใหม่แทนกลุ่มเดิม ซึ่งนักเรียนหลายคนไม่รู้ว่าเป็นผู้รังแก โดยจุดเริ่มต้นของความรุนแรงที่ไม่รู้มาจากไหนแต่มักกลับเกิดขึ้นไม่หยุด เป็นวงจรซ้ำซาก ดังนั้นการกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์นั้นส่งผลต่อจิตใจ อารมณ์ และคุณภาพชีวิตในโลกจริงในผู้โดนกลั่นแกล้งรังแก ถือเป็นความรุนแรงอย่างหนึ่งที่เป็นผลมาจากการขาดความสามารถในการจัดการปัญหาและความเครียดของวัยรุ่น บางรายถึงขั้นพยายามฆ่าตัวตายเพื่อให้หลุดพ้นจากความเครียดและความทรมานที่ได้รับจากการกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ (Patchin, & Hinduja, 2012)

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า ภูมิคุ้มกันทางใจ (Resilience Quotient) หรือจะมีการเรียกในคำภาษาไทยอื่นด้วยว่า พลังใจ ความเข้มแข็งทางใจ พลังสุขภาพจิต ความยืดหยุ่นทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2562) นั้น หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการกลับสู่สภาวะเดิมให้มีชีวิตปกติสุข ภายหลังจากที่ได้เจอสภาวะที่ยากลำบากหรือประสบการณ์ที่เจ็บปวด โดยการเผชิญและจัดการกับปัญหาที่มีวิธีการให้ตนเองไม่จมอยู่กับความทุกข์ที่เกิดขึ้นตลอดจนมีการปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อให้แก้ไขสิ่งที่เกิดขึ้นได้ (กรมสุขภาพจิต, 2562) ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการกลับสู่สภาวะเดิมให้มีชีวิตปกติสุข ภายหลังจากการถูกกระทำผ่านช่องทางเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ที่ก่อให้เกิดผลกระทบทางลบต่อจิตใจ สังคม และการดำเนินชีวิต โดยที่สามารถเผชิญและจัดการกับปัญหาได้ ไม่จมอยู่กับความทุกข์ที่เกิดขึ้น ตลอดจนมีการปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อให้แก้ไขสิ่งที่เกิดขึ้นได้ โดยมีงานวิจัยที่พบว่า การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภูมิคุ้มกันทางใจของเยาวชน (ชูชม, ธนะชานันท์, และ ทองภักดี, 2553) และสามารถอธิบายภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นได้ (ดำสนวน, 2560) การเห็นคุณค่าในตนเองความสัมพันธ์ทางบวกกับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่น (อุปนนชัย, 2556; วงษ์จันทร์, นินทจันทร์, และ แสงอ่อน, 2558; รักษารักษ์, และ ผิวเหลือ, 2558) และการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว และเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความยืดหยุ่นทางอารมณ์ของนักเรียน (อุปนนชัย, 2556)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว โรงเรียน และเพื่อน เพื่อวิเคราะห์ดูว่าปัจจัยดังกล่าวมีความสัมพันธ์และสามารถร่วมกันทำนายภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ได้หรือไม่ ผลการวิจัยนี้จะทำให้ได้ข้อมูลที่เป็นแนวทางให้ผู้ปกครอง ครู หรือสถานศึกษา ในการส่งเสริมการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์แก่นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

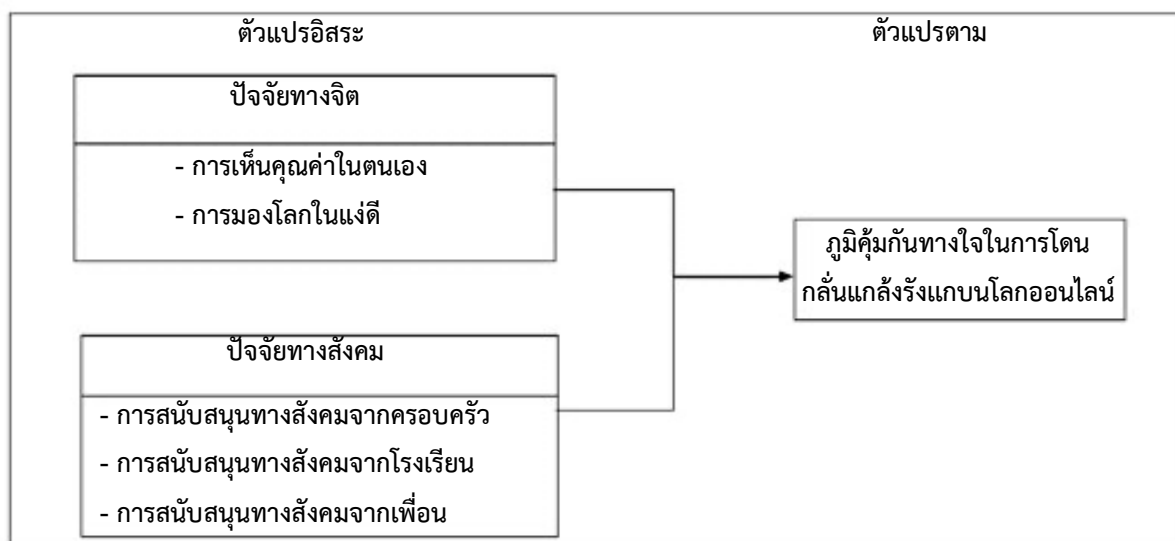
วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน และการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

2. เพื่อศึกษาอำนาจในการทำนายของปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน และการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ที่มีต่อการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผู้วิจัยสรุปกรอบแนวคิดการวิจัยได้ ดังนี้



ภาพประกอบที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายชั้นปีที่ 4-6 ในประเทศไทยที่มีประสบการณ์ในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายชั้นปีที่ 4-6 ที่มีประสบการณ์ในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ ซึ่งได้มาจากการเลือกตัวอย่างแบบโควตา (Quota sampling) จำนวนชั้นปีละ 100 คน การ

คำนวณกลุ่มตัวอย่างตามคำอธิบายของแฮร์และคณะ (Hair et.al, 2010) คือ 10 ถึง 40 × จำนวนตัวแปรอิสระในงานวิจัย จะได้กลุ่มตัวอย่างจำนวนอย่างน้อย $40 \times 5 = 200$ คน ซึ่งงานวิจัยนี้ใช้กลุ่มตัวอย่าง 300 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบวัด 6 ฉบับ โดยมีแบบวัดที่ผู้วิจัยได้นำมาจากการวิจัยอื่นจำนวน 2 ฉบับ และผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจำนวน 4 ฉบับ ซึ่งแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองได้มีการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน และคัดเลือกข้อวัดที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (Indexes of Item-Objective Congruence : IOC) ตั้งแต่ .50 ขึ้นไป จากนั้นจึงนำแบบวัดทั้ง 6 ฉบับไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คน เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อที่ผ่านเกณฑ์กับคะแนนรวมของมาตรวัด (Corrected Item-Total Correlation : CITC) และค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แบบแอลฟา โดยมีรายละเอียด ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงลักษณะและคุณภาพของแบบวัดที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย

แบบวัด แต่ละตัวแปร	ลักษณะของแบบวัด	จำนวนข้อ คำถาม	คุณภาพของแบบวัด	
			ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ	ค่าความเชื่อมั่น
แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง	มาตราประเมินค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยได้นำจากแบบวัด Rosenberg Self Esteem (Rosenberg, 1981)	7	.49 ถึง .63	.82
แบบวัดการมองโลกในแง่ดี	มาตราประเมินค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ผู้วิจัยนำมาจาก The Life Orientation Test-Revised ของพัชรา รุ่งสันเทียะ (2559) นำมาปรับปรุงเป็นฉบับภาษาไทย	7	.34 ถึง .57	.70
แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว	มาตราประเมินค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองตามนิยามปฏิบัติการ	18	.45 ถึง .90	.95
แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน	มาตราประเมินค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองตามนิยามปฏิบัติการ	20	.47 ถึง .85	.94
แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน	มาตราประเมินค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองตามนิยามปฏิบัติการ	20	.25 ถึง .83	.92
แบบวัดภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์	มาตราประเมินค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ จริ่งที่สุด ถึง ไม่จริงเลย ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองตามนิยามปฏิบัติการ	26	.21 ถึง .76	.93

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลโดยใช้ Google Form ในเดือนเมษายน พ.ศ. 2564

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) และ การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) โดยใช้วิธีนำตัวแปรเข้าทั้งหมด (ENTER)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1) ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 300 คน โดยมีคุณลักษณะดังตาราง 2

ตาราง 2 แสดงค่าจำนวน ร้อยละ ของข้อมูลพื้นฐานกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. ระยะเวลาในการใช้สื่อออนไลน์		
1-2 ชั่วโมง	8	2.67
3-6 ชั่วโมง	98	32.67
7-10 ชั่วโมง	129	43.00
11-14 ชั่วโมง	30	10.00
15-18 ชั่วโมง	21	7.00
19-24 ชั่วโมง	14	4.67
2. ประสบการณ์การโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์		
การถูกโจมตีด้วยข้อความที่รุนแรงหรือหยาบคาย (Flaming)	196	65.33
การถูกก่อกวนคุกคาม โดยการใช้ถ้อยคำหรือการกระทำใด ๆ ที่ทำให้ผู้โดนกลั่นแกล้งรังแกเกิดความรำคาญใจ และความทุกข์ใจ (Harassment)	171	57.00
การถูกเผยแพร่ข้อมูลเท็จทำให้ผู้โดนกลั่นแกล้งรังแกเกิดความเสียหาย อับอาย หรือถูกดูหมิ่นเกลียดชัง (Denigration)	92	30.67
การถูกสวมรอยตัวตนเพื่อนำไปสร้างความเสียหาย (Impersonation)	29	9.67
การถูกเผยแพร่ข้อมูลส่วนตัวหรือความลับ (Outing and trickery)	72	24.00
การถูกลบ ถูกบล็อก ถูกขัดขวาง หรือกีดกันไม่ให้เข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือการพูดคุยต่าง ๆ ในโลกออนไลน์ (Exclusion / Ostracism)	107	35.67
การถูกติดตามข่มขู่ซ้ำ ๆ อย่างจริงจังและรุนแรงผ่านทางโลกออนไลน์ ทั้งทางโทรศัพท์และทางอินเทอร์เน็ต จนก่อให้เกิดความกลัวแก่ผู้โดนกลั่นแกล้งรังแก (Cyberstalking)	26	8.67
การถูกทำร้ายร่างกายแล้วนำไปเผยแพร่สาธารณะ (Happy Sapping)	10	3.33

จากตาราง 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ใช้สื่อออนไลน์เกิน 2 ชั่วโมงมีจำนวนทั้งหมด 292 คน แบ่งเป็นระยะเวลาในการใช้สื่อออนไลน์ 3-6 ชั่วโมง มีจำนวน 98 คน (ร้อยละ 32.67) 7-10 ชั่วโมง มีจำนวน 129 คน (ร้อยละ 43) 11-14 ชั่วโมง มีจำนวน 30 คน (ร้อยละ 10) 15-18 ชั่วโมง มีจำนวน 21 คน (ร้อยละ 7) 19-24 ชั่วโมง มีจำนวน 14 คน (ร้อยละ 4.67) ด้านประสบการณ์การโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ พบว่า 3 ประสบการณ์ที่มีอันดับสูงสุด ได้แก่ การถูกโจมตีด้วยข้อความที่รุนแรงหรือหยาบคาย (Flaming) มีจำนวน 196 (ร้อยละ 65.33) การถูกก่อกวนคุกคาม โดยการใช้ถ้อยคำหรือการกระทำใด ๆ ที่ทำให้ผู้โดนกลั่นแกล้งรังแกเกิดความรำคาญใจ และความทุกข์ใจ (Harassment) มีจำนวน 171 คน (ร้อยละ 57) และ การถูกลบ ถูกบล็อก ถูกขัดขวาง หรือกีดกันไม่ให้เข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรม หรือการพูดคุยต่าง ๆ ในโลกออนไลน์ (Exclusion / Ostracism) มีจำนวน 107 คน (ร้อยละ 35.67) ตามลำดับ ส่วนประสบการณ์การถูกกลั่นแกล้งในรูปแบบอื่นที่นอกเหนือจากตัวเลือกที่กำหนดให้ นั้นไม่มีผู้ตอบเพิ่ม

2) ค่าสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (M) ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน (SD) ของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา โดยมีผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังตาราง 3

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว โรงเรียน และเพื่อน และภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

ตัวแปร	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
การเห็นคุณค่าในตนเอง (ES)	2.53	0.60
การมองโลกในแง่ดี (OP)	3.31	0.60
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว (SP)	3.73	1.26
การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน (SC)	3.35	1.15
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน (SF)	4.38	1.12
ภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ (RE)	3.96	0.92

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับมาก (ช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-4 คะแนน มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.53 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.60) การมองโลกในแง่ดี อยู่ในระดับปานกลาง (ช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-5 คะแนน มีค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 3.31 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.60) การสนับสนุนทางสังคม แบ่งเป็น การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวอยู่ในระดับดี (ช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-6 คะแนน ค่าเฉลี่ยโดยรวม 3.73 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.26) การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนอยู่ในระดับปานกลาง (ช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-6 คะแนน มีค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 3.35 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.15) และการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนอยู่ในระดับดีมาก (ช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-6 คะแนน มีค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 4.38 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.12) และการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์อยู่ในระดับดี (ช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-6 คะแนน ค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 3.96 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.92)

3) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐาน

สมมติฐานของการวิจัย ข้อที่ 1 ปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน และการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน มีความสัมพันธ์กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 แสดงผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ภายในแบบเมทริกซ์ (Intercorrelation matrix) ของตัวแปรต้นกับตัวแปรตามที่ใช้ในการศึกษา

	RE	ES	OP	SP	SC	SF
RE	1					
ES	.590**	1				
OP	.584**	.671**	1			
SP	.458**	.475**	.399**	1		
SC	.411**	.381**	.392**	.465**	1	
SF	.393**	.278**	.357**	.381**	.366**	1

** มีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

จากตาราง 4 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในตัวแปรทำนาย พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง และ การมองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .671 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว โรงเรียน และเพื่อน มีความสัมพันธ์กัน

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีพิสัยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .366 ถึง .465 ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในปัจจัยทางจิตและปัจจัยทางสังคม มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีพิสัยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .278 ถึง .475

เมื่อพิจารณาถึงภาวะเส้นตรงร่วมพหุ (Multicollinearity) ระหว่างตัวแปรทำนายด้วยตัวเอง พบว่าไม่มีตัวแปรทำนายคู่ใดที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เกิน .80 จึงไม่เกิดปัญหาภาวะเส้นตรงร่วมพหุ คือ การที่ตัวแปรทำนายมีความสัมพันธ์กันเองในระดับสูง ดังนั้นจึงสามารถนำไปวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณต่อไปได้

สำหรับผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานการวิจัย พบว่า ปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน และการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน มีความสัมพันธ์กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีพิสัยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .393 ถึง .590

สมมติฐานข้อที่ 2 ปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน และการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน สามารถทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้ ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 ผลการทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

ตัวแปร	b	SE _b	β	t	P
การเห็นคุณค่าในตนเอง (ES)	1.617	3.344	.284	4.704***	.000
มองโลกในแง่ดี (OP)	1.468	.341	.257	4.305***	.000
การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว (SP)	.131	.056	.124	2.399*	.020
การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน (SC)	.097	.053	.093	1.845	.066
การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน (SF)	.152	.052	.141	2.926**	.004

$$a = 11.711 ; SE_{est.Y} = 6.138$$

$$R = .684 ; R^2 = .468 ; F = 51.739 ; p = .05$$

* มีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05; ** มีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01; *** มีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .001

จากตาราง 5 ปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจาก ครอบครัว โรงเรียน และเพื่อน สามารถร่วมกันทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้อย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ .684 และมีค่ากำลังสองของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ .468 แสดงว่าตัวแปรทั้ง 5 ตัว สามารถร่วมกันทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้ร้อยละ 46.8 ตัวแปรที่มีความสำคัญมี 4 ตัวแปร ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ($\beta = .284, p < .001$) การมองโลกในแง่ดี ($\beta = .257, p < .001$) การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ($\beta = .141, p < .01$) การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว ($\beta = .124, p < .05$) ตามลำดับ ทั้งนี้สามารถเขียนสมการพยากรณ์ในรูปแบบมาตรฐานได้ดังนี้

$$Z'_{RE} = .284(Z_{ES}) + .257(Z_{OP}) + .124(Z_{SP}) + .093(Z_{SC}) + .141(Z_{SF})$$

การอภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังต่อไปนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 ปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน และการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน มีความสัมพันธ์กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

1. การเห็นคุณค่าในตนเองกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

ผลการวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 โดยเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์สูงสุดในงานวิจัยนี้ ($r = .590$) อธิบายได้ว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์มากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับการเห็นคุณค่าในตนเองแต่ละคน เนื่องจากการเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในตนเองเกี่ยวกับการยอมรับนับถือตนเอง เห็นประโยชน์หรือความสำคัญของตนเอง และมีความเชื่อมั่นในตนเอง รวมทั้งประเมินตนเองทั้งในทางบวกและทางลบ (Rosenberg, 1981) การที่นักเรียนจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ จึงขึ้นอยู่กับว่านักเรียนจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ระดับใด ถ้านักเรียนรับรู้ว่าคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูง ก็จะช่วยในการส่งเสริมการมีภูมิคุ้มกันทางใจเพื่อให้นักเรียนสามารถกลับสู่สภาวะเดิมให้ชีวิตปกติสุขหลังจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ แต่ถ้ารับรู้ว่าคุณค่าในตนเองระดับต่ำ นักเรียนก็จะมีอาการอยากลำบากในการข้ามผ่านสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ การพบผลเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก พัฒนาการในด้านการแสวงหาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่น ที่วัยรุ่นเรียนรู้ที่จะมีความเข้าใจต่อตนเองและผู้อื่น หากพัฒนาการในช่วงนี้เป็นไปในทางไม่ดีหรือทางลบจะเกิดความสับสน ไม่เป็นตัวของตัวเอง เหนงหงอย วิตกกังวล (แก้วกังวาล, 2553, หน้า 39) และจากผลการวิจัยที่ได้นั้นสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุคนธ์จิต อุปนันชัย (2556) ซึ่งพบว่า การเห็นคุณค่าแห่งตนของ

นักเรียนในจังหวัดนนทบุรีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความยืดหยุ่นทางอารมณ์ งานวิจัยของ มะลิวรรณ วงษ์จันทร์ พชรินทร์ นินทจันทร์ และโสภณ แสงอ่อน (2558) ที่พบว่าความมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิตของวัยรุ่น ดังนั้น การเห็นคุณค่าในตนเองจึงมีความสัมพันธ์กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

2. การมองโลกในแง่ดีกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

ผลการวิจัยพบว่า การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .584$) สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 อธิบายได้ว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์มากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับการมองโลกในแง่ดีในแต่ละคน เนื่องจาก การมองโลกในแง่ดี หมายถึง ความคาดหวังบุคคลในทางที่ดี โดยมองสถานการณ์ต่าง ๆ ในทางที่ดี แม้ว่าต้องเจอปัญหาหรืออุปสรรคก็สามารถจัดการได้ เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ (Scheier, & Carver, 1985) ดังนั้นการที่นักเรียนจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ จึงขึ้นอยู่กับว่านักเรียนจะมีการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับใด ถ้านักเรียนรับรู้ว่ามีมุมมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับสูง ก็จะช่วยในการส่งเสริมการมีภูมิคุ้มกันทางใจเพื่อให้นักเรียนสามารถกลับสู่สภาวะเดิมและใช้ชีวิตอย่างปกติสุขภายหลังจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ได้ แต่ถ้ารับรู้ว่ามีมุมมองโลกในแง่ดีระดับต่ำ ก็จะเป็นการยากที่นักเรียนจะสามารถข้ามผ่านสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ การพบผลเช่นนี้อาจเนื่องมาจากครอบครัวหรือบุคคลที่นักเรียนมีความใกล้ชิดมีทัศนคติในการมองโลกตามความจริง ไม่มองโลกในแง่ร้าย หรือคิดลบต่อเหตุการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้น ก็จะทำให้นักเรียนมีความคิดเชิงบวก และเก็บเหตุการณ์เหล่านั้นมาเป็นแรงผลักดันให้ตัวเองสามารถข้ามผ่านไปได้ จากผลงานวิจัยที่ได้นั้นสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรพินทร์ ชูชมสุภาพร ธนะชานันท์ และทัศนากา ทองภักดี (2553) พบว่า ภูมิคุ้มกันทางจิตของเยาวชนนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมองโลกในแง่ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ จิตรภาณุ คำสนวน (2560) พบว่ากลุ่มวัยรุ่นในอำเภอหนองกิ้ง จังหวัดบุรีรัมย์ที่มีค่าเฉลี่ยภูมิคุ้มกันทางใจสูงที่สุดคือ กลุ่มที่มีการมองโลกในแง่ดีมากที่สุด ดังนั้น การมองโลกในแง่ดีจึงมีความสัมพันธ์กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

3. การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

ผลการวิจัยพบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .458$) สอดคล้องกับ

สมมติฐานข้อที่ 1 อธิบายได้ว่า นักเรียนจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์มากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายแต่ละคน เนื่องจาก การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว หมายถึง การที่บุคคลรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองได้รับความช่วยเหลือเมื่อโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์จากครอบครัว ประกอบไปด้วย พ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือญาติพี่น้อง ในด้านของอารมณ์ ได้แก่ การได้รับความรัก ความห่วงใย กำลังใจ และด้านข้อมูล ได้แก่ การได้รับความคำแนะนำ ชี้แนะแนวทางในการแก้ไขปัญหา ดังนั้นการที่นักเรียนจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ จึงขึ้นอยู่กับว่านักเรียนจะได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวอยู่ในระดับใด ถ้านักเรียนรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวอยู่ในระดับสูง ก็จะช่วยในการส่งเสริมการมีภูมิคุ้มกันทางใจที่จะช่วยให้นักเรียนสามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้ตามปกติ ภายหลังจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ แต่ถ้ารับรู้ว่าคุณค่าของตนเองได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวระดับต่ำ นักเรียนก็จะมี ความยากลำบากในการข้ามผ่านสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ เนื่องจากรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองไม่ได้รับการช่วยเหลือจากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง จากผลวิจัยที่ได้ สอดคล้องกับวิจัยของ สุคนธ์จิต อุปนันทชัย (2556) พบว่า ความยืดหยุ่นทางอารมณ์ของนักเรียนในจังหวัดนนทบุรีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวจึงมีความสัมพันธ์กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

4. การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

ผลการวิจัยพบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .411$) สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 อธิบายได้ว่า นักเรียนจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์มากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายแต่ละคน เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน หมายถึง การที่บุคคลรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองได้รับความช่วยเหลือเมื่อโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์จากครู ในด้านของอารมณ์ ได้แก่ การได้รับความรัก ความห่วงใย กำลังใจ และด้านข้อมูล ได้แก่ การได้รับความคำแนะนำ ชี้แนะแนวทางในการแก้ไขปัญหา ดังนั้นการที่นักเรียนจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ จึงขึ้นอยู่กับว่านักเรียนได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนอยู่ในระดับใด ถ้านักเรียนรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองมีการสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนอยู่ในระดับสูง ก็จะช่วยในการส่งเสริมการมีภูมิคุ้มกันทางใจเพื่อให้นักเรียนสามารถกลับสู่สภาวะเดิมให้มีชีวิตปกติสุขภายหลังจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ แต่ถ้ารับรู้ว่าคุณค่าของตนเองได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนระดับต่ำ นักเรียนก็จะมี ความยากลำบากในการข้ามผ่านสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ เนื่องจากรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองไม่ได้รับความช่วยเหลือจากครู จากผลวิจัยที่ได้ สอดคล้อง

กับวิจัยของ สุคนธ์จิต อุปนันชัย (2556) พบว่า ความยึดหยุ่นทางอารมณ์ของนักเรียนในจังหวัดนนทบุรีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนจึงมีความสัมพันธ์กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

5. การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

ผลการวิจัยพบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .393$) สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 อธิบายได้ว่า นักเรียนจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์มากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายแต่ละคน เนื่องจาก การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน หมายถึง การที่บุคคลรับรู้ว่าจะตนเองได้รับความช่วยเหลือเมื่อโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์จากเพื่อน ในด้านของอารมณ์ ได้แก่ การได้รับความรัก ความห่วงใย กำลังใจ และด้านข้อมูล ได้แก่ การได้รับคำแนะนำ ชี้แนะแนวทางในการแก้ไขปัญหา ดังนั้นการที่นักเรียนจะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ จึงขึ้นอยู่กับว่านักเรียนได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนอยู่ในระดับใด ถ้านักเรียนรับรู้ว่าจะตนมีการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนอยู่ในระดับสูง ก็จะช่วยในการส่งเสริมการมีภูมิคุ้มกันทางใจเพื่อให้นักเรียนสามารถกลับสู่สภาวะเดิมให้มีชีวิตปกติสุขภายหลังจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ แต่ถ้ารับรู้ว่าจะมีการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนระดับต่ำ นักเรียนก็จะมีความยากลำบากในการข้ามผ่านสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ เนื่องจากรับรู้ว่าจะตนเองไม่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน จากผลวิจัยที่ได้ สอดคล้องกับวิจัยของ สุคนธ์จิต อุปนันชัย (2556) พบว่า ความยึดหยุ่นทางอารมณ์ของนักเรียนในจังหวัดนนทบุรีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนจึงมีความสัมพันธ์กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ แต่อย่างไรก็ตามมีขนาดของความสัมพันธ์ที่ต่ำเมื่อเทียบจากการได้รับการสนับสนุนที่มาจากครอบครัวและโรงเรียน

สมมติฐานข้อที่ 2 ปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียน และการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน สามารถทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้

ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว โรงเรียน และเพื่อน สามารถร่วมกันทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้ โดยมีอำนาจการทำนายรวมร้อยละ 46.8 โดยมีตัวแปรที่สำคัญ คือการเห็นคุณค่าในตนเอง มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยเท่ากับ

1.617 สามารถทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การมองโลกในแง่ดี มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยเท่ากับ 1.468 สามารถทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยเท่ากับ .152 สามารถทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยเท่ากับ .131 สามารถทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตามลำดับ อธิบายได้ว่า นักเรียนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง การมองโลกในแง่ดีสูง ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและครอบครัวสูง จะมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์สูง ทั้งนี้ การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนไม่มีความสำคัญในการทำนาย

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นตัวทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ที่สำคัญที่สุด ซึ่งเป็นการสะท้อนถึงความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะ การเห็นคุณค่าในตนเองในการวิจัยนี้จะหมายถึงการยอมรับนับถือตนเอง เห็นประโยชน์ เห็นความสำคัญของตนเอง และมีความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนั้นหากตนเองต้องประสบกับสถานการณ์เลวร้ายจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ ก็ยังคงมีกำลังใจ มีความมั่นใจในความสามารถหรือทักษะของตนที่จะสามารถข้ามผ่านปัญหาไปได้และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปองกมล สุรัตน์ ฐาศุภร์ จันประเสริฐ และนำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล (2561) ที่ศึกษาพบว่า ช่วงหลังผ่านพ้นการรังแกผ่านโลกโซเชียล สิ่งสำคัญที่ทำให้เยาวชนผ่านพ้นปัญหาได้นั้นก็จะมีหลายปัจจัยซึ่งรวมถึงการเห็นคุณค่าในตนเอง การตระหนักในศักยภาพตน

การมองโลกในแง่ดีเป็นตัวทำนายที่สำคัญที่สัมพันธ์กับการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ แสดงให้เห็นว่าหากนักเรียนมีการมองโลกในแง่ดีก็จะส่งผลต่อการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ ทั้งนี้เพราะ ถ้านักเรียนมีการมองโลกในแง่ดีระดับสูง นักเรียนก็จะมีความคิดหรือทัศนคติในการมองปัญหาจากการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ในแง่บวก ทำให้สามารถข้ามผ่านปัญหาไปได้ แต่หากนักเรียนมีการมองโลกในแง่ดีระดับต่ำ นักเรียนก็จะมองปัญหาที่เกิดขึ้นในเชิงลบ ทำให้ยากที่จะข้ามผ่านปัญหาเหล่านั้นกันได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เฟรดริกสัน (Fredrickson, 2001) ศึกษาพบว่า การคิดเชิงบวกส่งผลต่อความสามารถของบุคคลในการรับมือกับการกลั่นแกล้ง แทนที่จะจมอยู่กับด้านลบและข้อความจากการกลั่นแกล้ง คนที่มองโลกในแง่ดีมักจะรับมือกับสถานการณ์ด้วยวิธีที่เป็นประโยชน์ และเป็นบวกมากกว่า และ จิตรภาณุ คำสนวน (2560) พบว่า การมองโลกในแง่ดีสามารถอธิบายภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ได้

การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน และครอบครัว เป็นตัวแปรสำคัญที่ทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ แสดงให้เห็นว่าหากนักเรียนได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน และครอบครัวก็จะส่งผลต่อการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ ผลการวิจัยนี้จึงสะท้อนให้ถึงความสำคัญของเพื่อน และครอบครัวในการที่จะให้การสนับสนุนทั้งทางด้านอารมณ์ ได้แก่ การได้รับความรัก ความห่วงใย กำลังใจ และด้านข้อมูล ได้แก่ การได้รับคำแนะนำ ชี้แนะแนวทางในการแก้ไขปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับ ผลการวิจัยขั้นต้นเรื่อง “ความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการกลั่นแกล้งบนโลกโซเชียล ในระดับชั้น ม.1-3” (เดลินิวส์, 2560) ที่พบว่า คนที่เด็กจะไปปรึกษาด้วยมากที่สุดคือ เพื่อน (คิดเป็นร้อยละ 89.2) รองลงมา คือ ผู้ปกครอง (คิดเป็นร้อยละ 59) พี่น้อง (คิดเป็นร้อยละ 41.2) และ ครูเป็นลำดับสุดท้าย รวมทั้ง ผลงานวิจัยทั้งของต่างประเทศและของประเทศไทยได้ข้อมูลตรงกันว่าเมื่อเกิดปัญหาการรังแกผ่านโลกโซเชียล เด็กเลือกที่จะแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง หรือปรึกษาเพื่อนมากกว่าผู้ปกครอง เนื่องจากเพื่อนอยู่ในวัยเดียวกับพวกเขาสามารถให้คำปรึกษา และทำให้พวกเขาสบายใจมากกว่าผู้ใหญ่ที่ไม่สามารถแก้ไขปัญหาให้ได้ ความกังวลว่าจะถูกควบคุม หรือห้ามไม่ให้ใช้สื่อ และการปรึกษาปัญหายังขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพภายในครอบครัวด้วย (Mishna, et.al, 2009 อ้างถึงใน สุรัตน์, 2561; สาเมะ และคณะ, 2557, หน้า 361-362) สอดคล้องกับ สุภาวดี เจริญวานิช (2560) ที่ได้ให้ความเห็นในการป้องกันการรังแกกันผ่านพื้นที่โซเชียลของวัยรุ่นสำหรับพ่อแม่ควรที่จะเพิ่มการสื่อสารเพื่อป้องกันปัญหา ไม่ว่าจะเป็นการสอนและรับฟังความคิดเห็นของลูกเกี่ยวกับการใช้อินเทอร์เน็ตในช่องทางต่าง ๆ ตั้งแต่เหตุผลของการใช้ อินเทอร์เน็ตต่าง ๆ ที่แฝงมากับสื่อสังคมออนไลน์ในรูปแบบต่าง ๆ

ส่วนการสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนเป็นปัจจัยที่ไม่มีความสำคัญในการทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ อาจเนื่องมาจากทั้งนี้ ความไม่มั่นใจในตัวผู้ใหญ่ในโรงเรียน (เช่น ครู) ว่าจะสามารถจัดการกับการกลั่นแกล้งรังแกที่เกิดขึ้นได้สำเร็จหรือไม่ จากการที่นักเรียนเข้าไปขอความช่วยเหลือ (Elledge et al., 2013) ซึ่งอาจอธิบายได้ว่า เพราะเหตุใดเด็กในระบบการศึกษาบางคนจึงไม่รายงานประสบการณ์การกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของพวกเขาต่อโรงเรียน นอกจากนี้ การที่นักเรียนไม่แจ้งผู้ใหญ่ว่าถูกรังแก เป็นเพราะพวกเขาไม่ต้องการถูกจำกัดการใช้งานอุปกรณ์ไอทีของพวกเขา (Safaria, 2016)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมองโลกในแง่ดี เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมากที่สุด จึงจำเป็นต้องส่งเสริม พัฒนา และเผยแพร่ข้อมูลให้สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องอื่น ๆ ได้รับทราบ โดยอาจปลูกฝังผ่านการทำกิจกรรมร่วมกันของ

สมาชิกในครอบครัว หรือกิจกรรมของสถาบันการศึกษา เพื่อฝึกให้นักเรียนเกิดความตระหนักในคุณค่าของตนเอง และเรียนรู้ที่จะมองโลกในแง่ดีมากขึ้น เพื่อที่จะนำไปสร้างภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ได้มากขึ้น

2. จากผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยทางด้านสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและครอบครัว มีส่วนที่ช่วยในการส่งเสริมการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมากที่สุดได้ เพื่อนและครอบครัวจึงจำเป็นต้องตระหนักและให้ความสำคัญในเรื่องนี้ ในส่วนของเพื่อน เมื่อนักเรียนขอคำปรึกษา ควรให้กำลังใจ และแสดงความห่วงใย ไม่ทำให้นักเรียนรู้สึกโดดเดี่ยว ในส่วนของครอบครัว ควรสังเกตความผิดปกติของนักเรียน เมื่อนักเรียนมาขอคำปรึกษา ควรให้คำแนะนำและเป็นที่พึ่งให้กับนักเรียนได้

3. จากผลการวิจัยพบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากโรงเรียนมีส่วนน้อยที่ช่วยในการส่งเสริมการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย แต่โรงเรียนก็สามารถมีส่วนช่วยในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจในโลกออนไลน์ให้กับนักเรียนได้ เช่น ครูควรมีการพูดคุยถึงพฤติกรรมของนักเรียนขณะอยู่ที่บ้านและขณะอยู่ที่โรงเรียน เพื่อให้ครูเกิดความเข้าใจในตัวนักเรียนมากยิ่งขึ้น อีกทั้งโรงเรียนอาจมีการออกแบบหลักสูตรเพื่อเพิ่มความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน เช่น จัดกิจกรรมการให้คำปรึกษานอกห้องเรียน เพื่อให้นักเรียนเกิดความไว้วางใจและกล้าที่จะพูดคุยปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. งานวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งในปัจจุบันการโดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์สามารถเกิดได้กับบุคคลทุกช่วงวัย ดังนั้น หากมีการศึกษาครั้งต่อไป อาจมีการเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นช่วงวัยอื่น ๆ เพื่อให้ข้อมูลมีความครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

2. งานวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยทางจิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมองโลกในแง่ดี และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว โรงเรียน และเพื่อน หากมีการวิจัยครั้งต่อไป อาจมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ เพิ่มเติมนอกเหนือจากที่กล่าวมา เช่น ทักษะชีวิต บรรยากาศในการสื่อสารที่ดีระหว่างนักเรียนกับครอบครัว และนักเรียนกับโรงเรียน ความผูกพันระหว่างพ่อแม่กับนักเรียน เพื่อให้สามารถทำนายการมีภูมิคุ้มกันทางใจในการถูกกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ได้มากยิ่งขึ้น

3. หากมีการศึกษาครั้งต่อไปผู้วิจัยอาจจัดทำวิจัยเชิงทดลอง เช่น จัดโปรแกรมการให้คำปรึกษาผู้ที่เคยมีประสบการณ์โดนกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์

บรรณานุกรม

กรมสุขภาพจิต. (2562). *คู่มือสร้างสรรค์พลังวัยทีน*. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์พับลิชชิง จำกัด

- จิตรภาณุ คำสนวน. (2560). ปัจจัยที่เป็นตัวพยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์. (ปริญา
พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
ฐานิชชา ลิ้มพานิช. (2563). งานเสวนา หัวข้อ “Bully” กลั่นแกล้ง ความรุนแรงที่รื้อวันปะทุและคู่มือแนวทางปกป้อง
คุ้มครองเด็กจากภัยออนไลน์ โดยมูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย. เข้าถึงได้จาก <https://1th.me/gWK4t>
เดลินิวส์. (2560). ดีแทคเปิดแชทไลน์ช่วยเด็กถูกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์. เข้าถึงได้จาก
<https://www.dailynews.co.th/it/579919>
- ณัฐรัชต์ สามาะ, พิมพวัลย์ บุญมงคล, Ojanen, T. T., รณภูมิ สามัคคีคารมย์, และ Guadamuz, T. E. (2557). การรับรู้ของ
เยาวชนต่อการรังแกในพื้นที่ไซเบอร์. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา*, 6(1), 351-363.
- ปองกมล สุรัตน์. (2561). การรังแกผ่านโลกไซเบอร์ในมิติสังคมวัฒนธรรม: กรณีศึกษาเยาวชนไทยเจนเอเรชั่น Z. (ปริญา
วิทยาศาสตร์ดุสิตบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ.
- ปองกมล สุรัตน์, ฐาศุภร์ จันประเสริฐ, และนำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล. (2561). กระบวนการรังแกผ่านโลกไซเบอร์ในเยาวชนไทย:
การศึกษาแบบพหุกรณี. *วารสารวิชาการสถาบันเทคโนโลยีแห่งสุวรรณภูมิ*, 4(2), 61-79.
- ไพศาล แยมวงษ์. (2555). การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัย
ธรรมศาสตร์. (ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ.
- ฤติมา รักชาธิ์ และงามลย์ ผิวเหลือง. (2558). อิทธิพลของการสนับสนุนทางสังคม การเห็นคุณค่าในตนเองและการ
ควบคุมตนเองที่มีต่อความหยุนตัวของนิสิตรอพินิจ. *วารสารบัณฑิตศึกษามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 4(2), 146-174.
- มะลิวรรณ วงษ์จันทร์, พชรินทร์ นินทจันทร์, และโสภณ แสงอ่อน. (2558). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความแข็งแกร่งในชีวิตใน
วัยรุ่น. *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*, 29(1), 57-75.
- วิมลทิพย์ มุสิกพันธ์, ศิวพร ปกป้อง, นันทนัย สงศิริ, และปองกมล สุรัตน์. (2552). พฤติกรรมการชมเชยรังแกผ่านโลกไซเบอร์
ของเยาวชนไทยเขตกรุงเทพมหานคร: รายงานผลการสำรวจประชามติครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: ปัญญาสมาคมพันธ์เพื่อการ
วิจัยความเห็นสาธารณะ แห่งประเทศไทย.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2553). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุนทรจิต อุปนันชัย. (2556). อิทธิพลของการสนับสนุนทางสังคม การเห็นคุณค่าแห่งตน และการรับรู้ความสามารถของตนที่
มีต่อความยึดหยุ่นทางอารมณ์ของนักเรียนในจังหวัดนนทบุรี. (ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา
พัฒนาการ). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุภาวดี เจริญวานิช. (2560). การรังแกกันผ่านพื้นที่ไซเบอร์ : ผลกระทบและการป้องกันในวัยรุ่น. *วารสารวิทยาศาสตร์และ
เทคโนโลยี*, 25(4), 639-648.
- อรพินท์ ชูชม, สุภาพร ณะชานันท์, และทัศนาก ทอภักดี. (2554). ปัจจัยเชิงเหตุและผลของภูมิคุ้มกันทางจิตของเยาวชน.
(รายงานการวิจัย). กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Agatston, P. W., Kowalski, R., & Limber, S. (2007). Students' Perspectives on Cyber Bullying. *Journal of
Adolescent Health*, 41, 59-60.

- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis*. (7th ed.). New York: Pearson.
- Dooley, J. J., Pyżalski, J., & Cross, D. (2009). Cyberbullying versus Face-to-Face Bullying: A Theoretical and Conceptual Review. *Journal of Psychology*, 217(4), 182–188.
- Fredrickson, B. L. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology: The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226.
- Elledge, L. C., Williford, A., Boulton, A. J., DePaolis, K. J., Little, T. D., & Salmivalli, C. (2013). Individual and Contextual Predictors of Cyberbullying: The Influence of Children's Provictim Attitudes and Teachers' Ability to Intervene. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(5), 698–710.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2012). *Cyberbullying Prevention and Response: Expert Perspectives*. New York: Routledge.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- (1981). "The Self-Concept: Social Product and Social Force." PP. 593-624 in *Social Psychology: Sociological Perspectives*, edited by M. Rosenberg and R.H. Turner. New York: Basic.
- Safaria, T. (2016). Prevalence and Impact of Cyberbullying in a Sample of Indonesian Junior High School Students. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 15(1): 82-91.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). *Optimism Coping and Health: Assessment and Implications of Generalized Outcome Expectancies*. Retrieved from <https://doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>
- Smith, P. K. et al. (2008). Cyberbullying; Its Nature and Impact in Secondary School Pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376-385.
- Telenor Group. (2016). *Safe Internet research spotlights student experiences with cyberbullying and online peer pressure*. Retrieved from <https://www.telenor.com/media/press-release/2016/safe-internet-research-spotlights-student-experiences-with-cyberbullying-and-online-peer-pressure>
- Weber, N. L., & Pelfrey, W. V. Jr. (2014). *Cyberbullying: Causes Consequences and Coping Strategies*. Texas: LFB Scholarly Publishing.
- World health Organization. (2015). *Preventing Youth Violence: An Overview of the Evidence*. Retrieved from http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/181008/1/9789241509251_eng.pdf.