



สถานศึกษาต้นแบบในการป้องกันการกลั่นแกล้ง ข่มเหง รับแกล้งในโรงเรียนของนักเรียน ระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา Model School for the Prevention of Bullying in Schools of Primary and Secondary Students

นวภัทร ณรงค์ศักดิ์*

Navapat Narongsak

อารณีย์ วิวัฒนาภรณ์**

Aranee Vivatthanaporn

■ บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง “สถานศึกษาต้นแบบในการป้องกันการกลั่นแกล้ง ข่มเหง รังแกกันในโรงเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงสาเหตุของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน เพื่อศึกษาถึงรูปแบบและพฤติกรรมของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน เพื่อศึกษาผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน และเพื่อศึกษาถึงรูปแบบหรือแนวทางในการป้องกันแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียน เพื่อสร้างคู่มือในการป้องกันแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของนักเรียน ถือเป็น การจัดการความรู้เกี่ยวกับเรื่องการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนและแนวปฏิบัติ วิธีการรับมือที่ถูกต้องเมื่อประสบกับปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ให้แก่เด็กนักเรียน คุณครู บิดามารดา ผู้ปกครอง ประชาชนทั่วไป และผู้ที่เกี่ยวข้องอื่นๆ จากการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสาร (documentary

* หัวหน้าหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาอาชญาวิทยาและนิติวิทยาศาสตร์ คณะอาชญาวิทยาและการบริหารงานยุติธรรม มหาวิทยาลัยรังสิต

Director of Bachelor of Science Program in Criminology and Forensic Science, Faculty of Criminology and Justice Administration, Rangsit University

** รองคณบดีฝ่ายบริหาร คณะอาชญาวิทยาและการบริหารงานยุติธรรม มหาวิทยาลัยรังสิต

Deputy Dean for Administrative Affairs, Faculty of Criminology and Justice Administration, Rangsit University

research) การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) และการเล่าเรื่อง (story telling) จากนักเรียนที่กลั่นแกล้งผู้อื่นหรือนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง คุณครูและบุคลากรในโรงเรียน เพื่อน บิดามารดาและผู้ปกครอง นักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและความรุนแรงในเด็ก และเยาวชน จำนวน 27 ราย

ผลการศึกษาพบว่า สาเหตุของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนส่วนใหญ่เกิดจากวัฒนธรรมของสังคมไทยและการตระหนักรู้ในเรื่องปัญหาการกลั่นแกล้งกันมีน้อย การตระหนักรู้ถึงความรุนแรงและภัยที่เกิดจากการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนยังอยู่ในระดับที่ต่ำ โดยคนทั่วไปและตัวเด็กเองมีทัศนคติที่มองเรื่องการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนเป็นเพียงการหยอกล้อกันตามประสาเด็กและเป็นเรื่องสนุกสนานเท่านั้น นอกจากนี้การกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนยังประกอบด้วยสาเหตุอื่นๆ ได้แก่ การไม่มีระบบเฝ้าระวังต่อต้านการกลั่นแกล้งจริงจัง (anti-bullying program) ปัญหาภายในครอบครัว ความอิจฉา การควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนเองต่ำ ความต้องการมีตัวตนในสายตาผู้อื่น ต้องการให้คนอื่นอยู่ได้อำนาจของตนเอง การลอกเลียนแบบ ความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีและสื่อออนไลน์ การขาดการสอดส่องดูแลอย่างทั่วถึงของคุณครูและผู้ปกครอง การไม่ยอมรับความแตกต่างของเพื่อน และการไม่รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เคยถูกกลั่นแกล้งมาก่อน และการไม่ชอบกันหรือเข้าใจผิดกัน

รูปแบบของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนจำแนกได้ 4 รูปแบบ ได้แก่ การกลั่นแกล้งทางวาจา การกลั่นแกล้งกันทางร่างกาย การกลั่นแกล้งกันทางด้านอารมณ์หรือสังคม

และการกลั่นแกล้งกันบนโลกออนไลน์ หรือ Cyber Bully โดยการกลั่นแกล้งกันแบบซึ่งหน้าจะพบมากกว่าการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์

ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งรังแกกันของเด็กในโรงเรียนนั้นพบว่า ทั้งเด็กที่เป็นผู้ไปกลั่นแกล้งผู้อื่นและเด็กที่ถูกผู้อื่นกลั่นแกล้งต่างได้รับผลกระทบทั้งสองฝ่าย แต่ว่าผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการศึกษาจะพบเห็นได้เด่นชัดในเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง โดยมีภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล รู้สึกโดดเดี่ยว กลัว โกรธ เครียด สูญเสียความมั่นใจในตนเอง ไม่กล้าแสดงออก รู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเองลดลง ไม่อยากไปโรงเรียน ผลการเรียนตกต่ำลง แยกตัวออกจากสังคม เก็บตัวอยู่คนเดียว หรือบางครั้งได้ตอบกลับ ทำร้ายตนเองหรือทำร้ายผู้อื่นจนมีบาดแผลตามร่างกาย ฯลฯ

การปฏิบัติงานหรือการดำเนินการที่มีประสิทธิภาพในการป้องกันแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของคุณครูจะเน้นไปที่การอบรมสั่งสอนหรือว่ากล่าวตักเตือนเด็กที่ไปกลั่นแกล้งผู้อื่นเป็นสำคัญ นอกจากนี้ยังมีแนวทางอื่นๆ ประกอบด้วยดังต่อไปนี้ การร่วมแก้ไขปัญหากับนักเรียนก่อนเบื้องต้น การรับฟังปัญหาของเด็กนักเรียนอย่างตั้งใจ และปลอบใจเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง การใช้บทลงโทษที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียน การร่วมวางแผนและหาแนวทางในการแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียนร่วมกับคุณครูท่านอื่นหรือคุณครูฝ่ายปกครอง การร่วมปรึกษาหาแนวทางในการแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียนร่วมกับผู้ปกครองของนักเรียนที่กลั่นแกล้งผู้อื่นและผู้ปกครองของนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง การสอดส่องและ

สังเกตพฤติกรรม และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมจากบุคลากรท่านอื่นในโรงเรียนที่พบเห็นเหตุการณ์การกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนด้วยมาตรการต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาข้างต้นนั้น ทำให้ปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนในโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างไม่ได้มีผลกระทบหรือความรุนแรงมากนัก

คำสำคัญ: การบูลลี่ การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน การต่อต้านการกลั่นแกล้ง การป้องกัน การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

■ Abstract

This research is aimed to investigate the causes, patterns and actions of bullying in schools, to explore the effects of bullying in schools, and to examine the appropriate resolutions and approaches in order to establish the bullying prevention manual for the student. This is considered to be the applicable knowledge management and good practice of bullying issues in schools for teachers, parents, students and the public. Data were obtained through document research, in-depth interviews, and storytelling from a total of 27 participants including students who did bully and had been bullied in schools, teachers, school staffs, parents, child psychologists and experts.

The results revealed that bullying in schools was caused by Thai culture and

low-level perception of bullying and its consequences and violence. Most of the participants considered this teasing behavior as a form of child character and fun play. In addition, it was also caused by lack of anti-bullying programs, family problems, jealousy, dysregulation, desire for being an important person with power over others, imitation, advances in technology and online media, lack of teacher and parental monitoring, low peer acceptance, low empathy, unpleasant experience of being bullied and poor peer relationships.

Four forms of bullying in schools can be categorized: verbal, physical, emotional or social, and online or cyber bullying. Face-to-face bullying was frequently found compared to the cyber bullying.

The effect of bullying in schools was found to be negative on both bullied children and children who did the bully. In particular, severe effects were obviously found in a group of bullied children with a symptom of depression, worry, loneliness, fear, anger, stress, lack of self-confidence, low self-esteem, absence from school, low grades in school, social separation, self-harm, etc.

The preventive measures implemented by teachers in the school were focused on reproving notices to the children who bully others. Moreover, possible approaches include mutual participation for initial solution, attentiveness to student's problems,

consolation to bullied students, implementation of appropriate penalty, resolution and planning in collaboration with teachers or the student discipline office, consultation for resolution under the participation of bullied students' parents and bullying students' parents, monitoring of student behavior, and interviewing for the information from bullying incident witnesses.

Keywords: Bullying, Bullying in School, Anti-Bullying, Prevention of Bullying in School

■ บทนำ

ปัญหาการกลั่นแกล้ง ช่มเหง รังแกกัน หรือ การบูลลี่ (bully) ไม่ใช่เรื่องใหม่สำหรับสังคมไทย และสังคมโลก หากแต่เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับการดำรงอยู่ของมนุษย์ในสังคม หรือเกิดมาพร้อมกับประวัติศาสตร์ของอารยธรรมมนุษย์ตั้งแต่อดีตจวบจนปัจจุบัน เพียงแต่ในปัจจุบันรูปแบบการกลั่นแกล้งกันของมนุษย์ในสังคมได้ถูกเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาและถูกพัฒนาให้มีความหลากหลายมากยิ่งขึ้น แสดงให้เห็นว่าปัญหาการกลั่นแกล้งกันเป็นสิ่งที่อยู่คู่กับสังคมมนุษย์มาเป็นเวลานานในทุกสังคมทั่วโลก และเป็นอีกปัญหาหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่อสังคมในปัจจุบันเป็นอย่างมาก เพราะปัญหาการกลั่นแกล้งกันถือเป็นความรุนแรงในสังคมอีกรูปแบบหนึ่งที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน อย่างไรก็ตาม

เห็นได้ชัดว่าปัญหาการกลั่นแกล้งกันที่เกิดขึ้นกับเด็กในโรงเรียนสามารถส่งผลกระทบต่อรุนแรงกว่าการกลั่นแกล้งกันในผู้ใหญ่ เนื่องจากเด็กเป็นวัยที่มีข้อจำกัดทางด้านการคิดวิเคราะห์ และการตระหนักรู้เท่าทันภัยต่าง ๆ อีกทั้งความสามารถในการรับมือและแก้ไขปัญหของเด็กจะน้อยกว่าผู้ใหญ่ ทำให้บางครั้งเด็กไม่สามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างถูกต้อง แต่เลือกที่จะหาทางออกของปัญหาดังกล่าวด้วยวิธีการที่ผิด ก่อให้เกิดปัญหาสังคมอื่น ๆ ตามมาอีกมากมาย เช่น การทำร้ายตัวเอง การทำร้ายผู้อื่น เป็นต้น ยิ่งไปกว่านั้นการกลั่นแกล้งกันของเด็กที่เกิดขึ้นในโรงเรียนยังส่งผลกระทบต่อระบบการศึกษาของโรงเรียนและกระทบต่อคุณภาพการศึกษาของเด็กที่ถูกกลั่นแกล้งอีกด้วย เนื่องจากโรงเรียนเปรียบเสมือนบ้านหลังที่สองของเด็ก แต่กลับไม่ใช่ที่ที่ปลอดภัยเหมือนบ้าน เพราะมีการกลั่นแกล้งกันเกิดขึ้นในโรงเรียนเป็นจำนวนมากและทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ รวมทั้งปัญหาดังกล่าวไม่ได้รับการแก้ไขอย่างถูกวิธี เด็กหลายคนที่เป็นผู้ถูกระทำไม่สามารถเผชิญหน้ากับปัญหาได้ ทำให้หนีปัญหา และทิ้งการเรียน นอกจากนี้การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของเด็กยังส่งผลกระทบต่อในด้านอื่น ๆ เช่น เกิดการเจ็บป่วยทางกายและใจ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต มีภาวะซึมเศร้า ประสบภาวะเครียด แสดงพฤติกรรมที่ก้าวร้าวรุนแรง มีอาการหวาดกลัวและวิตกกังวลตลอดเวลา เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ขาดความมั่นใจในตนเอง ส่งผลต่อการเรียนทำให้ผลการเรียนตกต่ำ ไม่อยากไปโรงเรียนและต้องลาออกจากโรงเรียนกลางคัน แยกตัวออกจากสังคมซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิตอย่างปกติสุขในสังคมจนนำไปสู่การฆ่าตัวตาย

และการทำร้ายร่างกายผู้อื่น สามารถกล่าวได้ว่า ภัยจากการกลั่นแกล้งเปรียบเสมือนอาวุธร้ายที่สามารถทำร้ายได้ทั้งร่างกายและจิตใจของผู้ถูกระทำได้ในเวลาเดียวกัน (จิตติพันธ์ ความคะนิง และมณัฐ แก้วจินดา, 2559)

การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนถือว่าเป็นอีกหนึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นและพบบ่อยมากในโรงเรียน ปัญหาดังกล่าวสามารถพบเห็นได้เป็นเรื่องปกติในทุกโรงเรียนไม่ว่าจะเป็นโรงเรียนรัฐบาลหรือเอกชน โดยปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนถือว่าเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อสังคม ต่อสถาบันการศึกษา ต่อนักเรียนที่ถูกลั่นแกล้งผู้อื่น และนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งอย่างมาก โดยผลกระทบที่เกิดจากการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของเด็กมีความรุนแรงมากกว่าสมัยก่อน สมัยก่อนความรุนแรงหรือผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการถูกกลั่นแกล้งไม่อาจส่งผลถึงขั้นการตัดสินใจฆ่าตัวตาย เพราะสังคมในสมัยก่อนไม่ได้มีลักษณะเป็นสังคมที่โดดเดี่ยว มีคนรอบข้างช่วยเหลือเยียวยา และคนในครอบครัวมีความใกล้ชิดกันมากกว่าสังคมในปัจจุบัน แต่ปัจจุบันภัยจากการถูกกลั่นแกล้งสามารถนำไปสู่การฆ่าตัวตายและการก่ออาชญากรรมรุนแรงต่อผู้อื่นจนกลายเป็นโศกนาฏกรรมได้ เนื่องจากว่าในปัจจุบันสังคมมีลักษณะโดดเดี่ยวมากยิ่งขึ้น เทคโนโลยีที่ก้าวหน้าและอินเทอร์เน็ตทำให้คนในสังคมแยกตัวออกจากกันมากยิ่งขึ้น ทำให้เมื่อเกิดปัญหขึ้นกับเด็กซึ่งเป็นวัยที่มีความเปราะบาง ไม่รู้ว่าจะต้องหาทางออกอย่างไร และไม่รู้ว่าจะต้องไปปรึกษาใครเพื่อหาทางแก้ไขปัญหา ขาดคนช่วยเยียวยาจิตใจ จึงนำไปสู่ความรุนแรงที่มากกว่าสมัยก่อน นอกจากนี้ จะเห็นว่าทั้งเด็กที่ไม่ว่าจะเป็นผู้

กลั่นแกล้งผู้อื่นหรือผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งสามารถพัฒนาไปเป็นผู้ใหญ่ที่ต่อต้านสังคมและชอบใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหานั้นในอนาคตได้ หากไม่มีการยับยั้งหรือแก้ไขปัญหานั้น การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนอย่างจริงจังทั้งนี้ เด็กและเยาวชนเป็นทรัพยากรที่สำคัญที่จะช่วยพัฒนาประเทศในอนาคต จึงมีความจำเป็นที่จะต้องเข้ามาดูแลและแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นนี้ อย่างจริงจัง เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดความรุนแรงในเด็กและเยาวชนขึ้นในสังคม

สำหรับปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของไทย จากข้อมูลการกลั่นแกล้งในโรงเรียนไทย เมื่อปี พ.ศ. 2561 ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ใน “โครงการติดตามสภาวะการณ์ เด็กและเยาวชนรายจังหวัด” พบว่า เด็กในประเทศไทยถูกกลั่นแกล้ง ช่มเหง หรือรังแกในโรงเรียนเป็นจำนวนมาก โดยปัจจุบันไทยอยู่ในอันดับที่ 2 ของโลก รองจากประเทศญี่ปุ่น จากสถิติพบว่า ในประเทศไทยมีนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งทั้งหมดประมาณปีละ 600,000 คน หรือประมาณ 40% ของนักเรียนทั้งหมดในประเทศไทย หมายความว่า ประเทศไทยกำลังเผชิญกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กในโรงเรียนที่ถี่ และรุนแรงเป็นอย่างมาก (สุริยา ห้องเสนาะ, ม.ป.ป., หน้า 2) จากสถิติดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า ปัญหาการกลั่นแกล้งหรือรังแกกันในโรงเรียนกำลังเป็นปัญหาใหญ่สำหรับหลายประเทศที่ต้องเร่งแก้ไข เพราะมีแนวโน้มทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้น หากปล่อยปัญหาไว้โดยที่ไม่ได้รับการแก้ไข ความรุนแรงจะขยายวงกว้างและก่อให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาอีกมากมาย

ดังนั้น คณะผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กประถมศึกษา

และมัธยมศึกษาในโรงเรียน จังหวัดปทุมธานี 1 แห่ง เพื่อศึกษาว่าโรงเรียนดังกล่าวมีปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนมากน้อยเพียงใด และมีการแก้ไขปัญหาก็ถูกต้องหรือไม่อย่างไร โดยคณะผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาสาเหตุ รูปแบบของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี ศึกษาวิธีการรับมือ และผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของนักเรียน เพื่อนำไปสู่คู่มือข้อเสนอแนะ แนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญห การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน เพื่อการจัดการ ความรู้เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันและแนวปฏิบัติ สำหรับเด็กและเยาวชนเกี่ยวกับการรับมือกับ การกลั่นแกล้งกันที่จะบอกกล่าวสิ่งใดที่ทำได้หรือ ทำไม่ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเพื่อมุ่งเสนอ ข้อเสนอแนะแนวทางในการป้องกันและแก้ไข ปัญหาดังกล่าวให้แก่เด็กและเยาวชน บิดา มารดา ผู้ปกครอง คุณครู และบุคคลที่เกี่ยวข้อง ทั้งยังสร้างเครือข่ายความร่วมมือในการป้องกัน และแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ทั้งหน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชน รวมถึง สร้างเครือข่ายความร่วมมือกับทางโรงเรียนด้วย เพื่อให้ทำให้ปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ลดน้อยลง และช่วยให้เด็กและเยาวชนสามารถ รับมือและแก้ไขปัญหเมื่อถูกกลั่นแกล้งได้อย่าง ถูกวิธีและมีประสิทธิภาพ เพื่อลดความรุนแรง ในเด็กและเยาวชน ป้องกันปัญหาใหญ่หรือ อาชญากรรมรุนแรงมากขึ้นที่อาจจะเกิดขึ้น ในอนาคต ทำให้คุณภาพชีวิตของเด็กและเยาวชน ที่ถูกกลั่นแกล้งในสถานศึกษาดีขึ้นโดยปราศจาก ความหวาดกลัวและความวิตกกังวลต่อความ ปลอดภัยในชีวิตของตนเอง และสามารถเรียน

ได้อย่างปกติสุขในสถานศึกษา รวมทั้งเติบโต เป็นผู้ใหญ่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่เป็นปัญหา ของสังคม เพราะเด็กและเยาวชนถือเป็นเป็น ทรัพยากรที่สำคัญในการพัฒนาประเทศไทย ให้ก้าวหน้าต่อไป โดยผลของการวิจัยที่ได้ใน ครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการนำแนวทางในการ ป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน หรือการนำแนวปฏิบัติวิธีการรับมือที่ต้องเมื่อ ถูกกลั่นแกล้งไปเผยแพร่และนำไปใช้ประโยชน์ กับโรงเรียนอื่น ๆ เพื่อแก้ไขและป้องกันปัญหา การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของเด็กและเยาวชน ได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

■ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาถึงสาเหตุของการกลั่นแกล้งกัน ในโรงเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา และมัธยมศึกษาของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัด ปทุมธานี
2. เพื่อศึกษาถึงรูปแบบและพฤติกรรมของ การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของนักเรียนระดับ ชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาของโรงเรียน แห่งหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี
3. เพื่อศึกษาถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจาก การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของนักเรียนระดับ ชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาของโรงเรียน แห่งหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี
4. เพื่อศึกษาถึงมาตรการหรือแนวทาง ในการป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกัน ในโรงเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา และมัธยมศึกษาของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัด ปทุมธานี

5. เพื่อสร้างคู่มือในการป้องกันและแก้ไข
ปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

■ วิธีการดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) ได้แก่ การค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร (documentary research) การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) และการเล่าเรื่อง (story telling) ภายใต้กรอบวัตถุประสงค์ โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการสัมภาษณ์แบบเจาะจง (purposive sampling) เพื่อสร้างคู่มือสถานศึกษาต้นแบบในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้ง ช่มเหง รังแกกันในโรงเรียน แบ่งออกได้ ดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องจากการค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร (documentary research) จากเอกสารทั้งขั้นต้นและขั้นรองที่เกี่ยวข้องทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ เอกสารขั้นต้นได้จากบทสัมภาษณ์และการเล่าเรื่อง (story telling) เกี่ยวกับสาเหตุ รูปแบบพฤติกรรมของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของนักเรียน วิธีการรับมือกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของนักเรียน ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของนักเรียน และแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของนักเรียน นอกจากนี้ ยังศึกษาผ่านเอกสารขั้นรองที่เป็นในรูปแบบเอกสารงานวิชาการ ข่าว หนังสือพิมพ์ วารสารต่าง ๆ งานวิจัยที่เกี่ยวกับการกลั่นแกล้ง ช่มเหง รังแกกันในโรงเรียนของเด็กและเยาวชน เอกสารและรายงานของหน่วยงานราชการที่เกี่ยวข้อง และ

เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนทั้งในประเทศและต่างประเทศ

2. การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) และการเล่าเรื่อง (story telling) แบ่งเป็นการเก็บข้อมูลโดยการเล่าเรื่องจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ นักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการป้องกันปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยตรง ได้แก่ ผู้อำนวยการสถานศึกษา คุณครู บิดามารดาหรือผู้ปกครอง และการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) กับเด็กนักเรียนที่กลั่นแกล้ง และนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง ผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนที่กลั่นแกล้งและนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง ได้แก่ บิดามารดาหรือผู้ปกครอง ผู้อำนวยการสถานศึกษา คุณครูผู้สอน คุณครูแนะแนว คุณครูฝ่ายปกครอง และเพื่อน (ผู้ที่อยู่ร่วมในเหตุการณ์) นอกจากนี้ยังรวมถึงผู้ที่พบเห็นเหตุการณ์การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ได้แก่ แม่บ้าน รวมทั้งนักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและความรุนแรงในเด็กและเยาวชน โดยมีลักษณะการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (in-depth interview semi structure) กำหนดคำถาม เพื่อให้ได้ข้อมูลในเชิงคุณภาพ โดยประกอบด้วยประเด็นต่าง ๆ ที่สอดคล้องและครอบคลุมวัตถุประสงค์ของงานวิจัยไว้ เช่น สาเหตุของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน รูปแบบพฤติกรรมของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน วิธีการรับมือของนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง รวมทั้งแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

3. การประชุมกลุ่มย่อย (focus group) เป็นการเก็บข้อมูลจากผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการป้องกันปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

โดยตรง ได้แก่ คุณครูประจำชั้น คุณครูฝ่ายปกครอง และคุณครูคณะทำงานด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน โดยมีลักษณะเป็นการอภิปรายกลุ่มย่อย กำหนดประเด็นสนทนากลุ่ม เพื่อนำไปสู่แนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนที่มีความเหมาะสม

วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

การคัดเลือกโรงเรียนกลุ่มตัวอย่าง คณะผู้วิจัยใช้เกณฑ์การคัดเลือกด้วยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง (purposive sampling) จากที่ปรากฏในข่าวหนังสือพิมพ์ที่เกิดปัญหาจากการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนในจังหวัดปทุมธานี โดยการสุ่มโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนจังหวัดกระจายตามภาคคณะผู้วิจัยเลือกโรงเรียนในภาคกลาง เนื่องจากว่ามีสถิติที่แสดงว่าโรงเรียนในภาคกลางมีการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนมากที่สุดในประเทศไทย ผู้วิจัยเลือกสุ่มแบบเจาะจงเจาะจงโรงเรียนในจังหวัดปทุมธานี จากนั้นเลือกสุ่มจากโรงเรียนในอำเภอหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี ในที่สุดคณะผู้วิจัยได้เลือกสุ่มแบบเจาะจงเจาะจงจากโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี โดยโรงเรียนดังกล่าวมีนักเรียนทั้งระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาที่สอดคล้องกับหัวข้อและวัตถุประสงค์ของงานวิจัยที่ต้องการจะศึกษาในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลายและมัธยมศึกษาตอนต้น ดังนั้น คณะผู้วิจัยจึงเลือกสุ่มนักเรียนกลุ่มตัวอย่างในโรงเรียนดังกล่าวนี้ (นักเรียนในระดับชั้น ป. 4-ม. 3) โดยกำหนดคุณลักษณะของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (key informants) ได้แก่ เด็กนักเรียนที่กลั่นแกล้งและนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง ผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนที่กลั่นแกล้งและนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง

ได้แก่ บิดามารดาหรือผู้ปกครอง ผู้อำนวยการสถานศึกษา คุณครูผู้สอน คุณครูแนะแนว คุณครูฝ่ายปกครอง เพื่อน บุคคลากรในโรงเรียน นักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและความรุนแรงในเด็กและเยาวชน รวมทั้งใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบที่เกิดจากการแนะนำต่อ ๆ กัน (snowball sampling) โดยให้เด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้แนะนำผู้ที่มีประสบการณ์โดยตรงเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนมากกว่า 1 ครั้งขึ้นไป (ผู้ที่กลั่นแกล้งหรือผู้ที่ถูกกลั่นแกล้ง)

กลุ่มตัวอย่างผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (key informants)

1. เด็กนักเรียนที่กลั่นแกล้งและนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี ที่มีประสบการณ์โดยตรงเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนมากกว่า 1 ครั้งขึ้นไป จำนวน 10 ราย
2. บิดามารดาหรือผู้ปกครองของเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี จำนวน 5 ราย
3. คุณครูในโรงเรียนแห่งหนึ่งจังหวัดปทุมธานี ได้แก่ ผู้อำนวยการสถานศึกษา คุณครูผู้สอน คุณครูแนะแนว คุณครูฝ่ายปกครอง จำนวน 5 ราย
4. เพื่อน (ผู้ที่อยู่ร่วมในเหตุการณ์) จำนวน 3 ราย
5. บุคลากรในโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี (ที่พบเห็นเหตุการณ์การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน) ได้แก่ แม่บ้าน จำนวน 2 ราย

6. นักจิตวิทยาที่มีประสบการณ์การทำงาน ด้านเด็กและความรุนแรงในเด็กและเยาวชน 5 ปีขึ้นไป จำนวน 1 ราย

7. ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับเด็กและความรุนแรง ในเด็กและเยาวชน ที่มีประสบการณ์การทำงาน ด้านนี้ 5 ปีขึ้นไป จำนวน 1 ราย

รวมทั้งหมด 27 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบ สัมภาษณ์ ในการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) และการเล่าเรื่อง (story telling) โดยการออกแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง กำหนดคำถาม เพื่อให้ได้ข้อมูลในเชิงคุณภาพ โดยประกอบด้วยประเด็นต่าง ๆ ที่สอดคล้อง และครอบคลุมวัตถุประสงค์ของงานวิจัยไว้ ข้อคำถามที่จะใช้สัมภาษณ์และใช้ในการประชุม กลุ่มย่อยกับกลุ่มตัวอย่างนั้น คณะผู้วิจัย ได้ปรึกษากับนักจิตวิทยาทางด้านเด็กและ เยาวชน โดยคำถามต่าง ๆ ได้ผ่านการพิจารณา ร่วมกันแล้ว

การประมวลผลและการวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกและ การแลกเปลี่ยนเล่าเรื่องเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูล แนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการ กลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ผู้วิจัยได้ทำการ ประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ ข้อมูลเชิงคุณภาพ วิเคราะห์โดยใช้เทคนิค วิเคราะห์ข้อมูลแบบการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มา พิจารณาจำแนกประเภทของข้อมูล แล้ววิเคราะห์ ข้อมูลโดยจับใจความสำคัญจากบทสัมภาษณ์ และการเล่าเรื่อง นำข้อมูลที่สัมพันธ์กันมาจัด กลุ่มให้เป็นข้อมูลชุดเดียวกัน แล้วสร้างข้อสรุป

จากข้อมูลที่จำแนกแล้ว จากนั้นดำเนินการ ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล

การตรวจสอบข้อมูล

ในการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล จะดำเนินการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (triangulation) เพื่อพิสูจน์ว่าข้อมูลที่ได้นั้น ถูกต้องหรือไม่ โดยมีวิธีการตรวจสอบ ดังนี้

1. การตรวจสอบข้อมูลแหล่งบุคคล (ผู้ให้ ข้อมูล) ของข้อมูลสามฝ่าย คือ เด็กนักเรียน ที่เป็นผู้กลั่นแกล้งและเด็กที่ถูกกลั่นแกล้ง บุคคลที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนที่กลั่นแกล้งและ ถูกกลั่นแกล้ง และนักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญ

2. การตรวจสอบข้อมูลโดยใช้วิธีการเก็บ รวบรวมข้อมูลหลายวิธี ดังนี้

2.1 การสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคลจาก กลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งศึกษาเอกสารประกอบ เช่น เอกสารบันทึกประจำวัน หรือประวัติต่าง ๆ ของโรงเรียน ที่มีการจดบันทึกรายละเอียด เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนที่มีการ บันทึกไว้เป็นลายลักษณ์อักษร

2.2 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากการ เล่าเรื่อง ได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล และการประชุมแลกเปลี่ยนกลุ่มย่อย (focus group) สำหรับนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการป้องกันปัญหา การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยตรง ได้แก่ ผู้อำนวยการสถานศึกษา คุณครู บิดามารดาหรือ ผู้ปกครอง เพื่อเป็นการตรวจสอบความถูกต้อง ของข้อมูลที่ได้จากแหล่งบุคคลและวิธีการเก็บ ข้อมูลที่ต่างกัน

3. การตรวจสอบข้อมูลโดยนักวิจัยหลายคน ผู้วิจัยจะทำการทบทวนและตรวจสอบข้อมูล หลาย ๆ ครั้ง จากนั้นนักวิจัยหลายคน (สมาชิก ทีมวิจัย)

4. การตรวจสอบเชิงทฤษฎีในการศึกษาวิจัย
แนวทางในการป้องกันปัญหาการกลั่นแกล้งกัน
ในโรงเรียน ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดและทฤษฎี
ที่เกี่ยวกับสาเหตุการกระทำความผิดหรือการ
กลั่นแกล้งผู้อื่นของเด็กและเยาวชน เพื่อใช้อธิบายถึงสาเหตุและปัจจัยของการมีพฤติกรรม
กลั่นแกล้งผู้อื่น และการตกเป็นเหยื่อของการ
กลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ได้แก่ ทฤษฎีการควบคุม
ตัวเอง (Self-control Theory) ทฤษฎีการกักขัง
(Containment Theory) ทฤษฎีความผูกพันทาง
สังคม (Social Bond Theory) ทฤษฎีการเรียนรู้
(Aker's Social Learning Theory) ทฤษฎีคบค้า
สมาคมที่แตกต่าง (Differential Associations
Theory) ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic
Theory) ทฤษฎีปมด้อย (Inferiority Complex)
ทฤษฎีกับดักทางวัฒนธรรม (Cultural Trapping
Theory) ทฤษฎีกิจกรรมประจำวัน (Routine
Activity Theory) และทฤษฎีเทคโนโลยีสมัยใหม่
(The New Technology)

แนวคิดและทฤษฎีในการป้องกันการกระทำผิด
หรือการกลั่นแกล้งกันของเด็กและเยาวชน
เช่น การตัดมูลเหตุที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมกลั่นแกล้ง
ผู้อื่นของผู้กลั่นแกล้ง และป้องกันไม่ให้เกิดเหยื่อ
ของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนด้วยการตัด
ช่องโอกาสในการกลั่นแกล้งผู้อื่น เพื่อนำไปสู่
คู่มือในการป้องกันปัญหาการกลั่นแกล้งกัน
ในโรงเรียน

ทั้งนี้ ผู้วิจัยจะทำการตรวจสอบข้อมูล
สามเล่มอีกครั้งและบูรณาการข้อมูลที่รวบรวม
ได้ทั้งหมดเข้าด้วยกัน หากข้อมูลใดที่ตรวจสอบ
สามเล่มแล้วผลออกมาไม่ตรงกันหรือไม่น่าเชื่อถือ
จะตัดออก

■ จริยธรรมของการวิจัยในคน

การศึกษาวิจัยได้ให้ความสำคัญกับจริยธรรม
การวิจัยในคน ดังนี้

1. การเก็บข้อมูลจะต้องได้รับการยินยอม
จากกลุ่มตัวอย่างหรือผู้แทนโดยชอบธรรม
ที่เกี่ยวข้อง
2. การเผยแพร่ข้อมูลจะไม่ระบุชื่อ นามสกุล
ที่แท้จริงของกลุ่มตัวอย่าง

■ ผลการวิจัย

1. สาเหตุของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดปทุมธานี

สาเหตุของการกลั่นแกล้ง ช่มเหง รังแกกัน
ในโรงเรียนส่วนใหญ่เกิดจากความตระหนักรู้ถึง
ความสำคัญของปัญหาการกลั่นแกล้งกันของ
เด็กนักเรียนในสังคมไทยยังอยู่ในระดับที่ต่ำ
และมีทัศนคติที่มองเรื่องการกลั่นแกล้งรังแกกัน
ในโรงเรียนของเด็กเป็นเพียงการหยอกล้อกัน
ตามประสาเด็กเท่านั้น ไม่ได้มองว่าเป็นความ
รุนแรง หรือความตั้งใจที่จะทำร้ายผู้อื่น กล่าวคือ
ส่วนใหญ่มักจะคิดว่าการกลั่นแกล้งรังแกกัน
ของเด็กนักเรียน เป็นเพียงการหยอกล้อกัน
ของเด็ก เพื่อความสนุกสนานเท่านั้น นอกจากนี้
ยังพบว่ามีสาเหตุอื่นที่ทำให้เด็กกลั่นแกล้งรังแกกัน
ประกอบอยู่ด้วยสาเหตุต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ ปัญหา
ภายในครอบครัวของเด็ก (ขาดการดูแลเอาใจใส่
ขาดการอบรมสั่งสอนจากครอบครัว พ่อแม่
แยกทางกัน ผู้ปกครองไม่ชอบกัน ฯลฯ) ความ
อิจฉากันของเด็กความต้องการเป็นที่ยอมรับ

ของเพื่อน ความอยากรู้ตัวตนในสายตาผู้อื่น ความต้องการให้คนอื่นอยู่ใต้อำนาจตนเอง การเกิดพฤติกรรมเลียนแบบจากการเสพสื่อออนไลน์และจากการใช้ความรุนแรงของผู้อื่น ความแตกต่างของเพื่อน (การไม่ยอมรับความแตกต่างในสังคม) การไม่รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การตอบโต้กลับเมื่อถูกกลั่นแกล้งหรือการไปกลั่นแกล้งผู้อื่นต่อเมื่อถูกกลั่นแกล้ง การเข้าใจผิดกัน การไม่ชอบกัน การทะเลาะกันมาก่อน และความเข้าใจหรือการตระหนักรู้เรื่องการกลั่นแกล้งกันของเด็กอยู่ในระดับที่ต่ำ ทำให้บางครั้งเด็กเองก็ไม่เข้าใจว่า พฤติกรรมแบบไหนที่เรียกว่าเป็นการกลั่นแกล้งผู้อื่น ประกอบกับการตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของเด็กนักเรียน ยังไม่ได้รับความสนใจเท่าที่ควร ในโรงเรียนยังไม่มีกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านการกลั่นแกล้งกันของเด็กหรือการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันอย่างเป็นรูปธรรม ด้วยสาเหตุข้างต้นทั้งหมดที่กล่าวมานั้น ทำให้ปัจจุบันในโรงเรียนยังมีการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนอยู่เป็นจำนวนมาก ดังจะเห็นได้จากคำกล่าวของกลุ่มตัวอย่างที่ได้กล่าวไว้ ดังต่อไปนี้

“หนูคิดว่าเพื่อนในห้องส่วนใหญ่แกล้งกัน เพราะสนุก บางทีก็เป็นแผลเลย”

“หนูเป็นทั้งผู้กลั่นแกล้งและผู้ถูกกลั่นแกล้ง โดยหนูผลักเพื่อนแรง ๆ แต่ไม่มีแผล เราผลักคนเดียว เพราะล้อเล่น แล้วเพื่อนก็ผลักเรากลับ”

“สาเหตุที่ถูกกลั่นแกล้งเกิดจากเพื่อนอิจฉา หนูที่เรียนเก่ง ร่าเริง เล่นเกมเก่ง ตอนอยู่ชั้น ป.6 เพื่อน ๆ ชอบดูคลิปวิดีโอ 18+ แต่หนูไม่รู้เรื่องและมาด่าหนู นินทาหนูว่า เห็นซีมันเจียบ ๆ แต่จริง ๆ มันรู้นะ”

“การกลั่นแกล้งกันของเด็กในโรงเรียน สาเหตุหนึ่งมาจากการเลียนแบบมาจากโทรศัพท์ เด็กมีโทรศัพท์ก็จะเล่นอินเทอร์เน็ต แล้วเลียนแบบพฤติกรรมมา”

“หนูเคยถูกแกล้ง เวลาเพื่อนแกล้งหนู ล้อหนู หนูก็ตอบโต้ไปเลยคะ เช่น หนูก็ว่าเพื่อนกลับแต่ไม่ได้แรงมาก”

2. รูปแบบและพฤติกรรมการกลั่นแกล้งในโรงเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา

การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน จำแนกตามพฤติกรรมของการกลั่นแกล้งกันได้ทั้งหมด 4 รูปแบบหลัก โดยสามารถพบเห็นการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของเด็กนักเรียนได้ทั้งการกลั่นแกล้งแบบซึ่งหน้าและการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ ดังจะเห็นได้จากการให้ข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ต่อไปนี้

“เพื่อนผู้ชายที่ชอบแกล้งหนู ชอบล้อเลียน เรื่องรูปร่างหน้าตาหนู ก็เคยต่อยแขนหนูแรง ๆ ด้วย เขาชอบหาเรื่องคนอื่น ทำความรุนแรงต่อคนอื่น ตอนที่เขาต่อยก็มีฟกช้ำ เพราะเขาต่อยแรง”

“หนูเคยโดนแกล้งแย่งขนม เพื่อนผู้หญิง 2-3 คน ที่แกล้ง บางครั้งก็ผลักหนูแรง ๆ แล้วเขาก็ไปบอกเพื่อนคนอื่นไม่ให้มาคุยกับหนูด้วย ตอน ป. 5 เวลาถูกแกล้งหนูก็ไม่ได้เล่าให้ใครฟัง เก็บไว้คนเดียว”

“การกลั่นแกล้งกัน Cyber Bully เด็กป. 3-4 ก็มีสมาร์ทโฟนใช้แล้วนะคะ เวลาไม่ชอบใครก็จะใช้คำหยาบ หรือสร้างกลุ่มไลน์นินทาคนอื่นก็มี เสียดสีกันในเฟซบุ๊คก็มี”

สามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. การกลั่นแกล้งทางวาจา ได้แก่ การใช้คำพูดทำร้ายผู้อื่น การดูถูก การพูดจาเสียดสี การพูดจาประชดประชันกัน การด่าทอผู้อื่น การตวาด การล้อเลียนเรื่องรูปร่างหน้าตา หรือรูปลักษณ์ภายนอกของผู้อื่น การนินทา การโกหกบิดเบือนความจริง การล้อเลียนปมด้อยของผู้อื่น การล้อชื่อพ่อแม่ การคุกคามหรือล่วงละเมิดทางเพศด้วยคำพูดและการล้อเลียน และการใช้คำพูดหยาบคาย ฯลฯ

2. การกลั่นแกล้งกันทางร่างกาย ได้แก่ ทำร้ายร่างกายผู้อื่น เด็กที่มีรูปร่างใหญ่กว่ารังแกเด็กที่ตัวเล็กกว่าด้วยการชก ต่อย ทบ ตี เตะ ผลักหัว ตบหัว ดึงหรือกระชากผม การเดินชน การวิ่งชน การผลักแรง ๆ ฯลฯ

3. การกลั่นแกล้งกันทางด้านอารมณ์หรือสังคม ได้แก่ ควบคุมผู้อื่นให้อยู่ใต้อำนาจของตนเอง ช่มชู้ใช้อำนาจกับเพื่อน ทำให้ผู้อื่นกลัว ต้องการอยู่เหนือเพื่อน ทำลายความมั่นใจผู้อื่น ไม่ยอมรับความแตกต่างของเพื่อน แบ่งแยกและกีดกันผู้อื่นออกจากสังคมกลุ่มเพื่อน รวมกลุ่มกันกดดันผู้อื่น นำสิ่งของของเพื่อนไปซ่อน ไม่ต้องการให้ผู้อื่นเด่นกว่า ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ต้องการเป็นที่สนใจของเพื่อน ต้องการได้รับความรักจากเพื่อน แย่งเพื่อนกันข่มขู่รีดไถเอาเงินจากผู้อื่น บูลลี่เด็กที่ย้ายมาจากโรงเรียนอื่น ชังเพื่อนในห้องน้ำ ฯลฯ

4. การกลั่นแกล้งกันบนโลกออนไลน์หรือ Cyber Bully ได้แก่ การใช้สื่อออนไลน์กลั่นแกล้งผู้อื่นด้วยการสร้างข่าวลือที่ส่งผลกระทบต่อชื่อเสียงของผู้อื่น โพสต์ใส่ร้ายป้ายสี โพสต์ข้อความโจมตี โพสต์ข้อความด่าทอ โพสต์ข้อความล้อเลียนที่เกี่ยวกับรูปลักษณ์ภายนอกและเรื่องเพศ

การใช้คำหยาบคาย ประจาน หรือส่งต่อข้อความที่ทำร้ายจิตใจผู้อื่น สร้างความอับอายให้แก่ผู้อื่น ตั้งกลุ่มไลน์นินทาเพื่อน ฯลฯ

3. ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งในโรงเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา

ส่วนผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งรังแกกันของเด็กในโรงเรียนนั้น ทั้งเด็กที่เป็นผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งผู้อื่นและเด็กที่ถูกผู้อื่นกลั่นแกล้งต่างได้รับผลกระทบทั้งสองฝ่าย จากการศึกษาพบว่า ผู้ที่เป็นฝ่ายกระทำนั้นก็ได้รับผลกระทบด้วยเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นมีปัญหาด้านด้านจิตใจ และสุขภาพจิตและทางด้านสุขภาพกาย เช่น เป็นโรคซึมเศร้า อารมณ์ไม่มั่นคง มีอารมณ์หงุดหงิดง่าย ควบคุมอารมณ์ของตนเองไม่ได้ ต่อต้านสังคม เกรง เป็นอันธพาล ทำร้ายผู้อื่น มีบาดแผลตามร่างกาย มีปัญหาด้านการเรียน ทำให้ต้องหยุดเรียนกลางคัน และนำไปสู่พฤติกรรมการขอใช้ความรุนแรงต่อผู้อื่น

เพียงแต่ว่าผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการศึกษาจะพบเห็นได้เด่นชัดในเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งโดยมีผลกระทบต่อเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งโดยตรง ดังต่อไปนี้ ผู้ที่ถูกกลั่นแกล้ง มีภาวะซึมเศร้าและความวิตกกังวลส่งผลต่อความรู้สึกโดดเดี่ยว กลัว โกรธ เครียด กัดฟัน เศร้า เสียใจ ร้องไห้ ซึม อาย สูญเสียความมั่นใจในตนเอง ไม่กล้าแสดงออก รู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเองลดลง มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงด้านการนอนหลับและการรับประทานอาหาร รวมทั้งมีปัญหาด้านสุขภาพไม่พูดจากับใคร สูญเสียความสนใจในกิจกรรมที่พวกเขาเคยสนุก เช่น ไม่เข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียน ประสิทธิภาพทางการเรียนลดลง ไม่ค่อยมาโรงเรียน แยกตัวออกจากสังคม

เก็บตัวอยู่คนเดียว หรือบางครั้งได้ตอบกลับทำร้ายตนเองหรือทำร้ายผู้อื่นจนมีบาดแผลตามร่างกาย

...มีเคสหนึ่งที่มีปัญหาในห้องเรียน คือ มีสไม์เคยได้ยินเสียงน้องพูดเลยสักครั้ง เพื่อนจะพูดแทนให้ตลอด น้องเป็นเด็กผู้ชาย อยู่ชั้น ป.6 เพื่อน ๆ ชอบบูลลี่น้องเรื่องที่น่าสงสารเล็กน้อย น้องไม่มีความมั่นใจในตัวเอง น้องไม่พูดมาตั้งแต่ ป. 3 แล้วค่ะ ไม่พูดกับใครเลยสักคน แต่จะสะกิดไหล่เพื่อนแทน ไม่ร่วมกิจกรรม ไม่สนิทกับเพื่อน คุณพ่อคุณแม่ น้องทราบและเคยพาไปพบแพทย์ แต่ก็ยังไม่ดีขึ้น น้องไม่กล้าที่จะพูด น่าจะกระทบจิตใจน้องมาก ๆ เลยทำให้ไม่กล้าพูด...

...หนูโดนเพื่อนล้อว่าอ้วน หน้าเป็นสิ่ว หนูไม่มั่นใจในตัวเองเลย หนูเลยใส่เสื้อกันหนาวตลอดเวลาเลย หนูอาย หนูเครียดมาก อยากอยู่แต่บ้าน หนูไม่อยากไปโรงเรียนเลย รู้สึกแย่มากเลย ทำอะไรเราอ้วนแล้วผิวดำ หนูร้องไห้ เศร้าหนักตอนนั้นหนูอยู่ ป.5 คิดอยากฆ่าตัวตายเลย หนูทำร้ายตัวเองด้วย กรีดข้อมือตัวเอง ระบายความรู้สึก หนูไม่ค่อยทานข้าว นอนไม่หลับเลย บางครั้งหนูก็โกรธมาก ไม่พอใจ แต่เราทำอะไรไม่ได้...

4. มาตรการหรือแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนนักเรียน

4.1 การปฏิบัติงานหรือการดำเนินการในการป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของคุณครูและบุคลากรในโรงเรียนกลุ่มตัวอย่าง

สำหรับการดำเนินการในการป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของคุณครูและบุคลากร ได้แก่ คุณครูและบุคลากรในโรงเรียนจะเน้นไปที่การอบรมสั่งสอนหรือ

ว่ากล่าวตักเตือนเด็กที่ไปกลั่นแกล้งผู้อื่นเป็นสำคัญ นอกจากนี้ยังมีแนวทางอื่น ๆ ประกอบด้วยดังต่อไปนี้

โดยแนวทางการปฏิบัติงานของคุณครูและบุคลากรในโรงเรียนในการแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียนที่คุณครูได้นำมาใช้กับเด็กนักเรียนผู้ที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่น ประกอบด้วยแนวทางทั่วไปที่สำคัญ ได้แก่ การอบรมสั่งสอน หรือกล่าวตักเตือนทันทีที่พบเห็นเหตุการณ์การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน โดยร่วมแก้ไขปัญหากับนักเรียนก่อนเบื้องต้น การรับฟังปัญหาของเด็กนักเรียนอย่างตั้งใจ และปลอบใจเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง การใช้บทลงโทษที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียน การร่วมวางแผนและหาแนวทางในการแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียนร่วมกับคุณครูท่านอื่นหรือคุณครูฝ่ายปกครอง การร่วมปรึกษาหาแนวทางในการแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียนร่วมกับผู้ปกครองของนักเรียนที่กลั่นแกล้งผู้อื่นและผู้ปกครองของนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง และการสอดส่อง สังเกตพฤติกรรม และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมจากบุคลากรท่านอื่นในโรงเรียนที่พบเห็นเหตุการณ์การกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน ดังจะเห็นได้จากคุณครูกลุ่มตัวอย่างที่ได้ให้ข้อมูล ไว้ดังนี้

“แนวทางการแก้ไขเมื่อนักเรียนถูกกลั่นแกล้ง จะเรียกนักเรียนมาคุยเป็นรายบุคคล โดยคุณครูประจำชั้นจะร่วมแก้ไขปัญหากับนักเรียนในเบื้องต้นก่อน โดยการอบรมสั่งสอน หากนักเรียนยังมีพฤติกรรมไม่ดีขึ้นจึงเชิญผู้ปกครอง”

“โรงเรียนไม่มีการแต่งตั้งคณะทำงานด้านการกลั่นแกล้ง แต่จะมีการอบรมและ

ส่งเสริมด้านคุณธรรมให้นักเรียน และไม่มีกิจกรรมรณรงค์เรื่องการยุติการกลั่นแกล้งในโรงเรียน”

4.2 แนวทางในการแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่เด็กในปกครองถูกกลั่นแกล้ง

สำหรับแนวทาง ในการแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของเด็กนักเรียน เมื่อทราบว่าเด็กในปกครองของตนเองถูกกลั่นแกล้ง ผู้ปกครองจะเน้นการอบรมสั่งสอนให้คิดในแง่บวก ให้นิ่งเฉยและไม่ให้ตอบโต้กลับ คนที่มากลั่นแกล้งเป็นสำคัญ นอกจากนี้ยังแจ้งคุณครูประจำชั้นให้ทราบ เพื่อหาแนวทางในการป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนร่วมกัน ดังจะเห็นได้จากคำกล่าวของผู้ปกครองท่านหนึ่ง ดังนี้

...เมื่อลูกมาเล่าเรื่องเพื่อนแกล้งให้ฟัง จะบอกลูกว่า ไม่ต้องคิดมากกับคำพูดของเพื่อน หรือพูดให้เพื่อนเข้าใจ ส่วนตัวมองว่าเราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงผู้อื่นได้ ควรเปลี่ยนแปลงลูกของตนเองดีกว่า ให้ลูกไปบอกเพื่อนให้เข้าใจ เพื่อนก็เข้าใจ จากนั้นเพื่อนก็ไม่แกล้งอีก เมื่อลูกถูกเพื่อนแกล้งจะแจ้งคุณครูประจำชั้นทราบ และคุณครูจะแก้ไขปัญหให้...

4.3 ข้อเสนอแนะและแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนนักเรียนจากคุณครูโรงเรียนกลุ่มตัวอย่าง

สำหรับคุณครูที่เป็นคณะกรรมการต่อต้านการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนได้ร่วมหารือเกี่ยวกับมาตรการหรือแนวทางที่เหมาะสมในการป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง เพิ่มระดับความสำคัญ

ของปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน นำไปสู่การลดปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน โดยมีข้อเสนอแนะที่สอดคล้องกัน ดังต่อไปนี้

(1) อบรมคุณธรรมจริยธรรมและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันให้แก่เด็กนักเรียนเป็นประจำในคาบโฮมรูม และจะสอดแทรกองค์ความรู้เรื่องการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยตรงในวิชาลูกเสือเนตรนารีให้นักเรียนทุกชั้นปีในปีการศึกษาหน้า ให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกัน และมีความตระหนักรู้ในเรื่องการเคารพสิทธิของผู้อื่น (2) จัดกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านการบูลลี่กันในโรงเรียนเป็นประจำทุกปี เช่น การวาดภาพประกวด การโต้วาที ฯลฯ (3) พยายามสังเกตพฤติกรรมของเด็กนักเรียนอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะนักเรียนที่มีพฤติกรรมชอบกลั่นแกล้งผู้อื่น (4) ควรมีการรายงานพฤติกรรมของนักเรียนที่มีปัญหาให้แก่คุณครูประจำชั้นในระดับชั้นใหม่ในแต่ละปี ทั้งแบบที่เป็นลายลักษณ์อักษรและการบอกเล่า เพื่อให้คุณครูประจำชั้นที่รับช่วงต่อได้เฝ้าระวัง และสังเกตติดตามพฤติกรรมของเด็กนักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงอย่างใกล้ชิด และ (5) สนับสนุนให้มีการนำ Line Official (Anti-Bullying-Your best friend) ที่ทีมวิจัยได้สร้างขึ้น เพื่อเป็นเครื่องมือในการลดปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนให้นักเรียนในโรงเรียนใช้

4.4 ข้อเสนอแนะและแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนนักเรียนจากนักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญด้านการกลั่นแกล้งกันของเด็กในโรงเรียน

นักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและ

เยาวชนได้ให้ข้อเสนอแนะที่สอดคล้องกัน คือ การส่งเสริมการสร้าง Self-esteem ให้แก่เด็กนักเรียนทุกคน เพื่อให้เกิดความมั่นใจในตัวเอง เห็นข้อดีของตนเอง และเห็นคุณค่าในตัวเอง เป็นสำคัญ เมื่อเด็กมี Self-esteem สูง ถ้าหากเมื่อใดก็ตามที่ถูกเพื่อนกลั่นแกล้งหรือบูลลี่ เด็กจะรู้สึกแย่และมีมุมมองความคิดต่อตนเอง ในแง่บวก การสนับสนุนการสร้าง Self-esteem เพื่อที่จะได้เป็นภูมิคุ้มกันและเป็นเกราะป้องกัน เมื่อต้องเจอกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันหรือปัญหาใดก็ตาม เด็กที่มี Self-esteem สูงจะสามารถเผชิญหน้าและสามารถรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อถูกบูลลี่ เด็กจะรู้สึกแย่กับตัวเอง เห็นคุณค่าในตนเอง รู้สึกภาคภูมิใจในตัวเอง ไม่เอาจุดด้อยที่คนอื่นมองมาทำให้สูญเสียความมั่นใจ ให้มั่นใจในตัวเอง และมองว่าเราเองก็มีข้อดีอื่น ๆ อีกเยอะเลย ทำให้เด็กสามารถรับมือกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันได้อย่างดี นอกจากนี้ ควรให้เด็กจัดการแก้ไขปัญหด้วยตนเอง โดยอยู่ภายใต้การดูแลของผู้ใหญ่อย่างใกล้ชิด สอนเด็กผ่านการสร้างบทบาทสมมติ เพื่อให้เด็กนักเรียนได้เข้าใจปัญหามากขึ้นและได้เรียนรู้วิธีการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยตัวเอง โดยวิธีการจัดการกับปัญหานั้นควรส่งเสริมวิธีการจัดการกับปัญหาเชิงบวก กล่าวคือ สนับสนุนและส่งเสริมให้จัดการแก้ไขปัญหด้วยตัวเองและให้เด็กนักเรียนที่ขอบกลั่นแกล้งผู้อื่นหรือแกนนำเด็กนักเรียนเป็นผู้นำในการปกป้องเพื่อนที่ถูกกลั่นแกล้ง เพื่อให้เด็กนักเรียนเกิดความภาคภูมิใจในตัวเองและเห็นคุณค่าในตัวเองที่เป็นฮีโร่สามารถปกป้องและช่วยเหลือเพื่อนที่ถูกกลั่นแกล้งได้ นอกจากนี้ ในการแก้ไขปัญหา

การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนคุณครูควรจะทำแบบการแก้ไขเฉพาะราย โดยดูจากนิสัยของเด็กนักเรียนแต่ละคน เพื่อที่จะได้แก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างตรงจุด โดยที่คุณครูและพ่อแม่หรือผู้ปกครองต้องให้ความสำคัญกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน โดยไม่มองว่าการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนเป็นเพียงเรื่องล้อเล่นสนุกสนานตามประสาเด็กเท่านั้น ต้องให้ความสำคัญกับปัญหาดังกล่าว ดังจะเห็นได้จากข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

- 1) ถ้าในเด็กที่ถูกบูลลี่ ต้องสร้าง Self-esteem ให้เขา อาจจะผ่านการอบรมก็ได้
- 2) ให้เห็นคุณค่าในตนเอง ไม่เอาจุดด้อยที่คนอื่นมองมาทำให้สูญเสียความมั่นใจ ให้มั่นใจในตัวเอง และมองว่าเราเองก็มีข้อดีอื่น ๆ อีกเยอะเลย เช่น ถึงแม้เราจะมีรูปร่างที่ใหญ่ แต่เราก็ดูสวยมาก เรามีพรสวรรค์ในการวาดรูป เราขอช่วยเหลือคนอื่น ให้รักตัวเองให้มาก ๆ
- 3) เมื่อมีปัญหาให้หาคนที่เราสามารถพูดคุยหรือสามารถปรึกษาได้ อาจจะเป็นพ่อแม่ คุณครูหรือเพื่อนสนิทก็ได้ เพื่อร่วมกันแก้ไขปัญห เพราะเราไม่ได้อยู่ตัวคนเดียว
- 4) เมื่อพบเห็นการกลั่นแกล้งกันเกิดขึ้นอย่าเพิกเฉย ให้เข้าไปช่วยเหลือคนที่ถูกกลั่นแกล้ง ถ้าช่วยเหลือเองไม่ได้ ให้ไปบอกคุณครูให้มาช่วยเหลือเพื่อน
- 5) ไม่ตอบโต้คนที่มากลั่นแกล้งเรา ไม่ใช่กำลังหรือใช้ความรุนแรง ไม่ต้องตอบโต้ แต่ให้นิ่งเฉย ไม่ต้องสนใจคนที่มาแกล้งเรา
- 6) ยอมรับในความแตกต่าง ให้เกียรติกัน และกัน

4.5 ข้อเสนอแนะในการป้องกันแก้ไข ปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนจากการศึกษา รวบรวมข้อมูลจากเทปบันทึกการสัมภาษณ์สด ในรายการข่าวของผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและเยาวชน เกี่ยวกับแนวทางที่เหมาะสมในการป้องกันแก้ไข ปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน

โดยผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กและเยาวชนได้ให้ ข้อเสนอแนะในการป้องกันแก้ไขปัญหาคำสำคัญ ไว้ว่า คุณครูควรพูดคุยกับเด็กนักเรียนอย่างใกล้ชิด และคอยสังเกตพฤติกรรมของเด็กอยู่เป็นประจำ รวมไปถึงพ่อแม่ควรพูดคุยกับลูกเป็นประจำ สร้างความไว้วางใจ เชื่อใจ เวลาที่ลูกมีปัญหาจะได้ มาคุยมาปรึกษาพ่อแม่ แล้วพ่อแม่จะสามารถ สังเกตอาการของลูกได้ พ่อแม่จะทราบเลยว่าลูก มีปัญหา ซึม เหมงา เพื่อดูว่าลูกมีพฤติกรรมที่ เปลี่ยนไปหรือไม่ ลูกใช้อารมณ์ในการตัดสินใจ คนอื่นมากขึ้นไหม ลูกอยู่ในภาวะซึมเศร้า เพื่อให้ ความช่วยเหลือแก่เด็กได้อย่างทันทั่วทั้งที่ จะเห็นว่า ข้อเสนอแนะในการป้องกันแก้ไขปัญหาการ กลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน ผู้เชี่ยวชาญท่านนี้ ได้ให้ไว้ทั้งกับพ่อแม่และคุณครู คือ การเน้นถึง การพูดคุยอย่างใกล้ชิด เพื่อให้ทราบถึงปัญหา ที่เด็กกำลังพบเจออยู่ จะได้ช่วยแก้ไขปัญหา ได้อย่างทันทั่วทั้งที่ นอกจากนี้ที่บ้าน ที่ชุมชน และ ที่โรงเรียนควรสร้างระบบเฝ้าระวัง หรือ (Anti-Bullying Program) เพื่อให้เด็กทราบว่า เมื่อเกิดปัญหาการกลั่นแกล้งกันขึ้นเขาจะรับมือ อย่างไร จะปรึกษาใครหรือขอความช่วยเหลือ ได้จากใครอย่างเป็นระบบ จะเห็นว่าเมื่อเกิด ปัญหาขึ้นเด็กส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าจะต้องไปแจ้งใคร หรือขอความช่วยเหลือจากใคร เด็กนักเรียน บางรายไม่กล้าที่จะไปปรึกษากับคุณครู เมื่อเจอกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

และไม่กล้านำปัญหาไปปรึกษากับพ่อแม่ ทำให้ ต้องเผชิญหน้าคนเดียว โดยบางครั้งการแก้ไข ปัญหาที่นำไปสู่การแก้ไขปัญหาก็ผิดวิธี เช่น เกิดการใช้ความรุนแรงทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่น ตามที่พบเห็นได้ตามข่าวที่ปรากฏโดยทั่วไป

■ สรุปและการอภิปรายผล

1. สาเหตุของการกลั่นแกล้งในโรงเรียนของ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา

1.1 วัฒนธรรมของสังคมไทย และ การตระหนักรู้ในเรื่องการกลั่นแกล้งกันมีน้อย โดยวัฒนธรรมของสังคมไทยมองว่าการ กลั่นแกล้งกันของเด็กเป็นเพียงแค่เรื่องปกติ ธรรมดาที่สามารถเกิดขึ้นได้ โดยไม่มองว่า การกลั่นแกล้งกันนั้นเป็นความรุนแรงแต่อย่างใด เป็นเพียงแค่การล้อเล่น การหยอกล้อกันตาม ประสาเด็กเท่านั้น เด็กเหล่านั้นไม่ได้มีเจตนา ที่จะทำร้ายร่างกายหรือทำร้ายจิตใจใคร และ มองว่าการกลั่นแกล้งกันไม่ได้ถือว่าเป็นความ รุนแรง และเป็นเรื่องปกติที่สามารถเกิดขึ้นได้กับ เด็กนักเรียนทั่วไปทุกคน สอดคล้องกับคำกล่าว ของ นพ.เกียรติภูมิ วงศ์รจิต อธิบดีกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (PPTV Online, 2563) ได้กล่าวว่า ปัญหาการกลั่นแกล้งกันมีมาเป็น ระยะเวลาที่ยาวนานแล้ว ที่ส่งผลกระทบต่อและ เป็นภัยคุกคามต่อสังคมทั้งต่างประเทศและ ประเทศไทย แต่ต่างประเทศจะให้ความสนใจกับ ปัญหาการกลั่นแกล้งกันมากกว่าประเทศไทย โดยการที่ประเทศไทยให้ความสนใจปัญหาดังกล่าวน้อย เนื่องจากว่าวัฒนธรรมของไทย และสังคมไทยมีความเป็นเพื่อนเยื่อ มองว่าเป็นการหยอกล้อกันของเพื่อน สังคมไทยจะมอง

ในมิติของความสัมพันธ์กับตัวบุคคลและความสนิทสนม จึงทำให้ปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กในโรงเรียนในประเทศไทยมีแนวโน้มที่จะรุนแรงมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้ จะเห็นว่าในเรื่องของการตระหนักรู้และองค์ความรู้เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนเองยังอยู่ในระดับที่ต่ำ บางครั้งเด็กหลายคนแยกไม่ออกและไม่เข้าใจว่าพฤติกรรมแบบไหนที่เรียกว่าการกลั่นแกล้งกันหรือการบูลลี่ เพราะส่วนใหญ่เข้าใจว่าเป็นการหยอกล้อกัน เป็นเรื่องตลกขำขันมากกว่าเรื่องของความรุนแรง

1.2 การไม่มีระบบเฝ้าระวังต่อต้านการกลั่นแกล้งรังแกกัน (Anti-Bullying program) จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ พบว่าอีกหนึ่งสาเหตุที่ทำให้ปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนในโรงเรียนมีแนวโน้มที่จะรุนแรงและมีการกลั่นแกล้งขยายวงกว้างเพิ่มมากยิ่งขึ้น คือ การที่ในโรงเรียนไม่มีระบบเฝ้าระวังเกี่ยวกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันโดยตรง เมื่อเด็กนักเรียนถูกกลั่นแกล้งก็ไม่ทราบว่าจะต้องทำอะไร หรือต้องไปแจ้งใครให้ช่วยเหลือ เพราะเด็กนักเรียนบางคนไม่กล้าแจ้งคุณครู เพราะกลัวคุณครูจะมองว่าเป็นเรื่องแค่เรื่องเล็กน้อย เด็กหลายคนจึงหาทางออกหรือหาแนวทางในการรับมือกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันด้วยตนเองโดยวิธีการที่ผิด

1.3 ปัญหาภายในครอบครัวจากการศึกษาพบว่า อีกหนึ่งสาเหตุที่ทำให้เด็กมีพฤติกรรมที่ชอบกลั่นแกล้งกัน คือ เด็กที่ชอบไปกลั่นแกล้งผู้อื่นมักจะเป็นเด็กที่ขาดความรักความอบอุ่น ขาดการดูแล ขาดการเอาใจใส่ที่ดีจากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง และขาดการอบรมสั่งสอนจากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง พ่อแม่ไม่มีเวลาให้ พื้นฐานการ

เลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม พ่อแม่หรือผู้ปกครองขึ้นนำเด็กหรืออบรมสั่งสอนไปในทางที่ผิด เลี้ยงดูแบบตามใจ รวมทั้งเด็กเหล่านั้นอยู่อาศัยในครอบครัวที่พ่อแม่มักจะมีปัญหาทะเลาะกันต่อหน้าเด็กอยู่เป็นประจำ สอดคล้องกับทฤษฎีความผูกพันทางสังคม (Travis Hirschi, 1969 อ้างอิงใน สุณีย์ กัลยะจิตร, 2557) โดยทฤษฎีดังกล่าวมีการอธิบายไว้ว่า มนุษย์มีแนวโน้มที่จะกระทำผิดทุกคน แต่มนุษย์ควบคุมเอาไว้ สาเหตุที่มนุษย์สามารถควบคุมไว้ได้และไม่ไปกระทำความผิด เพราะมนุษย์กลัวจะสูญเสียความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัว บิดามารดา พี่น้อง เพื่อน ครู เนื่องจากว่ามีความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นกับคนในครอบครัว และคนในสังคม อีกทั้งยังใส่ใจผู้อื่น แต่ถ้าหากว่าเด็กไม่มีความผูกพันต่อบิดามารดา ต่อผู้ปกครอง ต่อหรือสังคม และไม่เห็นอกเห็นใจผู้อื่น หรือไปมีความผูกพันต่อเพื่อนที่เกเร อันธพาล และกระทำความผิด เด็กก็มีแนวโน้มที่จะกระทำผิดสูงขึ้น รวมทั้งสอดคล้องกับทฤษฎีการควบคุมตัวเอง (Hirschi & Gottfredson, 1990 อ้างอิงใน สุณีย์ กัลยะจิตร, 2557) ที่ได้อธิบายว่า สาเหตุของการกระทำผิดหรือการมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนของบุคคลไว้ว่า หากบุคคลใด มีความสามารถในการควบคุมตัวเองต่ำ บุคคลนั้นจะมีแนวโน้มไปกระทำผิดหรือมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนสูงตลอดเวลา ดังนั้นการควบคุมตนเอง จึงเป็นสิ่งที่คอยควบคุมพฤติกรรมของบุคคล ให้มีความอดทน ป้องกันไม่ให้บุคคลไปกระทำผิดหรือมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบน ทั้งนี้ ความอดทนอดกลั้นหรือการควบคุมตนเองสูงเกิดจากการขัดเกลาทางสังคมที่มีประสิทธิภาพที่เกิดจากครอบครัวที่มีความผูกพันกับบุตร มีการอบรมสั่งสอนที่ดีอย่างใกล้ชิด เลี้ยงดูด้วยความเอาใจใส่ได้รับความรัก

ความอบอุ่นจากบิดามารดาตั้งแต่เด็ก แต่ถ้าหากผู้ปกครองละเลย ไม่เอาใจใส่ในการเลี้ยงดูบุตร บุตรก็จะไม่มีความคิดไตร่ตรอง ไม่คำนึงถึงบุคคลอื่น ไม่มีความรู้สึกรับผิดชอบ เป็นเหตุให้เด็กก็มีแนวโน้มที่จะกระทำผิด หรือร่วมกระทำผิดกับผู้อื่นได้ง่าย โดยอาจกล่าวได้ว่า การที่เด็กมีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่น เกิดจากการตัดสินใจเลือกที่ผิดและความสามารถในการควบคุมตนเองต่ำ เนื่องจากครอบครัวมีการขัดเกลาทางสังคมที่ไม่มีประสิทธิภาพจากครอบครัว และไม่มีกรอบบรรทัดสอนจากพ่อแม่หรือผู้ปกครองอย่างใกล้ชิด

1.4 ความอิจฉา การควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนเองต่ำ ความต้องการมีตัวตนในสายตาผู้อื่น ต้องการให้คนอื่นอยู่ใต้อำนาจของตนเอง จากการศึกษา ยังพบว่า สาเหตุของการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนยังมีสาเหตุมาจากความอิจฉา เนื่องจากเด็กบางคนรู้สึกไม่พอใจเวลาที่เพื่อนทำอะไรที่เด่นกว่าตนเอง ไม่พอใจที่เพื่อนชอบเล่นกับอีกคนมากกว่าตนเอง จึงนำไปสู่ความรู้สึกอิจฉา ไม่สามารถควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้ หรือบางครั้งเด็กบางคนมีปมด้อย เมื่อรู้สึกว่าตัวเองมีปมด้อยจะพยายามหาวิธีต่าง ๆ มาปกปิดปมด้อยของตนเอง ด้วยการทำให้ตนเองมีตัวตนในสายตาผู้อื่น หรือพยายามทำให้ผู้อื่นอยู่ภายใต้อำนาจของตนเอง บังคับ ช่มชู้ผู้อื่น ทำให้ผู้อื่นกลัว และตนเองคือผู้นำ ซึ่งพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่นของเด็กนักเรียนนั้นมีความสอดคล้องกับทฤษฎีปมด้อย (Alfred Adler, 1870-1937 อ้างอิงใน ปกรณ์ มณีปกรณ์, 2555) ที่ได้อธิบายว่า บุคคลที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนจะกระทำความผิดเพื่อเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่น เพื่อเป็นการ

ชดเชยปมด้อยของตนเอง บุคคลที่มีปมด้อยและไปกระทำความผิด จะมีนิสัยที่ดื้อรั้น ก้าวร้าว ไม่สนใจความรู้สึกของผู้อื่น เนื่องมาจากการไม่ได้รับความรัก ไม่ได้รับความอบอุ่น หรือไม่ได้รับการเอาใจใส่จากบิดามารดาหรือผู้ปกครอง โดยอาจกล่าวได้ว่า เด็กที่มีปมด้อย จะคิดว่าตัวเองนั้นด้อยกว่าผู้อื่น จึงไปกลั่นแกล้งผู้อื่นด้วยการกลั่นแกล้งทางร่างกาย ทางวาจา ทางสังคม หรืออารมณ์ เพื่อเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่น และต้องการควบคุมผู้อื่นให้อยู่ใต้อำนาจของตน หรือไปกลั่นแกล้งผู้อื่นผ่านสื่อต่าง ๆ บนโลกออนไลน์ เนื่องจากว่าบนโลกออนไลน์เป็นโลกที่ไร้ตัวตน ไม่มีใครรู้ว่าใครคือผู้ที่กลั่นแกล้งผู้อื่น ทั้งนี้ การมีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่นเป็นการกระทำที่แสดงพฤติกรรมเบี่ยงเบน เพื่อชดเชยปมด้อยของตนเอง

1.5 การลอกเลียนแบบ เด็กและเยาวชนเป็นวัยที่ชอบเรียนรู้และเลียนแบบ เมื่อเด็กพบเจอพฤติกรรมที่ไม่ดีที่อาจจะเกิดจากพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงภายในครอบครัว ในเกม หรือในโลกอินเทอร์เน็ต ทั้งนี้ จะเห็นว่าเด็กจะซึมซับและเลียนแบบพฤติกรรมมาจากคนรอบข้างที่ใกล้ชิด เช่น ครอบครัว เพื่อน สังคมรอบข้าง และการใช้สื่อในโลกอินเทอร์เน็ต เมื่อครอบครัวชอบใช้ความรุนแรงต่อหน้าเด็ก จนทำให้เด็กคุ้นชินกับพฤติกรรมดังกล่าว หรือการที่คบเพื่อนที่เกเร จึงเลียนแบบพฤติกรรมจากเพื่อน หรือการเลียนแบบสื่อบนโลกออนไลน์ ทำให้เด็กนำพฤติกรรมที่ไม่ดีมาใช้กับผู้อื่น หรือมากลั่นแกล้งผู้อื่นต่อ สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ (Aker) ได้อธิบายว่า พฤติกรรมเบี่ยงเบนหรือพฤติกรรมการกระทำความผิดเกิดจากการเรียนรู้จากบุคคลอื่นที่ ความใกล้ชิด

การเลียนแบบจากพฤติกรรมของคนอื่น หรือ การเลียนแบบพฤติกรรมจากสื่อต่าง ๆ แล้วไป กระทำตามพฤติกรรมที่ได้เรียนรู้ เด็กมีพฤติกรรม กลั่นแกล้งผู้อื่น เพราะเด็กอาจมองว่าการใช้ ความรุนแรงเป็นเรื่องปกติธรรมดา เนื่องจาก คนใกล้ชิด หรือสื่อที่ถ่ายทอดความรุนแรงให้เห็น เป็นเรื่องปกติ ทั้งยัง สอดคล้องกับทฤษฎีคบค้า สมาคมที่แตกต่าง (Sutherland) ที่อธิบายว่า บุคคลจะเรียนรู้พฤติกรรมจากคนใกล้ชิด และ การเรียนรู้หนึ่งจะยิ่งส่งอิทธิพลอย่างมาก ก็ต่อเมื่อ มีระยะเวลาและความถี่ที่บ่อย ถ้าหากบุคคล เรียนรู้พฤติกรรมการกระทำความผิด และ เห็นด้วยกับพฤติกรรมที่ผิดหรือไม่เหมาะสมนั้น โดยที่เรียนรู้พฤติกรรมที่ผิดหรือการกระทำความผิดมาเป็นระยะเวลาที่ยาวนานจนเกิด ความผูกพัน บุคคลนั้นย่อมร่วมกระทำความผิดด้วย อันเป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นว่าการที่เด็กมีพฤติกรรม กลั่นแกล้งกันในโรงเรียนนั้น บางครั้งเกิดจากการที่เด็กคบหากับกลุ่มเพื่อนที่มีพฤติกรรม ชอบกลั่นแกล้งผู้อื่น เด็กก็จะเรียนรู้พฤติกรรม กลั่นแกล้งเหล่านั้นจากกลุ่มเพื่อน และร่วม กลั่นแกล้งผู้อื่นกับกลุ่มเพื่อนของตนเอง โดยขาดการพิจารณาไตร่ตรองก่อนลงมือกระทำ

1.6 ความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยี โลกอินเทอร์เน็ต สื่อออนไลน์ เนื่องด้วย การพัฒนาของเทคโนโลยีในโลกปัจจุบัน ทำให้ ทุกคนสามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้อย่างเสรี สื่อออนไลน์ต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิต ของคนเป็นจำนวนมากไม่ว่าจะวัยเด็กหรือผู้ใหญ่ เด็กและเยาวชนมีโทรศัพท์มือถือที่สามารถ อยู่บนโลกออนไลน์ได้โดยปราศจากการดูแล อย่างใกล้ชิดจากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง ซึ่งถือว่าเป็นอีกหนึ่งสาเหตุที่ทำให้เกิดเหยื่อของการ

กลั่นแกล้งกันในโรงเรียน สอดคล้องกับแนวคิด และทฤษฎีด้านเหยื่อวิทยายุคใหม่ คือ ทฤษฎี เทคโนโลยีสมัยใหม่ ที่ได้อธิบายไว้ว่าความเจริญ ก้าวหน้าของเทคโนโลยีเป็นตัวส่งเสริมการตกเป็น เหยื่ออาชญากรรมได้ เพราะเทคโนโลยีช่วย อำนวยความสะดวกในด้านต่าง ๆ การเข้าถึง ข้อมูลที่ง่าย จะเห็นว่าเทคโนโลยีมีประโยชน์ มากมาย หากมีบุคคลใดนำเทคโนโลยีไปใช้ ประโยชน์ในทางที่ผิด เทคโนโลยีก็กลายเป็น เครื่องมือที่ทำให้คนที่รู้ไม่เท่าทัน คนที่มีวุฒิภาวะ ต่ำอย่างเด็กตกเป็นเหยื่ออาชญากรรม โดยอาจ กล่าวได้ว่า การกลั่นแกล้งกันบนโลกไซเบอร์นั้น เกิดจากการใช้ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีอย่าง อินเทอร์เน็ตมาเป็นเครื่องมือในการกลั่นแกล้ง ผู้อื่นด้วยวิธีการล่อลวง หลอกลวง คุกคามทางเพศ หรือโพสต์ข้อความโจมตี จะเห็นว่า เหยื่อของการ กลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์นั้นส่วนใหญ่จะเป็น เด็กและเยาวชน เพราะเป็นช่วงวัยที่มีการใช้ อินเทอร์เน็ตเป็นจำนวนมากและใช้เป็นเวลานาน เมื่อเทียบกับช่วงวัยอื่น

1.7 การขาดการสอดส่องดูแลอย่างทั่วถึง ของคุณครูและผู้ปกครอง สำหรับสาเหตุหนึ่ง ที่ทำให้เกิดการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนขึ้นนั้น ส่วนหนึ่งอาจเกิดจากการที่นักเรียนที่เป็นเหยื่อ เปิดเปิดโอกาสให้ถูกกลั่นแกล้ง ซึ่งโดยส่วนใหญ่ แล้วการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนมักจะเกิดขึ้น ในสถานที่และช่วงเวลาที่ไม่มีคุณครูคอยสอดส่อง ดูแล โดยเด็กที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่นใช้ โอกาสที่เหยื่อเปิดโอกาสให้กลั่นแกล้งได้สะดวก สอดคล้องกับทฤษฎีกิจวัตรประจำวัน ได้อธิบาย ถึงการตกเป็นเหยื่อของบุคคล ว่าประกอบด้วย ปัจจัยหลัก 3 ประการ ได้แก่ (1) ผู้กระทำผิด ที่ได้รับแรงจูงใจ (2) เป้าหมายที่เหมาะสม และ

(3) การขาดผู้คุ้มครองดูแล โดยอาจกล่าวได้ว่า เด็กนักเรียนที่ตกเป็นเหยื่อความรุนแรงจากการกลั่นแกล้งกันเกิดจากกิจกรรมที่เหยื่อทำอยู่เป็นประจำเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการกลั่นแกล้ง โดยมีเด็กที่มีพฤติกรรมชอบกลั่นแกล้งที่เห็นช่องว่างหรือโอกาสในการสร้างความรุนแรงต่อผู้อื่น เช่น ในสถานที่และช่วงเวลาที่ขาดการสอดส่องดูแลจากคุณครูในโรงเรียน เมื่อเกิดโอกาสจึงกระทำความผิดด้วยการกลั่นแกล้งผู้อื่นได้สำเร็จ นอกจากนั้น จะเห็นว่าการกลั่นแกล้งกันทางไซเบอร์ พบว่าส่วนใหญ่เหยื่อจะเป็นเด็กและเยาวชน (ซึ่งเป็นบุคคลที่มีข้อจำกัดการคิดวิเคราะห์มีความสามารถในการรับมือกับอารมณ์และความรู้สึกที่ต่ำ ไร้เดียงสา มีความอ่อนแอ) ที่มีพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตเป็นระยะเวลาที่ยาวนานและใช้เยอะกว่าคนวัยอื่น (กิจวัตรประจำวันของเหยื่อที่ขาดการสอดส่องดูแลจากผู้ปกครอง ไม่มีการจำกัดการใช้งานอินเทอร์เน็ต)

1.8 การไม่ยอมรับความแตกต่างของเพื่อน และการไม่รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จากการศึกษา พบว่า สาเหตุในการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน อาจเกิดมาจากการที่เด็กไม่ตระหนักถึงความสำคัญของการยอมรับความแตกต่างในสังคม หรือการไม่รู้จักรู้จักการให้เกียรติกันและกัน จะเห็นว่าการกลั่นแกล้งกันเกิดจากเจตนาของผู้ที่มีอำนาจมากกว่าทั้งด้านรูปร่างและพลังกำลังที่เหนือกว่ารังแกหรือข่มเหงผู้ที่ด้อยกว่า รวมทั้งผู้ที่กลั่นแกล้งยังเป็นคนที่ขาดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ไม่ยอมรับความแตกต่าง และไม่เคารพสิทธิผู้อื่น สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยเรื่องการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพฯ และปริมณฑล ของธานี ชัยวัฒน์ และคณะ

(2561) ที่พบว่า การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนยังเกิดจากคนกลุ่มใหญ่ (majority) กลั่นแกล้งหรือรังแกคนกลุ่มน้อย (minority) กล่าวคือ สังคมไทยชอบความเป็นพรรคพวก รวมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และจะช่วยเหลือเพียงแค่เฉพาะคนในกลุ่มเท่านั้น หากมีคนกลุ่มน้อยที่มีความแตกต่างก็จะรวมกลุ่มกันกลั่นแกล้งหรือกดดันทางสังคม กีดกัน และทำร้ายผู้ที่มีความแตกต่าง โดยการกลั่นแกล้งมักเกิดขึ้นกับคนที่อ่อนแอ คนที่มีความแตกต่างทางด้านรูปร่าง หน้าตา สีผิว พฤติกรรมที่แตกต่าง เช่น คนตัวเล็ก คนอ้วน คนที่มีความผิดปกติทางผิวหนัง หรือ คนที่มีพัฒนาการช้ากว่าผู้อื่น เป็นต้น

1.9 เคยถูกกลั่นแกล้งมาก่อน จึงตอบโต้กลับ หรือไปกลั่นแกล้งผู้อื่นต่อ จากการศึกษาพบว่า สาเหตุที่เกิดการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนนั้น นอกจากสาเหตุข้างต้นที่ได้กล่าวไปแล้ว ยังพบว่า สาเหตุที่สำคัญอีกหนึ่งสาเหตุ คือ การที่เด็กคนหนึ่งถูกกลั่นแกล้งมาก่อน จากนั้นแก้ไขปัญหาด้วยการกลั่นแกล้งคนที่มาแกล้งกลับคืน หรือไปกลั่นแกล้งผู้อื่นต่อ สอดคล้องกับการศึกษาของ พวงชมพู ประเสริฐ (2563) จากการสำรวจพบว่า เด็กส่วนใหญ่ที่ถูกกลั่นแกล้งมาก่อนนั้น ร้อยละ 42.86 คิดตอบโต้เอาคืนผู้ที่มากลั่นแกล้งตนเอง

1.10 ไม่ชอบกัน เข้าใจผิดกัน จากการศึกษาพบว่า การที่เด็กไม่ชอบกัน ทะเลาะกัน หรือเกิดการเข้าใจผิดระหว่างกัน เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เด็กนักเรียนกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนนั้น เนื่องจากว่าเด็กหลายคนไม่เจรจาจากกัน ไม่พูดคุยกันตรง ๆ ว่าทำไม หรือเพราะเหตุใดถึงไม่ชอบกัน แต่เดี๋ยวนี้อาจเป็นลักษณะต่างคนต่างคิด และจินตนาการเอาเอง โดยที่ไม่มีการสร้าง

ความเข้าใจที่ถูกต้องระหว่างกัน จนนำไปสู่การกลั่นแกล้งกัน โดยพบทั้งการกลั่นแกล้งกันโดยซึ่งหน้าและการกลั่นแกล้งกันบนโลกโซเชียล

2. รูปแบบและพฤติกรรมของการกลั่นแกล้งในโรงเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา

จากการศึกษางานวิจัยในครั้งนี้พบว่า รูปแบบของการกลั่นแกล้งกันแบบซึ่งหน้าจะพบมากกว่าการกลั่นแกล้งผ่านโลกโซเชียล พบการกลั่นแกล้งทุกรูปแบบทั้งทางร่างกาย ทางวาจา ทางสังคม และอารมณ์ และทางโซเชียล สอดคล้องกับการศึกษาของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2563) ที่ได้แบ่งประเภทของการกลั่นแกล้งกันไว้ 4 ประเภทดังที่กล่าวไปแล้วข้างต้น จากการศึกษานี้พบว่า รูปแบบของการกลั่นแกล้งกันที่พบบ่อยมากที่สุด คือ การกลั่นแกล้งทางวาจา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการล้อเลียนเรื่องรูปร่างหน้าตาและรูปลักษณ์ภายนอก การล้อเลียนปมด้อย การคุกคามหรือการล่วงละเมิดทางเพศด้วยคำพูดและการล้อเลียน การด่าทอกันด้วยคำหยาบคาย การนินทา การใส่ร้าย การโกหก บิดเบือนความจริง การล้อชื่อพ่อแม่ และการพูดจาเสียดสี เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตาม การล้อเลียนเรื่องรูปร่างหน้าตา หรือรูปลักษณ์ภายนอกจะเกิดขึ้นบ่อยที่สุดกับเด็กนักเรียนหญิง โดยเฉพาะโดนล้อเลียนเรื่องความอ้วน ส่วนลักษณะการกลั่นแกล้งทางวาจาที่พบบ่อยในเด็กผู้ชาย คือ การด่าทอด้วยคำหยาบคาย ทั้งนี้ ผลจากการศึกษาในครั้งนี้ทำให้ทราบว่า การกลั่นแกล้งกันทางวาจาสามารถพบได้ทั้งเด็กนักเรียนผู้ชายและเด็กนักเรียนผู้หญิง แต่จะเกิดขึ้นกับเด็กผู้หญิงมากกว่า เพราะว่าเด็กผู้หญิงจะคิดเล็กคิดน้อยมากกว่าเด็กผู้ชาย

สำหรับการกลั่นแกล้งทางร่างกายเป็นรูปแบบของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนที่พบได้บ่อยรองลงมาจากการกลั่นแกล้งกันทางวาจา และจะพบมากในหมู่ของเด็กนักเรียนที่เป็นผู้ชายมากกว่าเด็กนักเรียนหญิง เด็กนักเรียนชายระดับชั้นประถมศึกษาจะชอบทำร้ายร่างกายกันในรูปแบบของการตบหัว การผลักหัว การผลักแรง ๆ การผลักไหล่ การเดินชน การวิ่งชน การเตะ การตี การทุบ การดึงผลหรือกระชากผม และการชกต่อยกันบ้างแต่ไม่บ่อย และจะไม่รุนแรงเท่ากับการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนชายระดับชั้นมัธยม เด็กนักเรียนระดับชั้นมัธยมจะมีรูปแบบของการกลั่นแกล้งกัน คือ การชกต่อยกันเป็นส่วนใหญ่ และจะเป็นลักษณะตัวต่อตัว ไม่ใช่การยกพวกมารุมกัน

การกลั่นแกล้งกันทางด้านอารมณ์หรือสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการแบ่งกลุ่มหรือการแบ่งแยกเพื่อนออกจากกลุ่ม การบูลลี่นักเรียนใหม่ที่ย้ายมาจากโรงเรียนอื่น การต้องการควบคุมเพื่อนให้อยู่ได้อำนาจของตน การทำให้ผู้อื่นกลัว การทำลายความมั่นใจของผู้อื่น การต้องการเป็นที่สนใจของผู้อื่น การไม่ต้องการให้ผู้อื่นเด่นกว่า การต้องการได้รับความรักจากเพื่อน การข่มขู่ ใช้อำนาจกับผู้อื่น การรวมกลุ่มกันกดดันผู้อื่น การกลั่นแกล้งในรูปแบบดังกล่าวพบเห็นได้บ่อยรองลงมาจากการกลั่นแกล้งทางร่างกาย และจะพบในเด็กผู้หญิงมากกว่าเด็กผู้ชาย เพราะเด็กผู้หญิงจะคิดเล็กคิดน้อยและชอบจินตนาการเรื่องราวต่าง ๆ ขึ้นเอง เมื่อเพื่อนคนไหนไม่เป็นในแบบที่ต้องการ ก็จะชักชวนเพื่อนคนอื่น ๆ รวมกลุ่มกันไม่คุยกับเพื่อนคนนั้น เด็กผู้ชายก็มีการแบ่งแยกกลุ่มเพื่อน แต่จะไม่บ่อยเท่าเด็กผู้หญิง นอกจากนี้ยังรวมถึงการนำสิ่งของ

ของผู้อื่นไปซ่อน การข่มขู่รีดไถเอาเงินผู้อื่น การกักขังผู้อื่นในห้องน้ำ เป็นต้น โดยผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาเรื่องการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ของ ธาณี ชัยวัฒน์ และคณะ (2561) และการศึกษาของ พวงชมพู ประเสริฐ (2563) โดยผลของการศึกษาของงานวิจัยข้างต้นที่ได้กล่าวมาทั้งหมดนั้น พบว่า รูปแบบหรือพฤติกรรม การกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนในโรงเรียนที่เกิดขึ้นบ่อย คือ การกลั่นแกล้งทางวาจา (การล้อเลียน การพูดจาเสียดสี) การกลั่นแกล้งทางร่างกาย และการกลั่นแกล้งทางด้านอารมณ์ และสังคม เป็นต้น

สำหรับการกลั่นแกล้งกันผ่านโลกโซเชียล พบในหมู่ของเด็กนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา มากกว่าเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา และเกิดขึ้นกับเด็กนักเรียนหญิงมากกว่าเด็กนักเรียนชาย โดยรูปแบบของการกลั่นแกล้งกันผ่านโลกโซเชียลพบมากที่สุด คือ การกลั่นแกล้งทางวาจาผ่านโลกออนไลน์ เช่น การกลั่นแกล้งกัน โดยการโพสต์ข้อความการล้อเลียนทั้งเรื่องรูปร่างหน้าตาและการล้อเลียนเรื่องเพศ การตั้งกลุ่มไลน์แชทนินทา กัน แชทข้อความด่าทอ กัน การโพสต์ข้อความใส่ร้าย การโพสต์ข้อความโจมตี การโพสต์ข้อความเหยียดเพศ และการโพสต์ข้อความประชดประชัน ต่อว่า หรือเสียดสีเพื่อน การโพสต์ข้อความหยาบคาย การโพสต์ประจาน หรือการส่งต่อข้อความที่ทำร้ายจิตใจผู้อื่น การโพสต์ข้อความสร้างความอับอายให้แก่ผู้อื่น เป็นต้น สำหรับเด็กนักเรียนหญิง ทั้งระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา จะพบการกลั่นแกล้งผ่านโลกโซเชียลบ่อย

โดยส่วนใหญ่แล้วจะเป็นการตั้งกลุ่มไลน์แชท นินทาเพื่อน โพสต์ข้อความเสียดสีด่าทอเพื่อน ลงเฟซบุ๊ก (Facebook) เป็นต้น

ผลจากการศึกษาในครั้งนี้ทำให้ทราบว่า ระดับความรุนแรงของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของเด็กนักเรียนที่โตในระดับชั้นมัธยมศึกษาจะมีระดับความรุนแรงที่มากกว่าเด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาทั้งทางด้าน วาจาและทางด้านร่างกาย สำหรับการกลั่นแกล้งทางวาจา พฤติกรรมของการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนโตหรือนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาจะแตกต่างจากไปจากเด็กเล็กระดับชั้นประถมศึกษา คือ เมื่อลักษณะทางกายภาพทางด้านร่างกายของเด็กนักเรียนหญิงวัยรุ่นที่เริ่มเป็นสาว มีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นกับร่างกาย เช่น หน้าอกที่ขยายขึ้น จึงทำให้เกิดพฤติกรรมการกลั่นแกล้งทางวาจาในรูปแบบที่แตกต่างไปจากเด็กเล็ก คือ การล้อเลียนในเรื่องทางเพศ (ทั้งการกลั่นแกล้งทางวาจาแบบซึ่งหน้า และกลั่นแกล้งทางวาจาบนโลกออนไลน์ ผ่านคอมเมนต์ในสื่อโซเชียลต่าง ๆ เช่น การถูกล้อเลียนว่านมเล็ก หน้าอกแบน เป็นต้น ในขณะที่เด็กเล็กนั้นจะเป็นการล้อเลียนเรื่องรูปลักษณ์ภายนอก รูปร่างหน้าตา เช่น อ้วน ดำ เป็นส่วนใหญ่ จะไม่มีการล้อเลียนในเรื่องเพศ สำหรับระดับความรุนแรงของการกลั่นแกล้งทางด้านร่างกายนั้น จากการศึกษา พบว่า เด็กนักเรียนชาย ระดับชั้นที่โต หรือระดับชั้นมัธยมจะมีการชกต่อยและทำร้ายร่างกายกันรุนแรงกว่าเด็กนักเรียนชายในระดับชั้นประถมศึกษา

การกลั่นแกล้งทั้ง 4 รูปแบบที่กล่าวไปข้างต้น เกิดขึ้นทั้งกับเด็กนักเรียนชายและเด็กนักเรียนหญิง พบการกลั่นแกล้งทั้งลักษณะตัวต่อตัว

และการกลั่นแกล้งแบบกลุ่ม แต่โดยส่วนใหญ่เป็นการกลั่นแกล้งกันลักษณะตัวต่อตัว สำหรับสถานที่และเวลาที่เกิดการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนมากที่สุด คือ สถานที่ที่ลับสายตาของคุณครู หรือในที่ที่คุณครูดูแลสอดส่องได้ไม่ทั่วถึง เช่น โรงอาหาร โรงยิม โดยเฉพาะเวลาพักเบรกหรือพักกลางวัน จากการศึกษาในครั้งนี้ พบว่าไม่มีการกลั่นแกล้งกันต่อหน้าคุณครูในชั้นเรียน เนื่องจากนักเรียนกลัวว่าจะถูกคุณครูทำโทษ

3. ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งในโรงเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา

3.1 ผลกระทบต่อผู้ที่กลั่นแกล้ง โดยจากการศึกษาผลกระทบที่เกิดจากการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน พบว่า ผู้ที่เป็นฝ่ายกระทำนั้นก็ได้รับผลกระทบ ไม่ว่าจะเป็นมีปัญหาด้านจิตใจและสุขภาพจิต และทางด้านสุขภาพกาย มีพฤติกรรมชอบใช้ความรุนแรงต่อผู้อื่น เมื่อโตขึ้นหากพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนดังกล่าวไม่ได้รับการแก้ไขที่ถูกต้อง เด็กนักเรียนที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่นอาจเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ชอบใช้ความรุนแรงใช้กำลัง และมีพฤติกรรมก้าวร้าวกับคนในครอบครัวหรือคนรอบข้าง และอาจเป็นอาชญากรในอนาคตได้ โดยการก่ออาชญากรรมที่ใช้ความรุนแรงกับผู้อื่น และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ชั่วร้ายเสียดสี ดุด่าเหยียดหยาม เป็นต้น (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2561)

3.2 ผลกระทบต่อผู้ที่ถูกกลั่นแกล้ง จากการศึกษา พบว่า ผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งได้รับผลกระทบโดยตรงจากการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนทั้งผลกระทบทางด้านจิตใจ สุขภาพจิต และสุขภาพกาย ทำให้นักเรียนบางคนมีพฤติกรรมการใช้ชีวิตที่เปลี่ยนไป

ผลจากการศึกษาทำให้ทราบว่า ผลกระทบที่เกิดขึ้นทั้งต่อผู้กระทำและผู้ถูกกระทำในการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนนั้น มีผลกระทบสำคัญที่เหมือนกัน คือ ผลกระทบทางด้านอารมณ์ สุขภาพจิต และสุขภาพกาย สำหรับผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งนั้น สำหรับเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งจะได้รับผลกระทบมาก เนื่องจากเด็กนักเรียนเหล่านี้มักจะถูกกลั่นแกล้งซ้ำอยู่หลายครั้งทำให้เกิดบาดแผลในใจ เด็กนักเรียนบางคนที่ไม่สามารถจัดการกับความรู้สึกหรือจัดการกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนได้ด้วยวิธีที่ถูกต้อง นำไปสู่ผลกระทบที่น่าเป็นห่วงอย่างยิ่ง คือ การทำร้ายผู้อื่น (ทั้งกระทำตอบโต้กลับผู้ที่มากลั่นแกล้งและไปกลั่นแกล้งผู้อื่นต่อ) การทำร้ายตัวเองโดยการใช้ความรุนแรง ซึ่งก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิต และโดยเฉพาะอย่างยิ่งส่งผลต่อระบบการศึกษาเป็นอย่างมาก เนื่องจากว่าโรงเรียนที่เป็นสถานที่ที่นักเรียนต้องใช้เวลาส่วนใหญ่ในแต่ละวันมากที่สุดนั้น กลับเป็นสถานที่ที่ไม่ปลอดภัย ทำให้เด็กนักเรียนหลายคนไม่อยากไปโรงเรียน ไม่มีสมาธิเรียน ส่งผลทำให้ประสิทธิภาพในการเรียนหรือผลการเรียนลดลง และต้องทิ้งการเรียนไปในที่สุด

4. แนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

การป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนอาจก่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดได้ หากในโรงเรียนมีระบบเฝ้าระวังต่อต้านการกลั่นแกล้งจริงจังกันในโรงเรียนโดยการขับเคลื่อนของคุณครูที่เป็นคณะทำงานด้านการต่อต้านการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นรูปธรรม เช่น (1) มีการจัดตั้งคณะทำงานเกี่ยวกับการป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกัน

ในโรงเรียนเรียนโดยตรงที่มีช่องทางให้นักเรียนสามารถแจ้งเหตุได้เมื่อถูกกลั่นแกล้งหรือพบเห็นการกลั่นแกล้งกันภายในโรงเรียนทั้งแจ้งคุณครู คณะทำงานโดยตรงแบบซึ่งหน้าและการแจ้งผ่านระบบออนไลน์ เนื่องจากว่าบางครั้งเด็กนักเรียนจะไม่กล้าแจ้งคุณครู เพราะมักจะคิดว่าคุณครูหลายท่านจะมองว่าการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ และเป็นเพียงการหยอกล้อกันปกติธรรมดาเท่านั้น ทำให้นักเรียนเลือกที่จะเก็บไว้ไม่แจ้งให้ครูทราบ และต้องเผชิญหน้ากับปัญหาเพียงลำพัง หากมีระบบเฝ้าระวังที่ดูแลโดยคณะคุณครูที่เป็นคณะทำงานด้านการต่อต้านการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยเฉพาะ นักเรียนจะกล้าที่จะแจ้งเหตุเมื่อถูกหรือพบเห็นการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ปกป้องและให้ความสำคัญในการมีส่วนร่วมป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนมากขึ้น ทั้งนี้ การจัดตั้งคณะทำงานเกี่ยวกับการป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยตรง เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน เยียวยาแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมที่เปี่ยงเบนของนักเรียนที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่น เยียวยาจิตใจของนักเรียนที่ตกเป็นเหยื่อของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน และติดต่อประสานกับผู้ปกครองให้มีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันของนักเรียน รวมทั้ง (2) มีการอบรมสั่งสอน มีการจัดการและสร้างองค์ความรู้และความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนให้นักเรียนทุกคน เมื่อเด็กเกิดความตระหนักรู้เรื่องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนมากขึ้น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ยอมรับความแตกต่างและเคารพสิทธิของตนเองและของผู้อื่นมากขึ้น

ปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนก็จะลดลงตามไปด้วย รวมถึง การให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน การให้ข้อเสนอแนะหรือคำแนะนำวิธีการในการป้องกันตนเองและวิธีการรับมือที่ถูกต้องของนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง นอกจากนี้ ควรมีการจัดอบรมสร้างความตระหนักรู้และความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนให้แก่คุณครูและผู้ปกครอง เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน และร่วมป้องกันแก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างมีประสิทธิภาพ (3) มีการจัดกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนทุกรูปแบบ เพื่อกระตุ้นให้เห็นถึงความสำคัญของปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนและสร้างความตระหนักรู้ให้แก่เด็กนักเรียนทุกคน เป็นต้น นอกจากนี้ การป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนอาจก่อให้เกิดประสิทธิภาพเพิ่มมากยิ่งขึ้น หากโรงเรียน (4) มีการสอดส่องดูแลพฤติกรรมของนักเรียนอย่างทั่วถึงและมีระบบในการจัดเก็บข้อมูลเชิงลึกที่เป็นลายลักษณ์อักษรของเด็กนักเรียนทุกคนที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่นอยู่เป็นประจำที่เป็นระบบมาตรฐานเดียวกันที่ใช้ในโรงเรียน รวมทั้ง (5) ให้ผู้ปกครองได้รับทราบข้อมูลพฤติกรรมของเด็กในปกครองของตนและร่วมแก้ไขปัญหาดังกล่าว การดำเนินการป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนจะมีประสิทธิภาพ และจำนวนเด็กที่ถูกกลั่นแกล้งในโรงเรียนจะลดน้อยลง เพราะจะมีการเฝ้าระวังและสอดส่องพฤติกรรมของเด็กกลุ่มเสี่ยงอย่างใกล้ชิด

สอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับแนวคิดเกี่ยวกับการป้องกันการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน โดยข้อเสนอแนะหรือแนวทางในการป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ประกอบด้วยแนวทางที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. การใช้บทลงโทษที่เหมาะสมอย่างจริงจังกับนักเรียนที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่น สอดคล้องกับความต้องการที่จะให้โรงเรียนใช้บทลงโทษที่จริงจังกับเด็กที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่นของเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง จะเห็นว่า การใช้บทลงโทษอย่างจริงจังจะทำให้เด็กนักเรียนที่ชอบกลั่นแกล้งผู้อื่นเกิดความเกรงกลัวต่อบทลงโทษที่ตนจะได้รับ เนื่องจากว่าหากกลั่นแกล้งผู้อื่นไปแล้วนั้น ถ้าเพื่อนพบเห็นก็ให้ไปแจ้งคุณครู เมื่อคุณครูทราบตนเองจะต้องถูกคุณครูลงโทษ เด็กนักเรียนเหล่านั้นก็จะไม่กล้าไปกลั่นแกล้งผู้อื่นอีก นอกจากนี้คุณครูควรจะต้องแจ้งให้ผู้ปกครองทราบถึงพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนของเด็กในปกครองของตนด้วย เพื่อให้ผู้ปกครองเข้ามาร่วมแก้ไขปัญหาดังกล่าว เมื่อเด็กเกิดความเกรงกลัวต่อบทลงโทษ เกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่เป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ และไม่ต้องการทำให้ผู้ปกครองต้องเสียใจ เด็กก็จะไม่ไปกลั่นแกล้งผู้อื่นอีก

2. การปรับสภาพแวดล้อมและจิตใจ การป้องกันไม่ให้เด็กนักเรียนกลายเป็นคนที่มีพฤติกรรมชอบกลั่นแกล้ง ช่มเหง รังแกผู้อื่น ด้วยการปรับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ให้มีความเหมาะสมและถูกต้อง และป้องกันไม่ให้ผู้ที่มีพฤติกรรมที่ชอบกลั่นแกล้งผู้อื่นมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปกลั่นแกล้งผู้อื่นซ้ำจนเป็นนิสัย และก่ออาชญากรรมในอนาคตด้วยการอบรมสั่งสอน และสร้างความตระหนักรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง

เกี่ยวกับเรื่องปัญหาของการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ชัดเจนจิตใจ เยียวยาแก้ไข และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เบี่ยงเบน เพื่อให้ตระหนักถึงการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ต่อต้านการใช้ความรุนแรง เห็นคุณค่าในตนเอง เลิกพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่น ลดความรุนแรงในเด็กและเยาวชน ป้องกันปัญหาใหญ่หรืออาชญากรรมรุนแรงมากขึ้นที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคต

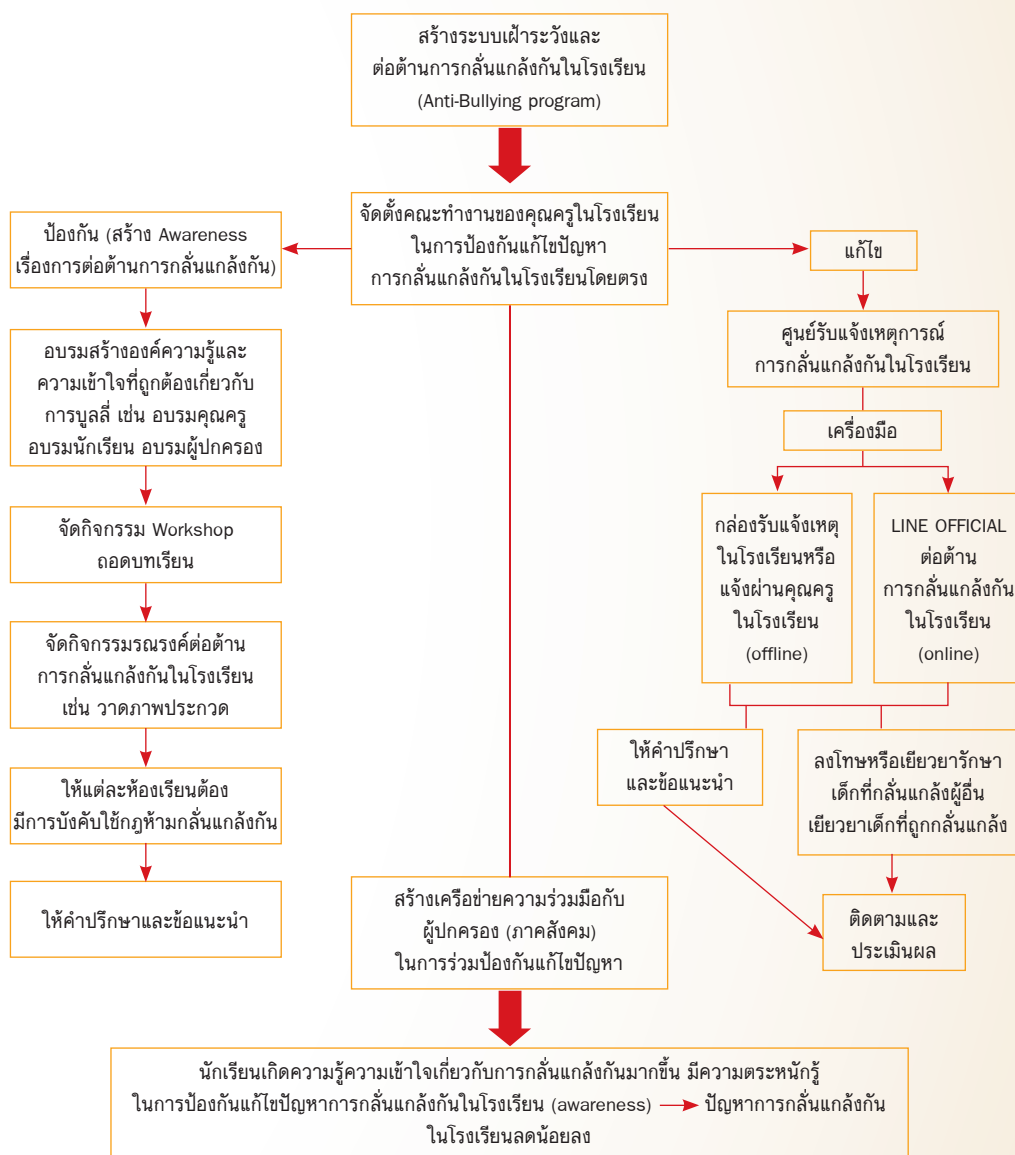
3. การลดหรือตัดโอกาสในการกระทำการ การป้องกันแก้ไขการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ทั้งทางกายภาพและทางโลกออนไลน์ โดยการลดหรือตัดโอกาสในการก่อพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่น สามารถกระทำได้โดยการอบรมสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ และปรับเปลี่ยนทัศนคติในเรื่องการกลั่นแกล้งกันของเด็กและเยาวชน โดยให้ตระหนักว่าพฤติกรรม การกลั่นแกล้งผู้อื่นเป็นการใช้ความรุนแรงประเภทหนึ่ง และไม่ควรถือว่าการยอมรับบุคคลที่ชอบกลั่นแกล้งผู้อื่น รวมทั้ง การให้คำปรึกษา และข้อเสนอแนะวิธีการรับมือที่ถูกต้อง แก่เด็กนักเรียนเมื่อถูกกลั่นแกล้ง

4. การป้องกันการกลั่นแกล้งกันด้วยการจัดสภาพแวดล้อมในสถานศึกษา เป็นการสร้างความสัมพันธ์และความร่วมมือที่ดีของนักเรียนในโรงเรียน สร้างบรรยากาศให้โรงเรียนเป็นสถานที่ปลอดภัยสำหรับทุกคน โดยให้นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในการป้องกันปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน เช่น เมื่อนักเรียนพบเห็นเหตุการณ์การกลั่นแกล้งกันให้เข้าช่วยเหลือผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งและแจ้งคุณครูในโรงเรียนให้ทราบโดยทันที การฝึกให้เด็กกล้าพูด กล้าแสดงออก

และเคารพสิทธิของผู้อื่น เป็นต้น นอกจากนี้ ควรมีการสร้างเครือข่ายความร่วมมือร่วมกับ ผู้ปกครองในการป้องกันแก้ไขปัญห การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

5. การจัดตั้งคณะทำงานเกี่ยวกับการป้องกัน แก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยตรง และจัดให้มีการอบรมคุณครูคณะทำงานเกี่ยวกับ ปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน รวมทั้ง สร้างเครือข่ายความร่วมมือในการดำเนินการ ป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

ระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน โดยม ีการติดต่อประสานงานกันอย่างสม่ำเสมอ เพื่อร่วมมือกันในการเฝ้าระวังและป้องกันแก้ไข ปัญหาดังกล่าวให้ได้ประสิทธิภาพสูงสุด โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เพื่อสร้างระบบเฝ้าระวัง ต่อต้านการกลั่นแกล้งรังแกกันในโรงเรียน ทั้งนี้ ทีมวิจัยได้สร้าง Line Official เพื่อใช้เป็น เครื่องมือในการป้องกันแก้ไขปัญห การกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน Anti-Bullying: Your best friend



แผนภาพ 1 รูปแบบและแนวทางการสร้างสถานศึกษาต้นแบบ
ในการป้องกันแก้ไขปัญหาคารกลั่นแกล้งข่มเหง รังแกกันในโรงเรียน

■ ข้อเสนอแนะจากการศึกษา

ข้อเสนอแนะของการศึกษา ประกอบด้วย
ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย ได้แก่

1. การออกกฎบังคับหรือการออกนโยบาย ภาคบังคับเกี่ยวกับต่อต้านการกลั่นแกล้งกัน ในโรงเรียนให้แต่ละโรงเรียน

กระทรวงศึกษาธิการและสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชนควรออกนโยบายภาคบังคับที่เข้มงวดให้โรงเรียนแต่ละโรงเรียนทั่วประเทศทุกโรงเรียนออกแบบแนวทางการจัดการป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันโดยเฉพาะ ควรให้แต่ละห้องเรียนออกกฎห้ามกลั่นแกล้งกัน และให้แต่ละโรงเรียนมีนโยบายอบรมคุณครูเกี่ยวกับการสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนและการป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนของเด็กนักเรียนเป็นประจำทุกปี เพื่อเป็นการสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง เพื่อเป็นการยกระดับความสำคัญของปัญหาการกลั่นแกล้งรังแกกันในโรงเรียน และเพื่อลดความรุนแรงและป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนโดยเฉพาะ

2. การออกมาตรการทางกฎหมายในการ กำหนดบทลงโทษผู้กลั่นแกล้งผู้อื่น

ภาครัฐควรมีมาตรการทางกฎหมายในการลงโทษผู้ที่กลั่นแกล้งผู้อื่น หรือหากการกลั่นแกล้งส่งผลต่อชีวิตของผู้ที่ถูกกลั่นแกล้ง กล่าวคือ มีการฆ่าตัวตาย ดังนั้น ควรมีการกำหนดบทลงโทษไว้ในกฎหมายที่เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแกกัน โดยเฉพาะอย่างชัดเจน ทั้งนี้ การกำหนดบทลงโทษสำหรับผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งผู้อื่นไว้ในกฎหมายเพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่น

กลับไปกลั่นแกล้งหรือไปกลั่นแกล้งคนอื่นต่ออีก

3. การจัดสรรทรัพยากรและงบประมาณ ในการให้ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้ง กันในโรงเรียนของเด็กนักเรียน

กระทรวงศึกษาธิการควรจัดสรรทรัพยากรและงบประมาณในการอบรมให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนให้แก่เด็กนักเรียน คุณครู ตลอดจนผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็กนักเรียนโดยตรง เช่น พ่อแม่หรือผู้ปกครอง ถือเป็นการเพิ่มความตระหนักให้เห็นถึงความสำคัญของปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน เพื่อช่วยป้องกันแก้ไขปัญหานี้จากทางหนึ่งด้วย

4. การสร้างระบบเฝ้าระวังเกี่ยวกับการ กลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน (Anti-Bullying Program)

โรงเรียนควรมีการสร้างระบบเฝ้าระวังเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน (Anti-Bullying Program) โดยการจัดตั้งคณะทำงานการป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน ซึ่งคณะทำงาน ประกอบด้วย ผู้บริหารของโรงเรียน คุณครู และผู้ปกครอง เพื่อกำหนดนโยบาย วางแผนดำเนินการป้องกันแก้ไขปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน และติดตามประเมินผลการป้องกันการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน เพื่อที่เด็กจะได้ใช้เป็นช่องทางในการแจ้งปัญหาการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยเฉพาะ และทราบแนวทางหรือวิธีการรับมือเมื่อถูกกลั่นแกล้ง นั่นหมายความว่า เมื่อภายในโรงเรียนมีระบบเฝ้าระวังเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน (Anti-Bullying program) เด็กจะทราบว่าเมื่อเกิดปัญหาการกลั่นแกล้งขึ้น เขาจะรับมืออย่างไร จะปรึกษาใครหรือขอความ

ช่วยเหลือได้จากใครอย่างเป็นระบบโดยไม่ต้องกลัวว่า คุณครูจะว่า หากไปปรึกษากับคุณครูคณะทำงานต่อต้านการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยตรง

5. การออกมาตรการในการจัดอบรมสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

โรงเรียนควรจัดอบรมสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนให้แก่เด็กนักเรียนทุกระดับชั้นในโรงเรียน อบรมคุณครูทุกคนในโรงเรียน รวมไปถึงการอบรมผู้ปกครองของเด็กนักเรียนในโรงเรียนด้วย เพื่อสร้างความรู้และความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน นำไปสู่ความร่วมมือในการป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

6. การสร้างเครือข่ายภาคีร่วมกับผู้ปกครองในการร่วมกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันอย่างเป็นระบบ

โรงเรียนควรมีการสร้างเครือข่ายภาคีร่วมกับผู้ปกครองในการร่วมกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันอย่างเป็นระบบ โดยอาศัยความร่วมมือจากทั้งผู้ปกครองของเด็กที่มีพฤติกรรมกลั่นแกล้งผู้อื่นและผู้ปกครองของเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง เพื่อช่วยกันหาแนวทางในการป้องกันแก้ไขปัญหการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนแต่ละคนได้อย่างเหมาะสม (กล่าวคือ ร่วมกันหาแนวทางในการแก้ไขปัญหที่เหมาะสมให้นักเรียนเป็นรายบุคคล)

7. การกำหนดบทลงโทษให้เหมาะสมเฉพาะราย เยียวยาปรับปรุงพฤติกรรมนักเรียนที่กลั่นแกล้งผู้อื่น และเยียวยานักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้ง

โรงเรียนควรกำหนดบทลงโทษที่เหมาะสมกับเด็กนักเรียนแต่ละคนที่มีพฤติกรรมชอบกลั่นแกล้งผู้อื่น นอกจากนี้ควรมีการเยียวยาปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมนักเรียนที่ชอบกลั่นแกล้งผู้อื่นควบคู่ไปกับการลงโทษ ทั้งนี้ ควรมีการเยียวยาจิตใจของเด็กนักเรียนที่ถูกกลั่นแกล้งด้วยเช่นกัน

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

สำหรับข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ ประกอบด้วย

1. ข้อเสนอแนะสำหรับเด็กนักเรียน

- 1) ตั้งสติ ไม่ใช้อารมณ์ ไม่ต้องใส่ใจ วางเฉย และเดินหนีไปจากคนที่กลั่น อย่ายให้ผู้แกล้งรู้สึกสนุกจากการตอบสนองหรือการตอบโต้ จากนั้นเพื่อนก็จะเลิกแกล้งไปเอง
- 2) พยายามอยู่ในที่ที่ปลอดภัย อย่าแยกตัวออกมาอยู่คนเดียว
- 3) ปกป้องตนเองโดยการพูดตรงๆ ว่า ไม่ชอบพฤติกรรมแบบนี้
- 4) หากคนปกป้อง หรือพูดคุยปรึกษากับคุณครู หรือผู้ปกครอง เพื่อแก้ไขปัญห
- 5) พูดคุยปรึกษากับเพื่อนสนิท
- 6) ไม่ใส่ใจในคำพูดที่ทำให้รู้สึกแย่ให้มันใจในตัวเอง
- 7) ภูมิใจในตัวเอง ภูมิใจกับสิ่งที่ตนเองทำ
- 8) รักตัวเอง มองเห็นคุณค่าของตนเอง และไม่มองว่าตัวเองเป็นปัญหา
- 9) ยอมรับในความแตกต่าง ให้เกียรติซึ่งกันและกัน
- 10) ไม่ใช่กำลังในการโต้ตอบกลับ หรืออารมณ์ตอบโต้ เพราะนอกจากจะเป็นอันตรายแล้ว ยังทำให้เรื่องบานปลายได้
- 11) รู้จักเมตตา รู้จักให้อภัย จะทำให้ปัญหาต่าง ๆ คลี่คลายลงได้

12) เมื่อพบเห็นการกลั่นแกล้งกันเกิดขึ้น ให้เข้าไปช่วยเหลือทันที ถ้าหากช่วยเหลือไม่ได้ ก็ให้ไปแจ้งคุณครู เพื่อให้คุณครูเข้ามาระงับเหตุ

13) สร้าง Self-esteem เพื่อให้เกิดความมั่นใจในตัวเอง เห็นข้อดีของตนเอง และเห็นคุณค่าในตัวเองเป็นสำคัญ เมื่อมี Self-esteem สูง ถ้าหากเมื่อใดก็ตามที่ถูกเพื่อนกลั่นแกล้งหรือบูลลี่ จะไม่รู้สึกแค้นและมีมุมมองความคิดต่อตนเองในแง่บวก

14) สร้างการจัดการกับปัญหาเชิงบวก กล่าวคือ ลองหาวิธีการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง จากนั้นให้นำแนวทางการจัดการแก้ไขปัญหามาปรึกษาร่วมกับคุณครูหรือผู้ปกครอง การจัดการแก้ไขปัญหาลักษณะนี้จะทำให้เข้าใจปัญหาให้มากยิ่งขึ้น และสร้างบทบาทฮีโร่ในการปกป้องเพื่อน สร้างความเป็น Leadership ในการช่วยเหลือเพื่อนที่ถูกกลั่นแกล้ง

2. ข้อเสนอแนะสำหรับสถานศึกษาและคุณครู

1) สร้างระบบเฝ้าระวัง (Anti-Bullying program) เมื่อไหร่ที่เกิดการกลั่นแกล้งขึ้น เด็กต้องรู้ได้ว่าเขาจะสามารถขอความช่วยเหลือได้ที่ไหน ทั้งในโรงเรียน สังคม ชุมชน

2) สร้างช่องทางในการให้คำปรึกษา และแจ้งเหตุกลั่นแกล้งกันในโรงเรียนทั้งช่องทางออนไลน์ และที่โรงเรียน

3) จัดตั้งคณะทำงานที่มาป้องกันและแก้ไขปัญหากลั่นแกล้งกันในโรงเรียนโดยตรง เพื่อให้สามารถแก้ไขปัญหาลักษณะนี้ได้โดยเร็วที่สุด และเพื่อดูแลและให้ความช่วยเหลือเด็กให้รอดพ้นจากภัยของความรุนแรงที่เกิดจากการกลั่นแกล้งกัน

4) สร้างเครือข่ายความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาของคุณครู ผู้ปกครอง และชุมชน แจ้งให้ผู้ปกครองทราบถึงพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนของลูกหลาน เพื่อร่วมกันแก้ไขปัญหาลำดับต่อไป

5) จัดทำฐานข้อมูลพฤติกรรม การกลั่นแกล้งกันของนักเรียนแต่ละคน โดยการสร้างฐานข้อมูลสารสนเทศอย่างเป็นระบบ เพื่อส่งต่อข้อมูลให้ครูประจำชั้นในระดับชั้นต่อไปได้ทราบถึงสภาพปัญหา เฝ้าระวังเป็นพิเศษ และดูแลเด็กได้อย่างเหมาะสม

6) อบรมและพัฒนาคุณครูให้มีทักษะในการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน

7) อบรมคุณครูและนักเรียนเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียนในโรงเรียน เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจที่ต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน นำไปสู่การป้องกันแก้ไขปัญหได้อย่างถูกวิธีและมีประสิทธิภาพ

8) ในคาบโฮมรูม ควรจะมีการพูดคุยอย่างใกล้ชิดกับเด็ก ด้วยคำถามที่แสดงถึงความใส่ใจเด็ก เช่น วันนี้รู้สึกอย่างไรบ้าง?

9) สอดส่องดูแล สังเกต และเฝ้าระวังพฤติกรรมของเด็กอย่างใกล้ชิด เพื่อคัดกรองเด็กกลุ่มเสี่ยงทั้งที่เป็นผู้กลั่นแกล้งคนอื่นและผู้ที่ถูกกลั่นแกล้ง

10) เด็กบางคนเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน ๆ เขาอาจจะไม่กล้าพูดหรือเล่าอะไรให้ฟัง อย่าไปคะยั้นคะยอให้เด็กพูดหรือเล่าปัญหาต่อหน้าเพื่อน แต่ให้นัดส่วนตัวในการคุยกับเขา เพื่อให้เขาเกิดความสบายใจขึ้น คลายความทุกข์ใจถามว่าเขาเดือดร้อนอะไรอยู่รึป่าว มีความไม่สบายใจอยู่ไหม

11) สังเกตและเฝ้าระวังเด็กที่เข้าโรงเรียนใหม่ หรือเด็กที่มีข้อบกพร่อง เช่น เรียนไม่ดี หรือมีพัฒนาการที่ช้า เด็กกลุ่มนี้มีแนวโน้มที่จะ ถูกกลั่นแกล้งมากกว่าเด็กทั่วไป

12) ตรวจตราพื้นที่เสี่ยงที่จะเกิดการกลั่นแกล้งกันบ่อยๆ เช่น โรงอาหาร โรงยิม ฯลฯ โดยเฉพาะช่วงเวลาพักกลางวันและ หลังเลิกเรียน

13) อบรมสั่งสอนให้เด็กตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาการกลั่นแกล้งรังแกกัน เมื่อถูกกลั่นแกล้งหรือพบเห็นการกลั่นแกล้ง ในโรงเรียน ต้องบอกให้ครูรับรู้เสมอ

14) ปลุกฝังให้เด็กรู้จักการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การให้เกียรติซึ่งกันและกัน ยอมรับความแตกต่าง เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น รวมทั้ง เคารพสิทธิในชีวิตของกันและกันในกลุ่มเด็ก และเยาวชน

15) รับฟังปัญหาของเด็กอย่างตั้งใจ พยายามเข้าใจปัญหา ให้คำปรึกษารายบุคคล และไม่เพิกเฉยต่อปัญหาที่เกิดขึ้น

16) พูดคุยด้วยบทสนทนาที่เป็นกันเอง ลดช่องว่างระหว่างครูกับเด็ก แสดงถึงความใส่ใจ ที่จะช่วยเหลือเด็ก พร้อมทั้งสร้างบรรยากาศให้ เด็กรู้สึกไว้นื้อเชื่อใจกล้าที่จะเล่าปัญหาให้ฟัง

17) ไม่มองว่าการกลั่นแกล้งกันของเด็ก คือ การหยอกล้อกันธรรมดาที่สามารถเกิดขึ้นได้

18) อบรมสั่งสอนและมีบทลงโทษที่ชัดเจนสำหรับนักเรียนที่กลั่นแกล้งผู้อื่น เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการกลั่นแกล้งซ้ำ หรือป้องกัน และยับยั้งไม่ให้อีกมีพฤติกรรมกลั่นแกล้งอีก ต่อๆ ไป

19) จัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการ กลั่นแกล้งกันหรือการบูลลี่ และวิธีการรับมือ

ที่ต้องให้แก่เด็กนักเรียน เพื่อเป็นการสร้าง การรับรู้ที่ถูกต้อง เพื่อให้เด็กตระหนักถึงความรุนแรงจากการกลั่นแกล้งกัน และเพื่อให้เด็ก สามารถจัดการแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกวิธี

20) จัดกิจกรรมรณรงค์ต่อต้านการ กลั่นแกล้งกันในโรงเรียน (stop bullying) เป็นประจำ เช่น กิจกรรมประกวดวาดภาพ หรือ กิจกรรมสร้างสรรค์ต่างๆ เพื่อให้เด็กตระหนัก ถึงปัญหาของความรุนแรงที่เกิดจากการ กลั่นแกล้งกัน

21) จัดกิจกรรมเสริมสร้างความเข้าใจ ระหว่างกัน หรือสานสัมพันธ์ระหว่างนักเรียน เป็นประจำ

3. ข้อเสนอแนะสำหรับพ่อแม่หรือผู้ปกครอง

1) เวลาที่ลูกมาเล่าว่าถูกเพื่อนแกล้ง ให้รับฟัง และต้องเข้าใจลูก ไม่ควรพูดกับลูกว่า ให้สู้กลับสิ แต่ต้องสอนให้ลูกรู้จักการปกป้อง ตนเอง

2) สอนให้รู้จักรับมืออย่างกล้าหาญ และใจเย็น ฝึกให้ลูกไม่แสดงความหวาดกลัว หรือจำยอมต่อการถูกกลั่นแกล้ง เพราะจะยิ่ง ทำให้ผู้ที่กลั่นแกล้งนั้นได้ใจและกลั่นแกล้ง ไปเรื่อย ๆ โดยควรสอนให้ลูกกล้าเผชิญหน้ากับ อีกฝ่ายและไม่ต้องสนใจสิ่งที่ผู้กลั่นแกล้งกระทำ หรือพูด แล้วบอกให้อีกฝ่ายหยุดการกระทำ ด้วยท่าทีที่เรียบเฉยแล้วเดินออกมาจาก สถานการณ์ดังกล่าว

3) อาจให้สมาชิกในครอบครัวร่วมพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์การถูกกลั่นแกล้งด้วยกัน และให้การสนับสนุนเพื่อฟื้นฟูจิตใจเด็ก

4) เข้ารับการอบรมการสร้างความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งกัน ของเด็กนักเรียนในโรงเรียน

5) ปรึกษากับทางโรงเรียนถึงแนวทางการแก้ไขหรือจัดการกับปัญหาการกลั่นแกล้งกันของเด็กนักเรียน

6) พยายามให้ลูกรู้สึกดีกับตัวเอง ความมั่นใจและการเห็นคุณค่าในตัวเองเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เด็กมีความกล้าและสามารถเผชิญหน้ากับการถูกกลั่นแกล้งได้

7) สอนให้ลูกอยู่เป็นกลุ่มกับเพื่อน เพราะการไปไหนมาไหนตามลำพังจะยิ่งเพิ่มความเสี่ยงให้ตกเป็นเป้าของการถูกกลั่นแกล้ง

8) สอนให้ลูกตระหนักถึงความสำคัญของความรุนแรงที่เกิดจากการกลั่นแกล้งกัน และสอนให้ลูกบอกผู้ใหญ่ให้รับรู้เสมอ เมื่อถูกกลั่นแกล้งหรือพบเห็นการกลั่นแกล้งในโรงเรียน

9) สอนให้ลูกรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การให้เกียรติซึ่งกันและกัน ยอมรับความแตกต่าง เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น รวมทั้งเคารพสิทธิในชีวิตของกันและกันในกลุ่มเด็กและเยาวชน

10) พุดคุยปรึกษากับพ่อแม่ของเด็กนักเรียนที่เป็นผู้กลั่นแกล้งผู้อื่น เพื่อให้ผู้ใหญ่รับทราบปัญหาและหาแนวทางการจัดการกับเรื่องดังกล่าว โดยอาจนัดพุดคุยที่โรงเรียนพร้อมกับครูประจำชั้น เพื่อหาวิธีรับมือกับเรื่องที่เกิดขึ้นไปพร้อม ๆ กันหลาย ๆ ฝ่าย

11) ผู้ปกครองควรตระหนักและไม่นิ่งเฉยกับพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปโดยการสังเกตพฤติกรรมของลูกเป็นประจำอย่างใกล้ชิด เช่น หลีกเลียงที่จะไปโรงเรียน หรือมีปัญหาทางการเรียนห่างเหิน เก็บตัวแยกจากผู้อื่น

12) พุดคุยกับลูกอย่างตรงไปตรงมา ทำให้ลูกรู้สึกดีที่จะเล่าให้ฟัง เพื่อหาทางออกในการแก้ไขปัญหาคความรุนแรงที่จะเกิดจากการกลั่นแกล้งกัน

13) หยุดการใช้ความรุนแรงในครอบครัว เพราะเด็อาจจะเลียนแบบพฤติกรรมได้ ถ้าอยู่ในบ้าน แล้วเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว หรือมีการใช้ความรุนแรงระหว่างกัน ให้สะท้อนลูกไปเลยว่า “พฤติกรรมที่ลูกกำลังทำอยู่ พ่อ/แม่ไม่พอใจ เวลานี้ควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ เราจะไม่คุยกัน ขอถอนตัวออกไปก่อน” ไปสงบสติ และสงบอารมณ์ก่อน แล้วค่อยกลับมาคุยกัน เมื่อมีสติมากขึ้นกว่านี้

14) อย่าครอบงำ อย่าตัดสินใจแทนลูก หรือใช้มาตรการบังคับลูกอย่างเดียว

15) พุดคุยกับลูกทุกวัน

■ บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2561). ไทยอันดับ 2 “เด็กรังแกกันในโรงเรียน” พบเหยื่อปีละ 6 แสนคน. ค้นเมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564, จาก <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=27485>
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2563). รู้ทัน “ไซเบอร์บูลลี่” รับมือได้ด้วยสติและสติจริง. ค้นเมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564, จาก <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30156>
- เกษตรชัย และหิม. (2557). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการรังแกของนักเรียนโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามในจังหวัดสงขลา. วารสารศรีนครินทรวิโรฒวิจัยและพัฒนา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์), 6 (12), 14-30.
- จิตติพันธ์ ความคณิง และมณษฎ์ แก้วจินดา. (2559). การศึกษาแบบกลุ่มด้วยเทคนิค

- การเสริมสร้างความมั่นคงทางจิตใจเพื่อเสริมสร้างทักษะการเผชิญปัญหา สำหรับเยาวชนที่ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล. วารสารบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, 10(2), 40-52. file:///E:/RSU/%E0%B8%A7%E0%B8%B4%E0%B8%88%E0%B8%B1%E0%B8%A2/bullying%20%E0%B8%A7%E0%B8%8A/ewt_dl_link.pdf
- PPTV. (2563). การบูลลี่ในสังคมไทย อย่างมองเป็นเรื่องปกติ. สืบค้น 15 กุมภาพันธ์ 2564, จาก <https://www.pptvhd36.com/news/%E0%B8%9B%E0%B8%A3%E0%B8%B0%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B9%87%E0%B8%99%E0%B8%A3%E0%B9%89%E0%B8%AD%E0%B8%99/131553>
- TNN ข่าวเช้า. (2019). บูลลี่ภัยใกล้ตัวที่ไม่ควรมองข้าม - สัมภาษณ์ทางโทรศัพท์ รศ. นพ.สุริยเดว ทรีปาตี. ค้นเมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564, จาก <https://youtu.be/NZBG5PmOWK8>
- ธานี ชัยวัฒน์และคณะ. (2561). รายงานผลการศึกษานับสมบุรณ์ โครงการวิจัยการกลั่นแกล้งของเด็กนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะเศรษฐศาสตร์.
- ปกรณ์ มณีปกรณ์. (2555). ทฤษฎีอาชญาวิทยา. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัด เวลด์เทรดประเทศไทย.
- พวงชมพู ประเสริฐ. (2563) 'บูลลี่' ไม่ใช่เรื่องเด็ก ๆ ความรุนแรงที่รอวันปะทุ!!!. ค้นเมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564, จาก <https://www.bangkokbiznews.com/news/detail/861456>
- สุณีย์ กัลยะจิตร. (2557). ปัญหาการกระทำผิดของเด็กและเยาวชน แนวทางในการป้องกันและแก้ไข. นครปฐม: สันทวี พรินติ้ง.
- สุริยา ผ่องเสนาะ. (2561). ปัญหาการรังแกกัน (Bullying) ในสถานศึกษา. ค้นเมื่อ 13 กุมภาพันธ์ 2564, จาก Elyssa G. C. (2018). *Bullying prevention as a form of social justice: A critical review of the literature* (Doctoral dissertation). Graduate School of Education and Psychology. Pepperdine University. USA.
- Nahla Mansour AL-Ali, & Kholood K. S. (2018). *Bullying in school*. Retrieved February 27, 2021 from <https://www.intechopen.com/books/health-and-academic-achievement/bullying-in-school>
- Sherri G. (2021). *Why victims of bullying often suffer in silence*. Retrieved February 28, 2021, from <https://www.verywellfamily.com/reasons-why-victims-of-bullying-do-not-tell-460784>
- Sherri G. (2020). *The different types of bullying parents should watch for*. Retrieved February 28, 2021, from <https://www.verywellfamily.com/types-of-bullying-parents-should-know-about-4153882>
- Yi-Chih Lee, & Wei-Li Wu. (2018). *Factors in cyber bullying: the attitude-social influence-efficacy model*. Retrieved February 28, 2021 from <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.34.2.295411>



