



ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น ที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์

Factors Associated with Depression in Adolescents with Cyberbullying

เกวาลี ชัยสุวรรณรักษ์*, พลิศรา ธรรมโชติ*

Kewalee Chaisuwanarak*, Palisara Thommachot*

* ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

* Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์
วิธีการศึกษา เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง ศึกษาในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ในสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยการสุ่ม 3 โรงเรียน ระดับชั้นละ 2 ห้องเรียน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไป แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า แบบสอบถามเรื่องการกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์ แบบประเมินความภาคภูมิใจในตนเอง แบบวัดความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต และแบบสอบถามความรู้สึกหลากหลายมิติเกี่ยวกับความช่วยเหลือทางสังคม

ผลการศึกษา: กลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ จำนวน 210 ราย มีภาวะซึมเศร้า 76 ราย (ร้อยละ 36.2) พบว่าปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ ได้แก่ เกรดเฉลี่ย สภาพแวดล้อมโรงเรียน ระดับความภาคภูมิใจในตนเอง ระดับความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต และระดับความช่วยเหลือทางสังคมทั้งจากครอบครัว เพื่อน และบุคคลพิเศษ โดยเกรดเฉลี่ยต่ำสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากกว่าเกรดเฉลี่ยสูง ($p = 0.045$) สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนคะแนนต่ำจะสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากขึ้น (spearman $r = -0.319$) ระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากกว่าระดับความภาคภูมิใจในตนเองสูง ($p < 0.001$) ระดับความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นต่ำสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากกว่าระดับความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นสูง ($p = 0.002$) โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นต่ำทุกคนมีภาวะซึมเศร้า ระดับความช่วยเหลือทางสังคมต่ำจะสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากกว่าระดับความช่วยเหลือทางสังคมสูง ($p < 0.001$) และระดับความช่วยเหลือจากทั้งครอบครัว เพื่อนและบุคคลพิเศษต่ำจะสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากขึ้น ($p = < 0.001, < 0.001, 0.001$ ตามลำดับ) หลังจากควบคุมตัวแปรที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าแล้ว พบว่า ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ ได้แก่ สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน ระดับความภาคภูมิใจในตนเอง และระดับความช่วยเหลือจากครอบครัว โดยสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนต่ำ ($p = 0.02$) ระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ($p < 0.001$) และระดับความช่วยเหลือจากครอบครัวต่ำมีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ ($p = 0.048$)

สรุป ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ถูกข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ ได้แก่ สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน ระดับความภาคภูมิใจในตนเอง และระดับความช่วยเหลือจากครอบครัว

คำสำคัญ ภาวะซึมเศร้า วัยรุ่น การข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์

Corresponding author: พลิศรา ธรรมโชติ

วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2563; 65(2): 191-204

ABSTRACT

Objective : To study factors associated with depression in adolescents with cyberbullying.

Methods : A cross-sectional descriptive study using a self-report questionnaire consisting of demographic data, cyberbullying, Children's depression inventory (CDI), Rosenberg self-esteem scale-revised version (RSES-Revised), Connor-Davidson Resilience Scale (10-Item CD-RISC), and Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) was conducted in 275 students in grade 8 and 9 from 3 schools in Bangkok, Thailand.

Result : From 275 participants, a sample of 210 students with cyberbullying have 76 depression (36.2%). Significant factors associated with depression are GPA, school environment, self-esteem, resilience, social supports (family, friend and significant others supports. The low GPA is more related to depression than the high GPA ($p = 0.045$). The low school environment scores are more related to depression (spearman $r = -0.319$). Low self-esteem is associated with depression more than high self-esteem ($p < 0.001$). Low level of resilience is associated with depression more than high resilience ($p = 0.002$). All subjects with low level of resilience have depression. Low social supports associated with depression more than high social supports ($p < 0.001$). Low family, friends and significant others supports are more associated with depression ($p = < 0.001, < 0.001, 0.001$ respectively). After adjusting potential confounding variables affect depression, three factors were significantly associated with depression in adolescents with cyberbullying were unsafety school environment ($p = 0.02$), low self-esteem ($p < 0.001$) and low family supports ($p = 0.048$)

Conclusion : Factors associated with depression in adolescents with cyberbullying are school environment, self-esteem and family support.

Keywords : depression, adolescent, cyberbullying

Corresponding author: Palisara Thommachot

J Psychiatr Assoc Thailand 2020; 65(2): 191-204

บทนำ

พฤติกรรมข่มเหงรังแกกัน คือ พฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่กระทำต่อผู้อื่นซ้ำๆ เจตนาให้ผู้อื่นได้รับบาดเจ็บหรือเป็นทุกข์โดยผู้ถูกรังแกทำมีอำนาจน้อยกว่าแบ่งผู้ที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ ผู้ถูกรังแก ผู้ข่มเหงรังแกผู้อื่น ผู้ที่ทั้งถูกรังแกและรังแกผู้อื่น และผู้ที่เห็นเหตุการณ์ โดยการข่มเหงรังแกมีหลายรูปแบบ ทั้งทางวาจา ร่างกายและทางสังคม รูปแบบที่พบมากที่สุด คือ การใช้คำพูดหยาบคายหรือล้อเลียน¹ พฤติกรรมข่มเหงรังแกเป็นปัญหาสำคัญที่พบได้บ่อยในเด็ก ซึ่งส่งผลกระทบต่ออารมณ์จิตใจ และปัญหาพฤติกรรมเป็นอย่างมาก

ในปัจจุบันมีการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์มากขึ้น จึงทำให้เกิดการรังแกกันรูปแบบใหม่ขึ้น คือ การข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ (cyberbullying) ซึ่งหมายถึงการกลั่นแกล้ง รังแก หรือคุกคามโดยเจตนาผ่านสื่อดิจิทัลหรือ สื่อออนไลน์ เช่น โทรศัพท์มือถือ คอมพิวเตอร์ และแท็บเล็ต ผู้ที่กลั่นแกล้งจะส่งข้อความหรือรูปภาพผ่าน SMS, กล้องข้อความ และแอปพลิเคชัน หรือส่งผ่านออนไลน์ในโซเชียลมีเดีย, กระดานสนทนา หรือเกมออนไลน์ที่ผู้ใช้สามารถเปิดดู มีส่วนร่วมหรือแบ่งปันเนื้อหาได้ การกลั่นแกล้งลักษณะนี้ มักกระทำซ้ำๆ ไปยังเหยื่อหรือผู้ที่ถูกรังแก โดยผู้รังแกจะเปิดเผยหรือปิดบังตัวตนก็ได้ วิธีการ คือ ส่งโพสต์ หรือแชร์ข้อมูลด้านลบ เป็นเท็จ หยาบคาย และทำร้ายจิตใจผู้อื่น บางกรณีการกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์อาจรวมถึงการแชร์ข้อมูลส่วนตัวของผู้อื่นโดยมีเจตนาเพื่อที่จะทำให้เจ้าตัวอับอาย หรือทำลายชื่อเสียง² จากการ ศึกษาความชุกของการข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร จำนวน 3,667 ราย พบว่า กลุ่มที่ทั้งถูกรังแกและรังแกผู้อื่นพบมากที่สุดร้อยละ 35.3 กลุ่มที่ถูกรังแกเพียงอย่างเดียวร้อยละ 7.7 กลุ่มที่ข่มเหงรังแกผู้อื่นร้อยละ 5.2 และผู้ที่

เห็นเหตุการณ์ ร้อยละ 13 และรูปแบบการรังแกที่พบบ่อยที่สุด ได้แก่ การล้อเลียน ตั้งฉายา, การเพิกเฉยไม่ใส่ใจ และการดูหมิ่นเหยียดหยาม ตามลำดับ³

จากการสำรวจการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2560 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า ประชากรในกรุงเทพมหานครใช้คอมพิวเตอร์ ร้อยละ 49.2 ใช้อินเทอร์เน็ต ร้อยละ 74.5 และใช้โทรศัพท์มือถือ ร้อยละ 93.5 ซึ่งมีอัตราส่วนสูงกว่าภาคอื่นๆ ในประเทศไทย ส่วนกลุ่มอายุที่มีการใช้คอมพิวเตอร์มากที่สุด คือ กลุ่มอายุ 11-14 ปี ร้อยละ 90.9 และกลุ่มอายุที่มีการใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุด คือ กลุ่มอายุ 15-19 ปี ร้อยละ 95.6⁴ กล่าวได้ว่ากลุ่มวัยรุ่นเป็นกลุ่มที่มีการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์มากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมาที่มีการสำรวจความชุกของพฤติกรรมกรังแกบนโลกไซเบอร์ ในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาในกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,200 ราย พบว่าร้อยละ 52.4 เคยมีประสบการณ์ถูกรังแกทางออนไลน์ และร้อยละ 46.8 มีอายุอยู่ในช่วง 14-16 ปี⁵

การข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์มีผลกระทบต่อเด็ก ทั้งด้านอารมณ์ จิตใจ และปัญหาพฤติกรรม เช่น อารมณ์ซึมเศร้า วิตกกังวล ความคิดฆ่าตัวตาย ความภาคภูมิใจต่อตนเองลดลง ผลการเรียนลดลง ไม่อยากไปโรงเรียน ปัญหาพฤติกรรมรุนแรง การใช้สารเสพติดและมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทั้งยังส่งผลให้มีอาการทางจิตในวัยผู้ใหญ่ได้ โดยผลกระทบที่พบบ่อยที่สุด คือ ภาวะซึมเศร้า นอกจากนี้ยังพบว่ากรังแกบนโลกไซเบอร์ส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้ามากกว่าและมีความรุนแรงของภาวะซึมเศร้ามากกว่าการข่มเหงรังแกรูปแบบอื่นๆ ด้วย^{6,7,8,9}

ส่วนปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในเด็กที่มีพฤติกรรมข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ มีปัจจัยหลากหลายทั้งปัจจัยจากตัวบุคคล ครอบครัว เพื่อน และ

สังคม เช่น ความภาคภูมิใจในตนเอง^{10,11} ความแข็งแกร่งและความยืดหยุ่น^{12,13} การได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้าง ความผูกพันในครอบครัวและเพื่อน¹⁴⁻¹⁶ และสภาพแวดล้อมในโรงเรียน¹⁷ เป็นต้น ซึ่งการศึกษาในสวนนี้ยังไม่แพร่หลายนักทั้งในไทยและต่างประเทศ

จากการศึกษาที่ผ่านมาทั้งต่างประเทศและในประเทศไทย มีการศึกษาความชุก รูปแบบการข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ ปัจจัยทางจิตเวชที่มีความสัมพันธ์กับการข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ แต่ในประเทศไทยยังไม่มีการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เจาะจงกับภาวะซึมเศร้า ซึ่งเป็นผลกระทบจากการข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์มากที่สุด ผู้วิจัยจึงทำงานวิจัยนี้ขึ้นเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ เพื่อนำไปขยายผลในการป้องกันผลกระทบจากพฤติกรรมข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ต่อไป

วิธีการศึกษา

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ในสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2562 ผู้วิจัยคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างได้ทั้งหมด 225 ราย โดยคำนวณจากสูตรของ Cochran ดังนี้

$$n = \frac{z_{1-\frac{\alpha}{2}}^2 p(1-p)}{d^2}$$

p = สัดส่วนของกลุ่มผู้ข่มเหงรังแกผู้อื่นบนโลกไซเบอร์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา = 0.3

Z = 1.96 (ที่ระดับความเชื่อมั่นเท่ากับ 98%)

d = สัดส่วนความคาดเคลื่อนยอมรับได้ = 0.06

α = 0.05

ผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการสุ่มแบบแบ่งหลายขั้นตอน (multi-stage sampling) ดังนี้

1. คัดเลือกโรงเรียนโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (stratified random sampling) โดยแบ่งโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร เป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มโรงเรียนขนาดเล็กและขนาดกลาง (1 -1,499 ราย) กลุ่มโรงเรียนขนาดใหญ่ (1,500-2,499 ราย) และกลุ่มโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ (2,500 รายขึ้นไป) โดยสุ่มกลุ่มละ 1 โรงเรียน

2. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างของแต่ละโรงเรียนโดยวิธีสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) โดยใช้วิธีการจับสลากห้องเรียนมา 2 ห้องเรียนในแต่ละระดับชั้นของมัธยมศึกษาปีที่ 2-3

เนื่องด้วยจำนวนนักเรียนต่อห้องเรียนในแต่ละโรงเรียนมีจำนวนแตกต่างกัน จึงทำให้จำนวนกลุ่มตัวอย่างมากขึ้นเพื่อให้สามารถสุ่มจำนวนห้องเรียนได้เท่ากันทุกโรงเรียน โดยได้แจกแบบสอบถามแก่นักเรียนทั้งหมด 430 ชุด ผู้วิจัยได้แบบสอบถามกลับมา 374 ชุด คิดเป็นร้อยละ 86.98

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

ผู้เข้าร่วมวิจัยได้รับแบบสอบถามที่อาจารย์แจกให้ โดยผู้เข้าร่วมวิจัยและผู้ปกครองเป็นผู้ยินยอมตอบข้อมูลหลังจากได้อ่านเอกสารชี้แจงด้วยตนเอง แบบสอบถามทั้งหมดผู้เข้าร่วมวิจัยจะเป็นผู้กรอกด้วยตนเอง โดยแบบสอบถามแบ่งเป็น 6 ส่วน จำนวน 89 ข้อ ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นที่ศึกษา เกรดเฉลี่ย (GPA) สถานภาพปัจจุบันของบิดามารดา บุคคลที่อาศัยอยู่บ้านเดียวกับผู้เข้าร่วมวิจัย และเศรษฐกิจฐานะของครอบครัว จำนวน 7 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า ใช้แบบคัดกรอง children's depression inventory ฉบับ

ภาษาไทย¹⁸ พัฒนาโดย ศ.พญ.อุมาพร ตรังคสมบัติ เป็นแบบคัดกรอง เพื่อบอกความรุนแรงของภาวะซึมเศร้า ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 27 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ โดยให้ผู้เลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือก โดยงานวิจัยนี้ใช้จุดตัดทางระบาดวิทยาที่ 21 คะแนน มีค่าความไวร้อยละ 78.9 ค่าความเที่ยงตรงร้อยละ 100

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเรื่องการกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์ (cyberbullying) ฉบับภาษาไทย³ พัฒนาโดย Dr. Andre Sourander และรศ.นพ.ชาญวิทย์ พรนพดล เพื่อบอกการมีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ โดยผู้วิจัยคัดเลือกคำถามบางส่วนจากแบบสอบถามเรื่อง การกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์ (cyberbullying) จำนวน 16 ข้อ แบ่งเป็นข้อคำถามกลุ่มที่ถูกข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ 8 ข้อ โดยหากผู้เข้าร่วมวิจัยตอบว่ามีการถูกข่มเหงรังแกรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งเพียง 1 ข้อ จะจัดอยู่ในกลุ่มที่ถูกข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ และข้อคำถามกลุ่มที่ข่มเหงรังแกผู้อื่นบนโลกไซเบอร์ 8 ข้อ โดยหากตอบว่ามีการข่มเหงรังแกผู้อื่นรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งเพียง 1 ข้อ จะจัดอยู่ในกลุ่มที่ข่มเหงรังแกผู้อื่นบนโลกไซเบอร์ ส่วนผู้เข้าร่วมวิจัยที่ตอบว่ามีทั้งข้อคำถามในกลุ่มที่ถูกข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์และกลุ่มข่มเหงรังแกผู้อื่น จะจัดอยู่กลุ่มที่เคยทั้งถูกรังแกและรังแกผู้อื่นบนโลกไซเบอร์ ข้อคำถามเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมในโรงเรียน 5 ข้อ ได้แก่ รู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่ที่โรงเรียน รู้สึกมีความสุขสนุกสนานเมื่ออยู่ที่โรงเรียน คุณครูเอาใจใส่ คุณครูพยายามหยุดการกลั่นแกล้ง และนักเรียนพยายามหยุดการกลั่นแกล้ง หากคะแนนสภาพแวดล้อมในโรงเรียนมากถือว่าสภาพแวดล้อมในโรงเรียนดีกว่าคะแนนน้อย และเพิ่มเติมข้อคำถามบางส่วนโดยผู้วิจัยจัดทำขึ้นเองเกี่ยวกับความต่อเนื่องในการรังแกและระยะเวลาความช่วยเหลือ จำนวน 2 ข้อ รวมทั้งหมด 23 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบประเมินความภาคภูมิใจในตนเอง ใช้แบบประเมิน Rosenberg self-esteem scale-revised version (RSES-Revised) ฉบับภาษาไทย²³ พัฒนาโดย ศ.นพ.ทินกร วงศ์ปการันย์ เพื่อวัดความภาคภูมิใจในตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ โดยให้ผู้เลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือก ให้คะแนน 0-3 คะแนน คะแนนรวม 0-30 คะแนน โดยคะแนนรวม < 15 ประเมินว่ามีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.84

ส่วนที่ 5 แบบวัดความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต ใช้แบบสอบถาม Connor-Davidson Resilience Scale (10-Item CD-RISC) ฉบับภาษาไทย²⁴ พัฒนาโดย รศ. ดร. นพพร ว่องศิริมาศ เพื่อวัดความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ โดยให้ผู้เลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือก ให้คะแนน 0-4 คะแนน คะแนนรวม 0-40 คะแนน โดยคะแนนรวม ≤ 9 คะแนน ประเมินว่ามีความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิตต่ำ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.86

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามความรู้สึกหลากหลายมิติเกี่ยวกับความช่วยเหลือทางสังคม ใช้แบบสอบถาม Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) ฉบับภาษาไทย²⁵ พัฒนาโดย ศ.พญ.ณัททัย วงศ์ปการันย์ และศ.นพ.ทินกร วงศ์ปการันย์ เพื่อวัดความช่วยเหลือทางสังคม ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 12 ข้อ โดยแบ่งเป็นความช่วยเหลือจากครอบครัว ความช่วยเหลือจากเพื่อน ความช่วยเหลือจากบุคคลพิเศษ (บุคคลที่นอกเหนือจากครอบครัวและเพื่อน) ส่วนละ 4 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 7 ระดับ โดยให้ผู้เลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือก ให้คะแนน 1-7 คะแนน คะแนนในส่วนความช่วยเหลือทางสังคม คิดโดยคะแนนรวม/12 และ

คะแนนในส่วนความช่วยเหลือจากครอบครัว ความช่วยเหลือจากเพื่อน ความช่วยเหลือจากบุคคลพิเศษ คิดโดยคะแนนรวมในแต่ละส่วน/4 โดยคะแนน 1-2.9 คะแนน ประเมินว่าระดับความช่วยเหลือต่ำ คะแนน 3-5 คะแนน ประเมินว่าระดับความช่วยเหลือปานกลาง คะแนน 5.1-7 คะแนน ประเมินว่าระดับความช่วยเหลือสูง โดยระดับความช่วยเหลือจากสังคมมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.92 ระดับความช่วยเหลือจากครอบครัวมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.83 ระดับความช่วยเหลือจากเพื่อนมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91 และระดับความช่วยเหลือจากบุคคลพิเศษมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.86

การศึกษาครั้งนี้ผ่านการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล เลขรหัสวิจัย 320

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามแล้วรวบรวมข้อมูล โดยวิเคราะห์ข้อมูลจากจำนวนข้อมูลที่ได้จริง แบบสอบถามส่วนที่มีข้อมูลตกหล่นมาก จะไม่ได้ถูกนำมาวิเคราะห์ด้วย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลจะเลือกเฉพาะข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ชมแข่งร้องแกบนโลกโซเชียล โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistic) อธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง คิดเป็นจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (mean) และ Standard deviation (S.D.) วิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า โดยใช้ Chi-square หรือ Fisher's exact test และ Spearman's rho และวิเคราะห์พหุปัจจัยโดยใช้ Binary logistic regression

ผลการศึกษา

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ชมแข่งร้องแกบนโลกโซเชียล

ผู้วิจัยได้แจกแบบสอบถามแก่นักเรียนทั้งหมด 430 ชุด ได้แบบสอบถามกลับมา 374 ชุด คิดเป็นร้อยละ

86.98 และมีแบบสอบถามที่ได้ข้อมูลครบถ้วน จำนวน 275 ชุด คิดเป็นร้อยละ 73.53 ของแบบสอบถามที่ได้รับทั้งหมด กลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ชมแข่งร้องแกบนโลกโซเชียลมีจำนวน 210 ราย เป็นเพศชาย จำนวน 91 ราย (ร้อยละ 44) เพศหญิง จำนวน 119 ราย (ร้อยละ 56) มีอายุอยู่ในช่วง 12-17 ปี อายุเฉลี่ย 13.92 ± 0.785 ปี เกรดเฉลี่ยอยู่ในช่วง 3.01-4.00 มากที่สุด ส่วนใหญ่ ร้อยละ 57.6 บิดามารดาสมรสและอยู่ด้วยกัน และผู้เข้าร่วมวิจัยอยู่ร่วมกับบิดาและมารดา ร้อยละ 55.2 โดยครอบครัวมีเศรษฐกิจฐานะพอเพียง ร้อยละ 73.8 (ตารางที่ 1)

ข้อมูลเกี่ยวกับการประสบการณ์ชมแข่งร้องแกบนโลกโซเชียล

ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา กลุ่มตัวอย่างเคยมีประสบการณ์ชมแข่งร้องแกบนโลกโซเชียล จำนวน 210 ราย (ร้อยละ 76.4) โดยแบ่งตามรูปแบบการร้องแกพบว่า กลุ่มที่เคยถูกชมแข่งร้องแกบนโลกโซเชียลมีจำนวน 39 ราย (ร้อยละ 18.6) ซึ่งรูปแบบการร้องแกที่พบมากที่สุดได้แก่ ถูกล้อเลียนชื่อ ตั้งฉายา ถูกเพิกเฉย ไม่สนใจ และถูกไม่เคารพ ไม่ให้เกียรติ เหยียดหยาม ตามลำดับ กลุ่มที่เคยเป็นผู้ชมแข่งร้องแกผู้ชมบนโลกโซเชียล จำนวน 19 ราย (ร้อยละ 9.0) ซึ่งรูปแบบการร้องแกที่พบมากที่สุดได้แก่ ล้อเลียนชื่อ ตั้งฉายา เพิกเฉย ไม่สนใจ และนำรูปภาพไปตัดต่อให้ดูตลก/วาบหวีว/น่าอาย ตามลำดับ และกลุ่มที่เคยทั้งถูกร้องแกและร้องแกผู้ชมบนโลกโซเชียล จำนวน 152 ราย (ร้อยละ 72.4) ในกลุ่มที่ถูกชมแข่งร้องแกบนโลกโซเชียลยังคงถูกร้องแกอย่างต่อเนื่อง จำนวน 16 ราย (ร้อยละ 8.4) โดยส่วนมากไม่ได้รับการช่วยเหลือใดๆ จำนวน 93 ราย (ร้อยละ 61.6) ได้รับการช่วยเหลือภายใน 1 สัปดาห์ จำนวน 53 ราย (ร้อยละ 35.1) ได้รับการช่วยเหลือภายใน 1 เดือน จำนวน 4 ราย (ร้อยละ 2.6) และได้รับการช่วยเหลือภายใน 1 ปี จำนวน 1 ราย (ร้อยละ 0.7) (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์

	ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (ร้อยละ)
เพศ	ชาย	91 (43.3)
	หญิง	119 (56)
อายุเฉลี่ย	Mean ± S.D. 13.92 ± 0.785	
	ระดับชั้น	
เกรดเฉลี่ย	ม. 2	109 (51.9)
	ม. 3	101 (48.1)
	0-1.00	4 (1.9)
	1.01-2.00	21 (10.1)
สถานภาพบิดามารดา	2.01-3.00	63 (30.4)
	3.01-4.00	119 (57.5)
	สมรส อยู่ด้วยกัน	121 (57.6)
	สมรส แยกกันอยู่	26 (12.4)
ผู้ปกครองอาศัยในบ้านเดียวกัน	หย่าร้าง	51 (24.3)
	บิดาหรือมารดาเสียชีวิต	11 (5.2)
	บิดาและมารดา	116 (55.2)
เศรษฐกิจฐานะ	ไม่ได้อยู่กับบิดาและมารดา	94 (44.8)
	ขาดแคลน	7 (3.3)
	เพียงพอ	155 (73.8)
	เพียงพอและมีเหลือเก็บ	48 (22.9)

หมายเหตุ ไม่ได้อยู่กับบิดาและมารดา หมายถึง อาศัยอยู่กับบิดาหรือมารดา หรือ อาศัยอยู่กับญาติอื่นๆ หรือ อาศัยอยู่กับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่คนในครอบครัว

ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน

ในกลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์พบว่า สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนมีคะแนนอยู่ในช่วง 2-15 คะแนน เฉลี่ย 8.58 ± 2.84 คะแนน โดยคะแนนมากจะมีสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนดี ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างรู้สึกปลอดภัยบางครั้ง จำนวน 91 ราย (ร้อยละ 43.3) รู้สึกมีความสุขสนุกสนานบ่อยๆ จำนวน 85 ราย (ร้อยละ 40.5) คุณครูเอาใจใส่บางครั้ง จำนวน 91 ราย (ร้อยละ 43.3) คุณครูพยายามหยุดการกลั่นแกล้งบ่อยๆ จำนวน 78 ราย (ร้อยละ 37.1) และนักเรียนพยายามหยุดการกลั่นแกล้งบางครั้ง จำนวน 79 ราย (ร้อยละ 37.6) (ตารางที่ 2)

ข้อมูลเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า

จากการคัดกรองภาวะซึมเศร้าด้วย Children's depression inventory ฉบับภาษาไทย พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ จำนวน 210 ราย มีภาวะซึมเศร้า 76 ราย คิดเป็นร้อยละ 36.2 โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีภาวะซึมเศร้าอยู่ในกลุ่มที่ทั้งข่มเหงรังแกผู้อื่นและถูกข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์มากที่สุด จำนวน 59 ราย (ร้อยละ 77.6) กลุ่มที่ถูกข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ 10 ราย (ร้อยละ 13.2) และกลุ่มที่ข่มเหงรังแกผู้อื่นบนโลกไซเบอร์ 7 ราย (ร้อยละ 9.2) (ตารางที่ 2)

ข้อมูลเกี่ยวกับระดับความภาคภูมิใจในตนเอง ระดับความแข็งแรงและยืดหยุ่นของชีวิต และระดับความช่วยเหลือทางสังคม

พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ช้หมเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ มีระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ จำนวน 43 ราย (ร้อยละ 20.5) ระดับความภาคภูมิใจในตนเองสูง จำนวน 167 ราย (ร้อยละ 79.5) ความแข็งแรงและยืดหยุ่นในชีวิตต่ำ จำนวน 6 ราย (ร้อยละ 2.9)

ความแข็งแรงและยืดหยุ่นในชีวิตสูง จำนวน 202 ราย (ร้อยละ 97.1) ระดับความช่วยเหลือทางสังคมต่ำ จำนวน 9 ราย (ร้อยละ 4.5) ระดับความช่วยเหลือทางสังคมปานกลาง จำนวน 77 คนราย (ร้อยละ 38.1) และระดับความช่วยเหลือทางสังคมสูง จำนวน 116 ราย (ร้อยละ 57.4) โดยส่วนใหญ่ได้รับความช่วยเหลือจากทั้งครอบครัว เพื่อน และบุคคลพิเศษในระดับสูง (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์ช้หมเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ ภาวะซึมเศร้า และปัจจัยต่างๆ

ปัจจัย	จำนวน (ร้อยละ)
ประสบการณ์ช้หมเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ (n=210)	
ถูกช้หมเหงรังแกบนโลกไซเบอร์	39 (18.6)
ช้หมเหงรังแกผู้อื่นบนโลกไซเบอร์	19 (9.0)
ทั้งถูกช้หมเหงรังแกและรังแกผู้อื่นบนโลกไซเบอร์	152 (72.4)
ความต่อเนื่องในการช้หมเหงรังแก (n=191)	
ถูกช้หมเหงรังแกอย่างต่อเนื่อง	16 (8.4)
ไม่ได้ถูกช้หมเหงรังแกอย่างต่อเนื่อง	174 (91.6)
ระยะเวลาที่ได้รับความช่วยเหลือ (n=191)	
ไม่ได้รับความช่วยเหลือใดๆ	93 (61.6)
ภายใน 1 สัปดาห์	53 (35.1)
ภายใน 1 เดือน	4 (2.6)
ภายใน 1 ปี	1 (0.7)
สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน (n=210)	Mean ± S.D. 8.58 ± 2.84
มีภาวะซึมเศร้า (n=210)	76 (36.2)
ระดับความภาคภูมิใจในตนเอง (n=210)	ต่ำ 43 (20.5) สูง 167 (79.5)
ระดับความแข็งแรงและยืดหยุ่นในชีวิต (n=210)	ต่ำ 6 (2.9) สูง 202 (97.1)
ระดับความช่วยเหลือทางสังคม (n=210)	ต่ำ 9 (4.5) ปานกลาง 77 (38.1) สูง 116 (57.4)
ระดับความช่วยเหลือจากครอบครัว (n=210)	ต่ำ 22 (10.5) ปานกลาง 71 (33.8) สูง 117 (55.7)
ระดับความช่วยเหลือจากเพื่อน (n=210)	ต่ำ 16 (7.6) ปานกลาง 83 (39.5) สูง 111 (52.9)
ระดับความช่วยเหลือจากบุคคลพิเศษ (n=210)	ต่ำ 20 (9.6) ปานกลาง 79 (37.8) สูง 110 (52.6)

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์

พบว่าในกลุ่มวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ ได้แก่ เกรดเฉลี่ย สภาพแวดล้อมโรงเรียน ระดับความภาคภูมิใจในตนเอง ระดับความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต และระดับความช่วยเหลือทางสังคมทั้งจากครอบครัว เพื่อน และบุคคลพิเศษ โดยเกรดเฉลี่ยต่ำสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากกว่าเกรดเฉลี่ยสูง ($p = 0.045$) สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนคะแนนต่ำจะสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากขึ้น (spearman $r = -0.319$)

ระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากกว่าระดับความภาคภูมิใจในตนเองสูง ($p < 0.001$) ระดับความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นต่ำสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากกว่าระดับความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นสูง ($p = 0.002$) โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นต่ำทุกรายมีภาวะซึมเศร้า ระดับความช่วยเหลือทางสังคมต่ำจะสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากกว่าระดับความช่วยเหลือทางสังคมสูง ($p < 0.001$) และระดับความช่วยเหลือจากทั้งครอบครัว เพื่อนและบุคคลพิเศษต่ำจะสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้ามากขึ้น ($p = < 0.001, < 0.001, 0.001$ ตามลำดับ) (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์

ปัจจัย	กลุ่มที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์		p - value
	มีภาวะซึมเศร้า จำนวน (ร้อยละ)	ไม่มีภาวะซึมเศร้า จำนวน (ร้อยละ)	
เพศ (n=210)			
ชาย	30 (33.0)	61 (67.0)	0.469
หญิง	46 (38.7)	73 (61.3)	
ระดับชั้น (n=210)			
ม.2	41 (37.6)	68 (62.4)	0.669
ม.3	35 (34.7)	66 (65.3)	
เกรด (n=210)			
0 - 1.00	3 (75.0)	1 (25.0)	0.045
1.01 - 2.00	12 (57.1)	9 (42.9)	
2.01 - 3.00	23 (36.5)	40 (63.5)	
3.01 - 4.00	37 (31.1)	82 (68.9)	
สถานภาพบิดามารดา (n=210)			
สมรส อยู่ด้วยกัน	36 (29.8)	85(70.2)	0.149
สมรส แยกกันอยู่	11 (42.3)	15 (57.7)	
หย่าร้าง	24 (47.1)	27 (52.9)	
บิดาหรือมารดาเสียชีวิต	5 (45.5)	6 (54.5)	
ความต่อเนื่องในการข่มเหงรังแก (n=191)			
ถูกข่มเหงรังแกอย่างต่อเนื่อง	8 (50.0)	8 (50.0)	0.280
ไม่ได้ถูกข่มเหงรังแกอย่างต่อเนื่อง	61 (35.1)	113 (64.9)	
ระยะเวลาที่ได้รับความช่วยเหลือ (n=191)			
ไม่ได้รับความช่วยเหลือใดๆ	39 (41.9)	54 (58.1)	0.248
ภายใน 1 สัปดาห์	16 (30.2)	37 (69.8)	
ภายใน 1 เดือน	1 (25.0)	3 (75.0)	
ภายใน 1 ปี	1 (100)	0 (0)	

ตารางที่ 3 ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกโซเชียล (ต่อ)

ปัจจัย	กลุ่มที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกโซเชียล		p - value
	มีภาวะซึมเศร้า จำนวน (ร้อยละ)	ไม่มีภาวะซึมเศร้า จำนวน (ร้อยละ)	
ระดับความภาคภูมิใจในตนเอง (n=210)			
ต่ำ	34 (79.1)	9 (20.9)	< 0.001
สูง	42 (25.1)	125 (74.9)	
ระดับความแข็งแกร่งและความยืดหยุ่น (n=210)			
ต่ำ	6 (100)	0 (0)	0.002
สูง	69 (34.2)	133 (65.8)	
ระดับความช่วยเหลือทางสังคม (n=210)			
ต่ำ	5 (55.6)	4 (44.4)	< 0.001
ปานกลาง	41 (53.2)	36 (46.8)	
สูง	25 (21.6)	91 (78.4)	
ระดับความช่วยเหลือจากครอบครัว (n=210)			
ต่ำ	16 (72.7)	6 (27.3)	< 0.001
ปานกลาง	36 (50.7)	35 (49.3)	
สูง	24 (20.5)	93 (79.5)	
ระดับความช่วยเหลือจากเพื่อน (n=210)			
ต่ำ	12 (75.0)	4 (25.0)	< 0.001
ปานกลาง	38 (45.8)	45 (54.2)	
สูง	26 (23.4)	85 (76.7)	
ระดับความช่วยเหลือจากบุคคลพิเศษ (n=210)			
ต่ำ	11 (55.0)	9 (45.0)	0.001
ปานกลาง	37 (46.8)	42 (53.2)	
สูง	27 (24.5)	83 (75.5)	

การวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติก (Binary logistic regression analysis) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกโซเชียล

หลังจากควบคุมตัวแปรที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าแล้ว พบว่า ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ ได้แก่ สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน ระดับความภาคภูมิใจในตนเอง และระดับความช่วยเหลือ

จากครอบครัว โดยสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนต่ำ ($p = 0.02$, $OR = 0.843$, $95\%CI = 0.727-0.979$) ระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ($p < 0.001$, $OR = 5.995$, $95\%CI = 2.307-15.580$) และระดับความช่วยเหลือจากครอบครัวต่ำ ($p = 0.048$, $OR = 5.463$, $95\%CI = 1.014-29.451$) มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติก (Binary logistic regression analysis) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ช่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์

ปัจจัย	B	p-value	odds ratio	95% C.I.
ค่าคงที่	-0.459	0.561	0.632	
เกรด				
0 - 1.00	1.288	0.468	3.627	0.112-117.928
1.01 - 2.00	0.341	0.627	1.406	0.356-5.549
2.01 - 3.00	0.132	0.747	1.142	0.510-2.556
3.01 - 4.00		0.869		
สภาพแวดล้อมในโรงเรียน	-0.170	0.025	0.843	0.727-0.979
ระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ	1.791	< 0.001	5.995	2.307-15.580
ระดับความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นต่ำ	21.732	0.999	2.7 x 10 ⁹	0.000
ระดับความช่วยเหลือทางสังคม				
ต่ำ	-1.118	0.499	0.327	0.013-8.390
ปานกลาง	0.248	0.744	1.282	0.288-5.694
สูง		0.577		
ระดับความช่วยเหลือจากครอบครัว				
ต่ำ	1.698	0.048	5.463	1.014-29.451
ปานกลาง	0.838	0.091	2.312	0.875-6.110
สูง		0.096		
ระดับความช่วยเหลือจากเพื่อน				
ต่ำ	1.295	0.238	3.650	0.426-31.274
ปานกลาง	-0.006	0.990	0.994	0.384-2.575
สูง		0.446		
ระดับความช่วยเหลือจากบุคคลพิเศษ				
ต่ำ	-0.389	0.739	0.678	0.069-6.661
ปานกลาง	0.268	0.660	1.308	0.396-4.322
สูง		0.780		

วิจารณ์

ปัจจุบันในประเทศไทยพบการช่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์มากขึ้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อในด้านต่างๆ ทั้งด้านอารมณ์ จิตใจ และปัญหาพฤติกรรม จึงมีการศึกษาเกี่ยวกับการช่มเหงรังแกรูปแบบนี้มากขึ้น ส่วนปัจจัยทางจิตเวชที่มีความสัมพันธ์กับการช่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ในประเทศไทยยังไม่มีการศึกษามากนัก งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยแรกในประเทศไทยที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มที่มีการช่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ ซึ่งภาวะซึมเศร้าเป็น

ผลกระทบจากการช่มเหงรังแกรูปแบบนี้มากที่สุด เพื่อนำไปขยายผลในการป้องกันผลกระทบจากพฤติกรรมช่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ต่อไป จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ช่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์จำนวน 210 ราย มีภาวะซึมเศร้า 76 ราย คิดเป็นร้อยละ 36.2 โดยปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ ได้แก่ สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนต่ำ ระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ และระดับความช่วยเหลือจากครอบครัวต่ำ

กลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ช่มเหงรังแกบนโลกโซเชียล จำนวน 210 ราย คิดเป็นร้อยละ 76.4 จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด แบ่งตามรูปแบบการรังแกพบว่ากลุ่มที่เคยถูกรังแกและรังแกผู้อื่นบนโลกโซเชียลพบมากที่สุด ร้อยละ 72.4 รองลงมาคือ กลุ่มที่เคยถูกรังแกมากที่สุด ร้อยละ 18.6 และกลุ่มที่เคยเป็นผู้รังแกผู้อื่น ร้อยละ 9.0 โดยรูปแบบการรังแกที่พบมาก ได้แก่ ถูกล้อเลียนชื่อ ตั้งฉายา, ถูกเพิกเฉย ไม่สนใจ ถูกไม่เคารพ ไม่ให้เกียรติ เหยียดหยาม และนำรูปภาพไปตัดต่อให้ดูตลก/วาบหวิว/น่าอาย พบว่าความชุกในการศึกษานี้มากกว่าการศึกษานานๆ ที่ผ่านมา อาจเป็นเพราะปัจจุบันมีการใช้เทคโนโลยีมากขึ้นทุกวัน ทำให้การรังแกในรูปแบบนี้ทำได้ง่ายขึ้นจึงพบมากขึ้น ส่วนรูปแบบการรังแกที่พบมากที่สุดสอดคล้องกับงานวิจัยในประเทศไทย เรื่องความชุกของการช่มเหงรังแกบนโลกโซเชียลในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร คือกลุ่มที่เคยถูกรังแกและรังแกผู้อื่นบนโลกโซเชียล กลุ่มที่เคยถูกรังแก และกลุ่มที่เคยเป็นผู้รังแกผู้อื่น ตามลำดับ โดยรูปแบบที่ใช้รังแกยังสอดคล้องกับงานวิจัยนี้อีกด้วย³

โดยการศึกษานี้ในกลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ช่มเหงรังแกบนโลกโซเชียล พบว่ามีภาวะซึมเศร้า 76 ราย คิดเป็นร้อยละ 36.2 ใกล้เคียงกับงานวิจัยจากสหรัฐอเมริกาในปี ค.ศ. 2008 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการถูกรังแกบนโลกโซเชียลและภาวะทางจิตใจในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาพบว่านักเรียนที่มีถูกรังแกบนโลกโซเชียลมีภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 33.9²² จะเห็นว่าความชุกของภาวะซึมเศร้าในการศึกษานี้มีมากกว่า อาจเนื่องมาจากช่วงเวลาทำการศึกษาแตกต่างกัน ซึ่งในปัจจุบันมีการรังแกบนโลกโซเชียลมากขึ้น และมีความรุนแรงมากขึ้น จึงพบภาวะซึมเศร้าในงานวิจัยนี้มากกว่า และการศึกษาที่ผ่านมาศึกษาเฉพาะในกลุ่มที่ถูกช่มเหงรังแกบนโลกโซเชียล ไม่รวมถึงกลุ่มที่รังแกผู้อื่นบนโลกโซเชียล จึงอาจทำให้ความชุกของภาวะซึมเศร้าน้อยกว่าการศึกษานี้

จากการศึกษานี้พบว่าปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ช่มเหงรังแกบนโลกโซเชียล ได้แก่ สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนที่ไม่ดี ระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ และระดับความช่วยเหลือจากครอบครัวต่ำ สอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมาซึ่งพบว่าปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มที่มีการรังแกบนโลกโซเชียลมีทั้งปัจจัยเฉพาะบุคคล ปัจจัยระหว่างบุคคล และปัจจัยทางสังคม โดยปัจจัยเฉพาะบุคคลมักจะมีระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ^{10,11} ระดับความแข็งแกร่งในชีวิิตต่ำ^{12,13} การไม่ให้อภัย, ปัจจัยระหว่างบุคคลจะพบการได้รับความช่วยเหลือทั้งจากครอบครัวและเพื่อนน้อย หรือมีปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน¹⁴⁻¹⁶ ส่วนปัจจัยทางสังคมจะพบว่าโรงเรียนที่มีความปลอดภัย คุณครูให้ความช่วยเหลือ จะมีส่วนช่วยให้เด็กรู้สึกปลอดภัยจึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถป้องกันภาวะซึมเศร้าในกลุ่มที่มีการรังแกกันบนโลกโซเชียล¹⁷ ส่วนระดับความแข็งแกร่งและความยืดหยุ่นในชีวิิตในการศึกษานี้พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างที่มีความแข็งแกร่งในชีวิิตต่ำมีจำนวนน้อยมาก เมื่อนำมาวิเคราะห์จึงไม่สามารถสรุปได้

จุดแข็งของการศึกษานี้ คือ เป็นการศึกษาครั้งแรกในประเทศไทยที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ช่มเหงรังแกบนโลกโซเชียล คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มแบบแบ่งหลายขั้นตอน (multi-stage sampling) มีการสุ่มโดยแบ่งตามขนาดโรงเรียน ซึ่งขนาดโรงเรียนที่ต่างกันก็อาจจะมีปัจจัยต่างๆ ที่แตกต่างกัน ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่หลากหลาย และผู้วิจัยได้เลือกกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 เท่านั้น เนื่องจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นระดับชั้นที่อาจจะมีปัจจัยรบกวนอื่นๆ ที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าได้ เช่น การปรับตัวกับโรงเรียนใหม่ เพื่อนใหม่ การเรียนรูปแบบที่แตกต่างจากชั้นประถมศึกษา เป็นต้น

ข้อจำกัดของการศึกษานี้ คือ การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานครและกลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็ก ทำให้กลุ่มตัวอย่างนี้ไม่สามารถเป็นตัวแทนของประชากรทั้งหมดได้ และเนื่องจากแบบสอบถามมีจำนวนข้อมากและเป็นการตอบด้วยตนเองจึงมีข้อมูลที่ตกหล่นค่อนข้างมาก การวิเคราะห์ข้อมูลจึงทำการวิเคราะห์โดยอาศัยข้อมูลตามจำนวนข้อมูลที่ได้จริง

การศึกษาในอนาคตอาจทำในกลุ่มประชากรจำนวนมากขึ้น มีความหลากหลายมากขึ้น วิเคราะห์ผลโดยแบ่งตามรูปแบบการข่มเหงรังแก ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะทางจิตเวชอื่นๆ ที่พบบ่อยในกลุ่มที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ เช่น การไม่ไปโรงเรียน การใช้สารเสพติด การฆ่าตัวตาย เป็นต้น และอาจจะนำไปศึกษาปัจจัยเชิงลึกที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ เพื่อวางแผนป้องกันผลกระทบจากการข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ต่อไป

สรุป

จากการศึกษานี้สรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ ได้แก่ สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนต่ำ ระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ และระดับความช่วยเหลือจากครอบครัวต่ำ ดังนั้นในการดูแลวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ ควรปรับสภาพแวดล้อมโรงเรียนให้ปลอดภัย ช่วยให้วัยรุ่นรู้สึกมีความภาคภูมิใจในตนเอง และแนะนำครอบครัวให้ดูแลเอาใจใส่มากขึ้น นอกจากนี้จะเห็นได้ว่าไม่เพียงแต่ปัจจัยเฉพาะบุคคลที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า ปัจจัยระหว่างบุคคลและปัจจัยทางสังคมยังสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มที่มีการรังแกบนโลกไซเบอร์อีกด้วย ดังนั้นสังคมไทยจึงควรตระหนักและให้ความสำคัญ

กับการข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ซึ่งส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้ามากขึ้น เพื่อป้องกันผลกระทบจากการข่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. Srabstein JC, Leventhal BL. Prevention of bullying-related morbidity and mortality: a call for public health policies. *Bulletin of the World Health Organization* 2010; 88: 403.
2. Inthanon S. Cyberbullying. 1th. Pathum Thani: Nutchawat; 2018.
3. Atsariyasing W, Foongsathaporn C, Dejatiwongse Na Ayudhaya Q, Vasupanrajit A, Chanpen S, Apinuntavech S, et al. Prevalence of cyberbullying and its associations with unsafe online behaviors, social media addiction, and psychosocial problems among 7th-9th grade students. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 2019; 58: S225.
4. National Statistical Office. Information and Communication Technology Survey in Household 2017: Ministry of Digital Economy and Society; 2017.
5. Musikaphan W, Songsiri N. Cyber-bullying among secondary and vocational students in Bangkok. *Journal of Population and Social Studies* 2011; 19: 235-42.
6. Chareonwanit S. Cyberbullying: Impact and prevention in adolescents. *TJST* 2017; 4: 641-8.
7. Sittichai R, Smith PK. Bullying and Cyberbullying in Thailand: Coping Strategies and Relation to Age, Gender, Religion and Victim Status. *Journal of New Approaches in Educational Research* 2018; 1: 24-30.

8. Chang FC, Lee CM, Chiu CH, Hsi WY, Huang TF, Pan YC. Relationships among cyberbullying, school bullying, and mental health in Taiwanese adolescents. *J Sch Health* 2013; 83: 454-62.
9. Selma TH, Filiz E. Traditional and cyberbullying co-occurrence and its relationship to psychiatric symptoms. *Pediatr Int* 2017; 59: 16-22.
10. Remond JJ, Kern L, Lomo L. A cyberbullying study: Analysis of cyberbullying, comorbidities and coping mechanisms. *Encephale* 2015; 41: 287-94.
11. Gordon WT, Rudolph KD, Sugimura N, Little TD. Peer victimization in middle childhood impedes adaptive responses to stress: A pathway to depressive symptoms. *J Clin Child Adolesc Psychol* 2015; 44: 432-45.
12. Machmutow K, Perren S, Sticca F, Alsaker FD. Peer victimization and depressive symptoms: can specific coping strategies buffer the negative impact of cybervictimization?. *Emot Behav Diffic* 2012; 17(3-4): 403-20.
13. Parichatkanon I, Prasertsin A. Causal Factors Influencing Self-Defense Behavior from cyberbullying of college students Srinakharinwirot University. *Journal of Library and Information Science, SWU* 2017; 1: 77-91.
14. Elgar FJ, Napoletano A, Saul G, Dirks MA, Craig W, Poteat VP, et al. Cyberbullying Victimization and Mental Health in Adolescents and the Moderating Role of Family Dinners. *JAMA Pediatr* 2014; 168: 1015-22.
15. Burke T, Sticca F, Perren S. Everything's Gonna be Alright!. The Longitudinal Interplay among Social Support, Peer Victimization, and Depressive Symptoms. *J Youth Adolescence* 2017; 46: 1999-2014.
16. Barcaccia B, Pallini S, Baiocco R, Salvati M, Salianni AM, Schneider BH. Forgiveness and friendship protect adolescent victims of bullying from emotional maladjustment. *Psicothema* 2018; 30: 427-33.
17. Zycha I, Ruiza RO, Rey RD. Systematic review of theoretical studies on bullying and cyberbullying: Facts, knowledge, prevention, and intervention. *Aggress Violent Behav* 2015; 23: 1-21.
18. Trangkhasombat U, Likanapichitkun D. Depression in children: a study using Children's Depression Inventory. *Journal of the Psychiatric Association of Thailand* 1996; 41: 221-30.
19. Wongpakaran T, Wongpakaran N. A Comparison of Reliability and Construct Validity between the Original and the revised version of the Rosenberg Self Esteem Scale. *Psychiatry Investig* 2012; 9: 54-8.
20. Vongsirimas N, Thanoi W, Klainin-Yobas P. Evaluating Psychometric Properties of the Connor-Davidson Resilience Scale (10-Item CD-RISC) among University Students in Thailand. *J Nurs Sci* 2017; 35: 25-35.
21. Wongpakaran T, Wongpakaran N, Ruktrakul R. Reliability and Validity of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): Thai Version. *Clin Pract Epidemiol Ment Health* 2011; 7: 161-6.
22. Schneider SK, Donnell LO, Stueve A, Coulter RWS. Cyberbullying, School Bullying, and Psychological Distress: A Regional Census of High School Students. *Am J Public Health* 2012; 102: 171-7.