

ความสัมพันธ์ระหว่างการถูกรังแกบนโลกออนไลน์กับภาวะซึมเศร้า ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี

ดรุณี สวนสัน, ผกาสรณ์ อุไรวรรณ*, ปรมารณ ไพเราะ, เปรมกมล เกื้อมา,
รัฐกุล ใจตรง, วิชญา แก้วโกธ, ศุภรติพ บุญสิทธิ์, อรวิภา หลีบำรุง
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุราษฎร์ธานี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการถูกรังแกบนโลกออนไลน์และภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการถูกรังแกบนโลกออนไลน์กับภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จากโรงเรียนในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี ในปีการศึกษา 2567 จำนวนทั้งสิ้น 354 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามการถูกรังแกบนโลกออนไลน์มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ .97 และแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก มีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ .84 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและใช้สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สันในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์

ผลการวิจัยพบว่า 1) กลุ่มตัวอย่างมีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ จำนวน 354 คน คิดเป็นร้อยละ 100 (Mean=29.86, SD.=13.58) และกลุ่มตัวอย่างมีภาวะซึมเศร้า จำนวน 233 คน คิดเป็นร้อยละ 65.82 (Mean=18.38, SD.=7.88) 2) และการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r_s=.218, p<.01$) ผลการวิจัยในครั้งนี้สามารถช่วยให้บุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้ความสำคัญกับปัญหาการรังแกกันบนโลกออนไลน์ เพื่อลดความรุนแรงที่อาจจะเกิดขึ้นและป้องกันการเกิดภาวะซึมเศร้าหรือภาวะสุขภาพจิตอื่นๆต่อไปได้

คำสำคัญ: การสร้างเสริมสุขภาพ, ภาวะน้ำหนักร่างกายเกิน, นักศึกษาพยาบาล

*ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: phakasorn@bncsurat.ac.th)

วันที่รับ 24 ต.ค. 2568, วันที่แก้ไขเสร็จ 17 พ.ย. 2568, วันที่ตอบรับ 21 พ.ย. 2568

The Study of relationship between Cyber Bullying and Depression among Junior High School students, Secondary Educational Service Area Office 1, Surat Thani Province

Darunee Suansan, Phakasorn Uraiwan*, Paramaporn Pairoh, Pramkamol Guema, Rattagul Jaitrong, Wichuda Kaewkorob, Suphontip Boonsit, Onwipa Libamrung
Boromarajonani College of Nursing Suratthani Faculty of Nursing, Prabommarajchanok Institute

Abstract

This descriptive study aimed to 1) examine the Cyber Bullying and depression in Junior High School students, Secondary Educational Service Area Office 1, Surat Thani Province, 2) examine the relationship between cyber bullying and depression in Junior High School students, Secondary Educational Service Area Office 1, Surat Thani Province. The population consisted of 354 sample, Junior High school students. In the Office of the Secondary Education Service Area 1, Surat Thani Province, in the academic year 2024, were selected by multi-stage sample sampling. The research instruments used in this study were the Cyber bullying Questionnaire with a tool reliability of 0.97 and the Children's Depression Inventory (CDI) with a tool reliability of 0.84. Data were analyzed using descriptive statistics, frequency distribution, percentage, mean, standard deviation, and Pearson's correlation coefficient to analyze the relationship.

The research results showed that 1) 354 samples, or 100 percent, had been Cyber Bullying (Mean=29.86, SD.=13.58) and 233 samples, or 65.82 percent, had depression (Mean=18.38, SD.=7.88).2) Cyberbullying was significantly related to depression at the .01 level ($r_s=.218, p<.01$). The results of this research can help individuals and related agencies to pay attention to the problem of Cyber bullying to prevent violence and reducing the incidence of depression or other mental health conditions.

Keywords: Cyber Bullying, Depression, Junior High School Students

Corresponding E-mail: phakasorn@bcnsurat.ac.th

Received: October 24, 2025; Revised: November 17, 2025; Accepted: November 21, 2025

ปีที่ 8 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม 2568 ISSN 2822-034X (Online)

Vol. 8 No.2 July - December 2025 ISSN 2822-034X (Online)

บทนำ

ปัจจุบันการใช้อินเทอร์เน็ตมีอิทธิพลและมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำรงชีพในยุคปัจจุบันที่เราเรียกว่า ยุคเทคโนโลยีดิจิทัล ที่ทำให้ทุกคนไม่ว่าจะอยู่มุมใดของโลก ก็สามารถทราบข้อมูลข่าวสารได้อย่างรวดเร็วและทันทั่วถึง มีการติดต่อกันได้อย่างง่ายดายผ่านทางเทคโนโลยีดิจิทัลที่เราเรียกว่า อินเทอร์เน็ต อินเทอร์เน็ตเป็นเครือข่ายส่งคมนาคมออนไลน์ขนาดใหญ่ ที่อำนวยความสะดวกในการติดต่อสื่อสารเป็นอย่างมาก ทำให้ผู้ใช้ทั่วทุกมุมโลกสามารถติดต่อกันได้อย่างรวดเร็ว ผู้คนในทุกช่วงวัยสามารถเข้าถึงส่งคมนาคมออนไลน์ผ่านแพลตฟอร์มต่างๆ ได้อย่างสะดวกมากขึ้น ผ่านช่องทางแพลตฟอร์มต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น Facebook, Instagram, YouTube, Messenger, LINE, Tiktok เป็นต้น จากผลสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม ประจำปี 2566 ซึ่งทำการสำรวจในกลุ่มประชาชนอายุ 6 ปีขึ้นไปจำนวน 65.7 ล้านคน พบว่ามีจำนวนผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ต อยู่ที่ 57.5 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 87.60 ของประชากรในประเทศทั้งหมด เพศชาย มีการใช้อินเทอร์เน็ตมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 88.70 โดยช่องทางที่เข้าถึงอินเทอร์เน็ตมากที่สุดคือ การใช้โทรศัพท์มือถือคิดเป็นร้อยละ 97.60 และพบว่าประชาชนที่ใช้อินเทอร์เน็ตสูงที่สุด คือกลุ่มอายุ 15 - 24 ปี คิดเป็นร้อยละ 99.10 รองลงมาคือ ประชาชนกลุ่มอายุ 25-39 ปี คิดเป็นร้อยละ 98.30 ส่วนประชาชนกลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไป มีการใช้อินเทอร์เน็ตต่ำที่สุด ร้อยละ 55.9 (National Statistical Office, 2023)

ในยุคที่อินเทอร์เน็ตและโซเชียลมีเดีย มีบทบาทสำคัญในการดำเนินชีวิตของคนเรา ประกอบกับช่วงวัยที่มีการเข้าถึงโซเชียลมีเดียมากที่สุด คือกลุ่มช่วงวัยรุ่นและวัยทำงานที่มีอายุตั้งแต่ 15-39 ปี ส่งผลให้การดำเนินกิจกรรมหลายอย่างที่เคยเกิดขึ้นได้เฉพาะบนโลกแห่งความเป็นจริงก็ไปเกิดขึ้นในโลกไซเบอร์หรือโลกออนไลน์ได้ด้วย หนึ่งในสิ่งที่เกิดขึ้นในโลกออนไลน์และกลายมาเป็นปัญหาใหญ่ของคนยุคนี้ก็คือ “การรังแกบนโลกออนไลน์” หรือที่เรารู้จักกันอย่างแพร่หลายว่า “การ Cyber bully” คือ การใช้ช่องทางของ เทคโนโลยีดิจิทัล ในการกลั่นแกล้ง รังแก คุกคาม ล่อลวงหรือระรานผู้อื่นโดย ซึ่งเป็นการกระทำที่มักเกิดขึ้นซ้ำ ๆ โดยมีเป้าหมายเพื่อสร้างความหวาดกลัว ยั่วโมโห หรือสร้างความอับอายให้แก่ผู้ที่ตกเป็นเป้าหมาย โดยผู้ที่ตกเป็นเป้าหมายไม่สามารถต่อสู้ แก้อั้วหรือปกป้องตนเองได้ เนื่องจากการกระทำผ่านทางโลกไซเบอร์ ผู้กระทำสามารถที่จะปกปิดตัวตนที่แท้จริงของตนเองได้ โดยที่ผู้กระทำการกลั่นแกล้งผู้อื่นผ่านทางโลกไซเบอร์นั้น ไม่ได้รู้สึกว่าการกระทำนั้นเป็นความผิด โดยที่ตนเองมุ่งหวังเพียงอยากทำร้ายให้เป้าหมายนั้นรู้สึกอับอายและไม่สบายใจ ซึ่งช่องทางที่ใช้ในการรังแกผู้อื่นผ่านทางโลกไซเบอร์ จะเป็นช่องทางที่ใช้กันบ่อยๆ เช่น social media, SMS, Chat room, blog, e-mail และ instant message (Faculty of Psychology, 2023) มูลเหตุจูงใจในการกลั่นแกล้งกันบนโลกออนไลน์นั้นมักจะเริ่มต้นจากการกลั่นแกล้งกันเล็กน้อยในโรงเรียน การไม่ชอบหน้า การล้อเล่นสนุกๆ รู้สึกสนุกที่ได้แกล้งเพื่อนแล้วเกิดการบานปลายโดยไม่ได้ตั้งใจ หลังจากนั้นจะมีการเลือกใช้ช่องทางบนโลกออนไลน์ในการรังแกหรือกลั่นแกล้งกัน เนื่องจากเป็นช่องทางที่สะดวก รวดเร็ว เข้าถึงได้ง่าย และไม่ต้องกลัวว่าใครจะจับได้ว่าใครเป็นคนกระทำ เพราะสามารถปกปิดตัวตนได้ โดยลักษณะการกลั่นแกล้งที่พบได้บ่อยคือ การใช้ถ้อยคำที่รุนแรง หยาดคายและก้าวร้าว ในการข่มขู่และคุกคาม การล้อเลียน การเปิดโปงเรื่องส่วนตัวของเหยื่อ การ

ใส่ร้าย การเผยแพร่ภาพหรือข้อมูลส่วนตัวของเหยื่อโดยที่เหยื่อไม่ยินยอม การคุกคามทางเพศ การเฝ้าติดตามและคุกคามทางอินเทอร์เน็ต ส่งผลให้เหยื่อหรือผู้ที่ถูกระทำนั้นเกิดความเครียดและความวิตกกังวล เพราะกลัวว่าจะมีใครรับรู้เรื่องที่ตนเองถูกประจานหรือถูกรังแก รู้สึกอับอาย รู้สึกหวาดระแวง ก่อให้เกิดผลกระทบทั้งทางร่างกายและทางจิตใจ ผลกระทบทางกายเช่น นอนไม่หลับ ปวดศีรษะ อ่อนเพลียง่าย ป่วยบ่อย ขาดเรียนบ่อย ผลกระทบทางจิตใจ เช่น เครียด วิตกกังวล หวาดกลัว อับอาย โดดเดี่ยว สิ้นหวัง หวาดระแวง หดหู่ และนำไปสู่การเกิดภาวะซึมเศร้าได้ (Faculty of Psychology, 2023)

จากการศึกษางานวิจัยส่วนใหญ่พบว่า การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying) เกิดขึ้นในช่วงมัธยมต้นซึ่งเป็นช่วงวัยรุ่น และมีวัยรุ่นประมาณร้อยละ 20-40 เคยตกเป็นเหยื่อของการโดนข่มขู่รังแกผ่านทางโลกไซเบอร์ เด็กที่ถูกข่มขู่รังแกบนโลกออนไลน์ มักมีปัญหาทางสุขภาพจิตเกิดขึ้น อาทิ เกิดความเครียด ความวิตกกังวล มีภาวะซึมเศร้า ไร้ความสุข และมีปัญหาด้านการนอน จากการสำรวจระดับวิทยาลัยความชุกของโรคซึมเศร้าและความเสี่ยงฆ่าตัวตายในวัยรุ่นไทยที่มีอายุระหว่าง 11-19 ปี ที่ศึกษาในโรงเรียนตัวแทน 13 เขตสุขภาพทั่วประเทศ พบว่า กลุ่มวัยรุ่นที่มีอายุ ระหว่าง 11-19 ปี มีภาวะซึมเศร้าทางคลินิกร้อยละ 17.50 และมีภาวะซึมเศร้าในระดับเล็กน้อย ร้อยละ 49.80 และพบว่ากลุ่มวัยรุ่นร้อยละ 22.5 มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย และมีความเสี่ยงสูงต่อการฆ่าตัวตายร้อยละ 2.20 (Department of Mental Health, 2023) ภาวะซึมเศร้า เป็นภาวะที่มีอารมณ์เศร้า ไร้ความสุข หดสนุกในการดำรงชีวิต ไร้อารมณ์ ขาดความกระตือรือร้นและหมดความสนใจในการทำสิ่งต่างๆเป็นระยะเวลานาน มีอารมณ์ที่แปรปรวนเปลี่ยนแปลงง่าย หากอารมณ์ที่แปรปรวนนี้เกิดขึ้นซ้ำ ๆ และรุนแรง อาจก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพ ปัญหาการใช้ชีวิต และอาจนำไปสู่การฆ่าตัวตายได้ โดยพบว่าช่วงที่บุคคลมีภาวะซึมเศร้าก็จะมีความเสี่ยงที่จะฆ่าตัวตายได้ประมาณ ร้อยละ 15 ในปัจจุบันภาวะซึมเศร้าเป็นโรคที่พบได้บ่อยและหลายประเทศให้ความสำคัญ ทัวโลกพบคนมีภาวะซึมเศร้าประมาณ 280 ล้านคน โดยพบว่าในทุกๆ ปีมีมากกว่า 7 แสนคนที่เสียชีวิตจากการฆ่าตัวตายและการฆ่าตัวตายเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับที่ 4 ในคนช่วงอายุ 15-29 ปี โดยเฉพาะบุคคลกลุ่มเสี่ยงที่มีโอกาสจะฆ่าตัวตาย ได้แก่ บุคคลที่มีภาวะซึมเศร้าหรือเคยมีประวัติพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน (Suthiprapa, Doungkumjun, 2024)

การเกิดภาวะซึมเศร้า สามารถเกิดได้จากหลายสาเหตุหรือหลายปัจจัย อาทิเช่น การเจ็บป่วยบางโรค ปัญหาต่างๆ ที่บุคคลต้องเผชิญ สัมพันธภาพในครอบครัว รูปแบบการเลี้ยงดู บุคลิกภาพ รวมถึงประสบการณ์และทักษะต่างๆในการรับมือกับปัญหา และการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ “Cyber Bullying” ก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่ส่งผลให้ผู้ถูกรังแกบนโลกออนไลน์เกิดภาวะซึมเศร้าได้ เมื่อการกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์แพร่กระจายในวงกว้าง ก็พบว่าเมื่อผู้ถูกระทำ ถูกรังแกและถูกกลั่นแกล้งเป็นประจำ จะส่งผลกระทบต่อผู้ถูกระทำทั้งในแง่ที่ผู้ถูกระทำเกิดอารมณ์โกรธ นำไปสู่ความคิดที่ต้องตอบโต้ผลักดันให้ผู้ถูกระทำผันตัวเป็นผู้ตอบโต้กลับด้วยความรุนแรง รวมถึงส่งผลให้ผู้ถูกระทำ เกิดผลกระทบในเรื่องของสุขภาพกายและสุขภาพจิต เช่น เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ความหวาดกลัว ความรู้สึกที่ตนเองต่ำต้อยด้อยค่า และเกิดความรู้สึกเศร้า (Navachewinmai, Thongnin, Rungchareankiat, Booncherdchoo, & Maneerat, 2023) สอดคล้องกับการศึกษาการถูกรังแกผ่านโลกไซเบอร์และความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในเยาวชน อายุ

18-25 ปีจำนวน 322 ราย ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มเยาวชนถูกการรังแกผ่านโลกโซเชียลโดยรวมอยู่ในระดับน้อยที่สุด วิธีการที่โดนรังแกเรียงลำดับจากมากไปน้อยคือ การถูกลบออกจากกลุ่มผ่านทางโลกโซเชียล การถูกนิินทว่าร้าย การถูกดูถูก การถูกด่า การถูกเอาเรื่องส่วนตัวที่เป็นความลับไปเปิดเผยตามลำดับ และพบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ร้อยละ 36.30 มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย และเยาวชนที่ถูกรังแก มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายเป็นร้อยละ 39.50 (Chainwong, Skulphan, & Thapinta, 2020) สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มที่มีการชมเชยรังแกบนโลกโซเชียล ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล จำนวน 76 ราย มีภาวะซึมเศร้า คิดเป็นร้อยละ 36.20 โดยปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ การได้รับความช่วยเหลือจากครอบครัวน้อย การอยู่ในสภาพแวดล้อมในโรงเรียนที่ไม่เหมาะสมมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Chaisuwannarak, 2020)

การรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bully) เป็นการกระทำที่เกิดจากความตั้งใจของผู้กระทำ ที่ต้องการจะทำให้ผู้อื่นรู้สึกอับอายเป็นทุกข์ โดยผู้กระทำรู้สึกสนุก สะใจ มีทั้งการกระทำผ่านทางกาย ทางคำพูด ทางสังคมและทางโซเชียล ซึ่งล้วนส่งผลกระทบต่อทุกช่วงวัย โดยเฉพาะวัยเด็กต้องระมัดระวังอย่างมาก อาจจะสร้างบาดแผลในใจจนกลายเป็นปัญหาใหญ่ได้ ซึ่งการรังแกบนโลกออนไลน์นั้นสามารถก่อให้เกิดผลกระทบอย่างมากต่อผู้ที่ถูกกระทำทั้งในด้านสุขภาพกาย และสุขภาพจิตใจที่อาจส่งผลกระทบต่อดำเนินชีวิตของผู้ถูกกระทำได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying) กับภาวะซึมเศร้า เพื่อให้บุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เกิดความตระหนัก และมีความรู้ความเข้าใจถึงสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และนำไปสู่การหาแนวทางในการป้องกันปัญหาต่างที่จะเกิดขึ้นได้ในกลุ่มนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นต่อไป

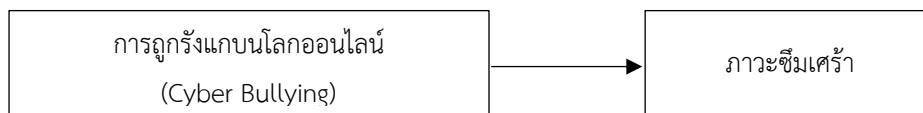
วัตถุประสงค์วิจัย

1. เพื่อศึกษาการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying) และภาวะซึมเศร้า ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying) กับภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต1จังหวัดสุราษฎร์ธานี

สมมติฐานวิจัย

1. มีการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying) และมีภาวะซึมเศร้า ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี
2. การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying) มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพ กรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 ทั้งเพศชาย และ เพศหญิง จำนวน 8,883 คน ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา สหวิทยาเขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำนวน 14 โรงเรียน

กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา สหวิทยาเขต 1 สุราษฎร์ธานี จำนวน 354 คน ซึ่งมาจากการเกณฑ์การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรของยามานะ (Yamane, 1973) ซึ่งได้มาจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stages Sample) ดังนี้

ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยจำแนกโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ในเขตพื้นที่ศึกษา สุราษฎร์ธานี จำนวน 3 วิทยาเขต ได้แก่ สหวิทยาเขตสุราษฎร์ธานี 1 สหวิทยาเขตสุราษฎร์ธานี 2 สหวิทยาเขตสุราษฎร์ธานี 3

ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยทำการสุ่มวิทยาเขตด้วยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีการจับฉลากเพื่อสุ่มวิทยาเขต จำนวน 1 วิทยาเขต ได้แก่ สหวิทยาเขต 1 สุราษฎร์ธานี ซึ่งมีโรงเรียนในสังกัด จำนวน 14 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนสุราษฎร์ธานี โรงเรียนสุราษฎร์พิทยา โรงเรียนเมืองสุราษฎร์ธานี โรงเรียนสุราษฎร์พิทยา 2 โรงเรียนสุราษฎร์ธานี 2 โรงเรียนพัชรกิตติยาภา 3 โรงเรียนท่าอุแท โรงเรียนกาญจนาดิษฐ์ โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ โรงเรียนท่าเพื่องวิทยา โรงเรียนปากแพรกวิทยา โรงเรียนที่ปราณวิทยา โรงเรียนเกาะพะงันศึกษา และโรงเรียนเกาะสมุย

ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีการจับฉลากเพื่อสุ่มโรงเรียน จำนวน 4 โรงเรียน ประกอบด้วย โรงเรียนสุราษฎร์พิทยา โรงเรียนสุราษฎร์ธานี 2 โรงเรียนพัชรกิตติยาภา 3 และ โรงเรียนสุราษฎร์พิทยา 2 ทั้ง 4 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น รวมทั้งหมด 3,066 คน ซึ่งนำมาคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยมีสูตร ดังนี้

$$\text{สูตร} \quad n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ e = ความคลาดเคลื่อนจากกลุ่มตัวอย่าง (0.05) N = ขนาดประชากร (3,066)

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จะได้ว่า $n = 3,066 / 8.665$

ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง = 353.837

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้มีจำนวนไม่น้อยกว่า 354 คน
เนื่องจากแต่ละโรงเรียน มีจำนวนนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นไม่เท่ากัน จึงใช้วิธีในการ
คำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละโรงเรียน ดังนี้

$$\text{จำนวนกลุ่มตัวอย่าง} = \frac{\text{จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจริง} \times \text{จำนวนนักเรียนในแต่ละโรงเรียน}}{\text{จำนวนนักเรียนรวมทั้งหมด 4 โรงเรียน}}$$

ตารางที่ 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา
ในเขตพื้นที่การศึกษาสุราษฎร์ธานี สหวิทยาเขตสุราษฎร์ธานี 3

โรงเรียน	จำนวนประชากร (คน)	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (คน)
โรงเรียนสุราษฎร์พิทยา	1,417	164
โรงเรียนสุราษฎร์ธานี 2	918	106
โรงเรียนพัชรกิตติยาภา 3	210	24
โรงเรียนสุราษฎร์พิทยา 2	521	60
รวม	3,066	354

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบไปด้วย เพศ อายุ ระดับชั้นเรียน ผลการเรียนรู้
ภาคการเรียนครั้งล่าสุด สถานภาพสมรสของบิดามารดา การพักอาศัยระหว่างการศึกษานักเรียน เวลา
โดยเฉลี่ยในการเล่นอินเทอร์เน็ต

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล ผู้วิจัยได้รับอนุญาตให้นำเครื่องมือของ Supisa
Jitsom มาใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งข้อคำถาม ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 21 ข้อ ครอบคลุมองค์ประกอบ
การตกเป็นเหยื่อการถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล ใน 4 ด้าน ได้แก่ 1) การติดต่อที่ไม่พึงประสงค์ (Unwanted
Contact) 2) การประสังค์ร้าย (Malice) 3) การหลอกลวง (Deception) และ 4) การทำให้ขายหน้า (Public
Humiliation) ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Likert Scale) คำตอบ แบ่งเป็น 6 ระดับ
โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ 6 คะแนน หมายถึง เกือบทุกวันหรือทุกวัน 5 คะแนน หมายถึง 1-2 ครั้งใน
1 สัปดาห์ 4 คะแนน หมายถึง 1-2 ครั้งใน 1 เดือน 3 คะแนน หมายถึง 2-3 ครั้งใน 1 ปี 2 คะแนน หมายถึง
1 ครั้งใน 1 ปี 1 คะแนน หมายถึง ไม่เคย คะแนนรวมอยู่ในช่วง 21-126 คะแนน

การแปลผล พิจารณาระดับการถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จาก
คะแนนเฉลี่ย ดังนี้ คะแนนเฉลี่ย 21-55 (มีประสบการณ์การถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลต่ำ) คะแนนเฉลี่ย
56-90 (มีประสบการณ์การถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลปานกลาง) คะแนนเฉลี่ย 91-126 (มีประสบการณ์การ
ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลสูง) (Jitsom, 2022)

ส่วนที่ 3 แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก (Children's Depression Inventory; CDI) ผู้วิจัยนำ
แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก (Children's Depression Inventory; CDI) มาจากกรมสุขภาพจิตที่ได้
มีการเผยแพร่และอนุญาตให้นำเครื่องมือไปใช้ได้ โดยเครื่องมือนี้ได้รับการพัฒนาโดยศาสตราจารย์แพทย์

หญิง อุมพร ตรังคสมบัติ (2536) แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า CDI ประกอบด้วยข้อคำถาม 27 ข้อ แต่ละข้อคำถามมี 3 ตัวเลือก เพื่อบอกความรุนแรงของภาวะซึมเศร้าในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ซึ่งการให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้ กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ 1, 3, 4, 6, 9, 12, 14, 17, 19, 20, 22, 23, 26, 27 โดยแต่ละข้อให้คะแนนดังนี้ ก. 0 คะแนน ข. 1 คะแนน ค. 2 คะแนน กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อ 2, 5, 7, 8, 10, 11, 13, 15, 16, 18, 21, 24, 25 โดยแต่ละข้อให้คะแนนดังนี้ ก. 2 คะแนน ข. 1 คะแนน ค. 0 คะแนน ทั้งนี้แต่ละข้อคำถามจะให้คะแนนตามความรุนแรงของอาการ ในแต่ละข้อ ดังนี้

0 คะแนน หมายถึง ไม่มีอาการเศร้าเลย

1 คะแนน หมายถึง มีอาการน้อย

2 คะแนน หมายถึง มีอาการตลอดเวลา

คะแนนรวม มีได้ตั้งแต่ 0 ถึง 54 ผู้ที่ได้คะแนนรวมสูงกว่า 15 ขึ้นไป จากการคัดกรองถือว่า มีภาวะซึมเศร้าที่มีนัยสำคัญทางคลินิก

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการถูกรังแกผ่านโลกไซเบอร์ ของ Supisa Jitsom (2564) และแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก (Children's Depression Inventory; CDI) มาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ซึ่งแบบสอบถามทั้งหมดได้ผ่านการทดสอบความตรงตามเนื้อหามาแล้ว มีความเป็นมาตรฐาน ผู้วิจัยจึงนำแบบสอบถามทั้ง 2 ชุดมาตรวจสอบหาความเที่ยง (Reliability) ของเครื่องมือโดยไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีความใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการถูกรังแกผ่านโลกไซเบอร์ เท่ากับ .97 และค่าความเที่ยงของแบบสอบถามภาวะซึมเศร้าในเด็ก (CDI) เท่ากับ .84

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำหนังสือราชการขออนุญาตดำเนินการวิจัยจากผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสราษฏร์ธานี หลังจากนั้นทำหนังสือขออนุญาตเข้าเก็บข้อมูลวิจัยถึงผู้อำนวยการโรงเรียนทั้ง 4 แห่งเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และชี้แจงการให้ผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่าง ลงนามในหนังสืออนุญาตและยินยอมในการให้กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมในการวิจัย หลังจากนั้น ผู้วิจัยร่วมกับผู้ช่วยวิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลวิจัย โดยการเดินทางไปเก็บข้อมูลวิจัยของทั้ง 4 โรงเรียน ที่โรงเรียนด้วยตนเอง โดยให้กลุ่มตัวอย่างทุกคนตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง ซึ่งใช้ระยะเวลาในการตอบแบบสอบถามทั้งสิ้นประมาณ 20 นาที โดยจัดเตรียมแบบสอบถามในรูปแบบออนไลน์ Google Forms เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับผู้ตอบสามารถตอบแบบสอบถามผ่านอุปกรณ์ส่วนตัว เช่น โทรศัพท์มือถือ Tablet หรือ คอมพิวเตอร์ และเก็บรวบรวมข้อมูลจนครบจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้

ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล ตั้งแต่ 1 สิงหาคม 2567 - 31 สิงหาคม 2567

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลมาวิเคราะห์และประมวลผลโดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติที่ใช้ ได้แก่

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นเรียน ผลการเรียนภาค การเรียนครั้งล่าสุด สถานภาพสมรสของบิดามารดา การพักอาศัยระหว่างการศึกษานักเรียน เวลาโดยเฉลี่ยในการเล่นอินเทอร์เน็ต โดยใช้ การแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์และภาวะซึมเศร้า โดยการหาค่าเฉลี่ย ความถี่ ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ ของ การถูกรังแกบนโลกออนไลน์กับภาวะซึมเศร้า โดยใช้ สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient)

จริยธรรมวิจัย

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองของคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี หมายเลข 2024/25 ลงวันที่ 5 กรกฎาคม 2567 โดยผู้วิจัยได้ทำใบพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างแนบไปพร้อมกับ Google form และผู้วิจัยแนะนำตนเอง ขอความร่วมมือความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิการตอบรับหรือปฏิเสธได้ทุกขั้นตอนของการวิจัย การศึกษาครั้งนี้ไม่มีโทษทั้งทางด้านการแพทย์ กฎหมายและสังคม การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างจะรับทราบข้อมูลจากผู้วิจัยโดยตรง และจะให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้เซ็นชื่อยินยอมเป็นลายลักษณ์อักษร กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ที่จะถอนตัวออกจากการเป็นกลุ่มตัวอย่างได้ตลอดเวลา ข้อมูลจะถูกเก็บเป็นความลับอย่างเคร่งครัด

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่าจากกลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 354 คนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 61.90 มีอายุระหว่าง 13-14 ปี มากที่สุด ร้อยละ 66.10 ส่วนใหญ่ศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ร้อยละ 36.40 มีผลการเรียนอยู่ในช่วง 3.51-4.00 มากที่สุด ร้อยละ 49.20 สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา ส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน ร้อยละ 67.20 ส่วนใหญ่พักอาศัยขณะเรียนที่บ้านของบิดา-มารดา ร้อยละ 89.00 และเวลาที่ใช้ในการเล่นอินเทอร์เน็ตส่วนใหญ่อยู่ที่ 5-8 ชั่วโมง/วัน คิดเป็นร้อยละ 46.00
2. ผลของการถูกรังแกบนโลกออนไลน์และภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี ดังตารางที่ 2 และตารางที่ 3

ตารางที่ 2 แสดงจำนวน ร้อยละ และ ระดับการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ของกลุ่มตัวอย่าง (n= 354)

ระดับชั้น	จำนวนนักเรียน ทั้งหมด	ระดับการถูกรังแกบนโลกออนไลน์			Mean	SD.
		ระดับต่ำ (ร้อยละ)	ระดับกลาง (ร้อยละ)	ระดับสูง (ร้อยละ)		
ม.1	122	117 (33.04)	5 (1.40)	0 (0)	27.43	10.02
ม.2	129	122 (34.46)	5 (1.40)	2 (0.60)	31.40	15.09
ม.3	103	96 (27.11)	5 (1.40)	2 (0.60)	30.82	14.93
รวม	354	335 (94.60)	15 (4.20)	4 (1.20)	29.86	13.58

จากตารางที่ 2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีประสบการณ์ถูกรังแกบนโลกออนไลน์ จำนวน 354 คน คิดเป็นร้อยละ 100 (Mean=29.86, SD.=13.58) โดยมีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์อยู่ในระดับต่ำ มากที่สุด จำนวน 335 คน คิดเป็นร้อยละ 94.60 รองลงมา มีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 4.20 และ มีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ อยู่ในระดับสูง จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.20

ตารางที่ 3 แสดงจำนวน ร้อยละ คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของภาวะซึมเศร้าใน
กลุ่มตัวอย่าง (n= 354)

ระดับชั้น	จำนวน นักเรียน ทั้งหมด	ภาวะซึมเศร้า		Mean	SD.
		ไม่มีจำนวน (ร้อยละ)	มีจำนวน (ร้อยละ)		
ม.1	122	47 (13.27)	75 (21.19)	17.38	8.46
ม.2	129	41 (11.58)	88 (24.86)	18.06	7.50
ม.3	103	33 (9.32)	70 (19.77)	19.98	7.44
รวม	354	121 (34.18)	233 (65.82)	18.38	7.88

จากตารางที่ 3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีภาวะซึมเศร้าจำนวน 233 คน คิดเป็นร้อยละ 65.82 โดยมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 18.38 (SD.=7.88) เมื่อพิจารณาตามระดับชั้นพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีจำนวนนักเรียนที่มีภาวะซึมเศร้ามากที่สุด จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 24.86 รองลงมาคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 21.19 และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 19.77

ตารางที่ 4 แสดงจำนวน ร้อยละ ของรายด้านประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ในกลุ่มตัวอย่าง (n=354)

รายด้าน (ประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์)	จำนวน	ร้อยละ
1. มีคนกวนโมโหมักเรียนทางอิเล็กทรอนิกส์	169	47.74
2. มีคนเรียกชื่อนักเรียนอย่างไม่สุภาพทางอิเล็กทรอนิกส์	156	44.06
3. มีคนสบลคำหยาบต่อนักเรียนทางอิเล็กทรอนิกส์	154	43.50
4. มีคนปฏิบัติต่อนักเรียนไม่ดีทางอิเล็กทรอนิกส์	145	40.96
5. มีคนทำให้นักเรียนกลายเป็นตัวตลกในสายตาคนอื่นทางอิเล็กทรอนิกส์	133	37.57

จากตารางที่ 4 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ด้านมีคนกวนโมโหมักเรียนทางอิเล็กทรอนิกส์ มากที่สุด จำนวน 169 คน คิดเป็นร้อยละ 47.74 รองลงมาด้าน มีคนเรียกชื่อนักเรียนอย่างไม่สุภาพทางอิเล็กทรอนิกส์ จำนวน 156 คน คิดเป็นร้อยละ 44.06 รองลงมาด้านมีคนสบลคำหยาบต่อนักเรียนทางอิเล็กทรอนิกส์ จำนวน 154 คน คิดเป็นร้อยละ 43.50

3. ผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างการถูกรังแกบนโลกออนไลน์กับภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ความสัมพันธ์ระหว่างการถูกรังแกบนโลกออนไลน์กับภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี (n=354)

ภาวะซึมเศร้า	ค่าสหสัมพันธ์ (r)	p-value
การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying)	.218**	p< .01

**p< .01

จากตารางที่ 5 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์มีความสัมพันธ์กันในเชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กับภาวะซึมเศร้า โดยมีค่าระดับความสัมพันธ์ในระดับต่ำ กล่าวคือผู้ที่มีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ก็จะส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้าได้

อภิปรายผล

1. การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying) และภาวะซึมเศร้า ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ จำนวน 354 คน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 29.86 (SD.=13.58) และมีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ อยู่ในระดับต่ำ มากที่สุดจำนวน 335 คน คิดเป็นร้อยละ 94.60 โดยลักษณะของการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ พบว่า ด้านมีคนกวนโมโหมักเรียนไม่ดีทางอิเล็กทรอนิกส์ มากที่สุด จำนวน 169 คน คิดเป็นร้อยละ 47.74 เนื่องด้วยกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มวัยรุ่นที่มีอายุตั้งแต่ 13-16 ซึ่งเป็นกลุ่มอายุที่มีการใช้งานอินเทอร์เน็ตมากที่สุด โอกาสในการเข้า

ถึงและการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ นั้น กระทำผ่านการใช้งานอินเทอร์เน็ตมากขึ้น จึงเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญในการจะถูกรังแกผ่านการใช้งานอินเทอร์เน็ตได้มาก เนื่องจากผู้กระทำความหวังเพียงเพื่อให้ผู้ถูกรังแกอับอาย เกิดความหวาดกลัวตนเองและที่สำคัญผู้กระทำสามารถที่จะปกปิดตัวตนได้ จึงสร้างความหวาดกลัวและหวาดระแวงให้แก่ผู้ที่ถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ประกอบกับผู้ที่ถูกรังแกบนโลกออนไลน์เอง ก็ไม่สามารถที่จะปกป้องตนเองได้ส่งผลให้เกิดความรุนแรงในเรื่องต่างๆตามมาได้อย่างที่คาดไม่ถึง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาการถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลและความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในเยาวชน ผลการศึกษา พบว่าเยาวชนถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลโดยรวมอยู่ในระดับน้อยที่สุด และการถูกรังแกรายด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ด้านการถูกลบหรือบล็อกจากกลุ่มผ่านโลกโซเชียล รองลงมา คือ ด้านการถูกนิทา คำทอ รวมถึงการพูดคุยโต้ตอบด้วยถ้อยคำที่หยาบคายผ่านโลกโซเชียล และด้านการถูกบุคคลอื่นนำความลับที่เป็นข้อมูลส่วนตัวไปเปิดเผยผ่านโลกโซเชียล ตามลำดับ (Chainwong, Skulphan, & Thapinta, 2020) สอดคล้องกับการศึกษา การกลั่นแกล้งกันในพื้นที่ไซเบอร์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น: ความชุก วิธีการจัดการปัญหา และพฤติกรรมเสี่ยง ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 54.57 มีประสบการณ์ถูกกลั่นแกล้งในพื้นที่ไซเบอร์ โดยพบว่า นักเรียนหญิงมีโอกาสถูกกลั่นแกล้งมากกว่านักเรียนชาย และโดยวิธีการที่ใช้ในการกลั่นแกล้งกันมากที่สุด คือ การนิทาว่าร้ายผ่านสื่อออนไลน์ ร้อยละ 60.73 และเหตุจูงใจในการกลั่นแกล้งกันมาจากการมีทะเลาะเบาะแว้งกันมาก่อนในพื้นที่จริงมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 42.86 (Lertratthamrongkul, 2021)

ผลการศึกษา ภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีภาวะซึมเศร้าจำนวน 233 คน คิดเป็นร้อยละ 65.82 โดยมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 18.38 (SD.=7.88) เมื่อพิจารณาตามระดับชั้นพบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีจำนวนนักเรียนที่มีภาวะซึมเศร้ามากที่สุด จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 24.86 เนื่องจากว่าวัยรุ่นนี้เป็นวัยที่กำลังค้นหาตัวตน อยากได้รับการยอมรับ อยากได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม อยากมีเพื่อน ซึ่งทั้งเหตุปัจจัยทั้งภายในตนเอง และเหตุปัจจัยภายนอกย่อมส่งผลต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าในกลุ่มวัยรุ่นได้ทั้งหมด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ความชุกและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอป่าพอง จังหวัดขอนแก่น ผลการศึกษาพบว่า พบความชุกของภาวะซึมเศร้า จำนวน 149 รายคิดเป็นร้อยละ 41.74 และพบว่า ปัจจัยด้านความไม่พึงพอใจในรูปร่างของตนเอง รายได้ครอบครัวน้อย ไม่เพียงพอกับรายจ่าย มีประวัติเคยถูกคุกคามทางเพศด้วยวิธีการต่างๆ การมีเพื่อนสนิทน้อยกว่า 2 คน มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 (Surawan , 2021) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 200 คน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 30 มีภาวะซึมเศร้า และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคและการเลียดูแบบมีเหตุผลมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับการเกิดภาวะซึมเศร้า และการเสพติดเกมส์อินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับการเกิดภาวะซึมเศร้า (Intasuwan, Dallas, & Nabkasorn, 2019) และสอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยทำนายอาการซึมเศร้าในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ถูกระรานทางไซเบอร์ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยอาการซึมเศร้าเท่ากับ 20.61

ซึ่งอยู่ในระดับเล็กน้อยถึงปานกลาง และปัจจัยร่วมกันทำนายภาวะซึมเศร้าเรียงตามค่าทำนายสูงสุดไปต่ำสุด ได้ดังนี้ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นจัดการอารมณ์ รูปแบบการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การถูกระรานทางไซเบอร์มากกว่า 1 รูปแบบ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นจัดการกับปัญหา และการรับรู้ลักษณะของตนเองแบบชอบเก็บตัวและอารมณ์อ่อนไหว สามารถทำนายการเกิดภาวะซึมเศร้าได้ร้อยละ 34.70 (Jeerat & Vutthiarpa, 2023) สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนอำเภอนาคู จังหวัดศรีสะเกษ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อยถึงปานกลาง ร้อยละ 25.1 มีภาวะซึมเศร้าในระดับรุนแรง ร้อยละ 43.7 และปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน ปัจจัยด้านครอบครัว บิดา-มารดาหย่าร้างกัน ปัจจัยด้านความผูกพันในครอบครัวสามารถทำนายการเกิดภาวะซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 22.2 (Potibut, 2022)

2. ความสัมพันธ์ระหว่างการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying) กับภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ (Cyber Bullying) มีความสัมพันธ์กันในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กับภาวะซึมเศร้า โดยมีค่าระดับความสัมพันธ์ในระดับต่ำ ($r_s = .218$) แสดงว่าการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ไม่ว่าจะด้วยวิธีการใด ย่อมส่งผลให้ผู้โดนรังแกมีโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้าได้ เนื่องจากผู้ที่ถูกรังแกบนโลกออนไลน์ มักจะเกิดความรู้สึกอับอาย ไม่กล้าสู้หน้าเพื่อนคนอื่นๆ เกิดความรู้สึกเครียดกดดันและบางคนไม่สามารถที่จะจัดการแก้ไขปัญหาของตนเองที่เกิดขึ้นได้ เนื่องจากผู้ที่ถูกรังแกจะโดนรังแกซ้ำๆ และโดนบ่อยๆ ต่อสู้ไม่ได้เพราะไม่ทราบว่าเป็นใคร จนทำให้ผู้ที่โดนรังแกบนโลกออนไลน์เกิดความรู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง หวาดกลัวและรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ก็จะเกิดความเครียดและความวิตกกังวล ส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้าตามมาได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยทำนายอาการซึมเศร้าในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ถูกกระแสรานทางไซเบอร์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์การถูกระราน ช่มเหง คุกคามทางไซเบอร์ มีคะแนนเฉลี่ยอาการซึมเศร้าเท่ากับ 20.61 ซึ่งอยู่ในระดับเล็กน้อยถึงปานกลาง และ การถูกระราน ช่มเหง คุกคามทางไซเบอร์มากกว่า 1 รูปแบบ สามารถทำนายการเกิดภาวะซึมเศร้าได้ร้อยละ 34.70 (Jeerat, Bunthumpom, & Vutthiarpa, 2023) สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในกลุ่มที่มีการช่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ จำนวน 210 ราย ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ถูกช่มเหงรังแกบนโลกไซเบอร์ จำนวน 76 ราย มีภาวะซึมเศร้า คิดเป็นร้อยละ 36.20 โดยปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ การได้รับความช่วยเหลือจากครอบครัวน้อย การอยู่ในสภาพแวดล้อมในโรงเรียนที่ไม่เหมาะสม สัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (Chaisuwannarak, & Thommachot, 2020) สอดคล้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการถูกรังแกผ่านโลกไซเบอร์กับภาวะซึมเศร้าและพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นในจังหวัดหนึ่งเขตพื้นที่ภาคกลาง ผลการศึกษาพบว่า การถูกรังแกผ่านโลกไซเบอร์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเกิดภาวะซึมเศร้า และการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และนอกจากนี้ยังพบว่าพฤติกรรมรังแกผู้อื่นผ่านโลกไซเบอร์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเกิดภาวะซึมเศร้าและการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Damdee, Thaweekoon, & Nintachan, 2021) สอดคล้องกับการศึกษา การฆ่าตัวตายในวัยรุ่นจากการถูกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ การพบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ ผลการศึกษา พบว่า ความชุกการถูกลั่น

แก๊งทางไซเบอร์ พบมากที่สุดในกลุ่มตัวอย่าง ช่วงอายุ 10-19 ปี 1 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นเคยตกเป็นเหยื่อของการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ รูปแบบหรือวิธีการที่ใช้ในการกลั่นแกล้งคือ การถูกนินทา การด่าทอด้วยถ้อยคำที่รุนแรงและหยาบคาย ในเพศหญิง การถูกกลั่นแกล้งจะมาในลักษณะการโจมตี ช่มชู้ การคุกคามทางเพศ มีการบันทึกและเผยแพร่ข้อมูลออนไลน์ในลักษณะให้ร้าย ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ พบว่าวัยรุ่นที่ถูกกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อการการเกิดภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล คิดฆ่าตัวตาย การพยายามฆ่าตัวตาย และการเกิดปัญหาสุขภาพจิตอื่น ๆ รวมทั้งมีแนวโน้มหรือมีความเสี่ยงในการใช้สารเสพติด (Namsai, et.all, 2022)

การนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการศึกษาวิจัยที่ได้ จะช่วยให้บุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องโดยตรงเกิดความรู้ความเข้าใจถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ตระหนักถึงความสำคัญของการรังแกกันบนโลกออนไลน์ ของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะมีโอกาสในการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ หรือ เป็นผู้รังแกผู้อื่นบนโลกออนไลน์มากที่สุด ซึ่งควรหามาตรการเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการรังแกกันบนโลกออนไลน์ให้มากที่สุด เป็นการป้องกันการเกิดปัญหาทางสุขภาพจิตที่จะเกิดตามมาได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การเกิดภาวะซึมเศร้า และการเกิดพฤติกรรมการฆ่าตัวตายจากการถูกรังแกบนโลกออนไลน์ พฤติกรรมการรังแกกันบนโลกออนไลน์ไม่ได้เป็นพฤติกรรมตามปกติธรรมดาตามวัยเด็กของนักเรียน ไม่ได้เป็นพฤติกรรมการเล่นอย่างสนุกสนาน ดังนั้นบุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ควรให้ความสนใจที่จะดำเนินการแก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างจริงจังและเป็นรูปธรรมมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการสร้าง หรือ พัฒนาโปรแกรมที่เกี่ยวกับการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจให้กับผู้ที่มีประสบการณ์การถูกรังแกบนโลกออนไลน์ ให้รู้จักวิธีในการปกป้องตนเอง สามารถเผชิญกับปัญหา และสามารถปรับตัวต่อแรงกดดันต่างๆได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้โรงเรียนสามารถนำมาใช้ได้อย่างเป็นรูปธรรม และสามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างเป็นระบบ

2. ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมถึงสาเหตุและปัจจัยที่เกี่ยวข้องอะไรบ้างที่ทำให้เด็กนักเรียนในกลุ่มมัธยมศึกษาทั้งตอนต้นและตอนปลาย มีพฤติกรรมในการกลั่นแกล้ง รังแกผู้อื่นบนโลกออนไลน์ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการวางแผนและป้องกันไม่ให้นักเรียนในกลุ่มนี้ เกิดพฤติกรรมการกลั่นแกล้ง รังแกผู้อื่นบนโลกออนไลน์ ช่วยป้องกันการเกิดความรุนแรงและความสูญเสียเกิดขึ้นได้

References

Chainwon, P., Skulphan, S., & Thapinta, D. (2020). Being Cyberbullied and Suicide Risk Among Youths. *The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health*, 34(3), 133-151. (in Thai)

- Chaisuwannarak, K., & Thommachot, P. (2020). Factors Associated with Depression in Adolescents with Cyberbullying. *Journal of the Psychiatric Association of Thailand*, 65(2), 191-204. (in Thai)
- Chidkrathok, C., Charonsin, K., & Nilkote, E. (2024). Guidelines for Enhancing Teacher Potential and Solving Depression Problem in Educational Institutions: Nongtakongphitthayakhan School Lessons Under the Jurisdiction of the Chanthaburi Secondary Educational Service Area Office, Trat. *Journal of Scholar Community*, 2(3), 16-30. (in Thai)
- Damdee, W., Thaweekoon, T., & Nintachan, P. (2021). Relationships of Cyberbullying with Depression and Aggression behaviors Among Adolescents in Province of Central Region. *The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health*, 35(1), 77-90. (in Thai)
- Department of Mental Health. (2020). *Concern about bullying behavior: Thai children ranked 2nd in the world, nearly half think of retaliation*. Retrieved June 27, 2025, from <https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30148>
- Department of Mental Health. (2023). *Annual report 2023*. Retrieved June 27, 2025, from <https://dmh.go.th/ebook/view.asp?id=467>
- Faculty of Psychology Chulalongkorn University. (2023). *Cyberbullying*. Retrieved June 27, 2025, from <https://www.psy.chula.ac.th/th/feature-articles/cyberbullying/>
- Intasuwan, U., Dallas, C. J., & Nabkasorn, C. (2019). Predictive Factors of Depression Among Students in Junior High School. *Journal of the Department of Medical Services*, 64(4), 125-131. (in Thai)
- Jeerat, A., Bunthumporn, N., & Vutthiarpa, S. (2023). Factors Predicting Depressive Symptom of Cyberbullying Victims in Middle-School Students. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*, 64(4), 144-152. (in Thai)
- Jitsom, S., Hengudomsub, P., & Intaput, P. (2022). Psychosocial Factors Influencing Cyberbullying Victimization among Upper Secondary School Students. *Journal of Health and Nursing Research*, 38(3), 249-261. (in Thai)
- Kuenui, P. (2022). Social Media use Behavior and Social Media Literacy among Students in Changklangprachanukul School Nakhon Si Thammarat Province. *Journal of MCU Nakhondhat*, 9(6), 198-211. (in Thai)
- Laeheem, K. (2019). Results of screening for students at risk of having bullying behavior in Islamic private school, Yala Province. *The Journal of Liberal Arts, Prince of Songkla University*, 11(1), 73-94. (in Thai)

- Lertratthamrongkul, W. (2021). Cyberbullying among Secondary School Students: Prevalence, Problem-solving and Risk Behaviors. *NEU Academic and Research Journal*, 11(1), 275-289. (in Thai)
- Maneenil, A., Vatanasin, D., & Heagudomsub, P. (2022). Factors Influencing Depression among Late Adolescents. *Journal of Health and Nursing Research*, 38(1), 293-307. (in Thai)
- National Statistical Office, Ministry of Digital Economy and Society. (2023). Survey on the use of and access to telecommunications [PDF report]. Retrieved June 18, 2024, from https://www.nso.go.th/nsoweb/storage/survey_detail/2025/20240202084443_75119.pdf
- Namsai, J., Sutthisompohn, S., Aekwarangkoon, S., Watcharathaksin, K., Yumyung, N., Saithanwanitkul, M., Vanaleesin, S., Nuampet, U., Choowichian, N., & Luksavimon, L. (2022). Suicide in young people form bullying: A Systematic Review. *Journal of Nursing and Health Science Research*, 14(2), 219-232. (in Thai)
- Navachewinmai, N., Thongnin, P., Rungchareankiat, D., Booncherdchoo, N., & Maneerat, C. (2023). Self-Esteem of Early Adolescent for Coping with Cyber Bullying. *Academic Journal of Phetchaburi Rajabhat University*, 13(1), 144-157. (in Thai)
- Phaowiriya, H., Boonnate, N., Dallas, J. C., & Suppaseemanont, W. (2021). Cyberbullying Behavior and Cybervictimization Among Nursing Students. *Nursing Journal*, 48(1), 159-173. (in Thai)
- Potibut, N. (2022). Factors Influencing Depression among Secondary School Students in Nonkhun District, Sisaket Province. *Research and Community Health Innovation Journal*, 1(1), 104-116. (in Thai)
- Surawan, W. (2021). Prevalence and Factor Relating to Depression of Junior High School Students in Nam Phong District Khon Kaen Province. *Journal of the Psychiatric Association of Thailand*, 66(4), 403-416. (in Thai)
- Suthiprapa, W., & Doungkumjun, P. (2024). Prevalence of and Factors Associated with Depression in Secondary and High School Students in Mueang Phetchabun District. *Journal of Health Science Boromarajonani College of Nursing Sunpasitthiprasong*, 8(1), 1-16. (in Thai)