

การให้คำปรึกษาเพื่อเยียวยาจิตใจของเหยื่อจากการถูกรังแก ในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่มีความหลากหลายทางเพศ*

COUNSELING SKILLS FOR BULLYING VICTIMS IN LGBT HIGH SCHOOL STUDENTS

เบญจรัตน์ เขตตะเคียน*, กาญจนวัลย์ ปรีชาสุชาติ, ดวงฤดี พ่วงแสง, ชคดี บุญเกษม

Bencharat Kettakean*, Kanjanawan Preechasuchat, Duangrudee Puangsang, Chakadee Boonkasame

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ สงขลา ประเทศไทย

Faculty of Education, Thaksin University, Songkhla, Thailand

*Corresponding author E-mail: bencharat.ket@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศ และเพื่อศึกษาการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแกระดับชั้นมัธยมศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ ประเภทการศึกษาเฉพาะกรณี เครื่องมือที่ใช้คือแบบสัมภาษณ์เชิงลึก การสัมภาษณ์ไม่เป็นทางการ และการสังเกตแบบมีส่วนร่วม ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศที่กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษา จำนวน 3 คน และกลุ่มที่มีความเกี่ยวข้องกับผู้มีความหลากหลายทางเพศ ได้แก่ ครูที่ปรึกษา และเพื่อนสนิท จำนวน 7 คน วิเคราะห์ข้อมูลแบบพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า 1) ผู้ให้ข้อมูลมีประสบการณ์การถูกรังแก 4 รูปแบบ คือ การถูกรังแกทางร่างกาย การถูกรังแกทางวาจา การถูกรังแกทางสังคม และการถูกรังแกทางออนไลน์ 2) ผู้ให้ข้อมูลใช้การเผชิญหน้า การแสดงออกทางพฤติกรรม การพูดคุย เพื่อยุติการถูกรังแกส่งผลให้เหตุการณ์การถูกรังแกไม่ยุติลง แต่การเพิกเฉยส่งผลให้เหตุการณ์การถูกรังแกยุติลง 3) บุคคลที่อยู่ร่วมในเหตุการณ์มีการให้ความช่วยเหลือผู้ถูกรังแกทำให้เหตุการณ์ยุติลง และ 4) ทฤษฎีการให้คำปรึกษารายบุคคลเพื่อเยียวยาจิตใจนักเรียนกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแกสามารถช่วยเยียวยาจิตใจจากการถูกรังแกในนักเรียนกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศ คือ ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเกสตัลท์ และทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม

คำสำคัญ: ความหลากหลายทางเพศ, การให้คำปรึกษา, นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา

Abstract

This research qualitative case study aimed to explore the experiences of bullying among LGBT students and to investigate counseling interventions for LGBT students who were victims of



bullying within a secondary school setting. Data were collected through in-depth interviews, informal interviews, and participant observation with two main groups of informants: three LGBT students currently enrolled in secondary education, and seven individuals connected to the LGBT students (guidance counselors and close friends). Data analysis involved descriptive narration. The findings revealed that 1) the students experienced four forms of bullying: physical, verbal, social, and online. 2) Strategies such as confrontation, behavioral responses, and communication were employed by the students to stop the bullying but were ineffective. However, ignoring the bullying led to its cessation. 3) Bystanders present during the bullying incidents provided assistance to the victims, contributing to the resolution of the immediate situation. 4) Individual counseling theories for the psychological healing of LGBT students who were victims of bullying demonstrated potential effectiveness. These included Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), Person-Centered Counseling, Reality Therapy, Gestalt Therapy, and Existentialism.

Keywords: LGBT, Counseling, High School Students

บทนำ

ประเทศไทยมีประชากรกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศหรือที่เรียกว่า LGBT (Lesbian-Gay-Bisexual-Transgender) จำนวนกว่า 4 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 6 ของจำนวนประชากรไทยทั้งหมด ในปี พ.ศ. 2564 (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2564) และจากผลการสำรวจทางออนไลน์ของ LGBT Capital และ Ipsos ในปี พ.ศ. 2566 พบว่า การคาดการณ์จำนวนประชากร LGBT จะมีประมาณ 5.9 ล้านคน (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2566) การเพิ่มขึ้นของจำนวนประชากร LGBT ส่งผลให้สังคมไทยให้ความสำคัญ ยอมรับ และเปิดกว้างต่อความหลากหลายทางเพศมากขึ้น จากข้อมูลรายงานประจำปี 2562 โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติประเทศไทย หรือ United Nations Development Programme (UNDP) มีการศึกษาเรื่อง “รับได้แต่ไม่ยอมรับสูงส่ง: การสำรวจระดับชาติเกี่ยวกับประสบการณ์การถูกเลือกปฏิบัติ และทัศนคติของสังคมที่มีต่อคนที่มีความหลากหลายทางเพศในประเทศไทย” เป็นการศึกษาประสบการณ์และทัศนคติทางสังคมที่มีต่อ หญิงรักหญิง ชายรักชาย คนรักสองเพศ คนข้ามเพศ และ เพศกำกวม (LGBTI) โดยมีผู้เข้าร่วมการสำรวจ 2,210 คนจากทั่วประเทศไทย ผลการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีทัศนคติโดยรวมที่ดีต่อกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศในประเทศไทย และมีการสนับสนุนกฎหมายและนโยบายที่ให้สิทธิและครอบคลุม แต่ผลการศึกษาได้ค้นพบประสบการณ์การถูกตีตราและเลือกปฏิบัติ รวมถึงการเผชิญความรุนแรงและการกีดกันอย่างต่อเนื่องของกลุ่มผู้ที่มีความหลากหลายทางเพศเช่นเดียวกัน (โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติประเทศไทย, 2562) ซึ่งข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่ากลุ่มคนบางกลุ่มในสังคมยังไม่ยอมรับผู้ที่มีความหลากหลายทางเพศ ถึงแม้จะเกิดการยอมรับในภาครัฐหรือเอกชนแล้วก็ตาม

ผลสำรวจปี 2567 โดยกรมสนับสนุนบริการสุขภาพและภาคีเครือข่าย พบว่าปัญหาการรังแกในโรงเรียนมีแนวโน้มสูงขึ้น ทำให้เด็กและเยาวชนกว่า 80% ตกเป็นเหยื่อ รูปแบบหลักคือการล้อเลียนรูปลักษณ์และชื่อพ่อแม่

รองลงมาคือการตอกย้ำปมด้อย ตำหนิ ทำร้ายร่างกาย และยังมีการกลั่นแกล้งออนไลน์ เช่น การเผยแพร่สื่อที่น่าอับอาย เปิดเผยข้อมูลส่วนตัว และข่มขู่ (กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ, 2567)

การถูกรังแกส่งผลกระทบทางลบต่อสภาวะทางอารมณ์และความรู้สึกของนักเรียน ผลกระทบดังกล่าวสามารถส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมและอาจนำไปสู่อันตรายต่อชีวิตของผู้ถูกรังแก การแก้ไขปัญหาการถูกรังแกจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง จากการศึกษาเกี่ยวกับการช่วยเหลือผู้ถูกรังแก พบว่ามีการนำรูปแบบการให้คำปรึกษามาใช้เพื่อบรรเทาผลกระทบที่เกิดขึ้น ช่วยให้นักเรียนที่ตกเป็นเหยื่อสามารถจัดการกับปัญหาและได้รับการช่วยเหลือด้านอารมณ์และจิตใจ (จริยา ทะรักษา และคณะ, 2564) ซึ่งการให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่ส่งผลสะท้อนให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้น เข้าใจตนเอง เพื่อนำไปสู่การยอมรับ วางแผนแก้ไขปัญหาในปัจจุบันและอนาคตได้ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, 2559) การช่วยเหลือนักเรียนที่ถูกรังแกด้วยวิธีการให้คำปรึกษา สามารถนำหลักทฤษฎีการให้คำปรึกษาและเทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษามาใช้ได้อย่างหลากหลาย ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าเอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษา ประกอบกับการสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับประสบการณ์การถูกรังแกของเหยื่อซึ่งเป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษา วิเคราะห์ รวบรวมข้อมูลทฤษฎีต่าง ๆ นำไปใช้ให้คำปรึกษานักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแกในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง จำนวน 5 ทฤษฎี ดังนี้ 1) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy : REBT) 2) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Counseling Theory) 3) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Theory) 4) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเกสตัลท์ (Gestalt Theory) และ 5) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม (Existentialism)

จากที่กล่าวมาข้างต้นในประเด็นความหลากหลายทางเพศหรือ LGBT การปฏิบัติเชิงลบต่อผู้ที่มีความหลากหลายทางเพศ การรังแก ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการรังแก นำไปสู่ผลที่เกิดจากการรังแก และการให้คำปรึกษานักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแก ส่งผลกระทบด้านอารมณ์ จิตใจ และความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการถูกรังแกจนอาจนำไปสู่ผลกระทบด้านการเรียน ความสัมพันธ์ในสังคม รังแก (มหาวิทยาลัยมหิดล และคณะ, 2557) และการฆ่าตัวตาย (ชุดินาถ ศักรินทร์กุล และอลิสรา วัชรสินธุ, 2557) ซึ่งถือว่าเป็นผลกระทบที่ร้ายแรง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา และการให้ความช่วยเหลือ เยียวยานักเรียนที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแกด้วยการใช้แนวทางตามทฤษฎีการให้คำปรึกษา โดยผู้วิจัยเลือกใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ ประเภทการศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study) เนื่องจากการศึกษาเฉพาะกรณีเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพที่เจาะลึกและละเอียดเกี่ยวกับบุคคล กลุ่ม เหตุการณ์ หรือชุมชนหนึ่งๆ โดยมีเป้าหมายเพื่อทำความเข้าใจปรากฏการณ์ที่ซับซ้อนในบริบทที่เป็นจริง สามารถหาข้อมูลเชิงลึกและละเอียด (Mccall, L., 2024) เพื่อศึกษาประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่มีความหลากหลายทางเพศ และการให้คำปรึกษาเพื่อเยียวยาจิตใจของเหยื่อจากการถูกรังแกในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่มีความหลากหลายทางเพศ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศ



2. เพื่อศึกษาการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแกในโรงเรียนชั้นมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง

วิธีดำเนินการวิจัย

การให้คำปรึกษาเพื่อเยียวยาจิตใจของเหยื่อจากการถูกรังแกในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่มีความหลากหลายทางเพศ ดำเนินการวิจัยดังนี้

การออกแบบการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพแบบกรณีศึกษา (Case Study) เพื่อศึกษาปรากฏการณ์ทางสังคมในสภาพแวดล้อมปัจจุบันอย่างเจาะลึก มุ่งแสวงหาความรู้เชิงประจักษ์ในบริบทเฉพาะ เพื่อทำความเข้าใจ อธิบาย และสำรวจปรากฏการณ์อย่างละเอียด อันนำไปสู่การพัฒนาและแก้ไขปัญหา (บุญมี พันธุ์ไทย, 2565)

ทฤษฎี ในการให้คำปรึกษาที่นำไปใช้ในการให้คำปรึกษานักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแก ได้แก่ 1) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy : REBT) เป็นการบูรณาการหลักการทางจิตวิทยา ชีววิทยา สังคมวิทยา และปรัชญา โดยมีรากฐานจากปรัชญาสโตอิกนิยมอย่างมีความรับผิดชอบและมนุษยนิยม ทฤษฎีนี้มุ่งเน้นอิทธิพลของปัจจัยทางชีวภาพ สังคม และจิตวิทยาต่อความคิด พฤติกรรม และอารมณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งความคิดที่ไม่สมเหตุผล ซึ่งถูกยึดถือและส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิต (ศุภวดี บุญญวงศ์, 2551) 2) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Counseling Theory) เน้นการมอบอำนาจแก่ผู้รับคำปรึกษาในการทำความเข้าใจ และตัดสินใจด้วยตนเอง โดยมีจุดประสงค์หลักเพื่อส่งเสริมการยอมรับความเป็นจริงตามบริบทแวดล้อม การเปิดรับประสบการณ์ใหม่ๆ อย่างไม่บิดเบือนด้วยการใช้ความคิดเชิงเหตุผล การลดความท้อถอยและเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา มีความพร้อมในการเลือกแนวทางการดำเนินชีวิตและแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ตลอดจนการเสริมสร้างความรู้สึกรับคุณค่า การดำเนินกิจกรรมในชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ และการพัฒนาไปสู่การเป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพในระยะยาว สามารถรู้จักและใช้ชีวิตได้เต็มศักยภาพ (พระอนันตชัย อภินันโท (ชั้นโพธิ์น้อย), 2561) 3) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Theory) เชื่อว่าบุคคลมีความต้องการพื้นฐานร่วมกันแต่มีวิธีการตอบสนองที่แตกต่างกัน ซึ่งอาจนำไปสู่ความขัดแย้งในการตอบสนองความต้องการระหว่างบุคคล พฤติกรรมที่นำไปสู่การตอบสนองความต้องการอย่างเหมาะสมตั้งอยู่บนหลักการ 3 ประการ ได้แก่ 1) ความรับผิดชอบเป็นความสามารถในการตอบสนองความต้องการตนเองโดยไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่น และยอมรับผลของการกระทำตนเอง การขาดความรับผิดชอบส่งผลเสียต่อความสำเร็จและความสุข 2) การเผชิญความจริงเป็นการพิจารณาและหาแนวทางตอบสนองความต้องการตามความเป็นจริงโดยไม่กระทบต่อสิทธิผู้อื่น 3) การประเมินความถูกต้องเป็นการสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินพฤติกรรมตามหลักศีลธรรมเพื่อไปสู่การเปลี่ยนแปลงไปในแนวทางที่ถูกต้อง (วัชรวิทย์ ทรัพย์มี, 2533) 4) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเกสตัลท์ (Gestalt Theory) มีแนวคิดพื้นฐานที่เน้นการตระหนักรู้ (Awareness) ในความรู้สึกตนเองและการรับรู้แบบองค์รวม เพื่อบูรณาการประสบการณ์มากกว่าการแยกส่วน จุดมุ่งหมายคือการส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนจากการพึ่งพาผู้อื่นไปสู่การพึ่งพาตนเอง รับผิดชอบตนเอง และพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยเน้นการเรียนรู้ตนเอง

การใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ การอยู่กับปัจจุบัน การจัดการความรู้สึกต่างในอดีต การลดความวิตกกังวลเกี่ยวกับอนาคต และการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองที่เข้าใจค่านิยมและกฎเกณฑ์ทางสังคม (Corey, G., 2005) และ 5) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม (Existentialism) เป็นการให้คำปรึกษาที่ผู้รับคำปรึกษามีเสรีภาพในการเลือกดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างมีเป้าหมาย ในกระบวนการให้คำปรึกษาจะไม่มีเทคนิคที่ชัดเจน แต่ผู้ให้คำปรึกษาต้องกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงอิสระของการเป็นผู้เลือก โดยการยุติการให้คำปรึกษาจะเกิดขึ้นเมื่อผู้รับคำปรึกษาสามารถแก้ไขปัญหาด้วยความหวัง ความกล้า และพัฒนาตนเองได้ดีขึ้น (วัชร ทรัพย์มี, 2533)

การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยกำหนดหลักเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลัก โดยเป็นการเลือกแบบเจาะจงตามวัตถุประสงค์ (Purposeful Random Sampling) เนื่องจากการเลือกกลุ่มตัวอย่างขนาดเล็ก มีการกำหนดเกณฑ์หรือวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนในการเลือกกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้ได้มาซึ่งความเฉพาะเจาะจง (ประไพพิมพ์ สุธีวินนท และ ประสพชัย พสุนนท์, 2559) ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศที่กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษา จำนวน 3 คน และกลุ่มที่มีความเกี่ยวข้องกับผู้มีความหลากหลายทางเพศ ได้แก่ ครูที่ปรึกษาและเพื่อนสนิท จำนวน 7 คน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยมีการดำเนินการเก็บข้อมูลกับผู้ให้ข้อมูลหลัก และผู้ให้ข้อมูลประกอบ ดังนี้

1. การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation)
2. การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ (Informal Interview)
3. การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) แนวทางการซักถามเน้นเรื่องราวการถูกรังแกของ

ผู้ให้ข้อมูลหลักและส่วนเกี่ยวข้องของผู้ให้ข้อมูลประกอบ โดยขออนุญาตบันทึกเสียงทุกครั้ง มีการสัมภาษณ์ในห้องให้คำปรึกษาของโรงเรียน ระยะเวลาสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ให้ข้อมูลหลักคนละไม่เกิน 3 ครั้ง ครั้งละไม่เกิน 90 นาที ผู้ให้ข้อมูลประกอบคนละไม่เกิน 2 ครั้ง ครั้งละไม่เกิน 50 นาที

เครื่องมือการวิจัย

วิธีการสร้างเครื่องมือ ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือจากการสัมภาษณ์เบื้องต้นกลุ่มเป้าหมายเพื่อสำรวจประสบการณ์และภาษาเฉพาะ ควบคู่กับการศึกษาทบทวนวรรณกรรมและเอกสารวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำข้อมูลมานิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการสร้างข้อคำถามให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ จากนั้นนำเสนอข้อคำถามต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความตรงตามนิยามศัพท์และวัตถุประสงค์วิจัย

การหาคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยมีการประเมินคุณภาพเครื่องมือโดยผู้เชี่ยวชาญด้านระเบียบวิธีวิจัยและเนื้อหา เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ความชัดเจนของภาษา (Clarity of Language) และความเหมาะสมของรูปแบบคำถาม (Appropriateness of Question Format) นำข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญนำมาปรับปรุงเครื่องมือให้มีความเหมาะสมกับการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล



การวิเคราะห์ข้อมูล (จำเนียร จวงตระกูล และคณะ, 2567) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คณะบริหารธุรกิจและเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิจากการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยใช้การจำแนกข้อมูลตามคำหรือประโยคด้วยการวิเคราะห์คำหลัก (Domain Analysis) จากนั้นนำข้อมูลดังกล่าวพิจารณาเป็นประเด็นแล้วสรุปข้อมูลแบบอุปนัย (Analytic Induction) เพื่อเชื่อมโยงข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์กับทฤษฎีหรือข้อมูลที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ส่งผลให้สามารถตอบคำถามของงานวิจัยและวัตถุประสงค์ของงานวิจัย โดยมีขั้นตอนดังนี้ 1) การระบุข้อความอ้างอิงจากเนื้อหา 2) การกำหนดคำสำคัญ 3) การกำหนดรหัส 4) การกำหนดสาระของเนื้อหา 5) พรรณนาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการถูกรังแก ซึ่งจะวิเคราะห์ข้อมูลพร้อมกับการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อสามารถตรวจสอบได้ว่ามีข้อมูลในประเด็นใดที่ยังไม่ครบถ้วน

การตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล

ข้อมูลที่ได้มาจากผู้ให้ข้อมูลจะมีการตรวจสอบความน่าเชื่อถือโดยใช้การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) เพิ่มความน่าเชื่อถือและความถูกต้องของงานวิจัย โดยการใช้วิธีการที่หลากหลายหรือแหล่งข้อมูลที่แตกต่างกันเพื่อลดความลำเอียงและเพิ่มความครอบคลุมของผลการวิจัย (นันทะ บุตรน้อย และคณะ, 2567) ได้แก่ ด้านข้อมูล (Data Triangulation) ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความสอดคล้องและยืนยันข้อมูลที่ได้จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย ได้แก่ ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกของผู้ให้ข้อมูล ข้อมูลจากการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการของผู้ให้ข้อมูล และข้อมูลจากการสังเกตแบบมีส่วนร่วมในบริบทต่าง ๆ ด้านผู้วิจัย (Investigator Triangulation) ผู้วิจัยมีการปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ทรงคุณวุฒิ มีการนำมุมมองและการตีความข้อมูลจากหลายบุคคลมาพิจารณา จะช่วยลดอคติส่วนตัวของผู้วิจัยคนเดียว และทำให้การวิเคราะห์ข้อมูลมีความรอบด้านและครอบคลุมมากยิ่งขึ้น ด้านทฤษฎี (Theory Triangulation) ผู้วิจัยนำกรอบแนวคิดและทฤษฎีที่แตกต่างกันมาใช้เพื่อให้ได้มุมมองที่หลากหลายและหลีกเลี่ยงการยึดติดอยู่กับทฤษฎีเดียว ด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) ผู้วิจัยใช้หลากหลายวิธีการในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ และการสัมภาษณ์เชิงลึก การใช้หลายวิธีนี้ช่วยให้ได้ข้อมูลในหลายมิติและลดข้อจำกัดของแต่ละวิธี การเปรียบเทียบและวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากวิธีการที่ต่างกันอย่างนี้ จะช่วยให้ผลการวิจัยมีความน่าเชื่อถือและสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ผลการวิจัย

จากการศึกษา สามารถเสนอผลการวิจัยโดยจำแนกเป็น 2 ประเด็น ได้แก่ 1) ประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศ และ 2) การให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแก โดยมีรายละเอียดในแต่ละประเด็น ดังนี้

1.1 ประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศ

ผู้ให้ข้อมูลหลักรายที่ 1 เพศกำเนิดเพศชาย การแสดงออกเป็นเพศหญิง แต่ไม่ได้แสดงออกแบบเพศหญิงอย่างชัดเจน กำลังศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีประสบการณ์ถูกรังแกทางร่างกายด้วยวิธีการตบบริเวณตัว ตบหัวในขณะนั่งเรียน ดักขา จับมัดและรัดตัวเอาไว้ ต่อย ดังคำกล่าว “เคยมีมาตบที่ตัวหน่อยๆ ดักขาบ้าง หรือบางครั้งก็มัดตัวให้เพื่อนอีกคนแกล้ง” ผู้ให้ข้อมูลถูกรังแกทางวาจาโดยเพื่อนเรียกโดยคำที่บ่งบอกถึงเพศสภาพโดย

ส่วนใหญ่ คือคำว่า “อึดืด” ผู้ให้ข้อมูลถูกรังแกทางสังคม คือ เพื่อนมีการใช้คำพูดเพื่อไม่ให้เพื่อนเกิดสัมพันธภาพที่ดีกับตน ดังคำกล่าว “ผมโดนกีดกันจากเพื่อนตั้งแต่ ม. 4 ม. 5 แล้วตอนนี้ ม. 6 ผมก็เลยรู้สึกว่าเป็นเพื่อนก็ยังหมั่นๆ อยู่” ผู้ให้ข้อมูลถูกเพื่อนในกลุ่มคอยพูดเพื่อไม่ให้คนอื่น ๆ มาพูดคุยด้วยกับกับผู้ให้ข้อมูล โดยผู้ให้ข้อมูลคิดว่าเป็นเพราะผู้ให้ข้อมูลไม่ได้รับการยอมรับเนื่องจากมีความโดดเด่นด้านการทำกิจกรรมในกลุ่มสภานักเรียนของโรงเรียน ซึ่งแตกต่างกับเพื่อน ๆ ในกลุ่ม จากเหตุการณ์ที่ถูกรังแกทางสังคมส่งผลให้เกิดผลกระทบต่อการเรียน และผู้ให้ข้อมูลถูกรังแกทางออนไลน์ ดังคำกล่าว “ก็มีโพสต์ดำ มีแบบลงสตอรี่แต่เป็นการลงสตอรี่ซะ” ผู้กระทำโพสต์ข้อความผ่านช่องทางออนไลน์ในสตอรี่ เฟซบุ๊ก และอินสตาแกรม โดยเป็นการเสียดสีเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน

ประสบการณ์ในการยุติการถูกรังแก ผู้ให้ข้อมูลพยายามยุติการรังแกด้วยการพูดตรง ๆ และเคยปะทะกับผู้กระทำแต่ไม่สำเร็จ ต่อมาจึงเพิกเฉยเพราะเชื่อว่าจะไม่ทำให้เหตุการณ์จบลง จากนั้นจึงหลีกเลี่ยงผู้กระทำ แต่หากยังถูกรังแกอีกจะใช้เสียงดังข่มขู่ ผู้ให้ข้อมูลหลักมักจะใช้วิธีการพูดคุยจนสามารถยุติเหตุการณ์ได้นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลระบุว่าหลายครั้งมีคนเข้ามาช่วยเหลือหรือห้ามปรามเหตุการณ์รังแก ซึ่งจะเป็นกลุ่มเพื่อนโดยส่วนใหญ่

1.2 การให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแก

การให้คำปรึกษาในเหตุการณ์ที่ 1 ผู้ให้ข้อมูลมีแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ออกไปหลังจากถูกรังแกด้วยวิธีการทะเลาะวิวาท ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy : REBT) เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลมีความเชื่อที่ไม่ถูกต้องไม่สมเหตุผล เลือกแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ออกไปหลังจากถูกรังแกด้วยวิธีการทะเลาะวิวาท ดังคำกล่าว “ผมเริ่มมีการต่อสู้กับเขาซึ่งผมทำมาแล้ว ตอนนั้นผมเป็นเด็กอ้วนคนหนึ่ง ผมก็ต่อสู้กับเขาไม่ได้ เราก็ก่อนไม่ได้แข็งแรงขนาดนั้น” โดยผู้วิจัยใช้เทคนิค A-B-C-D-E เพื่อปรับความคิดและนำไปสู่การแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสม คือ 1) Activating Event-ผู้วิจัยตั้งคำถามเพื่อสอบถามถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น 2) Beliefs-สำรวจความเชื่อ ความคิด อารมณ์ ที่เกิดจากเหตุการณ์นั้น 3) Consequences-ผู้วิจัยสอบถามผลที่ได้จากความคิด และการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เกิดขึ้น 4) Disputing-ผู้วิจัยตั้งคำถามเพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเกิดความคิดใหม่ที่มีเหตุผลมากขึ้น และ 5) Effective New Thinking-ผู้วิจัยช่วยให้เกิดความคิด ความเชื่อใหม่ นำไปสู่อารมณ์และพฤติกรรมที่สร้างสรรค์มากขึ้น ผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีการปรับเปลี่ยนแนวคิด จากการกระทำกลับแล้วเกิดการทะเลาะวิวาทจนทำให้สถานการณ์ไม่ดีขึ้น เปลี่ยนแนวความคิดเป็นการอดทนเพื่อไม่ให้เกิดสถานการณ์ทะเลาะวิวาทเกิดขึ้นอีก และมีพฤติกรรมใหม่เกิดขึ้นคือการเลี่ยงผู้ที่มารังแก มีการพูดคุยเจรจาเพื่อเป็นการประนีประนอมและไม่ให้เกิดความรุนแรงเพิ่มขึ้น

การให้คำปรึกษาในเหตุการณ์ที่ 2 ผู้ให้ข้อมูลมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนในกลุ่ม ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นส่งผลต่อการเรียนเมื่อทำงานกลุ่มด้วยกันผู้ให้ข้อมูลไม่ได้รับการยอมรับ และไม่ทราบเหตุผลที่เพื่อนทำเช่นนั้น ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person- Centered Counseling Theory) เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลมีความพร้อมที่จะเป็นตัวของตัวเองและพูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกและประสบการณ์อย่างตรงไปตรงมา มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความพร้อมที่จะพัฒนาตนเอง ดังคำกล่าว “ผมโดนกีดกันจากเพื่อนตั้งแต่ ม.4 ม.5 แล้วตอนนี้ ม.6 ผมรู้สึกว่าเป็นเพื่อนก็ยังหมั่นๆ อยู่” ในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการรับฟังอย่างตั้งใจ การยอมรับผู้ให้ข้อมูลโดยไม่ตัดสิน และการแสดงความเห็นอกเห็นใจ ผลการให้คำปรึกษาพบว่า การรับฟัง



เรื่องราวประสบการณ์โดยไม่ขัดจังหวะและไม่ตัดสิน ช่วยให้ผู้ใช้ให้ข้อมูลเข้าใจตนเองมากขึ้น ระบายความรู้สึก และค้นพบแนวทางแก้ไขปัญหาเพื่อหลีกเลี่ยงผลกระทบในอนาคต

การใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาในเหตุการณ์ที่ 3 เพื่อนของผู้ให้ข้อมูลก็ติดกันผ่านสื่อออนไลน์ ทำให้ผู้ใช้ให้ข้อมูลทำร้ายตนเอง ผู้วิจัยจึงใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม (Existentialism) เนื่องจากผู้ใช้ข้อมูลได้รับผลกระทบทางอารมณ์อย่างมาก จากเหตุการณ์ที่เพื่อนของผู้ให้ข้อมูลใช้สื่อผ่านช่องทางออนไลน์ส่งข้อความมาหาผู้ใช้ข้อมูลโดยตรง ซึ่งทำให้ผู้ใช้ข้อมูลรู้สึกเหมือนเป็นบุคคลนอกกลุ่ม เหตุการณ์ดังกล่าวทำให้ผู้ใช้ข้อมูลมีการทำร้ายตนเองด้วยวิธีการกรีดข้อมือ โดยให้ผู้ใช้ข้อมูลทบทวนเหตุการณ์ ผลกระทบ มีสติ ตั้งคำถามให้ตระหนักถึงการพึ่งพาตนเอง ให้กำลังใจตนเอง และใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า ผลการให้คำปรึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลทบทวนเหตุการณ์ รับรู้ผลกระทบจากการทำร้ายตนเอง ตระหนักถึงคุณค่าและความหมายของตนเอง และสามารถให้กำลังใจตนเองได้

2.1 ประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศ

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2 เพศกำเนิดเป็นเพศหญิง การแสดงออกเป็นเพศชาย กำลังศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีประสบการณ์ขณะถูกรังแกทางร่างกายจะถูกกระทำโดยวิธีการตีขมวด กระทบไหล่ การรังแกทางวาจาคือถูกเพื่อนเรียกว่า “ทอมหัวไก่ ไ้ทอม” โดยผู้ให้ข้อมูลคิดว่าสาเหตุที่เพื่อนเรียกเช่นนั้นอาจเป็นเพราะผู้ใช้ข้อมูลมีบุคลิกลักษณะที่แตกต่างไปจากกลุ่มเพื่อนในห้อง การถูกรังแกทางสังคม กลุ่มเพื่อนมีการพูดนินทาในขณะที่ผู้ใช้ข้อมูลไม่ได้อยู่ในกลุ่ม และมีการรวมกลุ่มในช่องทางออนไลน์ โดยไม่มีผู้ใช้ข้อมูลอยู่ในกลุ่ม จึงทำให้ผู้ใช้ข้อมูลเอาตัวเองออกจากกลุ่มเพื่อน

ประสบการณ์ในการยุติการถูกรังแก ผู้ให้ข้อมูลตอบโต้ด้วยคำพูดรุนแรงและท่าทีโกรธเคือง ใช้สายตามองในช่วงแรก ซึ่งทำให้การรังแกหยุดชั่วคราว แต่เกิดขึ้นอีก ต่อมาเมื่อไม่ตอบโต้ ผู้กระทำจึงหยุดพฤติกรรมเอง ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “ถ้าเราใจเย็น เราไม่ปะทะ ใช้การเพิกเฉย ถ้าเราไม่ได้มีความสุขหรือสนุกไปกับการที่เขารังแกเพื่อนคนนั้นก็จะไม่ทำ” เพื่อนที่อยู่ร่วมเหตุการณ์มักห้ามผู้กระทำและนำเรื่องไปแจ้งครูประจำชั้น

2.2 การให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแก

การใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาในเหตุการณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลอยู่ในช่วงการตัดสินใจเลือกศึกษาต่อระหว่างสายสามัญและสายอาชีพ โดยมีความกังวลเรื่องเพื่อนร่วมสถาบันหากต้องเปลี่ยนสถานศึกษา ผู้ให้ข้อมูลกังวลว่าเพื่อนจะไม่ยอมรับที่ตนเองเป็นผู้ที่มีความหลากหลายทางเพศ ดังคำกล่าว “กลัวว่าจะเข้ากับคนอื่นไม่ได้ เพื่อนที่ใหม่จะยอมรับเรามั้ย” และจะใช้คำพูดเรียกแทนชื่อของผู้ให้ข้อมูลเหมือนที่เคยเกิดขึ้น นั่นคือคำว่า “ทอม ทอมหัวไก่” ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Theory) เนื่องจาก การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง โดยกระบวนการ WDEP (Wants-Direction and Doing-Evaluation-Planning and Action) เป็นกระบวนการที่จะช่วยให้เกิดการสำรวจความต้องการที่แท้จริง คือ 1) สำรวจความต้องการของผู้ให้ข้อมูลด้วยการพูดคุยเกี่ยวกับการมีเพื่อนในสถานศึกษาใหม่ 2) สำรวจพฤติกรรมในปัจจุบันหรือสิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลเคยทำไปแล้วหรือสิ่งที่คิดจะทำ 3) ผู้วิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลประเมินว่าสิ่งที่คิดจะทำมีแนวโน้มเป็นอย่างไร และ 4) ผู้วิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลวางแผนอย่างเป็นรูปธรรม ชัดเจน สามารถปฏิบัติได้จริง ผลการให้คำปรึกษา พบว่า ผู้ให้ข้อมูลเกิดการตระหนักรู้ในความต้องการของตนเอง มีความปรารถนาที่จะได้รับความต้องการการยอมรับจากเพื่อนใหม่ เกิดการสำรวจการกระทำในอดีตและปัจจุบันด้วยการทบทวนการเข้าหาเพื่อนในอดีตกรณีที่เคยคล้อยตาม นั่นคือ การทำความรู้จักเพื่อน

ใหม่หลังเปลี่ยนสถานศึกษา มีการคิดถึงแนวทางการทำความรู้จักเพื่อนที่สถานศึกษาใหม่ในอนาคต เมื่อผู้ให้ข้อมูลประเมินผล ผู้ให้ข้อมูลเห็นว่าวิธีการทำความรู้จักเพื่อนใหม่จะช่วยให้เพื่อนใหม่ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็นได้ และผู้ให้ข้อมูลมีแผนการที่ชัดเจน เป็นรูปธรรม ในการทำความรู้จักเพื่อนใหม่ในอนาคต

3.1 ประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศ

ผู้ให้ข้อมูลหลักรายที่ 3 เพศกำเนิดเป็นชาย การแสดงออกทางเพศเป็นหญิง กำลังศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ประสบการณ์การถูกรังแกทางร่างกาย คือ การถูกตบหัว การเตะ และการถูกดักขา ผู้ที่กระทำการรังแกด้านร่างกายกับผู้ให้ข้อมูลจะเป็นเพื่อนเพศชาย การถูกรังแกทางวาจาโดยเพื่อนจะเรียกผู้ให้ข้อมูลด้วยคำว่า “ไอ้ตุ๊ด ไอ้กะเทย ไอ้กะเทยหูทาบ” ถูกล้อเลียนชื่อพ่อและแม่ การถูกรังแกทางสังคม ผู้กระทำการรังแกพฤติกรรมคือ ใช้สายตามองผู้ให้ข้อมูลด้วยความสบประมาท เหยียด เสียดสี โดยผู้ให้ข้อมูลใช้คำว่า “ถูกมองแรง ๆ เหลือกตา” ในบางครั้งการรังแกทางวาจายังส่งผลต่อการรังแกทางสังคมคือ ผู้กระทำการรังแกที่ไม่พึงประสงค์ไปบอกเพื่อนต่างห้อง ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความอับอาย ผู้ให้ข้อมูลถูกลบชื่อผู้ใช้ออกจากกลุ่มเพื่อนในออนไลน์ และได้รับข้อความทางออนไลน์ว่า “ไอ้กะเทย” ประสบการณ์ในการยุติการถูกรังแก ผู้ให้ข้อมูลเลือกวิธีการที่พูดคุยกับผู้กระทำตรง ๆ โดยระบุความรู้สึก เช่น เจ็บ ต้องการให้หยุด ไม่ชอบ แต่ในหลาย ๆ ครั้งผู้ให้ข้อมูลเลือกวิธีการเพิกเฉย ไม่สนใจ ประสบการณ์เกี่ยวกับผู้ที่อยู่ร่วมเหตุการณ์การถูกรังแก ในขณะที่ผู้ให้ข้อมูลถูกรังแกจะมีเพื่อนผู้หญิงเป็นผู้ที่อยู่ร่วมเหตุการณ์และเพื่อนเป็นผู้คอยห้าม และใช้คำพูดเพื่อให้ผู้กระทำการรังแกหยุดพฤติกรรมนั้นลง ครูที่ปรึกษารายหนึ่งทราบเรื่องการถูกรังแกจากเพื่อนของผู้ให้ข้อมูลและให้ความช่วยเหลือ ส่วนอีกรายไม่ทราบโดยตรงแต่สังเกตพบกลุ่มเพื่อนชายใช้คำพูดรุนแรงรังแกผู้ให้ข้อมูลที่ไม่ตอบโต้ เพื่อนของผู้ให้ข้อมูลยืนยันว่ามีการรังแกด้วยคำพูดรุนแรงและผู้ให้ข้อมูลหลักมักเพิกเฉยเพื่อยุติเหตุการณ์

3.2 การให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแก

การใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาในเหตุการณ์ที่ 1 ผู้ให้ข้อมูลยึดติดกับเหตุการณ์การถูกรังแกทางออนไลน์ ส่งผลให้เกิดความไม่พอใจและไม่มีความสุขเมื่อระลึกถึงเหตุการณ์ดังกล่าว ดังคำกล่าว “เคยมีเพื่อนผู้ชายทักมาถามงานในแชตเฟซบุ๊ก แต่หนูก็ยังทำงานไม่เสร็จเหมือนกัน เขาเลยพิมพ์มาว่าไอ้กะเทยเองมาดูหน่อย หนูรู้สึกว่ามันทำให้หนูเฟล นอยมาก ๆ” ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy : REBT) เทคนิค A-B-C-D-E เพื่อปรับความคิดและนำไปสู่การแสดงออกทางพฤติกรรม คือ 1) ตั้งคำถามเพื่อสอบถามถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น 2) สำรวจอารมณ์และความรู้สึกที่เกิดจากเหตุการณ์ 3) สอบถามผลที่ได้จากความคิด และพฤติกรรมที่เกิดขึ้น 4) ตั้งคำถามเพื่อให้เกิดความคิดใหม่ที่มีเหตุผลมากขึ้น และ 5) การเกิดความคิดใหม่นำไปสู่อารมณ์และพฤติกรรมที่ทำให้มีความสุขในการดำเนินชีวิตมากขึ้น ผลการให้คำปรึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลสามารถปรับความคิดไม่ให้ยึดติดเฉพาะเหตุการณ์ที่ถูกรังแกจนทำให้รู้สึกไม่ดี โดยเกิดความคิด พฤติกรรมใหม่ที่ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลมีความสุขในการดำเนินชีวิตมากขึ้น

การใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาในเหตุการณ์ที่ 2 ผู้ให้ข้อมูลยังคงรู้สึกถึงเหตุการณ์ที่เคยเกิดขึ้นเมื่อประมาณ 2 ปีที่แล้ว แม้ว่าเรื่องราวนั้นจะจบลงไปแล้วก็ตาม ความรู้สึกในตอนนั้นยังคงมีผลต่อจิตใจของผู้ให้ข้อมูลในปัจจุบัน ดังคำกล่าว “หนูโดนมองเหยียด ๆ ตั้งแต่หนูอยู่ ม.1 แต่ตอนนี้หนูยิ้มให้เค้า เค้าไม่มองเหยียดหนูแล้ว” ระหว่างการให้ข้อมูล ผู้ให้ข้อมูลแสดงออกถึงความรู้สึกไม่มั่นคงทางอารมณ์ โดยปรากฏลักษณะทางกายภาพ ได้แก่ น้ำเสียงสั่น



เครือ การนั่งก้มหน้า และการแกะเล็บตนเอง ผู้วิจัยจึงเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเกสตัลท์ (Gestalt Theory) ที่เน้นย้ำถึงความรู้สึกที่ค้างค้ำในอดีตส่งผลต่อปัจจุบัน และมุ่งเน้นให้บุคคล อยู่กับปัจจุบัน (Here and Now) โดยใช้เทคนิคการเน้นให้ผู้ให้ข้อมูลอยู่กับปัจจุบันให้มากที่สุด ด้วยการตั้งคำถามเพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลทบทวนและตระหนักถึงปัจจุบัน ผลการให้คำปรึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีโอกาสในการทบทวนความรู้สึกของตนเอง ตระหนักถึงข้อดีของการยึดอดีต และข้อดีของการอยู่กับปัจจุบัน ผู้ให้ข้อมูลพบว่าตนเองควรอยู่กับปัจจุบันมากกว่ายึดถือเรื่องราวในอดีต

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้สามารถสรุปผลและอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ประสบการณ์ของเหยื่อจากการถูกรังแกในนักเรียนมัธยมศึกษาที่มีความหลากหลายทางเพศด้านรูปแบบและลักษณะของการถูกรังแก ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งสามรายต่างประสบกับการถูกรังแกในหลากหลายรูปแบบ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเรื่องการถูกรังแกที่มีหลายมิติ ได้แก่ การถูกรังแกทางร่างกาย (การตบ ต่อย ดักขา จับมัด กระแทกตัว ดึงผม) การถูกรังแกทางวาจา (การเรียกด้วยคำที่บ่งบอกถึงเพศสภาพ เช่น “อีดู้ด” “ไอ้ทอม” “ไอ้กะเทย” การล้อเลียนชื่อบิดามารดา การใช้คำพูดหยาบคาย) และการถูกรังแกทางสังคม (การกีดกันออกจากกลุ่ม การพูดจาเพื่อไม่ให้ผู้อื่นคบหา การนินทา การถูกลบออกจากกลุ่มออนไลน์) นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1 และ 3 ยังประสบกับการถูกรังแกทางออนไลน์ (การโพสต์ข้อความเสียตีสื่อ การส่งข้อความที่ไม่พึงประสงค์) ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าการถูกรังแกในปัจจุบันไม่ได้จำกัดอยู่เพียงแค่ในพื้นที่ทางกายภาพ แต่ยังขยายไปสู่โลกออนไลน์ด้วย ด้านวิธีการการยุติการถูกรังแกของผู้ถูกรังแก มีการใช้รูปแบบการโต้กลับ และเก็บกดไว้ภายใน การเพิกเฉย การมุ่งจัดการกับปัญหา การแก้ปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งวิธีการยุติการถูกรังแกที่กล่าวมาข้างต้นนั้น สอดคล้องกับงานวิจัยของพนิดา บุตรจันทร์ และ ทศนา ทวีคุณ ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมรังแกกันและรูปแบบการเผชิญปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการศึกษากลุ่มผู้ถูกรังแกมีแนวโน้มที่จะใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงการแก้ปัญหา (แบบหลีกเลี่ยงปัญหา แบบเก็บกดไว้ภายใน และแบบการโต้กลับ) และการเผชิญปัญหาแบบเข้าถึงวิธีการแก้ปัญหา (แบบมุ่งเน้นจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม) (พนิดา บุตรจันทร์ และทศนา ทวีคุณ, 2562)

2. การเยียวยาจิตใจโดยใช้กระบวนการให้คำปรึกษาทฤษฎีต่าง ๆ ดังนี้

2.1 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy : REBT) ผู้ถูกรังแกแสดงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์โดยการทะเลาะวิวาท ทำให้ตนเองบาดเจ็บและมีอารมณ์เชิงลบเพิ่มขึ้น จึงใช้เทคนิค A-B-C-D-E เพื่อควบคุมอารมณ์และส่งเสริมพฤติกรรมที่พึงประสงค์คือการไม่ทะเลาะวิวาท สอดคล้องกับงานวิจัยของ ดำรงเกียรติ คำมา ศึกษาเรื่องผลของการปรึกษากลุ่มตามแนวการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่า การให้คำปรึกษาตามแนวการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ส่งผลดีต่อการกล้าแสดงออกที่เหมาะสม และในกรณีนี้ผู้ถูกรังแกยึดติดกับเหตุการณ์ในอดีตจนกระทบต่ออารมณ์ปัจจุบัน การให้คำปรึกษาตามแนวทางนี้ช่วยให้ปรับเปลี่ยนแนวคิดและไม่ยึดติดกับอดีตได้ (ดำรงเกียรติ คำมา, 2561) และสอดคล้องกับ

Ussolikhah, N. et al. ศึกษาประสิทธิภาพของการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม ในการจัดการกับนักเรียนที่เป็นเหยื่อของการถูกรังแกทางวาจา พบว่า การให้คำปรึกษารายบุคคลแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม ช่วยเปลี่ยนแปลงทัศนคติของผู้ถูกรังแกได้ (Ussolikhah, N. et al., 2025)

2.2 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person- Centered Counseling Theory) ผู้ถูกรังแกรู้สึกไม่สบายใจโดยไม่ทราบสาเหตุและต้องการระบายความรู้สึกอัดอั้น หลังการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง พบว่าผู้ถูกรังแกได้ระบายความรู้สึกและค้นพบแนวทางแก้ไขปัญหานั้นในอนาคต สอดคล้องกับ Fitri, H.U. et al. ศึกษาประสิทธิภาพของการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางในการเพิ่มความสามารถในการรับมือของเหยื่อการถูกรังแก ผลการศึกษา พบว่า การให้คำปรึกษารายบุคคลแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางสามารถมีประสิทธิภาพต่อการรับมือของนักเรียนที่เป็นเหยื่อของการถูกรังแก (Fitri, H.U. et al., 2022) และสอดคล้องกับบทความของ สุมาลี ขำอินทร์ และ พัทธราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ ศึกษาเรื่อง การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของครูแนะแนวในศตวรรษที่ 21 พบว่า การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตนเอง สามารถคิดวิเคราะห์ เผชิญปัญหา และจัดการกับปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ (สุมาลี ขำอินทร์ และพัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์, 2565)

2.3 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Theory) ผู้ถูกรังแกกังวลเกี่ยวกับอนาคต จึงใช้เทคนิค WDEP เพื่อวางแผนโดยสำรวจความต้องการ หลังให้คำปรึกษา ผู้ถูกรังแกสามารถเลือกแนวทางแก้ปัญหาและวางแผนอนาคตจากข้อมูลปัจจุบัน โดยไม่เน้นวิเคราะห์อดีต สอดคล้องกับ นววิช นวชีวินมัย ศึกษาทฤษฎีการบำบัดแบบเผชิญความจริงสู่การพัฒนาทักษะชีวิต พบว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงมุ่งเน้นให้วัยรุ่นพิจารณาปัญหาที่ตนเองกำลังเผชิญอยู่ในปัจจุบันตามความจริงอย่างเป็นระบบ นำไปสู่การพิจารณาความต้องการของตนเองที่สอดคล้องกับความจริง และการประเมินพฤติกรรม ก่อนจะนำไปสู่การวางแผนปฏิบัติ (นววิช นวชีวินมัย, 2566)

2.4 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเกสตัลท์ (Gestalt Theory) ผู้ถูกรังแกมีความรู้สึกค้างค้ำกับเหตุการณ์ในอดีตที่เกิดขึ้นและจบลงแล้ว จึงมีการใช้เทคนิคที่เน้นการให้คำปรึกษาที่ทำให้ผู้ถูกรังแกอยู่กับปัจจุบัน หลังให้การให้คำปรึกษา ผู้ถูกรังแกให้ความสำคัญกับเหตุการณ์ที่จบไปแล้วน้อยลง ตระหนักรู้ในความสำคัญของการใช้ชีวิตในปัจจุบันมากขึ้น สอดคล้องกับ Kyvelou, A. et al. ศึกษาผลกระทบของการให้คำปรึกษากลุ่มตามหลักสติสัมปชัญญะแบบเกสตัลท์ต่อนักศึกษาระดับปริญญาตรี พบว่า การให้คำปรึกษาตามหลักทฤษฎีเกสตัลท์ส่งผลเชิงบวกต่อการตระหนักรู้ การความพึงพอใจในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา (Kyvelou, A. et al., 2023)

2.5 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม (Existentialism) ผู้ถูกรังแกทำร้ายตนเองจากการขาดสติและไม่ตระหนักถึงผลกระทบ หลังใช้ทฤษฎีอัตถิภาวนิยม พบว่าผู้ถูกรังแกทบทวนเหตุการณ์ ตระหนักรู้ถึงผลกระทบ คุณค่าและความหมายของตนเอง และมีความเข้มแข็งทางจิตใจมากขึ้น สอดคล้องกับ วิสมา ยูโซะ และคณะ ศึกษาเรื่องผลการปรึกษากลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวนิยมต่อการตระหนักรู้ในตนเองและการตั้งเป้าหมายในการเรียน: กรณีศึกษานักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาจิตวิทยาคลินิก พบว่า การให้คำปรึกษาตามแนวคิดอัตถิภาวนิยมสามารถเพิ่มการตระหนักรู้ในตนเองและการตั้งเป้าหมายได้ (วิสมา ยูโซะ และคณะ, 2565)



สรุปและข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่อง การให้คำปรึกษาเพื่อเยียวยาจิตใจของเหยื่อจากการถูกรังแกในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาที่มีความหลากหลายทางเพศ สามารถสรุปผลตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้ 1) ผลการศึกษาประสบการณ์การถูกรังแกของนักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 3 ราย มีประสบการณ์การถูกรังแกทั้ง 4 รูปแบบ เหมือนกันแต่พฤติกรรมที่ถูกกระทำในแต่ละรูปแบบมีความแตกต่างกัน วิธีการที่ใช้ยุติเหตุการณ์ คือ การเผชิญหน้า การแสดงออกทางพฤติกรรม การพูดคุย ส่งผลให้เหตุการณ์การถูกรังแกไม่ยุติลง จึงมีการใช้วิธีการเพิกเฉย ไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น การกระทำเช่นนี้ส่งผลให้เหตุการณ์การถูกรังแกยุติลง ประสบการณ์เกี่ยวกับผู้ที่อยู่ร่วมเหตุการณ์การถูกรังแกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักได้รับความช่วยเหลือจากผู้ที่อยู่ร่วมเหตุการณ์ และ 2) ผลการศึกษาการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มีความหลากหลายทางเพศที่เป็นเหยื่อจากการถูกรังแกในโรงเรียนชั้นมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษา พบว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษา 4 ทฤษฎี คือ ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเกสตัลท์ และทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม สามารถช่วยเยียวยาจิตใจจากการถูกรังแกในนักเรียนกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศได้ข้อเสนอแนะ ผู้ที่นำผลการวิจัยไปใช้ควรมีความรู้พื้นฐานด้านจิตวิทยาและทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่แข็งแกร่ง เพื่อปรับใช้แนวทางการให้คำปรึกษาได้อย่างเหมาะสม และควรขยายระยะเวลา เพิ่มจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา เพื่อศึกษาความคงทนของพฤติกรรมการยุติการถูกรังแกสำหรับการศึกษาในครั้งต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (2567). “บูลลี่” ไม่ใช่เรื่อง เด็ก ๆ. เรียกใช้เมื่อ 13 พฤษภาคม 2568 จาก <https://prgroup.hss.moph.go.th/medias/article/>
- โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติประเทศไทย. (2562). รายงานประจำปี 2562 โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: ScandMedia Corporation Limited.
- จริยา ทะรักษา และคณะ. (2564). การรังแกในเด็กและวัยรุ่น. วารสารกุมารเวชศาสตร์, 60(2), 110-117.
- จำเนียร จวงตระกูล และคณะ. (2567). การวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเชิงคุณภาพแบบการวิเคราะห์แก่นสาร: แนวทางปฏิบัติสำหรับนักวิจัยใหม่. วารสารสมาคมรัฐประศาสนศาสตร์แห่งประเทศไทย, 6(2), 15-29.
- ชุตินาถ ศักรินทร์กุล และอลิสา วัชรสินธุ์. (2557). ความชุกของการข่มเหงรังแกและปัจจัยด้านจิตสังคมที่เกี่ยวข้องในเด็กมัธยมต้น เขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 59(3), 221-230.
- ดำรงเกียรติ คำมา. (2561). ผลของการปรึกษากลุ่มตามแนวการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ใน วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นววิช นวชีวินมัย. (2566). ทฤษฎีการบำบัดแบบเผชิญความจริงสู่การพัฒนาทักษะชีวิต. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏกาญจนบุรี, 12(1), 3-14.

- นันทะ บุตรน้อย และคณะ. (2567). การตรวจสอบสามเส้าในการวิจัยทางสังคมศาสตร์. วารสารมติเชษฐาราม วัดจอมมณี, 7(6), 1184-1198.
- บุญมี พันธุ์ไทย. (2565). การวิจัยเชิงคุณภาพ. วารสารปรัชญาดุสิตบัณฑิตทางสังคมศาสตร์, 1(2), 1-10.
- ประไพพิมพ์ สุธีสินนท์ และประสพชัย พสุนนท์. (2559). กลยุทธ์การเลือกตัวอย่างสำหรับการวิจัยเชิงคุณภาพ. วารสารปาริชาติ มหาวิทยาลัยทักษิณ, 29(2), 31-48.
- พนิดา บุตรจันทร์ และทัศนาว ทวีคุณ. (2562). พฤติกรรมรังแกกันและรูปแบบการเผชิญปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต, 33(3), 86-102.
- พระอนันตชัย อภินนโท (ชั้นโพธิ์น้อย). (2561). การให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง. วารสารพุทธจิตวิทยา, 3(2), 1-13.
- มหาวิทยาลัยมหิดล และคณะ. (2557). การรณรงค์ต่อกลุ่มนักเรียนที่เป็นหรือถูกมองว่าเป็นคนข้ามเพศหรือคนรักเพศเดียวกันในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา: รูปแบบ ความชุก ผลกระทบ แรงจูงใจและมาตรการการป้องกันใน 5 จังหวัดของประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วัชร ทรัพย์มี. (2533). ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา. กรุงเทพมหานคร: ทบวงมหาวิทยาลัย.
- วิสมา ยูโซะ และคณะ. (2565). ผลการศึกษากลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวนิยมต่อการตระหนักรู้ในตนเองและการตั้งเป้าหมายในการเรียน: กรณีศึกษานักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาจิตวิทยาคลินิก. วารสารจิตวิทยาคลินิกไทย, 53(3), 1-12.
- ศุภวดี บุญญวงศ์. (2551). ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. สงขลา: มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย. (2559). การให้คำปรึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2564). SDGs กับความหลากหลายทางเพศ (LGBTQI+). เรียกใช้เมื่อ 17 เมษายน 2568 จาก <https://www.sdgport-th.org/2021/02/sdgs-lgbtqi/>
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2566). LGBTQ+: หลากหลายที่ไม่แตกต่าง เพื่อเปิดกว้างสู่ความเสมอภาคทางเพศ. เรียกใช้เมื่อ 17 เมษายน 2568 จาก https://www.nesdc.go.th/download/Social/Social_Report/2566_article_q2_003.pdf
- สุมาลี ขำอินทร์ และพัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์. (2565). การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของครูแนะแนวในศตวรรษที่ 21. วารสารศึกษาศาสตร์ปริทัศน์, 97(2), 138-142.
- Corey, G. (2005). Theory and Practice of Counselor and Psychotherapy. USA: Thomson Brooks/Cole.
- Fitri, H.U. et al. (2022). Individual Counseling Client-Centered Approach in Increasing the Resilience of Victims of Bullying. COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education, 7(4), 176-180.
- Kyvelou, A. et al. (2023). The Impact of a Mindfulness-Gestalt Based Counseling Group on Undergraduate College Students. Psychology, 14(8), 1268-1287.



- Mccall, L. (2024). Qualitative Research: Characteristics, Design, Methods & Examples. Retrieved May 13, 2025, from <https://www.simplypsychology.org/qualitative-research-characteristics-design-methods-examples.html>
- Ussolikhah, N. et al. (2025). REBT-Based Individual Counseling to Overcome Verbal Bullying Behavior. Jurnal Ilmu Sosial, Pendidikan Dan Humaniora, 4(1), 58-69.