

การศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา  
ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์  
A Study of Faculty of Education Rajabhat Rajanagarindra University  
Undergraduate Students' Coping Strategies  
for the Cyberbullying.

Received : 2024-11-05

Revised : 2024-12-27

Accepted : 2025-03-12

ผู้วิจัย พัทธิดา ยาประเสริฐ<sup>1</sup>

Patrada Yapraserit

beem\_patrada@hotmail.com

สุวัชรพร สวยอารมณ<sup>2</sup>

Suwatcharapom Suayarom

ปฐมา สุขทวี<sup>3</sup>

Pathama Suktawee

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ และ 2) ศึกษาระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา กับกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1-4 ระดับปริญญาตรี ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2567 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ จำนวน 379 คน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ

ผลการวิจัยพบว่า ระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านการสร้างความปลอดภัยทางออนไลน์ อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.29 รองลงมาได้แก่ ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.12 ด้านการจัดการทางอารมณ์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.10 ด้านการจัดการแบบมุ่งไปที่ปัญหา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.09 และด้านการสนับสนุนทางสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07 ตามลำดับ

**คำสำคัญ** วิธีการเผชิญปัญหา, การกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์, นักศึกษา

<sup>1</sup>อาจารย์ ดร. สาขาจิตวิทยา วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยพายัพ

Dr. Program in Psychology, The International College, Payap University

<sup>2</sup>อาจารย์ ดร. สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์

Dr. Program in Guidance Psychology, Faculty of Education, Rajabhat Rajanagarindra University

<sup>3</sup>อาจารย์ ดร. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

Dr. Faculty of Education, Phetchaburi Rajabhat University

## Abstract

This study aimed to 1) develop a measurement scale for coping strategies in cyberbullying among undergraduate students in the Faculty of Education at Rajanagarindra Rajabhat University, and 2) investigate the levels of coping strategies with cyberbullying among these students. Data were collected using a coping strategies scale for cyberbullying from a sample of 379 undergraduate students, ranging from first- to fourth-year students in the first semester of the 2024 academic year. The participants were from the Faculty of Education, Rajabhat Rajanagarindra University, and were selected through accidental sampling.

The results revealed that the overall level of coping strategies for dealing with cyberbullying among undergraduate students was high, with an average score of 4.14. When analyzed by specific dimensions, Online security was rated the highest, with an average score of 4.29. This was followed by self-awareness (mean = 4.12), emotional management (mean = 4.10), social support (mean = 4.09), and problem-focused management (mean = 4.09), respectively.

**Keywords:** Coping strategies, Cyberbullying, Undergraduate students

## บทนำ

ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีการสื่อสารเสมือนดาบสองคม เมื่อด้านหนึ่งช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดียิ่งขึ้น ด้านหนึ่งแอบแฝงด้วยอันตรายที่สามารถเข้าถึงคนทุกเพศทุกวัยได้ง่ายดาย ในยุคที่การใช้งานอินเทอร์เน็ตและสื่อสังคมออนไลน์เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว การกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ (Cyberbullying) ได้กลายเป็นปัญหาทางสังคมที่สำคัญซึ่งส่งผลกระทบต่อบุคคลในหลากหลายกลุ่ม โดยเฉพาะเยาวชนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการถูกกลั่นแกล้งมากที่สุด การกลั่นแกล้งออนไลน์เป็นการกระทำที่เกิดขึ้นผ่านช่องทางดิจิทัล เช่น สื่อสังคมออนไลน์ อีเมล หรือแอปพลิเคชันต่าง ๆ ซึ่งมีรูปแบบที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นการส่งข้อความที่มีเนื้อหาไม่เหมาะสม การเผยแพร่ข้อมูลส่วนตัวที่เป็นเท็จ หรือการโจมตีบุคคลในพื้นที่สาธารณะออนไลน์ ซึ่งต่างจากการกลั่นแกล้งแบบดั้งเดิมที่มักเกิดขึ้นในพื้นที่จำกัด เช่น โรงเรียนหรือสถานที่ทำงาน (Kowalski et al., 2017) ในช่วงที่ผ่านมาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ได้เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ จากการสำรวจของ UNICEF (2020) พบว่า 1 ใน 3 ของวัยรุ่นใน 30 ประเทศทั่วโลกเคยประสบกับการกลั่นแกล้งทางออนไลน์ สำหรับในประเทศไทย ดัชนีชี้วัดความปลอดภัยบนสื่อออนไลน์สำหรับเด็ก (COSI) เปิดเผยว่าเด็กและวัยรุ่นเกือบร้อยละ 70 มีความเสี่ยงทางไซเบอร์อย่างน้อย 1 ครั้งในปี 2022 อัตราเสี่ยงเพิ่มขึ้นสูงอย่างต่อเนื่อง ถือเป็นการระบาดใหญ่ทางไซเบอร์ด้านความปลอดภัยของเด็กทางออนไลน์ โดยพบการรับเนื้อหาและการติดต่อกับที่มีความเสี่ยง การกลั่นแกล้ง และการใช้เทคโนโลยีมากเกินไป (DQ Institute, 2023) จากสถานการณ์ดังกล่าวจะเห็นได้ว่า วัยรุ่นในยุคปัจจุบันกำลังเผชิญกับปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์และมีแนวโน้มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว

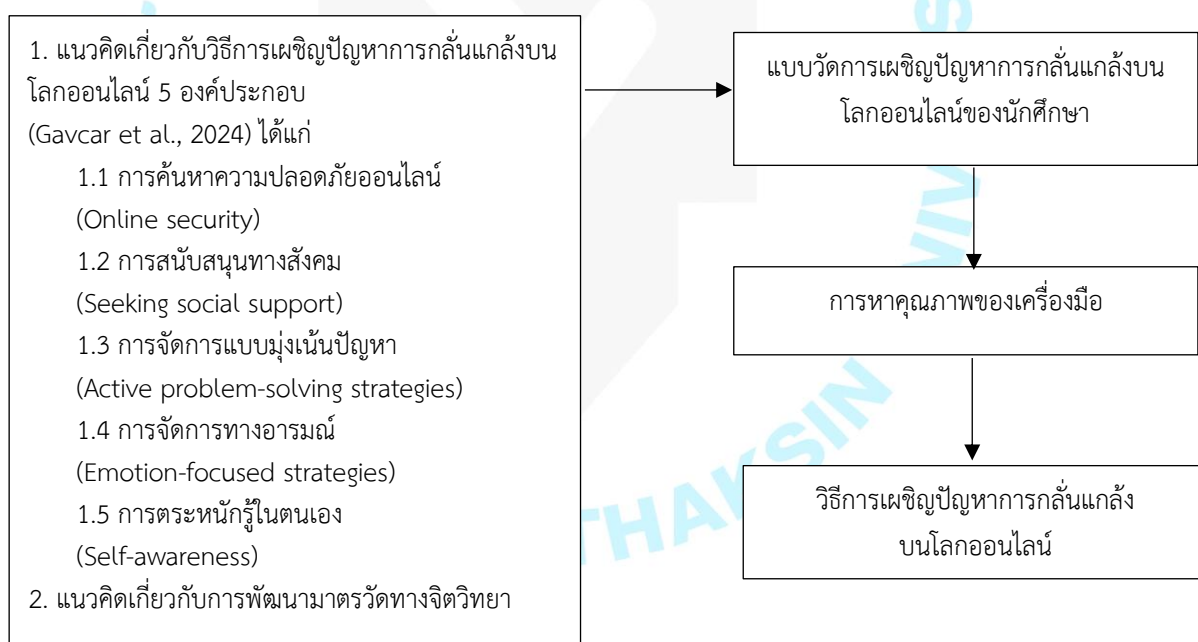
ผลกระทบของการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์มีความรุนแรงและส่งผลกระทบต่อทั้งร่างกายและจิตใจ ผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งมักประสบปัญหาทางสุขภาพจิต เช่น โรคซึมเศร้า ความวิตกกังวล และความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย งานวิจัยของ Smith et al. (2018) ชี้ว่าผู้ที่ตกเป็นเป้าของการกลั่นแกล้งทางออนไลน์มีความเสี่ยงต่อการเกิดอาการทางจิตใจมากกว่าผู้ที่ไม่ได้ประสบเหตุการณ์นี้ถึง 2 เท่า โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนซึ่งเป็น กลุ่มเปราะบางที่มักได้รับผลกระทบมากที่สุด การกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ยังส่งผลกระทบต่อผลการเรียน การทำงาน และความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้ประสบเหตุด้วยเช่นกัน (Kowalski et al., 2017) สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภาวดี เจริญวานิช (2560) ในประเทศไทย พบว่า ผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งทางออนไลน์มีแนวโน้มเกิดปัญหาทางด้านสุขภาพจิต ปัญหาด้าน

การเรียนรู้ รวมไปถึงปัญหาทางพฤติกรรมต่างๆ ดังที่ ชัชฎาภรณ์ พรหมนอก สุพร อภินันท์ และวิมลทิพย์ มุสิกพันธ์ (2562) กล่าวว่า การชมเชยกันบนโลกโซเชียลมีผลกระทบต่อเหื่อทั้งทางตรงและทางอ้อมผลกระทบต่อจิตใจ ได้แก่ รู้สึกอับอายขายหน้าลดคุณค่าในตนเอง รู้สึกสิ้นหวัง ไม่มั่นคง เบื่อหน่ายชีวิต โดดเดี่ยวและแปลกแยก วิตกกังวลซึมเศร้า ผลการวิจัยยังชี้ให้เห็นว่าการกลั่นแกล้งทางออนไลน์สามารถนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิตที่รุนแรง เช่น การก่อความรุนแรงและความคิดฆ่าตัวตายในกลุ่มเยาวชนไทยได้

การกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ได้กลายเป็นปัญหาที่พบมากในกลุ่มนักศึกษา ซึ่งสาเหตุหลักมาจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์อย่างแพร่หลาย ซึ่งมีผู้ตกเป็นเหยื่อของการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ค่อนข้างมาก รวมถึงความรุนแรงของผลกระทบที่สร้างความทุกข์ทั้งทางจิตใจ ร่างกาย และสังคม (วัชรพงษ์ ศรีสุขวัชรพงษ์ ศรีสุข และปัทมนันท์ ปุณศรีพิพัฒน์, 2567) จากการทบทวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า นักศึกษาที่ประสบปัญหาการกลั่นแกล้งออนไลน์มักพัฒนาวิธีการเผชิญกับปัญหาในหลากหลายรูปแบบ ซึ่งบางวิธีอาจช่วยลดความรุนแรงของผลกระทบ แต่บางวิธีอาจส่งผลให้สถานการณ์แย่ลง เช่น งานวิจัยของ Smith et al. (2018) พบว่า นักศึกษาที่เผชิญกับการกลั่นแกล้งทางออนไลน์มักใช้กลยุทธ์การเผชิญปัญหาที่เน้นการหลีกเลี่ยง เช่น การปิดกั้นหรือบล็อกผู้กลั่นแกล้ง การรายงานเหตุการณ์ต่อแพลตฟอร์มที่เกี่ยวข้อง หรือการขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น การศึกษานี้ยังระบุว่าการใช้วิธีการเผชิญปัญหาเชิงบวก เช่น การสื่อสารกับผู้สนับสนุนหรือการเข้าร่วมกลุ่มที่ให้ความช่วยเหลือ สามารถช่วยลดผลกระทบเชิงลบจากการกลั่นแกล้งออนไลน์ได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Gavcar et al., (2024) ได้ศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งทางออนไลน์ เช่น การค้นหาความปลอดภัยออนไลน์ การขอความช่วยเหลือ และการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม ดังนั้น วิธีการในการเผชิญปัญหาของในแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ลักษณะส่วนตัวบุคคลที่มีอิทธิพลในการตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมกับตนเอง

จากความเป็นมาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา โดยเฉพาะการประเมินระดับวิธีการรับมือในด้านการจัดการทางเทคโนโลยี การสนับสนุนทางสังคม การจัดการแบบมุ่งเน้นปัญหา ด้านการจัดการทางอารมณ์ และการตระหนักรู้ในตนเองเพื่อนำข้อมูลมาใช้ในการประเมิน หรือคัดกรองกลุ่มนักศึกษา และนำมาพัฒนาแนวทางการป้องกัน หรือให้การช่วยเหลือนักศึกษาที่เผชิญกับการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ได้ต่อไปอย่างมีประสิทธิภาพ

### กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 แสดงการกรอบแนวคิดในการการศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์  
ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์
2. เพื่อศึกษาระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์

### วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้

**ขั้นตอนที่ 1 การพัฒนาแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์**

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ วิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ และการพัฒนามาตรวัดทางจิตวิทยา

2. ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา จำนวน 40 ข้อ ในรูปแบบมาตรวัดประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยให้ผู้ตอบสามารถเลือกตอบได้เพียง 1 คำตอบที่ตรงกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากองค์ประกอบวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ ของ Gavcar et al., (2024) จำนวน 5 องค์ประกอบดังนี้

- 2.1 การสร้างความปลอดภัยทางออนไลน์ (Online security)
- 2.2 การสนับสนุนทางสังคม (Seeking social support)
- 2.3 การจัดการแบบมุ่งเน้นปัญหา (Active problem-solving strategies)
- 2.4 การจัดการทางอารมณ์ (Emotion-focused strategies)
- 2.5 การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness)

3. ผู้วิจัยดำเนินการหาความเที่ยงตรง (Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เป็นผู้พิจารณาความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการในแต่ละด้านเป็นรายข้อ และให้คะแนนความเที่ยงตรงตามเนื้อหา ของแบบวัดที่สร้างขึ้น จากนั้นผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) ระหว่างข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการ โดยกำหนดเกณฑ์การพิจารณาในการให้คะแนน การคัดเลือกข้อคำถาม โดยพิจารณาเฉพาะข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .50 ขึ้นไป พบว่า แบบวัดที่พัฒนาขึ้นมีจำนวนข้อคำถามที่ไม่ผ่านเกณฑ์จำนวน 12 ข้อ และมีข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 28 ข้อ โดยมีเกณฑ์ในการแปลความหมาย ดังนี้

#### คะแนนเฉลี่ย

#### การแปลความหมาย

- |             |                                                                     |
|-------------|---------------------------------------------------------------------|
| 4.51 - 5.00 | หมายถึง การเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์อยู่ในระดับมากที่สุด  |
| 3.51 - 4.50 | หมายถึง การเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์อยู่ในระดับมาก        |
| 2.51 - 3.50 | หมายถึง การเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์อยู่ในระดับปานกลาง    |
| 1.51 - 2.50 | หมายถึง การเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์อยู่ในระดับน้อย       |
| 1.00 - 1.50 | หมายถึง การเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์อยู่ในระดับน้อยที่สุด |

4. ผู้วิจัยได้นำแบบวัดที่ปรับปรุงแก้ไขเสร็จสิ้นไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน โดยให้นักศึกษาทำแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้ง

บนโลกออนไลน์ของนักศึกษา เพื่อนำมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ จากค่าสหสัมพันธ์ของคะแนนข้อคำถาม (Corrected Item Total Correlation) โดยพิจารณาคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกมากกว่า 0.20 ขึ้นไป พบว่า ค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง .219 ถึง .683 และวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับอยู่ที่ 0.920

5. ผู้วิจัยจัดทำแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษานับสมบรูณ์เพื่อนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนที่ 1

1. วิเคราะห์ความเที่ยงตรงตามเนื้อหา โดยใช้สูตรดัชนีความสอดคล้อง (Item-Objective Congruence) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างเนื้อหา กับนิยามเชิงปฏิบัติการ

2. วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Item-total correlation) โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson product moment correlation: rxy)

3. วิเคราะห์ค่าความเที่ยงโดยรวมและรายด้าน โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค ( $\alpha$ -Coefficient)

### ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1-4 ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ จำนวน 1,280 คน (สำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์, 2567)

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1-4 ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accidental sampling) กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยใช้สูตรการคำนวณของยามานะ (Yamane, 1973) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และกำหนดระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ +5% ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 316 คน และเพื่อให้ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างมีความครอบคลุมและป้องกันการสูญหายของข้อมูล ผู้วิจัยจึงเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวนร้อยละ 20 (Leeshawn, Hosmer, Klar, & Lwanga, 1990) จึงได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 379 คน

### การดำเนินการและเก็บรวบรวมข้อมูลในขั้นตอนที่ 2

1. ผู้วิจัยดำเนินการติดต่อประสานงานคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล จากนั้นทำหนังสือออกเพื่อขอความอนุเคราะห์ในแต่ละสาขาวิชาเพื่อทำการเก็บข้อมูล การทำวิจัย การวิจัยครั้งนี้การเก็บข้อมูลเชิงสำรวจดำเนินการโดยไม่เปิดเผยตัวตนของกลุ่มตัวอย่าง ไม่มีคำถามที่อาจส่งผลกระทบต่อความเป็นส่วนตัวหรือความรู้สึกของผู้ตอบแบบสอบถามเนื่องจากแบบวัดใช้ในการประเมินกลยุทธ์ที่บุคคลใช้ในการรับมือกับการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์เท่านั้น

2. ผู้วิจัยขอให้ผู้ที่เกี่ยวข้องนำเอกสารแนบที่มี Link หรือ QR Code ของแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษาประชาสัมพันธ์ เพื่อดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 379 คน ที่ได้มาจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 1 และดำเนินการพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างที่ทำแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา โดยในการตอบแบบวัดจะมีการขอความยินยอมเข้าร่วมก่อนที่จะทำแบบวัดและไม่สามารถที่จะระบุตัวตนของกลุ่มตัวอย่างได้ ไม่มีการเปิดเผยต่อสาธารณะเป็นรายบุคคล

รวมทั้งกลุ่มตัวอย่างมีอิสระในการตัดสินใจ มีสิทธิ์ที่จะหยุดตอบคำถามเมื่อใดก็ได้หากรู้สึกไม่สบายใจ โดยที่ไม่มีผลกระทบต่อการเรียนการสอนและสิทธิประการใด ๆ ที่กลุ่มตัวอย่างจะพึงได้รับต่อไป

3. ผู้วิจัยศึกษาระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา

4. ผู้วิจัยดำเนินการจัดกระทำข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล และดำเนินการสรุปผลการวิจัย โดยข้อมูลต่าง ๆ ของกลุ่มตัวอย่างจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ และการนำเสนอข้อมูลจะเป็นในภาพรวม ทั้งนี้ข้อมูลจะถูกเก็บไว้ในเครื่องคอมพิวเตอร์ที่มีรหัสผ่านของผู้วิจัยเท่านั้น หลังจากที่มีการเผยแพร่งานวิจัย 1 ปี ผู้วิจัยจะดำเนินการทำลายข้อมูลทั้งหมด

## สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนที่ 2

การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ดังนี้

1. ร้อยละ (Percentage)
2. ค่าเฉลี่ย (Mean)
3. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

## สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง การศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ ผู้วิจัยได้จัดแบ่งการนำเสนอผลการศึกษาดังต่อไปนี้

**ตอนที่ 1 การพัฒนาแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์**

ผลการวิจัยพบว่า แบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา จำนวน 28 ข้อ ในรูปแบบมาตรวัดประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยให้ผู้ตอบสามารถเลือกตอบได้เพียง 1 คำตอบที่ตรงกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากองค์ประกอบวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ ของ Gavcar et al., (2024) จำนวน 5 องค์ประกอบ ได้แก่ การสร้างความปลอดภัยทางออนไลน์ (Online security) การสนับสนุนทางสังคม (Seeking social support) การจัดการแบบมุ่งเน้นปัญหา (Active problem-solving strategies) การจัดการทางอารมณ์ (Emotion-focused strategies) และการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) โดยมีค่าอำนาจจำแนกรายข้อ อยู่ระหว่าง .219 ถึง .683 และวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับอยู่ที่ 0.920

**ตอนที่ 2 เพื่อศึกษาระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์**

1. ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ จำนวน 379 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 312 คน คิดเป็นร้อยละ 82.32 ศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 2 จำนวน 153 คน คิดเป็นร้อยละ 40.36 และศึกษาอยู่ในสาขาการศึกษาปฐมวัย จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 16.36

## 2. ผลการศึกษาระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์

ตารางที่ 1 แสดงผลระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา (n=379)

| ด้าน                          | M    | S.D. | การแปลผล |
|-------------------------------|------|------|----------|
| การสร้างความปลอดภัยทางออนไลน์ | 4.29 | 0.73 | มาก      |
| การสนับสนุนทางสังคม           | 4.07 | 0.77 | มาก      |
| การจัดการแบบมุ่งไปที่ปัญหา    | 4.09 | 0.75 | มาก      |
| การจัดการทางอารมณ์            | 4.10 | 0.76 | มาก      |
| การตระหนักรู้ในตนเอง          | 4.12 | 0.76 | มาก      |
| ภาพรวม                        | 4.13 | 0.75 | มาก      |

จากตารางที่ 1 พบว่า ระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์อยู่ในระดับมาก ( $M = 4.13$ ,  $S.D. = 0.75$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านการสร้างความปลอดภัยทางออนไลน์ อยู่ในระดับมากที่สุด ( $M = 4.29$ ,  $S.D. = 0.73$ ) รองลงมาได้แก่ ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ( $M = 4.12$ ,  $S.D. = 0.76$ ) ด้านการจัดการทางอารมณ์ ( $M = 4.10$ ,  $S.D. = 0.76$ ) ด้านการจัดการแบบมุ่งไปที่ปัญหา ( $M = 4.09$ ,  $S.D. = 0.75$ ) ด้านการสนับสนุนทางสังคม ( $M = 4.07$ ,  $S.D. = 0.77$ ) ตามลำดับ

### อภิปรายผล

ผลการวิจัยเรื่อง การศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ ผู้วิจัยมีประเด็นการอภิปรายผลดังนี้

1. การพัฒนาแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ พบว่า วิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษามีความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง ทั้งนี้เนื่องมาจากการวิจัยพัฒนาแบบวัดได้ครอบคลุมครบตามองค์ประกอบทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ การสร้างความปลอดภัยทางออนไลน์ การสนับสนุนทางสังคมการจัดการแบบมุ่งเน้นปัญหา การจัดการทางอารมณ์ และการตระหนักรู้ในตนเอง จากการวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับเนื้อหา (Index of consistency : IOC) พบว่า แบบวัดที่พัฒนาขึ้นมีจำนวนข้อคำถามที่ไม่ผ่านเกณฑ์จำนวน 12 ข้อ เนื่องจากมีค่าคะแนนต่ำกว่า 0.50 และมีข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 28 ข้อ และมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง .219 ถึง .683 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับอยู่ที่ 0.920 ถือว่ามีคุณภาพตามเกณฑ์ ดังที่ Trizano-Hermosilla and Alvarado (2016) กล่าวว่า ในการวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อที่มีค่ามากกว่า 0.20 ขึ้นไป ถือว่าเหมาะสมสามารถแยกแยะผู้ทำคะแนนสูงและต่ำได้ ส่วนค่าความเชื่อมั่นของ Cronbach ที่มากกว่า 0.70 นั้น ถือว่าเพียงพอสำหรับการประเมินความสอดคล้องภายในของเครื่องมือวัด ซึ่งเกณฑ์เหล่านี้เป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวางในงานวิจัยทางจิตวิทยาและการทดสอบมาตรฐาน สอดคล้องกับการศึกษาของ Chen et al., (2024) ที่ได้พัฒนาการแบบวัดกลยุทธ์การรับมือสำหรับผู้ที่ถูกการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ พบว่าแบบวัดประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ ได้แก่ การรับมือทางเทคโนโลยี การปรับกรอบความคิด การเพิกเฉย การหลีกเลี่ยงทางจิต ความ

หลีกเลี่ยงทางพฤติกรรม การเผชิญหน้า การแก้แค้น และการแสวงหาการสนับสนุน แต่ละองค์ประกอบมีค่าความเชื่อมั่นที่มีความเหมาะสมในการประเมินกลยุทธ์การรับมือการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ที่แตกต่างกัน

2. การศึกษาระดับวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ อยู่ในระดับสูง โดยเฉพาะด้านการสร้างความปลอดภัยทางออนไลน์ซึ่งมีค่าเฉลี่ยสูงสุดนั้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเมื่อผู้เข้าร่วมวิจัยถูกรังแกบนโลกออนไลน์ โดยวิธีการที่ใช้ส่วนใหญ่อาจเป็นวิธีการกดยางนิ้วเพื่อแจ้งผู้ดูแลในเรื่องที่ไม่เหมาะสมผ่านสื่อออนไลน์ หรือการกีดกัน (Block) ผู้ที่รังแก ตั้งค่าความเป็นส่วนตัวของบัญชีการใช้งาน สอดคล้องกับงานวิจัยของ Wang et al., (2019) ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อการกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ตในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยในประเทศไทย พบว่านักศึกษาที่มีการตั้งค่าความปลอดภัยออนไลน์ที่ดี เช่น การตั้งค่าความเป็นส่วนตัวในโซเชียลมีเดีย โดยมีแนวโน้มที่จะประสบปัญหาจากการถูกกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ตน้อยลง และการที่นักศึกษามีความรู้ทางดิจิทัลจะช่วยป้องกันการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะเห็นได้ว่า การสร้างความปลอดภัยทางออนไลน์เป็นการแก้ไขปัญหารูปแบบหนึ่งที่มีการเลือกใช้เมื่อเกิดถูกรังแกบนโลกออนไลน์ โดยมีรูปแบบและวิธีการที่คล้ายกัน โดยวิธีการจัดการทางเทคโนโลยีจะเป็นรูปแบบพิเศษที่เกิดขึ้นได้เฉพาะในการแก้ไขปัญหาบนโลกออนไลน์เท่านั้น

ในด้านการตระหนักรู้ในตนเองเป็นวิธีการที่นักศึกษาใช้ความเข้าใจตนเองในการรับรู้ถึงความสามารถในการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างมีสติ รับรู้ถึงความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง มีวิธีการคิดอย่างรอบคอบก่อนที่จะแก้ไขปัญหาเมื่อถูกรังแกบนโลกออนไลน์ รวมไปถึงการพิจารณาถึงความต้องการของตนเองว่าวิธีใดมีความเหมาะสมกับตนเองในการแก้ไขปัญหา มีการคิดก่อนที่จะลงมือทำ และสามารถตัดสินใจลงมือทำโดยไม่ส่งผลกระทบต่อตนเองตามมา ดังที่ Altundağ and Ayas (2020) กล่าวว่า การที่นักศึกษามีความรู้และตระหนักถึงความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งทางออนไลน์มีความสำคัญต่อการรับมือกับการกลั่นแกล้งทางออนไลน์ได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Yurdakul and Ayhan (2023) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการตระหนักรู้เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งทางออนไลน์ต่อทักษะและความรู้ของวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นที่ตระหนักเกี่ยวกับความเสี่ยงในโลกออนไลน์จะสามารถปกป้องตนเองได้ดีจากการถูกกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์

อีกหนึ่งด้านที่มีความสำคัญคือการจัดการทางอารมณ์ซึ่งนักศึกษาจะใช้วิธีการควบคุมอารมณ์ของตนเอง โดยวิธีการไม่สนใจ ระบายความโกรธ ไม่พอใจ หรือเพิกเฉยกับการถูกกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง รวมไปถึงการหากิจกรรมที่สนใจและเป็นประโยชน์ทำแทนการคิดเกี่ยวกับเรื่องราวที่ถูกกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ เพื่อให้เกิดความสบายใจ รวมทั้งวิธีการมองโลกในทางบวก และวิธีการเรียนรู้แนวคิดที่ดีจากประสบการณ์การถูกกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Coyne et al., (2021) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการจัดการอารมณ์ในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยในสหรัฐอเมริกา พบว่า นักศึกษาที่มีทักษะในการจัดการอารมณ์ เช่น การควบคุมความโกรธสามารถลดผลกระทบทางจิตใจจากการถูกกลั่นแกล้งทางออนไลน์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยนักศึกษาที่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีมีแนวโน้มที่จะไม่แสดงปฏิกิริยาตอบโต้ในทางลบซึ่งช่วยลดโอกาสที่จะเกิดปัญหาตามมาได้ การวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่าการพัฒนาทักษะในการจัดการอารมณ์เป็นกลยุทธ์สำคัญในการช่วยนักศึกษาเผชิญกับการกลั่นแกล้งทางออนไลน์ได้อย่างเหมาะสม

ในด้านการจัดการแบบมุ่งไปที่ปัญหาเป็นอีกหนึ่งองค์ประกอบที่สำคัญ นักศึกษาจะใช้วิธีการมุ่งแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา โดยใช้วิธีการส่งข้อความแบบสุภาพ หรือการอธิบายเหตุผลที่ดีให้กับผู้ที่รังแก เพื่อถามสาเหตุของการกลั่นแกล้งทางออนไลน์ที่เกิดขึ้น ถึงแม้ว่าการกลั่นแกล้งเหล่านั้นจะเกิดขึ้นจากความเข้าใจผิด รวมไปถึงวิธีการกล่าวคำขอโทษ และวิธีการยืนยันความบริสุทธิ์ว่าตนเองไม่ได้ทำอะไรผิด สอดคล้องกับงานวิจัยของ กรรณิการ์ พันทอง (2563) โดยสัมภาษณ์กลุ่มนักศึกษาเกี่ยวกับลักษณะของกลวิธีการจัดการของวัยรุ่นที่ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลแบบการมุ่งจัดการกับปัญหา พบว่า เมื่อนักศึกษาถูกกลั่นแกล้งจะตอบสนองโดยใช้กระบวนการทางความคิด

ความสามารถศักยภาพของตนเองมาสำรวจสาเหตุของปัญหา เพื่อนำไปสู่การวางแผนและดำเนินการแก้ไขปัญหา ทำให้สถานการณ์ที่ต้องเผชิญอยู่ดีขึ้น เป็นกลยุทธ์ที่ได้รับการประเมินว่ามีประสิทธิภาพ นักศึกษาที่สามารถจัดการกับปัญหาโดยตรงและมีแนวโน้มที่จะลดการเกิดปัญหาซ้ำในอนาคต นอกจากนี้ ด้านการสนับสนุนทางสังคมเป็นองค์ประกอบที่นักศึกษาใช้งานน้อยที่สุด ทั้งนี้จะเนื่องมาจาก นักศึกษาไม่ขอความช่วยเหลือหรือขอคำแนะนำในการแก้ไขปัญหาที่ถูกต้อจากผู้ที่เกี่ยวข้อง ด้วยเหตุผลหลายประการ เช่น ความอาย รู้สึกว่าตนเองควรจัดการกับปัญหาเอง หรือไม่อยากถูกมองว่าเป็นคนฟ้องที่อาจทำให้ผู้อื่นมองตนเองแย่ลง การให้การส่งเสริมเกี่ยวกับวิธีการขอความช่วยเหลือจากคนใกล้ชิด เช่น เพื่อน พ่อแม่ ครู อาจารย์ หรือผู้เชี่ยวชาญ เพื่อสนับสนุนการหาทางออกในการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ให้กับกลุ่มนักศึกษาจึงมีความสำคัญ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Heiman and Olenik (2020) พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ครอบครัว หรือกลุ่มชุมชนออนไลน์มีแนวโน้มที่จะสามารถรับมือกับการกลั่นแกล้งทางออนไลน์ได้ดีกว่า เนื่องจากการมีเครือข่ายสังคมที่มีความเข้มแข็งช่วยลดความรู้สึกโดดเดี่ยวและเพิ่มความมั่นใจในการเผชิญกับปัญหาต่างๆ ได้ การเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์นั้นไม่เพียงแต่ต้องอาศัยความรู้ทางเทคโนโลยี แต่ยังต้องอาศัยการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ และการสนับสนุนจากสังคมเพื่อให้ผู้เผชิญปัญหาสามารถจัดการกับสถานการณ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาการศึกษาวิธีการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

#### 1. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย

1.1 ในด้านการสนับสนุนทางสังคมที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด บุคลากรหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรสร้างการตระหนักถึงความสำคัญของการขอความช่วยเหลือจากบุคคลใกล้ชิดหรือผู้เชี่ยวชาญที่จะส่งผลให้นักศึกษาสามารถรับมือกับการกลั่นแกล้งทางโลกออนไลน์ได้ทันทั่วทั้ง และมีแนวทางในการรับมือกับปัญหาที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น

1.2 ผู้บริหารหน่วยงานหรือมหาวิทยาลัยผู้บริหารควรนำข้อมูลผลการวิจัยไปวิเคราะห์วางแผนในการพัฒนานักศึกษาในแต่ละคณะ เพื่อให้ นักศึกษาตระหนักและมีแนวทางการรับมือกับปัญหาการกลั่นแกล้งทางโลกออนไลน์ได้อย่างเป็นรูปธรรม

#### 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ผู้ที่สนใจควรมีการขยายผลการวิจัยไปพัฒนาแบบคัดกรองในเรื่องการเผชิญปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ไปในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น กลุ่มเด็กนักเรียนในช่วงชั้นต่างๆ หรือในกลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มผู้สูงอายุ เป็นต้น

2.2 ผู้ที่สนใจควรสร้างเครื่องมือเชิงจิตวิทยาที่เน้นการส่งเสริมแนวทางป้องกันและการช่วยเหลือผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ เช่น แอปพลิเคชันในการให้ความรู้ หรือช่องทางในการขอความช่วยเหลือเมื่อพบกับปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตในระยะยาวต่อไป

### บรรณานุกรม

กรรณิการ์ พันทอง. (2563). การเสริมสร้างความยืดหยุ่นทางจิตใจและกลวิธีการจัดการของวัยรุ่นที่ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลโดยใช้การให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวคิดการปรับความคิดโดยใช้สติเป็นฐาน (ดุษฎีนิพนธ์ ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์). สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ชัยภูมรณ์ พรหมนอก, สุพร อภินันท์เวช และวิมลทิพย์ มุสิกพันธ์. (2562). การศึกษาเชิงคุณภาพเรื่องพฤติกรรม การชมเชยร้งแก่กันบนโลกไซเบอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 โรงเรียนในสังกัด กรุงเทพมหานคร. *วารสารพยาบาลสาธารณสุข*, 33(1), 20-39.
- วัชรพงษ์ ศรีสุข และปัทมนันท์ ปุณศรีพิพัฒน์. (2567). การระรานทางไซเบอร์: มุมมองของนักศึกษาผู้ถูกระราน และปฏิบัติการในการรับมือ. *วารสารวิจัยสังคมและปริทัศน์*, 47(2), 1-19.
- สุภาวดี เจริญวานิช. (2560). การร้งแก่กันผ่านพื้นที่ไซเบอร์: ผลกระทบและการป้องกันในวัยรุ่น. *วารสาร วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*, 25(4), 639-648.
- Altundağ, Y., & Ayas, T. (2020). Effectiveness of the whole school-based program for equipping high school counselors with strategies of coping with cyberbullying and cyberbullying awareness. *Education and Science*, 45(201), 109–123.
- Chen, Q., Lu, Z., Liu, B., Xiao, Q., Zhu, Y., & Chan, K. L. (2024). Validation of the Chinese version of the coping strategies for victims of cyberbullying scale. *BMC Psychology*, 12, 259.
- Coyne, S. M., Padilla-Walker, L. M., & Howard, E. (2021). Emotion regulation as a moderator in the relation between cyberbullying and mental health outcomes among university students. *Journal of Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(2), 123-130.
- DQ Institute. (2023). *2023 Child Online Safety Index report*. Retrieved from <https://www.dqinstitute.org/child-online-safety/>
- Gavcar, E. G., Büber, A., & Şenol, H. (2024). Adolescents' methods for coping with cyberbullying. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 31(1), 55-61.
- Heiman, T., & Olenik-Shemesh, D. (2020). Social-emotional profile of children with and without learning disabilities: The relationships with perceived loneliness, self-efficacy and well-being. *International journal of environmental research and public health*, 17(20), 7358.
- kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2017). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073–1137.
- Lemeshow, S., Hosmer, D. W., Jr., Klar, J., & Lwanga, S. K. (1990). *Adequacy of sample size in health studies* (pp. 1-5). John Wiley & Sons.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., & Tippett, N. (2018). Cyberbullying: Its nature and impact on secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376–385.
- Trizano-Hermosilla, I., & Alvarado, J. M. (2016). Best alternatives to Cronbach's alpha reliability in realistic conditions: Congeneric and asymmetrical measurements. *Frontiers in Psychology*, 7, 769.
- UNICEF. (2020). *Cyberbullying: What is it and how to stop it*. Retrieved from <https://www.unicef.org>
- Wang, X., Yang, J., Wang, P., & Lei, L. (2019). Study of the influencing factors of cyberbullying among Chinese college students incorporated with digital citizenship: From the perspective of individual students. *Frontiers in Psychology*, 10, 1103.
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An introductory analysis* (3rd ed.). Harper & Row.
- Yurdakul, Y., & Ayhan, A. B. (2023). The effect of the cyberbullying awareness program on adolescents' awareness of cyberbullying and their coping skills. *Current Psychology*, 42, 24208–24222.