

อินเทอร์เน็ตปลอดภัย ในโรงเรียน



อินเทอร์เน็ตปลอดภัยในโรงเรียน

โครงการ “ขับเคลื่อนงานคุ้มครองเด็กจากภัยออนไลน์”

สนับสนุนโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ผู้เขียนและรวบรวมข้อมูล: ดร.ศรिता ตันทะอธิพานิช

กราฟฟิก: สุพิชฌาย์ ชัยธัมมะปกรณ์

ปก: สุณิษา ชูรุ่ง

พิมพ์ครั้งที่ 1:

พฤศจิกายน 2563 จำนวน 500 เล่ม

ISBN: 978-616-91305-6-7

พิมพ์ที่: บริษัท ทีเอส พรินติ้ง มีเดีย จำกัด

517 ถนนพระรามที่ 2 ซอย 43 แขวงบางมด

เขตจอมทอง กรุงเทพฯ 10150

เบอร์โทรติดต่อ 0-2870-0780

จัดทำโดย: มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย

ห้อง 3c15 ชั้น 3 เลขที่ 723 อาคารศุภาคาร

ถนนเจริญนคร แขวงคลองตันไทร เขตคลองสาน กรุงเทพฯ 10600

โทรศัพท์: 0-2860-1358 โทรสาร: 0-2860-3437

เว็บไซต์: www.inetfoundation.or.th

คำนำ

โรงเรียนเป็นสถานที่หลักแห่งหนึ่งที่เด็ก ๆ ได้เรียนรู้การใช้งานคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต จึงควรเป็นที่ปลูกฝังพฤติกรรมการใช้งานที่ดี ได้แก่ การใช้อย่างปลอดภัย สร้างสรรค์ และรู้เท่าทัน สมัยนี้ใช้คำว่า ความฉลาดทางดิจิทัล หรือ DQ – Digital Intelligence Quotient ซึ่งประกอบด้วยทักษะ 8 ด้าน ได้แก่ การดูแลรักษาตัวตนและชื่อเสียงบนโลกออนไลน์ การบริหารจัดการเวลาใช้งานอย่างพอเหมาะพอดี สามารถรับมือกับภัยคุกคามทางออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการกลั่นแกล้งระราน การละเมิดทางเพศ ขวาลวงข่าวปลอมต่าง ๆ การจัดการระบบรักษาความมั่นคงปลอดภัยของอุปกรณ์และข้อมูล การตระหนักรู้อารมณ์ตนเองและเข้าใจเห็นใจผู้อื่นบนโลกออนไลน์ การใช้สื่อดิจิทัลติดต่อสื่อสารด้วยความสร้างสรรค์และตระหนักรู้เรื่องรอยเท้าบนโลกดิจิทัล (Digital Footprint) คือไม่ว่าจะทำอะไรไว้ในโลกออนไลน์ก็จะทิ้งร่องรอยหลักฐานไว้เสมอ การรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศ คือการคิดวิเคราะห์แยกแยะถูกผิดจริงเท็จ การตรวจสอบและประเมินคุณค่าของเนื้อหาข้อมูลก่อนที่จะเชื่อหรือแชร์ และข้อสุดท้ายคือการเคารพความเป็นส่วนตัว ลิขสิทธิ์ และทรัพย์สินทางปัญญา

การสอนเด็กให้ใช้สื่อดิจิทัลหรือท่องโลกออนไลน์ จึงไม่ใช่เพียงการสอนให้เขารู้จักคลิกใช้แอปพลิเคชันต่าง ๆ เข้าถึงเนื้อหาข้อมูล หรือทำสิ่งที่ต้องการได้ดังใจเท่านั้น แต่ยังหมายรวมถึงการใช้งานอย่างรอบคอบระมัดระวัง ไม่ตกเป็นเหยื่อของเทคโนโลยีหรือผู้ที่ไม่ประสงค์ดี และเมื่อเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์แล้วก็ต้องสามารถจัดการหรือร้องขอความช่วยเหลือได้อย่างถูกต้องเหมาะสม รวมทั้งต้องไม่ใช้ความสามารถทางดิจิทัลของตนเองในการละเมิดหรือทำร้ายผู้อื่น

ครูและโรงเรียน นอกจากจะจัดหาเทคโนโลยีดิจิทัลออนไลน์ให้เด็กนักเรียนใช้แล้ว จึงมีหน้าที่ต้องเสริมสร้างทักษะรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล ให้กับเด็ก ๆ และครอบครัว ทั้งนี้เพื่อให้ทางบ้านได้ช่วยกันดูแลบุตรหลานในยุคที่โทรศัพท์มือถือและอินเทอร์เน็ตเป็นปัจจัยที่ 5 ของทุกคนดังเช่นทุกวันนี้ โรงเรียนยังต้องทำงานร่วมกับสหวิชาชีพในกระบวนการคุ้มครองเด็ก เมื่อเด็กตกเป็นเหยื่อของการทารุณกรรมหรือได้รับผลกระทบจากการใช้สื่อออนไลน์อีกด้วย

หวังว่าแนวทางส่งเสริม อินเทอร์เน็ตปลอดภัยในโรงเรียน ฉบับนี้ จะมีสาระความรู้ให้ครูและผู้ดูแลเด็กได้นำไปใช้ในการจัดสภาพแวดล้อมการใช้งานที่เหมาะสม และเสริมสร้างภูมิคุ้มกันภัยออนไลน์ให้กับเด็กและเยาวชน รวมถึงเป็นแนวทางในการทำงานร่วมกับพ่อแม่ผู้ปกครองและหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ในการดูแลเด็กและเยาวชนที่ใช้สื่อออนไลน์

มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย

พฤศจิกายน 2563

สารบัญ

บทนำ	6
บทที่ 1 สื่อออนไลน์กับผลกระทบต่อสุขภาพ ภาวะ กาย จิต และสังคม	11
พฤติกรรมเนือยนิ่ง	11
โรคติดอินเทอร์เน็ต	12
โรคติดเกม	12
โรควุ่นในตาเสื่อม	20
โรคติดพนัน	20
การพนันทำลายสมอง	21
โรคติดโทรศัพท์มือถือ	23
การใช้สื่อออนไลน์สู่การฆ่าตัวตาย	24
ภาวะซึมเศร้าจากเฟซบุ๊ก	25
การล่อลวงเด็กเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศ	27
การแบล็กเมลทางเพศ	28
การเข้าถึงสื่อลามกอนาจารและทารุณกรรมทางเพศ	32
การกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์	32
ความรุนแรงในสื่อ	35
สื่อกับความเครียดและความขัดแย้ง	35
ภัยและความเสี่ยงอื่น ๆ	37
บทที่ 2 บทบาทของครูและโรงเรียน	41
นโยบายการใช้งานอินเทอร์เน็ต	41
พ.ร.บ.ว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์	43
แนวทางปฏิบัติเมื่อเด็กถูกลั่นแกล้งรังแกหรือละเมิด	45
กรณีเด็กเป็นผู้กระทำ	45
กรณีเด็กเป็นผู้ถูกกระทำ	46
กรณีผู้กลั่นแกล้งรังแก/ละเมิด ไม่ได้อยู่ในสถานศึกษา	48
แอปพลิเคชันฮีโร่	49
การสร้างการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy)	51
ความฉลาดทางดิจิทัล (DQ – Digital Intelligence Quotient)	54

บทที่ 3 บทบาทของพ่อแม่ผู้ปกครอง	56
บุคคลแวดล้อมเด็กในการเฝ้าระวังและรับทราบเหตุ	57
กรณีกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์	59
สัญญาเตือนภัย	59
การพูดคุยสอบถาม	59
วิธีปฏิบัติเมื่อลูกถูกกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์	59
กรณีการละเมิดทางเพศออนไลน์	63
สัญญาเตือนภัย	63
การพูดคุยสอบถาม	63
ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับเด็กที่ถูกละเมิดทางเพศ	64
วิธีปฏิบัติเมื่อลูกถูกละเมิดทางเพศออนไลน์	65
การดูแลจิตใจเด็กที่ถูกทำร้าย	68
วิธีป้องกันเพื่อไม่ให้ลูกตกเป็นเหยื่อ	68
วิธีสอนให้ลูกป้องกันตัวเอง	68
ทักษะป้องกันตัวที่ควรสอนเด็ก	70
อายุเด็กที่เหมาะสมกับการใช้สื่อ	70
การเลี้ยงลูกยุคดิจิทัล	73
บทที่ 4 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกฎหมาย	75
กฎหมายว่าด้วยการกระทำอนาจาร	75
กฎหมายว่าด้วยสื่อลามกอนาจารเด็ก	76
กฎหมายว่าด้วยการข่มขู่แบล็กเมล	77
กฎหมายว่าด้วยการกลั่นแกล้งทางร่างกาย	77
กฎหมายว่าด้วยการหมิ่นประมาท	77
พระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก พ.ศ. 2546	78
ขั้นตอนการแจ้งความ	79
ขั้นตอนการสืบสวนสอบสวน	80
หลักปฏิบัติในการซักถามเด็ก	80
หน่วยงานรับแจ้ง/ช่วยเหลือ	82
บทขอบคุณ	95
บรรณานุกรม	97

บทนำ

ในปี 2561 สำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจดิจิทัล เผยผลสำรวจพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนไทยที่มีอายุระหว่าง 8-12 ปี จำนวน 1,300 คนทั่วประเทศ ผ่านแบบสำรวจออนไลน์ DQ Screen Time Test ร่วมกับกลุ่มตัวอย่างเด็กอื่น ๆ จากทั่วโลกทั้งสิ้น 37,967 คน พบว่า เด็กไทยมีโอกาสเสี่ยงภัยออนไลน์ร้อยละ 60 ในขณะที่ฟิลิปปินส์ ร้อยละ 73 อินโดนีเซีย ร้อยละ 71 เวียดนาม ร้อยละ 68 สิงคโปร์ ร้อยละ 54 ในขณะที่ค่าเฉลี่ยของโลกอยู่ที่ร้อยละ 56 เด็กไทยใช้เวลากับหน้าจอท่องอินเทอร์เน็ต 35 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ซึ่งสูงกว่าค่าเฉลี่ยโลกถึง 3 ชั่วโมง โดยเข้าถึงอินเทอร์เน็ตผ่านสมาร์ทโฟนสูงสุดร้อยละ 73 ในส่วนของภัยออนไลน์หรือปัญหาจากการใช้ชีวิตในยุคดิจิทัลของเด็กไทยที่พบมากที่สุดมี 4 ประเภท คือ (1) กลั่นแกล้งรังแกทางออนไลน์ ทั้งด่ากันด้วยข้อความหยาบคาย ตัดต่อภาพ ร้อยละ 49 (2) เข้าถึงสื่อลามกและพูดคุยเรื่องเพศกับคนแปลกหน้าในโลกออนไลน์ ร้อยละ 19 (3) ติดเกม ร้อยละ 12 และ (4) ถูกล่อลวงออกไปพบคนแปลกหน้า ร้อยละ 7

ในช่วง COVID-19 ผลสำรวจนักเรียนชั้นมัธยมต้นถึงมัธยมปลายในประเทศญี่ปุ่น ในช่วงที่เด็กหยุดเรียนนานกว่าปกติ ใช้เวลาอยู่กับอินเทอร์เน็ตและเกมออนไลน์ จำนวน 8,464 คน พบว่า เด็ก ม.ปลาย ใช้เวลาอยู่กับสมาร์ทโฟนเพิ่มขึ้นร้อยละ 71 ส่วน เด็ก ม.ต้น พบว่า ใช้เวลาเพิ่มขึ้นร้อยละ 72 ส่วนใหญ่ถึงร้อยละ 80 ใช้ดูคลิปวิดีโอบน YouTube ร้อยละ 40-50 ใช้แอปพลิเคชันในการเล่นเกมนออนไลน์

ผลสำรวจสถานการณ์เด็กไทยกับภัยออนไลน์ ปี 2562 โดย มูลนิธิอินเทอร์เน็ตเพื่อร่วมพัฒนาไทย ร่วมกับศูนย์ประสานงานขับเคลื่อนการส่งเสริมและปกป้องคุ้มครองเด็กและเยาวชนในการใช้สื่อออนไลน์ (COPAT - Child Online Protection Action Thailand) ภายใต้ กรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ซึ่งมีกลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กอายุ 6-18 ปี จำนวน 15,318 คน พบว่า เด็กร้อยละ 39 ใช้อินเทอร์เน็ต 6-10 ชั่วโมงต่อวัน ร้อยละ 38 เล่นเกมออนไลน์มากกว่า 3 ชั่วโมงต่อวัน ซึ่งการใช้มากเกินไป เสี่ยงต่อการเสพติดเกมและอินเทอร์เน็ต เป็นปัญหาทางสุขภาพจิต เด็ก 1 ใน 3 เคยถูกกลั่นแกล้งรังแกทางออนไลน์ เพศทางเลือกโดนมากที่สุด คือ 1 ใน 2 เด็กร้อยละ 40 ไม่ได้บอกใครเกี่ยวกับเรื่องที่โดนกลั่นแกล้ง สร้างความทุกข์ เกือบกอด หดหู่ บาดแผลทางใจให้กับเด็ก ส่งผลเสียต่อร่างกาย ทำให้ออนไม่หลับ เจ็บป่วยเรื้อรัง เป็นโรคหวัดระแวง อาจนำไปสู่ปัญหาติดเหล้าหรือใช้สารเสพติด ทำร้ายตัวเองถึงคิดฆ่าตัวตายได้

เด็กร้อยละ 74 เข้าถึงสื่อลามกอนาจารทางออนไลน์ ร้อยละ 50 เคยเห็นสื่อลามกอนาจารเด็ก ได้แก่ ภาพหรือวิดีโอเด็กในท่าทางยั่วยุอารมณ์เพศ การร่วมเพศระหว่างเด็กกับเด็กหรือเด็กกับผู้ใหญ่ เด็กร้อยละ 6 เคยครอบครองและเผยแพร่สื่อลามกอนาจารเด็ก ซึ่งเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย เด็กร้อยละ 2 ยอมรับว่าเคยบันทึกภาพหรือวิดีโอตนเองในลักษณะลามกอนาจารแล้วส่งให้คนอื่นด้วย

เด็กร้อยละ 25 (3,892 คน) ที่ตอบแบบสอบถาม ยอมรับว่าเคยนัดพบกับเพื่อนออนไลน์ ซึ่งเมื่อไปตามนัด 199 คน ถูกเพื่อนที่นัดพบพูดจาล้อเลียน ดูถูก ทำให้เสียใจ 80 คน ถูกหลอกให้เสียเงินหรือเสียทรัพย์สินอื่น ๆ 73 คน ถูกละเมิดทางเพศ 67 คน ถูกทุบตีทำร้ายร่างกาย และ 50 คน ถูกถ่ายภาพหรือคลิปวิดีโอแล้วนำไปประจาน และ/หรือ ชมข่มขู่เรียกเงิน

ข้อมูลจากสายด่วนอินเทอร์เน็ตไทยฮอตไลน์ (www.thaihotline.org) โดย มูลนิธิอินเทอร์เน็ต
ร่วมพัฒนาไทย ระบุจำนวนสื่อลามกอนาจารและการละเมิดทางเพศเด็กออนไลน์เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง
จากปี 2560 ได้รับแจ้ง 1,421 รายการ เพิ่มขึ้นเป็น 4,223 รายการในปี 2561 และในปี 2562 ได้รับแจ้ง
มากถึง 7,921 รายการ ทั้งยังพบการละเมิดทางเพศเด็กออนไลน์รูปแบบใหม่ ๆ เช่น การหลอกถ่าย
โฆษณาสินค้าที่เด็กต้องเปิดเผยเนื้อตัว หลอกว่าเป็นโมเดลลิ่งจัดหารางานแบบนายแบบเข้าวงการ
หลอกให้เปิดกล้องถ่ายทอสดสดโชว์หวิวแล้วบันทึกภาพเอาไว้ข่มขู่แบล็กเมล คบกับแม่เพื่อหวังละเมิด
ทางเพศลูก เป็นต้น

การสำรวจสถานการณ์เด็กไทยกับภัยออนไลน์ ปี 2563 ระหว่างเดือน พฤษภาคม - กรกฎาคม 2563
ของ มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย ร่วมกับ COPAT กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กมัธยมศึกษา อายุ 12-18 ปี
จำนวน 14,945 คน พบว่า เด็กร้อยละ 89 เชื่อว่า ในโลกออนไลน์ มีภัยอันตรายหรือความเสี่ยงต่าง ๆ ร้อยละ
61 เชื่อว่า เมื่อเผชิญภัยหรือความเสี่ยงภัยออนไลน์ สามารถจัดการแก้ไขปัญหาได้ด้วยตัวเอง
ร้อยละ 83 เชื่อว่า เมื่อเผชิญภัยหรือความเสี่ยงภัยออนไลน์ สามารถแนะนำช่วยเหลือเพื่อนได้

เด็กยังมีความเสี่ยงในการเข้าถึงข้อมูลที่ผิดกฎหมายทางออนไลน์ โดยเว็บไซต์หรือเนื้อหาข้อมูลที่เด็ก
เข้าถึงมากที่สุด 4 อันดับแรก คือ ความรุนแรง ร้อยละ 49 การพนัน ร้อยละ 22 สื่อลามกอนาจาร ร้อยละ 20
และสารเสพติด ร้อยละ 16

สำหรับพฤติกรรมเสี่ยงภัยออนไลน์ 6 อันดับแรกของเด็ก คือ ซื้อสินค้าจากร้านค้าออนไลน์ที่ไม่รู้จัก
ร้อยละ 44 รับคนแปลกหน้าเป็นเพื่อน ร้อยละ 39 ใส่ข้อมูลส่วนตัวบนสื่อโซเชียลมีเดีย ร้อยละ 26 การแชร์
ข้อมูลข่าวสารโดยไม่ได้ตรวจสอบ และ นำข้อมูล/ภาพ/เสียงมาใช้โดยไม่ได้อุญาตหรืออ้างอิงแหล่งที่มา
ร้อยละ 24 เท่ากัน และ เข้าถึงสื่อลามกอนาจารออนไลน์ ร้อยละ 14

เด็กใช้อินเทอร์เน็ต 3-5 ชม.ต่อวัน ร้อยละ 26 พอๆ กับกลุ่มที่ใช้ 5-8 ชม.ต่อวัน ในขณะที่มีเด็กร้อยละ
15 ใช้ 8-10 ชม.ต่อวัน และร้อยละ 22 ใช้มากกว่า 10 ชม.ต่อวัน

เมื่อสอบถามช่องทางการใช้อินเทอร์เน็ต เด็กร้อยละ 81 ใช้อินเทอร์เน็ตผ่านแท็บเล็ตหรือสมาร์ทโฟน
โดยใช้เพื่อการพักผ่อนหรือความบันเทิงเป็นวัตถุประสงค์หลัก ร้อยละ 61

เด็กร้อยละ 76 หรือ 11,384 คน เล่นเกมออนไลน์ ซึ่งเมื่อมีคำถามที่ลึกซึ้ง พบข้อมูลที่น่าสนใจ คือ
เด็กร้อยละ 30 เล่นเกม 3-10 ชม.ต่อวัน และมีเด็กร้อยละ 5 เล่นเกมมากกว่า 10 ชม.ต่อวัน ร้อยละ 10 บอก
ว่ามีการพนันในเกมที่เล่น และร้อยละ 34 เต็มเงินซื้อของในเกม เมื่อสอบถามเรื่องผลของการเล่นเกม เด็กร้อย
ละ 43 ยอมรับว่า สนใจทำกิจกรรมอย่างอื่นน้อยลงมาก ร้อยละ 20 บอกว่า การเรียนแยลงมาก และ ร้อยละ
13 บอกว่า ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวแยลงมาก ในขณะที่เมื่อสังเกตพฤติกรรมตนเอง ร้อยละ 45
พบว่า มักเล่นเกมเกินเวลาที่ได้รับอนุญาตหรือเกินเวลาที่ตั้งใจไว้ ร้อยละ 34 มักอารมณ์เสียเวลาไม่มีใครมาบอก
ให้เลิกเล่นเกม ร้อยละ 26 บอกว่า คนรอบตัวเห็นว่าเด็กมีพฤติกรรมบางอย่างเปลี่ยนไป เช่น หงุดหงิด
ขี้รำคาญ หัวร้อน ใช้ภาษาหยาบคาย ฯลฯ ในขณะที่เด็ก ร้อยละ 35 บอกว่า ถูกคนรอบตัวมองว่า “ติดเกม”

เด็ก 2,282 คน มีประสบการณ์โดนกลั่นแกล้งรังแกทางออนไลน์หรือการระรานทางไซเบอร์ (Cyber Bullying) โดยถูกเรียกด้วยถ้อยคำหยาบคาย ดูหมิ่น มากที่สุด คือ ร้อยละ 69 รองลงมาคือ ถูกด่าทอ ให้ร้าย ใส่ความ ร้อยละ 44 ตามด้วยการถูกต่อต้าน กีดกันออกจากกลุ่มเพื่อนหรือสังคม ร้อยละ 22 ถูกนำเรื่องส่วนตัว หรือความลับไปเผยแพร่ ร้อยละ 21 ถูกข่มขู่คุกคาม ร้อยละ 16 ถูกข่มขู่คุกคาม ร้อยละ 16 และ ถูกตัดต่อ รูปภาพ คลิปวิดีโอ ในทางเสื่อมเสีย ร้อยละ 9 เด็ก ร้อยละ 8 ของกลุ่มตัวอย่าง ยังเคยกลั่นแกล้งระรานคนอื่น ทางออนไลน์ด้วย

เด็ก 2,573 คน หรือ ร้อยละ 17 ของกลุ่มตัวอย่าง เคยมีประสบการณ์เพื่อนรุ่นพี่หรือคนอื่นที่อายุ มากกว่าเข้ามาพูดคุยเรื่องเพศที่ไม่เหมาะสม ส่งภาพ/วิดีโอ/สื่อลามกอนาจาร เช่น ภาพเปลือยหน้าอก กั้น อวัยวะเพศ การร่วมเพศ สำเร็จความใคร่ โชว์ลามก การข่มขืนกระทำชำเรา ฯลฯ เมื่อได้รับการติดต่อพูดคุย ด้วยเรื่องดังกล่าว เด็ก ร้อยละ 16 พูดคุยต่อ เพราะคิดว่าไม่ใช่เรื่องเสียหายที่จะเรียนรู้เรื่องเพศ

เด็ก 641 คน (ร้อยละ 4 ของกลุ่มตัวอย่าง) เคย บันทึก (save) หรือ ดาวน์โหลด (download) สื่อลามกอนาจารเด็ก (ต่ำกว่า 18 ปี) มาเก็บไว้ในเครื่องคอมพิวเตอร์/โทรศัพท์มือถือ/อุปกรณ์จัดเก็บข้อมูล หรือพื้นที่ส่วนตัวบนอินเทอร์เน็ต และ เด็กกลุ่มนี้มากถึง ร้อยละ 45 เคยส่ง (send) ส่งต่อ (forward) หรือ แบ่งปัน (share) สื่อลามกอนาจารเด็ก ที่ได้มา ให้กับเพื่อนหรือคนอื่นทางออนไลน์

เด็ก 174 คน บอกว่า เคยถ่ายภาพหรือวิดีโอตนเอง ในลักษณะเปลือยหรือลามกอนาจาร และ เด็ก กลุ่มนี้มากถึงร้อยละ 43 เคยส่ง (send) หรือแบ่งปัน (share) ภาพหรือวิดีโอ นั้นไปให้เพื่อนหรือคนอื่น ซึ่งนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ไม่พึงประสงค์ ได้แก่ มีคนนำภาพหรือวิดีโอ นั้นมาข่มขู่เรียกเงิน เรียกภาพ/วิดีโอเพิ่ม (ร้อยละ 32) ภาพหรือวิดีโอ นั้นถูกนำไปเผยแพร่ ทำให้อับอาย ได้รับผลกระทบ (ร้อยละ 28) มีคนติดต่อมาขอนัด พบหรือซื้อบริการทางเพศ (ร้อยละ 18)

ข้อมูลส่วนตัว 5 อันดับแรก ที่เด็กมักเปิดเผยกับเพื่อนที่เพิ่งรู้จักกันทางออนไลน์ ได้แก่ ชื่อ นามสกุล ชื่อเล่น ตามด้วย ข้อมูลความชอบส่วนตัว เช่น อาหารที่ชอบกิน สถานที่ที่ชอบไป กิจกรรมยามว่าง ที่ชอบทำ ชื่อ ที่อยู่ โรงเรียน ภาพถ่าย และ หมายเลขโทรศัพท์มือถือ

เด็ก 4,338 คน (ร้อยละ 29 ของกลุ่มตัวอย่าง) คิดว่า เมื่อติดต่อพูดคุยกับเพื่อนที่รู้จักกันทางออนไลน์ สักระยะหนึ่ง ก็ถึงเวลานัดพบกันจริง ๆ ได้ โดยมีร้อยละ 7 ที่ตอบว่า 1 สัปดาห์ทางออนไลน์ก็เพียงพอแล้วที่จะ นัดเจอกัน ซึ่งเด็ก 2,461 คน ที่ตอบแบบสอบถาม ระบุว่า เคยนัดพบกับเพื่อนออนไลน์ ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา อย่างน้อย 1 ครั้ง โดยมีร้อยละ 19 ที่บอกว่ามีการนัดพบมากกว่า 10 ครั้งแล้ว

เมื่อสอบถามเพิ่มเติมว่า เมื่อไปตามนัดแล้ว เกิดอะไรขึ้นบ้าง ร้อยละ 38 ถูกพูดจาล้อเลียน ดูถูก ทำให้ เสียใจ ร้อยละ 12 ถูกหลอกเอาทรัพย์สินเงินทอง ร้อยละ 4 ถูกขู่ข่มขู่ ทำร้ายร่างกาย ร้อยละ 3 ถูกทำอนาจาร ละเมิดทางเพศ เด็ก ร้อยละ 2 ถูกถ่ายภาพ/คลิปวิดีโอ เอาไปประจาน

ปัญหาด้านสุขภาพกายที่เห็น คือ เด็กติดจอ ติดอินเทอร์เน็ต ขาดโทรศัพท์มือถือไม่ได้ ทำให้มี พฤติกรรมเนือยนิ่ง เป็นโรคอ้วน นิ้วล็อก สายตาเสื่อม ปวดคอ ฯลฯ บางรายเครียดจากการใช้โซเชียลหรือ ติดตามข่าวสารออนไลน์มากเกินไป ปัญหาทางสุขภาพจิตที่พบมากขึ้น คือ เด็กติดเกม เลียนแบบพฤติกรรม

รุนแรงในวิดีโอเกม บางเกมมีการเล่นพนัน ทั้งพนันในตัวเกมและผู้เล่นเดิมพันกันเอง เว็บไซต์พนันบอลออนไลน์ทำให้เด็กและเยาวชนเข้าถึงการพนันมากขึ้น นักพนันหน้าใหม่อายุน้อยลง การติดพนันก่อปัญหาหนี้สิน ความเครียด ปัญหาอาชญากรรมหาเงินมาจ่ายหนี้พนัน ส่งผลกระทบต่อชีวิตในด้านอื่น ๆ เว็บไซต์ที่มีเนื้อหาผิดกฎหมายหรือเป็นอันตรายจำนวนมากที่เด็กและเยาวชนสามารถเข้าถึงได้ง่ายด้วยโปรแกรมสืบค้นอย่าง Google เด็กและเยาวชนบางส่วนเป็นผู้ผลิตเนื้อหาผิดกฎหมายเสียเอง เช่น ถ่ายคลิปลามกอนาจาร เสพกัญชา พ่อแม่หรือครูเป็นผู้ละเมิดเด็ก โดยการหยอกล้อ ประจาน นำภาพหรือวิดีโอการละเมิดเด็กเข้าสู่ระบบอินเทอร์เน็ต สำนักข่าวออนไลน์และผู้ใช้อื่น ๆ โพสต์ทวีปักษ์วิจารณ์โดยใช้ถ้อยคำรุนแรง ข้ำร้ายยังแชร์ต่อไปในวงกว้าง ที่กล่าวมาแล้วนั้น เป็นภัยคุกคามต่อเด็กและเยาวชนที่ต้องการมาตรการจัดการดูแลอย่างเร่งด่วน และมีประสิทธิภาพ พ่อแม่ผู้ปกครองและครูมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการป้องกัน ฝ้าระวัง และรายงานเหตุ เนื่องจากเป็นผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับเด็ก เป็นคนกลุ่มแรก ๆ ที่น่าจะรับรู้ปัญหาได้เร็ว ซึ่งก็จะต้องทำงานประสานเชื่อมโยงกับสาขาวิชาชีพและหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อทำการช่วยเหลือเด็กได้ทัน่วงที

อินเทอร์เน็ตปลอดภัยในโรงเรียน ฉบับนี้ จึงถูกพัฒนาขึ้น ด้วยจุดมุ่งหมายเพื่อให้ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับปัญหาสถานการณ์ภัยออนไลน์ต่อเด็กและเยาวชน ผลกระทบที่เกิดขึ้น แนวทางการป้องกันปัญหา ได้แก่ การสร้างการรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล (Media Information and Digital Literacy) ทักษะความฉลาดทางดิจิทัล (DQ – Digital Intelligence Quotient) ให้กับเด็กและเยาวชน การให้ความรู้สร้างความเข้าใจให้กับพ่อแม่ผู้ปกครอง บุคคลแวดล้อมเด็ก องค์กรทำงานกับเด็กและเยาวชน เพื่อการดูแลเด็กและเยาวชนที่ใช้สื่อ การป้องกันฝ้าระวังปัญหา การคุ้มครองเด็กที่ตกเป็นเหยื่อหรือได้รับผลกระทบจากสื่อ ไปจนถึงการประสานส่งต่อเพื่อการช่วยเหลือฟื้นฟูเยียวยาเด็ก และดำเนินการตามขั้นตอนของกฎหมาย (หากมีความจำเป็น)

10 ภัยออนไลน์

1. การกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์ (Cyber Bullying) การที่เด็กถูกล้อเลียน กลั่นแกล้ง แฉ ประจาน ทำให้ อับอาย เสียใจ ถูกกีดกันออกจากกลุ่มเพื่อน
2. การติดตามคุกคามออนไลน์ (Cyber Stalking) การที่เด็กถูกติดตามความเคลื่อนไหวบนโซเชียลมีเดีย เช่น เฟซบุ๊กหรืออินสตาแกรม ถูกติดต่อสื่อสารที่ทำให้รู้สึกหวาดกลัว ถูกคุกคาม รู้สึกไม่ปลอดภัยต่อสวัสดิภาพ
3. การติดต่อเรื่องเพศที่ไม่เหมาะสม (Sexting) การที่เด็กได้รับการติดต่อพูดคุยหรือรับส่งสื่อลามกอนาจารโดยที่ เด็กอาจไม่มีความสนใจ ไม่ได้ต้องการ เด็กมีอายุน้อยเกินไปที่จะคิดหรือสนใจหรือเข้าใจเรื่องเพศ
4. การแบล็กเมลทางเพศ (Sextortion) การที่เด็กถูกข่มขู่เรียกเงินหรือแสวงหาประโยชน์ทางเพศ โดยผู้กระทำ ใช้ภาพหรือวิดีโอทางเพศของเด็กที่หลุดไป
5. การล่อลวงเด็กเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศ (Online Grooming) การที่เด็กถูกผู้ใหญ่ติดต่อพูดคุยสร้างสัมพันธ์ ให้เกิดความไว้วางใจเพื่อเป้าหมายการละเมิดทางเพศเด็ก
6. การเข้าถึงเนื้อหาที่ผิดกฎหมาย/อันตราย เด็กอาจเข้าถึงสื่อลามกอนาจาร การพนัน สารเสพติด อาวุธ ความรุนแรง ลัทธิความเชื่อ ค่านิยมผิด ๆ เด็กอาจเลียนแบบ ครอบครองหรือเผยแพร่เนื้อหาที่ผิดกฎหมาย
7. การเล่นเกมออนไลน์ เช่น พนันบอล การพนันในเกม เช่น การสุ่มซื้อของในเกม บ่อนคาสีออนไลน์ ห่วยเถื่อนต่าง ๆ หากเล่นเกมพนันตั้งแต่อายุน้อยจะทำลายสมองส่วนคิดมีเหตุผลอย่างถาวร
8. เสพติดเกมและอินเทอร์เน็ต การที่เด็กหมกมุ่นเล่นเกมมากเกินไป โดยปราศจากการกำกับดูแลของผู้ปกครอง อาจทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต สูญเสียค่าใช้จ่าย ไม่สนใจการเรียน การเข้าสังคม หรือกิจกรรมอื่น ๆ การใช้เวลาออนไลน์มากเกินไป ติดจอ ล้มเหลวในการลดเวลาออนไลน์ คือเสพติดอินเทอร์เน็ต
9. การใช้สื่อโดยอายุยังไม่ถึงเกณฑ์ การที่พ่อแม่ให้เด็กใช้สื่อออนไลน์เร็วเกินไป ขาดการดูแลชี้แนะ อาจทำให้เกิดผลเสีย เช่น เด็กต่ำกว่า 2 ขวบ จะชน สมาธิสั้น ก้าวร้าว นอนไม่หลับ พัฒนาการล่าช้า เด็กปฐมวัย อาจเลียนแบบพฤติกรรมไม่เหมาะสม ก้าวร้าว หยาบคาย เด็กอายุยังไม่ถึง 13 ขวบ ยังขาดวิจารณญาณในการแยกแยะข่าวสารข้อมูล การเลือกคบเพื่อน อาจนำไปสู่การล่อลวงหรือละเมิดทางเพศได้โดยง่าย
10. การเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมากเกินไป การเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวอาจทำให้เด็กตกอยู่ในอันตราย เช่น ถูกวิพากษ์วิจารณ์ ถูกนำรูปภาพไปตัดต่อให้เสียหาย ถูกนำข้อมูลไปแอบอ้างหรือใช้ในทางที่ไม่เหมาะสม ถูกติดต่อหรือรบกวนจากคนแปลกหน้า เด็กเล็กอาจถูกลักพาตัว หรือถูกนำภาพไปใช้แสวงหาประโยชน์ เช่น เรียกรับเงิน หรือละเมิดทางเพศ

บทที่ 1

สื่อออนไลน์กับผลกระทบต่อสุขภาพ

กาย จิต และสังคม

พฤติกรรมเนือยนิ่ง

ภาวะซึ่เกียจไม่เคลื่อนไหว นิ่งนอนในกิจกรรมต่าง ๆ กลายเป็นพฤติกรรมเนือยนิ่ง (Sedentary behavior) คือ มีอัตราการเผาผลาญในร่างกายน้อยมาก ๆ เป็นภาวะที่เกิดขึ้นได้ง่ายกับคนในยุคนี้ที่ทำงานกับคอมพิวเตอร์หรือคนที่ติดจอ เมื่อทำบ่อย ๆ ร่างกายก็ย่ำแย่ เพราะการเคลื่อนไหวการขยับทำให้กล้ามเนื้อได้ทำงาน เกิดการไหลเวียน เป็นการกระตุ้นทุกระบบ ทั้งเลือด น้ำเหลือง ระบบเส้นประสาท และการทำงานของอวัยวะภายในให้เกิดขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพ



มีงานวิจัยที่ระบุว่า พฤติกรรมเนือยนิ่ง เป็นหนึ่งในปัจจัยเสี่ยงของโรคไม่ติดต่อเรื้อรังต่าง ๆ อาทิ ในผู้ที่อายุ 18 ขึ้นไป มีความสัมพันธ์กับอัตราการตายจาก โรคหัวใจหลอดเลือด โรคเบาหวาน และภาวะของเมตาบอลิซึมซินโดรม หรืออาจเรียกให้เข้าใจง่ายๆ ว่า “โรคอ้วนลงพุง” มีสาเหตุเริ่มต้นจากการใช้ชีวิตที่ไม่เหมาะสม กินอาหารมากเกินไป โดยเฉพาะอาหารที่มีน้ำตาล และไขมันสูง ส่วนเด็กที่อายุไม่เกิน 8 ปี ทำให้เสี่ยงต่อโรคอ้วน ปัญหาความดัน ระดับคอเลสเตอรอล ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ พฤติกรรมการเข้าสังคม และผลการเรียน เป็นต้น

องค์การอนามัยโลก (WHO) แนะนำว่า ถ้าต้องการมีสุขภาพที่ดี ป้องกันโรคไม่ติดต่อทั้งหลายได้ ควรมี “กิจกรรมทางกาย” เป็นเวลาอย่างน้อย 150 นาทีต่อสัปดาห์ หรือการออกกำลังกายอย่างหนักเป็นเวลาไม่ต่ำกว่า 75 นาทีต่อสัปดาห์ ซึ่งการออกกำลังกายนี้สามารถนับรวมจากการทำงาน การเดินทาง และการออกกำลังกายในเวลาพักผ่อนเข้าด้วยกัน โดยสามารถใช้กิจกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น การถูพื้น ทำสวน ยกของ ย้ายของ หรือแม้กระทั่งเดินช้อปปิ้ง มาทำให้สุขภาพแข็งแรงขึ้นได้ โดยไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนชุดกีฬา เพียงแค่ ขยับให้บ่อย ให้นึก และให้มากเพียงพอ

โรคติดอินเทอร์เน็ต



โรคติดอินเทอร์เน็ต (Internet Addiction Disorder) จัดเป็นกลุ่มอาการทางจิตใจอย่างหนึ่ง ซึ่งเกิดจากการใช้อินเทอร์เน็ตในการสพขอมูลหรือชาวสารมากเกินไป อาการของโรคติดอินเทอร์เน็ต ได้แก่

- รู้สึกหมกมุ่นกับอินเทอร์เน็ต แม้ในเวลาที่ไม่ได้ต่อเข้าระบบอินเทอร์เน็ต
- มีความต้องการใช้อินเทอร์เน็ตเป็นเวลานานขึ้นอยู่เรื่อย ๆ
- ไม่สามารถควบคุมการใช้อินเทอร์เน็ตได้
- รู้สึกหงุดหงิดเมื่อใช้อินเทอร์เน็ตน้อยลง หรือหยุดใช้
- คิดว่าเมื่อใช้อินเทอร์เน็ตแล้ว ทำให้ตนเองรู้สึกดีขึ้น
- ใช้อินเทอร์เน็ตในการหลีกเลี่ยงปัญหา
- หลอกคนในครอบครัว หรือเพื่อน เรื่องการใช้อินเทอร์เน็ตของตนเอง
- มีอาการผิดปกติเมื่อเลิกใช้อินเทอร์เน็ต เช่น หดหู่ กระทบกระชวย

หากสังเกตบุตรหลานหรือคนรอบข้างเริ่มมีอาการติดอินเทอร์เน็ต ก็ควรสะกิดให้ลด ละ เลิก ให้ขยับลุกไปทำกิจกรรมอย่างอื่น และควรหากิจกรรมอื่นทดแทน โดยเริ่มจากการทำร่วมกันในครอบครัว พ่อแม่ผู้ปกครองก็ต้องเป็นตัวอย่างที่ดีในการใช้อินเทอร์เน็ต โดยมีกฎกติกา ห้ามใช้ในเวลาคอร์ว ครว เวลาคานเข้าควรมีพื้นที่หรือเวลาปลอดมือถือ/อินเทอร์เน็ต ภายในบ้าน

โรคติดเกม

โรคติดเกม คือ โรคที่เกิดจากพฤติกรรมสพติด ในทางสมองมีลักษณะคล้ายกับติดสารสพติด เป็นอุปสรรคสำคัญต่อการพัฒนาสมอง พัฒนาการ และพฤติกรรมของเด็ก ส่วนใหญ่ติดจากการเล่นเกมผ่านอินเทอร์เน็ต โดยมีอาการสำคัญคือ ใช้เวลาเล่นนานเกินไป ขาดการควบคุมตนเองในการใช้ชีวิตปกติ เช่น การกิน การนอน เสียหน้าที่ การเรียนและการงาน สำหรับประเทศไทยมีเด็กติดเกมและมีปัญหาเสี่ยงติดเกม 2 ล้านคน เด็กติดเกม อาจมีได้หลายสาเหตุ เช่น มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ อยกได้การยอมรับจากเพื่อน การเล่นเกมชนะและมีชื่อเสียงในโลกของเกม ทำให้อยกเล่นเกมเพิ่มมากขึ้นอีก การเลี้ยงดูแบบไม่มีระเบียบ

วินัย ไม่มีกฎกติกา ทำให้เด็กไม่สามารถควบคุมตนเองได้ดี เล่นเกมติดพัน เล่นมากขึ้นเรื่อย ๆ จนขาดความรับผิดชอบต่อหน้าที่ โดยผู้ปกครองไม่ได้ว่ากล่าวตักเตือน ปัญหาความเครียดจากครอบครัวหรือการเรียน อาจทำให้เด็กหนีไปเล่นเกม ระบายความเครียด ผู้ใหญ่ติดมือถือ ขาดระเบียบวินัย ไม่มีกิจกรรมอย่างอื่นให้ทำร่วมกัน หรือมีเพื่อนที่เอาแต่ชวนเล่นเกม ถ้าไม่เล่นก็เข้ากลุ่มเพื่อนไม่ได้ ก็เป็นสาเหตุทำให้เด็กติดเกมได้ พ่อแม่ผู้ปกครองและครูจึงควรแก้ไขปัญหาที่ต้นตอ

อีสปอร์ต (E-sport) หรือ การแข่งขันวิดีโอเกมชิงรางวัล ผู้ประกอบการเกมและธุรกิจที่เกี่ยวข้องใช้คำนี้ในการทำการตลาด โฆษณาเชิญชวนให้เด็กเล่นเกมมาก ๆ โดยไม่ได้คำนึงถึงผลเสียที่จะเกิดขึ้นกับตัวเด็ก ไม่ว่าจะเป็นการเสพติดเกม ไม่สนใจการเรียน ค่าใช้จ่ายที่เพิ่มมากขึ้น การเลียนแบบพฤติกรรมความรุนแรงในเกม ปัญหาทางด้านสุขภาพ ข้อมูลจากกรมสุขภาพจิต พบจำนวนเด็กติดเกมเพิ่มขึ้นมากกว่าเท่าตัวใน 1 ปี (พ.ศ. 2560-2561)



การเสพติดเกม ส่งผลเสียหลายอย่างไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพ เช่น ปวดหัว ปวดท้อง เมื่อยเนื้อตัว การไหลเวียนของเลือดไม่ดีจนเกิดลิ้มเลือดที่ขาเพราะนั่งเล่นเกมนานเกินไป โรคอ้วนเพราะขาดการออกกำลังกาย บางคนนั่งเล่นเกมไปด้วยกินไปด้วย ผลเสียด้านพัฒนาการสังคม เช่น มีปัญหาความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง แยกตัวออกจากกลุ่มเพื่อนเพื่อไปเล่นเกม ผลเสียด้านพฤติกรรม เช่น พัฒนาการล่าช้า เนื่องจากไม่ได้ฝึกฝนหยิบจับขีดเขียนปีนป่ายตามวัย อาจเลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าวในเกม เด็กที่เสพติดเกมจะมีความสามารถในการควบคุมตนเองต่ำ อุดหนุนรอยไม่ได้ เพราะเวลาเล่นเกมจะกดปุ่มไวแล้วมีการตอบสนองทันที ต่างจากในชีวิตจริงที่การทำอะไรสักอย่างให้สำเร็จต้องใช้เวลาและความพยายามสม่ำเสมอ เช่น การเรียน การเล่นกีฬา ดนตรี ที่ต้องฝึกซ้อมมาก ไม่มีอะไรได้มาง่าย ๆ การเล่นเกมยังมีค่าใช้จ่ายด้วย ได้แก่ ค่าไฟ ค่าอินเทอร์เน็ต ค่าชั่วโมงร้านเกม ค่าซื้อของหรือไอเท็ม (items) ในเกม เป็นต้น

นพ.เกียรติภูมิ วงศ์รจิต เคยให้รายละเอียดเกี่ยวกับปัญหาพฤติกรรมเสพติดเกมว่า เป็นปัญหาจิตเวชเด็กและวัยรุ่นที่พบบ่อยในอายุระหว่าง 6 – 18 ปี มีความสัมพันธ์กับชนิดของเกมประเภทต่อสู้ออนไลน์แบบมีผู้ลงแข่งเป็นทีมเป็นหลัก และเกิดโรคร่วมทางจิตเวช เช่น โรคสมาธิสั้น วิตกกังวล ซึมเศร้า อารมณ์แปรปรวน โรคติดสารเสพติด โรคจิต และโรคลมชัก โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่นจะใช้เวลาเล่นเกมวัน 5 ชม.ต่อวัน และเล่นเกมแข่งขันต่อสู้ออนไลน์ 1 – 4 เกมสลับกันไป ซึ่งเกินระดับความปลอดภัยในการเล่น 9 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ เด็กมักแสดงอาการหงุดหงิด ก้าวร้าวเมื่อให้เลิกเล่น และมักไม่ทำหน้าที่ตามความรับผิดชอบของตนเอง ซึ่งเกิดผลกระทบต่าง ๆ ตามมา ได้แก่ ปัญหาการเรียน สอบตก ไม่ยอมไปโรงเรียน ขี้ขี้เรียนไม่จบ จากการเล่นนานเกิน 4 ชั่วโมงต่อวันขึ้นไป พฤติกรรมเสี่ยงเรื่องเพศ ผ่านการแชตในห้องเกม ปัญหาการเติมเงิน การซื้อขายและการพนัน พฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา เช่น การด่าทอด้วยภาษาหยาบคาย พฤติกรรมก้าวร้าวทางกาย เช่น การทุบตีคนอื่น อาละวาดทำลายของ คุกคามคนใกล้ขีด รังแกกันทางสื่อสังคมออนไลน์ ใช้สาร

เสพติด ขาดตัวตาย พฤติกรรมการกระทำความผิด ลักขโมยเงิน ย่องเบา เพื่อให้ได้สมาร์ทโฟน การข่มขู่เพื่อให้ได้เงินและอุปกรณ์คอมพิวเตอร์ในวัยรุ่น เป็นต้น

สำหรับแนวทางแก้ไขปัญหาเด็กติดเกม รศ.ดร.ภญ.จิรภรณ์ อังวิทยาธร ภาควิชาเภสัชเคมี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้เขียนบทความอธิบายไว้ว่า โรคติดเกม เกิดได้กับเด็กและผู้ใหญ่ ในกรณีที่เป็นเด็ก พ่อแม่หรือผู้ปกครองจะมีบทบาทสำคัญที่สุด อย่ามองเกมที่เด็กเล่นว่าไม่เป็นพิษเป็นภัยเหมือนเป็นของเล่นชนิดหนึ่ง ควรตระหนักเสมอว่าเด็กมีโอกาสติดเกมได้เหมือนติดสิ่งเสพติด ก่อนที่จะอนุญาตให้เด็กเล่นเกม ควรมีการสัญญาและตกลงกันก่อนว่า จะต้องทำการบ้าน อ่านหนังสือ หรืออาบน้ำกินข้าวก่อนถึงจะเล่นเกมได้ จำกัดเวลาเล่นเกม เลือกประเภทเกมให้เด็กเล่น ให้รางวัลเมื่อเด็กทำตามที่ได้ตกลงกันไว้ได้ เก็บอุปกรณ์ในการเล่นเกมรวมทั้งมือถือให้ห่างไกลจากเด็ก เบี่ยงเบนความสนใจของเด็กให้หันไปทำกิจกรรมอื่น ๆ โดยเฉพาะกิจกรรมที่สามารถทำร่วมกับพ่อแม่ได้ เช่น การอ่านหนังสือหรือเล่านิทานก่อนนอน เล่นกีฬาที่เด็กชอบ พาไปเดินเที่ยวในสวนสาธารณะ เป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับพ่อแม่ให้มากขึ้น

แนวทางการแก้ไข ได้แก่ การจำกัดเวลาเล่นเกม ครอบครัวหรือเพื่อนสนิทช่วยห้ามช่วยเตือนให้กำลังใจ หรือคอยชักชวนให้หันไปทำกิจกรรมอื่น ๆ เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย เล่นดนตรี ใช้เวลาว่างไปทำกิจกรรมที่เป็นสาธารณประโยชน์ ในรายที่ติดเกมรุนแรงมากอาจต้องพบนักจิตวิทยาหรือจิตแพทย์ การเล่นเกมอย่างพอดี ทำให้ผู้เล่นได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน คลายเครียด ฝึกทักษะ สมาธิ การตัดสินใจ การประสานการทำงานของกล้ามเนื้อและประสาทระหว่างมือกับตา อย่างไรก็ตาม การเล่นเกมไม่ควรเล่นติดต่อกันเป็นเวลานาน หรือหมกมุ่นมากเกินไปทำให้เกิดอาการเสพติดและเกิดผลเสียต่อสุขภาพทางกายและทางด้านจิตใจ

การเล่นเกมไม่ให้เกิดโทษ ควรกำหนดกฎกติกา เบื้องต้นคือห้ามเด็ดขาดในการใช้เทคโนโลยีหรืออุปกรณ์จอใสต่าง ๆ เป็นที่เลี้ยงเด็กในเด็กอายุต่ำกว่า 2 ขวบ เนื่องจากจะส่งผลให้พัฒนาการล่าช้า ชน สมาธิสั้น นอนไม่หลับ มีอาการของออทิสติกมากขึ้น ฯลฯ สำหรับเด็กในช่วงปฐมวัย ไม่เกิน 5 ขวบ อาจใช้สื่อจอเสริมการเรียนรู้ได้โดยมีครูหรือผู้ปกครองเป็นผู้เลือกสื่อและชี้แนะเด็กไปด้วย วันละไม่เกิน 1 ชม. เด็กควรได้รับการพัฒนาเรื่องสมาธิและทักษะทางสังคม เรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งต่าง ๆ ในโลกแห่งความเป็นจริง จึงควรสนับสนุนให้เด็กทำกิจกรรมสร้างสรรค์ เช่น ชมรม ชุมนุมต่าง ๆ ในโรงเรียนมากกว่าอยู่หน้าจอสี่เหลี่ยมเป็นเวลานาน ๆ ดังนั้น ครอบครัวต้องสร้างจุดแข็งในการอยู่ร่วมกับเกม เทคโนโลยี หรืออุปกรณ์หน้าจอใสต่าง ๆ ด้วยหลักปฏิบัติในครอบครัว 3 ต้อง 3 ไม่ ที่ นพ.ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ ได้แนะนำไว้

3 ต้อง ได้แก่

- ต้อง กำหนดเวลา (เช่น 1 ชั่วโมงต่อวัน หลังทำการบ้าน/หน้าที่ ให้เรียบร้อยเสียก่อน)
- ต้อง กำหนดรายการให้ลูก (รายการ/กิจกรรมใดทำได้-ไม่ได้ เว็บไซต์แบบใดควร-ไม่ควรเข้า)
- ต้อง เล่นกับลูก (เพื่อสามารถชี้แนะถูกผิด การคิดวิเคราะห์ รู้เท่าทันข่าวสารข้อมูลต่าง ๆ)

3 ไม่ได้แก่

- ไม่ เป็นแบบอย่างที่ดี
- ไม่ ใช้ในเวลาครอบครัว เช่น เวลาทานข้าว เวลาที่ครอบครัวทำกิจกรรมร่วมกัน
- ไม่ ใช้ในห้องนอน พ่อแม่ผู้ปกครองต้องกำหนดขอบเขตหรือพื้นที่เหล่านี้ในครอบครัว

f a m i l y
HAPPY

3 ไม่..... ต้อง.....ในการเลี้ยงลูก

ต้อง.....
กำหนดเวลา



ต้อง.....
กำหนดรายการ



ต้อง.....
เล่นกับลูก



ไม่.....
ใช้ในห้องนอน



ไม่.....
ใช้ในเวลาครอบครัว



ไม่.....
เป็นแบบอย่างที่ดี



f นายแพทย์ยยุทธ วรศักรมัยศานต์

พญ.ทิพาวรรณ บุรณะสิน จิตแพทย์ประจำ สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ ภายใต้
กรมสุขภาพจิต ได้ให้คำแนะนำสำหรับพ่อแม่ในการดูแลลูกไม่ให้ติดเกม ดังนี้

ข้อควรปฏิบัติ

- ฝึกวินัยและความรับผิดชอบเป็นอันดับแรก
- จำกัดเวลาการเล่นเกมที่ครั้งไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง
- ควรส่งเสริมการเล่นกีฬาทดแทนการเล่นวิดีโอเกม

ข้อควรหลีกเลี่ยง

- อนุญาตให้เล่นเกมในห้องนอนส่วนตัว
- การเล่นเกมก่อนทำการบ้าน ก่อนเข้านอน
- เกมต่อสู้ รุนแรง เต็มเงิน เล่นพนันหรือเดิมพันในการเล่น

ข้อห้าม

- ห้ามเล่นเกมให้เด็กแทนของเล่นหรือของรางวัล
- การเล่นเกมนานเกิน 2 ชั่วโมงต่อวัน
- เกมการพนันทุกชนิด การลงแข่งขันชิงเงินรางวัลขณะมีอายุต่ำกว่า 18 ปีบริบูรณ์

เด็กทุกคนที่เล่นเกมออนไลน์ มีความเสี่ยง “เสพติดเกม”

พญ.ทิพวรรณ บุรณะสิน มีข้อเสนอแนะ

- เด็กปฐมวัย - ก่อนวัยเรียน (0-5 ปี) ห้ามใช้สมาร์ทโฟนหรือสื่อจอใสหากอายุยังไม่ถึง 2 ขวบ และใช้เพียงวันละไม่เกิน 1 ชั่วโมง สำหรับเด็กอายุ 2-5 ขวบ ภายใต้การดูแลแนะนำของพ่อแม่หรือครู
- เด็กวัยเรียน - ก่อนวัยรุ่น (6-12 ปี) ห้ามปล่อยให้เล่นเกมโดยลำพัง ควรกำกับเวลาและความรับผิดชอบอย่างใกล้ชิด
- วัยรุ่น (13-18 ปี) – เฝ้าระวังเกมที่มีเนื้อหาความรุนแรงและกำกับพฤติกรรมการเล่นเกมแนว MOBA – Multiplayer Online Battle Arena เช่น จำกัดเวลา จำกัดการเข้าถึง การพูดคุยในเนื้อหาไม่เหมาะสม จำกัดการเติมเงิน ไม่ควรสนับสนุนการลงแข่งขันชิงรางวัลทุกรูปแบบ และควรห้ามการพนันทุกชนิด
- เยาวชน (18-25 ปี) – เฝ้าระวังพฤติกรรมที่มีแนวโน้มกระทำผิดกฎหมายและก่อกวนสังคมจากการพนัน

เมื่อลูกเริ่มมีพฤติกรรมเสพติดเกม ควรพูดคุยทำความเข้าใจกับเด็กและวัยรุ่น ติดตามผลการเรียน สภาวะอารมณ์ เบี่ยงเบนความสนใจด้วยกิจกรรมทดแทนร่วมกับสมาชิกในครอบครัวเสียแต่นั้น ๆ หากพบความผิดปกติทางพฤติกรรมและอารมณ์ที่เริ่มมีความรุนแรง ควรพามาพบจิตแพทย์

สำหรับน้อง ๆ เด็กและเยาวชนที่เล่นเกม แนะนำให้ทำแบบทดสอบการติดเกม และ แบบวัดภูมิคุ้มกันการติดเกม พ่อแม่ผู้ปกครองก็ใช้แบบประเมินลูกได้ ที่เว็บไซต์ Healthy Gamer ของ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล (<http://www1.si.mahidol.ac.th/Healtygamer/quiz>) ซึ่งเป็นแบบทดสอบออนไลน์ หลังทำเสร็จจะมีการรวมคะแนนและระดับการติดเกมหรือระดับภูมิคุ้มกัน พร้อมคำแนะนำในการปฏิบัติตัวเพื่อการป้องกันแก้ไขปัญหาติดเกม แนวคำถามมีดังนี้

ตัวอย่างคำถาม

แบบทดสอบการติดเกม (ฉบับเด็ก)

แนะนำให้ทำออนไลน์ (<http://www1.si.mahidol.ac.th/Healtygamer/quiz>) หากต้องการวัดผล

1. ฉันสนใจหรือทำกิจกรรมอย่างอื่นน้อยลงมาก
2. ฉันมักเล่นเกมจนลืมเวลา
3. ความสัมพันธ์ระหว่างฉันกับคนในครอบครัวแย่ลง
4. ฉันเคยเล่นเกมติดมาก จนทำให้ตื่นไปเรียนไม่ไหว
5. ฉันมักเล่นเกมเกินเวลาที่ฉันได้รับอนุญาตให้เล่น
6. ฉันมักอารมณ์เสียเวลาไม่มีใครมาบอกให้เลิกเล่นเกม
7. ฉันเคยโดดเรียนเพื่อไปเล่นเกม
8. เรื่องที่ฉันคุยกับเพื่อน ๆ มักเป็นเรื่องเกี่ยวกับเกม
9. ฉันใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ไปกับการเล่นเกม
10. การเรียนของฉันแย่ลงกว่าเดิมมาก
11. กลุ่มเพื่อนที่ฉันคบด้วยชอบเล่นเกมเหมือนกัน
12. เวลาที่ฉันพยายามหักห้ามใจตัวเองไม่ให้เล่นเกมมาก ฉันมักทำไม่สำเร็จ
13. เงินของฉันส่วนใหญ่หมดไปกับเกม (ซื้อบัตรของขวัญ หนังสือเกม สิ่งของในเกม)
14. หลายคนบอกว่า อารมณ์ของฉันเปลี่ยนไป (เบื่อง่าย หงุดหงิด ขี้รำคาญ)
15. หลายคนบอกว่า พฤติกรรมของฉันเปลี่ยนไป (เถียงเก่ง ไม่เชื่อฟัง ไม่รับผิดชอบ)
16. หลายคนบอกว่าฉันติดเกม

ตัวอย่างคำถาม

แบบวัดภูมิคุ้มกันการติดเกม (ฉบับเด็ก)

แนะนำให้ทำออนไลน์ (<http://www1.si.mahidol.ac.th/Healtygamer/quiz>) หากต้องการวัดผล

1. ฉันพอใจในตนเอง
2. ฉันเป็นเด็กที่เอาใจใส่การเรียน
3. ฉันเป็นคนที่ได้รับผิดชอบต่อหน้าที่
4. ฉันเป็นคนเครียดง่าย
5. ฉันมีกิจกรรมอื่น ๆ ทำ (ที่ไม่ใช่การเล่นเกม) เพื่อคลายเครียด
6. ชีวิตฉันมีความสุข
7. ฉันมีสมาธิในการเรียน
8. ฉันเบื่อเรียน
9. ครอบครัวของเรารักกันดี
10. ครอบครัวของเราทำกิจกรรมร่วมกันบ่อย ๆ
11. ฉันชอบเข้าร่วมกิจกรรม (ที่ไม่ใช่การเล่นเกม) กับเพื่อน ๆ
12. ฉันได้เล่นเกมทุกครั้งที่ฉันอยากเล่น
13. กลุ่มเพื่อนที่ฉันคบด้วยเป็นกลุ่มเด็กเรียนหรือชอบทำกิจกรรม
14. ฉันเชื่อว่าฉันสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้
15. ฉันรู้สึกว่าคุณแม่เข้าใจฉัน
16. ฉันมักคลายเครียดด้วยการเล่นเกม

ตัวอย่างคำถาม

แบบทดสอบการติดเกม (ฉบับผู้ปกครอง)

แนะนำให้ทำออนไลน์ (<http://www1.si.mahidol.ac.th/Healtygamer/quiz>) หากต้องการวัดผล

1. ลูกสนใจหรือทำกิจกรรมอย่างอื่นน้อยลงมาก
2. ลูกมักเล่นเกมจนลืมเวลา
3. ความสัมพันธ์ระหว่างลูกกับคนในครอบครัวแย่ลง
4. ลูกเคยเล่นเกมตึกมาก จนทำให้ตื่นไปเรียนไม่ไหว
5. ลูกมักเล่นเกมเกินเวลาที่ฉันอนุญาตให้เล่น
6. ลูกมักอารมณ์เสียเวลาที่ฉันบอกให้เลิกเล่นเกม
7. ลูกเคยหนีเรียนเพื่อไปเล่นเกม
8. เรื่องที่ลูกคุยกับเพื่อนๆ มักเป็นเรื่องเกี่ยวกับเกม
9. ลูกใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ไปกับการเล่นเกม
10. การเรียนของลูกแย่ลงกว่าเดิมมาก
11. กลุ่มเพื่อนที่ลูกคบด้วย ชอบเล่นเกมเหมือนกับลูก
12. เวลาที่ฉันห้ามลูกไม่ให้เล่นเกมมาก ลูกมักทำไม่ได้
13. ลูกใช้เงินส่วนมากไปกับเกม (ซื้อหนังสือเกม สิ่งของในเกม)
14. อารมณ์ของลูกเปลี่ยนไป (เบื่อง่าย หงุดหงิด ใจร้าย)
15. พฤติกรรมของลูกเปลี่ยนไป (เถียงเก่ง ไม่เชื่อฟัง ไม่รับผิดชอบ)
16. ฉันคิดว่าลูกติดเกม

โรควุ้นในตาเสื่อม

สาเหตุหลักของโรคนี้เกิดจากน้ำในวุ้นตาเสื่อม โดยส่วนมากจะพบในผู้สูงอายุ หรือคนที่ทำอาชีพที่ต้องใช้สายตามาก ๆ และผู้ที่สายตาสั้น แต่ปัจจุบันกลับพบว่ามีคนเป็นโรควุ้นตาเสื่อมกันมากขึ้น จากสาเหตุที่อยู่หน้าจอทั้งวัน ไม่ว่าจะเล่นโทรศัพท์ อ่านหนังสือ ดูหนัง เล่นเกม ต่างก็ทำผ่านหน้าจอทั้งสิ้น ซึ่งสาเหตุที่ทำให้คนสายตาเสียจากการมองจอมานอกจากสาเหตุดังนี้

1. การมองตัวอักษรที่อยู่บนจอ ตาจะโฟกัสไม่แน่นอน ทำให้กล้ามเนื้อตาทำงานหนัก
2. การก้มมองแป้นพิมพ์ตัวอักษร ทำให้ตาทำงานหนัก เพราะต้องปรับโฟกัสบ่อย
3. การเลื่อนดูเนื้อหาบนหน้าจอ ซึ่งทำให้ตาต้องปรับโฟกัสบ่อย ซึ่งถ้าชอบอ่านหนังสือบนหน้าจอจะทำให้ตาดินสัยมา เมื่อมองสิ่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะใกล้หรือไกล ก็ต้องปรับโฟกัสการมองเสมอ

อาการที่แสดงออกมา คือ ผู้ป่วยจะมีอาการมองเห็นเป็นจุดหรือเส้นคล้ายหยากไย่ลอยไปลอยมา โดยเฉพาะเวลามองในที่แสงสว่าง ตะกอนที่ปรากฏนี้จะอยู่ในวุ้นตา ในระยะแรกจะเห็นภาพตะกอนได้ชัดเจน แต่เมื่อเวลาผ่านไปสักระยะจะจางและทำให้ผู้ป่วยเห็นภาพตะกอนได้น้อยลง เมื่อวุ้นตาเหลวและหดตัวจะทำให้เกิดการดึงรั้งที่ผิวจอตา ผู้ป่วยจะเห็นเป็นแสงคล้ายแฟลชในตา ซึ่งจะเห็นในที่มืดหรือเวลากลางคืน อาการนี้จะหายไปเมื่อวุ้นตาร่อนออกจากจอตา ในบางรายแรงดึงที่เกิดขึ้นอาจทำให้จอตาฉีกขาดและหากปล่อยทิ้งไว้ผู้ป่วยอาจสูญเสียการมองเห็นอย่างถาวรเลย แต่ในบางครั้งการมองเห็นจุดสีดำอาจมาจากสาเหตุอื่น เช่น ม่านตาอักเสบ เลือดออกในวุ้นตา เป็นต้น

การป้องกัน คือ อย่านั่งอ่านหนังสือ เล่นโทรศัพท์ เล่นคอมพิวเตอร์ ในที่มืด เพราะจะทำให้สายตาสั้น ซึ่งสายตาสั้นจะทำให้วุ้นตาเสื่อมง่ายขึ้น อย่านอนหลับในที่สว่าง ถึงจะหลับอยู่แต่ตาจะได้รับแสงก็ยังคงทำงานอยู่ ป้องกันไม่ให้ตาถูกระบบกระเทือนแรง ๆ และทานอาหารให้ครบ 5 หมู่

โรคติดพนัน

ร้อยละ 42.38 ของเด็กและเยาวชนเข้าสู่วงจรการพนัน โดยมีปัจจัยชักจูงให้เข้าสู่การเล่นการพนันออนไลน์ คือ สื่อโซเชียลมีเดีย โดยเฟซบุ๊กและเว็บไซต์ดูหนังฟังเพลงเป็นสื่อที่มีอิทธิพลสูงสุด (ที่มา: ยูริพอร์ต, 2562) การพนันออนไลน์ที่เด็กและเยาวชนนิยมมากที่สุดคือการพนันทายผลฟุตบอล ในระหว่างปี 2558-2559 ได้มีเว็บไซต์การพนันมากถึง 213,000 เว็บไซต์ ทำให้เด็กและเยาวชนไทยเป็นกลุ่มเสี่ยงใหญ่ในพนันออนไลน์ เนื่องจากเข้าถึงง่ายและเล่นได้ทุกที่ทุกเวลา (ที่มา: มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ, 2559)

กรมสุขภาพจิต (2561) ระบุ การติดพนัน คือมีอาการอย่างน้อย 4 ใน 9 ข้อ ในช่วง 12 เดือนที่ผ่านมา

1. เพิ่มจำนวนเงินในการเล่นแต่ละครั้ง เพื่อให้รู้สึกตื่นเต้นมากกว่าเดิม
2. รู้สึกกระสับกระส่ายหรือหงุดหงิดเมื่อพยายามลดหรือเลิกการพนัน
3. พยายามควบคุม ลด หรือเลิกการพนันหลายครั้ง แต่ไม่สำเร็จ
4. คิดวางแผนถึงการพนันบ่อย ๆ เช่น ย้อนนึกถึงช่วงเวลาเล่นพนันที่ผ่านมา วางแผนการเล่นครั้งถัดไป

นี่ถึงวิธีการหาเงินมาเล่นพนัน

5. เล่นพินบ้อย ๆ เมื่อรู้สึกตึงเครียด
6. หลังจากสูญเสียเงินไปกับการพินแล้ว จะพยายามแก้ตัวด้วยการไปเล่นอีกบ้อยครั้ง
7. โกหกเพื่อปกปิดการเล่นพิน
8. บกพร่องหรือสูญเสียความสัมพันธ์ หน้าทีการทำงาน การเรียน หรือโอกาสต่าง ๆ
9. ยอมทำตามคำสั่งคนอื่นเพื่อให้ช่วยเหลือเรื่องเงินในการเล่นพิน

เด็กที่ติดพินออนไลน์ จึงอาจเป็นเด็กที่ติดอินเทอร์เน็ต มีพฤติกรรมเนือยนิ่ง เป็นโรคอ้วน โรคเครียด แยกตัวจากสังคม มีปัญหาเรื่องสัมพันธภาพ การเรียน หน้าทีการทำงาน รวมถึงปัญหาเรื่องค่าใช้จ่าย หนี้สิน ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาอื่นตามมา เช่น การก่ออาชญากรรมเพื่อหาเงินมาเล่นพินหรือใช้หนี้พิน ความรุนแรง การค้าประเวณี เข้าสู่ธุรกิจพิน ฯลฯ การพินยังมีผลทำลายสมองอย่างถาวรอีกด้วย

การพินทำลายสมอง

แม้ว่าพันธุกรรมมีส่วนสำคัญในการกำหนดพัฒนาการของสมอง แต่มีหลักฐานยืนยันว่าประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงอายุก่อน 10 ปี มีผลอย่างมากต่อพัฒนาการของสมองด้านระบบคิดและสติปัญญา ดังนั้นหากเด็กเจริญเติบโตในสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยแหล่งพินหรือเข้าถึงการพินได้ง่าย มีความเสี่ยงสูงที่จะได้รับผลกระทบนี้ไปตลอดชีวิต เนื่องจากการพัฒนาจนสมบูรณ์ของสมองแต่ละส่วนเกิดไม่พร้อมกัน การพัฒนาของสมองในช่วงเด็กและวัยรุ่น สมองส่วนที่มีหน้าที่เกี่ยวกับอารมณ์และความกล้าเสี่ยงแบบมูทะลุ จะเสร็จสมบูรณ์ก่อนสมองส่วนหน้าซึ่งมีหน้าที่เกี่ยวกับการตัดสินใจ ยับยั้งชั่งใจ การแก้ปัญหา ฯลฯ ส่งผลให้วัยรุ่นมีแนวโน้มใจร้อน วู่วาม ตัดสินใจหรือลงมือทำสิ่งต่าง ๆ โดยไม่ทันได้คิดถึงผลที่จะตามมา สมองส่วนหน้า (Prefrontal Cortex) จะพัฒนาสมบูรณ์ตอนอายุประมาณ 20 ปี ในช่วงวัยรุ่นสมองสามารถเพิ่มเนื้อสมองผ่านการเรียนรู้และการสั่งสมประสบการณ์ ในชีวิต และสมองจะมีการปรับโครงสร้าง โดยคัดเซลล์ประสาทและเครือข่ายการเชื่อมโยงบางส่วนที่ไม่ได้ใช้งานทิ้งไป เพื่อให้ประสิทธิภาพการทำงานของสมองดีขึ้น กระบวนการนี้เรียกว่า Pruning ถ้าช่วงแห่งการเรียนรู้นี้วัยรุ่นหมกมุ่นหรือติดการพิน จะส่งผลให้สมองส่วนหน้าไม่เพิ่มเนื้อสมอง สมองส่วนหน้าจะไม่พัฒนาการอย่างถาวร และยังอาจถูกคัดทิ้ง เพราะไม่ได้ใช้งาน ส่งผลต่อระบบคิดและพฤติกรรมที่จะติดตัวไปตลอดชีวิต โดยจะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่อดทนรอความสำเร็จจากการทำงาน แต่หวังได้เงินง่าย ๆ และรวดเร็ว

การพินมีผลเปลี่ยนแปลงสมองได้อย่างชัดเจน ทั้งในระดับโครงสร้างและระดับ การทำงาน ซึ่งจะรุนแรงมากขึ้นเมื่อเริ่มพินตั้งแต่วัยเด็กและวัยรุ่น ส่งผลให้ขาดทักษะชีวิต ความฉลาดทางสังคม รวมทั้งเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดพฤติกรรมต่อต้าน การใช้สารเสพติด ลักขโมย และเกิดโรคจิตเวชได้บ่อยและรุนแรงกว่าผู้ไม่เล่นพินหรือเริ่มเล่นพินตอนเป็นผู้ใหญ่แล้ว ความเสียหายของสมองที่สัมพันธ์กับการติดพิน ดังนี้

1. ความสามารถในการตัดสินใจลดลง เพราะความสามารถในการประเมินผลที่จะตามมาในอนาคต บกพร่อง และคาดเดาผลทางบวกผิดพลาดได้อีกด้วย

2. ใช้เงินมือเติบ เพราะสมองส่วนหน้าที่ทำหน้าที่ควบคุมตนเองและตัดสินใจอย่างรอบคอบนั้นทำงานบกพร่อง
3. เสี่ยงต่อพฤติกรรมลักขโมย ฉ้อฉล คอร์ปชั่น เมื่อโตขึ้น พบว่า หากเล่นพนันในวัยรุ่น โตมามักจะเล่นต่อ และหากอยู่ในกลุ่มเพื่อนไม่ดีก็อาจจะถูกชักนำให้ลักขโมย หาเงินเล่นพนัน
4. เสี่ยงต่อโรคจิตเวชและโรคติดสารเสพติดเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะรายที่เริ่มเล่นตั้งแต่อายุยังน้อย ความบกพร่องของหน้าที่สมองหลาย ๆ ส่วนมีผลต่อความคิด พฤติกรรม อารมณ์ และมีโอกาสนำไปสู่อาการหรือโรคทางจิตเวชได้ เช่น โรคสมาธิสั้น ซึมเศร้า สุบงูหรี ต่อมสุรา และปัญหาสารเสพติดอื่น ๆ รวมทั้งมีพฤติกรรมต่อต้านแหากฎ และพยายามฆ่าตาย

การพนันออนไลน์

ผลกระทบ

- เสียเงิน
- เสียการเรียน
- เสียเวลา

สมองโดนทำลายอย่างถาวร

*โดยเฉพาะเมื่อเล่นพนันตั้งแต่เด็ก

- เสียสุขภาพจิต
- อารมณ์แปรปรวน
- ใจร้อน หงุดหงิดง่าย

ปัญหาครอบครัว

ปัญหาทะเลาะวิวาท

ก่อให้เกิดอาชญากรรม

อาการติดพนัน

- ✓ เพิ่มเงินเล่นเกมพนันตลอด
- ✓ หงุดหงิดอารมณ์เสียเมื่อต้องเลิกเล่น
- ✓ เล่นพนันเสียก็อยากเล่นเอาคืน
- ✓ ขาดความรับผิดชอบต่อนหน้าที่การงาน การเรียน

- ✓ คิดคำนึงถึงเกมพนันบ่อยๆ
- ✓ เลิกไม่สำเร็จ
- ✓ โทกทคนรอบตัว
- ✓ นอนไม่หลับ

การดูแลรักษา

ชีวิตนี้ต้องมีอนาคต

23 ปี : เรียนจบ

24-30 ปี : ทำงานเก็บเงิน

31 ปี : ซื้อมอเตอร์ไซด์

กราฟชีวิตพุ่ง

นึกถึงอนาคต

- หากิจกรรมอื่นทำ
- ทำงานสุจริตทำ

นมดตัว พังพิน๑๗!!

นึกถึงผลเสีย

ลูกรทะเลาะ พังแม่ก็แค้น

นึกถึงครอบครัว

ครอบครัวให้การสนับสนุน

ครอบครัวให้การสนับสนุน

ในการลด ละ เลิก

โรคติดโทรศัพท์มือถือ

พญ.พรรณพิมล วิปุลากร อธิบายคำว่า โนโมโฟเบีย (Nomophobia) หรือโรคติดโทรศัพท์มือถือว่า ในนิยามทางการแพทย์นั้นไม่ใช่โรค แต่เป็นกลุ่มอาการ อาการติดโทรศัพท์มือถือ เป็นไปตามเทคโนโลยีที่เข้ามาใหม่ ซึ่งคำว่า “โนโม” เป็นคำที่ใช้เรียกแทน โน โมบายโฟน ส่วนคำว่า “โฟเบีย” แปลว่ากังวลอย่างมากต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือกังวลมากเกินกว่าเหตุ จึงเรียกรวมกันเป็น “โนโมบายโฟนโฟเบีย” แต่เราเรียกกันสั้น ๆ ว่า “โนโมโฟเบีย” มาจากการที่โทรศัพท์มือถือเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน และเราเกิดความกังวลใจว่า ถ้าไม่มีโทรศัพท์แล้วจะทำอย่างไร อาการไต่บั้งที่เข้าข่าย โนโมโฟเบีย หรือ อาการกลัวขาดโทรศัพท์มือถือ

- พกโทรศัพท์ติดตัวตลอดเวลา จะมีความกังวลเมื่อมือถือไม่ได้อยู่กับตัว
- เช็กโทรศัพท์ โซเชียลมีเดีย หรือแอปพลิเคชันตลอดเวลา ถึงแม้จะไม่มีเรื่องด่วนก็ตาม
- จับโทรศัพท์ตลอดเวลาตั้งแต่ตื่นจนถึงก่อนนอน
- เมื่อหาโทรศัพท์ไม่เจอจะเครียด วิตกกังวลมากกว่าหาของอย่างอื่นไม่เจอ
- เล่นโทรศัพท์ตลอดเวลาในขณะที่ทำกิจกรรมอื่น ๆ เช่น กินข้าว เข้าห้องน้ำ ขับรถ
- กลัวโทรศัพท์หายแม้จะเก็บไว้ในที่ปลอดภัยแล้ว คอยคลำกระเป๋าตลอดเวลาว่าโทรศัพท์ยังอยู่ข้าง ๆ ตัว
- ไม่เคยปิดโทรศัพท์มือถือ
- เล่นหรือคุยกับคนในโทรศัพท์มากกว่าคนรอบข้าง

พญ.ทิพาวรรณ บุณสิน แพทย์ประจำสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กล่าวว่า อาการติดโทรศัพท์มือถือจะส่งผลต่อการปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างและสังคม โดยเฉพาะด้านสุขภาพร่างกาย ซึ่งจะส่งผลให้มีอาการต่าง ๆ เหล่านี้

- นิ้วล็อก เกิดจากการใช้นิ้ว กด จิ้ม สไลด์ หน้าจอเป็นระยะเวลานาน
- อาการทางสายตา เช่น ตาล้า ตาพร่า ตาแห้ง เกิดจากเพ่งสายตาดูจอหน้าจอลึก ๆ ที่มีแสงจ้านานเกินไป อาจส่งผลให้วุ้นในตาเสื่อม จอประสาทตาเสื่อม
- ปวดเมื่อยคอ บ่า ไหล่ จากการก้มหน้า ค้อมตัวลง ส่งผลให้เลือดไหลเวียนไม่สะดวก หากเล่นนานอาจมีอาการปวดศีรษะตามมา รวมไปถึงหมอนรองกระดูกเสื่อมสภาพก่อนวัยอันควร
- โรคอ้วน แม้พฤติกรรมจะไม่ส่งผลโดยตรง แต่การนั่งทั้งวันโดยไม่ลุกเดินไปไหนเป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคอ้วนและโรคเรื้อรังอื่น ๆ ได้



การใช้สื่อออนไลน์สู่การฆ่าตัวตาย

กรมสุขภาพจิต เผยวัยรุ่นไทยฆ่าตัวตายสำเร็จมากขึ้น ซึ่งมีสาเหตุมาจากปัญหาสุขภาพจิต และการใช้สื่อสังคมออนไลน์มากขึ้น พร้อมแนะนำว่าควรปรึกษาเพื่อน เพื่อหาวิธีแก้ปัญหา

พญ.พรรณพิมล วิปุลากร เปิดเผยว่า ช่วงปี 2550-2554 ประเทศไทยมีวัยรุ่นฆ่าตัวตายสำเร็จ เฉลี่ย 170 คนต่อปี โดยในปี 2554 พบว่า วัยรุ่นไทยระหว่างอายุ 15-19 ปี มีอัตราฆ่าตัวตายสำเร็จ อยู่ที่ 3.43 ต่อประชากร 100,000 คน ส่วนมากเป็นผู้ชาย ซึ่งฆ่าตัวตายด้วยวิธีผูกคอตายมากที่สุด ร้อยละ 75.29 รองลงมา คือ การกินยาฆ่าแมลง ร้อยละ 16.47

โดยมีสาเหตุมาจากปัญหาสุขภาพจิต เช่น ปัญหาการเรียน และสัมพันธภาพ ซึ่งสัญญาณเตือนที่ต้องเฝ้าระวัง ได้แก่ มีการสูญเสีย หรือการเขียนจดหมายลาตาย การตัดพ้อต่อว่า รู้สึกสิ้นหวัง หรือมีประวัติทำร้ายตนเอง ซึ่งวิธีแก้ปัญหาที่ดีที่สุด คือการเข้าถึงบริการสุขภาพจิตอย่างรวดเร็ว

สำหรับกรณีการใช้เทคโนโลยีหรือเครือข่ายสังคมออนไลน์ให้สัญญาณการฆ่าตัวตาย พญ.พรรณพิมล กล่าวว่า ปัจจุบันทุกคนสามารถเข้าถึงสื่อออนไลน์ได้อย่างรวดเร็วและง่าย แต่สื่อออนไลน์เปรียบเสมือนดาบสองคมที่มีทั้งข้อดีและข้อเสีย คือเมื่อคนใช้สื่อออนไลน์ จะทำให้สัมผัสสังคมรอบตัว และขาดปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ทำให้หลายครั้งที่มีการประกาศฆ่าตัวตายผ่านสื่อออนไลน์ คนส่วนใหญ่จึงคิดว่าผู้เขียนข้อความเรียกร้องความสนใจ และเป็นเรื่องไร้สาระ ทำให้ช่วยเหลือนั่น

นอกจากนี้ พญ.พรรณพิมล เสนอวิธีการแก้ปัญหาการฆ่าตัวตายผ่านสื่อออนไลน์ ด้วยการหยุดส่งต่อภาพซ้ำ ๆ ในโลกออนไลน์ เพื่อหยุดการกระตุ้นอารมณ์และความรู้สึกของคนที่อยู่ในภาวะไม่พร้อมให้เกิดการตัดสินใจเลียนแบบ รวมทั้งสร้างความสะเทือนใจให้กับญาติผู้สูญเสีย พร้อมแนะนำว่าหากไม่สบายใจ วิตกกังวล หรือเครียดกับปัญหาชีวิตควรหาเพื่อนเพื่อปรึกษาพูดคุย และช่วยกันคิดแก้ไขปัญหา โดยไม่ควรเก็บไว้คนเดียว

อย่างไรกรณีที่มีการเผยแพร่เนื้อหาที่แสดงออกถึงความรุนแรง เช่น การทำร้ายตัวเอง ทำร้ายผู้อื่น หรือการถ่ายทอดสดแสดงการฆ่าตัวตาย ส่งผลโดยตรงในเรื่องของการเรียนรู้ในสังคม โดยเฉพาะอิทธิพลที่มีต่อเด็กและวัยรุ่นที่ยังรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ไม่มีทักษะการแก้ไขปัญหาที่ดีพอ อาจมีการเลียนแบบพฤติกรรมได้ เนื่องจากคิดว่าเป็นการแก้ปัญหาที่ดีที่สุด จึงไม่ควรส่งต่อหรือเผยแพร่เนื้อหาในลักษณะดังกล่าว

แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น ในเรื่องของการฆ่าตัวตายก็ต้องมีปัจจัยหลายอย่างร่วมด้วย นอกเหนือจากเลียนแบบพฤติกรรมตามเนื้อหาที่เผยแพร่ในสื่อสังคมออนไลน์ โดยปัญหาที่เกิดขึ้นมากที่สุดมักเกิดกับวัยรุ่นโดยเฉพาะ เนื่องจากความสามารถของสมองส่วนที่เกี่ยวข้องกับการยับยั้งชั่งใจยังพัฒนาได้ไม่เท่ากับด้านของอารมณ์ ทำให้ขาดความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ในวัยรุ่นเองก็มีความเครียดที่ค่อนข้างหลากหลาย เนื่องจากความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหลายด้าน ทั้งในด้านสรีระที่เปลี่ยนไป หรือในด้านความรับผิดชอบที่เพิ่มมากขึ้นจากในวัยเด็ก รวมถึงเรื่องเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเด็กวัยนี้ค่อนข้างมาก เริ่มมีความรัก หรือมีความสนใจบางอย่างเป็นพิเศษ ส่งผลให้เกิดความเครียดและการ

แสดงออกทางพฤติกรรมได้ และการใช้สื่อสังคมออนไลน์ก็มีส่วนต่อการแสดงออกทางพฤติกรรมค่อนข้างมาก

การดูแลเกี่ยวกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์สำหรับเด็กวัยรุ่น คือ ผู้ปกครองควรเฝ้าสังเกตอยู่ห่าง ๆ อาจใช้สื่อสังคมออนไลน์ร่วมกับเด็ก แต่ไม่ควรแสดงตัวตนมากนัก เนื่องจากการแสดงตัวมากเกินไปอาจทำให้เด็กถอยหนี ซึ่งส่งผลต่อการควบคุมที่ยากขึ้น คอยสังเกตดูว่าเด็กมีความสนใจในด้านไหน กดไลค์เนื้อหาประเภทใด และคอยให้คำแนะนำตามความเหมาะสม รวมถึงผู้ปกครองควรกำหนดเงื่อนไขการใช้งานอินเทอร์เน็ตของเด็ก เพื่อควบคุมปริมาณการใช้งานไม่ให้มากเกินไปและส่งผลเสียในที่สุด

ในเรื่องของการถ่ายทอดสดฆ่าตัวตายผ่านสื่อสังคมออนไลน์ รวมถึงการเผยแพร่ข้อความที่เป็นสัญญาณในการฆ่าตัวตาย ที่ปัจจุบันมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นทั้งในประเทศและต่างประเทศ จากผลสำรวจพบว่ามีการฆ่าตัวตายสำเร็จเพิ่มมากขึ้น แต่ยังไม่ชัดเจนแน่ชัดว่าเกี่ยวกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์หรือไม่ และพบว่าคนที่มีพฤติกรรมเผยแพร่เนื้อหาทำนองนี้ อาจเกิดจากแรงจูงใจบางอย่าง เช่น การได้รับคอมเมนต์ หรือการได้รับการกดไลค์ รวมถึงผู้เผยแพร่อาจมีอาการทางจิตเวชอย่างอื่นร่วมด้วย จึงส่งผลให้มีพฤติกรรมการเผยแพร่ข้อมูลที่ไม่เหมาะสม

คนในครอบครัวมีบทบาทสำคัญที่สุด โดยการสอดส่องดูแลพฤติกรรมของบุตรหลาน สังเกตว่านิสัยใจคอเปลี่ยนไปหรือไม่ มีอาการเก็บตัวหรือไม่ รวมถึงการเรียนถดถอยลงไหม ไปจนถึงพฤติกรรมทานอาหาร การเข้านอน และที่สำคัญคือปริมาณการใช้งานสื่อออนไลน์ที่มากเกินไป

ข้อแนะนำเกี่ยวกับการใช้งานอินเทอร์เน็ตเพื่อส่งผลด้านบวก พ่อแม่ผู้ปกครองควรช่วยเลือกสื่อที่เหมาะสมกับพัฒนาการของเด็ก เหมาะสมกับการเรียนรู้ในแต่ละช่วงวัย และใช้ในปริมาณเวลาที่เหมาะสม ลดความสนใจหรือใส่ใจในทุกข้อมูล รวมไปถึงความรู้สึกที่อยากจะโพสต์สถานะต่าง ๆ ลงบนโซเชียล เพราะการที่เราสนใจอย่างอื่นมากเกินไป อาจทำให้เราละเลยที่จะสนใจตัวเองและการทำความเข้าใจกับตัวเอง พยายามดูแลบุตรหลานไม่ให้ทั้งความรับผิดชอบในภาระหน้าที่ต่าง ๆ อย่างการเรียนหรือการทำงานบ้าน อันเนื่องมาจากการเสพติดสื่อออนไลน์

ภาวะซึมเศร้าจากเฟซบุ๊ก

เว็บไซต์ไอที24ชั่วโมง (IT24Hrs.com) กล่าวถึงภาวะที่น่าสนใจและควรทำความรู้จัก เกี่ยวข้องกับการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์และอาการทางจิตเวชเรียกว่า Facebook Depression Syndrome หรือภาวะซึมเศร้าจากเฟซบุ๊ก ซึ่งจะมีลักษณะ ดังนี้

1. มีความเข้าใจผิด สงสัยเกี่ยวกับความเป็นจริงที่เป็นสุขของเพื่อน ๆ ในเฟซบุ๊กว่าจริงหรือไม่
2. ตกเป็นเหยื่อทางอารมณ์ของกิจกรรมชีวิตประจำวันของผู้อื่น
3. มักเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของตนเองกับเพื่อน ๆ อยู่เสมอ
4. มักเปลี่ยนรูปโปรไฟล์ของตนเองอยู่เสมอเพื่อเรียกร้องความสนใจ เรียกยอดไลค์

5. รู้สึกกระวนกระวายใจเมื่อไม่สามารถอ่านข้อความข่าวสาร หรือสถานะของตัวเองในเฟซบุ๊ก ได้เหมือนที่ทำเป็นประจำ
6. มักอัปเดตสถานะแบบดิ่งดูด หรือโพสต์บทความต่าง ๆ เช่น ขำขัน ข้อความแหลมคม

วิธีรักษาและป้องกันโรคซึมเศร้าจากเฟซบุ๊ก เริ่มต้นจากการปรับพฤติกรรมการใช้งานเฟซบุ๊ก หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่จะเชื่อมโยงกับกิจกรรมเฟซบุ๊กที่อาจจะก่อให้เกิดภาวะซึมเศร้า ดังนี้

- หลีกเลี่ยงการหลงไหลใน “ภาพพจน์ที่คนอื่นเสนอให้เราเห็น” เพราะเชื่อว่าทุกคนจะมีชีวิตประจำวันแบบที่โพสต์ การลงอะไรในสื่อโซเชียลมักจะผ่านการปรุงแต่ง บิดเบือนออกมาให้ดูดีเสมอ
- ลดความรู้สึกอิจฉาโดยการที่ไม่สนใจ ไม่สังเกตชีวิตของคนอื่น
- พยายามหลีกเลี่ยงการยอมรับคำเชิญจากเพื่อนเก่าที่จะเป็นเพื่อนในเฟซบุ๊ก
- ลดการโพสต์ การอัปเดตสถานะ และการโต้ตอบกับเพื่อนที่เกินความจำเป็น
- ลดการเปรียบเทียบตัวเองกับผู้อื่นในแง่ลบ เช่น “ทำไมคนนั้นชีวิตดีจัง ไม่เหมือนเราเลย”



การล่อลวงเด็กเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศ (Online Grooming)

คำว่า Grooming หมายถึง “การกระทำของผู้ใหญ่ที่ค่อย ๆ สร้างสานความสัมพันธ์หรือความรู้สึกดี ๆ เพื่อให้เด็ก ๆ เชื่อใจและไว้วางใจ โดยมีจุดประสงค์เพื่อหลอกลวง ล้วงละเมิดทางเพศ แสวงหาประโยชน์ทางเพศ หรือการค้ามนุษย์” เขี่ยมักจะไม่ค่อยรู้ตัวว่ากำลังถูกหลอกและสิ่งที่เกิดขึ้นอยู่นี้เป็น การละเมิดส่วนใหญ่ ผู้ล่อลวง หรือ Groomer จะใช้ช่องทางสื่อโซเชียล SMS เกมออนไลน์ แอปพลิเคชัน เพื่อติดต่อกับเหยื่อ โดยคนเหล่านี้จะใช้เวลาในการติดตามสอดส่องโปรไฟล์ที่น่าสนใจเพื่อเก็บข้อมูลและใช้เป็นช่องทางในการเชื่อมความสัมพันธ์ บางครั้งอาจปลอมแปลงตัวตนให้เป็นเด็กด้วยกัน หรือสร้างบุคลิกลักษณะที่เหยื่อจะสนใจ Groomer จะมองหาเด็กที่มีความมั่นใจในตนเองต่ำหรือดูประหลาดใจอ่อน อ่อนแอ จะส่งข้อความถึงเหยื่อและรอคอยการตอบกลับ เหยื่อที่ถูกล่อลวงนั้นจะถูกนำไปแสวงหาประโยชน์ทางเพศด้วยการเกลี้ยกล่อมหรือโน้มน้าวใจให้เข้าร่วมกิจกรรมทางเพศผ่านทางออนไลน์ ซึ่งมีเพิ่มมากขึ้น มากกว่าการล้วงละเมิดเหยื่อโดยตรง



การ Grooming เด็ก มีขั้นตอนเริ่มจากการเลือกเหยื่อ เช่น เด็กที่มักเก็บตัว มีปมด้อย แยกแยก ขาดความรักความอบอุ่น หรือเด็กที่พ่อแม่ทอดทิ้งให้อยู่ลำพัง Groomer จะเข้ามาทำความรู้จัก สร้างสัมพันธ์ สร้างความไว้วางใจ โดยเติมเต็มสิ่งที่ขาดหายให้เด็ก เช่น ให้เงิน ให้สิ่งของที่เด็กอยากได้ ให้ความรักความอบอุ่น เมื่อสบโอกาสนี้ก็จะพยายามแยกเด็กออกไป เป็นต้นว่า พาไปเที่ยว พาไปที่พักของตนเอง เตรียมเด็กให้พร้อมกับการล้วงละเมิดทางเพศ เช่น ให้อ่านสื่อลามกอนาจารเด็ก เพื่อชวนเชื่อว่าเด็ก ๆ ก็ทำแบบนี้กัน เมื่อมีเพศสัมพันธ์กับเด็กแล้ว ก็จะพยายามรักษาสัมพันธ์นั้นไว้โดยการให้สิ่งตอบแทนที่เด็กต้องการต่อไปเรื่อย ๆ หรือข่มขู่ไม่ให้บอกพ่อแม่หรือใครอื่น เด็กจะกลัวถูกลงโทษหรือกลัวสูญเสียสิ่งที่เคยได้รับจึงยอมทำตามแต่โดยดี Groomer มักจะถ่ายภาพหรือคลิปวิดีโอการละเมิดเด็กเอาไว้ด้วย เพื่อเอาไว้ข่มขู่แบล็กเมลหรือซื้อขายแลกเปลี่ยนในวงผู้ที่มีรสนิยมทางเพศกับเด็กด้วยกัน อาจโน้มน้าวชักจูง ล่อลวง หรือพาเด็กไปให้บุคคลอื่นกระทำทางเพศโดยตนเองได้รับประโยชน์ด้วย ซึ่งถือเป็นการค้ามนุษย์

Grooming เป็นการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก (Child Sexual Exploitation หรือ CSE) รูปแบบหนึ่ง เด็กที่ตกเป็นเป้าจะได้รับสิ่งตอบแทน เช่น ของขวัญ เงิน หรือความรู้สึกดี ๆ ความรักใคร่สนใจ

ความเป็นมิตร อันเป็นผลให้เด็กยินยอมที่จะมีเพศสัมพันธ์หรือร่วมในกิจกรรมทางเพศต่าง ๆ กับ Groomer เด็กหรือวัยรุ่นมักจะติดกับกลอุบายต่าง ๆ โดยหลงเชื่อว่าเป็นความรัก จนยอมมีความสัมพันธ์ด้วย

หากเด็ก ๆ กำลังตกอยู่ในสถานการณ์นี้จะมีสัญญาณบ่งชี้ ได้แก่

- เก็บตัว มีความลับ หรือมีลึบลมคมในมากขึ้น พฤติกรรมออนไลน์ต่าง ๆ ก็ดูน่าสงสัยขึ้นด้วย
- มีแฟนที่อายุมากกว่าหรือเป็นคนแก่
- ไปพบเพื่อนในสถานที่ที่ผิดปกติ
- มีของใหม่ ๆ เช่น เสื้อผ้า โทรศัพท์ ของใช้ฟุ่มเฟือย และไม่สามารถอธิบายที่มาได้
- เริ่มลองดื่มแอลกอฮอล์ สูบบุหรี่ หรือมีการใช้ยาเสพติด
- ในวัยรุ่นอาจมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป แตกต่างจากเพื่อนวัยเดียวกัน และไม่สามารถอธิบายถึงการเปลี่ยนแปลงนี้ได้ เช่น พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม ไม่ถูกกาลเทศะ

พ่อแม่ผู้ปกครองควรหมั่นสังเกตสัญญาณบ่งชี้ดังกล่าว เด็กอาจไม่รู้ตัวที่กำลังถูก Grooming หรือไม่ยอมบอก เนื่องจากถูกบังคับข่มขู่จาก Groomer หรือกลัวว่าจะสูญเสียความรักหรือข้าวของเงินทองและความสะดวกสบายที่ได้รับ ทางบ้านจึงต้องสร้างความเชื่อมั่นให้เด็กว่าเขาคือเหยื่อที่กำลังถูกล่อลวง ถูกแสวงหาประโยชน์ทางเพศ และจะได้รับการช่วยเหลือ ปกป้องชื่อเสียง จะไม่มีความผิดหากร่วมมือเพื่อดำเนินคดีกับ Groomer เพื่อไม่ให้ไปกระทำกับเด็กคนอื่น ๆ อีกต่อไป การครอบครองสื่อลามกอนาจารเด็ก การผลิตเผยแพร่ ทำการค้าสื่อลามกอนาจาร การกระทำอนาจารและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก การค้ามนุษย์ ล้วนเป็นความผิดตามกฎหมายไทย

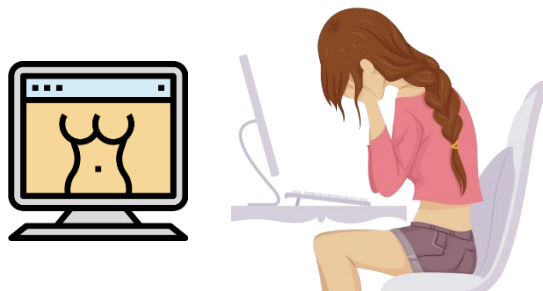
พยานหลักฐานที่ควรรวบรวมส่งแจ้งเจ้าหน้าที่ที่ดูแลคดีอาชญากรรมทางเทคโนโลยี ได้แก่ ชื่อ email account หรือ Facebook ID หรือ Line ID ของ Groomer ข้อความพูดคุยสนทนาที่แสดงถึงกระบวนการสร้างสัมพันธ์และความไว้วางใจเพื่อหวังละเมิดทางเพศเด็ก ข้อความพูดคุยเรื่องเพศหรือสื่อลามกอนาจารที่ส่งให้เด็กดู หลักฐานการโอนเงินต่าง ๆ

การแบล็กเมลทางเพศ (Sextortion)

เด็กอาจถูกล่อลวงไปละเมิดทางเพศจริง ๆ หรือถูกโน้มน้าวชักจูงหรือล่อลวงให้แสดงโชว์ลามกผ่านกล้องแล้วถูกบันทึกภาพวิดีโอเอาไว้ข่มขู่เรียกเงิน นำไปเผยแพร่ ประจานให้เสื่อมเสียชื่อเสียง หรือถูกนำไปขายทำเงินบนอินเทอร์เน็ต ซึ่งภาพหรือคลิปวิดีโอนั้นก็จะถูกนำมาใช้ข่มขู่เด็กให้ยินยอมในครั้งต่อ ๆ ไป ในกรณีที่เด็กถูกล่อลวงชักจูงไปจริง ๆ อาจจะเป็นการผลักดันเข้าสู่วงการโสเภณีเด็กหรือธุรกิจค้ากามเด็กต่อไปได้

กรณีที่พบบ่อยในระยะหลังนี้ ได้แก่ การ “แบล็กเมล์” หมายถึงการถ่ายทอดสดพฤติกรรมทางเพศระหว่างสองฝ่าย เด็กจะถูกโน้มน้าวชักจูงหรือล่อลวงให้กระทำพฤติกรรมทางเพศ กระทำต่อตนเอง กระทำกับผู้อื่น หรือถูกกระทำ โดยฝ่ายที่เป็นเหยื่อไม่รู้ตัวว่ากำลังถูกอีกฝ่ายหนึ่งซึ่งเป็นกลุ่มมิชฉาชีพอัดคลิปวิดีโอเอาไว้

ชมชู้เรียกเงิน เอาคลิปวิดีโอไปขายในกลุ่มที่มีรสนิยมทางเพศกับเด็ก หรือปล่อยขายทำกำไรบนเว็บไซต์ สื่อลามกอนาจารทั้งในประเทศและต่างประเทศ



เด็กหลายคนที่ตกเป็นเหยื่อจะมีความเครียด หดหู่ ด้วยกลัวว่าคลิปจะแพร่กระจายออกไปทำให้ได้รับความอับอาย เสียหาย ส่งผลกระทบต่อการเรียน หน้าที่การงาน ครอบครัว และสถานะทางสังคม บางรายซึมเศร้าจนถึงอยากฆ่าตัวตาย ด้วยทนรับสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ได้ เพียงเพราะไวใจเพื่อนออนไลน์ บางครั้งเด็กพลั้งเผลอไปเพราะคนที่ขอภาพกลับนั้นคือคนรักคนรู้ใจหรือแฟนกันนั่นเอง ด้วยรักกัน ไวใจกัน อยากทำอะไรพิเศษ ๆ ให้กัน หรือคิดว่าจะสนุกด้วยกันแค่นั้น แต่เมื่อเลิกกันแล้วหรือโทรศัพท์มือถือหาย ภาพหรือคลิปที่บันทึกไว้ก็จะหลุดเผยแพร่ไปทำให้ได้รับผลกระทบ อาจมีคนติดต่อขอซื้อบริการทางเพศ หรือตกเป็นเหยื่อของการแบล็กเมลทางเพศและการละเมิดซ้ำไม่สิ้นสุด สิ่งที่ถูกโพสต์บนอินเทอร์เน็ตจะคงอยู่ตลอดไป แม้คลิปจะถูกลบออกไปจากเว็บไซต์หนึ่งแล้ว แต่ก็อาจถูก upload หรือ share กลับมาได้อีกโดยคนที่ save เก็บไว้แล้ว ดังนั้น การป้องกันตัวเป็นสิ่งที่ดีที่สุด คือ อย่าไวใจเพื่อนออนไลน์ อย่าถ่ายหรืออย่าให้ใครถ่ายภาพหรือวิดีโอส่วนตัวเป็นอันขาด

คำแนะนำเด็กและเยาวชน เพื่อการใช้งาน Facebook อย่างปลอดภัย

1. ใช้เครือข่ายอินเทอร์เน็ตที่มีความปลอดภัยน่าเชื่อถือ
2. ควรใช้รหัสผ่านที่มีความยาวไม่น้อยกว่าแปดตัวอักษร โดยมีตัวเลข ตัวอักษร และอักขระพิเศษผสมกัน ไม่ใช้รหัสผ่านตัวเดียวกันสำหรับทุกอย่าง ควรเปลี่ยนรหัสผ่านเป็นประจำ
3. ตั้งค่าความเป็นส่วนตัวให้เหมาะสม โดยกำหนดค่า share ให้เห็นได้เฉพาะเพื่อนเท่านั้น และควรเลือกรับเพื่อนออนไลน์เฉพาะที่รู้จักกันจริง ๆ แทนที่จะรับคนแปลกหน้าทุกคนเป็นเพื่อน
4. อย่าหลงเชื่อผู้ที่ใช้รูปของคนอื่นมาแอบอ้างเป็นเพื่อน ควรตรวจสอบก่อน เพื่อความมั่นใจ
5. อย่าใส่ข้อมูลส่วนตัวมากเกินไป ไม่ถ่ายทอสด check in หรือ share location โดยไม่จำเป็น
6. ผู้ปกครองควรเข้าไปมีส่วนร่วมในการใช้งานอินเทอร์เน็ตกับลูกบ้าง ตามความเหมาะสม โดยอาจเพิ่มตนเองเป็นเพื่อนของลูกเพื่อเฝ้าดูความผิดปกติที่น่าสงสัยต่าง ๆ
7. ใช้อายุใน Profile ตามความเป็นจริง เพราะเด็กอายุ 13-18 ปี จะได้รับการปกป้องคุ้มครองมากกว่า โดยเฉพาะการตั้งค่าความเป็นส่วนตัวและโฆษณาที่ไม่เหมาะสมกับอายุของเด็ก
8. เมื่อพบเห็นสิ่งผิดปกติหรือถูกกลั่นแกล้ง อย่าตอบโต้ บันทึกไว้เป็นหลักฐาน ปรึกษาผู้ใหญ่
9. หมั่นตรวจสอบกิจกรรมและรายละเอียดในการใช้งาน เมื่อไม่ใช้งานให้ออกจากระบบทุกครั้ง
10. แจ้งหรือรายงานไปยัง Facebook เมื่อถูกละเมิด

พ่อแม่ผู้ปกครองควรเตือนบุตรหลานให้ “รักตัวเอง” อย่าไว้ใจเพื่อน แฟน หรือ โทรศัพท์มือถือ เพราะไม่มีอะไรรับประกันได้เลยว่าภาพที่ถ่ายไปนั้นจะเป็นความลับตลอดไป วันที่เลิกรักกัน ภาพลับ อาจ ไม่ลับ อีกต่อไป โทรศัพท์มือถือที่ใช้ติดตัวเป็นประจำ วันหนึ่งก็ต้องขาย ซ่อม หรือทิ้ง สูญหาย ต้องเปลี่ยนเครื่องใหม่ เคยสงสัยหรือไม่ว่าภาพถ่ายในนั้นจะไปไหนได้บ้าง ทราบหรือไม่ว่าการกดลบทิ้งภาพ ยังมีคนสามารถนำภาพกลับมาได้ ดังนั้น อย่าถ่ายภาพลับไว้จะปลอดภัยที่สุด

เมื่อคลิปหลุดแพร่กระจายไปแล้ว ควรทำอย่างไร

1. รวบรวมหลักฐาน เช่น ชื่อ หรือชื่อบัญชีเฟซบุ๊ก ไลน์ไอดี ของคนร้าย ข้อความการพูดคุยที่แสดงให้เห็นว่ามีการโน้มน้าวชักจูง ล่อลวง ชูกรรโชก การหลอกลต่าง ๆ เลขบัญชีการโอนเงิน หมายเลขโทรศัพท์ ภาพหรือคลิปที่รับ-ส่งกัน เพื่อแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจที่สถานีตำรวจ และ กองบังคับการปราบปรามการกระทำความผิดเกี่ยวกับอาชญากรรมทางเทคโนโลยี (ปอท.) หรือ คณะทำงานปราบปรามการล่อลวงละเมิด

ทางเพศต่อเด็กทางอินเทอร์เน็ต (TICAC) หรือ กองบัญชาการตำรวจสืบสวนสอบสวนอาชญากรรมทางเทคโนโลยี (หน่วยงานใหม่) เพื่อให้เข้ามาช่วยเหลือโดยเร็วที่สุด

2. อย่าเชื่อคำขู่โดยยอมจ่ายเงินหรือทำตามข้อเสนอ เช่น นัดไปเจอกัน หรือถ่ายภาพส่งให้อีก
3. ควร block การติดต่อ เพื่อไม่ให้โดนขู่ซ้ำซาก ไม่รับ/ไม่คุยกับคนแปลกหน้า ในช่วงนั้น
4. ทำจิตใจให้เข้มแข็ง แจ้งลบภาพหรือคลิปที่หลุดไป แต่ต้องทำใจด้วยว่ามันอาจจะกลับขึ้นมาได้อีก โดยคนที่ save ภาพ/วิดีโอ เก็บไว้แล้ว
5. พยายามใช้ชีวิตต่อไปให้ได้ ต้องเข้มแข็ง อดทน ผิดเป็นครู ไม่ผิดซ้ำอีก

จุดอ่อนจากการที่ไว้ใจ คือโดนทำร้าย(แสบ)เสียคน

คำเตือน
โดนชวนแกลกลอง โชว์หวิวหรือช่วยตัวเอง

อาจถูกอัดคลิป แบล็กเมลเรียกเงิน

แกลกลอง หมายถึง การถ่ายทอดสดนฤติกรรมทางเนศระหว่างสองฝ่าย

คุณรู้ได้อย่างไร? ว่าหลังล้องที่เปิดโจว์กัน เนื้อแกลเปลี่ยนความสนุก มันจะปลอดภัย?

คุณมั่นใจได้อย่างไร? ว่ามันไม่ใช่วัยเจ็บบ ที่แฝงมากับความสนุก

สสส สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย
มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็ก มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็ก

การเข้าถึงสื่อลามกอนาจารและทารุณกรรมทางเพศ

บนอินเทอร์เน็ต เด็กมีโอกาสมากที่จะเข้าถึงเนื้อหาที่ผิดกฎหมาย/อันตราย ทั้งโดยตั้งใจและไม่ตั้งใจ เช่น การสืบค้นข้อมูล ผลกระทบทางสุขภาพของเด็กและเยาวชน จากการเข้าถึงสื่อลามกอนาจารและถูกทารุณกรรมทางเพศออนไลน์ มีดังนี้

○ ผลกระทบต่อสุขภาพจิต เด็กอาจแสดงพฤติกรรมถดถอย ย้อนวัย เช่น ดูดนิ้วหัวแม่มือ อีชีร์ดที่นอน อาการที่ชัดเจนที่สุดของการถูกทารุณกรรมทางเพศคือการเล่นเลียนแบบทางเพศ และการมีความรู้ความสนใจทางเพศที่ไม่สมควรกับวัย เด็กอาจไม่สนใจไปโรงเรียนหรือเล่นกับเพื่อน มีปัญหาด้านการเรียน โรคสมาธิสั้น วิตกกังวล เกร ในช่วงวัยรุ่นอาจมีการตั้งครรภ์และพฤติกรรมทางเพศสุ่มเสี่ยง เหตุือทารุณกรรมแจ้งการทำร้ายตัวเองเกือบ 4 เท่าของปกติ

○ ผลกระทบต่อสุขภาพกาย เด็กที่ถูกทารุณกรรม มีกระบวนการคิดผิดปกติ ไม่สามารถคิดเป็นเหตุเป็นผล ไม่ยอมรับเหตุผลใด ๆ ผู้ใหญ่ที่ถูกทารุณกรรมในวัยเด็ก ทำให้ขาดความมั่นคงในจิตใจ หวาดระแวงว่าผู้อื่นคิดร้าย

การกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์ (Cyber bullying)

หมายถึง การใช้สื่อออนไลน์กลั่นแกล้งรังแกคนอื่น เช่น การโพสต์ข้อความ รูปภาพ หรือคลิปวิดีโอเพื่อตำหนิให้ร้าย แฉ ประจาน สร้างความเสียหาย ทำให้อับอาย กีดกันออกจากกลุ่มเพื่อนหรือสังคม การตอบโต้กันไปมา การแชร์ต่อ การที่มีคนอื่นมาผสมโรงด้วยความสนุกสนาน ก็ยิ่งเป็นการตอกย้ำซ้ำเติมเหยื่อ Cyber bullying มีเจตนาที่มุ่งร้ายให้อับอาย เจ็บใจ เสียใจ เป็นการกระทำซ้ำ ๆ ไม่ใช่ครั้งเดียวแล้วเลิก

นพ.ชาญวิทย์ พรนภดล หัวหน้าสาขาวิชาจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล กล่าวว่า “เพื่อน” เป็นกลุ่มที่มีอิทธิพลมากที่สุดต่อเด็กวัยรุ่นตอนต้น (early adolescence) อายุระหว่าง 13-15 ปี โดยเฉพาะเด็กนักเรียนชั้น ม.ต้น ที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน (peer acceptance) และเริ่มออกห่างจากพ่อแม่ เมื่อเด็กถูกกลั่นแกล้งและไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนฝูง เด็กจะมีอาการโดดเดี่ยว แยกตัวออกสังคม เริ่มไม่อยากไปโรงเรียน โดดเรียน หนีเรียน ขาดสมาธิ ผลการเรียนตกลง มีอาการซึมเศร้า ใช้สารเสพติด และอาจถึงขั้นทำร้ายตัวเองหรือฆ่าตัวตายได้ พ่อแม่ผู้ปกครองจึงควรให้การดูแลเอาใจใส่เด็กในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อเป็นพิเศษ โดยสังเกตจากอาการที่จะเกิดจากการถูกกลั่นแกล้ง เช่น อาการซึมเศร้า พูดน้อยลง แยกตัว เก็บตัว ผลการเรียนตก ไม่อยากไปโรงเรียน ควรเสริมสร้างความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง (self-esteem) ให้กับเด็ก ด้วยพลังแห่งความรัก ความอบอุ่นของครอบครัวนั้นเป็นปัจจัยสำคัญยิ่ง

เด็กหลายคนที่ไม่โดนกลั่นแกล้งระรานมักไม่กล้าบอกพ่อแม่หรือครู เพราะกลัวจะถูกซ้ำเติม สมน้ำหน้าหรือไม่ได้รับความสนใจเพราะผู้ใหญ่อาจมองว่าเป็นเรื่องของเด็กหยอกล้อกันไปมาไม่นานก็เลิก แต่ในความเป็นจริงแล้วผลที่เกิดขึ้นร้ายแรงกว่าที่คิด บางครั้งเด็กกลัวพ่อแม่รีบบโทรศัพท์มือถือ ห้ามใช้อินเทอร์เน็ต จึงเก็บ

ปัญหานั้นไว้คนเดียว ทำให้เกิดความกังวล เครียด ปิดตัวเองมากยิ่งขึ้น จนอาจเป็นโรคซึมเศร้า หดหู่ ไม่อยาก อยู่หรือไม่อยากมีชีวิตอีกต่อไป

พ่อแม่จึงควรทำใจเย็น ๆ รับฟังด้วยเหตุผล ไม่ใช่อารมณ์ บอกลูกว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นไม่ใช่ความผิด ของเขา ให้ลูกเข้มแข็ง อดทน อย่าไปให้ความสนใจมากเพราะยิ่งทำให้คนแกล้งสนุกและทำต่อไปเรื่อย ๆ ช่วย ลูกแก้ไขปัญหา เช่น block เพื่อนที่แกล้ง ลบข้อความหรือภาพที่โดนตัดต่อ ขอความช่วยเหลือจากครูหรือ เจ้าหน้าที่เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นอีก ก่อนหยิบบลินโทรศัพท์มือถือให้ลูกก็ต้องสอนให้เข้าใจว่ามีภัยอันตราย อะไรบ้างบนโลกไซเบอร์ เช่น การรับเพื่อนใหม่ การพูดคุยกับเพื่อน การโพสต์ข้อมูลหรือภาพส่วนตัวมาก เกินไป ควรสอนให้ลูกรู้จักการตั้งค่าความปลอดภัยในการใช้สื่อโซเชียลมีเดีย เช่น ใน Facebook สามารถ ตั้งค่าได้ว่าจะให้ใครมาโพสต์อะไรบนพื้นที่ของเรา หรือจะให้ใครเห็นโพสต์ของเราได้บ้าง ในโรงเรียน ครูควร สอนทักษะรู้เท่าทันสื่อให้เด็ก ๆ เลือกเชื่อ เลือกแชร์ข่าวสารข้อมูลที่รับมา ต้องนึกคิดเสียก่อนว่าหากไม่ใช่ เรื่องจริงแล้วส่งต่อกันไปจะเป็นการให้ร้ายหรือละเมิดซ้ำเหยื่อหรือไม่

ในส่วนของผู้ให้บริการเว็บไซต์หรือโซเชียลมีเดีย ควรมีกฎกติกาเพื่อต่อต้านการกลั่นแกล้งรังแกกันบน พื้นที่ให้บริการของตน โดยประกาศชัดเจนว่าห้ามทำและมีมาตรการดำเนินการกับผู้ฝ่าฝืน ควรมีปุ่มรับแจ้งหรือ รายงานกรณีถูกกลั่นแกล้งระรานเพื่อให้เด็กขอความช่วยเหลือในการลบเนื้อหาที่ทำให้อับอายหรือเสื่อมเสีย จัดเจ้าหน้าที่คอยให้คำปรึกษาแนะนำ ช่วยเหลือเยียวยาจิตใจและความเสียหายของเหยื่อ ประสานส่งต่อไปยัง สถานพยาบาล กรณีการกลั่นแกล้งระรานที่ผิดกฎหมายจะต้องดำเนินคดีกับผู้กระทำความผิด ซึ่งผู้ให้บริการ เว็บไซต์หรือโซเชียลมีเดียจะต้องให้ความร่วมมือกับเจ้าหน้าที่ผู้บังคับใช้กฎหมายหรือหน่วยงานอื่น ๆ ตามความจำเป็น

Cyber Bullying การกระรานทางไซเบอร์

อ้วน ขาเบียด
หน้าไม่ อีควาย

รักแหละ เลยมกลับหยอก



การป้องกัน/แก้ไข

ตัวเด็ก ตั้งสติ อย่างวุ่นและทำตามดังนี้

- Stop - ไม่ตอบโต้ด้วยวิธีเดียวกัน
- Block - ปิดกั้นคนที่กลั่นแกล้ง
- Tell - ขอความช่วยเหลือจากคนที่เราไว้ใจ
- Remove - ลบข้อความ/ภาพที่โดนกลั่นแกล้ง
- Be Strong - เข้มแข็ง อดทน ยิ้มสู้ อย่าให้ใครมาทำร้าย ทำให้เราเศร้าหมองได้



ครอบครัว/ครู/เพื่อน/บุคคลรอบตัวเด็ก

- รับผิดชอบอย่างจริงจังเป็นเพื่อนปลอบโยน
- ให้ความรักความอบอุ่น
- ให้ความช่วยเหลือ เช่น ลบ ปิดกั้น
- แจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
- พลิกผันให้เกิดมาตรการกฎหมาย

ผู้ให้บริการเว็บไซต์/สื่อโซเชียล

- มีกฎกติกา มาตรการดำเนินการกับผู้ฝ่าฝืนอย่างจริงจัง
- มีปุ่มรับแจ้งหรือรายงานกรณีที่ถูกกลั่นแกล้ง
- มีเจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษา/ช่วยเหลือ
- ให้ความร่วมมือกับเจ้าหน้าที่ตำรวจ (กรณีที่เกิดกฎหมาย)



คือ การกลั่นแกล้ง การให้ร้าย การด่าว่า การข่มเหง หรือ การรังแก ผู้อื่นทางสังคมออนไลน์ เช่น เฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์



ผลกระทบ

เครียด กังวล เสียใจ อับอาย หดหู่ รู้สึกด้อยค่า รู้สึกไม่เป็นที่ต้องการ ทำร้ายตัวเอง คิดฆ่าตัวตาย

ความรุนแรงในสื่อ

อีกหนึ่งปัญหาที่เห็นเด่นชัดได้แก่ ความรุนแรงในสื่อ เนื่องจาก ความรุนแรงในครอบครัว ความรุนแรงในโรงเรียน ความรุนแรงในสังคม สามารถถูกนำมาขยายเข้าบนสื่อ โดยเฉพาะสื่อสังคมออนไลน์นั้นทำได้โดยการถ่ายภาพหรือคลิปวิดีโอแล้วส่งต่อ การโพสต์เรื่องราว ข้อความยั่วยุปลุกปั่น การแสดงอารมณ์ การที่มีผู้มาร่วมแสดงความคิดเห็นในทางก้าวร้าว รุนแรง จาบจ้วงล่วงละเมิด ทำให้เรื่องลุลูกลามบานปลาย คนที่ไม่รู้จักกันบนโลกออนไลน์กลับสร้างความเจ็บช้ำให้กับเหยื่อและครอบครัวแบบเท่าทวีคูณ

ข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับเด็ก ได้รับความสนใจจากสื่อมวลชนวิชาชีพ สื่อพลเมือง สื่อสมัครเล่น รวมถึงประชาชนทั่วไป ในการนำเสนอผ่านช่องทางสื่อต่าง ๆ โดยเฉพาะทางออนไลน์นั้นเป็นไปอย่างรวดเร็วมาก นอกจากจะเป็นประโยชน์เพื่อการแจ้งข่าวสาร เตือนภัย ให้ความรู้ หรือระดมสรรพกำลังความคิดเห็นเพื่อการป้องกันแก้ไขปัญหาหรือเปลี่ยนแปลงสังคมแล้ว บ่อยครั้งจะทิ้งปัญหาและผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อตัวเด็กและครอบครัวไว้ภายหลังเสมอ เช่น การละเมิดอัตลักษณ์ ข้อมูลและความเป็นส่วนตัว การเปิดเผยความลับและความเป็นอยู่อย่างสงบของเด็กและครอบครัว การกระทำซ้ำเติม ช่มเหงจิตใจ และความรู้สึกทุกข์เศร้าหวาดกลัว การเปิดพื้นที่สาธารณะแสดงความคิดเห็นจนนำไปสู่การเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวที่มากขึ้น การวิจารณ์เด็กในทางเสียหาย การบิดเบือนข้อมูล ฯลฯ เหล่านี้ได้กลายมาเป็นปัญหาสำคัญของการนำเสนอข่าวที่เกี่ยวข้องกับเด็ก

ทุกภาคส่วนจึงควรจะต้องแสดงบทบาทเพื่อลดผลกระทบและบรรเทาปัญหาที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สื่อมวลชน ผู้ทำหน้าที่สื่อข่าว และประชาชนทั่วไปที่สามารถโพสต์ แชร์ แสดงความเห็น ฯลฯ ก็จะต้องมีหลักในการนำเสนอข่าวสารโดยไม่ละเมิดสิทธิเด็ก คำนึงถึงประโยชน์สูงสุดของเด็กเป็นสำคัญ

หลักปฏิบัติพื้นฐานในการนำเสนอข่าวเกี่ยวกับเด็ก ได้แก่ การไม่เปิดเผยอัตลักษณ์ตัวตนของเด็ก เพราะอาจทำให้เด็กได้รับอันตราย ถูกดูหมิ่นเกลียดชัง ถูกตีตรา กลั่นแกล้ง ล้อเลียน ฯลฯ ไม่ทำกราฟฟิกจำลองสถานการณ์หรือเขียนข่าวลงในรายละเอียดจนเกินไป เช่น ฉากการข่มขืนกระทำชำเรา การทารุณกรรมทางร่างกาย ข้อความสนทนาล้อลวงเด็ก ฯลฯ เพราะอาจไม่ได้เป็นประโยชน์ต่อสังคม แต่เป็นการทำร้ายซ้ำเด็กและครอบครัว ทั้งอาจทำให้เกิดการเลียนแบบ ไม่ควรเปิดให้มีการวิพากษ์วิจารณ์ทำยข่าว เพราะอาจจะสร้างความบอบช้ำเพิ่มขึ้นให้เด็ก หรือทำให้เด็กตกอยู่ในอันตราย ห้ามไม่ให้เข้าถึงตัวเด็กโดยตรง เพราะอาจมีการละเมิดเด็กหรือทำให้เสียรูปคดี เป็นต้น พ่อแม่ผู้ปกครองควรอยู่กับเด็กและปกป้องคุ้มครองเด็ก ทั้งมีสิทธิที่จะร้องขอให้มีนักสังคมสงเคราะห์หรือจิตแพทย์อยู่ด้วยในเวลาสอบสวนทางคดี

สื่อกับความเครียดและความขัดแย้ง

ในสถานการณ์การเมือง อาจมีความเห็นไม่ตรงกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว การเกาะติดข่าวสารความเคลื่อนไหวทางการเมืองในสื่อโซเชียลมีเดีย แล้วนำมาถกกันบนโต๊ะอาหาร อาจนำมาซึ่งความเครียดและความขัดแย้ง เนื่องจากต่างคนต่างก็มีแหล่งข่าวข้อมูลหรือการเสพสื่อเจาะลึกแตกต่างกันไป ข่าวสารข้อมูลบางอย่างต้องการการตรวจสอบก่อนเชื่อและแชร์ ตัวอย่างที่เห็นเด่นชัด ในช่วงที่มีกลุ่มนักเรียนนักศึกษา

ออกมาเคลื่อนไหวเรียกร้องประชาธิปไตย ต้องการการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทำให้บางครอบครัวอาจมีปัญหาขัดแย้ง พ่อแม่มองลูกว่าถูกชักจูง เชื่อคนง่าย ไร้สติ ส่วนลูกก็มองว่าพ่อแม่ล้าหลัง ไม่ทันโลก ฯลฯ กรณีนี้ พญ.จิราภรณ์ อรุณากูร หรือ "หมอไอ้" กุมารแพทย์เวชศาสตร์วัยรุ่น คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี เจ้าของเฟซบุ๊กแฟนเพจ “เลี้ยงลูกนอกบ้าน” ได้ให้คำแนะนำไว้อย่างน่าสนใจ

คุณหมอบอกว่า ให้อึดใจที่ลูกมองว่า "การเมืองเป็นเรื่องของทุกคน" ประเทศจะไม่พัฒนาด้วยวัยรุ่นที่มองแต่ปัญหาของตัวเอง หลีกเลี่ยงการใช้คำพูดตัดสิน ดูถูก บั่นทอนคุณค่า "โง่" "อูตส์่าห์เรียนสูง" "ให้เค้าจูงจมูก" เพราะนั่นไม่ได้ทำให้เกิดการสื่อสารที่สร้างสรรค์ แต่ให้ "รับฟัง" แบบเปิดใจไม่รีบตัดสิน ลูกรู้สึกอะไร อึดอัดอะไร มีความต้องการอะไร ให้คุณค่ากับอะไร ทำไม่ถึงคิดหรือเชื่อสิ่งนั้น ฟัง... ด้วยความต้องการที่จะเข้าใจ ไม่ใช่ฟังเพื่อสั่งสอน เคารพการให้ "คุณค่า" ในสิ่งที่แตกต่าง เพราะสมัยพ่อแม่อาจให้คุณค่าเรื่องการไม่ตั้งคำถามกับคนที่เคารพหรือมีอำนาจ ส่วนเด็กสมัยนี้ให้คุณค่ากับสิทธิความเป็นมนุษย์ ความยุติธรรมและความเท่าเทียม ควรตั้งคำถามกับสิ่งที่ลูกให้คุณค่า บอกลูกถึงสิ่งที่เราให้คุณค่า และที่มาของความเชื่อนั้น และสอนลูกตั้งคำถามกับสิ่งที่ลูกเชื่อหรือถูกบอกมา อันไหนจริง เพราะอะไรถึงเชื่อสิ่งนั้น ช่วยลูกฝึกการวิเคราะห์แยกแยะ

สิ่งที่ควรสอนเด็กคือเรื่อง การเรียกร้องสิทธิ ไม่ควรกระทำโดยการละเมิดสิทธิของผู้อื่น การใช้ hate speech หรือถ้อยคำสร้างความเกลียดชัง การสร้างภาพเลวร้ายให้ตัวบุคคล อาจไม่นำไปสู่การสร้างความเข้าใจในสิ่งที่ตนต้องการ อธิบายว่าความรักความศรัทธาของคนหลายคน อาจไม่ต้องมีเหตุผล แต่เป็นเรื่องที่เราควรให้คุณค่า อย่าทำลายหรือดูถูกความศรัทธาของผู้อื่น

การที่วัยรุ่นลงมือลงแรงเรียกร้องการเปลี่ยนแปลงกับสิ่งที่เชื่อมั่น
นั่นคือพลังงานของวัยรุ่นสาว ที่เราควรรักษาไว้

สำหรับคนที่เกาะติดข่าวสารการเมืองหรือเรื่องอื่น ๆ ทางโซเชียลมีเดีย แล้วเกิดความเครียด อึดอัดหรือไม่สบายใจ ควรดใช้สื่อหรืองดติดตามข่าวสารนั้น ๆ เป็นการชั่วคราว นพ.ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ ที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต แนะนำว่า การรับรู้ข่าวสารต้องรับรู้อย่างพอดี ไม่ควรเกิน 2 ชม.ต่อวัน และแบ่งเวลาครึ่งหนึ่งรับรู้ข่าวสารจากสื่อที่เป็นกลาง ไม่สุดขั้วจนเกินไป ช่วยทำให้เราไม่รู้สึกมีอารมณ์มาก เข้าใจอีกฝ่าย และมีทางออก

ข้อมูลอะไรที่ได้อ่าน ได้ยิน แล้วทำให้รู้สึกโกรธ เสียใจ กลัว
ก็กลับมาดูแลใจตัวเองกันนะคะ สังคมไม่มั่นคง ยิ่งต้องการใจที่มั่นคง
#ป่าหมอกขอขยาย (พญ.วนิดา เปาอินทร์)

นพ.ยงยุทธ ยังได้ให้ข้อคิดเรื่องสังคมไทยต้องช่วยกันไม่ให้เกิดความรุนแรง เพราะความแตกต่างทางความคิดไม่ได้เป็นความชั่วหรือเลว ความเห็นที่แตกต่างควรถือเป็นสิทธิของสังคมและทางออกส่วนใหญ่ก็อยู่ระหว่าง 2 ขั้วความคิด สำหรับหลักทางจิตวิทยาที่สำคัญที่จะลดการสร้าง ความเกลียดคือ หลัก 2 ไม่ 1 เดือน

1 ไม่ คือ ไม่ผลิตข้อความที่สร้างความเกลียดชัง

2 ไม่ คือ ไม่ส่งต่อ ข้อความที่สร้างความเกลียดชังที่จะยิ่งทวีความรู้สึกรุนแรงมากขึ้น

1 เดือน คือ เดือนด้วยความหวังดีและสุภาพ เพราะการเดือนทำให้บุคคลเกิดความยับยั้งชั่งใจมากขึ้น โดยเฉพาะคนที่อยู่ในกลุ่มสังคมเดียวกันจะช่วยให้ได้มาก

เราต้องช่วยกันทำ 2 ไม่ 1 เดือน เพื่อยกระดับสังคมให้สามารถยอมรับความแตกต่างโดยไม่ใช้ความรุนแรงทั้งคำพูดและการกระทำ เริ่มจากการพูดคุยกับลูกเราต้องเข้าใจก่อนว่าความเห็นต่างไม่ใช่ความดีเลว ซึ่งความเข้าใจนี้มีพื้นฐานอยู่แล้วจากสายสัมพันธ์ในครอบครัวและการให้คนรับฟังเรา เริ่มจากการที่เราต้องรับฟังเขาก่อน ก็จะนำไปสู่การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เข้าใจเหตุผลซึ่งกันและกัน

ภัยและความเสี่ยงอื่น ๆ

บนโลกออนไลน์ ยังมีภัยและความเสี่ยงอื่น ๆ ที่มาจากเนื้อหาข้อมูล การติดต่อกับผู้คน รวมถึงพฤติกรรมสุ่มเสี่ยงของตัวเอง เช่น

○ การเข้าถึงเนื้อหาข้อมูลที่ผิดกฎหมาย/อันตราย เป็นต้นว่า สื่อลามกอนาจาร สารเสพติด อาวุธ ความรุนแรง ลัทธิความเชื่อ ค่านิยมหรือพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เด็กอาจ download หรือ save เนื้อหาข้อมูลที่ผิดกฎหมายมาไว้ ส่งต่อ แชร์เนื้อหาข้อมูลนั้นออกไป การมีสื่อลามกอนาจารเด็กไว้ในครอบครอง เป็นความผิด การผลิต เผยแพร่ ส่งต่อ ทำการค้าสื่อลามกอนาจาร เป็นความผิด การเล่นพนัน เผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ให้เข้าถึงเว็บพนัน เป็นความผิด บางครั้งเด็กอาจทำสิ่งที่ผิดกฎหมาย เลียนแบบพฤติกรรมอันตราย เช่น การค้ายา เสพยา ขายหรือโฆษณาสินค้าผิดกฎหมาย/ผิดศีลธรรม ฯลฯ พ่อแม่ผู้ปกครองจึงควรดูแลแนะนำเด็กที่ใช้สื่อออนไลน์ในเรื่องของการเข้าถึงเนื้อหาข้อมูลที่ผิดกฎหมายหรือเป็นอันตราย การถูกโน้มน้าวชักจูงให้กระทำหรือยุ่งเกี่ยวกับสิ่งผิดกฎหมาย การเลียนแบบเน็ตไอดอลในทางที่ไม่เหมาะสมต่าง ๆ

○ ถูกโกงเงินซื้อสินค้า สินค้าคุณภาพต่ำ ไม่ได้รับสินค้า พ่อแม่ผู้ปกครองควรแนะนำเด็ก ๆ ให้รู้จักเลือกซื้อสินค้าจากร้านค้าออนไลน์ที่เชื่อถือได้ เช่น มีการรับรองโดยหน่วยงานส่งเสริมร้านค้าออนไลน์หรือพาณิชย์อิเล็กทรอนิกส์ (e-commerce) มีระบบการซื้อขายเงินที่ได้มาตรฐาน มีการรับประกันสินค้า กรณีการส่งคืนสินค้าต่าง ๆ ทำได้หรือไม่ ใครรับผิดชอบค่าใช้จ่าย จะต้องมีการมีเงื่อนไขรายละเอียดให้อ่านอย่างชัดเจน และควรเก็บหลักฐานการสนทนา การโอนเงินต่าง ๆ ไว้ใช้หากมีปัญหาในภายหลัง การตรวจสอบข้อมูลร้านค้าให้มากที่สุด การอ่านความเห็น/คำแนะนำของลูกค้า หรือการสั่งซื้อสินค้าแบบเก็บเงินปลายทาง ก็เป็นอีกวิธีที่จะช่วยลดความเสี่ยงจากการซื้อสินค้าออนไลน์

FAKE

NEWS

เดอะ
สำนักข่าวลวง

ข่าวปลอม

?
?



น้องเอ๊ะ

นี่คะ น้องว่าข่าวนี้
มันแปลก ๆ นะคะ

แหล่งที่มาของข่าว
ดูไม่น่าเชื่อถือเลยคะ

ห๊ะ!! จริงด้วย
นี่ลืมนิดไปเลย

ต้องรีบไปลบโพสต์
ออกซะแล้วสิเน๊ยะ

เอ๊ะก่อน **อ้อตาม**



นี่อ้อ

ต้องเอ๊ะแบบไหนนะ

ตรวจสอบเว็บไซต์

คนเขียน...คือใคร?

ข้อมูล
น่าเชื่อถือหรือไม่?

ตรวจสอบ
แหล่งข่าวอื่น

ระวังปลุกปั่นยั่วยุ

ระวังขายของ

ภาพตัดต่อ
หรือเปล่า?

ภาพปลอม
หรือเปล่า?

ภาพเก่าหรือไม่?

ทำเพื่อขำๆมั๊ยนะ?

เอ๊ะ...ก่อน...อ้อ



สำนักงานส่งเสริมคุณภาพ
การช่างเสริมคุณภาพ



มูลนิธิกองทุนพัฒนาประเทศไทย
National Foundation for the Development of Thailand

○ หลงเชื่อข่าวลวงข่าวปลอม ทำให้ตกเป็นเหยื่อของผู้ไม่ประสงค์ดี เช่น หลอกให้ลงทะเบียนสมัครงาน สมัครเป็นดารา/นางแบบ ร่วมลงทุน หรือการแชร์ข่าวสารข้อมูลปลอมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ความปลอดภัย เศรษฐกิจ ฯลฯ นอกจากตัวเองและเพื่อนฝูงจะโดนหลอกแล้ว อาจทำให้สังคมตื่นตระหนก เกิดผลร้ายตามวัตถุประสงค์ของผู้สร้างข่าวปลอมนั้นมา เช่น ต้องการจูงใจหลอกลวงให้เชื่อ เพื่อขายสินค้าหรือบริการ ให้ร่วมลงทุน สร้างความนิยม หรือทำให้เกิดความรู้สึกต่อต้านเกลียดชัง ฯลฯ คำแนะนำเบื้องต้นในการรับมือกับข่าวปลอมออนไลน์ ข้อแรกคือจะต้องตรวจสอบข้อมูลเสียก่อนว่ามาจากแหล่งที่น่าเชื่อถือหรือไม่ ควรสืบค้นเพิ่มเติมจากแหล่งข่าวหรือสื่ออื่น ๆ ว่ามีการพูดถึงเรื่องนี้หรือไม่ พูดว่าอย่างไร และถ้าเป็นไปได้ควรติดต่อสอบถามโดยตรงกับหน่วยงานหรือบุคคลที่ถูกอ้างถึง ประการที่สองควรพิจารณาผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการนำข้อมูลข่าวสารนั้นมาใช้หรือส่งต่อ หากไม่ใช่เรื่องจริงจะส่งผลกระทบต่อใคร อย่างไรบ้าง ผลร้ายแรงหรือไม่ ประการสุดท้ายที่อยากจะให้พิจารณาด้วยก็คือ สิ่งที่จะส่งออกไปนั้นเป็นประโยชน์ต่อสังคมส่วนรวมจริงหรือไม่ ถ้าไม่ใช่ ก็ไม่จำเป็นต้องส่งหรือแชร์ออกไปทุกครั้งที่ได้รับ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม เปิดศูนย์ตรวจสอบข่าวลวงข่าวปลอม รายการข่าวก่อนแชร์ ช่อง 9 อสมท. มีรายการให้ความรู้และเปิดให้สอบถามเรื่องข่าวปลอมที่แพร่กระจายบนโลกออนไลน์ และเว็บไซต์ cofact.org เปิดให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการตรวจสอบข่าวลวงข่าวปลอม พ่อแม่ผู้ปกครองควรชี้แนะบุตรหลาน ฝึกฝนให้ลูกคิดวิเคราะห์ แยกแยะ ตั้งข้อสังเกต สืบค้นหาความจริง ก่อนที่จะเชื่อหรือแชร์

○ การเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวมากเกินไปบนโลกออนไลน์อาจทำให้ตกอยู่ในอันตราย เช่น ถูกวิพากษ์วิจารณ์ ถูกนำรูปภาพไปตัดต่อให้เสียหาย ถูกนำข้อมูลไปแอบอ้างหรือใช้ในทางที่ไม่เหมาะสม ถูกติดต่อ หรือรบกวนจากคนแปลกหน้า เด็กเล็กอาจถูกลักพาตัว หรือถูกนำภาพไปใช้เพื่อการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ วัยรุ่นอาจถูกล่อลวง ละเมิดหรือคุกคามทางเพศผ่านหน้าจอ รวมถึงการนัดพบเพื่อละเมิดทางร่างกาย จึงควรแนะนำเด็ก ๆ อย่าไว้วางใจคนแปลกหน้า อย่าเชื่อข้อเสนอที่ดีเกินจริง และอย่านัดพบเพื่อนออนไลน์เป็นอันขาด

○ การหมิ่นประมาทออนไลน์ เกิดขึ้นได้จากการโพสต์ การแสดงความคิดเห็น การส่งต่อหรือแชร์ ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับมา การเจตนาตัดต่อภาพ บิดเบือนหรือแต่งเรื่องราวใส่ร้าย ทำให้ผู้อื่นได้รับความเสียหาย จึงควรเตือนเด็ก ๆ ให้ระมัดระวังการเชื่อ แชร์ โพสต์แสดงความคิดเห็นต่าง ๆ จะต้องกระทำด้วยความระมัดระวัง เคารพและให้เกียรติผู้อื่นเสมอ

○ การแอบเข้าระบบคอมพิวเตอร์ อีเมล เฟซบุ๊ก ไลน์ ทวิตเตอร์ หรือบัญชีใช้งานของผู้อื่น โดยไม่ได้รับอนุญาต การเปลี่ยนแปลงแก้ไข ลบ ทำลายข้อมูล ดักฟังข้อมูล ของผู้อื่น การเจาะ โจมตี ระบบคอมพิวเตอร์และเครือข่าย เป็นความผิดตาม พ.ร.บ.ว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์

○ การตัดต่อ แต่งภาพ ที่ทำให้ผู้อื่นเสียหาย อับอาย ถูกดูหมิ่นเกลียดชัง การเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ ให้เข้าถึงเว็บไซต์พนัน แหล่งพนัน จัดให้มีการพนัน การเผยแพร่ภาพ/วิดีโอ/ข้อมูลส่วนตัวของเด็ก

การเผยแพร่ส่งต่อเนื้อหาข้อมูลที่ผิดกฎหมาย เข้าข่ายหมิ่นสถาบัน กระทบต่อความมั่นคงปลอดภัยของประเทศ ความสงบเรียบร้อยของสังคมและประชาชน เหล่านี้เป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย

○ การกระทำบางอย่างไม่ผิดกฎหมายชัดเจน แต่อาจไม่เหมาะสม ไม่เป็นประโยชน์ หรืออาจส่งผลกระทบต่อสังคม เช่น การเผยแพร่เรื่องราวหรือภาพความรุนแรง การยุยงปลุกปั่น ค่านิยมหรือพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ตัวอย่างเช่น การแสดงผาดโผนอันตราย การล้อเล่นกับความรู้สึกของลูก เช่น พ่อแม่แกล้งบาดเจ็บรุนแรงหรือตายเพื่อดูปฏิกิริยาของลูก ฯลฯ เหล่านี้เป็นสิ่งที่ไม่ควรกระทำ จึงควรชี้แนะเด็กให้รู้ทัน ไม่ตกเป็นเหยื่อของผู้ไม่ประสงค์ดีในการช่วยเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเหล่านั้น ไม่เลียนแบบ และไม่กระทำต่อผู้อื่น รวมทั้งพ่อแม่ ครู ควรเป็นตัวอย่างที่ดีในการใช้สื่อ

Hate Speech ทีวีร้ายแห่งยุคไซเบอร์



Hate Speech

การแสดงออกทุกรูปแบบในทางลบ เพื่อโจมตีบุคคลหรือกลุ่มบุคคล

โดยมีเป้าหมาย คือ การล้อเลียน ทำให้ตกขมขื่น หรือ ทำให้เกิดการเกลียดชังแบ่งแยกในสังคม อาจเลยเถิดไปถึงการข่มขู่ใช้ความรุนแรงต่อกลุ่มเป้าหมาย

วิธีการป้องกัน

1



เคารพในความแตกต่าง
ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นแบบไม่มีอคติ

2



สร้างความเข้าใจถึงผลกระทบต่อเหยื่อ
เห็นอกเห็นใจผู้ที่ถูกเกลียดชัง

3



หากพบเห็น Hate Speech

- 1) แจ้งครูหรือผู้ใหญ่ในหน่วยงานที่เป็นจุดเกิดเหตุ
- 2) แจ้งที่เว็บไซต์หรือโซเชียลมีเดียที่กำลังใช้งาน
- 3) แจ้งสายด่วนกระทรวงดิจิทัลฯ โทร 1222
อีเมล 1212@mdes.go.th www.1212occ.com
หรือ Mobile App 12120CC

4



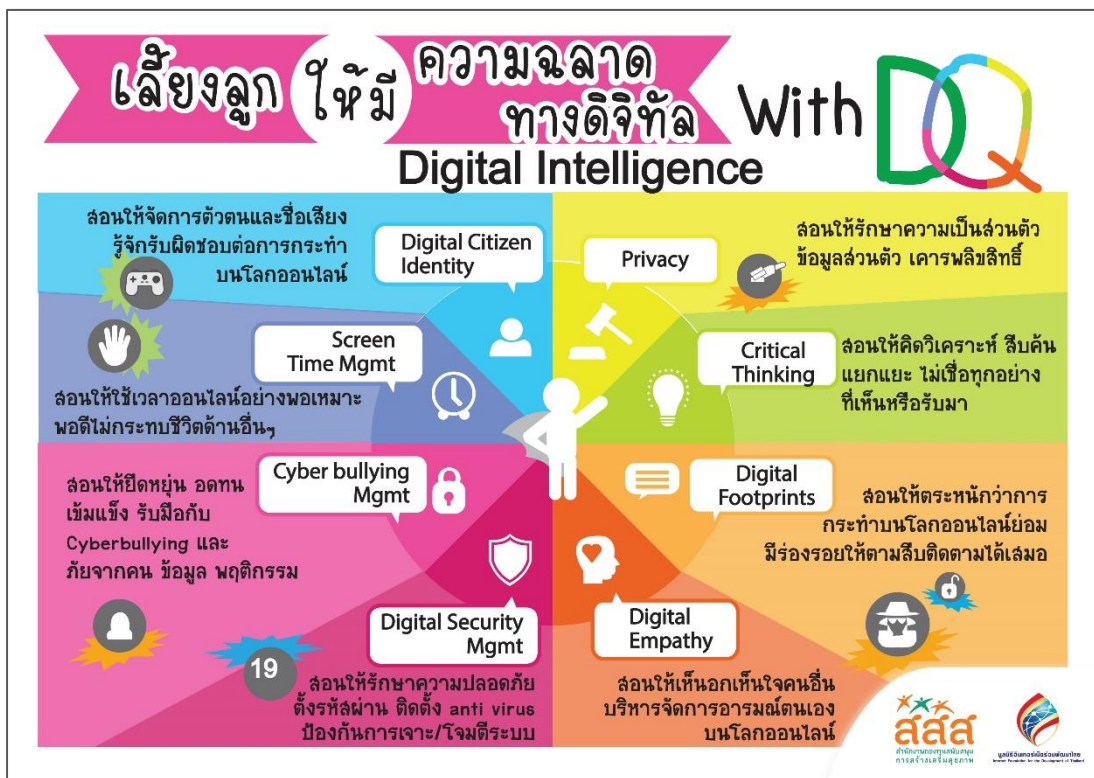
ส่งเสริมการอยู่ร่วมกัน
อย่างสันติ




บทที่ 2

บทบาทของครูและโรงเรียน

โรงเรียนเป็นสถานที่หลักที่เด็ก ๆ ได้เรียนรู้การใช้คอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต ครูจึงมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการปลูกฝังแนวทางการใช้งานที่ปลอดภัย สร้างสรรค์ และรู้เท่าทัน ปัจจุบันนี้ใช้คำว่า ความฉลาดทางดิจิทัล (DQ -Digital Intelligence Quotient) ซึ่งเป็นทักษะ 8 ด้านในการใช้สื่อดิจิทัล ที่จะต้องเสริมสร้างกันตั้งแต่เด็ก เนื่องจากทุกวันนี้ เด็กเกิดและเติบโตมากับเทคโนโลยีดิจิทัล จึงคุ้นเคยกับการใช้คอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ตเพื่อสืบค้นข้อมูล ทำการบ้าน อ่านข่าว เข้าถึงสินค้าและบริการ ทำกิจกรรมออนไลน์หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นการดูหนัง ฟังเพลง เล่นเกม ฯลฯ ใช้ชีวิตอยู่บนโลกออนไลน์ซึ่งบางครั้งถูกเรียกว่า โลกเสมือน (Virtual World) มากพอ ๆ กับโลกจริงหรืออาจจะมากกว่าด้วยซ้ำ



นโยบายการใช้งานอินเทอร์เน็ต

โรงเรียนควรมี นโยบายการใช้งานคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต เป็นระเบียบปฏิบัติ เป็นกฎเกณฑ์ ในการใช้งานระบบบริการอินเทอร์เน็ตของโรงเรียน ที่บอกว่าอะไรควรทำ ไม่ควรทำ อะไรทำได้ และอะไรที่ทำได้ไม่ได้ ข้อพึงระวัง ข้อควรระวังต่าง ๆ ในการใช้งาน ขั้นตอนการดำเนินงานเมื่อมีการฝ่าฝืนระเบียบ/กฎเกณฑ์นี้ รวมถึงเมื่อเกิดเหตุไม่พึงประสงค์ เช่น การใช้ระบบบริการของโรงเรียนในการละเมิดผู้อื่น การกระทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เป็นอันตราย หรือกระทำการอื่นใดที่เข้าข่ายผิดกฎหมาย จะต้องรายงานเหตุไปที่ครูคนไหน

ฝ่ายใด โรงเรียนจะดำเนินการอย่างไร โดยโรงเรียนจะต้องเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ระเบียบ/กฎเกณฑ์ ข้อพึงระวัง ข้อควรรู้ ขั้นตอนต่าง ๆ ทั้งหมดนี้ให้ครู นักเรียน เจ้าหน้าที่ทุกคนทราบโดยทั่วกัน ทั้งนี้เพื่อส่งเสริม การใช้ระบบบริการคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ตของโรงเรียน ให้เป็นไปด้วยความปลอดภัยและเกิดประโยชน์ ต่อการศึกษาเรียนรู้ จำกัดการใช้งานที่ไม่เหมาะสมและการทำผิดกฎหมายต่าง ๆ เป็นการปลูกฝังแนวทางการ ใช้สื่อที่ดีที่จะติดตัวเด็กไปตลอด ไม่ว่าเด็กจะใช้สื่อที่โรงเรียน ที่บ้าน ในที่ทำงาน หรือใช้งานส่วนตัวก็ตาม

นโยบายการใช้งานคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ตของโรงเรียน อาจประกอบด้วยข้อควรรู้ ข้อพึงระวัง และแนวทางปฏิบัติต่าง ๆ ดังนี้

- ระบบคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ตของโรงเรียนมีไว้เพื่อการศึกษาเรียนรู้เป็นสิ่งสำคัญ
- ต้องไม่ใช่เพื่อการกลั่นแกล้งรังแก คุกคาม ทำร้าย หรือละเมิดผู้อื่น
- ต้องไม่ใช่การทำผิดกฎหมาย เช่น การเผยแพร่สื่อลามกอนาจาร การพนัน ยาเสพติด ฯลฯ
- ต้องไม่ละเมิดลิขสิทธิ์และทรัพย์สินทางปัญญา ต้องให้เครดิตหรืออ้างอิงผลงานที่นำมาใช้เสมอ
- ต้องไม่ใช่เพื่อการสอดแนม เปิดดู ขโมยข้อมูล หรือแอบเข้าบัญชีของผู้อื่น
- ต้องเคารพและให้เกียรติผู้อื่น พึงระมัดระวังการให้ความเห็น การวิพากษ์วิจารณ์ การเผยแพร่ ข้อมูลข่าวสารที่อาจส่งผลกระทบต่อผู้อื่นและสังคมโดยรวม
- พึงระวังการใช้งานที่มากเกินไปอาจส่งผลเสียต่อสุขภาพทางร่างกาย จิตใจ และสังคม
- ควรตั้งรหัสผ่านที่ปลอดภัย เปลี่ยนรหัสผ่านเป็นระยะ ควร sign out ระบบทุกครั้งเมื่อเลิกใช้
- ต้องรับผิดชอบต่อการใช้งาน หากฝ่าฝืนกฎระเบียบ/ข้อบังคับนี้ จะมีขั้นตอนการดำเนินงานและมี โทษตามที่โรงเรียนกำหนด (ใช้แนวทางวินัยเชิงบวก ไม่ใช่ความรุนแรง)
- หากเกิดเหตุไม่พึงประสงค์/ผลกระทบด้านลบจากการใช้งาน โปรดติดต่อหรือแจ้งที่ (ระบุชื่อครู/ กลุ่มงาน หมายเลขโทรศัพท์ อีเมล Line ID หรือ Facebook หรือ จัดกล่องรับข้อมูล/ความคิดเห็น หาก นักเรียนไม่ต้องการระบุตัวตน)
- นักเรียนมีหน้าที่ศึกษาทำความเข้าใจ พ.ร.บ. ว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. 2550 และที่แก้ไข พ.ศ. 2560 (ซึ่งทางโรงเรียนอาจสรุปเนื้อหาสำคัญให้เป็นภาษาที่เข้าใจง่าย นำไปสอนใน ชั้นเรียนวิชาคอมพิวเตอร์ หรือรวบรวมเผยแพร่ให้นักเรียนได้อ่านภายในโรงเรียน)

โรงเรียนควรมอบหมายครูหรือกลุ่มงานรับผิดชอบในกรณีเกิดการฝ่าฝืนนโยบายการใช้งานฯ มีการ ละเมิดหรือกระทำความผิดกฎหมาย นักเรียนต้องทราบว่าแจ้งที่ใคร นำหลักฐานอะไรไปแจ้ง และจะเกิดอะไรขึ้น หลังจากนั้น เพื่อให้เกิดความชัดเจนในการสอบถามปัญหา การแก้ไขปัญหา การช่วยเหลือเยียวยาเด็ก ผู้เสียหาย การป้องกันปัญหาไม่ให้เกิดซ้ำอีก และหากมีความจำเป็นต้องประสานงานกับทางโรงพยาบาล นักสังคมสงเคราะห์ หรือเจ้าหน้าที่ตำรวจ ก็จะได้เกิดความชัดเจน ทั้งตัวเด็กนักเรียน ครอบครัว ทางโรงเรียน และทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง

โรงเรียนยังมีหน้าที่ป้องกัน ฝ้าระวัง แจ้งเหตุ และประสานงานกับเจ้าหน้าที่ตาม พ.ร.บ.คุ้มครองเด็ก หรือ เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กและครอบครัว หรือ พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด (พมจ.) เพื่อส่งต่อเคส ให้ความร่วมมือในการนำเด็กเข้าสู่กระบวนการยุติธรรม รวมถึงการดูแลช่วยเหลือเด็กผู้เสียหาย โดยคำนึงถึงประโยชน์และความปลอดภัยของเด็กเป็นสำคัญ

ในกรณีการกลั่นแกล้งรังแก หรือ ระบายทางไซเบอร์ (Cyber Bullying) หากเป็นนักเรียนในโรงเรียน แกล้งกันเอง ครูต้องเรียกนักเรียนคู่กรณีมาพูดคุยตกลงเคลียร์ปัญหา ขอให้หยุดแกล้งเพื่อน ต้องเห็นอกเห็นใจเพื่อน หากมีการลงโทษก็ควรลงโทษอย่างเหมาะสมโดยไม่ใช้ความรุนแรง (วินัยเชิงบวก) และต้องให้พ่อแม่ผู้ปกครองรับทราบปัญหาเพื่อช่วยดูแลลูกไม่ให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำขึ้นอีก หากการกลั่นแกล้งรังแกนั้นเป็นการกระทำผิดกฎหมายด้วย เช่น การเผยแพร่สื่อลามกอนาจาร การตัดต่อภาพ หมิ่นประมาท สร้างเรื่องเท็จ ละเมิดสิทธิส่วนบุคคล ฯลฯ ทางโรงเรียนจะต้องให้ความรู้เรื่องกฎหมาย พ.ร.บ.คอมพิวเตอร์ฯ และที่เกี่ยวข้องว่าจะมีโทษอย่างไร การกระทำผิดดังกล่าวอาจทำให้นักเรียนเสียหายอนาคตได้ถ้านักเรียนยังไม่เลิกกระทำ ทางโรงเรียนจำเป็นจะต้องแจ้งความและร่วมมือกับเจ้าหน้าที่ให้ดำเนินการตามขั้นตอนของกฎหมาย สำหรับเหยื่อ/ผู้เสียหาย ทางโรงเรียนจะต้องช่วยเหลือดูแลสภาพจิตใจและร่างกายโดยทำงานร่วมกับผู้ปกครอง บางกรณีอาจจะต้องส่งไปตรวจกับแพทย์หรือจิตแพทย์เพื่อประเมินสภาวะก่อนทำการรักษา หรือขอความช่วยเหลือจากนักสังคมสงเคราะห์หรือบ้านพักเด็กและครอบครัวซึ่งมีอยู่ทุกจังหวัด

ในกรณีการละเมิดทางเพศ ถูกล่อลวง ถูกแอบถ่าย ถูกข่มขู่แบล็กเมล เด็กอาจจะบอบช้ำ อับอาย วิดก กังวล ซึมเศร้า ทำร้ายตัวเอง อาจคิดฆ่าตัวตายหนีปัญหา ครูจะต้องประสานงานนักสังคมสงเคราะห์จากองค์กรพัฒนาเอกชนหรือจากบ้านพักเด็กและครอบครัวเพื่อมาช่วยดูแลเด็ก พาไปแจ้งความดำเนินคดีกับผู้กระทำ ความผิด จะต้องใช้พยานหลักฐานอิเล็กทรอนิกส์ในการสืบสวน มีการสอบปากคำเด็ก ซึ่งเจ้าหน้าที่จะต้องมีทักษะในการพูดคุยสอบถามหาความจริงจากเด็กโดยไม่ทำร้ายจิตใจเด็ก มีพ่อแม่ผู้ปกครองและนักสังคมสงเคราะห์ร่วมด้วยในการสอบปากคำเด็ก

พ.ร.บ.ว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์

พระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. 2550 (ฉบับที่ 1) แม้ในปัจจุบันจะมี พระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2560 เพิ่มขึ้นมา แต่ฉบับที่ 1 พ.ศ.2550 ก็ยังมีผลบังคับใช้อยู่ เพียงแต่มีการแก้ไขข้อความในบางมาตรา และเพิ่มมาตราใหม่ ๆ เข้ามา โดยกฎหมายฉบับนี้ เป็นกฎหมายที่ดูแลครอบคลุมการใช้งานคอมพิวเตอร์ทุกประเภท โดยในคำนิยามกำหนดความหมายของระบบคอมพิวเตอร์ภายใต้กฎหมายนี้ว่า

“ระบบคอมพิวเตอร์” หมายความว่า อุปกรณ์หรือชุดอุปกรณ์ของคอมพิวเตอร์ที่เชื่อมการทำงานเข้าด้วยกัน โดยได้มีการกำหนดคำสั่ง ชุดคำสั่ง หรือสิ่งอื่นใด และแนวทางปฏิบัติงานให้อุปกรณ์หรือชุดอุปกรณ์ทำหน้าที่ประมวลผลข้อมูลโดยอัตโนมัติ

“ข้อมูลคอมพิวเตอร์” หมายความว่า ข้อมูล ข้อความ คำสั่ง ชุดคำสั่ง หรือสิ่งอื่นใดบรรดาที่อยู่ในระบบคอมพิวเตอร์ในสภาพที่ระบบคอมพิวเตอร์อาจประมวลผลได้ และให้หมายความรวมถึงข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ตามกฎหมายว่าด้วยธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ด้วย

จึงสรุปความได้ว่า กฎหมายจะควบคุมครอบคลุมไปถึงอุปกรณ์ทุกอย่างที่ทำงานโดยชุดคำสั่งคอมพิวเตอร์ ทั้งเครื่องคอมพิวเตอร์ โทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต และอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่ใช้ชุดคำสั่งคอมพิวเตอร์ทั้งหมดก็จะตกอยู่ภายใต้กฎหมายฉบับนี้ โดยกฎหมายฉบับนี้จะมีผลต่อผู้ใช้ (Users) ผู้ให้บริการ (ISP - Internet Service Provider) และพนักงานเจ้าหน้าที่ โดยมีเนื้อหาที่ยังมีผลบังคับใช้ในฉบับนี้ครอบคลุมดังต่อไปนี้

การบังคับใช้กับผู้ใช้งานระบบคอมพิวเตอร์หรืออินเทอร์เน็ต มีการควบคุมในเรื่องการเข้าถึงระบบคอมพิวเตอร์ของผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต (มาตรา 5) การล่วงรู้มาตรการการป้องกันการเข้าถึงระบบคอมพิวเตอร์ของผู้อื่น (มาตรา 6) การเข้าถึงข้อมูลคอมพิวเตอร์โดยไม่ได้รับอนุญาต (มาตรา 7) การดักข้อมูลโดยมิชอบ (มาตรา 8) การแก้ไขเปลี่ยนแปลงข้อมูลคอมพิวเตอร์ของผู้อื่น (มาตรา 9) การรบกวน ขัดขวางระบบคอมพิวเตอร์ (มาตรา 10) การส่งสแปมเมล (มาตรา 11) และการจำหน่ายหรือเผยแพร่ชุดคำสั่งเพื่อใช้กระทำความผิด (มาตรา 13)

พระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2560 เป็นกฎหมายฉบับปรับปรุงของของฉบับ พ.ศ. 2550 ซึ่งประกาศในราชกิจจานุเบกษา ในวันที่ 24 มกราคม พ.ศ. 2560 และมีผลบังคับใช้ในวันที่ 25 พฤษภาคม พ.ศ.2560 โดยมีเหตุผลของการปรับแก้ไขกฎหมาย ได้แก่

1. บทบัญญัติบางประการไม่เหมาะสมต่อการป้องกันและปราบปรามการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ในปัจจุบัน และมีความซ้ำซ้อนกับกฎหมายฉบับอื่น
2. การจัดตั้ง กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม จึงต้องเปลี่ยนข้อความจาก กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ซึ่งมีอำนาจในการถือครองกฎหมาย พ.ร.บ.คอมพิวเตอร์ฯ เป็นกระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม แทน
3. ผู้รักษาการตามกฎหมายมีการกำหนดฐานความผิดขึ้นใหม่ แก้ไขเพิ่มเติมฐานความผิดเดิม รวมทั้งบทกำหนดโทษของความผิดดังกล่าว
4. ปรับปรุงกระบวนการและหลักเกณฑ์ในการระงับการเผยแพร่ข้อมูลโดยเพิ่ม คณะกรรมการในการคัดกรองเนื้อหา และเพิ่มแนวทางการทำงานของเจ้าหน้าที่ตำรวจและศาล
5. จัดตั้งคณะกรรมการในการพิจารณาความผิดของกฎหมายฉบับนี้

ซึ่งเป็นกฎหมายที่ใช้คู่กันกับฉบับเดิม พ.ศ. 2550 แต่มีการปรับเนื้อหาและเพิ่มมาตราใหม่ในประเด็นของการให้ปฏิเสธไม่รับสแปมง่ายขึ้น พร้อมให้เกณฑ์ที่ชัดเจนว่าอีเมลแบบใดไม่ถือเป็นสแปม (มาตรา 4 เพิ่มวรรคสองและสามของมาตรา 11 ฉบับที่ 1) การสร้างความเสียหายต่อระบบสาธารณะ โครงสร้างพื้นฐานและ

ความมั่นคงปลอดภัยของรัฐและสังคม (มาตรา 5 โดยปรับแก้ข้อความในมาตรา 12 ฉบับที่ 1) การสร้างความเสียหายต่อความมั่นคงปลอดภัยของประเทศและส่งผลกระทบต่อชีวิตและทรัพย์สินของบุคคล (มาตรา 6 ซึ่งเพิ่มเติมมาตรา 12/1 ของฉบับที่ 1) การจำหน่ายหรือเผยแพร่ชุดคำสั่งที่ใช้สร้างความเสียหายต่อความมั่นคงปลอดภัยของประเทศ (มาตรา 7 เพิ่มวรรคสอง วรรคสาม วรรคสี่และวรรคห้าของมาตรา 13 ฉบับที่ 1) การนำเข้าข้อมูลหรือเผยแพร่ ข้อมูลเท็จโดยทุจริตหรือหลอกลวง (ที่ไม่ใช่การหมิ่นประมาท) ข้อมูลการก่อการร้าย ข้อมูลอันเป็นภัยต่อความมั่นคง สื่อลามก (มาตรา 8 โดยปรับแก้ข้อความในมาตรา 14 ฉบับที่ 1) ความผิดของผู้ให้บริการที่ยินยอมให้เผยแพร่เนื้อหาตามมาตรา 8 (มาตรา 9 โดยปรับแก้ข้อความในมาตรา 15 ฉบับที่ 1) การเผยแพร่ภาพตัดต่อ/ตัดแปลงของผู้อื่นให้ได้รับความเสียหาย หากเป็นการตัดต่อ/ตัดแปลงภาพของผู้อื่นเสียหายไปแล้วและส่งผลกระทบต่อคนในครอบครัว คนในครอบครัวสามารถเอาผิดได้ (มาตรา 10 โดยปรับแก้ข้อความในมาตรา 16 ฉบับที่ 1)

และใน พ.ร.บ.คอมพิวเตอร์ ฉบับที่ 2 นี้ ได้มีการกำหนดเพิ่มอำนาจหน้าที่ของศาลในการทำลายข้อมูลหรือบรณาความเสียหายที่เกิดขึ้นจากการกระทำในมาตรา 14 (เผยแพร่ข้อมูลเท็จ หลอกลวง) และมาตรา 16 (ตัดต่อ/ตัดแปลงภาพให้ได้รับความเสียหาย) ซึ่งระบุไว้ในมาตรา 11 (เพิ่มมาตรา 16/1 และ 16/2 ของฉบับที่ 1) และยังมีการกำหนดให้มีการจัดตั้งคณะกรรมการเปรียบเทียบในความผิดที่มีโทษสถานเบา เพื่อลดภาระในการดำเนินคดีขึ้นศาล เพื่อไม่ให้ติดอยู่ในกระบวนการยุติธรรมที่ต้องใช้เวลาและมีค่าใช้จ่าย (มาตรา 12 ซึ่งเพิ่มเติมมาตรา 17/1 ของฉบับที่ 1) การแต่งตั้งคณะกรรมการกลั่นกรองข้อมูลคอมพิวเตอร์ (จำนวน 9 คน โดยมีภาคเอกชน 3 คน) เพื่อพิจารณาเนื้อหาที่ขัดต่อการสงบเรียบร้อยของสังคมไทย อีกชั้นหนึ่ง ก่อนให้ศาลตรวจสอบ (มาตรา 14 ซึ่งเพิ่มเติมมาตรา 20 ของฉบับที่ 1)

โดย พ.ร.บ.คอมพิวเตอร์ ฉบับที่ 2 จะเน้นความเสียหายที่เกิดขึ้นต่อบุคคลในรูปแบบของความเสียหายจากทรัพย์สิน การฉ้อโกง อันมิใช่การหมิ่นประมาทตามกฎหมายอาญา โดยหากมีการหมิ่นประมาทผ่านการใช้งานระบบคอมพิวเตอร์ เช่น การหมิ่นประมาทบุคคลบนเว็บไซต์ หรือบนโซเชียลมีเดีย ก็สามารถเอาผิดจากประมวลกฎหมายอาญามาตรา 326 และ 328 โดยมาตรา 326 ระบุว่า ผู้ใดใส่ความผู้อื่นต่อบุคคลที่สาม โดยประการที่น่าจะทำให้ผู้อื่นนั้นเสียชื่อเสียง ถูกดูหมิ่นหรือถูกเกลียดชังด้วยการพูด พิมพ์ เขียนข้อความ หรือแสดงกริยาต่าง ๆ มาตรา 328 ว่าด้วยการหมิ่นประมาทที่กระทำโดยการโฆษณา

แนวทางปฏิบัติเมื่อเด็กถูกลั่นแกล้งรังแกหรือละเมิด

โดยทั่วไปเด็กที่ถูกลั่นแกล้งรังแกหรือละเมิด มักไม่กล้าบอกเรื่องราวหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นให้คนอื่นรับรู้ แต่การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเด็ก ให้เด็กรู้สึกถึงความปลอดภัยจนได้รับความไว้วางใจจากเด็ก ซึ่งการเข้าถึงความรู้สึกเด็กนี้ต้องใช้เวลา ไม่ควรคาดหวัง ไม่ละลาบละล้วง เป็นผู้ฟังที่ดีและไม่ตัดสินการกระทำของเด็ก และที่สำคัญต้องรอให้เด็กพร้อมที่จะเล่าเหตุการณ์เอง

กรณีเด็กเป็นผู้กระทำ

1. สืบทราบเรื่องราว ความสัมพันธ์ สาเหตุ ว่าเด็กเป็นผู้กระทำจริง
2. เก็บรวบรวมหลักฐานทั้ง 2 ทาง คือ ในฐานะเด็กที่กระทำ และ เด็กที่ถูกกระทำ
3. เข้าไปพูดคุยกับเด็กที่ถูกกระทำ ให้ความช่วยเหลือเบื้องต้น เช่น รับฟังความรู้สึก ไม่ผิดผ่อน ไม่หลีกเลี่ยงที่จะรับฟังปัญหา ให้เกียรติ จริงจังและทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น รวมถึงแสดงความใส่ใจอยากช่วยเหลือ
4. เข้าไปพูดคุยกับเด็กที่กระทำ ต้องไม่ตัดสิน ไม่คาดโทษ พูดคุยด้วยเหตุและผล ห้ามใช้อารมณ์ สอบถามถึงสาเหตุของการกระทำ เตือนสติเด็กโดยใช้หลักใจเขาใจเรา
5. รอให้เด็กผู้กระทำมีความพร้อมที่จะรับฟังถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นกับเพื่อนจากสิ่งที่ได้ทำลงไป บอกถึงการกระทำนี้ว่าผิดกฎหมาย เช่น พ.ร.บ.คอมพิวเตอร์ฯ พ.ร.บ.คุ้มครองเด็ก หรือกฎหมายอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง แล้วจะเกิดผลอย่างไรกับนักเรียนที่เป็นผู้กระทำ การกระทำบนโลกออนไลน์จะทิ้งร่องรอยหลักฐานไว้เสมอ (Digital Footprint) ภาพหรือวิดีโอต่าง ๆ จะอยู่บนอินเทอร์เน็ตตลอดไป ซึ่งจะส่งผลเสียไม่จบสิ้น ทั้งต่อตัวผู้กระทำผิด และเหยื่อ/ผู้เสียหาย
6. ขอให้เด็กไปปรับความเข้าใจกับเพื่อน กล่าวขอโทษในสิ่งที่ทำให้เพื่อนเสียใจ เสียหาย ขอให้เพื่อนอภัยในสิ่งที่ได้ทำลงไป พร้อมกับลบข้อมูล/คลิปวิดีโอ/รูปภาพ ที่ทำให้เพื่อนเสียหายออกจากอุปกรณ์ทั้งหมด เช่น สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต แพลตฟอร์ม เว็บไซต์ บริการบันทึกข้อมูลในระบบออนไลน์ เช่น Cloud, Google Drive เป็นต้น และกลุ่มติดต่อสื่อสารต่าง ๆ ในโซเชียลมีเดีย เช่น Line, Facebook, Twitter
7. ขอความช่วยเหลือด้วยวิธีอื่น เช่น เชิญผู้ปกครองของเด็กที่เป็นผู้กระทำมาพูดคุยชี้แจงให้เข้าใจถึงปัญหาที่เกิดขึ้น และจะต้องไม่ลงโทษเด็กเกินกว่าเหตุ ให้ผู้ปกครองรับทราบพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในโรงเรียน และถ้าพฤติกรรมที่บ้านมีลักษณะคล้ายกัน คือ เด็กชอบกลั่นแกล้งรังแก/ความรุนแรง มีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม ควรปรึกษาหน่วยงานที่เชี่ยวชาญเพื่อเข้ามาร่วมหาสาเหตุที่แท้จริง เช่น บ้านพักเด็กและครอบครัว จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น เพื่อจะได้ช่วยกันแก้ไข ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเด็กให้ดีขึ้น

กรณีเด็กเป็นผู้ถูกกระทำ

1. แยกเด็กที่ได้รับผลกระทบออกจากกลุ่มผู้กระทำ เพื่อให้เด็กรู้สึกปลอดภัย
2. สืบทราบเรื่องราวของเรื่องที่เกิดขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้มา ปะติดปะต่อเรื่องราว และค้นหาผู้ที่สงสัยว่าเป็นคนกระทำ สอบถามความสัมพันธ์ระหว่างคู่กรณี
3. เก็บรวบรวมหลักฐาน
4. คอยรับฟังอย่างตั้งใจและเป็นกลาง รับฟังความรู้สึก ไม่ผิดผ่อน ไม่หลีกเลี่ยงที่จะรับฟังปัญหา ให้เกียรติ จริงจังและทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น รวมถึงแสดงความใส่ใจอยากช่วยเหลือ
5. คอยสังเกตว่าเด็กมีความพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับผู้กระทำ เพื่อให้ได้ปรับความเข้าใจกัน ให้อภัย และเตือนสติเพื่อนคนที่เป็นผู้กระทำ (แบบเพื่อนเตือนเพื่อน แบบครูเตือนลูกศิษย์ ชี้แจงถึงผลเสียที่เกิดขึ้น ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม กฎหมาย ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ทั้งต่อตัวผู้กระทำผิด และเหยื่อ/ผู้เสียหาย)

6. ให้เด็กได้พูดคุยปรับความเข้าใจกับเพื่อน พูดคุยกับเพื่อนถึงผลกระทบที่ได้รับ ให้เห็นอกเห็นใจกัน หากมีความคับข้องใจหรือปัญหาใดที่เป็นสาเหตุของปัญหา ก็ขอให้สื่อสารบอกกล่าวกันตรง ๆ เพื่อจะได้ร่วมกันแก้ปัญหา แทนที่จะไปกลั่นแกล้งรังแกหรือใช้สื่อออนไลน์ในการละเมิดหรือทำร้ายเพื่อน ขอให้เพื่อนช่วยลบข้อมูล/คลิปวิดีโอ/รูปภาพ ออกจากอุปกรณ์ทั้งหมด เช่น สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต แพลตฟอร์ม เว็บไซต์ บริการบันทึกข้อมูลในระบบออนไลน์ เช่น Cloud, Google Drive เป็นต้น และกลุ่มติดต่อสื่อสารต่าง ๆ ในโซเชียลมีเดีย เช่น Line, Facebook, Twitter

7. อาจต้องเชิญผู้ปกครองมาพูดคุยให้เข้าใจสถานการณ์ปัญหา คอยสังเกตพฤติกรรมของเด็กว่ามีบาดแผลทางร่างกาย หรือภาวะเครียด ซึมเศร้า บ้างหรือไม่ เพื่อให้มีการดูแลอย่างใกล้ชิด และหากจำเป็นก็ต้องพาไปโรงพยาบาลเพื่อตรวจประเมินทางร่างกายและจิตใจก่อนทำการรักษา

8. อาจต้องประสานแจ้งผู้ให้บริการเพื่อช่วยดำเนินการลบข้อมูล/คลิปวิดีโอ/ภาพ ออกจากเว็บไซต์หรือโซเชียลต่าง ๆ และหากมีการกระทำผิดกฎหมายร่วมด้วย ก็อาจต้องเก็บรวบรวมพยานหลักฐานแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจ เพื่อดำเนินการตามขั้นตอนกฎหมาย



กรณีผู้กลั่นแกล้งรังแก/ละเมิด ไม่ได้อยู่ในสถานศึกษา

1. สอบถามเรื่องราวและที่มาของข้อความ/คลิปวิดีโอ/รูปภาพ ของการกลั่นแกล้งระราน การละเมิดบุคคลที่เกี่ยวข้อง แต่ต้องเป็นการสอบถามที่ต้องใช้จิตวิทยาเชิงบวก คือไม่คาดคั้น ไม่กล่าวโทษ แสดงความจริงใจที่จะช่วยเหลือ เพื่อให้ได้ความจริงจากปากเด็กโดยเร็วที่สุด
2. เก็บรวบรวมพยานหลักฐานต่าง ๆ
3. พยายามหวานล่อมให้เด็กได้บอกถึงความสัมพันธ์กับคู่กรณี
4. ประเมินสภาพจิตใจเด็ก หากเด็กอยู่ในชั้นวิกฤตควรส่งต่อให้หน่วยงานอื่น เช่น โรงพยาบาล สถานีอนามัย บ้านพักเด็กและครอบครัว เพื่อเข้ามาช่วยเหลือในการพูดคุยกับเด็ก การฟื้นฟูเยียวยาสภาพร่างกายและจิตใจ ทำให้เด็กรู้สึกปลอดภัย รู้สึกว่าได้รับความช่วยเหลืออย่างจริงจัง
5. ประสานงานกับผู้ปกครองถึงแนวทางในการดูแลสภาพจิตใจ เปิดอกคุยกัน เข้าใจ เห็นใจ แต่ไม่ควรต่อว่าตำหนิ หรือใช้คำพูดที่เหน็บแนม อธิบายให้ผู้ปกครองเข้าใจสถานการณ์และปัญหาของเด็กที่พบเจอ และคอยสังเกตพฤติกรรมของเด็กว่ามีภาวะเครียด ซึมเศร้า บ้างหรือไม่ หากเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศ อาจส่งผลกระทบต่อด้านจิตใจหลังถูกล่วงละเมิดทางเพศ เช่น กลัว โกรธ กังวล หงุดหงิดง่าย ฝันร้าย นอนไม่หลับ ควรปรึกษาและขอคำแนะนำจากแพทย์
6. อาจต้องประสานแจ้งผู้ให้บริการเพื่อช่วยดำเนินการลบข้อมูล/คลิปวิดีโอ/ภาพ ออกจากเว็บไซต์หรือสื่อโซเชียลต่าง ๆ และหากมีการกระทำผิดกฎหมายร่วมด้วย ก็อาจต้องเก็บรวบรวมพยานหลักฐานแจ้งความกับเจ้าหน้าที่ตำรวจ เพื่อดำเนินการตามขั้นตอนกฎหมาย
7. หากการกระทำนั้นไม่ผิดกฎหมาย พยายามติดต่อคู่กรณีเพื่อมาพูดคุยไกล่เกลี่ย ให้แสดงความรับผิดชอบ แก้ไขปัญหา ป้องกันการกระทำซ้ำ เช่น หากมีการโพสต์ประจานด้วยคำพูด ภาพ คลิปวิดีโอ ก็ควรลบออก โพสต์ขอโทษ ยอมรับผิดที่ทำเช่นนั้น และรับปากว่าจะไม่กระทำอีก

โรงเรียนไม่ควรหวังชื่อเสียงของโรงเรียนมากไปกว่าความปลอดภัยของเด็ก จึงควรให้ความร่วมมือกับเจ้าหน้าที่สหวิชาชีพและครอบครัวในการดำเนินคดี (หากมีการกระทำผิดกฎหมาย) ในขณะเดียวกัน จะต้องไม่ตำหนิติเตียนหรือลงโทษเด็กอย่างรุนแรงหรือให้เด็กออกจากโรงเรียน เพราะเท่ากับเป็นการซ้ำเติมเด็ก จะต้องตระหนักว่าเด็กคือเหยื่อที่ถูกโหมน้ำวซ้กจุง ล่อลวงได้ง่าย คือลูกหลานที่จะต้องได้รับการฟื้นฟูเยียวยาให้กลับคืนสู่ครอบครัว สู้สังคม กลับมาดำเนินชีวิตได้ตามปกติโดยเร็ว

ในกรณีเด็กติดเกมหรือติดพนัน โรงเรียนจะต้องทำงานร่วมกับทางบ้านเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเด็ก โดยหาสาเหตุที่แท้จริงที่ทำให้เด็กติดเกมหรือติดพนัน แก้ตรงสาเหตุ หากิจกรรมสร้างสรรค์ที่น่าสนใจมาทดแทน อาจโทรขอรับคำปรึกษาที่สายด่วนสุขภาพจิต หมายเลข 1323 เปิดให้บริการฟรีทุกวันตลอด 24 ชั่วโมง และ Facebook “สายด่วน 1323 เลิกพนันฟรี” www.facebook.com/GamblingCounseling1323



ในกรณีที่ได้มีปัญหาสุขภาพทางกาย หรือจิตใจ เช่น เครียด ซึมเศร้า มีพฤติกรรมเนือยนิ่ง เป็นโรค อ้วน ลมชัก ฯลฯ อาจมีสาเหตุจากการใช้สื่อออนไลน์ เสพติดอินเทอร์เน็ต ติดสมาร์ทโฟน ติดเฟซบุ๊ก ฯลฯ ทางโรงเรียนควรแนะนำให้พ่อแม่สังเกตอาการและทำงานกับทางโรงเรียนเพื่อแก้ไขปัญหาาร่วมกัน ซึ่งปัจจุบัน ทางโรงเรียนมี แอปพลิเคชันฮีโร่ ที่แนะนำวิธีการสังเกตประเมินอาการเด็ก และมีทีมบุคลากรทางด้าน สาธารณสุขเป็นผู้ให้คำแนะนำปรึกษาแก่คุณครูในการช่วยเหลือเด็กผ่านระบบออนไลน์

แอปพลิเคชันฮีโร่

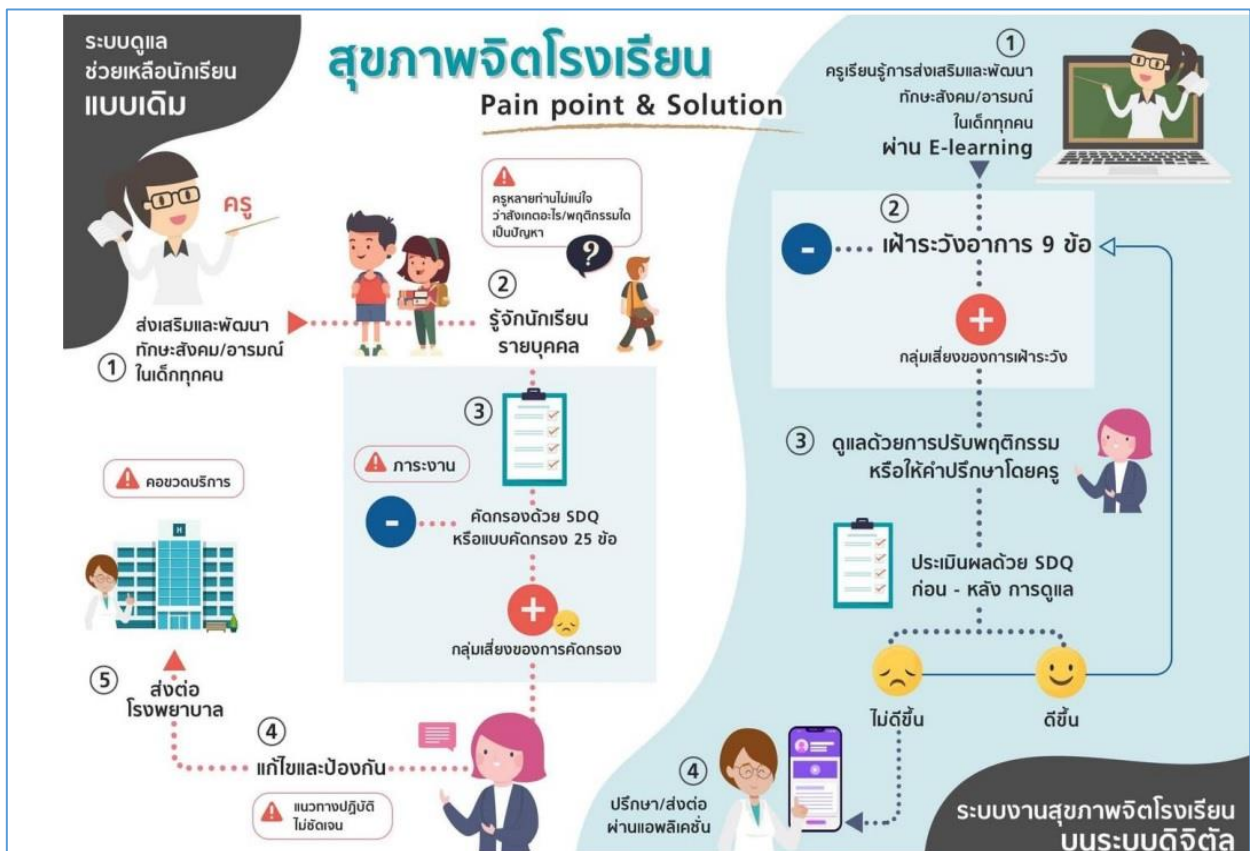
กรมสุขภาพจิต ได้ส่งเสริมการใช้งาน แอปพลิเคชันฮีโร่ “HERO” (Health and Educational Reintegrating Operation) เพื่อค้นหาผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตในกลุ่มวัยเรียน เป็นการบูรณาการความร่วมมือระหว่างระบบการศึกษาและระบบสุขภาพ เพื่อการดูแลสุขภาพจิตของเด็กนักเรียน 7 ล้านคนบนระบบดิจิทัล

แอปพลิเคชันฮีโร่ เป็นนวัตกรรมจากการความร่วมมือระหว่างกรมสุขภาพจิต และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) กระทรวงศึกษาธิการ เพื่อรองรับวิถีชีวิตใหม่ ช่วยดูแลสุขภาพจิตเด็กนักเรียนในช่วงเปิดภาคเรียนภายใต้สถานการณ์โควิด-19 เนื่องจากกลุ่มวัยเด็กและวัยรุ่นที่มีความจำเป็นต้องอยู่บ้านหยุดเชื้อเพื่อชาติ ไม่ได้ไปเรียนและเล่นตามวัย ใช้สื่อออนไลน์เพิ่มมากขึ้นจากการที่ต้องเรียนออนไลน์ ทำกิจกรรมออนไลน์ และบางส่วนมีเวลาว่างมากขึ้นจากการที่ไม่ได้ไปโรงเรียน หากพ่อแม่ผู้ปกครองมีความเครียดจะส่งผลต่อพฤติกรรมและอารมณ์ของเด็กตามไปด้วย ซึ่งการระบาดของโควิด-19 ในหลาย

ประเทศพบว่า ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวมีสาเหตุจากการที่ต้องเก็บตัวอยู่บ้านกันเพิ่มขึ้น และกลุ่มเสี่ยงสำคัญคือเด็กและวัยรุ่นซึ่งยังช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ทั้งหมด และมักแสดงออกเป็นปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ สังคม ทำให้เด็กไม่สามารถเรียนหรือใช้ชีวิตตามปกติได้

แอปพลิเคชันฮีโร่ เชื่อมการดูแลเด็กร่วมกันระหว่างผู้ดูแล 3 ฝ่าย คือ ครู หมอ พ่อแม่ อย่างต่อเนื่อง จะช่วยให้เด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมอารมณ์ที่อาจเกิดมาจากโรคทางจิตเวชที่พบได้บ่อย 6 โรค ได้แก่ โรคสมาธิสั้น โรคนกพร่องทางการเรียนรู้ โรคสติปัญญาบกพร่อง โรคออทิสติก โรคติดต่อต้าน และโรคซึมเศร้า เข้าถึงบริการดูแลรักษาเพิ่มขึ้น ขณะเดียวกันจะใช้แอปพลิเคชันนี้ เป็นฐานข้อมูลของประเทศ ในการดูแลรักษาเด็กนักเรียนที่มีปัญหาการเรียนและมีปัญหาพฤติกรรมอารมณ์ในภาพรวมทั้งหมดด้วย

แอปพลิเคชันฮีโร่ มีแบบสังเกตอาการ 9S ของเด็ก ได้แก่ 1. ซนเกินไป 2. ใจลอย 3. รอคอยไม่เป็น 4. เศร้า/เครียด หงุดหงิดง่าย 5. ท้อแท้ เบื่อหน่าย 6. ไม่อยากไปโรงเรียน 7. ถูกเพื่อนแกล้ง 8. แกล้งเพื่อน และ 9. ไม่มีเพื่อน ทำให้สามารถประเมินได้ง่าย ใช้เวลาสั้น ค้นหาและช่วยเหลือได้เร็วขึ้น อีกทั้งยังได้เน้นให้เห็นความสำคัญของครู ในการเรียนรู้เทคนิคการส่งเสริมพัฒนา ป้องกัน แก้ไข เรื่องสุขภาพจิตเด็ก ดูแล ประเมินผล และปรึกษาและส่งต่อได้ ซึ่งหลังคัดกรองครูก็ต้องให้คำปรึกษา และปรับพฤติกรรมเบื้องต้น โดยครูบางท่านมีทักษะอยู่แล้ว บางท่านหากอยากเรียนรู้เพิ่มเติมในตัวระบบ HERO ก็จะมีอีเลิร์นนิ่งให้เรียนรู้ เพื่อนำไปใช้ให้คำปรึกษาหรือและปรับพฤติกรรมเด็กได้



จากการดำเนินการศึกษาทดลองนำร่องใน 13 พื้นที่ คัดกรองเด็ก ม.1 จำนวน 5,311 คน พบว่าเด็กกลุ่มเสี่ยงได้รับการติดตามดูแลสุขภาพจิตจนสามารถดีขึ้นเป็นปกติรวม 70% ส่งต่อแพทย์เพียง 30% ถือว่าเป็นผลดีต่อตัวเด็ก มีการเชื่อมโยงครูและหมอในระบบดิจิทัล ทั้งนี้กรมสุขภาพจิตได้เตรียมบุคลากรสุขภาพจิตทั้งนักจิตวิทยา นักจิตวิทยาโรงเรียน พยาบาลสุขภาพจิต จิตแพทย์ จิตแพทย์เด็กทุกอำเภอ นับว่าเป็นระบบที่มีประสิทธิภาพ เด็กได้รับการช่วยเหลือโดยไม่ต้องไปโรงพยาบาล ไม่เป็นภาระค่าใช้จ่าย ไม่กระทบเวลาเรียน ทั้งนี้แนวทางการคัดกรองนี้จะไม่เพิ่มภาระให้กับคุณครู หากครูติดตามดูแลแล้วยังไม่ดีขึ้น สามารถขอคำปรึกษาจากบุคลากรสาธารณสุขในทุกอำเภอผ่านแอปพลิเคชัน โดยกรมสุขภาพจิตเตรียมความพร้อมทีมในแต่ละพื้นที่เพื่อเป็นที่ปรึกษาด้านสุขภาพจิตสำหรับครู ขณะนี้มี HERO Consultant อยู่ในทุกเขตสุขภาพ

การสร้างการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy)

เพื่อป้องกันเด็กตกเป็นเหยื่อหรือการใช้สื่อออนไลน์ในทางที่ไม่เหมาะสม โรงเรียนควรติดตั้งทักษะการรู้เท่าทันสื่อ คือ ทักษะหรือความสามารถในการ "ใช้และรับสื่ออย่างรู้ตัวตื่นตัว" ให้กับนักเรียน การรู้เท่าทันสื่อหมายถึง สามารถเข้าใจ ตีความ วิเคราะห์ แยกแยะเนื้อหา ประเมินคุณค่าสาระของสื่อได้ พร้อมกับย้อนกลับมาที่ความจำเป็นหรือความต้องการอันเหมาะสมกับตัวเราเองด้วย เมื่อได้รับสื่อ สิ่งแรกที่ควรทำคือ เฮ้! มีการหยุดคิด เพื่อตั้งคำถามกับสื่อเสียก่อนว่า มีที่มาที่ไปอย่างไร? ใครเป็นผู้ผลิต? มีข้อจำกัดหรือเงื่อนไขอะไรในการผลิตหรือไม่? มีค่านิยม/ความเชื่อ/แนวคิดอะไรแฝงมาด้วยหรือไม่? หวังผลอะไรจากเรา? มีประโยชน์หรือมีคุณค่ากับเราหรือสังคมอย่างไร? ตัวเราได้ประโยชน์อะไรจากสื่อนี้? จากนั้นควรสืบหาข้อมูลเพิ่มเติมในประเด็นที่สงสัยจากแหล่งข้อมูลทั่วไป จากสื่อหลากหลาย เปรียบเทียบ ก่อนที่จะสรุปข้อมูลความน่าเชื่อถือ หากสื่อนี้มีความไม่เหมาะสม ควรตื่นตัวด้วยการทักท้วงหรือเรียกร้องเพื่อประโยชน์ต่อผู้อื่นและสังคม ซึ่งจะเรียกได้ว่าเป็นผู้ใช้สื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด มีความเท่าทัน หรือรู้ทันกลเม็ดของสื่อ

รู้จักธรรมชาติของสื่อ

สื่อสร้างผลกระทบต่อผู้รับทั้งบวกและลบ ขึ้นอยู่กับสิ่งที่ผู้ส่งสารได้ส่งสารอะไรออกไปยังผู้รับสาร หากเป็นสารที่ดีก็จะส่งผลดีต่อผู้รับสารและย่อมส่งผลเสียเช่นกันหากเป็นสารที่ไม่ถูกต้อง ไม่เหมาะสม ผิดกฎหมาย สารต่าง ๆ ที่ส่งมามีผลต่อความคิดและพฤติกรรม มีการใช้สื่อเพื่อครอบงำความคิดของผู้คนจนนำไปสู่การกระทำที่ผิดศีลธรรม หรือการปล่อยข่าวลือเพื่อสร้างความวุ่นวายปั่นป่วนให้เกิดขึ้น ดังนั้น ผู้รับสื่อต้องทำความเข้าใจธรรมชาติหลักๆ ของสื่อ เพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์ คิด พิจารณา ไตร่ตรองอย่างรู้เท่าทัน และประเมินคุณค่าก่อนที่จะเชื่อ ธรรมชาติหลักๆ ของสื่อ คือ

สื่อเป็นสิ่งที่ถูกประกอบและสร้างขึ้น เหมือนการปรุงอาหารขึ้นมาหนึ่งจาน มีการออกแบบ แก้วไขผลิต ตกแต่งองค์ประกอบต่าง ๆ เพื่อให้เป็นไปตามความต้องการ ซึ่งอาจใช้เทคนิคที่เกินจริงเพื่อล่อลวงให้ผู้รับสื่อเชื่อ เช่น การตกแต่งภาพแฮมเบอร์เกอร์ให้ดูน่ากิน การรีทัชแก้ไขภาพดารานางแบบให้ดูดีสวยงามด้วยคอมพิวเตอร์กราฟิกเพื่อใช้ประกอบการโฆษณาสินค้า เพลงที่มีการปรับแต่งเสียงดนตรีและเสียงร้องผ่านเครื่อง

มิกซ์โดยวิศวกรเสียง ฉากแอ็คชั่นเหนือจริงในภาพยนตร์ซึ่งแท้จริงแล้วถ่ายทำในสตูดิโอบนฉาก Bluescreen และนำมาตัดต่อพร้อมกับใส่ Special Effects จนเกิดความตื่นเต้นเร้าใจเหมือนจริงและเหนือจริง การใช้ดาราหรือคนที่มีชื่อเสียงมาเป็นพรีเซ็นเตอร์สินค้าโดยจัดฉากสัมภาษณ์ใช้แล้วดี เห็นผล แม้แต่รายการข่าวที่รายงานสดก็ยังผ่านการนำเสนอด้วยมุกกลิ้งและโทนเสียงของนักข่าวก็ชวนให้เกิดอารมณ์ร่วม ดังนั้น สื่อล้วนเกิดมาจากการประกอบสร้างทั้งสิ้น เพื่อให้มีความน่าสนใจ น่าเชื่อถือ และน่าติดตาม

สื่อมีเป้าหมายทางธุรกิจ แฝงโฆษณา เป้าหมายสำคัญของผู้ผลิตสื่อโฆษณาก็คือทำให้ผู้รับสื่อรู้จักสินค้าหรือบริการต่าง ๆ เห็นข้อดีเพื่อโน้มน้าวไปสู่การซื้อสินค้าหรือบริการนั้น ๆ บางครั้งก็ใช้การสร้างภาพลักษณ์ให้องค์กรดูดีมีคุณธรรม เพื่อให้ผู้บริโภครู้สึกชื่นชมและรู้สึกดีจนตัดสินใจซื้อสินค้า และแม้แต่การโฆษณาที่แฝงปะปนเข้ามาในเนื้อหาของสื่อ เช่น ชุดเสื้อผ้าเครื่องประดับของพิธีกร อุปกรณ์ประกอบฉากที่แสดงโลโก้สินค้า ซึ่งกลมกลืนไปพร้อม ๆ กับเนื้อหาของสื่อ จนทำให้ผู้ชมเสพรับเข้าไปโดยไม่รู้ตัว ปรากฏการณ์ธุรกิจนี้สามารถเป็นตัวกำหนดทิศทางหรือขับเคลื่อนสื่อได้มากกว่า มีอำนาจเหนือสื่อ ทำให้สื่อละเลยหน้าที่ที่ควรทำและความเที่ยงธรรม เช่น การไม่นำเสนอข่าวที่ส่งผลเสียต่อภาพลักษณ์และธุรกิจที่ให้การสนับสนุนสื่อของตนเองอยู่

สื่อสร้างค่านิยมและอุดมคติ สิ่งที่สื่อต้องการสื่อสารนั้นแฝงไปด้วยจุดประสงค์ทั้งทางตรง (คือ นำเสนอข้อมูลข่าวสาร) และทางอ้อม (คือผสมทัศนคติ/อารมณ์ของตนไปด้วย) เช่น นักข่าววิพากษ์วิจารณ์บุคคลที่ตกเป็นข่าวซึ่งทำให้ผู้รับสารคล้อยตามทัศนคติที่ผู้เล่าขานนำเสนอ การนำเสนอละครก็แฝงไปด้วยพฤติกรรมและทัศนคติของตัวละครตามบทที่เขียนไว้ด้วยมุมมองของตน เช่น ตัวละครที่เป็นนางร้ายต้องแต่งตัวเปรี้ยวทันสมัยและมีความมั่นใจ ตัวละครที่เป็นสาวใช้ก็จะต้องอ้วนดำแต่งตัวเขย ๆ หรือแปลกประหลาดและดูเช่ซ่า ฉากในละครก็ต้องเป็นบ้านหลังใหญ่ ๆ คอนโดทันสมัย ร้านอาหารที่ตกแต่งหรูหรา รวมทั้งอากัปกริยาการพูดจาต่าง ๆ ของตัวละครที่นักแสดงต้องคิดดัดแปลงให้กลายเป็นอัตลักษณ์ใหม่ให้มีความน่าสนใจและน่าเลียนแบบ ยิ่งในสื่อประเภทโฆษณาที่เสริมภาพลักษณ์ภายนอกเป็นหลักด้วยนั้น พบว่าเป็นสื่อที่สะท้อนและส่งค่านิยมอุดมคติต่าง ๆ ให้กับทุกกลุ่มผู้รับในสังคมได้อย่างรวดเร็วและทั่วถึงมากที่สุด ตัวอย่างเช่น การมีผิวขาวใส รูปร่างผอม หน้าเรียว แขนขาขาว มีหน้าอก เป็นต้น

สื่อทำให้เกิดผลทางการเมืองและสังคม เมื่อนักข่าวหรือสื่อมวลชนมีทัศนคติทางการเมืองที่มีอิทธิพลต่อสังคม การนำเสนอก็จะไม่มีความเป็นกลาง พรรคการเมืองอาจเป็นผู้สนับสนุนหรือเป็นเจ้าของสื่อเสียเอง ผู้บริหารระดับสูงหรือเจ้าของสื่อมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับนักการเมือง ดังเช่น การนำเสนอข่าวของสำนักข่าวของรัฐ ก็จะทำเสนอแต่นโยบายที่เป็นประโยชน์หรือเลือกมุกการนำเสนอที่ดี ๆ เพื่อให้ประชาชนคล้อยตามและเห็นด้วย ในขณะที่สำนักข่าวฝ่ายตรงข้ามกับรัฐก็จะโจมตีนโยบาย และเพ่งเล็งแต่เฉพาะปัญหาและผลกระทบ ซึ่งทำให้ผู้ฟังรู้สึกเอนเอียงไปฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปตามสื่อ มีการแบ่งฝักแบ่งฝ่ายและเกิดการกระทบกระทั่งกันเพราะเชื่อสื่อคนละด้าน

สื่อมีเอกลักษณ์และข้อจำกัดเฉพาะตัว สื่อแต่ละประเภทมีรูปแบบ ลักษณะ และกระบวนการนำเสนอที่แตกต่างกัน สื่อประเภทสิ่งพิมพ์จะใช้เทคนิคทางคอมพิวเตอร์เพื่อปรับแต่งภาพใหม่ให้ลงตัว หรือใช้คำที่สร้างอารมณ์ความรู้สึก ส่วนสื่อประเภทภาพยนตร์ ละครทีวี หนังสือ จะใช้การตัดต่อภาพ เสียง แสงไฟ มุมกล้อง เอฟเฟกต์ต่าง ๆ สร้างความสมจริงหรือเหนือจริง สำหรับสื่อโซเชียลก็จะเน้นที่ความแปลกใหม่ของเรื่องราวหรือเนื้อหา มีการรายงานสดหรือ Live รวดเร็วทันต่อกระแสสังคม หรือหาแต่ไม่ละเอียดลึกซึ้งและข้อมูลมักคลาดเคลื่อน



สื่อออนไลน์ เป็นสื่อใหม่ที่ควรรวมเอาสื่อสิ่งพิมพ์ ภาพ เสียง ภาพเคลื่อนไหว มัลติมีเดีย ทุกอย่างมารวมอยู่ด้วยกัน สื่อออนไลน์จึงหลีกเลี่ยงไม่พ้นธรรมชาติทั้ง 5 ของสื่อดังกล่าวแล้ว ผู้ใช้อินเทอร์เน็ตทุกคนจึงเป็นผู้ผลิตผู้สร้างสื่อ คือสามารถเขียนเรื่องราวข่าวสาร ถ่ายภาพ ตัดต่อ แต่งเติม ส่ง ส่งต่อ ทำให้แพร่กระจายออกไปอย่างรวดเร็วเกินกว่าที่จะควบคุมได้ ดังนั้น ในฐานะผู้รับสื่อ จึงต้องระมัดระวัง ตระหนักรู้เรื่องธรรมชาติของสื่อ เพื่อไม่ถูกสื่อโน้มน้าวชักจูงได้โดยง่าย รู้จักตั้งคำถาม วิพากษ์วิจารณ์ คิดวิเคราะห์เนื้อหา ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับ เป็นผู้บริโภคที่กระตือรือร้นแสวงหาข้อมูลที่แท้จริง เลือกเชื่อ เลือกใช้ เลือกแชร์ ได้อย่างเหมาะสม ในทางตรงข้าม ในฐานะผู้สร้างสื่อ ก็ต้องผลิต เผยแพร่ สื่อสารอย่างสร้างสรรค์ แสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ไม่ใช่สื่อในทางคุกคาม ทำร้าย ละเมิดผู้อื่น

ความฉลาดทางดิจิทัล (DQ – Digital Intelligence Quotient)

เด็กและเยาวชนในวันนี้ จำเป็นจะต้องรู้จักและทำความเข้าใจกับ DQ หรือ ความฉลาดทางดิจิทัล ซึ่ง ดร.ยูซุน ปาร์ค นักวิจัยด้านการศึกษาและนโยบายดิจิทัล ผู้ก่อตั้ง DQ Institute ได้กล่าวไว้ว่า อีกราว 10 ปีข้างหน้า ประชากรร้อยละ 90 ของโลกจะเข้าถึงอินเทอร์เน็ต ทำให้โลกจริงและโลกเสมือนเชื่อมเข้าหากันอย่างใกล้ชิดอย่างชนิดที่ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน พลเมืองยุคไซเบอร์ต้องมีเกราะ ‘8 ทักษะความฉลาดทางดิจิทัล’ ไว้ใช้ในการป้องกันตัว ครูจึงควรพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชนให้มี DQ รวมถึงแนะนำพ่อแม่ผู้ปกครองให้ติดตามดู DQ ให้กับบุตรหลาน ก่อนให้ท่องโลกอินเทอร์เน็ต

1. **Digital identity : อัตลักษณ์ดิจิทัล** หมายถึง การบริหารจัดการตัวตน ภาพลักษณ์ ชื่อเสียง การแสดงออกบนโลกออนไลน์ ตั้งแต่การตั้งชื่อผู้ใช้งาน (account หรือ id) ภาพโปรไฟล์ การใช้ภาษาหรืออารมณ์ในการโพสต์แสดงความคิดเห็นหรือแชร์ข้อมูลข่าวสารบนโลกออนไลน์ การแสดงออกเมื่อร่วมกิจกรรมบนโลกออนไลน์ ความเป็นพลเมืองดิจิทัล สามารถใช้ดิจิทัลในทางสร้างสรรค์ นวัตกรรม อาชีพ เป็นต้น

2. **Digital use : การเข้าถึงและความสามารถในการใช้ดิจิทัล** สามารถบริหารจัดการเวลา ควบคุมการใช้งานของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ ไม่เสพติดสื่อ สร้างสมดุลระหว่างชีวิตออนไลน์และออฟไลน์ได้ ส่งเสริมให้มีการใช้สื่อดิจิทัลอย่างกว้างขวางและเกิดประโยชน์ต่อชุมชน

3. **Digital safety : การจัดการความปลอดภัยชีวิตดิจิทัล** ความเสี่ยงต่าง ๆ ที่มาจากทางออนไลน์มีหลายรูปแบบ เช่น การโกงเงินซื้อสินค้า การเข้าถึงเนื้อหาที่ผิดกฎหมายหรือเป็นอันตราย เช่น ความรุนแรง สื่อลามกอนาจาร การพนัน ข่วปลอม อาชญากรรมต่าง ๆ การติดต่อกับเพื่อนออนไลน์ หากเป็นมิถุนชาติก็อาจจะโดนหลอกให้ร่วมลงทุน นัดพบแล้วทำร้ายร่างกาย ปล้นจี้ชิงทรัพย์ หรือละเมิดทางเพศ การใช้สื่อดิจิทัลจึงต้องมีความตระหนักรู้เรื่องภัยและการป้องกันภัย และเมื่อเกิดเหตุขึ้นสามารถรับมือได้อย่างเหมาะสม

4. **Digital security : ระบบความปลอดภัยดิจิทัล** ภัยคุกคามทางดิจิทัลนั้น นอกจากจะเป็นภัยต่อชีวิตและทรัพย์สินแล้ว ยังเป็นภัยที่อาจสร้างความเสียหายให้กับข้อมูลหรืออุปกรณ์ จึงต้องเรียนรู้การป้องกันระวังรักษาความปลอดภัยขั้นพื้นฐาน เช่น การตั้งรหัสผ่าน การติดตั้งโปรแกรมป้องกันไวรัส ไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนตัวออนไลน์ ติดตามข้อมูลข่าวสารเรื่องการโจรกรรมรูปแบบใหม่ ๆ ทางดิจิทัล ไม่ควรให้ใครยืมโทรศัพท์มือถือโดยไม่จำเป็น ไม่ควรเก็บข้อมูลสำคัญไว้ในโทรศัพท์ เป็นต้น

5. **Digital emotional intelligence : ความฉลาดทางอารมณ์ดิจิทัล** ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ มีน้ำใจ เห็นใจและให้กำลังใจเพื่อนที่กำลังได้รับความเดือดร้อนออนไลน์ ไม่เผลอหรือขาดสติแสดงอารมณ์รุนแรง ก้าวร้าว รู้จักสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น ๆ ในโลกออนไลน์

6. **Digital communication : การสื่อสารดิจิทัล** การติดต่อสื่อสารด้วยความสร้างสรรค์ พร้อมให้ความร่วมมือกับผู้อื่นโดยการใช้เทคโนโลยีและสื่อดิจิทัลเป็นช่องทางและเครื่องมือในการทำงานร่วมกัน ตระหนักถึงหลักฐานร่องรอยการใช้งานบนโลกดิจิทัล (Digital footprint) ว่าไม่สามารถลบเลือนได้

7. **Digital literacy : การรู้เท่าทันสื่อดิจิทัล** ความสามารถที่จะสืบค้นหาความจริง วิเคราะห์ เปรียบเทียบ แยกแยะ ประเมินคุณค่า เลือกสรร แบ่งปัน สร้างสรรค์เนื้อหาความรู้สื่อสารได้อย่างอิสระ สามารถใช้ความรู้และเครือข่ายในการขบคิดแก้ไขปัญหาที่ซับซ้อน ปัญหาในสังคม สร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ ได้

8. **Digital rights : สิทธิดิจิทัล** มีความเข้าใจในเรื่องสิทธิเสรีภาพของตนเองและผู้อื่น สิทธิตามกฎหมาย สิทธิความเป็นส่วนตัว ทรัพย์สินทางปัญญา เสรีภาพในการแสดงออกอย่างสร้างสรรค์โดยไม่ละเมิดผู้อื่น การป้องกันตนเองจากคำพูดที่สร้างความเกลียดชังต่าง ๆ ไม่ละเมิดลิขสิทธิ์หรือทรัพย์สินทางปัญญา



การพัฒนาทักษะ DQ จะทำให้เด็กและเยาวชนมีเกราะป้องกันตนเอง ไม่ละเมิดบุคคลอื่น ไม่กระทำผิดกฎหมาย รับผิดชอบต่อตัวตน ชื่อเสียง และการกระทำบนโลกออนไลน์ พร้อมเติบโตเป็นพลเมืองดิจิทัลที่สามารถใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์ เกิดประโยชน์ รับผิดชอบต่อสังคม

บทที่ 3

บทบาทของพ่อแม่ผู้ปกครอง

โรงเรียนควรทำงานกับพ่อแม่ผู้ปกครอง และครอบครัว เพื่อให้ช่วยกันสอดส่องดูแลบุตรหลานที่ใช้สื่อออนไลน์ให้เป็นไปในทิศทางปลอดภัย สร้างสรรค์ รู้เท่าทัน เช่นเดียวกับกับทางโรงเรียน โดยต้องสร้างโอกาสให้ครอบครัวได้เรียนรู้ในเรื่องต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลบุตรหลานในยุคดิจิทัล

รศ.นพ. อติศักดิ์ ผลิตผลการพิมพ์ ผู้อำนวยการสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็ก มหาวิทยาลัยมหิดล กล่าวว่า มีงานวิจัยรองรับประเด็นเรื่องการเข้าถึงเนื้อหาที่ไม่เหมาะสมจากการใช้สื่อออนไลน์ของเด็กและเยาวชนพบว่า เนื้อหาที่ไม่เหมาะสมมี 2 ประเภท คือ เนื้อหาเกี่ยวกับความรุนแรง ซึ่งจะ让孩子เกิดพฤติกรรมเลียนแบบด้านความรุนแรง และเนื้อหาเกี่ยวกับทางเพศที่ไม่เหมาะสม เป็นเนื้อหาที่เผยแพร่บนโลกออนไลน์ซึ่งค้นหาได้ง่าย การเลียนแบบอาจนำไปสู่การเปลี่ยนพฤติกรรมของเด็กเพื่อทำร้ายผู้อื่น ซึ่งอาจจะเป็นเด็กด้วยกันเองหรือกลุ่มคนที่มีลักษณะพิเศษ เมื่อเด็กที่ถูกกระทำได้รับผลกระทบจากพฤติกรรมก้าวร้าวดังกล่าว จะมีผู้ปกครอง/คนดูแลเด็กสักกี่คนที่รู้และเข้าใจ นึกถึงจิตใจของเด็กว่าได้รับผลกระทบมากเพียงใด บางครั้งทำให้เด็กถูกละเลยและเพิกเฉยทอดทิ้ง ซึ่งการกระทำเหล่านี้ไม่เป็นผลดีกับเด็ก หน้าที่ยังเป็นการสร้างบาดแผลทางจิตใจที่ฝังติดอยู่กับความทรงจำของเด็กตลอดเวลา

พ่อแม่ผู้ปกครองเป็นคนแรกที่สามารถรับรู้ได้ถึงความผิดปกติของเด็กเนื่องจากใกล้ชิดกับเด็กที่สุด เด็กจะมีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างเมื่อโดนกลั่นแกล้งรังแกออนไลน์ และเมื่อโดนละเมิดทางเพศ โดยมีบุคลิกและพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปอย่างเห็นได้ชัด เช่น เคร่งขรึม คิดมาก ไม่เล่นสนุกสนาน เก็บตัว หดหู่ ซ้ำกังวล หวาดกลัว แยกตัวออกจากเพื่อน อาจจะมีอาการหวาดผวาเมื่อต้องเข้าสังคมทั้งออนไลน์และออฟไลน์

เด็กอาจหลีกเลี่ยงที่จะเข้าสังคม หรือบางคนอาจจะหมกมุ่นกับการอ่านความคิดเห็นต่าง ๆ ในคลิปหรือรูปที่โดนละเมิด แล้วเกิดอาการซึมเศร้า แยกตัวออกจากเพื่อน ส่วนเด็กที่ถูกล่วงเกินทางเพศตั้งแต่ยังอยู่ในวัยเด็กเล็กจะแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมที่ส่อไปทางเพศก่อนวัย (early sexualized behavior) เด็กจะเข้าหาผู้ใหญ่คนอื่นที่ไม่ใช่ผู้กระทำในลักษณะที่คล้ายคลึงกับสิ่งที่ตนได้เรียนรู้จากผู้กระทำ เด็กอาจจะแสดงการเลียนแบบพฤติกรรมยั่ววนทางเพศของผู้ใหญ่ และเด็กบางคนอาจกลายเป็นเด็กหมกมุ่นกับการเล่นที่ส่อไปในทางเพศอย่างมาก และแสดงให้เห็นว่ามีความรู้ละเอียดเกี่ยวกับเรื่องเพศของผู้ใหญ่ ในทางกลับกัน เด็กอาจมีความหวาดระแวงกับเพศตรงข้ามหรือบุคคลที่มีลักษณะที่ใกล้เคียงกับบุคคลที่เคยละเมิดเด็กหรือกับบุคคลแปลกหน้าอื่นทุกคน เนื่องจากหวาดกลัวว่าจะถูกกระทำแบบเดียวกับที่เคยโดนมาอีก หากพบว่าเด็กมีอาการหวาดระแวงคนอื่นอย่างเห็นได้ชัด ควรเริ่มสอบถามเพื่อจะารู้สาเหตุของปัญหาและจะได้ร่วมหาวิธีแก้ไขต่อไป

ในส่วนของการถูกละเมิดทางเพศนั้น บางครั้งเด็กไม่ได้ถูกละเมิดแบบตัวต่อตัว แต่เป็นการโดนละเมิดทางออนไลน์ เช่น การแลกกล้องแล้วให้ถ่ายตอนกำลังเปลือยหรือลอกให้สำเร็จความใคร่ตัวเองให้ดูแล้วบันทึกไว้ และอาจถูกนำมาข่มขู่ บังคับให้ทำซ้ำ หรือบังคับให้จ่ายเงินเพื่อแลกกับการไม่ปล่อยคลิปและรูปภาพดังกล่าว นำไปสู่การถูกละเมิดซ้ำ ๆ ได้

บุคคลแวดล้อมเด็กในการเฝ้าระวังและรับทราบเหตุ

ในการดำเนินคดีกรณีการล่วงละเมิดต่อเด็กในโลกออนไลน์นั้น เจ้าหน้าที่ผู้บังคับใช้กฎหมายอาจไม่ได้เป็นบุคคลแรกที่รับทราบเหตุ โดยส่วนใหญ่แล้วเจ้าหน้าที่มักจะไม่ได้รับการติดต่อโดยตรงจากเหยื่อหรือผู้ถูกกระทำแต่จะเป็นการรับแจ้งเหตุจากคนใกล้ชิดกับเด็กซึ่งอาจเป็นครู พ่อแม่ผู้ปกครอง ครอบครัว เพื่อนสนิท หรืออาจเป็นบุคคลอื่นที่อยู่ใกล้ชิดเด็ก ดังนั้นผู้ใกล้ชิดกับเด็กเหล่านี้จึงเป็นผู้มีบทบาทสำคัญต่อการตรวจพบและช่วยเหลือคุ้มครองเด็กออกจากอันตราย คำแนะนำดังต่อไปนี้เป็นแนวทางปฏิบัติสำหรับบุคคลแวดล้อมเด็กในการเฝ้าระวังและปฏิบัติต่อเด็กที่มีความเสี่ยงหรือกำลังถูกล่วงละเมิด

○ เด็กที่กำลังถูกล่วงละเมิด อาจกำลังพยายามจะบอกเล่าเหตุการณ์ว่าตนกำลังถูกล่วงละเมิด แต่มักจะไม่กล้าบอกเล่าเหตุการณ์ให้ฟังตรง ๆ โดยอาจจะเล่าผ่านตัวอย่างเหตุการณ์หรือถามความคิดเห็นเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งอาจเป็นเรื่องไกลตัวเพื่อที่จะดูปฏิกริยาตอบสนองก่อน ซึ่งจุดนี้ถือเป็นจุดสำคัญมาก เพราะหากเพื่อน ครู ผู้ปกครอง หรือครอบครัว ได้รับฟังแล้วมีการแสดงความคิดเห็นในเชิงลบหรือแสดงการตำหนิติเตียน เด็กอาจรู้สึกผิดที่จะเล่าเรื่องต่อและปิดปากเงียบ ดังนั้น ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับเด็กจึงควรให้ความสนใจเมื่อเด็กมีการเล่าให้ฟังถึงเหตุการณ์แปลก ๆ และพยายามจะพูดถึงเหตุการณ์นั้นในเชิงบวกพร้อมสอดแทรกวิธีการแก้ปัญหาในบทสนทนามากกว่าจะบอกว่าเหตุการณ์นั้นเป็นเรื่องถูก-ผิด ไม่ควรกระทำ เพื่อให้เด็กเปิดใจ กล้าที่จะเปิดเผยถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง

○ แม้เด็กที่กำลังถูกล่วงละเมิดไม่ต้องการที่จะบอกเล่าเรื่องราวของตนให้บุคคลอื่นรับทราบ แต่ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับเด็กอาจสามารถรับรู้ความผิดปกติผ่านพฤติกรรม การแสดงออกทางอารมณ์ผ่านการเขียนข้อความ รูปภาพ หรือการโพสต์ข้อความในสื่อออนไลน์ต่าง ๆ ซึ่งกรณีดังกล่าวหากสามารถนำเด็กมาพบและพูดคุยกับผู้เชี่ยวชาญ จิตแพทย์ หรือนักจิตวิทยาผู้เชี่ยวชาญก็จะมีวิธีการในการตีความการแสดงออกทางอารมณ์ และมีวิธีพูดคุยให้เด็กเปิดเผยความลับหรือเรื่องที่กังวลใจออกมาได้ หากพบพฤติกรรมผิดปกติและสงสัยว่าเด็กอาจมีปัญหาถูกล่วงละเมิด จึงควรนำเด็กไปปรึกษาจิตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ หรือติดต่อขอคำปรึกษาที่หน่วยงานรับบริการของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เช่น บ้านพักเด็กและครอบครัว หรือศูนย์ช่วยเหลือสังคม สายด่วนหมายเลข 1300

○ ให้ครูหรือผู้ปกครองสังเกตการณ์การใช้โปรแกรมหรือแอปพลิเคชัน (Application) ติดต่อบุคคลอื่น คุกกี้ หรือคุกกี้ ที่เด็กอาจนำมาใช้ในเครื่อง เด็กอาจกำลังตกเป็นเป้าหมายของการล่วงละเมิดทางเพศ การใช้

โปรแกรมถ่ายทอดสดแนว Live Streaming หรือการถ่ายทอดสดออนไลน์ เช่น BeeTalk, Bigo Live, Kitty Live, Vibie, MLive ซึ่งกลุ่มผู้ที่มีรสนิยมชอบเด็กและกลุ่มคนร้ายที่กระทำความผิดล่วงละเมิดทางเพศออนไลน์ ต่อเด็ก กลุ่มหาคู่ หรือค่าประเวณี มักจะแฝงตัวเข้าไปใช้บริการ

○ เด็กที่กำลังถูกล่วงละเมิดหรือกำลังถูกล่อลวงอาจไม่รู้สึกรู้ว่าสิ่งที่ตัวเองทำอยู่เป็นความผิด หรือตนเองกำลังตกอยู่ในภาวะเสี่ยงภัยอันตราย บางครั้งก็อาจเป็นไปได้ว่าเด็กจะแสดงออกในการเข้าข้างฝั่งคนร้าย ซึ่งเด็กอาจคิดว่าคนร้ายเป็นผู้ที่ตนไว้วางใจหรือเข้ามาช่วยเหลือเติมเต็มส่วนที่ขาดให้กับเด็ก (โดยเฉพาะอย่างยิ่งในครอบครัวที่ขาดความอบอุ่น หรือมีข้อบกพร่องในการเลี้ยงดู) หรือเด็กอาจมีความผูกพันกับคนร้าย แม้จะรู้ว่าผิดแต่ก็ไม่ต้องการให้คนร้ายต้องถูกลงโทษ ซึ่ง ผู้ปกครอง ครอบครัว หรือครู ที่กำลังเข้าไปช่วยเหลือเด็ก อาจจะต้องทำความเข้าใจความสับสนของพฤติกรรมของเด็ก ไม่ควรแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวโต้ตอบ ที่สำคัญจะต้องแสดงการให้อภัยและพยายามดึงเด็กกลับมา

○ ในกรณีที่ครอบครัวตรวจพบว่าเด็กกำลังติดต่อกับบุคคลต้องสงสัย หรือมีการตรวจพบว่าเด็กถูกล่วงละเมิด เช่น พบการแชตพูดคุยกับคนร้าย มีการตรวจพบข้อความหรือสื่อลามกอนาจารในโทรศัพท์หรือเครื่องคอมพิวเตอร์ของเด็ก ห้ามต่อว่าหรือใช้ความรุนแรงในการลงโทษเด็กที่กำลังถูกล่วงละเมิดหรือกำลังถูกล่อลวงเป็นอันขาด แต่ควรนำเด็กไปปรึกษาจิตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญหรือขอความช่วยเหลือจากนักสังคมสงเคราะห์ ก่อน เพราะการลงโทษที่รุนแรงจะทำให้เด็กปิดปากเงียบไม่เปิดเผยเหตุการณ์ หรืออาจตัดสินใจหลบหนีออกจากบ้านซึ่งเป็นความเสี่ยงภัยมากขึ้น

○ พึงระลึกไว้เสมอว่ากระบวนการยุติธรรมไม่ได้ออกแบบไว้รองรับความสับสนทางอารมณ์ของเด็กที่ตกเป็นเหยื่อ และเจ้าหน้าที่ตำรวจอาจไม่ได้มีความเชี่ยวชาญเพียงพอในการจัดการดูแลสภาพทางอารมณ์ของเด็ก การนำเด็กไปแจ้งความต่อเจ้าหน้าที่ตำรวจโดยตรงอาจมีความเสี่ยงที่จะทำให้เด็กถูกรบกวนกระทบกระเทือนด้านจิตใจต่อเด็กมากขึ้น ในกรณีที่ตรวจพบการกระทำผิดในขณะที่เด็กยังอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง (ไม่ได้อยู่ในภาวะเสี่ยงภัยเฉพาะหน้า) จึงควรมีการขอคำปรึกษาและขอความช่วยเหลือจากนักสังคมสงเคราะห์เสียก่อน ซึ่งหากจำเป็นจะต้องแจ้งความก็ควรมีนักสังคมสงเคราะห์หรือนักจิตวิทยาคอยให้ความช่วยเหลือดูแลด้วย เว้นแต่เป็นกรณีฉุกเฉินหรือเด็กกำลังอยู่ในภาวะเสี่ยงอันตราย เช่น กรณีเด็กหนีออกจากบ้าน หายตัวไปหรือกำลังตกอยู่ในมือคนร้าย ก็จำเป็นจะต้องแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจเข้าดำเนินการช่วยเหลือในทันที

○ การติดต่อประสานงานกรณีต้องการพาเด็กไปพบจิตแพทย์ โดยทั่วไปสามารถขอรับคำปรึกษาได้ในโรงพยาบาลขนาดใหญ่ใกล้บ้าน หรือขอคำแนะนำจากสายด่วนสุขภาพจิต โทร. 1323 ตลอด 24 ชั่วโมง

○ กรณีต้องการติดต่อหน่วยงานของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์เพื่อขอรับบริการนักสังคมสงเคราะห์มาช่วยดูแลเด็ก ให้ติดต่อที่ สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด (พมจ.) ได้ทุกจังหวัด หรือขอคำปรึกษาที่ ศูนย์ช่วยเหลือสังคม สายด่วนหมายเลข 1300

○ กรณีมีเหตุฉุกเฉินหรือกังวลว่าเด็กจะได้รับอันตราย สามารถแจ้งความได้ที่สถานีตำรวจท้องที่ ซึ่งหากไม่ทราบ ให้แจ้งสายด่วนเหตุร้าย 191 หรือหากไม่ได้รับความสะดวก สามารถติดต่อ กองกำกับการสวัสดิภาพเด็กและสตรี โทร 02 282 3892 ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร หรือ ศูนย์พิทักษ์เด็กสตรีครอบครัว และป้องกันปราบปรามการค้ามนุษย์ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ (ศพคส.ตร.) โทร 02 205 3429 หรือ 02 205 3432 หรือสายด่วนรับเรื่องร้องเรียนหรือขอความช่วยเหลือ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ 1599

กรณีกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์ (Cyber bullying)

สัญญาณเตือนภัย

- ไม่อยากไปโรงเรียน และผลการเรียนแย่งลงอย่างเห็นได้ชัด
- มีอาการซึมเศร้า วิตกกังวล
- มีอาการแยกตัวจากเพื่อน อยู่คนเดียวหรือจมอยู่ในโลกส่วนตัว
- หมกมุ่นกับสังคมออนไลน์
- อาจมีอาการทางกายให้เห็น ป่วยบ่อย
- แสดงอาการผิดปกติเมื่อเล่นโทรศัพท์หรือคอมพิวเตอร์ เช่น มีสีหน้าวิตกกังวล โกรธหรืออาย
- อาการที่รุนแรงขึ้น อาจถึงขั้นทำร้ายตัวเองหรือพยายามฆ่าตัวตาย

การพูดคุยสอบถามเมื่อสงสัยว่าลูกถูกกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์

โดยทั่วไปเด็กที่ถูกรังแกมักไม่กล้าบอกเรื่องราวหรือเหตุการณ์ที่ถูกรังแกให้คนอื่นรับรู้ แต่การมีความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวจะทำให้ลูกสามารถคุยกับพ่อแม่ได้ทุกเรื่อง ดังนั้น สิ่งที่เราควรทำเป็นพื้นฐานคือการสร้างรากฐานความรัก ความเข้าใจและการรับฟังกันในครอบครัว

พ่อแม่ควรพูดคุยกับลูกทุกวันถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ลูกได้พบเจอในแต่ละวัน คำถามง่าย ๆ เช่น วันนี้ลูกเรียนอะไรบ้าง ลูกเล่นกับใครบ้าง ใครเป็นเพื่อนสนิทของลูก ในสังคมออนไลน์ก็เช่นเดียวกัน หากลูกมีบัญชีออนไลน์ พ่อแม่ก็ควรเป็นเพื่อนกับลูกในสังคมนั้นด้วย แล้วคอยติดตามเผื่ออยู่ห่าง ๆ ไม่ละลาบละล้วง เมื่อเริ่มเห็นความผิดปกติ ความคิดเห็นที่เข้ามาโพสต์แบบไม่น่ารัก หรือดูก้าวร้าว รุนแรง ควรสอบถามความเป็นมาของโพสต์ที่ไม่ดีนั้น สอบถามความรู้สึกของลูกว่ารู้สึกเจ็บปวด โกรธ หรือเสียใจหรือไม่ แต่แม้ว่าเราอาจจะไม่เห็นชัดในสังคมของลูก เนื่องจากอาจโดนกลั่นแกล้งที่อื่น ถ้าสงสัยว่าลูกโดนรังแก พ่อแม่อาจจะสืบเบาะแสถึงเพื่อนออนไลน์ของลูกและซักถามถึงความรู้สึกของลูกที่มีต่อเพื่อน ๆ ได้

วิธีปฏิบัติเมื่อลูกถูกกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์

ก่อนอื่นพ่อแม่ต้องตระหนักว่าการกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์นั้นมีอยู่จริง ไม่ใช่เรื่องเล่น ๆ หรือเป็นเพียงเรื่องเล็กน้อย หากรู้ว่าลูกถูกรังแกทางออนไลน์ อย่าปล่อยผ่าน ควรรับฟังและหาทางช่วยเหลือ

ด้านการพูดคุยและดูแลเด็ก

- ไม่มองปัญหาดังกล่าวว่าเป็นเรื่องเล็ก ให้ความสำคัญกับปัญหาที่เกิดขึ้น

- ควรบอกลูกว่าสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ใช่ความผิดของลูก ให้กำลังใจ สร้างพลังแรงใจให้ลูกรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง
- หากสงสัยว่าเด็กมีปัญหาด้านสุขภาพจิต ควรให้ลูกได้รับการประเมินและดูแลจากผู้เชี่ยวชาญ
- หลีกเลี่ยงพื้นที่เสี่ยง ถ้าเป็นในสังคมออนไลน์ อาจต้องงดใช้มือถือหรือคอมพิวเตอร์ชั่วคราว
- ถือเป็นโอกาสในการสอนลูกให้ใช้สื่ออย่างระมัดระวัง และการตั้งค่าความเป็นส่วนตัวต่าง ๆ
- สอนไม่ให้ลูกโต้ตอบกลับเพื่อลดความรุนแรงของปัญหา
- สอนลูกไม่ให้รังแกคนอื่น เป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูก ด้วยการให้เกียรติผู้อื่น ยอมรับในความแตกต่าง ไม่เลือกปฏิบัติ และไม่ใช้ความรุนแรงในครอบครัว



วิธีสอนลูก ไม่ให้รังแกคนอื่น

- 1**
สอนลูกให้เคารพผู้อื่น
 พ่อแม่ผู้ปกครองควรปฏิบัติกับผู้อื่นอย่างให้เกียรติ และเคารพในความแตกต่างของผู้อื่น เพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับเด็ก
- 2**
ไม่ใช้ความรุนแรง
 พ่อแม่ผู้ปกครองไม่ควรใช้ความรุนแรงในครอบครัว รวมถึงการลงโทษลูกอย่างรุนแรง ควรใช้การเล็งดูด้วยวินัยเชิงบวก
- 3**
ใส่ใจ ให้ความสำคัญ
 การใส่ใจกับเด็กและให้ความสำคัญ ให้เวลาพูดคุยกัน จะทำให้พ่อแม่ทราบความเป็นไปในชีวิตประจำวันของเด็กได้
- 4**
ให้ความรักความอบอุ่น
 ความรักความอบอุ่นในครอบครัว จะทำให้เด็กมีความมั่นใจในอารมณ์และจิตใจ



มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย

ด้านการจัดการร่วมกับโรงเรียน

หากเหตุเกิดขึ้นในโรงเรียนหรือทราบว่าผู้กระทำผิดเป็นเด็กหรือบุคลากรในโรงเรียน มีวิธีการปฏิบัติดังนี้

- เก็บหลักฐานของการกลั่นแกล้งต่าง ๆ เพื่อนำมาสอบสวนเรื่องราว และนำมาแสดงกับผู้ที่เกี่ยวข้องทราบเพื่อร่วมกันแก้ปัญหา เก็บรายละเอียดความถี่ของการถูกลั่นแกล้งดังกล่าวไว้ด้วย
- แจ้งครูที่โรงเรียนให้รับทราบถึงสิ่งที่เกิดขึ้น เพื่อช่วยกันแก้ปัญหา

- ติดตามสอบถามความคืบหน้ากับครูอยู่เสมอ
- หากกังวลเรื่องความเครียดของเด็ก ให้ปรึกษาครูแนะแนวร่วมด้วย
- จัดบันทึกการพูดคุยกับครูหรือผู้เกี่ยวข้องไว้เป็นหลักฐาน
- ให้ความลาภทางโรงเรียนได้จัดการกับปัญหา
- หากปัญหาไม่ได้รับการแก้ไข อาจต้องใช้วิธีการตามกฎหมาย

? 4คำถาม ไขถามครู

1

ลูกของเราเข้ากับเพื่อนได้หรือไม่

2

ครูสังเกตเห็นการรังแกกันหรือไม่

3

ครูสังเกตเห็นเด็กถูกเพิกเฉยหรือไม่

4

ครูมีความตั้งใจที่จะยุติการรังแกหรือไม่



มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย



เมื่อเด็กโดนแกล้งที่โรงเรียน



รวบรวมหลักฐานการโดน
กลั่นแกล้ง ทั้งทางออนไลน์
และโดยตรง

ขอพบครูประจำชั้นเพื่อสอบถาม
โดยไม่ใช้อารมณ์ และร่วมกันหา
วิธีแก้ปัญหาก

นัดพบผู้ปกครองของ
เด็กที่รังแก หากเป็นการ
กระทำของเด็กด้วยกัน



หากเด็กมีอาการเครียด
ควรปรึกษาครูแนะแนว
หรือพาไปพบจิตแพทย์

ติดตามความคืบหน้าอยู่เสมอ
ถ้าไม่ดีขึ้น ควรพบครูใหญ่หรือ
ดำเนินการอื่น ๆ ที่จำเป็น



มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย

กรณีการละเมิดทางเพศออนไลน์

สัญญาณเตือนภัย

เด็กที่โดนละเมิดทางเพศออนไลน์โดยเฉพาะนั้นอาจจะสังเกตได้ยากกว่าเด็กที่โดนละเมิดทางเพศแบบตัวต่อตัว เนื่องจากไม่มีหลักฐานทางร่างกายที่เห็นได้ชัด แต่กระนั้น พ่อแม่ผู้ปกครองก็อาจจะเห็นได้ว่าลูกมีพฤติกรรม หรือบุคลิกที่เปลี่ยนแปลงไป มีอาการเก็บตัวคล้ายกรณีถูกกลั่นแกล้งระราน และ/หรือมีพฤติกรรม การใช้จ่ายเงินที่มากขึ้นโดยไม่มีเหตุผล เพราะเด็กอาจถูกข่มขู่เอาเงินด้วย แต่ในทางตรงกันข้าม เด็กอาจจะมีเงินใช้ ง่ายมากขึ้น จากการที่ถูกหลอกให้เงินเป็นค่าตอบแทนเพื่อให้ถ่ายรูปหรือคลิปไป

ดังนั้น สิ่งที่พ่อแม่ผู้ปกครองควรสอบถามเมื่อรู้สึกถึงความผิดปกติดังต่อไปนี้

- มีอาการซึมเศร้า วิตกกังวล
- บางคนมีพฤติกรรมใช้จ่ายเงินมากขึ้น ขอเงินบ่อยขึ้น เนื่องจากถูกขู่กรรโชกทรัพย์
- บางคนมีเงินใช้จ่ายมากขึ้น จากการถูกหลอกให้ขายรูปหรือคลิปส่วนตัวของตนเอง
- แสดงอาการผิดปกติเมื่อเล่นโทรศัพท์หรือคอมพิวเตอร์ เช่น มีสีหน้าวิตกกังวล โกรธหรืออาย

เด็กที่ถูกละเมิดทางเพศออนไลน์อาจถูกละเมิดทางเพศแบบตัวต่อตัวด้วย มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับสัญญาณเตือนที่ทำให้ทราบว่าเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศและต้องการความช่วยเหลือ ดังนี้

- มีบาดแผลฟกช้ำทางร่างกาย/อวัยวะเพศ
- เด็กมีอาการซึมเศร้า / วิตกกังวล อารมณ์แปรปรวน ไม่สูงส่งใคร เก็บตัว
- กลัวคนบางประเภท
- กลัวการกลับบ้าน
- กลัวการอยู่ลำพังกับผู้ใหญ่
- หนีออกจากบ้าน
- มีความคิดอยากทำร้ายตัวเอง
- มีปัญหาด้านการเรียน
- ฝันร้าย /นอนไม่หลับ

ดังนั้น หากพบว่าลูกมีอาการบางอย่างที่น่าสงสัยให้เริ่มพูดคุยซักถาม แล้วร่วมกันหาวิธีแก้ปัญหาต่อไป

การพูดคุยสอบถามเมื่อสงสัยว่าเด็กถูกละเมิดทางเพศออนไลน์

เช่นเดียวกับการถูกกลั่นแกล้งระรานออนไลน์ เด็กมักจะไม่มีใคร ยิ่งเป็นเรื่องการถูกละเมิดทางเพศ ยิ่งเป็นเรื่องที่เด็กรู้สึกอับอาย ไม่กล้าบอกใคร แต่ความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวจะช่วยให้เด็กกล้าพูด กล้าเล่ามากขึ้น พ่อแม่ผู้ปกครองต้องเปิดใจรับฟัง ไม่อคติคิดว่าเด็กแต่งเรื่อง ให้หาข้อมูลและหลักฐานให้ชัดเจน เมื่อทราบแน่ชัดแล้วต้องตั้งสติให้ดี ไม่ไว้วางใจ ไม่โทษเป็นความผิดของลูก และพร้อมช่วยลูกแก้ปัญหา

ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับเด็กที่ถูกละเมิดทางเพศ

หนังสือคู่มือ อาสาสมัครพิทักษ์สิทธิเด็กทางเพศ โดยองค์การยูนิเซฟ ประเทศไทย ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มูลนิธิมิตรมวลเด็ก และศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก มูลนิธิเด็ก 2537 จัดทำขึ้นได้อธิบายว่า เด็กที่ถูกละเมิดทางเพศจะได้รับผลกระทบมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับบุคลิกของเด็ก และประเภทของการถูกรังแก โดยแบ่งเป็น

1. กรณีที่ไม่รุนแรง เช่น การให้เด็กดูวัยะเพศ ใช้คำพูดลามกเล้าโลม กรณีนี้ อาจทำให้เด็กมีปัญหาด้านอารมณ์ และจิตใจชั่วครั้งชั่วคราว ได้แก่
 - อาย กลัว สับสนตกใจง่าย
 - รู้สึกผิด กระวนกระวาย
 - กลัวถูกรังแก
 - ระแวงผู้ใหญ่และคนแปลกหน้า
 - สนใจเรื่องเพศผิดปกติ หรือชอบจับคู่ล้อวัยะเพศของผู้อื่น
2. กรณีรุนแรง คือ ผู้ล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็กเป็นพ่อ แม่ ญาติใกล้ชิด หรือเด็กถูกรังแกโดยวิธีรุนแรง อาจมีผลต่อเด็กด้านต่าง ๆ คือ
 - ด้านร่างกาย ทำให้ร่างกายของเด็กมีบาดแผล ฟกช้ำ เนื่องจากการถูกทำร้าย หรือมีปัญหาโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ การตั้งครรภ์
 - ด้านอารมณ์ ทำให้เด็กฝันร้าย ซึมเศร้า กังวล กรีดร้อง หรือพยายามทำร้ายตัวเอง หรือฆ่าตัวตาย และหวาดกลัวผู้ล่วงละเมิดทางเพศ หรือผู้ที่มีลักษณะคล้ายผู้ล่วงละเมิด หรือบางกรณีก็อาจคลอเคลียกับบุคคลดังกล่าวนี้มากผิดปกติ
 - ด้านพฤติกรรม เด็กอาจมีอาการซึมเศร้า ผลการเรียนแยลง ก้าวร้าว หนีออกจากบ้าน ไม่สามารถควบคุมระบบขับถ่าย หรือหวนกลับไปสู่พฤติกรรมต่ำกว่าวัยของตนอย่างกะทันหัน อาจหันไปพึ่งเสพยาเสพติด สำเร็จความใคร่ด้วยตนเองบ่อยผิดปกติ ยั่วยวนหรือสำส่อนทางเพศ

เมื่อสงสัยว่า เด็กถูกละเมิด ออนไลน์

✓ DO	✗ DON'T
หาเวลาพูดคุย เพื่อสอบถาม	สงสัย ไม่เชื่อ
รับฟังอย่างใส่ใจ ไม่ตัดสิน	แสดงอารมณ์ โกรธ
ปลอดภัย	โทษว่าเป็นความ ผิดของเด็ก
เก็บหลักฐาน	ทำลายหลักฐาน
หาวิธีช่วยเหลือ	ไม่ให้ความช่วย เหลือ
แจ้งหน่วยงานที่ เกี่ยวข้อง	ห้ามไม่ให้เด็ก บอกใคร


 มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย

วิธีปฏิบัติเมื่อลูกถูกละเมิดทางเพศออนไลน์

ด้านการดูแลลูก

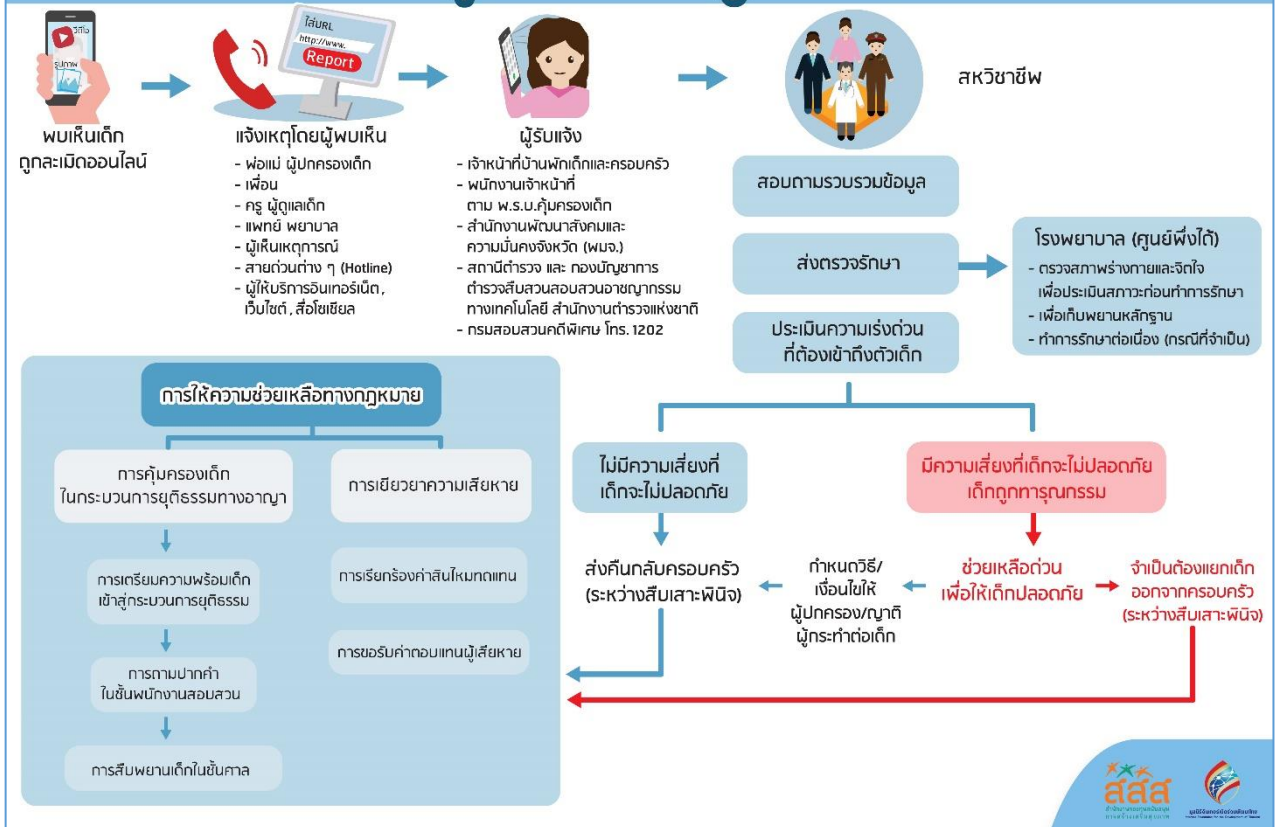
- ปลอดภัยให้กำลังใจ ให้ความมั่นใจว่าพ่อแม่ผู้ปกครองสามารถปกป้องคุ้มครองได้
- ควรพาลูกไปปรึกษาแพทย์หรือนักจิตวิทยาเพื่อช่วยให้ลูกสามารถฟื้นฟูตัวเองจากภาวะซึมเศร้าหรือภาวะทางจิตอื่น ๆ ได้

- หากลูกถูกทำร้ายร่างกาย และ/หรือถูกข่มขืน ควรพาลูกไปพบแพทย์เพื่อเก็บหลักฐาน และตรวจหาโรคจากเพศสัมพันธ์

การดำเนินการด้านกฎหมาย

- เก็บรวบรวมหลักฐานต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นข้อความแชต คลิปหรือรูปที่ถูกละเมิด หลักฐานที่แสดงตัวตนของผู้ที่ละเมิดเพื่อนำไปแจ้งความ
- แจ้งตำรวจเพื่อให้ดำเนินคดี ที่สถานีตำรวจ หน่วยปราบปรามการกระทำความผิดเกี่ยวกับอาชญากรรมทางเทคโนโลยี (ปอท.) หน่วยปราบปรามการล่วงละเมิดต่อเด็กทางอินเทอร์เน็ต (TICAC)
- แจ้งหน่วยงานทางสังคมที่เกี่ยวข้องถ้าจำเป็น เช่น บ้านพักเด็กและครอบครัวประจำจังหวัด พนักงานเจ้าหน้าที่ตาม พ.ร.บ.คุ้มครองเด็ก องค์กรพัฒนาเอกชนที่ทำงานคุ้มครองเด็ก
- กรณีถูกข่มขืน ต้องแจ้งความเพื่อดำเนินคดีอาญา พ่อแม่ผู้ปกครองต้องบอกให้ลูกรู้ว่าตำรวจจะซักถามอะไรบ้าง ให้ลูกตอบอย่างตรงไปตรงมาตามความเป็นจริง และ พ่อแม่ผู้ปกครองต้องร่วมฟังการสอบสวนด้วย
- ในการสอบสวน ตำรวจจะต้องปฏิบัติตามประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญามาตรา 133 ทวิ ดังนี้
 - ต้องมีพ่อแม่ผู้ปกครอง หรือบุคคลอื่นตามที่ถูกเสียหายร้องขอ ให้เข้าร่วมฟังการสอบสวน
 - ต้องมีอัยการ นักจิตวิทยา หรือนักสังคมสงเคราะห์ร่วมด้วย
 - ตำรวจต้องส่งตัวผู้เสียหายไปตรวจหาร่องรอยการข่มขืน
 - ถ้าเป็นไปได้ ควรมีตำรวจหญิงสอบสวน
 - หลังการสอบสวน ถ้าร้อยเวรนำบันทึกสอบปากคำให้ผู้เสียหายลงชื่อ ผู้ปกครองต้องอ่านให้ละเอียดว่าตำรวจลงข้อความครบถ้วนตามที่ผู้เสียหายบอกหรือไม่ ถ้ายังไม่ถูกต้องให้ลงให้ถูกต้อง ถ้าตำรวจไม่ทำ ห้ามลงชื่อเด็ดขาด ควรบอกผู้ที่ร่วมฟังให้รับรู้ทุกคน ถ้าผู้ที่ร่วมรับฟังไม่ทักท้วงให้ตำรวจลงข้อความตามความเป็นจริง ควรไปร้องกับหัวหน้าสถานีตำรวจทันที
 - หากเด็กยังไม่พร้อมให้การ หรือไม่สามารถให้การได้จนจบ เพราะปัญหาทางอารมณ์และจิตใจ ให้ขอคัดผ่อนและส่งเด็กให้จิตแพทย์ที่โรงพยาบาลรัฐตรวจรักษา หรือส่งนักจิตวิทยาเด็ก เพื่อดูแลให้เด็กพร้อมเสียก่อน
- กรณีลูกต้องให้การต่อศาล ให้เตรียมความพร้อมของเด็ก โดยอธิบายบทบาทหน้าที่ของผู้เกี่ยวข้องก่อน เพื่อให้เด็กเข้าใจและรับรู้สถานการณ์ว่าจะต้องเจอกับใครหรืออะไรบ้าง ถ้าลูกมีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจอย่างรุนแรง ควรประสานงานกับพนักงานอัยการหรือทนายโจทก์ เพื่อให้ศาลทราบถึงภาวะของเด็ก และถ้าเป็นไปได้ควรให้แพทย์ผู้รักษาพยาบาลมาเบิกความในฐานะพยานด้วย

การทำงานคุ้มครองเด็กที่ถูกละเมิดออนไลน์



พยานหลักฐานโดยทั่วไปในกรณีการตรวจที่เกิดเหตุในคดีการล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็กออนไลน์ มักจะพบพยานหลักฐานเหล่านี้

- ✓ ข้อความการสนทนา (Chat logs) ไม่ว่าจะเป็ใน LINE, Facebook หรือ Social Media อื่น ๆ
- ✓ ข้อความโต้ตอบในอีเมล
- ✓ ข้อมูลการใช้อินเทอร์เน็ต (Internet History) ว่ามีการเข้าไปในเว็บใดบ้าง
- ✓ ข้อมูลเกี่ยวกับธนาคารออนไลน์ หรือ โปรแกรม/แอปพลิเคชันที่ใช้
- ✓ รูปภาพหรือวิดีโอ ภาพถ่าย/วิดีโอแช็ต
- ✓ ข้อความ/ไฟล์เอกสารต่าง ๆ
- ✓ ข้อมูลการลงทะเบียนเข้าใช้ หรือการเป็นเจ้าของบัญชี (Account) ในเว็บต่าง ๆ

การติดตั้งโปรแกรมที่นิยมใช้ในการกระทำผิด เช่น โปรแกรมแชร์ไฟล์/โปรแกรม Peer-to-Peer (P2P) Shareaza หรือ eMule โปรแกรมตัดต่อภาพ เป็นต้น

การดูแลจิตใจเด็กที่ถูกทำร้าย

- พ่อแม่หรือผู้ปกครองจะต้องทำให้เด็กรู้สึกปลอดภัยด้วยวิธีต่าง ๆ ตั้งแต่คำพูดไปจนถึงการกระทำ ด้วยการบอกว่าจะอยู่ด้วยตลอด ไม่ไปไหน ในด้านการกระทำอาจต้องใช้วิธีการเพื่อให้เด็กรู้สึกปลอดภัยและอบอุ่นใจ
- ไม่พูดว่าเรื่องที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องเล็ก เพราะสิ่งที่เด็กเผชิญมาเป็นเรื่องใหญ่เสมอในความรู้สึกของเด็ก
- รับฟังด้วยใจ ไม่ตัดสิน แสดงความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจ
- ให้ความมั่นใจกับเด็กว่าจะไม่เกิดเหตุการณ์นั้นซ้ำอีก
- หลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นให้เกิดความกลัว หากเด็กยังไม่พร้อม ให้เด็กมีโอกาสรักษาจิตใจก่อน

วิธีป้องกันเพื่อไม่ให้ลูกตกเป็นเหยื่อของการถูกล่วงละเมิดทางเพศออนไลน์

- พ่อแม่ผู้ปกครองต้องให้ความใส่ใจ คอยดูแล และให้ความใกล้ชิดกับเด็ก และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับลูกอยู่เสมอ ให้ลูกไว้ใจและมั่นใจว่ามีพ่อแม่ผู้ปกครองที่คอยดูแลปกป้องลูกได้
- กำหนดสถานที่เล่นอินเทอร์เน็ตให้เป็นสถานที่ที่เปิดเผยในบ้าน เพื่อป้องกันการถูกละเมิดทางออนไลน์ โดยเฝ้าดูอยู่ห่าง ๆ ไม่ใกล้ชิดจนน่าอึดอัด แต่สอดส่องความผิดปกติของคนอื่นที่เข้ามาคุย และสามารถช่วยเหลือลูกได้เมื่อมีเหตุจำเป็น
- สอนลูกให้ระมัดระวังตัว ไม่ไว้ใจคนแปลกหน้า เลือกรับเพื่อนที่รู้จักกันจริงๆ และไม่นัดเจอเพื่อนที่รู้จักกันทางออนไลน์ หากลูกต้องการไปเจอ พ่อแม่ควรไปส่งหรือไปรอเป็นเพื่อนด้วย แต่ต้องไม่ติดตามจนลูกรู้สึกเครียด เพียงแต่ให้ลูกรู้สึกว่ามีพ่อแม่คอยดูแลอยู่ห่าง ๆ
- สอนให้ลูกใช้สื่อออนไลน์อย่างเหมาะสม อาจจะเรียนรู้จากข่าวที่เกิดขึ้นด้วยกัน เพื่อเป็นตัวอย่างของภัยออนไลน์ต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้
- ให้ความสนใจกับเรื่องของลูก เพื่อนของลูก สังคมที่ลูกอยู่ ให้ความเป็นเพื่อนที่ไว้ใจได้กับลูก แต่ต้องไม่ลืมหลับทบทพ่อแม่ด้วยเช่นกัน
- สอนให้ลูกรู้จักวิธีป้องกันตัว รู้จักปฏิเสธคนอื่น ให้สามารถหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงหนีจากสถานการณ์เลวร้ายต่าง ๆ รวมทั้งการขอความช่วยเหลือจากคนอื่นหากจำเป็นด้วย

วิธีสอนให้ลูกป้องกันตัวเองจากการถูกละเมิดทางเพศตั้งแต่วัยเด็ก

- สอนให้เด็กเรียนรู้เรื่องอวัยวะเพศ โดยใช้ชื่อที่เด็กเข้าใจได้ง่าย ไม่ต้องเป็นชื่อทางการ โดยอาจจะเรียกของผู้ชายว่า จู๋ เจี้ยว ของผู้หญิงก็ บี๋ บี๋ หรือจิม อย่าตั้งชื่ออื่นเพราะเด็กจะรู้สึกสับสน
- สอนให้เด็กรู้จักส่วนที่ร่างกายต้องปกปิดไม่ให้คนอื่นเห็นหรือสัมผัส โดยอาจใช้ชุดว่ายน้ำแบบเต็มตัว สอนโดยให้เด็กรู้ว่าอวัยวะที่อยู่ในชุดว่ายน้ำ เป็นส่วนที่ห้ามคนอื่นเห็นหรือสัมผัส เว้นแต่กรณีจำเป็น เช่นไปหาหมอ แต่ก็ต้องมีพ่อแม่ผู้ปกครองอยู่ด้วยเท่านั้น
- สอนให้เด็กบอกพ่อแม่เมื่อถูกคนอื่นสัมผัสส่วนที่ต้องห้ามต่าง ๆ

ในทางกลับกัน บางครั้งเด็กในการดูแลของเราก็เป็นผู้กระทำหรือมีส่วนในการละเมิดทางเพศกับเด็กคนอื่นได้เช่นกัน โดยเด็กอาจมีพฤติกรรมการคุกคามคนอื่นผ่านการแสดงความคิดเห็นและการกระทำในเชิงลามกและล่วงละเมิดทางออนไลน์ ตัวอย่างของการล่วงละเมิดทางเพศ เช่น

- การพูดเรื่องตลกทางเพศหรือแสดงความคิดเห็นไปในทางลามก
- กระจายข่าวลือเรื่องการร่วมเพศหรือนินทาคนอื่นด้วยข้อความหรือช่องทางออนไลน์อื่น ๆ
- การโพสต์แสดงความคิดเห็นทางเพศด้วยภาพหรือวิดีโอลามก
- การส่งข้อความและภาพหรือวิดีโอลามกผ่านข้อความส่วนตัว
- ส่งต่อข้อความและภาพหรือวิดีโอลามกผ่านอีเมล
- แบ่งปันรูปภาพหรือวิดีโอลามกในกลุ่มแชต
- แอบอ้างเป็นคนอื่นบนสื่อออนไลน์และแสดงความคิดเห็นเชิงลามก

สาเหตุที่เด็กเป็นผู้กระทำการล่วงละเมิดทางเพศผู้อื่นอาจจะมาจาก

- เด็กที่เป็นผู้กระทำ อาจเคยเป็นผู้ถูกกระทำมาก่อน และไปกระทำกับเด็กที่อ่อนแอกว่าเพื่อให้รู้สึกว่าตนเองยังมีอำนาจ
- เป็นภาวะตามวัย ที่ต้องการการยอมรับในสังคม เพื่อแสดงตนว่ามีประสบการณ์ทางเพศและเป็นผู้ใหญ่กว่าคนอื่นในวัยเดียวกัน
- สร้างความตื่นเต้นให้กับตัวเอง
- เด็กผู้หญิงที่ล่วงละเมิดหรือมีส่วนในการล่วงละเมิดทางเพศเด็กผู้หญิงคนอื่น อาจเกิดจากความอิจฉา และเป็นการทำให้ฝ่ายตรงข้ามเกิดความเสียหายจากข่าวลือที่สร้างขึ้นด้วย
- พฤติกรรมเลียนแบบ เกิดจากการที่เด็กเห็นพฤติกรรมทางเพศทั้งจากชีวิตจริงและจากสื่อต่าง ๆ ที่มีอิทธิพล

ดังนั้น นอกจากพ่อแม่ผู้ปกครองจะป้องกันลูกมิให้ถูกละเมิดทางเพศแล้ว ก็ควรป้องกันดูแลลูกหลานของตนไม่ให้เป็นผู้ละเมิดเด็กคนอื่นด้วยการสอนให้ลูกให้เกียรติผู้อื่น ไม่ทำร้ายผู้อื่น และให้รู้ถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นทั้งกับผู้กระทำและผู้ถูกกระทำ

ไม่ว่าจะอย่างไร พ่อแม่ผู้ปกครองควรให้การเอาใจใส่เด็กเพื่อปกป้องเด็กจากการถูกละเมิดและไม่ไปละเมิดผู้อื่น ความรักความเข้าใจ ความเอาใจใส่ในครอบครัวจะสามารถป้องกันและแก้ไขปัญหาได้ เหตุือที่เป็นเด็กเมื่อถูกทำร้าย จะมีความหวาดกลัวและหวาดระแวงจนส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน พ่อแม่ผู้ปกครองควรให้การดูแลอย่างใกล้ชิดและเหมาะสม

ทักษะป้องกันตัวที่ควรสอนเด็ก

ทักษะป้องกันตัว NO GO TELL คือ ให้เด็กรู้จักประเมินสถานการณ์รอบตัว หากรู้สึกไม่ปลอดภัย ให้ปฏิเสธ หาโอกาสหนีออกจากสถานการณ์ที่ไม่ปลอดภัยนั้น และไปหาความช่วยเหลือ

NO เมื่อถูกละเมิด ไม่ว่าจะทางกายหรือวาจา เช่น ถูกรุมข่มขืน ด่าทอ ถูกกลั่นแกล้งโดยการจับสัมผัส ส่งสื่อลามกอนาจารมาให้ โดนฉุดกระชาก ทูบตี ไม่ว่าจะทางออนไลน์ผ่านการแชต ทางกล้อง webcam สื่อโซเชียล หรือทางออฟไลน์ ฯลฯ ต้องบอกให้คนกระทำรู้ว่าเราไม่ชอบที่ถูกกระทำ ยืนหยัดในสิทธิการปกป้องตนเอง บอกเขาว่า “อย่า” หรือ “หยุด” หรือ “ไม่” ด้วยข้อความหรือน้ำเสียงที่หนักแน่น ชัดเจนจริงจัง เพื่อหยุดการกระทำนั้น เพื่อให้รู้ว่าเราไม่ชอบ ไม่สบายใจ ยอมรับไม่ได้

GO เมื่อสบโอกาส ให้หลีกเลี่ยงออกจากสถานการณ์นั้นในทันทีที่ทำได้ หากที่หลบซ่อนที่ปลอดภัย รอจนกว่าจะได้รับความช่วยเหลือ หากเป็นทางออนไลน์ ให้ออกจากการเล่นหรือห้องแชตนั้น เลิกพูดคุยกับคน ๆ นั้น block ผู้ใช้คนนั้น ไม่ให้มาพูดคุยหรือละเมิด ระบายเราได้อีก อาจจะจดชื่อและข้อมูลของผู้ใช้คนนั้น บันทึกภาพหน้าจอที่เป็นหลักฐานการพูดคุย การกระทำความผิด การละเมิดต่าง ๆ เพื่อแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจหรือผู้มีหน้าที่รับแจ้งภัยออนไลน์ต่อเด็กและเยาวชนในชุมชน

TELL หากทางรายงานหรือแจ้งคนช่วยเหลือโดยเร็ว ต้องรู้ชื่อหรือหมายเลขโทรศัพท์ที่จะแจ้งขอความช่วยเหลือในชุมชน ควรให้เด็กจดบันทึกไว้ใช้ในยามฉุกเฉินได้ทันที

อายุเด็กที่เหมาะสมกับการใช้สื่อ

กรมอนามัย มีข้อเสนอแนะการใช้สื่อกับเด็กเล็ก เนื่องจากทุกวันนี้ หลายครอบครัวมักจะเลี้ยงลูกโดยใช้เทคโนโลยีเป็นพี่เลี้ยง ปล่อยให้เด็กอยู่กับสื่อ เช่น มือถือ แท็บเล็ต หรือให้ดูทีวีทั้งวัน เพื่อให้เด็กสงบนิ่ง หรือหยุดร้องไห้ ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำ เพราะยังไม่เหมาะกับวัย และอาจเป็นการปลูกฝังให้เด็กติดสื่อ ผลเสียคือ ทำให้เด็กมีพัฒนาการล่าช้า เด็กแรกเกิดถึง 3 ปี เป็นช่วงวัยที่สำคัญที่สุดในการเรียนรู้ เนื่องจากสมองของเด็กจะพัฒนาสูงสุด ซึ่งมีสิ่งแวดล้อมโดยรอบเป็นตัวกระตุ้นส่งเสริมพัฒนาการทางด้านสมองในช่วงต้น หากปล่อยให้เด็กใกล้ชิดสื่อเหล่านี้มากเกินไปโดยไม่กำหนดเวลาดูหรือเลือกสื่อที่ไม่เหมาะสม จะส่งผลเสียหลายด้าน คือ

- 1) ด้านการสื่อสาร พูดช้า พูดไม่ชัด ขาดความคิดสร้างสรรค์ และการจ้องมองจอภาพเป็นเวลานานจะส่งผลเสียกับดวงตาได้ เช่น ทำให้สายตาสั้น ดวงตาแห้ง
- 2) ด้านร่างกาย จะไม่แข็งแรง เหนื่อยง่าย ขาดการเคลื่อนไหวออกกำลังกายตามที่ควรจะเป็น หรืออาจส่งผลให้เป็นเด็กซีเกียจได้
- 3) ด้านอารมณ์ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ เพราะเด็กแยกแยะโลกของอินเทอร์เน็ตกับความจริงไม่ได้ หงุดหงิดง่าย ใจร้อน รอคอยไม่เป็น เด็กขาดสมาธิไม่จดจ่อหรือตั้งใจทำกิจกรรมใด และ
- 4) ด้านพฤติกรรม จะก้าวร้าว ขน สมาธิสั้น มีพฤติกรรมคล้ายออทิสติก คือ ตื้อ ต่อต้าน โลกส่วนตัวสูง สื่อสารกับคนอื่นน้อย

พ่อแม่หรือผู้ปกครองเด็กควรหลีกเลี่ยงการใช้สื่อมีจอเพื่อให้เด็กสงบนิ่ง หรือหยุดร้องไห้ ถึงแม้ว่าจะเป็นการใช้แค่ช่วงเวลาสั้น ๆ ก็ตาม เนื่องจากการใช้สื่อมีจออาจทำให้เด็กสงบได้จริง แต่นำมาซึ่งปัญหาการไม่

สามารถจำกัดเวลาการเล่นได้ และที่สำคัญพ่อแม่หรือผู้ปกครองควรตระหนักถึงคือช่วงพัฒนาการของเด็ก ตั้งแต่แรกเกิด – 5 ปี ถือเป็นรากฐานของชีวิต พ่อแม่จึงควรหลีกเลี่ยงการเล่นลูกด้วยมือถือ แล้วหันมาใช้เวลาสร้างความสัมพันธ์ร่วมกันในครอบครัว เพราะพัฒนาการที่ดีของเด็ก ๆ เริ่มต้นจากสิ่งเล็ก ๆ ที่ได้เรียนรู้ พาลูกเล่น เรียน ทำกิจกรรมร่วมกัน และไม่ลืมที่จะโอบกอดแสดงความรักระหว่างกันในครอบครัว สิ่งเหล่านี้ จะส่งเสริมให้พัฒนาการต่าง ๆ ของเด็กได้ดีกว่าวิธีอื่น

ทางด้านกรมสุขภาพจิต เน้นย้ำเรื่องการเล่นของเด็กจะเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาความฉลาดทางปัญญา อารมณ์ และสังคมไปพร้อม ๆ กัน เน้นการส่งเสริมกระตุ้นให้เด็กได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์ เช่น อ่านหนังสือหรือเล่นิทานให้เด็กฟังในเด็กเล็ก เล่นบทบาทสมมติโดยใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่มีอยู่รอบตัว เล่นต่อเพลงหรือต่อนิทานคนละประโยค เล่นของเล่นอย่างอิสระ ออกไปสัมผัสธรรมชาติภายนอก นอกจากนั้น ควรฝึกให้ลูกรู้จักการสังเกต รู้จักตั้งคำถาม และคอยตอบคำถามของลูกด้วยความรักและความใส่ใจ ภายใต้อบอบอากาศอันอบอุ่นและปลอดภัยของครอบครัว ทั้งนี้ การส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมทางสุขภาพที่ดี ควรทำตั้งแต่ในเด็กเล็ก เพื่อให้เกิดพฤติกรรมติดตัวที่จะส่งผลดีต่อสุขภาพกายและจิต เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต

สื่อตามช่วงวัยของเด็ก

ช่วงอายุ 0-2 ปี หนังสือ นิทาน ไม่ควรให้เรียนรู้จากจอสีเหลี่ยมอิเล็กทรอนิกส์ใด ๆ เลย

ช่วงอายุ 2-4 ปี ตุ๊กตา หุ่นมือ สัตว์เลื้อย ธรรมชาติ สื่อภาพเคลื่อนไหว รูปทรง ดนตรี ภาพซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ โดยมีผู้ปกครองเลือกโปรแกรมหรือแอปพลิเคชันที่มีคุณภาพให้เหมาะสมกับวัยและใช้ไปด้วยพร้อมกันกับเด็ก ซึ่งจะช่วยให้เด็กเข้าใจสิ่งที่เห็นได้มากขึ้น และไม่ควรถูกเล่นเกินวันละ 1 ชั่วโมง

ช่วงอายุ 4-12 ปี ดูวิดีโอการ์ตูน สารคดี ภาพยนตร์ เรื่องราว ชีวิตประจำวัน สัตว์ จินตนาการ ใช้สื่อและสื่อออนไลน์ได้มากขึ้น แต่ไม่ควรเกินวันละ 1-2 ชั่วโมง โดยมีผู้ปกครองดูแลชี้แนะ ถอยห่างออกมาได้เมื่อเด็กโตขึ้น แต่ยังคงกำหนดกฎกติกาการใช้สื่ออย่างพอเหมาะพอดี อะไรควรหรือไม่ควร และต้องรู้ว่าเด็กสนใจเนื้อหาหรือกิจกรรมแบบใด คบคุยกับใครขณะออนไลน์

ช่วงอายุ 13-18 ปี เข้าถึงสื่อได้อิสระมากขึ้น แต่ยังคงมีกฎกติกา เจื่อนไขกำกับดูแลจากพ่อแม่ผู้ปกครอง เพื่อให้ทราบพฤติกรรมการใช้สื่อออนไลน์ของเด็ก ควรเสริมสร้างทักษะการรู้เท่าทันสื่อ และ DQ – Digital Intelligence Quotient ให้เด็ก

อายุที่เหมาะสม สำหรับการเรียนรู้จากสื่อ



ช่วงอายุ : 0-2 ปี



หนังสือนิทาน

ไม่ควรให้เรียนรู้จาก
จอสีเหลี่ยมอิเล็กทรอนิกส์ใดๆเลย

ช่วงอายุ : 2-4 ปี



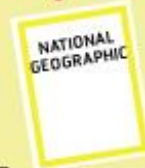
ตุ๊กตา หุ่นมือ สัตว์เลี้ยง
ธรรมชาติ สื่อภาพเคลื่อนไหว
รูปทรง ดนตรี ภาพซ้ำๆ ซ้ำๆ

โดยมีผู้ปกครองเลือกโปรแกรมหรือ
แอปพลิเคชันที่มีคุณภาพให้เหมาะสม
กับวัยและใช้ไปด้วยพร้อมกันกับเด็ก
ซึ่งจะช่วยให้เด็กเข้าใจสิ่งที่เห็นได้มากขึ้น
และไม่ควรเกินวันละ 1 ชั่วโมง

ใช้อย่างพอเหมาะ
พอดีนะคาบปบ..



ช่วงอายุ : 4-12 ปี



ดูวิดีโอการ์ตูน สารคดี
ภาพยนตร์ เรื่องราวชีวิต
ประจำวัน สัตว์ จินตนาการ

ใช้สื่อและสื่อออนไลน์ได้มากขึ้นแต่ไม่ควร
เกินวันละ 1-2 ชั่วโมง โดยมีผู้ปกครอง
ดูแลชี้แนะ ทอยห่างออกมาได้

เมื่อเด็กโตขึ้น แต่ยังคงกำหนดกฎกติกา
การใช้สื่ออย่างพอเหมาะพอดี อะไรควรหรือไม่ควร
และต้องรู้ว่าเด็กสนใจเนื้อหาหรือ
กิจกรรมแบบใด คบคุยกับใครขณะออนไลน์

ช่วงอายุ : 13-18 ปี



เข้าถึงสื่อได้อิสระมากขึ้น
แต่ยังต้องมีกฎกติกา

เตือนใจกำกับดูแลจากพ่อแม่ผู้ปกครอง
เพื่อให้ทราบพฤติกรรมการใช้สื่อออนไลน์ของเด็ก
ควรเสริมสร้างทักษะการรู้เท่าทันสื่อ และ DQ หรือ
Digital Intelligence Quotient ให้เด็ก

เรียนรู้ สมวัย พัฒนาสมอง



ทำไมเด็กและวัยรุ่นจึงไม่ควรใช้สื่อออนไลน์มากเกินไป

ดร.บาบารา กรีนเบิร์ก จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นชาวอเมริกัน อธิบาย 8 ปัญหาหลักที่จะเกิดกับเด็กและวัยรุ่น หากพ่อแม่ปล่อยให้ลูกใช้สื่อออนไลน์มากเกินไปจนส่งผลเสียวินัย

1. สูญเสียความสามารถในการเรียนรู้ภาษาทางสังคม คือ ภาษากาย ภาษาท่าทาง ได้อย่างถูกต้อง จึงเสี่ยงต่อความบกพร่องในพัฒนาการด้านภาษา
2. สำหรับวัยรุ่น ส่วนหนึ่งของการเรียนรู้คือการมีเพื่อนที่ดี เพื่อนร่วมงานที่ดี การเข้าหาผู้คน การสร้างปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นเรียนรู้ไม่ได้จากสื่อดิจิทัล เพื่อนในชีวิตจริงจะมีความเข้าใจเห็นอกเห็นใจมากกว่า
3. เด็กและวัยรุ่นเป็นวัยที่เหมาะสมจะเรียนรู้แบบเข้ากลุ่มสังคม มากกว่าการแยกตัว ในสังคมจริง ๆ มีสิ่งที่ต้องพึ่งพาอาศัยกันในการอยู่ร่วมกัน ทักษะทางสังคมจึงมีความสำคัญ
4. เด็กและวัยรุ่นจำเป็นต้องเรียนรู้การใช้เวลาว่างให้มีคุณค่าและมีประโยชน์ มากกว่าที่จะชลุกอยู่หน้าจอ การพักผ่อนและทำกิจกรรมสันตนาการ จะช่วยพัฒนาสมองและร่างกายที่สมดุล
5. สื่อสังคมจะสร้างความร่ำอารมณ์ ธรรมดาเกินจริง ซึ่งเด็กและวัยรุ่นอาจยังไม่มีวิธีการรับมือที่ดีพอ
6. เด็กวัยรุ่นมักนอนดึก นอนน้อย ทำให้ตัวเตี้ย ไม่โต สมองไม่พัฒนา การเพ่งหน้าจอ ใช้เวลากับสื่อออนไลน์มากขึ้นยิ่งทำให้อดนอนและส่งผลกระทบต่อพัฒนาการ การเจริญเติบโตทางสมองและร่างกาย ซึ่งกระทบต่อสมาธิและอารมณ์ ความสามารถในการเรียน ฯลฯ
7. วัยรุ่นควรเรียนรู้ที่จะอยู่กับปัจจุบัน การร่วนอยู่กับหน้าจอทำให้สูญเสียโอกาสและความสามารถในการเรียนรู้ปฏิสัมพันธ์กับผู้คนจริง ๆ
8. เด็กวัยรุ่นมีแนวโน้มจะก้าวร้าวและแสดงออกทางเพศสูงกว่าเมื่อพวกเขาปิดบังตัวตนบนโลกออนไลน์และสื่อสารผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ และนั่นทำให้เด็กเผชิญกับการถูกคุกคามทางเพศและการกลั่นแกล้ง ระบายออนไลน์ ทั้งยังไม่กล้าบอกพ่อแม่เพราะอับอาย กลัวถูกตำหนิ ซ้ำเติม หรือลงโทษ

การเลี้ยงลูกยุคดิจิทัล

สำหรับพ่อแม่ผู้ปกครองยุคนี้ ต้องมีทักษะในการเลี้ยงดูลูกที่อยู่กับสื่อ ไม่ใช่แค่เพียงการหิบบิ้น โทรศัพท์มือถือ อินเทอร์เน็ต หรือเกม ให้ลูก แต่จะต้องกำหนดกฎกติกาในการใช้งาน ฝึกระเบียบวินัยและความรับผิดชอบ ทั้งจะต้องมอบความรักความอบอุ่นและเวลาคุณภาพที่จะใช้ในการพูดคุย ชี้แนะ และทำกิจกรรมร่วมกันด้วย เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันภัยให้ลูกในยามที่เขาท่องโลกออนไลน์

1. **ให้ความรักและเวลาคุณภาพ** พ่อแม่ควรเล่นหรือทำกิจกรรมร่วมกับลูก พูดคุยกับลูกได้ทุกเรื่อง ให้กำลังใจและอภัยเมื่อลูกทำผิด เพื่อสร้างเสริมให้บ้านเป็นสถานที่ปลอดภัยและพึ่งพิงได้เสมอ
2. **รับฟังมากกว่าสั่งสอน** พ่อแม่ควรใช้คำพูดที่ดีภายในครอบครัว ชื่นชมเมื่อลูกทำได้ดี ให้อภัยและชี้แนะเมื่อลูกทำผิดพลาด ควรใส่ใจรับฟังปัญหาหรือเรื่องราวของลูกให้จบก่อนที่จะเริ่มสอนสั่ง เพราะบางครั้งลูกแค่ต้องการคนเข้าใจ เห็นใจ ปลอดภัย การอบรมชี้แนะควรกระทำในเวลาที่ได้กรับฟังและเปิดใจรับเท่านั้น

3. **ช่วยลูกสร้างทักษะชีวิต** ปล่อยให้ลูกแก้ไขปัญหาเองบ้าง ไม่เลี้ยงลูกแบบตามใจ พ่อแม่ทำให้ทุกสิ่งอย่าง ควรให้ลูกเรียนรู้ ลองผิดลองถูก ได้แก้ไขปัญหาเองบ้าง สำเร็จบ้างผิดหวังบ้าง เพื่อฝึกความมานะอดทนต่อสู้กับปัญหา ไม่ยอมแพ้ง่าย ๆ ก้าวเล็ก ๆ ที่สำเร็จ จะนำพาสู่ก้าวที่ใหญ่ขึ้นและมั่นคงแข็งแรงมากยิ่งขึ้น

4. **ฝึกระเบียบวินัย การควบคุมตนเอง และความรับผิดชอบ** ตั้งแต่ลูกยังเล็ก มอบหมายหน้าที่ความรับผิดชอบงานบ้านให้ลูกทำตามช่วงวัย กำหนดกติกาการใช้สื่อออนไลน์อย่างเป็นรูปธรรม เช่น 1-2 ชั่วโมงต่อวัน อะไรที่ทำได้และทำไม่ได้บนโลกออนไลน์ ชี้แจงเรื่องภัยออนไลน์และการป้องกัน เมื่อเกิดเหตุแล้วจะต้องทำอย่างไรบ้าง พ่อแม่ต้องบังคับใช้กฎกติกาอย่างเข้มแข็งแต่อ่อนโยน และเป็นตัวอย่างที่ดีในการใช้สื่อ

5. **ลดโอกาสในการเข้าถึงโทรศัพท์มือถือ อินเทอร์เน็ต และเกม** ในบ้านจะต้องมีพื้นที่ปลอดมือถือหรือกำหนดช่วงเวลาปลอดจากเทคโนโลยี เพื่อให้กลับมาอยู่กับสังคมคนรอบข้างจริง ๆ ลดการคิดคำนึงถึงโซเชียลมีเดีย เช่น ห้ามใช้สื่อเทคโนโลยีบนโต๊ะกินข้าว ในห้องนอน หรือเวลาไปเยี่ยมญาติ ให้ลูกมีส่วนร่วมในค่าใช้จ่ายอินเทอร์เน็ตและเกม เป็นต้น

6. **สอนลูกให้มีทักษะรู้เท่าทันสื่อ และความฉลาดทางดิจิทัล** สอนให้ลูกตั้งคำถามกับข่าวสารที่ได้รับ ตรวจสอบก่อนที่จะเชื่อหรือแชร์ออกไป รักษาตัวตนและชื่อเสียงบนโลกออนไลน์ เพราะทุกสิ่งที่ทำล้วนมีหลักฐานร่องรอยให้ติดตามได้ สอนให้รู้จักรับมือกับภัยออนไลน์และการกลั่นแกล้งรังแก ไม่ละเมิดผู้อื่น ไม่ทำผิดกฎหมาย และเห็นอกเห็นใจเพื่อนผู้ประสบภัยออนไลน์

7. **มีทางออกเชิงสร้างสรรค์อื่น ๆ** เพื่อให้ลูกค้นพบความถนัดของตนเองที่ทำให้เขาประสบความสำเร็จ พ่อแม่ควรมีกิจกรรมอื่น ๆ ให้ลูกด้วย ยังมี ดนตรี กีฬา ศิลปะ สิ่งประดิษฐ์ หรืออื่น ๆ ที่ลูกอาจสนใจ อัจฉริยภาพของคนเรามีหลากหลายด้านไม่เหมือนกันในเด็กแต่ละคน พ่อแม่ควรสร้างเสริมให้ลูกนับถือตนเอง ค้นพบตัวเอง เพื่อใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

พ่อแม่ยุคดิจิทัล ต้องเลี้ยงลูกที่ใช้เทคโนโลยีอย่างมีภูมิปัญญา

บทที่ 4

ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกฎหมาย

ประเทศไทยไม่มีกฎหมายเกี่ยวกับการล่วงละเมิดต่อเด็กในโลกออนไลน์เป็นการเฉพาะ แต่มีบทบัญญัติของกฎหมายที่กำหนดความผิดหลายอย่างที่มีลักษณะเป็นการละเมิดเด็ก หากมีการนัดพบและมีการล่วงละเมิดทางเพศ มีความผิดฐานข่มขืนกระทำชำเราหรือกระทำอนาจารกรณีเด็กไม่ยินยอม หรือแม้กรณีเด็กยินยอมในกรณีที่เด็กอายุน้อยกว่า 15 ปี ก็มีความผิดฐานกระทำชำเราเด็กหรือกระทำอนาจารเด็ก แต่ถ้าหากไม่ปรากฏหลักฐานว่าผู้กระทำผิดมีเพศสัมพันธ์กับเด็กหรือมีการกระทำอนาจาร หรือเป็นกรณีเด็กอายุระหว่าง 15-18 ปี ก็อาจใช้ข้อหาพวกรู้ว่าผู้เยาว์ในการดำเนินคดีกับผู้กระทำผิดได้

กรณีการกระทำผิดเกี่ยวกับสื่อลามกอนาจารของเด็ก มีกฎหมายกำหนดความผิดเกี่ยวกับการครอบครอง เผยแพร่ จำหน่าย หรือมีไว้เพื่อวัตถุประสงค์ทางการค้าซึ่งสื่อลามกอนาจารเด็กกำหนดไว้ชัดเจน และมีความผิดกรณีนำเข้าสื่อลามกอนาจารสู่ระบบคอมพิวเตอร์

กรณีข่มขู่กรรโชกออนไลน์มีความผิดฐานกรรโชกทรัพย์และรีดเอาทรัพย์ แต่หากไม่ได้เรียกร้อยเอาทรัพย์ แต่เป็นการเรียกร้อยหาผลประโยชน์ทางเพศอื่นก็ต้องใช้บทบัญญัติกฎหมายในความผิดทางเพศมาปรับใช้ ส่วนการกลั่นแกล้งรังแกมีความผิดฐานทำให้เกิดอันตรายต่อจิตใจ หมิ่นประมาท การนำเข้าข้อมูลอันเป็นเท็จ ซึ่งเป็นโทษหนัก ปัจจุบันมีบทบัญญัติตามกฎหมายเป็นการเฉพาะเกี่ยวกับการข่มเหงรังแกเป็นความผิดลหุโทษ สามารถใช้บังคับกรณีการกลั่นแกล้งรังแกได้

ในลักษณะความผิดที่ยังไม่มีกฎหมายเป็นการเฉพาะในขณะนี้ เช่น การพูดคุยรับส่งสื่อทางเพศที่ไม่เหมาะสม (Sexting) การล่อลวงเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศ (Grooming) การติดตามคุกคามทางไซเบอร์ (Cyber Stalking) การกลั่นแกล้งระรานทางไซเบอร์ (Cyber Bullying) อาจสามารถตีความกฎหมายคุ้มครองเด็กอย่างกว้างเพื่อดำเนินคดีกับผู้กระทำผิดในเชิงคุ้มครองป้องกันก่อนเด็กจะตกเป็นเหยื่อของการล่วงละเมิดได้ ประเทศไทยอยู่ในระหว่างการร่างกฎหมายที่ครอบคลุมการกระทำความผิดรูปแบบใหม่ ๆ ดังกล่าวแล้ว

กฎหมายว่าด้วยการกระทำอนาจาร

หากผู้กระทำผิดเข้าถึงเหยื่อและมีการล่วงละเมิดทางเพศเด็กทางร่างกาย มีบทบัญญัติตามประมวลกฎหมายอาญาในหมวดความผิดทางเพศ กรณีความผิดฐานข่มขืนกระทำชำเรา กระทำอนาจาร กระทำชำเราเด็ก หรือกระทำอนาจารเด็ก ตามมาตรา 276, 277, 278 หรือ 279 หากเป็นการกระทำที่เป็นเหตุให้เหยื่อถึงแก่ความตายหรือได้รับอันตรายสาหัส มีบทเพิ่มโทษตามกฎหมายให้ผู้กระทำผิดรับโทษหนักขึ้น ไม่ว่าเหยื่อผู้ถูกกระทำจะให้ความยินยอมหรือไม่ก็ตาม

ในกรณีที่มีการตรวจค้นพบภาพหรือวิดีโอที่มีการบันทึกภาพการมีเพศสัมพันธ์หรือการกระทำอนาจารกับเด็ก หรือเป็นกรณีมีการสืบสวนจากเครือข่ายสังคมออนไลน์จนได้ภาพการร่วมเพศหรือกระทำอนาจารกับเด็กได้ ถ้าสามารถเชื่อมโยงได้ว่าการนำภาพหรือวิดีโอมาแสวงหาประโยชน์ หรือมีการส่งต่อภาพหรือวิดีโอไปยังบุคคลอื่น ก็จะเป็นเหตุให้ผู้กระทำผิดรับโทษหนักขึ้นได้

กฎหมายว่าด้วยสื่อลามกอนาจารเด็ก

กรณีผู้กระทำผิดในลักษณะของสื่อลามกอนาจารเด็ก (CSAM - Child Sexual Abuse Material) ไม่ว่าจะเป็กรณีมีสื่อดังกล่าวไว้ในครอบครอง หรือเป็นผู้ผลิตหรือจัดจำหน่ายสื่อลามกอนาจารเด็ก หรือเผยแพร่ส่งต่อสื่อลามกอนาจารเด็กภายในกลุ่มผู้มีรสนิยมทางเพศแบบเดียวกัน หรือทำให้แพร่หลายซึ่งสื่อลามกอนาจารเด็ก ไม่ว่าจะอยู่ในรูปแบบรูปภาพ ไฟล์เสียง วิดีโอ หรือการถ่ายทอดสด (Live Streaming) มีความผิดฐานมีไว้ในครอบครองสื่อลามกอนาจารเด็กเพื่อแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศหรือส่งต่อไปให้ผู้อื่น

ครอบครองหรือส่งต่อสื่อลามกอนาจารเด็ก

มาตรา 287/1 ผู้ใดครอบครองสื่อลามกอนาจารเด็กเพื่อแสวงหาประโยชน์ในทางเพศสำหรับตนเองหรือผู้อื่น ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินห้าปี หรือปรับไม่เกินหนึ่งแสนบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ถ้าผู้กระทำความผิดตามวรรคหนึ่ง ส่งต่อซึ่งสื่อลามกอนาจารเด็กแก่ผู้อื่น ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินเจ็ดปี หรือปรับไม่เกินหนึ่งแสนสี่หมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

มีสื่อลามกอนาจารเด็กเพื่อประสงค์แห่งการค้า หรือแจกจ่าย เผยแพร่ โฆษณา

มาตรา 287/2 ผู้ใดเพื่อความประสงค์แห่งการค้า หรือโดยการค้า เพื่อการแจกจ่ายหรือเพื่อการแสดงอวดแก่ประชาชน ทำ ผลิต มีไว้ นำเข้าหรือยังให้นำเข้าในราชอาณาจักร ส่งออกหรือยังให้ส่งออกไปนอกราชอาณาจักร พาไปหรือยังให้พาไปหรือทำให้แพร่หลายโดยประการใด ๆ ซึ่งสื่อลามกอนาจารเด็ก

(1) ประกอบการค้า หรือมีส่วนหรือเข้าเกี่ยวข้องในการค้าเกี่ยวกับสื่อลามกอนาจารเด็ก แจกจ่ายหรือแสดงอวดแก่ประชาชนหรือให้เช่าสื่อลามกอนาจารเด็ก

(2) เพื่อจะช่วยการทำให้แพร่หลาย หรือการค้าสื่อลามกอนาจารเด็กแล้ว โฆษณาหรือโฆษณาโดยประการใด ๆ ว่ามีบุคคลกระทำการอันเป็นความผิดตามมาตรานี้ หรือโฆษณาหรือโฆษณาว่าสื่อลามกอนาจารเด็กดังกล่าวแล้วจะหาได้จากบุคคลใด หรือโดยวิธีใด

ต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่สามปีถึงสิบปี และปรับตั้งแต่หกหมื่นบาทถึงสองแสนบาท

พระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก พ.ศ.2546 ห้ามมิให้ผู้ใดกระทำการหรือละเว้นการกระทำการใดอันเป็นการ “ทารุณกรรม” เด็ก รวมถึงการบังคับ ชู่เชิญ ชักจูง ส่งเสริม หรือยินยอมให้เด็กประพฤติตนไม่สมควรหรือน่าจะทำให้เด็กมีความประพฤติน่าเกลียดต่อการ กระทำผิด ซึ่งสามารถตีความมาใช้บังคับกับพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีลักษณะเป็นการล่อลวง ยั่วยุ อันทำให้เด็กมีความประพฤติน่าเกลียดต่อการกระทำผิดได้

ทารุณกรรมเด็ก

“ทารุณกรรม” หมายความว่า การกระทำหรือละเว้นการกระทำด้วยประการใด ๆ จนเป็นเหตุให้เด็กเสื่อมเสียเสรีภาพหรือเกิดอันตรายแก่ร่างกายหรือจิตใจ การกระทำผิดทางเพศต่อเด็ก การใช้เด็กให้กระทำหรือประพฤติน่าเกลียดที่น่าจะเป็นอันตรายแก่ร่างกายหรือจิตใจหรือขัดต่อกฎหมายหรือศีลธรรมอันดี ทั้งนี้ไม่ว่าเด็กจะยินยอมหรือไม่ก็ตาม

ลักษณะความผิดที่ห้ามกระทำต่อเด็ก

มาตรา 26 ภายใต้บังคับบทบัญญัติแห่งกฎหมายอื่นไม่ว่าเด็กจะยินยอมหรือไม่ห้ามมิให้ผู้ใดกระทำการดังต่อไปนี้

(1) กระทำหรือละเว้นการกระทำอันเป็นการกระทำความผิดต่อร่างกายหรือจิตใจของเด็ก

(3) บังคับ ชู่เชิญ ชักจูง ส่งเสริม หรือยินยอมให้เด็กประพฤติตนไม่สมควรหรือน่าจะทำให้เด็กมีความประพฤติน่าเกลียดต่อการกระทำผิด

มาตรา 78 ผู้ใดฝ่าฝืนมาตรา 26 ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินสามเดือนหรือปรับไม่เกินสามหมื่นบาทหรือทั้งจำทั้งปรับ

กรณีผู้ปกครองหรือคนในครอบครัวเป็นผู้ล่วงละเมิดต่อเด็ก

การล่วงละเมิดต่อเด็กในโลกออนไลน์ ในบางกรณีเป็นกรณีที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองหรือบุคคลในครอบครัวเป็นผู้ล่วงละเมิดต่อเด็กเสียเอง แล้วอาจมีการข่มขู่คุกคาม ลอบติดตาม ถ่ายภาพ ส่งข้อความหรือมีบทสนทนาทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์ หรือมีการเผยแพร่ข้อความหรือภาพเกี่ยวกับเด็กทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ซึ่งอาจเข้าข่ายเป็นการการล่วงละเมิดต่อเด็กในโลกออนไลน์ด้วยก็ได้

ลักษณะการล่วงละเมิดต่อเด็กในโลกออนไลน์ที่ผู้กระทำเป็นบิดามารดาหรือผู้ปกครองหรือเป็นบุคคลในครอบครัวอาจมีได้หลายลักษณะ ตั้งแต่เรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ หรือเป็นเรื่องร้ายแรงที่เป็นความผิดรุนแรง เช่น การล่วงละเมิดทางเพศหรือมีความสัมพันธ์ทางเพศระหว่างคนในครอบครัว (Incest Sexual Abuse) แล้วมีการเผยแพร่ข้อความหรือภาพลับหรือคลิปวิดีโอ การ ข่มขู่/ด่าว่า/ทุบตี/ทำร้ายร่างกาย แล้วมีการนำไปเผยแพร่ทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์ การกลั่นแกล้งรังแกกันระหว่างพี่น้องหรือคนในครอบครัวเอง การนำเด็กไปโฆษณาหารายได้ในทางไม่สมควร (เช่น นำภาพเด็กพิการหรือน่าสงสารไปเรียกรายเงินทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์ นำเด็กไปซื้อขายสุราหรือบุหรี่ นำเด็กไปโฆษณาในเชิงไม่สมควรทางเพศ เป็นต้น) หรือในบางกรณีตัวผู้ปกครองเองที่นำเด็กไปแสวงหารายได้ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น รับจ้างนำเด็กไปขอทาน ยินยอมให้เด็กไปมีความสัมพันธ์ทางเพศกับ

บุคคลอื่น ยอมให้นำเด็กไปผลิตสื่อลามกโดยมีผลประโยชน์ตอบแทน ซึ่งความผิดเหล่านี้อาจมีความเสี่ยงที่เด็ก จะถูกละเมิดในการเผยแพร่ภาพหรือคลิปวิดีโอหรือข้อความที่อาจระบุตัวตนในสื่ออิเล็กทรอนิกส์ให้ได้รับความอับอายหรือกระทบกระเทือนต่อจิตใจมากขึ้นก็ได้

ในกรณีเช่นนี้ เจ้าหน้าที่ตำรวจจะปรับใช้กฎหมายที่ระบุนความผิดไว้เป็นการเฉพาะตามที่กล่าวมาแล้ว ก่อนหน้า เช่น กรณีความผิดทางเพศฐานข่มขืนหรือกระทำอนาจาร แม้ผู้กระทำเป็นบุคคลในครอบครัวก็ไม่ได้ มีเหตุยกเว้นให้ไม่ต้องรับผิด หรือในกรณีที่นำเด็กไปแสวงหาผลประโยชน์ในทางมิชอบ (เช่น ยอมให้ผู้อื่นนำไป ขอดาน ล้วงละเมิดทางเพศ หรือผลิตสื่อลามก) ซึ่งเข้าข่ายความผิดฐานค้ามนุษย์ซึ่งสามารถดำเนินคดีกับ ผู้ปกครองในความผิดฐานค้ามนุษย์ได้ รวมถึงสามารถปรับใช้ พ.ร.บ.คุ้มครองเด็ก พ.ศ.2546 มาตรา 26 ดำเนินคดีกับผู้ก่อเหตุในความผิดฐาน “ทารุณกรรม” เด็ก หรือบังคับขู่เข็ญ ชักจูง ส่งเสริม หรือยินยอมให้เด็ก ประพฤติตนไม่สมควรหรือน่าจะทำให้เด็กมีความประพฤติเสี่ยงต่อการกระทำผิด หรือความผิดอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับการยุงส่งเสริมให้เด็กกระทำผิดตามมาตรา 26 ก็ได้

ในกรณีที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองหรือคนในครอบครัวเป็นผู้ก่อเหตุในการล่วงละเมิดต่อเด็กนั้น นอกจากมาตรการดำเนินคดีอาญาตามกฎหมายแล้ว เจ้าพนักงานผู้บังคับใช้กฎหมายยังอาจใช้วิธีการแจ้ง เจ้าพนักงานสวัสดิการสังคมเพื่อดำเนินการ ‘คุ้มครองสวัสดิภาพ’ ตาม พ.ร.บ.ส่งเสริมการพัฒนาและคุ้มครอง สถาบันครอบครัว พ.ศ.2562 (เป็นกฎหมายออกใหม่แทน พ.ร.บ.คุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรง ในครอบครัว พ.ศ.2550) หรือใช้ ‘การสงเคราะห์เด็ก’ หรือ ‘การคุ้มครองสวัสดิภาพเด็ก’ ตาม พ.ร.บ.คุ้มครอง เด็ก พ.ศ.2546 แทนการดำเนินคดีอาญาหรือควบคู่กับการดำเนินคดีอาญาบิดามารดาหรือผู้ปกครองหรือคน ในครอบครัวก็ได้

ขั้นตอนการแจ้งความ

ในกรณีที่ต้องแจ้งความดำเนินคดี จำเป็นต้องแนะนำเด็กที่เป็นเหยื่อ/ผู้เสียหายและครอบครัว ให้ดำเนินการ ดังนี้

1. ให้เหยื่อ/ผู้เสียหาย เตรียมเอกสารส่วนตัว และ สำเนาบัตรประจำตัวประชาชน
2. ให้เตรียมพยานหลักฐาน เช่น พิมพ์เอกสารหน้าจอ หน้าเว็บไซต์ หน้าโปรแกรม Line, Facebook, Twitter หรือ Page ที่พบการกระทำความผิด หรือหลักฐานการโอนเงิน เป็นต้น
3. นำหลักฐานไปแจ้งความ ณ สถานีตำรวจท้องที่เกิดเหตุ สถานีตำรวจนครบาล หรือสถานี ตำรวจภูธร
4. ส่งหลักฐานแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจที่รับผิดชอบคดีอาชญากรรมทางเทคโนโลยีด้วย เพื่อให้ประสาน การทำงานกับตำรวจท้องที่ และเพื่อให้สนับสนุนเทคนิคการสืบสวนสอบสวน การรวบรวมพยานหลักฐานทาง เทคโนโลยีดิจิทัลต่าง ๆ เช่น เจ้าหน้าที่ตำรวจในหน่วยปราบปรามการกระทำความผิดเกี่ยวกับอาชญากรรม ทางเทคโนโลยี (ปอท.) หรือ หน่วยปราบปรามการล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็กทางอินเทอร์เน็ต หรือ ไทแคค

(TICAC - Thailand Internet Crimes Against Children) หรือ กองบัญชาการตำรวจสืบสวนสอบสวนอาชญากรรมทางเทคโนโลยี สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

ขั้นตอนการสืบสวนสอบสวน

เจ้าหน้าที่ตำรวจ จะทำหน้าที่สืบสวนหาตัวคนร้ายจากเบาะแสต่าง ๆ ทั้งที่สืบจากเหยื่อ ผู้เสียหาย ผู้ปกครอง ครูหรือคนใกล้ชิด หรือเบาะแสของคนร้ายที่ทิ้งไว้ในโลกออนไลน์ สิ่งที่จะใช้เป็นพยานหลักฐานที่ควรนำไปแจ้งความด้วย ได้แก่

- ข้อความการสนทนา (Chat logs) ไม่ว่าจะเป็ใน Line หรือ Facebook หรือสื่อ Social Media อื่น ๆ ข้อความโต้ตอบในอีเมล หรือ แอปพลิเคชัน พุดคุยต่าง ๆ หน้าจอเว็บไซต์ที่โดนละเมิด
- ข้อมูลประวัติการใช้อินเทอร์เน็ต ว่ามีการเข้าไปในเว็บไซต์ใดบ้าง
- ข้อมูลเกี่ยวกับธนาคารออนไลน์ การโอนเงินต่าง ๆ
- โปรแกรม แอปพลิเคชัน ไฟล์ต่าง ๆ ที่ใช้
- รูปภาพหรือวิดีโอ ภาพถ่าย วิดีโอแชต ที่ใช้รับส่งภาพหรือพุดคุยกับคนร้าย
- ชื่อบัญชี (Account) หมายเลขโทรศัพท์ ของคนร้าย

เมื่อมีการแจ้งความที่สถานีตำรวจหรือหน่วยงานตำรวจที่รับผิดชอบ ผู้รับผิดชอบจะเป็นตำรวจฝ่ายสอบสวนซึ่งทำหน้าที่รับคำร้องทุกข์คดีอาญา ซึ่งพนักงานสอบสวนมีหลักปฏิบัติในคดีละเมิดต่อเด็ก ได้แก่ ตามกฎหมายให้มีการประสานนักสังคมสงเคราะห์และนักจิตวิทยาร่วมในการสอบสวนเด็กด้วย เพื่อช่วยประเมินสภาพจิตใจของเด็กและช่วยเหลือในการซักถามเด็ก หากเด็กได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจมากก็อาจพิจารณานำเด็กไปพบจิตแพทย์เสียก่อน แต่หากเด็กตกอยู่ในอันตราย ตำรวจที่รับแจ้งก็อาจจะต้องออกไปปฏิบัติการจับกุมคนร้ายในทันที แล้วแต่กรณีไป

หลักปฏิบัติในการซักถามเด็ก

โดยทั่วไปแล้วเด็กที่ถูกล่วงละเมิดในโลกออนไลน์จะมีแนวโน้มที่จะรู้สึกหวาดกลัวตำรวจมากกว่าครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง แพทย์ นักสังคมสงเคราะห์ หรือนักจิตวิทยา ซึ่งมีความใกล้ชิดกับเด็กมากกว่าและได้รับการฝึกให้ทำงานกับเด็กโดยเฉพาะในการพุดคุยซักถามเด็ก หลักปฏิบัติ มีต่อไปนี้

- เป็นกันเอง เข้าถึงง่าย แสดงบุคลิกของผู้ใหญ่ใจดี เพื่อให้เด็กสบายใจที่จะพุดคุยด้วย
- ลดความเป็นทางการของกระบวนการในทางคดีลง อาจพุดคุยเรื่องอื่น ๆ สลับกับเรื่องทางคดี
- ให้ความสำคัญกับการสอบถามถึงความต้องการของเด็ก
- ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย หลีกเลี่ยงการพุดคุยกับเด็กและครอบครัวเด็กด้วยภาษากฎหมาย
- ระมัดระวังอารมณ์และการแสดงออกทางท่าทางที่อาจทำให้เด็กกังวลหรือรู้สึกผิด ซึ่งจะทำให้เด็กไม่กล้าพุดคุยหรือบอกเล่าเรื่องราว เช่น รู้สึกโกรธกับสิ่งที่คนร้ายกระทำ พยายามเร่งเร้าเด็กให้บอกเล่าเรื่องราว

ที่เป็นประโยชน์ทางสติปัญญา รับฟังสิ่งที่เด็กพูด แม้บางเรื่องอาจดูไร้สาระ ไม่แสดงท่าทีเหยียดหยามเด็ก แม้จะรู้สึกว่สิ่งที่เด็กทำเป็นเรื่องไม่ดี

○ ไม่จำเป็นต้องบอกเล่ากระบวนการหรือขั้นตอนทางคดีว่าจะต้องดำเนินการอะไรต่อทุกอย่างให้เด็กทราบเหมือนการสอบสวนผู้ใหญ่ ซึ่งเด็กอาจจะกลัวว่าคนที่เกี่ยวข้องจะมีปัญหา แต่เน้นการพูดคุยที่ทำให้เด็กไว้วางใจมากกว่า แต่จะต้องไม่โกหกเด็ก เช่น รับรองว่าจะไม่บอกใคร ให้สบายใจว่าอยู่กับตำรวจแล้วปลอดภัย รู้สึกดีใจที่เด็กเลือกจะเล่าเรื่องเหล่านี้ให้ฟัง พยายามคุยถึงวิธีแก้ปัญหามากกว่าผลทางคดี

○ สังเกตอาการปฏิกิริยา หากระหว่างพูดคุยเด็กแสดงท่าทางหวาดกลัว เป็นกังวล ไม่สบตา ถามคำตอบคำ ซึ่งอาจแสดงว่าเด็กไม่เต็มใจจะพูดคุยด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากมีการเปลี่ยนท่าที่ระหว่างพูดคุยควรจะทบทวนว่าอาจเกิดจากอะไร แล้วปรับท่าที่การแสดงออกต่อเด็ก หรือเปลี่ยนเรื่องพูดคุย

○ การพูดคุยกับเด็กต้องทำแบบค่อยเป็นค่อยไปให้เด็กสบายใจ และอาจใช้เวลานานกว่าปกติ ซึ่งควรจัดสถานที่เป็นการเฉพาะ และไม่ควรมีการขัดจังหวะระหว่างการพูดคุย

หน่วยงานรับแจ้ง/ช่วยเหลือ

ศูนย์ช่วยเหลือสังคม สายด่วน 1300 กระทรวง

การพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

อาคารกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ

1034 ถ.กรุงเกษม แขวงคลองมอฬาร

เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพฯ 10100

Email : oscc1300.m@m-society.go.th

Hotline : 1300

สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์

ภายใต้ กรมสุขภาพจิต

75/1 ถ.พระรามที่ 6 แขวงทุ่งพญาไท

เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400

โทรศัพท์ 0 2248 8999 โทรสาร 0 2248 8998

Website : www.smartteen.net

Email : smartteencamri@gmail.com

Hotline : 1323

ศูนย์พิทักษ์เด็กสตรี ครอบครัว และป้องกัน

ปราบปรามการค้ามนุษย์ สำนักงานตำรวจ

แห่งชาติ (ศพคส.ตร.)

ห้อง 4/3 ชั้น 4 อาคาร 1 สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

โทรศัพท์ 0 2142 1061 หรือ 0 2205 3432

กองกำกับการสวัสดิภาพเด็กและสตรี

ถ.ราชดำเนินนอก, ป้อมปราบศัตรูพ่าย,

กรุงเทพฯ 10100, ประเทศไทย

โทรศัพท์ 0 2282 3892

ศูนย์ดำรงธรรม กรมการปกครอง

ตู้ ปณ ปณฝ. มหาดไทย กรุงเทพฯ

Hotline : 1567

Application มือถือ “MO1567”

Website : www.damrongdham.moi.go.th

ศูนย์ปฏิบัติการบังคับใช้กฎหมาย

พนักงานฝ่ายปกครอง

สำนักงานสอบสวนและนิติการ

กรมการปกครอง (วังไชยา)

ถนนนครสวรรค์ แขวงมอฬาร

เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300

โทรศัพท์ 0 2160 8662

Facebook : ศูนย์ปฏิบัติการบังคับใช้กฎหมาย

พนักงานฝ่ายปกครอง

Email : gloc@dopa.go.th ,

glocdopa@gmail.com

กรมสอบสวนคดีพิเศษ

128 ถนนแจ้งวัฒนะ แขวงทุ่งสองห้อง

เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ 10900

โทรศัพท์ 0 2831 9888 call center 1202

Website : www.dsi.go.th

สายด่วนเหตุร้าย โทร 191 (ทั่วประเทศ)

**คณะทำงานปราบปรามการล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็กทางอินเทอร์เน็ต สำนักงานตำรวจแห่งชาติ
(TICAC Task Force – Thailand Internet Crime Against Children)**

สำนักงานตำรวจแห่งชาติ อาคาร 1 ชั้น 19 ถ.พระราม 1 แขวงปทุมวัน เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

Facebook : TICAC2016

Twitter : @TicacThailand

Website : www.ticac.police.go.th

Hotline : 1191

กองบังคับการปราบปรามการกระทำความผิดเกี่ยวกับอาชญากรรมทางเทคโนโลยี (ปอท.)

สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

ศูนย์ราชการเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา อาคาร B ชั้น 4 ถ.แจ้งวัฒนะ เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ 10210

โทรศัพท์ : 0 2143 8077 , 0 2143 8078 , 0 2143 8079 , 0 2143 8080

Facebook : jahooktcsd

Website : <https://tcsd.go.th/>

Email : tcsdstaff@police.go.th

องค์กรพัฒนาภาคเอกชน

มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

โทรศัพท์ : 0 2412 1196 , 0 2412 0739

Facebook : [cpcr.cpcr](https://www.facebook.com/cpcr.cpcr)

Twitter : [cpcrfunds](https://twitter.com/cpcrfunds)

Website : www.thaichildrights.org

Email : cpcr.cpcr@gmail.com

มูลนิธิเอ-ทเวนตีวัน

Website : A21.org/thailand

Email : info.th@a21.org

มูลนิธิสายเด็ก

Facebook : [childlinethailand](https://www.facebook.com/childlinethailand)

Twitter : [saidek1387](https://twitter.com/saidek1387)

**มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจาก
เด็ก (ECPAT Foundation) หรือ มูลนิธิเอ็คแพท**

เลขที่ 426/21 หมู่บ้านกกกกาแล ต.ริมกก

อ.เมือง จ.เชียงราย 57100

โทรศัพท์/โทรสาร : 0 5375 0167

แจ้งเหตุ 0 6226 08485

Facebook : [ECPATThailand](https://www.facebook.com/ECPATThailand)

Website : www.ecpat-th.org

Email : info@ecpatthailand.org

มูลนิธิเพื่อความเข้าใจเด็ก (FOCUS)

โทรศัพท์ : 0 5321 2754

Website : www.focusthailand.org

Hotline : 08 7174 5797

Website : childlinethailand.org
Email : info@childlinethailand.org
Line : saidek1387
Hotline : 1387

ศูนย์เพื่อน้องหญิง

โทรศัพท์ : 08 1882 4985
Website : center4girls.org
Facebook : Center for Girls
Line : center4girls
Email : info@center4girls.org

องค์การโอเพอร์เรชั่น อินเตอร์กราวด์ เรลโรด

33 ถ.อาคารบ้านราชครู ชั้น 3 ห้อง 304
ช.พหลโยธิน 5 ถ.พหลโยธิน แขวงสามเสนใน
เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400
โทรศัพท์ : 08 4492 8086
Email : art.s@ourrescue.org

เอ็คแพท อินเทอร์เน็ตเซ็นแนล

เลขที่ 328/1 ถนน พญาไท แขวงถนน
เพชรบุรี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
โทรศัพท์ : 0 2215 3388
โทรสาร : 0 2215 8287
Facebook : ECPAT
Twitter : ECPAT
Website : www.ecpat.net
Email : info@ecpat.org

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อผู้อพยพย้ายถิ่นและ ผู้ถูกคุมขัง (NCCM)

โทรศัพท์ : 0 2681 3900 ต่อ 1701, 1703
Website : caritasthailand.net

มูลนิธิพิทักษ์สตรี หรือ

Alliance Anti Traffic (AAT)
328/1 สะพานหัวช้าง ถ.พญาไท
เพชรบุรี ราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
โทรศัพท์ : 09 4403 7037, 08 7611 5983
Website : <https://aatthai.org>
Email : aatsavegirl@gmail.com

มูลนิธิ โปรเจคต์ ัสติช

โทรศัพท์ : 08 0896 9555
Website : projectjusticeinternational.org
Email : freedom@projectjusticeinternational.org

มูลนิธิไนท์ไลท์ กรุงเทพมหานคร

Website : www.nightlightinternational.com

องค์การเฟรนด์อินเทอร์เน็ตเซ็นแนล

โทรศัพท์ : 09 4861 9692, 08 9644 0095
โทรสาร : 08 6971 8861
Website : <https://friends-international.org>

ไทยฮอตไลน์ สายด่วนอินเทอร์เน็ต

รับแจ้งภาพลามกและการละเมิดทางเพศเด็ก
Website : www.thaihotline.org
Email : postmaster@thaihotline.org

องค์การแพลน อินเตอร์เนชั่นแนล ประเทศไทย

ชั้น 14 อาคาร 253 ถ.สุขุมวิท 21 (อโศก)

คลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

โทรศัพท์ : 0 2259 8284-7

Website : <https://plan-international.org/thailand>

Email : Thailand.CO@plan-international.org

บ้านพักเด็กและครอบครัว

บ้านพักเด็กและครอบครัวกรุงเทพมหานคร

255 อาคารบ้านพักเด็กและครอบครัว

(ภายในสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี)

ถนนพระราม 6 แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี

กรุงเทพฯ 10400

ที่ทำงาน : 023547580 โทรสาร : 023547582

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดกาญจนบุรี

8/8 ม.12 ต.ปากแพรก

อ.เมือง จ.กาญจนบุรี 71000

ที่ทำงาน : 034564517

โทรสาร : 034564517

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดกระบี่

359 หมู่ 7 ถนนท่าเรือ ตำบลไสไทย

อ.เมือง จ.กระบี่ 81000

ที่ทำงาน : 075612323

โทรสาร : 075612323

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดกำแพงเพชร

221 ถนนเทศบาล ตำบลในเมืองกำแพงเพชร

อ.เมือง จ.กำแพงเพชร 62000

ที่ทำงาน : 055716881

โทรสาร : 055716881

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดกาฬสินธุ์

6/19 ถนนบายพาสทุ่งมน ตำบลกาฬสินธุ์

อ.เมือง จ.กาฬสินธุ์ 46000

ที่ทำงาน : 043812456

โทรสาร : 043812224

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดจันทบุรี

29/93-94 หมู่บ้านยลดาวิลล์1 ต.วัดใหม่

อ.เมือง จ.จันทบุรี 22000

ที่ทำงาน : 039327577

โทรสาร : 039327577

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดขอนแก่น

222 หมู่ 3 ถ.มิตรภาพ ต.สำราญ

อ.เมือง จ.ขอนแก่น 40000

ที่ทำงาน : 043393382 โทรสาร : 043393382

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี

172/32 ม.4 ต.บางละมุง

อ.บางละมุง จ.ชลบุรี 20150

ที่ทำงาน : 038240220 โทรสาร : 038240135

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดฉะเชิงเทรา

12/61-62 ถนนประชาสรรค์ ตำบลหน้าเมือง

อ.เมือง จ.ฉะเชิงเทรา 24000

ที่ทำงาน : 038535736

โทรสาร : 038535737

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชัยภูมิ

98/1 หมู่ 8 ตำบลในเมือง

อ.เมือง จ.ชัยภูมิ 36000

ที่ทำงาน : 044056545

โทรสาร : 044056547

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชัยนาท

257/8 ซอยเทศบาล 17 ตำบลบ้านกล้วย

อ.เมือง จ.ชัยนาท 17000

ที่ทำงาน : 056405548

โทรสาร : 056405549

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดเชียงราย

104 หมู่ 15 ตำบลป่าซาง

อ.แม่จัน จ.เชียงราย 57110

ที่ทำงาน : 053602528

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชุมพร

58/14 หมู่ 11 ตำบลบางหมาก

อ.เมือง จ.ชุมพร 86000

ที่ทำงาน : 077598573

โทรสาร : 077598574

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดตรัง

38/17 ถนนโคกชัน ตำบลทับเที่ยง

อ.เมือง จ.ตรัง 92000

ที่ทำงาน : 075571605

โทรสาร : 075571605

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดเชียงใหม่

63/3 ม.4 ต.ดอนแก้ว อ.แม่ริม

จ.เชียงใหม่ 50180

ที่ทำงาน : 053121164

โทรสาร : 053121164

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดตาก

14/1 หมู่ 4 ตำบล ไม้้งาม

อ.เมืองตาก จ.ตาก 63000

ที่ทำงาน : 055896341

โทรสาร : 055896341

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดตราด

5/1 ถนนท่าเรือจ้าง ตำบลวังกระแจะ

อ.เมือง จ.ตราด 23000

ที่ทำงาน : 039510730

โทรสาร : 039510731

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดนครปฐม

258 ถ.ทวารวดีใต้ ต.ห้วยจรเข้ม

อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

ที่ทำงาน : 034272125

โทรสาร : 034272127

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดนครนายก

124 หมู่ 10 ตำบลพรหมณี

อ.เมือง จ.นครนายก 26000

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดนครราชสีมา

1422/1 ถ.สุนทรารายณ์ ต.ในเมือง

อ.เมือง จ.นครราชสีมา 30000

ที่ทำงาน : 037315501

โทรสาร : 037315502

ที่ทำงาน : 044922765

โทรสาร : 044922735

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดนครพนม

155 ม.10 ต.หนองญาติ

อ.เมือง จ.นครพนม 48000

ที่ทำงาน : 042530621

โทรสาร : 042530622

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดนครสวรรค์

62/1 ม.6 ต.นครสวรรค์ออก

อ.เมือง จ.นครสวรรค์ 60000

ที่ทำงาน : 056257313

โทรสาร : 056257317

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดนครศรีธรรมราช

245/17 ถ.พัฒนาการคูขวาง ตำบลในเมือง

อ.เมือง จ.นครศรีธรรมราช 80000

ที่ทำงาน : 075357990

โทรสาร : 075343892

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดนราธิวาส

79 ม.8 ต.ลำภู อ.เมือง จ.นราธิวาส 96000

ที่ทำงาน : 073532670

โทรสาร : 073532670

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดนนทบุรี

78/64 หมู่ 1 ตำบลบางตลาด

อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120

ที่ทำงาน : 025821267

โทรสาร : 025821266

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดบึงกาฬ

346 หมู่ 5 ต.บึงกาฬ

อ.เมืองบึงกาฬ จ.บึงกาฬ 38000

ที่ทำงาน : 042490640

โทรสาร : 042490640

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดน่าน

271 หมู่ 7 ต.ผาสิงห์

อ.เมืองน่าน จ.น่าน 55000

ที่ทำงาน : 054682060

โทรสาร : 054682061

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดปทุมธานี

1/119 ม. 2 ตำบลรังสิต

อ.ธัญบุรี จ.ปทุมธานี 12110

ที่ทำงาน : 025772372

โทรสาร : 025774955

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดปัตตานี

186/76 หมู่ที่ 6 ตำบลรูมะมิแล

อ.เมือง จ.ปัตตานี 94000

ที่ทำงาน : 073460247 โทรสาร : 073460246

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัด

พระนครศรีอยุธยา

200/11 หมู่ที่ 2 ตำบลบ่อโพรง

อ.นครหลวง จ.พระนครศรีอยุธยา 13260

ที่ทำงาน : 035743354 โทรสาร : 035743348

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดบุรีรัมย์

281 ม.3 ต.อิสาน อ.เมือง จ.บุรีรัมย์ 31000

ที่ทำงาน : 044110873

โทรสาร : 044110874

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพังงา

56/122 ม.5 ต. คึกคัก อ.ตะกั่วป่า จ.พังงา 82190

ที่ทำงาน : 076486814

โทรสาร : 076486815

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพะเยา

29 หมู่ 1 บ้านห้วยเคียนเหนือ ตำบลบ้านต้า

อ.เมือง จ.พะเยา 56000

ที่ทำงาน : 054887252

โทรสาร : 054887252

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพิจิตร

29/85 ถ.คลองคะเชนทร์ ต.ในเมือง

อ.เมือง จ.พิจิตร 66000

ที่ทำงาน : 056990392

โทรสาร : 056990394

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง

185 ม.1 ต.โคกชะงาย อ.เมือง จ.พัทลุง 93000

ที่ทำงาน : 074829991

โทรสาร : 074829992

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดเพชรบุรี

40 หมู่ 3 ตำบลช่องสะแก

อ.เมือง จ.เพชรบุรี 76000

ที่ทำงาน : 032401780

โทรสาร : 032401781

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพิษณุโลก

334/17 หมู่ที่ 6 ตำบลท่าทอง

อ.เมืองพิษณุโลก จ.พิษณุโลก 65000

ที่ทำงาน : 055265017

โทรสาร : 055265018

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดแพร่

119 หมู่ 1 บ้านบุญเจริญ ตำบลแม่หล่าย

อ.เมืองแพร่ จ.แพร่ 54000

ที่ทำงาน : 054520743

โทรสาร : 054520744

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดเพชรบูรณ์

99/10 หมู่ 5 ตำบลสะเดียง

อ.เมืองเพชรบูรณ์ จ.เพชรบูรณ์ 67000

ที่ทำงาน : 056722612

โทรสาร : 056722611

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดมหาสารคาม

494 หมู่ 11 ต.แวงน่าง

อ.เมือง จ.มหาสารคาม 44000

ที่ทำงาน : 043706580 โทรสาร : 043706580

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดภูเก็ต

3/96 หมู่ที่ 1 ถนนศรีสุทัศน์ ตำบลรัษฎา

อ.เมืองภูเก็ต จ.ภูเก็ต 83000

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดแม่ฮ่องสอน

5/3 ถ.ปางลือนิคม ต.จองคำ

อ.เมือง จ.แม่ฮ่องสอน 58000

ที่ทำงาน : 076213315

โทรสาร : 076214369

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดมุกดาหาร

309 หมู่ 4 บ.กุดโง้ง ตำบลมุกดาหาร

อ.เมือง จ.มุกดาหาร 49000

ที่ทำงาน : 042673511

โทรสาร : 042673511

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดยโสธร

170 บ้านสะเดา หมู่ 13 ต.ดาดทอง

อ.เมือง จ.ยโสธร 35000

ที่ทำงาน : 045756849

โทรสาร : 045756848

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดร้อยเอ็ด

334 ม.5 ต.นิเวศน์ อ.ธวัชบุรี

จ.ร้อยเอ็ด 45170

ที่ทำงาน : 043569334

โทรสาร : 043569334

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดระยอง

281/18 ถ.สุขุมวิท ต.ห้วยโป่ง

อ.เมืองระยอง จ.ระยอง 21150

ที่ทำงาน : 038684896

โทรสาร : 038684895

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดลพบุรี

212 หมู่ 3 ต.ทะเลชุบศร อ.เมือง จ.ลพบุรี 15000

ที่ทำงาน : 036689844

โทรสาร : 036689845

ที่ทำงาน : 053695001

โทรสาร : 053695001

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดยะลา

62/62 ถ.สุขยางค์ ต.สะเตง

อ.เมือง จ.ยะลา 95000

ที่ทำงาน : 073274192

โทรสาร : 073274191

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดระนอง

990 หมู่ที่ 3 ตำบลบางรี

อ.เมือง จ.ระนอง 85000

ที่ทำงาน : 077810347

โทรสาร : 077810346

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดราชบุรี

อาคารศูนย์ส่งเสริมและจัดสวัสดิการสังคมระดับ

ชุมชน ต.บ้านไร่ อ.เมืองราชบุรี จ.ราชบุรี 70000

ที่ทำงาน : 032738781

โทรสาร : 032738782

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดลำปาง

124 หมู่ 1 ถนนลำปาง-แจ้ห่ม ตำบลนิคมพัฒนา

อ.เมืองลำปาง จ.ลำปาง 52000

ที่ทำงาน : 054825647

โทรสาร : 054825648

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดเลย

253 หมู่ 2 ต.กกตู อ.เมือง จ.เลย 42000

ที่ทำงาน : 042810213

โทรสาร : 042810213

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดลำพูน

126 หมู่ 10 ตำบลบ้านกลาง

อ.เมือง จ.ลำพูน 51000

ที่ทำงาน : 053525604

โทรสาร : 053525605

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสกลนคร

1914 ถนนศูนย์ราชการ ตำบลธาตุเชิงชุม

อ.เมืองสกลนคร จ.สกลนคร 47000

ที่ทำงาน : 042712072

โทรสาร : 042712072

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดศรีสะเกษ

203/6 หมู่ 9 ถนนกสิกรรม ต.โพธิ์

อ.เมือง จ.ศรีสะเกษ

ที่ทำงาน : 045617833

โทรสาร : 045617834

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสตูล

276 หมู่ 2 ถนนคลองขุด-นาแค ตำบลคลองขุด

อ.เมือง จ.สตูล 91000

ที่ทำงาน : 074772068

โทรสาร : 074772172

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสงขลา

331/25 หมู่ 2 ถนนสงขลา-เกาะยอ ตำบลพะวง

อ.เมือง จ.สงขลา 90100

ที่ทำงาน : 074330149

โทรสาร : 074330149

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสมุทรสงคราม

99/4 หมู่ 6 ต.บางแก้ว

อ.เมือง จ.สมุทรสงคราม 75000

ที่ทำงาน : 034710592

โทรสาร : 034710593

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสมุทรปราการ

51 หมู่ 7 ตำบลทรงคนอง

อ.พระประแดง จ.สมุทรปราการ 10130

ที่ทำงาน : 024635963

โทรสาร : 024626422

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสระแก้ว

200 หมู่ 13 ตำบลสระแก้ว

อ.เมืองสระแก้ว จ.สระแก้ว 27000

ที่ทำงาน : 037247330

โทรสาร : 037247351

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสมุทรสาคร

9/14 ม.1 ต.บางโพธิ์

อ.เมือง จ.สมุทรสาคร 74000

ที่ทำงาน : 034432522

โทรสาร : 034432521

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสิงห์บุรี

71/7-8 หมู่ 6 ต.ต้นโพธิ์

อ.เมือง จ.สิงห์บุรี 16000

ที่ทำงาน : 036510950

โทรสาร : 036510950

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสระบุรี

437/5 ถ.มิตรภาพ ต.ปากเพรียว

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสุพรรณบุรี

1/1 ถนนนางสายทอง ตำบลท่าพี่เลี้ยง

อ.เมือง จ.สระบุรี 18000

ที่ทำงาน : 036351818

โทรสาร : 036174979

อ.เมือง จ.สุพรรณบุรี 72000

ที่ทำงาน : 035525223

โทรสาร : 035525224

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสุโขทัย

157/1 หมู่ 10 ตำบลยางซ้าย

อ.เมืองสุโขทัย จ.สุโขทัย 64000

ที่ทำงาน : 055610791

โทรสาร : 055610790

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสุรินทร์

127/1 ม.11 ต.นอกเมือง

อ.เมือง จ.สุรินทร์ 32000

ที่ทำงาน : 044515018

โทรสาร : 044515018

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสุราษฎร์ธานี

39/19 หมู่ 1 ตำบลขุนทะเล

อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี 84100

ที่ทำงาน : 077355093

โทรสาร : 077355092

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดหนองบัวลำภู

ภายในบริเวณศูนย์ราชการจังหวัดหนองบัวลำภู

ต.ลำภู อ.เมือง จ.หนองบัวลำภู 39000

ที่ทำงาน : 042378450

โทรสาร : 042378034

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดหนองคาย

250 หมู่ 14 ต.ค่ายบกหวาน

อ.เมือง จ.หนองคาย 43100

ที่ทำงาน : 042495091

โทรสาร : 042495229

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดอำนาจเจริญ

101 หมู่ 13 ต.โนนหนามแท่ง

อ.เมือง จ.อำนาจเจริญ 37000

ที่ทำงาน : 045523197

โทรสาร : 045523197

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดอ่างทอง

20/1 หมู่ที่ 1 ตำบลหัวตะพาน

อ.วิเศษชัยชาญ จ.อ่างทอง 14110

ที่ทำงาน : 035949842

โทรสาร : 035949842

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดอุดรธานี

209 หมู่ 6 ถนนอุดรดิตถ์-ศรีสัชชาลัย ตำบลชัย

จุมพล อ.ลับแล จ.อุดรธานี 53130

ที่ทำงาน : 055479791

โทรสาร : 055479792

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดอุดรธานี

ภายในบริเวณนิคมสงเคราะห์ ต.นิคมสงเคราะห์

อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดอุบลราชธานี

หมู่ 8 ตำบลแจระแม

อ.เมือง จ.อุบลราชธานี 34000

ที่ทำงาน : 042237151

โทรสาร : 042237151

ที่ทำงาน : 045429351

โทรสาร : 045429351

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดอุทัยธานี

164 หมู่ 3 ตำบลหลุมเข้า

อ.หนองขาหย่าง จ.อุทัยธานี 61130

ที่ทำงาน : 056503505

โทรสาร : 056503505

ศูนย์สงเคราะห์และสถานคุ้มครองสวัสดิภาพเด็ก

ศูนย์สงเคราะห์และฝึกวิชาชีพเยาวชน

จังหวัดศรีสะเกษ

203 ม.9 ถ.กสิกรรม ต.โพธิ์

อ.เมือง จ.ศรีสะเกษ 33000

ที่ทำงาน : 045611218 โทรสาร : 045611218

สถานคุ้มครองสวัสดิภาพเด็กขอนแก่น

36 หมู่ 9 ตำบลโคกสูง

อ.อุบลรัตน์ จ.ขอนแก่น 40250

ที่ทำงาน : 043421251

โทรสาร : 043421200

สถานคุ้มครองสวัสดิภาพเด็กระยอง

318 ถ.สุขุมวิท ต.ห้วยโป่ง

อ.เมือง จ.ระยอง 21150

ที่ทำงาน : 038684102

โทรสาร : 038685647

สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็กจังหวัดชลบุรี

104/27 ม.3 ต.บางละมุง

อ.บางละมุง จ.ชลบุรี 20150

ที่ทำงาน : 038234402

โทรสาร : 038234404

สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็กจังหวัดลำปาง

121 ม. 1 ต.นิคมพัฒนา อ.เมือง จ.ลำปาง 52000

ที่ทำงาน : 054825597

โทรสาร : 054825597

สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็กจังหวัดสุราษฎร์ธานี

ตำบล ชุนทะเล อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี 84100

ที่ทำงาน : 077356020

โทรสาร : 077356022

สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็กจังหวัดหนองคาย

1 ม.14 บ้านหนองสองห้อง ต.ค้ายบกหวาน

อ.เมือง จ.หนองคาย 43100

ที่ทำงาน : 042495133

โทรสาร : 042495133

สถานแรกรับเด็กชายปากเกร็ด

78/1 ม.1 ถ.ติวานนท์ ต.บางตลาด

อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120

ที่ทำงาน : 025833500

โทรสาร : 025833500

สถานแรกรับเด็กหญิงบ้านัญญพร

9 หมู่ 2 ถนนรังสิต-นครนายก (คลอง 5)
ตำบลรังสิต อ.ธัญบุรี จ.ปทุมธานี 12110
ที่ทำงาน : 025776569
โทรสาร : 025776571

สถานสงเคราะห์เด็กชายนราธิวาส

11 ม.8 ต.ลำภู อ.เมือง
จ.นราธิวาส 96000
ที่ทำงาน : 073532054
โทรสาร : 073532054

สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่

63/1 หมู่ 4 ตำบลดอนแก้ว
อ.แม่ริม จ.เชียงใหม่ 50180
ที่ทำงาน : 053121157
โทรสาร : 053121160

สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านบางละมุง

61 ม.3 ต.บางละมุง อ.บางละมุง
จ.ชลบุรี 20150
ที่ทำงาน : 038241373
โทรสาร : 038240879

สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านปากเกร็ด

2 ม.1 ถ.ภูมิเวท ต.บางตลาด
อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120
ที่ทำงาน : 025838343
โทรสาร : 025834002

สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านมหาเมฆ

1086 -1092 ซอยสวนพลู ถนนอาคารสงเคราะห์
แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120
ที่ทำงาน : 022862013
โทรสาร : 022131750

สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านราชสีมา

278 ถ.ช้างเผือก ต.ในเมือง
อ.เมือง จ.นครราชสีมา 30000
ที่ทำงาน : 044272512
โทรสาร : 044270111

สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านศรีธรรมราช

193 ถ.ราชดำเนิน ต.ในเมือง
อ.เมือง จ.นครศรีธรรมราช 80000
ที่ทำงาน : 075356166
โทรสาร : 075800447

สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านหนองคาย

255 ม.14 บ้านหนองสองห้อง ต.ค่ายบกหวาน
อ.เมือง จ.หนองคาย 43100
ที่ทำงาน : 042495095
โทรสาร : 042495095

สถานสงเคราะห์เด็กชายยะลา

82 ถนนสุขยางค์ ตำบลสะเตง
อ.เมือง จ.ยะลา 95000
ที่ทำงาน : 073274488
โทรสาร : 073274488

สถานสงเคราะห์เด็กบ้านแคนทอง

283 หมู่ 13 ถนนกสิกรทุ่งสร้าง ตำบลในเมือง

สถานสงเคราะห์เด็กบ้านเวียงพิงค์

63/3 หมู่ 4 ตำบลดอนแก้ว

อ.เมือง จ.ขอนแก่น 40000
ที่ทำงาน : 043337533
โทรสาร : 043337533

อ.แมริม จ.เชียงใหม่ 50180
ที่ทำงาน : 053121161
โทรสาร : 053121162

สถานสงเคราะห์เด็กบ้านสงขลา

57/5 หมู่ 2 ตำบลพะวง
อ.เมือง จ.สงขลา 90100
ที่ทำงาน : 074330218
โทรสาร : 074330219

สถานสงเคราะห์เด็กปัตตานี

186 ม.6 ต.รู่สะมิแล
อ.เมือง จังหวัดปัตตานี 94000
ที่ทำงาน : 073460134
โทรสาร : 073460131

สถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี

255 ถนนราชวิถี แขวงทุ่งพญาไท
เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
ที่ทำงาน : 023547484
โทรสาร : 023547485

สถานสงเคราะห์เด็กหญิงสระบุรี

137 ม.7 ต.ธารเกษม
อ.พระพุทธบาท จ.สระบุรี 18120
ที่ทำงาน : 036266708
โทรสาร : 036266708

สถานสงเคราะห์เด็กหญิงอุดรธานี

238 หมู่ 4 ตำบลโนนสูง
อ.เมือง จ.อุดรธานี 41330
ที่ทำงาน : 042120074
โทรสาร : 042120051

สถานสงเคราะห์เด็กอ่อนปากเกร็ด

78/1 ม.1 ถ.ติวานนท์ ต.บางตลาด
อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120
ที่ทำงาน : 025838314
โทรสาร : 025833000

สถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท

78/24 หมู่ 1 ถนนภูมิเวท ตำบลบางตลาด
อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120
ที่ทำงาน : 025847264
โทรสาร : 025847263

สถานสงเคราะห์เด็กอ่อนรังสิต

2/40 หมู่ 2 ถนนรังสิต-นครนายก ตำบลรังสิต
อ.ธัญบุรี จ.ปทุมธานี 12110
ที่ทำงาน : 025771172
โทรสาร : 025772348

สถาบันเพาะกล้าคุณธรรม

1/1 ม.1 ต.จระเข้เผือก อ.ด่านมะขามเตี้ย
จ.กาญจนบุรี 71260
ที่ทำงาน : 034510906 โทรสาร : 034510908

สถานสงเคราะห์เยาวชนมูลนิธิมิชชันนารี

2/1 ม.2 ต.รังสิต อ.ธัญบุรี จ.ปทุมธานี 12110
ที่ทำงาน : 025771267
โทรสาร : 025772531

บทขอบคุณ

เอกสาร อินเทอร์เน็ตปลอดภัยในโรงเรียน เกิดขึ้นจากความร่วมมือร่วมใจของหลาย ๆ ฝ่ายที่ต้องการส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนได้ใช้อินเทอร์เน็ตอย่างปลอดภัยและสร้างสรรค์ ภายใต้การดูแลชี้แนะของครูและผู้ปกครอง โรงเรียนมีหน้าที่จัดสภาพแวดล้อมการใช้งานที่เอื้อต่อการเรียนรู้และจำกัดผลกระทบด้านลบที่อาจเกิดจากการใช้งานที่ไม่เหมาะสม รวมถึงภัยคุกคามต่าง ๆ ในโลกออนไลน์

ขอขอบคุณ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่เล็งเห็นความสำคัญ จึงได้ให้การสนับสนุน มูลนิธิอินเทอร์เน็ตเพื่อร่วมพัฒนาไทย ในการดำเนินโครงการขับเคลื่อนงานคุ้มครองเด็กจากภัยออนไลน์ นำมาซึ่งการพัฒนาแนวทางการส่งเสริม อินเทอร์เน็ตปลอดภัยในโรงเรียน ฉบับนี้

ขอขอบคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญหลาย ๆ ท่าน ทั้งที่ได้เอ่ยนามและไม่ได้เอ่ยนาม ผู้ซึ่งกรุณาถ่ายทอดความรู้ที่เป็นประโยชน์ไว้ในรูปแบบของบทความและข่าวสารความรู้ในอินเทอร์เน็ต ซึ่งได้ถูกคัดสรรมาเรียบเรียงไว้ในเอกสารฉบับนี้ เพื่อให้ครู โรงเรียน พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครอบครัว และผู้ทำงานกับเด็กและเยาวชน จะได้นำไปใช้ให้เกิดประโยชน์

ขอขอบคุณ คุณครู จาก โรงเรียนชุมชนเลิศพินิจพิทยาคม โรงเรียนวัดพีชอุดม โรงเรียนวัดสุวรรณ โรงเรียนวัดพิรุณศาสตร์ โรงเรียนอนุบาลปทุมธานี อาจารย์พิเศษ นักวิชาการอิสระ นักวิชาการจากสำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน) รวม 18 ท่าน ที่ได้เข้าร่วมการสนทนากลุ่ม (ครั้งที่ 1) ในวันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2563 ณ โรงแรมอีสติน มักรกะสัน กรุงเทพฯ ขอขอบคุณ คุณครู จาก โรงเรียนวัดชีผ้าขาว (ประชานุกเคราะห์) จ.สมุทรสาคร โรงเรียนวัดสระสี่มุม จ.นครปฐม โรงเรียนอนุบาลศาลาแดง จ.สระบุรี โรงเรียนปากพูน จ.นครศรีธรรมราช โรงเรียนเทพอุดมวิทยา จ.สุรินทร์ โรงเรียนมัธยมสาธิตมหาวิทยาลัยนเรศวร จ.พิษณุโลก โรงเรียนเทศบาล 5 เด่นห้า จ.เชียงราย โรงเรียนพิชัย จ.อุตรดิตถ์ โรงเรียนพนมไพร วิทยาคาร จ.ร้อยเอ็ด โรงเรียนอนุบาลกำแพงเพชร จ.กำแพงเพชร โรงเรียนเทพศิรินทร์ จ.นนทบุรี โรงเรียนคงทองวิทยา จ.นครปฐม โรงเรียนเทพอุดมวิทยา จ.สุรินทร์ โรงเรียนเทศบาลประตูลี้ จ.ลำพูน โรงเรียนหมู่บ้านสหกรณ์ 2 จ.เชียงใหม่ โรงเรียนบ้านลานแหลม จ.นครปฐม รวมจำนวน 16 ท่าน ที่ได้เข้าร่วมการสนทนากลุ่มออนไลน์ ในเดือน เมษายน 2563 ขอขอบคุณ คุณครูและผู้ปกครอง จาก โรงเรียนเทศบาล 1 (วัดพรหมวิหาร) โรงเรียนเทศบาล 1 ศรีเกิด และ โรงเรียน

เทศบาล 5 เต็มห้า จ.เชียงราย จำนวน 28 ท่าน ที่ได้เข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในแนวทางปฏิบัติของครอบครัว โรงเรียน และบุคคลแวดล้อมเด็ก ครั้งที่ 1 ในวันที่ 18 ตุลาคม 2563 ณ ห้องประชุมภูลานนา โรงแรมแสนโฮเทล จ.เชียงราย ขอขอบคุณครูและผู้ปกครอง จาก โรงเรียนบ้านบางหมู โรงเรียนบ้านท่าสู โรงเรียนบ้านน้ำป่อ โรงเรียนอามานะศักดิ์ โรงเรียนชุมชนบ้านละหารมิตรภาพที่ 113 โรงเรียนบ้านพ้อมิ่ง โรงเรียนชุมชนบ้านปุยุด จ.ปัตตานี และ โรงเรียนคณะราษฎร์บำรุง จ.ยะลา รวม 20 ท่าน ที่ได้เข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในแนวทางปฏิบัติของครอบครัว โรงเรียน และบุคคลแวดล้อมเด็ก ในวันที่ 25 ตุลาคม 2563 ณ ห้องเสวยรัง โรงแรมซี.เอส. ปัตตานี จังหวัดปัตตานี และขอขอบคุณ คุณครูและผู้ปกครอง จำนวน 22 ท่าน จากโรงเรียน ประชานิเวศน์ กรุงเทพฯ ที่ได้เข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในแนวทางปฏิบัติของครอบครัว โรงเรียน และบุคคลแวดล้อมเด็ก ครั้งที่ 3 ในวันที่ 8 พฤศจิกายน 2563 ทุกท่านมีส่วนร่วมเสนอแนะในการปรับปรุงพัฒนาแนวทางส่งเสริม อินเทอร์เน็ตปลอดภัย ในโรงเรียน ฉบับนี้ ให้มีความถูกต้องสมบูรณ์ สอดคล้องกับความต้องการใช้งานมากยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

กรมกิจการเด็กและเยาวชน (2560). คู่มือปฏิบัติและข้อตกลงร่วมกัน เรื่อง การคุ้มครองและช่วยเหลือเด็กในภาวะเสี่ยงและเป็นผู้เสียหายจากการละเมิด ละเลยทอดทิ้ง แสวงหาประโยชน์ และความรุนแรง สนับสนุนโดย องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ ประเทศไทย (UNICEF)

ชวนีสร์ เจนการ (2563). แนวปฏิบัติสำหรับผู้บังคับใช้กฎหมายในกรณีการล่วงละเมิดต่อเด็กในโลกออนไลน์ โครงการขับเคลื่อนงานคุ้มครองเด็กจากภัยออนไลน์ โดยมูลนิธิอินเทอร์เน็ตเพื่อร่วมพัฒนาไทย สนับสนุนโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

มูลนิธิอินเทอร์เน็ตเพื่อร่วมพัฒนาไทย ร่วมกับ สมาคมวิทยุและสื่อเพื่อเด็กและเยาวชน (2563). แนวปฏิบัติสำหรับสื่อมวลชน ในการนำเสนอข่าวที่เกี่ยวข้องกับเด็กกรณีภัยออนไลน์ โครงการขับเคลื่อนงานคุ้มครองเด็กจากภัยออนไลน์ สนับสนุนโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ศึกษาเพิ่มเติม

คุยกับลูกวัยรุ่นอย่างไร ให้เข้าใจถึงใจ : มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

เทคนิคการสื่อสารเชิงบวก : <https://toolmorrow.com/>

สร้างความสัมพันธ์ด้วยการสื่อสารเชิงบวก <https://resourcecenter.thaihealth.or.th>

I Message VS U Message : <https://geawsa.blogspot.com/2019/04/i-message-vs-u-message.html>

เว็บไซต์กรมสุขภาพจิต <https://dmh.go.th/main.asp>

เว็บไซต์สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ <https://www.smartteen.net/>

เว็บไซต์ Healthy Gamer <http://www1.si.mahidol.ac.th/Healtygamer/>

“

เด็กทุกคน...

มีสิทธิได้รับการปกป้อง
คุ้มครองจากความรุนแรง
ถูกทำร้าย ถูกละเลยทอดทิ้ง
และการถูกแสวงหาประโยชน์

”

สนับสนุนโดย



มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย
Internet Foundation for the Development of Thailand

มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย
เลขที่ 723 อาคารศุภาคาร ห้อง 3C15 ชั้น 3 ถนนเจริญนคร
แขวงคลองตันใหม่ เขตคลองสาน กรุงเทพฯ 10600
โทรศัพท์: 0-2860-1358 โทรสาร: 0-2860-3437
เว็บไซต์: www.inetfoundation.or.th
Facebook fanpage: INETFOUNDATION

ดาวน์โหลดเอกสารนี้ที่

