

ปรากฏการณ์เลียนแบบ

COPYCAT EFFECT

นายแพทย์ทวีศักดิ์ สิริรัตนเรขา ... จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

บทนำ

ในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา ประเทศไทยมีเหตุการณ์การฆ่าตัวตาย การกราดยิงในโรงเรียน การก่อเหตุรุนแรงในพื้นที่สาธารณะ และอาชญากรรมที่ได้รับความสนใจจากสื่ออย่างสูง ได้ก่อให้เกิดคำถามสำคัญว่า เหตุการณ์หนึ่งสามารถส่งอิทธิพลให้บุคคลอื่นเกิดพฤติกรรมเลียนแบบกันตามมาได้หรือไม่

ปรากฏการณ์ดังกล่าวเรียกว่า “copycat effect” หรือ “ปรากฏการณ์การเลียนแบบ” ปรากฏการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นกับทุกคนที่ได้รับข่าวสาร และไม่ได้หมายความว่าความร้ายแรงจะเป็นสาเหตุโดยตรงของเหตุการณ์ถัดไป แต่ผลของสื่ออาจเกิดขึ้นผ่านกระบวนการทางจิตวิทยาและสังคม เช่น การเรียนรู้จากแบบอย่าง การระบุตัวตนกับผู้ก่อเหตุ การรับรู้ว่าคุณธรรมนั้นเป็นสิ่งที่สามารถกระทำได้ การได้รับสถานะหรือชื่อเสียงจากการกระทำ และการลดความรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้กระทำเพียงคนเดียว

Copycat effect จึงเป็นประเด็นสำคัญด้าน จิตเวชเด็กและวัยรุ่น สุขภาพจิตชุมชน การป้องกันการฆ่าตัวตาย การป้องกันความรุนแรง และความปลอดภัยของสื่อดิจิทัล

นิยามและความหมาย

ปรากฏการณ์การเลียนแบบ (copycat effect) หมายถึง แนวโน้มที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลจะเลียนแบบพฤติกรรมของบุคคลอื่นภายหลังได้รับรู้เหตุการณ์หรือบุคคลต้นแบบ โดยเฉพาะพฤติกรรมที่มีความโดดเด่น ได้รับความสนใจ หรือถูกเผยแพร่อย่างกว้างขวาง

คำว่า “copycat” ในบริบทอาชญาวิทยาและจิตเวชศาสตร์ไม่ได้หมายความว่า “ทำตามแบบเดียวกันทั้งหมด” แต่สามารถหมายถึง การได้รับอิทธิพลจากเหตุการณ์ต้นแบบแล้วนำองค์ประกอบบางอย่างไปปรับใช้กับบริบทของตนเอง ซึ่งแบ่งระดับของการเลียนแบบได้เป็น

- การเลียนแบบโดยตรง – พฤติกรรมมีลักษณะใกล้เคียงกับเหตุการณ์ต้นแบบ
- การเลียนแบบเชิงสัญลักษณ์ – เลียนแบบบุคลิก ภาพลักษณ์ หรืออัตลักษณ์ของผู้ก่อเหตุ
- การเลียนแบบเชิงแรงจูงใจ – นำเหตุการณ์ต้นแบบมาใช้เป็นกรอบในการตอบสนองต่อความคับข้องใจของตนเอง
- การเลียนแบบเชิงสังคม – เกิดการสร้างกลุ่ม ชุมชนออนไลน์ หรือวัฒนธรรมย่อยที่ให้คุณค่ากับเหตุการณ์หรือผู้ก่อเหตุ

มีคำที่มักถูกใช้ร่วมกันกับ Copycat เช่น Contagion และ Werther Effect แต่มีความแตกต่างในเชิงแนวคิด ดังนี้

- Copycat effect คือ การเลียนแบบพฤติกรรมของบุคคลหรือเหตุการณ์ต้นแบบ
- Behavioral contagion คือ การแพร่กระจายของพฤติกรรมจากบุคคลหนึ่งไปสู่อีกบุคคลหนึ่ง

- **Social contagion** คือ การแพร่กระจายของความคิด อารมณ์ หรือพฤติกรรมในเครือข่ายสังคม
- **Suicide contagion** คือ การเพิ่มความเสี่ยงของพฤติกรรมฆ่าตัวตายภายหลังได้รับอิทธิพลจากบุคคลหรือเหตุการณ์อื่น
- **Werther effect** คือ การเพิ่มขึ้นของการฆ่าตัวตายหลังการนำเสนอข่าวเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย โดยเฉพาะเมื่อข่าวมีลักษณะเด่นหรือน่าตื่นเต้น
- **Papageno effect** คือ ผลเชิงป้องกันเมื่อสื่อเสนอเรื่องราวการเผชิญวิกฤต การขอความช่วยเหลือ และการผ่านพ้นความคิดฆ่าตัวตาย

สภาพปัญหา

ปรากฏการณ์การเลียนแบบ (copycat effect) มีความสำคัญมากขึ้นในยุคดิจิทัล เนื่องจากรูปแบบการแพร่กระจายข้อมูลเปลี่ยนจากสื่อแบบดั้งเดิมไปสู่ระบบที่มีความเร็วสูงและมีการขยายเนื้อหาโดยอัลกอริทึม

ในอดีต เหตุการณ์หนึ่งอาจถูกนำเสนอผ่านโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ หรือวิทยุ แต่ในปัจจุบันเหตุการณ์เดียวกันสามารถถูกเผยแพร่ซ้ำผ่าน Facebook, YouTube, TikTok, X, Instagram, เว็บไซต์ข่าว, กลุ่มสนทนาออนไลน์, กระดานสนทนา, แพลตฟอร์มเกมและชุมชนออนไลน์ ทำให้ผู้รับสารสามารถพบเนื้อหาเกี่ยวกับเหตุการณ์เดิมซ้ำ ๆ ได้เป็นเวลาหลายวันหรือหลายสัปดาห์

การศึกษาทบทวนอย่างเป็นระบบ พบหลักฐานว่าการเผยแพร่เนื้อหาเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายใน social media อาจสัมพันธ์กับทั้ง Werther effect และ Papageno effect โดยผลขึ้นกับลักษณะของผู้ใช้ รูปแบบการมีส่วนร่วม และเนื้อหาของโพสต์

ปัญหาจึงไม่ได้อยู่ที่ “การรายงานข่าว” เพียงอย่างเดียว แต่รวมถึง จรรยาบรรณการผลิต เผยแพร่ แชร์ แสดงความคิดเห็น สร้างเนื้อหาใหม่ อัลกอริทึมแนะนำซ้ำ ซึ่งอาจทำให้เหตุการณ์หนึ่งกลายเป็นต้นแบบทางสังคมได้

ลักษณะสำคัญ

1. มีเหตุการณ์ต้นแบบที่มีความโดดเด่น

เหตุการณ์ที่จะเกิดการเลียนแบบมักมีลักษณะได้รับความสนใจสูง เช่น

- เหตุการณ์รุนแรงขนาดใหญ่
- เหตุการณ์ที่เกิดในโรงเรียน
- เหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลมีชื่อเสียง
- เหตุการณ์ที่สร้างความตกใจแก่สังคม
- เหตุการณ์ที่มีเรื่องราวหรือสัญลักษณ์ที่ผู้รับสารสามารถระบุตัวตนด้วยได้

2. ผู้ก่อเหตุอาจกลายเป็น “บุคคลต้นแบบ”

ปัจจัยที่สำคัญมากคือ การให้ความสนใจแก่ผู้ก่อเหตุอย่างไม่สมดุล ตัวอย่างเช่น การนำเสนอภาพผู้ก่อเหตุซ้ำ ๆ ประวัติชีวิตอย่างละเอียด ความคิด ข้อความหรือแถลงการณ์ ความสัมพันธ์ส่วนตัว บุคลิกภาพ ความสนใจ การได้รับความสนใจจากสังคม อาจทำให้ผู้ก่อเหตุได้รับ “สถานะทางสังคม” หลังเหตุการณ์โดยไม่ได้ตั้งใจ

ดังนั้น แนวทางสื่อสมัยใหม่จึงให้ความสำคัญกับ การลดการทำให้ผู้ก่อเหตุเป็นคนดัง และเน้นผู้เสียหาย ชุมชน ผลกระทบ และการป้องกันแทน

3. การระบุตัวตนกับต้นแบบ

บุคคลที่มีความรู้สึกที่ “ฉันเหมือนเขา” อาจมีความเสี่ยงสูงกว่าผู้ที่ไม่ได้รู้สึกเชื่อมโยง เช่น

- อายุใกล้เคียงกัน
- ประสบการณ์ถูกปฏิเสธคล้ายกัน
- มีความรู้สึกโดดเดี่ยว
- ประสบปัญหาความสัมพันธ์
- รู้สึกอับอายหรือสูญเสียสถานะ
- มีความสนใจต่อเหตุการณ์รุนแรง
- มีความเชื่อหรืออุดมการณ์ที่สอดคล้องกัน

อย่างไรก็ตาม การมีปัจจัยเหล่านี้ไม่ได้หมายความว่าบุคคลนั้นจะก่อเหตุ แต่เป็นตัวเพิ่มความเปราะบางเมื่อมีปัจจัยกระตุ้นอื่นร่วมด้วย

กลไกทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้อง

กลไกทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้อง มีหลายกลไก ดังนี้

1. การเรียนรู้ทางสังคม (Social learning)

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเสนอว่า มนุษย์สามารถเรียนรู้พฤติกรรมผ่านการสังเกตผู้อื่น โดยเฉพาะเมื่อบุคคลต้นแบบได้รับผลลัพธ์ที่ผู้สังเกตมองว่ามีคุณค่า

ในกรณี Copycat หากผู้ก่อเหตุได้รับ ความสนใจ ชื่อเสียง การกล่าวถึงอย่างต่อเนื่อง การสร้างชุมชนผู้สนับสนุน การถูกนำเสนอในลักษณะ “โดดเด่น” สิ่งเหล่านี้อาจกลายเป็นแรงเสริมทางสังคมโดยไม่ได้ตั้งใจ

2. การระบุตัวตน (Identification)

บุคคลบางกลุ่มอาจเกิดการระบุตัวตน (identification) กับผู้ก่อเหตุ โดยมองว่าผู้ก่อเหตุ “เข้าใจความรู้สึกของตน” กลไกนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งในวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นอยู่ในช่วงพัฒนาอัตลักษณ์และให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน และบทบาททางสังคมสูง

3. การทำให้เป็นเรื่องปกติ (Normalization)

การได้รับข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมเดิมซ้ำ ๆ อาจทำให้เหตุการณ์ที่ผิดปกติอย่างรุนแรงเริ่มถูกมองว่าเป็นสิ่งที่ “เกิดขึ้นได้” กระบวนการนี้เรียกว่า การทำให้เป็นเรื่องปกติ (normalization) เกิดความรู้สึกว่า “ไม่มีใครทำแบบนี้” ลดลง และเกิดการรับรู้ว่า “มีคนอื่นทำมาก่อนแล้ว”

4. การทำตามแบบอย่าง (Modeling)

บุคคลต้นแบบสามารถกลายเป็นแบบอย่าง (model) สำหรับบุคคลที่มีความเปราะบาง จุดสำคัญจึงไม่ใช่เพียง “ข่าวทำให้คนเลียนแบบ” แต่เป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่าง บุคคล ต้นแบบ เนื้อหา สื่อ และบริบททางสังคม

ผลกระทบ

ผลกระทบเกิดขึ้นได้ทั้งต่อบุคคล ครอบครัว โรงเรียน และสังคม ดังนี้

ผลกระทบต่อบุคคล

อาจเกิด ความคิดฆ่าตัวตาย การทำร้ายตัวเอง ความก้าวร้าว ความรู้สึกร่วมกับผู้ก่อเหตุ ความรู้สึกว่าเป็นเรื่องปกติ ความไม่เป็นคงที่ทางอารมณ์ ความวิตกกังวล และความกลัว

ผลกระทบต่อครอบครัว

ครอบครัวอาจต้องเผชิญ ความสูญเสีย ความกลัว ความรู้สึกผิด ตรบาบ (stigma) ความเครียดจากการถูกสื่อมวลชนเข้าถึง และความกังวลว่าบุตรหลานจะได้รับอิทธิพล

ผลกระทบต่อโรงเรียน

โดยเฉพาะในเหตุการณ์ความรุนแรงในโรงเรียนอาจเกิด การหลีกเลี่ยงที่จะไปโรงเรียน ความวิตกกังวล อาการความเครียดหลังเกิดเหตุการณ์กระทบจิตใจ (PTSD) กลัวว่าจะเกิดขึ้นอีก การหยุดชะงักของการเรียนรู้ การตีตราต่อเด็กบางกลุ่ม และเพิ่มมาตรการรักษาความปลอดภัยที่เข้มงวดขึ้น

ผลกระทบต่อสังคม

copycat effect สามารถสร้างวงจรซึ่งทำให้สังคมเกิดความรู้สึกว่าเหตุการณ์กำลัง “แพร่ระบาด” เกิดการเลียนแบบ และเกิดเหตุการณ์ใหม่ขึ้น

การป้องกัน

แนวทางการป้องกัน copycat effect ครอบคลุมถึง แนวทางป้องกันในระบบสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น บทบาทของโรงเรียนหลังเกิดเหตุการณ์รุนแรง และแนวทางการรายงานข่าว ดังนี้

แนวทางการป้องกันในระบบสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น

สำหรับประเทศไทย ประเด็น Copycat ควรถูกบูรณาการเข้าไปในระบบเฝ้าระวังด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น โดยเฉพาะหลังเกิดเหตุการณ์รุนแรงที่ได้รับความสนใจสูง ควรมีระบบดังนี้

ระดับที่ 1: การป้องกันแบบครอบคลุม (Universal prevention)

สำหรับเด็กและเยาวชนทุกคน ควรมี ความรู้เท่าทันสื่อ (media literacy) การเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ สื่อสารเรื่องวิกฤตอย่างปลอดภัย และสามารถร้องขอความช่วยเหลือเป็น

ระดับที่ 2: การป้องกันแบบเลือกเป้าหมาย (Selective prevention)

สำหรับกลุ่มที่มีความเปราะบาง ผู้ที่สูญเสียบุคคลใกล้ชิด ผู้ที่มีประวัติทำร้ายตนเอง ผู้ที่มีความคิดฆ่าตัวตาย ผู้ที่ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์โดยตรง และผู้ที่มีการแยกตัวออกจากสังคม ควรได้รับการป้องกันตามลักษณะเฉพาะของแต่ละกลุ่ม

ระดับที่ 3: การป้องกันแบบระบุเจาะจง (Indicated prevention)

สำหรับผู้ที่มีสัญญาณความเสี่ยงชัดเจน ควรมีการประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ความเสี่ยงต่อความรุนแรง และการประเมินทางจิตเวช การให้ความช่วยเหลือครอบครัว การให้ความช่วยเหลือในภาวะวิกฤต การวางแผนด้านความปลอดภัย และการติดตามผลอย่างเข้มข้น

บทบาทของโรงเรียนหลังเกิดเหตุการณ์รุนแรง

หลังเกิดเหตุการณ์ที่มีความเสี่ยงต่อ copycat โรงเรียนไม่ควรเพียงเพิ่มมาตรการรักษาความปลอดภัย แต่ควรมีโปรโตคอลการป้องกันหลังการรักษา เพื่อป้องกันการเหตุการณ์ถัดไป ซึ่งประกอบด้วย

- การสื่อสารข้อเท็จจริงอย่างเหมาะสม
- การลดการเผยแพร่รายละเอียดเกี่ยวกับผู้ก่อเหตุ
- การคัดกรองนักเรียนกลุ่มเสี่ยง
- การดูแลผู้ได้รับผลกระทบ
- การเปิดช่องทางขอความช่วยเหลือ
- การเฝ้าระวัง social media
- การประสานงานกับผู้ปกครอง
- การติดตามระยะกลางและระยะยาว

แนวทางการรายงานข่าว

WHO แนะนำให้สื่อรายงานการฆ่าตัวตายอย่างรับผิดชอบ โดยเฉพาะการหลีกเลี่ยงเนื้อหาที่สร้างความตื่นตระหนกให้เหตุการณ์หลักเลี้ยวรายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการ และควรให้ข้อมูลเกี่ยวกับการช่วยเหลือและการป้องกัน

หลักการสำคัญสามารถสรุปเป็น “ลดการขยายต้นแบบ เพิ่มการขยายความหวัง” ซึ่งควรดำเนินการ ดังนี้

- เน้นผู้เสียหายและผลกระทบต่อชุมชน
- นำเสนอข้อมูลเชิงป้องกัน
- ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการขอความช่วยเหลือ
- นำเสนอเรื่องราวการฟื้นตัว
- ใช้ภาษาที่ไม่ตีตรา
- ลดการทำให้ผู้ก่อเหตุเป็นคนดัง (celebrity)
- ให้บริบทเกี่ยวกับปัจจัยทางสังคม
- ตรวจสอบข้อมูลก่อนเผยแพร่
- ระมัดระวังการใช้ภาพและวิดีโอ

และสิ่งที่ไม่ควรทำ คือ

- ทำให้เป็นเรื่องน่าตื่นตระหนก (sensationalize)
- ทำให้เป็นเรื่องโรแมนติค (romanticize)
- ยกย่องเชิดชูผู้ก่อเหตุ (glorify)
- นำเสนอรายละเอียดวิธีการ
- เผยแพร่ข้อความหรือแถลงการณ์ (manifesto) โดยไม่จำเป็น
- ใช้ภาพผู้ก่อเหตุซ้ำ ๆ
- สรุปสาเหตุจากปัจจัยเดียว
- ใช้ภาษาที่ทำให้เหตุการณ์ดูเป็น “วีรกรรม”

บทสรุป

ปรากฏการณ์การเลียนแบบ (copycat effect) เป็นปรากฏการณ์ทางจิตสังคมที่สะท้อนว่า พฤติกรรมของบุคคลหนึ่งสามารถกลายเป็นต้นแบบให้บุคคลอื่นได้ภายใต้เงื่อนไขบางประการ

หลักฐานที่ชัดเจนที่สุดพบในบริบทของการฆ่าตัวตาย ซึ่งเรียกว่า Werther effect และมีหลักฐานเพิ่มขึ้นเกี่ยวกับพฤติกรรมรุนแรงและการกราดยิง (mass shootings) โดยเฉพาะเมื่อเหตุการณ์ได้รับความสนใจจากสื่ออย่างมาก

อย่างไรก็ตาม ไม่ควรตีความ Copycat แบบง่าย ๆ ว่า “เห็นข่าวแล้วจึงเลียนแบบ” แต่ควรเข้าใจเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่าง

ความเปราะบางของบุคคล + เหตุการณ์กระตุ้น + แบบอย่างทางสังคม + สื่อ + เครือข่ายออนไลน์ + บริบทแวดล้อม

สิ่งสำคัญที่สุดคือ Copycat effect สามารถเปลี่ยนจาก ความเสี่ยงให้กลายเป็นโอกาสในการป้องกัน หากสื่อสามารถเปลี่ยนจากการนำเสนอ “ใครทำอะไร และทำอะไร” ไปสู่ “เกิดผลกระทบอะไร ทำไมจึงเกิดขึ้น เราจะช่วยผู้ได้รับผลกระทบอย่างไร และจะป้องกันเหตุการณ์ต่อไปได้อย่างไร”

ดังนั้น เป้าหมายของสังคมไม่ควรเป็นการหลีกเลี่ยงการพูดถึงเหตุการณ์รุนแรงหรือการฆ่าตัวตายทั้งหมด แต่ควรพัฒนา “การสื่อสารอย่างมีความรับผิดชอบ” ที่ลดการสร้างต้นแบบของความรุนแรง และเพิ่มต้นแบบของการรับมือกับวิกฤตอย่างปลอดภัย

เอกสารอ้างอิง

- Brucato, G., Hesson, H., Dishy, G., Lee, K., Pia, T., Syed, F. & et. al. (2023). An analysis of motivating factors in 1,725 worldwide cases of mass murder between 1900-2019. *J Forens Psychiatry Psychol*, 34(2):261-274.
- Colman, I. (2018). Responsible reporting to prevent suicide contagion. *CMAJ*, 190(30): E898-E899.
- Fox, J. A., Sanders, N. E., Fridel, E. E., Duwe, G., & Rocque, M. (2021). The Contagion of mass shootings: The interdependence of large-scale massacres and mass media coverage. *Statistics and Public Policy*, 8(1): 53-66.
- Garcia-Bernardo, J., Qi, H., Shultz, J. M., Cohen, A. M., Johnson, N. F., & Dodds, P. S. (2015). **Social media affects the timing, location, and severity of school shootings.** <https://arxiv.org/abs/1506.06305>
- Niederkrotenthaler, T., Voracek, M., Herberth, A., Till, B., Strauss, M., Etzersdorfer, E., & et. al. (2010). Role of media reports in completed and prevented suicide: Werther v. Papageno effects. *The British Journal of Psychiatry*, 197(3): 234-243. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.109.074633>
- Niederkrotenthaler, T., Voracek, M., Herberth, A., Till, B., Strauss, M., Etzersdorfer, E. & et. al. (2010). Papageno v Werther effect. *BMJ*, 341: c5841.
- Stringer, H. (2022). Empowering communities to prevent mass shootings. *APA's Monitor on Psychology*. 53(1): E22.
- World Health Organization. (2023). **Preventing suicide: A resource for media professionals (2023 update).** <https://www.who.int>
- World Health Organization. (2023). **Interact with media for responsible reporting on suicide.** <https://www.who.int>
- Yelderman, L. A., Joseph, J. J., West, M. P., & Butler, E. (2019). Mass shootings in the United States: Understanding the importance of mental health and firearm considerations. *Psychology, Public Policy, and Law*, 25(3): 212-223.
- Zalsman, G., Hawton, K., Wasserman, D., van Heeringen, K., Arensman, E., Sarchiapone, M. & et. al. (2016). Suicide prevention strategies revisited: 10-year systematic review. *The Lancet Psychiatry*, 3(7): 646-659.

บทความนี้ อนุญาตให้เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2569). ปรากฏการณ์เลียนแบบ. <https://www.happyhomeclinic.com/mh37-copycat.html>
(บทความต้นฉบับ: สิงหาคม 2569)