

## เผยร่างพร่างใจ

เรื่อง : พิษณุรักษ์ ปิตาทะสังข์



ภาพ : สุมาลี เอกชนนิยม

พฤติกรรมชอบโชว์ร่างกายตนเองถือเป็นส่วนหนึ่งของอาการทางจิต อยู่ที่ว่าพฤติกรรมนั้นจะแสดงออกมากน้อยเพียงใด ว่ากันว่า คนในโลกเทคโนโลยีสารสนเทศกำลังมีอาการเช่นนี้ บางคนแสดงออกผ่านสื่อใหม่อย่างการแชท และเวบแคม บางคนอาจจะแสดงออกตรงๆ ต่อหน้าคนรอบข้าง

...บัว อายุ 31 ค่ะ มีสามีแล้ว แต่ยังไม่มีลูก ปัญหาของบัวคือ จะมีความรู้สึกทางเพศมาก ถ้ารู้ว่ามีใครกำลังมองร่างกายของตัวเอง จำได้ว่าเป็นตั้งแต่สมัยเรียนค่ะ คือ เวลาเปลี่ยนเสื้อผ้าบัวจะชอบแฉ่งม่านหน้าต่างหรือประตูหน้าต่างไว้นิดนึง มันจะทำให้ตัวเองตื่นเต้นอย่างบอกไม่ถูก ทุกครั้งจะรู้สึกว่าตัวเองทำผิด แต่ก็ไม่เคยห้ามใจได้เลย เหมือนคนติดยาเสพติด เวลาที่ทำแบบนั้น มือจะสั่นไปหมด หัวใจเต้นแรง หายใจไม่เป็นจังหวะ มีหลายครั้งที่คนที่บ้านเห็น พ่อกับแม่ก็เคยว่า แต่ไม่เคยห้ามตัวเองได้เลย

เคยไปหาหมอค่ะ แต่ก็ได้อยู่พักเดียว ตอนนี้บัวแต่งงานแล้ว ก็ยังเลิกนิสัยแบบนี้ไม่ได้ยุดีค่ะ วันไหนถ้าแฟนไม่อยู่ เวลาอยู่ในบ้าน บัวก็จะไม่ใส่อะไรเลย เดินไปเดินมาในบ้าน ดูทีวี ซักผ้า แต่ดีที่เป็นบ้านเดี่ยว ถ้าไม่สังเกตก็จะไม่เห็น เคยนะคะ เดินออกมาตากผ้าที่สนามหลังบ้าน แต่เป็นตอนกลางคืน เวลาทำถ้ารู้ว่ามีใครเดินอยู่ใกล้ๆ หรืออาจจะเห็นอะไรทำนองนี้ ตัวเองจะยังมีอารมณ์มากอย่างบอกไม่ถูก แฟนไม่ทราบหรือคะว่าบัวเป็นแบบนี้ จะมีใครที่ผิดปกติแบบบัวบ้างหรือเปล่า

นี่เป็นส่วนหนึ่งในจดหมายของหญิงสาวนามว่า บัว เขียนเข้ามาปรึกษาคุณหมอที่กรมสุขภาพจิต บอกเล่าปัญหาที่ตนเองประสบอยู่ บางคนอาจจะคิดว่าปัญหาที่เกิดกับบัวเป็นความบกพร่องของจิต แต่หลังจากได้พูดคุยกับบัวแล้ว จึงรู้ว่า เธอกังวลกับพฤติกรรมที่เป็นอยู่ไม่น้อย

"มันทำเรา กลายเป็นตัวตลก" บัวบอกเล่าผ่านสายโทรศัพท์ "คนที่บ้านที่เห็นเรามีพฤติกรรมแบบนี้ ก็จะมีหัวเราะและคิดว่าเพี้ยน แต่จริงๆ มันเหมือนเป็นความต้องการอยู่ลึกๆ อธิบายไม่ค่อยถูกค่ะ"

บัวเล่าว่า ไม่เคยปรึกษากับจิตแพทย์โดยตรง แต่เคยเขียนอีเมลเข้าไปโพสต์ในเว็บที่ตอบปัญหาทางจิต เมื่อเขียนเข้าไป ทำให้พบว่า มีคนที่ประสบปัญหาคล้ายๆ กับเธอมากมาย มีทั้งผู้ชายผู้หญิง

"ส่วนใหญ่จะปลอบใจว่า มีคนเป็นแบบเราเยอะมาก บางคนก็บอกว่า ต้องออกไปหาทางโชว์ในสวนสาธารณะ ทำให้มีอารมณ์ทางเพศ แต่ส่วนใหญ่จะขอให้ถ่ายรูปของตนเองมาแลกกันดู ให้ถ่ายแบบนั้นเราคงไม่กล้า กลัวจะเป็นเรื่องเป็นราวเหมือนคนอื่นๆ " บัวเล่า

สำหรับกรณีของบัว รศ.พญ.ศิริรัตน์ คุปติวุฒิ แพทย์เฉพาะทางด้านจิตเวช โรงพยาบาลศิริราช ให้คำแนะนำว่า มีความผิดปกติในเรื่องของพฤติกรรม อารมณ์ทางเพศ ที่แตกต่างจากคนทั่วไป ซึ่งบัวมีภาวะตระหนักรู้ตัวเองดี และก็รู้ว่าเป็นสิ่งที่น่าจะได้รับการปรับแก้ไข

"ต้องถามใจตัวเองค่ะ ว่าถ้าเราเห็นว่ามันผิดปกติจริงๆ และเราอยากปรับเปลี่ยนให้กลับมาเป็นปกติเหมือนคนอื่นทั่วๆ ไป เราคงต้องรวบรวมกำลังใจให้แน่นๆ ในการที่จะหาหนทางปรับเปลี่ยนพฤติกรรม หรือความต้องการ อารมณ์ทางเพศต่างๆ ให้กลับสู่ภาวะของคนปกตินะคะ"

คุณหมอสิริรัตน์แนะนำให้เพิ่มเติมว่า การพบจิตแพทย์หรือนักจิตวิทยา โดยผ่านขบวนการให้คำปรึกษาหรือจิตบำบัด เราจะช่วยกันได้เพียงครั้งเดียว อีกครั้งหนึ่งต้องอาศัยคนไข้ ซึ่งต้องมีความตั้งใจ มีกำลังใจที่แน่นๆ ตั้งใจจริงจัง ให้คำมั่นสัญญากับตัวเองอย่างจริงจังว่า เราจะต้องพยายามปรับเปลี่ยนให้ได้ พฤติกรรมเช่นนี้จึงจะหายไป

ชอบโซว์ไม่ใช่โรคร้าย

บัว เป็นเพียงตัวอย่างหนึ่งของคนชอบโซว์ ซึ่งว่ากันว่า พฤติกรรมเช่นนี้เกิดขึ้นกับคนในเมืองมาหลายปีแล้ว เพียงแต่ที่ผ่านมามีหลายคนอาจจะเคยได้พบเจอกับการโซว์ในที่สาธารณะของคนจำพวกหนึ่ง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของพวกชอบโซว์เช่นกัน

น.พ.กัมปนาท ดันสิถบุตรกุล จิตแพทย์สถาบันกัลยาธราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กล่าวว่า พฤติกรรมการชอบโซว์สามารถแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มใหญ่ กลุ่มแรกคือ พวกที่มีอาการเจ็บป่วยทางจิต ถือเป็นโรคจิตชนิดหนึ่ง อาจจะเป็นพวกเบี่ยงเบนทางเพศ พวกนี้จะไปอยู่ตามสถานที่ที่ไม่เหมาะสม ชอบเดินโซว์อวัยวะเพศให้คนทั่วไปเห็น ซึ่งคนกลุ่มนี้ทำไปโดยไม่รู้ตัว

กลุ่มที่สอง คือ พวกที่อยู่ภายใต้สารเสพติด เช่น กัญชา สุรา หรือ ยานอนหลับ เป็นกลุ่มที่ถูกชักจูงได้ง่าย คนกลุ่มนี้เมื่อมีอาการเมาจะชอบโซว์ จะเห็นได้จากกลุ่มดารา หรือคนมีชื่อเสียงที่มีข่าวตามสื่อ เมื่อใช้สารเสพติดเข้าไปมากๆ ก็กล้าที่จะโซว์ เพราะเห็นว่าโลกนี้สดใส แต่บางคนอาจจะถูกบังคับให้ใช้สารเสพติดก็ได้

ส่วนพฤติกรรมที่พบเห็นมากขึ้นในทุกวันนี้ คือ พวกอยากโซว์ เป็นกลุ่มที่มีปัญหาสุขภาพจิต ขาดความมั่นใจในตัวเอง คนกลุ่มนี้ภายนอกอาจจะดูดีเหมือนคนปกติทั่วไป แต่ลึกๆ ในใจคือ คนที่ไม่มั่นใจในตัวเอง เลยต้องการโซว์ให้เห็นว่า ตนเองมีอะไรดี ด้วยการโซว์ร่างกาย โดยไม่จำเป็นว่าต้องเป็นเพศใดเพศหนึ่ง

"ปกติคนเราจะให้คุณค่าความดีงามกับเรื่องต่างๆ บางคนให้ความดีกับเรื่องการเรียน การทำงาน กตัญญู แต่คนกลุ่มนี้จะให้คุณค่ากับการโซว์ร่างกายของตนเอง ให้คนอื่นเห็นว่ามีอะไร เป็นการสร้างความมั่นใจให้กับตนเองอย่างหนึ่ง ลึกๆ แล้วพวกเขาคือคนขาดความมั่นใจ"

ว่ากันว่า คนกลุ่มนี้จะภาคภูมิใจในรูปร่างของตนเอง ซึ่งอาจจะนำไปสู่การถูกล่อลวง หรือข่มขืนตามมา โดยเฉพาะความก้าวหน้าของเทคโนโลยีในทุกวันนี้เอื้ออำนวยให้สามารถติดต่อสื่อสารกันได้ง่ายขึ้น และสามารถเห็นคนที่กำลังพูดคุยกันอยู่ ดังรูปแบบของการแชท หรือการเล่นเวบแคม

"สมัยก่อนคนที่ได้ออกทีวีจะต้องเป็นดารา หรือคนดัง แต่หลังๆ มานี้ คนอยากเป็นดารา ก็ถ่ายภาพตัวเองเอาไว้ดู บางคนก็ส่งต่อให้เพื่อนดู เลยไปถึงภาพโป๊เปลือย ทั้งเป็นภาพเคลื่อนไหวและภาพนิ่ง บางคนให้แฟนถ่ายให้"

น.พ.กัมปนาท มองว่า พฤติกรรมเหล่านี้เกิดขึ้นพร้อมกับความป่วยไข้ของยุคสมัย เพราะสิ่งที่หล่อหลอมให้คนต้องสร้างความมั่นใจแบบผิดๆ มาจากหลายสาเหตุ เริ่มตั้งแต่ธุรกิจความงามที่ถือเป็นตัวช่วยสำคัญ เห็นได้จากโฆษณาสินค้านิยมนำเสนอภาพของฟรีเซ้นเตอร์ที่เปิดเผยร่างกาย กลายเป็นค่านิยมที่คนต้องโชว์รูปร่าง ทั้งผู้หญิงและชาย

ส่วนสาเหตุหนึ่งมาจาก ความอ่อนแอของครอบครัว พ่อแม่เลี้ยงลูกด้วยวัตถุมากกว่าความเข้าใจ พ่อแม่บางคนปลุกฝังลูกด้วยค่านิยมเก่ง สวย หล่อ ต้องเป็นคนโดดเด่น ทำให้เด็กเรียนรู้ค่านิยมเหล่านั้น

"เด็กเรียนรู้ว่า การทำตัวให้โดดเด่นจะได้รับคำชม บางคนทำแล้วได้เงินก็มี กลายเป็นการโชว์เพื่อขายตัว ซึ่งประเด็นนี้ครอบครัวมีส่วนในการสร้างค่านิยมผิดๆ " น.พ.กัมปนาท กล่าว

ก่อนหน้านี้ มีการสำรวจพฤติกรรมการชอบโชว์ นำโดย รศ.พญ.ศิริรัตน์ คุปติวุฒิจากโรงพยาบาลศิริราช แต่โดยสำรวจพฤติกรรมของวัยรุ่นจากแหล่งการค้าสำคัญในกรุงเทพฯ พบว่า วัยรุ่นมีพฤติกรรมการชอบโชว์เรือนร่างของตนเองด้วยการใส่ชุดรัดรูปมากขึ้น กลายเป็นค่านิยมผิดๆ ที่กลายเป็นกระแส เลยไปถึงชุดนักศึกษาของผู้หญิงและชาย ก็ต้องเน้นรูปร่างมากขึ้น จากข้อมูลดังกล่าวทำให้เกิดความห่วงใยว่า จะนำไปสู่การมีพฤติกรรมชอบโชว์ตามมา

ทั้งนี้ ข้อมูลของ พ.ญ.ศิริรัตน์ ระบุว่า วัยรุ่นส่วนหนึ่งยอมรับว่า ต้องแต่งตัวให้เน้นรูปร่างมากขึ้น เพราะในกลุ่มเพื่อนแต่งตัวแบบนั้นกันหมด หากไม่แต่งเน้นรูปร่างอาจจะถูกหาว่าเชย

จากชอบโชว์ถึงเสพติดเซ็กซี่

นอกเหนือจากการโชว์ร่างกายให้เห็นโดยตรงแล้ว พฤติกรรมการชอบโชว์ ยังแสดงออกผ่านสื่อใหม่ เช่น อินเทอร์เน็ต หรือเวบแคม ซึ่งกำลังระบาดไปในกลุ่มวัยรุ่น ดังจะเห็นได้จากข่าวการนำภาพโป๊เปลือยของเด็กวัยรุ่น หรือนักศึกษาหญิงมาจำหน่าย หรือคลิปวิดีโอการแสดงบทรักของคนมีชื่อเสียงมาเผยแพร่ จนเป็นข่าวไปก่อนหน้านี้

ข้อมูลจากกรมสุขภาพจิตระบุว่า พฤติกรรมการโชว์ผ่านสื่อใหม่ ต้องดูที่เจตนาของคนโชว์ บางคนต้องการโชว์เพื่อสร้างประสบการณ์ทางเพศแปลกใหม่ เห็นได้จากการโชว์รูปผ่านการแชท ทำให้คนที่คุยด้วยเกิดอาการเคลิบเคลิ้ม

ในขณะที่บางคนไม่ต้องการอะไรมากไปกว่าการได้โชว์รูปของตนเองให้คนอื่นเห็น เป็นกลุ่มที่หลงรูปตนเอง คนกลุ่มนี้คิดว่าตนเองเป็นเหมือนคนดังที่ได้ปรากฏตัวตามสื่อ ส่วนกลุ่มสุดท้ายต้องการโชว์ผ่านสื่อใหม่เพื่อการขายบริการ

น.พ. กัมปนาท มองว่า คนส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มที่หนึ่งและสอง โดยเฉพาะการสร้างความตื่นเต้นทางเพศในรูปแบบใหม่ เห็นได้จากการชมคลิปภาพการร่วมเพศของคนอื่น

"การถ่ายภาพตอนมีเพศสัมพันธ์ไม่ถือเป็นความผิดปกติทางจิต แต่ถือเป็นกลุ่มเบี่ยงเบนทางเพศ อาศัยว่าการโชว์เหล่านั้นเป็นตัวสร้างให้เกิดความสนุกทางเพศอย่างหนึ่ง เป็นกลุ่มเดียวกับคนที่ชอบเช็กซ์โฟน แต่ถือเป็นขั้นสูงกว่า เพราะมีทั้งภาพและเสียงในเวลาเดียวกัน"

จิตแพทย์คนเดิมย้ำว่า พฤติกรรมการโชว์ผ่านสื่อใหม่ หากไม่ได้รับการเยียวยาอาจจะเลยเถิดไปถึงขั้น Sex Addict หรือ การเสพติดเช็กซ์ ซึ่งการรักษาจะยากมากยิ่งขึ้น เพราะพวกเขาชอบโชว์แบบ Exhibitionism ถือว่าเป็นพวกที่ทำไปโดยไม่รู้ตัว ทำแล้วอาจจะเกิดความทุกข์ตามมาในภายหลัง แต่สำหรับการโชว์กลุ่มที่เสพติดเช็กซ์ขั้นรุนแรงนั้น ทำแล้วเกิดความสุข จะรักษายากยิ่งขึ้น ต้องใช้วิธีการบำบัดและใช้ยารักษาประกอบ

"กลุ่ม Exhibitionism ถือเป็นกลุ่มที่น่าสงสาร บางคนอาจจะไปเกลียดเขา ที่เขาไปโชว์ตามสถานที่ต่างๆ แต่คนกลุ่มนี้ควบคุมตัวเองไม่ได้ ถือเป็นโรคจิตชนิดหนึ่ง หลายคนเมื่อรู้สึกตัวแล้วกลับมานั่งคิดว่าทำไปได้ไง แต่พวกที่โชว์วิบๆ แวมๆ ต้องใส่รัดรูปหรือผ้าหน้าผ้าหลัง ไม่ได้รุนแรงถึงกับโรคจิต แต่เป็นพวก Self ไม่ดี ต้องหาทางโชว์ให้ได้เล็กน้อยก็ยังดี คนกลุ่มนี้รู้ตัวนะ แต่ก็อดใจไม่ได้ เหมือนกับการติดการพนัน ติดเกมอะไรแบบนี้ หากว่าไม่ไปสร้างความลำบากให้กับใครก็ไม่เป็นไร เพียงแต่อาจจะเสี่ยงต่อการเกิดอาชญากรรมได้" คุณหมอกัมปนาทกล่าว

สำหรับหนทางเยียวยา น.พ.กัมปนาท แนะนำ โรคนี้เป็นโรคทางใจ จำเป็นต้องใช้ใจในการเยียวยา ต้องควบคุมตนเอง เริ่มจากการสร้างความมั่นใจในเรื่องที่ถูกต้อง ไม่ควรให้ความเชื่อมั่นกับเรื่องรูปร่าง แต่ควรจะมีสติลงไปจิตใจของคน สิ่งเหล่านี้ต้องเริ่มต้นจากครอบครัว และเพื่อนฝูง

ในขณะที่ รศ.พญ.ศิริรัตน์ แนะนำว่า ครอบครัวถือเป็นส่วนสำคัญที่จะสร้างความมั่นใจให้กับลูกหลานเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง โดยเฉพาะเชื่อมั่นในสิ่งที่ลูกทำอยู่ ไม่ว่าจะเป็นการเรียน หรือการเป็นลูกที่ดีของเขา

ส่วน ดร.อาทิตย์ อิศรางกูร ณ อยุธยา นักวิชาการอิสระด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ มองในมุมของการนำเทคโนโลยีมาใช้ในการโชว์ว่า สื่อเป็นเพียงช่องทางในการส่งผ่านความต้องการของคน ดังนั้นคงจะไปห้ามไม่ได้ว่าใครจะนำสื่อใหม่ไปใช้ทำอะไร

"จริงๆ คนที่ใช้สื่อในทางสร้างสรรค์ก็มีเยอะ ดังนั้นการใช้สื่ออยู่ที่บุคคลนั้นมีจิตสำนึกอย่างไร ผมคิดว่า เป็นเรื่องที่เราต้องสร้างเกราะป้องกัน โดยเฉพาะความเข้มแข็งของจิตใจ สำหรับเด็กวัยรุ่นก็ต้องสร้างกิจกรรมอื่นๆ ให้เขาเห็นว่า มันสำคัญและมีคุณค่ามากกว่าการจับจ้องอยู่กับสื่อ" ดร.อาทิตย์ย้ำ

วันนี้ แม้พฤติกรรมการชอบโชว์ไม่ได้เป็นพิษเป็นภัยกับใคร แต่เมื่อกลายเป็นค่านิยมที่ได้รับการยอมรับจากคนกลุ่มหนึ่ง จึงเป็นตัวสะท้อนถึงความอ่อนแอของสังคมในส่วนต่างๆ ได้ดี

ที่สำคัญที่สุด การให้กำลังใจ และหมั่นดูแลคนรอบข้าง น่าจะเยียวยาความอ่อนแอเหล่านั้นได้

ที่มา กรุงเทพธุรกิจวันอาทิตย์ที่ 18 มิถุนายน พ.ศ. 2549