วารสารจิตวิทยาคลินิกไทย
https://so03.tci-thaijo.org/index.php/tci-thaijclinicpsy

บทความฟื้นฟูวิชาการ

ภาพเหมารวมทางเพศ: ความท้าทายทางสุขภาพจิตของกลุ่มคนเพศหลากหลายภายหลังการประกาศใช้กฎหมายสมรสเท่าเทียมในประเทศไทย

ธนวัฒน์ สุวรรณ มณี*
อาจารย์พิเศษ ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

* ผู้ประพันธ์บรรณกิจ, e-mail: Thanawat.m@cmu.ac.th
วันที่รับบทความ: 19 พฤษภาคม 2568 | **วันที่แก้ไขบทความ:** 25 มิถุนายน 2568 | **วันตอบรับบทความ:** 30 กรกฎาคม 2568

บทคัดย่อ

ในปัจจุบันประเทศไทยได้มีการประกาศใช้พระราชบัญญัติแก้ไขเพิ่มเติมประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ (ฉบับที่ 24) พ.ศ.2567 หรือ “กฎหมายสมรสเท่าเทียม” อย่างเป็นทางการและมีผลบังคับใช้เมื่อวันที่ 23 มกราคม 2568 ที่ผ่านมา อย่างไรก็ตาม กลุ่ม LGBTQ+ ยังคงต้องเผชิญกับปัญหาการถูกเลือกปฏิบัติและการตีตราทางเพศอย่างมีอคติ อันเกิดจากภาพเหมารวมทางเพศซึ่งอาจมาจากการนำเสนอของสื่อที่มักนำเสนอภาพข่าวของกลุ่ม LGBTQ+ ในเชิงลบ ส่งผลให้คนในสังคมมีความเชื่อและทัศนคติที่คลาดเคลื่อนและเหมารวมว่ากลุ่ม LGBTQ+ มักมีพฤติกรรมไปในเชิงลบ นอกจากนี้ กลุ่ม LGBTQ+ ยังต้องเผชิญปัญหาการสร้างภาพเหมารวมและแบ่งช่วงชั้นภายในกลุ่ม LGBTQ+ ด้วยกันเอง ส่งผลให้กลุ่ม LGBTQ+ ต้องเผชิญกับความเครียด ความรู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยว ภาวะวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า และการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ฯลฯ บทความนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและรวบรวมข้อมูลในประเด็นของภาพเหมารวมทางเพศ โดยผู้นิพนธ์มุ่งหวังให้บทความนี้สามารถที่จะเป็นประโยชน์ให้แก่ผู้ที่มีความสนใจหรือมีส่วนเกี่ยวข้องในการดูแลกลุ่ม LGBTQ+ นำข้อมูลไปใช้ในการทำความเข้าใจ ลดอคติทางเพศอันเกิดจากภาพเหมารวมทางเพศที่มีต่อกลุ่ม LGBTQ+ และเป็นแนวทางในการวางแผนลดปัญหาภาพเหมารวมทางเพศในสังคม ตลอดจนการดูแลสุขภาวะของกลุ่ม LGBTQ+ อย่างเข้าใจ เคารพในความแตกต่างและสิทธิของความเป็นมนุษย์ เพื่อส่งเสริมให้กลุ่ม LGBTQ+ มีสุขภาพที่ดีทั้งกายและใจ และสามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีคุณภาพสูงสุด

คำสำคัญ: กลุ่มคนเพศหลากหลาย, ภาพเหมารวมทางเพศ, สุขภาพจิต

Thai Journal of Clinical Psychology
https://so03.tci-thaijo.org/index.php/tci-thaijclinicpsy

Review Article

Gender Stereotype: Mental Health Challenges of LGBTQ+ After the Adoption of the Marriage Equality Law in Thailand

Thanawat Suwan Manee*

Special Lecturer, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Chiang Mai University

* Corresponding author, e-mail: Thanawat.m@cmu.ac.th

Received: 19 May 2025 | **Revised:** 25 June 2025 | **Accepted:** 30 July 2025

Abstract

Thailand used the Civil and Commercial Code Amendment Act (No. 24) B.E. 2567, or "Marriage Equality Law," which was formally declared and took effect on January 23, 2025. However, the LGBTQ+ community still faces challenges with discrimination and stigmatization based on gender identity, which may be caused by gender stereotypes derived from publications that frequently feature news about the LGBTQ+ community negatively. This results in unjust beliefs and perspectives in society, as well as preconceptions that the LGBTQ+ community frequently exhibits undesirable behavior. Furthermore, there are problems with social stratification and norms within the LGBTQ+ community, which contribute to stress, loneliness, anxiety, depression, and low self-esteem. The article aims to study and collect information regarding gender stereotypes. The author hopes that this article may prove useful to anyone interested in or involved in supporting the LGBTQ+ community, as well as others who want to use the data to understand and minimize discrimination based on gender produced by gender stereotypes toward the LGBTQ+ community. Additionally, this may serve as a guide for planning strategies to reduce the problem of gender stereotypes in society, care for the LGBTQ+ community's well-being with compassion, human rights, respect for individual differences, and encourage the LGBTQ+ community to live in their optimal physical and mental health and to be able to live in society with the highest quality.

Keywords: LGBTQ+, Gender stereotype, Mental Health

บทนำ

ในช่วงเวลาหลายปีที่ผ่านมา กลุ่ม LGBTQ+ และหน่วยงานที่มีความเกี่ยวข้องกับการผลักดันความเท่าเทียมทางเพศในประเทศไทย มีการรณรงค์ ขับเคลื่อน และต่อสู้เพื่อให้มีการเกิดขึ้นของพระราชบัญญัติแก้ไขเพิ่มเติมประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ (ฉบับที่ 24) พ.ศ. 2567 หรือเป็นที่รู้จักกันในชื่อ “กฎหมายสมรสเท่าเทียม” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างบรรทัดฐานใหม่ให้ความเท่าเทียมทางเพศได้เกิดขึ้นจริงอย่างเป็นรูปธรรมตามกฎหมายของสังคมไทย จนกระทั่งกฎหมายสมรสเท่าเทียมได้ผ่านวาระสุดท้ายจากสมาชิกวุฒิสภา เมื่อเดือนมิถุนายน 2567 จากนั้นได้รับประกาศในราชกิจจานุเบกษาเมื่อเดือนกันยายน 2567 และมีผลบังคับใช้ในวันที่ 23 มกราคม 2568 (ThaiPBS, 2024)

การประกาศใช้กฎหมายสมรสเท่าเทียมที่เกิดขึ้นเป็นเพียงส่วนหนึ่งของการยอมรับทางกฎหมายที่เกิดขึ้นในประเทศไทยเท่านั้น เนื่องจากกลุ่ม LGBTQ+ ยังต้องเผชิญกับปัญหาการเลือกปฏิบัติทางเพศในเชิงลบ อันเกิดจากความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งอาจมาจากการนำเสนอผ่านสื่อ โดยมีประเด็นหลักเกี่ยวกับกลุ่มคน LGBTQ+ ที่ปฏิบัติตัวในเชิงลบ เช่น ฉ้อโกง หลอกลวง ใช้ความรุนแรง (Pattanangkul, 2025, United Nations Development Programme [UNDP], 2019) ส่งผลให้คนส่วนใหญ่จดจำข่าวกลุ่ม LGBTQ+ ในเชิงลบมากกว่าการนำเสนอในเชิงบวก ประเด็นที่เกิดขึ้นส่งผลกระทบต่อกลุ่ม LGBTQ+ อย่างรุนแรง โดยเป็นผลให้คนส่วนใหญ่ในสังคมเกิดการตีตราและเกิดภาพเหมารวมว่ากลุ่ม LGBTQ+ ทุกคนมีพฤติกรรมที่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน (Pattanangkul, 2025)

ภาพเหมารวมทางเพศ (gender stereotype) เป็นปัญหาที่หยั่งรากฝังลึกมาอย่างยาวนาน แม้ว่าในปัจจุบันจะมีการรณรงค์หรือออกกฎหมายเพื่อสร้างความเข้าใจและความเท่าเทียมให้กับทุกเพศ แต่ไม่สามารถปฏิเสธได้ว่าปัญหาภาพเหมารวมทางเพศยังคงมีให้พบเห็นได้ในสังคม ส่งผลให้กลุ่ม LGBTQ+ ต้องเผชิญกับการเลือกปฏิบัติและการตีตราจากอัตลักษณ์ทางเพศ อีกทั้งมีการศึกษาที่พบว่า กลุ่ม LGBTQ+ เป็นกลุ่มคนที่เผชิญปัญหาทางสุขภาพจิตในระดับสูง (Tanadkha & Akarapongpisak, 2021; Yao, 2023) และปัญหาการเลือกปฏิบัติและการตีตราอันเกิดจากภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+ เป็นเหตุให้การเข้าถึงการบริการทางสุขภาพกายและสุขภาพจิตอาจเป็นเรื่องยากสำหรับกลุ่มคน LGBTQ+ บางส่วน เนื่องจากมีความกังวลต่อการถูกตีตราทั้งจากผู้ใช้บริการคนอื่น ๆ และจากบุคลากรทางการแพทย์ รวมถึงรูปแบบการบริการสุขภาพโดยทั่วไปอาจขาดความสอดคล้องกับความต้องการที่เฉพาะเจาะจงของกลุ่มคน LGBTQ+ เช่น การตีตราและการใช้ภาพจำเกี่ยวกับผู้หญิงข้ามเพศและชายรักชายว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงในการติดเชื้อเอชไอวี บริการสุขภาพเรียกหาหลักฐานการยืนยันตัวตนตามเพศกำเนิดของคนข้ามเพศ รวมถึงมีพื้นที่การให้บริการที่ไม่เพียงพอ มีปัญหาเกี่ยวกับการรักษาความลับ ความเป็นส่วนตัว และทัศนคติของผู้ให้บริการ ทำให้เกิดความกังวลและไม่กล้าที่จะเข้ารับการดูแลทางสุขภาพ (Rungreangkulkij & Kittirattanapaiboon, 2021; UNDP, 2019; Wannasiri, 2022)

จากประเด็นที่ได้กล่าวไปในข้างต้น ผู้นิพนธ์จึงมีความสนใจทบทวนวรรณกรรมและนำเสนอเป็นบทความฟื้นฟูวิชาการ โดยบทความฟื้นฟูวิชาการฉบับนี้ได้ดำเนินการเรียบเรียงเป็นประเด็น ประกอบด้วย ภาพเหมารวมทางเพศ ลักษณะของภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+ บาดแผลที่เกิดจากภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+ และแนวทางการลดปัญหาภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+ เพื่อเป็นประโยชน์ในการให้ความรู้ความเข้าใจกับหน่วยงานองค์กร นักวิชาการ นักจิตวิทยา ผู้ที่มีความสนใจหรือผู้ที่มีความเกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาวะของกลุ่ม LGBTQ+ เพื่อร่วมกันพัฒนาแนวทางในการส่งเสริมความเท่าเทียมอย่างแท้จริง ลดปัญหาภาพเหมารวมทางเพศ อันก่อให้เกิดการเลือกปฏิบัติและการตีตราทางเพศอย่างมีอคติ และพัฒนานโยบาย แนวทาง รวมถึงเครื่องมือในการดูแลสุขภาวะที่ดีของกลุ่ม LGBTQ+ โดยสามารถดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิตของกลุ่ม LGBTQ+ อย่างทั่วถึง ให้สามารถใช้ชีวิตในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดีมากขึ้นต่อไป

ภาพเหมารวมทางเพศ

ภาพเหมารวม (stereotype) เป็นการตัดสินบุคคลอื่นในเงื่อนไขที่มีความแน่นอนและเชื่อว่าไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ซึ่งการประเมินหรือตัดสินนั้นมีความเกี่ยวข้องกับลักษณะพิเศษบางอย่าง โดยบุคคลจะประเมินหรือตัดสินผู้อื่นโดยอาศัยภาพของกลุ่มที่มีคุณสมบัติบางอย่างใกล้เคียงกับบุคคลผู้นั้นเป็นหลัก และไม่ให้ความสำคัญในความเป็นปัจเจกบุคคลที่มีคุณสมบัติเฉพาะตัว ดังนั้น แทนที่ผู้ถูกประเมินจะถูกพิจารณาจากตัวตนและลักษณะส่วนบุคคลที่โดดเด่นของเขา แต่ผู้ถูกประเมินจะถูกมองเป็นภาพเหมารวมและได้รับการปฏิบัติผ่านความเชื่อของบุคคลที่มาจากการกำหนดหมวดหมู่ตามภาพเหมารวมที่บุคคลจัดกลุ่มไว้ (Pickering, 2015) ฉะนั้นแล้ว ภาพเหมารวมจึงเป็นการที่บุคคลได้พบเห็นผู้ถูกประเมิน จัดกลุ่มให้ผู้ถูกประเมินอยู่ในกลุ่มบุคคลใดกลุ่มบุคคลหนึ่งที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน ทำให้บุคคลมีทัศนคติและความรู้สึกต่อผู้ถูกประเมินทั้งในเชิงบวกหรือเชิงลบ ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่บุคคลเคยมีประสบการณ์ร่วมกับกลุ่มบุคคลนั้น ทั้งประสบการณ์ทางตรงและประสบการณ์ทางอ้อม ทั้งนี้ ภาพเหมารวมที่เกิดขึ้นตามการรับรู้ของบุคคลอาจจะตรงหรือไม่ตรงกับลักษณะส่วนบุคคลของผู้ถูกประเมินตามความเป็นจริงก็ได้ จึงอาจกล่าวได้ว่าภาพเหมารวม เป็นการตัดสินบุคคลล่วงหน้าโดยไม่ได้รู้จักบุคคลนั้นอย่างแท้จริง โดยภาพเหมารวมนี้สามารถเกิดขึ้นได้ในหลายบริบท เช่น เชื้อชาติ ศาสนา การเมือง รวมถึงบริบททางเพศ

เมื่อกล่าวถึง ภาพเหมารวมทางเพศ (gender stereotype) เป็นมุมมองความเชื่อเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ คุณลักษณะ และความสามารถของเพศชายหรือหญิงที่ควรปฏิบัติไปตามเพศสภาพของตนเอง กลายเป็นมาตรฐานในการตัดสินและเชื่อไปว่าพวกเขาเหล่านั้นเป็นเหมือนกันหมด โดยอาจเป็นได้ทั้งในทางบวกหรือทางลบ ทัศนคติที่มาจากภาพเหมารวมทางเพศจากสังคมเป็นสิ่งที่ปลูกฝังให้เด็กผู้ชายไม่แสดงออกทางอารมณ์ และปลูกฝังเด็กผู้หญิงให้เป็นคนดี เชื่อฟัง และใส่ใจกับรูปร่างหน้าตาของตนเอง (School of Education and Social Work Birmingham City University, 2021 as cited in Tanthasuriya & Hemchayart, 2024) ไม่เพียงแต่เพศชายหรือเพศหญิงเท่านั้นที่มีภาพเหมารวมทางเพศจากทัศนคติของคนในสังคม เนื่องจากพบว่า กลุ่มเพศหลากหลายหรือกลุ่ม LGBTQ+ เป็นบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งที่ถูกมองเป็นภาพเหมารวมทางเพศจากคนในสังคม โดยบุคคลในสังคมมักมีภาพเหมารวมทางเพศของกลุ่ม LGBTQ+ ว่าเป็นบุคคลที่ตลก ไม่สมหวังในความรักจากครอบครัว ถูกรังเกียจจากคนในครอบครัว และสื่อโดยส่วนใหญ่ในสังคมมักพูดถึงกลุ่ม LGBTQ+ ในลักษณะของความไม่สมบูรณ์แบบของชีวิต (Kanthawong, 2018)

ลักษณะของภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเด็นด้านลักษณะของภาพเหมารวมทางเพศที่มักเกิดขึ้นในกลุ่ม LGBTQ+ ทั้งนี้ ผู้นิพนธ์ทำการจำแนกลักษณะของภาพเหมารวมทางเพศที่มีต่อกลุ่ม LGBTQ+ ออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่ ภาพเหมารวมทางเพศที่บุคคลทั่วไปมีต่อกลุ่ม LGBTQ+ และ ภาพเหมารวมทางเพศที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม LGBTQ+ สามารถแสดงรายละเอียดได้ ดังนี้

1. ลักษณะของภาพเหมารวมที่บุคคลทั่วไปมีต่อกลุ่ม LGBTQ+

1.1) กลุ่ม LGBTQ+ เป็นพวกตัวตลก

คนในสังคมมักจะมีภาพเหมารวมทางเพศว่ากลุ่ม LGBTQ+ จะต้องเป็นคนตลก สนุกสนาน และสามารถสร้างสีสันได้ (Mutualfinding, 2024) ซึ่งสื่อมักนำเสนอภาพความตลกของกลุ่มคน LGBTQ+ ในหลายรูปแบบ เช่น ตัวตลกแบบคนพิการ ตัวตลกทางคำพูด ตัวตลกทางการแต่งกาย ตัวตลกทางการแต่งหน้า และตัวตลกทางบุคลิกท่าทาง เป็นต้น (Kanthawong, 2018) สิ่งที่เกิดขึ้นอาจเป็นปัจจัยที่ส่งผลให้กลุ่มคนในสังคมเชื่อและตัดสินไปก่อนว่ากลุ่ม LGBTQ+ เป็นคนตลก สนุกสนาน โดยที่ยังไม่ได้ทำความรู้จักตัวตนของเขาก่อน และอาจเป็นการเหมารวมทางเพศที่ทำให้เกิดความอึดอัดได้ (Natchaphon, 2021; Mutualfinding, 2024) เนื่องจากกลุ่มคน LGBTQ+ ต่างมีบุคลิกภาพส่วนบุคคลที่แตกต่างกันออกไป บุคคล LGBTQ+ บางคน

อาจเป็นคนอารมณ์ดี พูดคุยเก่ง สนุกสนาน แต่ไม่ได้หมายความว่ากลุ่ม LGBTQ+ จะสามารถตลกได้ตลอดเวลาและไม่ได้เป็นคนตลกทุกคน

1.2) กลุ่ม LGBTQ+ เป็นพวกผิดปกติ

แม้ว่าองค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) จะมีการเพิกถอนกลุ่มคนเพศหลากหลายออกจากความผิดปกติทางจิตและไม่ถือว่าเป็นอาการทางจิตในปี ค.ศ. 1992 อีกทั้งได้ทำการถอดถอนภาวะข้ามเพศออกจากความเจ็บป่วยทางจิตในเวลาต่อมา และมีผลบังคับใช้อย่างเป็นทางการทั่วโลกตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม ค.ศ. 2022 (Rodríguez et al., 2018) แต่ยังมีกลุ่มคนที่มีภาพจำที่เกิดจากภาพเหมารวมทางเพศว่า LGBTQ+ เป็นกลุ่มคนที่ผิดปกติทางจิตหรือมีความสับสนทางเพศ มีอารมณ์รุนแรง และยังมีกลุ่มคนบางส่วนที่เชื่อว่าความหลากหลายทางเพศเป็นโรคที่สามารถรักษาให้หายได้ด้วยกระบวนทางการแพทย์และจิตวิทยา (Natchaphon, 2021) ซึ่งการถอดถอนอัตลักษณ์ทางเพศและรสนิยมทางเพศออกจากโรคทางจิตเวชเป็นสิ่งยืนยันได้ว่าอัตลักษณ์ทางเพศของกลุ่ม LGBTQ+ ไม่ได้เป็นเรื่องผิดปกติทางจิตใจ แต่เป็นความแตกต่างของความชอบและรสนิยมทางเพศของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกัน

1.3) กลุ่มคน LGBTQ+ เป็นพวกทำตัวเด่น

คนในสังคมมักมีภาพจำว่ากลุ่ม LGBTQ+ จะทำอะไรต้องโดดเด่นอยู่เสมอ ต้องเป็นจุดสนใจของคนในสังคม ต้องเล่นใหญ่ ซึ่งอาจเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้คนในสังคมมีภาพเหมารวมทางเพศว่ากลุ่ม LGBTQ+ เป็นกลุ่มคนที่มีความกล้าแสดงออกอยู่เสมอ (Natchaphon, 2021) หรือกลุ่มคนบางกลุ่มยังมีความเชื่อว่า LGBTQ+ เป็นกลุ่มคนที่มีความมั่นใจเกินกว่าเหตุ (The Active, 2024) ซึ่งอาจมาจากการที่กลุ่ม LGBTQ+ มักมีการแต่งกาย ลักษณะการพูดที่สะดุดตา อย่างไรก็ตาม กลุ่ม LGBTQ+ ต่างมีคนที่กล้าแสดงออกและคนที่เก็บตัวหรือเขินอายเช่นเดียวกันกับชายหญิงที่แต่ละคนต่างมีบุคลิกภาพที่แตกต่างกันออกไป

1.4) กลุ่มคน LGBTQ+ เหมาะกับอาชีพด้านศิลปะหรือความบันเทิง

กลุ่มคนในสังคมบางส่วนมักมองว่ากลุ่ม LGBTQ+ เหมาะสมกับงานในบางงานเท่านั้น ซึ่งพบว่ากลุ่ม LGBTQ+ ยังคงต้องเผชิญปัญหาจากการทำงานโดยเฉพาะกลุ่มคนข้ามเพศ (transgender) ที่มักถูกมองว่าไม่ควรทำงานในอาชีพที่ต้องใช้ความน่าเชื่อถือ และเหมาะสมที่จะทำงานด้านการบันเทิง ศิลปะ หรือด้านความงามมากกว่าด้านอื่น ๆ (Boonsathitthavorn, 2023; Mutualfinding, 2024) ซึ่งในความเป็นจริงแล้วกลุ่ม LGBTQ+ มีความสามารถ ความสนใจส่วนบุคคลที่มีความแตกต่างหลากหลาย สามารถทำงานได้ในทุก ๆ อาชีพไม่ต่างจากเพศชายหญิง แม้ว่าในปัจจุบันจะมีการยอมรับให้กลุ่ม LGBTQ+ สามารถปฏิบัติงานด้วยการแต่งกายตามเพศสภาพ หรือบางอาชีพเริ่มเปิดกว้างที่จะรับกลุ่มคนทุกเพศอย่างเท่าเทียม แต่ยังปฏิเสธไม่ได้ว่ายังคงมีบางอาชีพที่ปฏิเสธการคัดเลือกให้เข้ารับการทำงานของกลุ่ม LGBTQ+ บางกลุ่ม

1.5) กลุ่มคน LGBTQ+ เป็นกลุ่มที่หมกมุ่น

ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันยังมีกลุ่มคนบางส่วนที่มีความเชื่อว่ากลุ่มคน LGBTQ+ เป็นกลุ่มคนที่มีความหมกมุ่นในเรื่องเพศสัมพันธ์ (The Active, 2024) ซึ่งอาจมาจากสื่อที่มักนำเสนอภาพข่าวของกลุ่มคน LGBTQ+ ในลักษณะของการจัดกิจกรรมสังสรรค์เฉพาะกลุ่มที่อาจมีภาพอนาจาร เช่น เหตุการณ์ “ทลายปาร์ตี้เกย์รวบ 120 คน เปิดห้องพักโรงแรมหรูมั่วสุมเสพยา นัดกันผ่านกลุ่มลับ” (Thairath, 2024) หรือเหตุการณ์ “ทลายปาร์ตี้เกย์ รวบ 57 คน เสพยามั่วเซ็กซ์ จับตรวจโควิด หวั่นแพร่เชื้อ” (Thairath, 2021) อย่างไรก็ตาม ข่าวในลักษณะที่คล้ายคลึงกันที่เคยเกิดขึ้นในเพศชายหรือหญิงในสังคมไทย สามารถเป็นหลักฐานที่แสดงให้เห็นว่า เรื่องของเพศสัมพันธ์หรือความหมกมุ่นในเรื่องของเพศสัมพันธ์ไม่ได้เป็นเรื่องเฉพาะสำหรับกลุ่ม LGBTQ+ เท่านั้น แต่เป็นเรื่องของแต่ละบุคคลที่ให้ความสนใจในเรื่องเพศสัมพันธ์ที่มากหรือน้อยแตกต่างกันไปตามแต่ละบุคคลซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้ในทุกเพศ

1.6) กลุ่ม LGBTQ+ เป็นกลุ่มคนที่ไม่สมหวังในความรัก

ในอดีตที่ผ่านมา สื่อมักนำเสนอภาพที่แสดงให้เห็นว่าความรักของกลุ่มคน LGBTQ+ เป็นรักที่ไม่สมหวัง เช่น การถูกกีดกันจากครอบครัวหรือการถูกหลอกใช้ (Kanthawong, 2018) อย่างไรก็ตาม ในช่วง

ไม่กี่ปีที่ผ่านมา กระแสของซีรีส์วาย (boy love series) ได้นำเสนอความรักของกลุ่ม LGBTQ+ ในรูปแบบของความรักที่จบแบบมีความสุข เป็นรักแท้ รักที่สมบูรณ์ ซึ่งสามารถช่วยลดการเหมารวมความรักของกลุ่ม LGBTQ+ ซึ่งแตกต่างจากภาพในอดีตของความรักของกลุ่ม LGBTQ+ ที่ถูกกีดกัน กดทับ (Rattanasimakul et al., 2025) ทั้งนี้ แม้ว่าในปัจจุบันจะมีกระแสของซีรีส์วายจะมีแนวโน้มในการช่วยลดอคติภาพเหมารวมของความรักของกลุ่ม LGBTQ+ แต่ยังพบว่าคนในสังคมบางส่วนยังมีการกีดกันความรักของกลุ่ม LGBTQ+ และยังเชื่อว่าความรักของกลุ่ม LGBTQ+ เป็นความรักที่ไม่ยั่งยืน (Mutualfinding, 2024)

1.7) กลุ่ม LGBTQ+ เป็นกลุ่มคนที่ถูกรังเกียจ

เมื่อพูดถึงกลุ่มคน LGBTQ+ หลายคนให้คำนิยามกับกลุ่ม LGBTQ+ ว่าเป็นตัวประหลาดและน่ารังเกียจ ซึ่งอาจเกิดจากการที่กลุ่มคนบางกลุ่มรับรู้ภาพของกลุ่ม LGBTQ+ ที่ถูกนำเสนอผ่านสื่อ เช่น ละครภาพยนตร์ในอดีต ที่นำเสนอภาพของกลุ่มคน LGBTQ+ ในลักษณะที่ไม่ปกติหรือมีความเกินจริง เช่น ตัวละครที่เป็นทรานส์วูเมน (transwomen) มักจะถูกวางตัวละครให้มีลักษณะบ้าผู้ชาย มักเล่นมุกลวนลาม มีพฤติกรรมคุกคามผู้อื่น หรือเป็นคนที่มีลักษณะปล่อยเนื้อปล่อยตัว มีคู่นอนหลายคน (Anurak et al., 2021; Kanthawong, 2018; Mutualfinding, 2024) การนำเสนอดังกล่าวยิ่งเป็นการที่ทำให้กลุ่ม LGBTQ+ ถูกซ้ำเติม ถูกมองในเชิงลบ หรือเป็นบุคคลที่ไม่ปลอดภัยจากคนในสังคม

2. ภาพเหมารวมทางเพศที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม LGBTQ+

2.1) ปลาหมึกแถวบน-ปลาหมึกแถวล่าง

“ปลาหมึก” ถูกนำมาใช้ในกลุ่ม LGBTQ+ เพื่อจำแนกกลุ่มคนในกลุ่ม LGBTQ+ ด้วยกันเอง โดย “ปลาหมึกแถวบน” หมายถึง ประชากรที่เป็นที่ต้องการของตลาด ในขณะที่ “ปลาหมึกแถวล่าง” หมายถึง ประชากรที่เป็นที่ต้องการน้อยกว่า ซึ่งคุณสมบัติที่ทำให้ใครสักคนอาจถูกเรียกว่าเป็นปลาหมึกแถวบน คือ บุคคลที่คุณลักษณะที่เป็นไปตามกรอบมาตรฐานความสวยงาม (beauty standard) รวมถึงค่านิยมในแบบเกย์ เช่น มีความเป็นชาย ไม่ออกสาว หุ่นดี มีกล้าม ส่วนปลาหมึกแถวล่าง คือ บุคคลที่มีคุณลักษณะต่างจากกรอบมาตรฐานความสวยงาม นอกจากนี้ สถานการณ์ทางการเงิน การทำงาน เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ถูกนำมาเป็นเกณฑ์มาตรฐานในการแบ่งช่วงชั้นอย่างชัดเจน (Chombaiyok, 2024)

2.2) ทราสน์วูแมน (transwomen) ต้องละมุนนี

ทรานส์วูแมน หรือ หญิงข้ามเพศ หรือที่คนในสังคมไทยส่วนใหญ่ใช้คำเรียกแทนว่า “กะเทย” ก็มีภาพเหมารวมทางเพศที่จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม ซึ่งเป็นการเหมารวมที่มีลักษณะคล้ายกับการแบ่งช่วงชั้นภายในกลุ่ม LGBTQ+ โดยใช้ “ภาพเหมารวมของความเป็นหญิง” เป็นตัวชี้วัด เช่น “กะเทยละมุนนี” หรือคำว่า “เนียนนี” ซึ่งเป็นความหมาย คือ เป็นหญิงข้ามเพศที่ต้องมีคุณลักษณะที่มีความเป็นหญิงตามค่านิยมเดิม เช่น ผอมบาง ใบหน้าเล็ก ผิวเรียบเรียน อ่อนหวาน หรือถ้าไม่เป็นไปตามภาพของความเป็นหญิง มักจะต้องผันตัวเองให้ไปอยู่ในกรอบที่คนในสังคมสร้างภาพเหมารวมไว้ว่ากะเทยต้องตลก อย่างที่จะเห็นจากคำกล่าวที่ว่า “ขายสวยไม่ได้ ก็ต้องขายขำ” (Chombaiyok, 2024; Rotchanan, 2023)

จากข้อมูลที่ได้กล่าวไปในข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า กลุ่มคน LGBTQ+ ยังคงประสบปัญหาการถูกเลือกปฏิบัติอันเนื่องมากจากปัจจัยด้านความแตกต่างทางเพศ ส่งผลให้คนในสังคมบางส่วนยังมีภาพจำที่เกิดจากภาพเหมารวมทางเพศที่มีต่อกลุ่มคน LGBTQ+ อย่างไรก็ตาม ตัวอย่างที่ได้กล่าวไปในข้างต้น เป็นเพียงบางส่วนของภาพเหมารวมทางเพศที่เกิดขึ้นกับกลุ่ม LGBTQ+ เท่านั้น เนื่องจากยังมีภาพเหมารวมทางเพศที่ผู้นิพนธ์ไม่ได้ยกตัวอย่างในบทความฉบับนี้ เช่น “เกย์ม้าน้ำ”, “เกย์หมี”, “กะเทยกุ้งนาง”, หรือ “ทอมหัวไก่” ฯลฯ ซึ่งล้วนแต่เป็นภาพเหมารวมทางเพศที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม LGBTQ+ ด้วยกันเองและทำให้เกิดการแบ่งช่วงชั้นและการจัดกลุ่มภายใน LGBTQ+ โดยใช้ภาพของความเป็นชายหญิง มาตรฐานความสวยงาม รวมถึงฐานะทางการเงิน ฯลฯ เป็นเกณฑ์ในการจัดกลุ่มหรือแบ่งช่วงชั้น แสดงให้เห็นว่า แม้กลุ่ม LGBTQ+ จะพยายามรณรงค์และเรียกร้องสิทธิให้เกิดความเสมอภาคเท่าเทียมในประเทศไทย แต่ภายในกลุ่มสังคม LGBTQ+ เอง ยังคงเกิดวัฒนธรรมที่ผลิตซ้ำความ

เหลื่อมล้ำและความไม่เท่าเทียมในการแสดงบทบาททางเพศภายในกลุ่ม

บาดแผลที่เกิดจากภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+

ภาพเหมารวมทางเพศที่เกิดขึ้นในกลุ่ม LGBTQ+ เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาการเลือกปฏิบัติและตีตราต่อกลุ่มคน LGBTQ+ และเกิดอคติที่บุคคลมีต่อกลุ่ม LGBTQ+ อคติที่เกิดขึ้นนั้นส่งผลให้อัตลักษณ์ของกลุ่ม LGBTQ+ ถูกทำให้ด้อยค่า เกิดความไม่เท่าเทียมกันในการใช้ชีวิตประจำวันในสังคม สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงสิทธิในการเป็นมนุษย์ในการที่จะเป็นและมีชีวิตอยู่ที่ไม่เท่าเทียมกันระหว่างอัตลักษณ์ที่ถูกมองว่าเบี่ยงเบนและอัตลักษณ์ของคนรักต่างเพศ แสดงให้เห็นว่าอัตลักษณ์ของคนรักต่างเพศมีอำนาจที่เหนือกว่า และทำให้กลุ่ม LGBTQ+ กลายเป็นกลุ่มคนชายขอบทางเพศอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่งทำให้กลุ่มคน LGBTQ+ ถูกจำกัดสิทธิของพวกเขา และแม้ประเทศไทยจะมีกฎหมายสมรสเท่าเทียมที่รองรับการแต่งงานอย่างถูกต้องตามกฎหมายของกลุ่ม LGBTQ+ แต่ปัญหาการเลือกปฏิบัติและการตีตราทางเพศยังคงมีให้เห็นในสังคมไทยในปัจจุบัน ซึ่งเกิดขึ้นได้ทั้งในระดับครอบครัว ระดับวัยเรียนและวัยศึกษา ระดับวัยทำงาน (Tanadkha & Akarapongpisak, 2021; Yao, 2023)

นอกจากนี้ ภาพเหมารวมทางเพศที่บุคคลมีต่อกลุ่ม LGBTQ+ ส่งผลให้กลุ่ม LGBTQ+ เป็นกลุ่มที่ต้องเผชิญกับปัญหาสุขภาพจิต โดยเฉพาะกลุ่ม LGBTQ+ ที่ไม่ได้รับการยอมรับ ถูกร้องขอ หรือมีความจำเป็นต้องพยายามปิดบังการแสดงออกทางเพศ แสร้งทำในสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตน หรือบางครั้งอาจมีความจำเป็นต้องทำเนื่องจากกลัวว่าจะถูกลงโทษ เช่น การที่กลุ่มคนข้ามเพศถูกร้องขอให้แต่งกายตามเพศกำเนิด การถูกบังคับหรือกดดันจากคนในครอบครัวให้กลุ่ม LGBTQ+ แต่งงานกับต่างเพศเพื่อปกปิดรสนิยมทางเพศของตน ซึ่งกลุ่ม LGBTQ+ บางคนมีความจำเป็นต้องปฏิบัติตามเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นจากอคติทางเพศ เช่น การถูกเลือกปฏิบัติ การถูกละเมิด และถูกทำร้ายร่างกาย (UNDP, 2019)

เมื่อกลุ่ม LGBTQ+ เผชิญกับการถูกตีตราและการเลือกปฏิบัติจากการมีอคติด้วยเหตุแห่งเพศ ส่งผลให้เกิดความเครียดในแบบที่กลุ่มคนรักต่างเพศไม่เคยเผชิญ ที่เรียกว่า “ภาวะเครียดของชนกลุ่มน้อย (minority stress)” ซึ่งภาวะเครียดของชนกลุ่มน้อยประกอบไปด้วยความเครียด 4 ระดับ (Meyer, 2003, UNDP, 2019) ดังนี้

1. ระดับที่หนึ่ง เป็นระดับของความเครียดที่เริ่มจากการที่กลุ่ม LGBTQ+ รับรู้ได้ถึงการถูกตีตราที่เกิดขึ้นรอบตัว ซึ่งอาจเกิดจาก เพื่อน ครอบครัว สื่อ และประสบการณ์การถูกเลือกปฏิบัติที่เกิดขึ้นกับกลุ่ม LGBTQ+
2. ระดับที่สอง เป็นการคิดของกลุ่ม LGBTQ+ ที่คิดว่าการถูกเลือกปฏิบัติด้วยอคติจะเกิดขึ้นกับตนเองต่อไปเรื่อย ๆ ส่งผลให้กลุ่ม LGBTQ+ เริ่มระมัดระวังตัวเพื่อที่จะปกป้องตนเอง
3. ระดับที่สาม เป็นการที่กลุ่ม LGBTQ+ พยายามปิดบังความเป็นตัวตนเพื่อหลีกเลี่ยงจากการถูกเลือกปฏิบัติและการตีตราอย่างมีอคติทางเพศ ซึ่งอาจทำให้กลุ่ม LGBTQ+ ปิดกั้นตนเองจากสังคมหรือลดการมีส่วนร่วมทางสังคม
4. ระดับที่สี่ เป็นการที่กลุ่ม LGBTQ+ เริ่มซึมซับเหตุการณ์หรือข้อความเชิงลบและแนวคิดภาพเหมารวมทางเพศที่เกี่ยวกับกลุ่ม LGBTQ+ เข้าไปในจิตใจเบื้องลึก และส่งผลต่อความมั่นใจและการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่ม LGBTQ+

ปัญหาภาพเหมารวมทางเพศที่ทำให้เกิดการถูกเลือกปฏิบัติและการตีตราอย่างมีอคติต่อกลุ่มคน LGBTQ+ ส่งผลให้กลุ่ม LGBTQ+ มีแนวโน้มของการเกิดปัญหาทางด้านอารมณ์ในระดับสูง โดยพบว่า LGBTQ+ ต้องเผชิญกับความเครียดสูงกว่าชายหญิงถึงร้อยละ 16.3 นอกจากนี้ LGBTQ+ มีแนวโน้มของการเกิดความรู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยวสูงกว่าชายหญิงถึงร้อยละ 10.1 (Lerdrat, 2022) และอาจเผชิญกับปัญหาทางอารมณ์อื่น ๆ เช่น ภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าในระดับสูง รวมถึงพบว่ามีคุณลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำ และเคยคิดฆ่าตัวตาย (Dheeraj, 2024; Kamsaeng, et al., 2022; UNDP, 2019)

นอกจากภาพเหมารวมทางเพศที่กลุ่มคนในสังคมมีต่อกลุ่ม LGBTQ+ จะทำให้กลุ่ม LGBTQ+ ต้องเผชิญกับภาวะความเครียดและปัญหาทางอารมณ์แล้ว ภาพเหมารวมทางเพศรวมถึงการจัดกลุ่มและการแบ่งช่วงชั้นที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม LGBTQ+ ด้วยกันเอง สามารถส่งผลให้กลุ่ม LGBTQ+ เกิดความเครียดและปัญหาทางอารมณ์เช่นกัน ซึ่งความเครียดที่เกิดจากภาพเหมารวมและการจัดกลุ่มภายในกลุ่ม LGBTQ+ เรียกว่า “ความเครียดภายในชนกลุ่มน้อย (intra-minority stress)” ซึ่งมักเกิดขึ้นจากการปฏิบัติต่อกันภายในกลุ่ม LGBTQ+ ซึ่งสามารถมีความรุนแรงและทำให้เกิดความเครียดในระดับสูงได้ โดยส่วนใหญ่จะเป็นการนำเกณฑ์หรือบรรทัดฐานมาใช้เป็นตัวชี้วัดเพื่อจัดกลุ่มและแบ่งประเภท เช่น ภาพลักษณ์ สถานะทางการเงิน สถานะทางสังคม และเรื่องเพศสัมพันธ์ (Pachankis et al., 2020) สิ่งที่เกิดขึ้นนี้อาจทำให้ LGBTQ+ ที่ถูกแบ่งช่วงชั้นเกิดความรู้สึกถูกตัดสินและเผชิญกับปัญหาทางอารมณ์ได้

จากข้อมูลที่ได้อธิบายข้างต้น อาจกล่าวได้ว่าภาพเหมารวมทางเพศที่บุคคลภายนอกมีต่อกลุ่ม LGBTQ+ รวมถึงภาพเหมารวมทางเพศที่ส่งผลให้เกิดการตีตรา การจัดกลุ่ม และการแบ่งช่วงชั้นที่เกิดขึ้นทั้งภายนอกและภายในกลุ่ม LGBTQ+ ด้วยกันเอง อาจเป็นต้นตอที่ทำให้กลุ่ม LGBTQ+ เกิดการถูกเลือกปฏิบัติและการตีตราอย่างมีอคติทางเพศ และส่งผลให้กลุ่ม LGBTQ+ มีแนวโน้มที่ต้องเผชิญกับปัญหาสุขภาพจิตจากหลายทาง และต้องเผชิญกับปัญหาสุขภาพจิตในระดับสูง เช่น ความเครียด ความอ้างว้างโดดเดี่ยว ภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าในระดับสูง อีกทั้งยังส่งผลต่อความเชื่อมั่นในและการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่ม LGBTQ+ และส่งผลอย่างยิ่งต่อภาวะความเป็นอยู่ที่ดีที่มีความสำคัญต่อการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีคุณภาพของกลุ่ม LGBTQ+

แนวทางการลดปัญหาภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+

ผู้นิพนธ์ได้ทำการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับแนวทางการลดปัญหาภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+ โดยทำการอธิบายตามบริบทที่แตกต่างกัน ทั้งในบริบทของตัวบุคคล LGBTQ+ บริบทภายในครอบครัว บริบทภายในโรงเรียน บริบทในสถานที่ทำงาน บริบทด้านการแพทย์ บริบทด้านสุขภาพจิต บริบททางสื่อ บริบททางสังคม และทรรศนะเพิ่มเติมของผู้นิพนธ์ ตามลำดับ ดังนี้

1. บริบทของตัวบุคคล LGBTQ+

บริบทที่มีความสำคัญมากที่สุดคงไม่พ้นตัวของบุคคล LGBTQ+ เอง ที่มีความจำเป็นที่จะต้องสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้กับตนเอง หากกลุ่ม LGBTQ+ ต้องการให้คนจดจำภาพลักษณ์ที่ดีของกลุ่ม LGBTQ+ สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เริ่มต้นมาจากการเสริมสร้างคุณค่าในตนเอง เป็นตัวของตัวเองในทางที่ดีได้อย่างมั่นใจและมีคุณค่า รวมถึงการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านการศึกษา การวางตัว หรือการบำเพ็ญประโยชน์หรือการช่วยเหลือสังคม เพื่อที่จะไม่ทำให้เกิดภาพจำเดิมที่กลุ่มคนภายนอกเข้าใจอย่างที่เป็นอยู่ (Anurak et al., 2021)

2. บริบทภายในครอบครัว

การยอมรับจากคนในครอบครัวเป็นสิ่งที่มีความสำคัญกับกลุ่ม LGBTQ+ เป็นอย่างมาก เนื่องจากการยอมรับตัวตนและได้รับความเข้าใจจากครอบครัวและคนรอบข้างจะช่วยให้บุคคลกลุ่ม LGBTQ+ สามารถแสดงออกถึงตัวตนได้อย่างอิสระและใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุข ดังนั้น ครอบครัวและคนรอบข้างจึงควรเรียนรู้และทำความเข้าใจเมื่อพบว่ามีสมาชิกในครอบครัวอยู่ในกลุ่ม LGBTQ+ โดยอาจใช้การสื่อสารที่เน้นการสื่อสารเชิงบวก รับฟังความคิดเห็นด้วยความเข้าใจ อีกทั้งคนในครอบครัวควรดูแลอยู่ห่าง ๆ ให้ความช่วยเหลือเมื่อลูกหลานต้องการ อย่างไรก็ตาม คนในครอบครัวไม่ควรเปรียบเทียบลูกหลานกับใคร เพราะจะสร้างความกดดันและทำให้ไม่อยากเปิดใจ รวมถึงต้องคอยสังเกตพฤติกรรมที่อาจเป็นสัญญาณอันตราย เช่น ใช้ความรุนแรงมากขึ้น แยกตัว หรือมีอาการซึมเศร้า (Chinchanya, 2024)

3. บริบทภายในโรงเรียน

ในการส่งเสริมความเข้าใจที่จะช่วยลดภาพเหมารวมทางเพศในโรงเรียน ควรมีกลไกการส่งเสริมความเสมอภาคระหว่างเพศในโรงเรียน คือ ควรมี

รูปแบบการให้คำปรึกษาและดูแลช่วยเหลือนักเรียนบนพื้นฐานความหลากหลายทางเพศ การสร้างพื้นที่ปลอดภัย กฎระเบียบ รวมถึงการเรียนการสอนที่เป็นธรรมและมีความเสมอภาคระหว่างเพศ ส่งเสริมกิจกรรมเสริมหลักสูตรเกี่ยวกับเพศวิถีศึกษาอย่างต่อเนื่อง รวมถึงการปรับทัศนคติครูให้มีมุมมองเข้าใจความหลากหลายทางเพศโดยใช้กลไกการมีส่วนร่วมของนักเรียน ครู บุคลากร ในโรงเรียนและเขตพื้นที่การศึกษา (Puntayoung et al., 2022)

4. บริบทในสถานที่ทำงาน

องค์กรควรมุ่งมั่นพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงานของพนักงาน LGBTQ+ ผ่านการกำหนดนโยบายการพัฒนาแผนยุทธศาสตร์ที่มีเป้าหมายและตัวชี้วัดชัดเจน มีการส่งเสริมวัฒนธรรมองค์กรที่เน้นความเท่าเทียมและการยอมรับความแตกต่าง เช่น จัดการอบรมประจำปีเพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับความหลากหลายทางเพศ พัฒนานโยบายที่เน้นป้องกันการถูกเลือกปฏิบัติ การคุกคามทางเพศในที่ทำงาน และสามารถเปิดเผยอัตลักษณ์ทางเพศได้ การจัดสรรสวัสดิการที่เป็นธรรม ทั้งนี้ การวัดและประเมินผลนโยบาย ควรดำเนินการอย่างเป็นระบบ โดยกำหนดตัวชี้วัดที่ชัดเจน ทำการสำรวจและรายงานความก้าวหน้าต่อคณะกรรมการบริหารอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างวัฒนธรรมและสภาพแวดล้อมการทำงานที่ดี (Srisook & Siriwong, 2025)

5. บริบทด้านการแพทย์

จากความกังวลของกลุ่ม LGBTQ+ ที่มีต่อการถูกเลือกปฏิบัติและการถูกตีตราที่เกิดขึ้นจากบุคลากรทางการแพทย์ จึงควรมีคลินิกเฉพาะทางสำหรับกลุ่ม LGBTQ+ ในโรงพยาบาลที่มีความพร้อม ดำเนินการให้ความรู้เชิงรุกแก่กลุ่ม LGBTQ+ สร้างเครือข่ายความร่วมมือของกลุ่ม LGBTQ+ ทั้งในและนอกโรงพยาบาล เพื่อทำความเข้าใจสภาพปัญหาที่เปลี่ยนแปลงและเพิ่มโอกาสในการให้กลุ่ม LGBTQ+ สามารถเข้าถึงการบริการได้มากยิ่งขึ้น ในขณะเดียวกัน บุคลากรทางการแพทย์ควรได้รับการอบรมเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับเพศวิทยาและความหลากหลายทางเพศ เพื่อที่จะสร้างบรรยากาศในการบริการด้วยความเข้าใจและเป็นมิตร เคารพความเท่าเทียม ไม่เกิดความเหลื่อมล้ำด้วยปัจจัยด้านเพศสภาพ (Rachchaiya, 2023; Udomratn, 2023)

6. บริบทด้านสุขภาพจิต

กรมสุขภาพจิตเป็นองค์กรที่มีความสำคัญในการดูแลสุขภาพจิตของทุกกลุ่มคนรวมถึงกลุ่มคน LGBTQ+ โดยกรมสุขภาพจิตควรร่วมมือกับองค์กรภาคประชาสังคมและสื่อ ในการส่งเสริมการใช้บริการสายด่วนสุขภาพจิต เพื่อป้องกันปัญหาทางสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นในกลุ่ม LGBTQ+ รวมถึงมีการส่งเสริมและให้ข้อมูลที่ถูกต้องเพื่อสร้างความเข้าใจให้กับกลุ่ม LGBTQ+ รวมถึงคนรอบข้าง ให้เข้าใจว่าการเข้ารับบริการทางสุขภาพจิตเป็นเรื่องปกติที่ทุกคนสามารถเข้ารับบริการได้ และควรฝึกอบรมให้กับเจ้าหน้าที่เพื่อรับมือกับคนที่เข้ามาติดต่อปรึกษาได้อย่างเหมาะสม และเคารพในความหลากหลาย เพื่อให้กลุ่ม LGBTQ+ ที่มีความต้องการเข้ารับบริการด้านสุขภาพจิตคลายความกังวลจากการเข้ารับบริการ (UNDP, 2019)

7. บริบททางสื่อ

การนำเสนอภาพตัวแทนของกลุ่ม LGBTQ+ ควรได้รับการนำเสนออย่างเป็นกลาง ไม่นำเสนอข้อมูลข่าวในแบบตีตราด้วยการกล่าวถึงอัตลักษณ์ทางเพศที่แตกต่างในการเชื่อมโยงกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในเชิงลบอย่างตั้งใจ นำเสนอภาพและเนื้อหาที่เกี่ยวกับ LGBTQ+ โดยทำความเข้าใจกับความหลากหลายทางเพศและคำนึงถึงมาตรฐานทางจริยธรรมของการเป็นสื่อ นำเสนอภาพและเนื้อหาในเชิงบวกและมีความเท่าเทียมโดยไม่นำบริบททางเพศมาเป็นประเด็นชี้นำ นอกจากนี้ เพื่อให้เนื้อหาของสื่อเป็นไปในทิศทางเดียวกัน องค์กรสื่อและสมาคมวิชาชีพสื่อควรมีการจัดทำคู่มือเพื่อเป็นแนวทางประกอบการดำเนินงานในการเผยแพร่ภาพและเนื้อหาเกี่ยวกับกลุ่ม LGBTQ+ ที่เหมาะสม (Thongrin et al., 2023) เพื่อช่วยลดภาพเหมารวมทางเพศที่ส่งผลให้เกิดอคติต่อกลุ่มคน LGBTQ+

8. บริบททางสังคม

กระบวนการขับเคลื่อนทางสังคมถือว่าเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยลดภาพเหมารวมทางเพศและอคติทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+ เช่น การประกาศใช้กฎหมายสมรสเท่าเทียม การจัดกิจกรรม Pride month ฯลฯ

อย่างไรก็ตาม การส่งเสริมความเท่าเทียมทางเพศในสังคมเพื่อลดภาพเหมารวมทางเพศและอคติทางเพศยังเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นและคงต้องจัดทำอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจใช้การจัดเทศกาล Pride ในระดับท้องถิ่น การผสมผสานศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่นกับแนวคิดความหลากหลายทางเพศ การส่งเสริมกิจกรรมเยาวชน LGBTQ+ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต ความมั่นใจของเยาวชน LGBTQ+ มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมและให้ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับความหลากหลายทางเพศให้แก่คนในชุมชน หรือแลกเปลี่ยนเรื่องเล่าระหว่าง LGBTQ+ รุ่นเก่าและรุ่นใหม่ เป็นต้น (Tongterm, 2025)

9. ทรรศนะเพิ่มเติมของผู้นิพนธ์

ภาพเหมารวมทางเพศที่ส่งผลให้เกิดการเลือกปฏิบัติการอคติทางเพศที่เกิดขึ้นกับกลุ่ม LGBTQ+ นั้นไม่ได้มาจากกลุ่มคนภายนอกที่มีต่อกลุ่ม LGBTQ+ เท่านั้น แต่ยังมีภาพเหมารวมทางเพศที่ทำให้เกิดการแบ่งแยกและการจัดกลุ่มภายในกลุ่ม LGBTQ+ ด้วยกันเอง ดังนั้น ผู้นิพนธ์มีมุมมองเพิ่มเติมว่ากลุ่มคน LGBTQ+ เองควรทำความเข้าใจในความแตกต่างหลากหลายและหลีกเลี่ยงการนำประเด็นมาตรฐานความสวยงาม สถานะทางเพศ สถานะทางสังคม หรือประเด็นอื่นใดมาตัดสินหรือแบ่งช่วงชั้นภายในกลุ่ม LGBTQ+ ด้วยกันเอง เพื่อเป็นสิ่งที่แสดงให้ทั้งกลุ่มคนภายในและภายนอกได้ตระหนักถึงการยอมรับ เคารพในตัวตน และเคารพในความแตกต่างอย่างไม่เงื่อนไขในการยอมรับและไม่ลดทอนในสิทธิความเป็นมนุษย์ซึ่งกันและกัน

จากที่ผู้นิพนธ์ได้กล่าวในประเด็นข้างต้นแสดงให้เห็นว่า แนวทางการลดและการป้องกันปัญหาภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+ เป็นประเด็นที่ต้องอาศัยระยะเวลาและความเข้าใจ และเป็นประเด็นที่ไม่สามารถแก้ได้จากบุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรือองค์กรใดองค์กรหนึ่ง แต่เป็นประเด็นที่ทุกหน่วยงานและทุกคนในสังคมควรให้ความสำคัญและให้ความร่วมมือซึ่งกันและกันเพื่อที่จะช่วยลดภาพเหมารวมและอคติทางเพศที่มีต่อกลุ่ม LGBTQ+ ในสังคมไทยต่อไป

สรุป

บทความฉบับนี้ได้แสดงให้เห็นว่า แม้สังคมไทยในปัจจุบันจะมีการยอมรับความหลากหลายทางเพศมากขึ้น รวมถึงมีการประกาศใช้กฎหมายสมรสเท่าเทียมเพื่อส่งเสริมความเท่าเทียมกันให้เกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรมในสังคม อย่างไรก็ตาม กลุ่มคน LGBTQ+ ยังคงเป็นกลุ่มเผชิญปัญหาทางสังคมจากการถูกเลือกปฏิบัติและตีตราอันเกิดจากปัญหาภาพเหมารวมทางเพศ ส่งผลให้เกิดปัญหาทางสุขภาพจิต ไม่ว่าจะเป็นความเครียด ความรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้าง ภาวะวิตกกังวล ความภาวะซึมเศร้า เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ หรือมีความคิดและพฤติกรรมการทำร้ายตนเองหรือฆ่าตัวตาย ดังนั้น บทความนี้จะเป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะช่วยให้นักจิตวิทยาซึ่งเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการช่วยเหลือสุขภาพจิตของกลุ่ม LGBTQ+ สามารถทำความเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นกับกลุ่ม LGBTQ+ เพื่อประเมินปัญหาและวางแผนงานในการช่วยเหลือโดยปราศจากอคติทางเพศ เพื่อเป็นประโยชน์สูงสุดในการที่จะจัดการกับปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมในเชิงลบที่เกิดขึ้นจากอคติและภาพเหมารวมทางเพศในกลุ่ม LGBTQ+

นอกจากนี้ การที่จะช่วยเหลือและลดปัญหาภาพเหมารวมทางเพศต้องอาศัยระยะเวลา ความรู้และความเข้าใจของคนในสังคม ดังนั้น การช่วยเหลือและลดปัญหาภาพเหมารวมทางเพศจะต้องอาศัยปฏิสัมพันธ์ของบริบททางสังคมช่วยกันพัฒนาและส่งเสริมทัศนคติเชิงบวกที่มีต่อกลุ่มคน LGBTQ+ ไม่ว่าจะเป็นโรงพยาบาล สถานศึกษา หน่วยงาน-องค์กร ครอบครัว ชุมชน สังคม สื่อ รวมถึงกลุ่มคน LGBTQ+ ด้วยกันเอง ที่ควรจะร่วมมือกันเพื่อวางรากฐานนโยบาย รวมถึงมีการกำหนดแนวทางในการปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อนำไปสู่การลดภาพเหมารวมทางเพศให้เกิดขึ้นจริงในสังคม ดังนั้น บทความฉบับนี้จึงสามารถเป็นข้อมูลพื้นฐานให้แก่ผู้ที่มีความเกี่ยวข้องดังที่ได้กล่าวไปข้างต้น นำไปใช้ประโยชน์ทั้งในบริบททางสังคม บริบททางกฎหมาย บริบทด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต และบริบททางการศึกษา ฯลฯ เพื่อที่จะศึกษาและพัฒนาเครื่องมือหรือกำหนดนโยบายเชิงประจักษ์เพื่อลดปัญหาภาพเหมารวมทางเพศและ

พัฒนาสุขภาวะความเป็นอยู่ที่ดีของกลุ่มคน LGBTQ+ ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและสามารถใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปลอดภัยและนำไปสู่การพัฒนาสังคมที่เท่าเทียมในทุกมิติอย่างแท้จริง

ผลประโยชน์ทับซ้อน

ผู้นิพนธ์ขอยืนยันว่าไม่มีผลประโยชน์ทับซ้อนในลักษณะใดๆ ที่อาจมีอิทธิพลต่อการดำเนินงานในบทความนี้

การมีส่วนร่วมของผู้นิพนธ์

ผู้นิพนธ์เป็นผู้รับผิดชอบในการออกแบบโครงสร้างเนื้อหา รวบรวมข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์ประเด็นสำคัญ การตีความผล ตลอดจนการเขียนและปรับปรุงต้นฉบับบทความฉบับนี้

เอกสารอ้างอิง

Anurak, N., Rungsrisawat, S., & Vithayarat, S. (2021). The image of transgender women in Thailand. *Journal of Social Science and Buddhistic Anthropology*, *6*(7), 254-269. https://so04.tci-thaijo.org/index.php/JSBA/article/view/252205/171663 (in Thai).

Boonsathitthavorn, T. (2023). *LGBTQ+ Challenges at Workplace* [Master's thesis, Mahidol University]. CMMU Digital Archive. https://archive.cm.mahidol.ac.th/bitstream/123456789/5107/1/TP%20HOM.014%202566.pdf (in Thai).

Chinchanya, J. (2024, May 31). *LGBTQ+ is different but not abnormal. Accepting one's identity starts with the family*. OOCA. https://ooca.co/blog/understanding-lgbtq-mental-health-family-acceptance/ (in Thai).

Chombaiyok, S. (2024, January 30). *'Bottom row squid' is a girly girl, doesn't party, has a bad figure, is not wealthy, another shade of Thai gays outside the spotlight*. The Momentum. https://themomentum.co/gender-bottom-row-squids/ (in Thai).

Dheeraj, C. (2024). The impact of gender stereotypes on the mental health and well-being of transgender and non-binary individuals in Bangladesh. *International Journal of Gender Studies*, *9*(1), 29-40. https://doi.org/10.47604/ijgs.2354

Kamsaeng, C., Lerdrat, V., Chanthawongsa, C. & Ma, S. (2022, August 22). *Survey results of Think for Kids 2022*. Think for Kids. https://101pub.org/wp-content/uploads/2022/08/คิดforคิดส์_2022_ผลสำรวจเยาวชน1_คู่มือชุดข้อมูลฉบับเต็ม.pdf (in Thai).

Kanthawong, T. (2018, September 15). *LGBT representation in Thai movie* [Paper presentation]. 1st Presentation of the National Academic Conference and Student Work in Humanities and Social Sciences, 2018, Faculty of Humanities and Social Science, Suan Sunandha Rajabhat University, Bangkok, Thailand. https://hs.ssru.ac.th/useruploads/files/20181003/eb6ed3c54d1fad6216dee33743cdac85877cb443.pdf (in Thai).

Lerdrat, V. (2022, January 16). *Life problems and support for LGBTQ+ rights from the youth survey by Think for Kids*. The 101 World. https://www.the101.world/lgbtq-life-in-youthsurvey2022/#:~:text=1.%20อารมณ์และสุขภาพจิต,16.3%25%20หรือกว่าครึ่งเท่าตัว (in Thai).

Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, *129*(5), 674-697. https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674

Mutualfinding. (2024, June 20). *"The Marriage Equality Law has passed, but..." Why are some conditions still the same in a society that accepts LGBTIQNA+?.* Thai Health Promotion Foundation. https://section09.thaihealth.or.th/2024/06/20/สมรสเท่าเทียมผ่านแล้วน/ (in Thai).

Natchaphon, B. (2021, April 26). *What do we judge people by? LGBTI+ with stereotypes*. Sanook. https://www.sanook.com/campus/1404456/ (in Thai).

Pachankis, J. E., Clark, K. A., Burton, C. L., Hughto, J. M. W., Bränström, R., & Keene, D. E. (2020). Sex, status, competition, and exclusion: Intraminority stress from within the gay community and gay and bisexual men's mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, *119*(3), 713-740. https://doi.org/10.1037/pspp0000282

Pattanangkul, N. (2025, March 24). *Myth: Why do people believe that... transgender people like to deceive others?* ThaiTGA. https://thaitga.org/contents?id=364 (in Thai).

Pickering, M. (2015). Stereotyping and stereotypes. In A. D. Smith, X. Hou, J. Stone, R. Dennis, & P. Rizova (eds.). *The Wiley Blackwell encyclopedia of race, ethnicity, and nationalism*, (pp. 1-2). John Wiley & Sons, Ltd. https://doi.org/10.1002/9781118663202.wberen046

Puntayoung, L., Wootvatansa, N., & Klompun, U. (2022). Model and mechanism to promote gender equality in order to social empowerment in School of Secondary Education Service Area Office 33, Surin Province. *Journal of Social Science and Buddhistic Anthropology*, *7*(7), 84-100. https://so04.tci-thaijo.org/index.php/JSBA/article/view/256476/176202 (in Thai).

Rachchaiya, K. (2023). Holistic care for LGBTQ people by the BKK Pride Clinic at Charoenkrung Pracharak Hospital. *Journal of Charoenkrung Pracharak Hospital*, *19*(2), 1-6. (in Thai).

Rattanasimakul, K., Chumpradit, K., Khunsri, J., Doungthai, T., & Tothanayanon, K. (2025). The construction of romantic reality of male-male relationships in Thai boys' love series. *Academic Journal of Humanities and Social Sciences Burapha University*, *33*(1), 38-54. https://so06.tci-thaijo.org/index.php/husojournal/article/view/278773/188623 (in Thai).

Rodríguez, M. F., Granda, M. M., & González, V. (2018). Gender incongruence is no longer a mental disorder. *Journal of Mental Health & Clinical Psychology*, *2*(5), 6-8. https://doi.org/10.29245/2578-2959/2018/5.1157

Rotchanan, P. (2023, March 9). *'Beautiful like a real woman' or 'hilariously funny': Conditional acceptance that Thai ladyboys still face*. The Momentum. https://themomentum.co/gender-transgender-transwomen/ (in Thai).

Rungreangkulkij, S., & Kittirattanapaiboon, P. (2021). The impact of gender on mental health and concepts of gender approach mental health policy. *Journal of Mental Health of Thailand*, *29*(3), 259-272. (in Thai).

Srisook, M., & Siriwong, P. (2025). Guidelines for improving engagement and quality of work life for LGBTQ+ employees of luxury hotels. *Journal of MCU Nakhondhat*, *12*(4), 138-148. https://so03.tci-thaijo.org/index.php/JMND/article/view/287467/188267 (in Thai).

Tanadkha, J., & Akarapongpisak, N. (2021). Countering marginalization: The becoming of LGBTQ net-idols. *Journal of Social Science for Local Rajabhat Mahasarakham University*, *5*(3), 213-221. https://so02.tci-thaijo.org/index.php/soc-rmu/article/view/249276/169662 (in Thai).

Tanthasuriya, T., & Hemchayart, W. (2024). Analysis of gender stereotype of main characters in picture books for children aged 3-6. *Journal of Early Childhood Education Management*, *6*(1), 34-48. (in Thai).

ThaiPBS. (2024, September 24). *The Royal Gazette has announced that the "Marriage Equality Law" will take effect on January 23, 2025*. https://www.thaipbs.or.th/news/content/344580 (in Thai).

Thairath. (2021, May 24). *Gay party busted, 57 arrested, drug use, promiscuous sex, COVID test taken, fear of spreading infection*. https://www.thairath.co.th/news/local/bangkok/2099341 (in Thai).

Thairath. (2024, December 8). *Gay party busted, 120 arrested, luxury hotel room used for drug use, arranged through a secret group*. https://www.thairath.co.th/news/crime/2829908 (in Thai).

The Active. (2024, May 27). *Thai society is open to 'diversity', but LGBTQIAN+ are still labeled with prejudice! Thai PBS*. https://theactive.thaipbs.or.th/news/gendersexuality-20240527-2 (in Thai).

Thongrin, S., Anantho, S., Sridee, S., Torkaew, W., Wimolkunarak, S., Wongtip, W., Manoleehakul, T., Opparamai, V., Huansuriya, T., & Chongpaisansakul, P. (2023). Guidelines for the promotion and co-regulation of media operation and presentation on sensitive issues related to gender diversity. *Academic Journal of Humanities and Social Sciences Burapha University*, *31*(3), 1-16. https://so06.tci-thaijo.org/index.php/husojournal/article/view/267435/180406 (in Thai).

Tongterm, T. (2025). Designing recreational spaces and activities for gender diversity: Lessons from countries with marriage equality laws. *Journal of Education and Human Development Sisaket Rajabhat University*, *5*(1), 62-80. https://so18.tci-thaijo.org/index.php/edusskru/article/view/912/628 (in Thai).

Udomratn, P. (2023). Mental health of LGBTQ+. *Journal of Mental Health of Thailand*, *31*(2), A1-3. (in Thai).

United Nations Development Programme. (2019). *Tolerance but not Inclusion: A national survey on experiences of discrimination and social attitudes towards LGBT people in Thailand*. https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2021-09/UNDP-TH-LGBT-Tolerance-but-not-Inclusion-THA-2021.pdf (in Thai).

Wannasiri, J. (2022, November 4). *Creating equality and promoting health services for transgender people*. Thai Health Promotion Foundation. https://www.thaihealth.or.th/สร้างความเท่าเทียม-สร้า/ (in Thai).

Yao, J. (2023). The gender role stereotypes on the homosexual group under the influence of social media. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, *14*, 120-125. https://doi.org/10.54254/2753-7048/14/20230959