

ผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
ของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย
จังหวัดเชียงราย

นवलรัตน์ โมทนา

การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองเสนอเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
หลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
พฤษภาคม 2555
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยพะเยา

อาจารย์ที่ปรึกษา และคณบดีวิทยาลัยการศึกษาต่อเนื่อง ได้พิจารณาการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองเรื่อง “ผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย” เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิตของมหาวิทยาลัยพะเยา

.....
(ดร.สันหวัช ไชยวงศ์)

อาจารย์ที่ปรึกษา

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ นพรัตน์)

คณบดีวิทยาลัยการศึกษาต่อเนื่อง

พฤษภาคม 2555

ชื่อเรื่อง	ผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย
ผู้ศึกษาค้นคว้า	นवलรัตน์ โมทนา
ที่ปรึกษา	ดร.สัณหวีช ไชยวงศ์
ประเภทสารนิพนธ์	การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง, ส.ม., มหาวิทยาลัยพะเยา, 2555
คำสำคัญ	ทักษะชีวิต พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

บทคัดย่อ

ทักษะชีวิตที่จะพัฒนาเป็นพฤติกรรมการแก้ปัญหาและสามารถนำไปใช้ได้เหมาะสมนั้นจะต้องผ่านการเรียนการสอนหรือประสบการณ์โดยตรง

วัตถุประสงค์ของการศึกษาในครั้งนี้เพื่อศึกษาเปรียบเทียบก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตซึ่งโปรแกรมประกอบด้วยความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย โดยศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน การศึกษาเป็นแบบกึ่งทดลองแบบหนึ่งกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลองศึกษาตั้งแต่เดือนมกราคม 2555 ถึง กุมภาพันธ์ 2555 กลุ่มตัวอย่างได้รับการเรียนการสอนและวัดผลจำนวน 6 สัปดาห์โดยใช้แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้แบ่งเป็น 2 อย่างคือ 1.สถิติเชิงพรรณนา ความถี่ ร้อยละ และค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.สถิติเชิงวิเคราะห์ ได้แก่ Independent-t test ผลการศึกษาพบว่าหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตกลุ่มตัวอย่างมีความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศแตกต่างกับก่อนได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้นโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตมีผลต่อกลุ่มตัวอย่างในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

Title THE EFFECTIVENESS OF DEVELOPING LIFE SKILLI AND KNOELEDGE FOR THE PREVENTION OF RISKY SEXUAL BEHAVIORS OF SCHOOL FEMALE STUDENTS IN MAE SUAI, CHIANG RAI PROVINCE

Author Nuanrat Motana

Advisor Dr.Sanhawat Chaiwong

Academic Paper Independent Study in M.P.H, University of Phayao, 2012

Keywords life skill, risky sexual behaviors

ABSTRACT

The life skills to be developed are problem solving behaviors used appropriately and responsibly in the management of personal affairs via teaching or direct experience. The purposed of study to compare the before and after of intervention program based on life skills including knowledge, attitude, and practice of sexual risk behavior on high school female students in Mae Suai district Chaing Rai province. The effectiveness of intervention program was measured to knowledge and sexual risk behavior on subjects. A quasi-experimental which was one group design was measured before and after the development of life skills on 30 subjects who was perspective samplers from January, 2012 to February, 2012. The subjects were trained and tested within 6 weeks via self – constructed questionnaire. The statistics was used into 2 types as; 1). Descriptive statistics including frequency, percentage, mean, standard deviation, and 2). Analytical statistics including Independent t – test. The results showed that the after intervention program of knowledge and sexual risk behavior of subjects was higher than the before intervention program. All group difference was significantly at the .01 level. Thus, the intervention program affected the subjects positively for preventing the sexual risk of behavior on female students.

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
สมมติฐานของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
วัยรุ่นและพัฒนาการของวัยรุ่น.....	6
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น	12
แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต.....	27
แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม.....	41
งานวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้อง.....	47
3 วิธีดำเนินการวิจัย	53
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	53
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	54
การเก็บรวบรวมข้อมูล	57
การวิเคราะห์ข้อมูล	59

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	60
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปด้านประชากร เศรษฐกิจ สังคม	60
ส่วนที่ 2 ระดับความรู้เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมและการ ป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต	65
ส่วนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการมีพฤติกรรม ทางเพศที่เหมาะสมและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียน หญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนา ทักษะชีวิต	70
5 บทสรุป	72
สรุปผลการวิจัย	73
อภิปรายผลการวิจัย	74
ข้อเสนอแนะ	75
บรรณานุกรม	77
ภาคผนวก	82
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	83
ภาคผนวก ข แผนการสอน (โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต)	89
ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า	124

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงจำนวนร้อยละของหญิงตั้งครรภ์จำแนกตาม อายุ การศึกษา อาชีพ สถานะภาพรายได้เฉลี่ยของบิดาและมารดา ความสัมพันธ์ของบิดาและมารดา การอุปเลี้ยงดู ค่าใช้จ่ายส่วนตัวขณะศึกษา ผลการเรียนของนักเรียน.....	60
2 แสดงจำนวน ร้อยละของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำแนกตามระดับความรู้ เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม.....	65
3 แสดงจำนวน ร้อยละของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำแนกตามระดับ การป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ.....	67
4 แสดงคะแนนระดับความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมก่อนและหลัง การได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต.....	69
5 แสดงคะแนนระดับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศก่อนและหลังการได้รับ โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต.....	69
6 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่ เหมาะสมของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5.....	70
7 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของ นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5.....	71

สารบัญภาพ

ภาพ

หน้า

- 1 องค์ประกอบของทักษะชีวิต กรมสุขภาพจิต..... 28

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้าด้วยตัวเองฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความรู้และความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก ดร.สัณห์วิชัย ไชยวงศ์ อาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าด้วยตัวเองที่กรุณาให้คำแนะนำ และแนวทางอันเป็นประโยชน์ในทุกขั้นตอนของการวิจัยตลอดจนช่วยเหลือแก้ไขข้อบกพร่องของการศึกษาค้นคว้าด้วยตัวเองด้วยความเอาใจใส่ และสนับสนุนให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีมาตลอดผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ดร.ทัศนพร ชูศักดิ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำสั่งสอน แนะนำแนวทางอันเป็นประโยชน์ในการศึกษาวิจัย ตลอดจนช่วยเหลือแก้ไขข้อบกพร่องของการศึกษาค้นคว้าด้วยตัวเองด้วยความเอาใจใส่ และสนับสนุนให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีมาตลอดผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้ให้แนวคิดและข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนและวิทยาลัยต่าง ๆ ที่อนุญาตให้ผู้วิจัยนำเครื่องมือไปทดสอบก่อนนำไปประกอบการวิจัย และอนุญาตให้ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลและให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี รวมทั้งนักเรียนหญิงทุกท่านที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ นักศึกษาสาขาสาธารณสุขศาสตร์ทุกท่าน และผู้ที่คอยให้กำลังใจท่านอื่นที่ไม่ได้อ้างถึงในที่นี้ ที่ให้ความประทับใจในการแบ่งปันความช่วยเหลือและร่วมทุกข์ร่วมสุขกันมาตลอดท้ายที่สุดนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณพ่อ แม่ พี่ และผู้ร่วมงานที่ได้ให้กำลังใจ ความห่วงใยและทุนสนับสนุนการวิจัยในครั้งนี้ คุณค่าและประโยชน์อันเกิดจากการศึกษาค้นคว้าด้วยตัวเองฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่ผู้ที่เกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนทำให้การศึกษาค้นคว้าด้วยตัวเองฉบับนี้สมบูรณ์

นवलรัตน์ โมทนา

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมต่างๆของวัยรุ่นนับจะมีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งเป็นปัญหาที่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ทั้งนี้เนื่องจากสังคมไทยในปัจจุบันได้รับเอาวัฒนธรรมจากชาติตะวันตกเข้ามาสู่สังคมและชีวิตประจำวันมากขึ้น วัยรุ่นเป็นกลุ่มหนึ่งที่น่าเอาวัฒนธรรมของชาติตะวันตกมาใช้ โดยขาดการไตร่ตรองว่าสิ่งไหนเหมาะสม สิ่งไหนไม่เหมาะสม หรือสิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ โดยเฉพาะสังคมไทยคาดหวังให้วัยรุ่นหญิงมีความบริสุทธิ์ไว้เพียงสาวในเรื่องเพศ (Sirirassamee, Sethabu. Yoddumnern-Attig,2003) ในขณะที่วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาการอย่างรวดเร็ว มีแรงขับทางเพศสูง มีความต้องการการเรียนรู้เรื่องเพศ (Neinstein & Andorson,1996) กอปรกับสังคมและสภาพแวดล้อมในปัจจุบันความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีมีการกระจายและเผยแพร่ได้อย่างอิสระ ทำให้วัยรุ่นสามารถเข้าถึงสื่อต่างๆ ที่มีสวนกระตุ้นความรู้สึกทางเพศได้ง่ายขึ้น นอกจากนี้ยังมีสถานเริงรมย์ที่สร้างบรรยากาศกระตุ้นอารมณ์ทางเพศมิให้พบเห็นโดยทั่วไปทั้งทางตรงและทางอ้อม จึงเป็นส่วนหนึ่งในการกระตุ้นให้วัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะเรียนรู้เรื่องเพศและมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเร็วขึ้น จากการสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จาก 20 จังหวัดทั่วประเทศในปี พ.ศ.2544 พบว่าแนวโน้มการใช้ถุงยางอนามัยลดลงโดยมีเพียงร้อยละ 10 ที่ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ (กมลชนก เทพสิทธิ์, อมรา หงษ์ทอง, อรพรรณ แสงวรรณลอย, สุชาติ จันทรศิริยากร และคานวณ อึ้งชูศักดิ์, 2545)

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น อาจเกิดจากการอยู่ในสถานที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ได้แก่ การอยู่ตามลำพังกับคู่อริ การเที่ยวตามแหล่งบันเทิง ผับ บาร์ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้ขาดการควบคุมตนเอง ขาดการยับยั้งชั่งใจ ทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์กับคู่อริได้ง่ายขึ้น ซึ่งหากไม่มีการป้องกันที่เหมาะสมอาจทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ง่ายและอาจเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์และเป็นเหตุนำไปสู่การทำแท้ง จากการสำรวจสถานการณ์การทำแท้งในประเทศไทยในปี พ.ศ.2542 พบว่ามีผู้เข้ารับบริการในโรงพยาบาลของรัฐทั่วประเทศด้วยภาวะแท้งบุตรจำนวน 45,990 รายเป็นการทำแท้งร้อยละ 28.5 และร้อยละ 30 เป็นสตรีวัยรุ่น อายุต่ำกว่า 20 ปี โดยร้อยละ 28.8 เกิดภาวะแทรกซ้อนจากการทำแท้ง และมีอัตราเสียชีวิตจากการทำแท้งสูงกว่าการแท้งเองถึง 11 เท่า (กองวางแผนครอบครัว,2542)

นอกจากนี้วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในวัยเรียนมีโอกาสถูกเพื่อนประณาม ถูกรังเกียจจากสังคม ได้รับความอับอาย เป็นผลทำให้ต้องยุติการเรียนซึ่งส่งผลกระทบต่ออนาคตของวัยรุ่น อีกทั้งรัฐบาลต้องสูญเสียงบประมาณในการแก้ไขปัญหาที่ตามมาอีกด้วย

จากรายงานของกลุ่มงานระบาดวิทยาโรคเอดส์ กองระบาดวิทยาตั้งแต่ พ.ศ.2527 ถึงวันที่ 31 มีนาคม พ.ศ.2554 พบว่ามีผู้ป่วยโรคเอดส์จำนวน 372,874 ราย เสียชีวิตแล้วจำนวน 98,153 ราย ผู้ป่วยโรคเอดส์ที่พบมากที่สุดอยู่ในกลุ่มอายุ 20 – 39 ปี โดยที่ร้อยละ 21.73 เป็นผู้ป่วยที่มีอายุระหว่าง 25–29 ปี และร้อยละ 7.73 เป็นผู้ป่วยที่มีอายุระหว่าง 20–24 ปี อัตราป่วยในทุกกลุ่มอายุพบว่าเพศชายมีสัดส่วนของอัตราป่วยเอดส์สูงกว่าเพศหญิง เท่ากับ 2 : 1 แต่ในทางกลับกันพบว่าในกลุ่มวัยรุ่น(นักเรียน/นักศึกษา) อายุ 10–19 ปี มีแนวโน้มพบว่าเพศหญิงมีสัดส่วนของอัตราป่วยเอดส์สูงกว่าเพศชาย เท่ากับ 2 : 1 โดยมีปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์สูงถึงร้อยละ 84.03 เป็นเพศชายรักต่างเพศ ร้อยละ 56.21 และเป็นหญิงรักต่างเพศ ร้อยละ 27.82 นอกจากนี้เมื่อจำแนกตามกลุ่มอาชีพพบว่า กลุ่มนักเรียนและนักศึกษา มีอัตราป่วยที่เพิ่มขึ้น (ศูนย์ข้อมูลทางระบาดวิทยา สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข,2554) และจากรายงานอัตราการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอายุ 15 – 19 ปี ต่อประชากรหญิงอายุ 15–19 ปี 1,000 คน พ.ศ. 2552 พบว่ามีอัตราการตั้งครรภ์ในกลุ่มอายุ 15–19 ปีเท่ากับ 55.9 และยังพบว่า ร้อยละของแม่คลอดบุตรอายุ 10–17 ปีมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจากปี พ.ศ.2550 ถึง พ.ศ. 2552 จากร้อยละ 6.8 เป็นร้อยละ 7 และร้อยละ 7.3 ของหญิงตั้งครรภ์ทั้งหมดตามลำดับ (สำนักอนามัยเจริญพันธ์ กรมอนามัย,2552)

นอกจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของสตรีวัยรุ่นจะเกิดผลกระทบต่อร่างกายแล้วยังก่อให้เกิดปัญหาทางด้านจิตใจด้วย เนื่องจากสังคมไทยไม่ยอมรับการมีเพศสัมพันธ์ของสตรีวัยรุ่นที่ยังไม่ได้แต่งงาน ดังนั้นสตรีที่เคยมีเพศสัมพันธ์แล้วจึงมักมีความรู้สึกหมดคุณค่าในตัวเอง กลัวการตั้งครรภ์ กลัวถูกฝ่ายชายทอดทิ้ง (จักกฤษณ์ พิณญาพงษ์,2544) นอกจากนี้วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในวัยเรียนมักจะถูกประณามจากสังคม บางรายตั้งยุติการเรียน เกิดความเครียดและอับอาย เนื่องจากสังคมไทยมีการขัดเกลาสังคมในด้านบทบาทชายหญิงที่แตกต่างกันในเรื่องเพศของหญิงต้อง รักรบวลงวงตัว การพูดคุยเรื่องเพศอย่างเปิดเผยยังไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม ทั้งที่ในสถานการณ์ปัจจุบันลักษณะของสังคมเปลี่ยนแปลงไป วัยรุ่นหญิงมีโอกาสและอิสระในการคบเพื่อนต่างเพศมากขึ้น ทำให้วัยรุ่นหญิงถูกชักจูงให้มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ที่กระทบต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ดังนั้นหากปัญหาได้รับการป้องกัน และมีแนวทางการแก้ไขที่ถูกต้อง เหมาะกับสภาพการณ์ปัจจุบัน ปัญหาการสูญเสียชีวิต

และอนาคตของวัยรุ่นหญิงจะลดลง สังคมและประเทศชาติจะมีวัยรุ่นหญิงที่มีสุขภาพดีมีคุณภาพ และช่วยพัฒนาประเทศชาติให้ก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น

จังหวัดเชียงรายพบจำนวนหญิงตั้งครรภ์ที่อายุ 15-19 ปี ทั้งสิ้น 1,854 คน คิดเป็นอัตราการตั้งครรภ์ในหญิงอายุระหว่าง 15-19 ปี เท่ากับ 42.9 (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2552) สำหรับอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย พบจำนวนการคลอด โดยที่มารดาอายุต่ำกว่า 20 ปี ใน ปี พ.ศ. 2552-วันที่ 30 มิถุนายน 2554 ทั้งหมด 130 ,135 และ 84 ราย ตามลำดับ ซึ่งจากสถิติดังกล่าวพบว่าจำนวนมารดาที่อายุต่ำกว่า 20 ปี มีจำนวนเพิ่มขึ้น

การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในกลุ่มวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะช่วยในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ รวมถึงการป้องกันปัญหาทางสังคมและเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นตามมาจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นได้ และด้วยเหตุที่ผู้วิจัยมีบทบาทเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคของประชาชน อีกทั้งยังพบว่าวัยรุ่นหญิงในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย มีพฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งควรได้รับการส่งเสริมทักษะต่างๆ เพื่อป้องกันและลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งการพัฒนาทักษะชีวิตเป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ ทั้งการตัดสินใจและการแก้ปัญหาความคิดสร้างสรรค์และความคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเองและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจจัดทำโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศขึ้น โดยประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก และกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยกำหนดสถานการณ์จำลอง และใช้เทคนิคกระบวนการกลุ่ม ซึ่งประกอบด้วย การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ และการฝึกทักษะ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ความภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวน ตลอดจนมีพฤติกรรมป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เพื่อช่วยให้เกิดภูมิคุ้มกันทางสังคม และแก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่เกิดขึ้นได้ ซึ่งทักษะต่างๆ เหล่านี้จะช่วยส่งเสริมการรับรู้และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นและเยาวชนได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้ของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย

สมมติฐานของการวิจัย

1. ภายหลังจากได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย มีการความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศแตกต่างกัน
2. ภายหลังจากได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศแตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองแบบหนึ่งกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย จำนวน 1 แห่ง

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ไม่มีการควบคุมกิจวัตรประจำวัน
2. การเก็บข้อมูลทุกครั้งทำโดยผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยเต็มใจตลอดการศึกษาวิจัย
3. กลุ่มตัวอย่างเห็นชอบในวิธีการทดลองตามวิธีของผู้วิจัยโดยการลงชื่อยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยและให้ความร่วมมือด้วยความเต็มใจตลอดการศึกษาวิจัยนี้
4. เครื่องมือที่สร้างโดยผ่านกระบวนการตามทฤษฎีใดๆ นั้น เป็นเครื่องมือที่ได้มาตรฐาน

นิยามศัพท์เฉพาะ

ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถขั้นพื้นฐานในการปรับตัวและเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสมในการเผชิญปัญหาต่างๆที่อยู่รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมในอนาคตของทักษะชีวิตแบ่งเป็น 3 ด้าน คือ

1. ทักษะชีวิตด้านพุทฺธพินัย หรือความรู้ ซึ่งในงานวิจัยนี้หมายถึง ความรู้ด้านเพศศึกษา
2. ทักษะชีวิตด้านจิตพินัย คือ เจตคติ ซึ่งในงานวิจัยนี้หมายถึงเจตคติทางเพศ
3. ทักษะชีวิตด้านทักษะพินัย หมายถึง ทักษะการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร

ทักษะการตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา รวมทั้งทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หมายถึง การปฏิบัติเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ทำให้เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ได้แก่ การมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่เป็นวัยรุ่นตอนต้น การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย การมีคู่นอนมากกว่า 1 คน

นักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 หมายถึง นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เพศหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ ปีการศึกษา 2554 อายุระหว่าง 15-18 ปี โรงเรียนในเขตอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย

โรงเรียนมัธยมศึกษา หมายถึง โรงเรียนมัธยมศึกษาของรัฐบาลซึ่งเปิดทำการเรียนการสอนตั้งแต่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6

ความรู้ หมายถึง ความรู้เรื่องเพศศึกษา พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย

1. เป็นแนวทางให้กับสถานศึกษาในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยการสอดแทรกแนวคิดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศหรือปัญหาอื่นๆ ในโรงเรียน
2. เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ที่ถูกต้องและตระหนักถึงจริยธรรมไทยในการปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ มีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม รวมทั้งยังนำความรู้และทักษะต่างๆ ที่ได้รับไปเผยแพร่ให้กับเพื่อนหรือชุมชนต่อไป
3. เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันและควบคุมปัญหาต่างๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพของนักเรียน เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาความรุนแรง ปัญหาโรคเอดส์ ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ให้กับหน่วยงานสาธารณสุขและสถาบันการศึกษาให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
4. ใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้น ในการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องต่อไป

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้ มุ่งศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย ดังนี้

1. วัยรุ่นและพัฒนาการของวัยรุ่น
2. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น
 - พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศวัยรุ่น
 - ผลกระทบจากความเสี่ยง
 - ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
3. แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต
 - ความหมายของทักษะชีวิต
 - องค์ประกอบของทักษะชีวิต
 - ทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
4. แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วัยรุ่นและพัฒนาการของวัยรุ่น

วัยรุ่น (Adolescence) คำว่าวัยรุ่น มีรากศัพท์เดิมมาจากภาษาลาติน คือ Adolescere ซึ่งหมายความว่า การเจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะ (To Grow into Maturity) ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญาไปพร้อม ๆ กัน

วัยรุ่นแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

1.วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescences) มีช่วงอายุระหว่าง 13-15 ปีร่างกายมีการเจริญเติบโตทางเพศอย่างสมบูรณ์ทั้งในเพศชายและเพศหญิง สำหรับเพศหญิงสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงความเจริญเติบโตของร่างกายอย่างเต็มที่ คือ การมีประจำเดือน มีขนขึ้นตามอวัยวะเพศ สัดส่วนต่างๆของร่างกายเปลี่ยนแปลงไป โดยเฉพาะด้านอวัยวะเพศ และการเจริญเติบโตของทรวงอก เนื่องมาจากต่อมต่างๆ ผลิตฮอร์โมนไปบำรุงมากขึ้น เด็กชายจะสังเกตได้จากการหลัง

น้ำอสุจิในครั้งแรก และจะมีขนตามอวัยวะเพศ เลียงแตกพร่า ส่วนพัฒนาการทางอารมณ์จะมีการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกเร็วและง่าย

2.วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescence) มีช่วงอายุระหว่าง 15-18 ปี ในช่วงนี้มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และความนึกคิด ในด้านร่างกายนั้นมีการเปลี่ยนแปลงที่ดึงดูดความสนใจของเพศตรงข้าม เพศหญิงร่างกายมีสัดส่วนขึ้น ผิวพรรณสดใส ส่วนเพศชายจะเริ่มมีหนวดเครา อารมณ์วัยรุ่นพบว่า มีการเปลี่ยนแปลงเร็วมาก และมีความรุนแรงมีความรู้สึกไวต่อสิ่งกระตุ้นจากสภาพแวดล้อม แสดงความรู้สึกอย่างเปิดเผยตรงไปตรงมา ซึ่งเมื่อพัฒนาการด้านต่างๆ อยู่ในระยะคงที่แล้วจะสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้

3.วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence) อายุระหว่าง 18-21 ปี ในระยะนี้พัฒนาการของวัยรุ่นเริ่มเข้าสู่ภาวะอย่างสมบูรณ์มีพัฒนาการทางด้านจิตใจมากกว่าทางด้านร่างกาย โดยเฉพาะด้านความรู้สึกนึกคิดและปรัชญาชีวิต มีความพยายามในการปรับปรุงร่างกายและจิตใจของตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อมมากขึ้น โดยการหัดตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆด้วยตนเอง และมีความกระตือรือร้นที่สร้างสิ่งประทับใจต่างๆ เพื่อแสดงว่าตนเองไม่ใช่เด็กต่อไป (พึงพิศ จักรปิง)

พัฒนาการของวัยรุ่น

พัฒนาการของวัยรุ่นโดยทั่วไปแบ่งเป็น 4 ด้าน ดังนี้ (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2540)

1. พัฒนาการด้านร่างกาย

พัฒนาการด้านร่างกายเป็นไปในแนวทางที่ความเจริญเติบโตถึงขีดสมบูรณ์สุด (Maturation) เพื่อทำหน้าที่อย่างเต็มที่ โดยหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นก่อนชาย เด็กหญิงเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุ 10-11 ปี ส่วนใหญ่ในเด็กชายจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุ 11.5-13 ปี ซึ่งการเจริญเติบโตมีทั้งการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายภายนอกที่สังเกตเห็นได้ เช่น รูปร่างหน้าตา ลักษณะเส้นผม ส่วนสูง น้ำหนัก จากการศึกษาแนวโน้มการเจริญเติบโตระยะยาวในกลุ่มเด็ก พบว่าเด็กจะมีส่วนสูงและน้ำหนักเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นชายอายุ 14 ปี และวัยรุ่นหญิงอายุ 12 ปี และปัจจัยที่มีความสำคัญกับส่วนสูงและน้ำหนักมากที่สุด ได้แก่ พันธุกรรมและอาหาร (Rice, 1997) สัดส่วนและขนาดของร่างกายของวัยรุ่นจะแตกต่างกันในวัยเด็ก วัยรุ่นจะมีไขมันสะสมมากกว่าในวัยเด็ก โดยเฉพาะวัยรุ่นหญิงมีการสะสมไขมันมากกว่าวัยรุ่นชาย จึงสังเกตเห็นได้ว่าเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นเด็กหญิงที่พอมจะมีน้ำหนักหรืออ้วนมากขึ้น (Lefancois, 2001) ส่วนการเจริญเติบโตภายใน ได้แก่ การทำงานของต่อมไร้ท่อต่างๆ ภายในร่างกายบางชนิด โครงกระดูกที่แข็งแรง การผลิตเซลล์สืบพันธุ์ในเพศชายและการมีประจำเดือนมเพศหญิง ในตอนต้นๆ ของวัยนี้ร่างกายไม่ได้สัดส่วน เด็กจะรู้สึกอึดอัด กังก้าง อ่อนไหวง่ายกับสัดส่วนอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย การทำงานของกล้ามเนื้อและประสาทสัมผัสยังไม่เข้าสู่รูปร่าง การเจริญเติบโต

ทางด้านร่างกายที่น่าสนใจ คือ ลักษณะทุติยภูมิอันเป็นลักษณะที่แบ่งแยกความเป็นชายหนุ่มกับความ เป็นหญิงสาวเพิ่งเริ่มเจริญเต็มที่ในวัยรุ่นที่มีพัฒนาการ 3 ขั้นตอนจนกว่าจะเจริญเติบโตเต็มที่ ได้แก่

1.1 Pre-Pubescence เป็นลักษณะทางเพศต่าง ๆ เริ่มเข้าสู่ขั้นที่สอง เช่น สะโพกเริ่มขยาย หน้าอกของเด็กเริ่มเจริญ เสียงเริ่มแตกห้าวในเพศชาย แต่อวัยวะสืบพันธุ์ยังไม่ทำหน้าที่

1.2 Pubescence เป็นระยะที่ลักษณะทางเพศส่วนต่าง ๆ เริ่มพัฒนาการต่อไป อวัยวะสืบพันธุ์ทำหน้าที่อย่างสมบูรณ์ เด็กหญิงเริ่มมีประจำเดือนเด็กชายเริ่มผลิตเซลล์สืบพันธุ์ได้

1.3 Post-Pubescence เป็นระยะที่ลักษณะทางเพศทุกส่วนของร่างกายเจริญเติบโตเต็มที่ อวัยวะสืบพันธุ์ทำหน้าที่อย่างสมบูรณ์ ถึงเวลาที่เด็กจะย่างเข้าสู่วัยรุ่นอย่างแท้จริง

จากที่กล่าวมาข้างต้นแสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็วและมากมายเพื่อพัฒนาการเข้าสู่การมีวุฒิภาวะทางเพศ

2. พัฒนาการทางด้านอารมณ์

พฤติกรรมต่างๆของวัยรุ่นสามารถที่จะทำความเข้าใจได้ โดยการศึกษาและทำความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะอารมณ์และความรู้สึกของพวกเขา นั่นคือพฤติกรรมของวัยรุ่นเป็นผลมาจากอารมณ์และความรู้สึกของวัยรุ่นนั่นเอง กล่าวคือ อารมณ์เป็นเสมือนแรงจูงใจที่ส่งเสริมให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรมออกมาและพฤติกรรมที่แสดงออกจะเป็นลักษณะใด รุนแรงเท่าไรขึ้นอยู่กับความเข้มของอารมณ์ขณะนั้น (Rice, 1997) นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงและการเจริญเติบโตของร่างกายทั้งภายในและภายนอกยังกระทบกระเทือนแบบแผนอารมณ์ของวัยรุ่นส่งผลให้วัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย สับสน อ่อนไหว มีความเข้มข้นของอารมณ์สูง ไม่นั่นคงควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้ บางครั้งเก็บกด บางครั้งมั่นใจสูง บางครั้งพลุ่งพล่านหรือมีลักษณะอารมณ์ที่เรียกว่า “พายุบูแคม” ระดับความเข้มข้นของอารมณ์ขึ้นอยู่กับบุคลิกดั้งเดิมของเด็กและตัวเร้าที่ทำให้เกิดอารมณ์ เด็กแต่ละคนจะแสดงบุคลิกประจำตัวออกมาอย่างเด่นชัด เช่น อารมณ์ร้อน อารมณ์วิตกกังวล อารมณ์อ่อนไหวง่าย เจ้าอารมณ์ ซื่อจรรยา เป็นต้น นอกจากนี้วัยรุ่นจะเข้ากับบุคคลต่างวัยได้ยาก เด็กวัยรุ่นจึงสามารถที่จะเกาะกลุ่มกันได้ดีเป็นพิเศษกว่าวัยอื่นๆ เพราะเข้าใจและยอมรับกันได้ง่าย

สาเหตุของความสับสนทางอารมณ์

1. วัยรุ่นเป็นช่วงที่เปลี่ยนวัย เป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นระยะที่เริ่ม เรียนรู้การเป็นผู้ใหญ่จึงมีความสับสน ลังเล ไม่แน่ใจ ไม่ทราบเวลาที่ถูกต้องที่ควรเป็นอย่างไร
2. เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นต้องวางตัวใหม่ทั้งกับเพื่อนร่วมวัย ผู้ใหญ่ เพื่อนต่างวัย รวมถึง

เพื่อนต่างเพศ ซึ่งต้องอาศัยเวลาและเป็นเรื่องที่ค่อนข้างยาก ดังนั้นเมื่อยังไม่สามารถที่จะปรับตัวได้ จึงเกิดความสับสน

3. วัยรุ่นต้องเริ่มวางแผนในการเลือกอาชีพ เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการประกอบอาชีพการเลือกอาชีพสำคัญต่อชีวิต จิตใจ อารมณ์ ความต้องการของเด็ก และบุคคลที่เกี่ยวข้อง ทำให้รู้สึกถูกกดดัน เนื่องจากถูกจำกัดด้วยระดับสติปัญญา ระบบการศึกษา ฐานะเศรษฐกิจของครอบครัว ความนิยมของสังคม ที่สำคัญวัยรุ่นยังไม่มั่นใจว่าตนเองควรประกอบอาชีพอะไร ตนถนัดในเรื่องใด

4. สภาพปัจจุบันของสังคม ซึ่งสามารถที่จะแยกย่อยได้ดังนี้

4.1 สังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว วัยรุ่นไม่สามารถที่จะปรับตัวได้ทัน

4.2 สภาพเศรษฐกิจในสังคมปัจจุบัน ทำให้วัยรุ่นต้องใช้เวลาในการฝึกฝนอาชีพนานขึ้นจึงถูกผู้ใหญ่มองว่ายังเป็นเด็ก อันเป็นแรงกดดันวัยรุ่นอย่างหนึ่ง

4.3 วัยรุ่นสมัยปัจจุบันต้องออกจากการดูแลของผู้ใหญ่เร็วขึ้น เมื่อวัยรุ่นบางคนไม่พร้อมหรือไม่สามารถที่จะดูแลตนเองได้ ทำให้เกิดปัญหาตกไปเป็นเหยื่อของผู้ที่หวังเอาประโยชน์ จากวัยรุ่นเหล่านี้

4.4 ครอบครัวมีขนาดเล็กลง ความอบอุ่นในครอบครัวจึงน้อยลง แต่อย่างไรก็ตามเด็กวัยรุ่นที่ผ่านระยะนี้ได้ด้วยดีปรับตัวได้ดี มีครอบครัวที่คอยดูแลให้กำลังใจ ก็ไม่จำเป็นต้องมี สภาพอารมณ์เช่นนี้

5. พัฒนาการทางสังคม

Rice (1996) วิเคราะห์พัฒนาการของวัยรุ่นที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางสังคมที่จำเป็นสำหรับวัยรุ่นมีอยู่ 6 ประการที่สำคัญดังนี้

5.1 วัยรุ่นจำเป็นต้องมีสัมพันธภาพที่ดีให้การดูแลและให้ความสำคัญกับบุคคลอื่น

5.2 วัยรุ่นจำเป็นต้องคบหาเพื่อนที่มีลักษณะที่แตกต่างจากวัยเด็ก คือ เป็นบุคคลใหม่ที่มีพื้นฐาน ประสบการณ์และแนวคิดที่แตกต่างกัน

5.3 วัยรุ่นจำเป็นต้องแสวงหาการยอมรับจากสังคม

5.4 วัยรุ่นจำเป็นต้องมีการคบเพื่อนต่างเพศและมีเพื่อนสนิท

5.5 วัยรุ่นจำเป็นต้องเรียนรู้การปรับตัวเกี่ยวกับการมีนัด พัฒนาทักษะทางสังคม และบุคลิกภาพ การเลือกคบเพื่อนอย่างชาญฉลาด รวมไปถึงความสำเร็จในการแต่งงาน

5.6 วัยรุ่นต้องเรียนรู้บทบาททางเพศทั้งเพศหญิงและเพศชาย รวมไปถึงการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

จึงสังเกตเห็นได้ว่าวัยรุ่นเริ่มที่จะออกจากครอบครัว เริ่มมีปฏิสัมพันธ์และมีสัมพันธ์ภาพกับบุคคลภายนอกครอบครัวมากยิ่งขึ้นโดยเฉพาะกลุ่มเพื่อน วัยนี้ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนและเพื่อนเองก็จะมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมาก และเริ่มสนใจที่จะคบเพื่อนต่างเพศ (Arnett, 2001) การเปลี่ยนแปลงทางกายอย่างรวดเร็วและมากมายเป็นแรงกระตุ้นให้วัยรุ่นรวมกลุ่มกัน เพราะสามารถรวมทุกขั้วรวมสุขมีความคับข้องใจที่คล้ายกันแก้ไขปัญหาของกันและกันดีกว่าคนต่าง วัย นอกจากนี้กลุ่มยังตอบสนองต่อความต้องการทางด้านสังคมในด้านต่างๆ ซึ่งวัยรุ่นต้องการมาก เช่น การเป็นบุคคลสำคัญ การต่อต้านผู้มีอำนาจ การหนีสภาพน่าเบื่อทางบ้าน เมื่อรวมกลุ่มกันจะมี การสร้างกฎของกลุ่ม การมีสัญลักษณ์และภาษาประจำของกลุ่มเพื่อให้สมาชิกภายในกลุ่มเท่านั้นที่จะสามารถเข้าใจได้และสมาชิกทุกคนในกลุ่มต้องปฏิบัติตาม เมื่อสมาชิกคนใดไม่ปฏิบัติตามก็จะ ถูกคัดออกจากกลุ่ม เมื่อกลุ่มไม่ยอมรับทำให้วัยรุ่นวิตกกังวล ไม่มั่นใจและโดดเดี่ยว (Rice, 1996)

การคบเพื่อนหรือการมีกลุ่มเพื่อนเป็นพัฒนาการที่สำคัญของวัยรุ่น เมื่อวัยรุ่นไม่มีโอกาสที่จะได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม วัยรุ่นจะพลาดโอกาสที่จะเรียนรู้ประสบการณ์ต่างๆ ที่สำคัญ เนื่องจากกลุ่มเพื่อนจะทำให้วัยรุ่นเรียนรู้ที่จะควบคุมอารมณ์ คอยสนับสนุนประคับประคองจิตใจ กันและกัน พัฒนาทักษะทางสังคมและความสามารถในการใช้เหตุผลพัฒนาทัศนคติต่อพฤติกรรม ทางเพศและบทบาททางเพศยึดถือค่านิยมและปฏิบัติตามหลักศีลธรรม ส่งเสริมการมีคุณค่าใน ตัวเองของวัยรุ่น แต่อย่างไรก็ตามกลุ่มเพื่อนที่คบถ้าเป็นกลุ่มเพื่อนที่ไม่ดี อาจถูกชักนำไปสู่ทางที่เสื่อมเสียได้ (Dacey & Kenny, 1997)

5. ความต้องการของวัยรุ่น

ความต้องการมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการกระทำของบุคคล การที่บุคคลมีพฤติกรรมโดยอ้อมมีสาเหตุมาจากความต้องการเป็นสำคัญ และการกระทำที่แสดงออกเป็นผลของความต้องการนั่นเอง (ฉวีวรรณ สุขพันธ์ไพฑาราม, 2527) ความต้องการ คือ ความรู้สึกอยากได้ซึ่งทำให้เกิดแรงผลักดัน ความต้องการของวัยรุ่นแบ่งออกเป็น 5 ด้าน (สุชา จันทรเฒ, 2540)

5.1 ความต้องการทางเพศ เมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นเด็กวัยรุ่นมักพยายามดิ้นรนที่จะคบหาเพื่อนต่างเพศ ซึ่งมักได้รับการกีดกันจากผู้ใหญ่เนื่องจากเกรงว่าจะเกิดเรื่องเสียหายและคำครหาขึ้นมา ซึ่งก่อให้เกิดความกดดันทางธรรมชาติ เนื่องจากกระแสนี้ต่อมต่างๆ ภายในร่างกายจะทำงานเต็มที่ โดยเฉพาะต่อมเพศที่ผลิตฮอร์โมน ออกมาเพื่อควบคุมการเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศ ทำให้วัยรุ่นพยายามที่จะหาทางออก เพื่อผ่อนคลายอารมณ์ไม่ว่าทางใดทางหนึ่ง ปัจจุบันถือว่าเป็นเรื่องที่สำคัญที่ควรแก้ไข โดยพยายามหาทางให้เด็กชายและเด็กหญิงได้มีโอกาสรู้จักกันพอสมควร ในสถานที่เหมาะสม เปิดโอกาสใหม่โอกาสพบปะสังสรรค์กันบ้าง เพื่อลดความต้องการ

ด้านนี้ลง อีกประการหนึ่งควรมีการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษากับเด็กด้วย เพราะการปกปิดอาจเป็นการกระตุ้น ให้เด็กยิ่งเพิ่มความอยากรู้อยากเห็นมากยิ่งขึ้น และพยายามที่จะทดลองค้นหาความจริงด้วยตนเอง ซึ่งอาจทำให้ประสบความเสียหายได้ ถ้าได้รับความรู้ที่ผิดๆ หรือแบบอย่างที่ไม่ดี

5.2 ความต้องการได้รับอิสระ เมื่ออยู่ในวัยเด็กพ่อแม่ต้องคอยดูแลเอาใจใส่ เนื่องจาก วัยเด็กเป็นวัยที่ต้องพึ่งพาผู้ใหญ่ แต่พอถึงวัยรุ่นเด็กจะพยายามแสวงหาความจริง พยายามยืนหยัดอยู่บนลำแข้งของตนเอง ความต้องการได้รับอิสระเป็นความต้องการที่รุนแรงมากในวัยนี้ วัยรุ่น ต้องการแสดงออกว่าตนเป็นผู้ใหญ่ ต้องการเป็นตัวของตัวเอง ไม่ชอบไม่พอใจที่ผู้ใหญ่มาก้าวร้าว ในชีวิตตนต้องการมีอิสระในความคิด การตัดสินใจและการกระทำ บางสิ่งบางอย่างด้วยตนเอง (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539)

5.3 ความต้องการหาเลี้ยงตนเอง วัยรุ่นจึงเริ่มมีความคิดที่หาเลี้ยงตนเองแทน การที่ต้องขอพ่อแม่ ทั้งนี้เพราะคิดว่าการหาเงินได้ด้วยตนเองทำให้เกิดความภาคภูมิใจการใช้จ่ายสูงต่างๆ เป็นไปอย่างสบายใจไม่ต้องเกรงใจใครเพราะเป็นเงินที่หามาได้ด้วยตนเอง อีกประการหนึ่งเป็นการ พิสูจน์ให้ผู้ปกครองเห็นว่าตนเองนั้นโต ควรมีอิสระอย่างเต็มที่แทนที่จะถูกควบคุมเหมือนแต่ก่อน

5.4 ความต้องการได้รับความนับถือจากสังคม วัยรุ่นต้องการให้สังคม โดยเฉพาะ ผู้ใหญ่ยอมรับว่าตนโตเป็นผู้ใหญ่แล้วต้องการความไว้วางใจจากผู้ใหญ่ โดยพยายามทำตนให้เป็น ผู้ใหญ่ ดังนั้นจึงมักพบเห็นว่าวัยรุ่นบางคนพยายามที่จะดื่มเหล้า สูบบุหรี่ เพื่ออวดความเป็นผู้ใหญ่ ของตนและผู้หญิงก็พยายามที่จะแต่งตัว แต่งหน้า ใส่รองเท้าส้นสูง เป็นต้น

5.5 ความต้องการปรัชญาชีวิตที่น่าพอใจ วัยรุ่นพยายามที่จะถามเรื่องราวที่ตัวเองอยากรู้อย่างมีเหตุผล ถ้าได้รับคำตอบที่ตัวเองไม่พึงพอใจก็พยายามที่จะซักถามเพื่อให้ได้คำตอบที่น่าพอใจ โดยไม่ยอมที่จะล้มเลิกความสงสัยง่าย ๆ ดังนั้นสังคมต้องส่งเสริมให้วัยรุ่นมีปรัชญาชีวิตที่เหมาะสมกับสภาพสังคมรู้จักการสร้างมาตรฐานศีลธรรมให้แก่ตนเอง

ความต้องการเหล่านี้เป็นแรงจูงใจที่นำไปสู่การกระทำหรือพฤติกรรมต่างๆ ทั้งในทางที่สังคมยอมรับและไม่ยอมรับ พฤติกรรมของวัยรุ่นมีสิ่งผลักดันทั้งจากแรงขับภายในตนเอง ได้แก่ ความคิดต่าง ๆ ที่เจริญขึ้น ความสับสนกังวลในสิ่งที่เปลี่ยนแปลงต่างๆ ตามความคิดของตน และแรงขับภายนอก คือการยอมรับความเข้าใจของผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้องกับเขา เช่น พ่อ แม่ ครู อาจารย์ สังคมรอบข้าง ค่านิยมต่างๆ บางครั้งสิ่งเหล่านี้ไปสู่การมีพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ไม่เหมาะสม โดยที่ตัวเขาเองไม่ได้ตั้งใจ และด้วยความรู้ที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์

แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

1. พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น

วัยรุ่นไทยในปัจจุบัน มีเพศสัมพันธ์ในอายุน้อยลง และมีพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพมากขึ้น เช่นการร่วมเพศโดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย การใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฉุกเฉินภายหลังมีเพศสัมพันธ์ทันที (Moming after pills) ที่ไม่ถูกต้อง การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง การใช้ยากระตุ้นอารมณ์ทางเพศ หรือสารเคมีและยาอื่นๆ ที่ทำให้เกิดความกล้า ไม่อายตลอดจนการเข้าไปมีส่วนร่วมพัวพันและขายบริการทางเพศ การถูกหลอหลอมจากสังคมและครอบครัวเกี่ยวกับการรักษาพรหมจรรย์ของหญิงแม้ว่าจะมีเป้าหมายที่ดีในการสอนให้วัยรุ่นหญิงไม่ชิงสุกก่อนห่าม แต่ในทางกลับกันก็อาจมีผลเสียต่อวัยรุ่นหญิงได้เช่นกัน

ในขณะที่วัยรุ่นชายสามารถหาประสบการณ์ได้ แต่วัยรุ่นหญิงจะเกิดความกลัวและลังเลทำให้โอกาสที่วัยรุ่นจะมีเพศสัมพันธ์ต่อกันโดยที่อาจเกิดจากความเต็มใจหรือไม่เต็มใจของฝ่ายหญิงมีมากขึ้น เมื่อความไม่สมดุลของความต้องการและการตอบสนองของทั้งสองฝ่ายเกิดขึ้น การที่ผู้หญิงถูกสังคมนตีกรอบก็จะเกิดความรู้สึกผิด ประณามตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเกิดปัญหาการเลิกร้างกัน วัยรุ่นหญิงก็มักจะคิดว่าคุณค่าของตนเองหมดไปพร้อมกับพรหมจรรย์ตนเองไม่มีอะไรจะต้องสงวนอีกแล้ว ทำให้มีโอกาสตัดสินใจผิดๆ ใช้ร่างกายตนเองเพื่อหาเงินมาปรนเปรอความสุขความต้องการด้านวัตถุต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งวัยรุ่นที่ถูกหมอมเมาด้วยลัทธิวัตถุนิยม การใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ฟุ้งเฟ้อ ตามค่านิยมที่ได้จากอิทธิพลของสื่อโฆษณา ปัญหาเรื่องการขายบริการทางเพศทั้งเปิดเผยและแอบแฝงจึงเกิดขึ้นมากในปัจจุบัน

จากการศึกษาผลงานวิจัยและสารคดีเกี่ยวกับพฤติกรรมของวัยรุ่นไทยพบว่าวัยรุ่นไทยในสายตาของสังคมมีแต่ความไม่มีสาระ ฟุ้งเฟ้อ หลูหลา มั่วสุมการพนัน มั่วยา มั่วเพศขายบริการทางเพศ โดยผ่านทางอินเทอร์เน็ตและสื่ออื่นๆ ทั้งทางตรงและแอบแฝง มีช่องว่างระหว่างวัยกับผู้ใหญ่ ขาดความสุขในการเรียน และว่าเหว่ เรื่องของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้ถูกศึกษาและถูกตีแผ่ให้สังคมได้รับทราบกันอย่างแพร่หลาย

ผลการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นในรอบ 10 ปี (2532-2542) พบว่าวัยรุ่นชายถึงร้อยละ 67 ยอมรับว่ามีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ในขณะที่วัยรุ่นหญิงไม่ถึงร้อยละ 10 ยอมรับว่ามีเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของวัยรุ่นชายที่ศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษาในต่างจังหวัดมากกว่าในกรุงเทพฯ เกือบเท่าตัว ในขณะที่วัยรุ่นที่ศึกษาอยู่ในระดับอาชีวศึกษาเคยมีเพศสัมพันธ์สูงถึงเกือบร้อยละ 70 วัยรุ่นชายในเขตกรุงเทพฯ มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ในช่วงอายุน้อยกว่าวัยรุ่นในต่างจังหวัด วัยรุ่นหญิงมีความคิดเห็นว่าเป็นบาททางเพศของชายหญิงควรมีความเสมอภาคกัน แต่วัยรุ่นชายร้อยละ 30 ยังมีความเชื่อว่าผู้ชายมีสิทธิ

เกี่ยวกับเรื่องเพศมากกว่าผู้หญิงเช่นการที่ผู้ชายสามารถมีภรรยาได้หลายคน เป็นต้น สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายปัจจุบันมีความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาในระดับปานกลาง วัยรุ่นชายร้อยละ 60 เห็นว่าการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสไม่ใช่เรื่องเสียหาย ในขณะที่ร้อยละ 94 ของนักเรียนหญิงมองว่าเป็นเรื่องน่าอาย

ผลงานวิจัยในต่างประเทศก็มีความใกล้เคียงกันกล่าวคือนักเรียนหญิงระดับมัธยมต้นส่วนใหญ่รายงานว่าไม่เคยมีเพศสัมพันธ์มาก่อน และมีทัศนคติทางเพศที่จะละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ตลอดจนมองเรื่องเพศก่อนวัยอันสมควรเป็นเรื่องที่จะทำให้เกิดปัญหาความยุ่งยากต่ออนาคตของตนเอง ในขณะที่วัยรุ่นชายรายงานถึงความคาดหวังที่จะมีเพศสัมพันธ์กับเพื่อนหญิงของตนก่อนสมรส วิจัยที่เกี่ยวกับการใช้กลยุทธ์ในการสร้างสัมพันธภาพทางเพศพบว่า วัยรุ่นหญิงและชายใช้กลยุทธ์ที่แตกต่างกัน วัยรุ่นชายมีแนวโน้มที่จะใช้ยุทธวิธีที่ใช้กำลังบังคับ ชื่นใจ ฝ่ายหญิงหรือใช้การโกหกหลอกลวง ตลอดจนการใช้เหล้าหรือยามอมเมาผู้หญิงไปมีเพศสัมพันธ์ ในขณะที่วัยรุ่นหญิงจะใช้วิธียั่วยวน เชิญชวนและเปิดโอกาสเพื่อนชาย เพื่อจะได้มีเพศสัมพันธ์กัน

งานวิจัยและสารคดีเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นไทยที่นำเสนอต่อสังคมในขณะนี้ มีข้อดีในการทำให้สังคมรับรู้ว่ามีสภาพที่แท้จริงอย่างไร แต่ในทำนองเดียวกันก็สะท้อนให้เห็นถึงสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นว่าเกิดจากความเสื่อมโทรมของสังคมที่แวดล้อมไปด้วยหลุมพรางอุปายมุข ผลประโยชน์และความเห็นแก่ตัวของผู้ใหญ่ที่มีส่วนชักจูงให้เด็กวัยรุ่นเหล่านี้ตกนรก เพื่อผลประโยชน์แห่งตน สภาพปัญหาที่ถูกตีแผ่นี้ดูผิวเผินก็เหมือนการประณามวัยรุ่นในปัจจุบันว่า ไม่รักดี ไวไฟ เซ็กส์จัด หรือ ใจแตก การแก้ไขปัญหาก็ได้ทัศนคติที่เป็นลบนี้จะทำให้แนวทางการแก้ปัญหาเบี่ยงเบนจากต้นเหตุของปัญหาที่แท้จริงในสังคม แต่กลับมุ่งไปสู่เด็กวัยรุ่น ซึ่งเป็นผลพวงปลายเหตุของปัญหา หรืออาจมองว่าเป็นเหยื่อของปัญหาสังคมก็ได้ ดังนั้นในรอบ 10 ปีที่ผ่านมา แม้จะมีการตื่นตัวมากขึ้นในวงการนักวิชาการและนักวิจัย ตลอดจนนักปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับปัญหาวัยรุ่น แต่ก็ยังไม่เห็นความสำเร็จที่เป็นรูปธรรมอย่างแท้จริงเท่าใดนัก ความเข้าใจผิดและมีความเชื่อผิดๆ ในเรื่องเพศสัมพันธ์ จากการที่ต้องแสวงหาความรู้ด้านนี้ และลองผิดลองถูกกันเอง ทำให้วัยรุ่นมีโอกาสเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพทางเพศมากยิ่งขึ้น

ปัญหาพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น เป็นสิ่งที่ละเอียดอ่อนและมีความซับซ้อน ซึ่งสังคมควรให้ความเข้าใจและศึกษาถึงต้นเหตุของปัญหาที่แท้จริงรวมทั้งปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมีปัญหาพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น การประณามและตีตราว่าพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นในปัจจุบันเป็นพฤติกรรมเบี่ยงเบนนั้น จะไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาสุขภาพทางเพศในวัยรุ่นแต่อย่างใด ความสำคัญของปัญหานี้ อยู่ที่ว่าจะทำอย่างไรให้วัยรุ่นได้รับการติเตียนทางปัญญา มีทักษะชีวิตมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมทางเพศของตนเองและมีศิลปะในการปกป้อง

ตนเองให้พ้นจากการถูกกดขี่และเอาโรคเอาเปรียบทางเพศซึ่งนับว่าเป็นสิ่งทำทนายของสังคมมากกว่า

2. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

การศึกษาที่ผ่านมามีส่วนใหญ่อธิบายความหมายของพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศไว้ว่า หมายถึง การประพฤติปฏิบัติกิจกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ หรือก่อให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และเอดส์ (Luster & Small, 1994) ได้แก่ การมีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุยังน้อย การมีคู่นอนหลายคน การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้วิธีคุมกำเนิด (Luster & Small, 1994) การมีเพศสัมพันธ์กับผู้ขายบริการทางเพศ (Stiffman & Earls, 1990) การดื่มสุรา หรือใช้สารเสพติดก่อนมีเพศสัมพันธ์หรือมีเอดส์ขณะมีเพศสัมพันธ์ (Newman & Zimmerman, 2000)

เนื่องจากวัยรุ่นอยากรทดลองสิ่งใหม่ๆ ขาดประสบการณ์ชีวิตความคิดอ่านยังไม่เจริญสุ่ววุฒิภาวะที่เพียงพอที่จะเข้าใจและตระหนักถึงผลเสียที่จะตามมา มองเขาข้างตนเองมากเกินไปและ คิดว่าสิ่งเลวร้ายต่างๆ คงไม่เกิดขึ้นกับตนเอง จึงส่งผลให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ง่าย (จันทิชาติตา พฤษยานานนท์, 2538) พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นสามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

2.1 การมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุยังน้อย การมีเพศสัมพันธ์เร็วตั้งแต่ยังเป็นวัยรุ่นตอนต้นทำให้วัยรุ่นเสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ เนื่องจากเนื้อเยื่อบริเวณอวัยวะเพศของวัยรุ่นมีลักษณะบอบบางยังไม่เจริญเติบโตเต็มที่จึงมีการฉีกขาดได้ง่าย เมื่อมีเพศสัมพันธ์จะเกิดการเสียดสีจากการสอดใส่อวัยวะเพศ ทำให้เกิดการระคายเคืองจนเกิดแผล (Niestien & Anderson, 1996) พบว่าวัยรุ่นเริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกอยู่ในช่วงอายุ 12-19 ปี จาก การศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ของผู้ป่วยวัยรุ่นพบว่ากลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์สูงมีอายุระหว่าง 12-19 ปี กลุ่มนี้เคยเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในปีที่ผ่านมาร้อยละ 37.2 และยังคงพบว่าเคยเข้ารับการรักษาตัวด้วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์คิดเป็นร้อยละ 35.1 (Niestien&Anderson, 1996) ในประเทศไทยการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักศึกษาระดับมัธยมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ พบว่าอายุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกอายุ 9-10 ปี ร้อยละ 7.2 อายุ 11-12 ปี ร้อยละ 10.7 และอายุ 13-14 ปีร้อยละ 35.7 (อรอุสา จันทรวีรุจ, 2544)และการศึกษาผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะ ในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชายระดับอาชีวศึกษา ของพัชรินทร์ สิมะทราช (2544) พบว่า นักเรียนชายระดับอาชีวศึกษามีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุ 12-17 ปี ร้อยละ 78.13 และการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นในเขต

อำเภอเมืองจังหวัดน่านพบว่านักศึกษาระดับระดับอาชีวศึกษามีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 13 ปี ร้อยละ 6.7 และมากที่สุดที่อายุ 14-15 ปี คิดเป็นร้อยละ 42.2 ส่วนในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาพบว่ามีการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก เมื่ออายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 13 ปี ร้อยละ 13.3 และมากที่สุดที่อายุ 14-15 ปี ร้อยละ 53.3 (จันทร์ ทองศิริ, 2539) จากผลการศึกษาดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นเริ่มมีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุยังน้อย ซึ่งปัญหาดังกล่าวนำไปสู่การติดโรคทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ ซึ่งการติดโรคทางเพศสัมพันธ์พบว่า สวมใหญ่เป็นกลุ่มวัยรุ่นมากกว่ากลุ่มอื่นๆ (Stewart & Hofmann, 1997)

2.2 การมีคู่นอนหลายคน หมายถึง การเปลี่ยนคู่อหญิงหรือชายที่มีเพศสัมพันธ์ด้วย จำนวนที่มากกว่า 1 คน กำลังเป็นค่านิยมที่ผิดและเป็นปัญหาของวัยรุ่นในปัจจุบัน จากการศึกษา ค่านิยมการคบเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ โดยจำแนกตามเพศและสภาพครอบครัวพบว่า วัยรุ่นมีค่านิยมการคบเพื่อนต่างเพศหลายๆ คนทำให้รู้สึกว่าเป็นที่ชื่นชอบของเพื่อนอยู่ในระดับปานกลางในวัยรุ่น ที่มีสภาพครอบครัวที่สมบูรณ์ และระดับมากในครอบครัวที่มีสภาพครอบครัวที่แตกแยก การที่วัยรุ่นเปลี่ยนคู่นอนบ่อย หรือมีคู่นอนหลายคนทำให้มีโอกาสได้รับเชื้อเอดส์และโรคติดต่อทางสัมพันธ์สูงขึ้น การศึกษาของ Luster&Small (1994) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นพบว่า วัยรุ่นมีคู่นอนมากกว่าสองคนขึ้นไปมากถึงร้อยละ 55.6 ในวัยรุ่นชาย มีคู่นอนตั้งแต่สองคนขึ้นไปร้อยละ 65.5 นอกจากนี้การศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ของผู้ป่วยพบว่ากลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์สูง สวมใหญ่มีคู่นอน 2-6 คน คิดเป็นร้อยละ 48.8 กลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ปานกลางมีคู่นอน 2-4 คน คิดเป็นร้อยละ 34.9 ส่วนกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ต่ำมีคู่นอน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 45.0 (Stiffman & Earls, 1990) ในประเทศไทย จากรายงานวิจัยของ สุทธิลักษณ์ ตั้งกุลบริบูรณ์และคณะ (2541) ได้ศึกษาทัศนคติต่อบริการทางเพศ ความเชื่อ อารมณ์ภายใน - ภายนอกตน ด้านสุขภาพและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ของนักเรียนอาชีวและนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดขอนแก่น พบว่าการเปลี่ยนคู่อร่วมเพศกับผู้อื่นร้อยละ 15.0 และจากการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ พบว่านักเรียนมีจำนวนคู่นอน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3 (อรอุษา จันทร์วิรุจ, 2544) และจากการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการรับรู้ภาวะเสี่ยง: การศึกษาเชิงบรรยายในวัยรุ่น ในเขตเทศบาลขอนแก่น พบว่าวัยรุ่นตอนปลายมีคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูงที่สุด ร้อยละ 45.0 รองลงมาวัยรุ่นตอนกลาง ร้อยละ 41.0 และวัยรุ่นตอนต้นมีคะแนนต่ำที่สุดร้อยละ 34.0 เมื่อเปรียบเทียบกับ

คะแนนการรับรู้ภาวะเสี่ยงทางเพศแล้ววัยรุ่นตอนกลางมีคะแนนสูงที่สุด 105.54 รองลงมาเป็นวัยรุ่นตอนปลาย 103.87 ต่ำสุดที่กลุ่มวัยรุ่นตอนต้น 98.18 (สุภาพรณี ปัญหาราช, 2547)

2.3 การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นมีความเสี่ยงสูงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ (Grunbaum et al, 1999) ในประเทศไทยได้มีการศึกษาต่อความคิดเห็นต่อข้อมูลข่าวสารทางเพศและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักศึกษาสังกัดกรมอาชีวศึกษา จังหวัดตรัง พบว่านักศึกษามีพฤติกรรมป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศโดยการใช้ถุงยางอนามัยอยู่ในระดับสูงเพียงร้อยละ 31.0 ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 51.2 และระดับต่ำร้อยละ 17.8 (สุปรียา รามการุณ, 2544) จันทรแรม ทองศิริ (2539) ศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น จังหวัดน่าน พบว่าวัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์กับหญิงบริการไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 16.7 ใช้บางครั้งร้อยละ 16.6 และพบว่าวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์กับเพื่อนหญิงหรือเพื่อนชายไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 36.1 ใช้บางครั้งร้อยละ 44.5 และการศึกษาความคิดเห็นต่อข้อมูลข่าวสารทางเพศและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักศึกษาสังกัดกรมอาชีวศึกษา จังหวัดตรัง พบว่านักเรียนใช้ถุงยางอนามัยถูกต้องทุกขั้นตอนเพียงร้อยละ 6.4 (สุปรียา รามการุณ) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้ถุงยางอนามัยของนักเรียนชายในวิทยาลัยอาชีวศึกษา จังหวัดตาก พบว่าร้อยละ 88.3 ของผู้ที่เคยมีเพศสัมพันธ์มีพฤติกรรมการใช้ถุงยางอนามัยอยู่ระดับที่ต้องแก้ไข (บุญยานุช เดชบริบูรณ์, 2544) จะเห็นว่าเหตุผลดังกล่าวเป็นสาเหตุให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ รวมไปถึงการตั้งครรภ์ได้

2.4 การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้วิธีคุมกำเนิด ทั้งที่การใช้วิธีการคุมกำเนิดเป็นเรื่องที่สำคัญ เพราะนอกจากจะป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์แล้ว ยังสามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้อีกด้วย จึงจำเป็นอย่างมากสำหรับวัยรุ่น โดยเฉพาะวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ และ Luster & Small (1994) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่นพบว่าวัยรุ่นใช้วิธีการคุมกำเนิดทุกครั้งในวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงเพียงร้อยละ 43.4, 50.1 ตามลำดับ ส่วนในวัยรุ่นใช้วิธีการคุมกำเนิดโดยใช้ถุงยางอนามัยอย่างเดียวร้อยละ 40.0 กล่าวได้ว่าพวกเขาใช้ถุงยางอนามัยไม่สม่ำเสมอ ในประเทศไทยจากการศึกษาต่อความคิดเห็นต่อข้อมูลข่าวสารทางเพศและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักศึกษาสังกัดกรมอาชีวศึกษา จังหวัดตรัง พบว่าเมื่อมีเพศสัมพันธ์กับเพื่อนหญิงหรือเพื่อนชายไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัยร้อยละ 40.6 ไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์กับคนรักร้อยละ 51.3 (สุปรียา รามการุณ, 2544) และอรอุษา จันทรวิรุฑ (2544) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า การมีเพศสัมพันธ์ซึ่งส่วนใหญ่เป็นแฟน/คนรัก ร้อยละ 75.1 ไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัย ร้อยละ 85.7

จากข้อมูลเบื้องต้นแสดงให้เห็นว่า การใช้วิธีการคุมกำเนิดในวัยรุ่นยังไม่ครอบคลุม บ้างไม่รู้วิธีคุมกำเนิด บ้างก็ไม่พึงพอใจ ทำให้เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ จะเห็นได้ว่าการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นส่งผลเสียมากมาย แต่กลับพบว่าอัตราการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นยังอยู่สูงอยู่และวัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุน้อยลงเรื่อย ๆ

2.5 การมีเพศสัมพันธ์กับผู้ขายบริการ จากผลการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคเอดส์ของผู้ป่วยวัยรุ่นพบว่า วัยรุ่นที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์สูงเคย มีเพศสัมพันธ์กับผู้ขายบริการทางเพศ 1-2 คน ร้อยละ 9.3 เคยมีเพศสัมพันธ์กับผู้ขายบริการทางเพศ 3-9 คนคิดเป็นร้อยละ 16.3 และมากที่สุดร้อยละ 20.1 เคยมีเพศสัมพันธ์กับผู้ขายบริการทางเพศตั้งแต่ 10 คนขึ้นไป (Stiffman & Earls, 1990) และการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในนักเรียนมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาพบว่า นักเรียนมัธยมชาย และหญิงไม่เคยป้องกันเมื่อมีเพศสัมพันธ์กับผู้ขายบริการทางเพศร้อยละ 27.3 และ 33.3 ตามลำดับ ในเพศชายใช้วิธีป้องกันบางครั้งเมื่อมีเพศสัมพันธ์กับผู้ขายบริการทางเพศร้อยละ 66.7 (พิสมัย นพรัตน์, 2543) การที่วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์กับผู้ขายบริการทางเพศ ทำให้วัยรุ่นเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สูง (Stiffman & Earls, 1990)

2.6 การดื่มสุราและการใช้สารเสพติด เนื่องจากการดื่มสุราและสารเสพติดจะทำให้วัยรุ่นขาดสติสัมปชัญญะและการควบคุมตัวเอง ส่งผลให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยนำไปสู่การติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ วัยรุ่นบางคนเชื่อว่าการดื่มสุราและสารเสพติดบางชนิดช่วยทำให้เพิ่มความสุขเมื่อมีเพศสัมพันธ์ และการศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเกรด 9 ในเมืองพบว่า การดื่มสุราและการใช้สารเสพติดมีความสัมพันธ์กับประสบการณ์ทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (Boyer et al, 1999) ส่วนการศึกษาในประเทศไทย พัชรินทร์ สิมทะราช(2544) ศึกษาผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะ ในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชายระดับอาชีวศึกษา พบว่า นักเรียนชายระดับอาชีวศึกษามีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกจากการเมาสุรา ร้อยละ 8.96 และ อรุณสา จันทรวีรุช (2544) ศึกษาศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า วัยรุ่นไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์สาเหตุเนื่องจากการเมาสุราคิดเป็นร้อยละ 8.3 สอดคล้องกับการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น จังหวัดน่าน พบว่า วัยรุ่นอาชีวศึกษามีเพศสัมพันธ์ภายหลังการดื่มสุราร้อยละ 12.8 ส่วนในวัยรุ่นมัธยมศึกษา มีเพศสัมพันธ์ภายหลังการดื่มสุรา ร้อยละ 4.2 และไม่ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ภายหลังการดื่มสุรามากถึงร้อยละ 60.6, 88.9 ในวัยรุ่นอาชีวศึกษาและวัยรุ่นมัธยมศึกษาตามลำดับ(จันทร์แรม ทองศิริ, 2539) ผลการศึกษาดังกล่าว

ชี้ให้เห็นว่าเมื่อวัยรุ่นดื่มสุรา หรือใช้สารเสพติดมักกระตุ้นให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์โดยที่ไม่ใช้วิธีการป้องกันมากขึ้น ซึ่งทำให้วัยรุ่นมีโอกาสเสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอ็ดส์ได้สูงขึ้น

3. ผลกระทบจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

ความต้องการทางเพศหรือพฤติกรรมทางเพศเป็นสัญชาตญาณอย่างหนึ่งของมนุษย์จะแสดงออกทางเพศอยู่ตลอดเวลาทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว ความต้องการทางเพศขึ้นอยู่กับฮอร์โมนเพศ ในวัยรุ่นหรือวัยหนุ่มสาวซึ่งฮอร์โมนกำลังสมบูรณ์จะต้องมีความต้องการทางเพศสูงนอกจากนี้ปัจจัยที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับความต้องการทางเพศ คือ อารมณ์ จิตใจ และสิ่งแวดล้อม (สุวันทนา อารีพรรค และอนเนก อารีพรรค, 2525, หน้า 127) วัยรุ่นเป็นวัยที่ให้ความสนใจในเพศตรงข้าม ทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมเรียกร้องความสนใจเพศตรงข้ามรูปแบบต่างๆ เช่น การแต่งกายให้สะดุดตา การแสดงความสนใจด้วยการให้ดอกไม้ ให้รูปถ่าย ให้สิ่งของที่ระลึก หรือการเขียนจดหมาย การพูดคุยทางโทรศัพท์ (เพชรรัตน์ ศิริวงศ์, 2544, หน้า 39-41) วัยรุ่นเพศหญิงและชายมองความสัมพันธ์ระหว่างเพศแตกต่างกัน วัยรุ่นหญิงมักมองความสัมพันธ์ระหว่างเพศเป็นเรื่องของความรักที่เรียกว่าโรแมนติก (Romantic) คือมองความรักเป็นสิ่งสวยงาม เป็นความอบอุ่น ความผูกพัน โดยเฉพาะความรักของตนนั้นเป็นความรักที่แท้จริงควรแก่การให้และการเสียสละ ส่วนวัยรุ่นชายมองว่าความสัมพันธ์ระหว่างเพศเป็นเรื่องของความใคร่ที่เรียกว่าอีโรติก (Erotic) ซึ่งทำให้มีการแสวงหาสิ่งกระตุ้นทางเพศและความสุขสุดขั้วทางเพศ จึงต้องการที่จะมีเพศสัมพันธ์เมื่อมีโอกาส (จันทร์วิภา ดิลกสัมพันธ์, 2538, หน้า 6) จากเหตุผลข้างต้นทำให้วัยรุ่นพยายามแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองต่อความต้องการทางเพศของตน ส่งผลให้เกิดปัญหาพฤติกรรมทางเพศตามมา คือปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ การตั้งครรภที่ไม่น่าพึงปรารถนา การทำแท้ง และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

3.1 เพศสัมพันธ์ (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2540. หน้า 624, 632- 633)

ปัจจุบันพฤติกรรมของวัยรุ่นได้เปลี่ยนแปลงไปจากสมัยก่อน คือ การร่วมเพศถือเป็นส่วนหนึ่งของการทดลองเลือกคู่ครอง และมีการเปิดเผยมากขึ้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะอิสระที่มีมากกว่าสมัยก่อน โดยเฉพาะผู้หญิงซึ่งมีความสัมพันธ์ทางเพศโดยไม่จำเป็นต้องมีข้อผูกมัดใดๆ กับชาย ปัจจุบันมีหลายสิ่งที่ทำให้วัยรุ่นสมัยนี้กล้าที่จะมีเพศสัมพันธ์ เช่น อินเทอร์เน็ต และไม่ค่อยมีผลต่ออนาคตหรืออาชีพ เนื่องจากการคุมกำเนิดที่ดีขึ้น และการทำแท้งที่มีความปลอดภัยกว่าเดิมทำให้ทั้งคู่ไม่จำเป็นต้องแต่งงานกันถ้าตนไม่ต้องการ (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2540, หน้า 624) นอกจากนี้วัยรุ่นยังมีเพศสัมพันธ์ได้โดยไม่ต้องมีความรัก โดยเฉพาะเพศชายจะมีมากกว่า ซึ่งสามารถมีเพศสัมพันธ์กับหญิงที่ไม่ได้รักมาก่อนก็ได้ แต่วัยรุ่นหญิงบางส่วนจะมี

เพศสัมพันธ์เพื่อต้องการรักษาความรักและความสัมพันธ์ต่อกันไว้ (ศูนย์วิจัยและพัฒนาเพศศาสตร์ศึกษา, 2545 .หน้า 88) จากเหตุผลข้างต้นทำให้ปัจจุบันมีปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมีแนวโน้มสูงขึ้น

3.2 การตั้งครรรภ์ที่ไม่พึงปรารถนา

การตั้งครรรภ์ที่ไม่พึงปรารถนาในสังคมที่พัฒนาแล้วมีแนวโน้มจะเพิ่มขึ้น และสิ่งนี้ทำให้เกิดปัญหาทางเศรษฐกิจ สังคม และการแพทย์ เนื่องด้วยอัตราเสี่ยงทางด้านสุขภาพของมารดาที่เป็นวัยรุ่นและทารกในครรภ์ก็มีมากกว่าธรรมดา โดยเฉพาะการคลอดก่อนกำหนด ทางด้านสังคมก็มีปัญหาเรื่องการศึกษา ครอบครัวก็ไม่มั่นคง และโอกาสจะได้งานดี ๆ ก็น้อยลง นอกจากนี้ยังมีปัญหาอื่นอีก เช่น ถูกพ่อแม่ลงโทษ โกรธ และไม่ให้ความช่วยเหลือ คนบางคนหลังจากทำแท้งหรือยกเด็กให้คนอื่นไปเลี้ยงจะรู้สึกผิดและซึมเศร้า การตั้งครรรภ์ที่ไม่พึงปรารถนาส่วนใหญ่เกิดจากการไม่ได้คุมกำเนิดหรือคุมกำเนิดไม่สม่ำเสมอ การที่วัยรุ่นส่วนใหญ่ไม่ได้คุมกำเนิดเพราะคิดว่าจะไม่ตั้งครรรภ์หรือหาวิธีคุมกำเนิดไม่ได้ และวัยรุ่นหญิงจำนวนหนึ่งอาจปล่อยให้ตนตั้งครรรภ์เนื่องจากแรงผลักดันบางอย่างในจิตใจไร้สำนึกและจิตในสำนึก เช่น ต้องการพิสูจน์ว่าตนเองเป็นผู้หญิงและร่างกายก็ทำหน้าที่ของผู้หญิงได้อย่างสมบูรณ์ ต้องการประชดพ่อแม่ที่ห้ามปรามตนเกี่ยวกับเรื่องเพศ หรือต้องการผูกมัดผู้ชายคนนั้น วัยรุ่นจำนวนน้อยมากที่จะคุมกำเนิดเมื่อมีการร่วมเพศครั้งแรกทั้งนี้อาจเป็นเพราะไม่มีความรู้ หาวิธีคุมกำเนิดหรือยากคุมกำเนิดไม่ได้ หรือบางคนแม้จะรู้วิธีคุมกำเนิดหรือยากคุมกำเนิด แต่ก็ไม่ได้ทำเป็นประจำรวมทั้งมีความรู้ผิด ๆ เกี่ยวกับหน้าที่ในการสืบพันธุ์ของร่างกาย นอกจากนี้วัยรุ่นชายสาวส่วนใหญ่ จะไม่สนใจการคุมกำเนิดเนื่องจากสาเหตุหลายประการ เช่น รู้สึกว่าการคุมกำเนิดทำให้การร่วมเพศไม่เป็นธรรมชาติ ไม่ชอบดึงองคชาติออกมาหลังจากนํ้ากามภายนอกช่องคลอด ไม่มีความรับผิดชอบ หรือได้รับความรู้ผิดๆเกี่ยวกับการเสี่ยงตั้งครรรภ์ (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2540. หน้า 632)

3.3 การทำแท้ง

การตั้งครรรภ์ที่ไม่พึงปรารถนา ของวัยรุ่นมักจะจบลงด้วยการ “ทำแท้ง” ทั้งนี้เพราะสังคมยังไม่ยอมรับสภาพดังกล่าวของผู้หญิง (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2540. หน้า 633) ในประเทศไทยวัยรุ่นหญิงที่ตั้งครรรภ์จะถูกไล่ออกจากโรงเรียน ให้พักการศึกษา ถูกประณามจากสังคมและครอบครัว โอกาสที่จะแต่งงานกับผู้ชายลดน้อยลง การทำแท้งมักเริ่มด้วยการหาซื้อยาขับเลือดจากร้านขายยาทั่วไป ซึ่งมีทั้งยาแผนโบราณและแผนปัจจุบันมารับประทาน แต่มักไม่ได้ผลทั้งยังอาจทำให้ทารกเกิดความพิการอีกด้วย จึงต้องพึ่งหมอเถื่อนในขั้นตอนต่อไป วิธีที่หมอเถื่อนใช้กันคือ การบีบเค้นมดลูกเพื่อให้เกิดเลือด การใส่ท่อขยายเข้าไปในโพรงมดลูก

พร้อมทั้งชนิดของเหลวบางอย่าง เช่น น้ำเกลือ น้ำต้มสุก น้ำตาลกลูโคส น้ำยาละลายควินินเข้าไป หรือใช้วัสดุแข็งสอดผ่านปากมดลูกเข้าไปทำลายเด็กในโพรงมดลูก เป็นต้น วิธีการดังกล่าวมีอันตรายมาก ผลที่เกิดขึ้นตามมาก็คือ

1. เป็นอันตรายต่อชีวิต ซึ่งเกิดจากสาเหตุที่สำคัญคือ การตกเลือด หรือการติดเชื้ออย่างรุนแรง ปัญหานี้มักเกิดจากฝีมือของผู้กระทำซึ่งไม่มีความชำนาญพอ ซึ่งโดยมากมักจะเป็นหมอเถื่อน

2. เป็นอุปสรรคต่อการมีบุตรในอนาคต ทั้งนี้เพราะการทำให้แก้มองทำให้เกิดการอักเสบเรื้อรังในโพรงมดลูกและท่อมดลูก เป็นผลให้โพรงมดลูกและท่อมดลูกตีบตัน มดลูกทะลุจากเครื่องมือทำแก้มอง หรืออักเสบอย่างรุนแรงทำให้ต้องตัดมดลูกทิ้ง หรือการขยายปากมดลูกขณะทำแก้มองจะทำให้ปากมดลูกฉีกขาดหรือหูดของปากมดลูกหลวม จึงแก้มองบ่อยๆ ได้ในภายหลัง

3. สุขภาพไม่ดี เนื่องจากมีการอักเสบเรื้อรังในช่องเชิงกรานยิ่งกว่านั้น การทำแก้มองยังเป็นความผิดตามกฎหมายทั้งผู้กระทำและผู้ยินยอมให้กระทำ ยกเว้นเฉพาะกรณีแพทย์จำเป็นต้องกระทำเนื่องจากสุขภาพของหญิงนั้น หรือเมื่อการตั้งครรภ์ถูกข่มขืนกระทำชำเรา

3.4 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นปัญหาที่สำคัญของวัยรุ่น โดยเฉพาะผู้ชาย ซึ่งชอบปลดปล่อยอารมณ์ทางเพศหรือหาประสบการณ์จากหญิงโสเภณี โรคที่ต้องพึงระวังจากการมีเพศสัมพันธ์ ได้แก่ โรคหนองในแท้ และหนองในเทียม ซิฟิลิส เริม ตับอักเสบจากเชื้อไวรัสชนิดบี และโรคเอดส์ เป็นต้น อาการทั่วไปของโรคเหล่านี้ คือ อาจมีความผิดปกติที่อวัยวะเพศ เช่น มีแผล คัน และอาจมีหนองไหลออกมาจากท่อปัสสาวะหรือช่องคลอด รวมทั้งตอมน้ำเหลืองที่ขาหนีบโต เชื้อโรคบางชนิดจะกระจายเข้าสู่อวัยวะสืบพันธุ์ภายใน เช่นหนองในทำให้เกิดการอักเสบของต่อมลูกหมาก ผลิตน้ำหล่อเลี้ยงอสุจิ ท่ออสุจิ โพรงมดลูก และรังไข่ เชื้อบางชนิดเข้าสู่กระแสโลหิตได้ทำให้เป็นไข้ ตอมน้ำเหลืองทั่วไปโตและมีผื่นขึ้นตามตัว เชื้อบางชนิดจะเข้าไปหลบซ่อนอยู่ที่อวัยวะบางแห่งจนเมื่อมีโอกาสเหมาะจึงทำอันตรายต่ออวัยวะนั้น เช่น เชื้อซิฟิลิส ทำให้เกิดการอักเสบของระบบหัวใจและหลอดเลือด ระบบกระดูก และระบบประสาท หลังจากได้รับเชื้อ มาแล้วมานานหลายปี สำหรับโรคไวรัสตับอักเสบบีเป็นโรคที่อันตรายมากชนิดหนึ่ง โดยทั่วไปจะติดต่อกันทางเลือด และทางของเหลวบางอย่างที่ขับออกจากร่างกายเช่น น้ำนม น้ำคร่ำ น้ำลาย และน้ำอสุจิ จึงอาจติดต่อกันทางเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะการร่วมเพศทางทวารหนัก ซึ่งมักจะทำให้เกิดรอยแผล ผู้ป่วยที่ได้รับเชื้ออาจไม่แสดงอาการใดๆ เลยหรือมีอาการอ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน และตัวตาเหลือง บางรายรับเชื้อเข้าไปแล้ว

ร่างกายไม่สามารถกำจัดเชื้อได้หมดจะกลายเป็นโรคตับอักเสบเรื้อรังหรือเป็นพาหะนำโรค ซึ่งราวครึ่งหนึ่งของคนเหล่านี้จะเสียชีวิตด้วยโรคตับในที่สุด (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2540. หน้า 633) โรคเอดส์หรือโรคภูมิคุ้มกันบกพร่องเป็นโรคติดต่อที่อันตรายมากอีกโรคหนึ่ง โรคเอดส์เกิดจาก เชื้อไวรัส Human Deficiency Virus หรือ HIV เชื้อไวรัส HIV จะแทรกตัวเข้าไปอยู่ในเม็ดเลือดขาว ที่เรียกว่า CD4 และสารพันธุกรรมของไวรัสก็จะแทรกเข้าไปอยู่ในเซลล์เม็ดเลือดขาวและ จะเป็นตัว ที่ควบคุมการสร้างเม็ดเลือดขาวและตัวไวรัส HIV ด้วย เมื่อเม็ดเลือดขาวแบ่งตัวไวรัส ก็แบ่งตัวด้วย ถ้าต้องการกำจัดไวรัสก็ต้องกำจัดเม็ดเลือดขาว ไปด้วย ทำให้หายมารักษาให้หายได้ยากมาก ไวรัสนี้แบ่งตัวได้รวดเร็วเป็นจำนวนมากถึงวันละหมื่นล้านเซลล์ และเกิดการกลายพันธุ์ได้ง่าย และรวดเร็ว ภูมิคุ้มกันของร่างกายจะจำไม่ได้และไม่สามารถกำจัดเชื้อออกจากร่างกายได้หมด ทำให้เกิด ภาวะภูมิคุ้มกันของร่างกายเสื่อมเสียไป การติดต่อของเชื้อ HIV มี 3 ทาง คือ ทางเพศสัมพันธ์ ทางการถ่ายเลือดหรือได้รับเลือดและจากแม่สู่ลูกในทางรก โดยพบว่าการติดต่อทางเพศสัมพันธ์ มีมากที่สุด คือร้อยละ 80 (ศุภชัยวิจิตรและพัฒนาแพศศาสตรศึกษา, 2545. หน้า 65-66)

4. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

4.1 ปัจจัยทางจิตวิทยา

ปัจจัยทางจิตวิทยาเป็นพื้นฐานหรือปัจจัยที่ทำให้คนเรามีพฤติกรรมที่แตกต่าง กันออกไป สามารถจำแนกออกเป็นความต้องการ เจตคติ ค่านิยม อารมณ์และบุคลิกภาพ อารมณ์และบุคลิกภาพเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของมนุษย์ค่อนข้างมาก เพราะทั้งสองส่วนนี้สังเกต ได้ง่ายและเป็นผลรวมของปัจจัยอื่น ๆ ด้วย (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2540. หน้า 49) ดังรายละเอียด ต่อไปนี้

4.1.1 อารมณ์เป็นความรู้สึกที่เกิดจากการที่ร่างกายถูกสิ่งเร้ามากระตุ้น นักจิตวิทยา แบ่งประเภทอารมณ์เป็น 2 ประเภท คือ อารมณ์ทุกข์หรืออารมณ์ที่ก่อให้เกิดทุกข์ และอารมณ์ เกิดสุขหรืออารมณ์ที่ก่อให้เกิดความสุข อารมณ์ของวัยรุ่นมักเกิดขึ้นได้ง่ายๆ เร้าร้อน รุนแรง และเปลี่ยนแปลงได้ง่าย ขาดการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ นักจิตวิทยาได้เรียกการแสดงออก ทางอารมณ์ของวัยรุ่นว่า “พายุบูแคม”

4.1.2 บุคลิกภาพ นักจิตวิทยาแบ่งองค์ประกอบของบุคลิกภาพออกเป็น 2 ส่วน ซึ่งสัมพันธ์และเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน คือ

มโนภาพแห่งตน (self concept) หมายถึง ความรู้สึกของตบตนเองในด้าน ต่าง ๆ รวมทั้งความรู้สึกเกี่ยวกับนิสัยและคุณสมบัติของตนเอง เป็นแกนหลักของบุคลิกภาพ เป็นแนวคิดหรือความรู้สึกนึกคิดว่าตนเองเป็นใคร มโนภาพแห่งตนแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้ ส่วนแรก คือ ตัวตนภายนอก ได้แก่ รูปร่าง หน้าตา เป็นบุคลิกภาพที่มองเห็นได้จากภายนอก ในส่วนนี้

วัยรุ่นจะมีความรู้สึกมาก โดยจะพิถีพิถันในด้านรูปร่างหน้าตา พยายามเลียนแบบทั้งในด้านการแต่งกายและกิริยาท่าทาง ในส่วนที่สอง ตัวตนภายในเป็นส่วนที่เรียกว่าจิต ซึ่งแก่ ความรู้สึกความคิด การรู้แจ้งหรือการรับรู้

ลักษณะนิสัย (traits) หรือพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกบ่อย ๆ ลักษณะนิสัยนี้ต้นกำเนิดมาจากมโนภาพแห่งตน กล่าวคือคนเราจะมีมโนภาพแห่งตนอย่างไรนั้น ไม่มีใครทราบได้ จนกว่าบุคคลนั้นจะแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมหรือลักษณะนิสัย

4.2 ปัจจัยทางสังคม

4.2.1 ครอบครัว สภาพครอบครัวในปัจจุบันมีลักษณะที่เป็นครอบครัวขนาดเล็ก ประกอบด้วยพ่อแม่และลูกเท่านั้น ประเด็นของครอบครัวที่มีอิทธิต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น คือ บรรยากาศภายในครอบครัว ต้นแบบของพ่อแม่ และลักษณะการอบรมเลี้ยงดู(สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2540. หน้า 50) แบบแผนการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่เป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดบุคลิกภาพของเด็กว่าจะเติบโตไปในทิศทางใด การอบรมเลี้ยงดูมีหลายแบบด้วยกัน แต่ละแบบย่อมมีส่วนที่จะพัฒนาให้เด็กในแต่ละครอบครัวมีพัฒนาการและบุคลิกภาพที่แตกต่างกันออกไป โดยมีหลายแบบ (ศิรินาถ ป้อมวงศ์, 2537.หน้า 27) ดังนี้

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุผล คือ การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ใช้อำนาจบังคับควบคุมเด็กโดยอาศัยเหตุผลและความเข้าใจเป็นที่ตั้ง พ่อแม่มิได้ปล่อยตามใจเด็กแต่เปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับตนเองได้ เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้จะมีความอกเห็นใจผู้อื่น มีสติยับยั้งชั่งใจ มีความสามารถในการวิเคราะห์และใช้เหตุผล มีการไตร่ตรองและจะมีลักษณะการเป็นผู้นำสูง

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน คือ การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ใช้อำนาจบังคับควบคุมอย่างเข้มงวดกวดขัน ไม่รับฟังความคิดเห็นของเด็ก เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้มักจะมีความรู้สึกว่าตัวเองขาดความอบอุ่น มักจะเป็นคนที่ขาดความคิดริเริ่ม ไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ปกครองตนเองไม่ได้ ชอบทำตามคำสั่งมากกว่าจะคิดเอาเอง มองโลกแง่ร้าย วิตกกังวล และมักขาดความรับผิดชอบ

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย คือ การอบรมเลี้ยงดูที่เด็กมีความรู้สึกที่พ่อแม่ไม่ใส่ใจ ซึ่งอาจเป็นเพราะพ่อแม่ที่เข้าใจผิดว่าการปล่อยตามใจเป็นวิธีการแบบประชาธิปไตย หรือบางคนตามใจลูกมากเกินไป เพราะความรักและความหลงใหลบางประการ เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบนี้มักเป็นบุคคลที่ปรับตัวไม่ได้ ควบคุมความประพฤติตัวเองไม่ได้ ไม่รู้จักขอบเขตของความพอดี ขาดความเคารพเชื่อฟังผู้ใหญ่ เป็นคนก้าวร้าว ขาดความ

รับผิดชอบ อยากรู้ได้อะไรก็จะให้ได้ตั้งใจไม่สนว่าคนอื่นจะมองตนอย่างไร เมื่อเกิดความอยากรู้ อยากรู้อะไรก็จะทดลองด้วยตัวเองซึ่งจะมีผลทำให้เด็กถูกชักจูงได้ง่าย

4.2.2 โรงเรียน โรงเรียนเป็นสถาบันที่มีอิทธิพลต่อนักเรียนวัยรุ่น (สุโขทัย ธรรมมาธิราช , 2540.หน้า 72) โรงเรียนเป็นแหล่งส่งเสริมที่ทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีพัฒนาการทางสติปัญญา ความสามารถและสังคมอย่างมาก โรงเรียนมีหน้าที่จัดประสบการณ์ทางตรงในการเพิ่มพูนความรู้ เจตคติ และทักษะบางประการให้นักเรียนโดยตรง โดยจัดหลักสูตรการสอนวิชาต่าง ๆ ให้แก่นักเรียน และในขณะเดียวกันก็สามารถส่งเสริมให้นักเรียนมีประสบการณ์ต่างๆ ทางอ้อม โดยการจัดให้เข้าร่วมในชมรม หรือกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่างๆ โรงเรียนมีองค์ประกอบที่มีบทบาทต่อวัยรุ่น 4 ประการคือ ผู้บริหาร ครู เพื่อน และบุคลากรอื่น ซึ่งแต่ละองค์ประกอบมีบทบาท ดังนี้

1. ผู้บริหารโรงเรียนมีหน้าที่รับผิดชอบกิจกรรมทั้งปวงของโรงเรียน เป็นผู้ริเริ่มสนับสนุนและตรวจสอบการทำงานของโรงเรียน โรงเรียนที่ดีควรจัดหลักสูตรการสอนที่สนองความต้องการและความสนใจของวัยรุ่น การสอนควรใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ที่ผู้เรียนสามารถพิสูจน์ได้ ส่งเสริมให้วัยรุ่นมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาและมีโอกาสพัฒนาตามความสามารถและความถนัดของตน และการเรียนการสอนไม่ควรขัดแย้งกับการดำเนินชีวิตของครอบครัววัยรุ่น และควรเป็นการส่งเสริมให้วัยรุ่นสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเองและสามารถทำงานเป็นกลุ่มได้

2. ครู เป็นผู้ที่เข้าใจธรรมชาติของวัยรุ่นเป็นอย่างดี เข้าใจถึงความ ต้องการและความสนใจของวัยรุ่น เป็นแบบอย่างที่ดีของวัยรุ่น เป็นที่ปรึกษาของวัยรุ่นได้ และมีเจตคติที่ดีต่อวัยรุ่น

3. เพื่อน ประสบการณ์ที่วัยรุ่นมีเพื่อนร่วมโรงเรียนนั้นมีอิทธิพลต่อการแสดงออกทางพฤติกรรมของวัยรุ่น

4. บุคลากรอื่น ๆ ในโรงเรียนบุคลากรอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมนักเรียนวัยรุ่นด้วยกัน คือ คนงาน ภารโรง เจ้าหน้าที่ต่างๆ

นอกจากนี้ปัจจัยทางกายภาพของโรงเรียนยังมีส่วนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของนักเรียนวัยรุ่นด้วย ซึ่งมีดังนี้

1. ประเภทของโรงเรียน นักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในระบบโรงเรียนนั้น ส่วนใหญ่จะอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย สำหรับโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สามารถแบ่งโรงเรียนมัธยมศึกษา ซึ่งเปิดทำการเรียนการสอนตั้งแต่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาซึ่งเปิดทำการเรียนการสอนตั้งแต่

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 และขยายโอกาสทางการศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โดยโรงเรียน 2 ประเภทมีความแตกต่างในด้านขนาดของประชากรนักเรียน ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน เนื่องจากสถานที่ตั้งของโรงเรียนและกลุ่มนักเรียนในโรงเรียนแตกต่างกัน คือ โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาจะตั้งอยู่ในชุมชนและนักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในชุมชน ส่วนโรงเรียนมัธยมศึกษาจะตั้งอยู่จุดที่เป็นศูนย์กลางของตำบลหรืออำเภอ และนักเรียนจะมาจากหลายชุมชน จากความแตกต่างดังกล่าวเป็นผลทำให้พฤติกรรมของนักเรียนแตกต่างกัน

2. ขนาดของโรงเรียน อาจเป็นส่วนหนึ่งทำให้พฤติกรรมของนักเรียนแตกต่างกัน คือ นักเรียนวันรุ่นที่อยู่ในโรงเรียนที่มีขนาดใหญ่มีนักเรียนมากมาย พฤติกรรมแสดงออกในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ครู ก็จะแตกต่างกันไปจากนักเรียนในโรงเรียนขนาดเล็กที่มีนักเรียนน้อยทุกคนรู้จักเป็นกันเองทั้งนักเรียนและครู

3. ชื่อเสียงของโรงเรียน เป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งของพฤติกรรมนักเรียนวัยรุ่นแสดงออก นักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในโรงเรียนที่มีชื่อเสียง มักจะชอบแสดงตัวให้เห็นว่าเป็นนักเรียนของโรงเรียนนั้น ๆ แต่ตรงกันข้ามกับนักเรียนในโรงเรียนที่ไม่มีชื่อเสียง มักจะแสดงพฤติกรรมในทางตรงกันข้าม จนบางครั้งเกิดเป็นพฤติกรรมที่ก้าวร้าวกับนักเรียนโรงเรียนอื่นได้

4. สภาพแวดล้อมของโรงเรียน สามารถแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน โรงเรียนที่ดีควรจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการแสดงพฤติกรรมที่ดี เช่น การมีสนามกีฬาทั้งในร่มและกลางแจ้ง สวนหย่อมที่นั่งพักผ่อน เพื่อที่นักเรียนวัยรุ่นจะได้มีโอกาสสังสรรค์หรือรวมกลุ่มในเวลาว่าง การจัดสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน ควรเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วม ซึ่งจะทำให้นักเรียนวัยรุ่นมีความผูกพันและช่วยกันรักษา เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนวัยรุ่นมีพฤติกรรมที่ดี โรงเรียนบางแห่งไม่สามารถจัดสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียนได้ เนื่องจากมีเนื้อที่จำกัด ผลคือนักเรียนวัยรุ่นจะใช้ห้องเรียนหรืออาคารเรียนเป็นทั้งสถานที่เรียน เล่น และพักผ่อนหย่อนใจ ไม่มีการแบ่งสัดส่วนพฤติกรรมหลายอย่างจึงไม่สามารถแยกออกจากกัน

สภาพแวดล้อมภายนอกโรงเรียน หมายถึง สถานที่ตั้งของโรงเรียนสภาพที่อยู่รอบๆโรงเรียนมีผลทั้งต่อนักเรียนวัยรุ่นและครู โรงเรียนที่อยู่ในวัด พฤติกรรมแสดงออกของนักเรียนมีแนวโน้มจะเป็นที่สามารถเข้ากับพระ และประกอบศาสนพิธีได้ดีกว่าโรงเรียนที่อยู่นอกวัด โรงเรียนที่ตั้งอยู่ในชุมชนแออัดนักเรียนมีโอกาสมีส่วนร่วม หรือทำผิดทางเพศ ยาเสพติดได้ง่าย สิ่งเหล่านี้จะทำให้พฤติกรรมของนักเรียนเบี่ยงเบนไปได้

สรุปปัจจัยทางโรงเรียนที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น คือ ผู้บริหารโรงเรียน ครู เพื่อน บุคลากรในโรงเรียน ประเภทของโรงเรียน ขนาดของโรงเรียน ชื่อเสียง และสภาพแวดล้อมของโรงเรียน ซึ่งโรงเรียนแต่ละแห่งปัจจัยในประเด็นดังกล่าวแตกต่างกัน คุณลักษณะของแต่ละปัจจัยที่ส่งเสริมให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมที่เหมาะสมนั้นมีหลายประการ ดังนั้นควรคำนึงถึงปัจจัยเหล่านี้เป็นสำคัญ สำหรับการส่งเสริมให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมที่ถูกต้องและเหมาะสม

4.2.3 สื่อมวลชน

สื่อมวลชนมีความหมายรวมถึงหนังสือพิมพ์ วิทยุกระจายเสียง ภาพยนตร์ และวิทยุ โทรทัศน์ เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นค่อนข้างมาก (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539 .หน้า 210-221) ปัจจุบันเครือข่ายของสื่อมวลชนได้เจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วและขยายขอบเขตไปทั่วประเทศ ทำให้ความรู้ความเจริญก้าวหน้า ข้อมูลและข่าวสารต่างๆ แพร่ไปทุกหนทุกแห่ง สื่อมวลชนมีหน้าที่สำคัญ คือ การให้ข่าวสารแก่ประชาชนที่รับชม และผู้อ่านเพื่อให้ข่าวสาร ความบันเทิง ความรู้ที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้ และยังสามารถถ่ายทอดวัฒนธรรม ความคิด เจตคติแก่ประชาชน ในปัจจุบันได้มีผู้ใช้สื่อมวลชนเพื่อหาประโยชน์จากกลุ่มวัยรุ่นอย่างเสรี การแข่งขันช่วงชิงผลประโยชน์ทำให้เกิดการละเลยเอาใจใส่ว่าผลเสียจะตกอยู่ที่ใคร ปัจจุบันนักวิชาการไทยพยายามที่จะใช้สื่อมวลชนเพื่อปลูกฝังจริยธรรม และค่านิยมที่ดีให้แก่เด็กในหลายรูปแบบ สื่อมวลชนแต่ละด้านที่อิทธิพลต่อพฤติกรรมวัยรุ่น ดังนี้

1. ภาพยนตร์ ภาพยนตร์ที่เสนอความรุนแรงโหดร้ายทุกแบบ เทคนิคการกระทำผิดจะทำให้วัยรุ่นมีใจคอโหดเหี้ยม ก้าวร้าวระราน ทั้งทางวาจา ใจ และทางเพศ การแสดงแบบอย่างที่ไม่ดีจะเป็นตัวอย่างให้วัยรุ่นเห็นคล้อยตามอย่างง่ายและรวดเร็ว เกิดปัญหาอาชญากรวัยรุ่น อาชญากรทางเพศ มีการฉุดซ่า ช่มชืด ซ้ำทารุณ ลักษณะของการกระทำผิดจะคล้ายๆ กัน ซึ่งอาจเกิดจากการเอาอย่างกัน ภาพยนตร์จีนบางเรื่องส่งเสริมการอาฆาตพยาบาทในหัวใจ ภาพยนตร์ฝรั่งบางเรื่องชี้แนะตัวอย่างการเป็นยุวอาชญากร การเป็นนักเลง การแสดงความรู้สึกลงทางเพศอย่างเปิดเผย การมีค่านิยมอย่างผิดๆ การใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย การมีเพศสัมพันธ์อย่างเสรี การใช้กำลังรุนแรงในการ สิ่งเหล่านี้เป็นการสร้างค่านิยมผิดๆ ให้กับวัยรุ่นไทย อีกทั้งยังขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามของไทยอีกด้วย

2. โทรทัศน์ โทรทัศน์ได้กลายเป็นปัจจัยพื้นฐานของครอบครัวการกระจายข่าวสารส่งผลต่อความเชื่อ ค่านิยม เจตคติ ของผู้ชมเป็นอย่างมาก การโฆษณาสินค้ามากมายที่โน้มน้าวใจให้วัยรุ่นต้องการเป็นเจ้าของหรืออยากซื้อมาทดลองใช้ เช่น เสื้อผ้าเครื่องสำอาง

เหล่า เบียร์ บุหรี่ หรือของบริโภคอื่น ๆ มักจะแจกกลุ่มวัยรุ่น เนื่องจากขายง่าย และอยู่ในวัยชอบทดลอง นอกจากนี้รายการที่เสนอบันเทิงโดยมากจะเป็นภาพยนตร์ที่ฉายเป็นตอน ๆ ซึ่งเกี่ยวกับการสืบสวน ตำรวจ และอาชญากรรม เนื้อหาและภาพแสดงเรื่องราวของยาเสพติด เหล้า บุหรี่ โสเภณี และภาพการมั่วสุมในสถานบันเทิงเรีงรมย์ ซึ่งทำให้เกิดการสร้างภาพลักษณ์ที่ไม่เหมาะสมกับวัยรุ่น นอกจากนี้การสร้างรายการโทรทัศน์บางรายการที่ดึงดูดผู้ชมได้มากที่สุดซึ่งก็หนีไม่พ้นเรื่องเพศ ความรุนแรงและเรื่องตลกขบขัน ซึ่งบางครั้งแฝงไว้ด้วยความหยาบคาย ลามก มีการใช้คำพูดแบบคิดได้สองแง่สองมุมและส่วนใหญ่จะหมิ่นเหม่ในเรื่องเพศ

3. วีซีดี/ดีวีดี เป็นสื่ออีกชนิดหนึ่งที่น่าเสนอเรื่องราวในรูปแบบเดียวกับภาพยนตร์ที่วัยรุ่นสามารถเลือกเช่ามาดูที่บ้านได้ จากแหล่งให้เช่าทั่วไปในราคาถูกลง สิ่งที่เป็นปัญหาสำหรับประเทศไทยคือ การระบอบของวีซีดี/ดีวีดี ประเภทต้องห้าม เช่น เรื่องเพศซึ่งทำให้วัยรุ่นมั่วสุมกันตามบ้านที่ผู้ปกครองไม่อยู่ เพื่อดูวีซีดี/ดีวีดีประเภทนี้ และทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่พึงปรารถนาเกิดขึ้นได้

4. หนังสือ/นิตยสาร หนังสือมีทั้งประโยชน์และโทษ หนังสือที่ดีช่วยให้เด็กได้รับความรู้ ความเพลิดเพลิน ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ในทางตรงกันข้ามหนังสือที่ไร้สาระจะชักจูงจิตใจเด็กให้ทดลองในเรื่องต่างๆ หนังสืออ่านเล่นที่วางขายเกลื่อนท้องตลาดมีอยู่มากมายหลายประเภทที่ต้องควบคุม เช่นเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องเพศ อาชญากรรม หนังสือเหล่านี้สามารถกระตุ้นและช่วยยั่วยุทางอารมณ์ให้เด็กได้ รวมทั้งอาจให้ข้อมูลและการใช้ภาษาผิดๆแก่เด็ก

สรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมวัยรุ่นคือ เจตคติ ค่านิยม อารมณ์บุคลิกภาพ ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู โรงเรียน ได้แก่ผู้บริหาร ครู เพื่อน บุคลากรอื่นในโรงเรียน ประเภทของโรงเรียน ขนาดของโรงเรียน ชื่อเสียงของโรงเรียน สภาพแวดล้อมของโรงเรียน และสื่อมวลชน ได้แก่ หนังสือพิมพ์ หนังสือ นิตยสาร วิทยูกระจายเสียง ภาพยนตร์ และวิทยุโทรทัศน์ ปัจจัยเหล่านี้ มีอิทธิพลให้พฤติกรรมของวัยรุ่น ซึ่งพฤติกรรมทางเพศก็เป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมของวัยรุ่น ดังนั้นปัจจัยเหล่านี้ก็มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศด้วยเช่นกัน ดังนั้นการดำเนินงานเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศ ควรคำนึงถึงปัจจัยเหล่านี้เป็นสำคัญ

แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต

ความหมายของทักษะชีวิต

ทักษะชีวิตเป็นความสามารถอันประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการแก้ปัญหาอุปสรรค ในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมความพร้อมสำหรับความสามารถที่จะปรับตัวในอนาคต เช่น เรื่องเพศ สารเสพติด บทบาทชายหญิง ชีวิตครอบครัว สุขภาพ อธิปไตย สิ่งแวดล้อม จริยธรรม และ ปัญหาสังคม ได้มีผู้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ ดังนี้

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการกระทำหรือจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้สำเร็จ ทำให้สามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์

กรมสุขภาพจิต (2540) ได้กล่าวถึงทักษะชีวิต ว่าเป็นความสามารถทางด้านสังคมความคิดอ่าน ความพยายามเพิ่มพูนปฏิสัมพันธ์ของตนกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ให้ประสบผลสำเร็จ ให้สามารถแก้ปัญหาในสถานการณ์วิกฤติที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ตลอดจนเป็นความสามารถที่จะส่งเสริมสุขภาพของบุคคลและชุมชนด้วยโดยสรุปทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคลในการปรับตัวและเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสมในการเผชิญปัญหาต่างๆที่อยู่รอบตัวในสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์ การเรียนรู้ เพื่อให้เผชิญกับสิ่งท้าทายต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้จัดองค์ประกอบทักษะชีวิตออกเป็น 5 คู่ดังนี้

คู่ที่ 1 การตัดสินใจและการแก้ปัญหา

คู่ที่ 2 ความคิดสร้างสรรค์และความคิดอย่างมีวิจารณญาณ

คู่ที่ 3 การสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพ

คู่ที่ 4 ความตระหนักในตนเองและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

คู่ที่ 5 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ธรรมชาติแล้วทักษะชีวิตจะมีความแตกต่างกันในแต่ละวัฒนธรรม แต่ในภาพรวมจะพบว่ามีทักษะชีวิตหลัก (Core Life Skills) อยู่ 10 ประการดังนี้ (WHO)

ประการที่ 1 การตัดสินใจ (Decision Making)

ประการที่ 2 การแก้ปัญหา (Problem Solving)

ประการที่ 3 ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking)

ประการที่ 4 ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical Thinking)

- ประการที่ 5 การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication)
- ประการที่ 6 การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship)
- ประการที่ 7 ความตระหนักในตนเอง (Self Awareness)
- ประการที่ 8 ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy)
- ประการที่ 9 การจัดการกับอารมณ์ (Coping with Emotion)
- ประการที่ 10 การจัดการกับความเครียด (Coping with Stress)

แนวคิดของ ฆงยุทธ วงศ์ภิรมณ์ศานต์ (2539) ได้เปลี่ยนแนวคิดขององค์การอนามัยโลกให้เหมาะสมกับประเทศไทย ได้มีการปรับเปลี่ยนโดยจัดความคิดสร้างสรรค์ ความคิดวิเคราะห์ วิเคราะห์เป็นองค์ประกอบร่วมและเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบอีกทั้งได้จัดความตระหนักรู้ในตนเองและความเห็นใจผู้อื่น เป็นด้านจิตพิสัย โดยเพิ่มเจตคติอีก 1 คู่ คือความภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem) และความรับผิดชอบต่อสังคม (Social Responsibility) รวมเป็นองค์ประกอบ 12 องค์ประกอบ จัดเป็น 6 คู่ ดังแสดงในภาพประกอบ 1 (กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต, 2541 หน้า 1)



ภาพ 1 องค์ประกอบของทักษะชีวิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2541

จากแผนภาพส่วนที่เป็นแกนกลางจะเป็นองค์ประกอบด้านพุทธิพิสัยซึ่งเป็นองค์ประกอบร่วมของทักษะชีวิตอื่น ๆ ทั้งหมด ส่วนในวงกลมรอบนอกจะเป็นด้านจิตพิสัย และทักษะพิสัย

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย ที่เป็นองค์ประกอบร่วมได้แก่

- ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical Thinking) เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ รอบตัวได้ตรงจุดประสงค์ที่สุด
- ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวาง โดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าในกระบวนการสอนทั้งด้านเจตคติและทักษะ จะเป็นการฝึกให้เด็กใช้ทักษะดังกล่าวโดยอาศัยการเรียนการสอนที่让孩子มีส่วนร่วม สามารถแบ่งปันประสบการณ์ของการคิดจินตนาการความรู้สึก

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย หรือเจตคติ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 คู่ คือ

คู่ที่ 1 ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตน และความเห็นใจผู้อื่น

คู่ที่ 2 ได้แก่ ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 คู่ คือ

คู่ที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร

คู่ที่ 2 การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา

คู่ที่ 3 การจัดการกับอารมณ์ และ ความเครียด

ความหมายขององค์ประกอบทักษะชีวิตหลัก (Core life Skills) 12 ประการ มีดังนี้

1. การตัดสินใจ (Decision Making) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือก วิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก ประเมินทางเลือก และตัดสินใจเลือกทางที่เหมาะสม

2. การแก้ปัญหา (Problem Solving) หมายถึงความสามารถแก้ปัญหาต่างๆที่ทำให้เกิดภาวะตึงเครียดทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นกระบวนการที่จำเป็นต้องอาศัยความรู้ในการพิจารณาสังเกตปรากฏการณ์และโครงสร้างของปัญหา รวมทั้งต้องใช้กระบวนการคิดเพื่อให้บรรลุถึงจุดมุ่งหมายที่ต้องการ

3. ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวางโดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ เป็นส่วนที่จะสนับสนุนการตัดสินใจ และการแก้ปัญหา เป็นความสามารถนำประสบการณ์ มาใช้ในการปรับตัวในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

4. ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical Thinking) เป็นความสามารถที่จะแยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆรอบตัวได้ตรงจุดประสงค์ที่สุด นอกจากนี้ยังเป็นวิธีคิดอย่างมีหลักเกณฑ์ และมีประสิทธิภาพก่อนตัดสินใจว่าจะเชื่อหรือไม่ ก่อนตัดสินใจว่าจะทำหรือไม่ทำ การคิดวิเคราะห์วิจารณ์เป็นสิ่งจำเป็นที่ใช้ประกอบการตัดสินใจหากบุคคลมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์วิจารณ์แล้ว ก็จะได้ความคิดที่ผ่านการกลั่นกรองมาเป็นอย่างดี เมื่อเผชิญสถานการณ์ ตัดสินใจที่จะเชื่อหรือไม่เชื่อ จะทำหรือไม่ทำสิ่งใด จะสามารถนำเข้าสู่ข้อสรุปได้อย่างถูกต้องสมเหตุสมผลต่อไป

5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication) เป็นความสามารถในการใช้คำพูด และภาษาท่าทางเพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสภาพวัฒนธรรมและสถานการณ์ต่างๆ โดยสามารถที่จะแสดงความคิดเห็น ความปรารถนา ความต้องการ การขอร้อง การเตือน การปฏิเสธ การขอความช่วยเหลือ

6. การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship) เป็นความสามารถของบุคคลในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข สามารถช่วยให้บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และสามารถที่จะรักษาและดำรงไว้ซึ่งความสัมพันธ์อันดี ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข และรวมถึงการรักษาสัมพันธภาพที่ดีของสมาชิกในครอบครัวที่เป็นแหล่งสำคัญของการสนับสนุนทางสังคม

7. ความตระหนักในตนเอง (Self Awareness) เป็นความสามารถในการค้นหาและเข้าใจในจุดดีจุดด้อยของตนเอง อะไรที่ตนเองปรารถนาและไม่พึงปรารถนา และเข้าใจความแตกต่างจากบุคคลอื่น ๆ ไม่ว่าจะในแง่ความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่นสุขภาพ เป็นต้น สามารถอยู่ภายใต้แรงกดดันต่างๆในชีวิตได้

8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก และเห็นอกเห็นใจบุคคลที่แตกต่างกับเรา ถึงแม้ว่าเราจะไม่คุ้นเคย ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจและยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่น ทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดีทางสังคม เช่น ความแตกต่างทางเชื้อชาติ วัฒนธรรม โดยเฉพาะบุคคลผู้มีความบกพร่องทางจิตใจ หรือบุคคลที่ไม่เป็นที่ยอมรับจากสังคม

9. การจัดการกับอารมณ์ (Coping with Emotion) หมายถึงความสามารถในการควบคุมอารมณ์ การรู้จักเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น อีกทั้งรู้จักวิธีการจัดการกับอารมณ์ รู้เท่าทันอารมณ์ว่าอิทธิพลต่อพฤติกรรมของตน รวมทั้งเลือกใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสมการที่เด็กวัยรุ่นตระหนักถึงสภาวะอารมณ์ และสามารถควบคุมอารมณ์ให้แสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม จะช่วยให้สามารถปรับตัวและประสบความสำเร็จในสิ่งที่มุ่งหวัง

10. การจัดการกับความเครียด (Coping with Stress) เป็นความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้วิธีการควบคุมระดับของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย และหลีกเลี่ยงสาเหตุพร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมให้ไปในทางที่พึงประสงค์

11. ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self Esteem) หมายถึง ความรู้สึกว่าคุณค่า เช่น ความมีน้ำใจ รู้จักให้รู้จักรับ ค้นพบและภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ (สังคม ดนตรี กีฬา ศิลปะ ฯลฯ) ของตนเอง โดยมีได้มุ่งสนใจอยู่ในเรื่องรูปร่าง หน้าตา เสน่ห์ หรือความสามารถทางเพศ การเรียนเก่ง ฯลฯ เท่านั้น

12. ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social Responsibility) หมายถึง ความรู้สึกที่ตนเองเป็นส่วนหนึ่งที่จรรโลงสังคม มีส่วนสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับความภูมิใจในตนเอง เพราะหากคนเรามีความภูมิใจในตนคนเหล่านั้นก็มีแรงจูงใจที่จะทำดีกับผู้อื่นและสังคม

กล่าวโดยสรุปได้ว่าทักษะชีวิตประกอบด้วยทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย คือความตระหนักรู้ในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และด้านทักษะ พิสัย คือ การสร้างสัมพันธภาพ การสื่อสาร การตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา การจัดการกับอารมณ์และความเครียด ซึ่งการฝึกทักษะเหล่านี้จะทำให้เด็กมีความสามารถคิดวิเคราะห์วิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์ สามารถที่จะวิเคราะห์แยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ รอบตัวได้อย่างถูกต้อง

ทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในกลุ่มวัยรุ่น โดยเฉพาะกลุ่มนักเรียนนักศึกษา มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ปฏิบัติงานในสถานศึกษา จะต้องเข้าใจถึงสาเหตุของการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ตลอดจนองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันพฤติกรรมดังกล่าว ซึ่งแสดงรายละเอียดตามลำดับดังนี้

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้คัดเลือกองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สอดคล้องกับวัยและพัฒนาการของเด็กวัยรุ่นซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นและจำเป็นต่อการป้องกันการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา และทักษะการปฏิเสธ

ความภาคภูมิใจในตนเอง

ความหมายและความสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลยอมรับนับถือตนเองมองตนเองเป็นบุคคลที่มีคุณค่า มีความสำคัญ หรือการมองเห็นตนเองในทางบวก การรับรู้นี้จะนำมา ซึ่งความรู้สึกมั่นคงและเป็นสุข คนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองจะยอมรับธรรมชาติของตนเองพร้อมที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น สามารถให้ความรัก ความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น มองโลกในแง่ดีมีความอดทนต่ออุปสรรคต่าง ๆ มีแนวโน้มที่จะเคารพสิทธิและความรู้สึกของผู้อื่นโดยไม่ละเลยที่จะรักษาสิทธิและความรู้สึกของตนเองมีการตัดสินใจที่ดีเนื่องจากมีความรู้สึกเป็นอิสระไม่ต้องพึ่งพาหรือหาทางยึดเหนี่ยวในทางที่ผิด เช่น การยอมทำผิดเนื่องจากไม่อยากขัดใจเพื่อน การฆ่าตัวตาย หรือการทำร้ายตนเองจากการที่คิดว่าตนเองไร้ค่าการมีพฤติกรรมที่ก้าวร้าวเพื่อเรียกร้องความสนใจ หรือแม้กระทั่งการใช้สารเสพติด เป็นต้น (กรมสุขภาพจิต, 2544)

กล่าวโดยสรุป ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึงการที่นักเรียนมองตนเองในทางที่ดี มีความรู้สึกว่าคุณค่า มีความสำคัญ และเป็นที่ยอมรับของบุคคลรอบข้าง จึงเป็นแรงจูงใจให้บุคคลอื่นทำดีต่อผู้อื่นและสังคม รวมทั้งไม่ยึดเหนี่ยว หรือพึ่งพาสิ่งเสพติด ดังนั้น บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง จึงมีแนวโน้มที่จะไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

องค์ประกอบพื้นฐานของความภาคภูมิใจในตนเอง แบ่งเป็น 4 องค์ประกอบ ได้แก่

1. ความสำคัญ (Significance) เป็นแนวทางที่บุคคลรู้สึกเกี่ยวกับตนเองต่อการได้รับการยอมรับการมีคุณค่า และการเป็นที่รักของบุคคลอื่น รวมทั้งมีประโยชน์ต่อครอบครัวต่อสังคม
2. ความสามารถ (Competence) เป็นแนวทางที่บุคคลได้พิจารณาถึงความมีคุณค่า จากผลของการกระทำที่ได้รับความสำเร็จตามเป้าหมาย และความสามารถในการเผชิญกับปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ด้วยความมั่นใจตลอดจนความสามารถในการปรับตัวได้ดี
3. คุณความดี (Virtue) เป็นแนวทางที่บุคคลได้กระทำหรือปฏิบัติตนได้ถูกต้องเหมาะสม สอดคล้องกับวัฒนธรรม สังคม ประเพณี จริยธรรมและศีลธรรม โดยการรับรู้คุณค่าของตนเองตามความเป็นจริง มองโลกในแง่ดีและมีความพึงพอใจในสภาพที่ตนเองเป็นอยู่
4. พลังอำนาจ (Power) เป็นสิ่งที่สำคัญต่อตนเอง บุคคลอื่น และต่อสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวตน รวมทั้งการมีความเชื่อมั่นต่ออำนาจและการกระทำของตนเองว่าจะก่อให้เกิดผลตามที่คาดหวัง และมีความสามารถในการจัดกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้บรรลุผลตามที่คาดหวัง (Coopersmith, 1984 อ้างใน อุทัยวรรณ พิทักษ์วรรณ, 2545)

การเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นสิ่งที่พัฒนาอย่างต่อเนื่องและเปลี่ยนแปลงไปตามเวลา สถานการณ์และบทบาทในสังคมของบุคคล (Rosenberg, 1965 อ้างใน อุทัยวรรณ พิทักษ์วรรณ, 2545) สำหรับการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนในสถานศึกษา นอกเหนือจากพ่อแม่แล้ว ครูเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในนักเรียน จากการศึกษา คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียน (กรมสุขภาพจิต, 2544) พบว่าการเสริมสร้างให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจในตนเองนั้น ครูผู้สอนควรปฏิบัติ ดังนี้

1. เข้าใจและยอมรับความสามารถของนักเรียน โดยคำนึงถึงความแตกต่างของแต่ละบุคคล ช่วยให้นักเรียนค้นพบความสามารถ และความต้องการที่แท้จริงของตนเอง ยอมรับตนเอง โดยเกิดความพึงพอใจจากการสมดุลระหว่างความสามารถและความต้องการ
2. แสดงความเข้าใจและให้ความสำคัญกับความรู้สึกของนักเรียน ในวัยรุ่น การถูกปฏิเสธจากบุคคลที่สำคัญในชีวิตเป็นเรื่องสำคัญ การที่ครูแสดงให้เห็นว่าครูเข้าใจความรู้สึกของนักเรียน จะช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้การยอมรับอารมณ์ของตนเอง

3. เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความสามารถตามความเป็นจริงที่นักเรียนมีอยู่อย่างทั่วถึงกัน ไม่ว่าจะเป็นการมอบหมายภารกิจในชั้นเรียน หรือในกรณีที่จัดกิจกรรมพิเศษต่าง ๆ

4. ช่วยให้นักเรียนเป็นตัวของตัวเองโดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น แสดงการยอมรับความคิดเห็นของนักเรียน ให้กำลังใจและกระตุ้นให้แสดงออกในทางที่เหมาะสม

5. แสดงการชื่นชมหรือให้กำลังใจในความสามารถของนักเรียน โดยเทียบกับพัฒนาการของตัวนักเรียนเอง เนื่องจากการเปรียบเทียบนักเรียนกับเพื่อนคนอื่นจะทำให้นักเรียน ซึ่งอยู่ในวัยรุ่น รู้สึกโกรธและรำคาญ นอกจากนี้ การชื่นชมของครูจะต้องบอกกล่าวชัดถึงพฤติกรรมที่ต้องการชื่นชม จึงจะทำให้เด็กเกิดความภาคภูมิใจในตนเองอย่างมั่นคง

6. ผู้สอนควรแสดงความภาคภูมิใจ และความเชื่อมั่นในตนเองให้นักเรียนเห็นสรุปได้ว่าการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนในสถานศึกษามีผู้สอนเป็นผู้มีบทบาทสำคัญ โดยการยอมรับความสามารถของนักเรียนหรือช่วยให้นักเรียนค้นพบความสามารถของตนเอง ทำให้นักเรียนรู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์ มีคุณค่า สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ประสบความสำเร็จเป็นที่ยอมรับของสังคม

การประเมินความภาคภูมิใจในตนเอง

การประเมินความภาคภูมิใจในตนเอง สามารถทำได้ 2 วิธี คือ การประเมินด้วยการรายงานตนเองและการประเมินโดยผู้อื่น อย่างไรก็ตาม แนวคิดการประเมินความภาคภูมิใจด้วยการรายงานตนเองเป็นที่ยอมรับและนิยมปฏิบัติมากกว่า ทั้งนี้ นักจิตวิทยาากลุ่มมนุษยนิยมเชื่อว่าการประเมินความภาคภูมิใจด้วยการรายงานตนเองเป็นวิธีการให้ข้อมูลได้ถูกต้องมากที่สุด จึงมีผู้สร้างแบบประเมินความภาคภูมิใจในตนเองโดยวิธีการรายงานตนเองอยู่หลายท่าน เช่น Rosenberg (1965) สร้าง Self -esteem Scale และ Coopersmith, (1984) สร้าง Self -esteem Inventory เป็นต้น (อุทัยวรรณ พิทักษ์วรรณ, 2545)

ทักษะการตัดสินใจ (Decision Making Skills)

ความหมายของการตัดสินใจ ได้มีผู้กล่าวถึงต่าง ๆ ดังนี้

เทอร์รี่ (Terry, 1997 อ้างใน รัตนา ดอกแก้ว, 2539) ให้ความหมายการตัดสินใจว่าเป็นพฤติกรรมที่เลือกที่ดีที่สุดหรือเลือกจากทางเลือกที่เป็นไปได้หลาย ๆ ทาง

แพทเทอร์สัน (Patterson, 1980 อ้างใน รัตนา ดอกแก้ว, 2539) ได้ให้ความหมายของการตัดสินใจว่า การตัดสินใจเป็นการที่บุคคลเข้าไปสู่การเสี่ยง โดยมีการรวบรวมและประเมินข้อมูลจากทางเลือกหลายทาง และมีสิ่งประกอบอื่น ๆ ที่สำคัญซึ่งจะนำไปสู่การตัดสินใจเลือก

แฮร์ริสัน (Harrison, 1981 อ้างใน รัตนา ดอกแก้ว, 2539) ได้ให้ความหมายของการตัดสินใจว่าเป็นกระบวนการประเมินผลเกี่ยวกับทางเลือก หรือตัวเลือกที่จะนำไปสู่การบรรลุ

เป้าหมาย การคาดคะเนผลที่เกิดจากทางเลือกในการปฏิบัติที่จะส่งผลต่อการบรรลุเป้าหมายให้
ได้มากที่สุด

โดยสรุป การตัดสินใจ หมายถึง ความคิดและการกระทำต่างๆที่นำไปสู่การเลือกตกลงใจ
ในการเลือกทางเลือกทางใดทางหนึ่งที่ดีที่สุดจากทางเลือกที่มีอยู่หลายทางสำหรับนำไปปฏิบัติจริง
และเกิดประโยชน์สูงสุด

ความหมายของทักษะ

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ได้ให้ความหมายของทักษะไว้ว่า เป็นความสามารถในการ
กระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งของบุคคล

ประเสริฐ ดันสกุล และคณะ (2538) กล่าวว่าทักษะ หมายถึงความชัดเจน และความ
ชำนาญชำนาญในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งมนุษย์สามารถสร้างขึ้นได้จากการเรียนรู้

กรมอนามัย (2539) ได้กล่าวถึงทักษะว่า เป็นความสามารถที่คนเราไม่เคยมีมาก่อน
แต่ได้เรียนรู้จนกระทั่งชำนาญ

จากความหมายของทักษะและการตัดสินใจข้างต้น กล่าวโดยสรุป ทักษะการตัดสินใจ
หมายถึง ความสามารถในการระบวนการคิดและการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล ในการพิจารณา
ตัดสินใจที่จะเลือกกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างเป็นขั้นตอน โดยมีการรวบรวมและประเมินข้อมูล
จากทางเลือกหลายทาง และมีสิ่งประกอบอื่น ๆ ที่สำคัญ ซึ่งจะนำไปสู่การตัดสินใจเลือก
เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดหรือเสียหายน้อยที่สุด

รูปแบบและเทคนิควิธีการตัดสินใจ

ภาวะที่ทุกอย่างกำลังเปลี่ยนแปลง มีสิ่งต่างๆ รวมทั้งปัญหาหลายอย่างเกิดขึ้นมากมาย
บุคคลจึงจำเป็นต้องตัดสินใจได้อย่างถูกต้องในการแก้ปัญหา ซึ่งมัลลวีร์ อุดลวัฒน์ศิริ (2538)
กล่าวว่า การตัดสินใจที่ใช้กันอยู่ในชีวิตประจำวันนั้น สามารถแบ่งได้เป็น 2 รูปแบบ คือ

1. การตัดสินใจโดยใช้เหตุผลและข้อมูล เป็นการตัดสินใจที่พิจารณาถึงความสัมพันธ์
ของวิธีการหรือทางเลือกในการแก้ปัญหากับเป้าหมายที่ต้องการ โดยแจกแจงและให้ค่าคะแนน
แก่ทางเลือกแต่ละทาง แล้วจึงนำทางเลือกทั้งหมดมาเปรียบเทียบกันตามเกณฑ์ต่าง ๆ การ
ตัดสินใจด้วยเหตุผลจะคำนึงถึงสิ่งต่าง ๆ ต่อไปนี้

1.1 ประโยชน์หรือคุณค่า (Utility) ที่จะได้รับจากวิธีการหรือทางเลือกนั้นความ

1.2 ความเป็นไปได้ของวิธีการ หรือทางเลือกนั้นในอันที่จะบรรลุเป้าหมายที่
ต้องการซึ่งมีเทคนิคและวิธีการตัดสินใจ โดยใช้เหตุผลนำเสนอไว้ 3 วิธี ดังนี้

1.2.1 การชดเชย (Compensatory Model) เป็นวิธีการตัดสินใจหลังจากที่ได้
ประเมินทางเลือกทุกทางที่มีอยู่ โดยเกณฑ์ต่างๆ ที่กำหนดไว้ เพื่อให้สามารถเห็นได้ชัดเจนว่า

ทางเลือกแต่ละทางมีข้อดีที่น่าสนใจ หรือมีข้อด้อยใดบ้าง ต่อจากนั้นก็นำข้อดีและข้อด้อยจากเกณฑ์ต่าง ๆ ที่ตั้งไว้ของแต่ละทางเลือกมาชดเชยกัน

1.2.2 การใช้ตัวแบบในเชิงปริมาณ (Quantitative Model) เป็นวิธีการตัดสินใจที่มีการกำหนดค่าแห่งความคาดหวังให้แก่ทางเลือกแต่ละทางไว้ โดยการทำวิจัยและสร้างตัวแบบความเป็นไปได้ของผลลัพธ์ต่าง ๆ ออกมา เพื่อให้ผู้ตัดสินใจพิจารณาเปรียบเทียบว่าผลลัพธ์ที่ออกมาในแต่ละตัวแบบ มีค่าของความคาดหวังมากน้อยเพียงใด ซึ่งจะช่วยให้ผู้ตัดสินใจพิจารณาเลือกแต่ละทางให้ละเอียดรอบคอบมากยิ่งขึ้น

1.2.3 การตัดสินใจแบบมีส่วนร่วม (Participative Decision Making) เป็นการตัดสินใจของผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง หรือผู้มีหน้าที่รับผิดชอบในการตัดสินใจ จำนวนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มาร่วมประชุมกัน เพื่อวิเคราะห์พิจารณาว่า ทางเลือกต่างๆ ที่มีอยู่มีข้อดี ข้อด้อยอย่างไรมีความเป็นไปได้มากน้อยเพียงใด แล้วจึงสรุปผลการวิเคราะห์พิจารณาทางเลือกต่างๆ นั้น เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการตัดสินใจ

2. การตัดสินใจโดยไม่ใช้เหตุผลและข้อมูล เป็นการตัดสินใจที่ไม่ได้คำนึงถึงหลักการหรือกฎเกณฑ์ใดๆ ไม่มีการเปรียบเทียบข้อดี ข้อด้อยของทางเลือกตามเกณฑ์ต่างๆ การตัดสินใจเลือกทางเลือกใด อาจยึดข้อเด่นตามเกณฑ์ใดเกณฑ์หนึ่งเท่านั้น แบ่งได้ดังนี้

2.1 การตัดสินใจด้วยสามัญสำนึกหรือดุลพินิจของแต่ละบุคคล

2.2 การตัดสินใจปฏิบัติตามประเพณีนิยมที่เคยปฏิบัติสืบทอดกันมา และเห็นว่าเป็นวิธีการที่ปฏิบัติแล้วได้ผลดี

2.3 การตัดสินใจด้วยประสบการณ์เดิมที่มีอยู่

2.4 การตัดสินใจด้วยสัญชาตญาณ ซึ่งสิริวุฒิ บุรณพิน (2540) กล่าวว่าสัญชาตญาณเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นทันทีทันใด ด้วยสัญชาตญาณอาจให้ประโยชน์ได้เช่นกันเมื่อนำมาประกอบกับข้อเท็จจริง ประสบการณ์ ดุลยพินิจ และสติปัญญา

2.5 การตัดสินใจด้วยการรีรอไว้ก่อน

ฮามริค และคณะ (Hamrick et al., 1987 อ้างใน รัตนา ดอกแก้ว, 2539) กล่าวถึงรูปแบบและเทคนิควิธีการตัดสินใจ โดยอยู่บนพื้นฐาน 5 ประการคือ

1. การตัดสินใจจะต้องมีการผสมผสานระหว่างความคิดและความรู้สึก

2. โดยธรรมชาติของการตัดสินใจจะต้องมีการคิด การแก้ไขปัญหา และการตัดสินใจของแต่ละบุคคล ในการทดสอบความสามารถในการตัดสินใจที่สำคัญจึงอยู่ที่การนำไปประยุกต์ปฏิบัติในสถานการณ์จริง หรือสถานการณ์ที่สร้างขึ้นเพื่อให้มีการตัดสินใจ

3. การตัดสินใจต้องส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ในการแก้ปัญหา
4. วิธีการสอนการตัดสินใจโดยเน้นบทบาทผู้สอน จะไม่สามารถพัฒนาการตัดสินใจของผู้เรียนได้เลย
5. รูปแบบการตัดสินใจต้องมีกระบวนการที่เป็นโครงสร้างเพื่อจะประเมินการตัดสินใจได้
สรุปได้ว่า รูปแบบและเทคนิคการตัดสินใจมีหลายรูปแบบ เป็นการตัดสินใจที่ใช้เหตุผลและข้อมูล และบางครั้งก็ไม่ใช้เหตุผลและข้อมูล การตัดสินใจเป็นสิ่งที่ซับซ้อนและยุ่งยากและไม่มีวิธีการใดที่ถูกต้องที่สุด หรือผิดพลาดมากที่สุด หากแต่ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ เหตุผล หรือวัตถุประสงค์ที่ต้องการ ดังนั้นการตัดสินใจที่ดีควรมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามข้อมูลที่เปลี่ยนไป

กระบวนการตัดสินใจ จากการศึกษาของ ดินเคิลจจ (Dinklage, 1987 อ้างใน รัตนา ดอกแก้ว, 2539) พบว่า กลยุทธ์การวางแผนอย่างรอบคอบ เป็นวิธีการตัดสินใจที่ดีที่สุด สำหรับขั้นตอนในการใช้กลยุทธ์ การวางแผนอย่างรอบคอบมี 7 ขั้นตอน ดังนี้คือ

ขั้นที่ 1 ระบุปัญหาว่าคืออะไร ในขั้นนี้บุคคลจะต้องทราบเสียก่อนว่าเขาจะต้องตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องใดและจะต้องตระหนักว่าเขามีสิ่งที่ต้องตัดสินใจ

ขั้นที่ 2 การรวบรวมข้อมูลที่เป็นประโยชน์ การตัดสินใจทุกเรื่องจะต้องเกี่ยวข้องกับ การรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการตัดสินใจ ข้อมูลที่พูดถึงไม่ใช่ข้อมูลทั่วไป แต่จะต้องเป็นข้อมูลที่ จะช่วยในการตัดสินใจ ดังนั้นบุคคลจะต้องรู้ศิลปะแห่งการเข้าใจว่าข้อมูลอะไรที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจ แหล่งข้อมูลจะได้มาจากไหน และจะได้ข้อมูลนั้นมาอย่างไร

ขั้นที่ 3 รู้จักทางเลือกที่มีอยู่ จากการรวบรวมข้อมูลในขั้นที่ 2 อาจทำให้บุคคลเริ่มมองเห็นเส้นทางเลือกของเขาขึ้นมาได้บ้าง ถ้าทางเลือกไม่มากเขาอาจจะเลือกทางเลือกอื่นที่น่าจะเป็นไปได้มาพิจารณาประกอบ และเมื่อได้ทางเลือกพอสมควรแล้วให้เขาเขียนทางเลือกเหล่านี้ลงบนกระดาษ

ขั้นที่ 4 การชั่งน้ำหนักตัวเลือกแต่ละตัว สำหรับในขั้นนี้จะต้องให้บุคคลลองพิจารณาว่าแต่ละทางเลือกมีผลดี ผลเสียอย่างไร ผลเสียในที่นี้หมายถึงที่เกี่ยวกับชีวิตของเขา ไม่ใช่ผลดีสำหรับบุคคลอื่น ๆ และให้บุคคลนำผลดีผลเสียในแต่ละตัวมาชั่งน้ำหนักดูว่าตัวเลือกใดจะมีน้ำหนักดีกว่าตัวเลือกอื่น

ขั้นที่ 5 การตัดสินใจเลือก ถ้าบุคคลใดทำขั้นที่ 4 เรียบร้อย เขาพร้อมที่จะตัดสินใจเลือกในการเลือกของเขาในขั้นนี้ส่วนใหญ่จะเป็นจากอันดับของตัวเลือกที่ได้เขียนไว้ในขั้นที่ 4 อย่งไรก็ตาม เขาอาจจะเลือกได้มากกว่า 1 อันดับ ถ้าการเลือกนั้นเป็นความต้องการของเขา

ขั้นที่ 6 การดำเนินการ เมื่อได้ตัดสินใจว่าจะทำอย่างไรเรียบร้อยแล้ว บุคคลพร้อมที่จะลงมือดำเนินการตามที่ได้ตัดสินใจไว้ในขั้นที่ 5

ขั้นที่ 7 ทบทวนการตัดสินใจและผลที่ได้รับ เมื่อทำตามที่ได้ตัดสินใจแล้วบุคคลจะพบว่า การตัดสินใจเลือกของเขาสามารถช่วยหรือไม่ในการแก้ปัญหาจากขั้นที่หนึ่ง ถ้าพบว่าผลของการตัดสินใจได้ช่วยในการแก้ปัญหา เขาก็จะอยู่กับการตัดสินใจนั้น

สิริวุฒิ บุรณพิร (2540) กล่าวว่ากระบวนการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ หมายถึง การกำหนดขั้นตอนของการตัดสินใจตั้งแต่ขั้นตอนแรกไปจนถึงขั้นตอนสุดท้าย การตัดสินใจโดยมีลำดับขั้นของกระบวนการต่าง ๆ เป็นการตัดสินใจโดยใช้หลักเหตุผลและมีกฎเกณฑ์ ประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

1. ขั้นวิเคราะห์ปัญหาหรือสถานการณ์ หมายถึง ต้องรู้เหตุก่อนจึงจะแก้ปัญหาได้ ดังนั้น การระบุเหตุแห่งปัญหาจึงเป็นจุดเริ่มต้นของการตัดสินใจที่นำความสำเร็จมาให้ การตัดสินใจได้ดีต้องเริ่มคำถามให้ถูก ต้องเริ่มจากคำถามว่าต้องตัดสินใจเรื่องอะไร ตั้งคำถามกว้าง ๆ ทำให้สามารถกำหนดข้อเลือกต่าง ๆ ที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับวัตถุประสงค์มากขึ้น และควรพิจารณาปัญหาให้รอบคอบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าปัญหานั้นจะสร้างภาพในทางลบแก่ผู้ตัดสินใจ

2. ขั้นรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ไม่ควรตัดสินใจใด ๆ トラบเท่าที่ยังไม่ทราบข้อเท็จจริงทั้งหมด นั่นคืออย่าด่วนสรุปเกี่ยวกับต้นเหตุของปัญหาหรือคิดว่ามีข้อมูลพอแล้ว ต้องมีการสืบเรื่องให้ถ่องแท้เข้าไปให้ถึงสาเหตุ โดยไม่ติดอยู่แค่อาการของปัญหา

3. ขั้นวิเคราะห์ทางเลือก การกำหนดทางเลือกเป็นสิ่งสำคัญ เราจำเป็นต้องระบุทางเลือกทั้งหมดและเขียนออกมาให้หมด แม้บางอย่างจะดูไม่เข้าท่าในตอนแรก แต่วิธีนี้สามารถลดตัวเลือกลงอย่างมีเหตุผล และเป็นการสร้างนิสัยที่ไม่มองข้ามบางสิ่งบางอย่างไป จากนั้นจึงพิจารณาส่วนที่เหลืออยู่

4. ขั้นเปรียบเทียบและให้ความสำคัญกับทางเลือก คือขั้นประเมินว่าทางเลือกใดที่เหมาะสมซึ่งทำได้โดยชั่งน้ำหนักความเหมาะสม หรือความเป็นไปได้

5. ขั้นการตัดสินใจขั้นสุดท้ายอย่างมั่นใจ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้ประยุกต์รูปแบบกลยุทธ์การตัดสินใจของ ดินเคลจจ และกระบวนการตัดสินใจของสิริวุฒิ บุรณพิร เป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถามการตัดสินใจซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นวิเคราะห์ปัญหาหรือสถานการณ์ บุคคลจะต้องทราบเสียก่อนว่า เขาจะต้องตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องใด การรับรู้ปัญหาและสาเหตุ รวมถึงการวิเคราะห์สภาพปัญหาหรือสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจ

2. ขั้นรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ไม่ควรตัดสินใจทุกเรื่องจะต้องเกี่ยวข้องกับการรวบรวมข้อมูลที่จะช่วยในการตัดสินใจ ดังนั้นบุคคลจะต้องรู้ว่าข้อมูลอะไรที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจของเขา แหล่งข้อมูลที่ได้มาจากไหน และจะได้ข้อมูลนั้นมาอย่างไร

3. ขั้นระบุทางเลือกและการประเมินทางเลือกบุคคลต้องระบุทางเลือกทั้งหมดเปรียบเทียบและให้ความสำคัญกับทางเลือกที่ค้นพบ และพิจารณาว่าในแต่ละทางเลือกมีผลดีผลเสียอย่างไร ผลดีผลเสียในที่นี้หมายถึงที่เกี่ยวกับชีวิตเขา ไม่ใช่ผลดีสำหรับคนอื่น ๆ และให้บุคคลนำผลดีผลเสียในแต่ละข้อมาชั่งน้ำหนักดูว่าตัวเลือกใดจะมีน้ำหนักดีกว่าตัวเลือกอื่น

4. ขั้นการตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด รวมถึงการทบทวนการตัดสินใจและผลที่ได้รับว่าสามารถแก้ปัญหาได้หรือไม่ บุคคลจะตัดสินใจทันทีเมื่อทางเลือกนั้นได้ผลตามต้องการ

ทักษะการแก้ไขปัญหา (Problem Solving Skills)

ความหมายของการแก้ไขปัญหา

นักวิชาการหลายท่านให้ความหมายของการแก้ไขปัญหา พอสรุปได้ดังนี้

Joyce, Weil และ Showers (1972) (อ้างใน รัตนา ดอกแก้ว, 2539) กล่าวถึงการแก้ไขปัญหาว่า หมายถึง การคัดเลือกกฎเกณฑ์ต่างๆ ที่ถูกต้อง และนำมาประยุกต์ใช้สำหรับแก้ปัญหาที่ไม่เคยผ่านมาก่อนโดยผู้เรียน

Micovic (1984) (อ้างใน รัตนา ดอกแก้ว, 2539) ให้ความหมายการแก้ปัญหว่า หมายถึง กิจกรรมของบุคคลในการรวบรวม และจัดระเบียบข้อมูลเกี่ยวกับอุปสรรค ผลสัมฤทธิ์ของวัตถุประสงค์ และทำให้เกิดทางเลือกในการแก้ไขปัญหา

ผกา สัตยธรรม (2524) (อ้างใน รัตนา ดอกแก้ว, 2539) กล่าวว่า การแก้ปัญหามีความหมายถึง กิจกรรมด้านความคิดที่รวบรวมประสบการณ์เดิมกับสภาพของปัญหาเข้าด้วยกัน เป็นกระบวนการเลือกวิธีการต่างๆ ซึ่งจะไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ กิจกรรมเหล่านี้ประกอบด้วย การลองผิดลองถูก การเกิดความคิดขึ้นมาแวบหนึ่ง (Insight) ความพยายามในการสร้างกฎเกณฑ์หรือหาระบบความสัมพันธ์ในการแก้ปัญหาให้ได้

โดยสรุป การแก้ปัญหา หมายถึง ความคิดและการกระทำต่าง ๆ ที่นำไปสู่การแก้ไขอุปสรรค เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์หรือจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ โดยผ่านกระบวนการการตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมที่สุด จากหลาย ๆ วิธีการ

องค์การอนามัยโลก (WHO: 1994) เสนอขั้นตอนของการแก้ปัญหาไว้ ดังนี้

1. ระบุปัญหา
2. คิดหาวิธีการแก้ปัญหาต่างๆ
3. ชั่งน้ำหนักข้อดี ข้อเสียของแต่ละวิธี

4. เลือกวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมที่สุด และวางแผนว่าทำอย่างไรให้เป็นจริง

การแก้ปัญหา เป็นการนำประสบการณ์การเรียนรู้มาใช้ประโยชน์เชื่อมโยงกับชีวิตประจำวันของเด็ก การแก้ปัญหาคือเป็นแนวทางช่วยให้เด็กพัฒนาความคิด การแสดงออกที่สร้างสรรค์ การวิเคราะห์สถานการณ์วิกฤต และการใช้เหตุผล การแก้ปัญหาคือจะช่วยให้เด็กมีการเรียนรู้ว่าจะเผชิญกับปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างไรการแก้ปัญหาคือเป็นทักษะชีวิตที่สำคัญที่นักเรียนจะต้องใช้ในทุกช่วงเวลาของชีวิตการจัดการเวลาสำหรับการพัฒนาทักษะเป็นสิ่งจำเป็นในการนำไปใช้ในชีวิตจริง ทักษะในการแก้ปัญหาคือเป็นทักษะในการใช้กระบวนการทางปัญญา (Cognitive) ตัดสินใจกระทำการเมื่อเผชิญปัญหา (ทองจันทร์ หงส์ลดาธมณ, 2531) ปัญหาไม่ว่าจะเล็กหรือใหญ่เกิดขึ้นได้ทุก ๆ วัน ถ้าแก้ไขได้จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในชีวิต หากไม่สามารถจัดการหรือแก้ไขปัญหานั้นได้ จะมีผลต่อสุขภาพทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ อาทิเช่น ทำให้เกิดความเครียดทางจิตใจ บางครั้งจะแสดงออกด้วยการเจ็บป่วยทางร่างกาย

การสอนทักษะการแก้ไขปัญหาคือ Frazee และ Rudnitski (1995) (อ้างใน ทองจันทร์ หงส์ลดาธมณ, 2531) เสนอกลวิธีการสอนให้นักเรียนรู้จักการแก้ปัญหาคือ โดยการ

1. ให้นักเรียนทำตามขั้นตอนของการแก้ปัญหาคือ ได้แก่ ระบุปัญหา รวบรวมข้อมูล ตั้งสมมติฐานการแก้ปัญหาคือ ทดสอบสมมติฐาน เลือกวิธีการแก้ปัญหาคือ และเลือกวิธีการแก้ปัญหาคือที่ค้นพบ

2. ส่งเสริมให้นักเรียนใช้ความคิดสร้างสรรค์ในการแก้ปัญหาคือ โดยการเลียนแบบขั้นตอนและวิธีการดำเนินการ

3. จัดเวลา สำหรับให้นักเรียนฝึกการแก้ปัญหาคือ และบอกให้ทราบผลลัพธ์

4. จัดเตรียมสื่ออุปกรณ์ที่จำเป็น รวบรวมเอกสารอ้างอิง ห้องทดลองแนะนำวารสารที่จะช่วยนักเรียนรายงานในสิ่งที่ค้นพบ

ทักษะการแก้ปัญหาคือเป็นการใช้กระบวนการทางปัญญา (Cognitive) เป็นการคิดที่มีเหตุผล มีทิศทาง (Directed Thinking) ตัดสินใจกระทำการเมื่อเผชิญกับปัญหา การฝึกวิธีการแก้ไขปัญหาคือบ่อย ๆ จะทำให้เกิดการเรียนรู้ เป็นการง่ายที่จะเผชิญกับปัญหา สามารถใช้แก้ไขปัญหาคือในชีวิตประจำวันได้ กระบวนการแก้ไขปัญหาคือ เมื่อผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จะเป็นสิ่งที่ติดตัวผู้เรียนเปรียบเสมือนประหนึ่งเป็นอาวุธที่ใช้สำหรับแสวงหาความรู้ใหม่ หรือแก้ปัญหาคือที่จะเผชิญต่อไปในอนาคตได้

ในงานวิจัยนี้ใช้แนวทางการสอนการแก้ปัญหาคือตามแนวทางขององค์การอนามัยโลก (WHO: 1994) โดยมีขั้นตอนในการวิเคราะห์ปัญหา ระบุแนวทางแก้ไขปัญหาคือ โดยผ่านกระบวนการคิด 4 ขั้นตอน ได้แก่ การระบุสิ่งที่เป็นปัญหา การคิดวิธีการแก้ปัญหาคือต่างๆ การชั่งน้ำหนักข้อดี

ข้อเสียของแต่ละวิธี และการตัดสินใจเลือกวิธีการที่เหมาะสมที่สุดบนพื้นฐานของเหตุผล และความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ

ทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ความหมายและความสำคัญ

การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนควรเคารพซึ่งกันและกัน เนื่องจากแต่ละคนมีความต้องการที่แตกต่างกัน สิ่งไม่ควรปฏิเสธเป็นสิ่งที่ปฏิบัติแล้วไม่เกิดประโยชน์หรือเกิดผลเสียต่อตนเอง สำหรับการปฏิเสธที่ดีนั้นจะต้องปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูดและน้ำเสียงเพื่อแสดงความตั้งใจที่จะปฏิเสธอย่างชัดเจน ในการสอนทักษะการปฏิเสธมักพบปัญหาผู้เรียนไม่คิดปฏิเสธสถานการณ์ที่นำมาสอน ทำให้การฝึกไม่ได้ผล ดังนั้นก่อนฝึกทักษะการปฏิเสธควรสอนเจตคติและการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องนำมาก่อน และในขั้นนำเข้าสู่การฝึกผู้สอนควรทบทวนให้ผู้เรียนมีความเข้าใจตรงกันว่า พฤติกรรมที่จะฝึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่ผู้เรียนจะต้องปฏิเสธ (กรมสุขภาพจิต, 2544)

ขั้นตอนการปฏิเสธ

จากการศึกษาคู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียน(กรมสุขภาพจิต, 2544) พบว่า การปฏิเสธให้ได้ผลโดยไม่เกิดผลเสียของตนเอง มีขั้นตอนดังนี้

1. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้ง ด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น
2. การขอปฏิเสธ เป็นการปฏิเสธอย่างชัดเจนด้วยคำพูด
3. การขอความเห็นชอบ โดยการถามความเห็นของผู้ชวนเพื่อรักษาน้ำใจของผู้ชวน และกล่าวขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ

สำหรับกรณีที่ถูกเข้าซื้อหรือสวประมาทไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้นเพราะจะทำให้ขาดสมาธิในการหาทางออก ควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี้

1. ปฏิเสธซ้ำโดยไม่ต้องอ้างเหตุผลประกอบ พร้อมทั้งบอกกล่าวแล้วหาทางเลี่ยงจากเหตุการณ์นั้นไป
2. การต่อรองโดยการชวนไปทำกิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน
3. การผัดผ่อนโดยการขอยืมเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ

แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม

กระบวนการกลุ่มหรือกลุ่มสัมพันธ์ มีการนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน โดยมีมาตรฐานมาจากแนวคิดปรัชญาปฏิบัตินิยมของจอห์น ดิวอี้ ที่ถือว่าการศึกษาคือ ชีวิต ความเจริญงอกงาม การศึกษาเป็นประสบการณ์ และกระบวนการทางสังคมที่ต้องอาศัยความเข้าใจทางด้านสังคมวิทยา หลักการสอนของดิวอี้ จึงเน้นกระบวนการสอนมากกว่าเนื้อหาวิชาและถือการเรียนรู้ด้วยการกระทำเป็นการเรียนรู้ที่แท้จริง และเป็นแม่บทสำคัญในการจัดการศึกษาที่เน้นการรวมกลุ่มทำงานเพื่อการเรียนรู้ ให้ผู้เรียนได้ใช้ความคิด แสดงความคิดเห็น (ชลดา อินทรสังขนาวิน. 2542:24) ได้มีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มไว้ ดังนี้แบรดฟอร์ด (Bradford. 1987: 4) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มไว้ว่า

กระบวนการกลุ่มเป็นพฤติกรรมที่มีผลมาจากการปะทะสังสรรค์ของบุคคลภายในกลุ่ม ซึ่งมีหลายองค์ประกอบด้วยกันและเน้นวิธีการที่ทำให้เกิดความเข้าใจระหว่างกัน รู้ถึงพฤติกรรมของกันและกันซึ่งเป็นการพัฒนาสมาชิกภายในกลุ่ม

ถวิล ธาราโกชน (2523: 5) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มไว้ว่า เป็นกระบวนการที่กระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งในกลุ่ม โดยพิจารณาไตร่ตรองถึงสิ่งที่กระทำ ตลอดจนพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม เพื่อหาทางแก้ไขปัญหาต่างๆ ให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกที่ควรให้มากที่สุด

ชไมพร มุขโต (2525: 5) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มไว้ว่าเป็นสิ่งที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้มีพัฒนาการทางด้านทัศนคติ ค่านิยมและพฤติกรรมเพราะกระบวนการกลุ่มเป็นกิจกรรมที่นำไปสู่การปฏิบัติจริง สู่การวิเคราะห์ทำให้สมาชิกรู้จักตนเองและผู้อื่นมากขึ้นยิ่งกว่านั้นสมาชิกยังยอมรับข้อบกพร่องของตนเองและพร้อมจะแก้ไข สมาชิกจะมีประสบการณ์ในการดำรงชีวิตแบบประชาธิปไตย รู้จักรับผิดชอบในบทบาทของตนเอง รู้จักการแก้ปัญหา มีเหตุผลเห็นอกเห็นใจผู้อื่นและรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น

ไสว พักขาว (2542: 8) ได้กล่าวว่า กระบวนการกลุ่ม หมายถึง แนวทางให้ผู้เรียนใช้กลุ่มเพื่อช่วยกันสร้างความรู้โดยประสานความร่วมมือ ประสานความคิด ทำงานร่วมกันรับผิดชอบร่วมกันจนบรรลุเป้าหมาย การทำงานกลุ่มควรต้องเป็นการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ คือ หัวหน้าที่ สมาชิกดี และกระบวนการทำงานดี การเรียนรู้เป็นกลุ่มหรือใช้วิธีสอนกลุ่มสัมพันธ์

ทิตนา แชมมณี (2545: 127) ได้กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มเป็นกระบวนการที่มุ่งให้ผู้เรียนทำงานร่วมกัน โดยเป็นกิจกรรมดังนี้

1. มีผู้ฟังกลุ่ม ซึ่งอาจผลัดเปลี่ยนกัน
2. วางแผนกำหนดวัตถุประสงค์และวิธีการ
3. รับฟังความคิดเห็นจากสมาชิกทุกคนบนพื้นฐานของเหตุผล

4. แบ่งหน้าที่รับผิดชอบ เมื่อมีการปฏิบัติ
5. ติดตามผลการปฏิบัติและปรับปรุง
6. ประเมินผลรวมและชื่นชมในผลของคณะ

ดังนั้นกระบวนการกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่เน้นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่มสมาชิกในกลุ่มได้ร่วมกันทำกิจกรรมสิ่งใดสิ่งหนึ่งในกลุ่มโดย กิจกรรมนั้นได้พิจารณาไตร่ตรองแล้วว่าเหมาะสมกับสมาชิกในกลุ่ม ก่อให้เกิดการเรียนรู้และสามารถนำสิ่งที่ได้รับภายในกลุ่มมาแก้ไขและประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม ความสัมพันธ์ของกลุ่มก่อให้เกิดความภาคภูมิใจว่ามีพลังที่สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองในทุกๆ ด้าน

อิทธิพลของกลุ่มที่มีต่อสมาชิก

1. กลุ่มมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ของบุคคลที่เป็นสมาชิกอย่างมากวิธีการที่สมาชิกแก้ปัญหาการจดจำบทเรียน การประพฤติปฏิบัติ การสร้างนิสัยและเจตคติการดำเนินชีวิตการทำงานตลอดจนความพยายามที่จะให้บรรลุเป้าหมายของบุคคลล้วนอยู่ใต้อิทธิพลของกลุ่มทั้งสิ้น

2. กลุ่มเป็นเครื่องสนับสนุนและช่วยให้สมาชิกสามารถแสดงออกซึ่งความรู้สึกนึกคิด อากัปกริยาต่างๆ ทั้งในทางที่ดีและไม่ดี

3. กลุ่มช่วยสนองความต้องการของสมาชิกนั่นคือ การที่สมาชิกรวมกันเป็นกลุ่มนั้น แต่ละคนย่อมมีความต้องการอยู่ในจิตใจของตน ซึ่งบุคคลอื่นอาจจะทราบหรือไม่ทราบก็ได้ และโดยธรรมชาติของมนุษย์ย่อมจะอยู่คนเดียวไม่ได้ เพราะจะเกิดความเบื่อหน่าย บุคคลทุกคนย่อมต้องมีพรรคพวกเพื่อนฝูง ต้องการความรัก การยอมรับจากกลุ่ม จึงเป็นเหตุให้คนเข้ามาร่วมกลุ่มกับคนอื่น ๆ มากขึ้น เพราะหวังว่ากลุ่มจะช่วยสนองความต้องการของตนได้

4. กลุ่มช่วยให้สมาชิกเห็นภาพของตนเองชัดเจนขึ้น คือ ช่วยให้สมาชิกทราบว่าตนเป็นอย่างไร ความมั่นใจ ความภาคภูมิใจ สิ่งเหล่านี้สมาชิกไม่สามารถรู้เห็นได้ด้วยตนเองอย่างชัดเจนขึ้นอยู่กับบุคคลอื่นๆ หรือกลุ่มที่จะสะท้อนให้เห็นสภาพของสมาชิกแต่ละคนว่าเป็นอย่างไร

5. กลุ่มมีอิทธิพลเหนือผลงาน และการทำงานของสมาชิก จะเห็นได้จากการทำงานของบุคคลแต่ละคน การที่บุคคลจะทำงานได้ดีมีประสิทธิภาพเพียงใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับเพื่อนๆ ในกลุ่มถ้าสมาชิกส่วนใหญ่ของกลุ่มมีความกระตือรือร้นในการทำงาน ก็จะทำให้สมาชิกส่วนน้อยมีความกระตือรือร้นตามไปด้วย

6. กลุ่มอิทธิพลในการช่วยตัดสินใจ ในกรณีที่มีปัญหาหรือมีสิ่งที่ต้องเลือกต้องตัดสินใจอาจจะใช้มติของกลุ่มเป็นเครื่องตัดสินใจได้ คือ การเปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนได้มีส่วนร่วมออกความเห็นเกี่ยวกับวิธีการที่จะแก้ปัญหาต่างๆ ซึ่งจะทำให้ง่ายต่อการตัดสินใจ และยังก่อให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อกันในหมู่สมาชิกอีกด้วย

7. กลุ่มอิทธิพลเหนือความกลัว ความวิตกกังวล ความท้อแท้ใจของสมาชิก เช่นคนที่มีความกลัวเมื่อเข้าไปอยู่ในกลุ่มเพื่อนๆ เขาจะสามารถปรับตัวให้คลายความกังวลได้ เมื่อเห็นเพื่อนๆ ในกลุ่มไม่มีความกลัว

ความสำคัญของกระบวนการกลุ่ม

ความสำคัญของกระบวนการกลุ่มจะเน้นอยู่ในขณะที่ดำเนินการกลุ่ม บุคคลในกลุ่มหรือกลุ่มเองจะได้รับการเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น

1. คุณค่าในการพัฒนากลุ่ม สามารถพัฒนาการให้กับบุคคล ที่เป็นสมาชิกของกลุ่มได้อย่างดี ซึ่งคุณค่าในการพัฒนามีดังนี้

1.1 การตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ต้องการการยอมรับจากหมู่คณะ

1.2 การสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์ และสังคม เมื่อบุคคลเข้าร่วมกลุ่มเขาจะได้รับการเรียนรู้เรื่องการแสดงออกด้านควบคุมอารมณ์

1.3 การพัฒนาการด้านเจตคติ ความสนใจ ความสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคม

2. คุณค่าในด้านการวินิจฉัย ในการเข้ากลุ่มโดยทั่วไปแล้ว ผู้นำกลุ่มจะมีโอกาสสังเกตพฤติกรรมสมาชิกในแต่ละกลุ่มแต่ละคน ทำให้เข้าใจและมองเห็นลักษณะแบบต่างๆ ของสมาชิกในกลุ่ม

3. คุณค่าในการบำบัด ในการรวมกลุ่มของบุคคลนั้น จะมีคุณค่าด้านการบำบัดได้เป็นอย่างดี เพราะในการเข้ากลุ่มนี้จะช่วยให้บุคคลที่มีปัญหาทางด้านอารมณ์สร้างความพึงพอใจในการทำงาน

4. คุณค่าในการศึกษาในโรงเรียน สามารถนำวิธีการของกระบวนการกลุ่ม ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการศึกษาได้ เช่น การตั้งชมรม หรือแม้กระทั่งการนำเอาเรื่องกลุ่มไปสอนในชั้นเรียนเช่น การสอนกลุ่มย่อย การเล่นเกมบทบาทสมมติ เป็นต้น

องค์ประกอบของกระบวนการกลุ่ม

ความสำเร็จของการให้ความรู้โดยกระบวนการกลุ่ม ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 3 ประการ คือ การจัดตั้งกลุ่ม ผู้นำหรือผู้ให้ความรู้ และการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ในกลุ่ม (Marom, 1978:154-61) ดังนี้

1. การจัดตั้งกลุ่ม (Group formation)

การจัดตั้งกลุ่มต้องมีการกำหนดการจัดตั้งแต่ละครั้งและนอกจากวัตถุประสงค์แล้วจะต้องคำนึงถึงโครงสร้างของกระบวนการกลุ่ม ซึ่งได้แก่ จำนวนสมาชิกภายในกลุ่ม การคัดเลือกสมาชิกเวลา สถานที่ จำนวนสมาชิกที่เหมาะสมในการทำงานกลุ่มนั้น ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของกลุ่มนั้นๆรวมทั้งการให้ข้อมูลที่เป็ประโยชน์สำหรับกลุ่มของสมาชิก (John.1982: 160) กล่าวว่ ควรให้สมาชิกได้นั่งเป็นวงกลม

การคัดเลือกผู้เข้าร่วมกลุ่มนั้นจะต้องคำนึงถึง

1. สภาพอารมณ์ของผู้เข้าร่วมกลุ่ม

2. ความต้องการหรือความพร้อมในการจัดเข้ากลุ่ม จะต้องแจ้งวัตถุประสงค์ ชักถาม ความต้องการ ความคาดหวัง ความต้องการจากการเข้ากลุ่ม และแจ้งให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม ประโยชน์ของการเข้ากลุ่ม กฎและแนวทางในการปฏิบัติตัวของสมาชิกระยะเวลาที่เหมาะสมขึ้นอยู่กับปัญหา จากการศึกษาพบว่า ระยะเวลาที่เหมาะสมในการเข้ากลุ่มควรใช้เวลา 45-60 นาทีและสูงสุดไม่เกิน 2 ชั่วโมง วัชรู ฤๅคำ (2523: 38)สอดคล้องกับสุกันยาฉัตรสุวรรณ. (2529: 100) ซึ่งกล่าวไว้ว่าควรใช้เวลาประมาณ 1-2 ชั่วโมง และความถี่ในการเข้ากลุ่มควรจัด 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ การกำหนดสถานที่ในการทำกลุ่ม ควรมีบรรยากาศเป็นสัดส่วนเฉพาะเงียบ ไม่มีเสียงรบกวน หรือเบี่ยงเบนความสนใจ สภาพแวดล้อมควรเหมาะสมไม่แออัดนั่งสบาย กำหนดสถานที่นับเป็สิ่งสำคัญเพราะเป็สิ่งที่ช่วยส่งเสริมให้สมาชิกรู้สึกมั่นคงปลอดภัย

2. ผู้นำหรือผู้ให้ความรู้ (Leadership)

ผู้นำหรือผู้ให้ความรู้มีบทบาทและหน้าที่ 2 ประการ (Marram. 1978: 154-161) ได้แก่ หน้าที่เป็ผู้นำและบทบาทของผู้ปฏิบัติการซึ่งเป็บทบาทที่เฉพาะเจาะจง เป็การเื้ออำนวยการให้กลุ่มบรรลุวัตถุประสงค์ สร้างบรรยากาศให้สมาชิกในกลุ่มมีส่วนร่วมในการมีปฏิสัมพันธ์ที่มีประสิทธิภาพและมีชีวิตชีวา

การทำหน้าที่ของผู้นำกลุ่มในกระบวนการกลุ่มนั้น สามารถแยกออกได้เป็ 4 ประการ

1. เป็ผู้เื้ออำนวยการประโยชน์ให้แก่สมาชิก

2. เป็ผู้สร้างบรรยากาศที่มีชีวิตชีวาให้เกิดขึ้นในกลุ่ม

3. มีหน้าที่ตรวจตราดูแลความเจริญก้าวหน้าและความมอกงามของการทำกลุ่มผู้นำจะต้องมีความรับผิดชอบโดยตรงในการดำเนินการ

4. มีหน้าที่กำหนดจุดมุ่งหมายของสมาชิกแต่ละคน เนื่องจากสมาชิกแต่ละคนใช้เวลาในการบรรลุจุดมุ่งหมายได้แตกต่างกัน

ส่วนหน้าที่ผู้นำกลุ่มในบทบาทของผู้ปฏิบัติการอันจะช่วยให้ผู้ทำกลุ่มได้รับความสำเร็จ ผู้นำกลุ่มจะต้องมีการดำเนินการดังนี้

1. กำหนดจุดมุ่งหมายของการทำกลุ่มอย่างชัดเจน และต้องอธิบายให้สมาชิกทุกคนเข้าใจจุดมุ่งหมายและวิธีดำเนินการของกลุ่ม
2. สร้างแบบแผนของการทำกลุ่ม มีการวางแผนในเรื่องของโครงสร้างและองค์ประกอบภายนอกทั่วไป
3. กระตุ้นการเพิ่มพูนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก
4. กระตุ้นให้สมาชิกได้พูดระบายและแลกเปลี่ยนปัญหา
5. วางระบบการทำกลุ่มสำหรับสมาชิกของแต่ละคน ผู้นำกลุ่มจะต้องสามารถหาวิธีแก้ไขในสิ่งที่เกิดขึ้นในกลุ่ม
6. การช่วยเหลือลดความวิตกกังวลของสมาชิกในกลุ่ม ตั้งแต่ในระยะเริ่มแรกของการทำกลุ่ม ต้องแจ้งวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนของการทำกลุ่ม
7. สร้างผู้นำกลุ่มที่จะสามารถทำหน้าที่ทั้ง 2 บทบาทได้อย่างดีนั้น จะต้องเป็นผู้มีความรู้ในทฤษฎีต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการกลุ่ม เช่น ทฤษฎีการสื่อสาร จิตวิทยาการเรียนการสอน ซึ่งทฤษฎีเหล่านี้จะทำให้ผู้นำกลุ่มสามารถตรวจสอบความก้าวหน้าของกลุ่ม การกำหนดหรือการสร้างความสำเร็จก้าวหน้าของสมาชิกแต่ละคน การกำหนดเป้าหมายของแต่ละบุคคลและของกลุ่ม

บทบาทสมาชิกกลุ่ม

สมาชิกในกลุ่มมีบทบาทดังต่อไปนี้ (วัชร ฐระคำ, 2523: 16)

1. ชวนนำกลุ่มโดยให้ข้อคิดใหม่ๆ กระตุ้นให้กลุ่มมองปัญหาในแง่มุมใหม่เสนอแนะแนวในการแก้ปัญหา
2. คอยกระตุ้น สนับสนุน ให้กำลังใจ และรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนสมาชิก
3. ช่วยสร้างบรรยากาศของกลุ่มให้อยู่ในสภาพที่พอเหมาะ ไม่เข้มงวดหรือเครียดมากเกินไป แก่ขัดข้อโต้แย้งภายในกลุ่ม
4. ตรวจสอบความคิดเห็นต่างๆ ของเพื่อนในกลุ่ม
5. ประสานความคิดเห็นต่างๆ เข้าด้วยกัน หาทางทำให้เกิดการสร้างสรรค์ในภาพทางความคิดเห็นเพิ่มขึ้น
6. ปลุกพลังกลุ่มโดยการเสนอแนะความคิดและวิธีการใหม่ เพื่อผลักดันให้กลุ่มก้าวหน้าต่อไป

การจัดประสบการณ์เรียนรู้ในกลุ่ม (Phase of group experience)

การจัดประสบการณ์เรียนรู้ในกลุ่ม การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ในกลุ่มมี 3 ระยะ ดังนี้ (Marram. 1978: 154-156)

ระยะที่ 1 เป็นระยะเริ่มต้นในการสร้างสัมพันธภาพพูดคุย ทักทาย ประมาณ 5-10 นาที สร้างความรู้อันมั่นคง ปลอดภัยระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม และระหว่างสมาชิกด้วยกันเอง ผู้นำกลุ่มควรช่วยให้สมาชิกทุกคนเข้าใจวัตถุประสงค์ของกลุ่ม กฎและแนวทางในการปฏิบัติใน สถานะสมาชิกของกลุ่มส่งเสริมให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็น ความรู้สึก การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ อย่างอิสระ

ระยะที่ 2 ระยะแก้ปัญหาและเกิดการเปลี่ยนแปลง ระยะนี้สมาชิกมุ่งความสนใจไปที่ปัญหา ยอมรับว่าตนเองมีปัญหา หาทางแก้ไขและเลือกวิธีการแก้ไขปัญหา โดยมีเพื่อนสมาชิกในกลุ่มคอยช่วยเหลือ สนับสนุน การมีโอกาสได้คุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์จะทำให้เกิดความคิดใหม่ ๆ และนำมาปรับปรุงแก้ไขปัญหา ผู้นำกลุ่มมีบทบาทสำคัญในการทำกลุ่มให้บรรลุเป้าหมายเสริมสร้างความเชื่อมั่นของสมาชิก เอื้ออำนวยให้กลุ่มได้อภิปรายและหาทางแก้ไขช่วยเหลือทดสอบความ ถูกต้องเพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้มั่นใจและสามารถนำวิธีการไปใช้ในการแก้ปัญหาต่อไป

ระยะที่ 3 ระยะสิ้นสุดของการทำกลุ่ม เป็นระยะที่ผู้นำกลุ่มจะต้องสรุปประสบการณ์ ทั้งหมดในการทำกลุ่มประมาณ 5-10 นาทีที่ผู้นำกลุ่มจะต้องช่วยให้สมาชิกในกลุ่มประเมิน ความก้าวหน้า ความเปลี่ยนแปลงในทางอกงามของตนเองและความสำเร็จของกลุ่มจากหลักการ ของกระบวนการกลุ่มที่ก่อให้เกิดการเสริมสร้างความรู้สึกนึกคิดเพื่อที่จะป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศไปในทางที่ถูกต้อง จึงเหมาะสมที่จะนำมาประยุกต์ใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์เพื่อสนองให้เกิดพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ถูกต้อง

กิจกรรมการเรียนการสอนที่ใช้กระบวนการกลุ่ม

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับหลักการเรียนรู้และการสอนด้วย กระบวนการกลุ่ม มีหลายวิธีดังนี้

ทิตินา แชมมณี (2536: 27) กล่าวว่า

1. เกม (Game) เป็นวิธีการที่สามารถนำมาใช้ในการสอนได้ดี โดยผู้สอนสร้างสถานการณ์ สมมุติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเอง โดยมีกติกาที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่ง จะมีผลออกมาในรู้การแพ้ชนะ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกและ พฤติกรรมต่าง ๆ นอกจากนั้นยังช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียน

2. บทบาทสมมุติ (Role-play) เน้นวิธีการที่นิยมนำมาใช้ในการสอน มีการกำหนดตาม ธรรมชาติ โดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิดของตนเป็นหลัก วิธีนี้มีส่วนช่วย

ให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึก พฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้งและ ช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจ

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นการสร้างความเข้าใจและฝึกฝน หาทางแก้ไขปัญหานี้ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักคิด แลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือ การจำลองสถานการณ์จริง วิธีการนี้ช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสแสดงพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งในสถานการณ์จริง ผู้เรียนอาจจะไม่กล้าแสดงออก เพราะเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับเกินไป

5. ละคร (Acting or Dramatization) คือวิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทตามบทที่เขียนไว้ ผู้เรียนมีโอกาสแสดงละครร่วมกัน เป็นการฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบในการเรียนรู้

6. กลุ่มย่อย (Small Group) เป็นวิธีการที่ใช้กันมานานแล้ว กลุ่มย่อยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้มีส่วนในการแสดงออกและช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้น

จากกิจกรรมการเรียนการสอนด้วยกระบวนการกลุ่ม สรุปได้ว่า กิจกรรมการเรียนการสอนนั้น ควรให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง เพื่อให้เกิดประสบการณ์การเรียนรู้ซึ่งผู้เรียนจะต้องค้นหาคำตอบด้วยตนเองโดยอาศัยกระบวนการกลุ่มโดยอาศัยกระบวนการกลุ่มครูผู้สอนควรจัดให้มีการอภิปรายสรุปและนักเรียนสามารถนำความรู้ไปใช้จริงในชีวิตประจำวัน

งานวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้อง

พิสมัย สุขอมรัตน์ (2540) ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 สังกัดกรมสามัญศึกษากรุงเทพฯ ด้วยการสร้างทักษะชีวิตตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลกร่วมกับสำนักงาน ป.ป.ส. และกรมอนามัย ซึ่งเน้นให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และเรียนรู้จากประสบการณ์แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 46 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 40 คน ผลการทดลองพบว่าภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการตัดสินใจ ไม่สูบบุหรี่ ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสี่ยงสัมพันธภาพและการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และมีการเปลี่ยนแปลงมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนความรู้รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และทักษะการจัดการกับความเครียดหลังการทดลองพบเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มเปรียบเทียบไม่พบความแตกต่างทางสถิติ

ยุพิน ชัยราชา (2541) ศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมการสอนความรู้ ความตระหนัก และทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันโรคเอดส์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยศึกษาจาก

นักเรียนที่กำลังศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2540 โรงเรียนวัดล้านตอง อำเภอสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 30 คน โดยใช้ชุดกิจกรรมการสอนความรู้ ความตระหนัก และทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันโรคเอดส์ที่สร้างขึ้นแบบทดสอบวัดความรู้เรื่องโรคเอดส์ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีคะแนนความรู้เรื่องโรคเอดส์ และมีทักษะชีวิตในการป้องกันโรคเอดส์ สูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม

อรุณญาณี เชื้อไทย (2541) ได้ทำการศึกษาการใช้ทักษะชีวิตในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การป้องกันการติดยาสูบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนพิริยาลัย จังหวัดแพร่ จำนวน 60 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่มๆ เลี่ยง 30 คน กลุ่มไม่เลี่ยง 30 คน ผลการทดลองพบว่ากลุ่ม เลี่ยงมีคะแนนเฉลี่ยในด้านความรู้ ทักษะการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ทักษะการปฏิเสธต่อรอง หลัง การทดลองสูงขึ้นกว่าการก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 กลุ่มไม่เลี่ยงมี คะแนนเฉลี่ยในด้านความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองหลังการทดลองสูงขึ้นกว่าการก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พัชรินทร์ สิมะราช (2544) บทคัดย่อ ได้ทำการศึกษาผลของการพัฒนาทักษะการ ป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของนักเรียนชายระดับอาชีวศึกษาจังหวัดพะเยา จำนวน 32 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ๆ กลุ่ม ทดลอง 16 คน กลุ่มควบคุม 16 คน ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ สมรรถนะในตนเองสูงกว่าก่อนการศึกษาและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ ภายหลังจากการศึกษากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่ำกว่าก่อนการศึกษาและกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

นภาพร จันทวรรณ (2545) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาการ เห็นคุณค่าในตนเอง ในการป้องกันการติดยาสูบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนบ้าน เวียงแก้ว อำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ในด้านครอบครัว ด้านโรงเรียนและด้านเพื่อน ก่อนและหลังการทดลอง ไม่แตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนผลรวมทั้ง 3 ด้านมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แสดงให้เห็นว่า การใช้ กิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ในการป้องกัน การติดยาสูบ มีผลทำให้ นักเรียนมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น

จุมพล ทาทอง (2548) ได้ศึกษาการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็น คุณค่าในตนเองและลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 กลุ่ม การเรียนช่างอุตสาหกรรม โรงเรียนสันทรายวิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่ โดยใช้กลุ่มประชากร จำนวน 25 คนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแผนการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ จำนวน 10

กิจกรรม แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และแบบประเมินพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นและพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลดลง ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

สุภัทรา สามัง (2548) ได้ศึกษาผลการใช้โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตที่มีต่อความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เขตอำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 101 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 51 คนและกลุ่มควบคุม 50 คนโดยกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิต 8 แผน ผลการศึกษารายงานว่าภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการมี พฤติกรรมที่เหมาะสม ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ และพฤติกรรมการป้องกันตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์มากกว่ากลุ่มควบคุม และ นักเรียนชายในกลุ่มทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมที่เหมาะสม ความตระหนัก ในตนเอง ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธมากกว่านักเรียนหญิงในกลุ่ม ทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

สมพร จำรัสเฟื่องฟู (2549) ได้ศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่า ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอรุโณทัย จังหวัดลำปาง โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง และกิจกรรม กลุ่มจำนวน 10กิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า หลังจากการทำกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีความรู้สึก เห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เมตตา จงวรรณศิริ (2549) ได้ศึกษาประสิทธิผลของกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนที่มี ผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศสตรีวิทยา พุทธมณฑล กรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างได้มาโดยการเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศสูงมาห้องละ 30 คน แบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยให้กลุ่มทดลองเข้า ร่วมกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เก็บข้อมูลก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ผลการศึกษาพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองภายหลัง การเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศน้อยกว่าก่อนการทดลอง

เจตนิพัฐ สมมาตย์ (2550) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะ ชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น โดยวิธีการ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ โดย กลุ่มทดลองได้รับการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ทักษะชีวิต และพฤติกรรมกำบังกั้นการมีเพศสัมพันธ์ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ และกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ทักษะชีวิต และพฤติกรรมกำบังกั้นการมีเพศสัมพันธ์ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ลินจง จันทน์เทศ (2550) ได้ศึกษาถึงการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันโรคเอดส์โดยการประยุกต์การพัฒนาทักษะชีวิตและแรงสนับสนุนทางสังคมในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนราศีไศลจังหวัดศรีสะเกษ กลุ่มตัวอย่าง 66 คน แบ่งเป็นสองกลุ่ม กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการพฤติกรรมสุขภาพโดยการประยุกต์ทักษะชีวิตและแรงสนับสนุนทางสังคมและกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องโรคเอดส์สูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิจารณ์ญาณสูงกว่าก่อนการทดลองและเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และทักษะการปฏิเสธสูงกว่าก่อนการทดลองและเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การจัดการกับอารมณ์และความเครียดมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองและเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเอดส์และแรงสนับสนุนทางสังคมคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองและเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บุญเยี่ยม สุทธิพงศ์เกียรติ (2551) ได้ศึกษารูปแบบสุขศึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเฉพาะเจาะจง ได้แก่ นักเรียนที่มีระดับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์สูงที่สุดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนอ่างทอง ปัทมโรจน์วิทยาคม จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วยรูปแบบสุขศึกษาและแบบสอบถาม วัดก่อนและหลังการทดลองผลการทดลองพบว่า หลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศ เจตคติต่อเรื่องเพศ การปฏิบัติที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และทักษะการปฏิเสธพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ดีกว่าก่อนการทดลอง และหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เรื่องเพศ เจตคติต่อเรื่องเพศ การปฏิบัติที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์แตกต่างจากก่อนการทดลอง ส่วนทักษะการปฏิเสธพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์พบว่าหลังการไม่แตกต่างกัน

อานนท์ พลเสน (2551) ได้ศึกษาการประยุกต์โปรแกรมสุขศึกษาด้านทักษะชีวิตเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกำบังกั้นโรคเอดส์ของนักเรียนมัธยม ในอำเภอนิคมน้ำอ้อย จังหวัดมุกดาหาร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 54 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันโรคเอดส์ซึ่งประกอบด้วยทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ไขปัญหา และทักษะการปฏิเสธต่อรองหลังการ

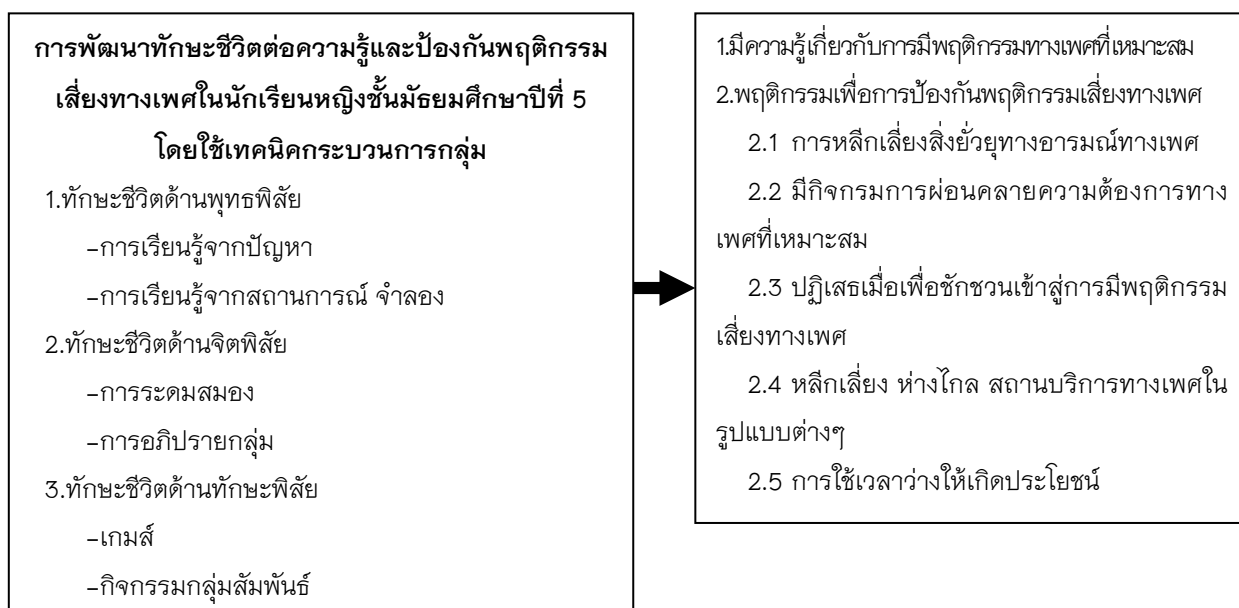
ทดลอง เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีการนำทักษะชีวิตไปใช้เพื่อปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเอดส์เพิ่มขึ้นจากระดับปฏิบัติบ่อยครั้งเป็นระดับปฏิบัติทุกครั้ง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และมีพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์อยู่ในระดับปฏิบัติทุกครั้ง ซึ่งเพิ่มขึ้นก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นอกจากนี้ยังพบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่างการตัดสินใจมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์ ($r = 0.527$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยสรุป การประยุกต์โปรแกรมสุขศึกษาด้านทักษะชีวิตสามารถส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ การนำทักษะชีวิตไปใช้ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคเอดส์ และพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์ จึงสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับงานหรือกิจกรรมอื่นๆ ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันได้

ศรุตดา เจริญกิจจานุวัฒน์. (2552) ได้ทำการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษา โดยใช้กระบวนการกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมการป้องกันการเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์ กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 80 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 40 คนและกลุ่มควบคุม 40 คน ผลการศึกษาพบว่าภายหลังได้รับโปรแกรมสุขศึกษาโดยใช้กระบวนการกลุ่มทดลอง มีพฤติกรรมการป้องกันการเสี่ยงทางเพศมากกว่าก่อนการทดลองและ ภายหลังเข้าร่วมได้รับโปรแกรมสุขศึกษา โดยใช้กระบวนการกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการป้องกันการเสี่ยงทางเพศมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

จากการศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยเห็นว่าการเสริมสร้างทักษะชีวิตในกลุ่มนักเรียนวัยรุ่น จะทำให้นักเรียนมีวิจารณญาณในการคิด วิเคราะห์หาทางเลือกที่ถูกต้อง และเหมาะสมในการตัดสินใจ แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ ไม่ว่าจะ เป็นปัญหาทางการเรียน ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนต่างเพศ ปัญหาการคบเพื่อน รวมไปถึงปัญหาที่ร้ายแรงต่างๆ เช่น ปัญหาการใช้ยาเสพติดในวัยรุ่นหรือปัญหาโรคเอดส์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์การตั้งครรภ์ ไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง ซึ่งวัยรุ่นจะสามารถฝึกทักษะการปฏิเสธและหาทางออกได้อย่างเหมาะสม โดยไม่เสียสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ดังนั้นหากนักเรียนได้รับการฝึกทักษะชีวิตที่สำคัญ อันได้แก่ ความรู้ความเข้าใจ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ เพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะการปฏิเสธ และทักษะการจัดการกับความเครียด ผู้วิจัยหวังว่านักเรียนจะสามารถนำความรู้และทักษะที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

กรอบแนวคิดในการศึกษา

จากแนวคิดหลักการและวิธีการสอนทักษะชีวิตและการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางซึ่งจำแนกออกเป็นการสอนด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัยและด้านทักษะพิสัย จะช่วยสร้างทักษะชีวิตที่เป็นพื้นฐานของการเรียนรู้ ที่จะช่วยให้เด็กคิดเป็นทำเป็น แก้ปัญหาได้ ดังนั้น เพื่อให้การเรียนรู้บรรลุผลและเด็กเกิดความพร้อมในการปรับตัวและมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ผู้วิจัยจึงมีกรอบแนวคิดดังนี้



ภาพ 2 กรอบแนวคิด

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) ชนิดศึกษาหนึ่งกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pre-post Test Design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 1 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2554 ทั้งหมด 149 คน

กลุ่มตัวอย่าง ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในจังหวัดเชียงราย จำนวน 30 คน โดยมีวิธีคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างดังต่อไปนี้

การเลือกกลุ่มตัวอย่างเลือกแบบเฉพาะเจาะจง

การคัดเลือกโรงเรียนใช้เกณฑ์ในการเลือกโรงเรียนกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ผู้บริหารและคณะครูเห็นความสำคัญของปัญหาการวิจัย และยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย
2. เป็นโรงเรียนมัธยมของรัฐบาล ที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงราย และเปิดสอนตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

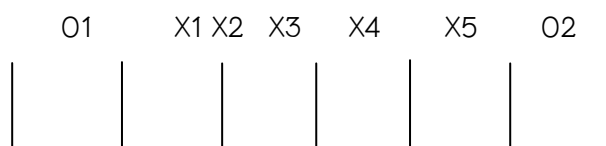
จากคุณสมบัติดังกล่าวผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดย

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างใช้เกณฑ์ในการเลือกมีดังนี้

1. เป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
2. กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2554
3. อายุ 15-18 ปี
4. ยินดีร่วมมือในการทำวิจัย

แบบแผนการทดลอง

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็น 1 กลุ่มจำนวน 30 คน โดยให้โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตใช้กระบวนการกลุ่ม โดยใช้แบบแผนการวิจัยที่ใช้คือ Pre-test, Post-test control group design (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540: 66-65) ดังตาราง 1



โดยกำหนดให้

O1 หมายถึง การเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลคุณลักษณะของประชากร แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และพฤติกรรมป้องกันตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (Pre -test)

X1 หมายถึง การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศครั้งที่ 1

X2 หมายถึง การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศครั้งที่ 2

X3 หมายถึง การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศครั้งที่ 3

X4 หมายถึง การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศครั้งที่ 4

X5 หมายถึง การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศครั้งที่ 5

O2 หมายถึง การเก็บข้อมูลหลังการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลคุณลักษณะของประชากร แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และพฤติกรรมป้องกันตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (Post -test)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยในครั้งนี้ ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตอบด้วยตนเอง ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามข้อมูลด้านคุณลักษณะประชากร ได้แก่ เพศ อายุ ผลการเรียน รายได้ที่ได้รับขณะศึกษา ความเพียงพอของรายได้ สถานภาพของบิดา มารดา รายได้ของบิดา มารดา (ต่อเดือน) ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของบิดา มารดา รวมทั้งหมด 10 ข้อ

2. แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัย ประยุกต์ขึ้น โดยมีขอบเขตของระบบสืบพันธุ์ การมีเพศสัมพันธ์ การตั้งครรรภ์ การทำแท้ง การหลีกเลี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ในส่วนแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม มีจำนวน 20 ข้อ

โดยลักษณะคำถามจะมีคำตอบที่ถูกต้องเพียงคำตอบเดียวเท่านั้น

เกณฑ์การให้คะแนน เป็น 0,1

ตอบถูก	ให้คะแนน	1 คะแนน
ตอบผิด	ให้คะแนน	0 คะแนน

เกณฑ์การประเมินความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ผู้วิจัยแบ่งระดับ คะแนนออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาตามเกณฑ์การแบ่งระดับอ้างอิงที่ประยุกต์จากแนวคิด ของบลูม (Bloom, 1968:60) ซึ่งแบ่งระดับดังนี้

ได้คะแนนอยู่ในช่วง ร้อยละ 80 ขึ้นไป มีความรู้ ความเข้าใจ ระดับดี

ได้คะแนนอยู่ในช่วง ร้อยละ 60-79 มีความรู้ ความเข้าใจ ระดับปานกลาง

ได้คะแนนอยู่ในช่วง ต่ำกว่าร้อยละ 60 มีความรู้ ความเข้าใจ ระดับต่ำ

3. แบบสอบถามการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเป็นคำถามที่ใช้ประเมินการ ปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันตนเอง จำนวน 22 ข้อ โดยจะครอบคลุมเนื้อหา ดังนี้

1) หลีกเลี่ยงสิ่งยั่วยุทางเพศ เช่น การดูวีดีโอโป๊ (ประเพศปลุกเร้าอารมณ์ทางเพศ) การดูหนังสือโป๊ (ที่มีการร่วมเพศ) การเที่ยวสถานเรียงรมย์ยามราตรี เช่น ดิสโก้เธค คาราโอเกะ ไนท์คลับ ห้องอาหาร การดื่มเหล้า การใช้สารเสพติด และการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับเรื่อง เพศสัมพันธ์ในรูปแบบต่าง ๆ

2) มีกิจกรรมผ่อนคลายความต้องการทางเพศที่เหมาะสม เช่น การเล่นกีฬา การหา งานอดิเรกทำ การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเมื่อมีความต้องการทางเพศ

3) ปฏิเสธเมื่อเพื่อนชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์

4) หลีกเลี่ยงให้ไกลสถานบริการทางเพศในรูปแบบต่าง ๆ

5) ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

แต่ละคำถามมี 3 ตัวเลือก ให้นักเรียนตอบตามสถานการณ์ที่กำหนดโดยมีตัวเลือก ดังนี้ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ และนำมาพิจารณาตามเกณฑ์และวิธีการวัด ประเมินของบลูม (Bloom, 1968:60) ซึ่งแบ่งระดับดังนี้ ระดับดี ปานกลาง ต่ำ

ข้อคำถามที่เป็นด้านบวก มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ให้คะแนน 2 คะแนน	ถ้าปฏิบัติทุกครั้ง
ให้คะแนน 1 คะแนน	ถ้าปฏิบัติบางครั้ง
ให้คะแนน 0 คะแนน	ถ้าไม่เคยปฏิบัติ

ข้อคำถามที่เป็นด้านลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ให้คะแนน 0 คะแนน	ถ้าปฏิบัติทุกครั้ง
ให้คะแนน 1 คะแนน	ถ้าปฏิบัติบางครั้ง
ให้คะแนน 2 คะแนน	ถ้าไม่เคยปฏิบัติ

คำถามทั้งหมด 22 ข้อ ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาการแบ่งระดับ อ้างอิงเกณฑ์ที่ประยุกต์จากแนวคิดของบลูม (Bloom, 1968:60) ซึ่งแบ่งระดับได้ดังนี้

ได้คะแนนอยู่ในช่วง ร้อยละ 80 ขึ้นไป บุคคลมีพฤติกรรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศดี

ได้คะแนนอยู่ในช่วง ร้อยละ 60-79 บุคคลมีพฤติกรรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศปานกลาง

ได้คะแนนอยู่ในช่วง ต่ำกว่าร้อยละ 60 บุคคลมีพฤติกรรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศต่ำ

การสร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

การสร้างแบบวัดเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล

1. ศึกษาค้นคว้าจากตำราเอกสารรวมทั้งทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสอบถามสำหรับการวิจัย

2. กำหนดขอบเขตและโครงสร้างของเนื้อหาให้ครอบคลุมตัวแปรที่ศึกษาเพื่อสร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยและถูกต้องตามเกณฑ์การให้คะแนน

3. สร้างแบบสอบถามแล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไข

4. นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความตรงของเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านพิจารณาตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและความตรงเชิงโครงสร้าง และความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งตามที่ผู้ทรงคุณวุฒิแนะนำ

5. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try-Out) นำไปทดลองใช้กับนักเรียนที่มีคุณสมบัติ เดียวกันกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องทางภาษา รวมทั้งประเมิน เวลาที่ใช้ในการตอบแบบสอบถาม หลังจากนั้นนำแบบสอบถามไปทำการตรวจสอบคุณภาพ โดย การหาความเที่ยง (Reliability) ของเครื่องมือ 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนของความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม ทางเพศที่เหมาะสมและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ด้วยวิธีการวิเคราะห์หาค่า สัมประสิทธิ์ความคงที่ภายใน (Coefficient of Internal Consistency) ด้วยวิธีการวิเคราะห์หาค่า สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ (SPSS for Window) หลังจากนั้นทำการปรับปรุงเพื่อความเหมาะสม และนำไปทดลองใช้ใหม่ โดยใช้กับนักเรียนที่มีคุณสมบัติเดียวกันกับกลุ่มตัวอย่าง

6. นำผลไปวิเคราะห์และปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามเพื่อนำไปใช้จริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นเตรียมการทดลอง

1. ผู้วิจัยขอหนังสือรับรองจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยพะเยา เสนอต่อผู้บริหาร โรงเรียนแม่สรวยวิทยาคม เพื่อขออนุญาตทำการศึกษาวิจัย

2. ผู้วิจัยชี้แจงบริหารโรงเรียน เกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัยขั้นตอนต่างๆ ในการวิจัย

2.1 ขอความร่วมมือจากอาจารย์ผู้สอนวิชาสุขศึกษา อาจารย์สอยแนะแนว ชี้แจง ขั้นตอนการวิจัย และการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.2 ประสานงานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุขอำเภอแม่สรวย เพื่อขอความอนุเคราะห์วิทยากร พร้อมชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอน กระบวนการเรียนการสอน การใช้แผนการสอน บทบาทของผู้สอนในแต่ละแผนการสอนรวมทั้งร่วมวางแผนการสอน

ขั้นดำเนินการ

ดำเนินการทดลองโดยใช้แผนการจัดกิจกรรมที่ได้ประยุกต์ขึ้น และใช้เวลาในการ สอนวันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที รวมจำนวน 5 ชั่วโมงในคาบเรียน วิชาสุขศึกษาและวิชาแนะแนว โดยนักเรียนกลุ่มตัวอย่างจะได้รับการสอนตามโปรแกรม ที่ผู้วิจัย จัดขึ้น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

สัปดาห์ที่ 1 ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินดีเข้าร่วม โครงการวิจัย ผู้วิจัยอธิบายแบบสอบถาม และให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้ สร้างขึ้น

สัปดาห์ที่ 2 กลุ่มตัวอย่างได้รับการสอนโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตศึกษา ซึ่งประกอบด้วยความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะในการแก้ปัญหาและทักษะการปฏิเสธดังนี้

ครั้งที่ 1 ดำเนินการตามโปรแกรม รายละเอียดดังนี้

กิจกรรมที่ 1 การปฐมนิเทศเพื่อทราบวัตถุประสงค์ กำหนดการ ข้อตกลงของกลุ่ม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ละลายพฤติกรรมโดยใช้เกมที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น เพื่อให้นักเรียนและผู้สอน ได้รู้จักคุ้นเคย มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน จากนั้นนำเข้าสู่บทเรียนเรื่อง “มีเพศสัมพันธ์ก่อนคิดชีวิต อับเฉา” โดยให้นักเรียนแบ่งกลุ่มแล้วอ่านบทความ และออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน ให้นักเรียน ร่วมกันอภิปรายและอภิปรายสรุป โดยใช้เทคนิคกระบวนการกลุ่ม ผู้วิจัยสรุปในแต่ละประเด็น

ครั้งที่ 2 กิจกรรม “กว่าจะรู้เดียงสา” ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียนโดยการดูวิดีโอ กว่า จะรู้เดียงสา จากนั้นให้นักเรียนแบ่งกลุ่มร่วมกันอภิปรายและอภิปรายตามประเด็น นำเสนอหน้าชั้นเรียน ผู้วิจัยร่วมสรุปในแต่ละประเด็น และเน้นย้ำเรื่องความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการ ป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ครั้งที่ 3 การตัดสินใจ ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียนโดยการสนทนาเรื่องในชีวิตประจำวัน เช่น การเรียน การคบเพื่อน การประกอบอาชีพ แจกใบความรู้เรื่องขั้นตอนการตัดสินใจ แจกใบงาน โดยใช้สถานการณ์สมมติประกอบการตัดสินใจ จากนั้นให้นักเรียนแบ่งกลุ่มร่วมกันอภิปรายและ อภิปรายตามประเด็น นำเสนอหน้าชั้นเรียน ผู้วิจัยร่วมสรุปในแต่ละประเด็น

ครั้งที่ 4 การแก้ปัญหา ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียนโดยการทบทวนเนื้อหาเรื่อง “กว่าจะ รู้เดียงสา” พร้อมทั้งแจกใบความรู้กระบวนการแก้ปัญหา โดยให้นักเรียนแบ่งกลุ่มร่วมกัน อภิปรายและอภิปรายตามประเด็นในใบงาน นำเสนอหน้าชั้นเรียน ผู้วิจัยร่วมสรุปในแต่ละ ประเด็น

ครั้งที่ 5 การปฏิเสธ ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียนโดยให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนฝึกทักษะ การปฏิเสธ กำหนดสถานการณ์ให้ฝึกทักษะการปฏิเสธ อภิปรายร่วมกันในการแสดงออกถึง ความต้องการที่จะปฏิเสธต่อพฤติกรรมเสี่ยงที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์และร่วมกันหาทาง ออกเมื่อถูกเข้าขี้ อันจะนำไปสู่การเพศสัมพันธ์ หลังจากนั้นเข้าสู่กิจกรรม “ฝึกกาย ฝึกใจ พิชิต ความเครียด” บรรยายให้ความรู้เรื่อง “ความเครียด” และวิธีจัดการกับความเครียด จับคู่ ปฏิบัติอภิปรายสรุปผล

สัปดาห์ที่ 6 ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลอง เกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศด้วยแบบสอบถามชุดเดิม

ขั้นตอนการทดลอง

1. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามสอบถามลักษณะข้อมูลทั่วไปและแบบประเมิน (Pre-test) ให้กลุ่มตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยนำกลุ่มตัวอย่างเข้าโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตสัปดาห์ที่ 1-5 โปรแกรมที่ 1-5
3. ผู้วิจัยนำแบบประเมิน (Post-test) ให้กลุ่มตัวอย่างและรับแบบประเมินกลับเพื่อรวบรวมข้อมูลหลังการทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยในครั้งนี้ ทำการวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS for Window 11.5 ซึ่งสถิติที่ใช้ประกอบด้วย

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม
2. สถิติเชิงวิเคราะห์ ทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของคะแนนด้านความรู้ และพฤติกรรมการป้องกันการเสี่ยงทางเพศก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติค่าที (Independent t-test)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) แบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการให้สุขศึกษา (One group Pre test-Post test design) ซึ่งได้ดำเนินการเก็บข้อมูลจากนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย ระหว่างเดือน มกราคม - มีนาคม 2555 จำนวนทั้งสิ้น 30 ราย ซึ่งได้ผลการวิจัยดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปด้านประชากร เศรษฐกิจ สังคม ได้แก่ อายุ การศึกษา อาชีพ สถานะภาพ รายได้เฉลี่ยของบิดาและมารดา ความสัมพันธ์ของบิดาและมารดา การอบเลี้ยงดู ค่าใช้จ่ายส่วนตัวขณะศึกษา ผลการเรียนของนักเรียน

ส่วนที่ 2 ระดับความรู้ เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมและ การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต

ส่วนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปด้านประชากร เศรษฐกิจ สังคม

ตาราง 1 แสดงจำนวนร้อยละของหญิงตั้งครรภ์จำแนกตาม อายุ การศึกษา อาชีพ สถานะภาพ รายได้เฉลี่ยของบิดาและมารดา ความสัมพันธ์ของบิดาและมารดา การอบรมเลี้ยงดู ค่าใช้จ่ายส่วนตัวขณะศึกษา ผลการเรียนของนักเรียน

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(n=30)	ร้อยละ
อายุ		
16 ปี	10	33.3
17 ปี	7	23.3
18 ปี	13	43.3
ปัจจุบันบิดาของนักเรียน		
ยังมีชีวิตอยู่	27	90

ตาราง 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(n=30)	ร้อยละ
อายุของบิดา		
30-35 ปี	3	11.11
36-40 ปี	12	44.44
41-45 ปี	8	29.63
46-50 ปี	3	11.11
56-60 ปี	1	3.70
การศึกษาของบิดา		
ไม่ได้เรียน	6	22.2
ประถมศึกษา	14	51.9
มัธยมศึกษาตอนต้น	3	11.1
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	3	11.1
ปริญญาตรี	1	3.7
อาชีพหลักของบิดา		
เกษตรกร	8	29.6
รับจ้าง	14	51.9
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	3	11.1
อื่นๆ	2	7.4
รายได้ต่อเดือนของบิดา		
≤ 5,000	20	74.07
5,001 – 10,000	6	22.22
20,001 – 30,000	1	3.70
ปัจจุบันมารดาของนักเรียน		
ยังมีชีวิตอยู่	27	90
เสียชีวิตแล้ว	3	10
อายุของมารดา		
30-35 ปี	6	22.22
36-40 ปี	12	44.44
41-45 ปี	6	22.22
46-50 ปี	2	7.41
56-60 ปี	1	3.70

ตาราง 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(n=30)	ร้อยละ
การศึกษาของมารดา		
ไม่ได้เรียน	5	18.5
ประถมศึกษา	15	55.6
มัธยมศึกษาตอนต้น	2	7.4
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	3	11.1
ปริญญาตรี	2	7.4
อาชีพหลักของมารดา		
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	1	3.7
เกษตรกร	5	18.5
รับจ้าง	10	37.0
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	5	18.5
แม่บ้าน	3	11.1
อื่นๆ	3	11.1
รายได้ต่อเดือนของมารดา		
≤ 5,000	19	70.37
5,001 – 10,000	6	22.22
10,001-15,000	1	3.70
20,001 – 30,000	1	3.70
สถานภาพสมรสของบิดามารดา		
อยู่ด้วยกัน	19	63.3
แยกกันอยู่	6	20.0
บิดาเสียชีวิตแล้ว	3	10.0
มารดาเสียชีวิตแล้ว	1	3.3
อื่นๆ	1	3.3

ตาราง 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน(n=30)	ร้อยละ
ความสัมพันธ์ของบิดามารดา		
ผูกพันใกล้ชิดกันมาก	22	73.3
ผูกพันใกล้ชิดกันน้อย	4	13.3
ไม่ผูกพันกัน	4	13.3
การอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา		
ใช้เหตุผลมีความเข้าใจอันดีต่อกัน	27	90.0
เข้มงวดกวดขันมากเกินไป	3	10.0
ค่าใช้จ่ายส่วนตัวขณะศึกษา		
รายวัน	25	83.3
รายสัปดาห์	1	3.3
รายเดือน	4	13.3
รายได้ที่ได้รับ		
ไม่พอใช้	5	16.7
พอใช้ มีเหลือเก็บ	18	60.0
พอใช้ไม่เหลือเก็บ	7	23.3
นักเรียนพักอาศัยอยู่กับใคร		
บิดาและมารดา	16	53.3
บิดาหรือมารดา	1	3.3
ญาติ	9	30.0
หอพัก	3	10.0
อื่นๆ	1	3.3
ระดับผลการเรียนเทอมต้น		
<2.50	8	
2.51-3.00	11	36.67
3.01-4.00	11	36.67
ระดับผลการเรียนเทอมปลาย		
<2.50	6	20
2.51-3.00	10	33.33
3.01-4.00	14	46.67

จากตาราง 1 พบว่าจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ส่วนใหญ่มีอายุ 18 ปี มีจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 43.3 รองลงมาคืออายุ 16 ปี จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3 บิดายังมีชีวิตอยู่ จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 90.0 ส่วนใหญ่บิดามีอายุระหว่าง 36-40 ปี จำนวน 12 คน ได้รับการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษาจำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 ส่วนใหญ่บิดามีอาชีพรับจ้าง จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 รองลงมาคืออาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 29.6 รายได้ส่วนใหญ่มีรายได้น้อยกว่า 5000 บาท จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 74.04 และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มารดายังมีชีวิตอยู่ จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 90.0 มารดามีอายุระหว่าง 36-40 ปี จำนวน 12 คน ได้รับการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 55.6 รองลงมาคือไม่ได้เรียน จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 18.5 ส่วนใหญ่มารดามีอาชีพรับจ้าง จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 37 ส่วนใหญ่มีรายได้น้อยกว่า 5000 บาท จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 70.34 ส่วนใหญ่บิดามารดาอยู่ด้วยกันจำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 63.3 แยกกันอยู่จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 20 บิดามารดามีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกันมากจำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 73.3 ส่วนใหญ่บิดามารดาเลี้ยงดูโดยใช้เหตุผล และมีความเข้าใจอันดีต่อกัน จำนวน 27 คนคิดเป็นร้อยละ 90 และเข้มงวดกวดขันมากเกินไป จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 10 ค่าใช้จ่ายส่วนตัวส่วนใหญ่ได้เป็นแบบรายวัน จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 83.3 รองลงมาคือ รายเดือน จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 13.3 รายได้ที่ได้รับ ส่วนใหญ่พอใช้และมีเหลือเก็บจำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 60 รองลงมาคือพอใช้แต่ไม่เหลือเก็บจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 23.3 ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดาจำนวน 16 คน รองลงมาคือพักกับญาติ คิดเป็นร้อยละ 53.3 และ ร้อยละ 30 ตามลำดับ ผลการเรียนรู้ในทอมตัน ส่วนใหญ่อยู่ในระดับ 2.51-3.00 และ 3.01-4.00 เท่ากันจำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 36.67 ผลการเรียนรู้ในทอมปลายส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 3.01-4.00 จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 46.67

ส่วนที่ 2 ระดับความรู้ เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และการป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างก่อน และหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต

2.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกจำแนกตามระดับความรู้เกี่ยวกับการมี พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ผลการวิเคราะห์ ข้อมูลปรากฏดังตาราง 2

ตาราง 2 แสดงจำนวน ร้อยละของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำแนกตามระดับ ความรู้เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

คำถาม	ก่อนการได้รับโปรแกรม การพัฒนาทักษะชีวิต		หลังการได้รับโปรแกรมการ พัฒนาทักษะชีวิต	
	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง
	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ
1.การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่มี การป้องกัน แม้เพียงครั้งเดียวอาจทำให้เกิด การ ตั้งครรภ์ได้	27(90)	3(10)	30(100)	0
2.การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็น เรื่องปกติที่พบได้ทั้งเพศชายและเพศหญิง	21(70)	9(30)	24 (80)	6 (20)
3.การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองบ่อย ๆ ทำให้สุขภาพจิตและสุขภาพกายเสื่อมโทรม	15(50)	15(50)	27(90)	3(10)
4.การมีประสบการณ์ทางเพศก่อนแต่งงานเป็น การเพิ่มความรู้อีกเรื่องเพศศึกษาอีกวิธีหนึ่ง	12(40)	18(60)	1 (3.3)	29(96.7)
5.การให้เพศตรงข้ามถูกเนื้อต้องตัวเป็น วิธีการระบายความเครียดอย่างหนึ่ง	4(13.3)	26(86.7)	2(6.7)	28(93.3)
6.ความรักระหว่างหนุ่มสาวไม่จำเป็นต้อง มีเรื่องเพศสัมพันธ์เข้ามาเกี่ยวข้อง	28 (93.3)	2 (6.7)	30 (100)	0
7.การมีเพศสัมพันธ์ครั้งเดียวทำให้เกิด การตั้งครรรภ์ได้	26(86.7)	4 (13.3)	26(86.7)	4 (13.3)
8.เมื่อเกิดการตั้งครรรภ์ขึ้นขณะอยู่ในวัย เรียน ควรหาทางออกโดยการทำแท้ง	6 (20)	24 (80)	2(6.7)	28(93.3)

ตาราง 2 (ต่อ)

คำถาม	ก่อนการได้รับโปรแกรม		หลังการได้รับโปรแกรม	
	การพัฒนาทักษะชีวิต		พัฒนาทักษะชีวิต	
	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง
	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ
9.ผลของการทำแท้งทำให้ติดเชื้อและเป็นอันตรายถึงชีวิตได้	29(96.7)	1 (3.3)	30 (100)	0
10.การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ดีที่สุด คือ การไม่สำส่อนทางเพศ	20(66.7)	10(33.3)	29(96.7)	1 (3.3)
11.การดื่มสุราทำให้เพิ่มความระมัดระวังในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	11 (36.7)	19(63.3)	2(6.7)	28(93.3)
12.การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนถือว่าเป็นประสบการณ์ชีวิตที่ดี	5 (16.7)	25(83.3)	1 (3.3)	29(96.7)
13.กิจกรรม เช่น การเล่นเกม การออกกำลังกาย ฟังเพลง อ่านหนังสือ สามารถเบี่ยงเบนความต้องการทางเพศได้	28(93.3)	2(6.7)	28(93.3)	2(6.7)
14.การมีเพศสัมพันธ์ในขณะที่กำลังอยู่ในวัยเรียนเป็นเรื่องปกติธรรมดา	5 (16.7)	25(83.3)	4(13.3)	26(86.7)
15.การมีเพศสัมพันธ์กับคูรัก ถือว่าเป็นการระบายอารมณ์ทางเพศอย่างหนึ่ง	5 (16.7)	25(83.3)	4(13.3)	26(86.7)
16.วัยที่เหมาะสมในการมีเพศสัมพันธ์คือวัยผู้ใหญ่เท่านั้น	24(80)	6(20)	26(86.7)	4(13.3)
17.การอยู่ตามลำพังสองต่อสองของคูรัก จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้	22(73.3)	8(26.7)	29(96.7)	1 (3.3)
18.การรักจนวลงจนตัว เป็นค่านิยมที่ดีสำหรับหญิงไทยในสังคมไทย	28(93.3)	2(6.7)	30 (100)	0
19.การแสดงออกถึงความรักที่มีต่อคูรักหรือแฟน คือ การมีเพศสัมพันธ์ด้วยกัน	8(26.7)	22(73.3)	5 (16.7)	25(83.3)
20.การไม่ยับยั้งชั่งใจ อาจทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่มีความรับผิดชอบได้	24(80)	6(20)	30 (100)	0

2.2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกจำแนกตามระดับการป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตผลการวิเคราะห์ ข้อมูลปรากฏ ดังตาราง 3

ตาราง 3 จำนวน ร้อยละของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำแนกตามระดับการ ป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

คำถาม	ก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนา			หลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนา		
	ทักษะชีวิต			ทักษะชีวิต		
	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ
1.เมื่อมีการเลี้ยงสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อน ข้าพเจ้าจะดื่มเครื่องดื่มที่ผสม แอลกอฮอล์	3 (10.0)	8(26.7)	19(63.3)	0	10(33.3)	20(66.7)
2.เมื่อเพื่อนชวนให้ลองดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ ข้าพเจ้าจะปฏิเสธ ด้วยวิธีการที่นุ่มนวลและไม่เสียเพื่อน	12(40)	9(30.0)	9(30.0)	16(53.7)	14(46.7)	0
3.ข้าพเจ้าไปดูภาพยนตร์รอบค้ำหรือ รอบดึกกับเพื่อนต่างเพศ	4(13.3)	2(6.7)	24(80)	1(3.3)	2(6.7)	27(90.0)
4.ข้าพเจ้าไปนั่งเล่นที่สวนสาธารณะใน เวลากลางคืนกับเพื่อนต่างเพศ	1(3.3)	3 (10.0)	26(86.7)	0	0	30(100)
5.เมื่อเพื่อนชวนไปดูวิดีโอโป๊ที่บ้าน ข้าพเจ้าไปกับเพื่อนเพื่อเป็นการ พักผ่อนคลายเครียดจากการเรียน	0	4(13.3)	26(86.7)	0	0	30(100)
6.เมื่อเพื่อนชวนไปดูหนังสือโป๊หลัง เลิกเรียน ข้าพเจ้าจะปฏิเสธเพื่อน	15(50.0)	2(6.7)	13(43.3)	0	8(26.7)	22(73.3)
7.ข้าพเจ้าดูภาพยนตร์หรือวิดีโอที่ แสดง การ ร่ว ม เพศ หรือ ยั ว ยุ กามารมณ์ ประเภทอาร์หรือเอ็กซ์	1 (3.3)	4(13.3)	25(83.3)	0	3(10.0)	27(90.0)
8. ข้าพเจ้าจะหาทางหลีกเลี่ยงเมื่อ เพื่อนต่างเพศหรือคู่อริสัมผัสร่างกาย	17(56.7)	4(13.3)	9(30)	22(73.3)	8(26.7)	0
9.เมื่อเพื่อนต่างเพศชวนไปดูหนังสือ ตามลำพังข้าพเจ้าจะชวนเพื่อนๆ ไป ด้วยกันอีกหลายๆ คน	17(56.7)	2(6.7)	11(36.7)	22(73.3)	8(26.7)	0

ตาราง 3 (ต่อ)

คำถาม	ก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนา			หลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนา		
	ทักษะชีวิต			ทักษะชีวิต		
	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ	จำนวน/ ร้อยละ
10.เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาเรื่องเพศ ข้าพเจ้าจะปรึกษาพ่อแม่หรือครู	13(43.3)	8(26.7)	9(30.0)	23(76.7)	7(2)	0
11.ข้าพเจ้าสวมเสื้อผ้ารัดกุม ไม่ เปิดเผยเนื้อตัวมากเกินไปขณะอยู่กับ เพื่อน ๆ และเพศตรงข้าม	14(46.7)	6 (20.0)	10(33.3)	23(76.7)	7(23.3)	0
12.ข้าพเจ้าสวมเสื้อสายเดี่ยว เสื้อเกาะ อก ขณะอยู่กับเพื่อน ๆ และเพศตรงข้าม	2(6.7)	1 (3.3)	27(90.0)	0	4(13.3)	26(86.7)
13.ข้าพเจ้าสวมเสื้อผ้าบางๆ กางเกง รัดรูป กระโปรงเอวต่ำ ขณะอยู่กับ เพื่อน ๆ และเพศตรงข้าม	2(6.7)	2(6.7)	26(86.7)	0	3(10.0)	27(90.0)
14.ข้าพเจ้าจะแต่งหน้าก่อนไปโรงเรียน ทุกเช้า	4(13.3)	6 (20.0)	20(66.7)	0	6 (20.0)	24(80.0)
15.เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้า จะเล่นกีฬา/ออกกำลังกาย	12(40)	11(36.7)	7(23.3)	13(43.3)	17(56.7)	0
16.เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้า จะเที่ยวสถานเริงรมย์	0	10(33.3)	20(66.7)	0	1(3.3)	29(96.7)
17. เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้า มักดูโทรทัศน์ / ภาพยนตร์บันเทิง	11(36.7)	11(36.7)	8(26.7)	11 (36.7)	19(63.3)	0
18.เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้า มักดูวิดีโอไป/หนังสือไป	0	6 (20.0)	24(80)	0	0	30(100)
19. เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้า มักจะสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง	2(6.7)	5(16.7)	23(76.7)	0	2(6.7)	28(93.3)
20. เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้า มักจะร้องเพลง/ฟังเพลง/เล่นดนตรีที่บ้าน	11 (36.7)	13(43.3)	6 (20.0)	17(56.7)	13(43.3)	0
21.หลังเลิกเรียนแล้วข้าพเจ้าจะรีบ กลับบ้านทันที	17(56.6)	8 (26.7)	5 (16.7)	19(63.3)	11 (36.7)	0
22.ข้าพเจ้าปฏิเสธทุกครั้งที่เพื่อนต่าง เพศชวนไปเที่ยวโดยลำพังสองต่อสอง	11 (36.7)	8 (26.7)	11(36.7)	18(60.0)	12(40.0)	0

2.3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับความรู้ เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏผลดังตาราง 4

ตาราง 4 แสดงคะแนนระดับความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต

ระดับความรู้	ก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต		หลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ร้อยละ 80 (ระดับดี)	14	46.67	30	100
ร้อยละ 60-79 (ระดับปานกลาง)	11	36.67	0	0
ต่ำกว่าร้อยละ 60 (ระดับน้อย)	5	16.66	0	0
รวม	30	100	30	100

จากตาราง 4 พบว่า ก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมอยู่ในระดับดี ร้อยละ 46.67 ระดับปานกลาง ร้อยละ 36.67 ระดับต่ำ ร้อยละ 16.66 หลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมอยู่ในระดับดี ร้อยละ 100

2.4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับพฤติกรรมกรรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏผลดังตาราง 5

ตาราง 5 แสดงคะแนนระดับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต

ระดับพฤติกรรมกรรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ	ก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต		หลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
สูง	10	33.33	27	90
ปานกลาง	12	40	3	10
ต่ำ	8	26.67	0	0
รวม	30	100	30	100

จากตาราง 5 พบว่า ก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตกลุ่มตัวอย่างมีระดับพฤติกรรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับดี ร้อยละ 46.67 ระดับปานกลาง ร้อยละ 40 ระดับสูง ร้อยละ 33.3 และระดับต่ำร้อยละ 26.67 ภายหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต กลุ่มตัวอย่างมีระดับพฤติกรรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 90 และระดับปานกลางร้อยละ 10

ส่วนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต

3.1 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต

ตาราง 6 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

	n	\bar{X}	S.D.	t	P
ก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต	30	15.26	2.86	-7.710	.001*
หลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต	30	18.66	0.88		

จากตาราง 6 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ภายหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต (\bar{X} =18.66) สูงกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต (\bar{X} =15.26) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตโดยการทดสอบค่าที (Paired T-test) พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต สูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1

ตาราง 7 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

	n	\bar{X}	S.D.	t	p
ก่อนการได้รับโปรแกรม การพัฒนาทักษะชีวิต	30	31.76	7.30	-7.154	.001*
หลังการได้รับโปรแกรม การพัฒนาทักษะชีวิต	30	38.80	2.41		

จากตาราง 7 พบว่า คะแนนเฉลี่ยการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 หลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ($\bar{X} = 38.80$) สูงกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ($\bar{X} = 31.76$) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต โดยการทดสอบค่าที (Paired T-test) พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังได้รับแผนกิจกรรม สร้างเสริมความรู้ และพฤติกรรมดูแลตนเองสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

บทที่ 5

บทสรุป

การศึกษาวิจัย เรื่อง ผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของ นักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย เป็นการศึกษาวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi – experimental Design) โดยใช้แบบแผนการทดลอง (Experimental Design) แบบกลุ่มเดียว มีการวัดก่อนหลัง (Pretest – Posttest One Group Design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบผลของการพัฒนาทักษะชีวิตระหว่างก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย โดยศึกษาเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังกล่าวทำให้ได้ข้อมูลสรุปของการศึกษาวิจัยที่จะนำไปใช้กำหนดแบบแผนการดำเนินงานสุขศึกษาที่สามารถนำไปใช้ได้ ในสถานการณ์จริง เพื่อช่วยลดปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ปัญหาการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรที่เป็นปัญหาของวัยรุ่นไทยในปัจจุบัน

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้ดำเนินการในโรงเรียนแม่สรวยวิทยาคม อำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองในครั้งนี้ได้มาด้วยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามเกณฑ์การคัดเลือก จำนวน 30 คน ทดลองโดยการให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ซึ่งประกอบด้วย การให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะในการแก้ปัญหาและทักษะการปฏิเสธ ดำเนินการทดลองสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที ทั้งหมด 5 สัปดาห์

เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินผลการทดลองในครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน แบบสอบถามประกอบด้วย แบบสอบถามด้านข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และแบบสอบถามการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือในส่วนแบบสอบถามด้านความรู้นำไปวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีของ Cronbach ซึ่งค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (r) ที่คำนวณได้มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .72 ในส่วนแบบสอบถาม

การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศทดสอบความเชื่อมั่นด้วยวิธีของ Cronbach's Alpha Coefficient ได้ค่าความเชื่อมั่นดังนี้ เจตคติต่อเรื่องเพศ ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .81 สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของ นักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงรายในครั้งนี้นับพบว่า

จากจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน ส่วนใหญ่มีอายุ 18 ปีมีจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 43.3 รองลงมาคืออายุ 16 ปี จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 33.3 บิดายังมีชีวิตอยู่ จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 90.0 ส่วนใหญ่บิดามีอายุระหว่าง 36-40 ปี จำนวน 12 คน ได้รับการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษาจำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 ส่วนใหญ่บิดามีอาชีพรับจ้าง จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 รองลงมาคืออาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 29.6 รายได้ส่วนใหญ่มิ่รายได้น้อยกว่า 5,000 บาท จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 74.04 และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มารดา ยังมีชีวิตอยู่ จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 90.0 มารดามีอายุระหว่าง 36-40 ปี จำนวน 12 คน ได้รับการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษาจำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 55.6 รองลงมาคือไม่ได้เรียน จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 18.5 ส่วนใหญ่มารดามีอาชีพรับจ้าง จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 37 ส่วนใหญ่มิ่รายได้น้อยกว่า 5,000 บาท จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 70.34 ส่วนใหญ่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน จำนวน 19 คน คิดเป็น ร้อยละ 63.3 แยกกันอยู่จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 20 บิดามารดามีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกันมาก จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 73.3 ส่วนใหญ่บิดามารดาเลี้ยงดูโดยใช้เหตุผลและมีความเข้าใจอันดีต่อกัน จำนวน 27 คนคิดเป็นร้อยละ 90 และเข้มงวดกวดขันมากเกินไป จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 10 ค่าใช้จ่ายส่วนตัวส่วนใหญ่ได้เป็นแบบรายวัน จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 83.3 รองลงมาคือ รายเดือน จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 13.3 รายได้ที่ได้รับส่วนใหญ่พอใช้และมีเหลือเก็บ จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 60 รองลงมาคือพอใช้แต่ไม่เหลือเก็บ จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 23.3 ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดาจำนวน 16 คน รองลงมาคือพักกับญาติ คิดเป็นร้อยละ 53.3 และ ร้อยละ 30 ตามลำดับ ผลการเรียนในเทอมต้นส่วนใหญ่อยู่ในระดับ 2.51-3.00 และ 3.01-4.00 เท่ากันจำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 36.67 ผลการเรียนในเทอมปลายส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 3.01-4.00 จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 46.67

ด้านความรู้ คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 หลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ($\bar{X} = 18.66$) สูงกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ($\bar{X} = 15.26$) และเมื่อเปรียบเทียบ

คะแนนเฉลี่ยความรู้ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตโดยการทดสอบค่าที (Paired T-test) พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต สูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ด้านการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ คะแนนเฉลี่ยการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 หลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ($\bar{X} = 38.80$) สูงกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ($\bar{X} = 31.76$) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตโดยการทดสอบค่าที (Paired T-test) พบว่า คะแนนเฉลี่ยหลังได้รับแผนกิจกรรมสร้างเสริมความรู้และพฤติกรรมดูแลตนเองสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของ นักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย ผู้ศึกษาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

กลุ่มตัวอย่าง หลังได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 สอดคล้องกับงานวิจัยของบุญเยี่ยม สุทธิพงศ์เกียรติ (2551: 91) ศึกษาในจังหวัดอ่างทอง พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศสูงกว่าก่อนได้รับรูปแบบสุขศึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ และสุภัทตรา สามัง (2548: 57) ศึกษาในอำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหาทักษะการปฏิเสธเพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลอง และเจตนิพิฐ สมมาตร (2550: 46) ที่ศึกษาในจังหวัดขอนแก่น พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ทักษะชีวิตดีขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และลินจง จันท์เทศ (2550: 54) ศึกษาในอำเภอรามัญ ไศล จังหวัดศรีสะเกษ พบว่าหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เรื่องโรคเอดส์สูงกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

กลุ่มตัวอย่าง หลังได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตมีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูงกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับงานวิจัยของและเจตนิพิฐ สมมาตร (2550: 46) ที่ศึกษาในจังหวัดขอนแก่น พบว่า

กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสุภัทตรา สามัง (2548: 57) ศึกษาในอำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการป้องกันตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมตตา จงวรรณศิริ (2549: 63) ศึกษาในกรุงเทพมหานคร พบว่าภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการเสี่ยงทางเพศน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผู้ที่นำโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตที่มีผลต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศไปใช้นั้น ควรจะมีความรู้ทั้งทฤษฎีและศึกษาเกี่ยวกับเทคนิควิธีใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเป็นอย่างดี ตลอดจนมีประสบการณ์ในการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตก่อนนำไปใช้จริง

2. ภายหลังจากใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเป็นระยะเวลา 3 เดือน หรือ 6 เดือน ควรมีการติดตามผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตว่านักเรียนยังมีความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศหรือไม่ เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างต่อเนื่อง

3. การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนนั้นควรใช้เทคนิคที่น่าสนใจสามารถดึงดูดความสนใจของสมาชิกได้ เช่น เทคนิคบทบาทสมมติ เทคนิคเกม และควรมีการสำรวจความคิดเห็นของวัยรุ่นในประเด็นต่างๆ เช่น ผลการสำรวจการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ผลสถิติโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ซึ่งจะช่วยให้ข้อมูลน่าเชื่อถือและได้รับความสนใจมากยิ่งขึ้น

4. การนำกิจกรรมการเรียนการสอนตามโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตไปใช้กับผู้เรียนให้เกิดประโยชน์สูงสุดนั้น จะต้องคำนึงถึงระยะเวลาในการสอน อาจต้องใช้เวลาที่มากกว่าการสอนแบบปกติ เนื่องจากนักเรียนยังไม่คุ้นเคย ระยะเวลาการสอนอาจขยายเป็นแผนการจัดกิจกรรมละ 2 คาบ ต่อเนื่องกันตามความเหมาะสมและควรมีการจัดการดำเนินการจัดกิจกรรมติดต่อกันจากผู้เขียนจะได้สามารถจดจำและนำประสบการณ์ที่ได้จากแผนการจัดกิจกรรมในครั้งก่อนๆ มาประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับแผนการจัดกิจกรรมที่จัดให้ในครั้งต่อไปได้อย่างมีระบบและต่อเนื่องกัน

5. ควรมีการจัดการเรียนการสอนโดยประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตศึกษาร่วมกับการใช้กระบวนการกลุ่ม เป็นอีกวิชาหนึ่งของโรงเรียนในชั่วโมงเรียนอิสระ โดยเริ่มตั้งแต่ระดับชั้น

มัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นต้นไป ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนจะได้คุ้นเคยกับระบบการเรียนการสอนและเป็นการพัฒนาด้านความรู้ เจตคติ และทักษะต่างๆ ไปพร้อมๆ กันอย่างต่อเนื่องเพื่อให้นักเรียนจะได้พัฒนาศักยภาพของตนเองและสามารถเผชิญกับเหตุการณ์หรือหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิธีอื่นๆ ในการป้องกันการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เช่น การใช้กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน การให้คำปรึกษารายบุคคล และการใช้แรงสนับสนุนอื่นร่วมด้วย เช่น ผู้ปกครอง ผู้นำชุมชน เพื่อศึกษาวิธีดังกล่าวจะสามารถนำไปพัฒนาการป้องกันการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้มากน้อยเพียงใด

2. ควรจะนำการศึกษาในลักษณะนี้ไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มเป้าหมายอื่นๆ เช่น กลุ่มวัยรุ่นนอกกระบวนโรงเรียน หรือกลุ่มผู้ด้อยโอกาสทางการศึกษา โดยปรับปรุงเนื้อหา วิธีการให้เหมาะสมกับวัยและสภาพปัญหาของกลุ่มเป้าหมายหลัก

3. การประเมินทักษะชีวิต โดยใช้แบบวัดจากเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นและการประเมินผลหลังเสร็จสิ้นกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตด้วยตัวนักเรียนเอง สามารถประเมินผลในระยะสั้นได้ในการพัฒนาทักษะชีวิตที่ต่อเนื่องและใช้ระยะเวลานาน ควรจะเพิ่มการประเมินจากบุคคลที่ใกล้ชิดกับนักเรียนด้วย เช่น ครูผู้สอนหรือให้นักเรียนประเมินกันเอง ซึ่งจะทำให้การประเมินมีผลครอบคลุมมากขึ้น

4. ควรศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อลดปัญหาอื่นๆ เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาความรุนแรงในสถานศึกษา ตลอดจนปัญหายาเสพติด

ดังนั้น ในการศึกษาทักษะชีวิตเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหรือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในครั้งต่อไป ควรจะมีการศึกษาในทุกองค์ประกอบของทักษะพื้นฐาน และควรเริ่มทักษะตั้งแต่วัยเด็ก โดยการสร้างโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตที่เหมาะสมตามวัย ตั้งแต่ประถมจนถึงอุดมศึกษา และมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้บุคคลเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์อันจะนำไปสู่การป้องกันปัญหาด้านสุขภาพอนามัยได้ นอกจากนี้ควรมีความขยายระยะเวลาในการศึกษาให้มากขึ้นเพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์อย่างต่อเนื่องและถาวรตลอดไป

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, กระทรวงศึกษาธิการ, กระทรวงกลาโหม, และสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย. (2540). **คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ (พิมพ์ครั้งที่ 2)**. กรุงเทพฯ: กรมอนามัย กรมสุขภาพจิต. กระทรวงสาธารณสุข.
- กลุ่มงานระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข, (2554). **สรุปสถานการณ์โรคเอดส์ ณ วันที่ 31 มีนาคม 2554**. [On-line]. Available: www.moph.go.th/ops/epi/aidstm/indexaids
- จันทร์วิภา ดิลกสัมพันธ์. (2543). **เพศศึกษา**. กรุงเทพฯ: บุรพาสาน จำกัด.
- จันทร์แรม ทองศิริ. (2539). **พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นในอำเภอเมืองจังหวัดน่าน**. วิทยานิพนธ์ ส.ม..มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่
- จันทร์วิภา ดิลกสัมพันธ์. (2538). **ประสิทธิผลโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคเอดส์ทางเพศสัมพันธ์ของนักศึกษาหญิงระดับอุดมศึกษาในกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(การพยาบาลสาธารณสุข).บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม
- ดุขฎิ เจริญสุข. (2540). **ผลของการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5**. วิทยานิพนธ์ วท.ม.(สาธารณสุขศาสตร์).บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม
- ฐิติพร อิงคถาวรวงศ์และคณะ. (2550). **พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิงในโรงเรียนอาชีวศึกษา**. สงขลานครินทร์เวชสาร ปีที่ 25 ฉบับที่ 6 (พ.ย. – ธ.ค.2550): 511 – 520.
- นภาพร จันทวรรณ. (2545). **การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองในการป้องกันการติดยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านเวียงแก้วอำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย**. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่
- พัชรินทร์ สิมทะราช. (2544). **ผลการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชายระดับอาชีวศึกษา**. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่

- พัชรินทร์ ดวงแก้ว. (2549). **พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการรับรู้ภาวะเสี่ยงของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค จังหวัดเชียงราย.การค้นคว้าแบบอิสระ** ส.ม.มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่
- พิสมัย นพรัตน์.(2543). **ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงในนักเรียนมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาจังหวัดอุตรดิตถ์. วิทยานิพนธ์ พย.ม..มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่**
- พิสมัย สุขอมรัตน์. (2540). **ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม**
- ยุพิน ชัยราชา. (2541). **การใช้ชุดกิจกรรมการสอนความรู้ ความตระหนักและทักษะชีวิต เพื่อการป้องกันโรคเอดส์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม.มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่**
- โรงพยาบาลแม่สรวย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย.(2554).**สถิติการคลอดอำเภอแม่สรวย ณ วันที่ 30 มิถุนายน 2554.**เชียงราย.
- ศรีสุดา วรรณเจริญ. 2548. **ทัศนคติต่อการมีเพศสัมพันธ์และการวางแผนครอบครัวของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงในจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม.มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่**
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงราย กระทรวงสาธารณสุข .(2554). **สรุปสถานการณ์โรคเอดส์จังหวัดเชียงราย ณ วันที่ 31 มีนาคม 2554.** เชียงราย. สำนักงาน สาธารณสุขจังหวัดเชียงราย.
- สำนักงานระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค. (2552) . **การตั้งครกในวัยรุ่นสถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นและเยาวชน.** [online]. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข แหล่งที่มา: [http:// www.anamai.moph.go.th](http://www.anamai.moph.go.th) (ณ วันที่ 6 เมษายน 2554)
- สุวรรณา วรคามิน, นงลักษณ์ บุญไทย. **สถานการณ์แท้งในประเทศไทย, 2545** [homepage on the Internet] Bangkok:[cited 2006, June 10]. Available from: <http://www.Clinirak.com/message/viewmessage.php?id=0129&maintype=> สำนักอนามัยเจริญพันธุ์ กรมอนามัย.(2552).**อัตราการตั้งครกในวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี.** [online] กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. แหล่งที่มา: <http://rh.anamai.moph.go.th/stitic.html>
- สุชา จันทร์เอม. (2541).**จิตวิทยาพัฒนาการ(พิมพ์ครั้งที่ 3).** กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.

- สุปรียา งามการุณ. (2544). **ความคิดเห็นต่อข้อมูลข่าวสารทางเพศและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักศึกษา สังกัดกรมอาชีวศึกษา จังหวัดตรัง. การค้นคว้าแบบอิสระ** ส.ม. บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่
- สุภาภรณ์ ปัญหาราช. (2547). **พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการรับรู้ภาวะเสี่ยง: การศึกษาเชิงบรรยายในวัยรุ่นในเขตเทศบาลนครขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ พย.ม.มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น**
- อรอุษา จันทรวีรุช. (2544). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ. วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญา วท.มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม**
- สุภัทตรา สามัง. (2548). **ผลการใช้โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตที่มีต่อความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เขตอำเภอเมืองจังหวัดกาฬสินธุ์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.**
- เมตตา จงวรรณศิริ. (2549). **ประสิทธิผลของกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา พุทธมณฑล กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.**
- เจตนิพิฐ สมมาตร. (2550). **ประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ ส.ม. มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.**
- บุญเยี่ยม สุทธิพงศ์เกียรติ. (2551). **รูปแบบสุขศึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์ วท.ม. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.**
- Sirirassamee B, Sethabut C, Yoddumnem Attig B. **Gender perspectives in reproductive health practice in Thailand: a synthesis of research findings.** Nakornpathom: Institute for Population and Social Research, Mahidol University; 2003.
- Neinstein LS, Anderson MM. Adolescent sexuality. In: Neinstein LS, editor. Adolescent health care: a practical guide. Philadelphia: Williams & Wilkins; 1996;571– 603.

Luster, T. & Small, S. A.(1994). **Factor associated with sexual risk-taking behavior among adolescents.** *Journal of Marriage and Family*, 56(August), 622–632. Stiffman, AR. & Earls, F.(1990). **Behavior risk for human immunodeficiency virus infection in adolescent medical patients.** *Pediatric.*

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก แบบสอบถาม

แบบสอบถาม

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้เป็นแบบสอบถามเพื่อการศึกษาวิจัย เรื่อง “ผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย”

1. แบบสอบถามแบ่งเป็น 6 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

2. การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเพื่อทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา จะไม่มีผลกระทบต่อตัวผู้ตอบแบบสอบถาม จึงขอให้ผู้ตอบแบบสอบถามตอบตามความเป็นจริง โดยไม่ต้องเขียนชื่อคำตอบที่ได้ถือเป็นการลับและผลการศึกษาที่ได้รับจะเป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอนต่อไป

3. ให้นักเรียนอ่านคำชี้แจงของแบบสอบถามในแต่ละส่วนก่อนลงมือทำ และโปรดตอบคำถามให้ครบทุกข้อตรงตามความเป็นจริงมากที่สุด เนื่องจากหากตอบแบบสอบถามไม่ครบทุกข้อผู้วิจัยไม่สามารถนำคำตอบไปวิเคราะห์ผลได้

ขอขอบคุณนักเรียนทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ

นางสาวนวลรัตน์ โมทนา

ผู้วิจัย

แบบสอบถาม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน () หรือเติมข้อความลงในช่องว่างให้ครบ

1. ปัจจุบันนักเรียนอายุ.....ปี

2. ปัจจุบันบิดาของนักเรียน

() ยังมีชีวิตอยู่ () เสียชีวิตแล้ว

อายุ.....ปี

จบการศึกษาชั้นสูงสุด.....

ประกอบอาชีพ.....

มีรายได้ประมาณเดือนละ.....บาท

3. ปัจจุบันมารดาของนักเรียน

() ยังมีชีวิตอยู่ () เสียชีวิตแล้ว

อายุ.....ปี

จบการศึกษาชั้นสูงสุด.....

ประกอบอาชีพ.....

มีรายได้ประมาณเดือนละ.....บาท

4. สถานภาพสมรสของบิดามารดา

() อยู่ด้วยกัน

() แยกกันอยู่

() บิดาเสียชีวิตแล้ว

() มารดาเสียชีวิตแล้ว

() อื่นๆ (โปรดระบุ).....

5. ปัจจุบันความสัมพันธ์ของบิดากับมารดาเป็นอย่างไร

() ผูกพันใกล้ชิดกันมาก

() ผูกพันใกล้ชิดกันน้อย

() ไม่ผูกพันกัน

6. โดยส่วนรวมนักเรียนคิดว่าบิดา มารดา อบรมเลี้ยงดูนักเรียนอย่างไร

() ใช้เหตุผล/มีความเข้าใจอันดีต่อกัน

() เข้มงวดกวดขันมากเกินไป

() ปปล่อยปละละเลย

() อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

7. นักเรียนได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวในขณะศึกษาเป็นอย่างไร

- () รายวันวันละ.....บาท
- () รายสัปดาห์ สัปดาห์ละ.....บาท
- () รายเดือน เดือนละ.....บาท
- () อื่น ๆ (โปรดระบุ).....บาท

8. รายได้ที่นักเรียนได้รับเพียงพอกับค่าใช้จ่ายหรือไม่

- () ไม่พอใช้ เนื่องจาก (โปรดระบุ).....
- () พอใช้ มีเหลือเก็บ
- () พอใช้ ไม่เหลือเก็บ
- () ไม่มีเก็บ เนื่องจาก (โปรดระบุ).....

9. ขณะนี้ นักเรียนพักอาศัยอยู่กับใคร

- () บิดาและมารดา
- () บิดาหรือมารดา
- () ญาติ
- () บ้านเพื่อน
- () บ้านเช่ารวมกับเพื่อน
- () หอพัก
- () อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

10. ผลการเรียนของนักเรียน

- ม.4 เทอมต้นได้เกรดเฉลี่ย.....
- เทอมปลายได้เกรดเฉลี่ย.....

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ถูกต้องที่สุดตามความคิดเห็นของนักเรียน

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1.การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่มีการป้องกัน แม้เพียงครั้งเดียวอาจทำให้เกิดการตั้งครรภ์ได้		
2.การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นเรื่องปกติที่พบได้ทั้งเพศชายและเพศหญิง		
3.การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองบ่อย ๆ ทำให้สุขภาพจิตและสุขภาพกายเสื่อมโทรม		
4.การมีประสบการณ์ทางเพศก่อนแต่งงานเป็นการเพิ่มความรู้เรื่องเพศศึกษาอีกวิธีหนึ่ง		
5.การให้เพศตรงข้ามถูกเนื้อต้องตัว เป็นวิธีการระบายความเครียดอย่างหนึ่ง		
6.ความรักระหว่างหนุ่มสาวไม่จำเป็นต้องมีเรื่องเพศสัมพันธ์เข้ามาเกี่ยวข้อง		
7.การมีเพศสัมพันธ์ครั้งเดียวทำให้เกิดการตั้งครรภ์ได้		
8.เมื่อเกิดการตั้งครรภ์ขึ้นขณะอยู่ในวัยเรียน ควรหาทางออกโดยการทำแท้ง		
9.ผลของการทำแท้งทำให้ติดเชื้อและเป็นอันตรายถึงชีวิตได้		
10.การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ดีที่สุด คือ การงดรวมเพศและล่าอ่อนทางเพศ		
11.การดื่มสุราทำให้เพิ่มความระมัดระวังในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์		
12.การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนถือว่าเป็นประสบการณ์ชีวิตที่ดี		
13.กิจกรรม เช่น การเล่นกีฬา การออกกำลังกาย ฟังเพลง อ่านหนังสือ สามารถเบี่ยงเบนความต้องการทางเพศได้		
14.การมีเพศสัมพันธ์ในขณะที่กำลังอยู่ในวัยเรียนเป็นเรื่องปกติธรรมดา		
15.การมีเพศสัมพันธ์กับคู่อีก ถือว่าเป็นการระบายอารมณ์ทางเพศอย่างหนึ่ง		
16.วัยที่เหมาะสมในการมีเพศสัมพันธ์คือวัยผู้ใหญ่เท่านั้น		
17.การอยู่ตามลำพังสองต่อสองของคู่อีก จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้		
18.การรักนวลสงวนตัว เป็นค่านิยมที่ดีสำหรับหญิงไทยในสังคมไทย		
19.การแสดงออกถึงความรักที่มีต่อคู่อีกหรือแฟน คือ การมีเพศสัมพันธ์		
20.การไม่ยับยั้งชั่งใจ อาจทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่มีความรับผิดชอบได้		

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนที่ปฏิบัติเพียง
ข้อเดียว

ข้อความ	ปฏิบัติ ทุกครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
1. เมื่อมีการเลี้ยงสังสรรค์ในกลุ่มเพื่อน ข้าพเจ้าจะดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์			
2. เมื่อเพื่อนชวนให้ลองดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ ข้าพเจ้าจะปฏิเสธด้วยวิธีการที่นุ่มนวลและไม่เสียเพื่อน			
3. ข้าพเจ้าได้ดูภาพยนตร์รอบคําหรือรอบดึกกับเพื่อนต่างเพศ			
4. ข้าพเจ้าไปนั่งเล่นที่สวนสาธารณะในเวลากลางวันกับเพื่อนต่างเพศ			
5. เมื่อเพื่อนชวนไปดูวิดีโอที่บ้าน ข้าพเจ้าไปกับเพื่อนเพื่อเป็นการพักผ่อนคลายเครียดจากการเรียน			
6. เมื่อเพื่อนชวนไปดูหนังสือไปหลังเลิกเรียน ข้าพเจ้าจะปฏิเสธเพื่อน			
7. ข้าพเจ้าดูภาพยนตร์หรือวิดีโอที่แสดงการร่วมเพศ หรือยั่วเยกามารมณ์ ประเภทอาร์หรือเอ็กซ์			
8. ข้าพเจ้าจะหาทางหลีกเลี่ยงเมื่อเพื่อนต่างเพศหรือคูร์ักสัมผัสร่างกาย			
9. เมื่อเพื่อนต่างเพศชวนไปดูหนังสือตามลำพังข้าพเจ้าจะชวนเพื่อนๆ ไปอีกหลายๆ คน			
10. เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาเรื่องเพศ ข้าพเจ้าจะปรึกษาพ่อแม่หรือครู			
11. ข้าพเจ้าสวมเสื้อผ้ารัดกุม ไม่เปิดเผยเนื้อตัวมากเกินไป ขณะอยู่กับเพื่อน ๆ และเพศตรงข้าม			
12. ข้าพเจ้าสวมเสื้อสายเดี่ยว เสื้อเกาะอก ขณะอยู่กับเพื่อน ๆ และเพศตรงข้าม			
13. ข้าพเจ้าสวมเสื้อผ้าบางๆ กางเกงรัดรูป กระโปรงเฮอร์ตา ขณะอยู่กับเพื่อน ๆ และเพศตรงข้าม			
14. ข้าพเจ้าจะแต่งหน้าก่อนไปโรงเรียนทุกเช้า			
15. เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้าจะเล่นกีฬา/ออกกำลังกาย			
16. เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้าจะเที่ยวสถานเริงรมย์			

ข้อความ	ปฏิบัติ ทุกครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ
17. เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้าจะดูโทรทัศน์ / ภาพยนตร์บันเทิง			
18. เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้าจะดูวิดีโอ/หนังสือ			
19. เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้าจะสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง			
20. เมื่อมีเวลาว่างในแต่ละวัน ข้าพเจ้าจะร้องเพลง/ฟังเพลง/เล่นดนตรีที่บ้าน			
21. หลังเลิกเรียนแล้วข้าพเจ้าจะรีบกลับบ้านทันที			
22. ข้าพเจ้าปฏิเสธทุกครั้งที่เพศต่างเพศชวนไปเที่ยวโดยลำพังสองต่อสอง			

ภาคผนวก ข แผนการจัดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกัน
พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนมัธยมศึกษา
ในเขตจังหวัดเชียงราย

แผนการจัดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความรู้และการป้องกัน
พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอแม่สรวยจังหวัดเชียงราย

วัตถุประสงค์ เพื่อให้นักเรียน

1. มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถึงวัยอันควร
2. ตระหนักถึงผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามก่อนวัยอันควร
3. เกิดทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์
4. มีทักษะในการแก้ปัญหาเพื่อป้องกันพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ได้อย่างเหมาะสม
5. มีทักษะในการปฏิเสธเพื่อป้องกันพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 เรื่อง “มีเพศสัมพันธ์ก่อนคิดชีวิต अबเฉา”

สาระสำคัญ

คุณค่าของความรักอยู่ที่ความห่วงใย เอื้ออาทร เห็นใจซึ่งกันและกัน ส่วนความใกล้ชิด ความอบอุ่น สามารถให้แก่กันได้โดยไม่ต้องมีเพศสัมพันธ์ ความรู้เรื่องเพศจึงมีความสำคัญ ทำให้เห็นความแตกต่างระหว่างเพศการประพฤติดนต่อเพื่อนร่วมเพศและเพื่อนต่างเพศได้อย่างเหมาะสม และสามารถดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้ในสังคม วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งจะส่งผลต่อพฤติกรรมบางอย่างของวัยรุ่นได้ โดยเฉพาะพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร ผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมีหลายประการ เช่น การเรียนตกต่ำ การตั้งครรภ์ในวัยเรียน การทำแท้ง การเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และ โรคเอดส์ เป็นต้น ดังนั้น ความรู้เรื่องเพศจะทำให้หญิงมีความระมัดระวังตัวไม่ให้เกิดอยู่ในสถานการณ์ที่อาจจะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ และชายจะมีความยับยั้งชั่งใจและ มีความรับผิดชอบในเรื่องเพศมากขึ้น ก็สามารถมีกิจกรรมผ่อนคลาย ความต้องการทางเพศได้อย่างเหมาะสม เช่น การใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ การเล่นกีฬา การฟังวิทยุ การดูโทรทัศน์ การอ่านหนังสือ เป็นต้น

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้นักเรียนมีความตระหนักรู้และเข้าใจถึงผลดี ผลเสียของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

วัตถุประสงค์เฉพาะ

เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกถึงผลกระทบและผลเสียของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

สื่อการสอน

1.ข่าวจากหนังสือพิมพ์ บทความจากวารสาร เกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การทำแท้ง ความรักในวัยเรียน เป็นต้น ซึ่งผู้สอนนำมาให้นักเรียนในห้องอ่าน 1 เรื่อง “ชิงสุกก่อนห่าม 2 นักเรียนชายมัธยมซ่าแฟนสาวอาชีวะ” จากมติชนสุดสัปดาห์ ฉบับประจำวันอังคารที่ 14 กรกฎาคม 2541 ปีที่ 18 ฉบับที่ 934

2.กรณีศึกษาเรื่อง “ความรักของเจนจิราและเสริม”

3.ใบงาน / ใบชี้แจง

ขั้นตอน

1.นำเข้าสู่บทเรียนโดยให้นักเรียนแนะนำตัวเองและอ่านข่าวที่ผู้

สอนเตรียมมาให้อ่าน

10 นาที

2.อภิปรายกลุ่ม (กลุ่มละ 12-13 คน) ตามใบงานเรื่อง

“ความรักของเจนจิราและเสริม”

20 นาที

3.สรุปแนวคิดที่ได้

20 นาที

วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

1. นำเข้าสู่บทเรียน โดยการอ่านข่าวที่ผู้สอนเตรียมมาให้ให้นักเรียนในห้องอ่าน 1 เรื่อง “อุทาหรณ์ซึ่งสุกก่อนห่าม 2 นักเรียนชายมัธยม ซ่าแฟนสาวอาชีวะ” จากมติชนสุดสัปดาห์ ฉบับประจำวันอังคารที่ 14 กรกฎาคม 2541 ปีที่ 18 ฉบับที่ 934

2. ผู้สอนสุ่มนักเรียนให้ออกมานำเสนอปัญหาที่นักเรียนได้อ่านหน้าชั้นเรียน โดยผู้สอนยังไม่ต้องสรุป

3. แบ่งกลุ่มนักเรียน กลุ่มละ 5-6 คน ออกเป็น 5 กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มอภิปรายตามประเด็นในใบงานที่แจกให้เรื่อง “ความรักของเจนจิราและเสริม”

4. ผู้สอนให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอผลงานที่ได้จากการอภิปรายกลุ่ม และให้นักเรียนในชั้นอภิปรายเพิ่มเติม

5. ผู้สอนซักถามนักเรียนในห้องแต่ละคนถึงความเปลี่ยนแปลงที่ตัวเอง สังเกตเห็นจากการเติบโตในช่วงอายุ 9-12 ปี ว่ามีอะไรเปลี่ยนแปลงไปบ้างทั้งทางร่างกาย จิตใจและอารมณ์ โดยให้นักเรียนช่วยกันตอบ

6. ผู้สอนสรุปจากการตอบของนักเรียน ทั้งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และจิตใจที่พบเห็นกันทั่วไป

7. ผู้สอนซักถามนักเรียนในห้องแต่ละคนเกี่ยวกับการมีกิจกรรมผ่อนคลาย ความเครียดของนักเรียนสามารถทำได้โดยวิธีใดบ้าง ให้นักเรียนยกตัวอย่างกิจกรรมที่นักเรียนได้ทำในชีวิตประจำวัน เช่น การหางานอดิเรกทำ การเล่นกีฬา การอ่านหนังสือ การฟังเพลง การดูโทรทัศน์ เป็นต้น

8. นักเรียนช่วยกันสรุป ผู้สอนอธิบายเพิ่มเติมถึงปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันสมควร ผลเสียและผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันสมควร ทั้งต่อตนเองและบุคคลรอบข้าง

9. ผู้สอนตั้งคำถามถามนักเรียนในห้องให้ช่วยกันตอบในประเด็น “มีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อม” ควรเป็นอย่างไร โดยผู้สอนสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังเกตกระบวนการทำงานของแต่ละกลุ่ม
2. จากการเสนอผลสรุปของกลุ่ม
3. สังเกตการณ์มีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น / อภิปรายกลุ่ม

.....

อุทาหรณ์ “ชิงสุกก่อนห่าม 2 นักเรียน ชายมัธยม ซ่าแฟนสาวอาชีวะ”

เป็นภาพสะท้อนสังคมในยุคปัจจุบันได้เป็นอย่างดีกับเรื่องราวอันน่าสลดใจ ของ น.ส.สุวีร์รัตน์ ชะอุ่มดี หรือเอ อายุ 19 ปี นักศึกษาชั้นปีที่ 1 แผนกคอมพิวเตอร์ วิทยาลัยอาชีวะ-นครศรีธรรมราช สุวีร์รัตน์ ถูกแฟนหนุ่มนักเรียนมัธยมชั้นปีที่ 5 ซ่าหมกป่า “ตายทั้งกลม” “ตายทั้งกลม” ไข่แล้วเด็กสายอาชีวะรายนี้เสียชีวิตขณะตั้งครรภ์ได้ 3 เดือนและการตั้งครรภ์นี้เองเป็นสาเหตุให้เธอถูกฆาตกรรม

เนื่องจากแฟนหนุ่ม หรือหากพูดภาษาชาวบ้านก็คือสามีที่เป็นพ่อเด็กในท้องยังไม่พร้อมที่จะรับผิดชอบ เพราะยังอยู่ในวัยเรียน แต่ทั้งคู่ก็ชิงสุกก่อนห่าม โดยไม่รู้จัการป้องกัน กระทั่งเกิดท้องไส้ขึ้นมา

นักเรียนหนุ่มไม่รู้จะหาทางออกเช่นใดดีไปกว่าการทำให้แฟนสาวหายสาบสูญไป

เด็กหนุ่มทำสำเร็จ โดยร่วมมือกับนักเรียนรุ่นน้องวัยเพียง 14 ปี แต่เขาก็หนีบ่วงกรรม ไม่พ้น ต้องกลายเป็นผู้ต้องหาฆ่าคนตายอยู่ในปัจจุบันนี้

(มติชนสุดสัปดาห์ ฉบับประจำวันอังคารที่ 14 กรกฎาคม 2541 ปีที่ 18 ฉบับที่ 934)

ใบงาน

เรื่อง “ความรักของเจนจิราและเสริม”

คำชี้แจง หลังจากนักเรียนได้อ่านเรื่อง “ความรักของเจนจิราและเสริม” ให้กลุ่มร่วมกันอภิปรายเพื่อหาข้อสรุปตามประเด็นที่ผู้สอนมอบหมายให้ แล้วส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้น

กลุ่ม 1-2 ร่วมกันอภิปรายในประเด็นข้อ 1

กลุ่ม 3-4 ร่วมกันอภิปรายในประเด็นข้อ 2

ประเด็นอภิปราย

1. ถ้าเจนจิราไปงานเลี้ยง นักเรียนคิดว่า จะเกิดเหตุการณ์อย่างไรขึ้นบ้างระหว่างเจนจิราและเสริม คนทั้งคู่จะรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์นั้น

2. นักเรียนคิดว่า ผลเสียและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมีอะไรบ้าง

กรณีศึกษาเรื่อง “ความรักของเจนจิราและเสริม”

เจนจิราและเสริมเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนแห่งหนึ่ง เสริมเป็นรุ่นพี่ 1 ปี ทั้งสองคนคบหาสนิทสนมกันจนใครๆ รู้ว่าทั้งคู่เป็นแฟนกัน

เจนจิราอาศัยอยู่กับครอบครัวของบิดา ซึ่งมีบุตรสาววัยใกล้เคียงกัน 2 คน เนื่องจากบ้านของเจนจิราอยู่ต่างจังหวัด เธอเป็นลูกสาวคนโตของครอบครัวเกษตรกร เจนจิราไม่ใช่คนสะดวกมือออกคล้ำ กิริยาเรียบร้อย มีความรับผิดชอบสูง การเรียนอยู่ในระดับดี เธอตั้งความหวังไว้ว่าจะเรียนให้จบมหาวิทยาลัย หางานดีๆ ทำ และจะส่งเสียให้น้องๆ อีก 4 คน ได้เรียนสูงๆ ด้วย พ่อแม่รักและภูมิใจในตัวเธอมาก

เสริมเป็นเพื่อนรุ่นพี่ เขาเป็นคนหน้าตาดี เป็นนักกีฬา คล่องแคล่ว ช่างคุย เป็น “ดาวเด่น” ประจำโรงเรียน ไม่มีใครคิดว่าเสริมชอบเจนจิรา เพราะในกลุ่มของเขามีเพื่อนที่หน้าตาดีหลายคน เสริมพยายามชวนเจนจิราไปเที่ยวสองต่อสองหลายครั้ง ซึ่งเธอจะปฏิเสธทุกครั้ง เธอระมัดระวังและเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า “การเรียนมีความสำคัญที่สุด การมีความรักขณะเรียนจะทำให้เสียการเรียนได้”

กระทั่งเมื่อวันวาเลนไทน์ที่ผ่านมา เสริมได้นำดอกกุหลาบช่อใหญ่มามอบให้เจนจิรา ทำให้เธอมีความรู้สึกที่ดีต่อเสริมมากขึ้น

เป็นครั้งแรกที่เจนจิราไปกับเสริมสองต่อสอง เขาพาเธอไปดูหนัง ทานข้าวร้านดีๆ และตกเย็นทั้งสองไปนั่งคุยกันที่สวนสาธารณะ กิริยาของเสริมสุภาพมากจนเจนจิราคลายกังวล เธอรู้สึกอบอุ่นและมีความสุขที่ได้อยู่ใกล้เขา วันนั้นเสริมกระซิบบอกเธอว่าเขารักเธอ แต่เธอหวัง

เหนียวที่จะตอบว่าเธอรู้สึกอย่างไร เธอบอกว่าขอให้คบกันไปสักระยะก่อน เจนจิรายองให้เสริมจับมือและนั่งเบียดชิดกันในสวนสาธารณะจนค่ำ เจนจิราจึงขอให้เสริมพาเธอกลับ เสริมจึงอ่อนวอนให้อยู่ต่อ เจนจิราบอกว่าที่นั่นเปลี่ยวและอาจมีอันตราย เสริมจึงบอกว่าเขาจะพาเธอไปหาที่คุยกันที่อื่นซึ่งมีเพียงเราสองคน เจนจิราตกตะลึงและหวาดหวั่น นึกถึงคำเตือนของแม่ว่า “อย่างวางใจผู้ชาย เพราะผู้ชายทุกคนเมื่อได้อยู่ใกล้ชิดผู้หญิงมักหวังล่วงเกิน” เจนจิราดึงมือกลับและบอกเสริมตรงๆว่า หากรักเธอจริง ก็ต้องให้เกียรติ ไม่ล่วงเกินเธอ ซึ่งเสริมก็ยอมรับ

หลังจากวันนั้น เจนจิราไม่ยอมไปไหนตามลำพังกับเสริม ซึ่งทำให้เสริมทุกแฉร้อนใจ เขามีสีหน้าหม่นหมองจนเจนจิรา รู้สึกสงสารหลายครั้งที่เสริมตัดพ้อว่าเจนจิราไม่รักเขาจริงทำให้เจนจิรา รู้สึกสงสารเขามากขึ้น วันหนึ่งเสริมมาชวนเจนจิราไปงานวันเกิดสมชายเพื่อนรุ่นพี่ของเขาที่รีสอร์ททханเมืองแห่งหนึ่ง มีเพื่อนๆของสมชายไปด้วยหลายคน เสริมอยากให้เจนจิราไปด้วย แต่เธอลังเลใจ เกรงว่าความสัมพันธ์จะเกินเลย จึงขอเวลาตัดสินใจ 2-3 วัน เสริมน้อยใจว่าเจนจิราหมั้นรักเขาแล้ว เขาพูดทิ้งท้ายว่า “อย่าให้ผมผิดหวังนะครับ”

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 เรื่อง “กว่าจะรู้เพียงสา”

สาระสำคัญ

ความเข้าใจและเห็นใจซึ่งกันและกัน ตลอดจนการให้ความใกล้ชิดสนิทสนม และความอบอุ่นระหว่างเพศ ซึ่งปฏิบัติต่อกันได้ โดยไม่จำเป็นต้องมีเพศสัมพันธ์

วัตถุประสงค์ทั่วไป

ให้นักเรียนเกิดความตระหนักในตนเอง เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม

วัตถุประสงค์เฉพาะ เพื่อให้นักเรียนสามารถ

1. วิเคราะห์สาเหตุที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้
2. บอกวิธีป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้

สื่อการสอน

1. วีดีโอเทป เรื่อง “กว่าจะรู้เพียงสา” ของสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย
2. โพรทัศน
3. วีดีโอ
4. ใบงาน / ใบชี้แจง

ระยะเวลา 50 นาที

ขั้นตอน

- | | |
|--|---------|
| 1. นำเข้าสู่บทเรียนโดยดูวีดีโอ เรื่อง “กว่าจะรู้เพียงสา” | 15 นาที |
| 2. อภิปรายกลุ่มตามใบงาน เรื่อง “กว่าจะรู้เพียงสา” | 20 นาที |
| 3. สรุปแนวคิดที่ได้ | 15 นาที |

วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

1. นำเข้าสู่บทเรียน โดยดูวีดีโอเทป เรื่อง “กว่าจะรู้เพียงสา”
2. หลังจากดูวีดีโอ ผู้สอนตั้งคำถามว่า
“นักเรียนคิดว่านรกเป็นอย่างไร และจอมเป็นอย่างไร อะไรที่ทำให้รักเรียนคิดอย่างนั้น”
3. ผู้สอนสุ่มคำตอบจากนักเรียน โดยไม่ต้องสรุป
4. จากนั้นแบ่งกลุ่มนักเรียน เป็นกลุ่มละ 5-6 คน ออกเป็น 5 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มอภิปรายตามประเด็นใบงานที่แจกให้
5. ผู้สอนให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอผลงาน และผู้สอนให้นักเรียนในชั้นอภิปรายเพิ่มเติม
6. นักเรียนช่วยกันสรุป ผู้สอนอธิบายเพิ่มเติมในแต่ละประเด็น ดังนี้

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1.วิเคราะห์สาเหตุที่ทำให้จอมมีพฤติกรรมนี้	สาเหตุเกิดจาก <ul style="list-style-type: none"> - การดื่มของมึนเมา - การดูหนังสื่อโป๊ วีดีโอโป๊ - การชักชวนจากเพื่อนไปเที่ยวสถานเริงรมย์ สถานบริการทางเพศ - การอยู่ลำพังสองต่อสอง
2.วิเคราะห์สาเหตุที่ทำให้หมกมีพฤติกรรมนี้	สาเหตุเกิดจาก <ul style="list-style-type: none"> - ความพึงพอใจที่อยู่ใกล้ชิดกับเพศตรงข้าม - การชักชวนจากเพื่อนหรือคูรักที่นำไปสู่ สถานการณ์การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด - การดูหนังสื่อโป๊ วีดีโอโป๊ - การดื่มของมึนเมา ทำให้ขาดสติยั้งคิด - การอยู่ตามลำพังสองต่อสอง
3.การป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นกับตนเอง	แนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่ อาจจะนำไปสู่เพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด ได้แก่ <ol style="list-style-type: none"> 1. ไม่ควรไปไหนสองต่อสองกับเพศตรงข้าม หรืออยู่ด้วยกันตามลำพังในที่ลับตาคน 2. อย่าไปห้องพักส่วนตัวของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง 3. ถ้ามีสถานการณ์ที่ดูไม่เหมาะสม เช่น มีการ ดื่มสุรา ใช้ยาเสพติด ฉายวีดีโอโป๊ ให้แยกตัวกลับบ้านทันที 4. ยอมรับเฉพาะเครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์ ก่อนที่จะเสียการควบคุมตัวเองทำให้ขาดสติ 5. ควรแต่งกายอย่างสุภาพเรียบร้อย และไม่ควรแต่งกายในลักษณะที่เปิดเผย หรือจูงใจ

การประเมินผล

1. สังเกตกระบวนการทำงานของแต่ละกลุ่ม
2. จากการนำเสนอผลสรุปของกลุ่ม
3. สังเกตการมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น/อภิปรายกลุ่ม

เค้าโครงเรื่อง “กว่าจะรู้เตียงสา”

นก นักศึกษาปี 2 มีความรู้สึกชื่นชมจอม นักศึกษารุ่นพี่ซึ่งเป็นนักดนตรี และนักแสดง ที่ทุกคนรู้จักดีในกลุ่มวัยรุ่น

วันหนึ่งเมื่อนกมีโอกาสได้ไปงานวันเกิดรุ่นพี่ (ต๋อง) และได้พบกับจอมทำให้นกรู้สึกดีใจ ที่มีโอกาสได้ใกล้ชิดกับคนที่ตนพึงพอใจ และทั้งสองได้มีโอกาสใกล้ชิดกันมาก เมื่อจอมรับอาสา มาส่งนกที่บ้านหลังงานเลิก นกชักชวนให้จอมขึ้นไปทานกาแฟในบ้านของเธอ โดยล้าพั้ง เมื่อโอกาสเป็นใจ ความรู้สึกที่อยู่ในใจของนกได้พรั่งพรูออกมาในที่สุด จอมน่ารักก็ฉวยโอกาสนั้น นกจึงตกเป็นของจอมในคืนนั้น

และในเวลาต่อมา นกได้พยายามติดต่อขอพบจอมคนที่เธอรักอีก หากแต่จอมปฏิเสธ และให้ความหวังเพียงว่า หากเขาวางเมื่อใดก็จะติดต่อมา ซึ่งท้ายที่สุดนกรู้ว่าความรักและคุณค่าของตนเองที่ต้องสูญเสียไปนั้นเป็นเช่นไร

ใบงาน
เรื่อง “กว่าจะรู้เตียงสา”

คำชี้แจง

1. ประเด็นที่ต้องอภิปราย คือ
ประเด็นที่ 1 นักเรียนคิดว่าอะไรเป็นสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยง ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ของจอม เพราะอะไร
ประเด็นที่ 2 นักเรียนคิดว่าอะไรเป็นสาเหตุของพฤติกรรมเสี่ยง ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ของนก เพราะอะไร
ประเด็นที่ 3 นักเรียนคิดว่าการที่หญิงยอมไปเที่ยวกับชายหรือไปกันสองต่อสองตามลำพัง หมายความว่าต้องการมีเพศสัมพันธ์ใช่หรือไม่
ประเด็นที่ 4 จากเหตุการณ์ดังกล่าว นักเรียนวิธีป้องกันที่จะไม่ให้เกิดขึ้นกับตัวนักเรียนเองได้อย่างไร
2. ให้นักเรียนแต่ละคนในกลุ่มแสดงความคิดเห็น แล้วสรุปออกมาเป็นความคิดเห็นของกลุ่มตามประเด็นที่กำหนดให้ข้างต้น ภายในระยะเวลา 10 นาที
3. ให้แต่ละกลุ่มคัดเลือกตัวแทนกลุ่ม ออกมานำเสนอผลสรุปของการอภิปรายหน้าชั้นเรียนกลุ่มละ 2 นาที

ผลสรุปของกลุ่ม

ชื่อกลุ่ม.....

ประธาน.....

เลขา.....

สมาชิกกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....

11.....

12.....

ประเด็นปัญหา

.....

ข้อสรุปของกลุ่ม

.....

.....

.....

.....

.....

แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 เรื่อง “การตัดสินใจ”

สาระสำคัญ

การตัดสินใจเป็นกระบวนการคิดอย่างมีเหตุผล รู้จักไตร่ตรองทบทวนสถานการณ์ และสภาพแวดล้อม เป็นสิทธิส่วนบุคคลในการเลือก ซึ่งจะเป็นไปตามลำดับขั้นตอน คือการระบุปัญหาว่าคืออะไร การรวบรวมข้อมูลที่เป็นประโยชน์ การรู้จักทางเลือกที่มีอยู่ รู้จักการประเมิน ข้อดีข้อเสีย ในแต่ละทางเลือกและการตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้นักเรียนมีความเข้าใจถึงขั้นตอนการตัดสินใจ และสามารถตัดสินใจจากสถานการณ์ที่กำหนดให้ได้เหมาะสม

วัตถุประสงค์เฉพาะ เพื่อให้นักเรียนสามารถ

1. ประเมินสถานการณ์ที่เป็นปัญหาได้
2. ระบุปัญหาจากสถานการณ์ที่กำหนดได้
3. ระบุข้อมูลที่ใช้ในการตัดสินใจได้
4. บอกถึงทางเลือกต่างๆในการตัดสินใจได้
5. ระบุผลดี ผลเสียในแต่ละทางเลือกได้
6. ตัดสินใจเลือกทางเลือกที่เหมาะสมที่สุดได้

สื่อการสอน

1. ใบความรู้เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจ”
2. ใบงาน/ใบชี้แจง
3. กรณีศึกษาเรื่อง “การตัดสินใจของหนุ่ม”
4. แบบบันทึกการตัดสินใจ

กรณีศึกษาเรื่อง “การตัดสินใจของหนุ่ม”

หนุ่มเป็นนักเรียนที่เพิ่งย้ายมาเรียนที่โรงเรียนแห่งนี้ได้ไม่นาน จึงไม่ค่อยมีเพื่อน ทั้งที่หนุ่มเป็นคนนิสัยดี เรียบร้อย เพียงแต่ไม่ค่อยพูดมากนัก หนุ่มรู้สึกอยากมีเพื่อน เมื่อมีเพื่อนกลุ่มหนึ่งมาชักชวนให้ร่วมสนทนาด้วย หนุ่มรู้สึกยินดีที่จะได้มีเพื่อนมากขึ้น แต่เพื่อนๆ กลุ่มนี้ได้ชักชวนให้เขากิจกรรมบางอย่างที่เขาไม่เคยทำมาก่อน เช่น การหนีเรียน สูบบุหรี่ในห้องน้ำ ดื่มสุรา และเที่ยวกลางคืน โดยให้เหตุผลว่าถ้าจะเป็นเพื่อนกัน ทำอะไรต้องทำตามกัน

ระยะเวลา 50 นาที

ขั้นตอน

- | | |
|---|---------|
| 1. นำเข้าสู่บทเรียนโดยสนทนาถึงเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่นักเรียนต้องตัดสินใจ | 5 นาที |
| 2. ผู้สอนบรรยายขั้นตอนการตัดสินใจ | 5 นาที |
| 3. ผู้สอนอ่านกรณีศึกษา เรื่อง “การตัดสินใจของหนุ่ม” | 10 นาที |
| 4. อภิปรายตามประเด็นในใบงานที่ 1 | 10 นาที |
| 5. ฝึกทักษะการตัดสินใจในใบงานที่ 2 | 10 นาที |
| 6. สรุปรูปแนวคิดที่ได้ | 10 นาที |

วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

- นำเข้าสู่บทเรียน โดยสนทนาถึงเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่นักเรียนต้องตัดสินใจ เช่น การเรียน การคบเพื่อน การเลือกคู่ การประกอบอาชีพ เป็นต้น
- ผู้สอนบรรยายขั้นตอนการตัดสินใจที่ถูกต้องตามหลักการตัดสินใจ และแจกใบความรู้เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจ”
- ผู้สอนอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “การตัดสินใจของหนุ่ม” ให้นักเรียนทั้งห้องฟัง
- แบ่งกลุ่มย่อย 5-6 คน (กลุ่มเดิมตามแผนการจัดกิจกรรมที่ 1) แจกกรณีศึกษาเรื่อง “การตัดสินใจของหนุ่ม” ให้แต่ละกลุ่มศึกษาใช้เวลา 10 นาที สุ่มกลุ่มตัวอย่าง 1-2 กลุ่ม ให้ตัวแทนกลุ่มสรุปผลที่ได้จากการอภิปรายกลุ่มหน้าชั้นเรียนและผู้สอนแนะนำเพิ่มเติม
- ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มฝึกทักษะการตัดสินใจ โดยให้แต่ละกลุ่มฝึกการตัดสินใจในสถานการณ์ต่าง ๆ ตามใบงานที่ 2 เรื่อง “ฝึกทักษะการตัดสินใจ”
- ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมารายงานผลหน้าชั้นเรียน เมื่อรายงานเสร็จในแต่ละสถานการณ์ ผู้สอนและนักเรียนในห้องช่วยกันสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังเกตกระบวนการทำงานของแต่ละกลุ่ม
2. จากการเสนอผลสรุปของกลุ่ม
3. สังเกตการณ์มีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น / อภิปรายกลุ่ม

.....

ใบงานที่ 1

เรื่อง “การตัดสินใจของหนุ่ม”

คำชี้แจง

ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมพิจารณาขั้นตอนการตัดสินใจของหนุ่ม จากกรณีศึกษาที่แจกให้ โดยสรุปออกมาเป็นความเห็นของกลุ่ม (โดยใช้เวลา 10 นาที) ตามรายละเอียดดังนี้ แล้วให้กลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอผลสรุปของการอภิปรายกลุ่มละ 2 นาที

1. ปัญหาที่ต้องตัดสินใจคือ

.....

2. ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการตัดสินใจของหนุ่มคือ

.....

.....

3. ทางเลือกในการตัดสินใจมี.....ทาง

ทางที่ 1 คือ.....

ทางที่ 2 คือ.....

ทางที่ 3 คือ.....

4. ข้อดี และข้อเสียของแต่ละทางเลือก

ผลดี	ผลเสีย
ถ้าไป.....	ถ้าไป.....
.....
ถ้าไม่ไป.....	ถ้าไม่ไป.....
.....

5. ชั้นตัดสินใจ

หนุ่มตัดสินใจที่จะ

.....

.....

ใบงานที่ 2

เรื่อง “ฝึกทักษะการตัดสินใจ”

คำชี้แจง

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามเดิมที่ได้แบ่งไว้ (ตามแผนการจัดกิจกรรมที่ 1)
2. ให้แต่ละกลุ่มร่วมอภิปรายเพื่อหาข้อสรุปตามสถานการณ์โดย
 - กลุ่มที่ 1 ทำสถานการณ์ที่ 1
 - กลุ่มที่ 2 ทำสถานการณ์ที่ 2
 - กลุ่มที่ 3, 4 ทำสถานการณ์ที่ 3

สถานการณ์ที่ 1

หลังเลิกเรียนสมชายชวนปรีชาไปเที่ยวที่บ้าน สมชายบอกว่าวันนี้พ่อแม่ไม่อยู่ไปต่างจังหวัด เราไปเช่าวีดีโอม้วนเด็ดมา เราว่าจะลองเปิดดูเลยอยากชวนนายไปดูด้วย ปรีชาอยากจะไปดู เพราะเคยแต่ได้ยืมเพื่อน ๆ คุยให้ฟัง แต่ยังไม่เคยดูมาก่อน แต่ก็เกรงว่าถ้าดูวีดีโอประเภทนี้แล้วทำให้เกิดอารมณ์ทางเพศ อาจเกินเลยไปมีเพศสัมพันธ์ที่ขาดความยั้งคิด และติดเชื้อโรคเอดส์ได้ ถ้านักเรียนเป็นปรีชา นักเรียนจะตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างไรได้บ้าง

สถานการณ์ที่ 2

มานะเป็นนักเรียนชั้น ม.3 เรียนหนังสือเก่งและมีนิสัยเรียบร้อย ได้ถูกเพื่อนชวนไปเที่ยวดิสโก้เทค โดยจะมีการดื่มสุรากันด้วย แต่มานะยังทำการบ้านไม่เสร็จ ใจหนึ่งก็อยากไปเนื่องจากไม่เคยไปเลย และเป็นภาระการหาประสบการณ์ ถ้าไม่ไปกลัวเพื่อนจะไม่คบด้วย แต่อีกใจหนึ่งก็เป็นห่วงเรื่องการบ้านไม่เสร็จ ถ้าไม่มีส่งเกรงคุณครูจะดุ ถ้านักเรียนเป็นมานะ นักเรียนจะตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างไรได้บ้าง

สถานการณ์ที่ 3

ปิติชวนดวงแก้วไปเที่ยวที่บ้านเขาตอนเย็นหลังเลิกเรียน ปิติบอกว่าวันนี้ไม่มีใครอยู่บ้านเลยชวนดวงแก้วไปอ่านหนังสือกัน ดวงแก้วชวนเพื่อนผู้หญิงไปอีก 2 – 3 คน ปิติบอกว่าอย่าชวนใครไปเลยจะดีกว่าจะได้คุยกันสองต่อสองด้วย ดวงแก้วไม่แน่ใจว่าจะไปดีหรือไม่ ถ้านักเรียนเป็นดวงแก้ว นักเรียนจะตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างไรได้บ้าง

ใบความรู้เรื่อง “ขั้นตอนการตัดสินใจ”

การตัดสินใจเป็นวิธีช่วยบุคคลในการเลือกที่จะทำหรือไม่ทำในสิ่งหนึ่งอย่างมีเหตุผลในแนวทางที่ถูกต้อง และเหมาะสม ซึ่งมีขั้นตอน 5 ขั้นตอน ดังนี้ คือ

1. ขั้นระบุปัญหาจากสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจ
2. ขั้นรวบรวมข้อมูลที่สามารถนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจ
3. ขั้นกำหนดทางเลือกในการตัดสินใจ เพื่อที่จะแก้ปัญหา เช่น ไป/ไม่ไป , ทำ/ไม่ทำ
เอา/ไม่เอา เป็นต้น
4. ขั้นวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย และผลกระทบของแต่ละทางเลือก
5. ขั้นตัดสินใจเลือกทางที่ถูกต้องและเหมาะสม

แบบบันทึกการตัดสินใจ

จากสถานการณ์ดังกล่าวข้างต้น นักเรียนจะตัดสินใจในแต่ละขั้นตอนต่อไปนี้

1. ปัญหาที่ต้องตัดสินใจคือ

.....

2. ข้อมูลที่เป็นประโยชน์คือ

.....

3. ทางเลือก มี.....ทาง

ทางเลือกที่1คือ

.....

ทางเลือกที่2คือ

.....

ทางเลือกที่.....คือ

.....

ข้อดีและข้อเสียของแต่ละทางเลือก

ทางเลือกที่ 1 ข้อดี คือ

.....

ข้อเสีย คือ.....

.....

ทางเลือกที่ 2 ข้อดี คือ

.....

ข้อเสีย คือ.....

.....

ทางเลือกที่ 3 ข้อดี คือ.....

ข้อเสีย คือ.....

4. ทางเลือกที่เหมาะสมที่สุดที่จะต้องตัดสินใจคือ

.....

.....

แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 เรื่อง “การแก้ปัญหา”

สาระสำคัญ

การแก้ปัญหาคือทักษะที่สำคัญในชีวิตประจำวันที่นักเรียนจะต้องใช้ในทุกช่วงเวลาของชีวิต ปัญหาไม่ว่าจะเล็กหรือใหญ่เกิดขึ้นได้ทุก ๆ วัน ถ้าแก้ได้จะทำให้นักเรียนประสบความสำเร็จในชีวิต หากไม่สามารถจัดการหรือแก้ปัญหานั้น ๆ ได้ จะมีผลต่อสุขภาพ ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เช่น ทำให้เกิดความเครียดทางจิตใจ บางครั้งจะแสดงออกด้วยความเจ็บป่วยทางร่างกาย การฝึกให้นักเรียนรู้จักแนวทางการแก้ปัญหาคือช่วยให้นักเรียนเกิดการพัฒนาทางด้านการคิด การแสดงออกที่สร้างสรรค์ การวิเคราะห์สถานการณ์วิกฤต และการใช้เหตุผลซึ่งจะนำไปสู่การอยู่ร่วมในสังคมอย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้นักเรียนสามารถอธิบายความสำคัญ และขั้นตอนการแก้ไขปัญหามาจากสถานการณ์ที่กำหนดให้ได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์เฉพาะ เพื่อให้นักเรียนสามารถ

1. วิเคราะห์สถานการณ์ที่เป็นปัญหาและกำหนดปัญหาได้
2. แก้ปัญหาและตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสม
3. ระบุขั้นตอนของการแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง

สื่อการสอน

1. ใบความรู้เรื่อง “ความสำคัญและขั้นตอนการแก้ไขปัญหา”
2. ใบงาน / ใบชี้แจง
3. กรณีศึกษา เรื่อง “เหตุเกิดที่บ้าน”
4. แบบบันทึกการแก้ไขปัญหา
5. กรณีศึกษา เรื่อง “กว่าจะรู้เตียงสา”

ระยะเวลา 50 นาที

ขั้นตอน

1. นำเข้าสู่บทเรียนโดยการทบทวนเนื้อเรื่อง “กว่าจะรู้เตียงสา” 5 นาที
2. ผู้สอนบรรยายความสำคัญและขั้นตอนการแก้ไขปัญหาและแจกใบงานความรู้เรื่องความสำคัญและขั้นตอนการแก้ไขปัญหา 10 นาที
3. แบ่งกลุ่มย่อย 5-6 คน(กลุ่มเดิมตามแผนการจัดกิจกรรมที่ 1) ช่วยกันอภิปรายกรณีศึกษาเรื่อง “กว่าจะรู้เตียงสา” ตามประเด็นปัญหา 15 นาที
4. ผู้สอนอ่านกรณีศึกษา เรื่อง “เหตุเกิดที่บ้าน” 5 นาที
5. อภิปรายกลุ่มใหญ่ภายในห้องเรียนและช่วยกันสรุป 15 นาที

วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. นำเข้าสู่บทเรียนโดยทบทวนเนื้อเรื่อง “กว่าจะรู้เตียงสา” จากวิดีโอในแผนการจัดกิจกรรมที่ 2 โดยนักเรียนช่วยกันเล่าเรื่องและสอนสรุปเพิ่มเติม พร้อมทั้งแจกเนื้อเรื่องย่อให้นักเรียน
2. ผู้สอนบรรยายความสำคัญและขั้นตอนการแก้ไขปัญหานักเรียนทั้งห้องฟัง พร้อมทั้งแจกใบความรู้เรื่องความสำคัญและขั้นตอนการแก้ไขปัญหานักเรียน
3. แบ่งกลุ่มย่อย 5-6 คน (กลุ่มเดิมตามแผนการจัดกิจกรรมที่ 1) ช่วยกันอภิปรายกรณีศึกษา เรื่อง “กว่าจะรู้เตียงสา” ตามประเด็นปัญหาที่ผู้สอนแจกให้ สุ่มกลุ่มตัวอย่าง 1 ถึง 2 กลุ่มให้ตัวแทนกลุ่มสรุปผลที่ได้จากการอภิปรายกลุ่มหน้าชั้นเรียน โดยนักเรียนในกลุ่มอื่น ๆ ช่วยเสนอแนะ และผู้สอนสรุปเพิ่มเติมตามประเด็นให้ครบถ้วน
4. ผู้สอนแจกกรณีศึกษา เรื่อง “เหตุเกิดที่บ้าน” พร้อมทั้งอ่านกรณีศึกษาให้นักเรียนทั้งห้องฟัง
5. ให้นักเรียนในห้องร่วมกันอภิปรายกลุ่มใหญ่ ตามแบบบันทึกการแก้ไขปัญหารื่อง “เหตุเกิดที่บ้าน” หลังจากนั้นผู้สอนและนักเรียนในห้องช่วยกันสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังเกตกระบวนการทำงานของแต่ละกลุ่ม
2. จากการเสนอผลสรุปของกลุ่ม
3. สังเกตการณ์มีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น / อภิปรายกลุ่ม

ใบความรู้เรื่อง “ความสำคัญและขั้นตอนการแก้ไขปัญหา”

การแก้ไขปัญหา หมายถึง กิจกรรมด้านความคิดหรือการกระทำที่รวบรวมประสบการณ์เดิมกับสภาพปัญหาเข้าด้วยกัน เป็นกระบวนการเลือกวิธีการต่าง ๆ ซึ่งนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ไม่ว่าจะเล็กหรือใหญ่เกิดขึ้นได้ทุก ๆ วัน ถ้าแก้ได้จะทำให้นักเรียนประสบความสำเร็จในชีวิต หากไม่สามารถจัดการหรือแก้ไขปัญหาที่นั้น ๆ ได้ จะมีผลต่อสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เช่น ทำให้เกิดความเครียดทางจิตใจ บางครั้งอาจแสดงออกด้านการเจ็บป่วยทางร่างกาย การฝึกให้นักเรียนแก้ไขปัญหาจะเป็นแนวทางช่วยให้นักเรียนพัฒนาความคิด การแสดงออกที่สร้างสรรค์ การวิเคราะห์สถานการณ์วิกฤต และการใช้เหตุผล การรู้จักวิธีการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม จะช่วยให้นักเรียนมีการเรียนรู้ว่าจะเผชิญกับปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

การที่นักเรียนจะแก้ปัญหาได้ นักเรียนจะต้องรู้กระบวนการแก้ไขปัญหา ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. ระบุปัญหาที่ต้องแก้ไขได้ อะไรคือปัญหาที่แท้จริง เช่น การเรียนต่ำต่ำ ครอบครัวแตกแยก การคบเพื่อนไม่ดี เพื่อนชวนให้ทำผิด เป็นต้น
2. บอกวิธีแก้ปัญหาได้ เช่น ตั้งใจเรียนมากขึ้น เรียนพิเศษเพิ่มเติม หลีกเลี้ยงเพื่อนคนนั้น เป็นต้น
3. วิเคราะห์ข้อดี – ข้อเสีย ของวิธีแก้ปัญหของแต่ละวิธี เช่น ถ้าแก้ปัญหาด้วยวิธีนี้เป็นผลดีต่อตัวเอง แต่เพื่อนโกรธ กับแก้ปัญหาด้วยวิธีอื่นที่เพื่อนพอใจไม่โกรธเรา แต่วิธีแก้ปัญหานั้นเป็นผลเสียต่อเรา ทำให้เราเสียการเรียน เสียอนาคต ขั้นตอนนี้เป็นขั้นตอนที่สำคัญมาก นักเรียนต้องวิเคราะห์ให้เป็น
4. ตัดสินใจ เลือกทางเลือกวิธีแก้ปัญหที่เหมาะสมที่สุด บนพื้นฐานของเหตุผลและความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ เช่น การตัดสินใจเลือกที่จะอยู่บ้านอ่านหนังสือเตรียมตัวสอบเหตุผลที่ไม่เลือกไปเล่นสนุกเกอร์ตามคำชวนของเพื่อน เพราะใกล้สอบแล้ว ถ้าสอบไม่ผ่านจะต้องเรียนซ้ำชั้น พ่อแม่จะเสียใจทักษะการแก้ไขปัญหา เป็นทักษะในการใช้กระบวนการทางปัญญา เป็นการคิดที่มีเหตุผลมีทิศทาง ตัดสินใจกระทำการเมื่อเผชิญกับปัญหา สามารถใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้ กระบวนการแก้ปัญหานี้ เมื่อนักเรียนเกิดการเรียนรู้ จะเป็นสิ่งที่ติดตัวผู้เรียนเปรียบเสมือนเป็นอาวุธที่ใช้สำหรับแก้ปัญหที่นักเรียนจะเผชิญต่อไปในอนาคตได้

แบบบันทึกการแก้ไข้ปัญหา

ผลสรุป ของกลุ่มมีดังนี้

ขั้นที่ 1 ระบุปัญหา

คืออะไร

.....

ขั้นที่ 2 วิธีแก้ปัญหา มีอะไรบ้าง

วิธีที่ 1.....

วิธีที่ 2

วิธีที่ 3

ขั้นที่ 3 วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียของแต่ละวิธี คือ นักเรียนคิดว่าการแก้ปัญหาแต่ละวิธีในขั้นตอนที่ 2 มีข้อดี ข้อเสีย อย่างไร

วิธี แก้ปัญหา	ข้อดี	ข้อเสีย
วิธีที่ 1
วิธีที่ 2
วิธีที่ 3

ขั้นตอนที่ 4 นักเรียนจะเลือกวิธีแก้ปัญหาวิธีใด

.....

เหตุผล เพราะ

.....

.....

ใบงานที่ 1

กรณีศึกษา “กว่าจะรู้เตียงสา”

คำชี้แจง

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเดิมที่ได้แบ่งไว้แล้ว (ตามแผนการจัดกิจกรรมที่ 1)
2. ให้แต่ละกลุ่มร่วมอภิปราย เพื่อหาข้อสรุปตามประเด็นที่ผู้สอนมอบหมายให้ แล้วส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้น

กลุ่มที่ 1 ทำการอภิปรายประเด็นที่ 1

กลุ่มที่ 2 ทำการอภิปรายประเด็นที่ 2

กลุ่มที่ 3,4 ทำการอภิปรายประเด็นที่ 3

ประเด็นอภิปราย

1. จากวิดีโอ เรื่อง “กว่าจะรู้เตียงสา” ถ้านกเกิดตั้งครรรักษ์ขึ้น
 - 1.1 นกจะมีวิธีแก้ปัญหอย่างไรบ้าง บอกผลดี ผลเสียของแต่ละวิธี
 - 1.2 จอมจะมีวิธีแก้ปัญหอย่างไรบ้าง บอกผลดี ผลเสียของแต่ละวิธี
2. ใครที่สามารถจะให้ปรึกษาและช่วยเหลือนกและจอมได้บ้าง
3. ถ้าย้อนเวลากลับไปได้ นกและจอมจะมีวิธีแก้ไขปัญหาอย่างไรบ้าง

ผลสรุปของกลุ่ม
ใบงานที่ 1 กรณีศึกษา เรื่อง “กว่าจะรู้เตียงสา”

ชื่อกลุ่ม.....

ประธาน.....

เลขา.....

สมาชิกกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....

11.....

12.....

ข้อสรุปของกลุ่ม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กรณีศึกษาเรื่อง “เหตุเกิดที่บ้าน”

ศักดิ์ เป็นนักเรียนชั้น ม.3 โรงเรียนแห่งหนึ่ง บิดามารดามีฐานะร่ำรวย มีตำแหน่งหน้าที่การงานดี ที่บ้านของศักดิ์มักจะมึງงานเลี้ยงในโอกาสต่าง ๆ บ่อยครั้ง ศักดิ์เห็นแขกที่มาในงานดื่มสุรากันเสมอจนเคยชิน ต่อมาศักดิ์ได้ขออนุญาตบิดา มารดา จัดงานวันเกิดและงานปีใหม่ มีการเลี้ยงสุรากับแต่พ่อแม่ของศักดิ์มิได้ว่าอะไร เพราะเห็นว่ามัน ๆ ครั้ง และเห็นว่าเป็นการฝึกเข้าสังคมกับเพื่อน ๆ ทั้ง ๆ ที่เพื่อนชายหญิงหลายคนที่ไม่เคยดื่มสุราก็เริ่มทดลองและเอาอย่างตามกัน หากเพื่อนคนใดพ่อแม่ไม่อนุญาตให้ดื่มสุรา สู้บู้หรีก็จะขออนุญาตมาจัดที่บ้านเพื่อนคนอื่นที่ผู้ปกครองไม่อยู่หรือไม่ว่าอะไร และมีหลายครั้งที่มีการแอบดูวีดีโอไปกันในกลุ่มเพื่อน ๆ ซึ่งผู้ปกครองไม่ทราบ โดยอ้างเหตุผลกันในกลุ่มว่า เป็นการหาประสบการณ์ชีวิตในวันปิดเทอมภาคแรก มีการจัดงานเลี้ยงฉลองกันอย่างเช่นเคย ศักดิ์ได้ชวนชายไปด้วย ซึ่งชายเป็นเด็กเรียนเก่ง เรียบร้อย และบอกว่าวันนี้นัดเพื่อนหญิงไปที่บ้านอีก 2 – 3 คน ชายเกิดความลังเลใจ ใจหนึ่งอยากไป เพราะมัน ๆ จะมีโอกาสแบบนี้สักที และเคยถูกเพื่อน ๆ ล้อว่าไม่เป็นแมน แต่อีกใจหนึ่งกลัวว่า ถ้าพลาดพลั้งเกิดมีเพศสัมพันธ์เพราะขาดสติ เนื่องจากมีเมมาและอาจเกิดอารมณ์เพศได้ เนื่องจากดูวีดีโอไป ถ้านักเรียนเป็นชาย นักเรียนจะแก้ปัญหาอย่างไร

ผลสรุปของกลุ่ม

ใบงานที่ 2 แบบบันทึกการแก้ปัญหา เรื่อง “เหตุเกิดที่บ้าน”

ผลสรุป ของกลุ่ม (กลุ่มใหญ่) ดังนี้

ขั้นที่ 1 ระบุปัญหา (ระบุสิ่งที่ เป็นปัญหาขณะนี้ของชาย)

คือ.....

.....

ขั้นที่ 2 วิธีแก้ปัญหาของชาย มีอะไรบ้าง

วิธีที่ 1.....

วิธีที่ 2

วิธีที่ 3

ขั้นที่ 3 วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียของแต่ละวิธี คือ นักเรียนคิดว่าการแก้ปัญหาแต่ละวิธีในขั้นตอนที่ 2 มีข้อดี ข้อเสีย อย่างไร

วิธี แก้ปัญหา	ข้อดี	ข้อเสีย
วิธีที่ 1
วิธีที่ 2
วิธีที่ 3

ขั้นตอนที่ 4 นักเรียนจะเลือกวิธีแก้ปัญหาวิธีใด

.....

.....

เหตุผล เพราะ

.....

.....

แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เรื่อง “ฉันมีความสามารถที่จะปฏิเสธ” (I can say no)

สาระสำคัญ

การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนควรเคารพซึ่งกันและกันในความต้องการ ซึ่งแตกต่างกัน การปฏิเสธเพื่อนควรปฏิเสธอย่างมีเหตุผล โดยไม่เสียสัมพันธภาพ เพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ไม่เกิดประโยชน์

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการปฏิเสธ และหาทางออกเมื่อถูกเพื่อนชักชวนไปมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้

วัตถุประสงค์เฉพาะ เพื่อให้นักเรียนสามารถ

1. อธิบายหลักการและขั้นตอนการปฏิเสธได้
2. วิเคราะห์หลักการ และแนวทางที่ถูกต้องในการปฏิเสธจากสถานการณ์จำลองได้
3. ปฏิเสธตามสถานการณ์ที่กำหนดได้อย่างถูกต้อง
4. ประเมินการปฏิบัติ ระบุข้อบกพร่อง และเสนอแนะแนวทางแก้ไขได้

สื่อการสอน

1. ใบความรู้เรื่อง “หลักการปฏิเสธ”
2. ใบงาน / ใบชี้แจง

ระยะเวลา 50 นาที

ขั้นตอน

1. นำเข้าสู่บทเรียนโดยการสนทนา “สถานการณ์ที่ควรปฏิเสธ” 5 นาที
2. แบ่งกลุ่มย่อย 5-6 คน (กลุ่มเดิมตามแผนการจัดกิจกรรมที่ 1) ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนักเรียนฝึกทักษะการปฏิเสธและนำเสนอหน้าชั้น ในหัวข้อเรื่อง “กล้าปฏิเสธสร้างเขตปลอดภัย” 20 นาที
3. ผู้สอนบรรยายหลักการปฏิเสธ 5 นาที
4. แบ่งกลุ่มย่อย ระดมสมอง ฝึกทักษะการปฏิเสธ “I can say no” จากสถานการณ์ที่กำหนดให้ 10 นาที
5. ผู้สอนสรุปการเรียนรู้การสอนทั้ง 5 ครั้ง 10 นาที

วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ผู้สอนนำเข้าสู่บทเรียน โดยสนทนาถึงพฤติกรรมหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่อาจนำผลเสียมาสู่นักเรียนและนักเรียนควรปฏิเสธ เช่น การดูวิดีโอลามก การดื่มเหล้า การเที่ยวสถานเริงรมณ์ และการอยู่ลำพังสองต่อสองกับเพศตรงข้าม

2. แบ่งกลุ่มย่อย 5-6 คน โดยให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนักเรียนฝึกทักษะการปฏิเสธ โดยให้นักเรียนชายเป็นผู้ชวนนักเรียนหญิงในหัวข้อเรื่อง “กล้าปฏิเสธสร้างเขตปลอดภัย” และนำเสนอหน้าชั้น โดยผู้สอนยังไม่เสนอแนะและสรุปเพิ่มเติม

3. ผู้สอนบรรยายเกี่ยวกับความสำคัญ ขั้นตอนการปฏิเสธ และหาทางออกที่เหมาะสมถูกต้องตามหลักการและแจกใบความรู้เรื่อง “หลักการปฏิเสธ”

4. แบ่งกลุ่มย่อย 5-6 คน (กลุ่มเดิม) เพื่อวิเคราะห์บทสนทนาจากการฝึกทักษะการปฏิเสธของแต่ละกลุ่ม โดยมีแนวทางในการวิเคราะห์ดังนี้

แนวทางในการวิเคราะห์

โดยการอ้างเหตุผล ทำให้ถูกโต้แย้งได้ง่าย การปฏิเสธมีลักษณะไม่จริงจังทั้งท่าทาง และคำพูด ยังคงยื่นรอให้ชวนต่อ ผลที่ได้คงปฏิเสธคำชวนไม่ได้

หรือมีการอ้างความรู้สึกประกอบเหตุผล ปฏิเสธจริงจังอย่างเข้มแข็งทั้งท่าทาง คำพูด และน้ำเสียง มีการถามความเห็นชอบเมื่อถูกเข้าชี้ สบประมาท ได้ปฏิเสธซ้ำพร้อมซ้ำพร้อมทั้งหลีกเลี่ยงออกจากเหตุการณ์ แต่ระดับความรู้สึกรำคาญไม่ได้ ผลที่ได้ปฏิเสธได้สำเร็จ แต่อาจเสียสัมพันธภาพกับเพื่อนได้

สิ่งสำคัญ ควรระวังอารมณ์โกรธหรือรำคาญจากการสบประมาท อาจใช้การต่อรอง โดยใช้ถ้อยคำสุภาพ พร้อมทั้งขอโทษที่ไม่อาจช่วยเหลือได้ ที่สำคัญก็คือต้องมีการควบคุมตนเอง ความรู้สึก และอารมณ์ในการรักษาความตั้งใจที่จะไม่ไปตามคำชวน

5. แบ่งกลุ่มย่อยระดมสมองออกเป็น 3 กลุ่ม โดยให้กลุ่ม 1 สมาชิกของกลุ่มเป็นสมาชิกเดิม อีก 3 กลุ่มที่เหลือ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม โดยแยกตามเพศ เป็นเพศชาย 1 กลุ่ม และเพศหญิง 1 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มฝึกทักษะการปฏิเสธ “I can say no” จากสถานการณ์ที่กำหนดให้แล้วส่งตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียนโดยเพื่อนที่เหลือในชั้นให้ข้อเสนอแนะ และผู้สอนช่วยแนะนำเพิ่มเติมข้อบกพร่องต่าง ๆ ให้แต่ละกลุ่ม

6. ผู้สอนและนักเรียนช่วยกันสรุปแนวคิดจากการเรียนการสอนทั้ง 5 ครั้ง

การประเมินผล

1. จากการสังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการอภิปราย
2. สังเกตความตั้งใจในการฝึกปฏิบัติตามสถานการณ์สมมติ
3. สามารถใช้คำปฏิเสธได้อย่างเหมาะสม

.....

ใบความรู้เรื่อง “หลักการปฏิเสธ”

การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคล ที่ทุกคนควรเคารพและยอมรับ การปฏิเสธที่ใช้ได้ผล มักเป็นการปฏิเสธในสถานการณ์ที่ถูกชักชวนไปทำในสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์ หรือเกิดผลกระทบ ในแง่ลบตามมา การปฏิเสธที่ดี จะต้องปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูด และน้ำเสียง เพื่อ แสดงความจริงใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ

ขั้นตอนการปฏิเสธ มี 3 ขั้นตอน คือ

1. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น
2. การขอปฏิเสธ เป็นการบอกปฏิเสธให้ชัดเจนเป็นคำพูด
3. การขอความเห็น เพื่อรักษาน้ำใจของผู้ชวน และควรกล่าวขอบคุณ เมื่อผู้ชวนยอมรับเมื่อถูกเข้าชี้ หรือสบประมาท

บางครั้งผู้ชวนพูดเข้าชี้ต่อ เพื่อชวนให้สำเร็จ ผู้ถูกชวนไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเพราะจะทำให้ขาดสมาธิในการหาทางออก ควรยืนยันการปฏิเสธด้วยท่าที่มั่นคง และหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี้

1. ปฏิเสธซ้ำ โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้าง พร้อมทั้งบอกลาแล้วเดินจากไปทันที
2. การต่อรอง โดยการชวนไปทำกิจกรรมอื่นดีกว่ามาทดแทน
3. การผัดผ่อน โดยการยืดระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ

ตัวอย่างขั้นตอนปฏิเสธ และตัวอย่างคำพูดปฏิเสธ

ขั้นตอนปฏิเสธ	ตัวอย่างคำพูด
1. อ้างความรู้สึก	“ฉันกลัวคุณพ่อ คุณแม่ จะเป็นห่วง ถ้ากลับบ้านช้า”
2. การขอปฏิเสธ	“ขอไม่ไปนะเพื่อน”
3. การขอความเห็นชอบ	“เธอคงไม่ว่าอะไรใช่ไหม...ขอบคุณเธอมากเลย”
4. เมื่อถูกเข้าชี้หรือสบประมาท	“ไม่ไปดีกว่า เราขอกลับก่อนนะ” (เดินหนีทันที)
เลือกวิธีดังต่อไปนี้	“เอาอย่างงี้ดีไหม เธอไปดูหนังที่บ้านเราก็แล้วกัน”
4.1 ปฏิเสธซ้ำไม่ต้องมีข้ออ้าง	“ฉันต้องไปแล้วไว้วันหลังก็แล้วกันนะ” (เดินออกจากเหตุการณ์)
4.2 การต่อรอง	
4.3 การผัดผ่อน	

การปฏิเสธเป็นทักษะที่จำเป็นที่นักเรียนควรฝึกให้คุ้นเคย เพื่อช่วยหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่อาจนำผลเสียมาสู่นักเรียน และถือเป็นสิทธิส่วนบุคคลในการป้องกันตนเอง การปฏิเสธ ที่เหมาะสมจะช่วยรักษาสัมพันธภาพที่ดีในกลุ่มเพื่อนได้

ใบงานที่ 1

เรื่อง “กล้าปฏิเสธสร้างเขตปลอดภัย”

คำชี้แจง

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม (ตามเดิมเหมือนการจัดกิจกรรมครั้งที่ 1) ช่วยกันคิดบทสนทนา การปฏิเสธ ในหัวข้อเรื่อง “กล้าปฏิเสธสร้างเขตปลอดภัย” โดยให้นักเรียนชายเป็นฝ่ายชวนนักเรียนหญิง
2. เลือกตัวแทนกลุ่มออกมาแสดงบทบาทสมมติตามบทสนทนาการปฏิเสธที่ช่วยกันคิดไว้ หน้าชั้นเรียน กลุ่มละ 2 นาที
3. ให้แต่ละกลุ่มเขียนบทสนทนาการปฏิเสธส่งครูท้ายชั่วโมง

ผลสรุปของกลุ่ม
ใบงานที่ 1
เรื่อง “กล้าปฏิเสธสร้างเขตปลอดภัย”

ชื่อกลุ่ม.....

ประธาน.....

เลข.....

สมาชิกกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....

11.....

12.....

บทสนทนาการปฏิเสธ

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 2

เรื่อง “I can say no”

คำชี้แจง

1. ให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม โดยให้กลุ่ม 1 สมาชิกของกลุ่มเป็นสมาชิกเดิม อีก 2 กลุ่มที่เหลือ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม โดยแยกตามเพศ เป็นเพศชาย 1 กลุ่ม เป็นกลุ่มที่ 2 และเป็นเพศหญิง 1 กลุ่ม เป็นกลุ่มที่ 3

2. ให้แต่ละกลุ่มคิดบทสนทนา โดยให้มีการปฏิเสธครบทั้ง 4 ขั้นตอน ตามที่เรียนมา ภายในเวลา 10 นาที ตามสถานการณ์ดังนี้

กลุ่มที่ 1 คิดบทสนทนาการปฏิเสธในเรื่อง “ความรักของเจนจิราและเสริม” ในกรณีที่เสริมชวนเจนจิราไปงานวันเกิดสมชาย แต่เธอลังเล เกรงความสัมพันธ์จะเกินเลย เจนจิราจะมีวิธีพูดปฏิเสธอย่างไร

กลุ่มที่ 2 คิดบทสนทนาการปฏิเสธ ในกรณีที่สมชายชวนปรีชาไปดูวีดีโอลามกที่บ้าน ปรีชาอยากจะไปดูเพราะไม่เคยดูมาก่อน แต่เกรงว่าถ้าดูวีดีโอประเภทนี้แล้วอาจทำให้เกิดอารมณ์เพศได้ และอาจเกินเลยไปมีสัมพันธ์ที่ขาดความยับยั้งคิด และติดเชื้อโรคเอดส์ได้ ถ้านักเรียนเป็นปรีชา นักเรียนจะมีวิธีพูดปฏิเสธสมชายอย่างไร

กลุ่มที่ 3 คิดบทสนทนาการปฏิเสธ ในกรณีที่สมหญิงถูกเพื่อนชวนไปเที่ยวดิสโก้เทค โดยจะมีการดื่มสุรากันด้วย แต่สมหญิงยังทำการบ้านไม่เสร็จ ใจหนึ่งก็อยากไป เนื่องจากไม่เคยไปเลยและเป็นการหาประสบการณ์ ถ้าไม่กลัวเพื่อนจะไม่คบด้วย แต่อีกใจหนึ่งก็เป็นห่วงเรื่องการบ้านไม่เสร็จ ถ้าไม่มีส่งเกรงคุณครูจะดุ ถ้านักเรียนเป็นสมหญิง นักเรียนจะมีวิธีพูดปฏิเสธเพื่อนอย่างไร

ใบงานที่ 2
เรื่อง “ I can say no”

ชื่อกลุ่ม.....

ประธาน.....

เลขา.....

สมาชิกกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....

11.....

12.....

บทสนทนาการปฏิเสธ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า

ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า

ชื่อ นามสกุล

นवलรัตน์ โมทนา

วัน เดือน ปี เกิด

8 กันยายน 2529

ที่อยู่ปัจจุบัน

42 หมู่ที่ 6 บ้านแม่ลอยไร่ ตำบลแม่ลอย อำเภอกิ่ง จังหวัดเชียงราย

ที่ทำงานปัจจุบัน

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโป่งปูเฟือง ตำบลแม่สรวย
อำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย

ตำแหน่งหน้าที่ปัจจุบัน

เจ้าพนักงานสาธารณสุข

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. 2553

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโป่งปูเฟือง ตำบลแม่สรวย
อำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย

พ.ศ. 2550

สถานีอนามัยบ้านดอยช้าง ตำบลลาวี อำเภอแม่สรวย
จังหวัดเชียงราย

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2553

วท.บ. (สาธารณสุขศาสตร์) มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

พ.ศ. 2550

ประกาศนียบัตรสาธารณสุขศาสตร์ (สาธารณสุขชุมชน)
วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก