

ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อ  
พฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย  
จังหวัดอุบลราชธานี

นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล

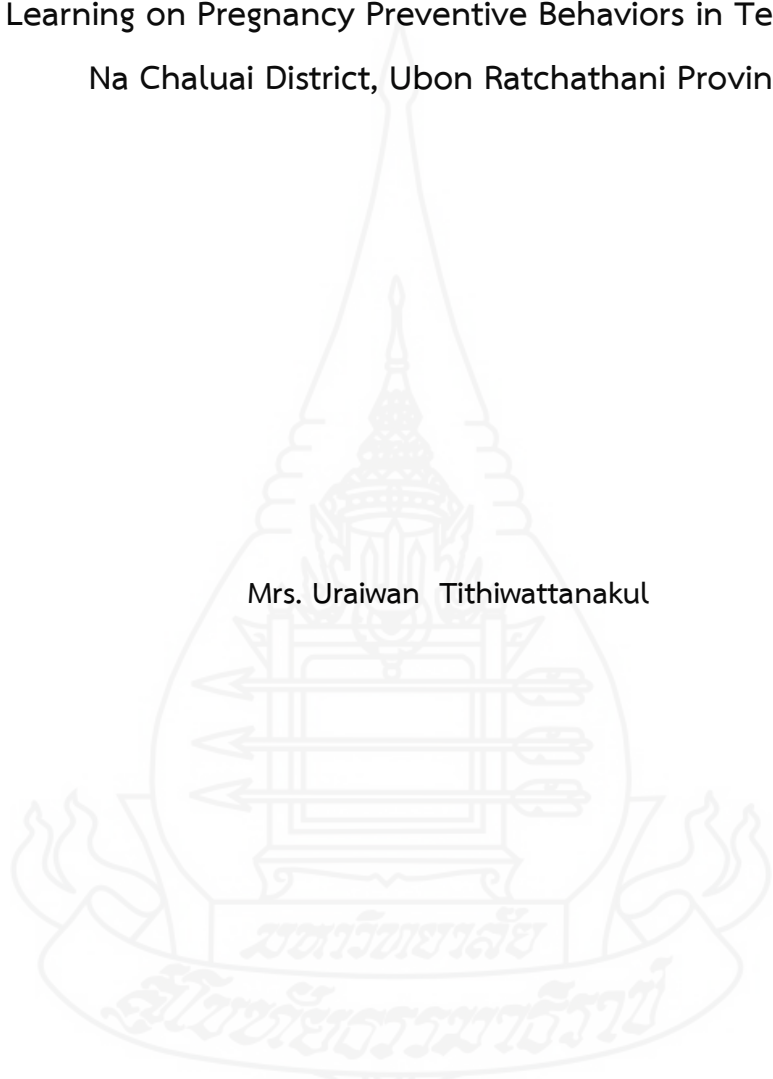


วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
แขนงวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

พ.ศ. 2564

The Effects of a Life Assets Development Program Using Participatory  
Learning on Pregnancy Preventive Behaviors in Teenagers  
Na Chaluai District, Ubon Ratchathani Province

Mrs. Uraiwan Tithiwattanakul



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree of Master of Nursing Science in Community Health Nurse Practitioner  
School of Nursing  
Sukhothai Thammathirat Open University

2021

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อ  
พฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอหนองบัว  
จังหวัดอุบลราชธานี

ชื่อและนามสกุล นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล

แขนงวิชา การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน

สาขาวิชา พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

อาจารย์ที่ปรึกษา 1. รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว  
2. รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดร.ทิพย์ฉมพร เกษโกมล

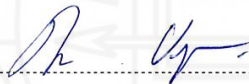
วิทยานิพนธ์นี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 18 มีนาคม 2565

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เขवालักษณ์ เสรีเสถียร)



กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว)



กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดร.ทิพย์ฉมพร เกษโกมล)



ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา

(รองศาสตราจารย์ ดร.เทพศักดิ์ บุญยรัตพันธุ์)



**ชื่อวิทยานิพนธ์** ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรม  
การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี

**ผู้วิจัย** นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล **รหัสนักศึกษา** 2585100056 **ปริญญา** พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
(การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน) **อาจารย์ที่ปรึกษา** (1)รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล  
ปิ่นเฉลียว (2) รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดร.ทิพย์ฉมพร เกษโกมล **ปีการศึกษา** 2564

### บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้  
การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัด  
อุบลราชธานี

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2564 โรงเรียน  
ในพื้นที่อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 31 คน ได้จากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย แบ่ง  
เป็นกลุ่มทดลอง 16 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 15 คน เครื่องมือการวิจัย ได้แก่ 1) โปรแกรมการพัฒนา  
ทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยใช้แนวคิดทุนชีวิต ของ  
สุริยเดว ทรีปาตี (2552) ซึ่งประกอบด้วย พลัง 5 ด้าน ได้แก่ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังสร้าง  
ปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน ร่วมกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมของกรมสุขภาพจิต  
มีระยะเวลาดำเนินการ 6 สัปดาห์ และ 2) แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น มี  
ค่าความตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ 1 และค่าความเที่ยงเท่ากับ .82 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา  
สถิติทดสอบวิลค็อกซัน และสถิติแมนวิทเนย์

ผลการศึกษา พบว่า หลังการทดลอง นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรม  
ป้องกันการตั้งครรภ์สูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  
.001

**คำสำคัญ** ทุนชีวิต การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ วัยรุ่น

**Thesis title:** The Effects of a Life Assets Development Program Using Participatory Learning on Pregnancy Preventive Behaviors in Teenagers Na Chaluai District, Ubon Ratchathani Province

**Researcher:** Mrs. Uraiwan Tithiwattanakul; **ID:** 2585100056; **Degree:** Master of Nursing Science (Community Health Nurse Practitioner); **Thesis advisors:** (1) Associate Professor Police Colonel Duangkamol Pinchaleaw; (2) Associate Professor Police Colonel Dr. Thiphumporn Keskomon; **Academic year:** 2021

### Abstract

The purpose of this quasi-experimental research was to study the effects of a life assets development program using participatory learning on the pregnancy preventive behaviors in teenagers Na Chaluai District, Ubon Ratchathani Province.

The sample population consisted of 31 female students who were studying at grade Mattayom 2 in the 2021 academic year in Nachaluai District, Ubon Ratchathani Province, selected by simple random sampling. They were divided into an experimental group of 16 students and a comparative group of 15 students. The research instruments included: 1) The life assets development program by using participatory learning which was developed based on the life assets concept of Suriyadew Trepati (2009) and consisted of 5 powers: personal image power, family power, wisdom building power, peer and activities power, and community power. The duration of the program was 7 weeks; and 2) a pregnancy preventive behaviors questionnaire. Content validity index was 1.00 and the reliability was .82. Data were analyzed by descriptive statistics, the Wilcoxon Signed - Rank Test and the Mann - Whitney U Test.

The results revealed as follows: After attending the program, pregnancy preventive behaviors of students in the experimental group were significantly higher than before attending the program, and higher than the comparative group ( $p < .001$ ).

**Keywords:** Life assets, Participatory learning, Pregnancy preventive behavior, Teenage

## กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยในครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ทั้งนี้เนื่องจากได้รับความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจากรองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และรองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดร.ทิพย์ขัมพร เกษโกมล อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่ได้กรุณาชี้แนะแนวทางที่ถูกต้อง ถ่ายทอดองค์ความรู้ เสนอข้อคิดเห็น เสียสละเวลา ส่งเสริมให้กำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ ตลอดจนช่วยตรวจสอบข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วย ความใส่ใจ ให้การสนับสนุนแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด ผู้วิจัยรู้สึกประทับใจและซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร ประธานกรรมการสอบที่กรุณาเสนอแนวคิดที่เป็นประโยชน์ ช่วยขัดเกลา จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความละเอียดคมมากยิ่งขึ้น ตลอดจนคณาจารย์ในคณะพยาบาลศาสตร์ทุกท่าน ที่ถ่ายทอดความรู้ในวิชาชีพการพยาบาลชั้นสูงที่มีคุณค่ายิ่ง คอยอบรมสั่งสอน ดูแลนักศึกษาทุกคนให้ผ่านพ้นช่วงวิกฤติในช่วงชีวิตของการศึกษา

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ท่าน ที่ให้ความอนุเคราะห์และเสียสละเวลาอันมีค่าของท่านในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย รวมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุง เครื่องมือในการวิจัยให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น คือ แพทย์หญิงประภาภรณ์ เพชรมาก, อาจารย์สุภัสสร เลาะหะนะ, คุณปิยนุช พันธุ์ศิริ, คุณสำราญ พูลทอง และคุณอุมาพร สังขฤกษ์ ขอขอบคุณอาจารย์อนุสรณ์ บุญทรง ที่ช่วยให้คำแนะนำการวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยนี้จนสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ผู้วิจัยรู้สึกประทับใจและซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าแก้ว และโรงเรียนบ้านโคกเทียม รวมถึง คณะครูทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์และช่วยเหลือผู้วิจัยตลอดระยะเวลาที่ดำเนินการเก็บรวบรวม ข้อมูล จนทำให้การวิจัยในครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอขอบพระคุณผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ทุกคนที่เสียสละเวลาเข้าร่วมโครงการวิจัยในครั้งนี้ รวมทั้งให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีตลอดระยะเวลาของการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

สุดท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณบุพการี อันประกอบด้วยบิดา มารดา ญาติพี่น้องทุกคน รวมถึงกัลยาณมิตรทุกท่านที่ให้ความรัก ความห่วงใย ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้แก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาของการศึกษาและการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ด้วยดีเสมอมา

นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล

มีนาคม 2565

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญตาราง .....	ฅ
สารบัญภาพ .....	ญ
บทที่ 1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	5
กรอบแนวคิดการศึกษา .....	6
สมมติฐานการวิจัย .....	7
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	8
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง .....	9
แนวคิดเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและพฤติกรรมการป้องกัน	
การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น.....	9
แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาทุนชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น.....	26
แนวคิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.....	33
สถานการณ์ นโยบายและการดำเนินงานแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์	
ในวัยรุ่น จังหวัดอุบลราชธานี.....	36
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	39
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	45
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	46
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	47
ขั้นตอนการดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	51
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	61
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....	61

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	63
ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง .....	63
ตอนที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรม การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น .....	66
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	68
สรุปการวิจัย .....	68
อภิปรายผล .....	70
ข้อเสนอแนะ .....	76
บรรณานุกรม .....	77
ภาคผนวก .....	88
ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ .....	89
ข เอกสารรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ .....	91
ค หนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ หนังสือขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาทดลองใช้เครื่องมือการวิจัย หนังสือขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย .....	93
ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	102
จ คู่มือการใช้โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยการมีส่วนร่วมในการป้องกัน การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น .....	111
ประวัติผู้วิจัย .....	133



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามข้อมูลทั่วไป.....	63
ตารางที่ 4.2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามพฤติกรรมทางสังคม.....	65
ตารางที่ 4.3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรม การป้องกันการตั้งครรภ์ ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม.....	66
ตารางที่ 4.4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรม การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม.....	67



ญ

## สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย .....	5
ภาพที่ 3.1 รูปแบบการวิจัย .....	45
ภาพที่ 3.2 ขั้นตอนการทดลอง .....	60



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาสำคัญระดับโลก (World Health Organization: WHO, 2016) เป็นเรื่องทั่วโลกรู้กันดีและให้ความสำคัญที่จะป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอายุ 10-19 ปี ประเทศไทยเป็นประเทศที่ประสบปัญหาอัตราการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูงเป็นอันดับต้น ๆ ของเอเชีย สำนักอนามัยเจริญพันธุ์ (2561) ได้รายงานอัตราการคลอดในวัยรุ่น ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2557-2561 ในกลุ่มอายุ 10-14 ปี มีอัตราการคลอดเท่ากับ 1.6, 1.5, 1.4, 1.3 และ 1.2 ต่อประชากรพันคน และกลุ่มอายุ 15-19 ปี เท่ากับ 47.0, 44.8, 42.9, 39.6 และ 35.0 ต่อประชากรพันคน และในจังหวัดอุบลราชธานี พบอัตราการคลอดในวัยรุ่นอายุ 10-14 ปี เท่ากับ 1.4, 1.4, 1.1, 1.0 และ 1.2 ต่อประชากรพันคน กลุ่มอายุ 15-19 ปี เท่ากับ 46.1, 43.6, 42.1, 38.7 และ 35.4 ต่อประชากรพันคน (สำนักอนามัยเจริญพันธุ์, 2561) โดยเฉพาะอำเภอนาจะหลวย พบอัตราการคลอดในวัยรุ่นสูงเป็นอันดับหนึ่งของจังหวัดอุบลราชธานี ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2559-2562 โดยในกลุ่มวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี มีอัตราการคลอดเท่ากับ 31.71, 34.63, 24.91 และ 29.36 ต่อประชากรพันคน (รายงานสรุปผลงานประจำปี คป.สอ.นาจะหลวย, 2562) จากข้อมูลดังกล่าวถึงแม้จะมีอัตราการคลอดของมารดาวัยรุ่นลดลงอย่างต่อเนื่อง แต่ยังคงเกินเกณฑ์ที่กำหนด คือ ไม่เกิน 25 ต่อประชากรพันคน

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ส่งผลกระทบทั้งต่อมารดา ทารก ครอบครัว สังคม และเศรษฐกิจ กล่าวคือ จะเพิ่มอุบัติการณ์การเกิดภาวะโลหิตจางขณะตั้งครรภ์ (ลักษณะเลือด วรรณภาสนี, 2560) การคลอดก่อนกำหนด (Ganchimeg et al., 2014; Pattarawalai et al., 2017) ยิ่งมารดามีอายุน้อยเท่าไร ก็จะมีภาวะแทรกซ้อนในระยะตั้งครรภ์มากขึ้นเท่านั้น และยังส่งผลทางด้านจิตใจ ทำให้เกิดภาวะเครียด ในรายที่ตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ จะเกิดความรู้สึกอาย หวาดระแวง เนื่องจากต้องปกปิด เกิดทราบปฝังลึกในจิตใจ (บุษกร สีหรัตน์ประทุม, 2555) บางรายไม่สามารถปรับตัวได้ มีพฤติกรรมทำร้ายตนเอง และมีภาวะซึมเศร้าหลังคลอด (Postpartum Blue) นอกจากนี้ยังส่งผลต่อสังคม ได้แก่ การขาดโอกาสในการศึกษาในระดับที่สูงขึ้น ขาดโอกาสในการทำงาน และขาดรายได้ (ฤดี ปุ๋งบางกระตี และเอมพร รตินธร 2557; Raj et al., 2010) ส่วนทารกที่เกิดจากการมารดาวัยรุ่น มักเพิ่มอุบัติการณ์การตายปริกำเนิด (WHO, 2016) มีน้ำหนักแรกเกิดน้อยกว่า 2,500 กรัม (Thai thae

and thato, 2011) และอาจไม่สามารถทำหน้าที่ตามบทบาทของมารดาได้อย่างเต็มที่ ทำให้การเลี้ยงดูบุตรที่เกิดมาไม่มีคุณภาพเท่าที่ควร และเด็กถูกทอดทิ้งเพิ่มขึ้น (Unicef, 2016; WHO, 2016; ฤดีปุงบางกระดี และเอมพร รตินธร, 2557)

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับสาเหตุและปัจจัยที่สัมพันธ์กับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พบว่า เกิดจากปัจจัยทั้งด้านตัววัยรุ่นเอง ด้านครอบครัว ด้านเพื่อน ด้านการศึกษา และด้านสังคม วัฒนธรรม กล่าวคือ ปัจจัยด้านตัววัยรุ่น ได้แก่ การไม่เห็นคุณค่าของตน การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เช่น การแต่งกายล่อแหลม การเที่ยวสถานเริงรมย์ เป็นต้น และการขาดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเรื่องเพศ และการคุมกำเนิด ด้านกลุ่มเพื่อน วัยรุ่นที่คบเพื่อนไม่ดีจะชักชวนไปทำกิจกรรมหรือมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม โดยเฉพาะการอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ให้ความสำคัญกับการมีเพื่อนต่างเพศและยอมรับเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ได้ ก็จะนำไปสู่การตั้งครรภ์ (Alexandra et al., 2004) ด้านครอบครัว การขาดความรักความอบอุ่น (ศิริวรรณ กำแพงพันธ์ และคณะ, 2554) และการขาดการสื่อสารเรื่องเพศที่ถูกต้องระหว่างพ่อแม่ และวัยรุ่น พ่อแม่ที่ขอบดุด่า ทำให้ลูกไม่กล้าพูดคุยหรือปรึกษา วัยรุ่นจึงแสวงหาจากเพื่อน (ชมพูนุช ดอกคำใต้, 2555; จรรยาภรณ์ จันทมาศ, 2559) ด้านสังคมและวัฒนธรรม จากสภาพสังคม สื่อและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทำให้มองเห็นเรื่องการมีเพศสัมพันธ์กันเป็นเรื่องธรรมดา โดยเฉพาะสื่อที่วัยรุ่นเข้าถึงได้ง่าย มีสื่อลามก หรือฉากแสดงความรักอย่างโจ่งแจ้ง ส่งผลต่อความต้องการทางเพศเพิ่มขึ้นนำไปสู่การตั้งครรภ์ไม่พร้อมได้

จากการศึกษานำร่องโดยการสัมภาษณ์มารดาวัยรุ่นและผู้ปกครอง จำนวน 10 คน พบว่า ส่วนใหญ่ขาดความรักความอบอุ่นในครอบครัว อาศัยอยู่กับตาและยายที่ไม่เข้าใจความต้องการของวัยรุ่น หรือปรึกษาพ่อแม่ไม่ได้ พ่อแม่เอาแต่ดุด่า ไม่เคยเข้าใจความต้องการหรือความรู้สึกของตน และเมื่อมีปัญหาเรื่องเพศจึงไม่กล้าที่จะถามพ่อแม่ พ่อแม่ไม่ได้เป็นแบบอย่างที่ดีให้กับบุตรวัยรุ่น และไม่เคยพูดคุยเรื่องเพศกับวัยรุ่นเลย ผู้ปกครองของมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ปฏิเสธในเรื่องการพูดคุยเรื่องเพศกับบุตรสาว โดยบอกว่า ไม่รู้จะพูดอะไรกับลูก ลูกไม่เคยมาปรึกษา คิดว่าลูกคงไม่มีปัญหาอะไร และส่วนใหญ่ไม่ได้พูดคุยกันในครอบครัว เมื่อถามถึงสาเหตุที่ทำให้ตั้งครรภ์ พบว่า เกิดจากสาเหตุหลายประการ เช่น อยากรู้ อยากลองเกี่ยวกับเรื่องเพศ ใช้วิธีการคุมกำเนิดไม่ถูกต้อง จะเห็นว่าปัญหาเหล่านี้เป็นสิ่งที่แสดงถึงการมีต้นทุนพื้นฐานหรือทุนชีวิตที่ยังไม่เข้มแข็งพอที่จะทำให้วัยรุ่นสามารถเผชิญสถานการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่อาจนำไปสู่การตั้งครรภ์ได้

กระทรวงสาธารณสุขได้มีนโยบายในการป้องกันและแก้ไขปัญหาค่าตั้งครรภ์วัยรุ่นโดยให้หน่วยงานต่าง ๆ บูรณาการการดำเนินงานร่วมกันระหว่างครอบครัว ชุมชน โรงเรียน สถานบริการสาธารณสุข ปัจจุบันการแก้ไขปัญหาดังกล่าว จะมองปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นตัวตั้ง เมื่อเกิดปัญหาแล้วจึงค่อยแก้ไข ซึ่งเป็นการแก้ไขปัญหาที่ไม่ยั่งยืน ด้วยเหตุนี้จึงมีการนำแนวคิดเชิงบวก คือ แนวคิดทุนชีวิต (Life Assets) ซึ่งเป็นปัจจัยสร้างหรือปัจจัยเชิงบวกที่ได้รับอิทธิพลทั้งจากปัจจัยภายในตัวเด็กและ

ปัจจัยภายนอก ได้แก่ ครอบครัว โรงเรียน เพื่อนและชุมชน หากสามารถควบคุมหรือเสริมสร้างปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ให้เหมาะสม ก็จะทำให้วัยรุ่นมีทุนพื้นฐานที่เข้มแข็ง ทำให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เป็นการป้องกันก่อนที่จะเกิดปัญหาขึ้น ซึ่งจะช่วยลดปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ เช่น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การตั้งครรรภ์ในวัยรุ่น การใช้ความรุนแรง เป็นต้น (สุริยเดว ทรีปาตี, 2552)

การดำเนินการในการแก้ไขปัญหาการตั้งครรรภ์วัยรุ่นของอำเภอนาจะหลวยปฏิบัติตามยุทธศาสตร์และมาตรการของสาธารณสุขจังหวัดอุบลราชธานี ภายใต้นโยบายของกระทรวงสาธารณสุข ในปีพ.ศ. 2563 ได้จัดบริการที่เป็นมิตรกับวัยรุ่น และการบริการคุมกำเนิดกับแม่วัยรุ่น จัดกิจกรรมเชิงรุกในโรงเรียนปีละครั้ง โดยให้ความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษา พฤติกรรมทางเพศ ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งยังดำเนินการไม่ครอบคลุมในทุกพื้นที่ และไม่สามารถปฏิบัติได้ทุกปี และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรรภ์ในวัยรุ่นยังไม่ถูกดำเนินการแก้ไขปัญหาก็ถูกจุด ปัญหาการตั้งครรรภ์ในวัยรุ่นจึงยังคงเป็นปัญหาที่ท้าทาย สำหรับทุกหน่วยงานที่จะต้องร่วมมือกันในการดำเนินการให้บรรลุตามเป้าหมาย

หลายประเทศให้ความสำคัญกับการพัฒนาปัจจัยเชิงบวก มีการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับทุนชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่น (Marphey, Lamonda, Carney & Duncan, 2004; Reininger et al., 2005; Beebe et al., 2008) พบว่า ถ้าทุนชีวิตมีมากวัยรุ่นจะมีพฤติกรรมในทางที่ดี ส่งผลสามารถลดพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ลงได้ การตั้งครรรภ์ในวัยรุ่นก็จะลดลงได้เช่นกัน ทุนชีวิตยิ่งมากเท่าใด ร้อยละของพฤติกรรมเสี่ยงยิ่งลดลงอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การไม่ใช้สารเสพติด ซึ่งทุนชีวิต แบ่งออกเป็น 2 หมวด ได้แก่ หมวดทุนชีวิตภายใน (Internal Assets) คือ พลังตัวตน และหมวดทุนชีวิตภายนอก (External Assets) คือ พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน จากการศึกษาของสุริยเดว ทรีปาตี (2551) พบว่า ทุนชีวิตของเยาวชนไทยยังขาดการเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชน ขาดจิตสาธารณะ ชุมชนอ่อนแอ ไม่สนใจกัน ขาดกิจกรรมส่วนรวม ห่างเหินศาสนาและขาดความซื่อสัตย์ จึงจำเป็นที่จะต้องเพิ่มต้นทุนที่อ่อนแอให้เข้มแข็งมากขึ้น และผู้วิจัยได้ประเมินทุนชีวิตในกลุ่มวัยรุ่นตอนต้นที่มีอายุ 10-14 ปี ในพื้นที่ตำบลโนนสมบูรณ์ จำนวน 20 คน พบว่า ทุนชีวิต ด้านพลังตัวตนค่อนข้างน้อย ร้อยละ 52.00 พลังครอบครัวอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 69.17 พลังเพื่อนและกิจกรรมค่อนข้างน้อย ร้อยละ 53.94 พลังสร้างปัญญาค่อนข้างน้อย ร้อยละ 55.00 และพลังชุมชนมีน้อยกว่าทุกพลัง คือ อยู่ที่ร้อยละ 48.75 จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า การพัฒนาทุนชีวิตให้แก่วัยรุ่นมีความสำคัญ เพราะทุนชีวิตยิ่งมากเท่าใดก็จะช่วยลดพฤติกรรมเสี่ยงได้มากขึ้น ทุนชีวิตมีความเชื่อมโยงแบบบูรณาการกับพฤติกรรมที่ดีอีกหลายประการของวัยรุ่น และทุนชีวิตบางข้อ มีความสำคัญต่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง (สุริยเดว ทรีปาตี, 2553) ดังผลการศึกษาของ พิราวัลย์

พิมพาเรือ (2554) ได้ทำการศึกษาการเพิ่มทุนชีวิตเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่นโดยชุมชนมีส่วนร่วม ผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นกลุ่มเป้าหมายมีระดับทุนชีวิตเพิ่มขึ้นทุกพลัง ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงที่ลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของ รดาธร วงศ์นภดล (2559) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่นตอนต้น พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นลดลงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้นในการที่จะป้องกันการตั้งครรรณ์ในวัยรุ่น จึงควรพัฒนาให้วัยรุ่นมีทุนพื้นฐานที่เข้มแข็ง สำหรับเป็นปัจจัยปกป้องตนเอง การมีทุนชีวิตที่สูงจะทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมที่ดี ทุนชีวิตยิ่งมากเท่าไร ยิ่งลดพฤติกรรมเสี่ยงได้มากขึ้น (สุริยเดว ทรีปาตี, 2552) พยาบาลเวชปฏิบัติมีบทบาทหน้าที่ในการดูแลส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคแก่ประชาชนทุกกลุ่มวัย โดยมุ่งเน้นการส่งเสริมและป้องกันโรคมกกว่าการรักษา ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิต ประกอบด้วย พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน โดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ประกอบด้วย ประสบการณ์เดิมของวัยรุ่น การสะท้อนคิดเพื่อให้เกิดความเข้าใจนำไปสู่ความคิดรวบยอด และนำความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปทดลองใช้จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติของตนเอง โดยรูปแบบการสอนเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียน ได้แก่ การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง การใช้เกมส์ การใช้สถานการณ์จำลอง การใช้กรณีศึกษา และการแสดงบทบาทสมมติ ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนได้พัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการตัดสินใจ ฝึกการแก้ไขปัญหา โดยเฉพาะปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่จะนำไปสู่การตั้งครรรณ์ในวัยรุ่น

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

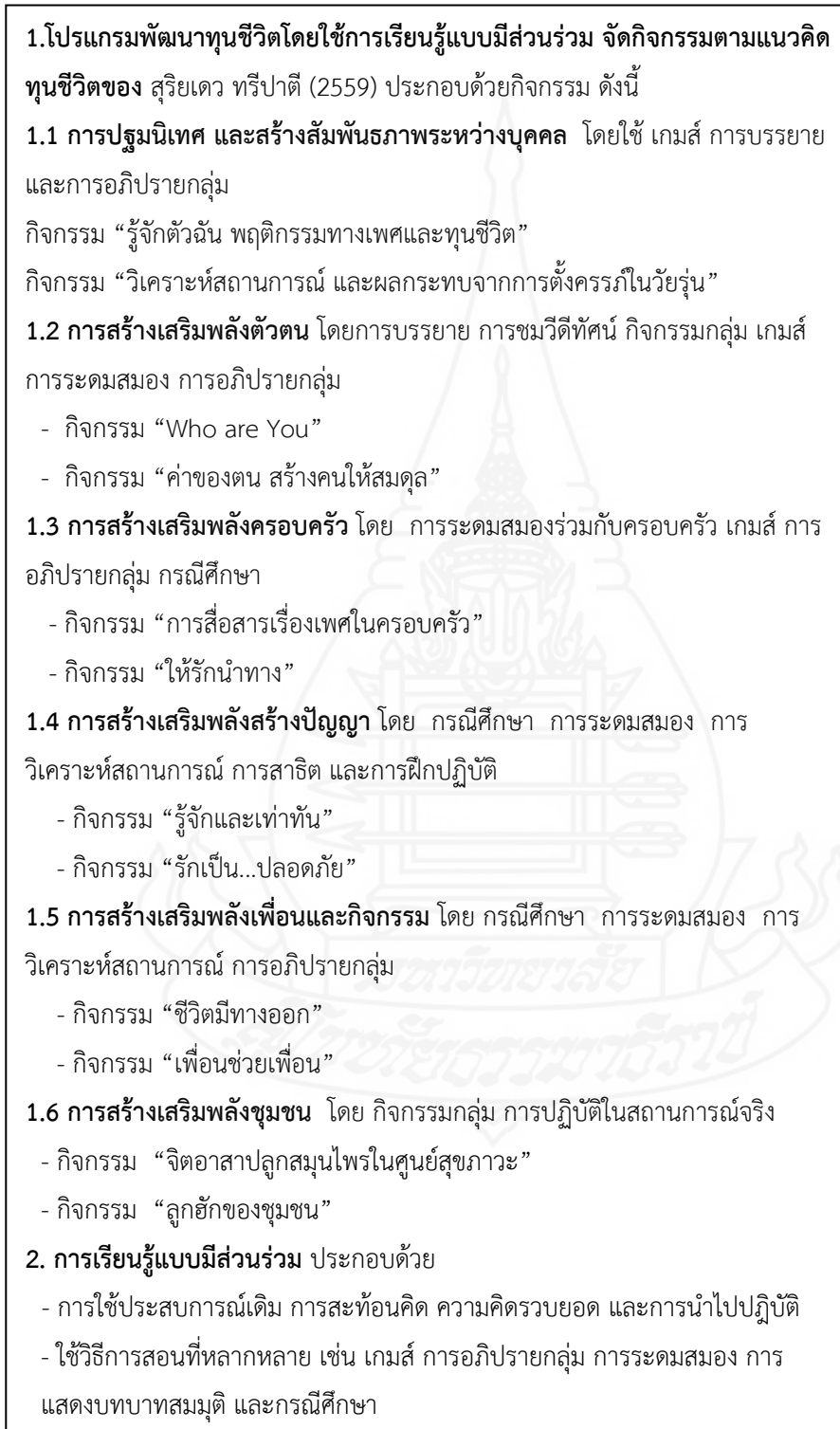
2.1 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรรณ์ในวัยรุ่น ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

2.2 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรรณ์ในวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

### 3. กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



พฤติกรรมป้องกัน  
การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย

#### 4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 คะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นภายในกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

4.2 คะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นในกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

#### 5. ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีขอบเขตดังนี้

**5.1 ขอบเขตด้านประชากร** ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นวัยรุ่นหญิงอายุ 10-14 ปี กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขยายโอกาสแห่งหนึ่งในอำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2564 โดยกลุ่มทดลองคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านปาก้าว และกลุ่มเปรียบเทียบ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านโคกเทียม จำนวนทั้งหมด 31 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 16 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 15 คน

**5.2 ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา** ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

**5.3 ขอบเขตด้านเวลา** ระยะเวลาในการดำเนินการทดลอง จำนวน 7 สัปดาห์ เริ่มตั้งแต่เดือน ธันวาคม พ.ศ. 2564 - เดือน มกราคม พ.ศ. 2565 รวมระยะเวลา 2 เดือน

#### 6. นิยามศัพท์เฉพาะ

**6.1 โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม** หมายถึง การจัดกิจกรรมอย่างเป็นระบบที่จะช่วยให้นักเรียนมีทุนพื้นฐานของชีวิตที่เข้มแข็งเพิ่มขึ้น สามารถปกป้องตนเอง และป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงที่เป็นปัจจัยส่งเสริมให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยประยุกต์ใช้แนวคิดทุนชีวิตของ สุริยเดว ทรีปาตี (2559) ร่วมกับ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ของกรมสุขภาพจิต (2540) ในการจัดการเรียนการสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง มุ่งเน้นใช้วิธีการเรียนรู้จากการกระทำ (Learning by doing) โดยการดึงความสามารถของผู้เรียนออกมาและกระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนและคิดแก้ปัญหา ประกอบด้วย 1) ประสบการณ์ การกระตุ้นให้



ผู้เรียนตั้งประสบการณ์ของตนเองออกมาใช้ในการเรียนรู้ โดยใช้กระบวนการกลุ่ม 2) การสะท้อนและอภิปราย ให้ผู้เรียนสามารถแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเอง แลกเปลี่ยนกับสมาชิกในกลุ่ม 3) ความคิดรวบยอด โดยสรุปความคิดรวบยอดหลังจากทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรม ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนเข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด และ 4) การทดลองใช้ โดยให้ผู้เรียนทดลองใช้ความคิดรวบยอดในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การแสดงบทบาทสมมติ หรือการนำไปปฏิบัติในสถานการณ์จริง โปรแกรมประกอบด้วยกิจกรรม 1) พัฒนาพลังตัวตน เพื่อให้สามารถเข้าใจตนเอง และผู้อื่น ตระหนักถึงคุณค่า และเห็นความสำคัญของตนเอง เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง โดยใช้เกมส์ การบรรยาย การชมวีดิทัศน์ การระดมสมอง และการอภิปรายกลุ่ม 2) พัฒนาพลังครอบครัว เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ปกครองกับวัยรุ่น มีการสื่อสารเชิงบวกและสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว โดยใช้เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม และการแสดงบทบาทสมมติ 3) พัฒนาพลังสร้างปัญญา เพื่อให้มีความรู้ และทักษะในการป้องกันการตั้งครรภ์และการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ โดยการบรรยาย กรณีศึกษา กิจกรรมกลุ่ม การระดมสมอง และการฝึกปฏิบัติ 4) พัฒนาพลังเพื่อนและกิจกรรม เพื่อส่งเสริมให้ทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ฝึกทักษะการแก้ไขปัญหา การตัดสินใจ และการให้คำปรึกษาเบื้องต้น โดยการบรรยาย การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม การวิเคราะห์กรณีศึกษา และการแสดงบทบาทสมมติ และ 5) พัฒนาพลังชุมชน เพื่อให้วัยรุ่นเกิดความอบอุ่น รู้สึกปลอดภัย ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ รวมทั้งส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ โดยให้กลุ่มทดลองทำกิจกรรมจิตอาสา และเสริมพลังใจ โดยการผูกข้อมือเป็นลูกฮักของชุมชน

**6.2 พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น** หมายถึง การกระทำหรือการแสดงออกถึงการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรของวัยรุ่น ประกอบด้วย การปิดโอกาสต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ได้แก่ การไม่เที่ยวเตร่ตามสถานเริงรมย์ต่าง ๆ ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการดูหนังสื่อโป๊ หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงของตนเอง หรือห่างจากสิ่งเร้าทางเพศ ได้แก่ การดูวิดีโอโป๊ แต่งกายรัดรูป นุ่งสั้น ใส่เสื้อสายเดี่ยว อยู่ตามลำพังสองต่อสองกับเพื่อนชาย มีการโอบกอด จูบ ลูบคลำ การศึกษาหาความรู้เรื่องการคุมกำเนิด

ในการศึกษาครั้งนี้ประเมินโดยแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นตอนต้น ของ บุขกร กนแกม (2562) ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตรฐานค่า 5 ระดับ จำนวน 12 ข้อ

**6.3 วัยรุ่น** หมายถึง บุคคลเพศหญิง อายุระหว่าง 10-14 ปี กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2564 โรงเรียนในพื้นที่อำเภอหนองหลวง จังหวัดอุบลราชธานี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ประถมศึกษาเขต 5 อุบลราชธานี

## 7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 บุคลากรสุขภาพสามารถประยุกต์โปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมไปใช้ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงในกลุ่มอื่น ๆ

7.2 ผู้บริหารการศึกษานำผลที่ได้จากการศึกษาไปกำหนดนโยบายให้มีการจัดการอบรมเชิงปฏิบัติการการใช้โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมให้แก่ครูเพื่อใช้ในการพัฒนาทุนชีวิตสำหรับวัยรุ่นตอนต้นในสถานศึกษา

7.3 ผู้บริหารการศึกษากำหนดเป็นนโยบายให้นำโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมไปใช้กับนักเรียนวัยรุ่นชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในสถานศึกษาเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นตั้งแต่ระยะเริ่มต้น



## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอำเภอหนองหลวง จังหวัดอุบลราชธานี ผู้วิจัยได้ทบทวนแนวคิดทฤษฎี จากหนังสือ ตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นดังต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น
2. แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาทุนชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น
3. แนวคิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
4. สถานการณ์ นโยบายและการดำเนินงานแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจังหวัดอุบลราชธานี
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1. แนวคิดเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

วัยรุ่น ถือเป็นช่วงวัยแห่งการเรียนรู้และค้นหาคำตอบของชีวิต เป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่และแตกต่างกันหลายด้าน อีกทั้งยังเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ซึ่งผู้ปกครองต้องทำความเข้าใจ และให้ความสำคัญกับบุตรหลานวัยรุ่นเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะเรื่องเพศ ซึ่งวัยรุ่นพร้อมที่จะเรียนรู้เรื่องเพศจากเพื่อน สื่อต่าง ๆ จากอินเทอร์เน็ตและสังคมออนไลน์ การอยากรู้อยากลอง การมีเพศสัมพันธ์ นำไปสู่การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ดังนั้นจึงต้องเรียนรู้เพื่อให้เข้าถึงและเข้าใจวัยรุ่นมากยิ่งขึ้น (เกศกานดา รตจัน, 2559)

##### 1.1 ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่นนับเป็นช่วงเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กเป็นผู้ใหญ่และมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มีนักวิชาการได้ให้คำจำกัดความหรือความหมายของวัยรุ่นไว้หลายท่าน แต่ยังไม่สามารถสรุปได้ว่า มีความหมายใดบ่งบอกถึงวัยรุ่นได้อย่างครบถ้วนทันสมัย ทั้งนี้เนื่องจากปัจจัยทางสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การใช้อายุและการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเป็นตัวกำหนดถึงการเข้าสู่วัยรุ่น อาจจะไม่สามารถบ่งบอกได้ดีเท่าที่ควร จากการทบทวนความหมายของวัยรุ่น สรุปได้ดังนี้

องค์การอนามัยโลก (WHO, 2013) ให้ความหมายของวัยรุ่น (Adolescence) ว่า หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 10-19 ปี เป็นช่วงอายุที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายในลักษณะที่พร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ได้ เป็นระยะที่มีพัฒนาการทางจิตใจจากความเป็นเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2554) ให้ความหมายไว้ว่า เป็นบุคคลที่มีอายุระหว่าง 10-21 ปี และเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่วัยรุ่นผู้ใหญ่

พระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาคาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 (2559) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นว่า หมายถึง บุคคลอายุเกินสิบปีบริบูรณ์ แต่ยังไม่ถึงยี่สิบปีบริบูรณ์

บุษกร กนแกม (2562) ได้สรุปว่า เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา เป็นการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กไปสู่วัยรุ่นผู้ใหญ่ และมีพัฒนาการทางเพศอย่างสมบูรณ์ เข้าสู่ความพร้อมที่จะมีเพศสัมพันธ์และตั้งครรรภ์ได้

กล่าวโดยสรุป วัยรุ่น หมายถึง ช่วงอายุที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม และมีพัฒนาการทางเพศอย่างสมบูรณ์ พร้อมจะมีเพศสัมพันธ์และตั้งครรรภ์ได้

การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่นนั้น จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ขึ้นอยู่กับสภาพสังคม นั้น ๆ กรมสุขภาพจิต (2554) ได้แบ่งวัยรุ่นออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ 1) วัยรุ่นตอนต้น อายุระหว่าง 10-13 ปี หรือมัธยมศึกษาตอนต้น 2) วัยรุ่นตอนกลาง อายุระหว่าง 14-17 ปี หรือมัธยมตอนปลาย และ 3) วัยรุ่นตอนปลาย อายุระหว่าง 18-21 ปี หรือระดับอุดมศึกษา และองค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) ได้แบ่งกลุ่มวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น อายุระหว่าง 10-15 ปี วัยรุ่นตอนกลาง อายุระหว่าง 16-19 ปี และวัยรุ่นตอนปลาย อายุระหว่าง 20-24 ปี

สำหรับงานวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้การแบ่งช่วงอายุตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก และเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น อายุ 10-15 ปี เนื่องจากพบว่า ค่าเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเร็วขึ้นอยู่ที่ช่วงอายุ 15-16 ปี (สุริยะเดว ทริปาตี, 2557) และอายุต่ำสุดที่วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก คือ 13 ปี (ศิริวรรณ ทุมเชื้อ, 2558) อีกทั้งยังพบอัตราการคลอดในวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี สูงกว่าเป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งแสดงถึงการไม่ได้มีการป้องกันการตั้งครรรภ์หรือคุมกำเนิดในช่วงอายุวัยรุ่นตอนต้น (10-15 ปี) ซึ่งถ้าจะป้องกันการตั้งครรรภ์ในวัยรุ่น จึงควรดำเนินการก่อนอายุ 15-19 ปี (สำนักอนามัยการเจริญพันธ์, 2561)

## 1.2 พัฒนาการของวัยรุ่นและการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น

**1.2.1 พัฒนาการของวัยรุ่น** เป็นปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในร่างกาย เกิดจากการทำงานของต่อมไร้ท่อ ซึ่งเริ่มทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนที่มีผลต่อพฤติกรรมและพัฒนาการอย่างมาก เริ่มเกิดเมื่อเด็กอายุประมาณ 12-13 ปี เพศหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเพศชาย ประมาณ 2 ปี และจะเกิดการพัฒนาไปจนถึงอายุประมาณ 18 ปี จึงจะเข้าสู่วัยรุ่นผู้ใหญ่ โดยจะเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก

ในพัฒนาการด้านต่าง ๆ (นันทิวา สังข์ทอง และคณะ, 2558; กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2559; Venkatraman, Alma & Pierre-André, 2013) ดังนี้

1) *พัฒนาการทางด้านร่างกาย (Physical development)* เนื่องจากวัยรุ่นมีการสร้างและหลั่งฮอร์โมนเพศ (Sex hormone) และฮอร์โมนของการเจริญเติบโต (Growth hormone) อย่างมากและรวดเร็ว ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของร่างกาย ได้แก่ แขนขายาวขึ้น ที่เห็นได้ชัด คือ จะเป็นสาวขึ้น เต้านมมีขนาดโตขึ้น มีไขมันเพิ่มขึ้น ทำให้รูปร่างมีทรวดทรง สะโพกผายออก และเริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก (Menarche) เป็นสัญญาณของการเข้าสู่วัยรุ่นเพศหญิง จากการเปลี่ยนแปลงร่างกายของวัยรุ่น ส่งผลกระทบโดยตรงต่ออารมณ์และจิตใจ ทำให้เกิดความวิตกกังวล หงุดหงิดและหมกมุ่นในเรื่องต่าง ๆ (จุไรรัตน์ แพรวพราว, 2553) เช่น วิตกกังวลเกี่ยวกับการมีอารมณ์ทางเพศสูง เกิดความไม่มั่นใจว่า สิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นเป็นความผิดปกติหรือไม่ วิตกกังวลเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศ เมื่อร่างกายมีระดับฮอร์โมนทางเพศเพิ่มสูงขึ้น ก็ยิ่งทำให้เกิดการเรียนรู้ที่จะหัดสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เกิดความอยากรู้อยากเห็นพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้องและเบี่ยงเบนต่าง ๆ

2) *พัฒนาการด้านอารมณ์ (Emotional Development)* เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นอารมณ์จะมีบทบาทสำคัญมาก เพราะการเปลี่ยนแปลงการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็ว ทั้งลักษณะภายในและภายนอก วัยรุ่นชอบแสดงอารมณ์และความรู้สึกตรงไปตรงมา เปิดเผย อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ปั่นป่วน หงุดหงิดง่าย เครียดง่าย โกรธง่าย อาจเกิดอารมณ์ซึมเศร้าโดยไม่มีสาเหตุได้ง่าย อารมณ์ที่ไม่ดีเหล่านี้อาจทำให้เกิดพฤติกรรมเกเร ก้าวร้าว มีผลต่อการเรียนและการดำเนินชีวิต ในวัยรุ่นตอนต้นการควบคุมอารมณ์ยังไม่ค่อยดีนัก บางครั้งยังทำอะไรตามอารมณ์ตัวเอง พัฒนาการทางอารมณ์ของวัยรุ่นขึ้นอยู่กับพันธุกรรม และพื้นฐานทางอารมณ์ของเด็กแต่ละคน ส่วนใหญ่ขึ้นกับสัมพันธภาพระหว่างเด็กกับครอบครัวที่ให้การอบรมเลี้ยงดู ความรักความเข้าใจระหว่างพ่อแม่กับเด็ก จะเป็นพื้นฐานให้วัยรุ่นมีอารมณ์ที่มั่นคง มีความเชื่อมั่น มองโลกในแง่ดี และสามารถที่จะสร้างความรักใคร่ผูกพันกับผู้อื่นได้ดี

3) *พัฒนาการทางด้านสังคม (Social Development)* วัยรุ่นจะเริ่มห่างจากครอบครัว ไม่ค่อยสนิทสนมคลุกคลีกับครอบครัวเหมือนเดิม มักชอบอยู่ตามลำพัง วัยนี้สนใจเพื่อนมากกว่า จะใช้เวลากับเพื่อนนาน ๆ มีกิจกรรมนอกบ้านมาก การเปลี่ยนแปลงทางกายอย่างรวดเร็วเป็นแรงกระตุ้นให้วัยรุ่นรวมกลุ่มกัน เพราะสามารถร่วมสุขร่วมทุกข์ แก้ไขและเข้าใจปัญหาของกันและกัน ดีกว่าคนต่างวัย นอกจากนี้กลุ่มยังสนองความต้องการทางสังคมด้านต่าง ๆ ซึ่งวัยรุ่นต้องการมากในระยะนี้ เช่น การเป็นบุคคลสำคัญ การต่อต้านผู้มีอำนาจ การหนีสภาพน่าเบื่อของบ้าน เป็นต้น เมื่อวัยรุ่นรวมกลุ่มจะสร้างกฎระเบียบ ภาษา ประเพณีประจำกลุ่ม เพื่อใช้เฉพาะสมาชิกของกลุ่มเท่านั้น และสมาชิกในกลุ่มทุกคนจำต้องประพฤติปฏิบัติตาม มิฉะนั้นแล้วอาจจะหมดสภาพการเป็นสมาชิก วัยรุ่นเริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม สนใจสังคมสิ่งแวดล้อม ปรับตัวเองให้เข้ากับกฎเกณฑ์กติกาของ

กลุ่มและของสังคมได้ดีขึ้น มีความสามารถในทักษะทางสังคม การสื่อสารเจรจา การแก้ปัญหา การประนีประนอม การยืดหยุ่น โอนอ่อนผ่อนตามกัน และการทำงานร่วมกับผู้อื่น พัฒนาการทางสังคมที่ดีจะเป็นพื้นฐานมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และบุคลิกภาพที่ดี การเรียนรู้สังคมจะช่วยให้ตนเองหาแนวทางการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับตนเอง เลือกวิชาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง และมีสังคมสิ่งแวดล้อมที่ดีต่อตนเองในอนาคต

4) *พัฒนาการด้านสติปัญญา (Intellectual Development)* วัยรุ่นเป็นช่วงที่ระดับสติปัญญาพัฒนาสูงสุด สามารถคิดอย่างเป็นระบบ ทั้งในสิ่งที่ป็นรูปธรรมและนามธรรม มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ จำแนก เปรียบเทียบทฤษฎี และกฎเกณฑ์ นอกจากนี้วัยรุ่นยังมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง และเริ่มมีความคิดส่วนตัวที่จะเก็บไว้เป็นความในใจเฉพาะตน ไม่เปิดเผยให้ใครรู้ สมองมีความจำดี การหาเหตุผลมีการพัฒนามากขึ้น จะสนใจทุกสิ่งทุกอย่างรอบตัว อยากรู้อยากเห็น แต่ในช่วงวัยรุ่นนี้ ยังอาจขาดความขี้คิด มีความหุนหันพลันแล่น ขาดการไตร่ตรองให้รอบคอบ มักขาดความรับผิดชอบ หรือขาดการไตร่ตรองที่ดี ดังนั้นพฤติกรรมบางอย่างของวัยรุ่นอาจผิดพลาดได้ ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้ใหญ่ควรทำความเข้าใจถึงธรรมชาติของวัยรุ่น เพื่อที่จะช่วยลดความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นและผู้ใหญ่ให้น้อยลง

5) *พัฒนาการทางด้านจริยธรรม (Moral Development)* วัยรุ่นจะมีความคิดเชิงอุดมคติสูง (idealism) เพราะสามารถแยกแยะความผิดชอบชั่วดีได้แล้ว มีระบบโนธรรมของตนเอง ต้องการให้เกิดความถูกต้อง ความชอบธรรมในสังคม ชอบช่วยเหลือผู้อื่น ต้องการเป็นคนดีเป็นที่ชื่นชอบของคนอื่น และจะรู้สึกอึดอัดกับข้อใจกับความไม่ถูกต้องในสังคมหรือในบ้าน แม้แต่พ่อแม่ของตนเองก็เริ่มรู้สึกว่าไม่ได้ดีสมบูรณ์แบบเหมือนเมื่อก่อนอีกต่อไปแล้ว บางครั้งจะแสดงออกด้วยการวิพากษ์วิจารณ์พ่อแม่หรือครูอาจารย์ตรง ๆ อย่างรุนแรง การต่อต้าน ประท้วงจึงเกิดได้บ่อยในวัยรุ่นนี้ เมื่อวัยรุ่นเห็นการกระทำที่ไม่ถูกต้อง หรือมีการเอาเปรียบเบียดเบียนความไม่เสมอภาคกัน ในวัยรุ่นตอนต้นการควบคุมตนเองอาจยังไม่ดีนัก แต่เมื่อพ้นช่วงนี้ไปการควบคุมตนเองจะดีขึ้นจนเป็นระบบจริยธรรมที่สมบูรณ์เหมือนผู้ใหญ่

6) *พัฒนาการทางเพศ (Sex Development)* พัฒนาการทางเพศเป็นการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในวัยรุ่น กล่าวคือ วัยรุ่นตอนต้นมีการเปลี่ยนแปลงเรื่องสรีระและอวัยวะในระบบสืบพันธุ์มากที่สุด จึงเป็นช่วงที่วัยรุ่นให้ความสนใจเกี่ยวกับเรื่องเพศมากขึ้น ทั้งในเรื่องกายภาพ และการทำงานของระบบสืบพันธุ์ วัยรุ่นมักเปรียบเทียบตนเองกับเพื่อนในวัยเดียวกัน รวมทั้งเริ่มมีจินตนาการเรื่องความรัก และการร่วมเพศได้ โดยบางครั้งอาจรู้สึกผิดที่ตนเองมีจินตนาการดังกล่าว ซึ่งในช่วงแรกนั้นอาจเกิดความกังวลได้ วัยรุ่นตอนต้นจะเริ่มพัฒนาทัศนคติเรื่องเพศ เริ่มแสดงความสนใจเพศตรงข้าม แต่มักแสดงออกทางปฏิสัมพันธ์ทั่วไป เช่น เริ่มคุยโทรศัพท์ อีเมล ส่งข้อความผ่านสื่อออนไลน์ เป็นต้น เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนกลางจะมีการเปลี่ยนแปลงของระบบสืบพันธุ์สมบูรณ์

เช่นเดียวกับผู้ใหญ่ เริ่มมีประจำเดือน ช่วงนี้ร่างกายจะเริ่มมีแรงขับทางเพศมากขึ้น อาจเริ่มมีแฟนหรือเริ่มออกเดท แต่ส่วนมากความสัมพันธ์จะเกิดจากความสนใจมากกว่าความรู้สึกลึกซึ้งต่อกัน หรืออยากมีเพศสัมพันธ์ พฤติกรรมทางเพศส่วนใหญ่เป็นการค้นหา และทดลองว่าสิ่งใดเหมาะกับตนมากที่สุด โดยวัยรุ่นจะพยายามทำความเข้าใจรสนิยมทางเพศ (sexual orientation) ของตนเองว่าชอบเพศใด เป็นเพศตรงข้าม (heterosexual) เพศเดียวกัน (homosexual) หรือชอบทั้งเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม (bisexual) แต่ก็ยังมีวัยรุ่นอีกจำนวนหนึ่ง ซึ่งยังไม่แน่ใจหรือยังไม่ตัดสินใจ วัยนี้ค้นหาความหมายที่สำคัญของความรัก ความสัมพันธ์สำหรับตนเอง วัยรุ่นตอนกลางส่วนใหญ่จะมีความรู้เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ โรคเอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์แล้ว แต่มักไม่สามารถนำความรู้มาใช้กับสถานการณ์จริง และยังไม่เห็นถึงผลกระทบระยะยาวหากเกิดปัญหา และวัยรุ่นตอนปลายเป็นวัยที่มีเอกลักษณ์ของตนเอง กล้าที่จะคบเพื่อนต่างเพศ มีการพูดเรื่องเพศอย่างเปิดเผยกับเพศตรงข้าม เริ่มรู้สึกรักและมีความผูกพันที่เกิดกับคนรัก อย่างไรก็ตาม การตัดสินใจทางเพศสัมพันธ์และความสามารถในการดูแลตนเองของวัยรุ่นช่วงนี้ ยังอยู่ในภาวะหัวเลี้ยวหัวต่อ ดังนั้นควรที่ผู้ใหญ่จะให้คำแนะนำ เพื่อให้วัยรุ่นพ้นจากช่วงนี้ได้เหมาะสม

จากพัฒนาการของวัยรุ่นที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงด้านสรีระและอวัยวะในระบบสืบพันธุ์ และการมีแรงขับทางเพศเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ทำให้วัยรุ่นมีจินตนาการเรื่องความรัก และการร่วมเพศ เริ่มมีความสนใจในเพศตรงข้ามและมีการแสดงออกทางปฏิสัมพันธ์ แต่บางครั้งวัยรุ่นยังขาดการไตร่ตรองให้รอบคอบ ขาดความยั้งคิด หรือด้วยอยากจะทำตัดสินใจอะไร ๆ ด้วยตัวเอง เมื่อมีสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ทั้งที่ตั้งใจและไม่ตั้งใจ อาจจะทำให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ได้ รวมทั้งอาจมีการตั้งครรภ์จากการที่มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้อุปกรณ์

**1.2.2 การมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น** ปัญหาของวัยรุ่นเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม ส่งผลต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ซึ่งกลายเป็นปัญหาสังคมที่รุนแรงเพิ่มขึ้นทุกวัน จากผลสำรวจของแอบแบคโพล มีวัยรุ่นวัยเรียนจำนวนถึงร้อยละ 46.9 ยอมรับการมีเพศสัมพันธ์กับแฟนหรือคนรัก และร้อยละ 60.8 เคยมีเพศสัมพันธ์มากกว่า 1 คน (วันเฉลิม ภูมิเมือง, 2558) ปัจจัยเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ไม่ได้เกิดจากการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละเลย หรือรักตามใจจนไร้ขอบเขต หรือขาดการจัดการสิ่งแวดล้อมอย่างเหมาะสมเพียงอย่างเดียว แต่ถ้ามองให้ลึกลงไปจะพบว่า วัยรุ่นที่ถูกชักจูงให้มีเพศสัมพันธ์ได้ง่ายมักจะมีปัจจัยเสี่ยง เช่น ขาดความนับถือตนเอง (Self Esteem) และขาดทักษะชีวิต (Life skills) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของทุนชีวิตภายในด้านพลังตัวตนที่ต่ำ ทำให้มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงและขาดความยับยั้งชั่งใจในที่สุด

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับสาเหตุและปัจจัยที่สัมพันธ์กับการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น มีอยู่ด้วยกันหลายปัจจัย ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2559; นันทิวา สังข์ทอง และคณะ, 2558; ศิริวรรณ กำแพงพันธ์ และคณะ, 2554)

1. พัฒนาการทางด้านร่างกายและจิตใจของวัยรุ่น ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงฮอร์โมนในร่างกาย กระตุ้นให้มีความสนใจต่อเพศตรงข้าม รวมทั้งแรงขับตามธรรมชาติ ทำให้อยากรู้ อยากรองในเรื่องเพศ จนทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ตั้งใจขึ้น

2. การแต่งกายที่ล่อแหลม เน้นสัดส่วนที่ชัดเจนเกินไป

3. ขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศ ความตระหนักต่อปัญหาที่ตามมาหลังการมีเพศสัมพันธ์ ขาดทักษะในการป้องกันตนเองเรื่องเพศ ขาดทักษะในการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ

4. การอยู่หอพัก อยู่ห่างจากพ่อแม่

5. สถาบันครอบครัว เด็กได้รับความอบอุ่นจากครอบครัวน้อย จากการที่พ่อแม่ต้องวุ่นกับการทำงานเพื่อหาเงินนอกบ้าน พ่อแม่ทะเลาะกันเป็นประจำ ทำให้เด็กต้องไปหาความอบอุ่นจากเพื่อนและแฟน

6. ปัญหาการขาดการอบรมขัดเกลาจากครอบครัวและสังคม ความรู้และทัศนคติทางเพศของพ่อแม่ ไม่เข้าใจ หรือปิดกั้นการเรียนรู้เรื่องเพศ ทำให้เด็กแสวงหาจากเพื่อน

7. อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน รับรู้ทัศนคติทางลบในเรื่องเพศ เห็นว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องธรรมดา ไม่เกิดปัญหาหรือความเสี่ยง

8. สื่อต่าง ๆ การได้รับสื่อที่ยั่วหยหรือกระตุ้นทางเพศ นักวิชาการชี้ว่า 2 ใน 3 ของสื่อไทย เป็นสื่อสีด้า เด็กร้อยละ 90 ยอมรับเคยดูสื่อลามก ซึ่งเด็กเหล่านี้ต่ำสุดยังอยู่ในชั้นประถมศึกษา (ปรีชญู ศรีสว่าง, 2558)

9. ขาดความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง ไม่ประสบความสำเร็จด้านการเรียน แสวงหาการยอมรับ หาความสุขจากแฟน การมีเพศสัมพันธ์ และกิจกรรมที่มีความเสี่ยงต่าง ๆ

10. การอยู่ด้วยกันสองต่อสองกับคู่รักในที่ลับตาคน และในบรรยากาศที่จะเป็นใจนำไปสู่โอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้

สรุป วัยรุ่นที่มีความเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ เกิดจากปัจจัยหลายประการ ได้แก่ การขาดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน การขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศสัมพันธ์ภาพในครอบครัว สื่อต่าง ๆ ที่เอื้อต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และการขาดการอบรมขัดเกลาจากครอบครัวและสังคม ซึ่งจะนำไปสู่การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น



### 1.3 การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

#### 1.3.1 ความหมายของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

องค์การอนามัยโลก (WHO, 2004) ให้คำจำกัดความของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น (Adolescent pregnancy) ว่าหมายถึง การตั้งครรภ์ในสตรีที่มีอายุระหว่าง 10-19 ปี โดยถืออายุ ณ เวลาที่คลอดบุตร

สำนักอนามัยเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2557) ให้ความหมายว่า เป็นการตั้งครรภ์ในสตรีอายุระหว่าง 10-19 ปี โดยถือ ณ เวลาที่คลอดบุตร

พระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาค่าการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 ได้ให้ความหมายว่า หมายถึง การตั้งครรภ์ในแม่ที่มีอายุ 19 ปี หรือน้อยกว่า

สรุป การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น หมายถึง การตั้งครรภ์ในสตรีที่มีอายุระหว่าง 10-19 ปี โดยถืออายุ ณ เวลาที่คลอดบุตร

#### 1.3.2 สาเหตุและปัจจัยที่สัมพันธ์กับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับสาเหตุและปัจจัยที่สัมพันธ์กับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สรุปได้ดังนี้

1) การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ สังคม จากการเปลี่ยนแปลงฮอร์โมนในร่างกาย ทำให้เด็กมีความเป็นหนุ่มเป็นสาวเร็วขึ้น เพศหญิงอายุเฉลี่ยเมื่อเริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก ลดลงจาก 15-16 ปี มาเป็น 12-13 ปี (บุญฤทธิ์ สุขรัตน์, 2557) เริ่มมีความอยากรู้อยากลองการเลียนแบบพฤติกรรมทางเพศ ด้านสังคมเริ่มสนใจในสิ่งที่ตนเองชอบ และให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน เป็นพิเศษจึงมีความเสี่ยงสูงที่จะคล้อยตามเพื่อนได้ง่าย โดยวัยรุ่นมักจะชักชวนกันชมภาพยนตร์ลามกร่วมกับกลุ่มเพื่อน และจะแสดงพฤติกรรมเหล่านั้นเมื่ออยู่ลำพังกับคู่อริ จนทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ตั้งใจขึ้น ดังนั้นการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ การให้ความรู้ ความเข้าใจ หรือการเสริมสร้างทุนชีวิต จึงควรดำเนินการตั้งแต่ก่อนที่วัยรุ่นจะเข้าสู่วัยหนุ่มสาว เพื่อที่จะสามารถหลีกเลี่ยงและป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่อาจนำไปสู่การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้

2) ปัจจัยด้านครอบครัว ครอบครัวเป็นสิ่งแรกที่ปลูกฝังความรัก ความเข้าใจ คุณธรรม จริยธรรมแก่บุคคลในครอบครัว การขาดการอบรมเลี้ยงดูที่ดี ความแตกแยกในครอบครัว การขาดความรัก การดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน ทำให้วัยรุ่นมักมีปฏิสัมพันธ์ที่ไม่ดีต่อครอบครัว อีกทั้งการสร้างวัฒนธรรมในเรื่องเพศที่ไม่ถูกต้อง ความรู้และทัศนคติทางเพศของพ่อแม่ ความไม่เข้าใจหรือปิดกั้นการเรียนรู้เรื่องเพศ การขาดการสื่อสารเรื่องเพศที่ถูกต้องระหว่าง พ่อ แม่ และวัยรุ่น ทำให้เด็กแสวงหาจากเพื่อน (ชมพูนุช ดอกคำใต้, 2555; จรรยาภรณ์ จันทมาศ, 2559) นอกจากนี้พ่อแม่ที่ไม่มีเวลาให้ลูก การอบรมเลี้ยงดูที่เข้มงวดจนเกินไป หรือปล่อยปละละเลย พ่อแม่

หย่าร้าง (ศิริวรรณ กำแพงพันธ์, ฐิติวี แก้วพรสวรรค์ และสุพร อภินันทเวช, 2554) สิ่งเหล่านี้ล้วนมีบทบาทและนำไปสู่การตั้งครรรภ์ในวัยรุ่นได้

3) *ปัจจัยด้านกลุ่มเพื่อน* กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก โดยการคบเพื่อนไม่ดีจะชักชวนกันไปมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับผลการสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรรภ์ในวัยรุ่น ที่ทำการสอบถามนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลาย และประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร และ 4 จังหวัด ได้แก่ เชียงใหม่ ขอนแก่น ชลบุรี และสงขลา จำนวน 3,053 กลุ่มตัวอย่าง พบว่า สาเหตุอันดับหนึ่งที่ทำให้เกิดการตั้งครรรภ์ในวัยรุ่น ร้อยละ 73.9 มาจากพฤติกรรมเลียนแบบจากกลุ่มเพื่อน (วราพร บุญยะธาน, 2550; สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2559)

4) *ปัจจัยด้านการศึกษาและการขาดความรู้เรื่องเพศศึกษา* วัยรุ่นที่มีผลการเรียนไม่ดีและมีระดับการศึกษาต่ำ จะมีเพศสัมพันธ์เร็วกว่าวัยรุ่นที่มีผลการเรียนดีและยังคงเรียนอยู่ ทำให้โอกาสที่จะตั้งครรรภ์มากกว่ากลุ่มที่มีการศึกษาสูงกว่าอีกด้วย (อนงค์ ประสาธน์วนกิจ และคณะ, 2552) นอกจากนี้การขาดความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาและการคุมกำเนิดของวัยรุ่นทำให้เกิดการตั้งครรรภ์ได้ จากการศึกษาของ พันธุ์ทิพย์ บุญเกื้อ (2560) เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรรภ์ไม่พึงประสงค์ พบว่า ส่วนใหญ่วัยรุ่นที่ตั้งครรรภ์ไม่พึงประสงค์ทุกคนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการใช้ถุงยางอนามัยและยาคุมกำเนิดจากโรงเรียนมาแล้วตั้งแต่ชั้น ป.5-ป.6 แต่ไม่ค่อยเข้าใจจึงไม่ได้ให้ความสนใจเรียนเพศศึกษาหรือการใช้การคุมกำเนิดที่ถูกต้อง เมื่อมีเพศสัมพันธ์จึงมีการใช้วิธีคุมกำเนิดเป็นบางครั้ง เพราะคิดว่ายังเด็กคงไม่มีโอกาสตั้งครรรภ์ได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ สิทธิชัย นครวิสัย (2559) พบว่า วัยรุ่นขาดความรู้เกี่ยวกับสุขภาวะทางเพศ ความรู้เกี่ยวกับการคุมกำเนิด โดยคิดว่าตนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการคุมกำเนิด และการมีประจำเดือนเป็นอย่างดี แต่มีวัยรุ่นเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่สามารถตอบคำถามแบบปรนัยเกี่ยวกับการมีประจำเดือนได้อย่างถูกต้อง และการใช้ยาคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินเป็นวิธีคุมกำเนิดหลัก ดังนั้นการสอนเพศศึกษาให้แก่วัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ควรมีเนื้อหาที่ครอบคลุมเหมาะสม และสอดคล้องกับพัฒนาการของเด็กวัยรุ่น เพื่อให้สามารถเกิดการเรียนรู้และนำความรู้ที่ได้ไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตจริงได้

5) *ปัจจัยด้านสังคมและวัฒนธรรม* สภาพสังคม สื่อ และสภาพแวดล้อมในชุมชนมีผลกับการตั้งครรรภ์ในวัยรุ่น โดยเฉพาะสื่อมีผลกับการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น จากการศึกษาที่สื่อถูกนำมาเสนออย่างโจ่งแจ้งจำนวนมาก วัยรุ่นเข้าถึงได้ง่าย โดยส่วนใหญ่จะชมละครโทรทัศน์ที่มีฉากแสดงความรัก และจากสื่อลามกออนไลน์ทำให้วัยรุ่นมองว่า สิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องปกติไม่ใช่เรื่องผิด จึงทำให้วัยรุ่นต้องการเลียนแบบสิ่งที่สื่อได้นำเสนอออกมา ส่งผลต่อความต้องการทาง

เพศเพิ่มขึ้นจากสิ่งที่ยั่วยุ จนเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดการคุกคามทางเพศ รุมโทรม และการข่มขืน ดังปรากฏจากข่าวหน้าหนังสือพิมพ์หรือข่าวโทรทัศน์บ่อยครั้ง

#### 6) ปัจจัยด้านตัววัยรุ่น

(1) ขาดความสำนึก หรือการไม่เห็นคุณค่าของตน วัยรุ่นที่เห็นคุณค่าในตนเอง มีความภาคภูมิใจในตนเอง จะมีความเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ลดลง (UNFPA Thailand, 2013; วิทยากร ท่อแก้ว, ดลรัตน์ ยศธร และสิทธิพร กล้าแข็ง, 2555; ลำเจียก กำธร, 2557)

#### (2) มีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม ได้แก่

ก. การเปิดโอกาสแก่ตนเองและผู้อื่น เช่น การเที่ยวกลางคืนในสถานเริงรมย์ต่าง ๆ การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ และรับประทานอาหารจากคนแปลกหน้า การเดินทางตามที่เปลี่ยวมืด สถานที่ไม่ปลอดภัย การไว้วางใจเพื่อน คนรัก หรือบุคคลแปลกหน้ามากเกินไป โดยไม่ไตร่ตรอง การกระตุ้นอารมณ์ทางเพศตามสื่อต่าง ๆ ตลอดจนความก้าวหน้าที่ทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี การใช้จ่ายและสารเสพติด เป็นต้น (อังคณา เพชรภาพ, 2551)

ข. การเปิดเผยอารมณ์ทางเพศ หมายถึง พฤติกรรมของวัยรุ่นที่ก่อให้เกิดอารมณ์ทางเพศแก่ผู้พบเห็น เช่น การเปิดเผยสัดส่วนร่างกายด้วยการสวมเสื้อผ้ารัดรูป โชว์สัดส่วนจนเป็นที่สะดุดตาและยั่วยุให้เกิดอารมณ์ทางเพศ หรือการแสดงพฤติกรรมที่ยั่วชวนด้วยกิริยาวาจาที่แสดงความพึงพอใจ สนใจ เรียกร้อง เชื้อเชิญต่อเพศตรงข้าม ตลอดจนการใช้ยากระตุ้นอารมณ์ทางเพศเพื่อแสดงให้ผู้อื่นเห็นความสามารถทางเพศของตน (เบญจวรรณ เอี่ยมบุ, 2554)

ค. ความเชื่อในทางที่ผิดของวัยรุ่น เช่น การมีเพศสัมพันธ์ครั้งเดียวไม่อาจทำให้ตั้งครรภ์ได้ การคุมกำเนิดไม่ควรใช้กับคนรัก การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องธรรมดา หรือค่านิยมที่ผิด ๆ เช่น คิดว่าความสามารถในเรื่องเพศเป็นตัววัดความเป็นลูกผู้ชาย ผู้ชายไม่มีความจำเป็นต้องรับผิดชอบภายหลังมีเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์หลายคู่ หรือหลายคนถือว่าเป็นผู้มีความสามารถ น่าสนใจ และเป็นคนมีเสน่ห์ เป็นต้น (ศิริพร จิรวัดน์กุล, 2555; ลำเจียก กำธร, 2557)

ง. การเลียนแบบวัฒนธรรมตะวันตกที่ผิด ๆ เช่น การอยู่ด้วยกันก่อนแต่งงาน การมีเพศสัมพันธ์แบบเก็บแค้น การทำสถิตินอนกับผู้ชาย หรือการลองมีเพศสัมพันธ์กับเพื่อน (โรงพยาบาลระโนด, 2556)

### 1.3.3 ผลกระทบของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น มีผลกระทบต่อมารดาวัยรุ่น ทารก ครอบครัว สังคม และเศรษฐกิจ (กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย, 2556; ฤดี ปุ๋งบางกระดี และเอมพร รตินธร, 2557) โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### 1) ผลกระทบต่อมารดาวัยรุ่น

(1) ปัญหาสุขภาพด้านร่างกาย ขณะตั้งครรภ์อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนจากการตั้งครรภ์ได้มากกว่าสตรีที่อายุมากกว่า เช่น การเกิดภาวะความดันโลหิตสูงจากการตั้งครรภ์ (Hypertensive Disorders) ภาวะโลหิตจาง (Anemia) (Neal, Sarah et al., 2012 อ้างถึงใน สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2556) ส่วนใหญ่เกิดจากภาวะทุพโภชนาการ โดยเฉพาะการขาดธาตุเหล็ก การเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด (Preterm Birth) โดยพบว่ายี่งอายุ น้อยมากโอกาสคลอดก่อนกำหนดยิ่งสูงขึ้น ซึ่งอาจเกิดได้จากหลายสาเหตุ เช่น การเจริญเติบโตที่ไม่เต็มที่ของร่างกาย ระดับการศึกษา การดำรงชีวิต และสภาพแวดล้อม หรือแม้กระทั่งการขาดการดูแลสุขภาพในระหว่างตั้งครรภ์ เนื่องจากบางรายไม่รู้ว่าตัวเองตั้งครรภ์ (สำนักอนามัยเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2556) นอกจากนี้ยังส่งผลให้เกิดการทำแท้งที่ไม่ปลอดภัย ข้อมูลจากการศึกษาสถานการณ์การแท้งในประเทศไทย พ.ศ. 2558 พบว่า ประมาณร้อยละ 25 ของผู้ป่วยทำแท้งที่มีภาวะแทรกซ้อน เช่น การตกเลือด การติดเชื้อ เป็นต้น เป็นวัยรุ่นที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปี นอกจากนี้ยังส่งผลต่อการคลอดและระยะหลังคลอดได้ เพราะพัฒนาการของกระดูกเชิงกรานที่ไม่สมบูรณ์ ทำให้อุ้งเชิงกรานแคบ ส่งผลให้เกิดการคลอดติดขัด คลอดยากได้มากกว่าสตรีที่อายุมากกว่า และมักมีปัญหามารดาชืดหลังคลอดด้วย (สำนักอนามัยเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2555)

(2) ปัญหาสุขภาพด้านจิตใจ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มักมีปัญหาทางอารมณ์และจิตใจ เนื่องจากไม่พร้อมที่จะรับปัญหาจากการตั้งครรภ์ไม่พร้อม รวมถึงปัญหาอื่น ๆ เช่น การเรียนหนังสือ การปรับตัวในสังคม ผลดังกล่าวอาจทำให้เกิดภาวะเครียด เกิดความรู้สึกอาย หวาดระแวง เนื่องจากต้องปกปิด เกิดตราบาปฝังลึกในจิตใจ โดยเฉพาะในรายที่การตั้งครรภ์เกิดจากการกระทำผิดทางเพศ ซึ่งพบมากถึงร้อยละ 10 (บุษกร สีหรัตน์ประทุม, 2555) บางรายไม่สามารถปรับตัวได้ มีพฤติกรรมทำร้ายตนเอง และมีภาวะซึมเศร้าหลังคลอด (Postpartum Blue) เป็นต้น

2) ผลกระทบต่อทารก ทารกที่เกิดจากมารดาอายุน้อย จะเพิ่มอัตราการตายของทารกปริกำเนิด จากภาวะแทรกซ้อนของมารดาในระยะตั้งครรภ์ เช่น ภาวะโลหิตจาง ครรภ์เป็นพิษ เป็นต้น และยังทำให้เกิดการคลอดก่อนกำหนด และทารกมีน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม (Thaithae and thato, 2011) จากการศึกษาพบว่า ทารกที่เกิดจากมารดาวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ เกิดภาวะคลอดก่อนกำหนดมากกว่ามารดาวัยผู้ใหญ่ และมีค่าเฉลี่ยน้ำหนักแรกเกิดต่ำกว่า 2,500 กรัม (Thaithae & Thato, 2011; Raj et al., 2010) นำไปสู่ความพิการแต่กำเนิด พัฒนาการทางสมองหยุดชะงักและเสี่ยงต่อพัฒนาการล่าช้าและขาดสารอาหาร (Raj et al., 2010) นอกจากนี้ยังพบว่า การเสียชีวิตของทารกในครรภ์ที่เกิดจากมารดาวัยรุ่นมีจำนวนมากกว่ามารดาที่มีอายุ 20-29 ปี ถึงร้อยละ 50 (WHO, 2016)

3) *ผลกระทบต่อครอบครัว* เมื่อวัยรุ่นตั้งครรรค์จะส่งผลกระทบต่อชีวิต ครอบครัว และการประกอบอาชีพ กล่าวคือ วัยรุ่นส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับครอบครัวของบิดามารดาตนเองหรือฝ่ายสามี เนื่องจากยังไม่มีรายได้หรือรายได้น้อย เมื่อเกิดการตั้งครรรค์ผู้ที่คอยช่วยเหลือ คือ ครอบครัว จึงทำให้เกิดภาวะเครียดในครอบครัว กรณีพ่อแม่ไม่ช่วยเหลือหรือฝ่ายชายทอดทิ้ง ก็จะมีภาวะเครียด เกิดการทะเลาะและใช้ความรุนแรง นอกจากนี้ครอบครัวยังต้องเผชิญกับความผิดหวัง อับอาย เสียใจ อีกทั้งความผิดหวังจากความคาดหวังให้วัยรุ่นได้ศึกษาเล่าเรียน เพื่อที่จะมีโอกาสทำงานที่มีรายได้ดี พึ่งพาตนเองได้ กลับต้องกลายเป็นภาระเพิ่มมากขึ้น (ฤดี ปุงบางกระตี และเอมพร รตินธร, 2557) และยังส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวอีกด้วย เนื่องจากความไม่พร้อมของการแสดงบทบาทการเป็นภรรยาหรือมารดาของวัยรุ่น นำไปสู่การทะเลาะเบาะแว้ง และถูกทอดทิ้งได้ (Raj et al., 2010; สุกัญญา ปวงนิยม และวันเพ็ญ แก้วปาน, 2561)

4) *ผลกระทบทางสังคม* ปัญหาจากการตั้งครรรค์ไม่พร้อมในวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อสังคมในวงกว้าง ได้แก่ ปัญหาการทำแท้ง วัยรุ่นที่ตั้งครรรค์โดยไม่ตั้งใจ มักแก้ปัญหาด้วยการทำแท้ง พบถึงร้อยละ 40.3 โดยร้อยละ 36.1 เป็นนักเรียน นักศึกษา ร้อยละ 30 เป็นหญิงตั้งครรรค์วัยรุ่น (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กระทรวงสาธารณสุข, 2559) ยังส่งผลต่อการขาดโอกาสทางการศึกษา หน้าที่การงาน รวมทั้งรายได้ในอนาคต จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2556 พบว่า ร้อยละ 32 ของวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี ต้องออกจากการศึกษา บางรายไม่มีโอกาสที่จะเรียนต่ออีก สูญเสียโอกาสทางการศึกษารวมถึงอนาคตด้วย (ลำเจียก กำธร และจิณัฐตา ศุภศรี, 2556) นอกจากนี้ความไม่พร้อมในการเลี้ยงดูบุตรของมารดาวัยรุ่น ยังทำให้เด็กจำนวนหนึ่งถูกทอดทิ้ง ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของเด็กไทยในอนาคต

5) *ผลกระทบทางเศรษฐกิจ* การตั้งครรรค์ในวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจ เนื่องจากสูญเสียโอกาสในการสร้างรายได้ การว่างงาน และความสามารถในการจ่ายภาษีลดลงตลอดช่วงชีวิต (บุญฤทธิ์ สุขรัตน์, กิตติพงษ์ แซ่เจ็ง, และประกายดาว พรหมพัฒน์, 2557; ยุพเยาว์ วิศพรณ์ และสมจิต ยาใจ, 2559) รวมทั้งรัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายในการให้บริการด้านสาธารณสุขทั้งจากภาวะแทรกซ้อนของมารดาวัยรุ่น และทารก แม้ว่าจะยังไม่มีการศึกษาเรื่องต้นทุนในการให้บริการแก่สตรีตั้งครรรค์วัยรุ่น ในประเทศไทยแต่สามารถเทียบเคียงจากการศึกษาในประเทศอเมริกาที่มีอัตราการตั้งครรรค์วัยรุ่นสูงมาก พบว่า ในปี 2008 การตั้งครรรค์และการคลอดในวัยรุ่นเป็นต้นทุนค่าใช้จ่าย ราว 11 พันล้านเหรียญต่อปี (มนันญา ภูแก้ว, 2559)

กล่าวโดยสรุป การตั้งครรรค์ในวัยรุ่นมีสาเหตุและปัจจัยส่งเสริม ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ สังคม ครอบครัว กลุ่มเพื่อน การศึกษาและการขาดความรู้เรื่องเพศศึกษา สังคม และวัฒนธรรม การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว การคบเพื่อน สภาพสังคม สื่อและสภาพแวดล้อมในชุมชน และปัจจัยด้านตัววัยรุ่น เช่น การขาดสำนึก หรือการไม่เห็นคุณค่าของตน ซึ่งส่งผลกระทบต่อ

ต่อตัวมารดาวัยรุ่น ทารก เศรษฐกิจของครอบครัว สังคมและประเทศชาติ ผลกระทบที่เกิดขึ้น จึงเป็น ความสูญเสียทั้งทุนมนุษย์ และทุนทางสังคมที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมของประชาชนในประเทศ จึงควรมีแนวทางในการป้องกันและแก้ไข้ปัญหาเพื่อลดผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

#### 1.4 แนวทางการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมีความสำคัญ ในการลดปัญหาและผลกระทบที่เกิดขึ้น พระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไข้ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 ได้กำหนดแนวทางการ ป้องกันและแก้ไข้ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นโดยบูรณาการการดำเนินงานร่วมกัน ระหว่างหน่วยงานที่ เกี่ยวข้อง ได้แก่ สถานศึกษา องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ครอบครัว ชุมชน และสถานบริการสาธารณสุข โดยมีเป้าหมาย 3 ประการ คือ ชะลอการมีเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย และการตั้งครรภ์ที่ พร้อม ซึ่งกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้จัดทำแนวทางในการป้องกันและแก้ไข้ปัญหาการตั้งครรภ์ ในวัยรุ่น แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

**1.4.1 ระดับปฐมภูมิหรือก่อนเกิดปัญหา (Primary prevention)** เป็นการส่งเสริม สุขภาพและป้องกันก่อนเกิดปัญหาการตั้งครรภ์ ได้แก่ การส่งเสริมการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีใน ครอบครัวให้ครอบครัวอบอุ่น และพ่อแม่เป็นที่ปรึกษาของลูกในทุกเรื่องได้ การเฝ้าระวังการมีพฤติกรรม เสี่ยงในโรงเรียนและในชุมชน เช่น พฤติกรรมหนีเรียน ดื่มสุรา มีแฟน เทียวเตร่ สถานบันเทิง กลับบ้าน ค่า เป็นต้น การเฝ้าระวังไม่ให้มีแหล่งมั่วสุมของวัยรุ่นในชุมชน เช่น ร้านเกมอินเทอร์เน็ต การรณรงค์ ประชาสัมพันธ์สร้างความรู้ความเข้าใจ และสร้างความตระหนักถึงผลกระทบต่อการเสียนาคตจาก การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การจัดอบรมเรื่องเพศศึกษา และพัฒนาทักษะชีวิต เปลี่ยนพลังของวัยรุ่นให้หัน ไปทำกิจกรรมสร้างสรรค์เป็นประโยชน์ ต่อตนเองและสังคม ปลูกฝังทัศนคติที่ถูกต้องในเรื่องความ เป็นหญิงชาย โดยเนื้อหาสอดคล้องกับพัฒนาการตามวัย

**1.4.2 ระดับทุติยภูมิหรือการป้องกันขณะเกิดปัญหา (Secondary prevention)** เป็นการวินิจฉัยและค้นหาผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยงหรือมีปัญหาตั้งแต่แรกเริ่ม เพื่อป้องกันมิให้ปัญหาทวีความ รุนแรงมากขึ้น ได้แก่ การจัดตั้งเครือข่ายคลินิกวัยรุ่นในโรงเรียน และในโรงพยาบาลเพื่อให้คำปรึกษา ในรายที่มีพฤติกรรมเสี่ยงแล้ว เช่น ผู้ที่มีประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น ซึ่งมีหลายช่องทาง เช่น เว็บไซต์ สายด่วนฮอทไลน์ มุมเพื่อนใจวัยรุ่น เป็นต้น และส่งต่อเพื่อเข้าถึงการคุมกำเนิด หรือกลุ่มที่ กำลังประสบปัญหา เช่น กำลังเริ่มตั้งครรภ์ ต้องส่งต่อไปยังสถานบริการสุขภาพเพื่อการจัดการที่เหมาะสม เช่น ยุติการตั้งครรภ์หรือการฝากครรภ์และตั้งครรภ์ต่อ

**1.4.3 ระดับตติยภูมิหรือการป้องกันภายหลังเกิดปัญหาขึ้นแล้ว** เพื่อฟื้นฟูผู้ประสบ ปัญหาแล้วให้กลับมาใช้ชีวิตในสังคมได้ ในรายที่ตัดสินใจตั้งครรภ์ต่อจนคลอด ต้องได้รับการดูแลด้าน สวัสดิการเพื่อให้สามารถเลี้ยงดูบุตร หรือยกเป็นบุตรบุญธรรมให้ผู้พร้อมดูแล รวมถึงการฝึกฝน อาชีพ การสนับสนุนให้เรียนหนังสือต่อ และป้องกันการตั้งครรภ์ซ้ำ

หลายการศึกษาได้เสนอแนวทางในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น แบ่งออกเป็นวัยรุ่นทั่วไปที่ไม่มีเพศสัมพันธ์ และวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์แล้ว ดังนี้ (บุญยิ่ง มานะบริบูรณ์, 2559; สุภิญญา อินอิ้ว, 2559)

### 1. การป้องกันในวัยรุ่นทั่วไปที่ยังไม่มีเพศสัมพันธ์ ได้แก่

1.1 ประเมินพฤติกรรมเสี่ยงเรื่องเพศของวัยรุ่นทุกราย โดยใช้ HEADSSS assessment โดยคำนึงถึงการรักษาข้อมูลส่วนตัว และประโยชน์ของวัยรุ่นเป็นสิ่งสำคัญ

1.2 ให้คำแนะนำเมื่อพบพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำมาซึ่งปัญหา โดยพยายามชวนวัยรุ่นให้คำนึงถึงผลด้านบวกและด้านลบที่อาจเกิดตามมา หรือคิดถึงข้อดีและข้อเสียของการกระทำนั้น เพื่อให้ตระหนักถึงผลที่อาจเกิดขึ้น และอาจเลือกที่จะ ลด ละ หรือเลิกพฤติกรรมเสี่ยงดังกล่าว

1.3 ให้ความรู้เรื่องเพศศึกษา การคุมกำเนิด และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมให้วัยรุ่นเลี่ยงหรือชะลอการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร (abstinence promotion)

1.4 ให้การดูแลวัยรุ่นและครอบครัวอย่างต่อเนื่องแบบองค์รวม (Continuity of care and holistic approach) แนะนำเรื่องการดูแลที่เหมาะสมตามวัย การแสดงความรักความผูกพันในครอบครัว ปลูกฝังค่านิยมที่ดี กำหนดกฎกติกาภายในบ้านที่เหมาะสม และให้คำแนะนำแก่วัยรุ่น และผู้ปกครองเพิ่มเติมในเรื่องของการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ ส่งเสริมให้วัยรุ่นกล้าแสดงออก ทำอะไรด้วยตัวเอง (independent) มีความเป็นตัวของตัวเอง (identity) ส่งเสริมการเรียนและวางแผนในอนาคตที่เหมาะสม (realistic vocational goal) เป็นต้น

1.5 ส่งเสริมและป้องกันสุขภาพ (preventive and health promotion) แก่วัยรุ่นทั้งในโรงเรียนและชุมชน โดยเป็นที่ปรึกษาให้แก่ครูหรือคนในชุมชนในเรื่องที่เกี่ยวกับปัญหาวัยรุ่น

2. การป้องกันในวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์แล้ว ควรให้ความสำคัญเพิ่มเติมในเรื่องของการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ ดังนี้

2.1 ประเมินพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โดยซักประวัติให้ละเอียดในเรื่องของการมีเพศสัมพันธ์ เพื่อประเมินความเสี่ยงของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และ HIV เช่น ลักษณะหรือชนิดของการร่วมเพศ จำนวนคู่นอนที่ผ่านมา การใช้ถุงยางอนามัย อุปสรรคในการใช้ถุงยางอนามัย และการคุมกำเนิด รวมถึงค่านิยมเรื่องเพศ เป็นต้น

2.2 แนะนำให้ตรวจเลือดหาเชื้อ HIV โดยปัจจุบันวัยรุ่นสามารถตัดสินใจตรวจได้เองโดยไม่จำเป็นต้องได้รับการยินยอมจากผู้ปกครอง ตามแนวปฏิบัติการตรวจเชื้อ HIV ของแพทยสภา

2.3 ให้ความรู้และสนับสนุนการใช้ยาคุมกำเนิดระยะยาว (long acting reversible conception) ได้แก่ ยาฝังคุมกำเนิด (Hormone implant) ห่วงคุมกำเนิด ตลอดจนสนับสนุนการใช้ barrier method เพื่อป้องกันการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์โดยเฉพาะเชื้อ HIV เช่น ถุงยางอนามัย เป็นต้น

2.4 หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ขณะนี้มีเพศสัมพันธ์ เช่น การดื่มของมึนเมา ใช้สารเสพติดก่อนมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

2.5 ให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาสามารถชะลอการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นได้ ในขณะที่การให้ความรู้เรื่องการป้องกันโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภในวัยรุ่น สามารถลดอุบัติการณ์ของการตั้งครรภในวัยรุ่นได้

2.6 การพัฒนาเยาวชนในเชิงบวก (positive youth development) เป็นแนวทางที่ได้รับความนิยม และประสบความสำเร็จ ได้แก่ การสร้างทัศนคติ และปลูกฝังในเชิงบวกแก่วัยรุ่น โดยเชื่อมโยงระหว่างตัววัยรุ่น กับการสร้างสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวและกับผู้นรอบข้าง มีความสามารถในการควบคุมตนเอง คติวิเคราะห์และสามารถแก้ไขปัญหาได้ มีการแสดงออกอย่างมีวุฒิภาวะ โดยมีลักษณะที่บ่งบอกถึงความเชื่อมั่นในพลังตัวตนต่อบรรทัดฐานทางสังคม ก่อให้เกิดความมั่นใจในการสร้างคุณค่าแก่ตนเอง ส่งผลให้ลดพฤติกรรมเสี่ยงในด้านต่าง ๆ ได้

2.7 ให้การดูแลและแนะนำการแก้ไขปัญหาทางด้านสุขภาพ เช่น ตกขาวผิดปกติ การใช้ฮอร์โมนเพศชายในวัยรุ่นชาย เป็นต้น

2.8 ให้การดูแลช่วยเหลือและเป็นที่ปรึกษาในเรื่องปัญหาทางอารมณ์และจิตใจ เนื่องจากบางรายอาจถูกเพื่อนหรือชุมชนตีตราในบางรายที่อาจจะเคยมีครรภ์หรือเคยตั้งครรภมาก่อน ทำให้เกิดความเครียดสะสม และตามมาด้วยปัญหาทางจิตเวช และการใช้สารเสพติดได้

สรุป การป้องกันการตั้งครรภในวัยรุ่นจะประสบความสำเร็จจะต้องใช้การบูรณาการในการดำเนินงานร่วมกันระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ สถานศึกษา องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ครอบครัว ชุมชน และสถานบริการสาธารณสุข ทั้งการป้องกันระดับปฐมภูมิ ทูติยภูมิ และตติยภูมิ โดยใช้กลวิธีที่หลากหลาย เช่น ให้ความรู้เรื่องเพศศึกษา การดูแลวัยรุ่นและครอบครัวอย่างต่อเนื่อง แบบองค์รวม การส่งเสริมและป้องกันสุขภาพ การสนับสนุนการใช้ยาคุมกำเนิดระยะยาว การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ และการพัฒนาทักษะชีวิตและทุนชีวิต เพื่อให้มีพื้นฐานที่เข้มแข็งทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ สามารถเผชิญกับเหตุการณ์หรือปัญหาที่จะนำไปสู่การตั้งครรภไม่พร้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ



## 1.5 พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

พฤติกรรมสุขภาพเป็นการกระทำ การปฏิบัติ การแสดงออก ซึ่งก่อให้เกิดผลดีหรือผลเสียต่อสุขภาพของตนเอง พฤติกรรมสุขภาพนั้นสามารถจำแนกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ 1) การกระทำหรือการปฏิบัติของบุคคลที่มีผลดีหรือผลเสียต่อสุขภาพ (อังคินันท์ อินทรกำแหง, 2552) และ 2) การงดเว้นไม่กระทำหรือไม่ปฏิบัติของบุคคลที่มีผลดีหรือผลเสียต่อสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพมีอย่างน้อย 2 ประการ คือ 1) เป็นการกระทำของมนุษย์เพื่อส่งเสริมและป้องกันโรคในระดับที่มนุษย์ มีสุขภาพอนามัยที่ดีไม่มีอาการเจ็บป่วยได้ง่าย และ 2) เป็นการกระทำของมนุษย์ที่อยู่ในสภาวะของความเจ็บป่วยที่มุ่งค้นหาสาเหตุของการเจ็บป่วย เพื่อที่จะทำการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสุขภาพให้หายหรือบรรเทาจากการเป็นโรค (วิชพลประสิทธิ์ ก้อนแก้ว, 2557)

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการศึกษาพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น หมายถึง กิจกรรมหรือการแสดงออกที่วัยรุ่นกระทำหรือปฏิบัติ เพื่อป้องกันตนเองจากการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร มีรายละเอียดดังต่อไปนี้ (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์, 2554; ริษา บุญนาค, 2555; กิตติยา ยาโน, 2556; อนุชิต วรกา, มณีรัตน์ ชีระวิวัฒน์ และสุปรียา ต้นสกุล และนิรัตน์ อิมามี, 2558; สาลีณี แนวหล้า และปริญญา ผกานนท์, 2559)

**1.5.1 มีความรู้ความเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจเกี่ยวกับเรื่องเพศให้ดี** โดยการปรึกษาหารือผู้ใหญ่หรือครูบาอาจารย์ หรือหาหนังสือเกี่ยวกับเรื่องเพศมาอ่าน ถ้าขาดความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศที่ถูกต้อง ย่อมเป็นการเปิดช่องทางที่จะทำให้มีการประพฤติดังกล่าวได้ หากมีปัญหาหรืออุปสรรคใด ๆ เกี่ยวกับเรื่องเพศ ควรปรึกษาผู้ใหญ่ เมื่อมีความวิตกกังวลใจ หรือมีความคับข้องใจหรือมีปัญหาทางเพศใด ๆ ก็ตาม ควรระบายความในใจเหล่านั้นแก่ผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้ และเคยมีประสบการณ์มาก่อน เช่น บิดา มารดา ญาติพี่น้อง ครูอาจารย์ เป็นต้น

**1.5.2 ปิดโอกาสต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ** ได้แก่ การไม่เที่ยวเตร่ตามสถานเริงรมย์ต่าง ๆ ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ไม่คบหาบุคคลแปลกหน้า การไม่เดินในที่เปลี่ยวและมีอันตราย การหลีกเลี่ยงการดูสื่อลามกทางเพศ เช่น ทีวีโอแป้ ไม่ควรเลียนแบบภาพยนตร์รักโรแมนติก หนังสือโป๊ การ์ตูนลามก หรืออ่านนวนิยายรักที่กระตุ้นความรู้สึกทางเพศมากเกินไป ทางสื่อวิทยุ โทรทัศน์ สื่อสิ่งพิมพ์ อินเทอร์เน็ต การเลือกคบเพื่อนที่ดี เป็นต้น

**1.5.3 หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงของตนเอง หรือห่างจากสิ่งเร้าทางเพศ** ได้แก่ การแต่งกายรัดรูป โป๊ นุ่งสั้นเกินไป ใส่เสื้อสายเดี่ยว เป็นการกระตุ้นให้เกิดอารมณ์ทางเพศ หลีกเลี่ยงการอยู่ร่วมกันตามลำพังสองต่อสองกับเพื่อนชายในบ้าน ห้องเรียน บ้านเพื่อน ในที่ ๆ ลับหูลับตาคน เช่น ดิวหนังสือด้วยกัน ไปเที่ยวกัน ดูวิดีโอด้วยกัน และการอยู่สองต่อสอง หลีกเลี่ยงการสัมผัสเนื้อตัวหรือนั่งใกล้กับเพศตรงข้าม เช่น การจับมือถือแขน ลูกคลา การกอด การจูบ เล้าโลม

**1.5.4 มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการคุมกำเนิด** เช่น ถุงยางอนามัย ยาฝังคุมกำเนิด ยาเม็ดคุมกำเนิด ยาฉีดคุมกำเนิด เป็นต้น การเลือกวิธีใดนั้นขึ้นอยู่กับความเหมาะสมและความสะดวกของแต่ละคน เพื่อช่วยให้วัยรุ่นตัดสินใจเลือกวิธีการคุมกำเนิดที่เหมาะสมกับตนเองและมีประสิทธิภาพสูงสุด (สมศักดิ์ สุทัศน์วรรุฒิ และคณะ, 2558)

**1.5.5 มีทักษะและสามารถเลือกวิธีการคุมกำเนิดที่ถูกต้อง** จากหลายการศึกษาที่ผ่านมา พบว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น คือ การไม่มีความรู้ในการคุมกำเนิดที่เพียงพอและการใช้วิธีการคุมกำเนิดไม่ถูกวิธี (Maravilla et al., 2017; อังสนา วิศรุตเกษมพงศ์ และสมจิตร เมืองพิล, 2558; เกตย์สิริ ศรีวิไล, 2559) ดังนั้นวัยรุ่นที่ได้รับความรู้ในการคุมกำเนิดและได้รับการสาธิตวิธีการใช้การคุมกำเนิดชนิดต่างๆ อย่างถูกต้องจะช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ได้

**1.5.6 ผ่อนคลายความต้องการทางเพศ** หันเหความสนใจไปสู่กิจกรรมอื่น ๆ เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย ทำกิจกรรมสันทนาการ เป็นต้น หรือฝึกข่มใจ ลองอยู่หนึ่ง ๆ สักพัก เดี่ยวมันก็หายเอง

**1.5.7 มีทักษะชีวิตด้านต่าง ๆ** เพื่อสามารถใช้เผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม เช่น ทักษะการปฏิเสธ เมื่อเพื่อนชายขอมิเพศสัมพันธ์ด้วย ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นต้น

**1.5.8 มีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครอบครัว หรือพลังครอบครัว** ซึ่งเป็นหนึ่งพลังชีวิตซึ่งเป็นเครื่องป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่สำคัญอย่างหนึ่งของวัยรุ่น ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคลในครอบครัวจะสร้างความรัก ความผูกพัน ความเข้าใจ ซึ่งเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับวัยรุ่นให้มีพลังชีวิต ตลอดจนการยึดมั่นเรื่องการรักษาเวลสงวนตัวก่อนถึงการแต่งงาน ก็จะช่วยลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ นำไปสู่การลดปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ (อารยา เชียงของ, 2560)

**1.5.9 มีกิจกรรมทางเพศที่เหมาะสม** เช่น การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองโดยการใช้มือ การปฏิสัมพันธ์กันภายนอก เป็นต้น หรือการมีเพศสัมพันธ์กับคู่สมรสตนเองโดยมีการป้องกันการตั้งครรภ์ด้วยการคุมกำเนิดด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น การใช้ถุงยางอนามัย การใช้ยาเม็ดคุมกำเนิด เป็นต้น แต่ไม่ควรหมกมุ่นอยู่กับกิจกรรมทางเพศเพียงอย่างเดียว ควรหากิจกรรมที่ตนเองชื่นชอบทำ หรือทำกิจกรรมในเชิงสร้างสรรค์ร่วมกับเพื่อน

## 1.6 ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่น

วัยรุ่นจะปฏิบัติพฤติกรรมในการป้องกันการตั้งครรภ์ได้มากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง ทั้งปัจจัยด้านบุคคล กลุ่มเพื่อน ครอบครัว สิ่งแวดล้อม การรับข้อมูลข่าวสาร มีรายละเอียดดังต่อไปนี้ (เพ็ญญา ศรีหรั่ง, สุทิน ชนะบุญ และคนธ์พงษ์ คนัฐชินพงศ์, 2557; อำพรณี ศรีทอง, 2558; ภัทรพงศ์ ชูเศษ, 2559; พันธุ์ทิพย์ บุญเกื้อ, 2560; John & Stephen, 2019)

**1.6.1 ปัจจัยด้านบุคคล** ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การมีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ากับพ่อแม่ คุณครู และเพื่อน ซึ่งการมีคุณค่าที่มาจากกาได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างในเรื่องต่าง ๆ ได้รับความไว้วางใจให้ปฏิบัติกิจกรรมที่สำคัญ จะทำให้วัยรุ่นหลีกเลี่ยง และไม่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ที่จะนำไปสู่ความเสี่ยงทางเพศได้ (อารยา เชียงของ, 2560) และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมของตนเอง มีผลต่อความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมในการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่น และมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย (เพ็ญญา ศรีหรั่ง, 2557; นิธิพงศ์ ศรีเบญจมาศ และคณะ, 2559) รวมทั้ง ทักษะคิด เจตคติต่อการตั้งครรภ์ของวัยรุ่น ก็ส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมเสริมสร้างสุขภาพของวัยรุ่นอีกด้วย (เพ็ญญา ศรีหรั่ง และคณะ, 2557; นิธิพงศ์ ศรีเบญจมาศ และคณะ, 2559)

**1.6.2 ปัจจัยด้านครอบครัว** ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมเข้มงวด จะมีผลทางตรงกับพฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงทางเพศ (อารยา เชียงของ, 2560) การอบรมแบบปล่อยปละละเลย มีอิทธิพลทางลบต่อพฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงทางเพศ และการมีครอบครัวเข้มแข็ง ส่งผลให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นด้วย (เพ็ญญา ศรีหรั่ง, 2557; สุดารัตน์ บุญเทียม, 2557)

**1.6.3 การมีทัศนคติทางบวกต่อการป้องกันการตั้งครรภ์วัยรุ่น** การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเรียนยังไม่เป็นที่ยอมรับในสังคม นักเรียนที่ได้รับการส่งเสริมและปลูกฝังให้มีทัศนคติที่เหมาะสมและถูกต้อง ซึ่งทัศนคติเป็นความรู้สึกนึกคิดต่อสิ่งแวดล้อมภายนอก การแสดงพฤติกรรมและแนวคิดต่อสิ่งต่าง ๆ แสดงถึงการมีทัศนคติต่อสิ่งนั้น เมื่อนักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการมีเพศสัมพันธ์ที่เหมาะสม จะทำให้มีทักษะในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเพิ่มขึ้น และแสดงพฤติกรรมทางเพศเกี่ยวกับอารมณ์ความรู้สึกในทางบวก และปฏิบัติตนเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศได้ถูกต้องและเหมาะสม (นิธิพงศ์ ศรีเบญจมาศ และคณะ, 2559)

**1.6.4 ปัจจัยด้านเพื่อน** การสนับสนุนจากเพื่อนและการมีกิจกรรมร่วมกับกลุ่มเพื่อน วัยรุ่นจะมีความผูกพันและให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมาก ซึ่งมักมีความเห็นคล้อยตามหรือเลียนแบบกันในด้านความคิด การแต่งกายทั้งเรียบริ่อยหรือแต่งกายล่อแหลม รวมถึงการแสดงออกทั้งนี้เพื่อให้เพื่อนยอมรับเป็นสมาชิกกลุ่ม หากวัยรุ่นมีความผูกพันและให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนน้อยวัยรุ่นก็จะไม่คล้อยตามกลุ่มเพื่อน ทำให้มีพฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงทางเพศสูง วัยรุ่นในกลุ่มที่ไม่คล้อยตามเพื่อน เป็นกลุ่มที่มีพฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงทางเพศสูง อีกทั้งการคบเพื่อนที่ไม่ดี เคยถูกเพื่อนไม่ตีชกชวนให้มีเพศสัมพันธ์ การมีเพื่อนในกลุ่มหรือเพื่อนสนิทที่เคยมีเพศสัมพันธ์ มีการเคยดูภาพหรือสื่อลามกอนาจารจะไม่แสดงพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ และเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูงเช่นกัน (อำพรธณี ศรีทอง, 2558; นิธิพงศ์ ศรีเบญจมาศ และคณะ, 2559; John & Stephen, 2019)

**1.6.5 ด้านความรู้หรือการรับข้อมูลข่าวสาร** การที่วัยรุ่นได้เรียนรู้ทั้งจากครอบครัว การศึกษาทั้งในและนอกระบบการศึกษา การเรียนรู้จากสื่อออนไลน์ การอ่านหนังสือ การเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ จะช่วยให้วัยรุ่นรอบรู้ทันโลก ทันเหตุการณ์ ทันสื่อ การเลือกเสพข้อมูลที่เหมาะสม จะทำให้วัยรุ่นสามารถตอบคำถามที่ข้องใจ สงสัย เกิดความสุข ผ่อนคลายความตึงเครียด ได้ข้อคิด และยังเป็นการยกระดับจิตใจให้กับวัยรุ่นได้ ช่วยส่งเสริมให้วัยรุ่นได้เรียนรู้ มีการปฏิบัติตัวที่เหมาะสมทางเพศ มีมุมมองความเข้าใจเรื่องเพศผ่านทางสื่อได้อย่างถูกต้อง ทำให้เกิดการตระหนักรู้รับผิดชอบในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะช่วยป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของวัยรุ่น (อารยา เชียงของ, 2560; สุดารัตน์ บุญเทียม, 2557; ภัทรพงศ์ ชูเศษ, 2559)

**1.6.6 ปัจจัยด้านสังคมแวดล้อม** ถึงแม้การได้รับการเลี้ยงดูในครอบครัวจะแตกต่างกันไปตามสภาพของแต่ละครอบครัวในชุมชน แต่เนื่องจากวัยรุ่นมักเลียนแบบการกระทำของเพื่อน หรือของคนที่ตนเองชื่นชอบ ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมตามที่เรียนรู้มา จึงทำให้สังคมแวดล้อมส่งผลทำให้มีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นได้ (นิธิพงศ์ ศรีเบญจมาศ และคณะ, 2559)

สรุป พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นกิจกรรมที่วัยรุ่นกระทำหรือปฏิบัติ เพื่อป้องกันตนเองจากการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ได้แก่ การมีความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศศึกษาและวิธีการคุมกำเนิด หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงของตนเอง มีทักษะชีวิตและทุนชีวิตที่ดี มีความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว และมีกิจกรรมทางเพศที่เหมาะสม ซึ่งวัยรุ่นจะปฏิบัติกิจกรรมในการป้องกันการตั้งครรภ์ มากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการทั้งตัววัยรุ่นเอง ครอบครัว กลุ่มเพื่อน การมีความรู้และการได้รับข่าวสารต่าง ๆ ดังนั้นจึงควรส่งเสริมหรือพัฒนาให้วัยรุ่นมีความรู้ ทักษะชีวิต และทุนชีวิต เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรที่อาจเกิดขึ้นได้

## 2. แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาทุนชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

### 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับทุนชีวิต (Life Assets)

แนวคิดทุนชีวิตมาจากการนำแนวคิดทฤษฎีระบบนิเวศวิทยาเชิงสังคมที่เชื่อว่า พฤติกรรมเกิดจากบุคคลและปัจจัยสิ่งแวดล้อม เป็นความสัมพันธ์ระหว่างตัวบุคคล และสิ่งแวดล้อมที่อาศัยอยู่ โดยมองว่าบุคคลจะแสดงพฤติกรรมย่อมได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เขาอาศัยอยู่ สิ่งแวดล้อมนี้รวมถึงบ้าน โรงเรียน ชุมชน ไม่ได้เกิดจากปัจจัยส่วนบุคคลเพียงอย่างเดียวเท่านั้น แต่ยังรวมอิทธิพลที่มาจากสภาพแวดล้อมที่อยู่รอบ ๆ บุคคลด้วย ดังนั้นทุนชีวิตที่เด็กได้ รับมา จึงเป็นการหล่อหลอมมาจากปัจจัยภายใน และสิ่งแวดล้อมภายนอก ซึ่งเปรียบเสมือนทุนชีวิตภายใน และทุนชีวิตภายนอกนั่นเอง (สุริยเดว ทรีปาตี, 2552ก) ทุนชีวิตเป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงสิ่งที่ดีหรือแนวทาง

เชิงบวกที่สังคมต้องการให้เยาวชนมีหรือเป็น เพื่อช่วยให้เยาวชนเหล่านี้ เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีและมีคุณธรรม ซึ่งปัจจัยเสี่ยงไม่สามารถให้คำตอบนี้ได้ (Murphey, Lamonda, Carney & Duncan, 2004) ทุนชีวิตจึงเป็นปัจจัยป้องกันที่สำคัญ เป็นแนวคิดในการเปลี่ยนมุมมองการทำงานที่เน้นการสร้างเกราะป้องกันหรือสร้างภูมิคุ้มกันที่แข็งแรงให้กับเด็กและเยาวชนเป็นมุมมองการทำงานเชิงบวก เพื่อส่งเสริมปัจจัยสร้างหรือคุณลักษณะที่ดี เยาวชนที่มีทุนชีวิตสูงจะมีพฤติกรรมที่ดี ทุนชีวิตยิ่งมากเท่าไรยิ่งลดพฤติกรรมเสี่ยงได้มากขึ้น (สุริยเดว ทรีปาตี, 2552ก)

ทุนชีวิตมาจากคำว่า Life assets ปรับมาจากคำว่า developmental assets พัฒนาโดยนายแพทย์สุริยเดว ทรีปาตี และคณะ เดิมแปลว่า ต้นทุนชีวิต ต่อมาเปลี่ยนเป็นทุนชีวิต หมายถึง ต้นทุนขั้นพื้นฐานที่มีผลต่อการพัฒนาด้านจิตใจ สังคม สติปัญญา ให้คน ๆ หนึ่งสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ในสังคมอย่างเข้มแข็ง เป็นปัจจัยสร้างหรือปัจจัยเชิงบวกทางด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมที่จะหล่อหลอมให้เด็กเจริญเติบโตและอยู่ในสังคมได้ ทุกคนเกิดมามีทุนชีวิตระดับหนึ่ง ทั้งทุนภายใน และทุนภายนอกจะเพิ่มมากขึ้นตามการเลี้ยงดู ความรัก ความเอาใจใส่ ความเข้าใจของพ่อแม่และบุคคลรอบข้าง รวมทั้งสิ่งแวดล้อมที่ดี และความใกล้ชิดธรรมชาติ ทุนชีวิตยิ่งมากเท่าไร จะสามารถลดพฤติกรรมเสี่ยงได้มากขึ้น ทุนชีวิตมีผลต่อพฤติกรรมมากกว่าสภาพเศรษฐกิจของครอบครัว มีความเชื่อมโยงในแบบบูรณาการกับพฤติกรรมที่ดีของเยาวชน ทุนชีวิตที่อ่อนแอจะก่อให้เกิดปัญหาตามมามากมาย โดยเฉพาะในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร (สุริยเดว ทรีปาตี, 2552ก)

สำนักงานราชบัณฑิตยสภา (2556) ได้ให้ความหมายของ ทุนชีวิต (life assets) หมายถึง คุณสมบัติพื้นฐานของมนุษย์ที่มีผลต่อการพัฒนาทางด้านจิตใจ สังคม และสติปัญญา เกื้อหนุนให้เจริญเติบโตและดำรงชีพอยู่ได้อย่างเข้มแข็งและมีความสุข มนุษย์มีทุนชีวิตในระดับหนึ่งมาตั้งแต่เกิด และเพิ่มขึ้นตามวัยจากการอบรมเลี้ยงดู ความรัก ความเอาใจใส่ ความเข้าใจของพ่อแม่และบุคคลรอบข้าง รวมทั้งปฏิสัมพันธ์การเรียนรู้จากธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ทุนชีวิตเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มีพลังในการปรับตัวและเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงได้

ทุนชีวิตมีคุณสมบัติที่สำคัญหลายประการ ได้แก่ ทุนชีวิตที่มีมากขึ้นเท่าใดก็ยิ่งลดพฤติกรรมเสี่ยงได้มากขึ้น ทุนชีวิตยิ่งมากจะทำให้ประวัตรยะเวลาเกิดพฤติกรรมเสี่ยงได้นานมากขึ้น ทุนชีวิตมีผลเกี่ยวโยงกับการเกิด และลดพฤติกรรมเสี่ยง มากกว่าสภาพครอบครัวในบริบทต่าง ๆ และสถานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว และทุนชีวิตมีความเชื่อมโยงแบบบูรณาการกับพฤติกรรมที่ดีอีกหลายประการของเยาวชน ดังนั้นทุนชีวิตเป็นประโยชน์ในการเฝ้าระวังวัยรุ่นจากปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ทำให้ทราบถึงจุดอ่อนของทุนชีวิตในด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่น และเป็นตัวกำหนดทิศทางให้กับชุมชน ในการพัฒนากลุ่มเด็กและเยาวชนในท้องถิ่นตนเองด้วยพลังบวก ซึ่งจะนำไปสู่การลดพฤติกรรมเสี่ยงด้านต่าง ๆ

ประเทศไทยได้นำทุนชีวิตมาใช้และมีการพัฒนาเครื่องมือโดย นายแพทย์สุรียเดว ทรีปาตี และคณะ ผู้ทรงคุณวุฒิผู้มีประสบการณ์ด้านเด็กเยาวชนและครอบครัวร่วมกับแผนงานสุขภาพเด็กและเยาวชน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2553) แบ่งออกเป็น 2 หมวด คือ ทุนชีวิตภายใน (Internal assets) และทุนชีวิตภายนอก (External assets) ซึ่งประกอบด้วยดัชนีชี้วัด จำนวน 48 ข้อ และพลัง 5 ด้าน คือ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อน และกิจกรรม และพลังชุมชน ทำให้ทราบถึงจุดอ่อนของทุนชีวิตในด้านต่าง ๆ และสามารถเสริมสร้างทุนชีวิตนั้น ๆ ด้วยการใช้กิจกรรมที่ตรงกับการพัฒนาทุนชีวิตตามที่ต้องการได้ (สุรียเดว ทรีปาตี, 2554)

## 2.2 องค์ประกอบของทุนชีวิต

องค์ประกอบของทุนชีวิต ประกอบด้วย 5 พลัง คือ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม พลังชุมชน ซึ่งสามารถจัดหมวดหมู่ได้ 2 หมวดหลัก (สุรียเดว ทรีปาตี, 2559) ได้แก่ หมวดทุนชีวิตภายใน (internal assets) และหมวดทุนชีวิตภายนอก (external assets) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### 2.2.1 หมวดทุนชีวิตภายใน (internal assets) ได้แก่

พลังตัวตน หมายถึง เป็นต้นทุนพื้นฐานที่มีมาตั้งแต่เกิด เป็นการรวมพลังคุณค่าในตนเอง พลังศรัทธา และความเชื่อมั่นในตนเอง และพลังสร้างทักษะชีวิต อันได้แก่ การอยู่ในสังคมอย่างสันติสุข การช่วยเหลือผู้อื่น รักความยุติธรรม ไม่แบ่งแยกชนชั้น ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ การมีวินัยในตนเองที่จะไม่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยง และการควบคุมอารมณ์ที่เหมาะสม

### 2.2.2 หมวดทุนชีวิตภายนอก (external assets) ได้แก่

1) พลังครอบครัว เป็นพลังความรัก ความอบอุ่น ความเอาใจใส่ ความปลอดภัยภายในบ้านรวมทั้งการปลูกฝังวินัย เป็นแบบอย่างที่ดีในการใช้ชีวิต มีปียวาจาในบ้าน มีการติดตามและการให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสมเชิงบวก

2) พลังสร้างปัญญา เป็นพลังความมุ่งมั่นในการเพิ่มพลังปัญญา การได้รับการสนับสนุน และส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ทั้งในและนอกระบบการศึกษา รวมทั้งภูมิปัญญาท้องถิ่น

3) พลังเพื่อนและกิจกรรม เป็นพลังการทำกิจกรรมในกลุ่มเพื่อนที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมชุมชน เกิดวินัยในหมู่เพื่อน เช่น กิจกรรมการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา นันทนาการนอกหลักสูตร เป็นต้น

4) พลังชุมชน เป็นพลังของกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ร่วมกันด้วยความเอื้ออาทร มีความเข้าใจเป็นมิตรไมตรี มีวินัยและเป็นแบบอย่างที่ดี มีปียวาจา มีจิตอาสา มีความอบอุ่น ปลอดภัยภายในชุมชน และมีกิจกรรมร่วมกันในชุมชน

## 2.3 ทุนชีวิตกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นส่วนใหญ่เกิดขึ้นในขณะที่ร่างกายและจิตใจยังไม่มีความพร้อม จึงทำให้มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนทั้งตัวมารดาวัยรุ่น และทารก ซึ่งสาเหตุและปัจจัยที่สัมพันธ์กับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมีหลายปัจจัย ทั้งการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ สังคม การไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ขาดสำนึก ขาดการนับถือตนเอง ด้านครอบครัว ได้แก่ การเลี้ยงดู การไม่ได้รับการสนับสนุนความช่วยเหลือจากครอบครัว ด้านกลุ่มเพื่อน ด้านการขาดความรู้เรื่องเพศศึกษา การขาดความรู้ที่ถูกต้องและขาดความตระหนักในการคุมกำเนิด รวมทั้ง ด้านสังคมแวดล้อม โดยทุนชีวิตกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น มีความสัมพันธ์กันและสามารถแบ่งตามประเด็นของทุนชีวิตได้ ดังนี้

**2.3.1 พลังตัวตนเป็นต้นทุนพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยส่วนบุคคล** การรวมพลังความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความมั่นใจ การแสดงออก พลังสร้างทักษะชีวิต ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ การมีวินัยในตนเอง ที่จะไม่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งคนเรามีต้นทุนด้านพลังตัวตนนี้ติดตัวมาตั้งแต่แรกเกิด เป็นต้นทุนพื้นฐานที่ทำให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ ส่วนที่เหลือจะมาจากการหล่อหลอมของครอบครัวและสถาบันการศึกษา พลังตัวตนจึงไม่ได้เกิดขึ้นเองตั้งแต่แรกเกิดทั้งหมด แต่เป็นต้นทุนที่ต้องสร้างเสริมขึ้นมาในภายหลัง พลังตัวตนจึงเป็นพลังที่มีความสำคัญมากสำหรับคนทุกวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งช่วงชีวิตวัยรุ่น พลังตัวตนถือเป็นแกนสำคัญที่มีความหมายมาก โดยเฉพาะการรู้สึกถึงคุณค่าในตัวเอง กรณีที่พลังอื่น ๆ อ่อนแอ ซึ่งถ้าเด็กยังรู้สึกว่าคุณค่าก็จะดำเนินชีวิตต่อไปได้ ไม่คิดสั้น ไม่คิดฆ่าตัวตาย แต่ถ้าทุกพลังอ่อนแอ แล้วกระทบมาถึงคุณค่าในตัวเอง คนคนนั้นก็ จะไม่สามารถใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ธันวรุจน์ บุรณสุขสกุล (2558) ที่ พบว่า พลังภายในตัวบุคคลหรือพลังตัวตน เป็นการรวมพลังคุณค่าในตัวเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง ความรับผิดชอบ การมีวินัยในตนเองที่จะไม่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยง รวมถึงทัศนคติของวัยรุ่นในการรับรู้เกี่ยวกับการก้ำกัฏเสธ วัยรุ่นที่มีทุนชีวิตที่ดีมีความรู้สึกทางลบกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ( $r = 0.56$ ) นักเรียนที่มีพหุพฤติกรรมเสี่ยง คือ มีพฤติกรรมสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีทุนชีวิตด้านพลังตัวตนต่ำว่านักเรียนที่ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมีความสัมพันธ์กับทัศนคติทางเพศและทุนชีวิต ( $r = 0.52$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ พันธุ์ทิพย์ บุญเกื้อ (2560) ที่ พบว่า องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ประการหนึ่ง คือ ทัศนคติ และค่านิยมวัยรุ่น การถูกเนื้อต้องตัวและการมีแผนเป็นเรื่องธรรมดา ค่านิยมการรักนวลสงวนตัวเป็นเรื่องโบราณรวมทั้งการมีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การอยู่กันสองต่อสองในที่ลับตาคน การแต่งกายล่อแหลม

**2.3.2 พลังครอบครัว** เป็นพลังความรัก ความอบอุ่น ความเอาใจใส่ มีปียวาจาในบ้าน การปลูกฝังวินัย การเป็นแบบอย่างที่ดีในการใช้ชีวิต การให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสมเชิงบวก ซึ่งเป็นพลังที่มีอิทธิพลต่อเด็กมากที่สุด เด็กยิ่งเล็กเท่าไร พลังครอบครัวก็จะยิ่งมีความหมายมากเท่านั้น และครอบครัวจะช่วยสร้างพลังตัวตนให้เด็กในภายหลังด้วย พลังครอบครัวจะเป็นเหมือน

ภูมิคุ้มกันชีวิต เพราะเมื่อไหร่ที่คนคนนั้นตกอยู่ในพฤติกรรมเสี่ยง ถ้ามีพลังครอบครัวที่เข้มแข็ง ก็อาจจะช่วยดูแลกันได้ ทำให้ไม่ออกนอกกลุ่มนอกทางมากเกินไป หรือถึงจะเฉไ่ยไปบ้างก็ไม่รุนแรง ตัวชีวิตที่มีความหมายของพลังครอบครัว คือ สัมพันธภาพที่ดีภายใต้ความรักและความอบอุ่น เพราะพบว่า ถ้าเด็กขาดความรักความอบอุ่นจากครอบครัว ก็อาจจะไปหาข้างนอก ซึ่งอาจได้รับความรักปลอม ๆ ที่เป็นอันตราย ในความเป็นจริงพ่อแม่ได้ให้ความรักแก่เด็กตามความเข้าใจของตนเอง แต่เด็กไม่อาจรับรู้ได้ หรืออาจเป็นเพราะพ่อแม่ไม่เคยรับฟังเด็กจริง ๆ ว่าเด็กต้องการอะไร สอดคล้องกับการศึกษาของ เพ็ญญา ศรีหรั่ง (2557) พบว่า ปัจจัยที่กำหนดความตั้งใจในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์และมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ได้แก่ การได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนและบุคคลใกล้ชิด มีผลต่อความตั้งใจในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ และมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย สอดคล้องกับการศึกษาของ ธันวรุจน์ บูรณสุขสกุล (2558) พบว่า วัยรุ่นที่มีพ่อแม่ที่มีสถานภาพสมรสคู่และพักอาศัยอยู่ในครอบครัวเดียวกัน จะมีทุนชีวิตผ่านเกณฑ์สูงกว่าครอบครัวที่หย่าร้าง วัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กันต่ำจะมีสัดส่วนอยู่ในกลุ่มที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูง และจากการศึกษาของ Alexandra และคณะ (2004) พบว่า วัยรุ่นที่อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ยอมรับการมีเพศสัมพันธ์มีความเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์สูง แต่การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว เป็นปัจจัยปกป้องจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ พันธุ์ทิพย์ บุญเกื้อ (2560) ที่พบว่า องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ประการหนึ่งคือ ขาดความรักและความอบอุ่น สภาพการเลี้ยงดูจากครอบครัว ผู้ปกครองไม่มีเวลา ดูแลปล่อยปละละเลย ให้อิสระมากเกินไป

**2.3.3 พลังสร้างปัญญา** เป็นพลังความมุ่งมั่นในการเพิ่มพลังปัญญา การได้รับการสนับสนุน และส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ทั้งในและนอกระบบการศึกษา รวมทั้งภูมิปัญญาท้องถิ่น พลังสร้างปัญญาจึงก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่เท่าทันในสิ่งต่าง ๆ ทันโลก ทันคน ทันสถานการณ์ ทำให้มีพฤติกรรมหรือการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมต่อไป จากการศึกษาทุนชีวิตของ สุริยเดว ทรีปาตี (2554) พบว่า พลังปัญญาของเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่อยู่นอกสถานพินิจแรกรับในเยาวชนไทยต่ำกว่าเยาวชนทั่วไปทุกข้อ โดยมีเปอร์เซ็นต์ความแตกต่างมากที่สุดในหัวข้อ “ฉันอยู่ในสถาบันศึกษาที่เอาใจใส่สนับสนุนและช่วยเหลือผู้เรียนได้ดี” นอกจากนี้การศึกษาของ วัชรภรณ์ บัตรเจริญ (2554) ยังพบว่า ผลการเรียนรู้มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ( $r = -.20, p = .01$ ) พลังสร้างปัญญาจะมีความสำคัญมากในช่วงวัยเรียน เป็นช่วงที่ ๒ ของชีวิตต่อจากพ่อแม่และครอบครัว ซึ่งครูจะมีบทบาทสำคัญมาก บางครั้งอาจมากกว่าพ่อแม่ด้วยซ้ำ เพราะฉะนั้น ในช่วงวัยเรียน พ่อแม่กับครูจึงเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลต่อเด็กแบบตึกคู่กันมา ซึ่งพลังปัญญานี้ก็จะช่วยหล่อหลอมให้เกิดพลังตัวตนได้ด้วย พลังการสร้างปัญญาในสังคมไทยจะมีเฉพาะการเรียนรู้ในระบบ ขณะที่การเรียนรู้นอกระบบ และการสืบต่อภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ดั้งเดิม ยังไม่ค่อยเข้มแข็ง เพราะกิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ในเรื่องดังกล่าวยังมีน้อยมาก ส่วนใหญ่ต้องชวนขยายเรียนรู้กันเองในบางชุมชน สอดคล้องกับการศึกษาของ



กุกุมา มีคิลป์ (2561) ที่พบว่า ความรู้เรื่องการตั้งครรภ์ ความรู้เรื่องเพศวิถี มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในสถานศึกษา ภัทรพงศ์ ชูเศษ (2559) ที่พบว่า ความรู้การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเป็นปัจจัย ที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยความรู้การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น มีอัตราเสี่ยงสูงสุด 1.25 เท่า (95%CI = 1.08-1.45) รองลงมา พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีอัตราเสี่ยง 1.08 เท่า (95%CI = 1.03-1.13) สอดคล้องกับการศึกษาของ พันธุ์ทิพย์ บุญเกื้อ (2560) ที่พบว่า องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ ไม่เพียงประสงค์ประการหนึ่งคือ ขาดความรู้และความตระหนักในเรื่องเพศศึกษาและการคุมกำเนิด

**2.3.4 พลังเพื่อนและกิจกรรม** เป็นพลังการทำกิจกรรมในกลุ่มเพื่อนที่เป็นประโยชน์ ต่อสังคมชุมชน เกิดวินัยในหมู่เพื่อน เช่น กิจกรรมการออกกำลังกาย การเล่นเกม นันทนาการนอก หลักสูตร พลังนี้มีรูปแบบกิจกรรมที่หลากหลาย ทั้งศิลปะ ดนตรี กีฬา ศาสนา เป็นต้น วัยรุ่นเป็นวัยที่ ให้ความสำคัญกับเรื่องเพื่อนและกิจกรรมเป็นหลัก วัยรุ่นจึงชอบทำกิจกรรมเป็นกลุ่มกับเพื่อน เช่น เล่นกีฬาว่ายน้ำ เป็นต้น อิทธิพลของเพื่อนจึงมีผลต่อพฤติกรรมต่าง ๆ ของวัยรุ่น ถ้าวัยรุ่นมีเพื่อนและมีกิจกรรมไปในทางที่ดี ก็จะมีผลต่อการสร้างเสริมทุนชีวิตที่ดี แต่ถ้ามีเพื่อนในกลุ่มเสี่ยงที่ชักนำกันไปทำ กิจกรรมที่ไม่ดี ก็จะมีผลให้เกิดปัญหาในการดำเนินชีวิตตามมา จากการศึกษาของ รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ (2555) พบว่า นักเรียนที่มีพลังเพื่อนที่อ่อนแอมมีโอกาสเสี่ยงที่จะมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (OR = 2.48, 95%CI = 0.98-3.98) สูงถึงสองเท่าของนักเรียนที่มีพลังเพื่อนที่เข้มแข็ง และการศึกษาของ Alexandra et al. (2004) ที่พบว่า วัยรุ่นที่อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ให้ความสำคัญกับการมีเพื่อนต่างเพศ การถือว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องที่ยอมรับกันได้ และมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจในสัมพันธภาพ เป็นปัจจัยชักนำให้ วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ ซึ่งจะนำไปสู่การตั้งครรภ์ได้ ดังการศึกษาของกุกุมา มีคิลป์ (2561) ที่พบว่า อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนต่อพฤติกรรมทางเพศมี ความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันการ ตั้งครรภ์ของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในสถานศึกษา สอดคล้องกับการศึกษาของ สุดารัตน์ บุญเทียม (2557) ที่พบว่า ปัจจัยที่สามารถทำนาย พฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ของวัยรุ่นชาย คือ อิทธิพลของพลังเพื่อนและกิจกรรม ( $\beta = .40$ ) และอิทธิพลของพลังสร้างปัญญา ( $\beta = .26$ ) สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ได้ร้อยละ 31 ( $R^2 = .31$ ) ส่วนปัจจัยที่สามารถ ทำนายพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ของวัยรุ่นเพศหญิง ได้แก่ อิทธิพลของพลังครอบครัว ( $\beta = .36$ ) และอิทธิพลของพลังสร้างปัญญา ( $\beta = .30$ ) โดยสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ได้ร้อยละ 33 ( $R^2 = .33, p < .05$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ พันธุ์ทิพย์ บุญเกื้อ (2560) ที่พบว่า องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ไม่เพียงประสงค์ประการหนึ่ง คือ การคบเพื่อน การเลียนแบบ พฤติกรรมของกลุ่มเพื่อนด้วยกันในด้านไม่ดี สังคมสิ่งแวดล้อมสิ่งยั่วยุเข้าถึงได้ง่าย ส่งเสริมให้เกิด พฤติกรรมเสี่ยงได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ John Yao Bedzo และ Stephen Manortey, 2019

ที่พบว่า อิทธิพลของเพื่อนและพฤติกรรมทางเพศสื่ออิเล็กทรอนิกส์ และขาดความรู้เรื่องการใช้ยาคุมกำเนิดและการให้ความรู้เรื่องเพศ มีส่วนทำให้เกิดการตั้งครรภ์ของวัยรุ่น

**2.3.5 พลังชุมชน** เป็นพลังของกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ร่วมกันด้วยความเอื้ออาทร มีความเข้าใจเป็นมิตรไมตรี มีวินัยและเป็นแบบอย่างที่ดี มีปียวาจา มีจิตอาสา มีความอบอุ่น ปลอดภัย ภายในชุมชน และมีกิจกรรมร่วมกันในชุมชน การมีบรรยากาศในชุมชนที่เป็นแบบอย่างที่ดีทำให้วัยรุ่นเกิดความความอบอุ่น รู้สึกปลอดภัย ถือเป็นภูมิคุ้มกันที่สำคัญสำหรับวัยรุ่น จากการศึกษาของ Beebe et al. (2008) พบว่า บทบาทของผู้ใหญ่ในสังคมที่เป็นแบบอย่างที่ดีมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงวัยรุ่นในรัฐโอคลาโฮมาอย่างมีนัยสำคัญ (OR = 7.5, 95%CI = 2.1-25.6) ปัจจุบันพลังชุมชนในสังคมไทยค่อนข้างอ่อนแอ โดยเฉพาะเด็กในเมืองมีแนวโน้มจะอ่อนแอเรื่องพลังชุมชนอย่างเห็นได้ชัด จากการศึกษาทุนชีวิตเปรียบเทียบระหว่างเยาวชนทั่วไปในสถานศึกษากับเยาวชนกลุ่มเสี่ยงในสถานพินิจของ สุริยเดส ทรีปาตี (2551) พบว่า ทุนชีวิตที่อ่อนแอ คือ พลังชุมชน โดยชุมชนและเยาวชนยังขาดการมีส่วนร่วมซึ่งกันและกัน และจากการศึกษาของ ลัชณา ฉายศรี (2553) ที่ศึกษาในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีการรับรู้บทบาททางเพศจากชุมชนที่ไม่เหมาะสม จะเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มากกว่านักเรียนที่มีการรับรู้บทบาททางเพศจากชุมชนที่เหมาะสม 1.88 เท่า (OR = 1.88, 95%CI = 1.11-3.17) สอดคล้องกับการศึกษาของ นิธิพงศ์ ศรีเบญจมาศ และคณะ (2559) ที่พบว่า สังคมแวดล้อมเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่น การเพิ่มทุนชีวิตด้านพลังชุมชนนั้น ยังมีกิจกรรมที่สามารถทำให้ทุนชีวิตด้านนี้เข้มแข็งได้ ดังการศึกษาพิราวัลย์ พิมพาเรือ (2554) ที่ศึกษาเรื่องการเพิ่มทุนชีวิตเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่นโดยชุมชนมีส่วนร่วมของชุมชนหนองผักก้าม เทศบาลเมืองเลย อำเภอเมือง จังหวัดเลย ที่พบว่ากิจกรรมจิตอาสาเยี่ยมบ้าน จิตอาสาเล่านิทาน กิจกรรมประเพณีการผูกพ้อฮักแม่ฮัก เพื่อให้วัยรุ่นมีที่ปรึกษา ทำให้ทุนชีวิตด้านพลังชุมชนของวัยรุ่นเพิ่มขึ้นได้ อีกทั้งกิจกรรมจิตอาสายังทำให้เกิดการสร้างพลังตัวตนผ่านทางพลังชุมชน ทำให้พลังตัวตนเข้มแข็งขึ้น จากการเรียนรู้ที่จะเป็นผู้ใหญ่ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นในชุมชนอย่างสมานฉันท์.

กล่าวโดยสรุป การที่วัยรุ่นมีทุนชีวิตที่ดี ทั้งพลังตัวตน พลังครอบครัว พลังเพื่อนและ กิจกรรม พลังปัญญา และพลังชุมชน จะช่วยให้วัยรุ่นมีปัจจัยปกป้องในตนเอง ที่จะช่วยให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และสามารถป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงที่เป็นปัจจัยส่งเสริมให้เกิดปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ทุนชีวิตจึงเป็นปัจจัยส่งเสริมให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้

### 3. แนวคิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

#### 3.1 ความหมายของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้กล่าวถึงการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participatory learning: PL) ว่าเป็นการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ซึ่งเกิดมาจากความเชื่อที่ว่า การเรียนรู้ของคนเราเป็นกระบวนการสร้างความรู้ด้วยตัวของผู้เรียนเอง โดยมีผู้สอนจัดกระบวนการเรียนรู้การสอนที่เอื้ออำนวยให้เกิดการสร้างความรู้นั้นมากกว่าการถ่ายทอดความรู้จากผู้สอนสู่ผู้เรียนแต่เพียงอย่างเดียว ดังนั้นกระบวนการสร้างความรู้จึงต้องอ้างอิงจากประสบการณ์ของผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นฝ่ายกระทำ อันจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปสู่การเรียนรู้ใหม่อย่างต่อเนื่อง (พลวัตของการเรียนรู้) การเรียนรู้ลักษณะนี้จึงย่ำถึงลักษณะทางสังคมของการเรียนรู้ที่เกิดจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยกันเองและระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน ผลก็คือ เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปกว้างขวาง โดยอาศัยการแสดงออกทางการพูดและการเขียน เป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยนการวิเคราะห์ และการสังเคราะห์ความรู้

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีหลักการสำคัญ 5 ประการ ได้แก่

- 3.1.1 เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์ของผู้เรียน
- 3.1.2 ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆที่ท้าทายอย่างต่อเนื่องและเป็นการเรียนรู้เชิงรุก (Active learning) คือผู้เรียนต้องทำกิจกรรมตลอดเวลา ไม่ได้นั่งฟังการบรรยายอย่างเดียว
- 3.1.3 มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยกันเองและระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน
- 3.1.4 ปฏิสัมพันธ์ที่มีทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ของทุกคนทั้งผู้เรียนและผู้สอน
- 3.1.5 เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยการสื่อสารทุกรูปแบบ เช่น การพูดหรือการเขียนการวาดรูปการแสดงบทบาทสมมติซึ่งเอื้ออำนวยให้เกิดการแลกเปลี่ยนการวิเคราะห์และสังเคราะห์การเรียนรู้ (กรมสุขภาพจิต, (2543)

#### 3.2 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543) ได้อธิบายถึงองค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีลักษณะสำคัญ คือ มีการแลกเปลี่ยนความคิด และประสบการณ์ของกันและกัน โดยการแลกเปลี่ยนจะเกิดขึ้นมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับผู้ทำหน้าที่วิทยากรกระบวนการ มี 4 องค์ประกอบ ได้แก่

**3.2.1 ประสบการณ์** ผู้สอนช่วยให้ผู้เรียนนำประสบการณ์เดิมของตนมาพัฒนาเป็นองค์ความรู้ เช่น ตั้งคำถามเพื่อรวบรวมประสบการณ์ของผู้เรียน

**3.2.2 การสะท้อนความคิดและอภิปราย** ผู้สอนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงออก เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้เพื่อสร้างความรู้ ตามงานที่ได้รับมอบหมาย

**3.2.3 เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด** ผู้เรียนเกิดความเข้าใจและนำไปสู่ความคิด รวบยอด อาจเกิดขึ้นโดยนักเรียนเป็นฝ่ายริเริ่ม โดยการบรรยาย (โดยผู้สอนหรือสื่อ) แล้วผู้สอนช่วย เติมแต่งให้สมบูรณ์ หรือผู้สอนเป็นผู้นำทางและผู้เรียนเป็นผู้สานต่อความคิดนั้นให้สมบูรณ์ เป็นความคิด รวบยอด และรายงานผลกลุ่ม หรือบูรณาการความรู้ของกลุ่มย่อย โดยการอภิปรายในกลุ่มใหญ่

**3.2.4 การทดลองหรือประยุกต์** ผู้เรียนนำความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้จนเกิด เป็นแนวทางปฏิบัติของผู้เรียนเอง เช่น ทำรายงาน

### 3.3 รูปแบบการสอนที่เน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียน มีดังนี้

**3.3.1 การสอนแบบอภิปราย** การสอนแบบอภิปราย คือ ผู้เรียนแลกเปลี่ยนความ คิดเห็นจากประสบการณ์ การศึกษาค้นคว้า พิจารณาไตร่ตรอง การวิเคราะห์ ซึ่งการอภิปรายมีหลาย รูปแบบ ได้แก่ การอภิปรายทั้งชั้น (Whole-Class discussion) การอภิปรายแบบโต้วาที (Debates) การอภิปรายเป็นคณะ (Panels) การอภิปรายกลุ่มย่อย (Buzz group) การอภิปรายกลุ่มใหญ่ (Forums) เป็นต้น ซึ่งการอภิปรายมีข้อดีคือ ผู้เรียนเรียนรู้จากการอภิปรายนำเอกสารความรู้ไปใช้อย่างมีความหมาย รู้จักคิดวิเคราะห์ ช่วยพัฒนาเจตคติ และพัฒนาทักษะ และจัดระบบความคิดของตนเอง ช่วยให้ตื่นตัว ข้อจำกัด หรือข้อเสียคือ ใช้เวลานาน อาจมีผู้ผูกขาดการอภิปราย บางคนไม่แสดงความคิดเห็น ผู้สอน มักขาดวุฒิภาวะที่จะช่วยให้การอภิปรายมีความหมาย หรือเกิดความขบขันเมื่อไม่สามารถนำไปสู่การ สรุปรูปได้ตามความปรารถนา จึงควรมีการวางแผนมาเป็นอย่างดี มีการสร้างบรรยากาศ ผู้เรียนเองต้อง ศึกษาตำรามาก่อน มีการกระตุ้นให้ทุกคนได้ร่วมแสดงความคิดเห็น ถ้ามีการผูกขาดการอภิปรายแก้ไข โดยติดต่อบุคคลนั้นเป็นการส่วนตัว โดยให้เขาเข้าใจว่าผู้สอนประทับใจในความตั้งใจของเขา ต้องการ ให้อภิปรายต่อและต้องการฟังความคิดเห็นจากทุกคน เมื่ออภิปรายสิ้นสุดลงต้องมีการสรุปประเด็น และเนื้อหาหรือให้ผู้เรียนเป็นผู้สรุปก็ได้

**3.3.2 การใช้เกมส์** เป็นการสอนที่ใช้สื่อเป็นของเล่น เน้นการแข่งขัน สนุกสนาน เฮฮาได้เหงือบ้าง กล้ามเนื้อทำงาน ใช้วิทยากรตลก ๆ เพื่อให้ผู้เรียนไม่เบื่อ เช่น การตัดกระดาษสร้าง ตึก ปิดตาต่อกระดาษ เดินสามัคคี เป็นต้น ซึ่งมีข้อดีคือ ทำให้จดจำได้ดีขึ้น ไม่น่าเบื่อ (วรภัทร ภูเจริญ, 2544)

**3.3.4 การสร้างสถานการณ์จำลอง** เป็นกระบวนการที่ผู้สอนใช้ในการช่วยให้ ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด โดยให้ผู้เรียนลงไปเล่นในสถานการณ์ที่มีบทบาท ข้อมูล และกติกาการเล่นที่สะท้อนความเป็นจริง และมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งต่างๆ ที่อยู่ในสถานการณ์นั้น โดยใช้ข้อมูลที่มีสภาพคล้ายกับข้อมูลในความเป็นจริง ในการตัดสินใจและแก้ปัญหาต่างๆ ซึ่งการ

ตัดสินใจนั้นจะส่งผลถึงผู้เล่นในลักษณะเดียวกันกับที่เกิดขึ้นในสถานการณ์จริง (ทิตนา แชมมณี, 2550) มีจุดเด่นคือ ช่วยให้ผู้เรียนได้พบและรู้จักแก้ปัญหาในปัจจุบันและที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ รู้จักคิดสามารถนำเหตุผลมาอภิปราย เพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจแก้ปัญหา และยังช่วยพัฒนาการทำงานเป็นกลุ่ม มีวินัยในตนเอง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น สำนึกในสิทธิของตนเองและผู้อื่น(ณรงค์ กาญจนานา, 2008)

**3.3.5 กรณีศึกษาหรือกรณีตัวอย่าง (Case study)** เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ ซึ่งอาจเป็นเรื่องจริงหรือสมมติขึ้น โดยมีการรวบรวมข้อมูล นำมาวิเคราะห์ อภิปรายแลกเปลี่ยนข้อมูล เป็นการฝึกให้ผู้เรียนแสวงหาความรู้ด้วยวิธีการที่หลากหลาย และสามารถเชื่อมโยงความรู้เดิมกับความรู้ใหม่ มีขั้นตอนการเรียนรู้คือ ชี้นำเสนอกรณีศึกษา ชั้นศึกษากรณีศึกษา และขั้นตอนสุดท้าย คือ สรุปผลการเรียนรู้ (สุวิทย์ มูลคำ, 2545) มีข้อดีคือ ผู้เรียนได้เผชิญปัญหาจากสถานการณ์จริง ได้ฝึกแก้ไขปัญหา และพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ ช่วยส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยกัน ข้อเสียคือ ถ้าผู้เรียนมีประสบการณ์ที่ไม่แตกต่างกัน จะทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ไม่กว้างขวาง และถ้าผู้นำขาดความสามารถในการเป็นผู้นำจะทำให้การเรียนรู้ไม่ได้ผลเท่าที่ควร

**2.5.6 บทบาทสมมุติ (role play)** บทบาทสมมุติเป็นวิธีการหนึ่งของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ที่ช่วยให้ผู้เรียนสนุกสนาน และได้เรียนรู้ ความรู้สึกนึกคิดที่จะเข้าใจคนอื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา และภายหลังจากการแสดงบทบาทสมมุติ ต้องมีการสรุปผลของบุคคลที่ตนสวมบทบาท โดยในขั้นเตรียมการจะมีการกำหนดวัตถุประสงค์เฉพาะ กำหนดสถานการณ์และบทบาทสมมุติ ขั้นตอนการแสดงมีการอุ่นเครื่อง เลือกตัวแสดง การจัดฉากแสดง การเตรียมผู้สังเกตการณ์ การเตรียมความพร้อมก่อนการแสดง การแสดง และขั้นตอนสุดท้ายคือ ชั้นวิเคราะห์และอภิปราย รวมทั้งแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป ซึ่งมีข้อดีคือ ช่วยให้เกิดความเข้าใจว่าคนอื่นรู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร ช่วยเปลี่ยนแปลงเจตคติ ช่วยกระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ ช่วยให้ผู้เรียนได้เตรียมสำหรับสถานการณ์จริงที่จะเผชิญ มีการสื่อสารจากการปฏิบัติมากกว่าการใช้ถ้อยคำ แต่มีข้อจำกัดคือ ใช้เวลานาน ผู้เรียนที่เก่งจะผูกขาดสถานการณ์ ผู้ที่ขี้อายจะขาดทักษะ และถ้าไม่สามารถเชื่อมโยงการแสดงบทบาทสมมุติกับบทเรียนให้กับผู้เรียนได้ ก็จะทำให้กิจกรรมนั้นด้อยคุณค่า (สุพิน บุญชูวงศ์, 2538)

**3.3.7 การสอนโดยใช้การระดมความคิด (brainstorming)** การระดมความคิดโดยให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็น หรือข้อเสนอแนะ โดยไม่วิพากษ์วิจารณ์ความคิดเห็น และมีการบันทึกความคิด หรือข้อเสนอทั้งหมด ซึ่งมีข้อดีคือ เกิดความคิดสร้างสรรค์ในประเด็นใดประเด็นหนึ่ง ช่วยให้ได้แนวคิดที่กว้างขวาง ทุกคนมีโอกาสแสดงความคิดเห็นอย่างเสรี ช่วยให้สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ดี ข้อจำกัดคือ อาจใช้เวลานานและคิดที่ใช้ไม่ได้ ผู้ที่ไม่คุ้นเคยกับวิธีนี้จะไม่ค่อยเสนอความคิดเห็น (บุญชม ศรีสะอาด, 2537)

สรุป การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเป็นการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เอื้ออำนวยให้เกิดการสร้างความรู้โดยอาศัยประสบการณ์ของผู้เรียน การสะท้อนความคิด ผู้เรียนเกิดความเข้าใจนำไปสู่ความคิดรวบยอด และนำความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติของผู้เรียนเอง ซึ่งในการพัฒนาทุนชีวิตแก่วัยรุ่น ผู้วิจัยจึงได้ใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยรูปแบบการสอนที่เน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียน ได้แก่ การสอนแบบอภิปราย การระดมความคิด การใช้เกมส์ การใช้สถานการณ์จำลอง และการใช้กรณีศึกษา

#### 4. สถานการณ์ นโยบายและการดำเนินงานแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จังหวัดอุบลราชธานี

##### 4.1 สถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จังหวัดอุบลราชธานี

จังหวัดอุบลราชธานีพบอัตราการคลอดในวัยรุ่น ปี พ.ศ. 2559-2563 ในกลุ่มอายุ 10-14 ปี คิดเป็น 1.1, 1.0, 1.2, 1.3 และ 1.0 ต่อพันประชากร ตามลำดับ และในกลุ่มอายุ 15-19 ปี คิดเป็น 42.1, 38.7, 35.4, 31.2 และ 29.2 ต่อพันประชากร ตามลำดับ (สำนักอนามัยเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2563) จะเห็นว่า อัตราการคลอดของมารดาอายุ 10-19 ปี มีแนวโน้มลดลง แต่ยังคงสูงกว่าเกณฑ์ที่องค์การอนามัยโลกกำหนด คือ ไม่เกิน ร้อยละ 10 (สำนักอนามัยเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2563) ซึ่งผลกระทบของการตั้งครรภ์วัยรุ่น ทำให้แม่วัยรุ่นต้องอยู่บ้านเพื่อเลี้ยงลูก ส่วนแม่วัยรุ่นที่เป็นนักเรียนนักศึกษาในระบบไม่มีโอกาสเรียนต่อ ร้อยละ 55.0 คลอดก่อนกำหนดร้อยละ 11.3 และน้ำหนักทารกแรกเกิดต่ำกว่า 2,500 กรัม ร้อยละ 11.3 (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2561) นอกจากนี้แม่วัยรุ่นไม่มีอาชีพและรายได้ไม่เพียงพอค่าใช้จ่าย ร้อยละ 62.8 และยังมีปัญหาเศรษฐกิจครอบครัวร้อยละ 43.6 (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2561)

สำหรับอำเภอจะหลวย พบว่า อัตราการคลอดของมารดาวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี มีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง และเกินเกณฑ์ที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด โดยในปี 2563 กระทรวงสาธารณสุขกำหนดได้ตัวชี้วัดอัตราการคลอดของมารดาวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี ไม่เกิน 34 ต่อพันประชากร และในปี 2559 - 2563 อำเภอจะหลวย พบว่า อัตราการคลอดของมารดาวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี คือ 31.71, 29.42, 37.14, 35.02 และ 34.81 ต่อพันประชากร ตามลำดับ (รายงานสรุปผลงานประจำปี คป.สอ.นาจะหลวย, 2563) และเมื่อเปรียบเทียบใน 25 อำเภอ ถือว่าอัตราการคลอดของมารดาอายุ 15-19 ปี ของอำเภอจะหลวยสูงที่สุดในจังหวัดอุบลราชธานี ซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการใช้วิธีการคุมกำเนิดไม่ถูกต้อง ไม่ใช้วิธีป้องกันหรือใช้ไม่สม่ำเสมอ เนื่องจากขาดความรู้ การมีความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับเรื่องการร่วมเพศ เพียงแค่ครั้งเดียวคงไม่ท้อง การไม่กล้าไปขอรับถุงยาง

อนามัยและยาคุมกำเนิด (ธานินทร์ วรานันตกุล, 2560) และแม่วัยรุ่นที่ไม่ได้ตั้งใจตั้งครรภ์ร้อยละ 44.2 ไม่ได้ใช้การคุมกำเนิดด้วยวิธีใด ๆ เลย โดยเหตุผลที่ไม่ได้คุมกำเนิดมากที่สุด คือ มีเพศสัมพันธ์ โดยไม่ได้ตั้งใจ ร้อยละ 47.5 รองลงมาคือ ไม่รู้วิธีคุมกำเนิด ร้อยละ 28.8 (รายงานเฝ้าระวังการตั้งครรภ์แม่วัยรุ่น พ.ศ. 2564) นอกจากนี้ยังมีปัญหาอื่น ๆ ตามมาอีกมากมาย ได้แก่ ปัญหาการทำแท้ง ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการทำแท้งที่ผิดกฎหมายและไม่ถูกวิธี โดยพบว่า ร้อยละ 46.9 ไม่ได้ต้องการมีบุตร และจากคำบอกเล่าของผู้ปกครองวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์พบว่า ไม่เคยสอนเรื่องเพศศึกษา และการคุมกำเนิด แก่วัยรุ่น เนื่องจากกลัวว่าจะเป็นการชี้โพรงให้กระรอก ปัจจัยต่างๆ เหล่านี้ จึงเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นในอำเภอนาจะหลวยมีการตั้งครรภ์มากเป็นอันดับหนึ่งของจังหวัดอุบลราชธานี (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุบลราชธานี, 2563)

#### **4.2 นโยบายและการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จังหวัดอุบลราชธานี**

ในปีงบประมาณ 2563 จังหวัดอุบลราชธานี โดยความร่วมมือของหน่วยงานราชการที่เกี่ยวข้อง ได้ดำเนินการตามยุทธศาสตร์ป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ภายใต้กระทรวงสาธารณสุข โดยมีเป้าประสงค์คือ วัยรุ่นมีทักษะชีวิตและพฤติกรรมอนามัยการเจริญพันธุ์ที่เหมาะสม มีตัวชี้วัดที่เกี่ยวข้องกับอัตราการคลอดในวัยรุ่น คือ 1) การเฝ้าระวังอัตราการคลอดมีชีพในหญิงอายุ 15-19 ปี มีเกณฑ์เป้าหมาย ไม่เกิน 34 ต่อประชากร 1,000 คน และ 2) การเฝ้าระวังอัตราการคลอดมีชีพในหญิงอายุ 10-14 ปี มีเกณฑ์เป้าหมายไม่เกิน 1.1 ต่อประชากร 1,000 คน โดยมีมาตรการดังนี้

**4.2.1 ขอความร่วมมือสถานศึกษาในการจัดการเรียนการสอนเพศศึกษา** จากการสัมภาษณ์เจ้าพนักงานบริหารสถานศึกษาและครูสอนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา จำนวน 6 โรงเรียนพบว่า โรงเรียนไม่มีการจัดการเรียนการสอนเต็มหลักสูตร (16 คาบ/ปีการศึกษา) ครูสอนวิชาสุขศึกษามีไม่เพียงพอ บางโรงเรียนไม่มีครูสอนวิชาเพศศึกษา โรงเรียนไม่สามารถจัดหาครูมาสอนแทนได้ อีกทั้งกิจกรรมในโรงเรียนที่เกี่ยวข้องกับอนามัยเจริญพันธุ์และเพศศึกษาในโรงเรียน คือ การให้ความร่วมมือจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโคกเทียม ในการดำเนินโครงการรณรงค์สร้างความตระหนักเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในสถานศึกษา ซึ่งการดำเนินงานดังกล่าวได้ผลในช่วงที่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการ โดยโรงเรียนไม่ได้สานต่อ ทำให้ขาดความต่อเนื่อง

**4.2.2 การจัดกิจกรรมเชิงรุกในโรงเรียน** เช่น การจัดอบรมนักเรียน การอนามัยเจริญพันธุ์และเพศศึกษา อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เป้าหมายโรงเรียนมัธยมและโรงเรียนขยายโอกาส โดยมีเนื้อหาครอบคลุมประเด็น พัฒนาการของมนุษย์ พฤติกรรมทางเพศ ทักษะชีวิต การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

**4.2.3 จัดบริการที่เป็นมิตรกับวัยรุ่น และการบริการคุมกำเนิดในแม่วัยรุ่น** โดยจัดทำโครงการ “อำเภออนามัยเจริญพันธ์” ซึ่งได้บูรณาการการดำเนินงานร่วมกับกระทรวงมหาดไทย ในรูปแบบของคณะกรรมการ มีการดำเนินงานทั้ง 25 อำเภอ โดยมีการแต่งตั้งคณะทำงาน แต่ยังไม่มีการดำเนินการดำเนินงานที่ชัดเจน และประเด็นการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นยังไม่ได้ถูกกำหนดให้เป็นประเด็นการแก้ไขปัญหาของ พชอ.(คณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอ) ในปี 2562 และวัยรุ่นมารับบริการ และได้ให้การช่วยเหลือนักเรียนที่ตั้งครรภ์โดยผ่านศูนย์บริการช่วยเหลือเด็กและสตรีที่ถูกกระทำรุนแรง (One Stop Crisis Center, OSCC) หรือ “ศูนย์พึ่งได้” อำเภอนาจะหลวยที่ตั้งอยู่ที่โรงพยาบาลนาจะหลวย จำนวน 2 ราย

**4.2.4 การดำเนินงานศูนย์บริการที่เป็นมิตรกับวัยรุ่น (Youth Friendly Health Service: YFSH)** อำเภอนาจะหลวยได้ดำเนินการอย่างเป็นรูปธรรม มีบริการการให้คำปรึกษาเรื่องการทำแท้งที่ปลอดภัยที่โรงพยาบาลนาจะหลวย และระบบส่งต่อ กลุ่มวัยรุ่นที่เข้าไปใช้บริการ ส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นที่มีปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเกิดขึ้นแล้ว

**4.2.5 การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นในโรงเรียน “Smart วัยทีน”** และมีการประกวด “IDOL วัยทีน สูงดีสมส่วน” มีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง ซึ่งไม่ได้มีการดำเนินงานทุกพื้นที่ มีการดำเนินงานเฉพาะพื้นที่ที่สนใจเท่านั้น โดยมีกิจกรรมเน้นไปที่เรื่องของการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย ความฉลาดทางสติปัญญา IQ (Intelligence Quotient) และ EQ (Emotional Quotient) ความฉลาดทางอารมณ์

**4.2.6 การเปิด “ศูนย์เรียนรู้ต้นแบบวัยรุ่น”** โดยมีการดำเนินงานของวัยรุ่นในการขับเคลื่อนการดำเนินงานป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยในปีที่ผ่านมาได้มีการดำเนินการใน อบต. และเทศบาล 5 แห่งในจังหวัดอุบลราชธานี ได้แก่ เทศบาลบุญซริก อ.บุญซริก เทศบาลตำบลตาเกา อ.น้ำขุ่น องค์การบริหารส่วนตำบลสำโรง อ.ตาลชุม เทศบาลเมืองตระการพิพิธผล และเทศบาลเชิงใน โดยผ่านการประเมินรับรองมาตรฐานโดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และโรงพยาบาลตาลชุม ยังได้ดำเนินการเรื่อง “เพศคุยได้ในชุมชน” โดยความร่วมมือของกรมสุขภาพจิตจนได้รับรางวัลจากยูนิเซฟประเทศไทย ส่วนการดำเนินการในพื้นที่อื่น ๆ ยังไม่มีการดำเนินการที่เป็นรูปธรรม

**4.2.7 โครงการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในหญิงอายุต่ำกว่า 20 ปี** โดยมีโครงการหลัก คือ โครงการสายใยรักแห่งครอบครัว และเป็นศูนย์ข้อมูลด้านอนามัยแม่และเด็ก เพื่อผลสำเร็จลูกเกิดรอดแม่ปลอดภัย กำหนดตัวชี้วัดและเป้าหมายให้แม่มีบุตรเมื่ออายุต่ำกว่า 20 ปี ไม่เกินร้อยละ 10 ร่วมมือกับกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ โดยการจัดทำแผนครอบครัวเข้มแข็ง รณรงค์แม่วัยใส เพื่อสร้างกระแสเยาวชนในสถานศึกษา แต่การดำเนินงานดังกล่าวเน้นการทำงานในสถานบริการ เป็นการแก้ที่ปลายน้ำ นักเรียนในโรงเรียนซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยง ไม่ได้มีโอกาสเข้ามามีส่วนร่วม



จากสถานการณ์ นโยบายและการดำเนินงานแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจังหวัดอุบลราชธานีดังกล่าว ถึงแม้จะมีการดำเนินการในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น แต่ก็ยังพบว่าอัตราการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ยังสูงกว่าเป้าหมายที่กำหนด อีกทั้งการดำเนินกิจกรรมยังไม่ครอบคลุมทุกพื้นที่ และยังขาดความต่อเนื่องที่จะทำให้ปัญหาได้รับการป้องกันและแก้ไขอย่างเป็นรูปธรรม และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นยังไม่ถูกดำเนินการแก้ไขปัญหาให้ถูกจุด ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจึงยังคงเป็นปัญหาที่ทำนาย สำหรับทุกหน่วยงานที่จะต้องร่วมมือกันในการดำเนินการให้บรรลุตามเป้าหมายของกระทรวงสาธารณสุข

## 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### 5.1 งานวิจัยเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและการป้องกันการตั้งครรภ์

นันทิภา สิงห์ทอง และคณะ (2557) ศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงของการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษา ตำบลบ้านแปรง อำเภอคำชะอี จังหวัดนครราชสีมา กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น 204 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ได้แก่ การเที่ยวสถานเริงรมย์ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือของมีเมา เพื่อน ครอบครัว และ แรงกระตุ้นจากสื่อ ส่วนปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ได้แก่ การเที่ยวกลางคืน การอยู่ในที่ลับตาคนสองต่อสอง หรืออยู่หอพักตามลำพัง นอกจากนี้ยังพบว่า ความรู้และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทัศนคติทางเพศ ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมเสี่ยงการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

Eugene L. Maemeko, David Nkengbeza and Traphinah M. Chokomosi (2018) ได้ศึกษาผลกระทบของการตั้งครรภ์วัยรุ่นที่มีต่อผลการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 ในโรงเรียนแห่งหนึ่งในเขตซัมเบซี ประเทศนามิเบีย โดยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างได้แก่ ครู 2 คน และวัยรุ่นตั้งครรภ์ 4 คน ผลการศึกษาพบว่า สาเหตุที่วัยรุ่นเหล่านี้ตั้งครรภ์ได้แก่ การขาดการดูแลและการควบคุมโดยผู้ปกครอง การไม่ได้รับการศึกษา การชู้สาวจากเพื่อน การขาดความรู้เรื่องเพศ และอิทธิพลของแอลกอฮอล์และยาเสพติด ซึ่งส่งผลต่อผลการเรียนหลังคลอด และเพิ่มการออกจากโรงเรียนกลางคัน

กุสุมา มีศิลป์ (2558) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ในสถานศึกษาสังกัดอาชีวศึกษาจังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 380 คน ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของนักศึกษาอยู่ในระดับ

ปานกลาง และความรู้เรื่องการตั้งครรรค์ ค่านิยมเรื่องเพศและอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนต่อพฤติกรรมทางเพศ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรรค์

ชลดา กิ่งมาลา (2558) ศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันการตั้งครรรค์ในวัยรุ่นหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 64 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 32 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 32 คน ระยะเวลา 5 สัปดาห์ กิจกรรมได้แก่ การให้ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับผลกระทบของการตั้งครรรค์ในวัยรุ่น การทำแท้ง และการคุมกำเนิด การสร้างแรงจูงใจ ได้แก่ การให้ดูหนังสือที่สะท้อนถึงผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น การพัฒนาทักษะในการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรรค์ในวัยรุ่น และในระยะติดตามผลยังมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรรค์ในวัยรุ่นสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

นิธิพงศ์ ศรีเบญจมาศ และคณะ (2559) ได้ศึกษา ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรรค์ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 358 คน ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรรค์ไม่พึงประสงค์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ ทักษะการป้องกันการตั้งครรรค์ไม่พึงประสงค์ และสังคมแวดล้อมต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรรค์ไม่พึงประสงค์โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .612 สามารถพยากรณ์พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรรค์ไม่พึงประสงค์ได้ร้อยละ 30.9

เอมวิภา แสงชาติ และรุจิรา ดวงสงค์ (2559) ศึกษาผลของโปรแกรมสุขศึกษาร่วมกับการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ (Facebook) ในการป้องกันการตั้งครรรค์ในวัยรุ่น สำหรับนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น จำนวน 85 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 49 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 36 คน จัดกิจกรรมระยะเวลา 12 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณและมีความคิดสร้างสรรค์ การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา ความตระหนักในตนเองและความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ และการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การจัดการอารมณ์และความเครียด ความตั้งใจในการส่งเสริมการป้องกันการตั้งครรรค์ สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

## 5.2 งานวิจัยเกี่ยวกับทุนชีวิต/โปรแกรมพัฒนา/ส่งเสริมทุนชีวิต

ณัฐธิดา กาญจนกุล (2555) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทุนชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเอง และการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนอาชีวศึกษากรุงเทพมหานคร จำนวน 250 คน พบว่านักเรียนที่มีทุนชีวิตสูงมีการเห็นคุณค่าในตนเอง และมีการปรับตัวทางสังคมสูงกว่านักเรียนที่มีทุนชีวิต

ต่ำ รวมทั้งทุนชีวิตยังมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง และมีการปรับตัวทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มาลีวัล เลิศสาครศิริ (2556) ศึกษาทุนชีวิต ครอบครัวเข้มแข็ง และเจตคติต่อการตั้งครรรค์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรรค์วัยรุ่น จำนวน 200 คน ในโรงพยาบาลราชวิถีและโรงพยาบาลปิ่นเกล้า พบว่า หญิงตั้งครรรค์วัยรุ่นมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพอยู่ในระดับดี พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรรค์วัยรุ่นมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลางกับทุนชีวิต ( $r = 0.679$ ) ครอบครัวเข้มแข็ง ( $r = 0.493$ ) และเจตคติต่อการตั้งครรรค์ ( $r = 0.504$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุนชีวิตและเจตคติต่อการตั้งครรรค์สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรรค์วัยรุ่นได้ร้อยละ 51 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กชนิภา นราพินิจ (2559) ได้ศึกษาการพัฒนาทุนชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างอายุ 10-14 ปี จำนวน 37 คน พบว่า วัยรุ่นมีทุนชีวิตที่อ่อนแอมากที่สุดคือ พลังตัวตนและพลังชุมชน วัยรุ่นไม่สามารถควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ เช่น ควบคุมอารมณ์ได้ไม่ดี เวลาโกรธ หรือมีข้อขัดแย้ง วัยรุ่นรู้สึกว่าไม่ได้รับมอบหมายบทบาทหน้าที่การงานที่มีคุณค่า และเป็นประโยชน์ต่อชุมชน เป็นต้น และพบว่า กระบวนการพัฒนาทุนชีวิตของวัยรุ่น ได้แก่ ศึกษาสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และสถานการณ์ทุนชีวิตของวัยรุ่น นำมาสู่การวางแผนป้องกันแก้ไขปัญหาพร้อมกับผู้ที่เกี่ยวข้องในชุมชน ตรวจสอบข้อมูล ประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อกำหนดแผนในการป้องกันและแก้ไขปัญหา นำแผนที่ร่วมกันกำหนดสู่การปฏิบัติและร่วมสะท้อนผลการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ระดับทุนชีวิตของวัยรุ่นดีขึ้น อยู่ระดับมากที่สุด คือ พลังตัวตนและพลังครอบครัว วัยรุ่นสามารถควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ รู้สึกพึงพอใจ ในชีวิตความเป็นอยู่ รู้สึกปลอดภัยอบอุ่นและมีความสุขเมื่ออยู่กับครอบครัวตนเอง และรู้สึกว่าได้รับมอบหมายบทบาทหน้าที่การงานที่มีคุณค่าและเป็นประโยชน์ต่อชุมชน

พิราวัลย์ พิมพาเรือ (2554) ศึกษาการเพิ่มทุนชีวิตเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่น โดยชุมชนมีส่วนร่วม เทศบาลเมืองเลย อำเภอเมืองจังหวัดเลย กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ วัยรุ่นอายุระหว่าง 12-18 ปี 31 คน ผู้ปกครองของวัยรุ่น 10 คน ผู้นำชุมชน 7 คน และกลุ่มเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ ประกอบด้วยผู้บริหารจากโรงพยาบาลเลย และเทศบาลเมืองเลย 3 คน ผู้ให้บริการจากโรงพยาบาลเลย เทศบาลเมืองเลย สถานีตำรวจภูธรเมืองเลย และตัวแทนจากองค์กรอิสระ 5 คน ผลการศึกษาพบว่า 1) พลังเพื่อนและกิจกรรมคิดเป็นร้อยละ 55.73 ซึ่งเป็นพลังที่อ่อนแอมากที่สุด 2) พลังชุมชนร้อยละ 55.91 3) พลังตัวตนร้อยละ 59.07 4) พลังสร้างปัญญาร้อยละ 62.66 และ 5) พลังครอบครัวร้อยละ 68.15 ได้ดำเนินการเพิ่มทุนชีวิตวัยรุ่น โดยการจัดให้มีกิจกรรม 1) จิตอาสาเยี่ยมบ้าน 2) โครงการสายด่วนสุขภาพครอบครัว 3) จัดกิจกรรมประเพณีการผูกพ้อฮักแม่ฮัก หลังการดำเนินกิจกรรม พบว่า ทุนชีวิต

เพิ่มขึ้นทุกพลัง ได้แก่ พลังตัวตนเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 59.07 เป็นร้อยละ 67.53 พลังครอบครัวเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 68.15 เป็นร้อยละ 69.40 พลังเพื่อนและกิจกรรม เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 55.73 เป็นร้อยละ 69.71 พลังสร้างปัญญาเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 62.66 เป็นร้อยละ 74.19 และพลังชุมชนเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 55.91 เป็นร้อยละ 76.88

รดาธร วงศ์นภดล (2559) ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มเป้าหมายเป็นวัยรุ่นอายุระหว่าง 10-14 ปี ที่อาศัยในหมู่บ้านแห่งหนึ่งของตำบลทอนใหญ่ อำเภอวังหิน จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 36 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนทุนชีวิตเด็กและเยาวชนสูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นลดลงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วริศรา ธิรภัทรพันธ์ (2560) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมเสี่ยงกับทุนชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายและนักเรียน ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในจังหวัดราชบุรี 146 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมเสี่ยงทั้งหมด ร้อยละ 61.8 มีพฤติกรรมดื่มแอลกอฮอล์เพียงอย่างเดียวมากที่สุด ร้อยละ 22.6 พฤติกรรมเสี่ยงประกอบด้วย สูบบุหรี่ ดื่มสุรา และมีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 14.7 ทุนชีวิตโดยรวมทั้งหมดอยู่ในระดับปานกลาง คือ ร้อยละ 67.2 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทุนชีวิตที่ไม่ผ่านเกณฑ์มากที่สุดคือ ด้านพลังสร้างปัญญา รองลงมาคือ พลังชุมชน และพลังเพื่อนและกิจกรรม (ร้อยละ 51.2, 50.5 และร้อยละ 35.8 ตามลำดับ) นักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ได้แก่ พฤติกรรมเสี่ยงสองชนิด และสามชนิด มีทุนชีวิตด้านพลังตัวตนต่ำกว่านักเรียนที่ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยง นักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงมีทุนชีวิตด้านพลังครอบครัวและพลังสร้างปัญญา ต่ำกว่านักเรียนที่ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยง

นุชนาถ โรจนธรรม (2560) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทุนชีวิตกับการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นหญิงจังหวัดจันทบุรี จำนวน 443 คน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 28.2 เคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว สำหรับทุนชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง มีทุนชีวิตภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 67.36) ทุนชีวิตตามพลังด้านต่าง ๆ ทั้ง 5 ด้าน พบว่า มีทุนชีวิตด้านพลังครอบครัวและพลังตัวตนอยู่ในระดับดี (ร้อยละ 76.07 และร้อยละ 75.53) พลังสร้างปัญญาและพลังเพื่อนและกิจกรรมในระดับปานกลาง (ร้อยละ 63.2 และร้อยละ 69.89) และพลังชุมชนอยู่ในระดับไม่ผ่านเกณฑ์ (ร้อยละ 53.94) และพบว่า ทุนชีวิตมีความสัมพันธ์กับการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ พลังครอบครัว (AOR = 2.21, 95%CL = 1.248-3.91) พลังสร้างปัญญา (AOR = 1.69, 95% CL = 1.044-2.760) พลังเพื่อนและกิจกรรม (AOR = 1.65, 95%CL = 1.009-2.701) และพลังชุมชน (AOR = 1.75, 95%CL = 1.031-2.958)

### 5.3 งานวิจัยเกี่ยวกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

กมลทิพย์ ทิพย์สังวาล, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา หอมสินธุ์ (2556) ศึกษาผลของโปรแกรมการมีส่วนร่วมของมารดาต่อการสื่อสารเรื่องเพศระหว่างมารดาและบุตรวัยรุ่นหญิงตอนต้น กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ มารดาอายุระหว่าง 30-50 ปี ที่มีลูกสาววัยรุ่นอยู่ในช่วงอายุ 11-15 ปี จำนวน 60 คน เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน กลุ่มควบคุม จำนวน 30 คน พบว่า มารดาในกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีทัศนคติในการสื่อสารเรื่องเพศ ( $p < .01$ ) ความสะดวกใจในการสื่อสาร ( $p < .05$ ) และทักษะการสื่อสารเรื่องเพศ ( $p < .05$ ) ดีกว่ามารดาในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยนี้มีข้อเสนอแนะว่า การจัดการเรียนรู้ผ่านการมีส่วนร่วมเกี่ยวกับการสื่อสารเรื่องเพศ มีบทบาทสำคัญการพัฒนาศักยภาพมารดาในการสื่อสารกับลูกสาวเกี่ยวกับการเริ่มมีเพศสัมพันธ์ และการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย

ทองทิพย์ สละวงษ์ลักษณ์ และธวัชชัย เอกสันติ (2557) ศึกษาการพัฒนาการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมรายวิชาเพศศึกษาเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา กลุ่มตัวอย่างจำนวน 35 คน ผลการวิจัยพบว่า คะแนนความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ระหว่างก่อน หลัง และระยะติดตามผลหลังการจัดการเรียนรู้ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่าในระยะติดตามผล กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติการป้องกันการตั้งครรภ์อยู่ในระดับดีเพิ่มสูงขึ้น โดยเมื่อเปรียบเทียบระหว่างก่อนการจัดการเรียนรู้และระยะติดตามผล พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อนงค์รัตน์ รินแสงปิ่น (2558) ศึกษาการพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับแกนนำเด็กและเยาวชนตำบลหลวงใต้ อำเภอลำปาง จำนวน 30 คน พบว่า การเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตกลุ่มแกนนำเด็กและเยาวชน โดยประเมินผล การมีส่วนร่วมการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้และติดตามผลจากการสัมภาษณ์เด็กและเยาวชนต่อการอยู่ร่วมกับชุมชนอย่างสร้างสรรค์และแนวทางการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่เสริมสร้างทักษะชีวิตในด้านประสบการณ์ การสะท้อนความคิดเห็นและถกเถียง เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอดในเชิงบวก การลองผิดลองถูกในการสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และประยุกต์การเรียนรู้แก้ปัญหาเกี่ยวกับภาวะความเครียดจากกิจกรรม ซึ่งการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้จึงส่งผลให้เด็กและเยาวชนเชื่อมโยงทักษะชีวิตให้สามารถพัฒนาตนเองกับชีวิตจริงอย่างมีคุณค่าและดำรงตนในสังคมได้อย่างมีความสุขได้ในระดับมากที่สุดจากค่าเฉลี่ย 4.62

บุษกร กนแกม (2562) ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมต่อความรู้เรื่องเพศศึกษา ทักษะชีวิต และพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นตอนต้น จำนวน 50 คน เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 25 คน กลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน 25 คน ผลการศึกษาพบว่า

ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษา ทักษะชีวิตโดยรวม และพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นตอนต้น สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

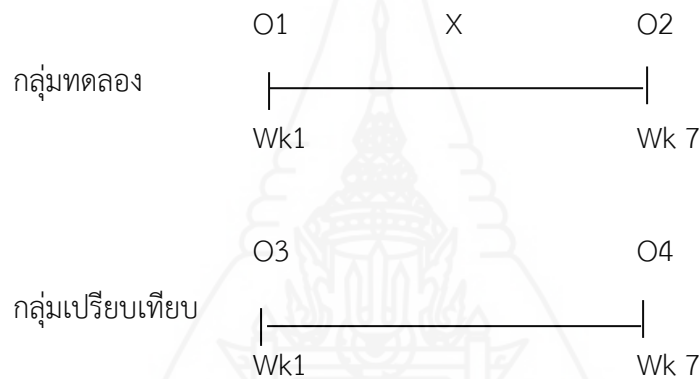
จากการทบทวนงานวิจัยเกี่ยวกับโปรแกรมต่าง ๆ ที่พัฒนาขึ้นเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ได้นำแนวคิดทุนชีวิต ทักษะชีวิต และการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมาประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์เสี่ยงทางเพศ และพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยใช้กลวิธีที่หลากหลาย เช่น การระดมสมอง การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การอภิปรายกลุ่ม ประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และติดตามผลหลังการจัดกิจกรรม พบว่า เกิดการเรียนรู้อย่างสร้างสรรค์ ส่งผลให้วัยรุ่นเชื่อมโยงทักษะชีวิต ให้สามารถพัฒนาทุนชีวิตอย่างมีคุณค่า ทำให้มีความรู้ ทศนคติที่ดี และสร้างเสริมพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นให้เพิ่มสูงขึ้น รวมทั้งพบว่า การจัดการเรียนรู้ผ่านการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเกี่ยวกับการสื่อสารเรื่องเพศให้กับครอบครัว การพัฒนาศักยภาพของครอบครัวในการสื่อสารกับวัยรุ่นเกี่ยวกับการเริ่มมีเพศสัมพันธ์ และการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอีกด้วย

ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยซึ่งเป็นพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนจึงได้พัฒนาโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยนำแนวคิดทุนชีวิต ของ สุริยเดว ทรีปาตี (2559) และแนวคิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มาประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรม ด้วยวิธีการที่หลากหลาย เช่น การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม กรณีศึกษา การใช้เกมส์ การแสดงบทบาทสมมติ เป็นต้น เพื่อพัฒนาทุนชีวิตของวัยรุ่นให้มีทั้งพลังภายใน ได้แก่ พลังตัวตน และพลังภายนอก ได้แก่ พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน ซึ่งจะทำให้วัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างมีทุนชีวิตที่เพิ่มขึ้น เป็นปัจจัยปกป้องและภูมิคุ้มกันชีวิตที่สำคัญสำหรับวัยรุ่น ในการลดหรือไม่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และมีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ที่ดีขึ้นกว่าก่อนได้รับการพัฒนาทุนชีวิตต่อไป

### บทที่ 3

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่ม วัดก่อนและหลังการทดลอง (Two group pretest-posttest design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี โดยมีรูปแบบการวิจัยดังนี้



ภาพที่ 3.1 รูปแบบการวิจัย

กำหนดให้

- X หมายถึง โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
- O1 หมายถึง การประเมินพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง
- O2 หมายถึง การประเมินพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของกลุ่มทดลองหลังการทดลอง 7 สัปดาห์
- O3 หมายถึง การประเมินพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของกลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลอง
- O4 หมายถึง การประเมินพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของกลุ่มเปรียบเทียบหลังการทดลอง 7 สัปดาห์

## 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**1.1 ประชากร** ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอนาจะหลวย สังกัดสำนักงานประถมศึกษาเขตพื้นที่การศึกษาเขต 5 อุบลราชธานี ซึ่งประกอบด้วยโรงเรียนในพื้นที่ 6 ตำบล ได้แก่ ตำบลนาจะหลวย ตำบลโสกแสง ตำบลโนนสมบูรณ์ ตำบลพรสวรรค์ ตำบลโนนสวรรค์ และตำบลบ้านตุม จำนวน 157 คน

**1.2 กลุ่มตัวอย่าง** กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2564 ในตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี โดยกลุ่มทดลอง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านปาก้าว กลุ่มเปรียบเทียบคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านโคกเทียม กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างและคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามขั้นตอนดังนี้

**1.2.1 การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง** ผู้วิจัยคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ Power analysis (Cohen, 1988) กำหนดขนาดอิทธิพล ซึ่งอ้างอิงจากงานวิจัยที่ใกล้เคียงกันของ บุษกร กนแกม (2562) เรื่อง “ผลของโปรแกรมส่งเสริมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นตอนต้น” ซึ่งมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของกลุ่มทดลองเท่ากับ 23.33 (SD. = 3.64) และค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของกลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับ 18.96 (SD. = 5.79) มาคำนวณค่าขนาดอิทธิพล (effect size) ได้เท่ากับ .9 เมื่อกำหนดให้ระดับความเชื่อมั่นที่ alpha เท่ากับ .05 อำนาจการทดสอบเท่ากับ .80 คำนวณกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G\*Power ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 16 คน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงทั้งหมด จึงได้นักเรียนหญิงจำนวน 1 ห้อง คือ 16 คน แต่ในกลุ่มเปรียบเทียบมีนักเรียนหญิงเพียง 15 คน ดังนั้นจึงได้กลุ่มทดลอง 16 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 15 คน รวมกลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 31 คน

**1.2.2 การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง** ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1) *เลือกโรงเรียน* ในพื้นที่อยู่ในเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดอุบลราชธานี เขต 5 อำเภอนาจะหลวย ซึ่งมีคุณสมบัติ คือ มีการจัดการเรียนการสอนที่เป็นหลักสูตรเดียวกัน เป็นโรงเรียนสหศึกษา มีจำนวนนักเรียน สภาพแวดล้อมของสังคมและลักษณะภูมิศาสตร์ที่ตั้งของโรงเรียนใกล้เคียงกัน และผู้บริหารโรงเรียน ครู และผู้ปกครอง ยินดีให้ความร่วมมือในการดำเนินการวิจัย สุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) โดยการจับฉลากแบบไม่คืนที่ได้ตำบลโนนสมบูรณ์ ซึ่งมีโรงเรียนขยายโอกาสและมีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 2 โรงเรียน คือ โรงเรียนบ้านปาก้าว และโรงเรียนบ้านโคกเทียม และจับฉลากได้โรงเรียนบ้านปาก้าว เป็นกลุ่มทดลอง และโรงเรียนบ้านโคกเทียมเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ



2) การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนเพศหญิงที่กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 สังกัดสำนักงานประถมศึกษา เขตพื้นที่การศึกษาเขต 5 อุบลราชธานี ตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี โดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย ด้วยการเลือกนักเรียนหญิงทั้งห้อง

(1) เกณฑ์การคัดเลือกเข้ากลุ่มตัวอย่าง (Inclusion Criteria) ได้แก่ ยังไม่ได้รับการสอนทุนชีวิตในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 สนใจและยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

(2) เกณฑ์การคัดออกจากกลุ่มตัวอย่าง (Exclusion Criteria) ได้แก่ ขอดถอนตัวหรือบอกเลิกระหว่างเข้าร่วมการทดลอง เจ็บป่วยระหว่างการทดลอง และเข้าร่วมกิจกรรมที่ไม่ครบทุกกิจกรรม

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือดำเนินการทดลองและเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีรายละเอียดดังนี้

### 2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง ได้แก่

2.1.1 โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเพื่อให้เด็กนักเรียนมีทุนพื้นฐานของชีวิตที่เข้มแข็งเพิ่มขึ้น สามารถเผชิญกับสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การตั้งครมได้ โดยใช้แนวคิดทุนชีวิต (Life assets) ของ สุริยเดว ทรีปาตี (2559) ประกอบด้วย ทุนชีวิตจำนวน 5 ด้าน ได้แก่ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน โดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ซึ่งประกอบด้วย 1) ประสบการณ์ 2) การสะท้อนคิด 3) ความคิดรวบยอด และ 4) การทดลองใช้ โดยมีขั้นตอนการสร้างโปรแกรม ดังนี้

1) ทบทวนวรรณกรรมและศึกษาแนวคิดทฤษฎีทุนชีวิต แนวคิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง หลักสูตรการสอนเพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียน การมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น และการป้องกันการตั้งครมในวัยรุ่น

2) ประสานกับครูประจำชั้น ครูสอนสุขศึกษาเกี่ยวกับการจัดเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียน ปัญหาอุปสรรค และผลลัพธ์ เพื่อนำข้อมูลมาร่วมกันพิจารณาในการจัดกิจกรรม และวิธีการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมและสอดคล้องกับบริบทของนักเรียน

3) จัดกิจกรรมตามกรอบแนวคิดทุนชีวิต ได้แก่ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน ร่วมกับครูที่ทำหน้าที่สอนสุขศึกษาประจำชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยใช้วิธีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ด้วยวิธีที่หลากหลาย ได้แก่ การระดมสมอง

กรณีศึกษา การวิเคราะห์สถานการณ์ การแสดงบทบาทสมมติ การอภิปรายกลุ่ม โดยจัดกิจกรรม จำนวน 7 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง ประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 กิจกรรมการปฐมนิเทศ และสร้างสัมพันธภาพ โดยใช้เกมส์ กิจกรรมกลุ่ม และกรณีศึกษา และการบรรยายให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมทางเพศ ทุนชีวิต สถานการณ์ และผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

สัปดาห์ที่ 2 กิจกรรมพัฒนาทุนชีวิตด้านพลังตัวตน โดยใช้เกมส์ กิจกรรมกลุ่ม การบรรยาย การดูวีดีทัศน์ การระดมสมอง และการอภิปรายกลุ่ม เพื่อให้สามารถเข้าใจตนเอง และผู้อื่น ตระหนักถึงคุณค่าและเห็นความสำคัญของตนเอง เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

สัปดาห์ที่ 3 กิจกรรมพัฒนาทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว โดยใช้เกมส์ การระดมสมองร่วมกับครอบครัว การอภิปรายกลุ่ม และการแสดงบทบาทสมมติ เพื่อเสริมสร้างทักษะ มีทัศนคติที่ดี และส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่/ผู้ปกครองกับวัยรุ่นในการสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว โดยจัดกิจกรรมจำนวน 2 ครั้ง เป็นการให้ความรู้สำหรับผู้ปกครอง 1 ครั้ง และกิจกรรมกลุ่มระหว่างผู้ปกครองและนักเรียน จำนวน 1 ครั้ง

สัปดาห์ที่ 4 กิจกรรมพัฒนาทุนชีวิตด้านพลังสร้างปัญญา โดยการบรรยาย กิจกรรมกลุ่ม การวิเคราะห์สถานการณ์ กรณีศึกษา การระดมสมอง และการฝึกปฏิบัติ เพื่อให้มีความรู้ และทักษะในการจัดการอารมณ์ทางเพศ มีความรู้เรื่องการคุมกำเนิด และการเลือกใช้วิธีการคุมกำเนิด ได้อย่างเหมาะสมในการป้องกันการตั้งครรภ์

สัปดาห์ที่ 5 กิจกรรมพัฒนาทุนชีวิตด้านพลังเพื่อนและกิจกรรม โดย การบรรยาย การดูวีดีทัศน์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม การวิเคราะห์สถานการณ์ กรณีศึกษา และการแสดงบทบาทสมมติ เพื่อพัฒนาทักษะการแก้ไขปัญหา ทักษะการตัดสินใจ รวมทั้งการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และการให้ความช่วยเหลือเพื่อน

สัปดาห์ที่ 6 การพัฒนาทุนชีวิตด้านพลังชุมชน โดย การร่วมกิจกรรมจิตอาสาในชุมชน เพื่อให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมกับชุมชน รู้จักความเสียสละ ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ รวมทั้งส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ การสร้างความผูกพันและสร้างขวัญกำลังใจซึ่งกันและกันของนักเรียนและชุมชน โดยจัดกิจกรรมจำนวน 2 ครั้ง เป็นกิจกรรมจิตอาสาร่วมกันคณะกรรมการศูนย์อักษุชุมชนป่าแก้ว 1 ครั้ง และกิจกรรมร่วมกับครอบครัว ชุมชนและนักเรียน จำนวน 1 ครั้ง

### 2.1.2 สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง ได้แก่

1) คู่มือการใช้โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ผู้วิจัยจัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นแนวทางในการดำเนินการทดลอง เนื้อหาประกอบด้วย โปรแกรมพัฒนาต้นทุนชีวิต ขั้นตอนการฝึกอบรม และแผนกิจกรรมจำนวน 6 แผน ในแต่ละแผนประกอบด้วย สารสำคัญ จุดประสงค์การเรียนรู้ ระยะเวลา วิธีดำเนินกิจกรรม สื่อ/อุปกรณ์ และการประเมินผล

2) *สื่อการสอน* ได้แก่ สไลด์ประกอบคำบรรยาย เรื่อง สถานการณ์การตั้งครุภัณฑ์ในวัยรุ่น ผลกระทบของการตั้งครุภัณฑ์ในวัยรุ่น การคุมกำเนิด การจัดการอารมณ์ทางเพศ เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น ใบความรู้ และใบงาน ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

3) *หุ่นจำลองอวัยวะเพศชาย* อุปกรณ์คุมกำเนิด ได้แก่ ถุงยางอนามัย ยาเม็ดคุมกำเนิดฉุกเฉิน ยาเม็ดคุมกำเนิดแบบฮอร์โมนรวม ยาฉีดคุมกำเนิด และห่วงอนามัย

4) *ตัวแบบมีชีวิต* ได้แก่ ประชาชนชาวบ้าน (หมอทำขวัญ) ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นบุคคลตัวอย่างของชุมชน เพื่อให้ข้อคิดในการปฏิบัติตัวของวัยรุ่น การวางตัว การคบเพื่อนต่างเพศ และสร้างขวัญกำลังใจให้วัยรุ่นในการมีเป้าหมายในชีวิต

5) *วีดิทัศน์* เรื่อง เอกชัย วรรณแก้ว ซึ่งเป็นผู้ที่มีความพิการแต่กำเนิด ไม่มีแขนทั้ง 2 ข้าง แต่ไม่ย่อท้อต่อโชคชะตา และสามารถเข้าเรียนในสาขาที่ตัวเองชื่นชอบโดยสามารถเรียนในมหาวิทยาลัยเหมือนคนอื่น ๆ ได้จนจบปริญญาโท และประกอบอาชีพด้านศิลปะ การเป็นศิลปิน ในการวาดภาพ และงานศิลปะทุกประเภท มีรายได้ดูแลตนเองและครอบครัวได้ มีความสุขกับงานที่ตนเองทำและเป็นผู้สร้างแรงบันดาลใจ จากเวปไซด์

[https://www.youtube.com/watch?v=phj3cwz3guE&ab\\_channel=CrackYourCocoon](https://www.youtube.com/watch?v=phj3cwz3guE&ab_channel=CrackYourCocoon)

6) *หนังสือเรื่องฮอร์โมนวัยว้าวุ่น* เป็นหนังสือที่สื่อถึงการแสดงออกถึงอารมณ์ทางเพศ เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้จากการตรวจสอบอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองหลังจากดูหนังสือเรื่องนี้ เพื่อหาแนวทางในการจัดการกับอารมณ์ทางเพศที่เกิดขึ้น จาก

[https://www.youtube.com/watch?v=ddK-Zw-ZFuY&ab\\_channel=ปี 2562](https://www.youtube.com/watch?v=ddK-Zw-ZFuY&ab_channel=ปี%202562)

7) *อุปกรณ์เครื่องเขียน* ได้แก่ กระดาษฟลิปชาร์ต สี ปากกาเคมี

8) *อุปกรณ์อื่น ๆ* ในการทำกิจกรรมกลุ่ม เช่น ไข่พลาสติก ฝาปิดตา สมุนไพรที่ใช้ปลูกจำนวน 10 ชนิด พานบายศรีสู่ขวัญ

**2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล** เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ประกอบด้วย 2 ส่วน ดังนี้

**ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป** ได้แก่ อายุ การพักอาศัย สถานภาพสมรสของบิดา มารดา อาชีพของผู้ปกครอง วิธีผ่อนคลายความเครียด การมีคู่อรักหรือแฟน การจัดการอารมณ์ทางเพศ รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว และความสัมพันธ์ในครอบครัว ลักษณะคำถามเป็นแบบเลือกตอบและคำถามปลายเปิด จำนวน 9 ข้อ

**ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกำบังการตั้งครุภัณฑ์ในวัยรุ่น** เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบสอบถามพฤติกรรมกำบังการตั้งครุภัณฑ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นตอนต้น ของ บุชกร กนแกม (2562) ประกอบด้วย การปิดโอกาสต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงของตนเอง การคุมกำเนิด และการผ่อนคลายความต้องการทางเพศ จำนวน

12 ข้อ ประกอบด้วย ข้อคำถามทางบวก 7 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 5, 7, 9, 10, 11, 12 และข้อคำถามทางลบ 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 3, 4, 6, 8 ลักษณะคำถามเป็นแบบเลือกตอบมาตรฐานประมาณค่า 5 ระดับ มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
ปฏิบัติเป็นประจำ	5 คะแนน	1 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	4 คะแนน	2 คะแนน
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	3 คะแนน	3 คะแนน
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	2 คะแนน	4 คะแนน
ไม่เคยปฏิบัติเลย	1 คะแนน	5 คะแนน

เกณฑ์การประเมินผลแบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาตามเกณฑ์การแบ่งระดับอิงเกณฑ์ที่ประยุกต์จากแนวคิดของบลูม (Bloom, 1997) ดังนี้

ระดับสูง	หมายถึง มีคะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป	(48-60 คะแนน)
ระดับปานกลาง	หมายถึง มีคะแนนร้อยละ 60-79	(36-47 คะแนน)
ระดับต่ำ	หมายถึง มีคะแนนต่ำกว่าร้อยละ 60	(ต่ำกว่า 36 คะแนน)

## 2.3 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือการวิจัย

**2.3.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity)** ผู้วิจัยนำเครื่องมือวิจัย ได้แก่ โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และแบบสอบถามพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องและครอบคลุมของเนื้อหาภาษาที่ใช้ แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน (รายละเอียดอยู่ในภาคผนวก ก) ตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมเกี่ยวกับรูปแบบ ความเหมาะสมของระยะเวลาและกิจกรรม ส่วนแบบสอบถามตรวจสอบความครอบคลุมของเนื้อหา ความสอดคล้องกับการวัดตัวแปร และความเหมาะสมของสำนวนภาษา ผู้วิจัยได้นำข้อมูลการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิมาคำนวณหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index: CVI) โดยใช้เกณฑ์ คือ .80 ขึ้นไป (Polit & Beck, 2012) จากสูตร

$$\text{ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา} \text{รายข้อ (I-CVI)} = \frac{\text{จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้คะแนน 3 และ 4}}{\text{จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด}}$$

$$\text{ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเฉลี่ย (S-CVI)} = \frac{\text{ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา} \text{รายข้อ}}{\text{จำนวนข้อทั้งหมด}}$$

ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือวิจัย ดังนี้

1) โปรแกรมพัฒนาทฤษฎีชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีค่าเท่ากับ 0.97

2) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป มีค่าเท่ากับ 0.95

3) แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น มีค่าเท่ากับ 1.0

หลังจากนั้นผู้วิจัยได้นำข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ก่อนนำไปทดลองใช้ และนำไปดำเนินการหาความเที่ยงของเครื่องมือต่อไป

**2.3.2 การหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability)** ผู้วิจัยนำเครื่องมือวิจัยที่ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง โรงเรียนชุมชนบ้านโนนแดง ตำบลบ้านตูม อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี ได้ผล ดังนี้

1) โปรแกรมพัฒนาทฤษฎีชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม นำไปทดลองใช้กับวัยรุ่นตอนต้นจำนวน 5 คน เพื่อทดสอบความเข้าใจของกลุ่มตัวอย่าง ความเหมาะสมของระยะเวลาในการทำกิจกรรม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเข้าใจในแต่ละกิจกรรมตรงกัน ระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินการเป็นไปตามระยะเวลาที่กำหนด

2) แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น นำไปใช้กับวัยรุ่นจำนวน 30 คน นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์หาความเที่ยง โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้เท่ากับ .82

### 3. ขั้นตอนการดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล โดยแบ่งขั้นตอนการดำเนินการเป็น 3 ระยะ ประกอบด้วย ระยะก่อนทดลอง ระยะดำเนินการทดลอง และระยะหลังทดลอง มีรายละเอียดดังนี้

#### 3.1 ระยะก่อนทดลอง

**3.1.1 เตรียมสถานที่สำหรับดำเนินการวิจัยและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย** จัดเตรียมเอกสาร คู่มือ สื่อ/อุปกรณ์ที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

#### 3.1.2 เตรียมผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย ดังนี้

1) ผู้วิจัย ทบทวนและฝึกซ้อมการทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อใช้ในการสร้างสัมพันธภาพ สร้างความคุ้นเคยเพื่อการเปิดใจในการเรียนรู้ ระหว่างผู้วิจัย ผู้ช่วยผู้วิจัย ผู้ปกครอง ผู้นำชุมชน และกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2

2) *เตรียมผู้ช่วยวิจัย* จำนวน 3 คน เป็นพยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ และ นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ ที่ปฏิบัติงานที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโคกเทียม อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี และคัดเลือกครูที่สอนสุศึกษาที่มีประสบการณ์ในการสอนมากกว่า 2 ปี จำนวน 1 คน และสมัครใจที่จะเข้าร่วมการวิจัย ทั้งนี้เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมกลุ่มเป็นไปด้วยความราบรื่นและต่อเนื่อง โดยทำหน้าที่ช่วยเก็บรวบรวมข้อมูล และช่วยในการทำกิจกรรมกลุ่ม โดยผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ รูปแบบการวิจัยและขั้นตอนการดำเนินการวิจัยตามโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิต โดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม อธิบายการใช้แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยระยะแรกผู้ช่วยวิจัยจะทดลองร่วมกับผู้วิจัยก่อน หลังจากนั้นให้ผู้ช่วยวิจัยทดลองปฏิบัติกับประชากรที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3 คน โดยผู้วิจัยเป็นผู้สังเกต เพื่อตรวจสอบความเข้าใจของผู้ช่วยวิจัยและเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัยจนเป็นที่เข้าใจตรงกัน

**3.1.3 เสนอโครงการวิจัยและเครื่องมือการวิจัย** ให้คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ได้หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์เลขที่ 23/2564

**3.1.4 ทำหนังสือขอความอนุเคราะห์ทดลองใช้เครื่องมือวิจัย** จากประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ ถึง ผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชนบ้านโนนแดง พร้อมแนบหนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

**3.1.5 ทำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล** จากประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ไปยัง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านโคกเทียม และโรงเรียนบ้านปาก้าว เพื่อขอความร่วมมือ และชี้แจงรายละเอียดในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

**3.1.6 ภายหลังได้รับอนุมัติให้เก็บรวบรวมข้อมูลแล้ว** ติดต่อประสานงานกับเจ้าหน้าที่โรงเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบเพื่อเข้าพบกับผู้อำนวยการโรงเรียน และครูประจำชั้น เพื่อชี้แจงรายละเอียดวัตถุประสงค์การเก็บข้อมูล แนวทางการดำเนินการ และระยะเวลาของการดำเนินการวิจัย

**3.1.7 ผู้วิจัยนัดพบกลุ่มทดลอง** ที่ห้องประชุมโรงเรียนบ้านปาก้าว และกลุ่มเปรียบเทียบ นัดพบที่ห้องประชุมโรงเรียนบ้านโคกเทียม ตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี ผู้วิจัยแนะนำตัว ชี้แจงให้ทราบถึงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ที่ได้รับระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย และขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล หลังจากนั้นขอความร่วมมือในการทำวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง สอบถามความยินยอมในการเข้าร่วมการวิจัยตามความสมัครใจ เปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย เมื่อกลุ่มตัวอย่างตอบตกลงเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยให้ผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่างลงนามในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และให้กลุ่มทดลองทำ

แบบสอบถามก่อนทดลอง แจ้งให้ทราบว่า ต้องเข้าร่วมกิจกรรมจำนวน 7 ครั้ง สัปดาห์ที่ 1-7 พร้อมทั้งนัดหมายวัน เวลา สถานที่ ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรกที่โรงเรียนป่าแก้ว อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบ แจ้งให้ทราบว่า จะนัดพบกลุ่มตัวอย่างในสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 7 เพื่อทำแบบสอบถามการวิจัย และในระหว่างการทดลอง กลุ่มเปรียบเทียบจะเข้าเรียนตามปกติ

### 3.2 ระยะดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง มีขั้นตอนดำเนินการ ดังนี้

#### 3.2.1 การดำเนินการในกลุ่มเปรียบเทียบ

สัปดาห์ที่ 1 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าพบกลุ่มเปรียบเทียบที่โรงเรียนบ้านโคกเทียม อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสัมพันธภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ดำเนินการดังนี้

1) กล่าวทักทายและให้กลุ่มเปรียบเทียบแนะนำตนเอง ชี้แจงเกี่ยวกับการดำเนินการวิจัยและกำหนดการในการดำเนินกิจกรรม และให้ตอบแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

2) ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยตรวจสอบความครบถ้วนของแบบสอบถาม และทำการนัดพบกลุ่มเปรียบเทียบอีกครั้งในสัปดาห์ที่ 7 โดยจะแจ้งให้ทราบล่วงหน้า 1 สัปดาห์ก่อนวันนัด

สัปดาห์ที่ 2-6 กลุ่มเปรียบเทียบเข้าเรียนและทำกิจกรรมของโรงเรียนตามปกติ

สัปดาห์ที่ 7 ระยะประเมินผลการทดลอง (รายละเอียดการดำเนินการอยู่ในระยะหลังการทดลอง)

#### 3.2.2 การดำเนินการในกลุ่มทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองจำนวน 7 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง ณ ห้องประชุมโรงเรียนบ้านป่าแก้ว และที่วัดป่าแก้ว ตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี ใช้ระยะเวลาทั้งหมด 7 สัปดาห์ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

สัปดาห์ที่ 1 กิจกรรมการปฐมนิเทศ และสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสัมพันธภาพ และปฐมนิเทศเพื่อเตรียมความพร้อมของกลุ่มทดลอง ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ดังนี้

1) กิจกรรม “รู้จักตัวตน พฤติกรรมทางเพศและทุนชีวิต” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เพื่อสร้างความสัมพันธ์และความคุ้นเคย และมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทุนชีวิต และพฤติกรรมทางเพศ ดำเนินการโดย

(1) ผู้วิจัยนำเล่นเกมส่นับตัวเลข เป็นการแนะนำตนเองจนทุกคนมีความคุ้นเคยและผ่อนคลาย แบ่งกลุ่มและให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันกำหนดกติกาของกลุ่ม เลือกประธาน

กลุ่ม ตั้งชื่อกลุ่ม และร่วมกันทำกิจกรรม โดยให้ทุกกลุ่มสะสมคะแนนในการทำกิจกรรมในแต่ละครั้ง จนถึงสัปดาห์สุดท้าย รวบรวมคะแนนและมอบรางวัลให้กลุ่มที่ได้คะแนนมากที่สุด

(2) ให้ความรู้เกี่ยวกับทุนชีวิตและความสำคัญของทุนชีวิตในวัยรุ่น พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมในวัยรุ่น โดยการบรรยายประกอบสไลด์ เพื่อให้กลุ่มทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทุนชีวิต และรู้จักพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น

(3) ให้กลุ่มทดลองทำกิจกรรมตามใบงานที่ 1.1 เรื่อง “พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมและทุนชีวิต” พร้อมส่งตัวแทนนำเสนอและร่วมกันสรุปประเด็นการเรียนรู้

2) กิจกรรม “วิเคราะห์สถานการณ์ และผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจถึงสาเหตุ และปัจจัยสนับสนุนที่ทำให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ดำเนินการโดย

(1) ผู้วิจัยให้ความรู้เกี่ยวกับ “สถานการณ์ และผลกระทบจากการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น” โดยการบรรยายประกอบสไลด์

(2) แบ่งกลุ่มทดลองเป็นกลุ่มย่อยกลุ่มละ 4-5 คน ให้อ่านและวิเคราะห์ข่าวเกี่ยวกับเหตุการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและการแก้ไขปัญหา รวมทั้งผลกระทบที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ตามใบงาน สรุปและนำเสนอผลงานกลุ่มละ 5 นาที และร่วมกันสรุปประเด็นการเรียนรู้

3) เมื่อดำเนินการครบทุกกิจกรรมแล้ว ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้กลุ่มทดลองได้ซักถามข้อสงสัย กล่าวขอบคุณ และให้สมาชิกได้กล่าวคำชื่นชมและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และนัดหมายวัน เวลาในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป โดยกำหนดสถานที่ห้องประชุมโรงเรียนปากก้า

สัปดาห์ที่ 2 กิจกรรมสร้างเสริมพลังตัวตน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง เข้าใจบุคคลอื่น ตระหนักถึงคุณค่าและเห็นความสำคัญของตนเองและบุคคลที่อยู่รอบข้าง และเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ดังนี้

1) กิจกรรม “Who are You” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ดำเนินการโดย

(1) กล่าวทักทายเรื่องทั่วไป และชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรม นำเข้าสู่บทเรียนด้วยการเล่นเกมสปรบมือ เพื่อเตรียมความพร้อมและความกระตือรือร้น

(2) ให้ทำใบงานที่ 2.2 เรื่อง “บุคลิก ลักษณะทั้ง 4 ทิศ” และให้ประเมินตนเองตามใบงาน และแบ่งกลุ่มตามบุคลิกที่ตรงกับตัวเองมากที่สุด

(3) ให้พูดคุยแลกเปลี่ยนบุคลิกของแต่ละคนในกลุ่ม ว่ามีความคล้ายคลึงกันอย่างไร มีจุดเด่นจุดด้อยที่ต้องปรับปรุงพัฒนาอย่างไร พร้อมส่งตัวแทนนำเสนอ



2) กิจกรรม“ค่าของตน สร้างคนให้สมดุล” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที  
ดำเนินการโดย

(1) ให้ชมวีดิทัศน์ เรื่อง เอกชัย วรรณแก้ว ผู้เขียนชีวิตด้วยปลายเท้า แล้วสรุปประเด็นคุณค่า (ความดี) ของเอกชัย วรรณแก้ว จากการชมวีดิทัศน์ โดยแบ่งกลุ่มทดลอง ออกเป็น 4 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มระดมสมองประเด็นคุณค่า (ความดี) ที่เอกชัย วรรณแก้ว มีต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม พร้อมส่งตัวแทนนำเสนอ

(2) ให้ทำกิจกรรม “สลักความดีบนแผ่นหลัง” เพื่อสะท้อนคุณค่า (ความดี) ที่มีต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม จากมุมมองของตนเองและเพื่อน และนำเสนอรายบุคคล

3) เมื่อดำเนินการครบทุกกิจกรรมแล้ว ผู้วิจัยสรุปประเด็น และเปิดโอกาสให้วัยรุ่นได้ซักถามข้อสงสัย กล่าวขอบคุณ และให้กลุ่มทดลองได้กล่าวชื่นชมและให้กำลังใจ ซึ่งกันและกัน และนัดวัน เวลาในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป โดยกำหนดสถานที่โรงเรียนวัดป่าแก้ว

สัปดาห์ที่ 3 กิจกรรมการสร้างเสริมพลังครอบครัว มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทัศนคติ สัมพันธภาพและการสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว เพื่อให้กลุ่มทดลองเห็นคุณค่าของครอบครัว และให้ครอบครัวเกิดพลังความรัก ความเอาใจใส่ และช่วยเหลือวัยรุ่น และการฝึกทักษะการปฏิเสธ ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ดังนี้

1) กิจกรรม “การสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ดำเนินการโดย

(1) ผู้วิจัย บรรยายเรื่อง “การสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว”

(2) แบ่งกลุ่มผู้ปกครองออกเป็น 4 กลุ่ม แจกใบงานที่ 3.1 สถานการณ์หรือเหตุการณ์ในการพูดคุยสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว ให้แต่ละกลุ่มระดมสมองเกี่ยวกับสถานการณ์ที่กำหนดในใบงาน และส่งตัวแทนออกมาแสดงบทบาทสมมติ

(3) ร่วมกันสรุปประเด็นการเรียนรู้

2) กิจกรรม “ให้รักนำทาง” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ดำเนินการโดย

(1) ให้กลุ่มทดลองและผู้ปกครองเปลี่ยนกันเป็นผู้นำทาง (ปิดตา) และผู้ตาม (ตบไหล่บอกทิศทางเดิน) ไม่ให้ชนกันในขอบเขตที่กำหนด และสอบถามความรู้สึกระหว่างการเป็นผู้นำและผู้ตาม ว่ารู้สึกอย่างไร เพื่อให้วัยรุ่นกลุ่มทดลองและผู้ปกครองได้เข้าใจความรู้สึกของแต่ละฝ่าย เมื่อต้องมีการสื่อสารเรื่องที่มีความรู้สึกอัดอั้นใจ

(2) ให้วัยรุ่นกลุ่มทดลองและผู้ปกครองเรียนรู้ทักษะการปฏิเสธ จากใบงานที่ 3.2 เรื่อง “จะปฏิเสธอย่างไรดี” และออกมาแสดงบทบาทสมมติ

3) หลังจากนั้นทำกิจกรรมให้ผู้ปกครองได้ถอดบุตรของตน เพื่อให้เกิดสายสัมพันธ์ การเปิดใจช่วยให้เกิดความเข้าใจในความต้องการของแต่ละคน

4) เมื่อดำเนินการครบทุกกิจกรรมแล้ว ผู้วิจัยสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม และให้ความรู้เรื่องทักษะการปฏิเสธ ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้กลุ่มทดลองได้ซักถามข้อสงสัย กล่าวขอบคุณ ผู้ปกครองที่มาร่วมกิจกรรม และนัดหมายกลุ่มทดลองวันเวลาในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป โดยกำหนด สถานที่วัดป่าแก้ว

สัปดาห์ที่ 4 กิจกรรมเสริมพลังสร้างปัญญา มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มทดลอง ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์เพศหรือความรู้สึกทางเพศและวิธีการจัดการกับอารมณ์เพศ มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการคุมกำเนิดและฝึกทักษะการคุมกำเนิดชนิดต่าง ๆ ตามฐานการเรียนรู้ จำนวน 3 ฐาน ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ดังนี้

1) กิจกรรม “รู้จักและเท่าทัน” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ดำเนินการโดย  
(1) ให้กลุ่มทดลองชมวิดีโอทัศน์ เรื่องฮอร์โมนวัยวัยรุ่น (เป็นซีรีส์ที่แสดง ถึงการแสดงถึงการมีอารมณ์ทางเพศ) แล้วผู้วิจัยนำเสนอประเด็นอารมณ์เพศหรือความรู้สึกทางเพศ ตัวกระตุ้น และปฏิกิริยา

(2) ร่วมกันวิเคราะห์สถานการณ์ในการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ พร้อมนำเสนอ และร่วมกันสรุปประเด็นการเรียนรู้

2) กิจกรรม “รักเป็น...ปลอดภัย” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ดำเนินการ โดย

(1) แบ่งกลุ่มทดลองออกเป็น 3 กลุ่ม เพื่อเรียนรู้และฝึกทักษะการใช้ถุงยางอนามัย และการคุมกำเนิดวิธีอื่น ๆ โดยแบ่งออกเป็น 3 ฐาน ฐานที่ 1 หมวกกันน็อค ฐานที่ 2 มุมปลอดภัยด้วยยาเม็ด และฐานที่ 3 มุมปลอดภัยด้วยยาฉีดและอื่น ๆ โดยให้หมุนเวียนตามฐาน ฐานละ 30 นาที

(2) ผู้วิจัยสรุปประเด็นการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรม เปิดโอกาสให้กลุ่มทดลองได้ซักถามข้อสงสัย และนัดวัน เวลาในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป โดยกำหนดสถานที่ห้องประชุมโรงเรียนป่าแก้ว

สัปดาห์ที่ 5 กิจกรรมการสร้างเสริมพลังเพื่อนและกิจกรรม มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มทดลองสามารถวิเคราะห์สถานการณ์ที่เป็นปัญหา จัดลำดับความสำคัญของปัญหา ตัดสินใจ และเลือกทางออกอย่างเหมาะสม และการให้คำปรึกษาเบื้องต้นกับเพื่อน ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ดำเนินการ ดังนี้

1) กิจกรรม “ชีวิตมีทางออก” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ดำเนินการโดย  
(1) ผู้วิจัย กล่าวทักทายเรื่องทั่วไป ชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรม ทบทวนกติกาของกลุ่ม และแจ้งให้ทราบถึงระยะเวลาในการทำกิจกรรม

(2) ผู้วิจัยนำเสนอประเด็น เหตุการณ์ในชีวิตประจำวันในกลุ่มทดลอง ต้องตัดสินใจ เช่น การคบเพื่อน การเรียน การเลือกคู่ครอง และการให้คำปรึกษาเบื้องต้น

(3) แบ่งกลุ่มทดลองออกเป็น 4 กลุ่ม วิเคราะห์กรณีศึกษาเรื่อง “การตัดสินใจของแอน การตัดสินใจของฟลุ๊ค” ร่วมกันระดมสมอง พร้อมทั้งนำเสนอ

2) กิจกรรม “การให้คำปรึกษาเพื่อนช่วยเพื่อน” ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ดำเนินการโดย ผู้วิจัยให้ความรู้เรื่องทักษะการให้คำปรึกษาเบื้องต้น หลังจากนั้นแบ่งกลุ่มทดลองเป็นกลุ่ม ๆ ละ 3 คน เลือกรณีศึกษาและให้แสดงบทบาทสมมติการให้คำปรึกษา

3) เมื่อดำเนินการครบทุกกิจกรรมแล้ว ผู้วิจัยสรุปประเด็นการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรม เปิดโอกาสให้วัยรุ่นได้ซักถามข้อสงสัย และนัดวัน เวลาในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป โดยกำหนดสถานที่ห้องประชุมโรงเรียนป่าแก้ว

สัปดาห์ที่ 6 กิจกรรมการสร้างเสริมพลังชุมชน ดำเนินการร่วมกันระหว่าง คณะกรรมการศูนย์ฮักชุมชน ตัวแบบมีชีวิต ผู้นำชุมชน ผู้ปกครองและกลุ่มทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อร่วมกิจกรรมจิตอาสาของชุมชน บำเพ็ญประโยชน์ ช่วยให้เกิดความรู้สึกร่วมกัน ปลอดภัย ในการอยู่ในชุมชนและมีความภูมิใจในชุมชนของตนเอง ได้ร่วมประเพณีการผูกข้อมือเป็น ลูกฮักของชุมชน” เพื่อให้กลุ่มทดลองมีพลังใจ มีที่ปรึกษา รู้สึกว่าตนเองโชคดี มีคุณค่าและเป็นประโยชน์ต่อชุมชน ประกอบด้วยกิจกรรมจำนวน 2 กิจกรรม ใช้เวลา 2 วัน ครั้งที่ 1 กิจกรรม “จิตอาสาปลูกสมุนไพรในศูนย์ฮักชุมชนป่าแก้ว” และครั้งที่ 2 กิจกรรม “ลูกฮักของชุมชน” สถานที่วัดป่าแก้ว ดำเนินการ ดังนี้

1) กิจกรรม “จิตอาสาปลูกสมุนไพรในศูนย์ฮักชุมชนป่าแก้ว” ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ดำเนินการโดย

(1) ผู้วิจัยกล่าวทักทายเรื่องทั่วไป บอกวัตถุประสงค์ของกิจกรรม ระยะเวลาในการทำกิจกรรม และทบทวนกติกาของกลุ่ม

(2) ผู้วิจัยแนะนำตัวแบบมีชีวิต คือ ปรากฏิต้านสมุนไพร ซึ่งจะเป็นผู้ให้ความรู้เรื่องสมุนไพรพอสังเขป จำนวน 10 ชนิด ซึ่งเป็นสมุนไพรที่ศูนย์ฮักชุมชนป่าแก้วใช้ในการส่งเสริมสุขภาพและบำบัดรักษาโรคของคนในชุมชน และสอนสรรพคุณของสมุนไพรแต่ละชนิดให้นักเรียนได้เรียนรู้

(3) ตัวแบบมีชีวิต ผู้นำชุมชน และกลุ่มทดลอง ดำเนินการปลูกสมุนไพร และทำป้ายชื่อสมุนไพร พร้อมทั้งสรรพคุณทั้ง 10 ชนิด

(4) หลังจากปลูกสมุนไพรแล้ว ผู้วิจัยสรุปประเด็นการเรียนรู้จากกิจกรรมดังกล่าว และนัดหมายการทำกิจกรรม “ลูกฮักของชุมชน” ในวันรุ่งขึ้น

- 2) กิจกรรม “ลูกฮักของชุมชน” ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ดำเนินการโดย
  - (1) ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรม
  - (2) ผู้วิจัยร่วมกับชุมชน และกลุ่มทดลองทำบุญตักบาตรถนนวนสายวัฒนธรรม และถวายภัตตาหารเช้าแก่พระสงฆ์
  - (3) ประชาชนชุมชน (พ่อพราหมณ์) ทำพิธีการบายศรีสู่ขวัญ พร้อมทั้งเสี่ยงทายไข่มงคลทำนายให้กับลูกฮักทุกคน เพื่อสร้างขวัญกำลังใจให้กับลูกฮักของชุมชน
  - (4) ประชาชนชุมชน (พ่อพราหมณ์) ทำพิธีผูกข้อมือ “ลูกฮักของชุมชน” โดยให้พ่อฮักแม่ฮักของกลุ่มทดลองได้ผูกข้อมือและให้โอวาทกับลูกฮัก และให้โอกาสได้พูดคุยกันตามอัธยาศัย
- 3) เมื่อดำเนินการครบทุกกิจกรรมแล้ว ผู้วิจัยสรุปประเด็นการเรียนรู้ เปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย และนัดวัน เวลาในการประเมินผลหลังการทดลองและปิดการวิจัย โดยกำหนดสถานที่ห้องประชุมโรงเรียนปาก้าว

### 3.3 ระยะเวลาหลังการทดลอง

สัปดาห์ที่ 7 มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินผลหลังการทดลองและปิดการวิจัย ดำเนินการดังนี้

#### 3.3.1 การดำเนินการในกลุ่มเปรียบเทียบ

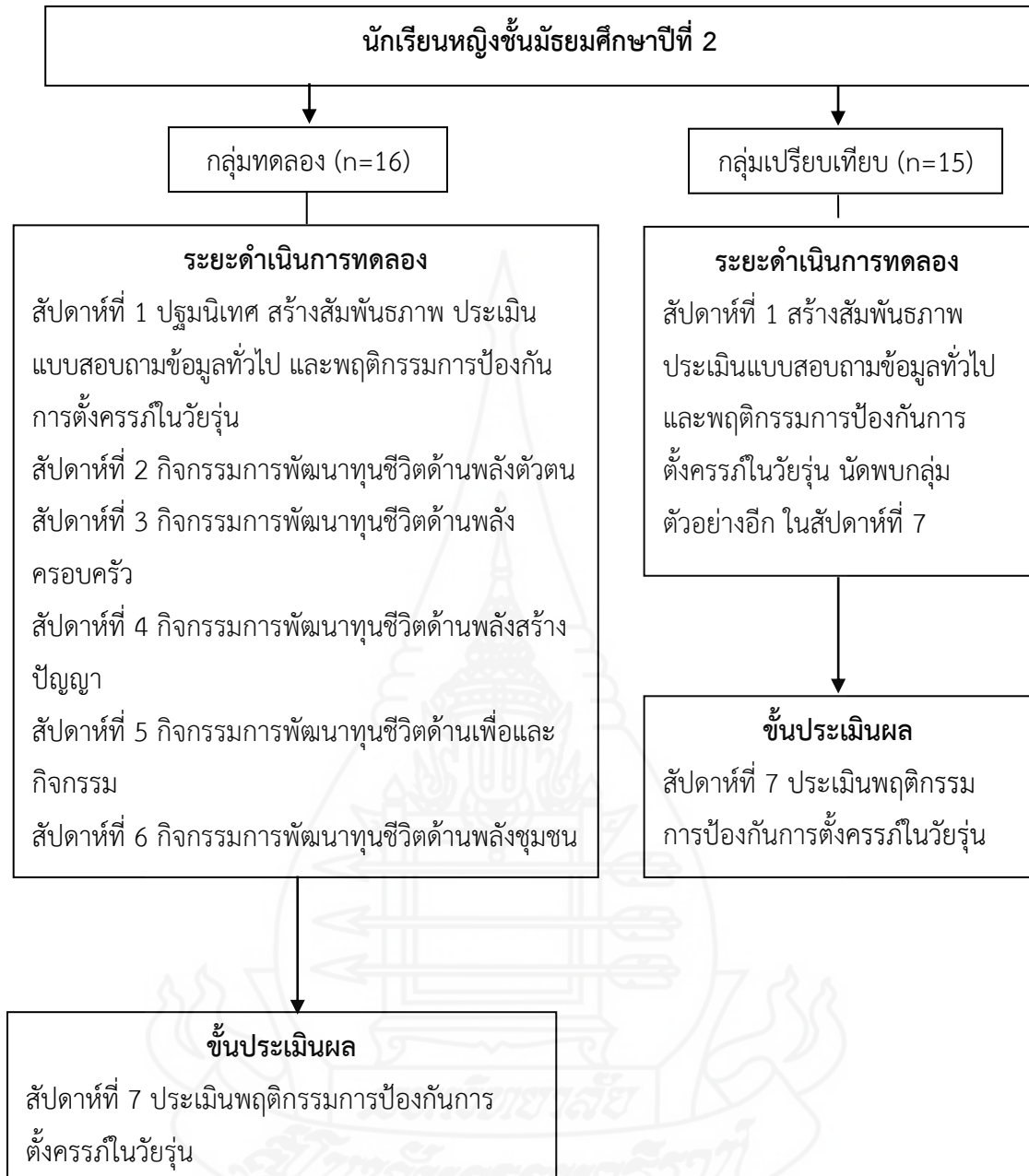
- 1) ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มเปรียบเทียบตามนัดหมาย ณ ห้องประชุมโรงเรียนบ้านโคกเทียม กล่าวทักทาย และซักถามเรื่องทั่วไป
- 2) ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามหลังการทดลอง โดยใช้แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นชุดเดิม
- 3) แจ้งให้กลุ่มเปรียบเทียบทราบว่า จะได้รับการพัฒนาทุนชีวิต โดยทำกิจกรรมตามโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เช่นเดียวกับกลุ่มทดลองเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสมัครใจของกลุ่มเปรียบเทียบ โดยจะประสานกับครูประจำชั้น หลังจากนั้นผู้วิจัยกล่าวขอบคุณกลุ่มเปรียบเทียบที่ให้ความร่วมมือในการทำวิจัยครั้งนี้และปิดการวิจัย

#### 3.3.2 การดำเนินการในกลุ่มทดลอง

- 1) ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มทดลองตามนัดหมายกล่าวทักทาย พูดคุย ซักถามเกี่ยวกับสุขภาพทั่วไป เปิดโอกาสให้ซักถาม หรือแสดงความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิต โดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น
- 2) แจ้งให้กลุ่มทดลองทราบว่า ถึงระยะสิ้นสุดการวิจัย ส่งเสริมและให้กำลังใจในการปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์อย่างต่อเนื่อง

- 3) ให้ทำแบบสอบถามหลังการทดลอง ได้แก่ แบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภในวัยรุ่นชุดเดิม
- 4) ผู้วิจัยแจ้งให้ทราบว่า หากมีเรื่องที่จะขอคำปรึกษา ผู้วิจัยยินดีให้คำปรึกษากับนักเรียนได้ ตามที่อยู่และเบอร์โทรศัพท์ที่ให้ไว้
- 5) ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณกลุ่มทดลองที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้ และปิดการวิจัย
- 6) นำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้ง 2 กลุ่ม มาตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วน ก่อนนำไปวิเคราะห์ทางสถิติ





ภาพที่ 3.2 ขั้นตอนการทดลอง

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีการทางสถิติ โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดังนี้

**4.1 ข้อมูลทั่วไป** วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา การแจกแจงความถี่ (frequency) ร้อยละ (percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

**4.2 ทดสอบการกระจายแบบโค้งปกติของตัวแปร** ได้แก่ พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ตามข้อตกลงเบื้องต้นของสถิติที่ ด้วยสถิติ Kolmogorov-Smirnov พบว่า มีการกระจายตัวแบบแจกแจงไม่ปกติ จึงวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ Nonparametric โดยเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่น ในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ดังนี้

4.2.1 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังทดลอง โดยใช้สถิติ Wilcoxon matched pairs signed rank test

4.2.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังทดลอง โดยใช้สถิติ Mann-Whitney U test

#### 5. การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลหลังจากได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของ สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชตามหนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์เลขที่ 23/2564 และให้การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างดังต่อไปนี้

5.1 ผู้วิจัยคำนึงถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลและระยะเวลาของการศึกษา พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการตอบรับ หรือปฏิเสธการเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างสามารถออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลาตามความต้องการโดยไม่มีผลต่อการบริการที่จะได้รับ

5.2 ผู้วิจัยแจ้งให้ทราบว่า จะเก็บข้อมูลทุกอย่างเป็นความลับ การนำเสนอผลจากการศึกษาจะนำเสนอในภาพรวมเพื่อประโยชน์ทางการศึกษาเท่านั้น และให้กลุ่มตัวอย่าง และผู้ปกครองได้อ่านเอกสารชี้แจงสำหรับกลุ่มตัวอย่าง เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินดีเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยให้ผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่างเซ็นชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

5.3 จัดทำแบบสอบถามโดยการกำหนดลำดับของแบบสอบถามไม่มีการเขียนชื่อ-สกุลจริงของกลุ่มตัวอย่าง

5.4 เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยจะดำเนินการตามโปรแกรมกับกลุ่มเปรียบเทียบ ใช้เวลา 6 สัปดาห์ เช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง ทั้งนี้ให้เป็นไปตามความสมัครใจของกลุ่มเปรียบเทียบ





## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยกึ่งทดลองนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 31 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 16 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 15 คน ใช้ระยะเวลาดำเนินการทดลอง 7 สัปดาห์ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอด้วยตารางประกอบการบรรยายตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

#### ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามอายุ การพักอาศัย สถานภาพสมรสของบิดามารดา อาชีพหลักของครอบครัว การเลี้ยงดูของครอบครัว ความสัมพันธ์ในครอบครัว และการมีคนรัก ดังตารางที่ 4.1 และจำแนกตามพฤติกรรมทางสังคม ได้แก่ กิจกรรมเมื่อเกิดความรู้สึกหรือมีอาการทางเพศ และวิธีการผ่อนคลายเมื่อมีความเครียด ดังตารางที่ 4.2

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n=16)		กลุ่มเปรียบเทียบ (n=15)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>อายุ (ปี)</b>				
14 ปี	16	100.0	15	100.0
	M = 14, SD. = 0.00		M = 14, SD. = 0.00	
<b>การพักอาศัย</b>				
อยู่กับบิดาและมารดา	9	56.2	8	53.3
อยู่กับญาติผู้ใหญ่	7	43.8	6	40.0
อยู่ลำพังกับบิดา	0	0.00	1	6.7

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n=16)		กลุ่มเปรียบเทียบ (n=15)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา</b>				
อยู่ด้วยกัน	12	75.0	10	66.7
หย่าร้าง/แยกทางกัน	4	25.0	5	33.3
<b>อาชีพหลักของผู้ปกครอง</b>				
เกษตรกร	9	56.2	8	53.3
รับจ้าง/พนักงานบริษัท	5	31.3	4	26.7
ค้าขาย	2	12.5	2	13.3
ว่างงาน/เกษียณ	0	0.00	1	6.7
<b>การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว</b>				
เอาใจใส่/ใช้เหตุผล	10	62.5	9	60.0
ควบคุม/เข้มงวด/มีระเบียบ	5	31.3	4	26.7
ตามใจ/ให้อิสระ	1	6.2	2	13.3
<b>ความสัมพันธ์ในครอบครัว</b>				
ดีบ้างไม่ดีบ้าง	13	81.2	11	73.3
ผูกพันรักใคร่กันดี	3	18.8	4	26.7
<b>การมีแฟนหรือคู่รัก</b>				
มี	11	68.7	10	66.7
ไม่มี	5	31.3	5	33.3

จากตารางที่ 4.1 พบว่า ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีอายุ 14 ปีทุกคนคิดเป็นร้อยละ 100 ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา ร้อยละ 56.2 และร้อยละ 53.3 ตามลำดับ สถานภาพสมรสของบิดาและมารดา คือ อยู่ด้วยกัน ร้อยละ 75.0 และร้อยละ 66.7 ตามลำดับ ประกอบอาชีพเกษตรกร ร้อยละ 56.2 และร้อยละ 53.3 ตามลำดับ ส่วนใหญ่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่และใช้เหตุผล ร้อยละ 62.5 และร้อยละ 60.0 ตามลำดับ ความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นแบบแบบดีบ้างไม่ดีบ้าง ร้อยละ 81.2 และร้อยละ 73.3 ตามลำดับ กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีแฟนหรือคนรักแล้ว ร้อยละ 68.7 และร้อยละ 66.7 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.2 จำนวนและร้อยละของวัยรุ่นในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามพฤติกรรมทางสังคม

พฤติกรรมทางสังคม	กลุ่มทดลอง (n=16)		กลุ่มเปรียบเทียบ (n=15)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>กิจกรรมเมื่อเกิดความรู้สึกหรือมีอารมณ์ทางเพศ</b>				
ฟังเพลง	13	81.2	12	80.0
ออกกำลังกาย	2	12.5	0	0.0
มีเพศสัมพันธ์	1	6.3	0	0.0
เล่นเกมส์	0	0.0	2	13.3
สำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง	0	0.0	1	6.7
<b>วิธีการผ่อนคลายเมื่อมีความเครียด</b>				
อยู่เงียบ ๆ คนเดียว	6	37.5	4	26.7
ปรึกษาคนที่ไว้ใจ	3	18.8	4	26.7
ฟังเพลง/ร้องเพลง	2	12.5	4	26.7
เที่ยวกับเพื่อน	2	12.5	1	6.7
ดูซีรี่	2	12.5	1	6.7
ออกกำลังกาย	1	6.3	0	0.0
ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์	0	0.0	1	6.7

จากตารางที่ 4.2 พบว่า กิจกรรมที่กลุ่มทดลองกระทำมากที่สุดเมื่อเกิดความรู้สึกหรือมีอารมณ์ทางเพศ คือ ฟังเพลง ร้อยละ 81.2 รองลงมา คือ ออกกำลังกายและมีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 12.5 และร้อยละ 6.3 ตามลำดับ และเมื่อมีความเครียดจะใช้วิธีคลายเครียดโดยการอยู่เงียบ ๆ คนเดียว ร้อยละ 37.5 รองลงมาคือ ปรึกษาคนที่ไว้ใจ ร้อยละ 18.8 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบเมื่อเกิดความรู้สึกหรือมีอารมณ์ทางเพศจะทำกิจกรรม คือ ฟังเพลง ร้อยละ 80.0 รองลงมาคือ เล่นเกมส์และสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ร้อยละ 13.3 และร้อยละ 6.7 ตามลำดับ และวิธีผ่อนคลายเมื่อเกิดมีความเครียด คือ การอยู่เงียบ ๆ คนเดียว ปรึกษาคนที่ไว้ใจ และการฟังเพลง/ร้องเพลง ร้อยละ 26.7 เท่ากันทั้งสามวิธี

## ตอนที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยใช้สถิติ Wilcoxon signed rank test และระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้สถิติ Mann-Whitney U test ดังตารางที่ 4.3 และตารางที่ 4.4

ตารางที่ 4.3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม

พฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม			หลังเข้าร่วมโปรแกรม			Z	p-value
	M	SD.	ระดับ	M	SD.	ระดับ		
กลุ่มทดลอง (n=16)	46.43	9.44	ปานกลาง	57.31	3.61	สูง	-3.523	.000
กลุ่มเปรียบเทียบ (n=15)	48.46	6.79	ปานกลาง	48.73	6.20	ปานกลาง	-0.306	.759

จากตารางที่ 4.3 พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอยู่ในระดับปานกลาง (M = 46.43, SD. = 9.44) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็นระดับสูง (M = 57.31, SD. = 3.61) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น หลังเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

กลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอยู่ในระดับปานกลาง (M = 48.46, SD. = 6.79) หลังเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าเฉลี่ยระดับปานกลางเท่าเดิม (M = 48.73, SD. = 6.20) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า มีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นใกล้เคียงกัน และแตกต่างกันอย่างไม่มีความนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4.4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์  
ในวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม

ระยะเวลา	กลุ่มทดลอง (n=16)			กลุ่มเปรียบเทียบ (n=15)			Z	p-value
	M	SD.	ระดับ	M	SD.	ระดับ		
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	46.43	9.44	ปานกลาง	48.46	6.79	ปานกลาง	-0.476	.654
หลังเข้าร่วมโปรแกรม	57.31	3.61	สูง	48.73	6.20	ปานกลาง	-3.801	.000

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม-กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ อยู่ในระดับปานกลางทั้งสองกลุ่ม (M = 46.43, SD. = 9.44 และ M = 48.46, SD.= 6.79) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์เพิ่มขึ้นอยู่ในระดับสูง (M = 57.31, SD. = 3.61) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลางเท่าเดิม (M = 48.73, SD. = 6.20) เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบและแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

## บทที่ 5

### สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยกึ่งทดลองเรื่อง ศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังนี้

#### 1. สรุปการวิจัย

##### 1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.1.1 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ภายในกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

##### 1.2 สมมติฐานการวิจัย

1.2.1 คะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์วัยรุ่นในกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

1.2.2 คะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์วัยรุ่นในกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

##### 1.3 วิธีดำเนินการวิจัย

1.3.1 **กลุ่มตัวอย่าง** ในการวิจัยครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2564 ในอำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี คัดเลือกโรงเรียนที่มีคุณสมบัติตามกำหนด โดยสุ่มอย่างง่ายได้จำนวน 2 โรงเรียน คือ โรงเรียนปาก้าว เป็นกลุ่มทดลอง และโรงเรียนโคกเทียม เป็นกลุ่มเปรียบเทียบ คัดเลือกนักเรียนโดยสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 16 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน 15 คน

1.3.2 **เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย** ประกอบด้วย 1) โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้แนวคิดทุนชีวิต ของ สุริยเดว ทรีปาตี (2559) และใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ระยะเวลาดำเนินการทั้งหมด 6 สัปดาห์ มีสื่อและอุปกรณ์ ได้แก่ ตัวแบบมีชีวิต หุ่นจำลองอวัยวะเพศชาย อุปกรณ์คุมกำเนิด วิดีทัศน์เรื่อง เอกซัย วรรณแก้ว และหนังสือเรื่อง

ฮอว์โมนวัยวัยรุ่น 2) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน มีค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (CVI) เท่ากับ .95 และมีค่าความเที่ยง เท่ากับ .82

**1.3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล** ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบด้วยแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ดำเนินการทดลองโดยกลุ่มเปรียบเทียบเรียนตามปกติในชั้นเรียน ส่วนกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมพัฒนาทฤษฎีชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม จำนวน 6 ครั้ง ๆ ละ 3 ชั่วโมง ใช้ระยะเวลาทั้งหมด 7 สัปดาห์ และเก็บข้อมูลหลังการทดลองด้วยแบบสอบถามพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นชุดเดิมในสัปดาห์ที่ 7

**1.3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล** ข้อมูลทั่วไปวิเคราะห์โดย การแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นด้วยสถิติ Nonparametric คือ Wilcoxon matched pairs signed rank test และ สถิติ Mann-Whitney U test

#### 1.4 ผลการวิจัย

**1.4.1 ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ** มีอายุ 14 ปีทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา ร้อยละ 56.2 และร้อยละ 53.3 ตามลำดับ สถานภาพสมรสของบิดาและมารดา คือ อยู่ด้วยกัน ร้อยละ 75.0 และร้อยละ 66.7 ตามลำดับ ผู้ปกครองประกอบอาชีพเกษตรกรร้อยละ 56.2 และร้อยละ 53.3 ตามลำดับ ส่วนใหญ่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่และใช้เหตุผล ร้อยละ 62.5 และร้อยละ 60.0 ตามลำดับ ความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นแบบดีบ้างไม่ดีบ้าง ร้อยละ 81.2 และร้อยละ 73.3 ตามลำดับ กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีแฟนหรือคนรักแล้ว ร้อยละ 68.7 และร้อยละ 66.7 ตามลำดับ สำหรับกิจกรรมที่กลุ่มทดลองกระทำมากที่สุดเมื่อมีอารมณ์ทางเพศ คือ ฟังเพลง ร้อยละ 81.2 และเมื่อมีความเครียดจะใช้วิธีคลายเครียดโดยการอยู่เงียบ ๆ คนเดียว ร้อยละ 37.5 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบเมื่อเกิดความรู้สึกหรือมีอารมณ์ทางเพศจะทำกิจกรรม คือ ฟังเพลง ร้อยละ 80.0 และวิธีผ่อนคลายเมื่อเกิดความเครียด คือ การอยู่เงียบ ๆ คนเดียว

**1.4.2 คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นภายในกลุ่มทดลอง** หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทฤษฎีชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

**1.4.3 คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นในกลุ่มทดลอง** หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทฤษฎีชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

## 2. อภิปรายผล

จากการศึกษาโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรม การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี สามารถอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

### 2.1 สมมติฐานที่ 1 คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นในกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

ผลการวิจัยพบว่า หลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย อธิบายได้ดังนี้

การเปลี่ยนแปลงความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และการพัฒนาทุนชีวิตแก่วัยรุ่นกลุ่มทดลอง ทำให้วัยรุ่นในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ดีขึ้นกว่าก่อนทดลอง ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นได้นำแนวคิดทุนชีวิต (Life assets) ของ สุริยเดว ทรีปาตี (2559) ซึ่งประกอบด้วย 5 พลัง ได้แก่ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน มาใช้ในการจัดกิจกรรม ร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนการสอนที่เน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียน ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ การใช้ประสบการณ์เดิมของผู้เรียน การสะท้อนคิดเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจ และเกิดความคิดรวบยอด และนำเอาสิ่งที่ได้รับไปประยุกต์ใช้จนเกิดเป็นการปฏิบัติพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์อย่างต่อเนื่อง (กรมสุขภาพจิต, 2543) ซึ่งกิจกรรมที่พัฒนาทุนชีวิตนี้เป็นกิจกรรมที่เพิ่มพลังบวกให้แก่วัยรุ่น โดยอาศัยความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ครอบครัว เพื่อน และชุมชน ประกอบด้วย *การพัฒนาพลังตัวตน* โดยให้กลุ่มทดลองเล่นเกม เพื่อทำความรู้จักตนเองและเพื่อนทุกคน เข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง ตระหนักถึงความสำคัญของบุคคลที่อยู่รอบข้างและเห็นคุณค่าของตนเอง และให้ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศและความสำคัญของทุนชีวิต ให้ทำกิจกรรมตามใบงาน วิเคราะห์สถานการณ์และผลกระทบจากการตั้งครรภ์วัยรุ่น เพื่อให้ตระหนักถึงอันตรายหรือปัญหาที่อาจเกิดขึ้นจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น นอกจากนี้ส่งเสริมให้เห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น โดยใช้ตัวแบบมีชีวิตจากวีดิทัศน์ คือ “เอกชัย วรรณแก้ว” ที่พิการแต่กำเนิด แต่ไม่ย่อท้อสามารถเรียนจนจบปริญญาโทได้ อีกทั้งให้เพื่อนได้บอกถึงความดีของเรา ซึ่งจะนำไปสู่การเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่าของตนเอง จนไม่อยากจะเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อันจะนำไปสู่การตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ญัฐธิดา กาญจนกุล (2555) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทุนชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเอง และการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนอาชีวศึกษากรุงเทพมหานคร พบว่า ทุนชีวิตมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเห็นคุณค่า



ในตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การแสดงออกของพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และมีพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอีกด้วย

*การพัฒนาพลังครอบครัว* จากการศึกษาที่น่าร้องโดยผู้วิจัยสัมภาษณ์มารดาวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อม พบว่า ส่วนใหญ่ขาดความรักความอบอุ่นในครอบครัว อาศัยอยู่กับตาและยายที่ไม่เข้าใจความต้องการของวัยรุ่น หรือปรึกษาพ่อแม่ไม่ได้ พ่อแม่เอาแต่ดูตำ ไม่เคยเข้าใจความต้องการหรือความรู้สึกของตน และเมื่อมีปัญหาเรื่องเพศจึงไม่กล้าที่จะถามพ่อแม่ ดังนั้นผู้วิจัยจึงเสริมสร้างพลังครอบครัวแก่วัยรุ่น โดยให้ผู้ปกครองวิเคราะห์สถานการณ์หรือเหตุการณ์ในการพูดคุยสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว ทำใบงานที่กำหนด หลังจากนั้นให้ผู้ปกครองและกลุ่มทดลองทำกิจกรรมร่วมกัน โดยให้ฝึกการสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัวร่วมกับผู้ปกครองจากกรณีศึกษา โดยการใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีการสะท้อนความคิด สรุปรวบยอด และนำเสนอ โดยผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม อีกทั้งยังสร้างบรรยากาศของความรักโดยให้ผู้ปกครองกอดบุตรของตน เปิดใจคุยกัน ซึ่งจากการทำกิจกรรมนี้ทำให้กลุ่มทดลองได้เรียนรู้ร่วมกันว่า ครอบครัวคือที่พึ่งแรกที่จะช่วยในการเผชิญปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับตนเอง เกิดความรักและเข้าใจกันในครอบครัว มีการสื่อสารเชิงบวก ผู้ปกครองรับรู้ถึงปัญหาที่วัยรุ่นต้องเผชิญ และทำให้ผู้ปกครองและวัยรุ่นกลุ่มทดลองได้เข้าใจความต้องการของกันและกันมากขึ้น และยังทำให้กลุ่มทดลองกล้าที่จะปรึกษากับผู้ปกครองมากขึ้น อันจะนำไปสู่การมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ธันวรุจน์ บุรณสุขสกุล (2558) ที่พบว่าวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ดีจะมีสัดส่วนอยู่ในกลุ่มที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่ำกว่าวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีสัมพันธภาพต่ำ

*และในการพัฒนาพลังปัญญา* ผู้วิจัยให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การคุมกำเนิด โดยการบรรยาย ให้ชมวิดีโอทัศน์ และให้ทำกิจกรรมตามใบงาน ร่วมกันวิเคราะห์สถานการณ์ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์เพศ และการจัดการกับอารมณ์เพศ ฝึกทักษะการปฏิเสธ และทักษะการใช้และเลือกวิธีการคุมกำเนิดชนิดต่าง ๆ ตามฐานการเรียนรู้ 3 ฐาน ได้แก่ ฐานการใช้ถุงยางอนามัย ฐานการคำนวณรอบเดือนและนับวันปลอดภัย และฐานการใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดและยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน หลังจากทำกิจกรรมนี้แล้ว กลุ่มทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและผลกระทบที่จะเกิดจากการตั้งครรภ์วัยรุ่น สามารถวิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่จะทำให้เกิดการตั้งครรภ์ไม่พร้อมได้ รวมทั้งสามารถบอกวิธีการคุมกำเนิดแต่ละชนิดได้ถูกต้อง ซึ่งการที่ผู้วิจัยส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้แก่กลุ่มทดลองดังกล่าว เป็นการเสริมสร้างพลังปัญญาให้เข้มแข็ง ทำให้กลุ่มทดลองมีความรู้ที่เท่าทันในสิ่งต่าง ๆ และมีพฤติกรรมหรือการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ภัทรพงศ์ ชูเศษ (2559) ที่พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และการศึกษาของ ชลดา กิ่งมาลา

(2558) ที่พบว่า ภายหลังจากให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การคุมกำเนิด การพัฒนาทักษะในการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ทำให้หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สำหรับ *การพัฒนาพลังเพื่อนและกิจกรรม* ซึ่งเป็นพลังที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมากที่สุด เนื่องจากเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับการเป็นเพื่อนและกิจกรรมเป็นหลัก ถ้าวัยรุ่นมีเพื่อนที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงก็จะชักนำไปทำกิจกรรมไปในทางที่ไม่ดี ผู้วิจัยจึงส่งเสริมให้วัยรุ่นกลุ่มทดลองและกลุ่มเพื่อนทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม และมีความคิดที่ถูกต้องเกี่ยวกับความรักในวัยเรียน โดยให้วิเคราะห์กรณีศึกษาเกี่ยวกับการตัดสินใจในการที่จะมีเพศสัมพันธ์หรือจะหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ใช้การระดมสมองและอภิปรายกลุ่ม และผู้วิจัยให้ความรู้เรื่องการให้คำปรึกษาเบื้องต้น สาธิตวิธีการให้คำปรึกษา และให้กลุ่มทดลองฝึกปฏิบัติการให้คำปรึกษากับเพื่อน หลังทำกิจกรรม กลุ่มทดลองรู้สึกพึงพอใจที่สามารถแก้ปัญหาจากกรณีศึกษาได้ถูกต้อง รู้สึกภูมิใจที่มีส่วนทำให้กิจกรรมกลุ่มเพื่อนสำเร็จลุล่วงด้วยดี และสามารถนำเทคนิคการให้ปรึกษาไปใช้กับเพื่อนได้ ซึ่งการที่กลุ่มทดลองได้ทำกิจกรรมกับกลุ่มเพื่อน และเป็นกิจกรรมที่ดี จะช่วยเสริมสร้างทุนชีวิต อีกทั้งการใช้กรณีศึกษา การระดมสมอง การแสดงบทบาทสมมติ และการอภิปรายกลุ่ม ทำให้กลุ่มทดลองได้เรียนรู้สภาพความเป็นจริง ฝึกการแก้ไขปัญหา พัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ และสามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ดี เป็นการเตรียมสำหรับสถานการณ์จริงเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่จะเผชิญในอนาคต ซึ่งการมีพลังเพื่อนที่เข้มแข็งจะลดโอกาสเสี่ยงที่จะมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ที่จะนำไปสู่การตั้งครรภ์ได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ (2555) พบว่า นักเรียนที่มีพลังเพื่อนที่อ่อนแอมิโอกาสเสี่ยงที่จะมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (OR = 2.48, 95%CI = 0.98-3.98) สูงถึงสองเท่าของนักเรียนที่มีพลังเพื่อนที่เข้มแข็ง

และ *การพัฒนาพลังชุมชน* เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างพลังของกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ร่วมกัน ให้มีความเอื้ออาทร เป็นแบบอย่างที่ดี มีจิตอาสา ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัยในชุมชน ซึ่งถือเป็นภูมิคุ้มกันที่สำคัญสำหรับวัยรุ่น โดยผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองทำกิจกรรมจิตอาสาปลูกสมุนไพรในศูนย์อภัยชุมชนป่าแก้วร่วมกับคณะกรรมการศูนย์อภัยชุมชนป่าแก้ว และมอบหมายความรับผิดชอบให้ดูแลคนละ 1 แปลง เพื่อให้กลุ่มทดลองรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และเสริมพลังใจให้กับกลุ่มทดลองตามแบบประเพณีของชาวอีสาน โดยมีการผูกข้อมือเป็นลูกฮักของชุมชน ที่จะมีพ่อแม่ผู้ปกครองคือ ผู้ใหญ่ที่เคารพนับถือในชุมชน ทำหน้าที่ช่วยดูแลรับฟังปัญหา ให้คำปรึกษา โดยมีตัวแบบมีชีวิตที่เป็นหมอสูตรขวัญในพิธีบายศรีสู่ขวัญผูกข้อมือลูกฮักของชุมชน ให้โอวาทและแนวทางการปฏิบัติตัวสำหรับวัยรุ่น พร้อมทั้งเสนอช่องทางให้ความช่วยเหลือดูแลลูกหลานในชุมชนเมื่อประสบปัญหา หรือต้องการคำปรึกษาจากปราชญ์และพ่อฮักแม่ฮักได้เสมอ ทำให้กลุ่มทดลองเกิดความรู้สึกโชคดี ที่มีพ่อ

แม่เพิ่มเพื่อที่จะไปมาหาสู่กันเหมือนญาติสนิท รู้สึกอบอุ่น และปลอดภัยในการใช้ชีวิตในชุมชน และรู้สึกว่าได้รับมอบหมายหน้าที่ที่มีคุณค่าและเป็นประโยชน์ต่อชุมชน ซึ่งทำให้พลังชุมชนของกลุ่มทดลองเข้มแข็งขึ้น ดังการศึกษาของ พิวราวัลย์ พิมพาเรือ (2554) ที่พบว่า กิจกรรมจิตอาสาเยี่ยมบ้านจิตอาสาเล่านิทาน กิจกรรมประเพณีการผูกพ้อฮักแม่ฮัก ทำให้ทุนชีวิตด้านพลังชุมชนของวัยรุ่นเพิ่มขึ้น อีกทั้งกิจกรรมจิตอาสายังทำให้เกิดการสร้างพลังตัวตนผ่านทางพลังชุมชน ทำให้พลังตัวตนเข้มแข็งขึ้นด้วย และจากการศึกษาของ Beebe et al. (2008) พบว่า บทบาทของผู้ใหญ่ในสังคมที่เป็นแบบอย่างที่ดีมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงวัยรุ่นในรัฐโอคลาโฮมาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาของ นิธิพงษ์ ศรีเบญจมาศ และคณะ (2559) ที่พบว่า สังคมแวดล้อมเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่น

จากกิจกรรมพัฒนาทุนชีวิต ซึ่งประกอบด้วย กิจกรรมการพัฒนาพลังตัวตน พลังปัญญา พลังครอบครัว พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน โดยการใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ทำให้ทุนชีวิตของกลุ่มทดลองเข้มแข็งยิ่งขึ้น ช่วยให้วัยรุ่นกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และสามารถปฏิบัติในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ ผลการศึกษาจึงพบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นในกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยการใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สอดคล้องกับการศึกษาของ รดาธร วงศนภดล (2559) ที่พบว่า หลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่ลดลง นำไปสู่พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นด้วย

## 2.2 สมมติฐานที่ 2 คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นในกลุ่มทดลองหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยการใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

ผลการศึกษาพบว่า หลังเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย อธิบายได้ดังนี้

จากกิจกรรมพัฒนาทุนชีวิต โดยใช้แนวคิดทุนชีวิตของ สุริยเดว ทรีปาตี (2559) ประกอบด้วยกิจกรรมการพัฒนาพลังตัวตน พลังปัญญา พลังครอบครัว พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ให้พลังบวกแก่วัยรุ่นกลุ่มทดลอง ทั้งด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม ทำให้กลุ่มทดลองมีทุนชีวิตที่เข้มแข็ง โดยการใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ประกอบด้วย การใช้ประสบการณ์เดิมของผู้เรียน การสะท้อนคิดเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจ และเกิดความคิดรวบยอด และนำเอาสิ่งที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ จนทำให้วัยรุ่นกลุ่มทดลอง มีการปฏิบัติพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์สูงขึ้นเนื่องจาก ใน การพัฒนาพลังตัวตน ผู้วิจัยใช้กลวิธีหลากหลาย ได้แก่ เกมส์ กิจกรรมกลุ่ม การวิเคราะห์กรณีศึกษา การใช้ตัวแบบ และการให้เพื่อนในกลุ่มบอกถึงความดีของตนเองที่เคยทำได้ ทำให้วัยรุ่น

กลุ่มทดลองเกิดความมั่นใจในตนเอง มีความรับผิดชอบต่อบทบาทหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายจากกลุ่ม เกิดทักษะในการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา ส่งผลทำให้มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เพิ่มขึ้น ดังเหตุผลสนับสนุนที่อภิปรายในสมมติฐานข้อ 1 ซึ่งความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองนี้เป็นพลัง ตัวตนที่มีความสำคัญยิ่งสำหรับวัยรุ่น ถ้าเด็กรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าก็จะสามารถใช้ชีวิตอย่างมีความสุข และมีวินัยในตนเองไม่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยง (ธันวรุจน์ บุรณสุขสกุล, 2558) *การพัฒนาพลังครอบครัว* โดยเสริมสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ปกครองและกลุ่มทดลอง ฝึกการสื่อสารเรื่องเพศใน ครอบครัวร่วมกับผู้ปกครอง และทำกิจกรรมร่วมกัน ช่วยกันแก้ไขปัญหาตามสถานการณ์ที่กำหนด ทำให้วัยรุ่นกลุ่มทดลอง เกิดความรักและเข้าใจกันในครอบครัว รู้สึกอบอุ่น มีการสื่อสารเชิงบวก ผู้ปกครองและวัยรุ่นกลุ่มทดลองได้เข้าใจความต้องการของกันและกันมากขึ้น ซึ่งพลังครอบครัวที่เข้มแข็งจะช่วยปกป้องวัยรุ่นจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่จะนำไปสู่การตั้งครรภ์ได้ (Alexandra, et al., 2004)

สำหรับ *การพัฒนาพลังปัญญา* กลุ่มทดลองได้รับความรู้เกี่ยวกับการตั้งครรภ์วัยรุ่น ผลกระทบของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และแนวทางในการป้องกันการตั้งครรภ์ นอกจากนี้ได้รับการฝึกทักษะที่จำเป็นในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและป้องกันการตั้งครรภ์ ได้แก่ ทักษะการปฏิเสธ ทักษะการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และทักษะการเลือกใช้วิธีการคุมกำเนิดแต่ละประเภท โดยใช้ข้อมูลจริง ใช้กรณีศึกษา การแต่งบทบาทสมมติ ทำให้กลุ่มทดลองสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และมีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ที่สูงขึ้น ดังเหตุผลสนับสนุนที่อภิปรายในสมมติฐานข้อ 1 และใน *การพัฒนาพลังเพื่อนและกิจกรรม* ให้กลุ่มทดลองวิเคราะห์กรณีศึกษาเกี่ยวกับการตัดสินใจในการที่จะมีเพศสัมพันธ์หรือจะหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ให้ความรู้และสาธิตการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และให้กลุ่มทดลองฝึกปฏิบัติการให้คำปรึกษากับกลุ่มเพื่อน ซึ่งทำให้กลุ่มทดลองรู้สึกพึงพอใจที่สามารถแก้ปัญหาจากกรณีศึกษาได้ถูกต้อง รู้สึกภูมิใจที่มีส่วนทำให้การทำกิจกรรมกับกลุ่มเพื่อนสำเร็จลุล่วงด้วยดี ซึ่งการทำกิจกรรมกับกลุ่มเพื่อน และเป็นกิจกรรมที่ดี จะช่วยเสริมสร้างทุนชีวิตด้านพลังเพื่อนที่เข้มแข็ง ลดโอกาสเสี่ยงที่จะมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ที่จะนำไปสู่การตั้งครรภ์ได้ ดังเหตุผลสนับสนุนที่อภิปรายข้างต้น และ *การพัฒนาพลังชุมชน* จากการศึกษาสิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ บทบาทของผู้ใหญ่และบรรยากาศในชุมชนที่เป็นแบบอย่างที่ดี จะช่วยให้วัยรุ่นเกิดความอบอุ่น รู้สึกปลอดภัย (สุริยเดว ทรีปาตี, 2559) ผู้วิจัยจึงเพิ่มทุนชีวิตด้านพลังชุมชนแก่วัยรุ่น โดยให้กลุ่มทดลองทำกิจกรรมจิตอาสาปลูกสมุนไพรรักษาในศูนย์อภัยชุมชนป่าแก้ว มอบหมายความรับผิดชอบให้ดูแลคนละ 1 แปลง และเสริมพลังใจ โดยมีการผูกข้อมือเป็นลูกฮักของชุมชน โดยมีผู้ใหญ่ที่เคารพนับถือในชุมชนให้คำปรึกษาและช่องทางการให้ความช่วยเหลือเมื่อประสบปัญหา ทำให้กลุ่มทดลอง รู้สึกอบอุ่น และปลอดภัยในการใช้ชีวิตในชุมชน ทำให้ทุนชีวิตด้านพลังชุมชนของวัยรุ่นเพิ่มขึ้น

จะเห็นได้ว่า กลุ่มทดลองได้รับการพัฒนาทุนชีวิตให้เพิ่มขึ้นโดยใช้การมีส่วนร่วม ทั้งพลังตัวตน พลังปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม พลังครอบครัว และพลังชุมชน ส่งผลให้มีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ที่สูงขึ้นด้วย สอดคล้องกับแนวคิดของ สุริยเดว ทรีปาตี (2559) ที่ว่า ทุนชีวิตมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล ทุนชีวิตที่มีมากขึ้นเท่าใด ก็ยิ่งลดพฤติกรรมเสี่ยงได้มากขึ้น และทุนชีวิตที่อ่อนแอ จะก่อให้เกิดปัญหามากมาย โดยเฉพาะการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับความรู้เรื่องเพศศึกษาในชั้นเรียนโดยครูประจำวิชา ไม่ได้รับการพัฒนาทุนชีวิตทั้งพลังตัวตน พลังปัญญา พลังครอบครัว พลังเพื่อนและกิจกรรม และพลังชุมชน โดยในด้านพลังปัญญา ได้รับความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาเพียงอย่างเดียว ไม่ได้รับการส่งเสริมให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และแนวทางในการป้องกันการตั้งครรภ์ รวมทั้งไม่ได้มีการฝึกทักษะที่จำเป็นที่จะนำไปใช้ในการป้องกันการตั้งครรภ์ เช่น ทักษะการปฏิเสธ ทักษะการให้คำปรึกษา เบื้องต้น ทักษะการเลือกใช้วิธีการคุมกำเนิดชนิดต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งได้รับการสอนด้วยการบรรยายจากครูผู้สอนเพียงอย่างเดียว ผู้เรียนไม่ได้มีส่วนร่วมในการเรียนรู้ ไม่ได้ใช้ประสบการณ์เดิมที่มีอยู่ของผู้เรียน มาใช้ในการวิเคราะห์ปัญหา ไม่มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างเพื่อน และไม่ได้รับการฝึกวิเคราะห์ สังเคราะห์ หรือพัฒนาความรู้เพิ่มขึ้นจากเดิม อีกทั้งไม่ได้รับการพัฒนาทุนชีวิตด้านพลังตัวตน พลังเพื่อนและกิจกรรม พลังครอบครัว และพลังชุมชน ซึ่งเป็นพลังที่วัยรุ่นต้องได้รับการพัฒนาให้เข้มแข็ง เพื่อช่วยให้วัยรุ่นมีปัจจัยป้องกันการพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญในการดำเนินชีวิต ดังนั้นหลังการทดลองจึงพบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของกลุ่มเปรียบเทียบยังอยู่ในระดับปานกลางเท่าเดิม (ตารางที่ 4.4) และน้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ หลังการทดลองพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สรุปได้ว่า โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สามารถนำมาใช้ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ โดยส่งผลให้วัยรุ่นมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปัจจัยที่ทำให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น รับรู้ถึงผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ตระหนักถึงความสำคัญในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และได้รับการเสริมสร้างทุนชีวิตให้เข้มแข็งขึ้น นำไปสู่การมีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้จริง โดยพบว่า หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลอง จำนวน 16 คน มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูงขึ้นทุกคน

### 3. ข้อเสนอแนะ

#### 3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

3.1.1 นำโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ถ่ายทอดให้กับครูในโรงเรียนที่มีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยจัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่ครู เพื่อนำไปใช้ในการเพิ่มทุนชีวิตแก่นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนที่มีบริบทคล้ายคลึงกัน

3.1.2 จัดทำคู่มือการใช้โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มอบแก่โรงเรียนขยายโอกาส ในเขตพื้นที่อำเภอหนองหลวง จังหวัดอุบลราชธานี

3.1.3 เสนอนโยบายในการพัฒนาทุนชีวิตแก่โรงเรียนโดยจัดการเรียนการสอนแบบมีส่วนร่วม เพื่อปลูกฝังให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีทุนชีวิตที่เข้มแข็งในการเผชิญกับสถานการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต

#### 3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรมีการศึกษาและพัฒนาด้านการสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว เนื่องจากพบว่า ผู้ปกครองยังไม่มี การสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัวเลย

3.2.2 ควรมีการติดตามพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในในระยะ 6 เดือน และ 1 ปี เพื่อดูการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอย่างต่อเนื่อง



บรรณานุกรม



### บรรณานุกรม

- กมลทิพย์ ทิพย์สังวาล, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา หอมสินธุ์. (2556). ผลของโปรแกรมการมีส่วนร่วมนำมารดาต่อการสื่อสารเรื่องเพศระหว่างมารดาและบุตรวัยรุ่นหญิงตอนต้น. *วารสารสาธารณสุขมหาวิทยาลัยบูรพา*, 8(2), 69-80.
- กระเป่า ใบงาม. (2020). *เทคนิคการสอนแบบระดมพลังสมอง (Brainstorming)*. สืบค้นจาก <https://www.gotoknow.org/posts/677688>
- กิตติยา ยาโน. (2556). *พฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1*. สืบค้นจาก <http://www.rcc.ac.th/data62/45.pdf>
- กุสุมา มีศิลป์. (2561). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของนักศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในสถานศึกษาสังกัดอาชีวศึกษาจังหวัดศรีสะเกษ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์)*. มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี, อุบลราชธานี.
- เกตุยัสรี ศรีวิไล. (2559). การตั้งครรภ์ซ้ำในมารดาวัยรุ่น ในโรงพยาบาลชุมชนแห่งหนึ่งของภาคใต้. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและวิทยาลัยการสาธารณสุขภาคใต้*, 3(3), 142-152.
- เกศกานดา รตจิ้น. (2559). *กระบวนการเรียนรู้การจัดการปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นหญิง ที่รับบริการศูนย์เยาวชนแห่งหนึ่งในภาคเหนือ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์)*. มหาวิทยาลัยนเรศวร, พิษณุโลก.
- กชนิภา นราพินิจ. (2559). *การพัฒนาทุนชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น (การศึกษา ค้นคว้าอิสระปริญญาโทบริหารบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์)*. มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2543). *คู่มือฝึกอบรมแบบมีส่วนร่วม (พิมพ์ครั้งที่ 3)*. นนทบุรี: วงศ์กมลโปรดักชั่น.
- \_\_\_\_\_. (2554). *บทความด้านสุขภาพจิต*. สืบค้นจาก <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.Asp?id=27571>.
- \_\_\_\_\_. (2559). *พฤติกรรมกรรมมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น*. นนทบุรี: ปิยอนด์พับลิชชิง.
- กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย. (2556). *สถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในประเทศไทย 2556 ; Adolescent Pregnancy Thailand 2013*. นนทบุรี: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- คณะกรรมการประสานงานสาธารณสุขอำเภอหนองจะหลวย. (2563). *รายงานสรุปผลงานประจำปี คป. สอ.หนองจะหลวย*. อุบลราชธานี.



- จรรยาภรณ์ จันทมาศ. (2559). ผลของโปรแกรมการสื่อสารของผู้ปกครองกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในเรื่องเพศ กรณีศึกษา: ตำบลโพธิ์เสด็จ อำเภอเมืองจังหวัดนครศรีธรรมราช (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา, สงขลา.
- จุไรรัตน์ แพรวพราย. (2553). พัฒนาการของวัยรุ่น. สืบค้นจาก <http://www.nectec.or.th/Schoolnet/library/wecontest2003/100team/dlms086/STEP/step.html>
- ฉวีวรรณ ศรีดาวเรือง, อัจฉราวดี ศรียศศักดิ์, วนิดา ศรีพรหมษา และรัชณี พงนา. (2559). การสอนเพศศึกษาในโรงเรียนตามความคิดเห็นของวัยรุ่นในชนบทอุดรธานี. *วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ*, 9(3), 116-121.
- ชลดา กิ่งมาลา. (2558). ผลของโปรแกรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหญิง (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
- ชมพูนุช ดอกคำใต้. (2555). การศึกษาประสบการณ์การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ในวัยรุ่น เขตตำบลไม้ยา อำเภอพญาเม็งราย จังหวัดเชียงราย (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยพะเยา, พะเยา.
- ณรงค์ กาญจนาน. (2017). วิธีสอน (*Teaching Methods*). สืบค้นจาก [http://www.skruteaching-methods.blogspot.com/p/blog-page\\_16.html](http://www.skruteaching-methods.blogspot.com/p/blog-page_16.html)
- ณัฐธิดา กาญจนกุล. (2555). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทุนชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเอง และการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนอาชีวศึกษากรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.
- ทองทิพย์ สละวงษ์ลักษณ์ และธวัชชัย เอกสันติ (2557). การพัฒนาการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมรายวิชาเพศศึกษาเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, นครราชสีมา.
- ฉันทวรรณ บุรณสุขสกุล. (2558). ทุนชีวิตของเด็กไทยก่อนเข้าวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์.
- ธานินทร์ วรรณันตกุล. (2560). การประชุมพัฒนาศักยภาพการส่งเสริมสุขภาพวัยรุ่น. ศูนย์อนามัยที่ 11, นครศรีธรรมราช.
- นันทิวา สิงห์ทอง, วรุณี ฤาชา, ประมินทร์ จันทริมา, สุกัญญา เฟื่องนา, ศศิภา นามนัย, และวารณี ทองดี. (2558). พฤติกรรมเสี่ยงการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร โรงเรียนมัธยมศึกษา ตำบลบ้านแปรง อำเภอด่านขุนทด จังหวัดนครราชสีมา. *การประชุมวิชาการและเสนอ*

ผลงานวิจัยระดับชาติ “สร้างสรรค์และพัฒนา เพื่อก้าวหน้าสู่ประชาคมอาเซียน” ครั้งที่ 2 วิทยาลัยนครราชสีมา, นครราชสีมา.

- นิธิพงศ์ ศรีเบญจมาศ, กิ่งแก้ว สำรวรรื่น, อนงค์นาฏ คงประชา และอรษา ภูเจริญ. (2559). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติครั้งที่ 3 สถาบันวิจัยมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร. วันที่ 22 ธันวาคม 2559. ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร จ. กำแพงเพชร, หน้า 260-272.
- นุชนาถ โรจนธรรม. (2560). ความสัมพันธ์ระหว่างทุนชีวิตกับการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นหญิง. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- บุญยิ่ง มานะบริบูรณ์, รสวันต์ อาริมิตร, ศิริไชย หงส์สงวนศรี, สมจิตร จารุรัตนศิริกุล และสุภิญญา อีนิว. (2559). ตำราเวชศาสตร์วัยรุ่น. นนทบุรี: ภาพพิมพ์.
- บุญฤทธิ สุขรัตน์. (2557). การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น: นโยบายแนวทางการดำเนินงานและติดตามประเมินผล (พิมพ์ครั้งที่ 2). นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- บุญฤทธิ สุขรัตน์, กิติพงษ์ แซ่เจ็ง และประกายดาว พรหมประพัฒน์. (2557). คู่มือแนวทางปฏิบัติการดูแลแม่วัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม.
- บุษกร กนแกม. (2562). ผลของโปรแกรมส่งเสริมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นตอนต้น (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- บุษกร สีหรัตน์ประทุม. (2555). ภาวะเสี่ยงขณะตั้งครรภ์: การตั้งครรภ์ขณะวัยรุ่นและ Unwanted child กับมาตรฐานการปฏิบัติการพยาบาลและการผดุงครรภ์. สืบค้นจาก <http://www.kcn.ac.th/kcn/mis/file/web/article/article20121005.pdf>
- เบญจวรรณ เอี่ยมบุ. (2554). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
- พันธ์ทิพย์ บุญเกื้อ. (2560). การศึกษาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่นในอำเภอปะทิว จังหวัดชุมพร. วารสารการพัฒนาสุขภาพชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 5(2), 195-216.
- พิราวัลย์ พิมพ์พาเรือ. (2554). การเพิ่มทุนชีวิตเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่นโดยชุมชนมีส่วนร่วมของชุมชนหนองผักก้าม เทศบาลเมืองเลย อำเภอเมืองจังหวัดเลย (การศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.

- เพ็ญญา ศรีหรั่ง, สุทิน ชนะบุญ และคนธ์พงษ์ คนรู้ชินพงศ์. (2557). ความรู้ ทัศนคติ ความตั้งใจ และปัจจัยที่มีผลต่อความตั้งใจในการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ และมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยของวัยรุ่น จังหวัดขอนแก่น. *การประชุมวิชาการ การพัฒนาชนบทที่ยั่งยืน ครั้งที่ 4*, 470-477.
- ภัทรพงศ์ ชูเศษ. (2559). ปัจจัยที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจังหวัดนนทบุรี (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาบริหารธุรกิจ สาขาการจัดการ, มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี).
- มนัญญา ภูแก้ว. (2559). พระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาคriminal ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559. [อินเทอร์เน็ต]. สืบค้นจาก [https://www.parliament.go.th/ewtadmin/ewt/elaw/\\_parcy/ewt\\_dl\\_link.php?nid=1516](https://www.parliament.go.th/ewtadmin/ewt/elaw/_parcy/ewt_dl_link.php?nid=1516)
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. (2556). การวิจัยทางการพยาบาล สถิติ และเทคโนโลยีสารสนเทศ. ใน *ประมวลสาระชุดวิชาการวิจัยทางการพยาบาล สถิติ และเทคโนโลยีสารสนเทศ*. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- มาลีวัล เลิศสาครศิริ. (2556). *ต้นทุนชีวิต ครอบครัวเข้มแข็งและเจตคติต่อการตั้งครรภ์กับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเซนต์หลุยส์.
- ยุพเยาว์ วิศพรธน์ และสมจิต ยาใจ. (2559). ผลกระทบด้านสุขภาพ ด้านสังคมและด้านเศรษฐกิจจากการตั้งครรภ์ของแม่วัยรุ่น จังหวัดจันทบุรี. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี*, 27(ฉบับเพิ่มเติม), 1-16.
- รดาธร วงศ์นภดล. (2559). ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตต่อการลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ในวัยรุ่นตอนต้น. *วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ*, 32(3), 61-67.
- ริษา บุญนาค. (2555). *ประสิทธิผลของโปรแกรมทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนครปฐม (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาบริหารธุรกิจ สาขาการจัดการ, มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ)*.
- รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา หอมสินธุ์. (2555). ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารของมารดา กับบุตรสาวเกี่ยวกับความเสี่ยงทางเพศและทัศนคติของมารดาต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานกับความสามารถของตนในการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นหญิง. *วารสารสภาการพยาบาล*, 29(3), 31-41.
- โรงพยาบาลระโนด. (2556). *ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร*. สืบค้นจาก <https://www.ranodhos-Pital.go.th/paper/page/436>.
- ฤดี ปุ๊งบางกระตี และเอมอร รตินธร. (2557). ปัจจัยและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ซ้ำของสตรีวัยรุ่นไทย: กรณีศึกษาในกรุงเทพมหานคร. *วารสารพยาบาลศาสตร์*, 32(2), 23-31.

- ลัชณา ฉายศรี. (2553). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
- ลำเจียก กำธร. (2557). วัยรุ่นวัยรุ่นกับปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมป้องกันอย่างไร. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ, 30(3), 97-105.
- ลำเจียก กำธร และจิณัฐตา ศุภศรี. (2557). ความคิดเห็นของนักเรียน ครูและผู้ปกครองเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ในวัยรุ่น. การประชุมใหญ่และนำเสนอผลงานทางวิชาการระดับชาติ เรื่อง สหวิทยาการความหลากหลายทางวัฒนธรรมสู่ประชาคมอาเซียน. โรงแรมธรรมรินทร์ธนา, ตรัง.
- วรภัทร์ ภูเจริญ. (2544). การบริหารการเรียนรู้ที่ยืดหยุ่นเป็นสำคัญ (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- วรภาพร บุญยะธาน. (2550). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการตั้งครรภ์ของสตรีวัยรุ่นครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์ในโรงพยาบาลสมุทรสาคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
- วรศรา ธีรภัทรพันธ์. (2560). ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมเสี่ยงกับทุนชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายและนักเรียน ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
- วัชพลประสิทธิ์ ก้อนแก้ว. (2557). พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุที่อาศัยในเขตเทศบาลตำบลคลองตำหรุ อำเภอเมืองชลบุรี (งานนิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- วัชรภรณ์ บัตรเจริญ. (2554). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนไทยชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
- วันเฉลิม ภูมิเมือง. (2558). การป้องกันการตั้งครรภ์วัยรุ่น. สืบค้นจาก [https://www.psyclin.co.th/New\\_page\\_56.htm](https://www.psyclin.co.th/New_page_56.htm)
- วาสนา พลแสน และรุ่งทิวา พลแสน. (2562). ต้นทุนชีวิตเด็กและเยาวชนไทย. วารสารชัยภูมิปริทรรศน์, 2(3), 21-28.
- ศิริพร จิรวัดน์กุล. (2555). การศึกษาแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น (แม่วัยใส). รายงานวิจัยศูนย์ประสานงานองค์การอนามัยโลกด้านการวิจัยและฝึกอบรมด้านเพศภาวะและสุขภาพสตรี. มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.

- ศิริวรรณ ทুমเชื้อ. (2558). ศึกษาพฤติกรรมทางเพศและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจในการป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นจังหวัดสระบุรี. *วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข*, 25(1), 97-109.
- สาลินี แนวหล้า และปริญญา ผกานนท์. (2559). *ทัศนคติและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นจังหวัดอุบลราชธานี*. การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ครั้งที่ 1 “สร้างเสริมสหวิทยาการ ผสมผสานวัฒนธรรมไทย ก้าวอย่างมั่นใจเข้าสู่ AC” มหาวิทยาลัยราชธานี, อุบลราชธานี.
- สิทธิชัย นครวิสัย. (2559). *รื้อหลักสูตร'เพศศึกษา'สร้างภูมิคุ้มกัน-ลดแม่ไว้อ*. สืบค้นจาก <https://www.moe.go.th/moe/th/news/detail.php?NewsID=45331&Key=hotnes>
- สุกัญญา ปวงนิยม และวันเพ็ญ แก้วปาน. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ซ้ำในแม่วัยรุ่นจังหวัดเพชรบุรี. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*, 27(1), 30-41.
- สุดารัตน์ บุญเทียม. (2557). *ปัจจัยทำนายเกี่ยวกับต้นทุนชีวิตต่อพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ในวัยรุ่นตอนต้นจังหวัดชลบุรี* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา,ชลบุรี.
- สุพิน บุญชูวงศ์. (2538). *หลักการสอน* (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ: สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- สุวรรณา คุณติลภรณ์ฐวสา. (2556). แนวทางการพัฒนาทุนชีวิตของเด็กและเยาวชนในชุมชนเทศบาลนครนครสวรรค์ จังหวัดนครสวรรค์. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 23(2), 38-50.
- สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ. (2545). *19 วิธีจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาความรู้และทักษะ เล่ม 1* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- สุริยเดว ทรีปาตี. (2556). *3 ฐานสานพลังต้นทุนชีวิต บทเรียนการเสริมพลังบวก*. นครปฐม: สามัญนิติบุคคลเจียฮัว.
- \_\_\_\_\_. (2554). *ต้นทุนชีวิตจุดเปลี่ยนสังคมไทย*. นครปฐม: สามัญนิติบุคคลเจียฮัว.
- \_\_\_\_\_. (2559). *ต้นทุนชีวิตเด็กและเยาวชนไทย. แผนงานสุขภาวะเด็กและเยาวชน.กระทรวงสาธารณสุข*.
- \_\_\_\_\_. (2553 ก). *วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์*. สืบค้นจาก <https://www.dekplus.com>.
- \_\_\_\_\_. (2552). *สร้างต้นทุน(ชีวิต)คุณทำได้*. ปทุมธานี: รวมทวีผลการพิมพ์.
- \_\_\_\_\_. (2557). *Adolescent (วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์)*. นครปฐม: สามัญนิติบุคคลเจียฮัว.
- สมศักดิ์ สุทัศนวรฤทธิ, ภารดี ชาญสมร, ยุพา พูนขำ, ปิยะรัตน์ เอี่ยมคง, สุวชัย อินทรประเสริฐ และกิตติพงษ์ แซ่เจ็ง. (2558). *การให้บริการอนามัยเจริญพันธุ์* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2559). *การจัดการความรู้เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น*. สืบค้นจาก <https://www.p4teen.com/>.
- \_\_\_\_\_. (2553). *สรุปรายงานการเสวนาเรื่อง "การสร้างต้นทุนชีวิต เพื่อการแก่วิกฤติเด็กและเยาวชนในประเทศไทย"*. วันที่ 30 มิถุนายน 2552. ณ ห้องประชุมคณะกรรมการมาธิการ หมายเลข 310 ชั้น 3 อาคารรัฐสภา 2. กรุงเทพฯ. หน้า 12-17.
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุบลราชธานี. (2563). *Cockpit63*. สืบค้นจาก <https://www.phoubon.in.th>.
- สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2557). *การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น: นโยบายแนวทางการดำเนินงานและติดตามประเมินผล* (พิมพ์ครั้งที่ 2). นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- \_\_\_\_\_. (2558). *คู่มือการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาและทักษะชีวิตในนักเรียนแบบบูรณาการ*. กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม.
- \_\_\_\_\_. (2559). *คู่มือก้าวสู่อำเภอการเจริญพันธุ์* (พิมพ์ครั้งที่ 3). นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- \_\_\_\_\_. (2554). *คู่มือ...วัยรุ่นและเยาวชนการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม*. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- \_\_\_\_\_. (2555). *ปัญหาการทำแท้งในวัยรุ่น*. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- \_\_\_\_\_. (2561). *ยุทธศาสตร์การป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นระดับชาติ ตามพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น 2559* (พิมพ์ครั้งที่ 2). นนทบุรี: เทพเพ็ญวานิชย์.
- \_\_\_\_\_. (2563). *รายงานเฝ้าระวังการตั้งครรภ์แม่วัยรุ่น พ.ศ. 2563*. นนทบุรี: สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย.
- \_\_\_\_\_. (2564). *รายงานเฝ้าระวังการตั้งครรภ์แม่วัยรุ่น พ.ศ. 2564*. นนทบุรี: สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย.
- \_\_\_\_\_. (2556). *สถิติการคลอดของวัยรุ่นประเทศไทย ปี พ.ศ. 2556 Statistics on Adolescent Births Thailand 2013*. นนทบุรี: สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย.
- \_\_\_\_\_. (2561). *สถิติการคลอดของวัยรุ่นประเทศไทย ปี พ.ศ. 2561 Statistics on Adolescent Births Thailand 2018*. นนทบุรี: สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย.

- \_\_\_\_\_. (2563). สถิติการคลอดของวัยรุ่นประเทศไทย ปี พ.ศ. 2563 *Statistics on Adolescent Births Thailand 2020*. นนทบุรี: สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย.
- อนุชิต วรกา, มณิรัตน์ ธีระวิวัฒน์, สุปรียา ต้นสกุล และนิรัตน์ อิมามี. (2558). *ทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดกาญจนบุรี. การประชุมวิชาการ สุขศึกษาแห่งชาติครั้งที่17 เรื่อง บทบาทประชาชน กับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ. โรงแรมจอมเทียน ปาล์มบีช ไฮเต็ล แอนด์รีสอร์ท, ชลบุรี.*
- อนงค์ ประสาธน์วนกิจ และคณะ. (2552). ความเชื่อเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ และรูปแบบพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นและเยาวชนในสถานศึกษาจังหวัดสงขลา. *สงขลานครินทร์วารสาร, 27(5), 369-380.*
- อนงค์รัตน์ รินแสงปิ่น. (2558). การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับแกนนำเด็กและเยาวชนตำบลหลวงใต้. *วารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต, 5(2), 1-24.*
- อังคณา เพชรกาฬ. (2551). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการ มีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนวัยรุ่นภาคใต้ตอนบน (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์).* มหาวิทยาลัยหาดใหญ่, กรุงเทพฯ.
- อังศินันท์ อินทรกำแหง. (2552). *การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 3 self ด้วยหลัก Promise Model.* กรุงเทพฯ: สุขุมวิทการพิมพ์.
- อารยา เชียงทอง. (2560). *รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงทาง เพศของวัยรุ่นหญิงในเขตกรุงเทพมหานคร: การวิจัยแบบผสมผสานวิธี (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์).* มหาวิทยาลัยนวมินทราชินราช, กรุงเทพฯ.
- เอมวิภา แสงชาติ และรุจิรา ดวงสงค์. (2559). ศึกษาผลของโปรแกรมสุขศึกษาร่วมกับการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ (Facebook) ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สำหรับนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 7 จังหวัดขอนแก่น, 23(1), 96-104.
- อำพรธณี ศรีทอง. (2558). *การมีเพศสัมพันธ์และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นอำเภอแม่เมาะ จังหวัดเชียงใหม่ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์).* มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- Beebe, L. A., Vesely, S. K., Oman, R. F., Tolma, E., Aspy, C. B., & Rodine, S. (2008). Protective assets for non-use of alcohol, tobacco and other drugs among urban American Indian youth in Oklahoma. *Matern Child Health Journal, 12(Suppl 1), 82-90. doi:10.1007/s10995-008-0325-5*

- Bedzo, J. Y. & Manortey, S. (2019). Factors Influencing Teenage Pregnancy in the Lower Manya Krobo Municipality in the Eastern Region of Ghana: A Cross-Sectional Study. *Open Access Library Journal*, 6: e5966.
- Edilberto, L., & Mengjia, L. (2013). *Adolescent pregnancy: A review of the evidence*. New York: UNFPA.
- Evans, A. E., Sanderson, M., Griffin, S. F., Reininger, B., Vincent, M. L., Parra-Medina, D.,...Taylor, D. (2004). An exploration of the relationship between youth assets and engagement in risky sexual behaviors. *Journal of adolescent health*, 35(5), 21-30.
- Loaiza, E., & Liang, M. (2013). *Adolescent pregnancy: A review of the evidence*. New York: UNFPA.
- Maemeko, E. L., Nkengbeza, D. & Chokomosi, T. M. (2018). The Impact of teenage pregnancy on academic performance of grade 7 learners at a school in the Zambezi region. *Open Journal of Social Sciences*, 6, 88-100.
- Maravilla J. C., Betts, K. S., Cruz, C. E., & Alati, R. (2017). Factors influencing repeated Teenage pregnancy: a review and meta-analysis. *AJOG Open*, 217(5), 527-545. doi:10.1016/j.ajog.2017.04.021.
- Murphey, D. A., Lamonda, K. H., Carney, J. K., Duncan, P. (2004). Relationships of a brief measure of youth assets to health promoting and risk behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 34, 184-191.
- Raj, A.D., Rabi, B., Amudha, E., Edwin, R.T. & Glyn, C. (2010). Factors associated with teenage pregnancy in South Asia: systematic review. *Health Science Journal*, 4(1), 3-14.
- Thaithae, S. & Thato, R. (2011). Obstetric and Perinatal Outcomes of Teenage Pregnancies in Thailand. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 24, 342-346.
- UNFPA. (2013). *แม่วัยใส ความท้าทายการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น*. สืบค้นจาก <http://www.social.nesdb.go.th/social/Portals/0/State%20of%20Thailand%20Population%20Report%20on%20adolescent%20pregnancy.pdf>



- World Health Organization. (2002). *adolescents*. Retrieved from [http://www.digital\\_collect.lib.buu.ac.th/dcms/files/52920220/chapter2.pdf](http://www.digital_collect.lib.buu.ac.th/dcms/files/52920220/chapter2.pdf).
- \_\_\_\_\_. (2013). *Adolescent pregnancy*. Retrieved from [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1) .
- \_\_\_\_\_. (2016). *Adolescent development*. Retrieved from [http://www.who.int/maternal child adolescent/topics/adolescence/dev/en](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/en)
- \_\_\_\_\_. (2013). *World Health Statistics 2013*. Retrieved from [http://www.rajanukul.go.th/new/\\_admin/download/5-4536-1449813465.pdf](http://www.rajanukul.go.th/new/_admin/download/5-4536-1449813465.pdf)
- \_\_\_\_\_. (2016). *Adolescent Pregnancy*. World Health Organization Retrieved from [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/maternal/adolescent\\_pregnancy/en/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/maternal/adolescent_pregnancy/en/)



ภาคผนวก



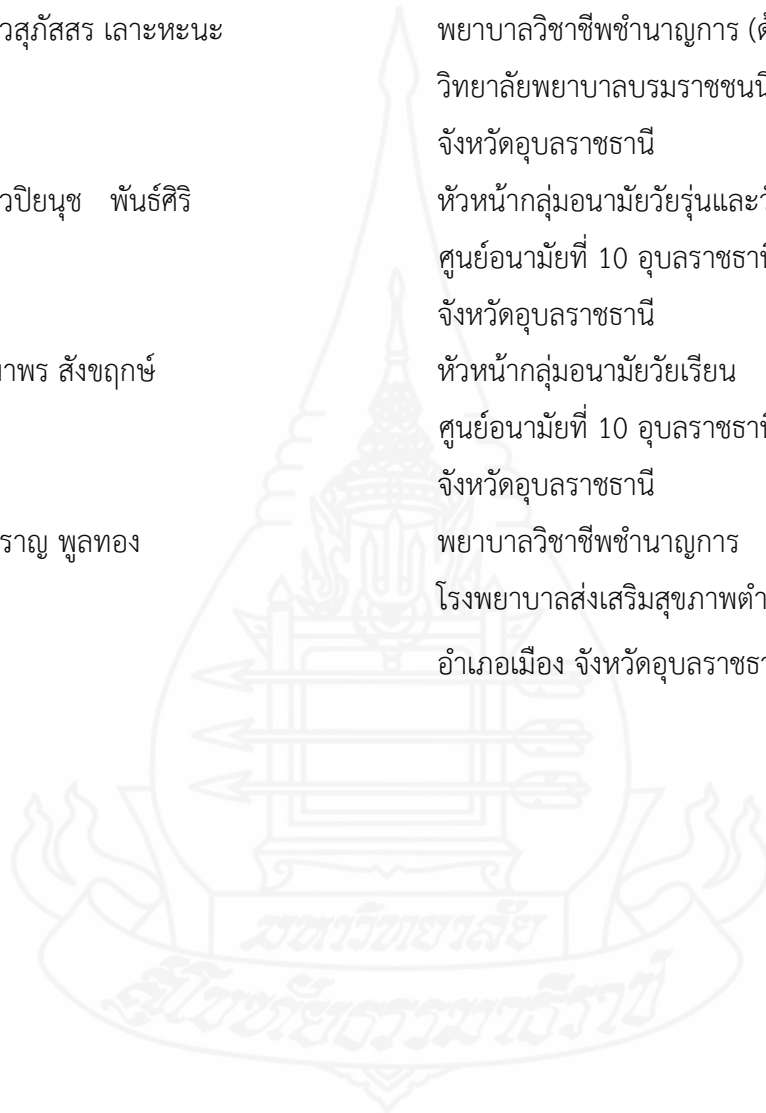
ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย



### รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

- |                               |   |
|-------------------------------|---|
| 1. แพทย์หญิงประภาภรณ์ เพชรมาก | นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ สูดินทร์แพทย์<br>โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชเดชอุดม<br>อำเภอเดชอุดม จังหวัดอุบลราชธานี |
| 2. นางสาวสุภัทสร เลอะหะนะ     | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (ด้านการสอน)<br>วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสรรพสิทธิประสงค์<br>จังหวัดอุบลราชธานี      |
| 3. นางสาวปิยนุช พันธุ์ศิริ    | หัวหน้ากลุ่มอนามัยวัยรุ่นและวัยเจริญพันธุ์<br>ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี<br>จังหวัดอุบลราชธานี         |
| 4. นางอุมาพร สังข์ฤกษ์        | หัวหน้ากลุ่มอนามัยวัยเรียน<br>ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี<br>จังหวัดอุบลราชธานี                         |
| 5. นางสาวราญ พูลทอง           | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ<br>โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปทุม<br>อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี                 |



**ภาคผนวก ข**

เอกสารรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์





สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช  
ต.บางพูด อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120  
โทร. 02-5048036, 02-5048037 โทรสาร 02-5032620

NS No. ....23/2564.....

### เอกสารรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

- ชื่อโครงการวิจัย** : ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอหนองมะโมง จังหวัดอุบลราชธานี
- รหัสโครงการ** : -
- ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย** : นางอุไรวรรณ สัตติวัฒนากุล
- สถานที่ทำวิจัย** : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโคกเทียม ตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอหนองมะโมง จังหวัดอุบลราชธานี

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ได้พิจารณาโครงการวิจัยเรื่องดังกล่าว มีความเห็นว่า มีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการศึกษาวิจัยได้

ลงนาม.....

(รองศาสตราจารย์ พ.ต.อ.หญิง ดวงมณี ปิ่นเฉลียว)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

วันที่ให้การรับรอง : .....22/12/2564..... วันที่หมดอายุการรับรอง : .....22/12/2565.....



**ภาคผนวก ค**

หนังสือเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย  
หนังสือขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาใช้เครื่องมือการวิจัย  
หนังสือขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย



ที่ อว ๐๖๐๒.๒๖/ว ๑๑๓๓

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือการวิจัย

เรียน แพทย์หญิงประภาภรณ์ เพชรมาก

ด้วย นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี” โดยมี รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ เห็นว่าท่านมีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จะขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมฤทัย น้อยหมื่นไวย)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๐๓๖-๗

โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๒๖๒๐

โทรศัพท์ ๐๙๑-๗๓๐-๐๐๓๐ (นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล)





ที่ อว ๐๖๐๒.๒๖/ว ๑๑๓๓

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือการวิจัย

เรียน อาจารย์สุภัทสร เล่าหะนะ

ด้วย นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี” โดยมี รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ เห็นว่าท่านมีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จะขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมฤทัย น้อยหมื่นไวย)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๐๓๖-๗

โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๒๖๒๐

โทรศัพท์ ๐๙๑-๗๓๐-๐๐๓๐ (นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล)



ที่ อว ๐๖๐๒.๒๖/ว ๑๑๕๓

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือการวิจัย  
เรียน นางสาวปิยนุช พันธุ์ศิริ

ด้วย นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการพยาบาล  
เวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง  
“ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ใน  
วัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี” โดยมี รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว  
เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ เห็นว่าท่านมีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ในเรื่องดังกล่าวเป็น  
อย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จะขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

*(Signature)*

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมฤทัย น้อยหมื่นไวย)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๐๓๖-๗

โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๒๖๒๐

โทรศัพท์ ๐๘๑-๗๓๐-๐๐๓๐ (นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล)



ที่ อว ๐๖๐๒.๒๖/ว ๑๑๓๓

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือการวิจัย  
เรียน นางอุมาพร สังข์ฤกษ์

ด้วย นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการพยาบาล  
เวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช กำลังดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง  
“ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมกำบังการตั้งครรภ์ใน  
วัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี” โดยมี รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงมล ปิ่นเฉลียว  
เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ เห็นว่าท่านมีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ในเรื่องดังกล่าวเป็น  
อย่างดี จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จะขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

*(ลายเซ็น)*

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมฤทัย น้อยหมื่นไวย)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๐๓๖-๗  
โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๒๖๒๐  
โทรศัพท์ ๐๙๑-๗๓๐-๐๐๓๐ (นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล)



ที่ อว ๐๖๐๒.๒๖/ว ๑๑๓๕

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือการวิจัย

เรียน นางสาวกาญจนา พูลทอง

ด้วย นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอหนองหญ้าขาว จังหวัดอุบลราชธานี” โดยมี รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ เห็นว่าท่านมีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จะขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

*(ลายเซ็น)*

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมฤทัย น้อยหมื่นไวย)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๐๓๖-๗

โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๒๖๒๐

โทรศัพท์ ๐๙๑-๗๓๐-๐๐๓๐ (นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล)



ที่ อว ๐๖๐๒.๒๖/ ๑๒๑๒

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๙ ธันวาคม ๒๕๖๔

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาทดลองใช้เครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชนบ้านโนนแดง

ด้วย นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอหนองหญ้า จังหวัดอุบลราชธานี” โดยมี รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาทดลองใช้เครื่องมือการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ จำนวน ๓๐ คน เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ทั้งนี้ นักศึกษาจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตด้วย จะขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมฤทัย น้อยหมื่นไวย)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๐๓๖-๗

โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๒๖๒๐

โทรศัพท์ ๐๙๑-๗๓๐-๐๐๓๐ (นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล)



ที่ อว ๐๖๐๒.๒๖/ว ๑๒๑๓

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๙ ธันวาคม ๒๕๖๔

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย  
เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนปาก้าว

ด้วย นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาด้านทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี” โดยมี รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงมล ปิ่นเฉลียว เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ สำหรับเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน ๒๖ คน เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ทั้งนี้ นักศึกษาจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตด้วย จะขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมฤทัย น้อยหมื่นไวย)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๐๓๖-๗  
โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๒๖๒๐  
โทรศัพท์ ๐๙๑-๗๓๐-๐๐๓๐ (นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล)



ที่ อว ๐๖๐๒.๒๖/ว ๑๒๑๓

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช  
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด  
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๙ ธันวาคม ๒๕๖๔

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย  
เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนโคกเทียม

ด้วย นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาต้นทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอหนองหญ้า จังหวัดอุบลราชธานี” โดยมี รองศาสตราจารย์ พันตำรวจเอกหญิง ดวงกมล ปิ่นเฉลียว เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ สำหรับเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน ๒๖ คน เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ทั้งนี้ นักศึกษาจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตด้วย จะขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมฤทัย น้อยหมื่นไวย)  
ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

โทร. ๐-๒๕๐๔-๘๐๓๖-๗

โทรสาร. ๐-๒๕๐๓-๒๖๒๐

โทรศัพท์ ๐๙๑-๗๓๐-๐๐๓๐ (นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล)

ภาคผนวก ง  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย





**เอกสารชี้แจงผู้ร่วมโครงการวิจัย (ผู้ปกครอง)**  
(Participant Information Sheet)

**เรียน ผู้ร่วมโครงการวิจัย**

เนื่องด้วย ข้าพเจ้า นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช กำลังดำเนินการวิจัย เรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอหนองหญ้า จังหวัดอุบลราชธานี” โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นที่มีต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 26 คน ซึ่งเป็นบุตรหลานของท่าน และในกิจกรรมของโปรแกรมนี้ มีกิจกรรมที่ต้องได้รับความร่วมมือจากผู้ปกครองด้วย จึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมในงานวิจัยนี้ โดยท่านจะต้องเข้าร่วมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามที่กำหนดในโปรแกรมฯ ณ ห้องประชุมโรงเรียนบ้านป่าแก้ว ซึ่งท่านจะได้เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 3 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 3 กิจกรรมพัฒนาทุนชีวิตด้านพลังครอบครัว 2 ครั้ง และสัปดาห์ที่ 6 การพัฒนาทุนชีวิตด้านพลังชุมชน จำนวน 1 ครั้ง ในการร่วมกิจกรรมผู้จัดทำโครงการจะมีการบันทึกภาพด้วย การวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียน คือ ทำให้มีความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษา และแนวทางในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น รวมทั้งได้รับการพัฒนาทุนชีวิตในด้านต่าง ๆ เพื่อนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

การเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ไม่มีความเสี่ยงหรืออันตรายใด ๆ ต่อผู้เข้าร่วมวิจัย แต่ต้องรบกวนเวลาของท่าน จำนวน 3 ครั้ง ๆ ละประมาณ 3 ชั่วโมงในการร่วมกิจกรรมกลุ่ม หรืออาจเกิดความกังวลใจและความเครียดขณะทำกิจกรรม ผู้วิจัยจะแก้ไขเมื่อเกิดกรณีดังกล่าว เช่น ระวังในการถาม จะถามโดยใช้วาจาที่สุภาพอ่อนโยน และจะหยุดถามทันทีที่ผู้ร่วมวิจัยแสดงความรู้สึกอึดอัด หรือ กังวล และเว้นระยะในการถาม กังวล ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า จะได้รับความร่วมมือจากท่านในการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบพระคุณในความร่วมมือมา ณ โอกาสนี้

หากท่านมีข้อสงสัยให้สอบถามเพิ่มเติม โดยสามารถติดต่อ ข้าพเจ้า นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล หมายเลขโทรศัพท์ 091-7300030 ได้ตลอด 24 ชั่วโมง การวิจัยนี้ไม่มีค่าตอบแทน แต่ผู้เข้าร่วมวิจัยจะได้รับการสนับสนุนอาหารว่างในวันที่เข้าร่วมกิจกรรม และหากผู้วิจัยมีข้อมูลเพิ่มเติมที่เป็นประโยชน์และโทษเกี่ยวกับการวิจัย ผู้วิจัยจะแจ้งให้ผู้ร่วมวิจัยทราบอย่างรวดเร็วและไม่ปิดบัง

ผู้วิจัยขอรับรองว่าจะเก็บรักษาข้อมูลที่ได้รับจากท่านไว้เป็นความลับ และผลการวิจัยจะนำเสนอในลักษณะภาพรวม ไม่ระบุชื่อ/ ข้อมูลส่วนตัวของท่าน ท่านมีสิทธิ์ถอนตัวออกจากการวิจัย

เมื่อใดก็ได้ โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า โดยจะไม่มีผลกระทบต่อการรักษาพยาบาลหรือบริการอันพึงได้รับทั้งในปัจจุบันและอนาคต

หากท่านได้รับการปฏิบัติที่ไม่ตรงตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงนี้ ท่านสามารถร้องเรียนไปยัง คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ต.บางพูด อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120 โทร 02-5048036-7 E-mail: ecnursing2018@gmail.com

ลงชื่อ.....

(นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล)

หัวหน้าโครงการวิจัย

วัน ..... เดือน..... พ.ศ.....



## แบบคำยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

(Consent Form)

ที่.....

วันที่..... เดือน..... พ.ศ.....

ข้าพเจ้า นาง/นางสาว/นาย .....นามสกุล..... อายุ.....ปี ได้รับฟังคำอธิบายจากผู้วิจัย นางอุไรวรรณ จิตติวัฒนากุล เกี่ยวกับการเป็นผู้ร่วมโครงการวิจัยในโครงการวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะหลวง จังหวัดอุบลราชธานี” ได้อ่านเอกสารชี้แจงและได้รับคำอธิบายเพิ่มเติมจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์การวิจัย รายละเอียดขั้นตอนต่าง ๆ ที่จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นและการจัดการแก้ไขและประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ จนเข้าใจเป็นอย่างดี ข้าพเจ้าจึงสมัครใจเข้าร่วมในโครงการวิจัยครั้งนี้และข้าพเจ้ามีสิทธิ์ถอนตัวออกจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้าและจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อ ข้าพเจ้าทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่าผู้วิจัยจะปฏิบัติตามข้าพเจ้าตามข้อมูลที่ระบุในเอกสารชี้แจง หากไม่ได้รับการปฏิบัติตามที่ระบุไว้ ข้าพเจ้าสามารถร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

ข้าพเจ้าจึงได้ลงนามยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ต่อหน้าพยาน

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้ยินยอม

วันที่.....เดือน.....ปี.....

ลงชื่อ.....

(นางอุไรวรรณ จิตติวัฒนากุล)

ผู้วิจัย

วันที่.....เดือน.....ปี.....

ลงชื่อ.....

(.....)

พยาน

วันที่.....เดือน.....ปี.....

หมายเหตุ เอกสารชี้แจงและยินยอมนี้ให้จัดทำ เป็น 2 ชุด มอบให้ผู้ร่วมโครงการวิจัย 1 ชุด และผู้วิจัย 1 ชุด

**เอกสารชี้แจงและคำยินยอมผู้ร่วมโครงการวิจัย  
(สำหรับวัยรุ่นอายุมากกว่า 12 - น้อยกว่า 18 ปี)**

ด้วย ผู้วิจัย นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล กำลังดำเนินการวิจัย เรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอนาจะ-หลวย จังหวัดอุบลราชธานี” การวิจัยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นที่มีต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียน คือ ทำให้มีความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาและแนวทางในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น รวมทั้งได้รับการพัฒนาทุนชีวิตในด้านต่าง ๆ เพื่อนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

โดยนักเรียนจะต้องเข้าร่วมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามที่กำหนดในโปรแกรมฯ จะได้ตอบแบบสอบถามก่อนและหลังการทดลองในแบบสอบถามพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และแบบสอบถามทุนชีวิต และในระหว่างดำเนินการทดลอง นักเรียนจะได้รับความรู้ และได้รับการพัฒนาทุนชีวิตด้านต่าง ๆ เพื่อใช้ในการเผชิญกับเหตุการณ์ฯ ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน โดยใช้ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรมจำนวน 6 ครั้ง ๆ ละ 3 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 1 วัน รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ ณ ห้องประชุมโรงเรียนบ้านป่าแก้ว ตำบลโนนสมบูรณ์ จังหวัดอุบลราชธานี โดยการจัดกิจกรรมจะดำเนินการในชั่วโมงเพศศึกษา และชั่วโมงการเรียนรู้ด้วยตนเอง

หากนักเรียน สนใจเข้าร่วมโครงการ ขอให้ให้นักเรียนอ่านข้อมูลทั้งหมดอย่างละเอียด หรือขอให้ผู้อื่นอ่านข้อมูลนี้ให้นักเรียนฟัง และขอให้นักเรียนใช้เวลาทบทวนข้อมูลเหล่านี้กับผู้ปกครอง ถ้ามีข้อสงสัยเกี่ยวกับโครงการนี้ นักเรียนสามารถโทรติดต่อ นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล ได้ที่เบอร์ 091-7300030 โดยสามารถติดต่อได้ตลอด 24 ชั่วโมง นักเรียนไม่จำเป็นต้องเข้าร่วมโครงการ ถ้านักเรียนไม่ต้องการ จะไม่มีใครบังคับนักเรียนได้ ขึ้นอยู่กับตัวนักเรียนเอง นักเรียนจะมีเวลาอย่างเหลือเฟือในการถามคำถามจากผู้วิจัย การที่นักเรียนสามารถเข้าใจคำตอบได้เป็นสิ่งสำคัญ ถ้านักเรียนตกลงเข้าร่วมโครงการ จะขอให้นักเรียนลงลายมือชื่อในหนังสือแสดงความสมัครใจฉบับนี้ จะมีการขอให้บิดามารดา ผู้ปกครอง หรือผู้แทนตามกฎหมายของนักเรียนลงลายมือชื่อในแบบฟอร์มเพื่อให้อนุญาตด้วย และจะใช้ในโครงการวิจัยนี้เท่านั้น

นักเรียนสามารถหยุดการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ได้ทุกเมื่อ ก่อน หรือหลังจากที่โครงการวิจัยนี้ได้เริ่มขึ้นแล้ว โดยนักเรียนไม่จำเป็นต้องให้เหตุผล และจะไม่มีใครโกรธนักเรียน

ผู้วิจัยได้อธิบายขั้นตอนต่างๆ ในการวิจัยข้างต้นให้ฟังแล้ว และนักเรียนทราบว่า จะยินดีเข้าร่วมโครงการหรือไม่ก็ได้ โดยไม่มีผลกระทบต่อการดูแลรักษาพยาบาลของนักเรียน

นักเรียนเข้าใจโครงการนี้ และโดยความเห็นชอบของผู้ปกครองของ นักเรียนจึงได้ตกลงเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้

ลงชื่อ .....

(.....)

นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการวิจัย

วันที่.....เดือน.....ปี.....

ลงชื่อ .....

(.....)

หัวหน้าโครงการวิจัย

วันที่.....เดือน.....ปี.....

ลงชื่อ .....

(.....)

ผู้ปกครองของนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการวิจัย

วันที่.....เดือน.....ปี.....

ลงชื่อ .....

(.....)

พยาน

วันที่.....เดือน.....ปี.....

#### หมายเหตุ

1. เอกสารชี้แจงและยินยอมนี้ให้จัดทำเป็น 2 ชุด มอบให้ ผู้ร่วมโครงการวิจัย 1 ชุด และผู้วิจัย 1 ชุด

2. หากผู้ร่วมโครงการวิจัย ได้รับการปฏิบัติที่ไม่ตรงตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงนี้ ผู้ปกครองสามารถร้องเรียนไปยังคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ต.บางพูด อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120 โทร 02-5048036-7

อีเมลล์ : [ecnursing@gmail.com](mailto:ecnursing@gmail.com)

### แบบสอบถามโครงการวิจัย

**คำชี้แจง** แบบสอบถามชุดนี้ เป็นแบบสอบถามสำหรับการวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมการพัฒนาทุนชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น อำเภอหนองหลวง จังหวัดอุบลราชธานี” ของนักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต แผนกวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถาม จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อผู้ตอบแบบสอบถาม ขอให้นักเรียนตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริงและตรงกับความคิดเห็นและการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด โดยไม่ต้องระบุชื่อ-นามสกุล คำตอบจะถูกเก็บเป็นความลับ และผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์ต่อการนำไปใช้ในการเผชิญกับปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป จำนวน 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จำนวน 12 ข้อ

#### ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

**คำชี้แจง** ขอให้นักเรียนเติมข้อมูลลงในช่องว่าง หรือใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวนักเรียน

1. ปัจจุบันท่านอายุ.....ปี.....เดือน
2. ปัจจุบันท่านพักอาศัยอยู่กับใคร(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 

<input type="checkbox"/> 1.อยู่กับบิดาและมารดา	<input type="checkbox"/> 2.อยู่ลำพังกับบิดา	<input type="checkbox"/> 3.อยู่ลำพังกับมารดา
<input type="checkbox"/> 4.อยู่กับพี่/น้อง (ไม่ได้อยู่กับบิดามารดา)	<input type="checkbox"/> 5.อยู่ตามลำพัง	
<input type="checkbox"/> 6.อยู่กับญาติผู้ใหญ่ (ที่ไม่ใช่บิดาหรือมารดา)	<input type="checkbox"/> 7.อยู่กับเพื่อน/คนรู้จัก	
<input type="checkbox"/> 8.อื่น ๆ (โปรดระบุ).....		
3. สถานภาพสมรสของบิดา-มารดา
 

<input type="checkbox"/> 1.อยู่ด้วยกัน	<input type="checkbox"/> 2.แยกกันอยู่	<input type="checkbox"/> 3.หย่าร้าง/แยกทางกัน
<input type="checkbox"/> 4.บิดาเสียชีวิต	<input type="checkbox"/> 5.มารดาเสียชีวิต	<input type="checkbox"/> 6.ทั้งบิดาและมารดาเสียชีวิต
4. อาชีพหลักของผู้ปกครอง
 

<input type="checkbox"/> 1.รับจ้าง/พนักงานบริษัท	<input type="checkbox"/> 2.ค้าขาย	<input type="checkbox"/> 3.รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ
<input type="checkbox"/> 4.เกษตรกร	<input type="checkbox"/> 5.ว่างงาน/เกษียณ	<input type="checkbox"/> 6.อื่น ๆ ระบุ .....

5. วิธีการผ่อนคลายเมื่อท่านมีความเครียด (เลือกตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1.ปรึกษาคนที่ไว้ใจ                       2.อยู่เงียบๆคนเดียว                       3.ฟังเพลง/ร้องเพลง  
 4.ออกกำลังกาย                       5.ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
 6.ดูซีรี่ (ละครไทย,ต่างประเทศ)    7.เที่ยวกับเพื่อน  
 8.อื่น ๆ (ระบุ).....

6. ท่านมีคูรักหรือแฟนหรือไม่

- 1.มี                       2.ไม่มี

7. ท่านเลือกทำกิจกรรมใดเมื่อเกิดความรู้สึกหรือมีอาการทางเพศ

- 1.สำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง    2.ออกกำลังกาย                       3.ทำสมาธิ  
 4.เล่นดนตรี                       5.ฟังเพลง                       6.อ่านหนังสือ  
 7.มีเพศสัมพันธ์                       8.อื่น ๆ (ระบุ).....

8. การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว

- 1.เอาใจใส่/ใช้เหตุผล                       2.ควบคุม/เข้มงวด/มีระเบียบ  
 3.ตามใจ/ให้อิสระ                       4.ปล่อยปละละเลย/ทอดทิ้ง/ไม่สนใจ

9. ท่านคิดว่าความสัมพันธ์ในครอบครัวระหว่างท่านกับพ่อแม่พี่น้องของท่านเป็นอย่างไร

- 1.แย่มาก ๆ                       2.ส่วนใหญ่ไม่ดี  
 3.ดีบ้างไม่ดีบ้าง                       4.ผูกพันรักใคร่กันดี

## ส่วนที่ 2 พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

คำชี้แจง ให้ท่านประเมินพฤติกรรมที่ผ่านมาของตนเอง โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตัวของท่านมากที่สุด

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง มีพฤติกรรมหรือปฏิบัติเรื่องนั้นทุก ๆ วันสม่ำเสมอ

ปฏิบัติบ่อยครั้ง หมายถึง มีพฤติกรรมหรือปฏิบัติในเรื่องนั้นนั้น 5-6 ครั้งใน 1 สัปดาห์

ปฏิบัติเป็นบางครั้ง หมายถึง มีพฤติกรรมหรือปฏิบัติในเรื่องนั้นนั้น 3-4 ครั้งใน 1 สัปดาห์

ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง หมายถึง มีพฤติกรรมหรือปฏิบัติในเรื่องนั้น 1-2 ครั้งใน 1 สัปดาห์

ไม่เคยปฏิบัติเลย หมายถึง ไม่เคยมีพฤติกรรมหรือไม่เคยปฏิบัติในเรื่องนั้น ๆ หรือไม่เคยมีเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้น

ที่ผ่านมาท่านมีพฤติกรรมต่อไปนี้เพียงใด (ย้อนหลัง 3 เดือน)	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	บาง ครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	ไม่ เคย
1. ฉันไม่ไปเที่ยวกลางคืนกับเพื่อนต่างเพศหรือแฟน เพียงลำพังสองต่อสอง					
2. ฉันดูวิดีโอ ยูทูบหรือเว็บไซต์ที่มีภาพการกอดจูบ หรือการมีเพศสัมพันธ์ กับเพื่อนต่างเพศหรือแฟน เพียงลำพังสองต่อสอง					
3. ฉันยินยอมให้เพื่อนต่างเพศจับมือถือแขนหรือกอด เพื่อแสดงความรักต่อกัน					
4. ฉันชอบแต่งตัวด้วยเสื้อผ้าเดี่ยว เกะกะ นุ่งสั้น ตามแฟชั่นนิยม					
5. เมื่อหงุดหงิดหรือมีอารมณ์ทางเพศ ฉันจะออก กำลังกายหรือทำงานอดิเรกที่ชอบ					
6. ฉันดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ และ ของมีนเมาอื่น ๆ เมื่อไปเที่ยวกับเพื่อนชายหรือแฟน					
7. ฉันไม่พักค้างคืนกับแฟนหรือเพื่อนต่างเพศ สองต่อ สองในบ้านเพื่อนต่างเพศ หรือบ้านของตนเอง					
8. ฉันชอบอ่านนวนิยายหรือการ์ตูนที่มีการแสดง ความรักกันอย่างลึกซึ้ง หรือช่วยทำให้เกิดอารมณ์เพศ					
9. ฉันจะปฏิเสธหรือต่อรอง ถ้าเพื่อนต่างเพศหรือ แฟนของฉันชักชวนให้มึนเมาด้วย					
10. เมื่อมีอารมณ์ทางเพศฉันจะเลือกการสำเร็จความ ใคร่ด้วยตัวเองแทนการมีเพศสัมพันธ์					
11. ฉันใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดแบบฉุกเฉิน หลังมี เพศสัมพันธ์					
12. ฉันใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งและให้คู่นอนใช้ถุงยาง อนามัยทุกครั้งเวลามีเพศสัมพันธ์					



**ภาคผนวก จ**

คู่มือการใช้โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตโดยการมีส่วนร่วมในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น



## โปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

### บทนำ

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายจิตใจอารมณ์สังคมและสติปัญญา เป็นวัยที่อยากรู้อยากเห็น สนใจเพศตรงข้าม มีการคบเพื่อนต่างเพศ และอยากทดลองในเรื่องเพศ ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากทั้งอิทธิพลภายใน ได้แก่ ฮอโมนเพศและอิทธิพลภายนอก ได้แก่ เพื่อน ครอบครัว สังคม และวัฒนธรรมสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ชักนำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา ได้แก่ การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น โรคเอดส์ กามโรค และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในวัยเรียน ส่งผลกระทบต่อตัววัยรุ่น ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ปัจจุบันพบว่าวัยรุ่นยังขาดความรู้ความเข้าใจทางเพศที่ถูกต้องขาดทักษะชีวิตที่จะเผชิญกับสถานการณ์หรือปัญหาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องทางเพศ ส่งผลให้มีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม

ทุนชีวิต คือ คุณสมบัติพื้นฐานของมนุษย์ที่มีผลต่อการพัฒนาทางด้านจิตใจ สังคม และสติปัญญา เกื้อหนุนให้เจริญเติบโตและดำรงชีพอยู่ได้อย่างเข้มแข็งและมีความสุข มนุษย์มีทุนชีวิตในระดับหนึ่งมาตั้งแต่เกิด และเพิ่มขึ้นตามวัยจากการอบรมเลี้ยงดู ความรัก ความเอาใจใส่ ความเข้าใจของพ่อแม่และบุคคลรอบข้าง รวมทั้งปฏิสัมพันธ์การเรียนรู้จากธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ทุนชีวิตเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มีพลังในการปรับตัวและเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงได้ ซึ่งทุนชีวิตเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้จากประสบการณ์และการฝึกอบรม หากวัยรุ่นมีทุนชีวิตสูง จะทำให้วัยรุ่นสามารถหาทางออกเกี่ยวกับเรื่องเพศได้ถูกต้อง และแสดงพฤติกรรมออกมาในทางที่เหมาะสม การเสริมสร้างทุนชีวิตในวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งจำเป็นและควรสร้างเสริมตั้งแต่วัยเรียน ผู้วิจัยจึงพัฒนาโปรแกรมพัฒนาทุนชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้วัยรุ่นเหล่านี้ มีทุนชีวิตที่เพิ่มขึ้นเพื่อใช้ในการเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะปัญหาเรื่องเพศ และพฤติกรรมทางเพศ อันจะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยผู้วิจัยนำแนวคิดต้นทุนชีวิตของ นพ.สุริยเดว ทรีปาตี (2559) มาใช้ในการจัดกิจกรรมประกอบด้วยทุนชีวิตเป็นพลังเชิงบวกหรือพลังสร้างสรรค์ ทุนชีวิตประกอบด้วย 5 พลัง ได้แก่ 1) หมวดทุนชีวิตภายใน (internal assets) คือ พลัง ตัวตน 2) หมวดทุนชีวิตภายนอก (external assets) ได้แก่ พลัง ครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม พลังชุมชน (สุริยเดว ทรีปาตี, 2559) ใช้ระยะเวลาในการฝึกอบรมทั้งหมด 6 สัปดาห์ ภายในคู่มือประกอบด้วย ขั้นตอนการฝึกอบรม และแผนกิจกรรม ดังนี้

## 1. ขั้นตอนการฝึกอบรม

- 1.1 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม กระบวนการในการฝึกอบรม การประเมินผล และประโยชน์ที่จะได้รับการอบรม
- 1.2 ทดสอบก่อนอบรมด้วยแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภีในวัยรุ่นและแบบประเมินทุนชีวิต
- 1.3 ดำเนินการฝึกอบรมตามแผนกิจกรรมที่กำหนดโดยใช้กระบวนการกลุ่มและการสอนแบบมีส่วนร่วม
- 1.4 ทดสอบหลังการอบรมด้วยแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภีในวัยรุ่นและแบบประเมินทุนชีวิตชุดเดียวกับก่อนการอบรม

## 2. แผนกิจกรรม

ในการดำเนินการตามแผนกิจกรรม ใช้ระยะเวลา 6 สัปดาห์ ประกอบด้วย แผนกิจกรรมจำนวน 6 แผน ในแต่ละแผนกิจกรรมประกอบด้วย สารสำคัญ จุดประสงค์การเรียนรู้ ระยะเวลา วิธีดำเนินกิจกรรม สื่อ/อุปกรณ์ และการประเมินผล มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

สัปดาห์ที่ 1 แผนกิจกรรมที่ 1 การปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล

แบ่งออกเป็น 2 กิจกรรม ได้แก่

กิจกรรมที่ 1.1 เรื่อง “รู้จักตัวฉัน พฤติกรรมทางเพศและทุนชีวิต”

กิจกรรมที่ 1.2 เรื่อง “วิเคราะห์สถานการณ์ และผลกระทบจากการตั้งครรภีในวัยรุ่น”

สัปดาห์ที่ 2 แผนกิจกรรมที่ 2 การสร้างเสริมพลังตัวตน แบ่งออกเป็น 2 กิจกรรม ได้แก่

กิจกรรมที่ 2.1 “Who are You”

กิจกรรมที่ 2.2 “ค่าของตน สร้างคนให้สมดุล”

สัปดาห์ที่ 3 แผนกิจกรรมที่ 3 การสร้างเสริมพลังครอบครัว แบ่งออกเป็น 2 กิจกรรม ได้แก่

กิจกรรมที่ 3.1 “การสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว”

กิจกรรมที่ 3.2 “ให้รักนำทาง”

สัปดาห์ที่ 4 แผนกิจกรรมที่ 4 การสร้างเสริมพลังสร้างปัญญา แบ่งออกเป็น 2 กิจกรรม ได้แก่

กิจกรรมที่ 4.1 “รู้จักและเท่าทัน”

กิจกรรมที่ 4.2 “รักเป็น...ปลอดภัย”

สัปดาห์ที่ 5 แผนกิจกรรมที่ 5 การสร้างเสริมพลังเพื่อนและกิจกรรม แบ่งออกเป็น 2 กิจกรรม ได้แก่

กิจกรรมที่ 5.1 “ชีวิตมีทางออก”

กิจกรรมที่ 5.2 “เพื่อนช่วยเพื่อน”

สัปดาห์ที่ 6 แผนกิจกรรมที่ 6 การสร้างเสริมพลังชุมชน แบ่งออกเป็น 2 กิจกรรม ได้แก่

กิจกรรมที่ 6.1 “จิตอาสาปลูกสมุนไพรในศูนย์อภัยชุมชนปาก้าว”

กิจกรรมที่ 6.2 “ลูกฮักของชุมชน”

## สัปดาห์ที่ 1

### แผนกิจกรรมที่ 1 เรื่อง การปฐมนิเทศ และสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล

กิจกรรมที่ 1.1 เรื่อง “รู้จักตัวฉัน พุทธกรรมทางเพศและทุนชีวิต”

กิจกรรมที่ 1.2 เรื่อง “วิเคราะห์สถานการณ์ และผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น”

### กิจกรรมที่ 1.1 “รู้จักตัวฉัน พุทธกรรมทางเพศและทุนชีวิต”

#### สาระสำคัญ

การเห็นความสำคัญและความเข้าใจวัตถุประสงค์ของกิจกรรม การรู้จักและเคารพซึ่งกันและกันระหว่างเพื่อน ระหว่างนักเรียนกับครู และผู้วิจัย ทำให้เกิดการไว้วางใจกัน นำไปสู่กระบวนการเรียนรู้และสัมพันธ์ภาพที่ดี การเห็นความสำคัญและความเข้าใจเกี่ยวกับทุนชีวิต ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มีพลังในการปรับตัวและเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ และเป็นพลังเชิงบวกหรือพลังสร้างสรรค์ ทุนชีวิตประกอบด้วย 5 พลัง คือ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อน และกิจกรรม พลังชุมชน อีกทั้งทุนชีวิตยังสามารถยับยั้งพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมได้

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพ เกิดความไว้วางใจหรือเข้าใจกันระหว่างเพื่อน ระหว่างนักเรียนกับครู และผู้วิจัย
2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม
3. เพื่อให้นักเรียนทราบรายละเอียดต่างๆ ของกำหนดการฝึกอบรม รูปแบบ และวิธีการต่างๆ ในการฝึกอบรม
4. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทุนชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และพฤติกรรมทางเพศ

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียน

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรม เพื่อให้นักเรียน ครู ผู้วิจัย ทำความรู้จักและเกิดความคุ้นเคยกัน และสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน โดยอธิบายว่า ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม 1 วง แล้วผู้นำ(ผู้วิจัย)อยู่ตรงกลาง	1. นกหวีด 2. กำหนดการ ฝึกอบรม ..... .....	1. จากการสังเกต พฤติกรรม การร่วม กิจกรรม ..... .....
2. ในรอบแรกให้นักเรียนนับเลขเรียงตามลำดับจนครบวง .....	..... .....	..... .....
3. ในรอบที่ 2 ให้นักเรียนนับเลขเรียงตามลำดับจนครบวง..... .....	..... .....	..... .....

### ใบงานที่ 1.1 เรื่อง “พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมและทุนชีวิต”

1. ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นและระบุปัญหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทางเพศที่วัยรุ่นต้องเผชิญในการดำเนินชีวิต
  - 1.1.....
  - 1.2.....
  - 1.3.....
  - 1.4.....
  - 1.5.....
  - 1.6.....
  
2. ทุนชีวิตหรือความสามารถอะไรบ้างที่ช่วยทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม
  - 2.1.....
  - 2.2.....
  - 2.3.....
  - 2.4.....
  - 2.5.....
  - 2.6.....

#### ใบความรู้ที่ 1.1 เรื่อง “ทุนชีวิตกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมในวัยรุ่น”

**วัยรุ่น** หมายถึง วัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา มีการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ และมีพัฒนาการทางเพศอย่างสมบูรณ์ เข้าสู่ความพร้อมที่จะมีเพศสัมพันธ์และตั้งครรรภ์ได้

**ทุนชีวิต (life assets)** หมายถึง คุณสมบัติพื้นฐานของมนุษย์ที่มีผลต่อการพัฒนาทางด้าน จิตใจ สังคม และสติปัญญา เกื้อหนุนให้เจริญเติบโตและดำรงชีพอยู่ได้อย่างเข้มแข็งและมีความสุข มนุษย์มีทุนชีวิตในระดับหนึ่งมาตั้งแต่เกิด และเพิ่มขึ้นตามวัยจากการอบรมเลี้ยงดู ความรัก ความเอาใจใส่ ความเข้าใจของพ่อแม่และบุคคลรอบข้าง รวมทั้งปฏิสัมพันธ์การเรียนรู้จากธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ทุนชีวิตเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มีพลังในการปรับตัวและเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงได้ และเป็นพลังเชิงบวกหรือพลังสร้างสรรค์ ทุนชีวิตประกอบด้วย 5 พลัง คือ พลังตัวตน พลังครอบครัว พลังสร้างปัญญา พลังเพื่อนและกิจกรรม พลังชุมชน .....

## กิจกรรมที่ 1.2 เรื่อง “วิเคราะห์สถานการณ์ และผลกระทบจากการตั้งครรภในวัยรุ่น”

### สาระสำคัญ

ปัจจุบันการมีเพศสัมพันธ์ มักพบตั้งแต่อายุยังน้อย เมื่อเปรียบเทียบกับสังคมไทยในสมัยก่อน ที่เน้นการปลูกฝังค่านิยมและให้ความสำคัญของการรักษานวลสงวนตัว ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การมีค่านิยมที่ไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ การถูกล่อลวงจากสิ่งยั่วยุ หรือจากบุคคลให้ไปมีพฤติกรรมเสี่ยงเรื่องเพศ การมีเพศสัมพันธ์ที่ขาดความรับผิดชอบ มักนำไปสู่การตั้งครรภในวัยรุ่น การทำแท้ง การติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์ ส่งผลกระทบต่อตัววัยรุ่นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อ ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ

### จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน

1. ทราบถึงสถานการณ์การตั้งครรภในวัยรุ่น
2. บอกสาเหตุและปัจจัยที่สนับสนุนที่ทำให้เกิดการตั้งครรภในวัยรุ่น
3. บอกผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภในวัยรุ่นในวัยรุ่น

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียน

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยบรรยายเกี่ยวกับสถานการณ์การตั้งครรภในวัยรุ่นของประเทศไทย และในแต่ละภูมิภาค ผลกระทบจากการตั้งครรภในวัยรุ่นในวัยรุ่น (20 นาที)	1. Power point สถานการณ์การตั้งครรภในวัยรุ่น 2. ใบงานที่ 1.2 “วิเคราะห์สถานการณ์และผลกระทบจากการตั้งครรภในวัยรุ่น” จากข่าวผลกระทบของการตั้งครรภในวัยรุ่น จำนวน 4 ข่าว	1. ความตั้งใจและสนใจของนักเรียน 2. การแสดงความคิดเห็น
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

## ใบงานที่ 1.2 เรื่อง “วิเคราะห์สถานการณ์และผลกระทบจากการตั้งครรภในวัยรุ่น”

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านและวิเคราะห์ข่าวผลกระทบจากการตั้งครรภในวัยรุ่นที่กำหนดให้ ร่วมกัน แสดงความคิดเห็น ในประเด็นต่อไปนี้ (20 นาที)

1. ปัจจัยที่สนับสนุนให้เกิดการตั้งครรภในวัยรุ่น

1.1.....

1.2.....

.....

### สัปดาห์ที่ 2

#### แผนกิจกรรมที่ 2 การสร้างเสริมพลังตัวตน

กิจกรรมที่ 2.1 “Who are You”

กิจกรรมที่ 2.2 “ค่าของตน สร้างคนให้สมดุล”

#### กิจกรรมที่ 2.1 “Who are You”

##### สาระสำคัญ

เป็นการเรียนรู้บุคลิกภาพ จุดอ่อน จุดแข็งของตนเองผ่านการวิเคราะห์พฤติกรรม การแสดงออกถึงอารมณ์และ ความรู้สึกของตนเองแบบง่ายๆ รวมทั้งเรียนรู้ผู้อื่นเพื่อเข้าใจยอมรับ และสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข โดยสัตว์ที่เป็นตัวแทนแต่ละประเภทมีบุคลิกเฉพาะที่แตกต่างกัน การเข้าถึงและการสร้างความสัมพันธ์จึงใช้พลังและ ทักษะที่แตกต่างกัน

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน

1. สามารถเข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง
2. เข้าใจบุคคลอื่นที่เราต้องปฏิสัมพันธ์ด้วย

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียน

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยกล่าวทักทาย ทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ผ่านมา	1. ใบงานที่ 2.1 เรื่อง	1. จากการสังเกต
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์ และการดำเนินกิจกรรมครั้งนี้	“Who are You”	พฤติกรรมการ
3. ผู้วิจัยติดตามกระตาดขใบงานที่ 2.1 “Who are You”	2. ใบงานที่ 2.2	ร่วมกิจกรรม
ไว้ตามทิศต่างๆ ในห้อง	บุคลิก ลักษณะทั้ง 4	.....
.....	ทิศ	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

## กิจกรรมที่ 2.2 “ค่าของตน สร้างคนให้สมดุล”

### สาระสำคัญ

ความมีคุณค่าในตนเองสามารถประเมินได้จากการรับรู้ของตนเองและการรับรู้ของผู้อื่น การเรียนรู้และเข้าใจในคุณค่าและความสำคัญของตนเองและผู้อื่น ย่อมส่งผลให้การอยู่ร่วมกันในสังคมเต็มไปด้วยความสุข การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) เป็นปัจจัยพื้นฐานของการใช้ศักยภาพตนเองในการดำเนินชีวิต คนที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองจะเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญของชีวิต และมีแรงจูงใจในการปรับตัว ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น การเรียนดี การคงไว้ซึ่งการกระทำดี มีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

**จุดประสงค์การเรียนรู้ :** เพื่อให้นักเรียน

1. ตระหนักถึงคุณค่าและเห็นความสำคัญของตนเองและบุคคลที่อยู่รอบ ๆ ตัว
2. เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง

**ระยะเวลา** 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียน

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ และการดำเนินกิจกรรม 2. ให้นักเรียนชมวีดิทัศน์เรื่องเอกชัย วรรณแก้ว ผู้เขียนชีวิตด้วยปลายเท้า (เวลา 5 นาที) 3. แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่มตามกลุ่มเดิม ให้แต่ละกลุ่มระดมสมองประเด็นคุณค่า (ความดี) ที่เอกชัย วรรณแก้ว มีต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม มีอะไรบ้าง ตามประเด็นที่มอบหมายในใบงานที่ 2.3 (5 นาที)	1. วีดิทัศน์เรื่อง เอกชัย วรรณแก้ว ผู้เขียนชีวิตด้วยปลายเท้า มี 2 แบบ โดยเลือกตามความเหมาะสม (เวลา 5 นาที) 2. กระดาษเอ 4 คนละ 2 แผ่น	1. จากการสังเกตพฤติกรรมการร่วมกิจกรรม 2. การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....



### สัปดาห์ที่ 3

#### แผนกิจกรรมที่ 3 การสร้างเสริมพลังครอบครัว

กิจกรรมที่ 3.1 “การสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว”

กิจกรรมที่ 3.2 “ให้รูกำทาง”

#### กิจกรรมที่ 3.1 “การสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว”

##### สาระสำคัญ

การพูดคุยเรื่องเพศกับวัยรุ่นของพ่อแม่ผู้ปกครอง มีความสำคัญมากที่จะต้องมีการสื่อสารตั้งแต่ในวัยเด็ก ซึ่งผู้ปกครองต้องมีความเข้าใจในการสื่อสารเรื่องเพศที่เหมาะสม จึงจะช่วยให้เด็กมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง ดังนั้นจุดเริ่มต้นของการพูดคุยเรื่องเพศกับพ่อแม่หรือผู้ปกครองจึงควรเริ่มจากการที่ผู้ปกครองมีความเข้าใจ ยอมรับ และมีทักษะในการสื่อสารในครอบครัวที่ดี เกิดความเข้าใจและสนใจให้วัยรุ่นร่วมมือยอมรับ และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสม

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้ผู้ปกครอง

1. สำรวจทัศนคติของตนเองในการพูดคุยเรื่องเพศกับลูกหลานวัยรุ่น
2. รู้และเข้าใจถึงความสำคัญในการพูดคุยเรื่องเพศกับลูกหลานวัยรุ่น
3. รู้และเข้าใจถึงวิธีการพูดคุยเรื่องเพศกับลูกหลานวัยรุ่น

ระยะเวลา 2 ชั่วโมง ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ ผู้ปกครอง

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรมในครั้งนี้	1. สไลด์ประกอบการบรรยายเรื่อง “การสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว”	1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. ผู้วิจัยสุ่มถามเรื่องการสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัวที่ผ่านมาได้มีการสื่อสารอย่างไรบ้าง		2. การแสดงความคิดเห็น
3. บรรยายเรื่อง “การสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว” (20 นาที)	2. ใบงานที่ 3.1 เรื่อง .....	3. การแสดงบทบาทสมมติ
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

### ใบงานที่ 3.1 เรื่อง “การสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว”

#### คำชี้แจง

1. ให้ผู้ปกครองแบ่งกลุ่มย่อยเป็น 4 กลุ่ม
2. ให้แต่ละกลุ่มอ่านโจทย์ตามที่กำหนดให้ ระดมสมองแล้วบันทึกลงในกระดาษฟรุ๊ป
3. ให้แต่ละกลุ่มออกมาแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์นั้น ๆ กลุ่มละ 1 ข้อ (ใช้เวลา 20 นาที) โดยมีโจทย์ดังนี้

.....  
 .....

#### กิจกรรมที่ 3.2 เรื่อง “ให้รักนำทาง”

##### สาระสำคัญ

พ่อแม่ ผู้ปกครองกับวัยรุ่น “คุยกันไม่รู้เรื่อง” เป็นคำพูดที่ได้ยินจนกลายเป็นเรื่องปกติจากพ่อแม่ ผู้ปกครองและวัยรุ่นไปแล้วเมื่อพูดถึงการสื่อสารระหว่างกันในครอบครัว ปัญหาสากลที่สะท้อนให้ได้ยินบ่อย ๆ เช่น เรื่องธรรมชาติ ที่แตกต่างระหว่างคนต่างวัย ทั้งที่มาจากครอบครัวเดียวกัน ถึงแม้ว่าจะใช้เวลาส่วนใหญ่ร่วมกัน บางครั้งก็มีการทะเลาะ หรือโต้เถียงกับพ่อแม่ผู้ปกครอง เป็นเรื่องที่พบได้บ่อยในวัยรุ่น ส่วนใหญ่มักมาจากความต้องการที่ไม่ตรงกัน มองกัน คนละมุม วัยรุ่นอาจรู้สึกที่พ่อแม่ผู้ปกครอง ไม่เชื่อใจ ไม่ไว้วางใจ และชอบควบคุมบังคับเหมือนเด็ก ๆ ทั้ง ๆ ที่เราโตแล้ว ดูแลตัวเองได้แล้ว ในขณะที่พ่อแม่ ผู้ปกครองเองก็อาจแค่เป็นห่วง หวังดีต่อเรา กลัวว่าจะไม่ปลอดภัย กลัวว่า จะได้รับอันตรายจากเหตุการณ์ต่าง ๆ เช่น กลัวการมีเพศสัมพันธ์อันนำมาซึ่งปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยเรียน ปัญหาการคบเพื่อนต่างเพศกลับบ้านดึก ปัญหาความไม่เข้าใจกันกับพ่อแม่ผู้ปกครองเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นได้บ่อยเมื่อเราย่างเข้าสู่วัยรุ่น เพราะเราเริ่มมีกิจกรรมที่แตกต่างไปจากตอนวัยเด็ก ขณะที่พ่อแม่ผู้ปกครองยังเป็นห่วงว่าเราอาจจะตกอยู่ในสภาพที่ไม่ปลอดภัย เป็นอันตราย ดังนั้นเราสามารถป้องกันความขัดแย้งได้โดยการเข้าใจมุมมองของพ่อแม่ผู้ปกครอง วัยรุ่นส่วนใหญ่มักมองว่าพ่อแม่ผู้ปกครองจู้จี้ขี้บ่น วุ่นวายกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ แต่ไม่ได้มองอีกด้านหนึ่งที่อยู่ภายใต้ความจู้จี้ ขี้บ่น วุ่นวายกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ นั้น คือ การอยากให้เราได้ดีเรียนหนังสือสูง ๆ อยากให้มีเพื่อนที่ดีมีความรับผิดชอบ การพูดคุยเรื่องเพศกับพ่อแม่ผู้ปกครอง นับว่าเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างลูกกับพ่อแม่/ผู้ปกครอง การสื่อสารเรื่องเพศที่เหมาะสมจะเป็นสิ่งที่ช่วยทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง และมีความไว้วางใจ ที่จะขอคำปรึกษาจากผู้ปกครอง ในทางกลับกันถ้าไม่มีการสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว นักเรียนก็จะปรึกษาเพื่อนซึ่งอาจจะแนะนำได้ไม่ถูกต้องเหมาะสม และอาจจะนำไปสู่การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ ดังนั้นจุดเริ่มต้นของการพูดคุยเรื่องเพศกับพ่อแม่หรือผู้ปกครองจึงควร

เริ่มจากการสื่อสารทางบวก เป็นรูปแบบและเทคนิคการสื่อสารเชิงสร้างสรรค์สร้างความรู้สึกและความสัมพันธ์ที่ดี เกิดความเข้าใจใจให้ร่วมมือยอมรับ และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสม

การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนควรเคารพซึ่งกันและกันในความต้องการที่แตกต่างกัน การปฏิเสธเพื่อนควรปฏิเสธอย่างมีเหตุผล โดยไม่เสียสัมพันธภาพ การปฏิเสธที่ใช้ได้ผลมักเป็นการปฏิเสธในสถานการณ์ที่ถูกชวนไปทำสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์ หรือเกิดผลในแง่ลบตามมา การปฏิเสธที่ดีจะต้องปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ วิธีปฏิเสธที่ดีควรประกอบด้วย การใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล การบอกปฏิเสธให้ชัดเจนเป็นคำพูด และการปฏิเสธโดยคำนึงถึงความรู้สึกหรือรักษาความสัมพันธ์ของอีกฝ่าย

#### จุดประสงค์การเรียนรู้ :

1. เพื่อให้นักเรียนและผู้ปกครองได้มีความรู้ เสริมสร้างทัศนคติที่ดี และมีทักษะการสื่อสารที่เหมาะสมในครอบครัว
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิเสธในสิ่งที่ก่อให้เกิดผลเสียแก่ตนเองและบุคคลอื่นได้ถูกต้องตามขั้นตอนการปฏิเสธ
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกความต้องการของตนเองต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม
4. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชวนไปมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียนและผู้ปกครอง

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและผู้ปกครอง ทบทวนกติกาการร่วมกิจกรรม แล้วเริ่มทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์	1. ผ้าปิดตา	1. จากการร่วมกิจกรรม
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนและผู้ปกครองจับคู่ แล้วแจกผ้าปิดตาให้คู่ละ 1 ผืน โดยให้แต่ละคู่ตกลงกันว่าใครจะเป็น ผู้ถูกปิดตา	2. ใบงานที่ 3.2 เรื่อง “จะปฏิเสธอย่างไรดี”	2. บทสรุปการทำกิจกรรม
3. ผู้วิจัยให้ผู้ที่ถูกผ้าปิดตายืนอยู่ด้านหลัง และให้ผู้ที่ไม่ได้ถูกผ้าปิดตายืนอยู่ด้านหน้าแล้วใช้มือแตะไหล่ค่อยบอกทิศทาง (โดยไม่ให้มีเสียงพูด) จากนั้นก็ให้แต่ละคู่เดินในพื้นที่ที่กำหนดโดยมีข้อแม้ ว่าแต่ละคู่จะต้องไม่เดินชนกัน ระหว่างนั้นผู้วิจัยจะเปิดเสียงเพลงเพื่อให้เป็นอุปสรรคในการสื่อสาร	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

### คำชี้แจง เรื่อง “ให้รกรำทาง”

1. ให้นักเรียนและผู้ปกครองจับคู่กันโดยให้ละกันไม่ต้องจับคู่กับผู้ปกครองของตนเองและทำกิจกรรม

2. ผู้วิจัยแจกผ้าปิดตาให้คู่ละ 1 ผืน โดยให้แต่ละคู่ตกลงกันว่าใครจะเป็น ผู้ถูกปิดตา

3. ผู้วิจัยให้ผู้ที่ถูกผ้าปิดตายืนอยู่ด้านหน้า และให้ผู้ที่ไม่ได้ผ้าปิดตา ยืนอยู่ด้านหลังแล้วใช้มือแตะไหล่ค่อยบอกทิศทางจากนั้นก็ให้แต่ละคู่เดินในพื้นที่ที่กำหนดโดยมีข้อแม้ ว่าแต่ละคู่จะต้องไม่เดินชนกัน ระหว่างนั้นผู้วิจัยจะเปิดเสียงเพลงเพื่อให้เป็นอุปสรรคในการสื่อสาร

#### สัปดาห์ที่ 4

แผนกิจกรรมที่ 4 การสร้างเสริมพลังสร้างปัญญา ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 4.1 “รู้จักและเท่าทัน”

กิจกรรมที่ 4.2 “รักเป็น...ปลอดภัย”

#### กิจกรรมที่ 4.1 เรื่อง “รู้จักและเท่าทัน

##### สาระสำคัญ

อารมณ์เพศหรือความรู้สึกทางเพศ เป็นปฏิกิริยาตามธรรมชาติอย่างหนึ่งของมนุษย์ที่เกิดจากฮอร์โมน ในร่างกายของเรา เมื่อถูกกระตุ้นหรือปลุกเร้าความรู้สึก จะทำให้เกิดความตื่นตัวทางเพศหรือการเปลี่ยนแปลง ทางร่างกาย หัวใจเต้นเร็วขึ้น กล้ามเนื้อตื่นตัว โดยเฉพาะบริเวณอวัยวะเพศ และที่หน้าอกบางคนอาจจะรู้สึกวาบหวิวหรืออติบายไม่ถูก เป็นอารมณ์และความรู้สึกเฉพาะบุคคล ปฏิกิริยาการตอบสนองจึงแตกต่างกันออกไป ดังนั้น การจัดการกับอารมณ์เพศจึงแตกต่างกันด้วยการรู้จักวิธีการจัดการกับอารมณ์เพศ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถเลือกตอบสนองต่อสิ่งเร้าหรือตัวกระตุ้นนั้นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ช่วยป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยได้อีกทางหนึ่ง

##### จุดประสงค์การเรียนรู้ :

1. เพื่อให้นักเรียนรู้เท่าทันอารมณ์ทางเพศของตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถจัดการกับอารมณ์ทางเพศของตนเองได้อย่างเหมาะสมและ

ปลอดภัย

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้ร่วมกิจกรรมได้แก่ นักเรียน

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรม 2. กิจกรรมเชื่อมโยงนำเข้าสู่บทเรียน 2.1 ชมวีดิทัศน์เรื่องฮอว์โมน หรือเรื่องอื่นๆตามความเหมาะสม 2.2 ผู้วิจัยถามนักเรียนว่า เมื่อชมวีดิทัศน์แล้วมีความรู้สึกอย่างไร ..... ..... .....	1. วีดิทัศน์เรื่องฮอว์โมน (เวลา 3 นาที) 2. บัตรคำ 4 หมวด (แบ่งหมวดละ 1 สี) ..... ..... ..... .....	1. จากความสนใจตั้งใจในการร่วมกิจกรรม 2. จากการแสดงความคิดเห็น ..... ..... .....



### ใบงานที่ 4.1 เรื่อง “รู้จักและเท่าทัน”

- คำชี้แจง**
1. วีดิทัศน์เรื่องฮอร์โมน (เวลา 3 นาที)
  2. ผู้วิจัยถามผู้เข้ารับการอบรมว่า เมื่อชมวีดิทัศน์แล้วมีความรู้สึกรู้สึกอย่างไร
  3. ผู้วิจัยอธิบายความหมายของ สิ่งเร้าหรือตัวกระตุ้น/ปฏิกิริยาหรือความรู้สึก/การจัดการกับอารมณ์/ผลที่ตามมา
  4. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อยเป็น 4 กลุ่ม โดยในกลุ่มมีทั้งเพศหญิงและเพศชาย
- .....
- .....

### กิจกรรมที่ 4.2 “รักเป็น...ปลอดภัย”

#### สาระสำคัญ

ปัจจุบันการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นส่วนใหญ่เกิดขึ้นกับแฟน คนรักและเพื่อน ซึ่งการไว้ใจ เชื่อใจคู่รัก ทำให้มีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน และอาจทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ รวมถึงการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น วิธีที่ดีที่สุดคือการไม่มีเพศสัมพันธ์ ถ้าหากมีความรักต้องรู้จักยับยั้งชั่งใจและหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และควรจะศึกษาความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ถูกต้องเหมาะสม

#### จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียน

1. มีความตระหนักต่อความเสี่ยงเรื่องการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์
2. มีความรู้เกี่ยวกับการคุมกำเนิด โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์
3. มีทักษะคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ เลือกใช้วิธีการคุมกำเนิดและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้ร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียน

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรม	1. ใบงานที่ 4.2	1. จากการตอบ
2. ให้นักเรียนทำแบบทดสอบการตั้งครรภ์ ตามใบงานที่ 4.2 (5 นาที) หลังจากนั้นเก็บแบบสอบถามเอาไว้	2. หุ่นจำลองอวัยวะเพศชาย อุปกรณ์คุมกำเนิด	คำถาม .....
2. ให้นักเรียนทั้งหมดนั่งเป็นรูปตัวยูหรือวงกลม	ได้แก่ ถุงยางอนามัย	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

## สัปดาห์ที่ 5

### แผนกิจกรรมที่ 5 การสร้างเสริมพลังเพื่อนและกิจกรรม

กิจกรรมที่ 5.1 “ชีวิตมีทางออก”

กิจกรรมที่ 5.2 “การให้คำปรึกษาเพื่อนช่วยเพื่อน”

#### กิจกรรมที่ 5.1 “ชีวิตมีทางออก”

##### สาระสำคัญ

ในชีวิตจริงของวัยรุ่นจะต้องเผชิญกับปัญหาในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะปัญหาพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม เช่น การรับสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ การเที่ยวสถานเริงรมย์ การอยู่กับเพื่อนต่างเพศตามลำพัง สิ่งเหล่านี้อาจส่งผลทำให้เกิดปัญหาต่างๆตามมา นักเรียนจึงต้องสามารถวิเคราะห์ได้ว่าปัญหาคืออะไร ทางแก้ปัญหาคืออะไร ผลดีผลเสียของการแก้ปัญหา แล้วเลือกทางแก้ปัญหาก็ถูกต้องเหมาะสม การตัดสินใจในการเลือกทางเลือกอย่างมีประสิทธิภาพนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำอย่างเป็นกระบวนการ เพื่อใช้เป็นแนวทางปฏิบัติให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ และสามารถนำวิธีการตัดสินใจในการเลือก ไปใช้กับปัญหาอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ด้วย

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เพื่อให้นักเรียนสามารถ

1. วิเคราะห์สถานการณ์ที่เป็นปัญหาและกำหนดปัญหาได้
2. วิเคราะห์หาทางเลือกและจัดลำดับทางเลือกได้อย่างเหมาะสม
3. วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียของทางเลือกได้อย่างถูกต้อง
4. ตัดสินใจเลือกทางเลือกที่เหมาะสมที่สุดได้
5. ระบุขั้นตอนของการแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้ร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียน

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรม	1. ใบงานที่ 5.1	1. ความสนใจ
2. ผู้วิจัยชี้แจงกติกา โดยให้ แต่ละกลุ่ม ยืนเป็นวงกลม แล้วท่องสูตรคูณแม่ 2 โดยให้พูดคำละ 1 พยางค์ ได้แก่ สอง, หนึ่ง, สอง, สอง, สอง, สี่, สอง, สาม, หก, สอง, สี่, แปด, สอง, ห้า, สิบ, สอง, หก, สิบ, สอง, สอง, เจ็ด, สิบ, สี่, สอง แปด สิบ หก สอง เก้า สิบ แปด สอง	“การตัดสินใจของแอนและฟลุ๊ค” ..... ..... ..... .....	และ ความตั้งใจ ..... ..... ..... .....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

## กิจกรรมที่ 5.2 “การให้คำปรึกษาเพื่อนช่วยเพื่อน”

### สาระสำคัญ

การให้คำปรึกษาเพื่อนช่วยเพื่อนเป็นแนวทางในการให้ความช่วยเหลือรูปแบบหนึ่งเพื่อให้ความช่วยเหลือ ด้านอารมณ์ จิตใจ แก่ผู้ขอรับการช่วยเหลือ และช่วยให้เขาได้แสดงออกทางอารมณ์ ได้อย่างเต็มที่ ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา สามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ได้ผู้ให้คำปรึกษาที่ดีควรมีบุคลิกที่เป็นมิตร เป็นผู้ฟังที่ดี มีความเข้าใจผู้อื่น มีความจริงใจ ทำให้ผู้รับการช่วยเหลือรู้สึกปลอดภัย และรักษาความลับและความเป็นส่วนตัว

**จุดประสงค์การเรียนรู้ :** เพื่อให้ นักเรียนสามารถ

- 1 มีความรู้ในการให้คำปรึกษาเบื้องต้นกับเพื่อนวัยรุ่นได้
- 2 สามารถให้คำปรึกษาเบื้องต้นกับเพื่อนวัยรุ่นได้
- 3 สามารถรับทราบแนวทางการช่วยเหลือดูแลและส่งต่อไปยังภาคีเครือข่ายอย่างเหมาะสม

**ระยะเวลา** 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้ร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียน

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรม	1. ใบงานที่ 5.2	1. ความสนใจ
2. นำเข้าสู่บทเรียนโดยพูดคุยถึงเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่นักเรียนต้องให้คำปรึกษา เช่น เรื่องเรียน เรื่องแฟน การประกอบอาชีพ เป็นต้น	สถานการณ์ ที่ 1 2 และ 3 2. power point	และความตั้งใจ 2.การตอบ คำถาม
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....



## ใบงานที่ 5.2 ใบงานกรณีศึกษา

คำชี้แจง 1. ให้นักเรียนจับกลุ่มกันกลุ่มละ 3 คน

2. ให้แต่ละกลุ่มเลือกศึกษากรณีศึกษา ดังนี้

สถานการณ์ที่ 1

.....

.....

.....

แผนกิจกรรมที่ 6 การสร้างเสริมพลังชุมชน

กิจกรรมที่ 6.1 “จิตอาสาปลูกสมุนไพรในศูนย์อภัยชุมชนป่าแก้ว”

กิจกรรมที่ 6.2 “ลูกฮักของชุมชน”

กิจกรรมที่ 6.1 “จิตอาสาปลูกสมุนไพรในศูนย์อภัยชุมชนป่าแก้ว”

สาระสำคัญ

การมีจิตอาสาหรือจิตสาธารณะ คือผู้ที่มีจิตใจที่เป็นผู้ให้ เช่น ให้สิ่งของ เงิน ความช่วยเหลือ ด้วยกำลังร่างกาย แรงสมอง เป็นการเสียสละสิ่งที่มีตนเองมีแม้กระทั่งเวลา เพื่อเผื่อแผ่ให้กับส่วนรวม อีกทั้งยังช่วยลด "อัตรตา" หรือความเป็นตัวตน ของตัวเองลดลง โดยเริ่มปลูกฝังตั้งแต่เด็กและเยาวชน เพราะเขาเหล่านั้นจะทำให้บ้านเมืองของเราในอนาคตกลายเป็นสังคมที่ไม่แล้งน้ำใจและเอื้ออาทรต่อกันมากขึ้น ซึ่งนั่นเป็นหนทางการพัฒนาจิตใจแต่ละคนได้อย่างเป็นรูปธรรม จิตสาธารณะตรงนี้ที่มองเห็นผู้อื่นเห็นสังคมดังนี่เองที่เราเรียกกันว่า "จิตอาสา" จิตใจที่เห็นผู้อื่นด้วย ไม่เพียงแต่ตัว เราเอง เราอาจจะยื่นมือออกไปทำอะไรให้ได้บ้าง เสียสละอะไรได้บ้าง ช่วยเหลืออะไรได้บ้าง แบบเพื่อนช่วยเหลือซึ่งกันและ กันไม่ใช่ผู้เหนือกว่า มีน้ำใจแก่กันและกันไม่นิ่งดูตายแบบที่เรื่องอะไรจะเกิดขึ้นไม่เกี่ยวกับฉัน ฉันไม่สนใจ สามารถแสดง ออกมาได้ในหลายรูปแบบ ทั้งการให้รูปแบบต่างๆ ตลอดจนการอาสาเพื่อช่วยเหลือสังคม การจัดกิจกรรมจิตอาสา ขึ้นเพื่อเป็นการเสริมสร้างความรูปและทักษะในการดำรงชีวิตให้แก่ักเรียนอย่างยั่งยืน

จุดประสงค์การเรียนรู้ :

1. เพื่อให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมกับชุมชน รู้จักการเสียสละเพื่อสังคม
2. เพื่อให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน และใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
3. เพื่อปลูกฝังให้นักเรียนคุณลักษณะอันพึงประสงค์มีน้ำใจ ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี และจิตสาธารณะ
4. เพื่อสร้างความสามัคคีกัน และเป็นการสร้างสรรค์สิ่งดี ๆ ให้แก่สังคม และส่วนรวม

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้ร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียนและคณะกรรมการศูนย์อภัยชุมชนป่าแก้ว

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรมครั้งนี้ (5 นาที)	1. สมุนไพรมานิต	1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรม
2. นำเข้าสู่บทเรียนโดยสุ่มถามนักเรียนว่า “ใครเคยใช้สมุนไพรมานิตในการดูแลสุขภาพบ้าง” “ใช้รักษาโรคอะไร” (5 นาที)	2. ใบความรู้ที่ 6.1 เรื่อง จิตอาสา	2. การตอบคำถามและการแสดงความคิดเห็น
.....	.....	.....
.....	.....	.....

## กิจกรรมที่ 6.2 “ลูกฮักของชุมชน”

### สาระสำคัญ

ในชุมชนของคนไทยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จะกิจกรรมผูกข้อมือเพื่อเป็นการสร้างขวัญกำลังใจ ซึ่งสามารถใช้ได้ทุกโอกาส รวมถึงการให้โอวาท การอบรมสั่งสอนบุตรหลาน นอกจากนี้ยังเป็นการให้คำมั่นสัญญาได้ด้วย เช่น การผูกเสี่ยว หรือการผูกข้อมือเป็นลูกฮัก ซึ่งลูกฮักเปรียบเสมือนเป็นลูกบุญธรรม เพียงแต่ไม่ได้มีผลทางกฎหมาย เป็นการสัญญากันว่าจะดูแลกัน จะไม่ทิ้งกันตลอดไป และการสร้างความผูกพันและสร้างขวัญกำลังใจให้ซึ่งกันและกัน ซึ่งเมื่อนำมาใช้ในกิจกรรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ให้นักเรียนสามารถขอคำปรึกษาจากพ่อฮักหรือแม่ฮักได้ และพ่อฮักหรือแม่ฮักเองก็สามารถให้คำปรึกษาเหมือนลูกหลานของตัวเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้ :

1. เพื่อให้นักเรียนได้รับการส่งเสริมเพิ่มพลังใจให้เข้มแข็งจากชุมชน
2. เพื่อให้ชุมชนได้มีส่วนร่วมในการดูแลวัยรุ่นในชุมชน
3. เพื่อให้นักเรียนมีที่ปรึกษาเพิ่มขึ้นนอกจากครอบครัวของตนเอง

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้ร่วมกิจกรรม ได้แก่ นักเรียน ผู้ปกครอง และคณะกรรมการศูนย์ฮักชุมชนป่าแก้ว

การดำเนินกิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	การประเมินผล
1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และการดำเนินกิจกรรม	1. พาน	1. สังเกตจากการ
2. ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียนโดยการอธิบายถึงความเป็นมาของการผูก	บายศรีสู่ขวัญ	ร่วมกิจกรรม
ข้อมือเป็น “ลูกฮัก” และเชิญชมการรำบายศรีสู่ขวัญ (10 นาที)	2. ปราชญ์	2. การตอบ
3. ผู้วิจัยเชิญปราชญ์ชุมชนได้นำทำพิธีบายศรีสู่ขวัญให้กับนักเรียน	ชุมชนและ	คำถาม และการ
(ลูกฮัก) และให้ผู้ปกครองและนักเรียนเข้าไปนั่งตรงหน้ากัน โดย	.....	แสดง
ไม่ให้ตรงกับผู้ปกครองของตนเอง	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

### ใบความรู้ที่ 6.2 พิธีบายศรีสู่ขวัญ “ลูกฮักของชุมชน”

#### ความหมายของบายศรีสู่ขวัญ

บายศรี เป็นของสูงเป็นสิ่งที่มีความหมายของคนไทย ตั้งแต่โบราณมาจนถึงปัจจุบันนับตั้งแต่เกิดจะจัดพิธีสังเวยและทำขวัญในวาระต่าง ๆ ซึ่งจะต้อง มีบายศรีเป็นสิ่งสำคัญในพิธีนั้น ๆ ซึ่งเป็นศาสนพิธีของพราหมณ์ คำว่า บาย ภาษาเขมร แปลว่า ข้าวสุก บาย ภาษาถิ่นอีสาน แปลว่า จับต้อง สัมผัส ศรี เป็นคำมาจากภาษาสันสกฤตตรงกับ ภาษาบาลี ว่า สิริ แปลว่า มิ่งขวัญ คำว่า “ บายศรี ” แปลว่า ข้าวขวัญ หรือ สิ่งที่น่าสัมผัสกับความดีงาม (ความหมายของชาวอีสาน) บายศรี ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน แปลว่า ข้าวอันเป็น สิริ , ขวัญข้าว หรือภาชนะใส่เครื่องสังเวย .....

.....

### ภาพกิจกรรม

สัปดาห์ที่ 1 แผนกิจกรรมที่ 1 การปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล



สัปดาห์ที่ 2 แผนกิจกรรมที่ 2 การสร้างเสริมพลังตัวตน



## ภาพกิจกรรม (ต่อ)

สัปดาห์ที่ 3 แผนกิจกรรมที่ 3 การสร้างเสริมพลังครอบครัว



สัปดาห์ที่ 4 แผนกิจกรรมที่ 4 การสร้างเสริมพลังสร้างปัญญา



ภาพกิจกรรม (ต่อ)

สัปดาห์ที่ 5 แผนกิจกรรมที่ 5 การสร้างเสริมพลังเพื่อนและกิจกรรม



สัปดาห์ที่ 6 แผนกิจกรรมที่ 6 การสร้างเสริมพลังชุมชน



## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางอุไรวรรณ ฐิติวัฒนากุล
วัน เดือน ปีเกิด	26 มกราคม 2515
สถานที่เกิด	อำเภอบุณทริก จังหวัดอุบลราชธานี
ประวัติการศึกษา	- ประกาศนียบัตรการพยาบาลและผดุงครรภ์ (ระดับต้น) วิทยาลัยพยาบาลบรมชชนนีเชียงใหม่ พ.ศ. 2537 - พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช พ.ศ. 2548 - สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาบริหารสาธารณสุข มหาวิทยาลัยเฉลิมกาญจนา พ.ศ. 2559
สถานที่ทำงาน	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโคกเทียม อำเภอนาจะหลวย จังหวัดอุบลราชธานี
ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

