

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย

นางสาวณิลบล เจริญรุ่งมาลา



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พ.ศ. 2556

The Effects of Using a Guidance Activities Package to Promote
Appropriate Sexual Attitudes of Mathayom Suksa IV Students at
Phan Phittayakom School in Chiang Rai Province

Miss Nilubon Jaroenrungmala



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master of Education in Guidance and Psychological Counseling
School of Educational Studies
Sukhothai Thammathirat Open University

2013

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย

ชื่อและนามสกุล นางสาวนิลุบล เจริญรุ่งมาลา


แขนงวิชา การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

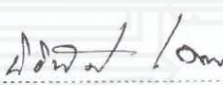
สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

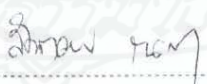
อาจารย์ที่ปรึกษา 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร
2. รองศาสตราจารย์ ดร. ลัดดาวรรณ ณ ระนอง


วิทยานิพนธ์นี้ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 31 กรกฎาคม 2557

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(อาจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร)


..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. ลัดดาวรรณ ณ ระนอง)


..... ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา
(ศาสตราจารย์ ดร. สิริวรรณ ศรีพหล)

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย
ผู้วิจัย นางสาวณิลุบล เจริญรุ่งมาลา **รหัสนักศึกษา** 2542800012 **ปริญญา** ศีษศาสตรมหาบัณฑิต
(การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา) **อาจารย์ที่ปรึกษา** (1) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์
เมฆขจร (2) รองศาสตราจารย์ ดร. ลัดดาวรรณ ณ ระนอง **ปีการศึกษา** 2556

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ศึกษากับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัด
เชียงราย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลอง
ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม (2) เปรียบเทียบเจต
คติทางเพศที่เหมาะสมภายหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวและกลุ่ม
ควบคุมที่ได้รับข้อเสนอแนะทางการแนะแนว และ (3) เปรียบเทียบเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของ
นักเรียนกลุ่มทดลองระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 40 คนในโรงเรียนพานพิทยาคม
อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย ใน ปีการศึกษา 2555 ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง แล้วสุ่มอย่างง่าย
เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 20 คน กลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจต
คติทางเพศที่เหมาะสม ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับข้อเสนอแนะทางการแนะแนว เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
ประกอบด้วย (1) แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .88 (2) ชุดกิจกรรมแนะ
แนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม และ (3) ข้อเสนอแนะทางการแนะแนว สถิติที่ใช้ในการ
วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนักเรียนกลุ่มทดลองมีเจตคติ
ทางเพศที่เหมาะสมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่ม
ทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงขึ้นกว่าของกลุ่มควบคุมที่ได้รับ
ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ (3) ภายหลังจากทดลอง 4 สัปดาห์ นักเรียนกลุ่ม
ทดลองมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมหลังการทดลองสูงกว่าระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ .01

คำสำคัญ ชุดกิจกรรมแนะแนว เจตคติทางเพศ มัธยมศึกษา

Thesis title: The Effects of Using a Guidance Activities Package to Promote Appropriate Sexual Attitudes of Mathayom Suksa IV Students at Phan Phittayakom School in Chiang Rai Province

Researcher: Miss Nilubon Jaroenrungmala; **ID:** 2542800012;

Degree: Master of Education (Guidance and Psychological Counseling);

Thesis advisors: (1) Dr. Nitipat Mekkhachorn, Assistant Professor;

(2) Dr. Laddawan Na Ranong, Associate Professor; **Academic year:** 2013

Abstract

This research was conducted with Mathayom Suksa IV students at Phan Phittayakom School in Chiang Rai province with the following purposes: (1) to compare appropriate sexual attitudes of the experimental group students before and after using a guidance activities package to promote appropriate sexual attitudes; (2) to compare the post-treatment appropriate sexual attitudes of the experimental group students who used the guidance activities package with the counterpart attitudes of the control group students who received guidance information; and (3) to compare appropriate sexual attitudes of the experimental group students after the treatment and during the follow up period.

The research sample consisted of 40 purposively selected Mathayom Suksa IV students of Phan Pittayakom School, Phan district, Chiang Rai province in the academic year 2013. Then, they were randomly divided into an experimental group and a control group each of which consisting of 20 students. The experimental group students used a guidance activities package to promote appropriate sexual attitudes; while the control group students received guidance information. The instruments used in this research were (1) a scale to assess appropriate sexual attitudes, with reliability coefficient of .88, (2) a guidance activities package to promote appropriate sexual attitudes, and (3) guidance information. Statistics used for data analysis were the percentage, mean, standard deviation, and t-test.

The research findings revealed that (1) after using the guidance activities package to promote appropriate sexual attitudes, the experimental group students had significantly increased their level of appropriate sexual attitudes at the .01 level; (2) after the treatment, the experimental group students using the guidance activities package had significantly higher level of appropriate sexual attitudes than the counterpart attitude level of the control group students at the .01level; and (3) four weeks after completion of the treatment, the post-treatment appropriate sexual attitudes of the experimental group students were found to be significantly higher than their counterpart attitude level during the follow up period at the .01 level.

Keywords: Guidance activities package, Sexual attitude, Mathayom Suksa

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ที่ประสบผลสำเร็จ เนื่องจากได้รับความกรุณาจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร และ รองศาสตราจารย์ ดร.ลัดดาวรรณ ณ ระนอง ที่ให้คำปรึกษา ถ่ายทอดความรู้ แบ่งปันประสบการณ์ชีวิต ให้คำแนะนำ ที่มีคุณค่า ให้แนวทางเพื่อการแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ตลอดจนการติดตามดูแลด้วยความห่วงใยเสมอ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้ง และขอกราบขอบพระคุณท่านทั้งสองเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง ที่ได้กรุณาเสียสละเวลาอันมีค่ามาเป็นประธานกรรมการสอบและยังได้ให้คำแนะนำในการตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คณาจารย์ในสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทุก ๆ ท่าน ที่ได้ให้ความรู้ ให้คำแนะนำความเอื้ออาทร และให้ประสบการณ์ที่ดีต่อศิษย์ด้วยใจกว้างขวางเสมอมา

ขอกราบขอบพระคุณ ดร.ศักดา วงศ์วรนิรันดร์ คุณครูอภิญา สุภามณี คุณครูสินีพร วงศ์ธิดาธร และคุณครูกาญจนา จนาพิระกนิษฐ ที่ได้กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย

ขอขอบคุณพี่ ๆ เพื่อน ๆ และน้อง ๆ นักศึกษาปริญญาโทสาขาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา คณะครูโรงเรียนพานพิทยาคมทุกท่านที่ได้ให้คำแนะนำและส่งเสริมกำลังใจตลอดมา

ขอขอบคุณบิดา มารดา ญาติพี่น้อง และครอบครัวทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจในการจัดทำวิทยานิพนธ์ นอกจากนี้ยังมีผู้ที่ให้ความร่วมมือช่วยเหลืออีกหลายท่านที่คอยให้กำลังใจ ให้ความห่วงใยเสมอมา ทุก ๆ ท่านที่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนในทุก ๆ ด้าน ขอให้ท่านได้รับสิ่งดีงามตอบแทนในน้ำใจดีของท่านเสมอไป ซึ่งผู้วิจัยไม่สามารถกล่าวนามในที่นี้ได้หมด จึงขอขอบคุณทุกท่านเหล่านั้นไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

ณิลุบล เจริญรุ่งมาลา

พฤษจิกายน 2557

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ณ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	5
กรอบแนวคิดของการวิจัย.....	5
สมมติฐานของการวิจัย.....	5
ขอบเขตการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	8
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว.....	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเจตคติ.....	14
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการแสดงออกทางเพศ.....	22
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	48
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	48
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	49
การสร้างเครื่องมือ.....	50
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	58
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	62
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป.....	63
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐาน.....	63

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	66
วัตถุประสงค์	66
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	66
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	67
การเก็บรวบรวมข้อมูล	67
การวิเคราะห์ข้อมูล	68
สรุปการวิจัย	68
อภิปรายผล	69
ข้อเสนอแนะ	72
บรรณานุกรม	73
ภาคผนวก	81
ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย.....	82
ข แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม.....	84
ค ผลการพิจารณาคุณภาพของแบบวัด.....	92
ง ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม.....	102
จ ผลการพิจารณาคุณภาพชุดกิจกรรม.....	226
ฉ โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ.....	232
ประวัติผู้วิจัย	277

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 ตารางแสดงโครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศ.....	57
ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของนักเรียนจำแนกตามสภาพทั่วไป (จำนวน 40 คน).....	63
ตารางที่ 4.2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย เจตคติทางเพศ ของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ระยะเวลาก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลการทดลอง แบ่งเป็น 3 ด้าน	63
ตารางที่ 4.3 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม ก่อนและ หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง.....	64
ตารางที่ 4.4 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	64
ตารางที่ 4.5 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมระยะ หลังการทดลองและระยะติดตามผลการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง.....	65



สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1.1 การแสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบของเจตคติ.....	17
ภาพที่ 3.1 แสดงขั้นตอนการกำหนดกลุ่มวิจัย.....	49
ภาพที่ 3.2 แสดงขั้นตอนการทำเครื่องมือในการวิจัย.....	51
ภาพที่ 3.3 แสดงขั้นตอนตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม (ด้านความคิด).....	52
ภาพที่ 3.4 แสดงขั้นตอนตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม (ด้านความรู้สึก).....	53
ภาพที่ 3.5 แสดงขั้นตอนตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม (ด้านพฤติกรรม).....	55
ภาพที่ 3.6 แสดงขั้นตอนการทำชุดกิจกรรมแนะแนวในการวิจัย.....	57



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันเราคงปฏิเสธไม่ได้ว่าสังคมไทยของเรากำลังเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมาย และปัญหาที่มีผลกระทบต่อการแสดงออกทางเพศโดยตรง เช่น ปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศ ปัญหาความรุนแรง ความคาดหวังจากคนรักหรือแฟน การทำแท้ง การแสดงอารมณ์และความรู้สึกทางเพศ ก็ยังคงเป็นปัญหาที่สะสม ขยายตัวและทวีความรุนแรงมากขึ้น ซึ่งหากวิเคราะห์ดูปัญหาเหล่านี้แล้วก็พบว่า สาเหตุที่สำคัญส่วนหนึ่งนั้นก็มาจาก เจตคติที่ไม่เหมาะสมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศในสังคมไทย การสร้างเจตคติที่เหมาะสมให้กับนักเรียนจึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมได้ ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2518: 3) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง ความรู้สึกที่แสดงออกอย่างมั่นคงต่อบุคคล อาจเป็นไปในทางที่ดี ชัดแจ้ง หรือเป็นกลางก็ได้ ซึ่งเป็นผลของการรับรู้เกี่ยวกับลักษณะที่ดีหรือเลวของบุคคลหรือสถานการณ์นั้น เป็นสิ่งที่กำหนดในบุคคลประพฤติกฎปฏิบัติ หรือตอบสนองในการที่จะชอบหรือไม่ชอบ (อ้างถึงใน จงกลณี ต้อยเจริญและรสสุนทร พิชัยแพทย์ 2546 : 23)

จึงกล่าวได้ว่าเจตคติเป็นความรู้สึกนึกคิดที่สั่งสมมาจากประสบการณ์ มีผลต่อการแสดงออกเป็นพฤติกรรม ส่วนพฤติกรรม (Behavior) เป็นการแสดงออกของบุคคลอันเป็นผลมาจากเจตคติและการเลียนแบบพฤติกรรมของผู้อื่น (ปิยะนันท์ สวัสดิ์ศฤงฆาร 2556: 1) ส่วนพฤติกรรมที่มาจากการเลียนแบบหากปฏิบัติไปอย่างต่อเนื่องจะกลายเป็นความคุ้นเคยฝังลึกลงเป็นเจตคติได้ในที่สุด เมื่อทั้งเจตคติและพฤติกรรมต่างส่งผลซึ่งกันและกัน จึงเกิดเป็นคำถามที่ว่า ถ้าต้องการให้เกิดพฤติกรรมที่มุ่งหวัง ควรจะ เปลี่ยนแปลงเจตคติก่อนเพราะเห็นว่าการปลูกฝังเจตคติ หรือความตั้งใจ หรือความเชื่อ เป็นปัจจัยทำให้บุคคลแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่คาดหวังได้ อย่างที่เรียกว่า เจตคติเป็นตัวขับเคลื่อนพฤติกรรมโดยฝึกบุคคลให้แสดงพฤติกรรมที่มุ่งหวังไปอย่างต่อเนื่อง หากพฤติกรรมนั้นไม่ฝืนตัวตนของบุคคลจนเกินไป การแสดงออกเป็นพฤติกรรมจะค่อย ๆ ปรับเปลี่ยนเจตคติของบุคคลให้ยอมรับพฤติกรรมนั้น อย่างที่เรียกว่า พฤติกรรมเป็นตัวดึงเจตคติ

การเปลี่ยนเจตคติเพื่อไปผลักดันให้เปลี่ยนพฤติกรรมจะได้พฤติกรรมใหม่ที่ค่อนข้างยั่งยืนถาวร มองด้วยตาไม่เห็นเจตคติจึงเป็นความเชื่อ ความยึดมั่นถือมั่นในแนวความคิดของตนซึ่งได้รับการปลูกฝังมาจากประสบการณ์และการเรียนรู้ บุคคลมีเจตคติอย่างไรจะแสดงออกมาเป็นพฤติกรรม

สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว (2552: 46) กล่าวว่า การสั่งสมของเจตคติ ทำให้คนในสังคมไทยไม่ค่อยเห็นคุณค่าเรื่องการแสดงออกทางเพศและคิดว่าปัญหาเรื่องการแสดงออกทางเพศเป็นเรื่องไม่สำคัญเท่าใดนัก เพราะเป็นสิ่งที่ตนเองหรือคนในครอบครัวไม่ได้เป็นผู้ประสบปัญหาเอง จึงมองเป็นเรื่องไกลตัว ซึ่งแท้ที่จริงแล้ว ปัญหาที่มีสาเหตุมาจากเจตคติเป็นเรื่องที่สำคัญ และมีความเกี่ยวข้องกับทุก ๆ คน ทั้งทางตรงและทางอ้อม และยังมีอิทธิพลอย่างมากต่อการกำหนดกฎหมาย นโยบาย แผนงานและโครงการ เพราะหากผู้เกี่ยวข้องกับกระบวนการดังกล่าวไม่เข้าใจหรือละเลยต่อบทบาท ก็จะเป็นการนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมอย่างตั้งใจ ส่งผลให้ไม่ได้รับประโยชน์อย่างเสมอภาคกัน และผลเสียมิได้เกิดขึ้นกับเฉพาะกับวัยรุ่นเท่านั้น แต่มีผลกระทบต่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมอีกด้วย

เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่อยากทดลองสิ่งใหม่ ๆ ขาดประสบการณ์ชีวิต มองเข้าข้างตนเองมากเกินไปและคิดว่าสิ่งเลวร้ายต่าง ๆ คงไม่เกิดขึ้นกับตนเอง ความคิดอ่านยังไม่เจริญสุ่ววุฒิภาวะเพียงพอที่จะเข้าใจและตระหนักถึงผลเสียที่จะตามมา จึงส่งผลให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมได้ง่าย จันทร์ชิตา พุกษานนท์ (2538) ได้ให้ความหมายของ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศว่าหมายถึง การประพฤติปฏิบัติที่ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น การมีคู่นอนจำนวนมาก การมีเพศสัมพันธ์เร็วตั้งแต่วัยรุ่นตอนต้นก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพอนามัยที่จะตามมาทั้งในระยะสั้นและระยะยาว (อ้างอิงใน จตุพล อภิวงค์งาม 2547: 6) และ สุชา จันท์เอม (2527: 46-47) กล่าวถึง จุดเริ่มต้นของการพัฒนาการด้านพฤติกรรมทางเพศที่บ่งบอกถึงความสัมพันธ์ระหว่างเพศหรือความสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม คือ ความต้องใจกันระหว่างเพศตรงข้าม ซึ่งโดยทั่วไปแบ่งเป็น 3 ชั้น คือ มิตรภาพ ความรัก และความสัมพันธ์ทางเพศ ผู้ชายกับผู้หญิงมีข้อแตกต่างกันในเรื่องนี้ คือผู้ชายจะข้ามขั้นที่ 2 ไปได้แต่ผู้หญิงต้องเป็นไปตามลำดับ ผู้หญิงต้องก้าวจากมิตรภาพไปสู่ความรัก แต่ผู้ชายอาจจะมีความสัมพันธ์ทางเพศได้โดยไม่ต้องมีความรักเข้ามาเกี่ยวข้องได้ (อ้างอิงใน สุภรณ์ สุธรรมแปง 2543: 14)

แม้การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น จะขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ ที่สำคัญ หลากหลาย ได้แก่ พันธุกรรม อาหาร การพักผ่อนการออกกำลังกาย การทำงานของต่อมไร้ท่อ ตลอดจนการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุและการเจ็บป่วยจากโรคภัยไข้เจ็บ สำหรับปัจจัยด้านอื่น ๆ นั้นจะขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการปฏิบัติตนของวัยรุ่น หากวัยรุ่นมีความรู้ความเข้าใจ และปฏิบัติตนอย่างถูกต้องและเหมาะสม รู้จักที่จะวางแผนการสร้างเสริมสุขภาพตามภาวะการณ์เจริญเติบโตและพัฒนาการก็จะนำไปสู่การเจริญเติบโตและพัฒนาการที่ดี จะก้าวจากวัยเด็กไปสู่วัยรุ่น ที่มีสุขภาพแข็งแรง มีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

เมื่อวัยรุ่นตั้งครรถิโดยไม่ตั้งใจ ฝ่ายชายมักไม่มีส่วนร่วมในการรับผิดชอบ ภาระและความรับผิดชอบจึงตกอยู่กับฝ่ายหญิงและครอบครัวเพียงฝ่ายเดียวหากครอบครัวฝ่ายหญิงเข้าใจและ

ยอมรับในความผิดพลาดก็จะลดปัญหาต่าง ๆ ลงได้ อย่างไรก็ตามเด็กที่เกิดมาก็มักจะขาดการเลี้ยงดูที่ถูกต้องเหมาะสมเนื่องจากวัยรุ่นยังไม่มีความรู้ในการเลี้ยงดู ไม่มีความพร้อมในการเลี้ยงดูเพราะยังไม่ได้อยู่ในวัยทำงาน จึงไม่มีรายได้มาเลี้ยงดู แม่บางคนอาจไม่สนใจดูแล หรืออาจทำร้ายลูกตนเอง เพราะไม่ยอมมีลูก และเด็กจะขาดความอบอุ่นจากพ่อเพราะฝ่ายชายมักจะไม่รับผิดชอบในลูก จนเกิดปัญหาสังคม จากปัญหาที่ผู้วิจัยได้ค้นพบและต้องการการพัฒนา ส่งเสริมด้านพฤติกรรมทางเพศ ของนักเรียนในปัจจุบันได้แก่ ปัญหาทางจิตใจและอารมณ์ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ มักจะมีความรู้สึกรู้ว่าตนเองทำผิด เกิดความละอายใจไม่กล้าสู้หน้าคนอื่นในสังคม อีกทั้งจะเกิดความวิตกกังวล ต่ออนาคตตนเอง การคลอดลูก และการเลี้ยงดูลูก ซึ่งปัญหาทางจิตใจและอารมณ์นี้จะลดน้อยลง ถ้าคนในครอบครัวและสังคมให้อภัย รวมทั้งอาจจะช่วยกันหาทางแก้ไขที่เหมาะสมยอมรับและเข้าใจ ในความผิดพลาดที่เกิดขึ้นของตนแต่หากครอบครัวและคนรอบข้างไม่ยอมรับ ไม่ให้อภัย ก็อาจจะเกิด ปัญหาทางสังคมตามมามากมาย เช่น การทำแท้ง การฆ่าตัวตายปัญหาเด็กถูกทอดทิ้ง เป็นต้น ปัญหา ครอบครัว การตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจของวัยรุ่นได้ก่อให้เกิดปัญหา ได้แก่ การฆ่าตัวตายของวัยรุ่นที่ ตั้งครรภ์เนื่องจากความกดดันต่าง ๆ การทำแท้งที่ผิดกฎหมายการหยุดชะงักทางการศึกษาของวัยรุ่น ที่ตั้งครรภ์ การทอดทิ้งเด็กไว้ตามโรงพยาบาลหรือสถานอื่น ๆ ภาวะการเลี้ยงดูเด็กของสถาน สงเคราะห์การทารุณเด็กจากแม่ที่ไม่ต้องการลูก สุรณี เรื่องสุวรรณ (2555)

ครูมีบทบาทหน้าที่ในการให้ความรู้ อบรมสั่งสอนศิษย์ ซึ่งต้องมีความเป็นธรรม และควร เสริมสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่อง เจตคติทางเพศที่เหมาะสม เจตคติเป็นสภาวะทางจิตใจหรือ ความพร้อมทางจิตใจของบุคคลที่จะปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องต่าง จะมีแนวโน้มสูงที่จะปฏิบัติต่อสิ่งนั้นตาม แนวทางที่เขาเชื่อและรู้สึก นพมาศ อัจจะและคณะ (2534: 130) ได้อธิบายว่า เจตคติทางเพศที่ เหมาะสมของสังคมไทยหญิงไทยมักจะรักนวลสงวนตัว ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน ชายไทยไม่ ควรสำส่อนทางเพศเพราะอาจเกิดผลเสียโดยการติดโรค มีความรับผิดชอบต่อเพศหญิง ไม่หลอกลวง ไม่ข่มเหงน้ำใจ รับผิดชอบต่อครอบครัววัยรุ่นในปัจจุบันควรมีเจตคติที่เหมาะสมทั้งสองเพศมี ความสำคัญเท่าเทียมกัน และ พรสุข หุ่นนิรันดร์และคณะ (2552) กล่าวว่า การสร้างสรรค์สังคมจึง จะเกิดขึ้น เจตคติที่เหมาะสมดังกล่าวเป็นสิ่งที่ดีและยังใช้ได้ในสังคมปัจจุบัน วัยรุ่นจึงควรรักษาเจตคติ ที่เหมาะสมไว้เพื่อป้องกันปัญหาที่จะตามมา เช่น ครอบครัวแตกแยก โรคทางเพศสัมพันธ์ การ ตั้งครรภ์นอกสมรส การค้าประเวณี การสำส่อนทางเพศ เป็นต้น และสร้างเจตคติที่เหมาะสมในเรื่อง สิทธิ ความเสมอภาคและการเคารพในศักดิ์ศรีคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เพื่อให้ นักเรียน ได้รับการ ปลูกฝังเจตคติที่ดีในการปฏิบัติต่อเพศตรงข้าม โดยไม่รังแก กดขี่หรือเอาเปรียบซึ่งกันและกัน ซึ่งการที่ ครูและนักเรียนจะมีการปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรมนั้น ในหลักสูตรการเรียนการสอนจะต้องมีการ สอดแทรกแนวคิดในเรื่องดังกล่าวไว้ด้วย เพื่อที่นักเรียนเหล่านั้นจะได้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ ที่มีความ ตระหนักว่า มนุษย์ทุกคนมีความเท่าเทียมกัน ปัญหาการใช้ความรุนแรง การบราฆ่าฟันรายวันอย่าง

ในปัจจุบันก็คงจะไม่เกิดขึ้น การตระหนักในเรื่องความเสมอภาคและศักดิ์ศรีคุณค่าความเป็นมนุษย์ จึงถือเป็นคุณธรรมขั้นพื้นฐานที่ทุกคนในสังคมควรให้ความสำคัญและยึดถือปฏิบัติต่อกัน

กระทรวงศึกษาธิการ (2546: 24) ได้ให้คำอธิบายไว้ว่า กิจกรรมแนะแนว คือ กิจกรรมที่มุ่งส่งเสริม พัฒนาตนเองอย่างเต็มตามศักยภาพ รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น พึ่งตนเอง มีทักษะในการเลือกแนวทางการศึกษา การงานอาชีพ และสังคม มีสุขภาพจิตที่ดี มีจิตสำนึกในการทำประโยชน์ต่อครอบครัว สังคมและประเทศชาติ

การแก้ปัญหาให้นักเรียนมีกิจกรรมทางเลือกมากขึ้นโดยการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว ให้เด็กได้พูดเรื่องเพศอย่างสร้างสรรค์หลากหลายแบบ และการแสดงออกทางเพศที่เหมาะสม โดยมีครูที่คอยให้คำปรึกษา และการประสานพลังทุกฝ่ายเพื่อร่วมกันดูแล ทั้งในแง่ให้ข้อมูล การสร้างความรู้คิด การใช้ยุทธวิธีหลายแบบที่เข้าถึงนักเรียนหลายวัยและดูแลนักเรียนหลายทาง ความเสี่ยงที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และการแสดงออกที่ไม่เหมาะสมตามวัย (สุรศักดิ์ หลาบมาลา 2551: 1)

กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ค้นพบความถนัด ความสามารถ และความสนใจของตนเอง ส่งเสริมในการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ และพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ชีวิตจริงและสังคมในปัจจุบันโดยอยู่บนพื้นฐานความต้องการของนักเรียน เพื่อทำกิจกรรมที่จะช่วยให้นักเรียนได้รับการส่งเสริมด้านต่าง ๆ และแก้ปัญหานักเรียนได้ นอกจากนี้กิจกรรมแนะแนวยังเป็นกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริมพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนที่ไม่เน้นเนื้อหาวิชาการแต่เน้นการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์และบูรณาการให้สอดคล้องกับชีวิตจริง สอดคล้องกับการวิจัยของวัฒนกิจ สิทธิสถิตอังกูร (2546:66) ได้ศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวกลุ่มเพื่อพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร พบว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวทำให้นักเรียนมีพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ .01 และ นิชลักษณ์ สุขสวัสดิ์ (2546: 60) ได้ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปากพองจังหวัด นครศรีธรรมราช พบว่า นักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้ประสบการณ์มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้นการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวจึงเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนได้ค้นพบและแก้ปัญหาได้ดี จากปัญหาดังกล่าวทั้งหมดนั้น ผู้วิจัยในฐานะบุคลากรทางการศึกษาที่อบรมสั่งสอนนักเรียนในโรงเรียนพานพิทยาคม ได้ทราบข้อมูลที่เป็นปัญหา ทั้งทางตรงและทางอ้อม มีความตระหนักรู้ในปัญหาดังกล่าว จึงมีความสนใจศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่

เหมาะสม โดยพัฒนารูปแบบและกระบวนการ การเรียนการสอนเกี่ยวกับการแสดงทางเพศที่เหมาะสม ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาเจตคติทางเพศในอนาคตของนักเรียนต่อไป

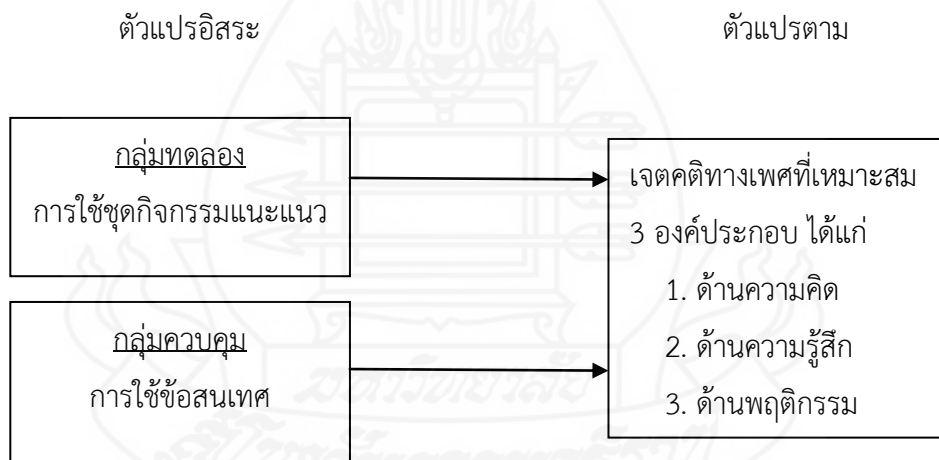
2. วัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 เพื่อเปรียบเทียบผลการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลัง การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

2.2 เพื่อเปรียบเทียบผลการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังจากการทดลอง

2.3 เพื่อเปรียบเทียบผลการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ภายหลังจากการทดลองกับระยะติดตามผล

3. กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1.1 การแสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 ภายหลังจากการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4.2 ภายหลังจากทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนอเทศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4.3 ภายหลังจากทดลอง 4 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมไม่แตกต่างกับระยะหลังการทดลอง

5. ขอบเขตของการวิจัย

5.1 ประชากร คือ นักเรียนในโรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษาที่ 2555 จำนวน 474 คน

5.2 กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนในโรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษาที่ 2555 จำนวน 40 คน ที่เลือกมาแบบเจาะจง แล้วสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 20 คน

5.3 ตัวแปรที่ศึกษา การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย โดยมีตัวแปรที่จะศึกษาดังนี้

5.3.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนว และ ข้อเสนอเทศ

5.3.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่ เจตคติทางเพศที่เหมาะสม

6. นิยามศัพท์เฉพาะ

6.1 เจตคติทางเพศที่เหมาะสม หมายถึง ความคิด ความรู้สึกในเรื่องการวางตัวต่อเพศตรงข้าม การปฏิบัติตัวต่อกันของเพศชายและหญิงในสถานการณ์และบทบาทต่าง ๆ การคบหาสมาคมกันของเพศชายและเพศหญิง และการแสดงออกทางเพศของชายและหญิง สามารถวัดได้จากแบบวัดเจตคติทางเพศที่สร้างขึ้น โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่

ด้านความคิด หมายถึง ความคิดที่เป็นองค์ประกอบที่บุคคลใช้ในการคิด ความคิดนี้อาจอยู่ในรูปใดรูปหนึ่งที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับความคิดของแต่ละบุคคลที่มีต่อการแสดงออกทางเพศ ได้แก่ ด้านสัมพันธภาพของนักเรียน การยอมรับฟังและเคารพความคิดเห็น ความพร้อมในการที่จะมีเพศสัมพันธ์ การละเมิดสิทธิในร่างกาย การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง

ด้านความรู้สึก หมายถึง ส่วนประกอบทางด้านอารมณ์ ความรู้สึก ซึ่งเป็นตัวเร้าความคิดอีกต่อหนึ่ง ถ้าบุคคลมีความรู้สึกที่ดีหรือไม่ดีขณะที่คิดสิ่งหนึ่งสิ่งใดแสดงว่า บุคคลนั้นมี ความรู้สึกในด้านบวกหรือด้านลบตามลำดับ ได้แก่ ความรู้สึกต่อพัฒนาการทางเพศ การปรับตัวในวัยรุ่น เพศศึกษา อารมณ์เพศและการจัดการอารมณ์เพศ ความเสมอภาคทางเพศ วัฒนธรรมทางเพศ

ด้านพฤติกรรม หมายถึง องค์ประกอบที่มีแนวโน้มในทางปฏิบัติ หรือถ้ามีสิ่งเร้าที่เหมาะสมจะเกิดการปฏิบัติหรือปฏิกริยาอย่างใดอย่างหนึ่ง ได้แก่ การปฏิบัติตนในสถานการณ์เปลี่ยนแปลง หรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อเกิดปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ทักษะการคบเพื่อนต่างเพศ ทักษะการปฏิเสธ

6.2 ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง เครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วย กิจกรรมแนะแนวหลายๆกิจกรรมที่นำมารวมกัน โดยนำหลักการเรียนรู้แบบส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม จำนวน 12 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศ สร้างความคุ้นเคยและกตีกาการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 2 ย้อนรอยวัยรุ่น ว้าวุ่นเรื่องเพศ ค้นหาเหตุ แก้อันตราย กิจกรรมที่ 3 อารมณ์เพศและการจัดการกับอารมณ์เพศ กิจกรรมที่ 4 จินตนาการรักต่างเพศ กิจกรรมที่ 5 ฉันทและเธอเราเสมอกัน (ความเสมอภาคทางเพศ) กิจกรรมที่ 6 เพศศึกษาเรื่องปกปิดที่ต้องเปิด กิจกรรมที่ 7 วัยรุ่นกับอุบัติเหตุทางเพศ กิจกรรมที่ 8 ทางออกวัยใส (การตั้งครรภ์และการคุมกำเนิด) กิจกรรมที่ 9 รู้เขารู้เรา ไม่เศร้าไม่เสี่ยง กิจกรรมที่ 10 ปรับตัวดี ช่วยเพื่อนได้ คลี่คลายปัญหา กิจกรรมที่ 11 รู้รักษาตัวรอดเป็นยอดดี กิจกรรมที่ 12 ปัจฉิมนิเทศ คุณค่าในตัวฉัน

6.3 ข้อเสนอแนะ หมายถึง การให้ข้อมูลข่าวสาร ข้อเท็จจริง ความรู้ เรื่องราว เหตุการณ์ ที่ผ่านกระบวนการประมวลผลให้กับกลุ่มควบคุม ซึ่งบันทึกหรือเสนอไว้ในรูปแบบต่าง ๆ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้รับข้อเสนอแนะนั้นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยผ่านการเลือกสรรให้เหมาะสมกับหลักการเรียนรู้แบบส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

6.4 นักเรียน หมายถึง นักเรียนโรงเรียนพานพิทยาคม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย

7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 ทำให้เกิดความก้าวหน้าทางวิชาการ จากผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวช่วยส่งเสริมเจตคติทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย

7.2 นำไปแก้ปัญหานักเรียนที่มีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมได้

7.3 นำไปประยุกต์ใช้เพื่อแก้ปัญหาด้านสังคมและส่วนตัวของนักเรียนอื่นที่คล้ายกันได้

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาหลักการแนวคิด ทฤษฎี จากหนังสือ เอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ เพื่อเป็นแนวทางในการวิจัยโดยมีสาระสำคัญ ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.1 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.2 วัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.3 หลักการจัดชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.4 ลักษณะของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.5 กระบวนการจัดกิจกรรม
 - 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 1.6.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 1.6.2 งานวิจัยในต่างประเทศ
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเจตคติ
 - 2.1 ความหมายของเจตคติ
 - 2.2 เจตคติของวัยรุ่น
 - 2.3 ลักษณะของการเกิดเจตคติ
 - 2.4 องค์ประกอบของเจตคติ
 - 2.5 การพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงเจตคติ
 - 2.6 การเปลี่ยนแปลงและการส่งเสริมเจตคติของวัยรุ่น
 - 2.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 2.7.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 2.7.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการแสดงออกทางเพศ
 - 3.1 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศ
 - 3.2 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น
 - 3.3 พฤติกรรมการแสดงออกทางเพศ
 - 3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 3.4.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 3.4.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว

1.1 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว

ได้มีผู้ให้ความหมายของคำว่าชุดกิจกรรมแนะแนวไว้ดังต่อไปนี้

กรมวิชาการ, กระทรวงศึกษาธิการ (2545: 6) ได้ให้คำอธิบายไว้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของนักเรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตนเสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้เชิงพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ซึ่งผู้สอนทุกคนต้องทำหน้าที่แนะแนวให้คำปรึกษา ด้านชีวิต การศึกษาต่อ และการพัฒนาตนเองสู่โลกอาชีพและการมีงานทำ

สรายุทิพย์ อนุมัติ (2545: 16) ได้ให้คำอธิบายไว้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว คือการจัดกิจกรรมที่มีลักษณะเป็นกระบวนการมีลำดับและขั้นตอนในการจัดกิจกรรม ทั้งนี้เพื่อให้บรรลุถึงจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งเป็นกระบวนการที่ช่วยให้นักเรียนเกิดความเข้าใจตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ รอบตัวสามารถพัฒนาศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองได้อย่างเต็มที่

คอร์ทแมน, อาชบาย และเดอกราฟฟ์ (Kottman, Ashby & Degraff, 2001: 3, อ้างถึงใน สมร ทองดี และปราณี รามสูตร 2545: 11) กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว (Guidance Activities) ประมวลประสบการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้ หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนาเสริม ป้องกันปัญหาและแก้ปัญหาทั้งทางด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านส่วนตัวและสังคม

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว คือการจัดกิจกรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่มปฏิบัติการทางจิตวิทยาในชั้นเรียน เพื่อพัฒนาให้นักเรียนเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง และเป็นกิจกรรมที่มีรูปแบบกระบวนการเป็นขั้นตอน มีเป้าหมายที่ชัดเจนเพื่อส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพ ความสามารถ ของนักเรียนให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

1.2 วัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมแนะแนว

ในการจัดชุดกิจกรรมแนะแนวมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ คือ เพื่อให้ให้นักเรียนค้นพบความสนใจของตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น รู้จักการแสวงหาความรู้จากข้อมูลข่าวสาร แหล่งเรียนรู้ ทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัว สังคม เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ให้มีความรู้ มีทักษะ และมีเจตคติที่ดีต่อค่านิยมที่พึงามในการดำเนินชีวิต เสริมสร้างวินัย คุณธรรม จริยธรรมแก่นักเรียน และมีจิตสำนึกในการรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม ประเทศชาติ

กรมวิชาการ (2546: 2) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนา องค์กรรวมของความเป็นมนุษย์ให้ครบทุกด้าน ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม ความสามารถของตนเอง ตากศักยภาพ เรียนรู้ตามกลุ่มสาระการเรียนรู้ทั้ง 8 กลุ่ม เข้าร่วมและปฏิบัติกิจกรรมที่เลือกตามความถนัด และความสนใจของตนเอง (อ้างถึงใน สุภัทรา จิตรพงศ์, 2549: 36)

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมแนะแนว คือ เพื่อให้ให้นักเรียนได้รู้จักรักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น รู้จักแสวงหาความรู้และข้อมูลข่าวสาร เพื่อนำไปวางแผนพัฒนาและส่งเสริมเจตคติที่พึงามในการดำเนินชีวิต ตามความสามารถ ความถนัด และความสนใจของตนเอง

1.3 หลักการจัดชุดกิจกรรมแนะแนว

พงษ์พันธ์ ชัยบุญเรือง (2547: 8) กล่าวว่า ในการจัดกิจกรรมแนะแนวควรมีหลักการ คือ จัดชุดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาความต้องการ ความสนใจและธรรมชาติของนักเรียน อีกทั้งให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ของสถานศึกษา ที่ต้องสนองตอบจุดหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 นอกจากนี้ในการจัดชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อนักเรียนทุกคนโดยครอบคลุมด้านการศึกษา การงานและอาชีพ ชีวิตและสังคม โดยเน้นนักเรียนเป็นสำคัญ ให้มีอิสระในการคิดและตัดสินใจ เรียนรู้ด้วยตนเองให้มากที่สุด ด้วยการปฏิบัติจนเกิดทักษะหรือการเรียนรู้ และให้ครูทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมโดยครูแนะแนวทำหน้าที่เป็นที่เลี้ยงและประสานงาน

กรมวิชาการ (2537: 8) ได้ให้หลักการจัดไว้ดังนี้ จัดชุดกิจกรรมให้สอดคล้องกับปัญหา ความต้องการ และธรรมชาติของเด็กกิจกรรมที่จัดต้องสนองจุดหมายของหลักสูตรมัธยมศึกษาจัดกิจกรรมเพื่อเด็กทุกคน และครอบคลุมเนื้อหาสาระด้านการพัฒนาตนเองการศึกษา และอาชีพให้ครูทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมโดยครูแนะแนวทำหน้าที่ประสานงาน

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า หลักการจัดชุดกิจกรรมแนะแนว คือ การจัดชุดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาในปัจจุบัน ตามธรรมชาติของนักเรียน โดยเน้นนักเรียนเป็นสำคัญ ในการคิดและตัดสินใจเรียนรู้ด้วยตนเอง จนเกิดทักษะความเข้าใจ

1.4 ลักษณะของชุดกิจกรรมแนะแนว

พงษ์พันธ์ ชัยบุญเรือง (2547: 8) กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่มีลักษณะสำคัญ คือ เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ค้นพบความถนัด ความสามารถและความสนใจของนักเรียน สนับสนุนส่งเสริมให้นักเรียนได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการศึกษา การงานอาชีพ ชีวิต และสังคม มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ มีนิสัยรักการทำงานและสามารถเลือกอาชีพได้เหมาะสมกับตนซึ่งในการจัดกลุ่มนักเรียนเพื่อทำกิจกรรมหรือครูเป็นผู้ริเริ่ม เป็นที่ปรึกษา โดยอยู่บนพื้นฐานความต้องการของนักเรียน เพื่อทำกิจกรรมที่จะช่วยให้นักเรียนได้รับการส่งเสริมด้านต่าง ๆ และแก้ปัญหาให้นักเรียนได้ นอกจากนี้ชุดกิจกรรมแนะแนวยังเป็นกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริมพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนที่ไม่เน้นเนื้อหาวิชาการแต่เน้นการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์และบูรณาการให้สอดคล้องกับชีวิตจริง

กรมวิชาการ (2537: 6-7) ได้กล่าวถึงลักษณะของชุดกิจกรรมแนะแนว สรุปได้ดังนี้

1. เป็นการรวมกลุ่มของนักเรียนเพื่อทำกิจกรรมอันจะช่วยให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านต่างๆ และสามารถแก้ปัญหาได้
2. ไม่มีหน่วยการเรียนรู้
3. ไม่มีการประเมินผลได้/ตก เหมือนรายวิชาทั่วไป
4. เป็นกิจกรรมแก้ปัญหาคำถามพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียน
5. เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนได้ค้นพบความถนัด ความสามารถและความสนใจของตน
6. เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการศึกษาและอาชีพ เพื่อวางแผนการศึกษาและเลือกอาชีพที่เหมาะสม สอดคล้องกับความถนัด และความสนใจของตน
7. เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว รู้จักตนเอง สิ่งแวดล้อมและสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข
8. เป็นกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมคุณธรรมและจริยธรรมเพื่อปลูกฝังค่านิยมที่เป็นพื้นฐาน เช่น ขยัน ซื่อสัตย์ ประหยัด อดทน มีนิสัยรักการทำงาน และสามารถเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตน

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า ลักษณะของชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ค้นพบความถนัด ความสามารถ และความสนใจของตนเอง ส่งเสริมในการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ และพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ชีวิตจริงและสังคมในปัจจุบัน

1.5 กระบวนการจัดชุดกิจกรรมแนะแนว

สุภัทรา จิตรพงษ์ (2549: 38) กล่าวว่า โดยสำรวจสภาพปัญหา ความต้องการและความสนใจของนักเรียน เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการกำหนดแนวทางและแผนการจัดกิจกรรม จากนั้น ทำการศึกษาวิจัยทัศนคติของสถานศึกษา และวิเคราะห์ข้อมูลของนักเรียนที่ได้จากการสำรวจเพื่อทราบ ปัญหา ความต้องการและความสนใจนำไปกำหนดสาระและรายละเอียดของชุดกิจกรรมแนะแนว ลำดับขั้นต่อไป คือ กำหนดสัดส่วนสาระของกิจกรรมในแต่ละด้าน ครอบคลุมด้านการศึกษา การงาน และอาชีพ ชีวิตและสังคม ให้ได้สัดส่วนที่เหมาะสม โดยยึดสภาพปัญหา ความต้องการและความสนใจ ตลอดจนธรรมชาติและนักเรียนเป็นหลัก

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541: 69-72) ได้เสนอรูปแบบการจัดชุดกิจกรรมแนะแนว ในชั้นเรียนที่สอดคล้องกันกับทั้งกระบวนการของกิจกรรมแนะแนว สรุปได้ดังนี้

1. ชั้นวิเคราะห์นักเรียน เพื่อให้รู้จักนักเรียนเข้าใจธรรมชาติ รู้เกี่ยวกับความรู้เดิมของนักเรียน
2. ชั้นกำหนดจุดมุ่งหมาย เพื่อกำหนดว่าต้องการให้เกิดการเรียนรู้อะไรบ้าง
3. ชั้นวิเคราะห์เนื้อหา เพื่อให้รู้ว่าจะต้องรู้อะไรเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่วางไว้
4. ชั้นกำหนดเทคนิค เพื่อให้รู้วิธีการจัดที่เหมาะสมกับเนื้อหา
5. ชั้นวางแผน เป็นการจัดทำรายละเอียดทั้งหมด
6. ชั้นเตรียมการ เป็นการจัดเตรียมจากแผนที่กำหนดไว้
7. ชั้นกิจกรรมแนะแนว เป็นการดำเนินการตามที่ได้เตรียมการไว้ โดยแบ่งเป็น กิจกรรมอุ่นเครื่อง กิจกรรมนำ กิจกรรมหลัก กิจกรรมสรุป
8. ชั้นประเมินผล ทำทั้งขณะดำเนินการและหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม เพื่อดูว่าบรรลุวัตถุประสงค์ตามที่วางไว้หรือไม่
9. ชั้นป้อนข้อมูลย้อนกลับ เป็นการนำผลจากการประเมินมาแก้ไขข้อบกพร่องเพื่อปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า กระบวนการจัดชุดกิจกรรมแนะแนว ศึกษาจากข้อมูลของนักเรียนจากการสำรวจเพื่อทราบปัญหาความต้องการและความสนใจ เพื่อกำหนดสาระของกิจกรรมให้ครอบคลุมด้านการศึกษา สังคมส่วนตัว และการงานอาชีพ โดยยึดสภาพปัญหาและธรรมชาติของนักเรียน

1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.6.1 งานวิจัยในประเทศ

สินิทธิ์ วงศ์ธิดา (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนแม่สาย

ประสิทธิ์ศาสตร์ จังหวัดเชียงราย พบว่านักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ประพิมพ์พร สันวงศ์ (2551) ได้ศึกษา การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างระเบียบวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา พบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยของความมีระเบียบวินัยในความรับผิดชอบตรงต่อเวลา ด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่ม ห้องเรียน โรงเรียนและด้านมารยาทที่ดิ่งงามเพิ่มขึ้น

ราตรี ประชุมพันธ์ (2551) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรและทัศนคติที่ดีต่อการเรียนของนักเรียนในช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนบ้านหนองไร่ จังหวัดยโสธร พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีคะแนนความขยันหมั่นเพียรและทัศนคติที่ดีต่อการเรียนสูงกว่าหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นิตยา อุทธการ (2552) ได้ศึกษา การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า หลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวนักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมโดยรวมทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการยอมรับตัวเองและผู้อื่น ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับครู และด้านความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในโรงเรียนสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

1.6.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

กอฟฟ์ (Goff 1967, อ้างถึงใน วัชรวิ ทรัพย์มี 2523, 124-125) ได้ทดลองโครงการแนะแนวอาชีพระดับประถมศึกษาในรัฐโอไฮโอ ซึ่งโครงการนี้จัดทำขึ้นในหลายโรงเรียนที่มีหน่วยแนะแนวอาชีพ โดยผู้ทดลองได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างนักเรียนเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง จัดกิจกรรมให้กลุ่มทดลองดังนี้ คือให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ผลการทดลองพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับอาชีพมากขึ้นและมีการวางแผนโครงการในอนาคตมากกว่ากลุ่มควบคุม มีการพิจารณาประโยชน์ของอาชีพต่างๆมากขึ้นมีเจตคติต่อผู้ให้คำปรึกษาสูงขึ้นและต้องการความช่วยเหลือในการเลือกอาชีพมากขึ้น

แกรนด์ (Grande 1968: 889-892) ได้ศึกษาเจตคติที่มีต่อโครงการแนะแนวของผู้แนะแนว 29 คนและของนักเรียนมัธยมศึกษาในสถานกักกันจำนวน 30 คน พบว่าผู้แนะแนวมีความเห็นว่า โครงการแนะแนวเป็นองค์ประกอบสำคัญของกระบวนการเรียนการสอน ถ้าโรงเรียนเลิกโครงการนี้แล้วจะทำให้เกิดปัญหาบางอย่างเกิดขึ้นแน่นอน นอกจากนี้ผู้แนะแนวยังมีความคิดเห็นว่าบริการแนะแนวในโรงเรียนควรจะออกไปบริการให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นส่วนนักเรียนมีความเห็นต่างกับครูแนะแนวที่ว่าครูแนะแนวให้การแนะแนวไม่ดีไปกว่าครูประจำชั้นและทำให้เกิด

ความยุ่งยากใจ ในการตัดสินใจด้วยตนเอง นอกจากนี้ยังเห็นว่าโครงการแนะแนวยังไม่มี ความจำเป็นนัก แต่โรงเรียนต้องจัดกิจกรรมบางอย่างให้กับนักเรียน สำหรับค่าความสำคัญโดยเฉลี่ย พบว่า ผู้แนะแนวและนักเรียนมีเจตคติต่อโครงการแนะแนวในเชิงนิมานไม่แตกต่างกัน

สจ๊วต (Stewart 1976: 2570-2571) ได้ศึกษาการจัดรูปแบบในการ จัดบริการแนะแนวให้กับสมาชิกใหม่ในวิทยาลัยชุมชนเมืองรัฐฟลอริดา คำถามที่สำคัญในปัญหาการ วิจัยคือการวินิจฉัยว่า โครงการแนะแนวที่บริการให้กับนักศึกษาเพียงพอหรือไม่ ผลการวิจัยพบว่า วิทยาลัยชุมชนได้จัดบริการแนะแนวไว้หลายชนิด เช่น การปฐมนิเทศ การแนะแนวส่วนบุคคลและ สังคมการแนะแนวการศึกษา อาชีพ การให้คำปรึกษาทางวิชาการ การประเมินตนเอง การสำรวจ อาชีพและการช่วยเหลือในด้านการค้นหลักฐานอ้างว่าเป็นสิ่งที่พอเพียงแต่บริการเหล่านั้นถูกมองว่าไม่ มีประสิทธิภาพเพราะบางบริการนักศึกษาไม่เคยใช้เลยองค์ประกอบที่สำคัญสำหรับการแนะแนวคือ การปฐมนิเทศและระบบการให้ข้อมูลทั้งในและนอกวิทยาลัย

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะ แนว เป็นสิ่งสำคัญ และมีบทบาทอย่างมากในการช่วยส่งเสริม แก้ไข และพัฒนาผู้เรียน ให้นักเรียนได้ รู้จักและเข้าใจในตนเองและผู้อื่น การจัดกิจกรรมแนะแนว ให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ได้แสดงความคิดเห็น ได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในฝึกทักษะในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เรียนรู้เรื่องราว จากกรณีศึกษา สถานการณ์จำลอง ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ทางทักษะการใช้ชีวิต การแสดงออก ทางความคิด รู้จักรักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นมากขึ้น

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเจตคติ

2.1 ความหมายของเจตคติ

วรรณดี แสงประทีปทอง (2544: 6) กล่าวว่า เจตคติ แปลว่า โน้มเอียง เหมาะสม ความหมายของเจตคติมีผู้ให้ความหมายที่แตกต่างกัน แต่ละกลุ่มให้ความหมายตามความเชื่อของตน มีดังนี้ เจตคติ เป็นระดับของความมากน้อยของความรู้สึกในด้านบวกและลบที่มีต่อสิ่งหนึ่งซึ่งอาจเป็น อะไรหลายอย่างโทรสโตน (Thurstone, 1946 อ้างถึง ประภาเพ็ญ สุวรรณ : 1) และเจตคติ หมายถึง ท่าที หรือความรู้สึกของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตสถาน, 2525: 235) จึงสรุปว่าให้ความหมายของเจตคติตามผู้เขียนแต่ละท่านไว้

ชวลิต สีหามาศย์ (2547: 41) กล่าวว่า เจตคติ เป็นความรู้สึกหรือความคิดเห็น ของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เป็นไปได้ทั้งทางบวกและทางลบ ซึ่งสามารถสร้างและเปลี่ยนแปลงได้

อารีรัตน์ หมั่นหาทรัพย์ (2554: 9) กล่าวว่า เจตคติเป็นความสัมพันธ์ที่คาบเกี่ยวกันระหว่างความรู้สึก และความเชื่อ หรือการรับรู้ของบุคคลกับแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมได้ตอบในทางใดทางหนึ่งต่อเป้าหมายของเจตคตินั้น โดยสรุป เจตคติในที่นี้เป็นเรื่องของจิตใจ ท่าที ความรู้สึกนึกคิดและความโน้มเอียงของบุคคลที่มีต่อข้อมูลข่าวสาร ซึ่งเป็นได้ทั้งเชิงบวก และเชิงลบ มีผลให้มีการแสดงพฤติกรรมออกมา จะเห็นได้ว่าเจตคติประกอบด้วย ความคิดที่มีผลต่ออารมณ์ และความรู้สึกนั้นออกมาโดยทางพฤติกรรม

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า เจตคติ หมายถึง ความคิดหรือความรู้สึกเป็นความสัมพันธ์ที่คาบเกี่ยวของบุคคลที่มีต่อความเชื่อหรือการรับรู้ เป็นไปได้ทั้งทางบวก และลบ ส่งผลให้บุคคลจะมีพฤติกรรมได้ตอบในทางใดทางหนึ่ง

2.2 เจตคติของวัยรุ่น

พรพิมล ไวยยากร (2548: 147) เจตคติ (Attitude) หมายถึง ความรู้สึกที่ดีและไม่ดีที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งมีระดับของความรู้สึกที่มากน้อยต่างกัน เป็นแนวโน้มที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสนองต่อสิ่งแวดล้อมหรือสิ่งเร้าซึ่งอาจเป็นได้ทั้งคน วัตถุสิ่งของหรือความคิด

เจตคติอาจเป็นบวกหรือลบ ก็จะหลีกเลี่ยง เจตคติเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้และเป็นการแสดงออกของค่านิยมและความเชื่อของบุคคล และ สุรางค์ โค้วตระกูล (2545: 366) กล่าวว่า เจตคติของวัยรุ่นที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ ในสังคมจะมีทั้งบวกลบและเป็นกลาง พฤติกรรมการแสดงออกจะบ่งชี้ว่าเด็กมีความรู้สึกเช่นใดกับสิ่งนั้น เช่น คำพูดที่สนับสนุนหรือขัดแย้ง กริยาท่าทางสีหน้า ที่แสดงความพอใจหรือไม่พอใจ หรือไม่สนใจแปลว่าไม่มีความเห็นใด ๆ โดยทั่วไปเจตคติมีองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการ คือ ความเข้าใจ ความรู้สึกหรืออารมณ์ พฤติกรรม

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า เจตคติของวัยรุ่น หมายถึง ความรู้สึกที่ดีและไม่ดีของวัยรุ่นที่มีต่อสิ่งต่างๆในสังคมอาจเป็นในทางบวกหรือลบ เป็นสิ่งที่เกิดจากการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้และความเชื่อของบุคคล

2.3 ลักษณะของการเกิดเจตคติ

วรรณดี แสงประทีปทอง (2544: 8) กล่าวว่า เจตคติเกิดจากการเรียนรู้และประสบการณ์ของบุคคล ฮิลการ์ต (Hilgart E.R., 1962: 619 อ้างถึง คักดี สุนทรเสถียร, 2528: 4) เสนอว่าเจตคติของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดได้ตามเงื่อนไข 4 ประการ คือ กระบวนการเรียนรู้ที่ได้จากการเพิ่มพูนและบูรณาการของการตอบสนองแนวคิด ประสบการณ์ส่วนตัว ขึ้นกับความแตกต่างของบุคคลซึ่งเป็นประสบการณ์ที่แตกต่างกันไปแล้วแต่พัฒนาการแลความเจริญเติบโต การเลียนแบบ การถ่ายทอดเจตคติของคนบางคนได้มาจากการเลียนแบบเจตคติของคนอื่นที่ตนพอใจ และอิทธิพลของกลุ่มสังคม ตามกลุ่มสังคมที่ตนอาศัยอยู่ตามสภาพแวดล้อม

ชวลิต สีหามาศย์ (2547: 43) กล่าวว่า เจตคติเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้หรือการได้รับประสบการณ์ มีใช้สิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด ดังนั้น จึงเป็นสิ่งที่มีการเปลี่ยนแปลงได้ เป็นผลมาจากสิ่งเร้าแล้วเปลี่ยนมาเป็นความรู้สึกจากภายในที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจในการที่จะแสดงพฤติกรรม ซึ่งจะมีทั้งทางบวกและทางลบ ขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าเฉพาะอย่างทางสังคม กลุ่มเดียวกันจะมีความสัมพันธ์ระหว่างกัน เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะเปลี่ยนแปลงได้ยาก

สุดาพร กุลติลิก (2550: 30) กล่าวว่า บุคคลจะเกิดเจตคติต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด มีลักษณะดังนี้กระบวนการเรียนรู้ที่ได้จากการเพิ่มพูน และบูรณาการของการสนองแนวคิดต่าง ๆ เช่น เจตคติจากครอบครัว โรงเรียน ครู อื่น ๆ ประสบการณ์ส่วนตัว ซึ่งแต่ละคนจะมีความแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับพัฒนาการ การเจริญเติบโตของคน ๆ นั้นการเลียนแบบ เป็นการเลียนแบบจากบุคคลอื่นที่คนรู้สึกพอใจ เช่นบิดา มารดา เพื่อน บุคคลมีชื่อเสียง ครู เป็นต้นอิทธิพลกลุ่มเพื่อน บุคคลมักจะมีความรู้สึกนึกคิดคล้ายตามสังคมหรือสิ่งแวดล้อมที่ตนเป็นสมาชิกอยู่เจตคติเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ ตามสภาพสิ่งแวดล้อม สถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปสามารถทราบได้ว่าบุคคลมีเจตคติอย่างไร จากพฤติกรรมที่บุคคลนั้นแสดงออก อาจแสดงออกด้วยคำพูด สีหน้า ท่าทาง ชอบหรือไม่ชอบเจตคติบุคคลมีระดับที่แตกต่างกัน มีทิศทาง อย่างคือทิศทางสนับสนุนหรือยอมรับ และทิศทางต่อต้านหรือในทางลบเจตคติอาจเกิดจากจิตสำนึกหรือจิตไร้สำนึก

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า ลักษณะของการเกิดเจตคติเกิดจากสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจในการที่จะแสดงพฤติกรรม จากการเรียนรู้จากประสบการณ์ เมื่อเกิดแล้วจะเปลี่ยนแปลงได้ยาก

2.4 องค์ประกอบของเจตคติ

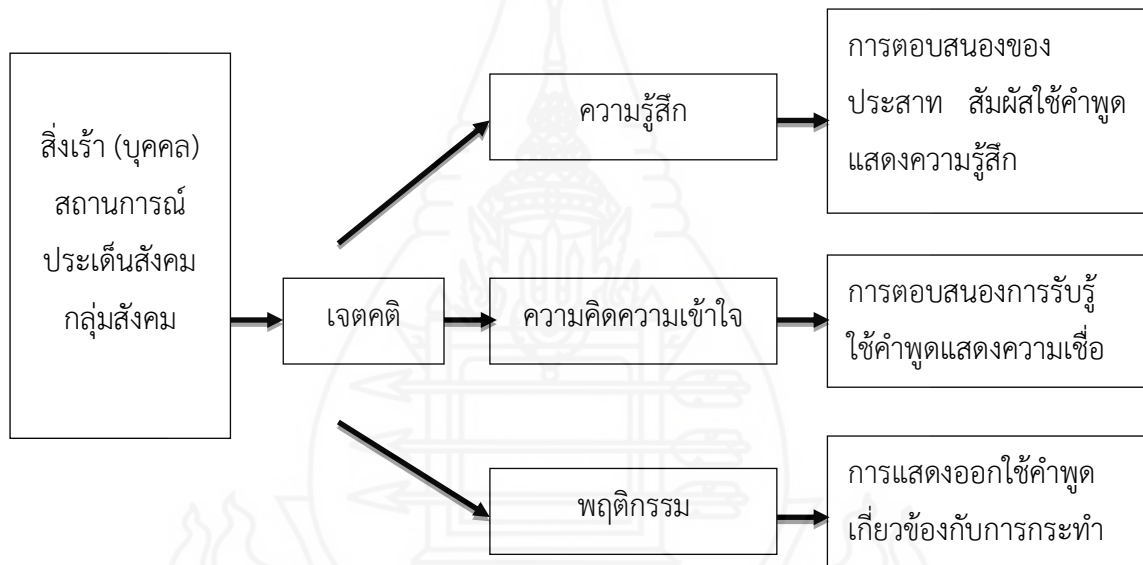
สุดาพร กุลติลิก (2550: 27-28) กล่าวว่า การที่บุคคลจะมีเจตคติต่อสิ่งใดต้องประกอบด้วยองค์ประกอบ ทั้ง 3 ด้านเสมอ คือความเชื่อในสิ่งนั้น ความรู้สึกต่อสิ่งนั้นและเกิดการตอบสนองต่อสิ่งนั้น แต่อย่างน้อยแตกต่างกันไป บุคคลจะมีการตอบสนองต่อสิ่งเร้าในทิศทางที่สอดคล้องกับความรู้สึก ความคิดของตน แต่มีบางกรณีที่มีบางครั้งไม่ได้แสดงพฤติกรรมตามเจตคติที่ตนมีอยู่

เทพนม เมืองแมน และสวิง สุวรรณ (2529) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของเจตคติ 3 ประการ ได้แก่

1. องค์ประกอบด้านความคิด (Cognitive Component) เป็นคำพูดที่แสดงถึงความเชื่อเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ
2. องค์ประกอบด้านความรู้สึก (Affective Component) เป็นคำพูดที่แสดงถึงความรู้สึก

3. องค์ประกอบด้านการปฏิบัติ (Behavioral Component) เป็นคำพูดเกี่ยวกับการปฏิบัติหรือพร้อมที่จะปฏิบัติ

นักจิตวิทยาที่สนับสนุนการแบ่งเจตคติเป็น 3 องค์ประกอบ และมีอิทธิพลต่อการศึกษาด้านนี้ไม่น้อย คือ เครทซ์และคนอื่น ๆ (Kretch, Crutchfield and Pallachey: 1962) และไตรแอนดิส (Triandis 1971, อ้างถึงใน อีรุฐมิ เอกะกุล 2542: 10) นักจิตวิทยาเหล่านี้ให้คำนิยามเจตคติ โดยครอบคลุมองค์ประกอบทั้ง 3 องค์ประกอบอย่างครบถ้วน และเห็นว่าองค์ประกอบเหล่านี้มีความสัมพันธ์ต่อกันและกันพอสมควร นักจิตวิทยาได้บรรยายองค์ประกอบของเจตคติออกมาในรูปของแผนภาพ โดยนักจิตวิทยาได้เสนอองค์ประกอบของเจตคติออกมาในรูปของแผนภาพ ดังนี้



ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบของเจตคติ

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า องค์ประกอบของเจตคติประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบด้านความคิด เป็นความเชื่อและการรับรู้ในสิ่งต่าง ๆ องค์ประกอบด้านความรู้สึก เป็น ความรู้สึกที่เกิดจากการตอบสนองและประสาทสัมผัส และ องค์ประกอบด้านพฤติกรรม เป็นการแสดงออกโดยการกระทำซึ่งเป็นผลจากการการความคิดและความรู้สึก

2.5 การพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงเจตคติ

วอร์ธันดี แสงประทีปทอง (2544: 6) กล่าวว่า แนวความคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม มีความเชื่อว่า กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลนั้นจะอยู่ในรูปแบบของการ

เรียนรู้ และการที่จะแสดงพฤติกรรมนั้นๆ ถ้าผลสืบเนื่องเป็นไปในทางที่ดี พฤติกรรมนั้นก็จะมีแนวโน้มเกิดขึ้นอีก แต่ถ้าสืบเนื่องเป็นไปในทางที่ไม่ดี พฤติกรรมนั้นก็จะมีแนวโน้มไม่เกิดขึ้น ขึ้นอยู่กับการเรียนรู้ที่เขาได้รับจากสังคมแวดล้อม ได้แก่ ความคิด อารมณ์ ความคาดหวัง เป็นต้น

ธีรวุฒิ เอกะกุล (2542: 20) กล่าวว่าเจตคติเป็นพฤติกรรมหรือความรู้สึกทางด้านจิตใจ ที่มีต่อสิ่งเร้าใดสิ่งเร้าหนึ่งในทางสังคม รวมทั้งเป็นความรู้สึกที่เกิดจากการเรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งเร้าหรือเกี่ยวกับประสบการณ์ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เจตคติมีลักษณะของการวัดที่สำคัญคือ เป็นเรื่องของอารมณ์ เป็นเรื่องเฉพาะตัว มีทิศทางที่แสดงออกทั้งด้านบวกและลบ มีความแน่นอนหนักการกระทำต่างกัน และมีเป้าหมายนอกจากนั้นองค์ประกอบของเจตคติที่สำคัญมี 3 ประการ คือ องค์ประกอบเดี่ยว เกี่ยวข้องกับอารมณ์แบบสององค์ประกอบเกี่ยวข้องกับอารมณ์และปัญญา และแบบ 3 องค์ประกอบเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ปัญญา และพฤติกรรม

การพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงเจตคติมีปัจจัยสำคัญ คือ ประสบการณ์เฉพาะอย่างการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น สิ่งที่เป็นแบบอย่าง และองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับสถาบัน นั่นคือรูปแบบความต่อเนื่องของเจตคติ เริ่มจากความจำเป็นหรือความต้องการ จากนั้นเป็นความชอบ ซึ่งจะกระตุ้นไปให้เกิดความเข้าใจในคุณค่าที่กลายมาเป็นค่านิยม จนกระทั่งเป็นเจตคติในที่สุด นอกจากนี้วิธีการวัดเจตคติควรใช้การสัมภาษณ์ การสังเกต และการรายงานตนเอง เทคนิคจิตนาการและการวัดทางสรีระภาพ

เฮอร์เบิร์ต ซี. เคลแมน (Herbert C. Kelman, Compliance 1967: 469 อ้างถึงใน อารีรัตน์ หมั่นหาทรัพย์ 2554: 12) ได้อธิบายถึงการเปลี่ยนแปลงเจตคติ โดยมีความเชื่อว่าเจตคติอย่างเดียวกันอาจเกิดในตัวบุคคลด้วยวิธีที่ต่างกัน จากความคิดนี้ เฮอร์เบิร์ต ได้แบ่งกระบวนการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ออกเป็น 3 ประการ คือ

1. การยินยอม (Compliance) การยินยอมจะเกิดได้เมื่อบุคคลยอมรับสิ่งที่มีอิทธิพลต่อตัวเขาและมุ่งหวังจะได้รับความพอใจจากบุคคล การยอมรับไม่ใช่เพราะบุคคลเห็นด้วยกับสิ่งนั้น แต่เป็นเพราะว่าจะได้รับรางวัล กล่าวได้ว่า การยอมรับกระทำตามนี้เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ซึ่งจะมีพลังผลักดันให้บุคคลยอมรับกระทำตามมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับจำนวนหรือความรุนแรงของรางวัลและการลงโทษ

2. การเลียนแบบ (Identification) การเลียนแบบเกิดขึ้นเมื่อบุคคลรับสิ่งเร้าหรือสิ่งกระตุ้น ซึ่งการยอมรับนี้เป็นผลมาจากการที่บุคคลต้องการจะสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างตนเองกับผู้อื่น กล่าวได้ว่าการเลียนแบบเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงเจตคติซึ่งพลังผลักดัน ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงนี้ จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับการโน้มน้าวใจของสิ่งเร้าที่มีต่อบุคคลนั้น

3. ความต้องการที่อยากจะเปลี่ยน (Internalization) เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลยอมรับสิ่งที่มีอิทธิพลเหนือกว่าซึ่งตรงกับความต้องการภายในหรือค่านิยมของเขา การ

เปลี่ยนแปลงดังกล่าวถ้าความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมถูกกระทบไม่ว่าจะในระดับใดก็ตามจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงเจตคติทั้งสิ้น

การเปลี่ยนเจตคติ มี 2 ชนิด คือ

1. การเปลี่ยนแปลงไปในทางเดียวกัน หมายถึง เจตคติของบุคคลที่เป็นไปในทางบวกก็จะเพิ่มมากขึ้น ในทางบวกมากด้วย และเจตคติที่เป็นไปในทางลบก็จะเพิ่มมากขึ้นในทางลบด้วย

2. การเปลี่ยนแปลงไปคนละทาง หมายถึง การเปลี่ยนเจตคติเดิมของบุคคลที่เป็นไปในทางบวกก็จะลดลงไปในทางลบและถ้าเป็นไปในทางลบก็จะกลับเป็นไปในทางบวก

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า การเปลี่ยนแปลงเจตคติเมื่อพิจารณาแหล่งที่มาของเจตคติแล้วจะเห็นว่าองค์ประกอบสำคัญที่เชื่อมโยงให้บุคคลเกิดเจตคติต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ก็คือ การสื่อสาร ทั้งนี้เพราะไม่ว่าเจตคติจะเกิดจากประสบการณ์เฉพาะอย่าง มักจะมีการสื่อสารแทรกอยู่เสมอ กล่าวได้ว่า การสื่อสารเป็นกิจกรรมที่สำคัญอย่างมากที่มีผลทำให้บุคคลเกิดเจตคติต่อสิ่งต่าง ๆ

2.6 การเปลี่ยนแปลงและการส่งเสริมเจตคติของวัยรุ่น

พรพิมล ไวยาฑูร (2548: 148) กล่าวว่า บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการเกิดและการเปลี่ยนเจตคติของวัยรุ่นคือ พ่อแม่ ครูอาจารย์และเพื่อนนักเรียนด้วยกัน ดังนั้นพ่อแม่และครูอาจารย์จึงจำเป็นต้องสร้างเจตคติที่ดีให้แก่เด็กในเรื่องต่าง ๆ สร้างเจตคติที่ไม่ดีให้กับการเอาเปรียบ การดูถูกเหยียดหยามผู้อื่น ความเห็นแก่ตัว ความมั่งง่าย การคิดเอาแต่ได้ด้วยการให้คำชมเชยเมื่อเด็กทำดีเพื่อเป็นการเสริมแรงให้เด็กทำอีก วิธลงโทษเมื่อเด็กทำผิด เพื่อไม่ให้ประพฤติเช่นนั้นอีก การลงโทษที่ดีไม่ควรใช้การประจาน ไม่ควรทำโทษต่อหน้าสาธารณชนเพราะเด็กจะเกิดความอับอายและรู้สึกเสียหน้า วิธีที่ถูกต้องคือควรพยายามให้โอกาสเด็กแก้ตัวให้กำลังใจในการเริ่มต้นใหม่ ในเรื่องการเสริมแรงควรเน้นให้เด็กคงเจตคติที่ดี เนื่องจากต้องการให้เป็นเจตคติที่ถาวรและสามารถถ่ายทอดไปสู่ยุวชนรุ่นหลังได้

ไทรแอนดิส (Triandis, 1979: 143) ได้กล่าวถึงเจตคติที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เช่น การได้รับข้อมูลใหม่จากบุคคลอื่น สื่อมวลชนหรือการได้รับประสบการณ์โดยตรงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในองค์ประกอบทางด้านความคิด ความเข้าใจ และมีผลทำให้องค์ประกอบด้านความรู้สึกและพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปด้วย

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า การเปลี่ยนแปลงและการส่งเสริมเจตคติของวัยรุ่น เกิดจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ครูอาจารย์ และเพื่อนนักเรียน ดังนั้นครูจึงต้องสร้างเจตคติที่ดีให้นักเรียนโดยชมเชยมากกว่าการลงโทษ พยายามให้กำลังใจและให้โอกาสในการกระทำที่ดีและเหมาะสม

2.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.7.1 งานวิจัยในประเทศ

วิไลรัตน์ ทาโส (2555) ได้ศึกษาเรื่องการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมเจตคติที่มีต่อการภาษาญี่ปุ่นของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรม นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อภาษาจีนมากอย่างมีนัยสำคัญมีความเชื่อมั่นในตนเองต่อการเรียนรู้ภาษาญี่ปุ่นดีขึ้นเห็นว่าภาษาญี่ปุ่นเรียนรู้ได้ง่ายไม่ยากและการเรียนภาษาญี่ปุ่นมีประโยชน์ในการศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัยและการศึกษาต่อในอนาคต

สมฤทัย จินต์วงศ์ (2542) ได้ศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติวิชาชีววิทยาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยใช้วิธีสอนแบบแผนผังมโนมิตกับการสอนแบบปกติ พบว่าเจตคติต่อวิชาชีววิทยาหลังการเรียนของนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยวิธีสอนแบบแผนผังมโนมิตสูงกว่าเจตคติต่อวิชาชีววิทยาของนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยวิธีแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ทวีศิลป์ พรหมสุวรรณ (2542: 62-64) ได้ศึกษาเจตคติต่อการเรียนกลุ่มการทำงานและอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยใช้เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบสอบถามมี 3 ตอน แบ่งเป็นตอนที่ 1 เป็นข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามแรงจูงใจทางอาชีพมี 4 ด้าน คือ ด้านอาชีพ ช่างยนต์ ด้านอาชีพช่างไฟฟ้า ด้านอาชีพเกษตรกรรม และด้านอาชีพคหกรรม ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเจตคติต่อการเรียนมีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า 5 ระดับหาความตรงของแบบสอบถามโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 คน พิจารณาความสอดคล้องตามจุดมุ่งหมายและนิยามศัพท์เฉพาะ จากนั้นนำแบบสอบถามที่แก้ไขแล้วไปใช้ทดสอบกับนักเรียนโรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภช กรุงเทพมหานครจำนวน 60 คนวิเคราะห์อำนาจจำแนกรายข้อร้อยละ 25 ทดสอบนัยสำคัญทางสถิติโดยการทดสอบค่าทีมีค่าที่ระหว่าง 2.31-9.91 หาค่าความเที่ยงของแบบวัดโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.82

กันทวลัย ภูพานิช (2543: 52) ได้ทำ การวิจัยเรื่อง ผลของชุดกิจกรรมแนะแนว ในการพัฒนาเจตคติต่อการคุกคามทางเพศและความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนชัยมาตร กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่ได้รับการพัฒนาโดยชุดแนะแนวที่มีการพัฒนาเจตคติการคุกคามทางเพศและความภาคภูมิใจ เพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.7.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

เธอร์สโตน (Thurstone, 1967: 77) ให้ความเห็นว่าการวัดเจตคตินั้นวัดตรงไม่ได้ต้องวัดจากการแสดงออกในรูปของความคิดเห็นหรือคำพูด ซึ่งก็อาจวัดได้ไม่แน่นอนนัก

และแม้จะวัดเจตคติจากพฤติกรรมที่แสดงออกจริง ๆ ก็มีผู้ตัดค่าน่าบางที่อาจจะมีผลคลาดเคลื่อนได้เพราะพฤติกรรมของคนเราอาจบิดเบือนจากเจตคติที่มีอยู่จริง เรอส์โตนยังได้ให้ความเห็นว่าทั้งภาษาพูดและพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกนั้นเป็นเพียงการชี้เจตคติ ซึ่งยังมีความคลาดเคลื่อนตามหลักของการวัดผลอยู่บ้างเขาจึงใช้การวัดเจตคติจากคำตอบว่า เห็นด้วย หรือ ไม่เห็นด้วย กับข้อความในแบบวัดเจตคติ ต้องไม่สรุปเองว่าบุคคลนั้นจะปฏิบัติตามในข้อที่ตนเองเห็นด้วย

โรเจอร์ (Rogers, 1970: 190) ศึกษาเจตคติในเรื่องเพศพบว่า นักศึกษาร้อยละ 35 เห็นด้วยกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน เพื่อตอบสนองความต้องการทางร่างกาย ร้อยละ 83 เห็นด้วยกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานในกรณีคู่รักและร้อยละ 70 เห็นด้วยกับการทดลองอยู่ด้วยกันโดยไม่ได้แต่งงานตามประเพณี (Cohabitation)

ซิการ์ต และคนอื่น ๆ (Sicard and J. M, et al 1992: 63-72) ได้ศึกษาความรู้เจตคติความเชื่อเรื่องโรคเอดส์ และการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมเพศสัมพันธ์ของนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมเป็นผู้ที่มีอายุระหว่าง 14-25 ปี ในเมืองแบนฟอร่า (Banfora) จำนวน 474 คนผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่กลัวโรคเอดส์ ส่วนพฤติกรรมทางเพศมีบางส่วนของกลุ่มตัวอย่างที่ได้มีประสบการณ์ทางเพศแล้วและไม่ใช้วิธีคุมกำเนิด รวมถึงพบว่า สถานที่อยู่อาศัย สาสนา ลักษณะงานและรายได้ของผู้ปกครอง หรือญาติที่กลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่ด้วย ไม่มีความสัมพันธ์กับอายุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของกลุ่มตัวอย่างเหล่านี้

ยูโทโม (Utomo.1997: Abstract) ได้ศึกษาค่านิยมทางเพศเจตคติทางเพศ และพฤติกรรมทางเพศของชนชั้นกลางในจาการ์ตาอินโดนีเซีย ซึ่งเป็นวัยรุ่นโสดอายุ 15-24 ปีและผู้ที่แต่งงานแล้วอายุ 30 ปีขึ้นไป กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจำนวน 344 คน นิสิตระดับมหาวิทยาลัย 175 คน และผู้ที่แต่งงานแล้วจำนวน 120 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีเจตคติทางเพศต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสว่าจะนำไปสู่การแต่งงานได้ โดยวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจะยอมรับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสมากกว่าวัยรุ่น และเพศชายที่ไม่ได้นับถือศาสนาอิสลามและวัยรุ่นที่ไม่ได้พักอาศัยกับบิดามารดา ยอมรับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสมากกว่าผู้ที่นับถือศาสนาอิสลามและวัยรุ่นที่พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องในครั้งนี้นี้ แสดงให้เห็นว่าเจตคติเป็นสิ่งที่ใช้วัดความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เมื่อผู้ที่ถูกวัดมีเจตคติที่ดีต่อสิ่งใดแล้ว ก็จะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีตาม การเปลี่ยนแปลงเจตคติสามารถนำมาใช้ในการเรียนรู้ที่เกิดจากการตอบสนองอย่างต่อเนื่อง เริ่มจากความต้องการ เป็นความชอบกระตุ้นให้เกิดความเข้าใจจนเป็นเจตคติในที่สุด

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการแสดงออกทางเพศ

3.1 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศ

ณัฐนันท์ วิชัยรัมย์ (2545: 20) กล่าวว่าพฤติกรรม เป็นตัวกำหนดบุคลิกภาพของมนุษย์ทั้งสิ้น มนุษย์ก็เป็นผู้ได้รับผลประโยชน์และผลจากพฤติกรรมที่แสดงออกมา โดยตั้งใจและไม่ตั้งใจก็ตามดังนั้นพฤติกรรมทุกชนิด ที่แสดงออกมีจุดมุ่งหมายปลายทางที่ผู้แสดงออกต้องการไปให้ถึง

วิไลพร สุขสนอง (2548: 5) กล่าวว่า คำว่า พฤติกรรมทางเพศมิใช่มีความหมายเพียงแต่การร่วมเพศเพียงอย่างเดียว แต่เป็นลักษณะการแสดงออกตามลักษณะเพศที่ปรากฏซึ่งสอดคล้องกับความหวังทางสังคม การปฏิบัติตนต่อเพื่อนต่างเพศ การระบายความตึงเครียด อันเนื่องมาจากพัฒนาการทางเพศ นักจิตวิทยาส่วนใหญ่ไม่ถือว่าการร่วมเพศเป็นการเรียนรู้ แต่เป็นเพียงสัญชาตญาณอย่างหนึ่งของมนุษย์ที่พร้อมแสดงออก เมื่อร่างกายถึงวุฒิภาวะ

3.1.1 ประเภทของพฤติกรรม

พฤติกรรมแบ่งออกเป็น 2 ประเภทดังนี้

1) พฤติกรรมภายนอก (External or Overt Behaviour) ผู้อื่นสามารถเห็นได้

2) พฤติกรรมภายใน (Internal or Covert Behaviour) พฤติกรรมภายในใจไม่สามารถสังเกตเห็นได้ แต่สามารถใช้เครื่องมือวัดได้ ผู้กระทำพฤติกรรมเท่านั้นที่จะรู้

นอกจากนี้ยังมีผู้แบ่งพฤติกรรมออกเป็น

1) พฤติกรรมที่ติดตัวมาแต่กำเนิด (Unlearned Behavior) หมายถึงพฤติกรรมที่อินทรีย์ทำตัวเอง โดยที่อินทรีย์มิได้มีโอกาสเรียนรู้มาก่อนเลย พฤติกรรมติดตัวมาแต่กำเนิดอาจเกิดขึ้นนานหลังจากกำเนิดอินทรีย์ก็ได้ เพราะฉะนั้นบางทีจึงเป็นที่สงสัยว่าอาจไม่ใช่เป็นพฤติกรรมติดตัวมาแต่กำเนิด อย่างไรก็ตามพฤติกรรมติดตัวมาแต่กำเนิดได้เกิดขึ้นหลังจากที่อินทรีย์เกิดขึ้นแล้วนาน ๆ มักหลีกเลี่ยงประสิทธิภาพการเรียนรู้ไม่ได้

2) พฤติกรรมที่เป็นผลของการเรียนรู้ (Learned Behavior) หมายถึงพฤติกรรมที่อินทรีย์ทำขึ้นหลังจากที่ได้มีการเรียนรู้ หรือเรียนแบบจากบุคคลอื่นในสังคม พฤติกรรมประเภทนี้อาจเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าพฤติกรรมทางสังคม (สุชา จันทรเฒ 2539: 10)

จากเอกสารดังกล่าว สรุปได้ว่า ประเภทของพฤติกรรมประกอบไปด้วย พฤติกรรมภายนอกที่ผู้อื่นสามารถเห็นได้และพฤติกรรมภายในที่สามารถสังเกตเห็นได้ พฤติกรรมเหล่านี้ อาจติดตัวมาแต่กำเนิดหรือเกิดขึ้นทีหลังก็ได้ เกิดจากการเลียนแบบ และการเรียนรู้ทางสังคมก็ได้

3.1.2 พฤติกรรมทางเพศ

การที่บุคคลจะสามารถมีพฤติกรรมเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ทางเพศก่อนการสมรสเป็นพฤติกรรมเบี่ยงเบนที่ไม่มีความเด่นชัดเหมือนพฤติกรรมอาชญากรรม เพราะพฤติกรรมเหล่านี้เป็นสิ่งที่พบเห็นได้ง่าย ขณะที่พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสนั้นจะชัดเจนขึ้นเมื่อเกิดการตั้งครุภ (พรทิพย์ วงศ์เพชรสง่า 2528 : 1 อ้างถึงใน วิไลพร สุขสนอง 2548: 6) นอกจากนี้พฤติกรรมในเรื่องเพศยังต่างจากพฤติกรรมเบี่ยงเบนอย่างอื่น ๆ ที่กล่าวมาคือ พฤติกรรมการมีสัมพันธ์ทางเพศมักจะถือว่าเป็นเรื่องส่วนตัว

การมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสบางสังคมถือว่าเป็นผลดี เพราะคู่สมรสจะได้มีโอกาสเลือกคู่ที่มีรสนิยมในเรื่องเพศที่ไปด้วยกันได้ นอกจากนี้ยังถือว่าการแสดงออกถึงความต้องการทางเพศเป็นเรื่องธรรมชาติ ไม่ได้เป็นเรื่องที่ควรแก่การครหาแต่ประการใด ในขณะที่บางสังคมให้ความสำคัญกับพรหมจรรย์ของผู้หญิงไว้สูงมาก ดังนั้นสมาชิกในสังคมจะช่วยกันสร้างกรอบของขนบธรรมเนียมประเพณี รวมทั้งปลูกฝังทัศนคติความเชื่อให้กับผู้หญิง เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้หญิงต้องสูญเสียพรหมจรรย์ให้กับชายอื่นที่ไม่ใช่สามี มาตรฐานการมีความสัมพันธ์ทางเพศก่อนการสมรสที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน อาจจำแนกได้ 4 ลักษณะ คือ

1) *การละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ (Abstinence)* คือ การไม่ยอมรับเรื่องเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสทั้งในหญิงและชาย กลุ่มผู้ยอมรับมาตรฐานการละเว้นการมีเพศสัมพันธ์นี้เป็นกลุ่มที่มองว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นสิ่งสำคัญ มีคุณค่า และละเอียดอ่อนมากควรแก่การปฏิบัติต่อคู่สมรสเท่านั้น จึงต้องสงวนเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ไว้สำหรับการสมรสเท่านั้น แต่ข้อเท็จจริงประการหนึ่งที่ปรากฏในปัจจุบัน คือ กลุ่มผู้ยอมรับมาตรฐานนี้ได้เริ่มยอมรับความใกล้ชิดทางกายบางลักษณะ ได้แก่ การจูบ การเล้าโลมมากขึ้น

2) *การปล่อยตัว เพราะความรัก (Permissiveness with Affection)* คือ การยอมรับเรื่องเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสว่า เป็นสิ่งที่กระทำได้โดยถูกต้อง สำหรับชายและหญิงภายใต้เงื่อนไขบางประการ คือ ต้องมีความสัมพันธ์ที่มั่นคงแล้ว เช่น ได้หมั้นกัน มีความรักความเสนห์ต่อกัน หรือชอบกันอย่างมากแล้ว มาตรฐานนี้นับเป็นมาตรฐานที่ให้ความเสมอภาคและมีความเป็นเสรีมากกว่ามาตรฐานอื่น โดยยึดหลักความรักเป็นเงื่อนไขตัดสินความถูกต้องของการกระทำ สิ่งที่ต้องทำความเข้าใจก่อนในที่นี้คือความสับสนระหว่างการปล่อยตัว เพราะความรัก กับคำว่ารักเสรี (Free Love) และการทดลองใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน (Trial Marriage) เป็นพฤติกรรมรูปแบบหนึ่งที่มาจากความเชื่อที่ว่า เมื่อคน 2 คนรักกัน ก็ควรยอมรับให้มีเพศสัมพันธ์กันได้ ซึ่งเป็นข้อที่คล้ายกับการปล่อยตัว เพราะความรักแต่ละคนจุดแตกต่าง ๆ คือ กลุ่มรักเสรี จะไม่เห็นความสำคัญของสถาบันการแต่งงาน แต่จะเชื่อว่าผู้ที่รักกันจะอยู่ด้วยกัน และเมื่อเขาสักกันแล้ว ก็สามารถแยกจากกันได้ ส่วนผู้ที่ปล่อยตัวเพราะรักจะถือว่าเมื่อบุคคล 2 คน มีความสัมพันธ์กันด้วยความรักอย่างมั่นคงแล้ว

เขาย่อมมีเพศสัมพันธ์กันได้ กลุ่มผู้ปล่อยตัวเพราะรักจะยอมรับในสถาบันการแต่งงาน ขณะที่พวกรักเสรีปฏิเสธ

ส่วนการทดลองอยู่ร่วมกันหรืออยู่ร่วมกันชั่วคราว จะไม่มีสิ่งเชื่อมโยงระหว่างบุคคลทั้งสอง กลุ่มนี้จะถือว่าบุคคลควรอยู่ร่วมกัน 2 – 3 เดือนก่อนแต่งงาน โดยไม่จำเป็นต้องมีความสัมพันธ์ใด ๆ หลังจากนั้น หากไม่พึงพอใจก็อาจปฏิเสธการแต่งงานได้ ส่วนกลุ่มผู้ปล่อยตัวเพราะความรักจะถือว่า การมีเพศสัมพันธ์เป็นการแสดงออกซึ่งความรักไม่ใช่เป็นการทดลองใช้ชีวิตร่วมกัน

กลุ่มผู้ปล่อยตัว เพราะความรักนี้อาจแบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ

- (1) กลุ่มผู้ปล่อยตัวให้มีเพศสัมพันธ์ได้เมื่อมีความชอบกันอย่างมาก
- (2) กลุ่มผู้ปล่อยตัวให้มีเพศสัมพันธ์ได้เมื่อมีความรักอย่างมั่นคง หรือได้

หมั้นกันแล้ว

3) การปล่อยตัวโดยไม่คำนึงถึงความรัก (*Permissiveness without Affection*) คือ การยอมรับเรื่องเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้อง กระทำได้โดยถูกต้อง สำหรับชายและหญิงในทุก ๆ กรณี โดยไม่คำนึงถึงว่าจะมีความรัก ความเสนหาคือกันหรือไม่ มาตรฐานนี้จัดว่าเป็นมาตรฐานที่มีผู้ยอมรับน้อยที่สุด แม้ว่าในระยะที่ผ่านมาจะมีแนวโน้มเรื่องความเสมอภาค และการใช้เหตุผลมากขึ้นก็ตาม ผู้ยอมรับมาตรฐานนี้มีความคิดว่า เมื่อชายหญิงพึงพอใจ สรีระของกันและกัน ก็ควรมีเพศสัมพันธ์กันได้ เพื่อความสุข ความเพลิดเพลิน กลุ่มผู้ยอมรับมาตรฐานนี้อาจจำแนกได้เป็น 2 กลุ่ม คือ

- (1) กลุ่มผู้หมกมุ่นในกามอารมณ์เต็มรูปแบบ (*Orgiastic*) คือ กลุ่มผู้แสวงหาความสุขทางเพศแบบสำส่อน โดยไม่มีการป้องกันอันตรายจากผลสืบเนื่องใด ๆ
- (2) กลุ่มผู้สำส่อนด้วยความระมัดระวัง (*Sophisticated*) คือ กลุ่มผู้แสวงหาความสุข สนุกทางกายในรูปแบบที่มีการควบคุมตนเอง และระมัดระวังมิให้เกิดผลสืบเนื่อง เช่น การตั้งครรภ์ หรือโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

4) มาตรฐาน 2 ชั้น หรือ มาตรฐานซ้อน (*Double Standard*) คือ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสสามารถยอมรับได้ในชาย และถือว่าผิดถ้ากระทำให้หญิง มาตรฐาน นี้จะให้สิทธิแก่เพศชายมากกว่าเพศหญิง เพศชายได้รับการยอมรับให้มีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสได้ ส่วนเพศหญิงเป็นเพศที่ไม่ควรแสดงออกตามความต้องการทางเพศ เพศหญิงเป็นเพียงฝ่ายตอบสนองความต้องการทางเพศของฝ่ายชายเท่านั้นกลุ่มผู้ยอมรับมาตรฐานนี้อาจจำแนกได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้ยังยึดมาตรฐาน 2 ชั้นเต็มรูปแบบ (*Orthodox*) คือ กลุ่มผู้ยอมรับให้มีเพศสัมพันธ์ได้เฉพาะชายเท่านั้น แต่สำหรับหญิงถือเป็นสิ่งผิด กลุ่มผู้กำลังเปลี่ยนแปลง (*Transitional*) คือ กลุ่มผู้เริ่มเห็นว่าเพศหญิงสามารถมีเพศสัมพันธ์ได้ เฉพาะเมื่อมีความรัก หรือได้หมั้นกันแล้ว ส่วนเพศชายยังคงได้รับการยอมรับ

ในทุกกรณี ไม่ว่าจะมีความรักหรือไม่ก็ตาม(ชัยวัฒน์ 2525 : 11 อ้างถึงใน วิไลพร สุขสนอง, 2548:

6)

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่าพฤติกรรมทางเพศ คือ บุคลิกภาพที่แสดงออกตามลักษณะทางเพศ ตามสัญชาตญาณ และธรรมชาติทางเพศ ที่เกิดขึ้นเอง โดยที่ตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ได้

3.2 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งร่างกาย จิตใจ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงทางเพศ วัยรุ่นจะเริ่มให้ความสนใจต่อเพศตรงข้าม เริ่มมีความรู้สึกทางเพศ ประกอบกับเป็นวัยที่อยากรู้อยากลองมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่รุนแรงและอาจยังมีความเข้าใจที่ไม่ถูกต้องนักในเรื่องเพศ รวมทั้งสภาพแวดล้อมในปัจจุบันที่มีปัจจัยและสถานการณ์ที่ยั่วยุชักนำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมได้ง่ายและอาจนำมาซึ่งการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจที่จะทำให้เกิดปัญหาอื่นๆ ตามมามากมายไม่ว่าจะเป็นโรคเอดส์ ถูกพักการเรียน ฆ่าตัวตาย ทำแท้ง ผิดกฎหมาย ทอดทิ้งเด็ก เป็นต้น วัยรุ่นจึงควรมีการแสดงออกทางเพศที่เหมาะสมรู้จักหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากปัจจัยและสถานการณ์เสี่ยงที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจเพื่อที่จะได้มีชีวิตอย่างสดใสในช่วงวัยรุ่นและเติบโตไปสู่ผู้ใหญ่อย่างมีความสุขการเปลี่ยนแปลงไปของสังคมในปัจจุบัน นำมาซึ่งปัจจัยและสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ล่อแหลมและอันตรายต่อวัยรุ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งพฤติกรรมทางเพศเป็นปัญหาที่สำคัญประการหนึ่งของวัยรุ่นหากวัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมจนเกิดการมีเพศสัมพันธ์ อาจทำให้เกิดปัญหาการติดโรคเอดส์และโรคทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ ตามมา และในวัยรุ่นหญิงอาจทำให้เกิดการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจได้ตั้งแต่นั้นนักเรียนซึ่งอยู่ในวัยรุ่นจึงควรเรียนรู้ถึงการหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากปัจจัยและสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ เพื่อที่จะนำไปปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ดังนี้

วิไลพร สุขสนอง (2548: 8) กล่าวว่า วัยรุ่น หมายถึง วัยที่อายุย่างเข้าสู่หนุ่มสาวหรือวัยที่อยู่ในช่วงคาบเกี่ยวระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงของระบบต่าง ๆ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจริยธรรม ซึ่งจะมีการเจริญเติบโตทางร่างกายสูงสุด

พรพิมล ไวย่างกูร (2548: 1) กล่าวว่า วัยรุ่น ในภาษาอังกฤษใช้คำว่า “Adolescence” มาจากคำกริยาในภาษาละตินว่า “Adolescers” ซึ่งหมายความว่า “การก้าวไปสู่วุฒิภาวะ” (To Grow into Maturity) เมื่อมีความหมายดังความเชื่อนี้เรื่องของวัยรุ่นจึงควรเน้นหลักการศึกษาด้านกระบวนการของการพัฒนาทางด้านทัศนคติความเชื่อ และการปรับตัวทางด้านสังคมของบุคคลจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ (ปราณี รามสูต 2528: 9) อ้างถึงใน วิไลพร สุขสนอง (2548: 8)

สุชา จันท์ธรม (2529: 2 – 3) ให้ความหมายของวัยรุ่นว่า คือ วัยที่สิ้นสุดเมื่อวัยโต แต่เรากำหนดเอาความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และรูปร่างเป็นสำคัญ และถ้าจะกำหนดลงไปว่า เริ่มเมื่อใด คือ เอาตอนเด็กหญิงเริ่มมีประจำเดือน (Men – Struation) ส่วนเด็กชายถือเอาตอนที่มียอสุจิ (Sperm) (อ้างถึงใน วิไลพร สุขสนอง 2548: 8)

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่ได้รับอิทธิพลจากฮอร์โมนทางเพศทำให้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งร่างกาย จิตใจ วัยรุ่นจะเริ่มให้ความสนใจต่อเพศตรงข้าม รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เริ่มมีความรู้สึกทางเพศ อันเกิดจากสภาพแวดล้อมในปัจจุบันที่มีปัจจัยและสถานการณ์ที่ยั่วยุชักนำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมได้ง่ายและอาจนำมาซึ่งการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ

3.2.1 การเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมถึงความรู้สึกหรือความปรารถนาทางเพศได้ง่ายและรวดเร็ว เมื่อมีสิ่งยั่วอารมณ์ทางเพศก็จะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์เพศทันทีตามช่วงวัย การเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่นเกิดขึ้นได้ดังนี้

1) *วัยรุ่นตอนต้น (อายุ 13 – 15 ปี)* การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ สภาพอารมณ์ของเด็กวัยรุ่นระยะนี้จะไม่คงที่นัก เปลี่ยนแปลงง่ายและรวดเร็ว วุฒิภาพ ปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ดังกล่าว ได้แก่ ฮอร์โมนเพศสภาพร่างกายและสังคมที่เปลี่ยนแปลง วัยรุ่นจะมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายอารมณ์ทางเพศและพฤติกรรมทางเพศอาจไม่แน่ใจในความเป็นชายหรือหญิงของตน ไม่แน่ใจว่าสิ่งใดปกติและสิ่งใดที่ผิดปกติ

2) *วัยรุ่นตอนกลาง (อายุ 16 – 18 ปี)* ทางด้านอารมณ์และจิตใจค่อนข้างราบรื่น กว่าวัยรุ่นระยะต้น เริ่มยอมรับสภาพร่างกายและความเป็นเพศชายหรือหญิงของตน การคบเพื่อนจะมีลักษณะต่างไปจากวัยรุ่นระยะต้น การพัฒนาทางสติปัญญา วัยรุ่นเป็นวัยที่มีแรงผลักดันทางเพศรุนแรง แต่ก็เป็นเวลาเดียวกัน ที่วัยรุ่นมีสติปัญญาเพิ่มพูนมากขึ้น สามารถที่จะหาทางออกให้กับแรงผลักดันทางเพศอย่างเหมาะสม วัยรุ่นระยะนี้มักจะเชื่อมั่นในความคิดของตนเองมากเกินไป และมองสิ่งต่าง ๆ อย่างแคบ ๆ เนื่องจากยังขาดประสบการณ์มีความคิดเพื่อฝัน ที่จะแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในสังคมตามอุดมคติยากที่จะยอมรับว่าความคิดเห็นของตนไม่ถูกต้องหรือแตกต่างจากผู้อื่น (ego centricty) ทำให้เกิดความขัดแย้งกับผู้ใหญ่ ซึ่งความคิดยึดมั่นนี้จะค่อย ๆ ลดลงเมื่อวัยรุ่นมีประสบการณ์มากขึ้น วิไลพร สุขสนอง (2548: 9-10)

พรวิมล ไททอง (2548) กล่าวว่า พัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กวัยนี้จะเปลี่ยนแปลงง่ายและรวดเร็ว หงุดหงิดวุ่นวาย อารมณ์แปรปรวน ฉุนเฉียวและแสดงความรู้สึกเปิดเผยตรงไปตรงมาไม่สามารถเก็บความรู้สึกได้ นอกจากนี้ยังมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและฮอร์โมน

เพศทำให้เกิดความวิตกกังวล ต่อการเติบโต ทำให้บางครั้งก็มีพฤติกรรมทำตามใจตนเอง สรุปได้ว่า วัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย มาจากสาเหตุ ดังนี้

1) การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย มีความกังวลในบุคลิกภาพของตนเอง เช่น ความอ้วน ความสูง ความเตี้ย และสัดส่วน ทำให้มีเรื่องขัดแย้งกับผู้ใหญ่ในการแต่งกายและพฤติกรรมการแสดงออก

2) การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะภายใน การทำงานของต่อมไร้ท่อเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ทำให้เด็กมีพลังงานมาก แต่ไม่ค่อยได้ใช้ประโยชน์ เมื่อต่อมเพศทำงานก็จะเริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม

3) การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ ๆ การที่วัยรุ่นเริ่มก้าวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ จำเป็นต้องเรียนรู้การวางตัวให้เหมาะสม รู้จักมารยาทในสังคม แต่งกายให้ถูกกาลเทศะ มีความรับผิดชอบ วัยรุ่นมักถืออัตตใจ คับข้องใจ ไม่มั่นใจว่าตนจะทำได้

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปได้ว่า พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น คือ สิ่งที่วัยรุ่นแสดงออกทางการกระทำอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และฮอร์โมนทางเพศ ตามสถานการณ์และสภาพแวดล้อม

3.3 พฤติกรรมการแสดงออกทางเพศ

ปัจจุบันวัยรุ่นไทยมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกที่อายุเฉลี่ยประมาณ 14-18 ปี และมีแนวโน้มว่าอายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกจะน้อยลงเรื่อย ๆ และมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานในอัตราเพิ่มมากขึ้น ขณะที่ปัญหาเกี่ยวกับอาชญากรรมทางเพศของวัยรุ่นก็ดูจะสูงขึ้นด้วยเด็กและผู้หญิงถูกข่มขืนเพิ่มขึ้นปีละกว่าพันราย พื้นที่สาธารณะกลายเป็นพื้นที่ปลอดภัยมากขึ้น กล่าวได้ว่าการแสดงออกทางเพศของวัยรุ่นเริ่มต้นจาก

3.3.1 พัฒนาการทางเพศ

โกเมท ธนรัตน์พิศาล (2550: 8) วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ ความรู้สึก จึงมีอารมณ์ที่รุนแรง และมีการตัดสินใจที่รวดเร็วในการแสดงพฤติกรรมออกมา เป็นวัยที่อยากรู้อยากลองสิ่งใหม่ ๆ และยังขาดประสบการณ์ในการดำรงชีวิตจึงมีตระหนักรู้ต่อผลเสียที่จะตามมา จึงทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและมีโอกาสที่จะติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ได้

กิตติ ปรมัตถผลและคณะ (2551: 38) กล่าวว่า ด้วยอิทธิพลของต่อมไร้ท่อที่ผลิตและหลั่งฮอร์โมนออกมา จึงทำให้วัยรุ่นมีพัฒนาการทางเพศจากวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่ วัยรุ่นอยู่ตรงกลางหรืออยู่ระยะเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ ซึ่งวัยรุ่นมีพัฒนาการทางเพศเกิดขึ้นมากมาย ได้แก่ ผู้ชายจะมีการหลั่งน้ำอสุจิออกมาด้วยการฝันเปียก หรือสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ตัวอสุจิที่อยู่ในน้ำอสุจินี้คือเซลล์สืบพันธุ์ของผู้ชาย เมื่อผสมกับไข่ของผู้หญิงจะทำให้เกิดการตั้งครรภ์

ได้ ส่วนผู้หญิงนั้นจะมีประจำเดือน ซึ่งเกิดจากการมีไข่ตกแล้วไม่ได้รับการผสมพันธุ์ เนื้อเยื่อที่สร้างขึ้นในมดลูกจึงสลายออกมาเป็นเลือดสีแดงคล้ำ การมีประจำเดือนของผู้หญิงเป็นการส่งสัญญาณให้รู้ว่าถ้าไปมีเพศสัมพันธ์แล้วตัวอสุจิของผู้ชายมาผสมกับไข่ของผู้หญิงก็จะทำให้เกิดการตั้งครรภ์ได้

นอกจากนี้แล้ว ธรรมชาติยังสร้างให้ทั้งผู้ชายและผู้หญิงเมื่อเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น จะเกิดความสนใจเพศตรงข้าม อยากที่จะพูดคุย อยากที่จะอยู่ใกล้ อยากสัมผัส หรือแม้กระทั่งการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อมีสิ่งเร้ามาจู่ปรกกายจากการได้เห็น ได้กลิ่น ได้สัมผัสหรือรับการสัมผัสตากเพศตรงข้ามจะทำให้เกิดอารมณ์เพศขึ้นมาแล้วความต้องการทางเพศจะตามมา

3.3.2 วัฒนธรรมทางเพศ

วัฒนธรรมทางเพศ หมายถึง วัฒนธรรมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศ ได้แก่ ระเบียบจารีตประเพณี ศีลธรรม และจริยธรรมอันดีงามของคนไทยในด้านความประพฤติเกี่ยวกับเพศ ซึ่งเป็นที่ยอมรับนับถือและสืบทอดปฏิบัติต่อกันมายาวนาน ตั้งแต่สมัยโบราณจนถึงปัจจุบัน ซึ่งได้ส่งผลให้ครอบครัวและสังคมไทยมีความสงบสุขร่มเย็น (กิตติ ปรมัตถผล และคณะ 2551: 50)

พรพิมล ไวทยาภรณ์ (2548: 148) การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมที่เป็นผลจากความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและการสื่อสารมีผลกระทบต่อการรับรู้ ค่านิยม เจตคติและแนวคิดของวัยรุ่นในเรื่องเพศ พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นปัจจุบันจึงออกนอกกรอบของขนบธรรมเนียมประเพณีเดิมมากขึ้นทุกที การคบเพื่อนต่างเพศเป็นไปอย่างอิสระเสรี ให้ความสำคัญของการครองตัวเป็นหญิงบริสุทธิ์น้อยลง ประกอบกับความเข้าใจที่ไม่ถูกต้องในเรื่องเพศทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมทำให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาในหลาย ๆ เรื่อง เช่น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การตั้งครรภ์ระหว่างเรียนหนังสือ การติดเชื่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การทำแท้ง การสำส่อนทางเพศ การเบี่ยงเบนทางเพศ

กิตติ ปรมัตถผล และคณะ (2551: 51) กล่าวว่า วัฒนธรรมทางเพศของคนไทยถือว่าเป็นมรดกอันมีค่าของสังคมไทยที่ทุกคนควรอนุรักษ์และประพฤติปฏิบัติตามซึ่งมี ดังนี้

1) ชายและหญิงควรมีสิทธิ์และศักดิ์ศรีเท่าเทียมกัน ตามหลักสิทธิ

มนุษยชน ในสมัยก่อนผู้ชายจะมีสิทธิ์และศักดิ์ศรีเหนือกว่าผู้หญิงมาก เมื่อเป็นสามีภรรยา กัน ภรรยาต้องคอยปรนนิบัติสามีเป็นอย่างดี ถ้าสามีเป็นเจ้านายที่สูงศักดิ์แล้วก็ต้องดูแลถึงขั้นเป็นพิเศษ การแสดงความคิดเห็นการตัดสินใจก็มีน้อยเพราะสามีจะมีอำนาจสิทธิ์ขาด บางครั้งดูเหมือนมีระเบียบเผด็จการในครอบครัวภรรยาต้องยอมทุกอย่างแม้กระทั่งยอมให้สามีมีภรณาน้อย และอาจมาอยู่ในบ้านเรือนเดียวกันได้ แม้จะทุกข์ระทมใจสักเพียงใดก็ต้องยอมเพราะเป็นภรรยาเขาแล้ว อีกทั้งสามีจะพูดจะให้ทำอะไรก็ต้องเชื่อ ซึ่งถือว่าไม่มีความเสมอภาคทางเพศเลย

ต่อมาสถานการณ์ภาพสตรีเริ่มดีขึ้นเป็นลำดับ เมื่อประเทศไทยเข้าสู่ยุค ประชาธิปไตย ผู้หญิงมีการศึกษามากขึ้นสังคมเปิดโอกาสให้ผู้หญิงทำงาน ทหารายได้เลี้ยงครอบครัว มากขึ้น มีบทบาททางการเมืองมากขึ้น จนเป็นที่ยอมรับกันว่าผู้ชายและผู้หญิงควรมีสติและศักดิ์เท่าเทียมกัน ยกเว้นบางเรื่องเท่านั้นที่เป็นเรื่องของเพศซึ่งมีความแตกต่างกัน เช่น ตำรวจต้องทำงานหนัก จับผู้ร้ายซึ่งเป็นการเสี่ยงภัย ทหารต้องทำหน้าที่สู้รบป้องกันประเทศเป็นงานหนักและเสี่ยงภัย เป็นต้น

2) *ผู้ชายควรให้เกียรติและช่วยปกป้องอันตรายให้แก่ผู้หญิง* ผู้ชายเป็นเพศที่แข็งแรงและรูปร่างใหญ่โตกว่าผู้หญิง สามารถทำงานหนักได้จึงควรดูแลช่วยเหลืออย่าให้ผู้หญิงต้องทำงานหนักเกินไปโดยเฉพาะหนักกาย เมื่อมีภัยอันตรายผู้ชายจะต้องทำหน้าที่คุ้มครองป้องกันหรือแม้จะยังไม่เกิดภัยอันตรายก็ควรจะช่วยดูแลคุ้มครองมิให้ภัยอันตรายเกิดขึ้นกับผู้หญิง ถ้ามีที่นั่งจำนวนจำกัดไม่เพียงพอต้องให้ผู้หญิงนั่งก่อน ถ้าจะตัดอาหารหรือทำสิ่งใดที่ต้องทำทีละคนหรือครั้งละน้อยคน ควรให้ผู้หญิงได้ทำก่อน ยกเว้นบางเรื่องที่เป็นอันตราย ผู้ชายต้องนำ ผู้ชายก็ควรทำก่อนแล้วแต่สถานการณ์

3) *การแสดงความรักหรือความสนใจเพศตรงข้ามควรปฏิบัติตามจารีตประเพณีของสังคมไทยอย่างเคร่งครัด* ความสนใจเพศตรงข้ามเป็นเรื่องปกติของคนเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น วัยหนุ่มสาว แม้แต่สัตว์เมื่อโตขึ้นก็ยังสนใจเพศตรงข้ามเช่นกัน และมีการผสมพันธุ์กันแต่คนซึ่งเราเรียกว่ามนุษย์ แปลว่า สัตว์ประเสริฐ ย่อมเหนือกว่าสัตว์ ไม่ผสมพันธุ์หรือผสมสูงายเลี้ยงสัตว์และไม่เลือกสถานที่ มนุษย์มีวัฒนธรรม มีกฎเกณฑ์ มีจารีตประเพณีอันดีงาม ดังนั้น การชอบหรือสนใจเพศตรงข้ามควรปฏิบัติตามจารีตประเพณีของสังคมไทยอย่างเคร่งครัด ปฏิบัติตนให้ถูกต้องอาศัยปัจจัยต่าง ๆ จากพ่อแม่ ควรคบเพื่อนต่างเพศแบบเพื่อนจะดีกว่า แต่ถ้าจะคบกันแบบแฟนก็ต้องอยู่ในกรอบประเพณีอันดีงามและให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองรับรู้และต้องเชื่อฟังปรึกษา พ่อแม่ ผู้ปกครองด้วย เพราะวัยรุ่นยังไม่บรรลุนิติภาวะยังผ่านโลกมาน้อยอาจพลาดทำเสียทีหรือทำผิดพลาดขึ้นได้

4) *ทั้งผู้หญิงและผู้ชายไม่ควรถูกเนื้อต้องตัวกันจนเกินความจำเป็น* ดูแล้วไม่เหมาะสมการถูกเนื้อต้องตัวเพศตรงข้ามจนเกินความจำเป็นคือการโอบกอด นอนหนุนตัก ลูบไล้เนื้อตัว จับของสงวน กอดคอ ซึ่งผู้ที่เป็นแฟนกันและเป็นนักเรียนไม่ควรทำ ไม่ควรเลียนแบบผู้ใหญ่ละครโทรทัศน์หรือภาพยนตร์ที่มีให้เห็นกันอยู่เสมอ เพราะยังอยู่ในวัยที่ไม่สมควร สังคมไทยยังรับไม่ได้ ถ้าวัยรุ่นทำเช่นนี้ บางครั้งผู้หญิงก็อาจถูกเนื้อต้องตัวผู้ชายได้ซึ่งไม่ควรทำ คนจะมองว่าเป็นผู้หญิงที่ชอบสัมผัสผู้ชาย ไม่รักนวลสงวนตัว ผู้ชายที่ล่วงเกินผู้หญิงทั้งที่ผู้หญิงไม่สมัครใจหรือไม่ชอบให้ล่วงเกินเป็นการกระทำที่ไม่สมควรอย่างยิ่ง เป็นการกระทำที่เห็นแก่ตัว นับว่าเป็นบุคคลอันตรายสำหรับผู้หญิง

5) *ผู้หญิงไม่ควรแต่งตัวแบบยั่วยุกิเลสโลว์ลิตส์ส่วน* ในสังคมปัจจุบันนี้การแต่งตัวของผู้หญิงจำนวนมากมักไม่รัดกุม เป็นการยั่วยุกิเลสผู้ชายอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเองได้

โดยการกระทำอนาจารหรือข่มขืน การแต่งกายที่ยั่วยุกิเลสที่พบเห็นมีหลายอย่างเช่น ใส่เสื้อสายเดี่ยว เสื้อรัดรูป เสื้อกล้าม เสื้อเอวลอย กางเกงเอวต่ำ ใส่เสื้อเกาะอก หรือเสื้อที่ใส่แล้วโชว์แผ่นหลังหรือเนินหน้าอก นับว่าเป็นการแต่งกายที่ไม่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทยจึงเป็นสิ่งที่ไม่สมควร

6) ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและเมื่อยังไม่ได้แต่งงานกัน ในสังคมปัจจุบันมีวัยรุ่นจำนวนมากไม่น้อยที่มีเพศสัมพันธ์แล้ว ซึ่งนับว่าเป็นการกระทำที่ไม่สมควรอย่างยิ่ง เป็นการขัดกับวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามของคนไทย ซึ่งบางรายพ่อแม่หรือผู้ปกครองก็ไม่ว่าแต่บางรายพ่อแม่หรือผู้ปกครองรู้แล้วก็ต้องช่วยแก้ปัญหากันไป เป็นการสร้างความหนักใจให้กับพ่อแม่ ผู้ปกครองและทำให้เสื่อมเสียชื่อเสียงของวงศ์ตระกูลอีกด้วย และตนเองก็ต้องเสียอนาคต ถ้าเกิดตั้งครรรค์ขึ้นมา ก็จะเกิดปัญหาสังคมระยะยาว ซึ่งมีให้เห็นเป็นตัวอย่างที่ไม่ดีมากขึ้นกว่าเมื่อก่อนมาก สำหรับผู้ใหญ่ที่มีเพศสัมพันธ์กันก่อนแต่งงานก็มีมากขึ้น อาจเลียนแบบสังคมตะวันตกที่อยู่ด้วยกันก่อนแต่งงานเพื่อศึกษา ปรับตัวเข้าหากันก่อน ถ้าดีจึงแต่งงานกันนั้นเป็นเรื่องของสังคมตะวันตก แต่สังคมไทยไม่ควรทำเช่นนั้น

7) การเลือกคู่ครองต้องเป็นไปโดยสมัครใจ ในสมัยก่อนอาจมีการแต่งงานกันโดยไม่ได้สมัครใจ อาจเป็นฝ่ายชายไม่สมัครใจแต่เพราะพ่อแม่เห็นชอบ หรือฝ่ายหญิงไม่สมัครใจแต่เพราะพ่อแม่เห็นชอบ ฝ่ายชายใช้อิทธิพล หรือเพราะพ่อแม่ต้องการปลดหนี้ แต่ในสมัยปัจจุบันการมีคู่ครองในลักษณะดังกล่าวไม่มีอีกแล้ว นับว่าเป็นการสร้างความเสมอภาคทางเพศอย่างหนึ่งด้วย

8) ชายหญิงที่จะอยู่กันแบบสามีภรรยาต้องมีพิธีแต่งงานที่ถูกต้องตามจารีตประเพณีของไทย เป็นความชาญฉลาดของบรรพบุรุษไทยที่สร้างระเบียบประเพณีก่อนที่จะอยู่กินกันแบบสามีภรรยาที่ฝ่ายชายต้องส่งผู้ใหญ่ไปสู่ขอหญิงสาวเมื่อผู้ใหญ่ฝ่ายหญิงยินยอมแล้วจึงกำหนดวันหมั้นและวันแต่งงานต่อไป การแต่งงานก็มักเป็นพิธีการมีการเลี้ยงพระ รดน้ำสังข์ เพื่อความเป็นสิริมงคลแก่ชีวิตครอบครัวใหม่และเป็นการประกาศให้สังคมรับรู้ถึงการที่จะอยู่กินกันแบบสามีภรรยา นอกจากจะมีพิธีแต่งงานแล้วทั้งคู่จะต้องไปจดทะเบียนสมรสกัน ณ ที่ว่าการอำเภอ สำหรับต่างจังหวัดและ ณ สำนักงานเขตสำหรับกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นความถูกต้องตามกฎหมาย

9) การแสดงพฤติกรรมทางเพศหรือเพศสัมพันธ์ระหว่างสามีภรรยาเป็นเรื่องส่วนตัวจะต้องกระทำด้วยความเหมาะสมและให้ถูกต้องกาลเทศะ ถึงแม้ว่าการแสดงพฤติกรรมทางเพศต่อกันของสามีภรรยาจะเป็นเรื่องของชีวิตครอบครัวที่ถูกต้องตามระเบียบประเพณีและกฎหมายแล้วก็ตาม แต่ก็ต้องปฏิบัติให้เหมาะสมและถูกต้องกาลเทศะ ไม่ประเจิดประเจ้อ และต้องเป็นไปโดยความสมัครใจของทั้งสองฝ่ายด้วย ขณะนี้กำลังจะพยายามออกกฎหมายเอาผิดกับสามีที่ข่มขืนภรรยาเพราะปัจจุบันนี้แม้ภรรยาจะไม่พร้อมที่จะมีเพศสัมพันธ์ด้วยแต่เมื่อสามีบังคับหรือขืนใจก็ไม่เป็นความผิดเพราะกฎหมายถือว่าเป็นสามีภรรยา

10) *สามีภรรยาควรยึดค่านิยมในการครอบคู่แบบครอบครัวผัวเดียวเมียเดียว* ครอบครัวแบบผัวเดียวเมียเดียวแบบวัฒนธรรมทางเพศที่เหมาะสมและสอดคล้องกับหลักมนุษยธรรมและสิทธิมนุษยชน ซึ่งถือได้ว่าเป็นรากฐานและหลักประกันอันมั่นคงของชีวิตครอบครัวอย่างแท้จริง อีกทั้งยังจะช่วยเลี้ยงดูบุตรให้สมบูรณ์และได้รับการศึกษาอย่างสูงตามศักยภาพและความสนใจของเขา

11) *สามีและภรรยาต้องไม่กระทำรุนแรงต่อกัน* สามีบางคนเมื่อไม่พอใจหรือทะเลาะกันก็จะทำร้ายภรรยา อาจใช้มือ เท้า หรือ อาวุธอย่างอื่น ในทางตรงกันข้ามภรรยาอาจกระทำรุนแรงต่อสามีได้ แต่ก็จะมีน้อยกว่า นอกจากนี้การกระทำรุนแรงด้วยวาจาและการทอดทิ้งกันก็ไม่ควรอย่างยิ่ง ถ้ามีปัญหาควรแก้ปัญหากันด้วยสันติวิธีดีกว่า ชาวคราวที่ออกมาทางสื่อมวลชนและสภาพสังคมครอบครัวปัจจุบันมักเกิดปัญหาความรุนแรงของสามีภรรยาที่มีต่อกันมากขึ้น อาจเป็นเพราะคนเราในยุคนี้มีปัญหาและสิ่งแหวัดล้อมที่ไม่ดีมารุมเร้ามากขึ้นทำให้เกิดความเครียด อาจแสดงออกทางการกระทำที่รุนแรง หลายรายที่ถึงขั้นฆ่ากันตาย หรือฆ่าอีกฝ่ายหนึ่งตายแล้วฆ่าตัวเองตายตาม นับว่าเป็นความล้มเหลวของชีวิตครอบครัว ที่น่าสงสารอย่างยิ่ง ในเรื่องนี้คู่สามีภรรยาต้องใช้สติ เพื่อแก้ปัญหาอย่าใช้ความรุนแรงตัดสินปัญหา

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่า ปัญหาทางเพศของวัยรุ่นมีสาเหตุมาจากการเปลี่ยนแปลงของสังคมไทยในยุคของความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ความรวดเร็วของการติดต่อสื่อสารทำให้เกิดการถ่ายโอนทางวัฒนธรรมจากโลกตะวันตกสู่โลกตะวันออกได้อย่างรวดเร็ว สื่อมวลชนแทบทุกประเภทนำเสนอสิ่งกระตุ้นความอยากรู้อยากเห็นและยั่วให้วัยรุ่นอยากทดลองและการมีสิ่งกระตุ้นยั่วชวนทางเพศมากขึ้นเนื่องจากเป็นวัยที่ไวต่อการยอมรับสิ่งใหม่ ๆ และง่ายต่อการเปลี่ยนแปลงจึงมีแนวโน้มที่จะประพฤติดิฉิเรื่องเพศ และมีโอกาสที่จะมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมได้โดยเหตุที่เพศสัมพันธ์เป็นเรื่องของอารมณ์ ความรู้สึกและจิตใจที่ครอบคลุมคุณค่า ความคิด ทักษะที่มีต่อชีวิต ความรู้สึกที่มีต่อตัวเองและเพศตรงข้าม ปัญหาการรับรู้และการทำความเข้าใจเกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุด

3.3.3 การวางตัวต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม

การวางตัวต่อเพศเดียวกันและเพศตรงกันข้ามเป็นสิ่งที่ทุกคนควรปฏิบัติอย่างเหมาะสม เพื่อให้ได้รับการตอบสนองตามที่เราร้องการและถูกใจคนที่คบด้วย เพื่อจะให้ชีวิตมีความสุขเป็นที่พึงพอใจของตนเองและผู้อื่น ได้มีผู้อธิบายถึงการวางตัวต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้ามไว้หลายท่าน ดังต่อไปนี้

จตุพล อภิวงค์งาม (2547: 23) ได้อธิบายว่า การวางตัวต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม หมายถึง การที่ชายและหญิงประพฤติปฏิบัติต่อกันเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างกันในรูปแบบเพื่อน พี่น้อง หรือแบบคู่รัก ภายใต้ขนบธรรมเนียม ประเพณี เป็นสิ่งที่คนเราควรจะ

ปฏิบัติอย่างเหมาะสมเพื่อให้ได้รับการตอบสนองตามที่เราต้องการและถูกใจกับคนที่เราคบด้วย เพื่อที่จะให้ชีวิตมีความสุขเป็นที่พึงพอใจของตนเองและผู้อื่น

ณัชชา ถาวร (2545: 40-41) ได้กล่าวว่า

1) การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในระหว่างที่มีการคบหาสมาคมกัน เป็นเรื่องที่สำคัญไม่ว่าจะเป็นฝ่ายชาย หรือฝ่ายหญิง ควรจะต้องระมัดระวังตัวให้ดีเป็นพิเศษ โดยจะต้องไม่ยอมให้ตกเป็นทาสของกามารมณ์ หรือแรงขับดันทางเพศ การหนึ่งซึ่งพบว่าสามารถช่วยให้ชายและหญิงควบคุมสัญชาตญาณทางเพศได้ดี คือ จะต้องพยายามเบี่ยงเบนความสัมพันธ์ระหว่างเพศ ซึ่งเป็นกิจกรรมทางใจให้ออกมาในรูปแบบของกิจกรรมทางกาย ด้วยการเล่นกีฬา ทำงานอดิเรก หรือ ประกอบกิจกรรมสันตนาการต่าง ๆ ที่สังคมนิยมรับ และตรงกับขนบธรรมเนียมประเพณี หรือ วัฒนธรรมอันดีงามของบ้านเมือง นอกจากนี้ควรจะต้องรู้และเข้าใจว่าการอดกลั้นเพื่อไม่ให้ตกเป็นทาสของกามารมณ์หรือการไม่ประพฤติผิดทางเพศต่าง ๆ นั้นไม่เคยทำลายสุขภาพหรือจิตใจของผู้ใดเลย การวางตัวของเพศหญิงนั้นจะต้องทำตัวให้เพศชายยกย่องและให้เกียรติ โดยฝ่ายหญิงจะต้องเข้าใจว่าผู้ชายที่ดีหรือเป็นสุภาพบุรุษนั้นจะต้องไม่ล่วงเกินผู้หญิง

2) การให้เด็กคบเพื่อนต่างเพศนั้นไม่ใช่สิ่งที่เสียหาย แต่การคบค้าสมาคม นั้นจะต้องอยู่ในขอบเขตที่เหมาะสม และอย่าให้ถือเอาเป็นเรื่องจริงจังจนเกินไป เหตุผลก็คือในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเพศของเด็ก ถ้าผู้ใหญ่เข้มงวดกวดขันมากเกินไป หรือปล่อยปละละเลยจนเกินไป ก็มักเป็นสิ่งไม่ดีทั้งสองอย่างทางที่ลูกนั้นก็คือ จะต้องเดินสายกลางไว้ก่อน ไม่หัวโบราณจนเกินไป และไม่หัวสมัยใหม่จนเกินไป จึงจะเหมาะสมกับสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลง

3) ในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเพศ เกี่ยวกับการคบเพื่อนต่างเพศนี้ บางครั้งอาจเกิดปัญหาขึ้นได้ เช่น ความสัมพันธ์ไม่อยู่ในขอบเขต หรือมีความประพฤติทางเพศไม่เหมาะสม มีการนัดพบปะสังสรรค์บ่อยเกินไปจนเสียการเรียน และบางคู่อาจถือจริงจังเป็นเรื่องคู่รัก ผู้ใหญ่ควรทำการแก้ไขอย่างไรก็ตาม การที่เด็กได้คบค้าสมาคมกับเพื่อนที่เป็นเพศเดียวกัน หรือเพื่อนต่างเพศ นอกจากจะฝึกให้เด็กได้แสดงบทบาทการเป็นสุภาพบุรุษ การเป็นสุภาพสตรีแล้วยังทำให้เด็กได้พบเห็น เรียนรู้อุปนิสัยใจคอ อารมณ์ ความสนใจและความคิดเห็นในทัศนคติต่าง ๆ ของบุคคลด้วยตนเอง ซึ่งประสบการณ์ที่มีค่าเหล่านี้จะช่วยเป็นแนวทางแก่ตัวเด็ก ในการตัดสินใจเลือกคู่ครองต่อไปในอนาคตได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น

3.3.4 การวางตัวต่อเพศเดียวกัน พอลจะแบ่งได้ ดังนี้

1) การวางตัวแบบเพื่อน จะต้องวางตัวเป็นเพื่อนที่ดี กล่าวคือ เป็นเพื่อนคู่ที่ดีต่อกัน ไม่ขัดคอกัน พุดจาดีต่อกัน มีสิ่งใดพอจะช่วยเหลือได้ก็ควรช่วยเหลือกัน มีสิ่งใดที่เพื่อนทำให้ไม่ถูกใจก็ควรให้อภัยกัน แนะนำเพื่อนไปในทางที่ดี ชวนกันเรียนอย่าชวนกันหนีเรียน ถ้าจะไป

เที่ยวด้วยกันก็ไปในสถานที่ที่เหมาะสมอย่าชวนกันไปในแหล่งอบายมุขไม่ว่าร้ายเพื่อนให้คนอื่นฟัง
กล้าที่จะเตือนถ้าเพื่อนทำผิด ควรทำตัวเป็นผู้ให้มากกว่าการทำตัวเป็นผู้รับ

2) *การวางตัวแบบพี่น้อง* พี่จะต้องวางตัวเป็นที่ที่ดีของน้อง ต้องทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีเพื่อให้น้องปฏิบัติตาม เป็นผู้นำที่ดีของน้อง แนะนำสั่งสอนในฐานะที่มีประสบการณ์มากกว่า วางตัวให้น้องเคารพนับถือไม่เอาเปรียบน้อง ในทางตรงข้ามต้องเสียสละและช่วยเหลือน้องสำหรับน้องก็จะต้องวางตัวเป็นน้องที่ดีของพี่ เชื้อพังกี่ สิ่งใดที่พอจะช่วยเหลือได้ให้ช่วยพี่ เคารพในความเป็นพี่ซึ่งเป็นผู้อาวุโสกว่า

3.3.5 การวางตัวต่อเพศตรงข้าม

พอจะแบ่งได้ ดังนี้

1) *การวางตัวแบบเพื่อน* ลักษณะการวางตัวโดยภาพรวมเหมือนกับการวางตัวต่อเพศเดียวกันแบบเพื่อน แต่การวางตัวแบบเพื่อนกับเพศตรงข้ามจะมีความละเอียดอ่อนกว่าผู้ชายควรระวังปกป้องดูแลช่วยเหลือผู้หญิง ข้อสำคัญอย่าคิดไม่ดีกับเพื่อนในทางเพศ และไม่ควรล่วงเกินโดยการถูกเนื้อต้องตัว ไม่ว่าจะโดยเจตนาหรือไม่เจตนาก็ตาม การพูดจาก็ต้องระมัดระวังคำพูดที่หยาบคาย ทะเลาะ หรือพูดสองแง่สองง่าม ส่วนผู้หญิงก็ต้องระวังเพื่อนชายบางคนที่มีนิสัยเจ้าชู้ชอบล่วงเกินผู้หญิง แม้จะเป็นเพื่อนกันก็ไม่สมควร ในสมัยก่อนจะมีโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เป็นโรงเรียนชายล้วนหรือหญิงล้วนกันมาก อาจมีปัญหาการวางตัวต่อเพศตรงข้ามอยู่บ้าง สมัยต่อมาจนถึงปัจจุบันโรงเรียนชายล้วนก็เปิดรับผู้หญิงเข้าไปเรียน โรงเรียนหญิงล้วนก็เปิดรับผู้ชายเข้าไปเรียน จึงทำให้มีโรงเรียนประเภทสหศึกษามากขึ้น นักเรียนในโรงเรียนประเภทสหศึกษาจะมีการวางตัวต่อเพศตรงข้ามได้ดี แต่มีปัญหาที่ตามมาคือปัญหาชู้สาว ซึ่งในเรื่องนี้ทั้งพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ สังคม และตัวนักเรียนเองคงจะต้องช่วยกันแก้ปัญหาชู้สาวซึ่งนับวันจะมากขึ้น

2) *การวางตัวแบบพี่น้อง* ลักษณะการวางตัวโดยภาพรวมเหมือนกับการวางตัวต่อเพศเดียวกันแบบพี่น้อง แต่การวางตัวแบบพี่น้องกับเพศตรงข้ามจะมีความละเอียดอ่อนกว่าโดยเฉพาะผู้ชายต้องสุภาพ มีความเป็นสุภาพบุรุษวางตัวเป็นที่ที่ดี ไม่ควรล่วงเกินทางเพศกับน้องผู้หญิงก็ต้องสังเกตท่าทีของผู้ชายเหมือนกันว่าจะคบกันแบบพี่น้องจริงหรือไม่ สำหรับผู้หญิงที่เป็นพี่ควรช่วยเหลือดูแลน้องชายได้ น้องก็ควรดูแลพี่ด้วยเพราะเป็นพี่หญิง

3) *การวางตัวแบบแฟนหรือคนรัก* ก่อนจะมาเป็นแฟนหรือคู่รักกันก็อาจจะเริ่มจากการวางตัวแบบเพื่อน หรือแบบพี่น้องกันมาก่อน แล้วต่อ ๆ มากก็เปลี่ยนเป็นแบบแฟนหรือคู่รัก ซึ่งการคบกันแบบนี้จะต้องวางตัวต่อกันอย่างเหมาะสม อย่าคำนึงถึงเรื่องเพศมากนักไม่ควรล่วงเกินกันจนเกินเลย และไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กันในขณะที่ตนเองยังเรียนอยู่การคบกันควรให้พ่อแม่หรือผู้ปกครองรับรู้ เพราะเด็กวัยนี้ยังต้องมีผู้ปกครองอยู่ การเป็นแฟนกันของวัยรุ่นเป็นความต้องการทางเพศอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นเรื่องธรรมชาติของคนที่มีฮอร์โมนเพศหลั่งออกมาแล้ว แต่ความรู้สึกนึกคิดที่ดี การได้รับการอบรมสั่งสอนมาดี การอยู่ในครอบครัวที่อบอุ่นจะช่วยกล่อมเกลาคิดใจให้การคบกัน

เป็นไปอย่างเหมาะสมอยู่ในขอบเขต ไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมอันดีงามของ ไทยซึ่งถ้าเป็นเช่นนั้นก็ไม่เสียหายอะไร แต่ถ้าเกินเลยกว่านั้นถึงขั้นมีเพศสัมพันธ์อาจทำให้เกิดการ ตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ หรืออาจติดโรคทางเพศสัมพันธ์ก็ถือว่าเป็นเรื่องใหญ่ที่จะนำความเดือดร้อน มาสู่ตนเองและครอบครัว

4) การวางตัวในสถานะเป็นคู่ครองกัน การที่ชายและหญิงแต่งงานกันอยู่ ด้วยกันเป็นการเริ่มต้นของชีวิตคู่ที่จะต้องการปรับตัวเข้าหากันและวางตัวอย่างเหมาะสม ต้องใช้ ศิลปะการครองรักครองเรือน รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ช่วยเหลือเอื้ออาทรกันให้มาก ถนอมน้ำใจซึ่ง กันและกัน ต้องซื่อสัตย์ต่อกันในทุกเรื่องไม่ปิดบังกัน ช่วยกันแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น ช่วยกันวางแผน ครอบครัว วางแผนอนาคตของตนเองและครอบครัวของตนเอง มีปัญหาหนักนิดเบาหน่อยต้องให้เอื้อกัน แล้วจะทำให้ชีวิตคู่สมบูรณ์แบบอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข

อรพินท์ มณีวงศ์ (2549: 17) กล่าวว่า เมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่น ความสนใจและความ ต้องการตามระยะพัฒนาการที่สำคัญอย่างหนึ่งของวัยรุ่นนั้นคือ การคบเพื่อนต่างเพศ

ศรีเรื่อน แก้วกังวาน (2553: 340) กล่าวว่า สัมพันธภาพเด็กหญิงและ เด็กชายแปลกไปจากวัยเด็กตอนปลายความเจริญเติบโตของลักษณะพฤติกรรมทางเพศเป็นแรงกระตุ้น ให้เริ่มสนใจซึ่งกันและกัน มีความพอใจ อยากพบปะสังสรรค์ พูดคุย เริ่มให้ความสนใจบทบาททางเพศ ของตน การกระทำนี้จะไม่เป็นการลำบากมากหากมีตัวแบบบทบาททางเพศที่ประพจน์ให้เหมาะสม ตามเพศของตน

นารี จิตรรักษา (2549 :90) กล่าวว่า ความต้องการมีสัมพันธภาพกับ เพื่อนต่างเพศเป็นลักษณะธรรมชาติของวัยรุ่น และมักไม่ได้รับการสนับสนุนจากพ่อแม่ในสังคมไทย ดังนั้นวัยรุ่นจึงแสวงหาสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างเพศด้วยการเข้าร่วมกิจกรรมพิเศษของโรงเรียน ทำให้ มีโอกาสได้สร้างสัมพันธภาพระหว่างกัน เพื่อยืนยันว่าตนเองมีคุณค่า ลดความรู้สึกไม่มั่นคงและกังวล เกี่ยวกับตนเองและความเหงาทำให้วัยรุ่นต้องการเพื่อน โดยเฉพาะรายที่พ่อแม่ไม่มีเวลาให้

จากเอกสารดังกล่าว สรุปได้ว่า การคบเพื่อนต่างเพศ เป็นการตอบสนอง ทางสังคมของมนุษย์ในการแสวงหาความสุขทางร่างกายและจิตใจเมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่น เป็นการสร้างความเชื่อมั่นในคุณค่าแห่งตน และความมั่นใจให้กับตนเอง

3.3.6 สาเหตุที่ทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์

สาเหตุที่ทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ มีผู้อธิบายถึงไว้หลายท่าน ดังต่อไปนี้
 ฐิฐินันท์ วิชัยรัมย์ (2545: 21) ได้อธิบายว่าเนื่องจากสังคมไทยในปัจจุบัน การมีเพศสัมพันธ์ของคนไทย พบว่า อายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของคนไทยลดน้อยลงทุกที ซึ่งแสดงให้เห็นว่าในสังคมไทยยุคไอที ถ้าไม่มีการรณรงค์แก้ไขในเรื่องนี้แล้ว เด็กไทยอาจมี

เพศสัมพันธ์กันในขณะที่ยังเรียนอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นกันมากขึ้นหรือบางคนก็อาจตั้งแต่วัย
ปลายของการเรียนชั้นประถมศึกษา สาเหตุที่ทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

1) เกิดจากฝ่ายชายพยายามหาโอกาสที่จะมีเพศสัมพันธ์ด้วย เหตุการณ์นี้
มักเกิดขึ้นบ่อย เพราะเป็นธรรมชาติของผู้ชายที่คิดถึงเรื่องการมีเพศสัมพันธ์มากกว่าผู้หญิง ผู้หญิงนั้น
แค่เพียงได้อยู่ใกล้ได้พูดคุย ถูกเนื้อต้องตัวเล็กน้อยก็มีความสุขแล้ว เมื่อผู้ชายคิดไกลกว่าผู้หญิงและ
พยายามหาโอกาสด้วยแล้ว ฝ่ายหญิงคงไม่ปฏิเสธ

2) เกิดจากอารมณ์และบรรยากาศพาไป บางครั้งทั้งคู่ไม่ได้คิดถึงเรื่องของ
การมีเพศสัมพันธ์แต่บังเอิญอยู่กันสองต่อสอง อยู่ในที่ลับหูลับตา มีการสัมผัสร่างกาย กอด จูบ อาจ
พาไปถึงเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ในที่สุด ซึ่งลักษณะเช่นนี้นับว่าอันตรายมาก เพราะมักจะไม่ได้ใช้ถุงยาง
อนามัย เนื่องจากเป็นกรณีฉุกเฉินไม่ได้เตรียมการไว้ล่วงหน้า ซึ่งอาจเกิดการตั้งครรภ์ขึ้น หรือเกิด
โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ขึ้นได้

3) เกิดจากการถูกหลอกลวง ผู้หญิงมักจะเป็นฝ่ายถูกหลอก เช่น หลอกว่า
จะไปส่งที่บ้านหลอกว่าจะพาไปโน่นไปนี่ แล้วกลับพาไปที่อื่นที่สามารถไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้
บางครั้งอาจถูกเพื่อน ๆ ของผู้ชายอีกหลายคนมีเพศสัมพันธ์ด้วยก็ได้

4) เกิดจากความใจอ่อน ผู้ชายมักจะพูดหวานล่อมต่าง ๆ นานาที่จะขอมี
เพศสัมพันธ์ด้วยจนบางครั้งผู้หญิงเกิดใจอ่อนยอมเขาไปด้วยความเต็มใจหรือเพราะรักเขา ซึ่งมักพบว่า
ผู้ชายมักใช้กลเม็ดนี้กับแฟนสาวอยู่บ่อยครั้ง และมักจะได้ผลเสียด้วย เมื่อได้แล้วผู้ชายมักไม่รับผิดชอบ
ปล่อยให้ผู้หญิงเสียใจ และจะเรียกความบริสุทธิ์กลับคืนมาไม่ได้แล้ว

5) เกิดจากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ มักเกิดกับเด็กที่เพิ่งเริ่มเป็นสาวหรือเริ่ม
เข้าสู่วัยรุ่นเพราะวัยนี้จะเป็นวัยที่เชื่อง่ายจึงทำให้หลงเชื่อคำหวานการเอาใจของผู้ชายที่เป็นภัยต่อ
ผู้หญิง แล้วไม่นานเด็กสาวก็จะเสียทีและวัยนี้ยังไม่รู้จักการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์หรือ
ป้องกันตัวเองมิให้ตั้งครรภ์ มิให้ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์จึงมักจะเกิดการตั้งครรภ์ และติดโรคได้
ง่าย

6) เกิดจากถูกข่มขืน ผู้ที่ข่มขืนส่วนใหญ่มักจะเป็นคู่รักของตนเองเพราะ
เป็นคนทีไว้ใจและใกล้ชิด แต่หารู้ไม่ว่าคู่รักนั้นอาจเป็นอสรพิษที่จ้องจะฉกกัดเอาได้เพราะผู้หญิงมักจะ
ไม่ยอมเสียตัวง่าย ๆ ยิ่งถ้ายังไม่ถึงเวลาอันควรด้วยแล้ว ดังนั้น ผู้ชายอาจใช้วิธีหวานล่อม ล่อหลอก
เมื่อไม่ได้ผลอาจใช้กำลังบังคับ ข่มขืน ส่วนการถูกข่มขืนจากญาติพี่น้อง คนแปลกหน้านั้น มีบ้าง
เหมือนกันแต่รวมแล้วก็น้อยกว่าถูกคู่รักข่มขืน

7) เกิดจากการเสพยาเสพติดและสิ่งมึนเมา สิ่งเหล่านี้จะทำให้ขาดสติใจ
กล้าสารบางอย่างอาจมีผลกระตุ้นให้เกิดอารมณ์เพศได้ ซึ่งบางครั้งผู้ชายก็มีเจตนาข่มผู้หญิง คือให้
ดื่มของมึนเมาจนหมดสติ จากนั้นก็เข้าแผนของผู้ชาย

8) เกิดจากการไปเที่ยวสถานบันเทิงเรีงรมย์ แม้จะมีการเอาผิดกับสถานบริการที่ให้เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี เข้าไปใช้บริการก็ยังมีหลงหูหลงตาเจ้าหน้าที่ตำรวจอีกมาก การที่วัยรุ่นไปเที่ยวสถานบันเทิงที่เช่นนี้อาจสนุกสนานเพลิดเพลินจนเกินขอบเขต อาจเป็นเหยื่อของคนที่ชอบล่าเหยื่อของคนที่ชอบล่าเหยื่อตามสถานที่แบบนี้ ซึ่งเคยมีข่าวดังมาแล้วหลายรายที่ถูกมอมเหล้า ถูกชวนขึ้นรถถ้าไม่ไปด้วยก็ถูกอุ้มขึ้นรถ นับว่าเป็นภัยทางสังคมอย่างมาก

9) เกิดจากการไม่รักษานวลสงวนตัว การยอมให้ผู้ชายถูกเนื้อต้องตัวโดยผู้หญิงไม่ว่ากล่าวอะไร อาจทำให้ผู้ชายคิดว่าผู้หญิงชอบและไม่ปฏิเสธ จึงมีความกล้าที่จะล่วงเกินมากขึ้นเรื่อย ๆ ถ้าไม่ห้ามก็จะไปถึงการมีเพศสัมพันธ์

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ คือโอกาสที่จะได้อยู่ใกล้ชิดกัน ในบรรยากาศที่พาไปอยู่ด้วยกันสองต่อสอง หรือถูกหลอกลวงจนเกิดความใจอ่อน โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ รวมถึงการเสพสารเสพติด ดื่มสิ่งมีเมา เที่ยวสถานเรีงรมณ์ ไม่รักษานวลสงวนตัว จนถูกล่วงเกินได้ง่ายขึ้น

3.3.7 วิธีปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์

วิธีปฏิบัติเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ มีผู้อธิบายถึงไว้ ดังต่อไปนี้
กิตติ ปรมัตถผล และคณะ (2551: 42) กล่าวว่าวิธีการปฏิบัติเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ได้แก่

1) จะต้องไม่เปิดโอกาสให้อยู่ในสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้ เช่น อยู่ในที่ลับหลังตาคนสองต่อสอง ถูกสัมผัสโอบกอด จูบ ดูสื่อลามก เป็นต้น ผู้หญิงควรปฏิเสธเมื่อผู้ชายจะพาไปสู่สถานการณ์ดังกล่าว ผู้หญิงจะต้องศึกษาผู้ชายให้ดี จะต้องรู้เท่าทันเล่ห์เหลี่ยมผู้ชาย

2) หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่จะทำให้เกิดอารมณ์และบรรยากาศ ผู้หญิงต้องรู้จักคาดการณ์ล่วงหน้าว่าถ้าทำเช่นนี้หรือไปอยู่ในสถานการณ์เช่นนี้ อาจทำให้เกิดอารมณ์และบรรยากาศที่เหมาะสม ทำให้ตนเองเปลืองพลัง เสียทีได้

3) ไม่ไว้ใจคนมากนัก โดยเฉพาะคนที่ไม่เคยรู้จักหรือเพิ่งรู้จักกันแต่ถึงแม้เป็นคนรู้จักก็ต้องดูเจตนาให้ดีว่าเขาจะหลอกลวงเราหรือไม่ ดังนั้น ต้องไม่ไว้ใจไม่เชื่อคนง่าย

4) ต้องใจแข็ง ถึงแม้คนรักจะอดอดอ่อนสั๊กเพียงใดก็อย่าใจอ่อนถ้าเราห้ามเขาไม่เชื่อแสดงว่าเขาไม่รักเราจริง เขาอยากเซกซ์หรือเห็นเราเป็นของเล่นมากกว่า ขอให้เลิกคบไปเลย

5) ต้องรู้เท่าทัน เมื่อมีคนมาจีบ มาชอบ มาคบด้วย ผู้ที่เพิ่งย่างเข้าสู่วัยรุ่นหรือวัยรุ่นอาจไม่รู้เท่าทันเขา วันหนึ่งอาจเสียทีเขาได้เรื่องนี้ควรปรึกษา พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูอาจารย์

เพราะบุคคลเหล่านี้ผ่านโลกมามาก มองเรื่องเช่นนี้ออก ท่านสามารถให้คำแนะนำที่มีค่าแก่วัยรุ่นได้ ไม่ควรคิดว่า “ผิดเป็นครู” แต่ควรที่จะ “หาครูก่อนที่ผิด” จะดีกว่า

6) *ระวังเรื่องการถูกข่มขืน* กับคูรักรก็ต้องระวัง กับคนอื่น ๆ ที่เป็นผู้ชายก็ต้องระวัง อย่าแต่งตัวยัวกิเลสหรือไปไหนมาไหนคนเดียวในที่เปลี่ยว เพราะอาจตกเป็นเหยื่อพวก อมนุษย์ได้

7) *ไม่เสพสารเสพติดและสิ่งมีนเมา* นอกจากจะไม่ดีมีโทษแล้วสิ่งเหล่านี้ยังอาจนำพาเราไปสู่การถูกข่มขืนหรือการมีเพศสัมพันธ์ได้ เพราะทำให้ขาดสติ และเคลิบเคลิ้มไปกับฝันร้ายที่เข้ามาเยือน

8) *หลีกเลี่ยงการไปเที่ยวสถานบันเทิงเรีงรมย์* เพราะสถานที่เหล่านี้จะเล็กตึกและมีอันตรายมากมายทั้งบุคคลและสิ่งเสพติดการไม่ไปเที่ยว จึงเป็นการตัดตอนจากภัยทางเพศได้เป็นอย่างดี

9) *การรักษานวลสงวนตัว* นอกจากจะเป็นคุณสมบัติของกุลสตรีแล้วยังเป็นการคุ้มกันตนเองให้ปลอดภัยจากการมีเพศสัมพันธ์ได้เป็นอย่างดี

พวงพรรณ พรหมวงศ์ (2547: 16) กล่าวว่า เราควรระมัดระวังตนเองอยู่เสมอ และรู้จักป้องกันตนเองโดยการปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงอันตราย ดังนี้

1) *อย่าอยู่ตามลำพังกับคนแปลกหน้า หรือคนที่ไม่น่าไว้วางใจตามลำพัง*
2) *อย่าไปเล่นในที่เปลี่ยวตามลำพัง แต่ควรไปกับพ่อแม่ ครูหรือผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้*

3) *อย่ารับสิ่งของ อาหาร หรือน้ำดื่มจากคนแปลกหน้า*
4) *อย่าหลงเชื่อคำชักจูงของคนแปลกหน้า หรือคนที่ไม่น่าไว้วางใจ ให้กระทำในสิ่งที่ไม่เหมาะสม*

5) *ถ้ามีสิ่งผิดปกติใด ๆ ต้องรีบบอกพ่อแม่ ครู หรือผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้โดยเร็วที่สุด*

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่า วิธีปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ คือ ไม่เปิดโอกาสให้เพศชายถูกเนื้อต้องตัว หลีกเลี่ยงการอยู่สองต่อสอง ต้องใจแข็งและอย่าไว้วางใจใครมากนัก รู้จักการวางตัวต่อเพศตรงข้ามและเพศเดียวกัน หลีกเลี่ยงสารเสพติด สิ่งมีนเมา ไม่เที่ยวในสถานเรีงรมณ์ และรู้จักรักษานวลสงวนตัว

3.3.8 วิธีป้องกันตนจากสถานการณ์เปลี่ยงปล้ำ หรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

วิธีป้องกันตนจากสถานการณ์เปลี่ยงปล้ำ หรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ สถานการณ์มีมากมายหลายสถานการณ์ จะขอยกมาเป็นเพียงบางตัวอย่างดังนี้

1) การอยู่ในที่ลับหูลับตาสองต่อสอง ที่ลับหูลับตา หมายถึง สถานที่ที่พูดคุยกันแล้วไม่มีผู้ใดได้ยิน สถานที่ที่คนมองไม่เห็น สถานที่เช่นนี้ ได้แก่ ในบ้านที่ไม่มีคนอื่นอยู่ในห้องเช่า แพลต ห้องพัก อพาร์ทเมนต์ คอนโดมิเนียม โรงแรม ซึ่งเป็นห้องเฉพาะดังนั้นจึงควรป้องกันตนไว้ก่อนดีกว่าไปแก้ไขทีหลัง โดยหลีกเลี่ยงการอยู่ในที่ลับหูลับตาสองต่อสอง แพนจะชักชวนอย่างไรก็อย่าไป

2) การดูสื่อลามกในที่ลับหูลับตาสองต่อสอง การทำเช่นนี้จะเป็นการกระตุ้นและเร่งให้ไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่เร็วขึ้น ถึงแม้จะดูสื่อลามกกันหลาย ๆ คนก็ไม่ควรกระทำ เพราะถ้าผู้หญิงหมกมุ่นดูสื่อเหล่านี้แล้วสังขมรับไม่ได้ จะพิพากษาว่าเป็นผู้หญิงไม่ดี ชอบในเรื่องเพศ หรืออาจถึงขั้นกล่าวหาว่ามักมากในกาม

3) การเสพยาเสพติดหรือสิ่งมึนเมา ถึงแม้จะเป็นสถานที่ที่มีงานเลี้ยงมีผู้คนมากมายแต่ถ้ามีเมามาและขาดสติก็อาจจะถูกผู้ที่หวังดีแต่ประสงค์ร้ายได้โอกาสฉกฉวยพาไปส่งแต่พาไปแหวะที่อื่นเสียก่อนแล้วจึงไปส่งบ้าน หรือนำไปปล่อยลงข้างทางให้หาทางกลับบ้านเองก็ได้

4) การถูกสัมผัส โอบกอด จูบ และกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ ถ้าเป็นในที่ลับหูลับตาก็จะสะดวกต่อการมีเพศสัมพันธ์ แต่ถึงแม้สถานที่ที่ถูกสัมผัส กอดจูบนั้นจะยังทำอะไรไม่ได้มากนักก็อาจพากันไปหาสถานที่ที่สามารถไปมีเพศสัมพันธ์กันได้ เพราะฝ่ายหญิงยอมให้ทำเช่นนั้นก็ถือว่าพอใจให้เกือบหมดแล้ว

5) การถูกจับหรือบังคับเพื่อพาไปข่มขืน เช่น การถูกจีในที่เปลี่ยวการถูกอุ้มขึ้นรถยนต์ เป็นต้น เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เช่นนี้ คงยากที่จะเอาตัวรอด ดังนั้น จึงต้องรู้จักระมัดระวังอย่าไปอยู่ในที่ที่อาจถูกจับหรือถูกบังคับเพื่อพาไปข่มขืนได้ เช่น ที่เปลี่ยว เวลาดึกหรือเข้ามืด สถานที่มีคนเมา สถานที่ที่มีการจิกกันบ่อย

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่าวิธีป้องกันตนจากสถานการณ์เปลี่ยงพล้ำ หรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ คือ ไม่อยู่ในที่ลับหูลับตาคน ไม่ควรดูสื่อลามก เพราะเป็นการเร่งไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น หลีกเลี่ยงเสพยาเสพติดหรือสิ่งของมึนเมาที่ทำให้ขาดสติ จนทำให้เกิดการถูกสัมผัส โอบกอด และกระตุ้นทางเพศได้ง่าย และอาจจะถูกจับและข่มขืนได้

3.3.9 การพูดปฏิเสธ

การพูดปฏิเสธ มีผู้กล่าวอธิบายไว้ดังต่อไปนี้

พวงพรรณ พรหมวงศ์ (2547: 16) กล่าวว่าในบางครั้งคนเราต้องรู้จักการปฏิเสธในสิ่งที่ไม่สมควร ดังนี้

การปฏิเสธในสถานการณ์ต่าง ๆ สถานการณ์บางสถานการณ์ก่อให้เกิดอันตรายจากการถูกล่อลวง หรือ การถูกทำร้ายร่างกาย การถูกถูกล่วงละเมิดทางเพศจากคนอื่น จึงเป็นสิ่งสำคัญที่เราจะต้องรู้จักการปฏิเสธเพื่อความปลอดภัยของตนเอง เช่น

- 1) เมื่อเกิดเหตุการณ์มีคนอื่นชนขึ้นรถ ให้หาทางปฏิเสธ อย่าขึ้นรถไปกับคนแปลกหน้าเป็นอันขาดและอย่าหลงเชื่อในสิ่งที่เขาพูด
- 2) เมื่อเราอยู่บ้านคนเดียว โดยไม่มีผู้ใหญ่อยู่บ้าน ถ้ามีคนมาเคาะประตูอย่าเปิดให้เข้าเป็นอันขาด
- 3) เมื่อคนแปลกหน้าให้ของกินหรือขนม เราไม่ควรรับและหาทางปฏิเสธอย่างสุภาพ
- 4) ถ้ามีคนอื่นชนเข้าบ้านหรือเข้าไปในห้องตามลำพัง เราไม่ควรเข้าไปโดยที่ไม่มีพ่อแม่ของเราเข้าไปด้วย ควรหาทางปฏิเสธและรีบเดินหนี

3.3.10 การพูดปฏิเสธ

การพูดปฏิเสธ มีผู้กล่าวอธิบายไว้ดังต่อไปนี้

พวงพรรณ พรหมวงศ์ (2547: 17)กล่าวว่า เมื่อเราถูกลวงเงินทางเพศ เช่น มีคนถอดเสื้อผ้าและจับต้องตัวเรา จับต้องอวัยวะเพศของเรา และในบางครั้งเราอาจโดนข่มขู่ไม่ให้บอกใคร เป็นต้น เราควรปฏิบัติดังนี้

- 1) บอกพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่เราอาศัยอยู่ด้วย
- 2) บอกครูที่โรงเรียนของเรา
- 3) โทรศัพท์แจ้งไปยังหน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือ

การขอความช่วยเหลือจากบุคคลใกล้ชิด เราต้องบอกรายละเอียดทั้งหมด ดังนี้ เกิดอะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร เกิดขึ้นที่ไหน เกิดกับใคร เกิดขึ้นเมื่อไร การแจ้งรายละเอียดที่เกี่ยวข้องให้บุคคลใกล้ชิดทราบทั้งหมด จะทำให้หาวิธีช่วยเหลือได้อย่างถูกต้อง

3.3.11 แหล่งขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปัญหาทางเพศ

องค์กรที่ทำงานด้านเด็ก มีดังนี้

- 1) มูลนิธิ ปวีณา หงสกุล เพื่อเด็กและสตรี มูลนิธิที่ให้การช่วยเหลือแก่เด็กและสตรีที่ถูกทารุณกรรม พร้อมทั้งรับแจ้งเบาะแสการทำทารุณกรรมเด็กและสตรี
- 2) มูลนิธิคุ้มครองเด็ก มูลนิธิที่ให้ความช่วยเหลือเด็กซึ่งถูกบิดา มารดา หรือผู้ปกครองละเมิดสิทธิโดยผิดกฎหมาย
- 3) มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก ให้ข้อมูลเกี่ยวกับองค์กรและโครงการต่าง ๆ ขององค์กร รวมทั้งข้อมูลการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการละเมิดสิทธิ

3.3.12 พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ คือ เป็นการตั้งครรภ์ที่ไม่ต้องการให้เกิดขึ้น แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้วผู้ที่ลำบากใจจะตกอยู่กับฝ่ายหญิงเป็นส่วนใหญ่เพราะเป็นคนอุ้มท้อง การตั้งครรภ์

แบบนี้เกิดได้ทั้งผู้ที่ยังไม่แต่งงานแต่ไปมีเพศสัมพันธ์หรือผู้ที่แต่งงานแล้วแต่ไม่ได้คุมกำเนิด จึงมีผู้กล่าวถึงดังต่อไปนี้

พรพิมล ไวทยาการ (2548: 147) กล่าวว่า การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นอันตรายอย่างยิ่งกับเด็กในครรภ์โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเด็กอายุน้อย ๆ ตั้งแต่อายุ 13 - 16 ปี เพราะความเจริญเติบโตของร่างกายวัยรุ่นยังไม่เต็มที่ ความยืดหยุ่นของเนื้อเยื่อต่าง ๆ ยังไม่สมบูรณ์ ทารกที่เกิดจากแม่อายุน้อยจะมีโอกาสตายในขณะที่ยังเป็นทารก และจะเกิดโรคแทรกซ้อนได้ง่าย เพราะแม่ดูแลตัวเองไม่เป็น มีสุขอนามัยบกพร่อง มีโอกาสคลอดก่อนกำหนด และบาดเจ็บทางสมอง สูงผลที่ตามมาคือมีเขาวนปัญญาต่างต่ำตกเป็นภาระของสังคมต่อไปผลจากการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจยังมีผลกระทบต่อสภาพทางเศรษฐกิจและสังคมเพราะแม้ว่าในปัจจุบันจะมีกฎหมายห้ามไล่นักเรียนที่ตั้งครรภ์ออกจากโรงเรียนแต่เด็กก็ต้องลาออกเองและส่วนมากจะไม่กลับไปเรียนต่ออีก ไม่สามารถประกอบอาชีพที่เป็นหลักฐานได้ ขาดคนช่วยเหลือทั้งด้านกำลังใจและกำลังเงิน วัยรุ่นบางคนอาจตัดสินใจเข้าสู่พิธีวิวาห์อย่างรวดเร็วเพราะเกิดการตั้งครรภ์แต่การแต่งงานทำนองนี้มักจบลงด้วยการหย่าร้างในเวลาไม่นาน วัยรุ่นชายส่วนใหญ่คิดว่า การตั้งครรภ์สามารถป้องกันได้และหากตั้งครรภ์ขึ้นมาจะเป็นความผิดของฝ่ายหญิงและสิ่งที่ร้ายแรงที่สุดคือเกือบทั้งหมดของเด็กหนุ่มวัยรุ่นที่ทำให้เด็กสาวท้องต่างก็ทอดทิ้งฝ่ายหญิงทั้งสิ้น ปัญหาที่เกิดตามมาคือการเพิ่มจำนวนทารกถูกทิ้งในโรงพยาบาล สถานสงเคราะห์และมูลนิธิต่าง ๆ ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอาจมีสาเหตุมาจากปัจจัย ดังนี้

- 1) วัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่ในกลุ่มที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เช่น มีการไปมาหาสู่กับเพื่อนต่างเพศอย่างใกล้ชิดถึงที่พัก การไปเที่ยวในสถานเริงรมย์
- 2) การอยากรู้อยากเห็นอยากทดลอง เมื่อใกล้ชิดกันทำให้เกิดอารมณ์ทางเพศ ซึ่งหากไม่มีการยับยั้งชั่งใจจะทำให้วัยรุ่นตัดสินใจมีพฤติกรรมทางเพศโดยไม่ได้คิดถึงผลที่ตามมา
- 3) การเสเพลสังสรรค์และการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ทำให้เกิดความเมามัวขาดสติ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย
- 4) เนื่องจากการแพร่ระบาดของโรคเอดส์ พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นชายจึงเปลี่ยนไปมีเพศสัมพันธ์กับคูรักรัก เพื่อนหญิง คนรู้จัก แทนการมีเพศสัมพันธ์กับหญิงบริการ
- 5) การรับรู้ ค่านิยม เจตคติ และแนวคิดของวัยรุ่นในเรื่องเพศเปลี่ยนไป โดยเห็นว่า การมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องปกติ มีการให้ความสำคัญของการครองตัวเป็นหญิงบริสุทธิ์น้อยลง

แม้วัยรุ่นมักมีลูกที่ไม่ค่อยสมบูรณ์ เช่น การคลอดก่อนกำหนด ความบกพร่องของระบบประสาท ขี้โรค จนอาจตายตั้งแต่เด็ก ๆ แม้วัยรุ่นเองอาจมีปัญหาในการตั้งครรภ์อีก

ด้วย เช่น ท้องนอกมดลูก คลอดยาก ตกเลือด ฯลฯ และเมื่อคลอดลูกออกมาแล้วยังมีปัญหาการเลี้ยงดูบุตรติดตามมาอีก

การศึกษาในสหรัฐอเมริการายงานว่าเด็กวัยรุ่นที่มีกตั้งครรภ์ก่อนแต่งงาน เมื่อมีบุตรแล้วจึงแต่งงานหรือจดทะเบียนสมรส จะมีความเสี่ยงต่อการเลิกร้างกันสูงกว่าคู่สมรสที่ไม่ใช่วัยรุ่น เพราะมักมีปัญหาทางด้านการเรียน การทำหน้าที่สามี - ภรรยา บิดา - มารดา ความมั่นคงทางการเงินและอาชีพ การศึกษาต่อ รวมทั้งการปรับตัวต่อปัญหาวัยรุ่น ร่วมกับปัญหาการมีบุตรนอกสมรส กอร์มลีและบรอดซินสไกย์ (Gormly & Brodzinsky 1989: 305)

จากการศึกษาเอกสาร พอจะสรุปได้ว่าพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ เกิดจากความอยากรู้้อยากลอง เทียวในสถานเริงรมณ์ เสพสิ่งเสพติดและดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้แนวคิดของวัยรุ่นเรื่องเพศเปลี่ยนไป โดยเห็นว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องปกติ ไม่ให้ความสำคัญกับการรักษานวลสงวนตัว จนเกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ตามมา

3.3.13 พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

ศรีเรือน แก้วกังวาน (2553: 341) การศึกษาในต่างประเทศเกี่ยวกับการที่เด็กวัยรุ่นตั้งท้อง พบว่ามีจำนวนสูงเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะในสังคมอุตสาหกรรม กอร์มลีและบรอดซินสไกย์ (Gormly และ Brodzinsky 1989: 305) ได้กล่าวว่าอัตราที่เพิ่มมากขึ้นนี้ปรากฏในสังคมอื่น ๆ ทั่วโลก และยังปรากฏว่า เด็ก สาว ๆ ที่ตั้งท้องนี้ส่วนหนึ่งทำแท้งอีกส่วนหนึ่งก็ปล่อยให้เด็กเกิดและยังได้รายงานความแปลกอีกว่าเด็กวัยรุ่นที่ตั้งท้องครั้งแรกแล้วมักตั้งท้องอีกใน 3 ปี ให้หลัง ส่วนใหญ่เกิดจากพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ดังต่อไปนี้

1) การยอมอยู่ในสถานการณ์ที่เปลี่ยงปล้ำหรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

การกระทำเช่นนี้นับว่าเสี่ยงมาก เป็นการสนับสนุนให้ผู้ชายสามารถมีเพศสัมพันธ์กับผู้หญิงได้ง่ายขึ้น การยอมให้ผู้ชายมีเพศสัมพันธ์ด้วยโดยไม่มีกำบังกันการตั้งครรภ์ นับว่าเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์มาก เพราะการมีเพศสัมพันธ์แต่ละครั้งมีโอกาสที่จะทำให้เกิดการตั้งครรภ์สูง บางคนครั้งเดียวก็ตั้งครรภ์แล้ว การป้องกันอาจทำได้โดยการใช้ถุงยางอนามัย ซึ่งมีทั้งของผู้ชายและของผู้หญิง การรับประทานยาหลังมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

2) การยอมให้ผู้ชายล้วงล้ำเฉพาะภายนอกเท่านั้น การยอมเช่นนี้ก็

เสมือนยอมไปเกินครึ่งแล้ว และสักวันหนึ่งก็ต้องถึงกับยอมเต็ม ๆ คือยอมให้เขามีเพศสัมพันธ์ด้วยการเป็นคนเจ้าชู้ คบผู้ชายมากหน้าหลายตา คนที่มีคนรักหลาย ๆ คน อาจมีครั้งละหลาย ๆ คน หรือมีแล้วเลิก ก็มีโอกาสรู้เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์มาก เพราะจะมีเพศสัมพันธ์กับผู้ชายบ่อยหรือหลายครั้ง หลายคนโอกาสพลาดมี เป็นสิ่งที่ไม่ดีและไม่ควรกระทำ

3) การรักจนหลงลืมหุ้ลมิตาไม่ขึ้น เมื่อรักเขามากถ้าเขาอยากได้อะไร

แม้แต่ความสาวความบริสุทธิ์ของตนเอง ก็อาจจะให้เขาได้เพราะรักเขา มีผู้หญิงหลายรายที่มีความรัก

จนหลงผู้ชายจึงเป็นโอกาสของผู้ชายที่จะจับจองเป็นเจ้าของด้วยการมีเพศสัมพันธ์ด้วย ซึ่งอาจจะมีการบ่อยครั้งบางครั้งไม่ได้เตรียมตัว ไม่ได้ใส่ถุงยางอนามัยจึงมีความเสี่ยงที่จะตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์มาก (กิตติ ปรมัตถผล และคณะ 2551: 90)

3.3.14 ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

การตั้งครรภ์นั้นเป็นเรื่องที่จะก่อให้เกิดขึ้นได้ไม่ยาก การที่ผู้ชายมีการหลั่งน้ำอสุจิแล้วตัวอสุจิเข้าไปผสมกับไข่ของผู้หญิงก็เกิดการปฏิสนธิขึ้นแล้ว ชีวิตใหม่ได้กำเนิดขึ้นแล้ว จะเจริญเติบโตอยู่ในครรภ์มารดาต่อไป แต่เมื่อเป็นการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์พ่อแม่ยังไม่พร้อมที่จะรับผิดชอบบุตรจึงก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา ดังนี้

- 1) *มีการทำแท้ง* เมื่อไม่ต้องการให้บุตรที่อยู่ในครรภ์มีชีวิตอยู่ต่อไปจึงต้องมีการทำลายด้วยการฆ่าให้ตายด้วยการทำแท้ง ซึ่งอาจเป็นแพทย์หรือหมอเถื่อนในทางพุทธศาสนาถือว่าเป็นบาปมหันต์ เพราะเป็นการฆ่ามนุษย์ ซึ่งฝ่ายชายที่ทำให้เกิดการตั้งครรภ์แล้วไม่รับผิดชอบก็ต้องมีส่วนผิดใช้กรรมที่ก่อนี้ด้วย การทำแท้งอาจเป็นอันตรายถึงขั้นเสียชีวิต อาจมีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ในครั้งต่อ ๆ ไป ถ้าต้องการมีบุตร มีสติดีอย่างไม่เป็นทางการพบว่าในปี ๆ หนึ่งมีสาวใจแตกและผู้ที่มีสามีแต่ไม่พร้อมมีบุตรไปทำแท้งกันนับเป็น แสน ๆ คน
- 2) *มีการนำเด็กไปทิ้ง* ถ้าไม่ทำแท้งเสียก่อนเมื่อคลอดลูกออกมาก็อาจนำไปทิ้ง บางรายนำไปทิ้งตั้งแต่แรกเกิด บางรายก็เกิดได้หลายวันหรือเป็นเดือนแล้วจึงนำไปทิ้ง บางรายนำเด็กไปจ้างเลี้ยงแล้วก็ทิ้งให้คนเลี้ยงไว้เลยก็มี เมื่อก่อนมีการหนีไปจากโรงพยาบาลโดยการทิ้งเด็กไว้ที่โรงพยาบาล แต่ปัจจุบันนี้โรงพยาบาลมีระบบการดูแลดีขึ้นรัดกุมขึ้น จึงทำให้แม่ทิ้งลูกไว้ที่โรงพยาบาลไม่ได้อีกแล้วจึงต้องนำไปทิ้งที่อื่น ที่เป็นเช่นนี้เพราะเขาไม่พร้อมที่จะรับผิดชอบและฝ่ายชายก็ไม่รับผิดชอบจึงต้องแสดงบทบาท “แม่ใจยักษ์” เช่นนี้ เด็กบางรายอาจเสียชีวิตเพราะถูกทอดทิ้งไว้นานก็เหมือนกับการฆ่ามนุษย์ 1 คน เหมือนกัน
- 3) *เด็กอาจเป็นลูกกำพร้า* การมีบุตรตั้งแต่วัยรุ่น ผู้ชายส่วนใหญ่ มักไม่รับผิดชอบอาจหลบหนี หรือพ่อแม่อาจจ่ายเงินเป็นค่าทำขวัญแล้วเรื่องก็จบ แต่ผู้หญิงซึ่งเป็นฝ่ายอุ้มท้องหนีไม่ได้จึงต้องสู้ทนเลี้ยงดูบุตรที่เกิดมาก เมื่อไม่มีพ่ออยู่ด้วยก็ถือว่าเป็นลูกกำพร้า ซึ่งทำให้เด็กคนนั้นมีปมด้อย
- 4) *การเลี้ยงดูจะไม่สมบูรณ์* เมื่อวัยรุ่นมีลูกในวัยนี้ ซึ่งมีความรับผิดชอบต่ำ รายได้ก็ไม่มีหรือถ้ามีก็ไม่มาก และต้องเลี้ยงเด็ก 1 คน ถือว่าเป็นเรื่องใหญ่และหนักหนาสำหรับวัยรุ่นที่มีบุตร ดังนั้น การเลี้ยงดูเป็นไปแบบตามมีตามเกิดไม่สมบูรณ์เท่าที่ควร เมื่อเด็กโตขึ้นอาจได้รับการศึกษาน้อยเพราะเกิดมาท่ามกลางความไม่พร้อม

5) ต้องเป็นภาระเลี้ยงดูของพ่อแม่ มีบางรายที่คลอดบุตรแล้วกลับมาเรียนอีก หรือถึงไม่เรียนก็เลี้ยงลูกไม่ค่อยเป็นจึงเป็นภาระของพ่อแม่จะต้องเลี้ยงดู นับว่าสร้างปัญหาให้แก่ครอบครัวมีใช้น้อย

6) ทำให้เสียอนาคต โดยเฉพาะฝ่ายหญิงเพราะส่วนใหญ่ถ้ามีบุตรแล้วมักไม่ได้เรียนต่อต้องปิดฉากทางการศึกษาในระบบลงก่อนอนาคตที่จะมีงานที่ดี ๆ ทำก็มลายหายไป

7) อาจคิดนั้นตัดช่องน้อยแต่พอตัว นั่นคือการตัดสินใจหนีปัญหาทั้งปวงด้วยการฆ่าตัวตายเพราะคิดว่าเมื่อละโลกนี้ไปแล้วปัญหาต่าง ๆ ก็จบสิ้นหรือตนเองก็ไม่ต้องรับรู้ปัญหาใด ๆ นับว่าเป็นเรื่องเศร้ามาก (กิตติ ปรมัตถผล และคณะ 2551: 89)

จากการศึกษาเอกสาร พอจะสรุปได้ว่า ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ การตั้งครรภ์ขึ้นมาอาจจะด้วยความตั้งใจไม่ตั้งใจหรืออารมณ์พาไปก็ตามที่เป็นเรื่องเพียงชั่วคราวก็ตั้งครรภ์ได้แล้ว แต่ผลต่าง ๆ ที่ตามมามีมากมายมหาศาล ถ้าวัยรุ่นได้คิดพิจารณาเรื่องที่กล่าวมาแล้วนี้ให้ดี ย่อมจะทำให้วัยรุ่นได้ยับยั้งชั่งใจไม่ปล่อยตัวปล่อยใจให้เป็นทาสของกามารมณ์ เกิดความกลัวที่จะมีเพศสัมพันธ์หรือถ้าจะมีก็ต้องมีการป้องกันที่ดีที่สุด คือ สวมถุงยางอนามัย แล้วจะปลอดภัยจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

3.3.15 การหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

การหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ มีผู้อธิบายไว้ ดังต่อไปนี้

อนรรฆนงค์ เรียบร้อยเจริญ (2550: 81) กล่าวว่า พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงถึงการต้านทานหรือการคุ้มครองจากการถูกบุคคลอื่นแสดงกิริยาหรือวาทะที่สื่อถึงเจตนาในการล่วงเกินทางเพศ ซึ่งกระทำได้ทั้งทางวาจา กิริยาท่าทาง สัญลักษณ์ และการแสดงออก คือ

1) ไม่ยอมอยู่ในสถานการณ์ที่เปลื้องผ้าหรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อได้ทราบถึงสถานการณ์ที่เปลื้องผ้าหรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์แล้วมาแล้ว ควรวิเคราะห์และใช้วิจารณญาณว่าเมื่อแฟนหรือเพื่อนชวนไป ณ สถานที่เหล่านั้น ควรจะไปหรือปฏิเสธ ไม่ควรเกรงใจที่จะปฏิเสธเพราะมันเป็นเรื่องเกี่ยวกับความปลอดภัยของตัวเราเอง

2) ไม่ยอมเปิดโอกาสให้ผู้ชาย การเปิดโอกาสให้ผู้ชายได้ถูกเนื้อต้องตัวหรือล่วงเกินทางเพศ อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้ ดังนั้น จึงควรตัดไฟเสียแต่ต้นลม คือ ไม่ยอมเปิดโอกาสให้ผู้ชายได้กระทำการล่วงเกินทางเพศต่อตนเอง ต้องแสดงที่ท่าว่าไม่ชอบให้ผู้ชายล่วงเกิน อาจถึงขั้นต่อว่าแล้วผู้ชายจะไม่กล้า

3) *ไม่ควรทำตนเป็นคนเจ้าชู้หรือชอบผู้ชาย* การทำตนเช่นนี้จะทำให้ค่าแห่งความเป็นหญิงสาวลดลงอย่างมาก ผู้ชายจะเห็นว่าเป็นคนไม่มีค่าสำหรับเขาอาจคิดว่าเป็นแค่เพียงทางผ่านหรือดอกไม้ริมทางที่ผู้ชายจะได้มาเซยชมเมื่อใดก็ได้

4) *จะต้องรักอย่างมีสติอย่าตกหลุมรัก* คนเราเดินตกหลุม ตกท่อ อาจได้รับบาดเจ็บแต่ถ้าตกหลุมรักอาจเจ็บทั้งกายและใจ เพราะเมื่อรักมากก็จะตามใจยอมเสียตัวให้แก่ผู้ชายง่าย ๆ สิ่งใดที่ได้มาง่ายก็มักจะถูกทิ้งง่าย การที่ผู้หญิงเสียตัวให้ผู้ชายนั้นมีใช้จะเป็นการผูกมัดผู้ชายได้ แต่กลับเป็นการทำให้ผู้ชายได้เปรียบ ผู้หญิงต้องคอยงอนง้อและต้องตกเป็นเบี้ยล่าง เพราะเสียตัวไปแล้วไม่มีอะไรเป็นหลักประกัน เขาอาจจะสลับเราทิ้งไปเมื่อใดก็ได้ถ้าเขารู้สึกเบื่อ หรือพบของเล่นชิ้นใหม่ ดังนั้น ในการรักกันนั้นจะต้องใช้สติปัญญาคอยควบคุมไว้ด้วย

5) *ไม่ยอมให้ผู้ชายมีเพศสัมพันธ์ด้วย* แต่ถ้าต้องยอมก็อย่ายอมให้มีเพศสัมพันธ์โดยปราศจากการป้องกันหรือไม่สวมถุงยางอนามัย เพราะถ้าปล่อยให้ตัวสุจิเข้าไปในช่องคลอดได้ตัวสุจิก็คงจะเข้าไปผสมกับไข่แล้วทำให้เกิดการตั้งครรภ์ขึ้น แล้วปัญหาต่าง ๆ ก็จะมาจากการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนมีหลายประการวัยรุ่นหญิงจึงควรที่จะต้องปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ด้วยการดูที่สาเหตุแล้วหลีกเลี่ยงจากสาเหตุนั้น ๆ ไปตามสาเหตุแต่ละข้อผู้หญิงจะต้องรู้จักป้องกันตนจากสถานการณ์ที่เปลี่ยงพล้ำหรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์นอกจากนี้แล้วจะต้องรู้ถึงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ และผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ เพื่อที่จะได้เกิดความตระหนักและรู้ถึงผลร้ายที่จะเกิดจากการมีเพศสัมพันธ์หรือสนุกเพียงชั่วครู่ช่วยยาม แล้วต้องทนทุกข์อีกนานอันจะทำให้เขาได้มีการหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.4.1 งานวิจัยในประเทศ

รัตนากาล คำสอน (2550: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการประยุกต์เทคนิคการตอบสนองเชิงสุ่มสำหรับการศึกษาพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนประจำจังหวัดอุดรดิตรดิตร ปีการศึกษา 2549 จากการศึกษาพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนประจำจังหวัดอุดรดิตรดิตรมีพฤติกรรมเชิงปกปิดในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา ในเรื่องการดูสื่อลามก ร้อยละ 88.52 แต่ไม่พบพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม การขายบริการทางเพศ และการอยู่กินฉันทามิ-ภรรยากับคู่รัก เมื่อพิจารณาประเด็นที่ถามเฉพาะนักเรียนหญิงและนักเรียนชาย พบว่าในกลุ่มนักเรียนหญิงไม่มีพฤติกรรมการทำแท้ง และการถูกลวนลามทางเพศ ในกลุ่มของนักเรียนชายไม่พบพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์กับหญิงขายบริการ นอกจากนี้นักเรียนไม่คิดว่าการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานและการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นเรื่องปกติ

อรพิน มณีวงศ์ (2549: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนมัธยมศึกษา ได้แก่ ปัจจัยนำ ได้แก่ อายุ สภาพการอยู่อาศัย และทัศนคติเกี่ยวกับเรื่องเพศสัมพันธ์ปัจจัยเอื้อได้แก่ความพอเพียงของรายรับ การเข้าถึงสื่อปลุกเร้าอารมณ์ทางเพศและการมีสถานที่ลับตาในการพบปะสังสรรค์และปัจจัยเสริม ได้แก่ อิทธิพลของเพื่อน การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว การได้รับสื่อปลุกเร้าอารมณ์ทางเพศและการดื่มแอลกอฮอล์ ส่วนปัจจัยอื่นๆ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทางเพศของนักเรียน ซึ่งได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา ประเภทของรายรับ ฐานะเศรษฐกิจของครอบครัว สถานภาพสมรสของบิดามารดา การรับรู้ความเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ และการรับรู้บทลงโทษของโรงเรียนเรื่องชู้สาว

วรรณศิริ ปิ่นทอง (2549: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องความสามารถในการพยากรณ์ของการอบรมเลี้ยงดูการสนับสนุนทางสังคมจากกลุ่มเพื่อนการรับข้อมูลทางเพศผ่านสื่อและการควบคุมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นพบว่าผลการวิจัยมีดังนี้

1) การสนับสนุนทางสังคมจากกลุ่มเพื่อน การรับข้อมูลทางเพศผ่านสื่อ การควบคุมตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมทางเพศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการอบรมเลี้ยงดูไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทางเพศ

2) การอบรมเลี้ยงดูการรับข้อมูลทางเพศผ่านสื่อ การควบคุมตนเองสามารถร่วมกันพยากรณ์พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 43.2 ส่วนการสนับสนุนทางสังคมจากกลุ่มเพื่อนไม่สามารถร่วมพยากรณ์พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล การรับข้อมูลทางเพศผ่านสื่อ และการควบคุมตนเองสามารถร่วมกันพยากรณ์ พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 43.1 ส่วนรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน และการสนับสนุน ทางสังคมจากกลุ่มเพื่อนไม่สามารถร่วมพยากรณ์พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น

วิไล คุณคำ (2553: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า 1) พฤติกรรมทางเพศของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดอุบลราชธานี โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ 2) นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดอุบลราชธานี มีปัจจัยนำ ความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศอยู่ในระดับปานกลาง มากที่สุด มีทัศนคติต่อเรื่องเพศ โดยรวมอยู่ในระดับมาก และมีการตระหนักรู้ตนเองในเรื่องเพศ โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีปัจจัยเอื้อ โดยรวมอยู่ในระดับน้อย พบว่า กลุ่มเพื่อนที่คบโดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนการเข้าถึงเรื่องเพศ โดยรวมอยู่ในระดับน้อย และมีปัจจัยเสริมโดยรวม อยู่ในระดับมาก 3) ปัจจัยด้านชีวสังคม ตัวแปร รายได้ของนักเรียนเฉลี่ยต่อเดือน ปัจจัยนำ ตัวแปร ทัศนคติต่อเรื่องเพศ และการตระหนักรู้ตนเองในเรื่องเพศ ปัจจัยเอื้อ ตัวแปรกลุ่มเพื่อนที่คบ และการเข้าถึงสื่อเรื่องเพศ

ปัจจัยเสริม ตัวแปร การอบรมสั่งสอนเรื่องเพศของครอบครัว มีความสัมพันธ์ที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดอุบลราชธานี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดอุบลราชธานี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ เพศ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของนักเรียน ระดับผลการเรียน 3.01 – 3.50 ทศนคติต่อเรื่องเพศ อาศัยอยู่กับญาติ ระดับผลการเรียน 2.51 – 3.00 การเข้าถึงสื่อเรื่องเพศ การอบรมสั่งสอนเรื่องเพศของครอบครัว และอาศัยอยู่กับพ่อและแม่

3.4.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

ออฟเฟอร์ (Offer 1971: 40-49) ศึกษาพฤติกรรมเกี่ยวกับเรื่องเพศของวัยรุ่นโดยติดตามศึกษาเป็นระยะกับเด็กมัธยมศึกษาตอนปลาย อายุ 14-21 ปี จำนวน 83 คน เป็นชาย 73 คน หญิง 10 คน เริ่มศึกษาตั้งแต่เมื่อกลุ่มตัวอย่างเริ่มเข้าเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายจนถึงมหาวิทยาลัยปีที่ 3 ผลการศึกษาพบว่าในเรื่องการมีนัดกับเพื่อนต่างเพศนั้นเริ่มเรียนมัธยมศึกษาได้หนึ่งปีร้อยละ 45 กลุ่มตัวอย่างไม่เคยมีนัดจนสำเร็จปีที่ 1 แต่การมีนัดมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนร้อยละ 77 เมื่ออยู่ชั้นปีที่ 3 สำหรับการร่วมประเพณีก่อนแต่งงานนั้นกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 80 เห็นว่าเป็นสิ่งที่ทำได้ แต่ควรจบมัธยมศึกษาตอนปลายเสียก่อนเมื่อจบมัธยมศึกษาตอนปลาย เพราะการตั้งครุฑเป็นอุปสรรคต่อการเรียนได้ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 10 เคยร่วมประเพณีเมื่อศึกษามัธยมศึกษาปีที่ 3 และเพิ่มเป็นร้อยละ 30 เมื่อเรียนในระดับมหาวิทยาลัยปีที่ 1 และเพิ่มเป็นร้อยละ 50 เรียนอยู่มหาวิทยาลัยปีที่ 3

ซูซาน (Susan 1983: 34) ได้ศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบที่มีอิทธิพลเกี่ยวกับเรื่องเพศ เจตคติในการคุมกำเนิดและพฤติกรรมระหว่างเพศของวัยรุ่น พบว่าพ่อแม่เป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อเจตคติเกี่ยวกับเพศเป็นอันมาก

ลี (Lee 1993: 22-23) ได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับ วัยรุ่นหญิงมีระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะมีความเชื่อว่าวิธีที่จะทำให้คู่รักหรือแฟนชอบหรือรักนั้น คือ การให้ในสิ่งที่เขาปรารถนาหรือการมีเพศสัมพันธ์

ร็อดคี่ และแมทเทีย (Egger and Matthias 1993: 630-368) ศึกษาความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียน 4 แห่งในเมืองนิคารากัว จำนวน 451 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างเคยมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 64 นักเรียนชายเคยมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 90 นักเรียนหญิงเคยมีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 50 อายุของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของนักเรียนชาย อยู่ระหว่าง 10-21 ปีโดยเฉลี่ยอายุ 15 ปี ส่วนนักเรียนหญิงอายุระหว่าง 15-21 ปี โดยเฉลี่ย 14.40 ปี นักเรียนชาย ร้อยละ 60 มีจำนวนคู่นอนมากกว่า 1 คนในช่วง 1 ปีที่ผ่านมาส่วนนักเรียนหญิงมีเพียงร้อยละ 3

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นเป็นตัวกำหนดการแสดงออกทางบุคลิกภาพ เป็นการแสดงออกตามลักษณะเพศที่ปรากฏ การปฏิบัติตนต่อเพื่อนต่างเพศและเพศเดียวกัน พัฒนาการทางเพศ วัฒนธรรมทางเพศ การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ล้วนเป็นการแสดงออกทางเพศและต้องการการส่งเสริม แก้ไข และพัฒนาให้เหมาะสมกับเพศและวัยของนักเรียน เพื่อที่จะสามารถหาทางออกให้กับพฤติกรรมทางที่ไม่เหมาะสม อันเนื่องมาจากยัยขาดประสบการณ์ จึงต้องส่งเสริมเจตคติทางเพศของนักเรียนด้านพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมให้ดีขึ้นและต่อเนื่องต่อไป



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

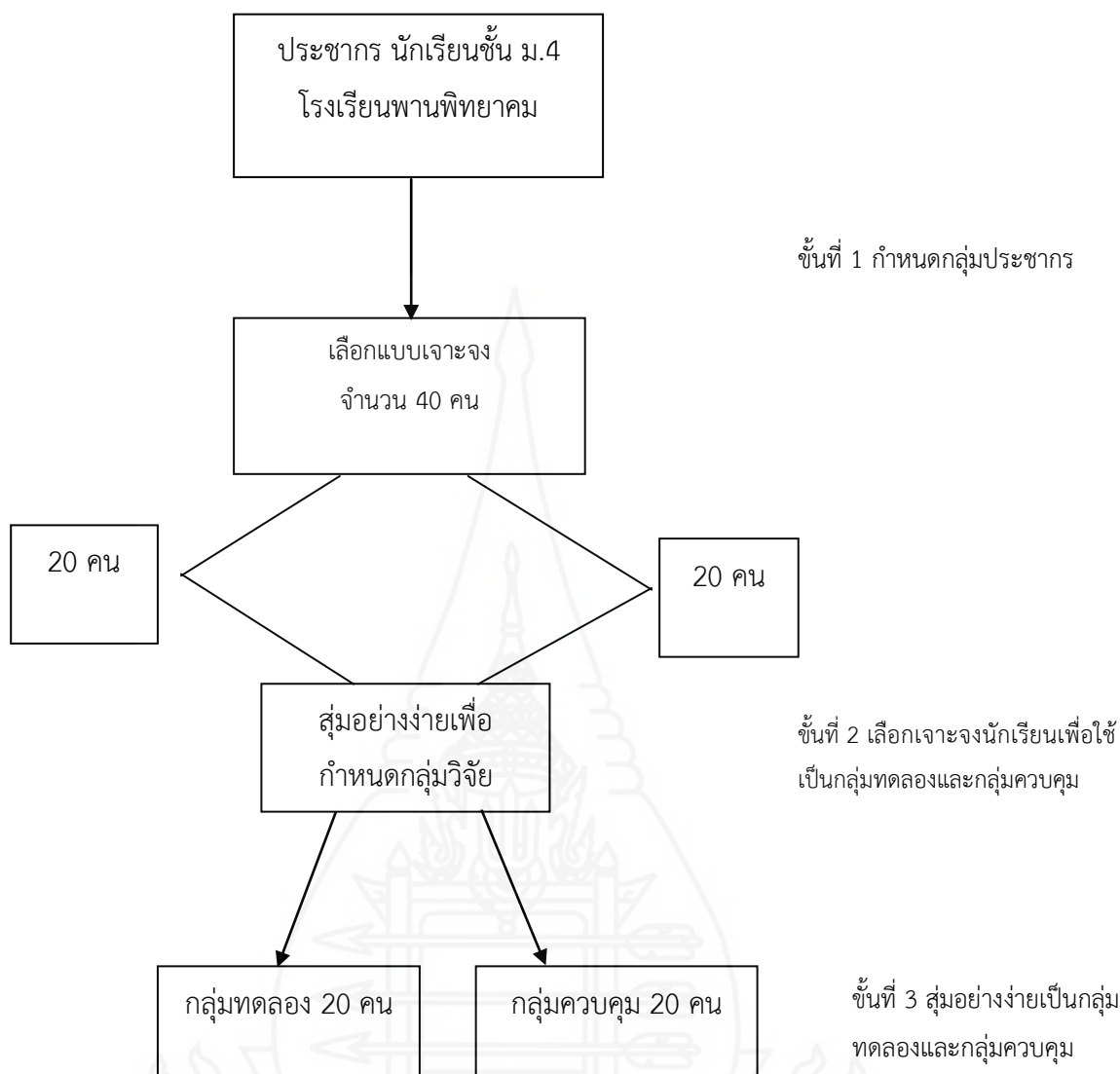
การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างเครื่องมือวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย ปีการศึกษาที่ 2555

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย ปีการศึกษาที่ 2555 จำนวน 40 คน ได้มาโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจงแล้วสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เข้ากลุ่มวิจัย 2 กลุ่ม (Random Assignment) กลุ่มละ 20 คน เพื่อจัดเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ด้วยวิธีการจับฉลาก ผลการจัดกลุ่มตัวอย่างเป็นดังภาพที่ 3.1



ภาพที่ 3.1 แสดงขั้นตอนการกำหนดกลุ่มวิจัย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีเครื่องมือวัดตัวแปรเป็นแบบวัดเจตคติทางเพศมีทั้งหมด 4 ตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบ วิเคราะห์โดยใช้สถิติ ความถี่ ร้อยละ

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้ตอบที่มีต่อเจตคติทางเพศ เป็นแบบเลือกตอบ ชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 อันดับ ตามแบบของ Likert's Scale ได้แก่จาก “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ถึง “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้สึกของผู้ตอบที่มีต่อเจตคติทางเพศเป็นแบบเลือกตอบ ชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 อันดับ ตามแบบของ Likert's Scale ได้แก่จาก “มากที่สุด” ถึง “น้อยที่สุด” จำนวน 15 ข้อ

ตอนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับการแสดงออกทางเพศของผู้ตอบที่มีต่อเจตคติทางเพศเป็นแบบเลือกตอบ ชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 อันดับ ตามแบบของ Likert's Scale ได้แก่จาก “เป็นประจำ” ถึง “ไม่เคยเลย” จำนวน 20 ข้อ

2.2 ชุดกิจกรรมแนะแนวจำนวน 12 กิจกรรม

2.3 ข้อเสนอแนะ จำนวน 12 กิจกรรม

3. การสร้างเครื่องมือ

3.1 แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสมผู้วิจัยมีรายละเอียดการสร้าง ดังนี้

3.1.1 ศึกษารายละเอียดเนื้อหาของตัวแปร ที่จะทำการวิจัยจากเอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำไปเขียนนิยามปฏิบัติการ และขอคำปรึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

3.1.2 กำหนดโครงสร้าง ของแบบวัดโดยสร้างประโยคคำถามภายใต้ขอบข่ายเนื้อหาตามนิยามปฏิบัติการ ตามวัตถุประสงค์และนิยามปฏิบัติการ

3.1.3 นำแบบวัดเจตคติทางเพศฉบับร่างเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของข้อความ การใช้ภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา พร้อมทั้งรับการแก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

3.1.4 ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม ด้วยวิธีการ IOC (Index of item objective congruence) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาและภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการที่ผู้วิจัยกำหนด โดยมีค่าระหว่าง 0.50 – 1.00

3.1.5 ผู้วิจัยนำแบบวัดเจตคติทางเพศมาปรับตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ โดยเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์พิจารณาให้ความเห็นชอบอีกครั้ง เพื่อความสมบูรณ์ของเครื่องมือก่อนนำไปใช้

3.1.6 ผู้วิจัยนำแบบวัดเจตคติทางเพศ ที่รับการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) เพื่อตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือทั้งฉบับ โดยวิธีของครอนบาค (Cronbach,1970) มีค่าเท่ากับ 0.88 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ มีค่าระหว่าง 0.43 - 0.60 จากทั้งหมด 70 ข้อ เหลือ 55 ข้อ และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 100 คนโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง เพื่อหาคะแนนที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน โดยใช้แบบวัดเจตคติทางเพศ ที่ได้รับการปรับปรุงแล้ว

3.2 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้ ได้มาในสองลักษณะคือลักษณะที่หนึ่งเลือกเครื่องมือที่ผู้อื่นสร้างและหาคคุณภาพไว้แล้วได้แก่ แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม ลักษณะที่สอง ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนวและข้อสนเทศ ทั้งเครื่องมือที่ใช้สำหรับการทดลองและเครื่องมือวัดตัวแปร ผู้วิจัยได้ดำเนินการเป็นขั้นตอน โดยรวมคล้ายคลึงกัน การดำเนินการกับเครื่องมือทั้งสองประเภท และลักษณะของเครื่องมือแต่ละชุดเป็นดังภาพที่ 3.2 และ 3.6



ภาพที่ 3.2 แสดงขั้นตอนการทำเครื่องมือในการวิจัย

ตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม (ด้านความคิด) การวิจัยครั้งนี้วัดความรู้ในเรื่องเจตคติทางเพศที่เหมาะสมโดยผู้วิจัยสร้างแบบวัดขึ้นเองตามนิยามปฏิบัติการของผู้วิจัย ประกอบด้วย 20 คำถามใช้มาตรวัดแบบประเมินค่า 5 ระดับจาก “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ถึง “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ตามความเข้าใจของผู้ตอบ ช่วงคะแนนของแบบวัดนี้อยู่ระหว่าง 0 – 80 คะแนน

ตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศ (ด้านความคิด)						
ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
ด้านความคิด		5	4	3	2	1
0	การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติสำหรับเพศชายและหญิง					
00	หญิงไทยควรจะรักษาวงสรวงตัว ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน					
000	ไม่ควรเปลี่ยนคู่นอนบ่อยเพราะอาจเกิดผลเสียโดยการติดโรคทางเพศสัมพันธ์					

เนื่องจากแบบวัดเจตคติทางเพศ เป็นข้อความที่มีความหมาย ทางบวกและข้อความที่มีความหมายทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ระดับความคิดเห็น	ข้อความด้านบวก	ข้อความด้านลบ
	คะแนน	คะแนน
5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4	0
4 หมายถึง เห็นด้วย	3	1
3 หมายถึง ไม่แน่ใจ	2	2
2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย	1	3
1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	0	4

ภาพที่ 3.3 ภาพแสดงตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม (ด้านความคิด)

เกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดนี้จะให้คะแนนจาก 5, 4, 3, 2 และ 1 จาก เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งตามลำดับการแปลความหมายคะแนนผู้ตอบที่ได้คะแนนรวมจากแบบวัดสูงแสดงว่าเป็นผู้ที่มีเจตคติที่ดีต่อการแสดงออกทางเพศที่เหมาะสม

แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม (ด้านความรู้สึก) การวิจัยครั้งนี้วัดความรู้ในเรื่องเจตคติทางเพศที่เหมาะสมโดยผู้วิจัยสร้างแบบวัดขึ้นเองตามนิยามปฏิบัติการของผู้วิจัย ประกอบด้วย 15 คำถามใช้มาตราวัดแบบประเมินค่า 5 ระดับจาก “มากที่สุด” ถึง “น้อยที่สุด” ตามความเข้าใจของผู้ตอบ ช่วงคะแนนของแบบวัดนี้อยู่ระหว่าง 0 – 60 คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนน แบบวัดนี้จะให้คะแนนจาก 5, 4, 3, 2 และ 1 จาก มากที่สุด มากปานกลาง น้อย และ น้อยที่สุดตามลำดับ การแปลความหมายคะแนนผู้ตอบที่ได้คะแนนรวมจากแบบวัดสูงแสดงว่าเป็นผู้ที่มีเจตคติที่ดีต่อการแสดงออกทางเพศที่เหมาะสม

ตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศ (ด้านความรู้สึก)						
ลำดับ	ข้อความ	ระดับความรู้สึก				
		5	4	3	2	1
	ด้านความรู้สึก					
0	การพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศในที่สาธารณะเป็นสิ่งน่าอาย					
00	การแสดงออกทางเพศยังต้องคำนึงถึงสังคมและวัฒนธรรมของคนไทย					
000	การยั่วยวนเพศตรงข้ามที่มีวัยเหมาะสมเป็นสิ่งไม่เสียหายอะไร					

เนื่องจากแบบวัดเจตคติทางเพศ เป็นข้อความที่มีความหมาย ทางบวกและข้อความที่มีความหมายทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ระดับความรู้สึก	ข้อความด้านบวก	คะแนน	ข้อความด้านลบ	คะแนน
5	หมายถึง มากที่สุด	4		0
4	หมายถึง มาก	3		1
3	หมายถึง ปานกลาง	2		2
2	หมายถึง น้อย	1		3
1	หมายถึง น้อยที่สุด	0		4

ข้อความด้านบวก คือ ข้อ 1 2 3 4 5 15
ข้อความด้านลบ คือ ข้อ 6 7 9 10 12 13 14

ภาพที่ 3.4 ภาพแสดงตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศ (ด้านความรู้สึก)

แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม (ด้านพฤติกรรม)การวิจัยครั้งนี้วัดความรู้ในเรื่องเจตคติทางเพศที่เหมาะสมโดยผู้วิจัยสร้างแบบวัดขึ้นเองตามนิยามปฏิบัติการของผู้วิจัย ประกอบด้วย 20 คำถามใช้มาตราวัดแบบประเมินค่า 5 ระดับจาก“เป็นประจำ”ถึง “ไม่เคยเลย” ตามความเข้าใจของผู้ตอบ ช่วงคะแนนของแบบวัดนี้อยู่ระหว่าง 0 – 80 คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดนี้จะให้คะแนนจาก 5, 4, 3, 2 และ 1 จากเป็นประจำ บ่อยครั้ง บางครั้ง น้อยครั้งและไม่เคยเลยตามลำดับ การแปลความหมายคะแนนผู้ตอบที่ได้คะแนนรวมจากแบบวัดสูงแสดงว่าเป็นผู้ที่มีเจตคติที่ดีต่อการแสดงออกทางเพศที่เหมาะสม



ตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศ (ด้านพฤติกรรม)																																	
ลำดับ	ข้อความ	ระดับการแสดงออกทางเพศ																															
ด้านพฤติกรรม		5	4	3	2	1																											
0	ข้าพเจ้ามีความรับผิดชอบต่อเพศตรงข้ามไม่หลอกลวง ไม่ข่มเหงน้ำใจ																																
00	ข้าพเจ้าชอบแอบดูคนอื่นแสดงบทรักกัน																																
000	ข้าพเจ้ารักใคร่สักคนข้าพเจ้ากลัวที่จะลองเรื่องเพศกับ เขาได้ทั้งนั้น																																
<p>เนื่องจากแบบวัดเจตคติทางเพศ เป็นข้อความที่มีความหมาย ทางบวกและข้อความที่มีความหมายทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">ระดับการแสดงออกทางเพศ</th> <th>ข้อความด้านบวก</th> <th>ข้อความด้านลบ</th> </tr> <tr> <th colspan="2"></th> <th>คะแนน</th> <th>คะแนน</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5</td> <td>หมายถึง เป็นประจำ</td> <td>4</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>หมายถึง บ่อยครั้ง</td> <td>3</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>หมายถึง บางครั้ง</td> <td>2</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>หมายถึง น้อยครั้ง</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>หมายถึง ไม่เคยเลย</td> <td>0</td> <td>4</td> </tr> </tbody> </table> <p>ข้อความด้านบวก คือ ข้อ 1 7 10 11 13 14 15 16</p> <p>ข้อความด้านลบ คือ ข้อ 2 3 4 5 6 8 9 12 17 18 19 20</p> <p>การแปล คะแนน 0-72 หมายถึง มีระดับเจตคติทางเพศที่ต่ำ</p> <p>ความหมาย คะแนน 73-146 หมายถึง มีระดับเจตคติทางเพศที่ปกติ</p> <p>คะแนน 147-220 หมายถึง มีระดับเจตคติทางเพศที่สูง</p>						ระดับการแสดงออกทางเพศ		ข้อความด้านบวก	ข้อความด้านลบ			คะแนน	คะแนน	5	หมายถึง เป็นประจำ	4	0	4	หมายถึง บ่อยครั้ง	3	1	3	หมายถึง บางครั้ง	2	2	2	หมายถึง น้อยครั้ง	1	3	1	หมายถึง ไม่เคยเลย	0	4
ระดับการแสดงออกทางเพศ		ข้อความด้านบวก	ข้อความด้านลบ																														
		คะแนน	คะแนน																														
5	หมายถึง เป็นประจำ	4	0																														
4	หมายถึง บ่อยครั้ง	3	1																														
3	หมายถึง บางครั้ง	2	2																														
2	หมายถึง น้อยครั้ง	1	3																														
1	หมายถึง ไม่เคยเลย	0	4																														

ภาพที่ 3.5 ภาพแสดงตัวอย่างแบบวัดเจตคติทางเพศ (ด้านพฤติกรรม)

3.3 ชุดกิจกรรมแนะแนวทั้งหมด 12 กิจกรรม (สำหรับกลุ่มทดลอง) ผู้วิจัยมี
รายละเอียดการสร้างดังนี้

3.3.1 ศึกษารายละเอียดเนื้อหาของตัวแปร ที่จะทำการวิจัยจากเอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำไปเขียนนิยามปฏิบัติการ และขอคำปรึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

3.3.2 กำหนดโครงสร้าง ของชุดกิจกรรมแนะแนวโดยสร้างกิจกรรมภายใต้ ขอบข่ายเนื้อหาตามนิยามปฏิบัติการ จัดสร้างชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม ตาม วัตถุประสงค์และนิยามปฏิบัติการ

3.3.3 นำชุดกิจกรรมแนะแนวฉบับร่างเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบ ความเหมาะสมของข้อความ การใช้ภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา พร้อมทั้งรับการแก้ไข ปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

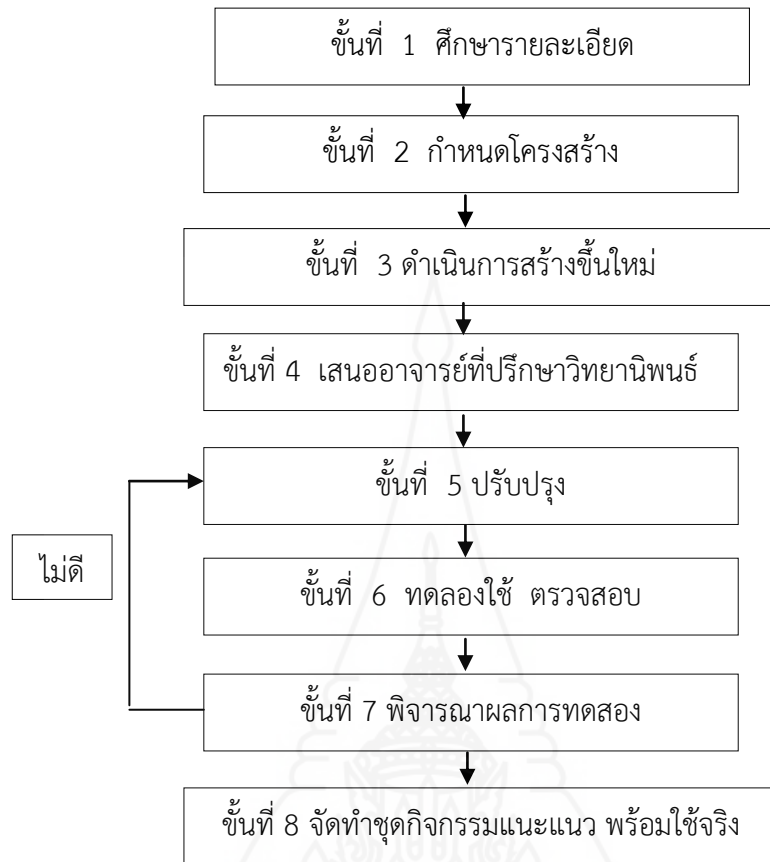
3.3.4 นำชุดกิจกรรมแนะแนวไปตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ด้วยวิธีการ IOC (Index of item objective congruence) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 ท่าน ตรวจสอบความเหมาะสมทั้งทางเนื้อหาและภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการที่ผู้วิจัย กำหนดมีค่าระหว่าง 0.75 -1.00

3.3.5 ผู้วิจัยนำชุดกิจกรรมแนะแนวมาปรับตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ โดยเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์พิจารณาให้ความเห็นชอบอีกครั้ง เพื่อความสมบูรณ์ของ เครื่องมือก่อนนำไปใช้

3.3.6 ผู้วิจัยนำนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 20 คน เข้าร่วมกิจกรรมแนะ แนว โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว จำนวน 12 กิจกรรม ตามวันเวลาที่กำหนดไว้

3.4 ขั้นตอนการสร้างชุดกิจกรรมในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้ ได้มาในสองลักษณะคือลักษณะที่หนึ่งเลือกเครื่องมือ ที่ผู้อื่นสร้างและหาคุณภาพไว้แล้วได้แก่ แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม ลักษณะที่สอง ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนวและโปแกรมการ จัดสรรสนเทศ ทั้งเครื่องมือที่ใช้สำหรับการทดลองและ เครื่องมือวัดตัวแปร ผู้วิจัยได้ดำเนินการเป็นขั้นตอน โดยรวมคล้ายคลึงกัน การดำเนินการกับ เครื่องมือทั้งสองประเภทและลักษณะของเครื่องมือแต่ละชุดเป็นดังภาพที่ 3.6



ภาพที่ 3.6 แสดงขั้นตอนการทำชุดกิจกรรมแนะแนวในการวิจัย

ตารางที่ 3.1 โครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศ

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม
1	ปฐมนิเทศสร้างความคุ้นเคยและกติกาศึกษาเรียนรู้
2	ย้อนรอยวัยรุ่นว่ารุ่นเรื่องเพศค้นหาเหตุ แก่ปัญหา
3	เพศศึกษาเรื่องปกปิดที่ต้องเปิด
4	อารมณ์เพศและการจัดการกับอารมณ์เพศ
5	วัยรุ่นกับอุบัติเหตุทางเพศ
6	ความเสมอภาคทางเพศและวัฒนธรรมทางเพศ
7	จินตนาการรักต่างเพศ
8	รู้เขา รู้เรา ไม่เศร้าไม่เสีย
9	ทางออกวัยใส

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม
10	รู้รักษาตัวรอดเป็นยอดดี
11	ปรับตัวดี ช่วยเพื่อนได้ คลี่คลายปัญหา
12	ปัจฉิมนิเทศ คุณค่าในตัวฉัน

3.5 ข้อเสนอแนะ (สำหรับกลุ่มควบคุม) ผู้วิจัยมีรายละเอียดการสร้างดังนี้

3.5.1 ศึกษารายละเอียดเนื้อหาของตัวแปร ที่จะทำการวิจัยจากเอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำไปเขียนนิยามปฏิบัติการ และขอคำปรึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

3.5.2 กำหนดโครงสร้าง ของข้อเสนอแนะ โดยสร้างประโยคข้อเสนอแนะภายใต้ขอบข่ายเนื้อหาตามนิยามปฏิบัติการ จัดสร้างโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม ตามวัตถุประสงค์และนิยามปฏิบัติการ

3.5.3 นำข้อเสนอแนะบับร่างเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของข้อความ การใช้ภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา พร้อมทั้งรับการแก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อความสมบูรณ์ของโปรแกรมก่อนนำไปใช้

3.5.4 ผู้วิจัยนำนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 20 คน เข้าร่วมข้อเสนอแนะตามวันเวลาที่กำหนดไว้

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 ขั้นตอนเตรียมการ

4.1.1 จัดเตรียมแบบวัดเจตคติทางเพศ เพื่อทำการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง(Pre-test)

4.1.2 ศึกษาวิธีการและขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมแนะแนว พร้อมทั้งจัดเตรียมสื่ออุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม

4.1.3 นัดหมายกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะในวันเวลาที่กำหนด โดยทำการปฐมมนิเทศในวันแรกก่อนเริ่มทำกิจกรรมเพื่อรับทราบและเรียนรู้กฎกติการ่วมกัน

4.2 ขั้นตอนการวิจัย

4.2.1 ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบการทดลอง (Pre-test) กับกลุ่มตัวอย่าง ก่อนการทดลองในครั้งแรก และบันทึกข้อมูลคะแนนที่ได้ไว้เพื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

4.2.2 ดำเนินกิจกรรมแนะแนวและข้อสนเทศ แก่กลุ่มตัวอย่าง 40 คน จำนวน 12 กิจกรรม กิจกรรมละ 1 ชั่วโมง

4.3 ทดสอบหลังการทดลอง (Post-test)

เมื่อจัดกิจกรรมแนะแนวแล้วเสร็จ ผู้วิจัยใช้แบบวัดเจตคติทางเพศ ให้กลุ่มตัวอย่างอีกครั้งเพื่อทดสอบหลังการทดลองและบันทึกคะแนนไว้เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ซึ่งมีรายละเอียดในการวิเคราะห์ ดังนี้

5.1 สถิติพื้นฐาน

5.1.1 การหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) (ล้วน สายยศ 2544: 242) ดังนี้

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

เมื่อ	\bar{X}	=	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
	X	=	คะแนนดิบ
	$\sum X$	=	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	n	=	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

5.1.2 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)

การหาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (ล้วน สายยศ 2544 : 242)

$$\text{สูตร } S = \frac{\sqrt{n \sum x^2 - (\sum x)^2}}{n(n-1)}$$

เมื่อ	S	=	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	n	=	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

5.2 สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

5.2.1 สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ

การหาค่าตรงกันความสอดคล้องของการประเมิน หรือ IOC (index of concordance) (โกศล มีคุณ 2545: 287) ดังนี้

สูตร	IOC	=	$\frac{\sum R}{N}$
เมื่อ	IOC	=	ค่าตรงกันความสอดคล้อง
	$\sum R$	=	ผลรวมความเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ
	N	=	จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ

ข้อความที่มีค่า IOC > .50 มีค่าคุณภาพที่ใช้ได้

5.2.2 การหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ ของเบรนนาน (B-index) (พิตรทองชั้น 2544 : 207) ดังนี้

สูตร	r	=	$\frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\left(\frac{S^2_H}{n_H}\right) + \left(\frac{S^2_L}{n_L}\right)}}$
เมื่อ	r	=	ค่าอำนาจจำแนกของข้อความเป็นรายข้อ
	\bar{x}_H	=	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มสูง
	\bar{x}_L	=	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
	S^2_H	=	ความแปรปรวนของกลุ่มสูง
	S^2_L	=	ความแปรปรวนของกลุ่มต่ำ
	n_H	=	จำนวนนักเรียนในกลุ่มสูง
	n_L	=	จำนวนนักเรียนในกลุ่มต่ำ

5.2.3 การหาความเที่ยงโดยวิธีสัมประสิทธิ์อัลฟาของ Cronbach (โกศล มีคุณ 2545: 297) ดังนี้

สูตร	$\frac{\text{Alpha}}{S^2}$	=	$\frac{N}{N-1} \left(s^2 - \sum s^2_i \right)$
------	----------------------------	---	---

เมื่อ	N	=	จำนวนข้อคำถามในแบบวัด
	S^2	=	ค่าความแปรปรวนของคะแนนจากแบบวัดทั้งฉบับ
	S^2_i	=	ค่าความแปรปรวนของข้อคำถามรายข้อ

5.3 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

5.3.1 สถิติที่ใช้ทดสอบความแตกต่าง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลัง การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมใช้ t-test (dependent) (ล้วน สายยศ 2544 : 272) ดังนี้

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \sum D^2 - (\sum D)^2}{(N-1)}}$$

สูตร	t	=	ค่าสถิติที่ใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤติเพื่อทราบความมีนัยสำคัญ
เมื่อ	D	=	ความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่
	$\sum D$	=	ผลรวมความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่
	$\sum D^2$	=	ผลรวมความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่ที่ยกกำลังสองแล้ว
	n	=	จำนวนคู่
	df	=	$n - 1$

5.3.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ความแตกต่าง ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมกับกลุ่มควบคุม ที่ใช้ข้อสนเทศ ใช้ t-test (Independent) จากสูตร (วิเชียร เกตุสิงห์ 2534: 99)

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2}}}$$

เมื่อ	t	=	ค่าสถิติที่ใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤติเพื่อทราบนัยสำคัญ
	\bar{X}_1, \bar{X}_2	=	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่ 1 และ ที่ 2
	S_1^2, S_2^2	=	ความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างที่ 1 และ 2
	n_1, n_2	=	ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ 1 และ 2

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการส่งเสริมเจตคติทางเพศของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม และเปรียบเทียบการส่งเสริมเจตคติทางเพศของนักเรียนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองและระยะติดตาม จำนวน 40 คน และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ตาม ผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์โดยใช้สถิติพื้นฐาน ความถี่ และร้อยละ

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ตามสมมติฐานภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลอง ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนอแนะภายหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่าก่อนการทดลอง วิเคราะห์โดยใช้ สถิติการแจกแจง (t-test) t-test dependent และ t-test independent

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์เพื่อใช้ในความหมายข้อมูล ดังนี้

X	แทน	คะแนนดิบ
S.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤติเพื่อทราบความมีนัยสำคัญ
n	แทน	จำนวน
**	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป

ตาราง 4.1 จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามสภาพทั่วไป (n = 40 คน)

เพศ	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
	ร้อยละ	ร้อยละ
ชาย	50.00	50.00
หญิง	50.00	50.00

จากตาราง 4.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ ที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวนทั้งหมด 20 คน เป็นเพศชาย 10 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 และนักเรียนหญิง 10 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 ส่วนกลุ่มควบคุม จำนวนทั้งหมด 20 คน เป็นเพศชาย 10 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 และนักเรียนหญิง 10 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐาน

ตาราง 4.2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย เจตคติทางเพศ ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระยะเวลาก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลการทดลอง แบ่งเป็น 3 ด้าน

กลุ่ม		ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		ระยะติดตามผล	
		\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
กลุ่มทดลอง	ด้านความคิด	41.40	4.84	53.30	8.99	51.90	4.86
	ด้านความรู้สึก	29.80	5.92	43.85	10.70	38.10	4.94
	ด้านพฤติกรรม	38.70	11.37	65.00	10.79	60.95	7.60
	รวม	109.9	22.13	162.15	30.48	150.95	17.40
กลุ่มควบคุม	ด้านความคิด	41.65	5.43	48.45	5.39	46.80	5.92
	ด้านความรู้สึก	32.60	3.91	35.65	3.77	32.30	4.69
	ด้านพฤติกรรม	47.10	5.19	57.20	6.07	54.45	7.25
	รวม	121.35	14.53	141.3	15.23	133.55	17.86

จากตาราง 4.2 พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่ากลุ่มควบคุม ภายหลังจากทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนแบบวัดเจตคติทางเพศสูงกว่าก่อนการทดลองและระยะติดตามผลการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนแบบวัดเจตคติทางเพศแตกต่างกับหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตารางที่ 4.3 ผลการเปรียบเทียบการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง (n = 20)

การทดลอง	ค่าสถิติ		
	\bar{X}	S.D.	t
ก่อนการทดลอง	108.40	12.33	10.73**
หลังการทดลอง	162.15	12.45	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4.3 พบว่าภายหลังจากทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติทางเพศที่เหมาะสม สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.4 ผลการเปรียบเทียบการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (n = 20)

กลุ่มตัวอย่าง	ค่าสถิติ		
	\bar{X}	S.D.	t
กลุ่มทดลอง	162.15	12.45	10.44**
กลุ่มควบคุม	141.30	7.07	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

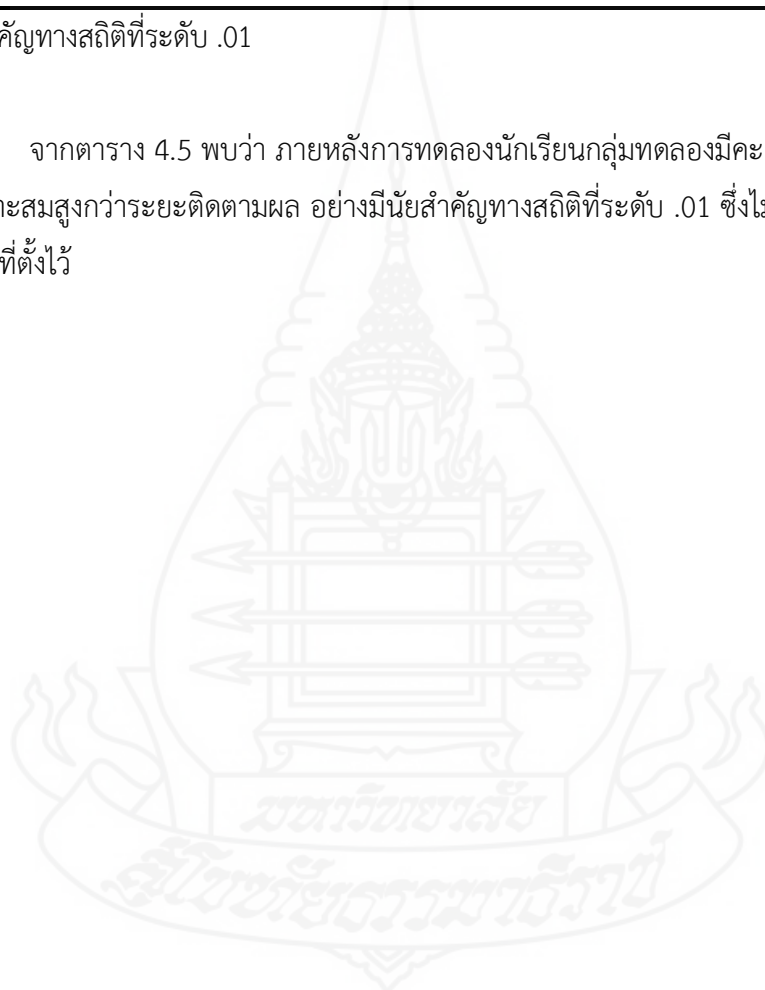
จากตาราง 4.4 พบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่ากลุ่มทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.5 ผลการเปรียบเทียบการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง

การทดลอง	ค่าสถิติ		
	\bar{X}	S.D.	t
หลังการทดลอง	162.15	12.44	3.89**
ระยะติดตามผลการทดลอง	150.70	11.95	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4.5 พบว่า ภายหลังจากการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่าระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้



บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยศึกษาจากกลุ่มทดลอง วัดก่อนการทดลองวัดหลังการทดลองและระยะติดตามผลการทดลอง (Experimental Follow up Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนว ในการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ได้มาจากการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) จำนวน 40 คน กำลังศึกษาในภาคการเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 โรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย ผู้วิจัยจึงนำเสนอผลตามลำดับ คือ วัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

1. วัตถุประสงค์

- 1.1 เพื่อเปรียบเทียบผลการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลัง การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
- 1.2 เพื่อเปรียบเทียบผลการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ภายหลังจากการทดลอง
- 1.3 เพื่อเปรียบเทียบผลการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ภายหลังจากการทดลองกับระยะติดตามผล

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (Population)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย จำนวน 474 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง (Sample)

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย จำนวน 40 ที่ได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็น แบบวัด ชุดกิจกรรมแนะแนวและข้อสนเทศที่ใช้ในการวิจัยการศึกษาเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย โดยการใช้วิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ศึกษาจากกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วัดก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล เครื่องมือที่ใช้สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ คือ แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล นำมาวิเคราะห์คำถาม เรียงลำดับความสำคัญที่ต้องการวิจัย เพื่อสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวและข้อสนเทศ ภายใต้การควบคุมการให้คำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลักษณะ ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling)

4.2 แจกแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสมให้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย

4.3 รวบรวมแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสมมาให้ครบ จำนวน 40 ชุด แล้วนำมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลทั้งหมด

4.4 การตรวจแบบวัดเจตคติทางเพศพบว่า มีแบบวัดที่ตอบไม่สมบูรณ์ คือ ตอบคำถามไม่ครบถ้วนจะทำการเก็บข้อมูลใหม่เพิ่มเติมตามจำนวนแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ และทำการยกเลิกแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม ชุดที่ไม่สมบูรณ์

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อได้ข้อมูลทั้งหมดจากกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา จึงนำมาวิเคราะห์ในเนื้อหาตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ โดยใช้การวิเคราะห์ทางสถิติ อธิบายเป็นตารางข้อมูลแล้วนำมาเสนอในรูปแบบพรรณนา และวิเคราะห์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป วิเคราะห์ข้อมูลคำนวณหาค่าแบบร้อยละ (Percentile), ค่าเฉลี่ย (\bar{X}), และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และการทดสอบค่า t-test ใช้ การทดสอบสมมติฐาน t-test dependent, t-test independent เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลอง และหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมหาความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

6. สรุปผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวและข้อสนเทศที่ส่งผลต่อเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย สรุปได้ดังนี้

6.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าจำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ ที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวนทั้งหมด 20 คน เป็นเพศชาย 10 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 และนักเรียนหญิง 10 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 ส่วนกลุ่มควบคุม จำนวนทั้งหมด 20 คน เป็นเพศชาย 10 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 และนักเรียนหญิง 10 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00

6.2 ผลการเปรียบเทียบ เจตคติทางเพศที่เหมาะสม โดยวิเคราะห์ตามลำดับดังนี้คือ

6.2.1 การเปรียบเทียบ เจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลองระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ เจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลองระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มตัวอย่าง หลังการทดลองมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

6.2.2 การเปรียบเทียบ เจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระยะหลังการทดลอง

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ เจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระยะหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลอง ระยะหลังการทดลองมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่า กลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

6.2.3 การเปรียบเทียบ เจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนกลุ่มทดลองภายหลังการทดลองและระยะติดตามผล

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่าระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

7. อภิปรายผล

การศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย ได้อภิปรายผลการศึกษาดังนี้

7.1 จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว มีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1

การวิจัยในครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวสามารถส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงขึ้นได้ ชม ภูมิภาค (2516: 66) ได้อธิบายเรื่องการเกิดเจตคติว่าเกิดจากการเรียนรู้และโดยมากเป็นการเรียนรู้ทางสังคม (Social learning) ดังนั้น การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นการนำกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมและพัฒนาให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรง เรียนรู้ที่จะรู้จักและเข้าใจด้วยตนเองอย่างมีความสุข ให้มีความรู้ มีทักษะ และมีเจตคติที่ดีต่อค่านิยมที่พึงามในการดำเนินชีวิต เป็นการส่งเสริมที่ละขั้นตอน โดยส่งเสริมด้านเจตคติ 3 ประการ ได้แก่องค์ประกอบด้านความคิด เป็นคำพูดที่แสดงถึงความเชื่อเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ องค์ประกอบด้านความรู้สึก เป็นคำพูดที่แสดงถึงความรู้สึก และองค์ประกอบด้านการปฏิบัติ เป็นคำพูดเกี่ยวกับการปฏิบัติหรือพร้อมที่จะปฏิบัติ ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้เป็นระบบขั้นตอน และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนไปในทางที่ดีขึ้น

ผลการวิจัยดังกล่าว สอดคล้องกับงานวิจัยของ วัฒนกิจ สิทธิสถิตอังกูร (2546: 66) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวกลุ่มเพื่อพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า การสอนโดยการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวทำให้นักเรียนมีพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการวิจัยของนิชลักษณ์ สุขสวัสดิ์ (2546: 60) ได้ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้ประสบการณ์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปากพั่น จังหวัดนครศรีธรรมราช ผลการศึกษาพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้ประสบการณ์มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการใช้ชุด

กิจกรรมแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลการวิจัยของสุพัฒนา ร่วมโพธิ์ (2556: 87) ได้ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการแสดงออกที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งระหว่างเพื่อนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ แผนกพาณิชยการวิทยาลัยเทคนิคจันทบุรี ผลการศึกษาพบว่า การสอนโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวทำให้นักศึกษากลุ่มทดลองมีการแสดงออกที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งระหว่างเพื่อนสูงขึ้นหลังจากใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

7.2 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว มีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2

การวิจัยในครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวในกลุ่มทดลองทำให้นักเรียนมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้ข้อเสนอแนะ ทั้งนี้เพราะการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของนักเรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้นักเรียนสามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตนเสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้เชิงพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดี (กรมวิชาการ 2545: 1) และมีลักษณะเป็นกระบวนการมีลำดับและขั้นตอนในการจัดกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนค้นพบ ความสนใจของตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น รู้จักการแสวงหาความรู้จากข้อมูล ข่าวสาร แหล่งเรียนรู้ เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มุ่งการจัดกิจกรรมแนะแนวให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาความต้องการ ความสนใจและธรรมชาติของนักเรียนโดยเน้นนักเรียนเป็นสำคัญ (กระทรวงศึกษาธิการ 2542: 1) ให้มีอิสระในการคิดและตัดสินใจ เรียนรู้ด้วยตนเอง ให้มากที่สุด โดยมุ่งเน้นส่งเสริมด้านเจตคติทางเพศที่เหมาะสม โดยใช้เทคนิคกรณีตัวอย่าง เป็นตัวอย่างที่ให้นักเรียนได้ศึกษาวิเคราะห์สถานการณ์จากรื่องราวหรือเหตุการณ์อ้างอิง จากเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริง และนำมาดัดแปลงให้เข้ากับปัจจุบัน (บุญชม ศรีสะอาด 2537) ให้นักเรียนได้ร่วมกันอภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และเทคนิคการอภิปรายกลุ่ม เป็นวิธีที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนในการแสดงออกทางความคิดเห็นกันในกลุ่มสมาชิก ทำให้นักเรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติมจากความคิดเห็นของกลุ่ม ซึ่งเทคนิคเหล่านี้ทำให้นักเรียนมีความกระตือรือร้น สนุกสนมคุ้นเคย กล้าพูด กล้าแสดงออก ได้ช่วยเหลือกันและกัน โดยใช้เทคนิค กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เริ่มจากละลายพฤติกรรมโดยใช้เกมส์เป็นสื่อการทำงานเป็นกลุ่ม ระดมสมอง และเปลี่ยนบรรยากาศ ทำให้นักเรียนอยากเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม ส่วนการให้ข้อเสนอแนะนั้นครูเป็นผู้บรรยายผู้เดียว นักเรียนไม่ได้เข้าร่วมทำกิจกรรมอื่น ๆ แต่เป็นเพียงการฟังบรรยาย และสอบถามความคิดเห็น นักเรียนนั่งอยู่กับที่ ทำให้นักเรียนมีความคิดเห็นไม่แตกต่างกัน มีความคิดที่จำกัด นักเรียนมีโอกาสแสดงความคิดเห็นแต่ถูกจำกัดอยู่แค่

ความคิดเห็นบางคน ไม่มีความกล้าที่จะแสดงออก ทำให้บรรยากาศในการเข้าร่วมกิจกรรมไม่น่าสนใจ และแตกต่างจากการเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มทดลอง

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ มยุรี วิสูตรชัย (2547: 73) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการศึกษาพบว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการตระหนักรู้ในตนเอง สูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ผลการวิจัยของศิริรัตน์ แสนยากุล (2546: 67) ได้ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพระแม่มาลีราษฎร์ประดิษฐ์ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมกลุ่มมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลการวิจัยของพัชราภรณ์ รักช่วยที่ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการพัฒนาความรับผิดชอบในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปากพั่น จังหวัดนครศรีธรรมราช ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีความรับผิดชอบในการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการทดลอง การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมสูงขึ้นหลังจากได้รับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว และนักเรียนกลุ่มทดลองมีเจตคติทางเพศที่เหมาะสมกว่ากลุ่มควบคุม

7.3 จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว หลังการทดลอง สูงกว่าระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

การวิจัยในครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวช่วยส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมให้นักเรียนในระยะยาวได้ ถ้ามีการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง ด้วยการปฏิบัติจนเกิดทักษะหรือการเรียนรู้ แล้วเกิดความจำ สามารถระลึกได้ มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวรซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์และการร่วมมือกัน แต่เนื่องจากการจัดกิจกรรมในครั้งมีผลการเปลี่ยนแปลงเจตคติทางเพศที่ลดลงเนื่องด้วยผู้วิจัย มีระยะเวลาการทดลองที่สั้นเกินไป การส่งเสริมที่ต่อเนื่องและความร่วมมืออย่างจริงจังในเรื่องการส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมทั้งครูและนักเรียน จึงทำให้เจตคติทางเพศที่เหมาะสมลดลง และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เหมาะสมในระหว่างการวิจัย นักเรียนย่อมพบกับสถานการณ์ ปัจจัยและเหตุการณ์ย่อยต่าง ๆ มากมาย ซึ่งมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของเจตคติ ซึ่งเป็นเรื่องละเอียดอ่อนและต้องใช้เวลา ดังนั้นหากนักเรียนมีโอกาสร่วมกิจกรรมแนะแนวอย่างต่อเนื่องในระยะเวลาที่มากกว่านี้ มีการติดตามและประเมินผลเพื่อวัดความคงทนของพฤติกรรม อย่างต่อเนื่องและถาวร ต้องอาศัยความร่วมมือหลายฝ่ายให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมโดยครูแนะแนวทำหน้าที่เป็นทั้งพี่เลี้ยงและผู้ประสานงาน ในการส่งเสริมเจตคติให้นักเรียนรัก

ยอมรับ ชื่นชม และเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะเป็นแรงจูงใจอย่างแท้จริงที่จะทำให้ นักเรียนเกิดพฤติกรรมการแสดงออกทางเพศที่เหมาะสมอย่างถาวรต่อไป

8. ข้อเสนอแนะ

8.1 ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

8.1.1 ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปบูรณาการในการวิจัยในชั้นเรียน เพื่อส่งเสริมป้องกัน ช่วยเหลือ และแก้ไขเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมให้กับนักเรียนต่อไป

8.1.2 ควรมีการจัดให้นักเรียนทุกระดับชั้นได้มีส่วนร่วมในทำกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

8.1.3 ควรจะมีการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่อง

8.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

8.2.1 ควรมีการศึกษาเพื่อพัฒนาเจตคติทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนมัธยมศึกษาในทุกระดับชั้น

8.2.2 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสมกับนักเรียนกลุ่มอื่น ๆ เช่น นักเรียนโรงเรียนขยายโอกาส นักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เป็นต้น

8.2.3 ควรมีการติดตามผลนักเรียนกลุ่มทดลองในระดับมัธยมศึกษา และระดับอุดมศึกษาที่สูงขึ้นด้วย

บรรณานุกรม



บรรณานุกรม

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2537) *ทิศทางกระแสนโยบายในทศวรรษหน้า* กรุงเทพมหานคร
ศูนย์แนะแนวการศึกษาและอาชีพ
_____ . (2545) *หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544* กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์
องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.)
- _____ . (2546) *แนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน
พุทธศักราช 2544* กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว
- _____ . (2543) *เอกสารการสอนชุดวิชาการศึกษาตลอดชีวิตและการศึกษานอกระบบ เล่ม 1
และ เล่ม 2* สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช นนทบุรี
โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- กระทรวงศึกษาธิการ (2542) *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542* กรุงเทพมหานคร
โรงพิมพ์คุรุสภา กรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ แขนงวิชาการแนะแนว มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- กันทวัลย์ ภูพานิช (2543) "ผลของชุดกิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาเจตคติต่อการคุกคามทางเพศ
และความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนชัยมาตรศึกษา"
กรุงเทพมหานคร ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- กิตติ ปรมัตถผล และคณะ (2551) *สุขศึกษา 2* สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษาสำนักงาน
คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร เอ็มพันธ์
- โกเมท ธนรัตน์พิศาล (2550) "ความรู้และทัศนคติกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชนเผ่า
ในโรงเรียนมัธยมขยายโอกาส อำเภอแม่ลาน้อย จังหวัดแม่ฮ่องสอน" การศึกษาค้นคว้า
สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- โกศล มีคุณ และณรงค์ เทียมเมฆ (2545) *รายงานวิจัยโครงการวิจัยแม่บทประสิทธิผลของการฝึก
การให้เหตุผลเชิงจริยธรรม* กรุงเทพมหานคร สำนักงานคณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ
- จงกลณี ต้อยเจริญ และรสสุคนธ์ พิชัยแพทย์ (2546) "สัมพันธ์ภาพในครอบครัว เจตคติทางเพศกับ
สุขอนามัยทางเพศในวันรุ่งตอนต้น" การศึกษาวิจัย วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี

- จตุพล อภิวงค์งาม (2547) “ความคิดเห็นของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น” วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- จิราภา เต็งไตรรัตน์ และคณะ (2547) *จิตวิทยาทั่วไป* กรุงเทพมหานคร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- ชม ภูมิภาค (2516) *จิตวิทยาการเรียนการสอน* กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช
- ชวลิต สีหามาศย์ (2547) "ผลการใช้วิธีสอนแบบโครงการนวิชาศาสตร์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติต่อวิชาสุขศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4" วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต หลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี
- ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541) *กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน* กรุงเทพมหานคร พิมพ์ดีด
- ณัชชา ถาวร (2545) “การเปรียบเทียบการเรียนรู้เรื่องเพศของเด็กผ่านการสร้างสัญญาณทางเพศในหนังสือการ์ตูนญี่ปุ่นกับแบบเรียนเพศศึกษา” วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย สาขาวิชาวิจัยและสถิติการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ณัฐนันท์ วิชัยรัมย์ (2545) "การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์" วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาชุมชน มหาวิทยาลัยศิลปากร
- ทวีศิลป์ พรหมสุวรรณ (2542) "การศึกษาเจตคติต่อการเรียนกลุ่มวิชาการงานและอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3" กรุงเทพมหานคร ปริญญาโทการศึกษามหาบัณฑิต คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา
- ธีรวุฒิ เอกะกุล (2542) *การวัดเจตคติ* อุบลราชธานี คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏอุบลราชธานี นครราชสีมา
- นพมาศ อึ้งพระ และคณะ (2547) *จิตวิทยาทั่วไป* กรุงเทพมหานคร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- นพมาศ อึ้งพระ (2546) *ทฤษฎีบุคลิกภาพและการปรับตัว* พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- นารี จิตรรักษา (2549) *พัฒนาการวัยรุ่น* คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
- นิชลักษณ์ สุขสวัสดิ์ (2546) "ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3" โรงเรียนปากพั่น จังหวัดนครศรีธรรมราช วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

- นิตยา อุทธรการ (2552) "การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคม
ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสันป่าตองวิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่"
วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- บุญชม ศรีสะอาด (2537) *หลักและวิธีการสอน* กรุงเทพมหานคร สุวีริยาสาส์น
- ประพิมพร สันวงศ์ (2551) "การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างระเบียบวินัยในตนเองของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3" การศึกษาแบบอิสระ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ปิยนันท์ สวัสดิ์ศฤงคาร (2556) การพัฒนาพฤติกรรมความปลอดภัยควรเปลี่ยนเจตคติก่อนหรือ
เปลี่ยนพฤติกรรมก่อน ค้นคืนวันที่ 9 กรกฎาคม 2557 จาก
<http://www.oknation.net/blog/print.php?id=891703>
- พงศ์พันธุ์ ไชยบุญเรือง (2547) "ผลของกิจกรรมแนะแนวต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน
ชายเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4" การศึกษาแบบอิสระ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- พรพิมล ไชยทางกูร (2548) *พัฒนาการวัยรุ่น* กรุงเทพมหานคร เรือนแก้ว
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2549) *จิตวิทยาพัฒนาการ* กรุงเทพมหานคร แอคทีฟพริ้นท์ ศูนย์หนังสือ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- พรสุข หุ่นนิรันดร์ (2542) *หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและ
พลศึกษา สุขศึกษา ม.6 ช่วงชั้นที่ 4* กรุงเทพมหานคร อักษรเจริญทัศน์
- พวงพรรณ พรหมวงศ์ (2547) "การพัฒนาชุดการเรียนรู้แบบศูนย์การเรียนรู้เรื่อง เพศศึกษาสำหรับ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4" การศึกษาค้นคว้า ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาประถมศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- พัชรภรณ์ รักช่วย (2546) "ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการพัฒนาความรับผิดชอบในการ
เรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปากพอง จังหวัดนครศรีธรรมราช"
วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
สุโขทัยธรรมมาธิราช
- พิตร ทองชั้น (2544) *หลักการวัดผล* กรุงเทพมหานคร โอเดียนสโตร์
- มยุรี วิสุตราศัย (2547) "ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2" วิทยานิพนธ์ ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการ
แนะแนว มหาวิทยาลัยบูรพา

- รัตนากาล คำสอน (2550) "การประยุกต์เทคนิคการตอบสนองเชิงสู่่มการศึกษาพฤติกรรมทางเพศ
ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนประจำ จังหวัดอุดรดิตต์" วิทยานิพนธ์
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสถิติประยุกต์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ราตรี ประชุมพันธ์ (2551) "ผลของชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรและทัศนคติที่ดีต่อ
การเรียนของนักเรียนในช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนบ้านหนองไร่ จังหวัดยโสธร" วิทยานิพนธ์
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ (2544) *การวัดด้านจิตพิสัย* กรุงเทพมหานคร สิริวิยาสาน์
- วรรณศิริ ปิ่นทอง (2549) "ความสามารถในการพยากรณ์ของการอบรมเลี้ยงดู การสนับสนุนทาง
สังคมจากกลุ่มเพื่อนการรับรู้ข้อมูลทางเพศผ่านสื่อ และการควบคุมตนที่มีต่อพฤติกรรม
ทางเพศของวัยรุ่น" วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา
การศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- วัชรีย์ ทรัพย์มี (2523) *การแนะแนวอาชีพ* กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย
- วัฒนกิจ สิทธิสถิตอังกูร (2546) "การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวกลุ่มเพื่อพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคล
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยา กรุงเทพมหานคร
- วิเชียร เกตุสิงห์ (2534) *คู่มือการวิจัย การวิจัยเชิงปฏิบัติ* กรุงเทพมหานคร
- วีไล คุณคำ (2553) "ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2"
วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏ
อุบลราชธานี
- วีไลพร สุขสนอง (2548) "พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น กรณีศึกษานักเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ
วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์" การศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญา
คหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- วีไลรัตน์ ทาโส (2555) "การใช้กิจกรรมทางวัฒนธรรมเพื่อส่งเสริมเจตคติที่มีต่อการเรียนภาษาญี่ปุ่น
ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย" วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ศรีเรือน แก้วกังวาล (2553) *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย* กรุงเทพมหานคร มหาวิทยาลัย
ธรรมศาสตร์
- ศิริรัตน์ แสนยากุล (2546) "ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาแรงจูงใจ
ใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพระแม่มาลีราษฎร์ประดิษฐ์
กรุงเทพมหานคร" วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

- ศุภรัตน์ สุธรรมแปง (2543) "เจตคติที่มีต่อการคบเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทิงวิทยาคม จังหวัดเชียงราย" วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- สมร ทองดี และปราณี รามสุต (2545) "แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว ประมวลสาระ ชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือ และกิจกรรมแนะแนว หน่วยที่ 9 หน้า 30 นนทบุรี" บัณฑิตศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- สมฤทัย จินต้วง (2542) "การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติต่อวิชาชีววิทยาของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยใช้วิธีสอนแบบแผนผังมโนทัศน์กับการสอนแบบปกติ" วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ แขนงวิชาหลักสูตร และการสอน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- สรานุทิพย์ อนุมติ (2545) "ผลของกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองเกี่ยวกับยาเสพติด ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนห่อพระ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่" วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว (2552) *การเปลี่ยนแปลงเจตคติ “จดหมายข่าวเพื่อ เสริมสร้างความเสมอภาคหญิงชายปีที่ 2”* วารสารกรมโยธาธิการและผังเมือง คั่นคืน วันที่ 12 กรกฎาคม 2557 http://eservices.dpt.go.th/eservice_6/ejournal/29/29-11.pdf?journal_edition=29
- สินิทธ์ วงศ์ธิดาร (2546) "การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนแม่สายประสิทธิ์ศาสตร์ จังหวัดเชียงราย" วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- สุพัฒนา ร่วมโพธิ์ (2546) "ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการแสดงออกที่เหมาะสมในการ เคารพความขัดแย้งระหว่างเพื่อนของนักศึกษาระดับ ปวช. แผนกพณิชยการ วิทยาลัยเทคนิคจันทบุรี" วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- สุภัทรา จิตรพงษ์ (2549) "การนิเทศแบบคลินิกเพื่อพัฒนาสมรรถภาพการจัดกิจกรรมแนะแนวของครู ประถมศึกษา" วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาหลักสูตรและ การนิเทศ ภาควิชาหลักสูตรและวิธีสอน มหาวิทยาลัยศิลปากร

- สุภาพร กุลดิล (2550) "ผลของการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีของมิชชินต่อเจตคติทางเพศ และสัมพันธภาพภายในครอบครัว ตามการรับรู้ของกระเทยในตำบลแก้งไก่อำเภอสังขม จังหวัดหนองคาย" วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- สุรภี เรื่องสุวรรณ (2555) *คู่มือเลี้ยงลูก เพศสัมพันธ์* ชมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นแห่งประเทศไทย ค้นคืนวันที่ 10 สิงหาคม 2557 จาก <http://www.rcpsych.org/cap/book04.php>
- สุรศักดิ์ หลาบมาลา (2551) *การศึกษาทางเลือกในโรงเรียน* วารสารการศึกษาไทย ปีที่ 4 ฉบับที่ 43 ค้นคืนวันที่ 10 สิงหาคม 2557 จาก http://www.myfirstbrain.com/teacher_view.aspx?ID=78723
- สุรางค์ โค้วตระกูล (2545) *จิตวิทยาการศึกษา* กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สุวรี ศิวะแพทย์ (2549) *จิตวิทยา* กรุงเทพมหานคร โอ.เอส. พรินติ้งเฮาส์
- อนรรฆนงค์ เรียบร้อยเจริญ (2551) "ปัจจัยเชิงเหตุบูรณาการระหว่างบ้าน โรงเรียน และจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมป้องกันการคุกคามทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาในโครงการก้าวอย่างเข้าใจ" รางวัลผลงานด้านการวิจัยและพัฒนาระบบพฤติกรรมไทย ประจำปี 2550 สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.)
- อรพินท์ มณีวงศ์ (2549) "พฤติกรรมทางเพศของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา อำเภอมะนัง จังหวัดลำปาง" วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตรมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- อารีรัตน์ หมั่นหาทรัพย์ (2554) "ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อการออกนอกระบบ และความจงรักภักดีต่อองค์กรของบุคลากรสายสนับสนุนโรงพยาบาลศิริราช" การศึกษาค้นคว้าปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการภาครัฐและภาคเอกชน มหาวิทยาลัยศิลปากร
- Cronbach, Lee J. (1970). *Essentials of Psychological Testing*. New York: Harper and Row Publishers.
- Egger, R. and Mathias. (1993) "T.HIV/AIDS" Related knowledge, Attudes, and Practice Among Managum Secondary Scholl Student.
- Grande, Perer P. (1968) "Atitudes of Counselors and Disadvantaged Students Toward School Guidance," *The Personal and Guidance Journal* 46(124): 889-892
- Lee, Michele E.M. (1993) "Life Issue" Teenage Sexuality. New York : Marshall Cavendish

- Offer, Danfel.(1971) "Sexual Behavior of A group of Normal Adolescents," *Medical ASpects of Human Sexuality*. 9 (September 1971) : 40 – 49.
- Rogers, Dorothy.(1970) *The Psychology of Adolescent*. New Jersey : Prentice – Hall.
- Sicard and J. M. (1992) "Molecular epidemiology of Streptococcus pneumonia with decreased susceptibility to penicillin in a Paris children's hospital." In *PubMed Central will retrieve*.
- Stewart, Jean E (1976) "A Model of Guidance Services of Now Constiuncies in Selected Urban Florida Community Colleges," *Dissertation Abstracts International*. 37(5): 2570-2571 A: November.
- Susan H., Ronni S. (1983) "Fox for Affecting Sexual and Contraceptive Altitude and Behaviors among Adolescent," *Dissertation Abstracts International*. 5 (September 1983) : 34.
- Thurstone, L.L. (1967) *Attitude Theory and Measurement* New York : John Wiley & Sons.
- _____. (1970) *Attitude Measuerment* Chicago : Rand McNally.
- Traindis, Harry G. (1979) *Attitude and Attitude Change* New York John Wiley & Sons.
- Utomo, I. D. (1997) "Sexual Attitudes and Behavior of Middle-class Young People in Jakarta." Ph.D Thesis. Canberra The Australian National University.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย



รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1

ชื่อ-สกุล	ดร.ศักดา วงศ์วรนิรันดร์
ตำแหน่ง	ครูชำนาญการพิเศษ คส.3 ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้างาน ภาษาต่างประเทศและระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนพานพิทยาคม

ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2

ชื่อ-สกุล	นางอภิญญา สุภามณี
ตำแหน่ง	ครูชำนาญการพิเศษ คส.3 ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้างาน แนะแนวและระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนพานพิทยาคม

ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3

ชื่อ-สกุล	นางกาญจนา จนาพิระกนิษฐ
ตำแหน่ง	ครูชำนาญการพิเศษ คส.3 ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้างานแนะแนว
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนสามัคคีวิทยาคม 2

ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4

ชื่อ-สกุล	นางสินิษฐ์ วงศ์ธิดาธร
ตำแหน่ง	ครูชำนาญการพิเศษ คส.2 ปฏิบัติหน้าที่ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนและการสอนวิทยาศาสตร์
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนพานพิทยาคม

ภาคผนวก ข

แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม



แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

.....

แบบวัดเพื่อการวิจัย เรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพานพิทยาคม อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย

คำชี้แจง

1. แบบวัดฉบับนี้มี 4 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบ

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้ตอบที่มีต่อเจตคติทางเพศ จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้สึกของผู้ตอบที่มีต่อเจตคติทางเพศจำนวน 15 ข้อ

ตอนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับการแสดงออกทางเพศของผู้ตอบที่มีต่อเจตคติทางเพศจำนวน 20 ข้อ

2. โปรดอ่านคำชี้แจงก่อนตอบแบบสอบถามแต่ละตอนให้เข้าใจ

3. ข้อมูลที่ได้จากการทำแบบวัดเจตคติทางเพศผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับและจะเสนอ
ผลการวิจัยโดยส่วนรวม จึงขอความกรุณาทำแบบวัดให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริง และตาม
ความรู้สึกที่แท้จริง คำตอบของนักเรียนมีความสำคัญ และเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยอย่างยิ่งที่จะช่วย
เป็นแนวทางในการพัฒนาเยาวชนอันจะเป็นกำลังของชาติให้เป็นพลเมืองที่มีประสิทธิภาพต่อไป

นางสาวณิลบล เจริญรุ่งมาลา

นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ แขนงวิชาการแนะแนว

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ตอบ

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน หน้าคำตอบเพียงข้อเดียว หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริงของนักเรียน

หญิง ชาย

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของผู้ตอบที่มีต่อเจตคติทางเพศ

คำชี้แจง แบบวัดนี้ออกแบบขึ้นเพื่อวัดระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับเจตคติทางเพศโปรดอ่านข้อความด้วยความรอบคอบและใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านต่อเจตคติทางเพศ

ระดับความคิดเห็น

5	หมายถึง	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4	หมายถึง	เห็นด้วย
3	หมายถึง	ไม่แน่ใจ
2	หมายถึง	ไม่เห็นด้วย
1	หมายถึง	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		5	4	3	2	1
	ด้านความคิด					
1	การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติสำหรับเพศชายและหญิง					
2	หญิงไทยควรจะรักษานวลสงวนตัว ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน					
3	ไม่ควรเปลี่ยนคู่นอนบ่อยเพราะอาจเกิดผลเสียโดยการติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์					
4	ในสภาพสังคมปัจจุบันพฤติกรรมรักร่วมเพศเป็นเรื่องปกติ					
5	การคบเพื่อนต่างเพศควรอยู่ในกรอบของขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมไทย					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
6	สภาพโรงเรียนสหศึกษาทำให้เกิดการเรียนรู้ในการคบเพื่อนต่างเพศ					
7	ถ้าไม่ได้อยู่ในชุดนักเรียน สามารถจับมือถือแขนโอบกอดกับคนรักได้					
8	ในที่สาธารณะบางแห่ง นักเรียนแสดงออกทางเพศได้อย่างเต็มที่					
ด้านความคิด		5	4	3	2	1
9	เมื่อนักเรียนพร้อมและคนรักของนักเรียนยินยอมก็มีเพศสัมพันธ์กันได้					
10	แม้นักเรียนคบหากับคนรักจนนักเรียนไว้วางใจก็ไม่สามารถบอกได้ว่าคนรักของนักเรียนนั้นปลอดภัยจากเชื้อเอชไอวี					
11	การมีเพศสัมพันธ์หลังแต่งงานย่อมดีกว่าก่อนแต่งงาน					
12	การอยู่ในกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกันจะมีความสุขสบายใจมากกว่าอยู่ในกลุ่มเพื่อนต่างเพศ					
13	นักเรียนได้เสียกันเพราะคิดว่ารักกันและจะแต่งงานกันในอนาคต					
14	การตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องการทำแท้งนั้นควรจะเป็นเรื่องของผู้หญิงเท่านั้น					
15	ความคิดเห็นที่แตกต่างกันด้านความรู้เรื่องเพศเป็นสิ่งปกติในสังคม					
16	หญิงสาวบริสุทธิ์ก็มีโอกาสเป็นมะเร็งในปากมดลูกได้					
17	เด็กหนุ่มสาวควรมีโอกาสได้รับอนุญาตให้ออกไปเที่ยวกลางคืนด้วยกันโดยไม่ต้องเข้มงวดกวดขันเกินไป					
18	เรื่องเพศเป็นเรื่องของแต่ละบุคคลที่จะตัดสินใจเลือกเองมากกว่าที่จะเป็นไปตามกฎของสังคม					
19	การอยู่กินแบบสามีภรรยาระหว่างเรียนเป็นเรื่องทำได้ถ้ามีการคุมกำเนิดไว้อย่างรัดกุมแล้ว					
20	ครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเรื่องเพศของวัยรุ่น					

ระดับความคิดเห็น		คะแนนด้านบวก	คะแนนด้านลบ
5	หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4	0
4	หมายถึง เห็นด้วย	3	1
3	หมายถึง ไม่แน่ใจ	2	2
2	หมายถึง ไม่เห็นด้วย	1	3
1	หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	0	4

ข้อความด้านบวก คือ ข้อ 2 3 5 7 10 11 12 19 20

ข้อความด้านลบ คือ ข้อ 1 4 8 9 13 14 15 16 17 18

ตอนที่ 3 ความรู้สึกของผู้ตอบที่มีต่อเจตคติทางเพศ

คำชี้แจง แบบวัดนี้ออกแบบขึ้นเพื่อวัดระดับความรู้สึกที่มีต่อเจตคติทางเพศโปรดอ่านข้อความด้วยความรอบคอบและใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านที่มีต่อเจตคติทางเพศ

ระดับความคิดเห็น		
5	หมายถึง	มากที่สุด
4	หมายถึง	มาก
3	หมายถึง	ปานกลาง
2	หมายถึง	น้อย
1	หมายถึง	น้อยที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความรู้สึก				
		5	4	3	2	1
	ด้านความรู้สึก					
1	การพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศในที่สาธารณะเป็นสิ่งน่าอาย					
2	การแสดงออกทางเพศยังต้องคำนึงถึงสังคมและวัฒนธรรมของคนไทย					
3	การยั่วยวนเพศตรงข้ามที่มีวัยเหมาะสมเป็นสิ่งไม่เสียหายอะไร					
4	นักเรียนชอบเพศเดียวกันมากกว่าเพศตรงข้าม					
5	ประสบการณ์ทางเพศบางอย่างทำให้นักเรียนรู้สึกผิด					
6	นักเรียนอยากแอบดูคนอื่นแสดงบทรักกัน					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความรู้สึก				
		5	4	3	2	1
	ด้านความรู้สึก					
7	นักเรียนมักครุ่นคิดและมีความต้องการเกี่ยวกับเรื่องเพศแทบทุกวัน					
8	ความรู้สึกผิดชอบชั่วดีทางเพศมักเป็นสิ่งรบกวนจิตใจนักเรียนมากเกินไป					
9	นักเรียนรู้สึกภูมิใจเวลาแต่งตัวสวยงามแล้วมีคนมอง					
10	นักเรียนมีอารมณ์ทางเพศเมื่ออยู่กับเพศตรงข้าม					
11	นักเรียนมีความกังวลในเรื่องการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายสัดส่วนและรูปร่าง					
12	นักเรียนอยากอยู่ใกล้ชิดและทำงานร่วมกันกับคนรัก					
13	ฉันภูมิใจที่คบเพื่อนต่างเพศได้หลายคน ในเวลาเดียวกัน					
14	นักเรียนชอบการถูกเนื้อต้องตัวกับเพศตรงข้าม					
15	เรื่องเพศเป็นความลับ ต้องหลบซ่อนและเป็นของต้องห้าม					

ระดับความรู้สึก		คะแนนด้านบวก	คะแนนด้านลบ
5	หมายถึง มากที่สุด	4	0
4	หมายถึง มาก	3	1
3	หมายถึง ปานกลาง	2	2
2	หมายถึง น้อย	1	3
1	หมายถึง น้อยที่สุด	0	4

ข้อความด้านบวก คือ ข้อ 1 2 3 4 5 8 15

ข้อความด้านลบ คือ ข้อ 6 7 9 10 11 12 13 14

ตอนที่ 4 การแสดงออกทางเพศของผู้ตอบที่มีต่อเจตคติทางเพศ

คำชี้แจง แบบวัดนี้ออกแบบขึ้นเพื่อวัดระดับการแสดงออกทางเพศโปรดอ่านข้อความด้วยความรอบคอบและใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องว่างที่ตรงกับการแสดงออกทางเพศของท่าน

ระดับความคิดเห็น

5	หมายถึง	เป็นประจำ
4	หมายถึง	บ่อยครั้ง
3	หมายถึง	บางครั้ง
2	หมายถึง	น้อยครั้ง
1	หมายถึง	ไม่เคยเลย

ลำดับ	ข้อความ	ระดับการแสดงออกทางเพศ				
		5	4	3	2	1
	ด้านพฤติกรรม					
1	ข้าพเจ้ามีความรับผิดชอบต่อเพศตรงข้ามไม่หลอกลวงไม่ข่มเหงน้ำใจ					
2	ข้าพเจ้าชอบแอบดูคนอื่นแสดงบทรักกัน					
3	ข้าพเจ้ารักใคร่สักคนข้าพเจ้ากล้าที่จะลองเรื่องเพศกับเขาได้ทั้งนั้น					
4	ข้าพเจ้าคบกับคนรักโดย มีการผูกเนื้อต้องตัวกัน					
5	ข้าพเจ้านอนหนุนตักคนรักเมื่ออยู่ในที่ลับตาคน					
6	ข้าพเจ้าแสดงความเป็นเจ้าของซึ่งกันและกันอย่างเปิดเผย					
7	ข้าพเจ้าไปเที่ยวบ้านคนรักทุกเสาร์-อาทิตย์ แทนการไปเที่ยวที่อื่น					
8	ข้าพเจ้าเรียนพิเศษกลุ่มเดียวกับคนรักเพื่อจะได้พบเจอกัน					
9	ข้าพเจ้าโอบกอดกับคนรักเมื่อนั่งดูภาพยนตร์					
10	ข้าพเจ้าแต่งกายสุภาพ เรียบร้อย มิดชิดรัดกุมในทุกสถานการณ์					
11	ข้าพเจ้าพูดจาสุภาพ ไม่หยาบคาย กับเพศตรงข้าม					
12	ข้าพเจ้าจะมีความรู้สึกทางเพศเพิ่มมากขึ้น เมื่อดื่มสุรา					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับการแสดงออกทางเพศ				
		5	4	3	2	1
ด้านพฤติกรรม						
13	ข้าพเจ้าไม่พูดจาและแสดงกิริยาเกี่ยวพาราสิทธิ์ล่วงเกินเพศตรงข้าม					
14	ข้าพเจ้าช่วยเหลือ แสดงความห่วงใยต่อเพศตรงข้าม					
15	ข้าพเจ้ามีการป้องกันหากต้องมีเพศสัมพันธ์					
16	ข้าพเจ้าเคยซื้อหรือใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดหรือถุงยางอนามัยที่มีจำหน่ายและหาซื้อได้ทั่วไป					
17	ข้าพเจ้าเรียนรู้เรื่องเพศจากประสบการณ์ของตนเอง					
18	ข้าพเจ้าเที่ยวสถานเริงรมย์ และแต่งตัวล่อแหลมในยามค่ำคืน					
19	ข้าพเจ้ามักอยู่กันสองต่อสองกับคนรักในที่พัก					
20	ข้าพเจ้าเคยอ่านหนังสือ หรือสื่ออื่น ที่มีภาพโป๊เปลือยหรือมีเนื้อหาทางกามารมณ์					

ระดับความรู้สึก		คะแนนด้านบวก	คะแนนด้านลบ
5	หมายถึง เป็นประจำ	4	0
4	หมายถึง บ่อยครั้ง	3	1
3	หมายถึง บางครั้ง	2	2
2	หมายถึง น้อยครั้ง	1	3
1	หมายถึง ไม่เคยเลย	0	4

ข้อความด้านบวก คือ ข้อ 1 7 10 11 13 14 15 16

ข้อความด้านลบ คือ ข้อ 2 3 4 5 6 8 9 12 17 18 19 20

การแปลความหมาย	คะแนน	0-72	หมายถึง	มีระดับเจตคติทางเพศที่ต่ำ
	คะแนน	73-146	หมายถึง	มีระดับเจตคติทางเพศที่ปกติ
	คะแนน	147-220	หมายถึง	มีระดับเจตคติทางเพศที่สูง

ภาคผนวก ค

ผลการพิจารณาคุณภาพของแบบวัด



ผลการประเมินคุณภาพเครื่องมือ

“แบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม” ผู้ทรงคุณวุฒิ 4 ท่าน ดำเนินการประเมินความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามปฏิบัติการของเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

+1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อความวัดตรงกับนิยามปฏิบัติการของเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าข้อความวัดตรงกับนิยามปฏิบัติการของเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

-1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อความวัดไม่ตรงกับนิยามปฏิบัติการของเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

ข้อคำถามของแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
ด้านความคิด					
1. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติสำหรับเพศชายและหญิง	+1	+1	+1	+1	1
2. หญิงไทยควรจะรักษานวลสงวนตัว ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน	+1	+1	+1	+1	1
3. ไม่ควรเปลี่ยนคู่นอนบ่อยเพราะอาจเกิดผลเสียโดยการติดโรคทางเพศสัมพันธ์	+1	+1	+1	+1	1
4. ในสภาพสังคมปัจจุบันพฤติกรรมรักร่วมเพศเป็นเรื่องปกติ	+1	+1	+1	+1	1
5. การคบเพื่อนต่างเพศควรอยู่ในกรอบของขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมไทย	+1	+1	+1	+1	1
6. สภาพโรงเรียนสหศึกษาทำให้เกิดการเรียนรู้ในการคบเพื่อนต่างเพศ	0	0	+1	+1	0.5
7. ถ้าไม่ได้อยู่ในชุดนักเรียน สามารถจับมือถือแขนโอบกอดกับคนรักได้	+1	+1	+1	+1	1
8. ในที่สาธารณะบางแห่ง นักเรียนแสดงออกทางเพศได้อย่างเต็มที่	+1	+1	+1	+1	1

ข้อความของแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
ด้านความคิด					
9. เมื่อนักเรียนพร้อมและคนรักของนักเรียน ยินยอมก็มีเพศสัมพันธ์กันได้	0	+1	+1	+1	0.75
10. แม้นักเรียนคบหากับคนรักจนนักเรียนไว้วางใจก็ ไม่สามารถบอกได้ว่าคนรักของนักเรียนนั้นปลอดภัย จากเชื้อเอชไอวี	0	+1	+1	+1	0.75
11. การมีเพศสัมพันธ์หลังแต่งงานย่อมดีกว่าก่อน แต่งงาน	+1	+1	+1	+1	1
12. การอยู่ในกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกันจะมีความสุข ใจมากกว่าอยู่ในกลุ่มเพื่อนต่างเพศ	+1	+1	+1	0	0.75
13. นักเรียนได้เสียกันเพราะคิดว่ารักกันและจะ แต่งงานกันในอนาคต	+1	+1	+1	+1	1
14. การตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องการทำแท้งนั้นควรจะ เป็นเรื่องของผู้หญิงเท่านั้น	+1	+1	+1	+1	1
15. ความคิดเห็นที่แตกต่างกันด้านความรู้เรื่องเพศ เป็นสิ่งปกติในสังคม	0	-1	+1	+1	0.25
16. หญิงสาวบริสุทธิ์ก็มีโอกาสเป็นมะเร็งในปาก มดลูกได้	+1	0	+1	+1	0.75
17. เด็กหนุ่มสาวควรมีโอกาสได้รับอนุญาตให้ ออกไปเที่ยวกลางคืนด้วยกันโดยไม่ต้องเข้มงวด กวดขันเกินไป	+1	+1	+1	+1	1
18. เรื่องเพศเป็นเรื่องของแต่ละบุคคลที่จะตัดสินใจ เลือกเองมากกว่าที่จะเป็นไปตามกฎของสังคม	+1	0	+1	+1	0.75
19. การอยู่กินแบบสามีภรรยาระหว่างเรียนเป็นเรื่อง ทำได้ถ้ามีการคุมกำเนิดไว้อย่างรัดกุมแล้ว	+1	+1	+1	+1	1

ข้อความของแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
ด้านความคิด					
20. ครอบครัวยุคใหม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเรื่องเพศของวัยรุ่น	+1	+1	+1	+1	1
ด้านความรู้สึก					
1. การพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศในที่สาธารณะเป็นสิ่งที่น่าอาย	+1	+1	+1	+1	1
2. การแสดงออกทางเพศยังต้องคำนึงถึงสังคมและวัฒนธรรมของคนไทย	+1	+1	+1	+1	1
3. การยั่วยวนเพศตรงข้ามที่มีวัยเหมาะสมเป็นสิ่งไม่เสียหายอะไร	+1	+1	+1	+1	1
4. นักเรียนชอบเพศเดียวกันมากกว่าเพศตรงข้าม	+1	+1	+1	+1	1
5. ประสบการณ์ทางเพศบางอย่างทำให้นักเรียนรู้สึกผิด	1	0	+1	+1	0.75
6. นักเรียนอยากแอบดูคนอื่นแสดงบทรักกัน	0	+1	+1	+1	0.75
7. นักเรียนมักครุ่นคิดและมีความต้องการเกี่ยวกับเรื่องเพศแทบทุกวัน	+1	+1	+1	+1	1
8. ความรู้สึกผิดชอบชั่วดีทางเพศมักเป็นสิ่งรบกวนจิตใจนักเรียนมากเกินไป	+1	+1	+1	+1	1
9. นักเรียนรู้สึกภูมิใจเวลาแต่งตัวยั่วยวนแล้วมีคนมอง	+1	+1	+1	+1	1
10. นักเรียนมีอารมณ์ทางเพศเมื่ออยู่กับเพศตรงข้าม	+1	+1	+1	+1	1
11. นักเรียนมีความกังวลในเรื่องการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายสัดส่วนและรูปร่าง	+1	+1	+1	+1	1
12. นักเรียนอยากอยู่ใกล้ชิดและทำงานร่วมกับคนรัก	+1	+1	+1	+1	1

ข้อความของแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
ด้านความรู้สึก					
13. ฉันภูมิใจที่คบเพื่อนต่างเพศได้หลายคน ในเวลาเดียวกัน	+1	+1	+1	+1	1
14. นักเรียนชอบการถูกเนื้อต้องตัวกับเพศตรงข้าม	+1	+1	+1	+1	1
15. เรื่องเพศเป็นความลับ ต้องหลบซ่อนและเป็นของต้องห้าม	+1	+1	+1	+1	1
ด้านพฤติกรรม					
1. ข้าพเจ้ามีความรับผิดชอบต่อเพศตรงข้ามไม่หลอกลวงไม่ข่มเหงน้ำใจ	+1	+1	+1	+1	1
2. ข้าพเจ้าชอบแอบดูคนอื่นแสดงบทรักกัน	+1	+1	+1	+1	1
3. ข้าพเจ้ารักใคร่สักคนข้าพเจ้ากล้าที่จะลองเรื่องเพศกับเขาได้ทั้งนั้น	+1	+1	+1	+1	1
4. ข้าพเจ้าคบกับคนรักโดย มีการถูกเนื้อต้องตัวกัน	+1	+1	+1	+1	1
5. ข้าพเจ้านอนหนุนตักคนรักเมื่ออยู่ในที่ลับตาคน	+1	+1	+1	+1	1
6. ข้าพเจ้าแสดงความเป็นเจ้าของซึ่งกันและกันอย่างเปิดเผย	+1	+1	+1	+1	1
7. ข้าพเจ้าไปเที่ยวบ้านคนรักทุกเสาร์-อาทิตย์ แทนการไปเที่ยวที่อื่น	+1	+1	+1	+1	1
8. ข้าพเจ้าเรียนพิเศษกลุ่มเดียวกันกับคนรักเพื่อจะได้พบเจอกัน	+1	+1	+1	+1	1
9. ข้าพเจ้าโอบกอดกับคนรักเมื่อนั่งดูภาพยนตร์	+1	+1	+1	+1	1
10. ข้าพเจ้าแต่งกายสุภาพ เรียบร้อย มิดชิดรัดกุมในทุกสถานการณ์	+1	+1	+1	+1	1
11. ข้าพเจ้าพูดจาสุภาพ ไม่หยาบคาย กับเพศตรงข้าม	+1	+1	+1	+1	1

ข้อความของแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
ด้านพฤติกรรม					
12. ข้าพเจ้าจะมีความรู้สึกทางเพศเพิ่มมากขึ้น เมื่อ ดื่มสุรา	+1	+1	+1	+1	1
13. ข้าพเจ้าไม่พูดจาและแสดงกิริยาเกี่ยวกับพราสี ล่องเกินเพศตรงข้าม	+1	0	+1	+1	0.75
14. ข้าพเจ้าช่วยเหลือ แสดงความห่วงใยต่อเพศตรง ข้าม	+1	+1	+1	+1	1
15. ข้าพเจ้ามีการป้องกันหากต้องมีเพศสัมพันธ์	+1	+1	+1	+1	1
16. ข้าพเจ้าเคยซื้อหรือใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดหรือ ถุงยางอนามัยที่มีจำหน่ายและหาซื้อได้ทั่วไป	0	+1	+1	+1	0.75
17. ข้าพเจ้าเรียนรู้เรื่องเพศจากประสบการณ์ของ ตนเอง	+1	+1	+1	+1	1
18. ข้าพเจ้าเที่ยวสถานเริงรมย์ และแต่งตัวล่อแหลม ในยามค่ำคืน	+1	+1	+1	+1	1
19. ข้าพเจ้ามักอยู่กันสองต่อสองกับคนรักในที่พัก	+1	+1	+1	+1	1
20. ข้าพเจ้าเคยอ่านหนังสือ หรือสื่ออื่น ที่มีภาพโป้ เปลือยหรือมีเนื้อหาทางกามารมณ์	+1	+1	+1	+1	1

ผลการหาค่าความเที่ยงและค่าอำนาจจำแนก

	ด้านความคิด	ค่าความเที่ยง	ค่าอำนาจจำแนก
1	การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติสำหรับเพศชายและหญิง	.88	.60
2	หญิงไทยควรจะรักษานวลสงวนตัว ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน	.89	.60
3	ไม่ควรเปลี่ยนคู่นอนบ่อยเพราะอาจเกิดผลเสียโดยการติดโรคทางเพศสัมพันธ์	.88	.60
4	ในสภาพสังคมปัจจุบันพฤติกรรมรักร่วมเพศเป็นเรื่องปกติ	.88	.60
5	การคบเพื่อนต่างเพศควรอยู่ในกรอบของขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมไทย	.87	.60
6	สภาพโรงเรียนสหศึกษาทำให้เกิดการเรียนรู้ในการคบเพื่อนต่างเพศ	.87	.60
7	ถ้าไม่ได้อยู่ในชุดนักเรียน สามารถจับมือถือแขนโอบกอดกับคนรักได้	.88	.60
8	ในที่สาธารณะบางแห่ง นักเรียนแสดงออกทางเพศได้อย่างเต็มที่	.88	.60
9	เมื่อนักเรียนพร้อมและคนรักของนักเรียนยินยอมก็มีเพศสัมพันธ์กันได้	.88	.60
10	แม้นักเรียนคบหากับคนรักจนนักเรียนไว้วางใจก็ไม่สามารถบอกได้ว่าคนรักของนักเรียนนั้นปลอดภัยจากเชื้อเอดส์	.88	.60
11	การมีเพศสัมพันธ์หลังแต่งงานย่อมดีกว่าก่อนแต่งงาน	.88	.60
12	การอยู่ในกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกันจะมีความสุขสบายใจมากกว่าอยู่ในกลุ่มเพื่อนต่างเพศ	.88	.60
13	นักเรียนได้เสียกันเพราะคิดว่ารักกันและจะแต่งงานกันในอนาคต	.89	.60

ด้านความคิด		ค่าความเที่ยง	ค่าอำนาจจำแนก
14	การตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องการทำแท้งนั้นควรจะเป็นเรื่องของผู้หญิงเท่านั้น	.88	.60
15	ความคิดเห็นที่แตกต่างกันด้านความรู้เรื่องเพศเป็นสิ่งปกติในสังคม	.88	.60
16	หญิงสาวบริสุทธิ์ก็มีโอกาสเป็นมะเร็งในปากมดลูกได้	.87	.60
17	เด็กหนุ่มสาวควรมีโอกาสได้รับอนุญาตให้ออกไปเที่ยวกลางคืนด้วยกันโดยไม่ต้องเข้มงวดกวดขันเกินไป	.88	.60
18	เรื่องเพศเป็นเรื่องของแต่ละบุคคลที่จะตัดสินใจเลือกเองมากกว่าที่จะเป็นไปตามกฎของสังคม	.89	.60
19	การอยู่กินแบบสามีภรรยาระหว่างเรียนเป็นเรื่องทำได้ถ้ามีการคุมกำเนิดไว้อย่างรัดกุมแล้ว	.88	.60
20	ครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเรื่องเพศของวัยรุ่น	.88	.60
ด้านความรู้สึก		ค่าความเที่ยง	ค่าอำนาจจำแนก
1	การพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศในที่สาธารณะเป็นสิ่งน่าอาย	.87	.45
2	การแสดงออกทางเพศยังต้องคำนึงถึงสังคมและวัฒนธรรมของคนไทย	.88	.43
3	การยั่วยวนเพศตรงข้ามที่มีวัยเหมาะสมเป็นสิ่งไม่เสียหายอะไร	.88	.45
4	นักเรียนชอบเพศเดียวกันมากกว่าเพศตรงข้าม	.88	.60
5	ประสบการณ์ทางเพศบางอย่างทำให้นักเรียนรู้สึกผิด	.88	.43
6	นักเรียนอยากแอบดูคนอื่นแสดงบทรักกัน	.88	.60
7	นักเรียนมักครุ่นคิดและมีความต้องการเกี่ยวกับเรื่องเพศแทบทุกวัน	.87	.45
8	ความรู้สึกผิดชอบชั่วดีทางเพศมักเป็นสิ่งรบกวนจิตใจนักเรียนมากเกินไป	.88	.60
9	นักเรียนรู้สึกภูมิใจเวลาแต่งตัวยั่วยวนแล้วมีคนมอง	.88	.60
10	นักเรียนมีอารมณ์ทางเพศเมื่ออยู่กับเพศตรงข้าม	.88	.45

ด้านความรู้สึก		ค่าความเที่ยง	ค่าอำนาจจำแนก
11	นักเรียนมีความกังวลในเรื่องการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายสัดส่วนและรูปร่าง	.88	.60
12	นักเรียนอยากอยู่ใกล้ชิดและทำงานร่วมกันกับคนรัก	.88	.60
13	ฉันภูมิใจที่คบเพื่อนต่างเพศได้หลายคน ในเวลาเดียวกัน	.87	.45
14	นักเรียนชอบการถูกเนื้อต้องตัวกับเพศตรงข้าม	.88	.60
15	เรื่องเพศเป็นความลับ ต้องหลบซ่อนและเป็นของต้องห้าม	.88	.60
ด้านพฤติกรรม		ค่าความเที่ยง	ค่าอำนาจจำแนก
1	ข้าพเจ้ามีความรับผิดชอบต่อเพศตรงข้ามไม่หลอกลวงไม่ข่มเหงน้ำใจ	.88	.60
2	ข้าพเจ้าชอบแอบดูคนอื่นแสดงบทรักกัน	.88	.60
3	ข้าพเจ้ารักใคร่สักคนข้าพเจ้ากล้าที่จะลองเรื่องเพศกับเขาได้ทั้งนั้น	.88	.52
4	ข้าพเจ้าคบกับคนรักโดย มีการถูกเนื้อต้องตัวกัน	.88	.50
5	ข้าพเจ้านอนหนุนตักคนรักเมื่ออยู่ในที่ลับตาคน	.88	.60
6	ข้าพเจ้าแสดงความเป็นเจ้าของซึ่งกันและกันอย่างเปิดเผย	.88	.60
7	ข้าพเจ้าไปเที่ยวบ้านคนรักทุกเสาร์-อาทิตย์ แทนการไปเที่ยวที่อื่น	.88	.50
8	ข้าพเจ้าเรียนพิเศษกลุ่มเดียวกับคนรักเพื่อจะได้พบเจอกัน	.89	.43
9	ข้าพเจ้าโอบกอดกับคนรักเมื่อนั่งดูภาพยนตร์	.88	.60
10	ข้าพเจ้าแต่งกายสุภาพ เรียบร้อย มิดชิดรัดกุมในทุกสถานการณ์	.88	.45
11	ข้าพเจ้าพูดจาสุภาพ ไม่หยาบคาย กับเพศตรงข้าม	.87	.60
12	ข้าพเจ้าจะมีความรู้สึกทางเพศเพิ่มมากขึ้น เมื่อดื่มสุรา	.88	.65

ด้านพฤติกรรม		ค่าความเที่ยง	ค่าอำนาจจำแนก
13	ข้าพเจ้าไม่พูดจาและแสดงกิริยาเกี่ยวพาราสิลวงเกิน เพศตรงข้าม	.88	.60
14	ข้าพเจ้าช่วยเหลือ แสดงความห่วงใยต่อเพศตรงข้าม	.89	.50
15	ข้าพเจ้ามีการป้องกันหากต้องมีเพศสัมพันธ์	.88	.60
16	ข้าพเจ้าเคยซื้อหรือใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดหรือถุงยาง อนามัยที่มีจำหน่ายและหาซื้อได้ทั่วไป	.88	.50
17	ข้าพเจ้าเรียนรู้เรื่องเพศจากประสบการณ์ของตนเอง	.88	.45
18	ข้าพเจ้าเที่ยวสถานเริงรมย์ และแต่งตัวล่อแหลมใน ยามค่ำคืน	.88	.64
19	ข้าพเจ้ามักอยู่กันสองต่อสองกับคนรักในที่พัก	.87	.60
20	ข้าพเจ้าเคยอ่านหนังสือ หรือสื่ออื่น ที่มีภาพโป้ เปลือยหรือมีเนื้อหาทางกามารมณ์	.87	.43

เกณฑ์ของคะแนน

1. ช่วงคะแนน 0.00 - 0.49 คือ ควรปรับปรุง
2. ช่วงคะแนน 0.50 - 1.00 คือ ดี

สรุปการรายงานคุณภาพของแบบวัดเจตคติทางเพศที่เหมาะสมอยู่ในเกณฑ์ดี และ
คุณภาพทุกข้ออยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ยรวม เท่ากับ 1.00 , ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ เท่ากับ .88,
ค่าอำนาจจำแนก อยู่ระหว่าง .43-.65

ภาคผนวก ง

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม





กิจกรรมแนวแนวคิดที่ ๑

เรื่อง : ปฐมนิเทศ การสร้างความคุ้นเคย และเรียนรู้กติกา

ผู้สอน : นางสาวณิลุบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

การเรียนรู้ ที่จะรู้จักและเปิดเผย ตัวตนของตนเอง เป็นสิ่งสำคัญที่นักเรียนจะต้องเรียนรู้ ทักษะทางสังคมที่สำคัญ ที่จะอยู่ร่วมกันสังคม พร้อมทั้งสร้างสัมพันธ์ภาพของนักเรียนตลอดไปและยังเป็นการรักษาหัวใจ และมิตรภาพให้คงอยู่ต่อไป

การมีกติกาทำให้นักเรียนกล้าแสดงออกความคิดเห็นเป็นการสร้างความมั่นใจว่านักเรียนจะไม่ล้อเลียนกันกติกาที่นักเรียนมักเสนอคือไม่ล้อเลียนกันและการรักษาความลับ

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มด้วยกัน
2. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมกิจกรรม ข้อปฏิบัติและกฎระเบียบของการเข้าร่วมกิจกรรม

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

การดำเนินชีวิตอยู่ในสังคม เราต้องเจอเจอกับสิ่งต่าง ๆ มากมาย ซึ่งมีทั้งสิ่งดี และภัยอันตรายต่าง ๆ ที่นักเรียนจะต้องเผชิญและได้เรียนรู้ โดยการสร้างเสริมการเรียนรู้ทักษะชีวิตที่อาจจะได้นำไปใช้ประโยชน์ในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของนักเรียน ซึ่งจะช่วยให้การดำเนินชีวิต และการรักษาสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลให้คงอยู่ยืนยาวอีกด้วย

การเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดกติกาการเรียนรู้นี้ เป็นการแสดงตัวและเจตจำนงของผู้ดำเนินกิจกรรมที่จะช่วยให้นักเรียนเห็นถึงความยอมรับฟัง และการเคารพความคิดเห็น เป็นเบื้องต้น

กติกาบางเรื่อง แม้จะไม่ถูกนำเสนอโดยนักเรียน แต่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการเรียนรู้ในเรื่องการแสดงออกทางเพศที่ผู้ดำเนินกิจกรรมควรพิจารณา

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ชั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการทบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนกลุ่มนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน ครูกล่าวทักทายและต้อนรับสมาชิกด้วยน้ำเสียงและท่าทีที่อบอุ่นจากนั้นแนะนำตนเองและบทบาทหน้าที่ของครูในฐานะผู้นำกลุ่ม

แนวการเกริ่นนำเข้าสู่กิจกรรม

สวัสดี...นักเรียนทุกคน วันนี้ครูรู้สึกยินดีมากที่ได้มาเป็นผู้นำกลุ่มในวันนี้ และขอต้อนรับนักเรียนเข้าสู่กิจกรรมกลุ่มเพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศ ซึ่งนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมนี้จะได้ประโยชน์ในการพัฒนาตนเองให้มีความรู้ในการปฏิบัติตนทางเพศ การวางตัวกับเพศตรงข้าม รวมทั้งการรับรู้และปฏิบัติตามสื่อและตัวแบบที่กระตุ้นความรู้สึกทางเพศ ได้อย่างเหมาะสม ก่อนอื่นเราทำความรู้จักกันก่อนเริ่มจาก....

2. ให้นักเรียนร่วมกิจกรรมสร้างความคุ้นเคย โดยให้นักเรียนหยิบกระดาษรูปหัวใจขนาดเล็ก คนละ 1 ชิ้น
3. ให้นักเรียนเขียนแนะนำตนเองลงในกระดาษรูปหัวใจขนาดเล็ก เช่น ชื่อ - นามสกุล ชื่อเล่น ฯลฯ
4. ให้นักเรียนออกมาแนะนำตนเอง ให้นักเรียนคนอื่น ๆ รู้จัก แล้วนำกระดาษรูปหัวใจที่เขียนแนะนำตนเองไปติดลงบนภาพต้นไม้
5. เมื่อนักเรียนออกมาแนะนำตัวจนครบทุกคนแล้ว ให้นักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมนี้ว่ามีวัตถุประสงค์อะไร

แนวสรุป

นักเรียนแต่ละคนจะมีหัวใจคนละ 1 ดวง ซึ่งนักเรียนก็ได้เปิดเผยให้เพื่อนสมาชิกในกลุ่มได้รู้จักนักเรียนแล้ว จากนั้นนักเรียนทุกคนได้นำไปติดไว้ที่ต้นไม้ ซึ่งจะเป็นต้นไม้ที่รวมดวงใจของเราทุกคนไว้ ต้นไม้นี้จะเป็นต้นไม้แห่งความรักและปรารถนาดีที่พวกเราทุกคนจะมีให้แก่กัน และพวกเราจะคอยดูแลให้ต้นไม้ของเราออกงาม เหมือนกันนักเรียนทุกคนที่มีชีวิตอนาคตที่ดี งดงาม และสัมพันธ์ภาพของเราทุกคนที่จะคงอยู่ตลอดการเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ และตลอดไป...

ขั้นสรุป

6. ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่องกิจกรรมกลุ่มและประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
7. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย ให้ร่วมกันแสดงความคิดเห็น และครูกล่าวสรุป
8. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น เรื่อง ระเบียบและข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยครูอธิบายถึงความจำเป็นในการที่จะต้องมีระเบียบและข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

แนวการอธิบาย

การอยู่ร่วมกัน ควรต้องมีกรอบในการปฏิบัติตนให้เป็นแนวทางเดียวกัน เพื่อให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อย และบรรลุวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ ขอให้ นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่าเราควรมีกติกาในการอยู่ร่วมกันอย่างไรบ้าง ซึ่งครูขอเรียกว่า “ระเบียบและข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม”

9. ครูกล่าวสรุปเปรียบเทียบและข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

- 1) เปิดเผยตนเองและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นโดยพูดเรื่องราวและแนวคิดของตนเองให้กลุ่มทราบ
- 2) ให้ความคนอื่นได้มีโอกาสพูดบ้าง เพราะนักเรียนอื่นก็ต้องการจะมีส่วนร่วมพูดคุยด้วยเช่นกัน
- 3) ยินดีต้อนรับคำถามทุกคำถาม ถามคำถามที่ต้องการ โดยไม่มีการตำหนิ นักเรียนมีอิสระที่จะถามคำถาม โดยไม่จำเป็นต้องคัดกรองคำถามให้สวยงาม
- 4) เป็นผู้ฟังที่ดี รับฟังและให้กำลังใจเพื่อนนักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออก
- 5) ฟังนักเรียนคนอื่น ๆ ด้วยความตั้งใจ
- 6) รักษาความลับของเพื่อนนักเรียนในกลุ่ม
- 7) ให้นำแนวคิดหรือเสนอแนะให้เพื่อนนักเรียนด้วยความจริงใจ
- 8) มีความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมายให้ทำ
- 9) เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตรงเวลาและสม่ำเสมอ

10. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย และทำความเข้าใจเนื้อหาให้เข้าใจตรงกัน และร่วมกันสรุป โดยครูกล่าวสรุปเพิ่มเติม

แนวการสรุปกิจกรรม

หากเรามีความคุ้นเคยกัน จะทำให้เรากล้าแสดงความคิดเห็นและเกิดความไว้วางใจกัน เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน และที่สำคัญคือ นักเรียนจะรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มมีความจริงใจที่จะช่วยเหลือกันและ จุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้ คือ การพัฒนาเจตคติทางเพศ ให้นักเรียนที่มีเรื่องราวและความรู้สึกที่คล้ายคลึงกัน มีความรู้ ความเข้าใจ และการปฏิบัติตนในเรื่องเพศได้อย่างเหมาะสม และจะเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของนักเรียนต่อไป

กิจกรรมกลุ่มในครั้งนี้เป็นไปตามเป้าหมายมากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับนักเรียนทุกคนในการให้ความร่วมมือ

11. นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมลงในแบบสรุป
12. ครูแจกกำหนดการจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาเจตคติทางเพศ ยุติกิจกรรมกลุ่มและนัดหมายวัด เวลาครั้งต่อไป

สื่อและอุปกรณ์

1. แบบสรุป เรื่อง ข้อปฏิบัติและกฎระเบียบของการเข้าร่วมกิจกรรม
2. กระดาษรูปหัวใจขนาดเล็ก
3. ภาพต้นไม้

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ข้อปฏิบัติและกฎระเบียบของการเข้าร่วมกิจกรรม

ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดกติกาการเรียนรู้อย่างเป็นทางการแสดงตัวและเจตจำนงของครูที่จะช่วยให้นักเรียนเห็นถึงความยอมรับฟัง และการเคารพความคิดเห็นเป็นเบื้องต้น กติกาบางเรื่อง แม้จะไม่ถูกนำเสนอโดยนักเรียน แต่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการเรียนรู้ในเรื่องเจตคติทางเพศ

1) การรักษาความลับ

เป็นเรื่องสำคัญที่จะก่อให้เกิดความเชื่อมั่นต่อการพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ จึงเป็นเรื่องสำคัญที่จะไม่นำเรื่องต่าง ๆ ที่ได้รับการเปิดเผย แบ่งปันเพื่อการเรียนรู้ในห้องเรียน ไปเล่าต่อให้คนอื่นฟัง

2) การเปิดใจกว้าง

ในการรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง และพร้อมแลกเปลี่ยนความรู้ และความคิดเห็นของตนเองในประเด็นต่าง ๆ จะช่วยให้เกิดบรรยากาศการเรียนรู้อย่างสนุกสนาน ตลอดจนเป็นการพัฒนามุมมองต่อเรื่องต่าง ๆ ของตนเองด้วย

3) การไม่ด่วนตัดสินคุณค่า

เป็นเรื่องธรรมดาที่เราจะมีความเห็นไม่ตรงกัน หรือมีการโต้แย้งกัน ดังนั้น การที่คิดเห็นแตกต่างกัน ไม่ควรนำมาซึ่งการตัดสินถูกผิดหรือการดูถูกเหยียดหยามคนที่เห็นต่างจากเรา

4) สิทธิในการไม่ตอบคำถาม

กิจกรรมส่วนใหญ่ในหลักสูตรนี้ ส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในทุกกิจกรรม แต่ทุกคนยังมีสิทธิที่จะไม่ต้องการตอบคำถาม บางคำถาม หรือไม่ต้องการแลกเปลี่ยนในบางประเด็น หากรู้สึกไม่พร้อม

5) ทุกคำถามมีคุณค่า

ครูให้ความสำคัญกับคำถามทุกคำถามที่นักเรียนทุกคนถาม แม้บางคำถามอาจมีปฏิกิริยาจากนักเรียนบางคนว่า ไม่น่าถามก็ตาม ซึ่งชี้ให้เห็นว่าเราอาจรู้ไม่เท่ากันทุกคน และการไม่รู้แล้วถามเป็นการเรียนรู้แบบหนึ่ง ดังนั้น จึงเป็นโอกาสที่เราควรเรียนรู้ด้วยกัน

6) บอกความคิดเห็นหรือความรู้สึกของตนเอง

ในกรณีที่ต้องการแสดงความคิดเห็น ทุกคนควรบอกว่าตนเองรู้สึกหรือคิดอย่างไร มากกว่าการกล่าวโทษ หรือพูดถึงผู้อื่น

7) เปิดเผยตนเองและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นโดยพูดเรื่องราวและแนวคิดของตนเองให้กลุ่มทราบ

8) ให้เวลาคนอื่นได้มีโอกาสพูดบ้าง เพราะนักเรียนอื่นก็ต้องการจะมีส่วนร่วมพูดคุยด้วยเช่นกัน

9) ยินดีต้อนรับคำถามทุกคำถาม ถามคำถามที่ต้องการ โดยไม่มีการตำหนิ นักเรียนมีอิสระที่จะถามคำถาม โดยไม่จำเป็นต้องคัดกรองคำถามให้สวยงาม

10) เป็นผู้ฟังที่ดี รับฟังและให้กำลังใจเพื่อนนักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออก

11) ฟังนักเรียนคนอื่น ๆ ด้วยความตั้งใจ

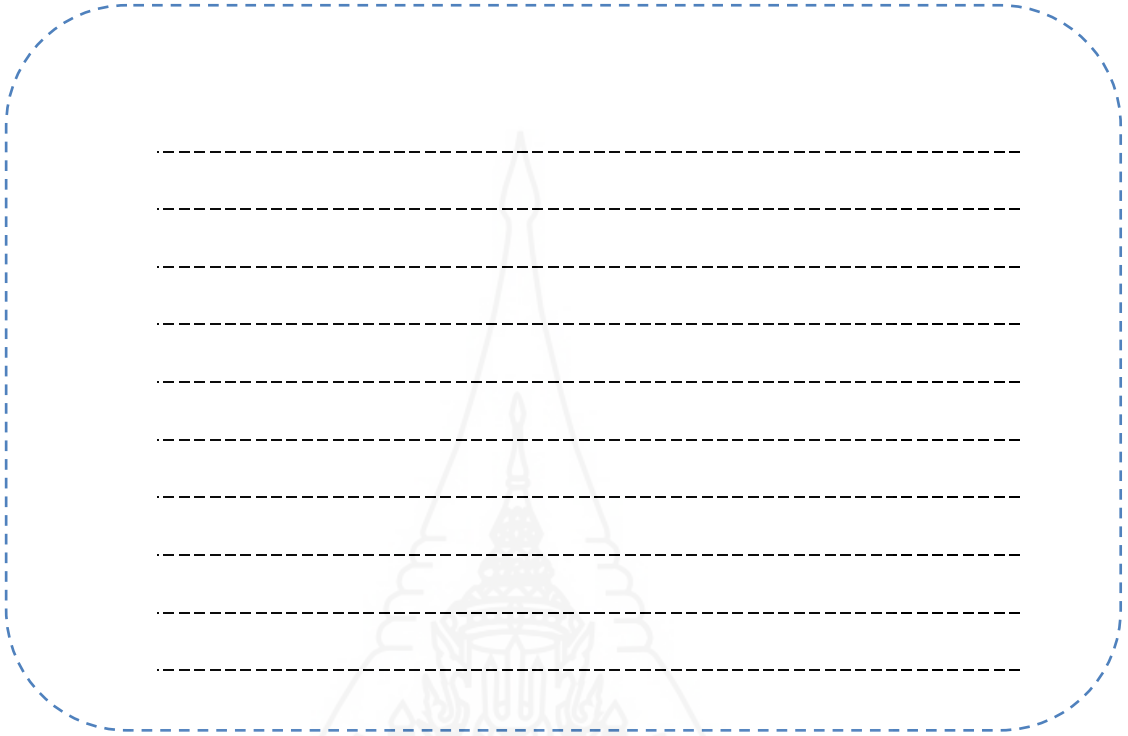
12) ให้แนวคิดหรือเสนอแนะให้เพื่อนนักเรียนด้วยความจริงใจ

13) มีความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมายให้ทำ

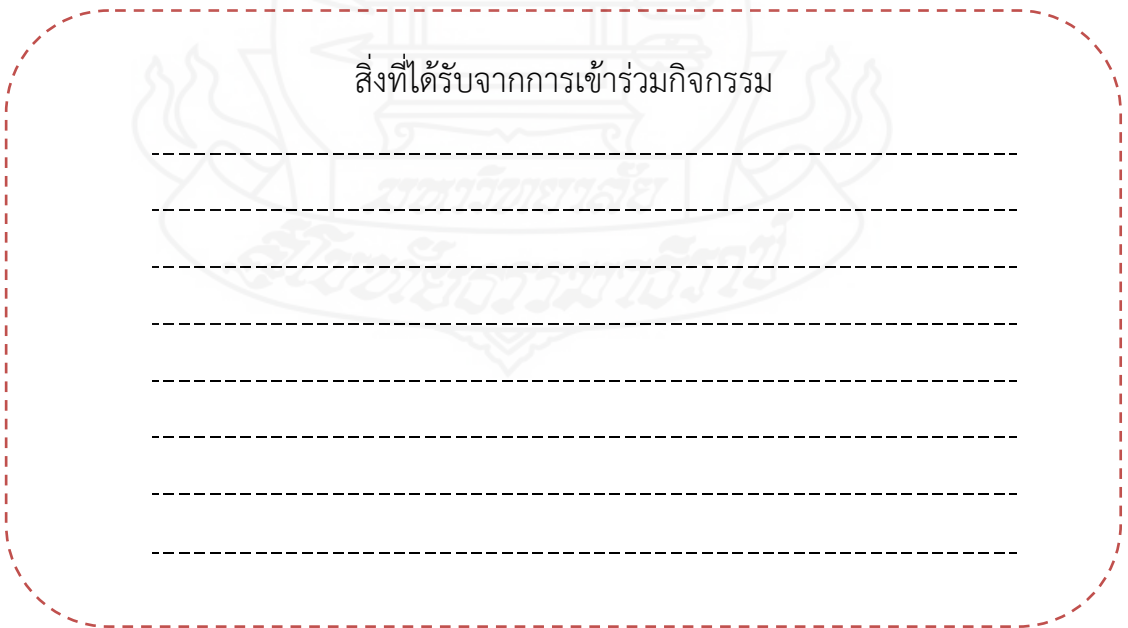
14) เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตรงเวลาและสม่ำเสมอ

แบบสรุป

ข้อปฏิบัติและระเบียบของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม



สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม







เรื่อง : ย้อนรอยวัยรุ่น ว้าวุ่นเรื่องเพศ ค้นหาเหตุ แก้ปัญหา

ผู้สอน : นางสาวณิลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

วัยรุ่น เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกาย อารมณ์ ความรู้สึก พัฒนาการทางเพศเริ่มต้นเมื่อหญิงและชายอายุตั้งแต่ 10 ขึ้นไป ความสนใจร่างกายและภาพลักษณ์ของตนเอง ทำให้วัยรุ่นเกิดความกังวลและสับสน การให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง เป็นสิ่งจำเป็นจะช่วยเติมเต็มความอยากรู้ อยากเห็นดีกว่าที่วัยรุ่นจะไปแสวงหาด้วยตนเองอย่างผิด ๆ

ธรรมชาติของวัยรุ่น ซึ่งเป็นช่วงรอยต่อจากการเป็นเด็กเข้าสู่ผู้ใหญ่ นั้นเหมือนกันไม่ว่ายุคสมัยใด วัยรุ่นจะแสวงหาความตื่นเต้นท้าทาย ลองทำสิ่งใหม่ ๆ ฝ่าฝืนกฎ แสวงหาตัวตนของตนเอง รักอิสระ มองหาต้นแบบ และต้องการการยอมรับจากคนรอบข้าง มีเพียงรูปแบบของการแสดงออกที่เปลี่ยนไปตามยุคสมัย เช่น แฟชั่น การแต่งตัว เทคโนโลยี และเงื่อนไขทางสังคม

การมีความรู้ความเข้าใจธรรมชาติของตนซึ่งอยู่ในวัยรุ่น จะทำให้รู้จักตนเอง ยอมรับตนเอง เตรียมตัวพร้อมที่จะดำเนินชีวิตให้ผ่านระยะวิกฤติได้อย่างเหมาะสม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติของวัยรุ่น
2. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความต้องการ ยอมรับปัญหา และมีแนวทางในการป้องกัน และแก้ไขปัญหาได้
3. เพื่อให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ทางร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นได้
4. เพื่อให้นักเรียนบอกประโยชน์ของการมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องเพศได้

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

1. หากนักเรียนได้ระลึกถึงเหตุการณ์และแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน ทำให้ได้นำแบบแผนการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติตนในช่วงวัยรุ่นมาวิเคราะห์ถึงการกระทำนั้น ซึ่งจะได้

รับรู้ความรู้สึกความต้องการการใช้ชีวิตของบุคคลอื่น และของตนเองในขณะที่เป็นวัยรุ่น เพื่อที่จะได้รู้จักตนเองว่าตนเองได้ใช้ชีวิตแบบใด ได้รับการยอมรับมากน้อยแค่ไหน ในอดีตเป็นอย่างไร ซึ่งจะได้นำมาปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงให้เกิดผลดีขึ้นไปในอนาคต หรือเมื่อเราได้ผ่านช่วงชีวิตในวัยรุ่นไปแล้ว ได้ย้อนกลับมามองและได้คิดว่าเราได้ใช้เวลา และชีวิตคุ้มค่าหรือไม่ เหมาะสมเพียงใด

2. การให้นักเรียนได้ศึกษาถึงการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจริยธรรม ทำให้นักเรียนซึ่งอยู่ในช่วงของวัยรุ่นได้มีความรู้ ความเข้าใจธรรมชาติของตนเอง ยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองในด้านต่าง ๆ ดังกล่าว และเตรียมตัวให้พร้อมที่จะเผชิญกับความเปลี่ยนแปลง ปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ ทั้งในพฤติกรรม การแสดงออก และการปรับตัว เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตให้ผ่านพ้นระยะวิกฤตได้อย่างเหมาะสม และนำตนไปสู่ความเป็นบุคคลที่มีคุณภาพในภายภาคหน้าได้

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ขั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการตอบคำถามตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. ครูตั้งคำถามว่าในช่วงวัยใดของมนุษย์ ซึ่งเป็นช่วงที่แสวงหาความตื่นเต้นท้าทาย ลองทำสิ่งใหม่ ๆ ฝ่าฝืนกฎ และรักอิสระ
2. นักเรียนสำรวจความคิด ความรู้สึก และความต้องการของตนเอง
3. นักเรียนแต่ละคนอ่านใบความรู้เรื่อง “วัยอลวน” เรื่อง “วัยรุ่นกับความกังวลเรื่องเพศ” และเรื่อง การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น”
4. นักเรียนแบ่งกลุ่มละ 5 – 6 คน แต่ละกลุ่มอ่านใบงานทั้ง 3 เรื่อง และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของแต่ละคนพร้อมอภิปรายแสดงความคิดเห็นให้ได้ข้อสรุปของกลุ่ม
5. ทำใบงานเรื่อง “ย้อนรอยวัยรุ่น ว่ารุ่นเรื่อง ค้นหาเหตุ แก่ปัญหา”
6. นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอหน้าชั้นเรียน

ขั้นสรุป

นักเรียนศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้ เรื่องวัยอลวน
2. ใบความรู้ เรื่องวัยรุ่นกับความกังวลเรื่องเพศ

3. ใบความรู้ เรื่องการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น
4. ใบงาน เรื่องย้อนรอยวัยรุ่น ว้าวุ่นเรื่องเพศ ค้นหาเหตุ แก้ปัญหา

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
ประเมินผล	
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ใบความรู้ เรื่อง วัยอลวน

การเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมของวัยรุ่น อาจเกิดขึ้นเร็ว หรือช้า ต่างกันในแต่ละเพศ แต่ละคน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสมบูรณ์ของร่างกาย การรับรู้ และปัจจัยอื่น ๆ แต่ในที่สุดทุกคนจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต

วัยรุ่น หมายถึง ช่วงชีวิตระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญยิ่งเพราะมีการเปลี่ยนแปลงอันซับซ้อนหลายด้าน ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจริยธรรม ซึ่งมีจุดเริ่มต้นและการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

1.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายทั่ว ๆ ไป

การที่ฮอร์โมนเกี่ยวกับการเจริญเติบโตเพิ่มขึ้นมาก ทำให้เด็กเติบโตสูงขึ้นได้รวดเร็ว โดยเฉพาะที่คอ แขน ขา มากกว่าลำตัว ทำให้รู้สึกที่ตัวเองมีรูปร่างเก้งก้าง นำราคาญประกอบการกับการเจริญเติบโต หรือการขยายขนาดของร่างกายแต่ละส่วนอาจเกิดขึ้นไม่พร้อมกัน เช่น ร่างกายซีกซ้าย และขวาเติบโตมีขนาดไม่เท่ากันในระยะแรก ๆ แต่จะเจริญเท่าทันกันในระยะท้าย ๆ จึงควรให้ความมั่นใจกับวัยรุ่น

1.2 การเปลี่ยนแปลงทางเพศ

การเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นมีสาระที่สำคัญ ดังนี้

- 1) การเติบโตเป็นสาววัยรุ่น โดยการมีรอบเดือนครั้งแรกอาจทำให้รู้สึกพอใจ หรือภูมิใจที่เป็นผู้หญิงเต็มตัว หรืออาจรู้สึกในทางลบ หวาดหวั่น ตกใจได้เช่นกัน รอบเดือนในครั้งแรก ๆ จะไม่มีใครสม่ำเสมอหรือขาดหายไปได้หลายเดือน และวัยรุ่นอาจกังวลหมกมุ่นกับรูปร่างได้มักใช้เวลาอยู่หน้ากระจกนาน ๆ เพื่อสำรวจรูปร่าง ส่วนเว้าโค้งของร่างกาย ซึ่งมีไซเพติกรรมที่ผิดปกติแต่อย่างไรก็ตาม
 - 2) แดกเนื้อนุ่ม โดยมีการฝืนเปียกที่มักจะเกิดขึ้นเป็นปกติในวัยรุ่นชายช่วงอายุ 14 – 16 ปี วัยรุ่นชายจะมีอารมณ์ทางเพศสูงสุดและรุนแรงในช่วงอายุ 17 – 18 ปี มีการตื่นตัวทางเพศได้ง่ายและรวดเร็ว มีการตื่นตัวแข็งแกร่งของอวัยวะเพศได้บ่อย ๆ แม้ไม่มีสิ่งปลุกเร้า และอาจเกิดขึ้นในสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสม ทำให้เขารู้สึกเสียหน้า ละอายใจที่ควบคุมร่างกายไม่ได้ ก่อให้เกิดความไม่มั่นใจในตนเองได้
 - 3) การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง วัยรุ่นทั้งหญิงและชายทำความคุ้นเคยกับอวัยวะในร่างกายของตนเอง โดยการลูบคลำสำรวจอวัยวะเพศ มากกว่าร้อยละ 90 ของวัยรุ่นชาย รู้จักการปลดปล่อยอารมณ์ทางเพศ ด้วยการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ส่วนใหญ่ไม่มีผลเสียหายต่อร่างกาย เว้นแต่จะมีความหมกมุ่นมากเกินไป
- อย่างไรก็ตาม ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองก็ยังพบอยู่บ้างในปัจจุบัน วัยรุ่นบางคนคิดละอายใจว่าการกระทำดังกล่าวแสดงว่าตนเองมีอารมณ์ทางเพศสูง ผิดปกติ และการสูญเสียอสุจิเป็นการเสียเลือด ทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย ซุบซิด

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่นส่วนใหญ่มีผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย กล่าวคือ เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย วัยแรกวัยรุ่นบางคนรู้สึกวิตกกังวล กลัวมีความผิดปกติในร่างกาย หรือรู้สึกหงุดหงิด หมกมุ่น ไม่พอใจกับรูปร่างของตน

3. การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

วัยรุ่นระยะต้นชอบที่จะคลุกคลีกับเพื่อนเพศเดียวกัน วัยรุ่นต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ ต้องการทำให้เหมือนเพื่อน ๆ ลอกเลียนลักษณะไม่ว่าจะเป็นการแต่งกาย ทรงผม ภาษา หรือท่าทาง เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ

ดังนั้น ลักษณะของเพื่อนที่วัยรุ่นคบ มักบ่งบอกความรู้สึกถึงภาพพจน์ที่มีต่อตนเอง เพราะวัยรุ่นจะเลือกคบเพื่อนที่คล้าย ๆ ตัวเอง เช่น เด็กเรียนดีก็จะอยู่ในกลุ่ม “หนอนหนังสือ” ด้วยกัน

หรือเด็กที่เรียนอ่อน จะมีภาพพจน์ต่อตนเองในทางลบ ก็จับกลุ่มในพวก “เรียนไม่เอาไหน” เหมือนกัน

4. ปัญหาการปรับตัวในวัยรุ่น

ความขัดแย้งในจิตใจของวัยรุ่นที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วนั้น เป็นสิ่งที่ปกติธรรมดาของการเจริญพัฒนาไปเป็นผู้ใหญ่ แม้การปรับตัวจะยุ่งยากไปบ้างเนื่องจากวัยรุ่นมักมีอารมณ์อ่อนไหวง่าย อยากรับอิสระ อยากรับเป็นผู้ใหญ่ ไม่อยากฟังเหตุผลของใคร เจ้าทิฐิ อวดดี ถือดี แต่การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะไม่มีผลกระทบรุนแรงต่อการเรียน และการปรับตัวด้านสังคมของวัยรุ่น หรือถ้ามีก็เพียงเล็กน้อยเท่านั้น ซึ่งการช่วยเหลือของพ่อแม่หรือผู้ใกล้ชิดจะช่วยให้วัยรุ่นเข้าใจปัญหาประจำวัยของตน ทำให้สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

ใบความรู้

เรื่อง วัยรุ่นกับความกังวลเรื่องเพศ

คุณเป็นคนหนึ่งที่รู้สึกกังวลเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของตัวเองหรือเปล่า เช่น เด็กผู้หญิงก็รู้สึกกลุ่มใจเมื่อเริ่มจะมีหน้าอก และมีประจำเดือน ส่วนเด็กผู้ชายก็กังวลกับการฝันเปียก หรือการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง

สิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องธรรมชาติ ไม่ต้องตกใจ และก็ไม่ใช่เรื่องน่าอับอายอะไร คุณอาจเล่าหรือขอคำปรึกษาจากผู้ใหญ่ได้ เช่น เด็กสาวก็ปรึกษากับแม่ พี่สาว ญาติผู้หญิงที่มีอายุมากกว่า หรือปรึกษาครู อาจารย์สตรีก็ได้ ส่วนเด็กหนุ่มก็อาจพูดคุยกับพ่อ พี่ชาย หรือญาติผู้ใหญ่

การขอคำปรึกษาจากผู้ใหญ่ จะทำให้ได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง และเหมาะสมมากกว่าจะศึกษาหาคำตอบจากเพื่อนรุ่นเดียวกัน เพราะเพื่อนบางคนอาจรู้มาอย่างผิด ๆ ก็ได้ อย่างเรื่องการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง ซึ่งความจริงเป็นการระบายพลังความต้องการทางเพศออกไปและไม่เกิดอันตรายต่อร่างกายแต่อย่างใด แต่วัยรุ่นบางคนก็ยังคงมีความเชื่อผิด ๆ ว่าจะทำให้สมองเสื่อมหรือเป็นบ้า ซึ่งไม่ใช่ข้อมูลที่ถูกต้อง

ที่จริงแล้วข้อเสียของการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองอยู่ตรงที่ว่า หากหมกมุ่นมากเกินไปจะทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย ถ้าวัยรุ่นคนใดเข้าข่ายนี้ก็ให้หันไปหากิจกรรมอื่น ๆ ทำเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ

และระบายพลังงานส่วนเกินที่มีอย่างเหลือเฟือออกไป เช่น เล่นกีฬา เล่นดนตรี หรือทำงานอดิเรกต่าง ๆ แทน

ดังนั้น เมื่อใดก็ตามที่มีความกังวลเกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้ ให้ปรึกษาผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิด จะช่วยให้ความวิตกกังวลลดลง แล้วยังได้รับความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น เพิ่มขึ้นอีกด้วย

ใบความรู้

เรื่อง การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

มารู้จักร่างกายของเรากันดีกว่า

ในช่วงเข้าสู่วัยรุ่น ร่างกายของเราจะเจริญเติบโตอย่างมาก ทั้งหญิงและชายจะมีไขมันและกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้นตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ที่เป็นช่วงของการใช้พลังงานและเราเองก็ให้ความสนใจกับร่างกายและภาพลักษณ์ของตนเองมากขึ้น บางคนก็จะไม่พอใจกับรูปร่างหน้าตาของตนเองนัก ทำให้เกิดความกังวลกับการลดน้ำหนักและการใช้ผลิตภัณฑ์รักษาใบหน้า ซึ่งอาจทำให้เรามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพได้

ดังนั้น การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ เน้นผักสดและผลไม้ ดื่มน้ำวันละ 2 – 3 ลิตร เน้นการออกกำลังกายเป็นประจำและนอนพักผ่อนให้เพียงพอ ก็จะเป็นการช่วยให้วัยรุ่นมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และมีจิตใจที่แจ่มใส

การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

ทั้งหญิงสาวและชายหนุ่มก็จะมีขนขึ้นตามร่างกายเพื่อปกป้องอวัยวะภายนอก เริ่มที่อวัยวะเพศก่อนและต่อมาก็จะเกิดขึ้นบริเวณรักแร้ ตามขา หรือบางครั้งก็เกิดตามส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย บางคนเลือกที่จะถอน โขน หรือใช้ครีมกำจัดขนทิ้ง แต่บางคนก็ไม่ทำเช่นนั้น ชอบไว้ขนที่รักแร้ ริมฝีปาก หรือหน้าอก เพราะคิดว่าดูเซ็กซี่ดี เรื่องนี้ก็ขึ้นอยู่กับความชอบของแต่ละคน สิ่งที่สำคัญก็คือการรักษาความสะอาดไม่ให้มีกลิ่นรบกวน “จนเต่าเรียกแม่” ก็แล้วกัน

ใบงาน

เรื่อง “ย้อนรอยวัยรุ่น ว้าวุ่นเรื่องเพศ ค้นหาเหตุ แก่ปัญหา”

คำชี้แจง นักเรียนโยงเส้นแสดงการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เมื่อย่างเข้าสู่วัยรุ่น ไปยังภาพอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายของชายและหญิง

ใบหน้าอ้มเอิบ ผิวหน้า
จะเป็นมัน ปริมาณ
เหงื่อมากขึ้น มีสิวขึ้น

หน้าอกโตขึ้น

สะโพกผายออก

ขนบริเวณอวัยวะ
เพศจะเริ่มขึ้น



หญิง

ชาย

ผิวหน้าจะเป็นมัน มีสิวขึ้น

เคราดำขึ้น

เสียงจะแตก

กระดูกและกล้ามเนื้อจะ
ใหญ่ขึ้น ป่าจะกว้าง
ขึ้น

ขนบริเวณอวัยวะเพศจะ
เริ่มขึ้น

การเจริญเติบโตและการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย

นักเรียนเคยมีคำถามเหล่านี้หรือไม่

เดือนที่ 1 มี 30 วัน

- ทำไมหน้ามัน และมีสิวขึ้นเยอะจัง
- ประจำเดือนฉันจะมาเมื่อไรนะ
- ปวดท้องประจำเดือนต้องทำอะไร
- จะปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง

ทำไมเสียงฉันใหญ่ และแหบด้วยนะ

เพื่อนคนอื่นจะเปลี่ยนแปลงเหมือนเรา

ไหม

เราจะมีเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง

ฉันจะดูแลตัวเองอย่างไร



สรุป

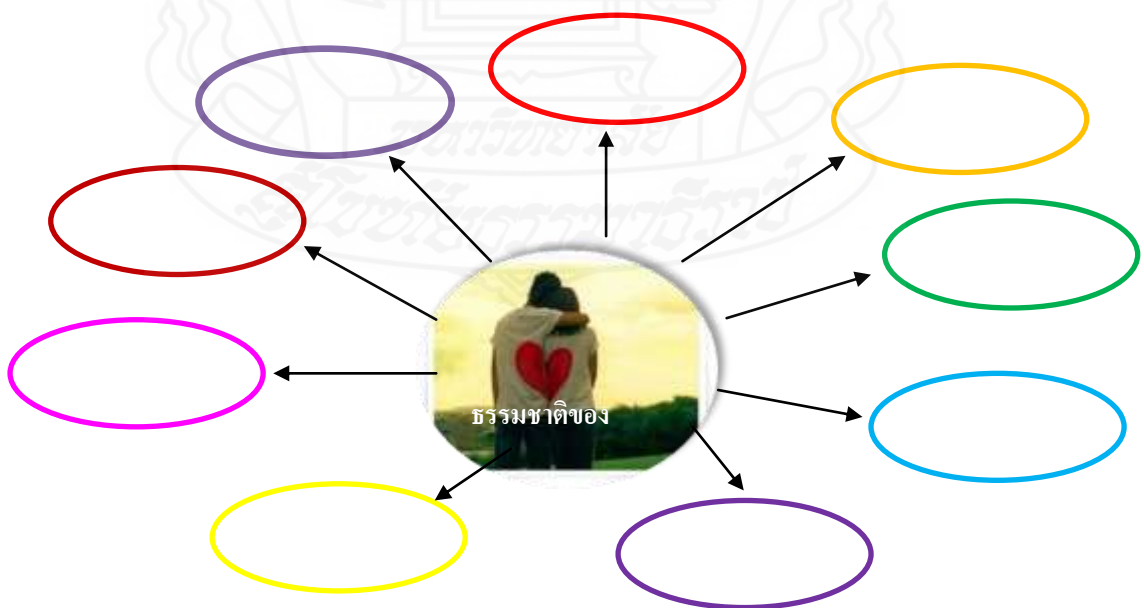
1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์

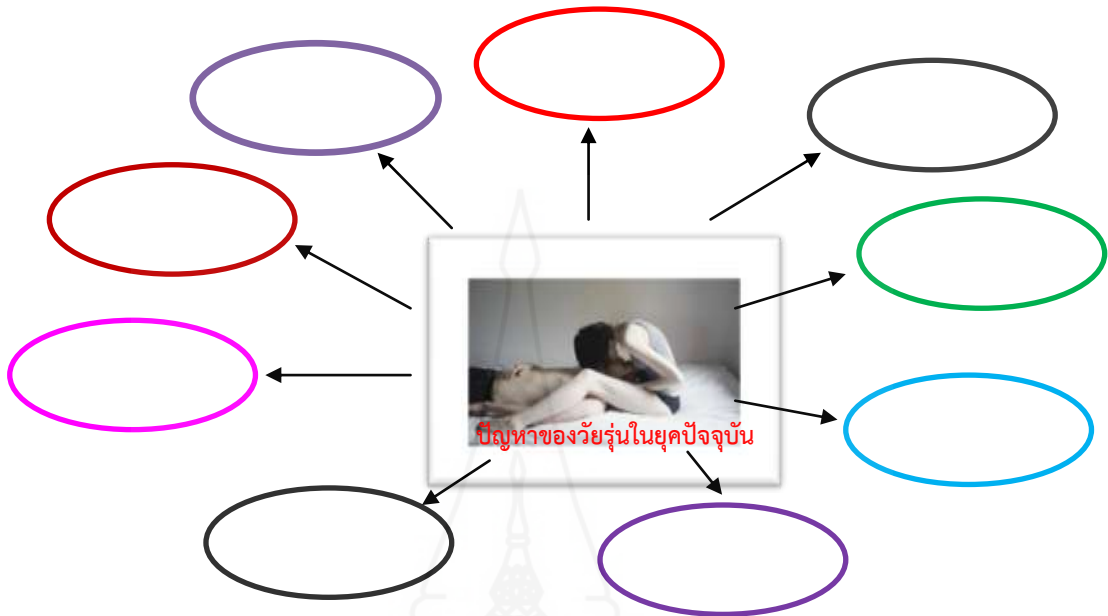
3. การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

คำชี้แจง นักเรียนสำรวจความคิด ความรู้สึก ความต้องการของตนเอง และศึกษาสถานการณ์ของวัยรุ่นในสังคมปัจจุบัน แล้วตอบคำถามต่อไปนี้

1. ธรรมชาติโดยทั่วไปของวัยรุ่นมีอะไรบ้าง



2. ในปัจจุบันพบว่าส่วนใหญ่วัยรุ่นประสบกับปัญหาอะไรบ้าง



3. จากข้อ 2 นักเรียนคิดว่าปัญหาของวัยรุ่นในยุคปัจจุบันเรื่องใด ที่ควรได้รับการช่วยเหลือแก้ไขมากที่สุด 3 เรื่อง

- 3.1 _____
- 3.2 _____
- 3.3 _____

4. เรื่องที่ดีที่สุดในช่วงวัยรุ่นของฉัน

5. เรื่องที่แย่ที่สุดในช่วงวัยรุ่นของฉัน

6. เรื่องที่ฉันรู้สึกเบื่อที่สุดในช่วงวัยรุ่น

7. เรื่องที่ตื่นเต้นที่สุดในช่วงวัยรุ่นของฉัน

8. เรื่องที่ทำให้ฉันเสียใจที่สุดในช่วงที่เป็นวัยรุ่น คือ

9. เรื่องเสียดาย ๆ ที่ฉันทำในช่วงวัยรุ่น

10. เรื่องที่ผู้ใหญ่ห้าม แต่ฉันยังทำคือ

11. ถ้าย้อนกลับไปแก้ไขเรื่องที่ผมเคยทำผิดพลาดในอดีตได้ สิ่งที่ผมอยากทำคือ

12. ฮีโร่ของฉันคือ

13. เมื่อมีความทุกข์บุคคลที่ผมคิดถึงเป็นคนแรก คือ

14. เมื่อนักเรียนมีคำถามเกี่ยวกับเรื่องเพศ นักเรียนหาคำตอบโดย (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

14.1 อ่านหนังสือ ประเภท.....

14.2 ค้นจากอินเทอร์เน็ต เว็บไซต์.....

14.3 สนทนาซักถามกับ.....

14.4 ดูรายการโทรทัศน์ ชื่อรายการ.....

14.5 โทรศัพท์ hot line สายด่วน.....

14.6 เขียนจดหมายถามตามคอลัมน์หนังสือพิมพ์.....

14.7 อื่น ๆ ระบุ.....

15. นักเรียนเข้ากลุ่มสมาชิก 5- 6 คน ร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์ของการมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องวัยรุ่นกับเพศศึกษา

.....

.....

.....

.....

.....

ข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้

.....

.....

.....

.....

.....



เรื่อง : เพศศึกษา เรื่องปกปิดที่ต้องเปิด

ผู้สอน : นางสาวณิฉบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

การเปิดโลกทัศน์ด้านเพศเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญที่นักเรียนต้องเรียนรู้และปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับเพศ และวัฒนธรรม เรื่องเพศ เป็นความรู้ที่ลึกซึ้ง ความคิด ความเชื่อ การให้คุณค่าในเรื่องเพศของแต่ละบุคคลซึ่งมีความแตกต่างกัน การเรียนรู้และทำความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศ จะทำให้มีความเข้าใจ ค่านิยมในเรื่องเพศที่ถูกต้อง อันเป็นแนวทางการประพฤติปฏิบัติและการแสดงออกในเรื่องเพศของนักเรียนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญ และประโยชน์ที่จะได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม มีความรู้ความเข้าใจในพัฒนาการทางเพศ
2. นักเรียนสามารถบอกความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมเรื่องเพศศึกษาที่มีผลต่อเจตคติทางเพศได้

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

ข้อมูลหลายสิ่งหลายอย่างในเรื่องเพศล้วนมีส่วนผลักดันให้วัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่สนใจอยากรู้อยากเห็นและเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจเป็นอย่างมากการหันไปหาความรู้ข้อมูลข่าวสารเรื่องเพศจากแหล่งต่างๆ หรืออาจไปหาประสบการณ์ทางเพศด้วยตนเองหรือจากกลุ่มเพื่อน ทำให้ได้รับข้อมูลข่าวสารโดยไม่ได้รับคำแนะนำที่ถูกต้องจากผู้ปกครอง ครู อาจารย์ การศึกษาหาความรู้ความหมายเรื่องเพศศึกษาความสำคัญ ประโยชน์ และแนวปฏิบัติด้านเพศศึกษาทำให้ลดปัญหาที่สามารถป้องกันได้ เช่น การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ที่นำไปสู่การทำแท้งหรือการมีลูกนอกกฎหมาย และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่สามารถป้องกันได้ โดยการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ชั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการทบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนเป็น กลุ่ม กลุ่มละ 5 – 6 คน
2. นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายประเด็นข้อข้องใจต่าง ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย และร่วมกัน อภิปรายถึงความสำคัญของเพศศึกษาที่มีต่อการปรับตัว เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นจากประเด็นข้อ ข้องใจดังกล่าวบันทึกลงใบกิจกรรม ดังนี้

กลุ่มที่ 1

- 1) ประจำเดือนมาช้ามีปัญหาหรือเปล่า
- 2) มีประจำเดือนแล้ว หมายความว่า หนูสามารถตั้งครรภ์ได้ใช่ไหม
- 3) ไอ้สีขาว ๆ ชุ่น ๆ ในหนังหุ้มปลายของผมนั้นเป็นอะไร ปกติหรือเปล่า
- 4) ทำไมเจ้าเพื่อนรักจึงตุงเป้าอยู่เรื่อย ๆ

กลุ่มที่ 2

- 1) ตื่นเช้าทำไมผ้าปูที่นอนเปียกแฉะ แม่เห็นเข้าจะเข้าใจว่าอย่างไรเนี่ย
- 2) ลูกเกิดมาจากไหน
- 3) อารมณ์ ความรู้สึกทางเพศมาจากไหน
- 4) ทำอย่างไรกับอารมณ์ทางเพศ

กลุ่มที่ 3

- 1) ทำอย่างไรจึงจะปลอดภัยที่สุดเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิด ทางเพศ
- 2) ทำอย่างไรเมื่อถูกข่มขืน
- 3) ทำอย่างไรจึงจะตัดสินใจเลือกวิธีการเอาตัวรอดได้อย่างถูกต้อง
- 4) เราจะคบกับแฟนอย่างไรดี

กลุ่มที่ 4

- 1) ความคาดหวังต่อความรักที่แตกต่างกันของหญิงชาย
- 2) รักในวัยเรียนมีหรือไม่มีดีกว่ากัน
- 3) การคุมกำเนิด และเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย
- 4) ความกังวลใจในเรื่องรูปร่างหน้าตา



กลุ่มที่ 5

- 1) ประจำเดือนของเรา
- 2) การทำแท้งอันตรายกว่าที่คิด
- 3) สุขอนามัยทางเพศสำคัญไฉน
- 4) ภัยทางเพศที่อยู่ใกล้ตัว

ขั้นสรุป

- 1) นักเรียนแต่ละกลุ่มเลือกตัวแทนออกมานำเสนอผลการอภิปรายกลุ่ม
- 2) นักเรียน และครูร่วมกันอธิบายความหมาย ความสำคัญ จุดมุ่งหมาย แนวทางการปฏิบัติ และประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเรื่องเพศศึกษาที่มีต่อเจตคติทางเพศของนักเรียนพร้อมกับศึกษาจากใบความรู้
- 3) เปิดโอกาสให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็น และซักถามหากมีข้อสงสัย
- 4) นักเรียน และผู้นำกลุ่มอภิปรายสรุปร่วมกัน

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้เรื่อง ปลอดภัยไว้ก่อน
2. ใบงาน เรื่อง เพศศึกษาเรื่องปกปิดที่ต้องเปิด

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ใบความรู้

เรื่อง ปลอดภัยไว้ก่อน

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หมายถึง กลุ่มโรคที่ติดต่อได้โดยผ่านการมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอด ทางปาก หรือทางทวารหนัก ก่อให้เกิดพยาธิสภาพบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และอวัยวะสัมผัสอื่นๆ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่พบบ่อยมีดังนี้

- โรคแผลริมอ่อน อาการ มีจุดแดงเป็นตุ่มน้ำใสๆ มีหนองสีเหลืองปนเทา เจ็บมาก มีไข้ อ่อนเพลีย
- โรคหนองใน อาการ ตกขาว กลิ่นเหม็น ไม่คัน ปัสสาวะแสบขัดและมีหนองไหลจากท่อ ปัสสาวะ
- โรคซิฟิลิส อาการ มีตุ่มแดง ปวดศีรษะ ไข้ต่ำ เจ็บคอ เบื่ออาหาร ผื่นแดงทั่วตัว ไข้ต่ำ ตรวจเลือดเป็นผลบวก
- เริมอวัยวะเพศ อาการ เป็นผื่นแดงตุ่มน้ำใสแตกเป็นแผล มีไข้ปวดศีรษะ เป็นๆ หายๆ ทารก อาจติดจากมารดา
- เชื้อราในช่องคลอด อาการ คันบริเวณอวัยวะเพศ อักเสบบวมแดง ตกขาวก่อนมีประจำเดือน

โรคเอดส์

เกิดจากระบบภูมิคุ้มกันโรคของร่างกายเสียไป แล้วไปทำลายเม็ดเลือดขาวซึ่งเป็นแหล่งต้านทานโรคลดลง พบมากในเลือดและน้ำอสุจิ การติดต่อของโรค คือทางเพศสัมพันธ์ ทางกระแสเลือด และการติดเชื้อจากมารดาสู่ทารกในครรภ์ ระยะฟักตัวไม่แน่นอน ตั้งแต่ 1 ปีถึง 5 ปี อาการของโรคเอดส์ จะมีอาการคล้ายไขหวัด มีไข้ น้ำมูกไหล เจ็บคอ ปวดเมื่อย ตรวจเลือดจะให้ผลบวก จะมีอาการหลายอย่างโดยไม่ทราบสาเหตุ เช่น น้ำหนักลด ท้องเสีย ผิวหนังอักเสบ หลังจากนั้นภูมิคุ้มกันทำนของผู้ติดเชื้อจะถูกทำลาย อาการจะขึ้นอยู่กับชนิดของเชื้อโรคและอวัยวะที่ถูกสัมผัส มักเสียชีวิตใน 2-4 ปี

การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์

เกิดจากการขาดความรู้เกี่ยวกับอนามัยแม่และเด็กและการคุมกำเนิดที่ถูกต้อง และการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ตั้งใจ ถูกข่มขืน ปล่อยให้ตั้งครรภ์เพื่อพิสูจน์รัก ประชดบิดามารดาที่ห้ามปรามเกี่ยวกับเรื่องเพศ ส่วนฝ่ายชายเกิดจากค่านิยมไม่สวมถุงยางอนามัยและขาดความรับผิดชอบ

การทำแท้งผิดกฎหมาย

คือการลักลอบทำแท้งโดยบุคคลที่มีใช้แพทย์ ที่กฎหมายระบุไว้ เป็นผลเนื่องจากครอบครัว และสังคมไม่ยอมรับ ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการเรียน ขาดโอกาสที่จะได้แต่งงานกับผู้ชายที่ดี ไม่มีรายได้ ในการเลี้ยงดูบุตร สวมใหญ่ตัดสินใจโดยการกินยาขับเลือด บีบคั้นมดลูกเพื่อให้ตกลูก ซึ่งมีความรุนแรงก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนตามมาดังนี้

- สุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ อาจเกิดการตกเลือด มดลูกทะลุ ลำไส้ทะลุ ปีกมดลูกฉีกขาด และอาจเสียชีวิตได้
- การมีบุตรในอนาคต อาจนำไปสู่การอักเสบเรื้อรังของโพรงมดลูก เป็นหมันและตั้งครรภ์นอกมดลูกจากท่อนำไข่อุดตัน

พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ดังนี้

- การสำส่อนทางเพศ เพราะไม่สามารถคาดเดาได้ว่าใครบ้างเป็นผู้ติดเชื้อ
- การไม่ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์
- การใช้เข็มหรือกระบอกฉีดยาร่วมกันกับผู้อื่น เช่น เจาะคิ้ว จมูก สักยันต์ หรือใช้สารเสพติดชนิดฉีด
- การเที่ยวสถานบันเทิง เป็นสถานที่เอื้อต่อการมีเพศสัมพันธ์
- การสัมผัสสารคัดหลั่งของผู้อื่น ซึ่งเป็นแหล่งที่พบเชื้อ เอชไอวีมากที่สุด

ปัญหาและผลกระทบจากการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์

ปัญหาและผลกระทบจากการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์

- ผลกระทบต่อสุขภาพกาย ก่อให้เกิดการเจ็บป่วยเรื้อรัง เป็นหมัน พิการและเสียชีวิต
- ผลกระทบต่อสุขภาพจิต เป็นโรคที่สังคมไม่ยอมรับ ในบางรายอาจฆ่าตัวตายหนีปัญหา
- ผลกระทบทางสังคม ทำลายครอบครัว สูญเสียสมาชิกในครอบครัว เกิดปัญหาเด็กกำพร้า
- ผลกระทบทางเศรษฐกิจ รัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลสูง

ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์

- ปัญหาด้านสุขภาพของมารดาและทารก วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์อายุน้อย ส่งผลต่อภาวะเลือดจาง ความดันสูง คลอดก่อนกำหนด เป็นต้น
- ปัญหาด้านสังคม ตั้งครรภ์ในขณะที่เรียน ทำให้ขาดโอกาสทางการศึกษา เรียนไม่จบ ทอดทิ้งบุตร
- ปัญหาด้านจิตใจ มารดาที่อยู่ในวัยรุ่นมักรู้สึกผิดและซึมเศร้า เป็นเหตุให้สุขภาพจิตเสียได้

การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ และการตั้งครรภ์ ไม่พึงประสงค์

- ตั้งใจเล่าเรียน เพราะการศึกษาค้นคว้าและทำกิจกรรมเป็นประโยชน์ช่วยให้ไม่มีเวลาทำสิ่งไม่เหมาะสม
- หลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน เพราะจะก่อให้เกิดปัญหาต่างๆตามมา
- งดดื่มสุรา ของมีเมาและสารเสพติดต่างๆ เพราะจะทำให้ขาดสติ ควบคุมตนเอง
- ปรับเปลี่ยนค่านิยมทางเพศที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย
- ปฏิเสธการชักชวนที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์
- หลีกเลี่ยงการเที่ยวสถานบันเทิง เพราะเป็นสถานที่เอื้อต่อการมีเพศสัมพันธ์
- หลีกเลี่ยงสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น ภาพโป๊ การ์ตูนลามก

ใบงาน

เรื่อง “เพศศึกษาเรื่องปกปิดที่ต้องเปิด”

คำชี้แจง นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายประเด็นข้อข้องใจต่าง ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย และร่วมกัน
อภิปรายตามประเด็นข้อคำถามต่าง ๆ บันทึกลงใบกิจกรรม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 นักเรียนเคยข้องใจสงสัยในเรื่องเหล่านี้หรือไม่

- 1) ประจำเดือนมาช้ามีปัญหาหรือเปล่า
- 2) มีประจำเดือนแล้ว หมายความว่า หนูสามารถตั้งครรภ์ได้ใช่ไหม
- 3) ไอ้สีขาว ๆ ชุ่น ๆ ในหนังสือพิมพ์ลามกของผมนั้นเป็นอะไร ปกติหรือเปล่า
- 4) ทำไมเจ้าเพื่อนรักจึงตุงเป้าอยู่เรื่อย ๆ

เมื่ออยากรู้แล้วทำอย่างไรให้หายสงสัย

นักเรียนคิดว่า จะศึกษาเรื่องเหล่านี้ได้อย่างไร

เรื่องเหล่านี้มีความสำคัญต่อการปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นอย่างไร

รายชื่อสมาชิก

1	-----	ชั้น	/	เลขที่	-----
2	-----	ชั้น	/	เลขที่	-----
3	-----	ชั้น	/	เลขที่	-----
4	-----	ชั้น	/	เลขที่	-----
5	-----	ชั้น	/	เลขที่	-----

ใบงาน

เรื่อง “เพศศึกษาเรื่องปกปิดที่ต้องเปิด”

คำชี้แจง นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายประเด็นข้อข้องใจต่าง ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย และร่วมกันอภิปรายตามประเด็นข้อคำถามต่าง ๆ บันทึกลงใบกิจกรรม ดังนี้

กลุ่มที่ 2 นักเรียนเคยข้องใจสงสัยในเรื่องเหล่านี้หรือไม่

- 1) ตื่นเช้าทำไมผ้าปูที่นอนเปียกแฉะ แม่เห็นเข้าจะเข้าใจว่าอย่างไร
- 2) ลูกเกิดมาจากไหน
- 3) อารมณ์ ความรู้สึกทางเพศมาจากไหน
- 4) ทำอย่างไรกับอารมณ์ทางเพศ

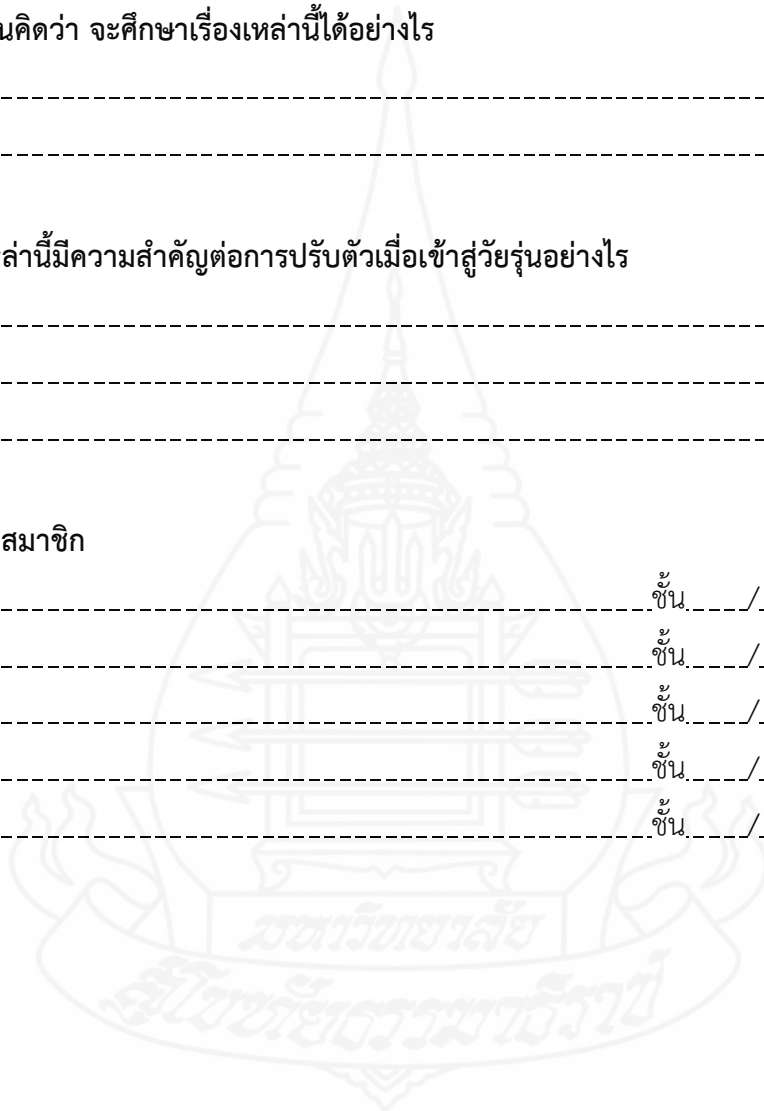
เมื่ออยากรู้แล้วทำอย่างไรให้หายสงสัย

นักเรียนคิดว่า จะศึกษาเรื่องเหล่านี้ได้อย่างไร

เรื่องเหล่านี้มีความสำคัญต่อการปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นอย่างไร

รายชื่อสมาชิก

- | | | | | | |
|---|-------|------|---|--------|-------|
| 1 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |
| 2 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |
| 3 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |
| 4 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |
| 5 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |



ใบงาน

เรื่อง “เพศศึกษาเรื่องปกปิดที่ต้องเปิด”

คำชี้แจง นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายประเด็นข้อข้องใจต่าง ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย และร่วมกันอภิปรายตามประเด็นข้อคำถามต่าง ๆ บันทึกลงใบกิจกรรม ดังนี้

กลุ่มที่ 3 นักเรียนเคยข้องใจสงสัยในเรื่องเหล่านี้หรือไม่

- 1) ทำอย่างไรจึงจะปลอดภัยที่สุดเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
- 2) ทำอย่างไรเมื่อถูกข่มขืน
- 3) ทำอย่างไรจึงจะตัดสินใจเลือกวิธีการเอาตัวรอดได้อย่างถูกต้อง
- 4) เราจะคบกับแฟนอย่างไรดี

เมื่ออยากรู้แล้วทำอย่างไรให้หายสงสัย

นักเรียนคิดว่า จะศึกษาเรื่องเหล่านี้ได้อย่างไร

เรื่องเหล่านี้มีความสำคัญต่อการปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นอย่างไร

รายชื่อสมาชิก

1. ----- ชั้น / เลขที่ -----
2. ----- ชั้น / เลขที่ -----
3. ----- ชั้น / เลขที่ -----

4 _____ ชั้น _____ / _____ เลขที่ _____
 5 _____ ชั้น _____ / _____ เลขที่ _____

ใบงาน

เรื่อง “เพศศึกษาเรื่องปกปิดที่ต้องเปิด”

คำชี้แจง นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายประเด็นข้อข้องใจต่าง ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย และร่วมกันอภิปรายตามประเด็นข้อคำถามต่าง ๆ บันทึกลงใบกิจกรรม ดังนี้

กลุ่มที่ 4 นักเรียนเคยข้องใจสงสัยในเรื่องเหล่านี้หรือไม่

- 1) ความคาดหวังต่อความรักที่แตกต่างกันของหญิงชาย
- 2) รักในวัยเรียนมีหรือไม่มีดีกว่ากัน
- 3) การคุมกำเนิด และเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย
- 4) ความกังวลใจในเรื่องรูปร่างหน้าตา



เมื่ออยากรู้แล้วทำอย่างไรให้หายสงสัย

นักเรียนคิดว่า จะศึกษาเรื่องเหล่านี้ได้อย่างไร

เรื่องเหล่านี้มีความสำคัญต่อการปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นอย่างไร

รายชื่อสมาชิก

1.....ชั้น...../.....เลขที่.....
 2.....ชั้น...../.....เลขที่.....
 3.....ชั้น...../.....เลขที่.....
 4.....ชั้น...../.....เลขที่.....
 5.....ชั้น...../.....เลขที่.....

ใบงาน

เรื่อง “เพศศึกษาเรื่องปกปิดที่ต้องเปิด”

คำชี้แจง นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายประเด็นข้อข้องใจต่าง ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย และร่วมกันอภิปรายตามประเด็นข้อคำถามต่าง ๆ บันทึกลงใบกิจกรรม ดังนี้

กลุ่มที่ 5 นักเรียนเคยข้องใจสงสัยในเรื่องเหล่านี้หรือไม่

- 1) ประจำเดือนของเรา
- 2) การทำแท้งอันตรายกว่าที่คิด
- 3) สุขอนามัยทางเพศสำคัญไฉน
- 4) ภัยทางเพศที่อยู่ใกล้ตัว

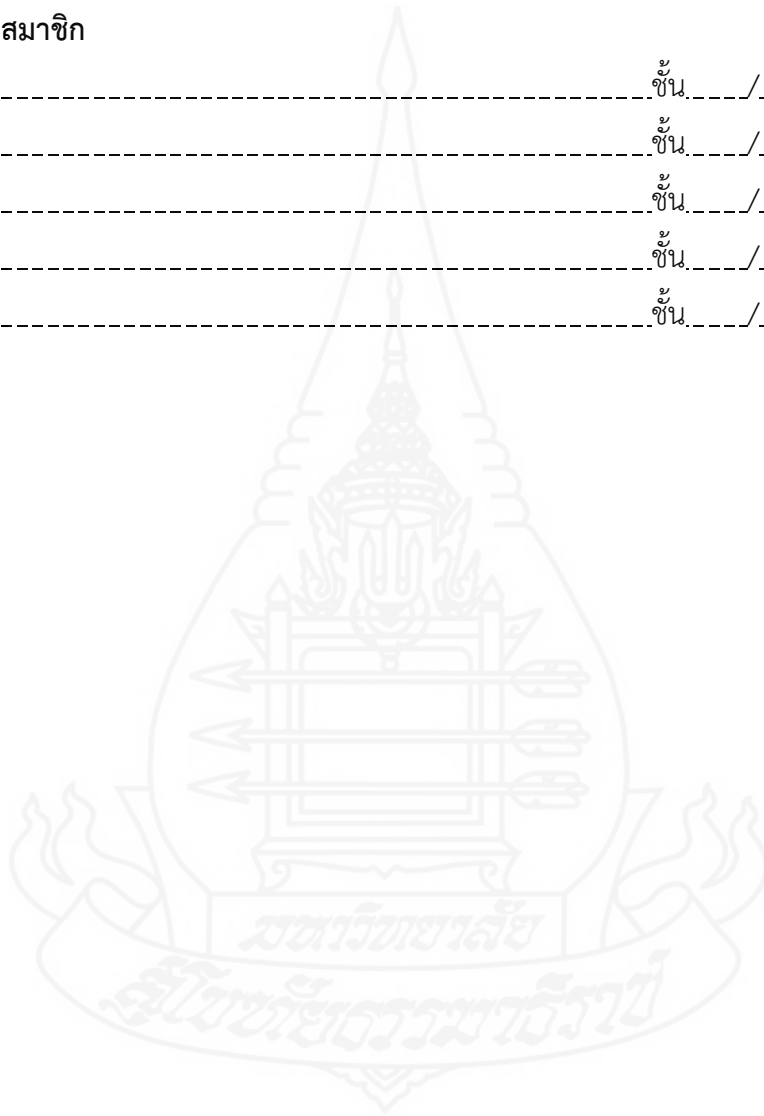
เมื่ออยากรู้แล้วทำอย่างไรให้หายสงสัย

นักเรียนคิดว่า จะศึกษาเรื่องเหล่านี้ได้อย่างไร

เรื่องเหล่านี้มีความสำคัญต่อการปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยรุนอย่างไร

รายชื่อสมาชิก

- | | | | | | |
|---|-------|------|---|--------|-------|
| 1 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |
| 2 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |
| 3 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |
| 4 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |
| 5 | ----- | ชั้น | / | เลขที่ | ----- |





กิจกรรมแนวหน้า ชุดที่ 4

เรื่อง : อารมณ์เพศและการจัดการกับอารมณ์เพศ

ผู้สอน : นางสาวณิลุบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

วัยรุ่นเป็นวัยที่ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ เปลี่ยนแปลงมากกว่าวัยอื่น ๆ อีกทั้งยังมีพัฒนาการทางเพศเป็นอย่างมากอีกด้วย ทำให้เกิดความสับสน ตื่นเต้นกับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการดังกล่าว ดังนั้นวัยรุ่นควรที่จะทำความเข้าใจในเรื่องนี้ให้ได้ อีกทั้งควรปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการให้เหมาะสม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์เพศและพัฒนาการทางเพศ
2. เพื่อให้นักเรียนได้ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และพัฒนาการทางเพศ

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

เมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นและเข้าสู่วัยรุ่นแล้ว จิตใจและอารมณ์จะมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้น เช่น ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับเรื่องเพศ ความสนใจเพศตรงข้าม ความต้องการทางเพศเพิ่มขึ้น ชอบความเป็นอิสระ มีความภูมิใจที่ตนเองโตขึ้น มีจิตใจพร้อมที่จะเสียสละหรือทำงานเพื่อส่วนรวมมากขึ้น มีอารมณ์รุนแรงขึ้น จิตใจและอารมณ์ยังไม่มั่นคง ใจร้อน รักความบันเทิง สนุกสนาน ชอบทำกิจกรรมที่ทำหายความสามารถ ชอบการผจญภัย มีความอยากรู้และอยากลอง

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ขั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการทบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. แจกใบความรู้ให้นักเรียนอ่าน ตามหัวข้อดังต่อไปนี้

- 1.1 ใบความรู้ เรื่องอารมณ์เพศและการจัดการกับอารมณ์เพศ
 - 1.2 ใบความรู้ กรณีศึกษา เรื่อง ผิดไปแล้ว
 - 1.3 ใบความรู้ กรณีศึกษา เรื่อง ทำอย่างไรดี
 2. ให้นักเรียนปฏิบัติตามใบงาน ที่ได้รับตามหัวข้อใบความรู้ที่นักเรียนได้อ่านไปแล้ว ตอบคำถามตามประเด็นปัญหา และแต่ละกรณีศึกษาที่ได้รับ
 3. นักเรียนร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมขั้นสรุป
- นักเรียนศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้ เรื่องอารมณ์เพศและการจัดการกับอารมณ์เพศ
2. ใบความรู้ กรณีศึกษา เรื่อง ผิดไปแล้ว
3. ใบความรู้ กรณีศึกษา เรื่อง ทำอย่างไรดี
4. ใบงาน เรื่องอารมณ์เพศและการจัดการกับอารมณ์เพศ
5. ใบงาน กรณีศึกษา เรื่อง ผิดไปแล้ว
6. ใบงาน กรณีศึกษา เรื่อง ทำอย่างไรดี

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ใบความรู้

อารมณ์เพศ และการจัดการกับอารมณ์เพศ

อารมณ์เพศ

อารมณ์เพศ หรือ ความรู้สึกทางเพศ เป็นปฏิกิริยาตามธรรมชาติอย่างหนึ่งของมนุษย์ที่เกิดจากฮอร์โมนในร่างกายของเรา

เมื่อถูกกระตุ้น หรือปลุกเร้าความรู้สึกจะทำให้เกิดความตื่นตัวทางเพศ หรือการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย หัวใจเต้นเร็วขึ้น กล้ามเนื้อตื่นตัว โดยเฉพาะบริเวณอวัยวะเพศ และที่หน้าอก บางคนอาจรู้สึกว้าวิบวอวิบายไม่ถูก

ความรู้สึกทางเพศเป็นอารมณ์ความรู้สึกเฉพาะบุคคลที่ไม่เหมือนกัน บางคนเกิดความรู้สึกทางเพศได้ง่าย บางคนไม่เคยรู้สึกมาก่อน บางคนสามารถสร้างความพึงพอใจทางเพศให้ตนเอง แต่บางคนก็อาจไม่ได้สนใจต่อความรู้สึกเหล่านี้

แต่การมีอารมณ์หรือความรู้สึกทางเพศไม่ได้หมายความว่า เราพร้อมแล้วที่จะมีเพศสัมพันธ์ เพราะการมีเพศสัมพันธ์จะต้องประกอบด้วย ความรัก ความพร้อมทางอาชีพการงาน และจะต้องสามารถรับผิดชอบผลที่จะเกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์นั้นได้

การจัดการกับอารมณ์เพศ

วัยรุ่นเป็นวัยที่สุขภาพร่างกายแข็งแรง อารมณ์ไม่เครียด ภาระรับผิดชอบน้อย และในสมัยนี้สิ่งกระตุ้นทางเพศมีมาก เมื่อเกิดอารมณ์ความรู้สึกทางเพศขึ้นก็เป็นความกดดันทางจิตใจอย่างหนึ่ง ดังนั้น การระบายความรู้สึกทางเพศจึงเป็นเรื่องปกติ ซึ่งมีหลายวิธี เช่น

1. การเบี่ยงเบน คือ การหันความสนใจไปทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ เช่น กีฬา ดนตรี หรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจ
2. การกดอารมณ์ วัยรุ่นบางคนสามารถใช้วิธีการทำสมาธิเพื่อกดอารมณ์เพศ ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่ช่วยลดความกดดันได้
3. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เป็นวิธีการระบายความเครียดวิธีหนึ่ง โดยเฉพาะในวัยรุ่นซึ่งไม่สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้

การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง

การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เป็นวิธีปลดปล่อยอารมณ์ความรู้สึกทางเพศที่เกิดขึ้น โดยไม่ต้องมีเพศสัมพันธ์ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ มากมายสำหรับวัยรุ่น

การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองไม่ใช่สิ่งผิดปกติ แต่ต้องคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้

- ความสะอาด
- ความเป็นส่วนตัว ไม่ประเจิดประเจ้อ
- ไม่ใช้วิธีรุนแรง เพราะอาจทำให้เกิดบาดแผล มีการอักเสบติดเชื้อได้
- ไม่หมกมุ่นในเรื่องนี้มากเกินไป
- เมื่อทำไปแล้วไม่ควรวิตกกังวลว่าจะเกิดผลร้าย เพราะเป็นเรื่องของการปลดปล่อยอารมณ์ตามธรรมชาติที่ไม่เป็นอันตรายต่อร่างกาย

หมายเหตุ การหมกมุ่น หมายถึง การใช้เวลากับเรื่องอารมณ์เพศมากเกินไปโดยการสร้างสถานการณ์แวดล้อมหรือทำให้ตัวเองอยู่ในสถานการณ์แวดล้อมที่กระตุ้นความรู้สึกทางเพศ เช่น การอ่านหนังสือโป๊ การดูวิดีโอ หรืออ่านนิยายที่ยั่วยุอารมณ์ การเก็บตัวอยู่แต่ในห้องครุ่นคิดแต่เรื่องเพศ

สถานการณ์ที่ยั่วยุให้เกิดอารมณ์เพศ

สถานการณ์ที่ยั่วยุให้เกิดความรู้สึกทางเพศมีความแตกต่างกันระหว่างชายหญิง เช่น



ชาย	หญิง
<ul style="list-style-type: none"> ☼ เห็นภาพโป๊ ☼ เห็นผู้หญิงที่แต่งตัวล่อแหลม ☼ อ่านหนังสือหรือคู่มือโป๊ ☼ ได้สัมผัสเนื้อตัว หรือนั่งใกล้ผู้หญิง 	<ul style="list-style-type: none"> ☼ การถูกสัมผัสเนื้อตัวโดยผู้ชายที่พึงใจ ☼ อ่านนวนิยาย หรือดูภาพยนตร์รักโรแมนติก



ใบงาน

เรื่อง “อารมณ์เพศ และการจัดการกับอารมณ์เพศ”

คำชี้แจง ให้นักเรียนรวมกลุ่ม กลุ่มละ 5 – 6 คน (เพศเดียวกัน) ช่วยกันคิดวิเคราะห์ในประเด็นต่อไปนี้

มีผู้กล่าวว่า “อารมณ์ความรู้สึกทางเพศเป็นเรื่องปกติสำหรับวัยรุ่นทุกคน แต่เนื่องจากวัยนี้เป็นวัยของการศึกษาเล่าเรียน จึงจำเป็นต้องมีวิธีการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อการศึกษาเล่าเรียน”

1. ท่านเห็นด้วยในเรื่องนี้หรือไม่ และคิดว่าวัยรุ่นควรมีวิธีการจัดการกับอารมณ์ทางเพศอย่างไรบ้าง

2. อารมณ์ความรู้สึกทางเพศที่เกิดขึ้น

เป็นเรื่องธรรมชาติเพราะ -----
 เป็นเรื่องน่าอายที่เกิดอารมณ์แบบนี้เพราะ -----

3. วัยรุ่นทั่วไปเมื่อถูกกระตุ้นทางเพศจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง

4. วัยรุ่นมีความรู้สึกทางเพศ มีการปลดปล่อยอารมณ์ด้วยวิธีไหนได้บ้าง

ใบงาน

เรื่อง “ผิดไปแล้ว”

เรียน คุณอาหมอที่เคารพ

หนูอ่านคอลัมน์ถามตอบปัญหาวัยรุ่นของคุณอาเป็นประจำค่ะ หนูมีปัญหาหลุ่มใจมากค่ะ ไม่รู้จะไปปรึกษาใคร แม้แต่คุณแม่ซึ่งหนูเคยปรึกษาท่านทุกเรื่อง แต่เรื่องนี้ให้คุณแม่รู้ไม่ได้เด็ดขาด เพราะหนูไม่อยากให้คุณแม่เสียใจและผิดหวังในตัวหนู คุณอาช่วยหนูด้วยนะคะ เรื่องเกิดขึ้นมาเดือนกว่าแล้ว เย็นวันหนึ่งหนูกับพี่ณัฐเดชแยกจากเพื่อนที่ไปดูหนังด้วยกัน พี่ณัฐเดชชวนแวะไปที่บ้านบอกว่าไม่มีใครอยู่จะได้คุยกันสะดวก หนูไม่ได้คิดอะไรเพราะตั้งแต่คบกันมาเขาก็แค่จับมือจูมมือเท่านั้น วันนั้นพี่ณัฐเดชชวนให้หนูดูหนังด้วยกัน เขาบอกว่าเพิ่งยืมหนังมา นั่งดูกันอยู่ดี ๆ พี่ณัฐเดชก็กอดหนู แม่เคยสอนไว้ว่าอย่าให้ผู้ชายถูกเนื้อต้องตัวมันจะเสียหายเลยเถิด แล้วมันก็เป็นอย่างที่แม่ว่าจริง ๆ หนูเสียใจร้องไห้พี่ณัฐเดชบอกว่าไม่เป็นไรหรอกนะ เรื่องธรรมดา ใคร ๆ ก็ทำอย่างนี้กัน เพราะเรารักกันไม่ใช่หरोหตุกใจ เสียใจ จนพูดไม่ออก อยากเถียงว่าแม้เราจะคบกันแต่มันยังไม่ถึงเวลา เรายังเรียนหนังสือไม่จบ ยังรับผิดชอบตัวเองไม่ได้เลยหนูได้แต่ร้องไห้จนตาบวม ตั้งแต่วันนั้น พี่ณัฐเดชพยายามดักพบหนู แต่หนูไม่ยอมพูดด้วย หนูกลัวว่าจะเป็นอย่างนั้นอีกนี่ถ้าพ่อกับแม่รู้ พ่อแม่จะต้องเสียใจและผิดหวัง หนูรู้สึกว่หนูช่างไม่มีคุณค่าอะไรเหลืออยู่เลย หนูคิดมาก จนไม่มีสมาธิที่จะเรียนหนังสือเลย กลัวเพื่อนรู้ กลัวครูรู้ ที่สำคัญหนูกลัวติดโรคกลัวท้องที่สุด หนูจะทำอย่างไรดีคะ คุณอาหมอกรุณาตอบจดหมายหนูด่วนที่สุดเลยนะคะ

(สำหรับกลุ่มนักเรียนหญิง)

คำชี้แจง ให้นักเรียนรวมกลุ่ม กลุ่มละ 5 – 6 คน อ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ผิดไปแล้ว” ช่วยกันคิด วิเคราะห์ในประเด็นต่อไปนี้

1. นักเรียนคิดว่า เหตุการณ์ระหว่างเงินนี้กับณัฐเดชเกิดขึ้นได้อย่างไร

2. ที่ณัฐเดชบอกเงินนี้ว่า “ใคร ๆ ก็ทำกันแบบนี้เพราะเรารักกัน” นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร

3. นักเรียนคิดว่าจะเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นกับเงินนี้ได้บ้าง

4. สมมตินักเรียนเป็นคุณอาหมอ จะให้คำแนะนำแก่เงินนี้อย่างไร

5. เรื่องราวของเงินนี้ให้ข้อคิดอะไรแก่นักเรียนบ้าง
สมาชิกกลุ่ม

1. -----
2. -----
3. -----
4. -----
5. -----
6. -----

ใบงาน

เรื่อง “ทำอย่างไรดี”

เรียน คุณอาหมอที่เคารพ

ก่อนอื่นขอสารภาพตรง ๆ ว่า ผมไม่เคยอ่านคอลัมน์ถามตอบวัยรุ่นของคุณอาหมอเลยครับ ผมมีปัญหาหนักอกที่สุดในชีวิตเพื่อนผมที่อ่านประจำเลยแนะนำให้เขียนมาถามนี้ละครับ

เรื่องมีอยู่ว่า เพื่อนหญิงของผมคนหนึ่ง สมมติว่าชื่อ อ. นะครับ เรามีอะไรกันนะครับ แล้วอยู่ ๆ เขาก็มาบอกว่าให้ผมรับผิดชอบเขาเพราะเขาเป็นของผมแล้ว อ. จะบอกให้พ่อแม่เขารู้เพื่อที่ว่าผมจะได้ไม่ต้องไปยุ่งกับผู้หญิงอื่นอีก ผมเบื่อ อ. เพราะเอาแต่ตามตื้อผม เขาไม่ยอมให้ผมพูดกับผู้หญิงคนอื่นอีกเลย ความจริงการที่ผมยุ่งกับ อ. ผมคิดว่าเป็นเพราะเราต่างก็ชอบที่จะทำแบบนั้น อ. ก็เป็นผู้หญิงสมัยใหม่คบผู้ชายตั้งหลายคนก่อนที่จะมาคบผม แล้วจะให้ผมไปรับผิดชอบชีวิตเขาได้อย่างไร พอเขาตี้อมาก ๆ ผมก็กลัวใจ กลัวพ่อแม่รู้ก็กลัว กลัวถึงฝ่ายปกครองก็กลัว เดี่ยวเรื่องจะลามปามไปกันใหญ่ ผมก็เลยเข้าไปว่าผมจะเล่าเรื่องของเราให้คนอื่นฟัง ถ้ายังพูดมากอยู่อีก ผมกลัวใจจริง ๆ จนสับสนไปหมด ไม่รู้จะทำอย่างไร มันไม่ใช่ความผิดของผมสักนิด ไม่รู้ว่า อ. จะท้องหรือเปล่า ผมจะติดโรคจาก อ. ได้ไหมครับ

คุณอาหมอว่าผมเป็นคนอย่างไรครับ กรุณาให้คำแนะนำด้วยครับ ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง

(สำหรับกลุ่มนักเรียนชาย)

ด้วยความเคารพ

วิจิตร

ที่มา: คู่มือครูสอนทางไกลผ่านดาวเทียมสำหรับโรงเรียนปลายทาง



คำชี้แจง ให้นักเรียนรวมกลุ่ม กลุ่มละ 5 – 6 คน อ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ทำอย่างไรดี” ช่วยกันคิด วิเคราะห์ในประเด็นต่อไปนี้

1. นักเรียนคิดว่า เหตุการณ์ระหว่างวิกิจ กับ อ. เกิดขึ้นได้อย่างไร

2. การที่วิกิจบอกอ. ก็เป็นผู้หญิงสมัยใหม่ คบผู้ชายตั้งหลายคนก่อนจะมาคบผม แล้วจะให้ผม รับผิดชอบเขาได้อย่างไร” นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร

3. นักเรียนคิดว่า จะเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นกับวิกิจได้บ้าง

4. สมมตินักเรียนเป็นคุณอามอ จะให้คำแนะนำแก่วิกิจอย่างไร

5. เรื่องราวของวิกิจให้ข้อคิดอะไรแก่นักเรียนบ้าง

สมาชิกกลุ่ม

1. -----
2. -----
3. -----
4. -----
5. -----



เรื่อง : วัยรุ่นกับอุบัติเหตุทางเพศสัมพันธ์

ผู้สอน : นางสาวฉนิลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

การมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นเป็นสิ่งที่ยังไม่ถึงเวลา ควรเอาเวลาไปทำกิจกรรมอื่นให้พ่อแม่ผู้ปกครองได้ชื่นใจ และตนเองก็ไม่เดือดร้อนจะดีกว่า วัยรุ่นที่ดีควรจะหลีกเลี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะวัยรุ่นหญิง เพราะวัยรุ่นชายมักไม่ค่อยคิดจะหลีกเลี่ยงวิธีป้องกันตนเอง จากสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงต่อการมีเพศสัมพันธ์เป็นสิ่งที่ควรศึกษาและปฏิบัติโดยเฉพาะวัยรุ่นหญิงเพราะสถานการณ์ดังกล่าวอาจพาไปถึงขั้นการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ อันจะทำให้เกิดปัญหาและผลกระทบตามมาอีกมากมายทั้งต่อตนเองครอบครัวและสังคม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนรู้วิธีหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์
2. นักเรียนรู้วิธีป้องกันตนจากสถานการณ์เสี่ยงพล้ำหรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
3. นักเรียนสามารถระบุผลที่อาจเกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์ขณะเป็นวัยรุ่น
4. นักเรียนรู้วิธีการหลีกเลี่ยง และป้องกันตนเองจากพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

ประสงค์

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

การมีเพศสัมพันธ์ก็อาจมีผลกระทบที่อาจนำมาซึ่งปัญหา และความยุ่งยากหลายด้าน ซึ่งวัยรุ่นเองอาจยังไม่พร้อมที่จะเผชิญ เช่น ด้านสุขภาพกาย อาจทำให้เกิดการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ติดเชื้อเอดส์ เป็นต้น ด้านจิตใจ ทำให้เกิดการวิตกกังวล เช่น กลัวคนอื่นรู้ กังวลกับความสัมพันธ์ที่มีต่อไปกับแฟน ซึ่งอาจนำไปสู่ความรู้สึกเครียด ไม่สบายใจ เรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง เป็นต้น และผลกระทบในระยะยาว เช่น หากเกิดการตั้งครรภ์ จะตัดสินใจอย่างไร จะเรียนต่อหรือไม่ จะบอกพ่อแม่อย่างไรมีทักษะการตัดสินใจเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์รู้และ

เข้าใจพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์รู้วิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์เพื่อยัง
พล้ำหรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์หลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจาก
พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ชั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการตอบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มย่อย 4 กลุ่ม (กลุ่มละ 5 – 6 คน) แต่ละกลุ่มช่วยกันระดมสมอง “สิ่งที่จะเกิดขึ้นเมื่อวัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์กันมีอะไรบ้าง ทั้งด้านบวกและลบ” โดยให้แต่ละกลุ่มช่วยกันระดมคำตอบให้มากที่สุดและเขียนลงบนกระดาษที่เตรียมไว้
2. ให้ความแต่ละกลุ่มในการระดมความคิดประมาณ 10 นาทีแล้วนำเสนอ ระหว่างการนำเสนอของแต่ละกลุ่ม ครูฟังและจัดกลุ่มคำตอบที่ได้ เพื่อใช้ในการสรุปโดยแยกเป็นสิ่งที่ได้เป็นผลด้านบวก และผลด้านลบ
3. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอครบแล้ว ครูบอกให้แต่ละกลุ่มช่วยกันคิดถึง “ตัวเอง” และลองเลือกจากที่กลุ่มช่วยกันระดม อ่านใบความรู้ เรื่องวัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์
4. ครูแจกใบความรู้เรื่องวัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์
5. เมื่อนักเรียนอ่านใบงานแล้ว ให้ทำกิจกรรม ใบงานเรื่อง วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์ ,ปฏิเสชเพื่อหลีกเลี่ยง,สถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์,ช่วยแก้ปัญหาให้มุดตาและมุรินทร์ด้วยและเรื่องปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์
6. ครูสรุปให้นักเรียนเห็นว่า จากสิ่งที่พวกเราทุกกลุ่มช่วยกันระดมสมอง จะเห็นว่าสิ่งที่ตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์มีทั้งที่เป็นด้านบวกและด้านลบ ในด้านบวก เป็นความรู้สึกพึงพอใจ ความสุขที่ได้รับจากเพศสัมพันธ์ ความรู้สึกต่อคนที่รัก การท้องในกรณีที่มีความพร้อมและมีการเตรียมตัว เป็นต้น (ควรยกตัวอย่างจากสิ่งที่นักเรียนช่วยกันระดมสมองประกอบ)

ในขณะเดียวกัน การมีเพศสัมพันธ์ก็อาจมีผลกระทบที่อาจนำมาซึ่งปัญหา และความยุ่งยากหลายด้าน ซึ่งวัยรุ่นเองอาจยังไม่พร้อมที่จะเผชิญ เช่น ด้านสุขภาพกาย อาจทำให้เกิดการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ติดเชื้อเอดส์ เป็นต้น ด้านจิตใจ ทำให้เกิดการวิตกกังวล เช่น กลัวคนอื่นรู้ กังวลกับความสัมพันธ์ที่จะมีต่อไปกับแฟน ซึ่งอาจนำไปสู่ความรู้สึกเครียด ไม่สบายใจ เรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง เป็นต้น และผลกระทบในระยะยาว เช่น หากเกิดการตั้งครรภ์ จะตัดสินใจอย่างไร จะเรียนต่อหรือไม่ จะบอกพ่อแม่อย่างไร จะสามารถเลี้ยงดูลูกได้อย่างไร การหางานทำเพื่อมีรายได้ในการเลี้ยงดูลูก ฯลฯ ในแต่ละหัวข้อ ครูควรยกตัวอย่างจากสิ่งที่นักเรียนได้ช่วยกันระดม ประกอบ

7. ครูเปิดให้แสดงความคิดเห็น
8. ครูขอให้นักเรียนช่วยกันระดมวิธีป้องกันและหลีกเลี่ยงผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ 5 วิธี โดยครูจดวิธีการต่าง ๆ ลงบนกระดาน หรือกระดานขี้นักเรียนทั้งห้องเห็นทั่วกัน
9. เมื่อได้ครบ 5 วิธีแล้ว ครูให้นักเรียนช่วยกันแยกแยะทีละข้อว่าแต่ละวิธีช่วยในการป้องกันอะไร (เน้นแยกให้เห็นเรื่องการป้องกันใน 2 ด้านหลัก คือ การตั้งท้อง กับการติดเชื้อเอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์)

ขั้นสรุป

ครูย้ำว่า วัยรุ่นสามารถหลีกเลี่ยงและป้องกันการตั้งครรภ์และการติดเชื้อเอดส์ รวมทั้งผลกระทบอื่น ๆ ที่ตามมาได้ วิธีที่ได้ผลแน่นอนที่สุดคือ “การไม่มีเพศสัมพันธ์” และหากมีเพศสัมพันธ์ วิธีที่ดีที่สุดที่ช่วยป้องกันทั้งการตั้งครรภ์และการติดเชื้อเอดส์ คือ “การใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่” ส่วนความกังวลใจด้านอื่น ๆ เช่น ความสัมพันธ์กับแฟนจะเป็นอย่างไร ถ้าเลิกกันเราจะรู้สึกอย่างไร และจะจัดการอย่างไร ซึ่งควรถามตัวเองก่อนที่จะตัดสินใจว่าจะมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์ หรือลองคิดว่ามีคนที่เราสามารถคุยหรือปรึกษาได้หรือไม่หากต้องการคำปรึกษา หรือหากเกิดปัญหาขึ้นมา เราจะทำอย่างไร

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้ เรื่อง วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์
2. ใบงาน เรื่อง วันรุ่นกับเพศสัมพันธ์
3. ใบงาน เรื่อง ปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยง

4. ใบงาน เรื่อง สถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
5. ใบงาน เรื่อง ช่วยแก้ปัญหาให้มุตตาและมุนินท์ด้วย
6. ใบงาน เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์
7. กระดาษ flip Chart
8. ปากกาเคมี

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ใบความรู้ วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์

เรื่องที่น่าสนใจยากเรื่องหนึ่งของวัยรุ่น คือ การมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์ วัยรุ่นจึงสมควรได้รับการพัฒนาทักษะชีวิต โดยฝึกฝนคิดวิเคราะห์ใน 3 ประเด็นที่เรียกว่า 3 ซี (Three C's) คือ

Challenge คือ ปัญหาหรือความท้าทายที่ตนเองกำลังเผชิญอยู่ และต้องการการตัดสินใจ

Choice คือ ทางเลือกที่จะตัดสินใจทำหรือไม่ทำอะไรได้บ้าง ซึ่งอาจมีมากกว่าหนึ่ง โดยเราต้องตัดสินใจเลือกทางใดทางหนึ่งในที่สุด

Consequence คือ ผลที่ตามมาหลังการตัดสินใจเลือกทางเลือกหนึ่ง ๆ ไปแล้ว โดยผลนั้นอาจเป็นผลบวกหรือลบก็ได้ หรือเป็นทั้งผลบวกและลบพร้อม ๆ กัน

ทดลองกำหนดทางเลือกในการตัดสินใจ ได้สำรวจผลที่เกิดขึ้นอย่างรอบด้านมากที่สุด รวมทั้งฝึกคิดวิเคราะห์ผลทั้งในแง่ดี และลบ เพื่อในที่สุดแต่ละคนจะได้ย้อนสำรวจความต้องการของตัวเอง และประเมินความพร้อมว่า ตัวเองสามารถเผชิญกับผลที่ตามมานั้นได้หรือไม่ อย่างไร

ทั้งหมดนี้เป็นการจำลองกระบวนการตัดสินใจที่วัยรุ่นสามารถเรียนรู้และฝึกฝนการคาดการณ์ไว้ล่วงหน้าได้ เพื่อเตรียมตัวให้พร้อมและไม่รู้สึกกังวลใจง่าย ๆ เมื่อต้องตัดสินใจทำหรือไม่ทำอะไร ปัญหาการตั้งท้องโดยไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง และการติดเชื้อเอชไอวีจึงชี้ให้เห็นถึงการตัดสินใจที่ผิดพลาดในเรื่องเพศสัมพันธ์หรือการขาดโอกาสตัดสินใจ

วัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมักไม่ได้คิดถึงผลที่จะเกิดตามมา ซึ่งส่วนใหญ่เป็นปัญหาที่สำคัญ ได้แก่

1. การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ในช่วงวัยรุ่นการเจริญเติบโตและความสมบูรณ์ทางร่างกายทำให้เกิดความพร้อมทางภาวการณ์เจริญพันธุ์สูงมาก ดังนั้น เมื่อมีเพศสัมพันธ์จึงทำให้มีโอกาสให้กำเนิดชีวิตใหม่ หรือการตั้งครรภ์ก็มีสูงมากด้วย การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่น เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นการตั้งครรภ์ในขณะที่ทั้งสองฝ่ายยังไม่มีความพร้อมในทุก ๆ ด้าน จึงก่อให้เกิดปัญหาตามมาอย่างมากทั้งทางด้านครอบครัว เศรษฐกิจ และสังคม และปัญหาการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์นี้ส่งผลกระทบต่ออนาคตของวัยรุ่นอย่างมากด้วยลักษณะของปัญหาจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์มีดังนี้

1.1 ฝ่ายหญิงที่เป็นฝ่ายที่ตั้งครรภ์ส่วนใหญ่กำลังศึกษาเล่าเรียนอยู่ เมื่อตั้งครรภ์ขึ้นมาก็ไม่อาจศึกษาเล่าเรียนต่อไปได้ ทำให้ต้องออกจากการศึกษากลางคัน ซึ่งก็หมายถึงอนาคตการเรียนก็หมดไปอย่างสิ้นเชิงบางรายเมื่อ

ตั้งครรภ์ก็ไม่กล้าบอกพ่อแม่ ผู้ปกครองทราบแต่ก็ไม่สามารถปกปิดได้ตลอดไป จึงตัดสินใจหนีออกจากบ้านไปเผชิญชีวิตด้วยตนเอง เมื่อคลอดลูกก็เกิดปัญหาตามมามากมาย โดยเฉพาะปัญหาทางเศรษฐกิจและปัญหาสังคม

1.2 ในบางกรณีตัดสินใจทำแท้งเพื่อยุติการตั้งครรภ์โดยหวังว่าเมื่อไม่ตั้งครรภ์แล้วจะสามารถกลับมาใช้ชีวิตและศึกษาเล่าเรียนได้ตามปกติ ในความเป็นจริงแล้วการทำแท้งเป็นเรื่องที่ผิดทั้งทางด้านศีลธรรม กฎหมาย และค่านิยมของสังคม และที่สำคัญที่สุดคือ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ในบางรายที่ทำแท้งโดยผู้ทำไม่ใช่แพทย์อาจเป็นอันตรายรุนแรง เช่น ตกเลือด ติดเชื้ออย่างรุนแรง ทำให้เสียชีวิตได้ หรือบางรายอาจต้องผ่าตัด ตัดมดลูกทิ้งทำให้ไม่สามารถตั้งครรภ์ได้อีกเลยตลอดชีวิต

1.3 ในบางกรณี เมื่อตั้งครรภ์ขึ้นมาจะทำให้เกิดภาวะจำยอมที่ต้องแต่งงานกัน โดยทั้งสองฝ่ายยังไม่มีความพร้อม สำหรับการใช้ชีวิตคู่ที่ต้องมีภาระเลี้ยงดูบุตร ทำให้เกิดปัญหาครอบครัวซึ่งนำไปสู่การหย่าร้างในที่สุด

2. การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์อาจทำให้เกิดการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ที่สำคัญคือ โรคในกลุ่มกามโรคและโรคเอดส์ โดยเฉพาะโรคเอดส์เป็นโรคที่กำลังแพร่ระบาด และทำให้เกิดปัญหาทางสังคมอย่างมาก ทั้งยังเป็นโรคที่ไม่มียาหรือวิธีการรักษาที่ทำให้หายขาดได้ และไม่มีวัคซีนสำหรับป้องกันโรคนี้อการติดเชื้อโรคเอดส์จึงทำให้เกิดปัญหาสุขภาพและปัญหาสังคมตามมา ทั้งยังทำลายอนาคตอีกด้วย

ความสำคัญของการมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย

การมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย หมายถึง การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหาตามมาหรือจากการมีเพศสัมพันธ์ได้แก่ ปัญหาการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะโรคเอดส์และโรคในกลุ่มกามโรค และเกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ในกรณีที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ได้จริง ๆ ก็ควรมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย การมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัยมีความสำคัญอย่างมากในการช่วยป้องกันปัญหาจากการมีเพศสัมพันธ์คือ ป้องกันการติดเชื้อโรคติดต่อจากการมีเพศสัมพันธ์ และป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์อุปกรณ์ที่ช่วยให้มีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัยคือ ถุงยางอนามัย หรือคอนโดมถุงยางอนามัย จัดให้เป็นเครื่องมือแพทย์ชนิดหนึ่งซึ่งช่วยทำให้มีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัยได้ สิ่งสำคัญในการใช้ถุงยางอนามัยคือ การเลือกถึงยางอนามัยและการใช้ถึงยางอนามัยอย่างถูกต้อง

“การศึกษามีผลต่อการตัดสินใจของคน หากคนที่มีพื้นฐานการศึกษาไม่ดี ย่อมทำให้การตัดสินใจไม่มีคุณภาพ ดังนั้น การศึกษาเป็นเรื่องใหญ่ ต้องสอนเรื่องวิธีคิด ต้องสร้างทางเลือก ถ้าเลือกได้ ก็สามารถจัดการได้”

ผู้ใหญ่วิบูลย์ เข็มเฉลิม (วนเกษตรกรจังหวัดฉะเชิงเทรา)

ใบงาน

เรื่อง “วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์”

1. สิ่งที่จะเกิดขึ้น เมื่อวัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์กันมีอะไรบ้าง ทั้งด้านบวก และด้านลบ ให้นักเรียนระดมสมองช่วยกันหาคำตอบให้มากที่สุด และเขียนบนกระดาษที่เตรียมไว้

2. สิ่งก็ตามมาจากการที่เพศสัมพันธ์

ถามนักเรียนว่า ผลที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ต่อหญิงและชายแตกต่างกันหรือไม่อย่างไร และถามนักเรียนชาย / หญิงว่ารู้สึกอย่างไรต่อผลที่ตามมา

การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่พร้อมอาจเกิดขึ้นกับคนในวัยเดียวกันกับเราได้หรือไม่ อย่างไร

เรามีวิธีหลีกเลี่ยงหรือป้องกันผลกระทบหรือเรื่องต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่พร้อมหรือไม่ อย่างไร

3. ให้นักเรียนระดมวิธีป้องกัน และหลีกเลี่ยงผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ 5 วิธี

ใบงาน

เรื่อง “ปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยง”

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนคำพูดปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนด้วยคำพูดต่อไปนี้

ไปที่บ้านบอยนะวันนี้ไม่มีใครอยู่เลย

ปิ่นคีนี่ไปเที่ยว เต็มรรมณ์แล้วต่อด้วย

พาร์คลับ กันนะ

ไปกันหลายคนด้วย

คืนวันวาเลนไทน์นี้ไปเที่ยวอย่างที่คุณรัก

อื่นๆ เขาไปเที่ยวกันนะ

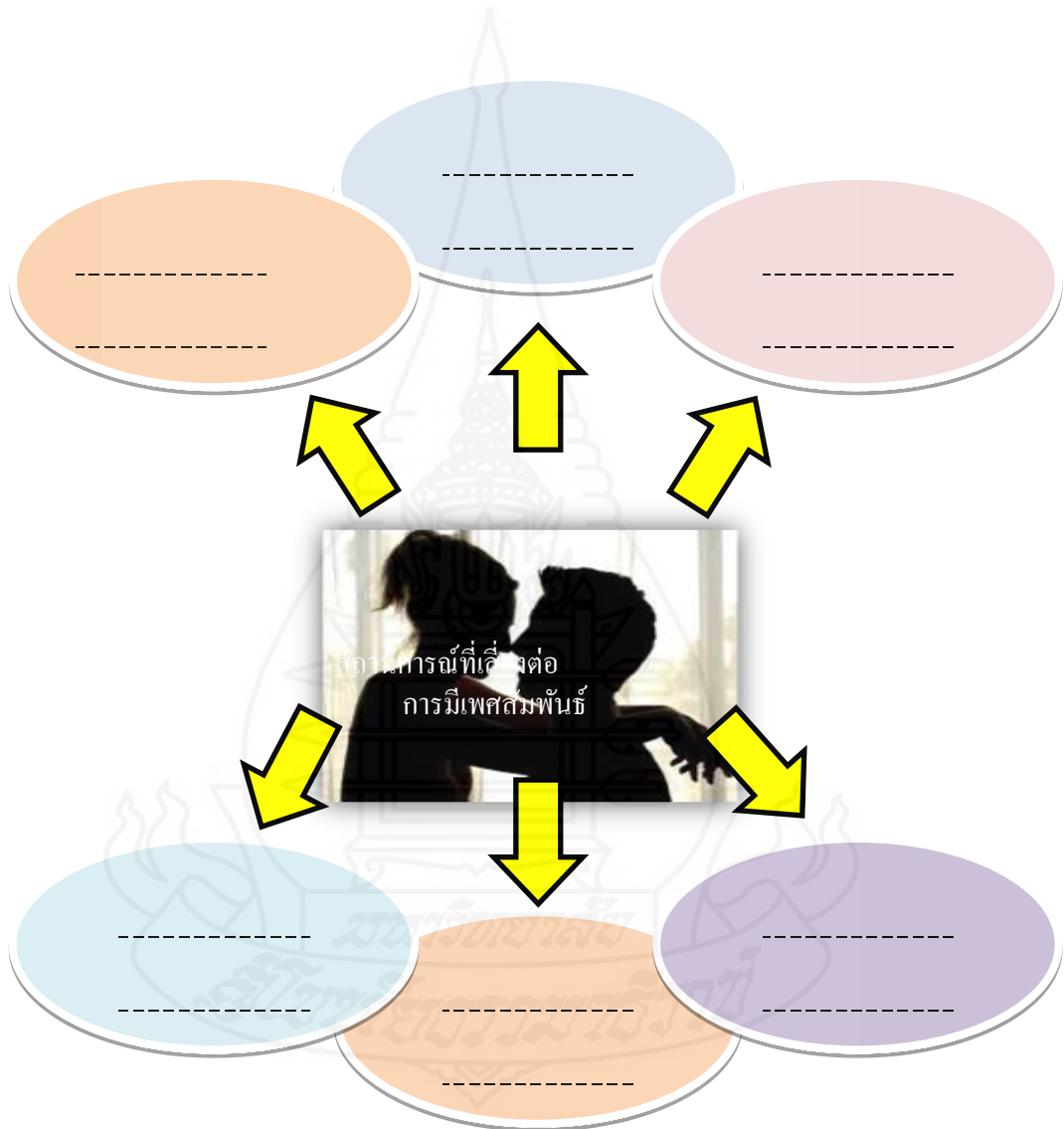
วันนี้วันเกิดนัท ต้มเพื่อนัทหน่อยนะ

ไม่เมาหรอก

ใบงาน

เรื่อง “สถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์”

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ในรูปแบบของแผนที่ความคิด



ใบงาน

เรื่อง “ช่วยแก้ปัญหาให้มุตตาและมุนินท์ด้วย”

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านเรื่องราวต่อไปนี้แล้วช่วยแก้ปัญหาให้ด้วย

มุตตามักยอมให้แฟนได้โอบกอดสัมผัสร่างกายและจูบอยู่บ่อยครั้งทั้งนี้เพราะกลัวแฟนจะหาว่าไม่รัก ทั้ง ๆ ที่ตนเองไม่ยอมให้เขาทำเช่นนั้นเลย ช่วยแก้ปัญหาให้มุตตาที่

มุนินท์อยู่หอพัก แฟนมุนินท์มักจะเข้ามาพูดคุยดูโทรศัพท์และบางครั้งก็ขึ้นไปนอนบนเตียงมุนินท์มุนินท์กลัวว่าสักวันหนึ่งแฟนอาจจะทำอะไรเกินเลยได้ ช่วยแก้ปัญหาให้มุนินท์ที่

ปัญหา	ผลกระทบ
1. วัยรุ่นบางคนคิดว่าการเสียตัวไม่ใช่เรื่องเสียหาย	1.
2.	2. แม่ต้องพาลูกสาวไปทำแท้งทั้ง ๆ ที่รู้ว่ามันบาปหนัก
3. ถูกหลอกไปข่มขืน	3.
4.	4. ตนเองต้องออกจากโรงเรียนมาเลี้ยงลูกอยู่ที่บ้าน

นักเรียนได้ข้อคิดอะไรบ้างจากการทำกิจกรรมนี้

กิจกรรมแนวแนว ชุดที่ 6

เรื่อง : ความเสมอภาค และวัฒนธรรมทางเพศ

ผู้สอน : นางสาวณิฉบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับของสังคมทั่วไปว่า ผู้หญิงมีสิทธิและศักดิ์ศรีเท่าเทียมกับฝ่ายชาย ไม่เหมือนสมัยก่อนที่ฝ่ายหญิงมักจะถูกกดขี่ถูกกลั่นแกล้งในเรื่องความเสมอภาคทางเพศ วัฒนธรรมทางเพศจะเป็นสิ่งหนึ่งที่จะช่วยให้ทั้งชายและหญิงอยู่ในสังคมได้อย่างเท่าเทียมกัน

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบและตระหนักในคุณค่าของความเสมอภาคทางเพศ
2. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และเข้าใจถึงการวางตัวต่อเพศเดียวกัน และเพศตรงข้ามได้อย่างเหมาะสม

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

ในสมัยโบราณผู้ชายจะเป็นผู้นำ ส่วนผู้หญิงนั้นจะเป็นผู้ตาม ดังคำกล่าวที่ว่า “ผู้ชายเป็นช้างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช้างเท้าหลัง” การงานสำคัญต่างๆ ผู้ชายมักเป็นผู้กระทำหรือดำเนินการในสมัยปัจจุบันเริ่มมีความเสมอภาคทางเพศมากขึ้น ผู้ชายและผู้หญิงส่วนใหญ่จะไปพร้อมๆกัน ไม่มีคำว่าช้างเท้าหน้าช้างเท้าหลังอีกแล้ว เพราะต้องช่วยกันทำมาหากิน มีผู้หญิงเป็นจำนวนมากที่มีศักยภาพและความสามารถมากกว่าผู้ชาย เป็นผู้นำองค์กรต่างๆ ทำการงานที่สำคัญๆต่างๆมากมาย ผิดกับสมัยโบราณมาก

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ขั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการตอบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 – 6 คนต่อกลุ่ม

2. แจกใบความรู้ เรื่อง “ความเสมอภาคทางเพศ” และ “ผู้ชายเป็นช้างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช้างเท้าหลัง”
 3. ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ และสรุปเป็นข้อสรุปของกลุ่ม โดยการระดมสมอง
 4. ให้นักเรียนทำใบงาน “เรื่อง ความเสมอภาค” และร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็น
- ขั้นสรุป**

ครูให้นักเรียนเสนอความคิดเห็นหน้าห้อง และสรุปประสบการณ์ หรือข้อคิด จากการทำกิจกรรมนี้

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้ เรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ
2. ใบความรู้ เรื่อง ผู้ชายเป็นช้างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช้างเท้าหลัง
3. ใบงาน เรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ
4. ใบงาน เรื่อง ผู้ชายเป็นช้างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช้างเท้าหลัง
5. ใบงาน เรื่อง บทบาททางเพศ
6. ใบงาน เรื่อง วัฒนธรรมทางเพศ
7. กิจกรรมฝึกทักษะการคิด

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ใบความรู้

“ความเสมอภาคทางเพศ”

บทบาททางเพศของชายและหญิง

นับเป็นความมหัศจรรย์อย่างมากที่ธรรมชาติได้สร้างให้มนุษย์มี 2 เพศ คือเพศชายและเพศหญิง แล้วสร้างให้ทั้งสองเพศมีฮอร์โมนที่จะทำให้สนใจเพศตรงข้ามเมื่อถึงวัยรุ่น จนถึงวัยผู้ใหญ่ และอาจถึงวัยชราเมื่อทั้งสองเพศมีความสนใจกัน คบหา ตกหลุมรัก ใช้ชีวิตแต่งงาน ทำให้บทบาทของสามีภรรยาเกิดขึ้น เมื่อมีบุตร ก็จะมีหน้าที่เป็นพ่อ แม่ ต่อไปเมื่อบุตรแต่งงาน ตนเองก็มีบทบาทเป็น ปู่ ย่า ตา ยาย ต่อไป ซึ่งทุกชีวิตจะต้องประสบกับวัฏจักรเหล่านี้ ทุกคนจึงจำเป็นต้องทำหน้าที่นั้นให้ดีที่สุด

วัฒนธรรมทางเพศ

วัฒนธรรม หมายถึง วัฒนธรรมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศ ได้แก่ ระเบียบ จารีต ศีลธรรมและจริยธรรมอันดีงามของคนไทย ทุกคนควรอนุรักษ์และประพฤติปฏิบัติตามมีดังนี้

1. ชายและหญิงควรมีสิทธิ์และศักดิ์ศรีเท่าเทียมกันตามหลักสิทธิมนุษยชน
2. ผู้ชายควรให้เกียรติและช่วยปกป้องอันตรายให้แก่ผู้หญิง
3. การแสดงความชอบหรือสนใจเพศตรงข้ามควรปฏิบัติตามจารีตประเพณี
4. ทั้งผู้หญิงและผู้ชายไม่ควรถูกเนื้อต้องตัวกันเกินความจำเป็นดูแล้วไม่เหมาะสม
5. ผู้หญิงไม่ควรแต่งตัวแบบยั่วยุกิเลสชั่วสัดส่วน
6. ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและเมื่อยังไม่ได้แต่งงานกัน
7. การเลือกคู่ครองต้องเป็นไปโดยสมัครใจ
8. ชายหญิงที่จะอยู่กันแบบสามีภรรยาต้องมีพิธีแต่งงานที่ถูกต้องตามจารีตประเพณีของไทย
9. การแสดงพฤติกรรมทางเพศหรือเพศสัมพันธ์ระหว่างสามีภรรยาเป็นเรื่องส่วนตัวจะต้อง

กระทำด้วยความเหมาะสมและให้ถูกต้องกาลเทศะ

10. สามีภรรยาควรยึดค่านิยมในการครองคู่แบบครอบครัวผัวเดียวเมียเดียว
11. สามีและภรรยาต้องไม่กระทำรุนแรงต่อกัน

การวางตัวต่อเพศเดียวกัน

1. การวางตัวแบบเพื่อน กล่าวคือเป็นเพื่อนคุยที่ดีต่อกัน พุดจาดี ช่วยเหลือกัน กล่าวที่จะเตือนเมื่อเพื่อนทำผิด

2. การวางตัวแบบพี่น้อง พี่ต้องทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีของน้อง แนะนำสั่งสอน เสียสละ และช่วยเหลือน้อง

การวางตัวต่อเพศตรงข้าม

1. การวางตัวแบบเพื่อนผู้ชายจะปกป้องดูแลผู้หญิง ไม่ล่วงเกินโดยการถูกเนื้อต้องตัว ระมัดระวังคำพูดที่หยาบคาย ทะเล้ง หรือส่องแง่ส่องง่าม ผู้หญิงต้องระวัง ผู้ชายเจ้าชู้ล่วงเกินผู้หญิง แม้เป็นเพื่อนกันก็ไม่สมควร

2. การวางตัวแบบพี่น้อง ผู้ชายต้องสุภาพ มีความเป็นสุภาพบุรุษวางตัวเป็นพี่ที่ดี ไม่ล่วงเกิน ผู้หญิงควรต้องสังเกตท่าทีผู้ชายว่าจะคบกันแบบพี่น้องจริงหรือไม่

3. การวางตัวแบบแฟนหรือคนรัก ต้องวางตัวต่อกันอย่างเหมาะสม ไม่ควรล่วงเกินกันจนเกินเลย และไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กันในขณะที่ตนเองยังเรียนอยู่ และการคบกันต้องอยู่ในสายตาของผู้ใหญ่ ผู้ปกครองต้องรับทราบ

4. การวางตัวในสถานะเป็นคู่ครองกัน เป็นการเริ่มต้นของชีวิตคู่ที่จะต้องปรับตัวเข้าหากัน และวางตัวอย่างเหมาะสม เอาใจเขามาใส่ใจเรา ช่วยเหลือกัน ถนอมน้ำใจ ซื่อสัตย์ หนักนิตเบาหน้อย ต้องให้อภัยกัน

ใบความรู้

เรื่อง ผู้ชายเป็นช้างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช้างเท้าหลัง

คำพังเพยของไทยที่ว่า ผู้ชายเป็นช้างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช้างเท้าหลัง นี้คนไทยส่วนใหญ่เชื่อว่าเป็นคำสุภาษิต เอามาอ้างอิง สอนกัน เรียนกัน โดยตีความกันทั่วไปว่า ในสังคมไทยนั้น ผู้ชายต้องเป็นผู้นำและผู้หญิงต้องเป็นผู้ตาม ซึ่งผู้เขียนออกจะกังขามานานแล้ว เนื่องจากเท่าที่สังเกตดูสังคมไทยมาหลายสิบปี และผู้เขียนเองก็เป็นคนไทยด้วย จึงได้เห็นหลักฐานเชิงประจักษ์ว่า ในครอบครัวคนไทยนั้นมิได้เป็นอย่างที่ว่ากันเลย เพราะว่าผู้ชายไทยส่วนใหญ่มักให้ผู้หญิงเป็นผู้นำในครอบครัวทั้งนั้น แบบว่าผู้ชายไทยนั้นกลัวเมียทุกคนก็ว่าได้

เรื่องผู้หญิงเป็นใหญ่กว่าผู้ชายในครอบครัวนั้น ความจริงก็เรื่องปกติธรรมดาในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ หรือในคาบสมุทรอินโดจีนนี้ ดูกันง่ายๆ ก็เห็นได้ ผู้ชายต้องไปขอสู

ผู้หญิงแต่งงานโดยมีสินสอดทองหมั้นไปให้ฝ่ายหญิง ยิ่งกว่านั้นผู้ชายยังต้องไปอยู่บ้าน
ผู้หญิงเมื่อแต่งงานแล้วด้วย

ผู้เขียนได้ทราบจากศาสตราจารย์วิริยะ นามศิริพงศ์พันธ์ แห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์หลายปีมาแล้ว
ว่า ความจริงข้างนั้นเวลาก้าวเดินนั้น ข้างจะก้าวเท้าหลังก่อน แล้วเท้าหน้าจึงก้าวตาม
ดังนั้น เรื่องผู้ชายเป็นข้างเท้าหน้าผู้หญิงเป็นข้างเท้าหลัง ความหมายคือ ผู้หญิงต่างหาก
ที่เป็นผู้นำโดยผู้ชายเป็นผู้ตาม

ผู้เขียนก็ได้ไปเฝ้าดูข้างที่เขาเดินเป็นวันๆ และเกณฑ์ลูกศิษย์ลูกหาไปช่วยกันดูข้างเวลาเดิน เพื่อเป็น
ข้อมูลเชิงประจักษ์ แต่ก็ไม่แน่ใจจนกระทั่งได้มีโอกาสพูดคุยกับ ดร.มัทนา ศรีกระจำง
แห่งกรมอุทยานแห่งชาติ ผู้เชี่ยวชาญเรื่องข้าง โดยทำวิทยานิพนธ์ปริญญาเอกเรื่องข้าง
ไทยโดยเฉพาะ ดร.มัทนาท่านสอบเช็คดูกับวิดีโอที่ท่านถ่ายทำไว้แล้วโทรศัพท์มายืนยัน
กับผู้เขียน เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 2 พฤศจิกายน 2549 นี้เองว่า ข้างก้าวเท้าหลังเดินก่อน
เท้าหน้าแน่นอน

สรุป ความมุ่งหมายของบทความนี้คือ ความรู้ที่ลึกซึ้งแบบภูมิปัญญาของชาวบ้านคนไทยเราเองนั้นถูก
ตีความจากความไม่รู้บริบททางประวัติศาสตร์ของคนไทยในปัจจุบัน จึงทำให้มีการ
อ้างอิงและนำมาใช้อย่างผิดๆ แบบหน้ามือเป็นหลังมือเลยทีเดียว

ในสมัยก่อน ผู้หญิงไทยมักจะถูกปลุกฝังหรือฝึกให้มีความเป็นกุลสตรี อยู่กับเหย้าเฝ้ากับเรือน มีเสน่ห์
ปลายจวัก ดูแลรักษาความสะอาดของบ้านเรือน โดยให้ผู้ชายเป็นผู้ที่มีบทบาทในการทำ
มาหากิน จึงมีการเปรียบเปรยว่า “ผู้ชายคือข้างเท้าหน้า ผู้หญิงคือข้างเท้าหลัง” แต่
ปัจจุบัน ด้วยสภาพแวดล้อมรอบข้างทำให้ผู้ชายและผู้หญิงมีบทบาทที่เหมือนกันมากขึ้น
ผู้หญิงเข้ามามีบทบาทในด้านต่างๆ มากขึ้น เช่น เป็น ส.ส. เป็นประธานบริษัท เป็น
ผู้จัดการบริษัท เป็นรัฐมนตรี เป็นนายกรัฐมนตรี และเป็นอื่นๆ อีกมากมาย

เมื่อสถานการณ์เปลี่ยนไปเช่นนี้ ท่านเห็นว่า สำนวน “ผู้ชายคือข้างเท้าหน้า ผู้หญิงคือข้างเท้าหลัง”
ยังคงใช้ได้อยู่หรือเปล่า? หรือเปลี่ยนไปเป็นอย่างอื่น ?

ที่มา :หนังสือพิมพ์มติชน โดย โกวิท วงศ์สุรวัฒน์

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ตามความคิดเห็นของนักเรียน

1. ความเสมอภาคทางเพศในยุคโบราณและยุคปัจจุบันเป็นอย่างไร

2. ชายและหญิงมีลักษณะที่เหมือนกัน และแตกต่างกันอย่างไรบ้าง

3. วัฒนธรรมทางเพศคืออะไร

4. การเลือกคู่ครองต้องเป็นไปโดยถูกบังคับหรือเป็นไปโดยความไม่สมัครใจจะมีผลต่อชีวิตคู่อย่างไร

5. การวางตัวต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้ามมีความสำคัญอย่างไร

6. จากบทความที่กล่าวว่า ผู้ชายเป็นช้างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช้างเท้าหลัง หมายถึงอะไร มีผลต่อการวางตัวต่อเพศตรงข้าม และวัฒนธรรมไทยอย่างไร

ใบงานเรื่อง

ผู้ชายเป็นช่างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช่างเท้าหลัง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านใบความรู้เรื่อง “ผู้ชายเป็นช่างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช่างเท้าหลัง” แล้ว
ตอบคำถามต่อไปนี้ตามความคิดเห็นของนักเรียน

❁ คำว่า “ผู้ชายเป็นช่างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช่างเท้าหลัง” มีความหมายตรงกับ ผู้ชายต้องเดิน
นำหน้า/ผู้ชายเป็นผู้นำของครอบครัว/ชายเป็นผู้ที่มีความแข็งแรงกว่า/ผู้ชายเป็นแนวหน้า
ส่วนผู้หญิงเป็นแนวหลัง นักเรียนคิดว่าความหมายตรงกับอะไร

❁ จากบทความ “ผู้ชายเป็นช่างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช่างเท้าหลัง” ให้ข้อคิดอะไรกับนักเรียนได้
บ้าง

❁ นักเรียนคิดว่าลักษณะใดที่ชายและหญิงแตกต่างกันน้อยที่สุด หน้าตา /ทรงผม/น้ำเสียง/การ
เดินเพราะอะไร จึงเป็นเช่นนั้น

❁ จับมือกัน เช็ดเหงื่อให้กันกอดจูบ ลูบไล้กันป้อนอาหารให้กันเป็นการกระทำของฝ่ายชายที่จัด
ว่าเกินความจำเป็นของคนที่เป็นแฟนกันไม่ เพราะเหตุใด

❁ ผู้หญิงยอมให้ผู้ชายจูบมือข้ามถนน ยอมให้ผู้ชายจับต้องของสงวน ยอมให้ผู้ชายถูกเนื้อต้องตัว
ยอมให้ผู้ชายจับศีรษะแล้วขยี้เบา ๆ การกระทำในที่นี่แสดงว่าผู้หญิงไม่รักนวลสงวนตัวใช่
หรือไม่ เพราะเหตุใด

☼ พุดจาที่ดีต่อกันมีความจริงใจต่อกันแนะนำไปในทางที่ดีช่วยเหลือเท่าที่ช่วยได้ เป็นการวางตัวต่อเพศเดียวกันที่ดีหรือไม่ เพราะเหตุใด

ใบงาน

เรื่องบทบาททางเพศ

คำชี้แจง ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าข้อที่เห็นว่าถูก และใส่เครื่องหมาย ✗ หน้าข้อที่เห็นว่าผิดตามความคิดเห็นของนักเรียน

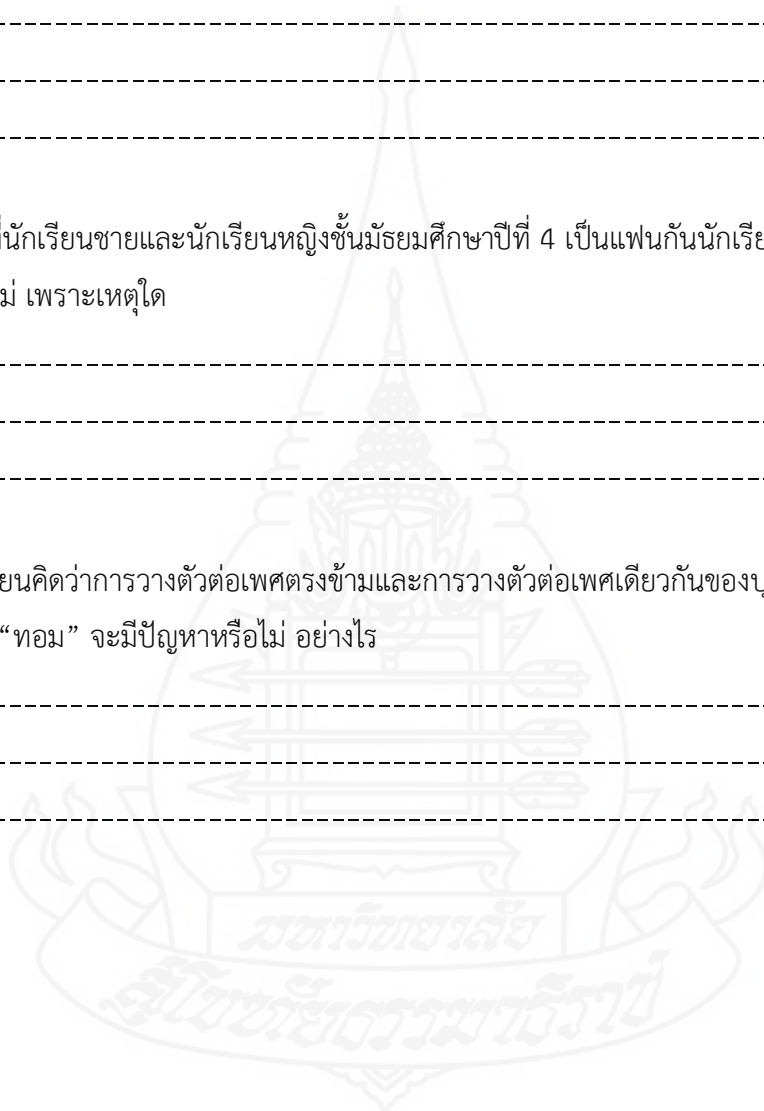
- 1. เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นคนเราจะเริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม
- 2. บทบาททางเพศของชายและหญิงจะมีส่วนคล้ายและส่วนต่างกัน
- 3. ผู้ชายจะมีจำนวนชิ้นกระดูกมากกว่าผู้หญิงจึงทำให้ร่างกายใหญ่โตกว่า
- 4. ผู้หญิงมีจำนวนมัดของกล้ามเนื้อมากกว่าผู้ชายจึงทำให้เนื้อนุ่มกว่าผู้ชาย
- 5. วัฒนธรรมทางเพศเป็นมรดกของชาติที่ควรรักษาไว้
- 6. การที่ไม่ให้ตำรวจหญิงไปจับคนร้ายถือว่าขาดความเท่าเทียมกันตามหลักมนุษยชน
- 7. การที่ผู้ชายลูกให้ผู้หญิงนั่งในขณะโดยสารรถประจำทาง เป็นวัฒนธรรมทางเพศที่ดี
- 8. การมีพิธีแต่งงานถึงแม้จะไม่จดทะเบียนสมรสกันสังคมก็รับรู้แล้วว่าชายหญิงคู่นี้จะใช้ชีวิตคู่เคียงสามีภรรยาต่อกัน
- 9. การที่สามีภรรยาทะเลาะ ด่าทอกัน ไม่ถือว่าเป็นความรุนแรง เพราะเป็นสามีภรรยากัน
- 10. คนเราไม่จำเป็นที่จะต้องศึกษาและเตรียมตัวในเรื่องของการวางตัวต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม เพราะเรื่องนี้เป็นไปตามสัญชาตญาณอยู่แล้ว

กิจกรรมฝึกทักษะการคิด:

1. นักเรียนคิดว่า ณ ปัจจุบันนี้ผู้หญิงมีความเสมอภาคทางเพศเท่าเทียมกับผู้ชายหรือยัง ยกเหตุผลประกอบด้วย

2. การที่นักเรียนชายและนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เป็นแฟนกันนักเรียนคิดว่าเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด

3. นักเรียนคิดว่าการวางตัวต่อเพศตรงข้ามและการวางตัวต่อเพศเดียวกันของบุคคลที่เป็น “ตุ๊ด” และ “ทอม” จะมีปัญหาหรือไม่ อย่างไร





เรื่อง : จินตนาการรักต่างเพศ (การคบเพื่อนต่างเพศ)

ผู้สอน : นางสาวนิลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์เป็นความต้องการตามธรรมชาติ และทางสังคม ในขณะเดียวกัน คนเรายังมีความต้องการ มีเป้าหมาย มีความคาดหวังต่อตนเองและผู้อื่น ดังนั้น การเรียนรู้ และเข้าใจความต้องการของตนเอง และความคาดหวังของคนอื่น จะช่วยให้เราสามารถคิดและตัดสินใจได้ว่า ควรปฏิบัติตนอย่างไร จึงจะดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสำรวจตนเองถึงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศได้
2. เพื่อให้นักเรียนสำรวจอารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการ และพัฒนาการของความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงของความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคน
3. เพื่อให้นักเรียนรู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการของตนเองที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศสัมพันธ์
4. เพื่อให้นักเรียนร่วมกันคิดวิเคราะห์และเสนอแนวทางการปฏิบัติในการคบเพื่อนต่างเพศที่เหมาะสมได้

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

การสำรวจตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศ ทำให้ได้รู้จักตนเอง รู้ถึงความต้องการของตนเอง และผู้อื่น นักเรียนได้รู้จักวิเคราะห์ และมีแนวทางการปฏิบัติในการคบเพื่อนที่เหมาะสม รู้ประโยชน์ของการคบเพื่อน และปรับตัวเข้าหากันได้เป็นอย่างดี มีพฤติกรรมการปฏิบัติที่เหมาะสม ไม่ก่อให้เกิดปัญหากับตนเอง และเพื่อน รวมถึงบุคคลอื่น ๆ ในสังคมด้วย ดังนั้น เมื่อนักเรียนมีเพื่อนถึงแม้จะเป็นเพื่อนต่างเพศก็ตาม ถ้าสามารถปฏิบัติต่อกันได้ดีแล้ว จะเป็นการสร้างมิตรภาพให้คงอยู่ได้อย่างยืนยาว นักเรียนจะมีเพื่อนมากมาย และจริงใจต่อกันอย่างแท้จริง

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ชั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการทบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. นักเรียนปฏิบัติตามใบงานเรื่อง “การคบเพื่อนต่างเพศ” ตามหัวข้อต่อไปนี้
 - 1.1. นักเรียนสำรวจตนเองด้านพฤติกรรมกรคบเพื่อนต่างเพศ โดยใช้พฤติกรรมของตนเองลงในช่องใช่หรือไม่ใช่ ในใบงานเรื่อง “การคบเพื่อนต่างเพศ”
 - 1.2. นักเรียนสรุปพฤติกรรมที่ควรปรับปรุง เรียงลำดับตามความสำคัญลงในใบงาน
 - 1.3. นักเรียนเข้ากลุ่ม สมาชิก 5 – 6 คน ร่วมกันคิดถึงปัญหาการคบเพื่อนต่างเพศในโรงเรียน เสนอแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสมในการคบเพื่อนต่างเพศ และบอกถึงประโยชน์ของการคบเพื่อนต่างเพศที่เหมาะสม ส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอหน้าชั้นเรียน
2. แจกใบความรู้เรื่อง “การคบเพื่อนต่างเพศอย่างเหมาะสม” ให้นักเรียนทุกคนศึกษา
3. นักเรียนร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้
4. นักเรียนศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรมในกิจกรรมต่อไป



ขอบคุณรูปภาพจาก: <http://www.dek-d.com/>

- ครูชี้แจงว่ากิจกรรมวันนี้จะเป็นการคุยเรื่อง พัฒนาการของความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคนที่พึงพอใจกันเป็นพิเศษ และเรื่องของความพร้อมและการตัดสินใจในเรื่องเพศสัมพันธ์

1. ครูเตรียมภาพชุด “จินตนาการรัก” ไว้ 6 ชุด แต่ละชุดประกอบด้วย ภาพ 4 ภาพ และ กระจกเงาเปล่า 2 แผ่น ภาพ 4 ภาพ มีลักษณะ ดังนี้
 1. ภาพที่ 1 หญิง / ชาย กับจินตนาการในอารมณ์รัก (อยากมีแฟน)
 2. ชอบพอกันท่ามกลางหมู่เพื่อน
 3. จีบกัน / โทรคยุ / เดินด้วยกัน / กินข้าว / ดูหนัง (ฉากสาธารณะ / ไม่ส่วนตัว)
 4. พยายามหาโอกาสอยู่สองต่อสอง (ชวนไปบ้าน / ห้อง / ไปเที่ยวต่างจังหวัด โดยอาจพลอดรักกัน หนุนตัก จับมือ จูบมือ ลูบผม คลอเคลีย ฯลฯ)
 กระจกเงาเปล่า 2 แผ่น สำหรับภาพที่ 5 และ 6 ซึ่งนักเรียนแต่ละกลุ่มจะช่วยกันวาด
2. แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ตามเพศ (หญิง 1 กลุ่ม ชาย 1 กลุ่ม หรือกลุ่มละประมาณ 4-5คน)
3. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนให้นักเรียนดูภาพไปที่ละภาพพร้อม ๆ กัน และชวนให้นักเรียนอธิบายภาพ โดยใช้แนวคำถาม ดังนี้ (ครูควรถามความเห็นของทั้งหญิงและชายในแต่ละข้อคำถาม)



ภาพแรก หญิง / ชาย กับจินตนาการในอารมณ์รัก (อยากมีแฟน)

- ให้นักเรียนช่วยบรรยายภาพ หรือถามว่านักเรียนคิดว่า เป็นภาพอะไร
- เหตุการณ์แบบนี้ อาจเกิดขึ้นในช่วงอายุเท่าไร หรือเรียนชั้นไหน
- ส่วนใหญ่วัยรุ่นอยากมีแฟนแบบไหน
- ความรู้สึกชอบเพศเดียวกัน (ชาย - ชาย / หญิง - หญิง) เกิดขึ้นได้หรือไม่ การแสดงออกจะต่างกับชาย - หญิงหรือไม่ อย่างไร



ท่ามกลางหมู่เพื่อน

- ให้นักเรียนช่วยบรรยายภาพ หรือถามว่านักเรียนคิดว่าเป็นภาพอะไร
- เหตุการณ์แบบนี้ อาจเกิดขึ้นในช่วงอายุเท่าไร หรือเรียนชั้นไหน
- ส่วนใหญ่วัยรุ่นนอยากมีแฟนแบบไหน
- ความรู้สึกชอบเพศเดียวกัน (ชาย - ชาย / หญิง - หญิง) เกิดขึ้นได้หรือมี การแสดงออกจะต่างกับชาย - หญิง หรือไม่อย่างไร

สามจีบกัน / โทรคุยกัน / เดินด้วยกัน / กินข้าว ดูหนัง (ฉากสาธารณะ / ไม่ส่วนตัว)

- ให้นักเรียนช่วยบรรยายภาพ หรือถามว่านักเรียนคิดว่าเป็นภาพอะไร
- จากภาพที่สอง (ชอบพอกัน) มาภาพที่สาม (จีบกัน) ใช้เวลานานแค่ไหน
- ใครเป็นคนเริ่มจีบก่อน เวลาจีบกัน ทำอย่างไรบ้าง
- ถ้าผู้หญิงเป็นฝ่ายเริ่มจีบก่อน จะเป็นอย่างไร
- ถ้าเราเป็นฝ่ายถูกจีบ แล้วไม่ชอบ จะทำอย่างไร
- ถ้าเป็นฝ่ายจีบ แล้วรู้ว่าอีกฝ่ายไม่ชอบเรา เราารู้สึกอย่างไร และจะทำอย่างไร
- ความรู้สึกตอนช่วงจีบกัน เป็นอย่างไร
- ใช้เวลาจีบนานไหม กว่าจะตกลงเป็นแฟนกัน
- รู้ได้อย่างไรว่าตกลงเป็นแฟนกันแล้ว
- ตอนตัดสินใจเป็นแฟนใคร ต้องถามความเห็นคนอื่นไหม เช่น เพื่อน พ่อแม่ และทำอย่างไร ถ้าเพื่อนหรือพ่อแม่ไม่เห็นด้วย
- เวลาเป็นแฟนกัน แสดงออกต่อกันได้แค่ไหน เช่น จับมือ โอบ หอมแก้ม ฯลฯ ต้องเป็นแฟนกันนานแค่ไหน ถึงจะทำแต่ละอย่างได้
- เราจะบอกเพื่อนใหม่ว่าเป็นแฟนกัน หรือคนอื่น ๆ รู้ได้อย่างไรว่าเป็นแฟนกัน
- จะบอกผู้ใหญ่ใหม่ เช่น พ่อแม่ พี่ หรือญาติคนอื่น ๆ บอก / ไม่บอก เพราะเหตุใด



ขอบคุณรูปภาพจาก: <http://www.dek-d.com/>

ภาพสี่ พยายามหาโอกาสอยู่สองต่อสอง (ชวนไปบ้าน / ห้อง ไปเที่ยวต่างจังหวัด โดยอาจแสดงความรักต่อกัน ด้วยการนอนหนุนตัก จับมือ จูบมือ ลูบผม คลอเคลีย ฯลฯ

- ให้นักเรียนช่วยบรรยายภาพ หรือถามว่านักเรียนคิดว่าเป็นภาพอะไร นักเรียนคิดว่าช่วงนี้เป็นช่วงใดของความสัมพันธ์
- นักเรียนคิดว่ามีโอกาสมากน้อยเพียงไร ที่คนสองคนที่ชอบกัน รักกัน อยากมีเวลาหรือใช้เวลาด้วยกันเพียงสองคน
- จากภาพที่สาม (จับกัน) มาภาพที่สี่ (อยากมีเวลาสองต่อสอง) ใช้เวลานานแค่ไหน
- ในวัยแบบพวกเรา ถ้าอยากมีเวลาด้วยกัน วัยรุ่นจะชวนกันไปไหนบ้าง
- การแสดงออกเวลาที่อยู่สองต่อสอง กับเวลาอยู่กับคนรู้จัก เหมือนหรือต่างกันอย่างไร
- ความรู้สึกที่มีต่อกันของคนสองคนในช่วงนี้ เป็นอย่างไร ฝ่ายชาย และฝ่ายหญิงจะรู้สึกหรือแสดงออกเหมือนหรือต่างกันอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าในช่วงความสัมพันธ์แบบนี้ เป็นไปได้หรือไม่ว่าจะมีเรื่องขัดแย้งหรือทะเลาะกัน ถ้ามี ส่วนใหญ่เป็นเรื่องอะไร
- ส่วนใหญ่ มาถึงตอนนี้ทั้งสองคนจะรู้จักกันมากน้อยแค่ไหน
- นักเรียนคิดว่าในระยะนี้ความรักของทั้งสองคนเป็นอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าทั้งสองคนคิดว่าเราจะไปไหนกันตลอดไปหรือไม่ ให้ช่วยกันแสดงความคิดเห็น

ขอบคุณรูปภาพจาก: <http://www.dek-d.com/>



4. เมื่อพูดคุยทั้ง 4 ภาพแล้ว ครูให้แต่ละกลุ่มคุยกันว่า ความสัมพันธ์หลังจากนี้ของทั้งสองคนจะเป็นอย่างไร โดยให้กลุ่มช่วยกันวาดภาพที่ 5 และ 6 ที่จะแสดงถึงความสัมพันธ์ที่จะดำเนินต่อไป ให้เวลาคุยและวาด 10 นาที
5. เมื่อทุกกลุ่มวาดเสร็จแล้ว ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอเรื่องในภาพที่ 5 และ 6 ของกลุ่มตัวเอง ครูฟังและรวบรวมความเห็นของทุกกลุ่มว่ามีเรื่องออกมาในแนวใดบ้าง และสรุปให้นักเรียนฟัง ครูควรสังเกตความแตกต่างที่อาจมีของกลุ่มนักเรียนหญิง และกลุ่มนักเรียนชาย
6. หลังจากที่แต่ละกลุ่มนำเสนอ ครูอาจซักชวนให้นักเรียนอธิบายเพิ่มเติมถึงที่มาที่ไปที่เกิดเหตุการณ์ที่นักเรียนเลือกนำเสนอในภาพที่ 5 และ 6 และขอให้นักเรียนให้รายละเอียดของภาพ เช่น เกิดขึ้นที่ใด แต่ละฝ่ายรู้สึกอย่างไร ฯลฯ
7. ครูสรุปกิจกรรมในขั้นตอนนี้ ดังนี้
 1. การมีความรัก ฟังพอใจใครบางคนเป็นพิเศษ หรือมีแผนในช่วงวัยรุ่น เป็นเรื่องธรรมดาที่เกิดขึ้นได้ และเป็นรูปแบบหนึ่งของความสัมพันธ์
 2. เมื่อเกิดความรู้สึกพิเศษกับคนบางคน ความรู้สึกที่ตามมาคือ การอยากอยู่ใกล้ชิด อยู่ตามลำพัง อยากแสดงออกถึงความรู้สึกที่มีต่อกันซึ่งเป็นจังหวะก้าวในการพัฒนาความสัมพันธ์ของคนสองคน
 3. ความสัมพันธ์ของคนสองคน เช่น การมีแฟน เป็นเรื่องที่ต่างคนต้องตอบตัวเองก่อนว่าความสัมพันธ์ที่เรา มี คือความสัมพันธ์แบบใด เราอยากให้ความสัมพันธ์ที่มีเป็นอย่างไร พัฒนาการไปอย่างไร โดยคำนึงถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นตามมากับชีวิตเรา ส่วนการกำหนดรูปแบบและลักษณะความสัมพันธ์เป็นเรื่องของคนสองคนจะต้องตกลงกัน ไม่ควรให้ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายกำหนดแต่ฝ่ายเดียว
8. จากนั้นครูย้อนกลับไปที่กิจกรรมในภาพที่ 5 ที่ 6 และเชื่อมโยงให้นักเรียนเห็นว่า ภาพ 5 และ ภาพ 6 เป็นพัฒนาการความสัมพันธ์ของคนสองคน ซึ่งอาจมีหลายรูปแบบดังที่แต่ละกลุ่มแสดงออกมาต่างกัน ถามนักเรียนว่า
9. ครูเชื่อมโยงจากการพูดคุยว่า เป็นเรื่องยากที่ใครจะมาบอกใครว่า ความสัมพันธ์ของเราควรเป็นแบบใด หรือ ควรมีเพศสัมพันธ์เมื่อไร เพราะการตัดสินใจว่า เราอยากมีความสัมพันธ์อย่างไร และจะมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ เป็นเรื่องของคนสองคนที่จะตัดสินใจร่วมกัน แต่สิ่งที่สำคัญกว่านั้น คือ เราต้องเริ่มจากตัวเราเองก่อนโดยถามตัวเองว่า เราคิดและจะตัดสินใจอย่างไรในความสัมพันธ์ที่มี แล้วจึงนำไปสู่การคุยกับคนที่เรามีความสัมพันธ์ด้วย



เมื่อเปิดประเด็นและให้นักเรียนแลกเปลี่ยนกันถามแล้ว ครูสรุปการพูดคุยแลกเปลี่ยน และอาจเสริมในประเด็น ต่อไปนี้

1. จากสิ่งที่นักเรียนได้ร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยน ครูชี้ให้นักเรียนเห็นว่า ในความสัมพันธ์ของคนสองคน มีเรื่องสำคัญที่ทั้งสองฝ่ายต้องคำนึงถึงร่วมกัน คือ การตัดสินใจและความรับผิดชอบ ในทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ที่มีด้วยกัน
2. การตัดสินใจว่าจะมีความสัมพันธ์กันอย่างไร เป็นเรื่อง “ความพร้อม” ของคนสองคน และเป็นเรื่องที่ไม่มีการบอกใครได้ แต่เป็นเรื่องที่ “เรา” สามารถบอกตัวเราเองได้ ดังนั้น สิ่งที่เราต้องคิดไว้เสมอคือ “เราอยากให้หรือจะยอมให้เกิดอะไรขึ้นกับชีวิตเราบ้าง” ถ้าอยากให้เกิด จะทำอย่างไร และถ้าไม่อยากให้เกิดขึ้น เราจะทำอะไรได้บ้าง

3. ครูอาจยกตัวอย่างจากภาพที่นักเรียนวาด ว่าถ้าไม่ยอมให้มีปัญหาที่ตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม หรือไม่ป้องกัน เช่น การท้อง เราจะทำอะไรได้บ้าง หรือ ถ้าอยากให้ความสัมพันธ์ที่เรามีกับคนรัก พัฒนาไปเรื่อย ๆ และเรียนรู้กันมากขึ้นจนถึงขั้นที่อยากตัดสินใจใช้ชีวิตคู่ด้วยกัน เราจะต้องทำอย่างไรบ้าง หรือถ้าเราไม่ยอมมีความสัมพันธ์ต่อไปแล้ว เราจะทำอย่างไร เป็นต้น
4. ส่วน “ความรับผิดชอบ” เป็นเรื่องสำคัญที่คนสองคนที่มีความสัมพันธ์กัน ควรจะมีให้ต่อกัน การแสดงความรับผิดชอบ คือการคำนึงถึงสิ่งที่อาจเกิดขึ้นกับตัวเอง และคนที่เรารักคนที่มีความสัมพันธ์ด้วย และช่วยกันทำให้เกิดสิ่งที่คาดหวังร่วมกัน และช่วยกันป้องกันหรือจัดการไม่ให้เกิดสิ่งที่อาจเป็นปัญหา หรือสิ่งที่กลับมาทำลายความสัมพันธ์ที่มีต่อกัน

ขั้นสรุป

1. นักเรียนแต่ละกลุ่มเลือกตัวแทนออกมานำเสนอผลการอภิปรายกลุ่ม
2. นักเรียน และครูร่วมกันอธิบายความหมาย ความสำคัญ จุดมุ่งหมาย แนวทาง การปฏิบัติ และประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว
3. เปิดโอกาสให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็น และซักถามหากมีข้อสงสัย
4. นักเรียน และผู้นำกลุ่มอภิปรายสรุปพร้อมกัน

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้ การคบเพื่อนต่างเพศอย่างเหมาะสม
2. ใบความรู้ ความพร้อมในการที่จะมีเพศสัมพันธ์ (สำหรับครูผู้สอน)
3. ใบงาน เรื่อง การคบเพื่อนต่างเพศ
4. ใบงาน ภาพชุดจินตนาการรัก
5. ใบงาน เรื่องการตัดสินใจในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์
6. กระดาษ A4 เปล่า ประมาณ 12 – 14 แผ่น (แจกกลุ่มละ 2 แผ่น)
7. ปากกาเคมี

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ใบความรู้

การคบเพื่อนต่างเพศอย่างเหมาะสม

การปรับตัวกับเพื่อนต่างเพศอย่างเหมาะสมเป็นสิ่งสำคัญยิ่งสำหรับนักเรียน ซึ่งกำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น ถ้านักเรียนสามารถปรับตัวได้ดี มีพฤติกรรมที่เหมาะสมก็จะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข ถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ก็จะเกิดความรู้สึกคับข้องใจ ไม่ยอมรับตนเองก็อาจทำให้ประพฤติดีผิดโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ได้ และเป็นปัญหาสังคมในที่สุด

การที่คนเราสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขจำเป็นต้องรู้จักปรับปรุงตนเองให้เป็นที่ยอมรับและรักใคร่ของผู้อื่น การปรับปรุงตนเองให้เข้ากับผู้อื่นนั้น มีหลักการทั่วไป ดังนี้

1. มีความรับผิดชอบ เพราะความรับผิดชอบต่อหน้าที่เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้คนเราดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัย 2. รู้จักปรับปรุงบุคลิกภาพ เพราะผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดีย่อมเป็นที่นิยมชมชอบของผู้อื่น



3. ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เพราะจะทำให้เราเข้าใจยอมรับ และเห็นสิ่งที่ดีของผู้อื่น

4. รู้จักสร้างมนุษยสัมพันธ์ เพราะการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีช่วยให้เราได้รับการยอมรับนับถือ

การวางตัวต่อเพศตรงข้าม คือการที่ชายและหญิงปฏิบัติตนเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันในสถานภาพต่าง ๆ ภายใต้สภาพแวดล้อม ขนบธรรมเนียม ประเพณีของสังคมนั้น ๆ การวางตัวต่อเพศตรงข้ามมีความสำคัญมากในช่วงวัยรุ่นเนื่องจากจะเป็นพื้นฐานของการเลือก

คู่ครองต่อไปในอนาคตการวางตัวต่อเพศตรงข้ามจะดำเนินไปด้วยดีหรือไม่ ขึ้นกับสภาพแวดล้อม ดังนี้
1. ครอบครัว 2. โรงเรียน 3. เพื่อนบ้าน การมีโอกาสรู้จักและคุ้นเคยกับเพื่อนต่างเพศซึ่งมีอายุรุ่นเดียวหรือใกล้เคียงกันจะช่วยให้เราได้เรียนรู้ถึงความแตกต่าง และความสัมพันธ์ระหว่างตนกับเพื่อนต่างเพศ การวางตัวต่อเพศตรงข้ามรวมทั้งมารยาทและการปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้าม นับว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้เราสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพศตรงข้ามได้

ที่มา: กิตติ ปรมัตถผลและปรีชา ไวยโกคา, สุขศึกษา

การวางตัวต่อเพศตรงข้าม อาจแบ่งออกได้เป็น 2 ฐานะ ดังนี้

1. การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะเพื่อน
2. การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะคู่รัก

การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะเพื่อน

การปฏิบัติตนของฝ่ายชาย

1. ควรแต่งกายให้สุภาพ สะอาดเรียบร้อย ไม่ฟุ่มเฟือย และไม่นำสมัยจนเกินไป ไม่ควรแต่งกายตามสบายมากนัก
2. ใช้วาจาที่สุภาพ ไม่แสดงอาการก้าวร้าว เสียดสีด้วยวาจา ใช้คำพูดตามมารยาทในการพูดในสังคม
3. การแสดงกิริยาอาการต่าง ๆ ต้องสุภาพเรียบร้อย ทั้งการนั่ง ยืน เดิน และต้องมีความองอาจสมความเป็นชาย แสดงถึงบุคลิกภาพที่ดี ควรให้เกียรติผู้หญิง ทำตัวเป็นสุภาพบุรุษ ช่วยเหลือผู้หญิงตามสมควร
4. แสดงความห่วงใยในเรื่องความปลอดภัยต่าง ๆ
5. การให้ความสนิทสนม ควรอยู่ในขอบเขตไม่คลุกคลีมากเกินไป ควรระลึกร่วมว่าต้องให้เกียรติผู้หญิงทุกโอกาสแม้ว่าจะสนิทสนมกันมากเพียงใด

การปฏิบัติตนของฝ่ายหญิง

1. แต่งกายให้สุภาพ สะอาดเรียบร้อย รัดกุม ไม่ควรแต่งตัวล่อแหลม นุ่งห่มน้อยชิ้น ถ้าพบโดยบังเอิญ ในขณะที่แต่งกายไม่เรียบร้อย ก็ควรหยุดคุยขอตัวไปเปลี่ยนเสื้อผ้าให้เรียบร้อยก่อนจึงมาพูดคุยด้วยในภายหลัง
2. ใช้วาจาที่สุภาพเหมาะสมให้สมกับเป็นกุลสตรี ไม่พูดหยาบคาย ส่งเสียงดัง แม้จะมีความสนิทสนมกับฝ่ายชายมากก็ตาม
3. ควรแสดงกิริยาที่เหมาะสม สุภาพ ไม่สูบบุหรี่ ดื่มสุรา หรือเสพสิ่งเสพติด ต้องสำรวมตนให้ดูเรียบร้อยเป็นกุลสตรีรู้จักมารยาทสังคม การเดิน การนั่ง การยืน ต้องดูเรียบร้อยสง่างาม เหมาะสมกับกาลเทศะ
4. ควรมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักแสดงความขอบคุณอย่างจริงใจเมื่อได้รับการช่วยเหลือจากฝ่ายชาย
5. ไม่ควรอยู่ลำพังกับฝ่ายชายสองต่อสองในที่ลับตาคน ไม่แสดงกิริยาสนิทสนมเกินขอบเขต

การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะคู่รัก

ชายหญิงที่มีความสัมพันธ์กันในฐานะคู่รัก ทั้งคู่ควรจะได้ศึกษาอุปนิสัย ค่านิยม ความต้องการ ความพอใจซึ่งกันและกัน เพื่อให้ความสัมพันธ์พัฒนาต่อไปจนถึงการตัดสินใจที่จะสมรสและใช้ชีวิตคู่ร่วมกันควรทำความรู้จักกับญาติทั้งสองฝ่าย ควรให้ความเคารพเชื่อฟังญาติผู้ใหญ่ของทั้งสองฝ่าย รวมทั้งมีน้ำใจต่อญาติพี่น้องของทั้งสองฝ่ายด้วย และไม่ให้ความสนิทสนมกันเกินขอบเขตของประเพณีเพราะในช่วงของวัยรุ่นนี้โดยธรรมชาติจะมีแรงขับทางเพศที่จะผลักดันให้มีเพศสัมพันธ์กัน

จึงควรมีขอบเขตจำกัดตามประเพณีและวัฒนธรรมของไทย ดังนั้นชายหญิงจึงควรหลีกเลี่ยงการอยู่ด้วยกันตามลำพัง ไม่ดื่มเหล้าหรือเสพของมีนเมาเพราะจะทำให้ควบคุมตนเองไม่ได้ควรรหาทางระบายความต้องการทางเพศในทางที่เหมาะสม เช่น การเล่นกีฬา การร่วมกิจกรรมของหมู่คณะ การเล่นดนตรี การทำงานอดิเรกหรืองานศิลปะ เป็นถ้าหากสามารถวางตัวได้เหมาะสม ก็จะทำให้การคบเพื่อนดำเนินไปได้ด้วยดี มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันอย่างยาวนาน ทั้งชีวิตในวัยเรียน และการดำเนินชีวิตต่อไปในอนาคต

ใบความรู้

ความพร้อมในการที่จะมีเพศสัมพันธ์

(สำหรับครูผู้สอน)

ไม่ใช่เรื่องง่ายที่วัยรุ่นจะตอบตัวเองได้ว่า ตนเองพร้อมหรือยังที่จะมีเพศสัมพันธ์ เมื่อต้องเผชิญกับอารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการภายในของตน วัยรุ่นมักจะสับสนและส่วนใหญ่มักจะเริ่มเพียงแค่ต้องการความใกล้ชิด อบอุ่น และเมื่อพาตัวเองเข้าไปอยู่ในสถานการณ์ที่มีเงื่อนไขอันอำนวยการ วัยรุ่นอาจสูญเสียการควบคุมในตนเอง ที่จะหยุดเพียงความใกล้ชิดภายนอก โดยมักลงเอยที่มีการมีเพศสัมพันธ์

เป็นเรื่องสำคัญที่ครูต้องช่วยเตรียมให้วัยรุ่นเกิด “ความเท่าทัน” ในอารมณ์ และความต้องการของตนเองและสามารถจะ “คาดการณ์” ได้ล่วงหน้าว่า อารมณ์และความต้องการดังกล่าวในสัมพันธภาพที่มีความดึงดูดใจทางเพศต่อกันนั้น (ทั้งในเพื่อนต่างเพศและเพศเดียวกัน) มักจะทำให้คนสองคนเกิดความต้องการที่จะใกล้ชิดกัน และอยู่โดยลำพังมากขึ้นเรื่อย ๆ

เมื่อใดที่เกิดภาวะนั้น วัยรุ่นควรไตร่ตรองดูว่าอาจจะเกิดอะไรขึ้นได้บ้างต่อตนเอง รวมทั้งวิเคราะห์ถึงผลที่ตามมาด้วย วัยรุ่นส่วนใหญ่มักจะสร้างจินตนาการอยู่ก่อนแล้วต่อบุคคลที่ตนเองเกิดความดึงดูดใจทางเพศด้วย โดยสร้างจินตนาการถึงความใกล้ชิด เช่น การกอด จูบ ลูบไล้ จนถึงการมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

ครูควรทำให้วัยรุ่นรู้สึกว่าการสร้างจินตนาการเป็นเรื่องไม่ผิด และปลอดภัยกว่าที่จะเผชิญสถานการณ์จริงที่ตัวเองก็ยังไม่พร้อม

กิจกรรมนี้เป็นการพยายามจำลองสถานการณ์โดยให้วัยรุ่นลองสมมติว่า หากเราอยู่ตามลำพังกับคนที่พึงพอใจ และมีเพศสัมพันธ์กันอาจมีอะไรเกิดขึ้นบ้าง เช่น มีคนมาพบ มีคนนำไปพูดต่อ หรือ

เกิดการตั้งครุฑ ตีโดครัดติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือเอดส์ วัยรุ่นเตรียมรับมือกับสถานการณ์เหล่านี้
อย่างไร หากมีทางออกที่เหมาะสมต่อเรื่องทั้งหมดได้ น่าจะไม่ใช่เรื่องเสียหาย ที่จะมีเพศสัมพันธ์หาก
ความสัมพันธ์นั้นจะทำให้คนสองคนรัก เข้าใจ ผูกพัน และส่งเสริมการดำเนินชีวิตของกันและกันมาก
ขึ้น

ข้อสำคัญ คือ ครูจะต้องทำใจให้ว่าง และกว้าง โดยไม่ด่วนตัดสินคุณค่าของการมีเพศสัมพันธ์
ที่ปราศจากการสมรสหากยอมรับได้ว่า เพศสัมพันธ์นั้นเป็นความสุขของชีวิตที่บุคคลพึงแสวงหาได้ตาม
ความพร้อมโดยเป็นความยอมรับของทั้งสองฝ่ายที่มีความสุขด้วยกัน รับรู้และพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อ
ผลที่จะตามมาด้วยกัน เพศสัมพันธ์ก็น่าจะเป็นกิจกรรมหนึ่งในการพัฒนาสัมพันธ์ภาพทางเพศของคน
สองคนที่มีความพร้อมและความรับผิดชอบต่อกัน

ใบงาน

เรื่อง “การคบเพื่อนต่างเพศ”

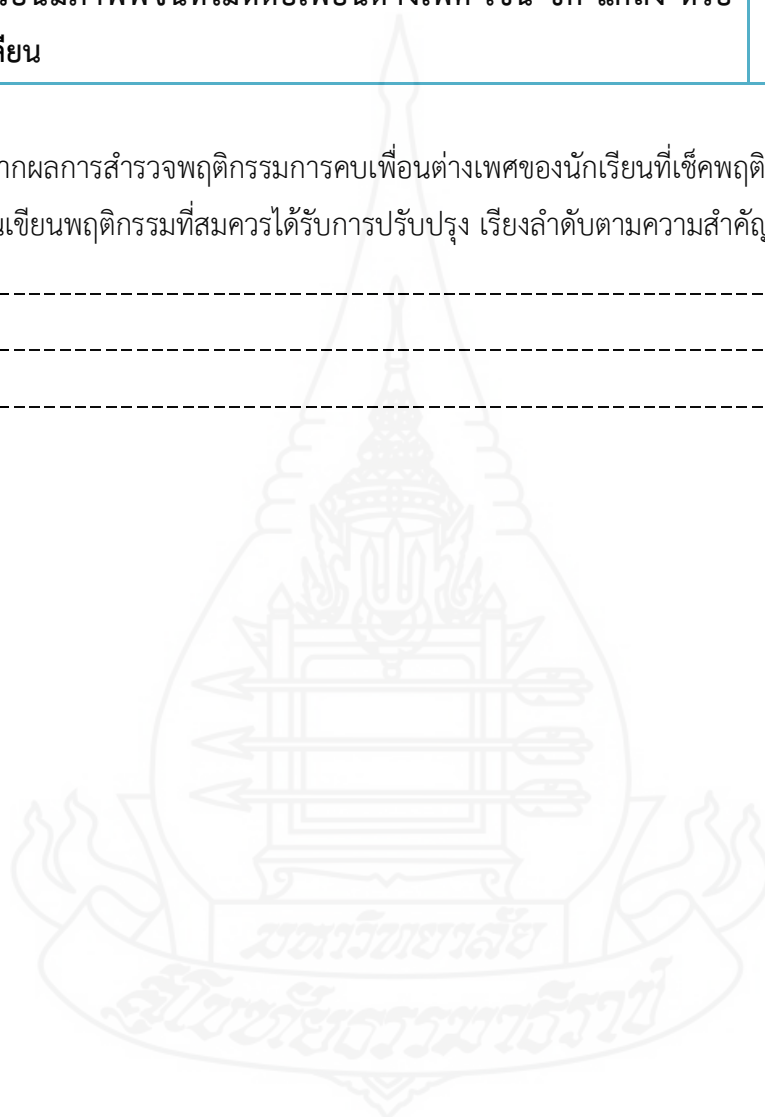
คำชี้แจง ตอนที่ 1 ให้นักเรียนสำรวจตนเองถึงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศของนักเรียน แล้ว
ตอบคำถามข้อใดที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียนให้ขีด ✓ ลงในช่อง ใช่หรือไม่ใช่ ที่
ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

พฤติกรรม	ใช่	ไม่ใช่
1. การคบเพื่อนต่างเพศของนักเรียน ทำให้ผลการเรียนลดลง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. มีการนัดพบกันกับเพื่อนต่างเพศเสมอ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. การนัดหมายมักไปกันสองต่อสอง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. การคบเพื่อนต่างเพศ ก่อปัญหาทุกข้อใจให้นักเรียนเสมอ เช่น การ ขัดแย้ง ไม่เข้าใจกัน	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. นักเรียนมักได้รับการตักเตือนจากครูอาจารย์เรื่องการคบเพื่อนต่าง เพศ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. มีการโทรศัพท์สนทนากับเพื่อนต่างเพศเป็นประจำ และใช้เวลานาน	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. ผู้ปกครองไม่รับรู้ และไม่เห็นชอบในการคบเพื่อนต่างเพศของนักเรียน	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

พฤติกรรม	ใช่	ไม่ใช่
8. มีการแสดงออกที่ไม่เหมาะสม ในการคบเพื่อนต่างเพศ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. นักเรียนรู้สึกอาย วุ่นวายใจ วางตัวไม่ถูก เมื่อได้รับการแนะนำให้รู้จักเพื่อนต่างเพศ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. นักเรียนมีภาพพจน์ที่ไม่ดีต่อเพื่อนต่างเพศ เช่น ชก แกล้ง หรือ ล้อเลียน	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

จากผลการสำรวจพฤติกรรมการคบเพื่อนต่างเพศของนักเรียนที่ใช้คพฤติกรรมในช่องไข
ให้นักเรียนเขียนพฤติกรรมที่สมควรได้รับการปรับปรุง เรียงลำดับตามความสำคัญ

- 1) -----
- 2) -----
- 3) -----



คำชี้แจง ตอนที่ 2 ให้นักเรียนเข้ากลุ่มสมาชิก 5 – 6 คน ร่วมอภิปรายแสดงความคิดเห็น
ในหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ปัญหาการคบเพื่อนต่างเพศในโรงเรียน

2. แนวทางปฏิบัติที่เหมาะสมในการคบเพื่อนต่างเพศ

3. ประโยชน์ของการคบเพื่อนต่างเพศที่เหมาะสม

ข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้

ใบงาน

เรื่อง “ภาพชุดจินตนาการรัก”



ที่มา: <http://www.dek-d.com/>

ใบงาน

เรื่อง “การตัดสินใจในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์”

คำชี้แจง ผู้ดำเนินกิจกรรม เปิดประเด็นเรื่องความพร้อม และการตัดสินใจในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ โดยถามให้นักเรียนแลกเปลี่ยนกัน

- ☞ ในกรณีที่คนสองคนคิดเรื่องจะมีเพศสัมพันธ์กัน ทั้งสองฝ่ายจะต้องคิดถึงเรื่องอะไรบ้าง หญิงและชายคิดต่างกันหรือไม่

- ☞ นักเรียนคิดว่า ถ้าตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์กัน มีเรื่องอะไรบ้างที่คนสองคน จะต้องร่วมกันรับผิดชอบ

- ☞ นักเรียนคิดว่า หากจะให้คนสองคนคุยกัน คิดด้วยกัน ก่อนการตัดสินใจว่ามีเพศสัมพันธ์หรือไม่ ควรคุยกันอย่างไร หรือในโอกาสใด

- ☞ นักเรียนคิดว่าหากคุยกันแล้ว ฝ่ายหนึ่งต้องการมี แต่อีกฝ่ายหนึ่งไม่ต้องการ ควรจะมีทางออกอย่างไรบ้าง



เรื่อง : รู้เขา รู้เรา ไม่เศร้า ไม่เสีย

ผู้สอน : นางสาวณิบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

ความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศเป็นเรื่องธรรมชาติแต่วัยรุ่นควรแสดงออกอย่างเหมาะสม เพื่อเป็นการเคารพสิทธิในร่างกายของผู้อื่นและปกป้องสิทธิในร่างกายของตนเอง

ภัยทางเพศสามารถเกิดขึ้นได้จากหลายสถานการณ์ หลายสถานที่ และจากบุคคล ทั้งข้างในและนอกครอบครัว จึงเป็นเรื่องสำคัญที่ควรตระหนักถึงภัย รู้เท่าทัน และระมัดระวังอยู่เสมอเพื่อปกป้องตนเองให้ปลอดภัยจากภัยทางเพศ

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนตระหนักว่า ความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศเป็นเรื่องปกติเป็นไปตามธรรมชาติ แต่ควรแสดงออกอย่างเหมาะสม
2. นักเรียนสามารถเล่าความรู้สึกกับสิ่งที่ตนต้องการและไม่ต้องการให้เพื่อนต่างเพศปฏิบัติต่อตนเอง เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ความรู้สึกซึ่งกันและกัน
3. นักเรียนสามารถเล่าแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการแสดงออกอย่างเหมาะสม เมื่อเกิดความรู้สึกอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศตรงข้าม

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

การละเมิดสิทธิในร่างกายของผู้อื่นการปกป้องสิทธิในร่างกายของตนเองการเคารพในสิทธิในร่างกายของผู้อื่นการปกป้องภัยทางเพศสามารถเกิดขึ้นได้จากหลายสถานการณ์ หลายสถานที่ และจากบุคคลทั้งในและนอกครอบครัว เป็นการเกิดขึ้นจากพฤติกรรมของตนเองว่ามีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อความปลอดภัยหรือไม่ ซึ่งบางอย่างไม่สามารถควบคุมได้ นักเรียนต้องต้องรู้จักเลือกปกป้องสิทธิที่อาจเกิดขึ้นจากความปลอดภัยได้

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ชั้นนำ

1. เตรียมความพร้อมของนักเรียนและสร้างความสนุกสนานด้วยการปรบมือตามคำสั่งครู
2. แบ่งกลุ่มแยกตามเพศชาย เพศหญิง

ขั้นกิจกรรม

1. สนทนาโดยตั้งคำถาม “ความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศตรงข้าม” หมายถึงอะไร ไม่ต้องสรุปคำตอบ
2. นักเรียนแสดงความคิดเห็นตามประเด็นต่าง ๆ ดังนี้
 - 2.1. นักเรียนหญิง “สิ่งที่หนูไม่อยากให้เพื่อนผู้ชายปฏิบัติต่อผู้หญิงคือ_____”
 - 2.2. นักเรียนชาย “สิ่งที่ผมไม่อยากให้เพื่อนผู้หญิงปฏิบัติต่อผู้ชาย คือ_____”
3. นักเรียนเขียนคำตอบใส่กระดาษ นำไปใส่กล่องหน้าห้อง แยกกล่องคำตอบ ชาย – หญิง
4. สุ่มนักเรียนออกมาอ่านความคิดเห็นแล้วเขียนไว้บนกระดาน (แยกเป็นกลุ่ม ชาย – หญิง)

ขั้นสรุป

1. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปว่า “บางครั้งความอยากรู้อยากเห็นของเราจะไปละเมิดสิทธิของผู้อื่น
2. นักเรียนและครูร่วมกันอภิปรายเรื่อง “สิทธิในร่างกายตนเอง” และ “การละเมิดสิทธิของผู้อื่น” นักเรียนศึกษาเพิ่มเติมจากใบความรู้
3. นักเรียนจับกลุ่มเพศเดียวกัน กลุ่มละ 5 คน ตอบคำถามในใบกิจกรรม “ความอยากรู้อยากเห็นเรื่องเพศ และการเคารพสิทธิผู้อื่น”
4. สุ่มถามความคิดเห็นของกลุ่ม นำอภิปรายโดยเปิดโอกาสให้ทุกคนได้แสดงความคิดเห็นจนได้ข้อสรุปร่วมกันว่า
 - 4.1. ทำไมเพื่อนบางคนจึงทำแบบนี้

แนวคำตอบ เป็นเพราะมีความอยากรู้อยากเห็น แต่ไม่เข้าใจวิธีการ

แสดงออกที่เหมาะสม

- 4.2. ผลเสียต่อคนทำ เพื่อนที่ถูกกระทำจะรู้สึกอย่างไร

แนวคำตอบ

- * เพื่อนไม่ชอบ รังเกียจคนที่ทำเช่นนั้น
- * เพื่อนที่ถูกกระทำรู้สึกอับอาย ไม่ชอบ โกรธ

- 4.3. เด็กที่มีความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพื่อนต่างเพศควรปฏิบัติอย่างไร

แนวคำตอบ

- * ถามผู้ใหญ่ เช่น พ่อ แม่ ครู
- * ศึกษาค้นคว้าจากตำราต่าง ๆ

5. แจกกระดาษสีชมพูให้นักเรียนหญิง กระดาษสีฟ้าให้นักเรียนชาย ทุกคนตอบคำถามต่อไปนี้

นักเรียนชาย “สิ่งที่ผมอยากให้เพื่อนผู้หญิงปฏิบัติต่อผมคือ_____”

นักเรียนหญิง “สิ่งที่ฉันอยากให้เพื่อนผู้ชายปฏิบัติต่อฉัน คือ_____”

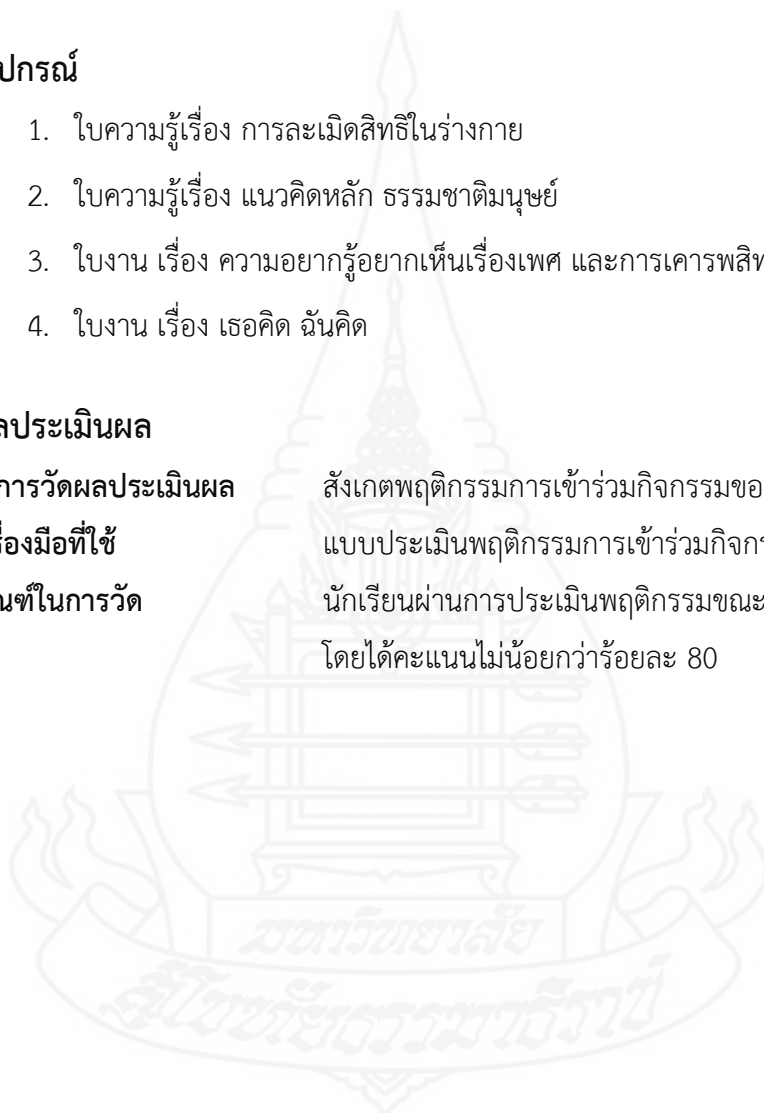
6. รวบรวมคำตอบที่นักเรียนแสดงความคิดเห็น แล้วนำไปจัดบอร์ดให้นักเรียนได้ศึกษา

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้เรื่อง การละเมิดสิทธิในร่างกาย
2. ใบความรู้เรื่อง แนวคิดหลัก ธรรมชาติมนุษย์
3. ใบงาน เรื่อง ความอยากรู้อยากเห็นเรื่องเพศ และการเคารพสิทธิผู้อื่น
4. ใบงาน เรื่อง เธอคิด ฉันคิด

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80



ใบความรู้

เรื่อง การละเมิดสิทธิในร่างกาย

การละเมิดสิทธิในร่างกาย

“สิทธิในร่างกายของเรา” หมายถึง ร่างกายของเรา เราเป็นเจ้าของ ผู้อื่นไม่มีสิทธิที่จะมารังแกหรือสัมผัสร่างกายของเราแล้วทำให้เรารู้สึกไม่ดี เช่น อึดอัด ไม่ชอบ เจ็บปวด

“การละเมิดสิทธิในร่างกายของเรา” หมายถึง การที่ผู้อื่นมารังแก หรือสัมผัสร่างกายของเราแล้วทำให้เรารู้สึกไม่ดี โดยเฉพาะการสัมผัสอวัยวะปกปิด

การละเมิดสิทธิในร่างกายของเราอาจกระทำด้วยวิธีต่าง ๆ ดังนี้

1. การสัมผัสที่ไม่ดี คือ การที่คนอื่นมาแตะต้องร่างกายส่วนหนึ่งส่วนใดของเราแล้วทำให้เรารู้สึกไม่ดี เช่น ไม่ชอบ อึดอัด เจ็บปวด โดยเฉพาะอวัยวะปกปิดต้องไม่ยอมให้ใครมาสัมผัสโดยเด็ดขาด
2. การใช้คำพูด เช่น คำหยาบคาย ไม่สุภาพ ช่มชู้ ก้าวร้าว คำพูดแปลก ๆ ที่เราไม่เข้าใจ แต่ทำให้เรารู้สึกหวาดกลัว ไม่ชอบ ไม่ไว้ใจ อับอาย ด้อยค่า
3. การแสดงออกที่ไม่เหมาะสม เช่น การเปลื้องผ้าต่อหน้าเรา การโชว์อวัยวะส่วนหนึ่งส่วนใดที่ไม่ควรเปิดเผย เป็นต้น



การปกป้องสิทธิในร่างกายของเราหมายถึง การแสดงออกให้ผู้ที่ละเมิดเรารู้ในทันทีว่าเราเป็น “เจ้าของ” ร่างกายของเรา เราไม่ชอบในสิ่งที่เขาทำ และเขาไม่มีสิทธิที่จะทำเช่นนั้นกับเรา โดยการทำ 3 ข้อต่อไปนี้

1. ปฏิเสธทันที ด้วยคำพูดที่หนักแน่น เสียงดัง ฟังชัดว่า “อย่านะ หนูไม่ชอบ” หรือ “อย่านะ ผมไม่ชอบ” หรือ “ไม่นะ”



2. หนีจากเหตุการณ์ เดิน หรือวิ่งหนีออกไปทันที โดยไม่พูดคุยใด ๆ
3. รับผิดชอบต่อความช่วยเหลือ โดยการเล่าให้ผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้ เช่น พ่อ แม่ ครู ตำรวจ เพื่อขอความช่วยเหลือ “ปฏิเสธทันที – หนีจากเหตุการณ์ – รับผิดชอบต่อความช่วยเหลือ”

การเคารพสิทธิในร่างกายผู้อื่น หมายถึง การแสดงออกว่าเราควรเคารพในสิทธิร่างกายของผู้อื่น ดังนี้

1. ไม่ละเมิดสิทธิร่างกาย ทั้งการสัมผัส คำพูด และการแสดงออกใด ๆ ที่ทำให้ผู้อื่นไม่ชอบ รู้สึกเจ็บปวด โกรธ อับอาย ฯลฯ
2. ให้เกียรติผู้อื่นทั้งด้วยคำพูด และการกระทำ เช่น กล่าวคำขออนุญาต ขอโทษ และขอบคุณ



คำแนะนำสำหรับวัยรุ่นเรื่องการปรับตัวทางสังคม และสติปัญญา

1. คบเพื่อนให้หลากหลายทั้งเพศเดียวกัน และเพื่อนต่างเพศ
2. สังเกตการณ์ปฏิบัติตัวทางสังคม กิริยามารยาท จากผู้อื่นหรือผู้ใหญ่ที่เป็นแบบอย่างอันดีงาม
3. พยายามฝึกทักษะทางสังคมกับผู้ที่อายุต่างวัย โดยไม่กระดากอาย เพราะเด็ก ๆ มักได้รับความเมตตาจากผู้ใหญ่
4. หาโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ทั้งกับเพื่อน และผู้ที่มีอายุสูงกว่า
5. ศึกษาหาความรู้ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น อ่านหนังสือพิมพ์ ดูข่าว ติดตามเรื่องที่เกิดขึ้นในชุมชน สังคม เพื่อเข้าใจชีวิตที่เป็นจริงมากขึ้น

ใบงาน

เรื่อง “ความอยากรู้อยากเห็นเรื่องเพศ และการเคารพสิทธิผู้อื่น”

คำชี้แจง ให้รวมกลุ่มเพื่อน 6 คน (แยกกลุ่มผู้ชาย – ผู้หญิง) อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วช่วยกันคิด และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อหาข้อสรุป

มีคำกล่าวว่

“ความอยากรู้อยากเห็นเรื่องของเพศตรงข้าม เป็นพัฒนาการตามปกติของวัยรุ่น และมีวัยรุ่นบางคนแสดงออกดังต่อไปนี้”

- ☺ พูดคำหยาบต่อหน้าเพื่อน เพื่อเรียกร้องความสนใจ
- ☺ แอบดูผู้อื่นในห้องแต่งตัว
- ☺ แอบดูคนอื่นในห้องน้ำ
- ☺ เปิดกระโปรงผู้หญิง
- ☺ แอบอ่านหนังสือโป๊
- ☺ ใช้กระจกเงาวางไว้ใต้โต๊ะเด็กผู้หญิง
- ☺ แอบมองใต้บันได
- ☺ แอบซุบซิบนินทาต่อหน้า เพื่อให้เพื่อนระแวง
- ☺ ถือโอกาสตักเนื้อต้องตัวเพื่อนผู้หญิง
- ☺ และอื่น ๆ

จากพฤติกรรมดังกล่าว ขอให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันคิดว่า

1. ทำไมเพื่อนบางคนจึงทำแบบนี้

2. การทำแบบนี้มีผลเสียอย่างไรต่อคนทำ และเพื่อนที่ถูกกระทำจะมีความรู้สึกอย่างไร

3. เด็กที่มีความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องของเพศตรงข้าม ควรปฏิบัติอย่างไร

3.1. ทำไมเพื่อนบางคนจึงทำแบบนี้

3.2. การทำแบบนี้มีผลเสียอย่างไรต่อคนทำ

3.3. เพื่อนที่ถูกกระทำจะมีความรู้สึกอย่างไร

3.4. เด็กที่มีความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องของเพศตรงข้าม ควรปฏิบัติอย่างไร

รายชื่อสมาชิก

- | | | | | | | | |
|---|-------|------|-------|---|-------|--------|-------|
| 1 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |
| 2 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |
| 3 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |
| 4 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |
| 5 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |

ใบความรู้

เรื่อง แนวคิดหลัก ธรรมชาติมนุษย์

ชายและหญิงมีธรรมชาติในเรื่องความรู้สึกนึกคิด
 ในเรื่องเพศที่แตกต่างกัน **ธรรมชาติของเพศชาย**เมื่ออยู่ใกล้
 ผู้หญิง มักจะเกิดอารมณ์ทางเพศ และอาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์
 อาจเกิดผลตามมา เช่น ตั้งครรภ์ ติดโรค เสียการเรียน ต้องรับผิดชอบผู้หญิง
 ส่วน**ธรรมชาติของเพศหญิง** คือ เมื่ออยู่ใกล้ชายที่พึงพอใจจะรู้สึกอบอุ่น
 และเมื่อผู้ชายเอาใจก็คิดว่านั่นคือความรัก ซึ่งอาจจะเป็นการเข้าใจผิด เมื่อเกิด
 เพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด อาจทำให้ตั้งครรภ์ ติดโรคเสียการเรียน ฯลฯ

การมีแฟนในวัยเรียนอาจเกิดผลกระทบ หรือเกิดปัญหาตามมา ได้แก่

1. เสียการเรียนและกิจวัตรปกติ เพราะไม่รู้จักแบ่งเวลาหมกมุ่น ครุ่นคิด โดยไม่มีขอบเขต
2. ปัญหาทางอารมณ์ และจิตใจ เช่น วิตกกังวลเกรงว่ารักไม่สมหวัง จะหลง หึงหวง ฯลฯ
3. เสียสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น โดยเฉพาะครอบครัวและเพื่อนเพราะแยกตัวคบกันเพียง 2 คน
4. ตัดโอกาสตนเองในการศึกษาและการคบเพื่อนต่างเพศคนอื่น ๆ เพราะความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศในวัยเรียน ส่วนมากไม่ค่อยยั่งยืนจนเติบโตเป็นผู้ใหญ่
5. ปัญหาที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ เช่น การตั้งครรภ์ ติดโรค โดยเฉพาะโรคเอดส์ เสียการเรียน เสียอนาคต พ่อแม่ผิดหวัง เสียใจ ฯลฯ

หลักในการคบเพื่อนต่างเพศ

1. มีขอบเขตควรคบกันในฐานะเพื่อนไปก่อน โดยมีผู้ใหญ่รับรู้ แบ่งเวลาให้ถูกต้อง ไม่รบกวนการเรียน ไม่เสียสัมพันธภาพกับครอบครัว และเพื่อนคนอื่น ๆ พยายามดึงใจตนเองไว้ไม่ให้วอกแวก จนขาดสมาธิในการเรียนและการทำกิจวัตรปกติ
- มีความปลอดภัย ทั้งทางร่างกายและจิตใจต้องเลี่ยงสถานการณ์ต่าง ๆ ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ เช่น อยู่ด้วยกันตามลำพัง อยู่ในที่ลับตา มีการใช้สุรา ยาเสพติด มีการกระตุ้น หรือเล้าโลมทางเพศ ฯลฯ

ใบงาน

เรื่อง “เธอคิด ฉันคิด”

คำชี้แจง ให้รวมกลุ่มเพื่อน 6 คน ให้มีสมาชิกทั้งชายและหญิงในกลุ่ม ร่วมกันอภิปรายจนได้ข้อสรุปตามประเด็นต่อไปนี้ (เวลาอภิปรายกลุ่ม 10 นาที)

1. นักเรียนคิดว่าผู้ชายในภาพจะมีความสัมพันธ์กับผู้หญิงในภาพอย่างไรต่อไป และจะเกิดผลอะไรตามมาบ้าง

2. ผู้หญิงในภาพคิดถึงความสัมพันธ์กับผู้ชายอย่างไร และจะเกิดผลอะไรตามมาบ้าง

3. นักเรียนคิดว่า การมีแฟนในวัยเรียน อาจเกิดผลกระทบหรือปัญหาอะไรได้บ้าง



เพื่อความปลอดภัย
ไม่ควรอยู่กับเพศตรงข้าม
กันสองต่อสอง

เมื่อได้ข้อสรุปแล้วส่งตัวแทนออกมานำเสนอ

นักเรียนแสดงความคิดเห็นตามประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

นักเรียนหญิง “สิ่งที่หนูไม่ยอมให้เพื่อนผู้ชายปฏิบัติต่อผู้หญิงคือ _____”

นักเรียนชาย “สิ่งที่ผมไม่ยอมให้เพื่อนผู้หญิงปฏิบัติต่อผู้ชาย คือ _____”

นักเรียนคิดว่าควรมีหลักในการคบเพื่อนต่างเพศอย่างไร จึงไม่เกิดผลเสียตามมา

รายชื่อสมาชิก

- | | | | | | | | |
|---|-------|------|-------|---|-------|--------|-------|
| 1 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |
| 2 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |
| 3 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |
| 4 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |
| 5 | ----- | ชั้น | ----- | / | ----- | เลขที่ | ----- |



กิจกรรมแนวหน้า ชุดที่ ๑

เรื่อง : ทางออกวัยใส

ผู้สอน : นางสาวนิลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

นักเรียนเริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม (หรือเพศเดียวกัน) จนอาจพัฒนาเป็นความรักและคบกันเป็นแฟน ความใกล้ชิดและความพร้อมทางร่างกาย และนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ความพร้อมทางร่างกายนำไปสู่การตั้งครรภ์ เมื่อมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน อาจนำไปสู่การติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ และการเกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ก็ส่งผลให้นักเรียนเกิดความคิดที่อยากจะทำแท้ง การทำแท้งเป็นอันตรายต่อชีวิต เป็นการกระทำที่ผิดศีลธรรม ผิดกฎหมาย วัยรุ่นควรรู้จักวิธีป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์เพื่อหลีกเลี่ยงการแก้ปัญหาโดยการทำแท้ง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนตระหนักถึงอันตราย และความสำคัญในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์และการทำแท้ง
2. นักเรียนบอกข้อดีของการใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ว่าสามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์และการทำแท้ง
3. นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ และวิธีการคุมกำเนิดแบบต่าง ๆ
4. นักเรียนสามารถบอกความสำคัญของการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ได้

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

กิจกรรม “ทางออกวัยใส” เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนตระหนักถึงผลกระทบในการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ตระหนักถึงภาระในการเลี้ยงดูบุตรอย่างมีคุณภาพ ตระหนักถึงอันตรายจากการทำแท้ง ฝึกทักษะการป้องกันปัญหาที่จะตามมาอย่างเหมาะสม จัดกิจกรรมได้สอดคล้องกับนโยบายการแก้ปัญหานักเรียนออกโรงเรียนกลางคัน

แนวปฏิบัติกิจกรรมที่ 1

ขั้นนำ

1. เตรียมความพร้อมของนักเรียนด้วยเพลง

ขั้นกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนเป็น กลุ่ม กลุ่มละ 5 – 6 คน
2. แจกลูกอมหลากสีแก่นักเรียนแล้วรวมกลุ่ม 5 – 6 คน ตามสีของกระดาษห่อลูกอม
3. นักเรียน และครู ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับสถิติการทำแท้งในปัจจุบัน และอ่านใบงานกรณี ตัวอย่าง **สดใจสาว 17 ทำแท้งเดือนตายคาร์ลิสอร์ทตั้ง** โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยต่าง ๆ เกี่ยวกับการทำแท้ง และอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้น
4. นักเรียนศึกษากรณีศึกษาเรื่องของเด็กสาว 17 ทำแท้งเดือนตายคาร์ลิสอร์ท และร่วมกันอภิปรายตามประเด็น ดังนี้
 - 4.1. ถ้านักเรียนเป็นเด็กสาว 17 นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร เพราะเหตุใด (แนวคิดที่ต้องการ : ปรึกษาพ่อแม่ หรือผู้ใหญ่ที่ไว้วางใจในการแก้ปัญหา และไม่ทำแท้งตามที่แฟนหนุ่มแนะนำ ฯลฯ)
 - 4.2. นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการทำแท้ง (แนวคิดที่ต้องการ : เป็นสิ่งที่อันตรายต่อชีวิต และเป็นการกระทำที่ผิดศีลธรรม ฯลฯ)
 - 4.3. มีวิธีการป้องกันตนเองอย่างไร เพื่อไม่ต้องประสบปัญหาเหมือนกับเด็กสาว 17 (แนวคิดที่ต้องการ : ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และรู้จักการป้องกันตนเองไม่ให้ตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ฯลฯ)
5. สุ่มนักเรียน 2 – 3 กลุ่ม ออกมานำเสนอตามประเด็น กลุ่มที่เหลือช่วยกันเสนอคำตอบที่แตกต่างจากกลุ่มที่นำเสนอแล้ว

ขั้นสรุป

นักเรียนและครูร่วมกันอภิปราย และสรุป

แนวปฏิบัติกิจกรรมที่ 2

ขั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการตบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละประมาณ 5-6 คน ครูกำหนดหมายเลขประจำกลุ่ม เพื่อผลัดกันจับสลากคำถามตามลำดับ

2. ครูชี้แจงกติกาการเล่นว่า มีสลากคำถามจำนวน 6 แผ่น (รวมคำถามสำรอง 1 แผ่นแล้ว) เพื่อให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มจับขึ้นมาทีละคำถาม แล้วอ่านให้เพื่อนทั้งห้องได้ยิน โดยกลุ่มที่จับสลากขึ้นมาจะมีสิทธิตอบก่อน และให้เวลากลุ่มช่วยกันคิดคำตอบ 30 วินาที **หากตอบถูกต้อง** ได้ 1 คะแนน **หากตอบผิด** จะให้โอกาสกลุ่มอื่นตอบอีกหนึ่งรอบ เมื่อครูอ่านคำถามเดิมจบให้ตัวแทนกลุ่มเป็นผู้ยกมือ ใครยกมือก่อนจะได้ตอบ **หากตอบถูกต้อง** ได้ 1 คะแนน **หากตอบผิด** ตีตลาด 1 คะแนน
3. ให้แต่ละกลุ่มเลือกผู้แทนที่จะเป็นคนยกมือไว้ล่วงหน้า และย้ำว่าการแข่งขันเพียงช่วยให้เกิดความสนุกสนานเท่านั้น สิ่งสำคัญคือ การที่เราช่วยกันหาคำตอบและเรียนรู้ร่วมกัน
4. ให้สมาชิกกลุ่มหมายเลข 1 จับสลากคำถามแล้วตอบตามกติกาข้างต้น จากนั้นเวียนกันจับสลากคำถามจนครบ 5 กลุ่ม ตามลำดับ
5. ครูควรเฉลยคำตอบที่ละเอียดให้ชัดเจนอีกครั้ง ก่อนให้ตัวแทนกลุ่มจับสลากคำถามต่อไป
6. เมื่อครบ 5 คำถามแล้ว หากมีกลุ่มได้คะแนนเท่ากัน ให้ครูอ่านคำถามสำรองที่เหลืออยู่ โดยตัวแทนกลุ่มโดยยกมือเร็วที่สุดหลังคำถามจบจะมีสิทธิตอบ เมื่อตอบถูกต้องก็ชนะเลย หากตอบผิด ถูกหัก 1 คะแนน ทำให้กลุ่มอื่นชนะเลย
7. ครูมอบของรางวัลแก่กลุ่มที่ชนะ พร้อมชมเชย / ขอบคุณนักเรียนทุกกลุ่มที่พยายามช่วยกันตอบคำถาม
8. ครูเพิ่มเติมข้อมูลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์พร้อมแสดงตัวอย่างอุปกรณ์คุมกำเนิด และอธิบายกลไกการคุมกำเนิดของอุปกรณ์แต่ละชนิด สาธิตการใช้ถุงยางอนามัย และให้ผู้ร่วมอบรมซักถามข้อสงสัย หรือทดลองสัมผัสอุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงทดลองใช้ถุงยางอนามัยกับแบบจำลอง

ขั้นสรุป

ครูสรุปประเด็นสำคัญของคาบเรียนนี้ ดังนี้

- จากคาบที่แล้ว ทำให้เรารู้จักสัญญาณความเป็นหนุ่มสาว คือ การมีประจำเดือน และการหลั่งน้ำอสุจิ ที่แสดงว่า ทั้งหญิงและชายมีความพร้อมทางร่างกายที่นำไปสู่การตั้งครรภ์ได้
- ขณะเดียวกัน เราก็เริ่มมีความสนใจกับเพศตรงข้าม (หรือเพศเดียวกัน) จนอาจพัฒนาเป็นความรักและคบกันเป็นแฟน ความใกล้ชิดและความพร้อมทางร่างกายอาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์
- ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการตั้งครรภ์จึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะทำให้เรารู้จักกลไกร่างกายตัวเอง และตระหนักเสมอว่า โอกาสการตั้งครรภ์ได้เริ่มขึ้นแล้ว เมื่อมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้อป้องกัน
- นอกจากนั้น การรู้จักวิธีการคุมกำเนิดต่าง ๆ จะช่วยให้เราสามารถตัดสินใจเลือกใช้วิธีที่ปลอดภัยที่สุด สำหรับตัวเองไว้ล่วงหน้าก่อนการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งอาจเร็วหรือช้าก็ขึ้นอยู่กับ การตัดสินใจ และสภาพแวดล้อมของแต่ละคน

สื่อและอุปกรณ์

1. ข้อมูลเกี่ยวกับการคุมกำเนิด
2. ใบความรู้ ทางออกวัยใส กรณีศึกษา เรื่องสลดใจสาววัย 17 ทำแท้งเถื่อนตายคาร์สิสอร์ทตั้ง
3. ใบงาน เรื่องทางออกวัยใส
4. ใบงาน ฉลากคำถาม 6 คำถาม
5. ใบงาน ล้วงลับวัยใส
6. ฉลากกระดาษที่เขียนคำถามไว้ 1 คำถามต่อ 1 แผ่น รวม 6 คำถาม / แผ่น (รวมคำถามสำรอง 1 คำถามแล้ว)
7. ตัวอย่างอุปกรณ์คุมกำเนิด หรือภาพอุปกรณ์ เช่น ถุงยางอนามัย ยาเม็ดคุมกำเนิด ยาเม็ดคุมกำเนิดฉุกเฉิน ฯลฯ (สามารถขออุปกรณ์บางอย่างได้จากสถานบริการสาธารณสุข หรือซื้อจากร้านยา)
8. ของรางวัลเล็ก ๆ น้อย ๆ เช่น ขนม ลูกกวาด ฯลฯ
9. กิจกรรมฝึกทักษะการคิด

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ข้อมูลเกี่ยวกับการคุมกำเนิด

ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีคุมกำเนิดที่ใช้ ๆ กันอยู่ในบ้านเรา ได้แก่

1. มีทั้งแบบชั่วคราว ส่วนใหญ่เป็นวิธีที่ผู้หญิงใช้ เช่น ยาเม็ดคุมกำเนิด ยาฉีด ยาฝัง ห่วงอนามัย ฯลฯ ยกเว้นถุงยางอนามัย ที่เป็นวิธีคุมกำเนิดที่ใช้กับผู้ชาย
2. แบบถาวร คือ การทำหมันในหญิงและชาย
3. แบบอื่น ๆ เช่น การนับวัน การหลังภายนอก กิจกรรมในคาบเรียนนี้ต้องการให้ข้อมูลส่วนหนึ่งเกี่ยวกับวิธีคุมกำเนิดที่วัยรุ่นนิยมใช้ เช่น ยาคุมฯ ปกติ ยาคุมฉุกเฉิน ถุงยางอนามัย การนับวัน หรือสวนล้างช่องคลอด ฯลฯ ส่วนวิธีอื่น ๆ ได้แก่ ยาฝัง ยาฉีด ห่วงอนามัย มักแนะนำให้ผู้หญิงที่มีลูกแล้วใช้ ส่วนการทำหมันก็เหมาะสำหรับคนที่ไม่ต้องการมีลูกอีกต่อไป

ความเชื่อ ที่ว่า สวมถุงยางอนามัยสองชั้นแล้วจะทำให้ปลอดภัยมากขึ้นนั้น **ความจริง** ก็คือ กลับทำให้โอกาสที่ถุงยางจะแตกง่ายขึ้น เพราะเนื้อยางจะเสียดสีกันและทำให้ฉีกขาดได้ง่าย



ที่มา: <http://www.bloggang.com/>

ใบความรู้

เรื่อง ทางออกวัยใส

กรณีศึกษาสลดใจสาววัย 17 ทำแท้งเถื่อนตายคาร์สิสอร์ทตั้ง

เมื่อเวลา 09.00 น. วันที่ 11 ก.ย.55 ผู้สื่อข่าวได้ติดตาม ความคืบหน้ากรณี พบศพสาววัยรุ่นนอนเสียชีวิตในห้องพักหมายเลข 3 ภายในรีสอร์ตแห่งหนึ่งกลางเมืองชุมพร โดยหลังเกิดเหตุทางเจ้าของรีสอร์ตได้พยายามปิดข่าวโดยห้ามไม่ให้อาสาสมัครกู้ภัยที่เข้าไปเก็บศพและเปิดเผยเรื่องดังกล่าวต่อผู้สื่อข่าว จนกระทั่งในช่วงเช้านี้ ผู้สื่อข่าวได้สอบถามไปยัง พ.ต.อ.วิมล พิทักษ์บุรพา ผกก.สภ.เมืองชุมพร จึงทราบว่า มีเหตุดังกล่าวจริง

โดยเมื่อเวลา 15.00 น. วันที่ 10 ก.ย.ที่ผ่านมา ร.ต.อ.สุขสันต์ ยิ้มแย้ม พนักงานสอบสวน สภ.เมืองชุมพร ได้รับแจ้งจากผู้ดูแลรีสอร์ตดังกล่าว ว่ามีผู้หญิงเสียชีวิตอยู่ในห้องพักเลขที่ 3 จึงพร้อมด้วยแพทย์ รพ.ชุมพรเขตรอุดมศักดิ์ และหน่วยกู้ภัยสายชลไปยังที่เกิดเหตุ ภายในห้องพบศพ น.ส.จอย (นามสมมุติ) อายุ 17 ปี ชาว อ.ท่าแซะ จ.ชุมพร สภาพสวมเสื้อยืดคอกกลมสีแดง นุ่งกางเกงขาสั้นสีดำ นอนจมกองเลือดอยู่บนเตียง ภายในห้องไม่พบร่องรอยการถูกทำร้ายหรือการต่อสู้

จากการตรวจสอบพบว่าอวัยวะเพศมีเลือดไหลออกมาจำนวนมาก คาดว่าเสียชีวิตมาแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ชั่วโมง นอกจากนี้ยังพบขวดน้ำหวานสีแดงยี่ห้อหนึ่ง เปิดดื่มไปเพียงเล็กน้อย และผ้าอ้อมสำเร็จรูปเปื้อนเลือด 2 ชิ้น จึงเก็บไว้เป็นหลักฐาน สอบสวนผู้ดูแลรีสอร์ต ทราบว่า ในช่วงเช้าของวันที่ 9 ก.ย. ได้มีหญิงอายุประมาณ 40 ปี ชื่อ รศ.จอย.ฮอนต้า ทะเบียน ขคช 956 ชุมพร มาเปิดห้องพักดังกล่าวแบบชั่วคราว จากนั้นอีกครั้งชั่วโมงผู้ตายจึงตามเข้ามา กระทั่งต่อมาได้มีการขอต่อเวลาเช่าห้องพักเป็นแบบค้างคืน จนช่วงเที่ยงของวันที่ 10 ก.ย. คิดว่าหญิงผู้เช่าห้องได้ติดต่อคืนห้องพักแล้ว จึงไขกุญแจเปิดเข้าไปเพื่อทำความสะอาด ก็พบผู้ตายหญิงสาวนอนเสียชีวิตอยู่บนเตียง

ทั้งนี้จากการสอบสวนผู้ดูแลรีสอร์ต ทำให้ทราบอีกว่า ผู้หญิงคนแรกที่มาเปิดห้องเป็นลูกค้าประจำของรีสอร์ตแห่งนี้ เพราะมักจะมาเปิดห้องแบบชั่วคราวสัปดาห์ละไม่ต่ำกว่า 5-6 ครั้ง แต่แต่ละครั้งจะใช้เวลาประมาณ 3-4 ชม. และจะมีหญิงสาวตามเข้าไปด้วยทุกครั้ง แต่ครั้งนี้กลับขอพักแบบค้างคืน จึงสันนิษฐานว่า ผู้หญิงที่มาเปิดห้องพักน่าจะรับทำแท้งเถื่อนให้กับหญิงสาวที่เกิดตั้งครรภ์แบบไม่พึงประสงค์ โดยใช้รีสอร์ตแห่งนี้เป็นสถานที่ทำแท้ง โดยหญิงสาวผู้ตายน่าจะเกิดการตั้งครรภ์ในวัยเรียน เลยอดสติใจมาใช้บริการทำแท้งเถื่อนเหมือนหญิงสาวหลายรายที่ผ่านมา แต่หลังจากทำแท้งเสร็จและกำลังอยู่ระหว่างการรอดูอาการปรากฏว่าเลือดกลับไหลไม่หยุด ทำให้ผู้ตายเสียเลือดมากจนช็อกและเสียชีวิต ซึ่งทางเจ้าหน้าที่จะเร่งติดตามตัวหมอทำแท้งเถื่อนรายนี้มาสอบสวนดำเนินคดีต่อไป.

ใบงาน

เรื่อง ทางออกวัยใส

1. ถ้านักเรียนเป็น เด็กสาววัย 17 นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร เพราะเหตุใด

2. นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการทำแท้ง

3. นักเรียนมีวิธีการป้องกันตนเองอย่างไร เพื่อไม่ต้องประสบปัญหาเหมือนกับเด็กสาววัย 17

ใบงาน

เรื่อง “ฉลากคำถาม 6 คำถาม” (เป็นคำถามสำรอง 1 คำถาม)



คำถาม

การมีเพศสัมพันธ์แบบหลังภายนอกสามารถป้องกันท้องได้แน่นอนหรือไม่ เพราะเหตุใด

คำตอบ

ไม่แน่นอน
เพราะขณะที่สอดใส่ฝ่ายชายจะมีน้ำคัดหลั่งจำนวนหนึ่งนำออกมาก่อน ซึ่งมีอสุจิปะปนอยู่ด้วย ตัวอสุจินั้นสามารถว่ายไปผสมกับไข่ของผู้หญิง การตั้งครรภ์จึงเกิดขึ้นได้ก่อน ผู้ชายจะหลั่งน้ำอสุจิกายนอกเสียอีก

ข้อมูลเพิ่มเติม

หากคนหนึ่งคนใดมีเชื้ออสุจิหรือเชื้อเอดส์อยู่ในสารคัดหลั่งของหญิงหรือชายก็มีเชื้อนั้นอาศัยอยู่ด้วยเช่นกัน คนที่ไม่มีเชื้อ จึงมีโอกาสที่จะติดเชื้ออสุจิหรือเอดส์ เพราะได้สัมผัสสารคัดหลั่งของคู่แล้วระหว่างการสอดใส่แม้จะหลังภายนอกก็ตาม นอกจากนี้ การถอนองคชาติเมื่อใกล้ถึงจุดสุดยอดนั้น อาจทำได้ยาก เพราะเป็นช่วงที่มีความตื่นตัวทางเพศสูงจนอาจลืมหิ้ว หรือไม่สามารถควบคุมร่างกายได้ทั้งชายและหญิง

คำถาม

หากใช้วิธีนับระยะปลอดภัยถ้าประจำเดือนมาวันที่ 1 และหมดวันที่ 6 จากนั้นมีเพศสัมพันธ์ วันที่ 12 จะมีโอกาสตั้งท้องหรือไม่

คำตอบ

มีโอกาส เพราะเป็นช่วงเวลาไขว้
ในรอบเดือนต่อไปพอดี โดยเริ่มนับตั้งแต่วันที่ประจำเดือนวันแรกไป 14 วัน (+/- 2 วัน) ช่วงเวลาไขว้จึงอยู่ระหว่างวันที่ 12 - 16 หากมีเพศสัมพันธ์ในช่วงนี้ ไข่ของผู้หญิงก็สุกพร้อมการผสมกับตัวอสุจิพอดี วิธีนับระยะปลอดภัยเป็นหาช่วงวันที่ปลอดภัยอย่างง่าย ๆ เหมาะกับผู้หญิงที่มีรอบเดือนสม่ำเสมอตรงทุกเดือน

ข้อมูลเพิ่มเติม

การนับรอบเดือน นับจากวันแรกที่ประจำเดือนมาในเดือนก่อน จนถึงวันแรกของการมีประจำเดือนครั้งต่อไป รอบเดือนแต่ละคนไม่เท่ากัน โดยปกติแล้ว คือ 28 วัน (+/- 7 วัน หรือ 21 - 35 วัน)

ช่วงเวลาไขว้ นับจากวันแรกที่มีประจำเดือนไปอีกประมาณ 14 วัน หรือประมาณวันที่ 13 - 15 ของรอบเดือน

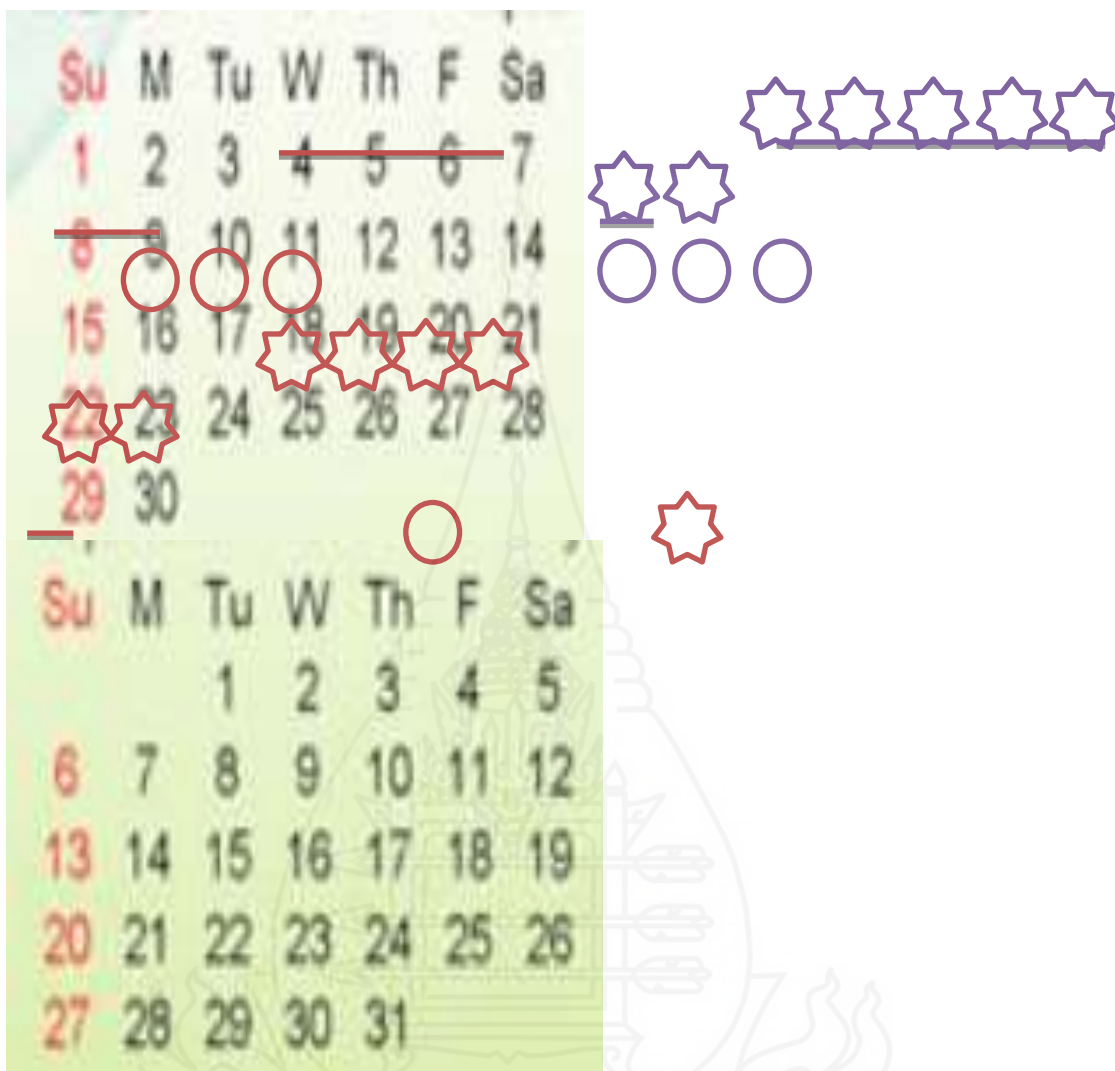
การนับระยะปลอดภัย หรือที่เรียกง่าย ๆ ว่า “หน้า 7 หลัง 7” หลายคนมักนับระยะปลอดภัยผิดโดยเฉพาะ “การนับหลัง 7” โดยเริ่มนับจากวันสุดท้ายของการมีประจำเดือนออกไป 7 วัน ซึ่งไม่ปลอดภัย เพราะจะเข้าใกล้ช่วงไขว้ของรอบเดือนต่อไป

วิธีนับที่ถูกต้อง คือ ก่อน 7 นับจากวันที่มีประจำเดือนวันแรกขึ้นไป 7 วัน ในกรณีนี้ ช่วงเวลาที่ถือว่าปลอดภัยจากการตั้งครรภ์ คือ ระหว่างวันที่ 25 (ของเดือนก่อนซึ่งมี 30 วัน) ถึงวันที่ 1 (ซึ่งเป็นวันที่ประจำเดือนมาวันแรก) หลัง 7 คือ นับจากวันที่ประจำเดือนมาวันแรกลงไป 7 วัน การมีเพศสัมพันธ์ช่วงวันที่ 1 ถึงวันที่ 7 จึงถือว่าปลอดภัย กรณีนี้ ประจำเดือน มา 6 วัน และหากไม่ต้องมีการมีเพศสัมพันธ์ ระหว่างนี้ (ที่เรียกกันว่าผ้าไฟแดง) ก็ทำให้ช่วงระยะเวลาปลอดภัยเหลือเพียง 1 วัน เท่านั้นคือ วันที่ 7

การมีเพศสัมพันธ์ระหว่างมีประจำเดือน ถือว่าอยู่ในช่วงระยะปลอดภัยจากการตั้งครรภ์ อย่างไรก็ตาม ก็มีโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้ออสุจิหรือเชื้อเอดส์ได้ถ้าไม่ใช่อุปกรณ์อนามัย เพราะขณะมีเพศสัมพันธ์ต้องสัมผัสเลือดจำนวนมาก

เดือนที่ 1 มี 30

เดือนที่ 2 มี 31



ระยะเวลาที่มีประจำเดือน

ช่วงเวลาไข่สุก

ระยะปลอดภ้ย

คำอธิบายภาพ

คือ จากตัวอย่าง ระยะเวลาที่มีประจำเดือนในเดือนที่หนึ่งคือ ระหว่างวันที่ 4 – 9 และเดือนที่สองมีประจำเดือนระหว่างวันที่ 1 – 6 (มีประจำเดือน 6 วันต่อเดือน)

ระยะปลอดภ้ย

“หน้า 7 หลัง 7” คือ ระหว่างวันที่ 25 ของเดือนที่หนึ่งจนถึงวันที่ 1 เดือนที่สอง (หน้า 7) และ จากวันที่ 1 ถึงวันที่ 7 ของเดือนที่สอง (หลัง 7)

การนับรอบเดือน

จากตัวอย่างนับรอบเดือนได้ 28 วัน โดยนับจากวันที่ 4 ของเดือนที่หนึ่งซึ่งเป็นวันแรกที่มีประจำเดือนจนถึงวันแรกของการมีประจำเดือนในเดือนต่อไป คือ วันที่ 1 ของเดือนที่สอง

ช่วงเวลาไขสูก (คาดประมาณ)

เดือนที่หนึ่ง อยู่ประมาณวันที่ 16 – 18 นับจากวันแรกของการมีประจำเดือนออกไป 14 วัน และเดือนที่สอง อยู่ประมาณวันที่ 13 – 15

คำถาม

เมื่อเริ่มกินยาเม็ดคุมกำเนิด จะเริ่มกินเม็ดแรก เมื่อใด

คำตอบ

ให้กินยาเม็ดแรก ภายในวันที่ 1 – 5 ของการมีประจำเดือนแล้วกินเม็ดต่อ ๆ ไป ตามคู่มือจนหมดแผง

ข้อมูลเพิ่มเติม

การกินยาเม็ดคุมกำเนิด เป็นวิธีการคุมกำเนิดแบบชั่วคราวสำหรับผู้หญิง ยาคุมฯ ทำเป็นแผงมีลูกศรกำกับให้กินตามลูกศร เพื่อกันลืม ยาคุมฯ มี 2 ชนิด คือ แผง 21 เม็ด และแผง 28 เม็ด ซึ่งเป็นฮอร์โมนสังเคราะห์เลียนแบบฮอร์โมนธรรมชาติ ประสิทธิภาพไม่แตกต่างกัน ยาคุมฯ แผง 28 เม็ดทำให้กินต่อเนื่องกันลืม (21 เม็ด เป็นยาคุมฯ ส่วนอีก 7 เม็ดเป็นวิตามินบำรุงเลือด) ยาคุมฯ จะมึผลต่อการทำงานของฮอร์โมนในร่างกาย โดยยับยั้งไม่ให้ไขสูกหรือยับยั้งการปฏิสนธิระหว่างไข่กับตัวอสุจิ เช่น ทำให้น้ำเมือกที่ปากมดลูกเหนียวข้นจนตัวอสุจิเข้าไปไม่ได้ ฯลฯ

คำถาม

ถ้าลืมกินยาคุมกำเนิด 1 ครั้ง ให้เริ่มต้นกินยาแผงใหม่เลยทันทีใช่หรือไม่

คำตอบ

ไม่ใช่ โดยให้กินยาคุมฯ เม็ดนั้นทันทีที่นึกขึ้นได้ และกินยาเม็ดต่อไปตามเวลาปกติ ถ้าลืมกิน 2 เม็ด ให้กินยาคุมฯ วันละ 2 เม็ดติดต่อกัน 2 วัน จากนั้นก็กินยาคุมฯ เม็ดต่อไปจนหมดแผง

ข้อมูล

แต่ถ้าลืมกินเกิน 2 วัน 2 เม็ด ให้หยุดยาคุมฯ จนครบ 7 วัน แล้วจึงเริ่มกินยาคุมฯ แผงใหม่ ในช่วงหยุดยา และเริ่มยาคุมฯ แผงใหม่ ให้ใช้ถุงยางอนามัยช่วยคุมกำเนิดร่วมด้วยอย่างน้อย 2 สัปดาห์ การกินย้อนศรไม่ผลต่อประสิทธิภาพการคุมกำเนิด เพราะยาแต่ละเม็ดมีปริมาณฮอร์โมนเท่ากัน ปัญหาส่วนใหญ่ที่พบ คือ การลืมกินยา

คำถาม

การสวนล้างช่องคลอดทันทีหลังร่วมเพศสามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้หรือไม่ เพราะเหตุใด

คำตอบ

ไม่ได้

เพราะมีการหลั่งน้ำอสุจิใส่ช่องคลอดแล้ว ทำให้ตัวอสุจิเกาะติดเยื่อบุคอมดลูก และผนังช่องคลอดทันที และสามารถแหวกว่ายเข้าไปในโพรงมดลูก และพบไข่ที่รอการผสมอยู่ การสวนล้างภายหลังจึงถือว่าสายเกินไป และน้ำยาฯอาจทำให้ผนังช่องคลอดระคายเคือง และติดเชื้อโรคได้ง่ายขึ้นอีกด้วย

ข้อมูลเพิ่มเติม

การสวนล้างช่องคลอด

ยังไม่ช่วยป้องกันเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (กามโรค) หรือเชื้อเอดส์ เพราะเชื้อเหล่านี้มีอยู่มากในน้ำอสุจิ และน้ำหล่อลื่นในช่องคลอดผู้หญิง การติดเชื้อจึงเกิดขึ้นได้ด้วยเหตุผลเดียวกับข้างต้น การสวนล้างด้วยน้ำยาต่าง ๆ ยังอาจเกิดอันตรายต่อผนังช่องคลอด ซึ่งมีเนื้อเยื่อละเอียดอ่อน และตัวน้ำยาเองก็ทำลายสารป้องกันเชื้อโรคในช่องคลอดที่ร่างกายสร้างขึ้นเองตามธรรมชาติ ทำให้ช่องคลอดอักเสบและติดเชื้อโรคต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น

คำถาม

ยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน ให้กินทันที 1 เม็ด หลังมีเพศสัมพันธ์ทุกครั้งจึงจะได้ผลใช่หรือไม่ เพราะเหตุใด

คำตอบ

ไม่ใช่

ยาคุมกำเนิดชนิดนี้ต้องกิน 2 เม็ด เพื่อให้ได้ผลเต็มที่ คือ ช่วยป้องกันการตั้งท้องได้ 85 เปอร์เซ็นต์ โดยกินเม็ดแรกทันที หรือภายใน 72 ชั่วโมง หลังจากมีเพศสัมพันธ์ และกินเม็ดที่สองหลังจากเม็ดแรก 12 ชั่วโมง และไม่ควรกินยาคุมฯ นี้ กิน 4 เม็ดต่อเดือน เพราะอาจส่งผลกระทบต่อร่างกายในระยะยาว

ข้อมูลเพิ่มเติม

ปัจจุบันพบว่า

วัยรุ่นไทยมักใช้ยาคุมฉุกเฉินเป็นประจำ โดยไม่รู้ว่าประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดต่ำกว่ายาคุมฯ ธรรมดา ที่กินวันละเม็ด แล้วยังทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพผู้หญิงได้ในระยะยาว การใช้ยาคุมฯ ชนิดนี้จึงควรใช้เฉพาะยามที่ฉุกเฉินจริง ๆ

ใบงาน

เรื่อง ล้วงลับวัยใส

ตอนที่ 1 ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ตามความคิดเห็นของนักเรียน

1. นักเรียนคิดว่าอายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของคนไทยเป็นอย่างไร น้อยลง/เพิ่มขึ้น/เท่าเดิม/ไม่แน่นอน เพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น

2. นักเรียนคิดว่าสาเหตุที่สำคัญที่สุดที่ทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนคืออะไร เกิดจากความใจอ่อน/เกิดจากการถูกล่อลวง/เกิดจากความไม่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ /เกิดจากฝ่ายชายพยายามหาโอกาสที่จะมีเพศสัมพันธ์เพราะเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น

3. บุคคลที่ล่วงเกินจนถึงขั้นมีเพศสัมพันธ์กับผู้หญิงมากที่สุดคือใคร แฟน/เพื่อน/พ่อเลี้ยง/คนแปลกหน้าเพราะเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น

4. วิธีปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ขอได้ดีที่สุด คือ ต้องใจแข็ง/ต้องรู้เท่าทัน/ต้องรักษานวลสงวนตัว/ไม่เสพสารเสพติดและสิ่งมีนเมาเหตุใดนักเรียนจึงเลือกวิธีนี้

5. สถานที่ใดที่เปิดโอกาสให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์กันง่ายที่สุด บ้านเช่า/โรงแรม/โรงภาพยนตร์/สวนสาธารณะเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น

6. สื่อลามกชนิดใดที่เข้ามามีอิทธิพลร้ายและกระตุ้นอารมณ์ทางเพศร้ายแรงมากที่สุด หนังสือโป้/วีซีดีลามก/อินเทอร์เน็ต/หนังสือการ์ตูนเพราะเหตุใดจึงมีอิทธิพลต่อการร้ายและกระตุ้นอารมณ์

7. ผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ข้อใดรุนแรงที่สุด ทำแท้ง/ฆ่าตัวตาย/ไม่ได้เรียนต่อ/เป็นภาระของพ่อแม่เพราะอะไรนักเรียนจึงคิดว่ารุนแรงที่สุด

8. การหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองมิให้ตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์คือข้อใดไม่เป็นคนเจ้าชู้/ต้องรักอย่างมีสติ/หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เสี่ยง/ไม่ยอมให้ผู้ชายมีเพศสัมพันธ์ด้วยเพราะเหตุใดนักเรียนจึงเลือกข้อนี้

ตอนที่ 2 ให้นักเรียนจับคู่ข้อที่มีข้อความสัมพันธ์กัน

- | | |
|---|---|
| ----- 1. เกิดการตั้งครรภ์ | ก. ลูกไม้ที่ผู้ชายมักใช้กับผู้หญิง |
| ----- 2. หลอกว่าจะพาไปส่งที่บ้าน | ข. อยู่ในที่ลับหูแต่ไม่ลับตา |
| ----- 3. อารมณ์และบรรยากาศพาไป | ค. มีโอกาสเสียตัวก่อนวัยอันควร |
| ----- 4. ถ้ารักจริงจะต้องยอมให้มีอะไรกันได้ | ง. การตั้งครรภ์ที่ไม่ต้องการให้เกิดขึ้น |
| ----- 5. สาวใจแตก | จ. ไม่ใช่ถุงยางอนามัย |
| ----- 6. สถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ | ฉ. การถือโอกาสจับมือถือแขน |
| | ช. คุณแม่ใจร้าย คุณพ่อไม่รับผิดชอบ |
| ----- 7. ตัวกระตุ้นที่ทำให้เด็กมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อย | ซ. ผู้ชายอาจบอกเลิกเป็นแฟนได้ |
| | ฅ. ระวังจะถูกพาไปข่มขืน |
| ----- 8. การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ | ญ. สภาพสังคมปัจจุบันและสื่อลามก |
| ----- 9. นำลูกที่เพิ่งคลอดออกมาไม่กี่วันไปทิ้งไว้บนสะพานลอย | ฎ. การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่คาดคิด |
| | ฏ. อยู่ในห้องเช่าด้วยกันสองต่อสอง |
| ----- 10. ไม่ยอมมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน | ฐ. เป็นค่านิยมของกุลสตรีที่ควรยกย่อง |



กิจกรรมแนวหน้า ชุดที่ 10

เรื่อง : รู้รักษาตัวรอด เป็นยอดดี

ผู้สอน : นางสาวณิลุบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

การเรียนรู้วิธีการที่จะเอาตัวรอดจากภัยอันตรายต่าง ๆ เป็นสิ่งสำคัญที่นักเรียนจะต้องเรียนรู้ การรู้จักปฏิเสธ ยืนยันการปฏิเสธ เป็นทักษะทางสังคมที่สำคัญ ที่จะหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ และยังเป็นการรักษาหัวใจ และมีตรรกภาพให้คงอยู่

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญและเรียนรู้วิธีการปฏิเสธที่ดี
2. เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการปฏิเสธ

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

การดำเนินชีวิตอยู่ในสังคม เราต้องเจอเจอกับสิ่งต่าง ๆ มากมาย ซึ่งมีทั้งสิ่งดี สิ่งไม่ดีและภัยอันตรายต่าง ๆ ที่นักเรียนจะต้องเผชิญและได้เรียนรู้ บางครั้งอันตรายก็เกิดจากตัวเราเอง หรือบุคคลรอบข้างที่อยู่ใกล้ชิดเรา เราจึงต้องรู้จักหรือเรียนรู้วิธีการที่จะหลีกเลี่ยงจากอันตรายนั้น โดยการสร้างเสริมพฤติกรรมที่ปลอดภัย เรียนรู้ทักษะชีวิตที่อาจจะได้นำไปใช้ประโยชน์ในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต ซึ่งจะช่วยให้การดำเนินชีวิตมีความปลอดภัยมากขึ้น และยังช่วยรักษาสัมพันธภาพระหว่างบุคคลให้คงอยู่ยืนยาวอีกด้วย

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ขั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการตอบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. ครูชวนสนทนาถึงคำขวัญที่ว่า Just to say “No” มีความสำคัญ หรือมีความหมายอย่างไร
2. นักเรียนอ่านใบความรู้เรื่อง “รู้รักษาตัวรอด”

3. นักเรียนทำใบงานเรื่อง “รู้รักษาตัวรอด”
4. นักเรียนจับคู่กับเพื่อนแล้วฝึกทักษะปฏิเสธ โดยเพื่อนเป็นฝ่ายชวนในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน แล้วนักเรียนฝึกปฏิเสธ จากนั้นให้สลับบทบาทกัน

ขั้นสรุป

5. อภิปรายซักถามถึงความสำคัญของการปฏิเสธ
6. อภิปรายสรุปถึงการนำไปใช้ในชีวิตจริง
7. นักเรียนแสดงความคิดเห็น สรุปข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้
8. นักเรียนศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้เรื่อง รู้รักษาตัวรอด
2. ใบความรู้ เรื่อง ทักษะปฏิเสธและการตัดสินใจเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
3. ใบความรู้ เรื่อง คาถา 5 ข้อเพื่อป้องกันตนเองไม่ให้ตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
4. ใบงาน เรื่อง รู้รักษาตัวรอด

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ใบความรู้

เรื่อง รู้รักษาตัวรอด

การปฏิเสธ

การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนควรเคารพความต้องการ ซึ่งแตกต่างกัน อย่างไรก็ตาม การปฏิเสธที่ดีมีลักษณะ 3 ประการ คือ

1. ทำโดยแข็งขัน เช่น คำพูด น้ำเสียง
2. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้าง จะได้แย้งได้ยากกว่าการใช้เหตุผลอื่น
3. การขอหรือถามความเห็นชอบด้วย จะเป็นการรักษาน้ำใจของอีกฝ่าย และขอบคุณเมื่อเขายอมรับ

ในกรณีที่เพื่อนเข้าซื้อ หรือพูดจาสบประมาท เพื่อพยายามให้เราเชื่อตามคำชวน ไม่ควรรู้สึกหัวน้ใจไปกับคำพูดเหล่านั้น แต่ควรปฏิเสธและไม่จำเป็นต้องอ้างเหตุผล แต่ใช้การกระทำช่วยยืนยัน เช่น เดินออกห่าง พร้อมทั้งบอกลา

ตัวอย่าง : เบี้ยกชวนแดงไปเที่ยวตีสโกเทค (โรงภาพยนตร์ ศูนย์การค้า ฯลฯ) แต่แดงไม่อยากไป

ขั้นตอน	คำอธิบาย	ตัวอย่างคำพูด
1. แสดงความรู้สึกของตนเอง	การอ้างความรู้สึกจะโต้แย้งได้ยากกว่าการอ้างเหตุผลอื่น	<ul style="list-style-type: none"> ● ฉันอึดอัด..... ● ฉันไม่ชอบ.....
2. การบอกปฏิเสธ	ตอบปฏิเสธการชวนอย่างชัดเจนเพราะคนเรามีสิทธิปฏิเสธสิ่งที่ตนไม่เป็นด้วย	<ul style="list-style-type: none"> ● ขอไม่ไปนะ..... ● ขอร้องเถอะ ไม่ไปหรอก..... ● ขอโทษนะ ฉันไม่ไป.....
3. การถามความเห็น	เป็นการปฏิเสธโดยการคำนึงถึงความรู้สึกอีกฝ่าย เพื่อรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน	<ul style="list-style-type: none"> ● เธอคงเข้าใจนะ ● เธอคงไม่ว่าอะไรใช่ไหม

เมื่อผู้ชักชวนยอมรับ ควรขอบคุณเช่น “ขอบคุณนะที่เข้าใจ” แต่ถ้าเขายังเข้าซื้อหรือสบประมาท ควรปฏิบัติ ดังนี้

ขั้นตอน	คำอธิบาย	ตัวอย่างคำพูด
4. ปฏิเสธซ้ำ	ยืนยันการปฏิเสธเมื่อถูกเข้าซื้อหรือสบประมาท	<ul style="list-style-type: none"> ● ฉันไม่ไปจริง ๆ (พร้อมทั้งเดินออกห่าง...บอกลา)

ใบความรู้

เรื่อง ทักษะการปฏิเสธและการตัดสินใจเพื่อป้องกันตนเอง จากสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

นักเรียนจะสามารถพัฒนาตนเอง หลีกเลียงแก้ไขและป้องกันปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างดีนั้น จะต้องฝึกการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาให้เป็นนิสัยจนเกิดเป็นทักษะชีวิตขึ้น

ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการปฏิเสธเป็นทักษะที่นักเรียนควรฝึกฝนให้เกิดความเคยชิน เพื่อนำมาช่วยแก้ปัญหาต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ ทั้งนี้ทักษะดังกล่าวเป็นสิทธิและเสรีภาพของบุคคลที่เราควรให้ความเคารพในสิทธิ ความคิด ทัศนคติ ความคิดเห็นของบุคคลที่แตกต่างกันเกิดความถูกต้อง เหมาะสมต่อการบรรทัดฐานที่ดีของตนเองและผู้อื่นต่อไปในอนาคต ทักษะดังกล่าวนี้จะช่วยในการตัดสินใจโดยการหาทางเลือกที่ถูกต้องและเหมาะสมในการเผชิญกับสถานการณ์เสี่ยงหรือปัญหาที่เกิดขึ้นให้สามารถแก้ไขปัญหา หรือป้องกันเกิดปัญหาและสถานการณ์เสี่ยงต่ออันตรายที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้เป็นอย่างดี

ทักษะการตัดสินใจเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์

ความหมายของทักษะการตัดสินใจ

ทักษะการตัดสินใจ หมายถึง ความสามารถของบุคคลต่อกระบวนการคิดอย่างมีเหตุผลในการพิจารณาเลือกแนวทางในการปฏิบัติสถานการณ์หนึ่ง เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย หรือวัตถุประสงค์ที่ต้องการพัฒนาความสามารถในการตัดสินใจและสามารถนำไปสู่การปรับปรุงพฤติกรรมสุขภาพของตนเองได้ ทั้งนี้ต้องผสมผสานระหว่างการใช้ความรู้ ปัญญา และความรู้สึก โดยกระบวนการคิดเพื่อแก้ไขปัญหาด้วยกลวิธีทางสุศึกษา ตลอดจนประสบการณ์การเรียนรู้บุคคล

กระบวนการตัดสินใจเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์

ในการดำเนินชีวิตประจำวันในแต่ละบุคคลนั้น บางคนอาจมีเรื่องที่ต้องเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจสำหรับการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องเพศสัมพันธ์นั้นมีความสำคัญมากของชีวิตของวัยรุ่น ก่อนมีเพศสัมพันธ์ จำเป็นต้องใช้เวลาตนเองหยุดคิดและตอบคำถามต่อไปนี้ด้วยความจริงใจ

- 1) ต้องการมีเพศสัมพันธ์ด้วยเหตุผลใด
 - เพื่อเหมือนเพื่อน ๆ
 - พิสูจน์ความรัก
 - รักษาสัมพันธ์ภาพความเป็นคู่รัก หรือ อื่นๆ

- 2) ถ้ามีเพศสัมพันธ์แล้ว การกระทำของเราไปทำร้ายใครบ้าง
- 3) พร้อมรับผิดชอบเมื่อเกิดพลาดพลังจันตั้งครรภ์และยินดีเป็นพ่อแม่ได้หรือไม่
- 4) ทำอย่างไรเมื่อมีปัญหาจากการมีเพศสัมพันธ์ เช่น เป็นโรคเอดส์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

การตัดสินใจเป็นเรื่องของสิทธิบุคคลที่จะกระทำหรือไม่ทำสิ่งใด ทุกคนต้องผ่านการตัดสินใจตลอดเวลาจึงควรฝึกให้นิสัยมีหลักการ 3 ขั้นตอน คือ

1. กำหนดแนวทาง
2. วิเคราะห์ผลดี และผลเสียในการเลือกทำหรือไม่ทำเรื่องนั้น
3. ตัดสินใจเลือก 1 ทาง ทางที่เกิดผลเสียน้อยที่สุด

ทักษะการปฏิเสธ

การปฏิเสธเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของบุคคล ที่ทุกคนควรเคารพและยอมรับ นักเรียนสามารถปฏิเสธการชวนของเพื่อน หรือใครก็ตามที่ชวนไปทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ไม่อยากทำ การปฏิเสธที่ใช้ได้ผลมักเป็นการปฏิเสธในสถานการณ์ที่ถูกชวนไปกระทำในสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์ หรือเกิดผลในแง่ลบตามมา จึงมีหลักในการปฏิเสธเพื่อให้ได้ผลและไม่เสียเพื่อน ดังนี้

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งทำทางคำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ
2. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบผลเพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมันถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลเข้าใจผิดได้ เช่น ฉันไม่ชอบ ฯลฯ
3. การบอกปฏิเสธให้ชัดเจน เช่น ฉันไม่ไปด้วยหรอก ฉันขอไม่ไป ฯลฯ
4. การขอความเห็นชอบและแสดงอาการขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ และเป็นการรักษาน้ำใจของผู้ชวน เช่น คุณคงไม่ว่านะ คุณคงเข้าใจนะ ฯลฯ

เมื่อถูกชวนซ้ำหรือสับประมาทไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้ขาดสมาธิ การหาทางออกควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี้

1. ปฏิเสธซ้ำ โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้าง พร้อมทั้งบอกไปแล้วเดินจากไป
2. การต่อรอง โดยการชักชวนทำกิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน เช่น เรากลับบ้านกันดีกว่า
3. การผัดผ่อน โดยการขอยืดระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ เช่น เอาไว้วันหลัง โอกาสหน้าก็แล้วกัน ฯลฯ

ใบความรู้

เรื่อง คาถา 5 ข้อ เพื่อป้องกันตนเอง

ไม่ให้ตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

1. **รู้จักปฏิเสธ** เมื่อถูกแฟนจับมือถือแขน สัมผัสร่างกายและพยายามกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ ต้องพูดเสียงดังฟังชัดและน้ำเสียงหนักแน่น จริงจังว่า "ไม่ชอบนะ ขอให้หยุด" ซึ่งผู้หญิงส่วนใหญ่มักกลัว ไม่กล้าปฏิเสธ แต่ถ้าไม่พร้อมด้วยเหตุผลต่าง ๆ ก็ควรกล้าที่จะพูดว่า "ไม่"

ตัวอย่างคำพูดในการปฏิเสธ ดังนี้

- 1) ถ้าเธอรักกันจริง อย่าทำลายฉันเลยนะ อย่าทำแบบนี้
- 2) อย่างเพิ่งเลยนะ ยังไม่ถึงเวลาที่เหมาะสม
- 3) เราทั้งสองคนยังไม่พร้อมจะมีครอบครัวนะ ยังไม่ถึงวัยอันควร
- 4) คุณพ่อคุณแม่จะผิดหวังมาก ถ้าเราพร้อมกันทำร้ายท่านแบบนี้
- 5) คุณหลอกหลวงฉัน หยุดเถอะอย่าทำแบบนี้อีก ไม่อย่างนั้นเราเลิกคบกัน
- 6) ฉันขอร้องอย่าทำลายชื่อเสียงฉันเลย
- 7) ปล่อยฉันนะ อย่านำแต่ต้องฉันอีก ไว้รอเราพร้อมและรอวันแต่งงานดีกว่านะ
- 8) ไม่....ถ้าท้องและเธอจะแก้ปัญหาตรงนี้ได้อย่างไร
- 9) หยุดนะ เราคิดถึงผลที่ตามมาอย่างจริงจังแล้วหรือยัง
- 10) อย่านะ ฉันต้องการให้เซ็กซ์เป็นส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์ที่ยาวนานไม่ฉาบฉวย

2. **ลุกหนีทันที** เมื่อพูดปฏิเสธแล้วก็ควรลุกออกห่างทันที อย่านิ่งนอนใจกลัวว่าเขาจะโกรธหรือเกรงใจกัน เพราะถ้าหากเรายังไม่พร้อมหรือเห็นว่าเป็นการกระทำที่ถูกต้องแล้ว

3. **ต้องมีสติ** ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือใช้สิ่งเสพติด และมีความระมัดระวังดื่มน้ำและอาหารที่รับประทาน เพราะอาจโดนมอมยาหรือใส่ยานอนหลับ ทำให้ขาดสติ และควบคุมตนเองไม่ได้

4. **มีนัดไปเที่ยวในที่ปลอดภัย** เช่น สวนสาธารณะ สถานที่เปิดเผย และไม่พยายามเข้าไปอยู่ในที่ลับตาคนสองต่อสอง จำไว้ว่าให้หลบหลีกห่างไกลจากสถานการณ์เสี่ยงที่กดดันให้มีเพศสัมพันธ์ เช่น ในบ้านหรือห้องพักของฝ่ายชาย หรืออยู่ตามลำพังในรถบริเวณลานจอดรถ

5. **วางแผนการตัดสินใจ** ก่อนตัดสินใจไปเที่ยวกับแฟน ควรคิดให้รอบคอบว่าควรใกล้ชิดกับแฟนได้แค่ไหน เมื่อยังไม่พร้อมมีเพศสัมพันธ์ ควรระมัดระวังตัว และวางแผนกำหนดขอบเขตของกิจกรรม เช่น พูดคุยทำความตกลงกับแฟนก่อนมีนัดไปเที่ยวว่า ไปเที่ยวกันเท่านั้นนะอย่าล่วงเกินในเรื่องเพศ

ใบงาน

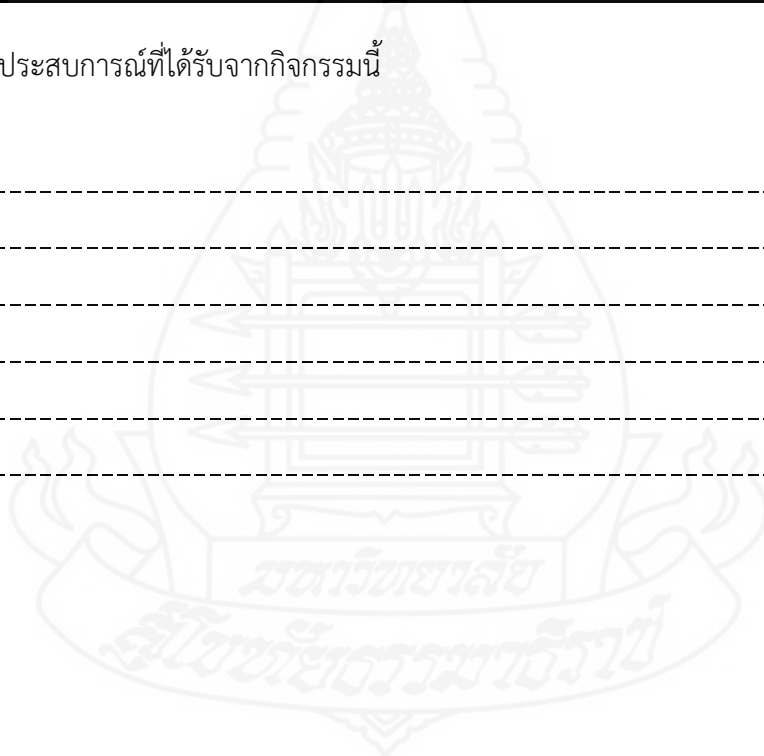
เรื่อง “รู้รักษาตัวรอด”

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ต่อไปนี้ แล้วคิดคำพูดที่แสดงถึง การแสดงความรู้สึก การบอกปฏิเสธ และการถามความคิดเห็นต่อสถานการณ์ดังกล่าว

สถานการณ์	แสดงความรู้สึก	การบอกปฏิเสธ	การถามความเห็น
1. เพื่อนชวนดื่มสุราหลังจากสอบเสร็จ			
2. เพื่อนชวนหนีโรงเรียนไปเล่นเกม			
3. เพื่อนชวนไปดูภาพยนตร์ประเภทโหดเปลือย			
4. เพื่อนชวนไปแก้แค้นแทนเพื่อนที่ถูกรังแก			
5. เพื่อนชวนไปลอบกระทง			
6. แฟนชวนไปดูภาพยนตร์รักกันสองต่อสอง			
7. แฟนพยายามเข้าไปใกล้โอบกอดและจับมือถือแขน			

สถานการณ์	แสดงความรู้สึก	การบอกปฏิเสธ	การถามความเห็น
8. แฟนขอหอม แก้มและมี เพศสัมพันธ์			
9. แฟนชวนไป เที่ยวบ้านเพราะ อยู่คนเดียว			
10. แฟนขอมือ เพศสัมพันธ์โดย ไม่ไม่สวมถุงยาง อนามัย			

ข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้



ใบงาน

Just say No!

คำว่า Just say No! มีความสำคัญหรือมีความหมายอย่างไร กับตัวนักเรียน ต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

A series of horizontal dashed lines for writing, with a large, faint watermark of the Thai Ministry of Education logo centered in the background. The logo includes a traditional Thai architectural structure with a flame-like base and a banner with Thai text.



เรื่อง : ปรับตัวดี ช่วยเพื่อนได้ คลี่คลายปัญหา

ผู้สอน : นางสาวณิลุบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

การตั้งใจรับฟังและกระตุ้นให้เพื่อนต่างเพศพิจารณาถึงสาเหตุ แนวสรุป และแนวทางแก้ไข ปัญหา จะช่วยให้เพื่อนต่างเพศปรับตัวและแก้ปัญหาของตนได้

การแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพื่อนและเพื่อนต่างเพศก็จะทำให้ดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ไม่เกิดความคับข้องใจ และเกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถรับฟังปัญหาของเพื่อนต่างเพศ เมื่อเพื่อนต่างเพศไม่สบายใจ สามารถกล่าวคำปลอบใจเมื่อเพื่อนต่างเพศพบอุปสรรคหรือปัญหาได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกแนวทางหรือข้อเสนอแนะ กระตุ้นให้เพื่อนต่างเพศหาสาเหตุ และแนวทางแก้ปัญหาได้
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกถึงองค์ประกอบและวิธีการปรับตัวกับเพื่อนและเพื่อนต่างเพศได้

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

การปรับตัวเพื่อการดำรงชีวิตในสังคมเป็นสิ่งสำคัญ ถ้านักเรียนอยู่ในสังคมที่เต็มไปด้วย อบายมุข นักเรียนจะประคองตัวอยู่ได้อย่างไร โดยไม่ตกเป็นทาสสิ่งเลวร้ายรอบตัว เราสามารถเลือก ทางที่เหมาะสมให้แก่ชีวิตของเราได้ โดยไม่ปล่อยให้คนไม่ดีมาชักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ชั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการตบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

แจกเอกสารใบงาน เรื่อง “กว่าจะรู้ตัวก็สายเสียแล้ว” และ ใบงานเรื่อง “ใครจะช่วยฉันได้”

1. นักเรียนแต่ละคนศึกษาอ่านใบงาน และปฏิบัติตามใบงาน
2. นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 5 – 6 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นให้ได้
ข้อสรุปของกลุ่มตามประเด็นในใบงาน ให้แต่ละกลุ่มตอบในใบงาน
3. นักเรียนร่วมกันคิดให้ได้คำตอบที่เป็นมติของกลุ่ม ส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอหน้าชั้นเรียน

ขั้นสรุป

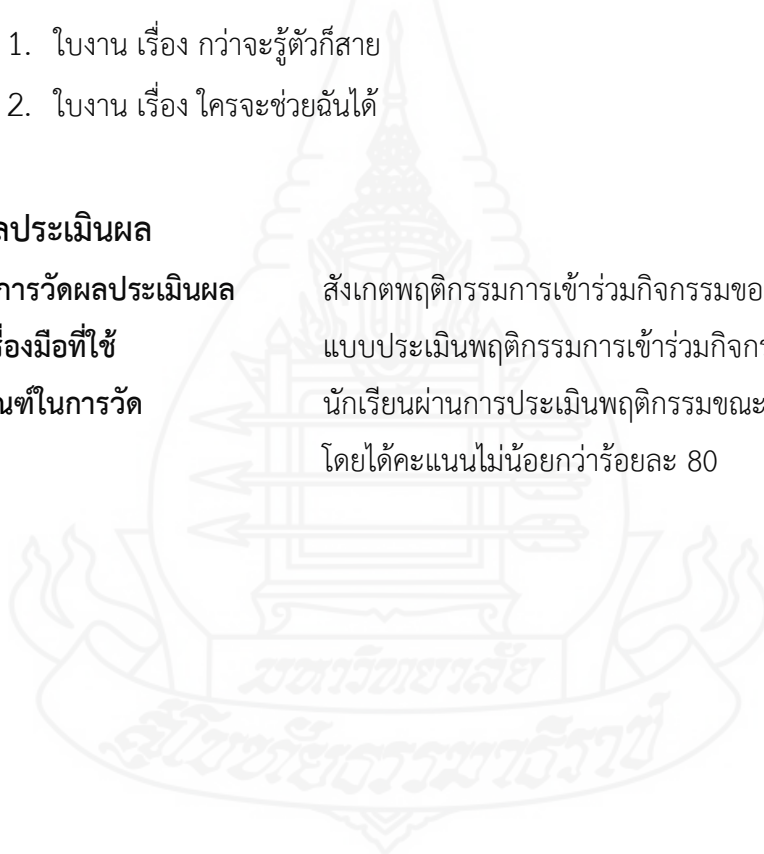
4. นักเรียนสรุปได้ข้อคิดหรือประสบการณ์อะไรบ้างจากการทำกิจกรรม

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบงาน เรื่อง กว่าจะรู้ตัวก็สาย
2. ใบงาน เรื่อง ใครจะช่วยฉันได้

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80



ใบงาน

เรื่อง “กว่าจะรู้ตัวก็สายเสียแล้ว”

คำชี้แจง นักเรียนศึกษา เรื่อง “กว่าจะรู้ตัวก็สายเสียแล้ว”

ปานเทพ เป็นเด็กต่างจังหวัดเข้ามาเรียนในกรุงเทพฯ เพื่อหวังความก้าวหน้าในชีวิต เขามาเรียนต่อที่วิทยาลัยแห่งหนึ่งพร้อมเพื่อนสาวชื่อทัศนีย์ ปานเทพพักอยู่หอพักซึ่งมีหลายประเภท ส่วนใหญ่เป็นคนที่ร่ำรวย แต่งตัวทันสมัย สู้บบุหรี่ และชักชวนกันไปเที่ยวเตร่ตามสถานที่ต่าง ๆ เช่น ดิสโก้เธค ไนท์คลับ ฯลฯ วันหนึ่งขณะที่ปานเทพนั่งทำการบ้านอยู่ เพื่อนร่วมหอพักกลุ่มที่มีฐานะร่ำรวย เดินผ่านมาชวนปานเทพไปเที่ยวกับพวกเขา ตอนแรกปานเทพปฏิเสธ แต่ต่อมาทนการรบเร้าจากคนเหล่านั้นไม่ได้ และกลัวว่าคนเหล่านั้นจะหาว่าเซย ไม่ทันสมัย ไม่รู้จักเปิดหูเปิดตา จึงตกลงใจไปเที่ยวด้วย และคบคนเหล่านั้นเป็นเพื่อน แล้วต่อมาก็ได้รู้จักกับเพื่อนต่างเพศคนหนึ่งชื่อดวงใจ ซึ่งเป็นคนสวย มีเสน่ห์ พูดเก่ง ยิ้มง่าย ตอนแรก ๆ ปานเทพอายุ และไม่เคยรู้สึกชอบดวงใจเลย แต่มีเพื่อน ๆ สบประมาทว่าปานเทพไม่มีทางจะจีบดวงใจได้ เพื่อลบคำสบประมาทของเพื่อน กอปรกับเพื่อน ๆ หลายคนยู่ให้จีบ ปานเทพจึงแกล้งตีสนิทกับดวงใจ นัดดวงใจไปเที่ยวบ่อย ๆ จนกระทั่งปานเทพซัดจะลืมนิ้ว หมกมุ่นอยู่กับการเที่ยวเตร่ ใช้ชีวิตเพลิดเพลินอยู่กับสุรา นารี ไม่มีเวลาดูหนังสือ ในที่สุดก็สอบตก ซึ่งเป็นครั้งแรกในชีวิตของปานเทพ เพราะปานเทพเคยเรียนเก่งมาตลอด ปานเทพรู้สึกอับอายเพื่อน ๆ โดยเฉพาะทัศนีย์และที่ยิ่งแล้วร้ายไปกว่านั้นปานเทพไม่มีเงินที่จะเที่ยวเตร่ได้เหมือนแต่ก่อน ทั้งนี้เพราะว่าพ่อแม่ของปานเทพเขียนจดหมายมาบอกว่าเงินก้อนสุดท้ายที่ได้จากการจำหน่ายที่ดินนั้นได้ส่งให้ปานเทพหมดแล้ว และถ้าแก่ก็ไม่ยอมให้ยืมเงินอีก เมื่อเงินหมด เพื่อน ๆ ที่เคยไปเที่ยวไหน ๆ ด้วยกันกับปานเทพก็เริ่มห่างเหินไปที่ละคนสองคน รวมทั้งดวงใจก็สลดปานเทพไปอย่างไม่มีไยดี ปานเทพเริ่มกลุ้มใจ เมื่อกลุ้มใจหนัก ๆ เข้าเพื่อนมาชักชวนให้สูบบุหรี่ โดยบอกว่าจะทำให้หายกลุ้มใจได้ ปานเทพก็ทดลองสูบบุหรี่จนกระทั่งแม้แต่เฮโรอีน ในที่สุดปานเทพก็ติดเฮโรอีนอย่างถอนตัวไม่ขึ้น เมื่อไม่มีเงินซื้อเฮโรอีน ปานเทพจึงไปขอยืมเงินจากทัศนีย์ แต่ทัศนีย์ปฏิเสธเพราะรู้ว่าปานเทพจะเอาไปซื้อยามาเสพ ทำให้ปานเทพโมโหมาก จึงผลักทัศนีย์ล้มลงและชักมีดออกมาแทงเธอ ในที่สุดปานเทพก็ถูกตำรวจจับในข้อหาฆ่าคนตาย ในขณะที่เพื่อน ๆ กำลังฉลองปริญญากัน ซึ่งปานเทพก็เคยตั้งความหวังและมั่นใจว่าเขาจะต้องเป็นคนหนึ่งที่ได้รับความสำเร็จในการศึกษาพร้อมกับเพื่อน ๆ แต่ความหวังเหล่านั้นก็หลุดลอยไป ปานเทพเสียใจในความผิดพลาดของตนที่ผ่านมา แต่กว่าปานเทพจะรู้ตัวก็สายเสียแล้ว

นักเรียนตอบคำถามตามหัวข้อต่อไปนี้

1. วิธีการที่ปานเทพใช้ในการปรับตัวกับเพื่อนต่างเพศเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด

2. เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาดังกล่าว ปานเทพควรปฏิบัติตนในการปรับตัวกับเพื่อนและเพื่อนต่างเพศอย่างไรจึงจะเหมาะสม

3. จากการที่ได้ศึกษาเรื่อง “กว่าจะรู้ตัวก็สายเสียแล้ว” นักเรียนคิดว่าองค์ประกอบของการปรับตัวที่ดีกับเพื่อนต่างเพศควรมีอะไรบ้าง

ใบงาน

เรื่อง “ใครจะช่วยฉันได้”

ในช่วงเช้าของวันอาทิตย์ขณะที่ชาลิตกำลังนั่งทำการบ้านอยู่ ปิ่นอนงค์ซึ่งเป็นเพื่อนสนิทกับชาลิตได้เล่าปัญหาให้ฟังว่า มีเพื่อนชายมาจีบ แต่เธอไม่รู้ลึกประหม่า อาย กลัว และอีกอย่างคุณแม่ก็สั่งห้ามคบเพื่อนผู้ชายเด็ดขาด อยู่บ้านคุณแม่ไม่เคยเข้าใจตัวเธอเลย ใ้ให้ทำแต่งงานบ้าน ตอนเช้าต้องไปช่วยคุณแม่จัดร้านที่ตลาด แล้วต้องรีบไปโรงเรียน ตอนเย็นกลับจากโรงเรียนก็ต้องรีบไปช่วยดูแลร้านและเก็บของอีก กว่าจะเสร็จกลับถึงบ้านก็ตึกตื่น ก็รีบทำการบ้าน คุณแม่ก็คิดว่าทำไมอยู่โรงเรียนไม่ทำให้เสร็จ จนทำให้สอบไม่ผ่านหลายวิชา พอสอบไม่ผ่านก็ถูกคุณแม่ดุตำว่าอีก และขู่ว่าจะไม่ให้เรียนต่อ ขณะที่ปิ่นอนงค์เล่าเรื่องให้ชาลิตฟังนั้น ชาลิตจะแสดงพฤติกรรมตั้งใจฟังทั้งสีหน้า ท่าทาง ซักถาม พุดกระตุ้นให้ปิ่นอนงค์หาสาเหตุของปัญหา พิจารณาแนวทางในการแก้ปัญหา บางครั้งก็ให้ข้อคิดเห็นแก่ ปิ่นอนงค์

ชาลิต

ชาลิตกำลังนั่งทำการบ้านอยู่ ปิ่นอนงค์ซึ่งเป็นเพื่อนสนิทกับฉันได้เล่าปัญหาให้ฟังว่า มีเพื่อนชายมาจีบ แต่เธอไม่รู้ลึกประหม่า อาย กลัว และอีกอย่างคุณแม่ก็สั่งห้ามคบเพื่อนผู้ชายเด็ดขาด อยู่บ้านคุณแม่ไม่เคยเข้าใจตัวเธอเลย ใ้ให้ทำแต่งงานบ้าน ตอนเช้าต้องไปช่วยคุณแม่จัดร้านที่ตลาด แล้วต้องรีบไปโรงเรียน ตอนเย็นกลับจากโรงเรียนก็ต้องรีบไปช่วยดูแลร้านและเก็บของอีก กว่าจะเสร็จกลับถึงบ้านก็ตึกตื่น ก็รีบทำการบ้าน คุณแม่ก็คิดว่าทำไมอยู่โรงเรียนไม่ทำให้เสร็จ จนทำให้สอบไม่ผ่านหลายวิชา พอสอบไม่ผ่านก็ถูกคุณแม่ดุตำว่าอีก และขู่ว่าจะไม่ให้เรียนต่อ ขณะที่ปิ่นอนงค์เล่าเรื่องให้ฉันฟังนั้น ฉันแสดงพฤติกรรมตั้งใจฟังทั้งสีหน้า ท่าทาง ซักถาม พุดกระตุ้นให้ปิ่นอนงค์หาสาเหตุของปัญหา พิจารณาแนวทางในการแก้ปัญหา บางครั้งฉันก็ให้ข้อคิดเห็นแก่ปิ่นอนงค์

ในช่วงเช้าของวันอาทิตย์ได้ไปหาเพื่อนชายที่ฉันสนิทคือชาลิตเพราะฉันมีปัญหาคลุมใจ ฉันเล่าปัญหาให้ฟังว่า ฉันมีเพื่อนชายมาจีบ แต่ไม่รู้ลึกประหม่า อาย กลัว และอีกอย่างคุณแม่ก็สั่งห้ามคบเพื่อนผู้ชายเด็ดขาด อยู่บ้านคุณแม่ไม่เคยเข้าใจตัวฉันเลย ใ้ให้ทำแต่งงานบ้าน ตอนเช้าต้องไปช่วยคุณแม่จัดร้านที่ตลาด แล้วต้องรีบไปโรงเรียน ตอนเย็นกลับจากโรงเรียนก็ต้องรีบไปช่วยดูแลร้านและเก็บของอีก กว่าจะเสร็จกลับถึงบ้านก็ตึกตื่น ก็รีบทำการบ้าน คุณแม่ก็คิดว่าทำไมอยู่โรงเรียนไม่ทำให้เสร็จ จนทำให้สอบไม่ผ่านหลายวิชา พอสอบไม่ผ่านก็ถูกคุณแม่ดุตำว่าอีก และขู่ว่าจะไม่ให้เรียนต่อ

ที่มา: หนังสือกิจกรรมแนะแนว ม.4

คำชี้แจง เมื่อนักเรียนได้อ่านเรื่อง “ใครจะช่วยฉันได้” จบแล้ว ตอบคำถามต่อไปนี้

1. นักเรียนช่วยหาแนวทางหรือข้อเสนอแนะในการแก้ไขปัญหาให้แก่ปิ่นอนงค์

2. ขณะที่ปิ่นอนงค์เล่าปัญหาของตนให้ชาติฟัง นักเรียนคิดว่าชาติควรแสดงกิริยาอย่างไร เพื่อหาสาเหตุและแนวทางแก้ไขปัญหาให้ปิ่นอนงค์ได้

3. นักเรียนรู้สึกอย่างไรกับชาติและปิ่นอนงค์ และนักเรียนประทับใจพฤติกรรมเรื่องอะไรในใบงานนี้

4. นักเรียนบอกสาเหตุของปัญหา สิ่งที่คุณคิดว่าต้องแก้ไขปรับปรุงไม่สมบูรณ์ทำให้เกิดความยุ่งยาก คืออะไร

5. นักเรียนได้ข้อคิดอะไรบ้างจากการทำกิจกรรมนี้



เรื่อง : ปัจฉิมนิเทศ คุณค่าในตัวตน

ผู้สอน : นางสาวฉนิลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 1 ชั่วโมง



แนวคิด

ด้วย การเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสำคัญยิ่งในกาปรับตัวทางอารมณ์ สังคม เป็นสิ่งที่จะช่วยให้วัยรุ่นรู้สึกเกิดภาคภูมิใจในตนเองสามารถปรับตัวในสังคม และดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข และการเรียนรู้ เพราะบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคและปัญหาที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ และการเรียนรู้วิธีการที่จะเอาตัวรอดจากภัยอันตรายต่าง ๆ เป็นสิ่งสำคัญที่นักเรียนจะต้องเรียนรู้เป็นการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงเป็นความรู้สึกที่ดีของบุคคลที่มีต่อตนเองว่าตนเองเป็นคนที่มีคุณค่า มีความสามารถ มีความสำคัญ ประสบผลสำเร็จในการทำงานรวมทั้งการยอมรับ การเห็นคุณค่าจากคนในสังคมที่มีต่อตน ตลอดจนการมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจคุณค่าในตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงพฤติกรรมที่แสดงออกถึงคุณค่าของตนเองได้

สาระสำคัญจากการทำกิจกรรม

คนที่เห็นคุณค่าในตนเอง คือ บุคคลที่มีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตัวเอง มีความซื่อสัตย์ มีความภูมิใจในงานของตนเอง บุคคลซึ่งมีความคิดริเริ่ม และมีความมุ่งมั่น ที่จะแก้ปัญหาและรับผิดชอบปัญหา ที่จะเกิดตามมา เป็นคนที่คนอื่นรักและรักคนอื่น เป็นบุคคลที่สามารถควบคุมตัวเอง เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของงาน โดยสรุปแล้วคนที่มี self-esteem สูง จะหมายถึงคนที่มีความคิดสร้างสรรค์ มีความรับผิดชอบสูง และมีความซื่อสัตย์สรุปได้ว่าคนที่เห็นคุณค่าในตนเอง จะประกอบด้วยสิ่งต่อไปนี้

1. มองโลกในแง่ดีเสมอ มองวิกฤตให้เป็นโอกาส เมื่อมีมิตต้องมึสว่าง มีร้ายต้องมีดี ชาวคู่กับคำ
2. ประเมินตัวเราให้มีคุณค่าอยู่เสมอ
3. เชื่อมั่นในความสามารถตัวเอง
4. มองว่าตัวเราเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตและเราสามารถเปลี่ยนแปลงตามที่เรากำลังต้องการ

แนวปฏิบัติกิจกรรม

ขั้นนำ

สร้างความคุ้นเคย และความสนุกสนานด้วยการตอบมือตามคำสั่ง

ขั้นกิจกรรม

1. ครูกล่าวทักทายและทบทวนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มครั้งที่แล้ว เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามและแสดงความเห็น
2. ครูแจกใบงานเรื่อง คุณค่าในตัวฉัน
3. ให้นักเรียนแต่ละคนมองตนเองและเขียนคุณลักษณะที่ดีของตนเองลงในใบงานคนละ 3 อย่าง

แนวการเตรียมนำเข้าสู่กิจกรรม

สวัสดี...นักเรียนทุกคน ครึ่งนี้เป็นกิจกรรมกลุ่มครั้งสุดท้าย นักเรียนยังคงจำบรรยากาศในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มครั้งที่แล้วมาได้ การเข้าร่วมกิจกรรมครั้งที่แล้ว นักเรียนได้ทำความเข้าใจถึงเจตคติทางเพศ ในหลากหลายลักษณะแล้ว....

วันนี้เราจะมาทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง ให้รู้สึกรักและเห็นคุณค่าในตนเอง “คุณค่าของตนเอง” ให้นักเรียนมองตนเองและเขียนคุณลักษณะที่ดีของตนเองลงในใบงาน ใครมีข้อสงสัยบ้างไหม

4. ให้นักเรียนบอกคุณลักษณะที่ดีของตนเองให้เพื่อนคนอื่นทราบ
5. ครูสนับสนุนและให้กำลังใจนักเรียนมีส่วนร่วมในการเสนอแนะ และครูสรุป
6. ให้นักเรียนร่วมกันเสนอความเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมของวัยรุ่นหญิงและชายที่แสดงออกถึงการเห็นคุณค่าในตนเอง

แนวสรุป

จากการที่นักเรียนได้บอกคุณลักษณะที่ดีของตนเอง และได้ทราบถึงคุณลักษณะที่ดีของเพื่อน ซึ่งทั้งหมดเป็นการแสดงให้เห็นว่านักเรียนทุกคนได้มองเห็นคุณค่าของตนเอง มองเห็นสิ่งที่ดี ๆ ในตนเอง

7. นักเรียนร่วมกันสรุปพฤติกรรมของวัยรุ่นหญิงและชายที่แสดงออกถึงการเห็นคุณค่าในตนเอง
8. ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่อง คุณค่าในตนเอง
9. นักเรียนซักถามข้อสงสัย และทำความเข้าใจเนื้อหาให้เข้าใจตรงกัน และร่วมกันสรุป โดยครูกล่าวสรุปเพิ่มเติม

10. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย และทำความเข้าใจเนื้อหาให้เข้าใจตรงกัน และร่วมกันสรุป โดยครูกล่าวสรุปเพิ่มเติม

แนวการสรุปกิจกรรม

นักเรียนสามารถบอกคุณลักษณะที่ดีของตนเอง และได้ทราบคุณลักษณะที่ดีของเพื่อน ซึ่งทั้งหมดนี้แสดงให้เห็นว่านักเรียนได้มองเห็นคุณค่าในตัวเอง รวมทั้งนักเรียนได้ทราบถึงพฤติกรรมของวัยรุ่นหญิงและชายที่แสดงออกถึงการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากกิจกรรมในวันนี้ นักเรียนจะเห็นว่า บุคคลทุกคนล้วนมีคุณค่าและมีศักยภาพอยู่ในตนเอง และผู้ที่สามารถนำศักยภาพในตนเองมาใช้ได้มากที่สุด คือ ผู้ที่รู้จักและเข้าใจตนเอง มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง สามารถนำศักยภาพที่มีอยู่ไปใช้ในการพัฒนาตนเองให้เกิดประโยชน์ และป้องกันตนจากสิ่งชั่วร้ายต่าง ๆ ซึ่งอาจนำความเสื่อมเสียมาสู่ตนเอง ดังนั้น การมองเห็นคุณค่าในตนเองจะเป็นภูมิคุ้มกันที่ดีสำหรับตัวนักเรียนเอง

ขั้นสรุป

11. นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มลงในใบงาน
12. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ยุติกิจกรรมกลุ่ม และกล่าวขอบคุณที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้

สื่อและอุปกรณ์

1. ใบความรู้เรื่อง คุณค่าในตัวตน
2. ใบงาน เรื่อง คุณค่าในตัวตน

การวัดผลประเมินผล

วิธีการวัดผลประเมินผล	สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน
เครื่องมือที่ใช้	แบบประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
เกณฑ์ในการวัด	นักเรียนผ่านการประเมินพฤติกรรมขณะร่วมกิจกรรม โดยได้คะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ใบความรู้ เรื่อง คุณค่าในตัวตน

การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง

ความรู้สึกที่ดีของบุคคลที่มีต่อตนเองว่าตนเอง

เป็นคนที่มีความสามารถ มีความสำคัญ ประสบ

ผลสำเร็จในการทำงานรวมทั้งการยอมรับ การเห็นคุณค่าจากคนใน

สังคมที่มีต่อตน ตลอดจนการมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง

ซึ่งบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง มองตนเองในทางที่ดี และจะทำให้เกิดความรู้สึกกับ

บุคคลอื่นในทางที่ดีด้วย **การเห็นคุณค่าในตนเอง** มีความสำคัญยิ่งในกาปรับตัวทางอารมณ์ สังคม

และการเรียนรู้ เพราะบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคและปัญหาที่ผ่านเข้า

มาในชีวิตได้ นอกจากนี้ การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้แก่ตนเอง ทำให้มี

ความเป็นตัวของตัวเองสูง เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นคนที่มีความมุ่งมั่น มานะพยายามในการ

ทำงานให้ประสบความสำเร็จ เป็นคนที่มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น ไม่เหยียบย่ำ ตูถูกเหยียด

หยามความรู้สึก

ของผู้อื่นให้ต่ำลง เป็นคนที่มีบุคลิกลักษณะดี มีสุขภาพจิตดี มีเพื่อนมาก **การไม่เห็นคุณค่าใน**

ตนเอง จะเป็นคนที่ชอบโยนความผิดของตัวเองให้กับบุคคลอื่น เป็นคนชอบจับผิดคนอื่น

ต้องการการเอาใจใส่และต้องการได้รับการยอมรับจากคนอื่นสูง เป็นคนที่ไม่ค่อย

มีเพื่อน โดยเฉพาะเพื่อนสนิท เป็นคนไม่มีเหตุผล ขาดการตัดสินใจที่ดี เป็นคน

ที่ต้องพึ่งพิงผู้อื่นอยู่เสมอ มักเป็นคนที่ยึดเหนี่ยว ซึมเศร้า พยายาม

ฆ่าตัวตาย เนื่องจากเห็นว่าตนเป็นคนไร้ค่า ไร้ความสามารถ

ดังเช่นที่เป็นข่าวทางหน้าหนังสือพิมพ์

และโทรทัศน์อยู่เสมอ

ที่มา : พัชรา สุขสังขาร,กิจกรรมแนะแนว

ใบงาน

เรื่อง “คุณค่าในตัวเอง”

คุณลักษณะที่ดีของตัวเอง

พฤติกรรมที่แสดงให้เห็นคุณค่าในตนเอง

สิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม

ภาคผนวก จ

แบบประเมินคุณภาพชุดกิจกรรมแนะแนว



ผลการประเมินคุณภาพชุดกิจกรรม

“ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อส่งเสริมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม” ผู้ทรงคุณวุฒิ 4 ท่าน ดำเนินการ
ประเมินความสอดคล้องของข้อความคำถามกับนิยามปฏิบัติการของเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

+1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อความวัดตรงกับนิยามปฏิบัติการของชุดกิจกรรมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าข้อความวัดตรงกับนิยามปฏิบัติการของชุดกิจกรรมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม

-1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อความวัดไม่ตรงกับนิยามปฏิบัติการของชุดกิจกรรมเจตคติทางเพศที่
เหมาะสม

วัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
เรื่อง : ปฐมนิเทศ การสร้างความคุ้นเคย และเรียนรู้กติกา					
1. เพื่อให้สมาชิกสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิก ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มด้วยกัน	+1	+1	+1	+1	1
2. เพื่อให้สมาชิกทราบวัตถุประสงค์ของการเข้า ร่วมกิจกรรม ข้อปฏิบัติและกฎระเบียบของการ เข้าร่วมกิจกรรม	+1	+1	+1	+1	1
เรื่อง : ย้อนรอยวัยรุ่น ว้าวุ่นเรื่องเพศ ค้นหาเหตุ แก้ปัญหา					
1. เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ ธรรมชาติของวัยรุ่น	+1	+1	+1	+1	1
2. เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจความต้องการ ยอมรับ ปัญหา และมีแนวทางในการป้องกัน และแก้ไข ปัญหาได้	+1	+1	+1	+1	1
3. เพื่อให้ให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ทาง ร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นได้	+1	0	+1	+1	0.75
4. เพื่อให้ให้นักเรียนบอกประโยชน์ของการมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องเพศได้	+1	+1	+1	+1	1

วัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
เรื่อง : เพศศึกษา เรื่องปกปิดที่ต้องเปิด					
1. นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญ และประโยชน์ ที่จะได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม มีความรู้ความ เข้าใจในพัฒนาการทางเพศ	+1	0	+1	+1	0.75
2. นักเรียนสามารถบอกความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ที่จะได้รับการเข้าร่วม กิจกรรมและแนวเรื่องเพศศึกษาที่มีผลต่อเจต คติทางเพศได้	0	+1	+1	+1	0.75
เรื่อง : อารมณ์เพศและการจัดการกับอารมณ์เพศ					
1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง ทางอารมณ์เพศและพัฒนาการทางเพศ	+1	+1	+1	+1	1
2. เพื่อให้นักเรียนได้ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ทางอารมณ์และพัฒนาการทางเพศ	+1	+1	+1	+1	1
เรื่อง : วัยรุ่นกับอุบัติเหตุทางเพศสัมพันธ์					
1. นักเรียนรู้วิธีหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์	+1	+1	+1	+1	1
2. นักเรียนรู้วิธีป้องกันตนจากสถานการณ์เปลี่ย งพล้ำหรือเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	+1	+1	+1	+1	1
3. นักเรียนสามารถระบุผลที่อาจเกิดขึ้นจากการ มีเพศสัมพันธ์ขณะเป็นวัยรุ่น	+1	+1	+1	+1	1
4. นักเรียนรู้วิธีการหลีกเลี่ยง และป้องกันตนเองจาก พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์	+1	+1	+1	+1	1
เรื่อง : ความเสมอภาค และวัฒนธรรมทางเพศ					
1. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบและตระหนักในคุณค่า ของความเสมอภาคทางเพศ	+1	+1	0	+1	1
2. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และเข้าใจถึงการวางตัว ต่อเพศเดียวกัน และเพศตรงข้ามได้อย่าง เหมาะสม	+1	+1	+1	+1	1

วัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
เรื่อง : จินตนาการรักต่างเพศ (การคบเพื่อนต่างเพศ)					
1. เพื่อให้นักเรียนสำรวจตนเองถึงพฤติกรรมการ คบเพื่อนต่างเพศได้	+1	+1	+1	+1	1
2. เพื่อให้นักเรียนสำรวจอารมณ์ ความรู้สึก ความ ต้องการ และพัฒนาการของความสัมพันธ์ที่ เกิดขึ้นในแต่ละช่วงของความสัมพันธ์ระหว่างคน สองคน	+1	+1	+1	+1	1
3. เพื่อให้นักเรียนรู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึก และ ความต้องการของตนเองที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง เพศสัมพันธ์	+1	+1	+1	+1	1
4. เพื่อให้นักเรียนร่วมกันคิดวิเคราะห์และเสนอ แนวทางปฏิบัติในการคบเพื่อนต่างเพศที่ เหมาะสมได้	+1	+1	+1	+1	1
เรื่อง : รู้เขา รู้เรา ไม่เศร้า ไม่เสียดาย					
1. นักเรียนตระหนักว่า ความอยาก رؤ้อยากเห็นใน เรื่องเพศเป็นเรื่องปกติเป็นไปตามธรรมชาติ แต่ ควรแสดงออกอย่างเหมาะสม	+1	+1	+1	+1	1
2. นักเรียนสามารถเล่าความรู้สึกกับสิ่งที่ตน ต้องการและไม่ต้องการให้เพื่อนต่างเพศปฏิบัติ ต่อตนเอง เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ความรู้สึกซึ่ง กันและกัน	+1	0	+1	+1	0.75
3. นักเรียนสามารถเล่าแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ การแสดงออกอย่างเหมาะสม เมื่อเกิดความรู้สึก อยาก رؤ้อยากเห็นในเรื่องเพศตรงข้าม	+1	+1	+1	+1	1

วัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
เรื่อง : ทางออกวัยใส					
1. นักเรียนตระหนักถึงอันตราย และความสำคัญ ในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรค เอดส์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์และการทำแท้ง	+1	+1	+1	+1	1
2. นักเรียนบอกข้อดีของการใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมี เพศสัมพันธ์ที่สามารถป้องกันโรคติดต่อทาง เพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ และการทำแท้ง	+1	+1	+1	+1	1
3. นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับ การตั้งครรภ์ และวิธีการคุมกำเนิดแบบต่าง ๆ	+1	+1	+1	+1	1
4. นักเรียนสามารถบอกความสำคัญของการ ป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ได้	+1	+1	+1	+1	1
เรื่อง : รู้รักษาตัวรอด เป็นยอดดี					
1. เพื่อให้ นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญและ เรียนรู้วิธีการปฏิเสธที่ดี	+1	+1	+1	+1	1
2. เพื่อให้ นักเรียนได้ฝึกทักษะการปฏิเสธ	+1	+1	+1	+1	1
เรื่อง : ปรับตัวดี ช่วยเพื่อนได้ คลี่คลายปัญหา					
1. เพื่อให้ นักเรียนสามารถรับฟังปัญหาของเพื่อน ต่างเพศ เมื่อเพื่อนต่างเพศไม่สบายใจ สามารถ กล่าวคำปลอบใจเมื่อเพื่อนต่างเพศพบอุปสรรค หรือปัญหาได้	+1	+1	+1	+1	1
2. เพื่อให้ นักเรียนสามารถบอกแนวทางหรือ ข้อเสนอแนะ กระตุ้นให้เพื่อนต่างเพศหาสาเหตุ และแนวทางแก้ปัญหาได้	+1	+1	+1	0	0.75
3. เพื่อให้ นักเรียนสามารถบอกถึงองค์ประกอบและ วิธีการปรับตัวกับเพื่อนและเพื่อนต่างเพศได้	+1	+1	+1	+1	1

วัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมเจตคติทางเพศที่เหมาะสม	ระดับความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่าความ สอดคล้อง
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	
เรื่อง : ปัจฉิมนิเทศ คุณค่าในตัวฉัน					
1. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจคุณค่าในตนเอง	+1	+1	+1	+1	1
2. เพื่อให้สมาชิกบอกรถึงพฤติกรรมที่แสดงออกถึง คุณค่าของตนเองได้	+1	+1	+1	+1	1

เกณฑ์ของคะแนน

1. ช่วงคะแนน 0.00 - 0.49 คือ ควรปรับปรุง
2. ช่วงคะแนน 0.50 - 1.00 คือ ดี

สรุปการรายงานคุณภาพของชุดกิจกรรมแนะแนว อยู่ในเกณฑ์ดี และคุณภาพทุกข้ออยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ยรวม เท่ากับ 1.00



ภาคผนวก ฉ

โปรแกรมการให้ข้อเสนอเทศ



โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริม เจตคติทางเพศที่เหมาะสม	วัตถุประสงค์	ข้อเสนอแนะ
กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศ สร้างความคุ้นเคย และกตีกาการเรียนรู้	1. เพื่อให้ให้นักเรียนสร้าง สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนที่ เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มด้วยกัน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนทราบ วัตถุประสงค์ของการเข้าร่วม กิจกรรม ข้อปฏิบัติและ กฎระเบียบของการเข้าร่วม กิจกรรม	บรรยาย/อภิปราย ให้ข้อปฏิบัติและกฎระเบียบ ของการเข้าร่วมกิจกรรม ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้
กิจกรรมที่ 2 ย้อนรอยวัยรุ่น ว้าวุ่นเรื่องเพศ ค้นหาเหตุ แก่ปัญหา	1. เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้ความ เข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติของ วัยรุ่น 2. เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจความ ต้องการ ยอมรับปัญหา และมี แนวทางในการป้องกัน และ แก้ไขปัญหาได้ 3. เพื่อให้ให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยน ประสบการณ์ทางร่างกายเมื่อ เข้าสู่วัยรุ่นได้ 4. เพื่อให้ให้นักเรียนบอกประโยชน์ ของการมีความรู้ความเข้าใจที่ ถูกต้องในเรื่องเพศได้	บรรยายใบความรู้ 1. เรื่อง วัยอลวน 2. เรื่อง วัยรุ่นกับความกังวล เรื่องเพศ 3. การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่ วัยรุ่น ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้
กิจกรรมที่ 3 เพศศึกษาเรื่องปกปิดที่ต้องเปิด	1. นักเรียนตระหนักถึง ความสำคัญ และประโยชน์ที่จะ ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม มี ความรู้ความเข้าใจในพัฒนาการ ทางเพศ	บรรยายใบความรู้ 1. เรื่อง ปลอดภัยไว้ก่อน ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้

กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริม เจตคติทางเพศที่เหมาะสม	วัตถุประสงค์	ข้อสนเทศ
	2. นักเรียนสามารถบอก ความหมาย ความสำคัญ และ ประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้า ร่วมกิจกรรมเรื่องเพศศึกษาที่มี ผลต่อเจตคติทางเพศได้	
กิจกรรมที่ 4 อารมณ์เพศและการจัดการกับ อารมณ์เพศ	1. เพื่อให้ให้นักเรียนได้เรียนรู้ เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทาง อารมณ์เพศและพัฒนาการทาง เพศ 2. เพื่อให้ให้นักเรียนได้ปรับตัวต่อ การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ	บรรยายใบความรู้ 1. เรื่อง อารมณ์เพศและการ จัดการกับอารมณ์เพศ 2. กรณีตัวอย่าง เรื่อง ผิดไป แล้ว 3. กรณีตัวอย่าง เรื่อง ทำ อย่างไม่ดี ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้
กิจกรรมที่ 5 วัยรุ่นกับอุบัติเหตุทางเพศ	1. นักเรียนรู้วิธีหลีกเลี่ยงการมี เพศสัมพันธ์ 2. นักเรียนรู้วิธีป้องกันตนจาก สถานการณ์เปลี่ยวพล้ำหรือเสี่ยง ต่อการมีเพศสัมพันธ์ 3. นักเรียนสามารถระบุผลที่ อาจเกิดขึ้นจากการมี เพศสัมพันธ์ขณะเป็นวัยรุ่น 4. นักเรียนรู้วิธีการหลีกเลี่ยง และป้องกันตนเองจาก พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ ที่ไม่พึงประสงค์	บรรยายใบความรู้ 1. เรื่อง วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์ ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้

กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริม เจตคติทางเพศที่เหมาะสม	วัตถุประสงค์	ข้อสนเทศ
กิจกรรมที่ 6 ความเสมอภาคทางเพศและ วัฒนธรรมทางเพศ	1. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบและ ตระหนักในคุณค่าของความ เสมอภาคทางเพศ 2. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และ เข้าใจถึงการวางตัวต่อเพศ เดียวกัน และเพศตรงข้ามได้ อย่างเหมาะสม	บรรยายใบความรู้ 1. เรื่อง ความเสมอภาคทาง เพศ 2. เรื่อง ผู้ชายเป็นช้างเท้า หน้า ผู้หญิงเป็นช้างเท้าหลัง ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้
กิจกรรมที่ 7 จินตนาการรักต่างเพศ	1. เพื่อให้นักเรียนสำรวจตนเอง ถึงพฤติกรรมการคบเพื่อนต่าง เพศได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสำรวจอารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการ และ พัฒนาการของความสัมพันธ์ที่ เกิดขึ้นในแต่ละช่วงของ ความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคน 3. เพื่อให้นักเรียนรู้เท่าทัน อารมณ์ ความรู้สึก และความ ต้องการของตนเองที่เกี่ยวข้อง กับเรื่องเพศสัมพันธ์ 4. เพื่อให้นักเรียนร่วมกันคิด วิเคราะห์และเสนอแนวทาง ปฏิบัติในการคบเพื่อนต่างเพศที่ เหมาะสมได้	บรรยายใบความรู้ 1. เรื่อง การคบเพื่อนต่างเพศ อย่างเหมาะสม ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้

กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริม เจตคติทางเพศที่เหมาะสม	วัตถุประสงค์	ข้อสนเทศ
กิจกรรมที่ 8 รู้เขา รู้เรา ไม่เศร้าไม่เสีย	1. นักเรียนตระหนักว่า ความ อยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศเป็น เรื่องปกติเป็นไปตามธรรมชาติ แต่ควรแสดงออกอย่างเหมาะสม 2. นักเรียนสามารถเล่า ความรู้สึกกับสิ่งที่ตนต้องการ และไม่ต้องทำให้เพื่อนต่างเพศ ปฏิบัติต่อตนเอง เพื่อ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความรู้สึกซึ่ง กันและกัน 3. นักเรียนสามารถเล่าแสดง ความคิดเห็นเกี่ยวกับการ แสดงออกอย่างเหมาะสม เมื่อ เกิดความรู้สึกอยากรู้อยากเห็น ในเรื่องเพศตรงข้าม	บรรยายใบความรู้ 1. เรื่อง การละเมิดสิทธิใน ร่างกาย 2. เรื่อง แนวคิดหลักธรรมชาติ มนุษย์ ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้
กิจกรรมที่ 9 ทางออกวัยใส	1. นักเรียนตระหนักถึงอันตราย และความสำคัญในการป้องกัน โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรค เอ็ดส์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ และการทำแท้ง 2. นักเรียนบอกข้อดีของการใช้ ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ ว่าสามารถป้องกันโรคติดต่อทาง เพศสัมพันธ์ โรคเอ็ดส์ ตั้งครรภ์ ไม่พึงประสงค์และการทำแท้ง 3. นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ และวิธีการคุมกำเนิดแบบต่าง ๆ	บรรยายใบความรู้ 1. ข้อมูลเกี่ยวกับการ คุมกำเนิด 2. เรื่อง ทางออกวัยใส กรณีศึกษา สลดใจสาววัย 17 ทำแท้งเถื่อนตายคารีซอร์ทดัง ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้

กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริม เจตคติทางเพศที่เหมาะสม	วัตถุประสงค์	ข้อสนเทศ
	4. นักเรียนสามารถบอก ความสำคัญของการป้องกันการ ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ได้	
กิจกรรมที่ 10 รู้รักษาตัวรอดเป็นยอดดี	1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึง ความสำคัญและเรียนรู้วิธีการ ปฏิเสธที่ดี 2. เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกทักษะ การปฏิเสธ	บรรยายใบความรู้ 1. เรื่อง รู้รักษาตัวรอด 2. เรื่อง ทักษะปฏิเสธและการ ตัดสินใจเพื่อป้องกันตนจาก สถานการณ์เสี่ยงต่อการมี เพศสัมพันธ์ 3. เรื่อง คาถา 5 ข้อเพื่อ ป้องกันตนเองไม่ให้ตกอยู่ใน สถานการณ์เสี่ยงต่อการมี เพศสัมพันธ์ ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้
กิจกรรมที่ 11 ปรับตัวดี ช่วยเพื่อนได้ คลี่คลายปัญหา	1. เพื่อให้นักเรียนสามารถรับฟัง ปัญหาของเพื่อนต่างเพศ เมื่อ เพื่อนต่างเพศไม่สบายใจ สามารถ กล่าวคำปลอบใจเมื่อเพื่อนต่าง เพศพบอุปสรรคหรือปัญหาได้ 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอก แนวทางหรือข้อเสนอแนะ กระตุ้น ให้เพื่อนต่างเพศหาสาเหตุ และ แนวทางแก้ปัญหาคือ 3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกถึง องค์ประกอบและวิธีการปรับตัว กับเพื่อนและเพื่อนต่างเพศได้	บรรยายใบความรู้ 1. กรณีศึกษา กว่าจะรู้ตัวก็ สายเสียแล้ว 2. กรณีศึกษา ใครจะช่วยฉัน ได้ ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้

กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริม เจตคติทางเพศที่เหมาะสม	วัตถุประสงค์	ข้อสนเทศ
กิจกรรมที่ 12 ปัจฉิมนิเทศ คุณค่าในตัวฉัน	1. เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจ คุณค่าในตนเอง 2. เพื่อให้นักเรียนบอกถึง พฤติกรรมที่แสดงออกถึงคุณค่า ของตนเองได้	บรรยายใบความรู้ 1. เรื่อง คุณค่าในตัวฉัน ใบงาน ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้ จากใบความรู้นี้



ข้อสนเทศที่ 1

เรื่อง : ปฐมนิเทศ การสร้างความคุ้นเคย และเรียนรู้กติกา

ผู้สอน : นางสาวณิษฐกุล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ข้อปฏิบัติและกฎระเบียบของการเข้าร่วมกิจกรรม

ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดกติกาการเรียนรู้อย่างเป็นทางการแสดงตัวและเจตจำนงของครูที่จะช่วยให้นักเรียนเห็นถึงความยอมรับฟัง และการเคารพความคิดเห็นเป็นเบื้องต้นแรก กติกาบางเรื่อง แม้จะไม่ถูกนำเสนอโดยนักเรียน แต่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการเรียนรู้ในเรื่องเจตคติทางเพศ

1) การรักษาความลับ

เป็นเรื่องสำคัญที่จะก่อให้เกิดความเชื่อมั่นต่อการพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์จึงเป็นเรื่องสำคัญที่จะไม่นำเรื่องต่าง ๆ ที่ได้รับการเปิดเผย แบ่งปันเพื่อการเรียนรู้ในห้องเรียน ไปเล่าต่อให้คนอื่นฟัง

2) การเปิดใจกว้าง

ในการรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง และพร้อมแลกเปลี่ยนความรู้ และความคิดเห็นของตนเองในประเด็นต่าง ๆ จะช่วยให้เกิดบรรยากาศการเรียนรู้ที่สนุกสนาน ตลอดจนเป็นการพัฒนามุมมองต่อเรื่องต่าง ๆ ของตนเองด้วย

3) การไม่ด่วนตัดสินคุณค่า

เป็นเรื่องธรรมดาที่เราจะมีความเห็นไม่ตรงกัน หรือมีการโต้แย้งกัน ดังนั้น การที่คิดเห็นแตกต่างกัน ไม่ควรนำมาซึ่งการตัดสินถูกผิดหรือการดูถูกเหยียดหยามคนที่เห็นต่างจากเรา

4) สิทธิในการไม่ตอบคำถาม

กิจกรรมส่วนใหญ่ในหลักสูตรนี้ ส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในทุกกิจกรรม แต่ทุกคนยังมีสิทธิที่จะไม่ต้องการตอบคำถาม บางคำถาม หรือไม่ต้องการแลกเปลี่ยนในบางประเด็น หากรู้สึกไม่พร้อม

5) ทุกคำถามมีคุณค่า

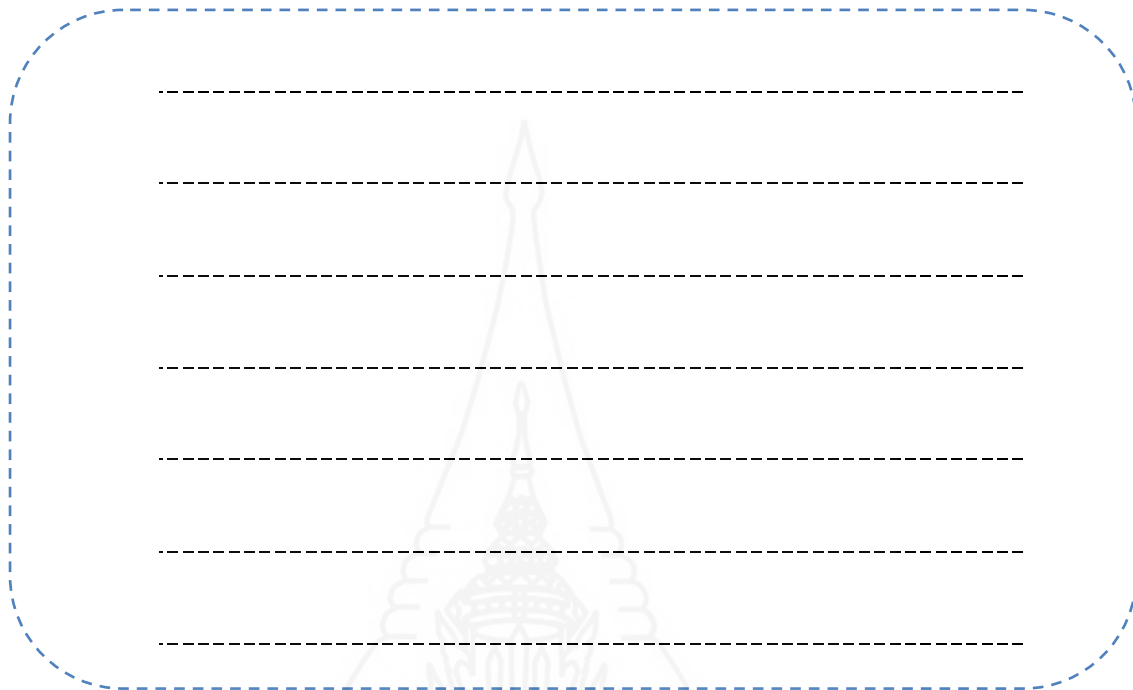
ครูให้ความสำคัญกับคำถามทุกคำถามที่นักเรียนทุกคนถาม แม้บางคำถามอาจมีปฏิกริยาจากนักเรียนบางคนว่า ไม่น่าถามก็ตาม ซึ่งชี้ให้เห็นว่าเราอาจยังไม่เท่ากันทุกคน และการไม่รู้แล้วถามเป็นการเรียนรู้แบบหนึ่ง ดังนั้น จึงเป็นโอกาสที่เราควรเรียนรู้ด้วยกัน

- 6) บอกความคิดเห็นหรือความรู้สึกของตนเอง
ในกรณีที่ต้องการแสดงความคิดเห็น ทุกคนควรบอกว่าตนเองรู้สึกหรือคิดอย่างไร มากกว่าการกล่าวโทษ หรือพูดถึงผู้อื่น
- 7) เปิดเผยตนเองและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นโดยพูดเรื่องราวและแนวคิดของตนเองให้กลุ่มทราบ
- 8) ให้ความคนอื่นได้มีโอกาสพูดบ้าง เพราะนักเรียนอื่นก็ต้องการจะมีส่วนร่วมพูดคุยด้วยเช่นกัน
- 9) ยินดีต้อนรับคำถามทุกคำถาม ถ้ามคำถามที่ต้องการ โดยไม่มีการตำหนิ นักเรียนมีอิสระที่จะถามคำถาม โดยไม่จำเป็นต้องคัดกรองคำถามให้สวยงาม
- 10) เป็นผู้ฟังที่ดี รับฟังและให้กำลังใจเพื่อนนักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออก
- 11) ฟังนักเรียนคนอื่น ๆ ด้วยความตั้งใจ
- 12) ให้แนวคิดหรือเสนอแนะให้เพื่อนนักเรียนด้วยความจริงใจ
- 13) มีความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมายให้ทำ
- 14) เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตรงเวลาและสม่ำเสมอ



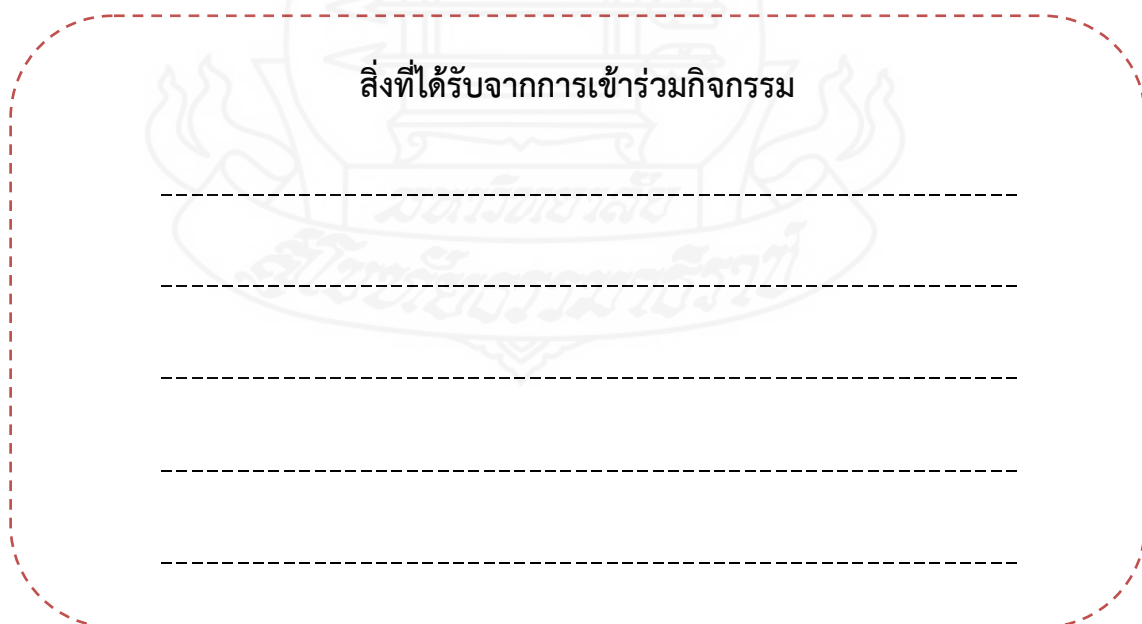
แบบสรุป

ข้อปฏิบัติและระเบียบของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม



Blank writing area for notes, enclosed in a blue dashed border.

สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม



Blank writing area for notes, enclosed in a red dashed border.

ข้อสนเทศที่ 2

เรื่อง : ย้อนรอยวัยรุ่น ว่าวันเรื่องเพศ ค้นหาเหตุ แก้ปัญหา

ผู้สอน : นางสาวณิษฐา เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้

เรื่อง วัยอลวน

การเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมของวัยรุ่น อาจเกิดขึ้นเร็ว หรือช้า ต่างกันในแต่ละเพศ แต่ละคน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสมบูรณ์ของร่างกาย การรับรู้ และปัจจัยอื่น ๆ แต่ในที่สุดทุกคนจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต

วัยรุ่น หมายถึง ช่วงชีวิตระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญยิ่งเพราะมีการเปลี่ยนแปลงอันซับซ้อนหลายด้าน ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจริยธรรม ซึ่งมีจุดเริ่มต้นและการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

1.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายทั่ว ๆ ไป

การที่ฮอร์โมนเกี่ยวกับการเจริญเติบโตเพิ่มขึ้นมาก ทำให้เด็กเติบโตสูงใหญ่ได้รวดเร็ว โดยเฉพาะที่คอ แขน ขา มากกว่าลำตัว ทำให้รู้สึกกว่าตัวเองมีรูปร่างเก้งก้าง นำราคาญประกอบการเจริญเติบโต หรือการขยายขนาดของร่างกายแต่ละส่วนอาจเกิดขึ้นไม่พร้อมกัน เช่น ร่างกายซีกซ้าย และขวาเติบโตมีขนาดไม่เท่ากันในระยะแรก ๆ แต่จะเจริญเท่าทันกันในระยะท้าย ๆ จึงควรให้ความมั่นใจกับวัยรุ่น

1.2 การเปลี่ยนแปลงทางเพศ

การเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นมีสาระที่สำคัญ ดังนี้

1) การเติบโตเป็นสาววัยรุ่น โดยการมีรอบเดือนครั้งแรกอาจทำให้รู้สึกพอใจ หรือภูมิใจที่ เป็นผู้หญิงเต็มตัว หรืออาจรู้สึกในทางลบ หวาดหวั่น ตกใจได้เช่นกัน รอบเดือนในครั้งแรก ๆ จะไม่มีใครสม่ำเสมอหรือขาดหายไปได้หลายเดือน และวัยรุ่นอาจกังวลหมกมุ่นกับรูปร่างได้มักใช้เวลาอยู่หน้ากระจกนาน ๆ เพื่อสำรวจรูปร่าง ส่วนว่าโค้งของร่างกาย ซึ่งมีไขกระดูกที่ผิดปกติแต่อย่างใด

2) *แตกเนื้อหนุ่ม* โดยมีการฝันเปียกที่มักจะเกิดขึ้นเป็นปกติในวัยรุ่นชายช่วงอายุ 14 – 16 ปี วัยรุ่นชายจะมีอารมณ์ทางเพศสูงสุดและรุนแรงในช่วงอายุ 17 – 18 ปี มีการตื่นตัวทางเพศได้ง่ายและรวดเร็ว มีการตื่นตัวแข็งแรงของอวัยวะเพศได้บ่อย ๆ แม้ไม่มีสิ่งปลุกเร้า และอาจเกิดขึ้นในสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสม ทำให้เขารู้สึกเสียหน้า ละอายใจที่ควบคุมร่างกายไม่ได้ ก่อให้เกิดความไม่มั่นใจในตนเองได้

3) *การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง* วัยรุ่นทั้งหญิงและชายทำความคุ้นเคยกับอวัยวะในร่างกายของตนเอง โดยการลูบคลำสำรวจอวัยวะเพศ มากกว่าร้อยละ 90 ของวัยรุ่นชาย รู้จักการปลดปล่อยอารมณ์ทางเพศ ด้วยการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ส่วนใหญ่ไม่มีผลเสียหายต่อร่างกาย เว้นแต่จะมีความหมกมุ่นมากเกินไป

อย่างไรก็ตาม ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองก็ยังพบอยู่บ้างในปัจจุบัน วัยรุ่นบางคนคิดละอายใจว่าการกระทำดังกล่าวแสดงว่าตนเองมีอารมณ์ทางเพศสูง ผิดปกติ และการสูญเสียอสุจิเป็นการเสียเลือด ทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย ซุบซิด

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่นส่วนใหญ่มีผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย กล่าวคือ เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย วัยแรกรุ่นบางคนรู้สึกวิตกกังวล กลัวมีความผิดปกติในร่างกาย หรือรู้สึกหงุดหงิด หมกมุ่น ไม่พอใจกับรูปร่างของตน

3. การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

วัยรุ่นระยะต้นชอบที่จะคลุกคลีกับเพื่อนเพศเดียวกัน วัยรุ่นต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ ต้องการทำให้เหมือนเพื่อน ๆ ลอกเลียนลักษณะไม่ว่าจะเป็นการแต่งกาย ทรงผม ภาษา หรือท่าทาง เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ

ดังนั้น ลักษณะของเพื่อนที่วัยรุ่นคบ มักบ่งบอกความรู้สึกถึงภาพพจน์ที่มีต่อตนเอง เพราะวัยรุ่นจะเลือกคบเพื่อนที่คล้าย ๆ ตัวเอง เช่น เด็กเรียนดีก็จะอยู่ในกลุ่ม “*หนอนหนังสือ*” ด้วยกัน หรือเด็กที่เรียนอ่อน จะมีภาพพจน์ต่อตนเองในทางลบ ก็จับกลุ่มในพวก “*เรียนไม่เอาไหน*” เหมือนกัน

4. ปัญหาการปรับตัวในวัยรุ่น

ความขัดแย้งในจิตใจของวัยรุ่นที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วนั้น เป็นสิ่งที่ปกติธรรมดาของการเจริญพัฒนาไปเป็นผู้ใหญ่ แม้การปรับตัวจะยุ่งยากไปบ้างเนื่องจากวัยรุ่นมักมีอารมณ์อ่อนไหวง่าย อยากรับอิสระ อยากรับเป็นผู้ใหญ่ ไม่อยากฟังเหตุผลของใคร เจ้าทิฐิ อวดดี ถี้อดี แต่การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะไม่มีผลกระทบต่อการเรียนรู้ และการปรับตัวด้านสังคมของวัยรุ่น หรือถ้ามีก็เพียงเล็กน้อยเท่านั้น ซึ่งการช่วยเหลือของพ่อแม่หรือผู้ใกล้ชิดจะช่วยให้วัยรุ่นเข้าใจปัญหาประจำวัยของตน ทำให้สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

ใบความรู้

เรื่อง วัยรุ่นกับความกังวลเรื่องเพศ

คุณเป็นคนหนึ่งที่รู้สึกกังวลเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของตัวเองหรือเปล่า เช่น เด็กผู้หญิงก็รู้สึกกลุ่มใจเมื่อเริ่มจะมีหน้าอก และมีประจำเดือน ส่วนเด็กผู้ชายก็กังวลกับการฝันเปียก หรือการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง

สิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องธรรมชาติ ไม่ต้องตกใจ และก็ไม่ใช่เรื่องน่าอับอายอะไร คุณอาจเล่าหรือขอคำปรึกษาจากผู้ใหญ่ได้ เช่น เด็กสาวก็ปรึกษากับแม่ พี่สาว ญาติผู้ใหญ่ที่มีอายุมากกว่า หรือปรึกษาครู อาจารย์สตรีก็ได้ ส่วนเด็กหนุ่มก็อาจพูดคุยกับพ่อ พี่ชาย หรือญาติผู้ใหญ่

การขอคำปรึกษาจากผู้ใหญ่ จะทำให้ได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง และเหมาะสมมากกว่าจะศึกษาหาคำตอบจากเพื่อนรุ่นเดียวกัน เพราะเพื่อนบางคนอาจรู้อย่างผิด ๆ ก็ได้ อย่างเรื่องการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง ซึ่งความจริงเป็นการระบายพลังความต้องการทางเพศออกไปและไม่เกิดอันตรายต่อร่างกายแต่อย่างใด แต่วัยรุ่นบางคนก็ยังมีความเชื่อผิด ๆ ว่าจะทำให้สมองเสื่อมหรือเป็นบ้า ซึ่งไม่ใช่ข้อมูลที่ถูกต้อง

ที่จริงแล้วข้อเสียของการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองอยู่ตรงที่ว่า หากหมกมุ่นมากเกินไปจะทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย ถ้าวัยรุ่นคนใดเข้าข่ายนี้ก็ให้หันไปหากิจกรรมอื่น ๆ ทำเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ และระบายพลังงานส่วนเกินที่มีอย่างเหลือเฟือออกไป เช่น เล่นกีฬา เล่นดนตรี หรือทำงานอดิเรกต่าง ๆ แทน

ดังนั้น เมื่อใดก็ตามที่มีความกังวลเกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้ ให้ปรึกษาผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิด จะช่วยให้ความวิตกกังวลลดลง แล้วยังได้รับความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น เพิ่มขึ้นอีกด้วย

ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้จากใบความรู้

.....

.....

.....

.....

.....

.....



ข้อสนเทศที่ 3

เรื่อง : เพศศึกษา เรื่องปกปิดที่ต้องเปิด

ผู้สอน : นางสาวนิลลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้ เรื่อง ปลอดภัยไว้ก่อน

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หมายถึง กลุ่มโรคที่ติดต่อได้โดยผ่านการมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอด ทางปาก หรือทางทวารหนัก ก่อให้เกิดพยาธิสภาพบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และอวัยวะสัมผัสอื่นๆ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่พบบ่อยมีดังนี้

- โรคแผลริมอ่อน อาการ มีจุดแดงเป็นตุ่มน้ำใสๆ มีหนองสีเหลืองปนเทา เจ็บมาก มีไข้ อ่อนเพลีย
- โรคหนองใน อาการ ตกขาว กลิ่นเหม็น ไม่คัน ปัสสาวะแสบขัดและมีหนองไหลจากท่อปัสสาวะ
- โรคซิฟิลิส อาการ มีตุ่มแดง ปวดศีรษะ ไข้ต่ำ เจ็บคอ เบื่ออาหาร ผื่นแดงทั่วตัว ไข้ต่ำ ตรวจเลือดเป็นผลบวก
- เริมอวัยวะเพศ อาการ เป็นผื่นแดงตุ่มน้ำใสแตกเป็นแผล มีไข้ปวดศีรษะ เป็น ๆ หาย ๆ ทารกอาจติดจากมารดา
- เชื้อราในช่องคลอด อาการ คันบริเวณอวัยวะเพศ อักเสบบวมแดง ตกขาวก่อนมีประจำเดือน

โรคเอดส์

เกิดจากระบบภูมิคุ้มกันต้านทานโรคของร่างกายเสียไป แล้วไปทำลายเม็ดเลือดขาวซึ่งเป็นแหล่งต้านทานโรคลดลง พบมากในเลือดและน้ำอสุจิ การติดต่อของโรค คือทางเพศสัมพันธ์ ทางกระแสเลือด และการติดเชื้อจากมารดาสู่ทารกในครรภ์ ระยะฟักตัวไม่แน่นอน ตั้งแต่ 1 ปีถึง 5 ปี อาการของโรคเอดส์ จะมีอาการคล้ายไขหวัด มีไข้ น้ำมูกไหล เจ็บคอ ปวดเมื่อย ตรวจเลือดจะให้ผลบวก จะมีอาการหลายอย่างโดยไม่ทราบสาเหตุ เช่น น้ำหนักลด ท้องเสีย ผิวหนังอักเสบ หลังจากนั้นภูมิคุ้มกันต้านทานของผู้ติดเชื้อจะถูกทำลาย อาการจะขึ้นอยู่กับชนิดของเชื้อโรคและอวัยวะที่ถูกสัมผัส มักเสียชีวิตใน 2-4 ปี

การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์

เกิดจากการขาดความรู้เกี่ยวกับอนามัยแม่และเด็กและการคุมกำเนิดที่ถูกต้อง และการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ตั้งใจ ถูกข่มขืน ปล่อยให้ตั้งครรภ์เพื่อพิสูจน์รัก ประชดบิดามารดาที่ห้ามปรามเกี่ยวกับเรื่องเพศ ส่วนฝ่ายชายเกิดจากค่านิยมไม่สวมถุงยางอนามัยและขาดความรับผิดชอบ

การทำแท้งผิดกฎหมาย

คือการลักลอบทำแท้งโดยบุคคลที่มีไข้แพทย์ ที่กฎหมายระบุไว้ เป็นผลเนื่องจากครอบครัวและสังคมไม่ยอมรับ ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการเรียน ขาดโอกาสที่จะได้แต่งงานกับผู้ชายที่ดี ไม่มีรายได้ในการเลี้ยงดูบุตร สวมใหญ่ตัดสินใจโดยการกินยาขับเลือด บีบคั้นมดลูกเพื่อให้ตกูก ซึ่งมีความรุนแรงก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนตามมาดังนี้

- สุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ อาจเกิดการตกเลือด มดลูกทะลุ ลำไส้ทะลุ ปีกมดลูกฉีกขาด และอาจเสียชีวิตได้
- การมีบุตรในอนาคต อาจนำไปสู่การอักเสบเรื้อรังของโพรงมดลูก เป็นหมันและตั้งครร์นอกมดลูกจากท่อนำไข่อุดตัน

พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ และการตั้งครร์ไม่พึงประสงค์ ดังนี้

- การสำสอนทางเพศ เพราะไม่สามารถคาดเดาได้ว่าใครบ้างเป็นผู้ติดเชื้อ
- การไม่ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์
- การใช้เข็มหรือกระบอกฉีดยาร่วมกันกับผู้อื่น เช่น ฉีดยา ฝิ่น สักยันต์ หรือใช้สารเสพติดชนิดฉีด
- การเที่ยวสถานบันเทิง เป็นสถานที่เอื้อต่อการมีเพศสัมพันธ์
- การสัมผัสสารคัดหลั่งของผู้อื่น ซึ่งเป็นแหล่งที่พบเชื้อ เอชไอวีมากที่สุด

ปัญหาและผลกระทบจากการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์และการตั้งครร์ไม่พึงประสงค์

ปัญหาและผลกระทบจากการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์

- ผลกระทบต่อสุขภาพกาย ก่อให้เกิดการเจ็บป่วยเรื้อรัง เป็นหมัน พิการและเสียชีวิต
- ผลกระทบต่อสุขภาพจิต เป็นโรคที่สังคมไม่ยอมรับ ในบางรายอาจฆ่าตัวตายหนีปัญหา
- ผลกระทบทางสังคม ทำลายครอบครัว สูญเสียสมาชิกในครอบครัว เกิดปัญหาเด็กกำพร้า
- ผลกระทบทางเศรษฐกิจ รัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลสูง

ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครร์ไม่พึงประสงค์

- ปัญหาด้านสุขภาพของมารดาและทารก วัยรุ่นที่ตั้งครร์อายุน้อย ส่งผลต่อภาวะเลือดจาง ความดันสูง คลอดก่อนกำหนด เป็นต้น

- ปัญหาด้านสังคม ตั้งครรภ์ในขณะที่เรียน ทำให้ขาดโอกาสทางการศึกษา เรียนไม่จบ ทอดทิ้งบุตร
- ปัญหาด้านจิตใจ มารดาที่อยู่ในวัยรุ่นมักรู้สึกผิดและซึมเศร้า เป็นเหตุให้สุขภาพจิตเสียได้

การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์

- ตั้งใจเล่าเรียน เพราะการศึกษาค้นคว้าและทำกิจกรรมเป็นประโยชน์ช่วยให้ไม่มีเวลาทำสิ่งไม่เหมาะสม
- หลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน เพราะจะก่อให้เกิดปัญหาต่างๆตามมา
- งดดื่มสุรา ของมีเมาและสารเสพติดต่างๆ เพราะจะทำให้ขาดสติ ควบคุมตนเอง
- ปรับเปลี่ยนค่านิยมทางเพศที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย
- ปฏิเสธการชักชวนที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์
- หลีกเลี่ยงการเที่ยวสถานบันเทิง เพราะเป็นสถานที่เอื้อต่อการมีเพศสัมพันธ์
- หลีกเลี่ยงสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น ภาพโป๊ การ์ตูนลามก

ข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้จากใบความรู้นี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

รายชื่อสมาชิก

- 1 _____ ชั้น _____ / _____ เลขที่ _____
- 2 _____ ชั้น _____ / _____ เลขที่ _____
- 3 _____ ชั้น _____ / _____ เลขที่ _____
- 4 _____ ชั้น _____ / _____ เลขที่ _____
- 5 _____ ชั้น _____ / _____ เลขที่ _____

ข้อเสนบทที่ 4

เรื่อง : อารมณ์เพศและการจัดการกับอารมณ์เพศ

ผู้สอน : นางสาวณิบลูบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้

อารมณ์เพศ และการจัดการกับอารมณ์เพศ

อารมณ์เพศ

อารมณ์เพศ หรือ ความรู้สึกทางเพศ เป็นปฏิกิริยาตามธรรมชาติอย่างหนึ่งของมนุษย์ที่เกิดจากฮอร์โมนในร่างกายของเรา

เมื่อถูกกระตุ้น หรือปลุกเร้าความรู้สึกจะทำให้เกิดความตื่นตัวทางเพศ หรือการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย หัวใจเต้นเร็วขึ้น กล้ามเนื้อตึงตัว โดยเฉพาะบริเวณอวัยวะเพศ และที่หน้าอก บางคนอาจรู้สึกวาบหวืออธิบายไม่ถูก

ความรู้สึกทางเพศเป็นอารมณ์ความรู้สึกเฉพาะบุคคลที่ไม่เหมือนกัน บางคนเกิดความรู้สึกทางเพศได้ง่าย บางคนไม่เคยรู้สึกมาก่อน บางคนสามารถสร้างความพึงพอใจทางเพศให้ตนเอง แต่บางคนก็อาจไม่ได้สนใจต่อความรู้สึกเหล่านี้

แต่การมีอารมณ์หรือความรู้สึกทางเพศไม่ได้หมายความว่า เราพร้อมแล้วที่จะมีเพศสัมพันธ์ เพราะการมีเพศสัมพันธ์จะต้องประกอบด้วย ความรัก ความพร้อมทางอาชีพการงาน และจะต้องสามารถรับผิดชอบต่อผลที่จะเกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์นั้นได้

การจัดการกับอารมณ์เพศ

วัยรุ่นเป็นวัยที่สุขภาพร่างกายแข็งแรง อารมณ์ไม่เครียด ภาระรับผิดชอบน้อย และในสมัยนี้สิ่งกระตุ้นทางเพศมีมาก เมื่อเกิดอารมณ์ความรู้สึกทางเพศขึ้นก็เป็นความกดดันทางจิตใจอย่างหนึ่ง ดังนั้น การระบายความรู้สึกทางเพศจึงเป็นเรื่องปกติ ซึ่งมีหลายวิธี เช่น

1. การเบี่ยงเบน คือ การหันความสนใจไปทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ เช่น กีฬา ดนตรี หรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจ
2. การกดอารมณ์ วัยรุ่นบางคนสามารถใช้วิธีการทำสมาธิเพื่อกดอารมณ์เพศ ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยลดความกดดันได้

3. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เป็นวิธีการระบายความเครียดวิธีหนึ่ง โดยเฉพาะในวัยรุ่น
ซึ่งไม่สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้

การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง

การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เป็นวิธีปลดปล่อยอารมณ์ความรู้สึกทางเพศที่เกิดขึ้น โดยไม่ต้องมีเพศสัมพันธ์ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ มากมายสำหรับวัยรุ่น

การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองไม่ใช่สิ่งผิดปกติ แต่ต้องคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้

- ความสะอาด
- ความเป็นส่วนตัว ไม่ประเจิดประเจ้อ
- ไม่ใช่วิธีรุนแรง เพราะอาจทำให้เกิดบาดแผล มีการอักเสบติดเชื้อได้
- ไม่หมกมุ่นในเรื่องนี้มากเกินไป
- เมื่อทำไปแล้วไม่ควรวิตกกังวลว่าจะเกิดผลร้าย เพราะเป็นเรื่องของการปลดปล่อยอารมณ์ตามธรรมชาติที่ไม่เป็นอันตรายต่อร่างกาย

หมายเหตุ การหมกมุ่น หมายถึง การใช้เวลากับเรื่องอารมณ์เพศมากเกินไปโดยการสร้างสถานการณ์แวดล้อมหรือทำให้ตัวเองอยู่ในสถานการณ์แวดล้อมที่กระตุ้นความรู้สึกทางเพศ เช่น การอ่านหนังสือโป๊ การดูวิดีโอทัศน์ หรืออ่านนิยายที่ยั่วยุอารมณ์ การเก็บตัวอยู่แต่ในห้องครุ่นคิดแต่เรื่องเพศ

สถานการณ์ที่ยั่วยุให้เกิดอารมณ์เพศ

สถานการณ์ที่ยั่วยุให้เกิดความรู้สึกทางเพศมีความแตกต่างกันระหว่างชายหญิง เช่น



ชาย	หญิง
☼ เห็นภาพโป๊	☼ การถูกสัมผัสเนื้อตัวโดยผู้ชายที่พึงใจ
☼ เห็นผู้หญิงที่แต่งตัวล่อแหลม	☼ อ่านนวนิยาย หรือดูภาพยนตร์รักโรแมนติก
☼ อ่านหนังสือหรือดูวิดีโอโป๊	
☼ ได้สัมผัสเนื้อตัว หรือนั่งใกล้ผู้หญิง	



เรื่อง “อารมณ์เพศ และการจัดการกับอารมณ์เพศ”

คำชี้แจง ให้นักเรียนคิดวิเคราะห์ในประเด็นต่อไปนี้

มีผู้กล่าวว่า “อารมณ์ความรู้สึกทางเพศเป็นเรื่องปกติสำหรับวัยรุ่นทุกคน แต่เนื่องจากวัยรุ่นนี้เป็นวัยของการศึกษาเล่าเรียน จึงจำเป็นต้องมีวิธีการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อการศึกษาเล่าเรียน”

1. ท่านเห็นด้วยในเรื่องนี้หรือไม่ และคิดว่าวัยรุ่นควรมีวิธีการจัดการกับอารมณ์ทางเพศอย่างไรบ้าง

2. ความรู้สึกทางเพศที่เกิดขึ้น

เป็นเรื่องธรรมชาติเพราะ -----
 เป็นเรื่องน่าอายที่เกิดอารมณ์แบบนี้เพราะ -----

3. วัยรุ่นทั่วไปเมื่อถูกกระตุ้นทางเพศจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง

4. ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงอารมณ์เพศของวัยรุ่น

ข้อสนเทศที่ 5

เรื่อง : อารมณ์เพศและการจัดการกับอารมณ์เพศ

ผู้สอน : นางสาวณิษฐา เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้

วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์

เรื่องที่น่าสนใจของวัยรุ่น คือ การมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์ วัยรุ่นจึงสมควรได้รับการพัฒนาทักษะชีวิต โดยฝึกฝนคิดวิเคราะห์ใน 3 ประเด็นที่เรียกว่า 3 ซี (Three C's) คือ

Challenge คือ ปัญหาหรือความท้าทายที่ตนเองกำลังเผชิญอยู่ และต้องการการตัดสินใจ

Choice คือ ทางเลือกที่จะตัดสินใจทำหรือไม่ทำอะไรได้บ้าง ซึ่งอาจมีมากกว่าหนึ่ง โดยเราต้องตัดสินใจเลือกทางใดทางหนึ่งในที่สุด

Consequence คือ ผลที่ตามมาหลังการตัดสินใจเลือกทางเลือกหนึ่ง ๆ ไปแล้ว โดยผลนั้นอาจเป็นผลบวกหรือลบก็ได้ หรือเป็นทั้งผลบวกและลบพร้อม ๆ กัน

ทดลองกำหนดทางเลือกในการตัดสินใจ ได้สำรวจผลที่เกิดขึ้นอย่างรอบด้านมากที่สุด รวมทั้งฝึกคิดวิเคราะห์ผลทั้งในแง่ดี และลบ เพื่อในที่สุดแต่ละคนจะได้ย้อนสำรวจความต้องการของตัวเอง และประเมินความพร้อมว่า ตัวเองสามารถเผชิญกับผลที่ตามมานั้นได้หรือไม่ อย่างไร

ทั้งหมดนี้เป็นการจำลองกระบวนการตัดสินใจที่วัยรุ่นสามารถเรียนรู้และฝึกฝนการคาดการณ์ไว้ล่วงหน้าได้ เพื่อเตรียมตัวให้พร้อมและไม่รู้สึกถึงเลิใจง่าย ๆ เมื่อต้องตัดสินใจทำหรือไม่ทำสิ่งใด ปัญหาการตั้งท้องโดยไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง และการติดเชื้อเอชไอวีซึ่งชี้ให้เห็นถึงการตัดสินใจที่ผิดพลาดในเรื่องเพศสัมพันธ์หรือการขาดโอกาสตัดสินใจ

วัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมักไม่ได้คิดถึงผลที่จะเกิดตามมา ซึ่งส่วนใหญ่เป็นปัญหาที่สำคัญ ได้แก่

1. การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ในช่วงวัยรุ่นการเจริญเติบโตและความสมบูรณ์ทางร่างกายทำให้เกิดความพร้อมทางภาวะเจริญพันธุ์สูงมาก ดังนั้น เมื่อมีเพศสัมพันธ์จึงทำให้มีโอกาสให้กำเนิดชีวิตใหม่ หรือการตั้งครรภ์ก็มีสูงมากด้วย การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่น เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นการตั้งครรภ์ในขณะที่ทั้งสองฝ่ายยังไม่มีความพร้อมในทุก ๆ ด้าน จึงก่อให้เกิดปัญหาตามมาอย่างมากทั้งทางด้านครอบครัว เศรษฐกิจ และสังคม และปัญหาการ

ตั้งครรรค์ที่ไม่พึงประสงค์นี้ส่งผลกระทบต่ออนาคตของวัยรุ่นอย่างมากด้วยลักษณะของปัญหาจากการตั้งครรรค์ที่ไม่พึงประสงค์มีดังนี้

1.1 ฝ่ายหญิงที่เป็นฝ่ายที่ตั้งครรรค์ส่วนใหญ่กำลังศึกษาเล่าเรียนอยู่ เมื่อตั้งครรรค์ขึ้นมาก็ไม่อาจศึกษาเล่าเรียนต่อไปได้ ทำให้ต้องออกจากการศึกษากลางคัน ซึ่งก็หมายถึงอนาคตการเรียนก็หมดไปอย่างสิ้นเชิงบางรายเมื่อตั้งครรรค์ก็ไม่กล้าบอกพ่อแม่ ผู้ปกครองทราบแต่ก็ไม่สามารถปกปิดได้ตลอดไป จึงตัดสินใจหนีออกจากบ้านไปเผชิญชีวิตด้วยตนเอง เมื่อคลอดลูกก็จะเกิดปัญหาตามมามากมาย โดยเฉพาะปัญหาทางเศรษฐกิจและปัญหาสังคม

1.2 ในบางกรณีตัดสินใจทำแท้งเพื่อยุติการตั้งครรรค์โดยหวังว่าเมื่อไม่ตั้งครรรค์แล้วจะสามารถกลับมาใช้ชีวิตและศึกษาเล่าเรียนได้ตามปกติ ในความเป็นจริงแล้วการทำแท้งเป็นเรื่องที่ผิดทั้งทางด้านศีลธรรม กฎหมาย และค่านิยมของสังคม และที่สำคัญที่สุดคือ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ในบางรายที่ทำแท้งโดยผู้ทำไม่ใช่แพทย์อาจเป็นอันตรายรุนแรง เช่น ตกเลือด ติดเชื้ออย่างรุนแรง ทำให้เสียชีวิตได้ หรือบางรายอาจต้องผ่าตัด ตัดมดลูกทิ้งทำให้ไม่สามารถตั้งครรรค์ได้อีกเลยตลอดชีวิต

1.3 ในบางกรณี เมื่อตั้งครรรค์ขึ้นมาจะทำให้เกิดภาวะจำยอมที่ต้องแต่งงานกัน โดยทั้งสองฝ่ายยังไม่มีความพร้อม สำหรับการใช้ชีวิตคู่ที่ต้องมีภาระเลี้ยงดูบุตร ทำให้เกิดปัญหาครอบครัวซึ่งนำไปสู่การหย่าร้างในที่สุด

2. การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์อาจทำให้เกิดการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ที่สำคัญคือ โรคในกลุ่มกามโรคและโรคเอดส์ โดยเฉพาะโรคเอดส์เป็นโรคที่กำลังแพร่ระบาด และทำให้เกิดปัญหาทางสังคมอย่างมาก ทั้งยังเป็นโรคที่ไม่มียาหรือวิธีการรักษาที่ทำให้หายขาดได้ และไม่มีวัคซีนสำหรับป้องกันโรคนี้อันการติดเชื้อโรคเอดส์จึงทำให้เกิดปัญหาสุขภาพและปัญหาสังคมตามมา ทั้งยังทำลายอนาคตอีกด้วย

ความสำคัญของการมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย

การมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย หมายถึง การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหาตามมาหรือจากการมีเพศสัมพันธ์ได้แก่ ปัญหาการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะโรคเอดส์และโรคในกลุ่มกามโรค และเกิดการตั้งครรรค์ที่ไม่พึงประสงค์ในกรณีที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ได้จริง ๆ ก็ควรมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย การมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัยมีความสำคัญอย่างมากในการช่วยป้องกันปัญหาจากการมีเพศสัมพันธ์คือ ป้องกันการติดเชื้อโรคติดต่อจากการมีเพศสัมพันธ์ และป้องกันการตั้งครรรค์ที่ไม่พึงประสงค์อุปกรณ์ที่ช่วยให้มีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัยคือ ถุงยางอนามัย หรือคอนโดมถุงยางอนามัย จัดให้เป็นเครื่องมือแพทย์ชนิดหนึ่งซึ่งช่วยทำให้มีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัยได้ สิ่งสำคัญในการใช้ถุงยางอนามัยคือ การเลือกถึงยางอนามัยและการใช้ถึงยางอนามัยอย่างถูกต้อง

ข้อเสนเทศที่ 6

เรื่อง : ความเสมอภาค และวัฒนธรรมทางเพศ

ผู้สอน : นางสาวนิลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้

“ความเสมอภาคทางเพศ”

บทบาททางเพศของชายและหญิง

นับเป็นความมหัศจรรย์อย่างมากที่ธรรมชาติได้สร้างให้มนุษย์มี 2 เพศ คือเพศชายและเพศหญิง แล้วสร้างให้ทั้งสองเพศมีฮอร์โมนที่จะทำให้สนใจเพศตรงข้ามเมื่อถึงวัยรุ่น จนถึงวัยผู้ใหญ่ และอาจถึงวัยชราเมื่อทั้งสองเพศมีความสนใจกัน คบหา ตกปลงใจใช้ชีวิตแต่งงาน ทำให้บทบาทของสามีภรรยาเกิดขึ้น เมื่อมีบุตร ก็จะมีหน้าที่เป็นพ่อ แม่ ต่อไปเมื่อบุตรแต่งงาน ตนเองก็มีบทบาทเป็นปู่ ย่า ตา ยาย ต่อไป ซึ่งทุกชีวิตจะต้องประสบกับวัฏจักรเหล่านี้ ทุกคนจึงจำเป็นต้องทำหน้าที่นั้นให้ดีที่สุด

วัฒนธรรมทางเพศ

วัฒนธรรม หมายถึง วัฒนธรรมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศ ได้แก่ ระเบียบ จารีต ศีลธรรมและจริยธรรมอันดีงามของคนไทย ทุกคนควรอนุรักษ์และประพฤติปฏิบัติตามมีดังนี้

1. ชายและหญิงควรมีสติและศักดิ์ศรีเท่าเทียมกันตามหลักสิทธิมนุษยชน
2. ผู้ชายควรให้เกียรติและช่วยปกป้องอันตรายให้แก่ผู้หญิง
3. การแสดงความชอบหรือสนใจเพศตรงข้ามควรปฏิบัติตามจารีตประเพณี
4. ทั้งผู้หญิงและผู้ชายไม่ควรถูกเนื้อต้องตัวกันเกินความจำเป็นดูแล้วไม่เหมาะสม
5. ผู้หญิงไม่ควรแต่งตัวแบบยั้วกิเลสโห่วสัดส่วน
6. ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและเมื่อยังไม่ได้แต่งงานกัน
7. การเลือกคู่ครองต้องเป็นไปโดยสมัครใจ
8. ชายหญิงที่จะอยู่กันแบบสามีภรรยาต้องมีพิธีแต่งงานที่ถูกต้องตามจารีตประเพณีของไทย
9. การแสดงพฤติกรรมทางเพศหรือเพศสัมพันธ์ระหว่างสามีภรรยาเป็นเรื่องส่วนตัวจะต้องกระทำด้วยความเหมาะสมและให้ถูกต้องกาลเทศะ
10. สามีภรรยาควรยึดค่านิยมในการครองคู่แบบครอบครัวผัวเดียวเมียเดียว
11. สามีและภรรยาต้องไม่กระทำรุนแรงต่อกัน

การวางตัวต่อเพศเดียวกัน

1. การวางตัวแบบเพื่อน กล่าวคือเป็นเพื่อนคุยที่ดีต่อกัน พุดจาติ ช่วยเหลือกัน กล่าวที่จะเตือนเมื่อเพื่อนทำผิด
2. การวางตัวแบบพี่น้อง พี่ต้องทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีของน้อง แนะนำสั่งสอน เสียสละ และช่วยเหลือน้อง

การวางตัวต่อเพศตรงข้าม

1. การวางตัวแบบเพื่อนผู้ชายจะปกป้องดูแลผู้หญิง ไม่ล่วงเกินโดยการถูกเนื้อต้องตัว รมั้ดระวังคำพูดที่หยาบคาย ทะลึ่ง หรือส่องแง่ส่องง่าม ผู้หญิงต้องระวัง ผู้ชายเจ้าชู้ล่วงเกินผู้หญิง แม้เป็นเพื่อนกันก็ไม่สมควร
2. การวางตัวแบบพี่น้อง ผู้ชายต้องสุภาพ มีความเป็นสุภาพบุรุษวางตัวเป็นพี่ที่ดี ไม่ล่วงเกิน ผู้หญิงควรต้องสังเกตท่าทีผู้ชาย ว่าจะคบกันแบบพี่น้องจริงหรือไม่
3. การวางตัวแบบแฟนหรือคนรัก ต้องวางตัวต่อกันอย่างเหมาะสม ไม่ควรล่วงเกินกันจนเกินเลย และไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กันในขณะที่ตนเองยังเรียนอยู่ และการคบกันต้องอยู่ในสายตาของผู้ใหญ่ ผู้ปกครองต้องรับทราบ
4. การวางตัวในฐานะเป็นคู่ครองกัน เป็นการเริ่มต้นของชีวิตคู่ที่จะต้องปรับตัวเข้าหากัน และวางตัวอย่างเหมาะสม เอาใจเขามาใส่ใจเรา ช่วยเหลือกัน ถนอมน้ำใจ ซื่อสัตย์ หนักนิตเบาหน้อย ต้องให้อภัยกัน

ใบความรู้

เรื่อง ผู้ชายเป็นช่างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช่างเท้าหลัง

คำพังเพยของไทยที่ว่า ผู้ชายเป็นช่างเท้าหน้า ผู้หญิงเป็นช่างเท้าหลัง นี้คนไทยส่วนใหญ่เชื่อว่าเป็นคำสุภาษิต เอามาอ้างอิง สอนกัน เรียนกัน โดยตีความกันทั่วไปว่า ในสังคมไทยนั้น ผู้ชายต้องเป็นผู้นำและผู้หญิงต้องเป็นผู้ตาม ซึ่งผู้เขียนออกจะกังขามานานแล้ว เนื่องจากเท่าที่สังเกตดูสังคมไทยมาหลายสิบปี และผู้เขียนเองก็เป็นคนไทยด้วย จึงได้เห็นหลักฐานเชิงประจักษ์ว่า ในครอบครัวคนไทยนั้นมิได้เป็นอย่างที่ว่ากันเลย เพราะว่าผู้ชายไทยส่วนใหญ่มักให้ผู้หญิงเป็นผู้นำในครอบครัวทั้งนั้น แบบว่าผู้ชายไทยนั้นกลัวเมียทุกคนก็ว่าได้

เรื่องผู้หญิงเป็นใหญ่กว่าผู้ชายในครอบครัวนั้น ความจริงก็เรื่องปกติธรรมดาในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ หรือในคาบสมุทรอินโดจีนนี้ ดูกันง่ายๆ ก็เห็นได้ ผู้ชายต้องไปขอสู้อู่ผู้หญิงแต่งงานโดยมีสินสอดทองหมั้นไปให้ฝ่ายหญิง ยิ่งกว่านั้นผู้ชายยังต้องไปอยู่บ้านผู้หญิงเมื่อแต่งงานแล้วด้วย

ผู้เขียนได้ทราบจากศาสตราจารย์วิริยะ นามศิริพงศ์พันธ์ แห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์หลายปีมาแล้วว่า ความจริงช้านั้นเวลาก้าวเดินนั้น ช้างจะก้าวเท้าหลังก่อน แล้วเท้าหน้าจึงก้าวตาม ดังนั้น เรื่องผู้ชายเป็นช่างเท้าหน้าผู้หญิงเป็นช่างเท้าหลัง ความหมายคือ ผู้หญิงต่างหากที่เป็นผู้นำโดยผู้ชายเป็นผู้ตาม

ผู้เขียนก็ได้ไปเฝ้าดูช้างที่เขาเดินเป็นวันๆ และเกณฑ์ลูกศิษย์ลูกหาไปช่วยกันดูช้างเวลาเดิน เพื่อเป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ แต่ก็ไม่แน่ใจจนกระทั่งได้มีโอกาสพูดคุยกับ ดร.มัทนา ศรีกระจำจ่าง แห่งกรมอุทยานแห่งชาติ ผู้เชี่ยวชาญเรื่องช้าง โดยทำวิทยานิพนธ์ปริญญาเอกเรื่องช้างไทยโดยเฉพาะ ดร.มัทนาท่านสอบเช็คดูกับวิดีโอที่ท่านถ่ายทำไว้แล้วโทรศัพท์มายืนยันกับผู้เขียน เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 2 พฤศจิกายน 2549 นี้เองว่า ช้างก้าวเท้าหลังเดินก่อนเท้าหน้าแน่นอน

สรุป ความมุ่งหมายของบทความนี้คือ ความรู้ที่ลึกซึ้งแบบภูมิปัญญาของชาวบ้านคนไทยเราเองนั้นถูกตีความจากความไม่รู้บริบททางประวัติศาสตร์ของคนไทยในปัจจุบัน จึงทำให้มีการอ้างอิงและนำมาใช้อย่างผิดๆ แบบหน้ามือเป็นหลังมือเลยทีเดียว

ในสมัยก่อน ผู้หญิงไทยมักจะถูกปลุกฝังหรือฝึกให้มีความเป็นกุลสตรี อยู่กับเหย้าเข้ากับเรือน มีเสน่ห์ปลายจวัก ดูแลรักษาความสะอาดของบ้านเรือน โดยให้ผู้ชายเป็นผู้ที่มีบทบาทในการทำมาหากิน จึงมีการเปรียบเปรยว่า “ผู้ชายคือช่างเท้าหน้า ผู้หญิงคือช่างเท้าหลัง”

แต่ปัจจุบัน ด้วยสภาพแวดล้อมรอบข้างทำให้ผู้ชายและผู้หญิงมีบทบาทที่เหมือนกันมากขึ้น ผู้หญิงเข้ามามีบทบาทในด้านต่างๆ มากขึ้น เช่น เป็น ส.ส. เป็นประธานบริษัท เป็นผู้จัดการบริษัท เป็นรัฐมนตรี เป็นนายกรัฐมนตรี และเป็นอื่นๆ อีกมากมาย เมื่อสถานการณ์เปลี่ยนไปเช่นนี้ ท่านเห็นว่า สำนวน “ผู้ชายคือข้างเท้าหน้า ผู้หญิงคือข้างเท้าหลัง” ยังคงใช้ได้อยู่หรือเปล่า? หรือเปลี่ยนไปเป็นอย่างอื่น ?

ที่มา :หนังสือพิมพ์มติชน โดย โกวิท วงศ์สุรวัฒน์



ใบงาน

เรื่อง “ความเสมอภาคทางเพศ”

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความข้างล่างนี้แล้วแสดงความคิดเห็นให้เกี่ยวข้องกับเรื่องความเสมอภาคทางเพศ

ในปัจจุบันแม้จะรณรงค์ผลักดันให้ชายและหญิงได้รับสิทธิเท่าเทียมกันในเรื่องการศึกษาและอาชีพ ทำให้ผู้หญิงมีบทบาทต่าง ๆ ในสังคมมากขึ้นกว่าเดิมแต่เนื่องจากสัดส่วนของผู้หญิงที่มีการศึกษาและหน้าที่การงานยังมีน้อยมากเมื่อเปรียบเทียบกับผู้หญิงทั่วประเทศหรือเปรียบเทียบกับผู้ชาย กล่าวคือ ผู้หญิงในระดับรากหญ้าจะได้รับการศึกษาน้อย จึงทำให้มีอาชีพที่มีค่าตอบแทนต่ำ ไม่มีหลักประกันในชีวิตที่มั่นคง โดยส่วนใหญ่เป็นลูกจ้างหรือกรรมกรในโรงงาน ส่วนผู้หญิงที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี หรือสูงกว่านั้นจะเป็นเพียงพนักงานในบริษัทหรือสัดส่วนผู้หญิงยังน้อยกว่าผู้ชายมากเมื่อดูจากจำนวนคณะรัฐมนตรีหรืออาจารย์ในมหาวิทยาลัย หรือองค์กรอิสระต่าง ๆ ตามกฎหมายรัฐธรรมนูญ

(เดลินิวส์ ฉบับวันที่ 30 มีนาคม 2547)

แสดงความคิดเห็น

ข้อเสนเทศที่ 7

เรื่อง : จินตนาการรักต่างเพศ (การคบเพื่อนต่างเพศ)

ผู้สอน : นางสาวนิลลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้

การคบเพื่อนต่างเพศอย่างเหมาะสม

การปรับตัวกับเพื่อนต่างเพศอย่างเหมาะสมเป็นสิ่งสำคัญยิ่งสำหรับนักเรียน ซึ่งกำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น ถ้านักเรียนสามารถปรับตัวได้ดี มีพฤติกรรมที่เหมาะสมก็จะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข ถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ก็จะเกิดความรู้สึกคับข้องใจ ไม่ยอมรับตนเองก็อาจทำให้ประพฤติดิตโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ได้ และเป็นปัญหาสังคมในที่สุด

การที่คนเราสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขจำเป็นต้องรู้จักปรับปรุงตนเองให้เป็นที่ยอมรับและรักใคร่ของผู้อื่น การปรับปรุงตนเองให้เข้ากับผู้อื่นนั้น มีหลักการทั่วไป ดังนี้

1. มีความรับผิดชอบ เพราะความรับผิดชอบต่อหน้าที่เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้คนเราดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัย
2. รู้จักปรับปรุงบุคลิกภาพ เพราะผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดีย่อมเป็นที่นิยมชมชอบของผู้อื่น



3. ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เพราะจะทำให้เราเข้าใจยอมรับ และเห็นสิ่งที่ดีของผู้อื่น
4. รู้จักสร้างมนุษยสัมพันธ์ เพราะการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีช่วยให้เราได้รับการยอมรับนับถือ

การวางตัวต่อเพศตรงข้าม คือการที่ชายและหญิงปฏิบัติตนเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันในสถานภาพต่าง ๆ ภายใต้สภาพแวดล้อม ขนบธรรมเนียม ประเพณีของสังคมนั้น ๆ การวางตัว

ต่อเพศตรงข้ามมีความสำคัญมากในช่วงวัยรุ่นเนื่องจากจะเป็นพื้นฐานของการเลือกคู่ครองต่อไปในอนาคตการวางตัวต่อเพศตรงข้ามจะดำเนินไปด้วยดีหรือไม่ ขึ้นกับสภาพแวดล้อม ดังนี้ 1. ครอบครัว 2. โรงเรียน 3. เพื่อนบ้าน การมีโอกาสรู้จักและคุ้นเคยกับเพื่อนต่างเพศซึ่งมีอายุรุ่นเดียวกันหรือใกล้เคียงกันจะช่วยให้เราได้เรียนรู้ถึงความแตกต่าง และความสัมพันธ์ระหว่างตนกับเพื่อนต่างเพศ การวางตัวต่อเพศตรงข้ามรวมทั้งมารยาทและการปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้าม นับว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้เราสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพศตรงข้ามได้

การวางตัวต่อเพศตรงข้าม อาจแบ่งออกได้เป็น 2 ฐานะ ดังนี้

1. การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะเพื่อน
2. การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะคู่รัก

การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะเพื่อน

การปฏิบัติตนของฝ่ายชาย

1. ควรแต่งกายให้สุภาพ สะอาดเรียบร้อย ไม่ฟุ่มเฟือย และไม่นำสมัยจนเกินไป ไม่ควรแต่งกายตามสบายมากนัก
2. ใช้วาจาที่สุภาพ ไม่แสดงอาการก้าวร้าว เสียดสีด้วยวาจา ใช้คำพูดตามมารยาทในการพูดในสังคม
3. การแสดงกิริยาอาการต่าง ๆ ต้องสุภาพเรียบร้อย ทั้งการนั่งยืน เดิน และต้องมีความมองอาจสมความเป็นชาย แสดงถึงบุคลิกภาพที่ดี ควรให้เกียรติผู้หญิง ทำตัวเป็นสุภาพบุรุษ ช่วยเหลือผู้หญิงตามสมควร
4. แสดงความห่วงใยในเรื่องความปลอดภัยต่าง ๆ
5. การให้ความสนิทสนม ควรอยู่ในขอบเขตไม่คลุกคลีมากเกินไป ควรระลึกละเอียดว่าต้องให้เกียรติฝ่ายหญิงทุกโอกาสแม้ว่าจะสนิทสนมกันมากเพียงใด

การปฏิบัติตนของฝ่ายหญิง

1. แต่งกายให้สุภาพ สะอาดเรียบร้อย รัดกุม ไม่ควรแต่งตัวล่อแหลม นุ่งห่มน้อยชิ้น ถ้าพบโดยบังเอิญในขณะที่แต่งกายไม่เรียบร้อย ก็ควรหยุดคุยขอตัวไปเปลี่ยนเสื้อผ้าให้เรียบร้อยก่อนจึงมาพูดคุยด้วยในภายหลัง
2. ใช้วาจาที่สุภาพเหมาะสมให้สมกับเป็นกุลสตรี ไม่พูดหยาบคาย ส่งเสียงดัง แม้จะมีความสนิทสนมกับฝ่ายชายมากก็ตาม
3. ควรแสดงกิริยาที่เหมาะสม สุภาพ ไม่สูบบุหรี่ ดื่มสุรา หรือเสพสิ่งเสพติด ต้องสำรวมตนให้ดูเรียบร้อยเป็นกุลสตรีรู้จักมารยาทสังคม การเดิน การนั่ง การยืน ต้องดูเรียบร้อยสง่างาม เหมาะสมกับกาลเทศะ
4. ควรมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักแสดงความขอบคุณอย่างจริงใจเมื่อได้รับการช่วยเหลือจากฝ่ายชาย
5. ไม่ควรอยู่ลำพังกับฝ่ายชายสองต่อสองในที่ลับตาคน ไม่แสดงกิริยาสนิทสนมเกินขอบเขต

การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะคู่รัก

ชายหญิงที่มีความสัมพันธ์กันในฐานะคู่รัก ทั้งคู่ควรจะได้ศึกษาอุปนิสัย ค่านิยม ความต้องการ ความพอใจซึ่งกันและกัน เพื่อให้ความสัมพันธ์พัฒนาต่อไปจนถึงการตัดสินใจที่จะสมรสและใช้ชีวิตคู่ร่วมกันควรทำความรู้จักกับญาติทั้งสองฝ่าย ควรให้ความเคารพเชื่อฟังญาติผู้ใหญ่ของทั้งสองฝ่าย รวมทั้งมีน้ำใจต่อญาติพี่น้องของทั้งสองฝ่ายด้วย และไม่ให้ความสนิทสนมกันเกินขอบเขตของประเพณี เพราะในช่วงของวัยรุ่นนี้โดยธรรมชาติจะมีแรงขับทางเพศที่จะผลักดันให้มีเพศสัมพันธ์กัน จึงควรมีขอบเขตจำกัดตามประเพณีและวัฒนธรรมของไทย ดังนั้นชายหญิงจึงควรหลีกเลี่ยงการอยู่ด้วยกันตามลำพัง ไม่ดื่มเหล้าหรือเสพของมึนเมาเพราะจะทำให้ควบคุมตนเองไม่ได้ควรรหาทางระบายความต้องการทางเพศในทางที่เหมาะสม เช่น การเล่นกีฬา การร่วมกิจกรรมของหมู่คณะ การเล่นดนตรี การทำงานอดิเรกหรืองานศิลปะ เป็นถ้าหากสามารถวางตัวได้เหมาะสม ก็จะทำให้การคบเพื่อนดำเนินไปได้ด้วยดี มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันอย่างยาวนาน ทั้งชีวิตในวัยเรียน และการดำเนินชีวิตต่อไปในอนาคต



ใบความรู้

ความพร้อมในการที่จะมีเพศสัมพันธ์

(สำหรับครูผู้สอน)

ไม่ใช่เรื่องง่ายที่วัยรุ่นจะตอบตัวเองได้ว่า ตนเองพร้อมหรือยังที่จะมีเพศสัมพันธ์ เมื่อต้องเผชิญกับอารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการภายในของตน วัยรุ่นมักจะสับสนและส่วนใหญ่มักจะเริ่มเพียงแค่ต้องการความใกล้ชิด อบอุน และเมื่อพาตัวเองเข้าไปอยู่ในสถานการณ์ที่มีเงื่อนไขเอื้ออำนวย วัยรุ่นอาจสูญเสียการควบคุมในตนเอง ที่จะหยุดเพียงความใกล้ชิดภายนอก โดยมักลงเอยที่มีการมีเพศสัมพันธ์

เป็นเรื่องสำคัญที่ครูต้องช่วยเตรียมให้วัยรุ่นเกิด “ความเท่าทัน” ในอารมณ์ และความต้องการของตนเองและสามารถจะ “คาดการณ์” ได้ล่วงหน้าว่า อารมณ์และความต้องการดังกล่าวในสัมพันธภาพที่มีความดึงดูดใจทางเพศต่อกันนั้น (ทั้งในเพื่อนต่างเพศและเพศเดียวกัน) มักจะทำให้คนสองคนเกิดความต้องการที่จะใกล้ชิดกัน และอยู่โดยลำพังมากขึ้นเรื่อย ๆ

เมื่อใดที่เกิดภาวะนั้น วัยรุ่นควรไตร่ตรองดูว่าอาจจะเกิดอะไรขึ้นได้บ้างต่อตนเอง รวมทั้งวิเคราะห์ถึงผลที่ตามมาด้วย วัยรุ่นส่วนใหญ่มักจะสร้างจินตนาการอยู่ก่อนแล้วต่อบุคคลที่ตนเองเกิดความดึงดูดใจทางเพศด้วย โดยสร้างจินตนาการถึงความใกล้ชิด เช่น การกอด จูบ ลูบไล้ จนถึงการมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

ครูควรทำให้วัยรุ่นรู้สึกว่าการสร้างจินตนาการเป็นเรื่องไม่ผิด และปลอดภัยกว่าที่จะเผชิญสถานการณ์จริงที่ตัวเองก็ยังไม่พร้อม

กิจกรรมนี้เป็นการพยายามจำลองสถานการณ์โดยให้วัยรุ่นลองสมมติว่า หากเราอยู่ตามลำพังกับคนที่พึงพอใจ และมีเพศสัมพันธ์กันอาจมีอะไรเกิดขึ้นบ้าง เช่น มีคนมาพบ มีคนนำไปพูดต่อ หรือเกิดการตั้งครรภ์ ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือเอดส์ วัยรุ่นเตรียมรับมือกับสถานการณ์เหล่านี้ อย่างไรก็ตาม หากมีทางออกที่เหมาะสมต่อเรื่องทั้งหมดได้ น่าจะไม่ใช่เรื่องเสียหาย ที่จะมิเพศสัมพันธ์หากความสัมพันธ์นั้นจะทำให้คนสองคนรัก เข้าใจ ผูกพัน และส่งเสริมการดำเนินชีวิตของกันและกันมากขึ้น

ข้อสำคัญ คือ ครูจะต้องทำใจให้ว่าง และกว้าง โดยไม่ด่วนตัดสินคุณค่าของการมีเพศสัมพันธ์ที่ปราศจากการสมรสหากยอมรับได้ว่า เพศสัมพันธ์นั้นเป็นความสุขของชีวิตที่บุคคลพึงแสวงหาได้ตามความพร้อมโดยเป็นความยอมรับของทั้งสองฝ่ายที่มีความสุขด้วยกัน รับรู้และพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อผลที่จะตามมาด้วยกัน เพศสัมพันธ์ก็น่าจะเป็นกิจกรรมหนึ่งในการพัฒนาสัมพันธภาพทางเพศของคนสองคนที่มีความพร้อมและความรับผิดชอบต่อกัน

ข้อเสนบทศที่8

เรื่อง : รู้เขา รู้เรา ไม่เศร้า ไม่เสีย

ผู้สอน : นางสาวณิษฐา เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้

เรื่อง การละเมิดสิทธิในร่างกาย

การละเมิดสิทธิในร่างกาย

“สิทธิในร่างกายของเรา” หมายถึง ร่างกายของเรา เราเป็นเจ้าของ ผู้อื่นไม่มีสิทธิที่จะมารังแกหรือสัมผัสร่างกายของเราแล้วทำให้เรารู้สึกไม่ดี เช่น อึดอัด ไม่ชอบ เจ็บปวด

“การละเมิดสิทธิในร่างกายของเรา” หมายถึง การที่ผู้อื่นมารังแก หรือสัมผัสร่างกายของเราแล้วทำให้เรารู้สึกไม่ดี โดยเฉพาะการสัมผัสอวัยวะปกปิด

การละเมิดสิทธิในร่างกายของเราอาจกระทำด้วยวิธีต่าง ๆ ดังนี้

1. การสัมผัสที่ไม่ดี คือ การที่คนอื่นมาแตะต้องร่างกายส่วนหนึ่งส่วนใดของเราแล้วทำให้เรารู้สึกไม่ดี เช่น ไม่ชอบ อึดอัด เจ็บปวด โดยเฉพาะอวัยวะปกปิดต้องไม่ยอมให้ใครมาสัมผัสโดยเด็ดขาด
2. การใช้คำพูด เช่น คำหยาบคาย ไม่สุภาพ ชมชู้ ก้าวร้าว คำพูดแปลก ๆ ที่เราไม่เข้าใจ แต่ทำให้เรารู้สึกหวาดกลัว ไม่ชอบ ไม่ไว้ใจ อับอาย ด้อยค่า
3. การแสดงออกที่ไม่เหมาะสม เช่น การเปลื้องผ้าต่อหน้าเรา การโชว์อวัยวะส่วนหนึ่งส่วนใดที่ไม่ควรเปิดเผย เป็นต้น



การปกป้องสิทธิในร่างกายของเรา หมายถึง การแสดงออกให้ผู้ที่ละเมิดเรารู้ในทันทีว่าเราเป็น “เจ้าของ” ร่างกายของเรา เราไม่ชอบในสิ่งที่เขาทำ และเขาไม่มีสิทธิที่จะทำเช่นนั้นกับเรา โดยการทำให้ 3 ข้อ ต่อไปนี้



1. ปฏิเสธทันที ด้วยคำพูดที่หนักแน่น เสียงดังฟังชัด ว่า “อย่านะ หนูไม่ชอบ” หรือ “อย่านะ ผมไม่ชอบ” หรือ “ไม่นะ”
2. หนีจากเหตุการณ์ เดิน หรือวิ่งหนีออกไปทันที โดยไม่พูดคุยใด ๆ
3. รับผิดชอบต่อความช่วยเหลือ โดยการเล่าให้ผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้ เช่น พ่อ แม่ ครู ตำรวจ เพื่อขอความช่วยเหลือ “ปฏิเสธทันที – หนีจากเหตุการณ์ – รับผิดชอบต่อความช่วยเหลือ”

การเคารพสิทธิในร่างกายผู้อื่น หมายถึง การแสดงออกว่าเราควรเคารพในสิทธิร่างกายของผู้อื่น ดังนี้

1. ไม่ละเมิดสิทธิร่างกาย ทั้งการสัมผัส คำพูด และการแสดงออกใด ๆ ที่ทำให้ผู้อื่นไม่ชอบ รู้สึกเจ็บปวด โกรธ อับอาย ฯลฯ
2. ให้เกียรติผู้อื่นทั้งด้วยคำพูด และการกระทำ เช่น กล่าวคำขออนุญาต ขอโทษ และขอบคุณ



คำแนะนำสำหรับวัยรุ่นเรื่องการปรับตัวทางสังคม และสติปัญญา

1. คบเพื่อนให้หลากหลายทั้งเพศเดียวกัน และเพื่อนต่างเพศ
2. สังเกตการณ์ปฏิบัติตัวทางสังคม กิริยามารยาท จากผู้อื่นหรือผู้ใหญ่ที่เป็นแบบอย่างอันดีงาม
3. พยายามฝึกทักษะทางสังคมกับผู้ที่อายุต่างวัย โดยไม่กระดากอาย เพราะเด็ก ๆ มักได้รับความเมตตาจากผู้ใหญ่
4. หาโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ทั้งกับเพื่อน และผู้ที่มีอายุสูงกว่า
5. ศึกษาหาความรู้ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น อ่านหนังสือพิมพ์ ดูข่าว ติดตามเรื่องที่เกิดขึ้นในชุมชน สังคม เพื่อเข้าใจชีวิตที่เป็นจริงมากขึ้น

ข้อสนเทศที่ 9

เรื่อง : ทางออกวัยใส

ผู้สอน : นางสาวณิษฐา เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้

เรื่อง ทางออกวัยใส

กรณีศึกษา สลดใจสาววัย 17 ทำแท้งเถื่อนตายคาร์สิรอร์ทดัง

เมื่อเวลา 09.00 น. วันที่ 11 ก.ย.55 ผู้สื่อข่าวได้ติดตาม ความคืบหน้ากรณี พบศพสาววัยรุ่นนอนเสียชีวิตในห้องพักหมายเลข 3 ภายในรีสอร์ทแห่งหนึ่งกลางเมืองชุมพร โดยหลังเกิดเหตุทางเจ้าของรีสอร์ทได้พยายามปิดข่าวโดยห้ามไม่ให้อาสาสมัครกู้ภัยที่เข้าไปเก็บศพและเปิดเผยเรื่องดังกล่าวต่อผู้สื่อข่าว จนกระทั่งในช่วงเช้านี้ ผู้สื่อข่าวได้สอบถามไปยัง พ.ต.อ.วิมล พิทักษ์บุรพา ผกก.สภ.เมืองชุมพร จึงทราบว่า มีเหตุดังกล่าวจริง

โดยเมื่อเวลา 15.00 น. วันที่ 10 ก.ย.ที่ผ่านมา ร.ต.อ.สุขสันต์ ยิ้มแย้ม พนักงานสอบสวน สภ.เมืองชุมพร ได้รับแจ้งจากผู้ดูแลรีสอร์ทดังกล่าว ว่ามีผู้หญิงเสียชีวิตอยู่ในห้องพักเลขที่ 3 จึงพร้อมด้วยแพทย์ รพ.ชุมพรเขตอุดมศักดิ์ และหน่วยกู้ภัยสายชลไปยังที่เกิดเหตุ ภายในห้องพบศพ น.ส.จอย (นามสมมุติ) อายุ 17 ปี ชาว อ.ท่าแซะ จ.ชุมพร สภาพสวมเสื้อยืดคอกกลมสีแดง นุ่งกางเกงขาสั้นสีดำ นอนจมกองเลือดอยู่บนเตียง ภายในห้องไม่พบร่องรอยการทำร้ายหรือการต่อสู้

จากการตรวจสอบพบว่าอวัยวะเพศมีเลือดไหลออกมาจำนวนมาก คาดว่าเสียชีวิตมาแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ชั่วโมง นอกจากนี้ยังพบขวดน้ำหวานสีแดงยี่ห้อหนึ่ง เปิดดื่มไปเพียงเล็กน้อย และผ้าอ้อมสำเร็จรูปเปื้อนเลือด 2 ชิ้น จึงเก็บไว้เป็นหลักฐาน สอบสวนผู้ดูแลรีสอร์ท ทราบว่า ในช่วงเช้าของวันที่ 9 ก.ย. ได้มีหญิงอายุประมาณ 40 ปี ชื่อ จอย ฮอนด้า ทะเบียน ขคช 956 ชุมพร มาเปิดห้องพักดังกล่าวแบบชั่วคราว จากนั้นอีกครั้งชั่วโมงผู้ตายจึงตามเข้ามา กระทั่งต่อมาได้มีการขอต่อเวลาเช่าห้องพักเป็นแบบค้างคืน จนช่วงเที่ยงของวันที่ 10 ก.ย. คิดว่าหญิงผู้เช่าห้องได้ติดต่อกับห้องพักแล้ว จึงไขกุญแจเปิดเข้าไปเพื่อทำความสะอาด ก็พบผู้ตายหญิงสาวนอนเสียชีวิตอยู่บนเตียง

ทั้งนี้จากการสอบสวนผู้ดูแลรีสอร์ท ทำให้ทราบอีกว่า ผู้หญิงคนแรกที่มาเปิดห้องเป็นลูกค้าประจำของรีสอร์ทแห่งนี้ เพราะมักจะมาเปิดห้องแบบชั่วคราวสัปดาห์ละไม่ต่ำกว่า 5-6 ครั้ง แต่แต่ละครั้งจะใช้เวลาประมาณ 3-4 ชม. และจะมีหญิงสาวตามเข้าไปด้วยทุกครั้ง แต่ครั้งนี้กลับขอพักแบบค้างคืน

จึงสันนิษฐานว่า ผู้หญิงที่มาเปิดห้องพักรับทำแท้งเถื่อนให้กับหญิงสาวที่เกิดตั้งครรภ์แบบไม่พึงประสงค์ โดยใช้รีสเซอร์ทแห่งนี้เป็นสถานที่ทำแท้ง โดยหญิงสาวผู้ตายน่าจะเกิดการตั้งครรภ์ในวัยเรียน เลยตัดสินใจมาใช้บริการทำแท้งเถื่อนเหมือนหญิงสาวหลายรายที่ผ่านมา แต่หลังจากทำแท้งเสร็จและกำลังอยู่ระหว่างการรอดูอาการปรากฏว่าเลือดกลับไหลไม่หยุด ทำให้ผู้ตายเสียเลือดมากจนช็อกและเสียชีวิต ซึ่งทางเจ้าหน้าที่จะเร่งติดตามตัวหมอทำแท้งเถื่อนรายนี้มาสอบสวนดำเนินคดีต่อไป



ใบงาน

เรื่อง ทางออกวัยใส

1. ถ้านักเรียนเป็น เด็กสาววัย 17 นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร เพราะเหตุใด

2. นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการทำแท้ง

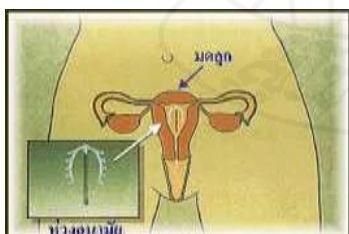
3. นักเรียนมีวิธีการป้องกันตนเองอย่างไร เพื่อไม่ต้องประสบปัญหาเหมือนกับเด็กสาววัย 17

ข้อมูลเกี่ยวกับการคุมกำเนิด

ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีคุมกำเนิดที่ใช้ ๆ กันอยู่ในบ้านเรา ได้แก่

1. มีทั้งแบบชั่วคราว ส่วนใหญ่เป็นวิธีที่ผู้หญิงใช้ เช่น ยาเม็ดคุมกำเนิด ยาฉีด ยาฝัง ห่วงอนามัย ฯลฯ ยกเว้นถุงยางอนามัย ที่เป็นวิธีคุมกำเนิดที่ใช้กับผู้ชาย
2. แบบถาวร คือ การทำหมันในหญิงและชาย
3. แบบอื่น ๆ เช่น การนับวัน การหลั่งภายนอก กิจกรรมในคาบเรียนนี้ต้องการให้ข้อมูลส่วนหนึ่งเกี่ยวกับวิธีคุมกำเนิดที่วัยรุ่นนิยมใช้ เช่น ยาคุมฯ ปกติ ยาคุมฉุกเฉิน ถุงยางอนามัย การนับวัน หรือสวนล้างช่องคลอด ฯลฯ ส่วนวิธีอื่น ๆ ได้แก่ ยาฝัง ยาฉีด ห่วงอนามัย มักแนะนำให้ผู้หญิงที่มีลูกแล้วใช้ ส่วนการทำหมันก็เหมาะสำหรับคนที่ไม่ต้องการมีลูกอีกต่อไป

ความเชื่อ ที่ว่า สวมถุงยางอนามัยสองชั้นแล้วจะทำให้ปลอดภัยมากขึ้นนั้น **ความจริง** ก็คือ กลับทำให้โอกาสที่ถุงยางจะแตกง่ายขึ้น เพราะเนื้อยางจะเสียดสีกันและทำให้ฉีกขาดได้ง่าย



ข้อเสนบทศที่10

เรื่อง : รัรักษาตัวรอด เป็นยอดดี

ผู้สอน : นางสาวณิลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้

เรื่อง ทักษะการปฏิเสธและการตัดสินใจเพื่อป้องกันตนเอง จากสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

นักเรียนจะสามารถพัฒนาตนเอง หลีกเลี่ยงแก้ไขและป้องกันปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างดีนั้น จะต้องฝึกการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาให้เป็นนิสัยจนเกิดเป็นทักษะชีวิตขึ้น

ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการปฏิเสธเป็นทักษะที่นักเรียนควรฝึกฝนให้เกิดความเคยชิน เพื่อนำมาช่วยแก้ปัญหาต่อสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้ ทั้งนี้ทักษะดังกล่าวเป็นสิทธิและเสรีภาพของบุคคลที่เราควรให้ความเคารพในสิทธิ ความคิด ทัศนคติ ความคิดเห็นของบุคคลที่แตกต่างกันเกิดความถูกต้อง เหมาะสมต่อการบรรทัดฐานที่ดีของตนเองและผู้อื่นต่อไปในอนาคต ทักษะดังกล่าวนี้จะช่วยในการตัดสินใจโดยการหาทางเลือกที่ถูกต้องและเหมาะสมในการเผชิญกับสถานการณ์เสี่ยงหรือปัญหาที่เกิดขึ้นให้สามารถแก้ไขปัญหา หรือป้องกันเกิดปัญหาและสถานการณ์เสี่ยงต่ออันตรายที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้เป็นอย่างดี

ทักษะการตัดสินใจเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์

ความหมายของทักษะการตัดสินใจ

ทักษะการตัดสินใจ หมายถึง ความสามารถของบุคคลต่อกระบวนการคิดอย่างมีเหตุผลในการพิจารณาเลือกแนวทางในการปฏิบัติสถานการณ์หนึ่ง เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย หรือวัตถุประสงค์ที่ต้องการพัฒนาความสามารถในการตัดสินใจและสามารถนำไปสู่การปรับปรุงพฤติกรรมสุขภาพของตนเองได้ ทั้งนี้ต้องผสมผสานระหว่างการใช้ความรู้ ปัญญา และความรู้สึก โดยกระบวนการคิดเพื่อแก้ไขปัญหาด้วยกลวิธีทางสุศึกษา ตลอดจนประสบการณ์การเรียนรู้บุคคล

กระบวนการตัดสินใจเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์

ในการดำเนินชีวิตประจำวันในแต่ละบุคคลนั้น บางคนอาจมีเรื่องที่ต้องเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจสำหรับการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องเพศสัมพันธ์นั้นมีความสำคัญมากของชีวิตของวัยรุ่น ก่อนมีเพศสัมพันธ์ จำเป็นต้องให้เวลาตนเองหยุดคิดและตอบคำถามต่อไปนี้ด้วยความจริงใจ

- 1) ต้องการมีเพศสัมพันธ์ด้วยเหตุผลใด
 - เพื่อเหมือนเพื่อน ๆ
 - พิสูจน์ความรัก
 - รักษาสัมพันธ์ภาพความเป็นคู่รัก หรือ อื่นๆ
- 2) ถ้ามีเพศสัมพันธ์แล้ว การกระทำของเราไปทำร้ายใครบ้าง
- 3) พร้อมรับผิดชอบเมื่อเกิดพลาดพลั้งจนตั้งครรภ์และยินดีเป็นพ่อแม่ได้หรือไม่
- 4) ทำอย่างไรเมื่อมีปัญหาจากการมีเพศสัมพันธ์ เช่น เป็นโรคเอดส์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

สัมพันธ์

การตัดสินใจเป็นเรื่องของสิทธิบุคคลที่จะกระทำหรือไม่ทำสิ่งใด ทุกคนต้องผ่านการตัดสินใจตลอดเวลาจึงควรฝึกให้นิสัยมีหลักการ 3 ขั้นตอน คือ

1. กำหนดแนวทาง
2. วิเคราะห์ผลดี และผลเสียในการเลือกทำหรือไม่ทำเรื่องนั้น
3. ตัดสินใจเลือก 1 ทาง ทางที่เกิดผลเสียน้อยที่สุด

ทักษะการปฏิเสธ

การปฏิเสธเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของบุคคล ที่ทุกคนควรเคารพและยอมรับ นักเรียนสามารถปฏิเสธการชวนของเพื่อน หรือใครก็ตามที่ชวนไปทำในสิ่งที่นักเรียนไม่ชอบ ไม่อยากทำ การปฏิเสธที่ใช้ได้ผลมักเป็นการปฏิเสธในสถานการณ์ที่ถูกชวนไปกระทำในสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์ หรือเกิดผลในแง่ลบตามมา จึงมีหลักในการปฏิเสธเพื่อให้ได้ผลและไม่เสียเพื่อน ดังนี้

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งทำทางคำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ
2. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบผลเพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมันถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลเข้าใจผิดได้ เช่น ฉันไม่ชอบ ฯลฯ
3. การบอกปฏิเสธให้ชัดเจน เช่น ฉันไม่ไปด้วยหรอก ฉันขอไม่ไป ฯลฯ
4. การขอความเห็นชอบและแสดงอาการขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ และเป็นการรักษาหัวใจของผู้ชวน เช่น คุณคงไม่ว่านะ คุณคงเข้าใจนะ ฯลฯ

เมื่อถูกชวนซ้ำหรือสบบประมาทไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้ขาดสมาธิ

การหาทางออกควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี้

1. ปฏิเสธซ้ำ โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้าง พร้อมทั้งบอกไปแล้วเดินจากไป
2. การต่อรอง โดยการชักชวนทำกิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน เช่น เรากลับบ้านกันดีกว่า
3. การผัดผ่อน โดยการขอยืดระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ เช่น เอาไว้วันหลัง โอกาสหน้าก็แล้วกัน ฯลฯ



ใบความรู้

เรื่อง คาทา 5 ข้อ เพื่อป้องกันตนเอง

ไม่ให้ตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

1. รู้จักปฏิเสธเมื่อถูกแฟนจับมือถือแขน สัมผัสร่างกายและพยายามกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ ต้องพูดเสียงดังฟังชัดและน้ำเสียงหนักแน่น จริงจังว่า "ไม่ชอบนะ ขอให้หยุด" ซึ่งผู้หญิงส่วนใหญ่มักกลัว ไม่กล้าปฏิเสธ แต่ถ้าไม่พร้อมด้วยเหตุผลต่าง ๆ ก็ควรกล้าที่จะพูดว่า "ไม่"

ตัวอย่างคำพูดในการปฏิเสธ ดังนี้

- 1) ถ้าเธอรักกันจริง อย่าทำลายฉันเลยนะ อย่าทำแบบนี้
- 2) อย่างเพิ่งเลยนะ ยังไม่ถึงเวลาที่เหมาะสม
- 3) เราทั้งสองคนยังไม่พร้อมจะมีครอบครัวนะ ยังไม่ถึงวัยอันควร
- 4) คุณพ่อคุณแม่จะผิดหวังมาก ถ้าเราด้วยกันทำร้ายท่านแบบนี้
- 5) คุณหลอกหลวงฉัน หยุดเถอะอย่าทำแบบนี้อีก ไม่อย่างนั้นเราเลิกคบกัน
- 6) ฉันขอร้องอย่าทำลายชื่อเสียงฉันเลย
- 7) ปล่อยฉันนะ อย่านำแต่ต้องฉันอีก ไว้รอเราพร้อมและรอวันแต่งงานดีกว่านะ
- 8) ไม่....ถ้าท้องและเธอจะแก้ปัญหาตรงนี้ได้อย่างไร
- 9) หยุดนะ เราคิดถึงผลที่ตามมาอย่างจริงจังแล้วหรือยัง
- 10) อย่างนะ ฉันต้องการให้เซ็กส์เป็นส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์ที่ยาวนานไม่ฉาบฉวย

2. **ลูกหนีทันที** เมื่อพูดปฏิเสธแล้วก็ควรลุกออกห่างทันที อย่าใจอ่อนอย่ากลัวว่าเขาจะโกรธหรือเกรงใจกัน เพราะถ้าหากเรายังไม่พร้อมหรือเห็นว่าไม่ควรก็ถือว่าเป็นการกระทำที่ถูกต้องแล้ว

3. **ต้องมึสติ** ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือใช้สิ่งเสพติด และมีความระมัดระวังดื่มน้ำและอาหารที่รับประทาน เพราะอาจโดนมอมยาหรือใส่ยานอนหลับ ทำให้ขาดสติ และควบคุมตนเองไม่ได้

4. **มีนัดไปเที่ยวในที่ปลอดภัย** เช่น สวนสาธารณะ สถานที่เปิดเผย และไม่พยายามเข้าไปอยู่ในที่ลับตาคนสองต่อสอง จำไว้ว่าให้หลบหลีกห่างไกลจากสถานการณ์เสี่ยงที่กดดันให้มีเพศสัมพันธ์ เช่น ในบ้านหรือห้องพักของฝ่ายชาย หรืออยู่ตามลำพังในรถบริเวณลานจอดรถ

5. **วางแผนการตัดสินใจ** ก่อนตัดสินใจไปเที่ยวกับแฟน ควรคิดให้รอบคอบว่าควรใกล้ชิดกับแฟนได้แค่ไหน เมื่อยังไม่พร้อมมีเพศสัมพันธ์ ควรระมัดระวังตัว และวางแผนกำหนดขอบเขตของกิจกรรม เช่น พูดคุยทำความตกลงกับแฟนก่อนมีนัดไปเที่ยวว่า ไปเที่ยวกันเท่านั้นนะอย่าล่วงเกินในเรื่องเพศ

ข้อสนทนาที่ 11

เรื่อง : ปรับตัวดี ช่วยเพื่อนได้ คลี่คลายปัญหา

ผู้สอน : นางสาวณิลลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบงาน

เรื่อง “ใครจะช่วยฉันได้”

ในช่วงเช้าของวันอาทิตย์ขณะที่ชาลิตกำลังนั่งทำการบ้านอยู่ ปิ่นอนงค์ซึ่งเป็นเพื่อนสนิทกับชาลิตได้เล่าปัญหาให้ฟังว่า มีเพื่อนชายมาจีบ แต่เธอไม่รู้ลึกประหม่า อาย กลัว และอีกอย่างคุณแม่ก็สั่งห้ามคบเพื่อนผู้ชายเด็ดขาด อยู่บ้านคุณแม่ไม่เคยเข้าใจตัวเธอเลย ใช้ให้ทำแต่งงานบ้านตอนเช้าต้องไปช่วยคุณแม่จัดร้านที่ตลาด แล้วต้องรีบไปโรงเรียน ตอนเย็นกลับจากโรงเรียนก็ต้องรีบไปช่วยดูแลร้านและเก็บของอีก กว่าจะเสร็จกลับถึงบ้านก็ตึกตื่น ก็รีบทำการบ้าน คุณแม่ก็ดุว่าทำไมอยู่โรงเรียนไม่ทำให้เสร็จ จนทำให้สอบไม่ผ่านหลายวิชา พอสอบไม่ผ่านก็ถูกคุณแม่ดุว่าอีก และขู่ว่าจะไม่ให้เรียนต่อ ขณะที่ปิ่นอนงค์เล่าเรื่องให้ชาลิตฟังนั้น ชาลิตจะแสดงพฤติกรรมตั้งใจฟังทั้งสี่หน้า ท่าทาง ชักถาม พุดกระตุ้นให้ปิ่นอนงค์หาสาเหตุของปัญหา พิจารณาแนวทางในการแก้ปัญหา บางครั้งก็ให้ข้อคิดเห็นแก่ ปิ่นอนงค์

ชาลิต

ชาลิตกำลังนั่งทำการบ้านอยู่ ปิ่นอนงค์ซึ่งเป็นเพื่อนสนิทกับฉันได้เล่าปัญหาให้ฟังว่า มีเพื่อนชายมาจีบ แต่เธอไม่รู้ลึกประหม่า อาย กลัว และอีกอย่างคุณแม่ก็สั่งห้ามคบเพื่อนผู้ชายเด็ดขาด อยู่บ้านคุณแม่ไม่เคยเข้าใจตัวเธอเลย ใช้ให้ทำแต่งงานบ้าน ตอนเช้าต้องไปช่วยคุณแม่จัดร้านที่ตลาด แล้วต้องรีบไปโรงเรียน ตอนเย็นกลับจากโรงเรียนก็ต้องรีบไปช่วยดูแลร้านและเก็บของอีก กว่าจะเสร็จกลับถึงบ้านก็ตึกตื่น ก็รีบทำการบ้าน คุณแม่ก็ดุว่าทำไมอยู่โรงเรียนไม่ทำให้เสร็จ จนทำให้สอบไม่ผ่านหลายวิชา พอสอบไม่ผ่านก็ถูกคุณแม่ดุว่าอีก และขู่ว่าจะไม่ให้เรียนต่อ ขณะที่ปิ่นอนงค์เล่าเรื่องให้ฉันฟังนั้น ฉันแสดงพฤติกรรมตั้งใจฟังทั้งสี่หน้า ท่าทาง ชักถาม พุดกระตุ้นให้ปิ่นอนงค์หาสาเหตุของปัญหา พิจารณาแนวทางในการแก้ปัญหา บางครั้งฉันก็ให้ข้อคิดเห็นแก่ปิ่นอนงค์

ในช่วงเช้าของวันอาทิตย์ได้ไปหาเพื่อนชายที่ฉันสนิทคือชาลิตเพราะฉันมีปัญหาคลุมเครือ ฉันเล่าปัญหาให้ฟังว่า ฉันมีเพื่อนชายมาจีบ แต่ไม่รู้ลึกประหม่า อาย กลัว และอีกอย่างคุณแม่ก็สั่งห้ามคบ

เพื่อนผู้ชายเด็ดขาด อยู่บ้านคุณพ่อคุณแม่ไม่เคยเข้าใจตัวฉันเลย ใ้ให้ทำแต่งงานบ้าน ตอนเช้าต้องไปช่วยคุณพ่อคุณแม่จัดร้านที่ตลาด แล้วต้องรีบไปโรงเรียน ตอนเย็นกลับจากโรงเรียนก็ต้องรีบไปช่วยคุณแลร้านและเก็บของอีก กว่าจะเสร็จกลับถึงบ้านก็ตึกตื่น ก็รีบทำการบ้าน คุณแม่ก็ดุว่าทำไมอยู่โรงเรียนไม่ทำให้เสร็จ จนทำให้สอบไม่ผ่านหลายวิชา พอสอบไม่ผ่านก็ถูกคุณพ่อคุณแม่ดุว่าอีก และชู้ว่าจะไม่ให้เรียนต่อ

นักเรียนได้ข้อคิดอะไรบ้างจากการทำใบความรู้กิจกรรมนี้



ข้อสนเทศที่ 12

เรื่อง : ปรับตัวดี ช่วยเพื่อนได้ คลี่คลายปัญหา

ผู้สอน : นางสาวนิลลบล เจริญรุ่งมาลา

เวลา 40 นาที

ใบความรู้

เรื่อง คุณค่าในตัวตน

การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึงความรู้สึกที่ดีของบุคคลที่มีต่อตนเองว่าตนเองเป็นคนที่มีคุณค่า มีความสามารถ มีความสำคัญ ประสบผลสำเร็จในการทำงานรวมทั้งการยอมรับ การเห็นคุณค่าจากคนในสังคมที่มีต่อตนตลอดจนการมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเองซึ่งบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง มองตนเองในทางที่ดี และจะทำให้เกิดความรู้สึกกับบุคคลอื่นในทางที่ดีด้วย

การเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสำคัญยิ่งในกาปรับตัวทางอารมณ์ สังคมและการเรียนรู้ เพราะบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคและปัญหาที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้

นอกจากนั้น การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้แก่ตนเอง ทำให้มีความเป็นตัวของตัวเองสูง เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นคนที่มีความมุ่งมั่น มานะพยายามในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ เป็นคนที่มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น ไม่เหยียบย่ำ ถูกเหยียดหยาม ความรู้สึกของผู้อื่นให้ต่ำลง เป็นคนที่มีบุคลิกลักษณะดี มีสุขภาพจิตดี มีเพื่อนมาก **การไม่เห็นคุณค่าในตนเอง** จะเป็นคนที่ชอบโยนความผิดของตัวเองให้กับบุคคลอื่น เป็นคนชอบจับผิดคนอื่นต้องการการเอาใจใส่และต้องการได้รับการยอมรับจากคนอื่นสูง เป็นคนที่ไม่ค่อยมีเพื่อน โดยเฉพาะเพื่อนสนิท เป็นคนไม่มีเหตุผล ขาดการตัดสินใจที่ดี เป็นคนที่ต้องพึ่งพิงผู้อื่นอยู่เสมอ มักเป็นคนที่ยึดเหนี่ยว ซึมเศร้า พยายามฆ่าตัวตาย เนื่องจากเห็นว่าตนเป็นคนไร้ค่า ไร้ความสามารถดังเช่นที่เป็นข่าวทางหน้าหนังสือพิมพ์และโทรทัศน์อยู่เสมอ

ใบงาน

เรื่อง “คุณค่าในตัวตน”

คุณลักษณะที่ดีของตัวฉัน

พฤติกรรมที่แสดงให้เห็นคุณค่าในตนเอง

สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม

ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อ	นางสาวณิลุบล เจริญรุ่งมาลา
วัน เดือน ปีเกิด	11 สิงหาคม 2526
สถานที่เกิด	จังหวัดเชียงราย
ประวัติการศึกษา	ศิลปศาสตรบัณฑิต (จิตวิทยา เน้นแนวและการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยพายัพ จังหวัดเชียงใหม่
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนพานพิทยาคม จังหวัดเชียงราย
ตำแหน่ง	ครูอัตราจ้าง

