

การสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดประจวบคีรีขันธ์



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)
สาขาวิชาเอกสุขภาพและพฤติกรรมศาสตร์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ.2552

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

Copyright by Mahidol University

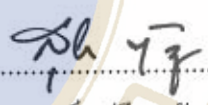
วิทยานิพนธ์

เรื่อง

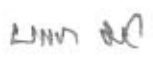
การสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

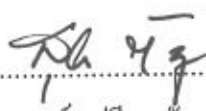

นางสาวเนตรทราย ปัญญะชนท์
ผู้วิจัย


รองศาสตราจารย์รัตนา เก่งการพานิช,
พ.บ.
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก


รองศาสตราจารย์สุปรียา ตันสกุล,
ก.ค.
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม


ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุพร อภินันทเวช,
ว.ว. (จิตเวชศาสตร์เด็กและวัยรุ่น)
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม


ศาสตราจารย์บรรจง มไหสวริยะ, พ.บ.
คณบดี
บัณฑิตวิทยาลัย

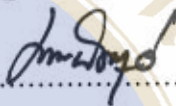

รองศาสตราจารย์สุปรียา ตันสกุล, ก.ค.
ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)
สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

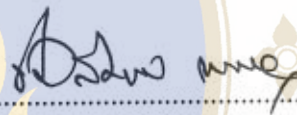
การสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

ได้รับการพิจารณาให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์
วันที่ 15 พฤษภาคม 2552



นางสาวเนตรทราย ปัญญชุนท์

ผู้วิจัย



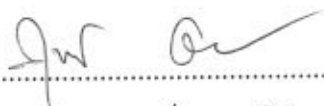
รองศาสตราจารย์เฉลิมพล ดันสกุล,
ส.ค.

ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



รองศาสตราจารย์ธราดล เก่งการพานิช,
พ.บ.ม.

กรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุพร อภินันทเวช,

ว.ว. (จิตเวชศาสตร์เด็กและวัยรุ่น)

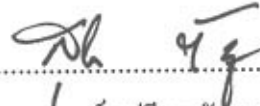
กรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ศาสตราจารย์บรรจง มไหสวริยะ, พ.บ.

คณบดี

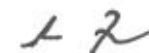
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล



รองศาสตราจารย์สุปรียา ดันสกุล,

ค.ค.

กรรมการสอบวิทยานิพนธ์



รองศาสตราจารย์พิทยา จารุพงษ์,

พ.บ., อ.ว. (ระบาดวิทยา)

คณบดี

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งของ รองศาสตราจารย์ธราดล เก่งการพานิช อาจารย์ที่ปรึกษาหลักและกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ที่ กรุณาให้ข้อเสนอแนะเอาใจใส่ติดตามดูแลให้กำลังใจตลอดจนแก้ไขปรับปรุงข้อบกพร่องต่างๆ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.เฉลิมพล ตันสกุล ประธานกรรมการสอบ วิทยานิพนธ์และกรรมการทุกท่าน ได้แก่ รองศาสตราจารย์ ดร. สุปรียา ตันสกุล และผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุพร อภินันท์ทเวช ซึ่งเป็นกรรมการและอาจารย์ที่ปรึกษาร่วมที่ทั้งกรุณาตลอดเวลาให้คำปรึกษาให้ คำแนะนำที่เป็นประโยชน์และให้กำลังใจจนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ลุล่วงอย่างสมบูรณ์

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ภาควิชาสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ทุกท่าน ที่ได้ถ่ายทอดวิชา ความรู้ และทำให้ผู้วิจัยได้รับประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีคุณค่าอย่างยิ่ง ตลอดจน เพื่อน วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) เอกสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ทุกท่านที่ได้แบ่งปันประสบการณ์ให้ความ ช่วยเหลือ ตลอดจนคอยเป็นกำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ตลอดมา

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนองคาง นายสมักร ปัญญาพานิช และ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนองขาม นายสมบัติ สอนสี ที่กรุณาให้การช่วยเหลือในการอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล ในการทำวิทยานิพนธ์

ขอขอบพระคุณ คุณคณิศร ฉายศรี พยาบาลวิชาชีพระดับชำนาญการ ประจำโรงพยาบาล สามร้อยยอดและเพื่อนร่วมงานในสถานีนอนามัยศิลาลอย ทุกท่านที่เป็นทั้งพี่ที่คอยช่วยเหลือและเป็น กำลังใจตลอดจนขอขอบพระคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามทำให้ การวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ท้ายนี้ขอขอบคุณ บิดา มารดา และพี่ ๆ ที่เป็นแรงกระตุ้นให้กำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ เสมอมา รวมทั้งให้การสนับสนุนและให้ความช่วยเหลือในทุก ๆ ด้าน จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงดี

เนตรทราย ปัญญาชุมพ์

การสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นจังหวัดประจวบคีรีขันธ์
LIFE SKILLS PROMOTING PROGRAM TO PREVENT SEXUAL BEHAVIOR AMONG FEMALE
JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN PRAJUBKIRIKAN PROVINCE

นางสาวเนตรทราย ปัญญะ 4736287 PHPH/M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพลศึกษา

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : ธารล เก่งการพานิช, พบ.ม., สุปรียา ดันสกุล, ค.ค., สุพร อภินันทเวช, ว.ว.
(จิตเวชศาสตร์เด็กและวัยรุ่น)

บทคัดย่อ

พฤติกรรมทางเพศของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในเขตชนบท กำลังเป็นประเด็นปัญหาที่ต้องแก้ไขอย่างจริงจัง แนวทางการสร้างเสริมทักษะชีวิตให้แก่แก่นักเรียนหญิงเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนจึงเป็น การแก้ปัญหาที่ถูกต้อง การวิจัยทดลองแบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม (Two-group Pretest-Posttest Design) เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 กลุ่มตัวอย่างจำนวน 105 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 55 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 50 คน กลุ่ม ทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับความรู้เรื่องเพศศึกษาในชั้นเรียนตามปกติ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และสถิติ Paired samples t-test และ Independent s t-test

ผลการศึกษา พบว่า ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนกลุ่มทดลองมีการเพิ่มขึ้นของคะแนนเฉลี่ยทั้ง 2 ด้าน คือ ความรู้เรื่องเพศศึกษา และทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) แม้ว่าจะไม่พบการ เปลี่ยนแปลงของคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมี เพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนที่ชัดเจน อย่างไรก็ตามผลการศึกษา พบว่า นักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นในบางประเด็นซึ่งช่วยลดโอกาสของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน เช่น ความภูมิใจที่ตนไม่มีเพศสัมพันธ์ การเป็นตัวอย่างที่ดีไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน การตระหนักว่าการมีเพศสัมพันธ์ในวัย เรียนเป็นเรื่องผิดปกติ และหลีกเลี่ยงการไปไหนสองต่อสองกับเพื่อนชาย เป็นต้น

การประยุกต์โปรแกรมนี้กับนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนที่มีบริบทคล้ายคลึงกันอย่างมี ประสิทธิภาพ ผู้ดำเนินการโปรแกรมจำเป็นต้องคลุกคลีกับเด็กนักเรียนด้วยความรักและจริงใจเพื่อสร้างความไว้วางใจ เพราะ เรื่องเพศเป็นเรื่องละเอียดอ่อน และปรับวิธีการสอนสอดแทรกกิจกรรมให้เหมาะสมกับวิถีชีวิตประจำวันของนักเรียน และมีการ เฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมในระยะยาว สำหรับการวิจัยเพื่อพัฒนาโปรแกรมในระยะต่อไปควรมุ่งเน้นการกำกับ ตนเอง (Self – Regulation Theory) มาประยุกต์ร่วมด้วย พร้อมกับเสริมสร้างให้ครอบครัวหรืออาสาสมัครชุมชน เข้ามามีส่วน ร่วมในกิจกรรม เพื่อการติดตามและเฝ้าระวังพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

คำสำคัญ : ทักษะชีวิต/ เพศสัมพันธ์/ นักเรียนหญิง/ มัธยมศึกษาตอนต้น

LIFE SKILLS PROMOTING PROGRAM TO PREVENT SEXUAL BEHAVIOR AMONG FEMALE
JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN PRAJUBKIRIKAN PROVINCE

NEDSINE PUNYACHUN 4736287 PHPH/M

M.Sc.(PUBLIC HEALTH) MAJOR IN HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES

THESIS ADVISORY COMMITTEE : THARADOL KENGGANPANICH, M.A., SUPREYA TANSAKUL, Ph.D.,
SUPRON APINANTAVECH, M.D.

ABSTRACT

Sexual behavior among female junior high school students in rural areas is one important issue that needs to be addressed. A program promoting life skills to prevent sexual behavior among female school students could be a promising measure to solve this problem. This quasi-experimental research, of a two-group pretest-posttest design, aimed to study the effectiveness of a life skills promoting program to prevent sexual behavior among female grade 7 and 8 students. The samples composed 105 students, 55 in the experimental group and 50 students in the comparison group. The experimental group participated in the life skills promoting program while the comparison group received the normal sex education lesson organized in the classroom. A questionnaire was used for collecting data and the data were analyzed by using statistics regarding frequency, percentage, arithmetic mean, paired sample t-test, and independent t-test.

The research results showed that after the experimental group participated in the program, increased mean scores of the experimental group were found in regard to knowledge about sex education and skills to resist having sexual behavior ($p < 0.001$), even though the change of the mean score of students' self-esteem toward the prevention of having sexual behavior during school age, awareness of negative effects of sexual behavior during school age, and actions to prevent sexual behavior were not found to be significant. However, changes in some aspects were found among the experimental group which may help to lower the chance of having sexual behavior during school age; for example, the increased self-esteem of those who had never had sexual behaviors, an increased feeling of being a good role model because of not having sexual behavior during school age, having an awareness that sexual behavior during school age is an abnormal action, and avoiding going out with a boyfriend.

In order to apply this type of program effectively to other groups of female junior high school students that have a similar context, the director of the program should participate closely with the students with love and sincerity in order to develop mutual trust since sex-related content is very sensitive. Besides this, teaching methods should be relevantly organized and modified for daily lifestyles of the target students, and long-term behavioral surveillance should also be done. Self-regulation theory should also be applied for furthering the research project in order to develop this type of the program. Encouraging families or community volunteers to participate in the program for more adequate follow-up, and behavioral surveillance programs to prevent sexual behavior among female students should be done.

KEY WORDS : LIFE SKILLS/ SEXUAL BEHAVIOR/ FEMALE/ HIGH SCHOOL STUDENTS

196 pages

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญแผนภูมิ	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
คำถามการวิจัย	5
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
วัตถุประสงค์เฉพาะ	5
สมมติฐานการวิจัย	5
ตัวแปรในการศึกษา	6
นิยามตัวแปร	6
ข้อตกลงเบื้องต้น	7
บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรม	9
1. เพศสัมพันธ์กับวัยรุ่น	10
2. พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น	12
3. ความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาในวัยรุ่นหญิง	15
4. แนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในงานวิจัย	27
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	47
กรอบแนวคิดการวิจัย	49

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย	50
1. รูปแบบการวิจัยและแผนภูมิการทดลอง	50
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	52
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	53
4. การสร้างเครื่องมือ	60
5. การดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล	62
6. การวิเคราะห์ข้อมูล	63
บทที่ 4 ผลการศึกษา	64
ส่วนที่ 1 คุณลักษณะของประชากรและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับ เพศสัมพันธ์	65
ส่วนที่ 2 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่าง	73
ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	99
บทที่ 5 การอภิปรายผล	107
บทที่ 6 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	116
บทสรุปแบบสมบูรณ์ภาษาไทย	123
บทสรุปแบบสมบูรณ์ภาษาอังกฤษ	137
บรรณานุกรม	152
ภาคผนวก	158
ประวัติผู้วิจัย	196

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	องค์ประกอบของทักษะชีวิต และพฤติกรรมบ่งชี้เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3	33
2	โปรแกรมสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิง	54
3	จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ	66
4	จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ	70
5	ร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามความรู้เรื่องเพศศึกษารายข้อก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	74
6	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความรู้เรื่องเพศศึกษา ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	75
7	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษา ภายในของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	76
8	ร้อยละของนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามความรู้เรื่องเพศศึกษาก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	77
9	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษา ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	79
10	ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามความภาคภูมิใจในตนเองต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	80
11	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	81

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
12 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนภายในของกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	82
13 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามความภาคภูมิใจในตนเองต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวันเรียนก่อนและหลังการทดลอง	83
14 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	85
15 ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามความความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัย เรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	86
16 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	88
17 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนภายในของกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	88
18 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัย ก่อนและหลังการทดลอง	90
19 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อน และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	92
20 ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนและ หลังการเข้าร่วมโปรแกรม	93
21 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	95

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
22 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสศการมีเพศสัมพันธ์ ตามภายในของ กลุ่ม ทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	95
23 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามทักษะการปฏิเสศการมีเพศสัมพันธ์ก่อน และหลังการทดลอง	96
24 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสศการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อนและ หลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	98
25 ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนและ หลังการเข้าร่วมโปรแกรม	100
26 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ภายในของกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วม โปรแกรม	101
27 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ภายในของ กลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	102
28 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลอง	103
29 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	106

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิ		หน้า
1	องค์ประกอบของทักษะชีวิตในประเทศไทย	29
2	องค์ประกอบทักษะชีวิต	29
3	ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการป้องกันปัญหาสุขภาพ	35



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์ด้านพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นไทยในปัจจุบัน ผลการสำรวจเรื่องพฤติกรรมความรุนแรงและปัญหาเพศศึกษาในกลุ่มอายุ 13-18 ปี จากทุกอำเภอทั่วประเทศจำนวนกว่า 2 แสนคน ส่วนใหญ่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 พบว่าอายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเริ่มต้นที่อายุ 13 ปี จากข้อมูลของโครงการติดตามสภาวะการณ์เด็กและเยาวชนรายจังหวัด (Child Watch) เก็บข้อมูลเด็กและเยาวชนช่วงปี 2547 -2548 พบว่าเด็กมัธยมถึงอุดมศึกษา ยอมรับว่าเคยมีเพศสัมพันธ์ถึงร้อยละ 16.08 หรือประมาณ 1 แสน 8 หมื่นคน ร้อยละ 20 ของผู้มาคลอดบุตรที่โรงพยาบาลมีอายุต่ำกว่า 20 ปี วัยรุ่นที่มากลอดบุตรอายุน้อยที่สุดคือ 12 ปี แพทย์บางส่วนเริ่มพบว่ามียุวรุ่นที่ตกเลือดและติดเชื้อจากการทำแท้งมารับการรักษาเพิ่มมากขึ้น (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, สุขภาพคนไทย 2549 :70-71) วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเพิ่มขึ้น และเป็นการมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อยกับแฟน คู่รัก หรือเพื่อนทั้งในสถานศึกษาเดียวกันและต่างสถานศึกษา นอกจากนี้ยังพบว่าเมื่อมีเพศสัมพันธ์ในครั้งแรกแล้ว การมีเพศสัมพันธ์ในครั้งต่อไปก็จะเป็นไปง่ายขึ้น ความยับยั้งชั่งใจมีน้อยลง (วรรณวิมล สุรินทร์ศักดิ์ 2546 :บทคัดย่อ) และที่น่าเป็นห่วงอย่างยิ่งคือการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่มีการป้องกันการตั้งครรภ์ และขาดการป้องกันการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ หรือหากมีการป้องกันก็พบว่าเป็นการป้องกันในบางครั้ง บางโอกาสเท่านั้น ซึ่งสภาพการณ์เช่นนี้ ย่อมเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ หากวัยรุ่นต้องเผชิญกับปัญหาดังกล่าว ย่อมมีความเสี่ยงต่อสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในวัยรุ่นเป็นพฤติกรรมที่ทำให้เกิดปัญหาต่างๆตามมา ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม เนื่องจากความไม่พร้อมของตัววัยรุ่นเองซึ่งส่วนใหญ่กำลังศึกษาอยู่ในสถานศึกษาถ้าวัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ในช่วงวัยเรียนอาจทำให้วัยรุ่นหมกมุ่นอยู่กับเรื่องทางเพศ ไม่ให้ความสำคัญของการศึกษาและภายหลังการมีเพศสัมพันธ์วัยรุ่นมักเกิดความรู้สึกกังวล กลัวคนอื่นจะรู้โดยเฉพาะบิดามารดาหรือผู้ปกครอง กลัวสังคมไม่ยอมรับ หรือวิตกกังวลกับผลที่จะเกิดขึ้นภายหลังการมีเพศสัมพันธ์ เช่น การตั้งครรภ์ เนื่องจากวัยรุ่นขาดความรู้ที่ถูกต้อง

เกี่ยวกับเพศศึกษาในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย และวิธีการคุมกำเนิด (สุวชัย อินทรประเสริฐ, 2547: 125)

สังคมในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านการศึกษา เศรษฐกิจ สังคม รวมไปถึงสื่อสิ่งเร้าต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นนิตยสารโทรทัศน์ ภาพยนตร์ อินเทอร์เน็ต ที่กระตุ้นให้เกิดความต้องการทางเพศอย่างรุนแรง และการเผยแพร่ความรู้เรื่องเพศจากสื่อต่างๆ มักเน้นหนักด้านความต้องการและการตอบสนองทางกามารมณ์มากกว่าด้านวิชาการ สื่ออนาจารทางเพศซึ่งอยู่ในรูปแบบของสิ่งตีพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต (<http://www.childwatchthai.com/cwnews1.asp?GID23>) อีกทั้งมาตรการควบคุมคุณภาพที่ยังมีข้อบกพร่อง การนำเสนอสื่อแพร่กระจายอย่างกว้างขวางสู่บุคคลทุกระดับสังคม ทำให้รับรู้สิ่งต่างๆ จากสื่อได้ จนเกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และความคิดนำไปสู่พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ผลที่เกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น ทำให้วัยรุ่นหญิงต้องเป็นฝ่ายรับชะตากรรมหากวัยรุ่นหญิงมีเพศสัมพันธ์ ในวัยที่ไม่เหมาะสมจะส่งผลให้วัยรุ่นหญิงเผชิญกับปัญหาคุกคาม ทำให้แผนการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมตามวัยหรือสิ่งที่อาจคาดหวังไว้ในชีวิตของเด็กหญิงต้องเปลี่ยนแปลง เช่น ปัญหาการตั้งครรภ์ที่เด็กนักเรียนหญิงต้องออกจากโรงเรียนในขณะที่ยังเรียนหนังสือไม่จบ (สุวชัย อินทรประเสริฐ, 2547: 128) หรือ ต้องหลบหนีออกจากสังคมโดยการถูกตราหน้าว่าได้ผ่านการทำแท้ง และหากฝ่ายชายไม่รับหรือผู้ปกครองไม่ยอมรับผิดชอบอาจเกิดปัญหาการทอดทิ้งบุตร ทำให้เกิดปัญหาของสังคม นอกจากนี้ยังส่งผลไปสู่ครอบครัว โรงเรียนหรือสังคมที่ต้องรับภาระจากเด็กที่วัยรุ่นที่เจริญเติบโตในด้านร่างกายแต่ยังขาดความรับผิดชอบทางด้านสังคม เนื่องจากวัยรุ่นหญิงที่ถูกออกจากโรงเรียน ไม่จบการศึกษาทำให้ไม่มีวุฒิทางการศึกษานำไปสู่การทำงานที่มีรายได้ต่ำหรือ ไม่มีรายได้ต้องเป็นภาระในการเลี้ยงดูของครอบครัว และเป็นภาระของสังคมที่ต้องพึ่งพิงสวัสดิการจากรัฐ รวมถึงปัญหาในสุขภาพหลากหลายทั้งในโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ ที่ส่งผลต่อปัญหาสาธารณสุข และยังส่งผลทำให้สังคมต้องสูญเสียประชากรที่มีคุณภาพ (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, สุภาพคนไทย 2549 :14) ซึ่งชะตากรรมของเด็กวัยรุ่นหญิงนี้จะไม่เกิดขึ้นหากปัญหาได้รับการแก้ไข โดยหาสาเหตุของปัญหา และหาวิธีเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นหญิงที่อยู่ในสถานศึกษา

ในภาพรวมของจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ โดยข้อมูลสารสนเทศสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประจวบคีรีขันธ์ เขต 2 ณ วันที่ 10 มิถุนายน 2549 จำนวนนักเรียนที่ต้องออกจากโรงเรียนกลางคันของปีการศึกษา 2549 มีจำนวนทั้งสิ้น 475 ราย โดยสาเหตุมาจากความยากจนเป็นอันดับ 1 ร้อยละ 58.5 และอันดับ 2 คือ การสมรสอันเนื่องมาจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนจำนวน 59 ราย

คิดเป็นร้อยละ 12.4 สำหรับในพื้นที่อำเภอสามร้อยยอดพบถึงจำนวน 2 ราย คิดเป็นร้อยละ 3.4 ของเขตพื้นที่การศึกษา ซึ่งเป็นจำนวนที่ไม่น้อย ดังนั้นถ้าไม่รับหาวิธีการแก้ไขป้องกันอาจจะก่อให้เกิดปัญหาดังกล่าวตามมามากขึ้น ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาเบื้องต้นเรื่องพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของโรงเรียนบ้านหนองคาง อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ เมื่อ เดือนกุมภาพันธ์ 2549 โดยการสอบถามเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 21 ราย พบว่านักเรียนจำนวน 2 ราย (ร้อยละ 9.5) เคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว โดยมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุ 14 และ 15 ปีกับเพื่อน และไม่ได้มีการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ในครั้งนั้น หนึ่งในนั้นเป็นนักเรียนหญิง ตอบว่าสาเหตุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเพราะเพื่อนชักชวน ส่วนนักเรียนชายตอบว่าสาเหตุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเพราะสื่อวีดีโอกระตุ้นอารมณ์เพศ เมื่อทำการศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 22 ราย เกี่ยวกับความรู้เรื่องเพศศึกษาและการคุมกำเนิดจำนวน 15 ข้อ แบ่งเป็นเรื่องเพศศึกษา 10 ข้อและการคุมกำเนิด 5 ข้อ พบว่าร้อยละ 80 มีความรู้ในเรื่องการคุมกำเนิด แต่ความรู้ในประเด็นของการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์และการปรับตัว ความรู้ในระบบอวัยวะสืบพันธุ์และวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขปฏิบัติของอวัยวะเพศ และความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ พบว่า นักเรียนมีความรู้ร้อยละ 60 ในทุกประเด็น ผลจากการศึกษาเบื้องต้นในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 สอดคล้องกับข้อมูลการฝากครรภ์ของสถานีอนามัย ตำบลศิลาลอย ที่พบว่าในปีงบประมาณ 2548 มีหญิงฝากครรภ์ที่เป็นนักเรียนหญิงที่ต้องถูกออกจากโรงเรียนในขณะเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 จำนวน 2 ราย และในปีงบประมาณ 2549 พบนักเรียนหญิงที่ต้องออกจากโรงเรียนด้วยเหตุการณ์มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนจนเกิดการตั้งครรภ์ จำนวน 2 ราย จากการวิเคราะห์เชิงลึกพบว่าในช่วงวัยนี้เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและเริ่มสนใจในเพศตรงข้าม และวัยรุ่นจะมีการหารายได้พิเศษในโรงงานในช่วงวันหยุด ทำให้มีการคบหากับเพื่อนต่างเพศมากขึ้น มีอิสระในการอยู่สองต่อสอง ส่งผลให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ง่ายขึ้น และเด็กในโรงเรียนที่ห่างไกลสังคมเมืองมีเวลาว่างจากการไม่ได้รับการเรียนเพิ่มเติมในวันหยุด ในส่วนของครอบครัวของนักเรียนไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่มากนัก นักเรียนจึงมีการเรียนรู้เรื่องเพศอย่างไม่ถูกต้องเหมาะสม เนื่องจากบิดามารดาทำอาชีพเกษตรกรรมและโรงงานอุตสาหกรรมเป็นส่วนใหญ่ เวลาในการดูแลบุตรในช่วงเวลากลางวันน้อย ในบางครั้งเด็กต้องอยู่บ้านคนเดียว ก่อให้เกิดความเหงา ซึ่งที่ทราบกันว่าในช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงที่ต้องการเพื่อนหรือสังคมเพื่อนมาเป็นลำดับต้นๆ ซึ่งการไม่ทราบวิธีการปฏิบัติ พร้อมทั้งไม่ได้คุมกำเนิดเนื่องจากไม่ทราบวิธีคุมกำเนิดและไม่ปรึกษาผู้ใด เห็นได้อย่างชัดเจนว่าการที่นักเรียนหญิงมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเพราะไม่มีความรู้และทักษะในการปฏิบัติเมื่อต้องอยู่ในสถานการณ์ดังกล่าว ซึ่งส่งผลให้เกิดปัญหาดังกล่าวตามมา และสอดคล้องกับผลการสำรวจปัญหาอนามัยแม่

และเด็กในเขตรับผิดชอบของสถานีนามัยตำบลศิลาลอย อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ของทิตยาพร ธรรมาเจริญราช (2546) โดยสำรวจหญิงที่ตั้งครรภ์ครั้งแรกจำนวน 122 คนระหว่างวันที่ 1 มกราคม 2542 - 31 ธันวาคม 2546 พบว่า ร้อยละ 58.2 มีอายุไม่เหมาะสมในการตั้งครรภ์ คืออายุต่ำกว่า 20 ปี ในจำนวนนี้ประมาณร้อยละ 5 เป็นนักเรียนหญิงที่มีการตั้งครรภ์ในวัยเรียน ซึ่งแสดงให้เห็นชัดเจนว่าการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนกำลังเป็นปัญหาสำคัญและเร่งด่วนที่ต้องได้รับการแก้ไขของตำบลศิลาลอย อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

จากข้อมูลข้างต้นการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียน ผู้บริหารและคณะครูร่วมกับสถานีนามัยในเขตพื้นที่ได้เห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว เนื่องจากยังไม่มีแผนการหรือแนวทางแก้ไขปัญหา จึงทำให้ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนยังคงอยู่ และต้องได้รับการแก้ไขเนื่องจากปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนเป็นปัจจัยสนับสนุนให้เกิดปัญหาในทุกๆด้าน ทั้งต่อตัวนักเรียนที่ต้องถูกพิจารณาให้ออกจากโรงเรียนและสูญเสียอนาคตทางการศึกษา ปัญหาในระดับครอบครัวที่ต้องเลี้ยงดูนักเรียนที่ยังไม่มีรายได้ ส่งผลให้เกิดปัญหาในระดับชุมชน คือโรงเรียนสูญเสียชื่อเสียงและภาพลักษณ์ต่อชุมชน ทั้งนี้สถานีนามัยในเขตรับผิดชอบ ต้องดูแลหญิงตั้งครรภ์อายุน้อยซึ่งเป็นปัญหาสาธารณสุขที่ต้องดำเนินการแก้ไข ตามเกณฑ์ของสาธารณสุขหญิงตั้งครรภ์ที่อายุต่ำกว่า 20 ปี ต้องไม่เกินร้อยละ 10 ผู้วิจัยได้นำประเด็นปัญหาเข้าปรึกษากับผู้บริหารและคณาจารย์เพื่อหาแนวทางแก้ไข พร้อมทั้งทำการวิเคราะห์แนวทางสอนเรื่องเพศศึกษาของโรงเรียนพบว่ามีการสอนเรื่องความรู้และแนวทางปฏิบัติในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในโรงเรียนตามหลักสูตร ซึ่งการสอนเน้นในเรื่องความรู้เป็นส่วนใหญ่ จึงสรุปได้ว่าการสอนเรื่องเพศศึกษาในระบบของโรงเรียนไม่เพียงพอต่อการจะป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงได้

ผู้วิจัยเชื่อว่า การป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำให้นักเรียนหญิงมีความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน มีทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งท้ายที่สุดจะทำให้นักเรียนหญิงมีพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้

คำถามการวิจัย

โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ทำให้นักเรียนหญิงมีการเปลี่ยนแปลงความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ได้หรือไม่อย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

วัตถุประสงค์เฉพาะ

เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการสุขศึกษา เพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ดังต่อไปนี้

1. ความรู้เรื่องเพศศึกษา
2. ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
3. ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
4. ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
5. พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนหญิงที่เข้าร่วมโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิง เกิดความเปลี่ยนแปลงในเรื่องต่อไปนี้

1. ความรู้เรื่องเพศศึกษา
2. ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
3. ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
4. ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
5. พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ตัวแปรในการศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3
2. ตัวแปรตาม ได้แก่
 - 2.1 ความรู้เรื่องเพศศึกษา
 - 2.2 ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
 - 2.3 ความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
 - 2.4 ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
 - 2.5 พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

นิยามตัวแปร

1. โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิง หมายถึง ชุดของกิจกรรมสุขศึกษาที่จัดขึ้นอย่างเป็นระบบ โดยประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขและองค์การอนามัยโลก มาใช้ในการจัดกิจกรรมสุขศึกษาในทุกชั้นตอนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและการเรียนรู้จากจากกระบวนการสร้างทักษะชีวิต ซึ่งกิจกรรมประกอบด้วย การบรรยาย การอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง การสาธิต การแสดง บทบาทสมมติ และการฝึกทักษะ

2. ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของนักเรียนหญิงประกอบไปด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะ ที่จะสามารถปรับตัวและเผชิญต่อสิ่งเร้าในการนำไปสู่การป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

3. **ความรู้เรื่องเพศศึกษา** หมายถึง การจำและเข้าใจข้อเท็จจริงในรายละเอียดเรื่องการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์ และการปรับตัวของวัยรุ่น ความแตกต่างระหว่างเพศหญิงและเพศชาย รู้วิธีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขปฏิบัติของอวัยวะเพศอย่างถูกต้อง และรู้พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์พร้อมทั้งรู้จักวิธีการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

4. **ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน** หมายถึง ความรู้สึกที่นักเรียนหญิง มองเห็นคุณค่าในตนเอง และให้คุณค่าต่อตนเอง และมีข้อมูลสะท้อนกลับที่ได้รับจากบุคคลแวดล้อมประเมินตนเองในด้าน ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียน

5. **ความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน** หมายถึง การเข้าใจและมีความคิดที่ถูกต้องว่าการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นสิ่งไม่ดีไม่เหมาะสม และมีแนวทางในการปฏิบัติเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

6. **ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์** หมายถึง ความสามารถของนักเรียนหญิงในการใช้คำพูดและภาษาท่าทาง เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนในการแสดงความต้องการที่จะปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์

7. **พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน** หมายถึง การแสดงออกหรือการกระทำของนักเรียนหญิง ที่เป็นไปเพื่อป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยวัดจากพฤติกรรมป้องกัน 4 ด้าน คือ การหลีกเลี่ยงสิ่งยั่วยุทางเพศ ดังเช่น เอกสาร ภาพ ภาพเขียน ภาพพิมพ์ ภาพระบายสี สิ่งพิมพ์ รูปภาพ ภาพโฆษณา เครื่องหมาย รูปถ่าย ภาพยนตร์ วัสดุบันทึกภาพ วัสดุบันทึกข้อมูล วัสดุบันทึกเสียง เสียงหรือถ้อยคำทางโทรศัพท์ ข้อความ ข้อมูล ข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ ไม่ว่าจะอยู่ในสื่อชนิดใด ที่กระตุ้น ส่งเสริม หรือยั่ว ให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ การไม่ไปเที่ยวสองต่อสองกับคู่รักหรือเพื่อนชาย การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรม เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้แก่ เพื่อนที่ไม่ไปไหนสองต่อสองกับแฟน เพื่อนที่ดื่มของมึนเมาเพื่อนที่เสพ หรือยุ่งเกี่ยวกับยาบ้า เพื่อนที่ชอบดูหนัง ประเภทๆ ใดๆ และการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักจูง

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. การเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม เพื่อประเมินความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน คำตอบที่ได้ถือเป็นข้อมูลที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

2. การวิจัยครั้งนี้ไม่สามารถควบคุมกิจกรรมการให้ข้อมูลข่าวสาร กิจกรรมการณรงค์ เรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์จากสื่อมวลชนหรือหน่วยงานต่างๆ ได้ แต่ถือว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มได้รับข่าวสารไม่แตกต่างกัน

3. การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิง ได้แก่ ความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทัศนคติในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน ซึ่งในสถานการณ์ที่เป็นจริงในชีวิตประจำวันของกลุ่มที่ศึกษาอาจไม่เคยมีประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนมาก่อน โอกาสที่จะนำทักษะที่ได้รับการฝึกไปใช้หรือโอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์อาจไม่เกิดขึ้นเลยในช่วงระยะเวลาการศึกษาวิจัย ดังนั้นการวัดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรม ผู้วิจัยจึงได้กำหนดสถานการณ์ในการวัดให้ใกล้เคียงกับสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นจริง ในชีวิตประจำวันของกลุ่มเป้าหมาย

บทที่ 2

ทบทวนวรรณกรรม

ในการศึกษาเรื่องการสร้างเสริม ทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 โรงเรียนในเขต อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อ เป็นแนวทางในการวิจัยและการสร้างกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังหัวข้อต่อไปนี้

1. เพศสัมพันธ์กับวัยรุ่น
 - 1.1 ธรรมชาติของวัยรุ่น
 - 1.2 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น
2. ความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาในวัยรุ่นหญิง
 - 2.1 การพัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจในด้านเกี่ยวกับเพศในช่วงวัยรุ่น
 - 2.2 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
 - 2.3 การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น
3. พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น
 - 3.1 การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ
 - 3.2 การไม่ไปเที่ยวสองต่อสองกับคู่รักหรือเพื่อนชาย
 - 3.3 การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง
 - 3.4 การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร
4. แนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในงานวิจัย
 - 4.1 แนวคิดทักษะชีวิตและการสอนทักษะชีวิต
 - 4.2 แนวคิดเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง
 - 4.3 แนวคิดเกี่ยวกับการตระหนักรู้ในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร
 - 4.4 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
 - 4.5 การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ

5.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น

5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีทักษะชีวิต

1. เพศสัมพันธ์กับวัยรุ่น

ความต้องการทางเพศเป็นสิ่งที่ เป็นธรรมชาติในมนุษย์ เพื่อให้มีการสืบเผ่าพันธุ์ มนุษย์มีการเจริญของพฤติกรรมทางเพศตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่ โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น ในวัยรุ่นร่างกายและจิตใจจะได้รับการกระตุ้นจากฮอร์โมนที่ทำให้มีการเจริญเติบโตทางเพศที่สมบูรณ์ขึ้น ความต้องการทางเพศจะนำไปสู่การอยากรู้อยากเห็น โดยจะพยายามหาความรู้จากเพื่อน จากสื่อสิ่งพิมพ์ สิ่งเร้ามากมาย ไม่ว่าจะเป็นหนังสือโป๊ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ ที่กระตุ้นทำให้เกิดความรู้สึกทางเพศ ผศ.นพ.โกวิท คำพิทักษ์ ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ได้ศึกษาเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นในปี 2544 พบว่าค่าเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกแตกต่างกันไปในแต่ละประเทศ โดยเฉพาะในวัยรุ่นหญิง แต่ที่พบว่าอายุของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของวัยรุ่นในเอเชียและลาตินอเมริกาต่ำกว่าในแอฟริกา ยุโรป และอเมริกาเหนือ (Hubert, et al, 1998; Demographic and Health Surveys, 1999) ในสหรัฐอเมริกาเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นเพิ่มขึ้นในอัตราสม่ำเสมอตั้งแต่ ค.ศ. 1970 และอัตราเพิ่มลดลงบ้างในปี ค.ศ. 1990 แม้ว่าจะมีการใช้ถุงยางอนามัยอย่างแพร่หลายและอัตราการตั้งครรภ์ได้ลดต่ำลง ซึ่งตรงกันข้ามกับประเทศอังกฤษ ในปี ค.ศ. 1957 มีเพียง 1 เปอร์เซ็นต์ ของวัยรุ่นหญิงและชายที่พบว่า มีเพศสัมพันธ์ก่อนอายุ 16 ปี และเพิ่มเป็น 25 เปอร์เซ็นต์ ของวัยรุ่นหญิงเมื่อทำการวิจัยในปี 1997 และมีอัตราการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหญิงเพิ่มสูงมากด้วยโดยทั่วไปวัยรุ่นทั่วโลกมีเพศสัมพันธ์ในอายุเฉลี่ยที่เร็วขึ้น (15-16 ปี) เทียบกับในรุ่น พ่อ-แม่ (18 ปี) แต่แนวโน้มดังกล่าวอาจคงที่หรือกลับกันในบางประเทศ (Durex, 1996)

1.1 ธรรมชาติของวัยรุ่น

วัยรุ่น เป็นวัยที่เจริญเติบโตไปสู่ภาวะซึ่งเด็กจะบรรลุถึงขั้นวุฒิภาวะนั้นไม่ใช่จะเจริญเติบโตแต่ด้านร่างกายด้านเดียวเท่านั้น ทางจิตใจก็เจริญเติบโตเป็นเงาตามตัวไปด้วย นั่นคือจะต้องมีพัฒนาทั้ง 4 ด้านไปพร้อมๆกัน ได้แก่ ด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา และสังคม

เป็นช่วงที่เด็กจะพัฒนาไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม ในระยะเด็กเริ่มให้ความสนใจตนเอง ค้นหาตนเอง แสวงหาค่านิยมและปรัชญาชีวิต ขณะเดียวกันมักจะมีการวิตกกังวลเกี่ยวกับตนเอง ส่วนทางด้านจิตใจวัยรุ่นจะมีพัฒนาการทางด้านความรู้สึก และอารมณ์แตกต่างไปจากวัยเด็ก ทั้งนี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จึงเป็นสาเหตุให้เกิดความแปรปรวนทางอารมณ์ ด้วยการแสดงออกทางอารมณ์ไม่ว่าจะเป็นรัก โกรธ ดีใจ เสียใจ ค่อนข้างรุนแรง

วัยรุ่น เป็นวัยที่มีความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจ วัยรุ่นเป็นวัยของการกระทำที่เหมือนเด็กแต่ก็เหมือนผู้ใหญ่ในเวลาเดียวกัน ระยะเวลาของวัยรุ่นจัดว่าเป็นระยะที่เริ่มตั้งแต่วัยเด็กตอนปลายจนเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ในช่วงเวลาดังกล่าว จึงยังอาจมีการแสดงออกถึงการกระทำที่ยังเป็นเด็กอยู่หลายอย่าง แม้ว่าจะเป็นเวลาที่เด็กกำลังเจริญเติบโตขึ้นเรื่อยๆก็ตาม วัยรุ่นถูกจัดว่าเป็นช่วงเวลาที่บุคคลไม่สมควรได้รับการปฏิบัติเยี่ยงเด็ก แต่ก็ยังไม่พร้อมที่จะได้รับการปฏิบัติอย่างเช่นผู้ใหญ่ ช่วงเวลาที่อยู่ในระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่จึงถูกจัดว่าเป็นระยะของวัยรุ่น

จากความหมายข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า วัยรุ่น หมายถึง สภาวะของบุคคลที่อยู่ในช่วงของความเจริญเติบโตจากวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายๆ ด้าน ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เริ่มมีความสนใจเกี่ยวกับเรื่องเพศ และวุฒิภาวะทางเพศ คือสามารถมีเพศสัมพันธ์และให้กำเนิดบุตรเมื่ออายุย่างเข้าสู่ 13-15 ปี กระทั่งสามารถรับผิดชอบและพึ่งพาตนเองจนสามารถเป็นอิสระจากการปกครองของผู้ใหญ่ ในช่วงอายุ 20-24 ปี ช่วงวัยรุ่นนี้จัดเป็นระยะสำคัญที่สุดของการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เป็นวัยอยากรู้อยากเห็น ต้องการแสวงหาประสบการณ์แปลกใหม่ให้กับชีวิต โดยเฉพาะประสบการณ์ทางเพศ เพราะเมื่อร่างกายของวัยรุ่นเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วจนใกล้เคียงกับผู้ใหญ่และเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ แล้วต่อมาไม่เข้าใจความรู้สึกทางเพศก็จะเกิดขึ้น โดยแทรกอยู่ในความคิดฝัน และพฤติกรรมซึ่งจะทำให้ความคิดต่อตนเอง ภาพพจน์เกี่ยวกับตนเอง (Self-image) ความคิดเห็นต่อคนอื่นและการมองโลกภายนอกเปลี่ยนไป

วัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังเตรียมตัวจะพึ่งตนเองเป็นอิสระ ในขณะที่ยังต้องการได้รับการสนับสนุนปกป้องและคำแนะนำจากบิดามารดา จึงอาจเกิดความยุ่งยากระหว่างวัยรุ่นกับบิดามารดา แรงผลักดันทางเพศซึ่งถูกกระตุ้นโดยฮอร์โมนจะรุนแรงขึ้นจนยากจะเก็บกดไว้ได้ ความรู้สึกทางเพศจึงหันออกไปสู่บุคคลภายนอกครอบครัว การมีความรัก ความต้องการทางเพศตรงข้ามจะเข้า

ไปแทนที่การความผูกพันต่อบิดามารดา ความผูกพัน ทางจิตใจมักจะรวมเป็นสิ่งเดียวกันกับความใกล้ชิดทางร่างกาย และทางเพศ

1.2 ปัจจัยที่เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น

1.2.1 ปัจจัยด้านชีววิทยา อิทธิพลของฮอร์โมนเพศมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจของวัยรุ่น เกิดแรงขับเคลื่อนทางเพศ (Sex drive) โดยธรรมชาติ ทำให้สนใจอยากรู้เรื่องเพศมากขึ้นจนถึงขั้นอยากทดลองมีเพศสัมพันธ์ และมีเพศสัมพันธ์ในที่สุด

1.2.2 ปัจจัยทางด้านจิตวิทยา จิตสำนึกของความเป็นผู้หญิงหรือชาย ที่ทำให้เกิดความรู้สึกต้องการมีบทบาทเป็นภรรยาหรือสามี จะผลักดันให้วัยรุ่นเกิดมีเพศสัมพันธ์ได้และหากวัยรุ่นนั้นมีประสบการณ์ในวัยเด็ก หรือปัจจุบันมีปัญหาขาดความรัก ความอบอุ่นในครอบครัว ก็ย่อมทำให้ต้องการแสวงหาสิ่งชดเชย และมีเพศสัมพันธ์ตามมาได้

1.2.3 ปัจจัยทางด้านสังคมวิทยา เนื่องจากสังคมเป็นตัวกำหนดการแสดงออกทางเพศว่าควรจะแสดงออกลักษณะใด เช่น เพศหญิงต้องรักษานวลสงวนตัว ไม่แสดงออกถึงความต้องการมีเพศสัมพันธ์ แต่ในปัจจุบันอารยะธรรมตะวันตกได้เข้ามาอิทธิพลในสังคมไทย ชายหญิงมีอิสระเสรีในการติดต่อคบหากันมากขึ้น การแสดงออกทางเพศที่เป็นการรักษานวลสงวนตัวจึงน้อยลง จากการได้เห็นแบบอย่างตามกระแสอาณานิคมและสังคมเหล่านี้ ประกอบกับแรงขับทางเพศ ทำให้วัยรุ่นต้องการและพยายามแสวงหาทางออกเพื่อตอบสนองความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศ ซึ่งสังคมไทยก็ได้กำหนดว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องที่ไม่ควรพูดเปิดเผย พูดถึงไม่ได้ ทำให้วัยรุ่นไม่กล้าพูดคุยหรือปรึกษาทางเพศกับบุคคลที่ควรปรึกษา ผลที่ตามมาคือก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ อันได้แก่ การตั้งครรภ์อันไม่พึงปรารถนา การทำแท้ง การสูญเสียอนาคตทางการศึกษา และที่สำคัญอาจนำมาซึ่งปัญหาการเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ชนิดต่างๆ ตามมา (คุชฎี เจริญสุข 2540 : 57-59)

2. พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น

แฮริส และกูเทน (Harris and Guten 1979:28 ,อ้างถึงใน เจนจิรา สุขเกื้อ 2546:16) ให้ความหมายพฤติกรรมในเชิงการป้องกัน (Protective Behavior) โดยหมายถึงการกระทำใดๆ ของบุคคลที่กระทำเป็นปกติและ สม่าเสมอที่มีวัตถุประสงค์ให้บุคคลมีคุณภาพชีวิตที่ดี จากการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นมีหลายด้าน ใน

ที่นี้ผู้วิจัยได้วิเคราะห์เนื้อหาและเลือกพฤติกรรมที่สอดคล้องกับการเสริมสร้างทักษะในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนหญิง ได้แก่ การหลีกเลี่ยงสิ่งยั่วทางเพศ การไม่ไปเที่ยวสองต่อสองกับคู่รักหรือเพื่อนชาย การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง และการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

2.1 การหลีกเลี่ยงสิ่งยั่วทางเพศ

สังคมยุคปัจจุบันเป็นยุคโลกาภิวัตน์ ซึ่งมีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและวัฒนธรรมก่อให้เกิดการติดต่อสื่อสารที่ไร้พรมแดน ความรู้และข่าวสารต่างๆรวมทั้งเรื่องเพศมีการเผยแพร่ในรูปแบบสื่อต่างๆ มากยิ่งขึ้น สื่อสิ่งพิมพ์ วิดีโอ วีซีดี ภาพยนตร์ปลุกเร้าอารมณ์ทางเพศ เว็บไซต์ที่ลามกจากอินเทอร์เน็ต หรือสถานเริงรมย์ ต่างๆเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งกระตุ้นให้วัยรุ่นอยากรู้อยากลองเข้าไปหาประสบการณ์แปลกใหม่ ซึ่งมีผลต่อพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น เพราะวัยรุ่นที่รับรู้เรื่องราวทางเพศแต่ขาดการชี้นำในการปฏิบัติที่ถูกต้อง ก็จะนำไปสู่พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม (เจนจิรา สุขเกื้อ 2546 : 18) สิ่งยั่วทางเพศจะมีอิทธิพลและส่งผลให้มีเพศสัมพันธ์มากขึ้น ทำให้ทัศนคติทางเพศของวัยรุ่นมีเพิ่มมากขึ้น วัยรุ่นส่วนใหญ่ที่เสพสื่อลามกจะมีความต้องการทางเพศมากขึ้นถึง 2-3 เท่า (อมรวิรัช นาคทรพร, หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ ปีที่ 57 ฉบับที่ 17555 วันจันทร์ที่ 13 กุมภาพันธ์ 2549) ซึ่งตรงกับผลการวิจัยของ จุฬารัตน์ ห้าวหาญ (2539 : 107) และกาญจนา ปิณฑุทธ (2541 : 87) ที่ศึกษาปัจจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของกลุ่ม วัยรุ่น พบว่าการได้รับสื่อปลุกเร้าอารมณ์หรือสิ่งยั่วทางเพศ ซึ่งได้แก่ การอ่านหนังสือ ดูภาพยนตร์ ดูโทรทัศน์ปลุกเร้าอารมณ์รวมทั้งการเที่ยวสถานเริงรมย์ สัมพันธ์กับการมีเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้น จากข้อมูลดังกล่าว จำเป็นต้องส่งเสริมให้นักเรียนหญิงหลีกเลี่ยงสิ่งยั่วทางเพศซึ่งอยู่ในชีวิตประจำวัน อันได้แก่ หนังสือโป๊ โทรทัศน์ วิดีโอ วีซีดี ภาพยนตร์ ที่แสดงถึงการปลุกเร้าอารมณ์ รวมถึงสื่อลามกต่างๆ เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

2.2 การไม่ไปเที่ยวสองต่อสองกับคู่รักหรือเพื่อนชาย

ชายและหญิงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น จะเริ่มสนใจเพศตรงข้ามและจากสังคมที่เปลี่ยนแปลงทำให้วัยรุ่นชายหญิงมีโอกาสพบปะ พูดคุย มีอิสระในการคบเพื่อนต่างเพศ และมีกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันมากขึ้น ซึ่งทำให้เกิดความใกล้ชิดและก่อให้เกิดการคบหากันในลักษณะที่เรียกว่าคู่รัก โดยส่วนหนึ่งอาจเริ่มจากการเป็นเพื่อน การมีคู่รักเป็นค่านิยมที่แพร่หลายในสังคมวัยรุ่นปัจจุบัน วัยรุ่นที่มีคู่รักมักต้องการอยู่ใกล้ชิดกัน เพราะความต้องการนี้ทำให้มีการนัดพบปะเที่ยวเตร่ตามลำพังสองต่อสอง โอกาสที่จะถูกเนือต้องตัวกันมีมากขึ้น และถ้าหากขาดการยับยั้งชั่งใจ หรือฝ่าย

หญิงอาจถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ ย่อมทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรขึ้นได้ จากการศึกษาของ ชวนันท์ โฆสิต (2536 : 4) ได้ศึกษาพฤติกรรมการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ของนักเรียนมัธยมศึกษาทั่วประเทศ จำนวน 2,511 คน ผลพบว่านักเรียนที่เคยมีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่มีเพศสัมพันธ์กับคู่อุปถัมภ์ และปัจจัยที่กระตุ้นให้ร่วมเพศมากที่สุดคือ มีความต้องการทางเพศ ร้อยละ 90.6 และรองลงมาคือความใกล้ชิดกับคนรักในที่ลับตา ร้อยละ 77.2 และนอกจากนี้ผลการศึกษาของ ประภาพร โอภาสสวัสดิ์ (2538 : 22) ที่ได้ศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศ ของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดชลบุรี จำนวน 600 คน พบว่านักเรียนที่เคยไปเที่ยวเตร่กับคู่อุปถัมภ์ตามลำพังมีระดับคะแนนพฤติกรรมทางเพศสูงกว่านักเรียนที่ไม่เคยไปเที่ยวเตร่กับคู่อุปถัมภ์ตามลำพัง ซึ่งการสนับสนุนให้เด็กนักเรียนหญิงไม่ไปเที่ยวสองต่อสองกับคู่อุปถัมภ์หรือเพื่อนชายน่าจะเป็นการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้วิธีหนึ่ง

2.3 การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการคบเพื่อน ต้องการการยอมรับจากเพื่อน เพื่อนจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น หากวัยรุ่นมีเพื่อนที่มีความประพฤติดีจะชักชวนกันปฏิบัติในทางที่เหมาะสม แต่ในทางตรงกันข้ามหากวัยรุ่นมีเพื่อนสนิทที่ไม่ดีรวมถึงมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม ย่อมจะชักนำไปสู่พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้ ดังงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยที่ทำให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ของ ขวัญชนก ศิริวัฒนกาญจน์ (2541 : 119) และ วรรณวิมล สุรินทร์ศักดิ์ (2546 : 109) พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการร่วมเพศ ของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นและเยาวชน ปัจจัยหนึ่งเกิดจากการมีเพื่อนสนิทที่เคยมีเพศสัมพันธ์และมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งเป็นข้อมูลสนับสนุนได้ว่า หากจะป้องกันให้เด็กไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร น่าจะสนับสนุนให้เด็กหญิงไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

2.4 การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนควรเคารพและยอมรับ การปฏิเสธที่ได้ผลมักเป็นการปฏิเสธในสถานการณ์ที่ถูกชักชวนไปทำในสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์ หรือเกิดผลกระทบในแง่ลบตามมา การปฏิเสธ การมีเพศสัมพันธ์เป็นสิ่งที่ควรสนับสนุนให้เด็กวัยรุ่นหญิงหรือนักเรียนหญิงได้มีการฝึกฝนเพื่อให้เกิดทักษะในการปฏิเสธที่ดี ไม่ส่งผลในแง่ลบหลังการปฏิเสธ หากนักเรียนหญิงถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์การปฏิเสธโดยเหตุผลบอกความต้องการอย่างตรงไปตรงมาและมีทักษะที่ดีในการปฏิเสธย่อมเป็นพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้เป็นอย่างดี

ขั้นตอนการปฏิเสธ มี 3 ขั้นตอน คือ

1. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น
2. การขอปฏิเสธ เป็นการบอกปฏิเสธให้ชัดเจนเป็นคำพูด
3. การขอความเห็นชอบ เพื่อรักษาน้ำใจของผู้ชวน และควรกล่าวขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ

การหาทางออกเมื่อถูกเข้าชี้

บางครั้งผู้ชวนพูดเข้าชี้ต่อเพื่อชวนให้สำเร็จ ผู้ถูกชวนไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูด เพราะจะทำให้ขาดสมาธิในการหาทางออก ควรยืนยันการปฏิเสธด้วยท่าทีมั่นคง และหาทางออกโดยเลือกวิธีการต่อไปนี้

1. ปฏิเสธซ้ำ โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้าง พร้อมทั้งบอกสาเหตุแล้วเดินจากไปในทันที
2. การต่อรอง โดยการชวนไปทำกิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน
3. การผัดผ่อน โดยการขอยืดระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ

3. ความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาในวัยรุ่นหญิง

3.1 พัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจในด้านเกี่ยวกับเพศในช่วงวัยรุ่น

ลักษณะเฉพาะของวัยรุ่นหญิง

วัยรุ่นเป็นช่วงเวลาหนึ่งของอายุที่ร่างกายของเด็กหญิงมีการเจริญเติบโตแสดงลักษณะทางเพศแบบทุติยภูมิ (Secondary Sexual Characteristics) ร่วมกับการมีระดูตลอดจนมีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจจากเด็กมาเป็นผู้ใหญ่

ในช่วงเวลาดังกล่าว การเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เด่นชัดได้แก่ การเจริญเติบโตของเต้านมมีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศและรักแร้ร่างกายสูงขึ้นอย่างรวดเร็วมีการตกไข่และมีระดู ความสัมพันธ์ของการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว รวมทั้งจุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลงและเวลาที่ใช้ในการเจริญเติบโตโดยสมบูรณ์ อาจแตกต่างกันในเด็กหญิงแต่ละคนได้อย่างมากเช่น เด็กหญิงคนหนึ่งร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงลักษณะต่างๆครบ6อย่างแล้วในขณะที่เด็กหญิงอีกคนหนึ่งวัย

เด็กบางคนยังไม่มี การเริ่มของการเปลี่ยนแปลงเลยในทำนองเดียวกันเด็กหญิงบางคนอาจมีการเปลี่ยนแปลงที่ไม่เป็นไปตามขั้นตอนเช่น เต้านมโตขึ้น มีระดูก่อนที่จะมีขนรักแร้ โดยทั่วไปช่วงอายุที่จัดอยู่ในช่วงเกณฑ์ปกติของวัยสาวคือ 9-16 ปีโดยมีการเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ ชัดเจนคือ

1. การเจริญเติบโตของเต้านม

Tanner ได้แบ่งการเจริญเติบโตของเต้านมออกเป็น 5 ระยะ กล่าวคือ

ระยะที่ 1 ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ยังเป็นลักษณะเหมือนเด็ก

ระยะที่ 2 เริ่มมีการเจริญเติบโตของต่อมสร้างน้ำนม (Breast bud) ได้บริเวณหัวนมทำให้เห็นบริเวณหัวนมสูงขึ้น

ระยะที่ 3 เต้านมและฐานรอบหัวนม (Areola) มีการขยายใหญ่ขึ้น รูปร่างค่อนข้างกลม

ระยะที่ 4 หัวนมและฐานรอบหัวนมขยายใหญ่เร็วกว่าส่วนเต้านม จนทำให้เห็นนูนเด่นชัดกว่าส่วนเต้านมที่ยังเจริญเติบโตไม่เต็มที่

ระยะที่ 5 ขนาดเต้านมเจริญเติบโตเต็มที่เท่าขนาดในผู้ใหญ่ ส่วนเต้านมฐานรอบหัวนมและหัวนมจะเจริญเติบโตได้สัดส่วนกัน

เด็กหญิงบางคนอาจมีการเปลี่ยนแปลงของเต้านมระยะที่ 3 ไปเป็นระยะที่ 5 โดยไม่ผ่านลักษณะของระยะที่ 4 หรือบางรายอาจหยุดอยู่ที่ระยะที่ 4 นานมากก่อนจะเข้าสู่ระยะที่ 5 ปกติการเปลี่ยนแปลงของเต้านมจะเริ่มขึ้นตั้งแต่อายุประมาณ 9 ขวบ และมีน้อยรายที่ยังไม่มีการเปลี่ยนแปลงเลยจนกระทั่งถึงอายุ 13 ขวบขณะเดียวกันระยะเวลาที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลงจากระยะที่ 2 ถึงระยะที่ 5 ในแต่ละคนจะแตกต่างกันมากถึงแม้จะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงพร้อมกันและเป็นที่น่าสังเกตว่าการเปลี่ยนแปลงของเต้านมอาจไม่เท่ากันทั้งสองข้าง

2. การเจริญเติบโตของขนบริเวณอวัยวะเพศ

มีการแบ่งระยะการเจริญเติบโตเช่นเดียวกับของเต้านมการเจริญของขนบริเวณอวัยวะเพศ อาจแบ่งตามการกระจายตัวได้ 5 ระยะ

ระยะที่ 1 ไม่มีขนหายให้เห็น ลักษณะเช่นเดียวกับในเด็ก

ระยะที่ 2 เริ่มเห็นขนหายบริเวณ Labia majora และบริเวณส่วนกลางของ Mons pubis บ้าง

ระยะที่ 3 เริ่มเห็นขนหยาบมากขึ้นและแพร่กระจายไปบนบริเวณเหนือหัวหน้าเป็นรูปสามเหลี่ยมเล็กๆที่มีฐานอยู่ด้านบน

ระยะที่ 4 ลักษณะของขนกระจายตัวกว้างขึ้น ครอบคลุมบริเวณเหนือหัวหน้าเกือบหมด ยกเว้นที่มุมด้านข้างทั้งสองของฐานรูปสามเหลี่ยม

ระยะที่ 5 การกระจายของขนเป็นลักษณะผู้ใหญ่เต็มที่เป็นรูปสามเหลี่ยมที่คลุมเต็ม บริเวณเหนือหัวหน้า (Escutcheon) บางรายอาจพบขนดังกล่าวที่ด้านในของต้นขาได้ด้วย

การเปลี่ยนแปลงของขนบริเวณอวัยวะเพศนี้มีความแตกต่างกันในเด็กหญิงแต่ละคนมาก ทั้งเวลาที่เริ่มเกิด ระยะเวลา การผ่านระยะต่างๆทำนองเดียวกับความแตกต่างกันของการเจริญเติบโตของเต้านม โดยทั่วไปจะเกิดหลังการเปลี่ยนแปลงของเต้านม และความสมบูรณ์ของการเปลี่ยนแปลงของขนบริเวณอวัยวะเพศนี้จะแตกต่างกันตามเชื้อชาติโดยเฉพาะคนเอเชียตะวันออก มีความคดของขนน้อยกว่าคนแถบตะวันออกกลางและอินเดีย

3. การเจริญเติบโตของขนรักแร้

มักจะเกิดขึ้นตามหลังการขึ้นของขนบริเวณอวัยวะเพศ การแบ่งมี 3 ระยะคือ ไม่มีเลย มีขนหยาบขึ้นเล็กน้อย และมีขนรักแร้ขึ้นเต็มที่

4. ส่วนสูงเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว

โดยทั่วไปเด็กมักจะสูงเร็วมากในช่วง 2 ปีแรกประมาณ 8-14 ซม.ต่อปี และหลังจากนั้นความสูงจะเพิ่มขึ้นในอัตราเฉลี่ย 4-8 ซม.ต่อปีจนกระทั่งเด็กหญิงนั้นเริ่มเข้าสู่วัยสาวจะพบความเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่สูงขึ้นมากอีกครั้งหนึ่งหลังจากนั้นจะค่อยๆสูงขึ้นและหยุดสูงในที่สุดเช่นเดียวกับลักษณะการเปลี่ยนแปลงอย่างอื่นดังที่กล่าวมาแล้ว มักพบความแตกต่างกันมากในเด็กหญิงแต่ละคนที่จะเริ่มสูงเร็วในอายุที่ต่างกันและหยุดสูงจากการปิดของ Long bone epiphysis ในระยะเวลาที่ต่างกัน โดยทั่วไปเด็กหญิงมักจะเริ่มมีการสูงเร็วในช่วงอายุ 10-14 ปี

5. การมีระดู

การมีระดูครั้งแรก (Menarche) เป็นการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในวัยรุ่นสาว และมักจะมีความสัมพันธ์กับลักษณะการเปลี่ยนแปลงอื่นที่กล่าวมาแล้วเช่นการมีระดูครั้งแรกมักเกิดตามหลังการสูงเร็วในช่วงที่เด็กหญิงคนนั้นสูงช้าลงหรือใกล้จะหยุดสูงเด็กหญิงส่วนมากจะมีระดูครั้งแรกในช่วงเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลงของเต้านมอยู่ในระยะที่ 4 การมีระดูครั้งแรกยังมีความสัมพันธ์กับอายุของกระดูก (Bone age) อย่างมาก โดยทั่วไปเด็กหญิงจะมีระดูครั้งแรกในช่วง Bone age 13-14 ปี ซึ่งทราบได้จากการถ่ายภาพรังสีของมือและข้อมือและนำมาวิเคราะห์ตามวิธีการ

ของ Tanner และคณะ อายุที่มีระดูครั้งแรกยังมีความแตกต่างกันตามกรรมพันธุ์ เชื้อชาติ สิ่งแวดล้อม และโรคที่มีผลต่อสุขภาพของเด็กมีรายงานว่าฝาแฝดที่มาจากไข่ใบเดียวกัน (Identical twin) มักจะมีระดูครั้งแรกในอายุที่ใกล้เคียงกันไม่เกิน 2 เดือนและเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่าภาวะโภชนาการของเด็กมีผลต่อการมีระดูเด็กที่มีภาวะโภชนาการดีจะมีระดูเร็วกว่าเด็กที่มีภาวะโภชนาการด้อยกว่าเด็กในเมืองจะมีระดูเร็วกว่าเด็กที่อยู่ในชนบทเด็กในที่ราบสูงจะมีระดูช้ากว่าเด็กในที่ราบ เด็กอ้วนเป็นเบาหวานและเด็กตาบอดมักจะมีระดูเร็วกว่าเด็กทั่วไป โดยทั่วไปเด็กหญิงจะเริ่มมีระดูครั้งแรกประมาณอายุ 13 ปี

6. การมีไข่สุก (Ovulation)

การมีระดูในระยะแรกของวัยสาวนี้มักจะ ไม่ค่อยสม่ำเสมอและไม่มีการตกไข่ โดยทั่วไปจะใช้เวลา 1-2 ปีก่อนที่รอบระดูจะมาสม่ำเสมอเหมือนกับวัยเจริญพันธุ์ปกติ โดยการมีไข่ตกก็เช่นเดียวกันจะใช้เวลาประมาณ 2 ปีนับจากมีระดูครั้งแรกโดยเริ่มมีอาการปวดระดูซึ่งน่าเชื่อว่าการตกไข่ในรอบระดูนั้นในช่วงอายุของการมีระดู (Gynecological age 1-2 ปี นับจากการมีระดูครั้งแรกประมาณร้อยละ 55 ของรอบระดูจะไม่มีการตกไข่และอุบัติการณ์จะน้อยลงคือประมาณภายหลังจากการมีระดูครั้งแรก 11-12 ปี เพียงร้อยละ 3 เท่านั้นที่ไม่มีการตกไข่และยังมีข้อน่าสังเกตอีกว่าในช่วง 5 ปีแรกของการมีระดูถึงจะมีการตกไข่ แต่ระยะ Luteal phase ก็ยังสั้นอยู่ประมาณ 9 วัน

ลำดับก่อนหลังของการเปลี่ยนแปลงลักษณะทางเพศทุติยภูมิ มักมีความแตกต่างกันในเด็กหญิงแต่ละคน ส่วนใหญ่แล้วจะมีการเปลี่ยนแปลงของเต้านมก่อนส่วนอื่น (ประมาณร้อยละ 50) แล้วตามด้วยการสูงเร็ว การเจริญเติบโตของขนบริเวณอวัยวะเพศตามด้วยการเจริญเติบโตของขนรักแร้และการมีระดูในที่สุด อีกประมาณร้อยละ 50 ของวัยรุ่นสาวอาจพบการเปลี่ยนแปลงไม่เป็นขั้นตอนดังกล่าว บางรายอาจมีขนบริเวณอวัยวะเพศขึ้นก่อนการเปลี่ยนแปลงของเต้านม หรือ บางรายอาจมีระดูก่อนการงอกของขนรักแร้ แต่ที่พบได้น้อยที่สุดคือ การมีระดูก่อนการเปลี่ยนแปลงของร่างกายอย่างอื่นดังที่ได้กล่าวมาแล้ว การเปลี่ยนแปลงต่างๆ ก็ใช้ระยะเวลาที่ต่างกันด้วย บางรายอาจใช้เวลา 1-5 ปี แต่โดยทั่วไปพบว่าระยะเวลาตั้งแต่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงของเต้านมจนกระทั่งมีระดูครั้งแรกประมาณ 2-3 ปี

การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้นนั้นเป็นผลตามมาจาก การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนต่างๆในร่างกายก่อนหน้านี้ที่สำคัญคือความสัมพันธ์ของ Hypothalamic-Pituitary-Ovarian Axis อย่างเหมาะสมกล่าวคือ

ในเด็กหญิงหลังคลอด ระดับ Gonadotropins จะเพิ่มขึ้นอย่างมากจาก Negative Feedback เมื่อสาร สเตียรอยด์จากรกหมดไประดับ Follicle Stimulating Hormone (FSH) ใน

เด็กหญิงจะสูงอยู่นานกว่าเด็กชาย โดยจะมีระดับสูงสุดเมื่ออายุ 6 เดือน และหลังจากนั้นจะลดลงจนต่ำสุดเมื่ออายุ 4 ปีไปแล้ว ระดับ Luteinizing hormone (LH) และ FSH ในเด็กหญิงยังคงต่ำต่อไปถึงแม้ว่าระดับเอสโตรเจนน้อย และพบว่าระดับ Gonadotropin Releasing Hormone (GnRH) ก็ต่ำด้วยในภาวะเช่นนี้เชื่อว่าเป็นผลจาก Hypothalamic-Pituitary-Ovarian Axis มีความไวต่อ Negative Feedback จากเอสโตรเจนมาก ต่อมาประมาณอายุก่อน 9 ปีเล็กน้อยพบว่าระดับ FSH เริ่มสูงขึ้น โดยพบ GnRH neuronal activity มากขึ้น ระดับ GnRH สูงขึ้น ความไวต่อ Estrogenic negative feedback ค่อยลดลงถึงแม้ระดับเอสโตรเจนจะค่อยๆเพิ่มสูงขึ้นจากการทำงานของรังไข่ที่มากขึ้น ตามมาเชื่อว่าจุดเปลี่ยนแปลงนี้เป็นจุดสำคัญของการเริ่มเข้าสู่วัยสาวคือ Maturation of the gonadostat or high setting of the hypothalamic rheostat ซึ่งเป็นผลจากการสะสมประสบการณ์ และการเจริญเติบโตของ GnRH neuron ในช่วงหลายปีของวัยเด็กการหลั่งของ GnRH ซึ่งเป็น Pulsatile pattern ในระยะแรกจะห่าง 3-4 ชั่วโมง/ครั้ง และมักจะมีในเวลากลางคืนมากกว่ากลางวัน ในระยะต่อมาการหลั่งของ GnRH จะถี่มากขึ้นทุก 1-2 ชั่วโมง ละมีการหลั่งในช่วงเวลากลางวันมากขึ้นด้วย จนในที่สุดการหลั่งทั้งกลางวันและกลางคืนเท่ากันทุก 1-2 ชั่วโมง/ครั้ง ลักษณะการตอบสนองของ Gonadotrope ในต่อมใต้สมองส่วนหน้าต่อ GnRH จะค่อยเปลี่ยนแปลงจากน้อยไปมากจนสมบูรณ์ดีเมื่อวัยสาวพัฒนาเต็มที่พบว่าระดับ FSH ค่อยๆสูงขึ้นจนถึงระดับสูงสุดในช่วงที่เริ่มมีระดู ส่วนระดับ LH จะพบว่าขึ้นสูงสุดในระยะหลังเมื่อเริ่มมีการตกไข่ของรอบระดูแล้วการเกิดลักษณะทางเพศทุติยภูมินั้นเป็นผลจากระดับเอสโตรเจนที่เพิ่มขึ้น โดยมีการทำงานของรังไข่มากขึ้นจาก FSH ที่เพิ่มสูงขึ้น มีการเจริญเติบโตของ primordial follicles ไปเป็น Growing follicles มากขึ้น ซึ่งจะทำให้มีการหลั่งเอสโตรเจนออกมากขึ้นตามกันมาจนกระทั่ง Hypothalamic-Pituitary-Ovarian Axis นี้สมบูรณ์เต็มที่ Growing follicle จะเจริญเติบโตต่อไปจนถึงระยะ Graafian follicle มี Positive feedback ของเอสโตรเจนได้ Gonadotropin surge และมีการตกไข่ตามมาเป็นลำดับ

อะไรที่มีผลทำให้ Hypothalamus ไวต่อ Estrogenic negative feedback น้อยลง ยังไม่ทราบแน่ชัด อาจจะเป็นผลจากระดับ Adrenal androgen ซึ่งสูงมากขึ้นตั้งแต่อายุ 7-8 ปีก่อนจะเริ่มวัยสาว หรืออาจจะเป็นผลจากการเจริญเติบโตของ Hypothalamus โดยสมองส่วนบนในช่วงหลายปีที่เป็นเด็กอยู่จนกระทั่ง Hypothalamus ได้เปลี่ยนแปลงพร้อมจะเริ่มทำงานเพื่อเข้าสู่วัยสาว และวัยเจริญพันธุ์ต่อไปมีรายงานว่า Pineal body และ Limbic system (Amygdala, Cingulate Gyrus and Hippocampus) มีส่วนเกี่ยวข้องในการยับยั้งการทำงานของ Hypothalamus ถ้า Limbic system ถูกทำลายจากการกระทบกระเทือนหรือเป็นเนื้องอก จะทำให้เด็กหญิงนั้นเป็นสาวเร็วกว่าปกติได้

7. การเปลี่ยนแปลงอื่นๆโดยทั่วไปของร่างกาย

ร่างกายมีการเจริญเติบโตเร็วทั้งความสูงและน้ำหนักโดยเฉพาะในเด็กหญิงจะมีการสะสมของไขมันมากขึ้นกล่าวคือ เมื่ออายุได้ประมาณ 6-8 ปี เด็กหญิงจะเริ่มมีไขมันมากขึ้นทำให้รูปร่างมีลักษณะกลมกลิ้ง ในอายุระหว่าง 7-11 ปีกระดูกเชิงกรานเริ่มขยายกว้าง ไขมันใต้ผิวหนังเพิ่มขึ้นจนเมื่ออายุประมาณ 16 ปีจะมีไขมันในร่างกายมากเป็นสองเท่าของเด็กผู้ชาย นอกจากนั้นต่อมไขมันใต้ผิวหนังเริ่มทำงานมากขึ้นเริ่มพบสิวเกิดขึ้นในวัยนี้และต่อมใต้ผิวหนังเริ่มเจริญเติบโตทำให้มีกลิ่นตัวของวัยรุ่น ไขมันบางแห่งจะมีสีเข้ม เช่น ที่รอบขอบตา ห้วนม อวัยวะเพศ และที่หน้าท้องจะมีแนวสีเข้มที่เรียก Linea nigra ขึ้น

8. การเปลี่ยนแปลงระบบสืบพันธุ์

ผิวหนังบริเวณอวัยวะเพศจะหนาและขยายใหญ่ออกมีไขมันสะสมใต้ผิวหนังมากขึ้นโดยเฉพาะบริเวณเนิน Mons pubis และแคมใหญ่ Clitoris และหนังหุ้มด้านบนมีขนาดใหญ่ขึ้นประมาณ 3-4 เท่าตัว แคมเล็กจะมีการขยายขนาดหนาขึ้น กว้างและยาวมากขึ้น ต่อมาใต้ผิวหนังโดยเฉพาะต่อม Bartholin จะเจริญเติบโตมากขึ้นสามารถสร้างและหลั่งเมือกได้ ช่องคลอดจะยาวและกว้างขึ้น เยื่อช่องคลอดจะหนาขึ้น (Cornification) ย่นเป็นร่อง (Rugae) และมีGlycogen สะสมมากขึ้นนี้เป็นผลมาจากเอสโตรเจน ต่อมาในช่องคลอดจะเริ่มทำงานให้สิ่งคัดหลั่ง (Secretion) ออกมา

ในเด็กหญิงแรกเกิดมดลูกยาวประมาณ 35 ม.ม.หนัก 20 กรัมและเมื่อไม่ได้รับเอสโตรเจนจากแม่ มดลูกจะลดขนาดไปเหลือประมาณ 23-24 ม.ม. และประมาณ 2/3 จะเป็นส่วนของปากมดลูก พอเริ่มจะเข้าสู่สาวอายุประมาณ 8-9 ปี มดลูกจะมีขนาดเท่าเมื่อแรกคลอดประมาณ 2 ปีก่อนมีระยะขนาดของมดลูกจะขยายเป็นสองเท่าของขนาดเดิม และตัวมดลูกจะมีขนาดเท่ากับปากมดลูก 2-3 ปีต่อมาน้ำหนักของมดลูกจะเพิ่มขึ้นอีก 10 เท่าจากของเดิมและตัวมดลูกมีขนาดใหญ่เป็นสองเท่าของปากมดลูกและพร้อมที่จะรับสภาพการตั้งครรภ์ได้ปากมดลูกเองก็มีการขยายออกมาก ต่อมาและเซลล์ภายในคอมดลูกจะขยายมากขึ้นและหนาขึ้น ขับเมือกขึ้นเสีย (Cervical mucus) ออกมาซึ่งเป็นผลของเอสโตรเจน ขณะเดียวกัน เยื่อโพรงมดลูกมีการเจริญเติบโตหนาขึ้น มีเซลล์และต่อมมากขึ้น โดยเป็นผลจากการตอบสนองต่อฮอร์โมนเพศที่มาจากรังไข่ที่เริ่มทำงาน โดยเฉพาะจากเอสโตรเจน

รังไข่ซึ่งได้รับการกระตุ้นจาก Gonadotropins จะมีขนาดใหญ่ขึ้นผิวบางลง FSH จะกระตุ้น Primordial follicle ให้เป็น Mature follicle และด้วยระดับที่เหมาะสมของ FSH และ LH Mature follicle จะสามารถเจริญเติบโตเป็น Graafian follicle ได้และมีการตกไข่ในที่สุด

9. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ

ขณะวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจอย่างมาก เกิดขึ้นพร้อมๆกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายทางเพศ ระยะแรกจิตใจของวัยเด็กวัยรุ่นจะเหมือนเด็กผู้ชายมีความสุข รื่นเริง แล้วเข้าสู่ความเป็นเด็กสาวเกิดความเชื่อมั่น สนใจในรูปร่าง อาจมีอารมณ์รุนแรง หงุดหงิด ถูกชักชวนได้ง่าย มีความนึกฝัน อยากรู้อยากเห็น ซ่อนเร้น และรู้สึกว่ายากที่จะปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ ข้อบังคับต้องการความเป็นอิสระไม่ยอมฟังใคร รู้แน่ว่าเป็นหญิง ความต้องการทางเพศเริ่มเปลี่ยนไปความรู้สึกทางเพศระยะแรกๆชอบเพศเดียวกัน แต่ไม่นานนักก็จะเปลี่ยนมาชอบเพศตรงข้ามทำให้สังคมของเด็กวัยรุ่นเปลี่ยนไปในสภาพความสัมพันธ์และการวางตัวระมัดระวังในการกระทำและคำพูด ในขณะเดียวกันจะมีการแสดงออกซึ่งความสามารถและความนึกคิด เริ่มรู้สึกขัดแย้งเกี่ยวกับรูปร่างและทำให้เป็นจุดเด่น แต่ยังสับสนเกี่ยวกับความเป็นผู้หญิงและวิถีทางที่ต้องปฏิบัติ

การดูแลสุขภาพสภาพร่างกายและจิตใจ

สตรีในวัยรุ่นมีความคิดว่าเป็นผู้ใหญ่แล้ว แต่ความสามารถทั้งร่างกายและความนึกคิดยังไม่เป็นผู้ใหญ่ ซึ่งต้องใช้เวลาอีกหลายปีหลังจากมีระดูแล้ว ควรทำให้เข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นการเริ่มลองเป็นผู้ใหญ่เท่านั้น ผู้ปกครองควรละเว้นการล้อเลียนและการเยาะเย้ยให้ความเชื่อมั่นและดูแลขอบเขตของความอิสระ ใช้ความรักและความเห็นใจแทนกฎเกณฑ์และคำสั่ง ให้ความรู้ที่ชี้แนะไปในทางที่ทำให้เห็นว่าการแก้ปัญหาเป็นเรื่องของตัวเองและไม่ควรหลีกเลี่ยงไม่แนะนำให้อาศัยแต่ความสำเร็จแต่แสดงความจริงใจให้เพียงพอที่จะชี้ให้เห็นวิธีการตัดสินใจที่ถูกต้อง ผู้ปกครองต้องยอมรับสภาพความไม่เป็นเด็กอีกแล้วและควรปล่อยให้มีอิสระเชื่อว่าถ้าสิ่งเหล่านี้ถูกละเลยไปจะทำให้เด็กวัยรุ่นในกลุ่มนี้ไม่ประสบความสำเร็จด้วยดีในอนาคตของการมีครอบครัว

การให้ความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นโดยเฉพาะทางด้านเพศศึกษาควรเป็นไปอย่างธรรมชาติ ความสงสัยเกี่ยวกับเรื่องระดู การมีเด็มนและเรื่องอวัยวะเพศควรได้รับการตอบสนองด้วย คำถามคำตอบต้องเป็นอย่างง่ายและตรงกับความจริง และให้สอดคล้องเป็นเรื่องชีวิตประจำวัน ซึ่งสามารถเรียนได้จากการพูดคุยกันในครอบครัว ทำให้สาระเนื้อหาและรายละเอียดมีเพิ่มขึ้นอยู่เรื่อยๆเป็นประจำในขณะที่การเรียนรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาเริ่มมีบ้างแล้วในโรงเรียน ควรให้การสอนเกี่ยวกับเรื่องชีวภาพเป็นหลัก ส่วนเรื่องการปฏิบัติทางเพศ การสืบพันธุ์ การคุมกำเนิดและโรคติดเชื้อเป็นเรื่องที่ต้องระมัดระวัง เพราะรายละเอียดในเรื่องเพศสัมพันธ์ยังเป็นเรื่องลึกลับซึ่งเกินไปสำหรับเด็กในวัยนี้

3.2 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

เมื่อหญิงกับชายหรือชายกับชายมีการร่วมเพศแล้วอาจจะมีผลตามมาได้หลายรูปแบบทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาวะคู่หูชายนั้น หากหญิงชายนั้นต้องเป็นสามีภริยากันที่ถูกต้องตามกฎหมายหลังการร่วมเพศแล้ว ทั้งสามีภริยาปฏิบัติต่อกันอย่างเข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกันก็จะมีความรู้สึกที่เป็นสุขและซาบซึ้ง เพราะมีความรักกันสามีภริยาเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว เมื่อตั้งครรรค์ทารกในครรภ์ก็จะเป็นทารกที่ได้ความรักจากคู่สามีภริยาด้วย หากเป็นการกระทำตามความพอใจของฝ่ายสามีแต่เพียงฝ่ายเดียวโดยมิได้คำนึงถึงความรู้สึกของฝ่ายภริยาด้วยก็จะเกิดความไม่สมดุลขึ้น อาจมีปัญหาจากความเครียดของฝ่ายหญิงตามมา และเกิดปัญหาต่างๆ ได้อีกมาก หรือเมื่อตั้งครรรค์ ทารกในครรภ์ก็อาจจะได้รับความเครียดนั้นด้วย

หากหญิงและชายนั้นมิได้เป็นสามีภริยากัน ผลของการร่วมเพศอาจทำให้เกิดปัญหาต่างๆ มากมาย เช่น ทางด้านจิตใจ ความสำนึกผิดในฐานผิดประเวณี ความหวาดหวั่นว่าอาจเกิดการตั้งครรรค์ความหวาดหวั่นว่าอาจถูกทอดทิ้ง ความรู้สึกผิดในศีลธรรมประเพณี ความหวาดหวั่นว่าจะติดโรคเป็นต้น

การป้องกันโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

รศ.ดร.กฤตยา อาชวนิจกุลที่มา หนังสือพิมพ์ผู้จัดการรายวัน วันศุกร์ ที่ 8 มิถุนายน 2544 อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดลได้รับการสนับสนุนการวิจัย เรื่อง "ขบวนการเคลื่อนไหวทางสังคม บนมติการเมืองเรื่องเพศและร่างกายหญิง" จากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย กล่าวถึงปัญหาการแพร่ระบาดของโรคเอดส์ว่า หลังจากที่มีการประกาศว่าพบโรคเอดส์ในปี 1981 นับเป็นเวลา 20 ปีเต็มที่ชาวโลกได้รับรู้ถึงภัยอันตราย แต่ก็ยังไม่มียาชนิดใดที่จะรักษาให้หายขาดได้

ปัจจุบันผู้ป่วยนับ 100 ล้านคนต้องทนทุกข์ทรมานกับโรคเอดส์ ขณะที่ประเทศไทยถูกจัดอันดับ 16 ของโลก โดยอยู่ในกลุ่มบี.เป็นอันดับ 3 ของกลุ่มที่มีผู้ป่วยด้วยโรคเอดส์มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.15 ของประชากรหรือประมาณ 1 แสน 3 หมื่นคน โดยเฉพาะผู้หญิงนอกจากจะเผชิญกับพิษร้ายแล้ว ยังต้องต่อสู้เพื่อสิทธิต่างๆ ด้วย นอกจากนี้ ปัจจุบันประเทศไทย อยู่ในช่วงคลื่นที่สี่ของการระบาดของเชื้อ เอชไอวี คือ การแพร่เข้าสู่ครอบครัวผู้ใหญ่ทั่วไป และทารกที่อยู่ในครรภ์ที่แม่ติดเชื้อ ซึ่งส่งผลกระทบโดยตรงต่อสุขภาพผู้หญิงมีรายงานจากกองโรคเอดส์ว่าในปี 2542 นั้น แม้ผู้ป่วยโรคเอดส์ ฝ่ายชายจะมีมากกว่าหญิงแต่ในกลุ่มอายุ 15- 19 ปี กลับพบว่าเป็นผู้หญิง

มากกว่าผู้ชาย และมีผู้หญิงติดเชื้อเอดส์แล้วประมาณ 300,000 คน หรือร้อยละ 40 ของผู้ติดเชื้อทั้งหมด เมื่อเทียบกับสถานการณ์ระดับโลกแล้วพบว่า ในจำนวนผู้ติดเชื้ออายุ 15 ปีขึ้นไป ประมาณ 33.6 ล้านคนเป็นหญิงร้อยละ 80 ติดเชื้อเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่มีการป้องกันและที่น่าสนใจคือความเสี่ยงของผู้หญิงวัยรุ่นอายุ 15 -24 ปี มีค่อนข้างสูงวัยรุ่นหญิงมีโอกาสติดเชื้อมากกว่าชาย สถานการณ์บ่งชี้ว่าวัยรุ่นหญิง ทั้งไทยและทั่วโลกมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี จากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกันเนื่องจากวัฒนธรรมทางเพศและความไม่รู้เรื่องเอดส์ รศ.ดร.กฤตยา กล่าวว่า จากการศึกษาพบว่าในประเทศไทยกำลังพัฒนารวมทั้งประเทศไทยมีการแพร่ระบาดของเชื้อเอชไอวีส่วนใหญ่ผ่านช่องทางการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกันระหว่างหญิงชาย ผู้ติดเชื้อชายจะได้รับการวินิจฉัยโรคและการรักษาเร็วกว่าผู้ติดเชื้อหญิง และมีแนวโน้มว่าการติดเชื้อเอชไอวีของผู้หญิงจะสูงขึ้น เนื่องจากสาเหตุสองประการ คือ

1. สรีระของผู้หญิง เอื้อต่อการรับเชื้อเอชไอวี ทั้งพื้นที่การรับเชื้อที่มากกว่า และระยะเวลาการสัมผัสเชื้อที่นานกว่า โอกาสที่ผู้หญิงจะติดเชื้อจากชายมีสูงถึง 8 เท่าของโอกาสที่ชายจะติดเชื้อจากหญิง

2. ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรม ทำให้ผู้หญิงมีข้อจำกัดในการป้องกันตัวเองให้ปลอดภัยจากเอดส์ เช่น ความอายที่จะคุยเรื่องเพศ ไม่กล้าพกถุงยางอนามัย

3.3 การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น (Teenage pregnancy)

อุบัติการณ์ของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอายุระหว่าง 15-19 ปี ในประเทศที่เจริญแล้วต่างกันมาก คือประมาณ 7:1,000 ในประเทศเนเธอร์แลนด์, 26:1,000 ในแคนาดา, 31:1,000 ในอังกฤษ และ 60 : 1,000 ในอเมริกา ซึ่งน่าจะเป็นความแตกต่างของประสิทธิภาพของการให้ความรู้และการคุมกำเนิด ในประเทศไทยพบการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอยู่ระหว่าง 100-143:1,000 ในช่วงระหว่างปี 1991-1998 ซึ่งมักจะตามมาด้วยปัญหาต่างๆ ทั้งต่อตัวมารดาเอง ทารกที่เกิด ครอบครัวยุติและสังคม (จันทิชาติดา พุกษานานนท์ 2547:119-122)

ผลของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นที่มีต่อทารก

1. ผลทางกาย

มารดาที่มีอายุน้อยมีอุบัติการณ์ของการคลอดก่อนกำหนด (pre-maturity) และทารกน้ำหนักแรกเกิดน้อย (low birth weight) การตายของทารก (neonatal mortality) จะสูงขึ้นและถ้า

มารดาอายุน้อย (<15 ปี) โอกาสที่จะมีทารกน้ำหนักน้อยจะเพิ่มสูงขึ้นกว่ามารดาอายุ 15-49 ปี นอกจากนั้นปัจจัยทางด้านอื่น เช่น สุขภาพอนามัยของมารดา การไม่มาฝากครรภ์ หรือมาฝากครรภ์ช้า สถานะทางเศรษฐกิจ สังคมที่ไม่ดี ก็เป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ที่ทำให้ทารกที่เกิดจากมารดาวัยรุ่นมีน้ำหนักแรกเกิดน้อยและมีบางรายงาน พบว่าหากควบคุมตัวแปรต่างๆ ได้อุบัติการณ์ของการคลอดก่อนกำหนดหรือน้ำหนักแรกเกิดน้อยจะไม่แตกต่างจากทารกที่เกิดจากมารดาอายุมากกว่า และจากการศึกษาถึงความพร้อมของสตรีร่างกายและการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอายุ<16 ปี ซึ่งยังมีการเจริญเติบโตของร่างกายยังไม่เต็มที่นั้น หากให้มารดากินอาหารให้เต็มที่ ทารกที่เกิดมาจะมีน้ำหนักแรกเกิดไม่ต่างไปจากทารกที่มารดามีอายุมากกว่า และหลังคลอดบุตรมารดาวัยรุ่นอายุน้อยเหล่านี้ยังมีส่วนสูงเพิ่มได้อีก

จาก Committee on Adolescence เรื่อง adolescence pregnancy สรุปว่าการมาฝากครรภ์แต่เนิ่นๆ จะมีผลดีต่อมารดาทารก วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มักมาฝากครรภ์ช้า ผลเสียที่พบได้คือ ทารกมีน้ำหนักแรกเกิดน้อย ยิ่งมารดาอายุน้อยโอกาสที่จะได้ทารกมีน้ำหนักน้อยจะยิ่งเพิ่มมากขึ้น โดยอุบัติการณ์ของทารกน้ำหนักตัวน้อย จากมารดาวัยรุ่นพบประมาณร้อยละ 6-20 ถ้ามารดาอายุ<15ปี อุบัติการณ์ ดังกล่าวจะสูงขึ้นเป็นสองเท่า ซึ่งอาจเป็นจากมารดาตัวเล็กเพราะยังเจริญเติบโตไม่เต็มที่ หรืออาจเป็นเพราะวัยรุ่นอายุน้อยเหล่านี้มักมีพฤติกรรมเสี่ยงอย่างอื่นร่วมด้วย เช่น สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า ดินยา หรือมีโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กินอาหารที่ไม่มีคุณภาพ ไม่มาฝากครรภ์หรือมาฝากครรภ์ช้า และขณะท้องก็ยังอาจมีความเครียด (emotional stress) มากกว่า ตัวอย่างเช่น การไม่มาฝากครรภ์จึงไม่ได้รักษาโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์อย่างถูกต้อง ทำให้เสี่ยงต่อการคลอดก่อนกำหนด เป็นต้น

ถึงแม้ทารกที่เกิดจากมารดาอายุน้อยจะมีน้ำหนักแรกเกิดน้อย หากมีชีวิตผ่านช่วง neonatal period ไปได้ ก็จะมีอัตราการเจริญเติบโตเหมือนเด็กทั่วไปตามปกติแต่อย่างไรก็ตาม เหล่านี้จะมีโอกาสเสี่ยงต่อปัญหาดังต่อไปนี้

1. คลอดก่อนกำหนด
2. แรกเกิดน้ำหนักตัวน้อย
3. อุบัติเหตุที่กระทบกระเทือนต่อบุตรโดยไม่ตั้งใจ
4. ทารกตายในครรภ์
5. การติดเชื้อ

Postnatal mortality rate ของทารกที่เกิดจากมารดาอายุ<17 ปี มีเป็นสองเท่าของมารดา ที่อายุมากกว่า เชื่อว่าปัจจัยทางสภาพแวดล้อม (environmental factor) เช่นความยากจน อยู่ในชุมชนแออัดแหล่งเสื่อมโทรม รวมทั้งการขาดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กและการเลี้ยงดูเป็นปัจจัยที่สำคัญในการเกิดปัญหาทางสุขภาพอนามัยของทารกเหล่านี้

2. ผลทางอารมณ์ จิตใจ และสังคม

เด็กที่เกิดจากการดาวน์ซินโดรมมักมีปัญหาทางด้านพฤติกรรมพัฒนาการช้า สอดคล้องกับสติปัญญาต่ำ และถูกทอดทิ้งมากกว่าเด็กที่เกิดจากการดาวน์ซินโดรมที่อยู่ใน เศรษฐฐานะและสภาพแวดล้อมเดียวกัน ได้แก่

1. ปัญหาพฤติกรรม (Behavioral problems)
2. พัฒนาการล่าช้า (Developmental delay)
3. การถูกปล่อยปละละเลย (Neglect)
4. การไม่ประสบผลสำเร็จในการเล่าเรียน (School failure and withdrawal)

มีการเปรียบเทียบพฤติกรรมของมารดาในการเลี้ยงดูบุตร พบว่ามารดาไว้นั้นจะพูดคุยกับลูกน้อยกว่า ต่ำหัดเดินและลงโทษลูกมากกว่ามารดาผู้ใหญ่ แต่หากมารดาไว้นั้นอาศัยอยู่กับผู้ใหญ่หรือมีผู้ใหญ่คอยให้คำแนะนำช่วยเหลือในการดูแลบุตร จะทำให้ความสัมพันธ์และการตอบสนองต่อบุตรดีขึ้น

ผลของการตั้งครรภ์ที่มีต่อมารดาไว้นั้น

1. ผลทางร่างกาย

ปัญหาทางสูติรีเวชที่พบร่วมกับการตั้งครรภ์ในไว้นั้น ได้แก่

ระยะตั้งครรภ์	ระยะหลังคลอด
1. ขนาดครรภ์เล็กกว่าอายุครรภ์ 2. โลหิตจาง 3. ความดันโลหิตสูงระหว่างตั้งครรภ์ 4. การใช้สารหรือยา 5. การติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ 6. การติดเชื้อระบบสืบพันธุ์และทางเดินปัสสาวะ 7. ไม่เอาใจใส่ดูแลในระยะตั้งครรภ์	1. ภาวะแทรกซ้อนหลังคลอด 2. การตั้งครรภ์ซ้ำ 3. ภาวะอ้วน 4. ความดันโลหิตสูง 5. การติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ 6. การติดเชื้อทางเดินปัสสาวะและระบบสืบพันธุ์

วัยรุ่นอายุน้อยจะเสี่ยงต่อผลแทรกซ้อนจากการตั้งครรภ์มากกว่าวัยรุ่นที่อายุมากกว่าหรือผู้ใหญ่ ในปัจจุบันเชื่อว่าการที่มีอายุน้อยหรือการไม่พร้อมของร่างกาย (physiological immaturity) ไม่ใช่สาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดผลแทรกซ้อนเหล่านั้น เชื่อว่าภาวะทางเศรษฐกิจสังคมที่ไม่เหมาะสมเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ เช่น ภาวะโลหิตจาง เป็นผลจากความยากจน ขาดอาหาร มาฝากครรภ์ช้ามากกว่าที่จะเป็นผลจากแม่อายุน้อย และร่างกายกำลังเจริญเติบโตและมีการสะสมของธาตุเหล็กน้อย

ข้อมูลที่ติดตามผลของการตั้งครรภ์ต่อการเจริญเติบโตของร่างกายวัยรุ่นในระยะยาวยังมีน้อย มีรายงานว่ามารดาวัยรุ่นมักจะตัวเตี้ยกว่ามารดาผู้ใหญ่ (adult mother) ซึ่งอาจมีผลจากขณะตั้งครรภ์ ระดับ gonadal hormone ที่เพิ่มขึ้นทำให้อัตราการปิดของ epiphyseal plate เร็วขึ้นจึงทำให้ตัวไม่สูง หรืออาจเป็นจากมารดาวัยรุ่นเข้าสู่วัยรุ่นเร็ว (precocious puberty) จึงตัวเตี้ยกว่าคนที่เข้าสู่วัยรุ่นช้ากว่า มารดาวัยรุ่นมีโอกาสที่จะเป็นโรคอ้วน และโรคความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น (จันทิมา พฤษยานานนท์ 2547:119-122)

1. ผลทางจิตใจ อารมณ์ สังคม

การตั้งครรภ์ตั้งแต่อายุน้อยมีผลอย่างมากต่อการศึกษา การประกอบอาชีพ และชีวิตการแต่งงานในอนาคต ดังต่อไปนี้

1. ความยากจน
2. การศึกษาน้อยและออกจากโรงเรียน
3. โอกาสในชีวิตน้อย
4. ความมั่นคงของมารดา
5. แยกตัวออกจากสังคม
6. เก็บกด/เครียด

มารดาวัยรุ่นมักไม่จบชั้นมัธยม และหากมีปัญหาในการเรียน เช่น ขาดเรียนบ่อย เรียนไม่เก่งสอบตกซ้ำชั้นตั้งแต่ก่อนตั้งครรภ์แล้ว โอกาสที่จะกลับเข้าเรียนหลังคลอดบุตรจะยังน้อยลง เมื่อมีการศึกษาดำ โอกาสที่จะได้ทำงานที่มีรายได้ดีก็มีน้อย ทำให้เกิดปัญหาทางด้านเศรษฐกิจตามมา

ส่วนใหญ่มารดาวัยรุ่นมักไม่จดทะเบียนสมรส หรือหากจดทะเบียนสมรสก็มักจะมีปัญหาหย่าร้างสูง ในสหรัฐอเมริกาที่เมือง Baltimore ได้ติดตามมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตร

เป็นเวลานาน 17 ปี พบว่ามีเพียงร้อยละ 16 ที่ยังคงสภาพการแต่งงานอยู่นอกจากนั้นอุบัติการณ์ของโรคซึมเศร้า (depression) และอาการอื่นทางจิตเวช ในมารดาอายุน้อยก็พบได้มากกว่าประชากรทั่วไป

การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ทุกฝ่ายต้องร่วมมือกันทั้งพ่อแม่ ครู โรงเรียน แพทย์ องค์กรทางศาสนาและสังคมรัฐบาล รวมทั้งตัววัยรุ่นเอง ล้วนมีบทบาทสำคัญ ได้แก่

- การสร้างความตระหนักและทัศนคติแก่วัยรุ่นในการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน (Abstinence promotion)
- การใช้จ่ายคุมกำเนิด (Contraception availability)
- การสอนเพศศึกษา (Sexuality education)
- กลยุทธ์ในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน (School completion strategies)
- การฝึกงาน (Job training)

โดยสรุป พฤติกรรมเสี่ยงหลายๆอย่างในวัยรุ่น อาจเกิดเนื่องจากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ขาดประสบการณ์ชีวิต ความคิดยังไม่เจริญถึงวุฒิภาวะ ยังไม่เข้าใจถึงผลเสียที่จะตามมา และสภาพสังคมที่เสื่อมโทรม สื่อต่างๆที่ช่วยชี้นำและล่อแหลม การที่จะดูแลวัยรุ่นให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพนั้น บุคลากรทางการแพทย์ และครู จึงอยู่ในฐานะที่เป็นผู้ใหญ่ให้ความรู้ที่ถูกต้องแก่วัยรุ่น และเตรียมวัยรุ่นและครอบครัวให้พร้อมถึงการเปลี่ยนแปลงต่างๆ และปัญหาที่จะตามมาเสียแต่เนิ่นๆ ควรส่งเสริมให้เด็กหญิงมีภูมิคุ้มกัน โดยเสริมให้มีทักษะการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ไม่ควรปล่อยให้ปัญหาลุกลามถึงขั้นมีการตั้งครรภ์เกิดขึ้น

4. แนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในงานวิจัย

4.1 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต (Life skills)

ทักษะชีวิต คือความสามารถของบุคคลอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะ ที่จะปรับตัวและเผชิญต่อสิ่งเร้าต่างๆที่เข้ามาในชีวิตอย่างสร้างสรรค์ และมีประสิทธิภาพสอดคล้องกับวัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมสังคม ซึ่งจะนำไปสู่พฤติกรรมเชิงบวก ได้แก่ มีปฏิสัมพันธ์ที่ดี มนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความบากบั่น รู้จักแก้ไขปัญหาได้ดี ปรับตัวได้ และป้องกันตนเองจากปัญหา

ต่างๆ ได้ เป็นภูมิคุ้มกันสร้างความเข้มแข็งให้รู้จักดูแลตนเองและพึ่งตนเองได้ เป็นผลให้พฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ในวัยรุ่นได้แก่ การฆ่าตัวตาย การติดสารเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นต้น ลดลง (กุมารเวชศาสตร์ แนวปฏิบัติ, 2546: 88-89)

องค์การอนามัยโลกกำหนดองค์ประกอบหลักของทักษะชีวิตไว้ 10 ทักษะ (5 คู่แรก) ส่วนในประเทศไทยโดยกรมอนามัยได้เพิ่มคู่ที่ 6 รวมเป็น 12 ทักษะ ดังนี้



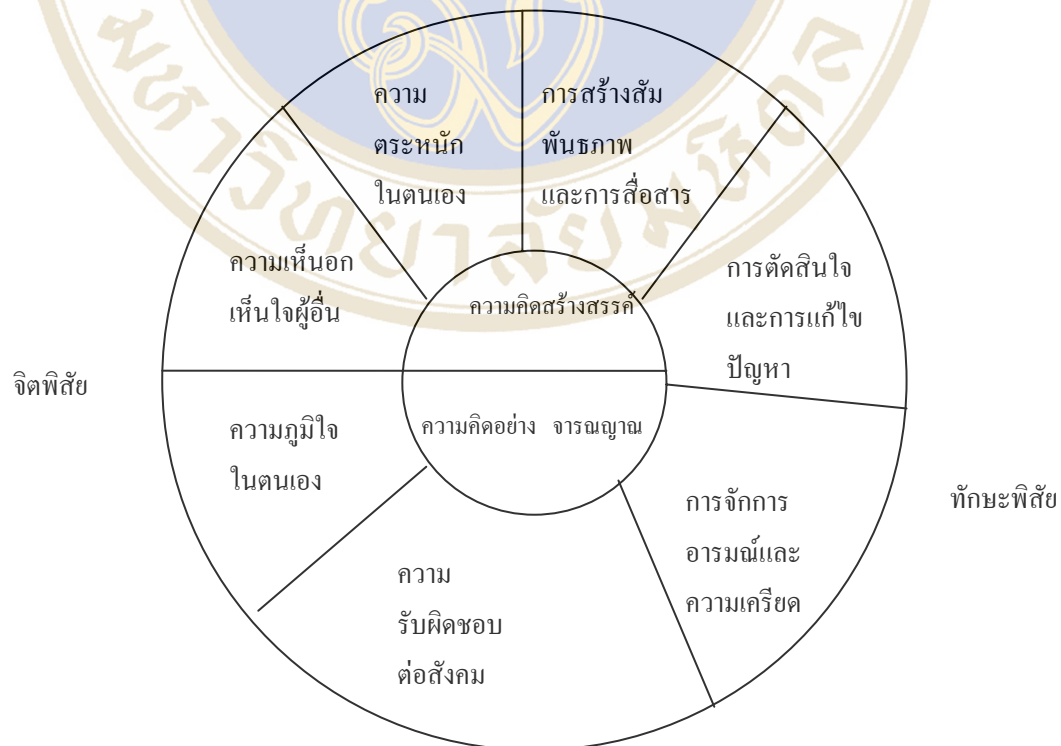
คู่ที่ 1	การตัดสินใจ การแก้ปัญหา	Decision making Problem solving
คู่ที่ 2	การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ	Creative thinking Critical thinking
คู่ที่ 3	การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล	Effective communication Interpersonal relationship
คู่ที่ 4	การตระหนักรู้ในตนเอง การเข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	Self awareness Empathy
คู่ที่ 5	การจัดการกับอารมณ์ การจัดการกับความเครียด	Coping with emotion Coping with stress
คู่ที่ 6	ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม	Self-esteem Social responsibility

โดยจัดความคิดสร้างสรรค์ ความคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นองค์ประกอบร่วม และเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบ จัดความตระหนักรู้ในตนเองและความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม เป็นด้านจิตพิสัย ส่วนการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การจัดการกับอารมณ์และความเครียดเป็นด้านทักษะพิสัย

ในประเทศไทยได้มีการพัฒนาขึ้นโดย จัดความริเริ่มสร้างสรรค์ และการคิดอย่างมี วิจารณ์ญาณเป็นองค์ประกอบร่วม และจัดส่วนของความตระหนักรู้ในตนและความเห็นอกเห็นใจ ผู้อื่นเป็นทัศนคติ โดยเพิ่มอีก 1 คู่ คือ คุณค่าในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม ส่วนที่เหลืออีก 3 คู่ จัดเป็นทักษะ ทั้งนี้เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพสังคมวัฒนธรรมไทย และง่ายต่อการสอนนักเรียน (ขงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, 2538:84-87) ดังแผนภูมิ

ทัศนคติ	คุณค่าในตนเอง-ความรับผิดชอบต่อสังคม การตระหนักรู้ในตน-การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	กระบวนการสอนทัศนคติ (ความรู้ดี+การจัดระบบความคิด)
ทักษะ	ความคิดสร้างสรรค์-ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ การสื่อสาร-ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การตัดสินใจ-การแก้ปัญหา การจัดการกับอารมณ์-ความเครียด	

แผนภูมิที่ 1 องค์ประกอบของทักษะชีวิตในประเทศไทย



แผนภาพที่ 2 องค์ประกอบทักษะชีวิต (กรมอนามัย, 2539:1)

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย ที่เป็นองค์ประกอบร่วม ได้แก่

- ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (critical thinking) เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์แยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหา และสถานการณ์ต่างๆรอบตัว
- ความคิดสร้างสรรค์ (creative thinking) เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวางโดยไม่ยึดอยู่กับกรอบ

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย หรือเจตคติ ประกอบด้วยองค์ประกอบ คือ

- ความตระหนักรู้ในตน และความเห็นใจผู้อื่น
- ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม

ดังรายละเอียดดังนี้

ความตระหนักรู้ในตน (self awareness) เป็นความสามารถในการค้นหา และเข้าใจ ในจุดดีจุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างที่ตนเองมีกับบุคคลอื่น ไม่ว่าจะเป็นในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่น สุขภาพ ฯลฯ

ความเห็นใจผู้อื่น (empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก และเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่นที่แตกต่างกับเรา ไม่ว่าจะเป็นด้านเพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่น สุขภาพ ฯลฯ

ความภูมิใจในตนเอง (self esteem) หมายถึง ความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่า เช่นความมีน้ำใจ รู้จักให้ รู้จักรับ ค้นพบ และภูมิใจในความสามารถด้านต่างๆ (สังคม คนตรี กีฬา ศิลปะ ฯลฯ) ของตนเอง โดยมีได้มุ่งสนใจอยู่แต่ในเรื่องรูปร่าง หน้าตา เสน่ห์ หรือความสามารถทางเพศ การเรียนเก่ง ฯลฯ เท่านั้น

ความรับผิดชอบต่อสังคม (social responsibility) หมายถึง ความรู้สึกที่ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีส่วนรับผิดชอบต่อความเจริญ หรือเสื่อมของสังคม ความรับผิดชอบต่อสังคมมีส่วนสัมพันธ์ใกล้ชิดกับความภูมิใจในตน เพราะหากคนเรามีความภูมิใจในตนคนเหล่านี้ก็มีแรงจูงใจที่จะทำดีกับผู้อื่น และสังคม

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย ประกอบด้วย

- การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร
- การตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา
- การจัดการกับอารมณ์ และความเครียด ดังรายละเอียดดังนี้

ทักษะการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร (interpersonal relationship and communication skill) เป็นความสามารถในการใช้คำพูด และภาษาท่าทาง เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง และความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่าย ไม่ว่าจะในการแสดงความต้องการ ความชื่นชม การปฏิเสธ การสร้างเสริมสัมพันธภาพ ฯลฯ

ทักษะในการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา (decision making and problem solving skill) เป็นความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือก วิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก ประเมินทางเลือก ตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาที่เหมาะสม และลงมือแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด (coping with emotion and stress skill) เป็นความสามารถในการประเมินอารมณ์ รู้เท่าทันอารมณ์ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของตนเลือกใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้เหมาะสม และเป็นความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้วิธีการควบคุมระดับของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย และหลีกเลี่ยงสาเหตุพร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์

องค์ประกอบที่กำหนดขึ้นโดยกระทรวงศึกษาธิการ (กรมวิชาการกระทรวงศึกษาธิการ, 2543 : 6) ได้เสนอองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่จำเป็นในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของเด็กและเยาวชน ระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษา ในการกำหนดผลการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาที่เน้นทักษะชีวิต เป็นการศึกษาให้ครอบคลุมพฤติกรรมของผู้เรียนทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ (knowledge) ด้านทักษะ (skills) และด้านเจตคติ (attitude) มีดังนี้

- การรู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง และเห็นคุณค่าของตนเอง
- การรู้จักอย่างมีวิจารณญาณ และคิดสร้างสรรค์
- การรู้จักตัดสินใจและแก้ไขปัญหา
- การรู้จักแสวงหา และใช้ข้อมูลความรู้
- การสื่อสาร และสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น

- การจัดการภาวะอารมณ์และความเครียด
- ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบต่อสังคม และซาบซึ้งในสิ่งที่ดีงามรอบตัว

องค์ประกอบที่กำหนดขึ้นเพื่อให้สอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 (กรมวิชาการ, 2545 : 7) เนื่องจากหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 เป็นหลักสูตรแกนกลางที่มีลักษณะเป็นกรอบ และแนวทางในการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้ เป็นไปตามจุดหมายของหลักสูตร กระทรวงศึกษาธิการ โดยกรมวิชาการจึงจัดทำคู่มือการจัดการ เรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เพื่อพัฒนาเยาวชนให้มีความรู้ ความสามารถ มี ความคิด เป็นคนดีมีคุณธรรม และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ได้กำหนดองค์ประกอบ ของทักษะชีวิตดังนี้

พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านพุทธิพิสัย (cognitive skill) มุ่งให้ผู้เรียนมี

- ความรู้ความเข้าใจ
- การคิดวิเคราะห์วิจารณ์ และคิดสร้างสรรค์

พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม (affective value skill) มุ่งให้ผู้เรียนมี

- ความตระหนักรู้ในตนเอง
- ความภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง
- มีความรับผิดชอบต่อสังคม

พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านทักษะ/กระบวนการ (practical/psychomotor skill) มุ่งให้ผู้เรียนมี

- การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร
- การควบคุมอารมณ์ และความเครียด
- การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา

ทักษะชีวิตเป็นบูรณาการทั้ง 3 พฤติกรรมการเรียนรู้ ได้แก่ความรู้ เจตคติ พฤติกรรม ทางสุขภาพที่ดี (กรมวิชาการ, 2545 : 2) และเป็นแนวทางเบื้องต้นในการป้องกันปัญหาสำหรับเด็ก และเยาวชน ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยถึงใช้ผลการสังเคราะห์องค์ประกอบทักษะชีวิต เพื่อให้ สอดคล้องกับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนทักษะชีวิตเกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ใน วัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 และได้นำองค์ประกอบของทักษะชีวิตมากำหนด เป็นพฤติกรรมบ่งชี้ดังรายละเอียดตาราง

ตารางที่ 1 องค์ประกอบของทักษะชีวิต และพฤติกรรมบ่งชี้เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3

องค์ประกอบของทักษะชีวิต	พฤติกรรมบ่งชี้
ด้านความรู้ - ความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศศึกษา	1. ความรู้ความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์และการปรับตัว 2. ความรู้ความเข้าใจในระบบอวัยวะสืบพันธุ์และวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขปฏิบัติของอวัยวะเพศ 3. ความรู้ความเข้าใจต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ 4. ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
ด้านเจตคติ - ความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	1. ภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน 2. ภูมิใจเรื่องพฤติกรรมหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ 3. ภูมิใจเรื่องพฤติกรรม การไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก และการสัมผัสกอดจูบกับแฟน 4. ภูมิใจเรื่องพฤติกรรมการไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง 5. ภูมิใจเรื่องพฤติกรรมการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน-เสนอแนวทางป้องกันเมื่อเผชิญกับสถานการณ์เสี่ยงทางเพศได้อย่างเหมาะสม
- ความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียน	1. ตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการมีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ 2. ตระหนักว่าการมีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อมเป็นทางเลือกที่ดีกว่า

องค์ประกอบของทักษะชีวิต	พฤติกรรมบ่งชี้
ด้านทักษะ - ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ - ทักษะ ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	- ทักษะการปฏิเสธเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนให้ไปมีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ 1. ปฏิเสธบุคคลที่พึงรู้จักกัน 2. ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)ต่างวัย 3. ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)วัยเดียวกันในโรงเรียน 1. การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ 2. การไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก เพื่อนชาย(แฟน) 3. การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง 4. การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน

จากตารางสรุปได้ว่า ทักษะชีวิตเกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นคุณลักษณะของบุคคลที่ประกอบด้วยการบูรณาการพฤติกรรมทั้งด้านความรู้ ด้านเจตคติและด้านทักษะ ก่อให้เกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ที่พึงประสงค์ในการป้องกันและหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน พฤติกรรมการเรียนรู้ในแต่ละด้านมีพฤติกรรมที่บ่งชี้ ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบ และพฤติกรรมบ่งชี้ข้างต้นผู้วิจัยนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาเครื่องมือวัดทักษะชีวิตเกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนต่อไป

ทำไมต้องมีการสอนทักษะชีวิต

เยาวชนในปัจจุบันตกอยู่ภายใต้สิ่งแวดล้อม ที่ดึงให้มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ขณะเดียวกันก็มีปัญหาของสถาบันครอบครัว ดังนั้นในการพัฒนาเยาวชนจึงมีความจำเป็นที่ระบบการศึกษา จะต้องช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเยาวชนส่วนใหญ่ เพื่อที่จะไปเผชิญกับปัญหารอบตัว และภูมิคุ้มกันเหล่านี้จะเป็นพื้นฐานสำคัญ ในการสร้างครอบครัวในอนาคตของเยาวชนต่อไป(ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์, 2540: 84)

ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการป้องกันปัญหาสุขภาพ

แผนภูมิกรอบความคิดข้างล่างนี้ แสดงให้เห็นว่าการฝึกทักษะชีวิตจะเป็นตัวเชื่อมโยงระหว่างปัจจัยด้านความรู้ ทักษะคิด และค่านิยม กับพฤติกรรมสุขภาพที่ดี นำไปสู่การป้องกันการเกิดปัญหาทางด้านสุขภาพอนามัยในขั้นต้นได้



แผนภูมิ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการป้องกันปัญหาสุขภาพ

กล่าวคือความรู้ เจตคติและค่านิยม เป็นส่วนประกอบสำคัญในการป้องกันพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นปัญหา ถึงแม้ว่าส่วนประกอบเหล่านี้จะมีผลให้เกิดแรงจูงใจให้มีพฤติกรรมก็ตามแต่ก็ไม่สามารถทำนายได้ว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้เสมอไป ดังนั้นทักษะชีวิตจึงเป็นเสมือนตัวเชื่อม โดยถ่ายทอดความรู้ออกมาว่าจะทำอะไร เจตคติและค่านิยมถ่ายทอดออกมาว่าสิ่งใดควรทำ และความสามารถที่จะทำอย่างไร ด้วยเหตุนี้ทักษะชีวิตจึงมีผลต่อการเกิดพฤติกรรมตลอดจนส่งเสริมให้เกิดความสามารถทางจิตสังคม ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพได้อย่างกว้างขวาง ทั้งสุขภาพทางกาย สุขภาพจิต หรือแม้แต่สุขภาพทางสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาสุขภาพที่สัมพันธ์กับพฤติกรรม หรือพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการไม่สามารถเผชิญความเครียดหรือแรงกดดันในชีวิต ความคิดความสามารถและทักษะสังคมรวมกันเป็นทักษะชีวิต ซึ่งทำให้บุคคลสามารถจัดการต่อปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้

แหล่งที่มาของทักษะชีวิตในเยาวชน (ประเสริฐ ดันสกุล, วิรสิทธิ์ ลิทธิไธรย์และคณะ, 2538 : 7)

ความสามารถที่เป็นทักษะชีวิตเป็นสิ่งที่มนุษย์พัฒนาขึ้นจากประสบการณ์ และการฝึกฝนอบรม ซึ่งเกิดขึ้นในวงจรของชีวิตประจำวันในสังคมโดยการปะทะ หรือมีปฏิสัมพันธ์กับ

พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน และผู้ใหญ่ในชุมชน ดังนั้นแหล่งที่มาของทักษะชีวิตของเยาวชนเท่าที่เคยมีมา อาจจำแนกเป็น 3 แหล่งใหญ่ๆ

บ้าน หรือครอบครัว ได้จากการใช้ชีวิตประจำวันร่วมกับบุคคลในครอบครัว และได้รับถ่ายทอดหล่อหลอมจากการฟังนิทาน นิยาย ที่ผู้ใหญ่เล่าให้ฟัง ได้แบบอย่างจากการ สนทนา และปฏิบัติการงานอาชีพปกติของผู้ใหญ่ ได้จากการช่วยทำงาน เช่นทำงานบ้าน ดูแลสัตว์ เลี้ยง และเลี้ยงน้อง เป็นต้น

ชุมชน ได้รับการร่วมกิจกรรมในชุมชน ความคิด และแบบอย่างจากการปฏิบัติ ของผู้ใหญ่ในชุมชน และดูแบบอย่างจากการละเล่นพื้นเมือง เกม งานประเพณี เล่นกับเพื่อนๆ พบปะสนทนากับบุคคลต่างกลุ่มต่างวัย โดยที่ไม่มีภาวะกดดัน เป็นต้น

โรงเรียน ได้จากการฝึกอบรม จากกระบวนการเรียนการสอนทั้งใน และนอก หลักสูตร โดยเฉพาะที่มีการสอดแทรกในวิชาวรรณคดี นิทาน บทเรียนวิชาภาษา การแนะแนว กิจกรรมเสริมหลักสูตร และการอบรมบ่มนิสัย

การสอนทักษะชีวิตก็เหมือนกับทักษะโดยทั่วไปที่มีอยู่ในชีวิตประจำวัน ซึ่ง สามารถที่จะพิจารณาได้ โดยจัดโปรแกรมทักษะชีวิตศึกษา เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต และการมี พฤติกรรมสุขภาพที่ดี ปัญหาต่างๆที่เกี่ยวกับการขาดทักษะ เช่น แรงกดดันของขบวนการกลุ่มเพื่อน ในการชักนำให้ใช้ยา การขาดการป้องกันทางเพศ ที่นำไปสู่ปัญหาที่รุนแรง สามารถที่จะป้องกัน ได้การวางรากฐานที่ดีโดยใช้ทักษะชีวิต ดังจะเห็นได้จากผลการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการสอนทักษะ ชีวิตได้ถูกนำมาใช้ในการศึกษากันอย่างกว้างขวางในการป้องกันปัญหาดังแต่ระยะเริ่มแรกได้อย่าง มีประสิทธิภาพ (Errecart et al ; Perry and Kelder และ Caplan et al. อ้างถึงใน WHO, 1994: 4)

แนวคิดเกี่ยวกับการสอนทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994:5-6) ได้เสนอแนะว่าการสอนทักษะชีวิตใน เยาวชนต้องคำนึงถึงความแตกต่างของวัฒนธรรม แบบแผนการดำรงชีวิต บทเรียนการสอนทักษะ ชีวิตควรมีการผสมผสานกับข้อมูลข่าวสารทางด้านสุขภาพ (Health information) ซึ่งอาจจัดเป็น โปรแกรมที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมสังคม เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากบุคคลรอบๆตัวหรือ จากประสบการณ์

ในการสอนทักษะชีวิตของแต่ละครั้ง จะมีองค์ประกอบผสมผสานกันไปทั้งใน ด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย แต่การสอนทักษะต่างๆ เช่น ทักษะการสื่อสาร เป็นการ

สอนที่มุ่งเน้นในด้านทักษะพิสัยซึ่งต้องอาศัยการสร้างให้เกิดความชัดเจนในตัวทักษะให้เห็นเป็นขั้นตอนที่ปฏิบัติได้ง่ายและผู้เรียนได้มีโอกาสลงมือปฏิบัติในสถานการณ์ใกล้เคียง

ดังนั้นการสอนทักษะชีวิตควรให้นักเรียนได้เกิดความรู้ ทักษะ และเกิดทักษะ โดยการฝึกปฏิบัติ กิจกรรมการสอนทัศนคติมี 2 ขั้นตอนคือ การสร้างความรู้สึกรู้สึกโดยการให้บทอ่านจากกรณีศึกษา วิดีทัศน์ และขั้นตอนการจัดระบบความเชื่อโดยการระดมสมอง นักเรียนทุกคนได้แสดงความคิดเห็น อภิปรายและสรุปร่วมกัน ส่วนกิจกรรมการสอนทักษะนั้นมีอยู่ 2 ขั้นตอน คือ ขั้นรู้แจ้งเห็นจริง จะเป็นการบรรยายนำเข้าสู่บทเรียน สร้างสถานการณ์จำลองและให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นและขั้นตอนการลงมือกระทำ เป็นการเล่นบทบาทสมมติได้ฝึกปฏิบัติโดยตรง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่า การได้รับความรู้อย่างเดียวไม่เพียงพอที่จะทำให้นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม จึงได้นำทักษะชีวิตด้านการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์มาฝึกปฏิบัติเพื่อเปลี่ยนความรู้ ทักษะด้านความภาคภูมิใจในการที่ไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนและความตระหนักรู้ในตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ให้เป็นความสามารถในทักษะการปฏิเสธและหาทางออกเมื่อถูกชักจูง เพื่อให้เกิดพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ อย่างเหมาะสม

4.2 แนวคิดเกี่ยวกับภูมิใจในตนเอง (Self-esteem)

กรมอนามัย (2539:2) ได้ให้ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเองไว้ว่า คือ ความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่า เช่น ความมั่นใจ รู้จักให้ รู้จักรับ ค้นพบและภูมิใจในความสามารถของตน โดยไม่ได้มุ่งสนใจในเรื่องรูปร่างหน้าตา เสน่ห์ หรือความสามารถทางเพศ การเรียนเก่งเท่านั้น

การสร้างความภูมิใจในตนเอง (สุวรรณ เรื่องกาญจนเศรษฐ์, กุมารเวชศาสตร์แนวปฏิบัติ, 2546: 86-87)

Self-esteem (ความภูมิใจในตนเอง ความรู้สึกคุณค่าในตนเอง หรือความนับถือคุณค่าตนเอง) เป็นความรู้สึกที่บุคคลประเมินตนเองในด้านความสำคัญความสามารถ คุณความดี และพลังอำนาจ แล้วรู้สึกภาคภูมิใจในคุณสมบัติดังกล่าว เกิดจากการที่เด็กให้คุณค่ากับทักษะและความสามารถในการเรื่องต่างๆของตนเอง และการได้รับแรงสนับสนุนจากบุคคลรอบข้างที่มีความหมายต่อเด็ก เช่น พ่อแม่ ครู เพื่อน ญาติพี่น้อง เป็นต้น ความแตกต่างของ Self-esteem นอกจากจะขึ้นกับประสบการณ์ความสำเร็จหรือล้มเหลวของบุคคลทัศนคติค่านิยมของบุคคลใกล้ชิด และการถูกวิพากษ์วิจารณ์ในด้านบวกหรือลบจากบุคคลอื่น

ความภูมิใจในตนเองนับว่ามีความสำคัญยิ่งที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็ก ความภูมิใจในตนเองมีความสำคัญต่อทุกช่วงชีวิตของเด็ก เด็กที่มีความภูมิใจในตนเองต่ำ จัดว่ามีความพิการทางบุคลิกภาพไม่แพ้เด็กที่มีความพิการทางร่างกาย ทั้งนี้ เพราะเหตุว่า เด็กที่มีความภูมิใจในตนเองต่ำ จะประสบความล้มเหลวในชีวิตทุกด้านไม่ว่าจะเป็น ทางด้านการเรียน ด้านมนุษยสัมพันธ์ รวมทั้งด้านที่จะก่อให้เกิดความเจริญก้าวหน้าทั้งปวง ความภูมิใจในตนเองเป็นเสมือนแรงบันดาลใจให้ความปรารถนาใดๆ บรรลุจุดหมายปลายทางตามที่พึงประสงค์ ขณะเดียวกันเด็กที่มีความภูมิใจในตนเอง ก็จะมีค่านับถือตนเอง พึงพอใจกับตนเอง และภาคภูมิใจต่อเพศของตนเองด้วย

ความภูมิใจในตนเองจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ซึ่งจะเกิดขึ้นในโอกาสต่อไปนี้

1. เมื่อรู้สึกว่าคุณมีความสำคัญต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งที่มีความสำคัญต่อคุณ
2. เมื่อมีความรู้สึกว่าคุณมีความดีเด่นเป็นพิเศษซึ่งสามารถบอกได้ว่าอะไรทำให้มีความรู้สึกเช่นนั้น
3. เมื่อมีความรู้สึกว่าคุณมีความดีเด่นเหนือผู้ใด สามารถกระทำสิ่งที่ต้องการได้สำเร็จ มีความรู้สึกเชื่อมั่นว่าสามารถจัดการกับทุกสิ่งที่ต้องการกระทำได้สำเร็จ
4. เมื่อมีความรู้สึกว่าคุณสามารถจะกระทำได้อย่างมีจุดมุ่งหมาย ซึ่งแสดงให้เห็นความเชื่อและค่านิยมของตนเอง

ความภูมิใจในตนเองหรือค่านับถือตนเองเป็นความรู้สึกในด้านบวกซึ่งเป็นการเสริมแรงของความรู้สึกที่ดี ค่านับถือตนเองเป็นความรู้สึกที่แสดงออกเมื่อบุคคลกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ดังนั้น จึงสามารถสังเกตเห็นได้เมื่อกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

1. ลักษณะของเด็กที่มีความนับถือตนเองสูง
 - 1.1. มีความภูมิใจในความสำเร็จของตน
 - 1.2. ยอมรับความรับผิดชอบได้โดยง่าย
 - 1.3. มีความอดทนต่อความคับข้องใจได้เป็นอย่างดี
 - 1.4. ทำงานใหม่ๆ ได้ด้วยความกระตือรือร้น
 - 1.5. มีความรู้สึกว่าจะสามารถโน้มน้าวจิตใจผู้อื่นได้
 - 1.6. สามารถแสดงความรู้สึกอารมณ์ได้หลายลักษณะ

2. ลักษณะของเด็กที่ขาดความนับถือตนเองหรือขาดความภาคภูมิใจในตนเอง

2.1 .พยายามหลีกเลี่ยงหนีสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล

2.2. ถูกความสามารถของตนเอง ประเมินความสามารถของตนต่ำกว่าความเป็นจริง

2.3. มีความรู้สึกที่ผู้อื่นไม่เห็นคุณค่าหรือความสำคัญของตน

2.4. เมื่อตนทำผิดพลาดมักตำหนิผู้อื่น

2.5. ถูกผู้อื่นชักจูงได้ง่าย

2.6. ชอบปกป้องตัวเอง และรู้สึกไม่พอใจอะไรง่าย ๆ

2.7. มีความรู้สึกที่ไม่มีบาร์มี ไม่มีความสามารถ

2.8. ไม่ค่อยแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึก

ในการศึกษาครั้งนี้ มีการนำเอาแนวคิดเกี่ยวกับการสร้างความภาคภูมิใจมาใช้เป็นส่วนสำคัญในการศึกษาเพื่อเสริมสร้างทักษะการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์เนื่องจากหากเด็กหญิงมีความภาคภูมิใจในตนเองมีความนับถือตนเองและเด็กได้มีโอกาส ฝึกปฏิบัติในการสร้างความภาคภูมิใจย่อมส่งผลต่อการปฏิบัติในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้เป็นอย่างดี

4.3 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะความตระหนักรู้ในตนเอง (Self Awareness Skills)

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้ความหมายของความตระหนักรู้ในตนเองขององค์การอนามัยโลก (WHO 1994) ที่กล่าวถึงความตระหนักรู้ในตนเองว่า หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจตนเอง รู้ว่าตนเองกำลังคิดอะไร รู้สึกอย่างไร และกำลังทำอะไรกับตนเองและกับผู้อื่น รวมทั้งสามารถที่จะประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้

ในการพัฒนาความตระหนักรู้ในตนเอง สามารถปฏิบัติได้ 2 วิธีการหลักๆ ดังนี้ (Kaiman 1993 : 72-74, อ้างถึงใน นรลักษณ์ เอื้อกิจ 2541 : 28)

1. ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง สามารถปฏิบัติได้ 3 รูปแบบ คือ

1.1 การฟังตนเอง โดยการสำรวจหรือสังเกตความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองเป็นอย่างไร ซึ่งเป็นกระบวนการของภาวะตื่นอยู่เสมอ

1.2 การฟังคนอื่น เป็นการศึกษาตนเอง โดยอาศัยการสังเกตปฏิกิริยาของผู้อื่นที่มีต่อตน ทำให้ทราบว่าคนอื่นมองตนเองอย่างไรทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าตนเองจะเปิดใจได้มากน้อยแค่ไหน

1.3 การบอกคนอื่นเกี่ยวกับตน เป็นการเปิดเผยตนเอง ซึ่งเป็นขั้นแรกของการพัฒนาความตระหนักในตนเอง

2. การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interpersonal relationship) ซึ่งครอบคลุมมักจะเป็นแหล่งแรกและแหล่งสุดท้ายที่จะให้บทสอนเกี่ยวกับความตระหนักในตนเอง โดยการเรียนรู้นี้จะขึ้นกับประสบการณ์ชีวิต รวมถึงสัมพันธภาพที่ตนมีกับครูอาจารย์ ผู้ร่วมงาน และผู้บังคับบัญชา

การพัฒนาความตระหนักในตนเองมีลักษณะและวิธีที่สามารถฝึกปฏิบัติได้ ดังนั้นถ้ามีการฝึกฝนหรือปฏิบัติ ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบใดก็ตามจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต ก็สามารถสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ซึ่งมีความสำคัญและมีคุณประโยชน์อย่างยิ่งต่อการพัฒนาตนเอง การได้มีโอกาสฝึกทักษะ และสะสมประสบการณ์ในการพัฒนาความตระหนักในตนเอง เป็นการเพิ่มโอกาสในการพัฒนาและปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสมเร็วขึ้น

กระบวนการสร้างความตระหนักในตนเอง สามารถฝึกปฏิบัติได้จากขั้นตอนและกิจกรรมดังต่อไปนี้ (กรมอนามัย 2539 : 14-16)

1. ขั้นตอนการสร้างความรู้สึกร่วม ประกอบด้วยการใช้สื่อทำให้เกิดความรู้สึก เช่น วีดิโอเทปและกิจกรรมโดยใช้เกม
2. ขั้นตอนการจัดระบบความคิดความเชื่อ ประกอบด้วยกิจกรรมที่เป็นกระบวนการกลุ่ม เช่น การอภิปรายกลุ่มย่อยและกลุ่มใหญ่ และการประยุกต์แนวคิด

งานวิจัยเกี่ยวกับการตระหนักรู้เกี่ยวกับตัวเอง กับพฤติกรรมการป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์ยังไม่พบในประเทศไทย แต่มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการตระหนักรู้เกี่ยวกับตัวเองได้แก่ นวนันท์ กิจทวี (2541:บทคัดย่อ) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้า ในนักเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า ความตระหนักในตนเอง พฤติกรรมการป้องกันยาบ้า เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ และภายในกลุ่มทดลองก่อนและทดลองหลังไม่พบความแตกต่างนอกจากนี้ยังพบว่า ความตระหนักรู้ในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันการเสพยาบ้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ฌัฐพงษ์ พุดหาล้า (2541: บทคัดย่อ) ผลของการ

ประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี พบว่า ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่สูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ และพบว่าความตระหนักรู้ในตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สุทธิสารณ์ วัฒนมะโน (2540: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 86 คน เป็นกลุ่มทดลอง 44 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 42 คน ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความความตระหนักรู้ในตนเองเพื่อป้องกันโรคเอดส์ และมีพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์ดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ยังพบว่า ความความตระหนักรู้ในตนเองเพื่อป้องกันโรคเอดส์ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

จากข้อมูลข้างต้น สรุปได้ว่า ความตระหนักรู้ในตนเอง เป็นความสามารถในการเข้าใจตนเอง รู้ว่าตนเองคิดอะไร รู้สึกอย่างไร และกำลังทำอะไรกับตนเอง และกับบุคคลอื่น รวมทั้งสามารถประเมินสถานการณ์เสี่ยงต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้ ในการศึกษาครั้งนี้ได้เสริมกิจกรรมให้เด็กนักเรียนหญิงตระหนักว่าตนมีข้อดีหรือข้อด้อยในการป้องกันการถูกชักจูงให้มีเพศสัมพันธ์อย่างไร เสริมสร้างความตระหนักว่าการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนและก่อนวัยอันควรเป็นสิ่งไม่ดีและไม่เหมาะสม และเสริมสร้าง ความตระหนักรู้ในเรื่องการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ อันเป็นแนวทางในการสร้างพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนหญิงต่อไปและจากผลการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความตระหนักรู้ในตนเองน่าจะมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงกำหนดให้ความตระหนักรู้ในตนเอง เป็นทักษะชีวิต ที่จะสามารถทำนายพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงในการวิจัยครั้งนี้

4.4 ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

ทักษะการปฏิเสธ (Denial skills)

ทักษะการปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนควรยอมรับในความต้องการที่แตกต่างกันการปฏิเสธที่ได้ผลและยอมรับได้โดยไม่เสียสัมพันธภาพในหมู่เพื่อน เพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ไม่เกิดประโยชน์ หรืออาจเกิดผลกระทบในแง่ลบตามมา

หลักการปฏิเสรมีดังนี้

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่ขอปฏิเสธ

2. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น

3. การขอความเห็นชอบ และแสดงการขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ จะเป็นการรักษาน้ำใจของผู้ชวน

4. เมื่อถูกเข้าชี้หรือถูกสบประมาท ไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้ขาดสมาธิในการหาทางออก ควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออกโดยวิธีการต่อไปนี้

4.1 ปฏิเสธซ้ำโดยไม่ต้องใช้ข้ออ้างพร้อมทั้งบอกสาเหตุทางเล็งจากเหตุการณ์ไป

4.2 การต่อรอง โดยการหากิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน

4.3 การผัดผ่อน โดยการขออีกระยะเวลาออกไป เพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ

การผัดผ่อนต่อรองเป็นทักษะการหาทางออกเมื่อไม่เห็นด้วยกับความต้องการของผู้อื่น โดยการประวิงเวลาออกไปเพื่อให้ผู้สนทนาเปลี่ยนแปลงความตั้งใจ

การต่อรอง เป็นความสื่อสารความต้องการของตน ซึ่งต่างจากคู่สนทนาให้เขาได้ทราบ เพื่อให้เขาเปลี่ยนแปลงความตั้งใจเดิมมากล้อยตามตนเอง

ทั้งการผัดผ่อน และการต่อรองสามารถนำมาใช้ประกอบการปฏิเสธ เป็นทางออกกรณีถูกเข้าชี้ เพื่อให้ปฏิบัติได้สำเร็จ หรือจะนำไปใช้ตามลำพังก็ได้

วิธีฝึกเทคนิคการต่อรอง และการปฏิเสธที่ดีที่สุดคือ การฝึกซ้อมเหตุการณ์จำลอง พ่อแม่พูดคุยกับลูกสมมติว่าเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ ลูกจะปฏิเสธหรือต่อรองอย่างไร เมื่อพูดคุยกันบ่อยๆ จนเกิดความชำนาญ จะเกิดภูมิคุ้นทาน เมื่อประสบเหตุการณ์จริงจะสามารถปฏิบัติตนได้เหมาะสม

ทักษะการปฏิเสช เป็นความสามารถในการใช้คำพูด และท่าทางเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง และความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายเป็นทักษะที่สำคัญของทักษะการสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร (Interpersonal relation-ship and Communication skills) (กระทรวงสาธารณสุข และหน่วยงานอื่นๆ, 2538: 2-3) ทักษะการปฏิเสชมีประโยชน์อย่างยิ่งในเชิงยับยั้ง พฤติกรรมเสี่ยง และพฤติกรรมเบี่ยงเบนทั้งหลายที่เกิดจากการคิดไม่ริเริ่มสร้างสรรค์ การรู้จักปฏิเสชเพื่อรักษาจุดยืนของตนเอง โดยการเจรจาต่อรองอย่างละมุนละม่อมเพื่อรักษาน้ำใจ และผลประโยชน์ของตนเอง นับว่ามีความสำคัญมาก เป็นทักษะพื้นฐานที่จะช่วยทำหน้าที่เป็นภูมิคุ้มกันอย่างถาวร ที่คอยเหนี่ยวรั้งเยาวชนออกจากพฤติกรรมเบี่ยงเบน และชักชวนให้เยาวชนเลือกกระทำพฤติกรรมที่เหมาะสมได้

การนำทักษะการปฏิเสชไปใช้เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาสุขภาพของวัยรุ่นจะช่วยเสริมสร้างพฤติกรรมการป้องกันปัญหาสุขภาพได้ซึ่งแสดงให้เห็นจากผลการวิจัยที่นำเอาทักษะการปฏิเสชไปใช้ในการป้องกัน การสูบบุหรี่ในโรงเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 86 คน (พิสมัย สุขอมรัตน์ (2540) พฤติกรรมในการป้องกันสารระเหย ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนราธิวาส จำนวน 114 คน (พิมพ์ใจ บุญยัง : 2540) พฤติกรรมป้องกันยาบ้า ในนักเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี (นวนันท์ กิจทวี (2541) รวมถึงพฤติกรรมการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 กรุงเทพมหานคร ของปรีชา แจ่มวิถีเลิศ (2540) ซึ่งทุกงานวิจัยพบว่าการใช้ทักษะการสื่อสารเพื่อปฏิเสชเมื่อถูกชักชวนให้กระทำพฤติกรรมที่เป็นปัญหาสุขภาพในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการป้องกันปัญหาที่สูงขึ้นกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า ทักษะการปฏิเสชมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงกำหนดให้ทักษะการปฏิเสช เป็นทักษะชีวิตที่จะสามารถทำนายพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงในการวิจัยครั้งนี้

4.5 การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Co-operative learning) เป็นวิธีการเรียนที่มีการจัดกลุ่มการทำงานเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ และเพิ่มพูนแรงจูงใจทางการเรียน โดยการจัดสถานการณ์ และบรรยากาศให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่มเล็ก ๆ แต่ละกลุ่มมีสมาชิกที่มีลักษณะแตกต่างกันในด้านสติปัญญาหรือความถนัด และสมาชิกแต่ละคนจะต้องมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ของตนเอง และของสมาชิกในกลุ่ม รับผิดชอบความสำเร็จของกลุ่มร่วมกัน ความสำเร็จของกลุ่มพิจารณาจาก

ความสำเร็จในการเรียนรู้ของสมาชิกแต่ละคน ซึ่งเป็นวิธีการเรียนรู้ที่จะพัฒนาผู้เรียนด้านสติปัญญา อารมณ์ และสังคม ทำให้นักเรียนที่เรียนเก่งได้รับการปลุกฝังให้มีความเสียสละในการดูแลรับผิดชอบ สมาชิกในกลุ่ม ไม่เห็นแก่ตัว นักเรียนที่เรียนอ่อนก็จะได้รับการดูแลจากสมาชิกในกลุ่ม จนทำให้เกิดความมั่นใจในตนเองมากขึ้น ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ถูกทอดทิ้ง ซึ่งเป็นลักษณะที่สอดคล้องกับสภาพที่เหมาะสมในการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งจากหลักการเรียนรู้แบบร่วมมือนี้ ได้ทำให้เกิดวัฏกรรมการเรียนรู้แบบเทคนิควิธีที่นิยมใช้กันอยู่ 4 เทคนิคคือ (ชูศรี วงศ์รัตน์และคณะ 2544 :67-70)

4.5.1 เทคนิคการแข่งขันระหว่างกลุ่มด้วยเกม (Teaching Game Team) เช่น เทคนิคที่น่าประโยชน์ของการแข่งขันมาช่วย โดยการทำกิจกรรมการแข่งขันที่เป็นลักษณะกลุ่ม ซึ่งมีสมาชิกประมาณ กลุ่มละ 4-5 คน ที่มีผลการเรียน เพศ และอายุ แตกต่างกัน กิจกรรมของกลุ่ม คือ หลังจากที่ได้รับการสอนบทเรียนแต่ละบทแล้ว กลุ่มจะต้องเตรียมสมาชิกทุกคนของกลุ่มเพื่อตอบคำถามของครูในวันต่อไป โดยนักเรียนในกลุ่มจะช่วยกันถามตอบตามเนื้อหาในเอกสารที่ครูแจกให้ ในการแข่งขันครูจะให้นักเรียนที่มีผลการเรียนระดับเดียวกันในแต่ละกลุ่มมาแข่งขันกัน คะแนนที่สมาชิกในกลุ่มแต่ละคนทำได้ จะนำมารวมกันเป็นคะแนนของกลุ่ม เมื่อเสร็จการแข่งขันแต่ละครั้ง ครูจะทำตารางเพื่อประกาศ ผลคะแนนของแต่ละกลุ่ม และคะแนนของคนที่ได้คะแนนสูงสุด

4.5.2 เทคนิคการสอนแบบกลุ่มย่อย (Small-Group Teaching) เป็นเทคนิคที่ทำให้นักเรียนช่วยกันตั้งคำถามอภิปรายในห้องเรียน และค้นคว้าข้อมูลที่ต้องการร่วมกันในการเรียน นักเรียนจะเลือกหัวข้อที่ตนสนใจในบทเรียนแต่ละบท แล้วแบ่งกันเป็นกลุ่ม ๆ ละ 2-6 คน แต่ละกลุ่มแบ่งหัวข้อย่อยให้สมาชิกแต่ละคนรับผิดชอบ ศึกษาและเตรียมอภิปรายเสนอต่อเพื่อนร่วมชั้นเรียนในนามกลุ่มเพื่อนในชั้น และครูจะประเมินผลงานของแต่ละกลุ่มย่อย จากโครงสร้างกิจกรรมรูปแบบนี้ นักเรียนจะมีอำนาจในการควบคุมการเรียนของตนเองสูง การทำกิจกรรมในกลุ่มขึ้นต่อกันมาก แต่ยังไม่มีระบบการให้คะแนนที่แน่นอน

4.5.3 เทคนิคการแบ่งกลุ่มสัมฤทธิ์ (Student Team Achievement Division หรือ STAD) เป็นเทคนิคที่ประกอบด้วยกิจกรรมที่เป็นวงจรตามลำดับขั้นดังนี้ คือ ครูสอนบทเรียนนักเรียน 4-5 คน ในแต่ละกลุ่มทำงานร่วมกันตามที่ครูกำหนด ให้นักเรียนเปรียบเทียบคำตอบกัน ซักถามกัน ตรวจสอบกัน แนะนำนักเรียนให้อธิบายวิธีทำแบบฝึกหัดให้เพื่อฟัง เมื่อจบบทเรียน ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบ ซึ่งนักเรียนแต่ละคนต้องทำด้วยตนเอง จะช่วยกันไม่ได้ ครูแจ้งคะแนนเฉลี่ยแต่ละกลุ่มให้นักเรียนทราบ และถือว่าเป็นคะแนนของนักเรียนในแต่ละกลุ่มด้วย นักเรียนคนใดหรือกลุ่มใดทำคะแนนได้ดีกว่าครั้งก่อนจะได้รับคำชมเชยเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม

4.5.4 เทคนิคการต่อบทเรียน (Jigsaw) เป็นเทคนิคที่แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม เช่นเดียวกับ STAD โดยนักเรียนแต่ละกลุ่มได้รับมอบหมายให้ทำกิจกรรมเช่นเดียวกัน ครูแบ่งเนื้อหาของเรื่องที่จะเรียนออกเป็นหัวข้อย่อย เท่าจำนวนสมาชิกแต่ละกลุ่ม และมอบหมายให้นักเรียนแต่ละกลุ่มค้นคว้าหัวข้อเดียวกัน จะศึกษาบทเรียนหัวข้อนั้นร่วมกัน จากนั้นแต่ละคนกลับไปเข้ากลุ่มเดิมของตนเองเพื่ออธิบายหัวข้อที่ตนศึกษาให้เพื่อทุกคนฟัง และทำแบบฝึกหัด ซึ่งจะถามเรื่องราวเกี่ยวกับบทเรียนทั้งหมด และให้คะแนนเป็นรายบุคคล จึงต้องอาศัยความร่วมมือในการศึกษาค้นคว้าแต่ละหัวข้อ และนำสิ่งที่ตนค้นคว้าได้มารวมกัน จึงได้เนื้อหาครบถ้วน มีการให้รางวัลแบบรายบุคคล จัดเป็นกิจกรรมที่สนองจุดมุ่งหมายของแต่ละคนมากกว่ากลุ่ม

การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing)

การแสดงบทบาทสมมติ เป็นวิธีการกลุ่มวิธีการหนึ่งที่ใช้เป็นเครื่องมือ ในการให้การศึกษาจัดประสบการณ์ การเรียนรู้ เป็นการเสนอเรื่องราวของกลุ่มที่จะแสดงบทบาทสมมติ หรือแสดงให้ผู้อื่นได้เข้าใจ มองเห็นภาพพจน์ของพฤติกรรมของคน สภาพปัญหาสังคม มนุษย์สัมพันธ์ บทบาท แนวคิด ความขัดแย้งระหว่างบุคคล 2 คน หรือมากกว่า ช่วยให้เกิดการเข้าใจตนเองและผู้อื่น การแสดงบทบาทสมมติเป็นการแสดงตามธรรมชาติคล้ายๆ กับสภาพที่เกิดในชีวิตจริง โดยไม่ต้องมีการซ้อมบทบาท ไม่มีการเขียนบท (Script) แต่มีการเตรียมบทบาทว่าใครจะแสดงออกมาแบบไหน โดยพิจารณาบทบาทให้เหมาะสมกับบุคลิกภาพ ของแต่ละบุคคลการแสดงใช้ช่วงเวลาสั้นๆ ประมาณ 10-15 นาที เพื่อให้ผู้เรียนสังเกตการณ์แสดง ได้พิจารณาวิเคราะห์บทบาท พฤติกรรม มนุษย์สัมพันธ์ซึ่งแล้วแต่สถานการณ์ที่สร้างขึ้นมาให้ชม (สุริย์ จันทรโมลี, 2527: 156-62 อ้างถึงในนรลักษณ์ เอื้อกิจ 2541 : 49)

ขั้นตอนของการแสดงบทบาทสมมติ

1. กำหนดปัญหาที่ต้องการแสดง โดยผู้สอนอาจเป็นผู้กำหนดเค้าโครง แนวคิด ให้หรือสมาชิกในกลุ่มแสดง มีส่วนร่วมในการช่วยกันคิด เลือกปัญหา หัวข้อเรื่องที่จะแสดงให้ตรงกับจุดมุ่งหมาย
2. กำหนดสภาพการณ์ของปัญหา โดยเลือกปัญหาที่มีความเหมาะสม ให้แนวคิดมีความชัดเจน ให้แก่วิเคราะห์หลายทาง ต้องเป็นเรื่องที่ผู้เรียนสนใจ หลังจากการแสดงผู้เรียนสามารถมองเห็นปัญหา และนำไปอภิปรายต่อได้ และต้องเป็นเรื่องที่ไม่กระทบกระเทือนผู้อื่น

3. การเลือกตัวผู้แสดง ควรให้ผู้แสดงมีความสมัครใจในการที่จะแสดง โดยผู้สอนเป็นผู้เลือกตัวแสดงพิจารณาจากบุคลิกภาพให้เหมาะสม ผู้แสดงแต่ละคนควรแสดงบทบาทเดียว ต้องเป็นบทบาทที่ตนเองมีความคุ้นเคยมากที่สุด และผู้แสดงต้องเข้าใจถึงจุดมุ่งหมาย ของการแสดงอย่างชัดเจน

4. การแสดง ต้องคำนึงถึงจุดมุ่งหมายและไม่ควรแสดงออกนอกบทบาทที่กำหนด ซึ่งจุดใหญ่ของการแสดงบทบาทสมมติอยู่ที่การแสดงท่าทาง บทบาท คำพูด ความรู้สึกของแต่ละคน ให้ผู้ชมได้มองเห็นและได้ยินอย่างทั่วถึง

5. การยุติการแสดง เมื่อแสดงให้เห็นสภาพปัญหา ข้อคิด หรือผู้เรียนกำลังให้ความสนใจ มองเห็นปัญหาที่ยุติการแสดงทันที อาจจบลงด้วยการทิ้งท้ายด้วยคำถามหรือคำตอบ หรือให้ผู้ชมได้มองเห็นปัญหาในหลายแง่มุม แต่ถ้าผู้ชมยังมองไม่เห็นปัญหา อาจให้มีการแสดงซ้ำอีกหรือผู้แสดงเปลี่ยนบทบาทกัน

6. การอภิปรายหรือการวิเคราะห์หลังการแสดง หลังการยุติการแสดง ผู้สอนควรเตรียมคำถามปัญหาแนวทางอภิปรายให้กลุ่มได้อภิปรายร่วมกันต่อ เพื่อจะได้พิจารณาวิเคราะห์ เสนอความคิดเห็น ช่วยทำให้เข้าใจปัญหา และแนวทางแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อดีของการแสดงบทบาทสมมติ

1. เหมาะสมกับการเรียนการสอนที่สร้างสถานการณ์ที่ต้องคิดแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับตน
2. ช่วยทำให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตนเอง เข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้น
3. ช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์เหตุการณ์ ปัญหา การแก้ปัญหา โดยไม่ใช้อารมณ์ หรือโดยยึดตนเองเป็นหลัก
4. เป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียน มีส่วนร่วมในการเรียน เป็นผู้มีการสังเกตที่ดี
5. ในรายที่เกี่ยวกับการบำบัด ผู้แสดงมีโอกาสระบายอารมณ์ ความกดดัน ความวิตกกังวลของตนเอง
6. สามารถสร้างความสนใจได้ทันที
7. สามารถไปใช้ร่วมกับวิธีการสอนแบบอื่นๆ ได้

ข้อจำกัดของการแสดงบทบาทสมมติ

1. สภาพปัญหาต้องง่ายต่อการเข้าใจ ไม่สามารถนำปัญหาเรื่องราว ที่มีความซับซ้อนยุ่งยากมาใช้ได้
2. ไม่ควรนำวิธีนี้มาแสดงเพื่อความสนุกสนาน เพราะผู้เรียนจะสนุกสนานเสียเวลา ทำให้ไม่เกิดการเรียนรู้
3. จะไม่ได้ผลถ้าคำตอบที่ได้จากแสดงมีเพียงคำตอบเดียว หรือนำไปใช้กับสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสม
4. ผู้แสดงอาจจะขี้อายไม่กล้าในการแสดงออก ทำให้สวมบทบาทการแสดงไม่เต็มที่
5. ผู้แสดงอาจจะรู้สึกอึดอัดใจ ไม่นัดในการแสดงบทบาท ที่ขัดกับความรู้สึกของตนเอง
6. บางคนอาจมีความรู้สึกว่าเป็นการแสดงบทบาทสมมติไม่ใช่เรื่องจริง มีความรู้สึกเป็นเรื่องตลกขบขัน บางคนอาจไม่เห็นด้วยกับการแสดงบทบาทสมมติ

การระดมสมอง (Brainstorming)

การระดมความคิด หรือการระดมสมอง เป็นวิธีการระดมสมองผู้เรียนต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่งให้ผู้สอนหรือผู้เรียนกำหนดขึ้น ซึ่งหมายความว่าเรื่องนั้นเป็นเรื่องที่ทุกคนในกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจ เป็นอย่างดี วิธีการนี้จะกระตุ้นให้ผู้เรียนที่ไม่กล้าพูดให้แสดงออก ทำให้ได้รับความรู้ความคิดเห็น ที่ขัดแย้งกันของกลุ่มบุคคลได้ดี และเป็นการรวบรวมความคิดของคนได้มาก ในระยะเวลาอันสั้น (นิภา มนูญปิฎ, 2539: 197อ้างถึงในพิชัย ไทยอุดม 2540 : 68)

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีทักษะชีวิต

จากการศึกษางานวิจัยในช่วง 10 ปีที่ผ่านมาได้มีผู้ใช้แนวคิดทฤษฎีทักษะชีวิตเพื่อแก้ไขและป้องกันปัญหาพฤติกรรมสุขภาพหลากหลาย งานวิจัย เช่น การการประยุกต์ทักษะชีวิตในการป้องกันการสูบบุหรี่ ของพิสมัย สุขอมรรตน์ (2540)และของณัฐพงศ์ พุดห้(2540) พบว่าการนำทักษะชีวิตมาประยุกต์ใช้ทำให้กลุ่มวัยรุ่นในกลุ่มทดลองมีทักษะในการตระหนักในตนเองและ

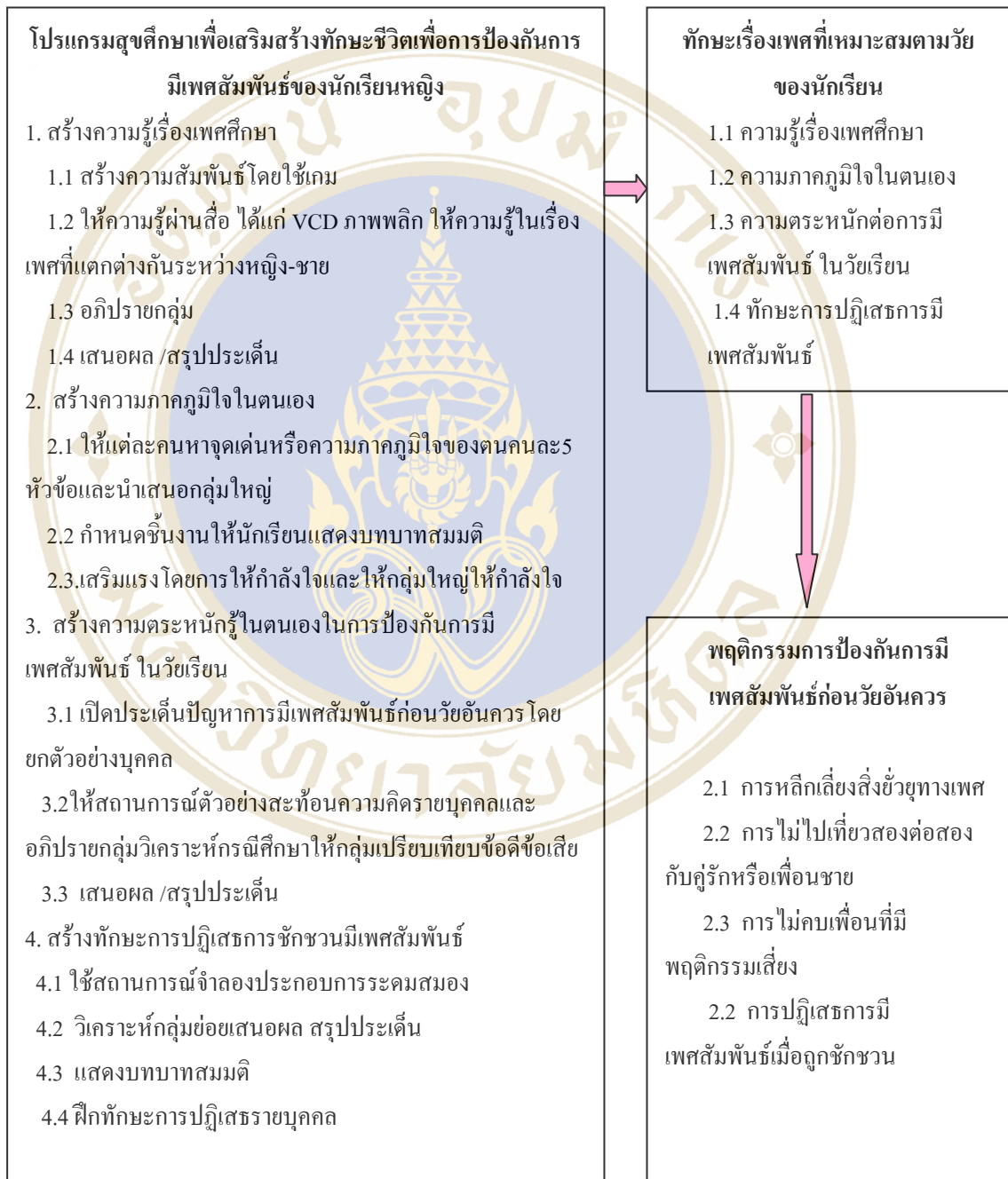
ทักษะการตัดสินใจ สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ นวนันท์ กิจทวี (2541)ศึกษาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาบ้าในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จังหวัดนนทบุรี พบว่าทักษะการปฏิเสธ และทักษะการตัดสินใจมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมป้องกันสารเสพติด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.05$) และนอกจากนี้ยังมีผู้นำทักษะชีวิตมาประยุกต์ใช้ในโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อให้เกิดพฤติกรรมป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ได้แก่ คุชฎี เจริญสุข (2540) ศึกษา กลุ่มตัวอย่างในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 พบว่าหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีการเปลี่ยนแปลงของคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะการปฏิเสธและพฤติกรรมป้องกันโรคเอดส์สูงกว่าหลังทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของปรีชา แจ่มวิถิเลิศ และของสุทธิสารณ์ วัฒนะโม ศึกษาในปี 2540 เช่นเดียวกัน ที่ศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กรุงเทพมหานคร และ กลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดปราจีนบุรี ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ทักษะ และมีพฤติกรรมป้องกันโรคเอดส์ ดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

งานวิจัยที่ประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตโดยศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อพฤติกรรมป้องกันการใช้สารเสพติดในวัยเรียนพบงานวิจัยของ นรลัทธน์ เอื้อกิจ ซึ่งศึกษาในปี 2541ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่าง 101 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 51 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 50 คน ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ และพฤติกรรมป้องกันตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติด สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ พิชัย ไทยอุดม(2540)ได้ศึกษาการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต ในการสอนเพศศึกษาแก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดปราจีนบุรี กลุ่มทดลอง 40 คนและกลุ่มเปรียบเทียบ 38 คน ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติ ซึ่งจะเห็นได้ว่าผลการวิจัยเกี่ยวกับเพศศึกษาและการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนโดยใช้แนวคิดทักษะชีวิตมาประยุกต์เพื่อให้เกิดการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ มีผลทำให้กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาของทั้งสองกลุ่มสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกัน ในทางที่ดีขึ้น ดังนั้นการศึกษาวิจัยโดยการประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตในการเสริมสร้างการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ3 ของอำเภอสามร้อยยอดในครั้งนี้ซึ่งผู้วิจัยได้ปรับประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับสภาพปัญหาในระดับท้องถิ่น น่าจะช่วยแก้ไขปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้เป็นอย่างดี

กรอบแนวการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



บทที่ 3

ระเบียบวิธีวิจัย

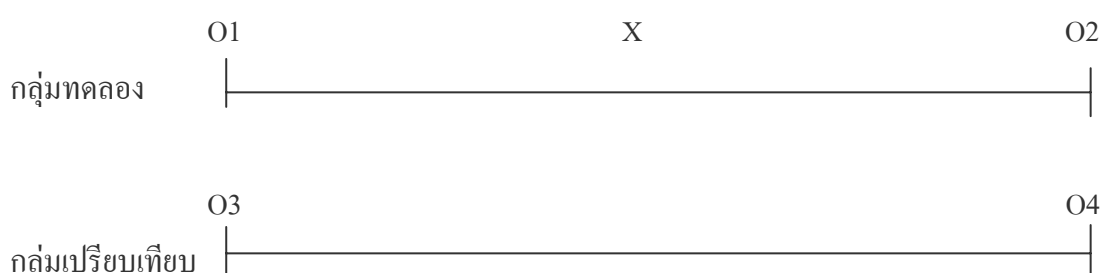
การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎี การวิจัยที่เกี่ยวข้อง และผลการศึกษาเบื้องต้นจากกลุ่มตัวอย่าง มาเป็นแนวคิดในการวิจัย โดยขั้นตอนระเบียบวิธีวิจัยแบ่งได้เป็น 6 ส่วน ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัยและแผนภูมิการทดลอง
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การสร้างเครื่องมือ
5. การดำเนินการวิจัย และการรวบรวมข้อมูล
6. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. รูปแบบการวิจัยและแผนภูมิการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ โดยนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับการเรียนปกติ รวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม (Pre-test-Post-test Two Group Design) ดังแผนภูมิ

1.1 รูปแบบการวิจัย



โดยกำหนดให้

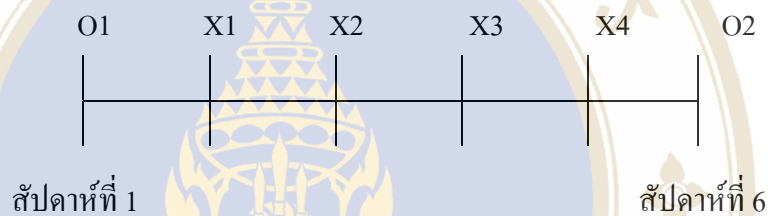
O1, O3 คือ การเก็บรวบรวมข้อมูล ก่อนการทดลอง

O2, O4 คือ การเก็บรวบรวมข้อมูลภายหลังการทดลอง

X คือ โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิง

1.2 แผนภูมิการทดลอง

กลุ่มทดลอง



กลุ่มเปรียบเทียบ



โดยกำหนดให้

O1,O3 หมายถึง การเก็บรวบรวมข้อมูล ก่อนการทดลองในสัปดาห์ที่ 1 ของกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ โดยแบบสอบถามเกี่ยวกับ คุณลักษณะของประชากร พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ ความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

O2,O4 หมายถึง การเก็บรวบรวมหลังการทดลอง ในสัปดาห์ที่ 6 ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบโดยแบบสอบถามเกี่ยวกับ ความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อ

การป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

X1 หมายถึง การเสริมสร้าง ครั้งที่ 1 สร้างความรู้เรื่องเพศศึกษา สร้างความสัมพันธ์ โดยใช้เกมให้ความรู้ผ่านสื่อ ได้แก่ VCD ภาพพลิก เอกสารความรู้ในเรื่องเพศที่แตกต่างกันระหว่าง หญิง-ชาย ความรู้ความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายอารมณ์ และการปรับตัว ความรู้ความเข้าใจในระบบอวัยวะสืบพันธุ์และวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพจิตของอวัยวะเพศ ความรู้ความเข้าใจต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์อย่างถูกต้อง อภิปรายกลุ่ม เสนอผล /สรุปประเด็น

X2 หมายถึง การเสริมสร้าง ครั้งที่ 2 เสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง ที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน เรื่องพฤติกรรมหลีกเลี่ยงสิ่งยั่วยทางเพศ พฤติกรรมการไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รักและการสัมผัสกอดจูบกับแฟน พฤติกรรมการไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนและเสริมสร้างความภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน โดยให้แบ่งกลุ่ม แสดงความสามารถรายบุคคลและรายกลุ่ม สรุปประเด็น

X3 หมายถึง การเสริมสร้าง ครั้งที่ 3 สร้างความตระหนักในตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร ให้ตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ว่าเป็นสิ่งไม่ดีไม่เหมาะสม โดย เปิดประเด็นปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรยกตัวอย่างบุคคลให้สถานการณ์ตัวอย่างสะท้อนความคิดรายบุคคลและอภิปรายกลุ่มวิเคราะห์กรณีศึกษาให้กลุ่มเปรียบเทียบข้อดีข้อเสีย เสนอผล /สรุปประเด็นการมีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อมเป็นสิ่งที่ดีกว่า

X4 หมายถึง การเสริมสร้าง ครั้งที่ 4 สร้างทักษะการปฏิเสธเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนให้ไปมีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ ปฏิเสธบุคคลที่พึงรู้จักกัน ปฏิเสธคู่รัก (แฟน) ต่างวัย ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)วัยเดียวกันในโรงเรียนใช้สถานการณ์จำลองประกอบการระดมสมอง วิเคราะห์กลุ่มย่อยเสนอผล สรุปประเด็น แสดงบทบาทสมมติฝึกทักษะการปฏิเสธรายบุคคล

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็น นักเรียนหญิงที่กำลัง ศึกษาอยู่ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ในโรงเรียนขยายโอกาส ของอำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ สังกัดเขตพื้นที่การศึกษา 2

กลุ่มตัวอย่าง

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้จากกลุ่มแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) คัดเลือกนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 โรงเรียนบ้านหนองคาง ตำบลศิลาตอย อำเภอสามร้อยยอด เป็นกลุ่มทดลอง และนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 โรงเรียนบ้านหนองขาม ตำบลศาลาลัย อำเภอสามร้อยยอดเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ โดยมีเกณฑ์การพิจารณาในด้านต่างๆที่คล้ายคลึงกันดังนี้ คือ นักเรียนมีปัญหาเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โรงเรียนไม่มีการทำโครงการหรือการศึกษาวิจัยเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ระดับผลการเรียนของนักเรียนไม่แตกต่างกัน สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมใกล้เคียงกัน จำนวนนักเรียนต่ออัตรากำลังครูในโรงเรียนใกล้เคียงกัน รายได้และอาชีพของผู้ปกครอง สภาพความเป็นชนบทและลักษณะภูมิศาสตร์ที่ตั้งของโรงเรียนคล้ายคลึงกัน รวมถึงผู้บริหารและคณาจารย์ของโรงเรียนให้การสนับสนุนและยินดีเข้าร่วมโครงการวิจัย

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ

- เครื่องมือที่ใช้ในการเสริมสร้างทักษะ
- เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการเสริมสร้างทักษะเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ประกอบด้วยโปรแกรมสุขศึกษา ทั้งหมด 4 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที โดยใช้เวลาในคาบว่างที่อาจารย์ประจำชั้นจัดให้ในช่วงวันศุกร์บ่าย ดังรายละเอียดตามตาราง

ตารางที่ 2 โปรแกรมสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของ
นักเรียนหญิง

ครั้ง	โปรแกรม/กิจกรรม	เป้าประสงค์	อุปกรณ์	วัน เดือน ปี
1.	ความรู้เรื่องเพศศึกษา - สร้างความสัมพันธ์ ใช้เพลง และเกม - สอนความรู้ความเข้าใจการเปลี่ยนแปลง ร่างกาย อารมณ์และการปรับตัวของวัยรุ่นหญิงและชาย ให้มีความรู้ร่างกายเราเป็นของเรามีอะไรเปลี่ยนไปเมื่อถึงวัยแตก หนุ่ม- สาว - สอนความรู้เรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เสริมสร้างให้มีความรู้ความเข้าใจต่อพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และรู้จักวิธีป้องกัน - แบ่งกลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มย่อยสรุป ความแตกต่างของวัยรุ่นหญิง ชาย ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ และการแสดงออก อภิปรายเขียนสรุป เป็นภาพความคิด	สร้างความรู้เรื่องเพศศึกษา	1.ภาพพลิกเพลงมาดบมือ 2. ภาพพลิกกายวิภาค 3.VCDความรู้ในเรื่องเพศศึกษา 5.ภาพพลิกโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 6.แผ่น future board 7.กระดาด 8.ปากกาเคมี	19 มิ.ย.50
2.	ความภาคภูมิใจในตนเอง -เกม “หัวใจ ไส้ แกร่ง”เสริมความภาคภูมิใจในตนเอง โดยให้นักเรียนสำรวจตัวเอง เขียนจุดเด่น และความ สามารถของตัวเอง ความภาคภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ แล้วให้เขียนลงในกระดาดรูปหัวใจและให้ทุกคนนำเสนอแล้วนำไปติดไว้ที่ future board สีชมพูรูปหัวใจ / สรุปสาระสำคัญ การบ้าน: ให้นักเรียนหาข่าวปัญหาที่เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นมากกลุ่มละ 1 ข่าว	เสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง	1.กระดาดรูปหัวใจ 2.แผ่น future board สีชมพูรูปหัวใจ 3.ปากกาเคมี	21 มิ.ย.50

ตารางที่ 2 โปรแกรมสุศึกษาเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของ
นักเรียนหญิง (ต่อ)

ครั้ง	โปรแกรม/กิจกรรม	เป้าประสงค์	อุปกรณ์	วัน เดือน ปี
3.	ความตระหนักรู้ในตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร - เปิดประเด็นปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร“เรื่องสนุกที่อาจทุกข์ถนัด” และจากข่าวที่นักเรียนหามา ให้แต่ละคนคิดและเขียนลงในกระดาษและนำความคิดของตนเองเข้าสู่กลุ่มช่วยกันคิด 10 นาที แล้วแต่ละกลุ่มนำเสนอ - บรรยาย เกี่ยวกับการผลของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น โดยนำเสนอ สถิติตัวเลขและใช้สื่อ ภาพการคลอดบุตร ผลของการ ตั้งครรภ์ และทำแท้งในวัยรุ่น ยกตัวอย่างให้สถานการณ์ตัวอย่างสะท้อนความคิดรายบุคคลและอภิปรายกลุ่ม วิเคราะห์กรณีศึกษาให้กลุ่มเปรียบเทียบ ข้อดีข้อเสีย เสนอผล /สรุปประเด็น	สร้าง ความตระหนักรู้ในตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร	1.ภาพพลิกสถิติตัวเลข การตั้งครรรภ์ และทำแท้งในวัยรุ่น 2.แผ่นข้อความสถานการณ์ “เรื่องสนุกที่อาจทุกข์ถนัด” 3.แผ่น future board 4.กระดาษ 5.ปากกาเคมี	25 มิ.ย.50
4.	ทักษะการปฏิเสธการชักชวนมีเพศสัมพันธ์ - ทักทายและให้ทุกคนตื่นตัวโดยใช้เพลงหอยเปลี่ยนฝา - แบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม แจกเอกสารทักษะการปฏิเสธ ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอ่าน และส่งตัวแทนสรุปการปฏิเสธ บรรยายสรุปหลักการปฏิเสธ	เสริมสร้างทักษะการปฏิเสธเพศสัมพันธ์	1.เกมหอยเปลี่ยนฝา 2.แผ่นงาน การแสดงบทบาทสมมติ 3. กระดาษ 5.ปากกาเคมี	3 ก.ค.50

ตารางที่ 2 โปรแกรมสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของ
นักเรียนหญิง (ต่อ)

ครั้ง	โปรแกรม/กิจกรรม	เป้าประสงค์	อุปกรณ์	วัน เดือน ปี
	- แบ่งกลุ่ม ให้แสดงบทบาทสมมติ ปฏิเสชนุคคลที่พึงรู้จักกัน ปฏิเสธคู่รัก (แฟน)ต่างวัย ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)วัย เดียวกันในโรงเรียน - ให้แต่ละกลุ่มระดมสมอง วิเคราะห์กลุ่ม ย่อยเสนอผล สรุปประเด็น			

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจาก
แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่งเป็น 7 ส่วนประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ อาชีพของบิดามารดา สถานภาพ
ความสัมพันธ์ของบิดามารดา บุคคลที่พักอาศัยในปัจจุบัน ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวตาม
การรับรู้ เงินที่ได้รับแต่ละวันหรือแต่ละเดือน ความเพียงพอของเงินกับการใช้จ่าย การใช้จ่าย
นอกเหนือจากด้านการเรียนและค่าอาหาร และบุคคลที่พูดคุยหรือขอคำปรึกษามากที่สุดเมื่อไม่
สบายใจหรือมีความเครียด จำนวน 9 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบวัดความรู้เรื่องเพศศึกษา เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อทดสอบ
ความรู้ความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์และการปรับตัว ความรู้ความเข้าใจใน
ระบบอวัยวะสืบพันธุ์และวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขปฏิบัติของอวัยวะเพศ ความรู้ความเข้าใจต่อ
พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการมี
เพศสัมพันธ์ โดยลักษณะคำถามจะมีคำตอบที่ถูกเพียงคำตอบเดียว

เกณฑ์การให้คะแนน เป็น 0, 1

ตอบถูกให้คะแนน 1 คะแนน

ตอบผิดหรือไม่ทราบให้ 0 คะแนน

ในส่วนแบบวัดความรู้เรื่องเพศศึกษา จำนวน 16 ข้อ มีค่าพิสัยอยู่ระหว่าง 0-16 คะแนน

เกณฑ์การประเมินความรู้ เรื่องเพศศึกษา ผู้วิจัยแบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับโดยพิจารณาตามเกณฑ์การแบ่งระดับอิงเกณฑ์ที่ประยุกต์จากแนวคิดของบลูม (Bloom, 1968 : 60) ซึ่งแบ่งระดับได้ดังนี้

ระดับสูง มากกว่าและเท่ากับ 80

ระดับปานกลาง ร้อยละ 60-79

ระดับต่ำ ต่ำกว่าร้อยละ 60

ส่วนที่ 3 ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยแบ่งเป็น ความภาคภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ ภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมการไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก และการสัมผัสกอดจูบกับแฟน ภาคภูมิใจเรื่องการไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ภาคภูมิใจเรื่อง การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน รวมข้อคำถามทั้งหมด 12 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นแบบ การวัดของลิเคอร์ท์ (Likert's scale) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) กำหนดให้ ผู้เลือกตอบได้ 5 ตัวเลือกตามระดับความภาคภูมิใจเรียงจากระดับ 1 ถึง 5 โดยระดับมากที่สุดคือ 5 ต่ำสุดคือ 1

แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น มีค่าพิสัยอยู่ระหว่าง 12- 60 คะแนน โดยมีเกณฑ์การประเมินออกเป็น 3 ระดับ พิจารณาตามเกณฑ์การแบ่งระดับอิงเกณฑ์ที่ประยุกต์แนวคิดของบลูม (Bloom,1968:60) ซึ่งแบ่งระดับได้ดังนี้

ระดับสูง มากกว่าและเท่ากับ 80

ระดับปานกลาง ร้อยละ 60-79

ระดับต่ำ ต่ำกว่าร้อยละ 60

ส่วนที่ 4 ความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ลักษณะคำถามเป็นข้อคำถามที่ผู้วิจัยสร้างตามแบบการวัดของ ลิเคิร์ต (Likert's scale) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) กำหนดให้ผู้เลือกตอบได้ 5 ตัวเลือก คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ซึ่งผู้วิจัยได้ประยุกต์จากแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของโรเซนเบอร์ก (Rosenberg Self-esteem Inventory อ้างถึงในพิชัย ไทยอุดม, 2540: 88-91) โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือก ข้อคำถามมีลักษณะด้านบวก และด้านลบ (Positive or Negative Statement)

ข้อความด้านบวก คือ ข้อที่ 4-13 และข้อความด้านที่เป็นด้านลบ คือข้อที่ 1-3

สำหรับเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองและความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร ใช้เกณฑ์ดังนี้

ถ้าเลือกตอบ	ข้อความเชิงบวก		ข้อความเชิงลบ	
	Positive Statement		Negative Statement	
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	5		1
เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	4		2
ไม่แน่ใจ	มีค่าคะแนน	3		3
ไม่เห็นด้วย	มีค่าคะแนน	2		4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มีค่าคะแนน	1		5

แบบวัดความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน มีจำนวน 13 ข้อ มีค่าพิสัยอยู่ ระหว่าง 13 - 65 คะแนน โดยมีเกณฑ์การประเมินออกเป็น 3 ระดับ พิจารณาตามเกณฑ์การแบ่งระดับอิงเกณฑ์ที่ประยุกต์แนวคิดของบลูม (Bloom, 1968:60) ซึ่งแบ่งระดับได้ดังนี้

ระดับสูง	มากกว่าและเท่ากับ 80
ระดับปานกลาง	ร้อยละ 60-79
ระดับต่ำ	ต่ำกว่าร้อยละ 60

ส่วนที่ 5 แบบวัดด้านทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ แบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยข้อความที่เป็นสถานการณ์จำลอง (Scenario) ที่บ่งบอกถึงประเด็นให้พิจารณาเลือกตัดสินใจว่าจะปฏิบัติตามหรือปฏิเสธ หากทางออกจากการชักจูง เพื่อประเมินความสามารถในการปฏิเสธและหาทางออกในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนโดยการให้คะแนนแต่ละข้อมีน้ำหนักคะแนนเป็น 2,1,0 ดังนี้

ให้ 2 คะแนน สำหรับคำตอบที่แสดงถึงพฤติกรรมความรู้จักปฏิเสธ การตัดสินใจแก้ปัญหา และเลือกวิธีการจัดการกับอารมณ์และความเครียด อย่างมีเหตุผล โดยไม่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

ให้ 1 คะแนน สำหรับคำตอบที่แสดงถึงพฤติกรรมการรู้จักปฏิเสธ การตัดสินใจแก้ปัญหา และเลือกวิธีการจัดการกับอารมณ์และความเครียด อย่างมีเหตุผล โดยไม่ส่งผลกระทบต่อตนเอง

ให้ 0 คะแนน สำหรับคำตอบที่แสดงถึงพฤติกรรมที่ไม่รู้จักปฏิเสธ การตัดสินใจแก้ปัญหาและเลือกวิธีการจัดการกับอารมณ์และความเครียด โดยส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

ลักษณะคำถามเป็นแบบปลายเปิด มีจำนวน 10 ข้อ ค่าพิสัยอยู่ระหว่าง 0-20 คะแนน

เกณฑ์การประเมินด้านทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 3 ระดับโดยพิจารณาตามเกณฑ์การแบ่งระดับอิงเกณฑ์ที่ประยุกต์จากแนวคิดของ บลูม (Bloom, 1968 : 60) ซึ่งแบ่งระดับได้ดังนี้

ระดับสูง	มากกว่าและเท่ากับ 80
ระดับปานกลาง	ร้อยละ 60-79
ระดับต่ำ	ต่ำกว่าร้อยละ 60

ส่วนที่ 6 แบบวัดพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ใช้ประเมินพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์จำแนกเป็น 4 ประเด็นย่อย ได้แก่

การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ	ข้อ 1-3
การไม่ไปเที่ยวสองต่อสองกับคูรักหรือเพื่อนชาย	ข้อ 4-8
การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง	ข้อ 9-12
การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน	ข้อ 13-14

แต่ละคำถามมี 4 ตัวเลือกให้เลือกตอบตามสถานการณ์ที่กำหนด โดยมีตัวเลือกได้แก่ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ และไม่มีเหตุการณ์

ข้อคำถามที่เป็นด้านบวกคือ ข้อ 1-2,7-11,14 มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ให้คะแนน 3 คะแนน	ถ้าปฏิบัติทุกครั้ง
ให้คะแนน 2 คะแนน	ถ้าปฏิบัติบางครั้ง
ให้คะแนน 1 คะแนน	ถ้าไม่เคยปฏิบัติ
ให้คะแนน 0 คะแนน	ถ้าไม่มีเหตุการณ์

ข้อคำถามที่เป็นด้านลบคือ ข้อ 3-6,12-13 มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ให้คะแนน 1 คะแนน	ถ้าปฏิบัติทุกครั้ง
ให้คะแนน 2 คะแนน	ถ้าปฏิบัติบางครั้ง
ให้คะแนน 3 คะแนน	ถ้าไม่เคยปฏิบัติ
ให้คะแนน 0 คะแนน	ถ้าไม่มีเหตุการณ์

ข้อคำถามมีทั้งหมด 14 ข้อ มีค่าพิสัยอยู่ระหว่าง 0- 42 คะแนน รวมคะแนนทุกข้อเฉพาะที่มีเหตุการณ์หลังจากนั้นปรับฐานคะแนนที่ 42 คะแนนนำคะแนนแบ่งระดับเป็น 3 ระดับโดยพิจารณาตามเกณฑ์การแบ่งระดับอิงเกณฑ์ที่ประยุกต์จากแนวคิดของบลูม(Bloom, 1968 : 60) ซึ่งแบ่งระดับได้ดังนี้

ระดับสูง	มากกว่าและเท่ากับ 80
ระดับปานกลาง	ร้อยละ 60-79
ระดับต่ำ	ต่ำกว่าร้อยละ 60

ส่วนที่ 7 แบบสอบถามพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ โดยให้เลือกตอบตามความเป็นจริงมากที่สุด ในเรื่อง การมีคู่อรัก (แฟน) การเคยอ่านหนังสือโป๊ การระบายออกเมื่อมีอารมณ์และความรู้สึกทางเพศ แหล่งการรับข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษา บุคคลที่ปรึกษาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ ประสบการณ์การเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ ผู้ที่ชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ ประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ บุคคลที่มีเพศสัมพันธ์ด้วย ประสบการณ์ของเพื่อนสนิทในการมีเพศสัมพันธ์ และคำถามปลายเปิดในเรื่องความคิดต่อการแก้ไขปัญหามีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน จำนวน 12 ข้อคำถาม

4. การสร้างเครื่องมือ

4.1 เครื่องมือที่ใช้ในดำเนินการทดลอง ได้แก่ การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิง ดำเนินการดังนี้

4.1.1 ศึกษาเอกสารแนวคิดและวิธีการสอนจากตำรา รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องร่วมกับการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

4.1.2 กำหนดขอบเขตและโครงสร้างโปรแกรมสุขศึกษา ให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัยโดยกำหนดเนื้อหาและวิธีการสอนให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม ใช้กลวิธีทางสุขศึกษา

กระบวนการกลุ่ม การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม ตามแนวคิดทักษะชีวิตของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และองค์การอนามัยโลก (WHO)

4.1.3 จัดทำโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิง นำโปรแกรมที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้อง ด้านรูปแบบ โครงสร้าง และเนื้อหา

4.1.4 นำไปทดลองสอนกับนักเรียนที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันกับกลุ่มตัวอย่าง โรงเรียนบ้านลาดวิถิ อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ จำนวน 31 คน

4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้มีความครอบคลุมกับเนื้อหาโดยมีขั้นตอนดังนี้

4.2.1 ศึกษาเอกสารรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ร่วมกับการศึกษาข้อมูลพื้นฐานจากนักเรียนและอาจารย์ เพื่อหาข้อมูลในการสร้างแบบสอบถาม

4.2.2 กำหนดขอบเขตและโครงสร้างแบบสอบถาม ให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัยและถูกต้องตามเกณฑ์

4.2.3 สร้างข้อคำถามของแบบสอบถาม เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน รวมทั้งกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนของข้อคำถามแต่ละข้อ

4.2.4 ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน พิจารณาความตรงของเนื้อหาและความตรงเชิงโครงสร้าง นำการแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิมาแก้ไขปรับปรุงให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

4.2.5 ทำการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ (Try out) โดยนำไปทำการทดสอบใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มที่ทำการศึกษา จำนวน 30 คน ในโรงเรียนบ้านลาดวิถิ อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของภาษารวมทั้งประเมินเวลาที่ใช้ในการตอบแบบสอบถาม

4.2.6 วิเคราะห์เพื่อหาความเที่ยง(Reliability) ตามวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช (Cronbach's Alpha Coefficient) ของเครื่องมือ 3 ส่วน ได้แก่ แบบวัดความรู้เรื่องเพศศึกษาได้ค่าอัลฟาเท่ากับ 0.60 แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

ในวัยเรียนได้ค่าอัลฟาเท่ากับ 0.85 แบบวัดความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้ค่าอัลฟาเท่ากับ = 0.72

5. การดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

5.1 ขั้นเตรียมการ

5.1.1 ทำหนังสือแนะนำตัว และขออนุญาตในการเก็บข้อมูล จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดลถึงผู้อำนวยการโรงเรียนทั้งสองแห่ง

5.1.2 จัดทำโครงร่างวิทยานิพนธ์เพื่อขอรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

5.1.3 ขอความร่วมมือจากอาจารย์ผู้สอน โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินการ และการเก็บรวบรวมข้อมูล

5.1.4 ดำเนินการวิจัยตามกระบวนการของโปรแกรม ภายหลังจากได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นที่เรียบร้อยแล้ว โดยผู้วิจัยดำเนินการวิจัยด้วยการเคารพสิทธิของนักเรียนหญิงที่เข้าร่วมการวิจัยอย่างเคร่งครัด

5.2 ขั้นดำเนินการ

5.2.1 โรงเรียนทดลอง (โรงเรียนบ้านหนองกลาง) นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ประสานงานกับอาจารย์ผู้ศึกษา เพื่อขอความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ดำเนินการโดยใช้แผนการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ใช้เวลาในการสอนสัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 2 คาบ คาบละ 45 นาที รวม 4 ครั้ง ดังรายละเอียด

สัปดาห์ที่ 1 เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง

สัปดาห์ที่ 2 ดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมการสอนสุขศึกษาครั้งที่ 1 เสริมสร้างความรู้เรื่องเพศศึกษา

สัปดาห์ที่ 3 ดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมการสอนสุขศึกษาครั้งที่ 2 เสริมสร้างความรู้เรื่องเพศศึกษาในตนเอง

สัปดาห์ที่ 4 ดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมการสอนสุขศึกษาครั้งที่ 3 สร้างความตระหนักรู้ในตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร

สัปดาห์ที่ 5 ดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมการสอนสุขศึกษาครั้งที่ 4 สร้างทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

สัปดาห์ที่ 6 เก็บข้อมูลหลังการทดลอง

5.2.2 โรงเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ (โรงเรียนบ้านหนองขาม) นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3

สัปดาห์ที่ 1 เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง

สัปดาห์ที่ 2-5 เรียนในชั้นเรียนตามปกติ

สัปดาห์ที่ 6 เก็บข้อมูลหลังการทดลอง

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิเคราะห์ทางสถิติ โดยกำหนดค่าความเชื่อมั่นทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ = 0.05 เป็นเกณฑ์ในการยอมรับสมมติฐานสำหรับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ มีดังนี้

6.1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

6.2 วิเคราะห์ความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนด้วยสถิติจำนวนและร้อยละ

6.3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภายในของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบระหว่างก่อนการทดลองและภายหลังการทดลอง ในประเด็นของความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยใช้สถิติ Paired samples t-test

6.4 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลองและภายหลังการทดลอง ในประเด็นของความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยใช้สถิติ Independent's t-test

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การดำเนินการ โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น โดยประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ในอำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น การวิจัยเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบ 2 กลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการดำเนินการ โปรแกรม (Pretest-Posttest Two Group Design) ดำเนินการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 105 คนแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 55 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 50 คน รวบรวมข้อมูลโดยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เก็บข้อมูล 2 ระยะ คือ ก่อนและหลังดำเนินการ โปรแกรม ผลการศึกษานำเสนอเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 คุณลักษณะของประชากรและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์

1.1 คุณลักษณะของประชากร ได้แก่ อายุ อาชีพของบิดามารดา สถานภาพ ความสัมพันธ์ของบิดาและมารดา การพักอาศัย ฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัว รายได้ที่นักเรียนได้รับต่อวัน เป็นต้น

1.2 พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ ได้แก่ พฤติกรรมการมีคู่อรัก (แฟน) การอ่านหนังสือไป การเคยเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ การระบายออกเมื่อมีอารมณ์และความรู้สึกทางเพศ การรับข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษา บุคคลที่นักเรียนปรึกษาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ การเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ ผู้ที่ชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ การเคยมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

ส่วนที่ 2 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่าง

- 2.1 ความรู้เรื่องเพศศึกษา
- 2.2 ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น
- 2.3 ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น
- 2.4 ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น

ส่วนที่ 1 คุณลักษณะของประชากรและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์

1.1 คุณลักษณะของประชากร

การศึกษาพบว่านักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่อายุ 13 ปี ร้อยละ 56.4 และร้อยละ 46.0 รองลงมาอายุ 14 ปี ร้อยละ 38.2 และร้อยละ 40.0 โดยอายุเฉลี่ยพบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีอายุเฉลี่ยที่ใกล้เคียงกันเท่ากับ 13.49 และ 13.50 ตามลำดับ บิดาและมารดาของนักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง บิดาร้อยละ 67.4 และร้อยละ 63.0 มารดาร้อยละ 57.1 และร้อยละ 67.4 ตามลำดับ รองลงมาคือประกอบอาชีพเกษตรกร บิดาร้อยละ 16.3 และร้อยละ 30.5 มารดาร้อยละ 18.4 และร้อยละ 21.7 ตามลำดับ มีเพียงส่วนน้อยของบิดาของกลุ่มทดลองร้อยละ 4.1 มีอาชีพรับราชการ และกลุ่มเปรียบเทียบร้อยละ 6.5 มีอาชีพค้าขายและส่วนน้อยของมารดาของกลุ่มทดลองร้อยละ 10.2 มีอาชีพค้าขาย และส่วนน้อยของมารดาในกลุ่มเปรียบเทียบ ร้อยละ 2.2 มีอาชีพทำงานบ้าน

สถานภาพความสัมพันธ์ของบิดาและมารดาของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบอยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 54.5 และร้อยละ 60.0 ตามลำดับ รองลงมาแยกกันอยู่ คิดเป็นร้อยละ 32.7 และร้อยละ 34.0 ตามลำดับ นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ร้อยละ 54.5 และร้อยละ 58.0 พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา รองลงมาพักอาศัยอยู่กับมารดา ร้อยละ 21.8 และร้อยละ 12.0 ตามลำดับ พบเพียง ร้อยละ 1.8 และร้อยละ 6.0 ตามลำดับ ที่พักอยู่บ้านญาติ สำหรับฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัวตามความคิดของนักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ มีฐานะปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 96.4 และร้อยละ 78.0 ตามลำดับ รองลงมาในกลุ่มทดลองมีฐานะดี คิดเป็นร้อยละ 3.6 ส่วนรองลงมาในกลุ่มเปรียบเทียบคิดว่ามีฐานะยากจนร้อยละ 12.0 นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ ได้รับรายได้ วันละ 10-20 บาท คิดเป็นร้อยละ 78.2 และร้อยละ 80.0 ตามลำดับ รองลงมา วันละ 21-30 บาท คิดเป็นร้อยละ 20.0 และร้อยละ 12.0 ตามลำดับ ส่วนน้อยร้อยละ 1.8 และร้อยละ 4.0 ได้รับเงินมากกว่าวันละ 40 บาท เฉลี่ยรายได้ต่อวันของกลุ่มทดลองและของกลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับ 27.18 บาท และ 23.72 บาทตามลำดับ ความเพียงพอต่อการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันของนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบตอบว่ารายได้ต่อวันที่ได้รับอยู่ในระดับเพียงพอต่อการใช้ คิดเป็นร้อยละ 90.9 และร้อยละ 86.0 ตามลำดับ การใช้จ่ายเงินที่นอกเหนือจากด้านการเรียนและค่าอาหารของนักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ร้อยละ 89.1 และ 84.0 นำไปซื้อของใช้ส่วนตัว รองลงมาร้อยละ 9.1 และ ร้อยละ 8.2 นำไปเก็บออม ส่วนน้อยนำไปใช้จ่ายในการเที่ยวเตร่ ร้อยละ 1.8 และร้อยละ 6.1 ตามลำดับ บุคคลที่นักเรียนสามารถพูดคุย ขอคำปรึกษาเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจหรือความเครียด ใน

กลุ่มทดลองพูดคุยกับบิดามารดา ร้อยละ 52.7 และเพื่อนสนิท คิดเป็นร้อยละ 38.2 สำหรับกลุ่มเปรียบเทียบปรึกษาเพื่อนสนิท ร้อยละ 48.0 รองลงมาคือ บิดามารดาคิดเป็นร้อยละ 46.0 ตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง(n=55)		กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อายุ (ปี)				
12	0	0.0	3	6.0
13	31	56.4	23	46.0
14	21	38.2	20	40.0
15	3	5.4	4	8.0
$\bar{X} \pm SD$	13.49 $\pm$ 0.61		13.50 $\pm$ 0.74	
Min, Max	13 , 15		12 , 15	
อาชีพของบิดา	(n=49)		(n=46)	
เกษตรกรกรรม	8	16.3	14	30.5
รับราชการ	2	4.1	0	0.0
ค้าขาย	6	12.2	3	6.5
รับจ้าง	33	67.4	29	63.0
อาชีพของมารดา				
เกษตรกรกรรม	9	18.4	10	21.7
ค้าขาย	5	10.2	4	8.7
รับจ้าง	28	57.1	31	67.4
งานบ้าน	7	14.3	1	2.2
สถานภาพความสัมพันธ์ของบิดาและมารดา				
อยู่ด้วยกัน	30	54.5	30	60.0
แยกกันอยู่	18	32.7	17	34.0
บิดาเสียชีวิต	4	7.3	3	6.0
มารดาเสียชีวิต	3	5.5	0	0.0

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ(ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง(n=55)		กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
การพักอาศัยอยู่กับ				
บิดามารดา	30	54.5	29	58.0
บิดา	5	9.1	5	10.0
มารดา	12	21.8	6	12.0
บ้านญาติ	1	1.8	3	6.0
ปู่ ย่า ตา ยาย	7	12.8	5	10.0
อื่นๆ	0	0.0	2	4.0
ฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัว				
ดี	2	3.6	5	10.0
ปานกลาง	53	96.4	39	78.0
ไม่ดี	0	0.0	6	12.0
เงินที่นักเรียนได้รับ ต่อวัน (บาท)				
10-20	43	78.2	40	80.0
21-30	11	20.0	6	12.0
31-40	0	0.0	2	4.0
40 บาทขึ้นไป	1	1.8	2	4.0
$\bar{X} \pm SD$	27.18 $\pm$ 44.57		23.72 $\pm$ 19.26	
Min, Max.	10 , 350		15,120	
ความเพียงพอต่อการใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน				
เพียงพอ	50	90.9	43	86.0
ไม่เพียงพอ	5	9.1	7	14.0
การใช้จ่ายเงินที่นอกเหนือจากด้านการเรียนและค่าอาหาร				
ซื้อของใช้	49	89.1	42	85.7
เที่ยวเตร่	1	1.8	3	6.1
อื่นๆ(เก็บออม)	5	9.1	4	8.2

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง(n=55)		กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
บุคคลที่นักเรียนสามารถพูดคุย ขอคำปรึกษาเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ				
พ่อแม่	29	52.7	23	46.0
พี่น้อง	1	1.8	1	2.0
เพื่อนสนิท	21	38.2	24	48.0
ครูหรืออาจารย์	1	1.8	1	2.0
บุคคลอื่น ระบุ	3	5.5	1	2.0

1.2 พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์

การศึกษา พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองร้อยละ 60.0 ยังไม่มีคูรัก (แฟน) และร้อยละ 40.0 มีคูรัก (แฟน) แล้ว ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคูรัก(แฟน) ร้อยละ 64.0 ยังไม่มีคูรัก(แฟน) ร้อยละ 36.0 นักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ส่วนใหญ่ร้อยละ 61.8 และร้อยละ 70.0 ไม่เคยอ่านหนังสือโป๊ และร้อยละ 38.2 และร้อยละ 30.0 ตามลำดับเคยอ่านหนังสือโป๊ นักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ส่วนใหญ่ร้อยละ 61.8 และร้อยละ 78.0 เคยเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ ในขณะที่ร้อยละ 38.2 และร้อยละ 22.0 ไม่เคยเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ โดยสื่อที่นักเรียนกลุ่มทดลองเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์เรียงตามลำดับมากไปน้อย ได้แก่ หนังสือร้อยละ 61.8 ภาพยนตร์ วิดีโอ ซีดี ร้อยละ 58.8 โทรศัพท์มือถือร้อยละ 11.8 และอินเทอร์เน็ต ร้อยละ 8.8 ส่วนในกลุ่มเปรียบเทียบสื่อที่นักเรียนเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ เรียงตามลำดับมากไปน้อย ได้แก่ ภาพยนตร์ วิดีโอ ซีดี ร้อยละ 60.0 หนังสือร้อยละ 36.0 อินเทอร์เน็ต ร้อยละ 32.0 และโทรศัพท์มือถือร้อยละ 4.0 สำหรับวิธีการระบายออกเมื่อนักเรียนมีอาการและความรู้สึกทางเพศนักเรียนในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ร้องเพลงและฟังเพลง ร้อยละ 61.8 รองลงมาเล่นกีฬา ร้อยละ 41.8 อ่านหนังสือร้อยละ 30.9 และเล่นดนตรี ร้อยละ 18.2 ซึ่งพบวิธีการระบายออกในแบบแผนคล้ายๆกันในนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ กล่าวคือ ร้องเพลงและฟังเพลง ร้อยละ 68.0 เล่นกีฬาร้อยละ 58.0 อ่านหนังสือ ร้อยละ 42.0 และเล่นดนตรี ร้อยละ 24.0 ตามลำดับ อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองไม่มีการระบายออกเมื่อมีอาการทางเพศโดยการมีเพศสัมพันธ์ในขณะที่มีนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 2 ราย (ร้อยละ 4.0) ที่ระบายออกด้วยการมีเพศสัมพันธ์ การรับข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษาพบว่านักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ร้อยละ 61.8 และร้อยละ

ละ 62.0 ได้รับความรู้จากหนังสือเรียน รองลงมาจากโทรทัศน์ ร้อยละ 56.4 และร้อยละ 56.0 และแหล่งของความรู้ที่ได้รับน้อยที่สุด คือ เสียงตามสาย ร้อยละ 3.6 และร้อยละ 18.0 ตามลำดับ ส่วนการปรึกษาปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ พบว่า ส่วนใหญ่นักเรียนทั้งสองกลุ่มปรึกษาแม่ ร้อยละ 63.6 และร้อยละ 60.0 รองลงมาในกลุ่มทดลองปรึกษาทั้งพ่อและแม่ ร้อยละ 10.9 ส่วนในกลุ่มเปรียบเทียบรองลงมาคือปรึกษาเพื่อน ร้อยละ 46.0 จากการศึกษาการเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่างพบว่า นักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่ไม่เคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 77.4 และร้อยละ 68.0 ตามลำดับ และเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 22.6 และ ร้อยละ 32.0 ตามลำดับ นักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบที่ถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ถูกชักชวนจากคู่อริหรือแฟน ร้อยละ 83.3 และ 56.3 ตามลำดับ ร้อยละ 16.7 และร้อยละ 43.7 ที่ถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์จากเพื่อน สำหรับการเคยมีเพศสัมพันธ์พบว่า นักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมี 2 ราย (ร้อยละ 3.9) และ 5 ราย (ร้อยละ 10.6) ที่ตอบว่าเคยมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งนักเรียนกลุ่มทดลองทุกคนตอบว่ามีเพศสัมพันธ์กับคู่อริ ทั้ง 2 ราย ส่วนนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบมีเพศสัมพันธ์กับคู่อริ 3 ราย กับเพื่อน 1 ราย และญาติห่างๆ 1 ราย และจากการศึกษาการมีเพศสัมพันธ์ของเพื่อนสนิทในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ตอบว่าไม่แน่ใจ ร้อยละ 62.3 รองลงมาไม่มีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 35.8 มีเพียง 1 ราย (ร้อยละ 1.9) ตอบว่าเพื่อนสนิทเคยมีเพศสัมพันธ์แล้วซึ่งแตกต่างกับกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ตอบว่าไม่มีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 44.0 รองลงมาไม่แน่ใจร้อยละ 42.0 และตอบว่าเพื่อนสนิทมีเพศสัมพันธ์แล้วถึง 7 คน (ร้อยละ 14.0) ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ

พฤติกรรมที่เกี่ยวข้อง กับการมีเพศสัมพันธ์	กลุ่มทดลอง(n=55)		กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
การมีคูรัก(แฟน)				
มี	22	40.0	32	64.0
ไม่มี	33	60.0	18	36.0
การเคยอ่านหนังสือโป๊				
เคย	21	38.2	15	30.0
ไม่เคย	34	61.8	35	70.0
การเคยเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์				
เคย	34	61.8	39	78.0
ไม่เคย	21	38.2	11	22.0
แหล่งการเคยเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ * (n=34)				
หนังสือ	21	61.8	18	36.0
วิดีโอ,ซีดี	20	58.8	30	60.0
อินเทอร์เน็ต	3	8.8	16	32.0
โทรศัพท์มือถือ	4	11.8	2	4.0
การระบายออกเมื่อมีอารมณ์และความรู้สึกทางเพศ *				
เล่นกีฬา	23	41.8	29	58.0
เล่นดนตรี	10	18.2	12	24.0
ร้องเพลง, ฟังเพลง	34	61.8	34	68.0
อ่านหนังสือ	17	30.9	21	42.0
ทำสมาธิ	4	7.3	7	14.0
สำเร็จความใคร่	2	3.6	2	4.0
มีเพศสัมพันธ์	0	0.0	2	4.0
อื่นๆ(ไม่ทำอะไร)	0	0.0	1	2.0

*ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์
ระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ(ต่อ)

พฤติกรรมที่เกี่ยวข้อง กับการมีเพศสัมพันธ์	กลุ่มทดลอง(n=55)		กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
การรับข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษาจากแหล่งต่างๆ *				
หนังสือเรียน	34	61.8	31	62.0
โทรทัศน์	31	56.4	28	56.0
วิทยุ	12	21.8	13	26.0
วิดีโอ	7	12.7	11	22.0
ภาพยนตร์	7	12.7	11	22.0
แผ่นพับ	14	25.5	10	20.0
เสียงตามสาย	2	3.6	9	18.0
อินเทอร์เน็ต	8	14.5	16	32.0
อื่นๆ	2	3.6	3	6.0
บุคคลที่นักเรียนปรึกษาเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ (เป็นอันดับแรก)				
แม่	35	63.6	30	60.0
พ่อ	1	1.8	6	12.0
ทั้งพ่อและแม่	6	10.9	11	22.0
เพื่อน	5	9.1	23	46.0
พี่ น้อง	2	3.6	11	22.0
ญาติ (น้า,อา)	4	7.3	5	10.0
อื่นๆ	1	1.8	1	2.0
การเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ (n=53)				
เคย	12	22.6	16	32.0
ไม่เคย	41	77.4	34	68.0
ผู้ชักชวนให้นักเรียนมีเพศสัมพันธ์ (n=12)				
คู่อรัก (แฟน)	10	83.3	9	56.3
เพื่อน	2	16.7	7	43.7

*ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบ(ต่อ)

พฤติกรรมที่ เกี่ยวข้องกับการมี เพศสัมพันธ์	กลุ่มทดลอง(n=55)		กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
การเคยมีเพศสัมพันธ์	(n=51)		(n=47)	
เคย	2	3.9	5	10.6
ไม่เคย	49	96.1	42	89.4
บุคคลที่นักเรียนมีเพศสัมพันธ์	(n=2)		(n=4)	
คูรัก (แฟน)	2	100.0	3	60.0
เพื่อน	0	0.0	1	20.0
ญาติห่างๆ	0	0.0	1	20.0
การรับรู้การมีเพศสัมพันธ์ของเพื่อนสนิท (n=53)				
มี	1	1.9	7	14.0
ไม่มี	19	35.8	22	44.0
ไม่แน่ใจ	33	62.3	21	42.0

นอกจากนี้นักเรียนทั้งสองกลุ่มจำนวน 88 ราย ร้อยละ 83.3 ได้เสนอแนะการแก้ไข ปัญหา โดยเสนอแนะให้เสริมสร้างให้ทุกคนรู้จักการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 47.7 และ รองลงมาคือการไม่ควรมีคูรักหรือแฟนในวัยเรียนร้อยละ 25.0 เสนอแนะในเรื่องพฤติกรรมว่าไม่ควรไปไหนสองต่อสองกับแฟนและผู้ชายอื่นร้อยละ 18.2 และควรให้มีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมาช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาหรือควรให้มีการณรงค์การป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนร้อยละ 9.1

ส่วนที่ 2 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ความรู้เรื่องเพศศึกษา

2.1.1 นักเรียนกลุ่มทดลอง

การศึกษา พบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความรู้ไม่ถูกต้องและไม่ทราบความรู้เรื่องเพศศึกษาใน 3 ประเด็นหลัก คือ

1) ความรู้ความเข้าใจในระบบอวัยวะสืบพันธุ์และวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขปฏิบัติของอวัยวะเพศ พบว่า มีความรู้ไม่ถูกต้องเรียงลำดับดังนี้ ช่องคลอดและช่องปัสสาวะคือช่องเดียวกัน (ร้อยละ 87.3) การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติทั้งในเพศหญิงและเพศชาย (ร้อยละ 73.6) เชื้อพรหมจารีเป็นเชื้อบางๆบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกของเพศหญิงที่สามารถนิกลาได้หากมีการร่วมเพศ (ร้อยละ 69.1) การฝันเปียก (Wet Dream) เป็นปรากฏการณ์ที่ผิดปกติของเพศชาย (ร้อยละ 63.6) และเพศชายมีความต้องการทางเพศเร็วกว่าเพศหญิง (ร้อยละ 58.2)

2) ความรู้ความเข้าใจต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ พบว่า มีความรู้ไม่ถูกต้องดังนี้ ผู้หญิงจะมีโอกาสติดเชื้อโรคเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์มากกว่าผู้ชาย (ร้อยละ 67.3) และการมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียวทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือตั้งครรภ์ได้ (ร้อยละ 57.4)

3) ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ พบว่า มีความรู้ไม่ถูกต้องคือการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติและลดโอกาสที่จะมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้ (ร้อยละ 67.6)

ภายหลังนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมสุขศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงความรู้เรื่องเพศศึกษาอย่างถูกต้องมากขึ้นทั้ง 3 ประเด็นหลัก โดยมีความรู้ถูกต้องเพิ่มขึ้นในสัดส่วนที่มากกว่าร้อยละ 60 ยกเว้นความรู้ความเข้าใจในเรื่องการฝันเปียกเป็นปรากฏการณ์ที่ผิดปกติของเพศชาย (ร้อยละ 58.2) และ การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติทั้งในเพศหญิงและเพศชาย (ร้อยละ 49.1) รายละเอียดดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามความรู้เรื่องเพศศึกษารายข้อก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ความรู้เรื่องเพศศึกษา	ก่อนทดลอง(n=55)		หลังทดลอง(n=55)	
	ถูก	ผิด/ไม่ทราบ	ถูก	ผิด/ไม่ทราบ
1. การมีประจำเดือนคือสัญลักษณ์สุ่วัยสาว	90.9	9.1	100.0	0.0
2. ฟันเปียก(Wet Dream)เป็นสิ่งที่ปกติ	36.4	63.6	58.2	41.8
3. ช่องคลอดและช่องปัสสาวะคือช่องเดียวกัน	12.7	87.3	89.1	10.9
4. เชื้อพรหมจรรย์เป็นเยื่อบางๆที่สามารถฉีกขาดได้หากมีการร่วมเพศ	30.9	69.1	85.5	14.5
5. ชายมีความต้องการทางเพศเร็วกว่าหญิง	41.8	58.2	63.0	37.0
6. เด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชาย	45.5	54.5	76.4	23.6
7. การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติ	25.5	73.6	49.1	50.9
8. อารมณ์รัก โกรธ ของวัยรุ่นเกิดขึ้นง่ายและเปลี่ยนแปลงง่าย	86.8	13.2	98.2	1.8
9. การสัมผัสอวัยวะเพศตนเองเป็นเรื่องปกติ	76.4	23.6	92.7	7.3
10. ขณะมีประจำเดือน ไม่ควรลงอาบน้ำในสระสาธารณะ	89.1	10.9	94.5	5.5
11. การมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียวทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือตั้งครรภ์ได้	42.6	57.4	92.7	7.3
12. การไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นการป้องกันการตั้งครรภ์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ดีที่สุด	87.3	12.7	96.4	3.6
13. ผู้หญิงจะมีโอกาสติดเชื้อโรคเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์มากกว่าผู้ชาย	32.7	67.3	69.1	30.9
14. การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติ	32.7	67.6	65.5	34.5
15. เมื่อมีความต้องการทางเพศ สามารถหากิจกรรมผ่อนคลายได้ เช่น ออกกำลังกาย	56.4	43.6	94.5	5.5
16. การหลีกเลี่ยงการดูภาพโป๊ เป็นวิธีป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	58.2	41.8	92.7	7.3

เมื่อจัดระดับความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนในกลุ่มทดลอง พบว่าก่อนดำเนินการโปรแกรม ส่วนใหญ่นักเรียนมีความรู้เรื่องเพศศึกษาในระดับต่ำคือร้อยละ 72.7 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 14.6 ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมระดับความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เปลี่ยนจากระดับต่ำเป็นระดับสูงร้อยละ 63.6 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 30.9 ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความรู้เรื่องเพศศึกษา ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ระดับความรู้เรื่องเพศศึกษา	กลุ่มทดลอง(n=55)				กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)			
	ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม		ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
สูง	7	12.7	35	63.6	6	12.0	8	16.0
ปานกลาง	8	14.6	17	30.9	22	44.0	8	16.0
ต่ำ	40	72.7	3	5.5	22	44.0	34	68.0
รวม	55	100.0	55	100.0	50	100.0	50	100.0

เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาภายในกลุ่มทดลอง พบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 8.51 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.91 หลังการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่ามีคะแนนเฉลี่ย 13.16 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.96 โดยคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 4.65 คะแนน ซึ่งเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษา ภายในของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ความรู้เรื่องเพศศึกษา	n	$\bar{X}$	sd	t	p-value
กลุ่มทดลอง					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	55	8.51	2.91	10.97	< 0.001
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		13.16	1.96		
กลุ่มเปรียบเทียบ					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	50	9.62	2.49	-1.76	0.84
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		8.90	2.95		

2.1.2 นักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ

จากการศึกษา พบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบ ส่วนใหญ่มีความรู้ไม่ถูกต้องและไม่ทราบความรู้เรื่องเพศศึกษาใน 2 ประเด็นหลัก คือ

1) ความรู้ความเข้าใจในระบบอวัยวะสืบพันธุ์และวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขปฏิบัติของอวัยวะเพศ พบว่า มีความรู้ไม่ถูกต้องเรียงลำดับดังนี้ เชื่อพรหมจารีเป็นเชื้อบางๆบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกของเพศหญิงที่สามารถฉีกขาดได้หากมีการร่วมเพศ (ร้อยละ 78.0) การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติทั้งในเพศหญิงและเพศชาย (ร้อยละ 69.4) ช่องคลอดและช่องปัสสาวะคือช่องเดียวกัน (ร้อยละ 64.0) ผื่นเปื่อยเป็นปรากฏการณ์ที่ผิดปกติของเพศชาย (ร้อยละ 64.0)

2) ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ถูกต้อง คือ การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติและลดโอกาสที่จะมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้ (ร้อยละ 68.0)

ภายหลังเสร็จสิ้นการดำเนินการ โปรแกรม พบว่านักเรียนหญิงกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ยังคงมีความรู้ไม่ถูกต้องและไม่ทราบความรู้เรื่องเพศศึกษาในประเด็นหลักเช่นเดิม ได้แก่ มีความรู้ไม่ถูกต้องเรื่อง ช่องคลอดและช่องปัสสาวะคือช่องเดียวกัน (ร้อยละ 79.2) การผื่นเปื่อยเป็นปรากฏการณ์ที่ผิดปกติของเพศชาย (ร้อยละ 78.0) เชื่อพรหมจารีเป็นเชื้อบางๆบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกของเพศหญิงที่สามารถฉีกขาดได้หากมีการร่วมเพศ (ร้อยละ 76.0) การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติทั้งในเพศหญิงและเพศชาย (ร้อยละ 70.0) ผู้หญิงจะมีโอกาสติดเชื้อโรคเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์มากกว่าผู้ชาย (ร้อยละ 60.0) และการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติและลดโอกาสที่จะมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้ (ร้อยละ 64.0) ตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ร้อยละของนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามความรู้เรื่องเพศศึกษาก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม(n=50)

ความรู้เรื่องเพศศึกษา	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง	
	ถูก	ผิด/ไม่ทราบ	ถูก	ผิด/ไม่ทราบ
1. การมีประจำเดือนคือสัญลักษณ์สุ่วัยสาว	90.0	10.0	86.0	14.0
2. ฝันเปียก(Wet Dream)เป็นสิ่งที่ปกติ	36.0	64.0	22.0	78.0
3. ช่องคลอดและช่องปัสสาวะคือช่องเดียวกัน	36.0	64.0	20.8	79.2
4. เชื้อพรหมจรรย์เป็นเยื่อบางๆที่สามารถฉีกขาดได้หากมีการร่วมเพศ	22.0	78.0	24.0	76.0
5. ชายมีความต้องการทางเพศเร็วกว่าหญิง	71.4	28.6	56.0	
6. เด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชาย	72.0	28.0	66.0	34.0
7. การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติ	30.6	69.4	30.0	70.0
8. อารมณ์รัก โกรธ ของวัยรุ่นเกิดขึ้นง่ายและเปลี่ยนแปลงง่าย	92.0	8.0	88.0	12.0
9. การสัมผัสอวัยวะเพศตนเองเป็นเรื่องปกติ	84.0	16.0	75.5	24.5
10. ขณะมีประจำเดือน ไม่ควรลงอาบน้ำในสระสาธารณะ	79.0	24.0	76.0	24.0
11. การมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียวทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือตั้งครรภ์ได้	50.0	50.0	44.0	56.0
12. การไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นการป้องกันการตั้งครรภ์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ดีที่สุด	84.0	16.0	82.0	18.0
13. ผู้หญิงจะมีโอกาสติดเชื้อโรคเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์มากกว่าผู้ชาย	50.0	50.0	40.0	60.0
14. การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติ	32.0	68.0	36.0	64.0
15. เมื่อมีความต้องการทางเพศ สามารถหากิจกรรมผ่อนคลายได้ เช่น ออกกำลังกาย	64.0	36.0	68.0	32.0
16. การหลีกเลี่ยงการดูภาพโป๊ เป็นวิธีป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	74.0	26.0	78.0	22.0

เมื่อจัดระดับความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่าก่อนเริ่มดำเนินการโปรแกรม ส่วนใหญ่มีความรู้ในระดับต่ำและปานกลางเท่ากันคือร้อยละ 44.0 ภายหลังโปรแกรมนักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำร้อยละ 68.0 ซึ่งจะเห็นได้ชัดเจนว่าระดับความรู้ลดลงดังตารางที่ 6

เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาภายในกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 9.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.49 หลังโปรแกรม พบว่ามีคะแนนเฉลี่ย 8.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.95 โดยคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.72 คะแนน เมื่อทำการทดสอบทางสถิติพบว่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ในกลุ่มเปรียบเทียบก่อนและหลังการโปรแกรมไม่มีความแตกต่างกัน ($p=0.84$) ดังตารางที่ 7

2.1.3 การเปรียบเทียบระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

จากการศึกษา พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ย 8.51 และ 9.62 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.91 และ 2.49 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่มพบว่าค่าเฉลี่ยความรู้ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับ 1.11 คะแนน ซึ่งน้อยกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.039$)

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 13.16 คะแนนส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.96 ซึ่งคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 4.65 คะแนน ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 8.90 คะแนนส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.96 ซึ่งคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.72 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 4.26 คะแนน ซึ่งพบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$)

อย่างไรก็ตามเนื่องจาก พบว่าก่อนดำเนินการโปรแกรมคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้น 4.65 คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.72 คะแนน โดยพบว่านักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 9

ตารางที่ 9 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษา ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม
ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ความรู้เรื่องเพศศึกษา	n	$\bar{X} / \bar{d}$	sd	t	df	p-value
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	8.51	2.91	-2.094	103	0.039
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	9.62	2.49			
หลังเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	13.16	1.96	8.620	83.83	< 0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	8.90	2.96			
ผลต่างของคะแนนก่อนและหลังการทดลอง						
กลุ่มทดลอง	55	4.65	3.14	9.130	102.99	< 0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	-0.72	2.89			

2.2 ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

2.2.1 นักเรียนในกลุ่มทดลอง

การศึกษาพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนอยู่ในระดับมากและมากที่สุด ในสัดส่วนมากกว่าร้อยละ 80 ในทุกประเด็น ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน (94.5) ภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ (93.6) ภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมการไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รักและการสัมผัสกอดจูบกับแฟน (90.0) ภาคภูมิใจเรื่องการไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง (83.6) และภาคภูมิใจเรื่องการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน (92.7)

ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ยังคงมีความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนอยู่ในระดับมากและมากที่สุด คือในสัดส่วนที่มากกว่าร้อยละ 80 ในทุกประเด็น ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน(93.3) ภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมการหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ(90.9) ภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมการไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รักและการสัมผัสกอดจูบกับแฟน(90.0)

ภาคภูมิใจเรื่องการไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง (83.6) และภาคภูมิใจเรื่องการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน (95.5) รายละเอียดตาราง ที่ 10

ตารางที่ 10 ร้อยละของกลุ่มทดลอง จำแนกตามความภาคภูมิใจในตนเองต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์
ในวัยเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (n=55)

ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการไม่มี เพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม					หลังเข้าร่วมโปรแกรม				
	1*	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. ภูมิใจที่ตนเองไม่มีเพศสัมพันธ์	1.8	1.8	0.0	1.8	94.6	0.0	0.0	0.0	7.3	92.7
2. เป็นตัวอย่างที่ดีในการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	1.8	0.0	7.3	18.2	72.7	0.0	0.0	9.1	29.1	61.8
3. ข้าพเจ้าเป็นคนรักนวลสงวนตัว	0.0	1.8	1.8	50.9	45.5	0.0	0.0	5.5	50.9	43.6
4. ภูมิใจที่สามารถระงับความรู้สึกทางเพศได้เมื่อเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์	1.8	0.0	1.8	34.6	61.8	0.0	0.0	1.8	34.5	63.6
5. ภูมิใจที่ตนเองหลีกเลี่ยงการดูหนังสื่อโป๊	0.0	0.0	9.1	23.6	67.3	0.0	0.0	12.7	43.6	43.6
6. ข้าพเจ้าภูมิใจว่าตนเองไม่กอดจูบกับแฟนหรือผู้ชายในช่วงวัยเรียน	0.0	0.0	10.9	20.0	69.1	0.0	0.0	9.1	29.1	61.8
7. ภูมิใจที่ตนเองไม่ไปไหนสองต่อสองกับแฟน หรือผู้ชาย	0.0	1.8	7.3	16.4	74.5	0.0	0.0	10.9	29.1	60.0
8. ภูมิใจที่ไม่คบเพื่อนที่มีเพศสัมพันธ์	0.0	5.5	10.9	41.8	41.8	0.0	0.0	18.2	54.5	27.3
9. ข้าพเจ้าภูมิใจที่ไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสื่อมเสียทางเพศ	0.0	7.4	7.4	44.5	40.7	0.0	0.0	10.9	40.0	49.1
10. ภูมิใจที่ตนเองไม่คบเพื่อนที่ชักชวนไปดูหนังโป๊	1.8	0.0	7.3	23.6	67.3	0.0	0.0	12.7	41.8	45.5
11. ภูมิใจที่สามารถปฏิเสธแฟนในการอยู่ด้วยกันสองต่อสองโดยไม่ทำให้สัมพันธ์ภาพเสีย	0.0	0.0	7.3	9.1	83.6	0.0	0.0	3.6	21.8	74.5
12. ภูมิใจสามารถปฏิเสธเมื่อแฟนชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์	0.0	1.8	5.5	3.6	89.1	0.0	0.0	1.8	12.7	85.5

* ความหมายของสัญลักษณ์ 1 = น้อยที่สุด 2 = น้อย 3 = ปานกลาง 4 = มาก 5 = มากที่สุด

เมื่อจัดระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นในกลุ่มทดลองพบว่าก่อนดำเนินการตามโปรแกรม นักเรียนส่วนใหญ่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นอยู่ในระดับสูงคือร้อยละ 87.3 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 12.7 ภายหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมนักเรียนส่วนใหญ่ยังคงมีความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นอยู่ในระดับสูงคือร้อยละ 87.3 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 10.9 และพบนักเรียนจำนวน 1 รายที่มีความภาคภูมิใจในระดับต่ำ ดังตารางที่ 11

ตารางที่ 11 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ระดับความ ภาคภูมิใจใน ตนเอง	กลุ่มทดลอง(n=55)				กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)			
	ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม		ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
สูง	48	87.3	48	87.3	36	72.0	36	72.5
ปานกลาง	7	12.7	6	10.9	8	16.0	10	20.0
ต่ำ	0	0.0	1	1.8	6	12.0	4	8.0
รวม	55	100.0	55	100.0	50	100.0	50	100.0

เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นภายในกลุ่มทดลอง พบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 54.67 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.26 หลังการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย 53.47 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.80 โดยคะแนนเฉลี่ยลดลง 1.20 ซึ่งลดลงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 12

ตารางที่ 12 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นภายในของกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ระดับความภาคภูมิใจ ในตนเอง	n	$\bar{x}$	s.d.	t	p-value
กลุ่มทดลอง					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	55	54.67	5.26	1.65	0.104
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		53.47	5.80		
กลุ่มเปรียบเทียบ					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	50	50.72	9.46	0.02	0.982
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		50.70	7.78		

2.2.2 นักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบ

จากการศึกษาพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นอยู่ในระดับมากและมากที่สุดในส่วนน้อยกว่าร้อยละ 80 ดังนี้ ความภาคภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ในข้อ การเป็นตัวอย่างที่ดีแก่เพื่อนในการที่ไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น(ร้อยละ76.0) และการเป็นคนรักนวลสงวนตัว(ร้อยละ68.0) ความภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมกาหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศในข้อ ข้าพเจ้าภูมิใจว่าตนเองสามารถระงับความรู้สึกทางเพศได้เมื่อเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ76.0) และข้อข้าพเจ้าภูมิใจที่ตนเองหลีกเลี่ยงการดูหนังสื่อโป๊(ร้อยละ78.0) ภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมกาไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รักและการสัมผัสกอดจูบกับแฟน ในข้อ ข้าพเจ้าภูมิใจว่าตนเองไม่กอดจูบกับแฟนหรือผู้ชายในช่วงวัยรุ่น(ร้อยละ71.4) ภาคภูมิใจเรื่องกาไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ในข้อข้าพเจ้าภูมิใจที่ไม่คบเพื่อนที่เคยมีเพศสัมพันธ์(ร้อยละ74.0)

ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ยังคงมีความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น อยู่ในระดับมากและมากที่สุดในส่วนที่น้อยกว่าร้อยละ 80 ใน 4 ประเด็นได้แก่ความภาคภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ในข้อ ข้าพเจ้าเป็นคนรักนวลสงวนตัว(ร้อยละ74.0)ความภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมกาหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศในข้อ ข้าพเจ้าภูมิใจที่ตนเองหลีกเลี่ยงการดูหนังสื่อโป๊(ร้อยละ72.0) ภาคภูมิใจเรื่องพฤติกรรมกาไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รักและการสัมผัสกอดจูบกับแฟน

ในข้อข้าพเจ้าภูมิใจว่าตนเองไม่กอดจูบกับแฟนหรือผู้ชายในช่วงวัยเรียน (ร้อยละ75.5) ภาคภูมิใจเรื่องการไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ในข้อข้าพเจ้าภูมิใจที่ไม่คบเพื่อนที่เคยมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ64.0) และข้อข้าพเจ้าภูมิใจที่ไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสื่อมเสียทางเพศ(ร้อยละ66.0)ข้าพเจ้าภูมิใจที่ตนไม่คบเพื่อนที่ชักชวนไปคูหหนังโป๊ (ร้อยละ74.0) ดังตารางที่ 13

ตารางที่ 13 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบ จำแนกตามความภาคภูมิใจในตนเองต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวันเรียนก่อนและหลังการทดลอง (n=50)

ข้อความ	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	1*	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. ภูมิใจที่ตนเองไม่มีเพศสัมพันธ์	2.0	0.0	12.0	14.0	72.0	4.0	0.0	2.0	12.0	82.0
2. เป็นตัวอย่างที่ดีในการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	4.0	2.0	18.0	28.0	48.0	0.0	2.0	12.0	26.0	60.0
3. ข้าพเจ้าเป็นคนรักนวลสงวนตัว	4.0	4.0	24.0	24.0	44.0	0.0	4.0	22.0	40.0	34.0
4. ภูมิใจที่สามารถระงับความรู้สึกทางเพศได้เมื่อเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์	6.0	0.0	18.0	28.0	48.0	0.0	2.0	12.0	36.0	50.0
5. ภูมิใจที่ตนเองหลีกเลี่ยงการคูหหนังโป๊	2.0	6.0	14.0	32.0	46.0	4.0	0.0	24.0	30.0	42.0
6. ข้าพเจ้าภูมิใจว่าตนเองไม่กอดจูบกับแฟนหรือผู้ชายในช่วงวัยเรียน	6.1	8.2	14.3	12.2	59.2	8.2	2.0	14.3	14.3	61.2
7. ภูมิใจที่ตนเองไม่ไปไหนสองต่อสองกับแฟน หรือผู้ชาย	2.0	4.0	8.0	18.0	68.0	2.0	2.0	12.2	18.4	65.3
8. ภูมิใจที่ไม่คบเพื่อนที่มีเพศสัมพันธ์	6.0	6.0	14.0	36.0	38.0	6.0	4.0	26.0	44.0	20.0
9. ข้าพเจ้าภูมิใจที่ไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสื่อมเสียทางเพศ	2.0	6.0	20.0	28.0	44.0	2.0	6.0	26.0	38.0	28.0
10. ภูมิใจที่ตนไม่คบเพื่อนที่ชักชวนไปคูหหนังโป๊	2.0	2.0	14.0	26.0	56.0	8.0	4.0	14.0	28.0	46.0
11. ภูมิใจที่สามารถปฏิเสธแฟนในการอยู่ด้วยกันสองต่อสองโดยไม่ทำให้สัมพันธ์ภาพเสีย	2.0	4.0	8.0	12.0	74.0	0.0	2.0	10.0	20.0	68.0
12. ภูมิใจสามารถปฏิเสธเมื่อแฟนชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์	4.0	6.0	6.0	14.0	70.0	0.0	2.0	14.0	14.0	70.0

* ความหมายของสัญลักษณ์ 1 = น้อยที่สุด 2 = น้อย 3 = ปานกลาง 4= มาก 5= มากที่สุด

เมื่อจัดระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นในกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าก่อนดำเนินการ โปรแกรมนักเรียนมีระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นอยู่ในระดับสูงคือร้อยละ 72.0 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 16.0 ภายหลัง โปรแกรมนักเรียนมีระดับความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นยังคงอยู่ในระดับสูงคือร้อยละ 72.0 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 20.0 ดังตารางที่ 11

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นภายในกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 50.72 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 9.46 หลังการดำเนินการตามโปรแกรม พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย 50.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.78 โดยพบว่าคะแนนเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 12

2.2.3 การเปรียบเทียบระหว่างนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

จากการศึกษา พบว่า คะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ย 54.67 และ 50.72 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.26 และ 9.46 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่มพบว่าค่าเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับ 3.96 คะแนน ซึ่งสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.011$) ดังตารางที่ 14

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 53.47 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 50.70 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 2.77 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.043$) อย่างไรก็ตามเนื่องจาก พบว่าก่อนดำเนินการ โปรแกรมคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองลดลง 1.20 คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.02 คะแนน ซึ่งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.307$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 14

ตารางที่ 14 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ระดับความภาคภูมิใจ ในตนเอง	n	$\bar{X} / d$	sd	t	df	p-value
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	54.67	5.26	2.61	75.00	0.011
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	50.72	9.46			
หลังเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	53.47	5.80	2.06	90.16	0.043
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	50.70	7.78			
ผลต่างของคะแนนก่อนและหลังการทดลอง						
กลุ่มทดลอง	55	-1.20	5.38	-1.03	10	0.307
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	-0.02	6.38			

2.3 ความตระหนักรู้ต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น

2.3.1 นักเรียนในกลุ่มทดลอง

การศึกษา พบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความตระหนักรู้ต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นไม่ถูกต้องใน 2 ประเด็นหลัก ได้แก่

- 1) ความตระหนักรู้ในปัญหาที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ว่าเป็นสิ่งไม่เหมาะสมในข้อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ถือเป็นเรื่องปกติ (ร้อยละ 76.4) หากรู้จักวิธีการคุมกำเนิด นักเรียนก็สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้ (ร้อยละ 58.2) การรบกวนสงวนตัวเป็นค่านิยมที่ล้าสมัย (ร้อยละ 67.2) หากเกิดอารมณ์ทางเพศต้องไม่ระบายออกโดยการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 50.9)
- 2) การมีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อมเป็นสิ่งที่ดีกว่า ในข้อการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นวิธีการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์อย่างเหมาะสม (ร้อยละ 47.3) การเล่นกีฬาช่วยให้ผ่อนคลายความต้องการ ทางเพศได้ดี (ร้อยละ 69.1)

ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมสุขศึกษา พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนดีขึ้นในประเด็น ความตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ว่าเป็นสิ่งไม่เหมาะสมในข้อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ถือเป็นเรื่องปกติเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 76.4 เป็นร้อยละ 94.5 และการมีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อมเป็นสิ่งที่ดีกว่า ในข้อการเล่นกีฬาช่วยให้ผ่อนคลายความต้องการ ทางเพศได้ดี เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 69.1 เป็น 98.1 ส่วนในข้ออื่นๆยังคงมีความตระหนักต่อการป้องกันมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน น้อยกว่าระดับร้อยละ 80 ได้แก่

- 1) หากรู้จักวิธีการคุมกำเนิด นักเรียนก็สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้ (ร้อยละ 61.8) การรักษาวลิตัวเป็นค่านิยมที่ล้ำสมัย (ร้อยละ 69.1) หากเกิดอารมณ์ทางเพศต้องไม่ระบายออกโดยการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 65.5)
- 2) การมีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อมเป็นสิ่งที่ดีกว่า ในข้อ การสำเร็จความใคร่เป็นวิธีการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์อย่างเหมาะสม เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 47.3 เป็นร้อยละ 63.6 ซึ่งยังคงไม่ถึงร้อยละ 80 ดังตารางที่ 15

ตารางที่ 15 ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามความความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (n=55)

ความตระหนักต่อการป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	ก่อนการทดลอง					หลังการทดลอง				
	1*	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นเรื่องปกติ	43.7	32.7	18.2	1.8	3.6	52.7	41.8	5.5	0.0	0.0
2. หากรู้จักวิธีคุมกำเนิดนักเรียนก็สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้	21.8	36.4	34.5	5.5	1.8	23.6	38.2	29.1	9.1	0.0
3. การรักษาวลิตัวล้ำสมัย	34.5	32.8	23.6	5.5	3.6	27.3	41.8	21.8	5.5	3.6
4. หากเกิดอารมณ์ทางเพศต้องไม่ระบายออกโดยการมีเพศสัมพันธ์	21.8	14.5	12.7	23.6	27.3	14.5	9.1	10.9	36.4	29.1
5. วัยที่เหมาะสมสำหรับการมีเพศสัมพันธ์คือวัยผู้ใหญ่	0.0	1.8	12.7	50.9	34.5	0.0	1.8	14.5	38.2	45.5
6. การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนทำให้เสียอนาคต	3.6	1.8	5.5	29.1	60.0	1.8	3.6	5.5	38.2	50.9
7. การตั้งครรภ์ในวัยเรียนถือเป็นเรื่องอับอาย	1.8	1.8	7.3	25.5	63.6	5.5	3.6	1.8	30.9	58.2

ตารางที่ 15 ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามความความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (n=55) (ต่อ)

ความตระหนักต่อการป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	ก่อนการทดลอง					หลังการทดลอง				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8. การรู้จักยับยั้งชั่งใจสามารถป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้	0.0	0.0	9.2	38.9	51.9	0.0	1.8	5.5	49.1	43.6
9. การไม่อยู่ตามลำพังสองต่อสองกับแฟนเป็นสิ่งที่เหมาะสม	5.5	1.8	3.6	38.2	50.9	1.8	5.5	0.0	47.3	45.5
10. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นวิธี การหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์อย่างเหมาะสม	0.0	5.5	47.3	25.5	21.8	1.8	1.8	32.7	41.8	21.8
11. การเล่นกีฬาช่วยให้ผ่อนคลายความต้องการทางเพศได้ดี	3.6	0.0	27.3	27.3	41.8	1.8	0.0	0.0	47.3	50.9
12. การปฏิเสธการการมีเพศสัมพันธ์จากแฟนเป็นสิ่งที่ถูกต้อง	1.8	1.8	3.6	29.1	63.6	1.8	3.6	0.0	32.7	61.8
13. การปฏิเสธไม่ให้แฟนถูกเนื้อต้องตัวเป็นการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้ดี	1.8	0.0	12.7	50.9	34.5	0.0	5.5	12.7	54.5	27.3

* ความหมายของสัญลักษณ์ 1 =ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 =ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4= เห็นด้วย 5=เห็นด้วยอย่างยิ่ง

เมื่อจัดระดับความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนในกลุ่มทดลองพบว่าก่อนดำเนินการตามโปรแกรม นักเรียนส่วนใหญ่มีความตระหนักอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 76.4 รองลงมาอยู่ในระดับสูงร้อยละ 21.8 และระดับต่ำร้อยละ 1.8 ตามลำดับ ภายหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมนักเรียนส่วนใหญ่ยังคงมีความตระหนักอยู่ในระดับปานกลางคือร้อยละ 70.9 รองลงมาอยู่ในระดับสูงร้อยละ 25.5 และพบนักเรียนมีความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนระดับต่ำ ร้อยละ 3.6 ดังตารางที่ 16

ตารางที่ 16 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความตระหนักรู้ต่อการป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ก่อนและหลัง การเข้าร่วมโปรแกรม

ระดับความ ตระหนัก	กลุ่มทดลอง(n=55)				กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)			
	ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม		ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
สูง	12	21.8	14	25.5	5	10.0	7	14.0
ปานกลาง	42	76.4	39	70.9	44	88.0	41	82.0
ต่ำ	1	1.8	2	3.6	1	2.0	2	4.0
รวม	55	100.0	55	100.0	50	100.0	50	100.0

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ภายในกลุ่มทดลองพบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 47.56 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.48 หลังการดำเนินการตามโปรแกรม พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย 47.87 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.30 โดยพบว่าคะแนนเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 17

ตารางที่ 17 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนภายในของ กลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ระดับความตระหนัก ต่อการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียน	n	$\bar{X}$	s.d.	t	p-value
กลุ่มทดลอง					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	55	47.56	4.48	0.428	0.670
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		47.87	5.30		
กลุ่มเปรียบเทียบ					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	50	46.10	3.91	0.40	0.968
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		46.06	5.88		

2.3.2 นักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบ

การศึกษา พบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีความตระหนักต่อการป้องกันมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนไม่ถูกต้องใน 2 ประเด็นหลัก ได้แก่

- 1) ความตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ว่าเป็นสิ่งไม่เหมาะสมในข้อ หากรู้จักวิธีการคุมกำเนิด นักเรียนก็สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้ (ร้อยละ 44.0) การรักษาวลสงวนตัวเป็นค่านิยมที่ล้าสมัย(ร้อยละ 54.0) หากเกิดอารมณ์ทางเพศต้องไม่ระบายออกโดยการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 58.0)

- 2) การมีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อมเป็นสิ่งที่ดีกว่า ในข้อการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นวิธีการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์อย่างเหมาะสม (ร้อยละ 70.0)

การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นวิธีการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์อย่างเหมาะสม (ร้อยละ 38.0) การเล่นเกมพาช่วยให้ผ่อนคลายความต้องการ ทางเพศได้ดี (ร้อยละ 64.0) การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์จากแฟนเป็นสิ่งที่ถูกต้อง (ร้อยละ 70.0) การปฏิเสธไม่ให้แฟนถูกเนื้อต้องตัวเป็นการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้ดี (ร้อยละ 66.0)

หลังการเข้าร่วมโปรแกรมพบว่านักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ยังคงมีความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ไม่ถูกต้องใน 2 ประเด็นหลัก ในข้อเดิมและเพิ่มในบางข้อ ได้แก่

- 1) ความตระหนักในปัญหาที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ว่าเป็นสิ่งไม่เหมาะสม ในข้อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนถือเป็นเรื่องปกติ(ร้อยละ 74.0) หากรู้จักวิธีการคุมกำเนิด นักเรียนก็สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้ (ร้อยละ 38.0) การรักษาวลสงวนตัวเป็นค่านิยมที่ล้าสมัย (ร้อยละ 60.0) หากเกิดอารมณ์ทางเพศต้องไม่ระบายออกโดยการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 50.0) การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนทำให้เสียอนาคต (ร้อยละ 72.0) การตั้งครรภ์ในวัยเรียนถือเป็นเรื่องอับอาย(ร้อยละ 76.0)

- 2) การมีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อมเป็นสิ่งที่ดีกว่าในข้อ การรู้จักยับยั้งชั่งใจสามารถ ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้ (ร้อยละ 74.0) การไม่อยู่ตามลำพังสองต่อสองกับแฟนเป็นสิ่งที่เหมาะสม (ร้อยละ 74.0) การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นวิธีการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์อย่างเหมาะสม (ร้อยละ 46.0) การเล่นเกมพาช่วยให้ผ่อนคลายความต้องการ ทางเพศได้ดี (ร้อยละ 66.0) การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์จากแฟนเป็นสิ่งที่ถูกต้อง (ร้อยละ 76.0)

การปฏิเสธไม่ให้แฟนถูกเนื้อต้องตัวเป็นการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้
ดี (ร้อยละ60.0) รายละเอียดดังตาราง ที่ 18

ตารางที่ 18 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามความตระหนักต่อการป้องกันการมี
เพศสัมพันธ์ในวัย ก่อนและหลังการทดลอง (n=50)

ความตระหนักต่อการป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์ในวัย เรียน	ก่อนการทดลอง					หลังการทดลอง				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. การมีเพศสัมพันธ์ในวัย เรียน ถือเป็นเรื่องปกติ	44.0	40.0	12.0	0.0	4.0	56.0	18.0	16.0	10.0	0.0
2. หากรู้จักวิธีคุมกำเนิด นักเรียนก็สามารถมีเพศ สัมพันธ์ได้	14.0	30.0	40.0	14.0	2.0	14.0	24.0	42.0	12.0	8.0
3. การรักษานวลสงวนตัวเป็น ค่านิยมที่ล้ำสมัย	22.0	32.0	30.0	14.0	2.0	28.0	32.0	20.0	12.0	8.0
4. หากเกิดอารมณ์ทางเพศ ต้องไม่ระบายออกโดย การมีเพศสัมพันธ์	24.0	6.0	12.0	32.0	26.0	22.0	10.0	18.0	20.0	30.0
5. วัยที่เหมาะสมสำหรับการ มีเพศสัมพันธ์คือวัยผู้ใหญ่	2.0	0.0	16.0	46.0	36.0	2.0	4.0	10.0	30.0	54.0
6. การมีเพศสัมพันธ์ใน วัยเรียนทำให้เสียอนาคต	2.0	4.0	12.0	28.0	54.0	8.0	2.0	18.0	22.0	50.0
7. การตั้งครรภ์ในวัยเรียน ถือเป็นเรื่องอับอาย	0.0	0.0	14.0	38.0	48.0	6.0	2.0	16.0	36.0	40.0
8. การรู้จักยับยั้งชั่งใจ สามารถ ป้องกันการมี เพศสัมพันธ์ได้	2.0	2.0	2.2	51.0	32.7	4.0	2.0	20.0	38.0	36.0
9. การไม่อยู่ตามลำพังสองต่อ สองกับแฟนเป็นสิ่งที่เหมาะสม	6.0	8.0	16.0	36.0	34.0	4.0	4.0	18.0	40.0	34.0

ตารางที่ 18 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
ในวัยเรียนก่อนและหลังการทดลอง (n=50) (ต่อ)

ความตระหนักต่อการป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	ก่อนการทดลอง					หลังการทดลอง				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10. การสำเร็จความใคร่ด้วย ตนเองเป็นวิธี การหลีกเลี่ยง การมีเพศสัมพันธ์อย่าง เหมาะสม	2.0	6.0	54.0	28.0	10.0	0.0	6.0	48.0	34.0	12.0
11. การเล่นกีฬาช่วยให้ผ่อนคลาย คลายความต้องการทาง เพศได้ดี	0.0	2.0	34.0	46.0	18.0	0.0	2.0	32.0	32.0	34.0
12. การปฏิเสธการการมี เพศสัมพันธ์จากแฟนเป็น สิ่งที่ถูกต้อง	2.0	4.0	14.0	32.0	48.0	4.0	0.0	16.0	36.0	44.0
13. การปฏิเสธไม่ให้แฟนถูก เนื้อต้องตัวเป็นการ ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ได้ดี	2.0	4.0	28.0	32.0	34.0	2.0	6.0	32.0	24.0	36.0

* ความหมายของสัญลักษณ์ 1 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ไม่เห็นด้วย 3 = ไม่แน่ใจ 4 = เห็นด้วย 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง

เมื่อจัดระดับความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่าก่อนดำเนินการตามโปรแกรม นักเรียนส่วนใหญ่มีความตระหนักอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 88.0 รองลงมาอยู่ในระดับสูงร้อยละ 10.0 และระดับต่ำร้อยละ 2.0 ตามลำดับ ภายหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมนักเรียนส่วนใหญ่ยังคงมีความตระหนักอยู่ในระดับปานกลางคือร้อยละ 82.0 รองลงมาอยู่ในระดับสูงร้อยละ 14.0 และพบนักเรียนมีความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนระดับต่ำ ร้อยละ 4.0 ดังตารางที่ 16

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนภายในกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 46.10 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.91 ภายหลังดำเนินการตามโปรแกรม พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย 46.06 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.88 โดยพบว่าคะแนนเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 17

2.3.3 การเปรียบเทียบระหว่างนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ผลการศึกษา พบว่า คะแนนเฉลี่ยความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ย 47.56 และ 46.10 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.48 และ 3.91 ตามลำดับเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทั้งสองกลุ่มพบว่าคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับ 1.46 คะแนน ซึ่งสูงกว่าอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 47.87 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 46.06 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 1.81 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติอย่างไรก็ตามจะเห็นว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ไม่แตกต่างกัน ดังรายละเอียดในตาราง 19

ตารางที่ 19 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	n	$\bar{X}$	s.d.	t	df	p-value
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	47.56	4.48	1.786	102.84	0.077
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	46.10	3.91			
หลังเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	47.87	5.30	1.153	99.10	0.101
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	46.06	5.88			

2.4 ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

2.4.1 นักเรียนในกลุ่มทดลอง

จากการศึกษาพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มทดลอง มีทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ในระดับปานกลางและดี มากกว่าและน้อยกว่าร้อยละ 80 ตาม

สถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนให้ไปมีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ 3 เหตุการณ์ ได้แก่ ปฏิเสธบุคคลที่พึงรู้จักกัน (เฉลี่ยร้อยละ 90.2) ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)ต่างวัย (เฉลี่ยร้อยละ 87.3) มีข้อที่คะแนนในระดับปานกลางและดี น้อยกว่าร้อยละ 80 ในข้อที่ปฏิเสธสถานการณ์คำพูดของฝ่ายชายที่บอกว่า “แล้วอย่างนี้จะแสดงให้เห็นอย่างไรว่าคุณรักผม” ระดับร้อยละ 74.6 ปฏิเสธคู่รัก (แฟน) วัยเดียวกันในโรงเรียน (เฉลี่ยร้อยละ 90.5) ตารางที่ 20

หลังเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่มีทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ในระดับ ปานกลางและดี มากกว่าร้อยละ 80 ทุกข้อตามสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนให้ไปมีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ 3 เหตุการณ์ ได้แก่ ปฏิเสธบุคคลที่พึงรู้จักกัน(เฉลี่ยร้อยละ 90.9) ปฏิเสธคู่รัก (แฟน)ต่างวัย (เฉลี่ยร้อยละ 95.1) ปฏิเสธคู่รัก (แฟน)วัยเดียวกันในโรงเรียน (เฉลี่ยร้อยละ 96.4) ตารางที่ 20

ตารางที่ 20 ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (N=55)

การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม			หลังเข้าร่วมโปรแกรม		
	0	1	2	0	1	2
ปฏิเสธบุคคลที่พึงรู้จักกัน						
1. วันนี้เราเลิกงานเร็วสวายนั่งเล่นที่หอเราก่อนนะ	3.7	41.8	54.5	1.8	18.2	80.0
2. คุณไม่ไว้ใจผมหรือ เราจะได้คุยกันนานๆและมีเวลาอยู่ด้วยกันบ้าง ไปเถอะนะครับ	7.3	38.2	54.5	1.8	36.4	61.8
3. แลไปนั่งคุยกันทำงานมาทั้งวันแล้ว รับรองว่าผมจะไม่ทำอะไรให้คุณเสียหาย	18.2	47.3	34.5	9.1	30.9	60.0
ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)ต่างวัย						
4. ผมรักคุณนะสวยใส ผมอยากมีความสัมพันธ์กับสวยใสมากกว่านี้จะได้ไหม	1.8	43.6	54.5	0.0	30.9	69.1
5. คุณไม่รักผมหรือ ผมรอวันนี้มาตั้งหลายครั้งแล้วการมีอะไรกันมันไม่เสียหายหรอกใครๆที่เขารักกันเขาก็มีอะไรกันทั้งนั้นแหละ	10.9	50.9	38.2	0.0	23.6	76.4
6. แล้วอย่างนี้จะแสดงให้เห็นได้ ยังไงว่าคุณรักผม	25.5	16.4	58.1	14.5	14.5	70.9

ตารางที่ 20 ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนและ
หลัง การเข้าร่วมโปรแกรม (N=55) (ต่อ)

การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์	ก่อนเข้าร่วม โปรแกรม			หลังเข้าร่วม โปรแกรม		
	0	1	2	0	1	2
ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)วัยเดียวกันในโรงเรียน						
7. เ็นนี้หลังเลิกเรียนหญิง ไปบ้านเรานะ	3.6	36.4	60.0	3.6	29.1	67.3
8. แล้วอย่างนี้จะเรียกว่าเป็นแฟนกันยังไง ชวนไป ไหนก็ไม่ไป ไปเถอะนะ	9.1	58.2	32.7	3.6	27.3	69.1
9. ที่ในงานเลี้ยง เจ มันจะเอาของดีๆ มาให้ดูด้วยนะ ไม่สนใจเหรือ	18.2	70.9	10.9	3.6	70.9	25.5
10. มีหนังสือโป๊ ภาพสวยๆและเห็น ว่ามี วิธีดี ภาพที่ เราไม่เคยเห็นมาให้ดูด้วย ไปด้วยกันเถอะนะคนอื่น เขาก็พาแฟนไปทั้งนั้น	7.3	69.1	23.6	3.6	58.2	38.2

หมายเหตุ 0 = แสดงถึงพฤติกรรมที่ไม่รู้จักปฏิเสธ

1 = แสดงถึงพฤติกรรมการรู้จักปฏิเสธโดยไม่ส่งผลกระทบต่อตนเอง

2 = แสดงถึงพฤติกรรมการรู้จักปฏิเสธโดยไม่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

เมื่อจัดระดับทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ในกลุ่มทดลอง พบว่าก่อน
ดำเนินการตามโปรแกรม นักเรียนส่วนใหญ่มีทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ อยู่ในระดับปาน
กลางร้อยละ 47.3 รองลงมาอยู่ในระดับสูงร้อยละ 29.1 และระดับต่ำร้อยละ 23.6 ตามลำดับ
ภายหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมนักเรียนส่วนใหญ่ มีทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ดีขึ้นคือ อยู่ใน
ระดับสูงร้อยละ 61.8 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 30.9 และพบนักเรียนมีทักษะการ
ปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ในระดับต่ำเพียงร้อยละ 7.3 ดังตารางที่ 21

ตารางที่ 21 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ระดับทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์	กลุ่มทดลอง(n=55)				กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)			
	ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม		ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
สูง	16	29.1	34	61.8	14	28.0	8	16.0
ปานกลาง	26	47.3	17	30.9	21	42.0	24	48
ต่ำ	13	23.6	4	7.3	15	30.0	18	36
รวม	55	100.0	55	100.0	50	100.0	50	100.0

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ภายในกลุ่มทดลองพบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 13.16 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.45 หลังการดำเนินการตามโปรแกรม พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย 15.76 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.72 โดยพบว่า คะแนนเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ดังตารางที่ 22

ตารางที่ 22 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ตามภายในของกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ระดับทักษะการปฏิเสธ การมีเพศสัมพันธ์	n	$\bar{X}$	s.d.	t	p-value
กลุ่มทดลอง					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	55	13.16	3.45	4.438	< 0.001
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		15.76	2.72		
กลุ่มเปรียบเทียบ					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	50	13.38	3.13	-3.517	0.001
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		11.66	4.11		

2.4.2 นักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบ

จากการศึกษาพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ในระดับ ปานกลางและดี มากกว่าร้อยละ 80 ตามสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนให้ไปมีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ 3 เหตุการณ์ ได้แก่ ปฏิเสธบุคคลที่เพิ่งรู้จักกัน (เฉลี่ยร้อยละ 95.1) ปฏิเสธคูรัก (แฟน) ต่างวัย (เฉลี่ยร้อยละ 89.0) ปฏิเสธคูรัก (แฟน) วัยเดียวกันในโรงเรียน (เฉลี่ยร้อยละ 89.0)

หลังเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ยังคงมีทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ในระดับ ปานกลางและดี มากกว่าร้อยละ 80 ได้แก่ ปฏิเสธบุคคลที่เพิ่งรู้จักกัน (เฉลี่ยร้อยละ 84.0) ปฏิเสธคูรัก (แฟน) วัยเดียวกันในโรงเรียน (เฉลี่ยร้อยละ 82.5) และมีทักษะการปฏิเสธเรื่องคูรัก(แฟน)ต่างวัย ที่มีทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ในระดับปานกลางและดี น้อยกว่าร้อยละ 80 (เฉลี่ยร้อยละ 79.3) ตารางที่ 23

ตารางที่ 23 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลอง (N=50)

การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม			หลังเข้าร่วมโปรแกรม		
	0	1	2	0	1	2
ปฏิเสธบุคคลที่เพิ่งรู้จักกัน						
1. วันนี้เราเลิกงานเร็วสวายนั่งเล่นที่หอเราก่อนะ	2.0	36.0	62.0	12.0	30.0	58.0
2. คุณไม่ไว้ใจผมหรือ เราจะได้คุยกันนานๆและมีเวลาอยู่ด้วยกันบ้าง ไปเถอะนะครับ	4.0	52.0	44.0	14.0	52.0	34.0
3. แค่นั่งคุยกันทำงานมาทั้งวันแล้ว รับรองว่าผมจะไม่ทำอะไรให้คุณเสียหาย	18.0	52.0	30.0	22.0	50.0	28.0
ปฏิเสธคูรัก(แฟน)ต่างวัย						
4. ผมรักคุณนะสวยใส ผมอยากมีความสัมพันธ์กับสวยใสมากกว่านี้จะได้ไม่	4.0	38.0	58.0	18.0	44.0	38.0
5. คุณไม่รักผมหรือ ผมรอวันนี้มาตั้งหลายครั้งแล้วการมีอะไรกันมันไม่เสียหายหรอกใครๆที่เขารักกันเขาก็มีอะไรกันทั้งนั้นแหละ	14.0	34.0	52.0	10.0	48.0	42.0
6. แล้วอย่างนี้จะแสดงให้เห็นได้ ยังไงว่าคุณรักผม	14.0	28.0	58.0	34.0	22.0	44.0

ตารางที่ 23 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลอง(N=50) (ต่อ)

การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม			หลังเข้าร่วมโปรแกรม		
	0	1	2	0	1	2
ปฏิเสธถูกรัก(แฟน)วัยเดียวกันในโรงเรียน						
7. เ็นนี้หลังเลิกเรียนหญิง ไปบ้านเรานะ	4.0	30.0	66.0	16.0	30.0	54.0
8. แล้วอย่างนี้จะเรียกว่าเป็นแฟนกันยังไง ชวนไปไหนก็ไม่ไป ไปเถอะนะ	10.0	58.0	32.0	16.0	56.0	28.0
9. ที่ในงานเลี้ยง เจ มันจะเอาของดีๆ มาให้ดูด้วยนะไม่สนใจเหรือ	22.0	68.0	10.0	14.0	80.0	6.0
10. มีหนังสือโป๊ ภาพสวยๆและเห็น ว่ามี วิธีดี ภาพที่เราไม่เคยเห็นมาให้ดูด้วย ไปด้วยกันเถอะนะคนอื่นเขาก็พาแฟนไปทั้งนั้น	8.0	66.0	26.0	24.0	62.0	14.0

หมายเหตุ 0 = แสดงถึงพฤติกรรมที่ไม่รู้จักปฏิเสธ

1 = แสดงถึงพฤติกรรมการรู้จักปฏิเสธโดยไม่ส่งผลกระทบต่อตนเอง

2 = แสดงถึงพฤติกรรมการรู้จักปฏิเสธโดยไม่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

เมื่อจัดระดับทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ในกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า ก่อนดำเนินการโปรแกรมนักเรียนมีระดับทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลางคือร้อยละ 42.0 รองลงมาอยู่ในระดับต่ำร้อยละ 30.0 และระดับสูงร้อยละ 28.0 ภายหลังโปรแกรมนักเรียนมีระดับทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ยังคงอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 48.0 รองลงมาอยู่ในระดับต่ำร้อยละ 36.0และในระดับสูงร้อยละ 16.0 ดังตารางที่ 21

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ภายในกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 13.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.13 หลังการดำเนินการตามโปรแกรม พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย 11.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.11 โดยพบว่า คะแนนเฉลี่ย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.001$) ดังตารางที่ 22

2.4.3 การเปรียบเทียบระหว่างนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

จากการศึกษา พบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสหการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ย 13.16 และ 13.38 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.45 และ 3.13 ตามลำดับเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่มพบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับ 0.22 คะแนน เมื่อทำการทดสอบทางสถิติ พบว่าค่าเฉลี่ยทักษะการปฏิเสหการมีเพศสัมพันธ์ ไม่มีความแตกต่างกัน ($p = 0.738$)

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสหการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 15.76 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 11.66 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 4.1 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ดังรายละเอียดในตาราง 24

ตารางที่ 24 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสหการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ความตระหนักต่อการมี เพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	n	$\bar{x}$	s.d.	t	df	p-value
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	13.16	3.45	0.335	103	0.738
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	13.38	3.13			
หลังเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	15.76	2.72	5.937	83.785	<0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	11.66	4.11			

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

3.1 นักเรียนในกลุ่มทดลอง

จากการศึกษาพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนไม่เหมาะสม(ต่ำกว่าร้อยละ 60) ใน 3 ประเด็นหลัก ตามรายชื่อได้แก่

- 1) การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ ในข้อ เมื่อเห็นภาพกอดจูบก้นในโทรทัศน์หรือในวีซีดีฉันจะเปลี่ยนช่อง หรือปิดทันที (ร้อยละ 20.4)
- 2) การไม่ไปไหนสองต่อสองกับคูรัก เพื่อนชาย (แฟน) ในข้อ เมื่อไปเที่ยวกับเพื่อนชายฉันจะชวนเพื่อนหญิงไปด้วย (ร้อยละ 55.5)
- 3) การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ในข้อ เลือกคบเพื่อนที่ไม่ไปไหนสองต่อสองกับแฟน (ร้อยละ 46.3) เพื่อนที่ฉันคบ ชอบดูหนัง ประเภทรักๆ ใคร่ๆ (ร้อยละ 42.6)

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่าพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองยังคงไม่เหมาะสมใน 2 ประเด็นได้แก่

- 1) การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ ในข้อ เมื่อเห็นภาพกอดจูบก้นในโทรทัศน์หรือในวีซีดีฉันจะเปลี่ยนช่อง หรือปิดทันที (ร้อยละ 16.3)
- 2) การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ในข้อ การเลือกคบเพื่อนที่ไม่ไปไหนสองต่อสองกับ แฟน (ร้อยละ 47.2) และ เพื่อนที่ฉันคบ ชอบดูหนัง ประเภทรักๆ ใคร่ๆ (ร้อยละ 41.8) ดังตารางที่ 25

ตารางที่ 25 ร้อยละของกลุ่มทดลองจำแนกตามพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (N=55)

พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม				หลังเข้าร่วมโปรแกรม			
	0*	1	2	3	0	1	2	3
การหลีกเลี่ยงสิ่งยั่วทางเพศ								
1. ฉันปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนไปดูหนังสื่อโป๊หรือหนังโป๊	35.2	3.7	31.5	29.6	54.5	1.8	30.9	12.7
2. เมื่อเห็นภาพกอดจูบกันในโทรทัศน์หรือในวีซีดีฉันจะเปลี่ยนช่องหรือปิดทันที	3.7	7.4	72.2	16.7	12.7	5.5	78.2	3.6
3. ฉันดูภาพยนตร์หรือวีซีดีที่แสดงภาพการมีเพศสัมพันธ์	24.5	37.7	35.8	1.9	52.7	14.5	32.7	0.0
การไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก เพื่อนชาย (แฟน)								
4. ฉันมักไปซื้อรถจักรยานยนต์กับคู่รัก(แฟน)	42.6	37.0	20.4	0.0	64.8	20.4	14.8	0.0
5. ฉันมักนัดพบคู่รัก(แฟน)ในที่ลับตา	44.4	40.7	14.8	0.0	61.8	34.5	3.6	0.0
6. เมื่อไปเที่ยวกับคู่รัก(แฟน)ฉันจะให้เขาจูบมือ	46.3	37.0	14.8	1.9	65.5	27.3	7.3	0.0
7. เมื่อไปเที่ยวกับเพื่อนชายฉันจะชวนเพื่อนหญิงไปด้วย	37.0	18.5	18.5	25.9	61.8	9.1	9.1	20.0
8. ฉันไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก	42.6	24.1	22.2	11.1	65.5	10.9	14.5	9.1
การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง								
9. เลือคบเพื่อนที่ไม่ไปไหนสองต่อสองกับแฟน	25.9	9.3	44.4	20.4	34.5	18.2	34.5	12.7
10. ฉันคบเพื่อนที่ไม่ดื่มของมึนเมา	18.5	14.8	22.2	44.4	48.1	9.3	24.1	18.5
11. ฉันคบเพื่อนที่ไม่เสพ หรือยุ่งเกี่ยวกับยาบ้า	28.3	11.3	7.5	52.8	52.7	12.7	5.5	29.1
12. เพื่อนที่ฉันคบ ชอบดูหนังประเภทรักๆใคร่ๆ	27.8	14.8	55.6	1.9	32.7	9.1	49.1	9.1
การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน								
13. ฉันมีเพศสัมพันธ์เมื่อมีโอกาส	61.1	37.0	0.0	1.9	72.7	27.3	0.0	0.0
14. ฉันปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อคู่รัก(แฟน)ชักชวน	57.4	14.8	1.9	25.9	76.4	5.5	0.0	18.2

* ความหมายของสัญลักษณ์ 0 = ไม่มีเหตุการณ์ 1 = ไม่เคยปฏิบัติ 2 = ปฏิบัติบางครั้ง 3 = ปฏิบัติทุกครั้ง

เมื่อจัดระดับพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในกลุ่มทดลองพบว่า ก่อนดำเนินการตามโปรแกรมนักเรียนส่วนใหญ่มีระดับพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงร้อยละ 58.2 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 32.7 และระดับต่ำร้อยละ 9.1 ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนส่วนใหญ่มีระดับพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงเพิ่มเป็นร้อยละ 63.6 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 30.9 และระดับต่ำร้อยละ 5.5 ดังตารางที่ 26

ตารางที่ 26 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนภายในของกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

พฤติกรรมการ ป้องกันการมี เพศสัมพันธ์	กลุ่มทดลอง(n=55)				กลุ่มเปรียบเทียบ(n=50)			
	ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม		ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
สูง	32	58.2	35	63.6	13	26.0	12	24.0
ปานกลาง	18	32.7	17	30.9	15	30.0	20	40.0
ต่ำ	5	9.1	3	5.5	22	44.0	18	36.0
รวม	55	100.0	55	100.0	50	100.0	50	100.0

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ภายในกลุ่มทดลองพบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 22.27 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.143 ภายหลังการดำเนินการตามโปรแกรม พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย 23.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.642 โดยพบว่าคะแนนเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 27

ตารางที่ 27 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ภายในของกลุ่มทดลองและกลุ่ม เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

พฤติกรรมป้องกันการมี เพศสัมพันธ์	n	$\bar{X}$	s.d.	t	p-value
กลุ่มทดลอง					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	55	22.27	4.143	1.565	0.123
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		23.33	3.642		
กลุ่มเปรียบเทียบ					
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	50	17.20	7.080	1.625	0.111
หลังเข้าร่วมโปรแกรม		18.96	5.792		

3.2 นักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบ

จากการศึกษาพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบมีพฤติกรรม การป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนไม่เหมาะสม (ต่ำกว่าร้อยละ 60) ใน 3 ประเด็นหลัก ตาม รายข้อได้แก่

- 1) การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ ในข้อเมื่อเห็นภาพกอดจูบก้นในโทรทัศน์ หรือในวีซีดีนั้นจะเปลี่ยนช่อง หรือปิดทันที (ร้อยละ 26.0) และการดู ภาพยนตร์หรือ วีซีดี ที่แสดงภาพการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 24.0)
- 2) การไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก เพื่อนชาย (แฟน) ในทุกข้อได้แก่ ฉัน มักไปจีรตจักรยานยนต์กับคู่รัก (แฟน) (ร้อยละ 44.9) ฉันมักนัดพบคู่รัก (แฟน)ในที่ลับตา (ร้อยละ 42.0) เมื่อไปเที่ยวกับคู่รัก (แฟน) ฉันจะให้เขา จูงมือ (ร้อยละ 48.0) เมื่อไปเที่ยวกับเพื่อนชายฉันจะชวนเพื่อนหญิงไป ด้วย (ร้อยละ 44.0) และข้อฉันไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รักหรือเพื่อน ชาย (ร้อยละ 50.0)
- 3) การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ในข้อ เลือกคบเพื่อนที่ไม่ไปไหน สองต่อสองกับแฟน (ร้อยละ 48.0) การคบเพื่อนที่ดื่มของมึนเมา (ร้อยละ 44.9) เพื่อนที่ฉันคบ ชอบดูหนัง ประเภทรักๆ ใคร่ๆ (ร้อยละ 34.0)

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่าพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
ของนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบยังคงไม่เหมาะสม (ต่ำกว่าร้อยละ 60) ใน 3 ประเด็นและเพิ่มในรายข้อ
บ้างข้อ ได้แก่

- 1) การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ ในข้อการปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนไปดูหนังสือ
โป๊ หรือหนังโป๊ (ร้อยละ 56.0) เมื่อเห็นภาพกอดจูบกันในโทรทัศน์หรือ
ในวีซีดีนั้นจะเปลี่ยนช่อง หรือปิดทันที (ร้อยละ 20.4) และการดู
ภาพยนตร์หรือ วีซีดี ที่แสดงภาพการมีเพศสัมพันธ์ (ร้อยละ 28.5)
- 2) การไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก เพื่อนชาย (แฟน) ในทุกข้อได้แก่ ฉัน
มักไปจีรรถจักรยานยนต์กับคู่รัก (แฟน) (ร้อยละ 54.0) ฉันมักนัดพบคู่รัก
(แฟน) ในที่ลับตา (ร้อยละ 48.0) เมื่อไปเที่ยวกับคู่รัก (แฟน) ฉันจะให้เขา
จูมมือ (ร้อยละ 50.0) เมื่อไปเที่ยวกับเพื่อนชายฉันจะชวนเพื่อนหญิงไป
ด้วย (ร้อยละ 42.0) และข้อฉันไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รักหรือเพื่อน
ชาย (ร้อยละ 38.8)
- 3) การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ในข้อ เลือกคบเพื่อนที่ไม่ไปไหน
สองต่อสองกับแฟน (ร้อยละ 50.0) การคบเพื่อนที่ดื่มของมึนเมา (ร้อยละ
44.0) เพื่อนที่ฉันคบ ชอบดูหนัง ประเภทรักๆ ใคร่ๆ (ร้อยละ 44.0) ดัง
ตารางที่ 28

ตารางที่ 28 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนและ
หลังการทดลอง(N=50)

พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม				หลังเข้าร่วมโปรแกรม			
	0	1	2	3	0	1	2	3
การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ								
1. ฉันปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนไปดูหนังสือโป๊ หรือหนังโป๊	40.0	8.0	20.0	32.0	26.0	10.0	34.0	30.0
2. เมื่อเห็นภาพกอดจูบกันในโทรทัศน์หรือ ในวีซีดีนั้นจะเปลี่ยนช่อง หรือปิดทันที	10.0	20.0	54.0	16.0	4.1	16.3	63.3	16.3
3. ฉันดูภาพยนตร์หรือ วีซีดี ที่แสดงภาพ การมีเพศสัมพันธ์	16.0	8.0	50.0	26.0	22.4	6.1	51.0	20.4

ตารางที่ 28 ร้อยละของกลุ่มเปรียบเทียบจำแนกตามพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลอง (N=50) (ต่อ)

พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม				หลังเข้าร่วมโปรแกรม			
	0	1	2	3	0	1	2	3
การไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก เพื่อนชาย (แฟน)								
4. ฉันมักไปจีรถจักรยานยนต์กับคู่รัก(แฟน)	38.8	6.1	18.4	36.7	46.0	8.0	18.0	28.0
5. ฉันมักนัดพบคู่รัก(แฟน)ในที่ลับตา	40.0	2.0	12.0	46.0	42.0	6.0	22.0	30.0
6. เมื่อไปเที่ยวกับคู่รัก(แฟน)ฉันจะให้เขาจูมมือ	42.0	6.0	12.0	40.0	39.6	10.4	20.8	29.2
7. เมื่อไปเที่ยวกับเพื่อนชายฉันจะชวนเพื่อนหญิงไปด้วย	30.0	14.0	26.0	30.0	38.0	4.0	24.0	34.0
8. ฉันไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก	26.0	24.0	20.0	30.0	24.5	14.3	32.7	28.6
การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง								
9. เลือกคบเพื่อนที่ไม่ไปไหนสองต่อสองกับแฟน	26.0	16.0	36.0	22.0	36.0	12.0	38.0	14.0
10. ฉันคบเพื่อนที่ไม่ดื่มของมึนเมา	12.2	24.5	30.6	32.7	22.0	12.0	44.0	22.0
11. ฉันคบเพื่อนที่ไม่เสพ หรือยุ่งเกี่ยวกับยาบ้า	22.0	22.0	10.0	46.0	40.0	10.0	18.0	32.0
12. เพื่อนที่ฉันคบ ชอบดูหนัง ประเทรัภักษ์ใดๆ	26.0	8.0	44.0	22.0	30.0	14.0	44.0	12.0
การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน								
13. ฉันมีเพศสัมพันธ์เมื่อมีโอกาส	54.0	6.0	6.0	34.0	58.0	8.0	2.0	32.0
14. ฉันปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อคู่รัก(แฟน)ชักชวน	42.0	32.0	10.0	16.0	50.0	14.0	12.0	24.0

* ความหมายของสัญลักษณ์ 0 = ไม่มีเหตุการณ์ 1 = ไม่เคยปฏิบัติ 2 = ปฏิบัติบางครั้ง 3 = ปฏิบัติทุกครั้ง

เมื่อจัดระดับพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในกลุ่มเปรียบเทียบพบว่าก่อนดำเนินการตามโปรแกรมนักเรียนส่วนใหญ่มีระดับพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำร้อยละ 44.0 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 30.0 และระดับสูงร้อยละ 26.0 ภายหลังโปรแกรมนักเรียนส่วนใหญ่มีระดับพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 40.0 รองลงมาอยู่ในระดับต่ำร้อยละ 36.0 และในระดับสูงร้อยละ 24.0 ดังตารางที่ 26

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ภายในกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า ก่อนเริ่มโปรแกรม มีคะแนนเฉลี่ย 17.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.08 หลังการดำเนินการตามโปรแกรม พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย 18.96 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.79 โดยพบว่าคะแนนเฉลี่ย ไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 27

3.3 การเปรียบเทียบระหว่างนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

จากการศึกษา พบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ย 22.27 และ 17.20 ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.14 และ 7.08 ตามลำดับเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับ 5.20 คะแนน เมื่อทำการทดสอบทางสถิติ พบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$)

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 23.33 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 18.96 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 4.37 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) อย่างไรก็ตามเนื่องจาก พบว่าก่อนดำเนินการโปรแกรมคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้น 1.05 คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบเพิ่มขึ้น 1.76 คะแนน ซึ่งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.570$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 29

ตารางที่ 29 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

พฤติกรรมการป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์	n	$\bar{X} / \bar{d}$	s.d.	t	df	p-value
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	22.27	4.14	4.424	77.45	<0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	17.20	7.08			
หลังเข้าร่วมโปรแกรม						
กลุ่มทดลอง	55	23.33	3.64	4.573	81.05	<0.001
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	18.96	5.79			
ผลต่างของคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลอง						
กลุ่มทดลอง	55	1.05	5.00	-0.564	103	0.570
กลุ่มเปรียบเทียบ	50	1.76	7.66			

บทที่ 5

การอภิปรายผล

ผลการวิจัยประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต ในการจัดทำโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยทดลอง ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ใน อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 105 คน เป็นกลุ่มทดลอง 55 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 50 คน โดยกลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยกำหนด ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบจะได้รับความรู้ในชั้นเรียนตามปกติ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาอภิปรายผลตามข้อมูลคุณลักษณะของประชากร พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์และตามสมมติฐานการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

คุณลักษณะของประชากรและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์

การศึกษาพบว่าทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคุณลักษณะทางประชากร คล้ายคลึงกันมาก ทั้งอายุ ที่ส่วนใหญ่อายุ 13 ปี อาชีพของบิดามารดาส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างและเกษตรกรกรรม สถานภาพความสัมพันธ์ของบิดาและมารดา ส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน มีส่วนน้อยที่แยกกันอยู่ การพักอาศัยส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับทั้งบิดาและมารดา ฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัวตามความคิดของนักเรียนส่วนใหญ่คิดว่าตนมีฐานะปานกลาง การได้รับรายได้ต่อวันส่วนใหญ่วันละ 10-20 บาท ซึ่งทั้งสองกลุ่มคิดว่าเพียงพอต่อการใช้จ่าย การใช้จ่ายเงินที่นอกเหนือจากการเรียนและค่าอาหารของนักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่นำไปซื้อของใช้ส่วนตัว แสดงให้เห็นชัดเจนและเป็นข้อสนับสนุนได้ว่า กลุ่มที่นำมาศึกษาทั้งสองกลุ่ม เป็นไปตามเกณฑ์การพิจารณาในด้าน สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมใกล้เคียงกัน อย่างไรก็ตามเมื่อศึกษาถึงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีคูรัก(แฟน) ร้อยละ 40.0 ซึ่งต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบที่มีคูรัก(แฟน)แล้ว ร้อยละ 64.0 นักเรียนทั้งสองกลุ่มเคยเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 61.8 และร้อยละ 78.0 ตามลำดับ สื่อที่นักเรียนกลุ่มทดลองเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ ได้แก่ หนังสือร้อยละ 61.8 และภาพยนตร์วีดีโอ ซีดี ร้อยละ 58.8 ส่วนในกลุ่มเปรียบเทียบสื่อที่นักเรียนเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ ได้แก่ ภาพยนตร์วีดีโอ ซีดี ร้อยละ 60.0 หนังสือร้อยละ 36.0 และอินเทอร์เน็ต ร้อยละ 32.0

จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าเด็กอายุเพียงแค่ 12-15 ปีได้รับการสื่อสารอย่างอิสระ ภาพลามกอนาจารหรือภาพการมีเพศสัมพันธ์ซึ่งเป็นสิ่งกระตุ้นอารมณ์ทางเพศเผยแพร่ให้เห็นทั่วไป มาตรการควบคุมคุณภาพที่ยังมีข้อบกพร่อง การนำเสนอสื่อแพร่กระจายอย่างกว้างขวางส่วนบุคคลทุกระดับของสังคมร่วมไปถึงวัยรุ่นไม่เว้นแต่ในเขตชนบท จนเกิดอาการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และความคิดนำไปสู่พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้ ส่วนวิธีการระบายออกเมื่อนักเรียนมีอารมณ์และความรู้สึกทางเพศนักเรียนในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ร้องเพลงและฟังเพลง ร้อยละ 61.8 รองลงมาเล่นกีฬา ร้อยละ 41.8 ซึ่งพบวิธีการระบายออกในแบบแผนคล้ายๆกันในนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ กล่าวคือ ร้องเพลงและฟังเพลง ร้อยละ 68.0 เล่นกีฬาร้อยละ 58.0 อ่านหนังสือ ร้อยละ 42.0 ตามลำดับ นักเรียนในกลุ่มทดลองไม่มีการระบายออกเมื่อมีอารมณ์ทางเพศโดยการมีเพศสัมพันธ์ ในขณะที่มีนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 2 ราย (ร้อยละ 4.0) ระบายออกด้วยการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งสอดคล้องกับการที่กลุ่มเปรียบเทียบมีคูรักและแฟนถึงร้อยละ 64 ซึ่งการระบายออกโดยการมีเพศสัมพันธ์นี้ควรนำปัญหามาวางแผนหาแนวทางป้องกันแก้ไขซึ่งอาจนำไปสู่โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตไปใช้กับนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบในโอกาสต่อไป การรับข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษาพบว่านักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ร้อยละ 61.8 และร้อยละ 62.0 ได้รับความรู้จากจากหนังสือเรียน รองลงมาจากโทรทัศน์ ร้อยละ 56.4 และร้อยละ 56.0 ซึ่งจะเห็นได้ว่าช่องทางการรับสื่อของนักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นหนังสือการพัฒนาสื่อรวมไปถึงข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษาจึงอาจพัฒนาตามช่องทางสื่อที่นักเรียนสนใจมากที่สุดต่อไป นอกจากนี้จากการศึกษาการเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 22.6 (12 ราย) และ ร้อยละ 32.0 (16 ราย) ตามลำดับ ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักเรียนต้องเผชิญกับปัญหาที่ถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ นักเรียนทั้งสองกลุ่มที่ถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ ถูกชักชวนจากคูรักหรือแฟน ร้อยละ 83.3 (10 ราย) และ 56.3 (9 ราย) ตามลำดับ ถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์จากเพื่อน ร้อยละ 16.7 (2 ราย) และร้อยละ 43.7 (7 ราย) และยังพบอีกว่านักเรียนในกลุ่มทดลองเปิดเผยว่าเคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว กับกับคูรัก 2 ราย (ร้อยละ 3.9) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบเปิดเผยว่าเคยมีเพศสัมพันธ์ 5 ราย (ร้อยละ 10.6) กับคูรัก 3 ราย กับเพื่อน 1 รายและญาติห่างๆ 1 ราย ซึ่งข้อมูลดังกล่าวแสดงถึงเด็กนักเรียนหญิงที่กำลังเรียนหนังสืออยู่ในชั้นเรียนเพียงแค่ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีอายุเฉลี่ยเพียง 13-14 ปี แต่กลับเคยมีประสบการณ์ทางเพศ การศึกษาโดยใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงกลุ่มนี้จึงน่าจะมีส่วนช่วยให้พฤติกรรม การมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงกลุ่มนี้ดีขึ้นหากมีการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมในระยะยาว ต่อไปซึ่งการศึกษาสอดคล้องในเรื่องประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ของเพื่อนสนิทในกลุ่มทดลองพบตอบว่าเพื่อนสนิทมี

เพศสัมพันธ์แล้ว 1 ราย ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบตอบว่าเพื่อนสนิทมีเพศสัมพันธ์แล้วถึง 7 คน การศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของขวัญชนก ศิริวัฒนกาญจน์ (2541:116) ที่ศึกษาปัจจัยที่สามรถร่วมทำนาย การมีเพศสัมพันธ์ของเยาวชนหญิง โศดว่าการมีเพื่อนสนิทที่เคยร่วมเพศมีความสัมพันธ์กับการร่วมเพศของกลุ่มตัวอย่าง

สมมติฐานข้อที่ 1 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 สามารถทำให้นักเรียนหญิงที่เข้าร่วมโปรแกรมเกิดความเปลี่ยนแปลงในเรื่องความรู้เรื่องเพศศึกษา

ผลการวิจัย พบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาอยู่ในระดับต่ำ(ดังตารางที่6) และเมื่อนำมาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มพบว่า ค่าเฉลี่ยความรู้เพศศึกษาของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองน้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบโดยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ดังตารางที่7) จะเห็นได้ว่าความรู้ในกลุ่มเปรียบเทียบสูงกว่ากลุ่มทดลองเนื่องจากโรงเรียนของกลุ่มเปรียบเทียบในช่วง เวลาที่ศึกษาข้อมูลผู้บริหารนั้นเล็งเห็นความสำคัญของโครงการโรงเรียนสีขาวซึ่งมีเป้าหมายการดำเนินงานของโรงเรียนคือ เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจ ในการพัฒนาโรงเรียนไปสู่โรงเรียนสีขาว ปลอดสารเสพติด สื่อลามก การพนัน และการทะเลาะวิวาทและให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสม และการดำเนินงานในรูปแบบโครงการดำรงชีวิตปลอดภัยในโรงเรียนเพื่อส่งเสริมให้นักเรียน และเยาวชนในชุมชน มีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญาให้เป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ ทำให้ทางโรงเรียนเปิดรับสื่อความรู้ต่างๆเข้ามามากขึ้นโดยมีการประสานงานกับแหล่งความรู้ต่างๆเข้ามาให้ความรู้ที่ละเอียดมากขึ้น รวมทั้งความรู้ทางเพศศึกษาที่แตกต่างจากในหลักสูตรในชั้นเรียน ซึ่งมีผลให้ระดับความรู้ในกลุ่มเปรียบเทียบสูงกว่ากลุ่มทดลอง

ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.001$ (ดังตารางที่ 7) และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) (ดังตารางที่ 9)

อย่างไรก็ตามภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์มาประเมินความรู้ในกลุ่มเปรียบเทียบซ้ำมี

ระยะเวลาห่างกัน 1 เดือน พบว่ากลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เพศศึกษาลดลงมากกว่าการประเมินครั้งแรก(ดังตารางที่ 9) เนื่องจากกลุ่มเปรียบเทียบผ่านการประเมินโครงการโรงเรียนสีขาวแล้ววิธีการดำเนินงานอาจก่อความยั่งยืนแต่ขาดช่วงในการกระตุ้นเรื่องความรู้อย่างต่อเนื่องซึ่งเนื้อหาบางเรื่องเป็นเรื่องเกี่ยวกับสาขางานแพทย์พยาบาลและงานสาธารณสุขแบบลึกซึ้งซึ่งแตกต่างกับรายละเอียดที่บรรจุอยู่ในหลักสูตรซึ่งมีรายละเอียดอย่างกว้างๆมีผลต่อระดับคะแนนเฉลี่ยที่ลดลงได้แต่เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองแล้วพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) (ดังตารางที่ 9) ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้และเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1

เมื่อพิจารณารายข้อคำถามความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองทุกคนมีความรู้ดีขึ้นในเรื่อง การมีประจำเดือนคือสัญลักษณ์ผู้หญิงสาว ฝันเปียก (Wet Dream) เป็นสิ่งที่ปกติช่องคลอดและช่องปัสสาวะคืออวัยวะที่อยู่คนละช่องมีหน้าที่แตกต่างกัน เชื้อพรหมจรรย์เป็นเยื่อบางๆที่สามารถฉีกขาดได้หากมีการร่วม ความต้องการทางเพศของทั้งหญิงและชาย การเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติ อารมณ์รัก โกรธ ของวัยรุ่นเกิดขึ้นง่ายและเปลี่ยนแปลงง่าย การสัมผัสอวัยวะเพศตนเองเป็นเรื่องปกติ ขณะมีประจำเดือน ไม่ควรลงอาบน้ำในสระสาธารณะเนื่องจากก่อให้เกิดการติดเชื้อได้ การมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียวทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือตั้งครรภ์ได้ การไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นการป้องกันการตั้งครรภ์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ดีที่สุด โอกาสติดเชื้อโรคเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อมีความต้องการทางเพศสามารถหากิจกรรมผ่อนคลายได้ เช่น ออกกำลังกาย การหลีกเลี่ยงการดูภาพโป๊ เป็นวิธีป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

ในการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้รับการถ่ายทอดความรู้จากสื่อวีซีดี มีเนื้อหาข้อมูลที่มีความต่อเนื่องและมีรายละเอียดเกี่ยวกับเพศศึกษาและให้เอกสารเกี่ยวกับความรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อคอยกระตุ้นเตือนเมื่อกลุ่มทดลองต้องการทบทวนความรู้เพิ่มเติมจากการสอนในโปรแกรม จากการสังเกตกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ให้ความสนใจในการรับทราบข้อมูลเรื่องเพศศึกษาและชมวีซีดีเป็นอย่างดี ซึ่งเมื่อจบกิจกรรมแต่ละครั้งกลุ่มทดลองสามารถตอบคำถามได้และผู้วิจัยก็จะสรุปความเข้าใจทบทวนความรู้อีกครั้งเพื่อความเข้าใจ ที่ตรงกันและถูกต้องตรงตามประเด็นตามต้องการอีกทั้งมีการทบทวนซ้ำเมื่อมีกิจกรรมครั้งต่อไป เป็นผลให้กลุ่มทดลองมีความรู้เพิ่มมากขึ้น ซึ่งตรงกับผลการศึกษาของนรลักษณ์ เอื้อกิจ (2541:106) ที่พบว่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมหลังการทดลอง กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

สมมติฐานข้อที่ 2 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 สามารถทำให้นักเรียนหญิงที่เข้าร่วมโปรแกรมเกิดความเปลี่ยนแปลงในเรื่อง ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

จากการวิจัยพบว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนกลุ่มทดลองมีความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน อยู่ในระดับสูงร้อยละ 87.3 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 12.7 ภายหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมนักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ยังคงมีความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนอยู่ในระดับสูงคือร้อยละ 87.3 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 10.9 และพบนักเรียนจำนวน 1 รายที่มีความภาคภูมิใจในระดับต่ำแม้ว่าในการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงในเรื่อง ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน จะมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมความภาคภูมิใจโดยการให้นักเรียนแต่ละคนออกมาบอกความภาคภูมิใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และเขียนใส่ในแผ่นกระดาษแล้วนำไปติดรวมกันในฟิวเจอร์บอร์ดรูปหัวใจและนำไปติดที่ป้ายประชาสัมพันธ์เพื่อเป็นสื่อแสดงให้นักเรียนในโรงเรียนเห็นและเป็นแรงจูงใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน อีกทั้งผู้วิจัยได้มีการเสริมแรงโดยการชื่นชมและให้กลุ่มชื่นชมซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งให้สัญญากันในโปรแกรมว่านักเรียนในกลุ่มทดลองจะช่วยกันป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ซึ่งการจัดทำกิจกรรมดังกล่าวเน้นการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในภาพรวมไม่เฉพาะเจาะจงที่ตัวบุคคล กระบวนการสร้างเสริมความภาคภูมิใจจัดขึ้นในเวลาที่เหมาะสมทำให้เด็กนักเรียนในกลุ่มตัวอย่างบางคนที่มีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม เช่น ผู้ที่มีประสบการณ์การเคยมีเพศสัมพันธ์ยังขาดความมั่นใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน สอดคล้องกับผลการวิจัยหลังเข้าร่วมโปรแกรม โดยเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองลดลง 1.20 คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.02 คะแนน แม้ว่ากลุ่มทดลองจะลดลงมากกว่าแต่ไม่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.307$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 14 ซึ่งการเสริมสร้างความภาคภูมิใจรวมถึงการประเมินความภาคภูมิใจในด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ จำเป็นต้องใช้เวลาให้มากขึ้น การใช้เครื่องมือในการประเมินความภาคภูมิใจอาจต้องออกแบบสังเกตพฤติกรรมให้เฉพาะมากขึ้น

สมมติฐานข้อที่ 3 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 สามารถทำให้นักเรียนหญิงที่เข้าร่วมโปรแกรมเกิดความเปลี่ยนแปลงในเรื่องความตระหนักรู้ต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ผลการวิจัย พบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ส่วนใหญ่มีความตระหนักรู้ต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียนอยู่ในระดับปานกลาง (ดังตารางที่ 16) และเมื่อนำมาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มพบว่า ค่าเฉลี่ยความตระหนักรู้ต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบโดยไม่มี ความแตกต่างทางสถิติ (ดังตารางที่ 19) หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบยังอยู่ในระดับปานกลางและ เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 1.81 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ดังตารางที่ 19) ในการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงได้รับการสร้างความตระหนักรู้โดยยกตัวอย่างเหตุการณ์จริงตามข่าวในหนังสือพิมพ์ที่มีผลเสียต่อการกระทบทุกด้านอย่างรุนแรงและให้แบ่งกลุ่มช่วยกันอภิปรายและสมมติว่าตนเองเป็นบุคคลที่อยู่ในเหตุการณ์นั้นตนเองจะได้รับผลกระทบอย่างไร จากการสังเกตกลุ่มให้ความสนใจและมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อเหตุการณ์นั้นอย่างตั้งใจและช่วยกันแสดงความคิดเห็นเพื่อเพิ่มความตระหนักของตนเองเป็นอย่างดี การไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านความตระหนักของกลุ่มทดลองอาจเนื่องจากการใช้เวลาระยะสั้นทำให้กลุ่มทดลองยังไม่มีความคิดเปลี่ยนแปลง นอกจากนี้การสร้างความตระหนักโดยเลือกใช้สถานการณ์จากข่าวในหนังสือพิมพ์ซึ่งเป็นเหตุการณ์ใกล้ตัวนักเรียน และประกอบกับสังคมที่เผยแพร่ข่าวสารความรุนแรงของวัยรุ่นอย่างเป็นเรื่องปกติทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองไม่เกิดความตระหนักเพิ่มมากขึ้นและกระแสวิจารณ์วัฒนธรรมตะวันตกเข้ามาโดยไม่รู้ตัวความตระหนักในเรื่องการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนจึงเห็นเป็นเรื่องปกติธรรมดาส่งผลให้ การใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะในด้านความตระหนักในครั้งนี้ไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มทดลอง ผลการศึกษาแตกต่างกับการศึกษาของนรลักษณ์ เอื้อกิจ (2541:106) ที่พบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สมมติฐานข้อที่ 4 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 สามารถทำให้นักเรียนหญิงที่เข้าร่วมโปรแกรมเกิดความเปลี่ยนแปลงในเรื่องทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

ผลการวิจัยพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างกัน (ดังตารางที่ 24) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานก่อนเข้าร่วมโปรแกรมทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองมีคุณลักษณะพื้นฐานส่วนใหญ่ใกล้เคียงกันดังที่กล่าวมาแล้ว หลังเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงพบว่านักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีทักษะการปฏิเสธสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.001$ (ดังตาราง 22) ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้และเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 การเปลี่ยนแปลง เนื่องจากกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตเรื่องของการต่อรองและปฏิเสธร่วมกับการใช้กลวิธีของกระบวนการกลุ่มโดยใช้หลักการและขั้นตอนการปฏิเสธ และหาทางออกซึ่งประกอบไปด้วย 1. การปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทางคำพูดและน้ำเสียง 2. การปฏิเสธโดยใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล 3. การปฏิเสธโดยการเห็นชอบและแสดงการขอบคุณ 4. การปฏิเสธซ้ำเมื่อถูกเข้าซ้ำหรือสับประมาท โดยให้แบ่งกลุ่มและคิดสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์และให้ฝึกทักษะการปฏิเสธโดยแสดงบทบาทสมมติแล้วนำเสนอหน้าชั้นหลังจากนั้นให้กลุ่มอื่นๆเสนอแนะว่าทักษะปฏิเสธเหล่านั้นถูกต้องหรือไม่ ถ้าไม่ถูกต้องต้องมีการเสนอแนะแนวทาง ผู้วิจัยช่วยแนะนำเพิ่มเติมข้อบกพร่องต่างๆให้แก่แต่ละกลุ่ม ซึ่งทำให้นักเรียนได้มีโอกาสวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนและของผู้อื่นได้อย่างลึกซึ้งช่วยให้เข้าใจในบทบาทและแง่มุมที่แตกต่างไปจากตน อีกทั้งยังเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ฝึกฝนและสร้างความมั่นใจในการที่จะนำหลักการไปใช้ในสถานการณ์จริงและถ้ามีโอกาสต้องส่งเสริมให้นักเรียนฝึกฝนบ่อยๆจนกลายเป็นนิสัย การสร้างเสริมทักษะการปฏิเสธนี้ส่งผลให้หลังการเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีทักษะการปฏิเสธสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับ นรลักษ์ณ เอื้อกิจ (2541:113) ที่พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันการพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและ ปรีชา แจ่มวิถิเลศ (2541:120-121) ได้ประยุกต์ทักษะชีวิตในโปรแกรมสุขศึกษา เพื่อให้เกิดทักษะการปฏิเสธการชักชวนให้มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ถูกต้องมากกว่าก่อนการทดลองและมากขึ้นกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สมมติฐานข้อที่ 5 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 สามารถทำให้นักเรียนหญิงที่เข้าร่วมโปรแกรมเกิดความเปลี่ยนแปลงในเรื่องพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ผลการวิจัยพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในเรื่องพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนพบว่า ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบโดยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.001$ (ตารางที่ 29) ความแตกต่างด้านพฤติกรรมอาจเนื่องจากในช่วง เวลาที่ศึกษาข้อมูลผู้บริหารของนักเรียนกลุ่มทดลองนั้นเล็งเห็นความสำคัญของโครงการ ประกอบกับทางโรงเรียนกำลังพัฒนาโรงเรียนไปสู่โรงเรียนสีขาวซึ่งมีเป้าหมายการดำเนินงานของโรงเรียนคือ เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจ ในการพัฒนาโรงเรียนไปสู่โรงเรียนสีขาว ปลอดภัย ปลอดสารเสพติด สื่อลามก การพนัน และการทะเลาะวิวาทและให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสม และการดำเนินงานในรูปแบบโครงการดำรงชีวิตปลอดภัยในโรงเรียนเพื่อส่งเสริมให้นักเรียน และเยาวชนในชุมชน มีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญาให้เป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ เป้าหมายของผู้บริหารดังกล่าวนำไปสู่การควบคุมพฤติกรรมของเด็กนักเรียนมากขึ้น รวมถึงด้านพฤติกรรมทางเพศอาจมีผลให้ระดับค่าเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบตั้งแต่ยังไม่ได้ดำเนินการตามโปรแกรมภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) แต่เนื่องจาก ก่อนดำเนินการโปรแกรมคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.570$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 29 อย่างไรก็ตามเมื่อศึกษาผลการวิจัยรายชื่อเรื่องการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ แต่หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่าพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองยังคงไม่เหมาะสมเหลือเพียง 2 ประเด็นได้แก่ การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ เช่น การดูภาพกอดจูบกินในโทรทัศน์หรือในวีซีดีและการ ไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การไม่ไปไหนสองต่อสองกับ แฟน และการคบเพื่อนที่ชอบดูหนัง ประเภทรักๆใคร่ๆ ตารางที่ 25

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของกลุ่มทดลองที่เกิดขึ้น เนื่องจากสาเหตุหลัก 2 ส่วน ได้แก่ การมีนโยบายมุ่งสู่โรงเรียนสีขาว ซึ่งเป็นเป้าหมายของผู้บริหารดังกล่าวข้างต้นนำไปสู่การควบคุมพฤติกรรมของเด็กนักเรียนมากขึ้นรวมถึงด้านพฤติกรรมทางเพศอาจมีผลให้ระดับค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียน ที่สูงตั้งแต่เริ่มต้น และส่วนที่สองจากการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนมีส่วนช่วยสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมซึ่งการดำเนินการตามโปรแกรมมีการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เหมาะสม ใช้กระบวนการกลุ่มให้นักเรียนมีส่วนร่วมและฝึกปฏิบัติ การอภิปรายกลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ การระดมสมอง การได้แสดงบทบาทสมมติ และการสาธิตผ่านกระบวนการเรียนรู้ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน มีการสร้างแนวคิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่างๆ เพราะฉะนั้นการพัฒนาทักษะต่างๆหลังเข้าโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ดีขึ้น และเป็นทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันซึ่งจะส่งผลต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนอย่างไรก็ตามเนื่องจากผลกระทบอันเนื่องมาจากการดำเนินโครงการโรงเรียนสีขาวจึงเป็นเหตุผลสำคัญที่ทำให้การดำเนินการโปรแกรมไม่สามารถทำให้คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

โดยสรุป จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่านักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตและใช้กลวิธีกระบวนการกลุ่ม ได้แก่ การอภิปราย การระดมสมอง การแสดงบทบาทสมมติ ร่วมกับการใช้สื่อต่างๆ เช่น วิซีดี เป็นต้น ซึ่งจะช่วยกระตุ้นและจูงใจให้นักเรียน เข้ามามีส่วนร่วมในบทเรียน อีกทั้งนักเรียนยังได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประสบการณ์ ความคิดเห็น ระหว่างภายในกลุ่มมีการทำกิจกรรมร่วมกัน และยังได้วิเคราะห์แสดงความคิดเห็น จนก่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศอย่างเหมาะสม ความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันพฤติกรรมมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และพฤติกรรมในการป้องกันตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน แต่ในการศึกษาครั้งนี้ ผลของการเปลี่ยนแปลงยังไม่เห็นผลชัดเจน เนื่องจากผู้วิจัยใช้ระยะเวลา 4 สัปดาห์ในการดำเนินโปรแกรมเพียง 4 ครั้ง กลุ่มตัวอย่างบางคนอาจจะยังไม่ได้นำโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตไปใช้ในชีวิตรประจำวัน ซึ่งอาจมีผลในการประเมินถ้าจะมีผลดีมากขึ้นต้องเริ่มสอนกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นกลุ่มตัวอย่างแล้วเฝ้าดูประสิทธิภาพของโปรแกรมและผลของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างนั้นไปจนจบมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยดูผลลัพธ์จากการออกจากโรงเรียนเนื่องจากภาวะตั้งครรภ์หรือสมรส

บทที่ 6

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ โดยศึกษาการเปลี่ยนแปลงความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 105 คน เป็นกลุ่มทดลอง 55 คน เข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และกลุ่มเปรียบเทียบ 50 คน ไม่ได้เข้าร่วมตามโปรแกรม เก็บข้อมูลโดยแบบสอบถาม ก่อนและหลังการทดลอง ตั้งแต่ระหว่างวันที่ 19 มิถุนายน 2550 ถึงวันที่ 3 กรกฎาคม 2550 นำเสนอผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. คุณลักษณะของประชากรและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์

1.1 คุณลักษณะทางประชากร พบว่าทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคุณลักษณะทางประชากรคล้ายคลึงกันคือทุกรายเป็นเพศหญิง อายุ อยู่ระหว่าง 12 - 15 ปี เฉลี่ยอายุ 13.49 และ 13.50 ตามลำดับ บิดาและมารดาของนักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างบิดาร้อยละ 67.3 และร้อยละ 62.0 มารดาร้อยละ 50.9 และร้อยละ 60.0 ตามลำดับสถานภาพความสัมพันธ์ของบิดาและมารดาทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่อยู่ด้วยกันคิดเป็นร้อยละ 54.5 และร้อยละ 60.0 นักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับทั้งบิดาและมารดาร้อยละ 54.5 และร้อยละ 58.0 ตามลำดับในด้านฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัวตามความคิดของนักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่คิดว่าครอบครัวของตนมีฐานะปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 96.4 และร้อยละ 78.0 ตามลำดับ รองลงมาในกลุ่มทดลองคิดว่าตนมีฐานะดีคิดเป็นร้อยละ 3.6 ส่วนรองลงมาในกลุ่มเปรียบเทียบคิดว่ามีฐานะยากจนร้อยละ 12.0 นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ได้รับรายได้ วันละ 10-20 บาทคิดเป็นร้อยละ 78.2 และ ร้อยละ 80.0 เฉลี่ยรายได้ต่อวันเท่ากับ 27.18 บาท และ 23.72 บาทตามลำดับ ซึ่งในรายได้ระดับนี้ต่อวันนักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่เห็นว่า เพียงพอต่อการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันร้อยละ 90.9 และร้อยละ 86.0 ตามลำดับ การใช้จ่ายเงินที่นอกเหนือจากด้านการเรียน

และค่าอาหารของนักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่นำไปซื้อของใช้ส่วนตัว ร้อยละ 89.1 และ 84.0 ส่วนบุคคลที่นักเรียนสามารถพูดคุย ขอคำปรึกษาเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจหรือความเครียด ในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่พูดคุยกับบิดามารดา ร้อยละ 52.7 รองลงมา พูดคุย ขอคำปรึกษาเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจกับเพื่อนสนิท ร้อยละ 38.2 แต่ในขณะเดียวกันนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ ปรึกษาเพื่อนสนิท ร้อยละ 48.0 รองลงมาถึงจะขอคำปรึกษาเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจหรือความเครียดกับบิดามารดา ร้อยละ 46.0

1.2 พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ไม่มีคูรัก(แฟน) ร้อยละ 60.0 ยัง และมีคูรัก (แฟน) แล้ว ร้อยละ 40.0 ซึ่งต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบที่มีคูรัก(แฟน) ร้อยละ 64.0 และยังมีคูรัก(แฟน) เพียงร้อยละ 36.0 นักเรียนทั้งสองกลุ่มไม่เคยอ่านหนังสือโป๊ร้อยละ 61.8 และร้อยละ 70.0 แต่นักเรียนทั้งสองกลุ่มเคยเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 61.8 และร้อยละ 78.0 ตามลำดับ สื่อที่นักเรียนกลุ่มทดลองเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ ได้แก่ หนังสือร้อยละ 61.8 และภาพยนตร์วีดีโอ ซีดี ร้อยละ 58.8 ส่วนในกลุ่มเปรียบเทียบสื่อที่นักเรียนเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ ส่วนใหญ่ได้แก่ ภาพยนตร์วีดีโอ ซีดี ร้อยละ 60.0 หนังสือร้อยละ 36.0 และอินเทอร์เน็ต ร้อยละ 32.0 ส่วนวิธีการระบายออกเมื่อนักเรียนมีอาการและความรู้สึกทางเพศ นักเรียนในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ร้องเพลงและฟังเพลง ร้อยละ 61.8 รองลงมาเล่นกีฬา ร้อยละ 41.8 ซึ่งพบวิธีการระบายออกในแบบแผนคล้ายๆกันในกลุ่มนักเรียนเปรียบเทียบ กล่าวคือ ร้องเพลงและฟังเพลง ร้อยละ 68.0 เล่นกีฬาร้อยละ 58.0 อ่านหนังสือ ร้อยละ 42.0 ตามลำดับ นักเรียนในกลุ่มทดลองไม่มีการระบายออกเมื่อมีอาการทางเพศโดยการมีเพศสัมพันธ์ ในขณะที่มีนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 2 ราย (ร้อยละ 4.0) ระบายออกด้วยการมีเพศสัมพันธ์ การรับข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษาพบว่านักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ร้อยละ 61.8 และร้อยละ 62.0 ได้รับความรู้จากจากหนังสือเรียน รองลงมาจากโทรทัศน์ ร้อยละ 56.4 และร้อยละ 56.0 ส่วนการปรึกษาปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ พบว่า ส่วนใหญ่นักเรียนทั้งสองกลุ่มปรึกษาแม่ ร้อยละ 63.6 และร้อยละ 60.0 รองลงมาในกลุ่มทดลองปรึกษาทั้งพ่อและแม่ ร้อยละ 10.9 ส่วนในกลุ่มเปรียบเทียบรองลงมาคือปรึกษาเพื่อน ร้อยละ 46.0 จากการศึกษาการเคยถูกชักชวนให้มียุติสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบเคยถูกชักชวนให้มียุติสัมพันธ์ ร้อยละ 22.6 (12 ราย) และ ร้อยละ 32.0 (16 ราย)ตามลำดับ นักเรียนทั้งสองกลุ่มที่ถูกชักชวนให้มียุติสัมพันธ์ส่วนใหญ่ ถูกชักชวนจากคูรักหรือแฟน ร้อยละ 83.3(10 ราย) และ 56.3(9 ราย) ตามลำดับ ถูกชักชวนให้มียุติสัมพันธ์จากเพื่อน ร้อยละ 16.7(2 ราย) และร้อยละ 43.7 (7 ราย) และยังพบอีกว่านักเรียนในกลุ่มทดลองเคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว กับกับคูรัก 2 ราย (ร้อยละ 3.9) ส่วน

กลุ่มเปรียบเทียบเคยมีเพศสัมพันธ์ 5 ราย (ร้อยละ 10.6) กับคู่อีก 3 ราย กับเพื่อน 1 ราย และญาติห่างๆ 1 ราย จากการศึกษาการมีเพศสัมพันธ์ของเพื่อนสนิทในกลุ่มทดลองมีเพียงพบ 1 ราย (ร้อยละ 1.9) ที่ตอบว่าเพื่อนสนิทเคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว ส่วนในกลุ่มเปรียบเทียบตอบว่าเพื่อนสนิทมีเพศสัมพันธ์แล้วถึง 7 คน (ร้อยละ 14.0)

2. ความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

2.1 ความรู้เรื่องเพศศึกษา หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 13.16 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.96 ซึ่งคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 4.65 คะแนน ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 8.90 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.96 ซึ่งคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.72 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 4.26 คะแนน ซึ่งพบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) และเนื่องจาก พบว่าก่อนดำเนินการโปรแกรมคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้น 4.65 คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.72 คะแนน โดยพบว่านักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 9 ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1

2.2 ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 53.47 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 50.70 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 2.77 คะแนน ซึ่งพบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.043$) อย่างไรก็ตาม เนื่องจาก พบว่าก่อนดำเนินการโปรแกรมคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองลดลง 1.20

คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.02 คะแนน ซึ่งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.307$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 14 ซึ่งไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

2.3 ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 47.87 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 46.06 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 1.81 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอย่างไรก็ตามจะเห็นได้ว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ไม่แตกต่างกัน ดังรายละเอียดในตาราง 18 ซึ่งไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

2.4 ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 15.76 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 11.66 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 4.1 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) ดังรายละเอียดใน ตาราง 22 ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4

3. พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัย

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 23.33 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 18.96 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 4.37 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.001$) อย่างไรก็ตาม เนื่องจาก พบว่าก่อนดำเนินการโปรแกรมคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้น 1.05 คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 1.76 คะแนน ซึ่งไม่

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.307$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 27 ซึ่งไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5

ความคิดเห็นเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหามีเพศสัมพันธ์

ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบเสนอแนะการแก้ไขปัญหทั้งหมด 88 ราย ส่วนใหญ่เสนอแนะในการให้ทุกคนรู้จักการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์(42 ราย) และรองลงมาคือการไม่ควรมีคู่อรักหรือแฟนในวัยเรียน (22 ราย) และเสนอแนะในเรื่องพฤติกรรมว่าไม่ควรไปไหนสองต่อสองกับแฟน ผู้ชาย (16 ราย) ส่วนอื่นเสนอให้มีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมาช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาหรือควรให้มีการณรงค์ (8 ราย)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากงานวิจัยเพื่อการปฏิบัติ

1.1 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้แม้ว่าผลการศึกษาจะไม่เป็นไปตามสมมติฐานทั้งหมดของการวิจัย แต่ก็พบว่ามีประสิทธิภาพสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงดีขึ้นในด้านความรู้เรื่องเพศศึกษา และทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งทั้ง 2 ประเด็นนี้เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้นักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นมีภูมิคุ้มกัน และสามารถหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้ ดังนั้น จึงควรนำโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้กับนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นในระบบโรงเรียนตามความเหมาะสมต่อไป

1.2 สำหรับการประยุกต์ใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นนี้ ผู้วิจัยได้ประมวลข้อพึงปฏิบัติและข้อควรระมัดระวังไว้ ดังนี้

1.2.1 หัวใจสำคัญของการดำเนินการโปรแกรม คืออาจารย์ประจำชั้นหรืออาจารย์ที่สอนวิชาเพศศึกษาซึ่งเป็นผู้ประยุกต์ใช้โปรแกรม มีความจำเป็นต้องคลุกคลีต่อนักเรียนด้วยความรักและจริงใจเพื่อสร้างความไว้วางใจให้เกิดขึ้น จึงจะสามารถเสริมสร้างทักษะในแต่ละ

ด้านให้เกิดขึ้นในเด็กนักเรียนตามแนวทางของโปรแกรมได้ประสบความสำเร็จ ทั้งนี้เพราะเรื่องเพศเป็นเรื่องละเอียดอ่อน

1.2.2 ควรมีการประยุกต์วิธีการสอนและแทรกกิจกรรมให้เหมาะสมกับวิถีชีวิตประจำวันของนักเรียนให้มากขึ้น เช่น การแทรกในบทเรียนประจำในชั้นเรียน ใช้เวลาการจัดกิจกรรมประมาณ 2 คาบเรียน ต่อเนื่องทุกวัน และมีการเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมในระยะยาว ทั้งนี้เพราะการจัดกิจกรรมในเวลาอันจำกัด เป็นอุปสรรคอย่างมากต่อการบรรลุเป้าหมายของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ของนักเรียนหญิง

1.2.3 การวัดผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนจากการเข้าร่วมโปรแกรม จำเป็นต้องอาศัยการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมที่แท้จริงของนักเรียน แทนการประเมินจากพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างผิวเผินขณะจัดกิจกรรม ดังนั้น จึงควรสร้างแบบสังเกตการเฝ้าระวังพฤติกรรม และแบบบันทึกพฤติกรรมประจำวันของนักเรียน เพื่อนำมาใช้ประกอบควบคู่กัน

1.2.4 การนำเอากระบวนการกลุ่มมาใช้ เช่น การระดมสมองโดยนำความคิดของตนเองเข้าสู่กลุ่มและการเข้าทำกิจกรรมกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ต้องใช้เวลาค่อนข้างนานมาก โดยเฉพาะการทำกิจกรรมกลุ่มควรมีการละลายพฤติกรรม และให้เวลาในการทำกิจกรรมให้มากขึ้น จึงจะให้นักเรียนสามารถแสดงออกด้านความคิดได้ชัดเจนและเป็นธรรมชาติ

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นในครั้งต่อไป ควรคำนึงถึงประเด็นต่างๆ ดังนี้

2.1 ควรนำทฤษฎีการกำกับตนเอง (Self – Regulation Theory) มาประยุกต์ร่วมด้วยในโปรแกรม ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนหญิงมีการตั้งเป้าหมายและกำกับพฤติกรรมของตนเอง

2.2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลสำคัญต่อนักเรียน ได้แก่ ความเข้มงวด กฎระเบียบและแบบแผนการศึกษาของโรงเรียนต่อการแสดงออกของพฤติกรรมทางเพศ รวมถึงสภาพสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และสภาพบ้านพักอาศัยที่เป็นปัจจัยเอื้อต่อการมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

2.3 ควรเสริมสร้างให้ครอบครัวหรืออาสาสมัครชุมชน เข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรม เนื่องจาก นักเรียนกลุ่มเป้าหมายอยู่ในเขตชนบท วิถีในชีวิตประจำวันของนักเรียนหญิงส่วนใหญ่

ยังคงอยู่ในสายตาของคนในครอบครัว และมีเพื่อนบ้านที่สามารถพูดคุยและคอยเฝ้าระวังพฤติกรรมได้ ซึ่งจะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

2.4 ควรมีการนำตัวแบบที่เป็นบุคคลตัวอย่าง เช่น ดาราหรือวัยรุ่นในชุมชนที่สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีในชุมชน เพื่อสร้างกระแสให้เด็กนักเรียนปฏิบัติตามในเรื่องพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ที่ถูกต้องเหมาะสม

2.5 การสร้างเสริมทักษะในด้านความภาคภูมิใจและความตระหนัก เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นเรื่องยาก ควรใช้กระบวนการจัดกิจกรรมและการสร้างเสริมอย่างเป็นระบบ เน้นความต่อเนื่อง และกิจกรรมที่จะนำมาใช้ในโปรแกรมควรมีการทดลองใช้ก่อน

2.6 ควรมีการติดตามผลการศึกษากายหลังเสร็จสิ้นการดำเนินการโปรแกรม เพื่อศึกษาความต่อเนื่องและการนำไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน เพื่อเป็นการแสดงให้เห็นประสิทธิภาพของโปรแกรมในการแก้ไขปัญหาได้อย่างแท้จริง

2.7 มีความจำเป็นต้องพัฒนาเครื่องมือ เพื่อใช้ในการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของนักเรียนที่เกิดจากการเข้าร่วมโปรแกรมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เช่น แบบสังเกตการเฝ้าระวังพฤติกรรม และแบบบันทึกพฤติกรรมประจำวันของนักเรียน เป็นต้น

การสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น
จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

LIFE SKILLS PROMOTING PROGRAM TO PREVENT SEXUAL BEHAVIOR AMONG FEMALE
JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN PRAJUABKIRIKAN PROVINCE

เนตรทราย ปัญญะ 4736287 PHPH/M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขภาพและพฤติกรรมศาสตร์

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : ธรุฉน เก่งการพานิช, พบ.ม. , สุปรียา ต้นสกุล, ค.ด., สุพร
อภินันท์, ว.ว. (จิตเวชศาสตร์เด็กและวัยรุ่น)

บทสรุปแบบสมบูรณ์

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นไทยในปัจจุบัน พบว่าอายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเริ่มต้นที่อายุ 13 ปี เด็กมัธยมถึงอุดมศึกษายอมรับว่าเคยมีเพศสัมพันธ์ถึงร้อยละ 16.08 ร้อยละ 20 ของผู้มาคลอดบุตรที่โรงพยาบาลมีอายุต่ำกว่า 20 ปี วัยรุ่นที่มาคลอดบุตรอายุน้อยที่สุดคือ 12 ปี วัยรุ่นที่ตกเลือดและติดเชื้อจากการทำแท้งมารับการรักษาเพิ่มมากขึ้น (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, สุขภาพคนไทย 2549 :70-71) วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเพิ่มขึ้นและเป็นการมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อยกับแฟน คู่รัก หรือเพื่อนทั้งในสถานศึกษาเดียวกันและต่างสถานศึกษา นอกจากนี้ยังพบว่าเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกแล้ว การมีเพศสัมพันธ์ในครั้งต่อไปก็ง่ายขึ้น ความยับยั้งชั่งใจมีน้อยลง (วรรณวิมล สุรินทร์ศักดิ์ 2546 :บทคัดย่อ) สังคมในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว รวมไปถึงสื่อสิ่งเร้าต่างๆ ที่กระตุ้นให้เกิดความต้องการทางเพศอย่างรุนแรง สื่อต่างๆ มักเน้นหนักด้านความต้องการและการตอบสนองทางกามารมณ์มากกว่าด้านวิชาการ สื่ออนาจารทางเพศซึ่งอยู่ในรูปแบบของสิ่งตีพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ตอีกทั้งมาตรการควบคุมคุณภาพที่ยังมีข้อบกพร่อง การนำเสนอสื่อแพร่กระจายอย่าง

กว้างขวาง นำไปสู่พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ได้ง่ายขึ้น ผลที่เกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น โดยเฉพาะวัยรุ่นหญิงต้องเป็นฝ่ายรับชะตากรรมการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยที่ไม่เหมาะสมส่งผลให้วัยรุ่นเผชิญกับปัญหาคุกคาม แผนการดำเนินชีวิตที่สมควรตามวัยหรือสิ่งที่อาจคาดหวังไว้ในชีวิตของเด็กหญิงต้องเปลี่ยนแปลง เช่น ปัญหาการตั้งครรภ์ที่เด็กนักเรียนหญิงต้องออกจากโรงเรียนในขณะที่ยังเรียนหนังสือไม่จบ (สุวชัย อินทรประเสริฐ, 2547: 128) หรือ ต้องหลบหนีออกจากสังคมโดยการถูกตราหน้าว่าได้ผ่านการทำแท้ง หากฝ่ายชายไม่รับหรือผู้ปกครองไม่ร่วมรับผิดชอบอาจเกิดปัญหาการทอดทิ้งบุตร ทำให้เกิดปัญหาของสังคม นอกจากนี้ยังส่งผลไปสู่ครอบครัว โรงเรียนหรือสังคมที่ต้องรับภาระจากเด็กวัยรุ่นที่เจริญเติบโตในด้านร่างกายแต่ยังขาดความรับผิดชอบทางด้านสังคม รวมถึงปัญหาในสุขภาพหลากหลายทั้งในโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ ที่ส่งผลต่อปัญหาสาธารณสุข และยังส่งผลทำให้สังคมต้องสูญเสียประชากรที่มีคุณภาพ (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, สุขภาพคนไทย 2549 :14) ซึ่งชะตากรรมของเด็กวัยรุ่นหญิงนี้จะไม่เกิดขึ้นหากปัญหาได้รับการแก้ไข โดยหาสาเหตุของปัญหาและหาวิธีเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นหญิงที่อยู่ในสถานศึกษา

ในภาพรวมของจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ โดยข้อมูลสารสนเทศสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประจวบคีรีขันธ์ เขต 2 ณ วันที่ 10 มิถุนายน 2549 จำนวนนักเรียนที่ต้องออกจากโรงเรียนกลางคันของปีการศึกษา 2549 มีจำนวนทั้งสิ้น 475 ราย โดยมีสาเหตุจากสมรสแล้วจำนวนถึง 59 ราย คิดเป็นร้อยละ 12.4 ในพื้นที่อำเภอสามร้อยยอดมีปัญหาการสมรสแล้ว จำนวน 2 ราย ศึกษาเบื้องต้นเรื่องพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนพบว่า มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุ 14 และ 15 ปีกับเพื่อนและไม่มีการป้องกัน สาเหตุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเพราะเพื่อนชักชวน และเพราะสื่อวีดีโอกระตุ้นอารมณ์ เมื่อศึกษาปัญหาในเชิงลึกพบว่านักเรียนหญิงที่ถูกพิจารณาออกจากโรงเรียนเนื่องจากสาเหตุของการตั้งครรภ์ จำนวน 2 ราย โดยเด็กเปิดเผยว่ามีเพศสัมพันธ์เนื่องจากเพื่อนชายที่คบหาชักชวน ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนเป็นปัจจัยสนับสนุนให้เกิดปัญหาในทุกๆ ด้าน ทั้งต่อตัวนักเรียนที่ต้องถูกพิจารณาให้ออกจากโรงเรียนและสูญเสียอนาคตทางการศึกษา เมื่อสอบถามข้อมูลในแนวทางสอนเรื่องเพศศึกษาในโรงเรียน พบว่ามีการสอนเรื่องความรู้และแนวทางปฏิบัติในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในโรงเรียนตามหลักสูตร ซึ่งการสอนเน้นในเรื่องความรู้ เป็นส่วนใหญ่แต่จากการศึกษาพบว่า การจะป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนหญิงควรทำให้เด็กนักเรียนสามารถเผชิญต่อสิ่งเร้าต่างๆ เช่น การถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ รวมไปถึงการสร้างภูมิคุ้มกันให้เด็กนักเรียนหญิงสามารถผ่านพ้นสิ่งชั่วร้ายต่างๆ ไปได้โดยการสอนทักษะชีวิต (สุวรรณ เรื่องกาญจนเศรษฐ์, 2547:32) ผู้วิจัยจึงได้นำปัญหาไปศึกษาและคิดโปรแกรมการ

เสริมสร้างทักษะชีวิตในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้น โดย คาดว่า การป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ3 โดยโปรแกรมสุขศึกษา เพื่อสร้างเสริมให้นักเรียนหญิง มีความรู้เรื่องเพศศึกษา เสริมความภาคภูมิใจในตนเอง สร้างความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร และสร้างทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ จะมีผลให้นักเรียนหญิงมีพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ3 อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการสุขศึกษา เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ดังต่อไปนี้

1. ความรู้เรื่องเพศศึกษา
2. ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
3. ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียน
4. ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
5. พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

สมมติฐานการวิจัย

โปรแกรมการสอนสุขศึกษาโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ3 สามารถทำให้นักเรียนหญิงที่เข้าร่วมโปรแกรมเกิดความเปลี่ยนแปลงในเรื่องต่อไปนี้

1. ความรู้เรื่องเพศศึกษา
2. ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
3. ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
4. ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
5. พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ตัวแปรในการศึกษา

1. ตัวแปรอิสระได้แก่โปรแกรมการสอนสุขศึกษา
2. ตัวแปรตาม ได้แก่
 - 2.1 ความรู้เรื่องเพศศึกษา
 - 2.2 ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
 - 2.3 ความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
 - 2.4 ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
 - 2.5 พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

วิธีการศึกษาวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) กลุ่มตัวอย่างจำนวน 105 คน โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 55 คน เข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน จำนวน 4 ครั้ง และกลุ่มเปรียบเทียบ 50 คน ได้รับการเรียนปกติเก็บข้อมูลโดยแบบสอบถาม ก่อนและหลังการทดลอง รวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม (Pre-test-Post-test Two Group Design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็น นักเรียนหญิงที่กำลัง ศึกษาอยู่ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 ในโรงเรียนขยายโอกาส ของอำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ สังกัดเขตพื้นที่การศึกษา 2

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

การคัดเลือกได้จากกลุ่มแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) คัดเลือกนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 โรงเรียนบ้านหนองคาง ตำบลศิลาลอย อำเภอสามร้อยยอด เป็นกลุ่มทดลอง และนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 โรงเรียนบ้านหนองขาม ตำบลศาลาลย์ อำเภอสามร้อยยอดเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ โดยมีเกณฑ์การพิจารณาในด้านต่างๆที่คล้ายคลึงกันดังนี้ คือ

นักเรียนมีปัญหาเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โรงเรียนไม่มีการทำโครงการหรือการศึกษาวิจัย เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ระดับผลการเรียนของนักเรียนไม่แตกต่างกัน สภาพสังคม และสิ่งแวดล้อมใกล้เคียงกัน จำนวนนักเรียนต่ออัตราากำลังครูในโรงเรียนใกล้เคียงกัน รายได้และ อาชีพของผู้ปกครอง สภาพความเป็นชุมชนบทและลักษณะภูมิศาสตร์ที่ตั้งของโรงเรียนคล้ายคลึงกัน รวมถึงผู้บริหารและคณาจารย์ของโรงเรียนให้การสนับสนุนและยินดีเข้าร่วมโครงการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ

1.เครื่องมือที่ใช้ในการเสริมสร้างทักษะเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียน หญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3 ประกอบด้วยโปรแกรมสุขศึกษา ทั้งหมด 4 ครั้งประกอบด้วย สร้างความรู้เรื่องเพศศึกษาสร้างความตระหนักรู้ในตนเองในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัย อันควร เสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองและเสริมสร้างทักษะการปฏิเสธเพศสัมพันธ์ โดยสร้าง เสริมครั้ง ครั้งละ 90 นาที

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจาก แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่งเป็น 7 ส่วนประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไป แบบวัด ความรู้ เรื่องเพศศึกษา แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน แบบวัดความ ตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน แบบวัดด้านทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันการมี เพศสัมพันธ์ แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมี เพศสัมพันธ์

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิเคราะห์ทางสถิติ โดย กำหนดค่าความเชื่อมั่นทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ = 0.05 เป็นเกณฑ์ในการยอมรับสมมติฐาน สำหรับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ มีดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยภายในของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบระหว่างก่อนการทดลองและภายหลังการทดลอง ในประเด็นของความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยใช้สถิติ Paired samples t-test

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบก่อนการทดลองและภายหลังการทดลอง ในประเด็นของความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยใช้สถิติ Independent's t-test

ผลการวิจัยและการอภิปรายผล

1.1 คุณลักษณะทางประชากร มีความ คล้ายคลึงกันทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในด้าน อายุ อยู่ระหว่าง 12 - 15 ปี เฉลี่ยอายุ 13.49 และ 13.50 บิดาและมารดาของนักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างบิดาร้อยละ 67.3 และร้อยละ 62.0 มารดาร้อยละ 50.9 และร้อยละ 60.0 ตามลำดับสถานภาพความสัมพันธ์ของบิดาและมารดาทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่อยู่ด้วยกันคิดเป็นร้อยละ 54.5 และร้อยละ 60.0 นักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับทั้งบิดาและมารดาร้อยละ 54.5 และร้อยละ 58.0 ตามลำดับในด้านฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัว นักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่คิดว่าครอบครัวของตนมีฐานะปานกลาง ร้อยละ 96.4 และร้อยละ 78.0 ตามลำดับ รองลงมาในกลุ่มทดลองคิดว่าตนมีฐานะดีคิดเป็นร้อยละ 3.6 ส่วนรองลงมาในกลุ่มเปรียบเทียบคิดว่ามีฐานะยากจนร้อยละ 12.0 นักเรียนทั้งสองกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ได้รับรายได้ วันละ 10-20 บาทคิดเป็นร้อยละ 78.2 และ ร้อยละ 80.0 เฉลี่ยรายได้ต่อวันเท่ากับ 27.18 บาท และ 23.72 บาทตามลำดับ ซึ่งในรายได้ระดับนี้ต่อวันนักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่เห็นว่าเพียงพอต่อการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันร้อยละ 90.9 และร้อยละ 86.0 ตามลำดับ การใช้จ่ายเงินที่นอกเหนือจากด้านการเรียนและค่าอาหารของนักเรียนทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่นำไปซื้อของใช้ส่วนตัว ร้อยละ 89.1 และ 84.0 ส่วนบุคคลที่นักเรียนสามารถพูดคุย ขอคำปรึกษาเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจหรือความเครียด ในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่พูดคุยกับบิดามารดา ร้อยละ 52.7 รองลงมา พูดคุย ขอคำปรึกษาเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจกับเพื่อนสนิท ร้อยละ 38.2 แต่ในขณะเดียวกันนักเรียนในกลุ่ม

เปรียบเทียบส่วนใหญ่ ปรึกษาเพื่อนสนิท ร้อยละ 48.0 รองลงมาถึงจะขอคำปรึกษาเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจหรือความเครียดกับบิดามารดา ร้อยละ 46.0 กลุ่มที่นำมาศึกษาทั้งสองกลุ่ม เป็นไปตามเกณฑ์การพิจารณาในด้าน สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมใกล้เคียงกัน

1.2 พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีคู่อรัก (แฟน) ร้อยละ 40.0 ซึ่งต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบที่มีคู่อรัก(แฟน)แล้วร้อยละ 64.0 นักเรียนทั้งสองกลุ่มเคยเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ร้อยละ 61.8 และร้อยละ 78.0 ตามลำดับ สื่อที่นักเรียนกลุ่มทดลองเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ ได้แก่ หนังสือร้อยละ 61.8 และภาพยนตร์วีดีโอ ซีดี ร้อยละ 58.8 ส่วนในกลุ่มเปรียบเทียบสื่อที่นักเรียนเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์ ส่วนใหญ่ได้แก่ ภาพยนตร์วีดีโอ ซีดี ร้อยละ 60.0 หนังสือร้อยละ 36.0 และอินเทอร์เน็ต ร้อยละ 32.0 จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าเด็กอายุเพียงแค่ 12-15 ปีได้รับการสื่อสารอย่างอิสระ ภาพลามกอนาจารหรือภาพการมีเพศสัมพันธ์ซึ่งเป็นสิ่งกระตุ้นอารมณ์ทางเพศเผยแพร่ให้เห็นทั่วไป มาตรการควบคุมคุณภาพที่ยังมีข้อบกพร่อง การนำเสนอสื่อแพร่กระจายอย่างกว้างขวางสู่บุคคลทุกระดับของสังคม รวมไปถึงวัยรุ่นไม่เว้นแต่ในเขตชนบท จนเกิดอาการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และความคิดนำไปสู่พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้ ส่วนวิธีการระบายออกเมื่อนักเรียนมีอารมณ์และความรู้สึกทางเพศนักเรียนในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ร้องเพลงและฟังเพลง ร้อยละ 61.8 รองลงมาเล่นกีฬา ร้อยละ 41.8 ซึ่งพบวิธีการระบายออกในแบบแผนคล้ายๆกัน ในนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ กล่าวคือ ร้องเพลงและฟังเพลง ร้อยละ 68.0 เล่นกีฬาร้อยละ 58.0 อ่านหนังสือ ร้อยละ 42.0 ตามลำดับ นักเรียนในกลุ่มทดลองไม่มีการระบายออกเมื่อมีอารมณ์ทางเพศโดยการมีเพศสัมพันธ์ ในขณะที่มีนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบจำนวน 2 ราย (ร้อยละ 4.0) ระบายออกด้วยการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งสอดคล้องกับการที่กลุ่มเปรียบเทียบมีคู่อรักและแฟนถึงร้อยละ 64 ซึ่งการระบายออกโดยการมีเพศสัมพันธ์นี้ควรนำไปพิจารณาวางแผนหาแนวทางป้องกันแก้ไขซึ่งอาจนำไปสู่โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตไปใช้กับนักเรียนในกลุ่มเปรียบเทียบในโอกาสต่อไป การรับข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษาพบว่านักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ร้อยละ 61.8 และร้อยละ 62.0 ได้รับความรู้จากจากหนังสือเรียน รองลงมาจากโทรทัศน์ ร้อยละ 56.4 และร้อยละ 56.0 ซึ่งจะเห็นได้ว่าช่องทางการรับสื่อของนักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นหนังสือการพัฒนาสื่อรวมไปถึงข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษาจึงอาจพัฒนาตามช่องทางสื่อที่นักเรียนสนใจมากที่สุดต่อไป นอกจากนี้จากการศึกษาการเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 22.6 (12 ราย)และ ร้อยละ 32.0 (16 ราย)ตามลำดับ ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักเรียนต้องเผชิญกับปัญหาที่ถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์ นักเรียนทั้งสองกลุ่มที่ถูกชักชวน

ให้มีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ ถูกชักชวนจากคู่อริหรือแฟนร้อยละ 83.3(10 ราย) และ 56.3(9 ราย) ตามลำดับ ถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์จากเพื่อน ร้อยละ 16.7(2 ราย) และร้อยละ 43.7 (7 ราย)และยังพบอีกว่านักเรียนในกลุ่มทดลองเปิดเผยว่าเคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว กับกับคู่อริ 2 ราย (ร้อยละ 3.9) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบเปิดเผยว่าเคยมีเพศสัมพันธ์ 5 ราย (ร้อยละ 10.6) กับคู่อริ 3 ราย กับเพื่อน 1 ราย และญาติห่างๆ 1 ราย ซึ่งข้อมูลดังกล่าวแสดงถึงเด็กนักเรียนหญิงที่กำลังเรียนหนังสืออยู่ในชั้นเรียนเพียงแต่ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีอายุเฉลี่ยเพียง 13-14 ปี แต่กลับเคยมีประสบการณ์ทางเพศการศึกษาโดยใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงกลุ่มนี้จึงน่าจะมีส่วนช่วยให้พฤติกรรม การมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงกลุ่มนี้ดีขึ้นหากมีการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมในระยะยาว ต่อไปซึ่งการศึกษาสอดคล้องในเรื่องประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ของเพื่อนสนิทในกลุ่มทดลองพบว่าเพื่อนสนิทมีเพศสัมพันธ์แล้ว 1 ราย ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบตอบว่าเพื่อนสนิทมีเพศสัมพันธ์แล้วถึง 7 คน การศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของขวัญชนก ศิริวัฒนกาญจน์ (2541 : 116) ที่ศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมทำนาย การมีเพศสัมพันธ์ของเยาวชนหญิงโตว่าการมีเพื่อนสนิทที่เข้าร่วมเพศมีความสัมพันธ์กับการร่วมเพศของกลุ่มตัวอย่าง

2. ความรู้เรื่องเพศศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

2.1 ความรู้เรื่องเพศศึกษา หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 13.16 คะแนนส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.96 ซึ่งคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 4.65 คะแนน ในขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 8.90 คะแนนส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.96 ซึ่งคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.72 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 4.26 คะแนน ซึ่งพบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) และเนื่องจาก พบว่าก่อนดำเนินการโปรแกรมคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้น 4.65 คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.72 คะแนน โดยพบว่านักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 9 ซึ่งสอดคล้องกับ

วัตถุประสงค์และเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ในการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้รับการถ่ายทอดความรู้จากสื่อวีซีดี มีเนื้อหาข้อมูลที่มีความต่อเนื่องและมีรายละเอียดเกี่ยวกับเพศศึกษาและให้เอกสารเกี่ยวกับความรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อคอยกระตุ้นเตือนเมื่อกลุ่มทดลองต้องการทบทวนความรู้เพิ่มเติมจากการสอนในโปรแกรม จากการสังเกตกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ให้ความสนใจในการรับทราบข้อมูลเรื่องเพศศึกษาและชมวีซีดีเป็นอย่างดี ซึ่งเมื่อจบกิจกรรมแต่ละครั้งกลุ่มทดลองสามารถตอบคำถามได้และผู้วิจัยก็จะสรุปความเข้าใจทบทวนความรู้อีกครั้งเพื่อความเข้าใจ ที่ตรงกันและถูกต้องตรงตามประเด็นตามต้องการอีกทั้งมีการทบทวนซ้ำเมื่อมีกิจกรรมครั้งต่อไป เป็นผลให้กลุ่มทดลองมีความรู้เพิ่มมากขึ้น

2.2 ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 53.47 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 50.70 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 2.77 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.043$) อย่างไรก็ตามเนื่องจาก พบว่าก่อนดำเนินการ โปรแกรมคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่าคะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองลดลง 1.20 คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยลดลง 0.02 คะแนน ซึ่งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p=0.307$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 14 ซึ่งไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ในการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงในเรื่อง ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน กระบวนการสร้างเสริมความภาคภูมิใจในเวลาจำกัดทำให้เด็กนักเรียนในกลุ่มตัวอย่างบางคนที่มีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม เช่น ผู้ที่มีประสบการณ์การเคยมีเพศสัมพันธ์ขาดความมั่นใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน การเสริมสร้างความภาคภูมิใจ รวมถึงการประเมินความภาคภูมิใจในด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์จำเป็นต้องใช้เวลาให้มากขึ้น ใช้เครื่องมือในการประเมินความภาคภูมิใจที่ออกแบบสังเกตพฤติกรรมให้เฉพาะมากขึ้น

2.3 ความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 47.87 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 46.06 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย

ทั้งสองกลุ่ม พบว่าคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 1.81 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอย่างไรก็ตามจะเห็นได้ว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีค่าเฉลี่ยความตระหนักรู้ต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม ไม่แตกต่างกัน ดังรายละเอียดในตาราง 18 ซึ่งไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ในการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยการประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงได้รับการสร้างความตระหนักโดยยกตัวอย่างเหตุการณ์จริงตามข่าวในหนังสือพิมพ์ที่มีผลเสียต่อการกระทบทุกด้านอย่างรุนแรงและให้แบ่งกลุ่มช่วยกันอภิปรายและสมมติว่าตนเองเป็นบุคคลที่อยู่ในเหตุการณ์นั้นตนเองจะได้รับผลกระทบอย่างไร จากการสังเกตกลุ่มให้ความสนใจและมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อเหตุการณ์นั้นๆ อย่างตั้งใจและช่วยกันแสดงความคิดเห็นเพื่อเพิ่มความตระหนักของตนเองเป็นอย่างดี การไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านความตระหนักของกลุ่มทดลองอาจเนื่องจากการใช้วาระระยะสั้นทำให้กลุ่มทดลองยังไม่มีความคิดเปลี่ยนแปลง การสร้างความตระหนักโดยใช้สถานการณ์จากข่าวในหนังสือพิมพ์ซึ่งเป็นเหตุการณ์ใกล้ตัวนักเรียนและประกอบกับสังคม ที่เผยแพร่ข่าวสารความรุนแรงของวัยรุ่นเป็นเรื่องปกติ ไม่ก่อให้เกิดความตระหนักของสังคม วัฒนธรรมตะวันตกเข้ามาโดยไม่รู้ตัวความตระหนักในเรื่องการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนจึงเห็นเป็นเรื่องปกติธรรมดา ส่งผลให้ การใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะในด้านความตระหนักในครั้งนี้ไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มทดลอง

2.4 ทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 15.76 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 11.66 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 4.1 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ดังรายละเอียดใน ตาราง 23 ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 การเปลี่ยนแปลง เนื่องจากกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิต เรื่องของการต่อรองและปฏิเสธร่วมกับการใช้กลวิธีของกระบวนการกลุ่มโดยใช้หลักการและขั้นตอนการปฏิเสธ และหาทางออก ให้แบ่งกลุ่มและคิดสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ และให้ฝึกทักษะการปฏิเสธโดยแสดงบทบาทสมมติมีการเสนอแนะแนวทาง ผู้วิจัยช่วยแนะนำเพิ่มเติมข้อบกพร่องต่างๆ ให้แต่ละกลุ่ม ซึ่งทำให้นักเรียนได้มีโอกาสวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนและของผู้อื่น ได้อย่างลึกซึ้งช่วยให้เข้าใจในบทบาทและแง่มุมที่แตกต่างไปจากตน อีกทั้งยังเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ฝึกฝนและสร้างความมั่นใจในการที่จะนำหลักการไปใช้ในสถานการณ์จริงและถ้ามีโอกาสต้องส่งเสริมให้นักเรียนฝึกฝนบ่อยๆจนกลายเป็นนิสัย การ

สร้างเสริมทักษะการปฏิสนธิส่งผลให้หลังการเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองมีทักษะการปฏิสนธิสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

หลังเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเท่ากับ 23.33 คะแนน กลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 18.96 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทั้งสองกลุ่ม พบว่าค่าเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 4.37 คะแนน ซึ่งพบว่าสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) อย่างไรก็ตาม เนื่องจาก พบว่าก่อนดำเนินการ โปรแกรมคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงได้ดำเนินการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลต่างคะแนนก่อนและหลังโปรแกรม ($\bar{d}$) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้น 1.05 คะแนน ขณะที่กลุ่มเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 1.76 คะแนน ซึ่งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.570$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 27 ซึ่งไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของกลุ่มทดลองที่เกิดขึ้น เนื่องจากสาเหตุหลัก 2 ส่วน ได้แก่ การมีนโยบายมุ่งสู่โรงเรียนสีขาว ซึ่งมีเป้าหมายสำคัญส่วนหนึ่งคือ เพื่อสร้างให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสม ซึ่งเป็นเป้าหมายของผู้บริหารนำไปสู่การควบคุมพฤติกรรมของเด็กนักเรียนมากขึ้นรวมถึงด้านพฤติกรรมทางเพศอาจมีผลให้ระดับค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียน ที่สูงตั้งแต่เริ่มต้นและ คงอยู่จนผู้วิจัยสิ้นสุดโครงการ และส่วนที่สองจากการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนมีส่วนช่วยสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมซึ่งการดำเนินการตามโปรแกรมมีการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เหมาะสมใช้กระบวนการกลุ่มให้นักเรียนมีส่วนร่วมและฝึกปฏิบัติ หลังเข้าโปรแกรมนักเรียนในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ดีขึ้น และเป็นทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันซึ่งจะส่งผลต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากงานวิจัยเพื่อการปฏิบัติ

1.1 โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้ แม้ว่าผลการศึกษาจะไม่เป็นไปตามสมมติฐานทั้งหมดของการวิจัย แต่ก็พบว่ามีประสิทธิภาพสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงดีขึ้นในด้านความรู้เรื่องเพศศึกษา และทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งทั้ง 2 ประเด็นนี้เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้นักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นมีภูมิคุ้มกัน และสามารถหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้ ดังนั้น จึงควรนำโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้กับนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นในระบบโรงเรียนตามความเหมาะสมต่อไป

1.2 สำหรับการประยุกต์ใช้โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นนี้ ผู้วิจัยได้ประมวลข้อพึงปฏิบัติและข้อควรระวังไว้ ดังนี้

1.2.1 หัวใจสำคัญของการดำเนินการโปรแกรม คืออาจารย์ประจำชั้นหรืออาจารย์ที่สอนวิชาเพศศึกษาซึ่งเป็นผู้ประยุกต์ใช้โปรแกรม มีความจำเป็นต้องคลุกคลีเด็กนักเรียนด้วยความรักและจริงใจเพื่อสร้างความไว้วางใจให้เกิดขึ้น จึงจะสามารถเสริมสร้างทักษะในแต่ละด้านให้เกิดขึ้นในเด็กนักเรียนตามแนวทางของโปรแกรมได้ประสบความสำเร็จ ทั้งนี้เพราะเรื่องเพศเป็นเรื่องละเอียดอ่อน

1.2.2 ควรมีการประยุกต์วิธีการสอนและแทรกกิจกรรมให้เหมาะสมกับวิถีชีวิตประจำวันของนักเรียนให้มากขึ้น เช่น การแทรกในบทเรียนประจำในชั้นเรียน ใช้เวลาการจัดกิจกรรมประมาณ 2 คาบเรียน ต่อเนื่องทุกวัน และมีการเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมในระยะยาว ทั้งนี้เพราะการจัดกิจกรรมในเวลาอันจำกัด เป็นอุปสรรคอย่างมากต่อการบรรลุเป้าหมายของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ของนักเรียนหญิง

1.2.3 การวัดผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนจากการเข้าร่วมโปรแกรม จำเป็นต้องอาศัยการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมที่แท้จริงของนักเรียน แทนการประเมินจากพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างผิวเผินขณะจัดกิจกรรม ดังนั้น จึงควรสร้างแบบสังเกตการเฝ้าระวังพฤติกรรม และแบบบันทึกพฤติกรรมประจำวันของนักเรียน เพื่อนำมาใช้ประกอบควบคู่กัน

1.2.4 การนำเอากระบวนการกลุ่มมาใช้ เช่น การระดมสมองโดยนำความคิดของตนเองเข้าสู่กลุ่มและการเข้าทำกิจกรรมกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ต้องใช้เวลาค่อนข้างนานมาก โดยเฉพาะการทำกิจกรรมกลุ่มควรมีการละลายพฤติกรรม และให้เวลาในการทำกิจกรรมให้มากขึ้น จึงจะทำให้นักเรียนสามารถแสดงออกด้านความคิดได้ชัดเจนและเป็นธรรมชาติ

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้นในครั้งต่อไป ควรคำนึงถึงประเด็นต่างๆ ดังนี้

2.1 ควรนำทฤษฎีการกำกับตนเอง (Self – Regulation Theory) มาประยุกต์ร่วมด้วยในโปรแกรม ทั้งนี้เพื่อให้ นักเรียนหญิงมีการตั้งเป้าหมายและกำกับพฤติกรรมของตนเอง

2.2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลสำคัญต่อนักเรียน ได้แก่ ความเข้มงวด กฎระเบียบและแบบแผนการศึกษาของโรงเรียนต่อการแสดงออกของพฤติกรรมทางเพศ รวมถึงสภาพสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และสภาพบ้านพักอาศัยที่เป็นปัจจัยเอื้อต่อการมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

2.3 ควรเสริมสร้างให้ครอบครัวหรืออาสาสมัครชุมชน เข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรม เนื่องจาก นักเรียนกลุ่มเป้าหมายอยู่ในเขตชนบท วิถีในชีวิตประจำวันของนักเรียนหญิงส่วนใหญ่ ยังคงอยู่ในสายตาของคนในครอบครัว และมีเพื่อนบ้านที่สามารถพูดคุยและคอยเฝ้าระวังพฤติกรรมได้ ซึ่งจะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

2.4 ควรมีการนำตัวแบบที่เป็นบุคคลตัวอย่าง เช่น คาราหรือวัยรุ่นในชุมชนที่สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีในชุมชน เพื่อสร้างกระแสให้เด็กนักเรียนปฏิบัติตามในเรื่องพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ที่ถูกต้องเหมาะสม

2.5 การสร้างเสริมทักษะในด้านความภาคภูมิใจและความตระหนัก เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นเรื่องยาก ควรใช้กระบวนการจัดกิจกรรมและการสร้างเสริมอย่างเป็นระบบ เน้นความต่อเนื่อง และกิจกรรมที่จะนำมาใช้ในโปรแกรมควรมีการทดลองใช้ก่อน

2.6 ควรมีการติดตามผลการศึกษาภายหลังเสร็จสิ้นการดำเนินการโปรแกรม เพื่อศึกษาความต่อเนื่องและการนำไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน เพื่อเป็นการแสดงให้เห็นประสิทธิภาพของโปรแกรมในการแก้ไขปัญหาได้อย่างแท้จริง

2.7 มีความจำเป็นต้องพัฒนาเครื่องมือ เพื่อใช้ในการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของนักเรียนที่เกิดจากการเข้าร่วมโปรแกรมได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เช่น แบบสังเกตการเฝ้าระวังพฤติกรรม และแบบบันทึกพฤติกรรมประจำวันของนักเรียน เป็นต้น



LIFE SKILLS PROMOTING PROGRAM TO PREVENT SEXUAL BEHAVIOR AMONG
FEMALE JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN PRAJUABKIRIKAN PROVINCE

NEDSINE PUNYACHUN 4736287 PHPH/M

M.Sc.(PUBLIC HEALTH) MAJOR IN HEALTH EDUCATION AND BEHAVIORAL SCIENCES

THESIS ADVISORY COMMITTEE : THARADOL KENGGANPANICH, M.A., SUPREYA
TANSAKUL, Ph.D., SUPRON APINANTAVECH, M.D.

EXTENDED SUMMARY

BACKGROUND AND SIGNIFICANCE

Data about sexual behavior of Thai adolescents at present showed that : the average age of having first sexual intercourse was 13 years ; 16.08 percent of secondary school and university students have ever had sexual relations ; 20 percent of mothers who delivered their babies at a hospital aged below 20 years ; the minimal age of these adolescents was 12 years, and the number of adolescents who came to a hospital with hemorrhage and infection due to abortion has been increasing (Population and Social Research Institute, Mahidol University, 2006 : 70-71). It was also found that the number of adolescents who have had pre-marital sexual relations is increasing and those sexual relations were started at the early age with their boy/girl friends, lovers, or friends both in the same and other educational institutions. Besides, it was found that after the first sexual relations, the other ones will be followed easily and delay of gratification will be less (Wunwimol Surinsakdi, 2003 : Abstract). The present society has been changed rapidly including the increasing of various media that aroused sexual desire severely. Various media usually emphasize on sexual needs and responses rather than academic. A lot of pornography has been disseminated in the forms of printed

matters, radio, television, and internet, as well as the lack of quality control measures. The presentation of pornography has been spreaded widely which led to premature sexual relations easily. The outcomes of having sexual relations of adolescents especially female adolescents who have to face a lot of suffer due to sexual relations at the unproper ages. This situation caused female adolescents put up with threatened problems and there life plans accordingly with their normal ages or their life goals have to be changed, for example, the girls have to drop-out due to their pregnancies (Suwachai Intaraprasert, 2004 : 128), or to hide themselves from the society due to the stigma of having abortion. Incase that their partners did not accept the pregnancy or their guardians were not responsible for the situation mothers may leave their babies which will lead to many social problems. Besides, this situation will affect families, schools, and societies that have to take the burdens from these adolescents who had normal physical growth and development but with the lack of social responsibility. Other problems were including various health problems, for example, sexual-transmitted diseases, HIV/AIDS, etc. which affected public health problems, and the wastage of quality population (Population and Social Research Institute, Mahidol University, 2006 : 14). These suffers of adolescents will not occur if the problems can be solved by looking seriously for causes and measures to prevent premarital sex relations among female adolescents in educational institutes.

The general picture of Prajuabkirikum Province in regard to the information of the Regional Education Office, Prajuabkirikan Provice, Region 2, released on the 10th of June, 2006, showed that there were 475 students who have to drop-out from schools in the academic year of 2006 and 59 cases (12.4%) were due to marriage. In Sarmroyod District, Prajuabkirikan Province, there were 2 cases of students who had problem about marriage. According to the preliminary study regarding having sex relations among school students it was found that the reasons for having their first sex relations were ‘persuasion of friends’ and ‘video tape that excited sexually’. The data from the in-depth study showed that there were 2 female adolescents who had to drop-out from school due to pregnancy whereby the girls indicated that they had sex relations because their boy friends persuaded them. The problem of having

sex relations is the important factor that supported the onset of various problems both for those girls who had to drop-out and their educational future has been destroyed. In regard to teaching sex education in school, it was found that the teaching of sex education knowledge and guidelines for preventing sex relations had been carried on in schools accordingly with the curriculum whereas the teaching was emphasized on knowledge. However, the review of literature showed that in order to prevent having sex relations among female students effectively the female students should learn how to face with various stimuli, for example, being persuaded to have sex relations, etc. including helping female students gain immunity to cope with various arousal situations by teaching life skills (Suwanna Reongkarnjanases, 2004 : 32). Therefore, this problem has been studied and analyzed seriously by the researcher and the life skills promoting program to prevent sexual relations for female grades 8 and 9 students with the expectations that the health education program developed can help female students gain knowledge about sex education, develop self-esteem, develop awareness of the negative effects of premarital sex relations, and gain resistance skills of having sex relations, and finally will lead to help female students perform appropriate behavior to prevent undesirable sex relations during school age.

RESEARCH OBJECTIVES

To study the behavioral changes of female grades 8 and 9 students in Prajuabkirikan Province, after participating in the health education program to prevent sexual behavior and follows :

1. Knowledge about sex education;
2. Self-esteem to prevent sexual behavior during school age;
3. Awareness of negative effects of having sexual behavior during school age;
4. Skills to resist sexual behavior, and
5. Actions to prevent sexual behavior during school age.

RESEARCH HYPOTHESES

Health education program applying concept of life skills development to prevent sex relations among female grades 7-8 students was effective in helping female students who participated in the program to change the following aspects :

1. Knowledge about sex education;
2. Self-esteem to prevent sexual behavior during school age;
3. Awareness of negative effects of having sexual behavior during school age;
4. Skills to resist sexual behavior, and
5. Actions to prevent sexual behavior during school age.

RESEARCH VARIABLES

1. Independent Variable : Health education program

2. Dependent Variables :

- 2.1 Knowledge about sex education,
- 2.2 Self-esteem to prevent sexual behavior during school age
- 2.3 Awareness of negative effects of having sexual behavior during school age;
- 2.4 Skills to resist sexual behavior, and
- 2.5 Actions to prevent sexual behavior during school age.

RESEARCH METHODOLOGY

This study was a quasi-experimental research. The sample composed of 105 female grades 7-8 students, 55 students in the experimental group and 50 in the comparison group. The experimental group had participated in the life skills promotion program to prevent sexual behavior among female students for 4 times

while the comparison group received the normal lessons. The data collection was done by using questionnaire before and after the experimentation in both the experimental and the comparison groups (Pretest-Posttest-Two Group Design).

Population and Samples

The population of this study were the female students enrolling in grades 7 and 8, the first semester of the academic year of 2005 in the Expanded Opportunity School of Samroi-yod District, Prajua-bkirikun Province, under the administration of the Regional Education 2.

Sampling Method

Purposive sampling method was used to select the female students grades 7 and 8 of Bannongkarng School, Silaloi Subdistrict, Samroi-yod District. This selected group was put into the experimental group. The samples selected from Nongkharm School, Silalai Subdistrict, Samroi-yod District, were put into the comparison group. The following inclusion criteria were employs for selecting the sample : those female students who had sex relations-related problem, the schools that never implemented any program or research for preventing sex relations for school students, those students who got similar education achievements as well as similar socio-environmental characteristics, the similar proportion of students and teachers, the similar levels of income and occupation of students' guardians, the similar urban and geographical conditions of the school location, and the school administrators and teachers were willing to support and to participate in the program.

Research Instruments

The instruments used in this study was divided into 2 parts :

- 1. The instrument used for developing skills** to prevent sex relations of female secondary students was composed of a health promotion program, with 4 sessions of the following topics : enhancement of knowledge about sex

education, development of awareness of negative effects of sexual behavior during school age, and promotion of self-esteem and skills to resist sexual behavior. Each session was last for 90 minutes.

2. The instrument used for collecting data. The instrument used was a set of a set of questionnaire developed by the researcher based on the concepts, theories and researches reviewed. The questionnaire was divided into 7 parts to assess : general data ; knowledge about sex education; self-esteem on preventing sexual behavior during school age; awareness of negative effects of having sexual behavior during school age; skills to resist sexual behavior; and actions to prevent sexual behavior and sex-related behavior.

Data Analysis and the Statistics Used

The programmed computer was used to analyze data and the statistical confidential level was set at 95 percent ($p < 0.05$) as the criteria for the accepted hypothesis. The statistics used were :

1. The general data were analyzed by using frequency, percentage, arithmetic mean, and standard deviation.
2. The difference comparison of mean scores within the experimental and the comparison groups, between before and after the experimentation, was made by computing Paired sample t-test, in regard to the following variables : knowledge about sex education ; self-esteem on preventing sexual behavior during school age; awareness of negative effects of having sexual behavior during school age; skills to resist sexual behavior ; and actions to prevent sexual behavior during school age.
3. The difference comparison of mean scores between the experimental and the comparison groups, before and after the experimentation, was made by computing Independent's t-test, in regard to the following variables; knowledge about sex education; self-esteem on preventing sexual behavior during school age; awareness of negative effects of having sexual behavior during school

age; skills to resist sexual behavior and behavior to prevent sexual behavior during school age.

RESEARCH RESULTS AND DISCUSSION

1.1 Demographic Characteristics. The similar characteristics were found among both experimental and comparison groups in regard to : age was between 12-15 years with the average age of 13.49 and 13.50 years for the experimental group and the comparison group respectively; most of the parents of both groups earned their living as laborers (for fathers, 67.3% and 62.0% and for mothers, 50.9% and 60.0% respectively); most of the samples' parents stayed together (54.5% and 60.0%); the highest percentage of the samples stayed with their parents (54.5%) and 58.0%) ; most of the samples thought that the economic status of their families was at the 'moderate' level (96.4% and 78.0%) while 3.6 percent of the experimental group thought that their families' economic status was good and 12.0 percent of the comparison group thought that their families' economic status was poor ; most of the samples received daily money of 10-20 Bahts (78.2% and 80.0%), with the average of 27.18 Bahts and 23.72 Bahts respectively, most of the samples thought that the money received was adequate (90.9% and 86.0%), and besides the expense for study and food they also used their money for their personal expense (89.1% and 84.0%); in regard to the person(s) whom the samples can talk to and ask for suggestions, most of the experimental group indicated their parents (52.7%) while 38.2 percent indicated their close-friends, for the comparison group, 48.0 percent indicated their close-friends and 46.0 percent indicated their parents. Besides, both groups were found to have similar socio-environmental characteristics in accordance with the inclusion criteria.

1.2 Behaviors Related to Sexual Behavior. It was found that : 40.0 percent of the experimental group had their boy friends comparing to 64.0 percent of the comparison group; both sample groups had ever seen pictures about sex relations

(61.8% and 78.0 percent respectively) ; the pornography that the experimental group have seen were in the forms of magazines/books (61.8%) and movies /VDO/CD (58.8%) ; among the comparison group, the pornography that they have seen were in the forms of movies/VDO/CD (60.0%), magazines /books (36.0%) and internet (32.0%). From these findings, it was evidenced that the children aged 12-15 years have received information freely including pornography or pictures of sex relations whereas these media excited children sexually. The measures for quality control of these pornography were still ineffective so the dissemination of pornography has been spreaded widely to every group of the society including adolescents, in all areas, urban and rural. This situation affected the change of attitude and opinions that lead to sexual behavior prior to appropriate time. In regard to the techniques used for relasing their sexual emotion and feelings. 61.8 percent of the experimentation group indicated the technique of singing a song and listening to music (61.8%) while 41.8 percent indicated sports, comparing to 58.0 percent, 68.0 percent and 42.0 percent indicated 'singing a song and listening to music', 'sports' and 'reading a book' respectively. There was no student in the experimental group who indicated that 'having sexual behavior' as to release their sexual emotion while 2 students in the comparison group indicated that they ever had sexual behavior (4.0%), which was congruent with the finding that 64.0 percent of the comparison group had boy friends. This releasing technique by having sexual behavior should be brought to plan the program for solving this problem which may be in the form of life skills development program for the comparison group in the future. In regard to receiving sex education information, it was found that the highest percentage of the experimental and the comparison groups, 61.8% and 62.0 percent respectively, mentioned text books while 56.4 percent and 56.0 percent mentioned television. It can be concluded that books are the information channel that most of the experimental group, thus, the development of media and information regarding sex education may be made through the channel that most of the student are interested in. Regarding persuasion to have sexual behavior, it was found that 22.6 percent (12 cases) of the experimental group and 32.0 percent (16 cases) of the comparison group have ever been persuaded to have sexual behavior which was evidenced students have to face with the problem of being persuaded to have sex relations. Among this group of students who have been persuaded to have

sexual behavior, 83.3 percent (10 cases) of the experimental group and 56.3 percent (9 cases) of the comparison group mentioned that they have been persuaded by their boy friends (lovers) while 16.7 percent (2 cases) and 43.7 percent (7 cases) respectively have been persuaded by their friends. Besides, 2 cases (3.9%) of the experimental group had ever had sexual behavior with their boy friends and 5 cases (10.6%) of the comparison group mentioned that they have ever had sexual behavior whereas 3 of them mentioned their lovers and 2 of them mentioned friend and relative as their partners. These data showed that even though these female students aged only 13-14 years but they have ever had sexual behavior experiences. Therefore, this life skills promotion program to prevent sexual behavior among female school students should be helpful in solving this problem if the long-term behavioral surveillance will also be implemented. In regard to having sexual behavior of the samples' close-friends, the students of the experimental group mentioned that one of their close-friend ever had sexual behavior while the comparison group mentioned that 7 of their close friends ever had. This finding was similar to the study of Khuanchanog Siriwatanakarn (1998 : 116) who studied the factors that could predict sex relations behaviors of single adolescent females which was found that there was a relationship between having close friends who ever had sexual behavior and ever having sexual behavior of the sampled group.

2. Knowledge About Sex Education, Self-Esteem on Preventing Sexual Behavior During School Age, Awareness of Negative Effects of having Sexual Behavior During School Age, and Skills to Resist Sexual Behavior

2.1 Knowledge About Sex Education. After participating in the program, it was found that the knowledge mean score of the experimental group was 13.6 with the standard deviation of 1.96, where as the mean score was increased 4.65. in the comparison group, the posttest mean score was found to be 8.90 with the standard deviation of 2.96, whereas the mean score was decreased 0.72 from the pretest mean score. The knowledge mean score of the experimental group was significantly higher than knowledge mean score of the comparison group ($p < 0.001$), whereas the different mean score was 4.26. due to the significant difference of the

pretest sex education knowledge mean scores was found between the experimental and the comparison group, the comparison of the different mean scores between before and after the program ($\bar{d}$) was carried on and it was found that the knowledge mean score of the experimental group was increased 4.65 while the mean score of the comparison group was decreased 0.72. The increased mean score of the experimental group was found to be significantly higher than the comparison group ($p < 0.001$). As shown in Table 9. This finding was congruent with the research objectives and supported Hypothesis 1. In organizing the life skills promotion program for preventing sex relations among female students the dissemination of knowledge was done through VCD and the contents regarding sex education had been presented continuously including distribution of printed materials about sex education whereby the experimental group can review the contents. Through the researcher's observation, it was found that most of the experimental group were very interested in getting the information about sex education as well as viewing the VCD. After each activity it was found that most of experimental group could answer the questions made by the researcher. The researcher also made the conclusions of the contents for the clear and correct understanding, besides, before starting new session the review of the past session was made by the researcher. These activities help the experimental group gained more knowledge.

2.2 Self-esteem on preventing sexual behavior during school age.

It was found that after the experimentation the self-esteem mean score of the experimental group was 53.47 comparing to the mean score of the comparison group of 50.70. The mean score of the experimental group was significantly higher than of the comparison group ($p = 0.043$). However, because before the experimentation the significant difference of the mean score between both groups was found, the comparison of the difference of the mean scores of before and after the experimentation ($\bar{d}$) between the experimentation and the comparison groups was made, it was found that the mean score of self-esteem of the experimental group was decreased 1.20 while the mean score of the comparison was decreased 0.02 and there was no significant difference between the decreased scores ($p = 0.307$), as shown in Table 14. This finding was not congruent with the research objectives and did not

support Hypothesis 2. In organizing the life skills promotion program to prevent sexual behavior by applying the concept of life skills development, the self-esteem development process has been organized within a limited time which made the participants who ever had improper sexual behavior, for example, have had sex relations experiences, etc. did not gain self-confidence about preventing sexual behavior during school age. Developing self-esteem including assessing self-esteem for preventing sexual behavior need more time and the effective instrument to assess self-esteem through observation.

2.3 Awareness on Negative Effects of Sexual Behavior During School Age. After participating in the program, the awareness mean score of the sampled students in the experimental group was found to be 47.87 comparing with 46.06 of the comparison group. The mean score of the experimental group was higher than of the comparison group 1.81 point which was not statistically significant. However, no difference was found between the awareness mean score of both group before and after the program. See Table 18. This finding did not support either the research objective or Hypothesis 3. The activities used in the life skills development project to prevent sexual behavior of female school students by applying the concept of life skills development were the presentation of the samples of the news from daily newspapers in regard to the various negative effects and the students were divided in to groups to discuss the situations presented including the impacts of those situations as it the students were the persons in those situations. From the researcher's observations, the students seemed to be very interested in the activities and expressed their opinions attentively. The non-change of the sampled students' awareness among the experimental group may be due to many factors as the short period of time used; the situations printed in the newspapers may be thought by the students that those situations will not occur with them ; many violent situations occurred with adolescents have been distributed through media oftenly which led to no awareness of the society about the program; and western culture has been spreading to Thainland. Thus, unconsciously, the awareness of the necessity to prevent sexual behavior among school students has not occurred in society. Therefore, the life skills development

program implemented was not found to be effective in creating awareness among the experimental group.

2.4 Skills to Resist Sexual Behavior. After the experimentation, the mean score of skills to resist sexual behavior of the experimental group was found to be 15.76 comparing to 11.66 of the comparison group. The mean score of the experimental group was significantly higher than of the comparison group ($p < 0.01$), with the different score of 4.1. See Table 23. This finding supported the research objective and Hypothesis 4. This change found should be due to the participation in the life skills development program of the experimental group in the activity on 'negotiation and resistance' along with the use of group process by using the principles and steps of resistance as well as looking for the appropriate actions to solve the problem. The sampled students were worked together as groups and thought about the various situations that may lead to sexual behavior. The practice session on skills to resist sexual behavior was organized through role-playing. Presentations of suggested actions were made by the groups and additional recommendations were made by the researcher. These activities helped the sampled students analyzed their own feelings and behaviors as well as others' seriously which made them understand their various aspects of their roles which were different from others. The sampled students could also have a chance to practice and to develop their self-confidence for putting the principles into practice in the real situation. And if there in a chance students should be promoted to drill oftenly until habits were formed. These skills promotion activities affected on the significant higher resistance skills among the experimental group than before the program and than the comparison group.

4. Actions to Resist Sexual Behavior During School Age

After the program, the mean score of actions to resist sexual behavior during school age among the experimental group was found to be 23.33 comparing to the mean score 18.96 of the comparison group. The mean score of the experimental group was significantly higher than of the comparison group ($p < 0.001$), with the different score of 4.37. However, since it was found that before the experimentation, significant difference between the mean score of the actions to resist sex relations of

the experimental and the comparison group was found, so the comparison of the different mean scores before and after the program ($\bar{d}$) between the experimental and the comparison group was made. It was found that the increased mean score of the experimental group was 1.05 comparing to 1.76 of the comparison group and no significant difference was found between these increased mean scores ($p=0.570$). See Table 27. This finding disagreed with the research objective and Hypothesis 5. The change of actions to resist sexual behavior of the experimental group found should be due to 2 main factors. One factor was the establishment of the school policy on “Drug-Free School” (Rongriansrikhao) whereas one of this project’s important objectives was to develop appropriate behaviors among school students including sex related behavior. The school administrators have tried to control students’ behaviors. This policy may affect on the increased actions mean score to resist sexual behavior of the experimental group since the beginning of the program until the end of the program. Another influential factor was the program activities implemented which were composed of appropriate learning experiences though the use of group process whereas the students have participated and practiced the resistance behaviors. These factors affected the better actions to prevent sexual behavior which are the necessary skills for living as well as preventing sexual behavior during school age.

RECOMMENDATIONS

1. Recommendation Derived from the Research Results

1.1 Even though the results of the life skills promoting program to prevent sexual behavior among female junior high school students developed by the researcher did not support all the hypotheses set but the program was effective in making the better changes in regard to knowledge about sex education and skills to resist sexual behavior. These two changes found are important to enhance female junior high school students’ immunity and enable them to avoid sexual behavior during school age. Therefore, this program should be applied with other groups of female junior high school students.

1.2 In applying this life skills promoting program to prevent sexual behavior among female junior high school students, the following practices and cautions are recommended :

1.2.1 The key person who can implement this program accomplishedly is classroom teacher or sex education teacher who has to work with students with love and sincerity in order to create mutual trust which will lead to the development of each aspect of skills in accordance with the program plan since sex-related aspect is very sensitive.

1.2.2 The teaching activities should be applied and integrated appropriately with the lifestyles of students, for example, integrating in the normal teaching lessons, organizing the activities for 2 sessions everyday, and initiating a long-term behavioral surveillance program, etc. Because, organizing activities within a short-period of time is the important obstacle of reaching the goal of changing undesirable sex-related behaviors among female students.

1.2.3 The assessment of students' behavioral changes after participating in the program needs to be done by observing the actual behaviors instead of observing students' behaviors during implementing the activities. Thus, the behavior – observing – form and student's daily behavior recording form should be developed.

1.2.4 In implementing the group process, for example, brainstorming, where as group member brought their own opinions to the group, is the process that needs a long period of time especially organizing group activities, which should be composed of ice-breaking activity as well as additional time in order to enable students express their opinions clearly and naturally.

2. Recommendations for Furthering Researches

In developing a life skills promoting program to prevent sexual behavior among female junior high school students in the future, the following aspects should be considered:

2.1 Self-regulation theory should be applied to develop the program in order to have students set their own goals and regulate their own behavior.

2.2 Factors that are mostly influential students' behaviors are strictness, regulations / disciplines, and the schools' educational plan toward the expression of sexual behavior including establishment of environment of a family and housing conditions that are conducive to sexual behavior, etc.

2.3 Family and community volunteers should be promoted to participate in the activities. The target students reside in the rural areas and daily lifestyles of female students are being watched by family members including there are neighbors whom students can talk to and they also keep their eyes on students' sexual behavior. These people will help students change their behaviors to prevent sexual behavior more appropriately.

2.4 A life – role- models, for example, stars, etc. some adolescents in the community who can be good role models, should be used in order to create popularity so that students can follow the appropriate sexual behavior.

2.5 In promoting skills regarding self-esteem and awareness in order to change people's behavior is difficult, thus, the processes of organizing activities and of promoting should be done systematically with the emphasis on continuation and the program activities should be protested before implementation.

2.6 The follow-up program should be done after completion of the program in order to assess the continuation and the actual practices in students' daily living whereas the effectiveness of the program for solving the problem will be evidenced.

2.7 It is necessary to develop the appropriate instruments to assess the desirable behavioral change of students who participated in the program, for example, surveillance behavior recording from, students' daily behavior recording from, etc.

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.(2540).คู่มือการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับเด็ก. (พิมพ์ครั้งที่ 3).กรุงเทพมหานคร.โรงพิมพ์ ร.ส.พ.
- กองสุศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.(2542).แนวคิด ทฤษฎี และการนำไปใช้ในการดำเนินงานสุศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. กองสุศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข: กระทรวงสาธารณสุข
- กาญจนา ตั้งนาราชกิจ, สุพร ตรีพงษ์กรูณา, นลินี จงวิริยะพันธ์,พงษ์ศักดิ์ ไคว่สฤติย์,สุรางค์ เจียมจรรยา. (2546). กุมารเวชศาสตร์:แนวปฏิบัติ. ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กาญจนา ปญฺิฑธ .(2541).คำนิยามเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศและอำนาจแห่งตนในการควบคุมทางสุภาพที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดนครศรีธรรมราช.วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต.สังคมศาสตร์ (สังคมศาสตร์การแพทย์),บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กลุ่มงานข้อมูลสารสนเทศ กลุ่มนโยบายและแผน(2549).ข้อมูลสารสนเทศ 10 มิถุนายน 2549. สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประจวบคีรีขันธ์ เขต 2.
- กรมอนามัย . การสอนทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม. เอกสารประกอบการอบรมโครงการพัฒนาบุคลากรการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาโดยใช้กระบวนการเรียนการสอนแบบผู้เรียนมีส่วนร่วม โรงแรมหัวหินแกรนด์, 24-26 กรกฎาคม, 2539. (อัดสำเนา)
- กรมวิชาการ.(2545) . คู่มือการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- ขวัญชนก ศิริวัฒนกาญจน์ .(2541). พฤติกรรมทางเพศและปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายนการมีเพศสัมพันธ์ของเยาวชนหญิงโสดในสังกัดศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนจังหวัดอุดรธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการเจริญพันธุ์และการวางแผนประชากร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

- จันทจิรา พุกขานานนท์.(2547).กลยุทธ์การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ “วัยรุ่น”. บทความ Adolescent Sexual Health. กรุงเทพฯ:ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย สมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย ชมรมจิตแพทย์วัยรุ่นแห่งประเทศไทย.
- จุฬารัตน์ ห้าวหาญ .(2539).พฤติกรรมทางเพศและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนวัยรุ่นชาย ในเขตเทศบาลเมืองจังหวัดสุรินทร์ .วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการเจริญพันธุ์และการวางแผนประชากร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เจนจิรา สุขเกื้อ. (2546).อิทธิพลของทักษะชีวิตต่อพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ(ปวช.)สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากาญจนบุรี เขต 1 จังหวัดกาญจนบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาชุมชนภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์.(2548).การใช้SPSSเพื่อการวิเคราะห์ข้อมูล .ภาควิชาการประเมินผลและการวิจัย.คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- ชลชัย ทศกุลณี.(2542).การประยุกต์ทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม เพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคชาย เขตการศึกษา 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์), สาขาสุขศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชวนันท์ ไชยสิทธิ์.(2535).ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาในพฤติกรรมป้องกันการโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ของทหารเกณฑ์ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์), สาขาวิชาเอกสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชวนันท์ ไชยสิทธิ์ และคณะ. (2536).ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมป้องกันการโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์. รายงานการวิจัย. กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ.
- ชูศรี วงศ์รัตน์ และคณะ. (2444). การวิจัยเพื่อพัฒนาการเรียนรู้. พิมพ์ครั้งที่ 1.กรุงเทพฯ : บริษัท ทิปส์พับลิเคชั่น จำกัด.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.(2549). สุขภาพคนไทย 2549 . พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม:บริษัทอัมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด มหาชน.
- คุณฉวี เจริญสุข. (2540). ผลการศึกษาพัฒนาทักษะชีวิตป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์), สาขาวิชาเอกสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

- ทิตยาพร ธรรมาเจริญราช. (2546). ผลการสำรวจปัญหาอนามัยแม่และเด็กในเขตรับผิดชอบของสถานอนามัยตำบลศิลาลอย อำเภอสามร้อยยอด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์. หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต (ต่อเนื่อง) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ธราดล เก่งการพานิช.(2548). เอกสารประกอบการเรียนวิชาวิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสุขภาพ. ภาควิชาสุขภาพและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์, วันทนี วาสีละสิน, ลิขิต เลอสรวง, สมบูรณ์ เกียรตินันท์.(2540). ความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับเพศศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นรลักษณ์ เอื้อกิจ . (2541). ประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์),สาขาวิชาเอกสุขภาพและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นวนันท์ กิจทวี่. (2541). ประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี . วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์),สาขาวิชาเอกสุขภาพและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นันทพร แสนศิริพันธ์. (2547). ค่านิยมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของสตรีวัยรุ่น. การพยาบาลสาธารณสุข, บัณฑิตวิทยาลัย.มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ณัฐพงษ์ พุดหาล้า. (2541). การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์), สาขาสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ประภาพร โอภาสสวัสดิ์. (2538). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนอาชีวศึกษาในจังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประเสริฐ ดันสกุล, วิรสิทธิ์ สิทธิไตรย์และคณะ.(2538). ยุทธศาสตร์ทักษะชีวิตเพื่อการพัฒนาบุคลิกภาพเยาวชน. เอกสารประกอบการสัมมนาเรื่องยุทธศาสตร์ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเบี่ยงเบน โรงแรมเอเชีย กรุงเทพมหานคร, 7 กันยายน 2538. (อัดสำเนา)

- ปรีชา แจ่มวิถิเลิศ.(2540). การประยุกต์ทักษะชีวิตในโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อให้เกิดพฤติกรรม
ป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่
กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์),
สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปวีณา สายสูง. (2541).พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนระดับอาชีวศึกษาในจังหวัดน่าน. วิทยา
นิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปิยวรรณ กุมภีรัตน์. (2546).ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมที่นำไปสู่พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น
ในจังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ.
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พัฒน์ มหาโชคเลศวัฒนา, สุวรรณ เรืองกาญจนเศรษฐ์, วิฑูรณ บุญสิทธิ, วิโรจน์ อารีกุล.
(2547). กลยุทธ์การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ “วัยรุ่น”. กรุงเทพฯ:ราชวิทยาลัยกุมาร
แพทย์แห่งประเทศไทย สมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย ชมรมจิตแพทย์วัยรุ่นแห่ง
ประเทศไทย.
- พิชัย ไทยอุดม. (2540). การประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตศึกษาในการสอนเพศศึกษาแก่นักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 3 ปราจีนบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(สาธารณสุข
ศาสตร์), สาขาวิชาเอกพยาบาลสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พิมพ์ใจ บุญยัง.(2540). ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยา
ระเหยของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดนราธิวาส. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตร
มหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์), สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พิสมัย สุขอมรรัตน์ (2540) การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิต ในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 สังกัด
กรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร . วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
(สาธารณสุขศาสตร์),สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ขงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์.(2538).การสอนทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการใช้สารเสพติด. การ
ประชุมสัมมนาเพื่อหาแนวทางการนำยุทธศาสตร์ทักษะชีวิตมาใช้ในการป้องกัน ข า
เสพติด.กรุงเทพมหานคร:สำนักงาน ป.ป.ส.
- วรรณวิมล สุรินทร์ศักดิ์. (2546). การมีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงานของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญา
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมวิทยาการพัฒนา บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2545). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. เล่ม 2. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย ธรรมศาสตร์.
- สหภาพ พูลเกษร. (2543). การศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัด กรมสามัญศึกษาจังหวัดกำแพงเพชร. สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ. มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร,
- สุชาดา รัชชกุล. (2542). การตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาและการตัดสินใจทำแท้ง. วารสารพยาบาล ศาสตร์. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวชัย อินทรประเสริฐ .(2547). กลยุทธ์การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ “วัยรุ่น”. บทความ Pregnancy and Contraception in the Adolescent. กรุงเทพฯ:ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์ แห่งประเทศไทย สมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย ชมรมจิตแพทย์วัยรุ่นแห่งประเทศไทย.
- สุทธิสารณ์ วัฒนมะโน .(2540). การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดปราจีนบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตร มหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์), สาขาวิชาเอกสุขภาพและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิต วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุธีรา ราชภูรินทร์.(2547). การพัฒนาเครื่องมือวัดทักษะชีวิตเกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยรุ่น ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, วิชาเอกการวัดผลการศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- สุรีย์ จันทรโมลี. (2527). วิธีการทางสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : ดวงกมล.
- อรอุษา จันทรวิรุจ. (2543). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของนักเรียนระดับ มัธยมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์), สาขาวิชาเอกสุขภาพและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เอนก อารีพรรค.(2548). เพศศาสตร์ในศตวรรษที่ 21และนารีเวชวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: ราช วิทยาลัยสูติแพทย์แห่งประเทศไทย.
- อมรวิชัย นาครทรรพ . หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ. ปีที่ 57 ฉบับที่ 17555 วันจันทร์ที่ 13 กุมภาพันธ์ 2549.

ภาษาอังกฤษ

<http://www.childwatchthai.com/cwnews1.asp?GID=23> [Accessed 2007 Mar 20]

Bloom, B.S. (1968). Taxonomy of education objective: Handbook I: Cognitive domain.

New York : David Mckey.

Hubert, et al, 1998; Demographic and Health Surveys, 1999 [Online]. Available URL:

http://www.smj.ejnal.com/e-journal/showdetail/?show_detail=T&art_id=355

McEvoy M, Coupey SM. (2002). Sexually transmitted infection. A challenge for nurses working with adolescents. The Nursing Clinics of North America. 37:461-74.

DANCY, PhD, FAAN.(2003). Building Teen Power for Sexual Health. JOURNAL OF TRANSCULTURAL NURSING, 207-216.

Neinstein LS, Anderson MM.(2002) Adolescent sexuality. In: Neinstein LS, editor. Adolescent health care: a practical guide. 3rd ed. Philadelphia: Williams & Wilkins ; p. 571-603.

Yeh CH.(20020).Sexual risk taking among Taiwanese youth. Public Health Nursing ; 19;68-75

Sirirassamee B, Sethabut C, Yoddumnern Attig B.(2003) Gender perspectives in reproductive health practice in Thailand: a synthesis of research findings. Nakornpathom, Thailand: Insittute for Population and Social Research, Mahidol University.

WHO. (1994). Life skills education for children and adolescences in schools. London: Education Department of Health.

Durex.(1996). Durex Survey Shows U.S. Below Global Average For Sex Education

In Schools PR Newswire, 810 Seventh Avenue, New York, NY 10019

[Online] Available URL: <http://www.aegis.com/news/pr/1996/PR960716.html>

[Accessed 2007 Mar 20] AvailaURL



ภาคผนวก ก

แบบสอบถาม

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้เป็นแบบสอบถามเพื่อการศึกษาวิจัยเรื่อง “การสร้างเสริม ทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดประจวบคีรีขันธ์”

- แบบสอบถามนี้แบ่งเป็น 7 ส่วน ได้แก่
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป 9 ข้อ
 - ส่วนที่ 2 แบบวัด ความรู้เรื่องเพศศึกษา 16 ข้อ
 - ส่วนที่ 3 แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน 12 ข้อ
 - ส่วนที่ 4 แบบวัดความตระหนักต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน 13 ข้อ
 - ส่วนที่ 5 แบบวัดด้านทักษะ การปฏิเสธเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ 10 ข้อ
 - ส่วนที่ 6 แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ 14 ข้อ
 - ส่วนที่ 7 พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ 12 ข้อ
- การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษา เพื่อทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาปริญญาโท สาขาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และจะไม่มีผลกระทบต่อตัวผู้ตอบ จึงขอให้นักเรียนตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริง **โดยไม่ต้องเขียนชื่อ คำตอบที่ได้ถือเป็นความลับ** และผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์ต่อการจัดการเรียนการสอนต่อไป
- ให้นักเรียนอ่านคำชี้แจงของแบบสอบถาม ในแต่ละส่วนก่อนลงมือทำ

ขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือ

นางสาวเนตรทราย ปัญญาชนห้

ผู้วิจัย

แบบสอบถาม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง กรุณาเติมข้อความหรือตัวเลขในช่องว่างหรือใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

1. ปัจจุบันนักเรียนมีอายุ.....ปี

2. บิดาและมารดาของท่านมีอาชีพอะไร

บิดา	อาชีพ	มารดา
()	เกษตรกรรม	()
()	รับราชการ	()
()	ค้าขาย	()
()	รัฐวิสาหกิจ	()
()	ลูกจ้างเอกชน	()
()	รับจ้าง	()
()	งานบ้าน	()
()	อื่นๆ ระบุ	()

3. สถานภาพความสัมพันธ์ของบิดาและมารดา

- () อยู่ด้วยกัน () แยกกันอยู่
 () บิดาเสียชีวิต () มารดาเสียชีวิต
 () อื่นๆ โปรดระบุ.....

4. ปัจจุบันท่านพักอยู่กับใคร

- () บิดามารดา () บิดา
 () มารดา () บ้านญาติ
 () ปู่ ย่า ตา ยาย () อื่นๆ ระบุ.....

5. ฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัวของนักเรียนเป็นอย่างไร (ตามการรับรู้ของนักเรียน)

() ดี

() ปานกลาง

() ไม่ดี

6. เงินที่นักเรียนได้รับ (รวมที่ผู้ปกครองให้ด้วย) เดือนละ.....บาท หรือวันละ..... บาท

7. ส่วนใหญ่นักเรียนมีเงินเพียงพอกับการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันหรือไม่

() เพียงพอ

() ไม่เพียงพอ

8. จากเงินที่ได้รับ ท่านใช้เงินในด้านใดมากที่สุด นอกจากด้านการเรียน ค่าอาหาร

() ซื้อของใช้ส่วนตัว

() เที่ยวเตร่

() ซื้อบุหรี่ย

() ดื่มสุรา/เบียร์

() อื่นๆ ระบุ.....

9. เวล่านักเรียนไม่สบายใจหรือมีความเครียด นักเรียนสามารถพูดคุยหรือขอคำปรึกษาจากใครมากที่สุด

() พ่อแม่

() พี่น้อง

() เพื่อนสนิท

() ครูหรืออาจารย์

() บุคคลอื่น ระบุ

ส่วนที่ 2 แบบวัดความรู้เรื่องเพศศึกษา

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ถูกที่สุดตามความเห็นของนักเรียน

ข้อความ	ถูก	ผิด	ไม่ทราบ
1. การมีประจำเดือนคือสัญลักษณ์การก้าวสู่วัยสาวของผู้หญิง			
2. ฝันเปียก (Wet Dream) เป็นปรากฏการณ์ที่ผิดปกติของเพศชาย			
3. ช่องคลอดและช่องปัสสาวะคือช่องเดียวกัน			
4. เยื่อพรหมจารีเป็นเยื่อบางๆบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกของเพศหญิงที่สามารถฉีกขาดได้หากมีการร่วมเพศ			
5. ส่วนใหญ่เพศชายมีความต้องการที่จะมีเพศสัมพันธ์เร็วกว่าเพศหญิง			
6. เด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชาย			
7. การประสบความสำเร็จด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติทั้งในเพศหญิงและเพศชาย			
8. อารมณ์ต่างๆเช่น อารมณ์รัก อารมณ์โกรธ ของวัยรุ่นเกิดขึ้นง่ายและเปลี่ยนแปลงง่าย			
9. การสัมผัสอวัยวะเพศตนเองในที่ลับตาเพื่อทำความสะอาดเป็นเรื่องปกติ			
10. ขณะมีประจำเดือน ไม่ควรลงอาบน้ำในสระสาธารณะ			
11. การมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียวทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือตั้งครรภ์ได้			
12. การไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นการป้องกันการตั้งครรภ์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ดีที่สุด			
13. ผู้หญิงจะมีโอกาสติดเชื้อโรคเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์มากกว่าผู้ชาย			
14. การประสบความสำเร็จด้วยตัวเองเป็นสิ่งปกติ และลดโอกาสที่จะมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้			
15. เมื่อมีความต้องการทางเพศ สามารถหากิจกรรมผ่อนคลายได้ เช่น ออกกำลังกาย ฟังเพลง อ่านหนังสือ			
16. การหลีกเลี่ยงการดูภาพโป๊ เป็นวิธีป้องกันการมีเพศสัมพันธ์			

ส่วนที่ 3 ความภาคภูมิใจในตนเองต่อการไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียน มากที่สุด

ข้อความ	ระดับความภาคภูมิใจ (จากมากไปน้อย)				
	5	4	3	2	1
1. ข้าพเจ้าภูมิใจที่ตนเองไม่มีเพศสัมพันธ์					
2. ข้าพเจ้าเป็นตัวอย่างที่ดีแก่เพื่อนในการที่ไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน					
3. ข้าพเจ้าเป็นคนรักนวลสงวนตัว					
4. ข้าพเจ้าภูมิใจว่าตนเองสามารถระงับความรู้สึกทางเพศได้เมื่อเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์					
5. ข้าพเจ้าภูมิใจที่ตนเองหลีกเลี่ยงการดูหนังสื่อโป๊					
6. ข้าพเจ้าภูมิใจว่าตนเองไม่กอดจูบกับแฟนหรือผู้ชายในช่วงวัยเรียน					
7. ข้าพเจ้าภูมิใจที่ตนเองไม่ไปไหนสองต่อสองกับแฟน หรือผู้ชาย					
8. ข้าพเจ้าภูมิใจที่ไม่คบเพื่อนที่เคยมีเพศสัมพันธ์					
9. ข้าพเจ้าภูมิใจที่ไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเลื่อมเลี้ยวทางเพศ					
10. ข้าพเจ้าภูมิใจที่ตนไม่คบเพื่อนที่ชักชวนไปดูหนังโป๊					
11. ข้าพเจ้าภูมิใจที่สามารถปฏิเสธแฟนในการอยู่ด้วยกันสองต่อสองโดยไม่ทำให้สัมพันธ์ภาพเสีย					
12. ข้าพเจ้าภูมิใจว่าตนเองสามารถปฏิเสธเมื่อแฟนชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์					

ส่วนที่ 4 แบบวัดความตระหนักรู้ต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียน มากที่สุด

ข้อความ	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1. การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนถือเป็นเรื่องปกติ					
2. หากรู้จักวิธีการคุมกำเนิดนักเรียนก็สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้					
3. การรักนวลสงวนตัว เป็นค่านิยมที่สำคัญ					
4. หากเกิดอารมณ์ทางเพศขึ้นต้องไม่ระบายออกโดยการมีเพศสัมพันธ์					
5. วัยที่เหมาะสมสำหรับการมีเพศสัมพันธ์คือวัยผู้ใหญ่					
6. การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนทำให้เสียอนาคต					
7. การตั้งครรภ์ในวัยเรียนถือเป็นเรื่องอับอาย					
8. การรู้จักยับยั้งชั่งใจ สามารถป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้					
9. การไม่อยู่ตามลำพังสองต่อสองกับแฟนเป็นสิ่งที่เหมาะสม					
10. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นวิธีการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์อย่างเหมาะสม					
11. การเล่นกีฬาช่วยให้ผ่อนคลายความต้องการทางเพศได้ดี					
12. การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์จากแฟนเป็นสิ่งถูกต้อง					
13. การปฏิเสธไม่ให้แฟนถูกเนื้อต้องตัวเป็นการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ได้ดี					

ส่วนที่ 5 แบบวัดด้านทักษะการปฏิเสศการมีเพศสัมพันธ์

คำชี้แจง แบบสอบถามในส่วนนี้เป็นการจำลองสถานการณ์ขึ้น โดยสมมติว่าตัวนักเรียนเป็นบุคคลในเหตุการณ์ ดังนั้นจึงขอให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ทั้ง 2 สถานการณ์นี้อย่างรอบคอบและเติมความเห็นของนักเรียนในช่องว่างข้างล่างนี้ ให้ครบถ้วน ในฐานะสวยใส

.....

สถานการณ์ที่ 1

สวยใส เป็นคนสวยและมีเสน่ห์ สวยใสกำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นบุตรคนที่ 2 ของครอบครัวที่ฐานะยากจน ในวันหยุดสวยใสต้องออกไปรับจ้างในโรงงานเพื่อหาเงินมาเรียนหนังสือ และช่วยจุนเจือครอบครัว สวยใสหวังไว้ว่าจะตั้งใจเรียนสูงๆ มีงานทำที่ดีในอนาคตและจะช่วยเหลือครอบครัวได้มากกว่านี้ วันหนึ่งสมศักดิ์ซึ่งทำงานอยู่ในโรงงานนี้มาชอบพอสวยใส ดังนั้นสมศักดิ์จึงอาสาไปรับไปส่งสวยใสทุกครั้งเมื่อเธอไปทำงาน วันหนึ่งสมศักดิ์ชวนเธอไปที่หอพักหน้าโรงงาน แต่สวยใสไม่ยอมไปและต้องการปฏิเสธเพราะกลัวว่าจะมีอะไรเกิดขึ้น และทำให้พ่อแม่ต้องเสียใจ

ถ้านักเรียนเป็นสวยใส นักเรียนจะอย่างไร

สมศักดิ์ : วันนี้เราเลิกงานเร็ว สวยมานั่งเล่นที่หอเราก่อนนะ

สวยใส :

สมศักดิ์ : คุณไม่ไว้ใจผมเหรอ เราจะได้คุยกันนานๆ และมีเวลาอยู่ด้วยกันบ้าง ไปเถอะนะครับ

สวยใส :

สมศักดิ์ : แค่นั่งคุยกัน ทำงานมาทั้งวันแล้ว รับรองว่าผมจะไม่ทำอะไรให้คุณ

เสียหาย

สวยใส :

ต่อมาเพราะความใกล้ชิดทำให้ เธอและเขารักกัน สมศักดิ์พาสวยใสไปที่หอพัก 2 ครั้งแต่ไม่เคยล่วงเกินจนทำให้สวยใสรู้สึกไว้ใจ จนกระทั่งวันหนึ่งหลังเลิกงานในวันเสาร์วันนั้นฝนตกหนักทั้งสองคนเปียกปอน สมศักดิ์พาสวยใสไปพักที่หอเพื่อรอให้ฝนหยุดตก เมื่ออยู่ด้วยกันสองต่อสองสมศักดิ์ก็มีเพศสัมพันธ์กับสวยใส แต่สวยใสยังไม่พร้อม เกรงว่าพ่อกับแม่จะเสียใจ กลัวการตั้งครรภ์ กลัวเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และอนาคตการเรียนต้องจบลง

ถ้านักเรียนเป็น สาวใสจะมีวิธีปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์อย่างไรให้สมศักดิ์ รู้สึกสงบลงและทั้งสองยังคงมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

ณ หอพักหน้าโรงงาน

สมศักดิ์ : ผมรักคุณนะสาวใส ผมอยากมีความสัมพันธ์กับสาวใสมากกว่านี้ จะได้ไม่

สาวใส :

สมศักดิ์ : คุณไม่รักผมเหรอ ผมรอวันนี้มาตั้งหลายครั้งแล้ว การมีอะไรกันมันไม่เสียหายหรอก ใครๆ ที่เขารักกันเขาก็มีอะไรกันทั้งนั้นแหละ

สาวใส :

สมศักดิ์ : แล้วอย่างนี้จะแสดงให้เห็นได้ยังไงว่าคุณรักผม

สาวใส :

สถานการณ์ที่ 2

ชายและหญิงเป็นแฟนกัน ทั้งสองคนเรียนอยู่โรงเรียนเดียวกัน ชายเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ส่วนหญิงเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชายมีนิสัยสนุกสนานเรียนหนังสือเก่งและเป็นที่ยอมรับของทุกคนในกลุ่มเพื่อน วันหนึ่ง ชาย ขวนหญิง ไปอ่านหนังสือและเที่ยวทำงานเลี้ยงวันเกิดเพื่อน หญิงทราบดีว่าหากมีงานเลี้ยงวันเกิด จะต้องกลับบ้านดึก พ่อกับแม่จะต้องไม่พอใจ และการไปไหนสองต่อสองกับชายเป็นสิ่งที่ไม่สมควร หากนักเรียนเป็นหญิง นักเรียนจะมีวิธีปฏิเสธอย่างไร

ณ โรงอาหารของโรงเรียน

ชาย : เย็นนี้หลังเลิกเรียนหญิงไปบ้านเรานะ เราจะสอนวิชาคณิตศาสตร์ที่หญิงไม่เข้าใจ

เพิ่มเติมให้ พ่อดีวันนี้พ่อกับแม่เราไม่อยู่บ้าน เสร็จแล้วเราจะไปงานวันเกิด เจ ด้วยกัน

หญิง :

ชาย : แล้วอย่างนี้จะเรียกว่าเป็นแฟนกันยังไง ขวนไปไหนก็ไม่ไป ไม่มีใครรู้หรือที่เราทำอะไรกัน ผู้ใหญ่เขาไม่มาสนใจเรื่องของเด็กหรอก ไปเถอะนะ

หญิง :

ชาย : ที่ในงานเลี้ยง เจ มันจะเอาของดีๆ มาให้ดูด้วยนะ ไม่สนใจเหรอ

หญิง :

ชาย : เห็นเพื่อนในกลุ่มบอกว่ามีหนังสือไป ภาพสวยๆ และเห็นว่ามี วิดีโอ ภาพที่เราไม่เคยเห็นมาก่อนมาให้ดูด้วย ไปด้วยกันเถอะนะ คนอื่นเขาก็พาแฟนไปทั้งนั้น

หญิง :

ส่วนที่ 6 พฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาว่า เหตุการณ์ด้านซ้ายมือของตารางข้างล่างนี้เกิดขึ้นกับตนเองหรือไม่ ในรอบ 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับการปฏิบัติของนักเรียนตามความเป็นจริงเพียงช่องเดียว (หากไม่มีเหตุการณ์นั้น ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง **ไม่มีเหตุการณ์**)

เหตุการณ์ที่เกิดในรอบ 2 สัปดาห์	การปฏิบัติ			ไม่มี เหตุการณ์
	ทุกครั้ง	บางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	
1. ฉันปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนไปดูหนังสื่อโป๊ หรือหนังโป๊				
2. เมื่อเห็นภาพกอดจูบกันในโทรทัศน์หรือในวีซีดีฉันจะเปลี่ยนช่อง หรือปิดทันที				
3. ฉันดูภาพยนตร์หรือ วีซีดี ที่แสดงภาพการมีเพศสัมพันธ์				
4. ฉันมักไปจีบรัดจิกขานยนต์กับคูรัก(แฟน)สองต่อสอง				
5. ฉันมักนัดพบคูรัก(แฟน)ในที่ลับตา				
6. เมื่อไปเที่ยวกับคูรัก(แฟน)ฉันจะให้เขาจูบมือ				
7. เมื่อไปเที่ยวกับเพื่อนชายฉันจะชวนเพื่อนหญิงไปด้วย				
8. ฉันไม่ไปไหนสองต่อสองกับคูรักหรือเพื่อนชาย				
9. ฉันเลือกคบเพื่อนที่ไม่ไปไหนสองต่อสองกับแฟน				
10. ฉันคบเพื่อนที่ไม่ดื่มของมึนเมา				
11. ฉันคบเพื่อนที่ไม่เสพ หรือยุ่งเกี่ยวกับยาบ้า				
12. เพื่อนที่ฉันคบ ชอบดูหนัง ประเภทรักๆใคร่ๆ				
13. ฉันมีเพศสัมพันธ์เมื่อมีโอกาส				
14. ฉันปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อคูรัก(แฟน)ชักชวน				

ส่วนที่ 7 พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์

คำชี้แจง กรุณาเติมข้อความหรือตัวเลขในช่องว่างหรือใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

1. นักเรียนมีคู่อรัก(แฟน) หรือไม่

() มี

() ไม่มี

2. นักเรียนเคยอ่านหนังสือโป๊ หรือไม่

() เคย

() ไม่เคย

3. นักเรียนเคยเห็นภาพการมีเพศสัมพันธ์หรือไม่

() เคยเห็น

() ไม่เคยเห็น

หากเคยเห็นจากที่ใด (ตอบได้มากกว่า 1)

() หนังสือ

() ภาพยนตร์, วีดีโอ, ซีดี

() อินเทอร์เน็ต

() อื่นๆ(โปรดระบุ).....

4. เมื่อนักเรียนมีอารมณ์และความรู้สึกทางเพศ นักเรียนจะระบายออกโดยวิธีใด

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() เล่นกีฬา

() เล่นดนตรี

() ร้องเพลง, ฟังเพลง

() อ่านหนังสือ

() ทำสมาธิ

() สำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง

() มีเพศสัมพันธ์

() อื่นๆ (โปรดระบุ).....

5. นักเรียนได้รับข่าวสารความรู้เรื่องเพศศึกษาจากแหล่งใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() หนังสือเรียน

() โทรทัศน์

() วิทยู

() วีดีโอ

() ภาพยนตร์

() แผ่นพับ โปสเตอร์

() เสียงตามสาย

() อินเทอร์เน็ต

() อื่นๆ(โปรดระบุ)

6. ถ้านักเรียนมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ เช่น การมีประจำเดือน การคันอวัยวะเพศ การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน นักเรียนปรึกษาใคร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อเรียงตามลำดับ 1,2,3,...)

- () แม่ () พ่อ () ทั้งพ่อและแม่
() เพื่อน () พี่ น้อง ()ญาติ(ระบุความสัมพันธ์).....
() อื่นๆ (โปรดระบุ).....

7. นักเรียนเคยถูกชักชวนให้มีเพศสัมพันธ์หรือไม่

- () เคย () ไม่เคย (ถ้าไม่เคยข้ามไปตอบข้อ 9)

8. ผู้ชักชวนให้นักเรียนมีเพศสัมพันธ์เป็นใคร

- () คู่รัก (แฟน) () เพื่อน
() อื่นๆ (โปรดระบุ).....

9. นักเรียนเคยมีเพศสัมพันธ์หรือไม่

- () เคย () ไม่เคย(ถ้าไม่เคยผ่านไปตอบข้อ 11)

10. ถ้าเคยมีเพศสัมพันธ์ นักเรียนเคยมีกับใคร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () คู่รัก (แฟน) () เพื่อน
() อื่นๆ (โปรดระบุ).....

11. เพื่อนสนิทของนักเรียนเคยมีเพศสัมพันธ์หรือไม่

- () มี () ไม่มี () ไม่แน่ใจ

12. นักเรียนคิดว่าการแก้ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนควรทำอย่างไร?

.....
.....

ภาคผนวก ข

โปรแกรมสุขศึกษาเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต
เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 3

กิจกรรมสุขศึกษาครั้งที่ 1: เสริมสร้างความรู้เรื่องเพศศึกษา

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์เฉพาะ	กิจกรรม/วิธีการ	อุปกรณ์	ประเมินผล
เพื่อเสริมสร้างความรู้เรื่องเพศศึกษาในด้าน 1. ความรู้ความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์ และการปรับตัว 2. ความรู้ความเข้าใจในระบบอวัยวะสืบพันธุ์และวิถีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขปฏิบัติของอวัยวะเพศ 3. ความรู้ความเข้าใจต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์	- สร้างความสัมพันธ์ และกระตุ้นการเรียนรู้โดยการ ใช้เพลง - ร่วมกันพิจารณา รูปร่างลักษณะภายนอก เด็กหญิงอนุบาล และเพื่อนของตนเอง และให้แต่ละคนเขียนความแตกต่างคนละ 3 ข้อ นำข้อคิดเห็นเข้าสู่กลุ่ม - สอนความรู้ความเข้าใจการเปลี่ยนแปลง ร่างกาย อารมณ์ และการปรับตัวของวัยรุ่นหญิงและชาย ให้ความรู้ร่างกายเราเป็นของเราอะไรเปลี่ยนไปเมื่อถึงวัยแตก หนุ่ม- สาว - สอนความรู้เรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เสริมสร้างให้มีความรู้ความเข้าใจต่อ พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และรู้จักวิธีป้องกัน - แบ่งกลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มย่อยสรุปความแตกต่างของวัยรุ่นหญิง ชาย ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ และการแสดงออก อภิปรายเขียนสรุป เป็นภาพความคิด	1.ภาพพลิกเพลงมาดบมือ 2. ภาพพลิกกายวิภาค 3.VCDความรู้ในเรื่องเพศศึกษา 5.ภาพพลิกโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 6.แผ่น future board 7.กระดาษ 8.ปากกาเคมี	- สังเกตพฤติกรรมความร่วมมือและความสนใจ - ประเมินโดยใช้แบบสอบถาม 1. ความรู้ความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายอารมณ์ และการปรับตัว 2. ความรู้ความเข้าใจในระบบอวัยวะสืบพันธุ์และวิถีปฏิบัติเกี่ยวกับสุขปฏิบัติของอวัยวะเพศ 3. ความรู้ความเข้าใจต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ 4. ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์

ใบความรู้ที่ 1

เรื่อง “หนูเป็นสาวแล้ว ”

รู้จักตัวเรา

ร่างกายของผู้หญิงและผู้ชายตอนเด็กๆ จะยังไม่ค่อยมีความแตกต่างกันมากนัก ยกเว้นความแตกต่างที่อวัยวะเพศ จนกระทั่งเมื่อเริ่มเข้าสู่วัยหนุ่มสาวนั้นแหละ ร่างกายของเราจึงจะมีการปรับเปลี่ยนอย่างขนานใหญ่อันเป็นผลมาจากการทำงานของ "ฮอร์โมน" ในร่างกาย ซึ่งพบว่า เด็กผู้หญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นและมีการเปลี่ยนแปลงในส่วนต่างๆ ของร่างกายเร็วกว่าเด็กผู้ชาย การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เกิดขึ้นตามวัยและเป็นไปตามธรรมชาติ



ร่างกายเราเป็นของเรา จึงเป็นหน้าที่ที่เราจะต้องเรียนรู้ ดูแล และรักษาร่างกายของตนเอง การเรียนรู้ที่ดีที่สุดคือการทำความรู้จักส่วนต่างๆ ของร่างกายและการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นกับร่างกายของเราเมื่อก้าวเข้าสู่วัยรุ่น อีกทั้งทำความเข้าใจกับสิ่งเหล่านี้ด้วยตัวเองเพื่อเตรียมพร้อมกับการสถานการณ์ต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นกับตัวเราด้วยความมั่นใจ ไร้กังวล และไม่เกิดความสับสนจนกลายเป็นความทุกข์ หรือวิตกกังวลมากเกินไปจนเกิดผลเสียต่อตัวเองตามมา

มีอะไรเปลี่ยนไปเมื่อวัยแตกสาว

เมื่อร่างกายเจริญเติบโตขึ้นจนอายุราว 11-15 ปี ซึ่งเป็นช่วงอายุที่เด็กหญิงกำลังเข้าสู่วัยสาว ร่างกายจะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น เช่น หน้าอกขยาย สะโพกผายขึ้น เสียงเปลี่ยน (บางคน) เป็น ลีว มีขนขึ้นที่รักแร้และอวัยวะเพศ เป็นต้น

หน้าอกและหัวนม

ผู้หญิงเมื่อเริ่มเข้าสู่วัยสาว จะมีสิ่งหนึ่งที่เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจน คือ จุกหน้าอกที่แบนราบเมื่อวัยเยาว์ ก็กลับมีสิ่งนูนๆ งอกขึ้นมา บางคนถึงงอกขึ้นมาจนกลายเป็นภูเขาสูง บางคนก็งอกมาเป็นแค่เนินเตี้ยๆ นี่เป็นเรื่องที่ผู้หญิงหลายคนให้ความสำคัญมากเป็นพิเศษเลยต่อการเปลี่ยนแปลงบริเวณหน้าอกก็คือจะมีอาการเสียวหรือคันที่หน้าอกและหัวนม และจะหายไปเองเมื่อหน้าอกโตเต็มที่แล้ว ผู้หญิงแต่ละคนจะมีลักษณะ ขนาด และรูปร่างของหน้าอกหลายแบบหรือหลายขนาด อาจจะนูนหรือกระชับก็ได้ และบางคนหน้าอกทั้ง 2 ข้างอาจมีขนาดแตกต่างกันเล็กน้อย ทั้งนี้เป็นไปตามกรรมพันธุ์และธรรมชาติของแต่ละบุคคล พอผู้หญิงอายุสัก 9-11 ปี แต่ละคนอาจเข้าเร็วต่างกัน ก็จะเริ่มเป็นสาว เพราะกระดูกสะโพกจะผายมากขึ้น และก็จะเริ่มมีไขมันมาสะสมที่สะโพกและหน้าอก ทำให้สาวเจ้าแลดูมีเอวมีอกโง่งงๆ ทีนี้ เมื่ออายุสัก 12 ปีขึ้นไป (หรือเร็วกว่านั้น) เราก็จะเริ่มมีเต้านม และก็มีขนขึ้นที่อวัยวะเพศ แม้ว่าจะมีไขมันมาสะสมทำให้เกิดเป็นหน้าอก ก็ไม่ได้แปลว่าหน้าอกหรือเต้านมของเราจะประกอบด้วยไขมันล้วนๆ นะ นอกจากไขมัน ยังมีกล้ามเนื้อออก รวมทั้งต่อมและเนื้อเยื่อต่างๆ ขนาดและรูปร่างของเต้านม จึงถูกกำหนดโดยจำนวนไขมันที่มีในเต้านม พอเราโตเป็นสาวเต็มที่อายุสัก 18-20 ปี กล้ามเนื้อออกจึงจะมีผลต่อขนาดของเต้านม ส่วนประกอบของเต้านม ทำให้เราารู้ได้ว่า เราต้องกินอาหารพวกไขมันบ้าง โดยทั่วไป เต้านมสองข้างมักไม่เท่ากัน หากมากที่เต้านมสองข้างมีรูปทรงเท่ากันแป๊ะๆ หรือมีมวลรวมของนมสองข้างเท่ากัน ส่วนเรื่องหัวนม โดยทั่วๆ ไปก็มักจะมียีสกลักว่าผิวโดยปกติ แต่จะคล้ำมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับแต่ละคน เต้านมของเรานั้นเป็นส่วนที่บอบบางมาก ต้องได้รับการดูแลอย่างอ่อนโยน เช่น เช็ดถูเบาๆ หลังอาบน้ำ แล้วช่วงเวลาที่เรามีประจำเดือน สังเกตสิว่าเต้านมมักจะแห้งมาก ควรหาครีมที่ไม่มีส่วนผสมของน้ำหอมทาให้ความชุ่มชื้นทางที่ดีดูแลหัวนมให้ดีโดยการทานวดด้วยคริสตัลลอสสองครั้ง

สะโพก

เมื่อเข้าสู่วัยสาว สะโพกของผู้หญิงทุกคนจะผายออกเพราะร่างกายมีการขยายตัวและมีการสะสมของไขมันบริเวณกล้ามเนื้อ หากสาวใดต้องการให้สะโพกของตนกระชับ ฟิตเปรี้ยะ ก็ต้องคอยหมั่นบริหารร่างกายเป็นประจำ

นอกจากนี้บริเวณอวัยวะเพศภายนอกและระบบสืบพันธุ์จะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นด้วย แต่เราจะไม่ค่อยรู้เลยเพราะมันเป็นเสมือนดินแดนลับลับที่ผู้หญิงมักจะบอกกับเราว่าไม่ควรไปสนใจหรือไปยุ่งกับมันมากนัก ทั้งที่ในความเป็นจริงแล้ว นี่คือการที่เราควรต้องเรียนรู้และเข้าใจให้มากที่สุดทีเดียว เพราะมันไม่ใช่แค่อวัยวะส่วนหนึ่งของร่างกายเราเท่านั้นแต่ยังเป็นช่องทางที่จะนำความสุขหรือความทุกข์มาสู่ชีวิตเราก็ได้

ใบความรู้ที่ 2

เรื่อง สุขปฏิบัติเกี่ยวกับวัยสาว

สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศหญิง

1. ควรทำความสะอาดอวัยวะเพศทุกครั้งก่อนอาบน้ำด้วยน้ำและสบู่ แล้วจึงซับให้แห้งด้วยผ้าสะอาดและนุ่ม
2. ไม่ควรใช้น้ำยาสวนหรือล้างช่องคลอด เพราะส่วนภายในช่องคลอดจะมีแบคทีเรียชนิดหนึ่งคอยช่วยป้องกันเชื้อโรคอื่น ๆ จะแปลกปลอมเข้าสู่ช่องคลอด ซึ่งเป็นกลไกการป้องกันตามธรรมชาติ
3. หลังการขับถ่ายปัสสาวะและอุจจาระควรทำความสะอาดทุกครั้งโดยใช้กระดาษชำระเช็ดจากด้านหน้าไปด้านหลัง ล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้งโดยวิธีเดียวกันแล้วซับให้แห้ง
4. ไม่สวมเสื้อผ้า กางเกงใน เสื้อชั้นใน ที่อับชื้นและรัดแน่นเกินไป
5. ไม่ควรใช้เสื้อผ้า ผ้าเช็ดตัว กางเกงใน ปะปนกับผู้อื่น
6. ไม่คลุกคลีกับผู้ป่วยหรือผู้ที่สงสัยว่าป่วยเป็นกามโรคหรือโรคผิวหนังอื่น ๆ
7. การใช้ห้องน้ำ ห้องส้วม ต้องระวังในเรื่องสุขลักษณะ เพราะอาจเกิดการติดเชื้อโรคต่าง ๆ ได้
8. ถ้าสงสัยว่าตนเองมีอาการผิดปกติเกิดขึ้นกับอวัยวะเพศ เช่น อาการคัน มีระดูขาวผิดปกติ ควรปรึกษาแพทย์กับผู้ใหญ่หรือแพทย์ทันที

การเกิดประจำเดือน

ประจำเดือน หมายถึงการมีเลือดไหลออกมาทางช่องคลอดในรอบเดือน เกิดขึ้นเนื่องจากการสลายตัวของเยื่อบุภายในโพรงมดลูก ภาวะนี้จะเริ่มเกิดขึ้นกับผู้หญิงเมื่อเริ่มเข้าสู่วัยสาวหรือวัยเจริญพันธุ์จนกระทั่งถึงวัยหมดประจำเดือน ยกเว้นในระยะเวลาที่มีการตั้งครรภ์เกิดขึ้นเท่านั้น โดยปกติเด็กหญิงจะมีประจำเดือนครั้งแรกเมื่ออายุประมาณ 11-14 ปี แต่ปัจจุบันเนื่องจากภาวะโภชนาการดี ทำให้เด็กหญิงโตเป็นสาวเร็วขึ้น อาจมีประจำเดือนเร็วกว่านี้ ก็เป็นไปได้

ลักษณะของเลือดประจำเดือนที่ปกติ

เลือดประจำเดือนที่ปกติมีลักษณะดังต่อไปนี้

1. รอบประจำเดือนควรอยู่ในช่วง 28 ± 7 วัน
2. ระยะเวลาที่เลือดออกประมาณ 3 – 5 วัน ไม่ควรน้อยกว่า 1 วัน และไม่ควรนานเกิน 7 วัน
3. จำนวนเลือดที่ออกประมาณ 100-150 ลูกบาศก์เซนติเมตร หรือถ้าใช้ผ้าอนามัยไม่เกิน 3 ชิ้นชุ่ม ๆ ต่อวัน
4. ลักษณะของเลือดที่ออกควรเป็นเลือดน้ำไม่ใช่เลือดลิ่ม วันแรก ๆ จะมีสีแดงค่อนข้างสด วันต่อมาจะค่อย ๆ จางและหมดไป
5. อาจมีอาการปวดท้องพอทนได้ในวันต้น ๆ เพราะมดลูกบีบตัว บางคนอาจมีอาการนำก่อนการมีประจำเดือน เช่น เมื่อยหลัง หน้าอกรัดตึง อ่อนเพลีย เหนื่อยหงุดหงิด หรือรู้สึกซึมเศร้า

การปฏิบัติเมื่อมีประจำเดือน

1. อาบน้ำชำระล้างร่างกายและอวัยวะเพศให้สะอาดเหมือนเช่นเวลาปกติ แต่น้ำที่ใช้อาบไม่ควรร้อนหรือเย็นจัดจนหนาวสั่น เพราะอาจเกิดอาการปวดประจำเดือนหรือประจำเดือนผิดปกติได้
2. บริเวณอวัยวะเพศควรล้างด้วยน้ำและสบู่ตามปกติ โดยล้างแต่บริเวณภายนอกเท่านั้น
3. ไม่ควรอาบน้ำในแม่น้ำลำคลองหรือสระว่ายน้ำ อ่างอาบน้ำ เพราะอาจมีสิ่งสกปรกหรือเชื้อโรคเข้าสู่ภายในช่องคลอดได้ เพราะขณะมีประจำเดือนช่องคลอดจะมีสภาพเป็นด่าง ปากมดลูกจะเปิดกว้าง อาจเกิดอันตรายจากการติดเชื้อได้ง่ายกว่ายามปกติ ควรอาบน้ำโดยใช้ขันตักรดหรือใช้น้ำจากฝักบัวธรรมดา
4. ผ้าอนามัยที่ใช้เปียกชุ่มด้วยเลือดประจำเดือนต้องเปลี่ยนใหม่ทุกครั้งที่เปลี่ยน ควรล้างอวัยวะเพศภายนอกด้วยน้ำและสบู่ และซับให้แห้งก่อนใช้ผ้าอนามัยผืนใหม่หากปล่อยให้เปียกชุ่ม ๆ โดยไม่เปลี่ยน พอเลือดที่ซับไว้แห้งผ้าอนามัยก็จะแข็งไปกดและเสียดสีกับร่างกาย ทำให้เกิดการอักเสบที่บริเวณอวัยวะเพศและขาหนีบได้

5. ผ้าอนามัยที่ใช้ควรเป็นแบบธรรมดา ควรใช้ผ้าอนามัยชนิดธรรมดาที่ซึมซับทางด้านนอก ไม่ควรใช้ชนิดสอดที่ต้องเข้าไปภายในช่องคลอด เพราะอาจลื่นไถลนานเกินไปทำให้เกิดการติดเชื้อในช่องคลอดได้ และผ้าอนามัยชนิดสอดบางชนิดที่ประสิทธิภาพในการดูดซึมสูง จึงอาจทำให้ช่องคลอดแห้งรู้สึกไม่สบายในช่องคลอดขณะใช้ได้

6. ผ้าอนามัยที่ใช้แล้วควรม้วนและห่อด้วยกระดาษให้เรียบร้อย และทิ้งในถังขยะที่ฝาปิดมิดชิด อย่าทิ้งตามที่ต่าง ๆ หรือทิ้งลงในโถส้วมเพราะจะทำให้เกิดการอุดตัน

7. ถ้ามีอาการปวดประจำเดือนมากจนทำงานไม่ได้ อาจกินยาแก้ปวดได้ ซึ่งอาการปวดประจำเดือนมักจะทุเลาลงเมื่ออายุมากขึ้น

8. พยายามรักษาสุขภาพจิตให้ดีอยู่เสมอ อาการหงุดหงิดหรือปวดศีรษะอาจหายไปได้และให้ระลึกเสมอว่าการเป็นประจำเดือนไม่อาการเจ็บไข้ได้ป่วย แต่เป็นเรื่องปกติธรรมดาที่จะต้องเกิดกับผู้หญิงทุกคน ซึ่งจะช่วยให้จิตใจและอารมณ์ดีขึ้น

9. พยายามพักผ่อนให้มาก รับประทานอาหารให้เพียงพอ ดื่มน้ำมาก ๆ เพื่อป้องกันการท้องผูก

10. หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายมาก ๆ ถ้าจะออกกำลังกายก็สามารถทำได้ตามปกติ แต่อย่าโลดโผนหรือหักโหมเหน็ดเหนื่อยเกินไป เพราะขณะมีประจำเดือนร่างกายจะอ่อนเพลียกว่าในยามปกติอยู่แล้ว

การฝืนเปียก

เป็นอาการที่แสดงเมื่อวัยรุ่นชายเริ่มก้าวสู่วัยเจริญพันธุ์ องคชาติเจริญเต็มที่แล้ว จะเริ่มมีการสร้างอสุจิ ซึ่งเป็นสารพันธุกรรมที่ถูกเก็บไว้ในอัณฑะ เมื่ออสุจิมามากขึ้นและไม่ได้ใช้ จะต้องมีการระบายออก โดยกลไกตามธรรมชาติ คือ หลอดอสุจิมีการบีบตัวทำให้อสุจิเคลื่อนที่และหลั่งออกมาข้างนอก ซึ่งจะเกิดขึ้นในขณะนอนหลับและฝันเกี่ยวกับสิ่งเร้า แล้วเกิดอารมณ์เพศขึ้น วัยรุ่นจำนวนไม่น้อยเกิดความตกใจและเป็นกังวลเมื่อตื่นขึ้นมาพร้อมกับการมีน้ำเหนียว ๆ เลอะกางเกงนอนหรือที่นอน น้ำเหนียว ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นก็คือน้ำอสุจิ ความฝันที่เกิดขึ้นจะเป็นฝันแปลก ๆ ที่ไม่เคยรู้สึกรมาก่อน ฝันเปียกนี้เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ ดังนั้น จึงไม่ใช่สิ่งผิดปกติที่ต้องกังวลใจ

ใบความรู้ที่ 3

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เริ่มจะพบมากขึ้นในวัยรุ่นซึ่งจะมีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน โดยที่ขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ การป้องกันตัวเองทั้งการตั้งครรภ์และโรคติดต่อ การที่เรามีความรู้เกี่ยวกับการติดต่อ อาการของโรค การรักษา จะเป็นขั้นแรกของการป้องกันโรค

ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ควรทราบ

1. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สามารถเป็นได้ทุกเพศทุกวัย ทุกชนชั้น แต่พบมากในหมู่วัยรุ่น
2. อัตราการติดเชื้อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์พบมากขึ้นเนื่องจากวัยรุ่นมีค่านิยมที่จะอยู่ก่อนแต่งงาน หรือนิยมมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุยังไม่มาก และที่สำคัญมีการหย่าร้างสูงทำให้คนมีสามีหรือภรรยาหลายคน ทำให้โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพิ่มมากขึ้น
3. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์โดยมากมักจะ ไม่เกิดอาการ ดังนั้นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สามารถติดต่อโดยที่ไม่รู้ตัว แพทย์บางประเทศจึงแนะนำให้มีการตรวจค้นหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สำหรับคนที่สำส่อน
4. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ยังก่อให้เกิดปัญหาทางสาธารณสุขอย่างมาก
5. โรคอาจจะลุกลามไปยังมดลูกหรือท่อรังไข่ทำให้เกิดการอักเสบในช่องท้อง ซึ่งอาจจะก่อให้เกิดการเป็นหมัน หรือตั้งครรภ์นอกมดลูก
6. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อาจจะทำให้เกิดโรคมะเร็ง ทำให้เกิดมะเร็งปากมดลูก
7. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สามารถติดต่อไปยังทารกในครรภ์

อาการของผู้ป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

- ปัสสาวะขัด
- มีผื่น แผลหรือตุ่มน้ำที่อวัยวะเพศหรือทวารหนัก
- มีหนองหรือน้ำหลังจากช่องคลอดหรือท่อปัสสาวะ
- มีอาการคันหรือปวดบริเวณทวาร

- มีอาการแดงและปวดบริเวณอวัยวะเพศ
- ปวดท้องหรือปวดช่องเชิงกราน
- ปวดเวลามีเพศสัมพันธ์
- ตกขาวบ่อย

ประเภทของโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์

1. โรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์

- หนองใน (Gonorrhoea)
- หนองในเทียม (Non-gonococcal Urethritis/Non gonococcal Cervicitis)
- แผลริมอ่อน (Chancroid)
- ซิฟิลิส (Syphilis)
- แผลกามโรคเรื้อรังที่ขาหนีบ (Granuloma Inguinale)

2. โรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ

- เริมที่อวัยวะเพศ (Genital Herpes Simplex Virus Infection)
- พยาธิช่องคลอด (Vaginal Trichomoniasis)
- เชื้อราในช่องคลอด (Vaginal Candidiasis)
- อวัยวะอักเสบเชิงกรานอักเสบ (Pelvic Inflammatory Diseases, PID)
- หูดข้าวสุก (Molluscum Contagiosum)
- หูดหงอนไก่ (Condyloma Acuminata)
- หิด (Scabies)
- โลน (Pediculosis Pubis)

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น หมายถึง การตั้งครรภ์ในแม่ที่อายุ 19 ปี หรือน้อยกว่าพบได้ร้อยละ 10-13 ของการตั้งครรภ์ทั้งหมด วัยรุ่นที่เล่าเรียนน้อย มาจากครอบครัวที่ยากจนใช้เหล้าหรือสารเสพติดหรือมีครอบครัวที่มีปัญหาจะมีโอกาสตั้งครรภ์สูงในวัยรุ่นและขาดความพร้อมที่จะดูแลตัวเองทำให้มีภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์สูงกว่าวัยผู้ใหญ่ได้เด็กที่น้ำหนักตัวน้อย อัตราตายสูง ผิดปกติแต่กำเนิดหรือเลี้ยงดูเด็กไม่เหมาะสมจนเกิดปัญหาตามมาได้ง่าย

ความเสี่ยงของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

1. ขาดอาหาร วัยรุ่นมักเลือกอาหาร กลั้วอ้วน คีมีเหล้า สูบบุหรี่ และใช้ยาบางอย่างที่อาจมีผลต่อทารกในครรภ์ จึงมีน้ำหนักเพิ่มน้อยขณะตั้งครรภ์ มีความเสี่ยงที่จะได้ทารกที่ตัวเล็ก น้ำหนักน้อย ประมาณ ? ของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์จะขาดแคลเซียม โปรตีน ทำให้พบภาวะโลหิตจางมีมาก

2. ความดันโลหิตสูงเนื่องจากการตั้งครรภ์

3. การติดเชื้อ เช่น การติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี

4. การคลอดก่อนกำหนด

5. การเจริญเติบโตของกระดูกเชิงกรานยังไม่สมบูรณ์ ทำให้คลอดลำบากจะต้องผ่าท้องคลอดเพิ่มขึ้นถึง 4 เท่าเทียบกับมารดาวัยอื่นๆ

ผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม

ผลทางร่างกาย

1. การติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น กามโรค ซิฟิลิส หนองใน และกระเพาะปัสสาวะอักเสบ โรคเอดส์

2. เสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งปากมดลูก กรณีการมีเพศสัมพันธ์อายุน้อย ๆ หรือมีเพศสัมพันธ์กับคนหลายคน

3. มีการฉีกขาดหรือได้รับการบาดเจ็บของอวัยวะเพศ

4. การตั้งครรภ์ ไม่พึงประสงค์ / ทำแท้ง อาจมีภาวะแทรกซ้อนถึงแก่ชีวิตการตั้งครรภ์ผิดปกติ มีผลต่อบุตร/ พันธุกรรม เนื่องจากขาดการวางแผนก่อนมีบุตร หรือมีผลต่อสุขภาพมารดา

ผลทางจิตใจ

หลังจากมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จะเกิดความรู้สึก สับสน ว้าวุ่น ไม่มั่นคง รู้สึกผิด กังวลใจกลัว เช่น กลัวการตั้งครรภ์ กลัวพ่อ-แม่ ผู้ปกครองทราบ สูญเสียความมั่นคงของจิตใจ เกิดอารมณ์ความเป็นเจ้าของ หึงหวงเมื่อถูกทอดทิ้งจะรู้สึกสูญเสีย เสียใจ ต้องใช้ชีวิตตามลำพัง อาจทำร้ายตนเองหรือผู้อื่น หรือเก็บกด ซึมเศร้า

ผลทางด้านสังคม

อาจเกิดความอับอายไม่กล้าสู้หน้า เกิดปัญหาการไม่ยอมรับของครอบครัว ทำให้พ่อแม่ผิดหวังเกิดการทะเลาะเบาะแว้งของคนในครอบครัว อาจต้องยุติการเรียน เสียอนาคต อาจไม่มีอาชีพ สูญเสียอนาคตทั้งดงามเด็กอาจถูกทอดทิ้ง / คำพร้า / ถูกทารุณ และเติบโตมาเป็นคนที่มีปัญหาในสังคม

สรุป จะเห็นว่าผลกระทบเหล่านี้ส่วนใหญ่เกิดกับ ผู้หญิง จึงเป็นที่มาของการสอนให้ผู้หญิงรักนวลสงวนตัว เพราะไม่ต้องการให้ถูกผู้หญิง ได้รับผลกระทบเหล่านี้ แต่ปัจจุบันผู้หญิงต้องเรียนทำงานและต้องการมีความก้าวหน้าในด้านต่างๆ เหมือนผู้ชาย ไม่เหมือนผู้หญิงในอดีตที่อยู่กับैयाฝ้ากับเรือน ดังนั้นความสัมพันธ์ระหว่างผู้หญิงและผู้ชายในปัจจุบันควรเป็นความสัมพันธ์ที่ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ผู้ชายควรให้เกียรติ ไม่เอาเปรียบ ไม่รังแก และมีความรับผิดชอบ ผู้หญิงก็ต้องวางตัวให้เหมาะสม ไม่แต่งตัวล่อแหลม ไม่ไปในสถานที่ อโคจร รู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดเหตุการณ์ดังกรณีศึกษา แต่หากนักเรียน / เพื่อน ญาติ / คนรู้จัก ประสบปัญหาเช่นนี้ ต้องยอมรับว่ามันเกินกว่าที่จะรับไหว นักเรียนต้องหาคนช่วยในการแก้ไขปัญหา ซึ่งควรเป็น พ่อ แม่ ครู เพื่อน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เป็นต้น

หากเรามีเพศสัมพันธ์โดยไม่พร้อม จะเกิดผลกระทบ ดังนี้

๑. ด้านสุขภาพกาย อาจทำให้เกิดการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ติดเชื้อโรค ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ติดเชื้อเอดส์ เป็นต้น

๒. ด้านจิตใจ ทำให้เกิดการวิตกกังวล เช่น กลัวคนอื่นรู้ กังวล ไม่สบายใจ กังวลกับความสัมพันธ์ที่มีต่อไปกับแฟนซึ่งอาจนำไปสู่ความรู้สึกเครียด ไม่สบายใจ

๓. ผลกระทบในระยะยาว เสียอนาคต ต้องออกจากโรงเรียน เสียโอกาสดี ๆ ที่จะได้รับในอนาคต ต้องมารับภาระเพิ่มทั้งที่ตัวเองยังไม่พร้อม ผลกระทบเชิงสังคมมีต่อผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย

ใบความรู้ที่ 4 ความเชื่อไม่ถูกต้อง

ความเชื่อไม่ถูกต้อง	คำอธิบาย
1. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นสิ่งที่ผิดปกติและทำลายสุขภาพ	1. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองไม่ทำลายสุขภาพแต่เป็นการระบายความต้องการทางเพศที่ปลอดภัยสำหรับวัยรุ่น
2. ฝันเปียกเป็นสิ่งผิดปกติ	2. ฝันเปียกซึ่งเป็นเรื่องธรรมชาติของเด็กผู้ชายทุกคนที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ซึ่งจะต้องผ่านประสบการณ์นี้
3. การที่เชื้อพรหมจารีขาดหมายความว่าหญิงไม่บริสุทธิ์	3. ไม่แน่นอนเสมอไปเพราะโดยปกติแล้วเชื้อพรหมจารีจะต้องมีช่องให้ประจำเดือนไหลออกมา และเชื้อพรหมจารีเป็นเนื้อเยื่อที่บางมากจึงสามารถขาดได้จากกิจกรรมโลดโผนต่าง ๆ
4. ประจำเดือนคือเลือดเสีย	4. ประจำเดือนไม่ใช่เลือดเสีย แต่เกิดจากผนังมดลูกที่หลุดลอกตัวออกมาเมื่อไม่มีการฝังตัวของตัวอ่อน เพราะเมื่อไข่ตกธรรมชาติก็จะสร้างผนังมดลูกให้หนาขึ้นเพื่อรองรับตัวอ่อนหากไข่ไม่ได้รับการผสมและตัวอ่อนไม่มาฝังตัว ผนังก็จะหลุดลอกออกมาเป็นประจำเดือน
5.การมีประจำเดือนเป็นความผิดปกติหรือเป็นโรคของผู้หญิง	5. การมีประจำเดือนเป็นธรรมชาติของผู้หญิงทุกคน เมื่อเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์หากไม่มีถือเป็นความผิดปกติ ต้องปรึกษาสูติแพทย์
6.ผู้หญิงที่ถูกผู้ชายจูบจะตั้งครรภ์ได้	6. ผู้หญิงที่ถูกผู้ชายจูบมักจะเกิดความต้องการทางเพศ และยินยอมให้มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ตั้งใจหากเป็นช่วงเวลาที่ไข่ตกก็อาจทำให้ตั้งครรภ์ได้
7.หนังสือโป๊ ทำให้เด็กมีปัญหาทางเพศ หรือก่อให้เกิดอาชญากรรมทางเพศ	7.การดูหนังสือโป๊ ทำให้เด็กเกิดอารมณ์เพศ หากไม่รู้จักรับมือ ยับยั้งหรือหาทางออกที่เหมาะสมโดยช่วยตัวเอง อาจ ก่อให้เกิดอาชญากรรมทางเพศได้

เอกสารสำหรับวิทยากร

1.เนื้อหาความรู้ความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์ และการปรับตัว

สาระสำคัญ: การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในช่วงวัยรุ่นอาจเกิดขึ้นในช่วงอายุที่แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล โดยปกติผู้หญิงจะโตเร็วกว่าผู้ชาย ประมาณ 2 ปี เด็กแต่ละคนมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการเข้าสู่วัยรุ่นเร็วช้าไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เพศ เชื้อชาติ อาหาร สภาพสังคม เศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อมนอกจากการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการทางร่างกายแล้ว วัยรุ่นยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ความรู้สึก โดยเริ่มมีความสนใจคนอื่น ๆ ทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศ ตลอดจนเริ่มมีความพึงพอใจเป็นพิเศษต่อคนบางคน เริ่มค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง และอยากรู้ อยากเห็นในเรื่องเพศ ซึ่งเป็นเรื่องปกติที่วัยรุ่นทุกคนต้องเจอ และหากสามารถปรับตัวผ่านพ้นช่วงนี้แล้วก็จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพต่อไป

ความรู้เรื่องการเจริญเติบโตและการเปลี่ยนแปลงทั่วไป

พัฒนาการทางด้านร่างกาย

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายโดยทั่วไปของเด็กชายและเด็กหญิงจะเหมือนกัน เริ่มจากการเปลี่ยนแปลงที่เห็นชัดคือผิวและผมจะมัน มีเหงื่อออกมาก เนื่องจากต่อมเหงื่อและต่อมไขมันจะทำงานมากขึ้น กลิ่นตัวจะเปลี่ยนไป เหมือนกลิ่นของผู้ใหญ่ และมีสิว กระดูกโครงหน้าของวัยรุ่นจะเปลี่ยนไปจากวัยเด็กอย่างมาก กระดูกส่วนล่างจะยาวออก จมูกและขากรรไกรจะเปลี่ยนไป กระดูกช่วงหน้าผากและไรผมก็จะเปลี่ยนไปอย่างมาก หน้าจะเปลี่ยนจากเด็กไปเป็นลักษณะของผู้ใหญ่ ทั้งนี้วัยรุ่นหญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงน้อยกว่า ไม่เด่นชัดเท่ากับวัยรุ่นชาย เช่นเดียวกับการเปลี่ยนแปลงของเสียง วัยรุ่นหญิงก็จะมีเสียงเปลี่ยนไป แต่ไม่มากเท่าวัยรุ่นชาย บางคนก็มีความเปลี่ยนแปลงไม่มากจนสังเกตได้ ในขณะที่วัยรุ่นชายถูกกระดูกจะขยายใหญ่ขึ้นและนูนออกมา ทำให้กล่องเสียงขยายใหญ่ขึ้น เสียงของวัยรุ่นชายจึงใหญ่และทุ้มขึ้น การออกเสียงก็ยังไม่สม่ำเสมอ สูงบาง ต่ำบ้าง แห่ลม ซึ่งวัยรุ่นไม่สามารถจะควบคุมได้ เกิดจากการที่เส้นเสียงและกล้ามเนื้อที่ควบคุมกล่องเสียงยังทำงานไม่สมดุลกัน การเปลี่ยนแปลงที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือการเปลี่ยนแปลงทางระบบสืบพันธุ์ทั้งเด็กวัยรุ่นชายและเด็กวัยรุ่นหญิงจะมีขนาดของอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกที่สมบูรณ์ แต่การทำงานของอวัยวะเพศจะยังไม่สมบูรณ์พร้อมต่อการสร้างชีวิตใหม่ อวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชายเปลี่ยนแปลง คือการเติบโตของลูกอัณฑะ ซึ่งเกิดจากการกระตุ้นของฮอร์โมนชนิดหนึ่งก่อน จนกว่าจะได้รับการกระตุ้นเพียงพอจากฮอร์โมนเพศ ช่วงอายุ 17–19 ปี เป็น

ช่วงที่มีความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเต็มที่แล้ว และจะเป็นช่วงที่มีอารมณ์เพศสูงสุดและรุนแรงจะมีการตื่นตัวทางเพศได้ง่ายและรวดเร็ว มีการตื่นตัวแข็งแรงของอวัยวะเพศได้บ่อยแม้ว่าไม่มีสิ่งปลุกเร้า และอาจจะเกิดในสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสม ทำให้วัยรุ่นรู้สึกเสียหน้าได้ง่าย เกิดความรู้สึกละอายใจที่ควบคุมร่างกายไม่ได้ ส่งผลทำให้เกิดความไม่มั่นใจในตนเองตามมา แต่วัยรุ่นบางรายที่มีความคิดหมกมุ่นเกี่ยวกับเรื่องทางเพศก็มีอยู่ ซึ่งในกลุ่มนี้อาจแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และเป็นปัญหาได้ เด็กผู้หญิงจะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วในช่วงระยะ 1 ปีก่อนมีประจำเดือน โดยเฉพาะการเจริญเติบโตของเต้านม ซึ่งจะเริ่มมีขนาดที่โตขึ้นเมื่ออายุประมาณ 8-13 ปี และจะใช้เวลา สอง ถึง สองปีครึ่ง จึงจะเจริญเติบโตเต็มที่ ในช่วงอายุ 11-13 ปี เด็กวัยรุ่นผู้หญิงส่วนใหญ่ (ร้อยละ 80) จะมีรูปร่างเป็นสาวเต็มตัว ดังนั้นในชั้นประถมตอนปลายหรือมัธยมต้น จะเห็นว่าเด็กสาวจะมีรูปร่างสูงใหญ่เป็นสาวน้อยในขณะที่พวกผู้ชายยังคงเป็นเด็กชายตัวเล็ก ๆ ทั้ง ๆ ที่เด็กผู้หญิงเคยตัวเล็กกว่าเด็กผู้ชายมาตลอด ทำให้เด็กสับสน และเป็นกังวลกับสภาพร่างกายได้การมีประจำเดือนครั้งแรก จะมีเมื่อประมาณอายุ 12-13 ปี แต่ปัจจุบันพบว่าเด็กผู้หญิงมีประจำเดือนเร็วขึ้นหรืออายุที่มีประจำเดือนครั้งแรก (Menarche) ลดลงเป็นอายุ 10-12 ปี เชื่อว่าเกิดจากการรับประทานอาหารที่มีคุณค่าบำรุงร่างกายและมีโปรตีนสูง นอกจากนี้ความแตกต่างกันตามเชื้อชาติก็มีผลต่อการมีประจำเดือนครั้งแรกเช่นกัน การที่มีประจำเดือนแสดงให้เห็นว่า มดลูกและช่องคลอดได้เจริญเติบโตเต็มที่ แต่ในระยะ 1-2 ปี แรก ของการที่มีประจำเดือนมักจะเป็นการมีประจำเดือนโดยไม่มีไข่ตกและเมื่อมีประจำเดือนแล้วจะพบว่าเด็กผู้หญิงยังเจริญเติบโตด้านความสูงต่อเล็กน้อยไปได้อีกระยะหนึ่งและเด็กจะเติบโตเต็มที่เมื่อประมาณอายุ 15-17 ปี การมีรอบเดือนครั้งแรกอาจทำให้รู้สึกพอใจหรือภูมิใจที่เป็นผู้หญิงเต็มตัวหรืออาจจะรู้สึกในทางลบ คือ หวั่นไหว หวาดหวั่นหรือตกใจได้เช่นกัน รอบเดือนในช่วงปีแรก จะมาไม่สม่ำเสมอหรือขาดหายไปได้ในช่วงนี้เด็กจะกังวลหมกมุ่นกับรูปร่างหน้าตา และมักใช้เวลาอยู่หน้ากระจกนาน เพื่อสำรวจรูปร่าง ส่วนเว้าส่วนโค้งหรือใช้กระจกส่องดูบริเวณอวัยวะเพศด้วยความอยากรู้ อยากเห็น ซึ่งไม่ใช่พฤติกรรมที่ผิดปกติแต่อย่างใด เด็กจะมีคำถามได้มากมายเกี่ยวข้องกับการ ทำงานและการเจริญเติบโตของอวัยวะส่วนนี้ เช่น สงสัยว่าประจำเดือนเป็นของเสีย หรือของดี หรือคำถามที่ว่าทำไมการมีรอบเดือนจึงมาร่วมกับอาการปวดท้อง เชื้อพรหมจารีคืออะไร การทำความสะอาดในช่องคลอดจำเป็นหรือไม่ ถ้าจำเป็นควรทำอย่างไร หรือบางรายมีความกังวลว่าถ้ารอบเดือนมีเลือดออกมามาก แสดงว่าร่างกายสูญเสียเลือดมาก จะทำให้เป็นโรคโลหิตจางหรือไม่ เป็นต้นทั้งวัยรุ่นหญิงและชายจะเรียนรู้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง โดยการสอบถามคำสำรวจอวัยวะเพศ มากกว่าร้อยละ 90 ของวัยรุ่นชายจะปลดปล่อยอารมณ์เพศด้วยการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ซึ่งส่วนใหญ่จะไม่มีผลเสียต่อสุขภาพของร่างกาย แต่วิธีการทางธรรมชาตินี้ก็กลับช่วยชะลอความต้องการที่จะต้องรีบหา

คู่ครองเพื่อประโยชน์ทางกามารมณ์ ในพฤติกรรมดังกล่าวหลายครั้งหลายหนที่พบว่าผู้ใหญ่กลับรับปัญหาเหล่านี้ไม่ได้มีการว่ากล่าวหรือประณามอย่างเสียหาย ซึ่งจะทำให้เด็กรู้สึกผิดอย่างมากที่กระทำการนี้ลงไป บางรายขู่หรือทำให้เด็กหวาดกลัวว่าอวัยวะเพศของตนจะหดเล็กลง หรือจะทำให้กลายเป็นบ้า ทำให้เด็กได้รับความเชื่อผิด ๆ ซึ่งส่งผลเสียต่อพฤติกรรมทางเพศเมื่อโตขึ้นได้

พัฒนาการด้านภาษาและสังคม

วัยนี้มีการพัฒนาการด้านความคิดและสติปัญญาสูงขึ้น พัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง มักจะทดลอง ลองผิดลองถูกในด้านต่าง ๆ เช่น ความคิด ความเชื่อ และแสดงความคิดเห็นในแง่ของตนเองมักชอบเข้ากลุ่มกับเพื่อน ทำอะไรตามกัน ซึ่งเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อความคิดความเชื่อ และความประพฤติมากกว่าพ่อแม่ชอบลงในสิ่งที่ตนเองคิดว่าท้าทายความสามารถ ลองทำในกิจกรรมที่พ่อแม่เคยห้าม เช่น การลองสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า เที่ยวกลางคืน เป็นต้นวัยนี้จะเริ่มสร้างสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามมากขึ้น ในวัยรุ่นหญิงจะเริ่มยอมรับตัวเองมากขึ้น เริ่มมีความรู้สึกที่ดีขึ้นต่อการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเพศหญิงของตนเอง และเริ่มมีการคิดฝันถึงเพศตรงข้ามวัยรุ่นชายจะคิดถึงสัญลักษณ์ของวีรบุรุษ มีความเข้มแข็ง เก่งกล้า ส่วนมากความคิดฝันต่าง ๆ จะมาจากหนังสือ นิตยสารหญิง โทรทัศน์ ซึ่งเป็นภาพของบุคคลสวยงาม หล่อ ประสบความสำเร็จ รวมถึงเรื่องราวความรักที่สมหวัง และจบลงอย่างเป็นสุข เป็นเช่นนี้ทุกยุคทุกสมัย โลกของวัยรุ่นจึงเป็นโลกที่เพื่อฝันมากกว่า โลกของความเป็นจริง อย่างไรก็ตาม ในช่วงนี้ วัยรุ่นหญิงจะยังไม่มีความสนใจในเรื่องเพศมากนัก เมื่อเทียบกับวัยรุ่นชาย วัยรุ่นหญิงจะคำนึงถึงความรัก การมีความรัก และมีคนมาให้ความสนใจมากกว่าเรื่องความรู้สึกทางเพศอย่างแท้จริง วัยรุ่นหญิงจะมีความสุขและรู้สึกถึงความรักได้อย่างมากเพียงแต่ได้อยู่ใกล้ชิดกัน ได้มองหน้าหรือสบสายตากัน ได้พูดคุยกัน โดยที่วัยรุ่นหญิงยังไม่คิดถึงความรู้สึก อารมณ์ทางเพศและเพศสัมพันธ์ จากการที่วัยรุ่นทั้งหญิงชายเริ่มมีการคบกัน การมีกลุ่มเพื่อนหรือคบคนภายนอกช่วยให้เด็กมีความคิดและความรู้กว้างขึ้น วัยรุ่นมักอาศัยเพื่อนบ้านที่ปรึกษาหรือลงความเห็นในเรื่องต่าง ๆ และจะฟังซึ่งกันและกันมาก หรืออยากเป็นนักธุรกิจที่ประสบความสำเร็จ มีอุดมคติจนสร้างเป็นระบบค่านิยมของตนเองขึ้นได้ เช่น การเสียดสี ทำประโยชน์ให้แก่สังคม การไม่แต่งงานจะอยู่เป็นโสด เป็นต้น

พัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจ

อารมณ์ของวัยรุ่นจะไม่คงที่ เปลี่ยนแปลงได้ง่ายรวดเร็ว หงุดหงิดง่าย วู่วาม ไม่ฟังเหตุผล เพราะเป็นวัยที่เริ่มมีฮอร์โมนเพศสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว วัยรุ่นยังไม่คุ้นเคยกับความรู้สึก และอารมณ์ที่เกิดขึ้น จึงต้องการเวลาในการปรับตัว ซึ่งในเด็กบางรายจะมีการปรับตัวและสามารถที่จะเป็น

ยอมรับและให้เกียรติจากบุคคลอื่น เด็กวัยนี้กำลังเป็นวัยใฝ่หาเอกลักษณ์ของตน และมีการจัดระบบความคิด ความเชื่อของตนโดยที่เด็กจะเริ่มที่จะไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ แต่จะค้นคว้าได้ถามหรือหาข้อความเอาเองมาประกอบ เมื่อถึงช่วงนี้เด็กจะใช้ชีวิตอย่างเป็นเรื่องราว สร้างสรรค์และมีความรับผิดชอบได้ส่วนหนึ่งแล้ว ก็ยังพบว่าเขายังเป็นผู้ใหญ่ไม่เต็มที่เพราะยังมีการเล่นเข้ามาแทรกปนอยู่ อดทนรอคอยไม่ค่อยได้ จึงเห็นได้ว่าในช่วงนี้ยังมีอารมณ์วู่วาม ยังสนุกสนาน ความรับผิดชอบยังไม่เต็มที่ ซึ่งสิ่งนี้อาจส่งผลทำให้เกิดปัญหาได้ เช่นอุบัติเหตุ เพราะการไม่ยั้งคิด การไม่รู้จักรอคอย ความอึดทะนอง แต่ในขณะเดียวกันก็จะมีเด็กอีกส่วนที่มีการพัฒนาอารมณ์และพฤติกรรมเป็นผู้ใหญ่ มีความรับผิดชอบ มีการวางแผนอนาคต และตั้งใจทำงาน ช่วยเหลือพ่อแม่ แสดงความสามารรถและปรับตัวได้ดี

การหลีกเลี่ยงการเกิดอารมณ์ทางเพศ

หากวัยรุ่นไม่ต้องการให้เกิดอารมณ์เพศก็ต้องหลีกเลี่ยงปัจจัยกระตุ้น หรือตัดวงจรการตอบสนองทางเพศดังกล่าว เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่มีแรงขับทางเพศสูงสุดอยู่แล้วแม้ไม่มีปัจจัยกระตุ้นก็สามารถเกิดอารมณ์เพศบ่อยกว่าวัยอื่น หากวัยรุ่นเลือกทางออกที่ไม่เหมาะสมเช่น มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน อาจจะทำได้ต้องเสียใจภายหลังในกรณีที่มีผลกระทบตามมา ทางออกทางเพศที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่นเมื่อเกิดอารมณ์เพศ มีดังนี้

1. เบี่ยงเบนความสนใจไปทำกิจกรรมอื่นที่สนุกสนานเพลิดเพลิน เช่น กิจกรรมกลุ่มหรือชมรมต่างๆ
2. ใช้แรงขับทางเพศไปในทางกีฬา การออกกำลังกายอย่างหนักจะช่วยลดความต้องการทางเพศ ทำให้ไม่หมกมุ่นเรื่องเพศและคลายความเครียดที่เกิดจากอารมณ์เพศได้

3. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง (Masturbation) ในบรรดากิจกรรมทางเพศที่ปลอดภัย การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองมีความปลอดภัยที่สุดและเป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น อย่างไรก็ตามการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองไม่ควรใช้อุปกรณ์ หรือสารเคมีใด ๆ ที่อาจเป็นอันตรายต่อผิวหนังและอวัยวะเพศ รวมทั้งทางเดินปัสสาวะ วัยรุ่นหญิงไม่ควรสอดใส่สิ่งใดๆเข้าไปภายในช่องคลอดเพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อได้

การปฏิบัติตนที่เหมาะสมเกี่ยวกับการควบคุมและจัดการกับอารมณ์เพศ

1. การเบี่ยงเบน คือการหันเหความสนใจไปทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ เช่น กีฬา ดนตรี หรือกิจกรรมอื่น ๆ ที่สนใจ

2. การกดอารมณ์ วัยรุ่นบางคนสามารถใช้วิธีการทำสมาธิเพื่อกดอารมณ์เพศ ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่ช่วยลดความกดดันได้

3. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เป็นวิธีการระบายความเครียดวิธีหนึ่ง โดยเฉพาะในวัยรุ่นซึ่งไม่สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้

การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เป็นวิธีปลดปล่อยอารมณ์ความรู้สึกทางเพศที่เกิดขึ้น โดยไม่ต้องมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ มากมายสำหรับวัยรุ่น

การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองไม่ใช่สิ่งผิดปกติ แต่ต้องคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้

1. ความสะอาด
2. ความเป็นส่วนตัว ไม่ประเจิดประเจ้อ
3. ไม่ใช่วิธีรุนแรง เพราะอาจทำให้เกิดบาดเจ็บ มีการอักเสบติดเชื้อได้
4. ไม่หมกมุ่นเรื่องนี้มากเกินไป
5. เมื่อทำไปแล้วไม่ควรวิตกกังวลว่า จะเกิดผลร้าย เพราะเป็นเรื่องของการปลดปล่อย

อารมณ์ทางธรรมชาติที่ไม่เป็นอันตรายต่อร่างกายทุกคนไม่จำเป็นต้องมีการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ถ้าการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองไม่ก่อให้เกิดความสุข ไม่ต้องการ ก็ไม่ต้องฝืนทำ และไม่จำเป็นที่ทุกคนต้องสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง

กิจกรรมสุขศึกษาครั้งที่ 2: เสริมสร้างความความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์เฉพาะ	กิจกรรม/วิธีการ	อุปกรณ์	ประเมินผล
เสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนในด้าน 1.พฤติกรรมกรหลีกเลี่ยงสิ่งช่วยทางเพศ 2.พฤติกรรมกรไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รักและการสัมผัสกอดจูบกับแฟน 3.พฤติกรรมกรไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน 4.พฤติกรรมกรปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน	ภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน “หากพวกเรากำลังสบายใจ....พลัน” “หากพวกเรากำลังสนุกหมดเรื่องทุกอย่างทั้งสิ้นใจ..... พลัน” กิจกรรมส่งเสริมความภาคภูมิใจโดยการให้นักเรียนแต่ละคนออกมาบอกความภาคภูมิใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และเขียนใส่ในแผ่นกระดาษรูปหัวใจ แล้วนำไปติดรวมกัน ใน future board สีชมพูรูปหัวใจ และนำไปติดที่ป่าประชาสัมพันธ์เพื่อเป็นสื่อแสดงให้นักเรียนในโรงเรียนเห็นและเป็นแรงจูงใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน มีการเสริมแรงโดยการชื่นชมและให้กลุ่มชื่นชมซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งให้สัญญากันในโปรแกรมว่านักเรียนในกลุ่มทดลองจะช่วยกันป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ซึ่งการจัดทำกิจกรรมดังกล่าวเน้นการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในภาพรวมโดยให้แบ่งกลุ่ม แสดงความสามารถ รายบุคคลและรายกลุ่ม สรุปประเด็น เป็น 4 ส่วนให้นักเรียนเห็นถึงความภาคภูมิใจของตนเองและของกลุ่มและของ	1.กระดาษรูปหัวใจ 2.แผ่น future board สีชมพูรูปหัวใจ 3.ปากกาเคมี	- ประเมินโดยการสังเกตและใช้แบบสอบถาม 1. ภูมิใจในตนเองที่ไม่มีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน 2. ภูมิใจเรื่องพฤติกรรมกรหลีกเลี่ยงสิ่งช่วยทางเพศ 3. ภูมิใจเรื่องพฤติกรรมกรไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก และการสัมผัสกอดจูบกับแฟน 4. ภูมิใจเรื่องพฤติกรรมกรไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง 5. ภูมิใจเรื่องพฤติกรรมกรปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน-เสนอแนวทางป้องกันเมื่อเผชิญกับสถานการณ์เสี่ยง

กิจกรรมสุขศึกษาครั้งที่ 2: เสริมสร้างความความภูมิใจในตนเองต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน (ต่อ)

วัตถุประสงค์ เฉพาะ	กิจกรรม/วิธีการ	อุปกรณ์	ประเมินผล
	บุคคลทั้งในด้านความภาคภูมิใจในพฤติกรรมทางเพศ พฤติกรรมที่ไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่อริและการสัมผัสกอดจูบกับแฟน พฤติกรรมที่ไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และความภาคภูมิใจในพฤติกรรมปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน การบ้าน: ให้นักเรียนหาข่าวปัญหาที่เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นมากลุ่มละ 1 ข่าว		ทางเพศได้อย่างเหมาะสม

เอกสารสำหรับวิทยากร

สาระสำคัญ

วัยรุ่นตอนต้น เป็นวัยที่ต้องการค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง การถูกหล่อหลอมจากสังคม วัฒนธรรม ค่านิยมและครอบครัว มีส่วนในการแสดงพฤติกรรม และบทบาทของเพศชาย-หญิง ค่านิยมหรือความเชื่อที่เปลี่ยนไปก็กำหนดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับเด็ก รวมทั้งการที่ไม่หนักแน่นและไม่มั่นคงในตนเอง เด็กจะแสดงพฤติกรรมตามกระแสสังคมได้ง่าย หากวัยรุ่นได้ค้นหาตนเอง รู้จักคุณค่าในตนเอง ได้รับความรู้สึกรับรู้ของตนเองต่อเพศของตนจะช่วยให้เด็กมีความมั่นใจมากขึ้น และแสดงบทบาททางเพศที่เหมาะสม เข้าใจความแตกต่างระหว่างเพศ รวมทั้งรู้จักเคารพในสิทธิของตนเองและผู้อื่น

ความมีคุณค่าแห่งตน

ความมีคุณค่าแห่งตนหมายถึง แสดงเจตคติในการยอมรับตนเองในด้านมีความสามารถ ประสบความสำเร็จ มีความสำคัญ มีความคิดทางบวกต่อตนเอง คนที่เห็นคุณค่าในตนนั้น คือคนที่เคารพยอมรับนับถือตนเองมองเห็นค่าของตน

การเห็นคุณค่าในตน เป็น 2 ส่วน คือ

1. การยอมรับตนเองคือ มีความพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความเชื่อมั่นและมีอิสระ
2. การยอมรับของผู้อื่นคือ ได้รับความชื่นชม มีชื่อเสียงเกียรติยศโดย การยอมรับของผู้อื่น

คุณลักษณะของผู้ที่มี self esteem สูง

1. มีความมุ่งมั่นในความสำเร็จ และมีความพยายามสูง
2. เชื้อมั่นในความสามารถ และการตัดสินใจของตนเอง กล้าตอบคำถาม กล้าแสดงออก
3. เข้าใจตนเองสามารถควบคุมตนเองได้ เป็นตัวของตัวเอง
4. มองโลกแง่ดี ใ่วางใจ และเข้าใจผู้อื่น อารมณ์ดี ร่าเริงแจ่มใส ไม่อิจฉาใคร
5. แสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ ไม่ยึดติดแนวคิดเดิม ๆ เชื้อมั่นในตัวเอง กล้าตัดสินใจ
6. มีความสุขกับการทำงาน/เรียน
7. ชอบเข้าสังคมและสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ เข้ากับเพื่อนได้ดี เพื่อน ๆ ให้ความ

ยอมรับนับถือ

8. มีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

กิจกรรมสุขศึกษาครั้งที่ 3 : ความตระหนักต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียน

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์เฉพาะ	กิจกรรม/วิธีการ	อุปกรณ์	ประเมินผล
สร้างความตระหนักรู้ ในตนเองในการ ป้องกันการมี เพศสัมพันธ์ ก่อนวัย อันควร ให้ตระหนัก ในปัญหาที่เกิดจาก การมีเพศสัมพันธ์ว่า เป็นสิ่งไม่ดีไม่ เหมาะสมและ ตระหนักว่าการมี เพศสัมพันธ์เมื่อ พร้อมเป็นทางเลือกที่ ดีกว่า	โดย เปิดประเด็นปัญหาการมี เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร - นำผู้เรียนด้วยการให้ นักเรียนนำเสนอข่าวเกี่ยวกับการ มีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม เช่น ข่าวการทำแท้งในคลินิกเถื่อน แม่ ที่ทอดทิ้งลูก การติด โรคเอดส์ อัตราการติดโรคเอดส์ ข่าว อาชญากรรมที่เกี่ยวกับเรื่องเพศ เป็นต้น - เลือกนักเรียน ประมาณ 5 คน ตามข่าวต่างๆ ที่นำมาเสนอ หน้า ชั้นโดยไม่ต้องสรุป - สะท้อนความคิดรายบุคคลโดย สมมติว่าในสถานการณ์นั้นๆ นักเรียนเป็นคนในข่าว นักเรียนจะ รู้สึกอย่างไร ใครบ้างที่ได้รับ ผลกระทบนั้นๆ และจะมีวิธี ป้องกันอย่างไร อภิปรายกลุ่ม วิเคราะห์กรณีศึกษาให้กลุ่ม เปรียบเทียบข้อดีข้อเสีย เสนอผล / สรุปประเด็นการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อพร้อมเป็นสิ่งที่ดีกว่า	1.ภาพพลิกสถิติตัวเลขการ ตั้งครรภ์และทำแท้งใน วัยรุ่น 2.แผ่นข้อความ สถานการณ์“เรื่องสนุกที่ อาจทุกข์ฉนั้น” ข่าวจาก สื่อต่าง ๆ (ผู้สอนต้อง เตรียมข่าว สำรอง ไว้ด้วย 4-5 ข่าว) 3.กระดาษ A 4 เท้า จำนวนคน 4.ปากกาเคมี	- ประเมินโดยใช้ แบบสอบถาม 1. ตระหนักใน ปัญหาที่เกิดจาก การมีพฤติกรรม ทางเพศสัมพันธ์ 2. ตระหนักว่าการ มีเพศสัมพันธ์เมื่อ พร้อมเป็น ทางเลือกที่ดีกว่า

ใบงานที่ 1

“หากเป็นเราจะทำอะไร”

ยกตัวอย่างข่าว ท้อง-แท้ง – ตกเลือด

สร้างเหตุการณ์จากข่าว : เด็กหญิงนก เป็นนักเรียน ม.2 อายุ 14 ปี มีเพศสัมพันธ์กับแฟนแล้วท้องเมื่อแฟนรู้ว่าท้องจึงทิ้งไป ทำให้ เด็กหญิงนกต้องแอบไปทำแท้งและเกิดการตกเลือดต้องห้ามส่งโรงพยาบาลหากนักเรียนเป็นนางนกจะ (ให้แต่ละคนเขียนความรู้สึกลงในกระดาษ และให้นำความคิดเข้าสู่กลุ่ม)

1. รู้สึกอย่างไร

.....

2. ใครบ้างที่ได้รับผลกระทบ

.....

3. จะมีวิธีอย่างไรในการป้องกัน

.....

ข้อเตือนใจสำหรับหญิง

ผู้ชายที่ยังไม่ได้แต่งงาน มักเห็นความบริสุทธิ์ และความเป็นสาวพรหมจารีของผู้หญิงเป็นเรื่องเล็กเขาจะพยายามพิชิตมันให้ได้เพื่อความสุขของเขาแต่ถึงคราวตัวเองจะแต่งงาน เขากลับต้องการหญิงสาวที่บริสุทธิ์จริงๆ

สรุป: ความคิดรวบยอดจากกลุ่ม เปรียบเทียบข้อดีข้อเสีย เสนอผล /สรุปประเด็นการมีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อมเป็นสิ่งที่ดีกว่า

กิจกรรมสุขศึกษาครั้งที่ 4: เสริมสร้างทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์เฉพาะ	กิจกรรม/วิธีการ	อุปกรณ์	ประเมินผล
สร้างทักษะการปฏิเสธเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนให้ไปมีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ ปฏิเสธบุคคลที่พึ่งรู้จักกัน ปฏิเสธคู่รัก(แฟน) ต่างวัย ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)วัยเดียวกันในโรงเรียน	- ทักทายและให้ทุกคนตื่นตัวโดยใช้เพลงหอยเปลี่ยนฝา แจกใบความรู้เรื่องทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ - แบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม แจกเอกสารทักษะการปฏิเสธ ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอ่านและส่งตัวแทนสรุปการปฏิเสธ บรรยายสรุปหลักการปฏิเสธ - แบ่งกลุ่ม ให้แสดงบทบาทสมมติปฏิเสธบุคคลที่พึ่งรู้จักกัน ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)ต่างวัย ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)วัยเดียวกันในโรงเรียน - ให้แต่ละกลุ่มระดมสมอง วิเคราะห์กลุ่มย่อยเสนอผล สรุปประเด็น - ใช้สถานการณ์จำลอง ให้ประกอบการระดมสมอง โดยให้แบ่งกลุ่ม แสดงบทบาทสมมติ โดยให้ทุกคนร่วมแสดงและฝึกการพูดและแสดงท่าทีการปฏิเสธสรุปประเด็น	1.เกมหอยเปลี่ยนฝา 2.แผ่นงาน การแสดงบทบาทสมมติ 3. กระดาษ 5.ปากกาเคมี 6.อุปกรณ์ แล้วแต่ความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียน เช่น แป้ง ผ้าเช็ดหน้า แก้วที่อยู่ในชั้นเรียน	- ประเมินโดยใช้แบบสอบถาม - ทักษะการปฏิเสธเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนให้ไปมีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ 1. ปฏิเสธบุคคลที่พึ่งรู้จักกัน 2. ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)ต่างวัย 3. ปฏิเสธคู่รัก(แฟน)วัยเดียวกันในโรงเรียน 1. การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางเพศ 2. การไม่ไปไหนสองต่อสองกับคู่รัก เพื่อนชาย(แฟน) 3. การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง 4. การปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์เมื่อถูกชักชวน

ใบความรู้ที่ 5 “ปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์”

ทักษะการปฏิเสธ

การปฏิเสธเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของบุคคล ที่ทุกคนควรเคารพและยอมรับ นักเรียนสามารถปฏิเสธการชวนของเพื่อน / หรือใครก็ตาม ที่ชวนไปทำในสิ่งที่นักเรียนไม่ชอบ / ไม่อยากทำ การปฏิเสธที่ใช้ได้ผลมักเป็นการปฏิเสธในสถานการณ์ที่ถูกชวนไปกระทำในสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์หรือเกิดผลกระทบในแง่ลบตามมา เช่นการถูกชักชวนจากเพื่อนชายให้มีเพศสัมพันธ์เป็นต้น จึงมีหลักในการปฏิเสธเพื่อให้ได้ผลและไม่เสียเพื่อนดังนี้

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทางคำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ
2. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น เช่น ฉันไม่สบายใจเลย เพราะอาจทำให้คนเข้าใจผิดได้ ฉันไม่ชอบ ฯลฯ
3. การบอกปฏิเสธให้ชัดเจน เช่น ฉันไม่ไปด้วยหรอก ฉันขอไม่ไป ฯลฯ
4. การขอความเห็นชอบและแสดงอาการขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ และเป็นการรักษาน้ำใจของผู้ชวน เช่น คุณคงไม่ว่านะ คุณคงเข้าใจนะ ฯลฯเมื่อถูกเข้าใจ หรือสับสนประมาท ไม่ควรหัวเราะไปกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้ขาดสมาธิ

การหาทางออก ควรยืนยันการปฏิเสธและหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี้

1. ปฏิเสธซ้ำ โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้างพร้อมทั้งบอกลาแล้วเดินจากไปทันที หรือหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี้
2. การต่อรอง โดยการชักชวนทำกิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน เช่น เรากลับบ้านกันดีกว่า
3. การผัดผ่อนโดยการขอยืดระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ เช่นเอาไว้นหลัง โอกาสหน้าก็แล้วกัน ฯลฯ

ใบงานที่ 2

“ฝึกจริง เล่นจริง ปฏิเสธจริง”

สถานการณ์ที่ 1

สววยใส เป็นคนสวยและมีเสน่ห์ สววยใสกำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นบุตรคนที่ 2 ของครอบครัวที่ฐานะยากจน ในวันหยุดสววยใสต้องออกไปรับจ้างในโรงงานเพื่อหาเงินมาเรียนหนังสือและช่วยจุนเจือครอบครัว สววยใสหวังไว้ว่าจะตั้งใจเรียนสูงๆ มีงานทำที่ดีในอนาคตและจะช่วยเหลือครอบครัวได้มากกว่านี้ วันหนึ่งสมศักดิ์ซึ่งทำงานอยู่ในโรงงานนี้มาขอพบสววยใส ดังนั้นสมศักดิ์จึงอาสาไปรับไปส่งสววยใสทุกครั้งเมื่อเธอไปทำงาน วันหนึ่งสมศักดิ์ชวนเธอไปที่หอพักหน้าโรงงาน แต่สววยใสไม่ยอมไปและต้องการปฏิเสธเพราะกลัวว่าจะมีอะไรเกิดขึ้น และทำให้พ่อแม่ต้องเสียใจ ถ้านักเรียนเป็นสววยใส นักเรียนจะอย่างไร

ต่อมาเพราะความใกล้ชิดทำให้ เธอและเขารักกัน สมศักดิ์พาสววยใสไปที่หอพัก 2 ครั้งแต่ไม่เคยล่วงเกินจนทำให้สววยใสรู้สึกไวใจ จนกระทั่งวันหนึ่งหลังเลิกงานในวันเสาร์วันนั้นฝนตกหนักทั้งสองคนเปียกปอน สมศักดิ์พาสววยใสไปพักที่หอเพื่อรอให้ฝนหยุดตก เมื่ออยู่ด้วยกันสองต่อสองสมศักดิ์ก็มีเพศสัมพันธ์กับสววยใส แต่สววยใสยังไม่พร้อมเกรงว่าพ่อกับแม่จะเสียใจ กลัวการตั้งครรภ์ กลัวเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และอนาคตการเรียนต้องจบลง

ถ้านักเรียนเป็น สววยใสจะมีวิธีปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์อย่างไรให้สมศักดิ์ รู้สึกสงบนลงและทั้งสองยังคงมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

สถานการณ์ที่ 2

ชายและหญิงเป็นแฟนกัน ทั้งสองคนเรียนอยู่โรงเรียนเดียวกัน ชายเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ส่วนหญิงเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชายมีนิสัยสนุกสนานเรียนหนังสือเก่งและเป็นที่ยอมรับของทุกคนในกลุ่มเพื่อน วันหนึ่ง ชาย ชวนหญิงไปอ่านหนังสือและเที่ยวช้อปปิ้งวันเกิดเพื่อน หญิงทราบดีว่าหากมีงานเลี้ยงวันเกิด จะต้องกลับบ้านดึก พ่อกับแม่จะต้องไม่พอใจ และการไปไหนสองต่อสองกับชายเป็นสิ่งที่ไม่สมควร หากนักเรียนเป็นหญิง นักเรียนจะมีวิธีปฏิเสธอย่างไร

ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม กลุ่มละ 10-11 คน และแสดงบทบาทสมมติตามเหตุการณ์



No. MU 2007-136

**Documentary Proof of Ethical Clearance
The Committee on Human Rights Related to
Human Experimentation
Mahidol University, Bangkok**

Title of Project. Life Skills Promoting Program to Prevent Sexual Behavior among Female
Junior High School Students in Prajuabkirikan Province
(Thesis for Master Degree)

Principle Investigator. Miss Nedsine Punyachun

Name of Institution. Faculty of Public Health

Approved by the Committee on Human Rights Related to Human Experimentation

Signature of Chairman. 
(Professor Dr. Srisin Khusmith)

Signature of Head of the Institute. 
(Professor Dr. Pornchai Matangkasombut)

Date of Approval. 18 JUL 2007

Date of Expiration. 17 JUL 2008

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ นางสาวเนตรทราย ปัญญะนันท์

วัน เดือน ปี เกิด 18 สิงหาคม 2516

สถานที่เกิด จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

ประวัติการศึกษา
พยาบาลศาสตร์ ระดับต้น
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ปี พ.ศ.2537
วิทยาศาสตรบัณฑิต วิชาเอกสุขศึกษา
สถาบันราชภัฏเพชรบุรี ปี พ.ศ.2540
พยาบาลศาสตร์ (ต่อเนื่อง 2 ปีเทียบเท่าปริญญาตรี)
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ลำปาง ปี พ.ศ.2543
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์)
สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
ปีการศึกษา 2552

ตำแหน่งและสถานที่ทำงานปัจจุบัน

พ.ศ. 2537 – 2543 เป็นข้าราชการ ตำแหน่งพยาบาลเทคนิค
โรงพยาบาลสามร้อยยอด

พ.ศ.2543 – ปัจจุบัน เป็นข้าราชการ ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ
โรงพยาบาลสามร้อยยอด