

ผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง
ทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิง
ชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

ศินีนาถ กุลาวงศ์



การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองเสนอเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

หลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

พฤษภาคม 2556

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยพะเยา



ผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง
ทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิง
ชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น



ศินีนาถ กุลาวงศ์

การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองเสนอเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

หลักสูตรปริญญาสาขารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

พฤษภาคม 2556

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยพะเยา

อาจารย์ที่ปรึกษา และคณบดีวิทยาลัยการศึกษาต่อเนื่อง ได้พิจารณาการศึกษา
ต้นคว้าด้วยตนเอง เรื่อง “การศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง
ทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น”
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต
ของมหาวิทยาลัยพะเยา

(ดร.รุ่ง วงศ์วัฒน์)

อาจารย์ที่ปรึกษา

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ นพรัก)

คณบดีวิทยาลัยการศึกษาต่อเนื่อง

พฤษภาคม 2556



กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจาก ดร.รุ่ง วงศ์วิวัฒน์ อาจารย์ที่ปรึกษาควบคุมการจัดทำการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาและพัฒนากระบวนการคิด อันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องในทุกขั้นตอนของการศึกษาการค้นคว้าด้วยตนเองและการดำเนินชีวิต ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและประทับใจในความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ให้ความรู้และประสบการณ์อันมีค่ายิ่ง กราบขอพระคุณคณะกรรมการตรวจสอบการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ที่กรุณาให้คำแนะนำแนวทางการปรับปรุงแก้ไขในการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองครั้งนี้

กราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ของเครื่องมือวิจัย อันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการปรับปรุงต่อการศึกษาในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนขยายโอกาส อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน ที่อนุญาตให้ดำเนินการวิจัย และขอขอบพระคุณอาจารย์ทุกท่านที่อำนวยความสะดวกอย่างดี ในการรวบรวมข้อมูล และการวิจัยครั้งนี้จะไม่สำเร็จล่วงได้ถ้าปราศจากความร่วมมือเป็นอย่างดี จากนักเรียนหญิงชาวเขาเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จึงขอขอบคุณมา ณ ที่นี้

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ครอบครัวกุลาววงศ์ ที่มีส่วนช่วยเหลือให้กำลังใจ และห่วงใยผู้วิจัยเสมอมา อีกทั้งขอขอบคุณพี่ ๆ เพื่อน ๆ นักศึกษาปริญญาสาธาณสุขศาสตร-มหาบัณฑิตทุกท่าน ที่คอยให้กำลังใจและให้คำปรึกษาที่ดีแก่ผู้วิจัยในระหว่างการศึกษา ระดับบัณฑิตศึกษา

ศิณีนารถ กุลาววงศ์

ชื่อเรื่อง	การศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อมรรณะการรับรู้ในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
ผู้ศึกษาค้นคว้า	ศิณีนภา กุลาวงศ์
ที่ปรึกษา	ดร.รุ่ง วงศ์วิวัฒน์
ประเภทสารนิพนธ์	การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ส.ม., มหาวิทยาลัยพะเยา, 2556
คำสำคัญ	การพัฒนาทักษะ การรับรู้สมรรถนะในตนเอง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เขตอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน ทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 54 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้ประกอบด้วยโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ paired T-Test

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลองกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($p\text{-value} < 0.001$) ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมีผลต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองด้านการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและสามารถลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในกลุ่มนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นได้

Title THE EFFECTS OF TRAINING PROGRAMS TO PREVENT SEXUAL RISK BEHAVIOR ON PERCEIVED SELF-EFFICACY OF HMONG HILL TRIBE FEMALE STUDENTS IN SECONDARY SCHOOL, GRADE 1-3

Author Sineenart Kulawong

Advisor Dr.Rung Wongwat

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

Keywords Skill development, perceived self-efficacy, sexual risk behavior

ABSTRACT

The purpose of this research was to determine the effects of training programs to prevent sexual risk behavior on perceived self-efficacy of Hmong hill tribe female students in secondary school, grade 1-3, Songkwae district, Nan province. Fifty-four participants were selected by purposive sampling. The research instruments was skill development for prevention of sexual risk behavior program. Questionnaires were comprised of a demographic data and perceived self-efficacy. Data were analyzed by using frequency, percentage, mean, standard deviation and paired t-test.

The result revealed that after the intervention the perceived self-efficacy score of sampling group was statistically significant higher than before the intervention at level 0.01 (p -value < 0.001). The result of this research showed that the skills development for prevention of sexual risk behavior program was affected to prevention of sexual risk behavior and reduced sexual risk behavior of Hmong hill tribe female students in secondary school, grade 1-3.

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	5
สมมติฐานของการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
สภาพทั่วไปของชาวเขาเผ่าม้ง	7
พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น	9
การพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ	11
แนวคิดการรับรู้สมรรถนะในตนเอง (Self-efficacy)	18
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	20
กรอบแนวคิดในการศึกษา.....	22
3 วิธีดำเนินการวิจัย	23
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	23
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	23
การเก็บรวบรวมข้อมูล	30
การวิเคราะห์ข้อมูล	31
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลพฤติกรรมทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง	32
ผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อ การรับรู้สมรรถนะในตนเอง	40

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 บทสรุป	42
สรุปผลการวิจัย	42
อภิปรายผลการวิจัย.....	44
ข้อเสนอแนะ	49
บรรณานุกรม	50
ภาคผนวก	54
ภาคผนวก ก การพิทักษ์สิทธิ์ผู้เข้าร่วมการวิจัย.....	55
ภาคผนวก ข แบบรวบรวมข้อมูลนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับ มัธยมศึกษาตอนต้น.....	56
ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า	67



สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษา และผลการเรียนเฉลี่ยสะสม	32
2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม จำนวนรายได้ และความเพียงพอของค่าใช้จ่ายแต่ละเดือน การอยู่อาศัย	33
3 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม สถานภาพสมรสของบิดามารดา อาชีพของบิดามารดา สิ่งอำนวยความสะดวกที่มี	34
4 จำนวนและร้อยละจำแนกตามข้อมูลพฤติกรรมทางเพศ	35
5 จำนวนและร้อยละข้อมูลพฤติกรรมทางเพศของกลุ่มตัวอย่างที่เคยมีเพศสัมพันธ์	36
6 จำนวนค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้สมรรถนะ ในตนเองก่อนและหลังการได้รับโปรแกรม การพัฒนาทักษะการป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของกลุ่มตัวอย่างรายข้อ	38
7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสถิติทดสอบทีและระดับนัยสำคัญ ทางสถิติของการทดสอบเปรียบเทียบคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรม เสี่ยงทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง.....	40

อักษรย่อ

ส.ม.	=	หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต
ศษ.ม.	=	หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
กศ.ม.	=	หลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต
ศศ.ม.	=	หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
วท.ม.	=	หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
ศศ.ม.	=	หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
พย.ม.	=	หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
ศษ.ม.	=	หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
ค.ม.	=	หลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต
ศษ.ม.	=	หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
วท.ม.	=	หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
ศษ.ม.	=	หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสภาพสังคมไทยได้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งเป็นผลมาจากการพัฒนาประเทศให้ทัดเทียมกับประเทศทางตะวันตก จึงก่อให้เกิดความเจริญทั้งทางด้านวัตถุ เทคโนโลยีการสื่อสารต่าง ๆ ส่งผลให้คนไทยเกิดการเปลี่ยนแปลงทางความคิด ทักษะคติ ค่านิยมในการใช้ชีวิต ค่านิยมในการเที่ยวเตร่ ค่านิยมในการคบเพื่อนต่างเพศ (กองสุขศึกษา, 2541) ในขณะที่เดียวกันการพัฒนาดังกล่าวก็ทำให้เกิดความเจริญทางด้านศีลธรรม จริยธรรมในสังคมเริ่มเสื่อมลง โดยเฉพาะค่านิยมดั้งเดิมของคนไทยในเรื่องเพศ จากเดิมที่สอนว่าอย่าซิงสุกก่อนห้ามให้รักจนวลงสวนตัว ซึ่งสิ่งเหล่านี้เคยเป็นบรรทัดฐานที่ดีสำหรับเยาวชนและคนหนุ่มสาวหลายเรื่อง ที่ล้ำสมัย ค่านิยมใหม่ ๆ ที่เผยแพร่มากับสื่อต่างๆก็มักสนับสนุนแนวคิดที่ว่า การแสวงหาความสุขทางเพศเป็นเรื่องที่สามารถทำได้ถ้าไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น และถ้าเป็นการยินยอมพร้อมใจทั้งสองฝ่าย อีกทั้งในเรื่องของการตั้งครรภ์และการติดโรคก็ยิ่งเป็นเรื่องที่ได้รับการยอมรับมากขึ้น ค่านิยมที่เปลี่ยนไปนี้เป็นผลมาจากปัจจัยทางสังคม เศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น พ่อแม่ต้องทำงานเพื่อหารายได้มาเลี้ยงครอบครัว จึงทำให้ไม่มีเวลาดูแลใกล้ชิดลูกอีกทั้งสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย เช่น การเพิ่มจำนวนของสถานบริการ สถานเริงรมย์ และสื่อต่าง ๆ ที่จูงใจให้เกิดมีโอกาสเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมากขึ้น (ปรากรม วุฒิพงษ์, 2540) ซึ่งในที่นี้หมายถึงพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์กันมากที่สุด ได้แก่ การเที่ยวสถานเริงรมย์ การดื่มสุราหรือของมีเมา การใช้สารเสพติด การอ่านหนังสือกระตุ้นอารมณ์เพศ การดูภาพยนตร์กระตุ้นอารมณ์ทางเพศ การจับมือถือแขนและการกอดจูบ การชักนำของเพื่อนต่อการมีเพศสัมพันธ์ (เลิศลักษณ์ บุญรอด, 2543)

วัยรุ่นเป็นวัยที่เกิดการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิตทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยเฉพาะด้านร่างกาย ที่ก่อให้เกิดปัญหาอันเนื่องมาจากพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ถูกต้อง แต่สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้วัยรุ่นมีการเรียนรู้เรื่องเพศจากสังคม สิ่งแวดล้อม ครอบครัว ชุมชน และสื่อประเภทต่าง ๆ ประกอบกับวัยรุ่นมีความต้องการทางเพศตามธรรมชาติของร่างกายเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว นอกจากนี้บางสังคมที่มีขนบธรรมเนียมประเพณีวัฒนธรรมที่เอื้อให้เกิดการมีพฤติกรรมทางเพศได้อย่างอิสระ เช่น ในกลุ่มชาวเขาเผ่าม้ง ที่ได้ก่อให้เกิดปัญหาอันเนื่องมาจากพฤติกรรมทางเพศ เช่น โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ปัญหาการคลอดและการทำแท้ง ได้มีการศึกษาพฤติกรรมทางเพศ ในวัยรุ่นทั้งเขตเมืองและเขตชนบทเกี่ยวกับเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย การมีสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศ ความรู้เกี่ยวกับการเจริญพันธุ์ ของร่างกาย โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และจากรายงานวิจัยเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับปัญหา พฤติกรรมทางเพศในกลุ่มประชากรชาวเขาที่ผ่านมา ส่วนใหญ่เป็นบทความทางและข้อสังเกต โดยมุ่งเน้นบริบททางสังคมวัฒนธรรมเป็นเงื่อนไขสำคัญ (ทรงวิทย์ เชื่อมสกุล, 2539) และยังพบอีกว่า ชาวเขาเผ่าม้งเป็นกลุ่มประชากรที่มีปัญหาด้านการเจริญพันธุ์สูง โดยเฉพาะ กลุ่มวัยรุ่นเพศหญิงชาวเขาเผ่าม้ง จะเริ่มมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุยังน้อย เนื่องจากบางคนพ้น จากการเรียนก่อนจบการศึกษาภาคบังคับ ประกอบกับชาวเขาเผ่าม้งให้การยอมรับและให้อิสระ ทางเพศแก่หนุ่มสาวมาก ดังนั้นวัยรุ่นเพศหญิงชาวเขาเผ่าม้งจึงพบปัญหาพฤติกรรมทางเพศ ที่ไม่เหมาะสมเนื่องจากสังคมและวัฒนธรรมของตนที่เอื้อให้เกิดพฤติกรรมทางเพศในวัยรุ่นได้ง่าย (ปรากรม วุฒิพงษ์, 2540) และพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ถูกต้องจะส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพ หลาย ๆ ด้าน เช่น การตั้งครรภ์ตั้งแต่อายุยังน้อย การตั้งครรภ์ไม่พร้อม การทำแท้ง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ เป็นต้น

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่น พบว่ามีผู้วิจัยหลายท่านได้ประยุกต์สร้างโปรแกรมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และนำมาใช้ในการเรียนการสอน เช่น การประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศพบว่าการใช้ทักษะชีวิตสร้างโปรแกรมสุขศึกษาโดยเน้นในเรื่องทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ และการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีประสิทธิผลดีต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทางเพศ (ณิชา พรหมน้อย, 2544) และการประยุกต์ใช้ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลต่อพฤติกรรม เสี่ยงทางเพศพบว่า ภายหลังจากได้รับโปรแกรมสุขศึกษากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ น้อยกว่าก่อน แต่จากการที่วัยรุ่นเป็นวัยที่รักและต้องการกลุ่มเพื่อนมากและมักจะเชื่อเพื่อน ในกลุ่มมากกว่าพ่อแม่ หรือ ครู จะเลียนแบบ ซึ่งกันและกันทั้งทางด้านร่างกาย การพูดจาและ พฤติกรรมต่าง ๆ เนื่องจากต้องการให้เพื่อนในกลุ่มยอมรับตนเอง ดังจะเห็นได้จากการศึกษาปัจจัย ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์พบว่า การคล้อยตามกลุ่มเพื่อนสามารถ ทำนายพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้ ร้อยละ 54 (ณัฐนันท์ วิชัยรัมย์, 2545) แสดงให้เห็น ว่าการกระทำกิจกรรมกลุ่มมีผลต่อวัยรุ่นมากเช่นเดียวกับภนิดา ภูโตนนานา (2539) ได้ทำการวิจัย เรื่องผลการใช้กิจกรรมกระบวนการกลุ่ม ต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลปรากฏว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่า สูงกว่าก่อนการทดลองและนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่า

ในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่นเดียวกับงานวิจัยของ กิตตินภา พลวัตร (2539) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกระบวนการกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดขอนแก่น พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม จากการศึกษาของเชิดพงษ์ ราชปองพันธ์ (2545) ผลการใช้กระบวนการกลุ่มและการได้รับข้อเสนอแนะที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนปทุมคณาคร จังหวัดหนองคายผลการวิจัยพบว่า หลังเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มนักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลอง นอกจากนี้ สมควร ใจกระจ่าง (2542) ยังได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นผู้ชาย เฝ้ามิ่ง ซึ่งผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นผู้ชายเฝ้ามิ่งเป็นเพศชาย ร้อยละ 53.5 และเพศหญิง ร้อยละ 46.5 มีอายุเฉลี่ย 16 ปี เคยมีพฤติกรรมทางเพศในด้านการติดต่อไปมาหาสู่กับเพื่อนต่างเพศมากที่สุด ร้อยละ 65.2 และต่ำสุดเคยสำเร็จความใคร่ให้ตนเอง ร้อยละ 18.0 ในกลุ่มวัยรุ่นผู้ชาย เฝ้ามิ่งที่เคยมีเพศสัมพันธ์จะเป็นเพศชาย ร้อยละ 53.3 และเพศหญิง ร้อยละ 15.0 มีเพศสัมพันธ์กับคนรัก ร้อยละ 76.8 ซึ่งกลุ่มที่เคยมีเพศสัมพันธ์จะใช้ถุงยางอนามัยขณะร่วมเพศเพียง ร้อยละ 20.5 ซึ่งถือว่าน้อยมาก

สถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จังหวัดน่าน พบว่า ในปี 2552 ได้มีการเก็บข้อมูลของหญิงตั้งครรภ์ทุกกลุ่มอายุ มีจำนวนทั้งสิ้น 4,131 ราย ในจำนวนนี้มีหญิงตั้งครรภ์ที่อายุน้อยกว่า 14 ปี จำนวน 14 ราย และมีหญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี จำนวน 486 ราย (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2545) ในส่วนของอำเภอสองแคว จังหวัดน่านได้มีการเก็บข้อมูลจำนวนผู้ที่มาฝากครรภ์ในระหว่างปี 2553-2554 พบว่ามีจำนวนหญิงตั้งครรภ์ที่อายุน้อยกว่า 19 ปี ในปี 2553 มีจำนวน 38 รายซึ่งเป็นวัยรุ่นหญิงบ้านถ้ำเวียงแก จำนวน 15 ราย และในปี 2554 มีจำนวนทั้งสิ้น 28 รายและเป็นวัยรุ่นหญิง บ้านถ้ำเวียงแกถึง 18 ราย ซึ่งถือว่าเป็นจำนวนที่สูงมาก นอกจากนั้นยังพบอีกว่าหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นวัยรุ่นหญิงบ้านถ้ำเวียงแกที่มีอายุน้อยที่สุดคือ 13 ปี ซึ่งถือว่ายังเด็กมาก ไม่สามารถที่จะรับผิดชอบและดูแลตนเองและบุตรได้ ประกอบกับปัจจุบันนี้การเจริญเติบโตของวัยรุ่นที่เติบโตจากวัฒนธรรมสมัยใหม่ ที่ได้รับอิทธิพลจากสื่อต่าง ๆ อีกทั้ง การให้ความรู้เรื่องเพศศึกษายังไม่เป็นระบบ ไม่มีความชัดเจนแน่นอน ตลอดจนพ่อแม่ผู้ปกครองยังเห็นว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องที่ไม่ควรพูดถึงหรือไม่กล้าคุยกับลูกและมักปล่อยให้เรียนรู้เอง ในกลุ่มวัยรุ่น ทำให้ได้รับความรู้ไม่ตรงกับข้อเท็จจริง เกิดความเชื่อและปฏิบัติตนอย่างผิดพลาด และโดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มชาวเขาเฝ้ามิ่ง ซึ่งเป็นกลุ่มประชากรที่ส่วนใหญ่มีการศึกษาน้อย จึงอาจมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศศึกษาและเจตคติเรื่องเพศที่ไม่ถูกต้อง เนื่องจากพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ถูกต้อง

จะเกิดภาวะเสี่ยงกับกลุ่มวัยรุ่นในหลาย ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และส่งผลให้เกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ขึ้น ซึ่งทั้งหมดนี้ ล้วนแล้วแต่ส่งผลต่อสุขภาพในวัยรุ่นโดยตรงและผลกระทบต่อสังคมโดยรวม

การมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นหญิงโดยไม่มีการป้องกันหรือคุมกำเนิด เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ในวัยรุ่น ในขณะที่ยังไม่พร้อมมักแก้ปัญหาด้วยการทำแท้ง ซึ่งก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในวัยเรียนมักถูกประณามจากสังคม บางรายต้องยุติการเรียน เกิดความเครียดความอับอาย เนื่องจากสังคมไทยมีการชดเชาสังคมในด้านบทบาทชายหญิงที่แตกต่างกันในเรื่องเพศของหญิงไทย ต้องรักนวลสงวนตัว การพูดคุยเรื่องเพศอย่างเปิดเผยยังไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม ทั้งที่สถานการณ์ในปัจจุบันลักษณะของสังคมเปลี่ยนแปลงไปวัยรุ่นหญิงมีโอกาสและอิสระในการคบเพื่อนต่างเพศมากขึ้นทำให้วัยรุ่นหญิงถูกชักจูงให้มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ง่ายและก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ที่กระทบต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ดังนั้นหากปัญหาได้รับการป้องกัน และมีแนวทางแก้ไขที่ถูกต้อง เหมาะกับสภาพการณ์ในปัจจุบัน (วันเพ็ญ บุญประกอบ, 2532) ปัญหาการสูญเสียชีวิตการสูญเสียอนาคตของวัยรุ่นหญิงจะลดน้อยลง สังคมและประเทศชาติจะมีวัยรุ่นหญิงที่มีสุขภาพดีมีคุณภาพ และช่วยพัฒนาประเทศชาติให้ก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นส่วนใหญ่ มักจะศึกษาในวัยรุ่นเพศชายมากกว่าเพศหญิง เนื่องจากความคาดหวังในสังคมไทยมีความคาดหวังในการแสดงออกทางพฤติกรรมทางเพศแตกต่างกัน ค่านิยมในเรื่องเพศของหญิงไทยต้องรักตัวสงวนตัว การสนทนาในเรื่องเพศยังไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม ทั้ง ๆ ที่ในปัจจุบันวัยรุ่นหญิงมีอิสระในการคบเพื่อนต่างเพศมากขึ้น สังคมและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้วัยรุ่นหญิงถูกชักจูงให้มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ง่ายและก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคมอย่างมหาศาล (วันเพ็ญ บุญประกอบ, 2532)

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจและต้องการที่จะศึกษาและพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในกลุ่มนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน เนื่องจากในวัยนี้ เป็นวัยที่มีการพัฒนาทางร่างกายและจิตใจ อารมณ์ที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว มีอารมณ์แปรปรวนอย่างรุนแรง สนใจเพศตรงข้ามและมีแรงขับทางเพศสูง ชั่วโมงหลังเลิกเรียนไม่จำเป็นต้องเรียนพิเศษ ทำให้มีเวลาว่าง ซึ่งอาจจะนำไปสู่พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ง่าย (ฉัตรพร อังคถาวรวงศ์ และคณะ, 2550) โดยการศึกษาในครั้งนี้เป็นการใช้โปรแกรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (พัชรินทร์ สิมทะราช, 2544) โดยดำเนินการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงด้วยการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตัวเอง ตามกระบวนการสร้างเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองตามแนวคิดของแบนดูรา (Bandura A., 1997)

ทั้งนี้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันหรือลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเป็นการส่งเสริมให้บุคคลมีความตระหนักรู้ในตนเองเข้าใจผู้อื่นและมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองว่าสามารถป้องกันหรือลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ อีกทั้งยังเป็นแนวทางในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ในกลุ่มนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ประโยชน์เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดทิศทางการดำเนินงานอนามัยเจริญพันธุ์ชาวเขาเผ่าม้งได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะส่งเสริมให้เยาวชนได้รับการพัฒนาสุขภาพทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม รวมถึงการมีพัฒนาการอย่างเหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เขตอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน

สมมติฐานของการวิจัย

ภายหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) ศึกษากลุ่มเดียว และวัดผลก่อน-หลังการทดลอง (The One Group Pretest-Post test Design) เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนแห่งหนึ่ง เขตอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ผล หมายถึง ผลของการรับรู้สมรรถนะของตนเองที่เพิ่มมากขึ้น ในด้านการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ภายหลังได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

2. โปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หมายถึง กระบวนการ

สร้างเสริมให้บุคคลตระหนักถึงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของตนเอง และมีทัศนคติที่ดีต่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ตลอดจนมีทักษะในการป้องกันตนเองจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศหรือสถานการณ์ที่ชักนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ตามโปรแกรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากโปรแกรมการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่นและเยาวชนของโครงการเครือข่ายวิถีชีวิตในเมือง คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ซึ่งพัฒนาตามแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

3. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หมายถึง การปฏิบัติเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ทำให้เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหรือการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ได้แก่ การมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่เป็นวัยรุ่นตอนต้น การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้คุมกำเนิด การขาดความรู้ความเข้าใจถูกต้องเกี่ยวกับการคุมกำเนิด และการมีเพศสัมพันธ์ขณะมีอาการมีนเมาจากเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือการใช้สารเสพติด

4. การรับรู้สมรรถนะในตนเอง หมายถึง ความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการการกระทำการป้องกันหรือลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ประเมินโดยแบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดการรับรู้สมรรถนะในตนเองของแบนคูรา

5. นักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นเพศหญิงที่เป็นชนเผ่าม้งและกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 อายุตั้งแต่ 13-15 ปี โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาแม่ฮ่องสอน เขต 2 ในอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน

ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย

ได้มาซึ่งข้อมูลพื้นฐานที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและสมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน และยังสามารถนำข้อมูลดังกล่าวใช้เป็นแนวทางในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ในนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง สามารถนำมาประยุกต์ใช้ประโยชน์เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดทิศทางการดำเนินงานอนามัยเจริญพันธุ์ชาวเขาเผ่าม้งได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการพัฒนาแบบการสอนเรื่องเพศศึกษาให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เป็นจริงในสังคม

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยในครั้งนี้ มุ่งศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. สภาพทั่วไปของชาวเขาเผ่าม้ง
2. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น
3. การพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
4. โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
5. แนวคิดการรับรู้สมรรถนะในตนเอง (Self-Efficacy)
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
7. กรอบแนวคิดในการศึกษา

สภาพทั่วไปของชาวเขาเผ่าม้ง

สภาพทั่วไปของชาวเขาเผ่าม้งในส่วนนี้จะนำเสนอถึงความเป็นมาและสภาพทางประชากร ถิ่นที่อยู่อาศัย สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม ประเพณีการเกี่ยวสาว และประเพณีการแต่งงานของชาวเขาเผ่าม้ง

1. ความเป็นมาของชาวเขาเผ่าม้ง

ชาวเขาเผ่าม้ง (Hmong) หรือแม้ว (Miao) เป็นชาวเขาที่มี 3 กลุ่มย่อย คือแม้วน้ำเงิน แม้วขาวและแม้วกำบัว (กุ่มมา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2531) จากสถิติจำนวนประชากรชาวเขาเผ่าม้งในประเทศไทยที่สถาบันวิจัยชาวเขาได้รวบรวมไว้ในปี พ.ศ. 2526 มีจำนวน 62,791 คน แต่จากข้อมูลของกองสงเคราะห์ชาวเขาในปี พ.ศ. 2538 พบว่า ชาวเขาเผ่าม้งเป็นเผ่าที่มีการกระจายตัวมากที่สุดและเป็นชาวเขาเผ่าที่ใหญ่เป็นอันดับ 2 รองจากเผ่ากะเหรี่ยง มีประชากรทั้งหมด 111,677 คน และมีภูมิลำเนาอยู่ในภาคเหนือของประเทศไทยเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งอาศัยอยู่ใน 13 จังหวัด 56 อำเภอ 242 หมู่บ้าน คือจังหวัดพะเยา เชียงราย แม่ฮ่องสอน เชียงใหม่ แพร่ น่าน ลำปาง สุโขทัย กำแพงเพชร ตาก เพชรบูรณ์พิษณุโลก และเลย

2. ถิ่นที่อยู่อาศัย

ชาวเขาเผ่าม้งมีถิ่นฐานดั้งเดิมอยู่ทางตอนเหนือของเอเชีย และมีส่วนของเชื้อชาติ

ดูราน ซึ่งบรรพบุรุษได้อพยพลงมาทางใต้ ในเวลาต่อมาก็ได้ผสมกับเผ่าพันธุ์อื่น ๆ มาบ้างในช่วงอพยพลงมาทางใต้ ชาวเขาเผ่าม้งนิยมตั้งบ้านเรือนในระดับความสูงประมาณ 1,000–2,000 เมตรจากระดับน้ำทะเล อันเนื่องมาจากโครงสร้างทางเศรษฐกิจของเผ่าซึ่งทำการเพาะปลูกแบบไร่เลื่อนลอย เช่น การปลูกฝิ่นซึ่งเป็นพืชทางเศรษฐกิจและธรรมชาติของฝิ่นชอบขึ้นและเจริญเติบโตได้ดีบนพื้นที่สูง แต่ในปัจจุบันจะพบหมู่บ้านม้งในระดับความสูงที่แตกต่างกันตั้งแต่ราบไปจนถึงภูเขาสูง นั่นเป็นเพราะหลายหมู่บ้านเลิกปลูกฝิ่นแล้ว โดยหันไปนิยมปลูกพืชเศรษฐกิจชนิดอื่นแทน ประกอบกับอัตราการเพิ่มของประชากรบนพื้นที่สูงมีมากขึ้น ห่างจากจำนวนประชากรชาวเขาในประเทศไทยซึ่งเพิ่มตัวเองตามธรรมชาติ จากการอพยพเจ้าของชาวเขาประเทศเพื่อนบ้าน และจำนวนประชากรพื้นราบที่รุกล้ำขึ้นไปหาที่ทำกินบนเขา จึงทำให้การเลือกพื้นที่ทำกินและพื้นที่ปลูกบ้านเรือนโดยเสรีทำได้ยากขึ้น

3. สถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจ

วิถีชีวิตของชนเขาเผ่าม้ง มีการติดต่อกับสังคมภายนอกมากขึ้นและมากกว่าชาวเขาเผ่าอื่น ๆ เนื่องจากมีอาชีพและค้าขายพืชไร่ ลักษณะครอบครัวของชาวเขาเผ่าม้งเป็นครอบครัวขยายและยอมรับการที่สามีมีภรรยาได้หลายคน ให้ฝ่ายชายเป็นใหญ่ในครอบครัวตลอดในชีวิตครอบครัวปกติของชาวเขาเผ่าม้งแทบจะไม่มีวันว่างจากการทำงานของชายและหญิงสำหรับผู้ชายนั้นนอกจากงานในไร่แล้วยังต้องรับผิดชอบทั้งการซ่อมแซมบ้านเรือนและอุปกรณ์ที่ทำกรเกษตร ส่วนผู้หญิงนอกเหนือจากงานในไร่แล้วยังต้องรับผิดชอบในเรื่องการเรือน แต่ผู้ชายมีสถานภาพสูงกว่าเพศหญิง ด้วยเหตุที่จารีตประเพณีชาวเขาเผ่าม้งมีการสืบสกุลทางฝ่ายชายบุตรชายจะเป็นผู้สืบทอดหน้าที่เกี่ยวกับพิธีกรรมของครัวเรือนต่อจากบิดา การแต่งงานถูกรับรู้กันในความหมายว่า การซื้อเมีย เพราะฝ่ายชายจะต้องเสียค่าสินสอดหรือค่าตัวเจ้าสาว และพวกรักเจ้าสาวออกจากครอบครัวของพ่อแม่ตนเองมาเป็นสมาชิกและแรงงานใหม่ของครอบครัวฝ่ายชาย ชาวเขาเผ่าม้งนิยมมีบุตรมากและนิยมผู้ที่ขยันทำมาหากิน การมีบุตรมากหมายถึงมีแรงงานมาก ผู้ที่มีลูกหลานมากสถานภาพทางสังคมก็จะถูกยกยายขึ้นโดยปริยาย ประกอบกับแรงงานที่มีเหลือเพื่อจะทำให้เพิ่มพูนสถานภาพทางเศรษฐกิจให้มั่นคงมากขึ้นและกลับไปช่วยส่งเสริมสถานภาพทางสังคมอีกทางหนึ่งด้วย

4. ประเพณีการเกี่ยวสาวและประเพณีการแต่งงาน

ครอบครัวชาวเขาเผ่าม้งเป็นครอบครัวแบบขยายมักอยู่หลาย ๆ ครอบครัวใน 1 หลังคาเรือน ทั้งนี้เนื่องจากลูกชายที่แต่งงานจะนำภรรยาเข้ามาสู่ครอบครัวของพ่อแม่และนับถือเชื้อสายทางบิดา ก่อนที่จะแต่งงานกันชายหนุ่มจะมีการเกี่ยวพาทหญิงสาวแต่จะไม่เกี่ยวในที่สาธารณะและต่อหน้าผู้คน โดยเฉพาะผู้ใหญ่เพราะถือว่าเป็นการไม่ให้เกียรติผู้ใหญ่

ดังนั้นเมื่อชายหนุ่มพึงพอใจหญิงสาวเขาจะรอให้พ่อแม่พี่น้องฝ่ายหญิงหลับ จึงเรียกให้หญิงสาวออกมาพบตนข้างนอกและพากันไปพลอดรักในพุ่มไม้ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานจึงไม่เป็นข้อถือสำคัญในสังคมนี้ แต่ไม่พึงกระทำอย่างยิ่งในตัวบ้านเพราะจะทำให้ผีเรือนโกรธได้ โอกาสในการเกี่ยวสาวเป็นพิเศษอีกระยะหนึ่งคือระหว่างฉลองปีใหม่ โดยเฉพาะชายหนุ่มต่างถิ่น มักจะมีโอกาสได้มาพบปะรู้จักกับหญิงสาวในช่วงเวลานี้และได้โยนลูกช่อกัน ซึ่งเป็นโอกาสทำชายหนุ่มจะเกี่ยวพอยกเข้าหญิงสาวได้ต่อหน้าผู้คน และอาจจะเกี่ยวพากันต่อในช่วงเวลา กลางคืนอีก ดังนั้นมักพบว่าหลังพิธีปีใหม่จะมีชายหญิงชาวเขาเผ่าม้งแต่งงานกันหลายคู่ (กุสุมา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2531)

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หมายถึง การปฏิบัติที่ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น การติดเชื้อเอดส์และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพอนามัยทั้งในระยะสั้นและระยะยาว ซึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมีดังนี้

1. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จากการศึกษา พบว่า ประมาณครึ่งหนึ่งของวัยรุ่นหญิงมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานโดยมักจะคบกันสองเดือนแล้วจึงมีเพศสัมพันธ์ คู่รักมักเป็นแฟนของตนเองและคนที่พบกันตามดิสโก้คาราโอเกะ โดยผู้หญิงจะมีความสัมพันธ์ทางเพศกับคู่รัก ยาวนานกว่าและคบเพียงคนเดียว ในขณะที่ผู้ชายจะคบผู้หญิงหลาย ๆ คน ความสัมพันธ์ทางเพศ ก็จะมีทั้งระยะสั้น แล้วเลิกคบกันไป การมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นหญิงจะมีสองลักษณะ คือ เกิดจากอารมณ์ความรู้สึกชอบและเป็นความสัมพันธ์ที่คำนึงถึงเรื่องเงินเป็นหลัก

2. การไม่ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ เด็กวัยรุ่นไทยปัจจุบันนี้มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์มากขึ้น โดยเฉพาะโรคเอดส์ แนวโน้มพฤติกรรมเสี่ยง การติดเชื้อเอดส์ไวรัสมักอยู่ในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษา นักเรียนมัธยมศึกษาชาย ในภาพรวมสัดส่วนในการใช้ถุงยางอนามัย เมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ค่อนข้างต่ำไม่ถึงร้อยละ 50 และการมีเพศสัมพันธ์กับคู่รัก หรือแฟนมีสัดส่วนการใช้ถุงยางอนามัยค่อนข้างต่ำ ไม่ถึงร้อยละ 40 โดยเฉพาะกลุ่มนักเรียนอาชีวศึกษา จะมีสัดส่วนการใช้ถึงยางอนามัย ต่ำกว่ากลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษา คือ ร้อยละ 10-15 เท่านั้น การมีเพศสัมพันธ์กับคนรู้จักผิวเผินนั้นพบว่า นักเรียนชายมีสัดส่วนการมีเพศสัมพันธ์ มากกว่านักเรียนหญิงประมาณร้อยละ 30-50 ส่วนการมีเพศสัมพันธ์กับหญิงบริการทางเพศ นักเรียนชายจะมีสัดส่วนการใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง

3. การมีคู่นอนหลายคน พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นอีกรูปแบบหนึ่งที่เกิดขึ้นในหมู่

คือ สวิงกิ้ง (Swinging) ซึ่งหมายถึง การที่มีหญิงและชายมาทำกิจกรรมทางเพศ คือร่วมเพศกันมากกว่า 2 คนขึ้นไป โดยจะเป็นชาย 2 หญิง 1 หรือหญิง 1 ชาย 2 ก็ได้ ส่วนใหญ่ไม่นิยมชายล้วนหรือหญิงล้วน สวิงกิ้งกำลังแพร่หลายอย่างรวดเร็วโดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่น ปัจจุบันมีเปอร์เซ็นต์เพิ่มขึ้นถึง 50% ที่อายุ 15-23 ปี โดยได้รับอิทธิพลจากสื่อแขนงต่าง ๆ โดยส่วนใหญ่จะติดต่อสื่อสารกันทางอินเทอร์เน็ต โทรศัพท์ และตามร้านอาหารทั่วไป

4. การขายบริการทางเพศ วัยรุ่นที่เป็นนักเรียน/นักศึกษาขายบริการทางเพศในช่วงแรกจะต้องใช้สารเสพติดช่วยให้มีความรู้สึกกล้าที่จะมีเพศสัมพันธ์กับลูกค้า และช่องทางที่นักศึกษาจะขายบริการมี 2 ช่องทาง คือ

4.1 แม่เฒ่าซึ่งเป็นเพื่อนด้วยตนเองที่เคยมีประสบการณ์มาก่อนชักชวน

4.2 เป็นกลุ่มที่บินเดี่ยว ซึ่งกลุ่มนี้มักจะผ่านจากแบบแรกมาก่อน เมื่อมีประสบการณ์และมีลูกค้าแล้วก็จะออกมาขายบริการเอง ซึ่งได้เงินมากกว่าช่องทางแรกเพราะไม่แบ่งเงินให้กับแม่เฒ่า ซึ่งแบบนี้จะมีการแตกตัวเพิ่มขึ้นเป็นทวีคูณ โดยทั้งสองช่องทางนี้ มักจะขายบริการผ่านทางเว็บไซต์ โดยการลงรูปแนวเซ็กซี่ของตัวเอง นอกจากนั้นยังพบตามร้านตัดผมบริการบนรถไฟ และการขายบริการที่พิสดารมากกว่านั้นคือขายบริการบนรถตู้ มีเพศสัมพันธ์กับลูกค้าตอนที่รถตู้กำลังแล่นอยู่

5. การดื่มสุราหรือการใช้สารเสพติดก่อนมีเพศสัมพันธ์ วัยรุ่นนิยมดื่มสุราและเสพยา 3 ชนิด คือ ยาอี ยาเค ยาบ้า ซึ่งเมื่อเสพยาจะไม่สามารถควบคุมร่างกายเกิดความต้องการทางเพศสูงขึ้น ยาบางตัวมีราคาแพงจึงต้องรวมกลุ่มกันเพื่อซื้อมาเสพยา ซึ่งเป็นที่มาของการมีเช็ทส์หมู่ในวัยรุ่น

ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่าจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา ดังนี้

1. ปัญหาการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

1.1 พัฒนาการทางด้านร่างกายและจิตใจของวัยรุ่น การเปลี่ยนแปลงโดยเฉพาะฮอร์โมนในร่างกาย มีผลกระทบทำให้มีความสนใจกับเพศตรงข้าม

1.2 การแต่งตัวที่เปิดเผยมาก เสื้อที่เปิดให้เห็นเนินอก เสื้อที่เปิดสะดือ กางเกงขาสั้นเน้นส่วนสัดชัดเจนเกินไป

1.3 วัยรุ่นขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศ

1.4 การอยู่หอพัก อยู่ห่างจากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง การเที่ยวในสถานเริงรมย์มีการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

1.5 การอยู่ด้วยกันสองต่อสองระหว่างชายหญิงในที่ลับตาคน และในบรรยากาศ

ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้

1.6 สถาบันครอบครัวและศาสนา ที่ปัจจุบันได้อ่อนแอลง เด็กได้รับความอบอุ่นจากครอบครัวน้อยลง

1.7 เรื่องเพศได้ถูกนำเสนอออกมาทางสื่อต่าง ๆ จำนวนมาก

1.8 สภาพสังคมที่ปัจจุบันอาจกล่าวได้ว่า ผู้ชายหมกมุ่นและมีความต้องการทางเพศเพิ่มขึ้นจากสิ่งยั่วยุต่าง ๆ ทำให้ต้องมาลงกับเพศหญิง จนเป็นเหตุให้เกิดการคุกคามทางเพศ รุมโทรม และการข่มขืน

1.9 การขาดการอบรมกล่อมเกลาจากครอบครัวทั้งจากสังคมแวดล้อมจากสังคม

1.10 สภาพแวดล้อม เด็กที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี พบเห็นสิ่งที่ไม่

1.11 สื่อต่าง ๆ การได้รับสื่อที่ยั่วยุ ส่งเสริมการมีพฤติกรรมทางเพศ

1.12 การเลียนแบบพฤติกรรมตามกระแสตะวันตก อาทิ การจับคู่อยู่กิน การทำสถิตินอนกับผู้ชาย การมีเพศสัมพันธ์กับเพื่อน

2. ปัญหาการทำแท้ง

สาเหตุของการทำแท้งในวัยรุ่น เกิดจากความไม่พร้อมในการตั้งครรภ์ ทำให้การทำแท้งในวัยเรียนทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ มาจากการขาดความรู้ความเข้าใจ รวมทั้งความมั่นใจในตนเอง โดยผู้หญิงมักมีจุดอ่อนที่การไม่กล้าปฏิเสธเพราะกลัวคนรักทิ้ง และเมื่อยอมครั้งแรก ครั้งต่อ ๆ ไปก็ไม่ใช่เรื่องที่ยากเย็นอีกต่อไป ทำให้พลาดและตั้งท้องในที่สุด

3. ปัญหาโรคเอดส์

เกิดจากการขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศ และไม่ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาที่จะเกิดขึ้นตามมา โดยประมาณว่าตนเองจะไม่ติด และไว้ใจคู่นอนของตนเองมากเกินไป และมีความเข้าใจที่ผิดว่าเชื้อ HIV จะมีมากในหญิงขายบริการเท่านั้น จึงไม่สวมถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์ ทำให้สถิติการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเพิ่มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ในปัจจุบัน

การพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศนั้นทำได้หลายรูปแบบ เช่น เน้นรณบุคคล ราชกลุ่มครอบครัวและชุมชน และมีการศึกษาจำนวนมากที่แสดงให้เห็นว่า การให้ความรู้เพียงอย่างเดียวไม่สามารถลดพฤติกรรมเสี่ยงได้ โดยเฉพาะพฤติกรรมที่เสี่ยงทางเพศที่ค้นพบว่า ควรที่จะมุ่งเน้นที่การรับรู้พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมป้องกัน การตระหนักถึงพฤติกรรมเสี่ยง ความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและการรับรู้สมรรถนะในตนเอง และการจัดให้มีการฝึกทักษะชีวิตแก่กลุ่มวัยรุ่น

ทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ให้คำจำกัดความของทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถในการปรับพฤติกรรมและการมีพฤติกรรมทางบวกที่ทำให้บุคคลสามารถจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันอย่างมีประสิทธิภาพ โดยที่ลักษณะและความหมายของทักษะชีวิตจะแตกต่างกันตามวัฒนธรรมและสถานที่ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเงื่อนไขทางสิ่งแวดล้อม เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเกิดพฤติกรรมของบุคคล (Bandura A, 1997) จากการศึกษาขององค์การอนามัยโลกพบว่า ทักษะกลุ่มสำคัญของทักษะชีวิต และถือเป็นแนวคิดพื้นฐานในการส่งเสริมสุขภาพของเด็กวัยรุ่นและเยาวชน ประกอบด้วย 10 องค์ประกอบดังนี้

1. **การตัดสินใจ** เป็นความสามารถที่ช่วยให้บุคคลจัดการหรือตัดสินใจเกี่ยวกับชีวิตได้อย่างมีระบบและทักษะนี้มีผลต่อการมีสุขภาพที่ดี ถ้าเยาวชนสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตัวเองที่เกี่ยวกับสุขภาพโดยประเมินทางเลือกต่าง ๆ และพิจารณาผลที่เกิดขึ้นจากทางเลือกเหล่านั้นก่อนตัดสินใจพฤติกรรมนั้น ๆ

2. **การแก้ปัญหา** การแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพจะช่วยให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหาในชีวิตได้อย่างมีระบบ

3. **ความคิดสร้างสรรค์** การที่บุคคลมีความคิดสร้างสรรค์จะช่วยให้สามารถหาทางเลือกในการที่จะกระทำหรือไม่กระทำในการตัดสินใจและการแก้ปัญหา นอกจากนี้ยังช่วยให้บุคคลมองเห็นประสบการณ์ที่ได้รับจากการกระทำ เพื่อที่ได้นำไปใช้ในการปรับตัวหรือมีความยืดหยุ่นต่อสถานการณ์ต่างที่อาจเกิดขึ้นได้ในอนาคต

4. **ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์** เป็นความสามารถในการวิเคราะห์ข้อมูลหรือประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านมา การมีความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ช่วยให้บุคคลมีการตระหนักและประเมินปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ ทั้งทัศนคติและพฤติกรรม

5. **การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ** เป็นความสามารถของบุคคลที่แสดงออกทั้งทางด้านคำพูดและกิริยาท่าทางได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรมและสถานการณ์ รวมถึงการที่สามารถพูดในสิ่งที่ตนเองต้องการ หรือแสดงความคิดเห็นในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ตนเองเกี่ยวข้องกับตลอดจนสามารถขอความช่วยเหลือหรือขอคำแนะนำจากผู้อื่นได้เมื่อตนเองต้องการ

6. **สัมพันธภาพระหว่างบุคคล** เป็นความสามารถของบุคคลในการสร้างสัมพันธภาพรักษาสัมพันธภาพและยุติสัมพันธภาพนั้นๆ ได้โดยไม่มีผลเสียหายในภายหลัง

7. **ความตระหนักรู้ในตนเอง** เป็นความสามารถในการค้นหาและเข้าใจจุดดีจุดด้อยของตนเองและความแตกต่างระหว่างบุคคล การพัฒนาความตระหนักรู้ในตนเองช่วยให้บุคคลเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นได้ดี นอกจากนี้ยังช่วยให้บุคคลมีสติเวลาเผชิญกับความเครียด

หรือความกดดันต่าง ๆ

8. ความเห็นใจผู้อื่น เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและเห็นใจผู้อื่นที่ช่วยให้บุคคลสามารถยอมรับบุคคลอื่นที่แตกต่างจากตนเอง ซึ่งจะช่วยให้บุคคลมีการปรับปรุงสัมพันธภาพในสังคมและพัฒนาพฤติกรรมกรรมการสนับสนุนช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ดีกว่าตนเอง

9. การจัดการกับอารมณ์ เป็นความสามารถในการตระหนักถึงอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ในสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งทำให้บุคคลมีความระมัดระวังต่อพฤติกรรมที่เกิดขึ้นอันเป็นผลมาจากอารมณ์ของตนเองในขณะนั้น และสามารถตอบสนองต่ออารมณ์นั้นได้อย่างเหมาะสม ไม่ว่าจะเป็ นอารมณ์เศร้าหรืออารมณ์โกรธ ซึ่งล้วนแล้วแต่ส่งผลทางลบกับสุขภาพทั้งสิ้น

10. การจัดการกับความเครียด เป็นความสามารถในการตระหนักถึงที่มาของความเครียดที่เกิดขึ้นกับตนเอง ทราบว่ามีผลกระทบอย่างไรกับตนเอง และควรทำอย่างไรให้ตนเองสามารถควบคุมระดับความเครียดเหล่านั้นได้ นั่นคือจะต้องหาสาเหตุของความเครียดที่เกิดขึ้นนั้น และเรียนรู้ที่จะผ่อนคลายความตึงเครียดที่เกิดขึ้น

การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อส่งเสริมให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมนั้น สามารถทำได้ตั้งแต่ช่วงอายุก่อนเข้าสู่วัยรุ่นจนถึงวัยรุ่นตอนปลาย และแม้กระทั่งวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เนื่องจากกลุ่มอายุเหล่านี้ล้วนมีพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการเกิดปัญหาทางสุขภาพทั้งสิ้น ทั้งนี้ทักษะชีวิตไม่ใช่พฤติกรรมแต่เป็นความสามารถที่จะกระทำหรือให้เกิดแรงจูงใจในการกระทำ ตลอดจนทำให้ขอบเขตของการกระทำอย่างเหมาะสมภายใต้เงื่อนไขของวัฒนธรรม ประเพณีและสังคมที่อาศัยอยู่ (WHO, 1994)

แนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ได้ใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (Bandura A, 1997) เป็นพื้นฐานในการจัดการเรียนการสอนทักษะของกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งแบนดูรา (Bandura A, 1987) ได้อธิบายพฤติกรรมของบุคคลสามารถเกิดขึ้นได้จากการเรียนรู้ใน 2 ลักษณะ ลักษณะแรกคือ บุคคลเรียนรู้จากผลของการกระทำซึ่งเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวเอง โดยการสังเกตผลที่เกิดจากการกระทำ ถ้าผลที่เกิดขึ้นบุคคลมีความพึงพอใจแล้วจะเกิดการจดจำการกระทำนั้นไว้เป็นแนวทางในการกระทำครั้งต่อไป แต่ถ้าผลที่เกิดขึ้นนั้นไม่เป็นที่พึงพอใจ บุคคลก็จะจดจำการกระทำนั้นไว้เมื่อประสบกับสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกันจะพยายามหลีกเลี่ยงไม่กระทำพฤติกรรมนั้น หรืออาจนำข้อมูลไปดัดแปลงพฤติกรรมนั้นให้เกิดผลที่ดีในอนาคต และอีกลักษณะหนึ่งคือ การสังเกตโดยผ่านตัวแบบ ถ้าบุคคลสังเกตเห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ มีแนวโน้มว่าบุคคลจะเลียนแบบพฤติกรรมนั้นสูงขึ้น แต่ถ้าบุคคลสังเกตเห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรม

แล้วได้รับผลการกระทำที่ไม่พึงพอใจ บุคคลก็จะไม่เลียนแบบพฤติกรรมที่สังเกตได้จากตัวแบบนั้น

นอกจากนี้แบนดูรา (Bandura, 1997) ได้อธิบายว่าพัฒนาการของการรับรู้สมรรถนะในตนเองในช่วงวัยรุ่นเป็นไปตามการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการจากเด็กเข้าสู่วัยรุ่นใหญ่ การเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมจากอยู่กับครอบครัว เพื่อนบ้าน และโรงเรียนก็เริ่มเข้าสู่ระบบของสังคมมากขึ้น การพบปะผู้คนมากขึ้น และต้องการเพื่อนที่มีค่านิยมที่ใกล้เคียงกันและเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน และยังเป็นวัยรุ่นที่มีความสนใจทางเพศสูง ซึ่งการให้ความรู้ทางเพศศึกษาในโรงเรียนโดยทั่วไปจะให้ความรู้เฉพาะเรื่องการคุมกำเนิดเท่านั้นแม้แต่ในครอบครัวก็ยังไม่มีการแนะนำบุตรที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นในเรื่องเพศอย่างชัดเจน

จึงอาจกล่าวได้ว่า การให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ผ่านมาไม่ประสบผลสำเร็จในการควบคุมพฤติกรรมทางเพศได้ และวัยรุ่นยังเป็นวัยรุ่นที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์และการมีบุตรตั้งแต่วัยรุ่น ดังนั้นการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษากับวัยรุ่นอย่างมีประสิทธิภาพนั้น จะต้องให้พวกเขามีทักษะในการควบคุมตนเอง และมีความเชื่อในสมรรถนะตนเอง ที่จะสามารถควบคุมความสัมพันธ์ทางเพศและสถานการณ์ทางเพศได้ (Pajares, 1996) ทั้งนี้การให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันตนเองจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอย่างมีประสิทธิภาพนั้นควรมีการพัฒนาทักษะในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และส่งเสริมให้วัยรุ่นมีการรับรู้ถึงสมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ดังนั้นจากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยจึงอาจสรุปได้ว่า โปรแกรมการป้องกันโรคและการส่งเสริมสุขภาพที่ดีนั้น ควรมีความเฉพาะเจาะจงและมุ่งเน้นในรายละเอียดหรือปัจจัยที่เฉพาะกับพฤติกรรมบุคคลหรือพฤติกรรมกลุ่ม เช่น มุ่งหน้าไปที่การรับรู้พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรค อิทธิพลกลุ่มเพื่อน ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมการป้องกัน การตระหนักถึงพฤติกรรมเสี่ยง ความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและส่งเสริมให้มีการรับรู้สมรรถนะในตนเองร่วมกับการพัฒนาทักษะชีวิตแก่กลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน

โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

โปรแกรมการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ผู้วิจัยได้ดัดแปลงจากโปรแกรมการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่นและเยาวชน (วารุณี พองแก้ว, พูนทรัพย์ โสภารัตน์ และพัชรินทร์ สิมทะราช, 2542) ซึ่งได้สร้างขึ้นตามทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) และดำเนินการพัฒนาทักษะตามแนวคิดส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองของแบนดูรา ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรม

โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเป็นการสร้างเสริมให้บุคคลตระหนักถึงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของตนเองและมีทัศนคติที่ดีต่อการป้องกัน

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศตลอดจนมีทักษะในการป้องกันตนเองจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หรือสถานการณ์ที่ชักนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งกิจกรรมการพัฒนาทักษะ การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศประกอบด้วย

1. **การสร้างเสริมด้านเจตคติ** ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การตระหนัก ในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

2. **การสร้างเสริมด้านทักษะ** ได้แก่ ทักษะด้านการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเพื่อป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และทักษะการคุมกำเนิดอย่างถูกต้องและปลอดภัย

3. **การสร้างเสริมด้านความรู้** ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ และสังคมของผู้หญิงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น พฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ ทางเพศและการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ ตลอดจนความรู้เรื่องการคุมกำเนิด ซึ่งทักษะต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมทั้งสิ้น

โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 1 เรื่อง การตระหนักรู้ในตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สาระสำคัญ

ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self awareness) เป็นความสามารถในการค้นหา รู้จัก และเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรารู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐาน ของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจ ผู้อื่นอีกด้วย

ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือน หรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ ช่วยให้สามารถยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ ด้อยกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื้อเอดส์

การตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงปัญหา หรือผลกระทบที่ตามมาเนื่องจากการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมและไม่ถูกต้อง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนรู้ถึงความถนัดความสามารถ รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่างของแต่ละบุคคลรู้จักตนเอง ยอมรับ เห็นคุณค่า และภาคภูมิใจในตนเอง

และผู้อื่น มีเป้าหมายชีวิต มีความรับผิดชอบต่อสังคม และมีความตระหนักในเรื่องของพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่จะก่อให้เกิดปัญหาการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมและการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 2 เรื่อง ทักษะด้านการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา

สาระสำคัญ

สังคมไทยปัจจุบันวัยรุ่นชายหญิงมีโอกาสที่อยู่ใกล้ชิดอยู่กันตามลำพังมากขึ้น หากทั้งคู่ไม่มีการยับยั้งอาจเกิดโอกาสมีเพศสัมพันธ์กันได้ง่ายโดยยังไม่มีความพร้อม ยังไม่มีความรับผิดชอบอาจก่อให้เกิดปัญหาตามมา เช่น การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง การติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ดังนั้นเราควรที่จะต้องมีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่นเพื่อให้วัยรุ่นรู้วิธีที่จะป้องกันตนเองได้ การหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องใช้ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธมีส่วนช่วยอย่างมาก

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนมีทักษะในการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นอกจากนี้ยังมีทักษะในการตัดสินใจในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เผชิญ ด้วยทางเลือกที่เหมาะสมและไม่เกิดผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อเผชิญกับสถานการณ์วิกฤตอย่างไตร่ตรองตามขั้นตอนหลักการแก้ปัญหา สามารถประเมินและสรุปผลการตัดสินใจและการแก้ปัญหาในสถานการณ์ซับซ้อนจากระบบการรับรู้ของตนเองและผู้อื่นมาเป็นแบบทเรียนชีวิตของตนเองได้

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 3 เรื่อง ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และทักษะการคุมกำเนิดอย่างถูกต้องและปลอดภัย

สาระสำคัญ

วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงที่เด่นชัดที่สุด คือ การมีความสนใจในเพศตรงข้ามและการมีอารมณ์ทางเพศซึ่งนับว่าเป็นอาการปกติเมื่อเติบโตถึงวัยนี้ ปัญหาที่เกิดจากอารมณ์ทางเพศของวัยรุ่นประการหนึ่ง คือ ความสัมพันธ์ทางความรักระหว่างชายหญิง การวางตัวต่อเพศตรงข้ามและการระบายอารมณ์ทางเพศ จึงจำเป็นที่วัยรุ่นและผู้ใหญ่ต้องให้ความสนใจในเรื่องนี้ด้วยเพื่อวัยรุ่นจะได้สนองความต้องการของตนดังกล่าว ภายใต้การสังเกตและแนะนำจากผู้ใหญ่ได้ถูกต้อง เพื่อให้วัยรุ่นมีเจตคติที่ดีต่อความรักระหว่างหนุ่มสาวและมีความเชื่อมั่น ในบุคลิกของตนเอง สามารถปฏิบัติตนอยู่ในครรลองครองธรรมและเป็นที่ยอมรับของสังคม

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนมีทักษะในการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นอกจากนี้ยังมีทักษะในการตัดสินใจในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เผชิญ ด้วยทางเลือกที่เหมาะสมและไม่เกิดผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อเผชิญกับสถานการณ์วิกฤตอย่างไตร่ตรองตามขั้นตอนหลักการแก้ปัญหา สามารถประเมินและสรุปผลการตัดสินใจและการแก้ปัญหาในสถานการณ์ซับซ้อนจากประสบการณ์ที่ดีของตนเองและผู้อื่นมาเป็นแบบทเรียนชีวิตของตนเองได้

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 4 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์และสังคมของผู้หญิงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

สาระสำคัญ

เมื่อเด็กหญิงอายุย่าง 13-15 ปี นับได้ว่าย่างเข้าสู่วัยรุ่นหรือวัยแตกเนื้อหนุ่มสาว ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ ทำให้เด็กวัยรุ่นต้องทำความเข้าใจกับภาวะความเปลี่ยนแปลงของร่างกายเพื่อรักษาสุขภาพอนามัยของร่างกายให้เหมาะสม รวมทั้งวัยรุ่นยังมีปัญหาอีกหลายประการที่จำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมและรู้จักสร้างกฎเกณฑ์มาตรฐานของชีวิตแบบผู้ใหญ่

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมเมื่อย่างเข้าสู่วัยรุ่นได้และตระหนักรู้ในการวางตัวที่เหมาะสมกับวัย

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 5 เรื่อง พฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ทางเพศและการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ

สาระสำคัญ

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นนั้นมีอยู่มากมาย อาทิเช่น การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การติดเชื้อเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ถูกต้องและไม่ได้ป้องกัน ซึ่งเราควรจะมีวิธีจัดการกับอารมณ์เหล่านี้เพื่อป้องกันมิให้นำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อันจะนำไปสู่ปัญหาสำคัญต่าง ๆ ซึ่งจะเป็นผลเสียต่อเด็กวัยรุ่นที่เป็นอนาคตของชาติ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ทางเพศรวมไปถึงการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ

ซึ่งจะนำไปสู่การตั้งครุภัณฑ์ไม่พึงประสงค์

แนวคิดการรับรู้สมรรถนะในตนเอง (Self-Efficacy)

แนวคิดการรับรู้สมรรถนะในตนเองเป็นแนวคิดที่แบนดูรา (Bandura A, 1997) พัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) งานของ Bandura ที่เกี่ยวข้องกับความสามารถของตนนั่น ในระยะแรก Bandura เสนอแนวคิดของความคาดหวังความสามารถของตนเอง (Efficacy Expectation) โดยให้ความหมายว่า เป็นความคาดหวังที่เกี่ยวข้องกับความสามารถของตน ในลักษณะที่เฉพาะเจาะจง และความคาดหวังนี้เป็นตัวกำหนด การแสดงออกของพฤติกรรม (Bandura A, 1997) แต่ต่อมา Bandura (1987) ได้ใช้คำว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Perceived Self-Efficacy) โดยให้ความจำกัดความว่าเป็น การที่บุคคลตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่จะจัดการและดำเนินการกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยที่ Bandura นั้นไม่ได้กล่าวถึงคำว่าคาดหวังอีกเลย Bandura มีความเชื่อว่า การรับรู้ความสามารถของตนนั่น มีผลต่อการกระทำของบุคคล บุคคล 2 คน อาจมีความสามารถไม่ต่างกัน แต่อาจแสดงออกในคุณภาพที่แตกต่างกันได้ ถ้าพบว่าคน 2 คนนี้มีการรับรู้ความสามารถของตนเองแตกต่างกัน ในคนคนเดียวก็เช่นกัน ถ้ารับรู้ความสามารถของตนเองในแต่ละสภาพการณ์แตกต่างกัน ก็อาจจะแสดงพฤติกรรมออกมาได้แตกต่างกันเช่นกัน

Bandura เห็นว่าความสามารถของคนเรานั้นไม่ตายตัว หากแต่ยืดหยุ่นตามสภาพการณ์ ดังนั้นสิ่งที่จะกำหนดประสิทธิภาพของการแสดงออก จึงขึ้นอยู่กับ การรับรู้ความสามารถของตนเองในสภาวะการณ์นั้น ๆ นั่นเอง นั่นคือถ้าเรามีความเชื่อว่าเรามีความสามารถ เราก็จะแสดงออกถึงความสามารถนั้นออกมา คนที่เชื่อว่าตนเองมีความสามารถจะมีความอดทน อุทิศหาจะไม่ท้อถอยง่าย และจะประสบความสำเร็จในที่สุด มักมีคำถามว่าการรับรู้ความสามารถของตนนั่นเกี่ยวข้องกับหรือแตกต่างอย่างไรกับความคาดหวัง ผลที่จะเกิดขึ้น (Outcome Expectation) เพื่อให้เข้าใจและชัดเจน Bandura A. (1997) ได้เสนอภาพแสดงความแตกต่างระหว่างการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเอง และความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้น แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้น (Bandura A, 1997)

การรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็นการตัดสินใจความสามารถของตนเองว่าจะสามารถทำงานได้ในระดับใด ในขณะที่ความคาดหวังเกี่ยวกับผลที่จะเกิดขึ้นนั้น เป็นการตัดสินใจว่า ผลกรรมใดจะเกิดขึ้นจากการกระทำพฤติกรรมดังกล่าว อย่างเช่นที่นักกีฬาที่มีความเชื่อว่าเขากระโดดได้สูงถึง 6 ฟุต ความเชื่อดังกล่าวเป็นการตัดสินใจความสามารถของตนเอง การได้รับการยอมรับจากสังคม การได้รับรางวัล การพึงพอใจในตนเองที่กระโดดได้สูงถึง 6 ฟุต

เป็นความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้น แต่จะต้องระวังความเข้าใจผิดเกี่ยวกับความหมายของคำว่า ผลที่เกิดขึ้น ผลที่เกิดขึ้นในที่นี้จะหมายถึงผลกรรมของการกระทำพฤติกรรมเท่านั้น มิได้หมายถึงผลที่แสดงถึงการกระทำพฤติกรรม เพราะว่าผลที่แสดงถึงการกระทำพฤติกรรมนั้นจะพิจารณาว่าพฤติกรรมนั้นสามารถทำได้ตามการตัดสินใจความสามารถของตนเองหรือไม่ นั่นคือจะกระโดดได้สูงถึง 6 ฟุตหรือไม่ ซึ่งการจะกระโดดได้สูงถึง 6 ฟุตหรือไม่นั้น มิใช่เป็นการคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้น ซึ่งมุ่งที่ผลกรรมที่จะได้จากการกระทำพฤติกรรมดังกล่าว

การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้นนั้นมีความสัมพันธ์กันมาก โดยที่ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสองนี้มีผลต่อการตัดสินใจ ที่จะกระทำพฤติกรรมของบุคคลนั้น ๆ ซึ่งจะเห็นได้จากภาพความคาดหวังเกี่ยวกับผลที่จะเกิดขึ้นดังกล่าวแน่นอน แต่ถ้ามีเพียงด้านใดสูงหรือต่ำบุคคลนั้นมีแนวโน้มจะไม่แสดงพฤติกรรมภาพ แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้น (Bandura A, 1997)

ในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้น Bandura เสนอว่ามีอยู่ด้วยกัน 4 วิธี คือ

1. ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (Mastery Experiences) ซึ่ง Bandura เชื่อว่าเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด ในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง เนื่องจากว่าเป็นประสบการณ์โดยตรง ความสำเร็จทำให้เพิ่มความสามารถของตนเอง บุคคลจะเชื่อว่าเขาสามารถที่จะทำได้ ดังนั้น ในการที่จะพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้น จำเป็นที่จะต้องฝึกให้เขามีทักษะเพียงพอที่จะประสบความสำเร็จได้พร้อม ๆ กับการทำให้เขารับรู้ ว่า เขามีความสามารถจะกระทำเช่นนั้น จะทำให้เขาใช้ทักษะที่ได้รับการฝึกได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด บุคคลที่รับรู้ว่าคุณมีความสามารถนั้น จะไม่ยอมแพ้อะไรง่าย ๆ แต่จะพยายามทำงานต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่ต้องการ

2. โดยการใช้ตัวแบบ (Modeling) การที่ได้สังเกตเห็นตัวแบบแสดงพฤติกรรมที่มีความซับซ้อน และได้รับผลกรรมที่พึงพอใจ ก็จะทำให้ผู้ที่สังเกตเห็นความรู้สึกว่าเขาก็จะสามารถที่จะประสบความสำเร็จได้ถ้าเขาพยายามจริงและไม่ย่อท้อ ลักษณะของการใช้ตัวแบบที่ส่งผลต่อความรู้สึกว่าเขามีความสามารถที่จะทำได้นั้น ได้แก่ การแก้ปัญหาของบุคคลที่มีความกลัวต่อสิ่งต่าง ๆ โดยที่ให้ดูตัวแบบที่มีลักษณะคล้ายกับตนเองก็สามารถทำให้ลดความกลัวต่าง ๆ เหล่านั้นได้

3. การใช้คำพูดชักจูง (Verbal Persuasion) เป็นการบอกว่าบุคคลนั้นมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จได้ วิธีการดังกล่าวนี้ค่อนข้างใช้ง่ายและใช้กันทั่วไปซึ่ง Bandura

ได้กล่าวว่ การใช้คำพูดชักจูงนั้นไม่ค่อยจะได้ผลนัก ในการที่จะทำให้คนเราสามารถที่พัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง (อธิพงศ์ อรัญपालย์, 2552) ซึ่งถ้าจะให้ได้ผล ควรจะใช้ร่วมกับการทำให้บุคคลมีประสบการณ์ของความสำเร้จ ซึ่งอาจจะต้องค่อย ๆ สร้างความสามารถให้กับบุคคลอย่างค่อยเป็นค่อยไปและให้เกิดความสำเร้จตามลำดับขั้นตอน พร้อมทั้งการใช้คำพูดชักจูงร่วมกัน ก็ยอมที่จะได้ผลดีในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตน

4. การกระตุ้นทางอารมณ์ (Emotional Arousal) การกระตุ้นทางอารมณ์มีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในสภาพที่ถูกรบกวน ในการตัดสินใจถึงความวิตกกังวล และความเครียดของคนเรานั้นบางส่วนจะขึ้นอยู่กับการกระตุ้นทางสรีระ การกระตุ้นที่รุนแรงทำให้การกระทำไม่ค่อยได้ผลดี บุคคลจะคาดหวังความสำเร็จเมื่อเขาไม่ได้อยู่ในสภาพการณ์ที่กระตุ้นด้วยสิ่งที่ไม่พึงพอใจ ความกลัวก็จะกระตุ้นให้เกิดความกลัวมากขึ้น บุคคลก็จะเกิดประสบการณ์ของความล้มเหลว อันจะทำให้การรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนต่ำลง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พัชรินทร์ สิมทะราช (2544) ได้ทำการศึกษาผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชายระดับอาชีวศึกษา กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคือนักเรียนชายระดับอาชีวศึกษา ในโรงเรียนอาชีวศึกษา จังหวัดพะเยา ตั้งแต่เดือน กรกฎาคม 2543 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ 2544 จำนวน 32 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่ม ๆ ละ 16 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบไปด้วย โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ แบบรวบรวมข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงกว่าก่อนการศึกษาและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .001$ และ $P < .001$ ตามลำดับ) และภายหลังการศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่ำกว่าก่อนการศึกษาและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .001$ และ $P < .001$ ตามลำดับ)

อธิพงศ์ อรัญपालย์ (2552) ได้ทำการศึกษาการใช้การปรึกษากลุ่มเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 10 คน โดยได้รับการใช้การปรึกษากลุ่มจำนวน 11 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมงติดต่อกันเป็นเวลา 7 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบไปด้วย แบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการใช้การปรึกษากลุ่ม เก็บข้อมูลโดยการใช้แบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศก่อนและหลังการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการใช้การปรึกษา

กลุ่มมีคะแนนของพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศดีขึ้นกว่าก่อนการใช้การปรึกษากลุ่ม

วงเดือน สุวรรณศิริ นันทนา น้าฝน และวรรณ ทิพย์วาริรมย์ (2551) ได้ทำการศึกษา พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นและเยาวชนในสถานศึกษาจังหวัดพิษณุโลก เพื่อศึกษาลักษณะ และรูปแบบของพฤติกรรมทางเพศ ความคิดเห็นเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ปัญหา และพฤติกรรมกำกวมปัญหาเมื่อมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การรับรู้ข่าวสาร และความเสียงเกี่ยวกับโรคเอดส์ของวัยรุ่นและเยาวชนในสถานศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มอย่างง่าย ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 1,154 คน เครื่องมือการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความตรงโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ผลการวิจัยพบว่า ร้อยละ 33.8 เคยมีเพศสัมพันธ์ รูปแบบการมีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 88.5 มีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม โดยเฉพาะคู่อภิเษกหรือแฟน ช่วงอายุของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกอยู่ที่ 10-22 ปี อายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของวัยรุ่นหญิง คือ 17 ปี และวัยรุ่นชายคือ 15 ปี

ภนิตา ภูโตนา (2539) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลการใช้กิจกรรมกระบวนการกลุ่มต่อการพัฒนา ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลปรากฏว่า นักเรียนที่เข้าร่วม กิจกรรมจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าสูงกว่าก่อนการทดลองและนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

กิตติณา พลสวัสดิ์ (2539) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกระบวนการกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดขอนแก่น พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

เชิดพงษ์ ราชปองขันธุ์ (2545) ผลการใช้กระบวนการกลุ่มและการได้รับข้อเสนอแนะ ที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบึงคล้านคร จังหวัดหนองคาย ผลการวิจัย พบว่า หลังเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลอง

สมควร ใจกระจ่าง (2542) ยังได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น ชาวเขาเผ่าม้ง ซึ่งผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นชาวเขา เผ่าม้ง เป็นเพศชาย ร้อยละ 53.5 และเพศหญิง ร้อยละ 46.5 มีอายุเฉลี่ย 16 ปี เคยมีพฤติกรรมทางเพศในด้านการติดต่อไปมาหา สู้กับเพื่อนต่างเพศมากที่สุดร้อยละ 65.2 และต่ำสุดเคยสำเร็จความใคร่ให้ตนเอง ร้อยละ 18.0 ในกลุ่มวัยรุ่นชาวเขา เผ่าม้งที่เคยมีเพศสัมพันธ์จะเป็นเพศชาย ร้อยละ 53.3 และเพศหญิง ร้อยละ 15.0 มีเพศสัมพันธ์กับคนรัก ร้อยละ 76.8 ซึ่งกลุ่มที่เคยมีเพศสัมพันธ์จะใช้ถุงยางอนามัย ขณะร่วมเพศเพียง ร้อยละ 20.5 ซึ่งถือว่าน้อยมาก

กรอบแนวคิดในการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้ใช้แนวคิดการรับรู้สมรรถนะในตนเองของแบนดูรา (1997) ซึ่งอธิบายว่าเป็นความเชื่อของบุคคลที่เกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการปฏิบัติพฤติกรรมต่าง ๆ บุคคลจะปฏิบัติพฤติกรรมหรือไม่ ขึ้นอยู่กับการคาดหวังว่าตนเองมีความสามารถมากพอที่จะกระทำพฤติกรรมหรือไม่ และเมื่อปฏิบัติพฤติกรรมแล้วได้รับผลตามที่ตนเองต้องการหรือไม่ ถ้าบุคคลนั้นเรียนรู้ว่าปฏิบัติพฤติกรรมทำให้เกิดผลลัพธ์ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง แต่คาดหวังว่าตนเองมีความสามารถไม่เพียงพอก็มีแนวโน้มว่าบุคคลจะไม่กระทำพฤติกรรมนั้นเพื่อหลีกเลี่ยงความล้มเหลว หากบุคคลมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงจะสามารถตัดสินใจและจัดการกับพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ ขณะที่บุคคลที่มีการรับรู้สมรรถนะตัวเองต่ำจะไม่กล้าปฏิเสธต่อสถานการณ์ที่นำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (Bandura A, 1997) ทั้งนี้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ได้พัฒนาเนื้อหาตามทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น การตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา ความสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพและการจัดการกับอารมณ์อย่างเหมาะสม และใช้กระบวนการพัฒนาทักษะการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองตามแนวคิดของแบนดูรา (Bandura A, 1997) ได้แก่ ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง ประสบการณ์จากการตระหนักถึงการกระทำของบุคคลอื่น การชักจูงด้วยคำพูด และสภาพทางสรีระวิทยาและอารมณ์ ทั้งนี้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เป็นการส่งเสริมให้บุคคลมีความตระหนักรู้ในตนเอง ความเข้าใจผู้อื่น ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลและมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองว่าสามารถกระทำการป้องกันหรือหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งกิจกรรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ประกอบด้วย

1. **การสร้างเสริมด้านเจตคติ** ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและยอมรับความแตกต่างระหว่างเพศ

2. **การสร้างเสริมด้านทักษะ** ได้แก่ ทักษะด้านการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และทักษะการคุมกำเนิดอย่างถูกต้องและปลอดภัย

3. **การสร้างเสริมด้านความรู้** ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ และสังคมของผู้หญิงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น พฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ทางเพศและการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ ตลอดจนความรู้เรื่องการคุมกำเนิด ซึ่งทักษะต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นทั้งสิ้น

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน ครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) ศึกษากลุ่มเดียวและวัดผลก่อน-หลังการทดลอง (The One Group Pretest-Post test Design) โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาในอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 54 ราย ตามเกณฑ์คุณสมบัติที่กำหนดดังนี้

1. อายุอยู่ในช่วงระหว่าง 13-15 ปี
2. อายุอยู่ในช่วงระหว่าง 13-15 ปี
3. ไม่เคยผ่านการแต่งงานหรืออยู่กินฉันท์สามีภรรยา
4. ไม่เคยมีประวัติการตั้งครรภ์
5. ยินดีเข้าร่วมการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ผู้วิจัยดัดแปลงจากโปรแกรมการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่นและเยาวชน ซึ่งได้สร้างขึ้นตามทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) และดำเนินการพัฒนาทักษะตามแนวคิดส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองของแบนดูรา ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรม

โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเป็นการสร้างเสริมให้บุคคลตระหนักถึงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของตนเองและมีทัศนคติที่ดีต่อการป้องกัน

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศตลอดจนมีทักษะในการป้องกันตนเองจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หรือสถานการณ์ที่ชักนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งกิจกรรมการพัฒนาทักษะ การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศประกอบด้วย

1. **การสร้างเสริมด้านเจตคติ** ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การตระหนัก ในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

2. **การสร้างเสริมด้านทักษะ** ได้แก่ ทักษะด้านการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเพื่อป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และทักษะการคุมกำเนิดอย่างถูกต้องและปลอดภัย

3. **การสร้างเสริมด้านความรู้** ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ และสังคมของผู้หญิงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น พฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ ทางเพศ และการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ ตลอดจนความรู้เรื่องการคุมกำเนิด ซึ่งทักษะต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมทั้งสิ้น

โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 1 เรื่อง การตระหนักรู้ในตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สาระสำคัญ

ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self awareness) เป็นความสามารถในการค้นหา รู้จัก และเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรา รู้ตัวเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐาน ของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจ ผู้อื่นอีกด้วย

ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือน หรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ ช่วยให้สามารถยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ ด้อยกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื้อเอดส์

การตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงปัญหา หรือผลกระทบที่ตามมาเนื่องจากการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมและไม่ถูกต้อง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนรู้ถึงความถนัดความสามารถ รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่างของแต่ละบุคคลรู้จักตนเอง ยอมรับ เห็นคุณค่า และภาคภูมิใจในตนเอง

และผู้อื่น มีเป้าหมายชีวิต มีความรับผิดชอบต่อสังคม และมีความตระหนักในเรื่องของพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่จะก่อให้เกิดปัญหาการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมและการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

เนื้อหา

1. การตระหนักรู้ในตนเอง และเข้าใจผู้อื่น
2. การเข้าใจตนเองและยอมรับความแตกต่างของแต่ละบุคคล
3. การตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยแจกใบงานที่ 1 ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ความถนัด ความสามารถ ลักษณะอุปนิสัย ค่านิยม วิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง การกำหนดเป้าหมายในชีวิตของตนเอง ยอมรับในความแตกต่างทางความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่นอย่างมีเหตุผลสะท้อนมุมมองที่ดีของตนเองและผู้อื่น ความรู้สึกภาคภูมิใจในความสามารถ ความดีของตนเองและผู้อื่น
2. ผู้วิจัยสุ่มตัวแทนออกมาเล่าให้เพื่อนฟัง
3. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกัน สรุปใจความสำคัญของการตระหนักรู้ในตนเอง และการเข้าใจ และยอมรับความแตกต่างของผู้อื่น
4. ผู้วิจัยแจกใบงานที่ 2 ซึ่งเป็นการตระหนักถึงปัญหาหรือผลเสียที่จะตามมาของการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศให้กับนักเรียนทุกคน เพื่อทราบแนวทางการคิดและการตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของแต่ละคน
5. ผู้วิจัยสุ่มตัวแทนเพื่อออกมานำเสนอให้เพื่อนฟัง
6. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปใจความสำคัญของการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สื่อ

1. ใบงานที่ 1 – 2
2. การให้ความรู้โดยการนำเสนอด้วยโปรแกรม Microsoft Powerpoint

ระยะเวลา 1 วัน

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 2 เรื่อง ทักษะด้านการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา

สาระสำคัญ

สังคมไทยปัจจุบันวัยรุ่นชายหญิงมีโอกาสที่อยู่ใกล้ชิดอยู่กันตามลำพังมากขึ้น หากทั้งคู่ไม่มีการยับยั้งอาจเกิดโอกาสมีเพศสัมพันธ์กันได้ง่ายโดยยังไม่มีความพร้อม ยังไม่มีความรับผิดชอบอาจก่อให้เกิดปัญหาตามมา เช่น การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง การติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ดังนั้นเราควรที่จะต้องมีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ในวัยรุ่นเพื่อให้วัยรุ่นรู้วิธีที่จะป้องกันตนเองได้ การหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องใช้ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธมีส่วนช่วยอย่างมาก

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักเรียนทุกคนมีทักษะในการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นอกจากนี้ยังมีทักษะในการตัดสินใจในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เผชิญ ด้วยทางเลือกที่เหมาะสมและไม่เกิดผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อเผชิญกับสถานการณ์วิกฤตอย่างไตร่ตรองตามขั้นตอนหลักการแก้ปัญหา สามารถประเมินและสรุปผลการตัดสินใจและการแก้ปัญหาในสถานการณ์ซับซ้อนจากประสบการณ์ที่ดีของตนเองและผู้อื่นมาเป็นแบบทเรียนชีวิตของตนเองได้

เนื้อหา

1. ทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรองในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
2. ทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น
2. ผู้วิจัยให้ความรู้กับนักเรียนในเรื่องของทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง ทักษะการตัดสินใจและทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่พร้อม
3. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ๆ ละ 9 คน และผู้วิจัยแจกใบงานกรณีศึกษาที่ 1-6 เรื่องแนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม ปัญหาของการมีความสัมพันธ์ทางเพศในวัยรุ่น นักเรียนทำกิจกรรมกลุ่มระดมสมองตอบคำถามตามใบงาน
4. ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันอภิปรายประเด็นจากใบงาน ออกมานำเสนอผลงาน
5. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม โดยการนำทักษะการปฏิเสธ การเจรจาต่อรอง ทักษะการตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหามาใช้เพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สื่อ

1. ใบงานกรณีศึกษา 1-6
2. การให้ความรู้โดยการนำเสนอด้วยโปรแกรม Microsoft Powerpoint

ระยะเวลา 1 วัน

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 3 เรื่อง ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และทักษะการคุมกำเนิดอย่างถูกต้องและปลอดภัย

สาระสำคัญ

วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงที่เด่นชัดที่สุด คือ การมีความสนใจในเพศตรงข้ามและการมีอารมณ์ทางเพศซึ่งนับว่าเป็นอาการปกติเมื่อเติบโตถึงวัยนี้ ปัญหาที่เกิดจากอารมณ์ทางเพศของวัยรุ่นประการหนึ่ง คือ ความสัมพันธ์ทางความรักระหว่างชายหญิง การวางตัวต่อเพศตรงข้าม และการระบายอารมณ์ทางเพศ จึงจำเป็นที่วัยรุ่นและผู้ใหญ่ต้องให้ความเข้าใจในเรื่องนี้ด้วยเพื่อวัยรุ่นจะได้สนองความต้องการของตนดังกล่าว ภายใต้การสังเกตและแนะนำจากผู้ใหญ่ได้ถูกต้อง เพื่อให้วัยรุ่นมีเจตคติที่ดีต่อความรักระหว่างหนุ่มสาวและมีความเชื่อมั่น ในบุคลิกของตนเอง สามารถปฏิบัติตนอยู่ในครรลองครองธรรมและเป็นที่ยอมรับของสังคม

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนมีทักษะในการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นอกจากนี้ยังมีทักษะในการตัดสินใจในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เผชิญ ด้วยทางเลือกที่เหมาะสมและไม่เกิดผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อเผชิญกับสถานการณ์วิกฤตอย่างไตร่ตรองตามขั้นตอนหลักการแก้ปัญหา สามารถประเมินและสรุปผลการตัดสินใจและการแก้ปัญหาในสถานการณ์ซับซ้อนจากระดับประสบการณ์ที่ดีของตนเองและผู้อื่นมาเป็นแบบทเรียนชีวิตของตนเองได้

เนื้อหา

1. ทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรองในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
2. ทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น
2. ผู้วิจัยให้ความรู้กับนักเรียนในเรื่องของทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง ทักษะการตัดสินใจและทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่พร้อม
3. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ๆ ละ 9 คน และผู้วิจัยแจกใบงานกรณีศึกษาที่ 1-6 เรื่องแนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์

ที่ไม่พร้อม ปัญหาของการมีความสัมพันธ์ทางเพศในวัยเรียน นักเรียนทำกิจกรรมกลุ่มระดมสมองตอบคำถามตามใบงาน

4. ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันอภิปรายประเด็นจากใบงาน ออกมานำเสนอผลงาน
5. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม โดยการนำทักษะการปฏิเสธ การเจรจาต่อรอง ทักษะการตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหามาใช้เพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สื่อ

1. ใบงานกรณีศึกษา 1-6
2. การให้ความรู้โดยการนำเสนอด้วยโปรแกรม Microsoft Powerpoint

ระยะเวลา 1 วัน

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 4 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์และสังคมของผู้หญิงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

สาระสำคัญ

เมื่อเด็กหญิงอายุย่าง 13-15 ปี นับได้ว่าย่างเข้าสู่วัยรุ่นหรือวัยแตกเนื้อหนุ่มสาว ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ ทำให้เด็กวัยรุ่นต้องทำความเข้าใจกับภาวะความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เพื่อรักษาสุขภาพอนามัยของร่างกายให้เหมาะสม รวมทั้งวัยรุ่นยังมีปัญหาอีกหลายประการที่จำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมและรู้จักสร้างกฎเกณฑ์มาตรฐานของชีวิตแบบผู้ใหญ่

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมเมื่อย่างเข้าสู่วัยรุ่นได้และตระหนักรู้ในการวางตัวที่เหมาะสมกับวัย

เนื้อหา

1. เพศศึกษากับวัยรุ่น
2. การเปลี่ยนแปลงที่สำคัญของวัยรุ่นและการปฏิบัติตัวให้เหมาะสมกับวัย

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้ความรู้เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม เมื่อก้าวเข้าสู่วัยรุ่น
2. ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆของวัยรุ่นและให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น

สื่อ

1. วิดีทัศน์เรื่อง เพศศึกษากับวัยรุ่น
2. การให้ความรู้โดยการนำเสนอด้วยโปรแกรม Microsoft Powerpoint

ระยะเวลา 1 วัน

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 5 เรื่อง พฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
 อารมณ์ทางเพศและการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ

สาระสำคัญ

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นนั้นมีอยู่มากมาย อาทิเช่น การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การติดเชื้อเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ถูกต้องและไม่ได้ป้องกัน ซึ่งเราควรจะมีวิธีจัดการกับอารมณ์เหล่านี้เพื่อป้องกันมิให้นำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อันจะนำไปสู่ปัญหาสำคัญต่าง ๆ ซึ่งจะเป็นผลเสียต่อเด็กวัยรุ่นที่เป็นอนาคตของชาติ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศ และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ทางเพศรวมถึงการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ ซึ่งจะนำไปสู่การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์

เนื้อหา

1. ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ทางเพศ และการจัดการกับอารมณ์ทางเพศของวัยรุ่น

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยอธิบายเกี่ยวกับเนื้อหาพฤติกรรมทางเพศ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การจัดการกับอารมณ์ทางเพศและการดำเนินชีวิต
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนซักถามเกี่ยวกับปัญหาเรื่องเพศหรือแนวทางป้องกันความเสี่ยงในเรื่องเพศ
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับกลุ่มและช่วยกันคิดในเรื่องการวางตัวในสังคมว่าแต่ละกลุ่มมีวิธีในการวางตัวในเรื่องเพศที่ได้เรียนแล้วนั้นอย่างไรในสังคมแล้วบันทึกและส่งตัวแทนออกมาอภิปรายหน้าชั้นเรียน เพื่อเป็นการนำเสนอความคิดของบุคคลภายในกลุ่มและเป็นการแลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็นของบุคคลภายในสังคม

สื่อ

1. สื่อการสอนเรื่องพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต
2. กระดาษชาร์ตเพื่อเขียนรายงาน

ระยะเวลา 1 วัน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามของ พัชรินทร์ ลิ้มตระกูล (2544) มาประยุกต์ใช้ในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ ซึ่งประกอบไปด้วย 2 ส่วน คือ

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ประกอบไปด้วย อายุ ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้ต่อเดือน สถานที่พักอาศัย บุคคลที่พักอาศัยด้วย ผลการเรียนเฉลี่ยสะสม อาชีพ บิดามารดา สถานภาพสมรสของบิดามารดา สิ่งอำนวยความสะดวก และข้อมูลพฤติกรรมทางเพศ ได้แก่ ประสบการณ์ในการคบเพื่อนต่างเพศในรอบปี ช่องทางการได้รับความรู้เรื่องเพศศึกษา อายุและการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก สาเหตุสำคัญของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก สถานที่ที่เกิดเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ช่วงเวลาที่มีเพศสัมพันธ์ บิดา/มารดาของตนรับรู้หรือไม่ บิดา/มารดาของคนรักรับรู้หรือไม่ วิธีการป้องกันการตั้งครรภ์

2. แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดการรับรู้สมรรถนะในตนเองของแบนดูรา (1997) โดยจะประเมินความเชื่อในความสามารถของตนเองและจากการทบทวนวรรณกรรมจำนวน 15 ข้อ ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับความเชื่อเกี่ยวกับสมรรถนะในตนเองด้านการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ในสถานการณ์ที่ไม่แน่นอน การหลีกเลี่ยงจากสิ่งชักนำจนอาจก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ ความเชื่อเกี่ยวกับสมรรถนะในตนเองด้านการยั้งคิดและควบคุมอารมณ์เมื่อมีการเผชิญหน้าหรืออยู่ตามลำพังก็เพื่อต่างเพศ

ลักษณะการให้คะแนนแบ่งตามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

ไม่แน่ใจเลย	ระดับคะแนนเท่ากับ	1
แน่ใจเล็กน้อย	ระดับคะแนนเท่ากับ	2
แน่ใจปานกลาง	ระดับคะแนนเท่ากับ	3
แน่ใจมาก	ระดับคะแนนเท่ากับ	4
แน่ใจมากที่สุด	ระดับคะแนนเท่ากับ	5

ดังนั้นเมื่อรวมคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศจากแบบสอบถามทั้งหมดจึงมีค่าคะแนนระหว่าง 15-75 คะแนน จึงใช้ค่าพิสัย แบ่งคะแนนรายข้อออกเป็น 3 ระดับ คือ

15- 35	คะแนน หมายถึง	ผู้ตอบมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับต่ำ
35-55	คะแนน หมายถึง	ผู้ตอบมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับปานกลาง
55-75	คะแนน หมายถึง	ผู้ตอบมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับสูง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ 0.05 มีรายละเอียดดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลพฤติกรรมทางเพศ วิเคราะห์ด้วยความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. ทดสอบผลของโปรแกรมการรับรู้สมรรถนะตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ทั้งก่อนและหลังการเข้ารับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โดยใช้สถิติ paired T-Test



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เขตอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) ศึกษากลุ่มเดียวและวัดผล ก่อน-หลังการทดลอง (The One Group Pretest-Post test Design) โดยผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวน 54 ราย ระยะเวลาในการรวบรวมข้อมูล ตั้งแต่เดือนตุลาคม 2555 ถึงเดือนมีนาคม 2556 ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตารางประกอบคำบรรยาย โดยแบ่งการนำเสนอข้อมูลออกเป็น 2 ส่วนดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลพฤติกรรมทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง
2. ผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเอง

ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลพฤติกรรมทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษาและผลการเรียนเฉลี่ยสะสม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
อายุ (ปี)		
13	15	27.8
14	21	38.9
15	18	33.3
รวม	54	100
Mean = 14.06 S.D. = 0.8		
ระดับการศึกษา		
มัธยมศึกษาปีที่ 1	18	33.3
มัธยมศึกษาปีที่ 2	24	44.4

ตาราง 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
มัธยมศึกษาปีที่ 3	12	22.2
รวม	54	100
ผลการเรียนเฉลี่ยสะสม		
2.00 – 2.50	9	16.7
2.51 – 3.00	16	29.6
3.01 – 3.50	17	31.5
3.51 – 4.00	12	22.2
รวม	54	100
Mean = 3.09 S.D. = 1.02		

จากตาราง 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุอยู่ที่ 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 38.9 และอายุ 15 ปีคิดเป็นร้อยละ 33.3 ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 44 และมัธยมศึกษาปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 33.3 ตามลำดับ มีอายุเฉลี่ย 14.06 ปี (S.D.=0.8) ทางด้านผลการเรียนเฉลี่ยสะสมพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีผลการเรียนสะสมอยู่ที่ 3.01-3.51 คิดเป็นร้อยละ 31.5 และ 2.51-3.00 คิดเป็นร้อยละ 29.6 ตามลำดับ โดยมีเกรดเฉลี่ยอยู่ที่ 3.09 (S.D.=1.02)

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม จำนวนรายได้และความเพียงพอของค่าใช้จ่ายแต่ละเดือน การอยู่อาศัย

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน		
น้อยกว่า 1,000 บาท	41	75.9
1,001 – 2,000 บาท	12	22.2
มากกว่า 2,000 บาท	1	1.9
รวม	54	100
Mean = 954.65 S.D. = 0.48		

ตาราง 2 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
ความเพียงพอของรายได้		
เพียงพอ	53	98.1
ไม่เพียงพอ	1	1.9
รวม	54	100
การพักอาศัย		
บิดาและมารดา	47	87
มารดา	4	7.4
ญาติ/ผู้ปกครอง	3	5.6
รวม	54	100

จากตาราง 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือน น้อยกว่า 1,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 75.9 และรองลงมาคือ 1,001–2,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 22.2 ตามลำดับ โดยมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 954.65 บาท (S.D.=0.48) ทางด้านความเพียงพอของรายได้ ส่วนใหญ่เพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 98.1 และไม่เพียงพอเพียงร้อยละ 1.9 ในด้านการพักอาศัยพบว่า ร้อยละ 87 อาศัยอยู่กับบิดามารดา และรองลงมาคือพักอาศัยอยู่กับมารดา คิดเป็นร้อยละ 7.4 ตามลำดับ

ตาราง 3 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม สถานภาพสมรสของบิดามารดา อาชีพของบิดามารดา สิ่งอำนวยความสะดวกที่มี

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
สถานภาพสมรสของบิดามารดา		
อยู่ด้วยกัน	46	85.2
หย่าร้าง	3	5.6
แยกกันอยู่	4	7.4
บิดา/มารดาถึงแก่กรรม	1	1.9
รวม	54	100
อาชีพของบิดามารดา		
ค้าขาย	4	7.4

ตาราง 3 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เกษตรกร	37	68.5
รับจ้าง	6	11.1
ข้าราชการ/พนักงานราชการ	1	1.9
อาชีพอิสระ	6	11.1
รวม	54	100
สิ่งอำนวยความสะดวก		
โทรศัพท์มือถือ	42	77.8
คอมพิวเตอร์	1	1.9
รถจักรยานยนต์	11	20.4
รวม	54	100

จากตาราง 3 พบว่า สถานภาพสมรสของบิดามารดากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 85.2 และแยกกันอยู่คิดเป็นร้อยละ 7.4 ตามลำดับ ทางด้านอาชีพของบิดามารดา ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 68.5 และรองลงมาคืออาชีพ รับจ้างและอาชีพอิสระ คิดเป็นร้อยละ 11.1 ตามลำดับ ทางด้านสิ่งอำนวยความสะดวก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 77.8 มีโทรศัพท์มือถือและรองลงมา คือ รถจักรยานยนต์คิดเป็นร้อยละ 20.4 ตามลำดับ

ตาราง 4 จำนวนและร้อยละจำแนกตามข้อมูลพฤติกรรมทางเพศ

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
สถานะการคบเพื่อนต่างเพศ		
คนรัก/แฟน	16	29.6
เพื่อน	38	70.4
รวม	54	100
การมีเพศสัมพันธ์		
เคย	8	14.8
ไม่เคย	46	85.2
รวม	54	100

จากตาราง 4 พบว่า ข้อมูลด้านพฤติกรรมทางเพศพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการคบเพื่อนต่างเพศในสถานะเพื่อน คิดเป็นร้อยละ 70.4 และคบในสถานะแฟนคิดเป็นร้อยละ 29.6 ทางด้านการมีเพศสัมพันธ์พบว่า ร้อยละ 85.2 ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์และร้อยละ 14.8 เคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว

ตาราง 5 จำนวนและร้อยละข้อมูลพฤติกรรมทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง ที่เคยมีเพศสัมพันธ์

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
อายุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก		
13	2	25
14	3	37.5
15	3	37.5
รวม	8	100
เหตุผลที่ตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์		
เมาสุรา	2	25
ถูกชักชวน	3	37.5
อยู่ใกล้ซัดกัน 2 ต่อ 2	3	37.5
รวม	8	100
ผู้ที่มีเพศสัมพันธ์ด้วยครั้งแรก		
เพื่อน	1	12.5
คนรัก/แฟน	6	75
ชายแปลกหน้า	1	12.5
รวม	8	100
สถานที่ที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก		
บ้านคนรัก/แฟน	1	12.5
บ้านเพื่อน	4	50
สวน/ในชุมชน	3	37.5
รวม	8	100
ช่วงเวลาที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก		
หลังเลิกเรียนก่อนกลับบ้าน	3	37.5
ช่วงวันหยุดเสาร์-อาทิตย์	1	12.5

ตาราง 5 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
วันธรรมดาในช่วงเวลาว่าง	2	25
นัดพบกันกลางคืน	2	25
รวม	8	100
ผู้ปกครองตนเองทราบหรือไม่		
ไม่ทราบ	6	75
ทราบ	2	25
รวม	8	100
ผู้ปกครองคนรัก ทราบหรือไม่		
ไม่ทราบ	6	75
ทราบ	2	25
รวม	8	100
วิธีการป้องกันการตั้งครรภ์		
ถุงยางอนามัย	4	50
การหลังข้างนอก	4	50
รวม	8	100

จากตาราง 5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุ 14 และ 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 37.5 รองลงมาคือ 13 ปีคิดเป็นร้อยละ 25 ทางด้านเหตุผลที่ตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก กลุ่มตัวอย่างที่เคยมีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ ร้อยละ 37.5 คือถูกชักชวนและอยู่ในสถานการณ์ที่ใกล้ชิดกัน อยู่กันตามลำพัง 2 ต่อ 2 รองลงมาคือ เมาสู่ราคิดเป็นร้อยละ 25 ตามลำดับ ผู้ที่มีเพศสัมพันธ์ด้วยครั้งแรก ร้อยละ 75 คือ คนรัก/แฟน รองลงมาคือเพื่อนและชาย-แปลกหน้า ร้อยละ 12.5 ตามลำดับ ทางด้านสถานที่ที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ร้อยละ 50 คือที่บ้านเพื่อนร้อยละ 37.3 เป็นในสวน/ในชุมชน และร้อยละ 12.5 เป็นบ้านของคนรัก/แฟน ตามลำดับ ส่วนช่วงเวลาที่เพศสัมพันธ์ครั้งแรกส่วนใหญ่เป็นช่วงเวลาหลังเลิกเรียนก่อนกลับบ้านร้อยละ 37.5 และช่วงเวลาว่างในวันธรรมดาและตอนกลางคืน คิดเป็นร้อยละ 25 ตามลำดับ ในส่วนของการรับรู้/ ผู้ปกครองของบิดามารดาทั้งของกลุ่มเป้าหมายและคนรัก/แฟน พบว่าเท่ากันคือ ร้อยละ 75 ไม่ทราบและ ร้อยละ 25 ทราบเรื่องการมีเพศสัมพันธ์แล้ว ในส่วนของการป้องกันการตั้งครรภ์ มีการป้องกันโดยการใช้ถุงยางอนามัยและการหลังข้างนอกในจำนวนที่เท่ากันคือ ร้อยละ 50

ตาราง 6 จำนวนค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้สมรรถนะ
ในตนเองก่อนและหลังการได้รับโปรแกรม การพัฒนาทักษะการป้องกัน
พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของกลุ่มตัวอย่างรายข้อ (n = 54)

คำถาม	เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง			
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
1. ท่านสามารถปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์กับ คนที่ไม่รู้จักมาก่อนหรือเพิ่งรู้จักกันไม่กี่วัน	3.59	.714	4.39	.529
2. ท่านสามารถเตือนสติหรือยับยั้งใจตนเอง ว่าไม่ควรไปในสถานที่ที่ไม่เหมาะสมเช่น ผับ สถานเริงรมย์ เป็นต้น	3.5	.694	4.35	.529
3. ท่านสามารถปฏิเสธการดื่มสุราหรือ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ทำให้มึนเมาจนทำให้ ขาดสติและมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมี เพศสัมพันธ์	3.54	.573	4.37	.588
4. ท่านสามารถเตือนสติตนเองว่าไม่ควรใช้ สารเสพติดทุกชนิดเพราะจะทำให้ขาดสติ และมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้	3.67	.644	4.52	.560
5. ท่านสามารถหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ต้อง อยู่สองต่อสองกับเพศตรงข้ามเพราะจะทำให้ เกิดอารมณ์ทางเพศและมีพฤติกรรมเสี่ยง ต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้	3.11	.664	4.2	.540
6. ท่านสามารถหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ จะต้องถูกแตะต้องสัมผัสเนื้อตัวจากเพศ ตรงข้ามเพราะจะทำให้เกิดอารมณ์ทางเพศ และอาจมีเพศสัมพันธ์ตามมาได้	3.22	.634	4.26	.491
7. ท่านสามารถวางตัวให้เหมาะสมกับ ความพอดีไม่เกินเลยจากความเป็นเพื่อน เมื่อต้องทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนต่างเพศ	3.54	.605	4.46	.503

ตาราง 6 (ต่อ)

คำถาม	เปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง			
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
8. ท่านสามารถปฏิเสธการไปเที่ยวสองต่อสองกับเพศตรงข้าม เพราะเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ที่เกินเลยได้	3.3	.633	4.30	.571
9. ท่านสามารถหลีกเลี่ยงการไปเที่ยวในตอนกลางคืน เพราะจะทำให้มีความเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้	3.44	.572	4.39	.492
10. ท่านสามารถประพฤติปฏิบัติตนตามขอบเขตของวัฒนธรรมไทย ไม่สัมผัสและต้องผู้ชายในเชิงชู้สาว ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร	3.57	.633	4.43	.536
11. ท่านสามารถเตือนสติตัวเองว่า การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จะมีผลเสียต่ออนาคตด้านการเรียนและอาจทำให้ตั้งครรภ์ไม่พร้อมได้	3.56	.691	4.46	.539
12. ท่านสามารถหลีกเลี่ยงและอยู่ห่างจากเพื่อนที่มีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้	3.5	.575	4.33	.549
13. เมื่อต้องอยู่ตามลำพังสองต่อสองกับเพศตรงข้าม ท่านสามารถควบคุมอารมณ์ทางเพศหรือการกระทำของตนเองให้อยู่ในขอบเขตที่เหมาะสมได้	3.46	.605	4.41	.533
14. ท่านคิดอยู่เสมอว่าผู้ชายที่ดีควรให้เกียรติกับผู้หญิง ไม่ทำกิริยาที่ไม่สุภาพ ไม่ทำให้ผู้หญิงที่ตนรักต้องเสื่อมเสียเกียรติ	3.59	.599	4.50	.505
15. ท่านเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า จะไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรจะต้องเรียนให้จบและมีความพร้อมก่อน	3.63	.560	4.57	.499

จากตาราง 6 พบว่า ก่อนการทดลองคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองข้อที่ 4 ที่ได้ถามว่าท่านสามารถเตือนสติตนเองว่าไม่ควรใช้สารเสพติดทุกชนิดเพราะจะทำให้ขาดสติ และมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้ มีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงที่สุด คือ 3.67 (S.D.=0.644) รองลงมาคือข้อที่ 15 ถามว่าท่านเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า จะไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จะต้องเรียนให้จบและมีความพร้อมก่อนค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 3.63 (S.D.=0.560) และข้อที่ 1 ท่านสามารถปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์กับคนที่ไม่รู้จักมาก่อนหรือเพิ่งรู้จักกันไม่กี่วัน และข้อที่ 14 ท่านคิดอยู่เสมอว่า ผู้ชายที่ดีควรให้เกียรติกับผู้หญิง ไม่ทำกิริยาที่ไม่สุภาพไม่ทำให้ผู้หญิงที่ตนรักต้องเสื่อมเสียเกียรติ ซึ่งมีค่าเท่ากัน คือ 3.59 (S.D.=0.599) ตามลำดับ ในส่วนของหลังการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงสุดคือข้อที่ 15 ซึ่งถามว่าท่านเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า จะไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จะต้องเรียนให้จบและมีความพร้อมก่อน มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 4.57 (S.D.=4.99) รองลงมาคือข้อที่ 4 ถามว่า ท่านสามารถเตือนสติตนเองว่าไม่ควรใช้สารเสพติดทุกชนิดเพราะจะทำให้ขาดสติและมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้ ซึ่งค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ที่ 4.52 (S.D.=0.56) และข้อที่ 14 ท่านคิดอยู่เสมอว่า ผู้ชายที่ดีควรให้เกียรติกับผู้หญิง ไม่ทำกิริยาที่ไม่สุภาพไม่ทำให้ผู้หญิงที่ตนรักต้องเสื่อมเสียเกียรติ มีค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ที่ 4.50 (S.D.=0.505) ตามลำดับ

ผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเอง

ตาราง 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสถิติทดสอบทีและระดับนัยสำคัญทางสถิติของการทดสอบเปรียบเทียบคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง (n = 54)

การทดสอบ	\bar{X}	S.D.	df	t	P-value
ก่อนการทดลอง	52.22	6.21	53	16.98	0.000**
หลังการทดลอง	65.94	7.78			

หมายเหตุ: **P< 0.05

จากตาราง 7 พบว่า ภายหลังจากได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้สมรรถนะของตนเอง (Mean=65.94, S.D=7.78) สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ (Mean=52.22, S.D=6.21) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05



บทที่ 5

บทสรุป

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง ศึกษากลุ่มเดียวและวัดผล ก่อน-หลังการทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 54 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่ผู้วิจัยดัดแปลงจากโปรแกรมการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่นและเยาวชน ซึ่งได้สร้างขึ้นตามทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก และดำเนินการพัฒนาทักษะตามแนวคิดส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองของแบนดูรา ด้วยการเข้าค่ายฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเป็นเวลา 5 วัน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลพฤติกรรมทางเพศ และแบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะในตนเองในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ วิเคราะห์ด้วยความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ paired T-Test

สรุปผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ที่กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง พบว่า ร้อยละ 38.9 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีอายุ 14 ปี ร้อยละ 33.3 มีอายุ 15 ปี และร้อยละ 27.8 มีอายุ 13 ปี (S.D.=0.8) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 44.4 รองลงมาคือชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ร้อยละ 33.3 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ร้อยละ 22.2 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีผลการเรียนเฉลี่ยสะสม 3.01-3.50 ร้อยละ 31.5 รองลงมา 2.51-3.00 ร้อยละ 29.6 และ 3.51-4.00 ตามลำดับ (S.D.=1.019) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนน้อยกว่า 1,000 บาท ร้อยละ 75.9 และ 1,001-2,000 บาท ร้อยละ 22.2 ตามลำดับ (S.D.=0.483) โดยส่วนใหญ่ร้อยละ 98.1 รายได้เพียงพอกับการใช้จ่าย มีเพียงร้อยละ 1.9 ที่รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่ายกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา ร้อยละ 87 รองลงมาคืออาศัยอยู่กับมารดา ร้อยละ 7.4 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่บิดาและมารดาอยู่ด้วยกันคิดเป็นร้อยละ 85.2 รองลงมา คือ บิดาและมารดาแยกกันอยู่คิดเป็นร้อยละ 7.4 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่

บิดามารดาประกอบอาชีพเกษตรกรรมร้อยละ 68.5 รองลงมาคืออาชีพรับจ้างและอาชีพอิสระ ซึ่งมีจำนวนเท่ากันคือร้อยละ 11.1 และค้าขาย ร้อยละ 7.4 ตามลำดับ ทางด้านสิ่งอำนวยความสะดวกที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีใช้ร้อยละ 77.8 คือ โทรศัพท์มือถือ รองลงมาคือรถจักรยานยนต์ ร้อยละ 20.4 ตามลำดับ

สถานการณ์คบเพื่อนต่างเพศของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ส่วนใหญ่เป็นแบบเพื่อนร้อยละ 70.4 และคบแบบแฟนร้อยละ 29.6 ตามลำดับ ทางด้านประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 85.2 ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์ มีเพียงร้อยละ 14.8 เท่านั้นที่เคยมีเพศสัมพันธ์ เมื่อสอบถามในด้านอายุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกครั้งแรก ได้สอบถามเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่เคยมีเพศสัมพันธ์ซึ่งก็พบว่าร้อยละ 37.5 กลุ่มตัวอย่างมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่อ อายุ 13 และ 14 ปี รองลงมาคืออายุ 13 ปีคิดเป็นร้อยละ 25 กลุ่มตัวอย่างได้ให้เหตุผลที่ตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ได้แก่ การถูกชักชวนและการอยู่ใกล้ชิดกันโดยลำพัง ร้อยละ 37.5 รองลงมา คือเกิดจากการเมาสุรา ร้อยละ 25 ตามลำดับ

ส่วนสถานที่ที่กลุ่มตัวอย่างมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกคือบ้านเพื่อนร้อยละ 50 รองลงมาคือ สวน/ในชุมชน ร้อยละ 37.5 ตามลำดับ เมื่อสอบถามถึงช่วงเวลาที่เริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกพบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ 37.5 คือช่วงหลังเลิกเรียนก่อนกลับบ้าน และร้อยละ 25 คือในช่วงวันธรรมดาเวลาว่างและนัดพบกันช่วงกลางคืนตามลำดับ ซึ่งส่วนใหญ่ร้อยละ 75 ผู้ปกครองของตนและคนรักไม่ทราบว่ามีการมีเพศสัมพันธ์ มีเพียงร้อยละ 25 เท่านั้นที่ผู้ปกครองตนและคนรักทราบจากการสอบถามกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์เมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกพบว่าร้อยละ 50 ใช้ถุงอนามัยและอีกร้อยละ 50 ใช้วิธีการหลังข้างนอก

ผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง พบว่าก่อนการทดลองคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองข้อที่ 4 ที่ได้ถามว่าท่านสามารถเตือนสติตนเองว่าไม่ควรใช้สารเสพติดทุกชนิดเพราะจะทำให้ขาดสติและมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้ มีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงที่สุดเท่ากับ 3.67 (S.D.=0.644) รองลงมาคือข้อที่ 15 ถามว่าท่านเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า จะไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จะต้องเรียนให้จบและมีความพร้อมก่อนค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 3.63 (S.D.=0.560) และข้อที่ 1 ท่านสามารถปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์กับคนที่ไม่รู้จักมาก่อนหรือเพิ่งรู้จักกันไม่กี่วัน และข้อที่ 14 ท่านคิดอยู่เสมอว่า ผู้ชายที่ดีควรให้เกียรติกับผู้หญิง ไม่ทำกิริยาที่ไม่สุภาพไม่ทำให้ผู้หญิงที่ตนรักต้องเสื่อมเสียเกียรติ ซึ่งมีค่าเท่ากับ 3.59 (S.D.=0.599) ตามลำดับ ในส่วนของหลังการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงสุดคือข้อที่ 15 ซึ่งถามว่าท่านเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า จะไม่มีเพศสัมพันธ์

ก่อนวัยอันควร จะต้องเรียนให้จบและมีความพร้อมก่อนมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 4.57 (S.D.=4.99) รองลงมาคือข้อที่ 4 ถามว่า ท่านสามารถเตือนสติตนเองว่าไม่ควรใช้สารเสพติดทุกชนิด เพราะจะทำให้ขาดสติและมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้ซึ่งค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ที่ 4.52 (S.D.=0.56) และข้อที่ 14 ท่านคิดอยู่เสมอว่า ผู้ชายที่ดีควรให้เกียรติกับผู้หญิง ไม่ทำกิริยาที่ไม่สุภาพ ไม่ทำให้ผู้หญิงที่ตนรักต้องเสียชื่อเสียงเกียรติ มีค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ที่ 4.50 (S.D.=0.505) ตามลำดับ

จากการศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะ ในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการทดลอง พบว่า ภายหลังจากทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีการเปลี่ยนแปลงของค่าเฉลี่ยพบว่าสูงขึ้นจากก่อนการทดลองจาก 52.22 (S.D.=6.21) เป็น 65.94 (S.D.=8.61) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังกล่าว จึงยอมรับสมมติฐานที่ระบุว่า ภายหลังจากได้รับ โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการพัฒนา ทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 54 ราย โดยศึกษาเปรียบเทียบการรับรู้สมรรถนะในตนเองก่อนและหลังการได้รับ โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การอภิปรายผลมีดังนี้

1. ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

จากผลการศึกษาที่พบว่าสถานะการคบเพื่อนต่างเพศของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นแบบเพื่อนร้อยละ 70.4 และคบแบบแฟนร้อยละ 29.6 ตามลำดับ ทางด้านประสบการณ์ การมีเพศสัมพันธ์กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 85.2 ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์ มีเพียงร้อยละ 14.8 เท่านั้นที่เคยมีเพศสัมพันธ์ เมื่อสอบถามในด้านอายุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกครั้งแรก ได้สอบถาม เฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่เคยมีเพศสัมพันธ์ซึ่งก็พบว่าร้อยละ 37.5 กลุ่มตัวอย่างมีเพศสัมพันธ์ ครั้งแรกเมื่อ อายุ 13 และ 14 ปี รองลงมาคืออายุ 13 ปีคิดเป็นร้อยละ 25 กลุ่มตัวอย่างได้ให้เหตุผล ที่ตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ได้แก่ การถูกชักชวนและการอยู่ใกล้ชิดกันโดยลำพัง ร้อยละ 37.5 รองลงมาคือเกิดจากการเมาสุรา ร้อยละ 25 ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ

พัชรินทร์ สิมทะราช (2544) ที่พบว่า วัยรุ่นและเยาวชนตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก เพราะการถูกชักชวนจากคนรักและการอยู่ใกล้ชิดเพียงลำพัง 2 ต่อ 2 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกกับคนรัก/แฟน คิดเป็นร้อยละ 75 รองลงมาคือเพื่อนและชายแปลกหน้า ร้อยละ 12.5 ตามลำดับ ส่วนสถานที่ที่กลุ่มตัวอย่างมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกคือบ้านเพื่อนร้อยละ 50 รองลงมาคือ สวน/ในชุมชน ร้อยละ 37.5 ตามลำดับ เมื่อสอบถามถึงช่วงเวลาที่มีเพศสัมพันธ์ ครั้งแรก พบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ 37.5 คือช่วงหลังเลิกเรียนก่อนกลับบ้าน และร้อยละ 25 คือในช่วงวันหยุดยาวและนัดพบกันช่วงกลางคืนตามลำดับ ซึ่งส่วนใหญ่ร้อยละ 75 ผู้ปกครองของตนและคนรักไม่ทราบว่ามีการมีเพศสัมพันธ์ มีเพียงร้อยละ 25 เท่านั้นที่ผู้ปกครองตน และคนรักทราบจากการสอบถามกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ เมื่อมีเพศสัมพันธ์ ครั้งแรก พบว่า ร้อยละ 50 ใช้ถุงอนามัยและอีกร้อยละ 50 ใช้วิธีการหลังข้างนอก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสมควร ใจกระจ่าง (2542) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นชายเขาเผ่าม้ง เพศหญิง เคยมีพฤติกรรมทางเพศในด้านการติดต่อไปมาหาสู่กับเพื่อนต่างเพศและกลุ่มที่เคยมีเพศสัมพันธ์ จะไม่ค่อยใช้ถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์

2. ผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

จากการศึกษา พบว่า ก่อนการทดลองคะแนนการของการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ข้อที่ 4 ที่ได้ถามว่าท่านสามารถเตือนสติตนเองว่าไม่ควรใช้สารเสพติดทุกชนิดเพราะจะทำให้ขาดสติและมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้ มีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงที่สุดอยู่ที่ 3.67 (S.D.=0.644) รองลงมาคือข้อที่ 15 ถามว่าท่านเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า จะไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จะต้องเรียนให้จบและมีความพร้อมก่อนค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ที่ 3.63 (S.D.=0.560) และข้อที่ 1 ท่านสามารถปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์กับคนที่ไม่รู้จักมาก่อนหรือเพิ่งรู้จักกันไม่กี่วัน และข้อที่ 14 ท่านคิดอยู่เสมอว่าผู้ชายที่ดีควรให้เกียรติกับผู้หญิง ไม่ทำกิริยาที่ไม่สุภาพไม่ทำให้ผู้หญิงที่ตนรักต้องเสื่อมเสียเกียรติ ซึ่งมีค่าเท่ากันคือ 3.59 (S.D.=0.599) ตามลำดับ ในส่วนของหลังการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงสุดคือข้อที่ 15 ซึ่งถามว่าท่านเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า จะไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จะต้องเรียนให้จบและมีความพร้อมก่อนมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 4.57 (S.D.=4.99) รองลงมาคือ ข้อที่ 4 ถามว่าท่านสามารถเตือนสติตนเองว่าไม่ควรใช้สารเสพติดทุกชนิดเพราะจะทำให้ขาดสติและมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้ซึ่งค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ที่ 4.52 (S.D.=0.56) และข้อที่ 14 ท่านคิดอยู่เสมอว่าผู้ชายที่ดีควรให้เกียรติกับผู้หญิง ไม่ทำกิริยาที่ไม่สุภาพไม่ทำให้ผู้หญิงที่ตนรักต้องเสื่อมเสียเกียรติ มีค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ที่ 4.50 (S.D.=0.505) ตามลำดับ

นอกจากนั้นภายหลังจากได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงกว่า ก่อนได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ทั้งนี้สามารถอธิบายผลการวิจัยที่สนับสนุนสมมติฐาน ได้ว่า จากการที่กลุ่มตัวอย่าง ได้รับการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ตามแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ที่ครอบคลุมองค์ประกอบของการเรียนรู้ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านเจตคติ ด้านความรู้ และด้านทักษะ ซึ่งประกอบด้วย กิจกรรมที่ส่งเสริมความรู้ในแต่ละด้าน ดังนี้ (WHO, 1994)

1. การเสริมสร้างด้านเจตคติ ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้ และตระหนักในตนเองทั้ง ท่าที่ ความรู้สึก ความคิด ค่านิยม และพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จนเกิดการเปิดเผยตนเอง เข้าใจผู้อื่น และตระหนักถึงความสำคัญของการลด และป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จนยอมรับมาเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติ ได้แก่ กิจกรรมสร้างเสริมความตระหนักรู้ในตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น การยอมรับความแตกต่างระหว่างเพศและตระหนักถึงผลเสียของการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

2. การสร้างเสริมเมความรู้ ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่าง มีความคิดรวบยอด เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ตลอดจนสถานการณ์ที่ชักนำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โดยการสร้างเสริมให้กลุ่มตัวอย่างมีการวิเคราะห์ และตรวจสอบความคิดของตนเองในแต่ละกิจกรรม แล้วนำออกไปใช้ในสถานการณ์จริง และส่งเสริมให้มีการเรียนรู้การแก้ปัญหาและหาวิธีการใหม่ ๆ มาใช้ในการแก้ปัญหาหรือหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่นำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ได้แก่ กิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์และสังคมเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น พฤติกรรมทางเพศ และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ทางเพศและการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ

3. การสร้างเสริมด้านทักษะ ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่าง ได้ทำความเข้าใจ และทำการฝึกปฏิบัติจนสามารถแสดงออกได้เหมาะสมกับสถานการณ์นั้น ๆ จนเกิดทักษะ ในการป้องกันตนเองจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ได้แก่ กิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง ทักษะปฏิเสธ และการเจรจาต่อรองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะการตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา ทักษะการจัดการกับอารมณ์และทักษะการมีเพศสัมพันธ์อย่างถูกต้อง และปลอดภัย โดยใช้กระบวนการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองตามแนวคิดของแบนดูรา (Bandura, 1997) กิจกรรมดังกล่าว อาจส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงของตนเอง ได้เรียนรู้และมีประสบการณ์ในการฝึกหัดการใช้ทักษะต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการป้องกัน

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นอกจากนี้กระบวนการฝึกอบรมยังได้ทำให้กลุ่มตัวอย่างทำกิจกรรมร่วมกันทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ รวมถึงการให้กำลังใจแก่กันและกันในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และการดำเนินชีวิตประจำวัน ประกอบกับกลุ่มตัวอย่างได้รับคำแนะนำ การพูดคุยเชิง สนับสนุนให้กำลังใจในการปรับพฤติกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศจากผู้วิจัย และได้ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับตัวแบบที่มีชีวิตซึ่งเป็นวัยรุ่นที่ได้เคยมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศแล้วสามารถหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้สำเร็จ สิ่งเหล่านี้อาจช่วยกระตุ้นและส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างมีความเชื่อในสมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันหรือลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ โดยส่วนใหญ่ให้เหตุผลที่คล้ายกันว่า “มั่นใจเพราะได้รับคำแนะนำจากการอบรม” “มั่นใจเพราะว่าได้รับคำแนะนำให้รู้จักการป้องกันการรวมเพศกับคู่นอนหรือคนที่ไม่ใช่คู่นอน” “มั่นใจเพราะสามารถปฏิเสธเพื่อนที่มาชวนให้ไปในทางที่เสี่ยงได้แล้ว” และ “มั่นใจเพราะได้ความรู้ไปใช้ในชีวิตต่อไปและสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้” จากข้อมูลดังกล่าว อาจอธิบายได้ว่า เมื่อกลุ่มตัวอย่างได้รับการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ส่งผลให้พวกเขามีความเชื่อในความสามารถของตนเองมากขึ้นในการหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าการรับรู้สมรรถนะในตนเองเป็นที่สะท้อนถึงความเชื่อมั่นว่าตนเองมีความสามารถและพยายามมากขึ้นเพียงใด ถ้าบุคคลเชื่อว่าตนเองไม่มีความสามารถที่จะกระทำกิจกรรมนั้นได้ ทำให้เกิดความกลัวและพยายามที่จะหลีกเลี่ยงการกระทำกิจกรรมนั้น ๆ แต่ถ้าบุคคลมั่นใจว่าตนเองมีความสามารถกระทำกิจกรรมนั้นได้จะไม่เกิดความกลัวหรือความวิตกกังวลล่วงหน้า และยังทำให้บุคคลเกิดความเพียรพยายามและกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมนั้น ๆ เพิ่มขึ้น (Pajares F, 1996)

นอกจากนี้ จากการที่ผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในระยะที่ 2 คือ การติดตามการนำทักษะไปใช้การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่ได้รับจากการอบรมไปใช้จริงและดำเนินการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองทั้งรายบุคคลและรายกลุ่มเป็นระยะเวลา 3 เดือนหลังจากการอบรม โดยการติดต่อสื่อสาร คำพูดคุยเชิง และสนับสนุนให้กำลังใจ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จและล้มเหลวตามที่ตนคาดหวังไว้ในการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่นำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และการเรียนรู้การปรับปรุงแก้ไขจากการได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับบุคคลอื่นที่ปฏิบัติพฤติกรรมที่สำเร็จในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศตามที่คาดหวังไว้ ตลอดจนฝึกฝนการควบคุมอารมณ์ทางเพศจากสิ่งยั่วยุอารมณ์ทางเพศ จนพบความสำเร็จตามที่ตนคาดหวังไว้ เพื่อให้พวกเขามีความเชื่อมั่นในสมรรถนะของตนเองมากขึ้น

ฉะนั้นจากการที่ผลการศึกษาคั้งนี้ยอมรับสมมติฐานและจากการที่เมื่อเปรียบเทียบ

ความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองก่อนและหลังการได้รับการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งยอมรับสมมติฐานที่ระบุว่า ภายหลังจากได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จึงอาจกล่าวได้ว่าผลการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ สามารถส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จึงสนับสนุนแนวคิดการรับรู้สมรรถนะในตนเองของแบนดูรา (Bandura, 1997) ที่กล่าวว่า การรับรู้สมรรถนะในตนเองเป็นความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการที่จะกระทำกิจกรรมต่างๆ ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ได้สำเร็จ ซึ่งสามารถส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ได้จาก 1) ประสบการณ์แห่งความสำเร็จจากการกระทำด้วยตนเอง 2) ประสบการณ์จากการตระหนักถึงการกระทำของบุคคลอื่น 3) การชักจูงด้วยคำพูด และ 4) สภาพทางสรีระวิทยาและทางอารมณ์ ซึ่งการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนการศึกษาของ พัชรินทร์ สิมะราช (2544) ได้ทำการศึกษาผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากศึกษาในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงกว่าก่อนการศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ อีกทั้งยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของภนิตา ภูโตนา (2539) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลการใช้กิจกรรมกระบวนการกลุ่มต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและการศึกษาของกิตติณา พลสวัสดิ. (2539) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกระบวนการกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดขอนแก่น หลังการศึกษาพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ดังนั้นจากผลการวิจัยครั้งนี้จึงสรุปได้ว่า ผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ สามารถส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศตามทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะในตนเองของแบนดูรา (Bandura, 1997)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากการผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่าควรมีการตั้งศูนย์ให้คำปรึกษากับวัยรุ่นและครอบครัว หรือบริการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ และลักษณะการจัดตั้งควรเป็นแบบไม่เป็นทางการ แต่อยู่ในหน่วยงานราชการ ซึ่งอาจจะช่วยให้ผู้ที่มารับบริการรู้สึกปลอดภัยและไว้วางใจในการรับบริการ และควรมีผู้เชี่ยวชาญร่วมกับแกนนำวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จและมีการรับรู้สมรรถนะ ในตนเองที่จะสามารถป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ ของตนเองเป็นผู้คอยให้คำปรึกษา ด้านสถานศึกษา ควรมีกระบวนการเรียนการสอนที่ส่งเสริม การเรียนรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในกลุ่มวัยรุ่น ไม่ว่าจะ เป็นในด้านโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร โดยใช้แนวคิดการพัฒนาทักษะชีวิตและการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะในตนเอง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาการติดตามการนำไปโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศไปใช้ในการศึกษาระยะยาวเพื่อประเมินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ในระยะยาวของกลุ่มตัวอย่าง
2. ควรมีการนำไปโปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศไปใช้ ในการศึกษาในกลุ่มอื่น ๆ เช่น กลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนชาย เป็นต้น
3. ควรมีการประเมินการรับรู้บรรทัดฐานกลุ่มเพื่อน และค่านิยมของวัฒนธรรม ประเพณีของชนเผ่าม้ง ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ของกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนชาวเขาเผ่าม้งทั้งในระยะสั้นและระยะยาว



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กิตตินภา พละวัตร. (2539). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและกระบวนการกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านกุดกว้างประชาสวรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม., มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- กฤษมา สนิทวงศ์ ณ อุยททยา. 2531. รอยร้าวในสังคมไทย? บุรณาการกับปัญหาความมั่นคงของชาติ. กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กองสุขศึกษา. (2541). ระบบการเฝ้าระวังและเตือนภัยพฤติกรรมสุขภาพ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข.
- เชิดพงษ์ ราชป้อมจันทร์. (2545). ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบึงค้ออันคร อำเภอบึงค้อ จังหวัดหนองคาย. การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง กศ.ม., มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.
- ฐิติพร อังคถาวรวงศ์, สุรีย์พร กฤษเจริญ, กัญจณี พลอินทร์และคณะ. (2550). พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิงในโรงเรียนอาชีวศึกษา. *สงขลานครินทร์เวชสาร*, 25(6), 155.
- ณัฐนันท์ วิชัยรัมย์. (2545). การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม., มหาวิทยาลัยศิลปากร, กรุงเทพมหานคร.
- ณิชา พรหมน้อย. (2544). ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนอำนาจเจริญ 2. วิทยานิพนธ์ วท.ม., มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- ทรงวิทย์ เชื้อมสกุล. (2539). ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการจัดการทรัพยากรและรักษาพยาบาลของม้ง. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม., มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- ปรากรม วุฒิพงษ์ . (2540). นโยบายการป้องกันการติดเชื้อ เอช ไอ วี จากแม่สู่ทารก. กรุงเทพมหานคร: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.

บรรณานุกรม (ต่อ)

- พัชรินทร์ สิมทะราช. (2544). ผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชายระดับอาชีวศึกษา เชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ พย.ม., มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ภนิดา ภูโตมณา. (2539). ผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม., มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- เลิศลักษณ์ บุญรอด. (2543). การศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา. วิทยานิพนธ์ ค.ม., จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- วันเพ็ญ บุญประกอบ. (2532). วิทยาศาสตร์การแพทย์: จิตเวชศาสตร์. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 4(2), 20.
- วงเดือน สุวรรณศิริ นันทนา น้ำฝน และวรรณ ทิพย์วาริรัมย์. (2551). พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นและเยาวชนในสถานศึกษาจังหวัดพิษณุโลก. วารสารมหาวิทยาลัยนเรศวร. 16(2), 147-155.
- วารุณี ฟองแก้ว, พูนทรัพย์ โสภารัตน์ และพัชรินทร์ สิมทะราช. (2542). คู่มือวิทยากร: การสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่นและเยาวชน. เชียงใหม่: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สมควร ใจกระจ่าง. (2542). ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมการรับบริการคุมกำเนิดของชาวเขาเผ่าม้ง. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม., มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- อติพงศ์ อรัญपालย์. (2552). การใช้กิจกรรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม., มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- Bandura A. (1997). **Self-efficacy**. In V.S. Ramachandran (ED.), Encyclopedia of Human Behavior. New York: Academic Press.
- Pajares. F. (1996). **Self-efficacy beliefs academic setting. Review of Educational Research**,66(4), 543-578.

บรรณานุกรม (ต่อ)

World Health Organization [WHO]. (1994). **Life Skill Education for children and adolescents in school**. Geneva, Switzerland: Division of mental.





ภาคผนวก

ภาคผนวก ก การพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมการวิจัย

แบบสอบถามทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเอง ของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้ง ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

เลขที่แบบสอบถาม.....

เรียน นักเรียนทุกท่าน

ผู้วิจัยมีความประสงค์จะขอความร่วมมือและความสมัครใจจากท่าน เพื่อเข้าร่วมการวิจัยเรื่อง “ประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองของนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น” โดยการตอบแบบสอบถามข้อมูล ซึ่งประกอบด้วย ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ตอนที่ 2 การรับรู้สมรรถนะในตนเอง และเข้าร่วมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศทำ 2 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 การเข้าค่ายฝึกอบรมทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเป็นเวลา 5 วัน ระยะที่ 2 การเข้าร่วมสนทนาในกลุ่มย่อย จำนวน 3-5 ครั้ง รวมทั้งสิ้นเป็นระยะเวลา 5 เดือน

การเข้าร่วมวิจัยในครั้งนี้ ท่านสามารถตอบตกลงหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยได้ตลอดเวลา การปฏิเสธของท่านจะไม่มีผลใด ๆ ต่อท่านทั้งสิ้น คำตอบที่ท่านตอบจะไม่มีถูกหรือผิด ในระหว่างการเข้าร่วมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับไม่นำมาเปิดเผยชื่อ และจะขออนุญาตจากท่านนำเสนอเป็นข้อมูลในภาพรวมเพื่อสรุปและนำไปใช้ประโยชน์ทางการศึกษาต่อไป

นางสาวศิณิษา กุลาวงค์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาสาธารณสุขศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

ข้าพเจ้า นางสาว/เด็กหญิงมีความยินดีให้

ความร่วมมือและสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัยดังกล่าว

ลงชื่อ

.....

ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบรวบรวมข้อมูลนักเรียนหญิงชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

(ข้อมูลที่ท่านตอบจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ)

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย (/) ในข้อที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

สำหรับผู้วิจัย

- | | | |
|---|----|---|
| 1. อายุปัจจุบันปี | P1 | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 2. ปัจจุบันท่านกำลังเรียนอยู่ระดับใด | P2 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 1. ม.1 | | |
| <input type="checkbox"/> 2. ม. 2 | | |
| <input type="checkbox"/> 3. ม.3 | | |
| 3. ผลการเรียนเฉลี่ยสะสมของท่านที่ผ่านมา.....(ระบุ) | P3 | <input type="checkbox"/> |
| 4. ท่านได้รับเงินเป็นค่าใช้จ่ายรวมทั้งหมด เฉลี่ยเดือนละ บาท | P4 | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| (หากได้รับเงินเป็นวันหรือสัปดาห์ให้คำนวณเป็นเดือน) | | |
| 5. ค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนของคุณเพียงพอหรือไม่ | P5 | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 1. เพียงพอ | | |
| <input type="checkbox"/> 2. ไม่เพียงพอ ถ้าไม่เพียงพอคุณจัดการอย่างไร โปรดระบุ | | |
| 6. ปัจจุบันท่านอาศัยอยู่กับใคร | P6 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 1. บิดาและมารดา | | <input type="checkbox"/> 2. บิดา |
| <input type="checkbox"/> 3. มารดา | | <input type="checkbox"/> 4. ญาติ/ผู้ปกครอง |
| <input type="checkbox"/> 5. บ้านเช่า/ห้องเช่า | | <input type="checkbox"/> 6. อื่นๆ (ระบุ.....) |
| 7. สถานภาพสมรสของบิดามารดา | P7 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 1. อยู่ด้วยกัน | | <input type="checkbox"/> 2. หย่าร้าง |
| <input type="checkbox"/> 3. แยกกันอยู่ | | <input type="checkbox"/> 4. บิดามารดาถึงแก่กรรม |

8. อาชีพของบิดา มารดา P8
1. ค้าขาย 2. เกษตรกร
3. รับจ้าง 4. ข้าราชการ/พนักงานราชการ
5. อาชีพอิสระ 6. อื่นๆ
9. สิ่งอำนวยความสะดวกที่ท่านมีใช้ส่วนตัว P9
1. โทรศัพท์มือถือ 2. คอมพิวเตอร์
3. รถจักรยานยนต์ 4. รถยนต์
10. ในรอบปีที่ผ่านมาคุณคบเพื่อนต่างเพศในสถานะใด P10
1. คนรัก / แฟน 2. เพื่อน
11. คุณเคยมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ P11
1. เคย 2. ไม่เคย (ถ้าไม่เคยไม่ต้องทำแบบสอบถามข้อต่อไป)
12. ถ้าเคย คุณมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุ.....ปี P12
- เหตุผลที่ตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์เพราะอะไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
1. เมาสู่รา P12.1
2. อยากลอง P12.2
3. ถูกชักชวน P12.3
4. ถูกบังคับ P12.4
5. เปิดซิงตัวเอง P12.5
6. อยากได้สิ่งตอบแทน P12.6
7. อยู่ใกล้ซิงกัน 2 ต่อ 2 P12.7
8. เหตุผลอื่นๆ (โปรดระบุ.....) P12.
13. คุณมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกกับใคร P13
1. เพื่อน
2. คนรัก / แฟน
3. ชายแปลกหน้า
4. อื่นๆ ระบุ.....

14. การมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเกิดขึ้นที่ใด P14
- 1. บ้านตนเอง
 - 2. บ้านของคนรัก / แฟน
 - 3. บ้านเพื่อน
 - 4. โรงเรียน
 - 5. สวน / ในชุมชน
 - 6. โรงแรม / บังกะโล / รีสอร์ท
 - 7. อื่นๆ โปรดระบุ.....
15. ช่วงเวลาที่ท่านมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกคือ P15
- 1. หลังเลิกเรียนก่อนกลับบ้าน
 - 2. ช่วงวันหยุด เสาร์ - อาทิตย์
 - 3. วันธรรมดาในช่วงเวลาว่าง / ไม่มีเรียน / โดดเรียน
 - 4. นัดพบกันกลางคืน
 - 5. อื่น โปรดระบุ.....
16. บิดา / มารดา / ผู้ปกครองของท่าน ทราบเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ P16
- 1. ไม่ทราบ 2. ทราบ
17. บิดา มารดา / ผู้ปกครองของคนรักหรือแฟน ทราบเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ P17
- 1. ไม่ทราบ 2. ทราบ
18. ท่านหรือแฟนมีการป้องกันการตั้งครรภ์โดยวิธีใด P18
- 1. ไม่มีการป้องกัน
 - 2. ยาเม็ดคุมกำเนิดฉุกเฉิน
 - 3. ยาฉีดคุมกำเนิดฉุกเฉิน
 - 4. ถุงยางอนามัย
 - 5. ยาเม็ดคุมกำเนิด
 - 6. การหลังข้างนอก
 - 7. อื่นๆ ระบุ.....

ตอนที่ 2 การรับรู้สมรรถนะของตนเองเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

คำชี้แจง: ข้อความต่อไปนี้สอบถามท่านเกี่ยวกับความเชื่อในความสามารถของตัวท่านเองว่าสามารถปฏิบัติกิจกรรมในแต่ละข้อคำถามระดับใด ลักษณะการตอบคำถามมี 5 ระดับ ดังนี้

ไม่แน่ใจเลย	หมายถึง	ระดับคะแนนเท่ากับ 1
แน่ใจเล็กน้อย	หมายถึง	ระดับคะแนนเท่ากับ 2
แน่ใจปานกลาง	หมายถึง	ระดับคะแนนเท่ากับ 3
แน่ใจมาก	หมายถึง	ระดับคะแนนเท่ากับ 4
แน่ใจมากที่สุด	หมายถึง	ระดับคะแนนเท่ากับ 5

ข้อ	คำถาม	ระดับคะแนน				
		1	2	3	4	5
1	ท่านสามารถปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์กับคนที่ไม่รู้จักมาก่อนหรือเพิ่งรู้จักกันไม่กี่วัน					
2	ท่านสามารถเตือนสติหรือยับยั้งใจตนเองว่าไม่ควรไปในสถานที่ที่ไม่เหมาะสมเช่น ผับ สถานเริงรมย์ เป็นต้น					
3	ท่านสามารถปฏิเสธการดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ทำให้มีเมามาจนทำให้ขาดสติและมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์					
4	ท่านสามารถเตือนสติตนเองว่าไม่ควรใช้สารเสพติดทุกชนิดเพราะจะทำให้ขาดสติและมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้					
5	ท่านสามารถหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ต้องอยู่สองต่อสองกับเพศตรงข้ามเพราะจะทำให้เกิดอารมณ์ทางเพศและมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้					
6	ท่านสามารถหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่จะต้องถูกแตะต้องสัมผัสเนื้อตัวจากเพศตรงข้ามเพราะจะทำให้เกิดอารมณ์ทางเพศและอาจมีเพศสัมพันธ์ตามมาได้					

ข้อ	คำถาม	ระดับคะแนน				
		1	2	3	4	5
7	ท่านสามารถวางตัวให้เหมาะสมกับ ความพอดีไม่เกิน เลยจากความ เป็นเพื่อน เมื่อต้องทำกิจกรรมร่วมกับ เพื่อนต่างเพศ					
8	ท่านสามารถปฏิเสธการไปเที่ยวสองต่อสองกับเพศ ตรงข้าม เพราะเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ที่เกินเลย ได้					
9	ท่านสามารถหลีกเลี่ยงการไปเที่ยวในตอนกลางคืน เพราะจะทำให้มีความเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้					
10	ท่านสามารถประพฤติปฏิบัติตนตามขอบเขตของ วัฒนธรรมไทย ไม่สัมผัสและต้องผู้ชายในเชิงชู้สาว ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร					
11	ท่านสามารถเตือนสติตัวเองว่า การมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร จะมีผลเสียต่ออนาคตด้านการเรียน และอาจทำให้ตั้งครรภ์ไม่พร้อมได้					
12	ท่านสามารถหลีกเลี่ยงและอยู่ห่างจากเพื่อนที่มี พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม ที่จะนำไปสู่การมี เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้					
13	เมื่อต้องอยู่ตามลำพังสองต่อสองกับเพศตรงข้าม ท่านสามารถควบคุมอารมณ์ทางเพศหรือการกระทำ ของตนเองให้อยู่ในขอบเขตที่เหมาะสมได้					
14	ท่านคิดอยู่เสมอว่า ผู้ชายที่ดีควรให้เกียรติกับผู้หญิง ไม่ทำกริยาที่ไม่สุภาพไม่ทำให้ผู้หญิงที่ตนรักต้อง เสียชื่อเสียงเกียรติ					
15	ท่านเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า จะไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อน วัยอันควร จะต้องเรียนให้จบและมีความพร้อมก่อน					

โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิง ชาวเขาเผ่าม้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ผู้วิจัยดัดแปลงจากโปรแกรมการสอนทักษะชีวิตเพื่อ ป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในวัยรุ่นและเยาวชน ซึ่งได้สร้างขึ้นตามทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) และดำเนินการพัฒนาทักษะตามแนวคิดส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะ ในตนเองของแบนคูรา ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรม

โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเป็นการสร้างเสริม ให้บุคคลตระหนักถึงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของตนเองและมีทัศนคติที่ดีต่อการป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศตลอดจนมีทักษะในการป้องกันตนเองจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หรือสถานการณ์ที่ชักนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งกิจกรรมการพัฒนาทักษะการป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศประกอบด้วย

1. การสร้างเสริมด้านเจตคติได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การตระหนัก ในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
2. การสร้างเสริมด้านทักษะ ได้แก่ ทักษะด้านการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และทักษะการคุมกำเนิดอย่างถูกต้องและปลอดภัย
3. การสร้างเสริมด้านความรู้ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์และสังคม ของผู้หญิงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น พฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ทางเพศ และการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ ตลอดจนความรู้เรื่องการคุมกำเนิด ซึ่งทักษะต่าง ๆ เหล่านี้ ล้วนเกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมทั้งสิ้น

โปรแกรมการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 1 เรื่อง การตระหนักรู้ในตนเอง การเข้าใจผู้อื่น
การตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สาระสำคัญ

ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง (Self awareness) เป็นความสามารถในการค้นหาตัวเอง และเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรารู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นอีกด้วย

ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ ช่วยให้สามารถยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ด้อยกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื้อเอดส์

การตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงปัญหาหรือผลกระทบที่ตามมาเนื่องจากการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมและไม่ถูกต้อง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักเรียนทุกคนรู้ถึงความถนัดความสามารถ รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่างของแต่ละบุคคลรู้จักตนเอง ยอมรับ เห็นคุณค่า และภาคภูมิใจในตนเอง และผู้อื่น มีเป้าหมายชีวิต มีความรับผิดชอบต่อสังคม และมีความตระหนักในเรื่องของพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่จะก่อให้เกิดปัญหาการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมและการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

เนื้อหา

1. การตระหนักรู้ในตนเอง และเข้าใจผู้อื่น
2. การเข้าใจตนเองและยอมรับความแตกต่างของแต่ละบุคคล
3. การตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยแจกใบงานที่ 1 ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ความถนัด ความสามารถ ลักษณะอุปนิสัย ค่านิยม วิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง การกำหนดเป้าหมายในชีวิตของตนเอง ยอมรับในความแตกต่างทางความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่นอย่างมีเหตุผลสะท้อนมุมมองที่ดีของตนเองและผู้อื่น ความรู้สึกภาคภูมิใจในความสามารถ ความดีของตนเองและผู้อื่น
2. ผู้วิจัยสุ่มตัวแทนออกมาเล่าให้เพื่อนฟัง

3. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกัน สรุปใจความสำคัญของการกระทำที่รู้ในตนเอง และการเข้าใจ และยอมรับความแตกต่างของผู้อื่น

4. ผู้วิจัยแจกใบงานที่ 2 ซึ่งเป็นการตระหนักถึงปัญหาหรือผลเสียที่จะตามมาของการมี พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศให้กับนักเรียนทุกคน เพื่อทราบแนวทางการคิดและการตระหนัก ในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของแต่ละคน

5. ผู้วิจัยสุ่มตัวแทนเพื่อออกมานำเสนอให้เพื่อนฟัง

6. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปใจความสำคัญของการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สื่อ

1. ใบงานที่ 1 – 2

2. การให้ความรู้โดยการนำเสนอด้วยโปรแกรม Microsoft Powerpoint

ระยะเวลา 1 วัน

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 2 เรื่อง ทักษะด้านการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง เพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา

สาระสำคัญ

สังคมไทยปัจจุบันวัยรุ่นชายหญิงมีโอกาสที่อยู่ใกล้ชิดอยู่กันตามลำพังมากขึ้น หากทั้งคู่ ไม่มีการยับยั้งอาจเกิดโอกาสมีเพศสัมพันธ์กันได้ง่ายโดยยังไม่มีความพร้อม ยังไม่มีความรับผิดชอบอาจก่อให้เกิดปัญหาตามมา เช่น การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง การติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ดังนั้นเราควรที่จะต้องมีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ในวัยรุ่นเพื่อให้วัยรุ่นรู้วิธีที่จะป้องกันตนเองได้ การหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องใช้ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธมีส่วนช่วยอย่างมาก

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักเรียนทุกคนมีทักษะในการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นอกจากนี้ยังมีทักษะ ในการตัดสินใจในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เผชิญ ด้วยทางเลือกที่เหมาะสมและไม่เกิดผลกระทบ ต่อตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อเผชิญกับสถานการณ์วิกฤตอย่างไตร่ตรอง ตามขั้นตอนหลักการแก้ปัญหา สามารถประเมินและสรุปผลการตัดสินใจและการแก้ปัญหา ในสถานการณ์ซับซ้อนจากประสบการณ์ที่ดีของตนเองและผู้อื่นมาเป็นแบบทเรียนชีวิต ของตนเองได้

เนื้อหา

1. ทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรองในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
2. ทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น
2. ผู้วิจัยให้ความรู้กับนักเรียนในเรื่องของทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง ทักษะการตัดสินใจและทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่พร้อม
3. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ๆ ละ 9 คน และผู้วิจัยแจกใบงานกรณีศึกษาที่ 1-6 เรื่องแนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม ปัญหาของการมีความสัมพันธ์ทางเพศในวัยเรียน นักเรียนทำกิจกรรมกลุ่มระดมสมองตอบคำถามตามใบงาน
4. ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันอภิปรายประเด็นจากใบงาน ออกมานำเสนอผลงาน
5. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม โดยการนำทักษะการปฏิเสธ การเจรจาต่อรอง ทักษะการตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหามาใช้เพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สื่อ

1. ใบงานกรณีศึกษา 1-6
2. การให้ความรู้โดยการนำเสนอด้วยโปรแกรม Microsoft Powerpoint

ระยะเวลา 1 วัน

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 3 เรื่อง ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และทักษะการคุมกำเนิดอย่างถูกต้องและปลอดภัย

สาระสำคัญ

วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงที่เด่นชัดที่สุด คือ การมีความสนใจในเพศตรงข้ามและการมีอารมณ์ทางเพศซึ่งนับว่าเป็นอาการปกติเมื่อเติบโตถึงวัยนี้ ปัญหาที่เกิดจากอารมณ์ทางเพศของวัยรุ่นประการหนึ่ง คือ ความสัมพันธ์ทางความรักระหว่างชายหญิง การวางตัวต่อเพศตรงข้าม และการระบายอารมณ์ทางเพศ จึงจำเป็นที่วัยรุ่นและผู้ใหญ่ต้องให้ความเข้าใจในเรื่องนี้ด้วยเพื่อวัยรุ่นจะได้สนองความต้องการของตนดังกล่าว ภายใต้การสังเกตและแนะนำจากผู้ใหญ่ได้

ถูกต้อง เพื่อให้วัยรุ่นมีเจตคติที่ดีต่อความรักระหว่างหนุ่มสาวและมีความเชื่อมั่น ในบุคลิกของตนเอง สามารถปฏิบัติตนอยู่ในครรลองครองธรรมและเป็นที่ยอมรับของสังคม

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ นักเรียนทุกคนมีทักษะในการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพื่อป้องกันการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นอกจากนี้ยังมีทักษะในการตัดสินใจในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เผชิญ ด้วยทางเลือกที่เหมาะสมและไม่เกิดผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อเผชิญกับสถานการณ์วิกฤตอย่างไตร่ตรองตามขั้นตอนหลักการแก้ปัญหา สามารถประเมินและสรุปผลการตัดสินใจและการแก้ปัญหาในสถานการณ์ซับซ้อนจากประสบการณ์ที่ดีของตนเองและผู้อื่นมาเป็นแบบทเรียนชีวิตของตนเองได้

เนื้อหา

1. ทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรองในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
2. ทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น
2. ผู้วิจัยให้ความรู้กับนักเรียนในเรื่องของทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง ทักษะการตัดสินใจและทักษะในการแก้ไขปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่พร้อม
3. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 6 กลุ่ม ๆ ละ 9 คน และผู้วิจัยแจกใบงานกรณีศึกษาที่ 1-6 เรื่องแนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม ปัญหาของการมีความสัมพันธ์ทางเพศในวัยเรียน นักเรียนทำกิจกรรมกลุ่มระดมสมองตอบคำถามตามใบงาน
4. ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันอภิปรายประเด็นจากใบงาน ออกมานำเสนอผลงาน
5. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม โดยการนำทักษะการปฏิเสธ การเจรจาต่อรอง ทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหามาใช้เพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

สื่อ

1. ใบงานกรณีศึกษา 1-6
2. การให้ความรู้โดยการนำเสนอด้วยโปรแกรม Microsoft Powerpoint

ระยะเวลา 1 วัน

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 4 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์และสังคมของผู้หญิงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

สาระสำคัญ

เมื่อเด็กหญิงอายุย่าง 13-15 ปี นับได้ว่าย่างเข้าสู่วัยรุ่นหรือวัยแตกเนื้อหนุ่มสาว ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ ทำให้เด็กวัยรุ่นต้องทำความเข้าใจกับภาวะความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เพื่อรักษาสุขภาพอนามัยของร่างกายให้เหมาะสม รวมทั้งวัยรุ่นยังมีปัญหาอีกหลายประการที่จำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมและรู้จักสร้างกฎเกณฑ์มาตรฐานของชีวิตแบบผู้ใหญ่

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นได้และตระหนักรู้ในการวางตัวที่เหมาะสมกับวัย

เนื้อหา

1. เพศศึกษากับวัยรุ่น
2. การเปลี่ยนแปลงที่สำคัญของวัยรุ่นและการปฏิบัติตัวให้เหมาะสมกับวัย

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้ความรู้เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม เมื่อก้าวเข้าสู่วัยรุ่น
2. ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆของวัยรุ่นและให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น

สื่อ

1. วิดีทัศน์เรื่อง เพศศึกษากับวัยรุ่น
2. การให้ความรู้โดยการนำเสนอด้วยโปรแกรม Microsoft Powerpoint

ระยะเวลา 1 วัน

แผนการจัดการเรียนรู้ครั้งที่ 5 เรื่อง พฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
 อารมณ์ทางเพศและการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ

สาระสำคัญ

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นนั้นมีอยู่มากมาย อาทิเช่น การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การติดเชื้อเอดส์จากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ถูกต้องและไม่ได้ป้องกัน ซึ่งเราควรจะมีวิธีจัดการกับอารมณ์เหล่านี้เพื่อป้องกันมิให้นำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อันจะนำไปสู่ปัญหาสำคัญต่าง ๆ ซึ่งจะเป็นผลเสียต่อเด็กวัยรุ่นที่เป็นอนาคตของชาติ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนทุกคนมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศ และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ทางเพศรวมไปถึงการจัดการกับอารมณ์ทางเพศ ซึ่งจะนำไปสู่การตั้งครรภ์อันไม่พึงประสงค์

เนื้อหา

1. ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ อารมณ์ทางเพศ และการจัดการกับอารมณ์ทางเพศของวัยรุ่น

กิจกรรม

1. ผู้วิจัยอธิบายเกี่ยวกับเนื้อหาพฤติกรรมทางเพศ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การจัดการกับอารมณ์ทางเพศและการดำเนินชีวิต
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนซักถามเกี่ยวกับปัญหาเรื่องเพศหรือแนวทางป้องกันความเสี่ยงในเรื่องเพศ
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับกลุ่มและช่วยกันคิดในเรื่องการวางตัวในสังคมว่าแต่ละกลุ่มมีวิธีในการวางตัวในเรื่องเพศที่ได้เรียนแล้วนั้นอย่างไรในสังคมแล้วบันทึกและส่งตัวแทนออกมาอภิปรายหน้าชั้นเรียน เพื่อเป็นการนำเสนอความคิดของบุคคลภายในกลุ่มและเป็นการแลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็นของบุคคลภายในสังคม

สื่อ

1. สื่อการสอนเรื่องพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต
2. กระดาษชาร์ตเพื่อเขียนรายงาน

ระยะเวลา 1 วัน



ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า

ประวัติผู้ศึกษาค้นคว้า

ชื่อ นามสกุล	ศิณีนาถ กุลาวงศ์
วัน เดือน ปี เกิด	18 มิถุนายน 2529
ที่อยู่ปัจจุบัน	1/1 ถนนสายท่าสี่ ตำบลโนเวียง อำเภอเมือง จังหวัดน่าน 55000
ที่ทำงานปัจจุบัน	สำนักกระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
ตำแหน่งหน้าที่ปัจจุบัน	นักวิชาการสาธารณสุข
ประสบการณ์การทำงาน	
พ.ศ. 2555	สำนักกระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
พ.ศ. 2554	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านถ้ำเวียงแก ตำบลนาไร่หลวง อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน
พ.ศ. 2551	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลชนแดน ตำบลชนแดน อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2551	ส.บ. มหาวิทยาลัยนเรศวร

