

ผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาต่อความรู้เรื่องเพศและความพึงพอใจต่อโปรแกรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

สุชาดา ปราบมีชัย¹, สอมสมร เรืองวรรณ²

กลุ่มวิชาการพยาบาลเด็ก, วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนม

The Effects of Sex Education Learning Program on Sexual Knowledge and Satisfaction with the Program of High School Students

Suchada Prabmeechai¹, Somsamorn Rueangworaboon²

The Lecturer of Pediatric Department, Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Phanom University

หลักการและวัตถุประสงค์: พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นเป็นปัญหาสำคัญ ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การตั้งครรภ์ไม่พร้อมและเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ปัจจุบันการสอนเพศศึกษาจำกัดอยู่กับการสอนทฤษฎีทำให้วัยรุ่นขาดทักษะป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาต่อความรู้เรื่องเพศและความพึงพอใจต่อโปรแกรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

วิธีการศึกษา: ศึกษาแบบกึ่งทดลองในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยจัดโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาที่ประยุกต์สอดคล้องตามทฤษฎีการเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษา: ภายหลังจากเข้าโปรแกรมกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความพึงพอใจต่อโปรแกรมด้านกรให้ความรู้ที่ส่งเสริมให้เกิดความตระหนักในการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์และยับยั้งชั่งใจในการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมากที่สุด

สรุป: โปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษามีประสิทธิผลต่อความรู้เรื่องเพศและความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ส่งผลให้มีความรู้ในเรื่องเพศมากขึ้นนำไปสู่การตระหนักถึงความเสี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

คำสำคัญ: โปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา, นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

Background and Objectives: Sexual behavior of adolescents is a major problem causing risky sexual behavior, premarital sex, unintended pregnancy and sexually transmitted diseases. Currently, sex education is limited to theoretical teaching, so adolescents lack the skills to protect themselves from risky sexual behavior. This study, therefore, aimed to investigate the effects of sex education learning program on sexual knowledge and satisfaction with the program of high school students.

Methodology: A quasi-experimental study was conducted with high school students. They were provided with sex education learning program which was in accordance with the application of self-efficacy theory. The data were analyzed using mean, standard deviation and t-test.

Results: After using the program, the average score of the samples was higher than that of before using the program statistically significant at .01 level. The most satisfactions about the program were the aspect of providing knowledge to foster the awareness of self-protection from having sex and having sex before marriage.

Conclusion: The sex education learning program had effectiveness on sexual knowledge and satisfaction with the program of high school students. It resulted on having more sexual knowledge leading to greater awareness of the risk of premarital sex.

Keywords: Sex education learning program, high school students

บทนำ

ปัญหาพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นในประเทศไทยมีแนวโน้มรุนแรงมากขึ้นจากการขาดความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ถูกต้อง¹ ทำให้เกิดปัญหาตั้งครรภ์ไม่พร้อมนำไปสู่การทำแท้ง² และเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของวัยรุ่น ครอบครัวและสังคมตามมา³ การสอนเรื่องเพศศึกษาในสถานศึกษาปัจจุบันยังคงเน้นสอนทฤษฎีเป็นส่วนใหญ่และผู้สอนยังมีค่านิยมเรื่องเพศศึกษาเป็นเรื่องที่ควรปกปิดการสอนแบบให้ข้อมูลทุกอย่างจะเป็นการชี้หน้าให้มีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น³ การสอนจึงยังไม่สามารถสร้างความรู้และความตระหนักเรื่องเพศให้กับวัยรุ่น ส่งผลให้วัยรุ่นขาดทักษะที่จะป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้⁴ การเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาควรมุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็น และใช้สื่อการเรียนรู้ที่กระตุ้นความสนใจ เช่น ภาพยนตร์ การ์ตูน แสดงบทบาทสมมติ⁵ รวมทั้งเสริมสร้างให้เกิดความตระหนักในตนเองสามารถควบคุมสถานการณ์ทางเพศ สามารถตัดสินใจแก้ไข ปัญหา รับผิดชอบต่อผลเสียที่เกิดจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงด้านความรู้และสามารถปฏิบัติตัวในการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่ถูกต้องได้¹ ตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (Bandura) การเสริมสร้างให้เกิดสมรรถนะแห่งตนได้นั้นเกิดได้จากประสบการณ์ความสำเร็จของตนเอง การรับรู้ประสบการณ์จากความสำเร็จของผู้อื่น การชักชวนด้วยคำพูดและสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์⁶ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาต่อความรู้เรื่องเพศและความพึงพอใจต่อโปรแกรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโดยประยุกต์ใช้แนวคิดการเรียนรู้ทางสังคมในการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนของแบนดูรามาเป็นแนวทางการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาที่มุ่งเน้นการเพิ่มการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ผ่านกิจกรรมฐานความรู้ที่พัฒนาได้จากเรียนรู้ประสบการณ์ความสำเร็จของตนเองและผู้อื่น การพูดชักจูง สภาพร่างกายและสภาวะทางอารมณ์ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ คติวิเคราะห์ เกิดความตระหนักในตนเองและสามารถตัดสินใจป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้

วิธีการศึกษา

เป็นการศึกษาแบบกึ่งทดลอง ซึ่งผ่านการพิจารณาเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนม เลขที่ 6/2556 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ของโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในจังหวัดนครพนม ได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) จำนวน 100 ราย จากนั้นขออนุญาตผู้อำนวยการโรงเรียนและครูประจำชั้นเพื่อดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล เข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดของการเข้าร่วมโครงการวิจัยให้ทราบถึงสิทธิในการเข้าร่วมหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยด้วยความสมัครใจ ข้อมูลที่ได้จะถูกเก็บเป็นความลับโดยนำไปใช้ประโยชน์ในการวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลในภาพรวมเท่านั้น ไม่มีการระบุชื่อ ที่อยู่และเมื่อต้องการออกจากกรเข้าร่วมการวิจัยจะสามารถทำได้ทันทีในทุกระยะของการวิจัยและจะทำลายข้อมูลหลังสิ้นสุดการวิจัยระหว่างการเข้าโปรแกรมมีนักเรียนจำนวน 13 ราย ถูกคัดออกเนื่องจากติดภารกิจและหยุดเรียนเพราะไม่สะดวกต่อการเข้ากลุ่ม กลุ่มตัวอย่างจึงเหลือเพียง 87 ราย ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มตัวอย่างได้รับการทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา จากนั้นกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมกิจกรรมของโปรแกรมโดยเริ่มจากรับฟังการบรรยายความรู้เรื่องเพศศึกษาและการตั้งครมเมื่อไม่พร้อม และเข้าร่วมกิจกรรมฐานความรู้จำนวน 5 ฐาน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ 1) "รู้เรื่องเพศอัปเดตเรื่องโรค" มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ของวัยรุ่น ซึ่งจะทำให้วัยรุ่นได้รู้จักสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ของตนเองที่มีโอกาสเกิดความต้องการทางเพศและการตอบสนองต่อเรื่องเพศที่ถูกต้อง รวมทั้งสร้างความตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ผลกระทบจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์พร้อมชมสไลด์สรุปเรื่องเพศและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น 2) "ไลฟ์สไตล์วัยรุ่น วัยใส หัวใจชิตติรัก" มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้รับรู้ถึงการมีความรักในวัยเรียน การแสดงออกในความรักของวัยรุ่น การวางตัวที่เหมาะสมต่อเพศตรงข้าม การจัดการอารมณ์และการควบคุมสถานการณ์ทางเพศ โดยมุ่งเน้นให้กลุ่มตัวอย่างได้เข้าใจ การรักษอย่างมีสติ ให้กลุ่มตัวอย่างบันทึกเรื่องราวที่ถูกต้องและไม่ถูกต้องลงในกระดาษและนำข้อความเหล่านั้นไปติดบนรูปหัวใจครึ่งหนึ่งสีชมพูและอีกครึ่งหนึ่งเป็นสีเทาและร่วมกันอภิปรายถึงข้อดีข้อเสียของความรักและการแสดงออกในความรักอย่างเหมาะสม 3) "ต้องรู้เท่าทัน ป้องกันให้ได้" มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้มีความสามารถด้านการคิดและตัดสินใจ ตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีทักษะปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ตระหนักในการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย และการคุมกำเนิด โดยเรียนรู้จากประสบการณ์

ความสำเร็จของตนเองและผู้อื่นด้วยการกำหนดสถานการณ์ให้แสดงบทบาทสมมุติการปฏิเสธรามีเพศสัมพันธ์จากเพศตรงข้าม และให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้การรับประทานยาคุมกำเนิด และการฝึกสวมถุงยางอนามัยจริงกับหุ่นจำลอง 4) “รู้เท่าทันคน รู้เท่าทันสื่อ” วัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้การใช้ชีวิตในสังคมเทคโนโลยีผ่านสื่อวิดีโอและคลิปวิดีโอหัวข้อข่าวการล่อลวงข่มขืนและทำอนาจารทางเพศจากการแชทผ่านสื่อออนไลน์ ให้กลุ่มตัวอย่างรู้จักกับภัยร้ายกับโลกออนไลน์และการชักชวนจากเพื่อนต่างเพศในสื่อออนไลน์ทุกชนิด ให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้จากคลิปวิดีโอในประสบการณ์จากความสำเร็จของผู้อื่นในเรื่องการปฏิเสธและการคิดวิเคราะห์ในสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดภัยคุกคามทางเพศและการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยจากคนแปลกหน้า 5) “Club วัยเก๋เรียน” มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องเพศโดยการถามตอบเรื่องเพศทุกประเด็น โดยการถามเกี่ยวกับเรื่องเพศที่ตนเองสนใจ ใครรู้ในกระดาษ และวิทยากรเป็นผู้ตอบคำถามพร้อมนำเสนอแบบอย่างวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้อง เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้ประสบการณ์จากความสำเร็จของผู้อื่นในเรื่องเพศและสร้างเสริมกำลังใจแก่กันและกัน ชักชวนกันให้ลดและป้องกันพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมเพื่อส่งผลให้มีภาวะสุขภาพที่ดี ภายหลังสิ้นสุดการเข้าโปรแกรมจะทำการทดสอบความรู้และความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโปรแกรม รวมทั้งติดตามผลภายหลังการเข้าโปรแกรม 1 เดือน ด้วยวิธีสนทนากลุ่ม (Focus group)

ผลการศึกษา

ผลการศึกษาพบว่าก่อนเข้าโปรแกรมกลุ่มตัวอย่างมีความรู้ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 77.01)

ภายหลังการเข้าโปรแกรมส่วนใหญ่มีความรู้สูงขึ้นในระดับมาก (ร้อยละ 85.06) (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ระดับความรู้เรื่องเพศศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง (n=87)

ระดับความรู้	ก่อนเข้าโปรแกรม	หลังเข้าโปรแกรม
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
น้อย	20 (22.99)	0 (0)
ปานกลาง	67 (77.01)	13 (14.94)
มาก	0 (5.74)	74 (85.06)
คะแนน Mean ± S.D.	9.19 ± 2.50	16.62 ± 2.21

เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมทั้งโดยรวมและแยกแต่ละฐานความรู้พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้โดยรวมของกลุ่มตัวอย่างหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (16.62 ± 2.5) สูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรม (9.19 ± 2.5) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p<0.01) เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความรู้แยกตามฐานความรู้พบว่า ก่อนการเข้าโปรแกรมกลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในระดับน้อยสองอันดับแรกใน ฐาน “ต้องรู้เท่าทัน ป้องกันให้ได้” (1.37 ± 0.90) รองลงมาคือ ฐาน “รู้เรื่องเพศ อัปเดตเรื่องโรค” (1.66 ± 1.45) แต่ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่าฐาน “ต้องรู้เท่าทัน ป้องกันให้ได้” (1.37 ± 0.9) และฐาน “รู้เรื่องเพศ อัปเดตเรื่องโรค” (1.66 ± 1.45) ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p<0.01) และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความรู้ในแต่ละฐานความรู้ พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สูงขึ้นในทุกฐานความรู้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p<0.01) (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมทั้งโดยรวมและแต่ละฐานความรู้

ฐานความรู้	ก่อน		หลัง		t	p
	mean	S.D.	mean	S.D.		
ความรู้โดยรวม	9.19	2.50	16.62	2.21	-24.75	.01*
1.“รู้เรื่องเพศ อัปเดตเรื่องโรค”	1.66	1.45	3.77	0.98	-12.67	.01*
2.“ไลฟ์สไตล์วัยรุ่น วัยใส หัวใจลิซซิดรัก”	3.32	0.54	4.48	0.86	-10.97	.01*
3.“ต้องรู้เท่าทัน ป้องกันให้ได้”	1.37	0.90	3.76	1.38	-15.56	.01*
4.“รู้เท่าทันคน รู้เท่าทันสื่อ”	2.83	1.13	4.60	0.62	-13.89	.01*

*p<0.01

ความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่างต่อการเข้าร่วมโปรแกรมพบว่าโดยรวมมีความพึงพอใจต่อโปรแกรมในระดับมาก (4.19 ± 0.64) เมื่อประเมินตามรายชื่อ พบคะแนนความ

พึงพอใจสูงสุดสามอันดับแรก คือ กลุ่มตัวอย่างพึงพอใจในกิจกรรมความรู้ในแต่ละฐานสร้างความตระหนักถึงความสำคัญในการป้องกันตนเองจากภาวะเสี่ยงต่อการมีเพศ

สัมพันธ์ รองลงมาคือการยับยั้งซึ่งใจในการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร สุดท้ายคือเนื้อหาการจัดกิจกรรมของการฝึกทักษะ ประจําฐานน่าสนใจสามารถนำไปใช้ได้จริง (4.23 ± 0.56) (4.16 ± 0.58) (4.06 ± 0.61) (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่เข้าร่วมโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา

รายการ	ระดับความพึงพอใจ	
	mean	S.D.
1. โปรแกรมนี้ส่งเสริมให้ตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร	4.23	0.56
2. โปรแกรมนี้ส่งผลกระทบยาวให้ท่านตระหนักถึงความสำคัญของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยที่เหมาะสมและมี ความพร้อม	4.16	0.58
3. เนื้อหาและกิจกรรมในการฝึกทักษะประจําฐานน่าสนใจและนำไปใช้ได้จริง	4.06	0.61
4. ได้รับความรู้ที่เป็นประโยชน์และเป็นความรู้ใหม่ที่น่าสนใจ	4.06	0.61
5. สามารถนำความรู้ที่ได้จากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ไปแนะนำบุคคลอื่นได้อย่างมั่นใจ	4.05	0.59
6. หลังเข้าร่วมโปรแกรมฯมีความรู้ ความเข้าใจเพิ่มขึ้น	4.05	0.59
7. คู่มือ/แผ่นพับ/ข้อมูลต่างๆ ที่ท่านได้จากการเข้าโปรแกรมฯสามารถนำไปเผยแพร่แก่กลุ่มเพื่อนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมฯ	4.04	0.58
8. ระยะเวลาในการทำกิจกรรมประจําฐานมีความเหมาะสม	4.03	0.59
9. วิทยากรสามารถถ่ายทอดความรู้ ฝึกทักษะ ตอบคำถามข้อสงสัยได้ดีน่าเชื่อถือ	4.00	0.64
10. หัวข้อที่บรรยายน่าสนใจ ทันสมัยและนำไปใช้ได้จริง	4.01	0.66
11. สามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้กับตนเองในชีวิตประจำวัน	3.96	0.67
12. ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯมีพื้นฐานความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศ	3.94	0.63
13. ความพึงพอใจในภาพรวมของโปรแกรมฯ	4.19	0.64

วิจารณ์

ภายหลังการเข้าโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษากลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อธิบายได้ว่าเป็นผลมาจากการได้รับโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนมาเป็นแนวคิดในการจัดกิจกรรมด้วยการเสนอตัวแบบของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้องเพื่อรับรู้ประสบการณ์จากความสำเร็จของผู้อื่น การถ่ายทอดเรื่องราวประสบการณ์ความสำเร็จในเรื่องพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้องของตนเอง การพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีในกลุ่มเพื่อน ชักชวนกันปฏิบัติพฤติกรรมที่เหมาะสม มีการตั้งเป้าหมายร่วมกันในเรื่องของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และการกำหนดสถานการณ์เพื่อแก้ไขปัญหาเรื่องเพศ ให้เรียนรู้ผ่านการสาธิตและฝึกปฏิบัติการใช้ยาคุมกำเนิดและการสวมถุงยางอนามัยอย่างถูกต้องกับหุ่นจำลองเพื่อเรียนรู้การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ใช้การชมวิดิทัศน์ที่วัยรุ่นเป็นตัวแสดงและให้รางวัล คำชมเชยทั้งรายบุคคลและรายกลุ่มที่มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม ฝึกการแสดงออกในการชมเชย ให้กำลังใจซึ่งกันและกันในกลุ่มเพื่อนด้วยคำพูดและการเขียนข้อความสั้นๆ ซึ่งวิธีนี้จะทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่องเพศมากขึ้นและรับรู้สมรรถนะแห่งตนเกิดความคิด

ด้านบวกในสิ่งที่ได้เรียนรู้ เสริมสร้างความมั่นใจในตนเองและนำไปสู่การตั้งใจปฏิบัติพฤติกรรมที่เหมาะสม^{9,10} ซึ่งการสอนเรื่องเพศแบบบรรยายทฤษฎีเพียงอย่างเดียวไม่ทำให้วัยรุ่นเกิดเรียนรู้ในเรื่องเพศจึงพบปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ³ การสอนจึงควรสอนมุ่งเน้นที่ตัววัยรุ่นให้มีสมรรถนะด้านการคิด วิเคราะห์ แยกแยะ ตัดสินใจเลือก มีความคิดเชิงบวก ให้เรียนรู้ข้อมูลเรื่องเพศอย่างรอบด้าน รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงด้านเพศ มีความรับผิดชอบมีทักษะที่จำเป็นในการจัดการความผูกพันกับผู้อื่น¹¹ กิจกรรมดังกล่าวจึงสามารถส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงของตนเองได้เรียนรู้และมีประสบการณ์ในการฝึกทักษะต่างๆ ที่จำเป็นในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ⁵ สอดคล้องกับการศึกษาของ ศศินันท์ พันธุ์สุวรรณ และคณะ⁵ ที่ศึกษาผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของสตรีวัยรุ่นพบว่า หลังการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศกลุ่มทดลองมีคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูงขึ้นและสูงกว่ากลุ่มควบคุมเนื่องจากกิจกรรมสามารถส่งเสริมให้กลุ่มทดลองเกิดความตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของตนเอง ได้เรียนรู้และมีประสบการณ์ในการฝึกทักษะที่จำเป็นต่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ นอกจากนั้นหลังการเข้าโปรแกรมยัง

พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโปรแกรมในเรื่องการได้รับความรู้เพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้จากการจัดกิจกรรมการให้ความรู้เป็นประเด็นที่กลุ่มวัยรุ่นให้ความสนใจ รูปแบบการจัดกิจกรรมสอดคล้องกับพัฒนาการของวัยรุ่นที่อยากรู้อยากทดลอง สนใจในเรื่องเพศ ให้ความสนใจกับสิ่งแปลกใหม่¹² และเป็นการสอนที่เน้นให้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นและเลือกใช้อุปกรณ์จริงในการฝึกทักษะจึงกระตุ้นความสนใจเรียนรู้ได้ดี รวมทั้งการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษาและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศจากตัวแบบที่เป็นวัยรุ่น¹³ จึงส่งผลให้มีความรู้เรื่องเพศ และเกิดความตระหนักในเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ สามารถป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรอันจะนำมาซึ่งการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์และการติดเชื้อจากการมีเพศสัมพันธ์ได้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ จากการสนทนากลุ่ม (Focus group) ได้สะท้อนให้เห็นว่า ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมทำให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีความรู้และตระหนักรู้ในตนเองต่อเรื่องเพศไปในทิศทางที่ดี โดยแบ่งเป็น 3 ประเด็น คือ การรักษานวลสงวนตัว สอนหนูรู้เรื่องเพศและรู้เท่าทันสื่อ

การรักษานวลสงวนตัว เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การมีทักษะด้านารคิด สามารถเผชิญและแก้ไขปัญหา มีทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ⁵ โดยกลุ่มตัวอย่างเชื่อว่า หากมีความคิดรักตัวเอง รู้จักยับยั้งชั่งใจในการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร สามารถได้ตรงถึงผลเสียจากการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมจะทำให้สามารถหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ได้ สอดคล้องกับคำกล่าวของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

“ไม่อยากท้องก็ไม่ปล่อยเนื้อปล่อยตัว ไม่ให้เค้าง่าย ๆ” (นักเรียนหญิง)

“สำหรับหนู บอกให้เรารู้ว่า การมีเพศสัมพันธ์กับคนรัก เป็นสิ่งที่ไม่ดี บางทีเขาอาจติดเชื้อมาก็ได้ ฉะนั้นเราต้องดูแลตัวเองมากกว่า” (นักเรียนหญิง)

“ถ้ามีเซ็กซ์แล้วก็ท้อง พอท้องแล้วก็หมดอนาคต พ่อแม่เสียใจ ถ้าท้องแล้วรับผิดชอบก็ดีแต่ถ้าไม่รับผิดชอบ เอาเด็กไปทิ้งงี้เด็กก็กำพร้า ไม่มีพ่อแม่ เป็นปัญหาสังคมขึ้นมาอีกจุดหนึ่งนะ” (นักเรียนหญิง)

“รักอย่างถูกต้อง คือรักอย่างไม่มีเพศสัมพันธ์” (นักเรียนหญิง)

“เราต้องไม่ยอมเวลาแฟนชวนมีอะไร” (นักเรียนหญิง)

“ได้รู้เรื่องราวเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่จะทำให้เราติดเชื้อและผู้หญิงก็ท้องง่ายท้องแล้วไปทำแท้งและการทำแท้ง

มันเจ็บทรมานยิ่งกว่าการคลอดลูกเป็นหลายเท่า” (นักเรียนหญิง)

สอนหนูรู้เรื่องเพศ เป็นการสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัวที่พ่อแม่ ควรถ่ายทอดเรื่องราว แลกเปลี่ยนข้อเท็จจริงในเรื่องเพศให้กับลูกเพื่อให้มีพฤติกรรมเรื่องเพศที่ถูกต้องและเหมาะสมเพราะครอบครัวเป็นสถาบันหลักที่ช่วยป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น⁸ โดยกลุ่มตัวอย่างเชื่อว่า หากพ่อแม่คอยดูแลเอาใจใส่ เปิดใจกว้างรับฟังปัญหาอบรมและปลูกฝังเรื่องเพศที่ถูกต้อง เป็นแบบอย่างที่ดีให้ความรู้เรื่องเพศที่ถูกต้องตรงตามความต้องการของลูก จะป้องกันไม่ให้เป็นแสวงหาข้อมูลจากแหล่งอื่นและจะทำให้ลูกมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมสอดคล้องกับคำกล่าวของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

“ครอบครัวควรเป็นแบบอย่างที่ดี พ่อแม่เข้าใจและรับฟังลูกให้ความรู้เกี่ยวกับเพศ” (นักเรียนชาย)

“พ่อแม่กล้าสอนเรื่องผู้หญิงผู้ชายมีอะไรกันกับเรา ก็จะทำให้เราได้รู้อะไรบ้าง” (นักเรียนหญิง)

“พ่อกับแม่ควรจะสอนเรื่องการมีเซ็กซ์และการป้องกันเหมือนที่โรงเรียนสอน เพราะสังคมที่ล้ำค้ำกับวัยรุ่นก็คือครอบครัว โรงเรียนและก็เพื่อนคะ” (นักเรียนหญิง)

“พ่อแม่ต้องบอกให้ลูกรักษานวลสงวนตัว” (นักเรียนหญิง)

รู้เท่าทันสื่อ เป็นแนวทางป้องกันตนเอง ไม่หลงไหลไปกับสื่อลามกทางอินเทอร์เน็ตที่ยั่วยุ ล่อแหลมเพราะสื่อเหล่านี้ล้วนทำให้เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และการแสดงพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม⁷ โดยกลุ่มตัวอย่างรับรู้ว่าจะหากตระหนักรู้ในตนเอง ไม่หมกมุ่นในเรื่องเพศและลดค่านิยมในการโชว์ที่ไม่เหมาะสมทางอินเทอร์เน็ต จะทำให้ลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ ดังการสะท้อนของกลุ่มตัวอย่าง

“ต้องไม่ดูภาพโป๊ ไม่ดูคลิปโป๊ในอินเทอร์เน็ต” (นักเรียนหญิง)

“การเข้าเว็บต่างๆ ก็ง่ายสะดวกมากทุกวันนี้ พอเข้าไปก็เป็นเว็บโป๊หรือสื่ออนาจารก็จะโฆษณาดึงดูดความสนใจมาก แล้วก็มาหมกมุ่นเรื่องเพศ ก็ลามไปถึงการมีเพศสัมพันธ์ แบบนี้ก็ต้องกดออกไม่เข้าไปดู” (นักเรียนหญิง)

“เราไม่ควรเข้าไปโชว์ มันยั่วยุให้มีเพศสัมพันธ์” (นักเรียนหญิง)

นอกจากนี้บทบาทของพ่อแม่ผู้ปกครองก็มีส่วนสำคัญในการสอนให้รู้ทันสื่อที่ยั่วยุอารมณ์ทางเพศโดยต้องพัฒนาความสามารถใช้อินเทอร์เน็ตให้เท่าทันลูก คอยสอดส่องควบคุม ชี้แนะการใช้สื่อของลูก จะทำให้สามารถลดความเสี่ยงในเรื่องเพศได้สอดคล้องกับคำกล่าวของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

“แม่กับพ่อต้องเข้าอินเทอร์เน็ต เข้าเว็บให้ถูกเพราะลูก เก่งกว่า” (นักเรียนชาย)

“ให้ล็อกอินเทอร์เน็ตที่เข้าไปดูภาพโป๊และสื่อลามก วิดีโอที่มีเพศสัมพันธ์” (นักเรียนชาย)

“พ่อแม่น่าจะเตือนลูกหรือให้งดใช้อินเทอร์เน็ต” (นักเรียนหญิง)

จากผลการศึกษาที่มีข้อเสนอแนะว่า สามารถนำโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศไปจัดการเรียนการสอนในเด็กนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้ เพื่อลดปัญหาสังคม เรื่อง เด็กวัยรุ่นและเยาวชนที่มีเพศสัมพันธ์อายุน้อยลง

ข้อจำกัดของการศึกษาค้นคว้านี้เป็นการศึกษาในกลุ่มเดียว เปรียบเทียบก่อนและหลังเข้าโปรแกรม การทำศึกษาค้นคว้าต่อไป ควรศึกษาเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม เพื่อหาประสิทธิภาพของโปรแกรมต่อไป

สรุป

โปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาสามารถทำให้ความรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเพิ่มมากขึ้นสะท้อนให้เห็นว่าการเรียนเรื่องเพศให้เข้าใจจำเป็นต้องใช้การเรียนแบบผสมผสานทั้งทฤษฎีและวิธีฝึกปฏิบัติที่สอดคล้องกับพัฒนาการของวัยรุ่น การกำหนดรูปแบบการสอนควรมุ่งเน้นการเสริมสร้างให้วัยรุ่นเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง มีความสามารถด้านความคิดวิเคราะห์และการสื่อสาร ให้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริงด้วยการลงมือทำเพราะวัยรุ่นจะมีความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศการแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากตัวแบบที่เป็นเยาวชนที่มีพฤติกรรมทางเพศเหมาะสม เพราะวัยรุ่นเป็นวัยชอบเลียนแบบและประสบการณ์เรื่องเพศที่ถูกต้องของวัยรุ่นเองจะทำให้เกิดการคิดแยกแยะ และปรับเปลี่ยนความคิดเห็นที่ไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ รวมทั้งการสร้างให้เห็นคุณค่าในตนเองและตระหนักในสมรรถนะของตนเอง จะทำให้สามารถเผชิญปัญหาและหลีกเลี่ยงการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณผู้ให้ข้อมูลทุกๆ ท่าน ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือวิจัย และกองบรรณาธิการที่ได้ให้ข้อคิดเห็นและเสนอแนะในการตีพิมพ์บทความวิจัยในครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. อารยา อุดลตระกูล, ชมนาด พจนามาตร์, กนกทิพย์ สว่างใจธรรม. ผลของการใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยใช้ ปัญหาต่อความรู้เรื่องเพศศึกษาและความคิดเห็นต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา. พยาบาลสาร, 2558; 42(ฉบับพิเศษ): 46-56.

2. อัญชลี ภูมิจันทิก, รุจิรา ดวงสงค์. ประสิทธิภาพโปรแกรมสุขศึกษาในการประยุกต์ใช้การสร้างเสริมทักษะชีวิตกับแรงงานสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา. วารสารวิจัย มข.(บ.ศ.) 2554; 11: 55-66.
3. วินัยรอดไทร, เพ็ญศรีระหม่อมทอง, ชนกานต์ด้านวนกิจเจริญ. สถานการณ์การเรียนการสอนเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น [อินเทอร์เน็ต]. [สืบค้นเมื่อ 2 ก.พ. 2560]. แหล่งข้อมูล: http://hp.anamai.moph.go.th/ewt_dl_link.php?nid=171
4. วันวิสาข์ บัวลอย, มณีรัตน์ ชีระวิวัฒน์, ภรณี วัฒนสมบรรณ, นิรัตน์ อิมามี. ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม. รามาธิบดี พยาบาลสาร 2557; 20: 127-42.
5. ศศิรินทร์ พันธุ์สุวรรณ, กนกพิชญ์ วงศ์ใหญ่, ปณิศา หลีค้วน. ผลของการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของสตรีวัยรุ่น. พยาบาลสาร 2556; 40: 68-79.
6. พอเพ็ญ ไกรนรา, เมธิณี เกตวาธิมাত্র, มณฑนา มณีโชติ. ผลของโปรแกรมการตั้งครมไม่พร้อมโดยแกนนำนักศึกษาพยาบาลต่อความรู้ ทักษะและความตั้งใจในการป้องกันการตั้งครมไม่พร้อมของวัยรุ่นตอนต้น. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา 2556; 19: 20-30.
7. วิดีมา เพชรสัมพันธ์, ไชยรัตน์ ปราณิ, สุพัฒน์ หอมบุปผา. วารสารวิชาการเครือข่ายบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏภาคเหนือ 2557; 4: 71-84.
8. สุรีย์พร กฤษเจริญ, กัญจน์พลอินทร์, วิดีพร อิงคดาวรงค์, จริญญา ศรีทวีวัฒน์. การสอนเรื่องเพศของพ่อแม่และความต้องการการเรียนรู้เรื่องเพศของลูก. สงขลานครินทร์เวชสาร 2551; 26: 61-70.
9. อะเค็อกุล ประสูติติก. ผลของโปรแกรมการสร้างเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการใช้ถุงยางอนามัยของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ 2557; 7: 78-86.
10. จุฑาดี กมลพรมงคล, พรนภา หอมสินธ์, รุ่งรัตน์ ศรีสุวิเขตน์. ผลของการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนต่อการรับรู้ความสามารถคาดหวังในผลลัพธ์และทักษะการปฏิเสธการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนประถมศึกษาชาย. วารสารสาธารณสุข มหาวิทยาลัยบูรพา 2555; 7: 84-99.
11. สายฝน เอกวรางกูร. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของเยาวชน. วารสารเกื้อการุณย์ 2556; 20: 16-26.
12. Erikson EH. Childhood and Society. New York: W.W. Norton & Company, 1993.
13. ญาณัญญา ศิริภักธธาดา. รายงานการวิจัยในชั้นเรียนระดับอุดมศึกษาต่อการพัฒนาพฤติกรรมและการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาในการเรียนวิชาหลักการตลาดโดยการสอนแบบมีส่วนร่วม (Active Learning). รายงานการวิจัยสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, 2553.

