

ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ
ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

**EFFECTS OF LIFE SKILLS PROGRAM ON KNOWLEDGE AND
LIFE SKILLS TO PREVENT SEXUAL ASSAULT IN FEMALE
SECONDARY SCHOOL STUDENTS.**

สุวิมล เกิดอินทร์, พยบ.(Suwimorn Kirdin, BNS.)**

สารรัตน์ วุฒิอาภา, Ph.D. (Sararud Vuthiarpa, Ph.D.)***

นุชนาถ บรรทมพร, Ph.D. (Nuchanart Bunthumporn, Ph.D.)***

Abstract

Objectives: The purpose of this quasi-experimental study was to examine the effects of a life skills program on the knowledge and life skills to prevent sexual assault of female secondary school students in the secondary schools in Uthai Thani province, Thailand.

Methods: The samples were 60 female students aged 11 – 14 years old from two similar schools. Sixty subjects were randomly assigned into the experimental and the control group, 30 subjects in each group. Thirty subjects from the experimental group received 2 hours weekly sessions for 8 weeks of life skills program and weekly homework for 8 weeks. The life skills program was adopted from WHO framework and previous studies. Research instruments consisted

of personal data, knowledge, and life skills to prevent sexual assault. Instruments' reliability was measured using Cronbach's Alpha coefficient and Kuder Richardson (KR-20). Personal data was analyzed using descriptive statistics, the Fisher's exact test, and Chi-square. The within group data were analyzed to compare between the pre- and post-test mean scores of knowledge and skills by using the dependent t-test. The mean scores of the experimental and control groups were compared by using the independent t-test.

Results: The study found that (1) The mean score for the knowledge of the experimental group after participating in the life skills program was statistically and significantly greater than that before, (2) The mean score for the skills of the experimental group after participating in the life

* วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต คณะพยาบาลศาสตร์

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (Master thesis, Master of Nursing Science in Psychiatric and Mental Health Nursing, Faculty of Nursing, Thammasat University)

** Corresponding author, พยาบาลวิชาชีพ (Registered Nurse), E-mail : pepllove_je@hotmail.com

*** อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (Lecturer, Faculty of Nursing, Thammasat University)

วันที่รับ (received) 1 พฤษภาคม 2559 วันที่แก้ไข (revised) 20 กรกฎาคม 2559 วันที่ตอบรับ (accepted) 5 สิงหาคม 2559

skills program was statistically and significantly greater than that before, (3) After the experiment, the mean score of the knowledge of the experimental group was statistically and significantly greater than that of the control group, and (4) After the experiment, the mean score of the life skills of the experimental group was statistically and significantly greater than that of the control group.

Conclusion: The finding suggests nurses and school teachers that the Life skills program is effective in increasing the knowledge and skills of the female secondary students in preventing sexual assault.

Keywords: sexual assault, life skills program.

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์: การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงทดลองโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในจังหวัดอุทัยธานี

วิธีการศึกษา: กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เพศหญิง อายุ 11-14 ปี จากสองโรงเรียน ที่มีความคล้ายคลึงกันทำการสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำนวน 60 คน กลุ่มละ 30 คนกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ โดยออกแบบกิจกรรมทั้งหมดจำนวน 8 กิจกรรม ใช้ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรมเป็นเวลา 8 สัปดาห์ๆ ละ 1 ครั้งๆ ละ 2 ชั่วโมง

จำนวน 8 ครั้ง ติดต่อกัน และมีการบ้านกลับไปทำ 7 ครั้งๆ ละ 2 ชั่วโมง เป็นโปรแกรมที่ประยุกต์แนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1999) ซึ่งผู้วิจัยประยุกต์ร่วมกับการศึกษาที่ผ่านมาแบบสอบถามประกอบด้วยข้อมูลส่วนบุคคลและแบบวัดความรู้ และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ วิเคราะห์ความเที่ยงของแบบสอบถามด้วยวิธีครอนบาค อัลฟา (Cronbach's Alpha coefficient) และคูเดอร์ริชาร์ดสัน (KR-20) วิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้และทักษะในการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง ใช้สถิติทีชนิดที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (dependent t-test) และเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้และทักษะในการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ ใช้สถิติทีชนิดที่เป็นอิสระต่อกัน (independent t-test)

ผลการศึกษา: พบว่า 1) ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นของกลุ่มทดลองภายหลังเสร็จสิ้นการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ, 2) ค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะในการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นของกลุ่มทดลองภายหลังเสร็จสิ้นการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ, (3) ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ (4) ค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะใน

การป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิง
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มทดลองสูงกว่า
กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ.

สรุป: ผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์แก่
พยาบาลครูและผู้ที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาความรู้
และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศใน
นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นต่อไป

คำสำคัญ: การล่วงละเมิดทางเพศ /โปรแกรม
ทักษะชีวิต

ความสำคัญของปัญหา

การล่วงละเมิดทางเพศเด็กและเด็กวัยรุ่น
เป็นการกระทำที่ใช้เด็กตอบสนองความต้องการ
ทางเพศ อาจจะแะต้องหรือไม่ต้องร่างกาย
ก็ได้ การล่วงละเมิดทางเพศในเด็กประกอบด้วย
การกระทำทางเพศหลากหลายรูปแบบ รวมทั้ง
การพูดจาลามกทางเพศกับเด็ก การให้เด็กดู
การกระทำอนาจารหรือรูปภาพอนาจาร การกระทำ
ทางร่างกาย ได้แก่ การทำอรัลเซ็กซ์ การกระทำ
กับอวัยวะส่วนอื่น การมีเพศสัมพันธ์กับเด็ก
หรือการกระทำทางเพศกับเด็กในรูปแบบอื่นๆ
ซึ่งเด็กมักถูกล่วงละเมิดทางเพศจากคนใกล้ชิดตัว
เป็นส่วนใหญ่ไม่ว่าจะเป็นพ่อเลี้ยง พ่อแท้ๆ พี่ชาย
ลุง น้ำ อา เพื่อนบ้าน ครู พระ และเพื่อน เป็นต้น
(แพง ชินพงษ์, 2554; Mulryan, Cathers, & Fagin,
2004) จากรายงานสถิติของประเทศต่างๆ ทั่วโลก
พบว่า มีผู้ถูกล่วงละเมิดในวัยเด็กเป็นจำนวน
มากกว่า 800 ล้านราย และในจำนวนนี้เป็นผู้ที่
ถูกข่มขืนกระทำชำเรากว่า 500 ล้านราย สำหรับ
ประเทศไทยจากสถิติของศูนย์พึ่งได้ในโรงพยาบาล
523 แห่งทั่วประเทศในปี 2558 พบว่า เด็กจำนวน

เกือบ 11,000 คน หรือราว 30 คนต่อวัน เข้ารับการ
รักษาพยาบาลจากการถูกระทำรุนแรง ซึ่งส่วน
ใหญ่เป็นเด็กผู้หญิงที่ถูกกระทำรุนแรงทางเพศ
โดย 9 ใน 10 คนถูกกระทำโดยบุคคลที่เด็กรู้จัก
(องค์การยูนิเซฟประเทศไทย, 2554) นอกจากนี้
ยังพบว่า เด็กเพศชายที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ
จำนวน 1,002 ราย คิดเป็นร้อยละ 10.33 ของผู้ถูก
ล่วงละเมิดทางเพศทั้งหมด 20,572 ราย (ศูนย์พึ่งได้
โรงพยาบาลอุทัยธานี, 2556)

จากการศึกษาการล่วงละเมิดทางเพศในเด็ก
วัยรุ่น พบว่าการล่วงละเมิดทางเพศส่งผลกระทบต่อ
ต่อผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ทั้งผลกระทบต่อเด็ก
วัยรุ่นที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศเอง พบว่ามีผลทาง
ด้านร่างกายคือเด็กจะได้รับบาดเจ็บตามบริเวณ
ร่างกายและอวัยวะสืบพันธุ์เกิดโรคติดต่อทางเพศ
สัมพันธ์ มีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินปัสสาวะ
มีเลือดออกจากช่องคลอด (Ago, Deblinger,
Schroeder, & Finkel, 2008) และเกิดการตั้งครรภ์
ที่ไม่พึงประสงค์เป็นต้น รวมทั้งเกิดการเจ็บป่วย
ทางกายจากการที่มีพยาธิสภาพทางจิต (McCann,
Miyamoto, Boyle, & Roger, 2007) ส่วนผลกระทบ
ทางด้านจิตใจและอารมณ์พบว่าเด็กจะมีปฏิกิริยา
ทางด้านจิตใจต่อเหตุการณ์ที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ
แตกต่างกันขึ้นอยู่กับพื้นฐานทางจิตใจและ
ครอบครัว ในระยะแรกเด็กอาจมีอาการเห็นภาพ
ของการถูกล่วงละเมิดทางเพศซ้ำ ๆ มีอาการ
วิตกกังวลตื่นกลัวมากผิดปกติ นอนไม่หลับ
ฝันร้าย (Howe, 2005) เด็กวัยรุ่นอาจมีพฤติกรรม
การแสดงออกไม่เหมาะสมได้แก่ มีพฤติกรรม
ก้าวร้าว แยกตัว สิ้นหวัง และมีความคิดฆ่าตัวตาย
หรือทำร้ายตนเอง (Berenson & Anderson, 2006)
จากการทบทวนวรรณกรรมจะพบว่าการให้ความรู้

เกี่ยวกับการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ ทัศนคติ และค่านิยมกับพฤติกรรมที่ดี รวมทั้ง ปัจจัยสาเหตุ ผลกระทบ และการป้องกันปัญหา จะเป็นวิธีที่จะนำไปสู่การป้องกันปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศได้ (กาญจนา วงษ์สวัสดิ์, 2551)

ทักษะชีวิตเป็น องค์ความรู้ที่สำคัญที่ เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตในฐานะมนุษย์ การ พัฒนาทักษะชีวิตเป็นสิ่งที่มีมนุษย์จำเป็นต้องพัฒนา อย่างเป็นกระบวนการต่อเนื่องและสม่ำเสมอจน ตลอดชีวิต เพื่อให้เกิดความสามารถในการดำรง ชีวิตได้อย่างเป็นสุขและมีคุณค่าทั้งต่อตนเองและ ผู้อื่น ชุมชน และสังคมที่เริ่มต้นจากครอบครัว ตลอดจนถึงสังคมโลก การได้รับการพัฒนาหรือ ฝึกทักษะชีวิตที่มีประสิทธิภาพจะช่วยให้เยาวชน มีศักยภาพในตนเองเพิ่มมากขึ้น (Rosen, 2003) โดยเฉพาะการจัดการฝึกอบรมทักษะชีวิตเป็น กลวิธีที่สำคัญเพื่อที่จะให้เด็กมีทักษะชีวิต (Life skills) ซึ่งเป็นความสามารถในการที่จะจัดการกับ ความกดดัน ความบีบคั้น ปัญหารอบตัวในสภาพ สังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัว ในอนาคต (ประไพ ประดิษฐ์สุทธาวาร, 2554) เพื่อให้เด็กสามารถดูแลและพึ่งพาตนเองได้ใน ชีวิตประจำวัน รวมถึงรู้เท่าทันสภาพเหตุการณ์ ในสังคม ดังนั้นจึงต้องได้รับการพัฒนาทักษะที่ จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตให้แก่เด็ก (จิระพันธุ์ พูลพัฒน์, 2556) การฝึกให้เด็กมีทักษะชีวิตใน การป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ จะก่อให้เกิด ความสามารถและทักษะในขั้นต่อ ๆ ไป และนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี (กาญจนา วงษ์สวัสดิ์, 2551) และจะช่วยให้อุบัติเหตุหรือสถานการณ์ ออกเป็นส่วน ๆ ซึ่งเนื้อหาความรู้ทักษะที่ให้ จะ เกี่ยวข้องกับการเห็นค่าในตนเอง (self-esteem)

การปฏิเสธและต่อรอง การตัดสินใจและการคิด อย่างมีวิจารณญาณ และการกล้าแสดงออกอย่าง เหมาะสม จากการศึกษาพบว่าต้องให้ความสำคัญ กับกลไกของการเรียนรู้ที่จะต้องมีการกระตุ้นใน การเสริมแรงพฤติกรรม การปรับตัวโดยจะต้อง สามารถถ่ายทอดกลไก (mechanism) เป็นกลวิธี การสอน (teaching strategies) ที่มีจุดศูนย์กลาง อยู่ที่ผู้เรียน (student learning centered) และ เปิดโอกาสให้มีการเรียนรู้แบบสังเกตการณ์และ เรียนรู้จากประสบการณ์

จากการทบทวนงานวิจัยที่ผ่านมาใน ประเทศไทยนั้น มีการนำทักษะชีวิตไปประยุกต์ ใช้ในการป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิด ทางเพศไม่มากนัก พบว่ายังขาดในส่วนของการ ให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการล่วงละเมิดทาง เพศและทักษะการกล้าแสดงออกในสิทธิทางเพศ ในโปรแกรมด้วย ซึ่งการกล้าแสดงออกในสิทธิทาง เพศ (sexual assertiveness) เป็นทักษะทางสังคม ที่แสดงออกด้วยพฤติกรรมเพื่อเป็นการยืนยัน สิ่งที่ตนเองพึงได้รับในสถานการณ์เกี่ยวกับเพศ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของโปรแกรม ทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการ ล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษา ตอนต้น ซึ่งจะช่วยให้เด็กมีทักษะในการป้องกัน ปัญหาและสามารถเผชิญปัญหาในสังคมได้อย่าง เหมาะสม เพราะถ้าเด็กได้รับการสร้างเสริมทักษะ ชีวิตก็จะกลายเป็นบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันในตัวเอง ตัดสินใจในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ไม่ถูกล่วงละเมิด ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ส่งผลให้บุคคลมีคุณภาพชีวิตที่ดีมีทักษะในการ ปกป้องตนเองจากอันตราย ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะ พยาบาลจิตเวชซึ่งมีบทบาทหน้าที่สำคัญในการ

ช่วยเหลือดูแลทางด้านจิตใจจึงต้องการที่จะเพิ่มความรู้และทักษะในการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ เน้นกิจกรรมการเรียนรู้จากการมีส่วนร่วมเพื่อฝึกทักษะการป้องกันตนเองแก่นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยการสร้างรูปแบบโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการล่วงละเมิดทางเพศเนื่องจากปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศในเด็กวัยรุ่นหญิงมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นและส่งผลกระทบต่อรุ่นที่รุนแรงมากขึ้น

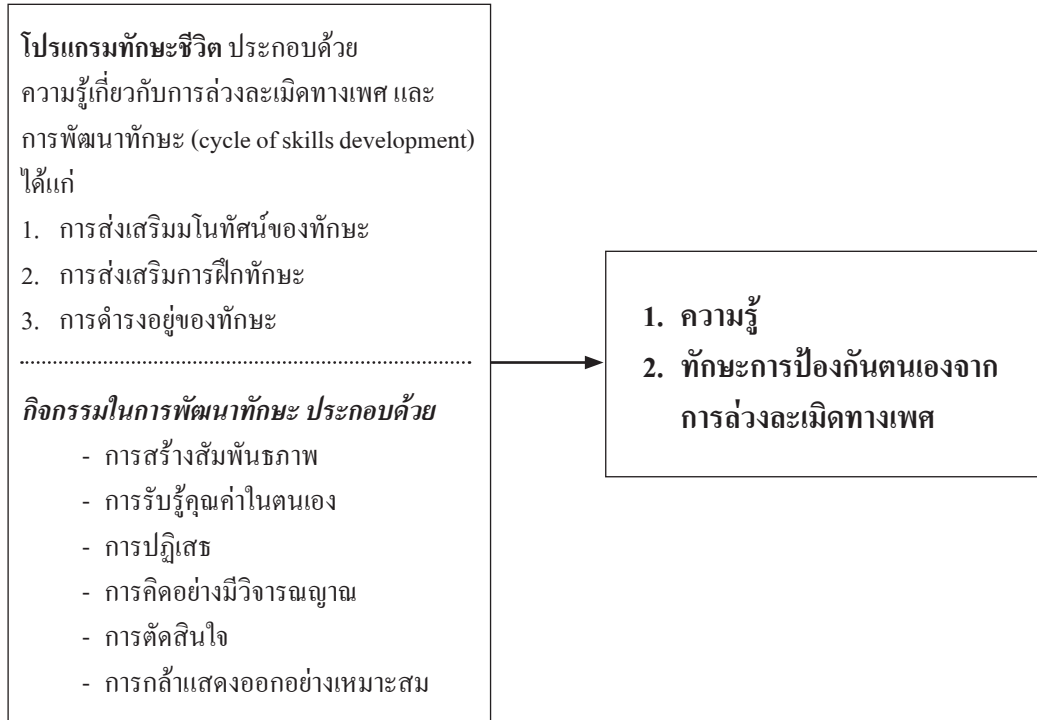
วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้การป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นก่อนและหลังที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตของกลุ่มทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ก่อนและหลังที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตของกลุ่มทดลอง
3. เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้การป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ
4. เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ

ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิต และกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ

กรอบแนวคิดการวิจัย

โปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการล่วงละเมิดทางเพศ ผู้วิจัยพัฒนาตามแนวคิดทฤษฎีขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1999) ซึ่งจะเน้นการให้ความรู้และฝึกทักษะชีวิตที่เหมาะสมให้เด็กมีความรู้และความสามารถในการเผชิญกับสถานการณ์ปัญหาที่มีความเสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศด้วยกระบวนการสอนอย่างมีส่วนร่วม (participatory teaching method) และส่งเสริมการพัฒนาทักษะชีวิตด้านสุขภาพ ด้วยวงจรพัฒนาทักษะ (cycle of skills development) (Mangrulkar, Whitman, & Postner, 2001) ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนการส่งเสริมโน้ตสันของทักษะ การส่งเสริมการฝึกทักษะ และการดำรงอยู่ของทักษะด้านสุขภาพด้วยวิธีการสอนที่หลากหลาย ได้แก่ การให้ความรู้ การเล่นเกมส์ การฝึกบทบาทสมมุติ การวิเคราะห์สถานการณ์ การทำกลุ่มย่อย การสาธิต เนื้อหาโปรแกรมประกอบด้วย 8 กิจกรรมใช้เวลาในการดำเนินกิจกรรมเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง จำนวน 8 ครั้งติดต่อกัน และมีการบ้านกลับไปทำ 7 ครั้ง สัปดาห์ ๆ ละ 2 ชั่วโมง



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

คำถามการวิจัย

1. ความรู้การป้องกันตนเองจากการล้วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลังการได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรมหรือไม่

2. ทักษะการป้องกันตนเองจากการล้วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลังการได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรมหรือไม่

3. หลังการทดลองความรู้การป้องกันตนเองจากการล้วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติหรือไม่

4. หลังการทดลองทักษะการป้องกันตนเองจากการล้วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติหรือไม่

สมมติฐานการวิจัย

1. คะแนนเฉลี่ยความรู้การป้องกันตนเองจากการล้วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลังได้รับโปรแกรมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทักษะชีวิต

2. ค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะการป้องกันตนเองจากการล้วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลังได้รับโปรแกรมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมทักษะชีวิต

3. หลังการทดลอง ค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้การป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ

4. หลังการทดลอง ค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi experimental research) ชนิด 2 กลุ่ม วัคก่อนและหลังการทดลอง (two group pretest-posttest design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรในการศึกษา คือนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อายุ 11-14 ปี สังกัดโรงเรียนกรมสามัญศึกษากระทรวงศึกษาธิการในจังหวัดอุทัยธานี จำนวน 1,860 ราย

2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อายุ 11-14 ปี ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษากระทรวงศึกษาธิการ ในจังหวัดอุทัยธานี จำนวน 2 แห่ง ซึ่งผู้วิจัยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์คัดเข้าและจึงดำเนินการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่ายและทดสอบความเท่าเทียมกันของกลุ่มตัวอย่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยโปรแกรมสำเร็จรูป G*Power version 3.1.5 กำหนดค่าอำนาจการทดสอบ (power) ที่ระดับ 0.80 มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α) เท่ากับ

.05 หรือระดับความเชื่อมั่นเท่ากับ 95% (บุญใจ ศรีสถิตนรากร, 2553) นำค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากงานวิจัยที่ผ่านมา เรื่องผลของการใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศในวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง (ฐานดา เกียรติเกาะ, 2555) คำนวณได้ค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.98 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 54 ราย คือ กลุ่มละ 27 ราย ระหว่างดำเนินการวิจัยเพื่อป้องกันความเสี่ยงจากสูญหายระหว่างการเก็บข้อมูล (drop out) ผู้วิจัยจึงพิจารณาเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่าง 10% จะได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 59 คน แต่เนื่องจาก มีการแบ่งกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มโดยให้แต่ละกลุ่มมีสมาชิกเท่ากัน ผู้วิจัยจึงเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่าง 60 ราย ดังนั้นสามารถแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล

ประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล (ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง) ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสม รายได้ และบุคคลในครอบครัวที่เด็กสามารถบอกเล่าเรื่องราวหรือเหตุการณ์หากถูกล่วงละเมิดทางเพศ เพื่อปรึกษาและขอความช่วยเหลือได้ 2) แบบวัดความรู้และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจาก จุฑานันท์ ก้อนแก้ว (2550) ซึ่งเป็นแนวคิดขององค์การอนามัยโลกร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยแบบวัดความรู้เรื่องการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ โดยมีค่าความเชื่อมั่นคูเดอร์ ริชาร์ดสัน (Kuder Richardson)

(KR-20) ของแบบสอบถามเท่ากับ 0.86 และแบบวัดทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ มีค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach coefficient) เท่ากับ 0.71

ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย คือโปรแกรมทักษะชีวิตโดยศึกษาจากตำราและเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ โดยผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้แนวคิด skills for health ขององค์การอนามัยโลก และหลักการวิเคราะห์ตามหลักฐานเชิงประจักษ์ ด้วยกระบวนการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบและผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน และนำไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง แต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 ราย โปรแกรมทักษะชีวิตประกอบด้วย 8 กิจกรรมคือ 1) การปฐมนิเทศ 2) คุณค่าในตัวตน 3) อย่างนี้ต้องปฏิเสธและต่อรอง 4) ทำหรือไม่ทำ ไตร่ตรองให้ดี 5) คิดอย่างไร 6) วัยรุ่นยุคใหม่สดใส และกล้าแสดงออก 7) ผสมผสาน และ 8) ยุติการอบรม

การดำเนินการวิจัยและการเก็บข้อมูล

ภายหลังจากได้รับอนุมัติโครงร่างวิทยานิพนธ์ฉบับสมบูรณ์ได้ดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ตามขั้นตอน ดังนี้

1. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1.1 ขั้นเตรียมการ

(1) ผู้วิจัยทำหนังสือขอรับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคนมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ชุดที่ 3 และเมื่อโครงการได้รับอนุมัติ ผู้วิจัยจึงทำหนังสือเพื่อ

ขอทดลองใช้เครื่องมือในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดอุทัยธานี จำนวน 30 ราย

(2) ดำเนินการคัดเลือกโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นตามเกณฑ์ที่กำหนด ซึ่งได้โรงเรียนที่เข้าเกณฑ์ 2 แห่ง จากนั้นจึงทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย ด้วยการจับฉลากเลือกโรงเรียนครั้งที่ 1 เป็นกลุ่มทดลองและโรงเรียน ครั้งที่ 2 เป็นกลุ่มควบคุมแล้วจึงทำหนังสือเพื่อขออนุญาตใช้สถานที่และเก็บรวบรวมข้อมูล และเมื่อได้รับการอนุญาต ผู้วิจัยจึงเข้าไปดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

(3) ผู้วิจัยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์คัดเลือก และจึงดำเนินการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย จนได้กลุ่มทดลอง 30 ราย และ กลุ่มควบคุม 30 ราย พร้อมทั้งดำเนินการขอความยินยอมในการเป็นกลุ่มตัวอย่างของเด็กและผู้ดูแลตามกฎหมาย และในการศึกษาครั้งนี้มีผู้ช่วยผู้วิจัย จำนวน 2 ราย ผู้ช่วยวิจัยได้รับการเตรียมจากผู้วิจัยในการเก็บข้อมูลและช่วยอำนวยความสะดวกในการทำกลุ่ม

2. ขั้นตอนการวิจัย

2.1 กลุ่มทดลอง

(1) ผู้วิจัยเข้าพบกับกลุ่มตัวอย่างและผู้อำนวยการโรงเรียน เพื่อแนะนำตัว และชี้แจงวัตถุประสงค์ พร้อมทั้งให้สิทธิกลุ่มตัวอย่างที่จะตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยด้วยตนเอง โดยไม่มีการบังคับ และจะต้องมีการลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมวิจัยเป็นลายลักษณ์อักษร

(2) ผู้ช่วยวิจัยเก็บข้อมูลตามแบบวัดความรู้และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศครั้งแรกก่อนการทดลอง

(pre - test) หลังจากนั้นผู้วิจัยทำการนัดหมายเพื่อ ดำเนินการวิจัย โดยจะใช้เวลาทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ในการดำเนินการกิจกรรมใช้เวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง และมีการบ้านกลับไปทำสัปดาห์ ๆ ละ 2 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 30 ชั่วโมง และเก็บข้อมูลตามแบบวัดความรู้และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศหลังการดำเนินโปรแกรมเสร็จสิ้น

2.2 กลุ่มควบคุม จำนวน 30 ราย ซึ่งอาศัยอยู่คนละแห่งกับกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการขออนุญาตลงนามยินยอมจากผู้อำนวยการโรงเรียน และเข้าไปดำเนินการขอความยินยอมเก็บข้อมูลกับกลุ่มควบคุม และให้ลงนามในใบยินยอมก่อนเข้าร่วมการวิจัย หลังจากนั้นจึงให้ทำการตอบแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และทำแบบวัดความรู้และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศครั้งแรกก่อนการทดลอง (pre-test) และจึงนัดหมายการเข้ามาพบหลังการดำเนินโปรแกรมในกลุ่มทดลองเสร็จสิ้นเพื่อทำแบบวัดความรู้และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ (post-test) อีกครั้ง

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการทำวิจัยในมนุษย์ โดยได้รับอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ชุดที่ 3 ผู้วิจัยตระหนักถึงสิทธิและเคารพในความเป็นบุคคลของกลุ่มตัวอย่างการป้องกันผลเสียและ

ปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งแจ้งข้อมูลในการวิจัยและเน้นชัดถึงการรักษาความลับ ซึ่งในการรวบรวม ข้อมูลไม่มีการระบุชื่อหรือที่อยู่ของผู้ให้ข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ในภาพรวมและข้อมูลที่ได้จะใช้ประโยชน์ทางวิชาการ เท่านั้นภายหลังเสร็จสิ้นการดำเนินโครงการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ การหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างของข้อมูลส่วนบุคคล โดยใช้สถิติไคสแควร์ (Chi-square test) และสถิติ ฟิชเชอร์ เอ็กแซกเทสท์ (Fisher's exact test) และสถิติ t-test และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศในกลุ่มทดลองโดยใช้สถิติ dependent t-test และเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มโดยใช้สถิติ independent t-test กำหนดระดับนัยสำคัญที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 60 ราย เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 30 รายและกลุ่มควบคุมจำนวน 30 ราย มีคุณสมบัติทั่วไปไม่แตกต่างกัน (ตารางที่ 1 และ 2)

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปจำแนกตามระดับการศึกษานักเรียนอาศัยอยู่ด้วย และขอความช่วยเหลือ การได้รับเงินเป็นค่าใช้จ่ายส่วนตัว และแหล่งที่เคยได้รับข้อมูล ข่าวสารและการใช้สารเสพติด (n=60)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 30)		กลุ่มควบคุม (n = 30)		X ²	p-value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ระดับการศึกษา					0.91 ^a	.86
มัธยมศึกษา ปีที่ 1	7	23.4	7	23.4		
มัธยมศึกษา ปีที่ 2	14	46.6	18	60		
มัธยมศึกษา ปีที่ 3	9	30.0	5	16.7		
มีปัญหาขอคำปรึกษาจากใคร					0.47 ^a	.64
บิดา	7	23.4	8	26.6		
มารดา	15	50.0	12	40		
อื่นๆ	8	26.6	10	33.4		
บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่					0.59 ^a	1.24
บิดามารดา	12	40.0	16	53.3		
บิดาหรือมารดา	14	46.6	8	26.6		
ญาติ และเพื่อน	4	13.4	6	20.0		
เคยได้รับข้อมูลจากแหล่งข้อมูลใด					1.32 ^b	1.47
ทีวี	8	26.6	1	3.3		
ครู	17	56.7	24	80.0		
อินเทอร์เน็ต	5	16.7	5	16.7		
เคยใช้สารเสพติดหรือไม่					1.56 ^b	.72
เคยใช้	1	3.3	0	0		
ไม่เคยใช้	29	96.7	30	100		

^a = Chi-square test, ^b = Fishers Exact test

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนฐานของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามอายุและเกรดเฉลี่ย สะสม (n=60)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	กลุ่มทดลอง (n = 30)		กลุ่มควบคุม (n = 30)		df	t	p-value
	M	SD	M	SD			
อายุ (ปี)							
อายุเฉลี่ย	12.60	0.85	12.53	0.86	58	.76	.63
เกรดเฉลี่ยสะสม							
เกรดเฉลี่ย	2.82	0.56	2.64	0.78	58	.94	.59

***p <.001

2. ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และทักษะการป้องกันการล้วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลังเข้าร่วมโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการล้วงละเมิดทางเพศสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้และทักษะการป้องกันการล้วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง (n=30)

คะแนน	กลุ่มทดลอง (n=30)		df	t
	M	SD		
ความรู้การป้องกันการล้วงละเมิดทางเพศ				
ก่อนการทดลอง	4.90	0.95	29	15.62***
หลังการทดลอง	8.46	0.62		
ทักษะการป้องกันการล้วงละเมิดทางเพศ				
ก่อนการทดลอง	52.51	11.24	29	7.32***
หลังการทดลอง	71.23	0.78		

***p <.001

3. หลังการทดลอง ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมทักษะชีวิตและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติในระยะก่อนและหลังการทดลอง

ระยะเวลาการทดลอง	คะแนนเฉลี่ยความรู้				df	t	p-value
	กลุ่มทดลอง (n = 30)		กลุ่มควบคุม (n = 30)				
	M	SD	M	SD			
ก่อนการทดลอง	4.90	0.96	4.70	0.95	58	0.81	.421
หลังการทดลอง	8.46	0.62	7.70	0.87	58	3.89**	<.001

ระยะเวลาการทดลอง	คะแนนเฉลี่ยทักษะ				df	t	p-value
	กลุ่มทดลอง (n = 30)		กลุ่มควบคุม (n = 30)				
	M	SD	M	SD			
ก่อนการทดลอง	52.51	6.61	53.86	5.53	58	-0.86	.394 ^{ns}
หลังการทดลอง	71.23	2.12	65.58	1.93	58	10.77***	<.001

***p <.001

การอภิปรายผลการวิจัย

กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคุณสมบัติทั่วไปไม่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นผลดีในการควบคุมปัจจัยต่าง ๆ ที่อาจมีผลต่อความรู้และทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง ทำให้เกิดความเชื่อมั่นได้ว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเป็นผลจากโปรแกรมที่ผู้วิจัย

ดำเนินการทดลอง จากผลการวิจัยในครั้งนี้สรุปได้ว่าโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ ทำให้ความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมสูงขึ้นกว่าการดูแลตามปกติ ทั้งนี้สามารถอธิบายได้ว่าโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทาง

เพศ ตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2004) เป็นโปรแกรมที่มุ่งเน้นให้นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยใช้กระบวนการเรียนรู้และฝึกทักษะแบบโต้ตอบหรือมีส่วนร่วมเป็นการออกแบบกิจกรรมเพื่อพัฒนากระบวนการคิดวิเคราะห์ ฝึกทักษะในการเรียนรู้ เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับผู้เข้าร่วมโปรแกรมในการที่จะเผชิญกับชีวิตจริง มีความสามารถในการป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศและเป็นส่วนที่สำคัญของการฝึกทักษะชีวิต การฝึกทักษะอย่างมีประสิทธิภาพจะเกิดขึ้นเมื่อ ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีโอกาสฟังผู้วิจัยให้ความรู้ร่วมกับการสังเกต และปฏิบัติได้อย่างเต็มที่ ผลการวิจัยพบว่าค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ได้รับโปรแกรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และสามารถอธิบายได้ว่าโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้ในการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ ที่จะช่วยในการป้องกันแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ ประกอบด้วยความรู้ในเรื่องปัจจัยสาเหตุ ผลกระทบที่เกิดจากการล่วงละเมิดทางเพศ และวิธีการป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ สามารถวิเคราะห์ปัญหาหรือสถานการณ์ออกเป็น ส่วน ๆ สามารถนำไปใช้ได้เหมาะสม ซึ่งเป็นกระบวนการให้ความรู้ที่อยู่บนฐานการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participation learning) สามารถเชื่อมโยงระหว่างสถานการณ์ที่ฝึกและเมื่อเผชิญกับสถานการณ์จริงโดยมีหลากหลายรูปแบบ/วิธีการ/กิจกรรม ทั้งฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง เช่น การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม และการเรียนรู้จากประสบการณ์ เช่น เกมส์ การสาธิต จะทำให้นักเรียนเกิดความสนุกสนาน

และมีความสนใจที่จะเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของเจตนิพิฐ สมมาตย์ (2550) ที่ทำการศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนแห่งหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ทักษะชีวิต และพฤติกรรมป้องกันการเสี่ยงทางเพศดีขึ้นกว่าก่อนการทดลองทุกด้าน และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่ม พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ทักษะชีวิตและพฤติกรรมการป้องกันการเสี่ยงทางเพศดีขึ้นกว่ากลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากกิจกรรม “อย่างนี้ต้องปฏิเสธ” โดยการให้นักเรียนวิเคราะห์สถานการณ์ ฝึกปฏิบัติทักษะการปฏิเสธตามกรณีศึกษา อภิปรายกลุ่ม และวิทยากรบรรยายให้รายละเอียดเพิ่มเติม เพื่อให้นักเรียนเกิดการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหา และหาแนวทางในการปฏิเสธได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของแก้วใจ สิทธิศักดิ์ (2551) ได้ทำการศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อพฤติกรรมป้องกันการใช้สารแอมเฟตามีนในเด็กนักเรียนมัธยมตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลอง มีค่าคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิเสธ ความคิดสร้างสรรค์และการคิดอย่างมีวิจารณญาณด้านการป้องกันการใช้สารแอมเฟตามีน สูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) เกี่ยวกับการความภูมิใจในตนเองของนักเรียน

มัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มที่ได้รับการสอนเรื่องทักษะชีวิตจะมีความตระหนักรู้ในตนเองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนทดลองและเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

จากกิจกรรม “คิดอย่างไร” โดยใช้บทบาทสมมติ วิเคราะห์กรณีศึกษา อภิปรายกลุ่ม และผู้วิจัยได้บรรยายให้รายละเอียดเพิ่มเติม ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดการสร้างเสริมทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกที่กล่าวว่า ความคิดอย่างมีวิจารณญาณมีส่วนช่วยในการสนับสนุนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาในการค้นหาทางเลือกต่าง ๆ และผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก ถึงแม้ว่ายังไม่มีการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาก็ตาม ความคิดอย่างมีวิจารณญาณยังช่วยให้บุคคลสามารถนำประสบการณ์ที่ผ่านมา มาใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และทักษะด้านความคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสาร และประเมินปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติและพฤติกรรม เช่น ค่านิยม แรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน อิทธิพลจากสื่อต่าง ๆ ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต (WHO, 1997) สอดคล้องกับการศึกษาของ เจตนิพิฐ สมมาตย์ (2550) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการใช้เพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนแห่งหนึ่งอำเภอเมืองจังหวัดขอนแก่น พบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทักษะความตระหนักรู้ในตนเอง ทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหาและ

ทักษะด้านการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญหรือลดปัญหาพฤติกรรมที่มีปัญหาได้

จากกิจกรรม “ทำหรือไม่ทำใคร่ตรองให้ดี” โดยการให้นักเรียนวิเคราะห์สถานการณ์ฝึกปฏิบัติ ทักษะการตัดสินใจตามกรณีศึกษา อภิปราย กลุ่ม และผู้วิจัยบรรยายให้รายละเอียดเพิ่มเติม เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหา ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดการสร้างเสริมทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกที่กล่าวว่า ถ้าบุคคลมีการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพในการกระทำต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ มีการประเมินทางเลือก และผลจากการตัดสินใจกับทางเลือกนั้น ๆ จะมีผลต่อสุขภาพอนามัยของบุคคลนั้น ๆ และทักษะการแก้ไขปัญหาจะช่วยให้บุคคลแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตของเขาได้ (WHO, 1997) เน้นให้สมาชิกได้เข้าใจเกี่ยวกับประเภทของการตัดสินใจต่าง ๆ กระบวนการตัดสินใจ ซึ่งสอดคล้องกับ (Miller, 1998) ที่กล่าวว่าทักษะการตัดสินใจนั้นนักเรียนจำเป็นที่จะต้องมีความรู้เกี่ยวกับทักษะการตัดสินใจในชีวิตประจำวัน โดยทักษะของการตัดสินใจจะมีขั้นตอน คือ ขั้นตอนการยอมรับความต้องการสำหรับการตัดสินใจ การกำหนดรายการต่าง ๆ ของทางเลือกที่เป็นไปได้ การวิเคราะห์ทางเลือกต่าง ๆ การเลือกทางเลือกที่เหมาะสม และการปฏิบัติตามทางเลือก ซึ่งถ้าบุคคลมีการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพในการกระทำต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพโดยมีการประเมินทางเลือกและผลจากการตัดสินใจเลือกทางเลือกนั้น ๆ จะมีผลต่อสุขภาพอนามัยของบุคคลนั้น ๆ ด้วย (เกรียงไกรลีลาพานาสวัสดิ์, 2553) ดังนั้นผู้วิจัยจึงให้สมาชิกเข้าใจกระบวนการตัดสินใจ ได้แก่การเก็บ

รวบรวมข้อมูลการวิเคราะห์สถานการณ์ ข้อดี / ข้อเสีย และสามารถประเมินผลการตัดสินใจได้ สมาชิกได้รับประสบการณ์อย่างไรบ้างได้รู้ว่าตนเองเป็นคนตัดสินใจรูปแบบใด มีการตัดสินใจนั้นย่อมต้องมีทางเลือกหลายๆ ทางและเลือกทางที่เหมาะสมที่สุด และสมาชิกได้รู้ว่าการตัดสินใจต้องมีการวิเคราะห์ข้อดี/ข้อเสียก่อนการตัดสินใจ ตลอดจนการเข้าใจถึงกระบวนการของการตัดสินใจ และสอดคล้องกับการศึกษาของ อัญชลี ภูมิจันทิก (2553) ได้ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรม สุขศึกษาในการประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตกับแรงงานสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลอง มีค่าคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร สูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่ม เปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

จากกิจกรรม “วัยรุ่นยุคใหม่สดใสและกล้าแสดงออก” เพื่อฝึกให้สมาชิกมีทักษะการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม โดยแสดงพฤติกรรมในการปกป้องสิทธิของตนเอง ไม่ล่วงล้ำสิทธิคนอื่น (ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน) และแสดงความคิดเห็นความรู้สึกของตนเองอย่างสุภาพโดยไม่ทำให้ผู้อื่นไม่พอใจ ซึ่งสอดคล้องกับ ศิริกาญจน์ อินทร์พิทักษ์ (2556) ที่กล่าวว่าพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการกล้าแสดงออก ความคิดเห็น ความเชื่อ ความรู้สึก หรือความต้องการของตนเองให้ผู้อื่นรับรู้ และกล้าที่จะปฏิเสธด้วยวิธีการที่ตรงไปตรงมาและเหมาะสมโดยไม่รบกวนสิทธิของผู้อื่นนอกจากนี้ ลักษณะ

ของพฤติกรรมกล้าแสดงออกเป็นความสามารถของบุคคลในการรักษาสิทธิความเชื่อความรู้สึก ความคิดเห็น เป็นการแสดงความรู้สึกที่แท้จริง ออกทางหน้าตา ท่าทางการใช้ภาษาในการสื่อความในประโยค และมีความเหมาะสมกับเวลา และสถานการณ์ ทั้งนี้เป็นผลมาจากนักเรียนกลุ่มทดลอง ได้รับการสร้างเสริมทักษะชีวิต อันได้แก่ ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ และทักษะการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม ซึ่งทักษะชีวิตเหล่านี้ สามารถสร้างได้โดยจัดการเรียนรู้ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ ร่วมกันในกลุ่มผ่านกิจกรรมรูปแบบต่างๆ ได้ลงมือปฏิบัติ ได้ร่วมคิดอภิปรายแสดงความคิดเห็น ได้แลกเปลี่ยนความคิดและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ได้สะท้อนความรู้สึกนึกคิดมุมมองเชื่อมโยงสู่วิถีชีวิต ของตนเองเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่และปรับใช้กับชีวิต (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2554)

จากการศึกษางานวิจัยที่ผ่านมาพบว่ามีการใช้โปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในกลุ่มนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นค่อนข้างน้อย และพบว่ายังขาดในส่วนของการให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศและทักษะการกล้าแสดงออก จากการอภิปรายผลดังกล่าว จึงสรุปได้ว่าการใช้โปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ คือการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมด้วยกลวิธีที่เน้นให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางโดยคำนึงการจัดกิจกรรมที่ครบองค์ประกอบ 4 ประการ คือ ประสบการณ์ การ

สะท้อนความคิดเห็นและถกเถียง เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด และการทดลองหรือประยุกต์แนวคิดในการจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อสอนทักษะชีวิตให้กับเยาวชนนั้นควรคำนึงถึงเรื่องประเด็นที่เน้นควรเป็นเรื่องที่นำไปปฏิบัติได้มีการฝึกทักษะและสามารถเชื่อมโยงกับชีวิตจริงได้ง่ายโดยผู้ดำเนินการอำนวยความสะดวกไปพร้อมกับใช้วิธีการเรียนรู้จากการลงมือกระทำและจัดบรรยากาศปลอดภัยอย่างสร้างสรรค์และสะดวกสบาย เด็กและเยาวชนมีวิธีการเรียนรู้ในแบบที่แตกต่างกันตามความจำเป็นของแต่ละคนให้มีประสบการณ์การเรียนรู้หลังจบกิจกรรมและให้กำลังใจช่วยให้เด็กนักเรียนมีคุณค่าสามารถดำรงตนในสังคมได้อย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

การนำโปรแกรมทักษะชีวิตไปใช้ต้องมีความรู้ ความเข้าใจเนื้อหาที่เกี่ยวข้อง ศึกษาแผนกิจกรรมและเตรียมสื่ออุปกรณ์และสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ เวลาที่สามารถยืดหยุ่นได้เพื่อให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการนำโปรแกรมทักษะชีวิตไปใช้ในนักเรียนแต่ละระดับชั้นมีความแตกต่างกัน ผู้วิจัยควรศึกษาให้สอดคล้องและดำเนินการให้ตรงกับกลุ่มเป้าหมาย

2.2 ควรทำการติดตามผลหลังการทดลอง เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่านักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นยังคงมีความรู้และทักษะในการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในระดับสูง และสามารถนำความรู้และทักษะที่ได้รับจากโปรแกรมไปใช้ได้แม้เวลาผ่านไป

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ คณาจารย์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ครอบครัว ครูและนักเรียนกรมสามัญศึกษากระทรวงศึกษาธิการในจังหวัดอุทัยธานี ตลอดจนทุนสนับสนุนการวิจัยสำหรับนักศึกษา ระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ที่ช่วยส่งเสริมและสนับสนุนในหางานวิจัยนี้เกิดประโยชน์และสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

กาญจนา วงษ์สวัสดิ์. (2551). *การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพศศึกษาโดยใช้ทักษะชีวิตเป็นฐานความคิดของมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

เกรียงไกร ลีลาพนาสวัสดิ์. (2553). *การใช้โปรแกรมทักษะชีวิตในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการคิดเกมคอมพิวเตอร์ของสามเณรโรงเรียนสามัคคีวิทยาทาน อำเภอมืองเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

แก้วใจ สิทธิศักดิ์. (2551). *ผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อพฤติกรรมการป้องกันการใส่สารแอมเฟตามีนในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เจตนิพิฐ สมมาตย์. (2550). *ประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น*

- โรงเรียนแห่งหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- จิระพันธุ์ พูลพัฒน์. (2556). การพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัย. ใน *การประชุมวิชาการครบรอบ 56 ปีแห่งการสถาปนาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*. ณ คณะครุศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพฯ.
- จุฑานันท์ ก้อนแก้ว. (2550). *การจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนบ้านร่องน้ำอำเภอสันป่าตองจังหวัดเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จูนดา เกียรติเกาะ. (2555). ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศในวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง. *วารสารพยาบาลสาธารณสุข*, 28(1), 55-69.
- บุญใจ ศรีสถิตยน์รากร. (2553). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางการพยาบาลศาสตร์*. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: ยูแอนด์ไอ อินเตอร์ มีเดีย.
- ประไพ ประดิษฐ์สุทธาวาร. (2554). *สอนลูกให้มีทักษะชีวิต (Life Skill)*. กรุงเทพมหานคร. สืบค้นเมื่อ 31 ธันวาคม 2550, จาก <http://www.taamkru.com>
- แพง ชินพงษ์. (2554). *หยุดการล่วงละเมิดทางเพศในเด็กปัญหาเรื้อรังของสังคมไทย*. สืบค้นเมื่อ 31 ธันวาคม 2550, จาก [HYPERLINK "http://www.manager.co.th](http://www.manager.co.th)
- ศิริกาญจน์ อินทร์พิทักษ์. (2556). *ทักษะการกล้าแสดงออก*. สืบค้นเมื่อ 13 พฤษภาคม 2559, จาก <http://www.lpmp.org>
- ศูนย์พึ่งได้โรงพยาบาลอุทัยธานี. (2556). *รายงานผลการปฏิบัติงานประจำปีงบประมาณ 2556*. อุทัยธานี: โรงพยาบาลอุทัยธานี.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. สำนักงานคณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐาน, กระทรวงศึกษาธิการ. (2554). *เพื่อนคู่คิด มิตรคู่ครู แนวทางการจัดการเรียนรู้ประวัติศาสตร์*. กรุงเทพมหานคร: ชุมชนุสहरณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- องค์การยูนิเซฟ ประเทศไทย. (2554). *การวิเคราะห์สถานการณ์เด็กและสตรี พ.ศ. 2554*. กรุงเทพฯ: องค์การยูนิเซฟ ประเทศไทย.
- อัญชลี ภูมิจันทร์ และรุจิรา ดวงสงค์. (2554). *ประสิทธิผลโปรแกรมสุขศึกษาในการประยุกต์ใช้การส่งเสริมทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่งอำเภอเมืองจังหวัดนครราชสีมา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- Ago, C. D., Deblinger, E., Schroeder, C., & Finkel, M. A. (2008). Girls who disclose sexual: Urogenital symptoms and signs after genital contact. *American Academy of Pediatrics*, 122, 281-286.
- Berenson, K. R., & Anderson, S. M. (2006). Childhood physical and emotional abuse by a parent: Transference effects in adult interpersonal relations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(11), 1509-1522.

- Howe, D. (2005). *Child abuse and neglect: Attachment, development and intervention*. New York: Macmillan.
- Mangrulkar, L., Whitman, C.V., & Posner, M. (2001). *Life skill approach to child and adolescent health human development*. Washington, DC: Education Development Center.
- McCann, J., Miyamoto S., Boyle C., & Roger K. (2007). Healing of nonhymenal genital injuries in prepubertal and adolescent girls: A descriptive study. *Pediatrics*, 120(5), 1000-1011.
- Miller, F. A. (1998). Strategic culture change: The door to achieving high performance and inclusion. *Public Personnel Management*, 2, 151-160.
- Mulryan, K., Cathers, P., & Fagin, A. (2004). How to recognize and respond to child abuse. *Nursing*, 34(10), 52 – 55.
- Rosen, K. H. (2003). *Discrete mathematics and its applications*. Boston: Mcgraw Hill.
- World Health Organization. (1997). *Coming of age: From facts to action for Adolescent sexual and reproductive health*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (1999). *Programming for adolescent health and development: Report of a WHO/UNFPA/UNICEF study group on programming for adolescent health*. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- World Health Organization. (2004). *Child sexual abuse: A silent health emergency*. Retrieved December 30, 2016 from <http://www.who.int/iris/handle/10665/93134>