

# ประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

วันวิสาข์ บัวลอย<sup>๑</sup> วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์)

มนิรัตน์ ธีระวิวัฒน์<sup>๒</sup> Ph.D.

ภรณ์ วัฒนสมบูรณ์<sup>๓</sup> Ph.D.

นิรัตน์ อิมามิ<sup>๔</sup> Ph.D.

**บทคัดย่อ:** การวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดนครปฐม กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 54 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 29 ราย และกลุ่มเปรียบเทียบ 25 ราย กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาพัฒนาขึ้นโดยใช้แนวคิดการพัฒนาทักษะชีวิต ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้รับกิจกรรมการเรียนรู้ตามหลักสูตรปกติของโรงเรียน ระยะเวลาในการทดลองใช้เวลา 12 สัปดาห์ เก็บข้อมูลโดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเองก่อนและหลังการทดลอง การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติการแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน independent t-test และ paired t-test ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีการตระหนักรู้ในตนเองเรื่องการมีพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มีประสิทธิผลทำให้กลุ่มทดลองมีการตระหนักรู้ในตนเอง การคิดและการตัดสินใจรวมทั้งมีทักษะในการสื่อสารเรื่องเพศที่ดีขึ้น ดังนั้น สถานศึกษาในระดับมัธยมศึกษาอาจนำโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาให้แก่ นักเรียนเพื่อให้ นักเรียนมีการตระหนักรู้เรื่องเพศที่ถูกต้อง ส่งเสริมให้เกิดการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

**คำสำคัญ:** โปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ นักเรียนมัธยมศึกษา การตระหนักรู้เรื่องเพศ

<sup>๑</sup>พยาบาลวิชาชีพ ฝ่ายการพยาบาล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล และนักศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร สาขาวิชาเอกสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

<sup>๒</sup>Corresponding author, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, E-mail: manirat.the@mahidol.ac.th

<sup>๓</sup>ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

<sup>๔</sup>รองศาสตราจารย์ ภาควิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมในวัยรุ่นกำลังเป็นปัญหาสังคมที่รุนแรงและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นนำไปสู่ปัญหาสำคัญอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพอีกมากมาย โดยเฉพาะการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์และการทำแท้ง ผิดกฎหมายซึ่งก่อให้เกิดความสูญเสียทั้งต่อตัวของวัยรุ่น ครอบครัวและสังคมเป็นปัญหาที่ต้องการแก้ไขอย่างเร่งด่วน (สารานุกรมทางการแพทย์และสาธารณสุข วิทยาลัยพยาบาลพระบรมราชชนนี, 2554) ข้อมูลจากรายงานการวิจัยหลายแห่ง พบว่า วัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อยและมีคู่มากหลายคนจะมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ และการตั้งครรภ์ไม่พร้อม (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2554) จากผลการสำรวจพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นในประเทศไทย พบว่าในช่วงอายุ 18-25 ปี วัยรุ่นเพศชายเคยมีเพศสัมพันธ์แล้วร้อยละ 80 วัยรุ่นเพศหญิงร้อยละ 63 และในกลุ่มเดียวกันนี้วัยรุ่นเพศชายเคยมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุน้อยกว่า 16 ปี เกินกว่าร้อยละ 30 ขณะที่ตัวเลขของวัยรุ่นหญิงคิดเป็นร้อยละ 9 (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2552; สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2554) นอกจากนี้ผลสำรวจพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ประจำปี พ.ศ. 2554 พบว่า วัยรุ่นไทยเริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุ 12-13 ปี ต่ำลงจากการสำรวจเมื่อปี พ.ศ. 2552 พบว่า วัยรุ่นเริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกที่อายุ 15-16 ปี และ 18-19 ปี เมื่อปี พ.ศ. 2539 ซึ่งทำให้เห็นทิศทางและแนวโน้มที่น่าเป็นห่วง (สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค, 2555) ซึ่งการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของวัยรุ่นอายุประมาณ 13 ปี เป็นช่วงวัยที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ศูนย์วิจัยเอดส์และนวัตกรรมทางสังคม มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ (2550) ได้ทำการสำรวจสถานการณ์ทางเพศ

ของวัยรุ่นไทยอายุ 12-24 ปี ใน 18 จังหวัดทั่วประเทศพบว่า เยาวชนประมาณ 1 ใน 3 (ร้อยละ 30.9) เคยมีเพศสัมพันธ์มาก่อน โดยเยาวชนเพศชายมีประสบการณ์ในการมีเพศสัมพันธ์มากกว่าเพศหญิง ร้อยละ 37.0 และ 24.8 ตามลำดับ ยิ่งกว่านั้นผลการสำรวจข้อมูลในกลุ่มเยาวชนอายุ 15-24 ปี เขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เกี่ยวกับประสบการณ์และทัศนคติของวัยรุ่นต่อปัญหาพฤติกรรมทางเพศในปัจจุบัน พบว่า วัยรุ่นร้อยละ 46.9 ยอมรับการมีเพศสัมพันธ์กับแฟนหรือคนรัก และร้อยละ 13.9 ยอมรับพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์กับคนที่เพิ่งรู้จักตามสถานที่ต่าง ๆ สำหรับผลการสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์นั้น วัยรุ่นร้อยละ 42.4 เคยมีประสบการณ์ด้านเพศสัมพันธ์ และกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 60.8 เคยมีเพศสัมพันธ์มากกว่า 1 คน โดยฝ่ายชายมีแนวโน้มมีเพศสัมพันธ์กับผู้อื่นจำนวนมากว่าฝ่ายหญิง

วัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและขาดการป้องกันทำให้เกิดการตั้งครรภ์ไม่พร้อมขึ้นได้ ปัญหานี้เกิดขึ้นในทุกภูมิภาคของประเทศ องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO, 1994) ได้กำหนดเกณฑ์มาตรฐานการเฝ้าระวังสถานการณ์ตั้งครรภ์ของวัยรุ่นไว้ว่า ร้อยละของผู้หญิงอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์ที่ตั้งครรภ์ต่อผู้หญิงทุกกลุ่มอายุที่ตั้งครรภ์ต้องไม่เกินร้อยละ 10 (ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2555) จังหวัดนครปฐมเป็นจังหวัดหนึ่งที่มีปัญหาการมีเพศสัมพันธ์เสี่ยงในวัยรุ่นที่อยู่ในวัยเรียน จากข้อมูลการจดทะเบียนเกิดของสำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง ปีพ.ศ. 2551 พบว่า จำนวนและร้อยละของการตั้งครรภ์และการคลอดบุตรในผู้หญิงอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์ในจังหวัดจังหวัดนครปฐมพบสูงถึงจำนวน 1,390 คน หรือร้อยละ 13.62 คิดเป็นลำดับที่ 31 ของประเทศและมีแนวโน้มการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยในปี พ.ศ. 2552 พบว่า จังหวัดนครปฐม

มีอัตรา การคลอดบุตรของมารดาอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์ จำนวน 1,601 คน หรือร้อยละ 16.69 คิดเป็นลำดับที่ 16 ของประเทศ (สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนา สังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2552)

การสอนเรื่องเพศศึกษาในสถานศึกษาในปัจจุบัน ยังมีความจำกั้อยู่มาก เนื่องจากปัญหาของผู้บริหาร หรือครูผู้สอนบางท่านยังคิดว่า การสอนเพศศึกษาแบบ ให้ข้อมูลรอบด้านแก่ผู้เรียนอาจเป็นการชี้โพรงให้กระรอก คิดว่าเป็นการกระตุ้นให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น (สถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล, 2552) ดังนั้น จึงทำให้นักเรียนขาดทักษะที่จะป้องกัน ตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศจากความสำคัญของ ปัญหาดังกล่าวมาข้างต้น สามารถกล่าวโดยสรุปได้ ว่าการที่วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ และมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรนี้เนื่องจากวัยรุ่นขาด ทักษะที่จะจัดการกับสถานการณ์และแรงกดดันจาก สิ่งต่าง ๆ

จากสถานการณ์ปัญหาดังที่กล่าวมาผู้วิจัยในฐานะ ผู้ให้บริการทางการแพทย์ได้ตระหนักถึงความสำคัญ และการมีส่วนร่วมในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการมี เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันสมควรในวัยเรียนจึงได้พัฒนา โปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2 เพื่อใช้ในการจัดการเรียนรู้ให้แก่ นักเรียนให้มีความรู้ และทักษะในการป้องกันตนเอง จากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม โดยประยุกต์แนวความคิดการพัฒนาทักษะชีวิต ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ความสามารถด้านการคิด และทักษะการปฏิเสธและตัดสินใจเพื่อส่งเสริมให้ นักเรียนมีทักษะมีภูมิคุ้มกันในการป้องกันตนเองจาก สถานการณ์เสี่ยงที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์และช่วย ลดปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการ ตั้งครรภ์แบบไม่ตั้งใจในนักเรียน

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมี เพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอ สามพราน จังหวัดนครปฐม

## สมมติฐานการวิจัย

1. หลังเข้าร่วมโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา เพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ นักเรียน กลุ่มทดลองมีการตระหนักรู้ในตนเองเรื่องการมีพฤติกรรม เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการคิด และการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมี เพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์ เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ดีกว่าก่อนทดลอง
2. หลังเข้าร่วมโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา เพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ นักเรียนกลุ่มทดลองมีการตระหนักรู้ในตนเองเรื่องการมี พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ความ สามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อ ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการสื่อสาร เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกัน สถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ดีกว่ากลุ่ม เปรียบเทียบ

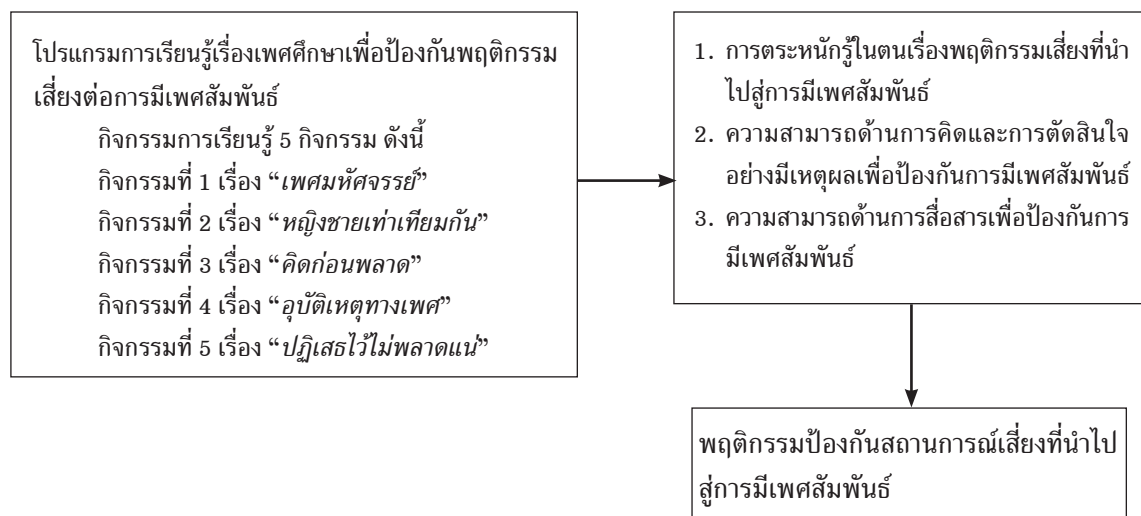
## กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ใช้แนวคิดทักษะชีวิตให้ผู้เรียนได้ เรียนรู้จากบุคคลต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว ซึ่งอธิบายได้จาก ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) พัฒนาขึ้นโดยแบนดูรา (Bandura, 1977a) ซึ่งเป็นการ เรียนรู้โดยตรงจากการมีประสบการณ์จริงบุคคล

**ประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม**

สามารถรับรู้หรือมีความเชื่อในสมรรถนะแห่งตน โดยทราบว่าจะต้องทำอะไรบ้าง และเมื่อทำแล้วจะได้ผลตามที่คาดหวังไว้อย่างไร บุคคลนั้นก็จะปฏิบัติตามด้วยความมั่นใจมากยิ่งขึ้น (Bandura, 1977b) และกลยุทธ์การจัดการเรียนการสอนทักษะชีวิต (ลักขณา เตมศิริกุลชัย, ภรณ์ วัฒนสมบูรณ์, ประภาเพ็ญ สุวรรณ, และณัฐกมล ชาญสาธิตพร, 2542) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับปัจจัยทางพฤติกรรมที่ส่งผลให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยมาพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ โดยมีกิจกรรมการเรียนรู้ 5 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมครั้งที่ 1 เรื่อง “เพศมหัศจรรย์” กิจกรรมครั้งที่

2 เรื่อง “หญิงชายเท่าเทียมกัน” กิจกรรมครั้งที่ 3 เรื่อง “คิดก่อนพลาด” กิจกรรมครั้งที่ 4 เรื่อง “อุบัติเหตุทางเพศ” กิจกรรมครั้งที่ 5 เรื่อง “ปฏิเสธไว้ไม่พลาดแน่” เพื่อให้ให้นักศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีการเปลี่ยนแปลงการตระหนักรู้ในตนเองเรื่องการมีพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้น ดังกรอบแนวคิดในการวิจัย (แผนภาพที่ 1)



**แผนภาพที่ 1** กรอบแนวคิดในการวิจัย

**วิธีดำเนินการวิจัย**

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบ 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ทำการรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง (two-group pretest-posttest)

**ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง**

ประชากรคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐม

กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐมที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2554

การคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากการศึกษาของ นรลักษ์ณ เอื้อกิจ (2541) ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้สูตรที่ใช้เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย 2 กลุ่มอิสระต่อกัน (Fleiss, 1981) ดังนี้

$$m = \frac{2\sigma^2 (Z_\alpha + Z_\beta)^2}{(\mu_1 - \mu_2)^2}$$

m คือ จำนวนตัวอย่างในแต่ละกลุ่ม

$\sigma^2$  คือ ความแปรปรวนร่วม

$Z_\alpha$  คือ ความเชื่อมั่นที่กำหนด,  $Z_{0.025} = 1.96$

$Z_\beta$  คือ อำนาจการทดสอบ เท่ากับ 0.90,  $Z_{0.1} = 1.28$

$\mu_1 - \mu_2$  คือ ความแตกต่างของกลุ่ม 1 และ 2

$$M = \frac{2 (2.241)^2 (1.96 + 1.28)^2}{(75.61 - 74.04)^2} = 42.84$$

ได้ขนาดตัวอย่างกลุ่มละ 43 ราย ผู้วิจัยสุ่มกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ห้องเรียนเป็นฐาน จับฉลากมา 2 ห้องเรียนจาก 7 ห้องเรียน เพื่อใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างและจับฉลากซ้ำเพื่อจัดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ได้กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลอง 40 ราย และกลุ่มเปรียบเทียบ 40 ราย ในระหว่างที่ทำการกิจกรรมตามโปรแกรม พบว่ามีนักเรียนทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบต้องคัดออก ดังนี้ นักเรียนย้ายโรงเรียนกลุ่มทดลอง 5 ราย กลุ่มเปรียบเทียบ 3 ราย และนักเรียนไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมมากกว่า 2 ครั้ง กลุ่มทดลอง 6 กลุ่มเปรียบเทียบ 12 ราย ดังนั้น กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ 54 ราย เป็น กลุ่มทดลอง 29 ราย และกลุ่มเปรียบเทียบ 25 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันการพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ มีกิจกรรม

ประกอบด้วย การแบ่งกลุ่มย่อยระดมสมอง การฝึกทักษะการคิด ตัดสินใจและปฏิเสธโดยการเรียนรู้จากสถานการณ์ปัญหา และจากสถานการณ์จำลอง กิจกรรมทั้งหมด 5 กิจกรรม ใช้เวลาในชั่วโมงวิชาแนะแนว (9:20-10:10 น.) กิจกรรมละ 50 นาที 5 สัปดาห์ติดต่อกัน กิจกรรมที่ 1 เรื่อง “เพศมหัศจรรย์” กิจกรรมที่ 2 เรื่อง “หญิงชายเท่าเทียมกัน” กิจกรรมที่ 3 เรื่อง “คิดก่อนพลาด” กิจกรรมที่ 4 เรื่อง “อุบัติเหตุทางเพศ” และกิจกรรมที่ 5 เรื่อง “ปฏิเสธไว้ไม่พลาดแน่” หลังสิ้นสุดโปรแกรมผู้วิจัยประเมินผลการเรียนรู้ด้วยแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรและสังคม ประกอบด้วยคำถามเรื่อง เพศ อายุ เกรดเฉลี่ยรวมในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สถานภาพสมรสของบิดาและมารดา การศึกษาและอาชีพของบิดาและมารดา บุคคลที่นักเรียนอาศัยด้วย และกิจกรรมที่ทำในเวลาว่างของนักเรียน

2.2 ความตระหนักรู้ในตนเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ประกอบด้วยข้อความ 10 ข้อความ ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแบบวัดของลิเคิร์ต (Likert Scale) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า ข้อความที่สร้างขึ้นมีทั้งข้อความเชิงบวกและเชิงลบ โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียง 1 ความคิดเห็นต่อ 1 ข้อความ กำหนดการให้คะแนนตามระดับความคิดเห็น โดยให้นักเรียนเลือกตอบ 5 ตัวเลือกคือ 5 = ใช่แน่นอน 4 = ใช่เป็นส่วนใหญ่ 3 = ค่อนข้างจะใช่ 2 = มีบ้างเล็กน้อย และ 1 = ไม่ใช่ ในข้อคำถามเชิงบวก ส่วนในข้อคำถามเชิงลบ ใช้วิธีกลับค่าคะแนนก่อนนำมาคะแนนรวมกัน มีคะแนนอยู่ระหว่าง 10-50 คะแนน คะแนนมากหมายถึง มีความตระหนักรู้ในตนดี

2.3 ความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นสถานการณ์จำลองให้ศึกษาวิเคราะห์และตอบคำถามความคิดเห็นที่มีต่อ

**ประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม**

สถานการณ์ มีสถานการณ์จำลองจำนวน 3 สถานการณ์ คำถามทั้งหมด 15 ข้อ แต่ละคำถามมี 4 ตัวเลือก ให้เลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือกที่ถูกต้องหรือเหมาะสมที่สุด การให้คะแนนคือ ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิดหรือไม่ตอบได้ 0 คะแนน คะแนนอยู่ระหว่าง 0-15 คะแนน คะแนนมาก หมายถึง มีความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลมาก

2.4 ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นสถานการณ์จำลองให้ศึกษาวิเคราะห์และตอบคำถามความคิดเห็นที่มีต่อสถานการณ์ มีสถานการณ์จำลองจำนวน 3 สถานการณ์ คำถามทั้งหมด 15 ข้อ แต่ละคำถามมี 4 ตัวเลือก ให้เลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือกที่ถูกต้องหรือเหมาะสมที่สุด การให้คะแนนคือตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิดหรือไม่ตอบได้ 0 คะแนน คะแนนอยู่ระหว่าง 0-15 คะแนน คะแนนมาก หมายถึง มีความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์มาก

2.5 พฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ มีคำถาม 10 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นการถามความถี่ในการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ โดยให้เลือกตอบ 1 ตัวเลือก ตามคำตอบแต่ละระดับความถี่ในการปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ได้แก่ ปฏิบัติเป็นประจำทุกวัน = 5 คะแนน ปฏิบัติ 5-6 วันต่อสัปดาห์ = 4 คะแนน ปฏิบัติ 3-4 วันต่อสัปดาห์ = 3 คะแนน ปฏิบัติ 1-2 วันต่อสัปดาห์ = 2 คะแนน และไม่เคยปฏิบัติ = 1 คะแนน ในข้อคำถามเชิงบวก ส่วนในข้อคำถามเชิงลบ ใช้วิธีกลับค่าคะแนนก่อนนำมาคะแนนมารวมกัน คะแนนอยู่ระหว่าง 10-40 คะแนน คะแนนมาก หมายถึง มีพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์มาก

เครื่องมือรวบรวมข้อมูลได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิด้านพฤติกรรมศาสตร์ 3 ท่าน จากนั้นปรับปรุงแก้ไขและนำไปทดลองใช้กับนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่ม

ตัวอย่างจำนวน 40 ราย ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ดังนี้ ความตระหนักรู้ในตนเองเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ = .64 ความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ = .72 ทักษะการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ = .75 และพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ = .63 ในการศึกษาครั้งนี้ใช้กับกลุ่มตัวอย่าง 54 ราย ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ดังนี้ ความตระหนักรู้ในตนเองเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ = 0.67 ความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ = .74 ทักษะการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ = .76 และพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ = .64

**การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง**

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และได้รับอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยตามเอกสารเลขที่ MUPH 2012-086 ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง แนะนำตัว ชี้แจงรายละเอียดในการทำวิจัย กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิในการตัดสินใจเข้าร่วมหรือถอนตัวจากการศึกษาได้ตลอดเวลา กลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครองลงชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลในภาพรวม

**ขั้นตอนการดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา**

กลุ่มเปรียบเทียบ ได้รับกิจกรรมการเรียนรู้ตามหลักสูตรปกติของโรงเรียน

กลุ่มทดลอง ก่อนเริ่มกิจกรรมในช่วงโมงแรก ผู้วิจัยสร้างความคุ้นเคยและชี้แจงแนวทางการเรียนรู้

ตามโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์กับนักเรียนกลุ่มทดลองและให้นักเรียนทำแบบสอบถามก่อนเรียน

นักเรียนกลุ่มทดลองเป็นกลุ่มซึ่งใช้กลุ่มเดิมตลอดการดำเนินกิจกรรม แต่ละกิจกรรมมีรายละเอียดดังนี้

กิจกรรมครั้งที่ 1 เรื่อง “เพศมหัศจรรย์” มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น มีกิจกรรมดังนี้ แจกเอกสารประกอบการเรียนรู้เรื่อง “เพศพิศวง” ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในวัยรุ่น จับสลากนำเสนอสาเหตุของการเปลี่ยนแปลงแต่ละระบบ และการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงนั้น ๆ เช่น การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย เป็นต้น จากนั้นร่วมกันชมสไลด์สรุปเรื่อง “การเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น”

กิจกรรมครั้งที่ 2 เรื่อง “หญิงชายเท่าเทียมกัน” มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนมีตระหนักในคุณค่าของความเสมอภาคทางเพศ บอกลักษณะที่แตกต่างกันระหว่างเพศหญิงและเพศชายได้วางตัวต่อเพศเดียวกัน และเพศตรงข้ามได้อย่างเหมาะสม การตระหนักถึงการมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ มีกิจกรรมดังนี้ จัดนักเรียนกลุ่มเดิมจากกิจกรรมที่แล้ว ชมหนังสือเรื่อง “แบบทดสอบ” มีเนื้อหาเกี่ยวกับการถูกเพื่อนชายชักชวนไปเที่ยวที่บ้านหลังเลิกเรียนสองต่อสอง ในขณะที่ผู้ปกครองไม่อยู่บ้าน ร่วมกันอภิปรายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น รวมถึงบทบาทของเพศชายและเพศหญิง แจกเอกสารประกอบการเรียนรู้เรื่อง “ชายหญิงเท่าเทียมกัน” ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างชายหญิง บทบาททางสังคม การวางตัวต่อเพศตรงข้าม และเพศเดียวกัน ท้ายกิจกรรมให้นักเรียนจับสลากวิธีการคุมกำเนิดเพื่อวางแผนการนำเสนอในกิจกรรมที่ 4

กิจกรรมครั้งที่ 3 เรื่อง “คิดก่อนพลาด” มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนมีการตระหนักรู้การมีพฤติกรรมเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการคิด ทักษะการสื่อสารเพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย มีกิจกรรมดังนี้ จัดนักเรียนกลุ่มเดิมจากกิจกรรมที่แล้ว แจกใบงานสถานการณ์เรื่อง “ผิดไหมหากริวกในวัยเรียน” จากนั้นตอบคำถาม 1) ริวกในวัยเรียนผิดหรือเปล่า 2) ทำอย่างไรดีถ้ามีเพศสัมพันธ์กับแฟนโดยที่ทางบ้านไม่ทราบ 3) สมมติเกิดท้องขึ้นมา แต่อยากเรียนต่อจะทำไงดี ร่วมกันอภิปรายทุกกลุ่ม เอกสารประกอบการเรียนรู้เรื่อง “หลักการปฏิเสธ” ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับขั้นตอนการปฏิเสธและตัวอย่างคำพูดปฏิเสธ ขั้นตอนการปฏิเสธโดยเจาะต่อรอง คำอธิบายขั้นตอนการปฏิเสธโดยการเจาะต่อรองและตัวอย่างคำพูด จับสลากสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ เช่น การถูกชักชวนไปเที่ยวกลางคืน ในกลุ่มร่วมกันคิดและแสดงบทบาทสมมติในการปฏิเสธที่จะไปสถานการณ์นั้น ๆ เพื่อแสดงช่วงกิจกรรมที่ 5

กิจกรรมครั้งที่ 4 เรื่อง “อุปัติเหตุทางเพศ” มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องการคุมกำเนิด มีกิจกรรมดังนี้ จัดนักเรียนกลุ่มเดิมจากกิจกรรมที่แล้ว ชมหนังสือเรื่อง “จูโน่ 1” มีเนื้อหาเกี่ยวกับนักเรียนที่พลาดมีเพศสัมพันธ์กันโดยไม่ได้อป้องกัน จนเกิดการตั้งครรภ์ แจกเอกสารสถานการณ์เรื่อง “ทำแท้ง” ให้ร่วมกันอภิปรายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและเสนอแนวทางการป้องกัน แจกเอกสารประกอบการเรียนเรื่อง “อนามัยเจริญพันธุ์สำคัญไหน” ใบงานเรื่อง “การคุมกำเนิด” และอุปกรณ์ที่ใช้ในการคุมกำเนิด จากนั้นให้นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอวิธีการคุมกำเนิดที่จับสลากได้ในกิจกรรมที่ 2

กิจกรรมครั้งที่ 5 เรื่อง “ปฏิเสธไว้ไม่พลาดแน่” มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนมีความสามารถด้านการคิดและตัดสินใจ ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อหลีกเลี่ยง

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

เสี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย มีกิจกรรมดังนี้ จัดนักเรียนกลุ่มเดิมจากกิจกรรมที่แล้ว แต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมุติในการปฏิเสธที่จะไปสถานการณ์ที่จับสลากได้ในกิจกรรมที่ 3

เมื่อดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรมเสร็จสิ้นตามแผนแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการประเมินผลการเรียนรู้โดยการทดสอบโดยใช้แบบสอบถามความตระหนักรู้ในตนเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ตามลำดับ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูป ข้อมูลคุณลักษณะทางประชากรและสังคมวิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนาโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผู้วิจัยกำหนดระดับความเชื่อมั่นในการทดสอบทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ .05 เป็นเกณฑ์ในการยอมรับสมมติฐานการวิจัย ทดสอบการกระจายตัวของตัวแปรในการศึกษาด้วย Kolmogorov-Smirnov test พบว่า มีการกระจายตัวเป็นโค้งปกติ ใช้สถิติ paired samples t-test เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ในตนเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการคิดอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ก่อนและหลังภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ และใช้สถิติ independent t-test เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

### ผลการศึกษา

#### ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มทดลองส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 55.2 อายุเฉลี่ย 14 ปี (SD = 0.50) ส่วนใหญ่มีอายุ 14 ปี (ร้อยละ 75.9) ส่วนใหญ่ได้รับค่าใช้จ่ายมาโรงเรียนวันละ 30-50 บาท และ 51-80 บาท ร้อยละ 41.4 เท่ากัน ในปีที่ผ่านมาหรือในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มทดลองส่วนใหญ่ (ร้อยละ 51.7) ได้เกรดเฉลี่ยรวมอยู่ในช่วง 2.00-2.49 กลุ่มทดลองส่วนมาก (ร้อยละ 72.4) อาศัยอยู่กับบิดาและมารดา สถานภาพสมรสของบิดาและมารดาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน ร้อยละ 55.2 บิดาและมารดาประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 65.5 จากการศึกษาพบว่า เกือบทั้งหมด (ร้อยละ 90.9) ที่บิดาและมารดาหรือผู้ปกครองมีเวลาให้กับนักเรียนในการให้คำแนะนำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องเรียนหรือเรื่องส่วนตัว

กลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 64.0 อายุเฉลี่ย 14 ปี (SD = 0.58) ส่วนใหญ่มีอายุ 14 ปี (ร้อยละ 60.0) ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 52.0) ได้รับค่าใช้จ่ายมาโรงเรียนวันละ 80 บาทขึ้นไป ในปีที่ผ่านมาหรือในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ได้เกรดเฉลี่ยรวมอยู่ในช่วง 2.00-2.49 และต่ำกว่า 2.00 ร้อยละ 32.0 เท่ากัน สำหรับการพักอาศัยส่วนมาก (ร้อยละ 88.0) อาศัยอยู่กับบิดาและมารดา สถานภาพสมรสของบิดาและมารดาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกัน ร้อยละ 76.0 บิดาและมารดาประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 68.0 จากการศึกษาพบว่า เกือบทั้งหมด (ร้อยละ 96.0) ที่บิดาและมารดาหรือผู้ปกครองมีเวลาให้กับนักเรียนในการให้คำแนะนำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องเรียนหรือเรื่องส่วนตัว

การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยตัวแปรที่ศึกษาภายในกลุ่มและระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ การตระหนักรู้ในตนเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย



ภายในกลุ่มพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ในตนเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 3.25, p < .001$ ) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ในตนเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 1.59, p = .124$ )

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้เรื่องเพศและพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์

ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้เรื่องเพศและพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้เรื่องเพศและพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ( $t = 2.88, p < .001$ ) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการตระหนักรู้ในตนเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลอง

การตระหนักรู้ในตน	Mean	SD	t	df	p-value
<b>ก่อนการทดลอง</b>					
กลุ่มทดลอง (n = 29)	43.41	4.81	1.62	52	.225
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 25)	41.48	3.79			
<b>หลังการทดลอง</b>					
กลุ่มทดลอง (n = 29)	47.00	6.02	2.88	52	< .001
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 25)	43.04	3.55			

ความสามารถด้านการคิดและตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลด้านสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ภายในกลุ่ม พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลด้านสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 2.15, p = .040$ ) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลด้านสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 0.14, p = .889$ )

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลด้านสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลด้านสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความสามารถด้านการคิดและการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลด้านสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ( $t = 3.04, p < .001$ ) ดังตารางที่ 2

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถด้านการคิดและตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงในการมีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนและหลังทดลอง

การตระหนักรู้ในตน	Mean	SD	t	df	p-value
<b>ก่อนการทดลอง</b>					
กลุ่มทดลอง (n = 29)	6.48	2.16	1.84	52	.070
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 25)	5.48	1.76			
<b>หลังการทดลอง</b>					
กลุ่มทดลอง (n = 29)	7.41	1.97	3.04	52	< .001
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 25)	5.56	2.50			

ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการสื่อสารต่อสถานการณ์เสี่ยงอย่างเหมาะสมภายในกลุ่มพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการสื่อสารต่อสถานการณ์เสี่ยงอย่างเหมาะสมไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 1.65, p = .109$ ) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการสื่อสารต่อสถานการณ์เสี่ยงอย่างเหมาะสมไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 0.59, p = .558$ )

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการสื่อสารต่อสถานการณ์เสี่ยงอย่างเหมาะสมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการสื่อสารต่อสถานการณ์เสี่ยงอย่างเหมาะสมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการสื่อสารต่อสถานการณ์เสี่ยงอย่างเหมาะสมสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = 2.78, p < .001$ ) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบก่อนและหลังทดลอง

ความสามารถด้านการสื่อสาร	Mean	SD	t	df	p-value
<b>ก่อนการทดลอง</b>					
กลุ่มทดลอง (n = 29)	3.00	1.16	1.82	52	.074
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 25)	2.32	1.57			
<b>หลังการทดลอง</b>					
กลุ่มทดลอง (n = 29)	3.48	1.21	2.78	52	< .001
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 25)	2.52	1.33			

พฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ภายในกลุ่ม พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = .49, p = .626$ ) ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $t = -.71, p = .482$ )

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า ก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมป้องกันตนเองเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มทดลอง และเปรียบเทียบก่อนและหลังทดลอง

พฤติกรรมการป้องกันตนเอง	Mean	SD	t	df	p-value
<b>ก่อนการทดลอง</b>					
กลุ่มทดลอง (n = 29)	32.79	4.52	-0.74	52	.364
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 25)	33.56	2.74			
<b>หลังการทดลอง</b>					
กลุ่มทดลอง (n = 29)	33.14	2.33	-0.27	52	.529
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 25)	33.12	2.49			

### การอภิปรายผล

ความตระหนักรู้ในตนเองเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ จากการศึกษาพบว่าภายในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น และภายหลังทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อธิบายได้ว่าเป็นผลมาจากการจัดโปรแกรมการเรียนรู้ที่จัดขึ้นโดยผสมผสานวิธีการทางสุขศึกษา ได้แก่ การอภิปรายกลุ่มจากประเด็นปัญหาที่กำหนดให้ การบรรยายประกอบสไลด์ประกอบภาพเรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ การให้ชมหนังสือเรื่อง “แบบทดสอบ” ซึ่งเนื้อหา มีลักษณะเป็นสถานการณ์จำลองให้ตัดสินใจเกี่ยวกับสถานการณ์เสี่ยง

ที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ และจัดให้ผู้เรียนได้อภิปรายกลุ่มร่วมกันถึงสถานการณ์ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในวัยรุ่น รวมทั้งมีการมอบหมายงานกลุ่มให้นักเรียนไปศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลในเรื่องพฤติกรรมของวัยรุ่นกับโอกาสเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพื่อใช้อภิปรายในครั้งต่อไป เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ในเรื่องที่จะอภิปราย ซึ่งในรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเหล่านี้ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการเพิ่มความตระหนักรู้ในตนเองเพิ่มมากขึ้น สอดคล้องตามแนวคิดการพัฒนาทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเอง (self-awareness) ขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ที่กล่าวว่าความตระหนักรู้ในตนเองนั้นเป็นความสามารถในการเข้าใจในจุดดี จุดด้อยของตนเอง

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

อะไรที่ตนเองปรารถนา และไม่พึงปรารถนาและเข้าใจในความแตกต่างจากบุคคลอื่น ๆ มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและความเห็นใจบุคคลที่แตกต่างจากเรา ถึงแม้ว่าเราจะจะไม่คุ้นเคย ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจและยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่น ทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดีทางสังคม

นอกจากนี้ในการสอนเพื่อพัฒนาความตระหนักรู้ในตนเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ครั้งนี้ ผู้วิจัยยังใช้วิธีการเรียนรู้จากปัญหาเป็นหลัก โดยการให้นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อยและเรียนรู้จากสถานการณ์ปัญหาจริงจากภาพข่าว และร่วมกันอภิปรายปัญหาที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งให้แสดงแนวคิดว่าจะป้องกันตนเองไม่ให้อยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ นักเรียนคิดว่าควรมีการปฏิบัติตัวอย่างใด ซึ่งการสอนด้วยวิธีการดังกล่าวนี้ส่งผลให้นักเรียนได้วิเคราะห์ถึงข้อดีและข้อจำกัดของตนเองและทำให้ได้คิดวิเคราะห์หาทางเลือกที่จะป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ ซึ่งความตระหนักในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยต่อสุขภาพอนามัยเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้วัยรุ่นเข้าใจและรับรู้ภาวะเสี่ยงหรือโอกาสเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดภัยคุกคามทางเพศเพื่อนำไปสู่การฝึกฝนทักษะในการป้องกันตัวเองต่อไป (สุนิรัตน์ ยั่งยืน, อุดมศักดิ์ ทหารวิวัฒน์, ธิดารัตน์ สมดี, และสุวิมล สงกลาง, 2553) ที่การศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของสุทธิสารณ์ วัฒนมะโน (2540) ที่ศึกษาผลของการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดปราจีนบุรี โดยกลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมทักษะการพัฒนาชีวิตตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก ร่วมกับการนำทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีประสบการณ์จริงของคอล์บ มาประยุกต์ในการจัดการเรียนการสอนหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีความตระหนักกับตนเองเกี่ยวกับโรคเอดส์ ความรับผิดชอบในการป้องกันโรคเอดส์ดีขึ้น

กว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ความสามารถด้านการคิดและตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ จากการศึกษาพบว่า ภายในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นและภายหลังทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่เป็นเช่นนี้เป็นผลมาจากการการจัดโปรแกรมการเรียนรู้ร่วมด้วยโดยใช้การอภิปรายกลุ่มย่อยและกลุ่มใหญ่ การใช้ปัญหาเป็นหลัก การฝึกทักษะด้านการคิดและทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ มีสื่อประกอบการสอนคือ สไลด์ประกอบภาพสถานการณ์เรื่อง “ผิดไหมหากรักในวัยเรียน” ใบงานเรื่อง “ผิดไหมหากรักในวัยเรียน” เอกสารประกอบการเรียนรู้ เรื่อง “หลักการปฏิเสธ” หนังสือเรียน วารสาร หนังสือพิมพ์ วีซีดี โดยเน้นการจำลองสถานการณ์เพื่อให้นักเรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และตอบคำถามรวมทั้งแสดงความคิดเห็นที่มีต่อสถานการณ์ จากนั้นร่วมกันพิจารณาและหาทางแก้ไขหรือปฏิเสธเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงที่จำลองขึ้นมา ส่งผลให้นักเรียนได้ฝึกใกล้เคียงกับสถานการณ์จริงที่อาจเกิดขึ้นได้ และสามารถพูดคุย ต่อรอง ปฏิเสธได้อย่างมีเหตุผล จากการตรวจสอบการตอบแบบสอบถามแล้ว พบว่า นักเรียนมีความคิดและการตัดสินใจที่มีแนวโน้มที่ดี แต่ในบางข้อยังใช้ความคึกคะนองและความต้องการการยอมรับจากเพื่อนต่างเพศ สามารถอธิบายได้ว่าเป็นผลมาจากการพัฒนาการของวัยรุ่นคือ กลุ่มเพื่อนจึงมีอิทธิพลสำหรับวัยรุ่นช่วงนี้มาก

นอกจากนี้ วัยรุ่นช่วงนี้ต้องการเลียนแบบและแสวงหาแบบอย่างเพื่อดำเนินชีวิตอย่างผู้ใหญ่ นับถือวีรบุรุษ (heroes) หรือตัวแบบ (models) ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความต้องการ บุคลิกภาพ ความใฝ่ฝัน และสติปัญญา อิทธิพลของครอบครัว สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม อาจเป็นเพศเดียวกันหรือเพื่อนต่างเพศ หรือบุคคลที่สำคัญ เช่น นักกีฬาที่มีชื่อเสียง ดาราภาพยนตร์

พระสงฆ์ การสนับสนุนของกลุ่มสังคม ตัวแบบจึงมีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ ความมุ่งมั่นในชีวิต ค่านิยมต่าง ๆ ของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก ยิ่ง อย่างไรก็ตาม แม้วากลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลสำหรับวัยรุ่นตอนต้น แต่วัยรุ่นช่วงนี้ยังคงพึ่งพาพ่อแม่มากกว่าระยะของวัยรุ่นช่วงอื่น (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545; อุบลรัตน์ เฟิงสถิตย์, 2549) สอดคล้องกับการศึกษาของเกษแก้ว เสียงเพราะ (2550) ที่ศึกษาผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงเรื่องเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมเสี่ยงเรื่องเพศสัมพันธ์ลดลง โดยการใช้ปัญหาที่เกิดขึ้นจริงกับวัยรุ่นประสบการณ์ตรงจากกลุ่มตัวอย่าง การนำเสนอตัวแบบจากเรื่องราวชีวิตจริงของปัญหาวัยรุ่นเรื่องเพศสัมพันธ์และให้นักเรียนร่วมแลกเปลี่ยนความรู้

ความสามารถด้านการสื่อสารเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ถึงแม้ว่าไม่มีความแตกต่างภายในกลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ภายหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนหนึ่งอาจเป็นผลมาจากโปรแกรมการเรียนรู้โดยใช้การอภิปรายกลุ่มย่อยและกลุ่มใหญ่ การใช้ปัญหาเป็นหลัก การฝึกทักษะด้านการคิดและทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ มีสื่อประกอบการสอนคือ สไลด์ประกอบภาพหนังสือสถานการณ์เรื่อง “ทำแท้ง” อุปกรณ์ที่ใช้ในการคุมกำเนิด เอกสารประกอบการเรียน ใบงานเรื่อง “การคุมกำเนิด” ซึ่งมีการฝึกประสบการณ์ การสื่อสารในสถานการณ์จำลองที่ใกล้เคียงกับสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นจริง และมีการแสดงบทบาทสมมติโดยให้นักเรียนฝึกใช้การสื่อสารที่คิดและปรับปรุงเอง ร่วมกับการแสดงความคิดเห็นในสถานการณ์ของนักเรียนกลุ่มอื่น ๆ ซึ่งจากการตอบแบบสอบถามอธิบายได้ว่านักเรียนตอบแบบสอบถามในเชิงปฏิเสธและตอบไปในแนวทางที่สามารถป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้ แต่เป็นการใช้คำตอบแบบใช้ถ้อยคำและ

อารมณ์ที่รุนแรง ยกตัวอย่างเช่น “ไม่มีอะไรทำหรือใจมาชวนที่ยาวอยู่ได้” และการผลักมือออก แสดงอาการโกรธ และต่อว่าทันที ซึ่งจะไม่ส่งผลดีในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นตอนต้นมีอารมณ์ไม่มั่นคงและมีการแสดงออกไม่คงที่ในลักษณะอารมณ์รุนแรงพัฒนาการทางด้านอารมณ์ ความเปลี่ยนแปลงและความเจริญเติบโตทางร่างกายทั้งภายในและภายนอกทำให้วัยรุ่นตอนต้น มีอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่าย ความรู้สึกสับสน อ่อนไหว อารมณ์ไม่มั่นคง มีบุคลิกภาพประจำตัวแสดงออกมา (พรพิมล เจียมนาคินทร์, 2539)

พฤติกรรมของวัยรุ่นช่วงนี้เป็นผลมาจากอารมณ์และความรู้สึก กล่าวคือ อารมณ์เป็นเสมือนแรงจูงใจที่ส่งเสริมให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรมออกมาและพฤติกรรมที่แสดงออกมาก็จะเป็นลักษณะใด รุนแรงเพียงใดขึ้นอยู่กับความเข้มของอารมณ์ขณะนั้นหรือเรียกว่าวัยพายุบุแคม (storm and stress) ซึ่งอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นมีทุกประเภท เช่น อารมณ์ร้อน อารมณ์อิจฉา อารมณ์วิตกกังวลรัก โกรธ ชอบ เกลียด บางครั้งก็เก็บกด บางครั้งก็มีความมั่นใจสูง ความอยากรู้อยากเห็น เช่นเกี่ยวกับเรื่องเพศ หรือเรื่องความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่ของความสับสนและการมีอารมณ์ รุนแรงของวัยรุ่นตอนต้น เกิดจากช่วงเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นอย่างรวดเร็วเพื่อเลียนแบบบทบาทการเป็นผู้ใหญ่ ความรับผิดชอบ นิสัยใจคอ ทำให้เด็กเกิดการลังเลควรจะทำปฏิบัติตนเช่นไรและเมื่อผู้ใหญ่เห็นพฤติกรรมของวัยรุ่นช่วงนี้คิดว่าวัยรุ่นนั้นยังเด็กจึงก่อให้เกิดความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นกับผู้ใหญ่ได้ง่ายอีกทั้งการปรับตัวกับเพื่อนร่วมวัย การเตรียมเลือกอาชีพเป็นเรื่องสำคัญต่อจิตใจ อารมณ์ ความต้องการของวัยรุ่นและบุคคลที่เกี่ยวข้องได้แก่ บ้าน โรงเรียน และกลุ่มเพื่อนทำให้เด็กเกิดความสับสนได้ง่าย (พรพิมล เจียมนาคินทร์, 2539)

## ประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

นอกจากนี้ สภาพเศรษฐกิจและสังคมมีอิทธิพลครอบงำวิถีชีวิตของวัยรุ่นไทยทั้งในเรื่องของการแต่งกาย ค่านิยม ทำให้เกิดปมด้อยและการปรับตัวไม่ทัน ย่อมส่งผลต่ออารมณ์ของวัยรุ่น (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545; อุลรัตน์ เฟิงสฤติย์, 2549) ดังนั้น ต้องใช้เวลาให้นักเรียนได้ปรับตัวเรื่องการใช้ชีวิตและเพิ่มการสอนทักษะการสื่อสารให้มากขึ้น ทั้งนี้อาจต้องอธิบายและทำความเข้าใจในเรื่องเป้าหมายของการสื่อสารซึ่งอาจมีหลายประโยคหรือหลายถ้อยคำให้เลือกใช้ให้นักเรียนพิจารณาว่าควรเลือกใช้การสื่อสารแบบใดจึงจะเหมาะสมที่สุดในแต่ละสถานการณ์

พฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ พบว่า ไม่มีความแตกต่างทั้งภายในกลุ่มทดลองและระหว่างกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเนื่องจากระยะเวลาในการทดลองมีความจำกัด และสถานการณ์เสี่ยงที่ศึกษาจากข้อคำถามอาจจะเป็นสถานการณ์ทั่วไปที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวัน เช่น เรื่องการถูกเนื้อต้องตัว การจับมือถือแขน หรือการไปเที่ยวกันระหว่างชายหญิง เป็นต้น อีกประการหนึ่งเป็นเพราะวัยรุ่นช่วงนี้จะให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนค่อนข้างมาก รักเพื่อนมาก มีอารมณ์และพฤติกรรมแปรปรวนอ่อนไหวง่าย หงุดหงิด ยังมีความรู้สึกที่ยึดตัวเองเป็นหลัก (self-centered) และยังมีความคิดเป็นแบบรูปธรรม (concrete thought) เป็นส่วนใหญ่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตัวเองได้ไม่สามารถเข้าใจหรือมองเห็นผลที่จะเกิดขึ้นตามมาในอนาคตซึ่งเป็นผลจากการกระทำหรือพฤติกรรมในปัจจุบัน (พรพิมล เจียมมาคินทร์, 2539) ดังนั้นจึงทำให้กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมป้องกันสถานการณ์เสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองและไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ

### ข้อเสนอแนะ

1. โรงเรียนที่สอนระดับมัธยมศึกษาและมีการสอนเรื่องเพศศึกษาควรมีการจัดการเรียนการสอนโดยเน้นการพัฒนาทักษะชีวิตที่สำคัญ ได้แก่ ทักษะการคิด ทักษะการสื่อสารและการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธ เป็นต้น และควรใช้รูปแบบการสอนที่เน้นการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการคิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง และการเรียนรู้ผ่านกลุ่มเพื่อนนักเรียนด้วยกัน มีการอภิปรายปัญหาร่วมกัน จะทำให้นักเรียนเกิดทักษะชีวิต และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

2. การฝึกทักษะการปฏิเสธหรือการฝึกความสามารถด้านการคิด การตัดสินใจ ซึ่งเป็นทักษะที่ต้องใช้เวลาในการพัฒนา ดังนั้น ในกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีการฝึกทักษะดังกล่าวควรจะใช้เวลาเป็น 2 คาบเรียน

3. ด้านการปฏิบัติการพยาบาล พยาบาลอนามัยโรงเรียนและพยาบาลอนามัยชุมชนสามารถนำโปรแกรมนี้ไปใช้เพื่อพัฒนาทักษะและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนในโรงเรียนและชุมชนได้โดยประยุกต์ให้เข้ากับลักษณะและบริบทของกลุ่มเป้าหมายที่จะนำไปใช้

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการวางแผน ออกแบบกิจกรรมและเนื้อหาการเรียนรู้ที่ต้องการ และให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการประเมินผลพฤติกรรมของตนเองและของเพื่อน

2. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาข้อมูลและแนวทางการแก้ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น โดยเน้นกลุ่มเป้าหมายทั้งผู้ปกครอง ครู และนักเรียน

## เอกสารอ้างอิง

เกษแก้ว เสียงเพราะ. (2550). *การวิจัยปฏิบัติการเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงเรื่องเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดร้อยเอ็ด*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขภาพศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดล.

พรพิมล เจียมนาคินทร์. (2539). *พัฒนาการวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: ต้นอ้อ แกรมมี.

ลักขณา เต็มศิริกุลชัย, ภรณ์ วัฒนสมบุรณ์, ประภาเพ็ญ สุวรรณ, และณัฐกมล ชาลสาธิตพร. (2542). การศึกษาพฤติกรรมและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการตีแม่เครื่องตีแม่แอลกอฮอล์ในเยาวชนไทย. *วารสารนโยบายและแผนงานสาธารณสุข*, 2(4), 44-60

ศรีเรือน แก้วก้วาล. (2545). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย (พิมพ์ครั้งที่ 8)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร กระทรวงการพัฒนาระบบและความมั่นคงของมนุษย์. (2555). *อัตราการคลอดบุตรของมารดาอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์*. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 มีนาคม 2554, จาก <http://childpregnancy.m-society.go.th>

ศูนย์วิจัยเอดส์และนวัตกรรมทางสังคม มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ. (2550). *สถานการณ์ทางเพศของวัยรุ่นไทย*. สืบค้นเมื่อวันที่ 25 ธันวาคม 2552, จาก [http://www.abacpoll.au.edu/in\\_news/2550/main2550.html](http://www.abacpoll.au.edu/in_news/2550/main2550.html)

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2552). *การสำรวจพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.

สารานุกรมทางการแพทย์และการสาธารณสุข วิทยาลัยพยาบาลพระบรมราชชนนี. (2554). *ปัญหาพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่น*. สืบค้นเมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2554, จาก <http://www.bcnpy.ac.th/wiki/index.php/>

สุนิรัตน์ ยั่งยืน, อุดมศักดิ์ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ, อิศราธิปไตย สมดี, และสุวิมล สงกลาง. (2553). ความตระหนักในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยต่อสุขภาพอนามัยของวัยรุ่น. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*, 29(4), 420-427.

สุทธิสารณ์ วัฒนมะโน. (2540). *การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดปราจีนบุรี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขภาพศึกษา, มหาวิทยาลัยมหิดล.

สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาระบบและความมั่นคงของมนุษย์. (2552). *สภาวะการตั้งครรภ์และคลอดบุตรก่อนวัยอันควรปีพ.ศ. 2540-2551: ประมวลผลจากข้อมูลทะเบียนเกิดของสำนักบริหารการทะเบียนกรมการปกครอง*. สืบค้นเมื่อวันที่ 25 ธันวาคม 2552, จาก [http://www.msociety.go.th/content\\_stat\\_detail.php?pageid=165](http://www.msociety.go.th/content_stat_detail.php?pageid=165)

สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง. (2551). *จำนวนและร้อยละของการตั้งครรภ์และการคลอดบุตรก่อนวัยอันควรอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์*. สืบค้นเมื่อวันที่ 25 ธันวาคม 2552, จาก [http://www.m-society.go.th/content\\_stat\\_detail.php?pageid=165](http://www.m-society.go.th/content_stat_detail.php?pageid=165)

สำนักกระบวนวิชา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. (2555). *พฤติกรรมกรรมมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น*. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2556, จาก [http://www.boe.moph.go.th/Annual/AESR2012/main/AESR55\\_Part1/file6/3155\\_STI.pdf](http://www.boe.moph.go.th/Annual/AESR2012/main/AESR55_Part1/file6/3155_STI.pdf)

สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2554). *สถานการณ์และแนวโน้มอนามัยการเจริญพันธุ์วัยรุ่นและเยาวชนและนโยบายกระทรวงสาธารณสุข*. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 มีนาคม 2554, จาก <http://th.anamai.moph.go.th/>

อุบลรัตน์ เฟื่องสถิตย์. (2549). *จิตวิทยาพัฒนาการ (พิมพ์ครั้งที่ 6)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

Bandura, A. (1977a). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.

Bandura, A. (1977b). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W.H. Freeman.

World Health Organization. (1994). *Life skills education in schools*. Geneva: World Health Organization, Division of Mental Health.

Fleiss, J. L. (1981). *Statistical method for rate and proportion* (2<sup>nd</sup> ed.) New York: John Wiley & Sons.

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

## Effectiveness of a Sex Education Program to Prevent Sexual Risk Behaviors on Grade 8 Students, Sampran District, Nakhon Pathom Province

Wunwisa Bualoy \*M. Sc. (Public Health)

Manirat Therawiwat \*\*Ph.D.

Poranee Vathanasomborn \*\*\*Ph.D.

Nirat Imaee \*\*\*\*Ph.D.

**Abstract:** This quasi-experimental research was aimed to assess the effectiveness of a sex education program to prevent sexual risk behaviors on grade 8 students Nakhon Pathom Province. The sample were 54 students: 29 students in the experimental group and 25 students in the comparison group. The experimental group participated in the sex education program applying the concept of life skills development. For the comparison group, the students received learning activities and sex education contents in accordance with the school's normal teaching-learning activities. The experimentation was last for 12 weeks. Data collection was made using self-administered questionnaires, before and after the experimentation (two-group pretest-posttest). Data analysis was done using descriptive statistics in regard to frequency, mean, and standard deviation, while the inferential statistics was used to test the research hypotheses using independent t-test and paired t-test. The research results found that after the experimentation, the experimental group had significantly higher mean scores of awareness about sex and sexual risk behaviors, critical thinking toward risk conditions leading to sexual relationship, and communication skills and making decision properly toward risk conditions than the comparison group. There was not statistically significant different for the preventive sexual risk behaviors between groups. In conclusion, the learning program on sex education and preventive sexual risk behaviors was effective in making the experimental group gained high levels of self-awareness, critical thinking, communication skills, and proper decision making. Thus, secondary schools can apply this program in organizing teaching-learning sex education for secondary school students in order to increase their awareness and to promote proper sex-related behaviors.

**Keywords:** Learning program on sex education, Sexual risk behaviors, Secondary school students, self-awareness about sex

---

\*Professional Nurse, Nursing Service Department, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital; and Master Student, Master of Sciences (Public Health) Major in Health Education and Behavior Science, Faculty of Public Health, Mahidol University

\*\*Corresponding author, Assistant Professor, Department of Health Education and Behavioral Sciences, Faculty of Public Health, Mahidol University, E-mail: manirat.ther@mahidol.ac.th

\*\*\* Assistant Professor, Health Education and Behavior Science, Faculty of Public Health, Mahidol University

\*\*\*\*Associate Professor, Health Education and Behavior Science, Faculty of Public Health, Mahidol University