

นิพนธ์ต้นฉบับ

Original Article

การพัฒนารูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ
เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย
ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน

DEVELOPMENT OF MODEL OF SKILLS TRAINING ACTIVITY TO
ENHANCE HEALTH LITERACY ABOUT HIV AND STIs TO PROMOTE
THE USE OF CONDOM AMONG ADOLESCENTS AND YOUTHS

สิริพร ภัยโยทัย

Siriporn Piyayothai,

นุชนารถ แก้วดำเกิง

Nutchanart Kaedumkoeng,

จุฑามาศ มากบุญชร

Juthamat Makkunchorn,

ศิริกุล ชัยเจริญ

Sirikoon Chaijareen,

เบญจมาศ ใจงาม

Benjamard Jaingam,

เกศินี เขียนวารี

Kesinee Khainwaree

กองโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

Division of AIDS and STIs

Received: 16/04/2021

Revised: 27/05/2021

Accepted: 21/06/2021

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงวิจัยและพัฒนา โดยใช้วิธีการ 4 ขั้นตอน คือ 1. การศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ 2. การสร้างรูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพเรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน 3. จัดกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน และ 4. การประเมินผลและปรับปรุงรูปแบบกิจกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 19 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ paired sample's t-test

ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ประกอบด้วยกิจกรรมฝึกทักษะ 5 กิจกรรม ได้แก่ ทักษะการเข้าถึง ทักษะการสร้างความเข้าใจ ทักษะการไต่ถาม ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการนำไปใช้โดยใช้กลวิธีต่าง ๆ คือ เทคนิคการใช้ภาพ ใช้เครื่องมือตรวจสอบและบันทึกคะแนน เทคนิคการสอนกลับ การแสดงเพื่อให้ตรวจสอบ การสร้างบรรยากาศให้เกิดความกล้าที่จะถาม การตรวจสอบตามรายการ และการใช้คำถามสำคัญ 3 ข้อ โดยหลังเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพิ่มขึ้นจาก 132.63 คะแนน เป็น 155.58 คะแนน และมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ผลการศึกษา แสดงให้เห็นว่ารูปแบบกิจกรรมนี้ สามารถพัฒนาทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

Abstract

This study is a research and development study. Using a 4 step method 1. The study of basic data for the development of health literacy 2. Develop the skill training activity model for enhancing health literacy HIV&STIs to promote the use of condoms among adolescents and youths 3. Experiment the skills training activities to enhance health literacy. HIV&STIs to promote the use of condoms among adolescents and youth; and 4. Evaluation and improvement of activity patterns. The sample consisted of 19 high school students. Data were collected by questionnaires before and after participating in the activity. Data analysis with statistics Distribution of frequency, percentage, mean, standard deviation, and paired sample's t-test.

The results of the study showed that activities for skills training to enhance health literacy HIV&STIs to promote the use of condoms among adolescents and youths it consists of 5 skill training activities. Including accessibility skills, Understanding skills, Questioning skills, Decision making skills, and applying skills by using various strategies which are Fotonovela Technique Checklist & Scorecards Teach-back Technique Show-me Shame - free Chunk & Check Methods and Ask me 3. After participating in the activity to develop skills to enhance health literacy HIV&STIs to promote the use of condoms among adolescents and youths. The target group has an average score on health literacy HIV&STIs increased from 132.63 points to 155.58 points and was statistically significant ($p < 0.05$). The results of the study show that this activity pattern able to develop skills to enhance health literacy HIV&STIs to promote the use of condoms among adolescents and youths effectively.

คำสำคัญ

ความรู้ด้านสุขภาพ

เอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ อู้งายอนามัย

Keywords

Health Literacy,

HIV&STIs, Condom

บทนำ

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเอชไอวี ยังคงเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญ ที่ส่งผลกระทบต่อสังคม และเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ จากรายงานของโครงการเอดส์แห่งสหประชาชาติ ปี พ.ศ. 2563 พบว่ามีผู้ติดเชื้อเอชไอวี ทั่วโลก 38 ล้านคน เป็นผู้ติดเชื้อเอชไอวีรายใหม่ทั้งสิ้น 1.7 ล้านคน และมีผู้เสียชีวิตจากเอดส์ 690,000 คน⁽¹⁾ สำหรับประเทศไทย จากการคาดประมาณด้วย Spectrum-AEM 2019 พบว่าในปี พ.ศ. 2563 คาดว่า มีผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ยังมีชีวิตอยู่ประมาณ 462,376 คน เป็นผู้ติดเชื้อเอชไอวีรายใหม่ประมาณ 4,855 ราย และมีผู้เสียชีวิตจากเอดส์ 11,882 ราย⁽²⁾ ถึงแม้ว่าจำนวนคาดการณ์การติดเชื้อ

เอชไอวีโดยรวมนั้นมีจำนวนลดลงกว่าปีที่ผ่านมา แต่กลับพบอัตราการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพิ่มสูงขึ้น โดยพบว่ามีผู้ป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 5 โรคหลัก (ซิฟิลิส หนองใน หนองในเทียม แผลริมอ่อน และ ฝีมะม่วง/กามโรคต่อมน้ำเหลือง) เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2558 - 2562) โดยมีอัตราป่วยจาก 23.0 ต่อประชากรแสนคน ในปี พ.ศ. 2558 เพิ่มขึ้นเป็น 33.8 ต่อประชากรแสนคน ในปี พ.ศ. 2562 โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชน อายุ 15-24 ปี พบผู้ป่วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สูงสุดคือ 124.4 ต่อประชากรแสนคน⁽²⁾ สาเหตุหลักของการติดเชื้อเอชไอวีมาจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย โดยพบว่า ร้อยละ 90 ติดเชื้อเอชไอวีจากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย⁽³⁾

โดยข้อมูลจากรายงานผลการเฝ้าระวังพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการติดเชื้อเอชไอวี ในกลุ่มนักเรียน ประเทศไทย พบว่านักเรียนอาชีวศึกษาชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพปีที่ 2 ทั้งชายและหญิงเคยมีประสบการณ์ทางเพศแล้วถึงร้อยละ 40 ที่อายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเพียง 15 ปี และไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกถึงร้อยละ 30⁽⁴⁾ แสดงให้เห็นว่า วัยรุ่นและเยาวชนมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กล่าวคือ เริ่มมีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุน้อย และขาดการป้องกันอย่างถูกวิธี พฤติกรรมดังกล่าว มีสาเหตุจากหลายปัจจัย ที่สำคัญคือ การเข้าถึงข้อมูลข่าวสารความรู้ ความเข้าใจที่ไม่ถูกต้องในเรื่องการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รวมถึงยังขาดทักษะทางการรับรู้และทักษะทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนดแรงจูงใจและความสามารถของบุคคลในการที่จะเข้าถึง เข้าใจ และใช้ข้อมูลในวิธีการต่างๆ เพื่อส่งเสริมให้มีสุขภาพดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องความรู้ด้านสุขภาพที่ระบุว่า บุคคลที่มีความรู้ทางสุขภาพต่ำจะมีความลำบากในการทำความเข้าใจ จัดจำข้อมูลทางสุขภาพ รวมถึงการปฏิบัติตามคำแนะนำของทีมสุขภาพ⁽⁵⁻⁶⁾ และสอดคล้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ด้านสุขภาพ พฤติกรรมทางเพศ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ของนักเรียน พบว่าการเกิดโรค Herpes simplex virus type 2 มีความสัมพันธ์กับความรู้ด้านสุขภาพระดับต่ำ การใช้ถุงยางอนามัยในระดับต่ำ และนักเรียนที่มีความรู้ด้านสุขภาพระดับสูง มีแนวโน้มการมีพฤติกรรมเสี่ยงต่ำ และมีความชุกของการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ต่ำ⁽⁷⁾ จากความสำคัญนี้ การส่งเสริมพฤติกรรมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ควรมุ่งเน้นที่การสร้างความรู้ด้านสุขภาพ โดยมีรูปแบบกิจกรรมที่สามารถพัฒนาทักษะที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน
2. เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน
3. เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน

ขอบเขตและวิธีการศึกษา

ดำเนินการศึกษาในพื้นที่ อำเภอนาดี จังหวัดปราจีนบุรี โดยศึกษาข้อมูลเบื้องต้น จากผลการดำเนินงานยกระดับความรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันควบคุมโรคในพื้นที่ดังกล่าว ของสำนักสื่อสารความเสี่ยงและพัฒนาสุขภาพ กรมควบคุมโรค⁽⁸⁾ มาประยุกต์ใช้ในการออกแบบและพัฒนารูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะที่เกี่ยวข้อง โดยใช้รูปแบบการศึกษาเชิงวิจัยและพัฒนา (Research and Development: R&D) เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative data) และข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative data) รายละเอียดดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การวิจัย (Research: R1)
เป็นการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนารายละเอียดดังนี้

ประชากรที่ศึกษา

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ คือ วัยรุ่นและเยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปี ที่อาศัยอยู่ในชุมชนพื้นที่นำร่องยกระดับความรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันโรคอำเภอนาดี จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 12 คน ที่ได้จากพื้นที่

ที่มีการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster or Area Sampling) และใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนด (Purposive sampling)

ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) และชุมชนที่ศึกษา

1. ผู้ให้ข้อมูลหลัก เลือกแบบเจาะจงจำนวน 12 คน ที่เป็นนักเรียนแกนนำจาก 6 ตำบล ในอำเภอนาดี

2. ชุมชนที่ศึกษา เป็นชุมชนพื้นที่นาร่องยกระดับความรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันโรคอำเภอนาดี จังหวัดปราจีนบุรี ปี พ.ศ. 2561 โดยเลือกแบบกลุ่ม (Cluster or Area Sampling) จำนวน 6 ชุมชน คือ ตำบลนาดี ตำบลลำพันตา ตำบลสะพานหิน ตำบลทุ่งโพธิ์ ตำบลแก่งดินสอ ตำบลบุพราหมณ์

วิธีดำเนินการ

1. ศึกษาเอกสาร งานวิจัย หลักการและวิธีการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ

2. ศึกษาข้อมูลการดำเนินงานการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ แบบสอบถาม แนวทางการสนทนากลุ่ม แนวทางสัมภาษณ์เชิงลึก และเครื่องบันทึกเสียง

วิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis)

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนา (Development: D1) เป็นการออกแบบและพัฒนา (Design and Development)

1. สร้างรูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ที่ได้จากการศึกษาเอกสาร งานวิจัย ทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง หลักการสำคัญของการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ รวมถึงศึกษาข้อมูลจากชุมชนในพื้นที่นาร่องยกระดับความรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันโรค จนได้ข้อค้นพบที่เป็นประโยชน์มาใช้เป็นแนวทางในการสร้างรูปแบบ

2. ตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ

เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ที่พัฒนาขึ้น โดยผ่านความเห็นชอบจากผู้เชี่ยวชาญที่เป็นที่ปรึกษา และคณะทำงานพัฒนาชุดความรู้เพื่อการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพด้านเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (Health Literacy of HIV/STIs) กรมควบคุมโรค

ขั้นตอนที่ 3 การวิจัย (Research: R2) นำรูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ไปทดลองใช้ (Implementation)

ประชากรและตัวอย่าง (Population and Samples)

ประชากร คือ วัยรุ่นและเยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปี ที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นและเยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปี และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สถานศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 19 คน เลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนด (Purposive sampling)

วิธีดำเนินการ

1. เตรียมทีมวิทยากร โดยมีวิทยากรหลักและผู้ช่วยวิทยากรประจำกลุ่มในแต่ละกิจกรรมพัฒนาทักษะ

2. ประสานและจัดเตรียม กลุ่มเป้าหมายวัยรุ่นและเยาวชน และผู้เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้บริหารสถานศึกษา และครู โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม ประโยชน์ที่จะได้รับการเข้าร่วมกิจกรรม และประเด็นความเสี่ยงหรือความไม่สบายใจที่อาจเกิดขึ้นและการป้องกันความเสี่ยงใน 2 เรื่อง คือ

2.1 ความเข้าใจคลาดเคลื่อนเกี่ยวกับการส่งเสริมเรื่องเพศ โดยชี้แจงว่าการจัดกิจกรรมฝึกทักษะ มุ่งเน้นในเรื่องการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เมื่อมีเพศสัมพันธ์โดยใช้ถุงยางอนามัย ซึ่งกลุ่มเป้าหมายจะได้ฝึกทักษะต่างๆ เพื่อให้เกิดการเข้าถึงข้อมูลเรื่องถุงยางอนามัยที่ถูกต้อง

เข้าใจขั้นตอนการใช้อย่างถูกต้อง ฝึกการไต่ถามเพื่อให้ได้คำตอบที่ตรงประเด็นตามความต้องการ ตัดสินใจเลือกทางที่เหมาะสมในการป้องกัน และนำวิธีการไปประยุกต์ใช้กับตนเองได้ในอนาคต รวมถึงนำไปประยุกต์ใช้ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพด้านอื่นได้อีกด้วย

2.2 การเก็บรักษาความลับของกลุ่มเป้าหมาย โดยไม่มีการระบุและเปิดเผยชื่อของกลุ่มเป้าหมาย และเป็นการตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง รวมถึงการวิเคราะห์และการนำเสนอข้อมูล จะเปิดเผยข้อมูลที่เป็นข้อมูลทางวิชาการเท่านั้น

มีการขอความยินยอมจากกลุ่มเป้าหมายในการเข้าร่วมเป็นอาสาสมัครในการศึกษาครั้งนี้ และกลุ่มเป้าหมายสามารถถอนความยินยอมจากการเข้าร่วมศึกษาได้ทุกเมื่อ โดยไม่ต้องอธิบายเหตุผล

3. จัดเตรียมสื่อและอุปกรณ์ สำหรับการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะ 5 กิจกรรม ดังนี้ 1) ทักษะการเข้าถึง ได้แก่ สื่อออฟไลน์ สื่อออนไลน์ สื่อบุคลากร กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี แบบบันทึกการค้นหากลั่นกรอง และตรวจสอบข้อมูล แบบรายการและเกณฑ์การให้คะแนนเพื่อกลั่นกรองและตรวจสอบข้อมูล 2) ทักษะการสร้างความรู้เข้าใจ ได้แก่ ถุงยางอนามัย อวัยวะเพศชายจำลอง แก้วน้ำ หมึกสี สารหล่อลื่นชนิดที่มีน้ำเป็นส่วนประกอบ วาสลีนหรือเบบี้ออยล์ กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี 3) ทักษะการไต่ถาม ได้แก่ ใบงานการเตรียมคำถาม และการเลือกใช้คำถาม ใบงานการวิเคราะห์และประเมินการใช้คำถาม 4) ทักษะการตัดสินใจ ได้แก่ กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี และตัวอย่างแผนผังแขนงกิ่งไม้ (Tree diagram) หรือ แผนผังก้างปลา (Fishbone diagram) 5) ทักษะการนำไปใช้ ได้แก่ บัตรเตือนการนำไปใช้ (Remind card) แกนนำบุคคลต้นแบบ หรือคลิปวิดีโอบุคคลต้นแบบ ใบกิจกรรมตารางสรุปประเด็นการเตือนตนเองและการจัดการตนเอง

4. จัดกิจกรรมฝึกทักษะ การสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน โดยมีกิจกรรมฝึกทักษะ 5 กิจกรรม คือ

1) ทักษะการ เข้าถึง 2) ทักษะการสร้างความรู้เข้าใจ 3) ทักษะการไต่ถาม 4) ทักษะการตัดสินใจ และ 5) ทักษะการนำไปใช้

5. ประเมินผล ความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ก่อน-หลัง จัดกิจกรรม

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ รูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย และแบบสอบถาม ซึ่งผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้วยการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยนำแบบสอบถามให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงของเนื้อหาตามหลักวิชาการ และนำมาปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ และตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try-out) ผลการวิเคราะห์ค่าความเที่ยงเท่ากับ .94

วิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ paired sample's t-test

ขั้นตอนที่ 4 การพัฒนา (Development: D2) เป็นการประเมินผลและปรับปรุง (Evaluation)

วิธีดำเนินการ

1. After Action Review: AAR เป็นการทบทวนหลังจัดกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย

2. ปรับปรุงรูปแบบกิจกรรมในประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทบทวนหลังจัดกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบบันทึกกิจกรรมตามทักษะที่ได้เรียนรู้ มีการ

ประเมินกิจกรรมฝึกทักษะ และนำผลการประเมินมาใช้
พัฒนารูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะ ประกอบด้วย ข้อดีและ
ข้อเสนอแนะในการปรับปรุง

วิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis)

ผลการศึกษา

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูล
พื้นฐานเพื่อการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการ
สร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและ
โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย
ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ศึกษาเอกสาร งานวิจัย และหลักการ
เรื่องการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ พบว่า
ความรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) หมายถึง
ทักษะต่างๆ ทางกาารรับรู้และทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนด
แรงจูงใจและความสามารถของบุคคลในการที่จะเข้าถึง
เข้าใจ และใช้ข้อมูลในวิธีการต่างๆ เพื่อส่งเสริมและ
ดูแลสุขภาพของตนเองให้ดียิ่งขึ้น⁽⁹⁾ ความรู้
ด้านสุขภาพจึงไม่ใช่ความรู้ แต่คือทักษะทางปัญญาและ
มีการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยการสร้างเสริมความรู้
ด้านสุขภาพ คือ การพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการ
มีพฤติกรรมสุขภาพเป้าหมาย ประกอบด้วย 1) ทักษะ
การเข้าถึง คือสามารถค้นหา กลั่นกรอง และตรวจสอบข้อมูล
ข่าวสารความรู้ให้ตรงกับความต้องการและบอกได้ว่า
ข้อมูลสุขภาพมีความน่าเชื่อถือมากน้อยเพียงใด 2) ทักษะ
การสร้างใจความเข้าใจ โดยสามารถจดจำ และทำความเข้าใจ
ข้อมูลสุขภาพได้ 3) ทักษะการติดตาม หมายถึง ความสามารถ
ในการสื่อสารเจรจาและมีทักษะในการใช้คำถามเพื่อให้
ได้รับข้อมูลสุขภาพที่ถูกต้องและครบถ้วน 4) ทักษะการ
ตัดสินใจ เป็นความสามารถและทักษะในการคิด วิเคราะห์
พิจารณาทางเลือก กำหนดทางเลือก และตัดสินใจ
ต่อข้อมูลที่ได้รับหรือประเด็นที่ต้องตัดสินใจ 5) ทักษะ
การนำไปใช้ คือการนำข้อมูลสุขภาพไปใช้ในการปฏิบัติตัว
โดยมีวิธีเตือนตนเองและวิธีจัดการตนเองอย่างเหมาะสม⁽¹⁰⁾
และที่สำคัญจะต้องกำหนดกลวิธีการสร้างเสริมความ

รอบรู้ด้านสุขภาพระดับบุคคลให้เหมาะสมกับพฤติกรรม
สุขภาพเป้าหมาย ซึ่งกลวิธีการสร้างเสริมความรู้
ด้านสุขภาพ ได้แก่ เทคนิคการใช้ภาพ (Fotonovela
Technique) เทคนิคการสอนกลับ (Teach-back Tech-
nique) การแสดงเพื่อให้ตรวจสอบ (Show-me) วิธีการ
ตรวจสอบตามรายการ (Chunk & Check Methods)
เครื่องมือตรวจสอบและบันทึกคะแนน (Checklists &
scorecards) การใช้คำถามสำคัญ 3 ข้อ (Ask me 3) และ
การสร้างบรรยากาศให้เกิดความกล้าที่จะถาม (Shame-
free)⁽¹¹⁾

ส่วนที่ 2 ศึกษาข้อมูลการดำเนินงานการสร้าง
เสริมความรู้ด้านสุขภาพ กลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน
ในชุมชนพื้นที่นำร่องยกระดับความรู้ด้านสุขภาพ
ในการป้องกันโรค

ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน การปฏิบัติตัว และปัจจัย
ด้านต่าง ๆ ที่มีผลต่อความรู้ด้านสุขภาพ ในเรื่องการ
ใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี ครอบคลุม 5 ประเด็น ได้แก่

1) การเข้าถึงข้อมูล โดยในพื้นที่ที่มีการ
ประชาสัมพันธ์ให้ข้อมูลเรื่องการป้องกันการติดเชื้อ
เอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หลายรูปแบบ
ทั้งสื่อบุคคลผ่านเพื่อนแกนนำ คุณครู ผู้นำชุมชน หรือ
สื่ออื่นๆ ซึ่งกลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่มีการเข้าถึงข้อมูลจาก
สมาร์ตโฟนมากกว่าที่จะมาสอบถามจากแกนนำหรือ
คุณครู เนื่องจากเข้าถึงได้สะดวกและรวดเร็ว แต่จะนำ
ข้อมูลมาพูดคุยกับเพื่อน หรือบางประเด็นที่อยากทราบ
ข้อมูลที่ถูกต้องจะนำข้อมูลมาตรวจสอบกับคุณครู
โดยเชื่อถือข้อมูลที่ได้รับจากคุณครูมากกว่าเพื่อน

2) การสร้างความเข้าใจ พบว่า การฝึกปฏิบัติ
จากการจำลองสถานการณ์ ทำให้เกิดการจดจำมากกว่า
การบรรยาย อีกทั้งการใช้คำถามมีผลต่อการจดจำและ
ทำให้เข้าใจในเรื่องการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี
มากยิ่งขึ้น คือ เลือก เก็บ ใช้ ทั้ง 4 เคล็ดลับ ในการใช้
ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี ปลอดภัยหายห่วง

3) การติดตาม พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีส่วนสำคัญ
ที่จะช่วยให้กลุ่มเป้าหมายกล้าที่จะถาม เนื่องจากประเด็น
เรื่องถุงยางอนามัย เป็นประเด็นที่ละเอียดอ่อน ผู้ให้ข้อมูล

หรือวิทยากรอาจต้องใช้วิธีการกระตุ้นด้วยการยกตัวอย่างคำถาม จะทำให้กลุ่มเป้าหมายเกิดทักษะที่จะใช้คำถามเพื่อส่งเสริมสุขภาพตนเองได้

4) การตัดสินใจเลือกที่จะปฏิบัติตัว ส่วนใหญ่จะเป็นการตัดสินใจโดยการอิงกลุ่มเพื่อนเป็นหลัก ถึงแม้ว่าจะมีการตัดสินใจของตนเองโดยผ่านการวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของทางเลือกที่ตนเองเลือกมาก่อนหน้าแล้วก็ตาม

5) การนำไปใช้ พบว่า มีบุคคลต้นแบบเป็นแรงจูงใจในการปฏิบัติตัว และผู้ที่สามารถปฏิบัติได้ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ จะมีแผนการจัดการตนเองล่วงหน้า

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนาแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธีทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ได้ออกแบบกิจกรรมดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 รูปแบบการจัดกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน

ทักษะและวัตถุประสงค์	ขอบเขตเนื้อหา	กิจกรรมระดับบุคคล	กลวิธี	สื่อพัฒนาทักษะ
การเข้าถึง 1. เพื่อพัฒนาความสามารถและทักษะในการค้นหา กลั่นกรอง และตรวจสอบข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี (วิธีการเลือกและวิธีการใช้) โดยแบ่ง 3 กลุ่ม (3 ฐานแหล่งข้อมูล ได้แก่ 1. สื่อต่าง ๆ ทั้งออนไลน์ และออฟไลน์ 2. เพื่อน 3. ครู) 1. ค้นหาข้อมูลจากช่องทางต่าง ๆ 2. กลั่นกรองและตรวจสอบข้อมูลในประเด็น มีแหล่งที่มาชัดเจน ค้นหาได้ตรงตามความต้องการ เป็นปัจจุบัน/ทันสมัย มีความถูกต้องสอดคล้องกับแหล่งที่มีความน่าเชื่อถือ และมีความสมเหตุสมผล	1. แหล่งข้อมูลและข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกต้อง (การเลือกและการใช้) 2. วิธีการค้นหาวิธีการกลั่นกรองและวิธีการตรวจสอบข้อมูล 3. ช่องทางการติดต่อสอบถามเพิ่มเติมที่น่าเชื่อถือ	ระยะเวลา: 1.30 ชั่วโมง ฝึกการค้นหา กลั่นกรอง และตรวจสอบข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี (วิธีการเลือกและวิธีการใช้) โดยแบ่ง 3 กลุ่ม (3 ฐานแหล่งข้อมูล ได้แก่ 1. สื่อต่าง ๆ ทั้งออนไลน์ และออฟไลน์ 2. เพื่อน 3. ครู) 1. ค้นหาข้อมูลจากช่องทางต่าง ๆ 2. กลั่นกรองและตรวจสอบข้อมูลในประเด็น มีแหล่งที่มาชัดเจน ค้นหาได้ตรงตามความต้องการ เป็นปัจจุบัน/ทันสมัย มีความถูกต้องสอดคล้องกับแหล่งที่มีความน่าเชื่อถือ และมีความสมเหตุสมผล	1. เครื่องมือตรวจสอบและบันทึกคะแนน (Checklist & Scorecards) 2. เทคนิคการใช้ภาพ (Fotonovela Technique)	1. สื่อออนไลน์และระบบอินเทอร์เน็ต เพชบุ๊ก: Safe Sex Story เว็บไซต์กรมควบคุมโรค 2. สื่อออฟไลน์ เช่น อินโฟกราฟิก, คลิปวิดีโอ, โปสเตอร์, หนังสือ, แผ่นพับ คู่มือ 3. ใบงาน
การสร้างความรู้เข้าใจ 2. เพื่อพัฒนาความสามารถและทักษะในการจดจำ วิเคราะห์ และเปรียบเทียบการเลือกและวิธีการใช้ถุงยางอนามัย	1. การเลือกถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี 2. การใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี	ระยะเวลา: 1.30 ชั่วโมง บรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติ เรื่อง การใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี (วิธีการเลือกและวิธีการใช้) เน้นแบบไหนถูก แบบไหนผิด โดยมีกิจกรรม - 4 อย่างต้องรู้ เมื่อเลือกถุงยางอนามัย - ขั้นตอนการใช้ถุงยางอนามัย อย่างถูกวิธี	1. เทคนิคการใช้ภาพ (Fotonovela Technique) 2. เทคนิคการสอนกลับ (Teach-back technique) หรือ 3. การแสดงเพื่อให้ตรวจสอบ (Show-me)	1. ชุดสาธิตการใช้ถุงยางอนามัย 2. คลิปวิดีโอ 3. แผ่นพับและโปสเตอร์ 4. ใบความรู้ 5. ใบกิจกรรม

ตารางที่ 1 รูปแบบการจัดกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน (ต่อ)

ทักษะและ วัตถุประสงค์	ขอบเขตเนื้อหา	กิจกรรมระดับบุคคล	กลวิธี	สื่อพัฒนาทักษะ
การไต่ถาม 3. เพื่อพัฒนา ความสามารถใน การวางแผน จัดเตรียม วิธีการใช้คำถาม และประเมิน คำถามเกี่ยวกับการ เลือกและการใช้ ถุงยางอนามัย	กระบวนการใช้คำถาม 4 ขั้นตอน ประกอบด้วย 1. การวางแผนการใช้ คำถาม 2. การจัดเตรียมคำถาม 3. การเลือกใช้คำถาม 4. การประเมินการใช้ คำถามเกี่ยวกับการเลือก และการใช้ถุงยางอนามัย	ระยะเวลา: 1.30 ชั่วโมง ทบทวน บรรยาย และจับคู่ฝึก 1. สอบถามการใช้คำถามในชีวิตประจำวัน และชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการใช้ คำถาม 2. เตรียมคำถาม โดยทบทวน การตั้ง คำถาม และบรรยายการตั้งคำถามที่ดี 3. จับคู่ฝึกการตั้งคำถามการใช้คำถามตาม สถานการณ์สมมติ 4. ประเมินการใช้คำถาม และการตั้ง คำถามที่ดี	1. สร้าง บรรยากาศให้ เกิดความกล้าที่จะถาม (Shame - free) 2. การใช้คำถาม สำคัญ 3 ข้อ (Ask me 3)	1. สถานการณ์ของการ ใช้คำถาม 2. ใบงาน
การตัดสินใจ 4. เพื่อพัฒนา ความสามารถใน การระบุปัญหา กำหนดทางเลือก ประเมินทางเลือก และแสดงจุดยืน การตัดสินใจ ในสถานการณ์ที่มี การเลือกและใช้ ถุงยางอนามัย	การระบุปัญหา กำหนดทางเลือก ประเมินทางเลือก และแสดงจุดยืนในการ ตัดสินใจในสถานการณ์ ที่มีการเลือกและใช้ ถุงยางอนามัยไม่ถูกวิธี (ปฏิเสธ/เจรจาต่อรอง/ มีทางเลือกที่เหมาะสม อย่างไร)	ระยะเวลา: 1 ชั่วโมง ฝึกทักษะการตัดสินใจ 4 ขั้นตอน 1. ฝึกระบุปัญหาที่ต้องตัดสินใจ ในกรณี ที่อยู่ในสถานการณ์ที่ต้องเลือกและใช้ ถุงยางอนามัย 2. ฝึกกำหนดทางเลือกในประเด็นปัญหาที่ ต้องตัดสินใจ โดยกำหนด ทางเลือกให้ได้ มากที่สุดจากกิจกรรมกลุ่ม 3. ฝึกประเมินทางเลือก โดยการอภิปราย ทางเลือกที่คิดว่าดีที่สุด 2 ทางเลือก วิเคราะห์ข้อดีและข้อเสีย 4. ฝึกแสดงจุดยืนในการตัดสินใจปฏิเสธ/ เจรจาต่อรอง/หาทางเลือก ที่เหมาะสม ในการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูก วิธี (การเลือกและการใช้)	1. การตรวจสอบ ตามรายการ (Chunk & Check Methods) 2. การแสดงเพื่อ ให้ตรวจสอบ (Show - me)	1. สื่อแสดงตัวอย่าง สถานการณ์ต่างๆ ที่ ต้องการตัดสินใจ 2. แผนผังแขนงกิ่งไม้ (Tree diagram) หรือ แผนผังก้างปลา (Fishbone diagram)
การนำไปใช้ 5. เพื่อพัฒนา ความสามารถใน การกำหนดวิธี เตือนตนเองและวิธี จัดการตนเอง เกี่ยวกับการการ เลือก และใช้ถุงยาง อนามัยอย่างถูกวิธี	1.วิธีการเตือนตนเอง 2.วิธีการจัดการตนเอง	ระยะเวลา: 1 ชั่วโมง 1. วิพากษ์ทบทวนทักษะการเข้าถึง เข้าใจ ไต่ถาม ตัดสินใจ และชี้ให้เห็นถึงความสำคัญ ของการนำไปใช้ในการปฏิบัติตัวและเชิญ แกนนำบุคคลต้นแบบมาแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ เทคนิคในการเตือนตนเอง และจัดการตนเองในเรื่อง การเลือกและใช้ ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธีทุกครั้ง	1. การแสดงเพื่อ ให้ตรวจสอบ (Show - me)	1. สื่อบุคคล/แกนนำ บุคคลต้นแบบ 2. บัตรเตือนการนำไป ใช้ (Remind card) 3. ใบกิจกรรม

ตารางที่ 1 รูปแบบการจัดกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน (ต่อ)

ทักษะและ วัตถุประสงค์	ขอบเขตเนื้อหา	กิจกรรมระดับบุคคล	กลวิธี	สื่อพัฒนาทักษะ
		2. ฝึกทักษะการเตือนตนเอง โดยเขียนวิธีการเตือนตนเองลงในบัตรเตือน การนำไปใช้ แลกเปลี่ยนประสบการณ์และ ออกแบบนวัตกรรม/วิธีการเตือนตนเอง 3. ฝึกการจัดการตนเอง โดยระบุการให้ รางวัล/ลงโทษ ตนเองกรณีที่สามารถ และ ไม่สามารถปฏิบัติตามการตัดสินใจได้ 4. สรุปผลการเรียนรู้		

ขั้นตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้รูปแบบกิจกรรม พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีระดับคะแนนความรู้ด้าน ฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่อง สุขภาพเรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการ เพิ่มขึ้น ดังตารางที่ 2 ใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มเป้าหมาย จำแนกตามระดับความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ความรู้ด้านเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี	กลุ่มเป้าหมาย (n=19)	
	ก่อนทดลอง จำนวน (ร้อยละ)	หลังทดลอง จำนวน (ร้อยละ)
ระดับสูง (136 – 160 คะแนน)	7 (36.84)	19 (100)
ระดับปานกลาง (112-135 คะแนน)	11 (57.89)	0 (0)
ระดับต่ำ (40 – 111 คะแนน)	1 (5.26)	0 (0)
ค่าเฉลี่ย	132.63	155.58
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	11.41	6.48
คะแนนต่ำสุด	106	142
คะแนนสูงสุด	150	160

เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ด้าน สุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี ก่อนและหลัง

การเข้าร่วมกิจกรรม พบว่า หลังการเข้าร่วมกิจกรรม มีคะแนนเฉลี่ยความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วม กิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ดังตาราง ที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ตัวแปร	$\bar{X}$	SD	t	df	p-value
ความรู้ด้านสุขภาพเรื่องเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์					
ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม	132.63	11.41	7.195	18	< 0.001
หลังการเข้าร่วมกิจกรรม	155.58	6.48			

ขั้นตอนที่ 4 ผลการประเมินและทบทวน
หลังจัดกิจกรรม พบว่า กลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่มีความ
พึงพอใจต่อรูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริม
ความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอชไอวีและโรคติดต่อ
ทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย
อย่างถูกวิธี โดยมีข้อเสนอแนะว่า ควรปรับเวลาในการเข้า
ฐานกิจกรรมฝึกทักษะการเข้าถึงเพิ่มมากขึ้น เพื่อให้เวลา
กลุ่มเป้าหมายได้ค้นหาข้อมูลอย่างครบถ้วน ครบคลุม
และให้ความสำคัญในการกลั่นกรองและตรวจสอบข้อมูล
โดยเน้นเรื่องของความทันสมัยของข้อมูล ร่วมกับการ
เปรียบเทียบกับแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้ และช่วงฝึก
ค้นหาข้อมูลควรแยกฐานแหล่งข้อมูลจากสื่อออนไลน์และ
ออฟไลน์ออกจากกันเป็นคนละฐาน และในขั้นตอน
การฝึกใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี ในกิจกรรมฝึกทักษะ
การสร้างความรู้ความเข้าใจ โดยใช้วิธีเจาะประเด็นในการ
จับคู่ฝึกปฏิบัติ ทำให้เกิดความเข้าใจมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะ
การใช้คำสำคัญ “ฉีกมุม บีบปลาย รูดสุด” เน้นย้ำ
ช่วงฝึกปฏิบัติ ทำให้กลุ่มเป้าหมายจดจำขั้นตอนการใส่
ถุงยางอนามัยได้อย่างถูกต้องมากขึ้น กิจกรรมฝึกทักษะ
การไต่ถาม ทำให้กลุ่มเป้าหมายเข้าใจกระบวนการเพิ่ม
ทักษะในการไต่ถามมากขึ้น และสามารถที่จะจัดเตรียม
คำถามได้ตรงวัตถุประสงค์มากขึ้น รวมทั้งขั้นตอนการ
ประเมินคำถามเป็นสิ่งที่ทำให้กลุ่มเป้าหมายได้ทบทวนว่า
คำถามของตนเองนั้นเป็นคำถามที่ดีหรือไม่ และมี
ประโยชน์ต่อตนเองในการส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย
อย่างถูกวิธีได้อย่างไร นอกจากนั้นในกิจกรรมฝึกทักษะ
การตัดสินใจ ที่มีการระบุปัญหาโดยกลุ่มเป้าหมายเอง
ช่วยให้กลุ่มเป้าหมายประเมินทางเลือกได้ดียิ่งขึ้น และ
การฝึกแสดงจุดยืนในการตัดสินใจ ทำให้มีความมั่นใจ

มากยิ่งขึ้นที่จะปฏิบัติตามสิ่งที่ตัวเองได้ตัดสินใจ
มาแล้ว รวมถึงทำให้เห็นความสำคัญของการคิดก่อน
ตัดสินใจได้จริง สำหรับกิจกรรมฝึกทักษะการนำไปใช้
ในส่วนที่มีการฝึกการจัดการตนเอง ควรเพิ่มการระบุวิธี
การจัดการและวางแผนเพื่อนำไปสู่วิธีเตือนตนเองได้
สำเร็จ และปรับการกำหนดบทลงโทษตนเอง เป็นการ
ระบุว่าจะทำไม่ได้แล้วจะอย่างไรต่อไป เพื่อเพิ่ม
แรงจูงใจและมีทางเลือกให้กลุ่มเป้าหมายได้ทำพฤติกรรม
เป้าหมายได้สำเร็จมากยิ่งขึ้น

วิจารณ์และสรุป

กิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้
ด้านสุขภาพ เรื่อง เอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ทำให้กลุ่มเป้าหมายมี
ความรู้ด้านสุขภาพ เรื่อง เอชไอวีและโรคติดต่อ
ทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยอย่าง
ถูกวิธี เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) โดย
มีคะแนนเฉลี่ยความรู้เพิ่มขึ้นจาก 132.63 คะแนน
เป็น 155.58 คะแนน ซึ่งเป็นผลมาจากรูปแบบกิจกรรม
ฝึกทักษะที่พัฒนาขึ้น 5 กิจกรรม ได้แก่ 1) กิจกรรม
ฝึกทักษะการเข้าถึง เพื่อพัฒนาความสามารถและทักษะ
ในการค้นหา กลั่นกรอง และตรวจสอบข้อมูลเกี่ยวกับการ
ใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธีทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์
2) กิจกรรมฝึกทักษะการสร้างความรู้ความเข้าใจ เพื่อพัฒนา
ความสามารถและทักษะในการจดจำ วิเคราะห์ และ
เปรียบเทียบการเลือกและวิธีการใช้ถุงยางอนามัย
3) กิจกรรมฝึกทักษะการไต่ถาม เพื่อพัฒนาความ
สามารถในการวางแผน จัดเตรียมคำถาม วิธีการใช้คำถาม
และประเมินคำถามเกี่ยวกับการเลือกและการใช้

ถุงยางอนามัย 4) กิจกรรมฝึกทักษะการตัดสินใจ เพื่อพัฒนาความสามารถในการระบุปัญหา กำหนดทางเลือก ประเมินทางเลือก และแสดงจุดยืนการตัดสินใจในสถานการณ์ที่มีการเลือกและใช้ถุงยางอนามัย และ 5) กิจกรรมฝึกทักษะการนำไปใช้ เพื่อพัฒนาความสามารถในการกำหนดวิธีเตือนตนเองและวิธีจัดการตนเองเกี่ยวกับการเลือก และใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ภรท สุฝน⁽¹²⁾ ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างเสริมความรู้ด้านเอดส์ เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการอยู่ร่วมกัน โดยไม่รังเกียจในกลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน โดยใช้กรอบแนวคิดการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ 5 องค์ประกอบ คือ เข้าถึง เข้าใจ ได้ถาม ตัดสินใจ และนำไปใช้ ผลการศึกษาพบว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ อสม. มีระดับความรู้โดยรวม ในระดับไม่พอเพียงมากที่สุด ร้อยละ 60 รองลงมา ระดับปานกลาง ร้อยละ 27.5 และระดับพอเพียง ร้อยละ 12.5 และหลังการอบรมตามโปรแกรม พบว่า อสม. ที่เข้าร่วมกิจกรรม มีระดับความรู้ดีขึ้น โดยอยู่ในระดับดี ร้อยละ 35.5 และระดับพอเพียง ร้อยละ 57.5 และสอดคล้องกับการศึกษาของ นุชนารถ แก้วดำเกิง และคณะ⁽¹³⁾ ที่ศึกษาการประเมินผลการเรียนรู้ตามกระบวนการ การสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ในกลุ่มชายมีเพศสัมพันธ์กับชายตามโมเดล Kirkpatrick ผลการศึกษาพบว่า การจัดการเรียนรู้ตามกระบวนการการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพเรื่องเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ที่ประกอบด้วย ทักษะการเข้าถึง ทักษะการสร้าง ความเข้าใจ ทักษะการได้ถาม ทักษะการตัดสินใจ ทักษะ การนำไปใช้ ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม ในทางที่ดีขึ้น โดยหลังการเรียนรู้ กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกัน เพิ่มสูงกว่าก่อนการเรียนรู้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ $p = 0.042$

ข้อเสนอแนะ

กลวิธีในการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เป็นเครื่องมือที่ช่วยให้รูปแบบกิจกรรม มีการฝึกทักษะที่เป็นรูปธรรมตามวัตถุประสงค์ และนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน รวมถึงสามารถนำไปประยุกต์ใช้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเป้าหมายด้านอื่นได้

รูปแบบกิจกรรมฝึกทักษะการสร้างเสริมความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัย อย่างถูกวิธีทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนนี้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับพฤติกรรมสุขภาพเป้าหมายอื่นๆ หรือตามบริบทของปัญหาในพื้นที่ได้

การพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ เรื่องเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จำเป็นต้องมีการพัฒนา และส่งเสริมอย่างต่อเนื่อง ทั้งด้านนโยบายและด้านทักษะส่วนบุคคล เพื่อให้บุคคลมีทักษะและสามารถประยุกต์ใช้แก้ปัญหาสุขภาพของตนเองได้ตามสิ่งที่มีการเปลี่ยนแปลง ทั้งด้านข้อมูลข่าวสาร เทคโนโลยีการป้องกันและรักษา ที่มีการพัฒนาอยู่ตลอดเวลา

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ รศ. ดร. ขวัญเมือง แก้วดำเกิง คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ที่ให้ความอนุเคราะห์เป็นที่ปรึกษาตลอดการศึกษา ขอขอบคุณชุมชนพื้นที่นำร่องยกระดับความรู้ด้านสุขภาพในการป้องกันโรค อำเภอนาดี จังหวัดปราจีนบุรี ผู้อำนวยการโรงเรียนศึกษานารีวิทยา ที่สนับสนุนการศึกษา และขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่เข้าร่วมกิจกรรม ตลอดจนมีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาในครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. UNAIDS. AIDS BY THE NUMBERS [Internet]. 2020 [cited 2020 Apr 1]. Available from: <https://www.unaids.org/en>

2. Division of AIDS&STIs. Estimated HIV infection, Thailand [Internet]. 2020 [cited 2020 Apr 1]. Available from <https://hivhub.ddc.moph.go.th> (in Thai)
3. National Committee on the Prevention and Solution of AIDS. Situations and actions to prevent and solve AIDS problems. National Strategy on Ending AIDS Problems 2017–2030. Bangkok: NC Concepts Company limited; 2017. p.3. (in Thai)
4. Bureau of Epidemiology. Results of behavioral surveillance associated with HIV infection. In the vocational education group, vocational certificate, year 2, Thailand, 2018. Report of behavioral surveillance associated with HIV infection Thailand student group, 2018. Bangkok: Aksorn Graphic and Design publishing limited partnership (TH); 2018. p.33–5. (in Thai)
5. Mc Carthy D, Waite K, Curtis L, Engel K, Baker D, Wolf D. What did the Doctor Say? Health Literacy and Recall of Medical Instructions Medicare. 2012; 50(4): 277–82.
6. Jordan J, Burchbinder R, Osborne R, Osborne R. Conceptualising health literacy from the patient perspective. Patient and Education Counseling. 2010; 79(1): 36–42.
7. Pariyanut Tangnorakul, Siriyupa Sananreangsak, Narumon Teerarungsikul. The Relationship between Sexual Health Literacy and Sexual Behavior among Middle School Female Students. Royal Thai Navy Medical Journal. 2019; 46(3): 607–20. (in Thai)
8. Bureau of Risk Communication and Health Behavior Development. Annual report, 2018. Bangkok: Aksorn Graphic and Design publishing limited partnership (TH); 2018. p.43–4. (in Thai)
9. World Health Organization. Health Promotion Glossary. Division of Health Promotion, Education and Communications, Health education and Health Promotion Unit, World Health Organization, Geneva: 1998. 1–10.
10. Kwanmuang Kaeodumkoeng. Health Literacy: functional interactive critical. 1st edition, Bangkok: Amarin Printing & Publishing Public., Ltd (TH); 2019. (in Thai)
11. Kwanmuang Kaeodumkoeng. Health Literacy: access understand and application. 2nd edition, Bangkok: Amarin Printing & Publishing Public., Ltd (TH); 2018. (in Thai)
12. Porakot Soofon. The result of HIV Literacy Program to promote behavior of living together without abhorrence among village health volunteers. Thai AIDS journal. 2020; 32(1): 1–4. (in Thai)
13. Nuchanart Kaeodumkoeng, Siriporn Piyayothai, Juthamat Makkunchorn, Sirikoon Chaijarern, Benjamard Jaingam, Kesinee Khainwaree. Evaluation of learning based on the process for enhancing health literacy on HIV and STIs (HIV and STIs Literacy) among men who have sex with men according to the Kirkpatrick model. Thai AIDS journal. 2020; 32(3): 114–31. (in Thai)