

การสอนเพศศึกษา
โดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน
สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

Sexuality education
via computer-aided instruction
For early secondary school students

นายแพทย์วัชระ เอี่ยมรัศมีกุล
Wachara Eamratsameekool,
M.D.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด

โครงการนี้ได้รับทุนอุดหนุนจากสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข
ความเห็นและข้อเสนอแนะที่ปรากฏในเอกสารนี้เป็นของผู้วิจัย
มิใช่ความเห็นของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข

มิถุนายน 2546

ISBN: 974-9593-09-X

ISBN: 974-9593-09-X

ลิขสิทธิ์ของ สวรส.

ผู้สนใจโปรดติดต่อ

นายแพทย์วัชร เอี่ยมรัศมีกุล

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด

อำเภอเมือง จังหวัดร้อยเอ็ด 45000

โทรศัพท์ 0-4351-1754

โทรสาร 0-4351-1087

Email: drti@hotmail.com

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์นายแพทย์สมพงษ์ ทัศนียม ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุขภาคตะวันออกเฉียงเหนือและเจ้าหน้าที่ทุกท่านของหน่วยระบาดวิทยาคลินิก คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่กรุณาสันับสนุนและให้กำลังใจมาโดยตลอด ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.มานพ คณะโต คณะแพทยศาสตร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภัทรธรรณ ไชยสุริยา รองศาสตราจารย์ ดร.บัณฑิต ถิ่นคำรพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาที่มีประโยชน์อย่างยิ่งต่อการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร. อานันท์ ภาควิชาเทคโนโลยีทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์เป็นที่ปรึกษาและให้คำแนะนำแก่โครงการวิจัยนี้

ขอขอบพระคุณศาสตราจารย์นายแพทย์นิกร คุศลิติน ผู้อำนวยการโครงการวิจัยแพศศึกษา
สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่กรุณาให้คำแนะนำและให้นักศึกษา
ปริญญาโทร่วมตรวจสอบแบบทดสอบที่ใช้ในการวิจัยนี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์นายแพทย์วีระพล จันทรดียิ่ง อดีตหัวหน้าภาควิชาสูติศาสตร์
นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่ได้กรุณาเอื้อเฟื้อพจนานุกรมภาพ
เรื่องเพศ

ขอขอบพระคุณอาจารย์จิตรา ทองเกิด ศูนย์พัฒนาหลักสูตร กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ
ที่ได้กรุณาช่วยตรวจสอบแบบทดสอบและให้คำปรึกษาการดำเนินงานวิจัยนี้

ขอขอบพระคุณอาจารย์บุญเลิศ อรุณพิบูลย์ ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ กระทรวงวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และสิ่งแวดล้อม ที่กรุณาให้คำแนะนำและช่วยดำเนินการในการพัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนของโครงการวิจัยนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณนายแพทย์จตุรงค์ ชีระกนก นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด ที่ได้อนุญาตให้ดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ ขอขอบคุณคุณหนูเดือน ธวัชวิเชียร นักวิชาการสาธารณสุข 7 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด ที่ได้ให้ความช่วยเหลือและประสานงานการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณอาจารย์วัชรินทร์ แส่นรุ่งเมือง อาจารย์ 3 ระดับ 8 โรงเรียนสตรีศึกษา ที่ได้ให้ความร่วมมือและข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยอย่างยิ่ง

ขอขอบพระคุณครูและนักเรียนจากโรงเรียนร้อยเอ็ดวิทยาลัย โรงเรียนสตรีศึกษา โรงเรียนชาติ
ชะวงษา และโรงเรียนพลาญชัยพิทยาคมที่ได้กรุณาให้ความร่วมมือในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นอย่าง
ดียิ่ง

นายแพทย์วัชระ เอี่ยมรัศมีกุล

มิถุนายน 2546

บทคัดย่อ

หลักการและเหตุผล การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่มีการป้องกันก่อให้เกิดอันตรายแก่วัยรุ่นทั้งในเรื่องการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การทำแท้งที่ไม่ปลอดภัยและปัญหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมถึงการติดเชื้อเอชไอวีหรือเอดส์ เพศศึกษาเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้เยาวชนสามารถป้องกันปัญหาเหล่านี้ได้และจะช่วยทำให้สุขภาพอนามัยด้านการเจริญพันธุ์ของเขาเหล่านั้นมีความสมบูรณ์คงอยู่ในอนาคต การพัฒนาและใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาอาจสามารถช่วยสนับสนุนการเรียนรู้และเพิ่มช่องทางการเรียนรู้ของเยาวชนเหล่านี้ได้

วิธีการ เนื้อหาของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนจัดแบ่งเป็น 6 หัวข้อสำคัญ ได้แก่ พัฒนาของมนุษย์ สัมพันธภาพ ทักษะส่วนบุคคล พฤติกรรมทางเพศ สุขอนามัยทางเพศ และสังคมและวัฒนธรรม มีการเพิ่มเติมเนื้อหาและรูปภาพประกอบเพื่อให้เหมาะสมกับสังคมและวัฒนธรรมไทย การจัดทำยึดหลักระเบียบวิธีการพัฒนาแบบเนื้อหาการสอนและแบ่งกลุ่มดังนี้ คือ แนะนำบทเรียน การถามและตอบสนอง การตัดสินใจการตอบสนอง ข้อมูลสะท้อนกลับ การเลือกบทใหม่ การจัดองค์ประกอบและลำดับของส่วนประกอบของบท และการควบคุมโดยผู้เรียนในบทเรียนนั้น การจัดทำบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ การวางแผน การออกแบบ และการพัฒนาบทเรียน บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนนี้ได้พัฒนาขึ้นร่วมกับนักวิชาการคอมพิวเตอร์ของศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ กระทรวงวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อม และได้นำไปศึกษาในห้องเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นแห่งหนึ่งในเขตเทศบาลเมืองร้อยเอ็ด โปรแกรมที่ใช้ในการสร้างบทเรียนคือ แมคโครมีเดีย ออเธอร์แวร์ รุ่น 5.2 และได้เขียนลงในแผ่นซีดีเมื่อดำเนินการพัฒนาเสร็จ

ผลการศึกษา บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนจำนวน 6 บทได้รับการพัฒนาขึ้นมา บทเรียนมีขนาดเนื้อที่ประมาณ 192 เมกกะไบต์ซึ่งสามารถเขียนลงในแผ่นซีดีแผ่นเดียวได้ เมื่อได้นำมาทดลองในห้องเรียนพบว่ามียุติสรคในช่วงแรกของการศึกษาเนื่องจากความไม่คุ้นเคยของนักเรียน ทำให้เกิดความล่าช้าในกลุ่มที่บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนในระยะแรก อย่างไรก็ตามเมื่อใช้บทเรียนไประยะหนึ่งแล้วปรากฏว่านักเรียนมีความคุ้นเคยและสามารถใช้บทเรียนได้เป็นอย่างดี บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนนี้มีทั้งหมด 6 บท แต่ละบทให้เวลาเรียนประมาณ 50 นาที การเรียนเพศศึกษาครั้งนี้ใช้เวลาทั้งสิ้น 8 คาบเรียน ในการซักถามนักเรียนที่ได้เรียนบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนนี้พบว่าร้อยละ 73.9 มีความพึงพอใจต่อบทเรียนช่วยสอนนี้

สรุปผล บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาอาจจะเป็นวิธีการหนึ่งที่สนับสนุนการเรียนรู้เรื่องเพศได้โดยการสนับสนุนและเพิ่มช่องทางการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนประการหนึ่งได้แก่ความพร้อมในการใช้คอมพิวเตอร์ของนักเรียน

Abstract

Background Unprotected sex increases adolescent risk of early and unwanted pregnancy and childbirth, unsafe abortion and sexually transmitted diseases such as infection with the human immunodeficiency virus (HIV). Sexuality education serves as one means of helping young people prevent these problems and improve their future reproductive health. Development and utilization of a computer-aided instruction (CAI) on sexuality education may facilitate learning and provide additional education channel to this group of people.

Methods Contents of the CAI were organized into six key concepts including human development, relationships, personal skills, sexual behavior, sexual health and society and culture. Information and illustrations were employed and tailored to fit for Thai society and culture. Tutorial methodology was used and arranged into the following categories: introduction of the tutorial, questions and responses, judgment of responses, feedback about responses, remediation, organization and sequence of program segments and learner control in tutorials. Three phases of planning, design, and development were assigned and followed. The CAI was created in collaboration with a NECTEC staff and had been tried out in an early secondary school classroom within Roi-Et municipality. Macromedia Authorware® 5.2 was used as authoring tool and the final material was written into a compact disc.

Results A six-chapter interactive multimedia tutorial was developed. It occupied about 192 megabytes on a compact disc. While trying out in the classroom, there was some initial perplexity in using the CAI by the students, which made the beginning of the study cumbersome. In the second half of the study, however, the students could easily use the CAI. Each chapter of the tutorial took about 50 minutes to complete. A total of 8 sessions were needed to finish the CAI. In a focus group discussion at the end of the study, the students exhibited their preference to the CAI.

Conclusions CAI seems to be one of potential methods for comprehensive sexuality education through facilitate learning and provide additional education channel. Problem underlay CAI usage is preparedness of student.

Key words: computer-aided instruction, multimedia for learning, secondary school, sexuality education, tutorials.

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	i
บทคัดย่อ	ii
Abstract	iii
บทที่ 1 บทนำ	1
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรม	4
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย วิธีการประมวลผล การวิเคราะห์ข้อมูล	11
บทที่ 4 ผลการศึกษา	17
หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป	17
หมวดที่ 2 ผลการทดสอบก่อนและหลังบทเรียน	18
หมวดที่ 3 ผลการทดสอบความพึงพอใจ	22
บทที่ 5 อภิปรายผล	23
บทที่ 6 บรรณานุกรม	32
บทที่ 7 ภาคผนวก	39
- ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ	39
- ภาคผนวก ข ผลการวิเคราะห์ทางสถิติและการวิเคราะห์แบบทดสอบ	39
- ภาคผนวก ค แบบทดสอบ	42
- ภาคผนวก ง เนื้อหาการสอนเพศศึกษา	50
เนื้อหาบทที่ 1 พัฒนาการของมนุษย์	56
เนื้อหาบทที่ 2 สัมพันธภาพ	74
เนื้อหาบทที่ 3 ทักษะส่วนบุคคล	89
เนื้อหาบทที่ 4 พฤติกรรมทางเพศ	106
เนื้อหาบทที่ 5 สุขอนามัยทางเพศ	121
เนื้อหาบทที่ 6 สังคมและวัฒนธรรม	154
ประวัตินักวิจัย	173

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 การวิเคราะห์จุดประสงค์เชิงพฤติกรรมและจำนวนข้อสอบ	12
ตารางที่ 3.2 ผลการพิจารณาแบบทดสอบของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน	12
ตารางที่ 4.1 ผลการศึกษา ข้อมูลทั่วไป	17
ตารางที่ 4.2 ผลการศึกษา Pretest และ Posttest, [Mean, (SD)]	18
ตารางที่ 4.3 ผลการศึกษา Pretest และ Posttest, [Mean, (SD)] (รวม Control)	20
ตารางที่ 4.4 ผลการทดสอบบทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอน	21
ตารางที่ 4.5 ผลการทดสอบบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน [Mean, (SD)]	21
ตารางที่ 4.6 ความพึงพอใจต่อการเรียนแบบใหม่	22

บทที่ 1

บทนำ

หลักการและเหตุผล

ปัญหาอนามัยวัยรุ่นกำลังทวีความสำคัญมากยิ่งขึ้นเนื่องจากประชากรโลกมากกว่าครึ่งมีอายุน้อยกว่า 25 ปี⁽¹⁾ และประเทศไทยเองก็มีประชากรวัยรุ่นอายุ 10-24 ปีอยู่ถึง 17 ล้านคนหรือคิดเป็นร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด ปัญหาที่เกิดขึ้นกับประชากรกลุ่มนี้ย่อมส่งผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพโดยรวมของประเทศอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้⁽¹⁻³⁾ สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปและสิ่งยั่วยุต่างๆ ที่เพิ่มมากขึ้นในปัจจุบันก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของวัยรุ่นและนำมาซึ่งปัญหาสุขภาพทั้งส่วนบุคคลและส่วนรวม ปัญหาสุขภาพที่มีสาเหตุมาจากการมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมมีหลายประการแต่ที่สำคัญและมีผลกระทบต่อวัยรุ่นรุนแรงคือการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกันซึ่งก่อให้เกิดปัญหาตามมาอีกหลายอย่างรวมถึงการติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ซึ่งเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญปัญหาหนึ่งของโลกรวมทั้งประเทศไทยด้วย สาเหตุพื้นฐานที่สำคัญสาเหตุหนึ่งของปัญหาเหล่านี้เกิดเนื่องจากความรู้ความเข้าใจด้านเพศศึกษาที่ไม่ถูกต้องและไม่เพียงพอ ทำให้เยาวชนขาดเจตคติและทักษะที่จำเป็นสำหรับป้องกันและรับผิดชอบต่อตัวเอง ชุมชนและสังคม ปัญหาของการเรียนการสอนเพศศึกษามีสาเหตุเนื่องมาจากปัญหาเกี่ยวกับกระบวนการเรียนการสอนในระบบของปัจจุบันที่ยังไม่สามารถตอบสนองความต้องการของวัยรุ่นได้ จากการศึกษาก่อนหน้านี้พบว่าครูอาจารย์เป็นแหล่งข่าวสารข้อมูลหรือแหล่งความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนเป็นอันดับต้นๆ แต่วัยรุ่นกลับต้องการให้แพทย์พยาบาลหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นผู้สอนเพศศึกษา เพราะน่าเชื่อถือและมีความเชี่ยวชาญมากกว่า ในทางปฏิบัติและสภาพความเป็นจริงแล้วแพทย์พยาบาลหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขไม่สามารถเข้าไปมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนการสอนได้เต็มที่นักเนื่องจากภารกิจที่รับผิดชอบในงานประจำที่มากอยู่แล้ว การสอนเพศศึกษาจึงไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควรเนื่องจากความคาดหวังและความเป็นจริงยังขัดแย้งกันอยู่ ดังนั้นถ้าหากสามารถสร้างหรือพัฒนาการเรียนการสอนเพศศึกษารูปแบบใหม่ที่สามารถให้ความรู้แก่นักเรียนได้โดยที่นักเรียนมีความพึงพอใจก็อาจสามารถช่วยให้การเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาสำหรับนักเรียนระดับชั้นนั้นๆ มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น และโดยที่สื่อการสอนรูปแบบใหม่ซึ่งกำลังได้รับความนิยมมากขึ้นชนิดหนึ่งในปัจจุบัน คือ บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนหรือ CAI (Computer-aided instruction) ซึ่งหากสามารถสร้างสื่อคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาและนำมาประยุกต์ใช้เป็นรูปแบบหนึ่งของการเรียนการสอนเพศศึกษา ก็อาจช่วยเพิ่มช่องทางการเรียนรู้ได้มากยิ่งขึ้นและช่วยให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ด้วยตัวเอง เรียนรู้ได้ตามใจชอบ และอาจช่วยทำให้การเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาประสบผลสำเร็จมากขึ้นได้ ตลอดจนอาจพัฒนาสู่การเรียนรู้ด้วยคอมพิวเตอร์ในระดับสูงขึ้น เช่น CAL

(Computer-aided learning) CBT (Computer-based training) หรือ WBL (Web-based learning) ต่อไปนี้ได้

ผู้วิจัยจึงได้จัดทำโครงการวิจัยเรื่อง “การสอนเพศศึกษาโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น” ขึ้นเพื่อสร้างและศึกษาประสิทธิภาพและความพึงพอใจของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาที่ประดิษฐ์ขึ้นสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โดยเลือกกลุ่มที่ศึกษาเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 เนื่องจากจากการวิจัยก่อนหน้านี้เรื่องความรู้ เจตคติและพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนประถมและมัธยมศึกษาของอำเภอพนมไพร จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่าวัยรุ่นเริ่มมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนมากขึ้นในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือ ม. 4-6 ซึ่งหากจะดำเนินการเพื่อแก้ปัญหาที่ควรจะเริ่มในกลุ่มวัยรุ่นก่อนหน้านี้หรือระดับชั้น ม.1-3

เนื่องจากบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นนี้เป็นบทเรียนที่มีเนื้อหาใหม่และแตกต่างจากเนื้อหาการเรียนการสอนเพศศึกษาเดิม การวิจัยนี้จึงได้แยกศึกษาเป็น 2 กรณี คือ การศึกษาเปรียบเทียบระหว่างการสอนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเปรียบเทียบกับการเรียนการสอนตามปกติ และ การสอนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยให้คุณครูเป็นผู้สอนเปรียบเทียบกับการเรียนการสอนตามปกติ

วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อสร้างและศึกษาประสิทธิภาพและความพึงพอใจของการเรียนการสอนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนและโดยให้คุณครูเป็นผู้สอน เปรียบเทียบกับการเรียนการสอนตามปกติ

วัตถุประสงค์เฉพาะ

1. เพื่อสร้างบทเรียนเรื่องเพศศึกษาตามเนื้อหาหลักสูตรใหม่ สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3
2. เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาตามเนื้อหาหลักสูตรใหม่ โดยใช้คุณครูเป็นผู้สอน
3. เพื่อสร้างและพัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3
4. เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาที่พัฒนาขึ้น
5. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ต่อการเรียนการสอนเพศศึกษาตามเนื้อหาหลักสูตรใหม่และให้คุณครูสอน และต่อบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาที่พัฒนาขึ้น

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยนี้ได้ทำการศึกษาในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตเทศบาลเมืองร้อยเอ็ดและใกล้เคียง ปีการศึกษา 2545 จำนวน 4 โรงเรียน 109 ห้อง นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จำนวน 4949 คน

ตัวแปรที่เกี่ยวข้อง

1. ความรู้ด้านเพศศึกษา ได้แก่ ความรู้ด้านพัฒนาการของมนุษย์ ความรู้ด้านการสัมพันธ์ทางเพศ ความรู้ด้านทักษะส่วนบุคคล ความรู้ด้านพฤติกรรมทางเพศ ความรู้ด้านสุขอนามัยทางเพศ และความรู้ด้านสังคมและวัฒนธรรม
2. ความพึงพอใจ ได้แก่ ความพึงพอใจต่อชุดการสอนเพศศึกษา

นิยามคำศัพท์ในการวิจัย (Operational definition)

1. บทเรียนเรื่องเพศศึกษาตามเนื้อหาหลักสูตรใหม่ หมายถึง บทเรียนเรื่องเพศศึกษาที่สร้างขึ้นตามเนื้อหาหลักสูตรที่ปรับปรุงใหม่ของกรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ⁽⁴⁻⁷⁾
2. ประสิทธิภาพของการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาตามเนื้อหาหลักสูตรใหม่โดยใช้คุณครูเป็นผู้สอน หมายถึง คะแนนที่เพิ่มขึ้นจากการเปรียบเทียบก่อนและหลังการเรียนการสอน
3. ประสิทธิภาพของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาที่พัฒนาขึ้น หมายถึง คะแนนที่เพิ่มขึ้นจากการเปรียบเทียบก่อนและหลังการเรียนการสอน
4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คะแนนที่ได้จากการทำแบบทดสอบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 60 ข้อ
5. ประสิทธิภาพของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน หมายถึง ค่าประสิทธิภาพที่คำนวณได้จากสูตรการหาประสิทธิภาพของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน โดยกำหนดดังนี้
ร้อยละ 95-100 หมายถึง บทเรียนมีประสิทธิภาพ ดีมาก
ร้อยละ 90-94 หมายถึง บทเรียนมีประสิทธิภาพ ดี
ร้อยละ 80-89 หมายถึง บทเรียนมีประสิทธิภาพ พอใช้
ต่ำกว่าร้อยละ 80 หมายถึง บทเรียนนี้ควรปรับปรุงแก้ไข
6. ความพึงพอใจต่อชุดการสอนเพศศึกษา หมายถึง ความพึงพอใจที่ได้จากการสำรวจตามแบบสอบถามที่สร้างขึ้นและจากการสัมภาษณ์กลุ่มย่อยและสัมภาษณ์เชิงลึก
7. CAI - Computer-aided instruction หมายถึง บทเรียนคอมพิวเตอร์ ชนิดสอนเนื้อหาใหม่ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

บทที่ 2

การทบทวนวรรณกรรม

ปัญหาสุขอนามัยของวัยรุ่นเป็นปัญหาที่สำคัญและยอมรับกันโดยทั่วไปว่าเป็นสิ่งจำเป็นเร่งด่วนที่จะต้องได้รับการแก้ไข สถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของพฤติกรรมสุขภาพของเยาวชน ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพของวัยรุ่นหลายประการ ปัญหาที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้อุปกรณ์ป้องกัน ซึ่งสร้างผลเสียตามมามากมาย ทั้งการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การทำแท้งที่ไม่ปลอดภัยและการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมถึงโรคเอดส์ ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นบางส่วนสามารถประจักษ์ได้ในระบบข้อมูลการรายงานของโรงพยาบาลตามปกติ เช่น สัดส่วนร้อยละของมารดาที่คลอดที่โรงพยาบาลที่อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 17 ปีซึ่งถือเป็นครรภ์เสี่ยงสูงตามเกณฑ์ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข หรืออายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 19 ปีที่ถือเป็นการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยจากข้อมูลการศึกษาของวัชร เอี่ยมรัศมิกุล⁽⁸⁾ ที่ได้ทำการศึกษาโครงสร้างอายุมารดา ปี 2541-2542 ระดับอำเภอ ณ โรงพยาบาลพนมไพร จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า ปี 2541 มีมารดาคลอดจำนวน 1129 คน อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 17 ปี ร้อยละ 4.7 อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 19 ปี ร้อยละ 12.8 ปี 2542 มีมารดาคลอดจำนวน 904 คน อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 17 ปี ร้อยละ 3.9 อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 19 ปี ร้อยละ 11.7 รวม 2 ปี มีมารดาคลอดจำนวน 2033 คน อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 19 ปี ร้อยละ 12.3 โดยพบมารดาที่อายุน้อยที่สุด คือ 14 ปี นอกจากนี้ยังมีการศึกษาในภาพรวมระดับจังหวัดของจังหวัดร้อยเอ็ดตามรายงานของวัชร เอี่ยมรัศมิกุล⁽⁹⁾ ที่ศึกษาอายุมารดาเมื่อคลอดของจังหวัดร้อยเอ็ด ปี 2541-2542 พบว่า ปี 2541 มีมารดาคลอด 15555 คน อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 17 ปี ร้อยละ 5.2 ปี 2542 มีมารดาคลอด 12446 คน อายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 17 ปี ร้อยละ 5.3 โดยพบมารดาอายุน้อยที่สุดคือ 12 ปี ซึ่งจากการศึกษาข้างต้นนี้ได้ยืนยันให้เห็นว่าการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของจังหวัดร้อยเอ็ดยังคงเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญปัญหาหนึ่ง

การวิเคราะห์และค้นหาสาเหตุพื้นฐานของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พบว่าอาจเกิดจากความรู้ เจตคติหรือพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนที่ไม่เพียงพอหรือไม่ถูกต้อง การศึกษาของวัชร เอี่ยมรัศมิกุลและคณะ⁽¹⁰⁾ เกี่ยวกับความรู้ เจตคติและพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนประถมและมัธยมศึกษาในเขตอำเภอพนมไพร จังหวัดร้อยเอ็ด ปีการศึกษา 2542 จำนวน 1073 คน พบว่าคะแนนความรู้ด้านเพศศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 มีค่าเฉลี่ยร้อยละ 49.5 มัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ร้อยละ 44.3 และมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ร้อยละ 61.8 ซึ่งพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 เป็นกลุ่มที่มีความรู้ต่ำที่สุด นอกจากนี้ยังพบว่าความรู้ของ ป.5-6 ที่น้อยที่สุดคือความรู้ด้านกายวิภาคและสรีรวิทยาของระบบสืบพันธุ์ ส่วนความรู้ของ ม.1-3 และ ม.4-6 ที่น้อยที่สุดคือความรู้เกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เหมือนกัน การศึกษานี้ยังพบว่านักเรียนเริ่มมีเพศสัมพันธ์

ในวัยเรียนมากชัดเจนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือ ม. 4-6 คือ ร้อยละ 5.2 เทียบกับร้อยละ 1.1 ของทั้งนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 และมัธยมศึกษาปีที่ 1-3

จากการศึกษาดังกล่าวได้บ่งถึงปัญหาด้านความรู้ด้านเพศศึกษาของนักเรียนที่มีอยู่ในระดับต่ำ โดยเฉพาะกลุ่มนักเรียน ม.1-3 และ ป.5-6 ซึ่งจากการศึกษาทบทวนเนื้อหาของการเรียนการสอนเพศศึกษา พบว่าส่วนใหญ่จะเริ่มปรากฏชัดเจนในระดับชั้น ม.2^(4-5, 11-13) สาเหตุที่ทำให้เป็นเช่นนี้อาจจะเนื่องจากการสอนเพศศึกษาเป็นเรื่องราวที่ได้มีการถกเถียงและโต้แย้งกันมาเป็นเวลาช้านานแล้ว ซึ่งสุชาติ โสมประยูรและวรรณ โสมประยูร⁽¹⁴⁾ ได้ให้ความคิดเห็นไว้ว่าขณะนี้ถึงเวลาแล้วที่โรงเรียนต่างๆทั้งในชั้นประถมและมัธยมศึกษาควรจะได้ริเริ่มจัดโครงการเพศศึกษาขึ้น โดยมีเหตุผลที่สมควรจะจัดสอนเพศศึกษาขึ้นในโรงเรียนหลายประการ เช่น ชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทยและสังคมไทยในปัจจุบันมีความแตกต่างกว่าเมื่อสมัยก่อนมาก ลักษณะหรือสภาพของครอบครัวหลายต่อหลายอย่างได้เปลี่ยนแปลงไป เด็กๆได้รับประสบการณ์ทางด้านเพศศึกษามาจากหลายแหล่งด้วยกันอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้และได้รับการศึกษาเรื่องเพศมาตั้งแต่ยังอยู่ในวัยเยาว์อย่างไรก็ดี เนื่องจากเพศศึกษานี้ยังจัดว่าเป็นของใหม่ในวงการศึกษากลับบ้านเมืองเรา ครูผู้สอนจึงจำเป็นต้องมีความรู้และความเข้าใจทั้งในเนื้อหา และวิธีสอนให้ดีพอสมควร พร้อมทั้งควรจะต้องมีบุคลิกภาพที่เหมาะสมอีกด้วย และเนื่องจากคำว่าเพศศึกษาหรือ Sex education นี้ มีความหมายค่อนข้างจะรุนแรง อาจทำให้ทั้งผู้เรียนและบางที่ผู้สอนด้วยมีความรู้สึกกระดากอาย วางหน้าตามไม่ใคร่จะสนิท ดังนั้น ถ้าจะลองใช้คำอื่นๆ เช่น การศึกษาเรื่องการเจริญเติบโต หรือการศึกษาชีวิตครอบครัว สื่อความหมายแทนคำว่าเพศศึกษาดูบ้าง ก็คงจะช่วยทำให้บรรยากาศในห้องเรียนดีขึ้น การสอนเพศศึกษาในประเทศไทยนั้นเท่าที่ทราบยังไม่เคยมีโรงเรียนใดกระทำกันอย่างจริงจังและขึ้นหน้าขึ้นตาถึงขั้นมีโครงการหรือ Project ในเรื่องนี้โดยเฉพาะ แต่ตามหลักสูตรฉบับ พ.ศ. 2521 และ 2524 ได้จัดเพศศึกษาแทรกในบางวิชา เช่น สุขศึกษา สังคมศึกษา วิทยาศาสตร์ เอาไว้มากพอสมควร⁽¹⁴⁾

สุชาติ โสมประยูรและวรรณ โสมประยูร⁽¹⁴⁾ กล่าวว่าข้อขัดแย้งในการสอนเพศศึกษาจากสังคมโดยทั่วไป ซึ่งจัดว่าเป็นปัญหาหรือข้อข้องใจบางประการเกี่ยวกับการสอนเพศศึกษาในโรงเรียน ดังนี้ คือ

1. การสอนเพศศึกษาจะเป็นการกระตุ้นให้เด็กมีความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศมากขึ้น ทำให้เด็กแก่แดด หรือทำให้เด็กใจแตกจริงหรือไม่
2. การสอนเพศศึกษาจะทำให้เด็กตื่นตระหนก เพราะได้เรียนรู้เรื่องเพศก่อนถึงวัยอันสมควร หรือเป็นการชิงสุกก่อนห่ามจริงหรือไม่
3. การสอนเพศศึกษาจะทำให้เด็กอยากลองในเรื่องเพศ หรือเป็นการชี้โพรงให้กระรอกจริงหรือไม่
4. การสอนเพศศึกษาเป็นดาบสองคมจริงหรือไม่

อย่างไรก็ตาม พบว่าความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษา แยกเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้ คือ

1. ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของครู ได้แก่ การสร้างทัศนคติหรือค่านิยม และแนวความคิดที่ดีงามต่อเรื่องเพศ การสร้างเสริมลักษณะนิสัยและความประพฤติทางเพศ รวมทั้งความสำนึกในหน้าที่และความรับผิดชอบต่อการกระทำต่างๆ เหล่านั้น ทั้งในด้านส่วนตัวและส่วนรวม เพื่อให้เกิดความรู้และความเข้าใจในเรื่องกระบวนการทางด้านกายวิภาคสรีรวิทยา สภาพของจิตใจ วุฒิภาวะทางอารมณ์ ลักษณะทางสุขวิทยา และบทบาทของสังคม เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและรู้จักใช้คำศัพท์หรือประมวลคำที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ และสามารถนำไปใช้สื่อความหมายกับผู้อื่น เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างชัดเจนในผลที่สืบเนื่องมาจากการปฏิบัติตนและการแสดงออกประพฤติหรือพฤติกรรมทางเพศในลักษณะต่างๆ ของบุคคล เพื่อช่วยแก้ไขความเชื่อและความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับเรื่องเพศ และเพื่อช่วยสร้างเสริมความสมบูรณ์ของจิตใจและอารมณ์ทางเพศของนักเรียน ให้เจริญงอกงามและพัฒนาไปในทางที่ถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของครูเกือบทั้งหมดมีความโน้มเอียงไปในทางการสร้างเสริมคุณภาพและคุณธรรมให้แก่เด็ก โดยเน้นถึงการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุและการป้องกันไว้ก่อนล่วงหน้า มากกว่าการที่จะต้องมาแก้ไขปัญหานานภายหลัง (ปลายเหตุ)
2. ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของบุคคลทั่วไป ได้แก่ เพื่อลดปัญหาอาชญากรรมทางเพศ เพื่อลดปัญหาโสเภณี การค้าประเวณี การปล่อยตัวปล่อยใจให้เป็นสาธารณะหรือการสำส่อนทางเพศ เพื่อลดปัญหาการมีโรคและโรคอื่นๆ ที่เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ เพื่อลดปัญหาการได้เสียกันก่อนแต่งงาน การหนีตามกัน การท้องก่อนแต่งงาน การทำแท้งหรือการรีดลูก และปัญหาถูกไม่มีพ่อ เพื่อลดปัญหาการขัดแย้งกันภายในครอบครัว การหึงหวง การแยกกันอยู่ บ้านแตกสาแหรกขาด การมีชู้ การมีภรรยาน้อย และปัญหาการหย่าร้าง เพื่อเป็นการวางรากฐานที่ดีสำหรับชีวิตครอบครัวในอนาคต ตามขนบธรรมเนียมและประเพณีอันดีงามของชาติ และเพื่อสร้างคุณภาพของมนุษย์ให้สมบูรณ์ในทุกๆ ด้าน อันจะช่วยให้นุชนมีความสุขอย่างแท้จริง และมีชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบเรียบร้อย ซึ่งความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของคนทั่วไปนั้นค่อนข้างจะแตกต่างจากครู โดยความมุ่งหมายส่วนใหญ่จะเน้นที่การแก้ปัญหาที่กำลังเผชิญหน้าอยู่ในสังคม และเป็นการแก้ไขที่ปลายเหตุมากกว่าที่ต้นเหตุ หรือเป็นการแก้ไขมากกว่าการป้องกันนั่นเอง

หลักเบื้องต้นในการจัดหลักสูตร

1. การสอนเพศศึกษาในโรงเรียนเป็นกระบวนการที่สัมพันธ์ต่อเนื่อง
2. หลักสูตรเพศศึกษาจะต้องจัดขึ้นเพื่อสนองความสนใจ ความต้องการและปัญหาของเด็กเสมอ

3. ไม่ควรจัดเพศศึกษาให้แยกออกมาเป็นวิชาอิสระวิชาหนึ่งต่างหาก
4. เนื้อหาสาระหรือหัวข้อต่างๆที่จัดลงในหลักสูตรเพศศึกษาควรจะต้องคำนึงถึงลักษณะทางด้านจิตใจและสังคมหรือประเพณีวัฒนธรรมให้มากพอๆกับลักษณะทางด้านชีววิทยาและสุขวิทยาด้วยเหมือนกัน
5. เนื้อเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศควรจะต้องกล่าวถึงแต่ในลักษณะปกติธรรมดาเพื่อสร้างความชื่นชมในร่างกายมนุษย์และเน้นในแง่ของคุณงามความดี เกียรติยศ ความสุขและการประสบความสำเร็จในชีวิต
6. เนื้อหาหรือข้อเท็จจริงต่างๆที่จะใช้สอนนักเรียนครั้งหนึ่งๆทั้งในด้านประเภทและปริมาณ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในชั้นประถมศึกษาด้วยแล้ว ควรจะขึ้นอยู่กับความสนใจและความต้องการของเด็กในแต่ละครั้ง
7. การบรรจุเนื้อหาลงในหลักสูตรเพศศึกษาควรถือหลักที่ว่า “กันไว้ดีกว่าแก้” หรือ “ปลอดภัยไว้ก่อน”
8. ควรจัดสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศภายในโรงเรียนให้สอดคล้องกับการสอนเพศศึกษา โดยมีความมุ่งหมายเพื่อช่วยส่งเสริมการเรียนการสอนเพศศึกษาด้วย
9. ควรจัดให้มีบริการแนะแนวขึ้นเพื่อช่วยเหลือและสนับสนุนการสอนในห้องเรียนให้ได้ผลอย่างสมบูรณ์
10. ควรจัดให้มีกิจกรรมเสริมหลักสูตรหรือกิจกรรมนอกหลักสูตร

ในด้านเทคโนโลยีทางการศึกษานั้นมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นมากมายและหลากหลาย Alessi และ Trollip⁽¹⁵⁾ กล่าวว่าในระยะ 10 ปีที่ผ่านมามีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ 3 ประการเกิดขึ้น คือ 1. ความสามารถทางด้านสื่อผสมมีการพัฒนาไปอย่างมากและกลายเป็นเรื่องปกติในสังคม 2. ทฤษฎีการเรียนรู้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก แนวคิดการเรียนรู้ที่เรียกว่าการสร้างความรู้ (Constructivism) ซึ่งเป็นกระบวนทัศน์ใหม่เกี่ยวกับการเรียนรู้ ได้เริ่มมีอิทธิพลต่อการจัดการศึกษาและการเรียนรู้ ซึ่งนักการศึกษาชั้นนำด้านเทคโนโลยีทางการศึกษาในฝั่งของการสร้างความรู้ได้ยืนยันถึงการนำเทคโนโลยีที่จะต้องเน้นไปในลักษณะของแนวทาง Constructivism และ 3. การเปลี่ยนแปลงอย่างมากหรือการปฏิวัติของเครือข่ายที่เชื่อมโยงทั่วโลกหรือ World Wide Web ซึ่งผลจากการเปลี่ยนแปลงอย่างมากของสิ่งต่างๆเหล่านี้ ทำให้ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมาได้ก่อให้เกิดการเจริญเติบโตอย่างมากของเทคโนโลยีคอมพิวเตอร์ที่ใช้เพื่อการเรียนรู้ในโรงเรียน ในมหาวิทยาลัย ในภาคธุรกิจ ในภาคอุตสาหกรรม และในวงการวิชาชีพต่างๆ

ในยุคที่มีการปฏิรูปการศึกษานี้ รัฐบาลไทยก็ได้มีนโยบายการใช้มัลติมีเดียเพื่อการศึกษาของไทยเกิดขึ้นมากมาย เช่น แผนงานด้านสารสนเทศของไทย นโยบาย IT2000 โครงการการศึกษาทางไกล เครือข่ายเพื่อการศึกษา เครือข่าย SchoolNet เครือข่ายไทยสาร (Thai Social/Scientific,

Academic and Research Network: THAISARN) เทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อการบริหารการศึกษา และการส่งเสริมด้านสื่อประสมหรือมัลติมีเดีย เป็นต้น⁽¹⁶⁻¹⁸⁾

ในด้านหลักการพื้นฐานในการผลิตสื่อเพื่อศึกษานั้น วิชา อุตมฉันท⁽¹⁹⁾ ได้กล่าวว่า หลักการพื้นฐานในการผลิตสื่อ เริ่มต้นด้วยการวางแผน โดยมีหลักการพื้นฐาน 4 ประการ คือ Why (วัตถุประสงค์อะไร), Who (เพื่อใคร), What (เรื่องหรือเนื้อหาอะไร), และ How (ใช้สื่ออะไรหรือนำเสนออย่างไร) การนำคอมพิวเตอร์มาใช้ในการเรียนการสอนที่เรียกว่า คอมพิวเตอร์ช่วยสอน หรือ CAI – Computer-assisted instruction มีข้อดีเนื่องมาจากเทคโนโลยีคอมพิวเตอร์ที่สามารถช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้อย่างเป็นระบบ และเป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมกำหนดและตัดสินใจ ด้วยการเลือกวิธีการเรียนได้ด้วยตนเอง โปรแกรมหรือ Software สำหรับคอมพิวเตอร์ช่วยสอนจึงมักเรียกกันว่า Courseware ซึ่งมีนัยที่บอกให้เห็นถึงความแตกต่างจาก Software คอมพิวเตอร์อื่นๆ แต่โดยทั่วไปมักพบคำภาษาอังกฤษที่ใช้เรียกโปรแกรมคอมพิวเตอร์ช่วยการสอนแตกต่างกันหลายคำ ได้แก่ Computer-assisted instruction (CAI), Computer-aided instruction (CAI), Computer-assisted learning (CAL), Computer-aided learning (CAL), หรือ Computer-based instruction (CBI) ประโยชน์และข้อดีของ CAI⁽¹⁹⁻²¹⁾ มีดังต่อไปนี้ คือ

1. CAI คือ การนำเสนอบทเรียนผ่านคอมพิวเตอร์ โดยคอมพิวเตอร์จะทำหน้าที่นำเสนอบทเรียนแทนครูและผู้เรียนสามารถเรียนได้ด้วยตัวเอง ปัจจุบันมีการนำสื่อประสมหรือมัลติมีเดีย (Multimedia) เข้ามาช่วยในการสร้างบทเรียนเต็มที CAI จึงนำเสนอบทเรียนในรูปของตัวหนังสือก็ได้ ภาพนิ่งก็ได้ ภาพเคลื่อนไหวก็ได้ หรือสัญลักษณ์ทางวิชาการต่างๆ ได้เกือบทุกอย่าง ทำให้การเรียนการสอนด้วยบทเรียน CAI มีประสิทธิภาพการเรียนรู้สูง
2. ภาพ (Images) ชนิดต่างๆเมื่อนำมาประกอบตกแต่งหน้าจอและใช้สีสันทันเข้าช่วยจะเกิดแรงดึงดูดผู้เรียนได้มาก บทเรียน CAI ทุกเรื่องจึงเน้นการออกแบบจัดทำหน้าเรื่อง (Title page) เพื่อชักชวนผู้เรียนให้สนใจเข้าสู่บทเรียน และยังอาศัยข้อได้เปรียบของคอมพิวเตอร์ออกแบบการสอนที่ใช้เทคนิคการมีส่วนร่วมของผู้เรียนเป็นแรงเสริมทำให้ CAI มีเสน่ห์ชวนติดตามได้มากกว่าสื่ออื่น
3. CAI นำเสนอเสียง (Sound) ได้พร้อมกับภาพ (Image) จึงยิ่งเพิ่มความน่าสนใจให้กับบทเรียน ที่สำคัญคือนำมาสร้างเป็นบทเรียนสอนภาษาได้ดี เพราะผู้เรียนสามารถพูดตามเสียงที่ได้ยิน พร้อมกับเห็นภาพซึ่งช่วยให้เข้าใจสถานการณ์ของบทสนทนา ได้เห็นรูปประโยคตัวหนังสือและได้ทำแบบฝึกหัด เปรียบเทียบกับเทปสอนภาษาซึ่งผู้เรียนได้ยินแต่เสียงอย่างเดียว CAI จึงเป็นสื่อประสมที่มีความน่าสนใจ
4. CAI มีหน่วยสำรองข้อมูลหรือมีความจุในการเก็บข้อมูลสูง จึงสามารถนำเสนอบทเรียนที่มีเนื้อหาสาระมากและรูปแบบการสอนที่สลับซับซ้อนได้

5. CAI ที่ออกแบบมาอย่างดีจะมีความยืดหยุ่นมากพอที่จะให้ผู้เรียนมีอิสระในการควบคุมการเรียนรู้ของตน เลือกรูปแบบการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเองสามารถนำบทเรียนไปใช้ในการเรียนรู้ได้ตามความรู้ความสามารถของตน CAI จึงมีส่วนช่วยลดปัญหาที่เกิดจากพื้นฐานความรู้ที่ไม่เท่ากันระหว่างผู้เรียน
6. ผู้เรียนสามารถมีปฏิสัมพันธ์กับบทเรียนได้อย่างแท้จริง กล่าวคือ มีการโต้ตอบระหว่างบทเรียนกับผู้เรียนในลักษณะของการถาม-ตอบ การให้ข้อมูลย้อนกลับ การบันทึกผลประมวลผล และรายงานผลการเรียนให้ทราบได้ทันที สิ่งนี้ทำให้ CAI ปฏิบัติหน้าที่ที่ช่วยเหลือผู้เรียนและควบคุมผู้เรียน

Alessi และ Trollip⁽¹⁵⁾ กล่าวว่ามีการวิจัยหลายพันชิ้นที่พิสูจน์แล้วว่า การใช้คอมพิวเตอร์ช่วยสอนจะได้ผลดีกว่าการสอนโดยหนังสือ โดยคุณครู โดยภาพยนตร์หรือวิธีการสอนแบบเดิมวิธีอื่นๆ รูปแบบของการเรียนการสอนโดยใช้คอมพิวเตอร์ช่วยสอนที่จะประสบผลสำเร็จควรประกอบด้วยกิจกรรม 4 ลักษณะหรือ 4 ช่วงของการเรียนรู้ ดังต่อไปนี้ คือ 1) การนำเสนอเนื้อหาสาระ 2) การแนะนำผู้เรียน 3) การทำแบบฝึกหัด และ 4) การประเมินผลการเรียน มีวิธีการใช้คอมพิวเตอร์ช่วยสอนได้หลายวิธี เช่น Tutorials, Hypermedia, Drills, Simulations, Games, Tools and open-ended learning environments, Tests, และ Web-based learning โดยวิธีการแบบ Tutorials จะเป็นการเน้นในลักษณะ 2 ช่วงแรกของการเรียนการสอนโดยใช้คอมพิวเตอร์ช่วยสอน คือ การนำเสนอเนื้อหาสาระและการแนะนำผู้เรียน

Alessi และ Trollip⁽¹⁵⁾ กล่าวว่าแนวทางในการออกแบบและพัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน ประกอบด้วยขั้นตอน 3 ขั้นตอน คือ 1) การวางแผน (Planning) 2) การออกแบบ (Design) และ 3) การพัฒนา (Development) โดยทั้ง 3 ขั้นตอนจะต้องดำเนินไปบนพื้นฐานสำคัญ 3 ประการ คือ 1) มาตรฐาน (Standards) 2) การประเมินผลอย่างต่อเนื่อง (Ongoing evaluation) และ 3) การบริหารโครงการ (Project management) การวางแผน มีองค์ประกอบดังต่อไปนี้ คือ

1. Define the scope
2. Identify learner characteristics
3. Establish the constraints
4. Cost the project
5. Produce a planning document
6. Produce a style manual
7. Determine and collect resources
8. Conduct initial brainstorming
9. Define the look and feel
10. Obtain client sign-off

Design

1. Develop initial content ideas
2. Conduct task and concept analyses
3. Do a preliminary program description
4. Prepare a prototype
5. Create flowcharts and storyboards
6. Prepare scripts
7. Obtain client sign-off

Development

1. Prepare the text
2. Write program code
3. Create the graphics
4. Produce audio and video
5. Assemble the piece
6. Prepare support materials
7. Do an alpha test
8. Make revisions
9. Do a beta test
10. Make final revisions
11. Obtain client sign-off
12. Validate

กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษามีผลต่อความรู้ด้านเพศศึกษาของนักเรียน

บทที่ 3

ระเบียบวิธีวิจัย วิธีการประมวลผลและการวิเคราะห์ข้อมูล

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงทดลอง โดยมีเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา 3 ส่วน คือ

1. บทเรียนเรื่องเพศศึกษา เป็นเนื้อหาเกี่ยวกับเพศศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใหม่ มี 2 ลักษณะ คือ
 - 1.1 บทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำหรับครูเป็นผู้สอน
 - 1.2 บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น
2. แบบฝึกหัดความรู้ด้านเพศศึกษา เป็นแบบฝึกหัดที่สร้างขึ้นเพื่อให้ นักเรียนฝึกหัดทำแบบทดสอบ 10 ข้อ รวมข้อสอบ 60 ข้อ คิดคะแนนข้อละ 1 คะแนน
3. แบบทดสอบความรู้ด้านเพศศึกษา เป็นแบบทดสอบที่สร้างขึ้นโดยการวิเคราะห์จุดประสงค์ของบทเรียนเรื่องเพศศึกษาทั้ง 6 บท ประกอบด้วยข้อสอบบทเรียนละ 10 ข้อ รวมข้อสอบ 60 ข้อ คิดคะแนนข้อละ 1 คะแนน

การสร้างเนื้อหาบทเรียนเรื่องเพศศึกษา

เนื้อหาของบทเรียนเพศศึกษาใหม่ ได้จากการวิเคราะห์กรอบแนวคิดในการจัดทำเนื้อหาเพศศึกษา^(4-6, 11) เปรียบเทียบกับเนื้อหาเดิมที่มีอยู่^(12, 13) ได้เป็นกรอบเนื้อหาเพศศึกษาแนวใหม่ 6 บท และมีการพัฒนาเนื้อหาจากแหล่งอ้างอิงต่างๆ⁽²²⁻⁹⁰⁾ และการปรับปรุงเพื่อให้เนื้อหาสอดคล้องและเหมาะสมกับประเทศไทย ดังนี้

1. พัฒนาการของมนุษย์
2. ลัทธิพันธุภาพ
3. ทักษะส่วนบุคคล
4. พฤติกรรมทางเพศ
5. สุขอนามัยทางเพศ
6. สังคมและวัฒนธรรม

การสร้างแบบทดสอบความรู้ด้านเพศศึกษา

แบบทดสอบที่ใช้ในการศึกษานี้ สร้างขึ้นจากการวิเคราะห์จุดประสงค์เชิงพฤติกรรมของเนื้อหาเพศศึกษาทั้ง 6 บท โดยในระยะแรกได้สร้างขึ้นบทละ 15 ข้อ รวม 90 ข้อ แล้วได้ส่งให้ผู้เชี่ยวชาญด้านเพศศาสตร์ศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษา และผู้เชี่ยวชาญด้านเทคโนโลยีทาง

การศึกษา รวม 3 ท่านเป็นผู้ตรวจสอบและให้ข้อเสนอแนะ เมื่อได้ข้อเสนอแนะกลับมาแล้วจึงได้ทำการทดสอบแบบทดสอบโดยการนำไปทดสอบกับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งเป็นผู้แทนของนักเรียนที่ได้รับการสอนเนื้อหาเพศศึกษาของระดับมัธยมศึกษาตอนต้นแล้ว หลังจากนั้นได้นำมาพิจารณารายข้อเพื่อดูปัญหาที่เกิดขึ้นจากการทดสอบและพิจารณาคัดเลือกข้อที่มีปัญหาความเข้าใจคลาดเคลื่อนน้อยที่สุด โดยผลการวิเคราะห์จุดประสงค์เชิงพฤติกรรมและจำนวนข้อสอบปรากฏดังตารางที่ 3.1 และได้ส่งกลับให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาอีกครั้ง โดยให้พิจารณาเกี่ยวกับความครอบคลุมของเนื้อหา ความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาที่แยกเป็นหัวข้อใหญ่กับหัวข้อย่อยๆ และความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาพฤติกรรมและน้ำหนัก ผลการพิจารณาปรากฏดังตารางที่ 3.2

ตารางที่ 3.1 การวิเคราะห์จุดประสงค์เชิงพฤติกรรมและจำนวนข้อสอบ

Topic	Knowledge			Comprehensive	Application	Analysis	Total
	Terms	Facts	Procedures				
Human development	10	1,2,4,5,8		3,6,7,9,			10
Relationships	15	16		12,13,14,17,18,20		11,19	10
Personal skills	21	22	29	24,28,30	26,27	23,25	10
Sexual behavior	36,38	32,35	40	31,33,37,39	34		10
Sexual health	41,43,44	47	49	42,45,50	46	48	10
Society and Culture	54,55, 56,57	53		51,52,60		58,59	10
Total	12	11	3	23	4	7	60

ตารางที่ 3.2 ผลการพิจารณาแบบทดสอบของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน

ประเด็น	ผลการพิจารณา (คิดเป็นค่าร้อยละ)			
	ผู้เชี่ยวชาญ คนที่ 1	ผู้เชี่ยวชาญ คนที่ 2	ผู้เชี่ยวชาญ คนที่ 3	เฉลี่ย
1. ความครอบคลุมของเนื้อหา	70	70	100	80.0
2. ความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาที่แยกเป็นหัวข้อใหญ่กับหัวข้อย่อยๆ	85	80	98	87.7
3. ความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาพฤติกรรมและน้ำหนัก	85	70	90	81.7

วิธีการประมวลผล รวมทั้งการวิเคราะห์ข้อมูล

สมมติฐานการวิจัย

การสอนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมีประสิทธิภาพมากกว่าการสอนปกติ

$$H_0 : \mu_1 = \mu_0$$

$$H_A : \mu_1 > \mu_0$$

ขอบเขตการวิจัย

ประชากร

นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ของโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตเทศบาลเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด

กลุ่มตัวอย่าง

มีวิธีดำเนินการในการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ คือ

- 1) จัดห้องเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3 แยกตามระดับชั้นเป็นคู่ๆละ 2 ห้อง โดยให้ผลการเรียนอยู่ในระดับใกล้เคียงกันโดยการสอบถามจากครูผู้สอน
- 2) เลือกตัวอย่างมาจากประชากร โดยวิธีการสุ่มตัวอย่าง (Sampling methods)
- 3) กำหนดให้แต่ละห้องเรียนของนักเรียนเป็นหน่วยของการสุ่ม (Sampling unit)
- 4) เลือกตัวอย่างเข้าสู่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยวิธีการสุ่ม (Randomization) ให้ห้องแรกเป็นกลุ่มทดลองและห้องคู่กันเป็นกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จากโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตเทศบาลเมืองร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ในปีการศึกษา 2544 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มจากห้องเรียน 4 ห้อง โดยให้ 2 ห้องเป็นกลุ่มทดลองและอีก 2 ห้องเป็นกลุ่มควบคุม นักเรียนในแต่ละห้องมีจำนวนระหว่าง 40-50 คน

คำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อทดสอบสมมติฐานความแตกต่างของค่าเฉลี่ยประชากร 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน โดยกำหนดระดับนัยสำคัญ (α) ของการทดสอบแบบทางเดียวเท่ากับ 5% และอำนาจการทดสอบ ($1-\beta$) เท่ากับ 90% ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.0 คะแนน คะแนนที่จะได้เพิ่มหลังการเรียนด้วยชุดการสอนเพศศึกษาเท่ากับ 2 คะแนน (คะแนนเต็ม 60 คะแนน) จากสูตรคำนวณขนาดตัวอย่าง ดังนี้ คือ

$$n = \frac{(Z_{\alpha} + Z_{\beta})^2 2 \sigma^2}{(\mu_1 - \mu_0)^2}$$

โดย Z_{α} = ค่า Z ที่ระดับ α (0.5) = 1.645

Z_{β} = ค่า Z ที่ระดับ β (0.10) = 1.282

σ^2 = ค่าความแปรปรวนของคะแนน

$\mu_1 - \mu_0$ = คะแนนที่จะได้เพิ่มหลังการเรียนรู้ด้วยชุดการสอนเพศศึกษาเท่ากับ 2 คะแนน
แทนค่า ได้

$$n = \frac{(1.645 + 1.282)^2 \times 2 \times (3)^2}{(2)^2}$$

$$= 39 \text{ คน ต่อกลุ่ม}$$

รูปแบบการวิจัย (Design)

เป็นแบบศึกษาโดยการสุ่มกลุ่มทดลองสองกลุ่ม วัดสองครั้ง โดยมีกลุ่มควบคุมอย่างละ 1 กลุ่ม (The randomized control-group pretest-posttest design)^(91, 92)

R	O ₁	X1	O ₂	กลุ่มทดลอง 1 โรงเรียน A
R	O ₃		O ₄	กลุ่มควบคุม 1
R	O ₅	X2	O ₆	กลุ่มทดลอง 2 โรงเรียน B
R	O ₇		O ₈	กลุ่มควบคุม 2

โดย

X1 = การสอนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา

X2 = การสอนโดยใช้บทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอน

ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. วิเคราะห์จุดประสงค์และเนื้อหา
2. สร้างแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้ นำไปทดสอบกับนักเรียนที่เรียนมาแล้วเพื่อหาความยากง่าย อำนาจจำแนก และความเชื่อมั่นของข้อสอบ
3. สร้างบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนตามกระบวนการสร้างและทดลองใช้ (Try out) หาประสิทธิภาพบทเรียน และดัชนีประสิทธิผล โดยการทดลองสอนกลุ่มผู้เรียนขนาดต่างๆ

4. นำบทเรียนที่พัฒนาและได้ค่าที่ยอมรับได้ ไปทดลองสอนกับกลุ่มที่ได้วางแผน แล้วเปรียบเทียบผลการเรียนระหว่างกลุ่ม โดยนำคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของแต่ละกลุ่มเปรียบเทียบกัน
5. สอบถามความพึงพอใจโดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจในกลุ่มนักเรียนที่ใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน

สิ่งทดลอง ได้แก่ บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา จำนวน 1 ชุด ใช้เวลา 4 สัปดาห์ ดำเนินการ 8 ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาที ในช่วงโมงเรียนปกติ กิจกรรมประกอบด้วย

1. การประชุมกลุ่มและชี้แจงวิธีการเรียนโดยบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน
2. การเรียนรู้โดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา (CAI)

การเก็บและวิเคราะห์ข้อมูล⁽⁹³⁻¹¹⁵⁾

ในการศึกษาได้เก็บข้อมูล 2 ครั้ง คือ ก่อนเริ่มโปรแกรม 2 สัปดาห์และหลังจากสิ้นสุดโปรแกรมทันที

1. ก่อนเริ่มโปรแกรม 2 สัปดาห์ ทำการสำรวจเก็บข้อมูลทั่วไปของนักเรียนเกี่ยวกับ อายุ เพศ เชื้อชาติ และความรู้ด้านเพศศึกษา
2. หลังสิ้นสุดโปรแกรม เก็บข้อมูลซ้ำอีก ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้ด้านเพศศึกษา
3. หลังสิ้นสุดโปรแกรม ทำการสำรวจความพึงพอใจโดยการตอบแบบสอบถามและการสนทนากลุ่มและสัมภาษณ์เชิงลึก
4. เปรียบเทียบผลของการเปลี่ยนแปลงความรู้ด้านเพศศึกษาในนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนเริ่มโปรแกรมและหลังสิ้นสุดโปรแกรม (O_2-O_1) (O_4-O_3) (O_6-O_5) (O_8-O_7) โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวน Analysis of Covariance (ANCOVA)

เครื่องมือและวิธีการรวบรวมข้อมูล

1. บทเรียนสำหรับครูเป็นผู้สอนเรื่องเพศศึกษา
2. บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา
3. แบบประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
4. แบบประเมินความพึงพอใจ

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยวิเคราะห์และนำเสนอตามลักษณะของข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ SPSS10.0 for Windows ดังนี้ คือ

1. สถิติเพื่อบอกลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย พิสัย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติเพื่อเปรียบเทียบคะแนนความรู้ของนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ได้แก่ สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวน Analysis of Covariance (ANCOVA)

ระยะเวลาและแผนการดำเนินงานวิจัย

1 พฤศจิกายน 2544 – 31 มีนาคม 2546

บทที่ 4

ผลการศึกษา

ผลการศึกษา แบ่งออกเป็น 3 หมวด ดังนี้ คือ

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

หมวดที่ 2 ผลการทดสอบก่อนและหลังบทเรียน

หมวดที่ 3 ผลการทดสอบความพึงพอใจ

หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ผลการศึกษา พบว่าในปีการศึกษา 2545 มีนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จากโรงเรียน 4 โรงเรียน ในเขตเทศบาลเมืองร้อยเอ็ด มีห้องเรียนจำนวน 109 ห้อง และมีจำนวนนักเรียน 4949 คน โรงเรียน 2 โรงเรียนได้ถูกเลือกอย่างสุ่มและจัดโรงเรียนแห่งแรกเป็นกลุ่มทดลองบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน ส่วนโรงเรียนอีกแห่งถูกจัดเป็นกลุ่มควบคุม โรงเรียนที่เหลืออีก 2 โรงเรียนได้ถูกจัดเป็นกลุ่มทดลอง สำหรับการสอนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูผู้สอนเป็นหลัก โดยทำการจัดเป็นกลุ่มโดยวิธีสุ่ม เช่นเดียวกับวิธีที่ทำกับ 2 กลุ่มแรก

มีนักเรียนในกลุ่มทดลองบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน จำนวน 46 ราย อายุเฉลี่ย 13.5 ปี ($SD=0.5869$) เป็นเพศชายทั้งหมด และมีเกรดเฉลี่ยของนักเรียนเท่ากับ 2.07 ($SD=0.4104$) ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีจำนวน 39 คน อายุเฉลี่ย 13.9 ($SD=0.3074$) ประกอบด้วยผู้ชาย 19 คน ผู้หญิง 20 คน และมีเกรดเฉลี่ยของนักเรียนเท่ากับ 2.79 ($SD=0.7903$)

ตารางที่ 4.1 ผลการศึกษา ข้อมูลทั่วไป

	โรงเรียน ก.	โรงเรียน ข.	โรงเรียน ค.	โรงเรียน ง.
จำนวนห้องเรียน ม.1-3	26	30	27	26
จำนวนนักเรียน ม.1-3	1312	1087	1546	1004
การจัดกลุ่ม	CAI	CAI control	Teacher	Teacher control
จำนวนนักเรียนในห้องตัวอย่าง	46	39	59	39
จำนวนนักเรียนชาย	46	19	0	9
จำนวนนักเรียนหญิง	0	20	59	30
อายุเฉลี่ย Mean, (SD)	13.5 (0.5869)	13.9 (0.3074)	13.3 (0.4392)	13.5 (0.5547)
ผลการเรียนเฉลี่ย Mean, (SD)	2.07 (0.4104)	2.79 (0.7903)	2.27 (0.4940)	2.42 (0.3723)

หมวดที่ 2 ผลการทดสอบก่อนและหลังบทเรียน

ตารางที่ 4.2 แสดงผลการทดสอบก่อนและหลังบทเรียน Pretest และ Posttest โดยจำแนกตามการจัดกลุ่มของโรงเรียนดังต่อไปนี้ คือ

กลุ่ม CAI	หมายถึง กลุ่มที่เรียนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา
กลุ่ม CAI control	หมายถึง กลุ่มที่เรียนตามหลักสูตรปกติและใช้เป็นกลุ่มเปรียบเทียบกับกลุ่มที่เรียนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา
กลุ่ม Teacher	หมายถึง กลุ่มที่สอนโดยใช้บทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอน
กลุ่ม Teacher control	หมายถึง กลุ่มที่เรียนตามหลักสูตรปกติและใช้เป็นกลุ่มเปรียบเทียบกับกลุ่มที่สอนโดยใช้บทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอน

ผลการทดสอบพบว่า จากคะแนนเต็ม 60 คะแนน กลุ่ม CAI เป็นกลุ่มที่มีคะแนนก่อนและหลังการทดสอบต่ำที่สุด คือ คะแนนก่อนการเรียนเท่ากับ 24.65 คะแนนและคะแนนหลังการเรียน 25.00 คะแนน ส่วนกลุ่ม Teacher control เป็นกลุ่มที่มีคะแนนก่อนการทดสอบสูงที่สุด คือ 33.67 คะแนน ส่วนคะแนนหลังการเรียนทุกกลุ่มที่คะแนนเพิ่มขึ้น ยกเว้นกลุ่ม CAI control มีคะแนนลดลง คือ จากคะแนน Pretest 27.44 คะแนน ลดลงเป็นคะแนน Posttest 25.74 คะแนน

ตารางที่ 4.2 ผลการศึกษา Pretest และ Posttest, [Mean, (SD)] (คะแนนเต็ม 60 คะแนน)

	โรงเรียน ก.	โรงเรียน ข.	โรงเรียน ค.	โรงเรียน ง.
การจัดกลุ่ม	CAI	CAI control	Teacher	Teacher control
Pretest	24.65 (4.9529)	27.44 (4.8169)	31.51 (5.0334)	33.66 (4.4914)
Posttest	25.00 (6.1502)	25.74 (5.9343)	33.80 (7.2434)	34.77 (3.8127)

การหาประสิทธิภาพบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (เฉพาะกลุ่ม CAI)

ใช้สูตรการหาประสิทธิภาพ ดังนี้

$$E - CAI = \frac{\bar{Ea} + \bar{Eb}}{2} \times 100 \quad \text{หรือ} \quad E - CAI = 50(\bar{Ea} + \bar{Eb})$$

โดยที่ E-CAI หมายถึง ประสิทธิภาพของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน

Ea หมายถึง ค่าเฉลี่ยอัตราส่วนของคะแนนแบบฝึกหัด (ค่าจากสูตร A)

Eb หมายถึง ค่าเฉลี่ยของคะแนนจากการทำแบบทดสอบ (ค่าจากสูตร B)

สูตร A

$$\bar{Ea} = \frac{\sum_{i=1}^n \left(\frac{X}{A}\right)i}{N}$$

โดยที่ Ea หมายถึง ค่าเฉลี่ยอัตราส่วนของคะแนนแบบฝึกหัด

X หมายถึง คะแนนที่ได้จากการทำแบบฝึกหัด (ได้คะแนนรวม 1145 คะแนน)

A หมายถึง คะแนนเต็มของแบบฝึกหัด (มี 6 บทๆละ 10 ข้อ รวม 60 ข้อ 60 คะแนน)

N หมายถึง จำนวนผู้เรียน (46 คน)

ความหมายของคะแนนการทำแบบฝึกหัดสำหรับสูตร A

คะแนนที่ได้จากการทำแบบฝึกหัด (X) หมายถึง คะแนนจากข้อคำถามที่ผู้เรียนตอบถูกหรือ
คะแนนจากการทำแบบฝึกหัดหรือกิจกรรมผ่านในแต่ละวัตถุประสงค์ของบทเรียน

คะแนนเต็มของแบบฝึกหัด (A) หมายถึง คะแนนเต็มของข้อคำถามในบทเรียน

แทนค่าในสูตร

$$\bar{Ea} = \frac{1145}{\frac{60}{46}} = 0.41$$

สูตร B

$$\bar{Eb} = \frac{\sum_{i=1}^n \left(\frac{X}{B}\right)i}{N}$$

โดยที่ Eb หมายถึง ค่าเฉลี่ยอัตราส่วนของคะแนนแบบทดสอบ

X หมายถึง คะแนนที่ได้จากการทำแบบทดสอบ (ได้คะแนนรวม 1150 คะแนน)

B หมายถึง คะแนนเต็มของแบบทดสอบ (มี 1 ชุด 60 ข้อ 60 คะแนน)

N หมายถึง จำนวนผู้เรียน (46 คน)

ความหมายของคะแนนการทำแบบฝึกหัดสำหรับสูตร B

คะแนนเต็มของแบบทดสอบ (B) ใช้คะแนนทดสอบหลังการเรียนรู้จากบทเรียน โดยให้
คะแนนข้อคำถามละ 1 คะแนนเมื่อตอบถูก

แทนค่าในสูตร

$$\overline{Eb} = \frac{\frac{1150}{60}}{46} = 0.42$$

แทนค่าในสูตรการหาประสิทธิภาพ ได้ดังนี้

$$E - CAI = \frac{0.41 + 0.42}{2} \times 100 = 41.5$$

ซึ่งเมื่อเทียบกับเกณฑ์ประสิทธิภาพบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนแล้ว อยู่ในเกณฑ์ต่ำกว่าร้อยละ 80 หมายถึง บทเรียนนี้ควรปรับปรุงแก้ไข

การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANCOVA) เป็นการตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่าง Posttest กับ Pretest ของแต่ละวิธีการสอน นั่นคือตรวจสอบว่า Slope ของเส้นตรงเท่ากันทั้ง 3 วิธีการหรือไม่ สมมติฐานของการทดสอบคือ $H_0: B_{\text{control}} = B_{\text{teacher}} = B_{\text{cai}}$ จะพิจารณาจากส่วนของ Interaction ระหว่าง Group กับ Pretest (GROUP * PRETEST) ในที่นี้ได้ค่า Significance = .348 จึงสรุปว่าไม่สามารถปฏิเสธ H_0 ได้ นั่นคือ Slope ของเส้นแสดงความสัมพันธ์ไม่แตกต่างกันในแต่ละกลุ่ม (Homogeneity-of-slopes) หมายถึง Posttest และ Pretest มีความสัมพันธ์กันในรูปแบบเดียวกันในทั้ง 3 วิธีการสอน ซึ่งสรุปได้ว่า Pretest และ Posttest มีความสัมพันธ์เหมือนกัน (Slope เท่ากัน) ในทั้ง 3 วิธีการสอน จึงใช้ ANCOVA วิเคราะห์ต่อไป

ตารางที่ 4.3 แสดงผลการทดสอบ ANCOVA ได้ค่าสถิติทดสอบ $F = 11.817$ และ $\text{Sig.} = .000$ จึงปฏิเสธ H_0 นั่นคือ วิธีการสอนมีประสิทธิภาพต่างกันอย่างน้อย 2 วิธี

ตารางที่ 4.3 ผลการศึกษา Pretest และ Posttest, [Mean, (SD)] (คะแนนเต็ม 60 คะแนน)

	โรงเรียน ก.	โรงเรียน ค.	โรงเรียน ข. และ ง.
การจัดกลุ่ม	CAI	Teacher	รวมกลุ่ม Control
Pretest	24.65 (4.9529)	31.51 (5.0334)	30.54 (5.5763)
Posttest	25.00 (6.1502)	33.80 (7.2434)	30.26 (6.7262)

* ANOCA, $F = 11.817$ และ $\text{Sig.} = .000$

เมื่อวิเคราะห์ประสิทธิภาพของการสอนระหว่างกลุ่มที่สอนโดยใช้บทเรียนเพศศึกษา เนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอน เปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม คะแนน Pretest และ Posttest และเมื่อวิเคราะห์ Homogeneity-of-slopes ได้ค่า $F = 0.490$, $\text{Sig.} = .486$ จึงสรุปว่าไม่สามารถปฏิเสธ H_0 ได้

นั่นคือ Slope ของเส้นแสดงความสัมพันธ์ไม่แตกต่างกันในแต่ละกลุ่ม (Homogeneity-of-slopes) หมายถึง Posttest และ Pretest มีความสัมพันธ์กันในรูปแบบเดียวกัน ซึ่งสรุปได้ว่า Pretest และ Posttest มีความสัมพันธ์เหมือนกัน (Slope เท่ากัน) จึงใช้ ANCOVA วิเคราะห์ต่อไป

ตารางที่ 4.4 แสดงผลการวิเคราะห์ ANCOVA ได้ค่าสถิติทดสอบ $F = .307$ และ $\text{Sig.} = .581$ จึงยอมรับ H_0 นั่นคือ วิธีการสอนทั้ง 2 แบบมีประสิทธิภาพไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.4 ผลการทดสอบบทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอน [Mean, (SD)]

Group	Teacher	Teacher control
Pretest	31.51 (5.0334)	33.66 (4.4914)
Posttest	33.80 (7.2434)	34.77 (3.8127)

* ANCOVA, $F = .307$ และ $\text{Sig.} = .581$

เมื่อวิเคราะห์ประสิทธิภาพของการสอนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา เปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม คะแนน Pretest และ Posttest และเมื่อวิเคราะห์ Homogeneity-of-slopes ได้ค่า $F = .643$, $\text{Sig.} = .428$ จึงสรุปว่าไม่สามารถปฏิเสธ H_0 ได้ นั่นคือ Slope ของเส้นแสดงความสัมพันธ์ไม่แตกต่างกันในแต่ละกลุ่ม (Homogeneity-of-slopes) หมายถึง Posttest และ Pretest มีความสัมพันธ์กันในรูปแบบเดียวกัน ซึ่งสรุปได้ว่า Pretest และ Posttest มีความสัมพันธ์เหมือนกัน (Slope เท่ากัน) จึงใช้ ANCOVA วิเคราะห์ต่อไป

ตารางที่ 4.5 แสดงผลการวิเคราะห์ ANCOVA ได้ค่าสถิติทดสอบ $F = .399$ และ $\text{Sig.} = .529$ จึงยอมรับ H_0 นั่นคือ วิธีการสอนทั้ง 2 แบบมีประสิทธิภาพไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.5 ผลการทดสอบบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน [Mean, (SD)]

Group	CAI	CAI control
Pretest	24.65 (4.9529)	27.44 (4.8169)
Posttest	25.00 (6.1502)	25.74 (5.9343)

* ANCOVA, $F = .399$ และ $\text{Sig.} = .529$

หมวดที่ 3 ผลการทดสอบร้อยละความพึงพอใจ

ผลการศึกษาความพึงพอใจต่อการเรียนแบบใหม่ โดยสอบถามนักเรียนจากกลุ่มที่สอนโดยใช้บทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอนและกลุ่มที่เรียนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา ได้ผลตามตารางที่ 4.11 โดยพบว่า กลุ่มที่สอนโดยใช้บทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอน พบว่า ส่วนใหญ่คือร้อยละ 86.4 พึงพอใจ ร้อยละ 13.6 ไม่แน่ใจ และไม่มีคนไม่พึงพอใจเลย เมื่อสอบถามถึงความพึงพอใจนักเรียนส่วนใหญ่พึงพอใจกับเนื้อหาและภาพประกอบที่อาจารย์ใช้ประกอบการสอน ส่วนกลุ่มที่เรียนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษามีความพึงพอใจร้อยละ 73.9 ไม่แน่ใจร้อยละ 8.7 และไม่พึงพอใจร้อยละ 17.4 สาเหตุที่ไม่พึงพอใจส่วนหนึ่งนักเรียนบอกว่าการใช้งานบทเรียนยุ่งยากซับซ้อน ขาดเสียงประกอบ ขาดเสียงอธิบาย เป็นต้น

ตารางที่ 4.6 ความพึงพอใจต่อการเรียนแบบใหม่

	Teacher (n=59)	CAI (n=46)
พึงพอใจ	51 (86.4%)	34 (73.9%)
ไม่แน่ใจ	8 (13.6%)	4 (8.7%)
ไม่พึงพอใจ	0 (0%)	8 (17.4%)

บทที่ 5

การอภิปรายผล

แนวคิดเกี่ยวกับการสอนเพศศึกษาเป็นเรื่องราวที่ได้มีการถกเถียงและโต้แย้งกันมาเป็นเวลานานแล้ว สุชาติ โสมประยูรและวรณี โสมประยูร⁽¹⁴⁾ ได้กล่าวถึงข้อขัดแย้งในการสอนเพศศึกษา เช่น การสอนเพศศึกษาจะเป็นการกระตุ้นให้เด็กมีความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องเพศมากขึ้น ทำให้เด็กแก่แดด หรือทำให้เด็กใจแตก ทำให้เด็กตื่นตระหนกตกใจ ทำให้เด็กอยากลองในเรื่องเพศ หรือเป็นการชี้โพรงให้กระรอก หรือแม้กระทั่งการโต้แย้งกันว่าการสอนเพศศึกษาเป็นดาบสองคมจริงหรือไม่ อย่างไรก็ตามการสอนเพศศึกษาได้ให้ประโยชน์หลายประการ ได้แก่ เพศศึกษาช่วยให้เด็กๆ ได้เกิดทัศนคติที่ดีว่าอวัยวะทุกส่วนของร่างกายและการเจริญเติบโตในแต่ละช่วงของชีวิตนั้นเป็นสิ่งที่น่าพึงปรารถนาและมีจุดมุ่งหมายอยู่ด้วยเสมอ เพศศึกษาจะช่วยให้เด็กๆ ได้มีความเข้าใจเรื่องกระบวนการสืบพันธุ์ของมนุษย์อย่างชัดเจน ช่วยเตรียมตัวเด็กๆ เพื่อให้สามารถเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ช่วยให้บุคคลวัยรุ่นหนุ่มสาวทั้งหลายได้มองเห็นอย่างชัดเจนว่าความประพฤติทางเพศซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นได้นั้นจำเป็นจะต้องตั้งอยู่บนรากฐานของการกระทำหรือการแสดงออกที่บริสุทธิ์ใจ ช่วยให้เด็กๆ เกิดความภาคภูมิใจในเกียรติและศักดิ์ศรีแห่งเพศของตน และช่วยปลูกฝังความรู้สึกที่ดีต่อเรื่องเพศ เป็นต้น ในปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปแล้วว่าการสอนเพศศึกษามีประโยชน์ต่อทั้งตัวเด็กและสังคมโดยรวม^(1-3, 7)

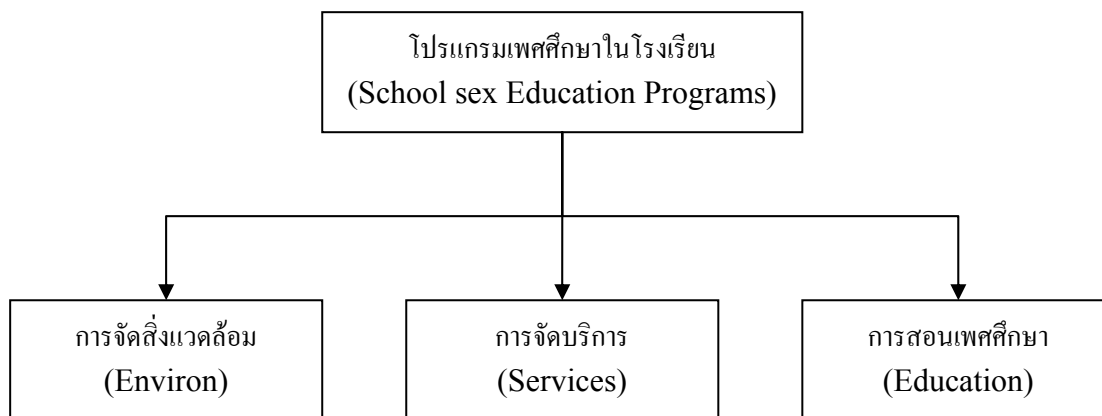
ความมุ่งหมายที่สำคัญที่สุดของการสอนเพศศึกษานั้น ก็เพื่อต้องการจะช่วยให้เด็กๆ รู้จักคิดเกี่ยวกับเรื่องเพศได้อย่างถูกต้อง และรู้จักแสดงออกซึ่งพฤติกรรมทางเพศได้อย่างฉลาด โดยที่ตัวเด็กเองก็พอใจและสังคมก็ยอมรับ ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในโรงเรียน⁽¹⁴⁾ แยกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของครู มีความโน้มเอียงไปในทางการสร้างเสริมคุณภาพและคุณธรรมให้แก่เด็ก โดยเน้นถึงการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุและการป้องกันไว้ก่อนล่วงหน้า
2. ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของบุคคลทั่วไป โดยความมุ่งหมายส่วนใหญ่จะเน้นที่การแก้ปัญหาที่กำลังเผชิญหน้าอยู่ในสังคม และเป็นการแก้ที่ปลายเหตุมากกว่าที่ต้นเหตุ หรือเป็นการแก้ไขมากกว่าการป้องกันนั่นเอง

การสอนเพศศึกษาเพื่อให้ได้ผลสมบูรณ์ตามความมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการจัดทำหลักสูตรและแผนการสอนขึ้นไว้สำหรับเป็นแนวปฏิบัติของครู สุชาติ โสมประยูรและวรณี โสมประยูร⁽¹⁴⁾ ได้เสนอแนะถึงหลักเบื้องต้นทั่วไปเพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดทำหลักสูตร ประมวลผลการสอนและแผนการสอนสำหรับการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนระดับต่างๆ ไว้ดังนี้

1. การสอนเพศศึกษาในโรงเรียนเป็นกระบวนการที่สัมพันธ์ต่อเนื่อง
2. หลักสูตรเพศศึกษาจะต้องจัดขึ้นเพื่อสนองความสนใจ ความต้องการและปัญหาของเด็กเสมอ
3. ไม่ควรจัดเพศศึกษาให้แยกออกมาเป็นวิชาอิสระวิชาหนึ่งต่างหาก
4. เนื้อหาสาระหรือหัวข้อต่างๆที่จัดลงในหลักสูตรเพศศึกษาควรจะต้องคำนึงถึงลักษณะทางด้านจิตใจและสังคมหรือประเพณีวัฒนธรรมให้มากพอๆกับลักษณะทางด้านชีววิทยาและสุขวิทยาด้วยเหมือนกัน
5. เนื้อเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศควรจะต้องกล่าวถึงแต่ในลักษณะปกติธรรมดา เพื่อสร้างความชื่นชมในร่างกายมนุษย์และเน้นในแง่ของคุณงามความดี เกียรติยศ ความสุขและการประสบความสำเร็จในชีวิต
6. เนื้อหาหรือข้อเท็จจริงต่างๆที่จะใช้สอนนักเรียนครั้งหนึ่งๆทั้งในด้านประเภทและปริมาณ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในชั้นประถมศึกษาด้วยแล้ว ควรจะขึ้นอยู่กับความสนใจและความต้องการของเด็กในแต่ละครั้ง
7. การบรรจุเนื้อหาลงในหลักสูตรเพศศึกษาควรถือหลักที่ว่า “กันไว้ดีกว่าแก้” หรือ “ปลอดภัยไว้ก่อน”
8. ควรจัดสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศภายในโรงเรียนให้สอดคล้องกับการสอนเพศศึกษา โดยมีความมุ่งหมายเพื่อช่วยส่งเสริมการเรียนการสอนเพศศึกษาด้วย
9. ควรจัดให้มีบริการแนะแนวขึ้นเพื่อช่วยเหลือและสนับสนุนการสอนในห้องเรียนให้ได้ผลอย่างสมบูรณ์
10. ควรจัดให้มีกิจกรรมเสริมหลักสูตรหรือกิจกรรมนอกหลักสูตร

นอกจากนี้ การจัดโปรแกรมเพศศึกษาในโรงเรียนเพื่อการมุ่งสร้างเสริมพฤติกรรมเกี่ยวกับเรื่องเพศให้แก่เด็ก เพื่อก่อให้เกิดความรับผิดชอบและความสัมพันธ์อันดีระหว่างกัน จนผลสุดท้ายทำให้เด็กๆสามารถปรับตัวทางเพศได้ดี โดยที่ตนเองพอใจและสังคมก็ยอมรับด้วยนั้น จำเป็นที่ทางโรงเรียนจะต้องจัดโปรแกรมเพศศึกษาขึ้น มิใช่มุ่งแต่สอนเพศศึกษากันเพียงเฉพาะในห้องเรียนตามหลักสูตรเท่านั้น โปรแกรมเพศศึกษาในโรงเรียนดังกล่าวอาจประกอบ 3 ประการ ได้แก่ การจัดสิ่งแวดล้อม การจัดบริการ และการสอนเพศศึกษา ผสมผสานหรือบูรณาการเข้าด้วยกัน โดยการร่วมมือช่วยเหลือและสนับสนุนจากทางบ้าน ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ดังภาพที่ 5-1 ข้างล่างนี้ คือ



ภาพที่ 5-1 องค์ประกอบการจัดโปรแกรมเพศศึกษาในโรงเรียน

สำหรับการศึกษานี้เป็นการศึกษาต่อเนื่องจากงานวิจัยเดิมเรื่อง ความรู้ เจตคติและพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนประถมและมัธยมศึกษา⁽¹⁰⁾ เพื่อพัฒนาชุดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาสำหรับใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นซึ่งเป็นกลุ่มนักเรียนที่มีคะแนนความรู้ด้านเพศศึกษาดำที่ต่ำที่สุดที่พบในการศึกษาเดิม และเนื่องจากในขณะที่เริ่มทำการวิจัยนี้เป็นระยะที่การปฏิรูปการศึกษากำลังเข้มข้นและมีพัฒนาการทางด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีทางการศึกษาค่อนข้างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งมัลติมีเดียเพื่อการศึกษา (Multimedia for education) ซึ่งเป็นสื่อสมัยใหม่ที่สำคัญมากอย่างหนึ่งในจำนวนเทคโนโลยีสารสนเทศทั้งหลาย ซึ่งได้นำเอาความก้าวหน้าของเทคโนโลยีดิจิทัล (Digital technology) มาใช้ในวงการการศึกษา สื่อมัลติมีเดียได้ใช้คอมพิวเตอร์นำเอาข้อความ ภาพและเสียง ในรูปแบบต่างๆ ซึ่งถูกบันทึกไว้ในรูปของข้อมูล มาแสดงผลแปลงกลับเป็นข้อความ ภาพและเสียงทางจอภาพ และลำโพง ผสมผสานกัน รวมทั้งควบคุมการแสดงผลของสื่อเหล่านั้นโดยโปรแกรม (Program) ตั้งงานคอมพิวเตอร์ ทำให้สื่อเหล่านั้นมีลักษณะพิเศษขึ้น มีพลังในการสื่อสารอย่างมีชีวิตชีวา มากกว่าที่เกิดจากการใช้อุปกรณ์อื่นๆ^(16, 17) ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์รวมแนวคิดต่างๆ เหล่านี้เข้าด้วยกันและทำการศึกษาวิจัยนี้ขึ้น

การดำเนินงานวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยกำหนดยุทธศาสตร์ กรอบแนวคิดและการพัฒนาเครื่องมือหลายอย่าง ดังต่อไปนี้ คือ

การกำหนดกรอบแนวคิดของเพศศึกษาตามแนวทางการให้การศึกษาเรื่องชีวิตและครอบครัวศึกษาของกรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ⁽⁴⁻⁷⁾ ซึ่งประกอบด้วยเนื้อหาสาระหลักของเพศศึกษา 6 บท ดังนี้ คือ บทที่ 1 พัฒนาการของมนุษย์ (Human development) บทที่ 2 สัมพันธภาพ (Relationships) บทที่ 3 ทักษะส่วนบุคคล (Personal skills) บทที่ 4 พฤติกรรมทางเพศ (Sexual behavior) บทที่ 5 สุขอนามัยทางเพศ (Sexual health) และบทที่ 6 สังคมและวัฒนธรรม (Society and culture)⁽⁷⁾

ขั้นตอนต่อมา คือ การพัฒนาเนื้อหาสาระให้สอดคล้องกับระดับอายุของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ดังปรากฏในภาคผนวกท้ายรายงานฉบับนี้ โดยได้รวบรวมเนื้อหาในส่วนที่มีปรากฏอยู่แล้วในหนังสือเรียนทั่วไปและหนังสือด้านเพศศึกษาที่เกี่ยวข้องเพื่อให้ครอบคลุมหัวข้อและเนื้อหาสาระที่กำหนดไว้ในแนวทางการให้การศึกษาเรื่องเพศ⁽²²⁻⁹⁰⁾

เนื้อหาสาระที่ได้พัฒนาแล้วได้ส่งให้ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเพศศึกษา ด้านการศึกษา และด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา (ภาคผนวก ก.) ช่วยตรวจสอบและนำมาปรับปรุงเนื้อหาให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

เมื่อได้เนื้อหาสาระที่ผ่านการตรวจสอบและปรับปรุงแล้ว ผู้วิจัยได้จัดทำเป็นเอกสารประกอบการสอนและชุดภาพประกอบที่จัดทำเป็นบทเรียน เพื่อให้ครูผู้สอนสามารถใช้สอนผ่านเครื่องฉายภาพแอลซีดีได้ ขณะเดียวกันผู้วิจัยก็ได้ส่งเนื้อหาสาระและชุดภาพประกอบนี้ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านคอมพิวเตอร์เพื่อนำไปพัฒนาเป็นบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนและทดสอบปรับปรุง และได้เป็นบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาที่บันทึกลงบนแผ่นซีดีและติดตั้งในเครื่องเซิร์ฟเวอร์ของห้องเรียนคอมพิวเตอร์ เพื่อให้นักเรียนสามารถเรียนด้วยตัวเองในเครื่องคอมพิวเตอร์แต่ละเครื่องในเครือข่ายท้องถิ่นได้

สิ่งที่ได้ทำไปพร้อมๆกัน คือ การสร้างแบบทดสอบเพื่อเป็นเครื่องมือในการวัดความรู้และใช้วัดประสิทธิภาพของบทเรียนโดยการทดสอบคะแนนความรู้ด้านเพศศึกษาก่อนและหลังการเรียนการสอน ผู้วิจัยได้สร้างแบบทดสอบนี้โดยพัฒนาต่อจากแบบสอบถามเรื่องความรู้ด้านเพศศึกษาจากการวิจัยเดิมก่อนหน้านี้⁽¹⁰⁾ และได้ปรับปรุงและทำการวิเคราะห์จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม จำแนกเป็นรายบท ส่งให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบและนำไปทดสอบภาคสนาม ได้แบบทดสอบจำนวน 60 ข้อ ที่ใช้เป็นเครื่องมือสำหรับวัดคะแนนของการวิจัยนี้ดังปรากฏในภาคผนวก ง. เครื่องมือนี้นับเป็นสิ่งสำคัญเพราะใช้เป็นเครื่องมือมาตรฐานในการวัดประสิทธิภาพของการเรียนการสอนด้านเพศศึกษานี้โดยตรง

ภายหลังเมื่อได้ติดตั้งบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนนี้ในห้องปฏิบัติการคอมพิวเตอร์แล้ว ปรากฏว่าเกิดความขัดข้องขึ้นบ้างบางประการ อาทิ ความไม่คุ้นเคยการใช้งานเครื่องคอมพิวเตอร์ของนักเรียน นอกจากนี้ความยากง่ายในการใช้โปรแกรมก็ทำให้การเรียนการสอนในระยะแรกเกิดความงุ่มง่ามบ้าง อย่างไรก็ตามเมื่อนักเรียนได้เรียนรู้ไปแล้ว 2 - 3 ครั้งก็สามารถใช้งานบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนนี้ได้ดี โดยใช้เวลาในการเรียนการสอนทั้งสิ้น 8 คาบ คาบละประมาณ 50 นาที

วิธีการในการประเมินประสิทธิภาพของบทเรียนที่ใช้ในการวิจัยนี้ ใช้วิธีการวิเคราะห์ทางสถิติขั้นสูงที่เรียกว่า การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance - ANCOVA) ซึ่งต้องมีการเตรียมการวิเคราะห์หลายขั้นตอน ประกอบด้วย การทดสอบความรู้ด้านเพศศึกษาก่อนใช้บทเรียน (Pretest) การทดสอบความรู้ด้านเพศศึกษาหลังใช้บทเรียน (Posttest) การวิเคราะห์เส้น

แสดงความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่ม (Homogeneity-of-slopes) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCOVA) นอกจากนี้การหาประสิทธิภาพบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนจากสูตรที่กำหนดจะต้องมีการทดสอบเพื่อเก็บคะแนนจากแบบฝึกหัดท้ายบทและแบบทดสอบ ซึ่งได้ดำเนินการเก็บคะแนนจากแบบฝึกหัดท้ายบททุกบท รวม 6 ชุดๆละ 10 ข้อ รวม 60 ข้อ และการเก็บคะแนนจากแบบทดสอบตอนท้ายสุด 1 ชุด 60 ข้อ 60 คะแนน

ผลการเรียนจากการประเมินโดยแบบทดสอบ พบว่า ผลการเรียนของทั้งสามกลุ่มแตกต่างกันทางสถิติ อย่างไรก็ตามเมื่อวิเคราะห์เป็นคู่ ระหว่างการสอนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม และ ระหว่างการสอนโดยใช้บทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอนเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม พบว่า ประสิทธิภาพของการเรียนการสอนทั้ง 2 วิธีไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม เหตุผลที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะทักษะการใช้งานคอมพิวเตอร์ของนักเรียนอาจยังไม่ชำนาญนัก และเนื้อหาสำหรับการสอนที่มีค่อนข้างมากซึ่งต้องทำการสอนให้แล้วเสร็จภายใน 8 คาบเรียน อาจเป็นปัจจัยที่ทำให้ผลการเรียนของนักเรียนแต่ละกลุ่มทดลองไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม

จุดอ่อนประการหนึ่งของการศึกษานี้ คือ กลุ่ม Control (CAI control และ Teacher control) อาจจะไม่ใช้กลุ่มควบคุมแท้จริง เพราะยังให้ Treatment คือ ครูสอนปกติ ผลการสอบขั้นสุดท้ายจึงน่าจะมาจากการสอนของครูด้วย ฉะนั้นตัวที่จะช่วยให้การพิจารณาการใช้สื่อช่วยสอน ทำให้อธิบายผลได้ง่ายขึ้น คือ หากค่าประสิทธิภาพของสื่อ เพราะเป็นที่ทราบโดยทั่วไปแล้วว่าไม่มีวิธีการไหนจะผู้สอนของครู ยิ่งครูที่ใช้สื่อต่างๆประกอบการสอนด้วยแล้วยังมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น แต่เหตุผลหลักที่จะพยายามใช้สื่อช่วยสอนก็เพื่อให้ครูคนหนึ่งสามารถสอนนักเรียนได้มากขึ้น ใช้เวลาอยู่กับนักเรียนน้อยลง ปรับบทบาทแต่ให้กระบวนการเรียนรู้เป็นไปด้วยดีเหมือนมีครูสอนอยู่ตรงหน้า

การเปรียบเทียบการได้รับความรู้เพิ่มจาก Pretest-posttest ธรรมดาอาจจะไม่ใช่เพราะสื่อหรือวิธีสอนก็ได้ เพราะพื้นฐานความรู้ที่ได้จาก Pretest ของแต่ละคนไม่เท่ากันหรือจะดูจาก Posttest อย่างเดียวก็ไม่เหมาะ เพราะคะแนนที่ได้ไม่ใช่ตัวชี้ว่าเกิดจากสื่อ

เหตุผลประการหนึ่งที่ทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอาจเนื่องมาจากปัญหาบางประการที่วิภา อุดมพันธ์⁽¹⁹⁾ ได้กล่าวไว้ถึงปัญหาการใช้สื่อ CAI ว่าปัญหาอุปสรรคขัดขวางความแพร่หลายในการใช้สื่อ CAI ก็คือบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถด้านคอมพิวเตอร์ยังมีน้อย แม้แต่ครูอาจารย์ในสาขาวิทยาศาสตร์ยังไม่มีความพร้อมถึงขั้นที่จะนำคอมพิวเตอร์มาใช้ในการสอน หากผู้ใช้สื่อยังไม่พร้อมเสียแล้ว ก็ไม่ต้องพูดถึงบุคลากรที่จะเป็นผู้ผลิตหรือสร้างสรรค์สื่อ ปัจจุบันกล่าวได้ว่า บุคลากรที่สนใจการสร้างสื่อคอมพิวเตอร์ช่วยสอนยังขาดแคลนมาก บทเรียน CAI ต้องการผู้ชำนาญเฉพาะด้านมากกว่าหนึ่งคนขึ้นไป เป็นกระบวนการผลิตที่ต้องร่วมมือกันเป็นทีมงาน แต่ผู้ที่มีความรู้ทางการเขียนโปรแกรม (Programmer)

ยังมีน้อย นักวิชาการที่เชี่ยวชาญในด้านเนื้อหา (Content expert) มีอยู่ไม่กี่จริง แต่ยังไม่พร้อมที่จะเสียสละเวลานั่งลงทำงานอย่างอดทนร่วมกับผู้ผลิตคนอื่นๆ หนทางที่จะส่งเสริมให้สื่อ CAI ได้นำไปใช้ประโยชน์กว้างขวางแพร่หลายมากกว่านี้ จึงต้องพัฒนาทัศนคติที่ดีและความรู้ที่ลึกซึ้งต่อเทคโนโลยีคอมพิวเตอร์ให้กับบุคลากรที่น่าจะเป็นผู้นำ CAI ไปใช้และบุคลากรที่มีศักยภาพในการสร้างสรรค์และพัฒนา CAI เสียก่อนเป็นอันดับแรก นอกจากปัญหาด้านบุคลากรและความเชี่ยวชาญแล้ว การสร้างสื่อคอมพิวเตอร์ช่วยสอนยังเป็นเรื่องที่ต้องใช้เวลา แรงงาน ความอดทนและงบประมาณรายจ่ายค่อนข้างสูง ทุกวันนี้การใช้สื่อคอมพิวเตอร์ช่วยสอนในประเทศไทยกล่าวได้ว่ายังอยู่ในขั้นเริ่มต้น แม้จะมีผู้มองเห็นประโยชน์เพิ่มมากขึ้น และมีแนวโน้มว่าสื่อคอมพิวเตอร์จะแพร่หลายต่อไป แต่เพราะอุปสรรคความยากลำบากในการผลิต ทำให้คุณภาพของสื่อคอมพิวเตอร์ที่มีใช้กันอยู่ในปัจจุบัน ยังมีจุดอ่อนค่อนข้างมาก ปัญหาที่พบเห็นบ่อยเป็นเรื่องเกี่ยวกับปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับบทเรียนซึ่งยังมีประสิทธิภาพไม่เพียงพอ ผู้เรียนถูกจำกัดให้เลือกคำตอบจากรายการที่กำหนดให้เท่านั้น กิจกรรมและการมีส่วนร่วมของผู้เรียนไม่หลากหลาย แต่ปัญหาคุณภาพยังไม่สำคัญเท่ากับปัญหาปริมาณที่ยังมีน้อยเกินไป ทั้งๆที่เครื่องคอมพิวเตอร์ (Hardware) เข้าถึงสถาบันการศึกษาระดับโรงเรียนเกือบทุกแห่งแล้ว แต่บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (Software) มีให้เลือกน้อยมาก จากสภาพทั้งหมดดังกล่าวจึงเป็นความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องกระตุ้นให้เกิดการพัฒนาสื่อคอมพิวเตอร์ช่วยสอนในบ้านเราให้มีการยกระดับทั้งด้านปริมาณและคุณภาพ

นอกจากนี้ปัญหาในการประเมินผลประสิทธิภาพของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนยังมีอยู่อีกมาก ดังที่ วิภา อุดมฉันท⁽¹⁹⁾ ได้กล่าวถึงขั้นตอนการประเมินผลของบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนซึ่งประกอบด้วย 3 ขั้นตอนย่อย ได้แก่ ขั้นที่ 1 ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาและผู้เชี่ยวชาญการออกแบบสื่อการสอนเป็นผู้ประเมินทั้งเนื้อหา รูปแบบและการใช้บทเรียน ขั้นตอนที่ 2 ให้ตัวแทนนักเรียน ซึ่งจะเป็นผู้ใช้ทดลองเรียนภายใต้การกำกับของผู้ผลิต แล้วให้นักเรียนเสนอ Feedback ขั้นสุดท้าย นำบทเรียนไปให้นักเรียนใช้ในสถานการณ์การเรียนการสอนที่เป็นปกติ เพื่อยืนยันผลอีกครั้ง โดยพบว่าคนส่วนใหญ่มองข้ามความสำคัญของการทดสอบผลในขั้นสุดท้ายนี้อาจเนื่องมาจากว่า ผู้ผลิตรู้สึกเหนื่อยกับการทุ่มเทแรงกายแรงใจลงไปมาก เมื่อผลงานสำเร็จออกมาจึงตื่นเต้นดีใจและรีบร้อนนำไปใช้ บางคนแม้จะยังคิดถึงการทบทวนในขั้นสุดท้ายอยู่บ้าง แต่ด้วยข้อจำกัดของ

ตารางที่ 4.2 ผลการศึกษา Pretest และ Posttest, [Mean, (SD)] (คะแนนเต็ม 60 คะแนน)

	โรงเรียน ก.	โรงเรียน ข.	โรงเรียน ค.	โรงเรียน ง.
การจัดกลุ่ม	CAI	CAI control	Teacher	Teacher control
Pretest	24.65 (4.9529)	27.44 (4.8169)	31.51 (5.0334)	33.66 (4.4914)
Posttest	25.00 (6.1502)	25.74 (5.9343)	33.80 (7.2434)	34.77 (3.8127)

เวลาจึงรีบทำโดยรวบรัดพอเป็นพิธี ทั้งหมดนี้ คือความผิดพลาดที่ไม่สมควรให้เกิดขึ้น ผู้ผลิตควรต้องใช้ความพยายามเป็นพิเศษกับการประเมินผลขั้นสุดท้ายอย่างถี่ถ้วน อย่างไรก็ตามการยืนยันรับรองขั้นสุดท้ายมีความจำเป็นด้วยเหตุผลสำคัญ 2 อย่าง ประการที่หนึ่ง สถานการณ์ที่เป็นจริงที่จะมีการใช้บทเรียนต่างจากสถานการณ์ในขั้นทดสอบต้นแบบมาก ประการที่สอง แม้ว่าเราจะคัดเลือกนักเรียนที่เป็นตัวแทน 3 ระดับมาแล้ว ก็ยังไม่เพียงพอที่จะเป็นตัวแทนของนักเรียนทั้งหมด ข้อมูลที่ได้จากนักเรียน 3-4 คน ไม่สามารถขยายผลไปสู่ประชากรกลุ่มเป้าหมายทั้งหมดได้ วัตถุประสงค์หลักของการยืนยันรับรองบทเรียน ก็เพื่อความมั่นใจว่าผู้เรียนได้เรียนในสิ่งที่ผู้ผลิตตั้งใจ มีหลายวิธีที่จะใช้ในการวัดสิ่งที่ต้องการนี้ วิธีที่หนึ่ง โดยการวัดปริมาณความรู้ ทั้งก่อนและหลังจบบทเรียน ความรู้ใดๆที่ได้รับเพิ่มเติมหลังจบบทเรียน อนุมานได้ว่าเป็นความรู้ที่มาจากบทเรียน วิธีที่สอง ซึ่งเป็นวิธีที่ใช้กันทั่วไป คือ การนำผลการเรียนของนักเรียนมาเป็นตัวบ่งชี้ว่าสื่อการสอนทำหน้าที่ได้ดีแค่ไหน เช่น ถ้านักเรียนทำคะแนนได้ดีในคำถามชุดสุดท้ายของบทเรียน นั่นคือ ข้อยืนยันว่านักเรียนได้เรียนรู้เนื้อหาวิชาอย่างแท้จริง ยังมีอีกวิธีหนึ่งที่วัดได้ คือให้แบบทดสอบกับนักเรียนคนเดิม หลังจากจบบทเรียนไปแล้วสักระยะเวลาหนึ่ง เพื่อดูว่านักเรียนยังคงจำสิ่งที่เรียนได้มากน้อยเพียงใด การประเมินผลเป็นหัวใจสำคัญของบทเรียนที่ผู้ผลิตต้องการเน้น คุณภาพสื่อ CAI ที่ผลิตขึ้นเพื่อการคำนวณใหญ่ละเอียดที่จะทำการประเมินผล คุณค่าทางศิลปะก็ต่ำ สื่อคอมพิวเตอร์ต่างกับสื่อสิ่งพิมพ์ทั่วไป หนังสือเล่มไหนไม่ดีก็เป็นเรื่องของหนังสือเล่มนั้น โดยเฉพาะ แต่สำหรับสื่อคอมพิวเตอร์สังคมมักให้ทัศนคติที่มอง สื่อคอมพิวเตอร์โดยรวมๆ ใครมีประสบการณ์พบเห็นสื่อคอมพิวเตอร์ที่ด้อยคุณภาพบ่อยๆ ก็เกิดเป็นทัศนคติที่ไม่ดีต่อสื่อคอมพิวเตอร์โดยรวม ทั้งนี้เพราะเทคนิคและวิธีการสอนด้วยสื่อคอมพิวเตอร์เป็นลักษณะเด่นที่ไม่เหมือนใคร เป็นผลจากการใช้เทคโนโลยีที่ล้ำหน้าของคอมพิวเตอร์ บทเรียน CAI ที่ไม่ได้ใช้ความพยายามขุดค้นข้อได้เปรียบต่างๆ ของคอมพิวเตอร์ออกมาใช้ พิถีพิถันในการออกแบบอย่างถูกต้อง เพื่อนำเสนอเนื้อหาแก่ผู้เรียนด้วยวิธีการใหม่สมกับที่ได้ชื่อว่า Multimedia สื่อคอมพิวเตอร์ก็จะไม่แตกต่างจากสื่ออย่างอื่น และยิ่งอาจเสียเปรียบสื่ออย่างอื่นตรงที่มีราคาแพง การผลิตยุ่งยาก การใช้ก็ยุ่งยาก เพราะต้องการอุปกรณ์และความรู้พิเศษหลายอย่าง

กลุ่ม Control (CAI control และ Teacher control) เป็นกลุ่มที่ใช้ครูสอนเพียงแต่เนื้อหาเดิม เนื้อหาใหม่ ปกติเนื้อหาของบทเรียนจะขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ซึ่งกำหนดไว้แตกต่างกัน เนื้อหาจึงต้องแตกต่างกันเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ เมื่อวัตถุประสงค์ต่างกัน แบบทดสอบความรู้ก็แตกต่างกัน จึงอาจจะนำมาเปรียบเทียบกันยาก เพราะสื่อการสอนหรือวิธีสอนแต่ละอย่างก็เหมาะกับเนื้อหาที่สอนแต่ละประเภทแตกต่างกัน หรืออาจจะกล่าวได้ว่าเนื้อหาเรียนแต่ละประเภทจะเหมาะสมกับสื่อการสอนแตกต่างกัน

ท้ายที่สุด ถึงแม้ว่าการศึกษานี้จะพบว่าบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาที่พัฒนาขึ้นยังไม่มีประสิทธิภาพในการเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ ก็ไม่ใช่ข้อค้นพบที่จะทำให้เกิดความวิตกกังวลต่อการพัฒนาสื่อการเรียนการสอนประเภทใหม่นี้ เนื่องจากปรัชญาที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับการใช้คอมพิวเตอร์ช่วยสอนมีความสำคัญมาก ดังที่ พรวิไล เลิศวิชา^(16, 17) ได้กล่าวไว้ดังนี้ คือ

1. ในโลกแห่งความเป็นจริงที่กำลังดำเนินอยู่ นักเรียนต้องเรียนรู้ที่จะทำหน้าที่ได้อย่างเหมาะสมเพื่อให้อยู่รอดและประสบความสำเร็จในชีวิต
2. การเรียนรู้เป็นกระบวนการเชิงสร้างสรรค์ ซึ่งนักเรียนจะได้สังเกตและแปลความหมายแห่งความเป็นจริงและสร้างสรรค์ความเข้าใจที่ถูกต้องและดีงาม
3. การที่จะบรรลุผลสำเร็จสองประการข้างต้นได้ จำเป็นจะต้องมีวิธีการสองวิธี คือ พึงระลึกว่าการเรียนรู้เป็นวิธีการเชิงสร้างสรรค์ อีกทั้งยังมีความจริงแท้หลายประการที่ต้องเรียนรู้ข้อเท็จจริงที่ว่า การเรียนรู้เป็นวิธีการเชิงสร้างสรรค์ไม่ได้หมายความว่าความรวมถึงการให้การศึกษาเข้าไปด้วย การให้การศึกษาควรเป็นไปในลักษณะวิธีการสอนโดยตรง การถ่ายทอดประสบการณ์ การทดลองหรือค้นคว้า หรือวิธีการอื่นๆอีกมากมาย

การออกแบบผลิตภัณฑ์ที่ช่วยให้ผู้คนได้เรียนรู้เป็นงานที่ยากลำบาก แต่ก็ป็นงานที่สร้างประสบการณ์ที่คุ้มค่า ไม่ว่าจะยึดหลักปรัชญาใดก็ตาม เพราะทุกหลักปรัชญามีจุดมุ่งหมายร่วมกันตรงกันคือทำให้ผู้คนได้เรียนรู้ในสิ่งที่ป็นประโยชน์และมีความหมาย

สรุปการวิจัย

การศึกษาเชิงทดลอง เรื่อง การสอนเพศศึกษาโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนมีทั้งหมด 6 บท แต่ละบทให้เวลาเรียนประมาณ 50 นาที การเรียนเพศศึกษาใช้เวลาทั้งสิ้น 8 คาบเรียน บทเรียนมีขนาดเนื้อที่ความจำประมาณ 192 เมกะไบต์ซึ่งสามารถเขียนลงในแผ่นซีดีแผ่นเดียวได้ นำมาทดลองใช้ในโรงเรียนที่ถูกเลือกอย่างสุ่ม จำนวน 1 ห้องเรียน เป็นนักเรียนชายจำนวน 46 คน พบว่ามีอุปสรรคในช่วงแรกของการศึกษาเนื่องจากความไม่คุ้นเคยและทักษะด้านคอมพิวเตอร์ของนักเรียน ทำให้เกิดความล่าช้าในกลุ่มที่บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนในระยะแรก อย่างไรก็ตามเมื่อใช้บทเรียนไประยะหนึ่งแล้วปรากฏว่านักเรียนมีความคุ้นเคยและสามารถใช้บทเรียนได้เป็นอย่างดี การทดสอบทางสถิติพบว่ากลุ่มนักเรียนที่ใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม (1 ห้องเรียนจากโรงเรียนอีกแห่ง มีนักเรียน 39 คน เป็นชาย 19 คน หญิง 20 คน) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ANCOVA, $F = .399$, $Sig. = .529$) ในการซักถามนักเรียนที่ได้เรียนบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนนี้ พบว่าร้อยละ 73.9 มีความพึงพอใจต่อบทเรียนช่วยสอนนี้ ผลการศึกษานี้บ่งว่า บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาอาจจะเป็นวิธีการหนึ่งที่สนับสนุนการเรียนรู้

เรื่องเพศได้โดยการสนับสนุนและเพิ่มช่องทางการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้
บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนประการหนึ่งได้แก่ความพร้อมในการใช้คอมพิวเตอร์ของนักเรียน

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1. ควรมีการส่งเสริมการใช้บทเรียนเพศศึกษาเนื้อหาใหม่โดยครูเป็นผู้สอนให้มากขึ้นเพื่อ
เสริมสร้างความรู้ด้านเพศศึกษาแก่นักเรียนในระยะเริ่มแรก
2. ควรมีการพัฒนาทักษะทางด้านคอมพิวเตอร์แก่นักเรียนตั้งแต่ระดับประถมศึกษาเพื่อเป็น
การเตรียมความพร้อมให้นักเรียนสามารถสร้างองค์ความรู้ขึ้นได้ด้วยตนเอง
3. ควรมีการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีการศึกษาใหม่ ปรัชญาแห่งยุคและแนวทางการจัด
การศึกษาให้แพร่หลายและเกิดการยอมรับ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรมีการกำหนดนโยบายและแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจนและสม่ำเสมอในการพัฒนาเนื้อหา
สาระด้านเพศศึกษาตามระดับวัยของเยาวชน อย่างเป็นระบบ โดยความร่วมมือของทุกภาค
ส่วน ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ตัวแทนเยาวชน และองค์กรต่างๆ เป็นต้น
2. ควรมีการกำหนดนโยบาย ยุทธศาสตร์ในการลดปัญหาของเยาวชน ตลอดจนการเสริมสร้าง
พลังแก่เยาวชน
3. ควรมีนโยบายที่จะสามารถสร้างองค์ความรู้เกี่ยวกับการดำเนินงานด้านเด็กและเยาวชน ทั้ง
ในระบบการศึกษาและนอกระบบการศึกษา ตลอดจนการที่จะนำองค์ความรู้เหล่านี้ไป
ประยุกต์ใช้แก้ไขปัญหาต่อไป

หัวข้อวิจัยที่ควรทำเพิ่มเติม

1. ควรมีการวิจัยและพัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาให้มีความน่าสนใจ
และความสะดวกในการใช้งานมากขึ้นกว่านี้
2. ควรมีการวิจัยและพัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษาเพื่อเป็นแหล่งความรู้
ใน World Wide Web ซึ่งจะทำให้การเรียนรู้เกิดได้กว้างขวางและเกิดได้ตลอดเวลา
3. ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับการศึกษาและพัฒนาทัศนคติของครูผู้สอนเพศศึกษาทุกระดับชั้น
ตั้งแต่ระดับประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย
4. ควรมีการวิจัยเพื่อศึกษาและพัฒนาทัศนคติของพ่อแม่ผู้ปกครองเพื่อการเรียนรู้เรื่องเพศและ
ทักษะชีวิตตั้งแต่ในระดับครอบครัว

บทที่ 6

บรรณานุกรม

1. World Health Organization. Programming for adolescent health and development – report of a WHO/UNFPA/UNICEF Study Group on Programming for adolescent health. Geneva: WHO; 1999.
2. Network 1997; 17(3).
3. Network 2000; 20(3).
4. กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. การเรียนการสอนเพศศึกษา – อดีต ปัจจุบัน และอนาคต. 2543.
5. กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. แนวทางการให้การศึกษาเรื่องชีวิตและครอบครัวศึกษา – ขอบข่ายสาระตามระดับชั้น. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์กรมศาสนา; 2543.
6. กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. แนวทางการให้การศึกษาเรื่องเพศ. 2543.
7. National Guidelines Task Force. Guidelines for comprehensive sexuality education – kindergarten – 12th grade. 2nd edition. New York: SIECUS; 1996.
8. วัชร เอี่ยมรัศมีกุล. โครงสร้างอายุมารดา ปี 2541-2542 โรงพยาบาลพนมไพร สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด. สรรพสิทธิ์เวชสาร 2543; 21(3): 79-87.
9. วัชร เอี่ยมรัศมีกุล. โครงสร้างอายุมารดา จังหวัดร้อยเอ็ด ปี 2541-2542. การประชุมวิชาการ ครั้งที่ 15 และการประชุมสามัญประจำปี พ.ศ. 2543 ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย 17-20 ตุลาคม 2543 ณ โรงแรมดุสิตไอร์แลนด์ รีสอร์ท จังหวัดเชียงราย.
10. วัชร เอี่ยมรัศมีกุล, ประทุม หงสาธา, บังอร สิมสีแก้ว, ละเมียด สิงห์ธีร์, ชุติมา ปิตลา. ความรู้ เจตคติและพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนประถมและมัธยมศึกษา. รายงานการวิจัย. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. เมษายน 2543.
11. แนวการจัดกระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนระดับ มัธยมศึกษาตอนต้น (ชั้นปีที่ 7-9) กระทรวงศึกษาธิการ.
12. บุญสม มาร์ติน, เทพนม เมืองแมน, บรรณาธิการ. หนังสือเรียนพลานามัย รายวิชา พ 013 - พ 014 สุขศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพฯ: บริษัทอักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด; 2543.
13. บุญสม มาร์ติน, เทพนม เมืองแมน, บรรณาธิการ. หนังสือเรียนพลานามัย รายวิชา พ 015 - พ 016 สุขศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพฯ: บริษัทอักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด; 2542.
14. สุชาติ โสมประยูร, วรณี โสมประยูร. เพศศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช; 2544.

15. Alessi SM, Trollip SR. Multimedia for learning – methods and development. 3rd edition. Needham Heights: Allyn Bacon; 2001.
16. พรวิไล เลิศวิชา. แนวทางการพัฒนามัลติมีเดียเพื่อการศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการคณะกรรมการการเทคโนโลยีสารสนเทศแห่งชาติ. 2542.
17. พรวิไล เลิศวิชา. มัลติมีเดียเทคโนโลยีกับโรงเรียนในศตวรรษที่ 21. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการคณะกรรมการการเทคโนโลยีสารสนเทศแห่งชาติ. 2544.
18. ยืน ภู่วรวรรณ. การพัฒนาเครื่องมือและเทคโนโลยีมัลติมีเดีย. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการคณะกรรมการการเทคโนโลยีสารสนเทศแห่งชาติ. 2542.
19. วิภา อุดมฉันท. การผลิตสื่อโทรทัศน์และสื่อคอมพิวเตอร์: กระบวนการสร้างสรรค์และเทคนิคการผลิต. ฉบับปรับปรุงใหม่. กรุงเทพฯ: บริษัทบุ๊คพอยท์จำกัด; 2544.
20. วุฒิชัย ประสารสอย. บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน: นวัตกรรมเพื่อการศึกษา. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด วิเจพรินต์; 2543.
21. บุรณะ สมชัย. การสร้าง CAI multimedia ด้วย Authorware 4.0. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น; 2542.
22. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน. พิมพ์ครั้งที่ 2. 2544.
23. กองวางแผนครอบครัวและประชากร กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. การศึกษาความพร้อมของพ่อแม่ในการสอนเพศศึกษาแก่ลูก. (ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์)
24. กองวางแผนครอบครัวและประชากร กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือการสอนทักษะชีวิตสำหรับวัยรุ่น โครงการพัฒนารูปแบบการให้บริการอนามัยเจริญพันธุ์แก่วัยรุ่น จังหวัดนครราชสีมา. กรุงเทพฯ: กองวางแผนครอบครัวและประชากร; 2543.
25. กองวางแผนครอบครัวและประชากร กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. แผนการอบรมเพศศึกษาสำหรับพ่อแม่ในโครงการหารูปแบบการจัดการศึกษาเรื่องเพศสำหรับครอบครัวและชุมชน. กรุงเทพฯ: บริษัทวิสคอมเซ็นเตอร์จำกัด; 2543.
26. กิจประมุข ดันตยาภรณ์, สมภพ ลิ้มพงสานุรักษ์, เยื่อน ตันนรินทร์, สุรศักดิ์ ฐานิพานิชสกุล, ดำรง ตรีสุโกศล, บรรณธิการ. นริเวชวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: โอเอสพริ้นต์เฮาส์; 2544.
27. ศีกฤทธิ์ ปราโมช. วัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ดอกหญ้า; 2544.
28. จันทรฉาย เตมียาการ. การเลือกใช้สื่อทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โอเอสพริ้นต์เฮาส์; 2533.
29. จันทรวิภา ดิลกสัมพันธ์. เพศศึกษา. กรุงเทพฯ: ศิลปาบรรณาการ; 2543.
30. จินตนา สราวุธพิทักษ์. การสอนสุขศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2539.
31. เจนเนตร ดำรงศิริกุล. Sex ชุบชิบ. กรุงเทพฯ : ไพลิน; 2543.

32. แจ็ค วิงฟิลด์, แองเจล่า วิงฟิลด์. โตกับเขาซะที – ความจริง ความรู้สึก ความสนุกสนาน. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น; 2542.
33. ชวนชม สกนธวัฒน์. การคุมกำเนิด. พิมพ์ครั้งที่ 3. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2538.
34. ญัฐกานต์. Modern sex – เพศศึกษาสำหรับคนรุ่นใหม่. กรุงเทพฯ : ไพลิน; 2543.
35. ดอนฮวน (หนุ่ม). Sex is beautiful เติมรักเพศรส. กรุงเทพฯ : ไพลิน; 2543.
36. ทิวสน. เพศศึกษาสำหรับชีวิตประจำวัน. กรุงเทพฯ: ไพลิน; 2543.
37. ทิวสน. เพศศึกษาสำหรับลูกผู้ชาย. กรุงเทพฯ : ไพลิน; 2543.
38. นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์. วิเคราะห์ปัญหาสำคัญในสังคมไทย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2543.
39. นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์, วันทนีย์ สาลิกะสิน, แสง นุญเฉลิมวิภาส, ประทักษ์ ลิขิตเลอสรวง, สมบูรณ์ เกียรตินันท์. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเพศศึกษา. ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2540.
40. นิราลัย. โอวาทท่านอาจารย์พุทธทาสแด่...เยาวชน เตือนใจวัยรุ่นและ 5 ดี สู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา; 2536.
41. บรรจบพันธุ์ นวรัตน์ ณ อุษยา. การบริหารทางจิต สำหรับเด็กเล็ก. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชวิทยาลัย; 2539.
42. บุษพา นิมมานเหมินท์ (ดอกไม้อัด). ผู้ดี. กรุงเทพฯ: บริษัทโรงพิมพ์กรุงธนพัฒนาจำกัด; 2541.
43. ประจักษ์ พันธุ์เพชร. เรียนรู้ชีวิตการครองเรือน. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์; 2541.
44. ประคูลาย. พุทธธรรมสำหรับนักเรียน. กรุงเทพฯ: ห.จ.ก.เอมีเทรตดิง; 2541.
45. ประทุม แป้นสุวรรณ. การให้คำปรึกษากลุ่มด้านเพศศึกษาวัยรุ่นในกลุ่มเสี่ยง. กรุงเทพฯ: ก๊อบบี้ แอนด์พริ้นท์; 2545.
46. ประเวศ วะสี. ยุทธศาสตร์ทางปัญญาของชาติ. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: มูลนิธิภูมิปัญญา; 2542.
47. ปรีชา ช้างขวัญยืน, สมภาร พรหมทา, บรรณาธิการ. มนุษย์กับศาสนา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2543.
48. พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: บริษัทธนรัชการพิมพ์จำกัด; 2543.
49. พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต). การศึกษาฉบับง่าย. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: บริษัทสื่อตะวัน จำกัด; 2545.
50. พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต). ความรักจากวาเลนไทน์สู่ความเป็นไทย. พิมพ์ครั้งที่ 16. กรุงเทพฯ: บริษัทสื่อตะวันจำกัด; 2545.
51. พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต). ทำอย่างไรจึงจะให้เชื่อเรื่องกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: บริษัทสื่อตะวันจำกัด; 2545.

52. พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต). มาตรฐานชีวิตของชาวพุทธ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: บริษัท สหธรรมิกจำกัด; 2539.
53. พุทธทาส อินทปัญโญ. ผู้ครองเรือน. กรุงเทพฯ : ธรรมสภา; 2513.
54. ภัสสร ลิมานนท์. บทบาทเพศ สถานภาพสตรี กับการพัฒนา. ปรับปรุงใหม่ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2544.
55. ยศ สันตสมบัติ. มนุษย์กับวัฒนธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์; 2544.
56. วันเพ็ญ บุญประกอบ, อัมพล สุอำพัน, บรรณาธิการ. จิตเวชเด็กสำหรับกุมารแพทย์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชวนพิมพ์; 2530.
57. วารุณี ภูริสินสิทธิ์. การกระทำผิดของเด็กและเยาวชน – แนวคิดทางสังคมวิทยา. กรุงเทพฯ: โอ เอสพริ้นติ้งเฮาส์; 2531.
58. วิชัย วงษ์ใหญ่. กระบวนการพัฒนาหลักสูตรและการเรียนการสอน ภาคปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น; 2537.
59. วิชาญ วิทยาศัย, ประครอง วิทยาศัย. เวชปฏิบัติในผู้ติดเชื่อเอดส์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โอ เอสพริ้นติ้งเฮาส์; 2540.
60. วินัดดา ปิยะศิลป์, พนม เกตุมาน, บรรณาธิการ. ตำราจิตเวชเด็กและวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: บริษัทปิยอนด์เอ็นเทอร์ไพรส์จำกัด; 2545.
61. วีระพล จันทรดียิ่ง. พจนานุกรมภาพเรื่องเพศ. สงขลา: ภาควิชาสูติศาสตร์รีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์; 2538.
62. สมเด็จพระญาณสังวร (สุวฑฺฒโน). การบริหารทางจิต สำหรับผู้ใหญ่. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มхамกุฎราชวิทยาลัย; 2540.
63. สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ. การ์ตูนสมบัติของผู้ดี. กรุงเทพฯ: องค์การค้าของคุรุสภา; 2542.
64. สุกมล วิชาวิพลกุล. ดิวัรกเต็มร้อย. กรุงเทพฯ : เอ.อาร์บีซิเนสเพรส; 2545.
65. สุจิต เฝ้าสวัสดิ์, สุภวัฒน์ ชุตินวงศ์, ดำรง เจริญประยูร, สุทัศน์ กลกิจโกวินท์, บรรณาธิการ. สูติศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โอเอสพริ้นติ้งเฮาส์; 2538.
66. สุพัตรา สุภาพ. ปัญหาสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพฯ: บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชจำกัด; 2543.
67. สุพัตรา สุภาพ. สังคมและวัฒนธรรมไทย ค่านิยม ครอบครัว ศาสนา ประเพณี. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพฯ: บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชจำกัด; 2543.
68. สุพัตรา สุภาพ. สังคมวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 21. กรุงเทพฯ: บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชจำกัด; 2542.

69. สุรางค์ ไคว์ตระกูล. จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: บริษัทด้านอุตสาหกรรมพิมพ์ จำกัด; 2544.
70. สุวิทนา อารีพรรค. ความผิดปกติทางจิต. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2524.
71. ไสมรสมัย จันทระประภา. การบริหารทางจิต สำหรับเด็กวัยรุ่น. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏ; 2541.
72. แอนน์ ทาวน์เซนด์. ร่างกายมหัศจรรย์. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น; 2542.
73. Cole J. Asking about sex and growing up – a question-and-answer book for boys and girls. New York: A Beech Tree Paperback Book; 1988.
74. Gray HM, Phillips S. Real girl real world – tools for finding your true self. Seattle: Seal Press; 1998.
75. Harris RH, Emberley M. It's perfectly normal – changing bodies, growing up, sex & sexual health. Hong Kong: Candlewick; 1996.
76. Harris RH, Emberley M. It's so amazing! – a book about eggs, sperm, birth, babies, and families. Hong Kong: Candlewick; 1999.
77. Hatcher RA, Trussell J, Stewart F, Stewart GK, Kowal D, Guest F, Cates WJ, Policar MS. Contraceptive technology. 16th revised edition. New York: Irvington Publishers; 1994.
78. Masters WH, Johnson VE. Human sexual inadequacy. Boston: Little, Brown and Company; 1970.
79. Masters WH, Johnson VE. Human sexual response. Boston: Little, Brown and Company; 1966.
80. Michael RT, Gagnon JH, Laumann EO, Kolata G. Sex in America – a definitive survey. New York: Little, Brown and Company; 1994.
81. Moore KL, Dalley AF. Clinically oriented anatomy. 4th edition. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins; 1999.
82. Planned Parenthood Federation of America Inc. All about sex – a family resource on sex and sexuality. New York: Three River Press; 1997.
83. Pollack W. Real boys – rescuing our sons from the myths of boyhood. New York: Random House; 1998.
84. Ponton L. The sex lives of teenagers – revealing the secret world of adolescent boys and girls. New York: Dutton; 2000.

85. Ryan KJ, Berkowitz R, Barbieri R. Kistner's gynecology – principles and practice. 5th edition. Chicago: Year Book Medical Publishers, Inc; 1990.
86. Sande MA, Volberding PA. The medical management of AIDS. 5th edition. Philadelphia: WB Saunders Company; 1997.
87. Scott JR, Disaia PJ, Hammond CB, Spellacy WN, editors. Danforth's obstetrics and gynecology, 7th edition. Philadelphia: JB Lippincott; 1994:611-9.
88. Speroff L, Glass RH, Kase NG. Clinical gynecologic endocrinology and infertility. 5th edition. Baltimore: Williams & Wilkins; 1994.
89. Vithayasai P, Vithayasai V. Atlas of HIV infection. 2nd edition. Bangkok: O.S. Printing; 1995.
90. John Gray. Men are from mars, women are from venus. Glasgow: Omnia Books; 2002.
91. ชวัชชัย วรพงษ์สร. หลักการวิจัยทางสาธารณสุขศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2543.
92. ชีระพร วุฒเขวนิช, นิมิตร มรกต, กิตติกา กาญจนรัตนกร, บรรณาธิการ. วิจัยทางการแพทย์. เชียงใหม่: โครงการตำรา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2542.
93. กัลยา วานิชย์บัญชา. การใช้ SPSS for Windows ในการวิเคราะห์ข้อมูล. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ห้างหุ้นส่วนจำกัดซีเคแอนด์เอสโอดีส์สตูดิโอ; 2543.
94. กัลยา วานิชย์บัญชา. การวิเคราะห์ตัวแปรหลายตัวด้วย SPSS for Windows. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2544.
95. กัลยา วานิชย์บัญชา. การวิเคราะห์สถิติ: สถิติเพื่อการตัดสินใจ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2539.
96. ดำรงค์ ทิพย์โยธา. การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติและความน่าจะเป็นด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows & Mathcad. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2541.
97. เต็มศรี ชำนิจารกิจ. สถิติประยุกต์ทางการแพทย์. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2540.
98. บุญชม ศรีสะอาด. การวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น; 2535.
99. บุญชม ศรีสะอาด. วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย เล่ม 1. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น; 2541.
100. บุญชม ศรีสะอาด. วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย เล่ม 2. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น; 2538.
101. บุญธรรม กิจปรีดาภิสุทธิ์. คู่มืออาจารย์ - การวัดและการประเมินผลการเรียนการสอน. ฉบับปรับปรุงใหม่ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: B&B publishing; 2535.

102. บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. เทคนิคการสร้างเครื่องมือรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย. ฉบับปรับปรุงใหม่ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: B&B publishing; 2542.
103. บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. รวมบทความ การวิจัย การวัดและประเมินผล. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ศรีอนันต์; 2543.
104. บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์และทำปกเจริญผล; 2540.
105. ประกอง วรรณสุด. สถิติเพื่อการวิจัย คำนวณด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2539.
106. ภิรมย์ กมลรัตนกุล, มนต์ชัย ชาลาประวรรณ, ทวีสิน ต้นประยูร, บรรณาธิการ. หลักการทำวิจัยให้สำเร็จ. กรุงเทพฯ: บริษัทเท็กซ์แอนด์เจอร์นัลพับลิเคชั่นจำกัด; 2543.
107. ศิริชัย พงษ์วิชัย. การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยคอมพิวเตอร์. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2539.
108. สุชาดา กิระนันท์. ทฤษฎีและวิธีการสำรวจตัวอย่าง. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2538.
109. อำนวย เลิศขันธ์ดี. การประเมินผลการศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ศิลปสนองการพิมพ์; 2542.
110. Cramer D. Fundamental statistics for social research – step-by-step calculations and computer techniques using SPSS for Windows. London: Routledge; 1998.
111. Daniel WW. Biostatistics – a foundation for analysis in the health sciences. 7th edition. New York: John Wiley & Sons, Inc; 1999.
112. Green SB, Salkind NJ, Akey TM. Using SPSS for Windows – analyzing and understanding data. 2nd edition. Upper Saddle River: Prentice Hall; 2000.
113. Kirk RE. Statistics – an introduction. 4th edition. Orlando: Harcourt Brace College Publishers; 1999.
114. McClave JT, Dietrich FH II, Sincich T. Statistics. 7th edition. Upper Saddle River: Prentice-Hall Inc; 1997.
115. Riffenburgh RH. Statistics in medicine. San Diego: Academic Press; 1999.

บทที่ 7

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก. รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

ภาคผนวก ข. ผลการวิเคราะห์ทางสถิติ

ภาคผนวก ค. ผลการวิเคราะห์แบบทดสอบ

ภาคผนวก ง. แบบทดสอบ

ภาคผนวก จ. เนื้อหาการสอนเพศศึกษา

ภาคผนวก ก. รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบทดสอบ	
ศาสตราจารย์นายแพทย์นิกร คูสัตตลีน	หน่วยวิจัยแพทยศาสตรศึกษา สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
รองศาสตราจารย์อรรถ ติลาโนย	ภาควิชาเทคโนโลยีทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
อาจารย์จิตรา ทองเกิด	ศูนย์พัฒนาหลักสูตร กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญด้านคอมพิวเตอร์	
อาจารย์บุญเลิศ อรุณพิบูลย์	ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ สำนักงาน พัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ กระทรวงวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อม
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญด้านระเบียบวิธีวิจัยและสถิติ	
รองศาสตราจารย์มานพ คณะโต	ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
รองศาสตราจารย์ ดร.บัณฑิต ถิ่นคำรพ	ภาควิชาประชากรศาสตร์และชีวสถิติ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ภาคผนวก ข. ผลการวิเคราะห์ทางสถิติและการวิเคราะห์แบบทดสอบ

ตารางที่ ผนวก ข.-1 ผลการทดสอบทั้งสามกลุ่ม - Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: POSTTEST

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Corrected Model	2412.725	5	482.545	10.735	.000	.233
Intercept	3025.663	1	3025.663	67.311	.000	.276
GROUP	87.498	2	43.749	.973	.380	.011
PRETEST	191.553	1	191.553	4.261	.040	.024
GROUP * PRETEST	95.590	2	47.795	1.063	.348	.012
Error	7956.204	177	44.950			
Total	175910.000	183				
Corrected Total	10368.929	182				

a. R Squared = .233 (Adjusted R Squared = .211)

ตารางที่ ผนวก ข.-2 ผลการทดสอบ ANCOVA - Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: POSTTEST

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Corrected Model	2317.135	3	772.378	17.171	.000	.223
Intercept	2955.919	1	2955.919	65.713	.000	.269
PRETEST	312.638	1	312.638	6.950	.009	.037
GROUP	1063.062	2	531.531	11.817	.000	.117
Error	8051.794	179	44.982			
Total	175910.000	183				
Corrected Total	10368.929	182				

a. R Squared = .223 (Adjusted R Squared = .210)

ตารางที่ ผนวก ข.-3 ผลการวิเคราะห์ - Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: POSTTEST

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Corrected Model	71.833	3	23.944	.623	.602	.019
Intercept	1829.744	1	1829.744	47.607	.000	.336
GROUP	22.900	1	22.900	.596	.442	.006
PRETEST	14.875	1	14.875	.387	.535	.004
GROUP * PRETEST	18.836	1	18.836	.490	.486	.005
Error	3612.861	94	38.435			
Total	118200.000	98				
Corrected Total	3684.694	97				

a. R Squared = .019 (Adjusted R Squared = -.012)

ตารางที่ ผนวก ข.-4 การวิเคราะห์ ANCOVA - Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: POSTTEST

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Corrected Model	52.997	2	26.498	.693	.503	.014
Intercept	1936.561	1	1936.561	50.658	.000	.348
PRETEST	30.785	1	30.785	.805	.372	.008
GROUP	11.747	1	11.747	.307	.581	.003
Error	3631.697	95	38.228			
Total	118200.000	98				
Corrected Total	3684.694	97				

a. R Squared = .014 (Adjusted R Squared = -.006)

ตารางที่ ผนวก ข.-5 ผลการทดสอบบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน [Mean, (SD)]

Group	Pretest	Posttest
CAI	24.65 (4.9529)	25.00 (6.1502)
CAI control	27.44 (4.8169)	25.74 (5.9343)

ตารางที่ ผนวก ข.-6 Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: POSTTEST

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Corrected Model	40.699	3	13.566	.356	.785	.013
Intercept	2076.898	1	2076.898	54.542	.000	.402
GROUP	30.963	1	30.963	.813	.370	.010
PRETEST	7.444	1	7.444	.195	.660	.002
GROUP * PRETEST	24.153	1	24.153	.634	.428	.008
Error	3084.406	81	38.079			
Total	57710.000	85				
Corrected Total	3125.106	84				

a. R Squared = .013 (Adjusted R Squared = -.024)

การวิเคราะห์จุดประสงค์เชิงพฤติกรรมและจำนวนข้อสอบ

Topic	Knowledge			Comprehensive	Application	Analysis	Total
	Terms	Facts	Procedures				
Human development	10	1,2,4,5,8		3,6,7,9,			10
Relationships	15	16		12,13,14,17,18,20		11,19	10
Personal skills	21	22	29	24,28,30	26,27	23,25	10
Sexual behavior	36,38	32,35	40	31,33,37,39	34		10
Sexual health	41,43,44	47	49	42,45,50	46	48	10
Society and Culture	54,55, 56,57	53		51,52,60		58,59	10
Total	12	11	3	23	4	7	60

ผลการพิจารณาแบบทดสอบของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน

ประเด็น	ผลการพิจารณา (คิดเป็นค่าร้อยละ)			
	ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1	ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2	ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3	เฉลี่ย
1. ความครอบคลุมของเนื้อหา	70	70	100	80.0
2. ความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาที่แยกเป็นหัวข้อใหญ่กับหัวข้อย่อยๆ	85	80	98	87.7
3. ความสอดคล้องระหว่างเนื้อหา พฤติกรรม และน้ำหนัก	85	70	90	81.7

แบบทดสอบ

เลขที่

โครงการวิจัยเรื่อง การสอนเพศศึกษา
โดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

คำชี้แจง

แบบทดสอบนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยเรื่อง การสอนเพศศึกษาโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น แบบทดสอบนี้ไม่ใช่การสอบ ดังนั้นนักเรียนจึงสามารถตอบได้ด้วยความสะดวกสบาย คำตอบของท่านจะเป็นประโยชน์ต่อการนำไปประมวลผลและวิเคราะห์เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพอนามัยวัยรุ่นต่อไป

โปรดตอบแบบทดสอบนี้ตามความคิดและความรู้ของท่านมากที่สุด ข้อมูลที่ได้จะนำไปใช้วิเคราะห์ทางสถิติเท่านั้น คำตอบของท่านจะเก็บเป็นความลับอย่างยิ่งยวดและไม่เปิดเผยต่อบุคคลอื่นและจะไม่มีผลกระทบใดๆต่อตัวท่าน

ขอขอบคุณ

นพ.วัชร เยี่ยมรัมย์กุล

ชื่อ-สกุล..... อายุ.....ปี เพศ.....

เลขที่.....

ห้อง/ชั้น.....

โรงเรียน.....

คำชี้แจง โปรดตอบคำถามโดยกากบาทหับคำตอบที่เห็นว่าถูกต้องมากที่สุดเพียงข้อเดียว

ข้อที่ 1 อาการแสดงสำคัญของการตั้งครรภ์คือ

- ก. การขาดประจำเดือน
- ข. คลื่นไส้ อาเจียน
- ค. ปัสสาวะขัด
- ง. เจ็บหน้าอก

ข้อที่ 2 พัฒนาการทางด้านร่างกายของวัยรุ่น

ต่อไปนี้เป็นข้อใดผิด

- ก. วัยรุ่นแต่ละคนมีระยะเวลาในการเริ่มต้นของความเป็นหนุ่มสาวต่างกัน บางคนเร็ว บางคนช้า
- ข. วัยรุ่นหญิงมักจะเริ่มต้นเปลี่ยนแปลงและพัฒนาเต็มที่หลังวัยรุ่นชายประมาณ 2 ปี
- ค. พัฒนาการของวัยรุ่นด้านร่างกายมีการเติบโตรวดเร็วกว่าวัยประถมศึกษา
- ง. วัยรุ่นหญิงจะเริ่มมีประจำเดือนอายุประมาณ 12-13 ปี

ข้อที่ 3 การร่วมเพศในช่วงใดของรอบเดือนที่มี

โอกาสตั้งครรภ์ได้มากที่สุด

- ก. ระยะกึ่งกลางของรอบเดือน
- ข. ระยะมีประจำเดือน (ฝ่าไฟแดง)
- ค. ระยะหลังหมดประจำเดือน 3-5 วัน
- ง. ทุกระยะมีโอกาสตั้งครรภ์ได้เท่ากัน

ข้อที่ 4 การปฏิสนธิเกิดขึ้นบริเวณใด

- ก. ช่องคลอด
- ข. ปากมดลูก
- ค. โพรงมดลูก
- ง. หลอดมดลูก

ข้อที่ 5 ข้อใดถูกต้อง

- ก. เพศชายเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเพศหญิง
- ข. อายุเฉลี่ยของการเข้าสู่วัยรุ่นอยู่ระหว่าง 8-10 ปี
- ค. วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์บ่อย
- ง. การเปลี่ยนแปลงส่วนใหญ่ของวัยรุ่นชายแตกต่างจากวัยรุ่นหญิง

ข้อที่ 6 ข้อใดผิด

- ก. ขนาดและรูปร่างของอวัยวะเพศไม่มีผลต่อความสามารถทางเพศ
- ข. ขนาดและรูปร่างของอวัยวะเพศไม่มีผลต่อความสามารถทางการสืบพันธุ์
- ค. ขนาดและรูปร่างของร่างกายคนคนหนึ่งอาจมีผลต่อความรู้สึกของคนอื่นต่อคนๆนั้นได้
- ง. ผู้พิการทางกายมีความรู้สึกความต้องการและความปรารถนาแตกต่างจากผู้ที่ปกติ

ข้อที่ 7 เมื่อเด็กผู้หญิงเริ่มมีประจำเดือน แสดงว่า

- ก. มีความสามารถในการตั้งครรภ์ได้
- ข. ควรเริ่มมีเพศสัมพันธ์
- ค. มักจะมีฟันเปือก
- ง. ถูกทุกข้อ

ข้อที่ 8 สิ่งใดต่อไปนี้มีอิทธิพลต่อการรับรู้เพศของ

บุคคล

- ก. อิทธิพลทางพันธุกรรมและปัจจัยก่อนคลอด
- ข. อิทธิพลทางสังคมและวัฒนธรรม
- ค. ปัจจัยด้านจิตวิทยาสังคม
- ง. ผลรวมของปัจจัยทั้งหมดข้างต้น

ข้อที่ 9 การที่วัยรุ่นโดยทั่วไปนิยมแต่งกายตามสมัย

นิยมนั้น เพื่อเหตุใด

- ก. ความทันสมัย
- ข. ความบันเทิงใจ
- ค. การยกย่องกลุ่ม
- ง. การยอมรับจากกลุ่ม

ข้อที่ 10 คนที่มีสุขภาพจิตดี มีลักษณะอย่างไร

- ก. มีร่างกายดี มีใจเมตตา กรุณาอย่างพระ
- ข. มีการปรับตัวได้ดี รู้เขา-รู้เรา
- ค. มีความรู้ดี แก่ตัวเก่งเสมอ
- ง. ช่างคิด ช่างให้ ช่างช่วย

ข้อที่ 11 ข้อใดผิด

- ก. การมีและเลี้ยงดูลูกเป็นงานที่หนัก
- ข. วัยรุ่นที่มีลูกจะไม่มีปัญหาในการเลี้ยงดู
- ค. การมีและเลี้ยงดูลูกเป็นสิ่งที่ก่อความสุข
- ง. เด็กที่อายุต่างกันต้องการการเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน

ข้อที่ 12 ข้อใดสำคัญน้อยที่สุดในการเป็นครอบครัวที่ดี

- ก. การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
- ข. การนับถือซึ่งกันและกัน
- ค. ฐานะทางการเงิน
- ง. ความรัก

ข้อที่ 13 ข้อใดผิด

- ก. เมื่อเด็กๆเติบโตขึ้นก็ไม่ต้องรับผิดชอบตัวเองและผู้อื่น
- ข. สัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่กับลูกๆมักเปลี่ยนไปเมื่อลูกโตขึ้น
- ค. บางครั้งอาจเกิดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่กับลูกๆได้เมื่อลูกเข้าสู่วัยรุ่น
- ง. ผู้คนที่ต่างอายุกันอาจมีค่านิยมและความคิดเกี่ยวกับชีวิตครอบครัวที่แตกต่างกัน

ข้อที่ 14 ข้อใดถูก

- ก. ความรักและความใคร่แตกต่างกัน
- ข. รักครั้งแรกมักเป็นประสบการณ์ที่ฝังใจของชีวิต
- ค. เป็นเรื่องยากที่จะรู้ว่าเรากำลังอยู่ในความรักหรือไม่
- ง. ถูกทุกข้อ

ข้อที่ 15 ข้อใดผิด

- ก. การแต่งงาน หมายถึง การทำพิธีเพื่อให้ชายหญิงเป็นสามีภรรยากันตามประเพณี
- ข. การจดทะเบียนสมรส หมายถึง การแต่งงานที่มีผลทางกฎหมาย
- ค. การหย่าร้าง เป็นการสิ้นสุดของการแต่งงานทางกฎหมาย
- ง. การแต่งงานจะเกิดขึ้นได้ต้องมีพิธีทางศาสนาเสมอ

ข้อที่ 16 การหมั้นจะกระทำได้อต่อเมื่อชายและหญิงมีอายุเท่าใด

- ก. สิบสามปีบริบูรณ์
- ข. สิบห้าปีบริบูรณ์
- ค. สิบเจ็ดปีบริบูรณ์
- ง. ยี่สิบปีบริบูรณ์

ข้อที่ 17 ข้อใดถูกต้อง

- ก. ลูกที่พ่อแม่หย่าร้างกันจะต้องไม่พูดคุยถึงความรู้สึกของตัวเอง
- ข. อัตราการหย่าร้างของวัยรุ่นที่แต่งงานกันสูงกว่าของผู้ใหญ่
- ค. ลูกเป็นสาเหตุของการหย่าร้าง
- ง. ถูกทุกข้อ

ข้อที่ 18 สิ่งใดต่อไปนี้ไม่ได้เป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดการแต่งงาน

- ก. ความสนใจและเป้าหมายเหมือนกัน
- ข. เสน่ห์และแรงดึงดูดทางเพศ
- ค. มิตรภาพต่อกันและกัน
- ง. พันธุกรรม

ข้อที่ 19 ข้อใดผิดเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร

- ก. คู่สมรสบางคู่ไม่มีบุตร
- ข. คู่สมรสที่ไม่มีบุตรก็สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข
- ค. ครอบครัวและชุมชนไม่สามารถช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหาการเลี้ยงดูบุตรได้
- ง. คุณภาพระหว่างการประกอบอาชีพและความรับผิดชอบในฐานะพ่อแม่อาจเป็นสิ่งที่สร้างได้ลำบาก

ข้อที่ 20 ข้อใดผิดเกี่ยวกับการนัดเทียะ

- ก. แต่ละครอบครัวมีระเบียบในการอนุญาตให้วัยรุ่นชายและหญิงไปนัดเทียะเหมือนกัน
- ข. เมื่ออยู่ด้วยกันตามลำพังสองต่อสอง วัยรุ่นมีโอกาสประพฤติดังทางเพศมากขึ้น
- ค. การนัดเทียะมีสาเหตุได้ทั้งความเป็นเพื่อน มิตรภาพหรือความรัก
- ง. วัยรุ่นที่เป็นรักร่วมเพศอาจจะมึนคั่งที่ขวหรือไม่ก็ได้

ข้อที่ 21 ข้อใดเป็นค่านิยมที่ควรยกย่อง

- ก. นิยมบุคคลมากกว่าอุดมการณ์
- ข. เน้นการกระทำมากกว่าคำพูด
- ค. นิยมวัตถุสิ่งของ
- ง. ชอบความสบาย

ข้อที่ 22 ข้อใดทำให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น

- ก. การสบตา
- ข. การเก็บความรู้สึก
- ค. การพูดแทรกเรื่องอื่นขึ้นมาขณะพูด
- ง. การไม่แสดงอาการอึดอัดและไม่มีการถูกเนื้อต้องตัวกัน

ข้อที่ 23 บทร้อยกรองต่อไปนี้ สะท้อนให้เห็นค่านิยมแบบใด

“อันที่จริงคนเขาอยากให้เราดี แต่ถ้าเด่นขึ้นทุกทีเขาหมั่นไส้

จงทำดีแต่อย่าเด่นจะเป็นภัย ไม่มีใครอยากเห็นเราเด่นเกิน”

- ก. เห็นใครดีก็ว่าไม่ได้
- ข. ขาดระเบียบวินัย
- ค. ไม่ชอบขัดใจใคร
- ง. สอครู้สอความเห็น

ข้อที่ 24 การตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบเกี่ยวกับเรื่องเพศ เป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากมีผลต่อทั้งตัวเราและผู้อื่น ข้อใดต่อไปนี้ถูกต้อง

- ก. การตัดสินใจเป็นเรื่องเฉพาะบุคคล ผู้ปกครองไม่สามารถให้ความช่วยเหลือใดๆ ได้
- ข. การตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องเพศสามารถกระทบสุขภาพและชีวิตของบุคคลได้
- ค. การตัดสินใจที่ชาญฉลาดไม่จำเป็นต้องอาศัยข้อมูลของแต่ละทางเลือก
- ง. การศึกษาการตัดสินใจในอดีตไม่มีผลต่อการตัดสินใจในปัจจุบัน

ข้อที่ 25 ข้อใดถูกต้อง

- ก. การพูดคุยกับเพื่อนสนิท พ่อแม่ผู้ปกครองหรือครูอาจารย์ ในระหว่างที่กำลังจะตัดสินใจเป็นสิ่งที่ดี
- ข. การดื่มแอลกอฮอล์หรือใช้ยาเสพติดจะทำให้การตัดสินใจเสียได้
- ค. การตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องเพศบางครั้งเป็นเรื่องลำบากใจ
- ง. ถูกทุกข้อ

ข้อที่ 26 คนเราสามารถสื่อสารได้หลายวิธี ข้อใดต่อไปนี้ถูกต้อง

- ก. การพูดคำว่า “ผม หรือ ดิฉัน” ในระหว่างการพูดคุยเพื่อหมายถึงตัวเอง เป็นสิ่งไม่ถูกต้อง
- ข. การถามเพื่อความเข้าใจกระจ่างเป็นการแสดงออกที่ไม่ดี
- ค. การสื่อสารเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับสัมพันธภาพของคนเรา
- ง. การฟังไม่ใช่สิ่งจำเป็นในระหว่างที่สื่อสาร

ข้อที่ 27 ในการแก้ไขปัญหาหรือยุติกรณีพิพาท ข้อใดต่อไปนี้ถูกต้อง

- ก. การเจรจาจะบรรลุผลได้ต้องไม่ระบุปัญหาในตอนเริ่มต้น
- ข. การเอาใจเขามาใส่ใจเราจะทำให้การเจรจาก้าวขึ้น
- ค. การเจรจาที่ดีช่วยเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดี
- ง. การเจรจาที่ดีไม่สัมพันธ์กับภาษากาย

ข้อที่ 28 บางครั้งเมื่อมีปัญหาเราอาจขอความช่วยเหลือจากครอบครัว เพื่อนหรือเจ้าหน้าที่ต่างๆ ได้ ข้อใดต่อไปนี้ถูกต้อง

- ก. บางครั้งเป็นเรื่องลำบากที่บุคคลจะยอมรับว่าตัวเองต้องการความช่วยเหลือ
- ข. การขอความช่วยเหลือแสดงถึงความอ่อนแอของคนนั้น
- ค. เด็กๆ ไม่สามารถช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหาได้
- ง. ไม่มีข้อใดถูก

ข้อที่ 29 การที่จะมีชีวิตอยู่ในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้
 อย่างเป็นปกติสุขนั้น เราจะต้องรู้จักปรับตัวให้เข้า
 กับผู้อื่น **ข้อใดไม่ใช่**หลักในการปรับตัวให้เข้ากับ
 ผู้อื่น

- ก. มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี
- ข. ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล
- ค. ปฏิเสธความแตกต่างระหว่างบุคคล
- ง. มีความรับผิดชอบในหน้าที่และการกระทำของตนเอง

ข้อที่ 30 ข้อใดถูกต้อง

- ก. ทุกคนมีสิทธิ ยกเว้นเด็กในปกครอง
- ข. ในอดีตผู้หญิงมักถูกสอนไม่ให้พิทักษ์สิทธิของตัวเอง
- ค. บุคคลไม่มีสิทธิที่จะคาดหวังให้ผู้อื่นปฏิบัติตัวอย่าง
 ยุติธรรม
- ง. การพิทักษ์สิทธิของตัวเองเป็นการแสดงความก้าวร้าว
 ชนิดหนึ่ง

ข้อที่ 31 เพศมิติเป็นส่วนที่ปกติและสมบูรณ์ของ
 ชีวิตข้อใดต่อไปนี้ผิด

- ก. ความรู้สึก จินตนาการและความปรารถนาทางเพศ
 เป็นเรื่องธรรมชาติ
- ข. เราไม่จำเป็นต้องทำตามหรือแสดงออกตาม
 ความรู้สึกทางเพศทุกครั้งไป
- ค. ความรู้สึก จินตนาการและความปรารถนาทางเพศ
 สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดอายุขัยของเรา
- ง. เมื่อมีความต้องการทางเพศ เราต้องระบายความ
 ต้องการทางเพศนั้นทุกครั้งเพื่อไม่ให้สะสม

ข้อที่ 32 เกี่ยวกับการตอบสนองทางเพศของผู้ชาย
 และผู้หญิง ข้อใดต่อไปนี้ผิด

- ก. ผู้ชายตอบสนองโดยอวัยวะเพศแข็งตัว
- ข. ผู้หญิงตอบสนองโดยมีน้ำหล่อลื่นช่องคลอด
- ค. เด็กผู้หญิงมักมีฝันเปียกระหว่างนอนหลับในตอน
 กลางคืน
- ง. การตอบสนองทางเพศจะเกิดขึ้นสมบูรณ์ในช่วง
 วัยรุ่นและผู้ใหญ่เต็มวัย

ข้อที่ 33 การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นการ
 แสดงออกทางเพศอย่างหนึ่งของมนุษย์ ข้อใด
 ต่อไปนี้ผิด

- ก. วัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงบางคนเคยสำเร็จความใคร่ด้วย
 ตัวเอง
- ข. วัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงบางคนไม่เคยสำเร็จความใคร่
 ด้วยตัวเอง
- ค. เมื่อมีความต้องการทางเพศ ควรสำเร็จความใคร่ด้วย
 ตัวเองทุกครั้ง
- ง. หากสงสัยเกี่ยวกับการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง ควร
 ปรึกษาผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้

ข้อที่ 34 ข้อใดต่อไปนี้ถูกต้อง

- ก. วัยรุ่นที่นัดที่จะร่วมกันควรมีขอบเขตเกี่ยวกับการสัมผัสหรือ
 ถูกเนื้อต้องตัวกัน
- ข. วัยรุ่นเป็นวัยที่เหมาะสมสำหรับการเริ่มมีเพศสัมพันธ์
- ค. การร่วมเพศเป็นการมีเพศสัมพันธ์กัน
- ง. ถูกทุกข้อ

**ข้อที่ 35 ข้อใดไม่ถูกต้องเกี่ยวกับพฤติกรรม
 เบี่ยงเบนทางเพศ**

- ก. เกิดได้ทั้งในผู้ชายและผู้หญิง
- ข. เป็นพฤติกรรมทางเพศระหว่างเพศเดียวกัน
- ค. พบในเพศหญิงมากกว่าเพศชายในสัดส่วน 3 : 1
- ง. เป็นวิถีชีวิตของแต่ละคน ไม่ใช่ความผิดปกติทางจิตใจ

ข้อที่ 36 ข้อใดไม่ใช่ความบกพร่องทางเพศ

- ก. กามตายด้าน
- ข. การตื่นตัวทางเพศ
- ค. การหลั่งน้ำกามเร็ว
- ง. การไม่บรรลุความสุขสุดยอดทางกามารมณ์

**ข้อที่ 37 แต่ละบุคคลสามารถแสดงออกทางเพศกับ
คู่รักได้หลายทาง ข้อใดต่อไปนี้ถูกต้อง**

- ก. สัมพันธภาพทางเพศหมายถึงการร่วมเพศเท่านั้น
- ข. ความรักไม่ได้ทำให้สัมพันธภาพทางเพศมีความหมาย
เปลี่ยนไป
- ค. บุคคลไม่มีสิทธิปฏิเสธกิจกรรมทางเพศกับคนที่ได้ชื่อ
ว่าเป็นแฟนกัน
- ง. เมื่อมีกิจกรรมทางเพศ บุคคลมักจะเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับ
ความสุขทางเพศ

ข้อที่ 38 ผื่นเปื่อย หมายถึงข้อใด

- ก. การหลั่งอสุจิเองตอนกลางคืน โดยที่ไม่มีการร่วมเพศ
- ข. การจินตนาการในสิ่งที่เป็นไปได้
- ค. การปัสสาวะรดที่นอน
- ง. ถูกทุกข้อ

**ข้อที่ 39 ข้อใดผิดเกี่ยวกับการปฏิบัติเพื่อให้สามารถ
เข้าใจและสามารถปรับตัวทางเพศได้อย่างเหมาะสม**

- ก. พึงสนใจต่อการเปลี่ยนแปลงทางเพศของร่างกายและ
จิตใจ
- ข. ไม่ควรปรึกษาปัญหาหรืออุปสรรคเกี่ยวกับเรื่องเพศ
- ค. ปรับตัวต่อเพื่อนต่างเพศให้เหมาะสม
- ง. รู้จักปฏิบัติต่อตนเองอย่างเหมาะสม

**ข้อที่ 40 ข้อใดผิดเกี่ยวกับการรู้จักปฏิบัติต่อตนเอง
อย่างเหมาะสม**

- ก. พึงระมัดระวังในเรื่องกิริยาท่าทาง
- ข. ระวังรักษาสุขภาพให้ดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ
- ค. พึงปฏิบัติตามขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม
- ง. พึงแต่งกายให้สะอาดตาเพศตรงข้าม เพื่อสร้างความมั่นใจ

ข้อที่ 41 สุขภาวะหรือสุขภาพ หมายถึงข้อใด

- ก. การมีฐานะการเงินดี
- ข. ความแข็งแรงของร่างกายและมึนงานทำ
- ค. ความสุขที่เกิดจากการมีอาหารรับประทานเพียงพอ

- ง. ความสุขที่เกิดจากความสมดุลระหว่างร่างกายและ
จิตใจและสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

**ข้อที่ 42 ต่อไปนี้วิธีการคุมกำเนิดชนิดใดเหมาะ
สำหรับวัยรุ่น**

- ก. การงดเว้นการร่วมเพศหรือ Abstinence
- ข. ยาฝังคุมกำเนิด
- ค. ถุงยางอนามัย
- ง. ข้อ ก. และ ข้อ ค.

ข้อที่ 43 การวางแผนครอบครัว หมายถึงข้อใด

- ก. การเลือกเพศของลูก
- ข. การทำหมันเพื่อคุมกำเนิดในผู้ชาย
- ค. การทำแท้งเนื่องจากสุขภาพมารดาไม่ดี
- ง. การตั้งเป้าหมายจำนวนบุตรตามที่ต้องการ เหมาะสม
ตามเวลาและเศรษฐกิจของครอบครัว

ข้อที่ 44 ข้อใดเป็นวิธีคุมกำเนิดชนิดชั่วคราว

- ก. การทำหมันชาย
- ข. ยาฝังคุมกำเนิด
- ค. การทำหมันหญิง
- ง. ข้อ ก. และ ข้อ ค.

**ข้อที่ 45 การคุมกำเนิดชนิดใดที่สามารถป้องกันการ
ตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้**

- ก. ถุงยางอนามัย
- ข. ยาฝังคุมกำเนิด
- ค. ยาเม็ดคุมกำเนิด
- ง. การทำหมันชายและหมันหญิงพร้อมกัน

**ข้อที่ 46 หากมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้คุมกำเนิด จะ
สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้หรือไม่**

- ก. ได้ หากไม่เกิน 72 ชั่วโมงหรือ 3 วัน
- ข. ไม่ได้ เพราะมีการร่วมเพศแล้ว
- ค. ไม่ได้ เพราะไม่ได้คุมกำเนิด
- ง. ไม่ได้ อย่างแน่นอน

ข้อที่ 47 ข้อใดต่อไปนี้เป็นโรคติดต่อทาง

เพศสัมพันธ์

- ก. มะเร็งรังไข่
- ข. หูดข้าวสุก
- ค. โรคเอดส์
- ง. เริม

ข้อที่ 48 ข้อใดต่อไปนี้เป็นสาเหตุติดต่อทาง

เพศสัมพันธ์ได้

- ก. นิ้วทางเดินปัสสาวะ
- ข. ตับอักเสบเอ
- ค. ตับอักเสบบี
- ง. นิ้วถุงน้ำดี

ข้อที่ 49 หญิงมีครรภ์ควรปฏิบัติตนดังต่อไปนี้

- ก. ฝากครรภ์กับเจ้าหน้าที่ผดุงครรภ์หรือแพทย์และปฏิบัติตนตามคำแนะนำ
- ข. งดอาหารพวกเนื้อ นม ไข่ เพราะจะทำให้ลูกในครรภ์ตัวโต คลอดยาก
- ค. ทำตนตามปกติเพราะการคลอดเป็นเรื่องของธรรมชาติ
- ง. เวลาเจ็บป่วยรักษาด้วยการซื้อยากินเอง

ข้อที่ 50 สิ่งที่ต้องห้ามสำหรับหญิงตั้งครรภ์ ได้แก่

- ก. การร่วมเพศ
- ข. การยกของหนัก
- ค. การลงอาบน้ำในคลอง
- ง. การสูบบุหรี่และเสพยาเสพติด

ข้อที่ 51 คุณสมบัติอย่างหนึ่งของเด็กไทยที่จะเป็นพื้นฐานสำคัญที่สุดต่อการเสริมสร้างเพื่อยกระดับคุณภาพประชากรไทย ได้แก่

- ก. การรู้จักอนุรักษ์มรดกทางสังคม-วัฒนธรรม
- ข. ความเป็นผู้รู้จักใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์
- ค. การทำตนให้เป็นที่เคารพนับถือแก่ผู้อื่นได้
- ง. การเป็นผู้มีวินัยทางสังคม

ข้อที่ 52 บทบาทของสามีที่สำคัญน้อยที่สุดในระยะที่ภรรยาตั้งครรภ์และคลอดบุตร คือ

- ก. ช่วยทำงานบ้านเพื่อให้ภรรยาได้พักผ่อน
- ข. ขกย่องภรรยาว่าเป็นแม่ที่ดีและคลอดบุตรง่าย
- ค. ดูแลลูกคนอื่นๆ ในขณะที่ภรรยาพักอยู่ที่โรงพยาบาล
- ง. ให้กำลังใจและช่วยเหลือในการบำรุงครรภ์และการคลอด

ข้อที่ 53 ข้อใดมีความหมายตรงกับคำที่ขีดเส้นใต้มากที่สุด

“เมื่อสุขหอมหวานจึงควรหล่น

อยู่กับต้นอย่าให้พราวไปจากที่

อย่าชิงสุกก่อนห่ามไม่งามดี

เมื่อบุญมีคงจะมออย่าปรามก”

- ก. อย่าลืกลอบได้เสียกันก่อนแต่งงาน
- ข. อย่าขโมยผลไม้คนอื่นกิน
- ค. ทำอาหารต้องใจเย็นๆ
- ง. ดบมือข้างเดียวไม่ด้ง

ข้อที่ 54 การกระทำที่ไม่สมควรในทางเพศต่อร่างกายบุคคลอื่น เช่น กอด จูบ ลูบ คลำ ร่างกายของหญิงหรือชายอื่น เป็นการแสดงความใคร่ทางเพศเป็นความหมายของข้อใด

- ก. การข่มขืน
- ข. การชำเรา
- ค. กระทำอนาจาร
- ง. การสำเร็จความใคร่

ข้อที่ 55 การกระทำชำเราเด็กหญิง ตามที่บัญญัติไว้ในประมวลกฎหมายอาญา มาตรา 277 วรรคสอง นั้น หมายถึงเด็กหญิงอายุยังไม่เกินกี่ปี

- ก. สิบปี
- ข. สิบสามปี
- ค. สิบห้าปี
- ง. สิบแปดปี

ข้อที่ 56 สีส 5 หรือนิจสีส คือ สีสที่ควรรักษาเป็น
นิตย ในข้อที่ว่า กาเมสุ มิจจาจารา เวมณิ มี
ความหมายว่าอย่างไร

- ก. เว้นจากถือเอาสิ่งของที่เจ้าของมิได้ให้ด้วยอาการแห่ง
ขโมย
- ข. เว้นจากทำชีวิตสัตว์ให้ตกถ่วง
- ค. เว้นจากประพฤติดินในกาม
- ง. เว้นจากพูดเท็จ

ข้อที่ 57 มิตรแท้มี 4 จำพวก เป็นมิตรที่ควรคบหา
ไม่มีพิษภัย มีแต่จะเกิดคุณประโยชน์แก่ตน เป็น
เอกประการ ได้แก่มิตรต่อไปนี้ ยกเว้น

- ก. มิตรณะประโยชน์
- ข. มิตรมีความรักใคร่
- ค. มิตรมีอุปการะ
- ง. มิตรปฏิรูป

ข้อที่ 58 ข้อใดเป็นอิทธิพลของสื่อต่างๆ ที่มี
ผลกระทบต่อเด็กวัยรุ่นในด้านลบมากที่สุด

- ก. สนับสนุนให้เด็กมีการคบเพื่อนต่างเพศมากขึ้น
- ข. สนับสนุนให้มีการบริโภคหรือความอยากมากขึ้น
- ค. สนับสนุนให้เด็กผ่อนคลายอารมณ์จากรายการต่างๆ
- ง. สนับสนุนให้เด็กอยากมีชื่อเสียงอย่างนักร้องนักร้องดนตรี

ข้อที่ 59 ปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาที่สำคัญ
ประการหนึ่ง สาเหตุใดต่อไปนี้ทำให้เด็กวัยรุ่นติดยา
เสพติด

- ก. สาเหตุพื้นฐาน เช่น เด็กประเภทบ้านแตก ขาดความ
อบอุ่นทางจิตใจ ไม่ได้รับความเอาใจใส่
- ข. ความอยากลอง ตามเพื่อน ตามผู้ใหญ่
- ค. ถูกเพื่อนหรือคนที่เป็นผู้ใหญ่กว่าชักจูง
- ง. ถูกทุกข้อ

ข้อที่ 60 ศิลปะแขนงใดต่อไปนี้นี้ที่มักจะนำเสนอ
เกี่ยวกับเรื่องเพศ

- ก. ละคร
- ข. ดนตรี
- ค. ภาพยนตร์
- ง. ถูกทุกข้อ

ภาคผนวก ง เนื้อหาการสอนเพศศึกษา

เนื้อหาสำหรับการเรียนการสอน

เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

*Sexuality education
for early secondary school students*

นพ.วัชระ เอี่ยมรัศมีกุล
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด
พ.ศ. ๒๕๔๕

บทนำเรื่องเพศศึกษา

ชุดการเรียนรู้เพศศึกษานี้จัดทำขึ้นสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 เพื่อเป็นส่วนประกอบหนึ่งของการเรียนรู้ทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน ชุดการเรียนรู้ไม่ใช่สิ่งที่จะทดแทนการเรียนการสอนปกติในชั้นเรียน ดังนั้นนักเรียนจึงต้องเรียนรู้จากการเรียนในชั้นเรียนโดยผ่านครูอาจารย์เป็นหลัก

เพศศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตในการหาความรู้และสร้างเจตคติ ความเชื่อ และค่านิยมเกี่ยวกับเอกลักษณ์ สัมพันธภาพและความสนิทสนม เพศศึกษาประกอบด้วย พัฒนาการทางเพศ อนามัยการเจริญพันธุ์ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ความรัก ความสนิทสนม ภาพลักษณ์ของร่างกายและบทบาทของเพศภาวะ

เพศศึกษาเกี่ยวข้องกับมิติด้านชีววิทยา ด้านสังคมวัฒนธรรม ด้านจิตวิทยาและด้านจิตวิญญาณของเรื่องเพศ ตั้งแต่ระดับความรู้ (ข้อมูลข่าวสาร) ความรู้สึกนึกคิด (ความรู้สึก ค่านิยม และเจตคติ) และพฤติกรรม (การสื่อสาร การตัดสินใจ และทักษะส่วนบุคคลอื่นๆ)

วัตถุประสงค์หลักของเพศศึกษาคือการส่งเสริมสุขอนามัยทางเพศ ซึ่งหมายถึง บุรณาการทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ เซาว์ปัญญา และสังคมของคนเราในวิถีที่สร้างสรรค์และเพิ่มพูนบุคลิกภาพ การสื่อสาร และความรัก คนเราทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับข้อมูลข่าวสารด้านเพศและมีสิทธิในการพิจารณาที่จะมีสัมพันธภาพทางเพศเพื่อความพึงพอใจเท่าๆกับเพื่อการสืบพันธุ์

1. ข้อมูลข่าวสาร เพื่อให้ข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องเกี่ยวกับเพศวิถีของมนุษย์ ได้แก่ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ การสืบพันธุ์ของมนุษย์ กายวิภาค สรีรวิทยา การสำเร็จความใคร่ ชีวิตครอบครัว การตั้งครรภ์ การคลอด การเป็นพ่อแม่ การตอบสนองทางเพศ การกำหนดเพศ การคุมกำเนิด การแท้ง ทารุณกรรมทางเพศ การติดเชื้อเอชไอวีและเอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ

2. เจตคติ ค่านิยมและจิตสำนึก เพื่อให้โอกาสแก่เยาวชนในการถามปัญหา สำรวจ และประเมินเจตคติทางเพศของตนเองเพื่อที่จะเข้าใจถึงค่านิยมของครอบครัวของพวกเขาเอง พัฒนาค่านิยมของตนเอง เพิ่มความภาคภูมิใจในตัวเอง พัฒนาสามัญสำนึกเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับครอบครัวและสมาชิกทั้งสองเพศ และเข้าใจเกี่ยวกับพันธะและความรับผิดชอบต่อครอบครัวและต่อผู้อื่น

3. สัมพันธภาพและทักษะระหว่างบุคคล เพื่อช่วยเยาวชนในการพัฒนาทักษะระหว่างบุคคล ได้แก่ การสื่อสาร การตัดสินใจ การแสดงสิทธิ์ และทักษะการปฏิเสธเพื่อน พร้อมกับเพิ่มความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่พึงพอใจ เพศศึกษาควรช่วยเตรียมนักเรียนให้เข้าใจเรื่องเพศของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพและอย่างสร้างสรรค์ในบทบาทของผู้ใหญ่ที่กำลังจะเกิดตามมา สิ่งเหล่านี้ได้แก่การช่วยเหลือเยาวชนในการพัฒนาความสามารถในการดูแลสุขอนามัยทางเพศ สนับสนุน ไม่บีบบังคับ และมีความสนิทสนมและสัมพันธภาพทางเพศอย่างพึงพอใจทั้งสองฝ่าย

4. ความรับผิดชอบ เพื่อช่วยเยาวชนได้ฝึกความรับผิดชอบเกี่ยวกับสัมพันธภาพทางเพศ รวมถึงการละเว้นการร่วมเพศ วิธีการต่อต้านแรงกดดันต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนเวลาอันควร และส่งเสริมการใช้วิธีการคุมกำเนิดและมาตรการทางเพศที่ปลอดภัยอื่นๆ เพศศึกษาควรเป็นแกนหลักของโปรแกรมในการลดความทุกข์ของปัญหาทางการแพทย์ที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ เช่น การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคติดเชื้อเอชไอวีและเอดส์ และทารุณกรรมทางเพศ

ค่านิยมพื้นฐาน ที่แนวทางการกำหนดเนื้อหาของเพศศึกษานี้ยึดถือมีดังต่อไปนี้

- เพศมิติเป็นเรื่องธรรมชาติและเป็นส่วนปกติที่สมบูรณ์ของชีวิต
- คนทุกคนล้วนมีเพศ
- เพศมิติมีความหมายรวมทั้งด้านร่างกาย จริยธรรม สังคม จิตวิญญาณและอารมณ์
- คนทุกคนล้วนมีเกียรติและคุณค่าในตัวเอง
- เยาวชนควรมองตัวเองเป็นคนเฉพาะและมีคุณค่าในตัวตนภายใต้บริบททางวัฒนธรรม
- แต่ละบุคคลแสดงออกทางเพศแตกต่างกันหลายวิธี
- ผู้ปกครองควรเป็นคนแรกที่สอนเรื่องเพศศึกษาแก่เด็ก
- ครอบครัวควรเตรียมพร้อมสำหรับการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาสำหรับเด็ก
- ครอบครัวมีค่านิยมทางเพศร่วมกันกับเด็กของตน
- ในสังคมที่มีความแตกต่างที่หลากหลาย ผู้คนควรนับถือและยอมรับความแตกต่างของค่านิยมและความเชื่อเกี่ยวกับเรื่องเพศของผู้อื่นที่มีอยู่ในชุมชน
- สัมพันธภาพทางเพศจะต้องไม่มีการบีบบังคับหรือใช้เพื่อหาประโยชน์อย่างอื่น
- เด็กทุกคนควรได้รับความรักและการทะนุถนอม
- การตัดสินใจทางเพศทุกครั้งล้วนก่อให้เกิดผลกระทบหรือผลเสียตามมา
- คนทุกคนมีสิทธิและหน้าที่ในการรับผิดชอบเกี่ยวกับการตัดสินใจทางเพศของตัวเอง
- แต่ละบุคคล ครอบครัวและสังคม ล้วนได้ประโยชน์เมื่อเด็กสามารถที่จะพูดคุยเรื่องเพศกับพ่อแม่และหรือผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้
- เยาวชนพัฒนาค่านิยมทางเพศไปพร้อมๆ กับการเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่
- การที่เยาวชนสำรวจเรื่องเพศของตัวเองเป็นเรื่องปกติของการเจริญเติบโตเต็มวัย
- พฤติกรรมทางเพศก่อนเวลาอันควรก่อให้เกิดความเสี่ยงและอันตราย
- การละเว้นจากการมีเพศสัมพันธ์เป็นวิธีที่ได้ผลดีที่สุดในการป้องกันการตั้งครรภ์และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
- เยาวชนที่มีเพศสัมพันธ์จำเป็นต้องเข้าถึงข้อมูลด้านการรับบริการสุขภาพ

กรอบเนื้อหาเพศศึกษา

โครงการวิจัย

เรื่องการสอนเพศศึกษาโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด พ.ศ. ๒๕๔๕

หน่วยที่ 1 พัฒนาการของมนุษย์

พัฒนาการของมนุษย์มีลักษณะของปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเจริญเติบโตทั้งทางด้าน
ร่างกาย อารมณ์ สังคมและเชาว์ปัญญา

ตอนที่

- 1.1 กายวิภาคและสรีรวิทยาของระบบสืบพันธุ์
- 1.2 การสืบพันธุ์
- 1.3 วัยรุ่น
- 1.4 ภาพลักษณ์ของร่างกาย
- 1.5 การรู้และกำหนดเพศ

หน่วยที่ 2 สัมพันธภาพ

สัมพันธภาพมีบทบาทสำคัญตลอดชีวิตของเรา

ตอนที่

- 2.1 ครอบครัว
- 2.2 มิตรภาพ
- 2.3 ความรัก
- 2.4 การนัดเที่ยว
- 2.5 การแต่งงานและสัมพันธภาพตลอดชีวิต
- 2.6 การมีบุตร

หน่วยที่ 3 ทักษะส่วนบุคคล

เพศวิถีที่สมบูรณ์จำเป็นต้องมีการพัฒนาและการใช้ทักษะส่วนบุคคลและระหว่างบุคคลที่จำเพาะ

ตอนที่

3.1 ค่านิยม

3.2 การตัดสินใจ

3.3 การสื่อสาร

3.4 การแสดงสิทธิ

3.5 การเจรจา

3.6 การขอความช่วยเหลือ

หน่วยที่ 4 พฤติกรรมทางเพศ

เพศวิถีเป็นสิ่งสำคัญของความเป็นมนุษย์และแต่ละบุคคลก็แสดงออกทางเพศแตกต่างกัน

ตอนที่

4.1 เพศวิถีตลอดอายุขัย

4.2 การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง

4.3 พฤติกรรมทางเพศที่ร่วมกัน

4.4 การละเว้นการร่วมเพศ

4.5 การตอบสนองทางเพศ

4.6 จินตนาการทางเพศ

4.7 ความบกพร่องทางเพศ

หน่วยที่ 5 สุขอนามัยทางเพศ

การส่งเสริมสุขอนามัยทางเพศจำเป็นต้องมีข้อมูลข่าวสารและเจตคติเฉพาะที่จะใช้เพื่อหลีกเลี่ยงผลไม่พึงประสงค์ของพฤติกรรมทางเพศ

ตอนที่

- 5.1 การคุมกำเนิด
- 5.2 การแท้ง
- 5.3 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการติดเชื้อเอชไอวี
- 5.4 ทารุณกรรมทางเพศ
- 5.5 อนามัยการเจริญพันธุ์

หน่วยที่ 6 สังคมและวัฒนธรรม

สิ่งแวดล้อมด้านสังคมและวัฒนธรรมเป็นตัวกำหนดแนวทางที่แต่ละบุคคลเรียนรู้และแสดงออกถึงเพศวิถีของตน

ตอนที่

- 6.1 เพศวิถีและสังคม
- 6.2 บทบาททางเพศ
- 6.3 เพศวิถีกับกฎหมาย
- 6.4 เพศวิถีกับศาสนา
- 6.5 ความหลากหลายของเพศวิถี
- 6.6 เพศวิถีกับศิลปะ
- 6.7 เพศวิถีกับสื่อมวลชน

เพศศึกษาสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

บทที่ 1 พัฒนาการของมนุษย์

นพ.วัชระ เอี่ยมรัศมีกุล
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด
พ.ศ. ๒๕๔๕

บทที่ 1 พัฒนาการของมนุษย์

พัฒนาการของมนุษย์มีลักษณะของปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเจริญเติบโตทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและเชาว์ปัญญา

วัตถุประสงค์

เมื่อศึกษาบทที่ 1 จบแล้ว นักเรียนสามารถ

1. ชื่นชมร่างกายของตนเอง
2. สามารถศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลเกี่ยวกับการสืบพันธุ์ได้ตามที่ต้องการ
3. ยอมรับถึงพัฒนาการของมนุษย์ว่าประกอบด้วยพัฒนาการทางเพศ ซึ่งอาจจะมีหรือไม่มีการสืบพันธุ์หรือประสบการณ์ทางเพศผ่านอวัยวะสืบพันธุ์ได้
4. มีปฏิสัมพันธ์กับทั้งสองเพศในแนวทางที่ยอมรับและชื่นชม
5. ยอมรับการกำหนดเพศของตนเองและเคารพในการกำหนดเพศของผู้อื่น

แนวคิด

1. ร่างกายของมนุษย์มีความสามารถในการสืบพันธุ์เท่าๆกับความสามารถในการให้หรือรับความสุขทางเพศด้วยเช่นกัน
2. อวัยวะสืบพันธุ์บางอย่างนอกจากใช้ในการสืบพันธุ์แล้วยังใช้เพื่อความสุขทางเพศอีกด้วย
3. วัยรุ่นเป็นวัยที่ทุกคนต้องผ่านจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจและอารมณ์
4. ภาพลักษณ์ด้านร่างกายของบุคคลมีผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรม
5. เมื่อผู้คนเติบโตและมีพัฒนาการขึ้น เขาจะเริ่มมีอารมณ์รักใคร่และดึงดูดใจเพศตรงข้ามได้

กิจกรรมระหว่างเรียน

1. ทำแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน
2. ศึกษาและปฏิบัติตามบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา
3. ทำแบบประเมินผลตนเองหลังเรียน

สื่อการสอน

1. เอกสารการสอน
2. บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา

ประเมินผล

1. ประเมินผลจากแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนและหลังเรียน
2. การทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตอนที่ 1.1 กายวิภาคและสรีรวิทยาการเจริญพันธุ์

ร่างกายของมนุษย์มีความสามารถในการสืบพันธุ์เท่าๆกับความสามารถในการให้หรือรับความสุขทางเพศด้วยกัน

เพศ คือ อะไร?

เพศ คือ รูปที่แสดงให้รู้ว่าผู้หญิงหรือชาย คนเราทุกคนล้วนเกิดมามีเพศ โดยอาจเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย เมื่อมีการคลอดนั้นทุกคนล้วนอยากทราบว่าทารกเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย ดังนั้นเราจึงพบคนร้องว่า “ผู้หญิง!” หรือ “ผู้ชาย!” ได้บ่อยๆที่หน้าห้องคลอด (รูปที่ 1) เด็กผู้ชายโตขึ้นก็เป็นผู้ชาย เด็กผู้หญิงโตขึ้นก็เป็นผู้หญิง ตัวเราเองถ้าจะมีเพื่อนใหม่มาอยู่ห้องเรียนเพิ่ม เราก็มักจะถามว่า “เป็นผู้ชายหรือผู้หญิง” เพศในความหมายของการเป็นผู้ชายหรือผู้หญิงนี้บางครั้งเราเรียกว่าเพศภาวะ (Gender)

เพศยังมีความหมายด้านการสืบพันธุ์ด้วย เรารู้ว่าอวัยวะต่างๆของร่างกายมีชื่อเรียกที่เหมาะสมและมีหน้าที่จำเพาะ เช่น หัวใจมีหน้าที่สูบฉีดโลหิต ปอดมีหน้าที่หายใจ กระเพาะอาหารมีหน้าที่ย่อยอาหาร เป็นต้น อวัยวะเหล่านี้ส่วนใหญ่มีลักษณะและทำหน้าที่เหมือนกันไม่ว่าจะเป็นของผู้หญิงหรือผู้ชาย เช่น หัวใจ ปอด กระเพาะอาหาร สมอง เลือด กล้ามเนื้อ กระดูก อวัยวะที่แตกต่างกันระหว่างผู้หญิงและผู้ชายก็คืออวัยวะสืบพันธุ์หรืออวัยวะเพศนั่นเอง อวัยวะเพศมีความแตกต่างกันเนื่องจากมีหน้าที่ที่แตกต่างกัน (รูปที่ 2) เราจะเป็นผู้ชายหรือผู้หญิงก็ดูที่อวัยวะเพศนี้เอง (รูปที่ 3-6) สิ่งที่กำหนดว่าใครจะเป็นผู้หญิงหรือผู้ชายก็คือโครโมโซมหรือพันธุกรรมที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากคุณพ่อและคุณแม่ของเรา

อวัยวะสืบพันธุ์หรืออวัยวะเพศของผู้ชาย

อวัยวะสืบพันธุ์หรืออวัยวะเพศภายนอกของผู้ชาย ได้แก่ ลึงค์หรือองคชาต (Penis) ถุงอัณฑะ (Scrotum) และลูกอัณฑะ (Testes) (รูปที่ 7-10)

ลึงค์หรือองคชาต (รูปที่ 11-17) มีลักษณะเป็นแท่ง มี 2 ส่วน คือ ส่วนแกน (Shaft or body of penis) และส่วนหัว (Glans penis) ส่วนแกนมีลักษณะเป็นลำโดยมีปลายด้านหนึ่งยึดติดกับลำตัวของเราและปลายอีกด้านยึดกับส่วนหัว ส่วนหัวจะนุ่มกว่าแกนและไวต่อความรู้สึกและก่อให้เกิดความสุขได้เมื่อสัมผัส ส่วนหัวนี้เทียบได้กับตุ่มกระสัน (Clitoris) ของผู้หญิง ส่วนหัวจะมีปลายเป็นรูปเปิดของท่อปัสสาวะ ทั้งปัสสาวะและน้ำอสุจิจะผ่านรูเปิดนี้ออกมา ด้านล่างของส่วนหัวจะมีผิวหนังที่เชื่อมต่อกับหนังหุ้มปลายอยู่ มองดูคล้ายเป็นสาย เรียกว่าเส้นสองสลิ้ง (Frenulum)

เมื่อแรกคลอดผู้ชายทุกคนจะมีหนังหุ้มปลายคลุมปลายองคชาตอยู่ หนังหุ้มปลายนี้ช่วยป้องกันส่วนปลายขององคชาต อย่างไรก็ตามเด็กผู้ชายบางคนอาจจะถูกตัดหนังหุ้มปลายนี้ออกในตอนเด็ก ซึ่ง

เรียกว่าการขลิบหนังหุ้มปลาย การขลิบหนังหุ้มปลายนี้ทำให้การดูแลรักษาความสะอาดทำได้ง่ายขึ้น (รูปที่ 14-15)

ถุงอัณฑะ เป็นอวัยวะรูปร่างคล้ายถุง มีหน้าที่รองรับอัณฑะ (รูปที่ 17)

อวัยวะเพศหรืออวัยวะสืบพันธุ์ภายในของผู้ชาย ได้แก่ อัณฑะ(Testes) ท่อผลิตน้ำเลี้ยงอสุจิ (Epididymis) ท่อนำอสุจิ (Vas deferens) ถุงน้ำเชื้อ (Seminal vesicles) ต่อมลูกหมาก (Prostate gland) ต่อมคาวเปอร์ (Cowper's gland) (รูปที่ 10, 11)

อัณฑะ เป็นอวัยวะรูปร่างกลมรี มี 2 ลูก มีหน้าที่ในการผลิตเซลล์สืบพันธุ์ของผู้ชายที่เรียกว่าตัวอสุจิ (รูปที่ 11)

ท่อผลิตน้ำเลี้ยงอสุจิ เป็นอวัยวะรูปร่างคล้ายท่อหรือสายหุ้โทรศัพท์ มีหน้าที่เป็นทางผ่านและหล่อเลี้ยงตัวอสุจิให้เจริญเติบโต (รูปที่ 11)

ท่อนำอสุจิ เป็นท่อยาวประมาณหนึ่งฟุตครึ่ง เป็นทางผ่านของตัวอสุจิ (รูปที่ 10)

ถุงน้ำเชื้อ มีสองถุง ทำหน้าที่สร้างสารเหลวเพื่อผสมกับตัวอสุจิเป็นน้ำอสุจิ (Semen) (รูปที่ 10)

ต่อมลูกหมาก เป็นต่อมอยู่บริเวณรอยต่อระหว่างกระเพาะปัสสาวะและท่อปัสสาวะ มีหน้าที่ในการสร้างสารเพื่อช่วยในการเคลื่อนไหวของตัวอสุจิ (รูปที่ 10)

ต่อมคาวเปอร์ เป็นต่อมเล็กๆสองต่อมอยู่ด้านล่างของต่อมลูกหมากติดกับท่อปัสสาวะ มีหน้าที่สร้างสารที่ทำให้ น้ำอสุจิมียลักษณะข้นเหนียว (รูปที่ 11)

ท่อปัสสาวะ เป็นท่อทางผ่านของปัสสาวะจากกระเพาะปัสสาวะผ่านต่อมลูกหมากเพื่อถ่ายปัสสาวะออกมาทางรูเปิดที่ปลายขององคชาตและยังเป็นทางผ่านของน้ำอสุจิด้วย (รูปที่ 11)

อวัยวะสืบพันธุ์หรืออวัยวะเพศของผู้หญิง

อวัยวะสืบพันธุ์หรืออวัยวะเพศของผู้หญิง ได้แก่ ปากช่องคลอด (Vulva) ตุ่มกระสัน (Clitoris) ช่องคลอด (Vagina) มดลูก (Uterus) และรังไข่ (Ovaries) (รูปที่ 18-23)

อวัยวะเพศหรืออวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกของผู้หญิง ได้แก่ ปากช่องคลอด (Vulva) หัวหน่าว (Mons pubis) แคมใหญ่ (Labia majora) แคมเล็ก (Labia minora) ตุ่มกระสัน (Clitoris) และหนังหุ้ม (Hood of the clitoris) รูเปิดท่อปัสสาวะ (Urethra) ปากช่องคลอด (Vagina) ต่อมบาร์โธลิน (Bartholin's glands) และเต้านม (Breast) โดยปกติอวัยวะเพศของผู้หญิงมักจะถูกปิดไว้ ส่วนใหญ่เด็กผู้หญิงมักจะมองเห็นเฉพาะแคมใหญ่ทั้งสองของตนเท่านั้น อวัยวะส่วนอื่นๆจะถูกปกคลุมอยู่ในปากช่องคลอด เด็กผู้หญิงจะดูอวัยวะเพศของตนเองได้จะต้องใช้กระจกและแหวกปากช่องคลอดจึงจะเห็น (รูปที่ 21)

ปากช่องคลอดเป็นรูเปิดที่ให้เลือดประจำเดือนไหลออกมาได้ เป็นช่องสำหรับให้อวัยวะเพศชายสอดใส่ขณะร่วมเพศ อีกทั้งยังเป็นช่องทางที่ทารกคลอดออกมาอีกด้วย (รูปที่ 23)

ตุ่มกระสัน เป็นส่วนที่ให้ความสุขทางเพศสำหรับผู้หญิง (รูปที่ 23)

เต้านม มีความสำคัญทั้งด้านร่างกายและจิตใจ สังกะสัณส่วนใหญ่มองเต้านมเป็นส่วนดึงดูดใจของเพศหญิง การกระตุ้นเต้านมระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ก่อให้เกิดความสุข เต้านมยังมีหน้าที่สร้างน้ำนมเพื่อเลี้ยงบุตรอีกด้วย

อวัยวะเพศหรืออวัยวะสืบพันธุ์ภายในของผู้หญิง ได้แก่ ช่องคลอด ปากมดลูก มดลูก ท่อนำไข่ รังไข่ (รูปที่ 24-25)

ช่องคลอด เป็นช่องที่เชื่อมต่อระหว่างมดลูกภายในร่างกายมายังภายนอก รูเปิดของช่องคลอดจะใหญ่กว่ารูเปิดของท่อนำไข่ บริเวณปากช่องคลอดจะมีเยื่อบางๆ ปิดอยู่ เรียกว่าเยื่อพรหมจารี (Hymen) เยื่อนี้มักจะปิดปากช่องคลอดทั้งหมด ทำให้ประจำเดือนสามารถไหลออกมาได้ เมื่อมีการร่วมเพศเยื่อนี้จะฉีกขาดและมีรูเปิดขยายใหญ่ขึ้นได้ (รูปที่ 23)

มดลูก (รูปที่ 26) เป็นอวัยวะกลวงขนาดประมาณกำปั้นของผู้หญิง เชื่อมต่อระหว่างท่อนำไข่ 2 ข้างทางด้านบน (รูปที่ 27) และช่องคลอดทางด้านล่างโดยส่วนล่างที่เชื่อมต่อกับช่องคลอดเรียกว่าปากมดลูก (Cervix) มดลูกประกอบด้วยกล้ามเนื้อที่แข็งแรง ภายในโพรงมดลูกมีเยื่อบุเรียกว่าเยื่อบุมดลูก (Endometrium) ซึ่งเยื่อนี้จะหนาตัวและหลุดลอกออกมาเป็นประจำเดือนตามอิทธิพลของฮอร์โมนที่สร้างจากรังไข่เป็นประจำทุกเดือน เมื่อมีการปฏิสนธิเกิดขึ้นเยื่อบุมดลูกนี้จะเป็นที่ฝังตัวของตัวอ่อนและรองรับการเจริญเติบโตของทารกต่อไป

รังไข่ มีสองข้าง อยู่ด้านซ้ายและขวาของมดลูก มีขนาดประมาณหัวแม่มือ (รูปที่ 28) เป็นที่อยู่ของไข่ โดยเมื่อแรกคลอดเด็กผู้หญิงจะมีไข่ที่ยังไม่สมบูรณ์ประมาณ 1 ล้านฟอง ไข่เหล่านี้จะยังไม่สามารถปฏิสนธิได้จนกว่าจะเข้าสู่ระยะวัยรุ่นซึ่งเมื่อถึงระยะนั้นเด็กผู้หญิงจะมีไข่เหลืออยู่ราว 300,000 ฟอง รังไข่จะมีการตกไข่ซึ่งแสดงถึงความสามารถในการตั้งครรภ์ทุกเดือนไปจนถึงอายุราว 50 ปีจึงจะหยุดการตกไข่ เรียกว่าเข้าสู่วัยหมดประจำเดือน

อวัยวะต่างๆ ของร่างกายเด็กชายและเด็กหญิงเหล่านี้จะก่อให้เกิดความสุขได้เมื่อถูกสัมผัส การเจริญเติบโตของอวัยวะสืบพันธุ์ทั้งภายนอกและภายในจะเกิดขึ้นขณะเป็นวัยรุ่น (รูปที่ 29-30)

การมีประจำเดือน (Menstruation)

การมีประจำเดือน (Menstruation) ผู้หญิงจะมีรอบเดือนหรือประจำเดือนซึ่งเป็นสิ่งที่แตกต่างจากผู้ชาย

รอบเดือนหรือประจำเดือน หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงขึ้นลงของฮอร์โมนในร่างกายของผู้หญิงที่ทำให้เยื่อบุโพรงมดลูกหนาตัวและหลุดลอกออกมา โอกาสที่ผู้หญิงจะสามารถตั้งครรภ์ได้สูงสุดเรียกว่าระยะอุดมพันธุ์ (Fertile period) คือช่วงระยะกึ่งกลางของรอบเดือน

ในวัยเด็กผู้หญิงจะยังไม่มียารอบเดือนหรือประจำเดือน ต่อมาเมื่อเติบโตขึ้นจึงจะเริ่มมีประจำเดือน โดยส่วนใหญ่ผู้หญิงจะเริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก (Menarche) เมื่ออายุประมาณ 9-14 ปี และจะมี

ประจำเดือนไปจนกระทั่งหมดประจำเดือน (Menopause) โดยผู้หญิงจะหมดประจำเดือนเมื่ออายุประมาณ 45-55 ปี ซึ่งบางครั้งเราจะได้ยินคนเรียกวัยหมดประจำเดือนนี้ว่า วัยทอง

สิ่งควรรู้เกี่ยวกับประจำเดือน คือ การมีประจำเดือนบอกให้เราทราบว่าเด็กผู้หญิงคนนั้นมี ความสามารถในการตั้งครรภ์ได้แล้ว

ลักษณะของประจำเดือนปกติ คือ มีระยะห่างระหว่างรอบเดือน (Interval) 21-34 วัน ประจำเดือนมา นาน (Duration) 2-6 วัน โดยมีปริมาณเลือดเฉลี่ย 20-60 มิลลิลิตร

เรานับวันแรกที่มีเลือดออกมาเป็นวันที่หนึ่งของรอบเดือน

วันที่ 7-13 ของรอบเดือน ไข่จะเริ่มเจริญเติบโต และเยื่อบุโพรงมดลูกจะเริ่มหนาตัวขึ้น

วันที่ 14-16 ของรอบเดือน ไข่จะตกออกจากรังไข่

วันที่ 16-18 ของรอบเดือน ไข่ที่ไม่ถูกผสมจะสลายตัว

วันที่ 25 ระดับฮอร์โมนจะลดลง เยื่อบุโพรงมดลูกจะเริ่มสลายตัว

การนับวันของประจำเดือนมีความสำคัญต่อการดูแลด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ เช่น ใช้ในการ คำนวณวันกำหนดคลอด แพทย์จะคำนวณวันกำหนดคลอด (Expected date of confinement - EDC) โดยจะนับจากวันแรกของประจำเดือนครั้งสุดท้าย (Last menstrual period – LMP) ไปอีก 7 วันและลบ ออก 3 เดือน ($EDC = LMP + 7 \text{ วัน} - 3 \text{ เดือน}$) เช่น ถ้าวันแรกของประจำเดือนครั้งสุดท้ายคือวันที่ 7 พฤษภาคม ดังนั้นวันกำหนดคลอดก็คือวันที่ 14 กุมภาพันธ์ของปีถัดไป

ความหมายเพิ่มเติมของเพศ

เพศ ยังมีความหมายรวมไปถึงความปรารถนาทางเพศอีกด้วย ความปรารถนาทางเพศเป็นความ ต้องการของคนที่จะอยู่ใกล้ชิดกับใครบางคนให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ บางครั้งเราไม่สามารถบอกได้ ว่าทำไมเราจึงมีความรู้สึกเช่นนั้นหรือไม่รู้ว่าทำไมจึงต้องการ สิ่งเหล่านี้เรียกว่าแรงปรารถนา มัน เหมือนกับมีแม่เหล็กมาดูดเราให้เกิดความรู้สึกอยากเข้าใกล้กับคนที่เราปรารถนาให้มากที่สุดเท่าที่จะทำ ได้ ความรู้สึกเช่นนี้บางครั้งเรียกว่าความคลั่งไคล้ ทั้งเด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงมักจะเคยมีประสบการณ์ ความคลั่งไคล้อยู่เสมอ ทั้งกับคนที่รู้จักและไม่รู้จัก เช่น ดาราทีวี ดาราภาพยนตร์ นักร้องหรือนักกีฬา (รูปที่ 31)

เพศ ยังมีความหมายครอบคลุมไปถึงการมีเพศสัมพันธ์อีกด้วย การมีเพศสัมพันธ์หมายถึงการที่ ผู้ชายและผู้หญิงมีความรู้สึกปรารถนาอย่างสุดจะห้ามใจได้ จนอยากจะใกล้ชิดกันมากที่สุดเท่าที่จะทำ ได้ ใกล้ชิดกันถึงขนาดร่วมเพศหรือมีการสอดใส่อวัยวะเพศของผู้ชายเข้าไปในช่องคลอดของผู้หญิง ซึ่ง ถ้ามีการร่วมเพศในลักษณะนี้เกิดขึ้นก็จะทำให้เกิดการตั้งครรภ์ได้ (รูปที่ 32-33)

อย่างไรก็ตามการมีเพศสัมพันธ์ไม่ได้หมายความว่าชายหญิงคู่หนึ่งต้องการจะมีบุตรด้วยกันเสมอไป ระบบการตอบสนองทางเพศแตกต่างจากระบบสืบพันธุ์ ระบบการตอบสนองทางเพศเป็นการ

แสดงออกด้านความต้องการทางเพศหรือต้องการหาความสุขทางเพศเท่านั้น ผู้คนยังสามารถหาความสุขทางเพศได้แม้ว่าจะอายุเข้าสู่วัยชราแล้วก็ตาม (รูปที่ 34)

เป็นเรื่องโกหกที่จะบอกว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นการแสดงออกถึงความรัก การร่วมเพศเป็นการแสดงออกถึงความรักวิธีหนึ่งเท่านั้น เรายังแสดงออกถึงความรักได้อีกมากมายหลายวิธี เช่น การกอด โอบ จับมือ จูบ และการสัมผัส เป็นต้น (รูปที่ 35-36)

มีเรื่องสำคัญเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ควรทราบไว้ คือ

1. เป็นเรื่องดีถ้าเราไม่ชิงสุกก่อนห่ามและรอจนกว่าเราจะมี ความรับผิดชอบที่จะตัดสินใจเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ได้
2. คนทุกคนมีสิทธิที่จะปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ทุกรูปแบบได้ (รูปที่ 37)
3. การมีเพศสัมพันธ์มักก่อให้เกิดผลเสียและอันตรายตามมา
4. ผู้หญิงสามารถตั้งครรรภ์ได้หลังการร่วมเพศ แต่สามารถป้องกันได้หลายวิธี
5. การมีเพศสัมพันธ์สามารถก่อให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้หลายโรค โดยเฉพาะที่สำคัญและอันตรายคือเชื้อเอชไอวีซึ่งเป็นเชื้อก่อให้เกิดโรคเอดส์ โรคเหล่านี้ติดต่อจากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่งได้ทางเพศสัมพันธ์ ดังนั้นจึงต้องป้องกันการแพร่กระจายเชื้อทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์

คำว่าเพศจึงมีความหมายได้หลายอย่าง เช่น แรงปรารถนา การร่วมเพศ การสืบพันธุ์ และการเป็นผู้ชายหรือผู้หญิง ดังนั้นบางคนจึงใช้คำว่า เพศมิติ (Sexuality) เมื่อต้องการกล่าวถึงการพูดเกี่ยวกับด้านเพศของชีวิตในเรื่องของเพศภาวะ ความรู้สึกทางเพศ ความคิดและแรงปรารถนา เป็นต้น

ตอนที่ 1.2 การสืบพันธุ์

อวัยวะสืบพันธุ์บางอย่างนอกจากใช้ในการสืบพันธุ์แล้วยังใช้เพื่อความสุขทางเพศอีกด้วย

การสืบพันธุ์

การสืบพันธุ์ต้องมีทั้งผู้ชายและผู้หญิง โดยผู้ชายและผู้หญิงมีอวัยวะสืบพันธุ์ที่ทำให้สามารถมีบุตรได้ ในร่างกายของผู้ชายและผู้หญิงมีเซลล์เฉพาะที่ทำให้สามารถสืบพันธุ์ได้แต่ไม่ใช่ผู้ชายและผู้หญิงทั้งหมดที่ตัดสินใจจะมีบุตร เมื่อผู้หญิงตั้งครรภ์ ทารกจะเติบโตภายในมดลูก และทารกมักจะคลอดออกจากมารดาทางช่องเปิดที่เรียกว่าช่องคลอด แต่ทารกบางคนอาจจะคลอดโดยการผ่าตัดคลอดบุตรทางหน้าท้องที่เรียกว่าซีซาร์เรียนเซกชัน (Cesarean section) หลังคลอดผู้หญิงสามารถเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมที่หลั่งออกมาทางหัวนมและเต้านมได้

การตั้งครรภ์เกิดขึ้นได้จากการร่วมเพศทางช่องคลอดระหว่างผู้ชายและผู้หญิงโดยผู้ชายสอดใส่องคชาติเข้าในช่องคลอดของผู้หญิง การร่วมเพศก่อให้เกิดความพึงพอใจ เมื่อใดก็ตามที่มีการร่วมเพศทางช่องคลอด ผู้หญิงคนนั้นก็อาจจะสามารถตั้งครรภ์ได้ โดยการผสมระหว่างตัวสุจิกับไข่เรียกว่าการ

ปฏิสนธิ (Conception or Fertilization) ทารกเริ่มมีพัฒนาการหลังการปฏิสนธิและใช้เวลาเจริญเติบโตเป็นระยะเวลา 40 สัปดาห์ และสิ้นสุดลงโดยการคลอด การที่ทารกจะเป็นผู้ชายหรือผู้หญิงนั้นมีตัวสุจิเป็นตัวกำหนดเพศของทารก เนื่องจากการร่วมเพศอาจเป็นไปเพื่อความสุขทางเพศโดยไม่จำเป็นต้องการตั้งครรภ์เราก็สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้โดยวิธีที่เรียกว่าการคุมกำเนิดและทุกคนที่ต้องการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ต้องการมีบุตรก็ควรใช้การคุมกำเนิดระหว่างการมีเพศสัมพันธ์

การตั้งครรภ์จะเกิดได้ง่ายช่วงกึ่งกลางระหว่างรอบประจำเดือนแต่การทำนายช่วงการตกไข่ที่แน่นอนเป็นเรื่องยากทำให้ไม่สามารถบอกได้แน่นอน การตกไข่สามารถเกิดได้ทุกช่วงของรอบประจำเดือน ดังนั้นผู้หญิงจึงสามารถตั้งครรภ์ได้ทุกเวลา เมื่อเด็กหญิงเริ่มมีประจำเดือน ก็หมายความว่าสามารถจะตั้งครรภ์ได้ เมื่อเด็กชายสร้างตัวสุจิและสามารถหลั่งออกมาได้ ก็หมายความว่าสามารถทำให้เกิดการตั้งครรภ์ได้ อาการแสดงที่สำคัญอาการแรกของการตั้งครรภ์คือการขาดประจำเดือน

ผู้ที่ตั้งครรภ์อยู่ก็ยังสามารถมีเพศสัมพันธ์ได้ตามปกติและเป็นสิ่งที่ปลอดภัย

ตอนที่ 1.3 วัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่ทุกคนต้องผ่านจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายจิตใจและอารมณ์

วัยรุ่น

ร่างกายของเราเปลี่ยนแปลงไปเมื่อเราเติบโตขึ้น โดยคนเราจะสามารถมีบุตรได้ก็เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นแล้ว วัยรุ่นเริ่มต้นและสิ้นสุดที่อายุแตกต่างกันในแต่ละคน โดยร่างกายของแต่ละคนเปลี่ยนแปลงในช่วงเวลาของตัวเอง และการเปลี่ยนแปลงส่วนใหญ่ของวัยรุ่นชายและหญิงจะเหมือนกัน โดยเด็กหญิงมักจะเริ่มการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชาย (รูปที่ 38-39) ซึ่งในช่วงวัยรุ่นตอนต้นมักจะทำให้เรารู้สึกไม่สบาย งุ่มง่าม และหรือคิดแต่เรื่องตัวเองเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่รวดเร็วของตัวเอง ระบบเพศสัมพันธ์และการสืบพันธุ์ก็จะเติบโตเต็มที่ในช่วงวัยรุ่นนี้ เด็กหญิงเริ่มมีการตกไข่และมีประจำเดือน และเด็กชายเริ่มมีการสร้างตัวสุจิและหลั่งน้ำอสุจิ ในช่วงวัยรุ่นพบการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์เกิดขึ้นได้เสมอและหลายคนเริ่มมีพัฒนาการความรู้สึกด้านเพศสัมพันธ์และความรัก

บางคนจะยังไม่เข้าสู่วัยรุ่นเต็มที่จนอายุประมาณ 16-17 หรือ 18-19 ปี

ตอนที่ 1.4 ภาพลักษณ์ของร่างกาย

ภาพลักษณ์ด้านร่างกายของบุคคลมีผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรม

ภาพลักษณ์ของร่างกาย

ร่างกายของแต่ละคนแตกต่างกันทั้งขนาด รูปร่างและสีผิว โดยทั้งเพศชายและเพศหญิงมีความพิเศษเท่ากัน ความแตกต่างกันทำให้พวกเราแต่ละคนมีลักษณะพิเศษเฉพาะ คนทุกคนมีความพิเศษเฉพาะ รวมทั้งผู้ที่พิการเช่นกัน สุขนิสัยที่ดีเช่น โภชนาการและการออกกำลังกาย สามารถปรับปรุงวิถีของบุคคลมองและรู้สึก ทุกคนสามารถภาคภูมิใจในลักษณะพิเศษของร่างกายตน

รูปร่างของผู้คนถูกกำหนดโดยพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม และสุขนิสัย วิธีที่ร่างกายถูกมองส่วนมากถูกกำหนดโดยยีนที่ถ่ายทอดมาจากพ่อแม่และปู่ย่าตายาย สิ่งที่เราพบในสื่อมวลชนมักมีการบรรยายถึงคนที่สวยและหล่อหรือเป็นดารา แต่คนส่วนใหญ่ไม่เข้าลักษณะภาพลักษณ์เหล่านี้ พบว่ามาตรฐานความสวยงามเปลี่ยนไปตามกาลเวลาและแตกต่างกันในแต่ละวัฒนธรรม ค่านิยมของบุคคลไม่ได้ถูกกำหนดโดยรูปร่างภายนอกของพวกเขา ความผิดปกติเกี่ยวกับการกินเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ภาพลักษณ์ของร่างกายที่ไม่ดี

ร่างกายเติบโตและเปลี่ยนแปลงในช่วงวัยรุ่น (รูปที่ 38-39) โดยขนาดและรูปร่างขององศาหรือเส้นผมไม่มีผลต่อความสามารถด้านการสืบพันธุ์หรือความสามารถทางเพศ ขนาดและรูปร่างของผู้คนอาจมีผลต่อความรู้สึกของคนอื่นที่มีและปฏิบัติต่อคนคนนั้น ผู้คนที่มียีนพิการมีความรู้สึก ความต้องการและความปรารถนาเช่นเดียวกันกับคนที่ไม่มีพิการ

ตอนที่ 1.5 การรับรู้และกำหนดเพศ

เมื่อผู้คนเติบโตและมีพัฒนาการขึ้น เขาจะเริ่มมีอารมณ์รักใคร่และดึงดูดใจเพศตรงข้ามได้

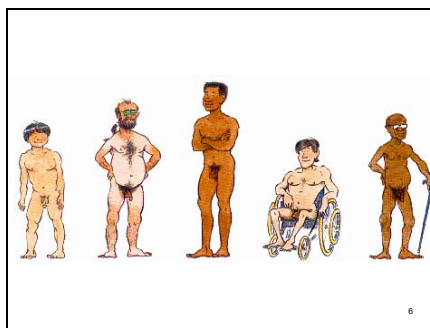
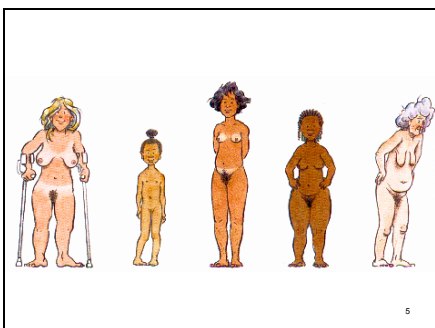
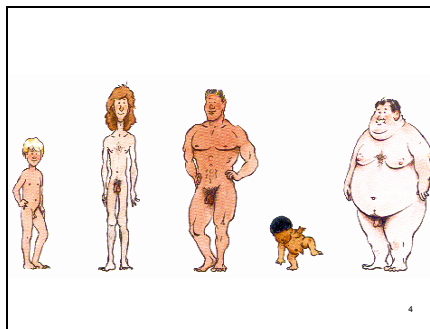
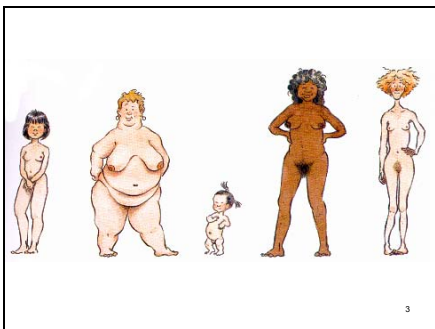
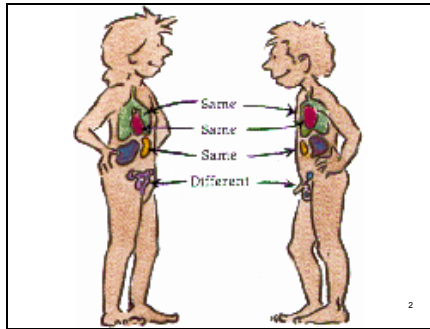
การรับรู้และกำหนดเพศ

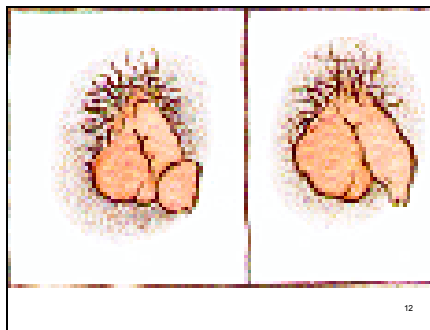
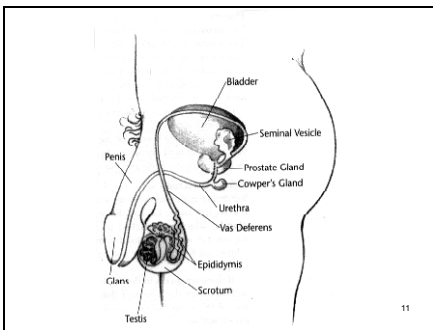
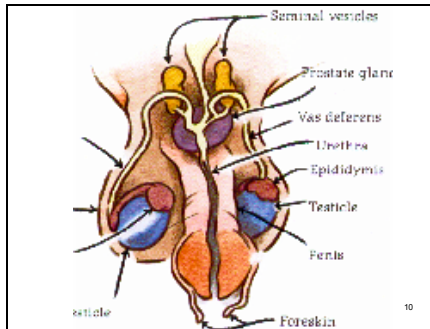
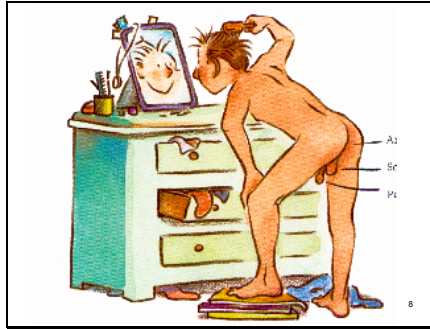
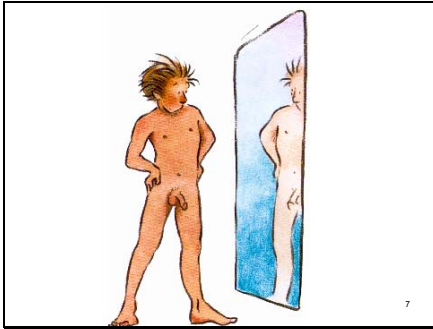
คนเราจะได้พบความรักหลายรูปแบบ โดยส่วนใหญ่ผู้คนมักจะชอบเพศตรงข้ามซึ่งหมายถึงการดึงดูดใจและเกิดความรักเพศตรงข้าม อย่างไรก็ตามในทุกสังคมจะมีผู้ชายและผู้หญิงบางคนเป็นคนที่รักเพศซึ่งหมายถึงเขาดึงดูดใจและเกิดความรักเพศเดียวกันโดยคนรักร่วมเพศนี้เป็นที่รู้จักกันอีกอย่างว่าเกย์หรือเลสเบียน (รูปที่ 40-41)

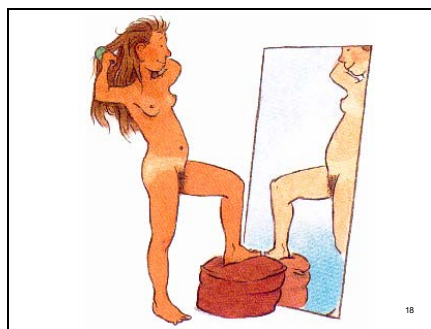
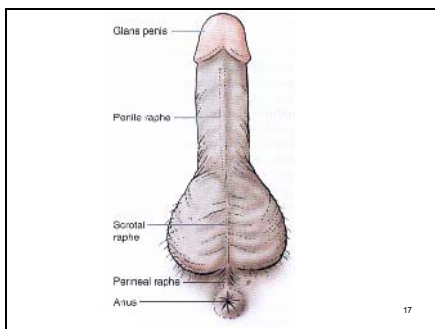
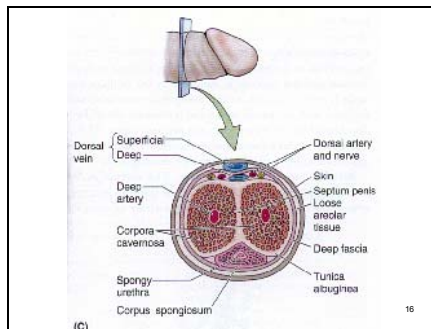
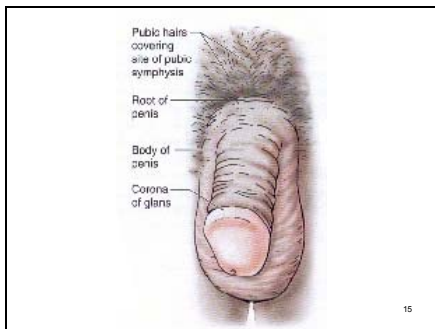
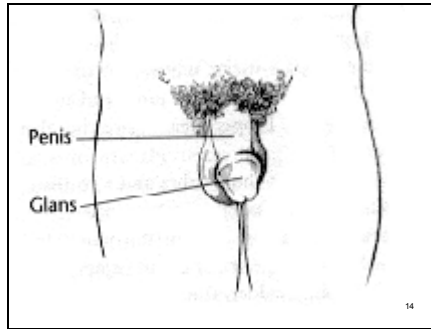
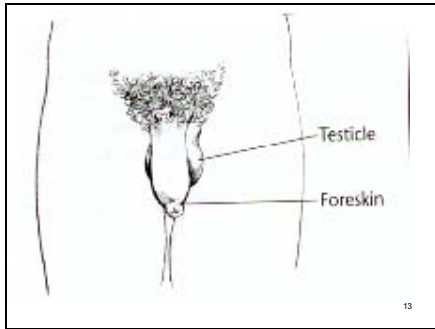
การที่คนคนหนึ่งรับรู้ตัวเองว่าเป็นรักต่างเพศ รักร่วมเพศ หรือรักทั้งสองเพศ หมายถึง คนคนนั้นมีการรับรู้เพศของตนเอง โดยคนที่รักทั้งสองเพศจะดึงดูดใจทั้งเพศชายและเพศหญิง ส่วนสาเหตุว่าทำไมคนนั้นจึงมีการรับรู้เพศที่แตกต่างกันยังไม่เป็นที่ทราบชัด คนรักร่วมเพศ รักต่างเพศ และรักสองเพศมีลักษณะร่างกายที่เหมือนกันยกเว้นเรื่องความพึงพอใจทางเพศเท่านั้น ในสังคมทั่วไปคนรักร่วมเพศและรักสองเพศมักจะถูกปฏิบัติต่อในทางที่ไม่ดี เรียกชื่อที่เสียหายหรือถูกปฏิเสธสิทธิบางประการเนื่องจากการรับรู้เพศของพวกเขาซึ่งทำให้คนบางคนกลัวที่จะถูกยอมรับว่าเป็นรักสองเพศหรือรักร่วมเพศเนื่องจากกลัวว่าจะถูกปฏิบัติต่อในทางที่ไม่ดี ทั้งที่ในความรู้สึกของเขาเหล่านั้นแล้วสัมพันธ์ภาพความ

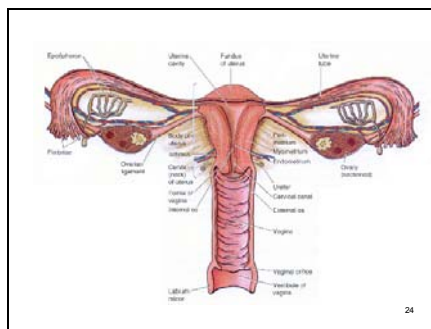
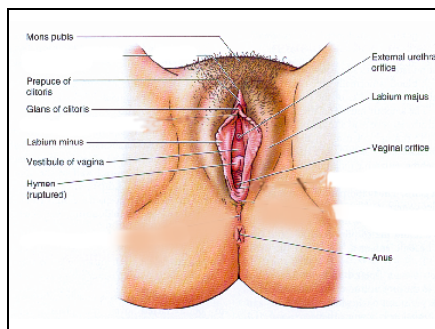
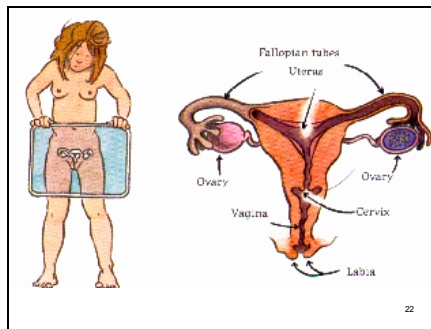
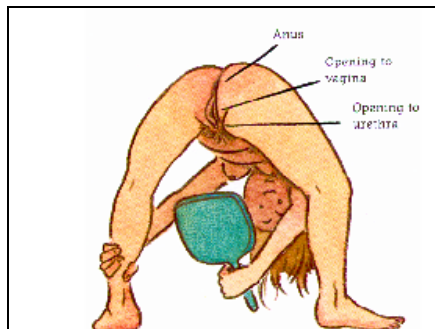
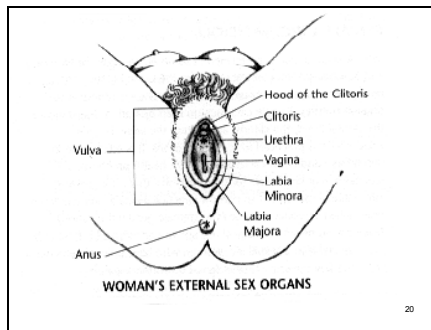
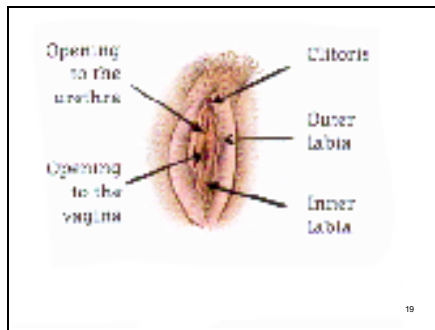
รักแบบรักร่วมเพศมีลักษณะเหมือนกันกับรักต่างเพศทุกประการเพียงแต่ไม่สามารถตั้งครรภ์ได้เท่านั้น และหากเขาต้องการมีบุตรเกย์และเลสเบียนคู่หนึ่งก็สามารถรับบุตรบุญธรรมมาเลี้ยงดูได้

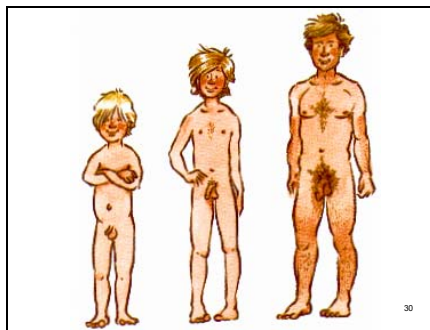
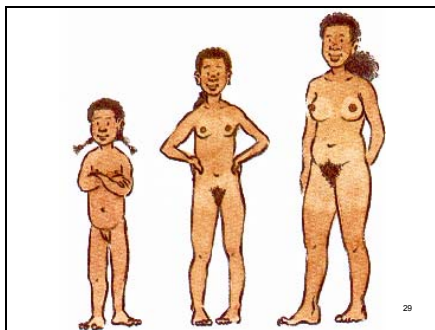
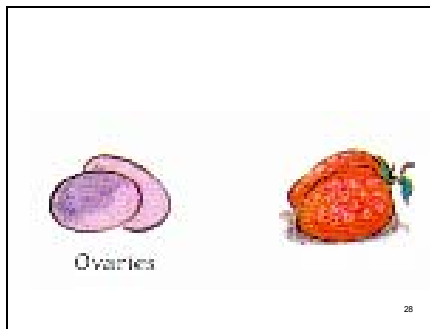
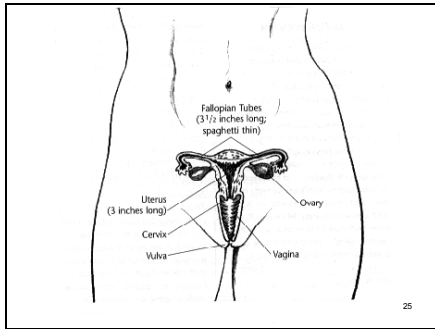
ทฤษฎีเกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้เกิดการรับรู้เพศได้แก่อิทธิพลด้านพันธุกรรมและอิทธิพลก่อนคลอด อิทธิพลด้านสังคมและวัฒนธรรม ปัจจัยด้านจิตวิทยาสังคม และผลรวมของปัจจัยต่างๆเหล่านี้ โดยคู่รักร่วมเพศแสดงออกทางเพศหลายอย่างเหมือนกับคู่รักปกติ วัยรุ่นหลายคนมักจะมีประสบการณ์ทางเพศ ช่วงสั้นๆ (รวมถึงจินตนาการและความฝัน) กับคนเพศเดียวกัน แต่ส่วนใหญ่แล้วมักจะมีความรู้สึกกับเพศตรงข้าม ขณะที่บางคนจะมีประสบการณ์ทางเพศช่วงสั้นๆ (รวมถึงจินตนาการและความฝัน) กับคนเพศตรงข้าม แต่ส่วนใหญ่แล้วจะมีความรู้สึกกับเพศเดียวกัน เมื่อคนรักร่วมเพศยอมรับในการกำหนดของตัวเอง มีความเข้มแข็งและภาคภูมิใจในตัวเองว่าเป็นเกย์หรือเลสเบียน และกล้าบอกผู้อื่น สิ่งนี้เรียกว่า การเปิดเผย อย่างไรก็ตามพบว่าการพูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกในเรื่องการรับรู้เพศอาจเป็นเรื่องยาก ทำให้การเปิดเผยอาจเป็นเรื่องยากเนื่องจากผู้คนมักกลัวผลกระทบด้านลบที่จะตามมา บางคนรู้สึกดีใจทั้งคู่ต่อผู้ชายและผู้หญิง พบว่าในทุกวัฒนธรรมและทุกสังคมมีคนที่เป็นรักร่วมเพศทั้งสิ้น และคนรักร่วมเพศก็ไม่ได้เป็นผู้เลือกการรับรู้เพศของตนเอง นักวิทยาศาสตร์พบว่าการรับรู้เพศของตนไม่สามารถเปลี่ยนได้ด้วยการรักษาหรือการใช้ยา และการเข้าใจการรับรู้เพศของบุคคลอาจเป็นเรื่องยาก อย่างไรก็ตามมีเกย์และเลสเบียนและคนรักสองเพศที่สามารถมีชีวิตที่ประสบผลสำเร็จได้ (รูปที่ 42-43) เกย์และเลสเบียนสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีตลอดชีวิตได้ แต่ก็มีบางศาสนาที่ต่อต้านคนรักร่วมเพศซึ่งปลูกฝังรากลึกโดยความเชื่อของคนเราต่อรักร่วมเพศขึ้นอยู่กับศาสนาที่นับถือ วัฒนธรรม และค่านิยมของครอบครัว

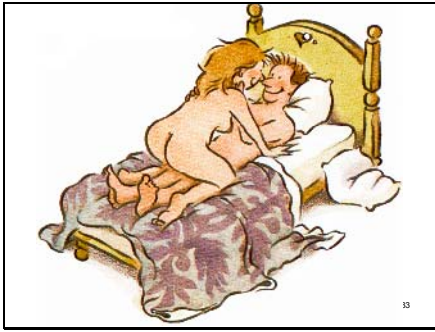
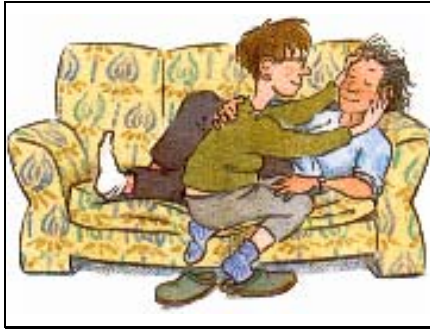


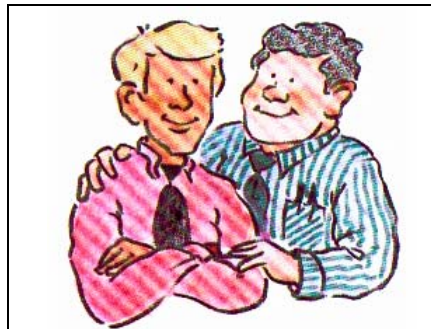
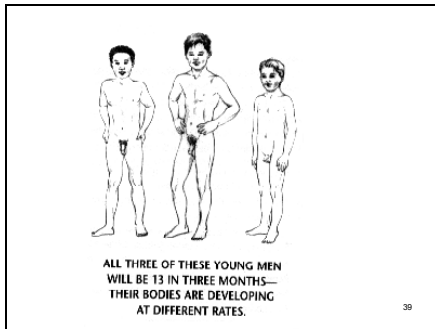
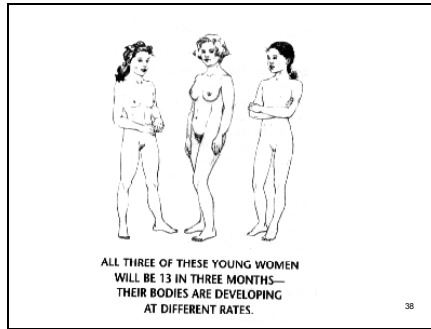
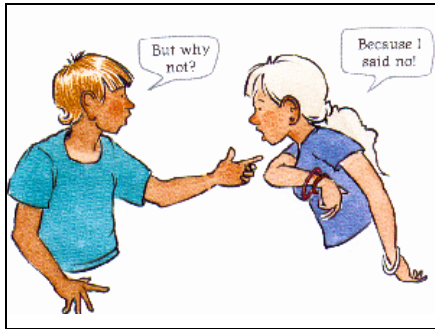














เพศศึกษาสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

บทที่ 2 สัมพันธภาพ

นพ.วัชระ เอี่ยมรัศมีกุล
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด
พ.ศ. ๒๕๔๕

บทที่ 2 สัมพันธภาพ

สัมพันธภาพมีบทบาทสำคัญตลอดชั่วชีวิตของเรา

วัตถุประสงค์

เมื่อศึกษาบทที่ 2 จบแล้ว นักเรียนสามารถ

1. แสดงออกถึงความรักและความสนิทสนมในทางที่ถูกต้องเหมาะสม
2. พัฒนาและรักษาสัมพันธภาพที่มีความหมายได้
3. หลีกเลี่ยงสัมพันธภาพที่มุ่งหาประโยชน์ส่วนตัวหรือมุ่งจับเนื้อต้องตัว
4. สามารถตัดสินใจได้อย่างมีวิจารณญาณเกี่ยวกับทางเลือกและสัมพันธภาพของครอบครัว
5. แสดงออกถึงทักษะที่ช่วยเสริมสัมพันธภาพส่วนบุคคล

แนวคิด

1. คนเราเกิดขึ้นในครอบครัวและส่วนใหญ่ใช้ชีวิตในครอบครัวในฐานะผู้ใหญ่
2. มิตรภาพมีความสำคัญตลอดชั่วชีวิตของเรา
3. สัมพันธภาพด้านความรักหลายอย่างเป็นสิ่งสำคัญตลอดชีวิตของเรา
4. การนัดเที่ยวช่วยให้คนเรามีประสบการณ์และได้เรียนรู้เกี่ยวกับการมีเพื่อนและความสนิทสนม
5. การแต่งงานเป็นการผูกพันทางกฎหมายที่คนสองคนทำขึ้นเพื่อแสดงถึงความรับผิดชอบต่อชีวิตและครอบครัวร่วมกัน
6. การมีบุตรอาจเป็นสิ่งที่แสดงถึงความรับผิดชอบอันยิ่งใหญ่ของชีวิตคนคนหนึ่ง

กิจกรรมระหว่างเรียน

1. ทำแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน
2. ศึกษาและปฏิบัติตามบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา
3. ทำแบบประเมินผลตนเองหลังเรียน

สื่อการสอน

1. เอกสารการสอน
2. บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา

ประเมินผล

1. ประเมินผลจากแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนและหลังเรียน
2. การทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตอนที่ 2.1 ครอบครัว

คนเราเกิดขึ้นในครอบครัวและส่วนใหญ่ใช้ชีวิตในครอบครัวในฐานะผู้ใหญ่

ครอบครัว

ครอบครัวประกอบด้วยคนตั้งแต่สองคนขึ้นไปที่อยู่และกันและกัน (รูปที่ 1) ครอบครัวมีหลายชนิด (รูปที่ 2) เด็กอาจจะอยู่ในครอบครัวที่มีพ่อแม่เพียงคนเดียว (รูปที่ 3) พ่อแม่สองคน (รูปที่ 4-5) พ่อแม่เลี้ยง พ่อแม่บุญธรรม พ่อแม่เลี้ยงดู ปู่ย่าตายาย พ่อแม่อุปถัมภ์ เพื่อนหรือครอบครัวที่มีผู้ใหญ่และเด็กแบบอื่นๆ ได้ (รูปที่ 6) สมาชิกทุกคนในครอบครัวมีบทบาทหน้าที่และมีความต้องการส่วนตัว แต่ละครอบครัวเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา หลายครอบครัวมีกฎระเบียบเพื่อให้ทุกคนอยู่ร่วมกันและเด็กๆ ได้มีพัฒนาการ สมาชิกของครอบครัวดูแลซึ่งกันและกัน สมาชิกอาวุโสในครอบครัวอาจช่วยเหลือเด็กๆ สมาชิกทุกคนในครอบครัวอาจไม่ได้อยู่ที่เดียวกัน ผู้ที่เป็นสมาชิกในครอบครัวจะแสดงออกถึงความรักซึ่งกันและกัน (รูปที่ 7) การมีเด็กเกิดเพิ่มขึ้นหรือรับบุตรบุญธรรมเข้ามาในครอบครัวอาจทำให้บางส่วนของชีวิตสมาชิกในครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป (รูปที่ 8)

ประเภทของครอบครัว ครอบครัวแบ่งออกเป็น ๓ แบบ

๑. ครอบครัวเดี่ยวหรือครอบครัวขนาดเล็ก (Nuclear family) เป็นครอบครัวที่ประกอบด้วยสามี ภรรยาและลูก (รูปที่ 9) เป็นครอบครัวที่มีความสำคัญอย่างใกล้ชิดที่สุดซึ่งจะพบเห็นได้ทั่วไป และมีแนวโน้มจะเป็นครอบครัวแบบนี้มากขึ้นเนื่องจากเหตุผลทางเศรษฐกิจเพราะการมีครอบครัวใหญ่เป็นการสิ้นเปลืองโดยเฉพาะสภาพสังคมปัจจุบันที่ค่าครองชีพสูงขึ้น นอกจากนี้ครอบครัวแบบนี้ยังมีความเป็นอิสระแต่ก็ห่างเหินจากญาติพี่น้อง อาจจะทำให้เกิดความเหงาและขาดความอบอุ่นได้
๒. ครอบครัวขยาย (Extended family) เป็นครอบครัวที่ประกอบด้วยครอบครัวเดี่ยวและญาติพี่น้อง (เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ป้า ลุง อา น้า เป็นต้น) (รูปที่ 6) อาจจะอยู่ภายใต้หลังคาเดียวกันหรือเขตบ้านเดียวกัน โดยอาจจะปลูกบ้านอยู่ใกล้เคียงกัน แม้จะแต่งงานแล้วก็ตาม เช่น อาจเป็นแบบคนสามชั่วอายุคน อยู่ภายใต้หลังคาเดียวกันหรืออยู่ในบริเวณเดียวกัน โดยมีพี่น้องที่แต่งงานแล้วหลายคู่ คือ ทั้งคู่สมรสและลูก รวมทั้งปู่ย่าตายายอยู่ด้วยกัน ครอบครัวดังกล่าวมีความรักความอบอุ่น แต่ขาดความเป็นอิสระเพราะสมาชิกอาวุโสสูงสุดจะทำหน้าที่เป็นหัวหน้าครอบครัว เช่น อาจจะเป็นคุณปู่คุณตาได้ ทำหน้าที่ควบคุมดูแลความทุกข์สุขของสมาชิกในครัวเรือน เป็นระบบที่ญาติพี่น้องมีความรักใคร่ผูกพันกันมาก ครอบครัวแบบนี้จะพบมากในสังคมเกษตรกรรม เช่น จีน อินเดีย เป็นต้น

๓. Polygamous family ประกอบด้วยสามีหนึ่ง ภริยาหลายคน ครอบครัวแบบนี้ จึงเป็นครอบครัว
เดี่ยวสองครอบครัวหรือมากกว่าที่มีสามีหรือพ่อร่วมกัน เช่น สังคมจีน อิสลาม นัวรร เป็นต้น

ครอบครัวไทย

เนื่องจากสภาพของสังคมได้เปลี่ยนแปลงไป ครอบครัวไทยจึงมีวิวัฒนาการเพื่อเข้ากับ
สิ่งแวดล้อม แต่ก็มีบางสิ่งบางอย่างที่ยังแสดงถึงเอกลักษณ์และลักษณะของสังคมไทย

ลักษณะของครอบครัวไทยโดยทั่วไป

ครอบครัวเดี่ยวหรือครอบครัวขนาดเล็ก เป็นครอบครัวแบบพ่อแม่ลูก ส่วนมากจะไม่ค่อยมีญาติ
พี่น้องมาอยู่ด้วย โดยเฉพาะสังคมในเมือง จะมีลักษณะครอบครัวแบบนี้เป็นส่วนใหญ่ ตลอดจน
กฎหมายไทยระบุว่าการจดทะเบียนสมรสถูกต้องก็เพียงคนเดียวเท่านั้นคือแบบสามีหนึ่งภริยาหนึ่ง
เท่านั้น ถ้ามีการจดทะเบียนเกินกว่าหนึ่งครั้งโดยไม่ได้มีการจดทะเบียนหย่ากับภริยาคนแรก การจดทะเบียน
หลังจะเป็นโมฆะ (บอกล้างได้ถ้าศาลสั่ง) ถ้าศาลสั่งแล้วภริยาที่จดทะเบียนหลังจะเป็นภริยานอกสมรส
(เพราะไม่มีกฎหมายห้ามว่ามีภริยาน้อยไม่ได้) ส่วนลูกที่เกิดมาถ้าสามีรับรองก็จะเป็นลูกที่ถูกต้องตาม
กฎหมาย มีสิทธิรับมรดกในฐานะเป็นลูกเท่ากับลูกคนอื่นๆ

ลักษณะของครอบครัวไทยโดยทั่วไป มีลักษณะดังนี้ คือ

1. ครอบครัวเดี่ยวหรือครอบครัวขนาดเล็ก (Nuclear family)
2. ชายเป็นใหญ่กว่าหญิง
3. เคารพเชื่อฟังตามลำดับอาวุโส (Seniority)
4. ความผูกพันทางสายโลหิต
5. มีความร่วมมือกันระหว่างสมาชิก
6. เด็กได้รับความรักความอบอุ่น พ่อแม่มักจะรักลูกจึงอยากให้ลูกได้ดี

ครอบครัวไทยให้ความรักแก่ครอบครัวดังต่อไปนี้

1. Conjugal love ความรักและเคารพระหว่างสามีและภริยา
2. Parental love ความรักของบิดามารดาต่อบุตร
3. Filial love ความรักและความกตัญญูผู้เคยอุปการะ เช่น พ่อแม่ หรือผู้อื่น ด้วยการให้ความ
เคารพ การยกย่อง และอุปการะท่านตามควร เป็นต้น
4. Consanguinal love ความรักและความสัมพันธ์ทางสายโลหิต

การสมรสแบบสามีและภริยาอย่างละหนึ่งคนหรือผัวเดียวเมียเดียว (Monogamy) จะก่อให้เกิด

1. เด็กเกิดความรักและมั่นคงในจิตใจ เนื่องจากเด็กมีความรู้สึกว่าเป็นของคนเดียว ไม่ใช่
ของคนอื่นๆด้วย (หมายถึงภริยาน้อยและลูกของภริยาน้อย)

2. มีความผูกพันทางอารมณ์และความรักอย่างแน่นแฟ้น พ่อแม่สามารถทุ่มเทความรักความเอาใจใส่แก่ลูกได้อย่างเต็มที่ ซึ่งก็ดีกว่าแบบพ่อแม่มีภริยาหลายคนและมีลูกมาก ซึ่งภริยาทั้งหลายอาจจะอิจฉากัน ลูกก็อาจไม่ได้รับการเลี้ยงดูอย่างเต็มที่ เพราะต้องแบ่งความเอาใจใส่ให้กับหลายครอบครัว
3. มีความสามัคคีกลมเกลียวกัน เพราะความรักระหว่างพ่อแม่และลูกเป็นความรักที่แน่นแฟ้น ความขัดแย้งมีไม่มาก พลังที่ทำให้ครอบครัวรวมกันจึงมีมาก ครอบครัวจึงมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน
4. บุตรเห็นว่าบิดามารดาเป็นบุคคลสำคัญในชีวิตของเขา บุตรมักจะให้ความเคารพรักใคร่สนใจและอุปการะเมื่อท่านชรภาพ เนื่องจากตนมีความรู้สึกว่ามีบิดามารดาอย่างละหนึ่งคนเท่านั้น หากอื่นไม่ได้อีกแล้ว ชีวิตของบิดามารดาจึงมีค่าต่อความรู้สึกของเขา บิดามารดาจึงมักจะได้รับความรักและความเอาใจใส่ในบั้นปลายของชีวิต

อย่างไรก็ตาม แม้ปัจจุบันไทยเราจะมีการสมรสแบบผัวเดียวเมียเดียวก็ตาม แต่ในสมัยก่อนชายมักนิยมมีภริยาหลายคน คือ แบบสามีหนึ่งภริยาหลายคน โดยภริยาเหล่านั้นมักจะรวมกันอยู่ในบ้านหรือตั้งบ้านเรือนอยู่บริเวณเดียวกัน ชายผู้เป็นสามีมีหน้าที่อุปการะเลี้ยงดูลูกๆที่เกิดจากภริยาทั้งหลายของตนตลอดจนบุคคลที่อยู่ในครอบครัวของตนโดยทั่วถึงกัน โดยการมีภริยามากนี้อาจจะเป็นการแสดงถึงฐานะความพอใจในรสชาติที่แตกต่างกันออกไป การต้องการมีบริวาร (เช่น มีลูกและภริยามากไว้ปกครองหัวเมืองต่างๆหรือประกอบกิจการงานต่างๆ ฯลฯ) ชอบของใหม่ บางคนมีภริยามากโดยไม่ได้คิดว่าจะเลี้ยงได้หรือไม่ เพียงแต่เป็นคนชอบมีภริยามากเป็นต้น ด้วยเหตุดังกล่าวบุคคลจึงมีความผูกพันระหว่างญาติพี่น้องเพราะเคยเห็นหรือเคยอยู่ด้วยกัน มีอะไรก็มักจะช่วยเหลือกัน

ครอบครัวไทยในชนบท

ลักษณะทั่วไปของครอบครัวไทยในชนบทส่วนใหญ่เป็นครอบครัวเดี่ยว ประกอบด้วยบิดามารดาและบุตร ครอบครัวเป็นหน่วยสังคมพื้นฐาน ทำหน้าที่ทั้งหน่วยผลิตและหน่วยบริโภค ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวไทยในชนบทนั้นมีความใกล้ชิดและระบบความผูกพันทางสายโลหิตมีอิทธิพลสูง อยู่ในลักษณะครอบครัวเดี่ยวแบบขยาย ค่านิยมบางประการของครอบครัวไทยในชนบท ระบบค่านิยมของครอบครัวไทยในชนบทให้ความสำคัญในเรื่องสร้างกุศลกรรม การช่วยเหลือคนอื่น ความมีอิสระ การให้ความเคารพนับถือและการให้เกียรติยกย่องกันตามฐานะสังคม และความเป็นผู้นำในลักษณะการชักชวนมากกว่าการบังคับ ปัญหาครอบครัวไทยในชนบท ครอบครัวไทยในชนบทเผชิญกับปัญหาหลายด้าน เช่น ช่องว่างระหว่างความรู้กับการปฏิบัติ ปัญหาการอพยพย้ายถิ่น ปัญหาการใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างไม่ถูกต้องและปัญหาผลตอบแทนการประกอบอาชีพไม่คุ้มค่า

ครอบครัวไทยในเมือง

ลักษณะของครอบครัวไทยในเมือง มีลักษณะที่มีแนวโน้มเป็นครอบครัวเดี่ยว มีสมาชิกที่ประกอบด้วย บิดา มารดา และบุตรธิดาเป็นสำคัญ มีขนาดครอบครัวเล็ก มีสมาชิกไม่มากนัก ครอบครัวไทยในเมืองมีหน้าที่หลัก 4 ประการ ได้แก่ การสร้างสมาชิก การอบรมให้รู้ระเบียบสังคม การปกป้องคุ้มครองให้ปลอดภัยและกำหนดสถานการณ์ให้แก่สมาชิกของครอบครัว

วัฏจักรชีวิตครอบครัว หมายถึง รอบแห่งชีวิตครอบครัวนับตั้งแต่การเริ่มต้นชีวิตครอบครัวไปจบลงที่การสิ้นสุดชีวิตครอบครัว แบ่งเป็น 4 ช่วง ได้แก่

1. การเข้าสู่ชีวิตครอบครัว
2. การก่อกำเนิดบุตรและการเลี้ยงดูบุตร
3. บุตรแต่งงานและแยกไปตั้งครอบครัวใหม่
4. การสิ้นสุดของวัฏจักรชีวิตครอบครัว

การจัดเถลาทางสังคมเป็นกระบวนการสำคัญที่มีครอบครัวเป็นจุดเริ่มต้นให้สมาชิกครอบครัวได้เรียนรู้ระเบียบสังคม

ความสัมพันธ์ของสมาชิกภายในครอบครัวเมืองมีลักษณะเป็นกลุ่มเล็กตามขนาดของครอบครัวเมือง ภาระหน้าที่การงานและความกดดันทางเศรษฐกิจเป็นผลให้สมาชิกภายในครอบครัวมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกันน้อยลงไป

ความสัมพันธ์ภายนอกครอบครัว หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายในครอบครัวกับสมาชิกของครอบครัวอื่น โดยมีการติดต่อกันในด้านหน้าที่การงาน ความเป็นเพื่อนและการรู้จักคุ้นเคยกับบุคคลใดบุคคลหนึ่งของครอบครัวจึงเป็นสื่อให้มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นภายในครอบครัวด้วย **หน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว**

สมาชิกของครอบครัวทุกคนล้วนมีสิทธิและความรับผิดชอบ โดยปกติสมาชิกผู้ใหญ่ของครอบครัวจะเป็นผู้ตัดสินใจเกี่ยวกับสิทธิและความรับผิดชอบของเด็ก ครอบครัวสอนค่านิยมให้แก่เด็ก สมาชิกของครอบครัวบางครั้งอาจขัดแย้งกันบ้าง แต่ก็ยังคงรักซึ่งกันและกัน ครอบครัวเปลี่ยนแปลงไปเมื่อมีการเกิด การรับเลี้ยงบุตร การหย่า การแยก การเปลี่ยนงาน การย้าย การเกิดความพิการ การเจ็บป่วย หรือการตาย การเปลี่ยนแปลงในครอบครัวที่ทั้งทำให้สมาชิกในครอบครัวมีความสุขหรือซึมเศร้าได้ (รูปที่ 10) การสื่อสารภายในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ การเลี้ยงดูบุตรเป็นบทบาทที่สำคัญที่สุดประการหนึ่งของครอบครัว ผู้ที่พิการสามารถมีและเลี้ยงดูเด็กได้ สมาชิกในครอบครัวอาจจะย้ายออกไป แต่ก็ยังเป็นสมาชิกของครอบครัวอยู่ ครอบครัวมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาบุคลิกภาพ

ความรับผิดชอบของสมาชิกในครอบครัว

สมาชิกครอบครัวมีความเป็นส่วนตัว โดยแต่ละคนจะมีบุคลิกภาพที่เฉพาะ ความรับผิดชอบของสมาชิกในครอบครัวจะมากขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น เมื่อเด็ก ๆ มีอิสระมากขึ้น เขาก็จะมีความรับผิดชอบมากขึ้นต่อตัวเองและผู้อื่น วัยรุ่นจะเริ่มกระบวนการพัฒนาความเป็นอิสระและเตรียมพร้อมที่จะพึ่งตัวเอง ความรัก การประสานงานและการเคารพซึ่งกันและกันเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับความเป็นไปของครอบครัวที่ดี สัมพันธภาพของครอบครัวอาจมีความยุ่งยากเมื่อโครงสร้างของครอบครัวถูกเปลี่ยนแปลงไป ผู้คนหลายรุ่นอายุอาจมีค่านิยมและความคิดเกี่ยวกับชีวิตครอบครัวที่แตกต่างกัน บางครั้งครอบครัวก็ต้องมีการปรึกษาหารือกันเพื่อให้ครอบครัวดำเนินไปได้ด้วยดี บางครั้งอาจเกิดข้อขัดแย้งระหว่างพ่อแม่และเด็ก ๆ ได้ โดยเฉพาะช่วงวัยรุ่น วัยรุ่นเป็นวัยที่เริ่มมีประสบการณ์เกี่ยวกับความรักและรู้สึกรับผิดชอบต่อผู้อื่นภายนอกครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่และลูก ๆ มักเปลี่ยนแปลงไปเมื่อลูก ๆ โตขึ้น

ตอนที่ 2.2 มิตรภาพ

มิตรภาพมีความสำคัญตลอดชีวิตของเรา

มิตรภาพ

ผู้คนสามารถมีเพื่อนได้หลายคน คนคนหนึ่งสามารถมีเพื่อนหลายประเภทได้ เพื่อนมักจะใช้เวลาด้วยกันและเรียนรู้ซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี มิตรภาพขึ้นอยู่กับความซื่อสัตย์ บางครั้งเพื่อนอาจจะโกรธกันได้ บางครั้งเพื่อนอาจจะทำร้ายความรู้สึกกันได้ เพื่อนให้อภัยซึ่งกันและกัน เพื่อนแบ่งปันความรู้สึซึ่งกันและกัน เพื่อนช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อนอาจเป็นผู้ชายหรือผู้หญิงก็ได้ เพื่อนอาจอายุน้อยกว่าหรือมากกว่าก็ได้

ทักษะการสร้างมิตรภาพ

มิตรภาพช่วยให้ผู้คนมีความสุขกับตัวเอง ทักษะหลายอย่างเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อการเริ่มมี เพื่อธำรงรักษาและเพื่อสิ้นสุดความสัมพันธ์อย่างมีมิตรภาพ เพื่อนต้องเคารพนับถือและชื่นชมซึ่งกันและกัน การเลือกคบเพื่อนดีจึงเป็นสิ่งสำคัญ

มิตรภาพในกลุ่มเพื่อน

เยาวชนจะได้ประโยชน์จากการคบเพื่อนทั้งชายและหญิง กิจกรรมกลุ่มช่วยให้วัยรุ่นได้เรียนรู้ซึ่งกันและกันโดยปราศจากความหวาดกลัวหรือลำบากใจในการนัดเที่ยว เพื่อนมีอิทธิพลต่อกันทั้งในทางบวกและทางลบ

ตอนที่ 2.3 ความรัก

สัมพันธภาพด้านความรักเป็นสิ่งคงความสำคัญตลอดชีวิตของเรา

ความรัก

ความรักหมายถึงความรู้สึกนึกถึงและอบอุ่นระหว่างตัวเราและผู้อื่น (รูปที่ 11) รักเกี่ยวข้องกับการตอบแทนและความรับผิดชอบ (รูปที่ 12) ผู้คนสามารถมีความรักได้หลายรูปแบบ (รูปที่ 13) ผู้คนแสดงความรักต่อพ่อแม่ ครอบครัวและเพื่อนแตกต่างกัน คนเราจะมีประสบการณ์ด้านความรักตลอดอายุขัยของตน (รูปที่ 14)

การแสดงความรัก

เราสามารถแสดงความรักต่อผู้อื่นได้หลายทาง การภาวนาในตัวเองทำให้สัมพันธ์ภาพด้านความรักดีขึ้น ผู้คนมีความสามารถทั้งในการให้และรับความรัก

ความรักกับเพศมิติ

ความรักไม่เหมือนกับความรักชอบหรือความเกี่ยวข้องทางเพศ ความรู้สึกที่ตกอยู่ในความรักแตกต่างจากสัมพันธ์ภาพที่ต่อเนื่อง คนที่รักกันจะต้องส่งเสริมซึ่งกันและกันให้เจริญก้าวหน้าไปตามความสามารถของแต่ละคน รักครั้งแรกมักจะเป็นประสบการณ์สำคัญที่สุดประสบการณ์หนึ่งของชีวิต (รูปที่ 15) รักเป็นสิ่งที่ยากจะให้ความหมายได้ชัดเจน การที่จะให้รู้แน่ว่าเรากำลังตกหลุมรักหรือไม่นั้นเป็นเรื่องยาก ผู้คนอาจสับสนระหว่างความรักกับอารมณ์รุนแรงอย่างอื่น เช่น หึงหวงและบังคับ

ตอนที่ 2.4 การนัดเที่ยว

การนัดเที่ยวช่วยให้คนเรามีประสบการณ์และได้เรียนรู้เกี่ยวกับการคบเพื่อนและความสนิทสนมใกล้ชิด

การนัดเที่ยว

เมื่อวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ที่ไม่ได้แต่งงานกันสองคนใช้เวลาว่างด้วยกัน เราเรียกว่าการมีนัดหรือการออกเดท (รูปที่ 16) เมื่อเด็กโตขึ้นเป็นวัยรุ่น เขาจะใช้เวลากับเพื่อนมากขึ้นและอาจจะเริ่มมีนัด บางครั้งพ่อหรือแม่ที่อยู่คนเดียวอาจจะมีนัดได้ วัยรุ่นและผู้ใหญ่หลายคนมีความสัมพันธ์อย่างโรแมนติก (รูปที่ 17) ก่อนที่คนเราจะตกลงใจใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน เขาจะต้องเคยเป็นเพื่อนกันมาก่อน เคยใช้เวลาอยู่ใกล้ชิดกันและเรียนรู้ซึ่งกันและกันมาก่อน สำหรับวัยรุ่นแล้วคำว่ากำหนัดมีความหมายได้หลายอย่าง

การนัดเที่ยวที่เหมาะสม

การนัดหมายมีความหมายรวมไปถึงการมีกิจกรรมสนทนากันด้วยกัน เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ร่วมกัน และฝึกทักษะด้านสังคมร่วมกัน พ่อแม่มักจะเป็นคนช่วยตัดสินใจว่าลูกๆ ควรจะอายุเท่าใดจึงจะเหมาะสมที่จะมีนัด ครอบครัวและวัฒนธรรมที่แตกต่างกันอาจมีค่านิยมที่แตกต่างกันเกี่ยวกับการมีนัด หลายครอบครัวมีมาตรฐานสำหรับการมีนัดของเด็กชายหรือเด็กหญิงที่ต่างกัน เมื่อผู้ชายหญิงใช้

เวลาอยู่ด้วยกันตามลำพังจะทำให้เสี่ยงต่อการมีสัมพันธภาพทางเพศมากขึ้น (รูปที่ 18-19) ในบางวัฒนธรรม ผู้ที่ยังไม่ได้แต่งงานกันสองคนจะใช้เวลาอยู่ด้วยกันได้ก็ต่อเมื่อมีผู้อื่นร่วมอยู่ด้วย (รูปที่ 20) ผู้คนมักมีนัยในรูปแบบที่แตกต่างกัน เช่น การนัดสองต่อสอง การนัดพร้อมกับคู่ของเพื่อน และการนัดเป็นกลุ่ม คนเรามีวัตถุประสงค์ของการนัดหมายกันหลายรูปแบบ เช่น เพื่อคบเพื่อน เพื่อแบ่งปันประสบการณ์กับใครบางคน เพื่อมิตรภาพและเพื่อความรัก ไม่ใช่เรื่องจำเป็นว่าวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ทุกคนจะต้องมีนัย ความพร้อมและความสนใจในการนัดแตกต่างกันในแต่ละคน เมื่อการนัดมีค่าใช้จ่ายเกิดขึ้น ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองสามารถเป็นผู้จ่ายเงินได้ การใช้จ่ายในการนัดหรือให้ของขวัญไม่ได้หมายความว่ารวมถึงการให้สิทธิที่จะมีกิจกรรมทางเพศได้ เยาวชนที่เป็นเกย์หรือเลสเบี้ยนอาจมีการนัดได้เหมือนเยาวชนทั่วไปหรือไม่ก็ได้ ผู้คนที่แตกต่างกันทางด้านเชื้อชาติ ภูมิหลังและศาสนาบางครั้งก็สามารถมีนัยกันได้

ตอนที่ 2.5 การแต่งงานและการใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน

การแต่งงานเป็นข้อผูกพันทางกฎหมายที่คนสองคนทำขึ้นเพื่อแสดงถึงความรับผิดชอบต่อชีวิตและครอบครัวร่วมกัน

การแต่งงาน

ในทางสังคมศาสตร์ ครอบครัวมักได้รับการยอมรับว่าเป็นสถาบันขั้นพื้นฐานของสังคม และการแต่งงานเป็นเงื่อนไขสำคัญของการสร้างครอบครัวและการเจริญพันธุ์ การแต่งงานและครอบครัวเป็นรูปแบบหนึ่งของการควบคุมพฤติกรรมทางเพศ (Sexual behavior) หรือเพศสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกของสังคม

เพศสัมพันธ์และความปรารถนาจะมีเพศสัมพันธ์เป็นปรากฏการณ์ธรรมชาติสำหรับมนุษย์ทุกคนในทุกสังคมวัฒนธรรม และการแต่งงานสร้างครอบครัวก็เป็นปรากฏการณ์สากลที่เราพบเห็นได้ในสังคมวัฒนธรรมทุกแห่งหนทั่วโลกเช่นเดียวกัน อย่างไรก็ตาม แต่ละสังคมวัฒนธรรมอาจมีรูปแบบของครอบครัวและกฎเกณฑ์เกี่ยวกับการแต่งงานแตกต่างกันออกไป กฎเกณฑ์การแต่งงานที่มีลักษณะคล้ายกันในแทบทุกสังคม คือ ข้อห้ามเรื่องรักร่วมสายเลือด (Incest taboo) นั่นคือเราไม่ได้รับอนุญาตให้แต่งงานหรือมีเพศสัมพันธ์กับพ่อแม่ พี่น้องและลูกของเรา นอกเหนือไปจากข้อห้ามเรื่องนี้แล้ว ดูเหมือนว่าสังคมวัฒนธรรมแต่ละแห่งจะมีความหลากหลายในการกำหนดว่าสมาชิกสังคมจะแต่งงานกับใคร แต่งงานอย่างไรหรือมีคู่สมรสได้กี่คน นอกจากนั้น สังคมวัฒนธรรมแต่ละแห่งก็มีระดับของความเข้มงวดในการควบคุมเพศสัมพันธ์แตกต่างกันออกไป

การแต่งงาน คือ การประกาศให้สังคมรับรู้และเห็นชอบกับการใช้ชีวิตคู่ร่วมกันระหว่างสามีกับภรรยา การแต่งงานจึงเป็นทั้งความสัมพันธ์ทางเพศ ความสัมพันธ์ทางเศรษฐกิจ กฎหมายและการเมือง

ระหว่างสามีภรรยา และครอบคลุมความสัมพันธ์ทางสังคมทั้งหมดที่เคยมีอยู่และจะเกิดขึ้นต่อไปในอนาคต

คนสองคนตัดสินใจแต่งงานและจะอยู่ด้วยกันตลอดชีวิตเพราะเขารักกันและต้องการให้ชีวิตร่วมกัน ผู้ชายและผู้หญิงส่วนใหญ่มักจะแต่งงานกัน ผู้คนหลายคนใช้ชีวิตร่วมกันและผูกพันกันชั่วชีวิตโดยไม่ได้อะไรเป็นสมรสเลย ผู้คนส่วนใหญ่ที่แต่งงานตั้งใจที่จะอยู่กินกันตลอดชีวิต ผู้คนที่แต่งงานอาจหย่าร้างกันได้เมื่อตัดสินใจว่าไม่ต้องการที่จะใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอีกต่อไป เมื่อพ่อแม่หย่าร้างกันเด็กๆ อาจอยู่กับฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองฝ่ายหรืออยู่กับสมาชิกในครอบครัวคนอื่นได้ การหย่าร้างเป็นเรื่องที่ปวดร้าวของครอบครัว ภายหลังการหย่าร้างวิถีชีวิตของพ่อแม่และเด็กๆ จะเปลี่ยนไปในแนวทางใหม่ และสามารถกลับมามีความสุขได้อีกภายหลัง

การแต่งงานในสังคมต่างๆ

ในวัฒนธรรมไทยพ่อแม่มักจะเป็นคนเลือกคู่แต่งงานให้บุตรของตน ในวัฒนธรรมที่หลากหลายมีค่านิยมมากมายเกี่ยวกับการแต่งงาน การหย่าร้าง การใช้ชีวิตร่วมกัน และการเป็นพ่อแม่ ผู้หญิงและผู้ชายที่แต่งงานแล้วเป็นส่วนใหญ่มักจะทำงานนอกบ้าน แม้ว่าจะมีบุตรแล้วก็ตาม เด็กๆ ไม่ใช่ผู้ที่จะถูกกำหนดเกี่ยวกับการหย่าร้างของพ่อแม่ เด็กๆ ไม่สามารถทำให้พ่อแม่ที่หย่าร้างกันกลับมาคืนดีกันได้ไม่ว่าจะต้องการให้มันเกิดขึ้นมากเท่าใดก็ตาม เด็กๆ ที่ต้องเผชิญกับการแยกทางหรือการหย่าร้างต้องการการพูดคุยกับผู้ใหญ่เกี่ยวกับความรู้สึกของพวกเขา

การแต่งงานกับความรับผิดชอบ

การแต่งงานเป็นข้อตกลงทางกฎหมายระหว่างคนสองคนและทางรัฐ การแต่งงานเป็นข้อผูกมัดโดยคนสองคนว่าจะรักซึ่งกันและกัน ใช้ชีวิตร่วมกันและช่วยเหลือสนับสนุนซึ่งกันและกัน คู่สมรสต้องตัดสินใจว่าจะแบ่งหน้าที่และความรับผิดชอบในชีวิตอย่างไรบ้าง การแต่งงานอาจมีการจัดงานทางศาสนา ในบางครอบครัวมีความไม่เท่าเทียมกันสำหรับผู้ชายและผู้หญิงเกี่ยวกับสัมพันธภาพทางเพศก่อนแต่งงาน การหย่าร้างเป็นการสิ้นสุดของการแต่งงานตามกฎหมาย ในการหย่าร้าง การตัดสินใจเกี่ยวกับครอบครัวรวมถึงสิทธิในการดูแลเด็กและทรัพย์สินอาจต้องตัดสินใจด้วยการตกลงของทั้งสองฝ่ายหรือโดยกระบวนการทางกฎหมาย ในบางศาสนาถือว่าการแต่งงานเป็นข้อผูกมัดตลอดชีวิตและห้ามการหย่าร้าง วัยรุ่นที่แต่งงานมักมีปัญหาการหย่าร้างมากกว่าคนที่แต่งงานเมื่ออายุมากกว่า คนสองคนที่อยู่ด้วยกันอาจมีข้อผูกมัดและความรับผิดชอบซึ่งกันและกันเหมือนคนที่แต่งงานได้ การแต่งงานและข้อผูกมัดตลอดชีวิตต้องการบางอย่างเป็นพิเศษ เช่น มิตรภาพ ค่านิยมร่วมกัน ข้อผูกพัน ความสนใจและเป้าหมายร่วมกัน การสนับสนุนซึ่งกันและกัน และการดึงดูดใจทางเพศ เมื่อคนสองคนแต่งงานกัน พวกเขาเป็นคนตัดสินใจเองว่าต้องการจะมีบุตรหรือไม่และจะมีเท่าใด

ตอนที่ 2.6 การเลี้ยงดูบุตร

การมีบุตรอาจเป็นสิ่งที่แสดงถึงความรักชอบอันยิ่งใหญ่ของชีวิตคนคนหนึ่ง

การมีบุตร

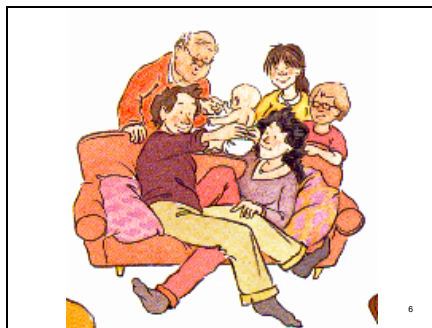
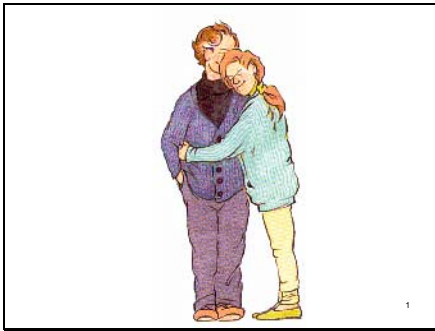
ผู้คนที่มิบุตรหรือรับบุตรมาเลี้ยงเป็นบุตรบุญธรรม มีความรักชอบต่อการให้ความรักและดูแลเขาเหล่านั้น ผู้คนส่วนใหญ่อยากจะเป็นพ่อแม่ การเลี้ยงดูบุตรเป็นหน้าที่ของผู้ใหญ่ การเลี้ยงดูบุตรเป็นประสบการณ์ที่พิเศษ การเลี้ยงดูบุตรต้องการความเพียรพยายามอย่างสูง พ่อแม่บุญธรรมรักบุตรบุญธรรมมากเท่ากับพ่อแม่ทั่วไป

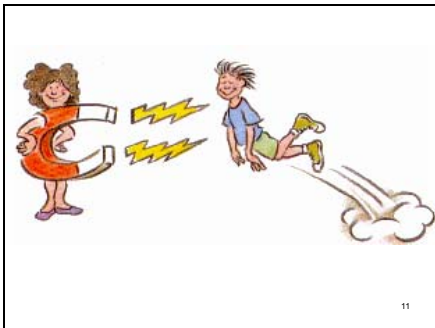
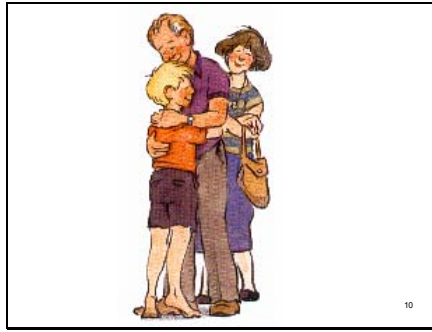
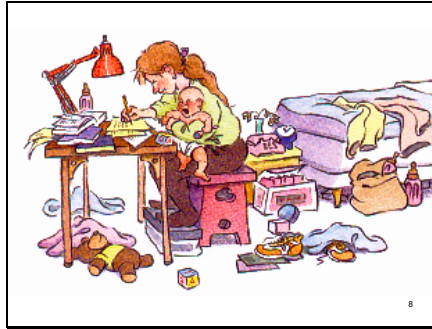
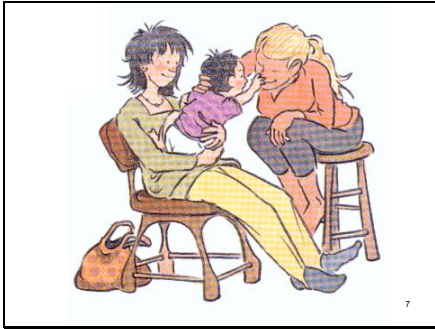
การเป็นพ่อแม่

ผู้ใหญ่สามารถเป็นพ่อแม่ได้หลายวิธี ผู้คนที่มิบุตรต้องเตรียมพร้อมสำหรับบุตรของตน บางครั้งสมาชิกครอบครัวคนอื่นเลี้ยงดูเด็กแทนแม่และพ่อ เด็กๆต้องการบ้าน อาหาร เสื้อผ้า ความรัก การช่วยเหลือ เวลา การศึกษา และต้องการผู้ใหญ่มาช่วยเขาให้ได้เจริญเติบโตและมีพัฒนาการไปตามวัย ผู้ชายและผู้หญิงมีความรักชอบที่สำคัญในการเป็นพ่อแม่ การเป็นพ่อแม่ที่ดีต้องมีทักษะและความรู้ ผู้คนมีความคิดแตกต่างกันเกี่ยวกับการเป็นพ่อแม่ที่ดี บางครั้งพ่อแม่อาจจะไม่สามารถทำหน้าที่เลี้ยงดูบุตรได้ดีเนื่องจากมีความยากลำบากในชีวิต คู่สมรสบางคนไม่มีบุตร ผู้ใหญ่สามารถมีความสุขในชีวิตได้แม้ไม่มีบุตร

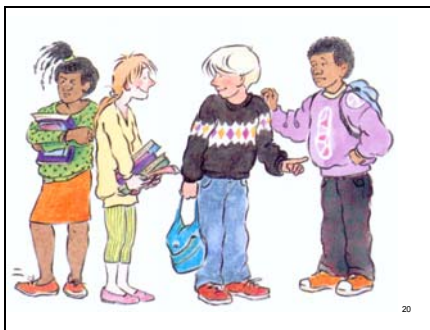
ความรักชอบของพ่อแม่

เป็นเรื่องลำบากในการที่จะสร้างสมดุลระหว่างการทำงานและความรักชอบในการเลี้ยงดู (รูปที่ 8) บางครั้งการเลี้ยงดูบุตรก็ให้สิ่งตอบแทนที่มีค่าสูงเป็นความสุขในชีวิตได้ เด็กๆที่อายุต่างกัน ต้องการการเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน วิธีการเลี้ยงดูบุตรแตกต่างกันในแต่ละวัฒนธรรม แต่พ่อแม่ทั้งหมดจะต้องจัดเตรียมเพื่อพัฒนาการของบุตร สมาชิกครอบครัวและองค์กรชุมชนสามารถให้การช่วยเหลือพ่อแม่ให้เป็นพ่อแม่ที่ดีหรือจัดการกับปัญหาได้ การเป็นพ่อแม่ตั้งแต่อยู่ในช่วงวัยรุ่นเป็นเรื่องที่มีปัญหามากสำหรับวัยรุ่น ความรักชอบในการเลี้ยงดูบุตรอาจมีผลต่อการเรียน การทำงาน ชีวิตสังคมและชีวิตครอบครัว เด็กที่มีพ่อแม่เป็นวัยรุ่นมักจะมีปัญหามากกว่าเด็กที่มีพ่อแม่เป็นผู้ใหญ่แล้ว วัยรุ่นจะสามารถจัดการกับชีวิตการเป็นพ่อแม่ได้ดีหากได้รับการช่วยเหลือจากครอบครัวและบริการต่างๆในชุมชน









เพศศึกษาสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

บทที่ 3 ทักษะส่วนบุคคล

นพ.วัชระ เอี่ยมรัศมีกุล
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด
พ.ศ. ๒๕๔๕

บทที่ 3 ทักษะส่วนบุคคล

เพศวิถีที่สมบูรณ์จำเป็นต้องมีการพัฒนาและใช้ทักษะส่วนบุคคลและระหว่างบุคคลที่จำเพาะ
วัตถุประสงค์

เมื่อศึกษาบทที่ 3 จบแล้ว นักเรียนสามารถ

1. ค้นหาและใช้ชีวิตตามค่านิยมของตัวเอง
2. มีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตัวเอง
3. ฝึกการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ
4. สื่อสารกับครอบครัว เพื่อนและคู่ของตนอย่างมีประสิทธิภาพ

แนวคิด

1. ค่านิยมเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของเราและบอกเป้าหมายและทิศทางแก่ชีวิตเรา
2. การตัดสินใจอย่างรับผิดชอบเกี่ยวกับเรื่องเพศเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากมีผลทั้งต่อตัวเราและผู้อื่น
3. การสื่อสารหมายถึงการแบ่งปันข้อมูลข่าวสาร ความรู้สึกและเจตคติกับผู้อื่น
4. การแสดงสิทธิเป็นการสื่อสารความรู้สึกและความต้องการของเราไปพร้อมๆกับการเคารพสิทธิของผู้อื่น
5. การเจรจาช่วยให้ผู้คนแก้ปัญหาหรือคลายปมขัดแย้งได้
6. ผู้คนที่มีความสามารถขอความช่วยเหลือได้จากครอบครัว เพื่อน หรือนักวิชาการได้

กิจกรรมระหว่างเรียน

1. ทำแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน
2. ศึกษาและปฏิบัติตามบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา
3. ทำแบบประเมินผลตนเองหลังเรียน

สื่อการสอน

1. เอกสารการสอน
2. บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา

ประเมินผล

1. ประเมินผลจากแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนและหลังเรียน
2. การทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตอนที่ 3.1 ค่านิยม

ค่านิยมเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม บอกเป้าหมายและทิศทางของชีวิตเรา

ค่านิยม

ค่านิยมเป็นความรู้สึกหรือความเชื่อที่ยึดมั่นในเรื่องต่างๆ แต่ละบุคคลและครอบครัวมีค่านิยมที่แตกต่างกัน

ค่านิยมในครอบครัว

ค่านิยมช่วยให้ผู้คนตัดสินใจที่จะปฏิบัติและมีปฏิสัมพันธ์อย่างไรกับผู้อื่น พ่อแม่ส่วนใหญ่ต้องการให้บุตรของตนพัฒนาค่านิยมให้เหมือนกับของตัวเอง พ่อแม่และผู้ใหญ่อื่นๆ สอนค่านิยมแก่เด็กๆ โดยการยกตัวอย่าง เด็กๆ เรียนรู้ค่านิยมส่วนมากจากพ่อแม่ สมาชิกครอบครัวคนอื่นๆ ชุมชน การสอนเกี่ยวกับวัฒนธรรมและศาสนาและเพื่อนๆ

ค่านิยมส่วนบุคคล

คนเราเลือกมีค่านิยมสำหรับตัวเองได้อย่างอิสระ ภายหลังจากประเมินถึงทางเลือกต่างๆ และผลที่จะตามมาแล้ว ค่านิยมเป็นสิ่งสำคัญของชีวิตคน การสำรวจค่านิยมของคนคนหนึ่งอาจเป็นเรื่องซับซ้อน บางครั้งค่านิยมที่คนคนหนึ่งได้เรียนรู้ในสังคมอาจขัดแย้งกับค่านิยมที่ได้เรียนรู้ในครอบครัวของคนคนนั้น ผู้คนที่ปฏิบัติตามค่านิยมของตนจะรู้สึกภาคภูมิใจในตัวเอง คนที่ปฏิบัติแย้งกับค่านิยมของตัวเอง อาจจะรู้สึกผิดหรือไม่สบายใจ ค่านิยมมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจที่สำคัญที่สุดของคนเกี่ยวกับการคบเพื่อน สัมพันธภาพทางเพศ ครอบครัว การศึกษา การทำงาน และเรื่องเงิน

ค่านิยมของคนไทยที่ควรยกย่อง

1. รักพระมหากษัตริย์
2. นับถือศาสนา
3. ความเป็นไทย
4. ความประหยัด
5. ความมีระเบียบวินัย
6. มีความรับผิดชอบ
7. ความซื่อสัตย์สุจริต
8. ความขยันขันแข็งมานะอดทน
9. การยกย่องผู้ทำความดี
10. การรักพวกรักพ้อง
11. มีเหตุผล

12. ความเชื่อมั่นในอุดมการณ์มากกว่าบุคคล
13. การนิยมของไทย
14. รักของส่วนรวม
15. ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
16. เคารพผู้อาวุโส
17. กตัญญูรู้บุญคุณ
18. ความไม่ผูกพยาบาท
19. ความรู้จักเสียสละในทางที่ถูกต้อง
20. ความสะอาด สุภาพเรียบร้อย
21. การตรงต่อเวลา
22. การทำมากกว่าพูด
23. นิยมเจ้านายและยศถาบรรดาศักดิ์
24. ยกย่องผู้มีความรู้

ความนิยมที่ควรแก้ไข

1. ความเห็นแก่เงิน
2. การใช้อำนาจในทางที่ผิด
3. การรักษาพวกพ้องในทางที่ผิด
4. ไม่กล้าเสี่ยง ขาดความอดทน
5. ขาดความกระตือรือร้น
6. ขาดระเบียบวินัย
7. ตัวใครตัวมัน
8. นิยมบุคคลมากกว่าอุดมการณ์
9. นิยมวัตถุสิ่งของ
10. นิยมของใช้จากต่างประเทศ
11. รักความสนุกสนาน
12. ชอบความสบาย
13. ชอบงานพิธี
14. เชื่อถือโหราศาสตร์ ชอบการเสี่ยงโชค
15. ชอบความฟุ่มเฟือย

16. ชอบผัดผ่อนเลื่อนเวลา
17. ไม่ชอบขัดใจใคร
18. ไม่ตรงต่อเวลา
19. สอครู้สอได้เห็น
20. ชอบโฆษณา
21. ชอบของแจกหรือของแถม
22. ลืมง่าย
23. กินพรีแพร์
24. พุดมากกว่าทำ
25. เห็นใครดีกว่าไม่ได้

ตัวอย่างคำนิยามที่ควรแก้ไขที่หลวงวิจิตรวาทการได้ร้อยกรองไว้ว่า

“อันที่จริงคนเขาอยากให้เราดี
แต่ถ้าเด่นขึ้นทุกทีเขาหมั่นไส้
จงทำดีแต่อย่าเด่นจะเป็นภัย
ไม่มีใครอยากเห็นเราเด่นเกิน”

ซึ่งเป็นสิ่งที่บอกถึงคำนิยามที่ควรแก้ไขเกี่ยวกับการเห็นใครดีกว่าไม่ได้

คำนิยมในชนบท เฉพาะที่เด่นชัดบางประการ เช่น

1. ขอมรับบุญรับกรรมไม่ได้แย้ง
2. ขึ้นอยู่กับธรรมชาติ
3. เชื้อถือโชคกลาง
4. ชอบเลี้ยงโชค
5. นิยมเครื่องประดับ
6. นิยมคุณความดี
7. นิยมพิธีการและการทำบุญเกินกำลัง
8. ชอบเป็นฝ่ายรับมากกว่าฝ่ายรุก
9. ทำงานเป็นเล่น ทำเล่นเป็นงาน
10. พึ่งพาอาศัยกัน
11. มีความเป็นส่วนตัวมากเกินไป
12. รักญาติพี่น้อง

13. มีความสันโดษ

14. หวังความสุขชั่วหน้า

ค่านิยมในเมือง เฉพาะที่สำคัญๆบางประการ เช่น

1. เชื่อในเรื่องเหตุและผล
2. ขึ้นอยู่กับเวลา
3. แข่งขันมาก
4. นิยมตะวันตก
5. ชอบจัดงานพิธี
6. ฟุ่มเฟือยหรูหรา
7. นิยมวัตถุ
8. ชอบทำอะไรเป็นทางการ
9. ยกย่องผู้มีอำนาจมีตำแหน่ง
10. ขาดระเบียบวินัย
11. ไม่รักของส่วนรวม
12. พูดยมากกว่าทำ
13. ไม่ชอบเห็นใครเหนือกว่า
14. เห็นแก่ตัวไม่เชื่อใจใคร

ค่านิยมที่ควรยึดถือปฏิบัติ

เมื่อ พ.ศ. 2525 คณะกรรมการวัฒนธรรมได้บัญญัติค่านิยม 5 ประการที่เห็นว่าคนไทยทั้งหลาย โดยเฉพาะเด็กนักเรียนซึ่งเป็นเยาวชนของชาติควรปฏิบัติ คือ

1. การพึ่งตนเอง การขยันหมั่นเพียรและมีความรับผิดชอบ
2. การประหยัดและการออม
3. การมีระเบียบวินัยและการเคารพกฎหมาย
4. การปฏิบัติตามคุณธรรมของศาสนา
5. ความรักชาติ ศาสน์ กษัตริย์

ค่านิยมและจริยธรรมสำหรับเยาวชน

ค่านิยม คือ สิ่งที่ถูกกลุ่มสังคมหนึ่งเห็นว่าถูกต้องควร นำปฏิบัติ เป็นสิ่งยึดถือที่ช่วยตัดสินใจในการเลือก “จะทำ” หรือ “ไม่ทำ” เป็นการเลือกแบบอิสระเสรีจากค่านิยมหลายๆอย่างและที่เลือกเพราะเห็นว่าเหมาะสมถูกต้อง

สำหรับจริยธรรมมาจาก จริย กับ ธรรม

จริย หมายถึง ความประพฤติ

ธรรมหรือธรรมะ แปลว่า คุณความดี

ถ้าบวกเข้าด้วยกัน จริยธรรม ก็แปลว่า ความประพฤติที่ดีงาม เว้นจากการประพฤติชั่วไม่ว่าจะเป็นทางกาย วาจา ใจ ซึ่งส่วนมากจะมาจากหลักศีลธรรม หรือหลักจริยธรรมทางพุทธศาสนา ที่สอนคนให้เป็นคนดี มีความประพฤติดี ละเว้นความชั่ว

ซึ่งเรื่องดีและชั่วเป็นเรื่องของแล้วแต่จะมองกัน เพราะแต่ละคนมีความคิดอ่านไม่เหมือนกัน แต่ก็ต้องเลือกทำในสิ่งที่ดีงามที่สุด หรือชั่วน้อยที่สุด เช่น คนเราไม่ควรฆ่าสัตว์ตัดชีวิต แต่ถ้าหนูกัดข้าว ขาวนาเสียหายก็คงต้องทำ เพราะเป็นการทำเพื่อผลประโยชน์ของส่วนรวม และรักษาน้ำใจของคนส่วนน้อย

จะเห็นได้ว่า จริยธรรมกับค่านิยม ก็มีแนวคิดคล้ายกัน คือ เป็นสิ่งที่สังคมอยากให้ยึดถือปฏิบัติ เพียงแต่จริยธรรมเน้นทางศาสนา ส่วนค่านิยมเน้นสิ่งที่อยากได้ อยากปรารถนาที่คิดว่าถูกต้อง ควร ซึ่งการที่กลุ่มหนึ่งเห็นว่าถูก อีกกลุ่มอาจจะไม่เห็นก็ได้ ซึ่งในที่นี้จะเน้นในเรื่องค่านิยมที่ใช้ได้ทั้งค่านิยมกับจริยธรรม เช่น ค่านิยมที่ควรปฏิบัติและค่านิยมที่ควรยกย่อง

ตอนที่ 3.2 การตัดสินใจ

การตัดสินใจอย่างรับผิดชอบเกี่ยวกับเรื่องเพศเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากมีผลกระทบทั้งต่อตัวเราและผู้อื่น

การตัดสินใจ

คนทุกคนล้วนต้องตัดสินใจ เด็กเล็กก็ต้องตัดสินใจหลายอย่าง เช่น จะใส่เสื้อผ้าแบบไหน จะเล่นของเล่นอะไร หรือจะคบใครเป็นเพื่อน การตัดสินใจทุกครั้งจะส่งผลตามมาเสมอ การตัดสินใจเป็นทักษะที่สามารถเรียนรู้และพัฒนาได้ เด็กๆเองยังต้องการผู้ใหญ่ช่วยตัดสินใจในเรื่องบางอย่าง

ทักษะการตัดสินใจ

การจะตัดสินใจได้ดีหมายถึงคนคนหนึ่งต้องพิจารณาผลที่จะเกิดตามมาทั้งหมด ทั้งที่ดีและไม่ดี และเลือกปฏิบัติในสิ่งที่คิดว่าจะให้ผลลัพธ์ที่ดีที่สุด แต่คนต้องรับผิดชอบต่อผลที่จะเกิดตามมาของการตัดสินใจของตัวเอง ทางเลือกในการตัดสินใจมักจะมีมากกว่าที่เราคิดในตอนแรกเสมอ สมาชิกครอบครัวสามารถช่วยในการตัดสินใจที่สำคัญได้ เพื่อนมักจะพยายามตัดสินใจแทนเรา การตัดสินใจหลายอย่างมีผลกระทบต่อผู้อื่น พ่อแม่และผู้ใหญ่อื่นๆสามารถช่วยเหลือเด็กๆในการตัดสินใจได้ ผู้คนตัดสินใจในแนวทางที่ต่างกัน เช่น แบบหุ่นหัน แบบตัดสินใจตามเพื่อน แบบบอกพลัด แบบให้ผู้อื่นตัดสินใจแทน และแบบทดสอบทางเลือก

การตัดสินใจเรื่องเพศ

หากเราจำเป็นต้องตัดสินใจในเรื่องที่สำคัญๆ เราควรประเมินผลที่จะเกิดตามมาอย่างรอบคอบ ทั้งผลดีและผลเสีย วัยรุ่นบางคนเผชิญกับการตัดสินใจที่ยากลำบากเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ เรามีสิทธิ์อย่างเต็มที่ที่จะตัดสินใจเองว่าจะมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ (รูปที่ 1-2) ผู้อื่นไม่สามารถบังคับเราได้ เราต้องพึงระลึกเสมอว่าการมีเพศสัมพันธ์สามารถทำให้ตั้งครรภ์และมีบุตรได้เสมอ วัยรุ่นหลายคนเลือกที่ชลอการมีเพศสัมพันธ์ไว้จนกว่าจะถึงวัยอันควรหรือมีความรับผิดชอบสูงพอ การตัดสินใจเช่นนี้เรียกว่า หน่วงเวลา (Postponement) หรืออดเปรี้ยวไว้กินหวาน อย่างไรก็ตามวิธีเดียวที่จะมั่นใจได้ว่าจะไม่ตั้งครรภ์ก็คือการละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ (Abstinence) หรือการหักห้ามใจ

การอดเปรี้ยวไว้กินหวานหรือการละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ยังสามารถช่วยป้องกันเราจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้อีกด้วย หลายคน que เลือกอดเปรี้ยวไว้กินหวานหรือละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ ยังพบว่าตัวเองมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดและแนบแน่นกับคู่รักได้เช่นเดิม (รูปที่ 3-4) การที่จะตัดสินใจอย่างมีวิจารณญาณจำเป็นต้องมีข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องเกี่ยวกับทางเลือกแต่ละอย่าง เมื่อตัดสินใจแล้ว บางครั้งอาจจะมีอุปสรรคต่อการปฏิบัติตามการตัดสินใจนั้นๆ ได้ การวางแผนอย่างรอบคอบจะช่วยให้เราสามารถเอาชนะอุปสรรคได้ การประเมินการตัดสินใจในอดีตช่วยให้คนเราได้เรียนรู้จากประสบการณ์และไม่ทำผิดซ้ำอีก การตัดสินใจที่ดีที่สุดมักจะเป็นการตัดสินใจที่สอดคล้องกับค่านิยม และไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพของเราหรือผู้อื่นหรือไม่ผิดกฎหมาย บางครั้งการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องเพศเป็นเรื่องยากเนื่องจากความรู้สึกและแรงขับเคลื่อนทางเพศจากคู่รักและเพื่อน การตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องเพศอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพและการวางแผนชีวิตในอนาคตของคนเราได้ จะเป็นการฉลาดถ้าได้มีการกำหนดข้อจำกัดด้านเพศก่อนที่จะเราจะตกอยู่ในสถานการณ์ลำบาก วัยรุ่นที่ตัดสินใจจะมีเพศสัมพันธ์ จะต้องตัดสินใจเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ด้วยเสมอ ซึ่งการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการคุมกำเนิดมีหลายวิธีและยังไม่มีวิธีใดที่ได้ผลเต็ม 100% การดื่มแอลกอฮอล์และยาเสพติดต่างๆอาจทำให้ตัดสินใจไม่ถูกต้องได้ การพูดคุยกับเพื่อนสนิทกับพ่อแม่ (รูปที่ 5) กับสมาชิกครอบครัวคนอื่น กับผู้นำศาสนา หรือกับเจ้าหน้าที่ผู้ให้คำปรึกษาระหว่างรอการตัดสินใจเป็นสิ่งที่มประโยชน์ (รูปที่ 6)

ตอนที่ 3.3 การสื่อสาร

การสื่อสารหมายถึงการแบ่งปันข้อมูลข่าวสาร ความรู้สึกและเจตคติกับผู้อื่น

การสื่อสาร

ผู้คนสื่อสารกันหลายวิธี ผู้คนพูด เขียน ให้สัญญาณ หรือแสดงถึงความรู้สึกโดยการแสดงออกทางสีหน้า การสื่อสารเป็นสิ่งจำเป็นต่อสัมพันธภาพของมนุษย์

การสื่อสารระหว่างบุคคล

แม้เมื่อคนสองคนพูดคุยกันเขาก็อาจไม่เข้าใจกันก็ได้ ผู้คนมักสื่อความรู้สึกโดยวิธีที่ไม่ต้องพูด ข้อขัดแย้งหลายอย่างในครอบครัวและในกลุ่มเพื่อนเกิดขึ้นเนื่องจากการสื่อสารที่ไม่ดี เยาวชนที่พูดได้มากกว่าหนึ่งภาษาควรภูมิใจในความสามารถพิเศษนี้ ผู้คนสามารถที่จะเรียนรู้ให้สื่อสารมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นได้ คำที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศที่อาจจะเหมาะสมในกลุ่มเพื่อน อาจจะไม่เหมาะที่จะใช้ในโรงเรียน ที่บ้านหรือที่ทำงาน (รูปที่ 7)

ทักษะการสื่อสาร

การสื่อสารต้องการการฟังอย่างตั้งใจและการพูดอย่างชัดเจนจากทั้งสองฝ่าย การใช้ข้อความที่ขึ้นต้นด้วย “ผม หนู หรือฉัน” เพื่อบอกถึงการพูดที่หมายถึงตัวเราเองเป็นสิ่งดี การถามให้เข้าใจชัดเจนในการสื่อสารไม่ได้หมายถึงการขาดความเคารพ ผู้ชายและผู้หญิงในสังคมของเราจะสื่อสารแตกต่างกันซึ่งอาจก่อให้เกิดการเข้าใจผิดได้ การพูดภาษาหนึ่งที่บ้านและอีกภาษาที่โรงเรียนเป็นสิ่งที่ท้าทาย

การสื่อสารอาจปรับปรุงได้โดย

ก) ฟังให้ดี

ข) มองตา

ค) แสดงถึงความรู้สึก

ง) พยายามทำความเข้าใจจุดประสงค์ของอีกฝ่าย

จ) เสนอทางแก้ปัญหาที่เป็นไปได้ และ

ฉ) แสดงภาษากายที่สร้างสรรค์ เช่น การยิ้มหรือการสัมผัส

บางวัฒนธรรมสอนเกี่ยวกับการมองตาผู้ที่ใหญ่กว่าหรือการถามคำถามว่าเป็นเรื่องของการขาด

ความเคารพ

พฤติกรรมที่ทำให้การสื่อสารเสียได้แก่

ก) การไม่ฟัง

ข) ตะโกนหรือพูดเสียงดัง

ค) การตำหนิ วิจารณ์หรือเรียกชื่อ

ง) ทำให้ผู้อื่นรู้สึกผิด

จ) แสดงภาษาท่าทางที่ไม่เหมาะสม เช่น หน้ามึนคิ้วขมวด หน้าบึ้ง และ

ฉ) ขัดจังหวะ

การสื่อสารโดยภาษาพูดและภาษาท่าทางไม่ได้สื่อความหมายเดียวกันเสมอไป การสื่อสารโดยภาษาพูดและภาษาท่าทางมีความหมายแตกต่างกันขึ้นกับภูมิหลังของบุคคล ครอบครัว เพศ วัฒนธรรม และสถานการณ์ ผู้คนมักจะอึดอัดเมื่อต้องพูดคุยเรื่องเพศในลักษณะเปิดเผย หลายครอบครัวมักจะอึดอัดเมื่อต้องพูดคุยเรื่องเพศในลักษณะเปิดเผย การพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศอย่างเปิดเผยช่วยกระชับสัมพันธภาพให้ดีขึ้น

ตอนที่ 3.4 การรักษาสีทิวส่วนบุคคล

การรักษาสีทิวส่วนบุคคลเป็นการสื่อสารความรู้สึกและความต้องการของเราไปพร้อมๆกับการเคารพสิทธิของผู้อื่น

การรักษาสีทิวส่วนบุคคล

คนทุกคน รวมทั้งเด็กๆ ล้วนมีสิทธิ การบอกผู้ที่เราไว้วางใจได้เกี่ยวกับความรู้สึกและความต้องการเป็นสิ่งปกติ “การถาม” เป็นขั้นตอนแรกสุดที่จะสนองความต้องการของเราได้ บางครั้งเด็กๆ จำเป็นต้องทำในสิ่งที่ไม่ต้องการเนื่องจากพ่อแม่บอกให้ทำ

วิธีการรักษาสีทิวส่วนบุคคล

การแสดงสิทธิหมายถึงการพูดเพื่อให้ได้ในสิ่งที่ต้องการหรือพูดเกี่ยวกับความรู้สึกของตัวเอง การแสดงสิทธิเป็นทักษะที่สามารถเรียนรู้และปรับปรุงได้ การแสดงสิทธิแตกต่างจากความก้าวร้าวที่รบกวนสิทธิของผู้อื่น การแสดงสิทธิรวมถึงยืนตำแหน่งเดิม การให้คำมั่นสัญญาและการเดินหนีไป การแสดงสิทธิไม่ได้หมายความว่าผู้คนจะได้ในสิ่งที่ปรารถนาเสมอไป

เป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องระลึกอยู่เสมอว่าร่างกายของเราเป็นของเรา เป็นสิ่งสำคัญเช่นกันที่จะต้องระลึกอยู่เสมอว่ามีผู้คนมากมายที่อยู่รอบๆ ตัวเราที่พร้อมจะให้ความช่วยเหลือและช่วยให้เด็กๆ ปลดปล่อย หากมีใครพยายามจะทำสิ่งไม่ดีกับร่างกายของเราที่เราไม่ได้ต้องการหรือคิดว่าไม่เหมาะสม เราต้องพูดว่า “อย่า” หรือ “หยุด” หรือ “ไม่” กับผู้บุกรุกนั้น (รูปที่ 8) บางครั้งหากมีใครที่มีพฤติกรรมรบกวนเรา ใช้ถ้อยคำลามกหรือหยาบคาย เราสามารถบอกให้คนคนนั้นหยุดพูดได้ การพูดรบกวนก็เป็นอีกลักษณะหนึ่งของการละเมิดทางเพศที่แม้ว่าคนพูดรบกวนจะไม่ได้ถูกเนื้อต้องตัวเราก็ดำเนินการ

การพิทักษ์สิทธิมนุษยชน

ในอดีต ผู้หญิงในสังคมเราถูกสอนไม่ให้แสดงสิทธิ บางวัฒนธรรมสอนผู้หญิงว่าเป็นการดีที่จะไม่แสดงสิทธิในครอบครัวและกับผู้ชาย ทุกวันนี้ ทั้งเด็กหญิงและผู้หญิง เด็กชายและผู้ชายล้วนสามารถแสดงสิทธิของตัวเองได้ ในบางวัฒนธรรม การถามตรงๆ เกี่ยวกับสิ่งที่ต้องการยังเป็นสิ่งที่ถือว่าขาดความเคารพหรือไม่เหมาะสม ผู้คนมีสิทธิในการ ก) พูดถึงความรู้สึกของตัวเองแม้ผู้อื่นจะไม่เห็นด้วย ข) ปฏิเสธคำร้องขอ และ ค) คาดหวังว่าจะได้รับการปฏิบัติอย่างยุติธรรมและไม่เป็นการข่มขู่ บางครั้ง

ผู้คนที่ต้องเลือกระหว่างการปฏิบัติที่เขาเชื่อว่าเป็นสิ่งที่ดีที่สุดหรือพฤติกรรมที่เพื่อนบีบให้ทำ พฤติกรรมที่ช่วยให้ผู้คนแสดงสิทธิได้มากขึ้น ได้แก่ ก) ต้องซื้อสตั๊ด ข) ตรงไปตรงมา ค) ฟังตัวเอง สื่อความรู้สึกและความต้องการตามความต้องการจริงแทนที่จะรอคอย ง) ใช้ภาษาท่าทางในการแสดงสิทธิ จ) พุดปกป้องตัวเอง และ ฉ) รับผิดชอบความรู้สึกและความต้องการของตัวเอง พฤติกรรมที่ถูกมองว่าก้าวร้าวในวัฒนธรรมหนึ่งอาจจะถูกมองว่าเป็นการแสดงสิทธิและเหมาะสมในอีกวัฒนธรรม การแสดงสิทธิในสถานการณ์ทางเพศอาจเป็นเรื่องยาก ผู้คนมีสิทธิที่จะปฏิเสธคำขอมิพฤติกรรมทางเพศของผู้อื่นได้เสมอ การไม่ได้แสดงสิทธิอาจทำให้เรารู้สึกโกรธหรือละอาย และความประพฤติก้าวร้าวในอนาคตได้

ตอนที่ 3.5 การเจรจาต่อรอง

การเจรจาต่อรองช่วยให้ผู้คนแก้ปัญหาหรือคลายปมขัดแย้งได้

การเจรจาต่อรอง

การเจรจาต่อรองเป็นวิธีการเพื่อสนองความต้องการของคนโดยปราศจากความรู้สึกผิด โกรธ หรือการข่มขู่ การเจรจาต่อรองต้องการการให้และการรับของทั้งสองฝ่าย การเจรจาจะได้ผลดีเมื่อมีการเตรียมปัญหาหรือข้อขัดแย้งตั้งแต่เริ่มต้น การเจรจาที่ดีช่วยเสริมสัมพันธภาพได้

วิธีการเจรจาต่อรองมีหลากหลายวิธี การเจรจาที่ได้ผลจำต้องมีทักษะบางประการ เช่น

- ก) การสังเกตผู้อื่นอย่างรอบคอบ
- ข) การใช้ภาษาท่าทางอย่างสร้างสรรค์
- ค) การสื่อด้วยคำพูดที่ดี
- ง) เอาใจเขามาใส่ใจเรา
- จ) ค้นหาทางเลือกทั้งหมดในสถานการณ์นั้นๆ
- ฉ) สรุปข้อตกลงที่ยอมรับทั้งสองฝ่าย

ทักษะการปฏิเสธ

การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนควรเคารพและยอมรับ การปฏิเสธที่ใช้ได้ผลมักเป็นการปฏิเสธในสถานการณ์ที่ถูกชวนไปทำในสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์หรือเกิดผลกระทบในแง่ลบตามมา การปฏิเสธที่ดีจะต้องปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ

ขั้นตอนการปฏิเสธ มี 3 ขั้นตอน คือ

1. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น
2. การขอปฏิเสธ เป็นการบอกปฏิเสธให้ชัดเจนเป็นคำพูด

3. การขอความเห็นชอบ เพื่อรักษาน้ำใจของผู้ชวน และควรกล่าวขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ
การหาทางออกเมื่อถูกเข้าขี้นหรือสับสนประมาท
- บางครั้งผู้ชวนพูดเข้าขี้นต่อเพื่อชวนให้สำเร็จ ผู้ถูกชวนไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูด เพราะจะทำให้ขาดสมาธิในการหาทางออก ควรยืนยันการปฏิเสธด้วยท่าทางมั่นคง และหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี
1. ปฏิเสธซ้ำ (รูปที่ 9) โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้าง พร้อมทั้งบอกลา แล้วเดินจากไปทันที
 2. การต่อรอง โดยการชวนไปทำกิจกรรมอื่นที่ดีกว่ามาทดแทน
 3. การผัดผ่อน โดยการขออีกระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ

ตัวอย่างขั้นตอนการปฏิเสธและตัวอย่างคำพูดปฏิเสธ

ขั้นตอน	ตัวอย่างประโยค	
	ชวนไปค้างที่บ้าน	ขอมิเพศสัมพันธ์
การปฏิเสธ		
1. บอกความรู้สึก (ประกอบเหตุผล)	“ฉันไม่สบายใจเลย เพราะอาจทำให้คนเข้าใจผิด” “ผมไม่สบายใจเลย เกรงจะทำให้คุณเสียหาย”	“ฉันไม่สบายใจเลย รู้สึกว่าเรากำลังจะทำสิ่งที่ไม่สมควรนะ” “ผมไม่สบายใจเลย เรื่องแบบนี้คุณเป็นฝ่ายเสียหายนะครับ” “ฉันคิดว่าจะหยุดเพียงแค่นี้เพื่ออนาคตของเราทั้งสองคน”
2. การขอปฏิเสธ	“ฉันขอไม่ไปด้วย” “ผมขอไม่ไป”	“ผมคิดว่าเราควรหยุดเพียงแค่นี้ ผมไม่อยากให้คุณเสียหายครับ”
3. การถามความเห็น	“คุณคงไม่ว่า (นะคะ)” “คุณคงเข้าใจ (นะครับ)”	“คุณคงไม่โกรธนะคะ” “คุณคงเข้าใจนะครับ”
การหาทางออกเมื่อถูกเข้าใจ		
1. ปฏิเสธซ้ำแล้วบอกลา	“ไม่ได้ดีกว่า ขอตัวนะคะ” “อย่าดีกว่า ผมกลับละนะ”	“ฉันจะไม่ทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมแบบนี้อีก ขอไปก่อนนะ” “ผมจะไม่ทำแบบนี้อีก ผมขอตัวก่อนนะครับ”
2. ต่อรองชวนทำกิจกรรมอื่น	“เรากลับบ้านกันดีกว่า” “เราแยกย้ายกันกลับดีกว่า”	“ฉันคิดว่าเราไปดูหนังสือกับเพื่อนๆ ในกลุ่มดีกว่าการอยู่ด้วยกันสองคนอย่างนี้” “ผมคิดว่าเรากลับบ้านกันดีกว่า ผมจะไปส่งคุณเอง”
3. ผัดผ่อน (เพื่อยืดเวลา)	“เอาไว้วันหลังแล้วกัน” “โอกาสหน้าก็แล้วกันนะครับ”	“ฉัน (ผม) คิดว่าเราควรจะรอจนกว่าเราทั้งสองคนมีความพร้อม สามารถรับผิดชอบตัวเองได้ ฉัน (ผม) ขอตัวก่อนนะ”

ตอนที่ 3.6 การขอความช่วยเหลือ

ผู้คนที่มีความสามารถขอความช่วยเหลือได้จากครอบครัว เพื่อน หรือนักวิชาการได้

การขอความช่วยเหลือ

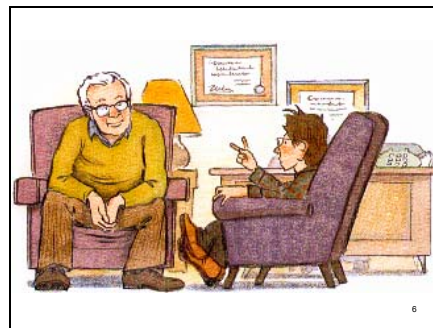
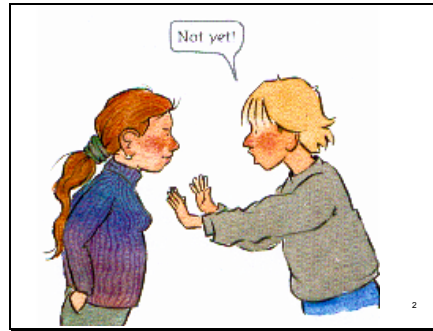
โดยปกติสมาชิกครอบครัวและเพื่อนๆจะพยายามช่วยเหลือซึ่งกันและกัน (รูปที่ 10) ถ้าพ่อแม่ไม่สามารถช่วยได้ เราอาจขอความช่วยเหลือจากครู ผู้นำศาสนา ครูแนะแนว พ่อแม่ของเพื่อน หรือผู้ใหญ่คนอื่นที่ไว้ใจได้ (รูปที่ 11)

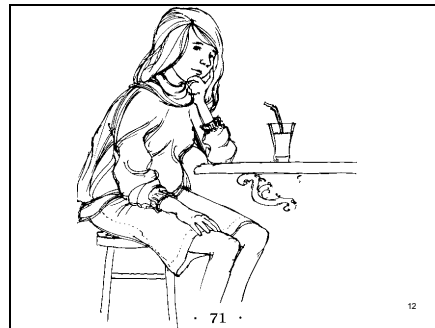
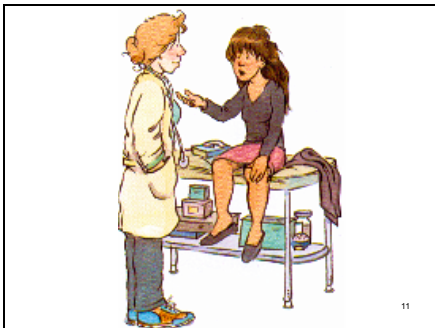
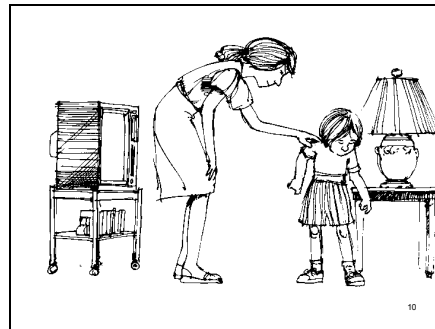
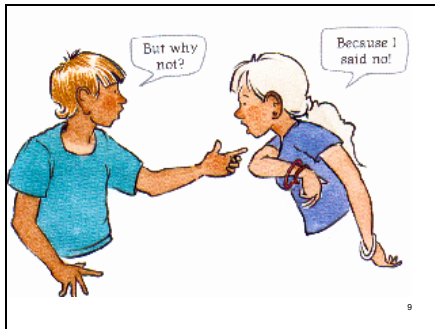
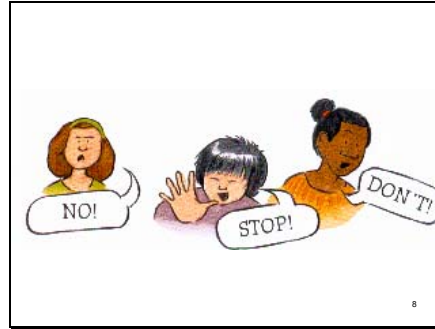
วิธีการขอความช่วยเหลือ

เด็กๆอาจจะสามารถช่วยเหลือคนที่มีความสามารถได้ บางครั้งการช่วยเหลือที่ดีที่สุดจะได้จากคนที่เป็นนักฟังที่ดี โดยปกติการขอความช่วยเหลือเป็นการตัดสินใจที่ฉลาด ปัญหาเกี่ยวกับแอลกอฮอล์ ยาเสพติด การเงิน ความรุนแรง สุขภาพ และทารุณกรรม เป็นตัวอย่างของปัญหาที่บางครั้งครอบครัวเผชิญอยู่ บางครั้งมีเรื่องเกิดขึ้นในครอบครัวที่ต้องการความช่วยเหลือจากมืออาชีพ มีองค์กรชุมชนและผู้ที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้

ทักษะการขอความช่วยเหลือ

บางครั้งวัยรุ่นก็ต้องการการพูดคุยกับผู้ใหญ่คนอื่นนอกจากพ่อแม่ของตัวเอง (รูปที่ 12) ผู้คนที่สามารถให้ความช่วยเหลือ ได้แก่ สมาชิกคนอื่นๆในครอบครัว ครูแนะแนว (รูปที่ 13) ผู้นำศาสนา เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและเจ้าหน้าที่สุขภาพจิต และครูอาจารย์ (รูปที่ 14) บ่อยครั้งที่พบว่าเป็นเรื่องยากที่ผู้คนที่ยอมรับว่าตัวเองต้องการความช่วยเหลือ หน่วยงานหรือองค์กรบางองค์กรให้บริการสำหรับวัยรุ่นที่ไม่ต้องขออนุญาตผู้ปกครองโดยให้บริการอย่างเป็นความลับ และไม่แพงหรือไม่คิดเงินตามอำเภอหรือชุมชนต่างๆส่วนใหญ่มีโทรศัพท์สายด่วนที่ผู้คนที่สามารถพูดคุยกับเจ้าหน้าที่เกี่ยวกับปัญหาด้านสุขภาพหรือการมีเพศสัมพันธ์ได้ วัยรุ่นต้องรู้ว่าจะไปขอความช่วยเหลือจากที่ใดได้บ้าง หน่วยงานสุขภาพระดับท้องถิ่นสามารถส่งต่อผู้ป่วยไปยังองค์กรที่ให้ความช่วยเหลือกับปัญหาหรือเรื่องเฉพาะด้าน ก่อนโทรศัพท์ไปยังบริการของชุมชนเราควรเตรียมคำถามไว้ก่อนว่าจะถามคำถามอะไรบ้าง (รูปที่ 15)







เพศศึกษาสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

บทที่ 4 พฤติกรรมทางเพศ

นพ.วัชระ เอี่ยมรัศมีกุล
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด
พ.ศ. ๒๕๔๕

บทที่ 4 พฤติกรรมทางเพศ

เพศวิถีเป็นสิ่งสำคัญของความเป็นมนุษย์และแต่ละบุคคลก็แสดงออกทางเพศแตกต่างกัน

วัตถุประสงค์

เมื่อศึกษาบทที่ 4 จบแล้ว นักเรียนสามารถ

1. มีความสุขและแสดงออกด้านเพศวิถีของตนได้ตลอดอายุขัย
2. แสดงออกถึงเพศวิถีที่สอดคล้องกับค่านิยมของผู้อื่น
3. มีความสุขกับความรู้สึทางเพศโดยไม่จำเป็นต้องมีพฤติกรรมทางเพศ
4. แยกแยะระหว่างพฤติกรรมทางเพศที่สร้างสรรค์จากพฤติกรรมที่อันตรายต่อตัวเองและผู้อื่น
5. แสดงออกถึงเพศวิถีของตนเองไปพร้อมๆกับการให้ความเคารพสิทธิของผู้อื่น
6. ศึกษาค้นคว้าข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อส่งเสริมเพศวิถีของผู้อื่น
7. มีสัมพันธภาพทางเพศที่เห็นพ้องต้องกันทั้งสองฝ่าย ไม่มุ่งหาประโยชน์ส่วนตัว เชื่อสัจย์ มีความสุขและมีการป้องกัน

แนวคิด

1. เพศวิถีเป็นเรื่องธรรมชาติและเป็นส่วนที่สมบูรณ์ของร่างกาย
2. การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นวิธีหนึ่งของการแสดงออกทางเพศ
3. แต่ละบุคคลแสดงออกทางเพศกับคู่ของตนในวิธีที่แตกต่างกัน
4. การละเว้นการร่วมเพศเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการป้องกันการตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมเอชไอวี
5. การตอบสนองทางเพศของผู้ชายและผู้หญิงมีทั้งที่เหมือนกันและแตกต่างกัน
6. จินตนาการทางเพศเป็นเรื่องปกติ
7. ความบกพร่องทางเพศคือการไม่สามารถแสดงออกหรือมีความสุขทางเพศได้

กิจกรรมระหว่างเรียน

1. ทำแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน
2. ศึกษาและปฏิบัติตามบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา
3. ทำแบบประเมินผลตนเองหลังเรียน

สื่อการสอน

1. เอกสารการสอน
2. บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา

ประเมินผล

1. ประเมินผลจากแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนและหลังเรียน
2. การทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตอนที่ 4.1 เพศมิติตลอดอายุวัย

เพศมิติเป็นเรื่องธรรมชาติและเป็นส่วนที่สมบูรณ์ของร่างกาย

เพศมิติ

ร่างกายของเราอาจมีความสุขเมื่อได้รับการสัมผัส (รูปที่ 1-6) เมื่อมีการสัมผัสเราจะเป็นทั้งผู้ให้ความสุขและเป็นผู้รับความสุนัสนั้นๆด้วย (รูปที่ 7) เด็กส่วนใหญ่มักอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับร่างกายของตนโดยเฉพาะอวัยวะเพศ (รูปที่ 8) คนทุกคนล้วนเป็นสิ่งมีชีวิตที่มีเพศ (รูปที่ 9-10) เด็กๆจะอยากรู้อยากเห็นเรื่องเพศมากขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น (รูปที่ 11-12) การพูดคุยกับพ่อแม่และผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้เกี่ยวกับเรื่องเพศเป็นสิ่งมีประโยชน์ (รูปที่ 13-14) การสำรวจความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องเพศเป็นสิ่งปกติ

เพศมิติของบุคคล

ความรู้สึก จินตนาการ และความปรารถนาทางเพศเป็นเรื่องธรรมชาติ และไม่จำเป็นต้องได้รับการตอบสนองเสมอไป ความรู้สึก จินตนาการและความปรารถนาทางเพศเกิดขึ้นตลอดชีวิต เพศมิติให้ผลตอบแทนและสร้างสรรค์มากขึ้นเมื่อแสดงออกในลักษณะของการแบ่งปัน เสริมสร้างและไม่แสวงหาผลประโยชน์

ตอนที่ 4.2 การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง

การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นการแสดงออกทางเพศวิธีหนึ่งของมนุษย์

การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง

การสัมผัสและการเสียดถูอวัยวะเพศของเราเพื่อให้เกิดความสุขเรียกว่าการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง (Masturbation) (รูปที่ 15) เด็กชายและเด็กหญิงบางคนอาจมีประสบการณ์การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง (รูปที่ 16) ขณะที่บางคนอาจไม่จำเป็นต้องมีประสบการณ์นี้ การสำเร็จความใคร่ควรทำในที่ลับ การสำเร็จความใคร่เป็นวิธีที่บุคคลใช้ในการหาความสุขทางเพศ ผู้ชายและผู้หญิงหลายคนเริ่มมีประสบการณ์การสำเร็จความใคร่ในช่วงที่เป็นวัยรุ่น เด็กชายและเด็กหญิงบางคนไม่เคยสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองซึ่งเป็นเรื่องปกติ การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองไม่ทำให้เกิดอันตรายต่อร่างกายและจิตใจ

ในช่วงวัยรุ่น ฮอร์โมนเพศจะก่อให้เกิดพัฒนาการของอวัยวะเพศของเด็กชายและเด็กหญิง (รูปที่ 17) วัยรุ่นหลายคนอาจจะรู้สึกดีและพอใจกับร่างกายของตนเอง (รูปที่ 18-19) และขณะเดียวกันก็อาจจะรู้สึกดึงดูดใจและสนใจต่อเพศตรงข้ามได้ ความรู้สึกเช่นนี้เรียกว่าความรู้สึกชอบพอ (รูปที่ 20) ซึ่งแม้ว่าจะเป็นเรื่องที่ยากที่จะอธิบายแต่ก็เป็นเรื่องปกติธรรมดา ความรู้สึกชอบพอนี้เกิดขึ้นได้หลายเวลาและหลายวิธีในวัยรุ่นแต่ละคน (รูปที่ 21) บางครั้งเมื่อเรารู้สึกมีความต้องการทางเพศ เราก็อาจจะสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองได้ การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองคือการถูไถหรือสัมผัสอวัยวะเพศของเราเพื่อให้เกิดความสุขทางเพศ

คนบางคนคิดว่าการสำเร็จความใคร่เป็นสิ่งที่ผิดหรืออันตราย บางศาสนาก็สอนว่าการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นบาป แต่การสำเร็จความใคร่ไม่ได้ก่อให้เกิดอันตรายแก่ตัวเราประการใด และก็ไม่ได้ทำให้ตั้งครรภ์หรือติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ด้วย คนส่วนมากมักจะเคยสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง ขณะที่คนอีกส่วนมากก็ไม่เคยสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง การที่จะสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองหรือไม่เป็นเรื่องส่วนตัวของเราที่เราจะตัดสินใจเองเท่านั้น การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองเป็นเรื่องปกติธรรมดา บางครั้งเราไม่ต้องร่วมเพศหรือสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองก็สามารถหลั่งน้ำอสุจิออกมาได้

บางครอบครัวและบางศาสนาต่อต้านการสำเร็จความใคร่

การปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง

บุคคลจะสำเร็จความใคร่บ่อยแค่ไหนแตกต่างกันไปในแต่ละคน คนที่กังวลใจเกี่ยวกับการสำเร็จความใคร่อาจจะพูดคุยกับผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้ (รูปที่ 22) ผู้คนส่วนใหญ่เคยสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง การสำเร็จความใคร่ ทั้งเมื่ออยู่คนเดียวหรืออยู่กับคนรัก เป็นวิธีหนึ่งที่ใช้ในการหาความสุขและแสดงออกทางเพศโดยไม่ต้องเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์หรือโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ มีความเชื่อผิดๆเกี่ยวกับการสำเร็จความใคร่มากมาย มีเด็กชายส่วนน้อยจำนวนหนึ่งที่อาจประสบอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตจากการสำเร็จความใคร่โดยวิธีแปลกๆบางอย่างที่ทำให้ขาดอากาศหายใจ

ตอนที่ 4.3 พฤติกรรมร่วมทางเพศ

แต่ละบุคคลแสดงออกทางเพศกับคู่ของตนในวิธีที่แตกต่างกัน

พฤติกรรมร่วมทางเพศ

ผู้ใหญ่มักจะจูบ กอด สัมผัสและมีพฤติกรรมเหมือนกับอีกฝ่ายเพื่อแสดงถึงความสนใจและการแบ่งปันความสุขทางเพศซึ่งกันและกัน (รูปที่ 23) ผู้ที่เป็นคู่รักกันจะแบ่งปันความสุขทางเพศซึ่งกันและกันได้หลายวิธี (รูปที่ 24) การมีความสัมพันธ์ทางเพศสามารถมีได้หลายอย่าง มิใช่เฉพาะการร่วมเพศเท่านั้น

การแสดงออกทางพฤติกรรมทางเพศ

เมื่อคนสองคนแสดงออกถึงความรู้สึกร่วมกันทางเพศ พวกเขาจะเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับความสุขนั้น (รูปที่ 25) คู่รักทั้งสองฝ่ายสามารถเพิ่มพูนสัมพันธ์ทางเพศได้โดยการสื่อสารระหว่างกันเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่ตัวเองชอบหรือไม่ชอบ ความรักทำให้สัมพันธ์ทางเพศแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น (รูปที่ 26) ผู้คนอาจมีพฤติกรรมทางเพศได้หลายรูปแบบ บุคคลย่อมมีสิทธิที่จะปฏิเสธพฤติกรรมทางเพศต่อตนเองทุกรูปแบบได้ (รูปที่ 27) การแสดงออกทางเพศบางอย่างผิดกฎหมายและเป็นที่รังเกียจของบางศาสนาและบางครอบครัว ผู้ที่มีความพิการก็มีความรู้สึกทางเพศและความต้องการเช่นเดียวกับผู้คนทั่วไปทั้งด้านที่เกี่ยวกับความรัก อารมณ์และการใกล้ชิดสัมผัสทางกาย (รูปที่ 28)

ตอนที่ 4.4 การละเว้นการร่วมเพศ

การละเว้นการร่วมเพศเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการป้องกันการตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมเอชไอวี

การละเว้นการร่วมเพศ

การร่วมเพศเป็นสิ่งที่ทำให้มีความสุขสำหรับผู้ใหญ่ เด็กๆยังไม่พร้อมที่จะมีการร่วมเพศ สุภาษิตที่ดังมาอย่างหนึ่งของไทยได้สอนไว้ เช่น อย่าชิงสุกก่อนห่าม

ทักษะการละเว้นการร่วมเพศ

วัยรุ่นช่วงอายุ 12-15 ปี ยังไม่โตพอที่จะมีเพศสัมพันธ์ การละเว้นการร่วมเพศเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันการตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ วัยรุ่นที่มีนั้นจะต้องพูดคุยถึงขีดจำกัดทางเพศกับคู่ของตนให้เข้าใจอย่างชัดเจน (รูปที่ 29) ผู้คนต้องเคารพขีดจำกัดที่กำหนดโดยคู่รักของตน วัยรุ่นที่กำลังอยู่ในความรักสามารถแสดงออกถึงความรู้สึกต่อคู่รักโดยไม่ต้องมีการร่วมเพศได้ มีหลายวิธีในการให้และรับความสุขทางเพศโดยไม่ต้องมีเพศสัมพันธ์ (รูปที่ 30) วัยรุ่นที่คิดว่าจะเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ควรพูดคุยกับพ่อแม่หรือผู้ใหญ่ที่นับถือเกี่ยวกับการตัดสินใจ การคุมกำเนิด และการป้องกันโรค (รูปที่ 31) ผู้ใหญ่ส่วนมากคิดว่าวัยรุ่นในวัยเรียนไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ ศาสนาส่วนใหญ่สอนให้มีเพศสัมพันธ์เฉพาะภายหลังการแต่งงานเท่านั้น การละเว้นการร่วมเพศก่อให้เกิดประโยชน์แก่วัยรุ่น วัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์แล้วก็ยังสามารถเลือกการละเว้นการร่วมเพศได้เช่นกัน

ตอนที่ 4.5 การตอบสนองทางเพศ

การตอบสนองทางเพศของผู้ชายและผู้หญิงมีทั้งที่เหมือนกันและแตกต่างกัน

การตอบสนองทางเพศ

ร่างกายของเพศชายและเพศหญิงมีส่วนที่คล้ายกันเป็นส่วนใหญ่ ทั้งเด็กชายและเด็กหญิงอาจจะพบว่าร่างกายของตนให้ความสุขได้เมื่อถูกสัมผัส (รูปที่ 32) ร่างกายมนุษย์มีการตอบสนองตามธรรมชาติต่อสิ่งกระตุ้นทางเพศ เด็กชายและเด็กหญิงจะมีการตอบสนองทางเพศสมบูรณ์ได้เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่

ความรู้เกี่ยวกับการตอบสนองทางเพศ

การบรรลุจุดสุดยอดทางเพศเป็นความรู้สึกรุนแรงที่ปลดปล่อยออกมาหรือเป็นประสบการณ์ยอดเยี่ยมที่จุดสูงสุดของการกระตุ้นทางเพศ ผู้ชายและผู้หญิงอาจจะถูกกระตุ้นทางเพศโดยความคิด ความรู้สึก รูปภาพ กลิ่น เสียงและสัมผัส ผู้ชายจะมีองคชาติแข็งตัวและผู้หญิงจะมีช่องคลอดหดสั้นระหว่างถูกกระตุ้นทางเพศ วัยรุ่นชายบางคนอาจหลั่งน้ำอสุจิขณะนอนหลับ ซึ่งเรียกว่าฝันเปียก (รูปที่

33) แต่ละคนอาจมีประสบการณ์การตอบสนองทางเพศที่แตกต่างกัน การตอบสนองทางเพศแตกต่างกันในแต่ละประสบการณ์และตลอดชีวิตของเรา

อวัยวะเพศชายอาจแข็งตัวได้โดยไม่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ การแข็งตัวของอวัยวะเพศ (Erection) นี้เกิดจากการควบคุมโดยหลอดเลือดในการไหลเข้าและไหลออกของเลือดที่อวัยวะเพศ อวัยวะเพศชายนี้อาจแข็งตัวได้เมื่อมีการสัมผัส เสียคลี มีความคิดด้านกามารมณ์ ตื่นเต้นกระวนกระวาย หรือเมื่อดูภาพยนตร์หรือละครด้านกามารมณ์ การแข็งตัวของอวัยวะเพศบางครั้งอาจเกิดขึ้นได้ไม่เลือกเวลาหรือสถานที่โดยไม่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์หรือโดยที่เราไม่ต้องการ (รูปที่ 34) การแข็งตัวของอวัยวะเพศเกิดขึ้นได้โดยไม่เกี่ยวข้องกับการหลั่งน้ำอสุจิ การหลั่งน้ำอสุจิโดยปกติจะเกิดเมื่อมีการร่วมเพศ แต่อาจเกิดขึ้นได้โดยไม่มีการร่วมเพศได้ เช่น การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองหรือการฝึนเปียก การฝึนเปียก หมายถึง การหลั่งน้ำอสุจิในขณะที่นอนหลับโดยไม่ได้มีการร่วมเพศ ส่วนมากมักจะเกิดร่วมกับการฝึน เมื่อตื่นขึ้นมาจะพบกางเกงที่ใส่นอนเปียกน้ำอสุจิได้ ซึ่งถือเป็นเรื่องปกติและไม่มีอันตรายใดๆ โดยส่วนใหญ่เด็กผู้ชายจะหลั่งน้ำอสุจิโดยการฝึนเปียกเป็นครั้งแรก

เด็กวัยรุ่นชายส่วนใหญ่จะรู้สึว่าการหลั่งน้ำอสุจิจากครั้งแรกเป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งยิ่งใหญ่อย่างหนึ่งของชีวิตวัยรุ่น

การตอบสนองทางเพศ

การตอบสนองทางเพศ แบ่งเป็น 4 ระยะตามวิธีของ Masters กับ Johnson ดังนี้ คือ

1. ระยะตื่นตัวทางเพศ (Excitement phase)
2. ระยะพลาโต (Plateau phase)
3. ระยะสุขสุดยอดทางเพศ (Orgasmic phase)
4. ระยะกลับคืน (Resolution phase)

ตอนที่ 4.6 จินตนาการทางเพศ

จินตนาการทางเพศเป็นเรื่องปกติ

จินตนาการทางเพศ

ผู้คนหลายคนเคยมีความคิดเกี่ยวกับกามารมณ์ทางเพศที่เรียกว่าจินตนาการ (รูปที่ 35) จินตนาการเป็นการแสดงออกทางเพศรูปแบบหนึ่ง ผู้คนอาจเคยจินตนาการขณะที่อยู่คนเดียวหรืออยู่กับคู่รัก คนบางคนดูรูปภาพ ภาพยนตร์หรือนวนิยายกามารมณ์เพื่อเพิ่มจินตนาการทางเพศเมื่อตัวตามลำพังหรืออยู่กับคู่รัก

จินตนาการทางเพศบางอย่างกล่าวถึงเรื่องลึกลับหรือสิ่งต้องห้ามหลายประการ

จินตนาการทางเพศของคนหลายคนเป็นเรื่องของพฤติกรรมที่ไม่จำเป็นต้องแสดงออกหรือไม่พึงประสงค์ในชีวิตจริง

เราจะต้องไม่ทำตามจินตนาการทางเพศที่อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อเราหรือผู้อื่น

ตอนที่ 4.7 ความบกพร่องทางเพศ

ความบกพร่องทางเพศคือการไม่สามารถแสดงออกหรือมีความสุขทางเพศได้

ความบกพร่องทางเพศ

การที่บุคคลมีรู้สึกเกี่ยวกับตัวเองและเกี่ยวกับเรื่องเพศ ส่งผลกระทบต่อความสามารถทางเพศได้ บางคนมีปัญหาทางเพศ ที่มักเรียกว่าความบกพร่องทางเพศ ความบกพร่องทางเพศแบ่งได้เป็นความบกพร่องทางเพศในผู้ชาย และความบกพร่องทางเพศในผู้หญิง

ความบกพร่องทางเพศในผู้ชาย

ความบกพร่องทางเพศในผู้ชาย แบ่งเป็น

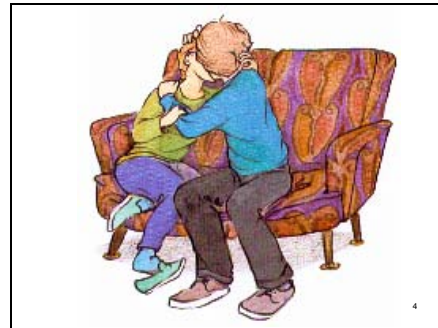
1. กามตายด้าน (Impotence) คือ การที่องคชาตไม่สามารถแข็งตัวได้เต็มที่หรือแข็งพอที่จะร่วมเพศ มีสาเหตุจากทั้งทางร่างกาย ยาหรือสารบางอย่าง เช่น สุรา ทางจิตใจ และความไม่ปรองดองกันระหว่างสามีภรรยา ทำให้เกิดความความรู้สึกก้าวร้าวต่อกัน
2. การหลั่งน้ำกามเร็ว (Premature ejaculation) คือ สภาวะที่ผู้ชายไม่สามารถกลั้น หรือบังคับการหลั่งน้ำกามของตนเอง เพราะฉะนั้นเมื่อเขาได้รับการกระตุ้นทางเพศเขาจะถึงจุดสุดยอดอย่างรวดเร็ว มีสาเหตุจากทางจิตวิทยา ความไม่ปรองดองกันระหว่างสามีภรรยาหรือสาเหตุอื่นๆ
3. การไม่สามารถหลั่งน้ำกามในช่องคลอด (Retarded ejaculation or ejaculatory incompetence) คือ การไม่สามารถหลั่งน้ำกามในช่องคลอดได้ แม้ว่าจะได้รับการกระตุ้นมากพอที่เขาควรจะสามารถหลั่งได้ มีสาเหตุจากทางร่างกาย ทางจิตใจ การเรียนรู้ และความไม่ปรองดองในชีวิตสมรส

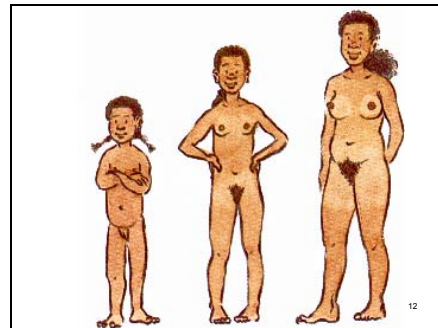
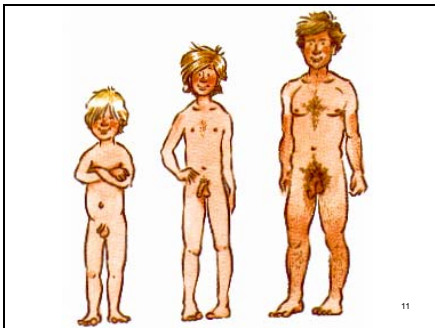
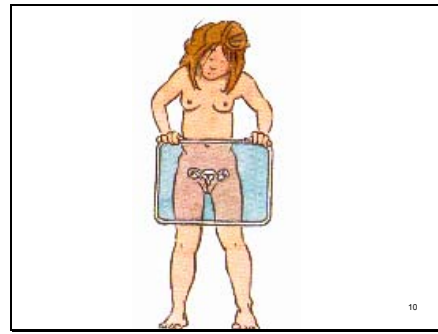
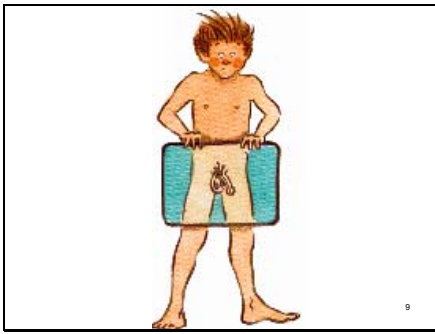
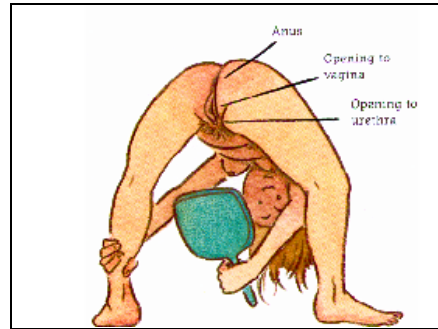
ความบกพร่องทางเพศในผู้หญิง

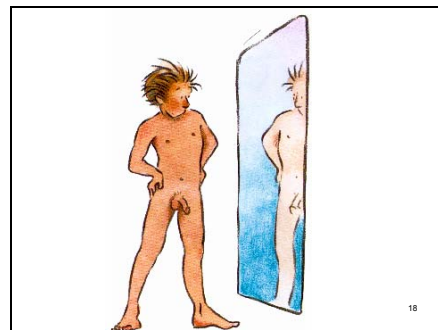
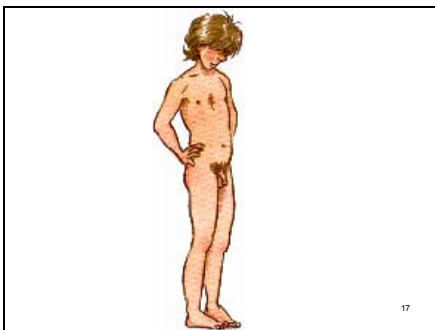
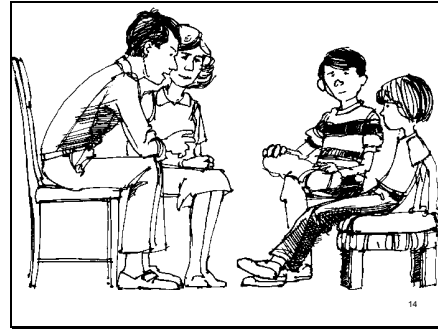
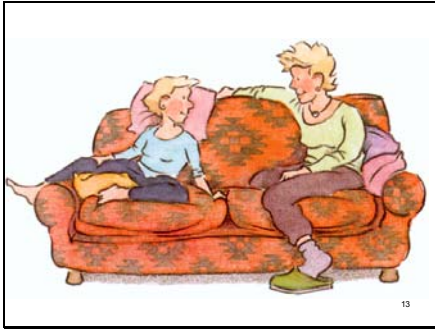
ความบกพร่องทางเพศในผู้หญิง แบ่งเป็น

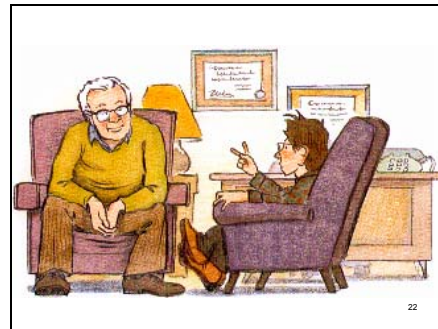
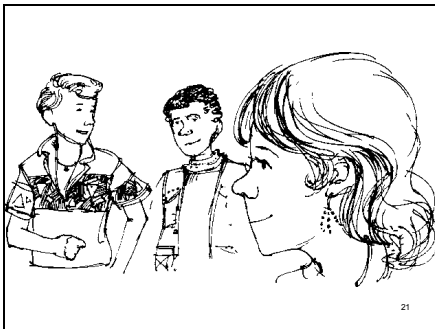
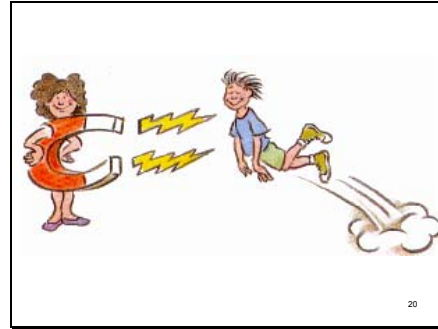
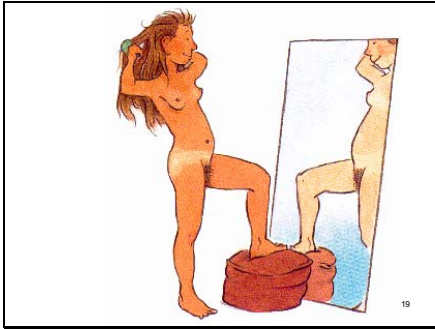
1. กามตายด้าน (Frigidity) คือ การที่สตรีไม่สามารถตอบสนองทางเพศต่อการกระตุ้นทางร่างกายและจิตใจได้เลย ไม่ว่าจะเป็นการกระตุ้นด้วยตนเองหรือโดยบุคคลอื่นหรือแม้แต่ขณะร่วมประเวณีกัน มีสาเหตุจากทางร่างกาย ทางจิตใจ วิธีการร่วมเพศ ความไม่ปรองดองกันระหว่างคู่สมรส และสภาพอารมณ์
2. การไม่บรรลุความสุขสุดยอดทางกามารมณ์ (Orgastic dysfunction) คือ การที่เพศหญิงสามารถมีการตอบสนองทางเพศได้เป็นปกติเมื่อถูกกระตุ้นอารมณ์เพศ แต่ไม่มากพอที่จะถึงจุดสุดยอด มีสาเหตุเหมือนกับกามตายด้าน

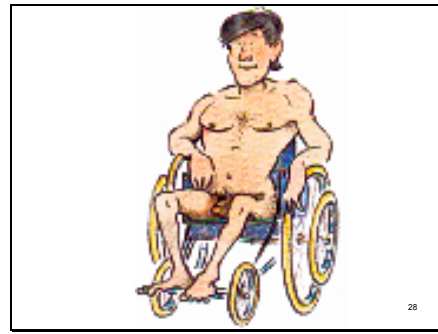
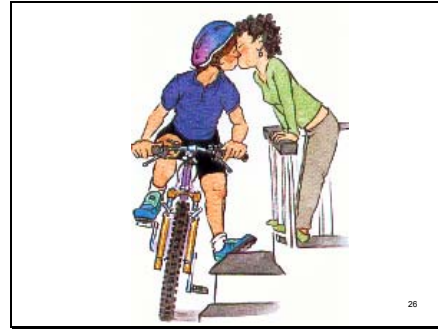
3. การเกร็งตัวของกล้ามเนื้อบริเวณปากช่องคลอด (Vaginismus) คือ สภาวะที่มีการหดตัวแน่น (Reflex spasm) ของกล้ามเนื้อบริเวณปากช่องคลอด ทำให้ไม่สามารถร่วมเพศได้ มีสาเหตุทางกาย ทางจิตใจ หรือเกิดจากหลายปัจจัยร่วมกัน

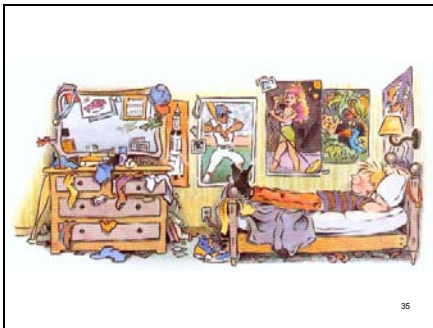
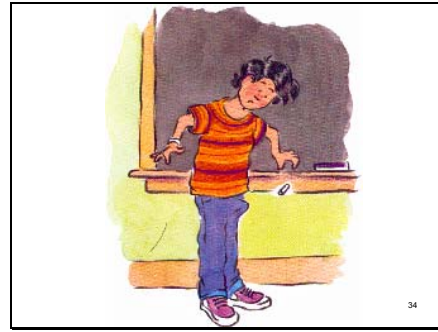
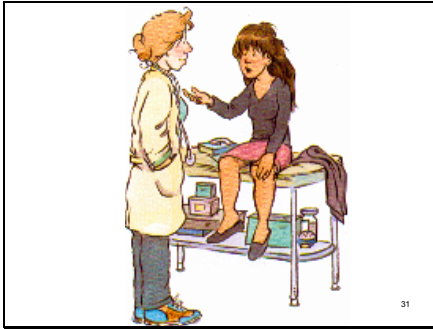












เพศศึกษาสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

บทที่ 5 สุขอนามัยทางเพศ

นพ.วัชระ เอี่ยมรัศมีกุล
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด
พ.ศ. ๒๕๔๕

บทที่ 5 สุขอนามัยทางเพศ

การส่งเสริมสุขอนามัยทางเพศจำเป็นต้องมีข้อมูลข่าวสารและเจตคติเฉพาะที่จะใช้เพื่อหลีกเลี่ยงผลไม่พึงประสงค์ของพฤติกรรมทางเพศ

วัตถุประสงค์

เมื่อศึกษาบทที่ 5 จบแล้ว นักเรียนสามารถ

1. ใช้วิธีการคุมกำเนิดได้อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์
2. ป้องกันการรุกรานทางเพศ
3. แสดงออกอย่างคงที่เกี่ยวกับค่านิยมในเรื่องการตั้งครรภ์ที่ไม่ได้ตั้งใจ
4. ฝากครรภ์ตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์อ่อนๆ
5. หลีกเลี่ยงการติดเชื้อโรคหรือนำโรคโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมทั้งโรคเอชไอวี
6. ปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น การตรวจร่างกายสม่ำเสมอ การตรวจเต้านมหรืออวัยวะด้วยตัวเอง และการค้นหาปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้ด้วย

แนวคิด

1. การคุมกำเนิดช่วยให้ผู้คนสามารถมีเพศสัมพันธ์และหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ที่ไม่ต้องการได้
2. เมื่อสตรีตั้งครรภ์และยังไม่อยากมีบุตร เธออาจทำแท้งออกได้
3. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมทั้งการติดเชื้อเอชไอวีสามารถป้องกันได้ด้วยพฤติกรรมเชิงป้องกันของแต่ละบุคคล
4. การรุกรานทางเพศสามารถป้องกันหรือหยุดยั้งได้
5. ผู้ชายและผู้หญิงต้องสนใจเกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์เพื่อเป็นหลักประกันของสุขภาพของตนเองและของสุขภาพและการพัฒนาของเด็กของเขาเหล่านั้นในอนาคต

กิจกรรมระหว่างเรียน

1. ทำแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน
2. ศึกษาและปฏิบัติตามบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา
3. ทำแบบประเมินผลตนเองหลังเรียน

สื่อการสอน

1. เอกสารการสอน
2. บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา

ประเมินผล

1. ประเมินผลจากแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนและหลังเรียน
2. การทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตอนที่ 5.1 การคุมกำเนิด

การคุมกำเนิดช่วยให้ผู้คนสามารถมีเพศสัมพันธ์และหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ที่ไม่ตั้งใจได้
การวางแผนครอบครัว และการคุมกำเนิด

การวางแผนครอบครัว หมายถึง การตั้งเป้าหมายจำนวนบุตรตามที่ต้องการ เหมาะสมตามเวลา
เศรษฐกิจของครอบครัว

ผู้ชายและผู้หญิงมักจะมีเพศสัมพันธ์กันเพราะต้องการความสุขทางเพศเป็นส่วนใหญ่ สาเหตุ
ส่วนน้อยแต่สำคัญของการมีเพศสัมพันธ์อีกประการหนึ่งคือการต้องการมีบุตร ผู้คนส่วนใหญ่มัก
ต้องการมีบุตรและต้องการมีบุตรเมื่อมีความพร้อม ในช่วงวัยเจริญพันธุ์ของเราหากมีเพศสัมพันธ์ก็
สามารถตั้งครรภ์ได้แม้ว่าจะต้องการหรือไม่ก็ตาม การวางแผนเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ การมีบุตร และการ
สร้างครอบครัวเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความสุข เป็นรางวัลชีวิตและเป็นสิ่งที่ท้าทายของชีวิต การตั้งครรภ์
โดยไม่ตั้งใจอาจก่อให้เกิดปัญหาชีวิตได้ การคุมกำเนิดเป็นวิธีการหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ วิธีการ
คุมกำเนิดมีหลายวิธี ทั้งวิธีสำหรับผู้ชายและวิธีสำหรับผู้หญิง วิธีการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ได้ผล
แน่นอนที่สุดคือการไม่มีเพศสัมพันธ์ ซึ่งจะช่วยให้ตัวสุจิไม่มีโอกาสเข้าสู่ร่างกายผู้หญิงได้ วิธีการนี้
เรียกว่าการงดเว้นการร่วมเพศ (Abstinence หรือ Celibacy)

เด็กทุกคนที่เกิดมาต้องเป็นที่ต้องการของพ่อแม่ ผู้คนบางคนมีลูก บางคนไม่มี ครอบครัวแต่ละ
ครอบครัวสามารถตัดสินใจว่าจะมีบุตรกี่คนได้ เมื่อผู้ชายและผู้หญิงต้องการมีเพศสัมพันธ์ทางช่อง
คลอดโดยไม่ต้องมีบุตร ก็สามารถใช้บริการคุมกำเนิดเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ได้ บางศาสนาสอนถึง
การคุมกำเนิดว่าเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ ขณะที่บางศาสนาไม่ยอมรับการคุมกำเนิด การตัดสินใจเกี่ยวกับการ
มีบุตรควรตั้งอยู่บนพื้นฐานเกี่ยวกับความปรารถนาส่วนบุคคล ประเพณีและวัฒนธรรม รายได้และ
ปัจจัยอื่นๆ

วิธีการคุมกำเนิด

เราแบ่งวิธีการคุมกำเนิดออกเป็นสองกลุ่ม คือ การคุมกำเนิดชนิดชั่วคราวและการคุมกำเนิด
ชนิดถาวร

การคุมกำเนิดชนิดชั่วคราว หมายถึง การคุมกำเนิดเพื่อรอการตัดสินใจว่าอาจจะต้องการมีบุตร
ต่อไปในอนาคตได้ การคุมกำเนิดชนิดชั่วคราวมีหลายวิธี เช่น การงดเว้นการร่วมเพศ การหลั่งภายนอก
การนับระยะปลอดภัย การใช้ถุงยางอนามัยทั้งถุงยางอนามัยชาย (รูปที่ 1) และถุงยางอนามัยสตรี (รูปที่
2-3) กระบังลมครอบปากมดลูก (รูปที่ 4) และหมวกครอบปากมดลูก (รูปที่ 5) ห่วงอนามัย (รูปที่ 6-8)
การคุมกำเนิดโดยใช้ฮอร์โมน เช่น ยาเม็ดคุมกำเนิด (รูปที่ 9) ยาฝังคุมกำเนิด (รูปที่ 10) ยาฉีดคุมกำเนิด
(รูปที่ 11)

การคุมกำเนิดชนิดถาวร หมายถึง การคุมกำเนิดที่ทำให้ไม่สามารถกลับมาตั้งครรภ์ได้อีก เป็นวิธีการคุมกำเนิดที่เหมาะสมสำหรับครอบครัวที่มีบุตรพอเพียงแล้ว การคุมกำเนิดชนิดถาวร ได้แก่ การทำหมันหญิงและการทำหมันชาย

การคุมกำเนิดบางชนิดสามารถหาซื้อได้จากร้านขายยา ร้านชำ หรือร้านค้าทั่วไปโดยไม่ต้องมีใบสั่งจากแพทย์ เช่น ถุงยางอนามัยและยาเม็ดคุมกำเนิด ยาคุมกำเนิดบางอย่างต้องรับจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและต้องมีใบสั่งจากแพทย์ การคุมกำเนิดที่ต้องมีใบสั่งจากแพทย์ เช่น ยาฝังคุมกำเนิด ยาฉีดคุมกำเนิด และห่วงอนามัย

การงดเว้นการร่วมเพศ การหลั่งภายนอก และการคุมกำเนิดโดยนับระยะปลอดภัยเป็นวิธีการคุมกำเนิดแบบชั่วคราวที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย แต่โอกาสผิดพลาดมีสูง ทำให้เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ อีกทั้งยังไม่สามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีได้ จึงไม่แนะนำให้ใช้

วิธีการคุมกำเนิดแต่ละวิธีมีทั้งข้อดีและข้อเสีย หากเราเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ควรปรึกษาพ่อแม่และผู้ใหญ่ที่นับถือเกี่ยวกับการตัดสินใจและการคุมกำเนิด การพูดคุยกับคู่อภิเษกเกี่ยวกับการคุมกำเนิดเป็นเรื่องสำคัญ มีหลายวิธีที่คู่อภิเษกสามารถช่วยเหลือซึ่งกันและกันได้ในการคุมกำเนิด

วิธีการคุมกำเนิดบางวิธีสามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอชไอวีได้ด้วย เช่น ถุงยางอนามัย วิธีการคุมกำเนิดที่ป้องกันการตั้งครรภ์ได้ดีแต่ไม่ช่วยในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอชไอวี เช่น ยาเม็ดคุมกำเนิด ยาฝัง และยาฉีดคุมกำเนิด หากคู่สมรสต้องการป้องกันทั้งการตั้งครรภ์และป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอชไอวี จะต้องใช้ถุงยางอนามัยร่วมด้วยเสมอ (รูปที่ 12)

การคุมกำเนิดฉุกเฉิน (Emergency contraception)

การคุมกำเนิดฉุกเฉิน หมายถึง การป้องกันการตั้งครรภ์ภายหลังการร่วมเพศทางช่องคลอดที่ไม่ได้ป้องกัน บางครั้งเรียกว่าการคุมกำเนิดหลังร่วมเพศ (Postcoital contraception) หรือการคุมกำเนิดเมื่อเช้าวันใหม่ (Morning-after contraception) และยังใช้สำหรับผู้ที่ลืมใช้วิธีการคุมกำเนิดเดิมหรือกลัวว่าวิธีการคุมกำเนิดที่ใช้อยู่อาจไม่ได้ผล เช่น ถุงยางอนามัยฉีกขาด คำนวณระยะปลอดภัยผิดพลาด ลืมกินยาเม็ดคุมกำเนิด หรือผู้ที่ใช้วิธีหลั่งภายนอกแต่ถอนอวัยวะเพศออกไม่ทัน การคุมกำเนิดฉุกเฉินไม่ใช่วิธีการคุมกำเนิดที่จะใช้เป็นประจำได้ หากแต่เป็นเพียงวิธีการสำรองที่จะรองรับความผิดพลาดจากการคุมกำเนิดชนิดอื่นๆ เท่านั้น

การคุมกำเนิดฉุกเฉินสามารถทำได้สองวิธี คือ

1. การคุมกำเนิดฉุกเฉินโดยใช้ฮอร์โมน
2. การใส่ห่วงอนามัย

การคุมกำเนิดโดยใช้ฮอร์โมนวิธีแรกเรียกว่าวิธีการของยูซเป (Yuzpe method) ทำได้โดยใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดที่มีจำหน่ายทั่วไป โดยการรับประทานยาเม็ดที่มีฮอร์โมนคือยาเม็ดสามแถวแรก โดยรับประทานครั้งละ 4 เม็ดและอีก 12 ชั่วโมงต่อมาอีก 4 เม็ด (เพื่อให้ได้ขนาดยาเอthinylloestradiol 200 ไมโครกรัมและลีโวโนเกสเตรล 2 มิลลิกรัม) ไม่ให้รับประทานยาเม็ดที่ไม่มีฮอร์โมนซึ่งจะเป็นยาเม็ดที่มีอยู่แถวเดียวของแผง การรับประทานครั้งแรกให้รับประทานเร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้แต่ต้องไม่เกิน 72 ชั่วโมงหรือ 3 วันหลังการมีเพศสัมพันธ์ การรับประทานขนาดมากนี้อาจก่อให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียนได้ จึงควรรับประทานนมก่อนประมาณครึ่งชั่วโมงหรือรับประทานยาแก้เวียนศีรษะร่วมด้วยก็ได้

ข้อเสียของการคุมกำเนิดโดยใช้ฮอร์โมนจากยาเม็ดคุมกำเนิดวิธีนี้คือ ประจำเดือนอาจมาเร็วหรือช้ากว่าปกติ ประจำเดือนอาจมามาก นานหรือกระปริบกระปรอย หากไปพบแพทย์ต้องบอกด้วยว่าได้รับประทานยาเม็ดฮอร์โมนแบบนี้มา หากภายในสามสัปดาห์ยังไม่มียารอบเดือนหรือมีอาการของการตั้งครรภ์ต้องรีบไปพบแพทย์ และถ้าหากจะมีเพศสัมพันธ์อีกต้องมั่นใจว่าได้ใช้วิธีการคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพด้วยก่อนที่รอบเดือนจะมา

การคุมกำเนิดฉุกเฉินโดยใช้ฮอร์โมนอีกวิธีหนึ่งคือ การใช้ฮอร์โมนลีโวโนเกสเตรล ชนิดเม็ด 0.75 มิลลิกรัม รับประทานภายใน 8 ชั่วโมงหลังมีเพศสัมพันธ์และรับประทานซ้ำในอีก 12-24 ชั่วโมง มีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ได้ใกล้เคียงกับวิธีแรก แต่มีข้อดีคืออาการข้างเคียงน้อยกว่า

การคุมกำเนิดฉุกเฉินโดยใช้ห่วงอนามัยจะต้องกระทำโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเท่านั้นเพราะทำได้ยากและอันตราย การใส่ห่วงอนามัยภายในห้าถึงเจ็ดวันหลังร่วมเพศก็ยังสามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้

ตอนที่ 5.2 การแท้ง

เมื่อสตรีตั้งครรภ์และไม่อยากมีบุตร เธออาจทำแท้งออกได้

การทำแท้ง

การแท้ง หมายถึง การสิ้นสุดของการตั้งครรภ์ก่อนอายุครรภ์ 22 สัปดาห์หรือน้ำหนักทารกน้อยกว่า 500 กรัม

บางครั้งผู้หญิงก็ตั้งครรภ์โดยที่ไม่ได้ต้องการหรือไม่สามารถเลี้ยงดูบุตรได้ ผู้หญิงที่เผชิญกับปัญหาการตั้งครรภ์ที่ไม่ได้ตั้งใจนี้อาจตั้งครรภ์ต่อไปจนครบกำหนดและคลอดบุตร แล้วจึงมอบบุตรให้ผู้อื่นเพื่อเป็นบุตรบุญธรรม หรือทำแท้งเพื่อยุติการตั้งครรภ์

การแท้งมี 2 ชนิด คือ การแท้งเอง (Spontaneous abortion) และการทำแท้ง (Induced abortion) การทำแท้งยังแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ การทำแท้งเถื่อน (Criminal abortion) และการทำแท้งเพื่อการรักษา (Therapeutic abortion)

การทำแท้งเถื่อนเป็นสิ่งผิดกฎหมายและก่อให้เกิดอันตรายแก่สตรีตั้งครรภ์ได้มาก เช่น ตกเลือด แท้งไม่ครบ รกค้าง มดลูกทะลุ มดลูกแตก การอักเสบติดเชื้อ บางรายอาจถึงขั้นต้องตัดมดลูกและปีกมดลูกทิ้งแม้จะอายุยังน้อยก็ตาม หรือบางรายอาจถึงขั้นเสียชีวิตได้ ถึงแม้การทำแท้งเถื่อนเป็นสิ่งผิดกฎหมายแต่ก็มีผู้หาประโยชน์จากการทำแท้งอยู่เป็นอันมาก ทั้งผู้ที่เป็นแพทย์และมิใช่แพทย์ ดังที่พบได้บ่อยๆทางสื่อมวลชนต่างๆ

การทำแท้งเพื่อการรักษาต้องกระทำโดยแพทย์ โดยประมวลกฎหมายอาญาได้มีข้อยกเว้นให้ผู้ทำแท้งไม่มีความผิดถ้าการกระทำนั้นเป็นการกระทำของนายแพทย์และจำเป็นต้องกระทำเนื่องจากสุขภาพของหญิงนั้นหรือหญิงมีครรภ์เนื่องจากการกระทำตามที่บัญญัติไว้ในกฎหมาย เช่น ถูกข่มขืน การทำแท้งเพื่อการรักษาเป็นสิ่งที่ปลอดภัยเพราะกระทำเมื่อมีข้อบ่งชี้และทำในโรงพยาบาลที่อุปกรณ์และเครื่องมือต่างๆมีความสะอาดและปราศจากเชื้อ และหากมีภาวะแทรกซ้อนเกิดขึ้นก็สามารถให้การช่วยเหลือได้ทันทั่วถึง

การทำแท้งไม่ใช่ทางเลือกหรือทางออกเพียงทางเดียวหากเกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ขึ้น สตรีตั้งครรภ์ที่ไม่ต้องการเด็กหรือไม่ต้องการทำแท้งยังสามารถตั้งครรภ์ต่อไปจนคลอดและมอบบุตรให้ผู้อื่นเป็นบุตรบุญธรรมได้ บางคนเชื่อว่าการทำแท้งเป็นสิ่งที่ผิดศีลธรรมและจริยธรรม ขณะที่บางคนเชื่อว่าผู้หญิงมีสิทธิในการเลือกที่จะทำแท้ง

เรื่องควรทราบเกี่ยวกับการทำแท้ง

การทำแท้งในระยะแรกของการตั้งครรภ์สามารถทำได้ในโรงพยาบาลทั่วไป ผู้หญิงที่เคยทำแท้งส่วนใหญ่บอกว่าไม่มีปัญหาหลังการทำแท้ง ความเชื่อของผู้คนเกี่ยวกับการทำแท้งอยู่บนพื้นฐานทางศาสนา วัฒนธรรมและค่านิยมของครอบครัว บางศาสนาสนับสนุนสิทธิในการทำแท้ง บางศาสนาต่อต้านการทำแท้ง การที่จะตัดสินใจทำแท้งหรือไม่เป็นเรื่องที่ลำบาก การทำแท้งที่ถูกวิธีไม่ค่อยกระทบความสามารถของผู้หญิงในการตั้งครรภ์หรือการคลอดในอนาคต ไม่มีใครจะสามารถบังคับให้ผู้หญิงทำแท้งได้โดยที่เธอไม่ปรารถนา การทำแท้งจะปลอดภัยที่สุดเมื่อกระทำในระยะสิบสองสัปดาห์แรกของการตั้งครรภ์ หลังอายุครรภ์ 22 สัปดาห์ การทำแท้งจะทำได้ต่อเมื่อมีอันตรายต่อชีวิตของมารดาหรือทารกมีปัญหาสุขภาพอย่างรุนแรง กฎหมายของแต่ละประเทศแตกต่างกันเกี่ยวกับสิทธิในการทำแท้ง บางประเทศต้องให้วัยรุ่นได้รับคำยินยอมจากผู้ปกครองหรือต้องช่วงระยะเวลาก่อนการทำแท้ง กฎหมายของไทยในปัจจุบันยังไม่เปิดให้ทำแท้งด้วยเหตุผลว่าไม่พร้อมได้ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์โดย

ไม่ได้วางแผนควรปรึกษาพ่อแม่ สมาชิกครอบครัว ผู้นำศาสนา เจ้าหน้าที่สาธารณสุขหรือผู้ใหญ่ที่นับถือได้

ตอนที่ 5.3 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมทั้งการติดเชื้อเอชไอวี

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมทั้งการติดเชื้อเอชไอวีสามารถป้องกันได้ด้วยการลดพฤติกรรมเสี่ยงของแต่ละบุคคล

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการติดเชื้อเอชไอวี

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ คือ กลุ่มโรคต่างๆที่ติดต่อจากคนหนึ่งสู่อีกคนหนึ่งโดยการร่วมเพศเป็นหลัก มีบางโรคที่ติดต่อทางอื่นๆได้

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการติดเชื้อเอชไอวีเกิดจากเชื้อโรคเล็กๆเช่นแบคทีเรียและไวรัส ผู้คนที่ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงจะไม่ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวี เด็กๆเองไม่จำเป็นต้องกังวลเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีนี้มากนัก มีเด็กจำนวนหนึ่งที่เกิดมาพร้อมโรคนี้โดยการรับมาจากการติดเชื้อ โรคเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆมักจะติดไปยังเด็กและผู้ใหญ่จากพฤติกรรมทางเพศหรือการใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้ที่ติดเชื้อ เราไม่สามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการหอมล่อ้มหรือการสัมผัสจากผู้ที่เป็นเอดส์

ชนิดของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

เราสามารถแบ่งโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้เป็น 3 กลุ่ม ดังนี้ คือ

กลุ่มที่ 1 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่มีแผล เช่น ซิฟิลิส แผลริมอ่อน

กลุ่มที่ 2 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ไม่มีแผล เช่น หนองใน หนองในเทียม โรคหูดหงอนไก่

กลุ่มที่ 3 การติดเชื้อเอชไอวีและโรคเอดส์

กลุ่มที่ 1 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่มีแผล

1. โรคซิฟิลิส (Syphilis) เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์โรคหนึ่ง เชื้อที่ทำให้เกิดโรคคือ *Treponema pallidum* เป็นแบคทีเรียที่มีรูปร่างคล้ายเกลียวสว่าน ระยะฟักตัวประมาณ 9-90 วัน มีอาการแสดงเป็นระยะดังนี้ คือ

โรคซิฟิลิสระยะที่ 1 (Primary syphilis) เชื้อเข้าทางเยื่อหูหรือรอยถลอก รอยขีดข่วนที่ผิวหนัง ในระยะแรกโรคเป็นตุ่มเล็กๆ ต่อมาแตกเป็นแผล ซึ่งค่อยๆใหญ่ขึ้น มักเป็นแผลเดี่ยว แผลซิฟิลิสมีขอบแผลนูนแข็งไม่เจ็บ ก้นแผลสะอาด มีน้ำเหลืองเยิ้ม (รูปที่ 13) สามารถตรวจพบเชื้อ *T. pallidum* ได้จากการขูดเนื้อเยื่อแผลไปดูด้วยกล้องจุลทรรศน์ (รูปที่ 14) แต่อาจพบแผลซิฟิลิสระยะที่ 1 ได้ในที่อื่นๆ เช่น ที่นิ้วมือและที่ลิ้น แผลซิฟิลิสระยะที่ 1 นี้สามารถหายไปเองได้โดยไม่ได้รับการรักษา แต่โรคซิฟิลิสไม่ได้

หายไ้ และยังดำเนินโรคเข้าสู่ระยะที่ 2 ต่อไป ในระยะที่ 1 สามารถวินิจฉัยโรคจากการเจาะเลือดแล้วนำไปทดสอบด้วยวิธี VDRL ซึ่งมีโอกาสให้ผลบวกประมาณร้อยละ 60-70

โรคซิฟิลิสระยะที่ 2 (Secondary syphilis) มักเกิดหลังจากที่เป็นแผลซิฟิลิสระยะที่ 1 ประมาณ 6-8 สัปดาห์ แต่บางรายอาจนานเป็นเวลาหลายเดือนก็ได้ มักพบอาการแสดงทางผิวหนัง เชื้อน ซึ่งเรามักเรียกอาการแสดงนี้ว่า ออกดอก (รูปที่ 15) ผื่นหรือดอกซิฟิลิสที่เกิดขึ้นตามร่างกายของผู้ป่วยมีหลายแบบ บางรายมีลักษณะเป็นผื่นราบ ผื่นนูน คุ่มหนองหรือผื่นมีสะเก็ด ในผู้ป่วยบางรายอาจพบผื่นซิฟิลิสใต้ที่ฝ่ามือและฝ่าเท้า ผู้ป่วยบางรายเกิดผื่นซิฟิลิสบริเวณที่อับชื้น เช่น บริเวณรอบๆอวัยวะเพศหรือบริเวณทวารหนัก ผื่นจะมีลักษณะนูนขนาดใหญ่คล้ายหูด เรียกว่า Condyloma lata (รูปที่ 16-18) อาการซิฟิลิสระยะที่ 2 นอกจากจะพบรอยโรคที่แสดงทางผิวหนังหรือเชื้อนแล้ว ผู้ป่วยอาจมีอาการผมร่วงแบบทั่วๆไป หรืออาจร่วงเป็นหย่อมๆคล้ายหนูแทะ บางรายอาจมีอาการขนคิ้วร่วงซึ่งมักจะร่วงปลายหางคิ้ว โรคซิฟิลิสระยะที่ 2 นี้ถึงแม้ไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องอาการต่างๆก็สามารถหายได้เอง ผลและขนคิ้วจะขึ้นได้เป็นปกติและโรคไม่ได้หาย ยังคงดำเนินเข้าสู่ระยะต่อไป

โรคซิฟิลิสระยะแฝง (Latent syphilis) เป็นระยะที่ผู้ป่วยไม่ปรากฏอาการใดๆ แม้ได้รับการตรวจร่างกายทั่วไปก็พบว่าปกติ แต่ถ้าได้รับการตรวจเลือดจะพบว่าผลเลือดเป็นบวก ในระยะแฝงของโรคซิฟิลิสนี้อาจยาวนานนับปีโดยที่ไม่มีอาการใดปรากฏให้เห็นว่าเป็นโรคเลย

โรคซิฟิลิสระยะหลัง (Tertiary or Late syphilis) ต่อจากระยะแฝง ผู้ป่วยซิฟิลิสประมาณ 1 ใน 3 ที่ไม่ได้รับการรักษาจะแสดงอาการเช่น เป็นแผลเนื้อตายที่เรียกว่าแผลกัมมา (Gumma) เป็นแผลเรื้อรังแผลกัมมานี้พบได้ที่ผิวหนัง เชื้อน กระดูก หรืออวัยวะภายในเช่นที่ตับ ผู้ป่วยจะมีอาการคล้ายกับก่อนในตับ ได้แก่ น้ำหนักลด ปวด และกดเจ็บ ตับมักโตเป็นตะปุ่มตะป่ำ และอาจมีม้ามโตด้วย ในบางรายเชื้ออาจทำลายเส้นเลือดแดงใหญ่ทำให้โป่งพอง แล้วในที่สุดอาจแตกหรือฉีกขาดทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้ ในบางรายมารดาตั้งครรภ์ขณะเป็นโรคซิฟิลิสโดยไม่ได้รับการรักษา ทารกในครรภ์จะติดเชื้อจากมารดาโดยเชื้อผ่านทางกระแสโลหิตเข้าสู่รก เชื้ออาจทำลายเด็กให้เสียชีวิตตั้งแต่อยู่ในครรภ์ของมารดา (ตายคลอด) หรือทารกบางรายอาจเสียชีวิตหลังคลอดไม่นานและมักคลอดก่อนกำหนด โดยมีอาการตับโต ม้ามโต ผิวหนังฝ่ามือฝ่าเท้าพองและลอก (รูปที่ 19)

โรคซิฟิลิสระบบประสาท (Neurosyphilis) อาจไม่แสดงอาการ แต่ในรายที่แสดงอาการมักปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน ถ้าเกิดในประสาทไขสันหลัง อาจเป็นอัมพาต เชื้ออาจไปทำลายระบบประสาทตา ทำให้ตาฟอและตาบอดในที่สุด ลักษณะที่สำคัญของโรคซิฟิลิสแต่กำเนิด คือ จะมีฟันด้านหน้าบนตรงกลาง คล้ายขอบบิน เรียกว่า Hutchinson's teeth บางรายพบว่ามีตามอักเสบและหูหนวก นอกจากนี้อาจพบความผิดปกติของกระดูกทำให้สันจมูกคล้ายอานม้าและอาจพบอาการทางประสาทด้วย

มารดาที่รู้ว่าตนเองตั้งครรภ์ควรรีบไปฝากครรภ์และรับการตรวจเลือดทันที เพื่อป้องกันทารกในครรภ์ติดเชื้อซิฟิลิส เพราะถ้ายังปล่อยไว้นานยิ่งเป็นอันตรายต่อทารกในครรภ์ที่จะพิการหรือเสียชีวิตได้

2. โรคแผลริมอ่อน (Chancroid) เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ชนิดที่มีแผล สาเหตุเกิดจากเชื้อ *Hemophilus ducreyi* ลักษณะเชื้อเรียงต่อกันเป็นแนวยาวคล้ายฝูงปลา (School of fish) หลังจากผู้ป่วยรับเชื้อไปแล้วประมาณ 4-7 วัน ส่วนใหญ่ไม่เกิน 10 วัน ก็จะมีอาการ รอยโรคจะเริ่มเป็นตุ่มแดงแล้วกลายเป็นตุ่มหนองแตกเป็นแผลอย่างรวดเร็ว โดยทั่วไปจะพบหลายแผล ขอบแผลนุ่ม กระหุ่มกระหิ้ง ก้นแผลสกปรก มีหนอง ถ้าถูกน้ำหรือสบู่จะแสบ (รูปที่ 20) ในผู้หญิงส่วนมากจะมีอาการเช่นเดียวกับผู้ชาย แต่ถ้าเกิดแผลในช่องคลอดหรือปากมดลูกก็อาจมีอาการตกขาว ปัสสาวะขัด หรือเจ็บเวลาร่วมเพศ ผู้ป่วยที่ไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้อง เชื้ออาจลุกลามไปตามท่อน้ำเหลือง ทำให้เกิดการอักเสบและเป็นฝีของต่อมน้ำเหลืองที่ขาหนีบ (รูปที่ 21) และถ้าฝีแตกจะเป็นแผลที่หายยากเนื่องจากการทำลายเนื้อเยื่อมาก

3. กามโรคของต่อมน้ำเหลืองและท่อน้ำเหลือง (Lymphogranuloma venereum) หรือโรคฝีมะม่วง นั่นเอง เชื้อที่เป็นสาเหตุของโรคฝีมะม่วงคือ *Chlamydia trachomatis* หลังจากรับเชื้อประมาณ 3-30 วัน หรือโดยเฉลี่ยประมาณ 2 สัปดาห์ เชื้อที่เข้าสู่ผิวหนังบริเวณอวัยวะเพศ ทำให้เกิดเป็นแผลเล็กๆ คล้ายรอยถลอกซึ่งมักหายไ้ได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งผู้ป่วยส่วนใหญ่มักไม่ทราบว่าเป็นแผล จากนั้นเชื้อจะลุกลามไปที่ท่อน้ำเหลือง ทำให้ต่อมน้ำเหลืองกลายเป็นฝี ถ้าไม่ได้รับการรักษา ผิวหนังบริเวณที่เป็นฝีจะมีอาการอักเสบ บวมแดงและต่อมน้ำเหลืองมีขนาดโตขึ้น (รูปที่ 22) ในที่สุดฝีจะแตกออกเป็นรู หลายๆ รูกลายเป็นแผลเป็น (รูปที่ 23) ดังนั้นเมื่อเกิดฝี (จากโรคฝีมะม่วง(รูปที่ 24-25) หรือโรคแผลริมอ่อน) ควรได้รับการรักษาโดยดูดหนองออกด้วยการเจาะผ่านผิวหนังปกติสู่โพรงหนองและดูดออกให้มากที่สุด ไม่ควรผ่าเปิดล้างหนองแบบฝีปกติเพราะจะทำให้แผลหายช้า ในผู้ป่วยบางรายอาจเกิดการอุดตันของท่อน้ำเหลือง ทำให้อวัยวะเพศมีขนาดใหญ่โตหรือมีลักษณะผิดปกติไป บางรายทวารหนักเกิดการอักเสบตีบตัน ถ่ายอุจจาระไม่ออก

4. โรคเริม (Herpes simplex) เกิดจากเชื้อ *Herpes simplex virus (HSV)* เชื้อเข้าสู่ร่างกายโดยผ่านทางเยื่อหุ้มหรือแผลผิวหนัง แล้วผ่านต่อเข้าสู่เส้นประสาทได้อย่างรวดเร็ว เริ่มที่อวัยวะเพศเกิดหลังได้รับเชื้อแล้วประมาณ 2-4 วัน จะปรากฏอาการเป็นตุ่มน้ำเล็กๆ (รูปที่ 26) แล้วแตกเป็นแผลคันๆ มีน้ำเหลืองไหลเยิ้ม ผิวหนังบริเวณที่เป็นแผลจะบวมแดงและเจ็บปวด อาการในผู้หญิงคล้ายกับผู้ชายแต่อาการจะรุนแรงกว่า (รูปที่ 27-28) บางรายมีอาการถ่ายปัสสาวะลำบากและอาจรุนแรงถึงปัสสาวะไม่ออก อาจมี

อาการอักเสบของช่องคลอดและท่อปัสสาวะ ผู้ป่วยบางรายที่เป็นโรคกลับเป็นซ้ำบ่อยๆ จนมีผลต่อการดำเนินชีวิตตามปกติ การวินิจฉัยทำได้โดยการทดสอบด้วยวิธี Tzanck smear (รูปที่ 29-30)

กลุ่มที่ 2 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ไม่มีแผล

5. โรคหนองใน (Gonorrhea) เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในกลุ่มที่ไม่มีแผล สาเหตุเกิดจากเชื้อแบคทีเรียที่ชื่อว่า *Neisseria gonorrhoeae* หลังจากที่ผู้ป่วยได้รับเชื้อแล้วจะปรากฏอาการภายใน 3-5 วัน ในผู้ป่วยชายจะมีอาการปัสสาวะแสบ ขัดและมีหนองไหลจากท่อปัสสาวะ (รูปที่ 31-32) ผู้ป่วยบางรายอาจมีภาวะแทรกซ้อนเฉพาะที่ โดยมีฝีที่ปากท่อปัสสาวะ อาจเป็นข้างเดียวหรือสองข้าง เมื่อบีบดูจะมีหนองไหลออกมาจากช่องเปิดของ Para urethral ducts ซึ่งอยู่ที่ปากท่อปัสสาวะ ผู้ป่วยบางรายเชื้อหนองในอาจลงสู่อวัยวะ ทำให้อวัยวะอักเสบวมโต หากมีการอักเสบของอวัยวะทั้งสองข้างจะมีโอกาสเป็นหมันร้อยละ 42 การติดเชื้อหนองในทำให้มีการอักเสบของท่อทางเดินปัสสาวะเรื้อรังและเกิดอาการท่อทางเดินปัสสาวะตีตันได้ ในผู้ป่วยหญิงมักมีอาการตกขาวผิดปกติมีลักษณะเป็นหนองหรือมูกปนหนอง (รูปที่ 33) ในรายที่มีหนองที่ท่อปัสสาวะ ผู้ป่วยมักจะมีอาการปัสสาวะแสบขัดร่วมด้วย ผู้ป่วยจะมีการอักเสบของปากมดลูก และอาจเกิดการอักเสบในส่วนลึกขึ้นไป อย่างไรก็ตามพบว่าประมาณร้อยละ 30-40 ของผู้ป่วยหญิงไม่มีอาการผิดปกติ อาการแทรกซ้อนในผู้ป่วยหญิงที่มักพบ คือ การอักเสบของต่อม Bartholin เห็นเป็นฝีบวมโตออกมาทางช่องคลอด (รูปที่ 34) ผู้ป่วยจะเจ็บปวดทรมานมากและอาจมีหนองไหล เชื้อหนองในจากปากมดลูกจะลุกลามเข้าไปในโพรงมดลูกแล้วไปที่ปีกมดลูก ทำให้ปีกมดลูกเกิดการอักเสบและตีตันได้ (รูปที่ 35) และเมื่อมีการตั้งครรภ์จะทำให้เกิดการตั้งครรภ์ที่ปีกมดลูกซึ่งเป็นการตั้งครรภ์นอกโพรงมดลูก (รูปที่ 36) เป็นอันตรายต่อมารดาและทารก ทารกแรกเกิดที่คลอดออกมาจากมารดาที่ป่วยเป็นโรคหนองใน เชื้ออาจเข้าสู่สายตาเด็ก ทำให้นัยตาของเด็กบวมแดงและมีหนองไหลออกมาระหว่างเปลือกตา (รูปที่ 37) จำเป็นต้องเข้าโรงพยาบาลเพื่อการรักษาที่ถูกต้องโดยเร็ว ถ้าไม่รับรักษาจะทำให้เด็กตาบอดได้ เชื้อหนองในเมื่อออกจากร่างกายจะยังคงมีชีวิตอยู่นาน โดยเฉพาะในสภาวะอบอุ่น จึงทำให้เกิดการติดเชื้อโดยบังเอิญได้ง่าย ถ้าเชื้อเข้าตาจะทำให้ตาอักเสบแดงและมีหนองเกิดขึ้น (รูปที่ 38) ถ้าไม่รับรักษาหรือรักษาไม่ถูกต้องแล้วจะทำให้ตาบอด

6. โรคหนองในเทียม (Non-specific urethritis) มีอาการน้อยกว่าโรคหนองใน เชื้อที่ทำให้เกิดโรคมีหลายสาเหตุ ประมาณร้อยละ 30-50 เกิดจากเชื้อ *Chlamydia trachomatis* วินิจฉัยโรคได้โดยผู้ป่วยมีอาการแล้วขั้นสุดโรคไม่พบเชื้อ *Neisseria gonorrhoeae* (รูปที่ 39) ให้ถือว่าเป็นโรคหนองในเทียม หลังจากที่ผู้ป่วยได้รับเชื้อแล้วประมาณ 1-2 สัปดาห์ มักปรากฏอาการโดยผู้ป่วยชายจะมีอาการแสบที่ปลายท่อปัสสาวะ ปัสสาวะขัด หนองมักจะเป็นมูกใสหรือมูกขุ่นๆมากกว่าจะเป็นหนองขุ่นข้น (รูปที่ 40-41) ส่วนผู้ป่วยหญิงมักไม่มีอาการแสดงหรืออาจมีตกขาวผิดปกติ

7. โรคหูดหงอนไก่ (*Condyloma accuminata*) เป็นโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ติดได้ง่าย พบมากในวัยรุ่นสาว สาเหตุเกิดจากเชื้อ Human papilloma virus (HPV) หูดหงอนไก่อมีลักษณะเป็นติ่งเนื้อสีชมพูคล้ายหงอนไก่หรือดอกกะหล่ำ ในผู้ชายมักเป็นหูดหงอนไก่ที่ด้านในของหนังหุ้มปลายอวัยวะเพศ (รูปที่ 42-43) และในกลุ่มชายรักร่วมเพศมักพบหูดหงอนไก่ที่รอบทวารหนัก เมื่อเป็นหูดหงอนไก่แล้วไม่รักษา หูดจะมีขนาดโตขึ้นเรื่อยๆ ในผู้หญิงมักพบหูดหงอนไก่อบริเวณปากช่องคลอด บางรายอาจพบหูดหงอนไก่ที่ปากมดลูก ซึ่งอาจเป็นสาเหตุของมะเร็งปากมดลูกได้ ผู้ป่วยบางรายอาจเป็นหูดหงอนไก่อขนาดยักษ์ที่โตเร็วมาก จนปกคลุมอวัยวะเพศ และอาจทำให้เข้าใจผิดคิดว่าเป็นก้อนมะเร็งได้

8. หูดข้าวสุก (*Molluscum contagiosum*) สาเหตุเกิดจากเชื้อ Poxvirus ถ้าเกิดในเด็กจะติดต่อกันโดยการสัมผัสทางผิวหนัง มักเกิดที่หน้า ลำตัว แขนและขา ส่วนในผู้ใหญ่โรคจะติดต่อโดยทางเพศสัมพันธ์เป็นส่วนใหญ่ เม็ดหูดจะเกิดขึ้นในบริเวณอวัยวะเพศ รอยโรคระยะแรกเป็นตุ่มรูปโดม ผิวเรียบเม็ดเล็กๆ มีสีขาวเป็นเงา เมื่อตุ่มโตขึ้นจะเห็นรอยบุ๋มตรงกลาง ถ้าใช้เข็มสะกิดแล้วบีบเอาเนื้อหูดที่อยู่ตรงกลางออกจะมีลักษณะคล้ายข้าวสุก (รูปที่ 44-45)

9. พยาธิช่องคลอด (*Trichomonas vaginalis*) สาเหตุเกิดจากเชื้อโปรโตซัวชื่อ *Trichomonas vaginalis* มีรูปร่างกลมรี โปร่งแสง (รูปที่ 46) ผู้ป่วยหญิงอาจไม่มีอาการ ในผู้ป่วยที่มีอาการมักมาด้วยอาการตกขาวและคันในช่องคลอด ตกขาวมักมีสีขาวปนเทา บางรายมีลักษณะเป็นฟองสีเขียว (รูปที่ 47) มีกลิ่นเหม็นคล้ายปลาเค็ม อาจพบมีการอักเสบของช่องคลอดหรืออวัยวะเพศภายนอกร่วมด้วย หญิงตั้งครรภ์ที่ป่วยเป็นโรคนี้อาจเกิดถุงน้ำคร่ำแตกก่อนกำหนด ในผู้ป่วยชายจะมีอาการเพียงเล็กน้อย มีของเหลวเป็นเมือกปนหนอง มีอาการคันหรือเจ็บในท่อปัสสาวะ

10. กลากหรือสังคัง (*Tinea cruris*) เกิดจากเชื้อราพวก Dermatophyte โดยเกิดขึ้นเฉพาะผิวหนังชั้นนอกสุด รวมทั้งเส้นผมและเล็บ ติดต่อกับการสัมผัสกับผู้ป่วยโดยตรงหรือใช้ของร่วมกับผู้ป่วย เช่น กางเกงเป็นต้น มักพบรอยโรคบริเวณขาหนีบทั้งสองข้าง ผู้ชายเป็นมากกว่าผู้หญิงประมาณ 3 เท่า รอยโรคเริ่มแรกจะเป็นตุ่มแดงๆ แล้วลุกลามเป็นวง ผื่นมีลักษณะสีแดง มีสะเก็ดและขอบชัดเจน (รูปที่) มีอาการคันมาก บางคนอาจเกาจนมีน้ำเหลืองฟอระ คนที่อ้วนมากหรือในช่วงหน้าร้อนมีโอกาสเป็นโรคนี้มาก

11. เชื้อรา (*Candidiasis*) สาเหตุเกิดจากเชื้อราที่มีชื่อว่า *Candida albicans* (รูปที่ 49) ติดต่อจากการสัมผัสทางเพศกับผู้ป่วย ผู้ป่วยชายมักมีการอักเสบของหนังหุ้มปลายและปลายองคชาต (รูปที่ 50-51) ผู้ป่วยหญิงจะมีการอักเสบในช่องคลอดและปากช่องคลอดโดยอาจติดเชื้อจากการมีเพศสัมพันธ์หรือมีการลุกลามของเชื้อมาจากทวารหนัก หลังจากรับเชื้อประมาณ 1-4 วัน ผู้ป่วยหญิงส่วนใหญ่จะมีอาการคันบริเวณอวัยวะเพศและในช่องคลอด บางคนมีอาการปวดแสบ ปวดร้อน ระคายเคือง ลักษณะของตกขาวในช่องคลอดจะเป็นก้อนๆเหมือน Curd นม (Curd-like) และจะติดแน่นกับผนังช่องคลอด (รูปที่ 52)

ผู้ป่วยชายจะมีอาการคัน ระคายเคือง ปวดแสบ ปวดร้อน หรือเจ็บที่อวัยวะเพศ บางครั้งมีเมือกสีขาวหรือมีหนองเล็กน้อยออกจากใต้หนังหุ้มปลาย หนังหุ้มปลายมีรอยแตกหรือบวม ส่วนปลายขององคชาติหรือหนังหุ้มปลายเป็นสีแดง มีฝ้าขาวๆ มีรอยถลอกหรือแผลตื้นๆ ผู้ป่วยชายที่เป็นโรคเบาหวานเชื้ออาจลุกลามไปที่บริเวณถุงอัณฑะและขาหนีบ เห็นเป็นผื่นแดง มีขอบเขตชัดเจน มีตุ่มแดงเล็กๆ หลายตุ่ม กระจายกระจายรอบผื่นแดง

12. หิด (Scabiasis) เกิดจาก *Sarcoptes scabiei* (รูปที่ 53) เป็นตัวไรชนิดหนึ่ง มีขนาดเล็กมาก มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า ติดต่อกันโดยการสัมผัส รอยโรคพบได้มากที่บริเวณง่ามมือ ข้อมือ รักแร้ สะดือ อวัยวะเพศและข้อเท้า (รูปที่ 54) ผู้ติดเชื้อจะมีอาการเป็นตุ่มคัน ตุ่มจะกระจายทั่วตัว ยกเว้นที่ใบหน้าและศีรษะ ผู้ป่วยมักมีอาการคันมาก โดยเฉพาะตอนกลางคืน เครื่องนุ่งห่มและเครื่องนอนควรนำมาซักแล้วตากแดดเพื่อกำจัดตัวหิดที่ติดอยู่ในหมดไปทั้งผู้ป่วยและผู้สัมผัสจะต้องรักษาไปพร้อมๆ กันจึงจะกำจัดตัวเชื้อให้หมดไปได้

13. โลน (Pediculosis) เป็นแมลงไว้ปีกตัวเล็กๆ จำพวกเดียวกับเหา สีเทาปนขาว ขนาดยาว 1.2-2 มิลลิเมตร (รูปที่ 55) สามารถมองเห็นด้วยตาเปล่าได้ (รูปที่ 56) ตัวโลนจะผสมพันธุ์บนผิวหนัง ตัวเมียจะออกไข่วันละ 4-10 ฟอง ไข่ของโลนจะมีสารที่ปล่อยจากอวัยวะเพศของตัวเมียคลุมไข่ส่วนที่ติดกับขน สารนี้มีลักษณะเหนียว ไม่ละลายเมื่อโดนสบู่หรือน้ำร้อน ไข่จะฟักเป็นตัวอ่อนในระยะประมาณ 1 สัปดาห์ ผู้ป่วยมักมาด้วยอาการคันบริเวณหัวหน้าและอวัยวะเพศ รอยโรคมีลักษณะเป็นตุ่มแดงคัน กระจายอยู่บริเวณร่มผ้า มักมีรอยเกาและการติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อนร่วมด้วย เนื่องจากตัวโลนมีชีวิตรู้อยู่บนร่างกายได้ไม่นานดังนั้นผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาแล้วจึงควรนำเครื่องนุ่งห่มมาซักแล้วตากแดดหรือเข้าเครื่องอบผ้าตามปกติก็เพียงพอ

14. โรคตับอักเสบบี (Hepatitis B) เกิดจากเชื้อไวรัสตับอักเสบบี (Hepatitis B virus) ติดต่อกันได้หลายทางทั้งทางเลือดและการร่วมเพศ วิธีการติดต่อคล้ายกับโรคเอดส์ อาการของตับอักเสบบีที่พบบ่อยคือ เหนื่อยมาก ปวดศีรษะ มีไข้ คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร ปวดท้อง ปัสสาวะมีสีเหลืองเข้ม ตาเหลือง ตัวเหลือง และน้ำหนักลด ผู้ที่ติดเชื้อส่วนใหญ่ร้อยละ 90-95 จะหายเป็นปกติ ที่เหลืออาจเกิดโรคตับรุนแรงและเสียชีวิตได้ หากมารดาติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี ทารกร้อยละ 90 มีโอกาสที่จะติดเชื้อนี้ได้จากการคลอด ปัจจุบันมีการตรวจเลือดหาไวรัสในสตรีตั้งครรภ์ทั่วไป และทารกที่คลอดออกมาทุกคนจะได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคตับอักเสบบีนี้ อาจกล่าวได้ว่าโรคตับอักเสบบีนี้เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เพียงชนิดเดียวที่สามารถป้องกันได้ด้วยวัคซีน

กลุ่มที่ 3 การติดเชื้อเอชไอวีและโรคเอดส์

โรคเอดส์ หมายถึง กลุ่มอาการภูมิคุ้มกันบกพร่องที่เกิดจากการติดเชื้อเอชไอวี (HIV – human immunodeficiency virus) (รูปที่ 57) ที่ทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ก่อให้เกิดความบกพร่องของระบบภูมิคุ้มกันและมีการติดเชื้อฉวยโอกาสหรือเป็นมะเร็งบางชนิดได้ง่ายกว่าปกติ ผู้ป่วยจะมีการรุนแรงและเสียชีวิตได้ง่าย โรคเอดส์ได้ชื่อเรียกตามคำย่อภาษาอังกฤษว่า AIDS (Acquired Immune Deficiency Syndrome) เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่อันตรายร้ายแรงที่สุด ปัจจุบันยังไม่สามารถรักษาให้หายได้ ดังนั้นการป้องกันจึงเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการจัดการกับโรคนี้ เชื้อไวรัสเอดส์เข้าสู่ร่างกายทางผิวหนังที่มีบาดแผล เข้าทางเยื่ออวัยวะต่างๆ เช่น ปาก ทวารหนัก ช่องคลอด ทางเดินปัสสาวะ แม้เชื้อเมื่อจะไม่มีบาดแผลก็สามารถติดเชื้อได้ แต่ถ้ามีบาดแผลยิ่งมีโอกาสติดมากขึ้น

โรคเอดส์ติดต่อได้หลายทาง ดังนี้ คือ

1. การร่วมเพศ ได้แก่ การร่วมเพศกับผู้ที่มีเป็นพาหะของโรค ทั้งการร่วมเพศปกติและรักร่วมเพศ ส่วนใหญ่มักเกิดจากการไม่ใช้ถุงยางอนามัย เป็นทางหลักของการแพร่ระบาดของโรคเอดส์ในปัจจุบัน
2. การใช้เข็มและกระบอกฉีดยาที่ไม่ปลอดเชื้อในการฉีดยาร่วมกับผู้ติดยาเสพติดหรือร่วมกับผู้ที่เป็นพาหะของโรค เป็นปัญหาในการแก้ไขและป้องกัน
3. การรับเลือดหรือผลิตภัณฑ์ของเลือดจากผู้ที่เป็นพาหะของโรค ปัจจุบันพบได้น้อยเนื่องจากการตรวจคัดกรองก่อนการให้เลือดและผลิตภัณฑ์อย่างมีมาตรฐาน
4. การรับบริจาคอวัยวะต่างๆ เช่น ไต ไขกระดูก ดวงตา ตลอดจนน้ำอสุจิของผู้ที่เป็นพาหะของโรคเอดส์ พบได้น้อยเช่นเดียวกัน
5. การใช้ของส่วนตัวร่วมกัน เช่น มีดโกน แปรงสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า ผ้าขาวม้า เป็นต้น
6. การติดต่อจากมารดาสู่ทารกระหว่างการตั้งครรภ์ ขณะคลอดและการเลี้ยงดูด้วยนมมารดา (รูปที่ 58) ปัจจุบันมีบริการตรวจเลือดก่อนตั้งครรภ์และก่อนคลอด หากพบก่อนตั้งครรภ์ก็สามารถให้คำแนะนำที่เหมาะสมหรือการคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพ หากพบก่อนคลอดก็อาจสามารถให้ยาต้านไวรัสเพื่อลดโอกาสในการแพร่เชื้อสู่ทารกในครรภ์ที่จะคลอดออกมาได้

อาการและอาการแสดง

เมื่อได้รับเชื้อเอชไอวีเข้าสู่ร่างกายแล้ว จะมีอาการมากหรือน้อย ช้าหรือเร็ว ขึ้นอยู่กับสุขภาพร่างกายของแต่ละบุคคล จำนวนเชื้อที่ได้รับ เพศ และวัยของผู้ที่ได้รับเชื้อ อาการที่พบสามารถแบ่งออกได้เป็น 4 ระยะ คือ

ระยะเฉียบพลัน (Acute HIV infection) เกิดหลังได้รับเชื้อ 2-4 สัปดาห์ อาจมีอาการคล้ายหวัด มีไข้ อ่อนเพลีย ต่อมน้ำเหลืองโตหรือบางครั้งมีอาการทางสมอง

ระยะไม่ปรากฏอาการ (Asymptomatic infection) ไม่มีอาการหรืออาการแสดงแต่อย่างไร หากแต่เมื่อตรวจเลือดแล้วจะพบผลเลือดบวก

ระยะอาการสัมพันธ์กับโรค (AIDS-related complex – ARC) มีผลเลือดบวกเหมือนกลุ่มที่สองและมีอาการหรืออาการแสดงเพิ่มขึ้นมา เช่น มีต่อมน้ำเหลืองโต (รูปที่ 59) เหงื่อออกตอนกลางคืน น้ำหนักลดลงมาก มีไข้เรื้อรัง ท้องเสียเรื้อรัง เป็นเรื้อรัง (รูปที่ 60-61) งูสวัด (รูปที่ 62-63) มีผื่นที่ผิวหนัง มีเชื้อราในช่องปาก (รูปที่ 64) มีฝ้าขาวในปาก (รูปที่ 65) เป็นต้น

ระยะเอดส์เต็มขั้น (Full blown AIDS) มีอาการเป็นมากขึ้น ระบบภูมิคุ้มกันถูกทำลายมากขึ้น ทำให้ติดเชื้อฉวยโอกาสต่างๆ ได้ง่าย เช่น การติดเชื้อ *Pneumocystis carinii* ที่ปอด (รูปที่ 66) วัณโรคแพร่กระจาย (รูปที่ 67) Cerebral toxoplasmosis ของระบบประสาทส่วนกลาง (รูปที่ 68-69) Cryptococcosis จากเชื้อ *Cryptococcus neoformans* (รูปที่ 70-71) Penicilliosis *marneffei* (รูปที่ 72-74) ผู้ป่วยบางรายเกิดมะเร็งในหลอดเลือดที่เรียกว่า Kaposi's sarcoma มีจ้ำสีม่วงแดงตามผิวหนัง (รูปที่ 75)

การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

การที่จะป้องกันและแก้ไขปัญหาคเอดส์ให้ได้ผลสำเร็งนั้นจำเป็นต้องมีการพัฒนาคน ครอบครัว และชุมชนให้เป็นสังคมที่เข้มแข็ง ที่มีคุณภาพ มีภูมิปัญญาและการเรียนรู้ มีความเอื้ออาทรต่อกัน และร่วมกันป้องกันและแก้ไขปัญหาคเอดส์อย่างจริงจัง

วัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์อาจเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีมักติดต่อทางการร่วมเพศ แต่บางครั้งอาจติดต่อกจากการใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน จากมารดาที่ติดเชื้อไปสู่บุตรขณะตั้งครรภ์ ขณะการคลอดและระหว่างการให้นมบุตร เชื้อที่ก่อโรคพบได้ในน้ำอสุจิ สารน้ำในช่องคลอดและเลือดของผู้ที่ติดเชื้อ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีสามารถติดต่อได้ทั้งจากการร่วมเพศทางช่องคลอด ทางปากหรือทางช่องทวารหนัก โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการติดเชื้อเอชไอวีสามารถติดต่อได้แม้ว่าผู้ที่ติดเชื้อจะไม่แสดงอาการ คนเราไม่ว่าจะมีอายุเท่าไรหรือมีการรับรู้เพศอย่างไร สามารถติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมทั้งการติดเชื้อเอชไอวีได้จากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ บุคคลสามารถติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ครั้งละหลายโรคและสามารถเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์โรคนั้นๆ ได้มากกว่าหนึ่งครั้ง แม้ว่าเชื้อเอชไอวีที่ก่อให้เกิดโรคเอดส์จะติดต่อได้ง่ายทางเพศสัมพันธ์แต่เชือนี้ก็ไม่แพร่กระจายโดยการสัมผัสโดยบังเอิญ การสัมผัสทางสังคมและการสัมผัสในครอบครัว โดยแมลง หรือโดยการบริจาคโลหิต ยังไม่พบว่าการจูบปากอย่างคึกคักจะเป็นสาเหตุการติดเชื้อเอชไอวี ผู้คนควรพูดคุยถึงเรื่องความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีกับคู่นอนทุกคน การละเว้นการร่วมเพศและไม่ใช้เข็มฉีดยาร่วมกันเป็นวิธีที่มั่นใจได้มากที่สุดที่จะป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมทั้งการติดเชื้อเอชไอวี คู่สมรสที่ยังไม่ติดเชื้อสามารถป้องกันโรคติดต่อ

ทางเพศสัมพันธ์รวมทั้งการติดเชื้อเอชไอวีได้โดยการมีความซื่อสัตย์ต่อกันและกันและไม่ใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน พฤติกรรมทางเพศ เช่น การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองและการกอดรัดที่ไม่สัมผัสกับน้ำอสุจิ สารน้ำช่องคลอด หรือเลือด ไม่ทำให้เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี การใช้ถุงยางอนามัยอย่างเหมาะสม ร่วมกับการใช้สารหล่อลื่นชนิดน้ำสามารถลดโอกาสติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีได้แม้จะไม่ทั้งหมด คนคนหนึ่งไม่สามารถรู้ได้ว่าใครมีโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีโดยเพียงแค่การมอง วิธีเดียวที่จะมั่นใจได้ว่าใครจะมีโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีหรือไม่ก็คือการตรวจเลือด และการตรวจทางการแพทย์ อาการของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีบางครั้งก็ซ่อนเร้น ไม่ปรากฏหรือไม่ถูกสังเกต โดยเฉพาะในผู้หญิง อาการสำคัญของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ เช่น ตกขาว เจ็บอวัยวะเพศ ปวดท้อง ปัสสาวะขัด ผิวหนังเปลี่ยนแปลง คันอวัยวะเพศ และอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ อาการแรกของการติดเชื้อเอชไอวีจะคล้ายกับความเจ็บป่วยเล็กน้อยทั่วไปและรวมถึงอาการเพลีย ต่อมมน้ำเหลืองโต ไข้ เบื่ออาหารและน้ำหนักลด ท้องร่วง ติดเชื้อราเรื้อรัง และเหงื่อออกตอนกลางคืน บางครั้งอาจใช้เวลาหลายปีภายหลังการติดเชื้อเอชไอวีก่อนที่จะแสดงอาการออกมา วัยรุ่นที่ติดเชื้อเอชไอวีอาจจะไม่เป็นเอดส์จนกระทั่งเข้าสู่ช่วงอายุสี่สิบปี บุคคลที่สงสัยติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมทั้งการติดเชื้อเอชไอวีควรหยุดการมีเพศสัมพันธ์และการฉีดยาเสพติด ไปพบแพทย์ทันที และแนะนำให้คู่นอนไปพบแพทย์ คลินิกกามโรค คลินิกแพทย์ คลินิกวางแผนครอบครัว และโรงพยาบาลเป็นสถานที่สำหรับให้คำปรึกษาและการดูแลเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวี โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์บางโรคสามารถรักษาหายได้ขณะที่บางโรครักษาไม่หาย บางชุมชนมีกลุ่มช่วยเหลือสำหรับคนที่ติดเชื้อเอชไอวี คนที่เป็นโรคเอดส์และบุคคลที่เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ การให้คำปรึกษาและการช่วยเหลือโดยผู้เชี่ยวชาญมีประโยชน์ต่อผู้ที่เป็โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวี วัยรุ่นสามารถตรวจเลือดโดยเป็นความลับและรับการรักษาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีได้โดยไม่ต้องมีความยินยอมของผู้ปกครอง หน่วยบริการสุขภาพบางหน่วยให้บริการตรวจการติดเชื้อเอชไอวีแบบนิรนาม คู่นอนอาจแพร่เชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ให้อีกฝ่ายได้นอกจากจะได้รับการรักษาอย่างถูกต้องทั้งสองฝ่าย ผู้ที่ติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีควรสนับสนุนให้คู่นอนไปรับบริการทางการแพทย์ ผู้ที่ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวี/เอดส์ต้องการความช่วยเหลือจากครอบครัวและเพื่อน บุคคลที่ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขและเป็นประโยชน์ เราควรทราบหมายเลขโทรศัพท์ของหน่วยบริการสาธารณสุขใกล้บ้านไว้หากต้องการคำปรึกษาโดยด่วน

ตอนที่ 5.4 ทารุณกรรมทางเพศ

ทารุณกรรมทางเพศสามารถป้องกันหรือหยุดยั้งได้

ทารุณกรรมทางเพศ

ร่างกายของเราเป็นของเรา คนทุกคนรวมทั้งเด็กมีสิทธิที่จะบอกไม่ให้ผู้อื่นมาสัมผัสร่างกายเมื่อไม่ต้องการได้ มีเหตุผลเพียงไม่กี่อย่างที่ผู้ใหญ่จะมองหรือสัมผัสร่างกายเด็ก เช่น แพทย์ตรวจ หรือ สมาชิกในครอบครัวอาบน้ำให้เด็ก ไม่มีผู้ใหญ่ที่ดีคนไหนที่จะสัมผัสอวัยวะเพศของเด็กนอกจากปัญหา ด้านสุขภาพ ทารุณกรรมทางเพศเกิดขึ้นเมื่อคนที่แก่กว่า แข็งแรงกว่าหรือมีกำลังมากกว่ามองหรือสัมผัส อวัยวะเพศของเด็กโดยไม่มีเหตุผล บุคคลที่กระทำทารุณกรรมเด็กอาจจะบอกให้เด็กเก็บไว้เป็นความลับ ถ้ามีการสัมผัสที่ไม่ต้องการหรือทำให้รู้สึกอึดอัดเราควรจะรีบบอกผู้ใหญ่ที่นับถือทันที ถ้าหากพบคน แปลกหน้าจะพาตัวเราไปเราควรจะรีบหนีอย่างรวดเร็วและบอกพ่อแม่ คุณครู เพื่อนบ้านหรือ ผู้ใหญ่คนอื่นทราบโดยด่วน เด็กไม่มีความผิดใดๆเมื่อถูกผู้ใหญ่หรือแม้แต่จะเป็นสมาชิกในครอบครัว สัมผัสในทางที่ผิดหรือทำให้รู้สึกอึดอัด ผู้ใหญ่และวัยรุ่นที่ดีจะไม่ทารุณกรรมเด็ก ทั้งเด็กชายและเด็กหญิง สามารถถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศได้

การทารุณกรรมทางเพศ

คุณครูที่โรงเรียนและเจ้าหน้าที่ในชุมชนสามารถช่วยเหลือเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ได้ ทารุณกรรมทางเพศเป็นสิ่งที่พบได้บ่อยแม้ว่าหลายคนอาจจะไม่ต้องการที่จะพูดถึง ทารุณกรรมทาง เพศมักจะเกิดจากการกระทำโดยคนที่เด็กรู้จักดี เด็กและวัยรุ่นไม่ควรจะบอกชื่อและที่อยู่ใน คอมพิวเตอร์ผ่านทาง การสื่อสารหรือการแชตในอินเทอร์เน็ต

การป้องกันทารุณกรรมทางเพศ

วัยรุ่นอาจถูกทารุณกรรมทางเพศได้โดยผู้ใหญ่และวัยรุ่นคนอื่น การข่มขืนคือการที่บุคคลบีบ บังคับอีกฝ่ายให้มีเพศสัมพันธ์ทุกรูปแบบ การข่มขืนอาจเกิดได้โดยการบีบบังคับทางกายหรือทางจิตใจ เขี่ยมักจะรู้จักผู้กระทำการข่มขืน ผู้ชายก็อาจจะถูกข่มขืนได้เหมือนกัน ผู้ที่ถูกข่มขืนเป็นผู้ไม่มีความผิด ใดๆสำหรับเหตุการณ์นั้น การข่มขืนโดยคนรู้จักและการข่มขืนเมื่อมีการนัดเป็นสิ่งที่พบได้ไม่น้อย การบีบบังคับให้มีพฤติกรรมทางเพศใดๆก็ตามล้วนเป็นสิ่งไม่เหมาะสม การข่มขืนเป็นอาชญากรรม บุคคลที่ถูกข่มขืนอาจประสบความยากลำบากในการที่จะต้องตัดสินใจว่าจะแจ้งความกับเจ้าหน้าที่ ตำรวจหรือไม่ ผู้คนสามารถช่วยเหลือคุ้มครองตัวเองจากการถูกข่มขืนได้โดยการเรียนรู้การป้องกัน ตัวเอง การประเมินสถานการณ์ที่อาจจะอันตราย การหลีกเลี่ยงแอลกอฮอล์และยาเสพติด และพัฒนา ทักษะการรักษาสิทธิส่วนตัว อย่างไรก็ตามพบว่าไม่ว่าจะอย่างไรก็ยังไม่สามารถป้องกันการข่มขืน ทั้งหมดได้ ทารุณกรรมทางเพศเป็นสิ่งที่ไม่พึงประสงค์และไม่เป็นที่ต้อนรับทั้งในโรงเรียนและสถานที่ ทำงาน ทารุณกรรมทางเพศเป็นสิ่งที่ผิดกฎหมาย ความรุนแรงภายในบ้านเป็นความรุนแรงทางกายหรือ

ทางเพศต่อคู่สมรสหรือคู่นอน หย่อนของการข่มขืน การกระทำทารุณกรรมทางเพศและความรุนแรงภายในบ้านควรรีบไปปรึกษาแพทย์ทันที

ตอนที่ 5.5 อนามัยการเจริญพันธุ์

ผู้ชายและผู้หญิงต้องสนใจเกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์เพื่อเป็นหลักประกันด้านสุขภาพของตนเองและบุตรในอนาคต

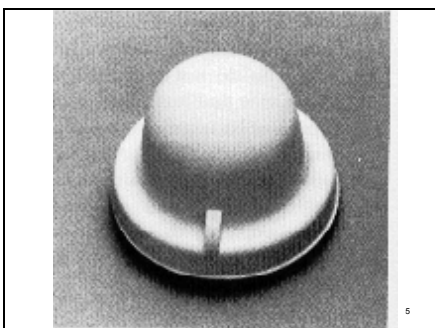
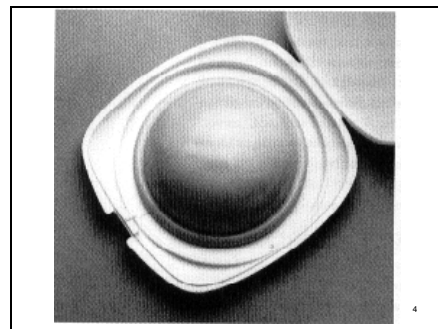
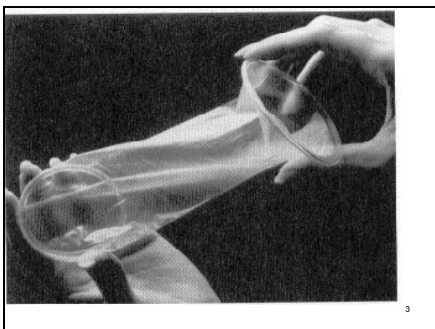
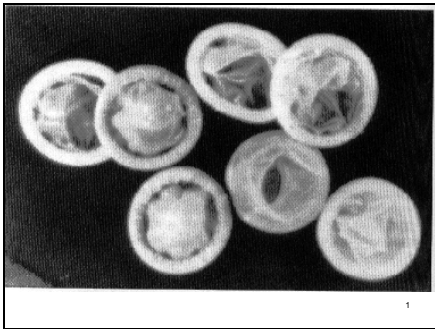
อนามัยการเจริญพันธุ์

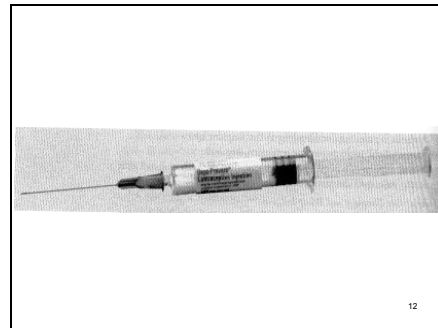
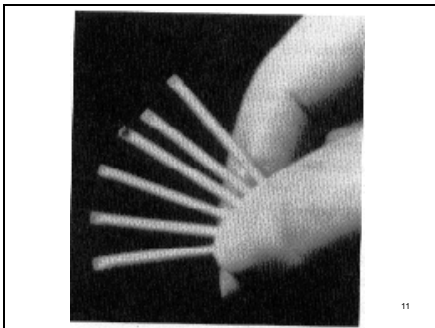
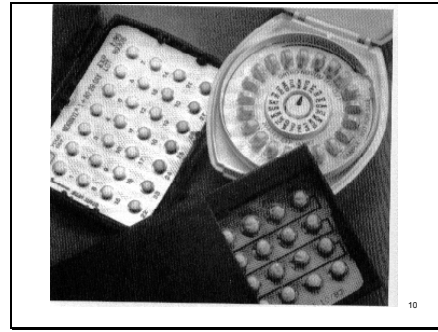
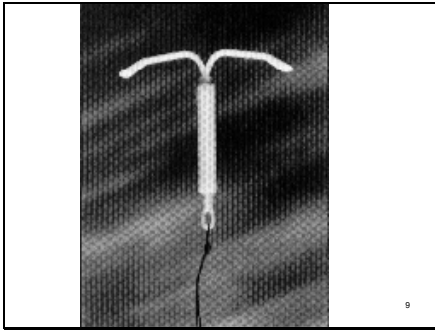
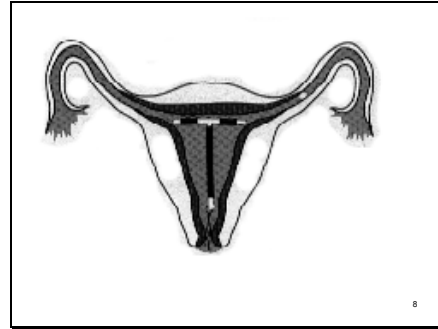
เด็กหญิงและเด็กชายจำเป็นต้องดูแลรักษาร่างกายของตัวเองระหว่างวัยเด็กและวัยรุ่น (รูปที่ 76-77) อวัยวะเพศก็เหมือนกับอวัยวะอื่นของร่างกายที่ต้องการการดูแลรักษา ผู้หญิงตั้งครรภ์จะต้องดูแลสุขภาพของตัวเองเป็นพิเศษด้วยการออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่มีคุณค่าและไปพบแพทย์สม่ำเสมอ ทารกส่วนใหญ่เกิดมาพร้อมกับสุขภาพที่ดี มารดาที่ตั้งครรภ์จะต้องงดการสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์และการใช้ยาเสพติดมีอันตรายต่อทารกในครรภ์ การดูแลรักษาด้านการแพทย์ระหว่างที่ตั้งครรภ์ช่วยให้มารดาคลอดบุตรที่แข็งแรง ความพิการแต่กำเนิดอาจก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพหรือปัญหาพัฒนาการตลอดชีวิตได้ เด็กหญิงควรรักษาอวัยวะเพศให้สะอาด ถูกสุขอนามัยและหลีกเลี่ยงการบาดเจ็บ เด็กชายควรรักษาอวัยวะเพศให้สะอาด ถูกสุขอนามัยและหลีกเลี่ยงการบาดเจ็บเช่นกัน

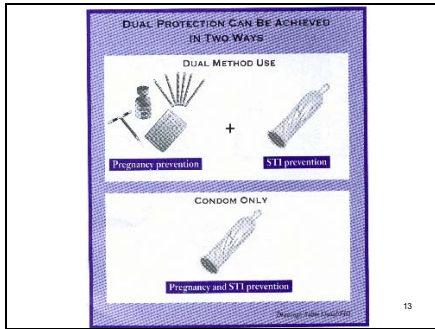
การดูแลอนามัยการเจริญพันธุ์

เมื่อเด็กรุ่นใหม่มีพัฒนาการแล้ว จะต้องตรวจดูตัวเองทุกเดือนโดยวิธีที่ถูกต้อง (รูปที่ 78) เมื่ออวัยวะเพศของเด็กชายเติบโตแล้ว เขาจะต้องตรวจสม่ำเสมอโดยวิธีการตรวจลูกอัณฑะที่ถูกต้อง (รูปที่ 79) การใช้ยาเสพติดขณะเป็นวัยรุ่นอาจก่ออันตรายรุนแรงต่อความสามารถด้านการสืบพันธุ์ในอนาคตของเด็กชายและเด็กหญิงและสุขภาพของทารกในครรภ์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีระหว่างการตั้งครรภ์อาจเป็นอันตรายต่อทารกในครรภ์หรือทำให้ทารกในครรภ์เสียชีวิตได้ ผู้ชายและผู้หญิงควรได้รับการตรวจหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีก่อนการตั้งครรภ์ เมื่อผู้หญิงตัดสินใจที่จะตั้งครรภ์หรือตั้งครรภ์แล้วควรไปรับการฝากครรภ์ตามมาตรฐาน ปฏิบัติตามคู่มือด้านโภชนาการ หลีกเลี่ยงการใช้ยาและไตร่ตรองเกี่ยวกับการตรวจหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวี หากสงสัยว่าตัวเองจะตั้งครรภ์สตรีนั้นก็ควรปรึกษาเจ้าหน้าที่สาธารณสุขไม่ว่าจะตัดสินใจเกี่ยวกับการตั้งครรภ์อย่างไรก็ตาม การปรึกษาและรับบริการทางการแพทย์แต่เนิ่นๆล้วนเป็นสิ่งสำคัญ การคลอดเป็นกระบวนการธรรมชาติที่โดยปกติจะปลอดภัยทั้งต่อมารดาและทารก บิดาสามารถมีส่วนช่วยเหลือได้ระหว่างการเจ็บครรภ์และการคลอด วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ต้องการการดูแลและการช่วยเหลือเป็นพิเศษ ทารกบางคนเกิดมาพร้อมกับโรคบางอย่างหรืออาจเสียชีวิตในวัยทารกได้ ไม่ว่ามารดาหรือบิดาจะมีอายุเท่าใด สุขภาพเป็นอย่างไร มีภาวะโภชนาการเป็นเช่นไรหรือมีลักษณะของพันธุกรรมเป็น

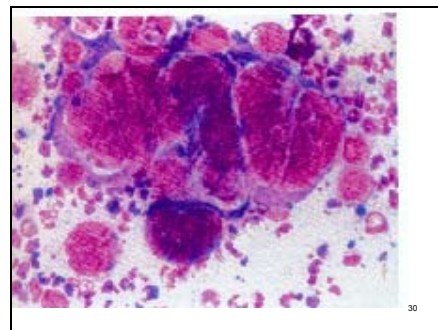
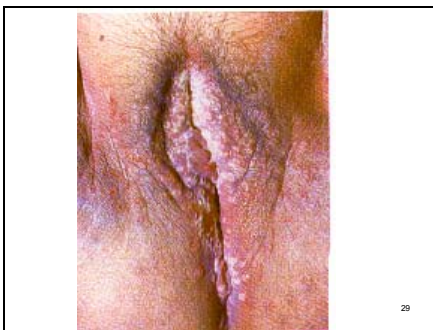
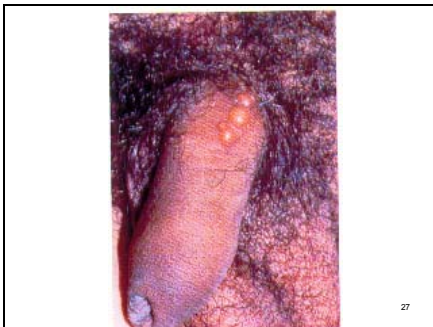
เช่น ไรก็ตาม พ่อแม่ที่มีทารกเสียชีวิตสามารถรับบริการคำปรึกษาเป็นพิเศษเพื่อช่วยในการจัดการกับความเศร้าโศกได้ ความผิดปกติทางพันธุกรรมบางอย่างทำให้เกิดความพิการแต่กำเนิด เยาวชนชายและหญิงควรจะตรวจดูว่ามีโรคทางพันธุกรรมในครอบครัวของตัวเองหรือไม่ โรคทางพันธุกรรมบางโรคมีความรุนแรงมากถึงขนาดว่าคนที่เป้นพาหะของโรคมักจะตัดสินใจรับเลี้ยงบุตรบุญธรรมแทนการเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ทารกพิการ ศูนย์การแพทย์ส่วนใหญ่มีผู้ให้คำปรึกษาด้านพันธุกรรมที่สามารถช่วยให้ผู้คนที่มึโรคทางพันธุกรรมในครอบครัวตัดสินใจเกี่ยวกับการมีบุตรได้

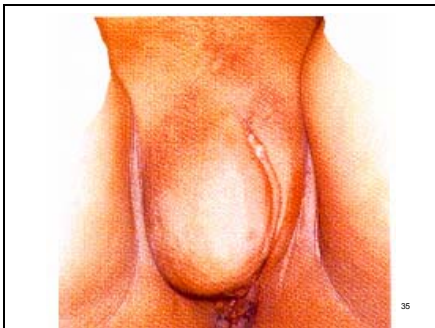
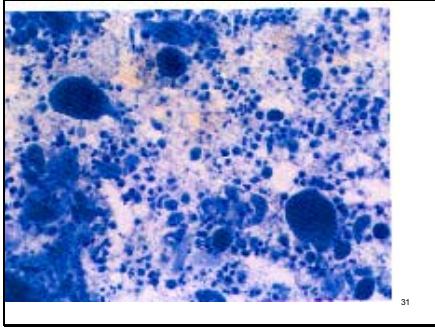


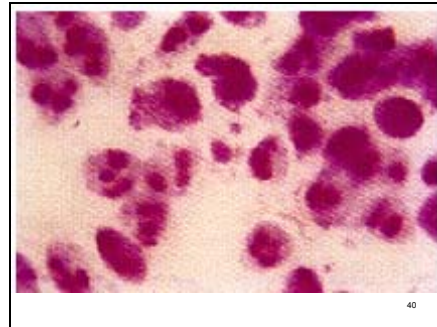


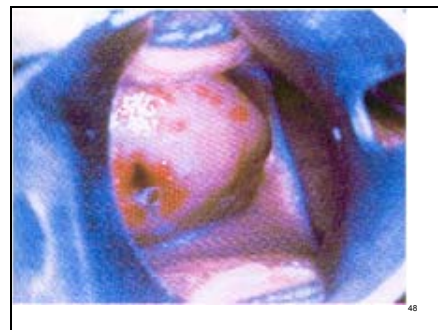
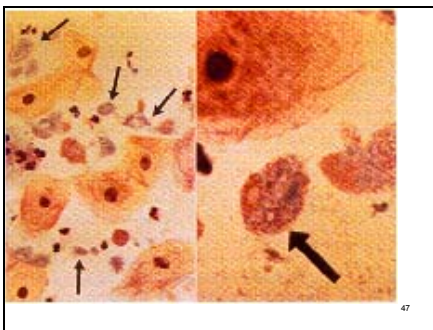


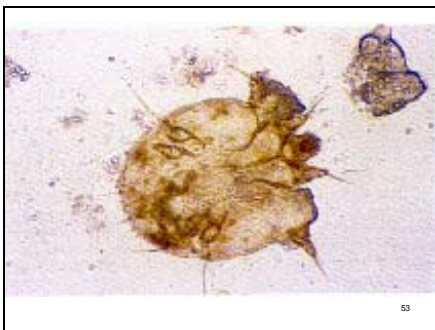


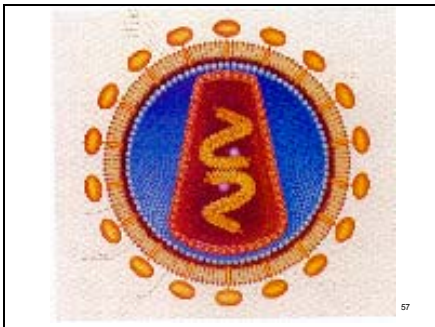


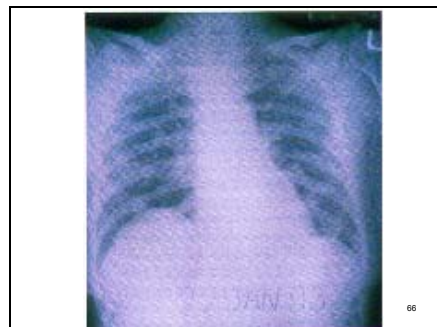


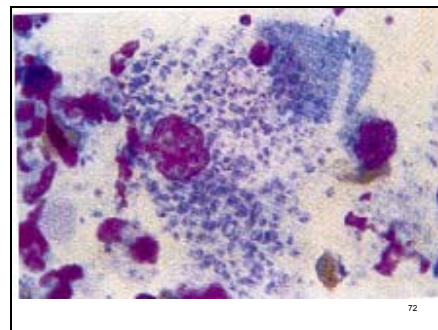
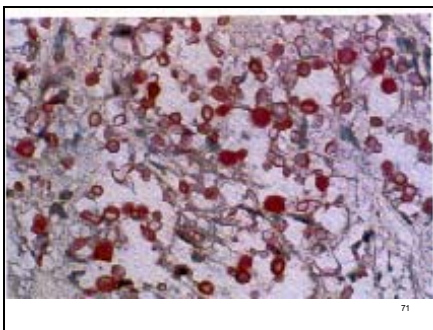
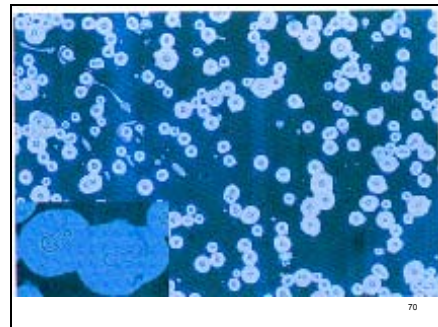
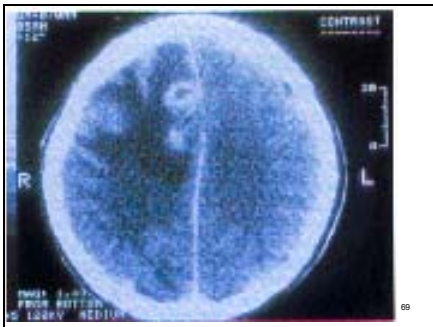
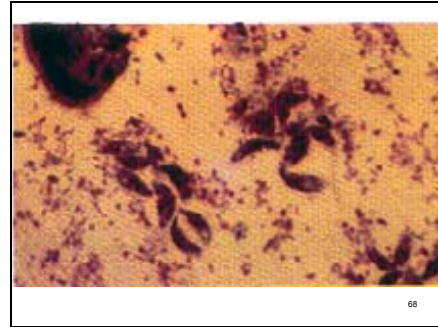


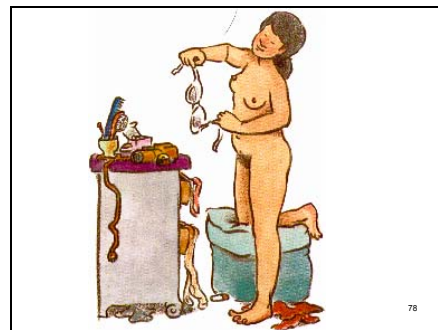
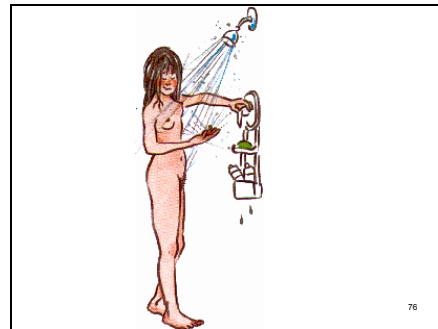
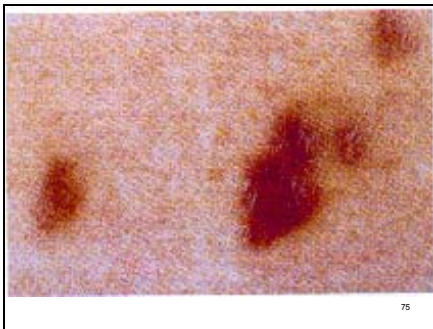














เพศศึกษาสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

บทที่ 6 สังคมและวัฒนธรรม

นพ.วัชระ เอี่ยมรัศมีกุล
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด
พ.ศ. ๒๕๔๕

บทที่ 6 สังคมและวัฒนธรรม

สิ่งแวดล้อมด้านสังคมและวัฒนธรรมเป็นตัวกำหนดแนวทางที่แต่ละบุคคลเรียนรู้และแสดงออกถึงเพศวิถีของตน

วัตถุประสงค์

เมื่อศึกษาบทที่ 6 จบแล้ว นักเรียนสามารถ

1. แสดงออกถึงการเคารพผู้อื่นที่มีค่านิยมทางเพศแตกต่างกัน
2. ฝึกหัดความรับผิดชอบแบบประชาธิปไตยต่อการดำเนินการทางด้านกฎหมายในเรื่องเกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ
3. ประเมินผลกระทบของข่าวสารทางด้านครอบครัว วัฒนธรรม สื่อมวลชนและสังคม ต่อความคิด ความรู้สึก ค่านิยมและพฤติกรรมทางเพศของแต่ละบุคคล
4. ส่งเสริมสิทธิของทุกคนต่อการได้รับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้อง
5. หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเสียหายและความมีทิว
6. ปฏิเสธทัศนคติที่ตายตัวเกี่ยวกับเพศวิถีของกลุ่มประชากรที่แตกต่างกัน
7. สอนคนอื่นเกี่ยวกับเรื่องเพศได้

แนวคิด

1. สังคมมีอิทธิพลต่อผู้คนที่มีความเชื่อและความรู้สึกต่อเรื่องเพศอย่างไร
2. วัฒนธรรมสอนเราเกี่ยวกับบทบาททางเพศของผู้ชายหรือผู้หญิงว่าเป็นอย่างไรบ้าง
3. กฎหมายบางมาตรามีไว้เพื่อควบคุมสิทธิทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์
4. มุมมองของศาสนาเกี่ยวกับเพศวิถีส่งผลกระทบต่อเจตคติและพฤติกรรมทางเพศของผู้คน
5. สังคมของเรามีเจตคติและพฤติกรรมทางเพศที่หลากหลาย บางคนถูกกีดกันอย่างไม่เป็นธรรมเพียงเพราะว่าการแสดงออกทางเพศวิถีของเขาเท่านั้น
6. ภาพลักษณ์เกี่ยวกับกามารมณ์เป็นสิ่งที่พบได้บ่อยในงานศิลปะ
7. สื่อมวลชนมีอิทธิพลอย่างมากต่อข้อมูลข่าวสาร ค่านิยม และพฤติกรรมทางเพศ

กิจกรรมระหว่างเรียน

1. ทำแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียน
2. ศึกษาและปฏิบัติตามบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา
3. ทำแบบประเมินผลตนเองหลังเรียน

สื่อการสอน

1. เอกสารการสอน

2. บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนเรื่องเพศศึกษา

ประเมินผล

1. ประเมินผลจากแบบประเมินผลตนเองก่อนเรียนและหลังเรียน
2. การทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตอนที่ 6.1 เพศมิติและสังคม

สังคมมีอิทธิพลต่อผู้คนที่มีความเชื่อและความรู้สึกต่อเรื่องเพศอย่างไร

เพศมิติกับสังคม

ทุกวัฒนธรรมมีการสื่อสารบรรทัดฐานและข้อห้ามเกี่ยวกับเรื่องเพศ ในสังคมที่หลากหลาย สิทธิของแต่ละบุคคลในการมีความคิดเห็นที่แตกต่างกันเป็นสิ่งที่ต้องได้รับการเคารพ การมีค่านิยมที่แตกต่างไปจากของครอบครัวและวัฒนธรรมของตนเองมักจะก่อให้เกิดปัญหา ขวักขวายในสังคมเกี่ยวกับเรื่องเพศมักก่อให้เกิดความสับสนและขัดแย้ง สารและความคิดเห็นในเรื่องเพศที่ได้รับจากบ้านและวัฒนธรรมของคนคนหนึ่งอาจแตกต่างจากสารและความคิดเห็นในสังคมทั่วไปได้ ในโรงเรียนส่วนใหญ่มีบรรทัดฐานเรื่องเพศสำหรับวัยรุ่นอยู่โดยไม่ได้กำหนดเป็นลายลักษณ์อักษร คนทุกคนจะต้องตรวจสอบและพิจารณาข้อมูลข่าวสารที่ได้รับจากแหล่งต่างๆ และสร้างแนวทางการประพฤติปฏิบัติสำหรับตัวเอง

ความหมายของวัฒนธรรม

ปกติแล้ว คำว่าวัฒนธรรมมักจะใช้พูดกันเป็นประจำ เพราะคนที่มีความวัฒนธรรมจะแตกต่างกับคนที่ไม่มีวัฒนธรรม โดยเราจะต้องประพจน์ให้เหมาะสมตามสภาพของสังคม และวัฒนธรรมก็เป็นสิ่งที่สร้างขึ้นโดยมนุษย์ มนุษย์จะเป็นผู้สร้าง ทุนบำรุง ถ่ายทอดและเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรม มนุษย์เป็นสัตว์ประเภทเดียวที่มีวัฒนธรรม คือ มีวิธีการเรียนรู้รับช่วงสืบต่อกันมาได้และสร้างสรรค์เพิ่มเติม การที่มนุษย์สามารถสร้างวัฒนธรรมได้ดี ก็เพราะมนุษย์มีลักษณะทางกายและทางจิตใจเป็นพิเศษเหนือกว่าสัตว์ทั่วไป และสิ่งนี้เองทำให้มนุษย์แตกต่างจากสัตว์ เพราะวัฒนธรรมทำให้คนเป็นมนุษย์อย่างแท้จริง

ความหมายของวัฒนธรรม ตามพระราชบัญญัติวัฒนธรรมแห่งชาติ พุทธศักราช 2485 ได้ให้ความหมายไว้ดังต่อไปนี้ วัฒนธรรม หมายถึง ลักษณะที่แสดงถึงความเจริญงอกงาม ความเป็นระเบียบ ความกลมเกลียวก้าวหน้าของชาติและศีลธรรมอันดีงามของประชาชน

องค์ประกอบของวัฒนธรรม

1. องค์วัตถุ (Instrumental and symbolic objects) คือ วัฒนธรรมวัตถุที่สามารถสัมผัสจับต้องได้ และมีรูปร่าง เช่น เครื่องมือเครื่องใช้ โรงเรียน โรงงาน ภาพเขียน เครื่องจักร สถานมหรสพ สนามกีฬา โบสถ์ วิหาร หอดูดาว และส่วนที่ไม่มีรูปร่าง เช่น ภาษา สัญลักษณ์ในการติดต่อสื่อความหมาย หลักวิชาคำนวณ (ตัวเลข) มาตรา ชั่ง ตวง วัด
2. องค์การ (Association or organization) หมายถึง กลุ่มที่มีการจัดอย่างเป็นระเบียบหรือมีโครงสร้างอย่างเป็นทางการ มีการวางกฎเกณฑ์ระเบียบข้อบังคับและวัตถุประสงค์ไว้อย่างแน่นอน เป็นกลุ่มที่มีความสำคัญที่สุดในสังคมที่ซับซ้อน เช่น ครอบครัว (กลุ่มเล็กที่สุด)

- สหพันธกรรมกร ลูกเสือ สภากาชาด วัด สหประชาชาติ (องค์การใหญ่ที่สุด) ฯลฯ โดยทั่วไปบุคคลที่มาร่วมกันเพื่อดำเนินการตามวัตถุประสงค์บางอย่าง และวัตถุประสงค์ก็อาจจะเป็นเรื่องไม่ใหญ่โตก็ได้ เช่น สมาคมนักเรียนเก่าร่วมกัน เพื่อผดุงรักษาชื่อเสียงของโรงเรียนหรืออาจจะเรื่องใหญ่ๆ เช่น ร่วมกันเพื่อป้องกันประเทศชาติให้พ้นภัย
3. องค์พิธีการ (Usage) เป็นขนบธรรมเนียมประเพณีที่ยอมรับกันโดยทั่วไป เช่น พิธีกรรมต่างๆ ตั้งแต่เรื่องการเกิด หมั้น แต่งงาน บวชนาค ตาย ปลูกบ้าน ขึ้นบ้านใหม่ ฯลฯ ซึ่งศาสนาก็มีอิทธิพลอยู่บ้างไม่มากนักน้อย รวมตลอดถึงพิธีการแต่งกายและรับประทานอาหาร เช่น เวลาไปงานที่เป็นทางการของทางราชการ หญิงมักจะต้องแต่งชุดไทย ชายก็แต่งชุดเต็มยศ หรือการเลี้ยงดูอาหารปัจจุบันในงานต่างๆ ก็มักจะออกมาในรูปบุฟเฟต์ ดินเนอร์ ชัน โดก เป็นต้น โดยพิธีการเหล่านี้มีการเปลี่ยนแปลงไปบ้างตามสภาพของสังคม
 4. องค์คติ (Concepts) หมายถึง ความเข้าใจ ความเชื่อ ความคิดเห็นตลอดจนอุดมการณ์ต่างๆ เช่น ความเชื่อกรรมเป็นเครื่องชี้เจตนา ความเชื่อในเรื่องการมีผัวเดียวเมียเดียว (Monogamy) ความเชื่อในเรื่องตายแล้วเกิดใหม่ ความเชื่อในเรื่องพระเจ้าองค์เดียว (Monotheism) หรือหลายองค์ (Polytheism) ตลอดจนอุดมการณ์ ทศนคติ การยอมรับว่าสิ่งใดถูกหรือผิด สมควรหรือไม่ ซึ่งแล้วแต่กลุ่มชนใดจะใช้เป็นมาตรฐานในการตัดสิน หรือเป็นเครื่องวัดในสภาพแวดล้อมของตน

ลักษณะของวัฒนธรรม

1. เป็นสิ่งที่ได้มาโดยการเรียนรู้
2. เป็นมรดกทางสังคม
3. เป็นวิถีชีวิตหรือแบบของการดำรงชีวิต
4. เป็นสิ่งไม่คงที่

ประเพณี

ประเพณี คือ ระเบียบแบบแผนในการปฏิบัติที่เห็นว่าดีกว่าถูกต้องกว่า หรือเป็นที่ยอมรับของคนส่วนใหญ่ในสังคมและมีการปฏิบัติสืบต่อกันมา เช่น เกิด หมั้นหมาย สมรส ตาย บวช ปลูกบ้าน ขึ้นบ้านใหม่ เป็นต้น

ประเภทของประเพณี

1. จารีตประเพณี หรือกฎศีลธรรม (Mores) เป็นประเพณีที่มีศีลธรรมเข้ามาร่วมด้วยจึงเป็นกฎที่มีความสำคัญต่อสวัสดิภาพของสังคม สังคมมีการบังคับให้ปฏิบัติตาม และมีความรู้สึกรุนแรงถ้าใครฝ่าฝืน บุคคลจะต้องปฏิบัติเพื่อผลประโยชน์ของสังคม เป็นเรื่องของความผิดถูก ความนิยมที่ยึดถือ และถ่ายทอดสืบต่อกันมา โดยการเลียนแบบหรือสั่งสอน เช่น การสมรสแบบผัวเดียวเมียเดียว ถ้า

ฝ่ายชายเกิดไปมีภรรยาบ่อยก็ถือว่าผิดศีลธรรม หรือเมื่อพ่อแม่แก่เฒ่าลงไปลูกหลานก็ต้องเลี้ยงดู พี่น้องต้องรักกัน เป็นต้น ถ้าใครไม่ทำตามก็ถือว่าผิดว่าชั่ว จารีตประเพณี หรือกฎศีลธรรมของแต่ละแห่งย่อมไม่เหมือนกันเพราะมีค่านิยม (Value) ที่ยึดถือต่างกัน ดังนั้นถ้าบุคคลใดเอาจารีตประเพณีของตนไปเปรียบเทียบกับของคนอื่นว่าดีหรือเลวกว่า จึงเป็นการเปรียบเทียบที่ผิด เพราะสภาพหรือสิ่งแวดล้อม ตลอดจนความเชื่อต่างๆ ย่อมต่างกันไปตามแต่ละท้องถิ่น

2. **ขนบประเพณี (Institution)** ขนบประเพณีนั้น ตามราชบัณฑิตยสถาน แปลว่า ระเบียบแบบแผน ขนบประเพณีจึงเป็นระเบียบแบบแผนที่สังคมได้กำหนดไว้ ไม่มากก็น้อย และโดยทางตรงหรือทางอ้อม โดยตรง ได้แก่ ประเพณีที่มีการกำหนดเป็นระเบียบแบบแผนในการปฏิบัติอย่างชัดเจนว่า บุคคลต้องปฏิบัติอย่างไร เช่น การไหว้ครู เรื่องทรัพย์สินสมบัติ การศึกษาเล่าเรียน ศาสนา เป็นต้น โดยอ้อม ก็คือประเพณีที่รู้กันโดยทั่วไป โดยไม่ได้วางระเบียบไว้แน่นอน แต่ปฏิบัติได้เพราะมีการบอกเล่าสืบต่อกันมา หรือจากการที่ผู้ใหญ่หรือบุคคลอื่นปฏิบัติ เช่น แห่นางแมว การจุดบั้งไฟของภาคอีสาน เป็นต้น
3. **ธรรมเนียมประเพณี (Convention)** เป็นประเพณีเกี่ยวกับเรื่องธรรมดาๆ ไม่มีระเบียบแบบแผนเหมือนขนบประเพณี หรือมีความผิดถูกเหมือนจารีตประเพณี เป็นเพียงบรรทัดฐาน (Norms) ที่ปฏิบัติจนเป็นประเพณี เป็นแนวทางในการปฏิบัติที่ทุกคนปฏิบัติกันโดยทั่วไปจนเกิดความเคยชิน และไม่รู้สึกละอายใจ เพราะเป็นสิ่งที่มีความหมายและใช้กันอย่างแพร่หลาย การปฏิบัติตามก็ไม่มีกฎหมายหรือกฎข้อบังคับให้ปฏิบัติ เช่น ไม่มีกฎหมายบังคับให้เราสวมรองเท้า คำน้ำจากแก้ว เป็นต้น เป็นแต่เพียงพฤติกรรมที่คนส่วนใหญ่ปฏิบัติและเราปฏิบัติตามโดยไม่คิดอะไรเลยเพราะเราเคยชิน เป็นเรื่องของประเพณีที่ชุมชนกลุ่มนั้นนิยมปฏิบัติกัน ซึ่งคนกลุ่มอื่นอาจจะปฏิบัติไม่เหมือนกัน

การดำเนินชีวิตประจำวันของมนุษย์จะต้องมีธรรมเนียมประเพณี ซึ่งในทางสังคมวิทยาเรียกว่า วิถีประชา (Folkways) เพราะเป็นมาตรฐานในการปฏิบัติ ซึ่งอาจถือเป็นข้อผูกพันที่จะต้องทำในสถานการณ์บางอย่าง แต่ไม่ได้หมายความว่าต้องเป็นข้อผูกพันที่จะต้องทำโดยเด็ดขาด เช่น ถ้าเราจะคิดคำน้ำจากชามแทนแก้ว ก็ไม่มีใครมาทำอะไร นอกจากหัวเราะเยาะ หรือเลิกคิ้วมองอย่างประหลาดใจ หรือดูหมิ่น หรือซุบซิบนินทา หรือว่าไม่มีมารยาท เป็นต้น ที่เป็นการบังคับแบบเป็นทางอ้อม แม้จะไม่มีเป็นทางการ ซึ่งในเรื่องกิริยามารยาทนี้ สุนทรภู่ได้เขียนไว้ในสุภาษิตสอนหญิงมากมายหลายเรื่อง เช่น “อย่าเดินกริดกรายย้ายผ้าห่ม อย่าเสยผมกลางทางหว่างวิถี อย่าพูดเพื่อเจ้าไปไม่สู้ดี หย้าเรือนมีกลับมาจึงหาหรือ” ซึ่งถ้าใครจะฝ่าฝืนคำสอนของสุนทรภู่ ก็คงไม่มีใครว่าอะไร นอกจากจะเห็นว่าไม่เป็นกุลสตรีเท่านั้นเอง

ตอนที่ 6.2 บทบาททางเพศ

วัฒนธรรมสอนเราเกี่ยวกับบทบาททางเพศของผู้ชายหรือผู้หญิงว่าเป็นอย่างไรบ้าง

บทบาททางเพศ

เด็กหญิงและเด็กชายกับผู้ชายและผู้หญิงมีความสามารถในการทำงานเดียวกันได้ เด็กชายและเด็กหญิงสามารถทำงานบ้านเหมือนกันได้ ทั้งแม่และพ่อมีบทบาทสำคัญในการเป็นผู้ปกครอง เด็กชายและเด็กหญิงมีส่วนที่เหมือนกันเป็นส่วนใหญ่ และมีส่วนน้อยที่แตกต่างกัน งานและอาชีพของผู้ใหญ่เกือบทั้งหมดเปิดกว้างสำหรับทั้งผู้ชายและผู้หญิง ผู้คนมักคาดหวังว่าเด็กชายและเด็กหญิงจะปฏิบัติตัวในทางที่ถูกที่ควร การมีความเชื่อว่าเด็กชายทั้งหมดหรือเด็กหญิงทั้งหมดเหมือนหรือควรจะเป็นเหมือนกันทั้งหมดเป็นความคิดที่ปิดกั้นและคับแคบเกินไป เด็กชายและเด็กหญิงมีความฉลาด ลักษณะส่วนตัว ความแข็งแรงและความหวังในอนาคตหลายอย่างที่เหมือนกัน แต่ละบุคคลมีความฉลาด ความแข็งแรงและความหวังในอนาคตที่แตกต่างกันและเป็นของตัวเองได้ เด็กชายและเด็กหญิงได้รับข่าวสารเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติตัวจากครอบครัว เพื่อน สื่อมวลชนและจากสังคม ผู้คนมักจะคาดหวังว่าเด็กชายและเด็กหญิงต้องปฏิบัติในแบบที่ตายตัว บางครอบครัวมีความคาดหวังที่แตกต่างกันภายในบ้านสำหรับทั้งเด็กชายและเด็กหญิง เด็กหญิงและเด็กชายสามารถเป็นเพื่อนกันได้และให้ความเคารพซึ่งกันและกัน บางครั้งเด็กหญิงและผู้หญิงได้รับการปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียมหรือไม่ดีเนื่องจากเพราะเป็นเพศหญิง บางครั้งเด็กชายหรือผู้ชายได้รับการปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียมหรือไม่ดีเนื่องจากเพราะเป็นเพศชาย มีกฎหมายและข้อบังคับที่ชัดเจนในการปกป้องสิทธิของสตรีและของชาย

บทบาททางเพศในสังคม

เจตคติเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้ชายและผู้หญิงแตกต่างกันระหว่างครอบครัว วัฒนธรรมและแต่ละบุคคล การยอมรับบทบาททางเพศที่ตายตัวอาจจำกัดชีวิตของคนคนนั้นได้ ชาวชนทั้งหญิงและชายควรได้รับโอกาสที่เท่าเทียมกัน กฎหมายปกป้องเยาวชนหญิงหรือชายเพื่อให้มีส่วนร่วมที่เท่าเทียมกันในกิจกรรมเกี่ยวกับการกีฬา กฎหมายปกป้องสิทธิของผู้หญิงและผู้ชายในการทำงานและให้ได้รับค่าตอบแทนที่เหมาะสม ทั้งเด็กชายและเด็กหญิงสามารถเริ่มแสดงถึงความต้องการในการนัดเที่ยวได้ ในบางครอบครัวและบางวัฒนธรรมมีมาตรฐานที่ไม่เท่าเทียมกันในเรื่องเพศ

ตอนที่ 6.3 เพศวิถีกับกฎหมาย

กฎหมายบางมาตรามีไว้เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์

เพศวิถีกับกฎหมาย

กฎหมาย คือ บทบัญญัติซึ่งผู้มีอำนาจสูงสุดในประเทศได้ตราขึ้นไว้ เพื่อใช้ในการบริหารกิจการบ้านเมืองและบังคับบุคคล ผู้ใดฝ่าฝืนต้องได้รับโทษหรือต้องถูกบังคับให้ปฏิบัติตาม

กฎหมายที่ใช้บังคับทั่วไป มี 2 อย่าง คือ กฎหมายอาญา (เป็นเรื่องระหว่างรัฐกับเอกชน) และกฎหมายแพ่ง (เป็นเรื่องระหว่างเอกชนต่อเอกชน) เมื่อมีการกระทำอาญาเกิดขึ้น รัฐมีอำนาจบังคับใช้กฎหมายได้โดยตรงโดยผู้เสียหายไม่จำเป็นต้องเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย เช่น นาย ก. ทำร้ายร่างกาย นาย ข. รัฐสามารถนำตัวนาย ก. มารับโทษตามกฎหมายได้ทันที กล่าวคือ ตำรวจจับนาย ก. มาสอบสวน นำสำนวนเสนออัยการ อัยการฟ้องคดีฐานทำร้ายร่างกาย และศาลพิจารณาพิพากษาคดีที่อัยการฟ้องและลงโทษนาย ก. โดยนำตัวไปจองจำในเรือนจำตามกำหนดเวลาที่ระบุในคำพิพากษาของศาล ทั้งนี้ไม่ต้องคำนึงว่านาย ข. ผู้เสียหายจะตัดสินใจที่จะให้รัฐดำเนินคดีแก่นาย ก. หรือไม่ก็ตาม ส่วนกฎหมายแพ่งเมื่อมีการฝ่าฝืนกฎหมาย เช่น ผิดสัญญาหรือกระทำโดยจงใจหรือประมาทเลินเล่อให้ผู้อื่นเสียหายคือการกระทำละเมิดนั้น รัฐจะไม่เข้าไปเกี่ยวข้องด้วยจนกว่าคู่กรณีฝ่ายที่ได้รับความเสียหายจะขอให้รัฐเข้าไปเกี่ยวข้องเสียก่อน กล่าวคือจะต้องมีการฟ้องร้องคดีต่อศาลและโจทก์จะต้องเสียค่าธรรมเนียมศาลด้วย ศาลจึงจะรับฟ้องและพิจารณาพิพากษาบังคับคดีให้

กฎหมายอาญาที่เกี่ยวกับการกระทำผิดต่อเสรีภาพในทางเพศ

ความผิดตามประมวลกฎหมายอาญา สำหรับกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการกระทำความผิดต่อเสรีภาพในทางเพศนั้น ในปัจจุบันได้มีบทบัญญัติในประมวลกฎหมายอาญาบัญญัติไว้ในลักษณะ 9 ตั้งแต่มาตรา 276 ถึงมาตรา 287 ซึ่งถือเป็นความผิดต่อการอยู่ร่วมกันและเป็นความผิดต่อข้อบัญญัติทางศีลธรรมด้วย ในบทบัญญัตินี้ดังกล่าว กฎหมายได้จำแนกความผิดออกเป็นฐานความผิดใหญ่ๆ ดังนี้

1. ความผิดฐานข่มขืนกระทำชำเรา
2. ความผิดฐานกระทำอนาจาร
3. ความผิดฐานพาหรือหลอกลวงเด็กหญิงหรือหญิงไปเพื่อสำเร็จความใคร่ของผู้อื่น
4. ความผิดฐานรับตัวเด็กหญิงหรือหญิงผู้ถูกจัดหาเพื่อให้สำเร็จความใคร่ของผู้อื่น
5. ความผิดฐานพาหญิงไปเพื่อการอนาจาร
6. ความผิดฐานซ่อนเร้นหญิงที่ถูกพาไปเพื่อการอนาจาร
7. ความผิดฐานดำรงชีพอยู่ด้วยรายได้ของหญิงซึ่งค้าประเวณี
8. ความผิดฐานแพร่ คำ หรือโฆษณาสิ่งลามก

ความผิดฐานข่มขืนกระทำชำเรา

ความผิดฐานนี้กฎหมายบัญญัติเพื่อคุ้มครองเสรีภาพทางเพศ กล่าวคือ เสรีภาพในการที่จะกำหนดความสัมพันธ์ทางเพศด้วยตนเอง

ความผิดฐานกระทำอนาจาร

ความผิดนี้กฎหมายบัญญัติขึ้นเพื่อคุ้มครองเสรีภาพในทางเพศ หรือสิทธิที่กำหนดเรื่องเพศด้วยตนเอง และลักษณะการคุ้มครองก็มีใช้คุ้มครองเฉพาะกรณีชายทำต่อหญิง แต่การทำอนาจารของชายกับชายหรือหญิงกับหญิงก็เป็นความผิดกฎหมายได้ สำหรับคำว่าอนาจารนั้น คือการกระทำที่ไม่สมควรในทางเพศ หมายความว่า การประเวณีหรือความใคร่ รวมถึงการกระทำให้อับอายขายหน้าในทางเพศด้วย แม้ผู้กระทำจะกระทำเพื่อแก้แค้นก็เป็นอนาจารได้ การพิจารณาว่าการกระทำใดเป็นอนาจารหรือไม่ ศาลจะพิจารณาจากพฤติกรรมที่แสดงออกและจุดมุ่งหมายของผู้กระทำว่าเป็นการกระทำเพื่อก่อหรือระงับความต้องการหรืออารมณ์ทางเพศหรือไม่ เช่น การกอด จูบ ลูบ คลำ หรือให้ผู้อื่นจับต้องอวัยวะเพศของตัว แต่การกระทำที่จะถือเป็นอนาจารนั้นต้องเป็นการกระทำต่อเนื้อตัวของบุคคล แม้จะเป็นการผ่านบนเสื้อผ้าก็ตาม แต่ถ้าเป็นการกล่าวถ้อยคำหรือเขียนภาพ ไม่ถือเป็นอนาจารตามความผิดฐานนี้ แต่อาจเป็นความผิดฐานดูหมิ่นซึ่งหน้าหรือความผิดฐานแพร่สิ่งลามก

ตัวอย่างบางมาตราในประมวลกฎหมายอาญา

มาตรา 277 ผู้ใดกระทำชำเราเด็กหญิงอายุยังไม่เกินสิบห้าปีซึ่งมิใช่ภริยาของตน โดยเด็กหญิงนั้นจะยินยอมหรือไม่ก็ตาม ต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่สี่ปีถึงยี่สิบปี และปรับตั้งแต่แปดพันบาทถึงสี่หมื่นบาท

ถ้าการกระทำความผิดตามวรรคแรกเป็นการกระทำแก่เด็กหญิงอายุยังไม่เกินสิบสามปี ต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่เจ็ดปีถึงยี่สิบปี และปรับตั้งแต่หนึ่งหมื่นสี่พันบาทถึงสี่หมื่นบาท หรือจำคุกตลอดชีวิต

ถ้าการกระทำความผิดตามวรรคแรกหรือวรรคสองได้กระทำโดยร่วมกระทำความผิดด้วยกัน อันมีลักษณะเป็นการโทรมเด็กหญิงและเด็กหญิงนั้นไม่ยินยอม หรือได้กระทำโดยมีอาวุธปืนหรือวัตถุระเบิดหรือโดยใช้อาวุธ ต้องระวางโทษจำคุกตลอดชีวิต ฯ

ความผิดฐานทำให้แท้งลูก

มาตรา 301 หญิงใดทำให้ตนเองแท้งลูก หรือยอมให้ผู้อื่นทำให้ตนแท้งลูก ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินสามปี หรือปรับไม่เกินหกพันบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

มาตรา 302 ผู้ใดทำให้หญิงแท้งลูกโดยหญิงนั้นยินยอม ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินห้าปี หรือปรับไม่เกินหนึ่งหมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ถ้าการกระทำนั้นเป็นเหตุให้หญิงรับอันตรายสาหัสอย่างอื่นด้วย ผู้กระทำต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินเจ็ดปี หรือปรับไม่เกินหนึ่งหมื่นสี่พันบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ถ้าการกระทำนั้นเป็นเหตุให้หญิงถึงแก่ความตาย ผู้กระทำต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินสิบปี และปรับไม่เกินสองหมื่นบาท

มาตรา 303 ผู้ใดทำให้หญิงแท้งลูกโดยหญิงนั้นไม่ยินยอม ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินเจ็ดปี หรือปรับไม่เกินหนึ่งหมื่นสี่พันบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ถ้าการกระทำนั้นเป็นเหตุให้หญิงรับอันตรายสาหัสอย่างอื่นด้วย ผู้กระทำความผิดต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่หนึ่งปีถึงสิบปีและปรับตั้งแต่สองพันบาทถึงสองหมื่นบาท

ถ้าการกระทำนั้นเป็นเหตุให้หญิงถึงแก่ความตาย ผู้กระทำความผิดต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่ห้าปีถึงยี่สิบปี และปรับตั้งแต่หนึ่งหมื่นบาทถึงสี่หมื่นบาท

มาตรา 304 ผู้ใดเพียงแต่พยายามกระทำความผิดตามมาตรา 301 หรือมาตรา 302 วรรคแรก ผู้นั้นไม่ต้องรับโทษ

มาตรา 305 ถ้าการกระทำความผิดดังกล่าวในมาตรา 301 และมาตรา 302 นั้น เป็นการกระทำของนายแพทย์ และ

(1) จำเป็นต้องกระทำเนื่องจากสุขภาพของหญิงนั้น หรือ

(2) หญิงมีครรภ์เนื่องจากการกระทำความผิดอาญาตามที่บัญญัติไว้ในมาตรา 276 มาตรา 277 มาตรา 282 มาตรา 283 หรือมาตรา 284

ผู้กระทำไม่มีความผิด

การร่วมประเวณีระหว่างหญิงชายร่วมบิดามารดาเดียวกันเป็นสิ่งผิดกฎหมาย

ตอนที่ 6.4 เพศวิถีกับศาสนา

มุมมองของศาสนาเกี่ยวกับเพศวิถีส่งผลกระทบต่อเจตคติและพฤติกรรมทางเพศของผู้คน
มนุษย์กับศาสนา

ศาสนาเป็นประสบการณ์เร้นลับ ยากแก่การทำความเข้าใจและอธิบาย ตั้งแต่รุ่งอรุณแห่งประวัติศาสตร์มนุษย์ได้ทำการประกอบพิธีกรรมเช่นไหว้บวงสรวงเทพยดาฟ้าดิน สร้างเทพปกรณัม ไสยศาสตร์และความเชื่อเกี่ยวกับภูตผีปีศาจ วิญญาณและพระผู้เป็นเจ้า ศาสนามีความสัมพันธ์อย่างแนบแน่นกับความเชื่อในสิ่งศักดิ์สิทธิ์และอำนาจเหนือธรรมชาติ ศาสนาโยงใยกับสถาบันทางสังคม เศรษฐกิจ และการเมือง ความเชื่อทางศาสนามีอิทธิพลแทรกซึมเข้าสู่ทุกปริมณฑลของสังคมวัฒนธรรมและประสบการณ์ชีวิตของมนุษย์

ตลอดมาหลายยุคสมัย นักมานุษยวิทยาได้พยายามค้นคว้าทำความเข้าใจกับต้นกำเนิดและพัฒนาการของศาสนาในสังคมวัฒนธรรมต่างๆ แต่ดูเหมือนว่าเป็นเรื่องยากอย่างยิ่งที่จะตอบคำถามง่ายๆว่า ศาสนาคืออะไร? ความเชื่อทางศาสนามีความสัมพันธ์กับโลกทัศน์ ค่านิยม สถาบันสังคมและ

พฤติกรรมของมนุษย์อย่างไร? นักมานุษยวิทยาจำนวนไม่น้อยได้หันกลับไปสู่คำจำกัดความดั้งเดิมของไทเลอร์ที่ว่า ศาสนาคือ ความเชื่อในดวงวิญญาณทั้งหลาย ศาสนาเกี่ยวพันเชื่อมโยงโดยตรงกับความศักดิ์สิทธิ์และอำนาจเหนือธรรมชาติ ดังนั้น ศาสนาคือการบวงสรวงบูชาหรือการสร้างสัมพันธภาพอันดีระหว่างมนุษย์กับอำนาจศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ซึ่งมนุษย์เชื่อว่าสามารถควบคุมหรือมีอิทธิพลเหนือวิถีของธรรมชาติและวิถีชีวิตของมนุษย์ ศาสนาและความเชื่อทางศาสนาเป็นสิ่งที่สากลที่เราพบเห็นได้ในสังคมวัฒนธรรมทุกแห่งหนทั่วโลกตลอดมาทุกยุคทุกสมัย คำอธิบายเกี่ยวกับความเป็นสากลและต้นกำเนิดของศาสนาพอจะแยกแยะออกได้เป็น 3 แนวทางด้วยกันคือ แนวทางแรก เป็นการอธิบายศาสนาตามแนวทางจิตวิทยา แนวทางที่สอง เป็นการอธิบายตามแนวสังคมวิทยา และแนวทางที่สาม เป็นการอธิบายแบบผสมผสานปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาเข้าด้วยกัน ศาสนายังมีบทบาทหลักที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือช่วยให้มนุษย์สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมและการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรมที่เกิดขึ้น นอกจากนั้นศาสนายังเป็นเครื่องมือสำคัญช่วยให้มนุษย์ปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และเป็นกลไกในการสร้างเอกลักษณ์ เป็นพลังในการต่อสู้กับความอยุติธรรม และการเบียดเบียนจากภายนอก การเกิดขึ้นของขบวนการศาสนาใหม่ๆ ในสังคมวัฒนธรรมต่างๆ ทั่วโลก ล้วนแล้วแต่เป็นความพยายามของมนุษย์ในการใช้ความเชื่อทางศาสนาเป็นกลไกในการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลง เพื่อดำรงรักษาเอกลักษณ์และความอยู่รอดของกลุ่มแทบทั้งสิ้น ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วในสังคมวัฒนธรรมต่างๆ ทั่วโลก เราอาจพบว่าในบางสังคม วัฒนธรรม ศาสนา ความเชื่อและพิธีกรรมทางศาสนา ถูกนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่เกิดขึ้น และในบริบทที่แตกต่างกันออกไป เราอาจพบว่าศาสนาถูกนำมาใช้เป็นพลังในการต่อสู้ทางวัฒนธรรม

เพศมิติกับศาสนา

หลายศาสนาสอนผู้คนว่าจะรักกันและกันอย่างไร วิธีการปฏิบัติตัว การไม่ทำร้ายผู้อื่น และอะไรถูกอะไรผิด บางครอบครัวไปวัด โบสถ์ มัสยิดหรือสุเหร่าเพื่อการเคารพบูชา บางครอบครัวก็ไม่ได้ไป ศาสนาที่ต่างกันอาจสอนเหมือนหรือแตกต่างกันได้ หลายศาสนาสอนว่าควรมีเพศสัมพันธ์เฉพาะกับคนที่แต่งงานด้วยเท่านั้น

ทัศนคติเกี่ยวกับเรื่องเพศ

ทัศนคติเกี่ยวกับเรื่องเพศและพฤติกรรมทางเพศเป็นสิ่งที่กำหนดขึ้นทางวัฒนธรรม ศาสนาทุกศาสนาในโลกมีทัศนคติที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและสภาพของเรื่องเพศในประสบการณ์ของมนุษย์ หลายศาสนาในทุกวันนี้ให้การรับรองว่าร่างกายมนุษย์ถูกสร้างมาเป็นที่มิเพศและเพศมิติของมนุษย์

เป็นสิ่งที่ดี ข้อขัดแย้งอาจเกิดขึ้นได้ในเยาวชนและผู้ใหญ่ที่ถูกเลี้ยงมาในศาสนาที่ไม่ยอมรับเรื่องเพศของมนุษย์เต็มที่นัก ค่านิยมทางศาสนาของคนคนหนึ่งมีบทบาทสำคัญต่อการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องเพศ

พระพุทธศาสนากับการพัฒนาจริยธรรมในเด็ก

ศาสนาทุกศาสนาประกอบด้วยคำสอนที่มีจุดมุ่งหมายให้ผู้ปฏิบัติตามละเว้นจากการทำชั่วและประกอบคุณงามความดี แต่วิธีการในการอบรมสั่งสอนและการปฏิบัติของแต่ละศาสนาย่อมแตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม ตลอดจนภาวะแวดล้อมของสังคมนั้นๆ หลักคำสอนของศาสนามีอิทธิพลต่อศีลธรรมของชุมชนนั้น และยังเป็นแนวทางที่สำคัญในการดำเนินชีวิตซึ่งถ่ายทอดไปยังเด็กและเยาวชนด้วย ในที่นี้จะเน้นเฉพาะเรื่องพระพุทธศาสนาที่มีบทบาทในการพัฒนาจริยธรรม

พระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนา คือ พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พระพุทธองค์ได้ตรัสรู้หรือค้นพบพระธรรมคือความเป็นจริงตามธรรมชาติด้วยพระองค์เอง คือธรรมชาติของเหตุและผล ว่าสิ่งทั้งหลายย่อมเกิดจากเหตุ เหตุดีทำให้เกิดผลดี เหตุชั่วทำให้เกิดผลชั่ว ผู้ที่ทำความดีจะได้รับความสุข ผู้ที่ทำความชั่วจะได้รับความทุกข์ สิ่งที่พระองค์ทรงค้นพบนั้นเป็นกฎของธรรมชาติที่มีอยู่แล้ว พระองค์มิได้คิดขึ้นเอง แต่เป็นการค้นพบสภาวะความเป็นจริง เปรียบได้กับนักวิทยาศาสตร์ที่ค้นพบกฎของพลังงานและสสาร หรือแพทย์ค้นพบเชื้อโรคที่เป็นสาเหตุของโรคต่างๆ พระธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาก็คือเรื่องของเหตุและผล พระพุทธองค์ทรงสอนให้ละเหตุที่ชั่วและสร้างเหตุที่ดี เพื่อที่จะไม่ต้องรับความทุกข์ยากในชีวิตและพบแต่ความสุขความเจริญ พระพุทธศาสนาต่างกับศาสนาอื่นในข้อที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้และสั่งสอนในเรื่องของธรรมชาติเกี่ยวกับความทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ การดับทุกข์และหนทางแห่งการดับทุกข์โดยสิ้นเชิง คือ การหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด โดยทรงวางแนวทางการปฏิบัติที่จะเดินไปให้ถึงการดับทุกข์ ตั้งแต่หยาบไปจนละเอียด สรุปโดยย่อคือโอวาทปาฏิโมกข์ ได้แก่

1. การละความชั่ว
2. การทำความดี
3. การทำจิตให้บริสุทธิ์แบ่งเป็น
 - 3.1 การทำจิตใจให้บริสุทธิ์ชั่วขณะ (สมาธิ)
 - 3.2 การทำจิตให้บริสุทธิ์ตลอดไป (ปัญญา)

1. การละความชั่ว ห้ามไม่ให้ทำความชั่วเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดผลของการกระทำชั่ว คือ ความทุกข์ความเดือดร้อน ความชั่วที่ควรรงควั้น คือ อกุศลกรรมบท 10 ได้แก่
ทางกาย 3 ได้แก่
 1. การฆ่าสัตว์
 2. การลักทรัพย์
 3. การประพฤติดิในกามทางวาจา 4 ได้แก่
 1. การพูดโกหก
 2. การพูดส่อเสียด
 3. การกล่าวคำหยาบ
 4. การพูดเพ้อเจ้อทางใจ 3 ได้แก่
 1. การอยากได้ของผู้อื่น
 2. การคิดร้ายต่อผู้อื่น
 3. การเห็นผิด
2. การทำความดี ให้กระทำแต่คุณงามความดี เป็นการสร้างเหตุที่ดี ซึ่งจะทำให้ได้รับผลดี คือ ความสุขในชีวิต ทั้งในปัจจุบันและอนาคต จะได้รับความสุขสบายทางตา หู จมูก ลิ้นและกาย ความดีที่ควรทำคือ บุญกิริยาวัตถุ 10 ได้แก่
 1. ทาน
 2. ศีล
 3. ภาวนา
 4. เคารพบุคคลที่ควรเคารพ
 5. ขวนขวายในกิจที่ชอบ
 6. การอุทิศกุศลผลบุญ
 7. การอนุโมทนาบุญ
 8. การฟังธรรม
 9. การให้ธรรมเป็นทาน
 10. การทำความเห็นในถูกต้อง

3. การทำจิตให้บริสุทธิ์

- 1.1 การทำจิตให้บริสุทธิ์ชั่วขณะ หรือ สมถกัมมัฏฐาน หรือ สมาธิ คือ การฝึกจิตให้ตั้งมั่นกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพียงสิ่งเดียว เป็นการทำความดีโดยฝึกจิตให้บริสุทธิ์ ผลที่จะได้รับคือความสงบสุขทางใจ
- 1.2 การทำจิตให้บริสุทธิ์ตลอดไป หรือ วิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือ ปัญญา คือ การสร้างปัญญาให้เกิดขึ้นทีละขั้นละตอน ได้แก่ สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา ภวานามยปัญญา และ โลกุตตรปัญญา เป็นปัญญาที่จะทำลายความชั่วออกไปจากจิตใจ ในแต่ละขั้นละตอนจนสามารถที่จะทำลายเหตุของการเวียนว่ายตายเกิด คือ อวิชชา ลงไปได้ ผลที่เกิดขึ้นคือ พระนิพพาน ทำให้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้โดยสิ้นเชิง

การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา คือ การเรียนรู้ธรรมชาติของตัวเราเองตามพระธรรมคำสอนเพื่อที่จะละเหตุที่ชั่วออกไปจากกาย วาจาและใจ และสร้างเหตุที่ดี แต่ละขั้นตอนให้เกิดขึ้น การฝึกหัดที่จะเรียนรู้ธรรมชาติของตัวเราจะต้องอาศัยการพิจารณาตนเองด้วยเหตุและผลเป็นหลักคือ ค่อยๆ ศึกษาธรรมชาติที่เป็นเหตุ คือ การกระทำของตัวของเราเอง และศึกษาธรรมชาติที่เป็นผลคือ สิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเราเอง จะทำให้สามารถมองเห็นธรรมชาติของเหตุและผล ซึ่งเกิดขึ้นกับตัวของเราอยู่ตลอดเวลาได้ โดยชัดเจนจนเกิดความเชื่ออย่างมั่นคงว่าเหตุดีผลดี เหตุชั่วผลชั่ว

ความเชื่อในเรื่องของเหตุและผลว่าบุคคลใดกระทำสิ่งใด (กรรม) ย่อมได้รับผลสิ่งนั้น (วิบากกรรม) หรือ ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว หรือ กรรมมีจริง ผลของกรรมมีจริง ความเชื่อเช่นนี้ตามพระธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาเรียกว่า ศรัทธา

ศรัทธานี้ เป็นบ่อเกิดของคุณงามความดีที่จะทำให้บุคคลทั้งหลาย ไม่สร้างเหตุที่ชั่วในทั้งที่ลับและที่แจ้ง แต่ละมีความขยันมั่นเพียรที่จะสร้างเหตุที่ดีโดยสม่ำเสมอ ให้เกิดขึ้นทั้งทางกาย วาจาและใจ ทำให้บุคคลเหล่านั้นเกิดการพัฒนาของพฤติกรรมต่างๆ ไปในทางที่ดี เป็นประโยชน์แก่ทั้งตนเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ

บุคคลที่มีการพิจารณาตนเองอยู่โดยสม่ำเสมอในเรื่องของเหตุและผลตามธรรมชาติ แล้วพัฒนาตนเองที่จะไม่สร้างเหตุที่ชั่ว แต่สร้างเหตุที่ดีโดยสม่ำเสมอในชีวิตของเขา บุคคลเหล่านี้เรียกได้ว่าเป็นผู้ไม่ตั้งอยู่ในความประมาท

ความสัมพันธ์ระหว่างหลักธรรมในพระพุทธศาสนากับการพัฒนาจริยธรรมในเด็ก

หลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนากับการพัฒนาจริยธรรมในเด็กและเยาวชน มีจุดมุ่งหมายเหมือนกันคือ ต้องการให้เด็กเจริญเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีความรู้จักผิดชอบชั่วดี ประพฤติตนในทางที่

ถูกที่ควร ก่อให้เกิดประโยชน์กับตนเองและผู้อื่น ไม่เป็นภัยต่อสังคม เป็นผู้มีคุณธรรม มีการแสดงออกที่ดี ทั้งทางกายและวาจา มีเหตุผล มีความรับผิดชอบ มีอาชีพที่สุจริต

หลักการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาซึ่งสามารถที่จะนำมาใช้ในการพัฒนาจริยธรรมในเด็กและเยาวชน ได้แก่

1. การเลี้ยงดูอบรมเด็กต้องกระทำด้วยเหตุผล เริ่มตั้งแต่เด็กแรกคลอด
2. ฝึกหัดให้เด็กมีการพิจารณาตนเองโดยสม่ำเสมอถึงสิ่งที่ตนเองกระทำและผลที่เกิดขึ้น
3. ฝึกหัดเด็กให้รู้จักแยกการกระทำของตนเองว่าประกอบด้วยเหตุและผลหรือไม่ เป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดี โดยอาศัยพระธรรมคำสอนเป็นหลักในการตัดสินใจว่าสิ่งใดดีสิ่งใดชั่ว
4. ฝึกหัดเด็กให้กระทำสิ่งต่างๆด้วยเหตุด้วยผลที่จะบังคับใจตนเองที่จะไม่กระทำในสิ่งที่ชั่ว เลือกกระทำเฉพาะแต่สิ่งที่ดี และไม่ทำอะไรตามใจตนเอง
5. ฝึกหัดเด็กให้พิจารณาตนเองหรือสำรวจการกระทำของตนเองโดยสม่ำเสมอ ไม่ต้องนอนอยู่ในความประมาท ในการกระทำของตนเอง คือ ไม่สร้างเหตุที่ชั่ว แต่จะสร้างเฉพาะเหตุที่ดี ตั้งแต่ง่ายๆ ไปจนถึงการฝึกจิตใจให้มีความสะอาดบริสุทธิ์ ให้เกิดขึ้น อันเป็นพื้นฐานของปัญญาในพระพุทธศาสนา
6. ฝึกหัดเด็กให้จิตใจมีความตั้งมั่นอยู่ในคุณงามความดีโดยการฝึกสมาธิ (สัมมาสมาธิ) ให้เกิดขึ้น พร้อมทั้งการฝึกสร้างความชำนาญของการทำสมาธิ 5 ประการ (วสี 5)
7. ฝึกหัดการทำจิตใจให้บริสุทธิ์ตลอดไป หรือการสร้างปัญญาให้เกิดขึ้นในแต่ละขั้นละตอนตามพระธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา

วิธีการนำธรรมในพระพุทธศาสนาใช้ในการพัฒนาจริยธรรม

การพัฒนาจริยธรรมในเด็กนับเป็นหัวใจของการพัฒนาบุคลิกภาพทั้งนี้เพราะพื้นฐานของการปลูกฝังจริยธรรมหรือคุณธรรมก็คือ การอบรมให้เป็นคนมีเหตุผลรู้ผิดชอบชั่วดี มีระเบียบวินัยและรับผิดชอบ ซึ่งจะทำให้เด็กเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพและมีสุขภาพจิตดี ปรับตัวได้ดีกับสิ่งแวดล้อม สร้างประโยชน์ให้เกิดขึ้นกับตนเองและส่วนรวม สังคมและประเทศชาติ มีแต่ความสุขสงบ

วิธีการนำหลักธรรมในพุทธศาสนามาปฏิบัติเพื่อการปลูกฝังจริยธรรมในเด็ก แบ่งออกได้เป็น 2 ทาง คือ

1. การปลูกฝังจริยธรรมในเด็กปกติทั่วไป
2. การแก้ไขปัญหายุติธรรมในเด็กและเยาวชน

1. การปลูกฝังจริยธรรมในเด็กปกติ

ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูเด็กให้มีจริยธรรมโดยพ่อแม่หรือผู้ปกครองในครอบครัว การสอนด้านจริยศึกษาโดยครูในโรงเรียนและสถานศึกษา รวมทั้งการสอดแทรกจริยธรรมในโครงการกิจกรรมเด็กและเยาวชนต่างๆ ทั้งของรัฐและเอกชน ผู้มีหน้าที่รับผิดชอบในการดูแลอบรมเด็กควรมีบทบาทดังต่อไปนี้

- 1.1 มีทัศนคติที่เห็นความสำคัญของการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมในเด็กว่าเป็นหัวใจของการพัฒนาบุคลิกภาพและสุขภาพจิต เพราะจิตนั้นเป็นสิ่งที่ควบคุมการกระทำ
- 1.2 มีความเข้าใจในหลักการและขบวนการสร้างเจตคติและบุคลิกภาพและสามารถนำไปใช้ได้ ขบวนการสร้างเจตคติประกอบด้วย
 - 1) มีแบบอย่างที่ดี
 - 2) การทำให้เด็กยอมรับ
 - 3) เด็กมีโอกาสกระทำสิ่งที่ต้องการปลูกฝังนั้นซ้ำๆในกลุ่มและได้รับแรงเสริม
 - 4) เด็กกระทำซ้ำด้วยตนเอง จนเกิดเป็นค่านิยมและนิสัย
- 1.3 มีการฝึกหัดตนเองให้เป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็กในเรื่องของเหตุและผลตามพระธรรมคำสอนในพุทธศาสนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือ การพิจารณาตนเอง ซึ่งจะมีผลทำให้เด็กได้เห็นแบบอย่างที่ดีและยอมรับที่จะปฏิบัติตามแบบอย่างที่ดีนั้น แล้วนำไปใช้ในชีวิตประจำวันด้วยเหตุและผล
- 1.4 นำหลักธรรมในพุทธศาสนามาสอดแทรกในการสอนเด็กในเรื่องต่างๆ ในชีวิตประจำวัน พร้อมกันนั้นก็มีการใช้แรงเสริม (Reinforce) ห้ามเมื่อเด็กที่จะทำในสิ่งที่ชั่ว พร้อมกับชี้แจงเหตุผล ส่งเสริมในการกระทำที่ดีด้วยเหตุด้วยผล เพื่อให้เด็กเกิดความมั่นใจในการละเหตุที่ชั่วและสร้างเหตุที่ดีในการดำเนินชีวิตของเขา ทำให้เด็กได้มีการฝึกหัดละความชั่ว ทำความดีและทำจิตใจให้บริสุทธิ์ การกระทำการฝึกหัดเหล่านี้ซ้ำๆโดยสม่ำเสมอ

2. การแก้ไขปัญหาจริยธรรมในเด็กและเยาวชน

ในการแก้ไขปัญหาจริยธรรมในเด็กและเยาวชนมีผู้ทำหน้าที่เกี่ยวข้องและรับผิดชอบหลายฝ่าย ได้แก่ พ่อแม่หรือผู้ปกครอง ครู นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ เจ้าหน้าที่สวัสดิการเด็กและเยาวชน แพทย์ พยาบาล กุมารแพทย์ จิตแพทย์และจิตแพทย์เด็ก เป็นต้น ซึ่งอาจมีบทบาทแตกต่างกันไปบ้าง แต่ทุกฝ่ายจะต้องมาร่วมมือกันในการแก้ปัญหา ในที่นี้จะเน้นในฝ่ายแพทย์ซึ่งเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาพฤติกรรมในเด็ก ตลอดจนวางแผนการรักษาเพื่อแก้ไข แพทย์ยังเป็นผู้ให้คำแนะนำแก่บุคลากรอื่นๆอีกด้วย

การวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาพฤติกรรมและจริยธรรมตลอดจนวิธีการแก้ปัญหาตามหลักวิชาแพทย์และจิตเวชศาสตร์นั้นก็เหมือนกับหลักการในพุทธศาสนา คือ เรื่องของเหตุและผล ตัวปัญหา

ที่เกิดขึ้นก็คือ ผล การวินิจฉัยก็คือการสาวไปหาเหตุซึ่งการรักษาจะได้ผลหรือไม่ขึ้นอยู่กับการที่แพทย์สามารถค้นหาสาเหตุได้ถูกต้องเพียงไร และความสามารถที่จะวางแผนการรักษาเพื่อจัดเหตุเหล่านั้นได้หรือไม่ เพราะโดยหลักของธรรมชาติแล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดจากเหตุ และจะดับลงไปได้ด้วยการแก้ที่เหตุเท่านั้น จากเรื่องของเหตุและผลเหล่านี้ จึงเป็นข้อเตือนใจโดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยที่มีปัญหาและไม่ได้รับการแก้ไขที่สาเหตุโดยเฉพาะสาเหตุเกี่ยวกับความบกพร่องในพื้นฐานทางบุคลิกภาพ จึงทำให้ผู้ป่วยไม่หายขาดและมีปัญหาต่างๆเกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีก

สรุป

การส่งเสริมการพัฒนาทางจิตใจและการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมในเด็กและเยาวชนเป็นหน้าที่ของบิดามารดา ครูอาจารย์และผู้ใหญ่ทุกคนที่ต้องให้ความสนใจและเสียสละให้การอบรมเด็กด้วยเหตุด้วยผล ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้เด็กเจริญเติบโตไปในทางที่ถูกต้องจนเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพเป็นทรัพยากรบุคคลที่ดี มีค่าของประเทศชาติ

อุปสรรคที่สำคัญอย่างหนึ่งก็คือ แบบอย่างของการเป็นคนมีเหตุผลของผู้ใหญ่ที่จำเป็นจะต้องใช้ในการอบรมจริยธรรมในเด็ก เพราะฉะนั้นผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้องกับการให้การอบรมสั่งสอนเด็กจึงต้องฝึกหัดตนเองในเรื่องของเหตุผล ทั้งในทางโลกและทางธรรม โดยอาศัยหลักของธรรมในพระพุทธศาสนา คือ สิ่งทั้งหลายย่อมเกิดจากเหตุ เหตุดีผลดีก็ตามมา เหตุชั่วผลชั่วก็ตามมา หรือกรรมและผลของกรรมมีจริง มีความ پاکเพียรในการฝึกหัด พิจารณาตนเองโดยสม่ำเสมอ ไม่ตั้งตนอยู่ในความประมาทในเรื่องของกรรม จึงจะสามารถถ่ายทอดความมีเหตุมีผลให้แก่เด็กที่อยู่ในความดูแลของตนในแต่ละวัยของการพัฒนาได้ ซึ่งจะมีผลทำให้เด็กพัฒนาขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณธรรม ทำประโยชน์ให้แก่สังคมและประเทศชาติได้ นอกจากนั้นผู้ใหญ่ควรฝึกจิตให้บริสุทธิ์ตามพระธรรมคำสอนประพาดิตนในทางที่ดีทั้งทางกาย วาจาและใจ จึงจะมีความมั่นคงในการที่จะเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็กและช่วยพัฒนาเด็กและเยาวชนไปในทางที่ถูกต้อง

ตอนที่ 6.5 ความหลากหลายของเพศวิถี

สังคมของเรามีเจตคติและพฤติกรรมทางเพศที่หลากหลาย บางคนถูกกีดกันอย่างไม่เป็นธรรมเพียงเพราะการแสดงออกทางเพศวิถีของเขาเท่านั้น

ความหลากหลายของเพศวิถี

แต่ละบุคคลมีความแตกต่างกันในวิธีการคิด การปฏิบัติ การมองและการใช้ชีวิต การพูดคุยเกี่ยวกับความแตกต่างช่วยให้ผู้คนปรับปรุงความเข้าใจซึ่งกันและกัน ผู้ที่มีความคิดตายตัวมองกลุ่มคนว่ามีพฤติกรรมเหมือนกันหมดทุกคน การมีความคิดตายตัวก่อผลร้ายต่อผู้คน คนทุกคนควรได้รับการปฏิบัติที่ยุติธรรมและเท่าเทียมกัน ผู้คนที่แตกต่างกันมักได้รับการปฏิบัติต่อในทางลบหรือไม่เท่าเทียม

ผู้คนบางครั้งถูกกีดกันเนื่องจากเชื้อชาติ วัฒนธรรม ชาติพันธุ์ ภาษา ลำดับชั้นทางสังคมและเศรษฐกิจ และความพิการ ผู้คนบางครั้งถูกกีดกันเนื่องจากปัจจัยเรื่องเพศ เช่น เพศภาวะ รูปร่างหน้าตา การรับรู้เพศ การจัดการกับครอบครัวและชีวิตความเป็นอยู่ การกีดกันอาจนำไปสู่ความเชื่อมั่นในตัวเองที่ต่ำลง โอกาสที่ไม่เท่าเทียมกัน และปัญหาด้านสุขภาพร่างกายและจิตใจ การกีดกันทำให้จำกัดความสามารถของสังคมในการใช้ความสามารถของสมาชิกของสังคมอย่างเต็มที่ การกีดกันมีผลทางลบตามมาต่อแต่ละบุคคล ครอบครัว กลุ่มชนและสังคมได้

การถูกกีดกันทางเพศ

ผู้คนมีสิทธิที่จะพูดขึ้นได้เมื่อถูกกีดกันและเมื่อเห็นผู้อื่นถูกกีดกัน มีกฎหมาย นโยบายและระเบียบการที่สามารถช่วยเหลือผู้คนให้ต่อสู้กับการถูกกีดกันได้ ชีวิตของผู้คนจะเต็มอิ่มเพิ่มขึ้นได้เมื่อเขาเข้าใจและยอมรับถึงความแตกต่างหลากหลายในสังคม

ตอนที่ 6.6 เพศวิถีกับศิลปะ

ภาพลักษณ์เกี่ยวกับการรณรงค์เป็นสิ่งที่พบได้บ่อยในงานศิลปะ

มนุษย์กับศิลปะ

ศิลปะ คือ การแสดงออกซึ่งอารมณ์ความรู้สึก ความเชื่อ และความคิดของตน ด้วยรูปแบบและวิธีการต่างๆ เช่น การวาดภาพ การปั้นรูป การแกะสลัก การรำร่า การร้องเพลง การทอผ้า การประดิษฐ์เครื่องใช้และเครื่องประดับต่างๆ ฯลฯ นักมานุษยวิทยาเรียกพฤติกรรมในรูปแบบต่างๆ เหล่านี้ว่า พฤติกรรมการแสดง ศิลปะและพฤติกรรมการแสดงมิได้เป็นเพียงผลผลิตของศิลปินหรือของปัจเจกบุคคลคนใดคนหนึ่งเท่านั้น หากแต่ศิลปะยังเป็นผลิตผลของวัฒนธรรม

มนุษย์ในหลายๆ สังคมวัฒนธรรม พยายามปรับเปลี่ยน “ร่างกาย” ของตนเองจากสภาพตามธรรมชาติ มาสู่การเป็นวัตถุทาง วัฒนธรรม ด้วยการเติมสัญลักษณ์ เครื่องประดับ และแต่งแต้มสีลงบนร่างกาย

นักมานุษยวิทยาเชื่อว่าความแตกต่างหลากหลายของศิลปะหรือพฤติกรรมการแสดง เป็น ภาพสะท้อน ของความแตกต่างหลากหลายทางวัฒนธรรมและวิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคมต่างๆ รูปธรรมที่เห็นได้ชัดเจนที่สุดคือ ความสัมพันธ์ระหว่างศิลปะกับสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งวัตถุดิบและเทคโนโลยีที่มีอยู่ในสังคมวัฒนธรรมแต่ละแห่ง

ดนตรีเป็นพฤติกรรมการแสดงอีกประเภทหนึ่งที่มีรูปแบบแตกต่างหลากหลายออกไปในแต่ละสังคมวัฒนธรรม ทั้งในด้านของเครื่องดนตรี ท่วงทำนอง ลีลาในการร้องและเนื้อหา นักมานุษยวิทยาบางท่านได้ตั้งสมมติฐานว่า มนุษย์คิดค้นจังหวะและท่วงทำนองของดนตรีจากเสียงเดินของหัวใจซึ่งเด็กทุกคนได้ยินตั้งแต่ยังอยู่ในครรภ์มารดา นอกจากนั้น พัฒนาการทางด้านดนตรียังอาจได้รับอิทธิพลจาก

ความสัมพันธ์ระหว่างแม่กับเด็ก เช่น การอุ้มลูก การตบกันเบาๆ เพื่อไล่ลม และการไกวเปลห่มล้อมลูกน้อยยามนอน เป็นต้น ภาพลักษณะทางเพศมักปรากฏให้เห็นได้บ่อยๆในงานศิลปะ เช่น คนตรี ภาพยนตร์ ละครเวที และวรรณกรรม

ตอนที่ 6.7 เพศมิตกับสื่อมวลชน

สื่อมวลชนมีอิทธิพลอย่างมากต่อข้อมูลข่าวสาร ค่านิยม และพฤติกรรมทางเพศ

เพศมิตกับสื่อมวลชน

ข่าวสารที่ปรากฏบนจอโทรทัศน์ ในภาพยนตร์ ในหนังสือและนิตยสาร ในวิทยุและบนอินเทอร์เน็ตบางเรื่องเป็นเรื่องจริงและบางเรื่องก็ไม่ใช่ การค้าขายบางอย่างพยายามทำให้คนและสิ่งของดูแตกต่างและดีกว่าความเป็นจริง รายการโทรทัศน์ ภาพยนตร์ และการสนทนาทางคอมพิวเตอร์บางรายการไม่เหมาะสมสำหรับเด็ก ผู้คนสามารถปฏิเสธที่จะดู อ่าน และ/หรือฟังในสิ่งที่คิดว่าเป็นสิ่งไม่ดีต่อตัวเองได้ พ่อแม่มีสิทธิที่จะกำหนดว่าสิ่งใดเหมาะต่อการรับชมสำหรับลูกของตัวเอง ไม่มีใครที่สมบูรณ์แบบในชีวิตจริงเหมือนตัวละครที่ปรากฏในสื่อมวลชน สื่อมวลชนมักจะนำเสนอภาพลักษณ์ลวงของสิ่งที่สื่อถึงความเป็นผู้ชายและผู้หญิง สิ่งที่บ่งความหมายของความรัก และความหมายของความเป็นพ่อแม่และการแต่งงาน สื่อมวลชนบางครั้งพรรณนาถึงกลุ่มวัฒนธรรมบางกลุ่มในทางลบ สื่อมวลชนอาจมีอิทธิพลต่อวิธีการคิดและปฏิบัติของผู้คนได้ พ่อแม่หรือผู้ใหญ่ที่เคารพสามารถช่วยได้เมื่อข่าวคราวที่ปรากฏในสื่อมวลชนนั้นดูสับสน

เรื่องเพศในสื่อมวลชน

สื่อมวลชนมักจะไม่นำเสนอเรื่องเพศในสภาพที่เป็นจริง บางครั้งสื่อมวลชนก็บรรยายเกี่ยวกับเรื่องเพศของกลุ่มวัฒนธรรมบางกลุ่มอย่างตายตัว บางครั้งสื่อมวลชนก็วิจารณ์เรื่องเกี่ยวกับผู้ชายและผู้หญิงอย่างตายตัว รายการแสดงทางโทรทัศน์และภาพยนตร์บางรายการนำเสนอบทบาทด้านบวกของสัมพันธ์ภาพและเรื่องเพศ ละครวิทยุและรายการทอล์กโชว์อาจสื่อข่าวสารและวิจารณ์เรื่องเพศอย่างไม่ถูกต้องและไม่เป็นจริง การสร้างสัมพันธ์ภาพในชีวิตจริงนั้นต้องอาศัยความพยายามมากกว่าภาพที่เราพบในสื่อมวลชน วัยรุ่นและผู้ใหญ่มีความรับผิดชอบและหน้าที่ในการช่วยผู้มีอายุน้อยกว่าให้หลีกเลี่ยงหรือจัดการกับอิทธิพลด้านลบของสื่อมวลชน การแสดงปฏิกิริยาตอบโต้สื่อที่เสนอภาพและเรื่องราวเกี่ยวกับเรื่องเพศที่ไม่เหมาะสมเป็นสิ่งที่มีสำคัญ

ประวัตินักวิจัย

นายแพทย์วัชร เอี่ยมรัศมีกุล นายแพทย์ 9 (เวช.) ด้านเวชกรรมป้องกัน

คุณวุฒิ

- แพทยศาสตรบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต (บริหารสาธารณสุข) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- ประกาศนียบัตรบัณฑิตทางวิทยาศาสตร์การแพทย์คลินิก สาขาวิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- วุฒิบัตรแสดงความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพเวชกรรม สาขาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา แพทยสภา
- วุฒิบัตรการฝึกอบรมหลักสูตรการบริหารงานสาธารณสุขระดับสูง สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล
- อนุมัติบัตรแสดงความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพเวชกรรมสาขาเวชศาสตร์ครอบครัว วิทยาแพทยเวชศาสตร์ครอบครัว แพทยสภา

ประสบการณ์ในการทำงาน

- แพทย์ประจำโรงพยาบาลพนมไพร จังหวัดร้อยเอ็ด
- ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเมวดี จังหวัดร้อยเอ็ด
- ผู้อำนวยการโรงพยาบาลอาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด
- หัวหน้าแพทย์ประจำบ้านสูตินรีเวช โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
- สูตินรีแพทย์ โรงพยาบาลพนมไพร จังหวัดร้อยเอ็ด
- นายแพทย์ 9 (เวช.) ด้านเวชกรรมป้องกัน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด
- ผู้อำนวยการโรงพยาบาลโพนทราย จังหวัดร้อยเอ็ด

ประสบการณ์การวิจัย

- การศึกษาการตั้งครรภ์ที่มีโรคเบาหวานแทรกซ้อนในโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ พ.ศ. 2537
- การตรวจภายในสตรีตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ครั้งแรกที่โรงพยาบาลพนมไพร พ.ศ. 2542
- ความรู้ เจตคติและพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนประถมและมัธยมศึกษา พ.ศ. 2543 รายงานการวิจัย. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- ความรู้ เจตคติและพฤติกรรมอนามัยเกี่ยวกับมะเร็งปากมดลูกของสตรีที่มารับบริการในโครงการ VIA SAFE demonstration project พ.ศ. 2543. การประชุมวิชาการครั้งที่ 15 และการประชุมสามัญประจำปี พ.ศ. 2543 ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย 17-20 ตุลาคม 2543 ณ โรงแรมดุสิตอีสต์แลนด์ รีสอร์ท จังหวัดเชียงราย.

- Maternal age figuration at Roi Et (1998-1999). การประชุมวิชาการครั้งที่ 15 และการประชุมสามัญประจำปี พ.ศ. 2543 ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย 17-20 ตุลาคม 2543 ณ โรงแรมดุสิตไอส์แลนด์ รีสอร์ท จังหวัดเชียงราย.
- Premarital counseling clinic at Phanomphrai hospital, Roi Et: a rural hospital initiation. การประชุมวิชาการครั้งที่ 16 และการประชุมสามัญประจำปี พ.ศ. 2544 ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย 16-19 ตุลาคม 2544 ณ อาคารเฉลิมพระบารมี ๕๐ ปี กรุงเทพมหานคร.
- Comprehensive sexuality education - a computer-aided instruction (CAI) model for early secondary school students. การประชุมวิชาการครั้งที่ 17 และการประชุมสามัญประจำปี พ.ศ. 2545 ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย 16-18 ตุลาคม 2545 ณ โรงแรมลีการ์เดนส์พลาซ่า อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา.
- Sexuality education via computer-aided instruction for early secondary school students. 16th World Congress of Sexology. March 10-14, 2003, International Conference Center of Havana, Cuba.

เอกสารที่เผยแพร่

- แม่ ลูกและเอดส์. วารสารโรงพยาบาลร้อยเอ็ด โรงพยาบาลกาฬสินธุ์ โรงพยาบาลมหาสารคาม 2539; 4(3):102-10.
- Pelvic examination in ANC clinic: a rural hospital experience. Thai J Obstet Gynecol 1998; 10:209-12.
- The mode of delivery and the risk of vertical transmission of human immunodeficiency virus type 1: a meta-analysis of 15 prospective cohort studies. ย่อวารสาร. วารสารนโยบายและแผนสาธารณสุข 2542; 2(2):101-2.
- โครงการเยาวชนอาสา ด้านยาเสพติด เฉลิมพระเกียรติ ๗๒ พรรษา. การประชุมวิชาการสุขภาพจิต ปี 2542 ความรุนแรงในสังคม: ทางออกอยู่ที่ไหน. 25-27 สิงหาคม 2542. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- การปรับปรุงคุณภาพน้ำดื่มด้วยพลังงานแสงอาทิตย์ในระดับชุมชน. ยโสธรเวชสาร 2543; 2(1):5-13.
- การตั้งครรภ์ขณะใส่ห่วงอนามัย: รายงานผู้ป่วย. วารสารโรงพยาบาลร้อยเอ็ด โรงพยาบาลกาฬสินธุ์ โรงพยาบาลมหาสารคาม 2543; 7(2):25-33.
- โครงสร้างอายุมารดา ปี 2541-2542 โรงพยาบาลพนมไพร สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดร้อยเอ็ด. สรรพสิทธิเวชสาร 2543; 21(3):79-87.