

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การพัฒนารูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อศึกษาสภาพปัญหา โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 424 คน และได้นำเสนอข้อมูลสภาพปัญหาที่ได้จากการสำรวจข้อมูลพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม รวมทั้งปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อร่วมกันหาแนวทางการแก้ไข และนำข้อมูลที่ได้มาพัฒนาแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งผลการศึกษานี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการสำรวจสภาพปัญหา

- 1.1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง
- 1.2 พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
- 1.3 พฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
- 1.4 ทักษะชีวิตในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
- 1.5 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ในด้านประเภทของโรงเรียน

- 1.6 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ

- 1.7 การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ส่วนที่ 2 การพัฒนาแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

2.1 ผลการสนทนากลุ่ม

2.2 การพัฒนาแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ส่วนที่ 1 ผลการสำรวจสภาพปัญหา

1.1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเพศชายและเพศหญิงมีจำนวนใกล้เคียงกัน โดยเพศหญิงพบ ร้อยละ 52.1 เพศชาย ร้อยละ 47.1 แบ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ร้อยละ 31.8, 36.1 และ 32.1 ตามลำดับ ด้านประเภทของโรงเรียนเป็นนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษา ร้อยละ 51.2 และโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ร้อยละ 48.8 ด้านการได้รับการอบรมเลี้ยงดู นักเรียนส่วนใหญ่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักความอบอุ่น ร้อยละ 47.9 รองลงมา คือ ยอมรับความคิดเห็นและให้ความช่วยเหลือตามโอกาส ร้อยละ 29.7 ให้อยู่ในระเบียบวินัยทุกด้าน ร้อยละ 10.1 ด้านการพักอาศัย พบว่า ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดา มารดา ร้อยละ 72.6 รองลงมา คือ พักอาศัยอยู่กับญาติ ร้อยละ 26.7 ด้านความสัมพันธ์กับครู พบว่า ส่วนใหญ่ปรึกษาหารือและขอคำแนะนำได้เสมอ ร้อยละ 74.1 ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน พบว่า ส่วนใหญ่เข้ากับเพื่อนได้ ร้อยละ 80.7 ด้านแหล่งที่ได้รับความรู้เรื่องเพศ ส่วนใหญ่ได้รับจากครู อาจารย์ ร้อยละ 50.9 รองลงมา คือ โทรทัศน์ วิทยุ ร้อยละ 41.3 หนังสือ นิตยสาร ร้อยละ 40.6 เพื่อน ร้อยละ 37 ส่วนแหล่งความรู้ที่ได้รับจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และวีซีดี หรือ วีดีโอ พบร้อยละ 35.1 และ 33.7 ตามลำดับ ด้านการรับรู้ толงโทษของโรงเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ไม่รับรู้ ร้อยละ 64.2 ด้านการได้รับการลงโทษเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม พบว่า ส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับการลงโทษ ร้อยละ 96.5 รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลทั่วไป

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n=424)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	203	47.9
หญิง	221	52.1

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลทั่วไป (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n=424)	ร้อยละ
2. ระดับชั้น		
มัธยมศึกษาปีที่ 1	135	31.8
มัธยมศึกษาปีที่ 2	153	36.1
มัธยมศึกษาปีที่ 3	136	32.1
3. ประเภทของโรงเรียน		
โรงเรียนมัธยมศึกษา	217	51.2
โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา	207	48.8
4. การได้รับการอบรมเลี้ยงดู		
ให้ความรักความอบอุ่น	203	47.9
ยอมรับความคิดเห็นและให้ความช่วยเหลือตามโอกาส	126	29.7
ให้อยู่ในระเบียบวินัยทุกด้าน	43	10.1
ถือเอาความพอใจและความต้องการของตนเองเป็นสำคัญ	32	7.5
ให้อิสระมากเกินไป	8	1.9
ไม่ได้รับคำแนะนำและความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา	12	2.8
5. การพักอาศัย		
บิดา มารดา	308	72.6
ญาติ	113	26.7
ตามลำพัง	3	0.7
6. ความสัมพันธ์ของนักเรียนกับครู		
สามารถปรึกษาหารือและขอคำแนะนำได้เสมอ	314	74.1
สามารถปรึกษาหารือและขอคำแนะนำได้เป็นบางครั้ง	91	21.5
ไม่สามารถปรึกษาหารือและขอคำแนะนำได้	16	3.8
อื่นๆ	3	0.7

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลทั่วไป (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (n=424)	ร้อยละ
7. ความสัมพันธ์ของนักเรียนกับเพื่อน		
เข้ากับเพื่อนนักเรียนส่วนใหญ่ได้	342	80.7
เข้ากับเพื่อนนักเรียนได้เป็นบางคน	81	19.1
ไม่สามารถเข้ากับเพื่อนนักเรียนได้	1	0.2
8. แหล่งที่ได้รับความรู้เรื่องเพศ		
บิดา	73	17.2
มารดา	86	20.3
ญาติพี่น้อง	53	12.5
เพื่อน	157	37
หนังสือ นิตยสาร	172	40.6
โทรทัศน์ วิทยุ	175	41.3
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	149	35.1
ครู อาจารย์	216	50.9
วีซีดี วีดีโอ	143	33.7
9. การรับรู้หลงโทษเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม		
ไม่รับรู้	272	64.2
รับรู้	152	35.8
10. การได้รับการลงโทษเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม		
ไม่เคย	409	96.5
เคย	15	3.5

1.2 พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

พฤติกรรมเสี่ยงส่วนใหญ่ คือ พฤติกรรมการมีคู่วัย ซึ่งพบสูงสุดร้อยละ 52.6 รองลงมา คือ การดื่มเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ผสม ดูสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น ภาพยนตร์ลามก วีซีดี ลามก และอ่านหนังสือกระตุ้นความรู้สึกทางเพศ ร้อยละ 34.0, 30.9 และ 23.1 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (n=424)

ประเภทของพฤติกรรม	เคยมี	ร้อยละ	ไม่เคยมี	ร้อยละ
1. เคยมีคู่วัย (แฟน)	223	52.6	201	47.4
2. มีนัดเพียงลำพังกับเพื่อนต่างเพศ	60	14.2	364	85.8
3. เทียบกลางคืนกับเพศตรงข้าม	88	20.8	336	79.2
4. ดื่มเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ผสม	144	34.0	280	66.0
5. อ่านหนังสือกระตุ้นความรู้สึกทางเพศ	98	23.1	326	76.9
6. ดูสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น ภาพยนตร์ลามก วีซีดีลามก	131	30.9	293	69.1
7. ถูกเนื้อต้องตัวกับเพศตรงข้ามในเชิง ชู้สาว	93	21.9	331	78.1
8. จูบกับคู่วัย	58	13.7	366	86.3
9. ชกต่อยหรือตบตีเพื่อแย่งคนรัก	18	4.2	406	95.8

1.3 พฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

พฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในระยะเวลา 6 เดือนที่ผ่านมา พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เคยมีเพศสัมพันธ์ จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 9.7 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด เมื่อแยกตามเพศ พบว่า เพศชายเคยมีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 12.3 ของเพศชายทั้งหมด ซึ่งสูงกว่า เพศหญิงเล็กน้อย โดยเพศหญิงพบว่ามีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 7.2 ของเพศหญิงทั้งหมด รายละเอียดดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นแยกตามเพศ

พฤติกรรมการมี เพศสัมพันธ์	เพศหญิง		เพศชาย		รวม (คน)	ร้อยละ
	(คน)	ร้อยละ	(คน)	ร้อยละ		
เคย	16	7.2	25	12.3	41	9.7
ไม่เคย	205	92.8	178	87.7	383	90.3
รวม	221	100	203	100	424	100

เมื่อแยกตามระดับชั้น พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เคยมีเพศสัมพันธ์สูงสุด จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 13.7 รองลงมา คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 12.5 ส่วนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่าเคยมีเพศสัมพันธ์น้อยที่สุด จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 2.2 รายละเอียดดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 แสดงพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นแยกตามระดับชั้น

พฤติกรรม การมี เพศสัมพันธ์	ระดับชั้น ม.1		ระดับชั้น ม.2		ระดับชั้น ม.3		รวม (คน)	ร้อยละ
	(คน)	ร้อยละ	(คน)	ร้อยละ	(คน)	ร้อยละ		
เคย	3	2.2	21	13.7	17	12.5	41	9.7
ไม่เคย	132	97.8	132	86.3	119	87.5	383	90.3
รวม	135	100	153	100	136	100	424	100

เมื่อแยกตามประเภทโรงเรียน พบว่า นักเรียนของโรงเรียนมัธยมศึกษาที่มีเพศสัมพันธ์ จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 12 สูงกว่านักเรียนของโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ซึ่งพบ จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 7.2 รายละเอียดดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นแยกตามประเภทโรงเรียน

พฤติกรรมการมี เพศสัมพันธ์	โรงเรียน มัธยมศึกษา		โรงเรียน ขยายโอกาส		รวม (คน)	ร้อยละ
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ		
เคย	26	12	15	7.2	41	9.7
ไม่เคย	191	88	192	92.8	383	90.3
รวม	217	100	207	100	424	100

จากกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ พบว่ามีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกอายุเฉลี่ย 14 ปี ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.50 อายุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกน้อยที่สุด คือ 9 ปี มากที่สุด คือ 16 ปี ส่วนใหญ่นักเรียนมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกกับคู่อุปถัมภ์ ร้อยละ 70.7 รองลงมา คือ เพื่อนต่างโรงเรียน และเพื่อนโรงเรียนเดียวกัน ร้อยละ 14.6, 9.8 ตามลำดับ ส่วนนักเรียนที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกกับผู้ขายบริการทางเพศ พบ 1 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4 จำนวนคู่นอนทั้งหมดในปัจจุบันส่วนใหญ่พบว่าไม่มีคู่นอนแล้ว เท่ากับที่มีคู่นอน 1 คน ร้อยละ 41.5 รองลงมา คือ มีคู่นอน 2 คน 4 คน และ มากกว่า 5 คน คิดเป็นร้อยละ 9.8, 4.9 และ 2.4 ตามลำดับ ด้านความถี่ในการมีเพศสัมพันธ์ในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา ส่วนใหญ่มีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียว ร้อยละ 53.6 รองลงมาคือ 5 ครั้งขึ้นไป ร้อยละ 19.5 นักเรียนมีเพศสัมพันธ์บ่อยครั้งกับคู่อุปถัมภ์มากที่สุด ร้อยละ 61 รองลงมา คือ คนในชุมชน เพื่อนโรงเรียนเดียวกัน และเพื่อนต่างโรงเรียน ร้อยละ 14.6, 9.8 และ 9.8 ตามลำดับ ในการมีเพศสัมพันธ์ส่วนใหญ่ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง ร้อยละ 48.8 รองลงมาคือ ใช้น้ำเป็นบางครั้ง และ ไม้ใช้ ร้อยละ 26.8 และ 24.4 ตามลำดับ ด้านการคุมกำเนิด ส่วนใหญ่พบว่า นักเรียน หรือคู่อุปถัมภ์ไม่ได้คุมกำเนิด ร้อยละ 70.7 ส่วนที่คุมกำเนิด ร้อยละ 29.3 พบว่าส่วนใหญ่คุมกำเนิดโดยใช้ถุงยางอนามัย ร้อยละ 38 รองลงมาคือ ยาเม็ดคุมกำเนิด และใช้วิธีหลังข้างนอก ร้อยละ 21 และ 17 ตามลำดับ และพบว่าคู่อุปถัมภ์ หรือตนเองเคยตั้งครรภ์ จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 17.1 และเคยทำแท้ง 2 คน คิดเป็นร้อยละ 28.6 รายละเอียดดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 พฤติกรรมทางเพศของนักเรียนกลุ่มที่มีเพศสัมพันธ์

พฤติกรรมทางเพศ	จำนวน (n=41)	ร้อยละ
บุคคลที่มีเพศสัมพันธ์ด้วยในครั้งแรกของการมีเพศสัมพันธ์		
คูรัก	29	70.7
ญาติ	1	2.4
ผู้ขายบริการทางเพศ	1	2.4
เพื่อนโรงเรียนเดียวกัน	4	9.8
เพื่อนต่างโรงเรียน	6	14.6
จำนวนคู่นอนในปัจจุบัน (คน)		
ไม่มี	17	41.5
1	17	41.5
2	4	9.8
4	1	2.4
มากกว่า 5	2	4.9
ความถี่ในการมีเพศสัมพันธ์ในรอบ 6 เดือนผ่านมา		
1 ครั้ง	22	53.6
2 ครั้ง	6	14.6
3 ครั้ง	3	7.3
4 ครั้ง	2	4.9
5 ครั้งขึ้นไป	8	19.5
บุคคลที่มีเพศสัมพันธ์ด้วยบ่อยที่สุด		
คูรัก	25	61.0
ญาติ	1	2.4
ผู้ขายบริการทางเพศ	1	2.4
เพื่อนโรงเรียนเดียวกัน	4	9.8
เพื่อนต่างโรงเรียน	4	9.8
อื่น ๆ (คนในชุมชน)	6	14.6

ตารางที่ 8 พฤติกรรมทางเพศของกลุ่มที่มีเพศสัมพันธ์ (ต่อ)

พฤติกรรมทางเพศ	จำนวน (n=41)	ร้อยละ
การใช้ถุงยางอนามัยในการมีเพศสัมพันธ์		
ไม่ใช้	10	24.4
ใช้ทุกครั้ง	20	48.8
ใช้บางครั้ง	11	26.8
การคุมกำเนิด		
ไม่คุมกำเนิด	29	70.7
คุมกำเนิด	12	29.3
คูรักหรือตนเองเคยตั้งครรรภ์		
ไม่เคย	34	82.9
เคย	7	17.1

1.4 ทักษะชีวิตในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

1.4.1 ทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัยหรือความรู้

จากการทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา โดยแบ่งระดับความรู้ เป็น 4 ระดับ และมีเกณฑ์การแบ่ง คือ ระดับดีมาก ได้คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป ระดับดี ได้คะแนนร้อยละ 70-79 ระดับพอใช้ ได้คะแนนร้อยละ 60-69 และระดับต้องปรับปรุง ได้คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้อยู่ในระดับต้องปรับปรุง ร้อยละ 32.1 รองลงมา คือ ระดับดีมาก พอใช้ และดี ร้อยละ 31.1, 24.1 และ 12.7 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ระดับความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ระดับความรู้	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ดีมาก	132	31.1
ดี	54	12.7
พอใช้	102	24.1
ต้องปรับปรุง	136	32.1
รวม	424	100

เมื่อวิเคราะห์ระดับความรู้เป็นรายข้อ พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้ในระดับต้องปรับปรุง จำนวน 7 ข้อ คิดเป็นร้อยละ 35 รองลงมา คือ ระดับดีมาก จำนวน 6 ข้อ ระดับพอใช้ จำนวน 4 ข้อ และระดับดี จำนวน 3 ข้อ คิดเป็นร้อยละ 30, 20 และ 15 ตามลำดับ โดยมีความรู้เรื่องเพศศึกษาในระดับพอใช้ และต้องปรับปรุงในด้านการคุมกำเนิดมากที่สุด รองลงมา คือ ด้านโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ด้านการตั้งครรรภ์และการคลอด และการปรับตัวทางเพศของวัยรุ่น ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 10

ตารางที่ 10 ระดับความรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกเป็นรายข้อ

ข้อที่	ร้อยละ (n=424)	ระดับความรู้
1. ความหมายของการมีเพศสัมพันธ์	75.0	ดี
2. อาการแสดงที่คาดว่าอาจ จะตั้งครรรภ์	85.6	ดีมาก
3. ความหมายของการทำแท้ง	75.2	ดี
4. ความหมายของการคุมกำเนิด	41.0	ต้องปรับปรุง
5. ความหมายโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	61.8	พอใช้
6. ความหมายประจำเดือน	81.4	ดีมาก
7. วิธีคุมกำเนิดแบบชั่วคราว	62.0	พอใช้
8. วิธีคุมกำเนิดแบบถาวร	80.2	ดีมาก
9. ความหมายถุงยางอนามัย	67.9	พอใช้
10. โรคเอดส์	58.5	ต้องปรับปรุง
11. การมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียวไม่ทำให้เกิดการตั้งครรรภ์	70.5	ดี
12. พฤติกรรมสำส่อนทางเพศเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้	92.5	ดีมาก
13. การใช้ถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์ทำให้ความรู้สึกทางเพศลดลง	59.0	ต้องปรับปรุง
14. การมีเพศสัมพันธ์กับเพื่อน ไม่มีทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	84.7	ดีมาก

ตารางที่ 10 ระดับความรู้อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกเป็นรายข้อ (ต่อ)

ข้อที่	ร้อยละ (n=424)	ระดับความรู้
15. การใช้ถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์เป็นบางครั้งสามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้	52.8	ต้องปรับปรุง
16. การรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดแบบ 28 เม็ด ที่ถูกต้อง	31.8	ต้องปรับปรุง
17. วิธีคุมกำเนิดแบบใดที่ปลอดภัยจากการตั้งครรภ์มากที่สุด	50.9	ต้องปรับปรุง
18. การปรับตัวทางเพศของวัยรุ่นตอนต้นทางด้านจิตใจที่เห็นได้อย่างชัดเจน	43.6	ต้องปรับปรุง
19. ความหมายของคำว่า "ฝันเปียก" (Wet Dream)	67.9	พอใช้
20. ภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากการทำแท้ง	80.9	ดีมาก

1.4.2 ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ

จากการประเมินเจตคติทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ทั้งหมดจำนวน 25 ข้อ พบว่าเจตคติในข้อที่เป็นคำถามเชิงบวกจากทั้งหมด 9 ข้อ ระดับเจตคติส่วนใหญ่อยู่ที่ระดับเห็นด้วย และเห็นด้วยอย่างยิ่ง จำนวนอย่างละ 4 ข้อ รองลงมาคือไม่เห็นด้วย จำนวน 1 ข้อ ส่วนข้อที่เป็นคำถามเชิงลบจากทั้งหมด 16 ข้อ ระดับเจตคติส่วนใหญ่อยู่ที่ระดับไม่เห็นด้วย จำนวน 12 ข้อ รองลงมาคือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จำนวน 3 ข้อ และมีข้อที่เห็นด้วยเพียง 1 ข้อ จะเห็นได้ว่าในภาพรวมนักเรียนส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีในเรื่องเพศ รายละเอียดดังตารางที่ 11

ตารางที่ 11 เจตคติทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกเป็นรายข้อ

ข้อ/ประเด็นของเจตคติ	Mode	ระดับ เจตคติ
ด้านการมีตนรัก		
1. การมีคู่รักเป็นเรื่องที่สำคัญมากกว่าการเรียน (-)	3	ไม่เห็นด้วย
2. การมีคู่รักทำให้มีความรู้สึกลับั่นคงทางใจมากขึ้น (-)	2	เห็นด้วย

ตารางที่ 11 เจตคติทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกเป็นรายข้อ (ต่อ)

ข้อ/ประเด็นของเจตคติ	Mode	ระดับ เจตคติ
3. เป็นการเสียหน้าถ้าในขณะที่เป็นนักเรียนยังไม่มีคู่รัก (-)	3	ไม่เห็นด้วย
4. การมีคู่รักในวัยเรียนเป็นเรื่องที่ไม่สมควรอย่างยิ่ง (+)	3	เห็นด้วย
<u>ด้านการปฏิบัติต่อคนรัก</u>		
6. การแสดงออกถึงความรักที่มีต่อคู่รัก คือ การมีเพศสัมพันธ์ (-)	3	ไม่เห็นด้วย
7. กรณีที่เป็นคู่รักสามารถกอดจูบแล้วโถมกันได้ ไม่ขัดต่อหลักศีลธรรม (-)	3	ไม่เห็นด้วย
13. ถ้านักเรียนรักใคร่สักคน นักเรียนกล้าที่จะมีเพศสัมพันธ์กับเขา (-)	3	ไม่เห็นด้วย
<u>ด้านความรู้สึกทางเพศ</u>		
5. การอยู่ตามลำพังสองต่อสองของคู่รักนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้ (+)	3	เห็นด้วย
8. นักเรียนมักครุ่นคิดเกี่ยวกับเรื่องการมีเพศสัมพันธ์แทบทุกวัน (-)	3	ไม่เห็นด้วย
9. นักเรียนควรเรียนรู้เรื่องเพศจากประสบการณ์ของตนเอง (-)	3	ไม่เห็นด้วย
22. การดื่มสุราหรือของมีเมาทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ตั้งใจได้(+)	3	เห็นด้วย
<u>ด้านความอยากรู้อยากเห็น</u>		
10. นักเรียนคิดว่ากล้าไปดูภาพยนตร์โป๊ ถ้ามีคนมาชวน (-)	3	ไม่เห็นด้วย
11. นักเรียนชอบดูรูปภาพที่ก่อให้เกิดความรู้สึกทางเพศ (-)	3	ไม่เห็นด้วย
23. นักเรียนชายทุกคนต้องมีประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ จึงจะถือว่าเป็นลูกผู้ชายอย่างแท้จริง (-)	3	ไม่เห็นด้วย
<u>ด้านการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร</u>		
12. การมีเพศสัมพันธ์ในขณะที่อยู่ในวัยเรียนเป็นเรื่องปกติและธรรมดา (-)	4	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
14. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในปัจจุบันมีความเหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย (-)	4	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
24. นักเรียนหญิงทุกคนควรรู้จักรักษานวล สงวนตัว (+)	4	เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ตารางที่ 11 เจตคติทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกเป็นรายข้อ (ต่อ)

ข้อ/ประเด็นของเจตคติ	Mode	ระดับ เจตคติ
<u>ด้านความรู้สึกผิดในเรื่องเพศ</u>		
15. การร่วมเพศกับคู่วัยในวัยเรียนทำให้เกิดความกังวลใจ (+)	3	เห็นด้วย
16. การร่วมเพศก่อนวัยอันควร ทำให้มีโอกาสเสียอนาคต (+)	4	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
17. การตั้งครรภ์ในวัยเรียนทำให้พ่อแม่อับอาย(+)	4	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
25. การไม่ยับยั้งชั่งใจอาจทำให้เกิดการร่วมเพศที่ไม่มีความรับผิดชอบได้(+)	4	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
<u>ด้านการคุมกำเนิดและการทำแท้ง</u>		
18. การร่วมเพศในวัยเรียน สามารถทำได้ถ้ามีการคุมกำเนิดอย่างรัดกุม (-)	3	ไม่เห็นด้วย
19. การทำแท้งขณะที่เป็นนักเรียนเป็นเรื่องที่ทำได้เพื่อให้สามารถกลับมาเรียนต่อจนจบการศึกษา (-)	3	ไม่เห็นด้วย
20. การคุมกำเนิดในวัยเรียนเป็นเรื่องของฝ่ายหญิงเท่านั้น(+)	2	เห็นด้วย
21. การทำแท้งเป็นเรื่องบาป (-)	4	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง

เมื่อวิเคราะห์ระดับเจตคติทางเพศแยกเป็นรายด้าน โดยมีเกณฑ์คือ คะแนนอยู่ในช่วง 1.00–2.00 แสดงว่าเจตคติอยู่ในระดับต่ำ คะแนน 2.01–3.00 เจตคติอยู่ในระดับปานกลาง และคะแนน 3.01–4.00 แสดงว่าเจตคติอยู่ในระดับสูง จากการศึกษาพบว่า เจตคติด้านการมีครรภ์และด้านการคุมกำเนิดและการทำแท้งอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนเจตคติด้านการปฏิบัติต่อความรัก ความรู้สึกทางเพศ ความอยาก رؤ้อยากเห็น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และ ความรู้สึกผิดในเรื่องเพศอยู่ในระดับสูง ซึ่งถ้าดูในภาพรวมเจตคติทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นก็อยู่ในระดับสูงเช่นกัน แสดงว่านักเรียนส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีในเรื่องเพศ รายละเอียดดังตารางที่

ตารางที่ 12 ระดับเจตคติทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกเป็นรายด้าน และภาพรวม

ด้านเจตคติ	(n=424)		ระดับเจตคติ
	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	
ด้านการมีใครรัก	2.97	0.49	ปานกลาง
ด้านการปฏิบัติต่อใครรัก	3.09	0.65	สูง
ด้านความรู้สึกทางเพศ	3.02	0.50	สูง
ด้านความอยากรู้อยากเห็น	3.10	0.68	สูง
ด้านการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร	3.39	0.59	สูง
ด้านความรู้สึกผิดในเรื่องเพศ	3.17	0.67	สูง
ด้านการคุมกำเนิดและการทำแท้ง	2.85	0.49	ปานกลาง
ภาพรวมของเจตคติ	3.09	0.35	สูง

1.4.3. ทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย

จากการประเมินทักษะพิสัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น 3 ด้าน ได้แก่ ทักษะด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ด้านการตัดสินใจแก้ไขปัญหา และด้านการจัดการกับอารมณ์ พบว่า นักเรียนมีทักษะพิสัยด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ด้านการตัดสินใจแก้ไขปัญหา และด้านการจัดการกับอารมณ์ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 73.8, 78.8 และ 66.7 ตามลำดับ และ ทักษะรวมทุกด้าน พบว่าส่วนใหญ่อยู่ระดับสูง ร้อยละ 71.5 รองลงมาคือระดับปานกลาง ร้อยละ 28.5 และ ไม่พบนักเรียนมีทักษะพิสัยในระดับต่ำเลย รายละเอียดดังตารางที่ 13

ตารางที่ 13 ระดับทักษะพิสัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ระดับทักษะพิสัย	จำนวน (n=424)	ร้อยละ
1. ทักษะด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพและการสื่อสาร		
ระดับต่ำ	18	4.3
ระดับปานกลาง	93	21.9
ระดับสูง	313	73.8
2. ทักษะด้านการตัดสินใจและ แก้ไขปัญหา		
ระดับต่ำ	8	1.9
ระดับปานกลาง	82	19.3
ระดับสูง	334	78.8
3. ทักษะด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด		
ระดับต่ำ	7	1.7
ระดับปานกลาง	134	31.6
ระดับสูง	283	66.7
4. ทักษะรวมทุกด้าน		
ระดับต่ำ	0	0
ระดับปานกลาง	121	28.5
ระดับสูง	303	71.5

1.5 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นใน
ด้านประเภทของโรงเรียน

เมื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ในด้านประเภทของโรงเรียนพบว่า นักเรียนของโรงเรียนมัธยมศึกษามีเพศสัมพันธ์ คิดเป็นร้อยละ 12 สูงกว่านักเรียนของโรงเรียนขยายโอกาสซึ่งมีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 7.2 แต่เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ กับประเภทของโรงเรียนแล้ว ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่าง พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์กับประเภทโรงเรียน รายละเอียดดังตารางที่ 14

ตารางที่ 14 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้นกับตัวแปรด้านประเภทโรงเรียน

พฤติกรรม การมี เพศสัมพันธ์	โรงเรียน มัธยมศึกษา		โรงเรียน ขยายโอกาส		รวม (คน)	ร้อยละ
	ร้อยละ	(คน)	ร้อยละ	(คน)		
เคย		26	12	15	41	9.7
ไม่เคย		191	88	192	383	90.3
รวม		217	100	207	424	100

$$\chi^2\text{-test} = 2.719 \quad p\text{-value} = 0.099$$

1.6 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ

เมื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทางเพศอย่างมีนัยสถิติ
ที่ระดับ 0.05 คือ การได้รับการอบรมเลี้ยงดู เจตคติทางเพศโดยรวม เจตคติทางเพศด้านการมี
ความรัก การปฏิบัติตัวต่อคนรัก ความรู้สึกทางเพศ ความอยากรู้ อยากเห็นทางเพศ การมี
เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ความรู้สึกผิดในเรื่องเพศ ด้านการคุมกำเนิดและการทำแท้ง
พฤติกรรมเสี่ยงทั้ง 9 ด้าน ทักษะพิสัยด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ด้านการจัดการกับ
อารมณ์และความเครียด และทักษะพิสัยรวมทุกด้าน ส่วนตัวแปรที่ไม่มีความสัมพันธ์กับ
พฤติกรรมทางเพศอย่างมีนัยสถิติที่ ระดับ 0.05 คือ เพศ ลักษณะการอยู่อาศัย ความรู้
เรื่องเพศศึกษา ทักษะพิสัยด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพและการสื่อสาร รายละเอียดดังตารางที่ 15

ตารางที่ 15 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมที่มีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ

ตัวแปร	พฤติกรรมที่มีเพศสัมพันธ์			χ^2	p-value
	เคย	ไม่เคย	รวม		
เพศ				3.120	0.077
- ชาย	25	178	203		
- หญิง	16	205	221		
รวม	41	383	424		
การได้รับการอบรมเลี้ยงดู				17.754	0.003
- ให้ความรักความอบอุ่น	17	186	203		
- ยอมรับฟังความคิดเห็นและให้ความช่วยเหลือตามโอกาส	9	117	126		
- ให้อยู่ในระเบียบวินัยทุกด้าน	3	40	43		
- ถือเอาความพอใจและความต้องการของบิดา มารดา หรือผู้ปกครองเป็นสำคัญ	5	27	32		
- ให้อิสระภาพและตามใจมากเกินไป	3	5	8		
- ไม่ได้รับคำแนะนำและความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา	4	8	12		
รวม	41	383	424		
ลักษณะการอยู่อาศัย				1.566	0.457
- อยู่กับบิดา มารดา	27	281	308		
- อยู่กับญาติ	14	99	113		
- อยู่ตามลำพัง	0	3	3		
รวม	41	383	424		

ตารางที่ 15 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ (ต่อ)

ตัวแปร	พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์			χ^2	p-value
	เคย	ไม่เคย	รวม		
ระดับความรู้เรื่องเพศศึกษา				4.823	0.185
- ต้องปรับปรุง	18	114	132		
- พอใช้	6	48	54		
- ต่ำ	9	93	102		
- ต่ำมาก	8	128	136		
รวม	41	383	424		
ระดับเจตคติทางเพศ				13.965	0.002
- ปานกลาง	24	114	138		
- สูง	17	269	286		
รวม	41	383	424		
ระดับเจตคติทางเพศด้านการมี คนรัก				12.020	0.002
- ต่ำ	4	9	13		
- ปานกลาง	29	219	248		
- สูง	8	155	163		
รวม	41	383	424		
ระดับเจตคติทางเพศด้านการ ปฏิบัติตัวต่อคนรัก				16.176	0.001
- ต่ำ	9	28	37		
- ปานกลาง	23	169	192		
- สูง	9	186	195		
รวม	41	383	424		

ตารางที่ 15 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ (ต่อ)

ตัวแปร	พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์			χ^2	p-value
	เคย	ไม่เคย	รวม		
ระดับเจตคติทางเพศด้าน					
ความรู้สึกทางเพศ					
- ต่ำ	2	12	14	9.444	0.024
- ปานกลาง	31	201	232		
- สูง	8	170	178		
รวม	41	383	424		
ระดับเจตคติทางเพศด้านความ					
อยาก رؤ้ออยากเห็น					
- ต่ำ	9	34	43	11.621	0.003
- ปานกลาง	21	155	176		
- สูง	11	194	205		
รวม	41	383	424		
ระดับเจตคติทางเพศด้านการมี					
เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร					
- ต่ำ	3	13	16	17.905	<0.001
- ปานกลาง	23	104	127		
- สูง	15	266	281		
รวม	41	383	424		

ตารางที่ 15 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมที่มีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ (ต่อ)

ตัวแปร	พฤติกรรมที่มีเพศสัมพันธ์			χ^2	p-value
	เคย	ไม่เคย	รวม		
ระดับเจตคติทางเพศด้าน					
ความรู้สึกผิดในเรื่องเพศ					
- ต่ำ	2	35	37	6.734	0.034
- ปานกลาง	21	120	141		
- สูง	18	228	246		
รวม	41	383	424		
ระดับเจตคติทางเพศด้านการ					
คุมกำเนิดและการทำแท้ง					
- ต่ำ	7	24	31	10.694	0.005
- ปานกลาง	29	241	270		
- สูง	5	118	123		
รวม	41	383	424		
พฤติกรรมเสี่ยง					
การเคยมีคู่อีก					
- ไม่เคย	6	195	201	19.551	<0.001
- เคย	35	188	223		
รวม	41	383	425		
มีนัดเพียงลำพังกับเพื่อนต่างเพศ					
- ไม่เคย	21	343	364	44.805	<0.001
- เคย	20	40	60		
รวม	41	383	424		

ตารางที่ 15 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมที่มีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ (ต่อ)

ตัวแปร	พฤติกรรมที่มีเพศสัมพันธ์			χ^2	p-value
	เคย	ไม่เคย	รวม		
พฤติกรรมเสี่ยง (ต่อ)					
เที่ยวกลางคืนกับเพศตรงข้าม				44.644	<0.001
- ไม่เคย	16	320	336		
- เคย	25	63	88		
รวม	41	383	424		
ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ผสม				12.222	<0.001
- ไม่เคย	17	263	280		
- เคย	24	120	144		
รวม	41	383	424		
อ่านหนังสือกระตุ้นความรู้สึกลทางเพศ				11.039	0.001
- ไม่เคย	23	303	326		
- เคย	18	80	98		
รวม	41	383	424		
ดูสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ				22.356	<0.001
- ไม่เคย	15	278	293		
- เคย	26	105	131		
รวม	41	383	424		
ถูกเนื้อต้องตัวกับเพศตรงข้ามใน					
เชิงสุภาพ				35.514	<0.001
- ไม่เคย	17	314	331		
- เคย	24	69	93		
รวม	41	383	424		

ตารางที่ 15 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ (ต่อ)

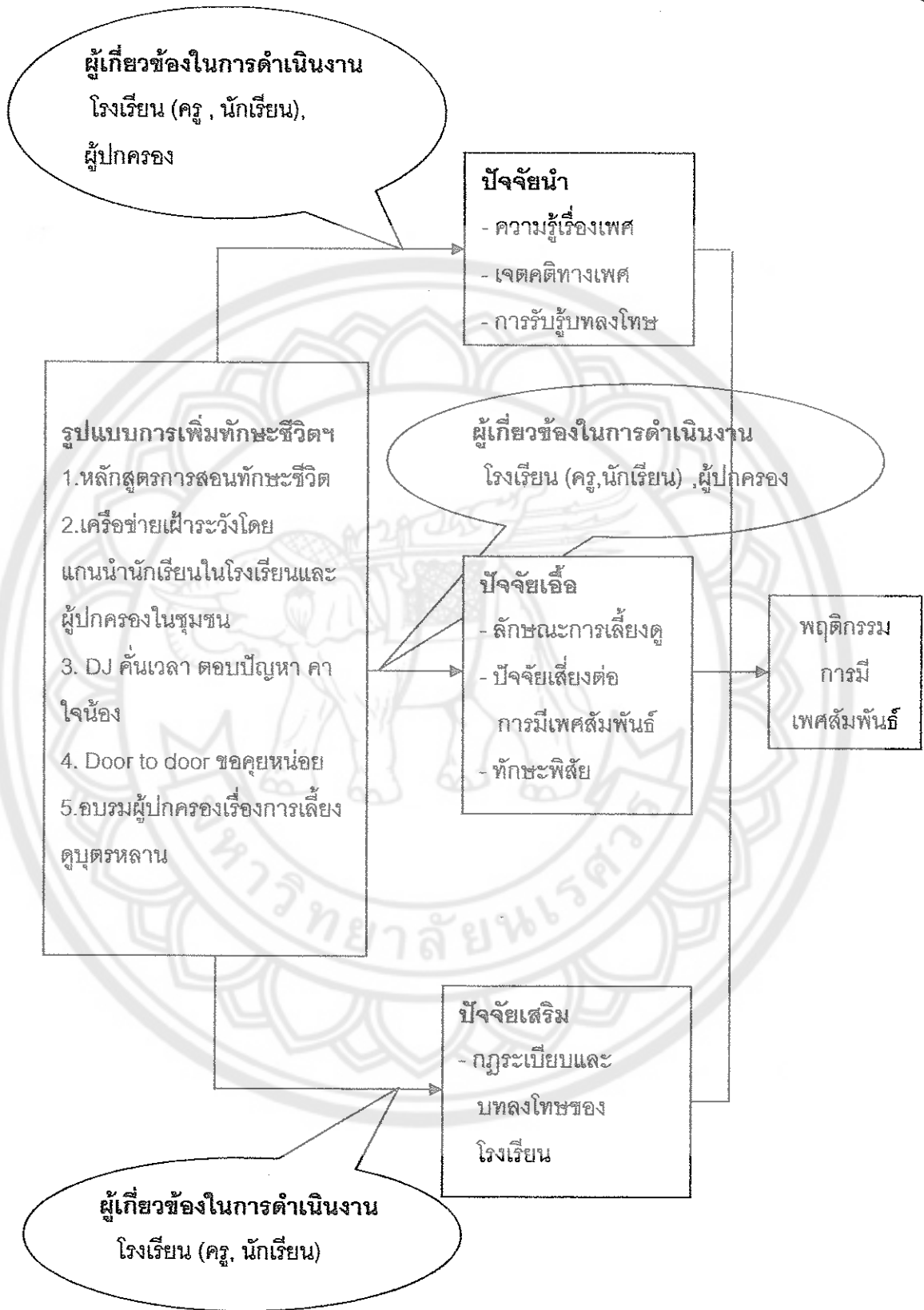
ตัวแปร	พฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์			χ^2	p-value
	เคย	ไม่เคย	รวม		
พฤติกรรมเสี่ยง (ต่อ)					
จูบกับคู่รัก				94.795	<0.001
- ไม่เคย	15	350	365		
- เคย	26	33	59		
รวม	41	383	424		
ชกต่อยหรือตบตีกันเพื่อแย่งคนรัก				7.057	0.008
- ไม่เคย	36	370	406		
- เคย	5	13	18		
รวม	41	383	424		
ระดับทักษะพิสัย					
ด้านการสร้างสัมพันธภาพและ					
การสื่อสาร				2.788	0.248
- ต่ำ	3	15	18		
- ปานกลาง	12	81	93		
- สูง	26	287	313		
รวม	41	383	424		
ด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา					
- ต่ำ	2	6	8	11.492	0.003
- ปานกลาง	15	67	82		
- สูง	24	310	334		
รวม	41	383	424		

ตารางที่ 15 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกรรมมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นกับตัวแปรด้านต่าง ๆ (ต่อ)

ตัวแปร	พฤติกรรมกรรมมีเพศสัมพันธ์			χ^2	p-value
	เคย	ไม่เคย	รวม		
ระดับทักษะพิสัย (ต่อ)					
ด้านการจัดการกับอารมณ์และ					
ความเครียด				8.177	0.017
- ต่ำ	2	5	7		
- ปานกลาง	19	115	134		
- สูง	20	263	283		
รวม	41	383	424		
ทักษะรวมทุกด้าน					
- ปานกลาง	21	100	121	11.450	0.001
- สูง	20	283	303		
รวม	41	383	424		

1.7 การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

การวิจัยนี้ได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎี PRECEDE / PROCEDE MODEL เพื่อพัฒนารูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จากผลการสำรวจข้อมูลเพื่อศึกษาสภาพปัญหา ทำให้ทราบปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกรรมมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น แยกตามปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้เรื่องเพศศึกษา ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นที่เด็กต้องเรียนรู้ เจตคติทางเพศ การรับรู้บทบาทเพศ แยกตามปัจจัยเชื้อ ได้แก่ ลักษณะการเลี้ยงดู ปัจจัยเสี่ยงต่อกรรมมีเพศสัมพันธ์ ทักษะพิสัย ส่วนปัจจัยเสริม ได้แก่ กฎระเบียบและบทลงโทษของโรงเรียน รูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่ผู้วิจัยศึกษา เป็นรูปแบบที่ศึกษาเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในกลุ่มเด็กที่มีเพศสัมพันธ์โดยตั้งใจ หรือสมัครใจ ดังนั้นต้องอาศัยความร่วมมือ ร่วมใจจากหลายภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ โรงเรียน ครู นักเรียน รวมทั้งผู้ปกครองที่อยู่ในชุมชน ช่วยกันแก้ไขปัญหาดังกล่าวตามปัจจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าวข้างต้น รายละเอียดดังภาพที่ 5



ภาพที่ 5 ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ส่วนที่ 2 การพัฒนารูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

2.1 ผลการสนทนากลุ่ม

จากการนำเสนอสภาพปัญหาที่ได้จากการสำรวจข้อมูลการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น แก่ผู้เกี่ยวข้องทั้ง 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้บริหารสถานศึกษา ครูอนามัยโรงเรียน และครูแนะแนว กลุ่มที่ 2 คือ กลุ่มผู้ปกครองนักเรียน ผู้นำชุมชน และผู้ทรงคุณวุฒิ กลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มแกนนำนักเรียน ซึ่งในแต่ละกลุ่มได้ร่วมกันหาแนวทางการแก้ไข และ รูปแบบที่เหมาะสมในการดำเนินงาน สรุปแนวทางการแก้ไขปัญหการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรโดยใช้กระบวนการสนทนากลุ่ม ดังนี้

กลุ่มผู้บริหารสถานศึกษา ครูอนามัยโรงเรียน และครูแนะแนว
แนวทางการแก้ไข

1. โรงเรียนควรมีระบบดูแล ระบบแก้ไข และระบบช่วยเหลือนักเรียน ให้ครอบคลุมทั้ง 3 ระบบ
2. สื่อสารบทลงโทษของโรงเรียนให้ผู้ปกครอง และนักเรียนรับรู้อย่างชัดเจน
3. ระดับนโยบายควรมีการแก้กฎหมายเกี่ยวกับการลงโทษนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม
4. จัดตั้งและพัฒนาเครือข่ายเฝ้าระวังเด็กที่มีพฤติกรรมเสี่ยงที่ไม่เหมาะสมให้เข้มแข็งทั้งในโรงเรียน และ ในชุมชน เพื่อคอยแจ้งข้อมูลเบาะแสแก่โรงเรียน
5. ควรมีหลักสูตรที่สอน หรืออบรมผู้ปกครองในการเลี้ยงดูเด็กที่เหมาะสม เพื่อให้ผู้ปกครองเข้าใจวัยรุ่น และสร้างค่านิยมในการเลี้ยงดูบุตรหลานใหม่
6. มีกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ที่บูรณาการระหว่างผู้ปกครอง เด็กนักเรียน และโรงเรียน
7. พัฒนาหลักสูตรการสอนเพื่อเพิ่มทักษะชีวิตแก่เด็กนักเรียน โดยให้เน้นเรื่องการรู้จักหน้าที่ และความรับผิดชอบให้มากขึ้น

รูปแบบที่เหมาะสมในการดำเนินงาน

1. พัฒนาหลักสูตรการเรียน การสอนในโรงเรียนเพื่อเพิ่มทักษะชีวิตที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาให้แก่เด็กนักเรียนทุกคนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โดยผู้บริหารโรงเรียนผลักดันให้บรรจุเข้าไปเป็นหลักสูตรการเรียนการสอนของโรงเรียนแทนหลักสูตรทักษะชีวิตเดิมที่สอดแทรกอยู่ในรายวิชาสุขศึกษา และ พลศึกษา เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องในการเรียนการสอน และ เกิดประโยชน์ในการกำกับติดตาม ประเมินผลที่ชัดเจน
2. จัดทำโครงการเฝ้าระวังพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กกลุ่มเสี่ยงระหว่างผู้ปกครองกับครู โดยการสร้างเครือข่ายเฝ้าระวังในชุมชน และ สร้างแกนนำนักเรียนในโรงเรียนให้เข้มแข็งเพื่อคอยแจ้งเบาะแสเด็กนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้โรงเรียนทราบ
3. ควรมีการจัดกิจกรรมให้ความรู้แก่ผู้ปกครองเด็กนักเรียนเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูบุตรที่เหมาะสม

กลุ่มผู้ปกครองนักเรียน ผู้นำชุมชน และผู้ทรงคุณวุฒิ แนวทางการแก้ไขปัญหา

1. ผู้ปกครองควรดูแลบุตรหลานทุกเรื่อง ทุกประเด็นทั้งในบ้าน และ นอกบ้าน สั่งสอนปลูกฝังการประพฤติตนที่ถูกต้องแก่บุตรหลาน โดยคอยปลูกฝังให้ต่อเนื่องตามความเหมาะสม และ ทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุตรหลาน
2. พ่อ แม่ ต้องทำตัวใกล้ชิดกับลูก เป็นเพื่อนกับลูก เป็นที่ปรึกษา วิธีการอบรมสั่งสอนลูกควรมีการยืดหยุ่นบ้าง ไม่จำเป็นต้องเด็ดขาดเสมอไป
3. ผู้ปกครองควรพาบุตรหลานไปทำบุญ ทำสมาธิ ช่วยเหลือสังคม สนับสนุนการใช้เวลาร่วมให้เป็นประโยชน์
4. พ่อ แม่ ต้องฝึกให้ลูกทำงานบ้านบ้าง เพื่อให้มีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัยในตนเอง และ รู้จักเห็นคุณค่าของเงิน
5. ผู้ปกครอง หรือพ่อแม่ ควรไปเยี่ยมบุตรหลานอย่างสม่ำเสมอ ในกรณีที่บุตรหลานไปศึกษาอยู่ไกลบ้าน
6. ควรมีเครือข่ายการเฝ้าระวังในชุมชน โดยมีผู้ปกครองคอยประสานกับครูในโรงเรียน

รูปแบบที่เหมาะสมในการดำเนินงาน

อบรมหรือสัมมนาผู้ปกครองนักเรียน ในเรื่องวิธีการสอนบุตรหลาน วิธีการปฏิบัติตน ต่อบุตรหลาน โดยการประชุมกลุ่ม บรรยาย และ จัดทำใบงาน หรือ ใบความรู้ให้เป็น ข้อเตือนใจ หรือ เป็นแนวทางการปฏิบัติ เช่น “วันนี้คุณกอดลูกบ้างแล้วหรือยัง” “คุณทำอย่างไร แล้วหรือยัง” เป็นต้น

ผู้บรรยายควรเป็นครู หรือ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข

สถานที่อบรมสัมมนาควรอยู่ในชุมชน มีการดำเนินการอย่างต่อเนื่องปีละ 3 ครั้ง

กลุ่มแกนนำนักเรียน

แนวทางการแก้ไขปัญหา

ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งมีปัจจัย ที่เกี่ยวข้องหลายอย่าง เพราะฉะนั้นในการแก้ไขปัญหาต้องแก้หลาย ๆ ด้าน ดังนี้

1. ด้านตัวนักเรียนเอง
 - 1) รู้จักยับยั้งชั่งใจ มีความรักให้เหมาะสมกับวัย และ อยู่ในสายตาของผู้ปกครอง
 - 2) รู้จักเทคนิคการปฏิเสธ ต่อลอง ป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์
 - 3) ไม่เที่ยวกลางคืนกับเพศตรงข้าม หลีกเลี่ยงการอยู่สองต่อสอง
 - 4) ให้คิดถึงผลที่จะตามมาของการกระทำของตน
 - 5) หาผู้ให้คำปรึกษา เช่น เพื่อน พ่อแม่ คนที่ไว้ใจ
2. ด้านเพื่อน
 - 1) ให้คำแนะนำ คอยตักเตือน และ บอกวิธีการป้องกันแก่เพื่อน
 - 2) ให้ความเข้าใจเพื่อน ให้กำลังใจ ไม่ซ้ำเติม
 - 3) ไม่ปฏิบัติตามเพื่อนที่มีภาวะเสี่ยง แต่เป็นตัวอย่งที่ดีแก่เพื่อน
 - 4) เข้าร่วมค่ายทักษะชีวิต
3. ด้านครอบครัว ให้ข้อเสนอว่าผู้ปกครอง ควรปฏิบัติกับบุตรหลาน ดังนี้
 - 1) เป็นตัวอย่างที่ดี
 - 2) ให้ความรักความอบอุ่น สร้างความสัมพันธ์ โดยทำกิจกรรมร่วมกันในวันหยุด
 - 3) แนะนำช่องทาง การสร้างอนาคต หรือ ฐานะที่ดี
 - 4) เปิดใจ ไม่ปิดกั้นความคิด ยอมรับในวัยรุ่น เชื่อใจ และ ทำตัวเป็นเพื่อน
 - 5) ให้การยอมรับในสภาพสังคมปัจจุบัน เช่น การคบกันเป็นแฟนแต่ไม่เกิน

ขอบเขต

- 6) ให้คำปรึกษา แนะนำ มากกว่าซ้ำเติม
- 7) ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเลือกรับสื่อต่าง ๆ ที่เหมาะสม

4. ด้านโรงเรียน

- 1) ประสานกับสถานักเรียน ครู และ อาจารย์ ในการเฝ้าระวังพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน ให้มีสรวีตรนักเรียนเป็นหน่วยสอดแนม
- 2) มีบทลงโทษ โดยตักเตือน ลงบันทึก เติญผู้ปกครองรับทราบ พักการเรียน ให้อายสถานศึกษากรณีตั้งครรรภ์
- 3) ให้อาจารย์ฝ่ายปกครองเป็นผู้ให้คำปรึกษาแบบเป็นความลับโดยสอบถามถึงสาเหตุของปัญหา ให้กำลังใจ แสดงความเห็นใจ ช่วยหาแนวทางการแก้ไขมากกว่าการพักการเรียน
- 4) จัดกิจกรรมเผยแพร่สื่อความรู้เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ โดยจัดทำโครงการ “ใครมีแฟนยกมือขึ้น” ทำกล่องรับปัญหา – คำแนะนำเรื่องเพศ

5. ด้านชุมชน

- 1) เป็นหูเป็นตาแทนกัน ไม่นินทาว่าร้าย เพื่อนบ้านแนะนำช่วยเหลือกันและกัน
- 2) จัดกิจกรรมป้องกันกรณีมีเพศสัมพันธ์ในชุมชน โดยกลวิธีให้คำแนะนำถึงบ้าน (Door to door) โดยผู้ให้คำแนะนำควรเป็นกลุ่มเพื่อนวัยรุ่น นักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
- 3) จัดให้หอกระจายข่าวในหมู่บ้านมีการออกอากาศความรู้ และ การป้องกันเกี่ยวกับเพศศึกษา

6. ด้านสื่อ

- 1) ควรจะมีมาตรการควบคุมการเผยแพร่สื่อลามกอนาจาร เช่น จำกัดช่วงเวลาการออกอากาศโทรทัศน์
- 2) ผู้ปกครองควรให้คำแนะนำการดูสื่อแก่บุตรหลาน
- 3) สื่ออิเล็กทรอนิกส์ เช่น อินเทอร์เน็ต ที่มีการใช้ในโรงเรียนควรมีการเฝ้าระวังการเชื่อมต่อเว็บไซต์ที่มีการนำเสนอภาพลามก

7. ด้านสิ่งแวดล้อม

- 1) จัดให้สถานที่แหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ มีเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยดูแล
- 2) ให้มีป้ายสัญลักษณ์ห้ามทำอนาจาร ป้ายรณรงค์เรื่องการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในสถานที่ต่างๆ

3) ให้มีมาตรการคุมเข้มเรื่องการตรวจบัตรประจำตัวประชาชน และการแต่งกาย ก่อนเข้าไปเที่ยวในสถานเริงรมย์

8. ด้านสังคม

1) สร้างเครือข่ายระหว่างหมู่บ้านเพื่อแลกเปลี่ยนความคิด และ แนวทางการแก้ไขปัญหา

2) ให้ผู้ที่เกี่ยวข้อง (ผู้ใหญ่ที่มีบทบาททางสังคม) ให้ความสำคัญกับสภาพปัญหา และ จัดชุดเฉพาะกิจในการแก้ไขปัญหาในพื้นที่ สนับสนุนงบประมาณ และ ติดตามประเมินผล

3) ออกข้อบังคับ หรือ กฎหมายควบคุม

รูปแบบที่เหมาะสมในการดำเนินงาน

1. กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน “โครงการใครมีแฟนก็มีเพื่อน” เป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้นักเรียนเข้าใจความหมายของคำว่าแฟนในบทบาทของการเป็นนักเรียน และเป็นกิจกรรมที่เพื่อนคอยเตือนเพื่อนไม่ให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับแฟนจนเกินเลยในระหว่างวัยเรียน ให้นักเรียนรู้จักยับยั้งชั่งใจ รู้จักพอในการที่จะคบแฟนในวัยเรียน

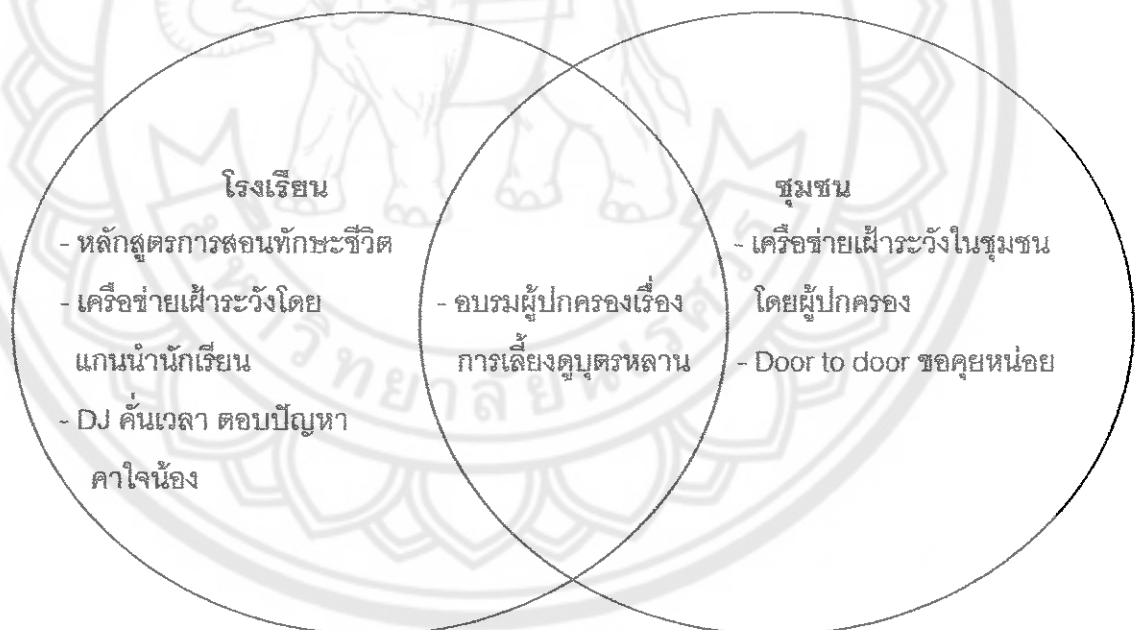
2. กิจกรรม “Door to door ขอคุยหน่อย” เป็นกิจกรรมการออกเยี่ยมผู้ปกครอง และ นักเรียนที่บ้านในกลุ่มวัยรุ่นที่มีปัญหาความไม่เข้าใจกันระหว่างผู้ปกครองกับนักเรียน ซึ่งนักเรียนกลุ่มเป้าหมายได้ผ่านกระบวนการคัดกรองโดยแกนนำนักเรียนมาแล้ว และจัดทีมรับผิดชอบดูแล (อาจเป็นนิสิตมหาวิทยาลัย แกนนำนักเรียนในโรงเรียนเดียวกัน หรือ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข) ออกติดตามเยี่ยมที่บ้าน เพื่อให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาแก่ผู้ปกครอง และ นักเรียนที่บ้าน

3. กิจกรรม “ดีใจ คั่นเวลา ตอบปัญหาคาใจน้อง” เป็นการพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษาในโรงเรียน โดยมีกรรมากรรกรองรับปัญหาเกี่ยวกับวัยรุ่นในทุกๆ เรื่อง โดยเน้นเรื่องเพศศึกษาเป็นหลัก และ ตอบปัญหาประเด็นที่นักเรียนถามโดยอาจารย์ หรือ ผู้เชี่ยวชาญ โดยผ่านดีใจทางเสียงตามสายในโรงเรียน

4. โครงการค่ายทักษะชีวิต เป็นการฝึกอบรมให้นักเรียนกลุ่มเป้าหมาย (แกนนำนักเรียน นักเรียนที่อาสาสมัคร หรือ นักเรียนที่มีปัญหาเรื่องเพศ) มีความรู้ และ ทักษะชีวิตที่จะสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง และ ควรจะมีการศึกษาดูงานตามสถานที่ที่ทำให้เห็นผลระยะยาวจากการเดินทางผิด และ ส่งผลต่อการกระทำนั้นๆ เช่น วัดพระบาทน้ำพุ

2.2 รูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

จากการวิเคราะห์สภาพปัญหาที่ได้จากการสำรวจข้อมูลพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ได้แก่ ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู เจตคติทางเพศ ทักษะด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ทักษะด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ รวมทั้งสังเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากกระบวนการสนทนากลุ่ม ศึกษาเอกสาร และ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเพิ่มทักษะชีวิต จึงได้พัฒนารูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาของพื้นที่ ที่ศึกษาวิจัย ซึ่งรูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตโดยใช้ระบบดูแล แก้ไข และ ช่วยเหลือนักเรียนมีทั้งในส่วนของโรงเรียนเป็นผู้ดำเนินการ ชุมชนเป็นผู้ดำเนินการ และ ทั้งโรงเรียน และ ชุมชนร่วมกันดำเนินการ ดังแสดงในภาพที่ 6



ภาพที่ 6 รูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิต

**รายละเอียดรูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น**

1. พัฒนาหลักสูตรการเรียน การสอนทักษะชีวิตในโรงเรียน ให้แก่เด็กนักเรียน
ทุกคนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โดยผู้บริหารโรงเรียนผลักดันให้บรรจุเข้าไปเป็นหลักสูตร
การเรียนการสอนของโรงเรียนแทนหลักสูตรทักษะชีวิตเดิมที่สอดแทรกอยู่ในรายวิชาสุขศึกษา และ
พลศึกษา (รายละเอียดตามตารางที่ 16 หลักสูตรการเรียนการสอน เพื่อเพิ่มทักษะชีวิต ในการ
ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น)

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อเพิ่มทักษะชีวิตนักเรียนที่สอดคล้องกับสภาพปัญหา
- 2) เพื่อให้นักเรียนเกิดกระบวนการเรียนรู้ที่ต่อเนื่อง
- 3) สามารถติดตามประเมินผลทักษะชีวิตของนักเรียนได้ชัดเจน

2. จัดตั้งและพัฒนาเครือข่ายเฝ้าระวังเด็กที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ที่ไม่เหมาะสม
ให้เข้มแข็ง โดยจัดตั้งเครือข่ายเฝ้าระวังในโรงเรียน โดยใช้แกนนำนักเรียน และ จัดตั้งเครือข่าย
เฝ้าระวังในชุมชน โดยใช้ผู้ปกครอง และ แกนนำในชุมชนเป็นเครือข่าย

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อเฝ้าระวังเด็กที่มีพฤติกรรมเสี่ยงที่ไม่เหมาะสม โดยให้เครือข่ายคอยแจ้ง
ข้อมูลเบาะแสแก่โรงเรียน
- 2) เพื่อให้เกิดการประสานงานระหว่างเครือข่ายกับโรงเรียน
- 3) เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาระหว่างโรงเรียน และชุมชน

3. จัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องการอบรมเลี้ยงดูบุตรหลานแก่ผู้ปกครองนักเรียน
โดยจัดในวันที่โรงเรียนจัดประชุมผู้ปกครองเด็กนักเรียน จัดในชุมชนตามความเหมาะสม หรือ
จัดสัมมนาผู้ปกครองเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้การดูแลบุตรหลาน โดยจัดในโรงเรียน หรือ ในชุมชน
ตามความเหมาะสม

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจถึงความเป็นวัยรุ่น
- 2) เพื่อให้ผู้ปกครองมีทักษะในการเลี้ยงดูบุตรหลานที่เหมาะสม

4. จัดกิจกรรม “Door to door ขอคุยหน่อย” เป็นกิจกรรมการออกเยี่ยมผู้ปกครอง และ นักเรียนที่บ้านในกลุ่มวัยรุ่นที่มีปัญหาความไม่เข้าใจกันระหว่างผู้ปกครองกับนักเรียน ซึ่งนักเรียนกลุ่มเป้าหมายได้ผ่านกระบวนการคัดกรองโดยแกนนำนักเรียนในโรงเรียนมาแล้ว และจัดทีมรับผิดชอบดูแล (อาจเป็นนิสิตมหาวิทยาลัย แกนนำนักเรียนในโรงเรียนเดียวกัน หรือ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข) ออกติดตามเยี่ยมที่บ้าน

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาแก่ผู้ปกครองและนักเรียนที่บ้าน
- 2) เพื่อให้เกิดความเข้าใจ และลดช่องว่างระหว่างผู้ปกครองและนักเรียน
- 3) เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ปกครองและนักเรียน

5. จัดกิจกรรม “ดีเจ คั่นเวลา ตอบปัญหาคาใจน้อง” เป็นการพัฒนารูปแบบ การให้คำปรึกษาในโรงเรียน เนื่องจากรูปแบบการให้คำปรึกษาเดิมต้องเข้าพบอาจารย์ที่ปรึกษา หรือ อาจารย์แนะแนวในห้องรับคำปรึกษา (โดยส่วนใหญ่เป็นห้องพักครู หรือห้องแนะแนว) ซึ่งทำให้นักเรียนที่มีปัญหาไม่กล้าเข้าไปขอรับคำปรึกษา เพราะเกรงว่าจะตกเป็นเป้าสายตา ของเพื่อนๆ กิจกรรม “ดีเจ คั่นเวลา ตอบปัญหาคาใจน้อง” จึงปรับรูปแบบใหม่โดยประชาสัมพันธ์ ให้นักเรียนรับทราบว่ามีกรวางกล่องรับปัญหาเกี่ยวกับวัยรุ่นในทุกๆ เรื่อง โดยเน้นเรื่องเพศศึกษา เป็นหลัก และตอบปัญหาประเด็นที่นักเรียนถามโดยอาจารย์ หรือผู้เชี่ยวชาญ โดยผ่านดีเจ ทางเสียงตามสายในโรงเรียน

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้นักเรียนที่ไม่มีแนวทางในการแก้ไขปัญหาได้รับการช่วยเหลือ โดยไม่ต้อง เปิดเผยตัว
- 2) เพื่อให้นักเรียน และ ครู รวมทั้งผู้ที่เกี่ยวข้องในโรงเรียนได้รับรู้ถึงสภาพปัญหา และ หาแนวทางในการแก้ไขปัญหาร่วมกัน
- 3) เพื่อให้เกิดกระบวนการสร้างความเข้าใจระหว่างครู และ นักเรียน

การประเมินความตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมของรูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

การพัฒนา รูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นรูปแบบที่นำเสนอไว้เพื่อเป็นแนวทางสำหรับให้ ผู้ที่เกี่ยวข้องในการแก้ไขปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ตอนต้นนำไปดำเนินงานต่อ เพื่อยืนยันความเหมาะสมในการดำเนินงาน คณะวิจัยจึงประเมิน ความตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมของรูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่พัฒนาขึ้น โดยการให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 7 ท่าน ตรวจสอบและประเมินความสอดคล้องของรูปแบบการจัดกิจกรรมหรือการดำเนินงาน กับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมของแต่ละกิจกรรมหรือการดำเนินงาน และ ประเมินความเหมาะสม ของรูปแบบการเพิ่มทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในภาพรวม โดยมีแนวทางการให้คะแนน คือ ถ้าไม่สอดคล้อง หรือ เหมาะสม ให้คะแนนเท่ากับ -1 ถ้าไม่แน่ใจว่าสอดคล้องหรือเหมาะสม ให้คะแนนเท่ากับ 0 และ ถ้าสอดคล้องหรือเหมาะสม ให้คะแนนเท่ากับ 1 แล้วนำคะแนนที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญ ไปคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC : index of item objective congruence) ผลการประเมินพบว่า ค่าดัชนีความสอดคล้องมีค่าเกิน 0.5 ทั้งหมด โดยมีค่าต่ำสุด เท่ากับ 0.71 ค่าสูงสุด เท่ากับ 1.00

ตารางที่ 16 หลักสูตรการเรียน การสอน เพื่อเพิ่มทักษะชีวิตในการป้องกันการใช้เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ลำดับ ที่	สาระการเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้รายชั้น		
		มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3
ทักษะชีวิตด้านพฤติกรรมดี หรือความรู้				
1	กิจกรรมเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ วัตถุประสงค์ เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจเรื่องเพศศึกษา โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์	1. กิจกรรมโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ 2. กิจกรรมใครเสี่ยงกว่ากัน 3. กิจกรรมการประเมินโอกาสเสี่ยงต่อเอดส์ของตนเอง	1. กิจกรรมสิ่งที่ต้องการ 2. กิจกรรมทักษะการประเมินความเสี่ยง 3. กิจกรรมระดับความเสี่ยง 4. กิจกรรมใส่ถุงยางอนามัยปลอดภัยแน่	1. กิจกรรมผิดคาด 2. กิจกรรมปรากฏการณ์สุดท้ายของชาย 3. กิจกรรมใส่ถุงยางอนามัยปลอดภัยแน่
2	กิจกรรมเพื่อเรียนรู้การคุมกำเนิด วัตถุประสงค์ เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจเรื่อง การคุมกำเนิดที่ถูกต้อง	4. ความหมายของการคุมกำเนิด	5. วิธีการคุมกำเนิดแบบชั่วคราว 6. วิธีการคุมกำเนิดที่ปลอดภัย	4. วิธีการคุมกำเนิดแบบชั่วคราว 5. วิธีการคุมกำเนิดที่ปลอดภัย

ลำดับ ที่	สาระการเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้รายชั้น		
		มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3
ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ				
1	รู้จักตนเองและคุณค่าของตนเอง วัตถุประสงค์ - เพื่อให้รู้จัก เข้าใจ ยอมรับและกล้าเปิดเผยตนเอง พร้อมทั้งหาแนวทางปรับปรุงข้อบกพร่อง - เพื่อพัฒนาสัมพันธภาพที่ติดต่อตนเอง และผู้อื่น และ ตระหนักในคุณค่าของตนเอง เกิดความภาคภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีพลังในการที่จะ พัฒนาทำสิ่งที่ดีงามให้กับตนเอง	1. กิจกรรมใบหน้าปริศนา ทำให้รู้จัก เข้าใจ และยอมรับ ตนเอง กล้าเปิดเผยตัวเอง ต่อผู้อื่นมากขึ้น 2. กิจกรรมตราประจำตัว สำรวจตนเองในด้านต่างๆ และพ้อมที่จะเปิดเผยตัวเอง	1. กิจกรรมกระจกวิเศษ ทำให้ได้รับรู้ภาพลักษณ์ที่ดี ของตนเองและผู้อื่น 2. กิจกรรมฉันคือเพื่อนที่ดี ที่สุดของตัวเอง ทำให้มี ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง	1. กิจกรรมค้นหาความดี ทำให้รู้ถึงการให้และการรับ และความรู้สึกที่เกิดขึ้นจาก การเข้าใจผู้อื่น 2. กิจกรรมการสร้างสัมพันธ์ ภาพ ทำให้มีพลังที่จะ พัฒนาทำสิ่งที่ดีงามให้กับ ตนเอง 3. กิจกรรมใจเขาใจเรา ทำให้เรารู้ที่จะเข้าใจ ตนเองและผู้อื่นได้อย่าง ดี

ลำดับ ที่	สาระการเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้รายชั้น		
		มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3
ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ				
2	<p>ลดความขัดแย้งในครอบครัว</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ul style="list-style-type: none"> - ให้เกิดการเรียนรู้ที่จะเข้าใจผู้อื่นดีกว่าให้ผู้อื่นมาเข้าใจเรา - ให้อุบายความคับข้องใจอย่างเหมาะสม - ได้เรียนรู้และตระหนักถึงบทบาทของแต่ละคนในครอบครัว 	<p>4. กิจกรรมแม่ที่แสนดี ทำให้ผู้กระบายความคับข้องใจที่มีต่อแม่</p> <p>5. กิจกรรมบ้านของฉัน ทำให้เห็นคุณค่าของตนเอง</p> <p>เกิดความรู้สึกรักและเกิดความรักในตนเอง</p>	<p>4. กิจกรรมสื่อรักจดหมายเป็นการแสดงความรักต่อกันภายในจิตใจของตนเองโดยเขียนจดหมาย</p> <p>5. กิจกรรมพ่อของฉัน ทำให้รู้จักบะบายความคับข้องใจที่มีต่อพ่อ</p>	<p>4. กิจกรรมสงสารแม่ ทำให้เกิดความรู้สึกรักเห็นใจผู้อื่น</p> <p>5. กิจกรรมครอบครัวในดวงใจ ทำให้ได้ระบายความคับข้องใจ เรียนรู้ปัญหาของตนเองและผู้อื่น</p>
3	<p>ความภาคภูมิใจในตนเอง</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้เรียนรู้ข้อดีของตนเองและผู้อื่น - เพื่อยอมรับตนเองและกล้าเปิดเผยตนเองต่อผู้อื่น - เพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง - เสริมสร้างความมั่นใจที่จะสร้างความสำเร็จให้กับตนเอง 	<p>4. กิจกรรมภาพของฉัน ทำให้รู้จักข้อดีของตนเองและผู้อื่น</p> <p>5. กิจกรรมมาช่วยกันหน่อย ทำให้เกิดความภาคภูมิใจจากความสำเร็จของตนเอง</p>	<p>6. กิจกรรมฉันและเธอเป็นคนพิเศษ ทำให้กล้าแสดงออกในด้านความรู้สึกรักใคร่</p> <p>7. กิจกรรมฉันรู้เกี่ยวกับศักยภาพ และคุณค่าของตนเอง</p>	<p>6. กิจกรรมประสบการณ์ที่ ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ</p> <p>ทำให้มองเห็นคุณค่าของตนเอง</p> <p>7. กิจกรรมถนนชีวิต ทำให้ตระหนักถึงการตั้งเป้าหมายในชีวิตที่เหมาะสมกับความคาดหวังที่เป็นจริง</p>

ลำดับ ที่	สาระการเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้รายชั้น		
		มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3
ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ				
4	ส่งเสริมความรับผิดชอบ วัตถุประสงค์ - เพื่อให้ตระหนักถึงความรับผิดชอบของตนเอง - เพื่อให้เห็นความสำคัญของการร่วมมือในการอยู่ ร่วมกัน และเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนเองและผู้อื่น	8. กิจกรรมโลกสวยด้วย มือเรา ทำให้ตระหนักถึง การรับผิดชอบต่อสังคม	8. กิจกรรมครอบครัวในฝัน ทำให้เข้าใจบทบาทหน้าที่ ของตนเองต่อครอบครัว	8. กิจกรรมหลายคอมหลาย แบบ ทำให้ได้เรียนรู้ถึง ลักษณะนิสัยที่แตกต่างกัน และการปรับตัวเข้าหากัน
5	กิจกรรมด้านคุณธรรมและจริยธรรม วัตถุประสงค์ - เพื่อให้เข้าใจความหมาย และตระหนักเห็นคุณค่า ของชีวิต - เพื่อการตระหนักถึงและมีสติในการแก้ปัญหาต่างๆ ได้ทันเหตุการณ์ - มีแนวทางการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง เหมาะสม	9. กิจกรรมการอบอุ่นใจถึงตัวเอง และครอบครัว ทำให้เห็น ประโยชน์ของการมีความคิด และความเห็นที่ถูกต้อง 10. กิจกรรมการวางตัวของ วัยรุ่น ทำให้มีสติรู้จักตัว ประมาณตน แสวงหาสิ่งที่ ควรจะได้รับการพัฒนา และ แก้ไขข้อบกพร่องได้	9. กิจกรรมการรู้จักและเข้าใจ ความแตกต่างระหว่าง บุคคล ทำให้สามารถเลือก คบเพื่อนได้อย่างเหมาะสม 10. กิจกรรมการแสดงออก อย่างเหมาะสมของวัยรุ่น ทำให้มีสติและสามารถคิดได้ เสมอว่าควรแสดงพฤติกรรม อย่างไรที่เหมาะสมกับชุมชน	9. กิจกรรมคุณครูที่รัก ทำให้เห็นคุณค่าของความมี น้ำใจของครู 10. กิจกรรมค่านาม ทำให้สามารถปฏิบัติในการ ตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ได้

ลำดับ ที่	สาระการเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้รายชั้น		
		มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3
ทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยหรือทักษะ				
1	ทักษะการสื่อสาร วัตถุประสงค์ - เพื่อให้เห็นความสำคัญของการสื่อสารอย่างถูกต้อง และเหมาะสมสมที่จะช่วยให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและ กันทั้งสองฝ่าย	1. กิจกรรมการสื่อสารทาง เดี่ยวและสองทาง ทำให้ สามารถเปรียบเทียบความ แตกต่างของผลงานที่เกิด จากการผลิตทางเดียวกับ สองทาง 2. กิจกรรมพหุกระบวน เพื่อให้เห็นถึงปัญหาในการ สื่อสาร	1. กิจกรรมจับคู่คุยกัน ทำให้ตระหนักถึงการเป็น ผู้ฟังที่ดี เห็นความสำคัญ ของความคิดและความรู้สึก ของผู้อื่น 2. กิจกรรมช่วยฟังหนอย ทำให้เกิดความรู้สึกเห็นใจกัน	1. กิจกรรมข่าวลือ เพื่อหา สาเหตุอุปสรรค และการสื่อ ความหมาย 2. กิจกรรมภาษาดอกไม้ ทำให้รู้จักคิด ใช้คำพูด ในทางที่ดีกับตนเองและ ผู้อื่น

ลำดับ ที่	สถานะการเรียนรู้ ศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	กิจกรรมการเรียนรู้รายชั้น		
		มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3
2	ทักษะการจัดทำปัญหา วัตถุประสงค์ - เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ปัญหาของตนเองและผู้อื่น ทำให้เข้าใจตนเองดีขึ้น และนำไปสู่การแก้ปัญหาที่ ถูกต้อง	3. กิจกรรมเรียนรู้ชีวิตจาก สังคม ทำให้ออกสวดของ ความผิดพลาด แนวทางการ แก้ไขปัญหาเมื่อเกิดความ ผิดพลาดได้ 4. กิจกรรมรอบคอบไว้ ตัดสินใจไม่พลาด ทำให้ สามารถค้นหาสาเหตุของ ปัญหา ระดับความรุนแรง เปรียบเทียบข้อดี-ข้อเสียของ ทางเลือกในการแก้ปัญหา ได้	3. กิจกรรมอุปสรรคในชีวิต ทำให้ตระหนักถึงพฤติกรรมที่ เป็นอุปสรรคขัดขวาง เป้าหมายชีวิต 4. กิจกรรมทักษะการปฏิเสธ ทำให้รู้จักวิธีการปฏิเสธ	3. กิจกรรมเสริมชีวิตเสียดีย ทำให้รู้จักแก้ปัญหาอย่างไร ขั้นตอนและมีทางเลือกที่ เหมาะสมกับเหตุการณ์ 4. กิจกรรมปฏิเสธอย่างไร จึงได้ผล ทำให้สามารถ ปฏิเสธเพื่อนได้โดยไม่ เสียสัมพันธภาพ นิมนต์

ลำดับ ที่	สาระการเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้รายชั้น		
		มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3
3	<p>ทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยหรือทักษะ (ต่อ)</p> <p>การจัดการกับอารมณ์</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้เข้าใจถึงธรรมชาติของอารมณ์ตนเอง - เพื่อให้เข้าใจถึงธรรมชาติของอารมณ์และภาวะควบคุมอารมณ์ที่เหมาะสม - เพื่อให้ใช้ทักษะการจัดการกับอารมณ์ในสถานการณ์ต่างๆได้ 	<p>5. กิจกรรมลูกเต๋าอารมณ์</p> <p>ทำให้เข้าใจถึงธรรมชาติของอารมณ์และการควบคุมอารมณ์ที่เหมาะสม</p> <p>6. กิจกรรมการวาดอารมณ์</p> <p>ทำให้รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น</p> <p>7. กิจกรรมจักรยานี่มีข้อคิด</p> <p>ทำให้ทราบวิธีการควบคุมอารมณ์ของตนเองและตอบสนองต่อสภาวะอารมณ์ทางลบได้อย่างเหมาะสม</p>	<p>5. กิจกรรมลูกโป่งคลายเครียด</p> <p>ทำให้ได้ระบายความรู้สึกคับข้องใจ เรียนรู้ปัญหาของตนเองและผู้อื่น</p> <p>นำไปสู่การแก้ไขปัญหาที่ถูกต้อง</p> <p>6. กิจกรรมพายุอารมณ์</p> <p>ทำให้ตระหนักถึงผลเสียของการไม่สามารถควบคุมอารมณ์</p> <p>7. กิจกรรมการแสดงความรู้สึกที่เหมาะสม</p> <p>ทำให้รู้จักแสดงความรู้สึกที่เหมาะสมกับเวลา สถานที่ และบุคคล</p>	<p>5. กิจกรรมปรอทอารมณ์</p> <p>ทำให้ตระหนักว่ากำลังมีอารมณ์โกรธ และสามารถจัดการและแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม</p> <p>6. กิจกรรมทักษะการจัดการอารมณ์</p> <p>ทำให้สามารถใช้ทักษะการจัดการกับอารมณ์ได้เหมาะสม</p> <p>7. กิจกรรมการเผชิญอารมณ์ผู้อื่น</p> <p>ทำให้สามารถสังเกตและประเมินอารมณ์ของผู้อื่นได้และสามารถเผชิญอารมณ์ของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม</p>

ลำดับ ที่	สาระการเรียนรู้ สาระการเรียนรู้ ทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยหรือทักษะ (ต่อ)	กิจกรรมการเรียนรู้รายสัปดาห์		
		มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3
4	<p>การจัดทำกับความรู้</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ul style="list-style-type: none"> - ตระหนักถึงภาวะความเครียด และผลกระทบที่เกิดขึ้นกับตนเอง - เกิดการเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหา และลดภาวะเครียดได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง 	<p>8. กิจกรรมถนนกับของ ทำให้เข้าใจผลกระทบของ ความเครียด และตรวจสุขภาพ ความเครียดของตนเองได้</p> <p>9. กิจกรรมการฝึกสมาธิเพื่อ ลดความเครียด เพื่อให้ สมาธิอย่างง่าย เพื่อลด ความเครียดได้</p>	<p>8. กิจกรรมสร้างภาพใน จินตนาการ ให้วิธี จินตนาการเพื่อผ่อนคลาย ความเครียดได้ด้วยตนเอง</p> <p>9. กิจกรรมการฝึกหายใจ เพื่อลดความเครียด ให้ฝึก หายใจเพื่อลดความเครียด ด้วยตนเอง</p>	<p>8. กิจกรรมเพลงขนาด ความเครียดมือเปิบ ทำให้ เผชิญความเครียดได้</p> <p>9. กิจกรรมการพักผ่อน คลายจิตโดยวิธีคิดอย่าง สร้างสรรค์ ทำให้สามารถ ปรับเปลี่ยนวิธีคิด เพื่อผ่อนคลาย คลายความเครียดได้</p>
5	<p>ครอบครัวสัมพันธ์ และทักษะทางสังคม</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้ผู้ปกครองและนักเรียนเห็นความสำคัญของการสื่อสาร การสร้างความรัก ความเข้าใจกัน เพื่อให้เกิดสัมพันธ์ภาพและความอบอุ่นในครอบครัว - เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ สามารถวิเคราะห์ และแก้ปัญหาต่างๆ ได้ 	<p>10. กิจกรรมการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว เพื่อ ประเมินบทบาทของตนเองที่มีต่อครอบครัว</p> <p>11. กิจกรรมเข้าใจวัยรุ่น ทำให้ผู้ปกครองเข้าใจธรรมชาติและสาเหตุปัญหาของวัยรุ่น</p>	<p>10. กิจกรรมการเล็งการรับสื่อ ทำให้ตระหนักถึงภัยจากสื่อ ต่างๆ</p> <p>11. กิจกรรมการเผชิญภาวะ วิกฤต ทำให้สามารถ วิเคราะห์และหาทางออกใน การเผชิญภาวะวิกฤติ</p>	<p>10. กิจกรรมการสื่อสารใน ครอบครัวและเทคนิคการ เตือนลูก เห็นความสำคัญ ของการสื่อสารในครอบครัว</p> <p>11. กิจกรรมสื่อสัมพันธ์ อันตราย ทำให้ตระหนักถึง ภัยจากสื่อต่างๆ</p>

ลำดับ ที่	สาระการเรียนรู้	กิจกรรมการเรียนรู้รายชั้น		
		มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3
6	ทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยหรือทักษะ (ต่อ) ทักษะการสร้างเป้าหมายในชีวิต วัตถุประสงค์ - เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการสร้างเป้าหมายในชีวิต - การมีทักษะการคิดอย่างเป็นระบบและมีเหตุผล - การวิเคราะห์ปัญหาที่เป็นอุปสรรค และหาแนวทางในการแก้ไขอุปสรรค	12. กิจกรรมเป้าหมายชีวิต ทำให้เห็นความสำคัญของการมีเป้าหมายชีวิต วางแผนชีวิตอย่างเป็น รูปธรรมชัดเจน 13. กิจกรรม 20 ประการที่ อยากทำ ทำให้รู้ค่าขี้นมและ กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการ สร้างเป้าหมายของชีวิต	12. กิจกรรมกราฟชีวิต เป็น การสร้างแรงจูงใจในการ สร้างเป้าหมายในชีวิต โดย นำประสบการณ์ในอดีตและ สิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบันมา แนวทาง 13. กิจกรรมความต้องการ ความสำเร็จ สามารถบอก ประโยชน์ของความสำเร็ ของตนได้	12. กิจกรรมเป้าหมายชีวิต ของฉัน ทำให้ตระหนักถึง ความต้องการหรือเป้าหมาย ของตนในปัจจุบัน 13. กิจกรรมความล้มเหลว เป็นครูที่ดี ทำให้รู้จักการ กับความกังวลใจ เปลี่ยน พลังเชิงลบให้เป็นพลังเชิง บวก