

บทที่ 2

การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดราชบุรี ผู้วิจัยการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและวรรณกรรมต่าง ๆ รวมทั้งทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาและกำหนดกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัยมี หัวข้อตามลำดับ ดังนี้

2.1 พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่นตอนต้น

2.2 พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมของวัยรุ่น

2.3 แนวคิดทักษะชีวิตและการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

2.3.1 แนวคิดทักษะชีวิต

- 1) ความหมายของทักษะชีวิต
- 2) ความสำคัญของทักษะชีวิตต่อวัยรุ่น
- 3) องค์ประกอบของทักษะชีวิต
- 4) ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

2.3.2 แนวคิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

- 1) ความหมายของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
- 2) องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
- 3) การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต

2.4 บทบาทพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนกับการส่งเสริมพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

2.5 กรอบแนวคิดในการวิจัย

2.1 พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่นตอนต้น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่วุฒิภาวะทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมเป็นวิกฤตช่วงหนึ่งของชีวิตเนื่องจากเป็นช่วงต่อของวัยเด็กและผู้ใหญ่โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะต้นของวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงมากมายเกิดขึ้นซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะมีผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นด้วยกันเอง และบุคคลรอบข้างหากกระบวนการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเป็นไปอย่างเหมาะสมจะช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและกระตุ้นให้พัฒนาการด้านอื่นๆเป็นไปด้วยดีการให้ความหมายของวัยรุ่นตลอดจนการกำหนดช่วงอายุอาจมีความเหลื่อมล้ำกันมีผู้ให้ความหมายของวัยรุ่นดังนี้

Hockenberry (2009 : 16) กล่าวว่า วัยรุ่น หมายถึง บุคคลที่อยู่ในช่วงระยะเวลาของการเปลี่ยนแปลง จากวัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และ สังคม มีวุฒิภาวะทางอารมณ์

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (ราชบัณฑิตยสถาน. 2546 : 52) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่น คือ ภาวะหรือเหตุการณ์ที่อยู่ในระยะต่อกันถือว่าเป็นระยะสำคัญที่จะเปลี่ยนแปลงสภาพ หรือความคิดเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่

WHO (2011 : 7) ให้ความหมายว่า วัยรุ่นเป็นผู้มีลักษณะ 3 ประการ คือ มีพัฒนาการด้านร่างกาย โดยมีวุฒิภาวะทางเพศ มีพัฒนาการทางด้านจิตใจโดยมีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ และมีการเปลี่ยนสภาวะทางด้านเศรษฐกิจจากการที่ต้องพึ่งพาทางเศรษฐกิจเป็นบุคคลที่สามารถประกอบอาชีพมีรายได้ สามารถรับผิดชอบและพึ่งพาตนเอง และได้กำหนดอายุของวัยรุ่นอยู่ระหว่าง 10-19 ปี

พนม เกตุมาน (2550 : 12) อธิบายว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลายด้าน เด็กจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 12 - 13 ปี โดยส่วนใหญ่เพศหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเพศชาย ประมาณ 2 ปี และจะเกิดการพัฒนาไปจนถึงอายุประมาณ 18 ปี จึงจะเข้าสู่วัยผู้ใหญ่

อัมพร เบญจพลพิทักษ์ (2550 : 14) ได้กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม รวมทั้งมีการพัฒนาทางเพศที่สมบูรณ์

สุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์ (2551 : 11) ได้อธิบายเกี่ยวกับวัยรุ่นว่า เป็นช่วงวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา

อาภรณ์ ดินาน (2551 : 10) กล่าวถึงวัยรุ่นว่า เป็นช่วงเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วต่อเนื่อง และมองเห็นได้อย่างชัดเจน นอกจากมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่สามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจนแล้ว ช่วงวัยรุ่นยังเป็นช่วงที่ต้องเปลี่ยนแปลงบทบาทของตนเองจากเด็กสู่บทบาทของผู้ใหญ่ที่จะต้องมีความรับผิดชอบมากขึ้น

สรุปว่าวัยรุ่น หมายถึง บุคคลที่มีอายุระหว่าง 11 - 19 ปี เป็นวัยที่มีความเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่แต่ไม่สามารถจะกำหนดแน่นอนได้ว่าเริ่มต้นและสิ้นสุดลงเมื่อใด คำจำกัดความคำว่า "วัยรุ่น" มีความหลากหลายเนื่องจากขึ้นกับความแตกต่างของขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมตลอดจนความแตกต่างทางสังคม

พัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น (Adolescent development) พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539) ได้กล่าวถึง พัฒนาการด้านร่างกายของวัยรุ่นว่าเป็นปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในร่างกายของเด็กวัยรุ่น ส่วนใหญ่เกิดจากการทำงานของต่อมไร้ท่อ (Ductless gland) จะเริ่มทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมน ซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรมและพัฒนาการของเด็กมาก

วัยรุ่นจะเกิดเมื่อเด็กอายุประมาณ 12 – 13 ปี เพศหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเพศชาย ประมาณ 2 ปี และจะเกิดการพัฒนาไปจนถึงอายุประมาณ 18 ปี จึงจะเข้าสู่ผู้ใหญ่ โดยการเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมากในพัฒนาการด้านต่าง ๆ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับ (พนม เกตุมาน. 2549) ดังนี้

1) พัฒนาการทางด้านร่างกาย (Physical development)

พัฒนาการทางด้านร่างกายประกอบไปด้วยการเปลี่ยนแปลงร่างกายทั่วไปและการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เนื่องจากวัยนี้มีการสร้างและหลั่งฮอร์โมนเพศ (Sex hormone) และฮอร์โมนของการเจริญเติบโต (Growth hormone) อย่างมากและรวดเร็ว

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physical changes) ร่างกายจะเจริญเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็วแขนขายาวขึ้นก่อนจะเห็นการเปลี่ยนแปลงอื่นประมาณ 2 ปี เพศหญิงจะมีไขมันมากกว่าเพศชายที่กล้ามเนื้อมากกว่า ทำให้เพศชายแข็งแรงกว่า

การเปลี่ยนแปลงทางเพศสิ่งที่เห็นได้ชัดคือ วัยรุ่นชายจะเป็นหนุ่มขึ้นเสียงแตก หนวดเคราขึ้น และเริ่มมีฝันเปียก (Nocturnal ejaculation) การเกิดฝันเปียกครั้งแรกเป็นสัญญาณของการเข้าสู่วัยรุ่นของเพศชาย ส่วนเพศหญิงจะเป็นสาวขึ้น คือ เต้านมมีขนาดโตขึ้น ไขมันที่เพิ่มขึ้นทำให้รูปร่างมีทรวดทรง สะโพกผายออก และเริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก (Menarche) การมีประจำเดือนครั้งแรกเป็นสัญญาณบอกการเข้าสู่วัยรุ่นเพศหญิง

ทั้งสองเพศจะมีการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศ ซึ่งจะมีขนาดโตขึ้นและเปลี่ยนเป็นแบบผู้ใหญ่ มีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศ มีกลิ่นตัว และมีสิว ผลจากการเปลี่ยนแปลงร่างกายของวัยรุ่นส่งผลกระทบต่ออารมณ์และจิตใจ ทำให้เกิดความวิตกกังวล หงุดหงิดและหมกมุ่นในเรื่องต่าง ๆ (จุไรรัตน์ แพรวพราย. 2553)

(1) วิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ซึ่งวัยรุ่นมักจะกังวลว่าร่างกายของเขา จะเกิดการเปลี่ยนแปลงส่วนไหนอย่างไร ทำไมจึงเกิดการเปลี่ยนแปลง มีเหตุผลมาจากอะไร มันจะเป็นความผิดปกติหรือไม่ แล้วคนอื่นจะเหมือนตัวเองหรือไม่

(2) วิตกกังวลเกี่ยวกับการมีอารมณ์เพศสูง เกิดความไม่แน่ใจว่าสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้น เป็นความผิดปกติหรือไม่

(3) วิตกกังวลเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศ ซึ่งโดยธรรมชาติ เด็กวัยนี้จะมีอารมณ์สนใจอยากรู้อยากเห็นเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว และเมื่อร่างกายมีระดับฮอร์โมนทางเพศเพิ่มสูงขึ้นก็ยิ่งทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ที่จะหัดสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง เกิดความอยากรู้อยากเห็นพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้องและเบี่ยงเบนต่าง ๆ บ่อยครั้งที่เด็กวัยรุ่นไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมทางเพศได้เมื่อถูกกระตุ้นต่อสิ่งเร้า จะทำให้เกิดความอับอายมากเมื่อเกิดความรู้สึกผิดต่อพฤติกรรมของตนเองที่แสดงออก เช่น การแอบไปซื้อหนังโป๊มาดู หรือการแอบดูคนอื่นอาบน้ำ เป็นต้น

2) พัฒนาการทางด้านอารมณ์ (Emotional development)

พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539) กล่าวถึงลักษณะอารมณ์ของเด็กวัยรุ่นว่าเป็นผลต่อเนื่องมาจากวัยแรกเริ่มและอาจทวีความรุนแรงขึ้นบ้าง ความรู้สึกของเด็กจะเป็นแบบตรงไปตรงมา เปิดเผยไม่สามารถเก็บความรู้สึก ชอบหรือไม่ชอบ มีความเคลือบแคลงสงสัยในเรื่องต่าง ๆ บางสถานการณ์จะมีพฤติกรรมแสดงความเป็นคนมีเหตุมีผล แต่บางครั้งมีพฤติกรรมทำตามใจตัวเอง เป็นเหตุให้เกิดความสับสนและขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง การที่เด็กวัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่ายนั้นมีสาเหตุมาจาก

(1) การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ได้แก่ สัดส่วนของวัยรุ่นแตกต่างจากวัยที่ผ่านมา การมีรูปร่างแบบผู้ใหญ่ทำให้เด็กสนใจตัวเองมากขึ้น มีความสนใจที่จะทำตามแบบผู้ใหญ่ทั้งพฤติกรรมและการแต่งกาย

(2) การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะภายใน ต่อมไร้ท่อเป็นตัวการสำคัญที่ทำให้เด็กมีอาการเปลี่ยนแปลงทุก ๆ ด้าน โดยเฉพาะทางร่างกายและทางอารมณ์ การทำงานของต่อมเพศเป็นต้นเหตุสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นมีความต้องการใหม่ ๆ และเริ่มสนใจเพศตรงข้าม ความต้องการที่สำคัญ คือ ต้องการพึ่งตนเอง ต้องการมีส่วนร่วมกับหมู่คณะ วัยรุ่นจึงมักรวมกันเป็นกลุ่มหรือแก๊ง เมื่อผู้ใหญ่กีดกันจึงมีความเครียด

(3) การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ วัยรุ่นมักจะมีประสบการณ์ใหม่เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งมักจะขัดแย้งกับผู้ใหญ่ ความเข้มงวดของผู้ใหญ่ที่มีต่อความประพฤติของเด็ก การคบเพื่อน การเรียน การแต่งกาย และการที่ต้องปฏิบัติตามผู้ใหญ่ ทำให้อารมณ์ของวัยรุ่นไม่มั่นคง หงุดหงิดง่าย มีความรู้สึกไว และมักแสดงออกทันที นอกจากการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่บ้านแล้ว เด็กวัยนี้ยังต้องปรับตัวให้เข้ากับหมู่คณะ เพื่อนต่างเพศ และผู้ใหญ่คนอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องด้วย ทำให้เด็กมีความคับข้องใจอยู่เสมอ

3) พัฒนาการทางด้านสังคม (Social development)

เมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดกับเจตคติและพฤติกรรมทางสังคมทุกอย่าง วัยรุ่นต้องการอิสระเสรีภาพในด้านการคบเพื่อน การเที่ยวเตร่ เมื่อวัยรุ่นขาดความมั่นใจจะชดเชยความรู้สึกนั้นด้วยการหันเข้าหาเพื่อน การคบเพื่อนในวัยรุ่นเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งเพราะการมีเพื่อนจะช่วยให้อารมณ์ความรู้สึกว่าตัวเองมีพรรคพวกได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น จะเริ่มห่างจากทางบ้านไม่ค่อยสนิทสนมกับพ่อแม่และคนในครอบครัวเหมือนเดิม แต่จะสนใจเพื่อนมากกว่า เริ่มมีกิจกรรมนอกบ้านมาก ไม่อยากไปไหนกับครอบครัว เริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม สนใจสิ่งแวดล้อม มีความสามารถในทักษะสังคมการสื่อสาร เจริญ การแก้ปัญหา การประนีประนอม และการทำงานร่วมกับผู้อื่น (พนม เกตุมาน. 2549)

4) พัฒนาการทางด้านสติปัญญา (Intellectual development)

เด็กวัยนี้สติปัญญาจะพัฒนาสูงขึ้นจะมีความคิดเป็นแบบรูปธรรมสามารถเรียนรู้เข้าใจ เหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ลึกซึ้ง มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์และสังเคราะห์สิ่งต่าง ๆ ได้มากขึ้น แต่ในช่วงวัยรุ่นนี้ยังอาจขาดความยั้งคิด มีความหุนหันพลันแล่น ขาดการไตร่ตรองให้รอบคอบ (พนม เกตุมาน. 2549) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่น ประกอบด้วย (พรพิมล เจียมนาครินทร์. 2539)

- (1) พัฒนาการทางสมองเกิดจากการมีสุขภาพที่แข็งแรงและมีสุขภาพจิตที่ดี
- (2) สภาพแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่ ลักษณะของการจัดการเรียนการสอนและกิจกรรมในห้องเรียนโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องการฝึกความรับผิดชอบ การสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง การใช้คำถามที่กระตุ้นความคิดให้มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
- (3) กลุ่มเพื่อนกลุ่มเด็กวัยรุ่นในโรงเรียนอาจมีหลายลักษณะ เช่น กลุ่มกิจกรรมทางวิชาการ กลุ่มสนทนาการ กลุ่มรักสวยรักงาม การที่เด็กจะเลือกเป็นสมาชิกกลุ่มใดก็ตามเด็กย่อมจะพัฒนาความคิดของตนไปตามกลุ่มเพื่อนซึ่งจะเป็นไปในทางสร้างสรรค์ก็ได้
- (4) สื่อมวลชน ได้แก่ หนังสือพิมพ์ วิทยุโทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือชนิดต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อความคิดและการเรียนรู้ของเด็กวัยรุ่นเป็นอย่างมาก การที่เด็กจะมีความคิดเห็นถูกต้องกว้างไกลอย่างไรขึ้นอยู่กับ การเสนอข่าวสารเรื่องราวต่าง ๆ ว่ามีความเหมาะสมหรือไม่เพียงใด

5) พัฒนาการทางเพศ (Sexual development)

พัฒนาการทางเพศเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมทางเพศ บทบาททางเพศ แรงผลักดันทางเพศ รวมทั้งทุติยลักษณะทางเพศ การเปลี่ยนแปลงนี้มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ คือ ลักษณะประจำตัวแต่ละบุคคล พันธุกรรม อิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม และประสบการณ์จากสังคม และชุมชน ซึ่งการเลี้ยงดูตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 1 ปี จะมีความสำคัญมากต่อบุคลิกภาพและพัฒนาการทางเพศ (เจตนิพิฐ สมมาตย์. 2550) วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงระดับฮอร์โมนอย่างมาก โดยเด็กผู้หญิงจะเริ่มมีหน้าอกก่อนจึงจะมีประจำเดือน เด็กผู้ชายเสียงแตก อวัยวะเพศเติบโตเต็มที่และการหลั่งอสุจิ (ฝันเปียก) เด็กจะมีความรู้สึกทางเพศและมีความต้องการทางเพศมากขึ้น ความต้องการทางเพศเกิดขึ้นโดยธรรมชาติ แต่จะถูกทำให้มีมากหรือน้อยขึ้นกับประสบการณ์ทางเพศและสื่อต่าง ๆ ที่มากระตุ้น วัยรุ่นจะให้ความสนใจต่อเพศตรงข้ามมากขึ้น มีการเปลี่ยนกลุ่มเพื่อนไปตามสภาพร่างกาย ความสนใจ ทศนคติ มีพฤติกรรมสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเกือบทุกคนในเพศชาย และเกือบครึ่งหนึ่งในผู้หญิงซึ่งถือเป็นเรื่องปกติในการระบายความต้องการทางเพศของมนุษย์

ดังนั้น การพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่นตอนต้นจะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายซึ่งส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ การเรียนรู้บทบาททางเพศของตนเอง การจับกลุ่มระหว่างเพื่อนเพศเดียวกัน โดยเฉพาะกระบวนการคิดของวัยรุ่นมีพัฒนาสูงขึ้น สามารถวิถึแก้ไขปัญหาย่างมีประสิทธิภาพใน

สิ่งที่เป็นนามธรรม วัยรุ่นจะมีสังคมกว้างขึ้น ทำให้มีความคิดในแง่มุมมองต่าง ๆ มากขึ้นด้วย นอกจากนี้วัยรุ่นมีแนวโน้มต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การมีเพศสัมพันธ์ การใช้ยาเสพติด การสูบบุหรี่ ฯลฯ ปัญหาที่พบตามมาก็คือ ปัญหาการติดเชื่อในระบบสืบพันธุ์ การแพร่ระบาดของโรคเอดส์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ซึ่งมีผลกระทบต่อตนเองต่อครอบครัว และต่อสังคมอีกด้วย

2.2 พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตอาจมีการทดลองกระทำหรือมีพฤติกรรมบางอย่างที่เสี่ยงต่อการเกิดผลเสียต่อสุขภาพอนามัยและชีวิตวัยรุ่นได้ เนื่องจากยังขาดความรู้ ขาดประสบการณ์ชีวิต ขาดทักษะในการตัดสินใจ การพัฒนาทางความคิดและสติปัญญายังไม่ดีพอที่จะเข้าใจถึงผลเสียที่จะตามมาทั้งในระยะสั้นและระยะยาวจากพฤติกรรมนั้น นอกจากนี้การเลือกคบกลุ่มเพื่อน พื้นฐานการอบรมเลี้ยงดู ความรัก ความเข้าใจในครอบครัวก็มีส่วนที่จะป้องกันหรือผลักดันให้วัยรุ่นลองทำพฤติกรรมเสี่ยง เช่น กินเหล้า ดินยา มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การสำส่อนทางเพศ เป็นต้น ซึ่งจะเสี่ยงต่อการติดโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง หรืออาจตามมาด้วยการฆ่าตัวตาย (จันทร์ชิตา พุทธชานานนท์. 2547)

วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ด้วยเหตุผล ความรู้สึก ความต้องการที่ต่าง ๆ กัน ได้แก่ 1) ได้รับแรงกดดัน ชักจูงจากเพื่อน ๆ 2) ต้องการความใกล้ชิด ความรัก 3) รู้สึกว่าตนเองโตแล้ว 4) อยากลอง อยากหาประสบการณ์ และ 5) ทำแล้วรู้สึกดี โดยพฤติกรรมทางเพศจะค่อยเป็นค่อยไปเริ่มจาก การพูดคุยในระยะห่าง (Distant) ความใกล้ชิด (Intimate) การจับมือถือแขน (Holding) การกอดจูบ (Kissing) ลูบคลำ (Light petting : above-the-waist) (Heavy petting : below-the-waist) และการร่วมเพศ (Intercourse) ในที่สุดปัจจัยที่สนับสนุนให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างเพศประสาท (จันทร์วิภา ดิลกสัมพันธ์. 2543) ได้สรุปเงื่อนไขที่มีส่วนสนับสนุนให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างเพศไว้ 5 ประการ ได้แก่

1. อิทธิพลจากต่อมไร้ท่อในร่างกาย ถ้าต่อมไร้ท่อทำงานผิดปกติหรือไม่มีประสิทธิภาพก็จะมีผลให้พัฒนาการทางเพศดำเนินไปอย่างล่าช้า โดยเฉพาะถ้าต่อมใต้สมองและต่อไทรอยด์มีความบกพร่องก็มีผลโดยตรงต่อการตอบสนองทางเพศ

2. อิทธิพลทางสังคม เป็นภาวะที่สำคัญอย่างยิ่งต่อการกำหนดรูปแบบการตอบสนองทางเพศสังคม โดยทั่วไปมุ่งหวังที่จะให้เพศหญิงอยู่ในกรอบแห่งวัฒนธรรมอย่างเคร่งครัดกว่าเพศชาย หญิงจึงต้องรักษาวลสงวนตัว ถึงจะเกิดความต้องการหรือแรงจูงใจที่มีความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามก็ต้องระงับหรือเก็บกดความรู้สึกนั้นไว้ไม่แสดงออกอย่างชัดเจนและรุนแรงเหมือนเพศชาย

3. สื่อมวลชน ภาพยนตร์ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ นิตยสารต่าง ๆ นับได้ว่ามีส่วนเร่งเร้าให้วัยรุ่นได้เรียนรู้การปรับปรุงบทบาททางเพศของเขา โดยพยายามที่จะปรับเปลี่ยนหรือลอกเลียนแบบบทบาทของผู้ที่เขานิยมยกย่อง (Identification) เช่น นักร้อง ดาราภาพยนตร์ เป็นต้น

4. อายุของการมีวุฒิภาวะทางเพศ วุฒิภาวะทางเพศจะเป็นตัวเร่งให้วัยรุ่นเกิดความสนใจเพศตรงข้าม เด็กที่ย่างเข้าสู่การมีวุฒิภาวะทางเพศเร็วกว่าย่อมมีความสัมพันธ์ระหว่างเพศก่อนที่ผู้ที่ย่างเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศซ้ำ

5. โอกาสในการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างเพศ “โอกาส” เป็นภาวะที่สำคัญอย่างหนึ่ง เด็กที่มีเพื่อนต่างเพศมากอย่างเพียงพอและเหมาะสม ย่อมมีโอกาสดีกว่าเด็กที่มีเพื่อนต่างเพศไม่กี่คน หรือเด็กที่ได้รับการสนับสนุนและได้รับข้อเสนอแนะที่ดีจากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง ก็ย่อมมีโอกาสในการเรียนรู้ที่จะปรับตัวและแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ดีกว่า

ทฤษฎีเกี่ยวกับบทบาททางเพศที่เรียกว่า ระบบเพศสัมพันธ์ ได้มีข้อเสนอไว้ว่าโครงสร้างทางสติปัญญาเป็นตัวที่ควบคุมพฤติกรรมทางเพศทั้งหมด ซึ่งโครงสร้างทางสติปัญญาได้รับการพัฒนามาจากปัจจัย 4 ด้าน (มาลี ชันศิริ, 2545 : 11) ดังนี้

1. วุฒิภาวะ (Maturation) ขบวนการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย บุคลิกภาพ จิตใจ อารมณ์ สังคม เพื่อพัฒนาจากเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ และจะส่งผลให้เห็นอย่างชัดเจนเมื่อเด็กเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น

2. บรรทัดฐานทางสังคม (Social norms) เป็นกฎเกณฑ์ของสังคม เด็กไม่ได้เรียนรู้จากพ่อแม่เพียงอย่างเดียว แต่ได้เรียนรู้จากสังคมด้วย เช่น กลุ่มเพื่อน ซึ่งการยอมรับของกลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อความคิดและการกระทำของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก นอกจากเพื่อนแล้วเด็กก็ยังเรียนรู้จากสื่อมวลชนต่าง ๆ รวมถึงศาสนา และวัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่น และองค์กรชุมชนต่าง ๆ

3. มาตรฐานของบิดามารดา (Parental standards) อิทธิพลการเลี้ยงดู ค่านิยมของบิดามารดา เกี่ยวกับสิ่งที่ควรประพฤติปฏิบัติในเรื่องเพศ

4. ประสบการณ์ทางเพศที่ได้รับมาก่อน (Previous sexual experience) เป็นสิ่งที่ค้างอยู่ โครงสร้างทางสติปัญญาและก่อตัวเป็นหลักปฏิบัติแห่งความประพฤติ (Codes of conduct)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและปัจจัยที่ทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงพบว่า

รัชนี ลักชิตานนท์ (2550) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดราชบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี จำนวน 216 คน พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการมีเพศสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ การมีเพื่อนสนิทที่เคยมีเพศสัมพันธ์ การรับข้อมูลข่าวสารเรื่องเพศจากคนรักหรือเพื่อน สัมพันธภาพในครอบครัว และการพูดคุยอินเทอร์เน็ตกับคนรัก

วัชรภรณ์ บัตรเจริญ (2555) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนไทยชั้นมัธยมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอเมือง จังหวัดลพบุรี จำนวน 150 คน การวิจัยพบว่า พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมีความความสัมพันธ์ทางลบกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และการควบคุม กำกับ ติดตาม ของบิดามารดา

หรือผู้ปกครอง ในขณะที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับช่องทางการเข้าถึงสื่อและความสะดวกในการเข้าถึงสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น รายการโทรทัศน์และการใช้อินเทอร์เน็ต ($p < 0.001$) อย่างไรก็ตามไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในครอบครัวกับการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ($p = 0.38$) และการรับรู้ความสามารถในการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ช่องทางการเข้าถึงสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ การอาศัยอยู่กับบิดาและมารดา และอายุเป็นปัจจัยทำนายพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ($p < 0.001, 0.001, 0.006$ และ 0.008 ตามลำดับ)

พัชรี ต้นศิริ (2555) ศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียน จังหวัดภาคละ 1 โรงเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษา จำนวน 1,110 คน พบว่าปัจจัยที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ได้แก่ ความรู้เรื่องเพศ และความเสี่ยงของการมีเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์ในช่วงวัยเรียน ช่วงอายุที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก บุคคลที่มีเพศสัมพันธ์กับนักเรียน สาเหตุจูงใจให้นักเรียนมีเพศสัมพันธ์ในครั้งแรก ความรู้เรื่องโรคติดต่อ การป้องกันโรคติดต่อและพฤติกรรมเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ พฤติกรรมก่อนมีเพศสัมพันธ์ ได้แก่ การใช้ถุงยางอนามัย การใช้เครื่องตีมีนเมา การมีรักร่วมเพศ กิจกรรมที่นักเรียนประพฤติในเวลาว่าง

ศรัณยู เรือนจันทร์ (2555) ศึกษาสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นในพื้นที่พัฒนาต้นแบบ การป้องกันและแก้ไขปัญหา การตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น จังหวัดอุดรธานี ศึกษาในพื้นที่พัฒนาต้นแบบ จังหวัดอุดรธานี กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นอายุ 10-19 ปี จำนวน 236 คน โดยสุ่มตัวอย่างและแกนนำผู้ปกครอง จำนวน 26 คน ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ความเสี่ยงโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ได้แก่ กิจกรรมการเรียนการสอนที่ให้วัยรุ่นศึกษาค้นคว้านอกเวลาเรียนเป็นช่องทางหนึ่งของการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศได้ง่ายขึ้น การสอนเพศศึกษามุ่งเน้นทฤษฎีแต่ขาดการเชื่อมโดยรอบด้าน การยอมรับการมีเพศสัมพันธ์ถือเป็นประสบการณ์ชีวิต สำหรับทัศนคติของกลุ่มแกนนำผู้ปกครอง พบว่า การตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นเกิดจากการใช้ชีวิตโดยให้คุณค่าของเพื่อนมากกว่าตนเอง การบริโภคสื่อเกินความจำเป็น การขาดปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัว และการขาดตัวแบบที่เอื้อต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมของชุมชน

คลังพลอย เอื้อวิทยาสุภกร และอรณิชา โพธิ์หมื่นทิพย์ (2554) ศึกษาความรู้และทัศนคติต่อพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นในเขตพื้นที่ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา จากการศึกษาเป็นวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมศึกษา จำนวน 382 คน เมื่อแบ่งระดับความรู้พบว่าวัยรุ่นส่วนมาก (ร้อยละ 30.04) มีความรู้ในระดับต่ำ และมีทัศนคติที่เหมาะสมอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด (ร้อยละ 62.80) โดยมีคะแนนเฉลี่ย 4.33 พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่วัยรุ่นมีทัศนคติเห็นด้วยที่เหมาะสม คือ การมีแฟนในวัยรุ่นไม่จำเป็นต้องมีเพศสัมพันธ์ โดยมีคะแนนเฉลี่ย 4.33 โดยสรุปผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นในระดับต่ำ แต่มีทัศนคติที่เหมาะสมอยู่ในระดับมาก จึงจำเป็นต้องอย่างยิ่งที่โรงเรียนต้องจัดการเรียนการสอนเพศศึกษา พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ของวัยรุ่นให้มีเนื้อหาที่เหมาะสมกับปัญหาของวัยรุ่น และควรกระตุ้นให้บิดามารดาและผู้ปกครองให้เอาใจใส่ในกลุ่มวัยรุ่นอย่างเข้าใจและเห็นใจ

ผู้วิจัยนำผลการศึกษาข้างต้นมาวิเคราะห์เพื่อหาแนวทางหลีกเลี่ยงปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น พบว่าวัยรุ่นควรมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมดังนี้

1. ไม่อยู่ตามลำพังกับเพื่อนต่างเพศในสถานที่ลับตา
2. หลีกเลี่ยงการสัมผัส ถูกเนื้อต้องตัว
3. หลีกเลี่ยงโอบกอด การจูบกับเพื่อนต่างเพศ

2.3 แนวคิดทักษะชีวิตและการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

2.3.1 แนวคิดทักษะชีวิต (Life skill)

ทุกคนที่เจริญเติบโตตั้งแต่เด็กจนเป็นผู้ใหญ่จะต้องผ่านกระบวนการหล่อหลอมทางธรรมชาติและกระบวนการทางสังคมเป็นปฏิกริยาต่อเนื่องเป็นลูกโซ่ และในกระบวนการนั้นบุคคลจะต้องปะทะกับแรงบีบ แรงกดดัน และแรงกระทบจากภายนอก ซึ่งมีแหล่งสำคัญอยู่ 4 แห่งด้วยกัน คือ ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม ครอบครัว เพื่อน และสิ่งแวดล้อม แรงปะทะที่มาจากแหล่งทั้ง 4 นั้น จะผลักดันให้บุคคลเอนเอียงไปจากจุดสมดุล เป็นภาระหน้าที่ของแต่ละคนที่จะต้องหาทางปรับสภาพปกติและสมดุลตลอด คือ ดำเนินชีวิตได้ปกติสุข การปรับตัวให้เกิดภาวะสมดุลนั้น จำเป็นต้องอาศัยทักษะ (กิตติมา จันบำรุง. 2553 : 11)

ทักษะชีวิตเป็นตัวเชื่อมโยงระหว่างความรู้ ทักษะคิด และค่านิยม เพื่อนำไปสู่ความสามารถที่แท้จริง เช่น จะทำอะไร และทำอย่างไร (What to do and How to do) ทักษะชีวิตเป็นความสามารถที่จะนำไปสู่หนทางแห่งการมีสุขภาพที่ดี ดังที่ตนปรารถนาตามขอบเขตหรือโอกาสที่จะทำได้ ทั้งนี้การนำทักษะชีวิตไปใช้ยังต้องคำนึงถึงปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรมและครอบครัวที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมด้วย การนำทักษะชีวิตไปประยุกต์ใช้อย่างมีประสิทธิภาพจะทำให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตัวเอง รับรู้และเข้าใจคนอื่น ทักษะชีวิตจะช่วยสนับสนุนการเรียนรู้เกี่ยวกับความสามารถแห่งตน (Self-efficacy) ความเชื่อมั่นในตัวเอง (Self-confidence) และการเห็นคุณค่าในตัวเอง (Self-esteem) ซึ่งส่งเสริมให้เกิดการมีสุขภาพจิตที่ดี ที่จะสนับสนุนหรือจูงใจที่จะทำให้สามารถดูแลตนเองและบุคคลอื่น (เจตนิพิฐ สมมาตย์. 2550 : 22)

แนวคิดทักษะชีวิตก็คือความสามารถขั้นพื้นฐานที่ใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันของบุคคลเป็นความสามารถที่ประกอบไปด้วยความรู้เจตคติและทักษะ ในอันที่จะทำให้บุคคลมีความพร้อมที่จะเผชิญหน้า และรับมือกับปัญหาที่เกิดขึ้นในสภาพสังคมปัจจุบัน และอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1) ความหมายของทักษะชีวิต

มีนักวิชาการองค์กรต่าง ๆ ทั้งในและต่างประเทศได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตหลากหลายทัศนะโดยรายละเอียดดังนี้

แม็คเวล (Maxwell. 1981 : 8) ได้ให้ความหมายของคำว่าทักษะชีวิตว่า หมายถึงความสามารถในการจัดการหรือแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต

โบรลิน (Goodship. 1992 : Online ; Citing Brolin. 1989) ให้ความหมายว่าทักษะชีวิตเป็นทักษะ (Skills) และความรู้ (Knowledge) ที่จำเป็นและมีความสำคัญในการดำเนินชีวิตของบุคคล

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization. 1993 อ้างถึงใน สกล วรเจริญศรี. 2550 : 32) ให้ความหมายทักษะชีวิต คือ ความสามารถในการปรับเปลี่ยนและให้มีพฤติกรรมในทางที่เหมาะสมที่จะสามารถให้บุคคลจัดการกับความต้องการและสิ่งต่าง ๆ ที่มากระตุ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ทาชิวูลา (Tshiwula. 1995 : 8) กล่าวว่า ทักษะชีวิตเป็นกระบวนการที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการของบุคคลและพัฒนาการระหว่างบุคคล

เฮนดริกส์ (Hendricks. 1996 : Online) ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะสามารถเรียนรู้ที่จะช่วยเหลือตนเองในการที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต ตลอดจนความสมบูรณ์และความพึงพอใจในชีวิตได้

เนลสันโจนส์ (Nelson-Jones. 1997 : 7) กล่าวว่า ทักษะชีวิตนำมาซึ่งทางเลือกอย่างมีความรับผิดชอบส่วนบุคคลเมื่อบุคคลต้องเป็นผู้ที่รับผิดชอบในตัวเอง บุคคลนั้นจะมีกระบวนการสร้างทางเลือกที่จะทำให้ชีวิตของตนเองนั้นสมบูรณ์ และมีความสุขมากที่สุด ดังนั้นทักษะชีวิตจึงเป็นทักษะในการช่วยเหลือตนเอง (Self-helping skills) หรือเป็นความสามารถที่บุคคลสามารถช่วยตนเองในด้านต่างๆเป็นการจัดการชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ยูนิเซฟ (UNICEF. 2001 : Online) กล่าวถึง ทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถในการใช้ความรู้เจตคติ และทักษะต่าง ๆ ซึ่งจะช่วยสนับสนุนพฤติกรรมของบุคคลในการที่จะสามารถรับผิดชอบต่อตนเองสำหรับการดำเนินชีวิตโดยมีการสร้างทางเลือกที่ดี การต่อต้านความกดดันจากกลุ่มเพื่อนและการจัดการกับสิ่งที่เข้ามาคุกคามชีวิต

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์ (2540 : 8) ให้ความหมายว่า เป็นความสามารถอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัว ในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพศ สารเสพติด บทบาทชายหญิง ชีวิตครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อต่าง ๆ สิ่งแวดล้อม จริยธรรมและปัญหาสังคมในด้านต่าง ๆ

โดยสรุปทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคลที่จะจัดการกับชีวิตตนเองในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสม สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งในปัจจุบันและอนาคต

ทักษะชีวิตจึงเป็นทักษะหนึ่งที่มีความจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมที่ซับซ้อนในปัจจุบันและเป็นทักษะที่จะช่วยสนับสนุนและลดประเด็นปัญหาสำคัญที่เข้ามาคุกคามชีวิตของแต่ละบุคคลอีกทั้งยังเป็นทักษะที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตนเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนช่วยเสริมสร้างการดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านส่วนตัวด้านครอบครัวด้านสังคมกลุ่มเพื่อนให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

2) ความสำคัญของทักษะชีวิตต่อชีวิตวัยรุ่น

ทักษะชีวิตเป็นความสามารถในด้านต่าง ๆ ของบุคคลซึ่งมีคุณค่าและมีความสัมพันธ์สอดคล้องกับชีวิตประจำวันเน้นให้คนเกิดการพัฒนาด้านตนเองโดยการใช้ความคิด การปรับตัว การตัดสินใจ การสื่อสาร การจัดการกับอารมณ์และความเครียดในการแก้ไขปัญหาให้กับตนเองได้อย่างชาญฉลาด หากบุคคลมีทักษะชีวิตแล้วก็จะสามารถเผชิญปัญหาและปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขอย่างยั่งยืน ดังนั้นเมื่อทักษะชีวิตมีความสำคัญต่อความสำเร็จในชีวิตจึงน่าจะมีการส่งเสริมพัฒนาทักษะชีวิตของบุคคลให้สูงขึ้น ทั้งนี้ในการพัฒนาทักษะชีวิตจำเป็นต้องทราบถึงองค์ประกอบหรือปัจจัยด้านต่าง ๆ ที่มีผลต่อทักษะชีวิตให้ชัดเจนเพื่อจะได้ช่วยพัฒนาทักษะชีวิตของบุคคลโดยเฉพาะเยาวชนได้อย่างถูกต้อง (สุมาลี เทวฤทธิ์. 2554 : บทคัดย่อ) เยาวชนในปัจจุบันตกอยู่ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่เต็มไปด้วยพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ขณะเดียวกันก็มีปัญหาสถาบันครอบครัว ดังนั้นในการพัฒนาเยาวชนจึงมีความจำเป็นที่ระบบการศึกษาจะต้องช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเยาวชนส่วนใหญ่เพื่อที่จะเผชิญกับปัญหาครอบครัวและภูมิคุ้มกันเหล่านี้จะเป็นพื้นฐานสำคัญในการสร้างครอบครัวในอนาคต เยาวชนต่อไป (เจตนิพิฐ สมมาตร. 2550)

3) องค์ประกอบของทักษะชีวิต

ในการศึกษาองค์ประกอบของทักษะชีวิต พบว่าองค์กรต่าง ๆ ทั้งในและต่างประเทศ ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตออกเป็นด้านต่าง ๆ ตามกรอบการศึกษาของตนโดยมีรายละเอียดดังนี้

ยูเนสโก (Focusing Resources on Effective School Health. 2002 อ้างถึงใน สกล วรเจริญศรี. 2550 : 42) ได้แบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้เป็น 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านความสามารถทางความคิด (Cognitive abilities) เป็นความสามารถในการเรียนรู้ที่จะรู้ (Learning to know) โดยแบ่งออกเป็น 2 ทักษะ คือ

1.1 ทักษะการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ (Decision making and problem solving skills) ประกอบด้วย ทักษะในการรวบรวมข้อมูลข่าวสาร การประเมินผลที่จะเกิดขึ้นในอนาคตของพฤติกรรมในปัจจุบันสำหรับตนเองและผู้อื่น การกำหนดทางเลือกต่าง ๆ ในการแก้ปัญหา ทักษะการวิเคราะห์เกี่ยวกับอิทธิพลของค่านิยมและเจตคติของตนเองและบุคคลอื่นต่อแรงจูงใจ

1.2 ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking skills) ประกอบด้วย การวิเคราะห์กลุ่มเพื่อนและอิทธิพลของสื่อต่าง ๆ การวิเคราะห์เจตคติค่านิยมปทัสถานทางสังคมและความเชื่อ และปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลกระทบต่อตนเอง

2. ด้านความสามารถส่วนบุคคล (Personal abilities) เป็นความสามารถในการเรียนรู้ที่จะเป็น (Learning to be) โดยแบ่งออกเป็น 3 ทักษะ คือ

2.1 ทักษะการเพิ่มการควบคุมภายในตนเอง (Skills for increasing internal locus of control) ประกอบด้วย ทักษะการสร้างเชื่อมั่นและความภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะการตระหนักรู้ในตนเองรวมถึงการตระหนักรู้ในสิทธิ อิทธิพล ค่านิยม เจตคติ จุดแข็ง และจุดอ่อน ทักษะในการกำหนดเป้าหมาย ทักษะในการดูแลตนเอง และทักษะในการประเมินตนเอง

2.2 ทักษะการจัดการกับความรู้สึก (Skills for managing feeling) ประกอบด้วย การจัดการความโกรธ การจัดการกับความวิตกกังวล และความเศร้า/ผิดหวัง ทักษะการเผชิญสำหรับการจัดการกับความสูญเสียความทุกข์

2.3 ทักษะการจัดการความเครียด (Skills for managing stress) ประกอบด้วย การบริหารเวลา การเพิ่มความคิดทางบวก การรู้จักเทคนิค การผ่อนคลาย

3. ด้านความสามารถระหว่างบุคคล (Interpersonal abilities) เป็นความสามารถในการเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นแบ่งออกเป็น 4 ทักษะ คือ

3.1 ทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล (Interpersonal communication skills) ประกอบด้วย การสื่อสารทั้งภาษา ท่าทาง และภาษากาย การฟังอย่างมีประสิทธิภาพ การแสดงความรู้สึก การให้ข้อมูลย้อนกลับ (ไม่ใช่ทางลบ) และการรับข้อมูลย้อนกลับ

3.2 ทักษะการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง (Negotiation and refusal skills) ประกอบด้วย การบริหารความขัดแย้ง และการเจรจาต่อรอง ทักษะการแสดงออกอย่างเหมาะสม ทักษะการปฏิเสธ

3.3 ทักษะการเห็นอกเห็นใจ (Empathy skills) ประกอบด้วย ความสามารถที่จะรับฟังและเข้าใจ ความต้องการของบุคคลอื่นในสถานการณ์ต่าง ๆ ตลอดจนจนแสดงถึงความเข้าใจในสิ่งนั้น

3.4 ทักษะการทำงานเป็นทีมและการให้ความร่วมมือ (Cooperation and teamwork skills) ประกอบด้วย การแสดงความเคารพในความคิดเห็นของบุคคลอื่น การประเมินความสามารถของบุคคล และการสนับสนุนกลุ่ม

กรมวิชาการกระทรวงสาธารณสุข (2543) ได้แบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตออกเป็น 9 ด้าน และได้ให้นิยามขององค์ประกอบทักษะชีวิตแต่ละด้านคือ

1. การรู้จักตนเอง หมายถึง การรู้จักตนเองด้วยการประเมินตนเองทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านความคิด ความรู้สึก พฤติกรรมสิ่งแวดล้อมรอบตัว รู้เป้าหมายของชีวิต รู้อุปสรรคที่ขัดขวางความก้าวหน้า รู้จักยึดแนวประพฤติปฏิบัติที่ดีอันจะช่วยให้รู้จักบุคลิกภาพที่แท้จริงของตน คิดเป็นทำเป็นแก้ปัญหาเป็น ตัดสินใจและวางแผนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนนำศักยภาพออกมาใช้ได้อย่างเต็มที่ มีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิภาพทั้งต่อตนเองและส่วนรวม

2. การแสวงหาและใช้ข้อมูล หมายถึง การใฝ่รู้ใฝ่ศึกษารับข้อมูลต่าง ๆ อยู่เสมอ รู้จักค้นหาข้อเท็จจริงด้วยการใช้เหตุผลหรือดุลยพินิจในการตัดสินใจ ความน่าเชื่อถือของข้อมูลข่าวสาร ตลอดจนนำความรู้ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ไปใช้ประโยชน์แก่ตนเองและสังคมส่วนรวม

3. การสื่อสารและการสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น หมายถึง ความสามารถในการถ่ายทอดความคิด ความรู้สึกอารมณ์ และความต้องการจากผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร โดยใช้ภาษา ถ้อยคำ ภาษาท่าทาง เพื่อให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันในการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ

4. การทำงานเป็นทีม หมายถึง การกระทำกิจกรรมร่วมกันอย่างมีขั้นตอนให้การดำเนินงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ โดยมีการกำหนดข้อตกลงในการทำงาน การวางแผน การแก้ไขปัญหาในการทำงาน การเสนอผลงาน และการสรุปประเมินผลงาน

5. การกล้าเสี่ยง หมายถึง การลองเผชิญกับการกระทำที่เสี่ยงต่อการได้เสีย ซึ่งมีทั้งการเสี่ยงต่อทางร่างกาย ความคิด ปัญญา และอารมณ์ จึงต้องดูจังหวะความพร้อมปัจจัยต่าง ๆ ของตน ด้วยการเมินสภาพต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

6. การมีวิสัยทัศน์ หมายถึง การรู้จักสร้างภาพอนาคตหรือมองอนาคตซึ่งจะเป็นเป้าหมายหรือสิ่งที่อยากเห็นในอนาคตที่เปลี่ยนแปลงไปเป็นสิ่งที่ดีกว่าเดิมด้วยวิธีการนำระบบการวางแผนมาใช้ ตื่นตัวต่อการรับรู้ข่าวสารและการเปลี่ยนแปลงใหม่ ๆ มีจินตนาการรู้จักคาดเดาเหตุการณ์ล่วงหน้า ศึกษาจากผู้รู้ หาประสบการณ์แปลกใหม่อยู่เสมอ และมุ่งมั่นที่จะทำความฝันเป็นจริง

7. การคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา หมายถึง ความสามารถคิดได้คล่องมีปฏิภาณ มีความหลากหลาย ละเอียดลึกซึ่ง เห็นเหตุการณ์ไกล ริเริ่มสร้างสรรค์ มีจินตนาการแปลกใหม่ มีเหตุผล วิเคราะห์ วิจาร์ณ จำแนกแจกแจง สังเคราะห์ รวบรวมและสรุปประเด็นได้ ตลอดจนสามารถตกลงใจแก้ข้อสงสัยหรือปัญหาได้อย่างรอบคอบ มีระบบ มีขั้นตอน มีเหตุผล และข้อมูลประกอบอย่างชัดเจน

8. การวางแผนและการจัดการ หมายถึง การรู้จักวางเป้าหมายในชีวิต การเรียนและการใช้เวลาอย่างเหมาะสม จัดลำดับขั้นตอนในการทำงาน ควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามแผนที่กำหนด ตรวจสอบผลที่เกิดขึ้น ใช้เวลาทรัพยากรให้เกิดประโยชน์อย่างคุ้มค่า และปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้

9. การปรับตัว หมายถึง ความสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมได้อย่างมีความสุข โดยการรู้จักสังเกต เรียนรู้ความเปลี่ยนแปลง ปรับความคิด ความรู้สึก เพื่อลดความเครียด เผชิญสถานการณ์แปลกใหม่ ยอมรับการเปลี่ยนแปลง ตลอดจนปรับตัวและวางตัวได้อย่างเหมาะสมกับบุคคล กาลเทศะ และสิ่งแวดล้อมได้

กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข (2543) ได้จำแนกองค์ประกอบของทักษะชีวิตออกเป็น 12 องค์ประกอบ ซึ่งเมื่อจำแนกตามพฤติกรรมการเรียนรู้จะสามารถจัดทั้ง 12 องค์ประกอบได้เป็น 3 ด้าน

1. องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัยที่เป็นองค์ประกอบร่วมได้แก่

- ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical thinking) หมายถึง ความสามารถที่จะวิเคราะห์ แยกแยะ ข้อมูลข่าวสาร ปัญหา และสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัว
- ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) หมายถึง ความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวางโดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ

2. องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ ประกอบด้วย องค์ประกอบ 2 คู่คือ

คู่ที่ 1 ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตนเองและความเห็นใจผู้อื่น

คู่ที่ 2 ได้แก่ ความภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม

- ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self awareness) หมายถึง ความสามารถในการค้นหาและเข้าใจในจุดดี จุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างจากบุคคลอื่นไม่ว่าจะในแง่ความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่น สุขภาพ ฯลฯ

- ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและเห็นอกเห็นใจบุคคลที่แตกต่างกับเรา ไม่ว่าจะในด้านเพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่น วัย สุขภาพ ฯลฯ

- ความภูมิใจในตนเอง (Self esteem) หมายถึง ความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่า เช่น ความมีน้ำใจ รู้จักให้รู้จักรับ ค้นพบและภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ ของตน เช่น ความสามารถด้านสังคม ดนตรี กีฬา ศิลปะ ฯลฯ โดยมีได้มุ่งสนใจอยู่แต่ในเรื่องรูปร่างหน้าตา เสน่ห์หรือความสามารถทางเพศ การเรียน ฯลฯ เท่านั้น

- ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) หมายถึง ความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและมีส่วนรับผิดชอบต่อในความจริงหรือเสื่อมของสังคม ความรับผิดชอบต่อสังคม มีส่วนสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับความภาคภูมิใจในตน เพราะหากคนเรามีความภูมิใจในตนคนเหล่านี้ก็มีแรงจูงใจที่จะทำดีกับผู้อื่นและสังคม

3. องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยหรือทักษะ ประกอบด้วย องค์ประกอบ

3 คู่ คือ

คู่ที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพการสื่อสาร

คู่ที่ 2 การตัดสินใจแก้ไขปัญหา

คู่ที่ 3 การจัดการอารมณ์และความเครียด

- ทักษะการสร้างสัมพันธภาพการสื่อสาร (Interpersonal relationship and communication skill) หมายถึง ความสามารถในการใช้คำพูด และภาษาท่าทาง เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตน และความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายไม่ว่าจะในการแสดงความต้องการ ความชื่นชม การปฏิเสธ การสร้างสัมพันธภาพ ฯลฯ

- ทักษะการตัดสินใจแก้ไขปัญหา (Decision making and problem solving skill) หมายถึง ความสามารถในการประเมินอารมณ์ รู้เท่าทันอารมณ์ ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคน เลือกใช้วิธีจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้เหมาะสม และเป็นความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้วิธีการควบคุมระดับของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายและหลีกเลี่ยงสาเหตุ พร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์

องค์ประกอบของทักษะชีวิตที่ได้จากการจำแนกโดยองค์กรต่าง ๆ ตามที่กล่าวมาข้างต้นนั้น แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตนั้นประกอบไปด้วยทักษะย่อยหลากหลายทักษะประกอบกัน โดยแต่ละทักษะนั้นล้วนแล้วแต่มีความสำคัญต่อการจะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมให้เป็นสุขทั้งสิ้น การขาดซึ่งทักษะใดทักษะหนึ่งอาจจะเป็นเหตุให้การดำรงชีวิตนั้นพบกับอุปสรรคปัญหาได้

องค์การอนามัยโลก (1997 : 1) ได้สรุปไว้และถือเป็นหัวใจสำคัญในการดำรงชีวิต คือ

1. ทักษะการตัดสินใจ (Decision making) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีระบบ เช่น ถ้าบุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนเอง ที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านสุขภาพ หรือความปลอดภัยในชีวิต โดยประเมินทางเลือกและผลที่ได้จากการตัดสินใจเลือกทางที่ถูกต้องเหมาะสม ก็จะมีผลต่อการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ

2. ทักษะการแก้ปัญหา (Problem solving) เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความเครียดทางกายและจิตใจจนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไข

3. ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็นความสามารถในการคิดที่จะเป็นส่วนช่วยในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาโดยการคิดสร้างสรรค์เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือกและสามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

4. ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ และประเมินปัญหา หรือสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวเราที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

5. ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและท่าทาง เพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรมและสถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การตักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ ฯลฯ

6. ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship) เป็นความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน และสามารถรักษาสัมพันธภาพไว้ได้ยืนยาว

7. ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self awareness) เป็นความสามารถในการค้นหา รู้จัก และเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการและสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรารู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียด หรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

8. ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคลในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ ช่วยให้เราสามารถยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ดีต่อกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื้อเอชไอวี

9. ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion) เป็นความสามารถในการรับรู้ อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์โกรธและความเศร้าโศกที่ส่งผลทางลบต่อร่างกายและจิตใจได้อย่างเหมาะสม

10. ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกิดการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม และไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำความรู้ที่ได้จากการทบทวนงานวิจัยต่าง ๆ มาใช้สร้างเป็นโปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม สำหรับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 คือ ทักษะความตระหนักรู้ ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทักษะการสร้างสัมพันธภาพการสื่อสาร ทักษะการตัดสินใจการแก้ไขปัญหา โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษา

ความหมายและนิยามของทักษะแต่ละด้าน เพื่อนำมาใช้สังเคราะห์ในการจัดทำโปรแกรมซึ่งมีรายละเอียดของความหมายแต่ละทักษะดังนี้

1. ทักษะความตระหนักรู้ในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการค้นหา รู้จัก และเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดีข้อ เสียของตนเอง รู้ความต้องการและสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วย使我们รู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ สามารถรับรู้ถึงสาเหตุแห่งความเครียด สภาพความเครียดที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ พร้อมทั้งสามารถที่จะหาวิธีการผ่อนคลายและวิธีการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงได้อย่างเหมาะสม

2. ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการคิดวิเคราะห์ หรือประเมินข้อมูลต่าง ๆ และประเมินปัญหาหรือสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวเราที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต โดยคิดอย่างมีเหตุและผล คิดอย่างมีระเบียบ คิดอย่างละเอียด และการคิดอย่างรับผิดชอบ ที่ช่วยในการตัดสินใจในการกระทำมีการตรวจสอบหลักฐานที่ชัดเจน โดยคำนึงถึงเป้าหมายเป็นหลักอย่างถูกต้อง

3. ทักษะการสร้างสัมพันธภาพการสื่อสารในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรมและสถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม สื่อสารให้ผู้อื่นรับรู้ และความเข้าใจ เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน

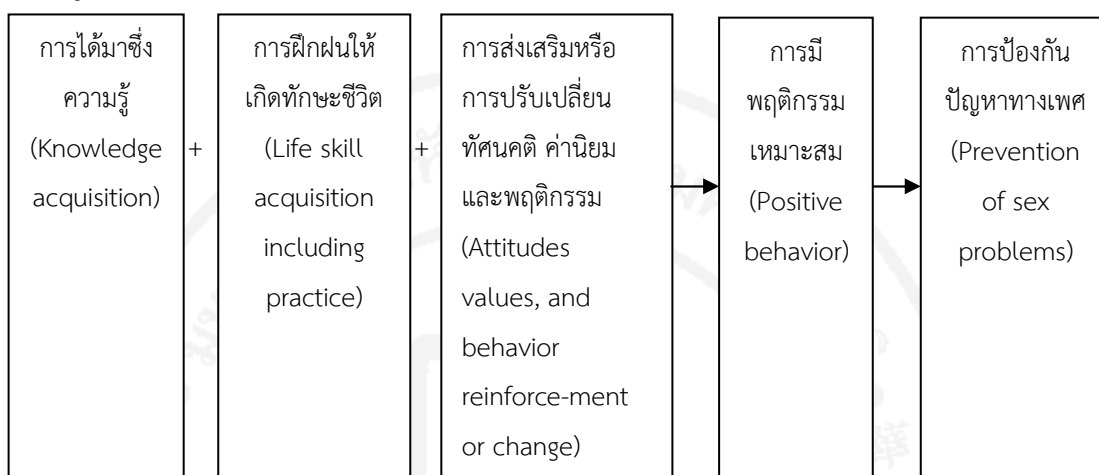
4. ทักษะการตัดสินใจแก้ไขปัญหาในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้ปัญหา และสาเหตุของปัญหาแล้ว สามารถรวบรวมข้อมูล ความรู้จากแหล่งต่าง ๆ มาสร้างเป็นทางเลือกในการตัดสินใจหรือจัดการกับปัญหาได้อย่างหลากหลาย สามารถที่จะวิเคราะห์ทางเลือกอย่างรอบคอบโดยการพิจารณาข้อดีข้อเสียและผลที่อาจเกิดขึ้นตามมาของทางเลือก ประเมินทางเลือกที่ดีที่สุดมาใช้สำหรับการตัดสินใจ วางแผน และแก้ไขปัญหาอย่างมีเหตุผลและเป็นระบบ

ทักษะชีวิตทั้ง 4 ด้าน ที่ผู้วิจัยเลือกเป็นทักษะชีวิตที่มีความสำคัญที่สุดต่อการเรียนรู้ และการนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะเด็กที่ย่างเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่มีความอยากรู้อยากเห็น และอยากรทดลองสูง เริ่มที่จะมีความคิดเห็นเป็นของตนเอง ดังนั้นทักษะชีวิตทั้ง 4 ด้านนี้ จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถแยกแยะในการที่จะตัดสินใจในการกระทำสิ่งต่าง ๆ อย่างมีเหตุผลที่เหมาะสม ภายใต้อการมีความตระหนักรู้ และการมีวิจารณญาณแห่งตนในการที่จะมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

4) ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

รูปแบบกรอบแนวคิดด้านล่างนี้แสดงให้เห็นว่า ทักษะชีวิตเป็นจุดเชื่อมโยงระหว่างปัจจัยด้านความรู้ทัศนคติและค่านิยมกับพฤติกรรมที่ดีซึ่งในที่นี่จะเป็นวิธีที่สนับสนุนที่จะนำไปสู่การป้องกันปัญหาต่าง ๆ ด้านพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมได้ (WHO. 1994 : 4)

แผนภูมิที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม



ที่มา: WHO. 1994 : 4

2.3.2 แนวคิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory learning)

1) ความหมายของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

การเรียนรู้ (Learning) คือ การปรับเปลี่ยนทัศนคติ แนวคิด และพฤติกรรมอันมาจากการได้รับประสบการณ์ ซึ่งควรเป็นการปรับเปลี่ยนในทางที่ดีขึ้น (สถาบันแห่งชาติเพื่อปฏิรูปการเรียนรู้ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2542 : 2)

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หมายถึง เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถสร้างความรู้ด้วยตัวของผู้เรียนเอง โดยอิงจากประสบการณ์เดิมและร่วมกันค้นหา หรือสร้างองค์ความรู้ใหม่ ๆ ขึ้นมา ผู้สอนมีหน้าที่เป็นเพียงผู้เอื้ออำนวยให้เกิดการเรียนรู้โดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง หลักการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ (สนใจปราบพล. 2542 : 11) ซึ่งสามารถนำมาใช้ในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

หลักการเรียนรู้เชิงประสบการณ์

- เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์ของผู้เรียน
- ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ ๆ ที่ทำทหายอย่างต่อเนื่องและเป็นการเรียนรู้ที่เรียกว่า

Active learning

- มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยกันเองและระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน

- ปฏิสัมพันธ์ที่ทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปอย่างกว้างขวาง

- มีการสื่อสารโดยการพูดหรือการเขียนเป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยนการวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้

2) องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

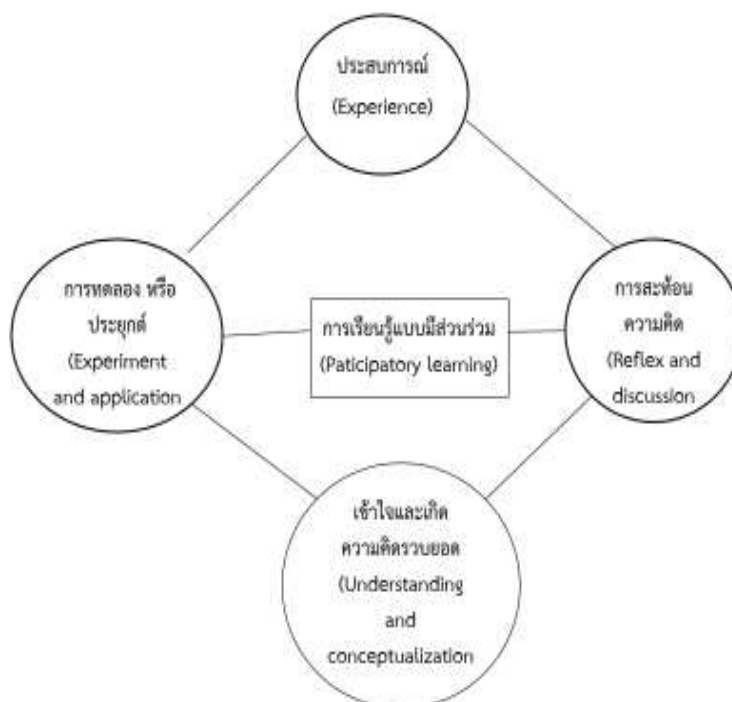
2.1) ประสบการณ์ผู้สอนช่วยให้นักเรียนนำประสบการณ์เดิมของตนมาพัฒนาเป็นองค์ความรู้

2.2) การสะท้อนความคิดและถกเถียงผู้สอนช่วยให้นักเรียนได้มีโอกาสแสดงออกเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง

2.3) เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอดนักเรียนเกิดความเข้าใจ และนำไปสู่ความคิดรวบยอด อาจเกิดขึ้นโดยนักเรียนเป็นฝ่ายริเริ่มแล้วผู้สอนช่วยเติมแต่งให้สมบูรณ์หรือในทางกลับกันผู้สอนเป็นผู้นำทางและนักเรียนเป็นผู้สานต่อจนความคิดนั้นสมบูรณ์เป็นความคิดรวบยอด

2.4) การทดลองหรือประยุกต์นักเรียนนำเอาความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในลักษณะหรือสถานการณ์ต่าง ๆ จนเกิดเป็นแนวทางการปฏิบัติของนักเรียนเอง

แผนภูมิที่ 2 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory learning)



ที่มา: สถาบันแห่งชาติเพื่อปฏิรูปการเรียนรู้ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2542

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมถือเป็นแนวคิดที่มีความสำคัญและแพร่หลายในปัจจุบัน “การเรียนรู้กับการลงมือกระทำต้องเกิดควบคู่กันไป” ซึ่งลักษณะสำคัญ คือ มีการแลกเปลี่ยนความคิด และประสบการณ์ของกันและกัน ซึ่งการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจะมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์มากหรือน้อยส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับผู้ทำหน้าที่วิทยากรกระบวนการ

หลักการให้ความรู้แบบมีส่วนร่วม

องค์ประกอบของ PL

ประสบการณ์

การสะท้อนความคิด

เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด

การทดลองหรือประยุกต์

ลักษณะการเรียนรู้แบบ PL

ตั้งคำถามเพื่อรวบรวมประสบการณ์ของนักเรียน

ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้เพื่อสร้างความรู้ตามงานที่ได้รับมอบหมาย

การบรรยาย (โดยผู้สอนหรือสื่อ) การรายงานผลกลุ่มหรือบูรณาการความรู้ของกลุ่มย่อย โดยการอภิปราย ในกลุ่มใหญ่

ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมที่ประยุกต์ความรู้ที่เกิดขึ้น เช่น ทำรายงาน

3) การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต

องค์ประกอบของ PL

ประสบการณ์

การสะท้อนความคิด

การสรุปความคิดรวบยอด

ทดลองหรือประยุกต์แนวคิด

ลักษณะการเรียนรู้แบบ PL

อาศัยหลักการที่ตรงกับชีวิตจริงในการเรียนรู้ทักษะ

ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันในการวิเคราะห์ขั้นตอนในการฝึกทักษะต่าง ๆ

ได้ความคิดรวบยอดหลายขั้นตอนทั้งจากการฟังบรรยาย การสังเกต สาธิต การประเมินผลในกลุ่ม และการประเมินผลรวม

ผู้เรียนได้มีโอกาสฝึกซ้ำ ๆ โดยการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ต่าง ๆ

ทักษะเป็นความสามารถที่ไม่เคยมีมาก่อนแต่ได้เรียนรู้จนกระทั่งทำได้อย่างชำนาญ การสอนทักษะชีวิตแบ่งเป็น 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นรู้ชัดเห็นจริง

ในขั้นรู้ชัดเห็นจริงใช้องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม 3 องค์ประกอบ คือ ความคิดรวบยอด อภิปราย และการสะท้อนความคิด สำหรับองค์ประกอบของความคิดรวบยอดเกิดขึ้นโดยการบรรยายนำประกอบกับการยกตัวอย่าง ให้ผู้เรียนร่วมอภิปรายถึงความสำคัญ และวิธีการฝึกทักษะนั้น ๆ ด้านประสบการณ์ ผู้สอนใช้กรณีศึกษาหรือสถานการณ์จำลองให้ผู้เรียนคิดใช้

ทักษะดังกล่าวหรือใช้การสาธิต ซึ่งอาจให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมได้ การสาธิตจะช่วยให้ผู้เรียนเห็นจริงตามลำดับขั้นตอนอย่างชัดเจน การสะท้อนความคิดและอภิปราย ให้ผู้เรียนจับกลุ่มย่อยหรือระดมสมองเพื่อหากฎเกณฑ์ ส่วนองค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมด้านประยุกต์แนวคิดและทดลองให้ผู้เรียนฝึกทักษะโดยใช้บทบาทสมมติหรือการซุ่มบทบาทเป็นกิจกรรมหลัก มีการฝึกซ้ำโดยการผลัดกันแสดงบทบาทจนเกิดความชำนาญ การฝึกอบรมจะต้องฝึกให้ผู้สอนมีทักษะในการใช้สถานการณ์จำลองและการสาธิต เพื่อให้ผู้เรียนเห็นจริงขณะเดียวกันก็มีทักษะในการนำมาฝึกบทบาทสมมติหรือการซุ่มบทบาทและประเมินผลการฝึก

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นลงมือกระทำ

1. การฝึกปฏิบัติฝึกบทบาทสมมติและการฝึกซุ่มบทบาท

1.1 การฝึกบทบาทสมมติเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการฝึกทักษะผู้สอนสมมุติตัวละครและสถานการณ์ขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนสมมุติตัวเองเป็นตัวละครตามโจทย์ต้องกำหนดโจทย์ให้ชัดเจน

1.2 การฝึกซุ่มบทบาทเป็นการให้ผู้เรียนเป็นตัวของตัวเองในสถานการณ์ที่จำเป็นซึ่งเกิดขึ้นได้จริงในชีวิตประจำวันโดยให้ผู้เรียนฝึกและเพื่อนๆช่วยกันดูว่ามีการใช้ทักษะอย่างไร

2. การประเมินการฝึกเป็นการช่วยสะท้อนความคิดว่าสิ่งที่ผู้ฝึกทักษะได้ทำไปนั้นถูกขั้นตอนที่ควรจะเป็นหรือไม่ ทำได้โดยผู้เรียนประเมินกันเองในกลุ่มหรือผู้สอนกับผู้เรียนช่วยกันประเมินในชั้นเรียน

2.1 ผู้เรียนประเมินเอง ผู้สอนควรกำหนดใบงานให้ชัดเจนว่าจะประเมินอย่างไร เช่น “หลังจากฝึกให้ผู้เรียนช่วยกันอภิปรายว่าผู้ที่แสดงเป็นมาลีทำได้ตามขั้นตอนหรือไม่ สมศักดิ์ตอบสนองอย่างไร ขั้นตอนไหนที่มีความยุ่งยากในการฝึกและในชีวิตจริง จะนำทักษะนี้ไปใช้ได้หรือไม่ เพียงใด

2.2 สอนประเมินโดยการสุ่ม ให้ผู้ฝึกออกมาแสดงหน้าชั้นเรียน ผู้สอนช่วยวิจารณ์ประกอบกับขอความเห็นจากผู้เรียนในชั้น หรือผู้สอนอาจใช้วิธีสัมภาษณ์ หรือให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วให้ผู้สอนให้ข้อเสนอแนะ

รูปแบบการสอนที่เน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียน

1. การสอนแบบอภิปราย

บุญชม ศรีสะอาด (2537) ได้อธิบายลักษณะการสอนแบบอภิปรายไว้ดังนี้

1) ผู้เรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่เรียนความคิดเห็นที่เสนออาจได้มาจากการประสบการณ์ การศึกษาค้นคว้า พิจารณาไตร่ตรอง การวิเคราะห์

2) การเสนอความคิดเห็นจะไม่อยู่ในรูปสรุปผลและมีหลักฐานสนับสนุนหรืออย่างไรอย่างหนึ่ง การสอนแบบอภิปรายมีหลายรูปแบบ แต่ละรูปแบบจะมีลักษณะของตนเอง รูปแบบต่างๆ ของการสอนแบบอภิปราย ได้แก่ การอภิปรายทั้งชั้น การอภิปรายแบบโต้ว่าที่ การอภิปรายเป็นคณะกรรมการอภิปรายย่อย การอภิปรายกลุ่มใหญ่ เป็นต้น

- การอภิปรายทั้งชั้น (Whole - class discussion) โดยทั่วไปจะหมายถึง การสอนแบบอภิปรายที่ผู้สอนเป็นผู้นำการอภิปรายในลักษณะไม่เป็นทางการ ผู้สอนในฐานะผู้นำการอภิปรายจะถามคำถามให้ความกระจ่างแก่ข้อวิจารณ์ของผู้เรียน สรุปรูปเพื่อช่วยนักเรียนให้เกิดความเข้าใจในหัวข้อนั้น ๆ

- อภิปรายแบบโต้เถียง (Debates) ใช้ในกรณีที่ผู้เรียนจำนวนไม่มาก การอภิปรายแบบนี้จะแบ่งผู้เรียนออกเป็น 2 ฝ่าย โดยแต่ละข้างของประเด็นปัญหา ฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายสนับสนุนอีกฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายค้าน แต่ละฝ่ายจะอภิปรายเพื่อสร้างน้ำหนักแก่ความคิด ความเชื่อของตนในฝ่ายนั้น ภายในเวลาที่กำหนดให้ อาจสลับกันเสนอและโต้แย้งปัญหาเป็นคู่ ๆ ในการสรุปการโต้แย้งผู้สอนอาจใช้วิธีอภิปรายทั้งชั้นในประเด็นปัญหานั้น

- การอภิปรายเป็นคณะ (Panels) วิธีนี้ผู้สอนจะแบ่งชั้นเรียนออกเป็นกลุ่ม ๆ กลุ่มละ 3-6 คน ผู้เรียนแต่ละกลุ่มเป็นกรรมการ ศึกษาค้นคว้าในเรื่องที่ได้รับมอบหมายแต่ละเรื่องนำมาอภิปรายในกลุ่มแล้วจึงเสนอผลเพื่อนำไปสู่การอภิปรายทั้งชั้น

- การอภิปรายกลุ่มย่อย (Buzz group หรือ Buzz session) วิธีนี้จะแบ่งผู้เรียนออกเป็นกลุ่มขนาดเล็กเพื่อให้อภิปรายในเวลาสั้น ๆ ในหัวข้อหรือประเด็นที่กำหนดให้ เมื่อเสร็จแล้ว แต่ละกลุ่มจะเสนอผลการอภิปรายเพื่อกระตุ้นให้อภิปรายทั้งชั้น

- การอภิปรายกลุ่มใหญ่ (Forums) เป็นรูปแบบการอภิปรายเฉพาะที่มีผู้เรียนกลุ่มเล็กเสนอข้อสนเทศ (Information) ที่ตนรอบรู้หรือเชี่ยวชาญต่อกลุ่มใหญ่ ในการสรุปผลผู้เสนอข้อสนเทศจะเชิญชวนผู้ฟังถามคำถามในเรื่องที่เสนอไปนั้น

ข้อดีของการสอนแบบอภิปราย

- 1) ผู้เรียน เรียนรู้จากการอภิปรายนำเอาสารความรู้ไปใช้อย่างมีความหมาย
- 2) ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักใช้ความคิดวิเคราะห์ วิพากษ์ วิจารณ์ผล ผสานความรู้ ประยุกต์ความรู้ และเสนอแนวคิดนั้นเพื่อให้คนอื่นเข้าใจจึงเกิดการพัฒนาด้านพุทธิพิสัยในระดับสูงและพัฒนาทักษะในการพูดแสดงความคิดเห็น
- 3) เทคนิคของการอภิปรายจะช่วยพัฒนาเจตคติ กล่าวคือ ในการอภิปรายผู้เรียนจะได้แง่คิดต่าง ๆ มาทบทวนค่านิยม และเจตคติที่มีอยู่เดิม ซึ่งอาจทำให้สามารถพัฒนาให้เหมาะสมขึ้นมาได้
- 4) ผู้เรียนมีโอกาสพัฒนาทักษะในการตั้งคำถาม คิดหาคำตอบอย่างเป็นระบบ จึงเป็นการคิดและจัดระบบความคิดที่เป็นของตนเอง
- 5) ช่วยให้มีความตื่นตัวทางสมองในระดับสูงไม่เฉื่อยชาเหมือนการสอนบางวิธี
- 6) การใช้การอภิปรายอย่างเหมาะสมจะช่วยนักเรียนในการพัฒนามโนทัศน์ที่มีต่อตนเอง (Self concept) ในทางบวก
- 7) ช่วยพัฒนาการรับฟังความคิดเห็นของบุคคลอื่น รู้จักประเมินเหตุผลที่คนอื่นเสนอ

8) ช่วยให้ได้ข้อสังเกตเกี่ยวกับผู้เรียน ทำให้เกิดความเข้าใจที่ดีต่อผู้เรียน การสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในการทำกิจกรรมของกลุ่มจะช่วยให้ได้ข้อสังเกตเกี่ยวกับการพัฒนาทางสังคม จิตวิทยาและอารมณ์ของผู้เรียน

ข้อจำกัดหรือจุดด้อย

- 1) ถ้าเทียบกับวิธีสอนโดยตรง วิธีสอนโดยใช้การอภิปราย จะใช้เวลามากกว่า
- 2) อาจมีผู้เรียน 2 – 3 คน ผูกขาดการอภิปรายโดยที่ผู้เรียนบางคนไม่ได้แสดงความคิดเห็น
- 3) ในการอภิปรายอาจมีช่วงที่อยู่ในความเงียบบ่อยครั้งและในบางครั้งอาจเงียบนานทำให้ผู้สอนเปลี่ยนใจมาใช้วิธีบรรยายหัวข้อนั้นต่อ
- 4) ผู้สอนมักเกิดความข้องใจ เนื่องจากการอภิปรายครั้งนั้นไม่สามารถนำไปสู่การสรุปหรือไม่สามารถสรุปในรูปที่ผู้สอนปรารถนาได้
- 5) ผู้สอนมักขาดพื้นฐาน หรือขาดวุฒิภาวะที่จะช่วยให้การอภิปรายมีความหมาย

ข้อเสนอแนะเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการสอนแบบอภิปราย

- 1) ผู้สอนต้องวางแผนและเตรียมตัวมาอย่างดี โดยศึกษาเนื้อหาที่เกี่ยวข้อง ศึกษาลักษณะของกิจกรรมกลุ่ม ศึกษาแหล่งหรือสื่อที่จะแนะนำให้ผู้เรียนค้นคว้า
- 2) ส่งเสริมหรือสร้างบรรยากาศของการยอมรับนับถือซึ่งกันและกัน ให้ผู้เรียนได้พูดอย่างเปิดอก โดยเกิดความรู้สึกเป็นอิสระจากการชู้บังคับ
- 3) ผู้เรียนจะต้องเตรียมตัวและมีความพร้อม มิฉะนั้นการอภิปรายจะกลายเป็น “การแลกเปลี่ยนความไม่รู้” ผู้สอนต้องวางแผนให้มีกิจกรรมเรียนรู้ที่เพียงพอก่อนการอภิปราย เช่น ให้ศึกษาจากตำรา เอกสาร บทความ ฯลฯ ก่อนการอภิปราย
- 4) ควรใช้วิธีการสอนแบบอภิปรายเมื่อต้องการพัฒนาการเรียนรู้ด้านพุทธิพิสัยในระดับสูง ด้านจิตพิสัยและด้านทักษะต่าง ๆ
- 5) ควรกำหนดหัวข้อการอภิปรายไว้อย่างเหมาะสมมีความชัดเจน
- 6) ควรเขียนหัวข้อการอภิปรายบนกระดานดำ หรือในเอกสารที่แจกให้ผู้เรียน อธิบายศัพท์ต่าง ๆ ให้เข้าใจ และการเสนอคำถามหรือประเด็นจะต้องให้มีความเฉพาะเจาะจง
- 7) พิจารณาเลือกใช้การอภิปรายหลาย ๆ แบบ เพื่อนำไปสู่การอภิปรายทั้งชั้น การใช้หลายแบบจะช่วยจูงใจผู้เรียนได้ดีขึ้น
- 8) ในกรณีที่เกิดความเงียบ ถ้าเป็นการเงียบที่เกิดจากผู้เรียนต่างก็กำลังคิดก็ควรปล่อยให้ผู้เรียนได้คิด ถ้าเกิดจากความรู้สึกสับสนก็ควรช่วยให้ความกระจ่างในคำถามสุดท้าย หรือให้ข้อสรุปการอภิปรายตั้งแต่ตอนเริ่มต้นมาจนถึงจุดนั้น

9) กระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการอภิปราย แต่จะต้องตระหนักว่าไม่จำเป็นที่ผู้เรียนทุกคนจะต้องพูดทุกหัวข้อ ควรมีความพอใจเมื่อมีผู้เรียนหลายคนพูดในหัวข้อหนึ่ง ๆ และทุกคนได้อภิปรายในหลายหัวข้อ

10) กรณีที่มีผู้ผูกขาดการอภิปรายแก้ไขโดยติดต่อบุคคลนั้นเป็นการส่วนตัว โดยให้เขาเข้าใจว่าผู้สอนประทับใจในความตั้งใจของเขา ต้องการให้อภิปรายต่อ แต่ก็อยากฟังความคิดเห็นของบุคคลอื่นเช่นกัน ปัญหานี้ควรใช้วิธีป้องกันดีกว่าการแก้ไข วิธีป้องกัน คือ การสร้างความเข้าใจให้กับผู้เรียนถึงจุดมุ่งหมายของเทคนิคการสอนแบบนี้ ลักษณะของผู้อภิปรายประเภทต่าง ๆ สภาพของการอภิปรายที่เหมาะสม การใช้หลักการของประชาธิปไตยในการอภิปราย

11) เมื่อการอภิปรายสิ้นสุดลงจะต้องมีการสรุปประเด็นและเนื้อหาสาระของการอภิปราย ไม่ว่าจะช่วยกันสรุปหรือเป็นผู้สอนเป็นผู้สรุปก็ตาม

12) ไม่ควรให้คะแนนหรือประเมินผลการอภิปราย เว้นแต่จะมีจุดประสงค์เพื่อพัฒนาความสามารถในการอภิปราย เพราะการที่ผู้เรียนทราบว่าไม่มีที่ให้คะแนนการอภิปรายจะกระตุ้นให้อภิปรายอย่างเสรีและตรงไปตรงมา

13) คิดหากิจกรรมต่อจากการอภิปราย โดยธรรมชาติแล้วการอภิปรายที่ประสบผลสำเร็จจะนำไปสู่กิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียน

2. การใช้เกมส์

วรภัทร ภูเจริญ (2544) ได้สรุปเกี่ยวกับการใช้เกมส์ดังนี้ การใช้เกมส์การสอนที่ใช้สื่อเป็นของเล่นเน้นการแข่งขันสนุกสนานเฮฮาได้เหวี่ยงบ้าง กล้ามเนื้อทำงาน ใช้วิทยากรตลก ๆ เพื่อให้ นักเรียนไม่เบื่อ เช่น ตัดกระดาษสร้างตึก ปิดตาต่อกระดาษ เดินสามัคคี เกมส์รอบกองไฟ ฯลฯ

ข้อดีของการใช้เกมส์

ทำให้ผู้เรียนจำได้ดีขึ้น ไม่น่าเบื่อ เหมาะกับผู้เรียนประเภทสมาธิสั้น ๆ (เรียกกันว่า โรคสมาธิสั้นแบบไม่ถาวร คือ ถ้าสนุก ๆ สมาธิจะดี ถ้ารู้แล้วได้เงินสมาธิจะดี ถ้าเป็นงานเป็นการจะสมาธิขาดทันที)

3. สถานการณ์จำลอง

การใช้สถานการณ์จำลอง/เผชิญสถานการณ์เป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียน ร่วมกันคิดและการแก้ปัญหาจากสถานการณ์นั้น นักเรียนจะรู้จักคิดวิจารณ์ และมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ และกล้าเผชิญกับสิ่งที่เกิดขึ้น เป็นการเรียนด้วยการกระทำ

วรภัทร ภูเจริญ (2544) ได้ให้ความหมายของการใช้สถานการณ์จำลอง หมายถึง เป็นการให้ผู้เรียนได้เจอเหตุการณ์ใกล้ความเป็นจริงที่สุด แต่ถ้าทำอะไรผิดพลาด ไม่ตาย ไม่บาดเจ็บ ไม่มีทรัพย์สินเสียหาย เป็นต้น ซึ่งมีข้อดี ได้แก่ มีความสนุกสนาน เห็นจริง ทักทาย และประหยัดเวลาในการเรียนรู้ (Learning curve หรือ Learning time) แต่มีข้อเสีย คือ ใช้เงินและเวลามาก

สุพิน บุญชูวงศ์ (2538) ได้ให้ความหมายของสถานการณ์จำลอง หมายถึง การจำลองสถานการณ์ที่เป็นจริงนำมาในชั้นเรียน โดยจัดให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการเรียน และสถานการณ์นั้นจะต้องง่ายต่อการทำความเข้าใจของนักเรียน

4. การสร้างสถานการณ์จำลอง

สุพิน บุญชูวงศ์ (2538) ได้อธิบายกระบวนการสร้างสถานการณ์เมื่อได้จำลองดังนี้

การสำรวจวิเคราะห์

ก่อนสถานการณ์จำลองต้องศึกษาและสำรวจจุดประสงค์ว่าได้กำหนดให้นักเรียนรู้เรื่องใดบ้าง ศึกษาสถานการณ์ประเภทต่าง ๆ ว่าประเภทใดเหมาะสมกับจุดประสงค์ที่ได้กำหนดไว้หรือไม่ควรมีขอบเขตเนื้อหาอะไรบ้าง เมื่อพิจารณาและศึกษามาอย่างดีแล้วก็นำมาวิเคราะห์ดูว่า สถานการณ์นั้นจะให้ผลดีต่อการเรียนรู้อะไร และจะให้ผลเสียอะไรบ้าง สถานการณ์ที่วิเคราะห์นั้นใกล้เคียงกับความเป็นจริงแค่ไหน

กำหนดจุดประสงค์

ในการกำหนดจุดประสงค์นั้น มุ่งให้นักเรียนเปลี่ยนพฤติกรรมอะไรบ้าง เมื่อนักเรียนรู้จากสถานการณ์แล้วนักเรียนจะเป็นอย่างไร การสร้างสถานการณ์จำลองก็จะสร้างให้ตรงกับจุดประสงค์ ถ้าจุดประสงค์ชัดเจน การสร้างสถานการณ์จำลองก็จะทำให้ง่ายขึ้น

การคัดเลือกสถานการณ์

สถานการณ์ที่เป็นจริงและสามารถจำลองมาใช้ในชั้นเรียนต้องสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่กำหนดไว้ข้างต้น มาดัดแปลงให้เหมาะสมกับการจัดการสอนในชั้นเรียน โดยสถานการณ์นั้นได้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ฝึกวิเคราะห์ ตัดสินใจ ก่อให้เกิดการเรียนรู้ และทักษะที่ต้องการ และที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากที่สุด

กำหนดโครงสร้างของสถานการณ์จำลอง

การกำหนดโครงสร้างของสถานการณ์จำลอง ประกอบด้วยสิ่งสำคัญ ดังนี้

- 1) กำหนดจุดประสงค์ของสถานการณ์จำลอง
- 2) กำหนดบทบาทของผู้ร่วมกิจกรรมแต่ละคน
- 3) เตรียมข้อมูล ข่าวสารที่จำเป็น หรือ เนื้อหา
- 4) กำหนดสถานการณ์ต่าง ๆ ให้เห็นเหมือนจริงในสังคม
- 5) ลำดับขั้นของเหตุการณ์ เวลา และปัญหาจากสถานการณ์
- 6) จบสถานการณ์ สรุปอภิปราย

การอภิปรายหลังจากการจบสถานการณ์จำลองเป็นขั้นตอนที่สำคัญที่สุด ทุกฝ่ายจะต้องร่วมกันอภิปราย โดยพยายามค้นหาว่าเกิดอะไรขึ้น และทำไมจึงเกิดสภาพการณ์เช่นนั้น การอภิปรายจะช่วยให้ผู้สอนประเมินความสำเร็จและความล้มเหลวของสถานการณ์ และควรทำทันทีเมื่อจบสถานการณ์

จำลองนั้น ๆ ลักษณะของการอภิปรายผล การสอนอาจใช้คำถามในลักษณะที่ผู้ประเมินผล ผู้ร่วมกิจกรรม โดยให้อธิบายว่าเกิดความคิดอะไรบ้าง ในขณะที่เข้าไปร่วมกิจกรรมในสถานการณ์นั้น ๆ และได้กระทำอะไรจากความคิดนั้นไปบ้าง ให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้อธิบายความรู้สึกที่เกิดขึ้น เพื่อเป็นการประเมินผล ในระยะสุดท้าย ควรอภิปรายเกี่ยวกับข้อดี ข้อเสีย และสิ่งที่ควรปรับปรุง เพื่อจะใช้สถานการณ์จำลอง นั้นซ้ำอีกว่ามีอะไรบ้าง

การสร้างและการออกแบบสื่อการเรียนและการสร้างกฎเกณฑ์

การสร้างและออกแบบสื่อการเรียน เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการประกอบกิจกรรม เช่น บัตรคำ รูปภาพ บัตรคำสั่ง เป็นต้น สื่อการเรียนจะต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่กำหนดให้ในกิจกรรม การเรียนการสอน ต้องกำหนดขั้นตอนให้แน่ชัดว่าให้ทำอะไรและไม่ให้ทำอะไรบ้าง ควรวางแผนใจ แต่ละขั้นตอนของการแสดงว่าต้องกำหนดการเล่นตามลำดับเหตุการณ์นั้น ๆ อย่างไร

การทดลองใช้

เมื่อสร้างสถานการณ์เสร็จแล้ว ควรนำสถานการณ์จำลองนั้นไปใช้กับนักเรียนกลุ่มอื่นเพื่อ ตรวจสอบข้อบกพร่องด้วยวิธีการ ภาษา ตลอดจนการใช้สื่อการเรียนการสอนและเงื่อนไขต่าง ๆ ว่า ควรแก้ไขและปรับปรุงในเรื่องใดบ้าง เพื่อให้ได้สถานการณ์จำลองที่สมบูรณ์และเหมาะที่จะนำไปใช้ กับนักเรียนแต่ละวัยได้อย่างเหมาะสม

5. กรณีศึกษาหรือกรณีตัวอย่าง (Case study)

สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545) ได้ให้ความหมายของการจัดการเรียนรู้โดยใช้ กรณีศึกษา คือ เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียนได้ศึกษาเรียนรู้กรณีหรือเรื่องราวต่าง ๆ ซึ่งอาจเป็น เรื่องจริงหรือสมมติขึ้นจากความเป็นจริง โดยมีการเก็บรวบรวมข้อมูลนำมาวิเคราะห์ อภิปราย แลกเปลี่ยนข้อมูล การจัดการเรียนรู้แบบนี้เป็นการฝึกให้ผู้เรียนแสวงหาความรู้ด้วยวิธีการหลากหลาย สามารถเชื่อมโยงความรู้เดิมกับความรู้ใหม่ หรือเสริมสร้างความรู้ให้กว้างขวางและนำไปใช้แก้ไข ปัญหาในชีวิตประจำวันได้

วรภัทร ภูเจริญ (2544) ได้ให้ความหมายของการใช้กรณีศึกษาหรือกรณีตัวอย่าง (Case study) คือ เป็นการเรียนการสอนที่ยกตัวอย่างขึ้นมาเป็นกรณีศึกษา ให้ผู้เรียนนำปรีดีมาปฏิบัติให้เกิดปฏิเวท ส่วนใหญ่จะไม่เฉลย เพราะคำตอบมีมากมาย ตัวแปรมีมากมายที่จะทำให้คำตอบเปลี่ยนไป ผู้สอน ต้องเก่งในการสร้างกรณีศึกษาเอง ข้อดีของกรณีศึกษาหรือกรณีตัวอย่าง (Case study) คือ ผู้เรียน สนุก ยกเว้นเจอเด็กที่ไม่เข้าใจว่าการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญหรือ LC (Learner Centered) คืออะไร จะบ่นว่ามีแต่งาน อย่าย่อยเฉย ๆ ให้ผู้สอนสอนอย่างเดียว

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ มีขั้นตอนสำคัญดังนี้ (สุวิทย์ มูลคำ. 2545)

1) ชี้นำเสนอกรณีศึกษา

เป็นขั้นที่ผู้สอนเสนอกรณีศึกษาและประเด็นคำถามสำหรับผู้เรียนอภิปราย ชี้นำเสนอทำได้หลายวิธี เช่น พิมพ์เป็นเอกสารแจกให้อ่าน เล่ากรณีตัวอย่างให้ฟัง หรือเสนอโดยใช้สื่อ เช่น วีดิทัศน์ ภาพยนตร์ เป็นต้น ผู้สอนอาจใช้กรณีตัวอย่างที่เป็นเรื่องจริงก็ได้ แต่ผู้สอนต้องมีความชำนาญในการวิเคราะห์กรณีตัวอย่าง และตั้งประเด็นคำถามสำหรับการค้นหาคำตอบและอภิปรายได้รวดเร็ว

2) ขั้นการศึกษากรณีศึกษาและการอภิปราย

2.1) แบ่งผู้เรียนออกเป็นกลุ่มตามความเหมาะสม

2.2) ให้ผู้เรียนศึกษากรณีศึกษา โดยให้เวลาในการศึกษาอย่างเพียงพอให้ผู้เรียนหาคำตอบตามประเด็นคำถามที่ผู้สอนกำหนดไว้

2.3) สมาชิกกลุ่มร่วมกันอภิปรายตามประเด็นคำถามเพื่อให้ได้ข้อสรุปของกลุ่มย่อย

2.4) นำเสนอผลการอภิปรายระหว่างกลุ่มเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน

3) ขั้นสรุปผลการเรียนรู้ ผู้สอนและผู้เรียนร่วมกันอภิปรายคำตอบ ปัญหา มุมมอง และวิธีแก้ปัญหาของผู้เรียนและสรุปสาระสำคัญหรือข้อคิดที่ได้จากการเรียนรู้

ข้อดี

1) ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และเผชิญปัญหาจากสถานการณ์จริง ได้ฝึกแก้ปัญหาสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

2) ช่วยให้ผู้เรียนได้พัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ การคิดแก้ปัญหา ช่วยให้มีมุมมองกว้างขึ้น

3) ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้สูง และส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียน

ข้อจำกัด

1) กรณีกลุ่มผู้เรียนมีความรู้และประสบการณ์ไม่แตกต่างกันจะทำให้การเรียนรู้ไม่กว้างขวางเท่าที่ควร

2) ถ้าผู้นำกลุ่มขาดความสามารถในการเป็นผู้นำ จะทำให้การเรียนรู้ไม่ได้ผลเท่าที่ควร

6. บทบาทสมมติ (Role play)

สุพิน บุญชูวงศ์ (2538) ได้อธิบายถึงบทบาทสมมติว่า เป็นวิธีการหนึ่งของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนสนุกสนานและเรียนรู้ความรู้สึกนึกคิด เรียนรู้ที่จะเข้าใจคนอื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงบทบาทของคนอื่นที่ไม่ใช่ตนเอง ดังนั้นการแสดงบทบาทสมมติจึงเป็นการสมมติบทบาทและการจัดสภาพการณ์ให้ผู้แสดงได้ความรู้สึกนึกคิดอารมณ์จากสภาพการณ์ที่สมมติ ซึ่งอาจเตรียมการมาก่อนที่จะแสดงหรือไม่ได้เตรียมสถานการณ์มาก่อน ภายหลังของการแสดงบทบาทสมมติจะต้องมีการสรุปผลของบุคคลที่ตนสวมบทบาท บทบาทสมมติบางครั้งอาจเป็นวิธีการให้ผู้แสดงแก้ไขปัญหาและตัดสินใจภายใต้สภาพการณ์ที่สมมติ โดยอาศัยเทคนิคต่าง ๆ ในหารแสดงนั้น ๆ

ขั้นตอนในการใช้บทบาทสมมติ สุพิน บุญชูวงศ์ (2538) ได้อธิบายขั้นตอนในการใช้บทบาทสมมติดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นเตรียมการ มี 2 ขั้นตอน ดังนี้

1) **การกำหนดวัตถุประสงค์เฉพาะ** ในขั้นนี้ผู้สอนต้องทำความเข้าใจก่อนว่าจะใช้บทบาทเพื่ออะไร ต้องการให้นักเรียนได้อะไรบางจากการแสดง

2) **กำหนดสถานการณ์และบทบาทสมมติ** เมื่อผู้สอนเข้าใจวัตถุประสงค์ชัดเจนแล้วควรจะสร้างสถานการณ์และบทบาทสมมติขึ้นมาให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ มีความชัดเจน ยากง่ายให้เหมาะกับระดับนักเรียน มีเนื้อหาใกล้เคียงกับความเป็นจริง ควรมีความขัดแย้งหรืออุปสรรคที่ต้องแก้ไข เพื่อให้นักเรียนได้มีโอกาสฝึกคิดและแก้ปัญหา

ขั้นที่ 2 ขั้นแสดง แบ่งเป็น 6 ขั้นตอน ได้แก่

1) **การอุ่นเครื่อง** เป็นการเล่าเรื่องหรือสถานการณ์ที่เตรียมมาให้ให้นักเรียนสนใจระตือหรือร้านที่จะเรียน และในตอนท้ายจะทิ้งปัญหาการกระตุ้นให้เกิดอยากติดตาม โดยชี้แจงให้นักเรียนเห็นคุณประโยชน์จากการเข้าร่วมบทบาทสมมติ

2) **การเลือกตัวผู้แสดง** ผู้สอนอาจเลือกได้หลายทางขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของการแสดงและการสอนเป็นสำคัญ ผู้สอนต้องคำนึงว่าจะต้องไม่เลือกนักเรียนที่เจ้าตัวไม่เต็มใจ ควรเลือกผู้แสดงบทบาทที่อาสาสมัคร

3) **การจัดฉากแสดง** หลังจากได้ตัวผู้แสดงแล้ว ควรให้ที่ไม่ได้แสดงบางคนออกมาช่วยจัดสถานที่แบบสมมติขึ้น เพื่อให้การแสดงดูใกล้เคียงกับความเป็นจริง การจัดฉากอาจจัดแบบง่าย ๆ ไปจนถึงจัดฉากหรูหรา

4) **การเตรียมผู้สังเกตการณ์** ผู้สอนควรแบ่งหน้าที่ให้นักเรียนทำงานเป็นกลุ่ม เช่น กลุ่มหนึ่งอาจให้สังเกตวิธีการแก้ไขปัญหาที่เพื่อนเสนอจะเป็นจริงได้หรือไม่ ให้คอยดูว่าผู้แสดงเกิดความรู้ได้อย่างไรบ้าง ให้คิดล่วงหน้าว่าถ้าแก้ไขปัญหาไปเช่นนั้นแล้วจะทำให้เกิดปัญหาตามมาหรือไม่

5) **การเตรียมความพร้อมก่อนการแสดง** ผู้สอนจะช่วยให้การแสดงนั้นเป็นไปตามธรรมชาติ โดยการช่วยขจัดความประหม่า วิตกกังวลของผู้แสดง ช่วยผู้แสดงให้เข้าใจสถานการณ์ให้มากยิ่งขึ้น

6) **การแสดง** เมื่อผู้ชม ผู้แสดงพร้อมแล้วก็เริ่มการแสดงได้เลย การแสดง ควรเป็นไปตามธรรมชาติ ไม่มีการขัดขวางกัน นอกจากกรณีที่ผู้แสดงต้องการความช่วยเหลือ

ขั้นที่ 3 **ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย** ขั้นนี้สำคัญมากเพราะเป็นขั้นก่อให้เกิดความรู้หลาย ๆ อย่าง การวิเคราะห์การแสดงมักจะเป็นไปในรูปของการอภิปรายร่วมกัน การอภิปรายจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล ตรงไปตรงมาเกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออก ไม่มุ่งวิจารณ์ว่าใครแสดงดีหรือไม่ดีอย่างไร

ขั้นที่ 4 แลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป หลังจากจบการอภิปรายเกี่ยวกับการแสดงแล้ว ผู้สอนควรกระตุ้นให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่มีส่วนสัมพันธ์หรือเกี่ยวข้องกับเรื่องที่ได้ศึกษาเรียนนี้จะช่วยให้นักเรียนได้แนวคิดกว้างขึ้น และส่งเสริมให้นักเรียนเห็นว่าสิ่งที่เรียนนั้นเกี่ยวข้องกับความเป็นจริงจะทำให้นักเรียนสามารถที่จะหาข้อสรุป หรือได้แนวความคิดรวบยอดที่ตนสามารถเข้าใจได้อย่างดี

การเรียนโดยใช้กิจกรรมบทบาทสมมติ มีข้อดีหลายประการ ได้แก่ ช่วยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียน และเรียนได้อย่างสนุกสนาน สามารถเข้าใจสิ่งที่เรียนได้เป็นอย่างดี ช่วยปรับปรุงพฤติกรรมเจตคติให้ปฏิบัติตนในสังคมได้อย่างเหมาะสม และรู้จักการเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ฝึกการแก้ปัญหา และรู้จักตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม แต่การแสดงบทบาทสมมติมีข้อควรระวัง คือ ผู้สอนต้องหมั่นสังเกตผู้เรียนตลอดเวลา อย่าให้ออกนอกเรื่อง อย่าให้พูดมาก หรือแย้งกันพูด หรือไม่ค่อยพูด ควรให้ทำการค้นคว้ามาก่อน จะได้เนื้อหาที่เข้มข้น สนุก ผู้สอนอย่าติดยึด อย่าตีกรอบความคิด (วรภัทร ภูเจริญ. 2554) นอกจากนี้ บุญชม ศรีสะอาด (2537) ยังได้สรุปข้อดี ข้อด้อย และข้อเสนอแนะ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการสอนโดยการแสดงบทบาทสมมติไว้ดังนี้

ข้อดีของการแสดงบทบาทสมมติ

- 1) ช่วยให้เกิดความเข้าใจว่าคนอื่นอาจคิด รู้สึก และปฏิบัติอย่างไร เห็นอกเห็นใจคนอื่น
- 2) ใช้ช่วยในการเปลี่ยนแปลงเจตคติ
- 3) ผู้เรียนได้รับการเตรียมสำหรับสถานการณ์จริงที่จะเผชิญ
- 4) กระตุ้นให้เกิดความคิดสร้างสรรค์
- 5) สามารถใช้พัฒนาทักษะทางสังคม
- 6) ใช้ในการสอนหรือประเมินการเรียนรู้ด้านจิตพิสัย หรือทั้งสองประการ
- 7) ผู้แสดงบทบาทเรียนรู้การจัดการจัดระบบความคิด และการตอบสนองโดยฉับพลัน
- 8) ฝึกการใช้ระบบการสื่อสารจากการปฏิบัติมากกว่าการใช้ถ้อยคำ

ข้อจำกัดหรือจุดด้อยของการแสดงบทบาทสมมติ

- 1) ใช้เวลามาก
- 2) นักเรียนที่เก่งมากมักผูกขาดสถานการณ์
- 3) ผู้ที่ขาดทักษะที่จะเป็น เช่น เป็นคนขี้อาย พูดติดอ่าง จะรู้สึกไม่สบายใจ และเป็นปัญหา
- 4) ผู้เรียนบางคนไม่สามารถแสดงบทบาทที่กำหนดได้
- 5) ถ้าไม่สามารถเชื่อมโยงการแสดงบทบาทสมมติกับบทเรียนให้กับผู้เรียนได้ก็จะทำให้

กิจกรรมทั้งหมดด้วยคุณค่า

7. การสอนโดยใช้การระดมความคิด (Brainstorming)

บุญชู ศรีสะอาด (2537) ได้อธิบายถึงการสอนโดยใช้การระดมความคิด (Brainstorming) ว่าเป็นการให้ผู้เรียนทุกคนได้แสดงความคิดเห็น ข้อเสนอแนะในการแก้ปัญหาให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ โดยไม่มีการวิพากษ์วิจารณ์ความคิดเห็น หรือข้อเสนอแนะที่ผู้เรียนเสนอมานั้นมีการบันทึกความคิด หรือข้อเสนอแนะทั้งหมด

ข้อดีของการสอนโดยใช้การระดมความคิด

- 1) วิธีนี้ใช้ได้ดีเมื่อผู้สอนต้องการกระตุ้นให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ในประเด็นใดประเด็นหนึ่ง
- 2) ช่วยให้ได้แนวคิดที่กว้างขวาง แนวความคิดใหม่ แทนที่จะนำมาจัดประเภทและประเมิน
- 3) ทุกคนมีโอกาสดำเนินการแสดงความคิดเห็นอย่างเสรี มีความสบายใจ
- 4) ช่วยให้ผู้เรียนสามารถตัดสินใจหรือแก้ปัญหาได้ดี

ข้อจำกัดหรือจุดด้วยการสอนโดยใช้การระดมความคิด

- 1) อาจใช้เวลามาก และมีความคิดที่ใช้ไม่ได้
- 2) ผู้ที่ไม่คุ้นเคยกับวิธีนี้จะไม่ค่อยเสนอความคิดที่แปลก ๆ ในระยะแรก ๆ จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องจะเห็นว่ารูปแบบการสอนที่เน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียน ได้แก่ การสอนแบบอภิปราย การใช้เกมส์ การใช้สถานการณ์จำลอง การใช้กรณีศึกษาหรือกรณีตัวอย่าง การแสดงบทบาทสมมติ และการระดมความคิด มาประยุกต์ใช้ร่วมกับการสอนทักษะชีวิต เป็นโปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ดังนี้

1.1) การแบ่งกลุ่มระดมความคิดและการอภิปรายกลุ่มเพื่อให้นักเรียนเกิดการมีส่วนร่วม ผู้วิจัยได้นำการระดมความคิดมาใช้ทุกกิจกรรมในโปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม โดยการจัดกิจกรรมมีการแบ่งกลุ่ม 4-5 คน เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต 4 ด้าน ได้แก่ ความตระหนักรู้ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสร้างสัมพันธภาพ สื่อสาร การตัดสินใจแก้ไขปัญหา

1.2) การใช้เกมส์เพื่อให้นักเรียนได้เกิดความสุขตื่นตัวในการร่วมกิจกรรมโดยผู้วิจัยได้นำไปปรับใช้ในโปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

1.3) การใช้สถานการณ์จำลอง โดยผู้วิจัยให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 4-5 คน คิดสถานการณ์จำลองเพื่อให้นักเรียนรู้จักทักษะการแก้ไขปัญหาและการตัดสินใจ

1.4) การใช้กรณีศึกษาหรือกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยได้นำกรณีศึกษาที่ผู้วิจัยกำหนดเรื่องราวให้ใกล้เคียงกับสถานการณ์ปัจจุบัน เพื่อให้ผู้เรียนร่วมกันในการพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

1.5) การแสดงบทบาทสมมติ กิจกรรมนี้ได้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้กล้าแสดงออก มีส่วนร่วมสนุกสนาน เป็นการทดลองใช้ ส่งผลทำให้ผู้เรียนเข้าใจได้เป็นอย่างดี โดยผู้วิจัยได้นำมาใช้ในทักษะการคิดอย่างมี การสร้างสัมพันธ์ภาพการสื่อสาร การตัดสินใจแก้ไขปัญหา

ในกิจกรรมครั้งสุดท้าย ผู้วิจัยมีการสรุปการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมโดยให้นักเรียนนำทักษะชีวิต ความตระหนักรู้ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสร้างสัมพันธ์ภาพการสื่อสาร การตัดสินใจแก้ไขปัญหา มานำเสนอในรูปแบบของการให้นักเรียนช่วยกันระดมความคิด สถานการณ์จำลองและนำเสนอโดยการแสดงบทบาทสมมติ เพื่อเป็นการรวบรวมความคิดเห็นของกลุ่มและสรุปการเรียนรู้ สอดคล้องกับการศึกษาของ เจตนิพิฐ สมมาตย์ (2550 : 70-115) ประสิทธิภาพของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนแห่งหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ได้ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มทดลอง 36 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 35 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ผลการวิจัย พบว่าเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายในกลุ่ม พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ทักษะชีวิตและพฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติดีกว่าก่อนทดลองทุกด้าน แต่เมื่อนำคู่ที่แตกต่างกันมาทดสอบทางสถิติ พบว่าระยะก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง และระยะก่อนการทดลองกับระยะติดตามผล ส่วนใหญ่มีความแตกต่างกันทางสถิติ มีเฉพาะระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลที่ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่ม พบว่ากลุ่มทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ทักษะชีวิตและพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบทุก ๆ ด้าน ($p < 0.001$)

สุภัทรา สามัง (2548) ศึกษาการใช้โปรแกรมการสร้างเสริมสร้างทักษะชีวิตที่มีต่อความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายและหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เขตเทศบาลเมือง อำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ กลุ่มทดลอง 51 คน และกลุ่มควบคุม 50 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิต พบว่านักเรียนทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ และพฤติกรรมป้องกันตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ เพิ่มขึ้นจากก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธและพฤติกรรมป้องกันตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ มากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

กาญจนา ปัญญาเพ็ชร (2551) ได้ศึกษาโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตต่อความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ โดยกลุ่มทดลองได้รับการสอนหลักการของทักษะชีวิต ได้แก่ ทักษะความตระหนักในตนเอง ความภูมิใจในตนเองในการเลือกคบเพื่อนต่างเพศ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการตัดสินใจเพื่อป้องกันการนำไปสู่การมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับเพื่อนต่างเพศ การสร้างสัมพันธ์ภาพ และการปฏิเสธ ร่วมกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีความรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศที่เหมาะสมสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในด้านทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะการตัดสินใจ ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพและทักษะการปฏิเสธ

2.4 บทบาทพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนกับการส่งเสริมพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม

ขอบเขตและสมรรถนะการปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน การปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน หมายถึง การกระทำการพยาบาลโดยตรง บริหารจัดการในการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การดูแลแก่บุคคลครอบครัว และชุมชนที่มีปัญหาสุขภาพ หรือมีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพที่สำคัญของพื้นที่ หรือของประเทศ รวมทั้งการรักษาโรคเบื้องต้น ซึ่งต้องอาศัยความรู้ความชำนาญและทักษะการพยาบาลขั้นสูง โดยใช้ระบบการจัดการรายบุคคล กลุ่มบุคคล ครอบครัวและชุมชน รวมทั้งการจัดการให้มีระบบการดูแลในชุมชนที่มีประสิทธิภาพ การให้เหตุผลและตัดสินใจเชิงจริยธรรมโดยบูรณาการหลักฐานเชิงประจักษ์ ผลการวิจัย ความรู้ทฤษฎีการพยาบาลและทฤษฎีอื่น ๆ ที่เป็นปัจจุบัน มุ่งเน้นผลลัพธ์ทั้งระยะสั้นและระยะยาว พัฒนานวัตกรรมและระบบการดูแลบุคคล ครอบครัวและชุมชนอย่างต่อเนื่อง เป็นที่ปรึกษาให้กับผู้ร่วมงานในการพัฒนาความรู้และทักษะงานเชิงวิชาชีพ ตลอดจนควบคุมคุณภาพและจัดการผลลัพธ์โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงประเมินผลในการดูแลบุคคลครอบครัวและชุมชน

สมรรถนะที่ 1 มีความสามารถในการพัฒนาจัดการและกำกับระบบการดูแลบุคคล กลุ่มคน ครอบครัวและชุมชน ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาโรคเบื้องต้น และการฟื้นฟูสภาพ การปฏิบัติที่แสดงถึงสมรรถนะในการบูรณาการ ความรู้เกี่ยวกับโรค การเจ็บป่วยที่พบบ่อยในท้องถิ่น แนวทางการป้องกันและการรักษา หลักฐานเชิงประจักษ์ และผลงานวิจัย รวมทั้งสภาพสังคมและวัฒนธรรมท้องถิ่น วิธีการดำเนินชีวิตที่ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพและศักยภาพของคนในชุมชน เพื่อออกแบบบริการสุขภาพตามปัญหาและความต้องการด้านสุขภาพของคนในชุมชนเป็นหลัก ประเมินภาวะสุขภาพ วินิจฉัยปัญหา ให้การรักษาเบื้องต้น และติดตามผลผลิต จัดทำระบบและฐานข้อมูลสุขภาพที่จำเป็นโดยมีกระบวนการสร้างและพัฒนาเครื่องมือในการเก็บข้อมูลครอบคลุมทุกด้านและทุกกลุ่มเป้าหมายในชุมชน มีการศึกษาข้อมูลสุขภาพชุมชนที่จำเป็นตามมาตรฐานการบริการพยาบาลและการผดุงครรภ์ในระดับปฐมภูมิ ประกอบด้วยข้อมูลสุขภาพ 3 ระดับ คือ ระดับชุมชน

ครอบครัวและบุคคล การคัดกรองสุขภาพตามปัญหาสุขภาพตามกลุ่มอายุ และภาวะคุกคามในท้องถิ่น และตามนโยบายของประเทศ มีการเฝ้าระวังการเกิดโรคและความเจ็บป่วยและภาวะคุกคามต่อสุขภาพคนในพื้นที่วางแผน ออกแบบ จัดกิจกรรม การระบุปัญหาสุขภาพของชุมชน กลุ่มคน ครอบครัว บุคคลในชุมชน บริการสุขภาพ และประเมินผล วางแผนหรือออกแบบและการปฏิบัติ บริการพยาบาลหรือกิจกรรมการดูแลสุขภาพคนในชุมชน กิจกรรมการจัดการกับปัจจัยเสี่ยงและภาวะคุกคามในพื้นที่พร้อมผลลัพธ์จากการปฏิบัติ ให้การช่วยเหลือให้ผู้ป่วยเข้าถึงระบบสุขภาพและดูแลสุขภาพที่ประโยชน์ที่ผู้ป่วยควรจะได้รับ จัดให้มีทีมผู้ดูแลผู้ป่วยอย่างต่อเนื่อง

สมรรถนะที่ 2 มีความสามารถในการดูแลและให้การพยาบาลกลุ่มผู้ป่วยเรื้อรัง ผู้พิการ วัยรุ่น ผู้สูงอายุ มารดาและทารก และกลุ่มคนในชุมชนที่มีปัญหาซับซ้อน (Direct care) การปฏิบัติที่แสดงถึงสมรรถนะ ต้องประเมินภาวะสุขภาพและปัญหาที่ซับซ้อนในครอบคลุมทุกมิติ ทำการวินิจฉัยปัญหาผู้ป่วยเฉพาะกลุ่ม โดยใช้หลักฐานทางคลินิก ความรู้ทางพยาธิสรีระและเภสัชวิทยา แนวทางการป้องกันการส่งเสริมและการรักษา รวมทั้งประสบการณ์ทางการดูแลผู้ป่วย ให้การดูแลบุคคล ครอบครัว กลุ่มคนและชุมชนโดยบูรณาการความรู้ทางพยาธิสรีระและเภสัชวิทยา หลักฐานเชิงประจักษ์ และเหตุผลทางคลินิกในการตัดสินใจเพื่อแก้ปัญหาอย่างเป็นองค์รวม ดูแลบรรเทาอาการและการปฐมพยาบาล การรับและส่งต่อผู้ป่วยให้ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง ให้บริการตรวจและรับฝากครรภ์ ทำคลอด ดูแลมารดาหลังคลอดและทารกแรกเกิด ให้บริการสุขภาพเด็กดี ให้ภูมิคุ้มกันโรค ดูแลติดตามผู้ป่วยและประชากรที่ต้องการการดูแลอย่างต่อเนื่องที่บ้าน โดยเฉพาะกลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ผู้สูงอายุ ผู้พิการ มารดาและทารก ผู้ป่วยระยะสุดท้าย และประเมินผลการปฏิบัติงานที่สามารถสร้างความเชื่อมั่นแก่ชุมชน ครอบครัว และบุคคลในการให้บริการที่มีคุณภาพได้มาตรฐาน เสริมพลังกลุ่มเสี่ยงให้สามารถสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรคและฟื้นฟูสภาพ รวมทั้งจัดกระบวนการให้เกิดกลุ่มช่วยเหลือกันในการลดพฤติกรรมเสี่ยงและพึ่งตนเองด้านสุขภาพได้

สมรรถนะที่ 3 มีความสามารถในการประสานงาน (Collaboration) การปฏิบัติที่แสดงถึงสมรรถนะปฏิบัติการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน โดยใช้หลักการสร้างหุ้นส่วนกับประชาชนที่อาศัยอยู่ในชุมชน องค์กร หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและสหวิชาชีพในการศึกษาข้อมูลบุคคล ครอบครัว กลุ่มคน ชุมชน การวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพและศักยภาพของชุมชน การวางแผนและการออกแบบ การปฏิบัติ และการประเมินผลกิจกรรมการดูแลสุขภาพและการบริการสุขภาพตามความต้องการด้านสุขภาพ รวมทั้งศักยภาพของชุมชน

สมรรถนะที่ 4 มีความสามารถในการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowering) การสอน (Educating) การฝึก (Coaching) การเป็นพี่เลี้ยงในการปฏิบัติ (Mentoring) การปฏิบัติที่แสดงถึงสมรรถนะ คือ ให้ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับโรคและความเจ็บป่วย การป้องกัน การส่งเสริมสุขภาพและการจัดการกับภาวะคุกคามต่อสุขภาพ ทำการสอนและฝึกทักษะให้ผู้ป่วยและครอบครัวสามารถดูแล

ตนเองด้านสุขภาพได้ เป็นพี่เลี้ยงแก่พยาบาลและนักศึกษาพยาบาลและนักศึกษาวิทยาศาสตร์สุขภาพอื่นให้มีความสามารถในการดูแลบุคคล ครอบครัว กลุ่มคน และชุมชน

สมรรถนะที่ 5 มีความสามารถในการให้คำปรึกษาด้านการดูแลบุคคล ครอบครัว กลุ่มคน และชุมชน (Co nsultation) การปฏิบัติที่แสดงถึงสมรรถนะ คือ เป็นที่ปรึกษาให้กับพยาบาลและทีมสุขภาพในการจัดการปัญหาสุขภาพผู้ป่วยที่มีปัญหาซับซ้อนในชุมชน โดยการประมวลข้อมูล ประสพการณ์และความเชี่ยวชาญ รวมทั้งหลักฐานเชิงประจักษ์ในการดูแลผู้ป่วย และเป็นที่ปรึกษาให้กับพยาบาลและทีมสุขภาพในการจัดระบบการดูแลผู้ป่วยเฉพาะกลุ่ม รวมทั้งเป็นที่ปรึกษาให้กับพยาบาลและทีมสุขภาพในการตัดสินใจเชิงจริยธรรมที่เกิดจากการ ปฏิบัติการพยาบาล

สมรรถนะที่ 6 มีความสามารถในการเป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลง (Change agent) การปฏิบัติที่แสดงถึงสมรรถนะ คือ ดำเนินการให้เกิดการปฏิบัติที่เป็นเลิศในการดูแลกลุ่มสุขภาพดี กลุ่มเสี่ยง ผู้ป่วยเรื้อรัง ผู้สูงอายุ ผู้พิการ มารดาทารก และผู้ป่วยระยะสุดท้าย เพื่อพัฒนาให้เกิดการบริการที่มีคุณภาพและคุ้มค่า เป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลงเพื่อพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาลในกลุ่มสุขภาพดี กลุ่มเสี่ยง ผู้ป่วยเรื้อรัง ผู้สูงอายุ ผู้พิการ มารดา ทารก และผู้ป่วยระยะสุดท้ายให้มีคุณภาพและคุ้มค่าพัฒนา แนวปฏิบัติ นวัตกรรม รูปแบบ วิธีการและเครื่องมือในการให้บริการสุขภาพ โดยใช้กระบวนการ ทบทวนการปฏิบัติงาน บทเรียน ผลการวิจัย ผลการวิเคราะห์และประเมินการดำเนินงานที่ผ่านมา เพื่อวิเคราะห์และหาแนวทางปรับปรุงให้การทำงานอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง พร้อมทั้งสร้าง แผนงานหรือโครงการต่าง ๆ เพื่อประกันคุณภาพในการดูแลผู้ป่วยครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย

สมรรถนะที่ 7 มีความสามารถในการให้เหตุผลทางจริยธรรมและการตัดสินใจเชิงจริยธรรม (Ethical reasoning and ethical decision making) การปฏิบัติที่แสดงถึงสมรรถนะ คือ ใช้ความรู้ ทฤษฎี และหลักจริยธรรม สิทธิผู้ป่วย สิทธิของพยาบาล และหลักการตัดสินใจเชิงจริยธรรมในการปฏิบัติงาน บริหารจัดการด้านการปฏิบัติการพยาบาลโดยเน้นการพิทักษ์สิทธิของผู้ป่วย คำนึงถึง สิทธิผู้ใช้บริการกลุ่มเป้าหมายในชุมชน (Advocate) ให้ได้รับการปฏิบัติการพยาบาลอย่าง มีจริยธรรม เป็นธรรมและปลอดภัย มีส่วนร่วมในกระบวนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติการดูแล ในระดับหน่วยงานและหรือระดับองค์กร และมีส่วนร่วมในการควบคุมมาตรฐานและผลลัพธ์ด้านจริยธรรม ทางการพยาบาล

สมรรถนะที่ 8 มีความสามารถในการใช้หลักฐานเชิงประจักษ์ (Evidence-Based practice) การปฏิบัติที่แสดงถึงสมรรถนะ คือ ติดตาม รวบรวม ผลการวิจัยหรือหลักฐานเชิงประจักษ์ทางการพยาบาล เวชปฏิบัติชุมชนและที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มเป้าหมายเฉพาะอย่างต่อเนื่อง และใช้หลักฐานเชิงประจักษ์ ที่เป็นปัจจุบันในการพัฒนาคุณภาพการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน เช่น พัฒนาแนวปฏิบัติและใช้แนวปฏิบัติ ในการปฏิบัติงาน มีการเผยแพร่แนวปฏิบัติการพยาบาลที่มาจากหลักฐานเชิงประจักษ์เพื่อให้เกิด การแลกเปลี่ยน เรียนรู้ ระหว่างผู้ปฏิบัติ หรือผู้เชี่ยวชาญในสาขาการพยาบาลเดียวกันและนำหลักการ

จัดการความรู้มาใช้ร่วมกับกระบวนการพัฒนาคุณภาพตามหลักฐานเชิงประจักษ์และภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยเน้นการมีส่วนร่วมของผู้มีประสบการณ์หรือผู้เชี่ยวชาญด้านการปฏิบัติทำการวิเคราะห์และประเมินผลที่ได้รับจากการปฏิบัติตามหลักฐานเชิงประจักษ์ตลอดจนภูมิปัญญา เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพอย่างต่อเนื่อง

สมรรถนะที่ 9 มีความสามารถในการจัดการและประเมินผลลัพธ์ (Outcome management and evaluation) การปฏิบัติที่แสดงถึงสมรรถนะ คือ กำหนดผลลัพธ์และตัวชี้วัด ผลลัพธ์ทางการพยาบาล เวชปฏิบัติชุมชนอย่างครอบคลุม มีการพัฒนาหรือเลือกใช้เครื่องมือวัดผลลัพธ์ทางการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ดำเนินการจัดเก็บรวบรวมข้อมูลตัวชี้วัดทางการพยาบาล สำหรับกลุ่มเป้าหมายในชุมชนอย่างต่อเนื่อง ทำการวิเคราะห์ผลเปรียบเทียบ ผลลัพธ์ของการพยาบาลอย่างต่อเนื่อง โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงประเมินผลและนำผลการวิเคราะห์ผลลัพธ์มาเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพ การปฏิบัติทางการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนอย่างต่อเนื่อง จัดทำฐานข้อมูลด้านผลลัพธ์ทางการพยาบาลในกลุ่มเป้าหมายในชุมชน เพื่อใช้ติดตามและเปรียบเทียบผลการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องและจัดให้มีการเผยแพร่วิธีการปฏิบัติและผลลัพธ์การปฏิบัติที่เป็นเลิศเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้ปฏิบัติและผู้เชี่ยวชาญ สภาการพยาบาล (2552 : 29 – 33)

วัลยา ธรรมพนิชวัฒน์ (2553) เพศศึกษากับวัยรุ่นไทย กล่าวว่า การสอนเพศศึกษาในโรงเรียนส่วนใหญ่จะเน้นเฉพาะเนื้อหาการเปลี่ยนแปลงสรีระและร่างกาย และยังมีการถ่ายทอดเนื้อหาทางเพศที่ไม่สม่าเสมออีกด้วย ครูส่วนมากยอมรับว่ารู้สึกอึดอัดใจที่ต้องสอนเพศศึกษาให้แก่วัยรุ่น ครูผู้สอนบางคนจึงปรับเปลี่ยนเนื้อหาในหลักสูตรเพศศึกษาไปตามความคิดของตน หรือบางครั้งก็อาจตัดเนื้อหาบางส่วนทิ้งไปเลย สำหรับบิดามารดาของวัยรุ่นนั้น มากกว่าร้อยละ 70 เห็นว่าไม่ควรสอนเพศศึกษาในโรงเรียน แต่ก็มีบิดามารดา ร้อยละ 10 เท่านั้น ที่มีความพร้อมในการให้คำแนะนำเรื่องเพศแก่บุตรของตนและประมาณเกือบ 1 ใน 3 เชื่อว่าเพศศึกษาจะทำให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น อุปสรรคหนึ่งในการสอนเพศศึกษาให้แก่วัยรุ่นอย่างมีประสิทธิภาพก็คือ ความเชื่อของครูผู้สอน บิดามารดา และคนทั่วไปมองว่าการสอนเพศศึกษานั้นเปรียบเสมือน “การชี้โพรงให้กระรอก” เพศศึกษาจะทำให้วัยรุ่นอยากทดลองและมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น แต่หลักฐานการวิจัยที่ผ่านมาไม่ได้ยืนยันหรือสนับสนุนความเชื่อดังกล่าวเลย จากการทบทวนงานวิจัยที่ศึกษาผลของโปรแกรมการสอนเพศศึกษาและโรคเอดส์แก่วัยรุ่นอายุต่ำกว่า 25 ปี ในหลักสูตรของโรงเรียนอย่างเป็นระบบ จำนวน 83 เรื่อง ในปี 2550 พบว่าประมาณ 2 ใน 3 ของโปรแกรมการสอนเพศศึกษาทั้งหมดสามารถช่วยปรับพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นได้ดีขึ้น และมีหลักฐานบ่งชี้อย่างชัดเจนว่าโปรแกรมสอนเพศศึกษาเหล่านี้ไม่ได้เร่งให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น หรือมีพฤติกรรมทางเพศเพิ่มขึ้น ในทางตรงกันข้ามโปรแกรมการสอนเพศศึกษาบางส่วนนั้น สามารถช่วยให้วัยรุ่นลดการมีเพศสัมพันธ์หรือมี

พฤติกรรมทางเพศลดลง หรืออุ้งยางอนามัย หรือยาคุมกำเนิดเพิ่มขึ้น โดยโปรแกรมเหล่านี้ช่วยให้วัยรุ่นมีความรู้เรื่องเพศ

ในฐานะผู้วิจัยเป็นพยาบาลเวชปฏิบัติที่ชุมชน ได้ใช้สมรรถนะที่ 1 ในการศึกษาข้อมูลสุขภาพของชุมชน พัฒนาศักยภาพวางแผนและออกแบบกิจกรรมเพื่อส่งเสริมนักเรียนในการมีพฤติกรรมที่เหมาะสมทางเพศ ซึ่งเป็นปัญหาต่อสุขภาพของกลุ่มนักเรียน ครอบครัว และชุมชน ออกแบบบริการสุขภาพเพื่อแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สมรรถนะที่ 4 สอนและฝึกทักษะให้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา การส่งเสริมพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม โดยใช้โปรแกรมการมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม สมรรถนะที่ 6 จัดให้มีรูปแบบการเรียนรู้เรื่องพฤติกรรมทางเพศ นอกเหนือจากการเรียนรู้ในโรงเรียน จัดกิจกรรมโดยใช้โปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม สมรรถนะที่ 7 ผู้วิจัยพหุทักษะสิทธิ์ผู้เข้าร่วมวิจัย สมรรถนะที่ 8 ผู้วิจัยได้ใช้หลักฐานเชิงประจักษ์รวบรวมวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาโปรแกรม นำหลักการจัดความรู้มาใช้ในกระบวนการจัดกิจกรรมกับผู้เข้าร่วมวิจัย วิเคราะห์และประเมินผล สมรรถนะที่ 9 การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวัดคะแนนทักษะชีวิตด้วยแบบวัดทักษะเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม เปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการทดลอง และเปรียบเทียบคะแนนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล จึงได้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องผลของการใช้โปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดราชบุรี ขึ้น โดยคาดหวังและเชื่อว่าหากวัยรุ่นมีทักษะชีวิตที่ดี ใช้ทักษะชีวิตเป็นตัวนำทางในการดำเนินชีวิต ปัญหาการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจะลดลงเรื่อย ๆ จนไม่เกิดปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงได้สร้างโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อให้ความรู้ก่อนให้มีเจตคติที่ดี และมีทัศนคติที่ถูกต้องต่อการดำเนินชีวิตและไม่เป็นปัญหาของชุมชนและสังคมต่อไป

2.5 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แนวคิดเรื่องกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory learning) ซึ่งการเรียนรู้ (learning) หมายถึง การปรับเปลี่ยนทัศนคติแนวคิดและพฤติกรรมอันมาจากได้รับประสบการณ์ซึ่งควรเป็นการปรับเปลี่ยนในทางที่ดีขึ้น (สถาบันแห่งชาติเพื่อปฏิรูปการเรียนรู้ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ปี 2542. 2542 : 2) ดังนั้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจึงเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถสร้างความรู้ด้วยตัวของผู้เรียนเองโดยอิงจากประสบการณ์เดิมร่วมกับค้นหาหรือสร้างองค์ความรู้ใหม่ ๆ ที่ท้าทายอย่างต่อเนื่องและเป็นการเรียนรู้ที่เรียกว่า Active Learning โดยมีผู้สอนทำหน้าที่เป็นผู้เอื้ออำนวยให้เกิดการเรียนรู้ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยกันเองและระหว่างผู้เรียนกับผู้สอนทำให้เกิดการขยายตัวของ

เครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปอย่างกว้างขวางโดยมีการสื่อสารด้วยการพูดหรือการเขียนเป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยนการวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้ซึ่งหลักการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางคือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ (สนใจปราบพล. 2542 : 11) การเรียนรู้เชิงประสบการณ์แบบมีส่วนร่วมประกอบด้วย

- 1) ประสบการณ์ผู้สอนช่วยให้นักเรียนนำประสบการณ์เดิมของตนมาพัฒนาเป็นองค์ความรู้
- 2) การสะท้อนความคิดและถกเถียงผู้สอนช่วยให้นักเรียนได้มีโอกาสแสดงออกเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง
- 3) เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอดนักเรียนเกิดความเข้าใจและนำไปสู่ความคิดรวบยอดอาจเกิดขึ้นโดยนักเรียนเป็นฝ่ายริเริ่มแล้วผู้สอนช่วยเติมแต่งให้สมบูรณ์หรือในทางกลับกันผู้สอนเป็นผู้นำทางและนักเรียนเป็นผู้สานต่อจนความคิดนั้นสมบูรณ์เป็นความคิดรวบยอด
- 4) การทดลองหรือประยุกต์นักเรียนนำเอาความรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในลักษณะหรือสถานการณ์ต่างๆจนเกิดเป็นแนวทางการปฏิบัติของนักเรียนเอง

ผู้วิจัยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ร่วมกับโปรแกรมทักษะชีวิต เป็นตัวเชื่อมโยงกับความรู้ทัศนคติ และค่านิยม เพื่อนำไปสู่ความสามารถที่แท้จริงในบุคคล ซึ่งทักษะชีวิตเป็นความสามารถที่จะนำไปสู่หนทางแห่งการมีสุขภาพที่ดี การนำทักษะชีวิตไปประยุกต์ใช้จะทำให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง รับรู้และเข้าใจคนอื่น ช่วยสนับสนุนการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถแห่งตน และเห็นคุณค่าในตนเอง สนับสนุนหรือจูงใจทำให้สามารถดูแลตนเองได้ ผู้วิจัยได้นำโปรแกรมสุขศึกษาซึ่งประยุกต์ทักษะชีวิต และการประยุกต์ใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ แก่กลุ่มให้โปรแกรมทักษะชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดราชบุรี เพื่อให้นักเรียนเกิดความตระหนักว่า เรื่องการมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม การรับรู้ความสามารถตนเองในป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และความคาดหวังในผลลัพธ์จากการมีพฤติกรรมหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ส่งเสริมพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ดังแผนภูมิที่ 3

แผนภูมิที่ 3 กรอบแนวคิดในการวิจัย

