



การจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม สำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา

Learning life Skills in Preventing Pregnancy for Students in Higher Education

ธันวดี ดอนวิเศษ, พัชรินทร์ รุจิรานุกูล

Thanwadee donviset, Patcharin Rujiranukul

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี จ.จันทบุรี 22000

Faculty of Education, Rambhai Barni Rajabhat University, Chanthaburi 22000 Thailand

*Corresponding author E-mail: butterfly.tunwa_dee@hotmail.com

(Received: September 3 2018; Revised : November 9 2018; Accepted :December 12 2018)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา โดยใช้แนวความคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกประยุกต์ใช้ในการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 สาขาวิชาสังคมศึกษา คณะครุศาสตร์ ปีการศึกษา 2559 จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มเสี่ยง 30 คนและกลุ่มไม่เสี่ยง 30 คน และการสัมภาษณ์ผู้ปกครอง และอาจารย์ที่ปรึกษา เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม ประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนที่ 2 เป็นแบบทดสอบวัดด้านความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา แบบวัดความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา และแบบวัดทักษะการปฏิเสธการต่อรอง ตอนที่ 3 ผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิต 2 สัปดาห์ โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูล 3 ครั้ง ได้แก่ ครั้งที่ 1 ก่อนเริ่มมีการอบรมเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ครั้งที่ 2 เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมอบรมเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ครั้งที่ 3 เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมอบรมเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา 2 สัปดาห์ จากนั้นนำข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Science) วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยใช้สถิติพรรณนาแจกแจงความถี่คิดเป็นร้อยละ ของลักษณะกลุ่มตัวอย่างของทั้ง 2 กลุ่ม และหาค่าเฉลี่ยเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านการวัดความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึกและการเห็นคุณค่าในตนเอง และทักษะการปฏิเสธการต่อรอง ระหว่างก่อนและหลังการได้รับการพัฒนาในการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษาด้วยสถิติ t-test การรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 3 ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยการวิเคราะห์เหตุการณ์ ผลการทดลองพบว่า กลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยงมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจ ความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเอง มีทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 และผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิต 2 สัปดาห์ จากนักศึกษา ผู้ปกครอง และอาจารย์ที่ปรึกษาได้แสดงความคิดเห็นถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักศึกษาว่ามีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น เช่น รู้จักคิด การเห็นคุณค่าในตนเองและการมีทักษะปฏิเสธการต่อรองในทางที่ดีขึ้น

คำสำคัญ : ทักษะชีวิต, การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม



Abstract

This research deployed Quasi-experimental Research method aiming to study life skill learning management in preventing unplanned pregnancy for undergraduate students adopting World Health Organization's life skill concepts in making a lesson plan on life skill learning management in preventing unplanned pregnancy for undergraduate students. The samples used in this study were 60 sophomore students of academic year 2016, majored in Social Studies by which 30 samples were in a risk group and another 30 samples were in a non-risk group and also interviewed their parents and advisors. The research instrument used in the study was a questionnaire consisting of three parts: part 1 contained general information of the samples, part 2 consisted of cognitive test, self-recognition and appreciation test on unplanned pregnancy prevention for the undergraduates and negotiation refusing skill test and part 3 contained the tracking results of students' behaviors after the two-week life skill training was ended. The data were collected for three times: the first time was collected before conducting life skill training on unplanned pregnancy prevention for undergraduate students, the second time was collected once the activities of life skill training finished and the third time was collected when the two-week life skill training ended. After that, the general information of both groups was analyzed using SPSS (Statistical Package for the Social Science). The general information was analyzed using frequency distribution descriptive statistics to calculate percentage of the samples' characteristics of both groups and to find mean. Then, t-test was used to compare the mean scores of cognitive test, self-recognition and appreciation test and negotiation refusing skill test before and after attending the training on life skill learning in preventing unplanned pregnancy for undergraduates. For the third data collection, the researchers analyzed data using content analysis.

The results found that both the risk and non-risk groups gained the mean scores of cognition, self-recognition and appreciation and negotiation refusing skill on unplanned pregnancy prevention after training significantly higher than before training at the 0.01 level. And the result of students' behavior tracking after the two-week life skill training gathering from the students, their parents and advisors showed that the students had changed into a good way, for example, they knew how to think, self-recognition and appreciation and had better negotiation refusing skill.

Keywords : life Skills, Preventing Pregnancy



บทนำ

ปัจจุบันนี้สังคมเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จนกลายเป็นสังคมแบบโลกาภิวัตน์ (Globalization) เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านเทคโนโลยีอย่างรวดเร็วซึ่งก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ในสังคมมากมาย ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางด้านอาชญากรรม เศรษฐกิจ ความเสื่อมโทรมทางด้านวัฒนธรรม และสิ่งสำคัญพบว่า การแก้ไขปัญหาดังกล่าว นั้น มองปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นตัวตั้ง เมื่อเกิดปัญหาแล้วจึงค่อยแก้ไข ซึ่งจะทำให้ไม่สามารถป้องกันปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ตรงกันข้ามการเสริมสร้างให้เกิดการป้องกัน น่าจะเป็นวิธีการที่มีประโยชน์ และสามารถที่จะแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้มากกว่า แม้ว่าทุกวันนี้มีหน่วยงานต่าง ๆ ให้ความสนใจในการสร้างกิจกรรมเพื่อให้เยาวชนมีทางเลือกเพิ่มขึ้น แต่ก็ไม่สามารถหยุดยั้งปัญหาความเสี่ยงต่าง ๆ ที่กำลังทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้นได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน ยังคงเป็นความเคลื่อนไหวทางสังคมที่สำคัญต้องติดตามและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่อง

ปัญหาการตั้งครกในวัยรุ่นมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัยด้วยกัน ไม่ว่าจะเป็นอิทธิพลของวัฒนธรรมของชาติอื่น ๆ โดยเฉพาะวัฒนธรรมของชาติตะวันตก ที่แผ่เข้ามาในรูปแบบต่าง ๆ เช่น อินเทอร์เน็ต ภาพยนตร์ ทีวี แม็กกาซีน เป็นต้น ส่งผลให้ค่านิยมในเรื่องเพศของวัยรุ่นเปลี่ยนแปลงไป อิทธิพลจากเพื่อน สามารถเป็นได้ทั้งแรงผลักดันทางบวกและทางลบ เพื่อให้เป็นที่ยอมรับและความประทับใจ วัยรุ่นบางคนจึงสามารถทำได้ทุกอย่างตามคำชักชวนหรือคำท้าทายของเพื่อนได้ การใช้สารเสพติดก็เป็นอีกสาเหตุที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ตั้งใจ หรืออาจจะเป็นผลมาจากความสัมพันธ์ระหว่างบุตรและบิดามารดาที่มีความผูกพันกันน้อยก็สามารถนำไปสู่การตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร (สัจจา ทาโต, 2550 : 8) ปัญหาการตั้งครกในวัยรุ่นจึงเป็นหนึ่งในปัญหาที่ต้องการแนวทางในการป้องกันและแก้ไขอย่างเร่งด่วน เพราะแนวโน้มการตั้งครกในวัยรุ่นเพิ่มขึ้นและอายุน้อยลง ซึ่งสถานการณ์การตั้งครกในวัยรุ่นเป็นเรื่องที่ทั่วโลกให้ความสำคัญและตื่นตัวที่จะหามาตรการ ป้องกันและแก้ไข (สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2556 : 3) จากข้อมูลรายงานสถิติสาธารณสุขไทยประจำปีพบว่า อัตราการคลอดของมารดาอายุ 15-19 ปี ช่วง ปี พ.ศ. 2543 เท่ากับ 31.1 ต่อประชากรหญิง 1,000 คน และเพิ่มสูงถึง 53.8 ต่อประชากรหญิง 1,000 คน ในปีพ.ศ. 2555 ซึ่งเป็นอัตราการเพิ่มขึ้นถึงกว่าร้อยละ 70 ในขณะที่ทั่วโลกรวมทั้งทวีปแอฟริกาที่เคยมีอัตราเกิดมีชีพเฉลี่ยสูงที่สุดในโลกกลับมีแนวโน้มลดลง โดยเฉลี่ยถึงประมาณร้อยละ 20 นอกจากนี้อัตราเกิดมีชีพในกลุ่มวัยรุ่นอายุน้อยกว่า 15 ปี มีแนวโน้มสูงขึ้นมาเรื่อย ๆ จากข้อมูลล่าสุดในปี พ.ศ. 2555 พบว่ามีวัยรุ่นอายุ 10-14 ปี คลอดบุตร 3,725 คน ซึ่งคิดเป็นจำนวน

ที่สูงกว่า 10 ปีที่แล้วถึงกว่า 2 เท่า (บุญฤทธิ์ สุจริตน์, 2557 : 24) ดังนั้นช่วงวัยของการเรียนรู้ที่สำคัญที่สุดในชีวิตมนุษย์ คือ ช่วงที่มีอายุ 15 - 19 ปี ซึ่งโดยทั่วไปเราเรียกคนกลุ่มนี้ว่า “วัยรุ่น” เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลง ด้านต่าง ๆ มากที่สุด และเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตคนเรา การก้าวสู่วัยผู้ใหญ่จะดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับอยู่กับการเรียนรู้ที่สำคัญในช่วงนี้และการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญที่สุดของวัยรุ่น คือการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย เกิดจากระบบฮอร์โมนเพศในร่างกาย ซึ่งจะทำให้วัยรุ่นชายหญิงแสดงลักษณะด้านร่างกายออกมาให้ชัดเจนที่สุด และสามารถทำหน้าที่ในการเจริญพันธุ์ และฝ่ายหญิงสามารถกำเนิดบุตรหรือตั้งครรภ์ได้ อีกทั้งการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทั้งทางด้านสังคม รูปแบบการใช้ชีวิต หรือ ค่านิยมต่าง ๆ ที่เปลี่ยนแปลงไป ล้วนแล้วแต่ชักนำให้วัยรุ่นมีความเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบการใช้ชีวิต อาหารการกินต่าง ๆ ที่อาจเป็นสาเหตุให้วัยรุ่นเข้าสู่วัยเริ่มหนุ่มสาวเร็ว ขึ้น มีช่วงวัยเด็กที่สั้นลง การเข้าถึงสื่อต่าง ๆ อย่างง่ายดาย โดยเฉพาะทางอินเทอร์เน็ตที่มีสื่อที่สามารถกระตุ้นให้เกิดอารมณ์ความต้องการทางเพศจำนวนมาก ความห่างเหินของสถาบันครอบครัว รูปแบบ การใช้ชีวิตที่วัยรุ่นเป็นอิสระจากครอบครัว ทำให้โอกาสที่วัยรุ่นจะมีเพศสัมพันธ์กันมากขึ้น ดังจะเห็นได้จากร้อยละของวัยรุ่นที่เคยมีเพศสัมพันธ์มีการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ค่านิยมกลุ่มวัยรุ่นที่ว่าการมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามจำนวนมากจะทำให้เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน ร่วมกับการขาดความรู้ความเข้าใจ รวมทั้งการไม่สามารถเข้าถึงบริการด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ที่จำเป็น โดยเฉพาะเวชภัณฑ์สำหรับคุมกำเนิด ทำให้วัยรุ่นจำนวนมากเกิดการตั้งครกขึ้นในแต่ละปีซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นการตั้งครกโดยไม่ตั้งใจ หรือไม่ได้วางแผนมาก่อน ซึ่งก่อให้เกิดปัญหามากมาย เช่น การทำแท้งเถื่อน ภาวะแทรกซ้อนจากการตั้งครก และการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ นำไปสู่การเสียโอกาสทางการศึกษา รวมทั้งหน้าที่การงานที่ดีในอนาคต เหล่านี้ล้วนแต่เป็นปัญหาที่ต้องการการแก้ไข สำนักงานอนามัยเจริญพันธุ์ กระทรวงสาธารณสุขได้ทำการเปรียบเทียบอัตราการคลอดของวัยรุ่นรายจังหวัดในรอบ 10 ปี เปรียบเทียบกับข้อมูลที่ได้ในปี พ.ศ. 2546 กับข้อมูลในปี พ.ศ. 2555 พบว่าในภาพรวมอัตราการคลอดในวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงในทุกภูมิภาคของประเทศ โดยในภาคตะวันออกพบว่า มีอัตราการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 75 (บุญฤทธิ์ สุจริตน์, 2557 : 31) ถึงแม้ว่าทุกฝ่ายจะเห็นความสำคัญและความจำเป็นของการให้ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องเกี่ยวกับเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ในรูปแบบของหลักสูตรเพศศึกษาในโรงเรียน รวมทั้งทุกโรงเรียนก็มีการบรรจุเพศศึกษาไว้ในหลักสูตรการเรียนการสอน ผ่านกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษาในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานของ



กระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งผลลัพธ์ที่ได้อาจจะยังไม่ดีนัก ดังจะเห็นได้จากอัตราการออกในวัยรุ่นที่ยังสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งร้อยละของการใช้ถุงยางอนามัยในขณะมีเพศสัมพันธ์ที่ยังต่ำอยู่ ส่วนหนึ่งอาจจะมาจากความหลากหลายของหลักสูตรที่แตกต่างกันไปในแต่ละสถานศึกษา รวมทั้งทัศนคติของสังคมไทยที่ ยังมองว่าการสอนเรื่องเพศสัมพันธ์และการคุมกำเนิดจะเป็นการกระตุ้นให้เด็กวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่กำลัง อยากรู้อยากลองมีเพศสัมพันธ์มากขึ้น ดังนั้นการรณรงค์ต่าง ๆ จึงมักจะเน้นที่การสอนให้เด็กวัยรุ่นรู้จัก “รักนวล สงวนตัว” หมายถึง ให้ชะลอการมีเพศสัมพันธ์ออกไปจนกว่าจะถึงวันแต่งงาน ซึ่งแน่นอนว่า เป็นเรื่องที่ดี (องค์การแพธ, 2551 : 17-19) แต่อย่างไรก็ตาม การให้ความรู้เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์และการคุมกำเนิดก็มีความสำคัญเช่นกัน ซึ่งการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมีสาเหตุเกิดมาจากไม่มีความรู้เรื่องการคุมกำเนิด ขาดทักษะชีวิต ไม่รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจของตนเอง ประกอบกับระบบขัดเกลาทางสังคม ระดับครอบครัวอ่อนศักยภาพลง เพราะพ่อแม่ผู้ปกครองต้องใช้เวลาส่วนใหญ่ในการประกอบอาชีพ และคาดหวังว่าระบบการขัดเกลาของสถาบันการศึกษาสามารถทำหน้าที่ทดแทนครอบครัวได้ ซึ่งความคาดหวังที่ครอบครัวมีต่อสถาบันศึกษานั้นมีมากขึ้น จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่สถาบันการศึกษาต้องหันมาทบทวนตนเองและกำหนดแนวทางในการดูแลนักศึกษาอย่างเข้มข้นมากขึ้น

แนวทางการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนถึงวัยอันควร ควรส่งเสริมให้วัยรุ่นได้เกิดความนับถือตนเอง (Self-esteem) เกิดความภาคภูมิใจตนเอง มีทักษะชีวิต (Life skill) และได้เรียนรู้เรื่องเพศศึกษา เพื่อเป็นการปลูกฝังทัศนคติที่ถูกต้องเหมาะสมในเรื่องความเป็นหญิงชาย (สุวรรณ เรื่องกาญจน์เศรษฐ์, 2549 : 34) ทักษะชีวิตเป็นความสามารถที่มนุษย์สามารถพัฒนาและเรียนรู้ได้ ซึ่งองค์การอนามัยโลกได้กล่าวถึงองค์ประกอบทักษะชีวิต (กรมสุขภาพจิต, 2554 : 31) ว่าเป็นความสามารถของมนุษย์ในด้านต่าง ๆ ที่ควรพัฒนาและนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ และมีมาตรฐานชีวิตของความเป็นมนุษย์ที่ดีสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งในสังคมย่อยตลอดไปถึงสังคมโลก โดยองค์ประกอบของทักษะชีวิต หลัก ๆ (core life skills) 10 ประการ ซึ่งจัดเป็นคู่ไว้ 5 คู่ ได้แก่ 1) การคิดวิเคราะห์วิจารณ์ และความคิดสร้างสรรค์ 2) ความตระหนักรู้ในตนเองและความเห็นใจผู้อื่น 3) การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร 4) การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา และ 5) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด ซึ่งหากวัยรุ่นได้มีการเรียนรู้และได้รับการส่งเสริมให้มีความนับถือตนเอง มีทักษะชีวิต สามารถปฏิเสธเป็น หรือได้เรียนรู้เรื่องเพศอย่างเหมาะสมก็จะช่วยลดปัญหาการตั้งครรภ์ได้เป็นอย่างดี การจัดการศึกษาในระดับอุดมศึกษาของไทยยุคปัจจุบันมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคม มีการพัฒนาด้าน พัฒนาอาชีพและ

พัฒนาสังคม ให้ผู้เรียนมีทักษะกระบวนการในการค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง เพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสติปัญญาควบคู่ไปกับความรู้ทางวิชาการ มุ่งปลูกฝังจิตสำนึกที่ถูกต้อง รู้จักพึ่งตนเอง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ใฝ่รู้ และเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างมีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2553 : 26) ดังนั้นสถาบันการศึกษาในระดับอุดมศึกษา ซึ่งมีหน้าที่สำคัญในการให้ความรู้และสร้างเสริมทักษะชีวิต ซึ่งเป็นแหล่งเรียนรู้ที่มีความใกล้ชิดกับนักศึกษามากที่สุด เพื่อให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการจัดการศึกษาในระดับอุดมศึกษาอย่างแท้จริง

ดังนั้นการวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา จะทำให้ได้ข้อมูลที่สำคัญเพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางที่นำไปสู่การลดปัญหาการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นไทยตรงตามสภาพการณ์ในปัจจุบัน ตลอดจนการนำความรู้เรื่องทักษะชีวิตไปป้องกันการตั้งครรภ์ที่เกิดในวัยรุ่น ส่งผลให้มีเจตคติที่ดีต่อเรื่องเพศ ซึ่งวัยรุ่นในวันนี้ก็จะเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีศักยภาพในการพัฒนาประเทศต่อไปอย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา โดยใช้แนวความคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกประยุกต์ใช้ในการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 สาขาวิชา สังคมศึกษา คณะครุศาสตร์ ปีการศึกษา 2559 จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มเสี่ยง 30 คนและกลุ่มไม่เสี่ยง 30 คน และทำการสัมภาษณ์นักศึกษา และผู้ที่เกี่ยวข้อง คือ ผู้ปกครอง และอาจารย์ที่ปรึกษา นักศึกษากลุ่มเสี่ยงทำการเลือกจากนักศึกษาที่มีพฤติกรรมหรือความประพฤติไม่เรียบร้อย ไม่ค่อยสนใจการเรียน ไม่ค่อยสนใจในการทำกิจกรรมกลุ่ม และนักศึกษากลุ่มไม่เสี่ยงคัดเลือกจากนักศึกษาที่มีความประพฤติเรียบร้อย สนใจในการเรียนสม่ำเสมอ และมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งนักศึกษาทั้ง 2 กลุ่มได้เข้าร่วมกิจกรรมในการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่กำหนดไว้กลุ่มละ 2 วัน ณ ห้อง 35604 อาคารเฉลิมพระเกียรติมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี จังหวัดจันทบุรี



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม ประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนที่ 2 เป็นแบบทดสอบวัดด้านความรู้ความเข้าใจเรื่อง การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา แบบวัด ความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา และแบบวัดทักษะการปฏิเสธการต่อรอง ตอนที่ 3 ผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรม ทักษะชีวิต 2 สัปดาห์ โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูล 3 ครั้ง ได้แก่ ครั้งที่ 1 ก่อนเริ่มมีการอบรมเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการ ตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ครั้งที่ 2 เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมอบรมเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการ ตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ครั้งที่ 3 เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมอบรมเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา 2 สัปดาห์ จากนั้น นำข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Science) วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยใช้สถิติพรรณนา

แจกแจงความถี่คิดเป็นร้อยละ ของลักษณะกลุ่มตัวอย่างของทั้ง 2 กลุ่ม และหาค่าเฉลี่ย เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านการวัด ความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึกและการเห็นคุณค่าในตนเอง และ ทักษะการปฏิเสธต่อรอง ระหว่างก่อนและหลังการได้รับการพัฒนา ในการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับ นักศึกษาระดับอุดมศึกษาด้วยสถิติ t-test การรวบรวมข้อมูล ครั้งที่ 3 ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยการวิเคราะห์เหตุการณ์

ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลผลการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิต ในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา ความรู้ ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกัน การตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา ก่อนเข้ารับการอบรมและ หลังเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ของนักศึกษาในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยงด้วยสถิติ Paired t - test (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา ก่อนเข้ารับการอบรม และหลังเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของ นักศึกษากลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยง

กลุ่มตัวอย่าง / คะแนน	N	$\bar{X}$	SD	t
กลุ่มเสี่ยง				
ก่อนเข้ารับการอบรม	30	2.92	0.27	12.402**
หลังเข้ารับการอบรม	30	3.96	0.48	
กลุ่มไม่เสี่ยง				
ก่อนเข้ารับการอบรม	30	2.76	0.32	12.755**
หลังเข้ารับการอบรม	30	4.08	0.69	

** p<.01

จากตารางที่ 1 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจ ในเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการเข้ารับการอบรม ทักษะในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษากลุ่มเสี่ยง สูงกว่าก่อนการเข้ารับการอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยก่อนเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.92 และหลัง การเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.96 และคะแนนเฉลี่ย ความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของ นักศึกษา หลังการเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการ ตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษากลุ่มไม่เสี่ยงสูงกว่าก่อนเข้ารับ การอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยก่อนเข้ารับ

การอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.76 และหลังเข้ารับการอบรม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 4.08

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของผู้ตอบแบบวัด ความรู้สึกและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้สึก และเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม สำหรับนักศึกษา ก่อนการเข้ารับการอบรมและหลังการเข้ารับ การอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของ นักศึกษากลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยงด้วยสถิติ Paired t - test (ตารางที่ 2)



ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม สำหรับนักศึกษา ก่อนการเข้ารับการอบรมและหลังการเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษาในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยง

กลุ่มตัวอย่าง / คะแนน	N	$\bar{X}$	SD	t
กลุ่มเสี่ยง				
ก่อนเข้ารับการอบรม	30	2.81	0.39	12.053**
หลังเข้ารับการอบรม	30	3.61	0.26	
กลุ่มไม่เสี่ยง				
ก่อนเข้ารับการอบรม	30	2.96	0.34	14.381**
หลังเข้ารับการอบรม	30	3.79	0.31	

** p<.01

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา หลังการเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษาในกลุ่มเสี่ยงสูงกว่าก่อนเข้ารับการอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยก่อนเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.81 และหลังเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 และคะแนนความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา หลังการเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษาในกลุ่มไม่เสี่ยงสูงกว่าก่อนเข้ารับการ

การอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยก่อนเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.96 และหลังเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.79

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของผู้ตอบแบบวัดทักษะการปฏิเสธการต่อรองการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา ก่อนการเข้ารับการอบรมและหลังการเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษาในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยงด้วยสถิติ Paired t - test ผลการวิเคราะห์ (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา ก่อนการเข้ารับการอบรมและหลังการเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษาในกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยง

กลุ่มตัวอย่าง / คะแนน	N	$\bar{X}$	SD	t
กลุ่มเสี่ยง				
ก่อนเข้ารับการอบรม	30	2.96	0.35	11.472**
หลังเข้ารับการอบรม	30	3.67	0.29	
กลุ่มไม่เสี่ยง				
ก่อนเข้ารับการอบรม	30	2.96	0.34	9.048**
หลังเข้ารับการอบรม	30	3.49	0.27	

** p<.01



จากตารางที่ 3 พบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธ การต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา หลังการเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษาในกลุ่มเสี่ยงสูงกว่าก่อนเข้ารับการอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยก่อนเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.96 และหลังเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.67 และคะแนนทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา หลังการเข้ารับการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษาในกลุ่มไม่เสี่ยงสูงกว่าก่อนเข้ารับการอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยก่อนเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.96 และหลังเข้ารับการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.49

ผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิต 2 สัปดาห์ ประกอบด้วย ข้อมูลสัมภาษณ์ของนักศึกษา และผู้ที่เกี่ยวข้อง คือ ผู้ปกครอง และอาจารย์ที่ปรึกษา

ผลจากการสัมภาษณ์นักศึกษาด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา พบว่า นักศึกษารู้จักแยกแยะว่าการตั้งครรภ์ไม่พร้อมอาจนำไปสู่ปัญหาอื่นตามมา หากไม่มีการป้องกันตนเองอย่างเหมาะสม ในระหว่างที่เรียนสามารถมีคู่รักและมีการแสดงความรักกับคู่รักได้ แต่ต้องอยู่ในขอบเขตที่เหมาะสม เช่น การสัมผัสด้วยการจับมือ การกอดเพื่อให้อารมณ์ดีหรือปลอบประโลมใจได้ การมีคู่รักในวัยเรียนไม่จำเป็นต้องมีเพศสัมพันธ์กันเสมอไป ในกรณีที่ต้องการมีเพศสัมพันธ์กันจริง ๆ ก็ต้องเรียนรู้ในการป้องกันตนเอง เช่น การสวมถุงยางอนามัย การกินยาคุมกำเนิด เป็นต้น นักศึกษาบางคนกล่าวว่า การมีคู่รักเราไม่จำเป็นต้องเสียสละความเป็นตัวเองไป เราต้องรักษาความเป็นตัวตนของเราไว้ เช่น ความขยัน ความตั้งใจ ความภาคภูมิใจ ตลอดจนการรักษาวินัยธรรมประเพณีอันดีงามของไทยอย่าง การรักษานวลสงวนตัว การไม่ซิงสุกก่อนห้าม และเมื่อคู่รักบอกเราไม่ให้เกียรติกัน เราสามารถเปลี่ยนยุติความรักของเราเองได้ โดยการบอกเลิกไม่จำเป็นต้องทน หรือยอมทำทุกอย่างตามที่คู่รักของเราต้องการ โดยเฉพาะเราเป็นผู้หญิงถ้ามีอะไรผิดพลาดเราจะต้องตั้งครมในขณะที่เรากำลังเรียนหนังสืออยู่ อาจนำไปสู่ปัญหาอื่นตามมา เช่น การทำให้พ่อกับแม่เสียใจ ทำให้พ่อกับแม่รู้สึกอายเพื่อนบ้าน อาจทำให้เราเรียนหนังสือไม่จบ เป็นต้น

ความตระหนักและการเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา พบว่า นักศึกษา มีความเข้าใจเกี่ยวกับสิทธิเสรีภาพของเพศชายและเพศหญิง ที่เท่าเทียมกันในการแสดงออกทางเพศ เช่น การแสดงความสามารถในการประกวดเดือนดาวคณะ การช่วยเหลือตนเองของเพศหญิง ในการขับชียนพาหนะ การซ่อมอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ของผู้หญิง และความสามารถในการซ่อม ปะ ชุนเสื้อผ้าของผู้ชาย

ล้วนเป็นการแสดงออกถึงความเท่าเทียมกันทางเพศ ไม่ดูหมิ่นว่าเพศใดเป็นเพศที่อ่อนแอ หรือเข้มแข็งกว่ากัน สะท้อนได้จากละครในปัจจุบันพบว่าผู้ชายสามารถร้องให้ออกมาในที่สาธารณะชนได้ โดยไม่ถือว่าเป็นความอ่อนแอ แต่เป็นการแสดงความอ่อนโยน และนักศึกษาอีกคนก็ได้แสดงความคิดเห็นว่า การที่เรามีความรู้สึกและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องเพศอาจจะมีผลมาจากการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว เช่น บางครอบครัวอาจจะให้แสดงความเท่าเทียมทางเพศ บางครอบครัวให้ความสำคัญกับเพศชาย บางครอบครัวอยู่แบบต่างคนต่างอยู่ หากเป็นครอบครัวประเภทสุดท้าย การมีความรู้สึกและเห็นคุณค่าของตนเองอาจจะอยู่ในด้านลบ เมื่อผู้ปกครอง เพื่อนหรือเพื่อนสนิท พูดว่ากล่าวตักเตือนอาจจะแสดงพฤติกรรมทางลบออกมา เช่น การดื่มแอลกอฮอล์ซึ่งนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน หรืออาจจะต้องครมได้ นั่นก็มาจากการที่ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง หากคนใดมีพฤติกรรมมีความรู้สึกและเห็นคุณค่าในตนเองก็จะแสดงออกมาในรูปของความขยัน ตั้งใจ มีความมุ่งมั่น มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงและจะนำไปสู่ความสำเร็จด้านการศึกษาและมีทักษะในการใช้ชีวิตที่ดีเป็นที่ภาคภูมิใจของบิดามารดาและเป็นที่พึ่งของครอบครัวในอนาคต

การมีทักษะการปฏิเสธต่อรอง พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ให้ความเห็นว่าแม้ว่าเพื่อนจะมีส่วนสำคัญในเรื่องของการใช้ชีวิตวัยรุ่น แต่เพื่อนก็ไม่ใช่ว่าทุกอย่าง บางครั้งเพื่อนอาจจะชักชวนไปในทางที่ไม่เหมาะสม เช่น การชวนออกไปเที่ยวในช่วงที่มีการสอบหรือเข้าวันรุ่งขึ้นมีเรียน หรือบางคนอาจจะชวนไปดื่มแอลกอฮอล์ การใช้ทักษะปฏิเสธจึงเป็นสิ่งสำคัญ หากสอบตกจะมีผลกระทบอื่นตามมามากมาย และหากเพื่อนคนนั้นจะโกรธก็ไม่เป็นไร ดังสุภาษิตที่บอกว่า คบบัณฑิตบัณฑิตพาไปพาล คบคนพาลพาไปหาผิด ดังนั้นจะได้ตัดสินใจได้ว่าควรจะต้องเลือกคบเพื่อนประเภทไหนหรือไม่ ดังนั้นการเสียเพื่อนก็จะทำให้เรารู้ว่าใครจะเป็นเพื่อนแท้ในอนาคตได้

ดังนั้นในการติดตามผลนักศึกษาหลังจากสิ้นสุดการอบรมแล้ว พบว่า นักศึกษาทุกคนสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการอบรมไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันและทำให้นักศึกษากลุ่มเสี่ยงได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดีขึ้น เกิดความตระหนักเห็นคุณค่าและความสำคัญในตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการปฏิเสธต่อรองที่ดีขึ้น รู้จักคิดวิเคราะห์ ซึ่งจะพบว่ากิจกรรมต่าง ๆ ที่นักศึกษาได้แสดงออก กล้าเสนอความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล มีการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและคนส่วนใหญ่ ในฐานะที่เป็นผู้นำและผู้ตามได้ ตลอดจนการมีทักษะในการปฏิเสธ หากมีเพื่อนหรือคนอื่นมาชักชวนไปในทางที่ไม่เหมาะสม สิ่งต่างๆ เหล่านี้ล้วนสะท้อนถึงพฤติกรรมทางเพศในทางที่เหมาะสม นำไปสู่การปฏิบัติตนในสังคมได้อย่างมีความสุข



ผลการสัมภาษณ์ของผู้ปกครอง จากการสัมภาษณ์ผู้ปกครองส่วนใหญ่แสดงความเห็นภายหลังจากการที่บุตรได้รับการอบรมพบว่า บุตรหลานมีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงทางด้านตระหนักและการเห็นคุณค่าในตนเองและการมีทักษะปฏิเสธต่อรองในทางที่ดีขึ้น

ดังนั้นการอบรมครั้งนี้ถือได้ว่ามีประโยชน์เป็นอย่างมาก เพราะเป็นการเสริมความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม อีกทั้งนักศึกษาก็จะได้ตระหนักถึงคุณค่าในตนเองและการมีทักษะในการปฏิเสธเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ ดังนั้นจึงสามารถสรุปได้ว่า นักศึกษาที่ผ่านการอบรมส่วนใหญ่มีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่เหมาะสมขึ้น รู้จักคิดวิเคราะห์ ใคร่ครวญในทางที่เหมาะสม การเห็นคุณค่าในตนเองซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญ และการมีทักษะในการปฏิเสธเพื่อนในทางที่ไม่เหมาะสมไม่ควร

สิ่งที่นักศึกษาได้สะท้อนความคิดให้อาจารย์ที่ปรึกษาได้รับรู้ภายหลังจากที่นักศึกษาได้ผ่านการอบรม พบว่า นักศึกษาได้รับความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา เช่น การแสดงความรักกับคู่รักหรือเพื่อนสนิทก็ควรจะทำในขอบเขตที่เหมาะสม ไม่ซิงสุกก่อนห่ม และหากคนใดคนหนึ่งหมดรักหรือบอกเลิกก็สามารถเปลี่ยนคู่รักใหม่ได้ เพราะความรักสามารถเกิดขึ้นได้อยู่เสมอ แต่ถึงแม้จะมีคู่รักก็ต้องให้เกียรติคู่รักของตนเองโดยไม่ลวนลามหรือไปอยู่ในที่ลับตาคน สุ่มเสี่ยงกับการมีเพศสัมพันธ์

ดังนั้นการมีคู่รักก็ควรจะให้ความรักเป็นพลังทางบวก ในการผลักดันให้นักศึกษาทำในสิ่งที่ดีและเหมาะสมเพื่อสร้างความภาคภูมิใจให้กับตนเอง ผู้ปกครองและครู อีกทั้งนักศึกษา ยังได้เรียนรู้ว่าการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ดีที่สุดและไม่เสี่ยงกับโรคที่มาจากเพศสัมพันธ์คือการไม่มีเพศสัมพันธ์ และการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองก็ไม่ใช่วิธีการที่ผิดหรือเรื่องน่าอับอาย เพราะเป็นการผ่อนคลายอารมณ์ทางเพศ ลดการตั้งครรภ์และลดปัญหาทางเพศได้ ตลอดจนหากนักศึกษามีเพศสัมพันธ์ก็ควรจะต้องเรียนรู้วิธีการป้องกันโรคทางเพศสัมพันธ์หรือการตั้งครรภ์ด้วย

ดังนั้นนักศึกษาจำเป็นต้องได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษานี้อย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นการกระตุ้นเตือนสติให้กับนักศึกษา การอบรมในเรื่องการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ถือได้ว่ามีประโยชน์อย่างมากสำหรับนักศึกษาอยากให้มีการขยายผลไปสู่ นักศึกษากลุ่มอื่นๆ ด้วย

ดังนั้นเมื่อสรุปผลจากการติดตามจากนักศึกษา ผู้ปกครอง และอาจารย์ที่ปรึกษาได้แสดงความคิดเห็นถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักศึกษา ภายหลังจากการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา นับว่าเป็นที่พึงพอใจของบุคคลทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง

รวมทั้งตัวนักศึกษาเอง นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจเรื่อง การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม การเห็นคุณค่าและมีทักษะชีวิต ในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา การมีทักษะปฏิเสธการต่อรองในทางที่ไม่เหมาะสม ซึ่งส่งผลให้นักศึกษารู้จักคิดวิเคราะห์ รู้จักตั้งเป้าหมายในชีวิต มีความรับผิดชอบในบทบาทหน้าที่ของตนสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากการอบรมไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

สรุปและอภิปรายผล

การอภิปรายผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะกล่าวถึงประเด็นสำคัญที่ค้นพบ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. คะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่มเสี่ยง และภายในกลุ่มไม่เสี่ยง

จากผลการวิเคราะห์พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มไม่เสี่ยงมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 เนื่องมาจากกิจกรรมที่ผู้วิจัยได้ออกแบบไว้ เพราะมีความน่าสนใจ มีความเหมาะสม ง่ายการเรียนรู้กับกลุ่มตัวอย่าง ที่รับรู้ว่าเป็นเรื่องเพศเป็นเรื่องใกล้ตัว อีกทั้งกลุ่มตัวอย่างอยู่ในวัยอยากรู้อยากลองจึงนำไปสู่ความสนใจ และวิทยากรมีความเชี่ยวชาญในการทำกิจกรรม อีกทั้งมีความรู้ และประสบการณ์ในการถ่ายทอดความรู้เนื้อหาสาระที่มีความทันสมัย และตรงกับความสนใจของนักศึกษา โดยวิทยากรได้ใช้กิจกรรมกลุ่ม การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้เรื่องเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม สิ่งที่นักศึกษาได้รับความรู้จากวิทยากร เช่น การได้เห็นข้อมูลสถิติ อัตราการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น, โรคที่มาจากเพศสัมพันธ์, การป้องกันตนเอง และเนื้อหาต่างๆ เหล่านี้ล้วนกระตุ้นความสนใจจากนักศึกษาทั้ง 2 กลุ่ม นอกจากนี้วิทยากรให้นักศึกษาได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ผ่านการทำกิจกรรม “แลกน้ำ” ที่เปรียบเสมือนการมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน นำไปสู่การติดเชื้อโรคจากเพศสัมพันธ์ได้ ตลอดจนการแพร่กระจายเชื้อจากตัวเราไปสู่ผู้อื่น หรือการรับเชื้อจากผู้อื่นมาสู่ตัวเราเองได้ อีกทั้งนักศึกษา ยังได้แลกเปลี่ยนความรู้กับวิทยากรในเรื่องของการคุมกำเนิด การดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง ซึ่งการที่นักศึกษาได้รับความรู้จากการอบรมและได้พบกิจกรรมหรือความรู้ที่เป็นเรื่องใกล้ตัว ได้รับข้อมูลจากสื่อเทคโนโลยี สื่อบุคคล ได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง เช่น ได้ทำการทดสอบทางด้านวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับการติดเชื้อ HIV การได้ลงมือกระทำ ได้เห็น ได้แลกเปลี่ยนแนวคิดกันกับเพื่อนคนอื่น ๆ ทำให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง จนมีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาต่าง ๆ เป็นอย่างดี ส่งผลให้คะแนนเฉลี่ยของ



ทั้ง 2 กลุ่ม ภายหลังจากอบรมมากกว่าก่อนการอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการศึกษานี้มีความคล้ายคลึงกับผลการศึกษาของ Lynch, C.J. (2007) ที่ได้ศึกษาเรื่อง ผลการสำรวจโปรแกรมการฝึกอบรมทักษะชีวิตสำหรับวัยรุ่นของสถานดูแลเด็กในเท็กซัส ซึ่งพบว่า เยาวชนที่ทำการเก็บข้อมูลมีความหลากหลายเชื้อชาติ 16 คน และ ผู้ใหญ่ซึ่งเป็นพนักงานของเท็กซัส 9 คน ซึ่งผลคะแนนที่เป็นมาตรฐานพบความยืดหยุ่น มีการสนับสนุนทางสังคม และทักษะชีวิตของเยาวชนเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .01 ข้อค้นพบจากการศึกษานี้เน้นจุดแข็งของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ และสำหรับใช้ในอนาคตของจุดแข็งตามทฤษฎีและกรอบแนวคิดและเพศ ทักษะชีวิตเฉพาะการฝึกอบรมผลการวิจัยยังชี้ให้เห็นนัยยะสำคัญสำหรับการสอนทักษะชีวิตเพื่อส่งเสริมเยาวชนในการดูแลตนเองในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ อร่ามศรี ฤๅษณเศรษฐี (2540) ได้ศึกษาเรื่อง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ทักษะชีวิตและอนามัยเจริญพันธุ์ เพื่อส่งเสริมอนามัย การเจริญพันธุ์สำหรับกลุ่มวัยรุ่นตอนปลาย กรณีศึกษาแบบมีส่วนร่วมในสถาบันอุดมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า การลดจำนวนวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์นอกจากการสอนเพศศึกษาแล้ว การสร้างทักษะชีวิต (life skills) เช่น “No sex skill” และ “Safe sex skill” ก็เป็นอีกหนึ่งวิธีที่ช่วยเสริมสร้างทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ โดยการสร้างทักษะชีวิตในเรื่อง No sex skill มีกิจกรรมที่สำคัญ เช่น การสอนเพศศึกษาในสถานศึกษา การอบรมแกนนำนักเรียน การจัดทำค่ายแกนนำการจัดตั้งชมเพื่อนใจวัยรุ่น ซึ่งกิจกรรมทั้งหมดนี้เชื่อว่าจะช่วยเสริมสร้างทักษะชีวิต และจะเป็นยุทธศาสตร์ที่สำคัญที่มุ่งไม่ให้เด็กมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ถือเป็นการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุที่ควรทำให้ครอบคลุมกับวัยรุ่นทุกคน และเน้นกลุ่มเสี่ยง ส่วนทักษะ Safe sex skill ใช้กิจกรรมเดียวกับ No sex skill แต่เน้นกลุ่มเสี่ยงโดยมีเป้าหมายให้ปลอดภัยจากการตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จะเห็นได้ว่า การให้ความรู้เรื่องเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์กับนักศึกษาเป็นสิ่งที่สำคัญ โดยเฉพาะเรื่องเพศศึกษาหากครูผู้สอนใช้การบรรยายหน้าชั้นเรียนจะทำให้ผู้เรียนเกิดความเบื่อหน่ายไม่สนใจและนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในทางที่ไม่เหมาะสม แต่ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ใช้การอบรมที่ผสมผสานเทคนิคการจัดกิจกรรมที่หลากหลายทั้งการทำงานแบบเป็นทีม การมีส่วนร่วมในกิจกรรม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์หรือระดมสมอง การคิดวิเคราะห์ และได้ทดลองในบางเนื้อหา ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสุขกับการอบรมเป็นการเพิ่มความรู้ความเข้าใจเรื่องป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมให้นักศึกษาเป็นอย่างดี

2. คะแนนเฉลี่ยความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่มเสี่ยง และภายในกลุ่มไม่เสี่ยง

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ทั้งกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยงมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 ยอมรับตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ภายหลังจากที่มีการอบรมเสร็จสิ้นพบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในด้านการตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสังเกตได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทักษะชีวิตของนักศึกษา สอดคล้องกับแนวคิดของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2551 : 1) ซึ่งได้ระบุไว้ 4 องค์ประกอบดังนี้ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น โดยการรู้จักความถนัดความสามารถ จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่างของแต่ละบุคคล รู้จักตนเอง ยอมรับ เห็นคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเองและผู้อื่น มีเป้าหมายในชีวิตและมีความรับผิดชอบต่อสังคม 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เป็นการแยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์รอบตัววิพากษ์วิจารณ์และประเมินสถานการณ์รอบตัวด้วยหลักเหตุผลและข้อมูลที่ต้องรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือกและตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึงความเข้าใจและรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของบุคคล รู้สาเหตุของความเครียด รู้วิธีการควบคุมอารมณ์และความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย หลีกเลียงและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่จะก่อให้เกิดอารมณ์ไม่พึงประสงค์ไปในทางที่ดี และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น เป็นการสร้างความเข้าใจมุมมอง อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น ใช้ภาษาพูดและภาษากาย เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง รับรู้ความรู้สึกนึกคิดและ ความต้องการของผู้อื่น วางตัวได้ถูกต้อง เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ ใช้การสื่อสารที่สร้างสัมพันธภาพที่ดี สร้างความร่วมมือและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ในขณะที่นักศึกษาร่วมทำกิจกรรมตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองจะพบว่า ภายหลังจากที่นักศึกษาเข้าร่วมทำกิจกรรมกับวิทยากรและเพื่อนทั้งที่เป็นกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยง ได้แสดงพฤติกรรมที่มีความเหมาะสมเพิ่มมากขึ้น เช่น การใช้วาจา นักศึกษาส่วนใหญ่ไม่ใช่คำพูดที่รุนแรงกับเพื่อน ไม่ด่าทอกัน ไม่ทะเลาะกัน และให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี นอกจากนี้การอบรมเรื่องตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมมีความสอดคล้องกับงานวิจัย



ของสุภาพร นกเจริญ (2551) ซึ่งทำการศึกษาเรื่อง การใช้กลุ่ม เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการเผชิญกับอารมณ์ของเยาวชน ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง จังหวัดชลบุรี ผลการศึกษาพบว่า จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เยาวชนมีทักษะชีวิตทั้งหมด 9 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ ความพอใจในชีวิต การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจและแก้ปัญหา สัมพันธภาพ ความภูมิใจในตนเอง ความพอใจในชีวิต และด้านความสงบสุขทางใจ และกิจกรรมกลุ่มยังพัฒนาให้เด็ก และเยาวชนเกิดการเรียนรู้มีความเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ ส่งผลให้เยาวชนใช้สติในการแก้ปัญหาเป็น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ McCollum, Shannon B. (2014) ทำการศึกษาเรื่อง การพัฒนาทักษะชีวิตเยาวชนเพื่อเตรียมความพร้อมบุคลากรในศตวรรษที่ 21 ผลการศึกษาพบว่า ทักษะชีวิต คือความสามารถที่บุคคลสามารถเรียนรู้ที่ช่วยให้พวกเขาประสบความสำเร็จในชีวิตที่มีประสิทธิภาพ อาศัยแนวคิดทักษะชีวิตของ Pat Hendricks จากมหาวิทยาลัยรัฐไอโอวา คำตอบที่ได้ คือ จาก 13 องค์การที่เกี่ยวข้องกับเยาวชน เช่น สมาชิกรัฐสภาแห่งชาติ คณะกรรมการที่เข้าร่วมในการศึกษาเห็นว่าทักษะชีวิต เป็นสิ่งที่สำคัญที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จ ทักษะชีวิตที่เยาวชนควรมีได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการวางแผน การจัดการ การสื่อสาร การเอาใจใส่ ผู้นำ แรงจูงใจตนเอง ตัวเลือกริถีชีวิต มีสุขภาพดี เพื่อจะเตรียมสำหรับการทำงานในอนาคต นอกจากนี้ เยาวชนจะต้องมีการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการวางแผน การคิดสร้างสรรค์ การดูแลเอาใจใส่ ร่วมกันรับผิดชอบ มีแรงจูงใจในการจัดการกับความเครียดของตนเอง การจัดการกับความขัดแย้งและความรับผิดชอบต่อตนเองเป็นทักษะที่มีสำคัญมากในการเตรียมความพร้อมกับการเป็นบุคลากรในศตวรรษที่ 21

สามารถสรุปได้ว่า การนำกระบวนการทักษะชีวิตไปใช้ในการป้องกันและแก้ปัญหาในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสำหรับ นักศึกษาของนักวิจัยหลายคนมีผลที่เปลี่ยนแปลงไปในทางบวก และกระบวนการเรียนรู้ให้กับนักศึกษารู้จักคิดวิเคราะห์แยกแยะว่าอะไรควรทำอะไรไม่ควรทำได้ การสร้างความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมนักศึกษาสามารถพัฒนาตนเองและทำอย่างต่อเนื่องก็จะกลายเป็นคนที่ทักษะในการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดีในอนาคต

3. คะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่มเสี่ยง และภายในกลุ่มไม่เสี่ยง

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ทั้งกลุ่มเสี่ยงมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 ยอมรับสมมติฐานที่กำหนดไว้ เนื่องจากในระหว่าง

การอบรมวิทยากรได้นักศึกษาทำกิจกรรมกลุ่มแสดงสถานการณ์จำลอง การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันทำให้ผู้เข้าร่วม สนุกสนาน และให้ความสนใจในกิจกรรม ซึ่งเหตุการณ์จำลองที่ วิทยากรนำมาให้ผู้เข้าร่วมได้อภิปรายและร่วมกันแสดงบทบาทสมมตินั้นมีเนื้อหาอยู่ในความสนใจและใกล้ตัวนักศึกษามาก เช่น การที่แฟนหนุ่มขอมีเพศสัมพันธ์ด้วย หรือการที่แฟนสาวขอให้ แฟนหนุ่มซื้อโทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ ๆ ให้ ล้วนแต่เป็นสถานการณ์ ที่ให้นักศึกษาได้แสดงความคิดเห็นร่วมกันเกี่ยวกับทักษะการปฏิเสธ ต่อรองเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ในชีวิตประจำวัน ของบุคคลทุกคนจะต้องมีการเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ต่าง ๆ อาจจะ มีทั้งภาวะกดดัน แรงอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อน ล้วนส่งผลให้มี พฤติกรรมคิดหรือตัดสินใจกระทำตามกันสอดคล้องกับงานวิจัย ของวรารณ จันทรดำ (2555) ได้ศึกษาเรื่อง การตั้งครรภ์ ที่ไม่พึงประสงค์ของนิสิตนักศึกษาและการป้องกัน ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยที่ก่อให้เกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ คือการมี เพศสัมพันธ์ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์และการถูกล่อลวงข่มขืน เพราะขาดทักษะการปฏิเสธต่อรอง เมื่อเข้าสู่การตั้งครรภ์จึงเลือก แก้ปัญหาโดยการทำแท้ง เนื่องจากการเข้าถึงสถานที่ทำแท้งได้ง่าย แนวทางในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ คือ การป้องกัน ไม่ให้เกิดการตั้งครรภ์โดยการเรียนรู้เรื่องเพศ การปลูกฝังค่านิยม และความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่เท่าเทียมและเท่าทัน กับสังคมปัจจุบัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของปรียาลักษณ์ สาทรานนท์ (2554) ได้ศึกษาเรื่อง ชายเป็นใหญ่กับประสบการณ์ การตั้งครรภ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นหญิง: แนวคิดสตรีนิยม ผลการศึกษา พบว่า ประสบการณ์การตั้งครรภ์ไม่พร้อม และกระบวนการตัดสินใจ ของวัยรุ่นหญิงที่ตั้งครรภ์ ความสัมพันธ์ของอำนาจชาย ชายเป็นใหญ่ ที่มีอิทธิพลต่อโครงสร้างชีวิตของผู้หญิงที่เข้าไปควบคุมชีวิตของ ผู้หญิง ดังนั้นวัยรุ่นจึงตกอยู่ในภาวะลำบากของการตัดสินใจเกี่ยวกับการ ตั้งครรภ์ของตนเอง ถ้าคิดจะยุติการตั้งครรภ์จะต้องเสี่ยงกับ อันตราย ความเจ็บปวด และการถูกล่วงละเมิด หากคิดจะดำรงครรภ์ ต่อก็ต้องเผชิญกับการตำหนิตินินจากสังคมและการถูกกีดกัน ออกจากการดำเนินชีวิตแบบปกติ การถูกล่วงละเมิดทางสังคม เช่น ต้องออกจากโรงเรียน หรือสูญเสียสถานภาพทางสังคม ข้อเสนอแนะ คือการสร้างค่านิยมของวัยรุ่นหญิงที่เป็นการเสริมแรงให้ผู้หญิง มีอำนาจในตนเอง มีการตัดสินใจที่ถูกต้องและเหมาะสมกับชีวิตที่จะ ดำเนินต่อไปของตนเอง โดยปราศจากแรงกดดันจากสังคม

ดังนั้นผลการวิจัยนี้พบว่า การสร้างกระบวนการทักษะชีวิต การปฏิเสธต่อรอง เป็นการใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์ไตร่ตรองนำไปสู่ การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล และเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ก็สามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้



4. ผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิต 2 สัปดาห์

ผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิต 2 สัปดาห์จากนักศึกษา ผู้ปกครอง และอาจารย์ที่ปรึกษาได้แสดงความเห็นถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักศึกษา เมื่อสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษาว่ามีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น นักศึกษาทุกคนสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการอบรมไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันและทำให้นักศึกษากลุ่มเสี่ยงได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดีขึ้น เกิดความตระหนักเห็นคุณค่าและความสำคัญในตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการปฏิเสธต่อเรื่องที่เสี่ยง รู้จักคิดวิเคราะห์ ซึ่งจะพบว่า กิจกรรมต่าง ๆ ที่นักศึกษาได้แสดงออก กล้าเสนอความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล มีการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและคนส่วนใหญ่ในฐานะที่เป็นผู้นำและผู้ตามได้ ตลอดจนการมีทักษะในการปฏิเสธหากมีเพื่อนหรือคนอื่นมาชักชวนไปในทางที่ไม่เหมาะสม สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนสะท้อนถึงพฤติกรรมทางเพศในทางที่เหมาะสม นักศึกษามีความตั้งใจ สนใจในการเรียนเพิ่มมากขึ้น และแสดงภาวะของความเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสม การฝึกให้นักศึกษาเห็นคุณค่าและมีทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา ถือได้ว่าเป็นการป้องกันมากกว่าการแก้ไขปัญหา เพราะการป้องกันเป็นการปลูกฝังจิตสำนึกและให้นักศึกษามุ่งอนาคตคิดการณ์ไกล ไม่ฝักใฝ่หรือคิดในทางที่เหมาะสม ที่อาจจะนำไปสู่ปัญหาในอนาคต ดังที่พบว่า จากสถิติและอัตราการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของสังคมไทยนั้นสูงมาก เยาวชนวัยรุ่นเริ่มมีเพศสัมพันธ์กันเร็วขึ้น และเป็นการมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน จึงนำไปสู่ปัญหาอื่น ๆ ตามที่ปรากฏตามหน้าหนังสือพิมพ์หรือข่าวโทรทัศน์อยู่เสมอ บางรายถึงขั้นคิดฆ่าตัวตายเพราะตั้งครรภ์ในวัยเรียน หรือบางคนก็เผลอลูกที่คลอดไปทิ้งตามถังขยะหรือข้างทางเป็นปัญหาสังคมต่อไป ดังนั้นการอบรมนี้ช่วยทำให้นักศึกษาสามารถคิดวิเคราะห์ และแยกแยะได้ว่าสิ่งไหนที่ควรกระทำ สิ่งไหนไม่ควรกระทำ จะเห็นได้ว่านักศึกษาที่เข้ารับการอบรมมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ดีขึ้น มีความรับผิดชอบมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม สามารถเป็นผู้นำและผู้ตามได้ตามโอกาสอันควร และเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้นสอดคล้องกับงานวิจัยของสุภาพร นกเจริญ (2551) ที่ได้ศึกษาเรื่อง การใช้กลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการเผชิญกับอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง จังหวัดชลบุรี ผลการศึกษพบว่า

จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เยาวชนมีทักษะชีวิตทั้งหมด 9 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ ความพอใจในชีวิต การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจและแก้ปัญหา สัมพันธภาพ ความภูมิใจในตนเอง ความพอใจในชีวิต และด้านความสงบสุขทางใจ และกิจกรรมกลุ่มยังพัฒนาให้เด็กและเยาวชนเกิดการเรียนรู้ ความเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ ส่งผลให้เยาวชนใช้สติในการแก้ปัญหาเป็น ดังนั้นผลการติดตามพฤติกรรมของนักศึกษาสะท้อนให้เห็นถึงพฤติกรรม การเปลี่ยนแปลงของนักศึกษา เมื่อสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาเป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา เพื่อให้มีประโยชน์สำหรับหน่วยงานและผู้ที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้สรุปข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. มหาวิทยาลัยควรจัดให้มีการดำเนินการใช้ทักษะชีวิตในการสอดแทรกการเรียนการสอนครอบคลุมกับนักศึกษาทุกคน รวมทั้งอาจจะมีการปรับสภาพรายวิชาในการเรียนการสอนให้นักศึกษาได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา เพื่อเป็นการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับนักศึกษาในการป้องกันและดูแลรับผิดชอบตนเอง
2. หน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญกับแหล่งเรียนรู้ประเภทอินเทอร์เน็ตเพิ่มเติมมากขึ้น เนื่องจากสื่อประเภทอินเทอร์เน็ต ซึ่งเป็นแหล่งเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาของนักศึกษาส่วนใหญ่ เข้าไปสืบค้น และหาคำตอบ (ข้อมูลจากแบบสอบถามถึงนักศึกษาได้รับข้อมูลหรือศูนย์ปรึกษาป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมจากแหล่งใดมากที่สุด รองลงมาคือ อาจารย์) ตลอดจนอาจารย์ผู้สอนก็ควรให้ข้อมูลข้อเท็จจริงเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษาให้กับนักศึกษาเพิ่มมากขึ้น
3. เนื่องจากเพื่อนเป็นบุคคลแรกที่นักศึกษาจะเลือกปรึกษา (ข้อมูลจากการสัมภาษณ์) ดังนั้นเพื่อนจึงมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของนักศึกษาทั้งการกระทำที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม ดังนั้นในสถาบันการศึกษาควรเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้มีช่องทางสำหรับการปรึกษาเรื่องเพศศึกษาเพิ่มมากขึ้น เพื่อให้นักศึกษามีช่องทางหรือทางเลือกในการขอรับคำปรึกษาต่าง ๆ จากแหล่งข้อมูลที่มีความเหมาะสม



เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2554). **คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย**. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- บุญฤทธิ์ สุรัตน์. (2557). **การตั้งครมในวัยรุ่น : นโยบาย แนวทางการดำเนินงาน และติดตามประเมินผล**. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี: สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย.
- ปรียาลักษณ์ สาทรานนท์. (2554). **ชายเป็นใหญ่กับประสบการณ์การตั้งครมไม่พร้อมของวัยรุ่นหญิง**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาสังคมศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วรารณ จันทรดำ. (2555). **การตั้งครมที่ไม่พึงประสงค์ของนิสิตนักศึกษาและการป้องกัน**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาพัฒนสังคม. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สัจจา ทาโต. (2550). **การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของวัยรุ่นไทย**. วารสารพยาบาลศาสตร์, 1(2), หน้า 19-30.
- สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2556. **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (2555-2559)**. กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2553). **การจัดอันดับการอุดมศึกษาของ IMD ในเวทีสากล พ.ศ. 2553**. กรุงเทพฯ: กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2551). **การพัฒนาทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน**. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.

- สุภาพร นกเจริญ. (2551). **การใช้กลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการเผชิญกับอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง จังหวัดชลบุรี**. การค้นคว้าแบบอิสระ. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์. (2549). **รู้ทันปัญหายัยรุ่นยุคใหม่**. กรุงเทพฯ : ชมรมสุขภาพวัยรุ่น.
- องค์การแพช. (2551). **คู่มือหลักสูตรเพศศึกษารอบด้าน**. กรุงเทพฯ: เออร์เจนท์ แทค จำกัด.
- อร่ามศรี กฤษณเศรษฐี. (2540). **การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ทักษะชีวิตและอนามัยเจริญพันธุ์ เพื่อส่งเสริมอนามัยการเจริญพันธุ์สำหรับกลุ่มวัยรุ่นตอนปลาย กรณีศึกษาแบบมีส่วนร่วมในสถาบันอุดมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร**. Thai Health Promot Environ Health, หน้า 95-103.
- Lynch, Courtney Jane . (2007). **Exploring the implementation of a life skills training program for adolescents in the Texas foster care system**. Dissertation, United States: The University of Texas at Austin.
- McCollum, Shannon B. (2014). **Youth Life Skill Development For 21st Century Workforce Preparedness**. Dissertation, United States: North Carolina State University.