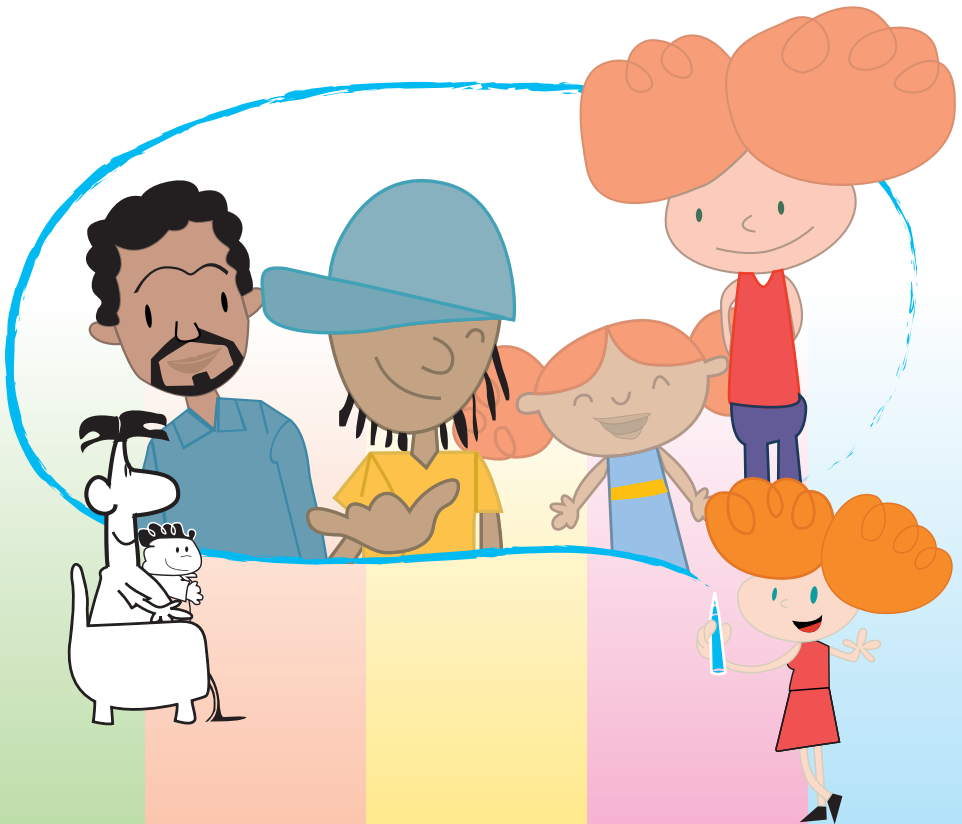
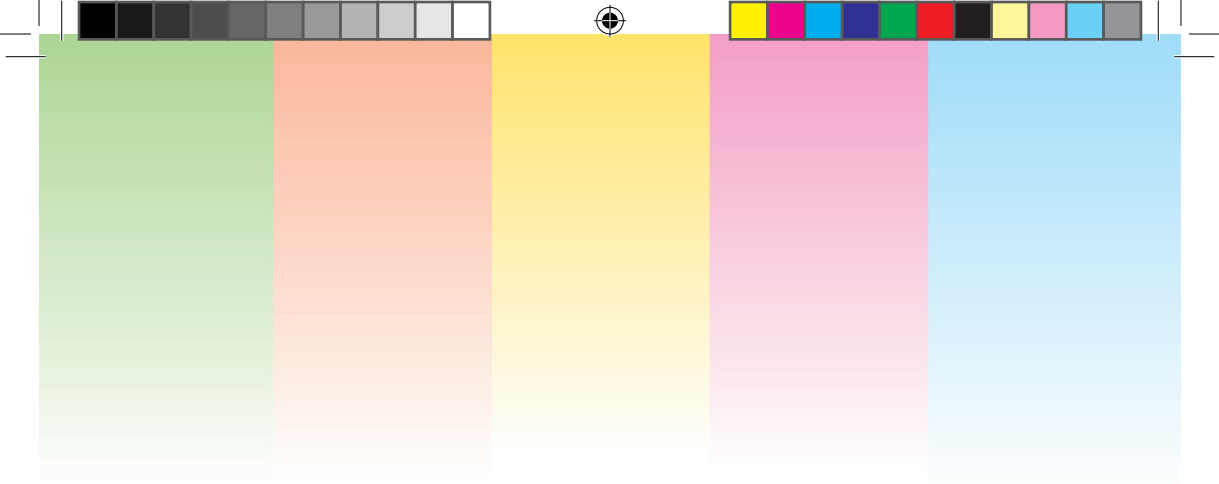


คู่มือการใช้
หนังสือการ์ตูนบราซิล
เพื่อสร้างความเข้าใจ
เรื่องบทบาททางเพศ
(Gender)





คู่มือการใช้
หนังสือการ์ตูนบราซิล
เพื่อสร้างความเข้าใจ
เรื่องบทบาททางเพศ
(Gender)





คู่มือการใช้ หนังสือการ์ตูนบราซิล เพื่อสร้างความเข้าใจ เรื่องบทบาททางเพศ (Gender)

พิมพ์ครั้งแรก

กันยายน ๒๕๕๑

จำนวนพิมพ์

๒,๐๐๐ ชุด

รูปเล่มโดย

บริษัท บุเลติน จำกัด

พิมพ์ที่

บ้านสวนการพิมพ์

จัดพิมพ์โดย

องค์การแพธ (PATH)

๓๗/๑ ซ.เพชรบุรี ๑๕ ถ.เพชรบุรี กทม. ๑๐๔๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๖๕๓ ๗๕๖๓ - ๖๕ โทรสาร ๐ ๒๖๕๓ ๗๕๖๘

อีเมล pathbangkok@path.org

ภายใต้โครงการ “ก้าวอย่างเข้าใจ” ซึ่งเป็นโครงการป้องกัน
เอ็ดสียในกลุ่มเยาวชนในสถานศึกษา (HIV/AIDS Prevention
Program for In and Out-of-School Youth)

โดยการสนับสนุนของกองทุนโลกเพื่อแก้ไขปัญหาเอดส์ วัณโรค
และมาลาเรีย

องค์การแพธยินดีให้เผยแพร่เนื้อหาในเอกสารนี้อย่างแพร่หลายต่อไป
อย่างไรก็ตาม หากบุคคลหรือหน่วยงานใดต้องการนำเนื้อหาจากเอกสารไปใช้ใน
เอกสารหรือสื่ออื่นใด ขอความกรุณาแจ้งให้องค์การแพธทราบล่วงหน้า และ/หรือขอ
ความกรุณาอ้างอิงตามมาตรฐานสากลด้วย ขอขอบคุณยิ่ง

สนใจดาวน์โหลดไฟล์เอกสาร ได้ที่ www.teenpath.net หรือเสนอแนะ
หรือแสดงความคิดเห็นในประเด็นที่เกี่ยวข้องได้ที่องค์การแพธตามที่อยู่ข้างต้น





แนะนำสื่อ

สื่อชุดนี้เป็นภาพยนตร์การ์ตูนเจียบ ผลิตโดยองค์การพัฒนาเอกชนด้านสุขภาพในประเทศบราซิล ชื่อ Promundo ที่มุ่งทำงานส่งเสริมบทบาททางเพศที่เท่าเทียม ป้องกัน และต่อต้านความรุนแรงในเด็ก วัยรุ่น และผู้หญิง สื่อดังกล่าวประกอบไปด้วยภาพยนตร์การ์ตูน ๔ เรื่องดังนี้

๑. การ์ตูนเรื่อง Once Upon a Boy
๒. การ์ตูนเรื่อง Once Upon a Girl
๓. การ์ตูนเรื่อง Once Upon a Family
๔. การ์ตูนเรื่อง Afraid of What?

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ เล็งเห็นคุณค่าของสื่อการ์ตูนชุดนี้ ในการสร้างความเข้าใจกับเยาวชน ผู้ใหญ่ ผู้ปกครอง หรือคนทำงานที่เกี่ยวข้องกับเยาวชน ในประเด็นบทบาททางเพศ หรือ เพศสภาพ (Gender) ซึ่งเป็นเรื่องสลับซับซ้อน เพราะเชื่อมโยงระหว่างตัวบุคคลกับระบบสังคมวัฒนธรรมที่แตกต่าง หลากหลาย และเปลี่ยนแปลงได้ในแต่ละยุคสมัย และเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และบุคคลกับชุมชน/สังคม ทั้งนี้ความไม่เท่าเทียมของบทบาททางเพศยังเป็นรากฐานของปัญหาต่างๆ ในสังคม เช่น ความรุนแรงทางเพศ ปัญหาสุขภาพทางเพศ การรังเกียจกีดกันการรักเพศเดียวกัน ฯลฯ

ทางโครงการฯ จึงได้จัดทำแนวทางการชวนคุยหลังจากดูหนังจบเพื่อเป็นตัวอย่างในการนำสื่อการ์ตูนชุดนี้ไปใช้จัดกิจกรรมประกอบการเรียนการสอน เพศศึกษาในห้องเรียน กิจกรรมนอกห้องเรียน หรือกิจกรรมพิเศษตามโอกาสต่างๆ

เฉพาะภาพยนตร์การ์ตูนเรื่อง Once Upon a Boy จะมีการนำเสนอ ๒ รูปแบบคือ

๑. แบบดำเนินเนื้อเรื่องทั้งหมด
๒. แบบตัดเป็นคลิปสั้น





ผู้ดำเนินการสามารถเลือกฉายแบบดำเนินเนื้อเรื่องทั้งหมด แล้วชวนคุยถึงประเด็นสำคัญ ที่การ์ตูนนำเสนอ หรือฉายแบบดำเนินเนื้อเรื่องทั้งหมดก่อน แล้วทยอยฉายอีกครั้งทีละคลิป เพื่อชวนคุยในประเด็นของคลิปสั้นนั้นๆ อย่างลึกและรอบด้าน การเปิดคลิปควรเปิดตามลำดับเรื่อง เพื่อความเข้าใจในเนื้อหาและพัฒนาการของตัวละคร

ผู้ประสานงานองค์การ Promundo ได้อนุญาตให้องค์การแพธ นำภาพยนตร์การ์ตูนทั้ง ๔ เรื่องนี้มาใช้ในโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ เพื่อประโยชน์ทางการศึกษาและไม่นำไปแสวงหาผลกำไร หากสนใจรายละเอียดกิจกรรมขององค์การ Promundo สามารถเยี่ยมชมได้ในเว็บไซต์ www.promundo.org.br

อุปกรณ์ที่จำเป็นสำหรับการฉายหนัง

๑. เครื่องเล่นวีซีดี ใช้คู่กับโทรทัศน์ หรือเครื่องคอมพิวเตอร์ ใช้คู่กับเครื่องฉาย (LCD) เพื่อช่วยขยายขนาดภาพให้เห็นได้ทั้งห้อง และจอร์บบภาพ
๒. ลำโพง
๓. แผ่นวีซีดี
๔. กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี

รูปแบบกิจกรรมประกอบการฉายหนัง

หลังจากฉายหนังจบ ผู้ดำเนินการสามารถเชื่อมโยงเนื้อหาในหนังเพื่อสร้างการเรียนรู้กับกลุ่มผู้ชมได้หลากหลายรูปแบบ เช่น

- เปิดอภิปรายในกลุ่มใหญ่ โดยสุ่มถามความเห็นจากผู้ชม
- แบ่งผู้ชมเป็นกลุ่มย่อย ระดมความเห็น และนำเสนอต่อกลุ่มใหญ่
- แสดงบทบาทสมมุติ เช่น แบ่งกลุ่มผู้ชมเป็นนักวิจารณ์ นักเขียนบท นักเขียนคำโฆษณาบนใบปิดหนัง ฯลฯ เพื่อแสดงความเห็น วิพากษ์วิจารณ์ว่าหนังเรื่องนี้มีเนื้อหาน่าสนใจหรือไม่ อย่างไร เป็นต้น





ก่อนเข้าสู่กิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินการควรดูหนังเรื่องที่จะฉายก่อน เพื่อทำความเข้าใจกับเนื้อหาของหนัง พร้อมทั้งศึกษาศัพท์เฉพาะ และข้อสังเกตต่างๆ เพื่อใช้สำหรับช่วยกระตุ้นผู้ชมให้มีส่วนร่วมมากขึ้น
๒. ตรวจสอบอุปกรณ์ที่จะใช้ฉายหนังให้เรียบร้อยว่าอยู่ในสภาพใช้งานได้ทั้งภาพและเสียง
๓. จัดที่นั่งให้เหมาะสม สอดคล้องกับสถานที่ และกับจำนวนผู้ชมที่สามารถเห็นได้ชัดเจน
๔. เกริ่นนำโดยการใช้คำถามที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับหนังเรื่องที่จะฉาย เพื่อกระตุ้นความสนใจผู้ชม เช่น คิดว่านอกจากด้านสรีระแล้ว ผู้ชายและผู้หญิงมีอะไรที่ต่างกันบ้าง (จากหนังเรื่อง Once Upon a Boy) หรือเคยได้ยินว่าคนในสังคมแสดงออกอย่างไรต่อคนรักเพศเดียวกันบ้าง (จากหนังเรื่อง Afraid of What?)

หลังชมภาพยนตร์

๑. ผู้ดำเนินการควรสำรวจความรู้สึกของผู้ชมต่อหนังที่ฉาย
๒. ใช้คำถามชวนคุย หรือจัดกิจกรรมอื่นๆ เพื่อสร้างการเรียนรู้
๓. สรุปประเด็นสำคัญ และให้แหล่งข้อมูลสำหรับการค้นคว้าเพิ่มเติม

หลังจบกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินการควรพิจารณาดูว่า หลังจากทำกิจกรรมแล้วผู้ชมได้เรียนรู้อะไรบ้าง ทั้งในด้านความรู้ ทักษะ และทักษะต่างๆ
๒. ผู้ดำเนินการควรทบทวนว่า ระหว่างดำเนินกิจกรรมมีข้อสังเกตอะไรบ้างหรือไม่ และควรจะปรับปรุงในเรื่องใดบ้างหากต้องใช้กิจกรรมนี้ในคราวต่อไป



การจัดบรรยากาศการเรียนรู้ให้ได้ประสิทธิภาพ

- การกระตุ้นให้ผู้ชมมีส่วนร่วมในการสนทนาหลังจากดูหนังจบ เป็นช่วงที่สำคัญยิ่ง เพราะจะเป็นขั้นตอนของการแลกเปลี่ยนข้อมูลและทัศนคติที่หลากหลาย สามารถสร้างการเรียนรู้ได้เป็นอย่างดี
- ควรใช้เวลาอย่างน้อย ๔๐ นาที สำหรับการดูและชวนคิดชวนคุยในหนังสั้น แต่ละเรื่อง เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนอย่างรอบด้าน
- จำนวนผู้ชมที่เหมาะสมสำหรับบรรยากาศการแลกเปลี่ยนไม่ควรมากกว่า ๓๐ คน
- ผู้ดำเนินการควรสร้างบรรยากาศให้ผู้ชมมีส่วนร่วม และแสดงความเห็นแลกเปลี่ยนกันอย่างทั่วถึง เช่น อาจเล่นเกมเพื่อละลายพฤติกรรม เพื่อสร้างความคุ้นเคยก่อนการดูหนัง รวมทั้งเตรียมผู้ชม (รวมถึงผู้ดำเนินการเอง) ให้มีความพร้อมที่จะรับฟัง และไม่ตัดสินผู้อื่น





แนวคำถาม และการสรุปประเด็นสำหรับหนังการ์ตูนแต่ละเรื่อง

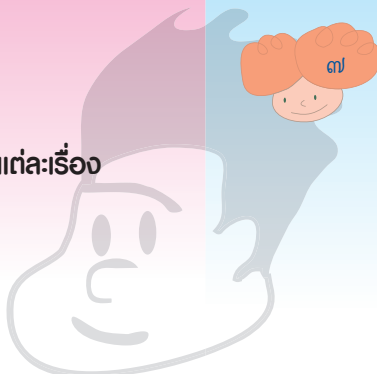
เรื่องที่ ๑ Once Upon a Boy

ภาพยนตร์โดย Promundo

ความยาว ๒๑ นาที

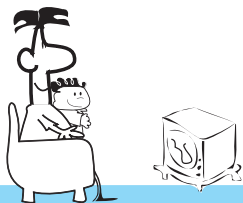
เรื่องย่อ

การ์ตูนบอกเล่าเรื่องราวชีวิตของเด็กชายที่ชื่อว่า “จอห์น” ที่มุ่งงงสับสนกับสิ่งที่ยังคงพยายามตีกรอบให้คนที่เกิดมามีอวัยวะเพศชายสามารถ “ทำได้” ในบางอย่าง และ “ทำไม่ได้” ในบางอย่าง เช่น ต้องเล่นปิ่น ห้ามเล่นตุ๊กตา ต้องเล่นฟุตบอล ห้ามแต่งหน้าทาปาก รวมถึงการเผชิญกับสถานการณ์ที่สะท้อนให้เห็นถึงการแบ่งบทบาททางเพศ เช่น การใช้ความรุนแรงในครอบครัว การทำงาน การตกหลุมรัก ประสบการณ์ในการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก และการตั้งท้อง



สาระสำคัญ

- ความเป็นหญิง ความเป็นชาย หรือบทบาททางเพศ (Gender) เป็นสิ่งสมมติที่สังคมสร้างขึ้น และใช้กระบวนการต่างๆ ทางสังคมเพื่อหล่อหลอมให้แต่ละคนคิด เชื่อ ปฏิบัติตามกรอบที่กำหนดขึ้น
- โอกาสในการมีเพศสัมพันธ์สามารถเกิดขึ้นได้ และหากไม่มีการเตรียมการที่ดีก็อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกัน
- ในช่วงชีวิตวัยรุ่น เพื่อนมีอิทธิพลต่อการแสดงออก ความคิด การตัดสินใจ ซึ่งบางครั้งการมีพฤติกรรมที่ทำตามกลุ่มเพื่อน ก็อาจก่อให้เกิดปัญหาให้กับตัวเองและผู้อื่นได้





- ค่านิยมบางด้านในเรื่องความเป็นชาย อาจส่งเสริมให้ผู้ชายมีพฤติกรรม ทะเลาะวิวาท หรือเสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ดังนั้น การเท่าทัน การตั้งคำถาม และกล้าปฏิเสธค่านิยมที่ส่งผลกระทบต่อทางลบ จะช่วยให้วัยรุ่นดำเนินชีวิตอย่างมีสุขภาวะได้
- อารมณ์ทางเพศเป็นความรู้สึกตามธรรมชาติของมนุษย์ทุกคนที่เข้าสู่ วัยเจริญพันธุ์ เมื่อเกิดอารมณ์หรือมีความต้องการทางเพศ การช่วย ตัวเองเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถทำได้ทั้งผู้หญิงและผู้ชาย

ตัวอย่างคำถาม

๑. สังคมมักคาดหวังให้เพศใดเป็นผู้ที่มีบทบาทหลักในการเลี้ยงดูลูก และจะเป็นอย่างไรหากสังคมเปิดกว้างให้การเลี้ยงดูลูกมิได้ถูกจำกัดไว้กับ เพศใดเพศหนึ่ง
๒. การที่เด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายแสดงออกทางพฤติกรรมที่ต่างกัน เช่น ผู้หญิงเล่นตุ๊กตา ผู้ชายเล่นปืน ฯลฯ เป็นผลมาจากธรรมชาติของเพศชาย เพศหญิง หรือเป็นเพราะวัฒนธรรมและการเลี้ยงดู
๓. ถ้าหากเราไม่สามารถมีบทบาททางเพศตามที่สังคมกำหนด เช่น เราเป็น เพศหญิง แต่ต้องการหาข้อมูลในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย และ พกถุงยางอนามัย หรือเราเป็นเพศชายแต่ต้องการเลี้ยงดูลูก และทำงาน บ้าน ฯลฯ คนรอบข้าง ชุมชน และสังคม จะมีมุมมองต่อเราอย่างไรบ้าง
๔. หากเราอยู่ในสถานการณ์ที่ถูกทำร้ายจากเพื่อน ให้ทำในสิ่งที่ส่ง ผลกระทบต่อผู้อื่น เราจะรู้สึกอย่างไร และจะจัดการอย่างไรหากเราไม่ อยากทำสิ่งนั้น
๕. ความรักนำไปสู่โอกาสการมีเพศสัมพันธ์ได้หรือไม่ อย่างไร และมีปัจจัย สำคัญๆ อะไรอีกบ้างที่จะทำให้เรามีเพศสัมพันธ์กับคนที่เรารัก





๖. การตัดสินใจที่จะมีเพศสัมพันธ์ เรามักคิดถึงเรื่องอะไรบ้าง และชาย/หญิง คิดต่างกันไหม เพราะอะไร
๗. การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ป้องกัน อาจส่งผลกระทบต่อเราและคู่บ้าง
๘. อุปสรรคอะไรบ้างที่ทำให้เราไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัยกับคู่อีก
๙. หากเกิดการตั้งครรภ์โดยไม่พร้อม เราจะมีทางเลือกอะไรบ้างในการจัดการเรื่องนี้ (ถามทั้งผู้ชาย/ผู้หญิง)
๑๐. หากเราติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เราจะปรึกษาใคร หรือจะมีวิธีจัดการอย่างไร (ผู้ดำเนินการควรรหาแหล่งบริการให้คำปรึกษาในพื้นที่ไว้ แนะนำผู้ชมด้วย หรือดูรายชื่อแหล่งบริการที่อยู่ในส่วนกลาง ท้ายคู่มือนี้)





Once Upon a Boy แบบตกเป็นคลิปสั้น

คลิปที่ ๑

ใครหนอ

ความยาว

๒.๓๖ นาที

เรื่องย่อ

ครอบครัวหนึ่งประกอบด้วย พ่อ แม่ และลูกชาย ในขณะที่พ่อนั่งดูโทรทัศน์ แม่ต้องทำกับข้าวและเลี้ยงลูกไปด้วย พอลูกชายโตขึ้นมาเห็นแม่แต่งหน้า และใส่รองเท้านั่นสูง จึงอยากทำตามบ้าง แต่ก็ถูกผลักดันให้ไปเล่นฟุตบอล หรือแม่แต่อยากเล่นตุ๊กตา ก็ถูกบอกให้ไปเล่นปืนแทน

สาระสำคัญ

- บทบาททางเพศ ความเป็นหญิง ความเป็นชาย หรือ “เพศสภาพ” (Gender) เป็นเรื่องที่สังคมวัฒนธรรมกำหนด และคาดหวังผ่านกระบวนการเรียนรู้ และหล่อหลอมจากการบอก สอน หรือปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน
- อัตลักษณ์ทางเพศ คือ การแสดงตัวตนที่แท้จริงของแต่ละคนว่าต้องการทำหรือเป็นแบบไหน ซึ่งอาจต่างจากเพศสรีระที่ตนเองเป็นก็ได้

ตัวอย่างคำถาม

๑. สังคมมักคาดหวังให้เพศใดเป็นผู้ที่มีบทบาทหลักในการเลี้ยงดูลูก และจะเป็นอย่างไรหากสังคมเปิดกว้างให้การเลี้ยงดูลูกมิได้ถูกจำกัดไว้กับเพศใดเพศหนึ่ง
๒. เพราะอะไรดิ้นสอถึงไม่ให้พ่อเป็นคนเลี้ยงลูก ไม่ให้เด็กผู้ชายแต่งหน้า แต่งตัวเหมือนผู้หญิง และไม่ให้เด็กผู้ชายเล่นตุ๊กตา





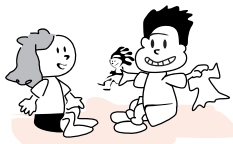
๓. คิดอย่างไรกับการที่เด็กผู้หญิงเล่นตุ๊กตา และเด็กผู้ชายเล่นปืน พฤติกรรมเช่นนี้เป็นธรรมชาติของเพศชายเพศหญิง หรือเป็นผลมาจากวัฒนธรรมและการเลี้ยงดู
๔. ดินสอและยางลบ เป็นสัญลักษณ์แทนอะไร และมีอิทธิพลอย่างไรต่อมนุษย์ในสังคม

ข้อมูลแนบท้าย

เพศสรีระ (Sex) หมายถึง สิ่งที่ยืนยันว่าเราเกิดมาเป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย โดยดูจาก โครโมโซม ฮอร์โมน และอวัยวะของระบบสืบพันธุ์ในร่างกาย ณ ตอนแรกคลอด เช่น จู๋ หรือ จิม เพศสรีระ จึงเป็นสิ่งที่ติดตัวเรามาแต่กำเนิด

เพศสภาพ (Gender) หมายถึง บทบาทความเป็นหญิง ความเป็นชาย ซึ่งถูกกำหนดขึ้นตามความคาดหวังของสังคม เช่น เป็นเพศชายต้องเข้มแข็ง กล้าหาญ เพศหญิงต้องอ่อนหวาน นุ่มนวล น่าทะนุถนอม ฯลฯ เพศสภาพเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ตามเงื่อนไขทางสังคมในแต่ละยุคสมัย และยังแตกต่างกันในแต่ละสังคมวัฒนธรรม

อัตลักษณ์ทางเพศ (Gender Identity) คือ สำนึกทางเพศที่แต่ละคนรู้สึกต่อตัวเอง บางคนเกิดมามีเพศสรีระเป็นชาย จึงควรมีเพศสภาพเป็นชายตามสายตาของสังคม แต่กลับรู้สึกที่ตัวเองมีความเป็นผู้หญิง เช่นที่เราเคยได้ยินกันเสมอว่า “กลายเป็นชาย ใจเป็นหญิง” เป็นต้น





คลิปที่ ๒

ความยาว

เรื่องย่อ

จำฝังใจ

๐.๕๔ นาที

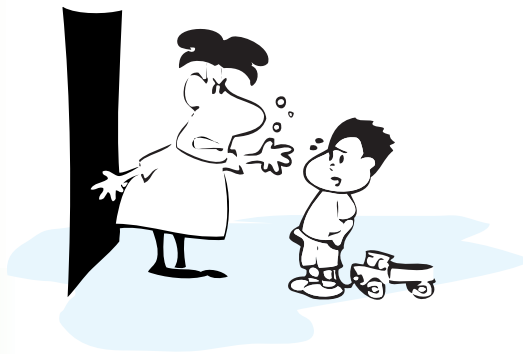
เด็กชายเห็นพ่อกลับบ้าน และทะเลาะกับแม่ ทำให้เขารู้สึกเสียใจ

สาระสำคัญ

- ความรุนแรงในครอบครัว สามารถส่งผลกระทบต่อจิตใจของเด็ก

ตัวอย่างคำถาม

๑. การที่เด็กเห็นพ่อแม่ทะเลาะกัน อาจส่งผลอย่างไรต่อเด็กได้บ้าง
๒. หากเราอยู่ในสถานการณ์ที่พ่อแม่ทะเลาะกัน เราจะทำอย่างไรได้บ้าง





คลิปที่ ๓ ความยาว เรื่องย่อ

เลียนแบบ
๓.๔๖ นาที

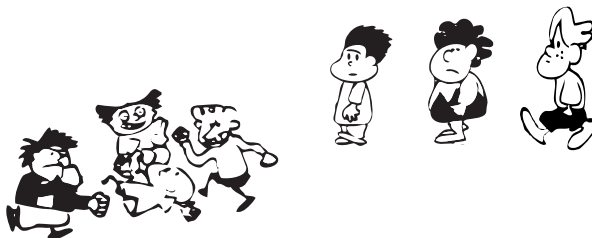
เด็กชายถูกกดดันจากเพื่อนๆ ในกลุ่มให้ต้องพาหินใส่แมว ทั้งๆ ที่เขาไม่ต้องการทำ หลังจากนั้นเด็กชายได้พบเห็นบทบาทของผู้ชายแบบอื่นๆ ที่เขาอยากทำตาม เช่น การแต่งกายเท่ๆ มีรถขับแล้วได้ควงสาว การมีรูปร่างบึกบึน ฯลฯ

สาระสำคัญ

- สภาพแวดล้อมทางสังคมวัฒนธรรมมีส่วนในการกำหนดพฤติกรรม และการแสดงออกของแต่ละบุคคล
- เพื่อให้ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน บางครั้งเราอาจต้องทำในสิ่งที่ไม่อยากทำ หรือทำในสิ่งไม่ถูกต้อง ดังนั้นการเรียนรู้ที่จะเป็นตัวของตัวเอง เข้าใจความต้องการที่แท้จริงของตัวเอง จึงอาจเป็นทางเลือกที่ดีอีกทางหนึ่ง

ตัวอย่างคำถาม

๑. เพื่อนมีอิทธิพลกับเรามากน้อยแค่ไหน อย่างไร การทำตาม/ไม่ทำตาม เพื่อนจะส่งผลอย่างไร
๒. หากเพื่อนชวนเราให้ใช้ความรุนแรงในการแก้ไขความขัดแย้ง แต่เราไม่เห็นด้วย เราจะทำอย่างไรได้บ้าง





คลิปที่ ๔ ความยาว เรื่องย่อ

แรงบันดาลใจ

๒.๐๕ นาที

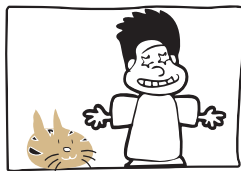
ชายหนุ่มอยากได้กีตาร์แต่ไม่มีเงินจึงหางานทำ จนได้เป็นพนักงานส่งดอกไม้ที่ร้านดอกไม้ และตกหลุมรักผู้หญิงคนหนึ่ง งานก้าวหน้าไปด้วยดี พร้อมกับความรักที่เริ่มแบ่งบาน

สาระสำคัญ

- เป้าหมายในชีวิตสามารถประสบความสำเร็จได้ด้วยความพยายาม และไม่ย่อท้อ
- ความรู้สึกพึงพอใจ/ความรู้สึกพิเศษกับใครบางคนสามารถเกิดขึ้นได้เสมอ

ตัวอย่างคำถาม

๑. ถ้าเราอยากได้ของบางอย่าง โดยที่เราไม่มีเงินพอ เราจะมียุธีการอย่างไรได้บ้าง
๒. การทำเรื่องที่เราคาดหวังให้ประสบความสำเร็จ เราต้องมีกระบวนการทำอย่างไรบ้าง
๓. การตกหลุมรักเกิดขึ้นได้อย่างไร และอาจมีผลต่อความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรมของเราหรือไม่ อย่างไรบ้าง





คลิปที่ ๕ ความยาว เรื่องย่อ

อยากระบาย

๐.๒๒ นาที

ชายหนุ่มดูภาพโป๊ และคิดถึงหน้าของผู้หญิงที่ตัวเองตกหลุมรัก เพื่อช่วยตัวเอง

สาระสำคัญ

- อารมณ์ทางเพศ หรือความต้องการทางเพศ เกิดขึ้นได้ทั้งจากสิ่งเร้าภายใน เช่น จินตนาการ หรือสิ่งเร้าภายนอก เช่น การมองเห็น ได้ยิน สัมผัส
- การช่วยตัวเอง เป็นการปลดปล่อยอารมณ์ทางเพศที่เป็นสุขด้วยตัวเอง โดยไม่ทำให้ผู้ใดเดือดร้อน ไม่ต้องกลัวท้อง หรือติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

ตัวอย่างคำถาม

๑. อารมณ์ทางเพศ หรือความต้องการทางเพศของชายและหญิง เกิดขึ้นจากอะไร และมีวิธีการจัดการอย่างไรได้บ้าง
๒. คิดอย่างไรกับการช่วยตัวเองของทั้งชายและหญิง
๓. คิดอย่างไรที่สังคมมีท่าทีอนุญาตให้ผู้ชายสามารถช่วยตัวเองได้มากกว่าผู้หญิง
๔. การช่วยตัวเองมีผลอย่างไรได้บ้าง





ศิลป์ที่ ๖
ความยาว
เรื่องย่อ

ดอกไม้ให้คุณ
๒.๕๒ นาที



ชายหนุ่มนำดอกไม้ไปให้หญิงสาวทุกวัน และได้เริ่มพัฒนาความสัมพันธ์ ในที่สุดทั้งคู่ก็มีเพศสัมพันธ์โดยที่ไม่ได้ใส่ถุงยางอนามัย

สาระสำคัญ

- ความรัก ความใกล้ชิด อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้ และหากไม่ได้มีการเตรียมตัวล่วงหน้า อาจนำไปสู่ภาวะที่ไม่สามารถปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ หรือมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยได้
- การยืนยันความต้องการของตัวเอง จะทำให้เราสามารถดูแล และรับผิดชอบตัวเองได้ ซึ่งมักอยู่บนพื้นฐานของการมองถึงผลกระทบอย่างรอบด้านที่จะตามมา และไตร่ตรองทางเลือกต่างๆ ไว้ล่วงหน้าอย่างรอบคอบ

ตัวอย่างคำถาม

๑. ความรักนำไปสู่โอกาสการมีเพศสัมพันธ์ได้หรือไม่ อย่างไร และมีปัจจัยสำคัญๆ อะไรอีกบ้างที่จะทำให้เรามีเพศสัมพันธ์กับคนที่เรารัก
๒. หากเราไม่พร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ เราจะหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ดังกล่าวได้อย่างไร
๓. การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใส่ถุงยางอนามัยอาจส่งผลอะไรได้บ้าง
๔. สังคมมักมีมุมมองที่เหมือนหรือต่างกันอย่างไร ต่อผู้ชายที่พกถุงยางอนามัย และผู้หญิงที่พกถุงยางอนามัย
๕. เป็นเรื่องยากหรือง่ายอย่างไร หากเราต้องการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย และเราจะต้องทำอย่างไรจึงจะสามารถมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยได้ทุกครั้ง





คลิปที่ ๗ ความยาว เรื่องย่อ

ลูกผู้ชายตัวจริง?

๑.๕๖ นาที

ชายหนุ่มทำงานเก็บเงินจนซื้อกีตาร์ได้ในที่สุด ต่อมาวันหนึ่งขณะที่กำลังสังสรรค์ในหมู่เพื่อน มีผู้หญิงเดินผ่านมา เพื่อนในกลุ่มก็ทำทนายชายหนุ่มให้จับผู้หญิงคนนั้น ทั้งที่เขาไม่ยอมทำ

สาระสำคัญ

- ในสังคมบางกลุ่ม ความเป็นชายถูกบังคับให้แสดงออกโดยยึดเรื่องการมีประสบการณ์ทางเพศ ซึ่งเป็นค่านิยมที่ส่งเสริมให้ผู้ชายมีพฤติกรรมที่อาจเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
- การกล้าปฏิเสธค่านิยมที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตในเชิงลบ จะช่วยให้เราสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

ตัวอย่างคำถาม

๑. วิธีชีวิตของชายวัยรุ่นปัจจุบันเหมือนหรือแตกต่างจากการ์ตูนหรือไม่อย่างไร
๒. ถ้าถูกทำทนายจากเพื่อนให้ทำในสิ่งที่เราไม่ต้องการ เราจะมีวิธีจัดการกับสถานการณ์นั้นอย่างไร
๓. หากตัดสินใจทำตามคำทำทนายของเพื่อน โดยที่การกระทำนั้นจะส่งผลกระทบต่อผู้อื่น และไม่ใช่ว่าสิ่งที่เราต้องการทำ อาจส่งผลอะไรได้บ้าง





คลิปที่ ๘

ความยาว

เรื่องย่อ

เมื่อทุกซ์มาเยือน

๑.๒๗ นาที

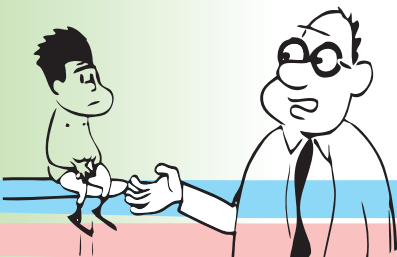
ภายหลังจากมีเพศสัมพันธ์ตามแรงยุของเพื่อน ชายหนุ่มพบอาการผิดปกติ ในร่างกายจึงไปหาหมอ พบว่าตัวเองติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ที่เกิดจากการ มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้สวมถุงยางอนามัย ขณะเดียวกันคนรักก็มาบอกว่ากำลังตั้งท้อง

สาระสำคัญ

- เพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกันด้วยการสวมถุงยางอนามัย อาจทำให้เกิดการ ตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม และอาจติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือเชื้อ เอชไอวี

ตัวอย่างคำถาม

๑. เพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกันส่งผลอะไรกับเราบ้าง
๒. หากติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เราจะทำอย่างไรได้บ้าง
๓. หากเกิดการตั้งครรภ์เมื่อไม่พร้อม เราจะทำอย่างไรได้บ้าง (ถามทั้งชาย และหญิง)
๔. เมื่อมีปัญหาในด้านสุขภาพทางเพศ มีแหล่งบริการใดที่ให้ความช่วยเหลือ ได้บ้าง (ผู้ดำเนินการควรรหาแหล่งบริการให้คำปรึกษาในพื้นที่ไว้แนะนำ ผู้ชมด้วย หรือดูรายชื่อแหล่งบริการที่อยู่ในส่วนกลาง ท้ายคู่มือนี้)





คลิปที่ ๙
ชีวิต...เลือกได้
ความยาว
เรื่องย่อ

๓.๔๖ นาที

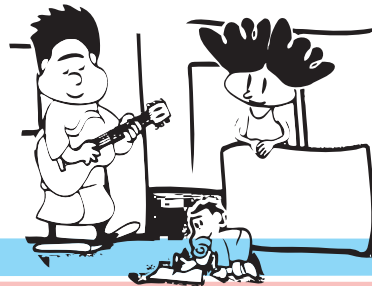
ชายหนุ่มกลุ่มใจกับปัญหาที่รุ่มร่า เขาจึงใช้เหล้าช่วยแก้ปัญหา แต่ผลคือทำให้เขาขาดสติและทะเลาะกับคนรัก ทำงานเฉื่อยชา สุดท้ายเขาก็คิดได้ และกลับไปหาแฟนและลูกของเขา

สาระสำคัญ

- ปัญหาทั้งหลายสามารถแก้ไขได้ด้วยการคิดวิเคราะห์ โดยไม่จำเป็นต้องใช้เหล้า หรืออาศัยความรุนแรงในการช่วยคลี่คลาย
- ผู้ชายมักถูกบอกให้ไม่ร้องไห้เมื่อเผชิญกับความทุกข์ และใช้การดื่มเหล้าและความรุนแรงในการแก้ปัญหา

ตัวอย่างคำถาม

๑. เวลาที่เรามีปัญหา กลุ่มใจ เราหาทางออก หรือมีวิธีการแก้ปัญหาอย่างไร เราปรึกษาใครบ้างไหม
๒. การแก้ปัญหาด้วยเหล้า หรือใช้ความรุนแรง จะส่งผลอย่างไรได้บ้าง
๓. คิดอย่างไรกับผู้ชายที่ร้องไห้เพราะกลุ่มใจ ทำไมสังคมจึงมีท่าทีไม่อนุญาตให้ผู้ชายร้องไห้





เรื่องที่ ๒
ภาพยนตร์โดย
ความยาว
เรื่องย่อ

Once Upon a Girl
Promundo
๑๙ นาที



“มาเรีย” เป็นเด็กหญิงผู้ถูกเลี้ยงดูท่ามกลางบรรยากาศของครอบครัวและสังคม ที่คอยหล่อหลอมเธอตั้งแต่เกิดว่าเป็นลูกผู้หญิงต้องนั่งเรียบร้อย พูดจาอ่อนหวาน ล้างจาน ทำกับข้าว เล่นตุ๊กตา สวมกระโปรง ไม่ส่งเสียงโวยวาย และไม่แสดงออกทางเพศ ฯลฯ แม้บางครั้งเธอจะรู้สึกสงสัยกับสิ่งที่ผู้หญิงต้องเป็นหรือต้องทำ และหลายครั้งที่เธอพยายามขัดขึ้น แต่สุดท้ายกรอบของสังคมก็ทำให้เธอต้องยินยอม และยอมรับในความเป็นผู้หญิงที่สังคมวัฒนธรรมกำหนด

สาระสำคัญ

- ความเป็นหญิง ความเป็นชาย หรือบทบาททางเพศ (Gender) เป็นสิ่งสมมติที่สังคมสร้างขึ้น และใช้กระบวนการต่างๆ ทางสังคมหล่อหลอมให้แต่ละคนคิด เชื่อ ปฏิบัติตามกรอบที่กำหนดขึ้น
- โอกาสในการมีเพศสัมพันธ์สามารถเกิดขึ้นได้โดยที่ไม่ได้คาดคิด และหากไม่ได้เตรียมการก็อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกันได้
- อารมณ์ทางเพศเป็นความรู้สึกตามธรรมชาติของมนุษย์ทุกคนที่เข้าสู่วัยเจริญพันธุ์ เมื่อเกิดอารมณ์หรือมีความต้องการทางเพศ การช่วยตัวเองเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถทำได้ทั้งผู้หญิงและผู้ชาย
- การล่วงละเมิดทางเพศสามารถเกิดขึ้นได้ จึงควรรู้วิธีการป้องกัน หรือการขอความช่วยเหลือเมื่อถูกล่วงละเมิดทางเพศ



ตัวอย่างคำถาม

๑. คิดอย่างไรกับพฤติกรรมการแสดงออกของเด็กผู้หญิงในเรื่อง (ผู้หญิงต้องทำงานบ้าน นั่งเรียบริ้ว เล่นตุ๊กตา ฯลฯ) เพราะอะไรผู้หญิงจึงต้องทำเช่นนั้น
๒. ดินสอในภาพยนตร์ หมายถึงอะไร
๓. โอกาสในการมีเพศสัมพันธ์เกิดขึ้นได้จากสาเหตุใดบ้าง
๔. จากที่เราเคยรับทราบมา การกระทำแบบใดบ้างที่ถือเป็นการล่วงละเมิดทางเพศ
๕. หากถูกล่วงละเมิดทางเพศ เราสามารถจะทำอะไรได้บ้าง และมีหน่วยงานใดที่ให้บริการช่วยเหลือได้บ้าง (ผู้ดำเนินการควรรหาแหล่งบริการให้ความช่วยเหลือในพื้นที่ไว้แนะนำผู้ชมด้วย หรือดูรายชื่อแหล่งบริการที่อยู่ในส่วนกลาง ท้ายคู่มือนี้)
๖. คิดอย่างไรกับการช่วยตัวเอง เพราะอะไร (ถามทั้งชายและหญิง)
๗. การพกถุงยางอนามัยควรเป็นหน้าที่ของใคร เพราะอะไร
๘. เพราะเหตุใดวัยรุ่นจึงมีเพศสัมพันธ์โดยที่ไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัย
๙. คิดว่าทางออกของการตั้งครรภ์โดยไม่พร้อมมีวิธีใดบ้าง





เรื่องที่ ๓ Once Upon a Family
ภาพยนตร์โดย Promundo
ความยาว ๒๑ นาที
เรื่องย่อ

การ์ตูนเรื่องนี้เป็นเรื่องราวที่ดำเนินต่อจาก Once Upon a Boy และ Once Upon a Girl เมื่อมาเรียและจอห์นแยกทางกัน ต่างคนก็ไปมีชีวิตของตัวเอง โดยที่ลูกชายของทั้งคู่อยู่กับมาเรีย มาเรียแต่งงานใหม่กับผู้ชายที่มีลูกชายมาก่อน ทั้งคู่มีลูกสาวด้วยกันอีกหนึ่งคน ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีแต่การทำโทษและดุด่าเมื่อลูกทำผิด เพราะเชื่อว่าจะเป็นการทำให้ลูกเกิดการเรียนรู้ และหลาบจำ จนวันหนึ่งเมื่อลูกชายของสามีใหม่ของมาเรียหนีออกจากบ้าน ทำให้ทั้งคู่ย้อนคิดถึงการกระทำต่างๆ ที่ทำกับลูก และเริ่มเปลี่ยนแปลงตัวเองโดยใช้เหตุผลในการอธิบายให้ลูกฟัง และรับฟังความคิดเห็นของลูกมากขึ้น

สาระสำคัญ

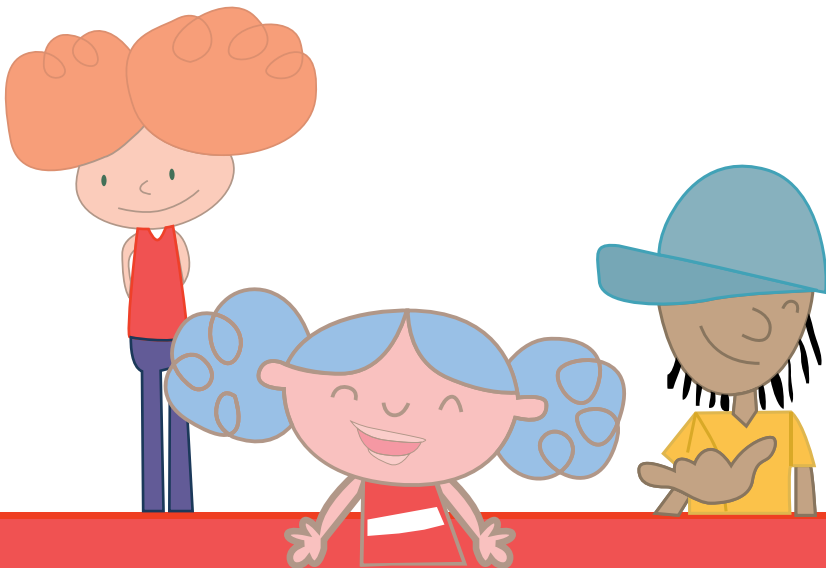
- การเลี้ยงดูเด็กโดยใช้การดุด่า การลงโทษ การบีบบังคับ โดยไม่อธิบายเหตุผลแก่เด็ก และไม่รับฟังความต้องการของเด็ก จะส่งผลต่อการพัฒนาด้านบุคลิกภาพ อารมณ์ ความคิด เมื่อเขาเติบโตขึ้น
- ความรุนแรงเกิดขึ้นได้รอบๆ ตัวเรา เช่น ความรุนแรงในครอบครัว ในโรงเรียน ในที่ทำงาน หรือสื่อมวลชน และความรุนแรงนั้นมีผลกระทบต่อเด็ก ณ ช่วงเวลานั้นๆ และต่อเนื่องจนเติบโตเป็นผู้ใหญ่





ตัวอย่างคำถาม

๑. คิดอย่างไรกับการที่ผู้ปกครองทำโทษเพื่อให้เด็กหลบจำ และเชื่อว่าสามารถสร้างวินัยให้แก่เด็กได้
๒. ในครอบครัวหนึ่งๆ พ่อแม่หรือผู้ปกครองควรมีวิธีการสร้างการเรียนรู้ที่ดีให้กับเด็กได้อย่างไรบ้าง
๓. นอกจากการใช้ความรุนแรงระหว่างผู้ปกครองและเด็กแล้ว ความรุนแรงรอบๆ ตัวเรา สามารถเกิดขึ้นได้ที่ใดหรือเมื่อใดได้อีกบ้าง อย่างไร
๔. ความรุนแรงนั้นส่งผลกระทบต่อเราอย่างไรได้บ้าง
๕. เราจะยุติความรุนแรง หรือลดความรุนแรงที่เกิดขึ้นได้อย่างไร





เรื่องที่ ๔ Afraid of What?

ภาพยนตร์โดย Promundo

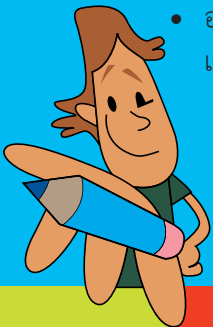
ความยาว ๑๘ นาที

เรื่องย่อ

วัยรุ่นชายคนหนึ่งมีความฝัน ความต้องการ และการใช้ชีวิตที่คล้ายคลึงกับวัยรุ่นทั่วไป พ่อแม่ เพื่อน ต่างคาดหวังว่าเขาจะต้องเป็นเหมือนผู้ชายคนอื่นๆ ที่มีแฟนเป็นผู้หญิง และแต่งงาน แต่เขารู้ตัวว่ามีพฤติกรรมบางอย่างที่ไม่เป็นไปตามที่คนเหล่านั้นคาดหวัง นั่นคือ การรักเพศเดียวกัน

สาระสำคัญ

- ความเป็นหญิง ความเป็นชาย หรือบทบาททางเพศ (Gender) เป็นสิ่งสมมติที่สังคมสร้างขึ้น และใช้กระบวนการต่างๆ ทางสังคมหล่อหลอมให้แต่ละคนคิด เชื่อ ปฏิบัติตามกรอบที่กำหนดขึ้น
- รสนิยมทางเพศมีความหลากหลาย ไม่ว่าจะรักต่างเพศ หรือรักเพศเดียวกัน ล้วนเป็นเรื่องปกติ ไม่ถือว่าเป็นการเบี่ยงเบนทางเพศแต่อย่างใด
- การเป็นคนรักเพศเดียวกันหรือรักต่างเพศถือเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่สมาชิกในสังคมต้องเคารพ
- การที่สังคมไม่ยอมรับคนรักเพศเดียวกัน โดยการไปล้อเลียน หรือถึงขั้นทำร้ายร่างกาย ถือเป็นการละเมิดศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ และทำให้พวกเขาต้องดำเนินชีวิตโดยปิดบังตัวตนที่แท้จริงของตัวเองไว้
- อุปกรณ์สำคัญสำหรับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ไม่ว่าจะจะมีรสนิยมทางเพศแบบใด คือ ถุงยางอนามัย





ตัวอย่างคำถาม

๑. การที่สังคมกำหนดว่ามนุษย์จะต้องมีเพียงชายและหญิง ทำให้คนรักเพศเดียวกันรู้สึกอย่างไร และเขาจะต้องเจอกับสภาพอะไรบ้าง
๒. การที่คนๆ หนึ่งไม่สามารถแสดงบทบาททางเพศตามเพศสรีระของเขาได้ ผลที่ตามมาจะเป็นอย่างไร
๓. จำเป็นหรือไม่ที่คนเราต้องแสดงบทบาทตามเพศสรีระเสมอไป เพราะอะไร
๔. ความรัก ความพึงพอใจใครสักคน เกิดขึ้นจากอะไร
๕. ความรักของคนรักต่างเพศ และความรักของคนรักเพศเดียวกัน เหมือนหรือต่างกันอย่างไร
๖. หากเพื่อนเราเป็นคนรักเพศเดียวกัน เราจะทำอย่างไร เพราะอะไร
๗. การมีเพศสัมพันธ์กับเพศเดียวกันมีโอกาสที่จะติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือไม่ เพราะอะไร
๘. การที่ตัวละครยื่นปากกาให้เราในฐานะผู้ชม คิดว่าหมายความว่าอะไร

ข้อมูลแนบท้าย

การรักเพศเดียวกัน ไม่ใช่อาการเจ็บป่วย หรือผิดปกติ

กลุ่มสะพาน (<http://www.sapaan.org/article/39.html>) ซึ่งเป็นกลุ่มสร้างสื่อทางเลือกเพื่อความเข้าใจคนรักเพศเดียวกัน กล่าวถึงการรักเพศเดียวกันว่า ที่ผ่านมา การรักเพศเดียวกัน เคยถูกบรรจุไว้เป็นหนึ่งในรายชื่อความผิดปกติชนิดหนึ่งจนกระทั่งในปี พ.ศ. ๒๕๑๖ ทางสมาคมสุขวิทยาจิตแห่งอเมริกา ถือเป็นองค์กรแรกที่ได้ออกมาประกาศถอดถอนหัวข้อการรักเพศเดียวกัน ออกจากบัญชีรายชื่อความผิดปกติทางจิต

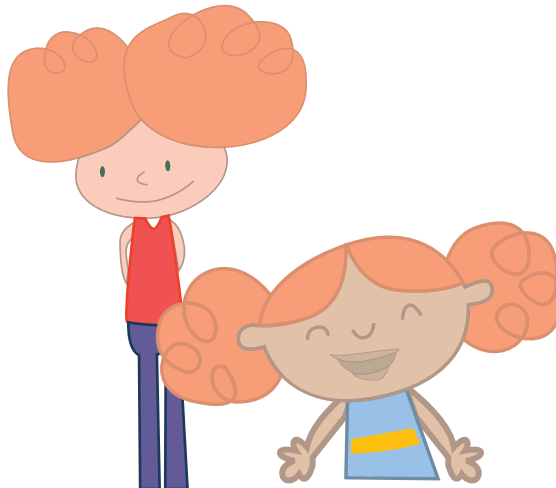
อีก ๓ ปีต่อมา คือปี พ.ศ. ๒๕๑๙ สมาคมจิตวิทยาแห่งอเมริกัน ก็ได้ออกมาประกาศถอดถอนประเด็นนี้ออกจากบัญชีรายชื่อความผิดปกติทางจิตของหน่วยงานตัวเองเช่นกัน เช่นเดียวกับสมาคมนักสังคมสงเคราะห์แห่งอเมริกา และองค์กรวิชาชีพ



ด้านสุขภาพจิตในสหรัฐอเมริกา ต่างก็ลงมติว่า การรักเพศเดียวกันมิได้เป็นอาการเจ็บป่วยทางจิต หรือเป็นความผิดปกติทางจิตใจแต่อย่างใด เนื่องจากงานวิจัยในช่วงเวลา กว่า ๔๐ ปีที่ผ่านมา ได้แสดงให้เห็นแล้วว่า วิธีทางเพศแบบรักเพศเดียวกันนั้น ไม่ได้เกี่ยวข้องกับอาการเจ็บป่วย หรือความผิดปกติ

สำหรับในส่วนขององค์การอนามัยโลกเอง ก็ได้ประกาศถอดถอนประเด็น การรักเพศเดียวกัน ออกจากบัญชีจำแนกโรคระหว่างประเทศในปี พ.ศ ๒๕๓๕

ในประเทศไทย กลุ่มอัญจารี ซึ่งเป็นองค์กรสนับสนุนและปกป้องสิทธิคนรักรักเพศเดียวกันร่วมกับเครือข่ายคนทำงานเรื่องคนรักรักเพศเดียวกัน ได้ทำจดหมายถึงกรมสุขภาพจิต เพื่อให้ทำหนังสือรับรองว่า การรักเพศเดียวกันไม่ใช่ความผิดปกติ ต่อมา เมื่อวันที่ ๒๙ มกราคม ๒๕๔๕ กรมฯ ได้ออกหนังสือรับรองวิชาการ ที่ สธ / ๐๖๐๕ / ๓๗๕ อ้างถึงบัญชีจำแนกโรคระหว่างประเทศขององค์การอนามัยโลก ซึ่งเท่ากับเป็นการยอมรับว่าการรักเพศเดียวกัน ไม่ใช่อาการเจ็บป่วย หรือผิดปกติ





แหล่งบริการที่เกี่ยวข้องในส่วนกลาง

- ปรึกษาด้านสิทธิเด็กและสตรี และการถูกรังแกด้วยความรุนแรง

๑. มูลนิธิผู้หญิง

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์เกี่ยวกับปัญหาความรุนแรงทางเพศ ถูกข่มขืน ล่วงละเมิด ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว ช่วยจัดหาที่พักพิงชั่วคราว และปัญหาการค้ามนุษย์

โทรศัพท์ ๐ ๒๔๓๓ ๕๑๔๙ และ ๐ ๒๔๓๕ ๑๒๔๖ จันทร์ - ศุกร์ ๐๙.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

๒. มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

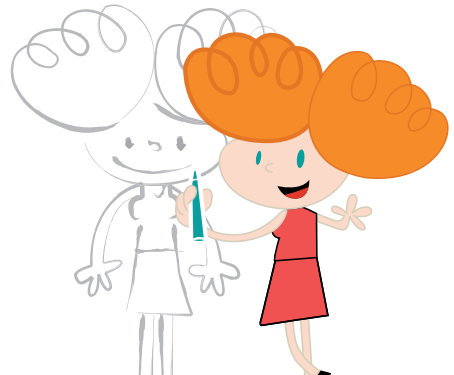
ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์และรับแจ้งเกี่ยวกับปัญหาเรื่องเด็กถูกทารุณกรรม ล่วงละเมิดทางเพศ มีกระบวนการบำบัดรักษาฟื้นฟูเหยี่ยวาเด็กที่ถูกละเมิด และจัดหาครอบครัวทดแทน กรณีเด็กไม่สามารถกลับสู่ครอบครัวเดิมได้ และจัดกิจกรรมให้แก่เด็ก ครอบครัว โรงเรียน และชุมชน เพื่อป้องกันปัญหาการละเมิดสิทธิเด็ก

โทรศัพท์ ๐ ๒๔๑๒ ๑๑๙๖ และ ๐ ๒๔๑๒ ๐๗๓๙ จันทร์ - ศุกร์ ๐๙.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.

๓. บ้านพักฉุกเฉิน สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรีฯ

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์แก่ผู้หญิงและเด็กในทุกปัญหา เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาท้องไม่พร้อม ฯลฯ ให้บริการที่พักชั่วคราวแก่ผู้หญิง (ท้องไม่พร้อม) และเด็ก และช่วยเหลือผู้ถูกละเมิดทางเพศโดยทีมสหวิชาชีพ

โทรศัพท์ ๐ ๒๙๒๙ ๒๒๒๒ ตลอด ๒๔ ชั่วโมง





**๔. ศูนย์พึ่งได้ : ช่วยเหลือเด็กหญิงชายถูกทำร้ายทางกายและทางเพศ
สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี**

ให้คำปรึกษาปัญหาด้านสังคมของเด็กและวัยรุ่น เช่น ปัญหาครอบครัว ฯลฯ
ให้คำปรึกษาเรื่องสิทธิเด็กและผู้หญิง

โทรศัพท์ ๐ ๒๓๕๔ ๘๓๓๓-๔๔ ต่อ ๒๒๓๑, ๒๓๑๔ และ ๐ ๒๓๕๔ ๘๒๙๙
จันทร์ - ศุกร์ ๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.

• ปรัชญาปัญหาครอบครัว จิตใจ เก๊ก วัยรุ่น

๑. คลินิกเพื่อนใจวัยรุ่น

ให้คำปรึกษาปัญหาสุขภาพทั่วไปของวัยรุ่น เช่น อ้วน สิว ฝ้า ฯลฯ และโรค
ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รวมทั้งปัญหาด้านจิตใจ

โทรศัพท์ ๐ ๒๓๕๔ ๘๓๓๓-๔๔ ต่อ ๒๓๑๖ เวลาราชการ

๒. สถาบันกัลยาราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์เกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่นด้านจิตใจ เช่น ยาเสพติด
การพนัน ฯลฯ

โทรศัพท์ ๐ ๒๘๘๙ ๙๑๙๑ ตลอด ๒๔ ชั่วโมง

๓. มูลนิธิศูนย์ฮอตไลน์

ให้คำปรึกษาทุกปัญหาทางโทรศัพท์ เช่น ปัญหาชีวิตครอบครัว ปัญหาเกี่ยว
กับผู้ติดยาเสพติด ฯลฯ สำหรับทุกเพศ ทุกวัย

โทรศัพท์ ๐ ๒๒๗๗ ๗๖๙๙ และ ๐ ๒๒๗๗ ๘๘๑๑ จันทร์ - ศุกร์ ๐๙.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.
๑๙๐๐ ๑๑๑ ๑๑๗ และ ๑๙๐๐ ๑๑๑ ๑๗๕ ตลอด ๒๔ ชั่วโมง





๔. Hotline วัยรุ่น คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์เกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่น เช่น ปัญหาครอบครัว ความรัก การเจริญเติบโต เด็กติดเกม สิว อ้วน ความกดดัน การพยายามฆ่าตัวตาย และท้องไม่พร้อม

โทรศัพท์ ๐๘ ๗๐๕๓ ๕๕๐๐ ตลอด ๒๔ ชั่วโมง

๕. มูลนิธิเพื่อนหญิง

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์เกี่ยวกับปัญหาครอบครัว ปัญหาชีวิต ปัญหาความรุนแรง ปัญหาท้องไม่พร้อม ปัญหาเกี่ยวกับผู้หญิงและเด็ก และให้ความช่วยเหลือด้านกฎหมายและสังคมสงเคราะห์เฉพาะรายแก่ผู้หญิงที่ตกอยู่ในสภาวะถูกกระทำด้วยความรุนแรง

โทรศัพท์ ๐ ๒๕๑๓ ๒๗๐๘, ๐ ๒๕๑๓ ๑๐๐๑ จันทร์ - ศุกร์ ๐๙.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.

• ปรึกษาด้านความหลากหลายทางเพศ

๑. กลุ่มสะพาน (หญิงรักหญิง)

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์เกี่ยวกับความหลากหลายทางเพศ โดยเฉพาะหญิงรักหญิง

โทรศัพท์ ๐๘ ๕๐๔๑ ๘๔๗๗

www.sapaan.org

๒. บางกอกเรนโบว์ (ชายรักชาย)

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์เรื่องการติดเชื่อเอชไอวี/เอดส์ ปัญหาครอบครัว ความหลากหลายทางเพศ โดยเฉพาะชายรักชาย

โทรศัพท์ ๐ ๒๖๑๘ ๕๖๓๕

www.bangkokrainbow.org



๓. สมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย (ชายรักรักชาย)

ให้คำปรึกษารายบุคคล และทางโทรศัพท์ (สายสบายใจ) ด้านเอชไอวี/เอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และให้คำปรึกษาด้านสุขภาพทางเพศ สิทธิและกฎหมาย รวมทั้งด้านการเปิดเผยตนเอง การใช้ชีวิต ด้านครอบครัวและสังคมในกลุ่มคนที่มีความหลากหลายทางเพศ

โทรศัพท์ ๐ ๒๖๙๐ ๗๗๓๓ - ๓๔

www.fasiroong.org

• บริการด้านเอชไอวี/เอดส์

๑. มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ (Access)

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์กับผู้ที่มีความกังวลเรื่องเอดส์ เช่น ผู้ติดเชื้อเอชไอวี, ผู้ป่วยเอชไอวี/เอดส์ และครอบครัว, ผู้ใช้สารเสพติด, ผู้ที่มีความสัมพันธ์กับเพศเดียวกัน และผู้ที่มีความหลากหลายทางเพศ

โทรศัพท์ ๐ ๒๓๗๒ ๒๒๒๒ (ทุกวัน ๑๐.๐๐ - ๒๐.๐๐ น.)

๒. คลินิกนิรนาม สภากาชาดไทย

ให้คำปรึกษาเรื่องเอชไอวี/เอดส์ ให้คำปรึกษาก่อนและหลังการตรวจเลือด บริการตรวจรักษาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ตรวจมะเร็งปากมดลูกและทวารหนัก คลินิกสุขภาพชายรักรักชาย คลินิกยาต้านไวรัส

โทรศัพท์ ๐ ๒๒๕๖ ๔๑๐๗ - ๙ ต่อ ๒๐๗ จันทร์ - ศุกร์ ๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.

๓. ชมรมเพื่อนวันพุธ ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์เรื่องเอชไอวี/เอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ พบปะกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพ และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน บริการเยี่ยมผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ที่บ้านและโรงพยาบาล พัฒนาทักษะด้านอาชีพให้กับผู้ติดเชื้อ ฯลฯ

โทรศัพท์ ๐ ๒๒๕๓ ๒๖๖๖, ๐ ๒๒๕๕ ๗๘๙๓ จันทร์ - ศุกร์ ๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.





แหล่งข้อมูล

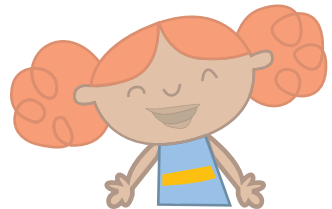
- ข้อมูลเรื่องสุขภาพทางเพศ
โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ องค์การแพธ
โทรศัพท์ ๐ ๒๖๕๓ ๗๕๖๓ - ๖๕ โทรสาร ๐ ๒๖๕๓ ๗๕๖๘
www.teenpath.net

มูลนิธิสร้างความสำเร็จเรื่องสุขภาพผู้หญิง (สคส.)
โทรศัพท์ ๐ ๒๕๙๑ ๑๒๒๔ - ๒๕
- ข้อมูลเรื่องความหลากหลายทางเพศ
กลุ่มสะพาน (หญิงรักหญิง)
โทรศัพท์ ๐๘ ๕๐๔๑ ๘๔๗๗
www.sapaan.org

บางกอกเรนโบว์ (ชายรักชาย)
โทรศัพท์ ๐ ๒๖๑๘ ๕๖๓๕
www.bangkokrainbow.org

ศูนย์ข้อมูลความหลากหลายทางเพศแห่งประเทศไทย
www.tqrc.org

สมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย (ชายรักชาย)
โทรศัพท์ ๐ ๒๖๙๐ ๗๗๓๓ - ๓๔
www.fasiroong.org





- **ข้อมูลเอกสาร**

กฤตยา อาชวนิจกุล ชื่นฤทัย กาญจนะจิตรา และวาสนา อิมเอม, *เซ็กซ์ครั้งแรกของคนไทย ต้องการหรือถูกบังคับ? คู่นอนคือใคร และใช้อย่างอนามัยหรือไม่*. (เอกสารการประชุมเรื่อง มิติเพศในประชากรและสังคม จัดโดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, กรกฎาคม ๒๕๕๑). www.ipsr.mahidol.ac.th

โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ, ๑๒ *ความจริงเกี่ยวกับหญิงอนามัย ความปลอดภัยที่ผู้หญิงเลือกได้ด้วยตนเอง*. www.teenpath.net

โครงการ คุยเปิดใจ รักปลอดภัย, *คุยเปิดใจ รักปลอดภัย คำแนะนำเพื่อการสื่อสารเรื่องเพศอย่างสร้างสรรค์ระหว่างพ่อแม่และบุตรหลานในครอบครัว*.

www.teenpath.net

“เซ็กซ์ครั้งแรก...เรื่องที่ ‘เล่ายาก’ แม่ไม่เคยเปลี่ยนแปลง”. *สังวาสสาระ (S-exchange)*. ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒๐ (เมษายน - มิถุนายน ๒๕๕๐).

www.teenpath.net

ปรานี วงษ์เทศ, เพศวิถี : *นิยามความหมาย และพัฒนาการกรอบแนวคิด*. (เอกสารประกอบการสัมมนาเรื่องเพศวิถี และการปรับใช้ในงานส่งเสริมสุขภาพทางเพศ จัดโดยโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ, ๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๐).

“เพศวิถี: ความจริงที่ถูกสร้าง และมายาภาพที่ผันแปร”. *สังวาสสาระ (S-exchange)*. ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๒๓ (มกราคม - มีนาคม ๒๕๕๑).

www.teenpath.net

วารุณี ภูริสินสิทธิ์, *ความเป็นผู้หญิงในสังคมไทย*. มหาวิทยาลัยเที่ยงคืน.

<http://midnightuniv.org/fineartcmu2001/newpage16.htm>





จัดทำโดย

องค์การแพธ (PATH)

ตล/๑ ซ.เพชรบุรี ๑๕ ถ.เพชรบุรี กทม. ๑๐๔๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๖๕๓ ๗๕๖๓ - ๖๕

โทรสาร ๐ ๒๖๕๓ ๗๕๖๘

อีเมล pathbangkok@path.org

www.teenpath.net



สนับสนุนโดย โครงการกองทุนโลก

teenpath 
www.teenpath.net
เพศศึกษาเพื่อเยาวชน

 Instituto
Promundo