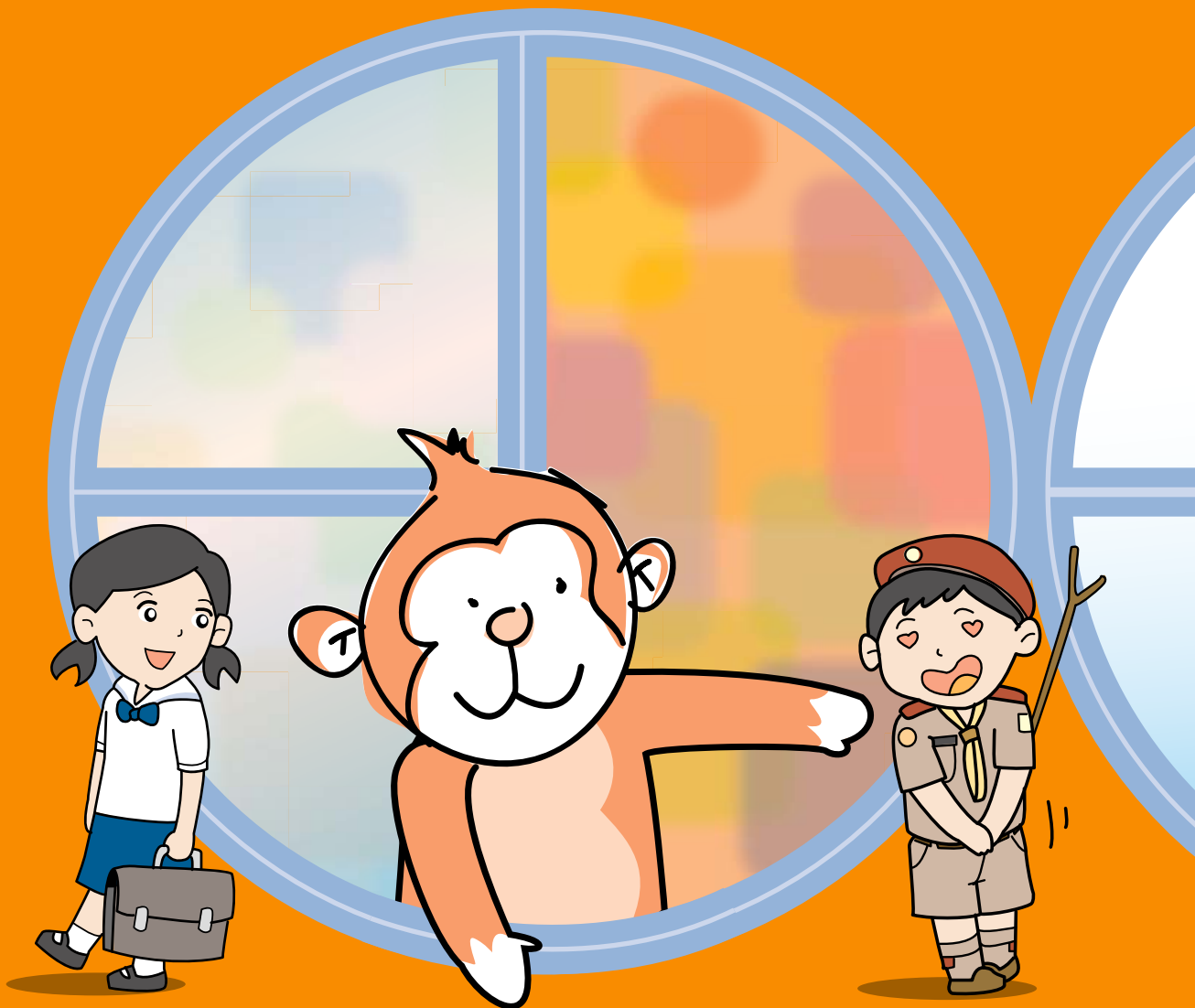


คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้ เพศศึกษา

สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒



คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้

เพศศึกษา

สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒



คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

ISBN ๙๗๘-๙๗๔-๓๐๐-๖๑๘-๐

พิมพ์ครั้งที่ ๓ (ตุลาคม ๒๕๕๑) จำนวนพิมพ์ ๕,๕๐๐ เล่ม

ปรับปรุงจาก คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา
สำหรับเยาวชนช่วงชั้นที่ ๓ (มัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓) (พิมพ์ครั้งที่ ๒ กรกฎาคม ๒๕๕๐)

พิมพ์ที่

บริษัท เออร์เจนท์ แทค จำกัด

ปก

นายบัณฑิต เอื้อวัฒนากุล

รูปเล่ม

นายวัฒนสินธุ์ สุวรรตานนท์

จัดพิมพ์โดย

องค์การแพธ (PATH)

๓๗/๑ ซอยเพชรบุรี ๑๕ ถ.เพชรบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๖๕๓-๗๕๖๓ ถึง ๖๕ โทรสาร ๐-๒๖๕๓-๗๕๖๘

ภายใต้การสนับสนุนของกองทุนโลก กระทรวงสาธารณสุข (GFATM)

องค์การแพธยินดีให้มีการเผยแพร่คู่มือฯ นี้อย่างแพร่หลายต่อไป อย่างไรก็ตาม หากบุคคลหรือหน่วยงานใดต้องการนำเนื้อหาจากคู่มือฯ นี้ไปใช้อ้างอิงในเอกสารหรือสื่ออื่นๆ ขอความกรุณาแจ้งให้องค์การแพธทราบล่วงหน้า และ/หรือขอความกรุณาอ้างอิงที่มาของข้อความนั้นๆ ตามมาตรฐานสากลด้วย ขอพระคุณยิ่ง

สนใจดาวน์โหลดหลักสูตร หรือรายละเอียดเพศศึกษาครบด้านทางออนไลน์ ได้ที่ www.teenpath.net หรือบริการสุขภาพทางเพศและเอดส์สำหรับเยาวชน ได้ที่ www.lovecaresation.com หากต้องการเสนอแนะหรือแสดงความคิดเห็นต่อคู่มือฯ นี้ประการใด กรุณาติดต่อองค์การแพธโดยตรง หรือทางอีเมล pathbangkok@path.org

โครงการ “ก้าวอย่างเข้าใจ” ดำเนินการโดยองค์การแพธ (PATH) ร่วมกับองค์กรพันธมิตร ได้แก่ • คณะครูศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา • คณะทำงานเพศศึกษาศูนย์ปฏิบัติการเอดส์ จ.นครสวรรค์ • คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ • มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ (ACCESS) สำนักงานกาญจนบุรี • โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จ.อุบลราชธานี • สำนักงานการศึกษาและสำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร • สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพฯ เขต ๑, ๒, ๓ • สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน • สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ • สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๕ (สคร.๕) นครราชสีมา • สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง • สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี • สำนักบริหารงานการศึกษาธรรมชาติและครอบครัว • สำนักงานติดตามอัยาศัย (กศน.) กระทรวงศึกษาธิการ • สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ นครศรีธรรมราช • สำนักมาตรฐานการอาชีวศึกษาและวิชาชีพ • ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน • องค์การแพลน ประเทศไทย • เครือข่ายเยาวชนด้านเอดส์ประเทศไทย (YouthNet) • สำนักงานที่ปรึกษาพันธมิตรสาธารณสุข (Health Counterparts Consulting-HCC)

สารสนเทศจากเลขานุการ คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

แม้ว่าจะมีการให้นโยบายเร่งรัดแก่สถานศึกษา ให้จัดการเรียนรู้เรื่อง
เพศศึกษาอย่างทั่วถึง อุปสรรคสำคัญยังคงอยู่ที่การพัฒนาครูผู้สอนให้เข้าใจถึง
องค์ความรู้ในเรื่องเพศ รวมทั้งการพัฒนาทักษะให้สามารถจัดกระบวนการเรียนรู้
ที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลางอย่างแท้จริง ซึ่งอาศัยประสบการณ์และที่สำคัญคือทักษะ
ของผู้สอนที่พร้อมจะเปิดใจกว้าง ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และยินดีที่จะรับฟังความเห็น
และวิถีชีวิตที่แตกต่างของเยาวชนและผู้คนในสังคม ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลง
อย่างรวดเร็วของยุคสมัยและเทคโนโลยี ซึ่งเปิดช่องทางของการรับรู้ และเรียนรู้
มากมาย ที่ไม่ได้จำกัดอยู่แค่ในห้องเรียนเท่านั้น

การพัฒนาศักยภาพและฝึกอบรมเตรียมความพร้อมครูผู้สอน และผู้
ปฏิบัติงานกับเยาวชน รวมทั้งการพัฒนาออกแบบหลักสูตร บทเรียน และกิจกรรม
ที่สามารถเป็นแนวทางตัวอย่างให้ผู้ที่มีหน้าที่ในการสอนได้สามารถนำไปใช้ควบคู่
กัน ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่จะเอื้อให้สถานศึกษาสามารถแปรนโยบายการจัด
เพศศึกษาไปสู่การปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพ

ในฐานะผู้บริหารการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ขอแสดงความยินดีที่ทางองค์กรแพธ (PATH) ได้ร่วมกับบุคลากรผู้ปฏิบัติงานของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ทั้งครู ผู้บริหารสถานศึกษา ศิษยานุศิษย์ และบุคลากรจากเขตพื้นที่การศึกษา ดำเนินการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างเป็นระบบ ภายใต้โครงการ “ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ” โดยการสนับสนุนของโครงการกองทุนโลกเพื่อการแก้ไขปัญหาเอชไอวี วัณโรค และมาลาเรีย (The Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria - GFATM) ผ่านกระทรวงสาธารณสุข ตั้งแต่เดือนตุลาคม ๒๕๕๖ เป็นต้นมา จนสามารถพัฒนาคู่มือเพื่อเป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาให้กับเยาวชนในช่วงชั้น ๓ และ ๔

คู่มือการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาเล่มนี้จะช่วยให้ครู ผู้บริหาร และผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้อง สามารถใช้เป็นทางเลือกในการจัดการเรียนการสอนเพศศึกษาในสถานศึกษา อันเป็นภารกิจที่กระทรวงศึกษาให้ความสำคัญ และกำลังเร่งรัดให้มีการดำเนินการอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง เพื่อให้สถานศึกษาภายใต้กำกับของกระทรวงศึกษาได้จัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาให้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษาอย่างทั่วถึง

คุณหญิงเกษมา วรวรรณ ณ อยุธยา
เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กรกฎาคม ๒๕๕๐

หมายเหตุ คัดจาก สาส์นจากเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ในคู่มือการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา สำหรับเยาวชนช่วงชั้น ๓ และ ๔ ฉบับพิมพ์เมื่อ กรกฎาคม ๒๕๕๐

คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่สาม

“คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาแบบรอบด้าน (Comprehensive Sexuality Education) สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒” ที่ท่านถืออยู่ในมือเล่มนี้ ซึ่งปรับปรุงจาก “คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชน ช่วงชั้นที่ ๓ (มัธยมศึกษาปีที่ ๑ - ๓)” และ “คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชน ช่วงชั้นที่ ๔ (มัธยมศึกษาปีที่ ๔ - ๖)” ซึ่งมีการจัดพิมพ์ในเดือนกรกฎาคม ปี ๒๕๕๐ โดยในเล่มนี้ ได้มีการปรับปรุงให้แบ่งออกเป็นหกเล่มสำหรับแต่ละระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ ๑ ถึง ๖ ของการศึกษาขั้นพื้นฐาน ตามคำเรียกร้องของครูผู้สอนที่เห็นว่าจะง่ายในการนำไปใช้มากขึ้น เพราะครูผู้สอนแต่ละคนมักจะสอนเป็นระดับชั้น

โดยในการจัดพิมพ์ใหม่ครั้งนี้ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ ได้นำเนื้อหาจากเล่ม “แนวคิดในการออกแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับครู และผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาสำหรับเยาวชน” ซึ่งเดิมเป็นเอกสารอ่านประกอบคู่มือการสอน เพราะเป็นเนื้อหาด้านแนวคิด ทฤษฎี เข้ามาผนวกด้วย คู่มือทั้งหกเล่มของแต่ละระดับชั้นนี้ จึงกลายเป็นเนื้อหาที่ประกอบด้วย แนวคิดเรื่องเพศวิถี การพัฒนาเยาวชนเชิงบวก หลักการจัดการเรียนรู้แบบผู้เรียนเป็นสำคัญ รวมทั้งข้อคิดเห็นต่อวิธีจัดการเรียนรู้ของผู้สอน แผน และกิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบกันไป

อนึ่ง สืบเนื่องจากการที่คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้ดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรแกนกลางปี ๒๕๕๑ ซึ่งแม้จะยังไม่ได้ประกาศใช้เป็นทางการ เมื่อมีการจัดพิมพ์คู่มือทั้งหกระดับชั้นนี้ แต่โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ เห็นเป็นโอกาสที่จะได้อิงแนวทาง และตัวชี้วัดของหลักสูตรแกนกลางดังกล่าว เพื่อวิเคราะห์ให้เห็นความสอดคล้องของสาระของเพศศึกษาที่โครงการจัดทำขึ้น กับหลักสูตรแกนกลางใหม่ โดยหวังจะเอื้อให้ครูผู้สอน โดยเฉพาะในสาระสุขศึกษา และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน หมดกังวล และมั่นใจว่าแผนการเรียนรู้ทั้ง ๑๖ แผนในเล่ม สามารถตอบสนองต่อผลการเรียนรู้ที่คาดหวังในหลักสูตรแกนกลางใหม่ ปี ๒๕๕๑ ได้อย่างสมบูรณ์

องค์การแพธ (PATH) และภาคีในโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ ซึ่งได้ร่วมกันพัฒนา ทดลองใช้ และสกัดประสบการณ์จากการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาอย่างรอบด้าน ในสถานศึกษาว่าเจ็ดร้อยแห่ง ในห้าปีที่ผ่านมา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า ครูผู้สอนและผู้สนใจในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาแก่เยาวชน จะได้ประโยชน์จากคู่มือเล่มนี้ เพื่อช่วยกันขยายผลให้เยาวชนของเราได้เรียนรู้เพศศึกษาอย่างรอบด้านต่อเนื่องในทุกภาคการศึกษา และในทุกระดับชั้น เพื่อพัฒนาพลเมืองของประเทศให้มีสุขภาพะทางเพศอย่างแท้จริง

องค์การแพธ (PATH) ขอน้อมรับข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นในคู่มือเล่มนี้ และยินดีรับฟังความเห็น มุมมองที่แตกต่าง หรือกระทั่งตรงกันข้ามกับที่คู่มือนี้ นำเสนอ เพื่อพัฒนางานเพศศึกษาในอนาคต

องค์การแพธ (PATH)

ตุลาคม ๒๕๕๑

คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่สอง

คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชนในช่วงชั้น ๓ (ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ถึง มัธยมศึกษาปีที่ ๓) เล่มนี้ จัดทำขึ้นภายใต้โครงการ “ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ” อันเป็นโครงการภายใต้ความร่วมมือระหว่างกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงสาธารณสุข ภาควิชาองค์การเอกชนสาธารณสุข-ประโยชน์และภาคธุรกิจ ภายใต้การสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนโลกเพื่อการแก้ไขปัญหาเอดส์ วัณโรค และมาลาเรีย (The Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria - GFATM) ผ่านทางกระทรวงสาธารณสุข บริหารโครงการโดยองค์การแพธ (PATH)

คู่มือเล่มนี้สำเร็จลงได้ด้วยความร่วมมือจากหลายฝ่าย และความพยายามผลักดันให้เกิดการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ไม่อาจเกิดขึ้นได้หากปราศจากการสนับสนุนด้านนโยบายจากกระทรวงศึกษาธิการ และความร่วมมือร่วมใจของเขตพื้นที่การศึกษา ๔๘ เขตใน ๒๖ จังหวัด ที่ร่วมดำเนินงานกับโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจในช่วง ๓ ปีแรก (ตุลาคม ๒๕๔๖ - กันยายน ๒๕๔๙) ได้แก่ ลำปาง ลำพูน แพร่ น่าน อุบลราชธานี ศรีสะเกษ อ่างนาจเจริญ ยโสธร ราชบุรี เพชรบุรี นครปฐม กาญจนบุรี ฉะเชิงเทรา ชลบุรี สมุทรสาคร สมุทรสงคราม กรุงเทพฯ สงขลา นครศรีธรรมราช พัทลุง พังงา ปัตตานี ยะลา ตรัง ภูเก็ต สตูล

ขอขอบคุณคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มูลนิธิ เข้าถึงเอดส์ (แอคเซส) กาญจนบุรี สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง ศูนย์ฝึก อบรมโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จังหวัดอุบลราชธานี ซึ่งเป็นหน่วยงานหลักในพื้นที่ภูมิภาค และมีบทบาทประสานงานเพื่อสร้างความเข้าใจกับผู้บริหาร สถานศึกษาและสนับสนุนด้านวิชาการให้กับครูในสถานศึกษาในพื้นที่รับผิดชอบ รวมทั้งคณะทำงานและวิทยากรหลัก (Master Trainers) ในระดับจังหวัดที่ร่วมกับ โครงการในกระบวนการนี้ติดตามครู ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ และให้ข้อคิดเห็น ตลอดจนมีส่วนร่วมในการทำให้การดำเนินงานของโครงการปีที่ ๓ ลุล่วงมาได้ ด้วยดี

ขอขอบคุณผู้บริหารสถานศึกษาในสังกัด สำนักงานคณะกรรมการการ ศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ทั้ง ๓๐๙ แห่ง ที่เห็นความสำคัญของการพัฒนาเพศศึกษา เพื่อเยาวชน และเข้าร่วมโครงการ โดยเปิดโอกาสให้ “เพศศึกษา” ได้เริ่มก้าวเข้าสู่สถานศึกษา กระทั่งหลายแห่งก็สนับสนุนให้มีการบรรจุ “เพศศึกษา” เข้าไว้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษา นับเป็นการสร้างโอกาส และความเข้าใจต่อการ ใช้ชีวิตทางเพศของเยาวชนให้รู้จักคิด วิเคราะห์ แยกแยะ รับผิดชอบกับ วิถีชีวิตที่ตนเลือกได้อย่างเหมาะสมกับวัย รวมทั้งยังสนับสนุนและเอื้ออำนวยให้ครู และผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศมีความมั่นใจมากขึ้นในการทำงานเพศศึกษา

ในกระบวนการพัฒนาหลักสูตรเพศศึกษาสำหรับเยาวชน รวมทั้งการจัด ทำคู่มือเล่มนี้ คณะผู้จัดทำได้ปรับปรุงจากหลักสูตรเล่มเดิม (เล่มม่วง) คือ คู่มือ การจัดกระบวนการเรียนรู้ “เพศศึกษา” สำหรับเยาวชนในช่วงชั้น ๒ - ๔ (ประถม ศึกษาปีที่ ๖ - มัธยมศึกษาปีที่ ๖) ทั้งนี้ คณะผู้จัดทำคู่มือฯ ประกอบด้วยนักวิชาการ

มหาวิทยาลัยและคณะครูซึ่งมีประสบการณ์การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างต่อเนื่องในสถานศึกษาของตนเอง ร่วมกับเจ้าหน้าที่โครงการก้าวอย่างเข้าใจ องค์การแพช โดยมุ่งหวังว่า คู่มือฯ เล่มนี้จะเอื้อให้ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้สามารถนำไปใช้เป็นแผนการเรียนรู้เรื่องเพศในชั้นเรียน สำหรับช่วงชั้น ๓ โดยแบ่งตามระดับชั้น ดังนี้

- ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ มี ๑๖ แผนการเรียนรู้/๑๖ ชั่วโมง/ปีการศึกษา
- ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ มี ๑๔ แผนการเรียนรู้/๑๖ ชั่วโมง/ปีการศึกษา
- ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ มี ๑๖ แผนการเรียนรู้/๑๖ ชั่วโมง/ปีการศึกษา

การออกแบบเนื้อหาคู่มือฯ โดยแยกตามระดับชั้นข้างต้นมีเป้าหมายสำคัญให้เยาวชนได้เรียนเพศศึกษาอย่างเป็นระบบ ต่อเนื่อง และสอดคล้องกับพัฒนาการตามวัยของผู้เรียนแต่ละระดับชั้น หากท่านใดพบว่ามีข้อบกพร่องที่ควรแก้ไขปรับปรุงเพิ่มเติม องค์การแพชโดยคณะผู้จัดทำยินดีรับฟังคำแนะนำ เพื่อนำมาใช้ปรับปรุงในคราวต่อไป

ขอขอบคุณ Global Fund ที่สนับสนุนให้เกิดโอกาสในการผลักดันงานเพศศึกษาในสังคมไทยได้ืบหน้าไปอีกหนึ่งก้าว และก่อให้เกิดเครือข่ายผู้ใหญ่ที่พร้อมจะเข้าใจและเรียนรู้ไปพร้อมกันกับเยาวชนมากขึ้น

ขอขอบคุณหน่วยงานต่างๆ และเพื่อนร่วมทางทั้งในงานเอดส์และงานส่งเสริมเพศศึกษาสำหรับเยาวชนซึ่งมีอาจเอ่ยนามได้ทั้งหมด ที่เป็นทั้งครู เพื่อน และแหล่งข้อมูล ทั้งแบ่งปัน ทั้งให้หยิบยืมประสบการณ์ และยังให้ข้อคิดเห็นตลอดจนข้อเสนอแนะในกระบวนการทำงานเพื่อพัฒนาหลักสูตรและคู่มือเล่มนี้

ขอขอบคุณคณะครูทุกคนจากสถานศึกษาในสังกัด สพฐ. ทั้ง ๓๐๙ แห่ง ที่ร่วมเป็นแนวหน้าในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาให้กับเยาวชน และได้ถ่ายทอด ประสบการณ์ บทเรียน ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะ ซึ่งเป็นประโยชน์ยิ่งต่อการปรับปรุงหลักสูตรและคู่มือเล่มนี้ ทั้งยังนำประสบการณ์การสอน ความเข้าใจ ในตัวเด็กและเยาวชน หัวใจที่เปิดกว้าง พร้อมเรียนรู้ ค้นหา และสร้างสรรค์สิ่ง ใหม่ ๆ มาร่วมแรงร่วมใจทำงานในโครงการดำเนินสู่ลู่สำเร็จมาได้ ๓ ปีอย่างน่า ยินดี

และท้ายสุด ขอขอบคุณ “เด็กและเยาวชน” ที่เป็นแรงบันดาลใจ และ เปิดโอกาสให้ผู้ใหญ่ร่วมกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศ และเรื่องราวชีวิตร่วมกัน

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ

กรกฎาคม ๒๕๕๐

คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่หนึ่ง

คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชนในช่วงชั้น ๒ - ๔ (ประถมศึกษาปีที่ ๖ ถึงมัธยมศึกษาปีที่ ๖) เล่มนี้ จัดทำขึ้นภายใต้โครงการ “ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ” อันเป็นโครงการภายใต้ความร่วมมือระหว่างกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงสาธารณสุข ภาควิชาองค์กรเอกชนสาธารณสุขประโยชน์และภาคธุรกิจ ภายใต้การสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนโลกเพื่อการแก้ไขปัญหาเอดส์ วัณโรค และมาลาเรีย (The Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria - GFATM) ผ่านทางกระทรวงสาธารณสุข บริหารโครงการโดยองค์การแพธ (PATH)

คู่มือเล่มนี้สำเร็จลงได้ด้วยความร่วมมือจากหลายฝ่าย และความพยายามผลักดันให้เกิดการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ไม่อาจเกิดขึ้นได้หากปราศจากการสนับสนุนด้านนโยบายจากกระทรวงศึกษาธิการ และความร่วมมือร่วมใจของเขตพื้นที่การศึกษา ๒๒ เขต ใน ๑๐ จังหวัด ได้แก่ ราชบุรี เพชรบุรี นครปฐม กาญจนบุรี กรุงเทพฯ สงขลา พัทลุง ยะลา ลำปาง และลำพูน

ขอขอบคุณคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง เขตพื้นที่การศึกษากทมมหานครทั้ง ๓ เขต มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ (แอดเซส) ซึ่งเป็นหน่วยงานที่เป็นศูนย์ประสานงานหลัก และมีบทบาทในการ

ประสานงานเพื่อสร้างความเข้าใจกับผู้บริหารสถานศึกษาและสนับสนุนด้านวิชาการให้กับครูในสถานศึกษาในพื้นที่รับผิดชอบ รวมทั้งคณะทำงานและวิทยากรหลัก (Master Trainers) ในระดับจังหวัดที่ร่วมกับโครงการในกระบวนการนิเทศติดตามครู และให้ข้อคิดเห็นตลอดจนมีส่วนร่วมในการทำให้การดำเนินงานของโครงการปีที่ ๑ สำเร็จลงด้วยดี

ขอขอบคุณผู้บริหารสถานศึกษา ๑๑๘ แห่งที่เห็นความสำคัญของการพัฒนาเพศศึกษาเพื่อเยาวชน และเข้าร่วมโครงการโดยเปิดโอกาสให้ “เพศศึกษา” ได้เริ่มต้นก้าวที่หนึ่งขึ้นในสถานศึกษา ทั้งยังสนับสนุนและเอื้ออำนวยให้ครูดำเนินการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาได้อย่างมั่นใจ

ในกระบวนการพัฒนาหลักสูตรเพศศึกษาสำหรับเยาวชนและคู่มือเล่มนี้ คณะผู้จัดทำได้ศึกษา รวบรวม คิดค้น และดัดแปลงกิจกรรมต่างๆ จากหลักสูตรที่มีอยู่ จากคู่มือหรือเอกสารเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาและทักษะการดำเนินชีวิต ของหน่วยงานทั้งในและต่างประเทศ โดยคำนึงถึงความสอดคล้องกับวิถีชีวิตเยาวชนไทยในปัจจุบันเป็นหลัก แน่ใจว่าคู่มือนี้ยังอาจไม่สมบูรณ์ และต้องการการแก้ไขปรับปรุงอีกเป็นระยะๆ หลังจากได้ทดลองใช้ ทางองค์การแพธ (PATH) หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับคำแนะนำในการปรับปรุง แก้ไขคู่มือเพื่อให้สามารถรับใช้การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อประโยชน์ของเยาวชนของเราต่อไป

ขอขอบคุณ Global Fund ที่สนับสนุนให้เกิดโอกาสในการผลักดันงานเพศศึกษาในสังคมไทยได้สืบหน้าไปอีกหนึ่งก้าว และก่อให้เกิดเครือข่ายผู้ใหญ่ที่พร้อมจะเข้าใจและเรียนรู้ไปพร้อมกันกับเยาวชนมากขึ้น

ขอขอบคุณ หน่วยงานต่างๆ และเพื่อนร่วมทางทั้งในงานเอดส์และงานส่งเสริมเพศศึกษาสำหรับเยาวชน ซึ่งมีอาจเอ่ยนามได้ทั้งหมด ที่เป็นทั้งครู เพื่อน และแหล่งข้อมูล ทั้งแบ่งปัน ทั้งให้หยิบยืมประสบการณ์ และยังให้ข้อคิดเห็น ตลอดจนข้อเสนอแนะตลอดกระบวนการทำงานเพื่อพัฒนาหลักสูตรและคู่มือเล่มนี้

ขอขอบคุณคณะครูทุกคนจาก ๑๑๘ สถานศึกษาที่ร่วมเป็นแนวหน้าในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาให้กับเยาวชน และได้ถ่ายทอดประสบการณ์ บทเรียน ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะ ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการปรับปรุงหลักสูตรและคู่มือครูเล่มนี้ ทั้งยังนำประสบการณ์การสอน ความเข้าใจในตัวเด็ก และเยาวชน หัวใจที่เปิดกว้างพร้อมเรียนรู้ ค้นหา และสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ มาร่วมแรงร่วมใจให้งานในปีที่ ๑ ลุล่วงอย่างน่ายินดี

และท้ายสุดขอขอบคุณ “เด็กและเยาวชน” ที่เป็นแรงบันดาลใจ และเปิดโอกาสให้ผู้ใหญ่ร่วมกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศและเรื่องราวของชีวิตด้วยกัน

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ

ตุลาคม ๒๕๔๗

สารบัญ

สารสันจากเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ	๓
คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๓	๕
คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๒	๗
คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๑	๑๑
ความนำ จาก โครงการก้าวอย่างเข้าใจ	๑๘
บทนำ “เพศศึกษา” กับกระบวนการพัฒนาเยาวชน	๒๑
แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน ตามหลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑	๓๕
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง	๔๒
สรุปตัวชี้วัดและแผนการเรียนรู้	๔๖
การวัดและประเมินผล	๕๓
แผนการเรียนรู้เพศศึกษา “ก้าวอย่างเข้าใจ” ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๒	๖๓
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑ บอกหน่อย... อายากรู้	๗๑
• แผนการเรียนรู้ที่ ๒ ฉันทในสายตาคอนอื่น ๆ	๘๗
• แผนการเรียนรู้ที่ ๓ ใจเขาใจเรา	๙๕
• แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เพศสัมพันธ์มีได้เมื่อใด	๑๐๑
• แผนการเรียนรู้ที่ ๕ แลกน้ำ	๑๐๙
• แผนการเรียนรู้ที่ ๖ รู้จัก คู่คนเคย	๑๑๙
• แผนการเรียนรู้ที่ ๗ ยอดนักชาย	๑๔๑
• แผนการเรียนรู้ที่ ๘ สร้างสะพาน	๑๕๑
• แผนการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่องของปีกเป่า	๑๕๕

- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐ โลกของเธอ โลกของฉัน ๑๖๑
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑ รวมมิตร ๑๖๗
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒ ออยากบอกเธอ ๑๗๓
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓ จินตนาการรัก ๑๗๙
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔ ชะลอดีกว่าไหม ๑๘๙

บรรณานุกรม

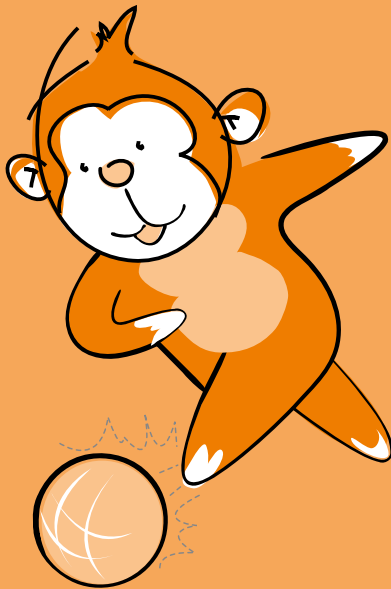
๑๙๕

ภาคผนวก

๑๙๗

- ๖ มิติ เพศศึกษาแบบรอบด้านกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ๑๙๘
- กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นหัวใจของเพศศึกษา ๒๐๒
- “เพศศึกษา” กับการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ ๒๒๓
- บทเรียนการจัดเพศศึกษาเข้าสู่หลักสูตรสถานศึกษา ๒๓๒
- “พบกันทุกวันอังคาร” กับเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ๒๓๙
- แหล่งข้อมูลเพศศึกษา เอดส์ และหน่วยงานบริการสำหรับเด็กและเยาวชน ๒๔๓
- สรุปย่อโครงการก้าวอย่างเข้าใจ ๒๕๘
- รายชื่อองค์กรภาคีทั้งภาครัฐและเอกชน ๒๖๗
- รายชื่อคณะกรรมการที่ปรึกษาโครงการ “ก้าวอย่างเข้าใจ” ๒๖๙
- รายชื่อคณะผู้อ่านและให้ความเห็นต่อคู่มือฯ ในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๒ ๒๗๐
- รายชื่อคณะทำงาน การวิเคราะห์ตัวชี้วัดหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ๒๗๑
- รายชื่อสถานศึกษาระดับขั้นพื้นฐานที่ร่วมโครงการ ก้าวอย่างเข้าใจ ในปี ๒๕๕๗-๒๕๕๑ ๒๗๓

**คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒**



ความนำ

จาก “ก้าวอย่างเข้าใจ”

โครงการส่งเสริมเพศศึกษาเพื่อเยาวชน

“เพศศึกษา” ถือเป็นหนึ่งในหลายเรื่องที่ยากในการนำมาจัดกระบวนการเรียนรู้สำหรับสังคมโดยเฉพาะสังคมไทย เนื่องจากเรามักคิดเสมอว่า “เป็นเรื่องส่วนตัว” ไม่ควรนำมาเปิดเผยหรือพูดคุยในที่สาธารณะ แต่หลังจากที่มีตัวเลขของผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์รวมถึงตัวเลขการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์เพิ่มมากขึ้น ทำให้ความคิดในเรื่องการพูดถึง “เรื่องส่วนตัว” เริ่มเปลี่ยนไป

แม้ทุกฝ่ายจะตระหนักถึงความสำคัญของการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษามากขึ้น แต่ความยากในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศก็ยังไม่ลดลงจากเดิม เนื่องจากเรื่องเพศเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ ค่านิยมที่แต่ละคนยึดถือ ทั้งนี้ แนวคิดในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศจึงต้องคำนึงถึงผู้เรียนเป็นสำคัญ และคิดถึงประโยชน์ที่ผู้เรียนจะได้รับ โดยคำนึงถึงการจัดให้เยาวชนเรียนรู้อย่างรอบด้านเพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ ครูผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ควรมีท่าทีและแนวคิดที่จะเอื้อให้เกิดการเรียนรู้ที่บังเกิดผลอย่างแท้จริง รวมไปถึงวิธีการจัดการเรียนรู้ซึ่งยังคงเป็น “เรื่องยาก” ด้วยเรื่องเพศเป็นเรื่องที่เราไม่เคยพูดคุยกันอย่างเปิดเผยตรงไปตรงมาในสังคมไทย การทำความเข้าใจต่อเรื่องเพศ (Sexuality) และการสำรวจทัศนคติของตนเองต่อเรื่องเพศของครูจึงเป็นเรื่องสำคัญ

เพราะเป็นสิ่งที่กำกับกระบวนการคิดและการปฏิบัติในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา

๑๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

ในการทำความเข้าใจถึงความต้องการด้านเพศศึกษาด้วยการพิจารณาจากวิถีชีวิตและการใช้ชีวิตทางเพศของเยาวชนในปัจจุบัน พบว่าสภาพเศรษฐกิจสังคมของการใช้ชีวิตยุคนี้เอื้อให้เยาวชนได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารได้ง่ายและรวดเร็ว รวมถึงโอกาสการหาประสบการณ์ทางเพศก็มีมากขึ้น จากคำถามที่สะท้อนตรงมาจากเยาวชนผ่านโครงการภาคสนาม เว็บไซต์ต่างๆ ทางอินเทอร์เน็ต และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในสังคมบ่งชี้ว่า เนื้อหาที่ระบบการศึกษาใช้เป็นแนวการเรียนการสอน “เรื่องเพศ” นั้นยังไม่สอดคล้องและไม่ครอบคลุมพฤติกรรมทางเพศที่เยาวชนในสังคมเผชิญหรือปฏิบัติอยู่จริง

แนวคิดในการจัดเนื้อหาการเรียนรู้ที่เป็นอยู่มุ่งเน้นถึงเรื่องที่เป็นรูปธรรม เช่น การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย การทำงานของระบบต่างๆ การดูแลสุขภาพอนามัย และความรู้เรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ต่างๆ รวมทั้งวิธีการวางแผนครอบครัว แต่ในส่วนที่ว่าด้วยทัศนคติในเรื่องเพศ พฤติกรรมทางเพศที่หลากหลาย ทักษะที่จำเป็นสำหรับการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ยังยึดติดอยู่ในรูปแบบของการถ่ายทอด “ข้อห้าม” “คำสั่งสอน” ทางสังคมวัฒนธรรม มากกว่าการเตรียมผู้เรียนให้รู้จัก คิด วิเคราะห์ ตั้งคำถาม กับสิ่งรอบตัว เปิดโอกาสให้ค้นหาคำตอบที่เหมาะสมสำหรับตนเอง และเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองเลือกและกระทำ ความสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียนจึงอยู่ในรูปของ “ผู้นำทาง” กับ “ผู้เดินตาม” ไม่ใช่การให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางเหมือนนโยบายที่วางไว้

ดังนั้น แทนที่เราจะเริ่มต้นด้วยการตกลงกันให้ได้ก่อนว่า เราควรยอมรับทัศนคติ ซึ่งเป็นเรื่องที่แน่ใจได้เลยว่าไม่อาจหาข้อยุติได้โดยง่าย เราควรรักษาสิ่งที่เราเชื่อว่า “ถูกต้อง ฟังปฏิบัติตาม” นี้ไว้เป็นค่านิยมส่วนบุคคล แล้วตั้งต้นจากความเป็นจริงของวิถีชีวิตกลุ่มเป้าหมายว่าปัจจุบันเยาวชนมีทัศนคติในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพศอย่างไร มีการตัดสินใจและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องในเรื่องเพศเป็นแบบใด จากนั้นเราควรนำข้อเท็จจริงเหล่านั้นมาเป็นกรอบในการคิดค้นต่อไปว่า ทักษะและวิธีคิดแบบใดบ้างที่จะเป็นประโยชน์อย่างแท้จริงสำหรับเยาวชน ขณะเดียวกันเราซึ่งเป็น “ผู้ใหญ่” จำเป็นต้องตรวจสอบการรับรู้ของตัวเองด้วยว่ามีความพร้อมเพียงใดที่จะทำความเข้าใจกับเรื่องราว



ในยุคสมัยนี้เป็นอยู่จริง เพื่อแสวงหาทางที่จะเกิดประโยชน์ได้ตรงกับกลุ่มเป้าหมายที่สุด หรือเรายังยึดติดกับการมองความเป็นจริงด้วยสายตาของอดีต และมุ่งจัดการศึกษาเพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมของเยาวชนให้เป็นที่ไปตามทางที่เราเชื่อว่าเหมาะสม

นี่คือที่มาของหลักสูตรเพศศึกษา ซึ่งโครงการ “ก้าวอย่างเข้าใจ” พัฒนาขึ้นมาด้วยตระหนักว่าการจัดการเรียนรู้แบบยึด “ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง” นั้นต้องเริ่มจากความเข้าใจผู้เรียนอย่างแท้จริง ดังนั้นหากเราต้องการให้เยาวชนเข้าใจและรู้เท่าทันการใช้ชีวิตทางเพศ เราจำเป็นต้องหาเครื่องมือที่เหมาะสมและสามารถสื่อสารกับเยาวชนได้อย่างเข้าถึง เพื่อช่วยให้เยาวชนเข้าใจถึงสิ่งที่จำเป็นต้องรู้และทักษะที่พึงมี ทั้งนี้เพื่อให้เยาวชนได้รับการพัฒนาและเติบโตทางอารมณ์ สังคมและทางเพศอย่างผู้ที่รู้คิด รับผิดชอบต่อในการเลือกใช้ชีวิต ถึงแม้ว่าพฤติกรรมหรือการใช้ชีวิตแบบที่เยาวชนเลือกอาจไม่เป็นไปตามค่านิยมส่วนบุคคลที่ “ผู้ใหญ่” แต่ละคนมีอยู่ก็ตาม

คู่มือการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาเล่มนี้จึงมุ่งเสนอ “แผนการเรียนรู้” ที่ครูสามารถนำไปใช้ได้ทันทีหรือประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของผู้เรียนและท้องถิ่น หัวใจของหลักสูตรนี้อยู่ที่การเน้นบทบาทครูในฐานะ “ผู้จัดการกระบวนการเรียนรู้” และ “ผู้อำนวยการเรียนรู้” มากกว่าการเป็น “ผู้ตัดสิน ขี้ถูกขี้ผิด” ดังนั้นการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ในหลักสูตรก้าวอย่างเข้าใจ จึงอยู่บนพื้นฐานแนวคิดของการให้ผู้เรียนมีโอกาสคิดวิเคราะห์ และหาทางเลือกที่เหมาะสมกับสภาพการณ์ของตนเอง จากกรณีข้อมูลความรู้เรื่องสุขภาวะทางเพศที่รอบด้าน ทักษะที่จำเป็นและส่งเสริมการใช้ชีวิตอย่างมีสุขภาวะ เพื่อให้เยาวชนมีความพร้อมที่จะเลือกดำเนินชีวิตทางเพศอย่างมีสติ รับผิดชอบต่อทั้งต่อตนเองและคนที่เกี่ยวข้อง ซึ่งแน่นอนว่าวิถีชีวิตดังกล่าวย่อมส่งผลดีต่อสังคมส่วนรวมและช่วยให้เราทุกคนอยู่ร่วมกันอย่างสันติได้

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ

องค์การแพธ (PATH)

ตุลาคม ๒๕๕๑



บทนำ

“เพศศึกษา” กับกระบวนการพัฒนาเยาวชน

เพศศึกษาเป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้เกี่ยวกับเพศ (Sexuality) ที่ครอบคลุมพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ การทำงานของสรีระและการดูแลสุขภาพอนามัย ทศนคติ ค่านิยม สัมพันธภาพ พฤติกรรมทางเพศ มิติทางสังคมและวัฒนธรรมที่มีผลต่อวิถีชีวิตทางเพศ เป็นกระบวนการพัฒนาทั้งด้านความรู้ ความคิด ทศนคติ อารมณ์ และทักษะที่จำเป็นสำหรับบุคคลที่จะช่วยให้สามารถเลือกดำเนินชีวิตทางเพศอย่างมีความสุขและปลอดภัย สามารถพัฒนาและดำรงความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีความรับผิดชอบและสมดุล

ทำไมจึงต้องพัฒนาการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา

อะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้เราต้องหันมาพัฒนาการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาให้กับเยาวชน ทั้งที่ความจริงการจัดการเรียนการสอนในเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศนั้นมีอยู่ก่อนแล้ว แต่เมื่อพิจารณาสภาพการใช้ชีวิตทางเพศและผลกระทบที่เกิดขึ้นเปรียบเทียบกับเนื้อหาวิธีการอย่างเดิม พบว่าเยาวชนจำนวนมากได้ก้าวออกไปจากกรอบการใช้ชีวิตในแบบที่สังคมวัฒนธรรมไทยได้เคยกำหนดไว้ การเรียนการสอนเพศศึกษาตามกรอบความคิดเดิมจึงไม่ได้อยู่ในสถานะที่จะชี้แนะ

เยาวชนได้อีกต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อนำไปเปรียบเทียบกับอิทธิพลของเศรษฐกิจสังคม ซึ่ง
ประการหลังนี้ไม่เพียงแค่เปิดทาง หากยังส่งเสริมชักนำให้เยาวชนได้รับรู้และมีโอกาสในเรื่องเพศ
มากยิ่งขึ้นกว่ายุคก่อน

เราต้องยอมรับความจริงว่า ยังมีช่องว่างระหว่างเรื่องที่ครูสอนกับสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติใน
ชีวิตจริง เมื่อพิจารณาถึงสถิติการตั้งครรภ์ การทำแท้งและการติดเชื้อเอชไอวีในวัยรุ่น การล่วง
ละเมิดและความรุนแรงทางเพศ การใช้ยาและผลกระทบทางสุขภาพกายใจอันเนื่องมาจากความ
พยายามต่างๆ ที่จะเปลี่ยนแปลงรูปร่างหน้าตาให้สวยงามและดึงดูดทางเพศ ข้อเท็จจริงเหล่านี้เป็น
แรงผลักดันการพัฒนาหลักสูตรเพศศึกษาให้สอดคล้องและตรงกับวิถีเพศ เพื่อให้ผู้เรียนจะได้
ประโยชน์และสามารถนำไปปรับใช้ได้จริง

จุดมุ่งหมายของการจัดเพศศึกษา

เมื่อเราคำนึงถึงผลลัพธ์สุดท้ายที่เราต้องการ คือ การสร้างเยาวชนที่มีคุณลักษณะที่พึง
ประสงค์ที่จะนำไปสู่สุขภาพทางเพศ จุดมุ่งหมายของเพศศึกษาควรครอบคลุมถึงเรื่องต่อไปนี้

- เพื่อให้ข้อมูลที่ถูกต้องและรอบด้านกับเยาวชนในเรื่องวิถีเรื่องเพศของมนุษย์
รวมถึงการเติบโต และพัฒนาการตามช่วงวัย การเจริญพันธุ์ การเรียนรู้เกี่ยวกับสรีระ
ร่างกาย การจัดการอารมณ์เพศ การช่วยตัวเอง ชีวิตครอบครัว การตั้งครรภ์ การ
ให้กำเนิดทารก การดูแลเลี้ยงดูเด็ก การตอบสนองทางเพศ อັตลักษณ์ทางเพศ การ
คุมกำเนิด การยุติการตั้งครรภ์ การใช้ความรุนแรงทางเพศ เอดส์ และโรคติดต่อทาง
เพศสัมพันธ์อื่นๆ
- เพื่อจัดโอกาสที่เปิดกว้างและปลอดภัย ให้เยาวชนได้ตั้งคำถาม สำรวจ แลก
เปลี่ยนความคิด และประเมินทัศนคติของตนเองและสังคมในเรื่องเพศ เพื่อบ่มเพาะ
ทัศนคติที่เปิดกว้าง ยอมรับความแตกต่าง ไม่ด่วนตัดสิน และเพื่อทำความเข้าใจการ



ให้คุณค่าในเรื่องต่างๆ จากครอบครัว การพัฒนาวิธีคิดในการให้คุณค่าของตนเอง การสร้างคุณค่าในตัวเอง การพัฒนาความเข้าใจในเรื่องความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว และความสัมพันธ์กับคนแต่ละเพศ รวมทั้งการเรียนรู้และทำความเข้าใจถึงหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเองที่มีต่อครอบครัวและผู้อื่น

- เพื่อ**พัฒนาทักษะ**ต่างๆ ที่จำเป็นในการสร้างความสัมพันธ์ มีปฏิสัมพันธ์ และการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้แก่ ทักษะการสื่อสาร การตัดสินใจ การบอกความต้องการของตนเอง การยืนยันความคิดเห็น การต่อรอง การจัดการความขัดแย้งที่อาจมี การปฏิเสธ รวมถึงความสามารถในการสร้าง พัฒนา และรักษาสัมพันธไมตรีที่ทุกฝ่ายพึงพอใจ การแก้ปัญหา รวมทั้งการหาความช่วยเหลือ
- เพื่อ**พัฒนาและฝึกฝนความรับผิดชอบ**ในเรื่องสัมพันธภาพ และความสัมพันธ์ทางเพศทั้งต่อตัวเองและผู้อื่นในทุกแง่มุม ไม่ว่าจะเป็นการเลือกที่จะไม่มีเพศสัมพันธ์ หรือการมีเพศสัมพันธ์โดยมีการป้องกันโรคและการตั้งครรภ์โดยไม่พร้อม รวมถึงการคาดการณ์ และจัดการกับแรงกดดันที่จะนำไปสู่เพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้เกิดจากความยินยอมพร้อมใจ

การให้การศึกษาเรื่องเพศศึกษาแบบรอบด้าน ควรเตรียมเยาวชนให้เข้าใจเรื่องวิถีชีวิตทางเพศเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่อย่างสร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ ซึ่งรวมถึงการช่วยให้เยาวชนเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพในการดูแลคนอื่น การสนับสนุนช่วยเหลือ การไม่ใช้ความรุนแรง หรือกำลังบังคับคนอื่น และการพัฒนาความสัมพันธ์ใกล้ชิดและสัมพันธภาพทางเพศที่ทั้งสองฝ่ายต่างพึงใจ ยินยอม และเคารพกัน นอกจากนี้ การจัดการศึกษาเรื่องเพศ ควรเป็นส่วนหนึ่งของการออกแบบการเรียนรู้ เพื่อช่วยในการลดผลกระทบในทางลบจากเพศสัมพันธ์ ได้แก่ การตั้งครรภ์เมื่อไม่พร้อม การติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอชไอวี ตลอดจนการใช้ความรุนแรงทางเพศ

เพศศึกษาครอบคลุมเรื่องอะไรบ้าง

ไม่ว่าเราจะจัดการเรียนรู้เพศศึกษาหรือไม่ วัยรุ่นส่วนใหญ่ก็สนใจและพร้อมจะเรียนรู้เรื่องเพศจากเพื่อน สิ่งพิมพ์ ภาพยนตร์ วิซีดี และอินเทอร์เน็ตอยู่แล้ว แต่เราไม่อาจแน่ใจได้เลยว่าสิ่งที่วัยรุ่นเรียนรู้จากช่องทางเหล่านั้นเป็นข้อมูลหรือข้อเท็จจริงแบบใด ส่งผลต่อการรับรู้และทัศนคติในเรื่องเพศของเยาวชนอย่างไร การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาจึงเป็นโอกาสที่จะแก้ไขความเข้าใจที่ผิด ให้ความรู้ที่ถูกต้องอย่างเพียงพอ และครอบคลุมเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ ต่อไปนี้

๑. **พัฒนาการของมนุษย์ (Human Development)** การเปลี่ยนแปลงทางสรีระเมื่อเข้าสู่วัยหนุ่มสาว พัฒนาการทางเพศ การสืบพันธุ์ ภาพลักษณ์ต่อร่างกาย (body image) ตัวตนทางเพศและรสนิยมทางเพศ (sexual identity and orientation)
๒. **สัมพันธภาพ (Relationships)** ในมิติของครอบครัว เพื่อน การคบเพื่อนต่างเพศ ความรัก การใช้ชีวิตคู่ การแต่งงาน การเลี้ยงดูลูก
๓. **ทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต (Personal Skills)** เพราะความรู้และข้อมูลที่ได้รับเกี่ยวกับเพศนั้นไม่เพียงพอที่จะช่วยให้เยาวชนสามารถรับมือกับเหตุการณ์และแรงกดดันต่างๆ ที่ประสบในชีวิตจริง เพศศึกษาควรนำไปสู่การพัฒนาให้เยาวชนเกิดกระบวนการวิเคราะห์และทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต ได้แก่
 - การให้คุณค่ากับสิ่งต่างๆ ซึ่งระบบการให้คุณค่านี้เป็นตัวชี้้นำพฤติกรรม เป้าหมาย และการดำเนินชีวิตของเรา
 - การสื่อสาร การรับฟัง การแลกเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดที่สอดคล้องหรือแตกต่างกัน
 - การตัดสินใจ การต่อรอง การทำความเข้าใจเพื่อบรรลุความตั้งใจหรือทางเลือกที่ตนสามารถรับผิดชอบได้
 - การรักษาและยืนยันในความเป็นตัวของตัวเอง สามารถแสดงความรู้สึก ความต้องการของตนเองโดยเคารพในสิทธิของผู้อื่น
 - การจัดการกับแรงกดดันจากเพื่อน สิ่งแวดล้อม และอคติทางเพศ
 - การแสวงหาคำแนะนำ ความช่วยเหลือ การจำแนกแยกแยะข้อมูลที่ต้องการออกจากที่ไม่ถูกต้อง



๔. **พฤติกรรมทางเพศ (Sexual Behavior)** ที่พัฒนาไปตามช่วงชีวิต การเรียนรู้ อารมณ์เพศ การจัดการอารมณ์เพศ การช่วยตัวเอง จินตนาการทางเพศ การแสดงออกทางเพศ การละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ การตอบสนองทางเพศ การเชื่อมสมรรถภาพทางเพศ
๕. **สุขภาพทางเพศ (Sexual Health)** เพื่อหลีกเลี่ยงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากความสัมพันธ์ทางเพศ เพศศึกษาควรให้ความรู้เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย วิธีการคุมกำเนิด การทำแท้ง การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ การล่วงละเมิดทางเพศ ความรุนแรงทางเพศ และอนามัยเจริญพันธุ์
๖. **สังคมและวัฒนธรรม (Society and Culture)** วิธีการเรียนรู้และการแสดงออกในเรื่องเพศของบุคคลได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศทางสังคมและวัฒนธรรม เพศศึกษาจึงควรเปิดโลกทัศน์ให้เข้าใจบทบาททางเพศ เรื่องเพศในบริบทของสังคม วัฒนธรรม กฎหมาย ศิลปะและสื่อต่างๆ

ทัศนคติและความเชื่อในเรื่องเพศ

แต่ละครอบครัว แต่ละบุคคล รวมทั้งครูผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาต่างมีทัศนคติต่อเรื่องเพศและให้คุณค่าต่อพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องซึ่งอาจเหมือนหรือแตกต่างกัน การจัดหลักสูตรเพศศึกษาควรเปิดโอกาสให้เยาวชนได้รับรู้ ทบทวนและตรวจสอบความคิดความเชื่อในเรื่องเพศอย่างเปิดกว้าง ไม่ด่วนตัดสินที่จะคล้อยตามความคิดใดๆ โดยปราศจากข้อมูลและการคิดไตร่ตรอง กระบวนการเช่นนี้จะช่วยให้เยาวชนมีความคิดเห็นที่เป็นตัวของตัวเอง สามารถดูแลตนเองตามวิถีเพศที่ตนเลือกให้มีผลทางบวกทั้งด้านสุขภาพกาย ใจ สังคม ของตนเองและคนที่เกี่ยวข้อง

การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาที่จะให้ผลเช่นนี้ จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่ผู้จัดการเรียนรู้ต้องตระหนักและระมัดระวัง ไม่นำทัศนคติ ความเชื่อเกี่ยวกับเพศของตนเองมากำหนดและชี้นำผู้เรียนซึ่งจะมีผลเชิงลบต่อการจัดการเรียนรู้ เช่น แม้ว่าครูมีความเชื่อส่วนตัวว่าไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน การเป็นเกย์หรือเลสเบี้ยนเป็นเรื่องผิด ฯลฯ แต่ครูยังคงต้องให้ข้อมูลเกี่ยวกับการมี

เพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยและวิธีการคุมกำเนิด ไม่ใช่หรือแสดงท่าทีเชิงลบต่อพฤติกรรมดังกล่าว (ที่ขัดแย้งกับความเชื่อส่วนบุคคลของคุณ)

เราต้องไม่ลืมว่าสิ่งสำคัญที่สุดของการยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางคือ การจัดการเรียนรู้ที่เกิดประโยชน์ต่อตัวผู้เรียน มากกว่ามุ่งเน้นที่จะหล่อหลอมเยาวชนให้มีวิถีเพศตามทัศนคติของเรา ซึ่งอาจไม่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงในสังคมและภาวะแวดล้อมที่ผู้เรียนต้องเผชิญ

เพศศึกษาที่มุ่งเน้นข้อห้ามทางสังคมและความผิดบาปนั้นพบว่า ไม่ประสบความสำเร็จในการช่วยเยาวชนให้มีชีวิตทางเพศที่ปลอดภัย ดังจะเห็นได้จากสถิติอายุเมื่อเริ่มมีเพศสัมพันธ์ จำนวนคู่นอนโดยเฉลี่ย อัตราการตั้งครรภ์และการทำแท้งที่ไม่ปลอดภัยของเยาวชน อัตราการติดเชื้อเอชไอวีที่เพิ่มขึ้นในกลุ่มเยาวชน ข้อมูลเหล่านี้ชี้ชัดว่าเราไม่อาจจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาอย่างเดิมได้อีกแล้ว

เพศศึกษาจะเริ่มต้นเมื่อใด และอย่างไร

เพศศึกษาที่ได้ผลควรเริ่มต้นก่อนที่เยาวชนจะเข้าสู่วัยหนุ่มสาวและก่อนที่จะเกิดแบบแผนพฤติกรรมที่หยั่งลึก การจัดเพศศึกษาควรเป็นการให้ข้อมูลอย่างต่อเนื่องโดยเริ่มจากเรื่องพื้นฐานไปสู่ความรู้ความเข้าใจที่ซับซ้อน เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจที่สะสมต่อเนื่องช่วยชี้นำทางในยามที่เยาวชนต้องการใช้ในชีวิต

อันที่จริงนับว่าเป็นเรื่องยากที่จะรู้ได้ว่าควรเริ่มเรื่องใดเมื่อใดจึงจะเหมาะสม ไม่เร็วไปและไม่ช้าไป ประเด็นสำคัญจึงอยู่ที่การมีความสัมพันธ์ใกล้ชิด สร้างความไว้วางใจและเปิดกว้างพอที่ทำให้เกิดความกล้าที่จะพูดคุยซักถาม บทบาทท่าทีของครูจึงเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกไว้วางใจและกล้าพูดกล้าถาม ความรู้สึกอายและไม่สะดวกใจที่จะพูดคุยเรื่องเพศนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทั้งตัวครูและผู้เรียน

๒๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

แต่ถ้าเรามองว่า การจัดเพศศึกษาก็คือการพูดคุยแลกเปลี่ยนทัศนะ ค่านิยม รวมทั้งการให้ข้อเท็จจริงในเรื่องราวที่กำลังอยู่ในความสนใจก็จะช่วยทำให้การจัดการเรียนรู้เป็นธรรมชาติ ซึ่งเรื่องนี้ต้องอาศัยตัวครูเป็นผู้เริ่มต้นสร้างบรรยากาศและเป็นแบบอย่างในการทำให้เห็นว่าการพูดคุยในเรื่องเพศนั้นเป็นไปได้และเป็นเรื่องธรรมดา

สำหรับความกังวลใจว่า การพูดถึงเรื่องเพศจะเป็นการกระตุ้นความอยากรู้และเร่งให้เยาวชนเกิดการทดลองหาประสบการณ์ทางเพศ จากการศึกษาติดตามผลของการจัดเพศศึกษาชี้ว่า นอกจากจะช่วยเพิ่มความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศแล้ว การจัดให้มีการเรียนรู้เรื่องเพศยังส่งผลต่อการทำให้เยาวชนเริ่มมีเพศสัมพันธ์ช้าลง คือ อายุของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกสูงขึ้น นอกจากนี้ยังลดความเสี่ยงที่จะเกิดผลด้านลบจากการมีเพศสัมพันธ์ เช่น เยาวชนที่มีประสบการณ์ทางเพศแล้วมีการป้องกันตัวเองมากขึ้น

ดังนั้น การเริ่มจัดการเรียนรู้โดยให้ข้อมูลที่เหมาะสมกับแต่ละช่วงพัฒนาการของวัย การพัฒนาทักษะในการคิด วิเคราะห์ จะทำให้เยาวชนมีทักษะการจัดการสถานการณ์ในชีวิตและส่งผลในทางป้องกันและบรรเทาผลด้านลบ มากกว่าที่จะกระตุ้นให้ออยากรู้และอยากทดลองดังที่ผู้ใหญ่กังวลใจ

คุณพร้อมไหมที่จะ “จัดการเรียนรู้” เรื่องเพศศึกษา

หากเรายอมรับได้ว่าสังคมไทยได้ก้าวสู่การใช้ชีวิตทางเพศในลักษณะที่บุคคลไม่ว่าหญิงหรือชายต่างก็มีโอกาสที่จะมีคู่เพศสัมพันธ์ในตลอดชีวิตได้มากกว่าหนึ่งคน และสภาพเศรษฐกิจสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลงได้ทำให้บทบาทหญิงชายเปลี่ยนแปลงไปจากที่กรอบทางวัฒนธรรม และค่านิยมในอดีตได้กำหนดขอบเขตไว้ การเรียนรู้และเข้าใจเรื่องเพศมีความจำเป็นยิ่งในการที่บุคคลจะสามารถพัฒนาสัมพันธภาพทางเพศกับผู้อื่น และรักษาความสัมพันธ์กับคู่ของตนไว้อย่างมั่นคง โดยมีความขัดแย้งน้อยที่สุดและมีความสุขในชีวิตทางเพศมากที่สุด



การให้การศึกษาในเรื่องดังกล่าวจำเป็นต้องเริ่มในวัยเยาว์ คนในรุ่นผู้ใหญ่ที่ปัจจุบันอายุเลย ๔๐ ปีไปแล้วคงมองเห็นได้ดีว่าในช่วงกว่า ๓๐ ปีมานี้ สังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตทางเพศไปอย่างมาก คนวัยนี้จึงรู้สึกวิตกกังวลมากมายที่เห็นเยาวชนช่วงอายุ ๑๐ - ๒๐ ปีมีการพัฒนาสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนหญิงชายในวัยเดียวกันในระดับที่ทำให้ผู้ใหญ่เกิดอาการ “ยอมรับไม่ได้” บ่อยครั้ง เพราะสิ่งที่มองเห็นขัดกับสิ่งที่ตนได้รับการปลูกฝังมาเมื่อครั้งเติบโตเป็นวัยรุ่น และกลุ่มคนวัยนี้เองซึ่งเป็นพ่อเป็นแม่ เป็นครูและมีหน้าที่บ่มเพาะเยาวชนให้เข้าใจเรื่องเพศและสามารถจะใช้ชีวิตทางเพศที่ปลอดภัยและมีความสุข แต่คนที่กำลังสับสน ขุ่นเคืองและ “ทำใจไม่ได้” เหล่านี้จะทำหน้าที่ข้างต้นได้อย่างไร

หลายคนอาจเห็นว่าแนวคิดพื้นฐานเรื่องเพศศึกษาที่นำมาพัฒนาหลักสูตรนี้มีอิทธิพลจากแนวคิดแบบ “ตะวันตก” แต่แท้จริงแล้ว คณะผู้พัฒนาหลักสูตรเห็นว่าปรัชญาพื้นฐานของแนวคิดดังกล่าวนั้นเป็นสากลและตั้งอยู่บนความเชื่อในเรื่องสิทธิการเรียนรู้เพื่อเข้าใจธรรมชาติทางเพศของมนุษย์โดยไม่ถูกปิดบังหรือกีดกัน

ผู้ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาจำเป็นต้องยอมรับข้อตกลงพื้นฐานนี้อย่างจริงจัง ข้อตกลงเหล่านี้ทำทนายกรอบแนวคิดทางวัฒนธรรมที่เราได้รับการปลูกฝังมาอย่างแน่นหนาในอดีต ผู้สนใจจะจัดการเรียนรู้เรื่องเพศสำหรับเยาวชนจึงต้องเริ่มถามตนเองอย่างจริงจังก่อนว่า ยอมรับข้อตกลงพื้นฐานต่อไปนี้ได้หรือไม่^๑

^๑ แปลและเรียบเรียงจาก Life Planning Education: A Youth Development Program (revised edition 1995). USA. www.advocatesforyouth.org อ้างใน หนังสือแนวคิดในการออกแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับครูและผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาสำหรับเยาวชน. โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจองค์การแพธ. กรุงเทพฯ: เฮอร์เจนท์ แทค., ๒๕๕๐.



การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาสำหรับเยาวชน ควรอยู่บนฐานความเชื่อและการให้คุณค่าในเรื่องต่อไปนี้

๑. เยาวชนมีความคิดเห็นและมีความสามารถในการตัดสินใจเลือกสิ่งที่เหมาะสมกับตนเองได้ หากได้รับข้อมูลที่เป็นจริงอย่างสมบูรณ์ รวมทั้งมีทักษะที่เหมาะสม และมีทักษะในการจัดการกับทางเลือกเหล่านั้น
๒. เยาวชนควรได้รับโอกาสที่จะรับรู้ข้อมูลอย่างรอบด้าน รวมทั้งมีโอกาสแลกเปลี่ยนทัศนะให้สามารถมองโลกได้อย่างรู้จักคิดวิเคราะห์ และได้รับการฝึกฝนทักษะในการดำเนินชีวิต การมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และการมีสุขภาวะทางเพศที่ดี
๓. การเรียนรู้จากประสบการณ์ (ทั้งประสบการณ์จริงและประสบการณ์จำลอง) ถือเป็น การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพยิ่ง ผู้ดำเนินกิจกรรมจึงควรมีทักษะที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้เยาวชน
๔. ผู้ใหญ่ที่จะเป็นผู้ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องเพศสำหรับเยาวชน จะต้องวางใจ และเชื่อมั่นในศักยภาพของเยาวชน
๕. เรื่องเพศเป็นความต้องการตามธรรมชาติและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตปกติของบุคคลที่มีสุขภาวะดีทั่วไป ทั้งยังเป็นความต้องการที่มีอยู่ตลอดช่วงชีวิต
๖. แต่ละบุคคลล้วนมีคุณค่าและศักดิ์ศรี จึงไม่สามารถแบ่งแยกกีดกันด้วยเพศ เชื้อชาติ ศาสนา วัฒนธรรม หรือรสนิยมทางเพศ

การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาสำหรับเยาวชน ควรอยู่บนฐานความเชื่อและการให้คุณค่าในเรื่องต่อไปนี้

๗. การบังคับทั้งทางกาย วาจา และใจ ทั้งโดยการใช้กำลังหรือการใช้วาจาบีบบังคับ หรือการใช้อำนาจจากบทบาทที่ตนมีอยู่ให้ผู้อื่นปฏิบัติ คิด หรือเชื่อตาม โดยขัดเจตจำนงของบุคคลนั้น ถือว่าเป็นเรื่องที่ผิดจริยธรรม
๘. บุคคลย่อมต้องรับผิดชอบต่อการกระทำและผลของการกระทำของตน
๙. สัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่ดีย่อมต้องมีการสื่อสารอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา เยาวชนควรได้รับการส่งเสริมให้เปิดเผยและสามารถบอกเล่าหรือปรึกษาความคับข้องใจในชีวิต รวมถึงเรื่องเพศ ไม่ว่าจะกับเพื่อน ผู้ใหญ่ ผู้ปกครอง หรือคู่รักของตนโดยไม่มีการตัดสินคุณค่า
๑๐. เมื่อพูดถึงการป้องกันการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์แก่เยาวชน จะต้องมียุทธศาสตร์มากกว่าการไม่มีเพศสัมพันธ์เท่านั้น

แปลและเรียบเรียงจาก
Life Planning Education: A Youth Development Program (revised edition 1995),
Advocates for Youth, USA. www.advocatesforyouth.org

แม้จะไม่ใช่ว่าเรื่องง่ายที่ผู้ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษานั้นจะสามารถวิเคราะห์ตนเองหรือตั้งคำถามอย่างจริงจังว่าตนเองนั้น “รับได้” กับข้อตกลงพื้นฐานเพียงไร อย่างไรก็ตาม ผู้ดำเนินกิจกรรมควรคำนึงว่าการที่ผู้เรียนจะได้รับประโยชน์จากกิจกรรมคือ สามารถเรียนรู้ได้ตามวัตถุประสงค์ของคู่มือฯ ได้หรือไม่ นั่นขึ้นอยู่กับ การเปิดใจกว้าง ยอมรับความเห็นและรับฟังเยาวชน โดยไม่นำค่านิยมและความเชื่อส่วนตัวของผู้ดำเนินกิจกรรมมาเป็น “คำตอบ” หรือ “คำแนะนำ” ต่อผู้เรียน



๓๐

บทนำ

จาก “ครูผู้รู้” สู่ “ผู้จัดการเรียนรู้”

เพศศึกษานั้นถือเป็น “วิชา” ที่ต้องอาศัยการเรียนรู้เช่นเดียวกับความรู้ด้านอื่นๆ แต่ต่างกันตรงที่ความสำเร็จของการเรียนรู้มิใช่การทำ “ข้อสอบ” แล้วผ่าน เพราะเนื้อหาเพศศึกษาที่ครอบคลุมมากกว่าการมีเพศสัมพันธ์นั้นมีมิติที่หลากหลายและเชื่อมโยงบุคคลกับสภาพแวดล้อมที่สังกัดอยู่ การสอบผ่านในเรื่องเพศศึกษาของแต่ละคนจึงแตกต่างกันโดยขึ้นอยู่กับภาวะและสถานการณ์ชีวิตของบุคคลนั้นๆ ตั้งแต่เกิดจนตาย เพศศึกษาจึงเป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิต ที่สำคัญ การเรียนรู้นั้นมีได้เกิดจากในห้องเรียนอย่างเดียว แต่เป็นผลจากสภาพแวดล้อมที่คนๆ หนึ่งเติบโตและมีชีวิตอยู่ เช่น การเลี้ยงดูในครอบครัว อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน การเปิดรับข้อมูลข่าวสาร ฯลฯ

ความท้าทายของผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาจึงมีได้อยู่ที่ “การเป็นผู้รู้เรื่องเพศ” และใช้การ “สั่งสอน” เหมือนวิชาอื่นๆ เพราะทุกคนมีประสบการณ์การเรียนรู้เรื่องเพศที่ต่างกันมาแล้ว และสั่งสมการเรียนรู้ที่เป็นค่านิยมของตัวเอง จึงมีความคิด ความรู้สึกและตัดสินใจที่ได้อินหรือรับรู้ใหม่จากบรรทัดฐานของตัวเอง ซึ่งเป็นผลจากการอยู่ในครอบครัว ชุมชน และในสังคมที่มีค่านิยมประเพณีวัฒนธรรม และบรรทัดฐานใน “เรื่องเพศ” แตกต่างกัน

นอกจากนี้สังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว และมีความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีต่างๆ จนถึงขั้นไร้พรมแดนนี้ ทำให้เยาวชนสามารถเข้าถึงความรู้และข้อมูลเรื่องเพศได้ด้วยตัวเอง โดย

เฉพาะการเข้าถึงสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศในหลายรูปแบบเพื่อสนองตอบความอยากรู้อยากลอง และสัญชาตญาณทางเพศของมนุษย์ เพศศึกษาจึงไม่มุ่งให้คำตอบตายตัว แต่ควรเปิดโอกาสให้เยาวชนคิดและตั้งคำถามกับสิ่งที่ได้ยินได้เห็น แสวงหาทางเลือกและตัดสินใจด้วยตัวเอง

ดังนั้นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ที่ต้องการให้เพศศึกษาส่งผลต่อพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน ต้องสามารถเลือกวิธีการเรียนรู้ที่คำนึงถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมและสอดคล้องกับกระบวนการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน การใช้วิธีการเรียนรู้หลากหลายรูปแบบเพื่อ “ดึงและคง” ความสนใจของผู้เรียนไว้ให้ได้ รวมทั้งการทบทวนหรือย้ำเนื้อหาเดียวกันในกิจกรรมหลายรูปแบบเช่นกัน

สิ่งที่ควรตระหนักอีกอย่างหนึ่งคือ ผู้เรียนสามารถประเมินทักษะหรือค่านิยมของผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ซึ่งสะท้อนจากวิธีการตั้งและตอบคำถาม การยกตัวอย่างที่ใช้ในการอธิบายบทเรียน รวมถึงสีหน้าท่าทางของผู้จัดการเรียนรู้ที่มีต่อคำพูดหรือการแสดงออกของผู้เรียน หากผู้เรียนประเมินได้ว่า ผู้จัดการเรียนรู้ไม่ยอมรับหรือไม่ชอบเรื่องใด ก็จะไม่กล้าแสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกจริงๆ ต่อเรื่องนั้น เพราะคาดว่าผู้จัดการเรียนรู้อาจจะไม่พอใจ จึงทำให้ผู้จัดการเรียนรู้ไม่สามารถ “เข้าถึง” ผู้เรียนได้อย่างแท้จริง

คู่มือการจัดกิจกรรมเพศศึกษา “ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ” ประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ทั้งผู้ใหญ่และเยาวชนได้เรียนรู้จากกัน ถ้าเป็นครูอาจารย์ก็จะปรับบทบาทจากการเป็นผู้สั่งสอนเป็น “ผู้ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้” หรือ “ผู้จัดการเรียนรู้” โดยอาศัยทักษะสำคัญ ได้แก่ การฟัง การตั้งคำถาม การจับประเด็น และการสรุปเนื้อหาเพื่อให้ผู้เรียนได้ตระหนักว่า ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้ มีศักยภาพในการคิดและตัดสินใจ สามารถเชื่อมโยงระหว่างการเรียนรู้เพศศึกษาในชั้นเรียนให้เข้ากับการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงในชีวิตประจำวันได้

ข้อเสนอแนะในการใช้คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาแบบรอบด้าน (Comprehensive Sexuality Education) สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

๑. คู่มือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ ๑๔ แผน เพื่อให้ครูใช้เป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างสะดวก เป้าหมายที่สำคัญของหลักสูตรนี้คือ มุ่งหวังให้ผู้เรียนมีโอกาสเรียนรู้เพศศึกษาที่สอดคล้องกับพัฒนาการตามวัยอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ และสามารถบรรลุเป้าหมายพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของวัยรุ่นที่มีสุขภาพทางเพศ
๒. เนื้อหาคู่มือประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ที่ระบุแนวคิด จุดประสงค์การเรียนรู้ และสาระสำคัญ โดยจัดทำขึ้นอย่างสอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด ของกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้อง ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ทั้งนี้ แต่ละสถานศึกษาสามารถพิจารณา จัดสรร หรือบูรณาการแผนการเรียนรู้ให้เป็นไปตามมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดของแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ โดยคำนึงถึงปัจจัยทางสังคม วัฒนธรรม และสภาพแวดล้อมของเยาวชน
๓. แผนการเรียนรู้แต่ละแผน เน้นกระบวนการเรียนรู้ที่ให้ “ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง” และเป็นการเรียนรู้ไปพร้อมๆ กันระหว่างครูกับนักเรียน ดังนั้น ครูควรให้ความสำคัญกับบรรยากาศในการดำเนินกิจกรรม โดยตระหนักถึงบทบาทของตนว่า คือ “ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้” (Facilitator) มิใช่ “ผู้สั่งสอน” แต่เป็นผู้กระตุ้น ตั้งคำถาม สร้างบรรยากาศให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์ แสดงและแลกเปลี่ยนความคิดเห็น รวมทั้งช่วยเพิ่มเติมข้อมูลที่สำคัญ และเชื่อมโยงให้ผู้เรียนเห็นความคิดรวบยอดและสาระสำคัญ ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้จำเป็นต้องวางใจและให้ความเชื่อมั่นในศักยภาพเยาวชน และต้องสามารถเลือกกระบวนการเรียนรู้ที่หลากหลาย เพื่อให้สอดคล้องกับพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียนในช่วงวัยรุ่น
๔. ผู้สนใจนำแผนการเรียนรู้ในคู่มือฯ นี้ไปใช้ จำเป็นต้องสำรวจทัศนคติค่านิยมของตนในเรื่องเพศ และตระหนักถึงอิทธิพลของค่านิยมส่วนบุคคลที่อาจมีต่อการจัดการเรียนรู้ เนื่องจากบทบาทของผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ต้องเปิดใจกว้าง ยอมรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างหลากหลาย โดย



ไม่ด่วนตัดสิน ไม่ยึดติดกับความคิดเห็นของตนเองเป็นสำคัญ สามารถสร้างความไว้วางใจและบรรยากาศผ่อนคลายระหว่างการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนรู้รู้สึกสะดวกใจที่จะแสดงความคิดเห็นหรือซักถามได้อย่างเต็มที่

ทั้งนี้ หากครูได้ผ่านกระบวนการอบรมเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาแล้ว จะทำให้เกิดความมั่นใจ และมีความรู้ความเข้าใจที่ชัดเจนขึ้นใน ๓ ประเด็น คือ เรื่องเพศวิถี (Sexuality) กระบวนการเรียนรู้แบบผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Learner-centered) และการพัฒนาเยาวชนเชิงบวก (Positive Youth Development)

๕. คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษานี้ นอกจากจะประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ที่ครูสามารถนำไปปรับใช้ให้เข้ากับผู้เรียนแล้ว ในท้ายแผนยังมีข้อมูลความรู้เพิ่มเติมที่ครูสามารถใช้ตอบคำถามหรือแก้ไขความเข้าใจเรื่องเพศที่ผิดๆ ได้ แต่เนื่องจากปัจจุบันข้อมูลข่าวสารเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ดังนั้น จึงควรรหาข้อมูลความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ที่ถูกต้องและสอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน



แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอบต่าน ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

หลักการสำคัญในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑ คือการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาและเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต โดยถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด การจัดหลักสูตรในสถานศึกษาจึงมีความยืดหยุ่นทั้งด้านสาระ เวลา และการจัดการเรียนรู้

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาอบต่าน ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ที่ต่อเนื่อง และเป็นระบบตามลำดับขั้นตอนของเนื้อหาและความเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตของผู้เรียน เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้เรียนในระยะยาว

จากการวิเคราะห์มาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง ในหลักสูตรใหม่นี้ พบว่า เนื้อหาสาระของเพศศึกษาอบต่าน สอดคล้องกับตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อครูผู้สอนที่จะนำแผนการเรียนรู้เพศศึกษาไปปรับใช้ได้

นอกจากนั้น ยังพบว่า เนื้อหาเพศศึกษารอบด้านมีความสอดคล้องกับแนวคิดและแนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ดังนั้น สถานศึกษา จึงมีทางเลือกในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้านเข้าสู่หลักสูตรสถานศึกษาตามความพร้อมของสถานศึกษา อาทิ จัดให้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสาระสุขศึกษา จัดไว้ในวิชาแนะแนว ชั่วโมงโฮมรูม หรือการเปิดสาระเพิ่มเติม เป็นต้น

จากการวิเคราะห์ความเกี่ยวข้องระหว่างตัวชี้วัด และสาระการเรียนรู้แกนกลาง ตามหลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑ นี้ พบว่า เพศศึกษาสอดคล้องและสามารถบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้ ดังนี้

๑. กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่า และมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การเฝ้าระวังภัย และความปลอดภัย



๒. กลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

สาระที่ ๑ ศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม

มาตรฐาน ส ๑.๑ รู้และเข้าใจประวัติ ความสำคัญ ศาสนา หลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนนับถือ และศาสนาอื่น มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่น และปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

สาระที่ ๒ หน้าที่พลเมือง วัฒนธรรม และการดำเนินชีวิตในสังคม

มาตรฐาน ส ๒.๑ เข้าใจและปฏิบัติตนตามหน้าที่ของการเป็นพลเมืองดี มีค่านิยมที่ดีงาม และอำรงรักษาประเพณีและวัฒนธรรมไทย ดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมไทย และสังคมโลกอย่างสันติสุข

สาระที่ ๔ ประวัติศาสตร์

มาตรฐาน ส ๔.๒ เข้าใจพัฒนาการของมนุษยชาติจากอดีตจนถึงปัจจุบันในด้านความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์อย่างต่อเนื่อง ตระหนักถึงความสำคัญ และสามารถวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดขึ้น

๓. กลุ่มสาระภาษาไทย

สาระที่ ๑ การอ่าน

มาตรฐาน ท ๑.๑ ใช้กระบวนการอ่าน สร้างความรู้และความคิด เพื่อนำไปใช้ตัดสินใจแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิตและมีนิสัยรักการอ่าน

สาระที่ ๒ การเขียน

มาตรฐาน ท ๒.๑ ใช้กระบวนการเขียน เขียนสื่อสาร เขียนเรียงความ ย่อความ และเขียนในรูปแบบต่างๆ เขียนรายงานข้อมูลสารสนเทศและรายงานการศึกษาค้นคว้าอย่างมีประสิทธิภาพ

สาระที่ ๓ การฟัง การดู การพูด

มาตรฐาน ท ๓.๑ สามารถเลือกฟัง ดู และอ่าน อย่างมีวิจารณญาณ และพูดแสดงความคิดเห็น ความคิด ความรู้สึกในโอกาสต่างๆ อย่างมีวิจารณญาณและสร้างสรรค์

สาระที่ ๕ วรรณคดีและวรรณกรรม วิชาภษวรรณคดี และวรรณกรรมไทย อย่างเห็นคุณค่าและนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง

มาตรฐาน ท ๕.๑ เข้าใจและแสดงความคิดเห็น วิจารย์วรรณคดีและวรรณกรรมไทยอย่างเห็นคุณค่าและนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง

๔. กลุ่มสาระวิทยาศาสตร์

สาระที่ ๑ สิ่งมีชีวิตกับกระบวนการดำรงชีวิต

มาตรฐาน ว ๑.๑ เข้าใจหน่วยพื้นฐานของสิ่งมีชีวิต ความสัมพันธ์ของโครงสร้าง และหน้าที่ระบบต่างๆ ของสิ่งมีชีวิตที่ทำงานสัมพันธ์กัน มีกระบวนการสืบเสาะหาความรู้ สื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำความรู้ไปใช้ในการดำรงชีวิตของตนเอง และดูแลสิ่งมีชีวิต

มาตรฐาน ว ๑.๒ เข้าใจกระบวนการและความสำคัญของการถ่ายทอดลักษณะทางพันธุกรรม และวิวัฒนาการของสิ่งมีชีวิต ความหลากหลายทางชีวภาพ การใช้เทคโนโลยีชีวภาพที่มีผลกระทบต่อมนุษย์และสิ่งแวดล้อม มีกระบวนการสืบเสาะหาความรู้และจิตวิทยาศาสตร์ สื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำความรู้ไปใช้ประโยชน์

๕. กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน ง ๑.๑ เข้าใจการทำงาน มีความคิดสร้างสรรค์ มีทักษะกระบวนการทำงาน ทักษะการจัดการ ทักษะกระบวนการแก้ปัญหา ทักษะการทำงานร่วมกัน และทักษะการแสวงหาความรู้ มีคุณธรรม และลักษณะนิสัยในการทำงาน มีจิตสำนึกในการใช้พลังงาน ทรัพยากร และสิ่งแวดล้อม เพื่อการดำรงชีวิตและครอบครัว

๓๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

สาระที่ ๓ เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

มาตรฐาน ง ๓.๑ เข้าใจ เห็นคุณค่า และใช้กระบวนการเทคโนโลยีสารสนเทศในการสืบค้นข้อมูลการเรียนรู้ การสื่อสาร การแก้ปัญหา การทำงาน และอาชีพอย่างมีประสิทธิภาพ ประสิทธิผล และมีคุณธรรม



๓๙

๖. กลุ่มสาระภาษาต่างประเทศ

สาระที่ ๓ ภาษากับความสัมพันธ์กับกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่น

มาตรฐาน ต ๓.๑ ใช้ภาษาต่างประเทศในการเชื่อมโยงความรู้กับกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่น และเป็นพื้นฐานในการพัฒนาและเปิดโลกทัศน์ของตน

นอกจากเพศศึกษา จะสอดคล้องกับกลุ่มสาระการเรียนรู้ข้างต้นแล้ว ยังพบว่า กระบวนการเรียนรู้เพศศึกษายังสอดคล้องกับ **กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน** ที่มุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพ พัฒนาอย่างรอบด้าน เพื่อความเป็นมนุษย์สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เสริมสร้างให้เป็นผู้มีศีลธรรม จริยธรรม มีระเบียบวินัย ปลูกฝังและสร้างจิตสำนึกของการทำประโยชน์เพื่อสังคม สามารถจัดการตนเองได้ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข โดยเนื้อหาสาระของเพศศึกษา สอดคล้องกับ**มาตรฐานการแนะแนวด้านผู้เรียน** ซึ่งกำหนดไว้โดยกลุ่มพัฒนา มาตรฐานและการประกันคุณภาพภายใน สพฐ. เพื่อเป็นพื้นฐานในการวางแผนการเรียนรู้เพศศึกษา ในสถานศึกษา ดังนี้

- **มาตรฐานที่ ๑** รู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น หมายถึง มีความสามารถในการรู้จักและเข้าใจตนเอง ทั้งในด้านความถนัด ความสนใจ ความสามารถ จุดเด่น จุดด้อย นิสัย อารมณ์ ความภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
- **มาตรฐานที่ ๒** รู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลสารสนเทศ หมายถึง มีทักษะ และวิธีการ ในการแสวงหาข้อมูลจากแหล่งต่างๆ รวบรวม และจัดระเบียบข้อมูล สามารถจัดระบบ กลั่นกรองเลือกใช้ข้อมูลอย่างฉลาด เหมาะสม และเห็นคุณค่าในการใช้ข้อมูลสารสนเทศ

- **มาตรฐานที่ ๓** ตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ หมายถึง สามารถกำหนดเป้าหมายหรือปัญหา วางแผน วิเคราะห์ สังเคราะห์ และประเมินผล ตลอดจนปรับปรุงแผนการดำเนินงาน โดยใช้ข้อมูล คุณธรรมและจริยธรรมเป็นพื้นฐานในการตัดสินใจ
- **มาตรฐานที่ ๔** ปรับตัวและดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข หมายถึง การเข้าใจยอมรับตนเองและผู้อื่น มีความมั่นคงทางอารมณ์ แสดงออกอย่างเหมาะสม มีมนุษยสัมพันธ์ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่น และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

เมื่อพิจารณาเป้าหมายในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน ซึ่งมุ่งส่งเสริมให้เยาวชนได้เรียนรู้ตนเอง เรียนรู้ที่จะสร้างและรักษาความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ เป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคม โดยมีสุขภาพทางเพศและคุณภาพชีวิตที่ดี และสามารถคิด วิเคราะห์ เท่าทัน สามารถเผชิญจัดการการดำเนินชีวิตอย่างรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น ในกระบวนการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา จึงให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตของเยาวชน ซึ่งสอดคล้องกับสมรรถนะสำคัญที่หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานมุ่งพัฒนาให้เกิดกับผู้เรียน ดังตารางเปรียบเทียบ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน เพศศึกษารอบด้าน	มุ่งพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต (Personal Skills)
๑. ความสามารถในการสื่อสาร ๒. ความสามารถในการคิด ๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา ๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ๕. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	<ul style="list-style-type: none"> ● เท่าทันการให้คุณค่ากับสิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นตัวชี้้นำพฤติกรรม เป้าหมายและการดำเนินชีวิต ● สามารถสื่อสาร รับฟัง แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึก ทั้งที่สอดคล้อง และแตกต่างกัน ● สามารถคิด วิเคราะห์ ต่อรอง และเลือกตัดสินใจ รวมทั้งรับผิดชอบผลจากการตัดสินใจของตน ● สามารถยืนยงและรักษา ความเป็นตัวของตัวเอง โดยเคารพในสิทธิของผู้อื่น ● สามารถเผชิญและจัดการกับแรงกดดันจากเพื่อน สิ่งแวดล้อม และอคติทางเพศ ● แสวงหาคำแนะนำ ความช่วยเหลือ การจำแนก แยกแยะข้อมูลที่ต้องออกจากที่ไม่ถูกต้อง



ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑

และเพศศึกษา ระดับชั้น ม.๒

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๒
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none">การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	แผน ๑ บอกทนาย อยากรู้ แผน ๒ ฉันทในสายตา คนอื่นๆ
๒. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none">ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา- พันธุกรรม, สิ่งแวดล้อม, การอบรมเลี้ยงดู	แผน ๒ ฉันทในสายตา คนอื่นๆ แผน ๑๑ รวมมิตร

๔๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๒
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ	<ul style="list-style-type: none">ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ- ครอบครัว, วัฒนธรรม, เพื่อน, สื่อ	แผน ๓ ใจเขาใจเรา แผน ๕ แลกน้ำ แผน ๗ ยอดนักชาย แผน ๑๐ โลกของเธอ โลกของฉัน
๒. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	<ul style="list-style-type: none">ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	แผน ๑๔ ชะลอดีกว่าไหม
๓. อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	<ul style="list-style-type: none">โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์โรคเอดส์การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	แผน ๕ แลกน้ำ แผน ๖ รู้จักคุ้นเคย แผน ๑๔ ชะลอดีกว่าไหม
๔. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none">ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศการวางตัวต่อเพศตรงข้ามปัญหาทางเพศแนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ	แผน ๑๐ โลกของเธอ โลกของฉัน



๔๓

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๒
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล	<ul style="list-style-type: none"> ● การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ 	แผน ๑ บอกหน่อย อยากู้ แผน ๖ รู้จักคุ้นเคย แผน ๗ ยอดนักขาย
๒. วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ● ผลกระทบของเทคโนโลยี ที่มีต่อสุขภาพ 	แผน ๗ ยอดนักขาย
๓. วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ● ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ 	
๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสมดุระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต 	
๕. อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต	<ul style="list-style-type: none"> ● ความสมดุระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต 	
๖. เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด	<ul style="list-style-type: none"> ● วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด 	แผน ๓ ใจเขาใจเรา แผน ๔ สร้างสะพาน แผน ๙ เรื่องของปีกเป่า แผน ๑๒ อยากบอเธอ
๗. พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	<ul style="list-style-type: none"> ● เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย ● การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย 	

๔๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง

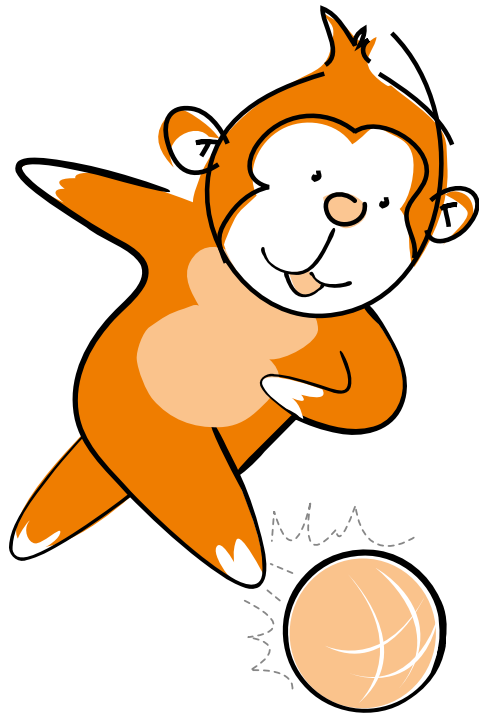


๕

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๒
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. ระบุวิธีการ บังคับและแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นผู้ติตสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none">● วิธีการ บังคับและแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นผู้ติตสารเสพติด	
๒. อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	<ul style="list-style-type: none">● การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง<ul style="list-style-type: none">- การมั่วสุม, การทะเลาะวิวาท, การเข้าไปในแหล่งอบายมุข, การแข่งจักรยานยนต์บนท้องถนน ฯลฯ	แผน ๔ เพศสัมพันธ์ มิได้เมื่อใด แผน ๑๒ อยากบอกเธอ แผน ๑๓ จินตนาการรัก
๓. ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	<ul style="list-style-type: none">● ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	แผน ๔ เพศสัมพันธ์ มิได้เมื่อใด แผน ๑๓ จินตนาการรัก

สรุปตัวชีวิตและแผนการเรียนรู้ เพศศึกษารอบด้าน สาระสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้น ม.๒



๔๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

มาตรฐาน/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	แผนการเรียนรู้เพศศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๒													
	๑	๒	๓	๔	๕	๖	๗	๘	๙	๑๐	๑๑	๑๒	๑๓	๑๔
มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์														
๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	•	•												
๒. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น		•									•			
มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบคลุม เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต														
๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ			•		•		•			•				
๒. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น														•
๓. อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์					•	•								
๔. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม										•				
มาตรฐาน พ.๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ														
๑. เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล	•					•	•							
๒. วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ							•							
๖. เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด			•					•	•			•		
มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การเฝ้าระวังสุขภาพ และความรุนแรง														
๒. อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง					•							•	•	
๓. ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย					•								•	

๑. บอกหน่วย อายากู (๒ ชั่วโมง) ๒. ฉันทในสายตาคอนอื่น ๆ ๓. ใจเขาใจเรา ๔. เพศสัมพันธ์มีได้เมื่อใด ๕. แลกน้ำ ๖. รู้จักคุ้นเคย ๗. ยอดนักชาย ๘. สร้างสะพาน ๙. เรื่องของปีกเป่า ๑๐. โลกของเธอ โลกของฉัน ๑๑. รวมมิตร ๑๒. อายากบอกเธอ ๑๓. จินตนาการรัก (๒ ชั่วโมง) ๑๔. ชะลอดีกว่าไหม

หมายเหตุ มาตรฐาน ๔.๑ มี ๒ ตัวชี้วัดที่เกี่ยวข้องและพัฒนาเพิ่มเติมได้ ๔.๑.๓. วิเคราะห์ผลความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ ๔.๑.๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต



การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอบถ่าน การวิเคราะห์ถักถักชัก ชั้น ม.๒

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑. บอกหน่วย อยากรู้ (๒ ชั่วโมง)	<p>พ๑.๑ม๒/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น</p> <p>พ๔.๑ม๒/๑ เลือกรับบริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล</p>	<p>พ๒.๑ม๒/๑ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ</p>	<p>๑. เข้าใจว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องที่คุยกันได้ และไม่ใช่น่าอาย</p> <p>๒. มั่นใจที่จะหาข้อมูลหากมีคำถามเรื่องเพศ และบอกแหล่งข้อมูลเรื่องเพศที่น่าเชื่อถือได้</p> <p>๓. ตอบคำถามเบื้องต้นเรื่องสรีระร่างกายชาย/หญิง และการจัดการอารมณ์เพศได้</p>	<p>การนำเสนอคำตอบจาก การสำรวจของกลุ่ม</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>แก้ไขปัญหา</p> <p>ใช้เทคโนโลยี</p>	<p>สำรวจค้นหา</p>
๒. ฉันใน สายตาคน อื่นๆ	<p>พ๑.๑ม๒/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น</p> <p>พ๑.๑ม๒/๒ ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบท่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น</p>	<p>พ๒.๑ม๒/๑ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ</p>	<p>๑. รู้จักตัวเองผ่านการรับรู้และมุมมองของคนอื่นที่รู้จัก</p> <p>๒. ฝึกการสะท้อนความรู้สึกให้เพื่อนได้รับรู้</p>	<p>ใบงาน ๒ ชุด</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p>	<p>คิดละเอียด</p> <p>การระบุ</p>
๓. ใจเขา ใจเรา	<p>พ๒.๑ม๒/๑ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ</p> <p>พ๔.๑ม๒/๖ เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p>	<p>พ๑.๑ม๒/๒ ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบท่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น</p>	<p>๑. บอกความคาดหวังที่ต่างกันต่อการมีแฟน และอาจนำไปสู่ความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นกับผู้ใหญ่</p> <p>๒. บอกวิธีจัดการความขัดแย้ง โดยยังคงสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันได้</p>	<p>การแสดงบทบาทสมมติ</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p>	<p>กระบวนการคิด</p> <p>อย่างมี</p> <p>วิจารณญาณ</p>

การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ทิวทัศน์ ชั้น ม.๒

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๔. เพศ สัมพันธ์ มีได้เมื่อใด	<p>พ๕.๑ม๒/๒ อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง</p> <p>พ๕.๑ม๒/๓ ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย</p>	<p>พ๒.๑ม๒/๒ วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p> <p>พ๒.๑ม๒/๔ อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม</p>	<p>๑. บอกปัจจัยสำคัญที่ควรพิจารณาในการตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์</p> <p>๒. บอกวิธีป้องกันการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่พร้อมและยินยอม</p>		<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไขปัญหา</p>	<p>การตั้งเกณฑ์</p> <p>การหาแบบแผน</p>
๕. แลกรน้ำ	<p>พ๒.๑ม๒/๓ อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์</p> <p>พ๒.๑ม๒/๑ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ</p>	<p>พ๒.๑ม๒/๒ วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p>	<p>๑. ระบุโอกาสเสี่ยงของตนต่อการได้รับเชื้อเอชไอวี</p> <p>๒. บอกวิธีป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีที่ตนเองมั่นใจว่าทำได้</p>	<p>การระบุวิธีการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไขปัญหา</p>	<p>การหาแบบแผน</p> <p>กระบวนการคิด</p> <p>ตัดสินใจ</p>
๖. รู้จักคุ้นเคย	<p>พ๒.๑ม๒/๓ อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์</p> <p>พ๔.๑ม๒/๑ เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล</p>	<p>พ๒.๑ม๒/๔ อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม</p> <p>พ๔.๑ม๒/๒ วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ</p>	<p>๑. อธิบายวิธีการคุมกำเนิด การใช้อุปกรณ์ และประสิทธิภาพของแต่ละวิธีได้ถูกต้อง</p> <p>๒. ตระหนักว่าการคุมกำเนิดเป็นความรับผิดชอบของทั้งชายและหญิงในการดูแลตัวเองเช่นเดียวกับการดูแลสุขภาพทั่วไป ไม่ใช่ความรับผิดชอบของเพศใดเพศหนึ่งเท่านั้น</p>		<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไขปัญหา</p> <p>การใช้เทคโนโลยี (ทางด้านสุขภาพ)</p>	<p>คิดละเอียด</p> <p>การระบุ</p>



การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ทิวทัศน์ ชั้น ม.๒

แผน	ทิวทัศน์		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๗. ยอด นักชาย	<p>พ๔.๑ม๒/๑ เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล</p> <p>พ๔.๑ม๒/๒ วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ</p> <p>พ๒.๑ม๒/๑ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ</p>		<p>๑. บอกคุณลักษณะที่สำคัญของสื่อโฆษณาว่ามีอะไรบ้าง</p> <p>๒. สามารถแยกแยะ “คุณสมบัติสินค้า/บริการ” กับ “ภาพลักษณ์ที่ดึงดูดใจ” ในสื่อโฆษณาได้</p> <p>๓. ระบุวิธีการที่จะเลือกซื้อสินค้า/บริการอย่าง “เท่าทัน”</p>		<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p> <p>การใช้</p> <p>เทคโนโลยี</p>	<p>การประยุกต์ใช้</p> <p>ความรู้</p>
๘. สร้าง สะพาน	<p>พ๔.๑ม๒/๖ เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p>	<p>พ๒.๑ม๒/๑ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ</p>	<p>๑. อธิบายที่มาของความขัดแย้งระหว่างผู้ใหญ่และเด็ก</p> <p>๒. แสดงให้เห็นวิธีการสื่อสารที่จะช่วยลดความขัดแย้ง</p>	<p>การนำเสนอของกลุ่ม</p> <p>ถึงสาเหตุและวิธีการสื่อสาร</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p>	<p>การให้เหตุผล</p>
๙. เรื่องของ ปักเป้า	<p>พ๔.๑ม๒/๖ เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p>	<p>พ๒.๑ม๒/๔ อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม</p>	<p>๑. เห็นตัวอย่างการบอกความรู้สึกที่ไม่พอใจเมื่อถูกล้อเลียน โดยใช้คำพูดที่ตรงกับความรู้สึก โดยไม่แสดงอาการตอบโต้ด้วยอารมณ์</p> <p>๒. บอกวิธีแสดงการขอโทษ เสียใจ เมื่อทำให้ผู้อื่นเสียหายได้</p>		<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p>	<p>การให้เหตุผล</p>

การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ทิวทัศน์ ชั้น ม.๒

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑๐. โลกของเธอ โลกของฉัน	<p>พ๒.๑ม๒/๑ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ</p> <p>พ๒.๑ม๒/๔ อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม</p>		<p>๑. บอกความรู้สึกของคนที่อยู่ในสถานการณ์ซึ่งอาจแตกต่างจากคนทั่วไป</p> <p>๒. บอกผลกระทบที่เกิดจากอคติต่อคนที่แตกต่างจากเรา</p>	การระดมคำถาม	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p>	<p>การตั้งคำถาม</p> <p>การนำความรู้ไปใช้</p>
๑๑. รวมมิตร	<p>พ๑.๑ม๒/๒ ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น</p>	<p>พ๔.๑ม๒/๖ เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p>	<p>๑. บอกวิธีปฏิบัติตัวระหว่างเพื่อนที่แสดงถึงการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล</p> <p>๒. บอกข้อดีของการสร้างสัมพันธ์ที่ยังคงความเป็นตัวของตัวเองพร้อมกับการยอมรับตัวตนของผู้อื่น</p>	การสื่อสาร	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p>	การเปรียบเทียบ
๑๒. อยากบอกเธอ	<p>พ๔.๑ม๒/๖ เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p> <p>พ๕.๑ม๒/๒ อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง</p>	<p>พ๒.๑ม๒/๔ อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม</p>	<p>๑. บอกวิธีแสดงความรู้สึกที่แสดงถึงการให้เกียรติต่ออีกฝ่าย</p> <p>๒. ระบุวิธีการบอกปฏิเสธ หรือบอกความรู้สึกที่ไม่ตรงกัน โดยไม่ทำลายความรู้สึกของอีกฝ่าย</p>	การแสดงบทบาทสมมติ	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p>	<p>การประยุกต์ใช้ความรู้</p> <p>กระบวนการคิด</p> <p>อย่างมี</p> <p>วิจารณญาณ</p>



การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอบถ่าน การวิเคราะห์ทัวชีวัต ชั้น ม.๒

แผน	ตัวชีวัต		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑๓. จินตนาการ รัก (๒ ชั่วโมง)	<p>พ๕.๑ม๒/๒ อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง</p> <p>พ๕.๑ม๒/๓ ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย</p>	<p>พ๒.๑ม๒/๒ วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p> <p>พ๒.๑ม๒/๓ อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์</p>	<p>๑. บอกพัฒนาการความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคนที่มีความพึงพอใจต่อกันเป็นพิเศษ</p> <p>๒. สสำรวจความรู้สึกและความต้องการของตนเองต่อการมีแฟนและการมีเพศสัมพันธ์</p> <p>๓. ประเมินความพร้อมของตนเองต่อการรับผิดชอบที่อาจเกิดขึ้นจากการตัดสินใจหรือการกระทำของตนเองในการพัฒนาความสัมพันธ์</p>	ภาพวาดชุดที่ ๕ และ ๖	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p>	การสรุปอ้างอิง
๑๔. ชะลอติกว่า ใหม่	<p>พ๒.๑ม๒/๒ วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน</p> <p>พ๒.๑ม๒/๓ อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์</p>		<p>๑. บอกข้อดีของการไม่มีเพศสัมพันธ์</p> <p>๒. บอกทางเลือกอื่น ๆ แทนการมีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่ได้ โดยทางเลือกเหล่านั้นสามารถปฏิบัติได้จริง</p> <p>๓. ระบุวิธีที่จะช่วยให้การเลือกไม่มีเพศสัมพันธ์สามารถปฏิบัติได้จริง</p>	ได้อวาทิ	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ไข</p> <p>ปัญหา</p>	กระบวนการคิดอย่างมี วิจารณ์ญาณ

* ครูผู้สอน หรือผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ สามารถพัฒนาหรือเพิ่มเติมขั้นตอนในกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับตัวชีวัตเพิ่มเติมได้



การวัดและประเมินผล การจัดการเรียนรู้เพศศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีเป้าหมายสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษา
ขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑ คือการเสริมสร้างเยาวชนให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข การ
จัดการเรียนรู้เพศศึกษาจึงเป็นกระบวนการพัฒนาเยาวชน ให้ลดความเสี่ยงอันเนื่องมาจากพฤติกรรม
ทางเพศ เสริมสร้างคุณภาพความสัมพันธ์ และพัฒนาความสามารถในการคิด ตัดสินใจ และการ
สื่อสารที่จะช่วยให้ผู้เรียนดำเนินชีวิตอย่างเท่าทันตนเอง สามารถรับมือกับสิ่งที่ไม่
ตนเองเลือก

แนวทางการวัดและประเมินผลผู้เรียน อยู่บนหลักการสำคัญคือการวัดและประเมินผลตาม
สภาพจริงของผู้เรียน ซึ่งสอดคล้องกับวิธีการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ การวัดและ
ประเมินผลต้องวัดให้ครอบคลุมทั้งด้านความรู้ เจตคติ ทักษะและกระบวนการ ซึ่งผู้จัดการเรียนรู้
ควรจัดเก็บข้อมูลที่สะท้อนผลการเรียนรู้ของผู้เรียนเป็นรายบุคคล และนำผลที่ได้มาปรับปรุง
กระบวนการจัดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งพัฒนาเครื่องมือการวัดและประเมินผลให้มีความ
หลากหลายได้ โดยอาศัยเกณฑ์ เนื้อหา/สาระสำคัญในแต่ละด้าน และเครื่องมือวัดและประเมิน ซึ่ง
กำหนดไว้เป็นแนวทางเบื้องต้น ดังนี้

แนวทางการวัดและประเมินผล การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน สำหรับผู้เรียนระดับชั้น ม.๒

สิ่งที่วัด	เนื้อหา/สาระสำคัญจากการเรียนรู้	เครื่องมือวัดและประเมิน
๑. ความรู้	<ul style="list-style-type: none">• วิธีการดูแลสุขภาพสุขอนามัย สรีระร่างกายที่ถูกต้อง• วิธีการคุมกำเนิดชนิดต่างๆ• วิธีการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือเอชไอวี ที่มีประสิทธิภาพ• ปัจจัยควรพิจารณาก่อนตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์• ปัจจัยที่ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นกับผู้ใหญ่• วิธีการสื่อสารเพื่อแก้ไขความขัดแย้งกับเพื่อน ผู้ใหญ่ แฟน• วิธีการเลือกใช้สินค้าเพื่อการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศ ที่ถูกต้อง• ความแตกต่างของบุคคล	<ol style="list-style-type: none">๑. คำถามท้ายบท๒. การได้วาที่ “ชะลอดีกว่าไหม”๓. แบบประเมินทักษะ และการทำงานกลุ่ม

๕๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

สิ่งที่วัด	เนื้อหา/สาระสำคัญจากการเรียนรู้	เครื่องมือวัดและประเมิน
๒. เจตคติ	<ul style="list-style-type: none"> • มั่นใจและหาวิธีการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศของตนเอง • ตระหนักในโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ป้องกัน • ตระหนักถึงความรับผิดชอบในการป้องกันการตั้งครรภ์ และมีเพศสัมพันธ์เมื่อไม่พร้อม • ให้ความสำคัญกับการทบทวนตัวเองต่อการมีแฟน การคบเพื่อน การมีเพศสัมพันธ์ • ยอมรับผิดต่อการกระทำของตนเอง รู้จักขอโทษ • ให้ความสำคัญกับการสื่อสารเพื่อรักษาสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ผู้ใหญ่ • เคารพความแตกต่างของบุคคล คนรักเพศเดียวกัน • ตระหนักถึงอิทธิพลของสื่อโฆษณาว่าส่งผลต่อการดูแลสุขภาพ สุขอนามัย 	
๓. ทักษะ	<ul style="list-style-type: none"> • การคิดวิเคราะห์ • การตัดสินใจ • การประเมินความเสี่ยง • การสื่อสารเพื่อจัดการความสัมพันธ์ • การทำงานเป็นกลุ่ม 	



เกณฑ์การให้คะแนน

คำถามท้ายบทและชิ้นงาน

๑. ความถูกต้องของข้อมูล/ข้อเท็จจริง
๒. การให้เหตุผลประกอบ ที่เป็นการสะท้อนทัศนคติของผู้เรียนที่มีต่อประเด็นนั้น

เกณฑ์	ระดับคะแนน/ตัวบ่งชี้	
เนื้อหาจากคำตอบ และการให้เหตุผล	๓ (ดีมาก)	ตอบถูกต้อง มีเหตุผลสนับสนุน / เหตุผลสอดคล้อง
	๒ (ดี)	ตอบถูกต้อง ไม่มีเหตุผลสนับสนุน / เหตุผลไม่สอดคล้อง
	๑ (ผ่าน)	ตอบถูกต้องแต่ไม่ครบถ้วน ไม่มีเหตุผลสนับสนุน / เหตุผลไม่สอดคล้อง
	๐ (ไม่ผ่าน)	ไม่ตอบ / ตอบไม่ตรงประเด็น / ตอบไม่ถูก

๕๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

เกณฑ์การให้คะแนนทักษะและการทำงานกลุ่ม



ทักษะ	ระดับคะแนน/เกณฑ์หรือตัวบ่งชี้			
	๓ (ดีมาก)	๒ (ดี)	๑ (ผ่าน)	๐ (ไม่ผ่าน)
๑. ทักษะการคิดวิเคราะห์	การแยกแยะข้อมูล/ข้อเท็จจริงได้ถูกต้อง	การแยกแยะข้อมูล/ข้อเท็จจริงได้ถูกต้อง	การแยกแยะข้อมูล/ข้อเท็จจริงได้	ไม่สามารถจำแนกข้อมูล/ข้อเท็จจริง หรือเชื่อมโยงเพื่อให้เกิดผลในการตอบคำถามได้
	การเชื่อมโยงเพื่อให้เกิดผลประกอบการตอบคำถามได้อย่างครบถ้วน	การเชื่อมโยงเพื่อให้เกิดผลประกอบการตอบคำถามถูกต้องหรือครบถ้วนเพียงบางส่วน	การเชื่อมโยงเพื่อให้เกิดผลประกอบการตอบคำถามได้ แต่ไม่ชัดเจนนัก	
๒. การตัดสินใจ	ระบุปัญหาได้ถูกต้อง	ระบุปัญหาได้ถูกต้อง	ระบุปัญหาได้	ไม่สามารถระบุปัญหา หรือวิเคราะห์ทางเลือก หรือพิจารณาผลกระทบด้านบวก/ลบในการแก้ไขปัญหา
	มีการประเมินหรือวิเคราะห์ทางเลือกอย่างรอบคอบ	มีการประเมินหรือวิเคราะห์ทางเลือกได้บางส่วน	มีการประเมินหรือวิเคราะห์ทางเลือกได้บางส่วน	
	การพิจารณาผลกระทบด้านบวก/ลบในการแก้ไขปัญหาอย่างรอบคอบ	การพิจารณาผลกระทบด้านบวก/ลบในการแก้ไขปัญหาได้บางส่วน	การพิจารณาผลกระทบด้านบวก/ลบในการแก้ไขปัญหา ยังไม่ชัดเจน	

ทักษะ	ระดับคะแนน/เกณฑ์หรือตัวบ่งชี้			
	๓ (ดีมาก)	๒ (ดี)	๑ (ผ่าน)	๐ (ไม่ผ่าน)
๓. การประเมินความเสี่ยง	แสวงหาข้อเท็จจริงหรือข้อมูลที่สามารถยืนยันได้	แสวงหาข้อเท็จจริงหรือข้อมูลที่สามารถยืนยันได้	แสวงหาข้อเท็จจริงหรือข้อมูลที่สามารถยืนยันได้	ไม่มีข้อเท็จจริงและการพิจารณาความเป็นไปได้และแนวทางแก้ไขปัญหา
	การชั่งน้ำหนักหรือพิจารณาความเป็นไปได้อย่างรอบคอบ	การชั่งน้ำหนักหรือพิจารณาความเป็นไปได้ยังไม่รอบคอบ	การชั่งน้ำหนักหรือพิจารณาความเป็นไปได้ไม่ชัดเจน	
	มีแนวทางการแก้ไขปัญหที่อาจเกิดขึ้นชัดเจน	มีแนวทางการแก้ไขปัญหที่อาจเกิดขึ้นอาจไม่ชัดเจน	มีแนวทางการแก้ไขปัญหที่อาจเกิดขึ้นไม่ชัดเจน	
๔. การสื่อสารเพื่อจัดการความสัมพันธ์	ระบุความต้องการหรือเป้าหมายได้ชัดเจน	ระบุความต้องการหรือเป้าหมายได้ชัดเจน	ระบุความต้องการหรือเป้าหมายได้	ระบุความต้องการหรือเป้าหมาย แต่ไม่สามารถใช้ภาษาหรือสื่อความต้องการของตนเองได้ หรืออาจเกิดความขัดแย้งได้
	การใช้ภาษาหรือคำพูดเหมาะสม	การใช้ภาษาหรือคำพูดเหมาะสม	การใช้ภาษาหรือคำพูดยังต้องปรับปรุง	
	สื่อความหมายได้ถูกต้อง	สื่อความหมายได้ถูกต้อง	สื่อความหมายได้	
	รับฟังหรือเข้าใจเหตุผลและความต้องการของอีกฝ่ายได้ดี	รับฟังหรือเข้าใจเหตุผลและความต้องการของอีกฝ่ายได้บ้าง	ไม่รับฟังหรือไม่เข้าใจเหตุผลและความต้องการของอีกฝ่าย	



ทักษะ	ระดับคะแนน/เกณฑ์หรือตัวบ่งชี้			
	๓ (ดีมาก)	๒ (ดี)	๑ (ผ่าน)	๐ (ไม่ผ่าน)
	ทำให้เกิดผลที่เป็นความพึงพอใจทั้งสองฝ่าย	ทำให้เกิดผลที่เป็นความพึงพอใจทั้งสองฝ่าย	ต้องปรับปรุงเพื่อให้เกิดผลที่เป็นความพึงพอใจทั้งสองฝ่าย	
๕. การทำงานเป็นกลุ่ม	การแบ่งหน้าที่และมอบหมายงานชัดเจน มีการสลับเวียนหน้าที่รับผิดชอบ	การแบ่งหน้าที่และมอบหมายงาน ไม่มีการสลับบทบาทหน้าที่ที่รับผิดชอบ	การแบ่งหน้าที่ และมอบหมายงานไม่ชัดเจน	ไม่มีการแบ่งหน้าที่ และมอบหมายงาน ดำเนินการไม่ครบทุกขั้นตอน และการเก็บข้อมูลขาดประเด็น และมีสมาชิกเพียงบางคนหรือมีจำนวนน้อยให้ความร่วมมือ หรือแสดงความเห็น ตั้งใจปฏิบัติงาน
	ชี้แจงวัตถุประสงค์เตรียมความพร้อมก่อนลงมือปฏิบัติงาน ติดตามงาน และสรุปร่วมกัน	ดำเนินงานตามขั้นตอน แต่มีความบกพร่องเพียงเล็กน้อยในบางขั้นตอน	ดำเนินการตามขั้นตอน แต่ขาดความชัดเจน หรือบกพร่องเป็นส่วนใหญ่	
	เก็บข้อมูลได้ครบถ้วนตามประเด็นที่กำหนด	เก็บข้อมูลได้แต่ไม่ครบถ้วน	เก็บข้อมูลได้บ้าง	
	สมาชิกให้ความร่วมมือ แสดงความคิดเห็น ตั้งใจปฏิบัติงานตามมอบหมาย	สมาชิกให้ความร่วมมือ แสดงความคิดเห็น ตั้งใจปฏิบัติงานเพียงบางส่วน	สมาชิกให้ความร่วมมือ แสดงความคิดเห็น ตั้งใจปฏิบัติงานมีจำนวนเพียงเล็กน้อย	

การประเมินเพื่อสรุปผลการเรียน

ผู้จัดการเรียนรู้สามารถพิจารณาจากการประเมินแต่ละกิจกรรมและงานที่มอบหมายในอัตราส่วนตามความเหมาะสมของแต่ละกิจกรรมหรืองานที่มอบหมายให้ดำเนิน และกำหนดการผ่านเกณฑ์โดยให้คะแนนตามนี้ (หรือปรับปรุงแก้ไขได้ตามความเหมาะสม)

งานหรือกิจกรรมที่ประเมิน	คะแนน
การตอบคำถามท้ายบท	๓๐ คะแนน
ทักษะและการทำงานกลุ่ม	๓๐ คะแนน
ชิ้นงานที่ได้รับมอบหมาย	๔๐ คะแนน
รวม	๑๐๐ คะแนน

เกณฑ์การประเมิน

“ผ่าน” และ “ไม่ผ่าน”

กรณี “ผ่าน” หมายถึง นักเรียนมีผลการประเมินผ่านผลการเรียนรู้ของหลักสูตรไม่ต่ำกว่า ๖๐ คะแนน ของผลการเรียนรู้ตามกลุ่มสาระเพิ่มเติมสุขศึกษา ในหลักสูตรเพศศึกษารอบด้าน

กรณี “ไม่ผ่าน” ครูผู้สอนสามารถเสริมด้วยกิจกรรมและวิธีการที่เหมาะสมเพื่อช่อมให้นักเรียนผ่านตามเกณฑ์ที่กำหนด

๖๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



ข้อคิดในเรื่องการจัดการเรียนรู้

ผู้จัดการเรียนรู้ควรออกแบบ และสร้างการเรียนรู้แก่ผู้เรียน โดยกระตุ้นให้ผู้เรียนนำสิ่งที่เป็นประสบการณ์ของผู้เรียน และการตั้งข้อสังเกตจากประสบการณ์ของผู้อื่นที่ได้เคยพบเห็น มาผนวกกับความคิดเห็น และความรู้สึกของผู้เรียน และส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้จากการเห็นแบบอย่างของพฤติกรรม การกระทำ ความแตกต่างหลากหลายทัศนะ และมุมมองที่มีต่อเรื่องเดียวกัน จึงจะทำให้ผู้เรียนฝึกคิด เปรียบเทียบ แยกแยะสิ่งที่ตนกระทำ หรือเชื่อ กับความคิด ความเชื่อแบบอื่นๆ จนสามารถเรียนรู้ และเข้าใจตนเองต้องแท้ขึ้น

การเรียนรู้จะลึกซึ้ง ยั่งยืนเพียงใด ขึ้นอยู่กับว่าผู้เรียนจะมีโอกาสได้คิด วิเคราะห์ ใคร่ครวญ และเปรียบเทียบประสบการณ์ของตนกับผู้อื่น ทั้งในโรงเรียน บ้าน ที่ทำงาน และกลุ่มเพื่อนหรือเครือข่ายทางสังคมได้กว้างขวางเพียงไร และคนเรามักจะเรียนรู้ได้ลึกซึ้งมากขึ้นเมื่อข้อมูลใหม่ ความคิดใหม่ และทักษะใหม่ๆ เหล่านั้น สอดรับ และตอบสนองต่อความต้องการ หรือช่วยคลี่คลายปัญหาที่ผู้เรียนเผชิญอยู่ ซึ่งจะทำให้เกิดการลงนำไปใช้ และส่งผลตอบกลับให้เป็นการเรียนรู้ใหม่ได้

ต้องไม่ลืมว่า การศึกษาในห้องเรียน เป็นเพียงส่วนหนึ่งของการเรียนรู้เพื่อที่จะเกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเองของผู้เรียน แต่ไม่ใช่ทั้งหมด การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมขึ้นอยู่กับปัจจัยและเงื่อนไขที่หลากหลาย เงื่อนไขบางอย่างต้องมีขึ้นก่อนที่บุคคลจะเปลี่ยนแปลงตนเอง (predispose) อาทิเช่น ต้องมีความรู้ หรือทัศนะบางอย่างต่อเรื่องนั้น ที่เอื้อต่อการเกิดพฤติกรรม นอกจากนั้นยังต้องอาศัยการเกื้อหนุน หรือการเข้าถึงของทรัพยากร อุปกรณ์ หรือบริการ ที่จำเป็นต่อการสร้างพฤติกรรมนั้น และที่สำคัญต้องมีสิ่งแวดล้อม หรือบุคคลแวดล้อมที่คอยส่งเสริม ตอกย้ำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยสม่ำเสมอ เป็นต้น

ข้อเตือนใจเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์

๑. เราเรียนรู้ที่จะทำได้ ก็ต่อเมื่อได้ลองลงมือทำ
๒. เราเรียนรู้ที่จะทำสิ่งนี้ได้ ก็ต่อเมื่อได้ลองทำสิ่งนี้
๓. เมื่อไม่พร้อมที่จะเรียน การเรียนรู้ก็ไม่เกิด การขัดเยียดให้เรียนโดยไม่พร้อมอาจเกิดผลร้ายมากกว่าดี
๔. หากไม่มีแรงจูงใจ ก็อาจไม่เกิดการเรียนรู้
๕. ถ้าจะให้เรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ต้องมีปฏิริยาตอบรับกับสิ่งที่ผู้เรียนแสดงออกมาในระหว่างการเรียนอย่างทันท่วงที
๖. หากสาระที่เรียนนั้นมีความหมายต่อผู้เรียน การเรียนรู้ย่อมยิ่งยืนกว่าเรื่องราวที่ไม่มี ความหมายแก่ตัวผู้เรียน
๗. ถ้าต้องการให้การเรียนรู้เกิดการนำไปปฏิบัติ ควรจัดวางการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับการนำไปใช้ในชีวิตจริง
๘. ผู้เรียนจะสนองต่อการเรียนรู้อย่างไร มักขึ้นอยู่กับเขารับรู้เกี่ยวกับสถานการณ์นั้นๆ อย่งไร
๙. ผู้เรียนจะสนองตอบกับการเรียนรู้ได้ดีเพียงไร ขึ้นอยู่กับบรรยากาศของการจัดการเรียนรู้ นั้นๆ
๑๐. คนเรามักตอบสนอง โดยการแสดงออกตามสิ่งที่ตนกระทำได้ หรือเคยทำ ตามเงื่อนไขทางกายภาพ ภูมิหลังที่ตนมี และตามแรงกระตุ้นที่ได้รับในขณะนั้น

**แผนการ
เรียนรู้เพศศึกษา
“ก้าวอย่าง
อย่างเข้าใจ”
ระดับมัธยมศึกษา
ปีที่ ๒**



แผนการเรียนรู้เพศศึกษา

“ก้าวอย่างเข้าใจ”

ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๒

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑	บอกหน้อย อยากรู้ (๒ คาบ)	การมีข้อมูลในเรื่องเพศที่ถูกต้องจะช่วยลดความกังวลใจและเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง	๑. เข้าใจว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องที่คุยกันได้ และไม่ใช่เรื่องน่าอาย ๒. มั่นใจที่จะหาข้อมูลหากมีคำถามเรื่องเพศ และบอกแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือในเรื่องเพศได้ ๓. มีข้อมูลเบื้องต้นเรื่องสรีระร่างกายชาย/หญิง และการจัดการอารมณ์เพศได้	พัฒนาการทางเพศ
๒	ฉันในสายตา คนอื่น ๆ	คนเรามีโอกาสพัฒนาความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ตลอดเวลา คนที่รู้จักเราแต่ละคนอาจเห็นเราในแงุ่มุมที่ต่างกััน การได้รู้ว่าเราเป็นอย่างไรในสายตาคนอื่นจะช่วยให้เรารู้จักตัวเองมากขึ้น และช่วยให้เราพัฒนาตัวเองและพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดีขึ้น	๑. รู้จักตัวเองผ่านการรับรู้และมุมมองของคนที่รู้จัก ๒. ฝึกการสะท้อนความรู้สึกให้เพื่อนได้รับรู้	พัฒนาการทางเพศ

๖๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๓	ใจเขา ใจเรา	วัยรุ่นและผู้ใหญ่มักมีความคิดเห็นและความคาดหวังไม่ตรงกัน ซึ่งอาจนำไปสู่ความขัดแย้งและไม่สื่อสารกัน “การเอาใจเขามาใส่ใจเรา” ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ความรู้สึกของบุคคลในบทบาทนั้นๆ เกิดความเข้าใจต่อกันมากขึ้น	๑. บอกความคาดหวังต่อการมีแฟนที่ต่างกัน และอาจนำไปสู่ความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นกับผู้ใหญ่ ๒. บอกวิธีจัดการความขัดแย้ง โดยยังคงสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน	สัมพันธ์ภาพ
๔	เพศสัมพันธ์มีได้เมื่อใด	การจะมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์และการมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย เป็นสิ่งที่แต่ละคนสามารถตัดสินใจเลือกได้ด้วยตัวเอง โดยคำนึงถึงผลที่ตามมาและความพร้อมที่จะรับผิดชอบของตัวเอง และไม่อ่าจมีใครบังคับได้ หากเราไม่ยินยอม	๑. บอกปัจจัยสำคัญที่ควรพิจารณาในการตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ ๒. บอกวิธีป้องกันการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่พร้อมและไม่ยินยอม	พฤติกรรมทางเพศ
๕	แลหน้า	โอกาสการติดเชื้อเอชไอวีเกิดขึ้นได้กับทุกคนรวมทั้งวัยรุ่น หากมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกันกับคนที่ติดเชื้อเอชไอวี ซึ่งไม่สามารถดูจากรูปลักษณ์ภายนอก การไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะทำให้ไม่ได้รับเชื้อเอชไอวี แต่หากมีเพศสัมพันธ์ ควรใช้อนามัยเป็นอุปกรณ์คุมกำเนิดชนิดเดียวที่ช่วยป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีได้	๑. ระบุโอกาสเสี่ยงของตนต่อการได้รับเชื้อเอชไอวี ๒. บอกวิธีป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีที่ตนเองมั่นใจว่าทำได้	สุขภาพทางเพศ



แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๖	รู้จัก คุณเคย	การเรียนรู้เรื่องวิธีการคุมกำเนิด การป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม และ การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นการเรียนรู้เพื่อการดูแลสุขภาพทางเพศเมื่อจำเป็นต้องใช้ ซึ่งเรื่องดังกล่าวเป็นความรับผิดชอบของแต่ละคนที่ต้องมีต่อตัวเองเช่นเดียวกับการดูแลสุขภาพอนามัยทั่วไป	<ol style="list-style-type: none"> อธิบายวิธีการคุมกำเนิด การใช้ อุปกรณ์ และประสิทธิภาพของแต่ละวิธีได้ถูกต้อง ตระหนักว่าการคุมกำเนิดเป็น ความรับผิดชอบของทั้งหญิง และชายในการดูแลตัวเองเช่นเดียวกับการดูแลสุขภาพทั่วไป ไม่ใช่ความรับผิดชอบของ เพศใดเพศหนึ่งเท่านั้น 	สุขภาพทางเพศ
๘	ยอดนักขาย	สื่อโฆษณาเน้นการสร้างภาพเพื่อเพิ่มมูลค่าสินค้า และกระตุ้นแรงจูงใจให้ผู้บริโภคต้องการซื้อสินค้า โฆษณาหลายชิ้นมักใช้เรื่องเพศมาเป็นจุดขาย การเข้าใจและสามารถแยกแยะวัตถุประสงค์ทางการค้าของโฆษณา กับคุณสมบัติพื้นฐานของสินค้า จะช่วยให้เราในฐานะผู้บริโภคสามารถตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าอย่างเท่าทัน	<ol style="list-style-type: none"> บอกคุณลักษณะที่สำคัญของสื่อโฆษณามีอะไรบ้าง สามารถแยกแยะ “คุณสมบัติสินค้า/บริการ” กับ “ภาพลักษณ์ที่ใช้จูงใจ” ในสื่อโฆษณาได้ ระบุวิธีการที่จะเลือกซื้อสินค้า/บริการ อย่าง “เท่าทัน” 	สังคมและวัฒนธรรม

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๘	สร้างสะพาน	ความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นและผู้ใหญ่เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นเสมอเพราะความแตกต่างของวัยและประสบการณ์ ความห่วงใยของผู้ใหญ่ที่แสดงออกผ่านการว่ากล่าวตักเตือนห้ามปราม ให้ความรู้สึกไม่ไวใจ และกังวลเกินความจำเป็น ในกลุ่มวัยรุ่น การเรียนรู้ถึงความแตกต่างของวัยและประสบการณ์ของทั้งสองฝ่าย จะช่วยสร้างความเข้าใจ ลดข้อขัดแย้งและสื่อสารกันได้มากขึ้น	<ol style="list-style-type: none"> อธิบายที่มาของความขัดแย้งระหว่างผู้ใหญ่และเด็ก แสดงให้เห็นวิธีการสื่อสารที่จะช่วยลดความขัดแย้ง 	ทักษะส่วนบุคคล
๙	เรื่องของปักเป้า	การสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น เราควรปฏิบัติต่อกันอย่างสร้างสรรค์ การล้อเลียนเพื่อความสนุกสนานของฝ่ายหนึ่งอาจสร้างความเดือดร้อนใจให้กับอีกฝ่าย ถ้าคำพูดหรือการกระทำของเรามีผลในทางลบทำให้เพื่อนเสียใจ เราต้องกล้าหาญพอที่จะกล่าวคำขอโทษ และรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองกระทำ	<ol style="list-style-type: none"> เห็นตัวอย่างการบอกความรู้สึกที่ไม่พอใจเมื่อถูกล้อเลียน โดยใช้คำพูดที่ตรงกับความรู้สึก โดยไม่แสดงอาการตอบโต้ด้วยอารมณ์ บอกวิธีแสดงการขอโทษ เสียใจเมื่อทำให้ผู้อื่นเสียหายได้ 	ทักษะส่วนบุคคล



แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑๐	โลกของเธอ โลกของฉัน	แม้เราจะอยู่ในสังคมเดียวกัน แต่เราล้วนมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล จึงเป็นเรื่องสำคัญในการเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ ในสังคม เข้าใจและเคารพความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยไม่มีอคติ หรือการเลือกปฏิบัติต่อคนที่แตกต่างจากเรา	๑. บอกความรู้สึกของคนที่อยู่ในสถานการณ์ซึ่งอาจแตกต่างจากคนส่วนใหญ่ ๒. บอกผลกระทบที่เกิดจากอคติต่อคนที่แตกต่างจากเรา	สังคมและวัฒนธรรม
๑๑	รวมมิตร	ความเป็นเพื่อน หมายถึง การเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ โดยยังคงความเป็นตัวของตัวเองได้และเรียนรู้ที่จะยอมรับและเคารพความแตกต่างระหว่างบุคคล	๑. บอกวิธีปฏิบัติตัวระหว่างเพื่อนที่แสดงถึงการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล ๒. บอกข้อดีของการสร้างสัมพันธภาพที่ยังคงความเป็นตัวของตัวเอง พร้อมกับการยอมรับตัวตนของผู้อื่น	สัมพันธภาพ
๑๒	อยากบอกเธอ	การแสดงความรู้สึกต่อคนที่เราพึงพอใจ อาจมีหลายวิธี และควรคำนึงถึงการแสดงออกที่ให้เกิดกับคนที่เราพึงพอใจ รวมทั้งตระหนักว่าความรู้สึกที่เกิดขึ้นระหว่างคนสองคนอาจไม่ตรงกันได้ แต่มีได้หมายถึงความสัมพันธต้องยุติลง หากยอมรับและปรับความรู้สึกเพื่อยังคงสัมพันธภาพที่ดีต่อกันต่อไป	๑. บอกวิธีแสดงความรู้สึกที่แสดงถึงการให้เกียรติต่ออีกฝ่าย ๒. ระบุวิธีการบอกปฏิเสธ หรือบอกความรู้สึกที่ไม่ตรงกัน โดยไม่ทำลายความรู้สึกของอีกฝ่าย	สัมพันธภาพ

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑๓	จินตนาการรัก (๒ คาบ)	ความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคนซึ่งมีความพึงพอใจต่อกันเป็นพิเศษ อาจพัฒนาไปได้หลายรูปแบบ ทั้งนี้ แต่ละคนควรตระหนักว่าตนสามารถกำหนดและเลือกได้ว่าต้องการให้ความสัมพันธ์เป็นไปอย่างไร และควรเป็นการตัดสินใจร่วมกันทั้งสองฝ่าย โดยคำนึงถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นรวมทั้งความพร้อมในการรับผิดชอบต่อผลของการตัดสินใจร่วมกัน	<ol style="list-style-type: none"> ๑. บอกพัฒนาการความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคนที่มีความพึงพอใจต่อกันเป็นพิเศษ ๒. สำรวจความรู้สึก และความต้องการของตนเอง ต่อการมีแฟน และการมีเพศสัมพันธ์ ๓. ประเมินความพร้อมของตนเอง ต่อการรับผิดชอบผลที่อาจเกิดขึ้นจากการตัดสินใจหรือการกระทำของตัวเองในการพัฒนาความสัมพันธ์ 	ทักษะส่วนบุคคล
๑๔	ชะลอดีกว่าไหม	“การไม่มีเพศสัมพันธ์” เป็นทางเลือกที่ทุกคนสามารถเลือกได้เสมอ ไม่ว่าจะเคยมีประสบการณ์ทางเพศมาก่อนหรือไม่ และหากตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ ต้องมั่นใจว่าเกิดจากการยินยอมพร้อมใจทั้งสองฝ่ายและมั่นใจว่าจะเป็นเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย	<ol style="list-style-type: none"> ๑. บอกข้อดีของการไม่มีเพศสัมพันธ์ ๒. บอกทางเลือกอื่นๆ แทนการมีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่ โดยเป็นทางเลือกที่สามารถปฏิบัติได้จริง ๓. ระบุวิธีที่จะช่วยให้การเลือกไม่มีเพศสัมพันธ์ สามารถปฏิบัติได้จริง 	พฤติกรรมทางเพศ



“เอกสารหลักสูตรและหนังสือเรียน
เป็นเพียง ๓๐ เปอร์เซ็นต์
ของการขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพการศึกษา
ขั้นตอนที่สำคัญอย่างยิ่ง คือ การนำหลักสูตรไปใช้ในระดับชั้นเรียน
ผ่านการจัดทำหน่วยการเรียนรู้ที่มีการออกแบบ
ให้เหมาะสมกับสภาพพื้นฐานของนักเรียนและชุมชนที่นักเรียนอยู่
จึงจะสามารถต่อยอด หรือยกระดับนักเรียนให้ไปถึงมาตรฐาน
การเรียนรู้ที่กำหนดไว้ได้ เมื่อสภาพการณ์เปลี่ยนไป นักเรียนเปลี่ยนไป
การจัดการเรียนรู้ก็ย่อมเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย
การจัดการเรียนรู้จึงไม่อาจเป็นสูตรสำเร็จตายตัว
ความสำเร็จของการใช้หลักสูตรอยู่ที่ครูเปลี่ยนแปลงการเรียนการสอน
และนักเรียนเกิดคุณภาพได้จริง และนั่นเป็นการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ
ของหลักสูตรใหม่ที่ต้องใช้ทั่วประเทศในปี ๒๕๕๓ ...”

ดร.เบญจลักษณ์ น้ำฟ้า
ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ





แผนการเรียนรู้ที่ ๑

**บอกหน่อย...
อยากรู้**



แผนการเรียนรู้ที่ ๑

บอกหน่อย..อยากรู้

สาระสำคัญ

การมีข้อมูลในเรื่องเพศที่ถูกต้องจะช่วยลดความกังวลใจ และเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง

จุดประสงค์

๑. เข้าใจว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องที่คุยกันได้ และไม่ใช่เรื่องน่าอาย
๒. มั่นใจที่จะหาข้อมูลหากมีคำถามเรื่องเพศ และบอกแหล่งข้อมูลเรื่องเพศที่น่าเชื่อถือได้
๓. ตอบคำถามเบื้องต้นเรื่องสรีระร่างกายชาย/หญิง และการจัดการอารมณ์เพศได้

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. แผ่น “คำถามจากสาว ๆ” และ “คำถามจากหนุ่ม ๆ” จากเว็บไซต์ www.teenpath.net
๒. กระดาษเอสี่ตัดครึ่งตามแนวนอนจำนวน ๑๐ แผ่นต่อกลุ่มย่อย ๑ กลุ่ม
๓. กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี กระดาษขาว



๗๓

เวลา ๒ คาบเรียน

คาบที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนว่า ใครเคยอ่านคอลัมน์ถามตอบเรื่องเพศในสื่อต่างๆ เช่น หนังสือพิมพ์ นิตยสาร หรือในเว็บไซต์บ้าง ขออาสาสมัคร ๒-๓ คน ยกตัวอย่างคำถามที่มักอ่านพบในคอลัมน์เหล่านั้น ใช้เวลาไม่เกิน ๕ นาที
๒. ชี้แจงว่า กิจกรรมวันนี้มีตัวอย่างคำถามจากวัยรุ่นในเว็บไซต์ www.teenpath.net มาให้ผู้เรียนวิเคราะห์คำถามและข้อสงสัยของวัยรุ่นในเรื่องเพศ
๓. แบ่งผู้เรียนออกเป็น ๖ กลุ่ม ชายล้วน ๓ กลุ่ม หญิงล้วน ๓ กลุ่ม ให้มีจำนวนเท่าๆ กัน (ไม่ควรเกิน ๗ คนต่อกลุ่ม)
 - แจกแผ่น “คำถามจากสาว ๆ” ให้กลุ่มผู้หญิง และ “คำถามจากหนุ่ม ๆ” ให้กลุ่มผู้ชาย และแจกกระดาษเอสี่ตัดครึ่ง ๑๐ แผ่นต่อกลุ่ม และปากกาเคมี
 - ให้แต่ละกลุ่มอ่านคำถามที่ได้รับโดยผลัดกันอ่านจนครบทุกข้อ จากนั้น ให้กลุ่มช่วยกันเลือก ๕ คำถามที่กลุ่มต้องการรู้มากที่สุด โดยอาจเป็นคำถามเพิ่มเติมจากสมาชิกกลุ่มเองก็ได้ เขียนคำถามลงในกระดาษเอสี่ตัดครึ่งที่แจกให้ คำถามละ ๑ แผ่น (๑๕ นาที)
 - หลังจากนั้นสลับ “แผ่นคำถาม” ระหว่างกลุ่มหญิงชาย ให้กลุ่มพิจารณาคำถามและเลือกคำถามที่ต้องการรู้ หรือเขียนคำถามเพิ่มเติมที่กลุ่มสนใจเกี่ยวกับเพศตรงข้ามอีก ๕ คำถาม (๑๕ นาที)

๔. ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอคำถามที่กลุ่มตัวเองอยากรู้ และติดไว้บนกระดาน โดยแยกคำถามสำหรับหญิงและชาย จัดคำถามที่เป็นเรื่องเดียวกันไว้ด้วยกัน
๕. หลังจากทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนแลกเปลี่ยนตามคำถามดังนี้

คำถามชวนคิด

- มีข้อสังเกตต่อคำถามเรื่องเพศของวัยรุ่นในเว็บไซต์อย่างไรบ้าง มีความเหมือนหรือความต่างระหว่างหญิงชายอย่างไร
- คำถามส่วนใหญ่ในเว็บไซต์เหมือนหรือต่างจากสิ่งที่นักเรียนอยากรู้ อยากรู้อย่างไรบ้าง
- คำถามส่วนใหญ่เป็นเรื่องเกี่ยวกับร่างกายตัวเอง เพราะเหตุใดวัยรุ่นจึงมีคำถาม หรือขาดความรู้ในเรื่องเหล่านี้
- นักเรียนคิดว่านอกจากเว็บไซต์แล้ว วัยรุ่นจะคุยเรื่องเหล่านี้กับใครอีกบ้าง
- เราจะมั่นใจได้อย่างไรว่า คำตอบที่ได้หรือข้อมูลที่ได้รับมาถูกต้องและเชื่อถือได้
- วัยรุ่นสามารถถามคำถามเหล่านี้กับพ่อแม่ได้หรือไม่ เพราะเหตุใด



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมอธิบายว่า คำถามที่ทุกคนช่วยกันเลือก เป็นคำถามที่เราทุกคนอยากรู้ด้วยกัน ดังนั้น จะขอให้ทุกคนช่วยกันหาคำตอบ โดยมอบหมายให้ผู้เรียนจับกลุ่มกันตามจำนวนคำถาม (ซึ่งมีการรวมคำถามที่คล้ายกันไว้แล้ว) ๑ คำถามต่อ ๑ กลุ่ม (หรือต่อ ๑ คน ถ้าคำถามมีจำนวนมาก)
๗. ให้แต่ละกลุ่มเขียนคำตอบ พร้อมแหล่งข้อมูลที่ไปหาคำตอบมา (อาจเป็นแหล่งข้อมูลเรื่องเพศที่ผู้เรียนคุ้นเคย หรือที่สะดวก หรืออาจค้นคว้าเพิ่มเติม หรือเป็นแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย ไม่จำกัดว่าเป็นรูปแบบเว็บไซต์) เพื่อนำมาเรียนรู้ร่วมกันในคาบเรียนถัดไป

คาบที่ ๒

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนว่า ทุกคนไปหาคำตอบสำหรับคำถามเรื่องเพศมาได้หรือไม่ การหาคำตอบยากหรือง่าย อย่างไร
๒. ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอคำถามและคำตอบที่ตัวเองหามาได้ และบอกแหล่งที่มาของข้อมูลด้วย ให้เวลากลุ่มละ ๓ นาที โดยผู้ดำเนินกิจกรรมเพิ่มเติมข้อมูลหากพบว่าข้อมูลคลาดเคลื่อนหรือไม่ครบถ้วน
๓. เมื่อเวลาไว้ ๑๐ นาทีเพื่อสรุปการเรียนรู้ร่วมกับผู้เรียน โดยใช้คำถามดังนี้

คำถามชวนคิด

- คิดว่าการเรียนรู้เรื่องเพศ มีประโยชน์ต่อตัวเองอย่างไรบ้าง
- ต่อจากนี้ไป หากนักเรียนมีคำถามหรือข้อสงสัย จะไปสอบถามหรือหาข้อมูลจากใคร หรือที่ใด
- ทำอย่างไรที่จะช่วยวัยรุ่นวัยเดียวกับนักเรียน ให้ได้เรียนรู้เรื่องเหล่านี้ เพื่อดูแลตัวเองหรือสร้างความมั่นใจในตนเองได้



๔. ผู้ดำเนินกิจกรรมอาจเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้

- การพูดคุยซักถามเรื่องสรีระร่างกายของตนเองและต่างเพศ ไม่ใช่สิ่งน่าอาย เพราะเป็นการสื่อสารเพื่อเพิ่มเติมความรู้ที่ถูกต้อง หรือแก้ไขความเชื่อผิดๆ และไม่ใช่เพื่อล้อเลียนเย้าแหย่กัน
- หญิงชายแต่ละคนมีรูปร่างและขนาดของอวัยวะต่างๆ ที่สัมพันธ์กับน้ำหนัก ความสูงของตน โดยเป็นผลจากกรรมพันธุ์ที่สืบทอดจากพ่อแม่ การดูแลสุขภาพ และสภาพแวดล้อมต่างๆ
- การพูดคุยแลกเปลี่ยนเรื่องสรีระร่างกายกับผู้อื่นอย่างเปิดเผย โดยไม่คิดเปรียบเทียบกัน จะช่วยให้เรารู้สึกพึงพอใจต่อสิ่งที่เราเป็น และยังได้เห็นถึงความเหมือนและความต่างของแต่ละคนว่าเป็นเรื่องปกติ ที่ธรรมชาติสร้างให้เราแตกต่างหลากหลายกันอีกด้วย



๗๕

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- ควรสร้างบรรยากาศให้เป็นการแลกเปลี่ยนที่จะได้ประโยชน์ร่วมกันทั้งชายหญิง และระมัดระวังการตั้งคำถาม ไม่ให้เกิดการล้อเลียนกัน
- ผู้ดำเนินกิจกรรมควรจดคำถามที่นักเรียนเลือกในคาบที่ ๑ เพื่อไปค้นหาข้อมูลมาประกอบการพูดคุยในคาบที่ ๒ ด้วย

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- ยกตัวอย่างความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับเรื่องเพศ หรือความต้องการทางเพศ และอธิบายข้อเท็จจริงเกี่ยวกับความเชื่อนั้น
- บอกหรืออธิบายลักษณะของแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือเกี่ยวกับเรื่องเพศ

คำถามจากสาว ๆ ในคอลัมน์คลินิกสุขภาพ www.teenpath.net (รวบรวมระหว่าง มิ.ย. - ธ.ค. ๒๕๔๙)

๑. ทำยังไงให้ห้วนผมของหนูเป็นสีชมพูอะคะ..ตอนนี้ห้วนผมของหนูมันเป็นสีคล้ำ ๆ
๒. กินน้ำอสุจิเข้าไปจะทำให้หน้าอกขยายขึ้น..จริงรึป่าวคะ?
๓. ทำไงให้หน้าอกใหญ่ขึ้นเร็ว
๔. เคยอ่านในหนังสือว่าโกนขนนั้นก็จะดีอะคะเพื่อไม่ให้เกิดเชื้อโรค แต่บางทีก็บอกว่าไม่จำเป็นต้องโกน แต่ตัวเราอะคะเคยโกนแล้วครั้งนึง พอโกนเสร็จมันก็คันมาก มันมีขนที่โกนไปแล้วที่มออะคะ พอครั้งต่อมาก็เลยไม่กล้าโกน เลยปล่อยไว้จนยาวอะคะ แล้วเวลาเดินมันจะเหมือนบริเวณขาหนีบดึงขนไปด้วย มันเจ็บอะคะ แต่ในใจมันก็กลัวว่าโกนอีกมันจะคันอีก ก้อเลยใช้กรรไกรเล็ม ๆ เอา แต่มันก้อยังคันอยู่ แต่น้อยลงแล้วละคะ ก้อเลยสงสัยว่า ตกลงมันจำเป็นมั้ย
๕. การขมิบอวัยวะเพศหญิง จะช่วยทำให้ช่องคลอดเล็กระดับขึ้นจริงรึป่าว
๖. หนูอายุ ๑๔ ประจำเดือนของหนูมาไม่ค่อยปกติ หนูเป็นครั้งแรกตอน ๑๓ ปี เดือนเมษา แล้วก็ไม่มีมาอีก ๔ เดือน หลังจากนั้นก็เป็นตามปกติบางครั้งก็ไม่มา ๑ เดือนบ้าง ๒ เดือนบ้าง เดี่ยวมาเดี๋ยวไม่มา หนูอยากรู้มากเลยคะ
๗. ผู้หญิงส่วนมากจะมีขนที่ส่วนลับมั้ย อยากรู้มากเลย
๘. เวลาที่หนูมีความต้องการทางเพศอะคะหนูก็จะเข้าห้องน้ำแล้วก็เอาน้ำมาฉีดเข้าไปในน้องสาวของหนูอะคะ แล้วความต้องการทางเพศมันก็จะลดน้อยลง (ความรู้สึกเหมือนว่ามีเพศสัมพันธ์จริงๆ เลยคะ) แต่ทำไมเจ็บการฉีดน้ำเข้าไปบางทีก็แรงมากแล้วแต่นะคะเวลาก็ออยู่ที่ประมาณไม่เกิน ๒ นาที อยากราบว่าจะมีอันตรายมั้ยคะ แล้วต้องแก้ไขยังไง
๙. ขนตรงบริเวณนั้นของหนูมันรู้สึกตกและหนามากอะคะ อยากรู้อะ ออกบ้าง คืออยากรู้ว่า ถ้าเราเล็มไปแล้ว ขนที่ขึ้นใหม่มันจะตก และหนากว่าเดิมรึเปล่าคะ มีวิธีทำให้ไม่รกหนาจนเกินไปบ้างรึเปล่า



๗๗

๑๐. น้ำสูกิจเป็นน้ำอะไรคะ เพื่อนบอกว่ามันอร่อยมาก รสชาติมันเป็นไงคะ และการช่วยตัวเองของผู้หญิงทำไงคะ
๑๑. อยากทราบว่า สิวที่ขึ้นบนใบหน้าของเราเยอะๆ นะคะ จะขึ้นจำนวนมากหรือน้อย มันเกี่ยวกับการมีอารมณ์ทางเพศมาก หรือความต้องการทางเพศมาก/บ่อยครั้งหรือเปล่าคะ
๑๒. การช่วยตัวเองนี่เป็นสิ่งที่ดีปะคะ คือ หนูเคยช่วยตัวเองนะคะ ค่อนข้างบ่อยด้วย แต่ว่า หนูเป็นเด็กเรียบร้อยนะคะยังไม่เคยมีอะไรกับใครแล้วก็ยังไม่มีแฟนด้วย หนูเคยคิดว่า การช่วยตัวเองเป็นเรื่องน่าอาย แต่หนูเคยอ่านหนังสือเจอว่าการช่วยตัวเองเป็นสิ่งที่ดีไม่ต้องอาย ไข่มีัยคะ แล้วจะมีผลเสียอะไรมีัย
๑๓. ผู้หญิงถ้าช่วยตัวเองบ่อยๆ จะมีผลเสียอะไรกับร่างกายมีัยคะ คือว่า หนูมีระดูขาวออกมี น้ำเมือกนะคะ เวลากลางวันก็มีนะคะ แล้วก็มึนๆนิดหน่อย ที่แปลกก็คือ ประจำเดือน หนูยังไม่มาเลยคะ ๒ เดือนแล้วนะคะ หนูกังวลด้วยนะคะ ว่าทำไมประจำเดือนไม่มาซะทีและก็เวลาหนูเล่นเน็ตหรือเจออะไรที่มันยั่วๆ หนูมักจะเกิดอารมณ์บ่อยมากเลยนะคะ
๑๔. ประจำเดือนไม่มา ๑ เดือน แต่หนูไม่เคยมี sex นะคะ แล้วหนูต้องทำยังไง
๑๕. จุดซ่อนเร้นมีกลิ่นเกิดจากอะไรคะ แล้วทำยังไงถึงจะหาย
๑๖. หนูอยู่ ม.ปลาย แล้ว แล้วแบบชอบช่วยตัวเองบ่อยๆ ไม่ใช่สอดใส่นะคะแบบจำพวกที่ใช้น้ำฉีดเอา พี่ว่าหนูโรคจิตป่าวคะ
๑๗. การช่วยตัวเองโดยการเอาน้ำจากผักบัวฉีดเบาๆ บริเวณคลิตอริส และช่องคลอด จะเป็นอันตรายหรือป่าวคะ
๑๘. ขนของหนูมันมากคะ เวลาใส่กางเกงในมันจะไพล่ออกมาเป็นเส้น และเหมือนว่ามันจะเยอะขึ้นเรื่อยๆ ค่ะ จะทำยังไงดี

๑๙. หนูมีปัญหาเรื่องหน้าอก มันเล็กผิดปกติ ตั้งแต่เริ่มมีประจำเดือนมา ๕ ปี นมหนูยังไม่โตเลย หนูขึ้นมาแค่ ๑ นิ้วเอง เป็นเพราะอะไร หนูร่างกายก็แข็งแรง กินอาหารปกติ ออกกำลังกายปกติ แต่หน้าอกไม่มี รู้สึกอายไม่อยากจะเสริม มีวิธีแก้ไขมั้ย
๒๐. หนูมีปัญหาเรื่องหัวนมคะ จากการที่เข้าไปดูคำถามที่เพื่อนๆ ได้ถามพี่แพทเกี่ยวกับเรื่องสีปานหัวนมแล้วก็ทำให้หนูเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องสีของหัวนมพอควรแล้ว แต่ไม่มีใครมีปัญหาเหมือนหนูเลย หนูเลยอยากรู้อถามว่า ทำไมเลื้อชั้นในที่หนูใส่อยู่พอใส่ไปประมาณ ๒ อาทิตย์มันจะมีคราบสีออกน้ำตาลเข้มติดที่เลื้อชั้นในตรงบริเวณหัวนมคะ
๒๑. เยื่อพรหมจารีย์เป็นยังไง มีรูปให้ดูไหม
๒๒. ดุ้ยังไงคะว่าผู้ชายซิง อยากรู้จิงๆ ค่ะ ขอละเอียดดึบๆๆๆๆ ใครรู้ช่วยบอกที
๒๓. คือนมหนูเริ่มมีเมื่อ ๕ ปีแล้ว ตอนแรกก็ปกติคือโตขึ้นมาไซส์เอ ๖๕ อะคะ แต่ตอนนี้ก็ยังไม่โตเลย เล็กลงด้วยคะ หนูอยากรู้ว่าผิดปกติหรือป่าวคะ และมันจะหยุดเจริญเติบโตเมื่อไหร่คะ ตอนนี้หนู ๑๖ แล้วคะ บำรุงเยอะมากไม่ได้ขึ้นเลย
๒๔. การที่ผู้หญิงช่วยตัวเองอะคะเค้าทำกันยังไงหรือคะ แล้วเค้ามีการเอาอะไรสอดใส่หรือป่าวคะ แล้วถ้ามีการสอดใส่มันจะไม่ทำให้เยื่อพรหมจรรย์ขาดหรือคะ ช่วยตอบทีคะ อยากรู้มาก
๒๕. หนูอายุ ๑๖ คือมีอะไรกับเพื่อน ๗ คน ที่เสียตัวเพราะตัวเองอยากลองด้วยคะเพราะยังไม่เคย พวกเขาจะปล่อยในทุกครั้งที่ทำกัน หนูเองก็ไม่รู้ด้วยว่าเป็นน้ำอะไรเห็นมันอุ่นๆ ก็เลยปล่อยไปเพราะชอบด้วย มีอะไรกันมาตั้งแต่วันที่ ๒๖ พ.ค. ๒๕๔๙ มาจนถึงทุกวันนี้ไม่เคยกินยา ไม่เคยใช้ถุงยาง พวกนั้นบอกว่าน้ำพวกนี้ล้างน้ำออกมันก็ไม่ท้องแล้วก็เลยเชื่อกะ หนูอยากรู้อถามว่าหนูจะท้องมั้ยคะ
๒๖. หนูมีโรคแพน ซึ่งแพนไม่เคยไปมีโรคะคราย มีไรกันก้อหลายครั้งแล้ว ใส่ถุงบ้างไม่ใส่บ้าง แล้วครั้งนึงไม่ใส่.. และเค้าก้อแตกข้างนอก แต่หนูก้อรู้สึกกลัวว่ามันจาท้องมั้ยอะคะพี่ ...ถ้าแตกแล้วมันไปโดนตรงปากช่องคลอด แต่ไม่ได้เอาเข้าไปข้างในอะคะ และก้อรีบเข็ดๆๆ อะคะ แล้วถ้าท้องจะรู้ตอนไหนหรือคะ... แล้วถ้ารู้แล้วกินยาขับ



เลือด มันจาทาทำให้ไม่ท้องได้ใช่ไหมคะ!! พี่ช่วยหนูด้วยนะคะ หนูเครียดมากเลยคะ เมนก้อยยังไม่มาเลยอะคะ ที่บ้านหนูดูด้วยอะ

๒๗. คือหนูมีอะไรกะแฟนโดยไม่ได้สอดใส่ และใช้นิ้วครั้งแรก แล้วเค้าใส่กางเกงในแล้วเอาตรงนั้นมาถูปากช่องคลอด พอแตกก็ฉีดยาสู่ใส่หน้าอก แล้ววันนั้นหนูเป็นวันที่ไข่ตกพอดีคะ แล้วถึงวันประจำเดือนมา ตอนนี้อย่างยังไม่มาเลยคะ จะท้องได้มั๊ยคะ

๒๘. หนูมีอะไรกับแฟน ปกติแล้วก็จะใส่ถุงยางนะคะ แต่พอดีวันนั้นมันเกิดเหตุสุดวิสัย เราก็เลยไม่ได้ใส่ แต่ใช้วิธีหลังนอกแทน แต่ก้อยยกที่ ๓ แล้วอะคะ ๒ ยกแรกใส่ถุงยางคะ หนูเลยอยากทราบว่ โอกาสจะท้องมีมั๊ยคะ แล้วถ้าเกิดว่าหนูนับหลัง ๗ โดยไม่ได้นับรอบเดือนแบบละเอียด ไข่หลัง ๗ จะปลอดภัยมั๊ยคะ

๒๙. ในหนัง X ที่น้ำของผู้หญิงมันไหลออกมาเวลาทำอะไรกับผู้ชาย หรือที่พวกวัยรุ่นเรียกว่า “น้ำแตก” ที่จริงแล้วน้ำนี่คือน้ำอะไร แล้วมันมาจากไหนคะ

๓๐. มีเพศสัมพันธ์กับเพศเดียวกันนี้หมายถึงเสียความบริสุทธิ์เหมือนกันรึป่าว...ยังงัยก็ถือเป็นเอตส์ได้ไหมคะ?...แล้วจะป้องกันงัยอะ

คำถามจากหนุ่มๆ ในคอลัมน์คลินิกสุขภาพ www.teenpath.net (รวบรวมระหว่าง มิ.ย. - ธ.ค. ๒๕๔๙)

๑. ถ้าจะให้เส้นสองสิ่งขาด ทำไงอะครับ แล้วมันจะเจ็บมากมัยครับ ของผมรู้สึกจะยังไม่ขาด แล้วถ้ามันขาดหัวจะบานขึ้นรีเปล่าครับ อยากให้หัวบานเหมือนของเพื่อนครับจริงๆ แล้วก็รู้ว่าไม่ขาดก็ไม่ใช่ไร แต่อยากให้มันขาดอะครับ
๒. อวัยวะเพศโค้งไปทางซ้ายอยากทราบว่าจะมี sex ได้เปล่า และช่วยตัวเองทุกวันวันละ ๕ ครั้ง มีอันตรายเปล่า
๓. อยากจะขลิบหนังครับ หัวมันไม่เปิดเวลาแข็งอะ เจ็บมัย ที่ไหนทำมั่ง ใครรู้ช่วยบอกด้วย
๔. อวัยวะเพศของผมมันงอครับ แต่ยังมีเพศสัมพันธ์ได้ครับ แต่มันติดที่วาแฟนของผมเค้าจะเจ็บจนทำให้เขาไม่อยากจะมီးอะไรกะผม พอมีวิธีแก้ไขบ้างไหมครับ กินยาฉีดยา รีว่าผ่าตัด มีที่แนะนำบ้างไหมครับ เครียดมาก รู้สึกว่าตัวเองมีปมด้อย ไม่รู้จะแก้ไขไงดีลองหลายวิธีแล้วครับ
๕. อวัยวะเพศผมยังไม่เปิดเลยอ่าฮะ อายุจะ ๑๕ แล้ว แล้วเวลามีเพศสัมพันธ์ จะเจ็บไข้มัยครับ ถ้ายังไม่เปิด ควรทำอย่างไรดีครับ ช่วยตอบด้วยนะครับ
๖. ทำไมของคนอื่นยาวกันมากๆ เลย ตั้ง ๖-๘ นิ้ว ผมอยู่ ม.๕ แล้วทำไมยังยาวแค่ ๔.๕ นิ้วเอง แล้วผมจามีโอกาสยาวกว่านี้ไหมครับ อวัยวะเพศของเราเนี่ยสามารถเพิ่มขนาดความใหญ่เองตามอายุใช่หรือไม่ครับ? ขนาดอวัยวะเพศจะหยุดใหญ่และเป็นขนาดที่คงที่ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงในช่วงอายุกี่ปีครับ
๗. ตอนนั้นผมอายุ ๑๑ ปี อยู่ชั้น ป.๕ ผมมีขนขึ้นตรงจู๋แล้วผมอยากทราบว่าร่างกายของผมผิดปกติหรือเปล่า ทำไมมันถึงขึ้นเร็วจัง ผมถามพี่ชายผมซึ่งอายุ ๑๕ เขาก็บอกว่าของเขาขึ้นตอนอายุ ๑๓ ปี แล้วเขาก็บอกผมอีกว่าให้ซักว่าได้แล้วซึ่งผมก็ทำไม่เป็น พี่ผมก็เลยทำให้ดู ผมสงสัยอีกว่าทำไมจู๋ของผมถึงใหญ่มากๆ แล้วขนก็เยอะด้วย



๘. เส้นสองสิ่งคืออะไร อยู่ตรงไหน และถ้าขาดจะเป็นอะไรไหม อายุประมาณ ๑๑ - ๑๒ มาตรฐานยาวกี่เซนติเมตร
๙. ผมมีอันตะไบเดียว แต่ไม่แน่ใจว่าไบเดียวไหม แต่เห็นว่ามันเป็นหนังหุ้มอยู่ ข้างในมี ๒ ลูกรีปาว แต่คาดว่ามันจะลูกเดียว จึงอยากรู้อากว่า จะเป็นหนังไหมคับ
๑๐. ระหว่างขลิบอวัยวะเพศกับไม่ขลิบเนี่ย อย่างไหนให้ความสุขผู้หญิงได้มากกว่ากันครับ
๑๑. เมื่อจู่แข็งตัว มันก้อจาเอียงไปข้างหนึ่ง มันเอียงไปข้างซ้าย เอียงมากด้วย เพราะอะไร
๑๒. ผมเพิ่งอายุ ๑๔ ได้ แต่น้องชายผมเวลาได้มัน ๔.๕ นิ้ว มันยาวไปปาวคับ แล้วช่วย โปสต์ด้วยนะครั้บว่า ขนาดเท่าไรกันบ้าง ตอนอายุ ๑๔
๑๓. ผู้หญิงมีก็รู้ เพื่อนบอกว่ามี ๓ รูจริงปะ แล้วปุ่มคลิตอริสมันอยู่ตรงไหน แล้วก็ผู้หญิงที่ โดนแล้วเป็นยังไง พอตีแฟนผมอดีตเคยมีเพศสัมพันธ์มาแล้ว หัวนมเลยดำเหมือนคนที่มีลูกแล้ว
๑๔. เวลาอวัยวะเพศของผมแข็งตัวสุดก็ ๖ นิ้ว อยากรู้อาว่าขนาดมาตรฐานของเพศชาย เท่าไรครับ ผมอายุ ๑๕ ปี สูง ๑๗๕ หนัก ๕๗ พอตีใหม่
๑๕. ของผมมันใหญ่แต่มันสั้น ทำยังไงให้อวัยวะเพศชายยาวครับ
๑๖. อันตะสองข้างไม่เท่ากัน มองเห็นได้ชัดเลย จะเป็นอะไรหรือเปล่า และมีทางแก้ไขไหม
๑๗. ทำอย่างไรดีให้จู๊ของเรามีลักษณะแบบตรงๆ เพราะตอนนี้จู๊มันงอลงอยู่ วิธีไหนบ้างที่ได้ผล
๑๘. คือน้องชายเล็กทำไมให้ใหญ่ครับ วิธีทำให้ใหญ่ครับ
๑๙. ผมอายุ ๑๔ ปี สูง ๑๗๕ หนัก ๙๐ แต่จู๊ของผมมันยาวแค่ ๓ นิ้วเองผิดปกติไหม
๒๐. เวลาผมช่วยตัวเองทุกครั้งใช้เวลาไม่ถึงนาทีก็เสร็จแล้ว กังวลมากเลยครั้บ มันเร็วเกินไปหรือเปล่า มีวิธีแก้ไขอย่างไรบ้างครั้บ
๒๑. ผื่นเป็ยกเกิดขึ้นกี่วันหลังการเก็บสะสม



๒๒. พอซักว่าจนเสียวมากแล้ว ผมก็จะชักให้เร็วขึ้นเพื่อให้ถึงจุดสุดยอด แต่พอเสียวมากๆ แล้ว อยู่ๆ มันก็จะหายไปเลย ไม่มีน้ำอสุจิออกมา มีแต่น้ำหล่อลื่นนิดหน่อย อยากทราบว่าทำยังไงให้น้ำอสุจิออกมาและถึงจุดสุดยอดอะ
๒๓. มีวิธีลดอารมณ์ทางเพศไหมครับ เพราะผมมีอารมณ์บ่อยมาก แล้วเห็นเค้าว่าถ้าจะลดอารมณ์ทางเพศต้องช่วยตัวเอง แล้วมันจะผ่อนคลายและจะหมดอารมณ์ทางเพศจริงหรือเปล่าครับ เพราะผมไม่เคยช่วยตัวเองซักครั้งมาก่อนเลย และถ้าจะช่วยตัวเองต้องทำยังไง
๒๔. เพื่อนผมเนี่ย เค้าช่วยตัวเองทุกวันเลย (ผู้ชาย) คือเค้าฝากมาถามว่าจะเกิดอะไรขึ้นใหม่ ถ้าช่วยตัวเองทุกวัน มันจะมีผลต่อองคชาติหรือไม่? หรือมันจะทำให้ น้ำอสุจิหมด? สมรรถภาพทางเพศจะเสื่อมเร็วหรือไม่? หรือมีผลทำให้เป็นหมันมัยครับ แล้วจะมีผลกระทบอะไรกับตัวเองบ้าง คือเค้าอยากรู้ แล้วผมก็อยากรู้ด้วยครับ
๒๕. ถ้าผู้หญิงช่วยตัวเองแล้ว จะถือว่าผู้หญิงนั้นไม่เป็นสาวพรหมจรรย์แล้วใช่ไหมครับ
๒๖. การช่วยตัวเองของชาย ๑ - ๒ ครั้งต่อวันนั้น ถือว่ามากเกินไปหรือไม่ และหากทำมากไปจะมีผลเสียหรือเปล่า
๒๗. มีวิธีไหนบ้างที่จะสำเร็จความใคร่โดยไม่ต้องหลังอสุจิ และจะทำยังไงให้น้ำอสุจิมียามากๆ มีวิธีไหมครับ
๒๘. ตอนนี้ผมอายุ ๑๕ ส่วนน้องชายผมอายุ ๑๓ ตอนนี้ยังนอนห้องเดียวกันครับ แต่ผมชอบช่วยตัวเองในห้องนอน ก็เลยต้องทำตอนมันไม่อยู่ หรือไม่ก็ทำได้ผ้าห่มก่อนนอน แต่ช่วงหลังๆ น้องมันเริ่มมาถามแล้วว่าทำไมผมชอบนอนใส่กางเกงในตัวเอง แถมนบางที่ยังสัมผัสขี้ขู่วับนเตียงนอนอีก ความจริงน้องชายผมมันก็เป็นหนุ่มแล้ว ถ้าจะสอนมันซักว่าวเลยดีไหม
๒๙. การสำเร็จความใคร่ของชายเวลาเสร็จแล้วจะมีน้ำอสุจิพุ่งออกมา ส่วนฝ่ายหญิงเวลาสำเร็จความใคร่จะเป็นยังไงเหมือนชายหรือป่าว

๓๐. อยากทราบว่าวิธีช่วยตัวเองแบบไหนที่เหมือนการร่วมเพศกับผู้หญิงจริงๆ ใหมครับ
อยากรู้และอยากลองมาก ช่วยตอบทีนะครับถ้าใครรู้อะ
๓๑. ผมอายุ ๑๖ ชักว่าทุกวันเลยจะมีปัญหาอะไรเปล่าครับ แล้วเพื่อนๆ ชักบ่อยไหม
๓๒. ถ้าเนรชักรว่าจะผิดศีลไหมครับตอนนี้อายุ ๑๘ ถ้าสมมุติจะมีอะไรกับเนร (เพศสัมพันธ์)
จะผิดไหมครับ ช่วยตอบหน่อยนะครับ
๓๓. ผมมีเพศสัมพันธ์กับแฟนหลังจากที่เธอมีประจำเดือนได้ ๔ วัน ตอนมีเพศสัมพันธ์กัน
เธอยังมีประจำเดือนอยู่ (ที่เค้าเรียกกันว่าฝาไฟแดง) มีเลือดออกมาค่อนข้างเยอะ ผม
หลังข้างใน และวันรุ่งขึ้นประจำเดือนเธอก็หมดพอดี จะมีโอกาสท้องมั้ย และจะมี
โอกาสที่จะเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือเปล่าครับ
๓๔. ผมช่วยตัวเอง แต่ปรากฏว่าผมหลังออกมา ไม่โดนบริเวณช่องคลอดหรอกครับ แต่โดน
ช่วงขนด้านบนของแฟนผม ผมก็ค่อยๆ เช็ดแล้วก็เช็ดดูแล้วครับว่า เช็ดออกหมดแล้ว
แต่มันกังวลอ่าครับ รู้สึกไม่สบายใจเอาซะเลย ถ้าสมมุติว่าผมหลังแล้วแบบกระเด็นใส่
แต่เป็นจุดเล็กๆ มากๆ ไปโดนบริเวณช่องคลอด ที่ผมมองไม่เห็นขณะเช็ด จะมีโอกาส
ท้องมั้ย
๓๕. แฟนผมมีประจำเดือนมาวันแรก วันที่ ๒๒ ตอนช่วงเย็น แล้วผมให้เธอกินยาคุมแบบ
๒ เม็ดไป แล้วผมมีเพศสัมพันธ์กันวันที่ ๒๔ ตอนช่วงเช้า มีอะไรกัน ๓ รอบและหลัง
ในทั้ง ๓ รอบครับ หลังจากนั้น ผมกังวลเลยให้กินยาคุมแบบ ๒ เม็ดเข้าไปอีก แต่กิน
เม็ดแรกหลังจากมีเพศสัมพันธ์กันประมาณ ๑ ชม. และอีกเม็ด ไม่ได้กินหลังจาก
๑๒ ชม. แต่กินหลังจาก ๒๔ ชม. เพราะลืม ดังนั้นอยากจะถามว่า มีสิทธิ์ท้องได้มาก
แค่ไหน
๓๖. เวลาที่ผู้ชายถึงจุดสุดยอดคือการหลั่งน้ำอสุจิ แล้วเวลาที่ผู้หญิงถึงจุดสุดยอดจะเป็น
อย่างไรจะมีอาการแบบไหน

๓๗. ผมได้ทำการออรัลทางปากกับผู้หญิงโดยที่ผมเป็นแผลในปากด้วย (เป็นซาง) ซึ่งผู้หญิงคนนี้ได้เคยทำแบบนี้กับแฟนเขามาแล้ว โดยที่ผมทำการออรัลเสร็จผมก็อ้วกไปหาน้ำยาบ้วนปากมาบ้วนปากเลย แต่เราไม่ได้มีเพศสัมพันธ์กันคับ ผมอยากทราบว่าผมมีโอกาสติดเชื้อเอดส์หรือไม่คับ

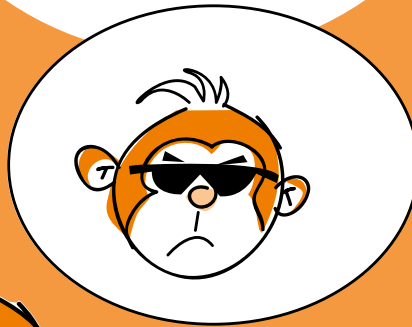
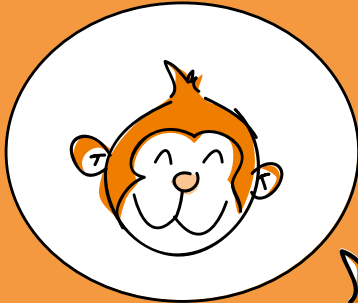
๓๘. ถ้าให้แฟนใช้ปากกับตรงนั้นของเรา จะทำให้เราติดเอดส์ได้ไหมครับ



๘๖

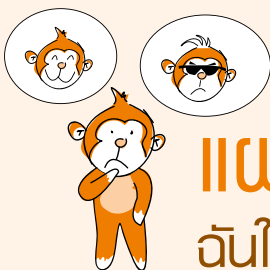
ผมว่า สิ่งที่ผมได้จากการเรียน
เรื่องเพศศึกษาคือ
ทำให้ผมรู้จักคำว่าให้เกียรติผู้หญิง
คืออะไร และทำไมเราถึงต้องให้เกียรติเขา

สุวัฒน์ แต่งฉาย
ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน
บ้านกาญจนาภิเษก จ.นครปฐม
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๔๗)



แผนการเรียนรู้ที่ ๒

**ฉันในสายตา
คนอื่นๆ**



แผนการเรียนรู้ที่ ๒

ฉันในสายตาคนอื่นๆ

สาระสำคัญ

คนเรามีโอกาสพัฒนาความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ตลอดเวลา คนที่รู้จักเราแต่ละคนอาจเห็นเราในแง่มุมที่แตกต่างกัน การได้รู้ว่าเราเป็นอย่างไรในสายตาคนอื่นจะช่วยให้เรารู้จักตัวเองมากขึ้น และช่วยให้เราพัฒนาตัวเองและพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดีขึ้น

จุดประสงค์

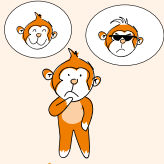
๑. รู้จักตัวเองผ่านการรับรู้และมุมมองของคนที่รู้จัก
๒. ฝึกการสะท้อนความรู้สึกให้เพื่อนได้รับรู้

อุปกรณ์ และสื่อ

แผ่นกิจกรรม “ฉันเห็นตัวเองอย่างไร” และ “เธอเห็นฉันอย่างไร”
(ถ่ายเอกสารเท่าจำนวนผู้เรียน)

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

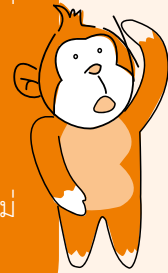
๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงว่ากิจกรรมนี้ต้องการให้เราได้เรียนรู้ตัวเอง จากมุมมองของคนอื่น ๆ ดังนั้น กิจกรรมนี้จึงต้องการความจริงใจของผู้เรียนทุกคน ในการสะท้อนแง่มุมที่เราเห็นหรือรู้จักเพื่อนให้เพื่อนได้รู้
๒. เริ่มกิจกรรมโดยให้ผู้เรียนผลัดกันขานชื่อผลไม้คนละ ๑ อย่าง เช่น มะม่วง ส้ม แอปเปิ้ลกล้วย เพื่อแบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็น ๔ กลุ่ม (ไม่ควรใช้เวลาเกิน ๓ นาที) และเตือนให้ทุกคนจำให้ได้ว่าตัวเองเป็นผลไม้อะไร
๓. แจกแผ่นกิจกรรม “ฉันเห็นตัวเองอย่างไร” และ “เธอเห็นฉันอย่างไร” ให้ทุกคน
๔. ให้แต่ละคนเขียนถึงตัวเองในแผ่น “ฉันเห็นตัวเองอย่างไร” ให้เวลา ๑ นาที
๕. รอบที่ ๑ ให้จับคู่ระหว่าง “มะม่วงกับแอปเปิ้ล” และ “ส้มกับกล้วย” โดยให้นำแผ่น “เธอเห็นฉันอย่างไร” ให้คู่เป็นคนเขียนให้ ให้แต่ละคนเขียนถึงเพื่อน โดยระบุคุณสมบัติ หรือลักษณะที่เรารู้จักเพื่อนคนนั้น ๆ ไม่ว่าจะเป็นส่วนที่เราชื่นชม หรือสิ่งที่เราอยากบอกให้เพื่อนรู้ ให้เวลา ๒ นาที
๖. รอบที่ ๒ ให้จับคู่ระหว่าง “มะม่วงกับส้ม” และ “แอปเปิ้ลกับกล้วย” และให้เพื่อนคนที่ ๒ เขียนในแผ่น “เธอเห็นฉันอย่างไร”
๗. รอบที่ ๓ ให้จับคู่ระหว่าง “มะม่วงกับกล้วย” และ “ส้มกับแอปเปิ้ล” และให้เพื่อนคนที่ ๓ เขียนในแผ่น “เธอเห็นฉันอย่างไร”
๘. รอบที่ ๔ ให้จับคู่กับคนที่เป็ผลไม้ชนิดเดียวกัน และให้เพื่อนคนที่ ๔ เขียนในแผ่น “เธอเห็นฉันอย่างไร”
๙. เมื่อหมดเวลา ให้ทุกคนนั่งที่ ให้เวลาอ่านสิ่งที่เพื่อนเขียนและให้ดูว่า มีความเห็นของเพื่อนที่ตรงกับสิ่งที่เราเขียนถึงตัวเองหรือไม่
๑๐. ขอลาสาสมัคร ๓ - ๔ คน ที่มีความเห็นของเพื่อนเหมือนของตัวเอง บอกว่าเป็นเรื่องอะไร ให้กลุ่มใหญ่ฟัง
๑๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยโดยใช้คำถามดังนี้



?

คำถามชวนคิด

- รู้สึกอย่างไรเมื่อได้อ่านความเห็นของเพื่อนที่มองตัวเรา
- ใครบ้างที่คิดว่าเพื่อนไม่เห็นตัวเราแบบที่เราเป็น มีเรื่องอะไรที่เป็นตัวเรา และต้องการบอกเพื่อนหรือไม่ ขออาสาสมัครผู้เรียน ๒ - ๓ คนมาพูด
- มีใครรู้สึกแปลกใจหรือไม่กับสิ่งที่เพื่อนมองเรา ขออาสาสมัครบอกว่าแปลกใจอย่างไร
- หากไม่ใช่การเขียน เรากล้าบอกเพื่อนในสิ่งที่เรามองเห็นในตัวเพื่อนหรือไม่ อย่างไร
- การสะท้อนมุมมองระหว่างเพื่อนแบบนี้ มีประโยชน์หรือไม่ อย่างไร



๑๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็นดังนี้

- เป็นเรื่องธรรมดาที่คนเราจะมีมุมมองต่อเรื่องๆ หนึ่งต่างกัน เพราะเราใช้ประสบการณ์ของตัวเองในการทำความเข้าใจและตีความเรื่องราวต่างๆ เราจึงไม่อาจคาดหวังให้ผู้อื่นคิดเหมือนเราได้ทุกเรื่อง
- การได้รู้ว่าคนอื่นมองเราอย่างไร จะช่วยให้เรารู้จักตัวเอง รวมทั้งเข้าใจเพื่อนมากขึ้น และยังช่วยให้เรารู้ว่าควรปรับปรุงเรื่องใดเพื่อให้สัมพันธ์ภาพดีขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมควรย้ำเรื่องการให้ความเห็นแบบกัลยาณมิตร และคอยสังเกตปฏิกิริยาของผู้เรียน ในกรณีที่บางคนอาจยอมรับไม่ได้กับความเห็นที่เพื่อนเขียน

๙๐

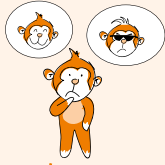
คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

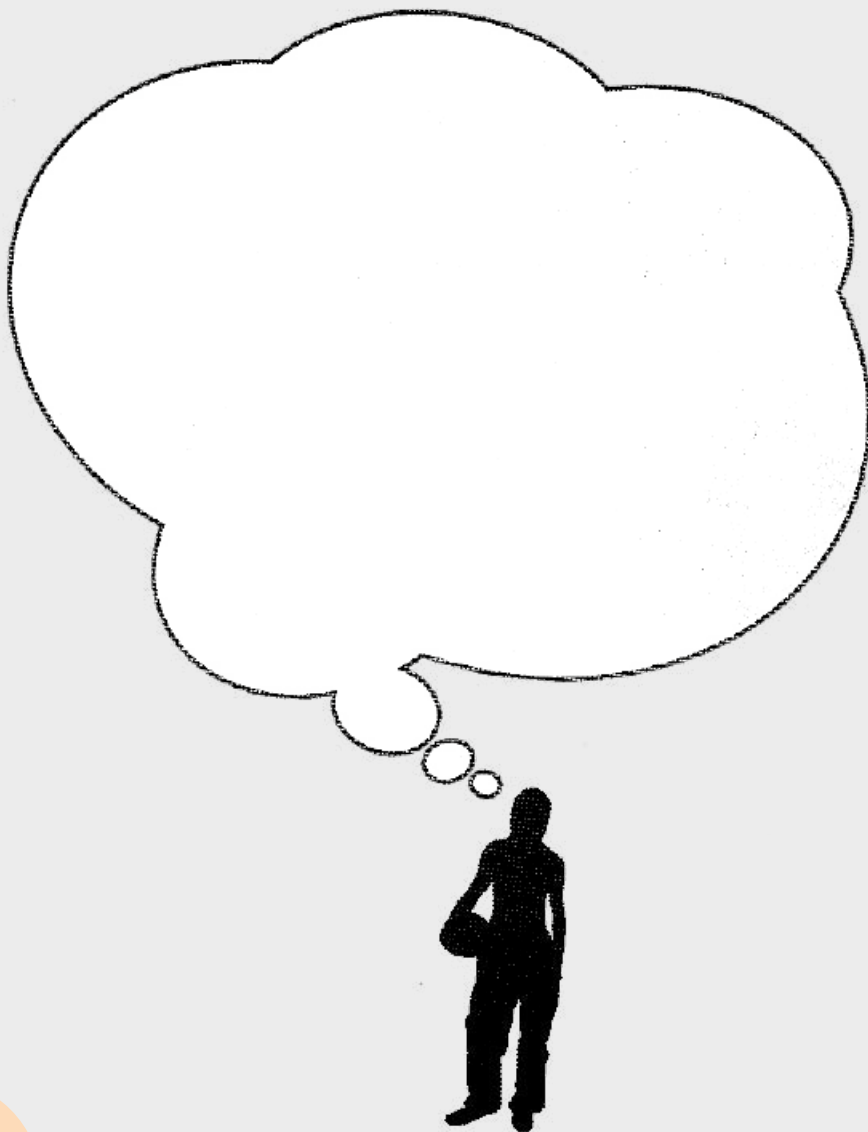
- บอกสิ่งที่นักเรียนต้องการแก้ไข/ปรับปรุงตัวเอง ๑ เรื่อง และวิธีการแก้ไข/ปรับปรุง พร้อมเหตุผลประกอบ



๙๖

แผนการเรียนรู้ที่ ๒ ฉบับล่าสุดกันนะ

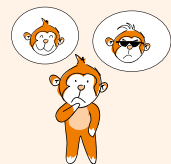
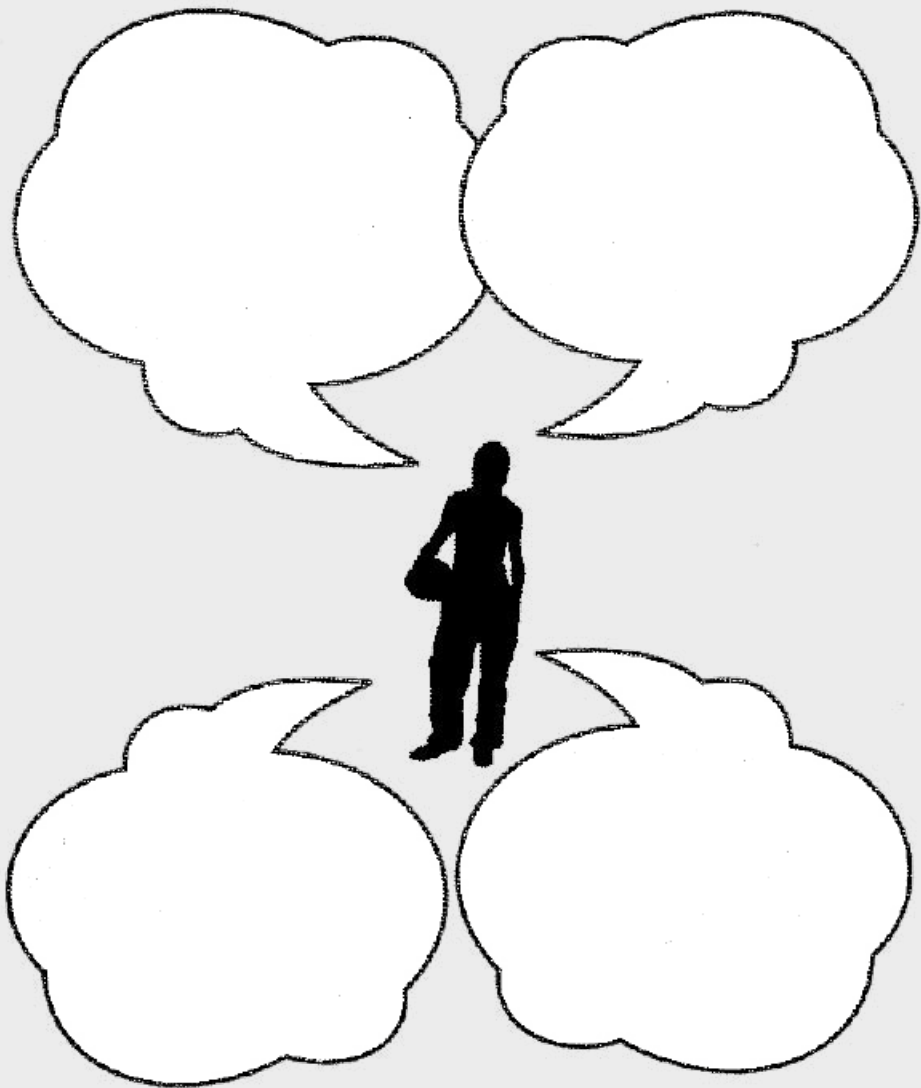
แผนกิจกรรม “ฉันเห็นตัวเองอย่างไร”



๙๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

แผนกิจกรรม “เธอเห็นฉันอย่างไร”

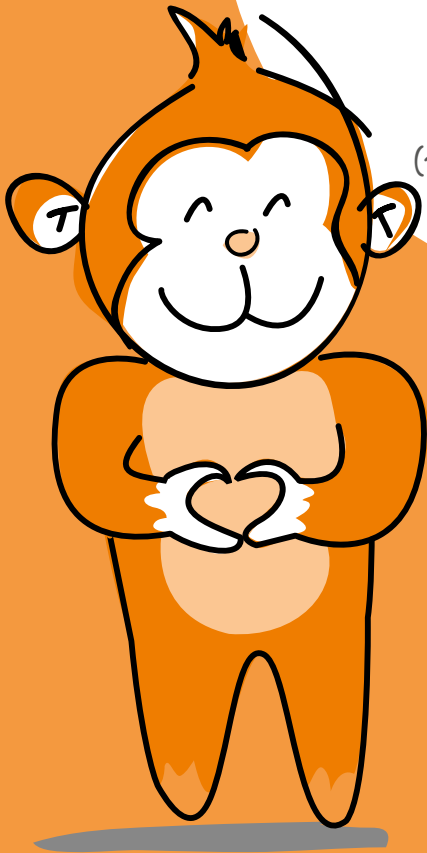


หนูคิดว่าเราควรเริ่มปลูกฝังค่านิยมใหม่
อาจสายไปที่จะให้พ่อแม่เรา
กล่าวพูดกับเราในเรื่องนี้
แต่ควรปลูกฝังกับคนรุ่นหนู
ให้เข้าใจว่าเรื่องเพศไม่ใช่เรื่องน่าอาย
เป็นเรื่องที่คุยกันได้ พวกหนูก็จะรับค่านิยมแบบนี้ไว้
และถ่ายทอดให้ลูกหลานของเรา
ซึ่งหนูว่าน่าจะเป็นการแก้ปัญหาได้ทางหนึ่ง

บุษราคัม บุญลักษณ์

มัธยมศึกษาปีที่ ๕

โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา กรุงเทพฯ
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๕๗)





แผนการเรียนรู้ที่ ๓

**ใจเขา
ใจเรา**



แผนการเรียนรู้ที่ ๓

ใจเขาใจเรา

สาระสำคัญ

วัยรุ่นและผู้ใหญ่มักมีความคิดเห็นและความคาดหวังไม่ตรงกัน โดยเฉพาะเรื่องการมีแฟน ซึ่งอาจนำไปสู่ความขัดแย้งและไม่สื่อสารกัน การเรียนรู้เพื่อเข้าใจความรู้สึกด้วยการ “เอาใจเขามาใส่ใจเรา” ช่วยให้เกิดการรับรู้ความรู้สึกของบุคคลในบทบาทนั้นๆ อันนำไปสู่ความเข้าใจและสัมพันธภาพที่ดีขึ้น

จุดประสงค์

๑. บอกความคาดหวังที่ต่างกันต่อการมีแฟน และอาจนำไปสู่ความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นกับผู้ใหญ่
๒. บอกวิธีการจัดการความขัดแย้ง โดยยังคงสัมพันธภาพที่ดีต่อกันได้

อุปกรณ์ และสื่อ

แผ่นคำถามสำหรับ ๔ กลุ่ม

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงว่า “ใจเขาใจเรา” เป็นกิจกรรมการเรียนรู้ถึงความคาดหวังของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเราว่า มีความเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร และความคาดหวังที่แต่ละคนมีส่งผลอย่างไรต่อความสัมพันธ์ต่อกันบ้าง
๒. แบ่งผู้เรียนเป็น ๔ กลุ่มย่อย (ละครหญิงชายทุกกลุ่ม) โดยแต่ละกลุ่มจะได้รับบทบาทที่แตกต่างกัน แจกแผ่นคำถามให้แต่ละกลุ่ม เพื่อให้ช่วยกันคิดคำตอบ โดยมีกติกาว่า อย่าให้กลุ่มอื่นเห็นหรือได้ยินสิ่งที่กลุ่มเราคุยกัน ให้ความเวลากลุ่มย่อย ๑๐ นาที
๓. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มออกมาแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์และบทบาทที่ได้รับมอบหมาย โดยให้เรียงลำดับเริ่มจากกลุ่มที่ ๔ (วัยรุ่น), ๓ (เพื่อน), ๒ (ครู) และ ๑ (พ่อแม่) ตามลำดับ
๔. ระหว่างที่แต่ละกลุ่มแสดง ให้ผู้ดำเนินกิจกรรมจดประเด็นที่แต่ละกลุ่มนำเสนอไว้บนกระดาน เพื่อนำมาเป็นประเด็นพูดคุยในกลุ่มใหญ่
๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยโดยใช้คำถามชวนคิดเชื่อมโยงกับประเด็นต่างๆ ที่แต่ละกลุ่มเสนอ ดังนี้

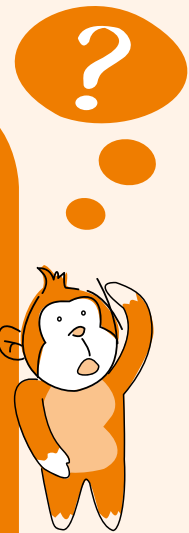
คำถามชวนคิด

- แต่ละกลุ่มสวมบทบาทได้ใกล้เคียงกับความเป็นจริงที่เราพบเห็นมากน้อยเพียงใด อย่างไรบ้าง
- ตัวเรารู้หรือไม่ว่าพ่อแม่ ครู และเพื่อน มีความคาดหวังในตัวเราเกี่ยวกับเรื่องที่เรามีแฟน แล้วเรารู้ได้อย่างไร และความคาดหวังนั้นเหมือนหรือต่างกับที่แต่ละกลุ่มนำเสนออย่างไร
- เพราะเหตุใด ผู้ใหญ่จึงมีความคาดหวังในเรื่องการมีแฟนของเราเช่นนั้น
- รู้สึกอย่างไรกับความคาดหวังของคนรอบข้างต่อเรื่องที่เรามีแฟน คิดว่าเราควรฟังความรู้สึกของคนรอบข้างหรือไม่ เพราะอะไร
- เรามีวิธีจัดการอย่างไรบ้างเพื่อลดความขัดแย้งในเรื่องความคาดหวังของคนอื่นกับของเราเอง



๙๗

แผนการเรียนรู้ ๓ ใจเขาใจเรา



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนว่าได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรม “ใจเขาใจเรา” บ้าง และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- ทักษะต่อการมีแฟนในวัยรุ่นเป็นเรื่องที่ผู้ใหญ่และวัยรุ่นมักมองต่างกัน เช่นเดียวกับเรื่องอื่นๆ ซึ่งเรามักจะคาดหวังให้คนที่เราใกล้ชิดมีมุมมองและปฏิบัติตัวแบบเดียวกับเรา
 - ข้อขัดแย้งที่สำคัญระหว่างวัยรุ่นกับผู้ใหญ่ในเรื่องการมีแฟนคือ การคาดการณ์ถึงสิ่งที่จะเกิดตามมาต่างกัน และบางมุมก็เป็นเรื่องละเอียดอ่อนที่มักจะไม่ถูกนำมาพูดคุยกันตรงๆ เช่น ผู้ใหญ่อาจเป็นห่วงและคิดว่าการมีแฟนจะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ตั้งครุภีโดยไม่พร้อม เป็นต้น แต่ผู้ใหญ่เลือกการห้ามปราม แทนการพูดคุยถึงความเป็นห่วงด้วยเหตุผล
 - แม้ความคาดหวังของแต่ละฝ่ายจะเกิดจากความห่วงใยและปรารถนาดี แต่หากเลือกใช้วิธีการสื่อสาร และทำที่ที่เป็นการด่วนตัดสินใจ ไม่เปิดใจรับฟัง ไม่ยอมรับความคิดที่แตกต่าง ก็อาจทำให้เกิดช่องว่างและปิดกั้นการสื่อสารที่อาจเป็นประโยชน์ต่อไป เช่น การปรึกษาหารือปัญหาที่มีกับแฟน เป็นต้น
 - การทำความเข้าใจเรื่องความคาดหวังของผู้อื่นที่มีต่อเรา และที่เรามีต่อผู้อื่น แล้วหาวิธีที่เหมาะสมซึ่งสามารถตอบสนองให้ทั้งสองฝ่ายพอใจ เปิดใจรับฟัง รวมทั้งการเคารพและยอมรับความแตกต่าง อันจะช่วยลดความขัดแย้งที่อาจมีในสัมพันธภาพได้

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมควรทำความเข้าใจกับผู้เรียนว่า แม้การมีแฟนจะเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับวัยรุ่นยุคนี้ แต่ไม่ได้หมายความว่าวัยรุ่นทุกคนต้องมีแฟน หลายคนเลือกที่จะยังไม่มีแฟนหรือยังไม่พบคนที่พึงใจมากพอที่จะคบเป็นแฟน และด้วยเหตุผลหลายอย่าง

นอกจากนั้น การมีแฟน ยังหมายถึงการเรียนรู้ที่จะรักษาและพัฒนาสัมพันธภาพกับคนอื่นคนหนึ่ง มีผลกับภาวะทางอารมณ์และจิตใจ โดยอาจมีปัญหาและความขัดแย้งกันบ้างตามที่คนมีแฟนต้องเผชิญ อย่างไรก็ตาม หากมีปัญหาหรือความไม่สบายใจจากการมีแฟน วัยรุ่นควรหาทางปรึกษาผู้ใหญ่ที่เข้าใจ

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- หากความคาดหวังของนักเรียนและผู้ปกครอง หรือพ่อแม่ ไม่ตรงกัน เช่น พ่อแม่ไม่
อยากให้นักเรียนออกไปเที่ยวนอกบ้านกลางคืน ไม่ให้มีแฟน นักเรียนจะปฏิบัติอย่างไร



๙๙

แผนการเรียนรู้ที่ ๓ ใจเขาใจเรา

แผนคำถาม “ใจเขาใจเรา”

กลุ่มที่ ๑ สวมบทบาทเป็นพ่อแม่ที่มีลูกเป็นวัยรุ่นและกำลังมีแฟน

- คิด/รู้สึกอย่างไร เมื่อรู้ว่าลูกตัวเองมีแฟน
- เห็นด้วยหรือไม่
- อยากให้ลูกทำอะไร
- อยากบอกอะไรลูกบ้างในเรื่องนี้

กลุ่มที่ ๒ สวมบทบาทครูที่รู้ว่าลูกศิษย์กำลังมีแฟน

- คิด/รู้สึกอย่างไร เมื่อรู้ว่าลูกศิษย์ตัวเองมีแฟน
- เห็นด้วยหรือไม่
- อยากให้ลูกศิษย์ทำอะไร
- อยากบอกอะไรลูกศิษย์บ้างในเรื่องนี้

กลุ่มที่ ๓ สวมบทบาทเป็นเพื่อน ๆ ที่มีเพื่อนในกลุ่มกำลังมีแฟน

- คิด/รู้สึกอย่างไร เมื่อรู้ว่าเพื่อนมีแฟน
- เห็นด้วยหรือไม่
- อยากให้เพื่อนทำอะไร
- อยากบอกอะไรเพื่อนบ้างในเรื่องนี้

กลุ่มที่ ๔ เราเป็นวัยรุ่นที่กำลังมีแฟน

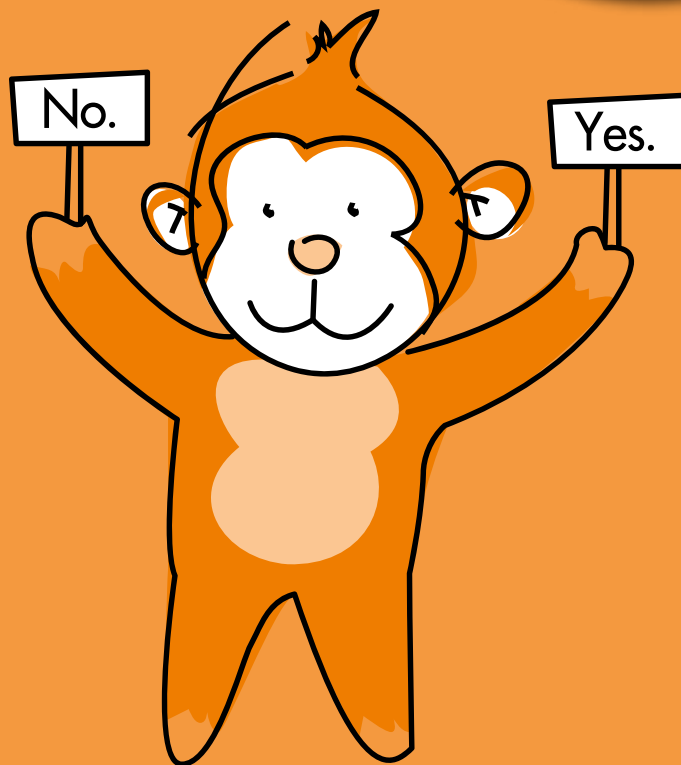
- คิด/รู้สึกอย่างไร ที่ตัวเองมีแฟน
- อยากบอกคนรอบข้างถึงเรื่องการตัดสินใจมีแฟนของตนอย่างไร
- อยากให้คนรอบข้าง เช่น พ่อแม่ ครู เพื่อน คิด/รู้สึกอย่างไรกับการมีแฟนของเรา

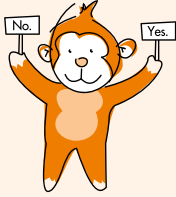
๑๐๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

แผนการเรียนรู้ที่ ๔

เพศสัมพันธ์ มีได้เมื่อใด





แผนการเรียนรู้ที่ ๔

เพศสัมพันธ์มีได้เมื่อใด

สาระสำคัญ

การจะมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์ และการมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย เป็นสิ่งที่แต่ละคนสามารถตัดสินใจเลือกได้ด้วยตัวเอง โดยคำนึงถึงผลที่ตามมาและความพร้อมที่จะรับผิดชอบของตัวเอง โดยที่ไม่อาจมีใครบังคับได้หากเราไม่ยินยอม

จุดประสงค์

๑. บอกปัจจัยสำคัญที่ควรพิจารณาในการตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์
๒. บอกวิธีป้องกันการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่พร้อมและไม่ยินยอม

อุปกรณ์ และสื่อ

แผ่นคำถาม และป้ายคำตอบ “ได้” และ “ไม่ได้”

๑๐๒

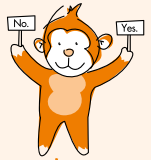
คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์กิจกรรมว่าเป็นการแลกเปลี่ยนทัศนะเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ โดยวิเคราะห์ผลที่อาจตามมาจากการตัดสินใจในเรื่องนี้ และให้เห็นว่าไม่มีใครสามารถบังคับให้เราตัดสินใจเลือกในสิ่งที่เราไม่ยินยอมได้
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมอธิบายว่า จะอ่านข้อความที่ละข้อความ และให้ผู้เรียนเลือกตอบโดยการไปยืนในจุดที่ตรงกับคำตอบของตนเองว่า “ได้” หรือ “ไม่ได้” ให้ทุกคนแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่ โดยไม่มีถูกหรือผิด
๓. ผู้ดำเนินกิจกรรมอ่านข้อความที่ละข้อความ และสุ่มถามเหตุผลของผู้เรียนทั้งสองฝ่ายในแต่ละข้อ โดยเลือกถามเหตุผลที่ไม่ซ้ำกันประมาณ ๓ - ๔ คน จนครบทุกข้อ และบันทึกคำตอบขึ้นบนกระดาน (เพื่อดูเกณฑ์ที่ผู้เรียนใช้ในการตัดสินใจ)

๑. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...คนสองคนแต่งงานกันแล้ว
๒. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...ทั้งสองคนวางแผนว่าจะแต่งงานกัน
๓. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...ทั้งสองคนเคยผ่านประสบการณ์ทางเพศกับคนอื่นมาก่อน
๔. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...ทั้งสองคนรักกัน
๕. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...ทั้งสองคนยินยอมพร้อมใจแม้จะยังไม่แต่งงานกัน
๖. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...มีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งชวน
๗. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเมา
๘. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...ไปค้างคืนต่างจังหวัดด้วยกัน
๙. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...ผู้ชายถูกกระตุ้นให้เกิดอารมณ์จนควบคุมตัวเองไม่ไหว
๑๐. ฉันคิดว่ามีเพศสัมพันธ์ได้ถ้า...ผู้หญิงเคยมีประสบการณ์ทางเพศมาก่อน

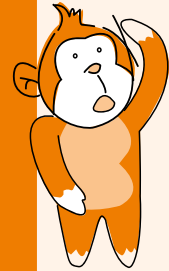
๔. เมื่อถามจนครบทุกข้อ ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนกลุ่มใหญ่คุย



๑๐๓

คำถามชวนคิด

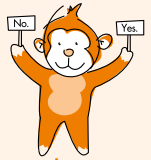
- เราเห็นการใช้เกณฑ์อะไรบ้างในการตัดสินใจว่า จะมีเพศสัมพันธ์ได้หรือไม่
- ความพร้อมในการมีเพศสัมพันธ์ หมายถึงอะไรได้บ้าง
- คนที่เคยมีประสบการณ์ทางเพศมาก่อน จะตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ง่ายกว่า คนที่ยังไม่เคยจริงหรือไม่ เพราะอะไร
- เมื่ออยู่ในสถานการณ์ “สองต่อสอง” ใครควรเป็นฝ่ายตัดสินใจว่าจะมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ เพราะอะไร
- หากคนสองคนตัดสินใจร่วมกันว่าจะมีเพศสัมพันธ์ ต้องคำนึงถึงเรื่องอะไรบ้าง
- หากฝ่ายหนึ่งต้องการมี และอีกฝ่ายหนึ่งไม่ต้องการ ควรจะตกลงกันอย่างไร
- มีกรณีใดบ้างที่เกิดความเข้าใจผิดว่า อีกฝ่ายยินยอมที่จะมีเพศสัมพันธ์ ทั้งที่ไม่ยินยอม และจะมีวิธีป้องกันอย่างไร



๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็น ดังนี้

- แม้ทุกคนจะเรียนรู้จากครอบครัวและสังคมว่า ควรจะมีเพศสัมพันธ์ได้เมื่อใด แต่ทุกคนก็ยังมีทัศนคติและความเชื่อเป็นของตัวเองในเรื่องนี้ซึ่งส่งผลต่อการตัดสินใจ ดังที่เราเห็นจากคำถามทั้ง ๑๐ ข้อ
- การตัดสินใจว่าจะมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ แต่ทุกคนสามารถและมีสิทธิ์ตัดสินใจเลือกด้วยตนเอง และควรเกิดจากความยินยอมพร้อมใจของทั้งสองคน การสร้างเงื่อนไข โน้มน้าว ชักจูง หลอกล่อ ข่มขู่ บีบบังคับ ชื่นใจ หรือยื่นข้อเสนอแลกเปลี่ยน ล้วนถือเป็นการไม่เคารพสิทธิผู้อื่น และมีความผิดตามกฎหมายได้ เพราะเป็นการล่วงละเมิดทางเพศ

- เพศสัมพันธ์โดยไม่ยินยอมพร้อมใจ นอกจากการข่มขืน ขืนใจ แล้วยังหมายถึงกรณีต่อไปนี้
 - การบังคับผู้อื่นให้มีเพศสัมพันธ์
 - การไม่เคารพและไม่รับฟังเมื่ออีกฝ่ายหนึ่งบอกปฏิเสธว่า “ไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์” หรือขอให้หยุด
 - การพยายามมีเพศสัมพันธ์ ในขณะที่อีกฝ่ายหนึ่งเมาหรือขาดสติที่จะตัดสินใจ
 - การบังคับ ชูเชื้อ หรือหลอกลวงเพื่อมีเพศสัมพันธ์
- การมีประสบการณ์ทางเพศมาก่อน ไม่ได้หมายความว่า จะสามารถมีเพศสัมพันธ์ครั้งต่อไปได้ง่ายขึ้น ดังนั้น จึงไม่ควรตัดสินคนที่เคยมีประสบการณ์มาก่อน
- หากคนสองคนตัดสินใจและยินยอมพร้อมใจในการมีเพศสัมพันธ์ ทั้งคู่ควรรู้ว่าเพศสัมพันธ์จะก่อให้เกิดผลอะไรตามมาบ้าง และรู้ว่าจะเป็นความรับผิดชอบร่วมกันต่อผลที่จะเกิดขึ้น นอกจากนั้น ต้องคิดถึงการป้องกันตนเองจากความเสี่ยงในการติดเชื้อเอชไอวีและเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รวมทั้งการตั้งครรภ์โดยไม่พร้อมด้วย



๑๐๕

แผนการเรียนรู้ที่ ๕ เพศสัมพันธ์ปลอดภัย

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

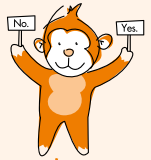
อาจมีคำถามหลายข้อที่ผู้เรียนไม่กล้าแสดงความคิดเห็นของตนอย่างแท้จริง เนื่องจากเกิดบรรยากาศที่ไม่เอื้อให้แสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่ อาจใช้วิธีให้ผู้เรียนตอบคำถามลงในกระดาษพร้อมทั้งบอกเหตุผลโดยไม่ลงชื่อ และนำมาสรุปประเด็นสำคัญ แต่วิธีการนี้จะใช้เวลามาก ผู้ดำเนินกิจกรรมควรพิจารณาปรับคำถามให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และควรระมัดระวังการอธิบายพูดคุยเชิงโน้มน้าว เช่น เพศสัมพันธ์เป็นการกระทำที่ไม่ดี ไม่เหมาะสม หรือใช้ท่าทีสิ่งสอนว่า วัยรุ่นไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ เพราะจะปิดกั้นการแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- “ความพร้อมของการมีเพศสัมพันธ์” หมายความว่าอย่างไร
- บอกวิธีการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์เมื่อไม่พร้อม



แผนกิจกรรม กรณีเลือกใช้วิธีให้ผู้เรียนตอบในกระดาษแทน

ฉันคิดว่าตัวเองพร้อมจะมีเพศสัมพันธ์เมื่อ	ได้	ไม่ได้
๑. แต่งงานกันแล้ว		
๒. วางแผนว่าจะแต่งงานกัน		
๓. เคยผ่านประสบการณ์ทางเพศกับคนอื่นมาก่อน		
๔. รักกัน		
๕. ยินยอมพร้อมใจแม้จะยังไม่แต่งงานกัน		
๖. ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งชวน		
๗. ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเมา		
๘. ไปค้างคืนต่างจังหวัดด้วยกัน		
๙. ผู้ชายถูกกระตุ้นให้เกิดอารมณ์จนควบคุมตัวเองไม่ไหว		
๑๐. ผู้หญิงเคยมีประสบการณ์ทางเพศมาก่อน		

๑๐๗

แผนการเรียนรู้ที่ ๕ เพศสัมพันธ์ปลอดภัย

โรงเรียนควรให้มีชมรมเพศศึกษา
ที่มีความเข้าใจวัยรุ่น ให้เด็กมีความรู้
และเข้าใจในเรื่องเพศ
เพราะเรื่องเพศเป็นเรื่องสิทธิส่วนบุคคล
แต่แต่ละคนตัดสินใจเอง
ว่าจะมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์
แต่ทุกคนควรจะรู้จักวิธีป้องกันตนเอง
และป้องกันคู่

ชนิษฐา หงส์แดง ปวช.๑
วิทยาลัยการอาชีพหนองหาน จ.อุดรธานี
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๕๗)





แผนการเรียนรู้ที่ ๕

แลกน่า



แผนการเรียนรู้ที่ ๕

แลนก้า

สาระสำคัญ

โอกาสการติดเชื้อเอชไอวีเกิดขึ้นได้กับทุกคนรวมทั้งวัยรุ่น หากมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน (ไม่ใช่ถุงยางอนามัย) กับคนที่มีเชื้อเอชไอวี ซึ่งไม่สามารถบอกได้ว่ามีเชื้อหรือไม่จากการดูรูปลักษณะภายนอก การไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะทำให้ไม่ได้รับเชื้อเอชไอวี แต่หากมีเพศสัมพันธ์ ถุงยางอนามัยเป็นอุปกรณ์คุมกำเนิดชนิดเดียวที่ใช้ป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีได้

จุดประสงค์

๑. ระบุโอกาสเสี่ยงของตนต่อการได้รับเชื้อเอชไอวี
๒. บอกวิธีป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีที่ตนเองมั่นใจว่าทำได้

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี
๒. ภาพประกอบเครือข่ายการมีเพศสัมพันธ์
๓. ชุดเล่นกิจกรรมแลนก้า
 - สารโซเดียมไฮดรอกไซด์ (โซดาไฟ)

๑๑๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



- น้ำเปล่า
- ขวดใส่น้ำจำนวนสองเท่าของผู้เรียน (ควรใช้ขวดใส มีปากกว้างพอควร และขนาดพอมือ หยิบถือได้สะดวก)
- หลอดฉีดยาคขนาด ๕ ซีซี เท่าจำนวนผู้เรียน
- สารละลายฟีนอล์ฟทาลีน (สำหรับทดสอบ)
- ถาดสำหรับใส่น้ำไว้แจก หรือโต๊ะสำหรับตั้งขวดน้ำ

การเตรียมการก่อนเริ่มดำเนินกิจกรรม

- ใส่น้ำสะอาดในขวดแก้วใสที่ผสมน้ำเปล่าแล้ว ในขวดแก้วใส ๑ ใบ (ปริมาณประมาณครึ่งขวด) (ไม่ควรผสมโซเดียมฯ กับน้ำทิ้งไว้นานเกินไป)
- ใส่น้ำเปล่าลงในขวดที่เหลือทุกใบ ให้ได้ประมาณครึ่งขวด
- แยกขวดที่ใส่น้ำเปล่าไว้ ๖ ใบ และนำขวดที่ใส่น้ำสะอาดในขวดแก้วใสตั้งวางปนกับขวดที่เหลือในถาดที่จัดเตรียมไว้
- นำหลอดฉีดยาคใส่ไว้ในแต่ละขวด
- เตรียมขวดแก้วเปล่าอีกชุดหนึ่ง เท่าจำนวนผู้เรียน วางเรียงไว้เพื่อให้แต่ละคนหยดน้ำของตัวเองเก็บไว้

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมอธิบายวิธีการเล่นว่า “แลกน้ำ” เป็นการจำลองสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อเอชไอวี ทุกคนจะมีส่วนร่วมในการเล่นกิจกรรม
๒. ขออาสาสมัคร ๖ คน และแจกขวดน้ำพร้อมหลอดฉีดยาค (ที่แยกเอาไว้ ๖ ขวด) ให้อาสาสมัครถือไว้คนละขวด ให้อาสาสมัครดูดน้ำในขวดที่ได้ไปประมาณครึ่งหลอดฉีดยาค แล้วนำไปฉีดใส่ขวดเปล่าที่เตรียมไว้ให้ จากนั้น แยกขวดน้ำ ๖ ขวดที่อาสาสมัครฉีดน้ำของตัวเองเก็บไว้ต่างหาก บอกให้อาสาสมัครนั่งรวมกันอยู่ด้านหนึ่งของห้อง โดยยังไม่ต้องร่วมกิจกรรม

๓. แจกขวดน้ำพร้อมหลอดจืดยาที่เหลือให้กับผู้เรียนทั้งหมดคนละ ๑ ขวด โดยให้ผู้เรียนหยิบเอง
๔. ผู้ดำเนินกิจกรรมบอกให้ผู้เรียนสังเกตน้ำในขวดของตัวเองว่าเหมือนกับขวดของเพื่อนหรือไม่ จากนั้นให้แต่ละคนใช้หลอดจืดยาดูดน้ำของตัวเองประมาณครึ่งหลอดไปใส่ไว้ในขวดเปล่าที่เตรียมไว้ให้
๕. หลังจากทุกคนได้เก็บน้ำของตัวเองแล้ว ให้ทุกคนยกเว้นอาสาสมัครมาขึ้นล้อมวงรวมกัน ให้ทุกคนทำความคุ้นเคยกับการใช้หลอดจืดยาดูดน้ำในขวดของตัวเอง พร้อมทั้งสังเกตสีของน้ำในขวดของตัวเองด้วยว่าเป็นอย่างไร ต่างกับของเพื่อนหรือไม่
๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมเริ่มเล่น
 - **รอบที่ ๑** บอกให้ผู้เรียนทุกคน (ยกเว้นอาสาสมัคร ๖ คน) เลือกจับคู่กับใครก็ได้ที่ถูกใจ เมื่อทุกคนได้คู่ครบแล้วให้หันหน้าเข้าหากัน และแต่ละคนดูดน้ำของตัวเองขึ้นมาปริมาณครึ่งหลอด แล้วจืดน้ำในหลอดจืดยาที่ดูดขึ้นมาใส่ในขวดของตัวเอง (ต่างฝ่ายต่างจืดใส่ขวดกันและกัน) จากนั้นให้แต่ละคนใช้หลอดจืดยาดูดน้ำในขวดของตัวเอง และสังเกตว่าน้ำในขวดเปลี่ยนไปจากเดิมหรือไม่
 - **รอบที่ ๒, ๓ และ ๔**
ให้ผู้เรียนแต่ละคนจับคู่กับคนใหม่ โดยไม่ให้ซ้ำคนเดิม โดยผู้ดำเนินกิจกรรมอธิบายให้ชัดเจนในแต่ละรอบว่า ให้หาคู่คนใหม่ที่ไม่ใช่คนเดิมที่เคยแล่น้ำกันไปแล้ว เมื่อจับคู่ได้ให้จืดน้ำของตัวเองใส่ในขวดของคู่ ผู้ดำเนินกิจกรรมกระตุ้นให้ผู้เรียนจำหน้า/ชื่อคนที่แล่น้ำด้วยให้ได้
 - **รอบที่ ๕** ให้อาสาสมัครทั้ง ๖ คนเข้ามารวมเล่นด้วย โดยให้อาสาสมัครเลือกจับคู่กับคนในกลุ่มใหญ่และห้ามอาสาสมัครจับคู่กันเอง เมื่ออาสาสมัครได้คู่แล้ว ให้ผู้เรียนที่เหลือจับคู่กันเองโดยอิสระ เมื่อทุกคนมีคู่ครบแล้วก็ให้แล่น้ำกันอีก ๑ ครั้ง จากนั้น ให้ทุกคนกลับไปนั่งที่และนำขวดมาไว้ข้างหน้าตัวเอง
๗. ถามผู้เรียนว่า
 - หากเปรียบเทียบกิจกรรม “แล่น้ำ” กับเรื่องเอดส์ การแล่น้ำอาจเปรียบเทียบได้กับอะไร (การจำลองภาพการมีเพศสัมพันธ์กัน)



- จากการ “แลกเปลี่ยน” ที่ทุกคนมีส่วนร่วม เราเห็นรูปแบบการมีเพศสัมพันธ์แบบใดบ้าง (มีเพศสัมพันธ์กับคนหลายคน, มีการเปลี่ยนคู่, มีคู่หลายคน, มีคู่คนเดียว, มีเพศสัมพันธ์ครั้งเดียว, มีแบบไม่ป้องกัน ฯลฯ)
 - หากมีผู้ติดเชื้อเอชไอวีในวงนี้ เรารู้หรือไม่ว่าเป็นใครบ้าง รู้ได้อย่างไร โดยเปรียบเทียบกับขวดน้ำที่ทุกคนถืออยู่ (เชื่อมโยงให้เห็นเรื่องน้ำใสๆ ดูไม่ออก เหมือนมีเชื้อเอชไอวี แต่ดูไม่ออก)
๘. บอกผู้เรียนว่า ในวงนี้มีผู้ติดเชื้ออยู่ (ขวดน้ำที่มีเชื้อ) เราบอกได้หรือไม่ว่ามีใครบ้าง เพราะเหตุใด (ยังไม่ต้องเฉลยว่ามีขวดตั้งต้นกี่ขวด)
- หากมีคนที่มีเชื้ออยู่ในวงนี้ ใครที่คิดว่าตัวเองอาจมีโอกาสเสี่ยงในการรับเชื้อบ้าง เพราะเหตุใด
 - เราจะรู้ได้อย่างไรว่า ใครมีเชื้อเอชไอวี
- (วิธีเดียวที่จะรู้ได้คือ การตรวจเลือดหาเชื้อเอชไอวี)**
๙. ถามความสมัครใจว่าผู้เรียนคนใดอยากตรวจหาเชื้อเอชไอวีบ้าง
- ถ้ามีคนต้องการตรวจ เลือก ๑ คน และอธิบายว่า เมื่อใช้สารทดสอบหยดลงในขวด น้ำเปลี่ยนสีเป็นสีม่วง หมายถึงขวดๆ นั้นมีเชื้อ จากนั้นนำสารฟีนอล์ฟทาลีนไปหยดในขวดน้ำของคนที่ต้องการตรวจคนแรก หากสีไม่เปลี่ยน ให้หาคนที่ต้องการตรวจจากกลุ่มใหญ่อีก ๑ คน จนหยดสารแล้วพบว่าเปลี่ยนสี
๑๐. เมื่อตรวจพบว่าน้ำของใครเปลี่ยนสีเป็นขวดแรก ให้ชวนเจ้าของขวดพูดคุย
- ถามเจ้าของขวดว่ารู้สึกอย่างไรที่น้ำของตัวเองเปลี่ยนสี คิดว่าเป็นเพราะเหตุใด หากมีการระบุว่าได้รับเชื้อจากคนอื่น ให้ลองบอกว่าเป็นใคร เพราะอะไร
 - จากนั้นถามกลุ่มว่า ถ้าขวดนี้เปลี่ยนสี ใครคิดว่าขวดของตัวเองจะเปลี่ยนด้วย ให้ยื่นขึ้น
 - ถามต่อว่า เมื่อเห็นคนที่คิดว่าตัวเองอาจมีโอกาสเสี่ยงยื่นขึ้น ใครคิดว่าตนเองก็มีโอกาสเสี่ยงอีกบ้าง ให้ยื่นขึ้น ถามเหตุผล และถามต่ออีก ๒ - ๓ รอบให้เห็นว่าคนส่วนใหญ่ในห้องยื่นขึ้น
 - ชี้ให้เห็นว่า เราเพิ่งรู้ว่ามีคนๆ เดียวในห้องนี้ที่มีเชื้อ แต่มีอีกหลายคนมากที่รู้สึกว่าคุณเองอาจมีโอกาสเสี่ยงด้วย ถามผู้เรียนว่ารู้สึกหรือคิดอย่างไรกับสถานการณ์ดังกล่าว
๑๑. ถามว่าใครอยากตรวจอีกบ้าง ลองตรวจ (โดยเมื่อเจอขวดที่เปลี่ยนสี อีก ๒ - ๓ ขวดลองถามว่า คิดว่าได้รับจากใคร) จากนั้นผู้ดำเนินกิจกรรมบอกว่า จะบังคับตรวจทุกคน ยกเว้นอาสาสมัคร ๖ คน นับจำนวนขวดที่เปลี่ยนสี

๑๒. สำหรับอาสาสมัคร ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนในกลุ่มใหญ่ว่า

- อาสาสมัครแลกเปลี่ยนน้ำกี่ครั้ง เปรียบเทียบได้กับใคร/พฤติกรรมอะไรบ้างในสังคม
(มีเพศสัมพันธ์ครั้งเดียว, มีครั้งแรก, มีคู่คนเดียว, รักเดียวใจเดียว)
- คิดว่าขวดของอาสาสมัครมีโอกาสเปลี่ยนสีหรือไม่ เพราะเหตุใด
- จากนั้นตรวจอาสาสมัคร และนับจำนวนขวดน้ำที่เปลี่ยนสี

๑๓. หากมีขวดน้ำอาสาสมัครเปลี่ยนสี ตั้งคำถามต่อว่า

- การรักเดียวใจเดียว มีคู่คนเดียว ช่วยให้ปลอดภัยจากเอ็ดส์จริงหรือไม่
และชวนผู้เรียนอภิปรายถึงสาเหตุที่ทำให้การมีเพศสัมพันธ์ครั้งเดียวก็อาจติดเชื้อได้

๑๔. ผู้ดำเนินกิจกรรมเขียนแผ่นใส เพื่อให้เห็นจำนวนขวดน้ำที่เปลี่ยนสี (ติดเชื้อ) จากจำนวนขวดในกลุ่มใหญ่ทั้งหมด จากการแลกเปลี่ยน ๕ ครั้ง และจำนวนขวดอาสาสมัครที่เปลี่ยนสีใน ๖ ขวด จากการแลกเปลี่ยนเพียง ๑ ครั้ง

- โอกาสเสี่ยงของ ๒ กลุ่มนี้เหมือนหรือต่างกันอย่างไร

๑๕. ถามผู้เรียนว่า จากจำนวนขวดน้ำที่เปลี่ยนสีไปทั้งหมด คิดว่ามีขวดตั้งต้นกี่ขวด

- จากนั้น เฉลยโดยการนำสารฟีนอล์ฟทาลินมาหยดใส่ขวดที่เก็บน้ำของแต่ละคนไว้ในครั้งแรกทุกขวด (รวม ๖ ขวดของอาสาสมัครที่ไม่มีเชื้ออยู่ตั้งแต่แรก) ซึ่งจะเห็นว่า มีเพียงขวดเดียวเท่านั้นที่เปลี่ยนสี
- อธิบายว่า กิจกรรมแลกเปลี่ยนน้ำเป็นการจำลองการแพร่ระบาดของเชื้อเอชไอวี จาก ๑ ขวด แลกกัน ๕ ครั้ง ทำให้น้ำเปลี่ยนสีไปอีกกี่ขวด ถามว่าคิด/รู้สึกอย่างไร กับสิ่งที่เห็นจากกิจกรรมนี้บ้าง

๑๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยสรุปการเรียนรู้จากกิจกรรม “แลกเปลี่ยนน้ำ” โดยให้ผู้เรียนช่วยกันสรุปว่า “โอกาสการติดเชื้อเอชไอวี คือ.....” โดยผู้ดำเนินกิจกรรมพยายามตั้งคำถามเพื่อนำไปสู่คำตอบ **(การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกันกับคนที่มีเชื้อเอชไอวีซึ่งดูไม่ออกจากภายนอก)**

ถามต่อว่า ใครมีโอกาสทำพฤติกรรมแบบนี้บ้าง

(ทุกคน รวมทั้งวัยรุ่นด้วย)

๑๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้ให้เห็นว่า โอกาสการได้รับเชื้อเอชไอวีเป็นเรื่องของ “พฤติกรรมเสี่ยง” ซึ่งทุกคนมีโอกาสทำพฤติกรรมดังกล่าว ไม่ใช่ “กลุ่มเสี่ยง” ตามความเข้าใจเดิมที่ว่า



มีคนเพียงบางกลุ่มที่อาจมีโอกาสได้รับเชื้อ เช่น ผู้ขายบริการทางเพศ ผู้ใช้เข็มฉีดยาเสพติดร่วมกัน เป็นต้น

๑๘. ตั้งประเด็นพูดคุยกับผู้เรียนว่า กิจกรรมนี้เป็นการจำลองภาพการมีเพศสัมพันธ์ของคน ๕ ครั้ง ซึ่งเป็นโอกาสที่คนจะได้รับเชื้อเอชไอวีไปจำนวนหนึ่งตามที่ได้เห็นจากกิจกรรมนี้ จากนั้นผู้ดำเนินกิจกรรมกระตุ้นผู้เรียนโดยถามว่า

- ในชีวิตจริง แต่ละคน (จะ) มีโอกาสมีเพศสัมพันธ์กี่ครั้ง และกับคนมากกว่า ๑ คนหรือไม่
- การเปลี่ยนคู่ หรือมีคู่นอนมากกว่า ๑ คน เกิดขึ้นได้อย่างไรบ้าง มีโอกาสเกิดขึ้นในชีวิตเราได้หรือไม่ อย่างไร
- เราจะบอกกับคู่ปัจจุบันเกี่ยวกับคู่นอนในอดีตหรือไม่ เพราะเหตุใด สุ่มถามทั้งหญิงและชาย ตั้งข้อสังเกตความแตกต่างของการเปิดเผยประสบการณ์ทางเพศของหญิงชาย ใครบอกยากกว่ากัน

๑๙. ให้ผู้เรียนเสนอวิธีการป้องกันโดยผู้ดำเนินกิจกรรมจัดขึ้นบนกระดานหรือกระดาษฟลิปชาร์ต จากนั้นให้ผู้เรียนช่วยกันเรียงลำดับว่า วิธีการที่ “ง่ายและเป็นไปได้ที่สุด” และผู้ดำเนินกิจกรรมช่วยซักถามถึงเหตุผล ความเป็นไปได้ถ้าอยู่ในสถานการณ์จริง รวมทั้งแก้ไขความเข้าใจผิดที่ผู้เรียนอาจมีเกี่ยวกับการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี

๒๐. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญจากกิจกรรมแลกเปลี่ยน ดังนี้

- โอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่สวมถุงยางอนามัยกับผู้ติดเชื้อซึ่งดูไม่ออกจากรูปลักษณ์ภายนอก ซึ่งเป็นสาเหตุหลักของการติดเชื้อของหญิงชาย ในวัยเจริญพันธุ์มากกว่าการใช้ยาเสพติดชนิดฉีด หรือจากแม่ติดเชื้อสู่ลูกในครรภ์
- อธิบายความแตกต่างของ “ผู้ติดเชื้อ” กับ “ผู้ป่วยเอดส์”
 - **“ผู้ติดเชื้อ”** หมายถึง ผู้ที่มีเชื้อเอชไอวีอยู่ในร่างกาย แต่ไม่มีอาการแสดงใดๆ และยังแข็งแรง สามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ ทั้งนี้ ผู้ที่ได้รับเชื้อไปแล้ว ก็อาจไม่ทราบว่าตนเองมีเชื้ออยู่ หากไม่ได้ไปตรวจเลือดหาเชื้อเอชไอวี
 - **“ผู้ป่วยเอดส์”** หมายถึง ผู้ที่ได้รับเชื้อเอชไอวีมาระยะหนึ่ง จนกระทั่งภูมิคุ้มกันถูกทำลายมากจนทำให้มีอาการป่วยด้วยโรคฉวยโอกาส เช่น วัณโรค ปอดอักเสบ เป็นต้น

ซึ่งโรคฉวยโอกาสเหล่านี้ สามารถป้องกันและรักษาให้หายได้ เมื่อหายจากอาการป่วยเหล่านี้ ก็จะเป็นผู้ติดเชื้อเหมือนเดิม ขณะนี้ยาต้านไวรัสเอชไอวีสามารถช่วยให้ผู้ติดเชื้อสามารถมีสุขภาพแข็งแรงได้นานขึ้น

- วิธีเดียวที่จะรู้ว่าใครมีเชื้อคือการตรวจเลือดหาเชื้อเอชไอวีหลังจากมีพฤติกรรมเสี่ยงมาแล้ว ๓ เดือน
- เพศสัมพันธ์ที่ไม่ป้องกันอาจนำมาซึ่งผลกระทบหลายอย่าง เช่น การตั้งครรภ์โดยไม่พร้อม การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และเชื้อเอชไอวี
- ถุงยางอนามัยเป็นวิธีป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีที่มีประสิทธิภาพ ถ้าใช้อย่างถูกวิธีและใช้ทุกครั้งกับทุกคนเมื่อมีเพศสัมพันธ์
- แม้รู้ว่าเชื้อเอชไอวีติดต่อกันอย่างไร และรู้วิธีป้องกัน แต่หลายคนประเมินความเสี่ยงของตนเองและคู่ “พลาด” เพราะ
 - มั่นใจในคู่ที่ตัวเองเลือกแล้วโดยดูจากคุณสมบัติภายนอก หรืออื่นๆ แต่ละเลยการศึกษาพูดคุยเกี่ยวกับประวัติการมีเพศสัมพันธ์
 - เห็นว่าผลการตรวจเลือดเป็นลบ แต่ผลเลือดลบอาจหมายถึงได้รับเชื้อมาแล้ว แต่ยังตรวจไม่พบ เพราะมีช่วงระยะเลือดแฝง (window period) ๓ เดือนแรกหลังรับเชื้อที่ยังตรวจไม่พบการติดเชื้อ
 - เลือกใช้ถุงยางอนามัยกับบางคน บางสถานการณ์เท่านั้น
 - มั่นใจเรื่องรักนวลสงวนตัว หรือรักเดียวใจเดียวของตัวเอง (ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์กับใครมาก่อน) แต่ลืมประเมินคู่ว่ามีพฤติกรรมแบบเดียวกันหรือไม่
 - ไม่กล้าพูดคุยกับคู่เรื่องการใส่ถุงยางอนามัยเพื่อป้องกัน เพราะกลัวอีกฝ่ายจะไม่พอใจ คิดว่าไม่เชื่อใจ
 - อาย ไม่กล้าเริ่มพูดเรื่องเพศกับคู่มาก่อน

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

กิจกรรมนี้ต้องการห้องที่ผู้เรียนสามารถเดินไปมาได้สะดวก เพราะจะทำให้ประหยัดเวลา
ควรจัดสถานที่และเตรียมอุปกรณ์ล่วงหน้าไว้เพื่อให้มีเวลาเหลือพอสำหรับการอภิปรายและสรุป



๑๑๗

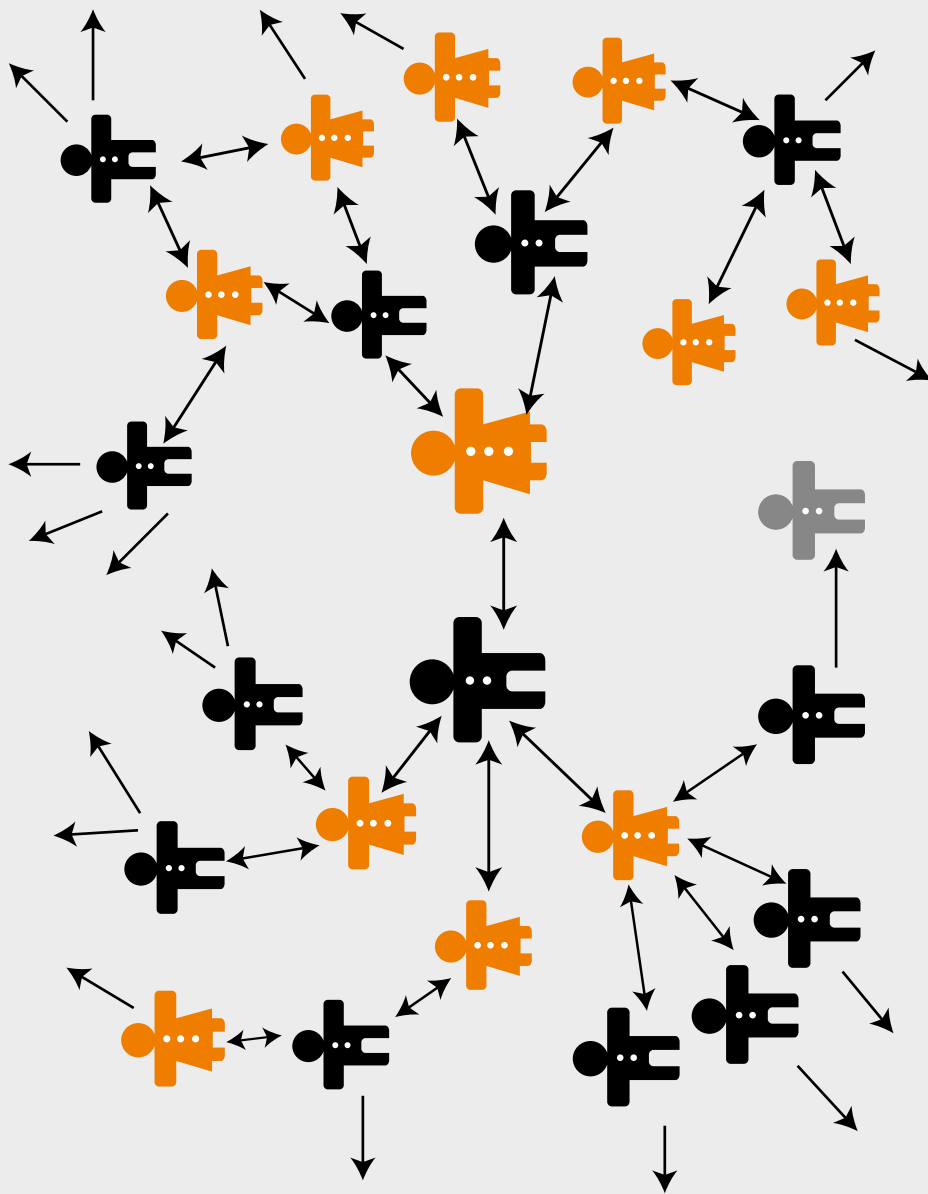
การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- บอกวิธีลดโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ ที่คิดว่าทำได้จริงและปลอดภัยมา ๑ วิธี

ภาพประกอบ เครือข่ายการมีเพศสัมพันธ์



แผนการเรียนรู้ที่ ๖

**รู้จัก
คุณเคย**





แผนการเรียนรู้ที่ ๖

รู้จัก คุณเคย

สาระสำคัญ

การเรียนรู้เรื่องวิธีการคุมกำเนิด การป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นการเรียนรู้เพื่อการดูแลสุขภาพทางเพศเมื่อจำเป็นต้องใช้ ซึ่งเรื่องดังกล่าวเป็นความรับผิดชอบของแต่ละคนที่ต้องมีต่อตัวเอง เช่นเดียวกับการดูแลสุขภาพอนามัยทั่วไป

จุดประสงค์

- อธิบายวิธีการคุมกำเนิด การใช้อุปกรณ์ และประสิทธิภาพของแต่ละวิธีได้ถูกต้อง
- ตระหนักว่าการคุมกำเนิดเป็นความรับผิดชอบของทั้งหญิงและชายในการดูแลสุขภาพตัวเองเช่นเดียวกับการดูแลสุขภาพทั่วไป ไม่ใช่ความรับผิดชอบของเพศใดเพศหนึ่งเท่านั้น

อุปกรณ์ และสื่อ

- ตัวอย่างอุปกรณ์คุมกำเนิด ได้แก่
 - ยาคุมกำเนิดชนิดเม็ด แบบแผง ๒๑ เม็ด และ ๒๘ เม็ด
 - ยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน
 - ถุงยางอนามัย

๑๒๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

๒. บัตรคำเขียนว่า “หลังข้างนอก” กับ “การนับหน้า ๗ หลัง ๗”
๓. ตารางแสดงข้อมูลวิธีคุมกำเนิดแต่ละวิธี นอกจากยาคุมชนิดเม็ด
ถุงยางอนามัย และหลังข้างนอก
๔. กระดาษฟลิปชาร์ต
๕. กระดาษขาว
๖. ปากกาเคมี



๑๒๑

แผนการเรียนรู้ ๖ ผู้รู้ก่อนรู้ ๑ รู้จัก กับคน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่าเพื่อเป็นการทำความรู้จักวิธีการคุมกำเนิดแบบต่างๆ โดยเห็นตัวอย่างอุปกรณ์ของจริง
๒. แบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็น ๕ กลุ่ม แจกกระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมีให้แต่ละกลุ่ม และให้ส่งตัวแทนกลุ่มออกมาเลือกอุปกรณ์คุมกำเนิดที่จัดไว้กลุ่มละชนิด
 - ยาคุมกำเนิดชนิดเม็ด (๒๑ เม็ด และ ๒๘ เม็ด)
 - ยาคุมฉุกเฉิน
 - ถุงยางอนามัย
 - บัตรคำ “หลังข้างนอก”
 - บัตรคำ “การนับหน้า ๗ หลัง ๗”
๓. ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันอธิบายว่า อุปกรณ์คุมกำเนิดที่เลือกมานั้นมีวิธีการใช้อย่างไร มีประสิทธิภาพอย่างไร โดยให้เขียนคำตอบลงบนกระดาษฟลิปชาร์ต ใ้เวลากลุ่มย่อย ๑๐ นาที
๔. จากนั้น ให้แต่ละกลุ่มออกมาอธิบายประสิทธิภาพ พร้อมทั้งสาธิตวิธีการคุมกำเนิดของกลุ่มตน (กลุ่มละ ๕ นาที)
๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมช่วยเพิ่มเติมข้อมูล หรือแก้ไขหากเป็นข้อมูลที่ผิดของของแต่ละกลุ่ม
๖. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย โดยใช้คำถามดังนี้

คำถามชวนคิด

- รู้สึกอย่างไรเมื่อหยิบจับอุปกรณ์คุมกำเนิดหรือเรียนรู้วิธีคุมกำเนิด ทำไมจึงรู้สึกเช่นนั้น
- ระหว่างพูดคุยกันในกลุ่ม แต่ละคนมีท่าทีอย่างไรบ้าง เกิดความรู้สึกอะไร และทำไมจึงเป็นเช่นนั้น
- มีความแตกต่างอย่างไรบ้างกับข้อมูลที่คุณเคยได้ยินมาเกี่ยวกับการคุมกำเนิดและที่รับรู้เพิ่มเติมในวันนี้
- คิดว่าวัยรุ่นควรมีวิธีการเรียนรู้เรื่องการคุมกำเนิดอย่างไรจึงจะเกิดประโยชน์กับวัยรุ่นมากที่สุด
- ชายหญิงมีบทบาทแตกต่างกันอย่างไรหรือไม่ในการรับผิดชอบเรื่องการคุมกำเนิด เพราะอะไร
- หากไม่ต้องการใช้วิธีการคุมกำเนิดที่ได้เรียนรู้ในวันนี้ คิดว่าชายหญิงจะมีความปลอดภัยจากการมีเพศสัมพันธ์คือ ไม่ตั้งครรภ์ ไม่ติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเชื้อเอชไอวี ด้วยวิธีใดได้อีกบ้าง



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็นดังนี้

- การแสวงหาข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการคุมกำเนิด ถือเป็น การแสดงความรับผิดชอบต่อตัวเอง และคนที่เรามีความสัมพันธ์ด้วย
- มีคนจำนวนมากยังเชื่อว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องน่าอาย ทำให้ไม่กล้าหาความรู้ในเรื่องนี้ อย่างเปิดเผย จึงส่งผลให้ขาดความรู้ หรือมีความเชื่อที่ผิดๆ จนส่งผลต่อสุขภาพทางเพศ ทั้งที่ การมีข้อมูลถูกต้อง รอบด้านและเพียงพอในเรื่องเพศจะช่วยให้ทุกคนมีทางเลือกที่เหมาะสมที่สุดกับเงื่อนไขของตนเองเมื่อต้องตัดสินใจในเรื่องเพศ เช่น การสื่อสารกับคู่/คนรอบข้าง การมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ฯลฯ
- การป้องกันเมื่อมีเพศสัมพันธ์ เป็นความรับผิดชอบร่วมกันของชายและหญิง ไม่มีใคร ควรต้องรับผิดชอบมากกว่า เพราะเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย เป็นผลดีกับทั้งสองฝ่าย และถือเป็นความรับผิดชอบร่วมกัน

๑๒๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



- ด้วยค่านิยมเรื่องเพศในสังคม ทำให้ผู้หญิงส่วนใหญ่มักรู้สึกอาย หรือไม่สะดวกใจ ที่จะ เป็น ฝ่ายพูดคุย ซื่อหา หรือพกพาอุปกรณ์ป้องกันการตั้งครรภ์และป้องกันโรค แต่หากผู้หญิง ตระหนักว่า เราไม่อาจฝากความปลอดภัยของตัวเองไว้ที่คนอื่น เพราะเป็นเรื่องที่แต่ละคน ต้องดูแลและรับผิดชอบตัวเอง ผู้หญิงจึงต้องคิดและหาวิธีที่จะทำให้ตัวเองปลอดภัยทั้งจาก การตั้งครรภ์เมื่อไม่พร้อมและการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ในขณะที่เดียวกัน แม้ผู้ชายจะไม่ได้เป็นฝ่ายตั้งครรภ์ แต่การคำนึงถึงความรู้สึกกังวลใจและความปลอดภัยของ ฝ่ายหญิง รวมทั้งความปลอดภัยจากการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ทั้งของตัวเองและ ของคู่ ก็ถือเป็นความรับผิดชอบของผู้ชายเช่นกัน

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

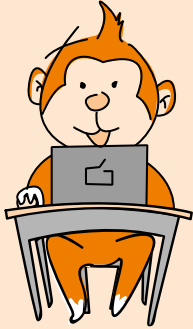
- ผู้ดำเนินกิจกรรมควรย้ำกติกาที่ได้มีการตกลงร่วมกันไว้ก่อนเริ่มดำเนินกิจกรรม เพื่อไม่ให้เกิด การล้อเลียน เชนอายุ ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น รวมทั้งช่วยสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเองเพื่อให้ ผู้เรียนรู้สึกเป็นเรื่องธรรมดาที่จะพูดถึงเรื่องเหล่านี้ได้อย่างเปิดเผย
- อาจมีความเชื่อผิดๆ ที่ผู้เรียนได้รับรู้มา จึงควรรวบรวมข้อมูลเหล่านี้ และให้ผู้เรียนกลับไปค้นคว้า จากแหล่งข้อมูลต่างๆ เพื่อตรวจสอบและนำมาแลกเปลี่ยนว่ามีข้อมูลใดถูกต้องบ้างในคาบต่อไป

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่กับคำพูดที่ว่า “ผู้ชายควรเป็นฝ่ายพกหรือซื้อถุงยางอนามัย ไม่ใช่ ผู้หญิง” เพราะอะไร
- วิธีคุมกำเนิดชนิดใดที่สามารถป้องกันการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเชื้อเอชไอวีได้ด้วย
- หากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งปฏิเสธที่จะใช้ถุงยางอนามัย นักเรียนคิดว่าควรจะทำอย่างไร



ข้อมูลเพิ่มเติม สำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

วิธีการคุมกำเนิด

วิธีการคุมกำเนิดที่นำมาศึกษาในกิจกรรมนี้ เน้นวิธีการคุมกำเนิดแบบชั่วคราวที่วัยรุ่น
มักใช้หรือคุ้นเคย จากข้อมูลกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขรายงานว่า หญิงวัย
เจริญพันธุ์อายุ ๑๕ - ๔๔ ปีในประเทศไทย ที่แต่งงานและอยู่กินกับสามีแล้ว มีอัตราการใช้
วิธีการคุมกำเนิดจำแนกรายวิธี ๓ อันดับแรกจากมากไปน้อยคือ ยาเม็ดคุมกำเนิด ร้อยละ
๒๖.๘ ยาฉีดคุมกำเนิดร้อยละ ๒๒.๐ และทำหมันหญิงร้อยละ ๒๒.๖ ในขณะที่มีอัตราการ
ใช้ถุงยางอนามัยร้อยละ ๑.๗ เท่ากับอัตราการใช้ห่วงอนามัย (ศูนย์ข้อมูลกรมอนามัย,
www.anamai.moph.go.th, เมษายน ๒๕๕๐)

ถุงยางอนามัย

- มีหลายขนาด ควรเลือกขนาดที่เหมาะสมกับอวัยวะเพศ ควรดูวันผลิต หรือวันหมดอายุก่อนการใช้
- ใช้สวมเมื่ออวัยวะเพศแข็งตัว โดยให้บีบปลายถุงยางอนามัยเพื่อไล่ลมขณะสวม เริ่มสวมจากตรงปลายอวัยวะเพศสอดเข้าหาตัว แล้วรูดให้สุดโคนอวัยวะเพศ

๑๒๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



- เมื่อเสร็จกิจ ให้ถอดถุงยางอนามัยขณะที่อวัยวะเพศยังแข็งตัว โดยจับที่ขอบถุงยางและค่อยๆ รูดออก หากปล่อยให้อวัยวะเพศอ่อนตัวในช่องคลอดอาจทำให้ถุงยางอนามัยหลุดได้
- ในขณะนี้ ถุงยางอนามัยเป็นวิธีคุมกำเนิดแบบชั่วคราวที่มีประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดและสามารถป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี รวมทั้งโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ เช่น เริม หูดหงอนไก่ หนองใน ซิฟิลิส แผลริมอ่อน ไปพร้อมกันได้

ยาเม็ดคุมกำเนิดทั่วไป

- ยาคุมกำเนิดชนิดเม็ดมี ๒ แบบคือ แบบ ๒๑ เม็ด และแบบ ๒๘ เม็ด ซึ่งมีประสิทธิภาพไม่แตกต่างกัน
- ยาคุมชนิด ๒๘ เม็ด เม็ดยาที่เพิ่มขึ้นมา ๗ เม็ดเป็นวิตามินที่ช่วยให้กินยาต่อเนื่องโดยไม่ลืม
- วิธีการกินยาคุมแผงแรก ให้เริ่มกินเม็ดแรกภายใน ๕ วันแรกของการมีประจำเดือนแล้วกินติดต่อกันทุกวัน วันละ ๑ เม็ดจนหมดแผง
- สำหรับยาคุม ๒๑ เม็ด เมื่อกินหมดแผง ให้เว้นไป ๗ วันแล้วจึงเริ่มแผงใหม่ ส่วนยาคุม ๒๘ เม็ด ให้กินแผงใหม่ติดต่อกันได้เลย
- ออกฤทธิ์คุมกำเนิดโดย ๑) ยับยั้งไม่ให้เกิดการเจริญเติบโตของไข่ และป้องกันไข่ตก ๒) ทำให้เยื่อบุโพรงมดลูกบางลงไม่เหมาะแก่การฝังตัวของตัวอ่อน ๓) ทำให้มูกที่ปากมดลูกเหนียวข้น ไม่เหมาะแก่การให้สperm เคลื่อนผ่านเข้าไปในโพรงมดลูก ๔) เปลี่ยนแปลงการเคลื่อนไหวของท่อนำไข่ ทำให้ไข่ที่ผสมแล้วเดินทางไปถึงมดลูกเร็วเกินไปจนไม่สามารถฝังตัวได้
- ถ้าลืมกิน ๑ วัน ให้กิน ๒ เม็ดในวันถัดไป
- ถ้าลืมกิน ๒ วัน ให้กิน ๒ เม็ดในวันที่สาม และอีก ๒ เม็ดในวันที่ ๔

- ถ้าลิมิติน ๓ วันขึ้นไป ควรหยุดกินยาคุมแผงนั้นไปเลย และใช้วิธีคุมกำเนิดชนิดอื่นไปก่อน เช่น ใช้ถุงยาง แล้วจึงเริ่มกินแผงใหม่ในการมีประจำเดือนรอบถัดไป
- หากเริ่มกินเป็นครั้งแรก ต้องกินไป ๑๔ วัน แล้วจึงจะมีผลต่อการป้องกันการตั้งครรภ์ หากมีเพศสัมพันธ์ในช่วงเวลาดังกล่าว ควรใช้ถุงยางอนามัยควบคู่ไปด้วย
- แม้ผู้หญิงจะเป็นคนกินยาคุม แต่ผู้ชายควรมีส่วนร่วมในการช่วยเตือนให้กินยาต่อเนื่อง

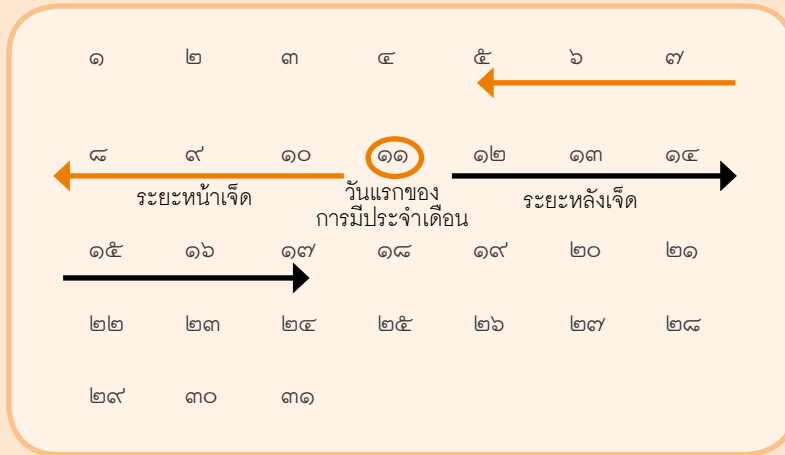
ยาเม็ดคุมกำเนิดแบบฉุกเฉิน

- ต้องกิน ๒ เม็ด จึงมีประสิทธิภาพในการคุมกำเนิด
- **เม็ดแรก** กินทันทีหรือภายใน ๗๒ ชั่วโมง (สามวัน) หลังการมีเพศสัมพันธ์ ประสิทธิภาพจะขึ้นกับเวลาที่กินภายหลังจากการมีเพศสัมพันธ์ หากกินได้เร็วเท่าไร ความสามารถในการป้องกันการตั้งครรภ์ก็จะสูงขึ้นเท่านั้น
- **เม็ดที่สอง** กินห่างจากเม็ดแรก ๑๒ ชั่วโมง
- หากกินถูกวิธี มีประสิทธิภาพป้องกันการตั้งครรภ์ ๙๕%
- การกินยาคุมฉุกเฉินมีประสิทธิภาพต่ำกว่าวิธีคุมกำเนิดแบบปกติทั่วไป **ดังนั้น ควรใช้ในกรณีฉุกเฉินเท่านั้น** ไม่ควรใช้เป็นวิธีการคุมกำเนิดประจำ

การนับระยะปลอดภัย หรือนับหน้า ๗ หลัง ๗

เป็นวิธีคุมกำเนิดแบบธรรมชาติ วิธีนี้ใช้ได้ผลเฉพาะผู้หญิงที่มีรอบเดือนมาสม่ำเสมอเท่านั้น ซึ่งไม่เหมาะกับวัยรุ่น ซึ่งร่างกายยังอยู่ในช่วงฮอร์โมนเพศปรับตัว อาจมีรอบเดือนไม่สม่ำเสมอ

การนับหน้าเจ็ดหลังเจ็ด ให้ใช้ “วันแรก” ของการมีประจำเดือน นับเป็นวันที่ ๑ หน้าเจ็ดคือ นับย้อนขึ้นไปให้ครบเจ็ดวัน ส่วนหลังเจ็ด ให้นับต่อจากวันแรกที่มีประจำเดือนไปให้ครบ ๗ วัน ดังตัวอย่าง



การหลังข้างนอก

การหลังข้างนอก เป็นวิธีการคุมกำเนิดแบบธรรมชาติ ได้ผลไม่แน่นอน เพราะขณะที่สอดใส่ ฝ่ายชายจะมีน้ำคัดหลังจำนวนหนึ่งออกมาก่อน ซึ่งจะมีอสุจิปะปนอยู่ด้วย ตัวอสุจินั้นสามารถว่ายไปผสมกับไข่ การตั้งครรภ์จึงเกิดขึ้นได้ก่อนผู้ชายจะหลั่งน้ำอสุจิกายนอกเสียอีก

นอกจากนั้น การหลังภายนอกยังเป็นวิธีการที่ขึ้นอยู่กับฝ่ายชาย โดยที่ฝ่ายหญิงไม่สามารถควบคุมได้เลย

- การกินยาคุมกำเนิดชนิดเม็ด ยาคุมกำเนิดแบบฉุดเงิน การนับวัน และการหลังข้างนอก ล้วนเป็นวิธีคุมกำเนิดที่ไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี และเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
- “ถุงยางอนามัย” เป็นวิธีเดียวที่ช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ ป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี และเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

วิธีคุมกำเนิดอื่นๆ ที่ใช้ในประเทศไทย

ยาฉีดคุมกำเนิดแบบ ๓ เดือนครั้ง

วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
<ul style="list-style-type: none">• เป็นวิธีคุมกำเนิดแบบชั่วคราวที่เหมาะสมสำหรับสตรีวัยเจริญพันธุ์ที่มีบุตรแล้ว และต้องการเว้นช่วงการมีบุตร• ประกอบด้วยฮอร์โมนโปรเจสโตเจนชนิดเดียว	<ul style="list-style-type: none">• สามารถฉีดในช่วง ๕-๗ วันแรกของการมีประจำเดือน หรือประจำเดือน หรือภายหลังแท้งไม่เกิน ๑ สัปดาห์	<ul style="list-style-type: none">• มีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์สูง โอกาสตั้งครรภ์พบได้น้อยกว่าร้อยละ ๑• กลไกการคุมกำเนิดโดย ๑. ป้องกันการตกไข่ ๒. ทำให้เยื่อโพรงมดลูกบางลงไม่เหมาะแก่การฝังตัวของตัวอ่อน ๓. ทำให้มูกที่ปากมดลูกมีปริมาณน้อยและเหนียวข้นไม่เหมาะแก่การให้อสุจิเคลื่อนผ่านเข้าไปในโพรงมดลูก ๔. มีผลต่อเซลล์ในเยื่อของท่อไข่ โดยมีการเปลี่ยนแปลงให้ไม่เหมาะสมต่อการผสมและการแบ่งตัวในระยะแรกๆ ของไข่ที่	<p>ข้อดี</p> <ul style="list-style-type: none">• เข็มเดียวสามารถคุมกำเนิดได้ ๓ เดือน• มีความเป็นส่วนตัว• ป้องกันการตั้งครรภ์นอกมดลูก มะเร็งรังไข่ เนื้องอกในมดลูก <p>ข้อด้อย</p> <ul style="list-style-type: none">• ต้องมาฉีดกับผู้ให้บริการ ไม่สามารถซื้อมาฉีดเองได้• การกลับสู่ภาวะที่สามารถตั้งครรภ์ได้ช้ากว่าวิธีคุมกำเนิดชั่วคราวชนิดอื่น <p>อาการข้างเคียง</p> <ul style="list-style-type: none">• เกิดความผิดปกติของประจำเดือน เช่น มามาก กะปริดกะปรอย มักจะเป็นในช่วงเข็มแรกๆ หรือประจำเดือนขาดหายไป ซึ่งไม่ถือเป็นเรื่องที่มีอันตรายใดๆ

๑๒๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
		<p>ได้รับการผสมแล้ว</p> <ul style="list-style-type: none">• ภายหลังฉีดยาคุมกำเนิดสามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้ทันที เนื่องจากเป็นระยะปลอดภ้ย	<ul style="list-style-type: none">• หากมีอาการข้างเคียงไม่สามารถหยุดยาได้ทันที ต้องรอให้ยาหมดฤทธิ์เอง• ผู้หญิงที่ฉีดยาคุมกำเนิดแบบ ๓ เดือน นาน ๕ ปีขึ้นไป จะมีความหนาแน่นของมวลกระดูกลดลง แต่เมื่อหยุดใช้ยาความหนาแน่นของมวลกระดูกจะกลับคืนมา มีข้อแนะนำว่าผู้หญิงที่ใช้วิธีคุมกำเนิดชนิดนี้ควรรับประทานอาหารที่มีแคลเซียมอย่างเพียงพอ เพื่อสร้างเสริมกระดูก

ยาฝังคุมกำเนิด

วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
<ul style="list-style-type: none"> • เป็นวิธีการคุมกำเนิดแบบชั่วคราว มีลักษณะเป็นหลอดยาขนาดเล็ก ซึ่งเป็นฮอร์โมนสังเคราะห์ชนิดเดียวกับในยาฉีดคุมกำเนิดชนิด ๓ เดือน • สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้สูง แต่ไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ • ปัจจุบันยาฝังมี ๓ แบบในประเทศไทย ได้แก่ <ul style="list-style-type: none"> - ชนิด ๖ หลอด (Norplant) 	<ul style="list-style-type: none"> • สามารถฝังได้ภายใน ๑-๗ วันแรกของการมีประจำเดือน • หลังแท้งบุตรขณะอายุครรภ์ ๑-๓ เดือน ควรฝังยาฝังคุมกำเนิดทันที หรืออาจฝังเมื่อมาตรวจหลังแท้ง ๑-๓ สัปดาห์ก็ได้ ถ้ายังไม่มีเพศสัมพันธ์มาตั้งแต่หลังแท้ง • ฝังยาฝังคุมกำเนิดในช่วงหลังคลอด ๔-๖ สัปดาห์จะดีที่สุด • ฝังที่บริเวณต้นแขนด้านใน เหนือข้อศอก โดยการฉีดยาชาก่อนฝัง 	<ul style="list-style-type: none"> • มีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์สูงถึงร้อยละ ๙๙ โอกาสตั้งครรภ์ได้น้อยกว่าร้อยละ ๑ • กลไกการคุมกำเนิดโดย <ol style="list-style-type: none"> ๑. ยับยั้งการตกไข่ โดยสามารถระงับการตกไข่ได้ภายหลังฝังยา ๒๔ ชั่วโมง ๒. ทำให้เยื่อโพรงมดลูกบางลงไม่เหมาะแก่การฝังตัวของตัวอ่อน ๓. ทำให้มูกที่ปากมดลูกเหนียวข้นไม่เหมาะแก่การให้อสุจิเคลื่อนผ่านเข้าไปในโพรงมดลูก • ภายหลังฝังยา สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้ทันที เนื่องจากเป็นระยะปลอดภยัน • หลังการฝังสามารถทำงานได้ตามปกติ 	<p>ข้อดี</p> <ul style="list-style-type: none"> • ฝังครั้งเดียวสามารถคุมได้ ๓-๗ ปี (แล้วแต่ชนิดของยาที่ฝัง) • มีความเป็นส่วนตัว • อาการข้างเคียงน้อย • มีผลดีต่อภาวะโลหิตจางป้องกันการตั้งครรภ์นอกมดลูก และอาจจะป้องกันการเกิดมะเร็งเยื่อโพรงมดลูก และการอักเสบในอุ้งเชิงกรานได้ • ช่วยให้อาการปวดประจำเดือนลดลง • เหมาะสำหรับผู้มีความผิดปกติของสมอง และความจำ • หลังถอดยาฝังออก ร่างกายจะกลับเข้าสู่ภาวะเจริญพันธุ์ได้เร็ว <p>ข้อด้อย</p> <ul style="list-style-type: none"> • ต้องมารับบริการ ไม่สามารถซื้อยามาฝังหรือถอดยาฝังออกเองได้

๑๓๐

คู่มือการจักระบวนกรเรียนรู้เพศศกษาสำหรับนักรเรียนชั้นมัธยมศกษาปีที่ ๒



วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
คุมกำเนิดได้ ๕ - ๗ ปี (ขึ้นอยู่กับน้ำหนักตัวของผู้รับบริการ) - ชนิด ๒ หลอด (Jadelle) คุมกำเนิดได้ ๕ ปี - ชนิด ๑ หลอด (Implanon หรือ Etoplan) คุมกำเนิดได้ ๓ ปี			อาการข้างเคียง <ul style="list-style-type: none">● เกิดความผิดปกติของประจำเดือน เช่น ประจำเดือนไม่สม่ำเสมอ มามากหรือนานกว่าปกติ มากะปริดกะปรอย หรือไม่มีประจำเดือน โดยอาการเลือดออกทางช่องคลอดจะพบได้บ่อย โดยเฉพาะในเดือนแรกที่ฝังยา และเลือดจะค่อยๆ น้อยลงเมื่อเวลาผ่านไป● ปวด อักเสบ บวม ฟกช้ำ การหลุด หรือคลำพบหลอดยาฝังคุมกำเนิดบริเวณที่ฝังยา● อาการข้างเคียงอื่นๆ<ul style="list-style-type: none">- ปวดศีรษะ- น้ำหนักตัวเพิ่ม- การเปลี่ยนแปลงของความดันโลหิต- เป็นสิว และอาจมีอาการผิดปกติอื่นๆ ของผิวหนัง- คัดตึงเต้านม แน่น อึดอัด คลื่นไส้ วิงเวียน และอารมณ์เปลี่ยนแปลง (พบได้น้อย)● หากมีอาการข้างเคียงรุนแรงควรไปพบแพทย์

ห่วงอนามัย

วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
<ul style="list-style-type: none"> คือวิธีการคุมกำเนิดแบบชั่วคราวสำหรับผู้หญิง นิยมใช้กันอย่างแพร่หลาย โดยใส่เข้าไปในโพรงมดลูกโดยผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์ 	<p>เวลาที่เหมาะสมในการใส่แบ่งได้เป็น ๒ ระยะ คือ</p> <p>ระยะที่ไม่เกี่ยวกับการคลอด</p> <ul style="list-style-type: none"> ขณะมีประจำเดือนหรือวันท้ายๆ ของการมีประจำเดือนจะเหมาะสมที่สุด ภายใน ๑๒ วันแรกของรอบประจำเดือน เพื่อให้แน่ใจว่าผู้รับบริการไม่ได้ตั้งครรภ์ กรณีใช้วิธีคุมกำเนิดชนิดอื่นอยู่และไม่มีควมผิดปกติ จะใส่ห่วงอนามัยในช่วงใดของรอบประจำเดือนก็ได้ ถ้าไม่มีเพศสัมพันธ์เลยในรอบเดือนนั้น 	<ul style="list-style-type: none"> มีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์สูง กลไกการคุมกำเนิดโดยจะกระตุ้นให้เกิดปฏิกิริยาโต้ตอบที่ส่วนของเยื่อบุโพรงมดลูก การเปลี่ยนแปลงในส่วนประกอบของน้ำหลังภายในโพรงมดลูกและภายในท่อไข่ ซึ่งจะ <ol style="list-style-type: none"> ยับยั้งการว่ายน้ำของอสุจิขึ้นไปสู่ส่วนบนของมดลูกและท่อไข่ เปลี่ยนแปลงขบวนการปฏิสนธิหรือการผสมกันระหว่างตัวอสุจิกับไข่ เปลี่ยนแปลงการเคลื่อนตัวของไข่ ภายหลังใส่ สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้ทันที เนื่องจากเป็นระยะปลอดภัย 	<p>ข้อดี</p> <ul style="list-style-type: none"> สามารถคุมกำเนิดได้ระยะยาว ราคาประหยัด เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่พร้อมมีบุตร ไม่มีผลกระทบต่อรอบเดือน ประจำเดือนจะมาปกติ หลังถอดห่วงออก ร่างกายจะกลับเข้าสู่ภาวะเจริญพันธุ์ทันที <p>ข้อด้อย</p> <ul style="list-style-type: none"> อาจทำให้เกิดการอักเสบติดเชื้อในอุ้งเชิงกรานได้ถ้าอุปกรณ์ทำความสะอาดไม่ได้มาตรฐาน เพิ่มโอกาสของการแพ้และรับเชื้อเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ เนื่องจากภายหลังใส่ห่วงใหม่ๆ อาจมีเลือดออกประมาณ ๒-๓ วัน <p>อาการข้างเคียง</p> <ul style="list-style-type: none"> อาการปวดเกร็งบริเวณท้องน้อย (มดลูก)

๑๓๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



๑๓๓

แผนการรับรู้ที่ ๑ ผู้ที่รู้ทุกบทบาท

วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
	<p>ใส่หลังคลอด หรือหลังแท้ง</p> <ul style="list-style-type: none">● สามารถใส่ได้ภายใน ๔๘ ชั่วโมงหลังคลอดหรือหลังคลอดทันทีภายใน ๑๐ นาทีหลังรกคลอด หรือใส่ในช่วง ๔-๖ สัปดาห์หลังคลอด● สามารถใส่ได้หลังแท้งทันทีถ้าไม่มีการอักเสบหรือการแท้งติดเชื้อ หรือใส่หลังแท้ง ๓ สัปดาห์● ห่วงอนามัยที่ใส่ต่อครั้ง สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้นาน ๓-๑๐ ปี (แล้วแต่ชนิดของห่วงอนามัยที่ใช้)● อาจมีเลือดออกหลังจากการใส่ประมาณ ๑-๒ วัน		<ul style="list-style-type: none">● เลือดออกทางช่องคลอด (กะปริดกะปรอย, ออกมาก)● การขาดประจำเดือน● ผู้ที่ใส่ห่วงอนามัยมักจะพบการอักเสบจากเชื้อราได้บ่อย

การทำหมันหญิง

วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
<ul style="list-style-type: none"> เป็นการคุมกำเนิดแบบถาวรสำหรับผู้หญิง โดยการผูกและตัดท่อไข่ หรือจี้ด้วยไฟฟ้า หรือใช้ห่วงรัด หรือคลิปหนีบท่อไข่ เพื่อไม่ให้ไข่เดินทางมาพบกับอสุจิ วิธีนี้เป็นการคุมกำเนิดที่เหมาะสมสำหรับผู้ที่ไม่ต้องการมีบุตรอย่างถาวร 	<p>การทำหมันหญิงสามารถทำได้ ๒ ช่วงคือ</p> <ul style="list-style-type: none"> ช่วงหลังคลอดใหม่ๆ เรียกว่าหมันเย็บ ซึ่งทำภายหลังการคลอดไม่เกิน ๗๒ ชั่วโมง ช่วงเวลาปกติระยะใดก็ได้ เรียกว่า หมันแห้ง 	<ul style="list-style-type: none"> ประสิทธิภาพการคุมกำเนิดสูงกว่าวิธีคุมกำเนิดต่างๆ ทั้งระยะสั้นและระยะยาว หลังทำหมันแล้ว ควรเว้นระยะการมีเพศสัมพันธ์ไปก่อนจนกว่าแผลผ่าตัดจะปกติ 	<p>ข้อดี</p> <ul style="list-style-type: none"> เป็นวิธีคุมกำเนิดถาวร ทำครั้งเดียวคุมกำเนิดได้ตลอดไป ไม่มีผลข้างเคียงเหมาะสมสำหรับผู้แพ้ฮอร์โมนในผลิตภัณฑ์คุมกำเนิดอื่นๆ ค่าใช้จ่ายต่ำ <p>ข้อด้อย</p> <ul style="list-style-type: none"> ไม่สามารถป้องกันการรับและแพร่เชื้อที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ ต้องใช้วิธีผ่าตัด ซึ่งอาจมีอันตรายบ้าง ทำหมันแล้วแก้ไขให้มีลูกได้ยาก

๑๓๔

คู่มือการจก
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

การทำหมันชาย

วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
<ul style="list-style-type: none"> เป็นการคุมกำเนิดแบบถาวรสำหรับผู้ชาย โดยการผูกและตัดท่อ นำน้ำเชื้อ ทำให้ตัวอสุจิไม่สามารถเล็ดลอดออกมาผสมกับไข่ได้ วิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่ต้องการมีบุตรอย่างถาวร 	<ul style="list-style-type: none"> สามารถทำเมื่อไรก็ได้ เมื่อผู้ชายพร้อม และได้ปรึกษากับคู่แล้ว ควรทำเมื่อร่างกายพร้อมทั้งทางร่างกายและจิตใจ 	<ul style="list-style-type: none"> ประสิทธิภาพการคุมกำเนิดสูงกว่าวิธีคุมกำเนิดอื่นๆ ทั้งระยะสั้นและระยะยาว หลังทำหมันชายแล้ว ยังไม่สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้ทันที เนื่องจากยังมีตัวอสุจิค้างอยู่ในท่อทางเดิน ดังนั้นภายหลังจากทำหมันประมาณ ๓ เดือน หากมีเพศสัมพันธ์ต้องใช้วิธีคุมกำเนิดอื่นก่อน เช่น สวมถุงยางอนามัย ภายหลัง ๓ เดือนควรตรวจเชื้ออสุจิซ้ำ เพื่อให้แน่ใจว่าไม่พบเชื้ออสุจิในน้ำอสุจิ 	<p>ข้อดี</p> <ul style="list-style-type: none"> เป็นวิธีคุมกำเนิดถาวร ทำครั้งเดียวคุมกำเนิดได้ตลอดไป <p>ข้อด้อย</p> <ul style="list-style-type: none"> ไม่สามารถป้องกันการรับและแพร่เชื้อที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ <p>อาการข้างเคียง</p> <ul style="list-style-type: none"> จุดเสียดท้องน้อย พบได้ขณะทำหมัน เนื่องจากการดึงท่ออสุจิมาผูกตัด แผลบวมและปวดแผลจากการผ่าตัด ติดเชื่อบริเวณแผลผ่าตัด แต่ก็พบได้น้อยมาก



วิธีคุมกำเนิดที่ “ยังไม่แพร่หลาย” ในประเทศไทย

แผ่นแปะผิวหนังคุมกำเนิด

วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
<ul style="list-style-type: none">เป็นรูปแบบของการคุมกำเนิด โดยผ่านทางผิวหนังแผ่นแปะคุมกำเนิดเริ่มมีการนำมาใช้ในประเทศไทยแล้ว แต่ราคาค่อนข้างสูง และต้องเปลี่ยนแผ่นใหม่ทุก ๗ วัน	<p>ยาแปะคุมกำเนิดใช้แผ่นละ ๑ สัปดาห์ ติดต่อกัน ๓ สัปดาห์ (๓ แผ่น) แล้วเว้น ๑ สัปดาห์ ในสัปดาห์ที่เว้นประจำเดือนจะทำการแปะแผ่นแรกมีอยู่ ๒ วิธีคือ</p> <ul style="list-style-type: none">แปะแผ่นแรกในวันที่มีประจำเดือนวันแรก และนับเป็นวันที่ ๑ ของการใช้ โดยวันเปลี่ยนแผ่นจะตรงกับวันนี้ในทุกสัปดาห์ การแปะแผ่นยาเริ่มแปะยาแบบนี้ไม่ต้องใช้วิธีคุมกำเนิดอื่นร่วมด้วยเริ่มแปะแผ่นแรก	<ul style="list-style-type: none">มีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์สูง ถ้าใช้อย่างถูกวิธีโอกาสในการตั้งครรภ์พบได้น้อยกว่าร้อยละ ๑กลไกการทำงาน ฮอร์โมนเอสโตรเจนและโปรเจสเทอโรนในแผ่นแปะ จะค่อยๆ ซึมผ่านผิวหนังเข้าสู่กระแสเลือดไปป้องกันการตกของไข่ เกิดมูกที่ปากมดลูกหนา และเหนียวตัวขึ้น และเกิดการหนาตัวของผนังมดลูก	<p>ข้อดี</p> <ul style="list-style-type: none">มีประจำเดือนมาตรงคล้ายกับการใช้ยาเม็ดคุมกำเนิด <p>ข้อด้อย</p> <ul style="list-style-type: none">ต้องแปะใหม่ทุกสัปดาห์ราคาแพงในช่วงรอบประจำเดือนแรกที่ใช้แผ่นยา อาจมีเลือดออกกะปริดกะปรอยได้อาจมีการหลุดของแผ่นยาได้ <p>อาการข้างเคียง</p> <ul style="list-style-type: none">เจ็บตึงหน้าอกคลื่นไส้ อาเจียนปวดศีรษะระคายเคืองผิวหนังบริเวณที่แปะแผ่นยา <p>หมายเหตุ อาการเหล่านี้ไม่รุนแรงและพบได้ไม่บ่อย และมักจะหายไปในวันสัปดาห์ที่ ๒ - ๓ ของการใช้</p>

๑๓๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



๑๓๗

แผนการรับมือที่ ๑ ผู้ถูกรอรับแทน!!
สมทบ ๒ ผู้รู้ คู่คน

วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
	ระหว่างสัปดาห์ ที่ประจำเดือนมา นับเป็นวันที่ ๑ ของการใช้งาน และเปลี่ยนแผ่น ยาทุกอาทิตย์ วิธีนี้ต้องใช้การ คุมกำเนิดอื่นที่ ไม่ได้ใช้ฮอร์โมน ร่วมด้วยใน ๗ วันแรก		

ถุงอนามัย

วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
<ul style="list-style-type: none"> ● ถุงอนามัยทำหน้าที่ยกเว้นการสัมผัสกับถุงยางอนามัยที่ใช้กับอวัยวะเพศชาย ต่างกันที่ถุงอนามัยใช้สอดใส่อวัยวะเพศของฝ่ายรับไม่ว่าจะเป็นช่องคลอดหรือช่องทวารหนัก ● ใช้เพื่อป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์จากการมีเพศสัมพันธ์ในกรณีที่คู่นอนไม่สามารถหรือไม่ยอมใช้ถุงยางอนามัยผู้ชาย 	<ul style="list-style-type: none"> ● ถุงอนามัยใช้ใส่เข้าไปภายในช่องคลอดหรือช่องทวารหนักเพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อโรคที่อาจอยู่ในน้ำอสุจิเข้าไปภายในร่างกายของฝ่ายรับ หรือเชื้อโรคจากน้ำในช่องคลอดหรือเลือดในทวารของฝ่ายรับเข้าไปในร่างกายของฝ่ายรุก ● ใช้ใส่ในช่องคลอดหรือช่องทวารหนักก่อนการมีเพศสัมพันธ์ 	<ul style="list-style-type: none"> ● เป็นวิธีคุมกำเนิดแบบชั่วคราวอีกวิธีหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดและสามารถป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี รวมทั้งโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เช่นเดียวกับถุงยางอนามัยผู้ชาย 	<p>ข้อดี</p> <ul style="list-style-type: none"> ● เป็นทางเลือกสำหรับผู้ที่เป็นฝ่ายรับสามารถป้องกันตนเองในการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ● สามารถเตรียมใส่ล่วงหน้าก่อนมีเพศสัมพันธ์ ● ถุงอนามัยผลิตจากโพลียูรีเทนที่ส่งผ่านความร้อนจากร่างกายได้ดี จึงทำให้การมีเพศสัมพันธ์รู้สึกเป็นธรรมชาติ ● ถุงอนามัยคลุมรอบอวัยวะเพศชายไปจนถึงบริเวณฐานอวัยวะเพศ ทำให้สามารถป้องกันโรคที่มาจากเชื้อราอื่นๆ ที่ถุงยางอนามัยชายไม่สามารถป้องกันได้ เช่น เริม หรือหูดหงอนไก่ ● ไม่บีบรัดอวัยวะเพศชายเนื่องจากฝ่ายรุกไม่ต้องเป็นฝ่ายใส่ และถุงอนามัยเป็นขนาดฟรีไซส์สามารถรองรับอวัยวะเพศได้ทุกขนาด ● แข็งแรงทนทาน สามารถเก็บรักษาในที่ที่มีอุณหภูมิและความชื้นสูงได้



วิธีคุมกำเนิด	เริ่มใช้	การออกฤทธิ์	ข้อดี/ข้อด้อย/อาการข้างเคียง
			<p>ข้อด้อย</p> <ul style="list-style-type: none">● ต้องฝึกฝนการใส่อย่างถูกวิธี ๒ - ๓ ครั้งด้วยตัวเอง ก่อนจะสามารถใส่ได้คล่องและคุ้นเคย● อาจมีเสียงพลาสติกกรอบแกรบเมื่อมีเพศสัมพันธ์ แต่ถ้าต้องการลดเสียงสามารถใช้สารหล่อลื่นเพิ่มเติมช่วยได้ <p>ข้อควรระวัง</p> <ul style="list-style-type: none">● ถุงอนามัยใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง ไม่ควรนำกลับมาใช้ซ้ำ● ห้ามใช้ถุงยางอนามัยผู้ชายและถุงอนามัยพร้อมกัน เพราะการเสียดสีอาจทำให้ถุงอนามัยหรือถุงยางอนามัยฉีกขาดได้ ควรเลือกใช้เพียงอย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น

“ผมคิดว่าการเรียนเพศศึกษาสำคัญ
พอๆ กับการเรียนไปประกอบอาชีพ
แล้วมันเป็นทักษะชีวิต
เรียนเพื่อให้รู้เท่าทันโลก
วิชาอื่น เรียนเพื่อไปประกอบอาชีพ
แต่เรื่องนี้เรียนเพื่อใช้ในชีวิต”

มาฟังวัยรุ่นคุยกัน
จากเอกสารเวทีวิชาการเพศศึกษา
เพื่อเยาวชนภาคตะวันตกและตะวันออก
๑๙ - ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๐
โรงแรมโกลเด้นซิตี จ.ราชบุรี





แผนการเรียนรู้ที่ ๗

**ยอด
นักขาย**



แผนการเรียนรู้ที่ ๗

ยอดนักขาย

สาระสำคัญ

สื่อโฆษณาเน้นการสร้างภาพเพื่อเพิ่มมูลค่าสินค้า และกระตุ้นแรงจูงใจให้ผู้บริโภคต้องการซื้อสินค้าหรือใช้บริการ โฆษณาหลายชิ้นมักใช้เรื่องเพศมาเป็นจุดขาย การเข้าใจและสามารถแยกแยะวัตถุประสงค์ทางการค้าของการโฆษณา กับ คุณสมบัติพื้นฐานของสินค้า จะช่วยให้เราในฐานะผู้บริโภคสามารถตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าหรือบริการอย่างเท่าทัน

จุดประสงค์

๑. บอกคุณลักษณะที่สำคัญของสื่อโฆษณามีอะไรบ้าง
๒. สามารถแยกแยะ “คุณสมบัติสินค้า/บริการ” กับ “ภาพลักษณ์ที่ดึงดูดใจ” ในสื่อโฆษณาได้
๓. ระบุวิธีการที่จะเลือกซื้อสินค้า/บริการอย่าง “เท่าทัน”

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ตัวอย่างสื่อโฆษณาสินค้าจากนิตยสาร สปอตโฆษณาในโทรทัศน์ (ตัวอย่างสื่อโฆษณาทางโทรทัศน์ สามารถดาวน์โหลดได้จาก www.adintrend.com)

๑๔๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

๒. ตัวอย่างสิ่งของ เช่น ถูยงอนนามัย ยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน ครีมบำรุงผิว น้ำยาระงับกลิ่นเหงื่อ สบู่ ลูกอมที่ให้กลิ่นปากสดชื่น ยาสีฟัน ฯลฯ
๓. กระดาษฟลิปชาร์ต
๔. กระดาษกา
๕. ปากกาเคมี



๑๔๓

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า เป็นการเรียนรู้ถึงวัตถุประสงค์และการผลิตสื่อโฆษณา รวมทั้งวิเคราะห์ถึงอิทธิพลของโฆษณาต่อการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าของเรา
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมนำภาพโฆษณาสินค้าจากนิตยสารมาขวนคุยเพื่อเกริ่นนำเข้าสู่บทเรียน
 - รู้สึกอย่างไรบ้างเมื่อเห็นภาพโฆษณาต่างๆ ที่นำมาให้ดู
 - อะไรทำให้คิดจะซื้อหรือไม่ซื้อสินค้าที่เห็นในภาพโฆษณา
๓. จากนั้น แบ่งกลุ่มผู้เรียนเท่ากับจำนวนสินค้าที่เตรียมมา ให้ตัวแทนกลุ่มจับสลากสินค้า และพูดคุยกัันในกลุ่มเพื่อเตรียมโฆษณา โดยให้ครอบคลุมหัวข้อเหล่านี้ (๑๐ นาที)
 - วัตถุประสงค์การโฆษณา (เช่น แนะนำสินค้าใหม่, ตอกย้ำคุณภาพสินค้า ฯลฯ)
 - กลุ่มเป้าหมาย (ระบุช่วงอายุ เช่น ๑๓ - ๑๕ ปี, วัยรุ่นที่กำลังเรียนชั้นมัธยมปลาย เป็นต้น)
 - เนื้อหาและรูปแบบของโฆษณา
 - ช่องทาง/สื่อที่เลือกใช้ในการโฆษณา (หน้าหนังสือพิมพ์, นิตยสาร, สปอตทีวี, วิทยุ, ตามป้ายรถเมล์, ข้างรถโดยสาร เป็นต้น)
๔. ให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอโฆษณาสินค้าต่อกลุ่มใหญ่ หากเลือกเป็นโฆษณาในหน้าหนังสือให้นำเสนอบนกระดาษฟลิปชาร์ต หากเป็นสปอตโฆษณา ให้กลุ่มออกมาแสดง (กลุ่มละ ๓ นาที)
๕. เมื่อเสนอครบทุกกลุ่มแล้ว ให้ช่วยกันโหวตว่าสินค้ากลุ่มใด โฆษณาที่น่าสนใจมากที่สุด เพราะอะไร โดยผู้ดำเนินกิจกรรมอาจชวนซักถามเพิ่มเติม ดังนี้
 - โฆษณาแต่ละชิ้นบอกคุณสมบัติของสินค้ามากน้อยเพียงใด

- สิ่งที่เหมาะสมแต่ละชั้นใช้เป็นจุดขาย เพื่อจูงใจให้ซื้อสินค้าคืออะไร
- เหมาะสมแต่ละชั้นให้ความรู้สึกว่าเป็นจริงหรือไม่ อย่างไร

๖. หลังจากทุกกลุ่มนำเสนอ ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย ดังนี้

คำถามชวนคิด

- คิดว่าการโฆษณา มีผลต่อตัวเราในการเลือกซื้อหรือไม่ซื้อสินค้าหรือไม่ เพราะอะไร
- เมื่อคิดจะเลือกซื้อสินค้าสักชิ้น อะไรคือเงื่อนไขสำคัญที่สุดที่ทำให้ตัดสินใจซื้อ
- มีผลิตภัณฑ์ชิ้นใดบ้างในปัจจุบันที่คิดว่าใช้การโฆษณาเกินจริง เพราะอะไร จึงคิดเช่นนั้น (ยกตัวอย่างสักสองสามชิ้น)
- เราจะวิธีซื้อสินค้าอย่างไร เพื่อมิให้ตกเป็นเหยื่อของการโฆษณา



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปการเรียนรู้ว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้

- ในชีวิตประจำวัน เราต้องบริโภคข้อมูลข่าวสารมากมายโดยเฉพาะสื่อที่มาจากโฆษณา ทั้งทางตาและทางหู เราจึงต้องรู้เท่าทันวิธีการนำเสนอสินค้าและบริการต่างๆ ทั้งควรหมั่นเตือนตนเองเสมอว่า “โฆษณา คือ การพูดความจริงเพียงครั้งเดียว”
- คุณลักษณะที่สำคัญของการโฆษณาคือ การสร้างแรงจูงใจให้กลุ่มเป้าหมายเกิดความรู้สึกว่า จำเป็นต้องมีหรือต้องใช้สินค้า/บริการชนิดนั้น ด้วยการตอกย้ำ ไข่ความถี่ เพื่อให้ผู้รับสารสามารถจดจำสินค้าชิ้นนั้นได้ เราจึงพบว่าโฆษณาสินค้าหลายประเภทนิยมสร้างให้เกินจริง เพื่อให้เราเกิดความอ่อนไหวและคล้อยตามโดยง่าย
- เรามักชอบโฆษณาที่สามารถตอบสนองความต้องการหรือความสนใจ มากกว่าความจำเป็นที่แท้จริง ไม่ทันศึกษาหรือพิจารณาสิ่งที่จะซื้อว่ามีความจำเป็นหรือไม่ แต่ซื้อตามอารมณ์มากกว่าเหตุผล ทำให้กลายเป็นคนฟุ่มเฟือย

๑๔๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

- คนเรายังมีความคิด ความเชื่อ และการปฏิบัติตนตามค่านิยมทางวัฒนธรรมตามแบบอย่างในอุดมคติ (Role Model) กลุ่มสังคมหรือกลุ่มเพื่อน ดังนั้น นักการตลาดจึงอาศัยแง่มุมนี้เป็นตัวชักชวน เช่น การขายภาพว่าผู้หญิงที่เป็นแม่ควรซักผ้าได้ขาว ทำกับข้าวอร่อย วัยรุ่นผู้ชายที่หล่อต้องมีกลิ่นตัว วัยรุ่นหญิงผิวต้องขาวใสอมชมพู ฯลฯ สินค้าที่นำเสนออีกจะกลายเป็นสิ่งที่ช่วยให้กลุ่มเป้าหมายบรรลุตามค่านิยมที่ควรจะเป็นคือ ถ้าใช้ผงซักฟอกยี่ห้อนี้ จะทำให้เราเป็นแม่ที่ดีเพราะซักผ้าได้ขาวขึ้น ใช้ครีมทาหน้ายี่ห้อนี้แล้วเราจะเป็นวัยรุ่นที่ปกติเพราะหน้าใสอมชมพู ใช้ยาระงับกลิ่นเหงื่ออื่นแล้ว เราจะเป็นหนุ่มเท่ เพราะไม่มีกลิ่นตัว เป็นต้น ดูเหมือนว่า การที่เราจะเป็นอะไรนั้นก็เพราะคำชักชวนของโฆษณา เพื่อให้ทุกคนรู้เท่าทันและเลือกบริโภคสินค้าตามความจำเป็นและคำนึงถึงความปลอดภัย เราจึงควรรู้จักและใช้สิทธิผู้บริโภคในการแสวงหาข้อมูลของผลิตภัณฑ์ตามที่กฎหมายกำหนดไว้ สินค้าบางชนิดอาจสามารถตรวจสอบได้ด้วยตา การสัมผัสหรือสังเกต แต่มีสินค้าจำนวนมากที่ต้องผ่านการทดสอบ วิเคราะห์และรับรองคุณภาพจากหน่วยงานที่ได้มาตรฐาน เช่น สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) หรือสำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม (สมอ.) ซึ่งต้องมีการปิดฉลากระบุวันผลิต วันหมดอายุ บอกส่วนผสมให้อ่านได้ชัดเจน บอกชื่อผู้ผลิตที่ติดต่อได้ เป็นต้น



ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

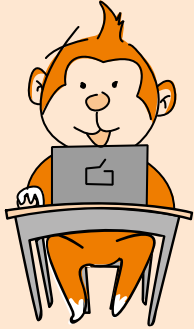
ผู้ดำเนินกิจกรรมควรเลือกใช้โฆษณาสินค้าที่อยู่ในความนิยม ณ ช่วงเวลานั้นๆ และเลือกตัวอย่างโฆษณาจากสื่อต่างๆ ที่วัยรุ่นนิยมด้วยเช่นกัน หรืออาจเป็นการบ้านเพื่อให้ผู้เรียนเลือกสื่อโฆษณาที่ตนเองชอบมาคนละ ๑ ชิ้น โดยบอกผู้เรียนล่วงหน้าก่อนถึงแผนกิจกรรมนี้

การจัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- บอกข้อควรพิจารณาเพื่อเลือกซื้อสินค้าหรือผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศ และสตรีระร่างกาย มีอะไรบ้าง



ข้อมูลเพิ่มเติม สำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการคุ้มครองผู้บริโภค

แหล่งข้อมูล: สำนักงานคุ้มครองผู้บริโภค

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช ๒๕๔๐ เป็นรัฐธรรมนูญฉบับแรก ที่ให้ความสำคัญของการคุ้มครองผู้บริโภค โดยบัญญัติถึงสิทธิของผู้บริโภคไว้ในมาตรา ๕๗ ว่า “สิทธิของบุคคลซึ่งเป็นผู้บริโภคย่อมได้รับความคุ้มครองทั้งนี้ตามที่กฎหมายบัญญัติ”

พระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ. ๒๕๒๒ ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดย (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๔๑ ได้บัญญัติสิทธิของผู้บริโภคที่จะได้รับความคุ้มครองตามกฎหมาย ๕ ประการ ดังนี้

๑. สิทธิที่จะได้รับข่าวสารรวมทั้งคำพรรณนาคุณภาพที่ถูกต้องและเพียงพอเกี่ยวกับสินค้าหรือบริการ ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับการโฆษณาหรือการแสดงฉลากตามความเป็นจริง และปราศจากพิษภัยแก่ผู้บริโภค รวมตลอดถึงสิทธิที่จะได้รับทราบข้อมูลเกี่ยวกับสินค้าหรือบริการอย่างถูกต้องและเพียงพอที่จะไม่หลงผิด ในการซื้อสินค้าหรือรับบริการโดยไม่เป็นธรรม



๑๔๗

๒. สิทธิที่จะมีอิสระในการเลือกหาสินค้าหรือบริการ ได้แก่ สิทธิที่จะเลือกซื้อสินค้าหรือรับบริการโดยความสมัครใจของผู้บริโภค และปราศจากการชักจูงใจอันไม่เป็นธรรม

๓. สิทธิที่จะได้รับความปลอดภัยจากการใช้สินค้าหรือบริการ ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับสินค้าหรือบริการที่ปลอดภัย มีสภาพและคุณภาพได้มาตรฐานเหมาะสมแก่การใช้ ไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิต ร่างกายหรือทรัพย์สิน ในกรณีใช้ตามคำแนะนำหรือระมัดระวังตามสภาพของสินค้าหรือบริการนั้นแล้ว

๔. สิทธิที่จะได้รับความเป็นธรรมในการทำสัญญา ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับข้อสัญญาโดยไม่ถูกเอาเปรียบจากผู้ประกอบธุรกิจ

๕. สิทธิที่จะได้รับการพิจารณาและชดเชยความเสียหาย ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับการคุ้มครองและชดเชยค่าเสียหาย เมื่อมีการละเมิดสิทธิของผู้บริโภคตามข้อ ๑, ๒, ๓ และ ๔ ดังกล่าว

คำแนะนำเพื่อผู้บริโภค

ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้บริโภคในการซื้อสินค้าหรือบริการ

ผู้บริโภคมีหน้าที่ในการใช้ความระมัดระวังตามสมควรในการซื้อสินค้าหรือบริการ ได้แก่ การให้ความสำคัญฉลากของสินค้าและการโฆษณาสินค้าหรือบริการ

๑. ผู้บริโภคต้องตรวจสอบฉลากของสินค้า เพื่อเป็นข้อมูลในการเปรียบเทียบสินค้าแต่ละยี่ห้อ ก่อนตัดสินใจเลือกสินค้า ฉลากของสินค้าที่ควบคุมจะต้องระบุข้อความดังต่อไปนี้



๑๔๙

แผนการเรียนรู้ที่ ๗ ยอคนักขาย

- **ชื่อประเภท หรือชนิดของสินค้า** ที่แสดงให้เห็นได้ว่าสินค้านั้นคืออะไร ในกรณีที่เป็นสินค้าสิ่งหรือนำเข้ามาราษาอาณาจักรเพื่อขายให้ระบุชื่อประเทศที่ผลิตด้วยชื่อหรือเครื่องหมายการค้าที่จดทะเบียนในประเทศไทยของผู้ผลิตเพื่อขายในประเทศไทย
 - **ชื่อหรือเครื่องหมายการค้าที่จดทะเบียนในประเทศไทย** ของผู้ส่งหรือนำเข้ามาในราชอาณาจักรเพื่อขาย
 - **สถานที่ตั้งของผู้ผลิตเพื่อขาย** หรือของผู้ส่งหรือนำเข้ามาในราชอาณาจักรเพื่อขายแล้วแต่กรณี
 - **ต้องแสดงขนาดหรือมิติ หรือปริมาณ หรือปริมาตร หรือน้ำหนักของสินค้านั้น** แล้วแต่กรณี สำหรับหน่วยที่ใช้จะใช้ชื่อเต็มหรือชื่อย่อ หรือสัญลักษณ์แทนก็ได้
 - **ต้องแสดงวิธีใช้** เพื่อให้ผู้บริโภคเข้าใจว่าสินค้านั้นใช้เพื่อสิ่งใด
 - **ข้อแนะนำในการใช้หรือห้ามใช้** เพื่อความถูกต้องในการที่ให้ประโยชน์แก่ผู้บริโภค
 - **คำเตือน** (ถ้ามี)
 - **วันเดือนปีที่ผลิต หรือวันเดือนปีที่หมดอายุการใช้** หรือวันเดือนปีที่ควรใช้ก่อน วันเดือนปีที่ระบุนั้น เพื่อให้เข้าใจในประโยชน์ของคุณภาพหรือคุณสมบัติของสินค้านั้น (ถ้ามี)
 - **ราคาโดยระบุหน่วยเป็นบาท** และจะระบุเป็นเงินสกุลอื่นก็ได้
๒. สอบถามข้อเท็จจริงเกี่ยวกับคุณภาพของสินค้าจากผู้ขาย หรือผู้ที่เคยใช้สินค้านั้นแล้ว
 ๓. ศึกษาเงื่อนไข หรือข้อจำกัดของสินค้า เช่น วัน เดือน ปี ที่ผลิตหรือหมดอายุ วิธีการใช้ การเก็บรักษา คำเตือน หรือข้อควรระวังของสินค้าให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ เพื่อผู้บริโภคสามารถใช้นั้นได้อย่างเต็มประสิทธิภาพและประหยัด
 ๔. ร้องขอให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องตรวจสอบคุณภาพและปริมาณของสินค้าว่าเป็นจริงตามที่ระบุไว้ที่ฉลากของสินค้าหรือไม่ เพื่อให้ได้สินค้าที่มีคุณภาพและเป็นธรรมแก่ผู้บริโภค

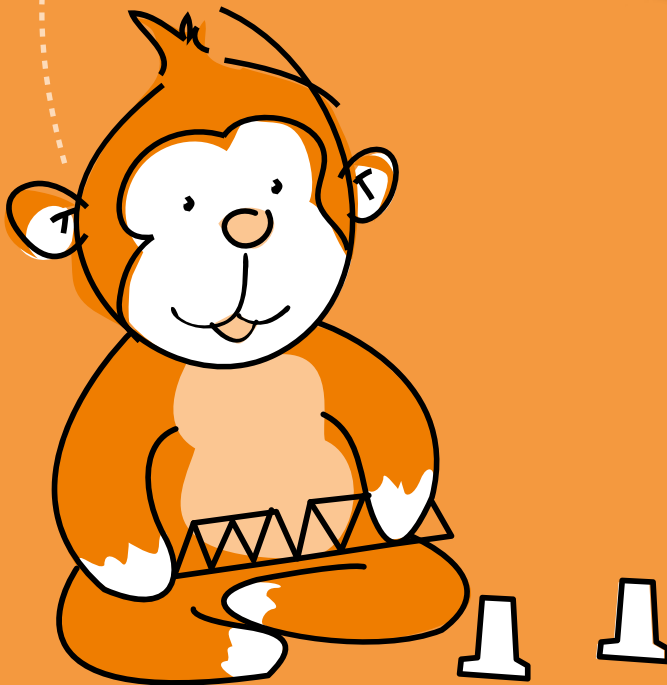
๕. ผู้บริโภคอย่าด่วนหลงเชื่อคำโฆษณาของสินค้าหรือบริการ ต้องศึกษาเงื่อนไขรายละเอียดอื่นๆ ของตัวสินค้า หรือบริการที่อาจไม่ได้ระบุไว้ในการโฆษณา เนื่องจากการโฆษณาสินค้าหรือบริการของผู้ประกอบธุรกิจส่วนใหญ่จะเสนอแต่ข้อดีและเงื่อนไขที่เป็นประโยชน์ต่อผู้บริโภค ส่วนข้อเสียมักจะไม่กล่าวถึงในการโฆษณา จึงจำเป็นที่ผู้บริโภคต้องศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม จากการสอบถามผู้ขายหรือบริษัทผู้ผลิต

ข้อความโฆษณาต่อไปนี้ ถือว่าเป็นข้อความที่ไม่เป็นธรรมต่อผู้บริโภค หรือเป็นข้อความที่อาจก่อให้เกิดผลเสียหายต่อสังคมเป็นส่วนรวม

- ข้อความที่เป็นเท็จหรือเกินความจริง
- ข้อความที่ก่อให้เกิดความเข้าใจผิดในสาระสำคัญเกี่ยวกับสินค้าหรือบริการ ไม่ว่าจะเป็นการกระทำโดยใช้หรืออ้างอิงรายงานทางวิชาการ สถิติ หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งอันเป็นความจริง หรือเกินความจริงหรือไม่ก็ตาม
- ข้อความที่เป็นการสนับสนุนโดยตรงหรือโดยอ้อมให้มีการกระทำผิดกฎหมาย หรือศีลธรรม หรือนำไปสู่ความเสื่อมเสียในวัฒนธรรมของชาติ
- ข้อความที่จะทำให้เกิดความแตกแยก หรือเสื่อมเสียความสามัคคีในหมู่ประชาชน
- ข้อความอย่างอื่นตามที่กำหนดในกฎกระทรวงที่ผู้ประกอบธุรกิจต้องระบุข้อความให้ครบถ้วน
- หากฝ่าฝืนมีโทษตามกฎหมาย

แผนการเรียนรู้ที่ ๘

สร้าง สะพาน





แผนการเรียนรู้ที่ ๘

สร้างสะพาน

สาระสำคัญ

ความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นและผู้ใหญ่เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นเสมอเพราะความแตกต่างของวัยและประสบการณ์ ความหวั่นไหวของผู้ใหญ่ที่ปรากฏผ่านการว่ากล่าว ตักเตือน ห้ามปราม ให้ความรู้สึกไม่ไว้วางใจและกังวลเกินความจำเป็นต่อกลุ่มวัยรุ่น การเรียนรู้ถึงความแตกต่างของวัยและประสบการณ์ของทั้งสองฝ่าย จะช่วยสร้างความเข้าใจ ลดข้อขัดแย้ง และสื่อสารกันได้มากขึ้น

จุดประสงค์

๑. อธิบายที่มาของความขัดแย้งระหว่างผู้ใหญ่และเด็ก
๒. แสดงให้เห็นวิธีการสื่อสารที่จะช่วยลดความขัดแย้ง

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษฟลิปชาร์ต
๒. กระดาษขาว
๓. ปากกาเคมี

๑๕๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า เป็นการสำรวจที่มาของความขัดแย้งระหว่างผู้ใหญ่กับวัยรุ่น และหาวิธีลดช่องว่างเพื่อเปิดให้มีการสื่อสาร และทำความเข้าใจกันมากขึ้น
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนว่า เรื่องที่วัยรุ่นมักถูกผู้ใหญ่ตำหนิมืออะไรบ้าง เขียนคำตอบบนกระดาน และให้เลือกเรื่องที่ถูกตำหนิมากที่สุด/น้อยที่สุด ๔ เรื่อง เรียงตามลำดับ
๓. จากนั้น แบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็น ๘ กลุ่ม โดยกลุ่ม ๑ - ๔ เป็นตัวแทนวัยรุ่น และกลุ่ม ๕ - ๘ เป็นตัวแทนผู้ใหญ่ ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ ๔ อันดับเรื่องที่ถูกตำหนิ โดยใช้คำถามเหล่านี้ (ใช้เวลา ๕ นาที)

กลุ่มที่เป็นวัยรุ่น

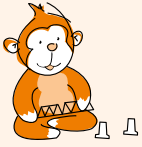
- อะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้ถูกตำหนิในเรื่องนั้น คิดว่าผู้ใหญ่ต้องการอะไรจึงใช้การตำหนิ
- เมื่อโดนตำหนิ เราจะพูด/อธิบายกับผู้ใหญ่อย่างไร

กลุ่มที่เป็นผู้ใหญ่

- อะไรเป็นสาเหตุให้เราตำหนิเด็กในเรื่องนั้น เราารู้สึกอย่างไร เราต้องการอะไรจึงใช้การตำหนิ
 - นอกจากใช้วิธีตำหนิแล้ว เราคิดว่ามีวิธีพูดกับวัยรุ่นอย่างไรอีกบ้าง
๔. เมื่อหมดเวลา ผู้ดำเนินกิจกรรมให้นำเสนอทีละเรื่อง โดยให้ทั้งตัวแทนกลุ่มเด็กและผู้ใหญ่เสนอในเรื่องนั้นๆ
 ๕. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย โดยใช้คำถามดังนี้

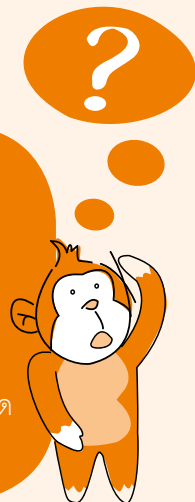
คำถามชวนคิด

- ผลที่ตามมาจากการที่เราตำหนิใครสักคน มีอะไรบ้าง
- สิ่งที่ยุใหญ่และเด็กคิด เหมือนและต่างกันอย่างไร
- แต่ละคนขอวิธีการพูดหรือวิธีจัดการของผู้ใหญ่แบบใดบ้าง เพราะเหตุใด
- การพูดหรือวิธีการแบบใดบ้างที่ทำให้ความขัดแย้งเพิ่มมากขึ้น และแบบใดที่จะช่วยลดความขัดแย้ง



๑๕๓

แผนการเรียนรู้ที่ ๘ สร้างสะพาน



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้และเพิ่มเติมประเด็น ได้แก่
- การดำเนินเป็นวิธีที่ผู้ใหญ่ใช้เพื่อแสดงถึงความห่วงใยและความต้องการที่จะให้วัยรุ่นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เนื่องจากผู้ใหญ่ใช้ประสบการณ์ของตนมาคาดเดาถึงผลที่อาจเกิดขึ้นเมื่อเห็นการกระทำของวัยรุ่น การดำเนินจึงมักมาพร้อมกับท่าที่ขุ่นเคือง โมโห บ่น ทำให้ดูเหมือนว่าผู้ใหญ่ชอบใช้อารมณ์ ไม่ใช่เหตุผล ไม่ค่อยยอมรับสิ่งที่เป็นอยู่ของวัยรุ่น
 - วัยรุ่นต้องการการยอมรับและการรับฟังอย่างเปิดใจ วัยรุ่นรู้สึกว่าคุณเองโตพอที่จะคิดได้เอง ว่ากำลังทำอะไรอยู่ จะมีผลอย่างไรบ้าง วัยรุ่นไม่ยอมให้ผู้ใหญ่วุ่นสรุปว่า สิ่งที่วัยรุ่นทำต่างไปจากสมัยรุ่นพ่อแม่ นั่นเป็นสิ่งที่ผิด ไม่ยอมให้ผู้ใหญ่มาสั่งหรือบอกว่าเขาควรจะทำอะไร อย่างไร อยากให้เป็นการพูดคุยกันและฟังเขาบ้าง เผื่อใจให้เขาสามารถทำและคิดแตกต่างได้บ้าง
 - เมื่อผู้ใหญ่และวัยรุ่นต่างมีความคาดหวังต่อกัน การที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเอาแต่ความคิดความต้องการของตัวเองเป็นที่ตั้ง ไม่พยายามเข้าใจอีกฝ่ายหนึ่งว่าต้องการอะไร ย่อมทำให้เกิดความขัดแย้งกัน การหาทางออกจึงต้องเริ่มจากตัวเองก่อนในการเปิดใจมองหาความหมายที่อีกฝ่ายพยายามสื่อสารผ่านการกระทำซึ่งเราอาจไม่ชอบใจ การเข้าใจความหมายที่แท้จริง จะช่วยให้เกิดการสื่อสารระหว่างกัน ไม่ติดกับอารมณ์และท่าทีของกันและกัน

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- สาเหตุที่วัยรุ่นมักถูกผู้ใหญ่ตำหนิคืออะไร เมื่อถูกตำหนิ ต่อว่า นักเรียนจะปฏิบัติอย่างไร

แผนการเรียนรู้ที่ ๙

เรื่องของ ปิกเป่า





แผนการเรียนรู้ที่ ๙

เรื่องของป๊กเป้า

สาระสำคัญ

ในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เราควรปฏิบัติต่อกันในแง่สร้างสรรค์ การล้อเลียนเพื่อความสนุกสนานของฝ่ายหนึ่งอาจสร้างความเดือดร้อนใจให้กับผู้ที่ถูกเป็นเป้าของการล้อเลียน ถ้าคำพูดหรือการกระทำของเรามีผลในทางที่ไม่ดี ทำให้เพื่อนเสียใจ ก็ต้องกล้าหาญพอที่จะกล่าวคำขอโทษและรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองกระทำ

จุดประสงค์

๑. เห็นตัวอย่างการบอกความรู้สึกที่ไม่พอใจเมื่อถูกล้อเลียน โดยใช้คำพูดที่ตรงกับความรู้สึก โดยไม่แสดงอาการตอบโต้ด้วยอารมณ์
๒. บอกวิธีแสดงการขอโทษ เสียใจ เมื่อทำให้ผู้อื่นเสียหายได้

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ใบกรณิศึกษา “เรื่องของป๊กเป้า”
๒. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี

๑๕๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า ต้องการให้ผู้เรียนเข้าใจความรู้สึกของการถูกล้อเลียน และจะอย่างไรหากเรารู้สึกไม่พอใจ และหากเราเป็นฝ่ายทำให้เพื่อนไม่พอใจ จะมีวิธีแก้ไขอย่างไร
๒. ถามผู้เรียนว่า ใครเคยถูกล้อเลียนบ้าง ขออาสาสมัครตอบ ๒ - ๓ คน และถามความรู้สึกเมื่อถูกล้อเลียน
๓. จากนั้น แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อยไม่เกินกลุ่มละ ๗ คน แจกใบกรณีศึกษา “เรื่องของบักเป่า” ให้กลุ่มละ ๑ แผ่น ให้กลุ่มพูดคุยและแลกเปลี่ยนกันตามคำถามในใบกรณีศึกษา และให้เขียนคำตอบลงในกระดาษฟลิปชาร์ต ใช้เวลา ๒๐ นาที
๔. เมื่อหมดเวลา ผู้ดำเนินกิจกรรมถามคำถามทีละคำถาม และขอคำตอบจากทุกกลุ่ม ให้ออกคำตอบที่ไม่ซ้ำกัน
 - บักเป่ากำลังรู้สึกอย่างไร
 - เอ็ดดี้จะรู้สึกอย่างไรเมื่อบักเป่าเปลี่ยนไป
 - คิดอย่างไรกับการตัดสินใจของบักเป่า
 - มีคำแนะนำให้บักเป่ากับเอ็ดดี้อย่างไรบ้าง
 - หากเราเป็นเพื่อนที่ขอล้อบักเป่า เราจะทำอย่างไร
๕. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมใช้คำถามชวนคิดเพื่อเปิดประเด็นให้มีการแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ ถึงการจัดการเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่สร้างความไม่พอใจ

คำถามชวนคิด

- ผู้ชายกับผู้หญิงที่สนิทกันต้องเป็นแฟนกันเสมอ จริงหรือไม่ เพราะอะไร
- เราเคยมีประสบการณ์รู้สึกไม่พอใจอย่างมากเมื่อถูกล้อเลียนบ้างหรือไม่ ถ้ามี เป็นเรื่องอะไร และทำอย่างไรเมื่ออยู่ในสถานการณ์นั้น
- เราสามารถทำอะไรได้บ้างเมื่อรู้ว่าการล้อเล่นของเราทำให้เพื่อนไม่พอใจ คิดว่าวิธีไหนได้ผลดีที่สุด เพราะอะไร



๑๕๗

แผนการเรียนรู้ ๗ เรื่องของบักเป่า



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็นดังนี้
- มิตรภาพระหว่างเพื่อนมีได้หลายแบบไม่จำเป็นต้องเกิดกับคนเพศเดียวกันเท่านั้น ผู้ชายกับผู้หญิงคบหาเป็นเพื่อนกันได้โดยไม่ต้องเป็นแฟน
 - การเรียนรู้ที่จะจัดการกับความโกรธของตนเอง เป็นทักษะหนึ่งที่ต้องจำเป็นต่อการรักษาสัมพันธภาพกับคนอื่น ด้วยการบอกความรู้สึกของตนเองว่ารู้สึกอย่างไรเมื่อถูกเพื่อนล้อ เพราะเราไม่สามารถควบคุมคนอื่นได้เท่าควบคุมตนเอง เช่นในกรณีเรื่องของป๊ากเป้า เราสามารถใช้หลักต่อไปนี้ในการบอกให้ผู้อื่นรู้ถึงความรู้สึกและความต้องการของเรา

ทบทวนเรื่อง + บอกความรู้สึก + ผลกระทบ + ระบุความต้องการ

ตัวอย่างคำพูด

“ที่เธอชอบล้อฉันเรื่องเฮ็ดดีกับฉัน ทำให้ฉันรู้สึกอึดอัด จนต้องเลิกคบกับเขาทั้งที่เราโตมาด้วยกัน ฉันอยากให้เธอหยุดพูดเรื่องนี้”

“เรื่องที่พวกเธอชอบล้อกันบ่อยๆ ฉันรู้สึกเป็นห่วงเฮ็ดดีที่เขาไม่สบายใจจนต้องอยู่คนเดียว ฉันขอให้เธอเลิกพูดเรื่องนี้”

- การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นควรปฏิบัติต่อกันในทางสร้างสรรค์ ดังนั้น หากเราทำให้เพื่อนเกิดความไม่พอใจ ก็ควรแสดงความรับผิดชอบให้สอดคล้องกับสิ่งที่ตนเองทำ เช่น กล่าวขอโทษ ลงมือแก้ไขสิ่งที่เกิดขึ้นจากการกระทำของเรา เป็นต้น

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

หากผู้เรียนยกกรณีตัวอย่างของสถานการณ์ที่เกี่ยวกับการสื่อสารโดยเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นจริงกับเพื่อนในห้อง ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องพยายามใกล้เคียงให้บรรยากาศดี

๑๕๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- เห็นด้วยหรือไม่ว่า “การล้อเลียนกันถือเป็นเรื่องสนุก ไม่ใช่เรื่องเสียหาย” เพราะอะไร



๑๕๙

แผนการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่องของปากเป่า

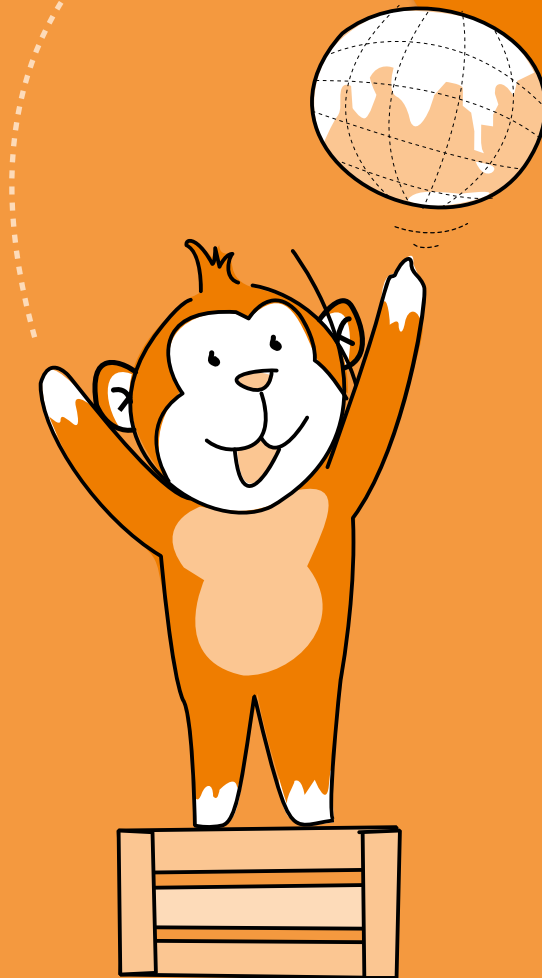
กรณีศึกษา เรื่องของปักเป้า

ปักเป้ากับเอ็ดดี้สนิทสนมกันมาก ชอบเดินกลับบ้านด้วยกันหลังเลิกเรียน วันหนึ่งเมื่อถูกเพื่อน ๆ ล้อว่า ทั้งคู่เป็นแฟนกัน ปักเป้าโกรธมากที่ถูกล้อ จึงตัดสินใจเลิกพูดกับเอ็ดดี้และไม่ยอมเดินกลับบ้านกับเอ็ดดี้อีกเลย

- ปักเป้ากำลังรู้สึกอย่างไร
- เอ็ดดี้จะรู้สึกอย่างไรเมื่อปักเป้าเปลี่ยนไป
- คิดอย่างไรกับการตัดสินใจของปักเป้า
- มีคำแนะนำให้ปักเป้ากับเอ็ดดี้อย่างไรบ้าง
- หากเราเป็นเพื่อนที่ขบล้อปักเป้า เราจะทำอย่างไร

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐

โลกของเธอ โลกของฉัน





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐

โลกของเธอ โลกของฉัน

สาระสำคัญ

แม้เราจะอยู่ในสังคมเดียวกัน แต่เราล้วนมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ทั้งเรื่องรูปลักษณ์ภายนอก บุคลิกภาพ ความชอบ/ไม่ชอบ นิสัย พื้นฐานครอบครัว ความเชื่อ ศาสนา รวมทั้งรสนิยมทางเพศ จึงเป็นเรื่องสำคัญที่จะเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ ในสังคม เข้าใจและเคารพความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยไม่มีอคติ หรือการเลือกปฏิบัติกับคนที่แตกต่างจากเรา

จุดประสงค์

๑. บอกความรู้สึกรักของคนที่อยู่ในสถานการณ์ซึ่งอาจแตกต่างจากคนส่วนใหญ่
๒. บอกผลกระทบที่เกิดจากอคติต่อคนที่แตกต่างจากเรา

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. บัตรคำบนกระดาษเอสี่ คำละ ๑ แผ่น
กลุ่ม ๑ ฉันเป็นผู้ติดเชื้อเอชไอวี
กลุ่ม ๒ แม่ของฉันติดเชื้อเอชไอวี
กลุ่ม ๓ ฉันเป็นเกย์

๑๖๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



กลุ่ม ๔ ฉันเป็นทอม

กลุ่ม ๕ ฉันอยากเป็นผู้หญิง ฉันจะไปผ่าตัดแปลงเพศ

กลุ่ม ๖ ฉันเคยมีเพศสัมพันธ์กับทั้งหญิงและชาย

๒. กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า เป็นการเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ ในสังคม
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนว่า โดยทั่วไป คนที่สังคมไม่ให้การยอมรับหรือคนที่มีกฏรังเกียจมีใครบ้าง และถามผู้เรียนว่า คิดว่าสาเหตุของการไม่ยอมรับ หรือการรังเกียจคืออะไร
๓. ให้ผู้เรียนนับ ๑ - ๖ เพื่อแบ่งผู้เรียนออกเป็น ๖ กลุ่ม อธิบายว่าแต่ละกลุ่มจะได้รับบัตรคำ ๑ ใบอย่าให้กลุ่มอื่นรู้ว่ากลุ่มเราได้รับบัตรคำอะไร ให้สมาชิกของกลุ่มทุกคน ลองสวมบทบาทเป็นคน ๆ นั้น และให้แลกเปลี่ยนกันตามประเด็น และเขียนคำตอบลงบนกระดาษฟลิปชาร์ต
 - ถ้าเราเป็นคน ๆ นั้น เราคิด/รู้สึกอย่างไร
 - คิดว่าคนอื่น ๆ จะคิด/รู้สึกและปฏิบัติกับเราอย่างไร
 - อยากให้คนอื่นปฏิบัติกับเราอย่างไร
๔. ให้เวลากลุ่มย่อย ๑๐ นาที จากนั้น ดำเนินการดังนี้
 - ให้ตัวแทนกลุ่มออกมาหน้าชั้นและบอกว่าเป็นใคร เช่น ตัวแทนกลุ่ม ๑ จะบอกว่า “ฉันเป็นผู้ติดเชื้อเอชไอวี”
 - ผู้ดำเนินกิจกรรมเปิดโอกาสให้อีก ๕ กลุ่มถามคน ๆ นั้น ในสิ่งที่อยากรู้ กลุ่มละ ๑ คำถาม ผู้ดำเนินกิจกรรมบันทึกคำถามที่เกิดขึ้น เพื่อช่วยในระหว่างการจัดคำถามชวนคิดช่วงต่อไป และให้คนที่สวมบทบาทตอบตามความรู้สึกของตนเอง ตามที่คุยกันในกลุ่ม
 - ให้โอกาสถามเพิ่มได้ ๑ - ๒ คำถาม (หากมีเวลา หรือมีประเด็นที่กลุ่มอยากถามเพิ่ม)
 - จากนั้น ให้กลุ่มที่เหลือออกมา และทำกระบวนการเหมือนกัน จนครบทุกกลุ่ม

๕. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ให้นำกระดาษฟลิปชาร์ทของกลุ่มติดไว้บนกระดาน
๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย โดยใช้คำถามดังนี้

คำถามชวนคิด

- รู้สึกอย่างไรกับการสวมบทบาทตามบัตรคำที่เราได้รับ
- ตัวแทนกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม รู้สึกอย่างไรกับคำถามที่เพื่อนๆ ถาม เพราะเหตุใด (หากจำไม่ได้ ให้ดูจากคำถามที่ผู้ดำเนินกิจกรรมจดไว้)
- มีคำถามใด ที่ชอบ/ไม่ชอบ ให้ยกตัวอย่าง และบอกเหตุผล
- จากคำถามที่เพื่อนๆ ถาม กลุ่มคิดว่าตรงกับสิ่งที่เราคาดหวังให้คนอื่นปฏิบัติกับเรามากน้อยเพียงใด (เปรียบเทียบกับสิ่งที่กลุ่มเขียนในกระดาษฟลิปชาร์ท)
- นักเรียนรู้จักคนที่มีลักษณะตามบัตรคำทั้ง ๖ ใบหรือไม่ คิดว่าคนเหล่านั้นเผชิญกับสถานการณ์หรือปฏิกริยาจากคนรอบข้างอย่างไรบ้าง
- คิดว่าเป็นเพราะเหตุใด ที่คนบางกลุ่มรังเกียจหรือเลือกปฏิบัติต่อคนที่เพียงแต่แตกต่างไปจากเรา เช่น รักเพศเดียวกัน ผู้มีเชื้อเอชไอวี ฯลฯ



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้

๘. ผู้ดำเนินกิจกรรมอาจเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้

- ภาพลักษณ์ที่เรามีต่อคนที่มีรสนิยมทางเพศที่แตกต่าง (เช่น รักเพศเดียวกัน รักสองเพศ คนแปลงเพศ คนติดเชื้อเอชไอวี ฯลฯ) เกิดขึ้นจากการรับรู้ที่ผ่านมาจากครอบครัว เพื่อน หรือสื่อต่างๆ ซึ่งอาจมีทั้งข้อเท็จจริง ข้อคิดเห็น และความเชื่อ ที่สำคัญภาพลักษณ์ดังกล่าว อาจไม่ได้สะท้อน “ความจริง” ทั้งหมด
- หากเราแยกแยะได้ระหว่างข้อเท็จจริงกับข้อคิดเห็น เราจะสามารถลดอคติในตัวเองลงไปได้ เช่น หากเราไม่ชอบคนๆ หนึ่ง ก็เพราะความขัดแย้งระหว่างเรากับคนๆ นั้น หรือลักษณะส่วนบุคคลของคนๆ นั้น แต่ไม่ใช่เพราะคนๆ นั้นเป็นคนรักเพศ

๑๖๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



เดียวกัน เพราะคนรักเพศเดียวกันแต่ละคน ก็อาจมีความแตกต่างกันไปเช่นเดียวกับคนที่
เป็นรักต่างเพศ

- ในกรณีการติดเชื้อเอชไอวี หากเราเข้าใจเรื่องช่องทางการติดต่อของเชื้อเอชไอวีว่า เชื้อเอชไอวี
ไม่ได้ติดต่อกันง่ายๆ และการใช้ชีวิตประจำวันร่วมกับผู้ที่มีเชื้อ ไม่สามารถทำให้เราติดเชื้อได้
รวมทั้งเข้าใจคติต่อผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่เกิดจากความเชื่อผิดๆ ก็จะช่วยให้เรามั่นใจที่จะใช้
ชีวิตกับเพื่อนที่มีเชื้อเอชไอวีได้

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมควรระมัดระวังท่าทีของตนเองในการพูดถึงการรักเพศเดียวกัน หรือการ
ติดเชื้อเอชไอวีที่อาจเป็นการตอกย้ำทัศนคติในทางลบ หรือกระทบอารมณ์ความรู้สึกของผู้เรียนที่อยู่
ในสถานการณ์นั้นๆ โดยควรสังเกตปฏิกิริยาของผู้เรียนหากมีการพูดจาล้อเลียนเพื่อนที่มีลักษณะ
ดังกล่าว เพราะในห้องเรียนอาจมีผู้เรียนที่เป็นรักเพศเดียวกัน หรือมีค่านิยม คนในครอบครัวที่มีเชื้อ
เอชไอวี หรือแม้กระทั่งผู้เรียนบางคนอาจเป็นผู้มีเชื้อเอชไอวีก็ได้ ทั้งนี้ เพื่อให้เกิดบรรยากาศการ
เรียนรู้ที่เอื้อประโยชน์สำหรับผู้เรียนทุกคนอย่างแท้จริง

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- ผลกระทบจากการถูกรังเกียจ ไม่ยอมรับจากคนในชุมชนมีอะไรบ้าง และจะแก้ไขได้อย่างไร

คำว่า “วัยรุ่น” เป็นคำใหม่
ที่เพิ่งเกิดขึ้นในสังคมไทย
สมัยก่อน พ่อโตขึ้นมา เด็กผู้หญิงก็เอาผ้า
เด็กผู้ชายก็ไปไร่ไปนาแล้ว
แต่เด็กอายุ ๑๒
ทุกวันนี้อยู่ในโรงเรียน

ดร.พิชญ์ พงษ์สวัสดิ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑
รวมมิตร



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑

รวมมิตร

สาระสำคัญ

ความเป็นเพื่อน หมายถึง การเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ โดยยังคงความเป็นตัวของตัวเองได้และเรียนรู้ที่จะเคารพและให้คุณค่ากับความแตกต่างระหว่างบุคคล

จุดประสงค์

๑. บอกวิธีปฏิบัติตัวระหว่างเพื่อนที่แสดงถึงการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล
๒. บอกข้อดีของการสร้างสัมพันธภาพที่ยังคงความเป็นตัวของตัวเอง พร้อมกับ การยอมรับตัวตนของผู้อื่น

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษฟลิปชาร์ต
๒. กระดาษขาว
๓. ปากกาเคมี

๑๖๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า เราจะเรียนรู้เรื่องความเป็นเพื่อนร่วมกัน
๒. ให้ผู้เรียนจับคู่กับเพื่อนสนิท หรือจับกลุ่มเพื่อนที่รู้สึกว่าเป็นกลุ่มเดียวกัน (ตามความสมัครใจของผู้เรียน)
๓. ให้แต่ละคู่ หรือแต่ละกลุ่มพูดคุยแลกเปลี่ยน พร้อมทั้งเขียนลงในกระดาษฟลิปชาร์ต โดยแบ่งช่องในกระดาษออกเป็น ๒ ช่อง **ช่องความเหมือน** และ **ช่องความต่าง** ในประเด็นต่อไปนี้ ให้เวลา ๑๐ นาที
 - มีอะไรบ้างที่เพื่อนในกลุ่มชอบเหมือนกัน
 - ให้แต่ละคนในกลุ่ม บอกความเป็นตัวของตัวเองที่คิดว่าไม่เหมือนคนอื่น หรือเพื่อน ๆ ช่วยกันบอกลักษณะเฉพาะของเพื่อนแต่ละคนในกลุ่ม
๔. ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอความเหมือนและความต่างของเพื่อนกลุ่มเดียวกันต่อกลุ่มใหญ่ กลุ่มละ ๒ นาที
๕. ระหว่างที่แต่ละกลุ่มนำเสนอ ผู้ดำเนินกิจกรรมสังเกตข้อเหมือนและข้อต่างของแต่ละกลุ่ม ว่ามีมากน้อยอย่างไร
๖. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนแลกเปลี่ยนดังนี้



๑๖๙

?

คำถามชวนคิด

- มีอะไรบ้างที่ทำให้แต่ละคนรู้สึกสนิทกับเพื่อน หรือทำให้เรารวมกันเป็นกลุ่มได้
- จำเป็นหรือไม่ที่ทุกคนในกลุ่มต้องเหมือนกัน หรือทำตัวแบบเดียวกัน เพราะอะไร
- รู้สึกอย่างไรกับความแตกต่างของเพื่อนในกลุ่ม
- คิดว่าความต่างที่นั่นส่งผลต่อการรวมกลุ่มเป็นเพื่อนกันหรือไม่ อย่างไรบ้าง
- หากมีใครสักคนในกลุ่มพยายามทำให้ทุกคนชอบเหมือนกัน หรือทำตัวแบบเดียวกัน จะเป็นอย่างไร
- หากเกิดความขัดแย้งระหว่างการเป็นตัวของตัวเองกับการอยู่เป็นกลุ่มกับเพื่อน เราจะทำอย่างไร



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- ทุกคนล้วนมีลักษณะเฉพาะของตนเอง ซึ่งไม่ใช่เรื่องดี หรือไม่ดี แต่เป็นเรื่องความแตกต่างระหว่างบุคคล
 - การเป็นเพื่อนกันคือ การที่แต่ละคนยังสามารถเป็นตัวของตัวเอง ขณะเดียวกันก็เรียนรู้ที่จะยอมรับผู้อื่น ซึ่งเป็นพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เพราะทุกคนล้วนมีข้อดี ข้อเสียที่ต่างกันไป
 - การทำความรู้จัก เรียนรู้ และยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เป็นพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น

๑๗๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมอาจสังเกตว่ามีผู้เรียนคนใดที่อาจมีความขัดแย้ง มีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน หรือไม่ค่อยมีเพื่อน และช่วยสร้างบรรยากาศที่ช่วยให้มีการเรียนรู้และยอมรับกันมากขึ้น เช่น ขวนเล่นเกมสั้นทนากการสร้างความคุ้นเคย หรือสนุกสนานก่อนเริ่มกิจกรรม ฯลฯ



๑๗๑

การวัดและประเมินผล

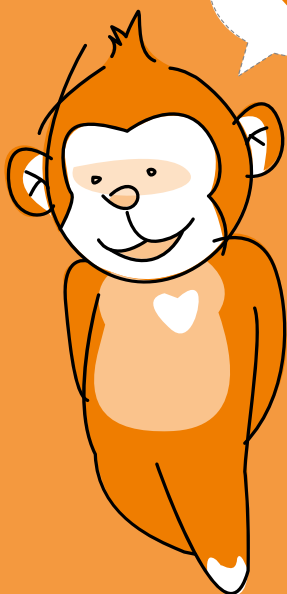
สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- ถ้าเพื่อนสนิทชวนโดดเรียน นักเรียนจะทำอย่างไร
- หากเพื่อนมีความคิดเห็นขัดแย้งกับเรา นักเรียนจะปฏิบัติตัวต่อเพื่อนอย่างไร

“ความคิดก็เปลี่ยนไป
คือไม่ว่าจะทำอะไรสักอย่างก็จะต้องคิด คิด คิด
เช่น ถ้าจะพูดอะไรสักอย่าง ก็ต้องคิดว่าพูดไปแล้ว
เพื่อนจะรู้สึกยังไง พูดไปแล้วจะส่งผลอย่างไรบ้าง
ตอนเด็กๆ จะทำแบบไม่ได้ยังคิด
ทำแล้วค่อยมาคิดทีหลัง
ซึ่งตอนนั้นผลก็เกิดขึ้นมาแล้ว
เกิดผลกระทบแล้ว แต่ตอนนี้ คิดก่อนทำทุกครั้ง
ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอะไร”

รณชิต ภัคดีชน
เยาวชนกลุ่มมหาสดัม
จากเอกสารสรุปบทเรียนเยาวชนอาสาชีวิตศึกษา





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒

**อยาก
บอกเธอ**



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒

อยากบอกเธอ

สาระสำคัญ

การแสดงความรู้สึกต่อคนที่เราพึงพอใจ อาจมีหลายวิธีและควรคำนึงถึงการแสดงออกที่ทำให้เกียรติกับคนที่เราพึงพอใจ รวมทั้งตระหนักว่าความรู้สึกที่เกิดขึ้นระหว่างคนสองคนอาจไม่ตรงกันได้ แต่มิได้หมายถึงความสัมพันธ์ต้องยุติลง หากยอมรับและปรับความรู้สึกเพื่อยังคงสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันต่อไป

จุดประสงค์

๑. บอกวิธีแสดงความรู้สึกที่แสดงถึงการให้เกียรติต่ออีกฝ่าย
๒. ระบุวิธีการบอกปฏิเสธ หรือบอกความรู้สึกที่ไม่ตรงกัน โดยไม่ทำลายความรู้สึกของอีกฝ่าย

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษเอสี่สองสี เพื่อแบ่งหญิงชาย ตัดแบ่งเป็นสี่ส่วนหรือหกส่วน เท่าจำนวนผู้เรียน
๒. กล่องกระดาษทิช ๒ ใบ สำหรับใส่กระดาษคำตอบหญิง และคำตอบชาย
๓. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษกาว ปากกาเคมี

๑๗๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า เป็นการเรียนรู้ถึงวิธีแสดงความรู้สึกโดยไม่ทำร้ายความรู้สึกของอีกฝ่าย
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมเกริ่นนำเพื่อเข้าสู่บทเรียนโดยถามว่าเวลาที่วัยรุ่น “ปัง” กัน มีวิธีสื่อสารให้อีกฝ่ายรู้อย่างไรบ้าง สุ่มถามผู้เรียน ๓ - ๔ คน ให้ช่วยบอกเล่าวิธีสื่อสารที่ตัวเองใช้หรือคิดว่าจะใช้
๓. จากนั้น แจกกระดาษให้ผู้เรียน โดยแยกสีสำหรับเพศหญิงและเพศชาย
๔. ถามคำถาม และให้แต่ละคนตอบคำถามในกระดาษที่แจกให้ไม่ต้องลงชื่อ
 - ถ้ามีคนมาชอบเรา วิธีบอกรักที่จะทำให้เราประทับใจคือ
๕. ใช้เวลา ๑ นาที แล้วนำกระดาษคำตอบไปลงในกล่องที่เตรียมไว้หน้าห้อง โดยให้แยกคำตอบหญิงชายไว้คนละกล่อง
๖. ขอบอาสาสมัคร ๒ ทีมๆ ละ ๒ คน ให้ช่วยกันรวบรวมคำตอบจากกระดาษในกล่อง และเขียนคำตอบเหล่านั้นลงในกระดาษฟลิปชาร์ต (คำตอบที่ซ้ำกัน ให้แฉความถี่ ท้ายคำตอบ)
๗. ระหว่างที่อาสาสมัครรวบรวมคำตอบ ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ผู้เรียนที่เหลือแบ่งกลุ่มย่อยออกเป็น ๖ กลุ่ม ให้ระดมความเห็นจากโจทย์ ให้เวลากลุ่มย่อย ๑๕ นาที
 - สามกลุ่มแรกตอบโจทย์ว่า ถ้ามีคนบอกรักเรา และเราก็ชอบเขา เราจะทำอย่างไร
 - สามกลุ่มหลังตอบโจทย์ว่า ถ้ามีคนบอกรักเรา แต่เราไม่ชอบเขา เราจะทำอย่างไร
๘. ในกลุ่มย่อย ให้สมาชิกในกลุ่มแต่ละคนบอกความรู้สึกของตัวเองก่อน โดยมีผู้ทำหน้าที่บันทึกลงกระดาษฟลิปชาร์ต หลังจากนั้น ค่อยระดมเพิ่มเติมความเห็นของกลุ่มว่าจะทำอะไรได้อีก จากนั้น ให้โหวตว่าในกลุ่มชอบวิธีไหนมากที่สุด เตรียมส่งตัวแทนออกมาแสดงบทบาทสมมติตามวิธีที่กลุ่มเลือกให้เพื่อนกลุ่มใหญ่ดู
๙. ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ ๓ กลุ่มแรก ที่ “มีคนบอกรัก และเราก็ชอบเขา” แสดงก่อน กลุ่มละไม่เกิน ๒ นาที เมื่อทั้งสามกลุ่มแสดงครบแล้ว ให้ถามผู้เรียนว่า
 - มีข้อสังเกตอย่างไร ต่อการตอบรับแต่ละแบบ
 - มีข้อเสนออื่นๆ หรือไม่ ในการแสดงการตอบรับ



๑๐. จากนั้น ให้อีก ๓ กลุ่มที่เป็นการบอกว่า “ไม่ชอบหรือปฏิเสธ” เมื่อครบทั้งสามกลุ่ม ให้ชวนคุย ดังนี้

- มีข้อสังเกตอย่างไร ต่อการตอบปฏิเสธของแต่ละกลุ่ม
- วิธีใดที่คิดว่า จะไม่ทำให้อีกฝ่ายเสียความรู้สึก และยังสามารถเป็นเพื่อนกันต่อได้
- มีข้อเสนออื่นๆ หรือไม่ หากรู้สึกไม่ตรงกัน หรือการบอกปฏิเสธแบบอื่นๆ ที่ยังคงความเป็นเพื่อนไว้ได้

๑๑. จากนั้น อาสาสมัครนำเสนอคำตอบ “วิธีบอกรัก” ที่รวบรวมเสร็จแล้ว อ่านให้เพื่อนๆ ฟัง

๑๒. สุ่มถามผู้เรียน ๓ - ๔ คนถึงคำตอบที่อาสาสมัครอ่านให้ฟังว่า จากวิธีบอกรักทั้งหมดนี้ชอบวิธีไหนมากที่สุด เพราะอะไร

๑๓. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนกลุ่มใหญ่คุยหลังจากทุกกลุ่มนำเสนอจบ โดยใช้คำถามชวนคิดเพื่อเปิดประเด็นแลกเปลี่ยน

คำถามชวนคิด

- หญิงกับชายมีวิธีการแสดงความรู้สึกว่ารัก ฟังพอใจเป็นพิเศษแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร
- หากหญิงชายแสดงออกต่างกัน อะไรเป็นสาเหตุให้หญิงกับชายแสดงความรู้สึกพิเศษต่างกัน
- จำเป็นหรือไม่ที่เราต้องบอกความรู้สึกของตนแก่คนที่เรารู้สึก “ดี ๆ” เพราะอะไร
- ถ้าบอกรักไปแล้วถูกปฏิเสธ เราจะปฏิบัติต่อคนนั้นอย่างไร เพราะอะไร
- หากถูกปฏิเสธ จะยังคงความเป็นเพื่อนกันได้หรือไม่ เพราะเหตุใด



๑๔. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้และเพิ่มเติมประเด็นดังนี้

- เป็นเรื่องธรรมดาสำหรับวัยรุ่นที่จะเกิดความรู้สึกพึงพอใจใครสักคนเป็นพิเศษหรือมีใครมาชอบ และเป็นเรื่องธรรมดาอีกเช่นกันที่บางคนอาจยังไม่มีความรู้สึกเหล่านี้ เนื่องจากการได้พบคนถูกใจเป็นเรื่องของโอกาส
- หากเรามีความรู้สึกพิเศษกับใคร ก็เกิดอารมณ์ความรู้สึกอีกหลายอย่างตามมา เช่น ต้องการให้คนที่เราชอบชอบเราด้วย กระวนกระวาย ต้องการรู้ว่าเขาจะคิดเหมือนเราไหม อยากรู้ว่าถ้าเราแสดงความรู้สึกออกไปให้เขารู้ เขาจะมีปฏิกิริยาอย่างไร ถ้าแสดงความรู้สึกออกไปแล้ว กลัวถูกปฏิเสธ จึงลังเลไม่กล้าแสดงออก ฯลฯ
- การแสดงออกซึ่งความรู้สึกที่พิเศษ ไม่ว่าจะเป็นการตอบรับหรือปฏิเสธ ควรตั้งอยู่บนพื้นฐานความจริงใจ แม้จะไม่ได้รู้สึกตรงกันก็ไม่ได้หมายความว่าต้องยุติความสัมพันธ์อย่างเด็ดขาด ยังมีความสัมพันธ์อีกหลายแบบที่เรายังคงไว้ได้



๑๗๗

แผนการเรียนรู้
๑๑ ๑๒ ๑๓ ๑๔ ๑๕ ๑๖ ๑๗ ๑๘ ๑๙ ๒๐ ๒๑ ๒๒ ๒๓ ๒๔ ๒๕ ๒๖ ๒๗ ๒๘ ๒๙ ๓๐ ๓๑ ๓๒ ๓๓ ๓๔ ๓๕ ๓๖ ๓๗ ๓๘ ๓๙ ๔๐ ๔๑ ๔๒ ๔๓ ๔๔ ๔๕ ๔๖ ๔๗ ๔๘ ๔๙ ๕๐

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

อาจมีผู้เรียนที่กำลังชอบพอกันอยู่หรือเลิกกันแล้ว หรือผู้ที่กำลังเสียใจจากการถูกปฏิเสธ ผู้ดำเนินกิจกรรมจึงควรคำนึงถึงบรรยากาศการเรียนรู้ ระวังไม่ให้เกิดการพาดพิง ล้อเลียนกัน

การวัดและประเมินผล

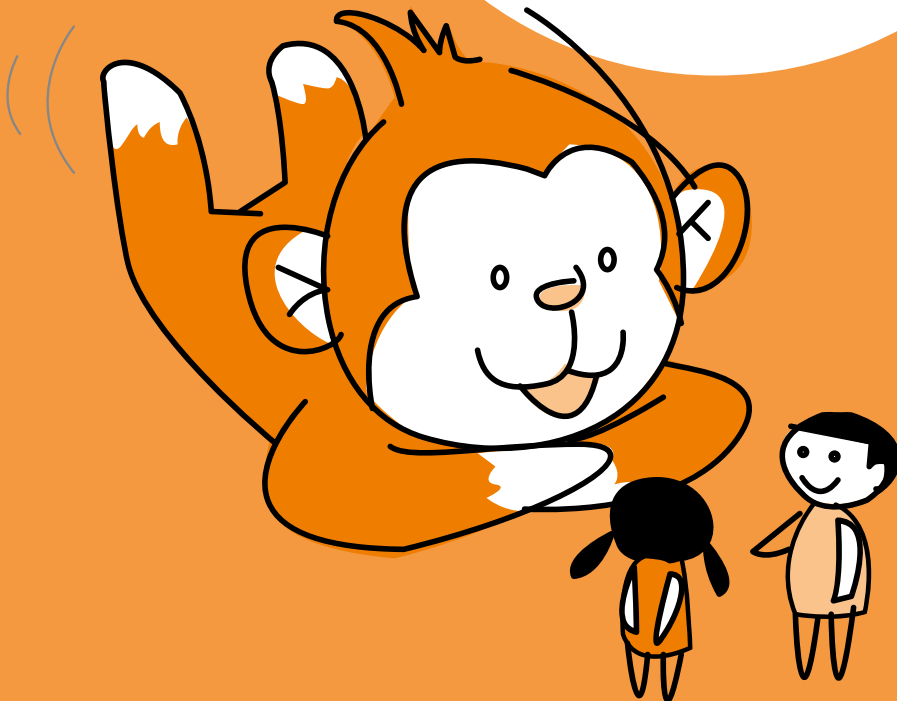
สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- เห็นด้วยหรือไม่ว่า “เป็นเรื่องน่าอาย ถ้าฉันจะบอกความรู้สึกของตัวเองให้คนอื่นรู้” เพราะอะไร
- หากถูกปฏิเสธความรู้สึกที่ดีที่มีให้กับคนๆ หนึ่ง จะทำอย่างไร

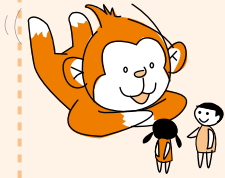
วัยเดียวที่ทำเพศศึกษาได้คือ
วัยเรียน ครูและผู้ปกครอง
จึงต้องเข้ามามีส่วนร่วม
โรงเรียนอาจช่วยฝึกผู้ปกครอง
ให้เป็นที่ปรึกษากับลูกของตัวเอง
การดึงผู้ปกครองมามีส่วนร่วม
ต้องเริ่มจากผู้ปกครองที่ใจกว้าง
หรือการเลือกครู
ก็ต้องเริ่มจากครูที่มีทัศนคติที่เปิดกว้าง

จอน อึ้งภากรณ์
อดีตสมาชิกวุฒิสภา ตัวแทนผู้ปกครอง



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓

จินตนาการ รัก



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓

จินตนาการรัก

สาระสำคัญ

ความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคนซึ่งมีความพึงพอใจต่อกันเป็นพิเศษ อาจพัฒนาไปได้หลายรูปแบบ ทั้งนี้ แต่ละคนควรตระหนักว่าตนสามารถกำหนดและเลือกได้ว่าต้องการให้ความสัมพันธ์เป็นไปอย่างไร และควรเป็นการตัดสินใจร่วมกันทั้งสองฝ่าย โดยคำนึงถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นรวมทั้งความพร้อมในการรับผิดชอบ ต่อผลของการตัดสินใจร่วมกัน

จุดประสงค์

๑. บอกพัฒนาการความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคนที่มีความพึงพอใจต่อกันเป็นพิเศษ
๒. สำรวจความรู้สึก และความต้องการของตนเอง ต่อการมีแฟน และการมีเพศสัมพันธ์
๓. ประเมินความพร้อมของตนเองต่อการรับผิดชอบผลที่อาจเกิดขึ้นจากการตัดสินใจหรือการกระทำของตัวเองในการพัฒนาความสัมพันธ์

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ภาพชุดจินตนาการรักสำหรับ ๖ กลุ่ม
๒. กระดาษเอสี่
๓. สีเมจิก สีไม้ หรือปากกาเคมี
๔. กระดาษขาว



๑๘๐

เวลา ๒ คาบเรียน

คาบที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

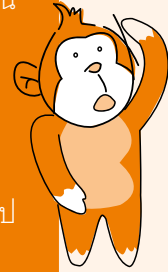
๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า เป็นเรื่องพัฒนาการของความสัมพันธระหว่างคนสองคนซึ่งมีความพึงพอใจต่อกันเป็นพิเศษ
๒. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย ๖ กลุ่ม แยกเพศ (หญิง ๓ กลุ่ม ชาย ๓ กลุ่ม หรือกลุ่มละประมาณ ๖-๘ คน)
๓. ผู้ดำเนินกิจกรรมแจกชุดภาพจินตนาการรัก ชุดละ ๔ ภาพ ให้แต่ละกลุ่ม
๔. ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันอธิบายภาพทั้ง ๔ ภาพ และเล่าเรื่องราวโดยมีรายละเอียดเรื่องระยะเวลาจากภาพหนึ่งไปอีกภาพหนึ่ง ระบุสถานที่และสิ่งๆที่คิดว่าจะเกิดขึ้นในแต่ละภาพ ให้เวลากลุ่มย่อย ๑๕ นาที
๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมให้แต่ละกลุ่มเล่าและอาจใช้แนวคำถาม ตามเพิ่มเติมในแต่ละภาพ โดยเน้นการถามความคิดเห็นของทั้งฝ่ายหญิงและฝ่ายชายดังนี้ (ไม่จำเป็นต้องใช้คำถามทั้งหมด)
 - ภาพแรก หญิง/ชาย กับจินตนาการในอารมณ์รัก (อยากมีแฟน)
 - เหตุการณ์แบบนี้ อาจเกิดขึ้นในช่วงอายุเท่าไร หรือเรียนชั้นไหน
 - ส่วนใหญ่วัยรุ่นอยากมีแฟนแบบไหน
 - ภาพสอง บึงกัน ท่ามกลางหมู่เพื่อน
 - เวลา “บึง” กัน จะแสดงให้เห็นอีกฝ่ายรู้อย่างไร มีวิธีการอะไรบ้าง
 - หากเราไม่บึงเขา จะบอกอย่างไร

- ภาพสาม จีบกัน/โทรคุย/เดินด้วยกัน/กินข้าว/ดูหนัง (ฉากสาธารณะ/ไม่ส่วนตัว)
 - จากภาพที่สอง (บึ่งกัน) มาภาพที่สาม (จีบกัน) ใช้เวลานานแค่ไหน
 - ใครเป็นคนเริ่มจีบก่อน เวลาจีบกันทำอะไรบ้าง
 - ถ้าฝ่ายหญิงเป็นฝ่ายเริ่มจีบก่อน จะเป็นอย่างไร
 - ถ้าเราเป็นฝ่ายถูกจีบ แล้วไม่ชอบ จะทำอะไร
 - ถ้าเป็นฝ่ายจีบ แล้วรู้ว่าอีกฝ่ายไม่เล่นด้วย เราารู้สึกอย่างไร และจะทำอย่างไร
 - ความรู้สึกตอนช่วงจีบกัน เป็นอย่างไร
 - ใช้เวลาจีบกันนานไหม กว่าจะตกลงเป็นแฟนกัน
 - เป็นแฟนกันหมายถึงอะไร รู้ได้อย่างไรว่าตกลงเป็นแฟนกันแล้ว
 - เวลาเป็นแฟนกัน แสดงออกต่อกันได้แค่ไหน เช่น จีบมือ โอบ หอมแก้ม ฯลฯ
 - ต้องเป็นแฟนกันนานแค่ไหน ถึงจะทำแต่ละอย่างได้
- ภาพสี่ พยายามหาโอกาสอยู่สองต่อสอง (ชวนไปบ้าน/ห้อง, ไปเที่ยวต่างจังหวัด โดยอาจแสดงความรักต่อกัน ด้วยการนอนหนุนตัก, จีบมือ, จูบมือ, ลูบผม, คลอเคลีย ฯลฯ)
 - คนที่ชอบกัน รักกัน หาโอกาสมีเวลาสองต่อสองอย่างไร
 - หากไปกับเพื่อนเป็นกลุ่มมีวิธีอย่างไรที่จะได้อยู่สองต่อสอง
 - จากภาพที่สาม (จีบกัน) มาภาพที่สี่ (อยากมีเวลาสองต่อสอง) ใช้เวลานานแค่ไหน
 - ในวัยแบบพวกเรา ถ้าอยากมีเวลาดูด้วยกัน จะชวนกันไปไหนบ้าง
 - การแสดงออกเมื่ออยู่สองต่อสองกับเมื่ออยู่ต่อหน้าคนอื่น เหมือนหรือต่างกันอย่างไร
 - ความรู้สึกที่มีต่อกันในช่วงนี้เป็นอย่างไร ชายหญิงจะรู้สึกหรือแสดงออกเหมือนหรือต่างกันอย่างไร
 - ในช่วงความสัมพันธ์แบบนี้ เป็นไปได้หรือไม่ว่าจะมีเรื่องขัดแย้ง หรือทะเลาะกัน ถ้ามีส่วนใหญ่เป็นเรื่องอะไร

๖. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย ดังนี้

คำถามชวนคิด

- เวลาไปปิ้งใครสักคน เราเล่าให้ใครฟัง หรือปรึกษาใครบ้างหรือไม่
- ตอนตัดสินใจจะเป็นแฟนใคร ต้องถามความเห็นคนอื่นใหม่ เช่น เพื่อน พ่อแม่ ฯลฯ และทำอย่างไร ถ้าเพื่อนหรือพ่อแม่ไม่เห็นด้วย
- เราจะบอกใครบ้าง ว่ามีแฟนแล้ว เพราะอะไร
- จะบอกพ่อแม่ใหม่ว่ามีแฟนแล้ว เพราะเหตุใด
- หากเป็นแฟนกันตั้งแต่ ม.๒ คิดว่าทั้งสองคนจะมีโอกาสเป็นแฟนกันต่อไปนานแค่ไหน
- คู่ที่ตกลงใจเป็นแฟนกัน จะคิดถึงเรื่องการเลิกกันหรือไม่ เพราะเหตุใด
- สาเหตุที่อาจทำให้เลิกเป็นแฟนกัน มีอะไรบ้าง



๑๘๓

๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นดังนี้

- การมีความรัก ฟังพอใจใครบางคนเป็นพิเศษ หรือมีแฟนในช่วงวัยรุ่นเป็นเรื่องธรรมดาที่เกิดขึ้นได้ และเป็นรูปแบบหนึ่งของความสัมพันธ์
- เมื่อเกิดความรู้สึกพิเศษกับคนบางคน ความรู้สึกที่ตามมาคือ ต้องการอยู่ใกล้ชิด อยู่ตามลำพัง ต้องการแสดงออกถึงความรู้สึกที่มีต่อกัน ซึ่งเป็นจังหวะก้าวในการพัฒนาความสัมพันธ์ของคนสองคน
- ความสัมพันธ์ของคนสองคน เช่น การมีแฟน เป็นเรื่องที่แต่ละคนต้องตอบตัวเองก่อนว่า เราอยากให้ความสัมพันธ์ที่มีเป็นอย่างไร โดยคำนึงถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นตามมากับชีวิตเรา ส่วนการกำหนดรูปแบบและลักษณะความสัมพันธ์ เป็นเรื่องคนสองคนจะต้องตกลงกัน ไม่ควรให้ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายกำหนด
- ทุกคนควรเรียนรู้ว่า ในขณะที่เราสามารถพัฒนาสัมพันธ์ภาพให้ดีและแน่นแฟ้นขึ้นได้ ก็ต้องตระหนักด้วยว่า ความสัมพันธ์อาจยุติลงได้เช่นกัน และการยุติความสัมพันธ์ไม่จำเป็นต้องทำให้คนสองคนเลิกคบกัน หรือใช้ความรุนแรงต่อกัน

- ดังนั้นเมื่อมีความรัก การเพ้อเจ้อคิดถึงโอกาสที่ความสัมพันธ์กับคนที่เรารักจะยุติลง จะช่วยให้เราพยายามรักษาความสัมพันธ์ที่ดีให้ต่อไป และเตรียมใจไว้หากมีการเปลี่ยนแปลงใดๆ เกิดขึ้น

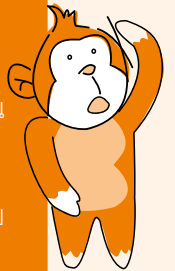
คาบที่ ๒

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมทวนภาพชุดจินตนาการรักทั้ง ๔ ภาพอีกครั้ง และให้เข้ากลุ่มเดิม หรือแบ่งกลุ่มใหม่ ๖ กลุ่ม (แยกหญิงชาย)
๒. ให้กลุ่มช่วยกันระดมสมองว่า ความสัมพันธ์หลังจากนี้ของทั้งสองคนในภาพจะเป็นอย่างไรต่อไป โดยให้วาดออกมาเป็นภาพที่ ๕ และ ๖ เพื่อแสดงถึงความสัมพันธ์ที่จะดำเนินต่อไป ให้เวลา ๑๐ นาที
๓. ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอภาพที่ ๕ และ ๖ (กลุ่มละ ๒ นาที)
๔. หลังจากนำเสนอครบทุกกลุ่ม ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยโดยใช้คำถามชวนคิด

คำถามชวนคิด

- เราแต่ละคนสามารถเลือกได้หรือไม่ว่า ต้องการให้ความสัมพันธ์ของตัวเองเป็นไปอย่างไร
- เราจะรู้ได้อย่างไรว่าอีกฝ่ายหนึ่งต้องการให้ความสัมพันธ์ที่มีเป็นไปแบบใด
- หากทั้งสองฝ่ายมีความเห็นไม่ตรงกันว่า ควรพัฒนาความสัมพันธ์ไปในแบบใด คิดว่าทั้งสองคนจะมีวิธีแก้ปัญหาอย่างไรบ้าง
- เป็นไปได้หรือไม่ที่คนสองคนตกลงเป็นแฟนกันและมีความสัมพันธ์ที่ดี โดยไม่ต้องมีเพศสัมพันธ์ เพราะเหตุใด ทำได้ง่ายหรือยาก อย่างไร
- ถ้าทั้งสองฝ่ายเลือกจะไม่มีเพศสัมพันธ์กัน ทั้งสองคนสามารถแสดงความรักด้วยวิธีอื่นๆ ได้อย่างไรบ้าง



?



๑๕๕

คำถามชวนคิด

- หากจะมีเพศสัมพันธ์กัน ใครเป็นคนตัดสินใจ หากเห็นไม่ตรงกันจะทำอย่างไร
- ในการตัดสินใจว่ามีเพศสัมพันธ์หรือไม่ ทั้งสองคนควรคิดหรือคุยกันเรื่องอะไรบ้าง

๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็นดังนี้

- การตัดสินใจว่าจะมีความสัมพันธ์กันอย่างไร เป็นเรื่อง “ความพร้อม” ของคนสองคน และเป็นเรื่องที่ไม่มีการบอกใครได้ แต่ “เรา” ต้องบอกตัวเองให้ได้ ดังนั้น สิ่งที่เราต้องคิดไว้เสมอคือ “เราอยากให้หรือจะยอมให้เกิดอะไรขึ้นกับชีวิตเราบ้าง” ถ้าอยากให้เกิด จะทำอย่างไร และถ้าไม่อยากให้เกิดขึ้น เราจะทำอะไรได้บ้าง (อาจยกตัวอย่างจากภาพที่ผู้เรียนวาดว่า ถ้าไม่ต้องการให้มีปัญหาที่ตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม หรือไม่ป้องกัน เช่น การท้อง เราจะทำอะไรได้บ้าง หรือถ้าต้องการให้ความสัมพันธ์ที่เรามีกับคนรักพัฒนาไปเรื่อยๆ และเรียนรู้กันมากขึ้นจนถึงขั้นตัดสินใจที่จะใช้ชีวิตคู่ด้วยกัน เราจะต้องทำอย่างไรบ้าง หรือถ้าเราต้องการยุติความสัมพันธ์ เราจะทำอย่างไร เป็นต้น)
- “ความรับผิดชอบ” เป็นเรื่องสำคัญที่คนสองคนควรมีให้ต่อกัน การแสดงความรับผิดชอบคือการคำนึงถึงสิ่งที่จะอาจเกิดขึ้นกับตัวเองและคนที่เรารัก หรือมีความสัมพันธ์ด้วย และช่วยกันทำให้เกิดสิ่งที่คาดหวังร่วมกัน และช่วยกันป้องกันหรือจัดการไม่ให้เกิดสิ่งที่จะอาจเป็นปัญหา หรือสิ่งที่กลับมาทำลายความสัมพันธ์ที่มีต่อกัน

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- ผู้ดำเนินกิจกรรมจะต้องทำใจให้ว่าง และกว้าง โดยไม่ด่วนตัดสินคุณค่าของการมีแฟนหรือมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนหรือเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานที่อาจปรากฏจากการแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน

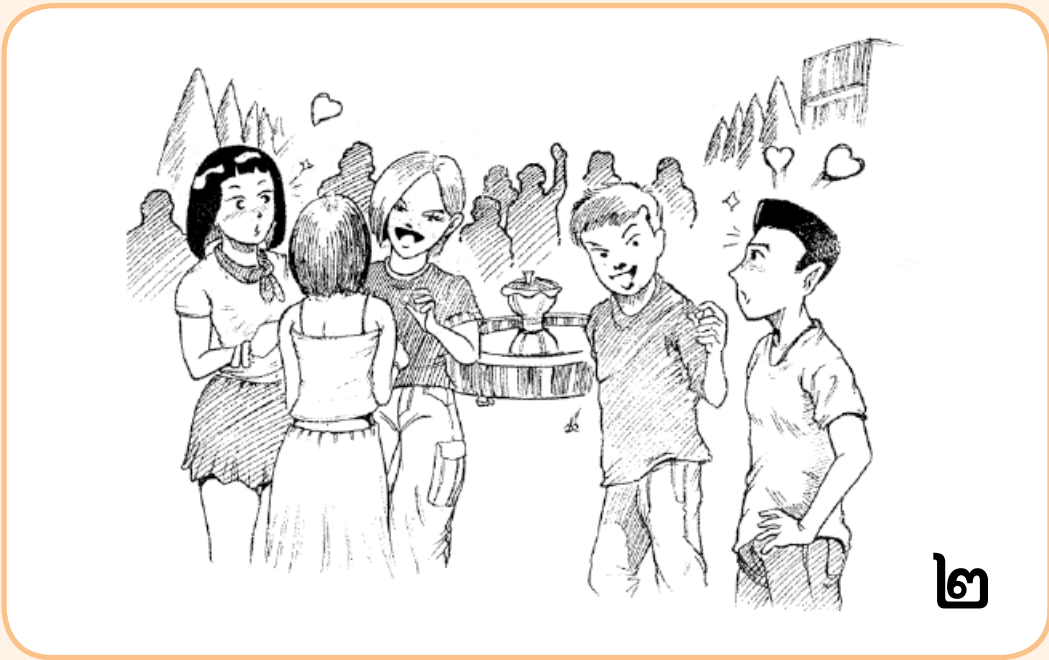
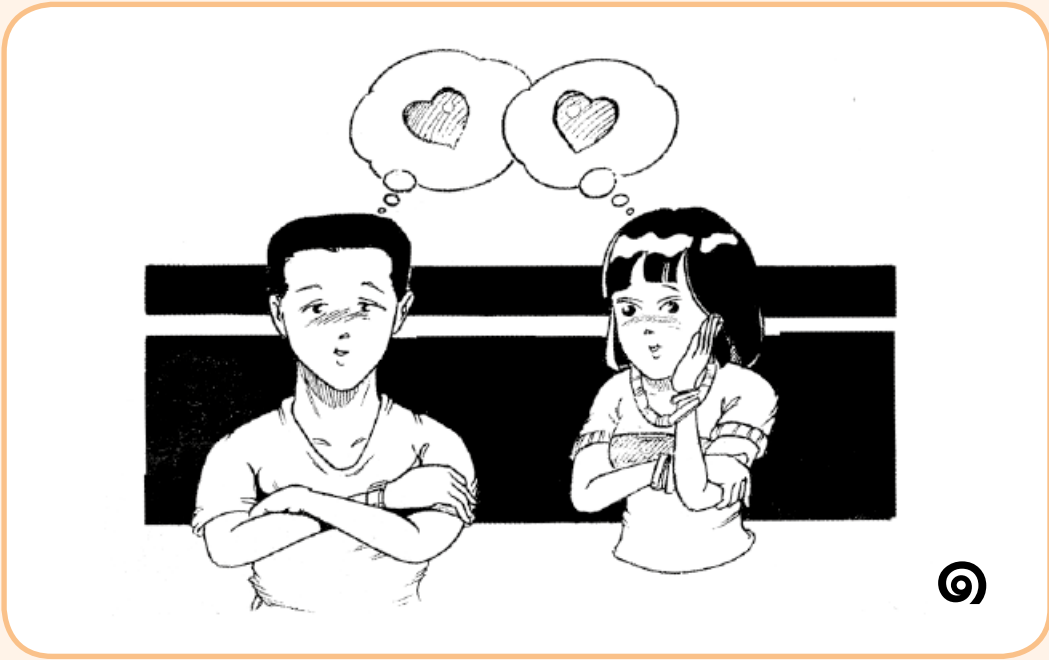
- ควรชี้ให้เห็นว่า เพศสัมพันธ์เป็นความสุขหนึ่งของชีวิตที่บุคคลพึงแสวงหาได้ตามความพร้อม และควรเป็นการยอมรับของทั้งสองฝ่ายที่จะมีความสุขร่วมกัน รับรู้และพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อความรู้สึกของกันและกัน และผลที่จะตามมาด้วยกัน
- เป็นเรื่องที่สำคัญที่ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องช่วยเตรียมให้วัยรุ่นเกิด “ความเท่าทัน” ในอารมณ์ และความต้องการของตนเอง เพื่อให้สามารถ “คาดการณ์” ได้ล่วงหน้าว่าในสัมพันธ์ภาพที่มีความดึงดูดใจทางเพศ (ทั้งในเพื่อนต่างเพศหรือในเพศเดียวกัน) มักทำให้บุคคลเกิดความ ต้องการที่จะอยู่ใกล้ชิดกัน และอยู่โดยลำพังมากขึ้นเรื่อยๆ เมื่อใดที่เกิดภาวะนั้น วัยรุ่นควร ตริตรองดูก่อนว่าอาจเกิดอะไรขึ้นได้บ้างต่อตนเอง รวมทั้งวิเคราะห์ถึงผลที่ตามมาด้วย และหาวิธีป้องกันผลที่ไม่พึงประสงค์

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- ให้นักเรียนเขียนเรียงความ ๑ หน้ากระดาษ เรื่อง **ความรักของวัยรุ่น** ที่สะท้อนให้เห็นทั้งด้านบวกและด้านลบ



๑

๒



๓



๔

๑๘๘
คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔

**ชะลอ
ดีกว่าไหม**





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔

ละออดีกว่าโอม

สาระสำคัญ

“การไม่มีเพศสัมพันธ์” เป็นทางเลือกที่ทุกคนสามารถเลือกได้เสมอ ไม่ว่าจะเคยมีประสบการณ์ทางเพศมาก่อนหรือไม่ และหากตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ ต้องมั่นใจว่าเกิดจากการยินยอมพร้อมใจทั้งสองฝ่ายและมั่นใจว่าจะเป็นเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย

จุดประสงค์

๑. บอกข้อดีของการไม่มีเพศสัมพันธ์
๒. บอกทางเลือกอื่นๆ แทนการมีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่ได้ โดยทางเลือกเหล่านั้นสามารถปฏิบัติได้จริง
๓. ระบุวิธีที่จะช่วยให้การเลือกไม่มีเพศสัมพันธ์สามารถปฏิบัติได้จริง

อุปกรณ์ และสื่อ

ไม่มี

๑๙๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า เป็นการเรียนรู้ว่า “การไม่มีเพศสัมพันธ์” เป็นทางเลือกที่เราเลือกได้เสมอ และสำรวจถึงเงื่อนไขที่จะทำให้ทางเลือกนี้สามารถทำได้ และมีอุปสรรคอะไรที่จะทำให้ทำไม่ได้
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยเพื่อเข้าบทเรียนว่า เพศสัมพันธ์หมายความว่าอะไร
๓. อธิบายว่า ความหมายของการไม่มีเพศสัมพันธ์คือ การไม่มีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่
๔. จากนั้น แบ่งผู้เรียนเป็น ๖ กลุ่ม ให้เตรียมได้วาทีในหัวข้อ “เพศสัมพันธ์ ไม่มีดีไปกว่าแน่ๆ” โดย ๓ กลุ่มคิดเนื้อหาเพื่อเป็นฝ่ายสนับสนุนการไม่มีเพศสัมพันธ์ อีก ๓ กลุ่มคิดเนื้อหาเพื่อเป็นฝ่ายค้านการไม่มีเพศสัมพันธ์ ให้เวลาเตรียม ๑๐ นาที

ประเด็นได้วาทีสำหรับฝ่ายสนับสนุนการไม่มีเพศสัมพันธ์

- การไม่มีเพศสัมพันธ์ดีกว่าการมีเพศสัมพันธ์อย่างไร บอกข้อดี
- มีทางเลือกอย่างไรบ้าง หากไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์

ประเด็นได้วาทีสำหรับฝ่ายค้าน (ไม่เห็นด้วยกับการต่อต้านไม่ให้มีเพศสัมพันธ์)

- เพศสัมพันธ์มีแบบไหนได้บ้าง ข้อดีของแต่ละแบบ
 - มีวิธีการเตรียมการก่อนมีเพศสัมพันธ์อย่างไรบ้าง
๕. หลังจากหมดเวลาระดมสมอง ให้ส่งตัวแทนออกมาได้วาที คนละ ๒ นาที สลับกลุ่มระหว่างฝ่ายสนับสนุน กับฝ่ายค้าน ระวังที่ออกมาได้ อนุญาตให้เพื่อนในกลุ่มเขียนข้อความเพิ่มเติมเพื่อส่งให้พูดได้
 ๖. เมื่อหมดเวลา ผู้ดำเนินกิจกรรมนำเนื้อหาที่แต่ละฝ่ายเสนอมารวบรวม ชวนคุยในประเด็นเหล่านี้



๑๙๐

?

คำถามชวนคิด

- ข้อเสนอที่อภิปรายมาคิดว่าเป็นเรื่องที่เราทำได้/เป็นไปได้จริงหรือไม่
- “มีความต้องการทางเพศ” กับ “มีเพศสัมพันธ์” สองเรื่องนี้เกี่ยวข้องกันอย่างไร มีอะไรเหมือนกัน มีอะไรต่างกัน
- มีทางเลือกอะไรบ้าง ถ้าต้องการตอบสนองอารมณ์ทางเพศ โดยไม่มีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่
- การตัดสินใจว่าจะมีเพศสัมพันธ์แบบใด เมื่อใด ควรขึ้นอยู่กับอะไรบ้าง
- เห็นด้วยหรือไม่กับความเชื่อที่ว่า “ถ้าเคยมีเพศสัมพันธ์มาก่อน ก็ต้องมีอีก” เพราะเหตุใด
- หากเลือกที่จะไม่มีเพศสัมพันธ์ มีเงื่อนไขอะไรบ้างที่จะช่วยให้วัยรุ่นทำได้จริง



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็นดังนี้
- ความหมายที่ชัดเจนที่สุดของการไม่มีเพศสัมพันธ์คือ การไม่สอดใส่ การเรียนรู้ความหมายนี้ อย่างแท้จริงจะช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม การติดเชื้อเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ รวมทั้งเรื่องอื่นๆ ที่อาจเกิดตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน
 - การแสดงออกและตอบสนองทางเพศมีได้หลายรูปแบบ ดังนั้น การเรียนรู้เรื่องอารมณ์ทางเพศและการจัดการ เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ที่จะเลือกมี หรือไม่มีเพศสัมพันธ์ หรือมีเพศสัมพันธ์แบบไม่สอดใส่
 - การเลือกไม่มีเพศสัมพันธ์คือ การเลือกวิธีจัดการกับอารมณ์ทางเพศ ซึ่งรวมถึงการสร้างเงื่อนไขหรือหลีกเลี่ยงเงื่อนไขที่จะกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ ไปจนถึงการช่วยตัวเอง หรือการช่วยกันและกันให้มีความสุขทางเพศโดยไม่ใช่วัยวะเพศสอดใส่

๑๙๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๒



- การเลือกไม่มีเพศสัมพันธ์ แท้จริงเกิดจากการตระหนักถึงธรรมชาติที่คนจะเกิดอารมณ์ความต้องการทางเพศ และหาวิธีจัดการอย่างรู้เท่าทัน ไม่ได้หมายความว่า ให้ทำเพิกเฉยไม่สนใจ ทำเหมือนว่าเรื่องความต้องการทางเพศนั้นไม่เคยเกิดขึ้น และไม่ควรถูกเกิดขึ้น
- การเลือกไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นวิธีการป้องกันที่ดีที่สุด ทั้งป้องกันการตั้งครรภ์ และการติดเชื้อเอชไอวี แต่คนที่เลือกต้องเรียนรู้เงื่อนไขที่จะทำให้ทางเลือกนี้สามารถปฏิบัติได้จริง เช่น การสื่อสารบอกความตั้งใจไว้ล่วงหน้า เคารพความเห็นของกันและกัน กล่าวพูดคุยอย่างเปิดเผยเพื่อจัดการกับเงื่อนไขที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

กิจกรรมนี้ เป็นการสร้างการเรียนรู้ในเรื่องพฤติกรรมทางเพศ โดยทำให้เห็นว่ามีหลายวิธีที่คนจะตอบสนองต่อความต้องการทางเพศได้โดยไม่จำเป็นต้องมีเพศสัมพันธ์ หรือไม่ต้องสอดใส่

หากผู้ดำเนินกิจกรรมเกิดความรู้สึกไม่สะดวกใจที่จะให้ข้อมูลเพิ่มเติม อาจทำให้กระบวนการเรียนรู้จำกัดอยู่เพียงสองเงื่อนไขคือ “มีเพศสัมพันธ์” กับ “ไม่มีเพศสัมพันธ์” และไม่สามารถค้นหาทางเลือกอื่นๆ ได้

ความเชื่อบางอย่างอาจมีอิทธิพลต่อการให้ข้อมูลหรือการเปิดประเด็นในกิจกรรมนี้ เช่น

- ความเชื่อที่ว่า การให้ข้อมูล หรือบอกถึงวิธีการต่างๆ ที่ทำได้ เมื่อเกิดความรู้สึกทางเพศ จะทำให้คนที่ยังไม่เคยมีประสบการณ์ทางเพศ หรือไม่กล้า เกิดความอยากรู้ อยากลอง
- ความเชื่อที่ว่าวัยรุ่นไม่สามารถควบคุมจัดการกับอารมณ์เพศที่เกิดขึ้นได้

ดังนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมจึงควรพิจารณาและแลกเปลี่ยนกับผู้ทำงานกับวัยรุ่นเพื่อให้เกิดความมั่นใจในแนวทางการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาแบบรอบด้าน ที่เชื่อว่าวัยรุ่นจะเลือกสิ่งที่ดี

ที่สุดให้กับตนเอง หากได้รับข้อมูลรอบด้าน และไม่มีใครอยากให้เกิดสิ่งที่ไม่ดี หรือไม่พึงประสงค์
กับตนเอง

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- เห็นด้วยหรือไม่ กับข้อความว่า “การมีเพศสัมพันธ์คือวิธีการยืนยันความรักที่มีต่อแฟน” เพราะ
อะไร

บรรณานุกรม

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. หนังสือสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้
วิทยาศาสตร์. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, ๒๕๔๕.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. หนังสือสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้
สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, ๒๕๔๕.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. หนังสือสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้
ภาษาไทย. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, ๒๕๔๕.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. หนังสือสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้
การงานอาชีพและเทคโนโลยี. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, ๒๕๔๕.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. หนังสือสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้
ศิลปะ. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, ๒๕๔๕.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. หนังสือสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้
ภาษาต่างประเทศ. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, ๒๕๔๕.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. หนังสือสาระและมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้
สุขศึกษาและพลศึกษา. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, ๒๕๔๕.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. การจัดสาระการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและ
พลศึกษา ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๔๔. กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ,
๒๕๔๖.
- กองอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือการให้บริการวางแผนครอบครัว
สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, ๒๕๕๑.
- ไตรรงค์ เจนการ. นิยาม : การประเมินผลการเรียนรู้. กรุงเทพฯ: สำนักวิชาการและมาตรฐานการ
ศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, ๒๕๔๙.

ภาวนา เหวียนระวี. เยาวชนไม่มีปัญหา แต่อยากมีโอกาส. ใน *ไขความลับ รุ่นเรา เราเลือก เรา* รับผิดชอบได้. บันทึกประสบการณ์สองปีแรกของเยาวชนและคนทำงานในโครงการก้าวอย่าง
อย่างเข้าใจ. ๗๓-๗๘. องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. กรุงเทพฯ: พี.เอส.ซีพพลาย,
๒๕๔๙.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ และกรมควบคุมโรค กระทรวง
สาธารณสุข. *แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษา ช่วงชั้นที่ ๓ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓.*
กรุงเทพฯ: ชุมชนุสทรรณการเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๕๐.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. *การประเมิน*
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๔. กลุ่ม
ส่งเสริมการเรียนรู้การสอนและประเมินผล สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงาน
คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, ๒๕๕๔.

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. *คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้ "เพศศึกษา" สำหรับ*
เยาวชนในช่วงชั้น ๒-๔ ประถมศึกษาปีที่ ๖ ถึง มัธยมศึกษาปีที่ ๖. กรุงเทพฯ: ธีรรัตน์การ
พิมพ์, ๒๕๔๗.

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. *คู่มือการจัดกิจกรรมเยาวชนเสริมหลักสูตรเพศศึกษา.*
กรุงเทพฯ: ม.ป.พ., ๒๕๕๐.

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. *แนวคิดในการออกแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับครูและ*
ผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาสำหรับเยาวชน. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ., ๒๕๕๐.

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. *แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้านในสถาน*
ศึกษา สำหรับผู้บริหารสถานศึกษา. กรุงเทพฯ: เออร์เจนท์ แพค จำกัด, ๒๕๕๐.

The Sexuality Information and Education Council of the United States. *Guidelines for*
Comprehensive Sexuality Education. 2nd ed. New York: 1996.

เว็บไซต์

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวง
ศึกษาธิการ. อ้างอิง ณ ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๐. <http://academic.obec.go.th>.

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. อ้างอิง ณ ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๐. จาก www.teenpath.net

ກາດພູນວກ

๖ มิติ เพศศึกษาแบบรอบด้าน กับพฤติกรรมที่พึงประสงค์

การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาโดยใช้หลักสูตรที่พัฒนามาจากมิติทั้ง ๖ ด้านในเรื่องเพศของมนุษย์ ที่พัฒนาโดย *SIECUS Comprehensive Sexuality Education*^๑ โดยจัดให้เป็นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง และสอดคล้องกับช่วงวัย มีเป้าประสงค์เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้สามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพทางเพศ โดยสาระที่พัฒนาขึ้นต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ที่เน้นการบ่มเพาะคุณลักษณะ และพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของเยาวชน ให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพทางเพศในมิติต่างๆ อย่างรอบด้าน ดังนี้

มิติการพัฒนาตามธรรมชาติของช่วงวัยมนุษย์ (Human Development) เราคาดหวังให้

- บุคคลรู้สึกพอใจ ภูมิใจ ไม่เกิดปมด้อยกับเรือนร่าง สรีระของตน
- รู้จักแสวงหาความรู้ ความเข้าใจ ในเรื่องเพศ และการขยายเผ่าพันธุ์ ได้ตามประสงค์
- เห็นคุณค่าว่าเรื่องเพศเป็นพัฒนาการธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ และไม่จำเป็นว่าจะต้องเป็นไปเพื่อการสืบเผ่าพันธุ์หรือไม่ และไม่จำเป็นว่ามนุษย์ทุกคนจะต้องผ่านประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ในชีวิต
- มีปฏิสัมพันธ์กับทุกเพศอย่างเหมาะสม และเคารพในคุณค่าของแต่ละบุคคล โดยปราศจากอคติต่อความแตกต่างระหว่างเพศ
- ยอมรับรสนิยม และความพึงใจทางเพศที่ตนเองเป็นอยู่ โดยเคารพความพึงใจทางเพศของผู้อื่น ซึ่งอาจเหมือนหรือแตกต่างจากตน

^๑ The Sexuality Information and Education Council of the United States. Guidelines for Comprehensive Sexuality Education: Kindergarten - 12th Grade. 3rd ed. New York: SIECUS, 2004.

- ยอมรับความเป็นตัวตนทางเพศและเพศสภาพของตน เคารพความเป็นตัวตนและเพศสภาพของผู้อื่นเช่นกัน

มิติของการมีสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น (Relationship) เสาคคทวงให้

- บุคคลสามารถแสดงออกถึงความรัก และความผูกพันลึกซึ้งที่ตนมีได้ตามความเหมาะสม
- บุคคลสามารถพัฒนา และรักษาสัมพันธ์ภาพในความสัมพันธ์ที่ตนให้คุณค่า
- บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงที่จะถูกรกระทำจากสัมพันธ์ภาพที่เอาเปรียบ หลอกลวง ทำร้าย
- บุคคลสามารถจะตัดสินใจโดยมีข้อมูลรอบด้านในการสร้างครอบครัว และสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น
- บุคคลสามารถใช้ทักษะต่างๆ ที่จะเอื้อให้ตนเกิดสัมพันธ์ภาพที่ดี และมั่นคงกับผู้อื่น

มิติของการพัฒนาทักษะส่วนบุคคล (Personal Skills) เสาคคทวงให้

- บุคคลมีทักษะในการรู้จัก เข้าใจตนเอง และใช้ชีวิตที่สอดคล้องกับคคความปรารถนา และคคานิยมของตน
- บุคคลสามารถรับผิดชอบกับพฤติกรรม และสิ่งทีตนได้กระทำ
- บุคคลได้ฝึกฝนการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ
- บุคคลได้พัฒนาทักษะของการคิด วิเคราะห์ แยกแยะ อย่างรอบด้าน
- บุคคลสามารถสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพกับครอบครัว คนใกล้ชิด เพื่อนฝูง และคนรัก

มิติของพฤติกรรมทางเพศ (Sexual Behavior) เสาคคทวงให้

- บุคคลได้รับความพึงใจ และสามารถแสดงตัวตนในเรื่องเพศของตนตลอดการดำเนินชีวิต
- บุคคลสามารถแสดงออกในวิถีเพศตามที่ตนเองให้คุณค่า
- บุคคลสามารถสร้างความรู้สึกลุสุขใจ พอใจทางเพศ โดยไม่จำเป็นต้องลงมือปฏิบัติตามความรู้สึก ความคิดเหล่านั้น

- บุคคลสามารถแยกแยะการกระทำทางเพศที่ทำให้ชีวิตมีสุขภาวะกับการกระทำที่เป็นผลร้ายต่อตนเองและผู้อื่น
- บุคคลสามารถแสดงออกในเรื่องเพศของตน โดยเคารพต่อสิทธิของผู้อื่น
- บุคคลสามารถแสวงหาข้อมูล และการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาสุขภาวะทางเพศของตน
- บุคคลมีความสัมพันธ์ทางเพศกับคู่ โดยความยินยอมพร้อมใจ และสุขใจทั้งสองฝ่ายอย่างปลอดภัย จริงใจ ไม่หลอกลวง เอาเปรียบ ทำร้าย

มิติของสุขภาพทางเพศ (Sexual Health) เราคาดหวังไว้

- บุคคลมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เอื้อต่อสุขภาวะทางเพศ อาทิ การตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ ทั้งการตรวจเต้านม ต่อมลูกหมาก ด้วยตนเอง และสามารถบอกได้ถึงสัญญาณของความผิดปกติได้แต่เนิ่นๆ
- บุคคลสามารถเลือกที่จะคุมกำเนิดได้ตามปรารถนา เมื่อไม่พร้อมจะมีบุตร
- บุคคลสามารถป้องกันตนเองจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์
- บุคคลสามารถเลือกที่จะจัดการกับชีวิต ตามค่านิยมของตนในกรณีที่ตั้งครรภ์โดยไม่พร้อม
- บุคคลสามารถแสวงหาการดูแลที่เหมาะสมเมื่อเริ่มตั้งครรภ์
- บุคคลช่วยกันป้องกัน และระงับการทำร้าย การล่วงละเมิดทางเพศ

มิติของสังคม วัฒนธรรม (Society and Culture) เราคาดหวังไว้

- บุคคลมีความเคารพต่อความแตกต่างของค่านิยมในเรื่องเพศ
- บุคคลใช้สิทธิตามกระบวนการประชาธิปไตย ในการสร้างกติกาทางสังคม และกฎหมายที่เอื้อต่อการสร้างสุขภาวะทางเพศแก่สมาชิกของสังคมที่ตนเป็นส่วนหนึ่ง
- บุคคลสามารถประเมินได้ว่า การเลี้ยงดูในครอบครัว วัฒนธรรม สื่อ และข้อมูลข่าวสารที่ตนได้รับจากสังคมที่ตนอยู่ ส่งผลต่อความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ ค่านิยม และการกระทำในเรื่องเพศของตนอย่างไร

- บุคคลสามารถวิเคราะห์ความเป็นไปของโลก และสิ่งแวดล้อมทางสังคมของตน ที่ก่อให้เกิดอคติในเรื่องเพศ อันเนื่องมาจากความแตกต่างทางความคิดต่อบทบาทหญิงชายในเรื่องเพศ รสนิยมทางเพศ วัฒนธรรม ประเพณี เชื้อชาติ เผ่าพันธุ์ ผิวสี
- บุคคลส่งเสริมให้เกิดการได้รับข้อมูลข่าวสารในเรื่องเพศที่ถูกต้อง และชัดเจน
- บุคคลไม่แสดงพฤติกรรมที่เหยียดหยาม ดูแคลนผู้อื่นที่คิดเห็น หรือปฏิบัติตนในเรื่องเพศที่แตกต่างจากตน
- บุคคลไม่ยอมรับต่อการตีตรา ปรีกปรี่า หรือเหมารวม ว่ากลุ่มประชากรใดมีแนวปฏิบัติในเรื่องเพศอย่างนั้น อย่างนี้ เพราะเรื่องเพศเป็นวิถีของปัจเจกไม่อาจเหมารวม

กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นหัวใจของเพศศึกษา

แม้จะเป็นเรื่องที่ถูกพูดถึงกันอยู่มาช้านานโดยตลอดว่า ปัจจัยสำคัญของการปฏิรูปการศึกษาไทยให้สำเร็จ ก็คือการเปลี่ยนแปลงปรัชญา แนวคิดของการจัดการศึกษาที่ได้ยึดเอาผู้เรียนเป็นศูนย์กลางอย่างแท้จริง โดยเฉพาะเมื่อพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๒ ในหมวดที่ ๔ แนวทางการจัดการศึกษา มาตรา ๒๒ ได้ให้ความสำคัญในเรื่องนี้ โดยระบุว่า

“การจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่า ผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ”

แม้แนวคิดดังกล่าวจะเสมือนเป็นที่ยอมรับกันอย่างกว้างขวาง แต่ความเข้าใจถึงแนวทางปฏิบัติว่าการจัดการเรียนรู้ที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลางว่าต้องทำอะไร ยังไม่มีความชัดเจน ความพยายามเชิงระบบที่จะดำเนินการพัฒนาครูให้เกิดความสามารถดังกล่าวอย่างเป็นเอกภาพและทั่วถึง ยังเผชิญความท้าทายหลายประการ โดยเฉพาะการก้าวข้ามความท้าทายที่สำคัญ คือการเปลี่ยนบทบาทของผู้สอน จากการเป็นผู้บอกความรู้ให้จบไปในแต่ละครั้งที่เข้าสอน มาเป็นผู้เอื้ออำนวย (Facilitator) ในการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียน กล่าวคือเป็นผู้กระตุ้น ส่งเสริม สนับสนุน จัดสิ่งเร้า และจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาให้เต็มตามศักยภาพ ความสามารถ ความถนัด และความสนใจของแต่ละบุคคล ซึ่งมีการพิสูจน์มาจากระบบการดำเนินการจัดการศึกษาในหลายประเทศทั่วโลกว่า กระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ต้องเป็นการจัดกิจกรรมที่ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ วิจัย สร้างสรรค์ ศึกษา ค้นคว้า และได้ลงมือปฏิบัติจนเกิดการเรียนรู้และค้นพบความรู้ด้วยตนเอง รักที่จะค้นคว้า รักการเรียนรู้อันจะนำไปสู่การเรียนรู้ตลอดชีวิต (Long-life Education) และเป็นบุคคล

แห่งการเรียนรู้ (Learning Man) ผู้สอนจึงต้องสอนวิธีการแสวงหาความรู้ (Learn how to learn) มากกว่าสอนตัวความรู้ สอนการคิดมากกว่าสอนให้ท่องจำ สอนโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญมากกว่าเน้นที่เนื้อหาวิชา

การจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาคือ การเรียนรู้ร่วมกันระหว่างผู้จัดการเรียนรู้และผู้เรียน เพื่อสามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตทางเพศที่มีสุขภาพ และสัมพันธภาพที่สร้างสรรค์ระหว่างบุคคล ดังนั้น ผู้จัดการเรียนรู้จึงต้องมีทักษะ มีความเข้าใจ และสามารถออกแบบการเรียนรู้เพื่อสร้างให้ผู้เรียนเกิดการคิด วิเคราะห์ แยกแยะ ใฝ่ครวญในเรื่องเพศวิถี ทักษะ ค่านิยม วัฒนธรรม การหล่อหลอมทางสังคมที่มีต่อ “อคติ” ทางเพศทั้งหลายที่ปรากฏอยู่ในสังคม สร้างความเข้าใจในเรื่องสิทธิเยาวชน สร้างความเชื่อมั่นต่อศักยภาพของเยาวชนที่จะเรียนรู้ และตัดสินใจในสิ่งที่เป็ผลดีต่อชีวิต และจิตใจของตน โดยไม่ถูกล้อมกรอบ กัดดัน จากความคาดหวังของครอบครัว หรือสังคม จนไม่สามารถพัฒนาศักยภาพในตัวเอง หรือสูญเสียความเคารพตนเอง

ครูผู้จัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษามีหน้าที่เช่นเดียวกับผู้จัดการเรียนรู้ (Facilitator) คือการติดตามกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน ซึ่งไม่ได้หมายความว่า จะต้องนำพาผู้เรียนไปสู่ข้อสรุปที่ผู้จัดการเรียนรู้ต้องการให้เป็นไป แต่เป็นบทบาทของการสร้างพื้นที่ หรือบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ให้ผู้เรียนมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนถกเถียง ความคิดเห็น ประสบการณ์ระหว่างกัน และสร้างข้อสรุปร่วมกัน ในทั้งความเห็นร่วม และเห็นต่าง

หน้าที่สำคัญของผู้จัดการเรียนรู้คือ การสร้างบรรยากาศให้ผู้เรียนรู้สึกปลอดภัย ฟังใจที่จะแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน โดยพร้อมจะรับฟังซึ่งกันและกัน ไม่ต้องเกรงการถูกตัดสินว่าดี ว่าด้อย โง่ หรือฉลาด กว่ากัน แต่รับรู้ร่วมกันว่า ทุกความคิดเห็นมีคุณค่า และพร้อมที่จะบอกความคิดเห็น ความรู้สึกของตนแก่ผู้อื่น

ผู้จัดการเรียนรู้จึงไม่จำเป็นต้องเป็นผู้เชี่ยวชาญ หรือมีคำตอบในทุกคำถามที่เกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา แต่สามารถสร้างคำถาม กระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็น และเมื่อมีความเห็นที่ขัดแย้งกัน ก็สามารถกระตุ้นให้เกิดการวิเคราะห์ถึงเหตุและผล หรือที่มาที่ไปของความเห็นต่างเหล่านั้น ด้วยบรรยากาศแห่งความเป็นมิตร รับฟัง และเคารพในทุกความเห็น

ในหลายครั้ง ความเงียบในระหว่างการเรียนรู้ไม่ใช่เรื่องแปลกหรือน่าอึดอัดใจ หากความเงียบนั้นเกิดขึ้นในระหว่างการเผชิญคำถามที่สำคัญ ที่ผู้เรียนอาจยุ่งยากใจในการให้ความเห็น เพราะต้องอาศัยการใช้ความคิดเพื่อจะตรวจสอบความคิดความรู้สึกของผู้เรียนเอง หรืออาจกำลังเงิบเพื่อจะใคร่ครวญ รวบรวม เรียบเรียง เพื่อจะแสดงความคิดเห็นของตน ผู้จัดการเรียนรู้ไม่ควรกังวลกับความเงียบที่เกิดขึ้นในห้องเรียนจนเกินไป โดยพยายามจะพูดเพื่อให้ห้องเงียบ ซึ่งอาจไม่เป็นผลดีสำหรับการเรียนรู้

การเรียนรู้โดยการใช้หลักสูตรนี้ เน้นการใช้คำถามเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึก ผู้จัดการเรียนรู้จึงต้องใช้ **การฟังอย่างตั้งใจ (Active Listening)** เมื่อมีการแลกเปลี่ยนเกิดขึ้นในระหว่างผู้เรียน และต้องไม่เคร่งครัด ตัดบท เมื่อการอภิปรายแลกเปลี่ยนกำลังดำเนินไปอย่างออกรสชาติ ซึ่งน่าจะสังเกตได้จากบรรยากาศของการแลกเปลี่ยนที่เกิดขึ้น และต้องอาศัยความเข้าใจที่จะเชื่อมโยงเรื่องที่กำลังมีการสื่อสาร อภิปรายกัน เข้าสู่ประเด็นหลักๆ ของสิ่งที่เป็นคำถามของแต่ละแผนการเรียน หากเป็นเรื่องที่อยู่ในหัวข้อที่ผ่านไปแล้ว ก็เชื่อมโยงให้เห็นหรือหากเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับแผนที่กำลังจะเรียนรู้ต่อไป ก็อาจชี้แจงว่าจะมีการนำประเด็นนี้มาพิจารณาถกเถียงกันอีกครั้ง หรือบางครั้งหากเรื่องที่กำลังถกเถียงเกี่ยวพันอย่างมากกับเรื่องที่อยู่ถัดไปข้างหน้า ก็อาจพิจารณาสลับเอาหัวข้อ หรือกิจกรรมที่มีความเกี่ยวพันนั้น มาไว้ในช่วงนั้นเลยเพื่อความต่อเนื่อง หรือลื่นไหลของการเรียนรู้ จัดการ ลำดับการเรียนรู้ และเวลา โดยพยายามกระจายบทบาทความรับผิดชอบสู่ผู้เรียน เปิดโอกาสให้มีการแสดงความคิดเห็นในห้องให้มากที่สุด สังเกตคนที่พูดน้อยที่สุด เพื่อกระตุ้นให้มีส่วนในการแสดงความคิดเห็น

การเปลี่ยนแปลงจาก “ครูผู้สอน” เป็น “ผู้จัดการกระบวนการเรียนรู้” เรื่องเพศ

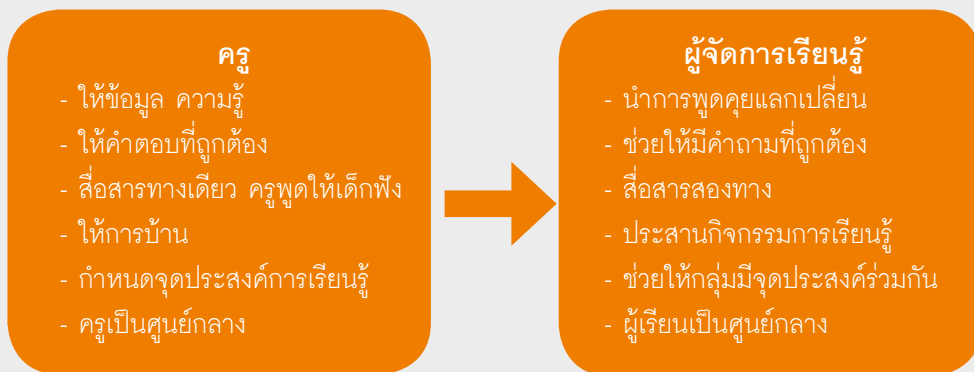
กระบวนการที่จะเปลี่ยนแปลงครูผู้สอน ให้มาเป็นผู้จัดการเรียนรู้ที่ยึดเอาผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ไม่ใช่เรื่องง่าย การฝึกอบรมในห้องอบรมก็เป็นได้เพียงการนำครูเข้าสู่เนื้อหาสาระ และกระบวนการ โดยผู้ฝึกอบรมหลักได้สาดิจจากกระบวนการที่ได้ทำให้เห็น แต่การเรียนรู้ของครู โดยเฉพาะเรื่องทัศนคติในเรื่องเพศ และความเชื่อมั่นต่อศักยภาพของเยาวชน จะเกิดขึ้นได้จริงก็ต่อเมื่อครูผู้สอนเองได้ผ่าน “กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์” จากการได้ลงสอนจริง ซึ่งหากทำได้จริงตามทักษะที่เน้น “ให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง” ผู้สอนก็จะเกิดการเรียนรู้ไปพร้อมกับผู้เรียน ก็จะเกิดเป็นการเรียนรู้ร่วมกัน (Participatory Learning) อย่างแท้จริง

กระบวนการช่วยเหลือเพื่อให้ครูเกิดการเรียนรู้ต่อเนื่องเมื่อลงสนามสอนจริงคือ การ Coaching หรือการนิเทศติดตามซึ่ง **ไม่ใช่** การไปประเมินการสอนของครู แต่ไปช่วยสะท้อน และช่วยกันมองหาวิธีที่จะเปลี่ยนแปลงเพื่อพัฒนาการจัดการเรียนรู้ให้ดีขึ้น

ถ้าเราถามเด็กนักเรียนว่าไปโรงเรียนเพื่ออะไร คำตอบที่มักได้รับก็คือ ไปเรียนหนังสือ ถ้าผู้ตอบเป็นครูอาจารย์ คำตอบที่ได้ก็อาจเป็น ไปสอนหนังสือ แต่สิ่งที่แฝงอยู่ในคำตอบของทั้งสองฝ่ายคือ การเปลี่ยนแปลง ครูเปลี่ยนแปลง (หรือที่มักเรียกว่าพัฒนา) ลูกศิษย์จากที่ไม่เคยรู้ไม่เคยทำให้กลายเป็นคนอ่านออกเขียนได้ คิดเลขได้ รู้เรื่องต่างๆ ทั้งใกล้ตัวและไกลตัว สามารถทำสิ่งใหม่ๆ ที่ไม่เคยทำ ดังนั้นเป้าหมายของการสอนไม่ว่าเรื่องใดก็มีจุดมุ่งหมายเดียวกัน นั่นคือ **สร้างการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน และการเปลี่ยนแปลงนี้คือ การเรียนรู้นั่นเอง**

การสร้างการเรียนรู้สำหรับเยาวชนในยุคปัจจุบันมีอะไรต่างจากยุคก่อนหรือไม่ แม้ว่าจุดหมายของการเรียนรู้ในทุกยุคสมัยคือ การเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน แต่บทบาทของครูในการสร้างการเรียนรู้ต้องปรับเปลี่ยนไปตามสภาพสังคมและเทคโนโลยีในขณะนั้น เทคโนโลยีของโลกปัจจุบันเปิดให้คนเข้าถึงความรู้ ข้อมูลและข่าวสารได้อย่างไร้พรมแดนและตลอดเวลา ครูจึงไม่ใช่คนที่รู้มากและรู้มาก่อนในทุกๆ เรื่องอีกต่อไป สถานภาพเช่นนั้นได้มาถึงตัวเราแล้วไม่ว่าจะทำงานอยู่ในพื้นที่ใด

ถ้าเยาวชนใฝ่รู้ อ่านออก เข้าถึงแหล่งข้อมูล เขาก็สามารถค้นคว้าเองได้ ปัจจุบัน**ครูไม่ได้เป็นผู้ที่รู้มากกว่าเด็ก**ในทุกๆ เรื่องอีกแล้ว **ครูไม่ได้เป็นแหล่งข้อมูลความรู้ที่สำคัญ**ยิ่งอีกต่อไปแล้ว แต่การเข้ามาของเทคโนโลยีและข้อมูลข่าวสารไม่ได้ทำให้คุณค่าและความสำคัญของครูหมดไป แต่กลับทำให้ครูมีอิสระจากการเป็น “คลังความรู้” และสามารถก้าวไปสู่บทบาทใหม่ที่ท้าทายและเป็นบทบาทที่จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการพัฒนาเยาวชน นั่นคือบทบาทที่เรียกกันว่า “ผู้จัดการเรียนรู้”



ในการจัดเพศศึกษาที่เน้นหลักการของ experiential learning ที่กล่าวมาในตอนต้น หัวใจสำคัญอยู่ที่การปรับบทบาทของครูไปเป็นผู้จัดการเรียนรู้ เพราะผู้จัดการเรียนรู้เป็นกลไกสำคัญที่จะทำให้เกิดการผันประสบการณ์จากกิจกรรมไปสู่การ “รู้แจ้ง” ของแต่ละบุคคล ขั้นตอนของ reflection ในวงจรการเรียนรู้แบบ experiential learning จะขาดประสิทธิภาพ ถ้าไม่มีผู้ทำหน้าที่เป็นกระจกส่องให้เกิดการพิจารณาแต่ละแง่มุมอย่างรอบคอบ โดยเฉพาะเมื่อเป็นการเรียนรู้ของกลุ่มซึ่งหัวใจสำคัญอยู่ที่การแลกเปลี่ยนความคิด ผู้จัดการเรียนรู้จึงต้องเป็นผู้ที่ช่วยทำประเด็นให้ชัดเจน คอยจัดลำดับเรื่องเพื่อไม่ให้สับสนหรือตกหล่น คอยเปิดโอกาสให้คนที่อยากพูดได้มีโอกาสพูดบ้าง ช่วยให้กลุ่มสรุปถึงสิ่งที่ต้องการจะบรรลุ ช่วยสร้างบรรยากาศที่เป็นมิตรและทุกคนรู้ว่าตนเองได้รับการยอมรับ รวมไปถึงการแนะแหล่งข้อมูลให้ผู้เรียนควรค้นคว้าหาความรู้ต่อไป

ด้วยบทบาทของผู้จัดการเรียนรู้ สิ่งที่ต้องเน้นมากที่สุดจึง**ไม่ใช่เนื้อหา** แต่เป็นเรื่อง **กระบวนการ**ที่จะช่วยให้ผู้เรียนแปรเนื้อหาไปสู่วิธีการเรียนรู้ และไม่ได้หมายความว่าครูไม่ต้องมี

ความรู้มาก ความรู้ยังเป็นเรื่องจำเป็น แต่สิ่งที่ครูต้องมีมากกว่าคือ ต้อง “เก่ง” ในการทำให้ผู้เรียนตระหนักถึง “กระบวนการเรียนรู้” เพราะจะติดตัวไปภายหน้า ช่วยให้เขาสามารถพึงสติปัญญาของตัวเองในการรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ได้เมื่อไม่มีครูหรือพ่อแม่กำกับอยู่ข้างๆ

การเป็นผู้จัดการเรียนรู้จึงเป็นบทบาทที่คู่กันไปกับการจัดเพศศึกษาแบบอาศัยประสบการณ์ แต่การเปลี่ยนบทบาทนี้ไม่ใช่เรื่องที่สามารถเปลี่ยนได้ชั่วข้ามคืน แต่ต้องป็นข้ามภูเขาสามลูกนี้ได้

ภูเขาลูกแรก เกิดจากความยึดมั่นว่าครูรู้ดีกว่า ครูจึงสามารถคิดแทนและบอกทางเลือกที่ดีที่สุดให้กับเด็ก ครูไม่เชื่อมากนักว่าเด็กคิดเองได้ โดยเฉพาะการรู้ซึ่งถึงผลด้านลบที่จะเกิดขึ้น เพราะเด็กมีประสบการณ์จำกัด ความยึดมั่นนี้มาในรูปของความหวังดี ต้องการปกป้องไม่ให้เด็กต้องเผชิญกับเรื่องร้ายๆ จึงเป็นด่านที่สำคัญที่สุดเพราะเมื่อคิดว่าเป็นเจตนาดี ก็ไม่ตระหนักว่าต้องเปลี่ยนแปลง

ภูเขาลูกที่สอง เป็นมรดกของการกล่อมเกลாதงสังคมให้เราเชื่อว่า เรื่องเพศเป็นเรื่องที่น่าอาย เป็นเรื่องที่ต้องควบคุมให้รู้สึกผิดบาป ผู้ชายกับผู้หญิงแตกต่างกันทางสรีระและควรที่ผู้หญิงต้องเป็นฝ่ายตาม รวมถึงมีข้อจำกัดเรื่องเพศมากกว่าผู้ชาย การปลุกฝังและขัดเกลานี้มีผลฝังลึกเสียจนผู้คนจำนวนไม่น้อยไม่เคยจึกคิดว่าทำไมจึงต้องเป็นเช่นนั้น

ภูเขาลูกที่สาม เป็นเรื่องของทักษะ การฟังและจับประเด็น การตั้งคำถามให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิด เหล่านี้เป็นทักษะที่ใช้น้อยในการสอนที่เน้นเนื้อหาเป็นหลัก

อันที่จริงการทำงานเพศศึกษา ไม่ได้เป็นเพียงการสร้างการเปลี่ยนแปลงให้กับเยาวชน แต่เป็นการเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเองด้วย เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เปรียบเหมือนการปีนข้ามภูเขาซึ่งอยู่ภายในตัวเราเองทั้งสามลูก เรื่องที่ถาม - ตอบต่อไปนี้เป็นเสียงความคิดที่จะช่วยให้การปีนข้ามเขาไม่ลำบากจนเกินไป

กฎลูกที่หนึ่ง ครูคือผู้ที่รักที่สุดที่ต้องชี้แนะคำตอบที่ถูกต้องให้กับเยาวชน

เรื่องเพศ เด็กไม่ได้มีความรู้และประสบการณ์ชีวิตมากพอที่จะคิดเองเลือกเองในทางที่ปลอดภัย ถ้าครูไม่บอกสิ่งที่ถูกต้อง เด็กก็จะไปเชื่อสื่อหรือเห็นดีเห็นงามกับสิ่งที่เพื่อนทำ แนวทางการสอนแบบนี้ไม่เห็นว่าจะช่วยเด็กตรงไหน

๑. เพราะเหตุนี้จึงต้องจัดใหม่ ให้เกิดความรู้และได้ประสบการณ์ภายใต้การจัดการของเรา เพื่อให้เยาวชนสามารถเลือกได้เมื่อเหตุการณ์ทำนองนั้นเกิดขึ้นกับเขา เราอยากเห็นเด็กเลือกได้และปลอดภัย เราก็ต้องพัฒนาไปให้ถึงจุดนั้น แต่ถ้าเรากลัวว่าเด็กเลือกเองไม่ได้ ก็เลยเลือกให้ เราไม่ได้ช่วยให้เขาพึ่งตัวเอง เมื่อเข่า่อนแอสทางความคิดและในขณะเดียวกันเขาก็ไม่ได้เชื่อฟัง เหมือนที่เราไม่เคยเชื่อผู้ใหญ่ ชีวิตทางเพศของเยาวชนก็ไม่มีวันปลอดภัย
๒. ประสบการณ์ชีวิตในที่นี้ ควรสะท้อนเรื่องจริงในสังคมของเด็ก ไม่ใช่เรื่องในสมัยที่ครูเป็นเด็ก เพราะสังคมและสิ่งแวดล้อมได้เปลี่ยนไป เราจะเอาตัวเองเป็นที่ตั้งไม่ได้ เพราะเท่ากับเราไปจำกัดการให้ประสบการณ์ที่จำเป็นกับเด็ก
๓. การให้ความรู้ที่ชัดเจนถูกต้องเป็น**หน้าที่ที่ไม่เคยเปลี่ยนแปลง แต่วิธีการเปลี่ยนไป** จากการบอก - สั่งสอน มาเป็นการถาม - สร้างความอยากรู้ สร้างความสามารถในการค้นหาคำตอบด้วยตัวเอง
๔. ระหว่างผู้ใหญ่กันเอง ทางเลือกที่ถูกต้องที่สุดของครูคนหนึ่งในเรื่องเพศอาจจะไม่ใช่เรื่องที่เหมาะสมที่สุดของครูคนอื่น ประเด็นสำคัญอยู่ที่ว่า จะทำอะไรก็ตาม ต้องรับผิดชอบได้มีความสุขพอใจ และไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

ถ้าเด็กยังไปไม่ถึงจุดนั้น เราก็ต้องห้ามปราม แต่ถ้าเขามีประสบการณ์แล้วก็ต้องทำให้ให้ยอมรับ เราต้องมีจุดยืนด้วย ไม่ใช่อะไรก็ปล่อยให้เด็กเลือกเอง

- เราต้องการอะไรจากความพยายามห้ามปราม
- รักษาพรหมจรรย์ (เฉพาะผู้หญิงเท่านั้นหรือ) ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน
 - ไม่มีปัญหาตั้งครรภ์ในวัยเรียน ทำแท้ง ติดโรคเอดส์
 - ไม่มีเรื่องมารบกวนสมาธิในการศึกษาเล่าเรียน

- ดำรงรักษาเอกลักษณ์ของสังคมไทยที่กุลสตรีต้องรักษาวล สงวนตัว
- ความสบายใจว่าได้ทำหน้าที่แล้ว

ทุกคนย่อมมีค่านิยมหรือสิ่งสำคัญในชีวิตที่ยึดถือ เป็นสิทธิส่วนบุคคลที่จะเลือกเชื่อเรื่องใด ครูสามารถรักษาจุดยืนตามทัศนคติของครูได้ และครูก็ควรเคารพสิทธิของเด็กด้วยเช่นกัน

เรื่องเพศเป็นกระแสแรง การที่เราไม่ห้ามปราม แต่ให้ข้อมูลแนวทางให้เด็กเลือกเองก็เท่ากับส่งเสริมให้เป็นไปตามกระแสครู/ระบบการศึกษาเป็นแกนสำคัญในการรักษาเอกลักษณ์และค่านิยมไทย เราไม่ควรตามกระแสไปเหมือนคนอื่น

๑. เรากำลังไม่เชื่อว่าเด็กคิดเองได้ และเรายังเชื่อว่าเราห้ามได้อยู่ (ทั้งที่เราเห็นความจริงแล้วว่าห้ามไม่ได้ผล)
๒. เรากำลังเข้าใจผิดว่ากระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศแบบที่เปิดโอกาสให้คิดวิเคราะห์เองจะเร่งให้คนมีประสบการณ์ทางเพศเร็วขึ้น
๓. จริงๆ แล้วเรายังรู้สึกรับไม่ได้ถ้าเด็กเลือกที่จะมีเพศสัมพันธ์ แม้ว่าจะเป็นการเลือกที่รับผิดชอบได้ มีความสุข ไม่ทำให้อื่นเดือดร้อน เราอธิบายอาการรับไม่ได้ของเราว่าเป็นการช่วยกันรักษาเอกลักษณ์ไทย
๔. ทุกคนต่างมีสิทธิในการเลือกรับหรือให้คุณค่ากับเรื่องต่างๆ ในชีวิต สิทธินี้เท่าเทียมกันไม่แตกต่างตามเพศและวัย แม้ส่วนตัวเรายึดถือและเห็นคุณค่าเอกลักษณ์ไทย แต่เราต้องไม่ปิดกั้นการเรียนรู้ที่จะช่วยให้เยาวชนสามารถเลือกมีความสัมพันธ์อย่างผู้รับผิดชอบ และเราควรเคารพสิทธิในการเลือก ซึ่งแสดงออกโดยการยอมให้เขาเลือกต่างจากเราได้ เพียงแค่การเลือกมีรูปแบบความสัมพันธ์ต่างจากเรา ไม่ได้หมายความว่าเขาไม่รู้จักรับผิดชอบ

ภูเขาลูกที่สอง เรื่องเพศเป็นเรื่องน่าอาย ต้องควบคุมไม่ให้หึกมกุ่ม

พูดไม่ได้ กระดาก เมื่อก่อนไม่เคยต้องสอนขนาดนี้ บางเรื่องรู้ได้เองทำไมต้องเอามาพูด เช่น ช่วยตัวเอง การล่าโล่ม จุดสัมผัสคนโสดยังไม่แต่งงานพูดไปก็เข้าเนื้อ คนจะนินทา

๑. ก็เพราะไม่เคยบอกให้หมด เขาวนจึงได้เรียนรู้เรื่องเพศจากสื่อสารพัดรูปแบบ ข้อมูลเหล่านั้นถูกรับเข้ามาโดยไม่สามารถกลั่นกรองได้ ก็เพราะเราไม่เคยช่วยให้เขากลั่นกรอง การที่เราไม่เป็นฝ่ายให้ข้อมูลก็เท่ากับเราผลักไสหน้าที่นี้ไปให้กับผู้ผลิตซีดี สิ่งพิมพ์ โฆษณาต่างๆ เรามัวแต่กล่าวโทษสื่อเหล่านี้ ทั้งที่ความจริงเราควรโทษตัวเองมากกว่าที่อยู่ใกล้ชิดเด็กมากกว่าใครๆ แต่กลับไม่ทำอะไร
๒. ก็เพราะเราสบายใจที่จะพูดแต่วิธีการคุมกำเนิด แต่ละวันที่จะทำความเข้าใจถึงพฤติกรรมทางเพศซึ่งต้องเกิดขึ้นก่อนการคุมกำเนิดด้วยซ้ำ เขาวนจึงคาดการณ์ไม่ได้ว่าแค่อยากอยู่ด้วยกันนั้นจะนำไปสู่อะไรได้อีก ลำพังแค่ความยึดมั่นว่าจะรักนวลสงวนตัวไม่ได้ช่วยให้เขาตัวรอดได้ เมื่อตกอยู่ในเหตุการณ์ที่นึกไม่ถึงก็ยากที่จะรู้จักป้องกันหรือหาทางออกเราเองนั่นแหละที่ติดกับดักตัวเอง...
...ไม่กล้าบอกให้รู้
...ก็เลยไม่เชื่อว่าเด็กจะรู้ นึกออกลวงหน้า
...ก็เลยไม่แน่ใจว่าเด็กจะรอด
...ก็เลยต้องห้ามปราม สั่งสอน รวมทั้งให้ท่องจำ !!!
๓. เมื่อไม่รู้วิธี ทางเลือกก็เลยมีจำกัด แม้แต่การพูดถึง safe sex ก็ให้ข้อมูลแค่การใช้ถุงยางอนามัย กลายเป็นว่าวิธีการให้ข้อมูลของเราเองไปชี้ช่องว่า เมื่อมีอารมณ์ก็ต้องถุงยางอนามัย ทั้งที่อาจจะมียางเลือกอื่นๆ ที่เขาจะดูแลกันอย่างผู้ที่รับผิดชอบได้ มีความสุข และไม่สร้างความเดือดร้อนให้ใคร
๔. เรื่องเพศรส วิธีการหาความสุขทางเพศ เป็นเรื่องต้องห้ามที่พูดกันไม่ได้แม้ระหว่างสามีภรรยา นี่เป็นอีกบทหนึ่งที่เราถูกปลูกฝังให้เห็นว่าการคิดหาความสุขทางเพศเป็นเรื่องน่าละอาย ทัศนคติทางเพศจึงมีแต่ด้านลบ ใช้ความรู้สึกอาย ผิดบาปมากำกับควบคุมธรรมชาติด้านนี้ของมนุษย์ไว้ แม้ว่าการ

ปลูกฝังเช่นนี้ช่วยรักษาลังคมให้อยู่เย็นเป็นสุข แต่เราก็ต้องมองให้เห็นรายละเอียดข้างใน เช่น

- ผู้ชายเที่ยวหาความสุขทางเพศได้ - ผล : ผู้หญิงก็เลยไม่รู้เดียงสา เป็นฝ่ายถูกกระทำ และอาจจะไม่มีความสุขทางเพศในชีวิตสมรส ผู้หญิงกลายเป็นสินค้าทางเพศเพื่อให้ผู้ชายเที่ยวหาความสุขได้
- ผู้ชายแสดงออกทางเพศได้ - ผล : ผู้หญิงแม้จะห่วงตัวเองแต่ก็ไม่กล้าพกถุงยางอนามัยเพราะจะดูแย่ ไม่กล้าเป็นฝ่ายเริ่มพูดก่อนตั้งแต่เป็นแฟนว่าจะป้องกันอย่างไร แม้แต่ไปซื้อยาคุมกำเนิดก็ต้องให้แฟนซื้อให้
- การมีความสุขในชีวิตคู่ เรื่องเพศเป็นเพียงส่วนเดียว ระวังคนจะเอาแต่หมกมุ่นในกาม - ผล : ความจริงคือ เรื่องเพศเป็นเพียงส่วนเดียวของชีวิตคู่ที่ถูกปล่อยให้ไปตามยถากรรม เพศศึกษาไม่ได้ทำให้องค์ประกอบนี้กลายเป็นเรื่องสำคัญกว่าอย่างอื่น เพียงแต่ทำให้ไม่ถูกละเลย และมีการดูแลแก้ไขให้ทำหน้าที่ของมันในชีวิตคู่ได้ตามฐานะ
- คนโสดโดยเฉพาะผู้หญิงต้องไร้เดียงสาทางเพศ ไม่ควรทำตัวว่ารู้เรื่อง - ผล : ครูสตรีก็เลยสอนเพศศึกษาได้บางเรื่อง พูดได้บางด้านทั้งที่เข้าใจดีว่าควรจัดการเรียนรู้อย่างไร เรื่องที่ลำบากใจอยากให้ครูผู้ชายพูด เรื่องนี้เป็นตัวอย่างที่ชัดเจนของทัศนคติทางเพศที่เราถูกปลูกฝังมา ไม่มีใครมา “unlearn” ให้เราได้นอกจากตัวเราต้องทำความเข้าใจและขัดเกลาทัศนคติเรื่องนี้ให้แจ่มชัด เขียวชนเรียนรู้จากที่เราทำมากกว่าที่เราพูด การปรับทัศนคติของเราและการปฏิบัติตัวของเราคือ การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีค่าให้เขียวชน เพศศึกษาเน้นความจำเป็นของการสื่อสาร แต่ครูเองยังไม่กล้าพูดเลย !!

กฎหลุกที่สาม กักขังในการเป็นผู้จัดการเรียนรู้

ผู้จัดการเรียนรู้มีบทบาทในการนำการพูดคุยแลกเปลี่ยน กระตุ้นให้เกิดคำถาม ช่วยให้คำถามกระจ่างชัด และทำให้คำตอบเกิดจากการค้นหาร่วมกัน โดยครูเป็นส่วนหนึ่งของการให้ข้อมูล การสกัดความเคยชินที่เดิมเคยเป็นผู้พูด ผู้ให้คำตอบ (ซึ่งมักเป็นการถามเองตอบเอง) น่าจะไม่ใช่เรื่องยากสำหรับผู้ทำงานคลุกคลีกับเยาวชน เพียงแต่ต้องเริ่มต้นด้วยการ “รู้จักตัวเอง” ก่อนว่าแบบแผนในการสื่อสารของเราเป็นแบบใด และการจะรู้จักตัวเองได้นั้นคงต้องอาศัยผู้อื่นเป็นกระจกส่อง คำถามต่อไปนี้จะช่วยให้รู้ว่าลักษณะเฉพาะในการสื่อสารของท่านเป็นแบบใด

แบบแผนการฟังและการสื่อสารของท่าน

ทบทวนตัวเองว่าโดยส่วนใหญ่ท่านมักตอบเพื่อนของท่านตามข้อใด

๑. วันนี้อากาศร้อนมาก ไม่อยากออกไปซื้อของเลย
 - ก. จริงด้วย เดินกลางแดดร้อนๆ น่าปวดหัว
 - ข. ไม่ร้อนมากเท่าไรหรอก เป่าพัดลมเดียวก็หายร้อน
 - ค. อ้าวไม่ซื้อวันนี้แล้วจะไปวันไหน
 - ง. เธอก็ชอบผลัดวันประกันพรุ่ง ไม่เห็นทำซะที
 - จ. ไปซื้อซะให้เสร็จๆ ไป จะได้ไม่ต้องรอไปวันหลัง
๒. เมื่อทำรายงานจ้ง ตั้งสองอาทิตย์มาแล้วที่ต้องนั่งเขียนแต่รายงานพวกนี้ ฉันทนทำต่อไปไม่ไหวแล้ว
 - ก. เพราะอะไรเธอถึงใช้เวลาทำนานตั้งสองอาทิตย์
 - ข. พักก่อนสิแล้วค่อยกลับมาทำทีหลัง
 - ค. มันก็น่าเบื่ออยู่ที่ต้องมาทำอะไรแบบนี้ตั้งนานแล้วก็ยังไม่เสร็จ
 - ง. เออน่า ใครๆ ก็เบื่อทั้งนั้น
 - จ. พวกชอบดินพอกหางหมู นี่ถ้าทำมาตั้งแต่เปิดเทอมเธอก็ไม่ต้องเป็นแบบนี้

๓. ไม่รู้ว่าจะทำอะไรก่อนดี หัวหน้าให้ทำงานเพิ่มอีกสองอย่าง นี่ก็แทบจะไม่มีเวลาทำอะไรอยู่แล้ว
- ก. ไปถามหัวหน้าว่าขึ้นไหนสำคัญต้องทำก่อน
 - ข. ดูว่าคุณเครียดนะ งานก็เร่ง เวลาก็ไม่พอ
 - ค. จริงๆ แล้วจะต้องทำอะไรก่อนล่ะ
 - ง. เออ ก็ขี้กังวล ทำไปเดี๋ยวก็เสร็จเองแหละ
 - จ. บางทีคนเรานั้นก็ต้องยุ่งๆ อย่างนี้แหละ ทำไปเถอะเดี๋ยวก็เสร็จ
๔. หัวหน้าสายให้สอนเพศศึกษา อาทิตย์หน้าต้องสอนแล้ว ฉันต้องเตรียมไม่ทันแน่
- ก. สองสามอาทิตย์แรกก็คงต้องเตรียมหนักหน่อย จากนั้นก็คงอยู่ตัว
 - ข. เธอไม่น่ายอมรับมาสอนเลย
 - ค. เธอไม่เคยสอนวิชานี้มาก่อนหรือ
 - ง. เธอควรเตรียมตัวตั้งแต่เดี๋ยวนี้เลยล่ะ
 - จ. ดูเธอกังวลใจว่าจะเตรียมตัวไม่ทัน
๕. เขาลือกันว่าปีนี้กระทรวงจะเอาจริงเรื่องตัดคนออก ๕ เปอร์เซ็นต์ ผมต้องมาตงงานตอนแก่นี้มันแย่มากที่สุดในชีวิตเลยนะ
- ก. คนตั้งใจทำงานแบบคุณเขาไม่เอาออกหรอก
 - ข. ทำไมคุณถึงคิดว่าคุณจะอยู่ในพวก ๕ เปอร์เซ็นต์นั้น
 - ค. ไปถามอาจารย์ใหญ่เลยว่าเขาจัดคุณไว้ในพวกที่จะตัดออกหรือเปล่า
 - ง. ท่าทางคุณเป็นกังวลกับเรื่องนี้มากนะ
 - จ. อย่าคิดมาก คุณไม่มีทางโดนหรอก
๖. ถ้าผมอยากได้ชีแปด ผมต้องย้ายไปสอนต่างจังหวัด แต่ถ้าผมไม่เอา ก็ไม่รู้จะมีโอกาสอีกไหม ผมไม่รู้จะเลือกอะไรดี
- ก. ดูเป็นเรื่องที่ตัดสินใจยากสำหรับคุณ คุณกลัวว่าจะเสียโอกาสใหม่
 - ข. ไปลองคิดดูก่อนว่าการไปอยู่ต่างจังหวัดดีหรือไม่ดียังไง

- ค. หาโอกาสแบบนี้ไม่ได้อีกแล้วนะ
- ง. คุณคิดว่าไปสอนต่างจังหวัดไม่ดีตรงไหน
- จ. เลือกอะไรก็ตามแต่ เดี่ยวเรื่องก็คลี่คลายไปในทางที่ดี
๗. คุณดูขี้นเหลือเกิน ถ้าไม่บ่นเรื่องนักเรียนก็บ่นเรื่องเพื่อนร่วมงาน ฉันท้าทายเขาที่สุดเลย
- ก. นี่นะ คราวต่อไปถ้าเขามาบ่นอีกละก็ เธอก็บอกให้เขาหยุดแล้วกลับไปทำงาน
- ข. ก็เพราะเธอชอบทำตัวเป็นศิราณี คนถึงมาบ่นให้ฟัง
- ค. เข้าใจว่าเธอรำคาญที่คุณดูมาบ่นด้วยบ่อย ๆ
- ง. อย่าไปสนใจ ที่ไหน ๆ ก็มีคนขี้นแบบนี้ทั้งนั้น
- จ. คุณคิดว่าอะไรทำให้คุณดูมีแต่เรื่องน่าบ่น
๘. ฉันตั้งใจที่ได้เรียนต่อ แต่ก็กลัวว่าจะเรียนไม่ไหว
- ก. มีอะไรยากหรือในเรื่องที่ต้องเรียน
- ข. เรื่องเรียนตอนนี้ทำให้คุณทั้งตั้งใจทั้งกังวลใจเลยนะ
- ค. คนที่ทำงานด้วยเรียนด้วยก็รู้สึกกังวลอย่างนี้ทั้งนั้น
- ง. ไปถามรุ่นพี่ที่เคยเรียนสิว่าต้องทำยังไง
- จ. รอมที่ตั้งนานกว่าจะได้เรียน จะกลัวไปทำไม
๙. เอาอีกแล้ว ต้องไปสัมภาษณ์ต่างจังหวัดอีกแล้ว เพิ่งจะกลับมากะเป่ายังไม่ทันเก็บ ที่บ้านต้องบ่นอีกแน่ ๆ
- ก. แพนคุณน่าจะรู้ณะว่าเป็นหัวหน้าก็ต้องเดินทางบ่อยแบบนี้ทุกคน
- ข. เดี่ยวก็หมดหน้าสัมภาษณ์แล้วละ พอกลับมาคุณก็อยู่กับที่บ้างไม่ต้องออกไปไหน
- ค. ขวนให้เขาหยุดไปกับคุณสิจะได้ไม่บ่น
- ง. มันก็น่าปวดหัวนะ ที่ต้องรักษาสมดุลเรื่องงานกับครอบครัวให้ได้
- จ. ทำไมต้องไปสัมภาษณ์บ่อย ๆ

ข้อ	สั่งสอน กำกับ	ตัดสิน	ชอบชั้กใช้	ปลอบใจ	เห็นอกเห็นใจ
๑	จ	ง	ค	ข	ก
๒	ข	จ	ก	ง	ค
๓	ก	ง	ค	จ	ข
๔	ง	ข	ค	ก	จ
๕	ค	ก	ข	จ	ง
๖	ข	ค	ง	จ	ก
๗	ก	ข	จ	ง	ค
๘	ง	จ	ก	ค	ข
๙	ค	ก	จ	ข	ง
รวม					

แบบเฉพาะข้อที่คุณทำวงกลมไว้เท่านั้น

สั่งสอน กำกับ (directing)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบสั่งสอน มักเป็นผู้ควบคุมและทำให้การสนทนาเป็นไปในทิศทางที่ตนเองเป็นผู้บอกชี้แนะในเรื่องที่คุยกัน เมื่อผู้พูดแสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกในเรื่องใด แม้ไม่ได้ต้องการคำชี้แนะหรือไม่ได้พูดเพื่อขอคำแนะนำ แต่ก็มักได้รับการตอบสนองในเชิงชี้แนะมากกว่าเป็นการแลกเปลี่ยนความคิด

...ชวนให้เขาลาหยุดไปกับคุณสิจะได้ไม่บ่น

...ไปซื้อซะให้เสร็จๆ ไป จะได้ไม่ต้องรอไปวันหลัง

ตัดสิน (judgemental)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบตัดสิน จะนำค่านิยม แนวคิด หลักการของตนเองไปใช้ในการโต้ตอบหรือแนะนำ มักฟังและตัดสินเรื่องที่คุยกันนั้นว่าเป็นการกระทำหรือการตัดสินใจที่ถูกหรือผิด

...เธอก็ซีก็กังวล ทำไปเดี๋ยวก็เสร็จเองแหละ

...เธอก็ชอบผลัดวันประกันพรุ่ง ไม่เห็นทำอะไร

ซักไซ้ (probing)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบขอซักไซ้ เป็นคนขอซักถามเพื่อให้ตนเข้าใจและพอใจในคำตอบในแง่มุมที่ตัวเองสนใจใคร่รู้ มากกว่าจะสนใจว่าจริงๆ แล้วผู้พูดต้องการบอกอะไร หรือกำลังรู้สึกอย่างไร

...ทำไมคุณถึงคิดว่าคุณจะอยู่ในพวก ๕ เปอร์เซนต์นั้น

...คุณคิดว่าไปสอนต่างจังหวัดไม่ดีตรงไหน

ปลอบใจ (smoothing)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบปลอบใจจะไม่แตะต้องตัวปัญหา ไม่ชอบยุ่งกับความขัดแย้ง แต่จะช่วยให้รู้สึกว่าเป็นเรื่องเล็กน้อย คลี่คลายได้

...เดี๋ยวเรื่องก็คลี่คลายไปในทางที่ดี

...อย่าไปสนใจ ที่ไหนๆ ก็มีคนขี้บ่นแบบนี้ทั้งนั้น

เห็นอกเห็นใจ (empathetic)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบเห็นอกเห็นใจ จะแสดงให้เห็นว่าเข้าใจทั้งเรื่องและความรู้สึกของผู้พูด มักใช้การจับใจความ การทวนความ เพื่อสะท้อนความเข้าใจ

...มันก็น่าปวดหัวนะ ที่ต้องรักษาสมาคมเรื่องงานกับครอบครัวให้ได้

...ดูเป็นเรื่องที่ตัดสินใจยากสำหรับคุณ คุณกลัวว่าจะเสียโอกาสใช่ไหม

แบบแผนการตอบสนองข้างต้นนี้ไม่อาจกล่าวได้ว่าแบบใดดีที่สุด เพราะแต่ละแบบมีประโยชน์และเหมาะสมกับเหตุการณ์เฉพาะอย่าง เมื่อมีผู้แสดงความทุกข์ใจและต้องการเพียงคนปลอบใจ แบบแผนการตอบสนองที่เหมาะสมคือ ปลอบใจ เห็นใจ แต่เมื่อมีคนต้องการคำแนะนำเพื่อนำไปแก้ไขปรับปรุง การสั่งสอนกำกับก็เป็นประโยชน์ การชักใช้เพื่อให้เกิดความเข้าใจและได้ข้อมูลก็เป็นประโยชน์เช่นกัน แต่ถ้าหากเราใช้การปลอบใจก็จัดว่าไม่เหมาะสม การที่เราใช้วิธีใดวิธีหนึ่งบ่อยๆ ก็จักกลายเป็นลักษณะประจำตัวของเรา ในการเป็นผู้จัดการเรียนรู้ที่ต้องมีบทบาทนำ การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและช่วยให้กลุ่มหาข้อสรุปได้ด้วยตัวเอง แบบแผนการตอบสนองที่ควรนำมาใช้ให้น้อยที่สุดคือ แบบสั่งสอนกำกับ และแบบตัดสิน ส่วนแบบแผนการตอบสนองที่น่าจะเป็นประโยชน์มากคือ การชักใช้และการเห็นอกเห็นใจ ดังนั้นการจะเป็นผู้จัดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพจึงเริ่มต้นที่การรู้จักตัวเองว่าลักษณะการตอบสนองที่เราใช้บ่อยๆ เป็นแบบใด และเลือกใช้แต่ละแบบให้เหมาะสมกับเหตุการณ์

ทักษะที่จำเป็นของผู้จัดการเรียนรู้

๑. การฟังอย่างตั้งใจ (Active Listening) และการสร้างความหมายของสิ่งที่รับรู้ร่วมกัน (Shared meaning)

การฟังไม่ได้หมายถึง การได้ยิน หรือรับฟังสิ่งที่ถูกพูดถึงเท่านั้น แต่ยังหมายรวมไปถึง การแสดงออกถึงการให้ความสำคัญต่อความคิดเห็น ความรู้สึก ประสบการณ์ และข้อมูลที่ได้ยิน และตระหนักถึงการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับตัวเอง จากการได้ยิน ได้ฟังเหล่านั้น

ประเด็นสำคัญของการฟังอย่างตั้งใจคือ การไม่ตั้งสมมติฐานไว้ล่วงหน้าว่าผู้เรียนต้องคิดอย่างนั้น หรือพูดอย่างนี้ ควรฟังโดยไม่ด่วนตัดสินว่า ผู้พูดคงจะเป็นคนอย่างนั้น หรือน่าจะคิดอย่างนี้ แต่ฟังโดยการติดตามความคิดของผู้พูด และจินตนาการตามมุมมองของผู้พูด ขณะเดียวกันพยายามเข้าใจบริบท และภูมิหลัง หรือสถานการณ์ที่ผู้พูดเผชิญอยู่ เพื่อเข้าใจมุมมองที่ผู้พูดสะท้อนออกมา

ผู้จัดการเรียนรู้อาจใช้เทคนิค การทวนความ หรือย่อความ (paraphrasing) เพื่อสะท้อนสิ่งสำคัญที่ถูกพูดถึงออกมา เพื่อให้สมาชิกในชั้นสามารถติดตามความคิด หรือมองเห็นเรื่องสำคัญๆ ที่ถูกสะท้อนออกมาระหว่างการอภิปราย เช่น

“อิม.. น่าสนใจมากทีเดียวที่...บอกว่า รู้สึกรับไม่ได้กับสิ่งที่วัยรุ่นทำ.... แล้วคนอื่นคิดอย่างไร”

๒. การสังเกต

รับรู้ถึงบรรยากาศที่เกิดขึ้นของการเรียนรู้ สังเกตการมีส่วนร่วม หรือไม่มีส่วนร่วมของผู้เรียนแต่ละคน หรือแต่ละกลุ่มย่อย

๓. การถาม

การใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้เกิดการอภิปรายอย่างกว้างขวาง หลายคนอาจคิดว่า เป็นเรื่องไม่ยากในการที่จะถามคำถาม แต่แท้จริงแล้ว การถามเพื่อสร้างการเรียนรู้ เป็นทักษะที่ลึกซึ้ง ผู้จัดการเรียนรู้ต้องสามารถติดตามความคิดของผู้เรียนจากสิ่งที่แสดงออกมา และมีความเข้าใจวัตถุประสงค์ของแผนการเรียนอย่างแจ่มชัด จึงจะสามารถสร้างคำถามที่เกี่ยวข้องและต่อเนื่อง จนกระทั่งผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ จากการถกเถียงและแลกเปลี่ยนมุมมองที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น ไม่ใช่เพียงการถามคำถามไปเรื่อยอย่างไม่มีจุดหมาย ถามไปแล้วเมื่อมีคำตอบ หรือมีข้อมูลที่ถูกนำเสนอออกมา ก็ไม่สามารถนำมาเชื่อมโยง สร้างคำถามที่ต่อเนื่องและเกี่ยวพันกับการเรียนรู้ในเรื่องนั้น คำถามที่เกิดขึ้นอาจไม่มีประโยชน์ หากวัตถุประสงค์ของคำถามกับวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ในบทเรียนนั้นไม่เกี่ยวข้องกัน

ตัวอย่างคำถามที่ผู้จัดการเรียนรู้อาจเลือกใช้ให้สอดคล้องกับบริบทของหัวข้อ และสาระที่ต้องการให้เกิดการสื่อสารแลกเปลี่ยนกัน ในระหว่างการชวนคุย เพื่อกระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนสนทนา สำรวจทัศนะ สะท้อนการรับรู้ หรือเรียนรู้ของผู้เรียน

- พวกเรารู้สึกอย่างไรกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับ (อาจเจาะจงเรื่องราว ตัวละครในกรณีศึกษา หรือเรื่องเล่าจากสมาชิก)
- ถ้าเป็นเรา เราจะเลือกจัดการ หรือมีความเห็นต่อเรื่องนี้อย่างไร
- ความคิดเห็นที่แตกต่างกันนี้ เราคิดว่ามีฐานมาจากอะไร
- ลองเปลี่ยนมุมมอง ให้เราลองเป็นคนที่ไม่เห็นด้วย หรือรู้สึกต่างไปจากเรา เราคิดว่าเรามีเหตุผลอย่างไรที่คิด หรือรู้สึกอย่างนั้น
- ถ้าเราเป็นพ่อแม่ เราจะต้องการแบบเดียวกันนี้ไหม
- ในอนาคตข้างหน้า สถานการณ์เหล่านี้อาจเกิดขึ้นอีกไหม หรือสถานการณ์เหล่านี้เปลี่ยนไปอย่างไร เมื่อเทียบกับอดีตที่ผ่านมาหรือเทียบกับปัจจุบัน
- ถ้าเราเป็นคนที่มีสมมติฐานเช่นนี้ในเรื่อง เราจะทำแบบเดียวกันไหม หรือจะทำต่างไปอย่างไร
- มีความคิดเห็นอะไรที่ได้ยินจากเพื่อนที่ทำให้เราประหลาดใจ หรือผิดคาด ทำไมถึงรู้สึกประหลาดใจ
- ผลจากแบบฝึกหัด หรือกิจกรรมที่ทำไปนี้ เราจะเอาไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง
- เราคิดว่ายังขาดอะไรอีกบ้างที่จะทำให้การเรียนรู้เรื่องนี้ของเราสมบูรณ์ขึ้น
- หากต้องสรุปการเรียนรู้ที่สำคัญจากกิจกรรมที่ผ่านมาไปนี้ เราจะสรุปว่าอะไรบ้าง

เมื่อโยนคำถามเหล่านี้เข้าไปในกลุ่ม และมีผู้แสดงความคิดเห็นขึ้นมา ผู้จัดการเรียนรู้ต้องพยายามชักชวนให้สมาชิกคนอื่นร่วมออกความเห็นในประเด็นเดียวกันนี้ และพยายามถามหาความเห็นที่แตกต่างออกไป

หัวใจสำคัญคือ ต้องไม่คิดหรือเชื่อหรือแสดงออกว่า คำถามเหล่านั้นมีคำตอบที่ “ถูกต้อง” หรือ “ถูกที่สุด” อยู่ แต่แสดงให้เห็นว่าทุกความเห็นไม่ว่าจะเหมือนหรือต่างก็ล้วนน่าสนใจ

๔. การเชื่อมโยงแต่ละบทเรียน

ผู้จัดการเรียนรู้จะต้องเข้าใจในภาพรวมของหลักสูตรการจัดการเรียนรู้ แม้เมื่อสอนเป็นทีม และมีการแบ่งบทบาทว่าใครจะเป็นตัวหลักในแต่ละบท เพื่อเชื่อมโยงการเรียนรู้ในแต่ละแผนให้ต่อเนื่องกัน เพราะหลักสูตรที่ออกแบบไว้นี้ เน้นความต่อเนื่อง เชื่อมโยงของแต่ละประเด็นไปด้วยกัน ผู้รับผิดชอบในการดำเนินการเรียนรู้ในแต่ละเรื่อง จำเป็นต้องนำสู่บทเรียนโดยชี้ให้เห็นว่า ก่อนหน้านั้นเราเรียนรู้ร่วมกันว่าอย่างไร และเกี่ยวข้องกับบทเรียนที่กำลังจะดำเนินการ หรือทำแบบฝึกหัด กิจกรรมนี้อย่างไร รวมทั้งเมื่อดำเนินการเรียนรู้ไปจนถึงสิ้นสุด ต้องสรุปเชื่อมโยงอีกครั้ง และ/หรือ เชื่อมเข้าสู่บทเรียนถัดไป

การสรุปความ คือการประมวลผลจากการอภิปรายแลกเปลี่ยน เห็นจุดร่วม จุดต่างของ ประเด็นหลัก สร้างความเห็นร่วม ตระหนักถึงความเห็นต่าง และเหตุผลที่มาของความต่าง

การระบุดูวัตถุประสงค์ก่อนเข้าสู่กิจกรรมมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อเตรียมความพร้อมให้แก่ ผู้เรียน เหมือนการเดินทางที่มีจุดมุ่งหมายชัดเจน และรู้ว่าขณะนี้ถึงไหนแล้ว อีกไกลเท่าไร หรือ ต้องผ่านอะไรอีกบ้าง เป็นเวลาเท่าใดจะถึงที่หมาย ซึ่งจะช่วยให้ผู้เดินทางรู้สึกผ่อนคลาย ลดความ กระวนกระวายใจ และจะเรียนรู้ได้ดีขึ้น เช่นเดียวกับการเดินทาง ในกระบวนการเรียนรู้ที่จัดขึ้น การบอวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนทั้งในภาพรวม และแต่ละบทเรียนมีความจำเป็นและส่งผลต่อการ เรียนรู้

การบอวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ไม่ใช่การบอข้อสรุปของบทเรียน (เพราะบทสรุป ย่อมมาจากการแลกเปลี่ยนร่วมกันระหว่างผู้เรียน) แต่เป็นการบอกถึงเหตุผล ที่มาที่ไปของการ จัดการเรียนรู้เรื่องนี้ และแบบฝึกหัดที่จะดำเนินการ เกี่ยวข้องกับเรื่องที่กำลังเรียนรู้อย่างไร ตัวอย่างเช่น

“ตอนนี้เราก็ได้เข้าใจแล้ว ความรู้สึกนึกคิดในเรื่องเพศของเรา มีอิทธิพลมาจากปัจจัยอะไรบ้าง ที่สำคัญปัจจัยเหล่านั้น สามารถกำหนดให้เราซึมซับรับเอา เสมือนว่าเป็นความจริงที่ปฏิเสธไม่ได้ ทั้งๆ ที่จริง ๆ แล้วเราอาจตรวจสอบ และพิจารณาด้วยเหตุผล เพื่อท้าทายว่าสิ่งที่คิด ที่เชื่อนั้น เป็นผลดีกับตัวเรา และคนใกล้ชิดแท้จริงหรือไม่ (สรุปเพื่อเชื่อมโยง)”

“เอาล่ะค่ะ ในเรื่องต่อไปเราจะได้ลองสำรวจเพิ่มเติมในเรื่องทัศนคติของเราต่อเรื่องเพศ คราวนี้เราจะลองเจาะจงลงไปเกี่ยวกับเรื่องความเป็นหญิงชาย หรือที่เรียกว่าเพศสภาพนั้น มันมีความจริง ความหลง ความเชื่อ อย่างไร จะได้เห็นความคิด ความเชื่อของเพื่อนของเรา ว่าเหมือนว่าต่าง หรือมีที่ไปที่มาอย่างไร ลองทำแบบฝึกหัดนี้กันเลยคะ.....” (บอกวัตถุประสงค์เพื่อเข้าสู่กิจกรรมใหม่)

การใช้กิจกรรมจะมีประสิทธิภาพและสร้างการเรียนรู้ได้ จำเป็นต้องมีความเข้าใจชัดเจนว่า กิจกรรมที่ ทำ เกี่ยวข้อง เทียบเคียงกับประเด็นของการเรียนรู้หรือไม่ จุดอ่อนที่สำคัญในการทำกิจกรรมเพื่อเข้าสู่บทเรียน มักจะอยู่ที่คำสั่งของการทำกิจกรรมไม่ชัดเจน ไม่ได้ระบุวัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่ ว่า ต้องการจำลองสถานการณ์อะไร สิ่งที่ทำเกี่ยวข้องกับประเด็นที่จะสร้างการเรียนรู้ต่อไปอย่างไร นอกจากนั้น การละเลยไม่ให้ความสำคัญของการให้คำสั่งที่ชัดเจนในการทำกิจกรรม หรือระบุบทบาท กำหนดระยะเวลา และรักษาเวลาที่กำหนดให้ผู้เรียน มักนำไปสู่การใช้เวลาที่เกินจำเป็น และกลายเป็นจุดอ่อนของบทเรียนไป เพราะไปเสียเวลากับการทำกิจกรรมจนขาดเวลาที่จะถกเถียงถึงความหมาย สาระสำคัญที่เกิดจากการทำกิจกรรมนั้น

ตัวอย่างของการให้คำสั่งที่ชัดเจนเพื่อเข้าสู่บทเรียน

“เอาล่ะค่ะ ต่อไปเราจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องของทัศนคติของเราที่มีต่อ..... ก่อนที่จะได้ถกเถียง แลกเปลี่ยนเรื่องนี้ เรามีกิจกรรมที่จะจำลองสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนี้มาให้ลองทำกัน เพื่อจะดูกระบวนการเลือก และตัดสินใจของเรา เมื่อเทียบกับเพื่อน (หรือเยาวชน หรือ.....ฯลฯ) เราจะใช้

เวลาไม่เกิน xxx นาที (ระบุเวลา) โดยเราจะแบ่งกลุ่มออกเป็น xxx กลุ่ม อย่างนี้นะคะ (จัดการแบ่งกลุ่มอย่างรวดเร็ว) ฟังคำสั่งก่อนนะคะ กลุ่มที่หนึ่ง จะต้องทำดังนี้

ส่วนกลุ่มที่สองจะต้องทำดังนี้ ให้เวลาในกลุ่มถึง xxx (ระบุเวลา) หลังจากนั้นเราจะมารวมกลุ่ม และแต่ละกลุ่มต้องบอกผล xxxx ระหว่างอยู่ในกลุ่ม (หรือเมื่อมาเสนอผล) เรามีกติกาตั้งนี้นะคะ xxxx เอากล่ะคะ เริ่มทำงานในกลุ่มได้เลยค่ะ”

“เพศศึกษา” กับการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์

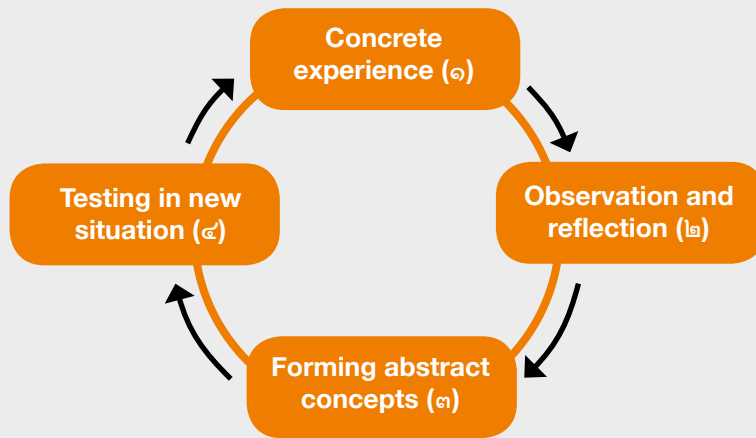
ถ้าเปรียบเทียบกับข้อสอบ เพศศึกษาจะเป็นข้อสอบแบบปรนัยหรืออัตนัย หรือถ้าเปรียบเทียบกับการสอนทำอาหารและการสอนคณิตศาสตร์ เพศศึกษาค้คล้ายกับการสอนทำอาหารหรือคล้ายกับการสอนคณิตศาสตร์

ถ้าคิดถึงข้อสอบปรนัย ทุกข้อคำถามมีหนึ่งคำตอบที่ถูกที่สุด คนทำข้อสอบต้องหาข้อนั้นให้เจอเพื่อจะได้สอบผ่านข้อนั้นไป ข้อสอบปรนัยมีตัวเลือกจัดวางให้แล้ว สิ่งที่เราทำได้คือ เลือกหนึ่งอย่างจากตัวเลือกที่มีให้ แม้ว่าบางครั้งเราไม่แน่ใจในตัวเลือกเลยสักข้อเดียว แต่เราก็จะต้องเลือกหนึ่งข้อจากรายการที่มีให้เสมอ ถ้าหากเพศศึกษาเป็นเหมือนข้อสอบปรนัย เราก็คือ คนที่กำหนดทางเลือก และเราก็คือ ผู้ที่กำหนดว่าทางเลือกที่ถูกต้องที่สุดคืออะไร ลองจินตนาการถึงเรื่องที่ผู้สอนอยากพูดกับนักเรียนว่า เป็นผู้หญิงต้องรักษามวลสรวงตัว กุสสตรีต้องรักษาพรหมจรรย์ไปจนถึงวันแต่งงาน ใจความสำคัญของคำพูดเหล่านี้ก็คือ ข้อ ก. ห้ามมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน เป็นข้อที่ถูก ส่วนข้ออื่นๆ เป็นคำตอบที่ผิด

ถ้าเป็นข้อสอบอัตนัย ผู้เรียนคิดสร้างคำตอบของตัวเองขึ้นมาจากข้อมูลความรู้ที่ได้รับ แม้ว่าจะเรียนเรื่องเดียวกันจากผู้สอนคนเดียวกัน แต่คำตอบของผู้เรียนแต่ละคนย่อมแตกต่างกันไปตามการวิเคราะห์และการเรียบเรียงคำตอบซึ่งเป็นแบบแผนเฉพาะตัว เพศศึกษาจึงมีส่วนคล้ายคลึงกับข้อสอบอัตนัย เพราะการนำความรู้ไปใช้เป็นเรื่องของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นการตอบสนองของบุคคลกับสิ่งแวดล้อม คนที่อยู่ในเหตุการณ์เดียวกันก็ยังมีพฤติกรรมตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่างกัน ยากที่จะมีเพียงทางเลือกเดียวที่ถูกที่สุด ข้อสอบอัตนัยกระตุ้นให้ผู้เรียนได้ทบทวนและเรียบเรียงความคิดว่าจะใช้ความรู้จัดการเรื่องนั้นๆ อย่างไร การสอนเพศศึกษาก็เป็นเช่นเดียวกัน

การสอนทำอาหารแตกต่างชัดเจนกับการสอนคณิตศาสตร์ ผู้ที่เรียนทำอาหารเมื่อรู้จักส่วนผสมและวิธีการปรุงที่เป็นสูตรของครูแล้ว ในท้ายที่สุดก็รับไปทำตามวัตถุดิบที่พอหาได้และตามรสชาติที่ตัวเองหรือคนในครอบครัวชอบ การสอนทำอาหารนั้นเป็นการช่วยให้รู้จักส่วนผสมและขั้นตอน รู้ว่าเมื่อทำอย่างนั้นแล้วจะเกิดอะไรขึ้นและต้องทำอะไรต่อไป แต่การสอนคณิตศาสตร์แม้จะสอนให้รู้จักวิธีทำหลายวิธี แต่สุดท้ายแล้วทุกวิธีต้องได้คำตอบเดียว เพศศึกษาจึงน่าจะคล้ายกับการสอนทำอาหารมากกว่าการสอนคณิตศาสตร์ เพราะคำตอบของแต่ละคน หรือทางเลือกของแต่ละคนในเหตุการณ์หนึ่งๆ ย่อมต่างกันไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อการเลือกนั้นเป็นเรื่องของคนสองคนหรือมากกว่านั้น การที่เราพยายามจะกำหนดสูตรสำเร็จในการใช้ชีวิตทางเพศให้กับเยาวชน เหมือนกับการสอนคณิตศาสตร์ที่มีคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว เป็นเรื่องที่ไม่น่าจะทำให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริงกับตัวผู้เรียน

แนวคิดในการจัดการเรียนรู้ของนักการศึกษาที่มีหลายแนวทาง David A. Kolb ได้เสนอแนวคิดในการจัดการเรียนรู้ที่เรียกว่า experiential learning ซึ่งอธิบายว่ากระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตเกิดจากการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ เมื่อบุคคลได้กระทำการอย่างหนึ่งและได้เห็นผลของการกระทำนั้นๆ ก็เกิดความเข้าใจและนำไปสู่การคาดการณ์ในคราวต่อไปว่าหากมีเหตุอย่างนี้ก็จะเกิดผลเกิดตามมาอย่างนั้น บุคคลจะสั่งสมความเข้าใจถึงเหตุและผลของการกระทำที่เกิดต่างกรรมต่างวาระไปจนกระทั่งสามารถสรุปเชื่อมโยงเป็นหลักการที่นำไปอธิบายปรากฏการณ์อื่นๆ ที่ใกล้เคียงกัน และนำไปสู่การ “ลอง” เพื่อทดสอบหลักการนั้นว่าจะได้ผลอย่างไรในสถานการณ์ใหม่ๆ หัวใจของวงจรการเรียนรู้แบบนี้จึงอยู่ที่การได้มีประสบการณ์ตรง ซึ่งจะเป็นวัตถุดิบที่จำเป็นสำหรับการก่อรูปเป็นองค์ความรู้ และถึงแม้ว่าการเรียนรู้ในบางเรื่องตั้งต้นจากการเรียนรู้แนวคิดจากห้องเรียนหรือจากการอบรมขัดเกลา แต่ “ความรู้และแนวคิด” นั้นยังต้องการการลงมือทำ ได้มองเห็นผลที่เกิดขึ้น จึงจะเกิดเป็นความเข้าใจที่ลึกซึ้งซึ่งที่จะนำไปขยายผลต่อยังเหตุการณ์อื่นๆ



ลองคิดถึงตอนที่เราสอนเด็กเล็กไม่ให้เข้าใกล้เตารีด สิ่งที่ทำให้เด็กเกิดพฤติกรรมที่จะหลบหลีกไม่จับต้องเตารีดและคอยระมัดระวังเมื่อเข้าใกล้ไม่ใช่คำอธิบาย แต่เป็นประสบการณ์ตรงที่สัมผัสแล้วรู้ว่าร้อน ต่อมาเมื่อบอกว่าอย่าจับหม้อเพราะยังร้อนอยู่ เด็กก็จะนึกถึงความรู้สึกร้อนที่ตัวเองเคยประสบและเลี่ยงที่จะไปสัมผัส คำว่าร้อนจะถูกทดสอบและขยายผลไปยังเหตุการณ์อื่นๆ เช่น กองไฟ น้ำร้อน ฐปร้อน เป็นต้น และเมื่อใดที่ต้องสัมผัสก็จะหาทางออกที่จะไม่ทำให้ร้อนเกินไป

ฉันได้ยิน...จากนั้นก็ลืม (จำได้ ๒๐% จากที่ได้ยิน)

ฉันได้เห็น...จากนั้นก็จำได้ (จำได้ ๕๐%)

ฉันได้ทำ...และฉันเกิดความเข้าใจ (จำได้ ๙๐%)

I hear and I forget,

I see and I remember,

I do and I understand.

(Confucius)

การจัดการเรียนรู้ที่เน้นประสบการณ์จำเป็นมาน้อยเพียงใด สำหรับเพศศึกษา

ถ้ามองจากมุมมองของผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการ เราคงอยากเห็นเยาวชนที่ผ่านการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาแล้วสามารถหลบหลีกเอาตัวรอดจาก “ของร้อน” ได้ด้วยตัวเอง โดยไม่ต้องมีผู้ใหญ่คอยปกป้องหรือควบคุม (เพราะชีวิตความเป็นอยู่ในทุกวันนี้ ผู้ใหญ่ก็ไม่สามารถที่จะรู้เห็นและควบคุมได้มากนัก)

แต่ถ้ามองจากวิธีการเรียนรู้ที่ยึดหลักการได้รับประสบการณ์ตรง เราลองตอบคำถามข้างล่างนี้ว่าเรายอมได้หรือไม่ เพราะอะไร คำตอบสำหรับเยาวชนหญิงแตกต่างจากคำตอบสำหรับเยาวชนชายหรือไม่ เพราะเหตุใด

ประสบการณ์ตรง	นักเรียนหญิง		นักเรียนชาย	
	รับได้	รับไม่ได้	รับได้	รับไม่ได้
ฝึกใช้อุปกรณ์คุมกำเนิด				
ให้หาซื้ออุปกรณ์คุมกำเนิดจากร้านค้าในชุมชน				
อยู่สองต่อสองกับแฟนในทีวีโซฟา				
ดูหนังโป๊				
ให้ดูขั้นตอน วิธีการสร้างความสุขทางเพศ โดยไม่ต้องสอดใส่				
ให้รู้วิธีสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง				
ให้รู้การเกิดอารมณ์เพศเมื่อได้รับสิ่งเร้า				

ท่านยอมรับได้หรือไม่ที่จะให้เยาวชนทำในเรื่องต่อไปนี้

ความยุ่งยากใจที่จะตอบว่ายอมรับได้สำหรับตารางในข้างต้น น่าจะมีพื้นฐานมาจากความเชื่อและค่านิยมต่อไปนี้

- เป็นเรื่องที่ขัดเงินและน่าอายมากที่จะนำมาพูดสอนกันในโรงเรียน พูดไม่ได้แน่
- ทำแบบนี้ก็เท่ากับเป็นการชี้โพรงให้กระรอก เรื่องแบบนี้เมื่อได้รู้ก็อยากลองกันทั้งนั้น
- เท่ากับส่งเสริมทางอ้อมให้ละเมิดวัฒนธรรมประเพณีอันดีงามของไทย ครูกับโรงเรียนทำแบบนี้ไม่ได้เด็ดขาด
- ผู้หญิงผู้ชายในสังคมไทยเลียดูมาต่างกัน สังคมยอมรับให้ผู้ชายมีประสบการณ์ทางเพศมากกว่า ในบางเรื่องผู้หญิงก็ไม่จำเป็นต้องมีประสบการณ์
- เสี่ยงเกินไปที่จะยอมให้เยาวชนได้มีโอกาสสัมผัส เรียนรู้จากประสบการณ์ตรง
- สิ่งที่จะเกิดตามมาจากการให้โอกาสนั้นเป็นเรื่องร้ายแรง สังคมรับไม่ได้ เช่น มีเพศสัมพันธ์ ตั้งครรภ์ ทำแท้ง ถูกให้ออกจากโรงเรียน เสื่อมเสียชื่อเสียงวงศ์ตระกูล

แต่ถ้าเราลองคิดนอกกรอบ ลองคาดการณ์ถึงสิ่งทีอาจเป็นไปได้ถ้าหากเยาวชนได้มีโอกาสสัมผัสเรื่องข้างต้น เป็นไปได้ไหมว่าพวกเขาจะได้เรียนรู้ในเรื่องต่อไปนี้

เป็นไปได้ไหมว่า

๑. การดูหนังไปทำให้รู้จักว่าอารมณ์เพศเป็นอย่างไร ได้รู้จักตัวเอง รู้แล้วก็จะได้หลบหลีกบ้างถ้าหากว่ากลัวจะควบคุมไม่อยู่ (น่าจะดีด้วย ถ้ามีคนสอนว่าที่ทำกันอย่างนั้นมีอะไรที่ต้องระวังบ้าง มีอะไรที่ทำให้อีกฝ่ายเดือดร้อน ไม่ได้มีความสุขอย่างที่เขากำลังทำในหนัง เราจะไปรู้ได้อย่างไรว่าที่เขาแสดงบางที่เป็นเรื่องทำร้ายร่างกาย ถ้าไม่มีคนมาบอก)
๒. รู้วิธีการสร้างความสุขทางเพศหลายๆ แบบ ช่วยให้มีความสุขทางเพศได้โดยไม่ต้องเสี่ยง เพราะเวลาพูดถึง safe sex ก็ยกตัวอย่างแค่การใช้ถุงยางเหมือนว่าทำได้แบบเดียว

๓. ก่อนไปซื้อยาคุมก็คิดว่าคงอายุเหมือนกัน กิจกรรมนี้ทำให้รู้เลยว่าทำไมเพื่อนถึงต้องไปทำแท้ง ทั้งที่ก็รู้ว่ายาคุมกำเนิดทำยังไง ทำให้ “ปัง” เลยว่าถ้ามีแฟนแล้วใกล้ชิดกันมากๆ จะต้องคุยตกลงกันเรื่องนี้
๔. การได้เคยอยู่ด้วยกันสองต่อสองทำให้รู้ว่าอารมณ์ในยามใกล้ชิดเป็นไปอย่างไร เราอยากทำอะไรเขา อยากให้เขาทำอะไรกับเรา คนไม่เคย เวลาครูปูตเรื่องการป้องกันไม่มีทางเข้าใจ ซาบซึ้งหรอก ถ้ามีแฟนแล้วจะอยากฟังมากเลยว่ามีวิธีไหนบ้างที่จะทำให้เราไม่ต้องเสียใจที่หลัง ความจริงคนชอบกันก็อยากอยู่ใกล้ชิดกันอยู่แล้ว ผู้ใหญ่น่าจะเข้าใจ อยู่ด้วยกันไม่ได้แปลว่าเราต้องมีอะไรกันเสมอไป
๕. ดีจังที่ครูปูตเรื่องนี้ ทำให้รู้ว่าที่เราช่วยตัวเองอยู่เรื่อยๆ นั้นไม่ผิดบาป เป็นเรื่องธรรมชาติที่ใครๆ ก็เกิดและทำได้ ทำให้เราปลอดภัยด้วย
๖. ครูช่วยทำให้เราเห็นว่าการตอบสนองทางเพศเป็นกลไกธรรมชาติ ทำให้รู้สึกมั่นใจในตัวเองว่าเมื่อมีแฟนเราจะดูแลตัวเองให้ปลอดภัยได้แน่ๆ

การจัดเพศศึกษาตามแนวทางของ Kolb คือ การสร้างเงื่อนไขให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรงหรือสถานการณ์จำลองที่คล้ายคลึง หรือจากเรื่องราวที่จะต้องประสบพบเห็นต่อไปในชีวิตจริง ดังนั้นความถนัด ความชำนาญในเรื่องใดเรื่องหนึ่งรวมถึงความเชื่อส่วนตัวของผู้สอนเหล่านี้จึงไม่ใช่ปัจจัยกำหนดกิจกรรมและเนื้อหาการสอน

เพศศึกษาควรจะถูกกำหนดจากบริบททางสังคมมากกว่าความรู้สึกหรือทัศนคติของผู้สอน เช่น ในขณะที่วัยรุ่นเรียนรู้เรื่องเพศจากสิ่งรอบตัว และเริ่มมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุ ๑๓ - ๑๕ ปี ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา แต่ผู้ใหญ่ไม่เห็นด้วยกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน จึงไม่ต้องการนำเรื่องนี้มาเป็นเนื้อหา การนำ experiential learning มาใช้กับเพศศึกษาทำให้กิจกรรมการสร้างการเรียนรู้เป็นไปในแนวทางต่อไปนี้

๑. ให้ข้อมูลที่ครอบคลุม ครบถ้วน ไม่ปิดบังหรือเปิดให้รับรู้เพียงบางส่วน
๒. ต้องสร้างการมีส่วนร่วมอย่างมากจากทุกคนในการแสดงความคิดเห็น แสดงบทบาทสมมติ ตั้งคำถาม ตอบคำถาม หาข้อมูลมาแล้ว ช่วยสรุปประเด็น ช่วยจด ฯลฯ ครูไม่ใช่นักแสดงตัวเอกของห้องเรียนอีกต่อไป
๓. ขวนให้คิด ช่วยให้แต่ละคนได้ข้อสรุป และข้อสรุปไม่จำเป็นต้องตรงกับความคิดเห็นของครู ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ ครูไม่ใช่ผู้รู้คำตอบที่ถูกต้องที่สุดสำหรับทุกเรื่องอีกต่อไป (ครูยังเป็นผู้ที่ต้องให้ข้อมูลที่ถูกต้อง แต่ต้องขยับไปสวมบทผู้ที่ชี้แนะแหล่งข้อมูลและให้แนวทางไปค้นคว้าด้วย)

ประสบการณ์จะแปรเป็นการเรียนรู้ก็ต่อเมื่อเจ้าของประสบการณ์ได้ใคร่ครวญถึงอารมณ์ ความนึกคิดและการกระทำของตัวเองในเหตุการณ์นั้น (reflection) ไม่ปล่อยให้สิ่งที่เกิดขึ้นเพียงแค่ว่าผ่านพ้นและจบลงไป การจัดการเรียนรู้แบบนี้จึงต้องการ “ผู้ดำเนินการ” มาขับเคลื่อนความคิดหลังจากที่ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมไปแล้ว ขั้นตอนของการคิดทบทวนนี้เป็นจุดสำคัญอย่างยิ่ง เปรียบเหมือนกับช่วงที่นักประดิษฐ์หรือชิ้นส่วนออกมาพินิจพิเคราะห์ว่าชิ้นใดทำหน้าที่แบบไหน อะไรทำให้สิ่งประดิษฐ์แสดงอาการแบบนั้น ในการพินิจพิจารณา นักประดิษฐ์อาจมีข้อสงสัยใหม่ที่ใคร่รู้ และอยากหาคำตอบให้กับข้อสงสัยนั้นๆ เมื่อเขากลับไปทดลองการทำงานของสิ่งประดิษฐ์นั้นอีกภายใต้ข้อสังเกตที่ตั้งไว้ ก็จะได้ข้อมูลใหม่เข้ามาประกอบการพินิจพิเคราะห์ วงล้อของการเรียนรู้ก็จะหมุนไปข้างหน้า จนกระทั่งนักประดิษฐ์สามารถสรุปเป็นหลักเกณฑ์ที่นำมาอธิบายการทำงานและการเปลี่ยนแปลงที่เขาเฝ้าสังเกตมา (forming abstract concept) ดังนั้น “ความรู้ ความเข้าใจ” ที่เราหวังให้เกิดกับผู้เรียนเพื่อจะได้สามารถจัดการกับ “ของร้อน” ได้นั้น “การขวนคิด” หลังกิจกรรมจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง สำคัญยิ่งกว่าการได้พูดสรุปตามที่เตรียมไว้ล่วงหน้า ถ้าขั้นตอนของการคิดพิจารณาเกิดขึ้นดีแล้ว ข้อสรุปของแต่ละบทเรียนย่อมผุดกระจางขึ้นเองในสมองผู้เรียน ดังนั้นบทบาทของผู้สอนในกระบวนการเช่นนี้จึงเปลี่ยนไปอย่างมาก เราไม่ใช่ผู้ที่จะชี้ว่าสิ่งใดถูกผิด แต่เราเป็นผู้ชี้ให้มองในมุมที่ถูกมองข้ามไป ช่วยให้คำถามหรือข้อสงสัยที่ยังคลุมเคลือเป็นคำถามที่ชัดเจนยิ่งขึ้น เพื่อให้การคิดหาคำตอบนั้นเป็นไปอย่างไม่สับสน

๔. ต้องสร้างบรรยากาศที่ทุกคนรู้สึกปลอดภัย รู้สึกว่าได้รับการยอมรับในแบบที่เขาเป็น การพูดตามที่คิดจะได้รับการรับฟังอย่างเข้าใจ ไม่ถูกตัดสินคุณค่าเพียงเพราะว่ามีความคิดเห็นที่แตกต่างไปจากค่านิยม ความเชื่อของครูหรือผู้จัดกระบวนการเรียนรู้
๕. ครูในฐานะผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ต้องเชื่อมั่นว่าเยาวชนสามารถเลือกทางที่ดีที่สุดสำหรับตัวเขาเองได้ เมื่อเขาได้รับข้อมูลที่เพียงพอ ได้ฝึกคาดการณ์ถึงผลกระทบ ได้ฝึกทักษะที่ต้องใช้ในแต่ละสถานการณ์ ได้รับรู้อารมณ์ ความต้องการของตัวเอง ได้ทบทวนค่านิยมที่ตัวเองต้องการ ยึดถือ

สำหรับความเชื่อที่เราเคยมีจากพื้นฐานของความรักและห่วงใยที่ว่า

- เด็กควรได้รับการปกป้องจากสิ่งชั่วร้าย
- เด็กคิดไม่ได้หรือกว่าผลที่เกิดขึ้นนั้นจริงๆ แล้วเขาจัดการไม่ได้
- เรามีหน้าที่ที่ต้องสอนให้รู้ว่าอะไรคือ สิ่งที่ถูกที่ควร เมื่อเด็กคิดผิด เราก็ต้องพยายามชักจูงแก้ไข

ถึงแม้เกิดความรักและห่วงใยแต่ก็เป็นความเชื่อที่ไม่สอดคล้องกับการจัดการศึกษาแบบนี้ ให้คิดถึงข้อเท็จจริงที่เราเองก็รู้อยู่เต็มอกว่า

....มีหนังสือ หนังสือการ์ตูนปกขาว ขายกันทั่วไป ใครๆ ก็เห็นและซื้อได้ด้วยเงินไม่กี่บาท แต่ครูก็ทำเหมือนว่าเด็กคงมองไม่เห็น และคงไม่อยากรู้อะไร

....เยาวชนเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ง่ายขึ้น มีเรื่องไปในเว็บมากมายที่ยังกักไม่ได้ จะมีสักกี่คนที่หลุดรอดไม่เคยได้เห็น...นอกจากครู

....เพื่อนเขาอยู่กันเป็นคู่ๆ เวลาไปไหนด้วยกันเขาก็กอดกันกลมให้ใครๆ เห็นจนเป็นเรื่องธรรมดา ครูทำเหมือนว่าทุกคนยังไร้เดียงสาทางเพศ

ดังนั้นเราอาจจะเข้าไปด้วยซ้ำถ้าเรายังจัดการศึกษาบนข้อสันนิษฐานที่ว่าเยาวชนยังไม่มี ความสนใจและยังไม่มีประสบการณ์ทางเพศ และเราไม่ควรรีบสร้างเงื่อนไขไปกระตุ้นให้มาสนใจ

เรื่องเพศ ความจริงเรากำลังทอดทิ้งหน้าที่ด้วยซ้ำไป เมื่อคิดถึงว่าเยาวชนที่เห็นหน้ากันอยู่ทุกวันนี้ พวกเขามีกิจกรรมทางเพศโดยที่ไม่เคยมีใครช่วยให้รู้ว่าคุณสัมพันธ์นั้นมีหลายแบบและหลายวิธี และสิ่งที่พวกเขาทำอยู่อาจเป็นไปได้โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ แล้วเรายังจะปล่อยให้ “ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์” นี้เกิดต่อไปเช่นนี้หรือ

การจัดเพศศึกษาด้วยการให้ประสบการณ์ตรงนั้น จึงไม่ใช่การชี้โพรงให้กระรอก หรือเปิดหูเปิดตาให้ผู้ที่ยังไม่รู้เดียงสาได้ก้าวกระโดด แต่เป็นการทำงานที่หวังให้เกิดผลดีอย่างแท้จริงกับผู้เรียน ด้วยการเริ่มต้นที่สถานการณ์จริงของผู้เรียน ร่วมคิด ร่วมวิเคราะห์กับผู้เรียนเพื่อให้พวกเขา มีความเข้าใจถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้น ได้มองเห็นทางเลือกที่หลากหลายมากขึ้น และได้ทบทวนค่านิยมของยุคสมัย ให้รู้เท่าทันก่อนที่จะถูกโน้มน้าวไปด้วยวิธีการทางการตลาด การจัดการศึกษาแบบนี้ สิ่งเดียวที่สำคัญที่สุดที่ผู้สอนต้องเปลี่ยนแปลงคือ ให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ไม่ใช่ผู้สอนเป็นศูนย์กลาง จากนั้น เนื้อหาและวิธีการเป็นเรื่องที่อยู่ในวิสัยที่เราจะค้นคว้าหาทางไปด้วยกันกับผู้เรียน และผู้ร่วมวิชาชีพในที่ต่างๆ ซึ่งไม่น่าจะมีสิ่งใดที่ยากเกินกำลัง

บทเรียนการจัดเพศศึกษาเข้าสู่หลักสูตรสถานศึกษา

จากประสบการณ์การทำงานร่วมกับสถานศึกษาในโครงการก้าวอย่างเข้าใจ พบว่า เป้าหมายในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างเป็นระบบเพื่อให้เยาวชนทุกคนและทุกระดับชั้นได้เรียนรู้อย่างต่อเนื่อง โดยนำ “เพศศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษา”^๑ คือ จัดให้มีการเรียนรู้หรือชั่วโมงเพศศึกษาในทุกระดับชั้นๆ ละไม่น้อยกว่า ๑๖ ชั่วโมงต่อปีการศึกษา โดยจัดให้มีชั่วโมงเพศศึกษาอย่างชัดเจน หรือเปิดเป็นสาระเพิ่มเติม รวมทั้งสนับสนุนกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องเพศสำหรับเยาวชนนอกหลักสูตรหรือนอกห้องเรียนควบคู่ไปด้วย ซึ่งในคู่มือฯ นี้ได้เสนอแผนการเรียนรู้ชั้นละ ๑๖ ชั่วโมงไว้แล้ว

อย่างไรก็ตาม ความสนใจของผู้บริหารและความร่วมมือจากครูในสถานศึกษาเป็นจุดเริ่มต้นสำคัญที่จะวางแผนและเตรียมความพร้อมในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาสู่การปฏิบัติจริง และสอดคล้องกับสถานการณ์เยาวชนในแต่ละพื้นที่

จากประสบการณ์โครงการก้าวอย่างเข้าใจตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๔๖ จนถึง ๒๕๕๑ พบว่า ปัจจัยที่ช่วยให้สถานศึกษามีความพร้อมและความสามารถในการจัดให้มีกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชนในสถานศึกษาได้จริง มีดังนี้

^๑ สนใจตัวอย่างและประสบการณ์การจัดเพศศึกษาในโครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา สามารถดูได้ที่ www.teenpath.net

๑. ความเข้าใจและการสนับสนุนของผู้บริหารสถานศึกษา ^๒

การบริหารจัดการเชิงนโยบายเรื่องเพศศึกษาของผู้บริหาร จะเกิดขึ้นได้เมื่อผู้บริหารเข้าใจ เป้าหมายและสาระสำคัญของเพศศึกษาแบบรอบด้านว่าครอบคลุมทั้งการให้ข้อมูลเรื่องเพศที่ถูกต้อง รอบด้าน การส่งเสริมให้เยาวชนสำรวจทัศนคติที่แตกต่าง การสร้างคุณค่า ความมั่นใจในตนเอง การจัดการความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง การมีทักษะการสื่อสาร และทักษะอื่นๆ ที่ช่วยให้เยาวชน สามารถดำเนินชีวิตอย่างรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น

การประชุมชี้แจงผู้บริหารสถานศึกษาเป็นขั้นตอนสำคัญ เพื่อให้ผู้บริหารรับทราบเป้าหมาย ของเพศศึกษารอบด้าน เห็นขอบเขตเนื้อหาหลักสูตรและความจำเป็นในการจัดกระบวนการเรียนรู้ อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งเพื่อปรึกษาหารือเกี่ยวกับแนวทางการจัดเพศศึกษา ให้เป็นส่วนหนึ่งของการ เรียนการสอน และการนำเสนอตัวอย่างประสบการณ์ด้านบริหารจัดการเพศศึกษาในสถานศึกษา อื่นๆ

การสร้าง ความเข้าใจที่ชัดเจนตั้งแต่แรกของผู้บริหารเช่นนี้ จะนำไปสู่ความร่วมมือและการ สนับสนุนอื่นๆ ตามมา

๒. การประชุมชี้แจงปรึกษาหารือระหว่างผู้บริหารกับครูในสถานศึกษา

นอกจากจะเป็นสัญญาณที่ดีในการสร้างการมีส่วนร่วมของคณะครูในการทำงานเพศศึกษา แล้ว การประชุมร่วมกับคณะครูภายในสถานศึกษายังเป็นการเตรียมความพร้อมในการวางแผน หลักสูตร และช่วยให้การวางแผนเนื้อหาเพศศึกษามี “ที่ทาง” ในหลักสูตรสถานศึกษาอย่างชัดเจน ขึ้น ส่งผลต่อการคัดเลือกครูที่เหมาะสมและสนใจเข้าอบรมการเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เรื่อง เพศศึกษาต่อไป

^๒ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ องค์การแพธ, แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้านในสถานศึกษา สำหรับผู้บริหาร สถานศึกษา (กรุงเทพฯ, ๒๕๕๐).

นอกจากนี้ การประชุมปรึกษาหารือกับครูแต่ละสาระวิชาว่า จะมีบทบาทหรือสนับสนุนการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาให้เกิดประโยชน์ต่อผู้เรียนมากที่สุดได้อย่างไร จะช่วยให้ทุกฝ่ายในสถานศึกษามีส่วนร่วมและช่วยกันดำเนินงานไปในทิศทางเดียวกัน

๓. การพัฒนาศักยภาพครูผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา

ผู้บริหารควรคัดเลือกครูที่มีความพร้อมและสนใจ รวมทั้งเป็นผู้รับผิดชอบการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยตรงเข้าอบรมด้วย “หลักสูตรการเตรียมความพร้อมครูในการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา”^๓

ในโครงการก้าวอย่างเข้าใจ การอบรมครูใช้เวลา ๔ วัน ครอบคลุมเนื้อหา ๓ ประเด็น คือ เพศวิถี (Sexuality) การจัดการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential Learning) และการพัฒนาเยาวชนในเชิงบวก (Positive Youth Development) เพื่อให้ครูตระหนักถึงบทบาทที่ต้องเปลี่ยนแปลงจาก “ครูผู้สอน” เป็น “ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้” เรื่องเพศ

อย่างไรก็ตาม การอบรมเป็นเพียงการนำครูเข้าสู่เนื้อหาและกระบวนการในเบื้องต้น แต่การเรียนรู้ของครูโดยเฉพาะทัศนคติเรื่องเพศ และความเชื่อมั่นต่อศักยภาพของเยาวชน จะเกิดขึ้นได้จริงก็ต่อเมื่อครูผู้สอนผ่าน “กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์” จากการได้ลงจัดการเรียนรู้จริง

นอกจากนี้ ยังพบว่า การให้รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ หัวหน้ากลุ่มสาระ และหัวหน้ากลุ่มนิเทศการสอนเข้าร่วมการอบรมเรื่องการจัดกระบวนการเรียนรู้และการโค้ชครูเพศศึกษาจะช่วยให้การผลักดันและการสนับสนุนการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาในสถานศึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

^๓ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ องค์กรแพธ, แนวคิดในการออกแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับครูและผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาสำหรับเยาวชน (กรุงเทพฯ, ๒๕๕๐).

๔. การวางแผนหลักสูตรเพศศึกษาในสถานศึกษา

เมื่อบุคลากรในสถานศึกษามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด เนื้อหา และกระบวนการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศอย่างทั่วถึงแล้ว การประชุมเพื่อวางแผนหลักสูตรถือเป็นขั้นตอนสำคัญที่ผู้บริหารฝ่ายวิชาการและครูจะช่วยกันศึกษา วิเคราะห์ และจัดวางแผนการเรียนรู้แต่ละแผนว่าสอดคล้องกับสาระและมาตรฐานการเรียนรู้รายกลุ่มสาระใดบ้าง

กรณีสถานศึกษาไม่พร้อมที่จะจัดการเรียนรู้เรื่องเพศ ๑๖ ชั่วโมงต่อปีการศึกษาแก่เยาวชนทุกระดับชั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่ครูแต่ละสาระซึ่งผ่านการอบรมมาแล้วจะปรึกษาวางแผนว่า แต่ละคนจะจัดแบ่งแผนการเรียนรู้ใดให้เหมาะกับพัฒนาการของผู้เรียนแต่ละวัย เพื่อให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างต่อเนื่อง และเพื่อป้องกันการซ้ำซ้อนระหว่างสาระ พร้อมวางแผนทางประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนแต่ละระดับชั้นไว้ด้วย

๕. การติดตามสนับสนุนวิชาการแก่ครูเพื่อพัฒนาการเรียนรู้และทักษะ: (Coaching)

เป็นกระบวนการช่วยเหลือเพื่อให้ครูเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องเมื่อมีประสบการณ์การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศกับเยาวชนแล้ว ทั้งนี้ การติดตามมิใช่การประเมินการสอนของครู แต่ผู้ติดตาม/โค้ช (ผู้นิเทศ) จะช่วยสะท้อนกระบวนการจัดการเรียนรู้ว่าทำให้ผู้เรียนบรรลุวัตถุประสงค์มากน้อยเพียงใด และทำงานร่วมกับครูเพื่อค้นหาวิธีที่พัฒนาการจัดการเรียนรู้ให้ดีขึ้น ผู้นิเทศ (Coach) อาจเป็นบุคลากรภายนอก เช่น ศึกษานิเทศก์ ฯลฯ หรือจากภายในสถานศึกษา เช่น รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา ฯลฯ ซึ่งควรผ่านการอบรมทั้งในด้านการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาและทักษะการเป็นผู้นิเทศมาแล้ว

๖. การสร้างสภาพแวดล้อมในสถานศึกษา และนอกสถานศึกษากับผู้ปกครอง

การประชุมชี้แจงครูทั้งหมดในสถานศึกษา เพื่อให้รับทราบแผนการดำเนินงานจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างทั่วถึงกัน และเพื่อสร้างความเข้าใจเบื้องต้นร่วมกันเกี่ยวกับเป้าหมายและสาระสำคัญของเพศศึกษาที่จะจัดให้มีขึ้นแก่เยาวชนในสถานศึกษา จะนำไปสู่การประสานความร่วมมือระหว่างครูแต่ละกลุ่มสาระวิชาต่างๆ ที่จะทำให้แผนงานดังกล่าวดำเนินไปด้วยดี

ความเข้าใจและการสนับสนุนของผู้ปกครองก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ผู้บริหารสถานศึกษาและครูผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ควรให้ความสำคัญ โดยจัดกิจกรรมตามความพร้อมของสถานศึกษา เช่น การประชุมชี้แจงคณะกรรมการสถานศึกษาหรือสมาคมผู้ปกครอง - ครู หรือการอบรมเพศศึกษาแก่ผู้ปกครองที่สนใจ การส่งจดหมายแจ้งให้ผู้ปกครองทราบ ฯลฯ

๗. การเปิดโอกาสและสนับสนุนให้เยาวชนมีบทบาทและศักยภาพ

นอกเหนือจากการเรียนรู้เพศศึกษาในชั้นเรียนจากครูผู้จัดกระบวนการเรียนรู้แล้ว เยาวชนควรได้รับการสนับสนุนส่งเสริมศักยภาพการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่เกิดจากความสมัครใจของผู้เรียน และมุ่งพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์เพิ่มเติมจากกิจกรรมในกลุ่มสาระ เช่น การมีชุมนุมหรือชมรม เป็นต้น

แนวทางการทำงานเพื่อส่งเสริมศักยภาพเยาวชนในโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจมีพื้นฐานจากแนวคิด “การพัฒนาเยาวชนเชิงบวก” ^๔ (Positive Youth Development) ที่มองว่าเยาวชนเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญของการพัฒนาสังคม ผู้ใหญ่หรือผู้ดูแลเยาวชนจึงมีหน้าที่สนับสนุนให้เยาวชนมีบทบาทเข้าถึงทรัพยากร และมีความเป็นหุ้นส่วนที่เท่าเทียมกัน โดยเปิดโอกาสให้เยาวชนมีส่วนร่วมและได้แสดงศักยภาพตามที่เขานัดและสนใจ แม้ว่าสิ่งที่เยาวชนคิดหรือแสดงออกมาอาจจะไม่สอดคล้องกับความคิด ความเห็น ความเชื่อที่ผู้ใหญ่มีอยู่

ดังนั้น การเตรียมความพร้อมของครูหรือผู้ปฏิบัติงานกับเยาวชนจึงเป็นเรื่องจำเป็นเช่นกัน เพื่อให้ครูหรือคนทำงานได้พัฒนาความเชื่อมั่นของตนเองต่อศักยภาพเยาวชน พร้อมมีทักษะพื้นฐานในการเรียนรู้และทำงานควบคู่ไปกับเยาวชนอย่างเต็มที่ ^๕

^๔ ภาวนา เหวียนระวี, “เยาวชนไม่มีปัญหา แต่อยากมีโอกาส,” ไขความลับ รุ่นเรา เราเลือก เรารับผิดชอบได้” บันทึกประสบการณ์สองปีแรกของเยาวชนและคนทำงาน โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ (กรุงเทพฯ: พี.เอส. ซัพพลาย, ๒๕๔๙), หน้า ๗๓-๗๔.

^๕ โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ องค์การแพธ, คู่มือการจัดกิจกรรมเยาวชนเสริมหลักสูตรเพศศึกษา (กรุงเทพฯ, ๒๕๕๐).

๘. การประสานงานกับหน่วยงานบริการสุขภาพสังคมสำหรับเยาวชน

ก่อนเริ่มดำเนินการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา ควรมีการสำรวจแหล่งบริการสุขภาพและสวัสดิภาพสำหรับเยาวชนที่มีอยู่ในชุมชนทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น โรงพยาบาล สถานีอนามัย ศูนย์บริการสาธารณสุข หน่วยงานรับเรื่องราร้องทุกข์ บ้านพัก ฯลฯ ว่ามีมากน้อยเพียงใด มีคุณภาพและลักษณะการบริการเป็นอย่างไร

ทั้งนี้ หากสถานศึกษาได้ทำความรู้จักกับบุคลากรในหน่วยงานต่างๆ ไว้ล่วงหน้า จะทำให้การประสานงานเป็นไปอย่างสะดวกรวดเร็วขึ้นเมื่อต้องการความช่วยเหลือหรือกรณีฉุกเฉิน ความร่วมมือระหว่างสถานศึกษาและองค์กรในชุมชนเช่นนี้เป็นจุดเริ่มต้นที่อาจพัฒนาเป็นเครือข่ายการทำงานเพื่อสนับสนุนและช่วยเหลือให้เยาวชนได้เข้าถึงบริการต่างๆ อย่างปลอดภัย

นอกจากการประสานงานกับองค์กรภายนอกแล้ว สถานศึกษาควรจัดบริการหรือสร้างสภาพแวดล้อมภายในสถานศึกษาเอง เพื่อส่งเสริมให้เยาวชนตระหนักว่า ความสนใจและการดูแลสุขภาพทางเพศเป็นความรับผิดชอบของทุกคน มิใช่เรื่องน่าอายที่จะหาข้อมูลหรือขอคำแนะนำจากผู้ใหญ่ที่ไว้วางใจหรือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง โดยไม่ต้องรอให้มีปัญหา ก่อน เช่น การจัดบริการปรึกษาโดยครูหรือเยาวชนด้วยกัน มุมสื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง กิจกรรมรณรงค์เพศศึกษาโดยเยาวชนในสถานศึกษา เป็นต้น

๙. การประสานงานช่วยเหลือระหว่างสถานศึกษากับหน่วยงานต่างๆ

การพัฒนากระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชนจะมีประสิทธิภาพมากขึ้น เมื่อองค์กรต่างๆ ในชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมสนับสนุนช่วยเหลือสถานศึกษา เช่น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หน่วยงานราชการที่มีหน้าที่ดูแลคุ้มครองเด็กและเยาวชน กลุ่มผู้ปกครอง ฯลฯ

อย่างไรก็ตาม ความร่วมมือจะเกิดขึ้นได้จริงก็ต่อเมื่อ ผู้บริหารสถานศึกษาและครูเห็นความสำคัญของการพัฒนาเยาวชนในมิติที่รอบด้านมากขึ้น และเชื่อมั่นว่า เมื่อเยาวชนได้ผ่านกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาที่มีคุณภาพและต่อเนื่องจะทำให้เยาวชนเติบโตอย่างมีความสุขและมีสุขภาวะที่ดี โดยผ่านการมีส่วนร่วมและการสนับสนุนของผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้องทั้งในและนอกสถานศึกษา

๑๐. การประเมินผลการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา

ในคู่มือฯ นี้ได้ระบุรูปแบบการประเมินผลในชั้นเรียนไว้ คือ ให้ผู้จัดกระบวนการฯ สังเกตการมีส่วนร่วม การใช้เหตุผล ในการคิด วิเคราะห์ แยกแยะ และทักษะการสื่อสารของผู้เรียน ในการอธิบาย พูดคุยแลกเปลี่ยน รวมทั้งใช้คำถามท้ายแผนการเรียนรู้แต่ละแผนให้ผู้เรียนช่วยกันหาคำตอบ

นอกจากการประเมินผลผู้เรียนในชั้นเรียนแล้ว ครูผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาควรช่วยกันวางแผนการประเมินผลในลักษณะรวบยอด ที่สามารถประเมินการเปลี่ยนแปลงหรือวัดผลที่มีต่อผู้เรียนหลังผ่านกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาในแต่ละปีการศึกษา หรือติดตามผลระยะยาว ที่เกิดกับผู้เรียนที่ได้เรียนแบบต่อเนื่องในทุกปีการศึกษา

พบกันทุกวันอังคาร^๑ กับเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คุณหญิงกษมา วรวรรณ ณ อยุธยา

วันอังคารที่ ๒๑ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๑

“...จากเรื่องประวัติศาสตร์ขอเปลี่ยนบรรยากาศมาที่ **เรื่องเพศศึกษา** ซึ่งมีสถานการณ์เกือบตรงกันข้ามกันคือ นักเรียนสนใจมาก แต่โรงเรียนไม่ค่อยสอน องค์การแพธ (PATH) ที่ได้เป็นพันธมิตรกับ สฟฐ. และหน่วยงานทางการศึกษามาช้านาน ได้ช่วยขับเคลื่อนงานเพศศึกษามาตั้งแต่ยังเป็นหัวข้อที่ไม่มีใครกล้าพูดกล้าจัดในโรงเรียน คงมีแต่ครูแนะแนว ครูวิทยาศาสตร์ หรือครูกลุ่มสาระอื่นที่เข้าใจและเห็นปัญหาของนักเรียนจัดในรูปแบบของชมรม หรือค่ายสำหรับนักเรียนที่สนใจ

ดิฉันจำได้ว่าเมื่อมารับตำแหน่งอธิบดีกรมสามัญศึกษา ได้ไปเยี่ยมโรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม ช่วงปิดเทอม และได้เห็นนักเรียนมาที่โรงเรียนจำนวนหนึ่ง สอบถามได้ความว่า จะไปเข้าค่ายเพศศึกษา จึงตามไปดู จำได้ว่าเป็นค่ายที่ครูแนะแนวจัดร่วมกับองค์การ PATH สิ่งที่ได้เห็นแล้วต้องกลับมาคิดคือ ความสนใจของนักเรียนทุกระดับทั้ง เก่ง ไม่เก่ง เกเร ไม่เกเร และคำถามที่นักเรียนถามล้วนแต่ลึก จนคนแก่ๆ อย่างเราคาดไม่ถึง ทั้งยังมีกิจกรรมเรียนรู้ที่แปลกใหม่ เช่น กิจกรรมแล่นน้ำที่สมัยนั้นยังไม่เคยได้เห็นได้ยินมาก่อน นับเนื่องจากนั้น กรมสามัญศึกษาจึงส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมเข้าค่ายเพศศึกษา ซึ่งก็จัดด้วยความกล้าๆ กลัวๆ เพราะความเห็นที่ขัดแย้งยังมีมากขนาดอาจารย์นคร สันติโยธิน ผู้เปิดห้องกุหลาบขาวสอนเรื่องเพศศึกษาที่โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย อย่างได้ผล ยังเคยถูกวิพากษ์วิจารณ์ขึ้นหน้าหนึ่งทางหนังสือพิมพ์ แต่สิ่งที่ทำให้มั่นใจว่าเรามาถูกทางคือ กระแสการตอบรับจากผู้ปกครองที่โทรศัพท์มาสอบถามและนำลูกหลานมาสมัครเข้าค่ายด้วยตนเองอย่างล้นหลาม

^๑ จากคอลัมน์ในเว็บไซต์สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน www.obec.go.th

จากนั้น เมื่อไปอยู่ที่สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ ก็ได้พยายามผลักดันให้มีการสอนเพศศึกษา โดยพัฒนาจากการจัดเป็นค่ายหรือเป็นชุมนุม โดยได้มีโครงการนำร่องในทุกเขตพื้นที่การศึกษา แต่ความกล้าๆ กลัวๆ ก็ยังไม่คลาย แม้แต่ในระดับนโยบาย ท่านรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงศึกษาธิการ (นายอารีย์ วงศ์อารยะ) ก็ให้การสนับสนุนโครงการเป็นอย่างดี แต่ผู้บริหารท่านต่อมาก็บอกว่า ถ้าทำ ก็ทำเจียบๆ ไม่ต้องขยายวงกว้างขวางในการนำร่อง จึงมีการอบรมทำความเข้าใจกับกรรมการสถานศึกษา และผู้ปกครองไปพร้อมกับครู และก็ต้องแปลกใจอีกเช่นกัน ที่ผู้ปกครองและกรรมการสถานศึกษาต่างตอบรับเป็นอย่างดี หลายคนปรารถนาว่า น่าจะทำมานานแล้ว ปัจจุบันทราบว่าได้ขยายไป ๗,๐๐๐ กว่าโรงเรียนแล้ว แต่ก็ยังมีปัญหาอีกพอสมควร ดังที่เพื่อนครูได้เล่าให้ฟัง

ความก้าวหน้าระยะต่อไป เกิดขึ้นเมื่อองค์การ PATH สามารถสนับสนุนให้สถานศึกษา ในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา เปิดสอนเป็นรายวิชา และดิฉันได้ไปเยี่ยมที่จังหวัดนครศรีธรรมราช จำได้ว่าเคยเล่าใน “พบกันทุกวันอังคาร” ว่า ครูผู้สอนเป็นสาวโสด แต่ได้รับการพัฒนาอย่างดี จึงสอนได้ไม่ติดขัด อาจารย์เล่าว่า เป็นวิชาเดียวที่นักศึกษาไม่ขาดเลย มาวันนี้ด้วยความร่วมมือช่วยเหลือจากองค์การ PATH เรามีโรงเรียนต้นแบบที่สามารถสอนเพศศึกษา จำนวน ๑๖ ชั่วโมงต่อปี บางแห่งสอน ๑๖ ชั่วโมงต่อภาคเรียน หลาย สพท. สามารถเปิดสอนได้ในโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลาม โดยเชื่อมโยงกับการสอนในศาสนา มีโรงเรียนที่ผ่านการประเมินขององค์การ PATH ถึง ๗๗ โรงเรียน แต่ก็ที่น่าหนักใจที่มีหลาย สพท. ยังไม่มีโรงเรียนต้นแบบเลยถึง ๑๐๗ สพท. ใน ๕๐ จังหวัด

นอกจากขยายจำนวนโรงเรียนอย่างกว้างขวาง องค์การ PATH ได้มีบทบาทสำคัญในการสร้างความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศศึกษาว่า มิใช่เรื่องพฤติกรรมทางเพศเท่านั้น แต่ได้ครอบคลุมเรื่องพัฒนาการของมนุษย์ เรื่องสัมพันธ์ภาพ ทักษะส่วนบุคคล เช่น การให้คุณค่า การตัดสินใจ การสื่อสาร เรื่องพฤติกรรมและสุขภาพทางเพศ ตลอดจนบทบาทของภาคส่วนต่างๆ ในสังคมที่จะสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา องค์การ PATH ยังได้ริเริ่มรูปแบบที่น่า

สนใจมากมายที่เปิดโอกาสให้เด็กและชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม ดังจะเห็นได้จากการไปชมนิทรรศการ มีทั้งการจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการ วิทยาลัยเทคนิคแห่งหนึ่งบูรณาการเพศศึกษากับการสอนวิชาไฟฟ้า!!

จากการไปร่วมประชุมได้รับทราบถึง ความมุ่งมั่นตั้งใจของโรงเรียนแกนนำที่จะทำงานเรื่องนี้ หลายโรงเรียน เช่น โรงเรียนบ้านเม็กใหญ่ จังหวัดอุบลราชธานี เล่าว่า หลังจากทำเรื่องระบบดูแลนักเรียน ทำให้เห็นปัญหาและตระหนักดีว่าจำเป็นต้องปลูกฝังในเรื่องเพศศึกษา แต่ก็เตือนว่า ถ้าสอนแบบครึ่งๆ กลางๆ อาจเป็นภัยได้ ผู้บริหารมีบทบาทสำคัญ แต่ปัญหาอยู่ที่ผู้บริหารเปลี่ยนบ่อย ทำให้งานไม่ต่อเนื่อง หลายโรงเรียนที่ทำได้ดี มีการอบรมผู้บริหารทั้งโรงเรียนทำให้การต่อต้านน้อยลง มีการบูรณาการและเชื่อมโยงมากขึ้น

มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ ผูกให้ สพฐ. ให้ความสำคัญแก่ทีมงานที่ทำเรื่องเพศศึกษา เพราะโรงเรียนมักจะเน้นครูที่สอนวิชาที่จะนำไปสู่การคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยมากกว่า มีข้อเสนอให้จัดโอกาสให้ครูที่ทำงานด้านนี้ได้พบกันอย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมให้เด็กๆ มีส่วนร่วมมากยิ่งขึ้น และพยายามส่งเสริมให้โรงเรียนจัดเวทีให้ความรู้ผู้ปกครองเรื่องต่างๆ เช่น เรื่องแก้ปัญหาการติดเกม เรื่องเพศศึกษาสำหรับวัยรุ่น ฯลฯ ซึ่งจะดึงดูผู้ปกครองมาโรงเรียนได้มาก เพราะผู้ปกครองมักจะไม่มาที่ไรก็พูดแต่เรื่องของโรงเรียน แต่ถ้าหากมาโรงเรียนแล้วพูดเรื่องของคุณๆ จะได้รับความสนใจอย่างมาก

ปัญหาใหญ่ที่ถามกันมากคือ หลักสูตรแกนกลางจะทำให้ความคล่องตัว ในการสอนเพศศึกษาลดไปหรือไม่? อาจารย์จนิมา เจริญสุข หัวหน้ากลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว สวก. ได้แจ้งให้ทราบว่า หลักสูตรแกนกลางดังกล่าว ไม่ทำให้ความคล่องตัวในการสอนเพศศึกษาลดลง โดยเนื้อหาได้ครอบคลุมตามแนวทางการเรียนรู้เพศศึกษาของ สพฐ. และเอื้อให้โรงเรียนใส่เนื้อหาสาระที่เห็นว่ามีควมจำเป็นมาก ทั้งยังส่งเสริมกิจกรรมการเรียนการสอนที่เป็นบูรณาการ...”

วันอังคารที่ ๑๑ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๑

“...ในปี ๒๕๕๒ นอกจากการดำเนินงานตามนโยบายของ สพฐ. ที่ได้ปรับให้สอดคล้องกับนโยบายของรัฐบาล ดิฉันได้ฝากเรื่องดังต่อไปนี้...

...ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ดิฉันได้ขอบคุณทุก สพท. รวมทั้งเพื่อนข้าราชการใน สพฐ. กว่า ๘๐ คน ที่ได้เดินทางไปเยี่ยมบ้านและช่วยเหลือดูแลอย่างต่อเนื่อง ทั้งยังได้เล่าให้ฟังถึงนักเรียนที่โรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบที่เคยนำเสนอในพจนานุกรมทุกวันอังคารหลายเดือนมาแล้วว่าอาศัยอยู่กับปู่ - ย่า ที่เป็นอัมพาต ทำให้ต้องขาดเรียน เมื่อครูไปเยี่ยมบ้านและพบเหตุการณ์ ได้นำเสนอต่อที่ประชุมคณะกรรมการโรงเรียนที่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงเป็นองค์ประธาน และทรงมีรับสั่งให้ช่วยเหลือ เมื่อพวกเราได้ไปรับเสด็จฯ ที่จังหวัดชัยภูมิ ทรงรับสั่งขึ้นว่า ปัจจุบันสามารถแก้ปัญหาเด็กคนนี้ได้แล้ว ด้วยการนำปู่ - ย่า ไปรับการรักษาที่โรงพยาบาล และฝากเด็กไว้กับพระที่วัดข้างบ้าน พระองค์ท่านยังมีพระเมตตาเข้าบ้านไว้ให้ต่อเนื่องเผื่อว่าปู่ - ย่า อาการดีขึ้นแล้ว จะได้มีบ้านอยู่ ได้ทราบเรื่องนี้แล้ว พวกเราคงมีความซาบซึ้งในน้ำพระราชหฤทัย และถือเป็นแบบอย่างที่จะช่วยเหลือเด็กอย่างครบวงจร นอกจากการเยี่ยมบ้านและการพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนแล้ว ดิฉันได้ฝากเรื่องการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง รวมทั้งเด็กในวัยเล็กที่อาจใช้รูปแบบคาราวานสร้างเด็ก หรือการพัฒนาผู้ปกครองให้เข้าใจในเรื่องจิตวิทยาวัยรุ่น และสามารถร่วมแก้ปัญหาที่วัยรุ่นเผชิญ **รวมทั้งขอให้ สพท. ให้ความสำคัญแก่เรื่องเพศศึกษา การแก้ปัญหาความรุนแรง การติดเกม และเสริมสร้างวินัยเชิงบวกให้มากขึ้น...**”

แหล่งข้อมูลแพศศึกษา เอตส์

และหน่วยงานบริการสำหรับเด็กและเยาวชน

รายชื่อหน่วยงานให้บริการปรึกษาและบริการต่างๆ

ปรึกษากฎหมาย

ศูนย์บริการประชาชน กระทรวงยุติธรรม

เคาน์เตอร์เซอร์วิส บริเวณชั้นลอย อาคารกระทรวงยุติธรรม
๙๙ ถ.แจ้งวัฒนะ ต.คลองเกลือ อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี ๑๑๑๒๐

โทรศัพท์ ๐-๒๕๐๒-๐๘๐๐ บริการตลอด ๒๔ ชั่วโมง

หรือเขียนจดหมายร้องเรียนส่งไปที่ ตู้ ปณ.๓๒ ปณจ.หลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐

สมาคมบัณฑิตสตรีทางกฎหมายแห่งประเทศไทยในพระบรมราชินูปถัมภ์

ถ.สุขุทัย เขตดุสิต กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๒๔๑-๐๗๓๗ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.)

สภานายความแห่งประเทศไทย

เลขที่ ๗/๘๘ อาคาร ๑๐ ถ.ราชดำเนินกลาง แขวงบวรนิเวศ เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๖๒๙-๑๔๓๐ กด ๒ (เวลาราชการ)

ศูนย์ปรึกษาปัญหากฎหมายทางโทรศัพท์

สำนักงานคุ้มครองสิทธิและช่วยเหลือทางกฎหมายแก่ประชาชน สำนักงานอัยการสูงสุด

ถ.รัชดาภิเษก แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

โทรศัพท์ ๑๑๕๗ (เวลาราชการ ไม่พักเที่ยง) ๐-๒๕๑๕-๔๐๔๒

มูลนิธิทองไบ่ ทองเป่าดี

๑๕/๑๓๘-๑๓๙ ซ.เสือใหญ่อุทิศ ถ.รัชดาภิเษก เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๕๔๑-๖๕๑๖, ๐-๒๕๔๑-๖๕๖๘ (เวลาราชการ)

ปรึกษาปัญหาครอบครัว เก็ ก ้วย รุ่ น สุ ข ภ า พ อ น า ม ย ั ก ั ว ั ป

สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์

๗๕/๑ ถ.พระราม ๖ (ตรงข้าม รพ.จามาธิบัติ) แขวงพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

บริการปรึกษา โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๔-๘๓๐๐ (เวลาราชการ)

Teenline โทรศัพท์ ๐๘-๑๙๒๐-๒๕๒๑ (๑๖.๓๐-๐๘.๐๐ น.)

Hotline ้วย รุ่ น คณະแพทยศาสตรั โรงพยาบาลรามาธิบัติ

โรงพยาบาลรามาธิบัติ ถ.พระราม ๖ เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐๘-๗๐๕๓-๕๕๐๐ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

คลินิกเพื่อนใจวัยรุ่น

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี โรงพยาบาลเด็ก

ชั้น ๓ ถ.ราชวิถี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๔-๘๓๓๓-๔๔ ต่อ ๒๓๒๕ (เวลาราชการ)

ศูนย์พึ่งได้ : ช่วยเหลือเด็กหญิงชายถูกทำร้ายทางกายและทางเพศ

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี

ถ.ราชวิถี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๔-๘๓๓๓-๔๔ ต่อ ๒๓๓๑, ๒๓๑๔ และ ๐-๒๓๕๔-๘๒๙๙ (เวลาราชการ)

คลินิกวัยรุ่น ศิริราช

๒ ถ.พรมานนถ แขวงศิริราช เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๑๙-๗๐๐๐ ต่อ ๕๙๙๖ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๐๐-๑๖.๐๐ น.)

สถาบันกัลยาราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต

ถ.พุทธมณฑลสาย ๔ เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๗๐

โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๙-๙๑๙๑ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

ศูนย์วิจัยและพัฒนาเพศศาสตร์ศึกษา

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อาคารสถาบัน ๒ ซ.จุฬา ๖๒ ถ.พญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ ๑๐๓๓๐

โทรศัพท์ ๐-๒๒๑๘-๘๔๓๔-๕ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๕.๓๐ น.)

มูลนิธิศูนย์ฮอตไลน์

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

โรงพยาบาลราชวิถี - ปรึกษาสุขภาพทั่วไป

๒ ถ.พญาไท แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐
โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๕-๘๑๖๕, ๐-๒๖๔๔-๗๐๐๐-๑๓ ต่อ ๒๖๐๗ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๓๐-๑๖.๐๐ น.)

ศูนย์ประชาชนดี

กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
๑๐๓๔ ถ.กรุงเกษม แขวงมหานาค เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพฯ ๑๐๑๐๐
โทรศัพท์ ๑๓๐๐ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

กองสังคมสงเคราะห์ สำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร

โทรศัพท์ ๐-๒๒๔๗-๘๑๘๔

คลินิกกามโรค โรงพยาบาลบางรัก

๑๘๙ ถ.สาทรใต้ เขตสาทร กรุงเทพฯ ๑๐๑๒๐
โทรศัพท์ ๐-๒๒๘๖-๐๔๓๑, ๐-๒๒๘๖-๐๖๐๘

นนทบุรี

โรงพยาบาลศรีธัญญา

ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี ๑๑๐๐๐
โทรศัพท์ ๐-๒๕๒๖-๓๓๕๒ (เวลาราชการ)

สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี ๑๑๐๐๐
โทรศัพท์ ๐-๒๕๒๕-๒๙๗๙, ๐-๒๕๒๗-๐๒๘๘-๙๙ ต่อ ๘๒๐๘-๙

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี ๑๑๐๐๐
โทรศัพท์ ๐-๒๕๙๐-๔๑๒๑, ๐-๒๕๙๐-๔๔๔๗

กองวางแผนครอบครัวและประชากร กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี ๑๑๐๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๕๕๐-๔๑๖๘

นครปฐม

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

ถ.พุทธมณฑลสาย ๔ อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๘๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๔๑-๐๖๐๖-๙

นครสวรรค์

โรงพยาบาลจิตเวชนครสวรรค์ ราชนครินทร์

๒ หมู่ที่ ๔ ต.ท่าน้ำอ้อย อ.พยุหะคีรี จ.นครสวรรค์ ๖๐๑๓๐

โทรศัพท์ ๐๕๖-๒๖๗-๒๘๐ (เวลาราชการ), ๐๕๖-๒๖๗-๒๗๙ (นอกเวลาราชการทุกวัน)

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์

๔๓ ถ.อรรถกวี ต.ปากน้ำโพ อ.เมือง จ.นครสวรรค์ ๖๐๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๕๖-๒๒๘-๖๘๗ ต่อ ๕๒๐๒ (เวลาราชการ)

เชียงใหม่

โรงพยาบาลสวนปรุง

๑๓๑ ถ.ช่างหล่อ ต.หายยา อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๕๓-๒๗๖-๗๕๐ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

สถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์

ถ.พัฒนาการ ต.ดอนแก้ว อ.แม่ริม จ.เชียงใหม่ ๕๐๑๘๐

โทรศัพท์ ๐๕๓-๘๙๐-๒๔๕ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

สุราษฎร์ธานี

โรงพยาบาลสวนสราญรมย์

ถ.พุนพิน ต.ท่าข้าม อ.พุนพิน จ.สุราษฎร์ธานี ๘๔๑๓๐

โทรศัพท์ ๐๗๗-๓๑๒-๑๔๖ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี

ถ.ศรีวิชัย ต.มะขามเตี้ย อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี ๘๔๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๗๗-๒๗๒-๒๓๑ ต่อ ๒๐๕๓, ๒๐๕๔ (เวลาราชการ)

สงขลา

โรงพยาบาลจิตเวชสงขลานครินทร์

ถ.ไทรบุรี อ.เมือง จ.สงขลา ๙๐๐๐๐

โทรศัพท์ ๑๓๒๓ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

อุบลราชธานี

โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์

๒๑๒ ถ.แจ้งสนิท อ.เมือง จ.อุบลราชธานี ๓๔๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๔๕-๒๘๑-๐๔๘ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

๐๔๕-๓๑๓-๕๕๐, ๐๔๕-๓๑๕-๐๖๐ (เวลาราชการ)

โครงการเพื่อนวัยใสเข้าใจเอเดส์

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

ต.เมืองศรีโค อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ๓๔๑๙๐

โทรศัพท์ ๐๔๕-๒๘๘-๕๒๓ (เวลาราชการ)

นครราชสีมา

โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชชนนครินทร์

ถ.ข้างฝือก ต.ในเมือง อ.เมือง จ.นครราชสีมา ๓๐๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๔๔-๓๔๒-๖๘๘ (เวลาราชการ)

โรงพยาบาลมหाराชา นครราชสีมา

ถ.ช้างเผือก ต.ในเมือง อ.เมือง จ.นครราชสีมา ๓๐๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๕๔-๒๓๕-๐๕๒ (เวลาราชการ)

ขอนแก่น

โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์

ถ.ชาตะมดุง ต.ในเมือง อ.เมือง จ.ขอนแก่น ๔๐๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๕๓-๒๒๗-๔๒๒ ต่อ ๒๓๑๔ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

นครพนม

โรงพยาบาลจิตเวชนครพนม

ถ.นครพนม-ท่าอุเทน ต.อาจสามารถ อ.เมือง จ.นครพนม ๕๘๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๕๒-๕๙๓-๑๓๖ (เวลาราชการ)

๐๕๒-๕๙๓-๑๑๐-๑๒ (นอกเวลาราชการทุกวัน)

เลย

โรงพยาบาลจิตเวชเลยราชนครินทร์

หมู่ที่ ๔ ต.นาอาน อ.เมือง จ.เลย ๔๒๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๕๒-๘๑๔-๘๙๓ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

ปรึกษาปัญหาด้านสิทธิผู้หญิง และเด็ก

กองคุ้มครองสวัสดิการแรงงานเด็ก

โทรศัพท์ ๑๕๔๖

มูลนิธิพิริวา หงสกุล เพื่อเด็กและสตรี

๘๔/๑๔ ถ.รังสิต-นครนายก (คลอง ๗) ต.ผักกูด อ.ธัญบุรี จ.ปทุมธานี ๑๐๑๒๐

หรือที่ ตู้ ปณ. ๒๒๒ ธัญบุรี

โทรศัพท์ ๑๑๓๔ (เฉพาะกรุงเทพฯ และปริมณฑล)

๐-๒๕๕๗๗-๐๕๐๐-๑, ๐-๒๕๕๗๗-๐๕๓๖-๘ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๘.๐๐ น.)

- ๒๔๘ -

คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

มูลนิธิผู้หญิง

๒๙๕ ซ.เจริญสนิทวงศ์ ๖๒ เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๓๓๓-๕๑๔๙, ๐-๒๔๓๕-๑๒๔๖ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.)

มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

๑๘๕/๑๖ ถ.เจริญสนิทวงศ์ ๑๒ แขวงท่าพระ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพฯ ๑๐๖๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๑๒-๑๑๙๖, ๐-๒๔๑๒-๐๗๓๙ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๗.๐๐ น.)

ปรึกษาปัญหาด้านยาเสพติด

บ้านอบอุ่นใจ

๓๒/๑๒ หมู่บ้านพฤษชาติ ซ.๓๒ ถ.สุขาภิบาล ๓ แขวงสะพานสูง เขตบึงกุ่ม กรุงเทพฯ ๑๐๒๔๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๗๓-๘๓๗๕ (เวลาราชการ)

มูลนิธิกลุ่มแสงเทียน

๕๔๗ วัดบางไส้ไก่ ซ.วิทยาลัยครูบ้านสมเด็จฯ ถ.อิสราภาพ แขวงทิวัญรุจิ เขตธนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๖๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๖๕-๖๑๖๕, ๐-๒๔๗๒-๔๒๑๒ (เวลาราชการ)

เครือข่ายผู้เฒ่า ประเทศไทย

๒๐๕/๘ ซ.ชัยเกียรติ ๑ ถ.งามวงศ์วาน แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๙๕๔-๐๘๗๑ (เวลาราชการ)

เชียงราย

บ้านฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดและสงเคราะห์คนยากจน

๙๕/๗ หมู่ ๑ ต.แม่สลอก อ.แม่ฟ้าหลวง จ.เชียงราย ๕๗๑๑๐

โทรศัพท์ ๐๕๓-๗๖๕-๓๘๖ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง), ๐๘-๖๑๙๕-๒๒๕๑

ชลบุรี

บ้านสันติสุข

๗๗ ต.ห้างสูง อ.หนองใหญ่ จ.ชลบุรี ๒๐๑๙๐

โทรศัพท์ ๐๓๘-๒๑๙-๒๔๑

ปรึกษาท่านวางแผนครอบครัว

คลินิกของสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย (สวท)

คลินิก สวท เวชกรรม บางเขน

๘ ซ.วิภาวดีรังสิต ๔๔ ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๙๔๑-๒๓๒๐ ต่อ ๑๘๑, ๑๘๒ (เวลาราชการ)

คลินิก สวท เวชกรรม ดินแดง

๒/๑๑-๑๓ อาคารพาณิชย์ ๑ ถ.ประชาสงเคราะห์ เขตดินแดง กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๒๔๕-๑๘๘๘, ๐-๒๒๔๕-๗๓๘๒-๕ (เวลาราชการ)

คลินิก สวท เวชกรรม ปิ่นเกล้า

๓/๒๐-๒๑ ถ.อรุณอัมรินทร์ แขวงอรุณอัมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๓๓-๙๐๗๗ (เวลาราชการ)

คลินิก สวท เวชกรรม หาดใหญ่

๒๔๐-๒๔๒ ถ.นิพัทธ์อุทิส ๓ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา ๙๐๑๑๐

โทรศัพท์ ๐๗๔-๒๔๖-๓๔๓ (เวลาราชการ)

คลินิก สวท เวชกรรม ขอนแก่น

๗๕๒-๗๕๔ ถ.ศรีจันทร์ อ.เมือง จ.ขอนแก่น ๔๐๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๔๓-๒๒๓-๖๒๗ (เวลาราชการ)

คลินิก สวท เวชกรรม เชียงใหม่

๒๐๐/๓ ถ.บำรุงราษฎร์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๕๓-๒๔๖-๓๔๗ (เวลาราชการ)

คลินิก สวท เวชกรรม อุบลราชธานี

๑๕๔-๑๕๖ ถ.ศรีณรงค์ อ.เมือง จ.อุบลราชธานี ๓๔๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๔๕-๒๔๓-๓๘๐ (เวลาราชการ)

สมาคมพัฒนาประชากรและชุมชน (PDA)

๖ สุขุมวิท ๑๒ เขตคลองเตย กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๒๒๙-๔๖๑๑-๒๘ ต่อ ๕๑๐, ๕๑๒, ๕๒๔, ๕๒๖ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น.)

สมาคมสุขภาพจิตแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์

๓๕๖/๑๐ ถ.ศรีอยุธยา เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๒๔๗-๙๒๙๒, ๐-๒๒๔๕-๒๗๓๓ (เวลาราชการ)

ปรึกษา/ช่วยเหลือผู้หญิงที่ท้องเมื่อไม่พร้อม

บ้านพักฉุกเฉิน สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรีฯ

๕๐๑/๑ ถ.เดชะตุงคะ เขตดอนเมือง กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๙๒๙-๒๒๒๒ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

สหทัยมูลนิธิ

๘๕๐/๓๓ ถ.สุขุมวิท ๗๑ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๘๖-๘๘๓๔-๖, ๐-๒๓๘๑-๑๓๑๘, ๐-๒๓๙๒-๙๓๙๗ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๓๐-๑๗.๐๐ น.)

บ้านพระคุณ

๑๕/๔๒๕ หมู่บ้านกัลยาเข้าสู่ี ซ.๒ ถ.สุขุมวิท ๑๐๗ ต.สำโรงเหนือ อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

โทรศัพท์ ๐-๒๗๕๙-๗๒๐๑, ๐-๒๗๕๙-๑๒๓๘ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๗.๐๐ น.)

บ้านสายสัมพันธ์ เสถียรธรรมสถาน

เสถียรธรรมสถาน ซ.วัชรพล ถ.รามอินทรา เขตลาดพร้าว กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐

โทรศัพท์ ๐-๒๕๐๙-๐๐๘๕, ๐-๒๕๑๐-๖๖๙๗ (ทุกวัน ๐๘.๐๐-๑๗.๐๐ น.)

มูลนิธิผู้หญิง

๒๙๕ ซ.เจริญสนิทวงศ์ ๖๒ เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๓๓-๕๑๔๙, ๐-๒๔๓๕-๑๒๔๖ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.)

มูลนิธิเพื่อนหญิง

๓๘๖/๖๑-๖๒ ซ.รัชดาภิเษก ๔๒ (ซ.เฉลิมสุข) ถ.รัชดาภิเษก แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

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

ปรึกษาทันตแพทย์/เอกส

ชมรมเพื่อนวันพุธ ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย

๑๐๔ อาคาร ๒ ชั้น ๑ ถ.ราชดำริ แขวงปทุมวัน เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ ๑๐๓๓๐
โทรศัพท์ ๐-๒๒๕๓-๒๖๖๖, ๐-๒๒๕๕-๗๘๙๓ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น.)

คลินิกนิรนาม สภากาชาดไทย

๑๘๗๓ ถ.พระราม ๔ แขวงปทุมวัน เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ ๑๐๓๓๐
โทรศัพท์ ๐-๒๒๕๖-๔๑๐๗-๙ ต่อ ๒๐๗ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น.)

ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ (ถามปัญหา รักษาเอดส์)

โทรศัพท์ ๑๖๖๓

มูลนิธิเข้าถึงเอดส์

๔๘/๒๘๒ โครงการเซ็นเตอร์เพลส ถ.รามคำแหง (สุขาภิบาล ๓) เขตสะพานสูง กรุงเทพฯ ๑๐๒๔๐
โทรศัพท์ ๐-๒๓๗๒-๒๒๒๒ (ทุกวัน ๑๐.๐๐-๒๐.๐๐ น.)

สมาคมแนวร่วมภาคธุรกิจไทยต้านภัยเอดส์

๓๕๑/๒๕ หมู่บ้านพระรามเก้าวิลล่า ถ.พระราม ๙ ซ.๑๑ แขวงบางกะปิ เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ ๑๐๓๑๐
โทรศัพท์ ๐-๒๗๑๖-๘๗๕๐-๗ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๐๐-๑๗.๐๐ น.)
๑๖๔๕ สายด่วนให้ความรู้/ให้คำปรึกษาเรื่องเอดส์ ๒๔ ชั่วโมง

มูลนิธิศูนย์คุ้มครองสิทธิด้านเอดส์

๑๓๓/๒๓๕ หมู่บ้านรื่นฤดี ๓ ถ.ทศยราษฏร์ แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๕๑๐
โทรศัพท์ ๐-๒๑๗๑-๕๑๓๕-๖ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๗.๐๐ น.)

สายด่วนเอดส์และวัคซีน

โทรศัพท์ ๐-๒๓๗๒-๓๒๘๙ (เวลาราชการ)

มูลนิธิศูนย์ฮอตไลน์

ปรึกษาปัญหาโรคเอดส์ โทรฟรีทั่วประเทศ

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

บ้านพักใจ

๓๕๓/๒๒-๒๔ ซ.ข้างธนาคารกสิกรไทย สะพานใหม่ ถ.พหลโยธิน เขตบางเขน กรุงเทพฯ ๑๐๒๒๐
โทรศัพท์ ๐-๒๕๕๑-๓๒๕๔ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๐๐-๑๖.๐๐ น.)

องค์กรหมอไร้พรมแดน-เบลเยียม

บริการการดูแลสุขภาพผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์
๕๒๒ หมู่บ้านนครไทย ๑๔ ซ.ลาดพร้าว ๑๐๑/๑ ถ.ลาดพร้าว เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ ๑๐๒๔๐
โทรศัพท์ ๐-๒๓๗๐-๓๐๘๗-๙๐ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๘.๐๐ น.)

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี

บริการการดูแลสุขภาพเด็กที่มีเชื้อเอชไอวี
ถ.ราชวิถี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐
โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๔-๘๓๓๓-๔๔ ต่อ ๒๓๒๕ (เวลาราชการ)

ปรึกษาด้านความหลากหลายทางเพศ/รักเพศเดียวกัน

สมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย

๑๕๙ อาคารเดอะบีส เรซิเดนซ์ ชั้น ๘ ซ.โชคชัยร่วมมิตร (ถ.รัชดาภิเษก ๑๙) ถ.วิภาวดีรังสิต
แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพฯ ๑๐๓๒๐
โทรศัพท์ ๐-๒๖๙๑-๕๙๕๗-๘ (ทุกวัน ๑๐.๐๐-๒๒.๐๐ น.)

บางกอกเรนโบว์

๓๗ ถ.ประดิพัทธ์ ๒๑ แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐
โทรศัพท์ ๐-๒๖๑๘-๕๖๓๕ (ทุกวัน ๑๐.๐๐-๒๐.๐๐ น.)

กลุ่มสะพาน (เน้นหญิงรักหญิง)

ตู้ ปณ. ๑๖๒ ปทจ.ดุสิต กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๐
โทรศัพท์ ๐๘-๕๐๕๑-๘๔๗๗ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๗.๓๐ น.)

แนะนำเว็บไซต์สำหรับคนทำงานเพศศึกษา

เว็บไซต์ไทย

www.teenpath.net

เว็บไซต์ที่ส่งเสริมการเรียนรู้เพศศึกษา และเป็นแหล่งข้อมูลเรื่องเพศสำหรับเยาวชน ครู และพ่อแม่ ดำเนินงานโดยโครงการก้าวอย่างเข้าใจ องค์กรแพช (PATH) ซึ่งเป็นองค์กรที่ทำงานคลุกคลีกับวัยรุ่นมากกว่า ๑๐ ปี

www.aidsaccess.com

รวบรวมสาระนำรู้เกี่ยวกับเอดส์ รายงานข่าวสาร ความเคลื่อนไหวในกิจกรรมแก้ปัญหาเอดส์ของมูลนิธิตอบปัญหา และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเรื่องเอดส์

www.anamai.moph.go.th

เว็บไซต์กรมอนามัย ในหมวดสุขภาพ เรื่องเพศศึกษาและสุขภาพเพศ มีหัวข้อว่าด้วยเพศศึกษา รัก ออกแบบได้ ยาและผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับสุขภาพเพศ แหล่งบริการสำหรับวัยรุ่น เรียนรู้เรื่องเพศ และเรื่องน่ารู้เกี่ยวกับเอดส์ในหมวด Friend Corner เพื่อนใจวัยรุ่น มีมุม Health Corner ซึ่งเป็นเว็บที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับเรื่องเพศในวัยรุ่น

www.anjaree.net

เว็บไซต์ของกลุ่มอาจารย์ องค์กรสนับสนุนและปกป้องสิทธิคนรักเพศเดียวกันสำหรับผู้หญิง ซึ่งมีบทความข่าวสาร ที่เป็นประโยชน์ต่อการทำความเข้าใจในเรื่องความหลากหลายทางเพศ และบทบาทความเป็นหญิงชาย

www.bangkokhealth.com

เว็บไซต์ที่ให้ข้อมูลด้านสุขภาพ จัดทำขึ้นเพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร บทความเกี่ยวกับสุขภาพ สำหรับประชาชนทั่วไป และข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ โดยเน้นความถูกต้องแม่นยำ เชื่อถือได้ รวมทั้งการให้บริการถามตอบปัญหาด้านสุขภาพฟรี โดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านต่างๆ ซึ่งปฏิบัติงานในโรงพยาบาลกรุงเทพ

www.budpage.com

เว็บไซต์ที่ให้ความรู้ความเข้าใจและแนวทางการแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิตตามแนวพุทธศาสนา

www.clinicrak.com

เว็บไซต์ที่รวบรวมบทความจากนายแพทย์และผู้เชี่ยวชาญในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น เช่น วัยรุ่นกับเพศศึกษา ยาเสพติด การเลี้ยงลูกวัยรุ่น ฯลฯ ดูแลโดย นายแพทย์รุ่งโรจน์ ตรินิติ แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว

www.fasiroong.org

เว็บไซต์ของสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย ซึ่งเป็นสมาคมที่ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางในการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ด้านสิทธิเสรีภาพ ปกป้องศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์และความเท่าเทียมกันในสังคมของกลุ่มคนที่เป็นชายรักเพศเดียวกัน

www.formumandme.com

สาระน่ารู้เกี่ยวกับบทความที่น่าสนใจ รวมทั้งแนะนำเว็บไซต์ที่น่าสนใจสำหรับคุณแม่ที่มีลูกในวัยต่างๆ ทั้งผู้ที่ยากเป็นคุณแม่ คุณแม่ลูกอ่อน คุณแม่เด็กเล็ก คุณแม่เด็กโต วัยรุ่น หรือคุณแม่เด็กพิเศษ

www.jitjai.com

จิตใจดอทคอม มีจุดประสงค์เพื่อให้ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา การปฏิบัติตน เพศศึกษา และความรู้ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตแก่เยาวชน เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยสมาคมสุขภาพจิตแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์

www.kapook.com

ศูนย์รวมทุกกิจกรรมเด่นน่าสนใจ ข่าวสารใหม่สดทันใจ สารความรู้รอบตัว ครอบคลุมเนื้อหาภาพยนตร์ ละคร/ทีวี ท่องเที่ยว กีฬา การศึกษา เทคโนโลยี เกม และเรื่องราวที่วัยรุ่นควรรู้

www.muslimthai.com

เว็บไซต์มุสลิมไทยแห่งแรกในประเทศไทย มีหัวข้อว่าด้วยเพศศึกษาและวัยรุ่น บริหารงานโดยชาวมุสลิม

www.raklukefamilygroup.com

เว็บไซต์ของบริษัทแปลน พับลิชชิ่ง จำกัด หรือที่มักเรียกกันติดปากคนทั่วไปว่าทีมงานรักลูก ซึ่งเป็นผู้นำและเชี่ยวชาญในงานสื่อ ด้านการพัฒนาเด็ก และครอบครัว ซึ่งสร้างสรรค์งานด้วยอุดมคติเพื่อสร้างสรรค์สังคม เป็นที่นำเชื่อถือได้ในทางวิชาการและเข้าถึงได้ง่าย

www.thaimental.com

เว็บไซต์นี้ได้รับรางวัลชนะเลิศ The Nation's Thailand Web Awards ๒๐๐๒ ในสาขา Best Public

Service จัดทำโดยบริษัท ไทยเมดิคัลเว็บบ จำกัด ผู้นำทางด้านการพัฒนาเว็บไซต์ทางการแพทย์ โดยมีวัตถุประสงค์หลัก เพื่อเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพจิตที่ถูกต้องด้วยภาษาที่อ่านเข้าใจง่าย โดยทีมแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านจิตเวช ที่จะมาให้ความรู้ในด้านวิชาการ และให้คำปรึกษา

www.thaisexuality.ihr.chula.ac.th

แนะนำขมรมเพศศาสตร์ศึกษา บริการตอบปัญหาทางเพศ ศูนย์ปรึกษาคุณภาพชีวิต ปัญหาเรื่องเพศที่พบบ่อย กิจกรรมของขมรม และนานาสาระเรื่องเพศ โดยศูนย์วิจัยและพัฒนาเพศศาสตร์ศึกษา

เว็บไซต์ต่างประเทศ

www.advocatesforyouth.org

เว็บไซต์ที่ให้ความรู้เรื่องสุขภาพทางเพศแก่เยาวชนและผู้ปกครอง โดยองค์กรที่ทำงานเพื่อเยาวชนในสหรัฐอเมริกาและในประเทศที่กำลังพัฒนา

www.boysunderattack.com

เว็บไซต์ซึ่งให้ข้อมูลและตอบคำถามที่เกี่ยวข้องกับการเป็นวัยรุ่นชาย

www.diaryproject.com

เว็บไซต์ที่เปิดโอกาสให้วัยรุ่นเขียนระบายความในใจถึงปัญหาที่ตัวเองพบ พร้อมทั้งให้ผู้อ่านร่วมแนะนำและแสดงความคิดเห็น

www.familiesaretalking.org/teen

เว็บไซต์ที่แนะนำวัยรุ่นในการพูดคุยปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศว่าควรทำอย่างไร

www.iwannaknow.org

เว็บไซต์เพื่อวัยรุ่นโดยสมาคมสุขภาพสังคมอเมริกัน

www.kff.org

เว็บไซต์ให้บริการข้อมูลงานวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นสหรัฐอเมริกา

www.kidshealth.org/teen

มูลนิธิศูนย์สุขภาพของสหรัฐอเมริกาให้บริการความรู้พื้นฐานในเรื่องร่างกาย อาหาร และความปลอดภัยแก่เด็กวัยรุ่น

www.plannedparenthood.org

เว็บไซต์ของสหพันธ์การวางแผนครอบครัวแห่งสหรัฐอเมริกา

www.scarleteen.com

เว็บไซต์ที่เน้นการให้ความรู้เรื่องเพศกับเด็กผู้หญิง

www.sxetc.org

เว็บไซต์สำหรับวัยรุ่น จัดทำโดย เครือข่ายชีวิตครอบครัวศึกษา

www.teengrowth.com

เว็บไซต์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการเติบโตของวัยรุ่น

www.teenwire.com

เว็บไซต์เรื่องน่ารู้สำหรับวัยรุ่น จัดทำโดย สหพันธ์วางแผนครอบครัวแห่งสหรัฐอเมริกา

www.youthresource.com

เว็บไซต์สำหรับวัยรุ่นเกย์ และเลสเบียน

www.siecus.org

เว็บไซต์ให้ข้อมูลเรื่องเพศศึกษา และกระบวนการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา

สรุปย่อโครงการก้าวอย่างเข้าใจ

๑. ความเป็นมา

ภายใต้สถานการณ์เอดส์ในช่วงกว่าสิบปีที่ผ่านมา หน่วยงานต่างๆ ในประเทศไทยได้ดำเนินงานเพื่อการป้องกันเอดส์ในกลุ่มเยาวชน และเกิดบทเรียนการทำงานหลายรูปแบบ ทั้งโครงการการจัดอบรมเรื่องเอดส์ โครงการทักษะชีวิต โครงการเพื่อนช่วยเพื่อน โครงการเพศศึกษา เป็นต้น ทว่า โครงการที่ผ่านมาโดยส่วนใหญ่ เป็นโครงการนำร่อง หรือโครงการทดลองเพื่อพัฒนา รูปแบบในพื้นที่เฉพาะ โดยอาจมีการขยายผลในบางพื้นที่

ดังนั้น องค์การแพธ (PATH) ซึ่งมีประสบการณ์การทำงานเพื่อการป้องกันเอดส์ในกลุ่มต่างๆ รวมทั้งกลุ่มเยาวชนมากกว่า ๑๕ ปี ทั้งนี้ ในช่วง ๑๐ ปีที่ผ่านมา องค์การแพธ (PATH) ได้เริ่มดำเนินงานเรื่องเพศศึกษาในกลุ่มเยาวชนกับสถาบันการศึกษาทั้งในกรุงเทพฯ และจังหวัดบางแห่ง จึงร่วมกับกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข พัฒนาโครงการเพื่อขยายผลการดำเนินงานเรื่องเพศศึกษาและเอดส์ อย่างเป็นระบบให้ครอบคลุมเยาวชนได้ทั่วถึงมากขึ้น นำเสนอโครงการป้องกันเอดส์ในกลุ่มเยาวชนในระบบการศึกษา หรือภายใต้ชื่อ “โครงการก้าวอย่างเข้าใจ” โดยมี องค์การแพธ (PATH) เป็นหน่วยงานรับผิดชอบในการดำเนินงานร่วมกับองค์การภาคีทั้งภาครัฐและเอกชน ได้รับการสนับสนุนจากกองทุนโลกเพื่อการแก้ไขปัญหาเอดส์ วัณโรคและมาลาเรีย (The Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria - GFATM) เพื่อดำเนินงานกับกระทรวงศึกษาธิการ และองค์กรพัฒนาเอกชน โดยมีเป้าหมายเป็นเยาวชนในระบบการศึกษา

ทั้งนี้ ได้สิ้นสุดโครงการในระยะแรกของการดำเนินงานเป็นเวลา ๕ ปี ซึ่งเริ่มตั้งแต่ ๑ ตุลาคม ๒๕๕๖ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๕๑ และกองทุนโลกได้พิจารณาอนุมัติให้ประเทศไทย ดำเนินงานป้องกันและดูแลแก้ไขปัญหาเอดส์ต่ออีก ๖ ปี (ตุลาคม ๒๕๕๑ - กันยายน ๒๕๕๗)

การดำเนินงานห้าปีที่ผ่านมาของโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ ได้ขยายแนวคิดการทำงาน เพศศึกษาครบด้านให้กับภาคีเครือข่ายการทำงานเอดส์ และภาคการศึกษาไทย ซึ่งได้รับการตอบรับ และเห็นการมีส่วนร่วมที่จะพัฒนาการดำเนินงานให้สอดคล้องกับบริบทของแต่ละหน่วยงาน ทั้งนี้ แนวคิดเพศศึกษาครบด้าน (Comprehensive Sexuality Education) ที่องค์กรแพช (PATH) นำเสนอและมุ่งผลักดันให้เกิดการจัดการเรียนรู้ให้กับเยาวชน มีองค์ประกอบที่มากกว่าความรู้ความเข้าใจในเรื่องการป้องกันและการอยู่ร่วมกับเอดส์ แต่รวมถึงความเข้าใจในเพศวิถีของมนุษย์อย่างรอบด้าน และเน้นการพัฒนาทักษะที่จำเป็นในเรื่องการสร้างและพัฒนาสัมพันธภาพ การใช้ชีวิตอย่างรับผิดชอบ โดยมุ่งหวังให้เยาวชนมีสุขภาวะทางเพศ

ยุทธศาสตร์การดำเนินงานของโครงการ คือ

- การผลักดันให้เกิดพันธสัญญาในการพัฒนานโยบายด้านเพศศึกษาและการดำเนินการสู่การปฏิบัติทั้งในระบบการศึกษาและนโยบายระดับท้องถิ่น
- การสนับสนุนให้เกิดการจัดกระบวนการทำงานและกิจกรรมด้านเพศศึกษา รวมทั้งการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและความเข้าใจเรื่องเอดส์ที่มีประสิทธิภาพสำหรับเยาวชนในสถานศึกษา
- การเปิดพื้นที่ทางสังคมเพื่อให้เยาวชนได้แสดงศักยภาพและบทบาท รวมทั้งการส่งเสริมให้เยาวชนใช้ชีวิตทางเพศอย่างรับผิดชอบ
- การส่งเสริมบรรยากาศทางสังคม ผ่านการทำงานรณรงค์กับเครือข่าย ผู้ปกครอง ชุมชน องค์กรท้องถิ่น และการสื่อสารสาธารณะเพื่อสร้างความเข้าใจเรื่องเพศและเอดส์

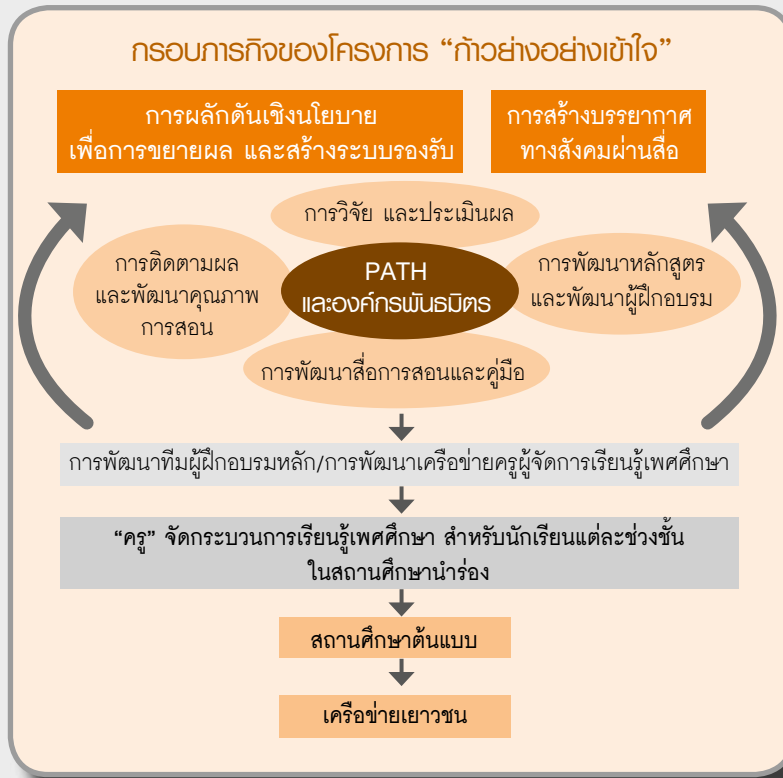
๒. วัตถุประสงค์

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อผลักดันให้สถานศึกษาจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาอบด้านและการป้องกันเอดส์ในหลักสูตรอย่างเป็นระบบและต่อเนื่องให้กับเยาวชนทุกคนในสถานศึกษาได้เรียน

วัตถุประสงค์เฉพาะ

- เพื่อผลักดันให้สถานศึกษามีนโยบายและสนับสนุนให้เกิดการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาและเอดส์สำหรับเยาวชนในสถานศึกษาอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง อย่างน้อย ๑๖ ชั่วโมงต่อปีการศึกษา รวมทั้งจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาวะทางเพศที่ดีของเยาวชน
- เพื่อพัฒนากระบวนการทำงานเพศศึกษาในสถานศึกษาอย่างเป็นระบบ พัฒนาชุดกิจกรรม/แผนการเรียนรู้เพศศึกษาที่สอดคล้องกับเยาวชน รวมทั้งพัฒนาและขยายเครือข่ายผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาให้มีข้อมูล ความรู้ ทักษะคติ และทักษะที่จะช่วยให้จัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- เพื่อส่งเสริมให้เกิดพื้นที่สำหรับเยาวชนในการแสดงศักยภาพ และส่งเสริมให้เยาวชนใช้ชีวิตทางเพศอย่างรับผิดชอบ โดยสามารถเข้าถึงอุปกรณ์การป้องกันและบริการสุขภาพ
- เพื่อสนับสนุนให้เกิดเครือข่ายทางสังคม รวมทั้งสื่อสาธารณะ ให้มีส่วนร่วมในการสร้างบรรยากาศส่งเสริมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา และการใช้ชีวิตทางเพศที่รับผิดชอบของเยาวชน



๓. รายละเอียดโครงการ

ใน ๕ ปีที่ผ่านมา โครงการ “ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ”^๑ ได้พัฒนาแผนการเรียนรู้เพศศึกษาที่สอดคล้องกับเยาวชนในแต่ละช่วงวัย เพื่อส่งเสริมความเข้าใจเรื่องเอดส์ เพศวิถี และการใช้ชีวิตทางเพศอย่างรับผิดชอบ รวมทั้งได้พัฒนาระบบการพัฒนาศักยภาพและฝึกอบรมครูให้เข้าใจแนวคิดเรื่องเพศวิถี การพัฒนาเยาวชนเชิงบวก และการจัดการเรียนรู้ และเกิดเครือข่ายครูที่เข้าใจการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา

^๑ รายละเอียดเพิ่มเติม โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ องค์การแพธ, รัก ใคร่ และเรียนรู้: ๓ ปีของเส้นทางโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจสู่ปีที่ ๔ และ ๕ เพศศึกษาเพื่อเยาวชน เอกสารการประชุมวิชาการเพศศึกษาเพื่อเยาวชนครั้งที่ ๓ (๒๕-๒๗ ตุลาคม ๒๕๔๙) กรุงเทพฯ: พี.เอส.ซีพพลาย, ๒๕๔๙.

ในปีที่ ๓ ของการดำเนินงาน แนวคิดเรื่องการจัดเพศศึกษาอย่างเป็นระบบเพื่อให้เยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาได้เรียนอย่างต่อเนื่องและสอดคล้องกับพัฒนาการตามช่วงวัยเริ่มก่อรูปชัดเจนขึ้น โดยเกิดสถานศึกษาต้นแบบ ที่จัดการเรียนรู้เพศศึกษาให้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษา มีแผนการเรียนรู้สำหรับแต่ละระดับชั้นอย่างชัดเจน และสนับสนุนให้ครูได้รับการฝึกอบรมเพื่อเตรียมความพร้อมในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา

โครงการเน้นการพัฒนาหลักสูตรเพศศึกษาสำหรับเยาวชนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน และในระดับอาชีวศึกษาในปีที่ ๑-๒ และในปลายปีที่ ๓ โครงการได้ขยายการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาไปยังนักศึกษาในระบบการศึกษานอกโรงเรียน และในระดับอุดมศึกษา โดยดำเนินงานร่วมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏ ๑๐ แห่ง มุ่งเน้นการพัฒนาให้เกิดสถาบันฝึกอบรมเรื่องการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับท้องถิ่น โดยเน้นให้นักศึกษาสายครูได้เรียนและฝึกฝนประสบการณ์วิชาชีพในฐานะครูเพศศึกษา และการจัดฝึกอบรมให้กับครูประจำการจากสถานศึกษาที่สนใจเปิดวิชาเพศศึกษา

นอกจากนั้น โครงการยังสนับสนุนการจัดกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ของเยาวชนผ่านกิจกรรมนอกหลักสูตรอย่างต่อเนื่อง อาทิ ค่ายเยาวชน และสนับสนุนให้สถานศึกษาสนับสนุนการทำกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ของเยาวชนในการส่งเสริมความเข้าใจเรื่องเพศศึกษาในกลุ่มเยาวชนด้วยกัน ผลการดำเนินงานทำให้เกิดกลุ่มและเครือข่ายเยาวชนด้านเพศศึกษาขึ้น

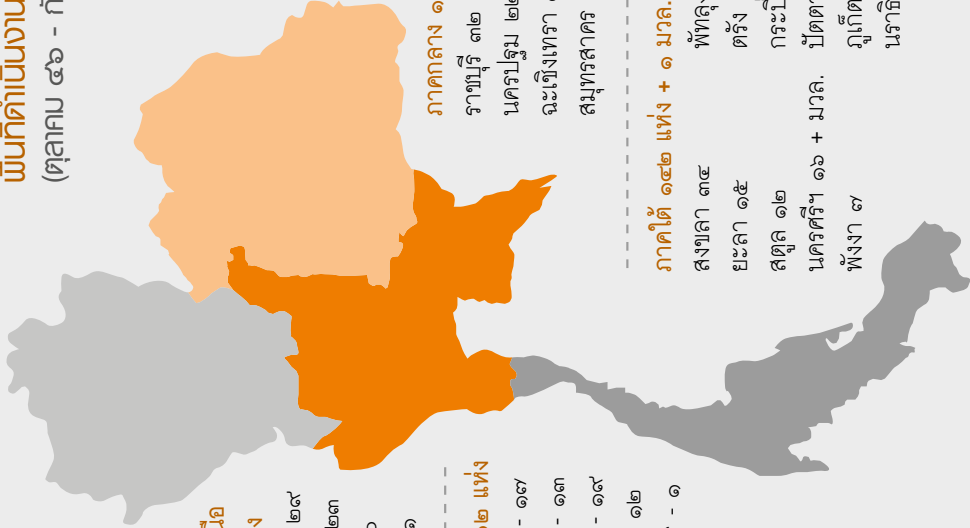
ในช่วง ๕ ปีของการดำเนินงาน โครงการสามารถเข้าถึงสถานศึกษา ๗๖๓ แห่ง
ครอบคลุมพื้นที่ ๗๓ จังหวัดแยกเป็น

- สถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ๔๕๙ แห่ง (จาก ๗๘ เขตพื้นที่การศึกษาใน ๓๓ จังหวัด)
- ระดับอาชีวศึกษา ๒๔๒ แห่ง
- ระดับอุดมศึกษา ๑๒ แห่ง
- การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ๔๘ แห่ง
- ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน ๒ แห่ง

ส่วนการศึกษาขั้นพื้นฐาน โครงการดำเนินงานร่วมกับสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
(สพท.) ๗๑ เขตใน ๓๓ จังหวัด (จาก ๑๘๕ เขตใน ๗๖ จังหวัด) โดยสามารถแยกสถานศึกษาขั้น
พื้นฐานที่เข้าร่วมโครงการจำนวน ๔๕๙ แห่งได้ ดังนี้

- สถานศึกษาระดับมัธยมศึกษา จำนวน ๓๒๖ แห่ง
- สถานศึกษาระดับขยายโอกาส จำนวน ๑๐๙ แห่ง
- สถานศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน ๒๔ แห่ง

พื้นที่ดำเนินการโครงการก้าวอย่างเข้าใจ ๕ ปี (ตุลาคม ๕๖ - กันยายน ๕๗)



ภาคเหนือ
๗๓ แห่ง
ลำปาง ๒๙
ลำพูน ๒๓
แพร่ ๑๐
น่าน ๑๑

กทม. ๖๒ แห่ง
เขต ๑ - ๑๗
เขต ๒ - ๑๓
เขต ๓ - ๑๙
กทม. - ๑๒
นนทบุรี - ๑

ภาคอีสาน ๒๕ แห่ง + ๑ ว.
อุบลราชธานี ๘ + ๑ ว.
ศรีสะเกษ ๖
อำนาจเจริญ ๕
ยโสธร ๖
(อุดรธานี: ๔ สพท.
๒๑ แห่ง)

ภาคกลาง ๑๒๕ แห่ง
ราชบุรี ๓๒
นครปฐม ๒๒
ฉะเชิงเทรา ๑๔
สมุทรสาคร ๑๑
สมุทรสงคราม ๘

ศูนย์ฝึก ๒ แห่ง
บ้านกาญจนาภิเษก
ศูนย์ฝึกฯ อุบลฯ

สคร.๕ - ๒๙ แห่ง
นครราชสีมา ๖ (+๒๐)
บุรีรัมย์ ๖ (+๒)
สุรินทร์ ๑๐ (+๑)
ชัยภูมิ ๗ (+๑๑)
(+ ศูนย์ฯ ๓๔ แห่ง)

มหาวิทยาลัยราชภัฏ ๑๐ แห่ง
พระนครศรีอยุธยา, จันทเกษม,
เพชรบุรี, หมู่บ้านจอมบึง, กาญจนบุรี,
ยะลา, นครศรีธรรมราช, เชียงราย,
ลำปาง, อุบลราชธานี (+ ศูนย์ฯ ๙
แห่ง ยุทธดิษฐ์, ยุทธธานี, นุรีรัมย์,
ร้อยเอ็ด, นครปฐม, นครสวรรค์,
สวนดุสิต, บ้านสมเด็จ และภูเก็ต)

อาชีวศึกษา ๒๔๒ แห่ง
ครอบครัว ๖๔ จังหวัด
๒๓ จังหวัดเปิดสอนทุกวิทยาลัย
ภาค ๑/๕๑ เปิดสอน ๑๘๖ แห่ง

การศึกษานอกโรงเรียน
๒๑ จังหวัด
๔๔ ศูนย์อำเภอ

ภาคใต้ ๑๔๒ แห่ง + ๑ มวล.

สงขลา ๓๔
ยะลา ๑๕
สตูล ๑๒
นครศรีฯ ๑๖ + มวล.
พังงา ๗
พัทลุง ๒๓
ตรัง ๑๓
กระบี่ ๒
ปัตตานี ๗
ภูเก็ต ๘
นราธิวาส ๕

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ (ข้อมูลเมื่อ ๒๒ ตุลาคม ๕๖)

การศึกษานานาชาติ ๔๕๙ แห่ง ใน ๓๓ จังหวัด ๗๑ สพท.

สอศ. ๒๔๒ สถานศึกษาใน ๖๔ จังหวัด

กศน. ๔๘ ศปอ. ใน ๒๑ จังหวัด

อุดมศึกษา ๑๒ แห่ง และ ศูนย์ฝึกฯ ๒ แห่ง

ณ ภาค ๑/๕๑ สถานศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ

รวม ๗๖๓ แห่ง ใน ๗๓ จังหวัด

ที่ผ่านมา โครงการฯ ได้พยายามผลักดันให้เกิด “สถานศึกษาด้านแบบ” ในการจัดเพศศึกษา
อย่างเป็นระบบต่อเนื่องทุกช่วงชั้นในสถานศึกษาที่เข้าร่วมโครงการใน ๓ ปีแรก โดยโครงการได้จัด
กลุ่มสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานที่เข้าร่วมการดำเนินงานเพศศึกษาเป็น ๔ รูปแบบ ดังนี้

รูปแบบการจัดเพศศึกษาในสถานศึกษา

รูปแบบที่ ๑ “เพศศึกษา” เต็มรูปแบบ

เป็นสถานศึกษาที่จัดแผนเพศศึกษาอย่างเป็นระบบ โดยจัดให้มีชั่วโมงการเรียนเพศศึกษา
สำหรับนักเรียนทุกคนในทุกระดับชั้นอย่างต่อเนื่อง และจัดให้เรียนเพศศึกษาปีการ
ศึกษาละไม่น้อยกว่า ๑๖ ชั่วโมง (หรือไม่น้อยกว่า ๘ ชั่วโมงต่อภาคเรียน) รวมทั้งผลักดัน
ให้เพศศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษา

รูปแบบที่ ๒ “เพศศึกษา” โดยบูรณาการในกลุ่มสาระ

เป็นสถานศึกษาที่มีแผนการจัดเพศศึกษาให้นักเรียน โดยมอบหมายให้ครูที่รับผิดชอบกลุ่ม
สาระที่เกี่ยวข้อง และ/หรือ ครูกลุ่มสาระที่ผ่านการอบรมเพศศึกษา ใช้แผนการเรียนรู้
เพศศึกษาในสาระที่รับผิดชอบตามเวลาที่จัดสรรได้ ทั้งนี้ ในการจัดแผนเพศศึกษา อาจจัดได้
น้อยกว่าปีการศึกษาละ ๑๖ ชั่วโมง ในแต่ละระดับชั้น และยังไม่ได้บรรจุเพศศึกษาเป็นส่วน
หนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษา

รูปแบบที่ ๓ “เพศศึกษา” ตามความพร้อม/ความสนใจของครู

เป็นสถานศึกษาที่ยังไม่มีแผนการจัดเพศศึกษาสำหรับนักเรียนทุกระดับชั้นอย่างเป็นระบบ แต่
สนับสนุนให้ครูที่ผ่านการอบรม และ/หรือ ครูที่สนใจ จัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้แผนการ
เรียนรู้เพศศึกษาเต็มรูปแบบ ในกลุ่มสาระหรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่ครูเป็นผู้รับผิดชอบ
โดยไม่มีแผนความต่อเนื่องในแต่ละระดับชั้น

รูปแบบที่ ๔ “เพศศึกษา” แบบสอดแทรก

เป็นสถานศึกษา ที่ครูยังไม่ใช้แผนการเรียนรู้เพศศึกษาเต็มรูปแบบ แต่ใช้วิธีการสอดแทรก
เนื้อหา โดยการพูดถึงก่อนเข้าเนื้อหาสาระวิชาต่างๆ หรือการพูดสอดแทรกในกิจกรรมอื่นๆ
ของสถานศึกษา

และในปีที่ ๔ - ๕ โครงการฯ เน้นการสนับสนุนสถานศึกษาในรูปแบบที่ ๑ เพื่อให้เกิดสถานศึกษาต้นแบบในการดำเนินงานเพศศึกษา โดยส่งเสริมและสนับสนุนให้สถานศึกษาพัฒนาการดำเนินงานเพศศึกษาอย่างเป็นระบบ อันประกอบด้วย

- จัดเพศศึกษาเป็นหลักสูตรสถานศึกษา โดยมีแผนการเรียนรู้ไม่น้อยกว่า ๑๖ ชั่วโมงต่อระดับชั้น และจัดอย่างต่อเนื่อง
- จัดระบบสนับสนุนการพัฒนาครูเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา ทั้งการส่งเสริมให้ครูได้รับการฝึกอบรม การจัดระบบโค้ช นิเทศติดตาม
- สนับสนุนให้มีกิจกรรมส่งเสริมบทบาทและศักยภาพเยาวชน
- จัดกิจกรรมสร้างการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง คณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครอง และชุมชน
- จัดให้มีการวัดและประเมินผลผู้เรียน

ในอีก ๖ ปีข้างหน้า โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจยังมุ่งเน้นการขยายผลการดำเนินงานเพศศึกษาในสถานศึกษาทุกระดับ ได้แก่ ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน (มัธยมศึกษา และโรงเรียนขยายโอกาส) อาชีวศึกษา อุดมศึกษา และการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย โดยเน้นให้เกิดสถานศึกษาต้นแบบในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างเป็นระบบ นอกจากนั้น โครงการจะมุ่งเน้นการสร้างความเข้มแข็งให้กับเครือข่ายเยาวชน และผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาในระดับจังหวัด และการขับเคลื่อนให้เกิดการสนับสนุนการดำเนินงานจากองค์กรท้องถิ่น และเครือข่ายผู้ปกครองและชุมชน รวมทั้งการปรับปรุงเนื้อหาคู่มือ และพัฒนาสื่อประกอบการเรียนรู้เพศศึกษาเพิ่มเติม การรณรงค์สร้างบรรยากาศทางสังคมโดยอาศัยการประสานงานและความร่วมมือระหว่างเครือข่ายต่าง ๆ ในท้องถิ่น และการติดตามประเมินการดำเนินงาน

สนใจรายละเอียดโครงการเพิ่มเติม รู้จักสถานศึกษาต้นแบบ เครือข่ายครูเพศศึกษา และหลักสูตรเพศศึกษาระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และสื่อเพศศึกษาอื่น ๆ ได้ที่ www.teenpath.net

และกิจกรรมในโครงการนำร่อง “เลิฟแคร์ กล้ารัก กล้าเชิด” เพื่อจัดบริการที่เป็นมิตรกับเยาวชน
www.lovecaresation.com

องค์การแพธ ซี.เพชชบุรี ๑๕ ถ.เพชชบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐ โทร ๐-๒๖๕๓-๗๕๖๓-๖๕ โทรสาร ๐-๒๖๕๓-๗๕๖๘

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ รายชื่อองค์กรภาคีทั้งภาครัฐและเอกชน

(ตุลาคม ๒๕๕๖ - ธันวาคม ๒๕๕๖)

องค์กรภาคีหลัก ที่ร่วมดำเนินงานโครงการก้าวอย่างเข้าใจ กับองค์การแพช ได้แก่

๑. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
๒. มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ (ACCESS) สำนักงานกาญจนบุรี
๓. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง
๔. มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง
๕. โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จ.อุบลราชธานี
๖. สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๕ (สคร.๕) นครราชสีมา
๗. สำนักมาตรฐานการอาชีวศึกษาและวิชาชีพ สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ
๘. สำนักบริหารงานการศึกษาணอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (กศน.) กระทรวงศึกษาธิการ
๙. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา และเครือข่ายมหาวิทยาลัยราชภัฏ ๙ แห่ง (มรภ.ยะลา, มรภ.นครศรีธรรมราช, มรภ.จันทระเกษม, มรภ.กาญจนบุรี, มรภ.เพชรบุรี, มรภ.หมู่บ้านจอมบึง, มรภ.อุบลราชธานี, มรภ.ลำปาง, มรภ.เชียงราย)
๑๐. สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต ๑, ๒, ๓
๑๑. สำนักการศึกษาและสำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร
๑๒. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี

นอกจากนี้ ยังมีหน่วยงานที่เข้ามาร่วมดำเนินงานเป็นภาคีเฉพาะกิจ

๑. เครือข่ายเยาวชนด้านเอดส์ประเทศไทย (YouthNet)
๒. กลุ่มละครเพื่อการเรียนรู้บางพลีย์
๓. บัณฑิตเซ็นเตอร์/ปลาวาฬบรราวเซอร์
๔. สำนักงานที่ปรึกษาพันธมิตรสาธารณสุข (Health Counterparts Consulting-HCC)
๕. บริษัทที่ปรึกษาด้านประชาสัมพันธ์ JWT Public Relations
๖. องค์การแพลน ประเทศไทย สำนักงานสาขาศรีสะเกษ

รายชื่อคณะกรรมการที่ปรึกษา โครงการ “ก้าวอย่างเข้าใจ”

- | | |
|---------------------------------|--|
| ๑. คุณหญิงเกษมา วรวรรณ ณ อยุธยา | เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน |
| ๒. จอน อึ้งภากรณ์ | อดีตรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ |
| ๓. รศ.ดร.ชลิดาภรณ์ ส่งสัมพันธ์ | มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ |
| ๔. ธวัชชัย ไทยเขียว | อธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน |
| ๕. ศ.ดร.นิตติ เถียวศรีวงศ์ | มหาวิทยาลัยเที่ยงคืน |
| ๖. พ.ญ.เพชรศรี ศิริจันทร์ | ผู้แทนกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข |
| ๗. พ.ญ.เพ็ญศรี กระหม่อมทอง | สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข |
| ๘. น.พ.ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์ | ผู้เชี่ยวชาญกระทรวงสาธารณสุข |
| ๙. ดร.สิริกร มณีรินทร์ | ผู้ทรงคุณวุฒิด้านเด็กและเยาวชน |
| ๑๐. สมหมาย ปาจิณฺตร | หนังสือพิมพ์มติชน |
| ๑๑. สุรียนต์ จอกลีพันธ์ | บริษัท ป่าใหญ่ครีเอชัน |

รายชื่อคณะผู้อ่านและให้ความเห็น ต่อคู่มือฯ ในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๒

- | | |
|------------------------------------|--|
| ๑. อ.เพ็ญนิภา นรินทรกุล ณ อยุธยา | โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์ |
| ๒. อ.อัญชลี เทศวงศ์ | โรงเรียนสตรีวิทยา ๒ ในพระราชูปถัมภ์ฯ |
| ๓. อ.พิชชา พ้องพงษ์ศรี | โรงเรียนกุนนทีรุทธARAMวิทยาคม |
| ๔. อ.กนิษฐ์เพ็ญ ทานประสิทธิ์ | โรงเรียนสีกัน (วัดมณีนันท์อุปถัมภ์) |
| ๕. อ.สุวรรณ ทองบัวงาม | โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยาคม |
| ๖. อ.วิภา เกตุเทพา | โรงเรียนสตรีวิทยา ๒ ในพระราชูปถัมภ์ฯ |
| ๗. อ.สุวิมล จันทร์เปรมปรุ่ง | โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา พุทธมณฑล |
| ๘. อ.สุจิตรา โปร่งแสง | สำนักมาตรฐานการอาชีวศึกษาและวิชาชีพ |
| ๙. ดร.ชะนวนทอง ธนสุกาญจน์ | มหาวิทยาลัยมหิดล |
| ๑๐. คณะทำงานโครงการก้าวอย่างเข้าใจ | องค์การแพธ (PATH) |

รายชื่อคณะทำงาน

การวิเคราะห์ตัวชี้วัดหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑
กับแผนการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน*

- | | |
|-------------------------|---|
| ๑. กมลมาลย์ แสงอำรง | ศึกษานิเทศก์ หัวหน้าฝ่ายหลักสูตร สพท. นครสวรรค์ เขต ๑ |
| ๒. จรินทร์ ไช้สกุล | ศึกษานิเทศก์ กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา สพท. กทม. เขต ๓ |
| ๓. สุขใจ ดวงประเสริฐ | ศึกษานิเทศก์ กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา สพท. ฉะเชิงเทรา เขต ๒ |
| ๔. สุรีย์ อรรถกร | ครูสุขศึกษา โรงเรียนสายน้ำผึ้ง กทม. |
| ๕. ดลนภา บุรณรัญญ์ | ครูสุขศึกษา โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กทม. |
| ๖. วิเนตร์ พวงสอาด | ครูสุขศึกษา โรงเรียนแจรงร้อนวิทยา กทม. |
| ๗. อรุณี ขาญด้วยกิจ | ครูแนะแนว โรงเรียนสตรีอัปสรสวรรค์ กทม. |
| ๘. สุนันทา พุ่มวาริ | ครูแนะแนว โรงเรียนเบญจมราชูทิศ ราชบุรี |
| ๙. สมเกียรติ สุวรรรัตน์ | ครูภาษาไทย (อดีต) โรงเรียนกำแพงแสนวิทยา นครปฐม |
| ๑๐. สมวงศ์ อุไรวัฒนา | รองผู้อำนวยการมูลนิธิเข้าถึงเอดส์ กาญจนบุรี
องค์กรภาคีเพศศึกษารอบด้าน ภาคตะวันตก/ออก |

* การประชุมเชิงปฏิบัติการวิเคราะห์ตัวชี้วัดหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑
กับแผนการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน จัดขึ้นเมื่อวันที่ ๒๕ - ๒๖ ธันวาคม ๒๕๕๑ ณ ห้องประชุมองค์การ PATH

เจ้าหน้าที่โครงการส่งเสริมการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาอบต. องค์การแพธ

- | | |
|-------------------------|--|
| ๑. วรานุช ชินวรโสภาค | ผู้จัดการโครงการ |
| ๒. อุษาสินี ธีรทอง | ผู้ประสานงานโครงการ กรุงเทพฯ และสมุทรปราการ |
| ๓. หทัยรัตน์ สุดา | ผู้ประสานงานโครงการ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ |
| ๔. พรนุช สถาผลสวัสดิ์ | ผู้ประสานงานโครงการ อาชีวศึกษา
และการศึกษานอกโรงเรียน |
| ๕. ชูไชย นิจไตรรัตน์ | ผู้ประสานงานโครงการ ภาคเหนือตอนล่าง |
| ๖. สุพิศา ศรีบุตรวงษ์ | ผู้ประสานงานโครงการ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ |
| ๗. พรพรรณ ทองทงศักดิ์ | ผู้ประสานงานโครงการ กรุงเทพฯ และสมุทรปราการ |
| ๘. แสงจันทร์ เมธาตระกูล | ผู้ประสานงานโครงการ ภาคเหนือตอนบนและเครือข่าย
มหาวิทยาลัยราชภัฏ |

รายชื่อสถานศึกษาระดับชั้นพื้นฐาน ที่ร่วมโครงการก้าวอย่างอง่างเข้าใจ ในปี ๒๕๔๗-๒๕๕๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๑	กระบี่	โรงเรียนวัดโพธิ์เรียง	สพท. กระบี่ ๑
๒		โรงเรียนสินปุนคุณวิเศษ	สพท. กระบี่ ๑
๓	กรุงเทพฯ	โรงเรียนกุนนทีรุทธธารามวิท्याคม	สพท. กทม. ๑
๔		โรงเรียนเกษมพิทยา	สช.
๕		โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์	สช.
๖		โรงเรียนแจรงร้อนวิทยา	สพท. กทม. ๓
๗		โรงเรียนไชยฉิมพลีวิทยาคม	สพท. กทม. ๓
๘		โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า	สพท. กทม. ๒
๙		โรงเรียนทวีธาภิเศก	สพท. กทม. ๓
๑๐		โรงเรียนเทพศิลา	สพท. กทม. ๒
๑๑		โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์	กทม.
๑๒		โรงเรียนนนทรีวิทยา	สพท. กทม. ๑
๑๓		โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ บดินทรเดชา	สพท. กทม. ๒
๑๔		โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา พุทธมณฑล	สพท. กทม. ๓
๑๕		โรงเรียนนวลนรดิศวิทยาคม รัชม้งคลาภิเศก	สพท. กทม. ๓
๑๖		โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) ๒	สพท. กทม. ๒
๑๗		โรงเรียนบางกะปิ	สพท. กทม. ๒
๑๘		โรงเรียนบางบัว (เพ่งตั้งตรงจิตรวิทยาคาร)	สพท. กทม. ๒
๑๙		โรงเรียนผะดุงศิษย์พิทยา	สช.
๒๐		โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์	สพท. กทม. ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๒๑	กรุงเทพฯ	โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์	สพท. กทม. ๒
๒๒		โรงเรียนพุทธจักรวิทยา	สพท. กทม. ๑
๒๓		โรงเรียนพูนสิน (เพชรสุขอุปถัมภ์)	กทม.
๒๔		โรงเรียนมัธยมกษัตริย์ศึก	สพท. กทม. ๑
๒๕		โรงเรียนมัธยมนาคราญอุปถัมภ์	กทม.
๒๖		โรงเรียนมัธยมบ้านบางกะปิ	กทม.
๒๗		โรงเรียนมัธยมประชาชนีเวศน์	กทม.
๒๘		โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม	สพท. กทม. ๓
๒๙		โรงเรียนมัธยมวัดธาตุทอง	สพท. กทม. ๑
๓๐		โรงเรียนมัธยมวัดเบญจมบพิตร	สพท. กทม. ๑
๓๑		โรงเรียนมัธยมวัดสิงห์	สพท. กทม. ๓
๓๒		โรงเรียนมัธยมสุวิทย์เสรีอนุสรณ์	กทม.
๓๓		โรงเรียนยานนาเวศวิทยาคม	สพท. กทม. ๑
๓๔		โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภช บางขุนเทียน	สพท. กทม. ๓
๓๕		โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภช ลาดกระบัง	สพท. กทม. ๒
๓๖		โรงเรียนราชดำริ	สพท. กทม. ๒
๓๗		โรงเรียนราชวินิตบางเขน	สพท. กทม. ๒
๓๘		โรงเรียนราชวินิตบางแคปานขำ	สพท. กทม. ๓
๓๙		โรงเรียนรุ่งเรืองอุปถัมภ์	กทม.
๔๐		โรงเรียนลาดปลาเค้าพิทยาคม	สพท. กทม. ๒
๔๑		โรงเรียนวัดชัยมงคล	กทม.
๔๒		โรงเรียนวัดนวลนรดิศ	สพท. กทม. ๓
๔๓		โรงเรียนวัดบวรมงคล	สพท. กทม. ๓
๔๔		โรงเรียนวัดประดู่ในทรงธรรม	สพท. กทม. ๓

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๔๕	กรุงเทพฯ	โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยาคม	สพท. กทม. ๓
๔๖		โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง (งามศิริวิทยาคาร)	กทม.
๔๗		โรงเรียนวัดลาดกระบัง (ศิลาภีรัตอุปถัมภ์)	กทม.
๔๘		โรงเรียนวัดเวตวันธรรมवास	สพท. กทม. ๑
๔๙		โรงเรียนวัดสามง่าม	กทม.
๕๐		โรงเรียนวัดอินทาราม	สพท. กทม. ๓
๕๑		โรงเรียนศิลาจารพิพัฒน์	สพท. กทม. ๑
๕๒		โรงเรียนสตรีวัดระฆัง	สพท. กทม. ๓
๕๓		โรงเรียนสตรีวัดอัมพรสวรรค์	สพท. กทม. ๓
๕๔		โรงเรียนสตรีวิทยา ๒ ในพระราชูปถัมภ์ฯ	สพท. กทม. ๒
๕๕		โรงเรียนสายน้ำทิพย์	สพท. กทม. ๑
๕๖		โรงเรียนสายปัญญา ในพระบรมราชินูปถัมภ์	สพท. กทม. ๑
๕๗		โรงเรียนสีกัน (วัฒนานันท์อุปถัมภ์)	สพท. กทม. ๒
๕๘		โรงเรียนสีตบุตรบำรุง	สข.
๕๙		โรงเรียนสุวรรณารามวิทยาคม	สพท. กทม. ๓
๖๐		โรงเรียนสุเหร่าทรายกองดิน	กทม.
๖๑		โรงเรียนเสสะเวชวิทยา	สข.
๖๒		โรงเรียนทอวัง	สพท. กทม. ๒
๖๓		โรงเรียนอนุบาลพิบูลเวศม์	สพท. กทม. ๑
๖๔		โรงเรียนอำนวยการศิลป์	สข.
๖๕	กาญจนบุรี	โรงเรียนเขาดินวิทยาคาร	สพท. กาญจนบุรี ๑
๖๖		โรงเรียนด่านมะขามเตี้ยวิทยา	สพท. กาญจนบุรี ๑
๖๗		โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง	สพท. กาญจนบุรี ๑
๖๘		โรงเรียนเทพมงคลรังษี	สพท. กาญจนบุรี ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๖๙	กาญจนบุรี	โรงเรียนเทพศิรินทร์ลาดหญ้ากาญจนบุรี	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๐		โรงเรียนบ่อพลอยรัชดาภิเษก	สพท. กาญจนบุรี ๔
๗๑		โรงเรียนบ้านเก่าวิทยา	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๒		โรงเรียนบ้านตลุงเหนือ	สพท. กาญจนบุรี ๔
๗๓		โรงเรียนบ้านท่าหุ่ม	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๔		โรงเรียนบ้านพุเลียบ	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๕		โรงเรียนบ้านหนองประตู	สพท. กาญจนบุรี ๔
๗๖		โรงเรียนพนมทวนชนูปถัมภ์	สพท. กาญจนบุรี ๒
๗๗		โรงเรียนพัชรราษฎร์รังสรรค์	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๘		โรงเรียนวัดพัชร	สพท. กาญจนบุรี ๒
๗๙		โรงเรียนหนองปรือพิทยาคม	สพท. กาญจนบุรี ๔
๘๐		โรงเรียนหนองรีประชานิมิต	สพท. กาญจนบุรี ๔
๘๑		โรงเรียนอนุบาลวัดลูกแกประชาขุทิต	สพท. กาญจนบุรี ๒
๘๒	ฉะเชิงเทรา	โรงเรียนกาญจนานภิเษกวิทยาลัย ฉะเชิงเทรา	สพท. ฉะเชิงเทรา ๒
๘๓		โรงเรียนบ้านเขาหินซ้อน	สพท. ฉะเชิงเทรา ๒
๘๔		โรงเรียนบ้านห้วยตะปอก	สพท. ฉะเชิงเทรา ๒
๘๕		โรงเรียนแปลงยาวพิทยาคม	สพท. ฉะเชิงเทรา ๒
๘๖		โรงเรียนพนมสารคาม (พนมอดุลวิทยา)	สพท. ฉะเชิงเทรา ๒
๘๗		โรงเรียนมัธยมสิริวัณวรี ๓ ฉะเชิงเทรา	สพท. ฉะเชิงเทรา ๒
๘๘		โรงเรียนวัดคลอง ๑๘	สพท. ฉะเชิงเทรา ๑
๘๙		โรงเรียนวัดนครเนื่องเขต (ศรีโพธิ์จร)	สพท. ฉะเชิงเทรา ๑
๙๐		โรงเรียนวัดบางวัว (สายเสริมวิทย์)	สพท. ฉะเชิงเทรา ๑
๙๑		โรงเรียนวัดประชานำรุงกิจ	สพท. ฉะเชิงเทรา ๑
๙๒		โรงเรียนวัดเปี่ยมนิโครธาราม	สพท. ฉะเชิงเทรา ๒

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๙๓	ฉะเชิงเทรา	โรงเรียนวัดหนองเสือ	สพท. ฉะเชิงเทรา ๒
๙๔		โรงเรียนสนามชัยเขต	สพท. ฉะเชิงเทรา ๒
๙๕		โรงเรียนหมอนทองวิทยา	สพท. ฉะเชิงเทรา ๑
๙๖	ชลบุรี	โรงเรียนชุมชนวัดหนองรี	สพท. ชลบุรี ๑
๙๗		โรงเรียนบ้านบึง "มัญญูวิทยาคาร"	สพท. ชลบุรี ๑
๙๘		โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์)	สพท. ชลบุรี ๑
๙๙		โรงเรียนบ้านสวนอุดมวิทยา	สพท. ชลบุรี ๑
๑๐๐		โรงเรียนบ้านหนองเงิน	สพท. ชลบุรี ๑
๑๐๑	ชัยภูมิ	โรงเรียนจัตุรัสวิทยาคาร ชัยภูมิ	สพท. ชัยภูมิ ๓
๑๐๒		โรงเรียนชัยใหญ่วิทยาคม	สพท. ชัยภูมิ ๓
๑๐๓		โรงเรียนโนนคุณวิทยาคาร รัชมิ่งคลาภิเษก	สพท. ชัยภูมิ ๒
๑๐๔		โรงเรียนบำเพ็ญจรรย์คีตวิทยาคม	สพท. ชัยภูมิ ๓
๑๐๕		โรงเรียนภักดีชุมพลวิทยา	สพท. ชัยภูมิ ๑
๑๐๖		โรงเรียนภูเขียว	สพท. ชัยภูมิ ๒
๑๐๗		โรงเรียนหนองบัวแดงวิทยา	สพท. ชัยภูมิ ๑
๑๐๘	ตรัง	โรงเรียนคันธรพิทยาคาร	สพท. ตรัง ๑
๑๐๙		โรงเรียนตรังคริสเตียนศึกษา	สช.
๑๑๐		โรงเรียนตรังรังสฤษฏ์	สพท. ตรัง ๑
๑๑๑		โรงเรียนทุ่งยาวผดุงศิษย์	สพท. ตรัง ๑
๑๑๒		โรงเรียนนาโง้ววิทยาคม	สพท. ตรัง ๑
๑๑๓		โรงเรียนน้ำผุด	สพท. ตรัง ๑
๑๑๔		โรงเรียนปะเหลียนผดุงศิษย์	สพท. ตรัง ๑
๑๑๕		โรงเรียนวิเชียรมาตุ	สพท. ตรัง ๑
๑๑๖		โรงเรียนวิเชียรมาตุ ๒	สพท. ตรัง ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๑๑๗	ตรัง	โรงเรียนวิเชียรมาตุ ๓	สพท. ตรัง ๑
๑๑๘		โรงเรียนสภาราชนิ จังหวัดตรัง	สพท. ตรัง ๑
๑๑๙		โรงเรียนสวัสดิ์รัตนากิมุข	สพท. ตรัง ๑
๑๒๐		โรงเรียนหาดสำราญวิทยาคม	สพท. ตรัง ๑
๑๒๑	นครปฐม	โรงเรียนกำแพงแสนวิทยา	สพท. นครปฐม ๑
๑๒๒		โรงเรียนบางเลนวิทยา	สพท. นครปฐม ๒
๑๒๓		โรงเรียนบ้านกระทุ่มล้ม	สพท. นครปฐม ๒
๑๒๔		โรงเรียนบ้านหนองกระโดน	สพท. นครปฐม ๑
๑๒๕		โรงเรียนพระปฐมวิทยาลัย	สพท. นครปฐม ๑
๑๒๖		โรงเรียนโพรงมะเดื่อวิทยาคม	สพท. นครปฐม ๑
๑๒๗		โรงเรียนภัทรญาณวิทยา	สพท. นครปฐม ๒
๑๒๘		โรงเรียนราชินีบูรณะ	สช.
๑๒๙		โรงเรียนวัดกงลาด	สพท. นครปฐม ๑
๑๓๐		โรงเรียนวัดดอนหวาย	สพท. นครปฐม ๒
๑๓๑		โรงเรียนวัดตาก้อง (รัฐราษฎร์บำรุง)	สพท. นครปฐม ๑
๑๓๒		โรงเรียนวัดทัพหลวง	สพท. นครปฐม ๑
๑๓๓		โรงเรียนวัดบึงลาดสวาย	สพท. นครปฐม ๒
๑๓๔		โรงเรียนวัดมะเกลือ (กาญจนลักษณ์วิทยา)	สพท. นครปฐม ๒
๑๓๕		โรงเรียนวัดวังน้ำเขียว	สพท. นครปฐม ๑
๑๓๖		โรงเรียนวัดศรีมหาโพธิ์	สพท. นครปฐม ๒
๑๓๗		โรงเรียนวัดศิระทอง	สพท. นครปฐม ๒
๑๓๘		โรงเรียนวัดหนองศาลา	สพท. นครปฐม ๑
๑๓๙		โรงเรียนศรีวิชัยวิทยา	สพท. นครปฐม ๑
๑๔๐		โรงเรียนสหบำรุงวิทยา	สพท. นครปฐม ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๑๔๑	นครปฐม	โรงเรียนสามพรานวิทยา	สพท. นครปฐม ๒
๑๔๒		โรงเรียนสิรินธรราชวิทยาลัย	สพท. นครปฐม ๑
๑๔๓	นครราชสีมา	โรงเรียนขามทะเลสอวิทยา	สพท. นครราชสีมา ๕
๑๔๔		โรงเรียนจระเข้หินสังขมิวจังหวัดยา	สพท. นครราชสีมา ๓
๑๔๕		โรงเรียนโชคชัยสามัคคี	สพท. นครราชสีมา ๒
๑๔๖		โรงเรียนนครราชสีมาวิทยาลัย	อบจ.
๑๔๗		โรงเรียนมัธยมวชิราลงกรณวราราม	สพท. นครราชสีมา ๔
๑๔๘		โรงเรียนเมืองคง	สพท. นครราชสีมา ๖
๑๔๙	นครศรีธรรมราช	โรงเรียนกรุงรัตนวิทยาการ	สพท. นครศรีธรรมราช ๒
๑๕๐		โรงเรียนชุมชนใหม่	สพท. นครศรีธรรมราช ๔
๑๕๑		โรงเรียนเชียรใหญ่	สพท. นครศรีธรรมราช ๓
๑๕๒		โรงเรียนเชียรใหญ่สามัคคีวิทยา	สพท. นครศรีธรรมราช ๓
๑๕๓		โรงเรียนทรายขาววิทยา	สพท. นครศรีธรรมราช ๓
๑๕๔		โรงเรียนท่าศาลาประสิทธิ์ศึกษา	สพท. นครศรีธรรมราช ๔
๑๕๕		โรงเรียนทุ่งสง	สพท. นครศรีธรรมราช ๒
๑๕๖		โรงเรียนนบพิตดำวิทยา	สพท. นครศรีธรรมราช ๔
๑๕๗		โรงเรียนนางเอื้อยวิทยา	สพท. นครศรีธรรมราช ๒
๑๕๘		โรงเรียนปากพนัง	สพท. นครศรีธรรมราช ๓
๑๕๙		โรงเรียนปากพูน	สพท. นครศรีธรรมราช ๑
๑๖๐		โรงเรียนโมคคลานประชาสรรค์	สพท. นครศรีธรรมราช ๔
๑๖๑		โรงเรียนร่อนพิบูลย์เกียรติวสุนธราภิวัฒก์	สพท. นครศรีธรรมราช ๓
๑๖๒		โรงเรียนสตรีทุ่งสง	สพท. นครศรีธรรมราช ๒
๑๖๓		โรงเรียนสระแก้วรัตนวิทย์	สพท. นครศรีธรรมราช ๔
๑๖๔		โรงเรียนสิชลคุณาธารวิทยา	สพท. นครศรีธรรมราช ๔

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๑๖๕	นนทบุรี	โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี	สพท. นนทบุรี ๑
๑๖๖	นราธิวาส	โรงเรียนตากใบ	สพท. นราธิวาส ๒
๑๖๗		โรงเรียนนราธิวาส	สพท. นราธิวาส ๑
๑๖๘		โรงเรียนบ้านลาแล	สพท. นราธิวาส ๑
๑๖๙		โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์นราธิวาส	สพท. นราธิวาส ๑
๑๗๐		โรงเรียนสุโขทัย	สพท. นราธิวาส ๑
๑๗๑	น่าน	โรงเรียนเชียงกลาง (ประชาพัฒนา)	สพท. น่าน ๒
๑๗๒		โรงเรียนท่าวังผาพิทยาคม	สพท. น่าน ๒
๑๗๓		โรงเรียนน่านนคร	สพท. น่าน ๑
๑๗๔		โรงเรียนนาหมื่นพิทยาคม	สพท. น่าน ๑
๑๗๕		โรงเรียนบัว	สพท. น่าน ๒
๑๗๖		โรงเรียนพระธาตุพิทยาคม	สพท. น่าน ๒
๑๗๗		โรงเรียนศรีธาติลาเพชรรังสรรค์	สพท. น่าน ๒
๑๗๘		โรงเรียนศรีสวัสดิ์วิทยาคารจังหวัดน่าน	สพท. น่าน ๑
๑๗๙		โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์น่าน	สพท. น่าน ๑
๑๘๐		โรงเรียนสันติสุขพิทยาคม	สพท. น่าน ๑
๑๘๑		โรงเรียนสารธรรมวิทยาคาร	สพท. น่าน ๒
๑๘๒	บุรีรัมย์	โรงเรียนพนมรุ้ง	สพท. บุรีรัมย์ ๓
๑๘๓		โรงเรียนพลับพลาชัยพิทยาคม	สพท. บุรีรัมย์ ๒
๑๘๔		โรงเรียนพุทไธสง	สพท. บุรีรัมย์ ๔
๑๘๕		โรงเรียนนรมย์บุรีพิทยาคม รัชมิ่งคลาภิเษก	สพท. บุรีรัมย์ ๑
๑๘๖		โรงเรียนละหานทรายรัชดาภิเษก	สพท. บุรีรัมย์ ๓
๑๘๗		โรงเรียนลำปลายมาศ	สพท. บุรีรัมย์ ๑
๑๘๘	ปัตตานี	โรงเรียนจ้องฮั่ว	สช.

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๑๘๙	ปัตตานี	โรงเรียนบ้านตรัง	สพท. ปัตตานี ๒
๑๙๐		โรงเรียนบ้านน้ำดำ	สพท. ปัตตานี ๒
๑๙๑		โรงเรียนโพธิ์คีรีราชศึกษา	สพท. ปัตตานี ๒
๑๙๒		โรงเรียนมายอ (สถิตย์ภูผา)	สพท. ปัตตานี ๒
๑๙๓		โรงเรียนมูลนิธิอาชิสสถาน	สช.
๑๙๔		โรงเรียนอิสลามศาสนวิทยา	สช.
๑๙๕	พังงา	โรงเรียนดีบุกพังงาวิทยายน	สพท. พังงา
๑๙๖		โรงเรียนบ้านเขาเฒ่า	สพท. พังงา
๑๙๗		โรงเรียนบ้านบ่อแสน	สพท. พังงา
๑๙๘		โรงเรียนเมืองพังงา	สพท. พังงา
๑๙๙		โรงเรียนวัดโคกสวย	สพท. พังงา
๒๐๐		โรงเรียนวัดปัจจันตคาม	สพท. พังงา
๒๐๑		โรงเรียนสตรีพังงา	สพท. พังงา
๒๐๒	พัทลุง	โรงเรียนเขาชัยสน	สพท. พัทลุง ๒
๒๐๓		โรงเรียนควนขนุน	สพท. พัทลุง ๑
๒๐๔		โรงเรียนชะรัดขลุ่ยปลั่ง	สพท. พัทลุง ๒
๒๐๕		โรงเรียนดอนศาลานำวิทยา	สพท. พัทลุง ๑
๒๐๖		โรงเรียนตะโหนด	สพท. พัทลุง ๒
๒๐๗		โรงเรียนเทศบาลจูงฮั่ว	เทศบาล
๒๐๘		โรงเรียนเทศบาลวัดนิโครธาราม	เทศบาล
๒๐๙		โรงเรียนนายขาดวิทยาการ	สพท. พัทลุง ๑
๒๑๐		โรงเรียนนิคมควนขนุนวิทยา	สพท. พัทลุง ๑
๒๑๑		โรงเรียนบางแก้วพิทยาคม	สพท. พัทลุง ๒
๒๑๒		โรงเรียนบ้านควนขนุน	สพท. พัทลุง ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด	
๒๑๓	พัทลุง	โรงเรียนบ้านท่ามิหรำ	สพท. พัทลุง ๑	
๒๑๔		โรงเรียนประภัสสรรังสิต	สพท. พัทลุง ๑	
๒๑๕		โรงเรียนป่าบอนพิทยาคม	สพท. พัทลุง ๒	
๒๑๖		โรงเรียนป่าพะยอมพิทยาคม	สพท. พัทลุง ๑	
๒๑๗		โรงเรียนพนางตุง	สพท. พัทลุง ๑	
๒๑๘		โรงเรียนพัทลุง	สพท. พัทลุง ๑	
๒๑๙		โรงเรียนวชิรธรรมสถิต	สพท. พัทลุง ๑	
๒๒๐		โรงเรียนศรีบรรพตพิทยาคม	สพท. พัทลุง ๑	
๒๒๑		โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์พัทลุง	สพท. พัทลุง ๑	
๒๒๒		โรงเรียนสตรีพัทลุง	สพท. พัทลุง ๑	
๒๒๓		โรงเรียนทานโพลิพิทยาคม	สพท. พัทลุง ๒	
๒๒๔		เพชรบุรี	โรงเรียนแก่งกระจานวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๒๕			โรงเรียนเขาย้อยวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๑
๒๒๖			โรงเรียนชะอำคุณหญิงเนื่องบุรี	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๒๗			โรงเรียนท่ายางวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๒๘			โรงเรียนบ้านท่ายาง (ประชาสรรค์)	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๒๙			โรงเรียนบ้านแม่ประจันต์	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๓๐	โรงเรียนบ้านยางน้ำกลัดใต้		สพท. เพชรบุรี ๑	
๒๓๑	โรงเรียนบ้านลาดวิทยา		สพท. เพชรบุรี ๒	
๒๓๒	โรงเรียนบ้านหนองปิ่นแตก		สพท. เพชรบุรี ๒	
๒๓๓	โรงเรียนบ้านห้วยกวางจริง		สพท. เพชรบุรี ๒	
๒๓๔	โรงเรียนบ้านแหลมวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๑		
๒๓๕	โรงเรียนปริยัติรังสรรค์	สพท. เพชรบุรี ๑		
๒๓๖	โรงเรียนวชิรธรรมโคกิต	สพท. เพชรบุรี ๑		

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๒๓๗	เพชรบุรี	โรงเรียนวัดจันทราวาส (ศุขประสารราษฎร์)	สพท. เพชรบุรี ๑
๒๓๘		โรงเรียนวัดนาพรม	สพท. เพชรบุรี ๑
๒๓๙		โรงเรียนหนองจอกวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๔๐		โรงเรียนหนองชุมแสงวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๔๑		โรงเรียนหนองหญ้าปล้องวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๑
๒๔๒		โรงเรียนห้วยทรายประชาสรรค์	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๔๓	แพร่	โรงเรียนถิ่นโอบาสวิทยา	สพท. แพร่ ๑
๒๔๔		โรงเรียนนาริรัตน์จังหวัดแพร่	สพท. แพร่ ๑
๒๔๕		โรงเรียนบ้านน้ำริน (คุรุราษฎร์รังสรรค์)	สพท. แพร่ ๒
๒๔๖		โรงเรียนบ้านแม่ทราย (คุรุราษฎร์เจริญวิทย์)	สพท. แพร่ ๑
๒๔๗		โรงเรียนร่องกวางอนุสรณ์	สพท. แพร่ ๑
๒๔๘		โรงเรียนลองวิทยา	สพท. แพร่ ๒
๒๔๙		โรงเรียนวังชันวิทยา	สพท. แพร่ ๒
๒๕๐		โรงเรียนสรอยเสรีวิทยา	สพท. แพร่ ๒
๒๕๑		โรงเรียนสองพิทยาคม	สพท. แพร่ ๑
๒๕๒		โรงเรียนสูงเม่นขุขูปถัมภ์	สพท. แพร่ ๒
๒๕๓	ภูเก็ต	โรงเรียน อบจ.บ้านตลาดเหนือ (วันครู ๒๕๐๒)	อบจ.
๒๕๔		โรงเรียนกะทู้วิทยา	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๕		โรงเรียนเกาะสีเฮอร์	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๖		โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ ภูเก็ต	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๗		โรงเรียนเชิงทะเลวิทยาคม (จติ-ก้องอนุสรณ์)	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๘		โรงเรียนกลางพระนางสร้าง	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๙		โรงเรียนพิบูลสวัสดิ์	สพท. ภูเก็ต ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๒๖๐	ภูเก็ต	โรงเรียนวิชิตสงคราม	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๖๑	ยโสธร	โรงเรียนกุดชุมวิทยา	สพท. ยโสธร ๒
๒๖๒		โรงเรียนทรายมูลวิทยา	สพท. ยโสธร ๒
๒๖๓		โรงเรียนมหาษัณห์วิทยา	สพท. ยโสธร ๑
๒๖๔		โรงเรียนยโสธรพิทยาสรรค์	สพท. ยโสธร ๑
๒๖๕		โรงเรียนเลิงนกทา	สพท. ยโสธร ๒
๒๖๖		โรงเรียนสอนแก้ว่องไววิทยา	สพท. ยโสธร ๑
๒๖๗	ยะลา	โรงเรียนคณะราษฎรบำรุง ๒	สพท. ยะลา ๑
๒๖๘		โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ ยะลา	สพท. ยะลา ๑
๒๖๙		โรงเรียนเทศบาล ๒ (บ้านมลายูบางกอก)	เทศบาล
๒๗๐		โรงเรียนเทศบาล ๕ (บ้านตลาดเก่า)	เทศบาล
๒๗๑		โรงเรียนธีรวิทยา	สข.
๒๗๒		โรงเรียนบ้านตลาดลำใหม่	สพท. ยะลา ๑
๒๗๓		โรงเรียนบ้านตาเซะ	สพท. ยะลา ๑
๒๗๔		โรงเรียนบ้านเบญญา (บุญชอบ สาครินทร์)	สพท. ยะลา ๑
๒๗๕		โรงเรียนบ้านสาคอ	สพท. ยะลา ๑
๒๗๖		โรงเรียนเบตง "วีระราษฎร์ประสาน"	สพท. ยะลา ๒
๒๗๗		โรงเรียนยะลาบำรุงผดุงประชา	สข.
๒๗๘		โรงเรียนยะหาศรียานุกูล	สพท. ยะลา ๒
๒๗๙		โรงเรียนรังสือนุสรณ์	สข.
๒๘๐		โรงเรียนลำพะยาประชานุเคราะห์	สพท. ยะลา ๑
๒๘๑		โรงเรียนวัดขมพูนุสเถียร	สพท. ยะลา ๑
๒๘๒	ราชบุรี	โรงเรียนกรับใหญ่ว่องกุศลกิจพิทยาคม	สพท. ราชบุรี ๒

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๒๘๓	ราชบุรี	โรงเรียนครูราษฎร์รังสฤษดิ์	สพท. ราชบุรี ๑
๒๘๔		โรงเรียนแคทรายวิทยา	สพท. ราชบุรี ๑
๒๘๕		โรงเรียนด้านทับตะโกราษฎร์อุปถัมภ์	สพท. ราชบุรี ๑
๒๘๖		โรงเรียนท่ามะขามวิทยา	สพท. ราชบุรี ๒
๒๘๗		โรงเรียนเนกขัมมิ์วิทยา	สพท. ราชบุรี ๒
๒๘๘		โรงเรียนบรมราชินีนาถราชวิทยาลัย	สพท. ราชบุรี ๑
๒๘๙		โรงเรียนบางแพปฐมพิทยา	สพท. ราชบุรี ๒
๒๙๐		โรงเรียนบ้านคาวีวิทยา	สพท. ราชบุรี ๑
๒๙๑		โรงเรียนบ้านรางสีหมอก	สพท. ราชบุรี ๒
๒๙๒		โรงเรียนบ้านลำพระ	สพท. ราชบุรี ๑
๒๙๓		โรงเรียนเบญจมราชูทิศ	สพท. ราชบุรี ๑
๒๙๔		โรงเรียนปากท่อพิทยาคม	สพท. ราชบุรี ๑
๒๙๕		โรงเรียนโพธารัตนาเสนี	สพท. ราชบุรี ๒
๒๙๖		โรงเรียนโพหัก "วงศ์สมบูรณราษฎร์อุปถัมภ์"	สพท. ราชบุรี ๒
๒๙๗		โรงเรียนมหาราช ๗	สพท. ราชบุรี ๑
๒๙๘		โรงเรียนรัฐราษฎร์อุปถัมภ์	สพท. ราชบุรี ๑
๒๙๙		โรงเรียนรัตนราษฎร์บำรุง	สพท. ราชบุรี ๒
๓๐๐		โรงเรียนวัดเขาวัง (แสง ช่วงสุวนิช)	สพท. ราชบุรี ๑
๓๐๑		โรงเรียนวัดจันทาราม (ตั้งตรงจิตร ๕)	สพท. ราชบุรี ๒
๓๐๒		โรงเรียนวัดขาวเหนือ	สพท. ราชบุรี ๒
๓๐๓		โรงเรียนวัดดอนตูม	สพท. ราชบุรี ๒
๓๐๔		โรงเรียนวัดบ้านโป่ง "สามัคคีคุณูปถัมภ์"	สข.
๓๐๕		โรงเรียนวัดบ้านไร่ ราชบุรี	สพท. ราชบุรี ๒
๓๐๖		โรงเรียนวัดพิบูลทอง	สพท. ราชบุรี ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๓๐๗	ราชบุรี	โรงเรียนวัดสันติการามวิทยา ราชบุรี	สพท. ราชบุรี ๑
๓๐๘		โรงเรียนวัดหุบกระเทียม	สพท. ราชบุรี ๒
๓๐๙		โรงเรียนสวนผึ้งวิทยา	สพท. ราชบุรี ๑
๓๑๐		โรงเรียนสายธรรมจันทร์	สพท. ราชบุรี ๒
๓๑๑		โรงเรียนโสภณศิริราษฎร์	สพท. ราชบุรี ๑
๓๑๒		โรงเรียนอนุบาลโพธาราม	สพท. ราชบุรี ๒
๓๑๓		โรงเรียนอนุบาลราชบุรี	สพท. ราชบุรี ๑
๓๑๔	ลำปาง	โรงเรียนเกาะคำวิทยาคม	สพท. ลำปาง ๒
๓๑๕		โรงเรียนแจ้ซ้อนวิทยา	สพท. ลำปาง ๓
๓๑๖		โรงเรียนแจ้ห่มวิทยา	สพท. ลำปาง ๓
๓๑๗		โรงเรียนเถินวิทยา	สพท. ลำปาง ๓
๓๑๘		โรงเรียนทุ่งกว่าวิทยาคม	สพท. ลำปาง ๓
๓๑๙		โรงเรียนทุ่งหนองขามวิทยา	สพท. ลำปาง ๑
๓๒๐		โรงเรียนทุ่งอุดมวิทยา	สพท. ลำปาง ๓
๓๒๑		โรงเรียนเทศบาล ๔ (บ้านเขียงราย)	เทศบาล
๓๒๒		โรงเรียนบ้านนาแก้วประชารัฐ	สพท. ลำปาง ๒
๓๒๓		โรงเรียนบ้านปางยางคก	สพท. ลำปาง ๑
๓๒๔		โรงเรียนประชารัฐธรรมคุณ	สพท. ลำปาง ๑
๓๒๕		โรงเรียนประชาราชวิทยา	สพท. ลำปาง ๑
๓๒๖		โรงเรียนเมืองปานพัฒนวิทย์	สพท. ลำปาง ๓
๓๒๗		โรงเรียนเมืองปานวิทยา	สพท. ลำปาง ๓
๓๒๘		โรงเรียนแม่ถอดวิทยา	สพท. ลำปาง ๒
๓๒๙		โรงเรียนแม่ทะพัฒนศึกษา	สพท. ลำปาง ๒
๓๓๐		โรงเรียนแม่ทะวิทยา	สพท. ลำปาง ๒

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๓๓๑	ลำปาง	โรงเรียนแม่มอกวิทยา	สพท. ลำปาง ๒
๓๓๒		โรงเรียนแม่เมาะวิทยา	สพท. ลำปาง ๑
๓๓๓		โรงเรียนแม่สันวิทยา	สพท. ลำปาง ๑
๓๓๔		โรงเรียนลำปางกัลยาณี	สพท. ลำปาง ๑
๓๓๕		โรงเรียนวังเหนือวิทยา	สพท. ลำปาง ๓
๓๓๖		โรงเรียนศรีลังกาวิทยา	สพท. ลำปาง ๒
๓๓๗		โรงเรียนศาลาวิทยา	สพท. ลำปาง ๒
๓๓๘		โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์จิตต์อารีย์ ลำปาง	สพท. ลำปาง ๑
๓๓๙		โรงเรียนสบปราบพิทยาคม	สพท. ลำปาง ๒
๓๔๐		โรงเรียนเสด็จวนชยางค์กุลวิทยา	สพท. ลำปาง ๑
๓๔๑		โรงเรียนเสริมงามวิทยาคม	สพท. ลำปาง ๒
๓๔๒		โรงเรียนห้างฉัตรวิทยา	สพท. ลำปาง ๑
๓๔๓	ลำพูน	โรงเรียนชุมชนบ้านป่าไผ่	สพท. ลำพูน ๒
๓๔๔		โรงเรียนท่าขุมเงินวิทยาคาร	สพท. ลำพูน ๑
๓๔๕		โรงเรียนทุ่งหัวช้างพิทยาคม	สพท. ลำพูน ๒
๓๔๖		โรงเรียนเทศบาลสันป่ายางหนองม	เทศบาล
๓๔๗		โรงเรียนธีรภานท์บ้านโฮ้ง	สพท. ลำพูน ๒
๓๔๘		โรงเรียนน้ำดิบวิทยาคม	สพท. ลำพูน ๑
๓๔๙		โรงเรียนบ้านปวง	สพท. ลำพูน ๒
๓๕๐		โรงเรียนบ้านแป้นพิทยาคม	สพท. ลำพูน ๑
๓๕๑		โรงเรียนบ้านไม้ตะเคียน	สพท. ลำพูน ๒
๓๕๒		โรงเรียนบ้านห้วยไซ	สพท. ลำพูน ๑
๓๕๓		โรงเรียนบ้านโฮ้งรัตนวิทยา	สพท. ลำพูน ๒
๓๕๔		โรงเรียนป่าซาง	สพท. ลำพูน ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๓๕๕	ลำพูน	โรงเรียนป่าตาลบ้านธิพิทยาศาสตร์	สพท. ลำพูน ๑
๓๕๖		โรงเรียนแม่ตื่นวิทยา	สพท. ลำพูน ๒
๓๕๗		โรงเรียนแม่ทาวิทยาคม	สพท. ลำพูน ๑
๓๕๘		โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๒๖	สพท. ลำพูน ๑
๓๕๙		โรงเรียนวชิรป่าซาง	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๐		โรงเรียนวัดบ้านดง	สพท. ลำพูน ๒
๓๖๑		โรงเรียนวัดบ้านม้า	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๒		โรงเรียนเวียงเจดีย์วิทยา	สพท. ลำพูน ๒
๓๖๓		โรงเรียนส่วนบุญโญปถัมภ์	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๔		โรงเรียนอนุบาลลำพูน	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๕		โรงเรียนอุโมงค์วิทยาคม	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๖	ศรีสะเกษ	โรงเรียนไกรภักดีวิทยาคม	สพท. ศรีสะเกษ ๑
๓๖๗		โรงเรียนดงรักวิทยา	อบจ.
๓๖๘		โรงเรียนโนนปูนวิทยาคม	สพท. ศรีสะเกษ ๓
๓๖๙		โรงเรียนบึงมะลูวิทยา	สพท. ศรีสะเกษ ๔
๓๗๐		โรงเรียนยางชุมน้อยพิทยาคม	สพท. ศรีสะเกษ ๑
๓๗๑		โรงเรียนราชินีไศล	สพท. ศรีสะเกษ ๒
๓๗๒	สงขลา	โรงเรียนจนะชนูปถัมภ์	สพท. สงขลา ๓
๓๗๓		โรงเรียนจะโหนดพิทยาคม	สพท. สงขลา ๓
๓๗๔		โรงเรียนชุมชนนิคมสร้างตนเองเทพา	สพท. สงขลา ๓
๓๗๕		โรงเรียนท่าจีนอุดมวิทยา	สพท. สงขลา ๒
๓๗๖		โรงเรียนเทพพิทยาภาณุมาศ	สพท. สงขลา ๓
๓๗๗		โรงเรียนเทพา	สพท. สงขลา ๓
๓๗๘		โรงเรียนเทศบาล ๑ (เอ็งเสี้ยงสามัคคี)	เทศบาล

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๓๙๙	สงขลา	โรงเรียนเทศบาล ๒ (บ้านหาดใหญ่)	เทศบาล
๓๙๐		โรงเรียนเทศบาล ๓ (โศภนพิทยาคูณานุสรณ์)	เทศบาล
๓๙๑		โรงเรียนเทศบาล ๔ (วัดคลองเรียน)	เทศบาล
๓๙๒		โรงเรียนเทศบาล ๕ (วัดหาดใหญ่)	เทศบาล
๓๙๓		โรงเรียนธรรมโฆษิต	สพท. สงขลา ๑
๓๙๔		โรงเรียนบ้านเขาพระ	สพท. สงขลา ๒
๓๙๕		โรงเรียนบ้านป่าไธสง	สพท. สงขลา ๓
๓๙๖		โรงเรียนบ้านพระพุทธ	สพท. สงขลา ๓
๓๙๗		โรงเรียนบ้านสะพานหัก	สพท. สงขลา ๓
๓๙๘		โรงเรียนพระตงประธานศิริวัฒน์	สพท. สงขลา ๒
๓๙๙		โรงเรียนมหาปัญญา	กรมการศาสนา
๔๐๐		โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ	สพท. สงขลา ๑
๔๐๑		โรงเรียนมัธยมสิริวัณวรี ๒ สงขลา	สพท. สงขลา ๒
๔๐๒		โรงเรียนระโนดวิทยา	สพท. สงขลา ๑
๔๐๓		โรงเรียนรัตภูมิวิทยา	สพท. สงขลา ๒
๔๐๔		โรงเรียนวรรณารีเฉลิม	สพท. สงขลา ๑
๔๐๕		โรงเรียนวัดท่าแค	สพท. สงขลา ๒
๔๐๖		โรงเรียนสทิงพระอนุปัตถ์	สพท. สงขลา ๑
๔๐๗		โรงเรียนสทิงพระวิทยา	สพท. สงขลา ๑
๔๐๘		โรงเรียนสะเดา “ขรรค์ชัยกัมพลานนท์อนุสรณ์”	สพท. สงขลา ๓
๔๐๙		โรงเรียนสะบ้าย้อยวิทยา	สพท. สงขลา ๓
๔๑๐		โรงเรียนแสงทองวิทยา	สช.
๔๑๑		โรงเรียนโสตศึกษาจังหวัดสงขลา	สพท. สงขลา ๒
๔๑๒		โรงเรียนหาดใหญ่เทคโนโลยี	สช.

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๔๐๓	สงขลา	โรงเรียนหาดใหญ่พิทยาคม	สพท. สงขลา ๒
๔๐๔		โรงเรียนหาดใหญ่รัฐประชาสรรค์	สพท. สงขลา ๒
๔๐๕		โรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒	สพท. สงขลา ๒
๔๐๖	สตูล	โรงเรียนกำแพงวิทยา	สพท. สตูล
๔๐๗		โรงเรียนควนโดนวิทยา	สพท. สตูล
๔๐๘		โรงเรียนจุฬารัตนราชวิทยาลัย สตูล	สพท. สตูล
๔๐๙		โรงเรียนดารุลมาอาเรฟ	สข.
๔๑๐		โรงเรียนท่าแพผดุงวิทย์	สพท. สตูล
๔๑๑		โรงเรียนเทศบาล ๒ (วัดชนาธิปเฉลิม)	เทศบาล
๔๑๒		โรงเรียนบ้านเกตรี	สพท. สตูล
๔๑๓		โรงเรียนบ้านเขาจีน	สพท. สตูล
๔๑๔		โรงเรียนบ้านไทรงาม	สพท. สตูล
๔๑๕		โรงเรียนปาล์มพัฒนาวิทย์	สพท. สตูล
๔๑๖		โรงเรียนพิมานพิทยาสรรค์	สพท. สตูล
๔๑๗		โรงเรียนสตูลวิทยา	สพท. สตูล
๔๑๘	สมุทรสงคราม	โรงเรียนถาวรานุกูล	สพท. สมุทรสงคราม
๔๑๙		โรงเรียนเทพสุวรรณชาฎิวิทยา	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๐		โรงเรียนเมธีขุณหะวันวิทยาลัย	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๑		โรงเรียนวัดโคกเกตุ (เสริมสมบุญนังวงศ์)	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๒		โรงเรียนวัดบางน้อย (แจ่มประชานุกูล)	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๓		โรงเรียนวัดศรีท้าวธรรม	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๔		โรงเรียนศรีท้าวสมุทร	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๕		โรงเรียนอัมพวันวิทยาลัย	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๖	สมุทรสาคร	โรงเรียนกระทุ่มแบน "วิเศษสมุทคุณ"	สพท. สมุทรสาคร

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๔๒๗	สมุทรสาคร	โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ สมุทรสาคร	สพท. สมุทรสาคร
๔๒๘		โรงเรียนวัดธรรมจริยาภิรมย์	สพท. สมุทรสาคร
๔๒๙		โรงเรียนวัดนางสาว	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๐		โรงเรียนวัดยงกระบัว	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๑		โรงเรียนวัดราษฎร์รังสรรค์	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๒		โรงเรียนวัดหลักสี่พัฒนาราษฎร์อุปถัมภ์	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๓		โรงเรียนวัดใหญ่บ้านบ่อ (บ้านบ่อราษฎร์บำรุง)	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๔		โรงเรียนสมุทรสาครบูรณะ	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๕		โรงเรียนสมุทรสาครวิทยาลัย	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๖		โรงเรียนสมุทรสาครวุฒิชัย	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๗	สุรินทร์	โรงเรียนโคกตะเคียนวิทยา	สพท. สุรินทร์ ๓
๔๓๘		โรงเรียนจอมพระประชาสรรค์	สพท. สุรินทร์ ๑
๔๓๙		โรงเรียนท่าตูมประชาเสรมวิทย์	สพท. สุรินทร์ ๒
๔๔๐		โรงเรียนโนนแทนพิทยาคม	สพท. สุรินทร์ ๒
๔๔๑		โรงเรียนประสาทวิทยาคาร	สพท. สุรินทร์ ๓
๔๔๒		โรงเรียนรัตนบุรี	สพท. สุรินทร์ ๒
๔๔๓		โรงเรียนรามวิทยา รัชมังคลาภิเษก	สพท. สุรินทร์ ๑
๔๔๔		โรงเรียนศีขรภูมิพลชัย	สพท. สุรินทร์ ๑
๔๔๕		โรงเรียนสนมวิทยาคาร	สพท. สุรินทร์ ๒
๔๔๖		โรงเรียนสุรพิณฑ์พิทยา	สพท. สุรินทร์ ๑
๔๔๗	อำนาจเจริญ	โรงเรียนขานูมานวิทยาคม	สพท. อำนาจเจริญ
๔๔๘		โรงเรียนนายมวิทยาคาร	สพท. อำนาจเจริญ
๔๔๙		โรงเรียนบ้านหนองไฮ	สพท. อำนาจเจริญ

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๔๕๐	อำนาจเจริญ	โรงเรียนพนาศึกษา	สพท. อำนาจเจริญ
๔๕๑		โรงเรียนลืออำนาจวิทยาคม	สพท. อำนาจเจริญ
๔๕๒	อุบลราชธานี	โรงเรียนเกษมสีมาวิทยาคาร	สพท. อุบลราชธานี ๒
๔๕๓		โรงเรียนบ้านเม็กใหญ่	สพท. อุบลราชธานี ๕
๔๕๔		โรงเรียนเบ็ตตี้คูเมน ๒ ชองเม็ก	สพท. อุบลราชธานี ๓
๔๕๕		โรงเรียนปทุมพิทยาคม	สพท. อุบลราชธานี ๑
๔๕๖		โรงเรียนวิจิตรวิทยา	สพท. อุบลราชธานี ๔
๔๕๗		โรงเรียนเวทวันวิทยา	สพท. อุบลราชธานี ๕
๔๕๘		โรงเรียนสหธาตุศึกษา	สพท. อุบลราชธานี ๑
๔๕๙		โรงเรียนห้วยชะยุ้งวิทยา	สพท. อุบลราชธานี ๔

