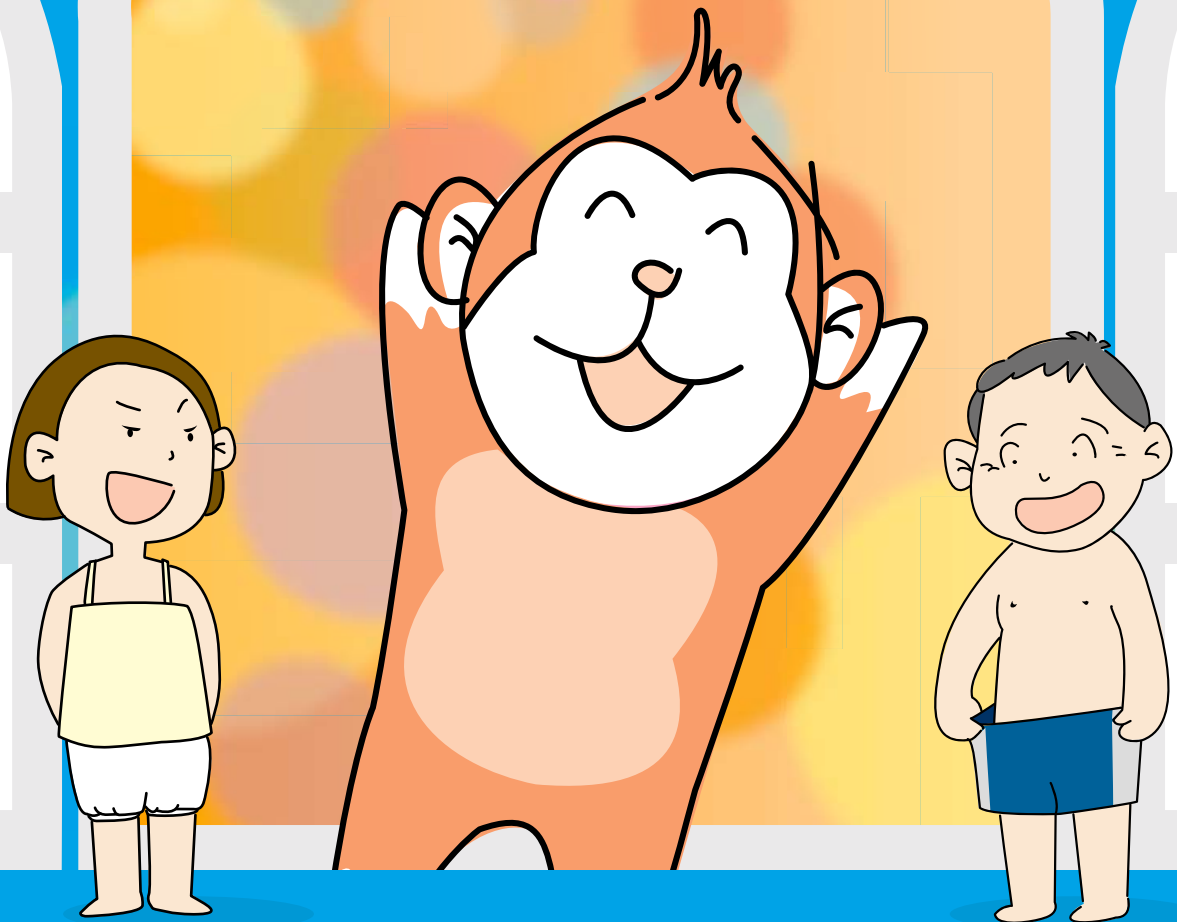


คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้ เพศศึกษา

สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑



คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้

เพศศึกษา

สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑



คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ISBN ๙๗๘-๙๗๔-๓๐๐-๑๓๘-๓

พิมพ์ครั้งที่ ๓ (ตุลาคม ๒๕๕๑) จำนวนพิมพ์ ๕,๐๐๐ เล่ม

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

พิมพ์ที่

บริษัท เออร์เจนท์ แทค จำกัด

ปก

นายบัณฑิต เอื้อวัฒนากุล

รูปเล่ม

นายวัฒนสินธุ์ สุวรรตนานนท์

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 • สำนักบริหารงานการศึกษาธรรมชาติและอาชีพ • ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน • องค์การแพลน ประเทศไทย • เครือข่ายเยาวชนด้านเอดส์ประเทศไทย (YouthNet) • สำนักงานที่ปรึกษาพันธมิตรสาธารณสุข (Health Counterparts Consulting-HCC)

สารสนเทศจากเลขที่การ 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 “ก้าวอย่างเข้าใจ” 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 อยุรยา
เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กรกฎาคม ๒๕๕๐

หมายเหตุ ดัดจาก สำนักรจากเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ในคู่มือการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา สำหรับเยาวชนช่วงชั้น ๓ และ ๔ ฉบับพิมพ์เมื่อ กรกฎาคม ๒๕๕๐

คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่สาม

“คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาแบบรอบด้าน (Comprehensive Sexuality Education) สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑” 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 หรือกระทัดตรงกันข้ามกับที่คู่มือนี้ 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 และความพยายามผลักดันให้เกิดการจัดทำคู่มือเรื่องเพศศึกษาในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ไม่อาจเกิดขึ้นได้หากปราศจากการสนับสนุนด้านนโยบายจากกระทรวงศึกษาธิการ และความร่วมมือร่วมใจของเขตพื้นที่การศึกษา ๔๘ เขตใน ๒๖ จังหวัด ที่ร่วมดำเนินงานกับโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจในช่วง ๓ ปีแรก (ตุลาคม ๒๕๔๖ - กันยายน ๒๕๔๙) ได้แก่ ลำปาง ลำพูน แพร่ น่าน อุบลราชธานี ศรีสะเกษ อำนาจเจริญ ยโสธร ราชบุรี เพชรบุรี นครปฐม กาญจนบุรี ฉะเชิงเทรา ชลบุรี สมุทรสาคร สมุทรสงคราม กรุงเทพฯ สงขลา นครศรีธรรมราช พัทลุง พังงา ปัตตานี ยะลา ตรัง ภูเก็ต สตูล

ขอขอบคุณคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มูลนิธิ เข้าถึงเอดส์ (แอดเซส) กาญจนบุรี สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง ศูนย์ฝึก อบรมโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จังหวัดอุบลราชธานี ซึ่งเป็นหน่วยงานหลักในพื้นที่ภูมิภาค และมีบทบาทประสานงานเพื่อสร้างความเข้าใจกับผู้บริหาร สถานศึกษาและสนับสนุนด้านวิชาการให้กับครูในสถานศึกษาในพื้นที่รับผิดชอบ รวมทั้งคณะทำงานและวิทยากรหลัก (Master Trainers) ในระดับจังหวัดที่ร่วมทำ โครงการในกระบวนการนิเทศติดตามครู ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ และให้ข้อคิดเห็น ตลอดจนมีส่วนร่วมในการทำให้การดำเนินงานของโครงการปีที่ ๓ ลุล่วงมาได้ ด้วยดี

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

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

มหาวิทยาลัยและคณะครูซึ่งมีประสบการณ์การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างต่อเนื่องในสถานศึกษาของตนเอง ร่วมกับเจ้าหน้าที่โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ องค์การแพช โดยมีหวังว่า คู่มีเอช 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 ที่สนับสนุนให้เกิดโอกาสในการผลักดันงานเพศศึกษาในสังคมไทยได้คืบหน้าไปอีกหนึ่งก้าว 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	๔๔
การวัดและประเมินผล	๕๑
แผนการเรียนรู้เพศศึกษา “ก้าวอย่างเข้าใจ” ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๑	๖๑
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑ ย่างสู่วัยหนุ่มสาว	๖๗
• แผนการเรียนรู้ที่ ๒ สะอาด สดใส ปลอดภัย	๘๕
• แผนการเรียนรู้ที่ ๓ ประกาศรับเพื่อนใหม่	๑๐๑
• แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่องของชีวิตชนก	๑๐๗
• แผนการเรียนรู้ที่ ๕ เป็อคนป่น	๑๑๓
• แผนการเรียนรู้ที่ ๖ หลากกรส หลายแบบ	๑๑๙
• แผนการเรียนรู้ที่ ๗ อยู่ร่วมกัน...ฉันกับเธอ	๑๒๗
• แผนการเรียนรู้ที่ ๘ ไม่มี ไม่เท่	๑๓๓
• แผนการเรียนรู้ที่ ๙ ฉันเป็นฉันเอง	๑๔๑

- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐ ทำตามสิ่ง ๑๕๑
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑ เบื่อคนแซว ๑๕๕
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒ สัมผัสดี สัมผัสไม่ดี ๑๖๑
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓ ข้างหลังภาพ ๑๖๗
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔ แฟนฉัน ๑๗๙
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕ รู้ทันป้องกันได้ ๑๘๕
- แผนการเรียนรู้ที่ ๑๖ นับจากวันนี้... ๑๙๑

บรรณานุกรม

๑๙๗

ภาคผนวก

๑๙๙

- ๖ มิติ เพศศึกษาแบบรอบด้านกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ๒๐๐
- กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นหัวใจของเพศศึกษา ๒๐๔
- “เพศศึกษา” กับการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ ๒๒๕
- บทเรียนการจัดเพศศึกษาเข้าสู่หลักสูตรสถานศึกษา ๒๓๔
- “พบกันทุกวันอังคาร” กับเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ๒๔๑
- แหล่งข้อมูลเพศศึกษา เอดส์ และหน่วยงานบริการสำหรับเด็กและเยาวชน ๒๔๕
- สรุปย่อโครงการก้าวอย่างเข้าใจ ๒๖๐
- รายชื่อองค์กรภาคีทั้งภาครัฐและเอกชน ๒๖๙
- รายชื่อคณะกรรมการที่ปรึกษาโครงการ “ก้าวอย่างเข้าใจ” ๒๗๑
- รายชื่อคณะผู้อ่านและให้ความเห็นต่อคู่มือฯ ในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๒ ๒๗๒
- รายชื่อคณะทำงาน การวิเคราะห์ตัวชี้วัดหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ๒๗๓
- รายชื่อสถานศึกษาระดับขั้นพื้นฐานที่ร่วมโครงการ ก้าวอย่างเข้าใจ ในปี ๒๕๔๗-๒๕๕๑ ๒๗๕

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



ความน่า

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 ๑

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 รู้รับผิดชอบในการเลือกใช้ชีวิต ถึงแม้ว่าพฤติกรรมหรือการใช้ชีวิตแบบที่เยาวชนเลือกอาจไม่เป็นไปตามค่านิยมส่วนบุคคลที่ “ผู้ใหญ่” แต่ละคนมีอยู่ก็ตาม

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

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ

องค์การแพธ (PATH)

ตุลาคม ๒๕๕๑

๒๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



บทนำ

“เพศศึกษา” กับกระบวนการพัฒนาเยาวชน

เพศศึกษาเป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้เกี่ยวกับเพศ (Sexuality) ที่ครอบคลุมพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ การทำงานของสรีระและการดูแลสุขภาพอนามัย ทักษะคิด ค่านิยม สัมพันธภาพ พฤติกรรมทางเพศ มิติทางสังคมและวัฒนธรรมที่มีผลต่อวิถีชีวิตทางเพศ เป็นกระบวนการพัฒนาทั้งด้านความรู้ ความคิด ทักษะคิด 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
ประโยชน์และสามารถนำไปปรับใช้ได้อย่างแท้จริง

จุดมุ่งหมายของการจัดเพศศึกษา

เมื่อเราคำนึงถึงผลลัพธ์สุดท้ายที่เราต้องการ คือ การสร้างเยาวชนที่มีคุณลักษณะที่พึง
ประสงค์ที่จะนำไปสู่สุขภาพทางเพศ จุดมุ่งหมายของเพศศึกษาควรครอบคลุมถึงเรื่องต่อไปนี้

- เพื่อให้ข้อมูลที่ถูกต้องและรอบด้านกับเยาวชนในเรื่องวิถีเรื่องเพศของมนุษย์
รวมถึงการเติบโต และพัฒนาการตามช่วงวัย การเจริญพันธุ์ การเรียนรู้เกี่ยวกับสรีระ
ร่างกาย การจัดการอารมณ์เพศ การช่วยตัวเอง ชีวิตครอบครัว การตั้งครรภ์ การ
ให้กำเนิดทารก การดูแลเลี้ยงดูเด็ก การตอบสนองทางเพศ อัตลักษณ์ทางเพศ 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 วิดีโอ 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

๒๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



๔. **พฤติกรรมทางเพศ (Sexual Behavior)** ที่พัฒนาไปตามช่วงชีวิต การเรียนรู้ อารมณ์เพศ การจัดการอารมณ์เพศ การช่วยตัวเอง จินตนาการทางเพศ การแสดงออกทางเพศ การละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ การตอบสนองทางเพศ การเชื่อม สมรรถภาพทางเพศ
๕. **สุขภาพทางเพศ (Sexual Health)** เพื่อหลีกเลี่ยงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จาก ความสัมพันธ์ทางเพศ เพศศึกษาควรให้ความรู้เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย วิธีการคุมกำเนิด การทำแท้ง การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ การ ล่วงละเมิดทางเพศ ความรุนแรงทางเพศ และอนามัยเจริญพันธุ์
๖. **สังคมและวัฒนธรรม (Society and Culture)** วิธีการเรียนรู้และการแสดงออก ในเรื่องเพศของบุคคลได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศทางสังคมและ วัฒนธรรม เพศศึกษาจึงควรเปิดโลกทรรศน์ให้เข้าใจบทบาททางเพศ เรื่องเพศใน บริบทของสังคม วัฒนธรรม กฎหมาย ศิลปะและสื่อต่างๆ

ทัศนคติและความเชื่อในเรื่องเพศ

แต่ละครอบครัว แต่ละบุคคล รวมทั้งครูผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาต่างมีทัศนคติต่อ เรื่องเพศและให้คุณค่าต่อพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องซึ่งอาจเหมือนหรือแตกต่างกัน การจัดหลักสูตร เพศศึกษาควรเปิดโอกาสให้เยาวชนได้รับรู้ ทบทวนและตรวจสอบความคิดความเชื่อในเรื่องเพศ อย่างเปิดกว้าง ไม่ด่วนตัดสินที่จะคล้อยตามความคิดใดๆ โดยปราศจากข้อมูลและการคิดไตร่ตรอง กระบวนการเช่นนี้จะช่วยให้เยาวชนมีความคิดเห็นที่เป็นตัวของตัวเอง สามารถดูแลตนเองตาม วิถีเพศที่ตนเลือกให้มีผลทางบวกทั้งด้านสุขภาพกาย ใจ สังคม ของตนเองและคนที่เกี่ยวข้อง

การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาที่จะให้ผลเช่นนี้ จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่ผู้จัดการเรียนรู้ต้อง ตระหนักและระมัดระวัง ไม่นำทัศนคติ ความเชื่อเกี่ยวกับเพศของตนเองมากำหนดและชี้นำผู้เรียนซึ่ง จะมีผลเชิงลบต่อการจัดการเรียนรู้ เช่น แม้ว่าครูมีความเชื่อส่วนตัวว่าไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ก่อน แต่งงาน การเป็นเกย์หรือเลสเบี้ยนเป็นเรื่องผิด ฯลฯ แต่ครูยังคงต้องให้ข้อมูลเกี่ยวกับการมี

เพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยและวิธีการคุมกำเนิด ไม่ใช่หรือแสดงท่าทีเชิงลบต่อพฤติกรรมดังกล่าว (ที่ขัดแย้งกับความเชื่อส่วนบุคคลของคุณ)

เราต้องไม่ลืมว่าสิ่งสำคัญที่สุดของการยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางคือ การจัดการเรียนรู้ที่เกิดประโยชน์ต่อตัวผู้เรียน มากกว่ามุ่งเน้นที่จะหล่อหลอมเยาวชนให้มีวิถีเพศตามทัศนคติของเรา ซึ่งอาจไม่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงในสังคมและภาวะแวดล้อมที่ผู้เรียนต้องเผชิญ

เพศศึกษาที่มุ่งเน้นข้อห้ามทางสังคมและความผิดบาปนั้นพบว่า ไม่ประสบความสำเร็จในการช่วยเยาวชนให้มีชีวิตทางเพศที่ปลอดภัย ดังจะเห็นได้จากสถิติอายุเมื่อเริ่มมีเพศสัมพันธ์ จำนวนคู่นอนโดยเฉลี่ย อัตราการตั้งครรภ์และการทำแท้งที่ไม่ปลอดภัยของเยาวชน อัตราการติดเชื้อเอชไอวีที่เพิ่มขึ้นในกลุ่มเยาวชน ข้อมูลเหล่านี้ชี้ชัดว่าเราไม่อาจจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาอย่างเดิมได้อีกแล้ว

เพศศึกษา: เริ่มต้นเมื่อใด และอย่างไร

เพศศึกษาที่ได้ผลควรเริ่มต้นก่อนที่เยาวชนจะเข้าสู่วัยหนุ่มสาวและก่อนที่จะเกิดแบบแผนพฤติกรรมที่หยั่งลึก การจัดเพศศึกษาควรเป็นการให้ข้อมูลอย่างต่อเนื่องโดยเริ่มจากเรื่องพื้นฐานไปสู่ความรู้ความเข้าใจที่ซับซ้อน เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจที่สะสมต่อเนื่องช่วยชี้นำทางในยามที่เยาวชนต้องการใช้ในชีวิต

อันที่จริงนับว่าเป็นเรื่องยากที่จะรู้ได้ว่าควรเริ่มเรื่องใดเมื่อใดจึงจะเหมาะสม ไม่เร็วไปและไม่ช้าไป ประเด็นสำคัญจึงอยู่ที่การมีความสัมพันธ์ใกล้ชิด สร้างความไว้วางใจและเปิดกว้างพอที่ทำให้เกิดความกล้าที่จะพูดคุยซักถาม บทบาทท่าทีของครูจึงเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกไว้วางใจและกล้าพูดกล้าถาม ความรู้สึกอายและไม่สะดวกใจที่จะพูดคุยเรื่องเพศนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทั้งตัวครูและผู้เรียน

๒๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

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 คนในรุ่นผู้ใหญ่ที่ปัจจุบันอายุ
เลย ๔๐ ปีไปแล้วคงมองเห็นได้ดีว่าในช่วงกว่า ๓๐ ปีมานี้ สังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิต
ทางเพศไปอย่างมาก คนวัยนี้จึงรู้สึกวิตกกังวลมากมายที่เห็นเยาวชนช่วงอายุ ๑๐ - ๒๐ ปีมีการ
พัฒนาสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนหญิงชายในวัยเดียวกันในระดับที่ทำให้ผู้ใหญ่เกิดอาการ “ยอมรับไม่ได้”
บ่อยครั้ง เพราะสิ่งที่มองเห็นขัดกับสิ่งที่ตนได้รับการปลูกฝังมาเมื่อครั้งเติบโตเป็นวัยรุ่น และกลุ่มคน
วัยนี้เองซึ่งเป็นพ่อเป็นแม่ เป็นครูและมีหน้าที่บ่มเพาะเยาวชนให้เข้าใจเรื่องเพศและสามารถจะใช้
ชีวิตทางเพศที่ปลอดภัยและมีความสุข แต่คนที่กำลังสับสน ขุ่นเคืองและ “ทำใจไม่ได้” เหล่านี้จะ
ทำหน้าที่ข้างต้นได้อย่างไร

หลายคนอาจเห็นว่าแนวคิดพื้นฐานเรื่องเพศศึกษาที่นำมาพัฒนาหลักสูตรนี้มีอิทธิพลจาก
แนวคิดแบบ “ตะวันตก” แต่แท้จริงแล้ว คณะผู้พัฒนาหลักสูตรเห็นว่าปรัชญาพื้นฐานของแนวคิด
ดังกล่าวนั้นเป็นสากลและตั้งอยู่บนความเชื่อในเรื่องสิทธิการเรียนรู้เพื่อเข้าใจธรรมชาติทางเพศของ
มนุษย์โดยไม่ถูกปิดบังหรือกีดกัน

ผู้ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาจำเป็นต้องยอมรับข้อตกลงพื้นฐานนี้อย่างจริงจัง
ข้อตกลงเหล่านี้ทำทนายกรอบแนวคิดทางวัฒนธรรมที่เราได้รับการปลูกฝังมาอย่างแน่นหนาในอดีต
ผู้สนใจจะจัดการเรียนรู้เรื่องเพศสำหรับเยาวชนจึงต้องเริ่มถามตนเองอย่างจริงจังก่อนว่า ยอมรับข้อ
ตกลงพื้นฐานต่อไปนี้ได้หรือไม่^๑

^๑ แปลและเรียบเรียงจาก Life Planning Education: A Youth Development Program (revised
edition 1995). USA. www.advocatesforyouth.org อ้างใน หนังสือแนวคิดในการออกแบบการ
จัดการเรียนรู้สำหรับครูและผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาสำหรับเยาวชน. โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ
องค์การแพธ. กรุงเทพฯ: เฮอร์เจนท์ แอท., 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

๓๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



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

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

ข้อแนะนำในการใช้คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาแบบรอบด้าน (Comprehensive Sexuality Education) สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑



๓๓

บทนำ

๑. คู่มือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ ๑๖ 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 ในท้ายแผนยังมีข้อมูลความรู้เพิ่มเติมที่ครูสามารถใช้อธิบายคำตอบหรือแก้ไขความเข้าใจเรื่องเพศที่ผิดๆ ได้ แต่เนื่องจากปัจจุบันข้อมูลข่าวสารเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ดังนั้น จึงควรมหาข้อมูลความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ที่ถูกต้องและสอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน



แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

หลักการสำคัญในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑ คือการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาและเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต โดยถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด การจัดหลักสูตรในสถานศึกษาจึงมีความยืดหยุ่นทั้งด้านสาระ เวลา และการจัดการเรียนรู้

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ที่ต่อเนื่อง และเป็นระบบตามลำดับขั้นตอนของเนื้อหาและความเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตของผู้เรียน เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้เรียนในระยะยาว

จากการวิเคราะห์มาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง ในหลักสูตรใหม่นี้ พบว่า เนื้อหาสาระของเพศศึกษารอบด้าน 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 วิชาภาษาอังกฤษ วรรณคดี และวรรณกรรมไทย อย่างเห็นคุณค่าและนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง

มาตรฐาน ท ๕.๑ เข้าใจและแสดงความคิดเห็น วิเคราะห์วรรณคดีและวรรณกรรมไทยอย่างเห็นคุณค่าและนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง

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 ๑

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 และเลือกตัดสินใจรวมทั้งรับผิดชอบผลจากการตัดสินใจของตน ● สามารถยืนยงและรักษา ความเป็นตัวของตัวเอง โดยเคารพในสิทธิของผู้อื่น ● สามารถเผชิญและจัดการกับแรงกดดันจากเพื่อน สิ่งแวดล้อม และอคติทางเพศ ● แสวงหาคำแนะนำ ความช่วยเหลือ การจำแนก แยกแยะข้อมูลที่ต้องออกจากที่ไม่ถูกต้อง



ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑ และเพศศึกษา ระดับชั้น ม.๑

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๑
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น	● ความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น	แผน ๑ อย่างสู่วัยหนุ่มสาว
๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	● วิธีดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ ให้ทำงานตามปกติ	

๔๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๑
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๓. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	<ul style="list-style-type: none"> การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง 	แผน ๑ อย่างสุ่วัยหนุ่มสาว
๔. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	<ul style="list-style-type: none"> แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย 	แผน ๙ ฉันทเป็นฉันทเอง แผน ๑๐ ทำตามสั่ง

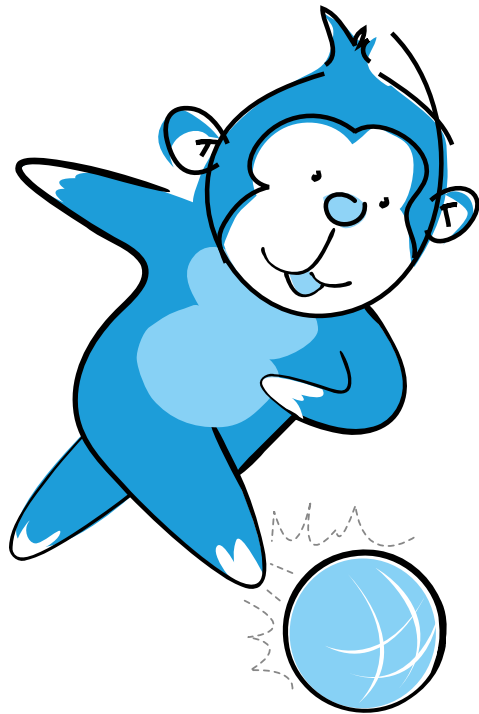
สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๑
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ <ul style="list-style-type: none"> ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ การยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ การเบี่ยงเบนทางเพศ 	แผน ๑ อย่างสุ่วัยหนุ่มสาว แผน ๒ สะอาด สดใส ปลอดภัย แผน ๓ ประกาศรับเพื่อนใหม่ แผน ๔ เรื่องของขีดชนก แผน ๕ เปื่อคนบ่น แผน ๖ หลากรสหลายแบบ แผน ๘ ไม่มี ไม่เท่ แผน ๑๑ เมื่อคนแซว แผน ๑๓ ข้างหลังภาพ แผน ๑๔ แฟนฉันท
๒. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	<ul style="list-style-type: none"> ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ 	แผน ๑๒ สัมผัสดี สัมผัสไม่ดี แผน ๑๕ รู้ทัน ป้องกันได้

** แผนเพศศึกษา ม.๑ ไม่มีแผนที่สอดคล้องกับตัวชี้วัดในสาระที่ ๔ และ ๕

สรุปตัวชีวิตและแผนการเรียนรู้ เพศศึกษารอบด้าน สาระสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้น ม.๑



๔๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	แผนการเรียนรู้เพศศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๑																
	๑	๒	๓	๔	๕	๖	๗	๘	๙	๑๐	๑๑	๑๒	๑๓	๑๔	๑๕	๑๖	
มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์																	
๑. อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพการเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น	•																
๓. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	•																
๔. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย										•	•						•
มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบคลุม ครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต																	
๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	•	•	•	•	•	•		•			•		•	•			
๒. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ												•				•	

๑. ย่างสู่วัยหนุ่มสาว ๒. สะอาด สดใส ปลอดภัย ๓. ประกาศรับเพื่อนใหม่ ๔. เรื่องของชีวิตคน ๕. เบื่อคนบ่น ๖. หลากหลายแบบ ๗. อยู่ร่วมกันฉันกับเธอ ๘. ไม่มี ไม่เท่า ๙. ฉันเป็นฉันเอง ๑๐. ทำตามสั่ง ๑๑. เบื่อคนแซว ๑๒. สัมผัสดี สัมผัสไม่ดี ๑๓. ข้างหลังภาพ ๑๔. แฟนฉัน ๑๕. รู้ทัน ป้องกันได้ ๑๖. นับจากวันนี้

หมายเหตุ แผนการเรียนรู้ ๗ ประเด็นเอดส์ไม่มีในตัวชี้วัด

การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๑

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑. อย่างสู่วัย หนุ่มสาว	<p>พ๑.๑ม๑/๑ อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น</p> <p>พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ อย่างเหมาะสม</p>	<p>พ๑.๑ม๑/๓ วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน</p>	<p>๑. อธิบายพัฒนาการทางเพศของหญิงชายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพฤติกรรม</p> <p>๒. ระบุถึงสัญญาณความพร้อมของร่างกายของหญิงชายที่เข้าสู่ภาวะการเจริญพันธุ์</p>	<p>ฟลิปชาร์ทที่ระบุความเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น</p>	<p>การสื่อสาร การคิด</p>	<p>คิดกว้าง สรุปอ้างอิง</p>
๒. สะอาด สดใส ปลอดภัย	<p>พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม</p>	<p>พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย</p>	<p>๑. บอกวิธีการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศที่ถูกวิธีและปลอดภัย</p> <p>๒. เข้าใจถึงความสำคัญของการค้นหาความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย</p>	<p>ฟลิปชาร์ทที่ระบุวิธีการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศและอวัยวะสืบพันธุ์</p>	<p>การสื่อสาร การคิด การใช้ เทคโนโลยี</p>	<p>คิดชัดเจน การระบุ</p>
๓. ประกาศรับ เพื่อนใหม่	<p>พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม</p>	<p>พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย</p>	<p>๑. อธิบายคุณลักษณะสำคัญของบุคคลที่คนส่วนใหญ่อยากเป็นเพื่อนด้วย</p> <p>๒. บอกวิธีการในการสร้างและรักษาสัมพันธภาพอย่างน้อย ๓ วิธี</p>	<p>โปสเตอร์ประกาศรับเพื่อนใหม่ ใบงาน “ประเมินเพื่อนใหม่”</p>	<p>การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต</p>	<p>การตั้งเกณฑ์ การเปรียบเทียบ การหาความเชื่อพื้นฐาน</p>
๔. เรื่องของ ชีวิตชนก	<p>พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม</p>	<p>พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย</p>	<p>๑. บอกความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เป็นข้อเท็จจริงกับความคิดเห็นได้</p> <p>๒. ระบุวิธีการแสดงความรับผิดชอบเมื่อทำให้ผู้อื่นเสียหาย เสียใจ</p>	<p>การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ไขปัญหา</p>	<p>คิดอย่างมีเหตุผล คิดอย่างมี วิจารณญาณ</p>	

๔๖

คู่มือการจัดการ
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ทัวชีวิต ชั้น ม.๑

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๕. เป็อคนบ่น	พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัว ต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทาง เพศอย่างเหมาะสม	พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางใน การพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโต สมวัย	๑. บอกความแตกต่างของความคาดหวังที่มีต่อกัน ระหว่างความสัมพันธ์แบบเพื่อนกับเพื่อน ครูกับ นักเรียน พ่อแม่กับลูก ๒. ระบุปัจจัย ๓ ข้อที่ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่าง บุคคล ๓. บอกวิธีการจัดการที่ตนเองเลือกใช้เพื่อลดความขัดแย้ง		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ไข ปัญหา	คิดอย่างมีเหตุผล คิดอย่างมี วิจารณญาณ
๖ . หลากหลาย หลายแบบ	พ ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัว ต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทาง เพศอย่างเหมาะสม	พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางใน การพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโต สมวัย	๑. เข้าใจวาระสนิยมทางเพศมีความหลากหลาย และเป็น เรื่องส่วนบุคคล ๒. ตระหนักถึงความแตกต่างของเพศสรีระ (Sex) และ เพศสภาพหรือบทบาททางเพศ (Gender) ที่กำหนด โดยสังคม		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ไข ปัญหา	คิดอย่างมีเหตุผล คิดอย่างมี วิจารณญาณ
๗. อยู่ร่วมกัน ฉันกับเธอ			๑. ระบุความเชื่อที่ผิดๆ เกี่ยวกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี ๒. มั่นใจที่จะใช้ชีวิตร่วมกับผู้ติดเชื้อ โดยเข้าใจว่าการ ใช้ชีวิตประจำวันไม่สามารถทำให้เกิดการติดเชื้อได้		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ไข ปัญหา	คิดอย่างมีเหตุผล คิดอย่างมี วิจารณญาณ
๘. ไม่มี ไม่เท	พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัว ต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทาง เพศอย่างเหมาะสม	พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางใน การพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโต สมวัย	๑. บอกความหมายของ “แพชั่น” และ “กระแสนิยม” และผลกระทบที่มีต่อวัยรุ่นได้ ๒. ระบุวิธีการสร้างการยอมรับจากเพื่อน โดยไม่จำเป็น ต้องปฏิบัติตัวเหมือนกัน ๓. ยกตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบ “การเท่าทัน” กระแส แพชั่น และ “การทำตามกระแส”		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ไข ปัญหา	คิดอย่างมีเหตุผล คิดอย่างมี วิจารณญาณ



การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๑

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๙. ฉันเป็น ฉันเอง	พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	๑. เข้าใจว่าภาพลักษณ์ที่เป็นกระแสนิยมในสังคม ถูกสร้างขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้ตามยุคสมัย ๒. บอกถึงผลกระทบจากการดัดแปลงเสริมแต่งอวัยวะร่างกาย		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต	การหาความเชื่อพื้นฐาน การให้เหตุผล
๑๐. ทำตามสั่ง	พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	๑. ระบุลักษณะของรูปแบบความสัมพันธ์ที่ไม่เท่าเทียมกัน ๒. บอกวิธีการปฏิบัติต่อผู้อื่นที่แสดงถึงการเคารพกันและกัน		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต	การเปรียบเทียบ การให้เหตุผล
๑๑. เพื่อ คนแซว	พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	๑. ยกตัวอย่างคำพูด กิริยา หรือพฤติกรรมที่แสดงว่าเป็นการทำร้ายความรู้สึกผู้อื่น ๒. ระบุวิธีแสดงความรับผิดชอบเมื่อทำร้ายความรู้สึกผู้อื่นด้วยคำพูด		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต	การให้เหตุผล

การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ทัวชีวิต ชั้น ม.๑

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑๒. สัมพันธ์ สัมพันธ์ไม่ดี	พ๒.๑ม๑/๒ แสดงทักษะการปฏิบัติเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	<ol style="list-style-type: none"> แยกแยะได้ว่าสัมผัสแบบใดเป็นการจูงใจล่วงละเมิดทางเพศ และแบบใดคือสัมผัสธรรมดาที่ไม่มีเจตนาแอบแฝง บอกวิธีการหากเจอการกระทำที่สื่อเจตนาล่วงละเมิดทางเพศ บอกวิธีป้องกันเหตุการณ์ที่อาจนำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ 		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ไขปัญหา	การตัดแยก การนำความรู้ไปใช้
๑๓. ข้างหลัง ภาพ	พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	<ol style="list-style-type: none"> แสดงความมั่นใจในการสื่อสารเพื่อบอกความคิดเห็นของตนเอง และเปิดใจรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ระบุค่านิยมเรื่องเพศ ๒ เรื่องที่ส่งผลต่อพฤติกรรมทางเพศของคนในสังคม 		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต	การให้เหตุผล การหาความเชื่อพื้นฐาน
๑๔. แฟนฉัน	พ๒.๑ม๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	<ol style="list-style-type: none"> ระบุคุณสมบัติและอุปนิสัยที่ทำให้สัมพันธ์ภาพยั่งยืนและราบรื่น บอกวิธีการเรียนรู้ลักษณะนิสัยของคนที่เราคบด้วย 		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต	คิดคล่อง การให้คำจำกัดความ



การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๑

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑๕. รู้ทัน ป้องกันได้	พ๒.๑ม๑/๒ แสดงทักษะการ ปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการ ถูกล่วงละเมิดทางเพศ		๑. บอกได้ว่าการกระทำแบบใดถือว่าเป็นการล่วงละเมิด ทางเพศ ๒. ระบุโอกาสที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศสำหรับ วัยรุ่น ๓. บอกแนวทางในการหาความช่วยเหลือเมื่อถูกล่วง ละเมิด		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ไข ปัญหา	กระบวนการคิด อย่างมี วิจารณญาณ การนำความรู้ ไปใช้
๑๖. นับจาก วันนี้	พ๑.๑ม๑/๔ แสวงหาแนวทางใน การพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโต สมวัย		๑. บอกเป้าหมายในชีวิตอย่างน้อย ๑ เรื่อง พร้อมบอก วิธีการที่จะไปถึงเป้าหมาย ๒. วิเคราะห์ปัจจัยที่อาจเป็นอุปสรรคในการทำตาม เป้าหมาย	บันทึกสิ่งที่ได้เรียนรู้ จากชั่วโมงเพศศึกษา	การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต	การนำความรู้ ไปใช้



การวัดและประเมินผล

การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน มีเป้าหมายสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑ คือการเสริมสร้างเยาวชนให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาจึงเป็นกระบวนการพัฒนาเยาวชน ให้ลดความเสี่ยงอันเนื่องจากพฤติกรรมทางเพศ เสริมสร้างคุณภาพความสัมพันธ์ และพัฒนาความสามารถในการคิด ตัดสินใจ และการสื่อสารที่จะช่วยให้ผู้เรียนดำเนินชีวิตอย่างเท่าทันตนเอง สามารถรับผิดชอบ และมีความสุขกับสิ่งที่ตนเองเลือก

แนวทางการวัดและประเมินผลผู้เรียน อยู่บนหลักการสำคัญคือการวัดและประเมินผลตามสภาพจริงของผู้เรียน ซึ่งสอดคล้องกับวิธีการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ การวัดและประเมินผลต้องวัดให้ครอบคลุมทั้งด้านความรู้ เจตคติ ทักษะและกระบวนการ ซึ่งผู้จัดการเรียนรู้ควรจัดเก็บข้อมูลที่สะท้อนผลการเรียนรู้ของผู้เรียนเป็นรายบุคคล และนำผลที่ได้มาปรับปรุงกระบวนการจัดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งพัฒนาเครื่องมือการวัดและประเมินผลให้มีความหลากหลายได้ โดยอาศัยเกณฑ์ เนื้อหา/สาระสำคัญในแต่ละด้าน และเครื่องมือวัดและประเมิน ซึ่งกำหนดไว้เป็นแนวทางเบื้องต้น ดังนี้

แนวทางการวัดและประเมินผล

การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน

สำหรับผู้เรียนระดับชั้น ม.๑

สิ่งที่วัด	เนื้อหา/สาระสำคัญจากการเรียนรู้	เครื่องมือวัดและประเมิน
๑. ความรู้	<ul style="list-style-type: none"> • การเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการทั้ง ๕ ด้าน เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น • วิธีการดูแลรักษาสุขอนามัย และสรีระร่างกายที่ถูกต้อง • ความแตกต่างของบุคคล • ช่องทางการติดต่อของเชื้อเอชไอวี • แยกแยะพฤติกรรมการณ์ล่วงละเมิดทางเพศ • วิธีการจัดการข้อขัดแย้งกับเพื่อน ผู้ใหญ่ 	๑. คำถามท้ายบท ๒. ชิ้นงาน “บอร์ดนิทรรศการ” ๓. แบบประเมินทักษะ และการทำงานกลุ่ม
๒. เจตคติ	<ul style="list-style-type: none"> • ให้ความสำคัญและไม่เขินอายที่จะแสวงหาข้อมูลเพื่อดูแลสุขอนามัยทางเพศของตนเอง • มั่นใจในการยืนยัน บอกความต้องการ ปฏิเสธในสิ่งที่ตนเองไม่ต้องการ • ให้ความสำคัญกับการรักษาสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ผู้ใหญ่ • ยอมรับผิดต่อการกระทำของตนเอง 	

๕๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

สิ่งที่วัด	เนื้อหา/สาระสำคัญจากการเรียนรู้	เครื่องมือวัดและประเมิน
	<ul style="list-style-type: none"> • ให้ความสำคัญกับการปรับปรุงตัวเองเพื่อปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้ • เคารพความแตกต่างของบุคคล • ไม่รังเกียจผู้ติดเชื้อ คนรักเพศเดียวกัน • ให้ความสำคัญกับการไม่ใช้สินค้าฟุ่มเฟือย 	
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

๕๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

เกณฑ์การให้คะแนนทักษะและการทำงานกลุ่ม



๕๖

เกณฑ์การให้คะแนนทักษะและการทำงาน

ทักษะ	ระดับคะแนน/เกณฑ์หรือตัวบ่งชี้			
	๓ (ดีมาก)	๒ (ดี)	๑ (ผ่าน)	๐ (ไม่ผ่าน)
๑. ทักษะการคิดวิเคราะห์	การแยกแยะข้อมูล/ข้อเท็จจริงได้ถูกต้อง	การแยกแยะข้อมูล/ข้อเท็จจริงได้ถูกต้อง	การแยกแยะข้อมูล/ข้อเท็จจริงได้	ไม่สามารถจำแนกข้อมูล/ข้อเท็จจริง หรือ
	การเชื่อมโยงเพื่อให้เกิดผลประกอบการตอบคำถามได้อย่างครบถ้วน	การเชื่อมโยงเพื่อให้เกิดผลประกอบการตอบคำถามถูกต้องหรือครบถ้วนเพียงบางส่วน	การเชื่อมโยงเพื่อให้เกิดผลประกอบการตอบคำถามได้ แต่ไม่ชัดเจนนัก	เชื่อมโยงเพื่อให้เกิดผลในการตอบคำถามได้
๒. การตัดสินใจ	ระบุปัญหาได้ถูกต้อง	ระบุปัญหาได้ถูกต้อง	ระบุปัญหาได้	ไม่สามารถระบุปัญหา หรือ
	มีการประเมินหรือวิเคราะห์ทางเลือกอย่างรอบคอบ	มีการประเมินหรือวิเคราะห์ทางเลือกได้บางส่วน	มีการประเมินหรือวิเคราะห์ทางเลือกได้บางส่วน	วิเคราะห์ทางเลือก หรือ
	การพิจารณาผลกระทบนานวก/ลบในการแก้ไขปัญหาย่างรอบคอบ	การพิจารณาผลกระทบนานวก/ลบในการแก้ไขปัญหได้บางส่วน	การพิจารณาผลกระทบนานวก/ลบในการแก้ไขปัญหายังไม่ชัดเจน	พิจารณาผลกระทบนานวก/ลบในการแก้ไขปัญหา

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

๕๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



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 และมีสมาชิกเพียงบางคนหรือมีจำนวนน้อยให้ความร่วมมือหรือแสดงความเห็น 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

๕๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



ปัจจัยในการจัดการเรียนรู้

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 ซึ่งจะทำให้เกิดการลงมือไปใช้ 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 การเรียนรู้อย่อมยิ่งยืนกว่าเรื่องราวที่ไม่มี ความหมายแก่ตัวผู้เรียน
๗. ถ้าต้องการให้การเรียนรู้เกิดการนำไปปฏิบัติ ควรจัดวางการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับการนำไปใช้ในชีวิตจริง
๘. ผู้เรียนจะสนองต่อการเรียนรู้ได้อย่างไร มักขึ้นอยู่กับความรู้เกี่ยวกับสถานการณ์นั้นๆ อย่างไร
๙. ผู้เรียนจะสนองตอบกับการเรียนรู้ได้ดีเพียงไร ขึ้นอยู่กับบรรยากาศของการจัดการเรียนรู้นั้นๆ
๑๐. คนเรามักตอบสนอง โดยการแสดงออกตามสิ่งที่ตนกระทำได้ หรือเคยทำ ตามเงื่อนไขทางกายภาพ ภูมิหลังที่ตนมี และตามแรงกระตุ้นที่ได้รับในขณะนั้น

**แผนการ
เรียนรู้เพศศึกษา
“ก้าวอย่าง
อย่างเข้าใจ”
ระดับมัธยมศึกษา
ปีที่ ๑**



แผนการเรียนรู้เพศศึกษา “ก้าวอย่างเข้าใจ”

ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๑

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑	อย่างสู่วัยหนุ่มสาว	พัฒนาการเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นของหญิงชาย และการเข้าสู่ภาวะเจริญพันธุ์ ซึ่งหากชายหญิงมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน ก็อาจนำไปสู่การตั้งครรภ์ได้	๑. อธิบายพัฒนาการทางเพศของหญิงชายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพฤติกรรม ๒. ระบุถึงสัญญาณความพร้อมทางร่างกายของหญิงชายที่เข้าสู่ภาวะการเจริญพันธุ์	พัฒนาการทางเพศ
๒	สะอาด สดใส ปลอดภัย	การดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศอย่างถูกวิธี รวมทั้งอวัยวะสืบพันธุ์เป็นสิ่งจำเป็น และไม่ใช่ว่าเรื่องน่าอาย	๑. บอกวิธีการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศที่ถูกวิธีและปลอดภัย ๒. เข้าใจถึงความสำคัญของการค้นหาความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย	สุขภาพทางเพศ
๓	ประกาศรับเพื่อนใหม่	“เพื่อน” มีบทบาทสำคัญตลอดชีวิตของเรา การรักษาความเป็นเพื่อนต้องเรียนรู้ทั้งการเป็นผู้ให้และผู้รับ ไม่เอาเปรียบกัน และเคารพตัวตนของกันและกัน	๑. อธิบายคุณลักษณะสำคัญของบุคคลที่คนส่วนใหญ่อยากเป็นเพื่อนด้วย ๒. บอกวิธีการในการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพ อย่างน้อย ๓ วิธี	สัมพันธ์ภาพ

๖๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๔	เรื่องของชีวิตชนก	เราควรรเรียนรู้ที่จะปฏิบัติต่อบุคคลอื่นด้วยความเคารพ และไม่ควรแสดงออกให้ผู้อื่นรู้สึกด้อยค่า และต้องกล้าหาญที่จะขอโทษและรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองกระทำ	<ol style="list-style-type: none">๑. บอกความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เป็นข้อเท็จจริงกับความคิดเห็นได้๒. ระบุวิธีการแสดงความรับผิดชอบเมื่อทำให้ผู้อื่นเสียหาย เสียใจ	ทักษะส่วนบุคคล
๕	เพื่อนคนบน	เรามักมีความคาดหวังต่อกันที่เรามีความสัมพันธ์ด้วยความคาดหวังที่มีต่อกัน อาจไม่ตรงกัน ซึ่งอาจนำไปสู่ความขัดแย้งได้ การพูดคุยสื่อสาร จะช่วยให้เข้าใจและปรับตัวเข้าหากันได้มากขึ้น	<ol style="list-style-type: none">๑. บอกความคาดหวังที่มีต่อกันระหว่างความสัมพันธ์แบบเพื่อนกับเพื่อน ครูกับนักเรียน พ่อแม่กับลูก๒. ระบุปัจจัย ๓ ข้อที่ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างบุคคล๓. บอกวิธีการจัดการที่ตนเองเลือกใช้เพื่อลดความขัดแย้ง	สัมพันธ์ภาพ
๖	หลากหลายแบบ	การรักเพศเดียวกัน เป็นรสนิยมทางเพศแบบหนึ่งซึ่งไม่ใช่เรื่องผิดปกติหรือเบี่ยงเบน แต่สังคมบางส่วนยังยึดถือกับการแบ่งเพศตามสรีระ และไม่ให้การยอมรับคนที่มึรสนิยมทางเพศที่แตกต่าง	<ol style="list-style-type: none">๑. เข้าใจว่ารสนิยมทางเพศมีความหลากหลาย และเป็นเรื่องส่วนบุคคล๒. ตระหนักถึงความแตกต่างของเพศสรีระ (Sex) และเพศสภาพหรือบทบาททางเพศ (Gender) ที่กำหนดโดยสังคม	พฤติกรรมทางเพศ
๗	อยู่ร่วมกันฉันกับเธอ	ผู้ติดเชื้อเอชไอวียังสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ และการใช้ชีวิตประจำวันร่วมกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี ไม่สามารถทำให้เกิดการติดเชื้อได้	<ol style="list-style-type: none">๑. ระบุความเชื่อที่ผิดๆ เกี่ยวกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี๒. มั่นใจที่จะใช้ชีวิตร่วมกับผู้ติดเชื้อ โดยเข้าใจว่าการใช้ชีวิตประจำวันไม่สามารถทำให้เกิดการติดเชื้อได้	สุขภาพทางเพศ

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๘	ไม่มี ไม่เท่า	การเท่าทันเรื่องกระแสนิยมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถเป็นตัวของตัวเองได้ และไม่ตามกระแสจนเกิดผลกระทบต่ตนเองและคนรอบข้าง	<ol style="list-style-type: none"> 1. บอกความหมายของ “แฟชั่น” และ “กระแสนิยม” และผลกระทบที่มีต่อวัยรุ่นได้ 2. ระบุวิธีการสร้างการยอมรับจากเพื่อน โดยไม่จำเป็นต้องปฏิบัติตัวเหมือนกัน 3. ยกตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบ “การเท่าทัน” กระแสแฟชั่น และ “การทำตามกระแส” 	สังคมและวัฒนธรรม
๙	ฉันทันเป็นฉันทันเอง	บุคคลแต่ละคนมีลักษณะเฉพาะตนที่แตกต่างกัน ทั้งเรื่องขนาด รูปร่าง สีผิว ซึ่งเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตน ในขณะที่ค่านิยมในเรื่องความงามของสังคมแปรเปลี่ยนไปตามยุคสมัย	<ol style="list-style-type: none"> 1. เข้าใจว่าภาพลักษณ์ที่เป็นกระแสนิยมในสังคม ถูกสร้างขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้ตามยุคสมัย 2. บอกถึงผลกระทบจากการดัดแปลง เสริมแต่งอวัยวะร่างกาย 	พัฒนาการทางเพศ
๑๐	ทำตามสั่ง	ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลควรอยู่บนพื้นฐานของการเคารพ ให้เกียรติกัน ไม่ใช่อำนาจบีบบังคับต่อกัน	<ol style="list-style-type: none"> 1. ระบุลักษณะของรูปแบบความสัมพันธ์ที่ไม่เท่าเทียมกัน 2. บอกวิธีการปฏิบัติต่อผู้อื่นที่แสดงถึงการเคารพซึ่งกันและกัน 	สัมพันธภาพ
๑๑	เบียดคนแซว	การสื่อสารอาจนำไปสู่การเข้าใจผิด หรือทำร้ายความรู้สึกของอีกฝ่ายได้ การแสดงความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองกระทำ จะช่วยให้ความสัมพันธ์ดำเนินต่อไปได้	<ol style="list-style-type: none"> 1. ยกตัวอย่างคำพูด กิริยา พฤติกรรมที่เป็นการทำร้ายความรู้สึกผู้อื่น 2. ระบุวิธีแสดงความรับผิดชอบเมื่อได้ทำร้ายความรู้สึกผู้อื่นด้วยคำพูด 	ทักษะส่วนบุคคล

๖๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑๒	สัมผัสดี สัมผัสไม่ดี	การสัมผัสร่างกายอาจเกิดขึ้นจากเจตนาหลายแบบ วัยรุ่นจึงควรเรียนรู้ว่าการสัมผัสแบบใดเป็นสิ่งที่กระทำได้ และแบบใดที่ควรหลีกเลี่ยงและป้องกัน	<ol style="list-style-type: none"> ๑. แยกแยะได้ว่าสัมผัสแบบใดเป็นการจงใจล่วงละเมิดทางเพศ และแบบใดคือสัมผัสธรรมดาที่ไม่มีเจตนาแอบแฝง ๒. บอกวิธีจัดการ หากเผชิญกับการกระทำที่สื่อเจตนาล่วงละเมิดทางเพศ ๓. บอกวิธีป้องกันสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ 	พฤติกรรมทางเพศ
๑๓	ข้างหลังภาพ	ทัศนคติและพฤติกรรมของบุคคลอาจแตกต่างกันตามกระบวนการหล่อหลอมและประสบการณ์ เราจึงไม่ควรด่วนตัดสินคนที่คิดต่างจากเรา	<ol style="list-style-type: none"> ๑. แสดงความมั่นใจในการสื่อสารเพื่อบอกความคิดเห็นของตนเอง และเปิดใจรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ๒. ระบุค่านิยมเรื่องเพศ ๒ เรื่องที่ส่งผลต่อพฤติกรรมทางเพศของคนในสังคม 	ทักษะส่วนบุคคล
๑๔	แฟนฉัน	สัมพันธภาพที่ดีระหว่างคนสองคนขึ้นอยู่กับอุปนิสัย และการเรียนรู้ระหว่างกัน และกันของทั้งสองฝ่าย มากกว่ารูปลักษณ์ภายนอก	<ol style="list-style-type: none"> ๑. ระบุคุณสมบัติและอุปนิสัยที่ทำให้สัมพันธภาพยั่งยืนและราบรื่น ๒. บอกวิธีการเรียนรู้ลักษณะนิสัยของคนที่เราคบด้วย 	สัมพันธภาพ



แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑๕	รู้ทัน ป้องกันได้	การล่องละเมิดทางเพศในปัจจุบันมีหลายรูปแบบ วัยรุ่นควรเรียนรู้ถึงสิทธิในเนื้อตัวร่างกายที่ผู้อื่นจะละเมิดมิได้ และรู้ว่าการกระทำแบบใดที่เข้าข่ายการล่องละเมิดทางเพศ เพื่อหาทางป้องกัน และรู้แหล่งช่วยเหลือหากพบปัญหา	<ol style="list-style-type: none"> ๑. บอกได้ว่าการกระทำแบบใดถือเป็นการล่องละเมิดทางเพศ ๒. ระบุโอกาสที่นำไปสู่การล่องละเมิดทางเพศสำหรับวัยรุ่น ๓. บอกแนวทางในการหาความช่วยเหลือเมื่อถูกล่องละเมิดทางเพศ 	สุขภาพทางเพศ
๑๖	นับจากวันนี้	การมีเป้าหมายในชีวิต จะช่วยให้วัยรุ่นมีแรงจูงใจในการดำเนินชีวิตอย่างรอบคอบและเตรียมพร้อมที่จะรับมือกับอุปสรรคที่อาจมีได้	<ol style="list-style-type: none"> ๑. บอกเป้าหมายในชีวิต อย่างน้อย ๑ เรื่อง พร้อมวิธีการที่จะไปถึงเป้าหมาย ๒. วิเคราะห์ปัจจัยที่อาจเป็นอุปสรรคในการทำตามเป้าหมาย 	ทักษะส่วนบุคคล

แผนการเรียนรู้ที่ ๑

อย่างสู่วัยหนุ่มสาว





แผนการเรียนรู้ที่ ๑

อย่างสู่วัยหนุ่มสาว

สาระสำคัญ

พัฒนาการตามธรรมชาติของมนุษย์เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นทั้งหญิงและชายมีการเปลี่ยนแปลงหลายด้านทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพัฒนาการทางเพศ การเปลี่ยนแปลงที่ส่งสัญญาณการเป็นหนุ่มสาวคือ ผู้ชายมีการผ่นเป็ยกและผู้หญิงมีประจำเดือน ซึ่งหมายถึงการเข้าสู่ภาวะเจริญพันธุ์ ซึ่งหากชายหญิงมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน ก็อาจนำไปสู่การตั้งครรภ์ได้ การเข้าใจพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น จะช่วยให้บุคคลสามารถดูแลตนเองและดำรงตนในช่วงวัยรุ่นได้อย่างปกติสุขและมีสุขภาวะทางเพศที่ดี

จุดประสงค์

๑. อธิบายพัฒนาการทางเพศของหญิงชายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพฤติกรรม
๒. ระบุถึงสัญญาณความพร้อมทางร่างกายของหญิงชายที่เข้าสู่ภาวะการเจริญพันธุ์

๖๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. โมเดลอวัยวะสืบพันธุ์ หรือแผ่นใส / ภาพอวัยวะสืบพันธุ์
๒. ใบความรู้ (สำหรับนักเรียนทุกคน หรือทำเป็นแผ่นขนาดใหญ่สำหรับติดไว้ที่ห้อง)
 - ใบความรู้ ๑ - อวัยวะสืบพันธุ์เพศชาย
 - ใบความรู้ ๒ - อวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกเพศหญิง
 - ใบความรู้ ๓ - อวัยวะสืบพันธุ์ภายในเพศหญิง
 - ใบความรู้ ๔ - วงจรการเกิดประจำเดือน
๓. กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี กระดาษขาว

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้กิจกรรม “อย่างสู่วัยหนุ่มสาว” ว่า เป็นกิจกรรมที่ต้องการให้ผู้เรียนเข้าใจธรรมชาติของการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และความรู้สึก และเข้าใจความหมายและความสัมพันธ์กันระหว่างการมีประจำเดือน การผื่นเปื่อยก การมีเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์ (๕ นาที)
๒. แบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็นกลุ่มชายล้วน หญิงล้วน (กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน) พร้อมแจกกระดาษฟลิปชาร์ตและปากกาเคมีให้กลุ่มละ ๑ ชุด ให้เวลาระดมสมอง ๑๕ นาที

โจทย์สำหรับกลุ่มหญิง

- เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น มีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้างทั้งทางร่างกายและจิตใจที่ทำให้รู้ว่า “เป็นสาวแล้ว”
- ยกตัวอย่างพฤติกรรม การใช้ชีวิตในวัยสาวที่ต่างไปจากวัยเด็ก



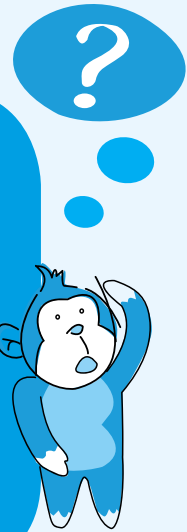
โจทย์สำหรับกลุ่มชาย

- เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น มีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้างทั้งทางร่างกายและจิตใจที่ทำให้รู้ว่า “เป็นหนุ่มแล้ว”
- ยกตัวอย่างพฤติกรรม การใช้ชีวิตในวัยหนุ่มที่ต่างไปจากวัยเด็ก

๓. หลังจากหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอ กลุ่มละ ๒ นาที โดยแต่ละกลุ่มให้เลือกประเด็นที่ไม่ซ้ำกับกลุ่มแรก (๑๐-๑๕ นาที)
๔. ผู้ดำเนินกิจกรรมทบทวนประเด็นหลักๆ ที่แต่ละกลุ่มเสนอ และชวนคุยโดยใช้คำถามชวนคิด ดังนี้ (๒๐ นาที)

คำถามชวนคิด

- การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นมีผลต่อวัยรุ่นอย่างไร
- วัยรุ่นหญิงสามารถตั้งครรภได้หรือไม่ มีปัจจัยใดเกี่ยวข้องบ้าง
- วัยรุ่นชายสามารถทำให้ผู้หญิงตั้งครรภได้หรือไม่ มีปัจจัยใดเกี่ยวข้องบ้าง
- วิธีการจัดการอารมณ์เพศของหญิงชายที่เคยได้ยินมีอะไรบ้าง
- วัยรุ่นมีความกังวลใจต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างไรบ้าง และมีวิธีจัดการแก้ไขความกังวลใจอย่างไร



๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปการเรียนรู้ โดยอาจเพิ่มเติมบางประเด็นที่ไม่ปรากฏในการนำเสนอ (๕ นาที)
 - การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายในช่วงวัยรุ่น เกิดจากฮอร์โมนเพศ (โดยใช้โมเดลหรือภาพอวัยวะสืบพันธุ์ประกอบการอธิบาย และ/หรือ แจกใบความรู้เรื่องอวัยวะสืบพันธุ์ของชาย หญิง และวงจรการเกิดประจำเดือน)

๗๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

- ด้านจิตใจ ทั้งวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงจะเริ่มมีความสนใจในคนพิเศษ และมีความรู้สึกทางเพศเกิดขึ้น
- การมีประจำเดือนในผู้หญิง และการผื่นเปื่อยในผู้ชาย เป็นสัญญาณการบ่งบอกถึงภาวะร่างกายที่พร้อมเจริญพันธุ์ หมายถึงหากหญิงชายมีเพศสัมพันธ์กันโดยไม่มีการป้องกัน จะทำให้เกิดการตั้งครรภ์ได้
- การช่วยตัวเองถือเป็นเรื่องปกติ และเป็นทางออกหนึ่งของหญิงชายในการผ่อนคลายความต้องการทางเพศที่ปลอดภัย



ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่ไว้วางใจกัน ควรย้ำกติกาการเรียนรู้ เพื่อให้ไม่ให้เกิดการล้อเลียนกันในห้อง และควรทำให้ผู้เรียนเข้าใจว่า คำถามทุกคำถามมีความสำคัญ เพราะจะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจและก้าวสู่ความเป็นวัยรุ่นอย่างปลอดภัย ทั้งนี้ คนที่ตั้งคำถามไม่ได้หมายความว่า เป็นคนที่มีประสบการณ์มาแล้ว

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- อธิบายลักษณะสำคัญหรือการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น



ข้อมูลเพิ่มเติม สำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

วัยรุ่น ช่วงอายุระหว่าง ๘ - ๑๘ ปี เป็นวัยที่ร่างกายเปลี่ยนจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ เรียกว่า วัยรุ่นหรือวัยเจริญพันธุ์ มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลายอย่างทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยมีฮอร์โมนเป็นตัวกระตุ้น การที่จะบอกให้แน่ชัดลงไปว่า เด็กชายและเด็กหญิงเข้าสู่วัยรุ่นเมื่อใดนั้น เป็นเรื่องค่อนข้างยาก เพราะเด็กทั้งสองเพศนอกจากจะแตกเนื้อหนุ่มสาวไม่พร้อมกันแล้ว คนแต่ละคนในเพศเดียวกันก็ยิ่งแตกเนื้อหนุ่มสาวไม่พร้อมกันอีกด้วย แต่พอจะกล่าวโดยทั่วไปได้ว่า เด็กหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นในอายุระหว่าง ๑๓ - ๑๕ ปี และเด็กชายจะเริ่มเมื่ออายุ ๑๕ ปี โดยเด็กหญิงจะมีอัตราการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายในช่วงนี้เร็วกว่าเด็กชายประมาณ ๑ - ๒ ปี แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลักษณะหรือแบบแผนการเจริญเติบโตของแต่ละคน

ฮอร์โมนเพศ หญิงและชายเมื่อเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น ต่อมไฮโปเทลามัส (Hypothalamus) ซึ่งเป็นต่อมเล็กๆ ในสมอง เริ่มส่งสัญญาณผ่านต่อมใต้สมองพิทูอิทารี (Pituitary gland หรือ Master gland) ซึ่งเป็นต่อมไร้ท่อที่สำคัญที่สุดของร่างกาย เพราะมีหน้าที่ผลิตฮอร์โมนที่แตกต่างกัน เพื่อไปกระตุ้นและควบคุมการทำงานของอวัยวะต่างๆ รวมถึงอวัยวะที่เกี่ยวกับเพศ คือ รังไข่สำหรับผู้หญิงในการผลิตฮอร์โมนเพศ เอสโตรเจน (Estrogen) และลูกอัณฑะสำหรับผู้ชายผลิตฮอร์โมนเพศ เทสโทสเทอโรน (Testosterone)

๗๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



ฮอร์โมนเอสโตรเจน และฮอร์โมนเทสโทสเทอโรน ซึ่งเป็นฮอร์โมนเพศนี้ ทำให้ร่างกายวัยรุ่นเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีไขมันและกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น ตัวสูงขึ้น มีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศ รักแร้ และส่วนต่างๆ ของร่างกาย มีกลิ่นตัว มีสิว ผู้หญิงจะมีสะโพกผาย ต้นขา หน้าอก และกันใหญ่ขึ้น และมีประจำเดือน ส่วนผู้ชาย เสียงจะแตกห้าว ผันเปื่อย และตั้งหญิงชาย จะเริ่มมีความรู้สึกต้องการทางเพศ หรือมีอารมณ์เพศ

นอกจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายแล้ว วัยรุ่นหญิงชายยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์และความรู้สึก โดยเริ่มมีความสนใจ หรือความรู้สึกพึงพอใจเป็นพิเศษต่อบางคนที่อาจเป็นทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศ

วัยรุ่นเป็นวัยที่ร่างกายมีความพร้อมในการผลิตเซลล์เพศเพื่อการสืบพันธุ์ คนทั่วไปจึงตัดสินใจตัดสินใจเข้าสู่วัยรุ่น โดยพิจารณาจากการมีประจำเดือนครั้งแรก (เด็กหญิงราว ๑๓ ปี) และการหลั่งน้ำอสุจิก่อนครั้งแรก (เด็กชายอายุประมาณ ๑๑ ปี) แต่ปรากฏการณ์ทั้งสองไม่ค่อยแน่นอนนัก เช่น การหลั่งน้ำอสุจิก่อนเกิดช้ากว่าการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายด้านอื่นๆ สำหรับการมาของประจำเดือนครั้งแรกของเด็กหญิงก็เช่นกัน การสุกของไข่ (ไข่ตก) ในบางคนอาจไม่มีความสัมพันธ์กับการมีประจำเดือนเสมอไป และการตกไข่บ่อยๆ อาจไม่ทำให้เกิดประจำเดือนก็เป็นได้ รวมทั้งการมีประจำเดือนครั้งแรกอาจเกิดขึ้นก่อนหรือหลังการเปลี่ยนแปลงของร่างกายส่วนอื่นๆ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นแล้ว ได้เป็นเวลานาน



การมีประจำเดือนครั้งแรก ขณะแรกคลอด รังไข่ของเด็กหญิงจะมีไข่ที่ยังไม่เจริญ อยู่แล้วหลายพันใบ เมื่อนับจากช่วงวัยรุ่นเป็นต้นไป ทุกๆ ๒๘ วันจะมีไข่ ๑ ใบที่เจริญ เต็มที่แล้วหลุดออกมาเข้าสู่ท่อไข่ เรียกว่า การตกไข่ ขณะเดียวกัน เยื่อบุโพรงมดลูกจะมีหลอดเลือดงอกมาหล่อเลี้ยงมากมาย เพื่อเตรียมรับไข่ที่ผสมกับอสุจิ หากไม่ได้รับการผสม เยื่อบุโพรงมดลูกจะลอกหลุดออกมาเป็นเศษเนื้อเยื่อและเลือดไหลออกมาทางช่องคลอด เรียกว่า ประจำเดือน อายุของเด็กหญิงที่ประจำเดือนมาครั้งแรกย่อมแตกต่างกัน ส่วนมาก จะมีอายุ ๑๒ - ๑๓ ปี แต่บางคนอาจเริ่มตั้งแต่อายุ ๑๐ ปี บางคนก็ล่าช้าไปถึง ๑๖ ปี ซึ่งยังไม่นับว่าเป็นเรื่องผิดปกติ

การผื่นเปื่อย การหลั่งน้ำอสุจินั้นจะเริ่มเกิดขึ้นในช่วงอายุประมาณ ๑๑ ปี แต่ก็อาจเกิดขึ้นเร็วหรือช้ากว่านี้ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ขึ้นอยู่กับแต่ละคน การผื่นเปื่อยเป็นลักษณะทางธรรมชาติของเด็กผู้ชายที่แตกเนื้อหนุ่ม เมื่อร่างกายผลิตน้ำอสุจิและเก็บสะสมไว้ เมื่อมีปริมาณมากเกินไป ร่างกายจะขับออกมาตามกลไกธรรมชาติ มักเกิดขึ้นในช่วงที่กำลังผื่น โดยอาจนึกถึงสิ่งที่กระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เมื่อตื่นขึ้นมาก็คพบว่า มีของเหลวเปื่อยขึ้นตรงเป่ากางเกงนอน หรือเปื้อนบนที่นอน จึงเรียกว่า “ผื่นเปื่อย” หรืออีกกรณีการเล่นต่อสู้กับเพื่อนๆ อาจปลุกเร้าและกระตุ้นองคชาตได้ จะทำให้น้ำอสุจิเล็ดลอดออกมาตามธรรมชาติที่เรียกว่า “การหลั่งอย่างไม่รู้ตัว” ทั้งนี้ เด็กชายแต่ละคนอาจมีความถี่ในการผื่นเปื่อยแตกต่างกัน ตั้งแต่ไม่เคยผื่นเปื่อยเลยจนกระทั่งสัปดาห์ละหลายๆ ครั้ง จึงไม่ควรถือเรื่องนี้เป็นเรื่องความผิดปกติทางเพศของวัยรุ่นชาย

น้ำอสุจิ เป็นของเหลวสีขาวขุ่น ประกอบด้วยตัวอสุจิและสารคัดหลั่งจากต่อมลูกหมาก และต่อมพักตัวอสุจิ ซึ่งจะถูกขับออกมาพร้อมกันผ่านทางท่อน้ำอสุจิ ในน้ำอสุจิเพียงหยดเดียวจะมีสเปิร์มหรือตัวอสุจิประมาณ ๑,๕๐๐ ตัว ขณะที่ผู้ชายถึงจุดสุดยอด จะหลั่ง

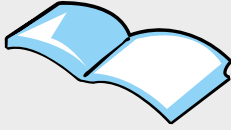


น้ำอสุจิออกมาประมาณ ๑ ช้อนชา ซึ่งมีอสุจิอยู่ถึง ๓๐๐ ล้านตัวและเชื้ออสุจิเพียงหนึ่งตัวก็สามารถเข้าไปผสมกับไข่ได้เมื่อมีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่ วัยรุ่นชายจะมีอสุจิที่สมบูรณ์เมื่ออายุราว ๑๓-๑๔ ปี

การจัดการอารมณ์เพศ หรือการช่วยตัวเอง วัยรุ่นหญิงชายต่างก็เริ่มมีความรู้สึกหรืออารมณ์ทางเพศเพิ่มมากขึ้นตามลำดับ (วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความรู้สึกทางเพศสูงสุด) การช่วยตัวเอง เป็นวิธีการจัดการเพื่อผ่อนคลายอารมณ์เพศ ซึ่งเป็นเรื่องปกติธรรมดาของทั้งหญิงและชาย โดยการหลบคลอ้อวัยวะเพศของตนเองจนถึงจุดสุดยอด แต่ละคนอาจมีวิธีการแตกต่างกันไป

การตั้งครรภ์ เกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์ระหว่างชายและหญิง เมื่อมีการหลั่งน้ำอสุจิในช่องคลอด ตัวอสุจิจะว่ายเข้าไปในมดลูกจนถึงท่อไข่ และพบไข่ของฝ่ายหญิงพอดี ก็เกิดการผสมระหว่างอสุจิกับไข่หรือที่เรียกว่า “การปฏิสนธิ” แต่ถ้าไม่มีไข่ อสุจิจะตายไปเองภายในเวลา ๒-๓ วัน





เอกสารอ้างอิง

นาโอะฮิเดะ ยามาโมโตะ และชิฮารุ คิฮาระ. *ก้าวสู่วัยหนุ่มสาว: หนังสือชุดเพศศึกษาสำหรับเด็ก.*

ผู้แปล. สุณีพร นุรักษ์. กรุงเทพฯ: บริษัท ซีเอ็ดยูเคชั่น จำกัด (มหาชน), ๒๕๔๗.

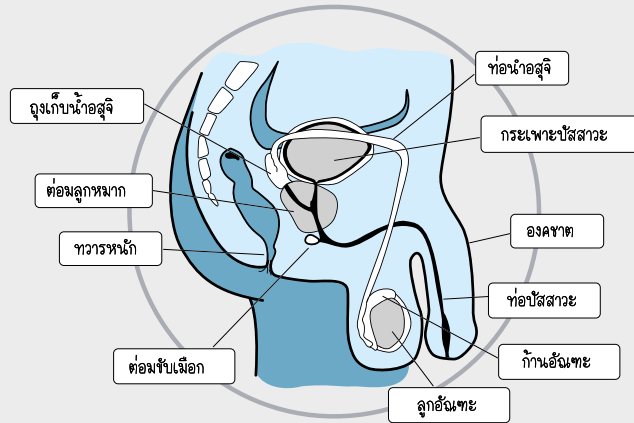
สุชาติ โสมประยูร และคณะ. *เพศศึกษา หนังสือค้นคว้าสำหรับระดับมัธยมศึกษา และระดับ
อุดมศึกษา.* กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๔๗.

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ อ้างอิง วันที่ ๒๐ เมษายน ๒๕๕๐ จาก
www.teenpath.net

Rogers, Kirsteen, and Henderson, Corinne. *เจาะลึกร่างกายมนุษย์.* ผู้แปล. อภิชัย ชัยดรจน.
พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพฯ: นานามีบุ๊คพับลิเคชันส์, ๒๕๔๗.



ใบความรู้ ๑ อวัยวะสืบพันธุ์เพศชาย



องคชาติ ลักษณะเป็นท่อนยาว อยู่ภายนอกร่างกายของเพศชาย ตรงบริเวณหัวหน่าวทำหน้าที่เป็นทางผ่านของปัสสาวะและน้ำกาม ประกอบด้วยกล้ามเนื้อที่ยึดหดตัวได้ภายในมีหลอดเลือดมากมายคล้ายฟองน้ำ ๑ คู่ และท่อปัสสาวะบางส่วน กล้ามเนื้อลักษณะคล้ายฟองน้ำนี้ ทำหน้าที่ในการกักเก็บเลือดเมื่อมีอารมณ์ทางเพศ ทำให้เกิดการแข็งตัวขององคชาติ เพื่อให้สามารถสอดใส่องคชาติเข้าไปภายในช่องคลอดของเพศหญิงที่ปลายองคชาติเป็นจุดรวมของเส้นประสาท ซึ่งไวต่อการกระตุ้นความรู้สึกทางเพศ ซึ่งส่วนนี้เปรียบได้กับคลิตอริสของเพศหญิง

ลูกอัณฑะ มีลักษณะคล้ายไข่โตเล็ก มี ๒ ข้างซึ่งมีขนาดใกล้เคียงกัน มีหน้าที่ในการผลิตตัวอสุจิ และฮอร์โมนเพศชาย (Androgen และ Testosterone) อยู่ภายในลูกอัณฑะที่ห้อยอยู่ภายนอกร่างกาย ผิวของลูกอัณฑะนี้จะบางและเป็นรอยย่น เพื่อปรับอุณหภูมิให้ต่ำกว่าในช่องท้อง ๓ - ๕ องศาเซลเซียสซึ่งเป็นอุณหภูมิที่เหมาะสมกับการเจริญเติบโตของอสุจิ

ก้านอวัยวะเพศ มีลักษณะเป็นท่อเล็กๆ ขดไปมาอยู่ในลูกอัณฑะ เป็นที่พักรวบรวมของอสุจิที่เจริญเต็มที่ ซึ่งผลิตจากอัณฑะก่อนที่จะเดินทางไปยังท่อนำอสุจิ

ท่อน้ำอสุจิ มี ๒ ท่ออยู่ถัดจากก้านอณฑะ ท่อนี้จะผ่านเข้าสู่ช่องท้องแล้วออกมาพร้อมกับถุงน้ำอสุจิ ผ่านต่อมลูกหมากออกไปต่อกับท่อปัสสาวะ สำหรับน้ำอสุจิออกสู่ภายนอก ซึ่งการทำหมันชายจะผูกท่อน้ำอสุจิจากอณฑะทั้ง ๒ ข้างไว้

ถุงเก็บน้ำอสุจิ เป็นถุงเล็กๆ ๒ ถุง อยู่ระหว่างกระเพาะปัสสาวะและทวารหนัก ทำหน้าที่ในการสร้างอสุจิและน้ำกาม ที่เป็นเมือกสีขาวขุ่นและข้น น้ำกามที่สร้างนี้จะทำให้อสุจิเคลื่อนไหวได้

ต่อมลูกหมาก ทำหน้าที่สร้างสารที่เป็นต่างอย่างอ่อน เพื่อปรับความเป็นกรดต่างเมื่อผ่านเข้าภายในช่องคลอด เพื่อรวมกับน้ำอสุจิที่มีลักษณะข้นเหลวสีขาว เพื่อช่วยให้ตัวอสุจิแข็งแรง และเคลื่อนไหวว่องไว เข้าไปในท่อปัสสาวะปนกับน้ำเลี้ยงอสุจิ น้ำอสุจิที่หลังออกมาแต่ละครั้งประมาณ ๑ ซ้อนโต๊ะ จะมีตัวอสุจิประมาณ ๒๐๐ - ๓๐๐ ล้านตัว

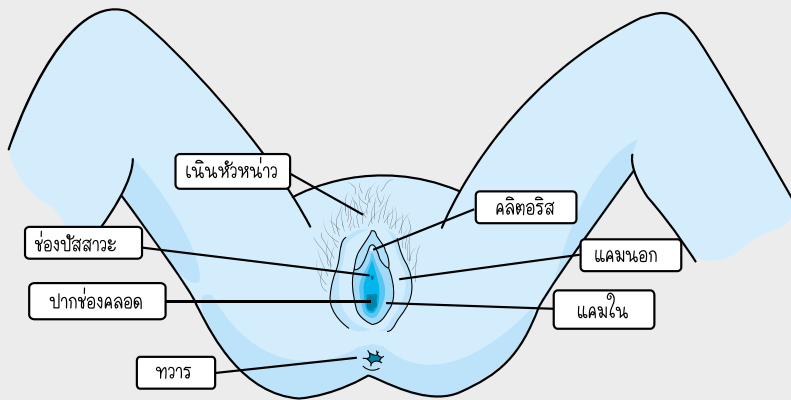
ต่อมขั้วเมือก เป็นต่อมที่มีรูปร่างกลมเท่าเม็ดถั่ว มีอยู่ ๒ ต่อม มีท่อไปคู่กับท่อน้ำอสุจิ โดยอยู่ตอนล่างของต่อมลูกหมากและจะมีรูเล็กๆ เปิดเข้าสู่ผนังของท่อปัสสาวะ มีหน้าที่ในการขับน้ำหล่อลื่น เป็นเมือกใสๆ ไปยังองคชาติเมื่อมีความรู้สึกทางเพศ ทำให้ไม่เกิดอุปสรรคในการมีเพศสัมพันธ์ และยังทำหน้าที่ในการชำระล้างกรดในท่อปัสสาวะ เพื่อให้เป็นอันตรายต่ออสุจิ

กระเพาะปัสสาวะ ทำหน้าที่บรรจูปัสสาวะ

ท่อปัสสาวะ เป็นท่อต่อออกจากกระเพาะปัสสาวะ และยังเป็นท่อขับน้ำอสุจิด้วย โดยมีลิ้นปิดเปิดได้เมื่อมีการปัสสาวะหรือหลังน้ำอสุจิ

ทวารหนัก เป็นทางออกของอุจจาระ

ใบความรู้ ๒ อวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกเพศหญิง



อวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกเพศหญิง เป็นส่วนของอวัยวะที่อยู่นอกและสามารถมองเห็นได้ มีขนาดและรูปร่างแตกต่างกันตามบุคคลและเชื้อชาติ

เนินอวัยวะเพศ หรือเนินหัวหน่าว เป็นส่วนที่ตั้งอยู่หน้ากระดูกหัวหน่าวใต้บริเวณท้องน้อยส่วนนอกเป็นผิวหนัง ภายในเป็นไขมัน มีลักษณะเป็นรูปสามเหลี่ยมโดยมีฐานอยู่ด้านบนและยอดอยู่ด้านล่าง เมื่อเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นจะมีขนออกมาปกคลุม

แคมมอก มีลักษณะเป็นกลีบเนื้อนุ่มข้างละกลีบ ต่อจากเนินหัวหน่าว ปกคลุมด้วยผิวหนังมีขน ใต้ลงไปประกอบด้วยไขมันจำนวนมาก และมีกล้ามเนื้อเรียบ เส้นประสาทเส้นโลหิตมาเลี้ยงมากมาย แคมมอกปิดบริเวณปากช่องคลอดเพื่อป้องกันอวัยวะต่างๆ ที่ละเอียดอ่อนภายใน กลีบทั้งสองข้างนี้จะเรียวยาวขีดที่ฝึย็บ



แคมใน อยู่ด้านในของแคมนอกบางกว่าแคมนอก และมีผิวอ่อนนุ่มไม่มีขน ตอนบนจะบรรจบกันและล้อมคลิตอริสไว้ สีสีนของแคมนอกจะแตกต่างกันออกไปในแต่ละคน ตั้งแต่สีชมพูอ่อนจนถึงน้ำตาลเข้ม และผู้หญิงบางคนอาจมีแคมในห้อยออกมาได้แคมนอกก็ได้

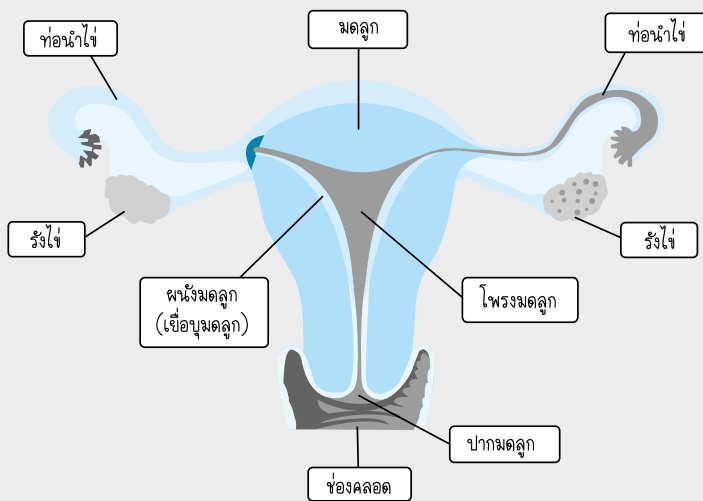
คลิตอริส เป็นติ่งเนื้อเล็กๆ รูปร่างคล้ายกำนพลู มีผิวหนังโอบหุ้มอยู่ส่วนบนของแคมใน ที่มาบรรจบกัน ประกอบด้วยเนื้อแข็งตัวขึ้นได้ มีเส้นเลือด เส้นประสาทมาเลี้ยงมากมาย จึงเป็นจุดที่ไวต่อความรู้สึก ซึ่งเทียบได้กับองคชาตของผู้ชาย

เยื่อพรหมจรรย์ เป็นเนื้อเยื่อสีชมพูปิดปากช่องคลอด ยึดติดได้มีรูอยู่ตรงกลาง เพื่อให้ประจำเดือนผ่าน เยื่อพรหมจรรย์นี้อาจฉีกขาดได้จากการเล่นกีฬา การคลอดบุตร หรือการมีเพศสัมพันธ์

ปากช่องคลอด เป็นทางออกของเลือดประจำเดือน เป็นบริเวณที่รองรับการสอดใส่ขององคชาตขณะมีเพศสัมพันธ์ และเป็นช่องทางออกของทารกหากคลอดตามธรรมชาติ

ช่องปัสสาวะ อยู่ด้านหลังคลิตอริส ใกล้ปากช่องคลอด หากมีการติดเชื้อที่ช่องคลอด เชื้ออาจลามมาติดช่องปัสสาวะ

ใบความรู้ ๓ อวัยวะสืบพันธุ์ภายในผู้หญิง



ช่องคลอด เป็นท่อยาวประมาณ ๓ - ๔ นิ้ว จากปากช่องคลอดถึงปากมดลูกอยู่ระหว่างท่อปัสสาวะและทวารหนัก มีความยืดหยุ่นได้ดี สามารถยืดหดตัวได้ตามแนวกว้างและแนวยาว ช่องคลอดเป็นทางออกของประจำเดือน เป็นทางผ่านของเชื้ออสุจิเข้าสู่ภายใน เป็นบริเวณที่รองรับการสอดใส่ขององคชาตขณะมีเพศสัมพันธ์ และเป็นทางผ่านของเด็กตอนคลอด

มดลูก มีรูปร่างคล้ายขมพู่ขนาดเท่ากำปั้น โดยส่วนใหญ่จะอยู่ข้างบน ส่วนเล็กจะอยู่ข้างล่างติดต่อกับช่องคลอด มีหน้าที่สำคัญคือทำให้เกิดประจำเดือนและเป็นที่พักตัวของไข่และเลี้ยงตัวอ่อน (เมื่อไข่ผสมกับอสุจิ) เพื่อการเจริญเติบโตเป็นทารกในครรภ์ต่อไป และเมื่อมีการตั้งครรภ์ มดลูกจะขยายตามขนาดของทารกที่เจริญเติบโตในครรภ์ด้วย



ปีกมดลูกหรือท่อนำไข่ มีอยู่ ๒ ข้าง ขวา - ซ้าย ออกจากตอนบนของมดลูก ทอดออกไปทางด้านข้างยาวประมาณ ๓ นิ้ว ตรงปลายมีรูปร่างคล้ายนิ้วมือกางออก ไข่จะเคลื่อนตัวผ่านเข้ามาทางท่อนำไข่ ถ้ามีอสุจิเข้าไปในท่อจะเกิดการปฏิสนธิกันในบริเวณนี้ จากนั้นไข่ที่ถูกอสุจิผสมแล้วจะเคลื่อนไปฝังตัวที่เยื่อบุมดลูกในโพรงมดลูก ส่วนไข่ที่ไม่ได้รับการผสมจะหลุดลอกออกไปพร้อมกับเยื่อบูด้านในของผนังมดลูกกลายเป็นประจำเดือน

รังไข่ มีลักษณะคล้ายเม็ดมะม่วงหิมพานต์ ยาวประมาณ ๑ นิ้ว อยู่ ๒ ข้างขวา - ซ้าย ของมดลูก และมีเยื่อบางยึดรังไข่ให้ติดกับมดลูกทางด้านหน้า ด้านหลังติดกับผนังช่องท้อง ด้านนอกอยู่ชิดกับปากท่อนำไข่ ในรังไข่จะมีไข่เล็กๆ จำนวนมาก เมื่อเข้าสู่วัยสาวไข่จะเจริญเต็มที่ค่อยๆ แดงปริออกและปล่อยไข่ให้ตกออกมาเดือนละ ๑ ฟองเรียกว่าระยะไข่ตก ซึ่งจะตรงกับวันที่ ๑๔ ของรอบประจำเดือน นอกจากนี้รังไข่ยังมีหน้าที่ผลิตฮอร์โมนเพศหญิง ที่ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงของเยื่อบุมดลูกให้มีสภาพที่เหมาะสมสำหรับการฝังตัวของไข่ที่ได้รับการผสมแล้ว

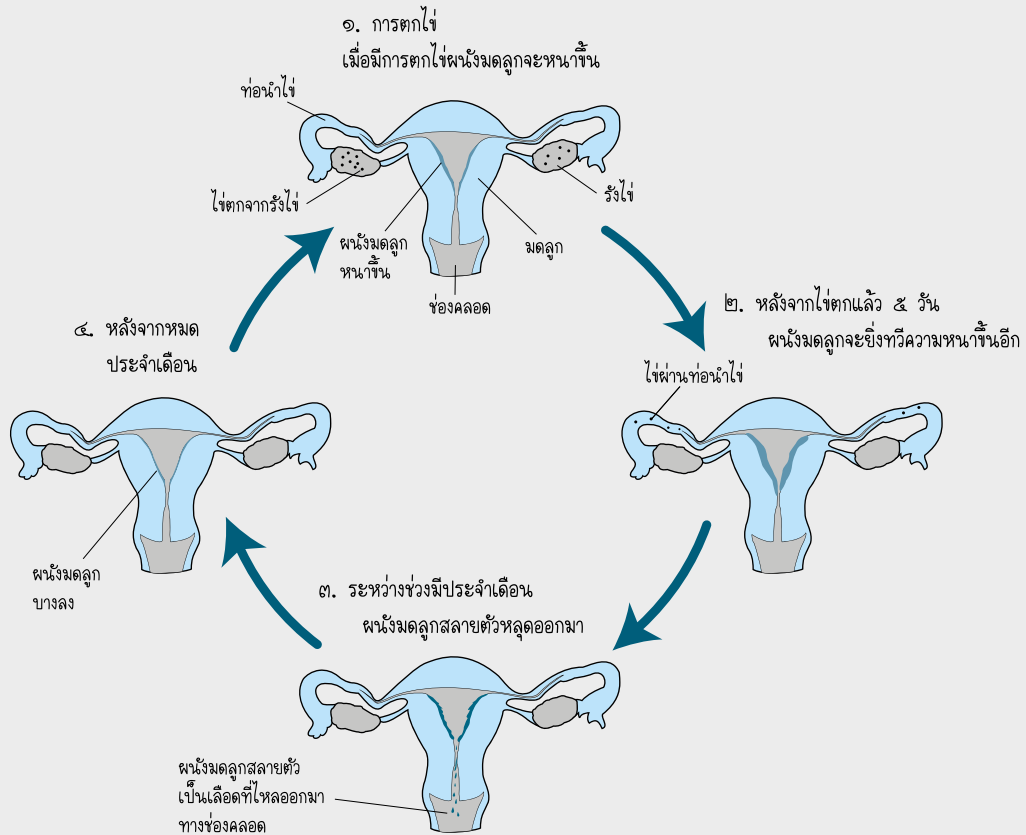
ปากมดลูก เป็นส่วนที่เล็กที่สุดของมดลูก มีลักษณะเป็นแท่งเนื้อที่มีโพรงเล็กมากเรียกว่าช่องปากมดลูกความยาวประมาณ ๑ - ๑.๕ นิ้ว ที่ปลายสุดมีรูเปิดติดต่อกับช่องคลอด โดยปกติแล้วจะมีเยื่อมูกจุกอยู่ตลอดเวลา และมูกนี้จะเปลี่ยนแปลงตามระดับฮอร์โมนของรังไข่ ในระยะเวลาใกล้ไข่สุกมูกนี้จะใสกว่าปกติ และจะหลุดลอกออกเฉพาะตอนมีประจำเดือน ดังนั้นจึงต้องระวังการติดเชื้อขณะมีประจำเดือน มูกนี้จะเกิดขึ้นจากต่อมต่างๆ ภายในของปากมดลูก ส่วนปลายบนสุดของช่องปากมดลูกติดต่อกับโพรงมดลูก ซึ่งเวลาปกติจะปิดและจะเปิดเมื่อมีประจำเดือนและเวลาคลอดเท่านั้น



โพรงมดลูก เป็นช่องที่อยู่ตรงกลางมดลูกในโพรงมดลูกมีเนื้อที่ประมาณ ๓ - ๔ ลูกบาศก์เมตร แต่ในเวลาตั้งครรภ์โพรงมดลูกสามารถขยายได้ถึง ๓,๐๐๐ - ๕,๐๐๐ ลูกบาศก์เมตร

เยื่อหุ้มมดลูก มีลักษณะบางๆ ประกอบไปด้วยต่อมต่างๆ เป็นจำนวนมาก และมีเส้นเลือดฝอยมาเลี้ยง เมื่อเยื่อหุ้มมดลูกถูกทำลาย จะมีการฉีกขาดของเส้นเลือดฝอยทำให้เลือดไหลออกมาเป็นประจำเดือน และจะมีการเจริญงอกขึ้นมาใหม่ แต่ถ้าเกิดการตั้งครรภ์เยื่อหุ้มมดลูกจะหนาขึ้นกว่าเดิมหลายเท่าเพื่อให้ตัวอ่อนเจริญเติบโตต่อไป

ใบความรู้ ๔ วงจรการเกิดประจำเดือน



แผนการเรียนรู้ที่ ๒

**สะอาด สดใส
ปลอดภัย**





แผนการเรียนรู้ที่ ๒

สะอาด สดใส ปลอดภัย

สาระสำคัญ

การดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศอย่างถูกวิธี โดยเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับระบบอวัยวะสืบพันธุ์เป็นสิ่งจำเป็น และไม่ใช่เรื่องน่าอายที่จะนำมาพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้ และเรียนรู้วิธีการปฏิบัติที่ถูกต้อง

จุดประสงค์

๑. บอกวิธีการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศที่ถูกต้องและปลอดภัย
๒. เข้าใจถึงความสำคัญของการค้นหาความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ปากกาเคมีสีแดงและสีดำ
๒. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว
๓. ภาพวาดโครงร่างร่างกายหญิงชายพร้อมอวัยวะภายนอกทุกส่วน แบ่งเป็น ๓ ท่อนๆ ละแผ่น (ท่อนบน ท่อนกลาง และท่อนล่าง) รวม ๖ แผ่น ติดไว้รอบๆ ห้อง ก่อนเริ่มชั้นเรียน

๘๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงว่า กิจกรรมวันนี้เป็นเรื่องอวัยวะเพศ และการดูแลสุขอนามัยที่ถูกวิธี
ถามผู้เรียนว่า
 - รู้สึกอย่างไร ถ้าเราจะคุยกันเรื่องอวัยวะเพศชายและอวัยวะเพศหญิง หรือ “จู้” กับ “จิม”
 - มีคำถามหรือข้อสงสัยอะไรบางอย่างที่เกี่ยวกับจู้กับจิม (ผู้ดำเนินกิจกรรมจดคำถามที่ผู้เรียนถามไว้บนกระดาน)
2. ผู้ดำเนินกิจกรรมอธิบายว่า การพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องอวัยวะเพศ อาจทำให้บางคนรู้สึกกระดากอาย ไม่สะดวกใจ หรืออึดอัด แต่อวัยวะเพศก็เป็นส่วนหนึ่งของร่างกายของเราที่จำเป็นต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่เหมือนส่วนอื่นๆ และชั่วโมงเพศศึกษาก็เป็นโอกาสที่ผู้เรียนจะได้เรียนรู้และทำความเข้าใจด้วยกันเพื่อรู้จักและรู้วิธีดูแลตัวเอง
3. แบ่งผู้เรียนออกเป็น ๖ กลุ่ม แจกปากกาสองสี (สีแดง และสีดำ) ให้แต่ละกลุ่มแยกย้ายไปประจำภาพแต่ละภาพ และให้ระดมความคิดเห็นของกลุ่ม ดังนี้
 - ใช้ปากกาสีดำ เขียนวิธีดูแลรักษาอวัยวะต่างๆ ที่อยู่ในภาพ
 - ใช้ปากกาสีแดง เขียนคำถามหรือข้อสงสัยของกลุ่มที่มีต่ออวัยวะนั้นๆ
4. ให้เวลา ๓ นาที ต่อภาพ เมื่อครบกำหนดเวลาให้ผู้ดำเนินกิจกรรมส่งสัญญาณให้เปลี่ยนกลุ่มจนครบทั้ง ๖ กลุ่ม
5. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอภาพสุดท้ายและข้อความพร้อมกับคำถามบนภาพของกลุ่ม กลุ่มละ ๓ นาที ผู้ดำเนินกิจกรรมตั้งข้อสังเกตและชวนผู้เรียนคุยโดยเน้น
 - แกไขข้อมูลที่ผิดที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษาอวัยวะส่วนต่างๆ (หากมี)
 - กระตุ้นให้ผู้เรียนร่วมกันตอบคำถามที่ระดมไว้ในแต่ละภาพ
6. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอครบแล้ว ให้นำภาพมาต่อกันให้เป็นโครงร่างหญิงชายที่สมบูรณ์ และติดไว้บนกระดานหรือผนัง จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนคุยโดยใช้คำถาม ดังนี้



คำถามชวนคิด

- เมื่อเปรียบเทียบข้อมูล / คำถาม ที่มีต่ออวัยวะเพศ และอวัยวะส่วนอื่นๆ มีความแตกต่างกันหรือไม่อย่างไร
- ข้อมูลเรื่องการดูแลทำความสะอาดร่างกาย รวมทั้งอวัยวะเพศ เราเรียนรู้มาจากที่ใดบ้าง
- เราจะรู้ได้อย่างไรว่าเป็นข้อมูลที่ถูกต้อง หรือเป็นเพียงความเชื่อ
- เราสามารถหาคำตอบให้กับคำถามต่างๆ ในเรื่องเพศได้จากแหล่งใดบ้าง
- เราจะรู้ได้อย่างไรว่าแหล่งข้อมูลใดมีความน่าเชื่อถือ



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญ ดังนี้

- ปัจจุบัน มีแหล่งข้อมูลมากมายที่วัยรุ่นสามารถเข้าถึงได้ รวมทั้งเว็บไซต์ต่างๆ บนอินเทอร์เน็ต ที่เป็นแหล่งข้อมูลเพื่อค้นหาคำตอบที่เกี่ยวกับเรื่องเพศและอวัยวะสืบพันธุ์ แต่ข้อมูลเหล่านั้น อาจมีทั้งข้อมูลที่ไม่ถูกต้องหรือเป็นความเชื่อ เป็นการโฆษณาซึ่งสร้างความเข้าใจผิด และมีทั้งที่เป็นวิทยาศาสตร์การแพทย์ ดังนั้น วัยรุ่นจึงจำเป็นต้องรู้จักแยกแยะข้อมูลที่ได้รับมาว่า มีความน่าเชื่อถือมากน้อยเพียงใด เพราะหากนำข้อมูลที่ได้รับไปปฏิบัติโดยไม่พิจารณาให้รอบคอบก่อนอาจส่งผลต่อสุขภาพของตนเองได้
- หากวัยรุ่นรู้จักผู้ใหญ่ หรือบุคคลที่มีความรู้ ที่ยินดีให้ข้อมูล และสามารถพูดคุยกันอย่างเปิดใจ จะทำให้มีโอกาสสอบถาม แลกเปลี่ยน และช่วยกันตรวจสอบข้อมูลในเรื่องเพศที่รับรู้มา หรือที่ปรากฏในสื่อต่างๆ ทั้งนี้เพื่อเราจะมีข้อมูลที่ถูกต้อง รอบด้าน และนำไปสู่การดูแลตนเองอย่างปลอดภัยต่อไป

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- ถ้ามีอาการผิดปกติบริเวณอวัยวะเพศ นักเรียนจะทำอย่างไร





ข้อมูลเพิ่มเติม สำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

เรื่องเกี่ยวกับองคชาติ

ในบรรดาเว็บไซต์ลามกและเว็บไซต์ที่โฆษณาขายสินค้าที่เกี่ยวกับการเพิ่มขนาดองคชาติ แทบไม่มีการให้ความรู้ ข้อมูลที่ถูกต้องเลย มีเพียงเรื่องความเชื่อว่าจะขนาดใหญ่จะสร้างความพึงพอใจทางเพศมากกว่าเท่านั้น วิทยุที่ได้ข้อมูลเหล่านี้ จึงขาดข้อมูลที่ถูกต้องและการรับรู้เกี่ยวกับขนาดอวัยวะเพศตามปกตินั้นมีความสัมพันธ์กับความสูงและน้ำหนักของแต่ละบุคคล ดังนั้นการพยายามเพิ่มขนาดองคชาติจึงเป็นเรื่องค่านิยมในหมู่ผู้ชายโดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นและวัยหนุ่ม

การวัดองคชาติ

เมื่อพูดถึงการวัดองคชาติ คนทั่วไปมักนึกถึงขนาดขององคชาติตอนที่แข็งตัวเต็มที่ แต่ในทางปฏิบัติแล้ว การวัดขนาดองคชาติตอนแข็งตัวเต็มที่โดยผู้วัดคนเดียวกันทำได้ยากมากๆ เพราะปัญหาคือ เมื่อไหร่จะแข็งตัวเต็มที่ เพราะถ้าไม่แข็งตัวเต็มที่ ขนาดก็ย่อมเล็กกว่าเล็กน้อย แล้วยังมีปัญหาอีกว่าจะทำให้องคชาติแข็งตัวต่อหน้าผู้วัดได้อย่างไร

ส่วนการวัดในเวลาอ่อนตัวก็มีปัญหาอีก เนื่องจากขึ้นอยู่กับอุณหภูมิและอารมณ์เป็นอย่างมาก ค่าการวัดตามวิธีที่แพทย์ยอมรับกันว่าใช้ได้ดี ใกล้เคียง และมีความสัมพันธ์กับขนาดองคชาติแข็งตัวเต็มที่คือ การดึงองคชาติยืดออกมาเต็มที่ และทำการวัดจากหัวหน่าวไปจนถึงปลาย

๙๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



อีกค่าหนึ่งที่นิยมใช้กันคือ ความหนาของชั้นไขมันที่หัวหน้า เนื่องจากถ้าชั้นนี้หนามาก จะทำให้องคชาติสั้นลงได้

ขนาดองคชาติมาตรฐาน

จากการศึกษาหลาย ๆ แห่ง สรุปได้ว่า องคชาติขณะอ่อนตัวมีความเฉลี่ยระหว่าง ๘.๖ - ๑๐.๗ ซม. และเมื่อยัดให้ตั้ง จะมีความยาวประมาณ ๑๒.๕ ซม. และความยาวแข็งตัวประมาณ ๑๒.๙ - ๑๔.๕ ซม. แต่องคชาติของคนไทยและคนเอเชียมีแนวโน้มจะสั้นกว่ามาตรฐานนี้ประมาณ ๒ ซม. คือ มีความยาวแข็งตัวประมาณ ๑๑ - ๑๒.๕ ซม.

ความยาวขณะแข็งตัวจะมีความสัมพันธ์กับความยาวที่ยัดให้ตั้งในขณะอ่อนตัว แต่ไม่สัมพันธ์กับน้ำหนัก ส่วนสูง และดัชนีมวลกาย

ชายและหญิงกับความเชื่อเรื่องขนาดขององคชาติ

การศึกษาในชายเกาหลี ๑๒๓ ราย เพื่อวัดขนาดองคชาติ และทัศนคติที่มีต่อขนาดองคชาติของตนเองพบว่า ร้อยละ ๖๙.๙ คิดว่าขนาดขององคชาติของตนเองปกติ ร้อยละ ๒๓.๖ คิดว่าขนาดองคชาติของตนเองเล็ก ร้อยละ ๐.๘ คิดว่าเล็กมาก ร้อยละ ๔.๙ คิดว่าใหญ่กว่าปกติ และร้อยละ ๐.๘ คิดว่าใหญ่มาก

เมื่อถามความเห็นฝ่ายหญิงถึงความสำคัญของขนาดองคชาติ จากการศึกษาหญิงเนเธอร์แลนด์หลังคลอดพบว่า ร้อยละ ๒๑ บอกว่าความยาวมีความสำคัญ ร้อยละ ๗๘ ไม่คิดว่ามีความสำคัญ เมื่อถามถึงเส้นรอบวงขององคชาติ ร้อยละ ๓๓ บอกว่ามีความสำคัญ ร้อยละ ๖๗ ไม่คิดว่ามีความสำคัญ แสดงให้เห็นว่าทัศนคติของผู้หญิงที่มีต่อขนาดขององคชาติแตกต่างกับฝ่ายชายมาก

หากใช้เกณฑ์ของ Wessells และคณะ ที่แนะนำว่าควรใช้ค่าองคชาติอ่อนตัวน้อยกว่า ๔ ซม. และองคชาติยัดตัวน้อยกว่า ๗.๕ ซม. เป็นเกณฑ์ในการตัดสิน จากการศึกษา

ชาย ๖๗ คนที่มาขอผ่าตัดเพิ่มขนาดขององคชาติ อายุเฉลี่ย ๒๗ ปี จะไม่พบว่าชายที่มาผ่าตัดเหล่านี้มีองคชาติเล็กกว่าเกณฑ์เลย

ที่น่าสนใจคือ คำถามว่าชายที่มาขอผ่าตัดเพิ่มขนาดขององคชาติ ต้องการให้องคชาติตนเองใหญ่ตอนอ่อนตัว เพื่อไว้ใช้ในเวลาบั้นปลายหรือขณะเปลี่ยนเสื้อผ้า หรือต้องการให้ใหญ่ขณะแข็งตัว เพื่อให้ฝ่ายหญิงมีความพึงพอใจในการมีเพศสัมพันธ์กันแนจากการศึกษาในชาย ๖๗ รายที่ประเทศอิตาลีพบว่า ร้อยละ ๖๕.๗ ต้องการให้ใหญ่ในขณะที่อ่อนตัว มีเพียงร้อยละ ๑.๕ เท่านั้นที่ต้องการให้ใหญ่ขณะแข็งตัว ส่วนอีกร้อยละ ๓๒.๘ ต้องการให้องคชาติตนเองใหญ่ทั้งในขณะอ่อนและแข็งตัว จึงแสดงให้เห็นว่าเป็นปัญหาเรื่องความอับอายในขณะอ่อนตัวมากกว่า

คนใช้ส่วนใหญ่ที่มาพบแพทย์เพื่อขอแก้ไขขนาดของคชาติ นั้น มีเพียงร้อยละ ๑๐ - ๒๐ เท่านั้น ที่มีขนาดของคชาติเล็กกว่ามาตรฐานจริงๆ ส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มที่องคชาติมีขนาดปกติ แต่ต้องการเพิ่มขนาดขององคชาติด้วยเหตุผลต่างๆ หรือเชื่อว่าขนาดของตนเองเล็กกว่าปกติ ซึ่งเป็นผลมาจากการรับรู้ข้อมูลจากหนังสือ นิตยสารที่มักใช้ขนาดองคชาติที่ใหญ่เกินมาตรฐานมาเป็นแบบ เพื่อให้ผู้อ่านหลงเข้าใจผิดว่าของตนเองเล็กกว่ามาตรฐานมาก

การใช้ปั๊มสุญญากาศ เพื่อทำให้องคชาติยืดยาวออก จะทำให้ความยืดหยุ่นขององคชาติเสียไป สาเหตุที่องคชาติขณะแข็งตัวมีขนาดโตขึ้นเนื่องจากเลือดเข้าไปสะสมในองคชาติได้มากขึ้นขณะที่มีการแข็งตัว แต่ความแข็งขององคชาติขณะแข็งตัวจะลดลงได้ จึงไม่สามารถเพิ่มขนาดได้จริง และยังไม่มีหลักฐานยืนยันทางการแพทย์ว่าการใช้ยาต่างๆ สมุนไพร วิตามิน เกลือแร่ หรือการบริโภคอวัยวะของสัตว์ต่างๆ จะทำให้องคชาติโตขึ้น

การเพิ่มขนาดองคชาติ แบ่งเป็นการเพิ่มความยาวขององคชาติ และการเพิ่มขนาดของเส้นรอบวง

๙๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



การเพิ่มความยาว ทำได้โดย

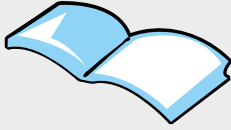
- ใช้เครื่องยืดขยายองศาขาต
- เพิ่มผิวหนังขององศาขาตด้านบน เพื่อให้ผิวหนังเลื่อนมาอยู่ที่ยองศาตมากขึ้น
- ใช้การผ่าตัด
- ใช้การดูดย้ำมัน (เหมาะกับผู้ที่อ้วนมากๆ)

การเพิ่มเส้นรอบวง ทำได้โดย

- ฉีดสารแปลกปลอมเข้าไปใต้ชั้นผิวหนัง (ที่นิยมฉีดกันมากในเมืองไทยคือ น้ำมันมะกอก)
- ผ่าตัดโดยใช้เนื้อเยื่อมาปะแทน

การผ่าตัดเพื่อเพิ่มขนาดองศาตยังไม่เป็นที่ยอมรับกันในวงการแพทย์มากนัก เนื่องจาก

- ต้องมีการประเมินโดยจิตแพทย์ก่อน
- ยังไม่มีข้อสรุปเรื่องขนาดที่ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานจะใช้ตัวเลขใด เพราะแตกต่างกันไปตามเชื้อชาติ
- มีข้อสังเกตว่า เวลาที่มององศาตคนอื่นในห้องเปลี่ยนเสื้อผ้านั้น เรามองจากทางด้านข้าง แต่เวลามององศาตของตนเอง เรามองจากด้านบน จึงทำให้มองเห็นองศาตตนเองว่าเล็กกว่าของคนอื่น



เอกสารอ้างอิง

พัฒน์ มหาโชคเลิศวัฒนา และ สุวรรณา เรื่องกาญจนเศรษฐี (บรรณาธิการ), รู้ทันปัญหาวัยรุ่นุ่น
ยุคใหม่. กรุงเทพฯ: ชมรมสุขภาพวัยรุ่น, ๒๕๔๙.



เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับการทำความสะอาดอวัยวะเพศหญิง

เรียบเรียงจากบทความของนายแพทย์พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์
นิตยสาร เนชั่นสุดสัปดาห์ ปีที่ ๑๓ ฉบับที่ ๖๐๙

ภายในช่องคลอดของผู้หญิงนั้น จะมีแบคทีเรียที่เป็นมิตรต่อมนุษย์อาศัยอยู่ มีชื่อว่า ‘แลคโตแบซิลลัส’ แบคทีเรียชนิดนี้ จะทำหน้าที่เหมือนทหารยาม คอยปกป้องไม่ให้เชื้อโรคจากภายนอกรุกรานเข้าไปทำอันตราย โดยการปรับสภาพแวดล้อมภายในช่องคลอดให้เป็นกรดอ่อนๆ โดยมีค่าความเป็นกรดต่างอยู่ที่ประมาณ ๓.๕ ซึ่งเป็นสภาพที่ไม่เหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของเชื้อรา หรือเชื้อแบคทีเรียที่เป็นอันตรายอื่นๆ การรับประทานยาปฏิชีวนะที่ออกฤทธิ์ครอบคลุมอย่างกว้างเป็นเวลานานๆ จะไปทำลายแบคทีเรียแลคโตแบซิลลัสที่เป็นมิตรให้หมดไป จนเชื้อโรคประเภทเชื้อราฉวยโอกาส เข้ามาทำให้เกิดการอักเสบได้ เช่นเดียวกับการสวนล้างช่องคลอดด้วยน้ำหรือน้ำยาฆ่าเชื้อ นอกจากไม่เกิดประโยชน์แล้วยังจะไปทำลายแบคทีเรียที่เป็นมิตรซึ่งทำหน้าที่ป้องกันโรคที่อาศัยอยู่ภายในช่องคลอดด้วย

ปกติช่องคลอดของผู้หญิงนั้น รู้จักทำความสะอาดภายในตัวเองอยู่แล้ว โดยขับออกมาเป็นตกขาว ซึ่งบางครั้งอาจจะมาก บางเวลาอาจจะน้อย การชะล้างเพียงภายนอกให้ตกขาวที่ออกมาเประระเปียกให้หมดไป ก็เพียงพอแล้วที่จะรักษาสุขอนามัยของอวัยวะเพศสตรี

- วนอ่อนๆ ภายนอกนั้น ธรรมชาติมีไว้ นอกจากเพื่อความสวยงามแล้ว ยังช่วยป้องกันไม่ให้กลิ่นต่างๆ ที่อับชื้นระเหยออกมา จึงไม่ควรที่จะถอนทิ้งหรือดึ่งเล่นแต่อย่างใด รวมทั้งไม่ควรจะโกน หรือย้อมสีด้วย หากต้องการตกแต่ง ก็เพียงแค่เล็มๆ ตัดแต่งให้สวยงามเท่านั้น

- บริเวณซอกหลืบและรอยพับของกิลบเนื้อ ถ้ามีคราบโคลมาหมักหมม ก็ให้ชะล้างออกด้วยน้ำอุ่นๆ ถ้าไม่สะอาดหรือหลุดลอกออกยาก การใช้น้ำยาอนามัยหรือโฟมอนามัยเฉพาะที่ ที่มีความเป็นกรดต่าง โกล้เคียงกับผิวหนังบริเวณดังกล่าว คือประมาณ ๕.๕ ก็จะช่วยให้ความรู้สึกกว่าสะอาดดีขึ้นได้ การใช้สาลีที่ปลายไม้ชุบน้ำอุ่นๆ ช่วยเช็ดก็ จะทำให้ชะล้างได้สะอาดขึ้น
- ไม่ควรและไม่ต้องสวนล้างช่องคลอด ไม่ว่าจะด้วยน้ำสะอาดหรือน้ำยาฆ่าเชื้ออย่าง เด็ดขาด เพราะจะไปทำให้สภาพแวดล้อมภายในช่องคลอดเปลี่ยนไป จนอาจเกิดการ ติดเชื้อได้ง่ายขึ้น แทนที่จะสะอาด
- ช่วงเวลาที่มีประจำเดือน ควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆ อย่ารอจนผ้าอนามัยชุ่มเลือด แล้วจึงเปลี่ยน เพราะเลือดที่ชุ่มอยู่นั้น อาจจะทำให้ผิวหนังบริเวณปากช่องคลอดเกิด การระคายเคือง และเป็นผื่นแพ้ได้ง่าย ควรทำความสะอาดอวัยวะเพศอย่างน้อย ๒ ครั้ง ในตอนเช้าและเย็น เพื่อความสะอาด และการใช้ผ้าอนามัยชนิดสอดเพื่อความสะดวก บางประการนั้น ควรเลือกใช้ชนิดที่สะอาดปลอดภัยได้มาตรฐาน รวมทั้งไม่เก็บผ้าอนามัย ไว้ในที่อับชื้น เช่น ตามซอกตู้ ใต้อ่างน้ำ หรือตามหลืบลิ้นชัก เพราะจะทำให้เป็นเชื้อรา ได้ง่าย
- หลังจากอาบน้ำทำความสะอาดอวัยวะเพศจนรู้สึกสะอาดแล้ว ควรซับด้วยผ้าเช็ดตัวที่เป็นผ้าฝ้าย ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ที่แห้ง ไม่ควรเช็ดถูอย่างรุนแรง แค่ซับๆ ก็พอแล้ว และ ควรจะตากผ้าเช็ดตัวให้แห้งในแสงแดดทุกวัน ไม่ควรเก็บตากไว้ในห้องน้ำ เพราะจะ อับชื้นและเป็นเชื้อราได้ง่าย

กางเกงในหรือชุดชั้นในของสตรีที่อาศัยอยู่ในประเทศที่มีภูมิอากาศร้อนชื้นเช่น ประเทศไทย ควรจะเป็นผ้าฝ้ายที่มีเนื้อผ้าบางเบา อากาศถ่ายเทสะดวก เป็นการลดความ อับชื้นของอวัยวะเพศ และควรที่จะซักแล้วตากให้โดนแสงแดดก่อนนำมาใช้ เพราะจะช่วย ฆ่าเชื้อราได้ ถ้าไม่สะดวก อย่างน้อยก็ต้องใช้ความร้อนรีดทับให้แห้งสนิทก่อนนำไป เก็บไว้ใช้งาน และไม่ควรใช้กางเกงในร่วมกับคนอื่น

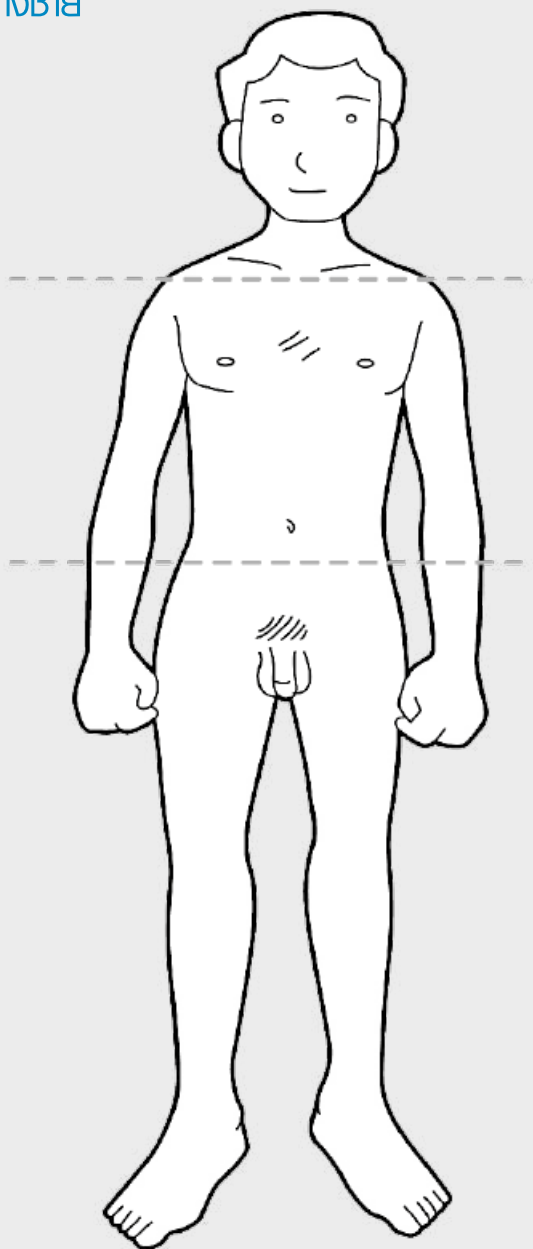


เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับการทำความสะอาดอวัยวะเพศชาย

(ข้อมูลจาก www.teenpath.net)

- เวลาอาบน้ำ ให้ฟอกสบู่บริเวณอวัยวะเพศเหมือนกับส่วนอื่นๆ ของร่างกายเป็นประจำทุกวัน
- ขี้เปียก เป็นส่วนผสมของเซลล์ที่ตายแล้วและมูกเมือกซึ่งมักจะติดอยู่บริเวณคอคอดใต้ผิวหนังองคชาติและเป็นแหล่งสะสมของเชื้อแบคทีเรีย ดังนั้น จึงควรทำความสะอาดด้วยการดึงหนังหุ้มองคชาติให้ร่นขึ้นมาจนถึงคอคอดและใช้สบู่ถูให้ครบขี้เปียกหลุดออก และล้างออกด้วยน้ำสะอาด หรือจะทำทำความสะอาดไปพร้อมกับการอาบน้ำทุกครั้งก็ได้
- การรูดหนังหุ้มปลายองคชาติขึ้นลงบ่อยๆ เพื่อทำความสะอาดส่วนคอคอดนี้ จะช่วยให้คนที่หนังหุ้มปลายเล็ก สามารถลดปัญหาการเจ็บเวลาที่มีอวัยวะเพศแข็งตัวเต็มที่ (จนอาจทำให้หนังหุ้มปลายฉีกขาด) ได้ การรูดดังกล่าวอาจช่วยได้บ้าง แต่ถ้าช่วยไม่ได้จริงๆ ควรไปพบแพทย์
- การขลิบอวัยวะเพศ คือการตัดส่วนของหนังหุ้มปลายอวัยวะเพศออกทั้งหมด ซึ่งจะช่วยแก้ปัญหการเจ็บให้กับคนที่หนังหุ้มปลายอวัยวะเพศไม่เปิดเมื่ออวัยวะเพศแข็งตัว และยังช่วยในเรื่องการทำความสะอาดอวัยวะเพศได้เป็นอย่างดีอีกด้วย ฉะนั้นถ้าหากมีปัญหาเกี่ยวกับหนังหุ้มปลายอวัยวะเพศไม่เปิดหรือค่อนข้างตึงมาก ๆ หรือสนใจขลิบอวัยวะเพศควรปรึกษาแพทย์และให้แพทย์เป็นผู้ทำให้มากกว่า
- เกือบครึ่งหนึ่งของชายหนุ่มทั่วโลก จะได้รับการขลิบอวัยวะเพศมาแล้วตามหลักความเชื่อทางศาสนา เช่น เด็กชายชาวยิวและมุสลิมจะได้รับการขลิบหนังหุ้มอวัยวะเพศตั้งแต่วัยเด็ก ๆ วิธีการนี้ไม่ทำให้เกิดความแตกต่างในเรื่องความสามารถของผู้ชายในการให้หรือรับความสุขทางเพศเลย

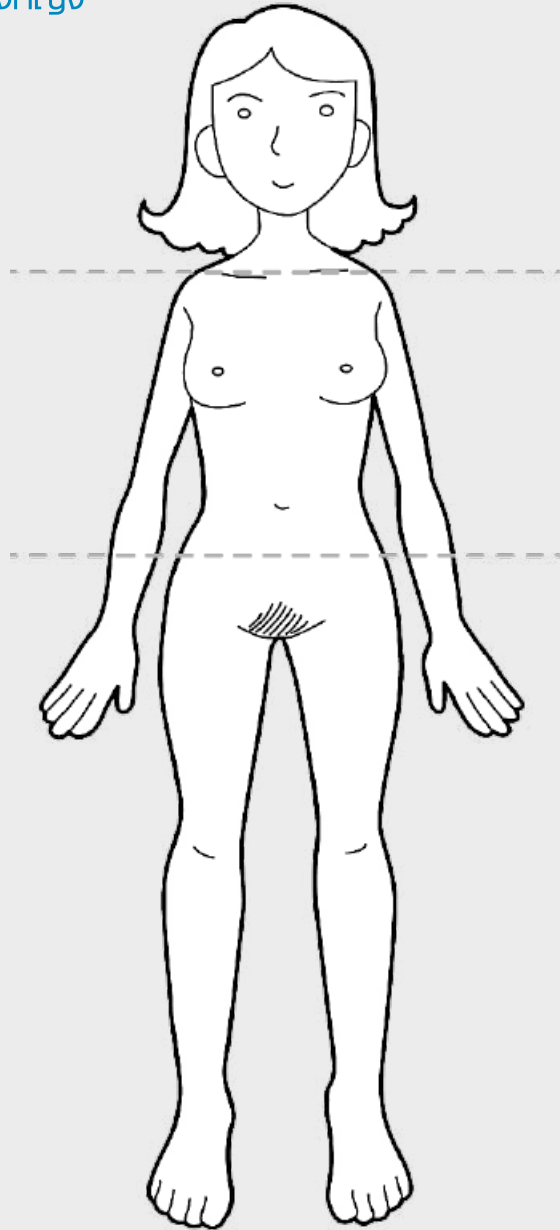
ภาพวาดโครงร่างชาย



๙๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาพวาดโครงร่างหญิง

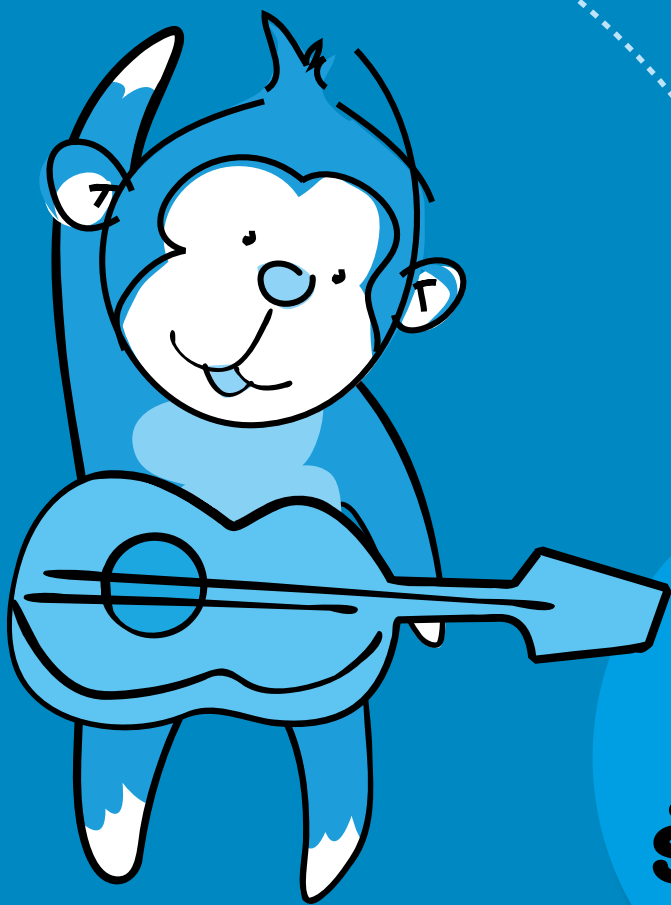


๕๕

แผนการเรียนรู้ที่ ๒ สัปดาห์ ๑๓-๑๕ ปลายภาค

“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 ๓

**ประกาศ
รับเพื่อนใหม่**



แผนการเรียนรู้ที่ ๓

ประกาศรับเพื่อนใหม่

สาระสำคัญ

“เพื่อน” มีบทบาทสำคัญตลอดชีวิตของเราโดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น การพัฒนาความสัมพันธ์ให้เกิดมิตรภาพและรักษาความเป็นเพื่อนให้คงอยู่และแน่นแฟ้นขึ้นนั้นเป็นทักษะที่ต้องเรียนรู้ทั้งการเป็นผู้ให้และผู้รับ การปรับตัวเข้าหากันโดยเป็นความสัมพันธ์ที่พร้อมแบ่งปัน ไม่เอาเปรียบกัน รวมทั้งการเคารพตัวตนของกันและกัน

จุดประสงค์

๑. อธิบายคุณลักษณะสำคัญของบุคคลที่คนส่วนใหญ่อยากเป็นเพื่อนด้วย
๒. บอกวิธีการในการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพ อย่างน้อย ๓ วิธี

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. แผ่นตัวอย่าง “ประกาศรับเพื่อนใหม่”
๒. ใบประเมิน “เพื่อนใหม่”
๓. กระดาษฟลิปชาร์ตตัดครึ่ง
๔. กระดาษกาว ปากกาเคมี

๑๐๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมนำเข้าสู่บทเรียน โดยถามผู้เรียนดังนี้ (๒ นาที)
 - แต่ละคนมีเพื่อนสนิทหรือไม่
 - สิ่งที่เราชอบในตัวเพื่อนสนิทของเราคืออะไร
 - คิดว่าเพื่อนสนิทของเราชอบอะไรในตัวเรา
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมติดแผ่นตัวอย่าง “ประกาศรับเพื่อนใหม่” ไว้บนกระดาน และอธิบายว่ากิจกรรมที่จะเรียนรู้ในวันนี้ เป็นการช่วยกันค้นหา “คุณลักษณะสำคัญของเพื่อนที่เราอยากได้” จากนั้น เมื่อได้คุณลักษณะของเพื่อนที่ต้องการแล้ว ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันจัดทำโปสเตอร์ เพื่อประกาศหาเพื่อนที่จะมาเป็น “เพื่อนใหม่” (๒ นาที)
๓. แบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน โดยให้มีกลุ่มหญิงล้วน ๑ กลุ่ม และกลุ่มชายล้วน ๑ กลุ่ม กลุ่มที่เหลือให้คละเพศ จากนั้นแจกกระดาษฟลิปชาร์ตตัดครึ่งให้กลุ่มละ ๑ แผ่น พร้อมปากกา ให้เวลาแต่ละกลุ่มระดมความเห็นและเขียนประกาศรับสมัครเพื่อนใหม่ (๑๐ นาที)
๔. เมื่อหมดเวลา ให้ทุกกลุ่มนำใบประกาศของกลุ่มไปติดไว้ที่หน้าห้อง และให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มอ่านข้อความบนโปสเตอร์ให้กลุ่มใหญ่ฟัง
๕. ระหว่างที่แต่ละกลุ่มนำเสนอ ให้ผู้ดำเนินกิจกรรมจดบันทึกคุณลักษณะที่ตรงกันของทุกกลุ่ม และสังเกตความแตกต่าง ความเหมือน ระหว่างกลุ่มหญิงล้วน ชายล้วน และกลุ่มคละเพศ เพื่อนำมาแลกเปลี่ยนกับผู้เรียน
๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมใช้คำถามชวนคิด เพื่อแลกเปลี่ยนความเห็นหลังจากทุกกลุ่มนำเสนอ (๑๐ นาที)



คำถามชวนคิด

- มีคุณลักษณะข้อใดบ้างที่ทุกกลุ่มต้องการเหมือนกันหรือคล้ายกัน (เขียนแยกไว้บนกระดาน)
- คุณลักษณะที่คนส่วนใหญ่ต้องการจากเพื่อน คิดว่าหาได้ยากหรือง่ายในคนๆ หนึ่ง เพราะอะไร
- คุณลักษณะที่ทุกกลุ่มต้องการให้เพื่อนคนใหม่มีนั้น เป็นคุณลักษณะที่สามารถสร้างขึ้นได้หรือไม่ อย่างไร
- คิดว่าตัวเราเองสามารถทำตัวให้เป็นคนที่มีคุณลักษณะตามที่ประกาศไว้ได้ง่ายหรือยาก เพราะเหตุใด



๗. หลังจากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมแจกใบประเมิน “เพื่อนใหม่” ให้ผู้เรียนทุกคน พร้อมทั้งอธิบายว่าให้ทุกคนตอบคำถามในแบบประเมิน (๓ นาที)
๘. เมื่อตอบเสร็จ ให้ทุกคนส่งแบบประเมินคืน จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญของการเรียนรู้ ดังนี้
 - เพื่อนมีบทบาทสำคัญต่อชีวิตเรามากโดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น เนื่องจากเป็นธรรมชาติของวัยรุ่นทุกคนที่ต้องการการยอมรับจากเพื่อนในกลุ่ม
 - คุณลักษณะพื้นฐานของการเป็นเพื่อนที่ทุกคนอยากได้ เป็นทักษะที่เราสามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ด้วยตัวเอง
 - การสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อน ต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของการรู้จัก “ให้” และ “รับ” จึงจะทำให้สัมพันธ์ภาพนั้นเป็นไปด้วยดี เราจึงต้องเรียนรู้ที่จะเข้าใจความต้องการของตนเอง ความคาดหวังที่เรามีต่อผู้อื่น และที่ผู้อื่นมีต่อเรา การเรียนรู้ที่จะยอมรับผู้อื่นและการทำให้ผู้อื่นยอมรับตนเอง

๑๐๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- ผู้ดำเนินกิจกรรมควรระมัดระวังบรรยากาศการพูดคุย อภิปราย ที่อาจส่งผลกระทบต่อผู้เรียน บางคนที่กำลังมีปัญหาเรื่องความสัมพันธ์กับเพื่อน เพราะอาจทำให้ผู้นั้นเสียความมั่นใจมากขึ้น
- หากคุณลักษณะของกลุ่มหญิงล้วน ชายล้วน มุ่งไปที่ลักษณะที่ต้องการจากเพื่อนเพศเดียวกัน อาจสะท้อนว่าผู้เรียนไม่ได้คิดถึงการมีเพื่อนต่างเพศ ควรชี้ให้เห็นว่า แม้จะต่างเพศกัน แต่เราก็สามารถเป็นเพื่อนกันได้ เพราะคุณสมบัติร่วมของความเป็นเพื่อนนั้นมีอยู่ในทุกเพศ

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- นักเรียนจะปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงตนเองในเรื่องใด เพื่อให้สัมพันธ์ภาพกับเพื่อนเป็นไปด้วยดี
- หากเพื่อนที่นักเรียนคบอยู่ในปัจจุบันมีนิสัยบางอย่างที่นักเรียนไม่ชอบ นักเรียนจะทำอย่างไร

แผนการเรียนรู้ที่ ๔

เรื่องของ ซิดชนก





แผนการเรียนรู้ที่ ๔

เรื่องของชิตชนก

สาระสำคัญ

เราควรเรียนรู้ที่จะปฏิบัติต่อบุคคลอื่นด้วยความเคารพ และไม่ควรแสดงออกให้ผู้อื่นรู้สึกด้อยค่า เสียความรู้สึก หรือก่อให้เกิดความเข้าใจผิดกับคนอื่น ๆ ไม่ว่าจะด้วยคำพูดหรือการกระทำ หากตระหนักว่าตนได้กระทำการดังกล่าว ต้องกล้าหาญที่จะขอโทษและรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองกระทำ ในทำนองเดียวกัน หากมีผู้ปฏิบัติเช่นนั้นต่อเรา ก็ต้องกล้าบอกถึงความไม่พอใจ และพร้อมให้อภัยหากอีกฝ่ายหนึ่งขอโทษหรือแสดงความรับผิดชอบ

จุดประสงค์

๑. บอกความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เป็นข้อเท็จจริงกับความคิดเห็นได้
๒. ระบุวิธีการแสดงความรับผิดชอบเมื่อทำให้ผู้อื่นเสียหาย เสียใจ

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษฟลิปชาร์ต
๒. ปากกาเคมี กระดาษขาว
๓. แผ่นกรณีศึกษา “เรื่องของชิตชนก”

๑๐๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



๑๐๙

แผนการเรียนรู้ ๒ เรื่องของชีวิตชนก

กรณีศึกษา เรื่องของชีวิตชนก

ชีวิตชนกทำกระเป๋าใส่กระดาษในห้องเรียน สุกมล เพื่อนของเธอบอกเธอว่า อุทิศเป็นคนสุดท้ายที่อยู่ในห้องเรียนและนั่งอยู่ใกล้โต๊ะตัวที่ชีวิตชนกคิดว่าเธอถือกระเป๋าใส่กระดาษทิ้งไว้

ชีวิตชนกจึงไปฟ้องครู โดยบอกว่าเธอคิดว่าอุทิศเป็นคนขโมยกระเป๋าใส่กระดาษของเธอ ครูเรียกอุทิศมาถาม แต่อุทิศปฏิเสธว่าไม่รู้เรื่อง แม้สุกมลจะเป็นพยานว่าเห็นเขาที่โต๊ะชีวิตชนก ครูบอกให้อุทิศกลับไปนอนคิดแล้วพรุ่งนี้จะคุยกันใหม่

วันรุ่งขึ้น ชีวิตชนกพบว่าเธอถือกระเป๋าใส่กระดาษไว้ในเบ้าของเธอเอง แต่รู้สึกเสียหน้าและอาย รวมทั้งกลัวครูจะเอาผิดที่เธอสะเพร่า ชีวิตชนกคิดว่าเป็นความผิดของสุกมลที่ทำให้เธอโทษอุทิศ

นักเรียนคิดว่า

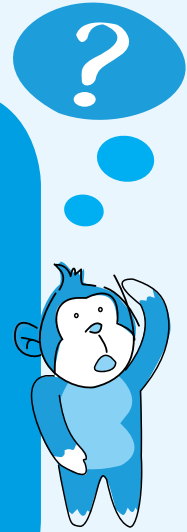
- “อุทิศ” รู้สึกอย่างไร และ
- “ชีวิตชนก” ควรทำอย่างไร

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน แจกกรณีศึกษา “เรื่องชีวิตชนก” ให้กลุ่มละ ๑ แผ่น โดยให้แต่ละกลุ่มแลกเปลี่ยนความเห็นและตอบคำถามลงบนกระดาษฟลิปชาร์ต (ก. อุทิศกำลังรู้สึกอย่างไร และ ข. ชีวิตชนกควรทำอย่างไร)
๒. ให้เวลากลุ่มย่อย ๑๕ นาที
๓. ขอกลุ่มที่อาสาสมัครนำเสนอ ๑ กลุ่ม จากนั้น ถามกลุ่มอื่นๆ ให้ช่วยกันเสนอความคิดเห็นที่แตกต่างจากกลุ่มแรก
๔. ผู้ดำเนินกิจกรรมใช้คำถามต่อไปนี่เพื่อกระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยน

คำถามชวนคิด

- ชิดชนกใช้อะไรเป็นการสรุปว่ากระเป๋าทาย สิ่งที่ใช้เป็นข้อเท็จจริงหรือความคิดเห็น
- ในกรณีของชิดชนก หากไม่มีใครยอมรับผิด ไม่มีใครยอมขอโทษ นักเรียนคิดว่า จะเกิดอะไรขึ้นได้บ้าง
- ส่วนใหญ่เวลาที่เราก่อผิด และรู้ว่าควรขอโทษ แต่เราลังเลที่จะเอ่ยปากขอโทษ เป็นเพราะเหตุใด
- ถ้านักเรียนเป็นฝ่ายถูกเข้าใจผิดเหมือนอุทิศ และได้รับการขอโทษจากเพื่อน นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร



๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญของกิจกรรม

- ความเข้าใจผิดเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ แต่การพิจารณาสืบสาวราวเรื่อง จำเป็นต้องแยกแยะข้อเท็จจริงออกจากความคิดเห็น (ในกรณีของชิดชนก ข้อเท็จจริงคือ “เห็นอุทิศยืนอยู่ที่โต๊ะ” ส่วน “เขาอาจเป็นขโมย” นั่นคือความคิดเห็น)
- ในการฟัง เราต้องฝึกแยกแยะคำพูดที่บอกข้อเท็จจริงและความคิดเห็นออกจากกัน เช่น คำว่า “ฉันเห็นเขาทำ” กับ “ฉันคิดว่าเขาทำ” ว่ามีน้ำหนักความน่าเชื่อถือต่างกัน
- คุณสมบัติข้อหนึ่งของการเป็นเพื่อนที่ดีคือ การกล้าพูดคำว่าขอโทษ เพราะเป็นการแสดงความรับผิดชอบคำพูด การกระทำของตน ทำให้เราเป็นคนน่าเชื่อถือ ไว้วางใจได้ ดังนั้น หากเราเข้าใจผิดและกล่าวโทษคนอื่นด้วยคำพูด การกระทำ ก็ต้องกล้ากล่าวขอโทษ เพื่อแสดงความรับผิดชอบ
- คนส่วนใหญ่ที่ก่อผิดแล้วไม่ขอโทษ เพราะกลัวเสียหน้า กลัวถูกต่อว่า กลัวจะไม่ได้รับการให้อภัย แต่การไว้เนื้อเชื่อใจเป็นเหมือนการออมทรัพย์ในธนาคาร เราคือธนาคารที่ต้องสั่งสมความไว้เนื้อเชื่อใจจากเพื่อนเราทีละเล็กละน้อย หากเกิดความ

๑๑๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ผิดพลาดใดๆ ขึ้นมา ตัวเราต้องรีบแก้ไข เพื่อแสดงถึงความรับผิดชอบ และทำให้ความเชื่อมั่นยังคงอยู่ แต่หากเราไม่รับผิดชอบ ย่อมแสดงถึงความไม่ซื่อสัตย์ ไม่ตรงไปตรงมา ยิ่งทำให้ความน่าเชื่อถือเราลดลงไปเรื่อยๆ



๑๑๑

แผนการเรียนรู้ ๕ เรื่องของชีวิตบท

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

หากมีผู้เรียนที่เห็นใจ “อุทิศ” และแสดงปฏิกิริยาต่อ “ชิตชนก” หรือ “สุกมล” ในเชิงต่อว่าอย่างรุนแรง หรือไม่ยอมยกโทษให้ อาจทำให้ผู้เรียนคนอื่นลังเล และเห็นว่าควรเลือกวิธีปล่อยให้เรื่องนี้ผ่านไปดีกว่าการแสดงความรับผิดชอบ ผู้ดำเนินกิจกรรมควรชี้ให้เห็นถึงผลที่จะเกิดจากการกระทำทั้งสองแบบว่าแบบไหนจะช่วยให้สามารถดำรงหรือรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้มากกว่าระหว่าง ก) การขอโทษ / ปิดปากเงียบ กับ ข) การให้อภัย / ผูกใจเจ็บ

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- กรณีที่นักเรียนได้ยืนยันว่าเพื่อนคนหนึ่งในกลุ่มขโมยของเพื่อนรักในกลุ่มไป นักเรียนจะทำอย่างไร
- ถ้าเพื่อน ๆ เข้าใจผิดและไม่พูดกับนักเรียน นักเรียนจะทำอย่างไร

ครูต้องฟังเด็ก ให้เท่าๆ กับ
ที่อยากให้เด็กฟังเรา
แล้วจึงคุยกันด้วยเหตุผล
และข้อมูล

อ.เจ็ดศักดิ์ สมศรี

โรงเรียนเกษมสิมวิทยาคาร จ.อุบลราชธานี
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๔๗)





แผนการเรียนรู้ที่ ๕

**เมื่อ
คนบ่น**



แผนการเรียนรู้ที่ ๕

เบื่อกันบน

สาระสำคัญ

คนเรามักมีความคาดหวังต่อคนที่เรามีความสัมพันธ์ด้วยเสมอ แต่หลายครั้งเราอาจลืมว่าเราก็คาดหวังกับคนอื่น ๆ เหมือนที่คนอื่นคาดหวังต่อเรา ความคาดหวังที่มีต่อกัน อาจไม่ตรงกันเสมอไป ซึ่งอาจนำไปสู่ความขัดแย้งได้ การพูดคุยสื่อสารให้เข้าใจถึงความคาดหวังที่มีต่อกัน จะช่วยให้สามารถปรับตัวเข้าหากันได้มากขึ้น และทำให้ความสัมพันธ์ดำเนินไปได้อย่างราบรื่น

จุดประสงค์

๑. บอกความแตกต่างของความคาดหวังที่มีต่อกันระหว่างความสัมพันธ์แบบเพื่อนกับเพื่อน ครูกับนักเรียน พ่อแม่กับลูก
๒. ระบุปัจจัย ๓ ข้อที่ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างบุคคล
๓. บอกวิธีการจัดการที่ตนเองเลือกใช้เพื่อลดความขัดแย้ง

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษฟลิปชาร์ต
๒. ปากกาเคมี
๓. กระดาษขาว

๑๑๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ชี้แจงวัตถุประสงค์ในการเรียนรู้เรื่อง “เมื่อคนบ่น” ว่าเป็นการทำความเข้าใจถึงความคาดหวังของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเราในบทบาทต่างๆ เพื่อวิเคราะห์และระบุวิธีการจัดการกับความขัดแย้งเมื่อความคาดหวังไม่ตรงกัน
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมเกริ่นนำเพื่อเข้าสู่บทเรียนโดยถามผู้เรียนว่า เรามักถูกใครบ่นบ้าง และถูกบ่นด้วยเรื่องอะไร เขียนคำตอบขึ้นบนกระดาน ใช้เวลาไม่เกิน ๕ นาที
๓. ขอบอาสาสมัคร ๑ - ๒ คน เล่าสถานการณ์ที่ตัวเองถูกบ่นให้เพื่อนในห้องฟังว่าถูกใครบ่น บ่นเรื่องอะไร (คนละ ๒ นาที)
๔. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย ๖ กลุ่ม และแบ่งหัวข้อให้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นดังนี้ (๑ หัวข้อ ต่อ ๒ กลุ่ม)
 - เรื่องที่เพื่อนบ่นฉัน
 - เรื่องที่ครูบ่นฉัน
 - เรื่องที่พ่อแม่บ่นฉัน
๕. ใช้เวลา ๑๐ นาทีในการแลกเปลี่ยนความเห็นตามหัวข้อที่ได้รับว่า มีเรื่องอะไรบ้างที่ถูกบ่น รู้สึกอย่างไรเมื่อถูกบ่น และช่วยกันวิเคราะห์หาสาเหตุของการบ่นเรื่องเหล่านั้น รวมถึงวิธีการที่จะไม่ให้ถูกบ่น บันทึกลงกระดาษฟลิปชาร์ต

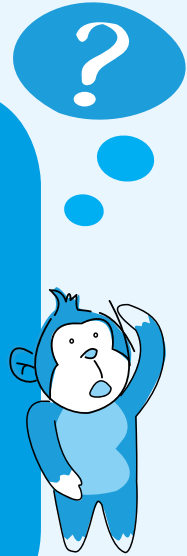


เรื่องที่ถูกบ่น	รู้สึกอย่างไร	สาเหตุที่ เพื่อน/ ครู/ พ่อแม่ บ่น	วิธีการ เพื่อไม่ให้ถูกบ่นอีก

๖. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอต่อกลุ่มใหญ่ (กลุ่มละ ๒ นาที)
๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมทวนประเด็นจากทุกกลุ่ม โดยช่วยสรุปให้เห็น ก) เรื่องที่เรามักถูกบ่น ข) ความรู้สึกที่มีเมื่อถูกบ่น ค) สาเหตุหลักๆ ที่ทำให้คนเหล่านั้นบ่นเรา และ ง) วิธีจัดการที่กลุ่มนำเสนอ จากนั้นชวนแลกเปลี่ยน ตามคำถามต่อไปนี้

คำถามชวนคิด

- เรารู้หรือไม่ว่า เรื่องไหนทำแล้วจะถูกบ่น หากรู้ เหตุใดจึงยังคงทำเรื่องนั้นๆ
- ความคาดหวังของคนรอบข้างที่มีต่อเรา ส่งผลต่อตัวเราอย่างไรบ้าง
- การจัดการกับเรื่องที่ถูกบ่นตามที่แต่ละกลุ่มเสนอมานั้น คิดว่าวิธีใดบ้างที่ช่วยทำให้ทั้งฝ่ายบ่นและฝ่ายถูกบ่นพอใจหรือตกลงกันได้
- หากเราเลือกใช้วิธีละเลยไม่ใส่ใจกับความคาดหวังของผู้ที่บ่นเรา คิดว่าจะส่งผลอย่างไรบ้างต่อความสัมพันธ์ที่มี
- จากกิจกรรมนี้ มีวิธีการอะไรบ้างเมื่อเผชิญกับความขัดแย้ง เพื่อยังคงความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันไว้ได้



๘. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญร่วมกับผู้เรียนในการทำกิจกรรมนี้ และเพิ่มเติมประเด็นต่อไปนี้
 - มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องอยู่ร่วมกับผู้อื่น จึงเป็นธรรมดาที่จะมีความคาดหวังต่อคนที่มีสัมพันธ์ด้วย โดยเฉพาะผู้ที่เรามีความสัมพันธ์ใกล้ชิด
 - หากความคาดหวังไม่ได้รับการตอบสนอง อาจกลายเป็นความขัดแย้งและนำไปสู่ความไม่เข้าใจกัน ดังนั้น เราจำเป็นต้องเรียนรู้ความคาดหวังของตนเองที่มีต่อคนอื่น และของคนอื่นที่มีต่อเรา
 - ความคาดหวังที่ไม่ได้รับการตอบสนอง ย่อมส่งผลต่ออารมณ์ ความรู้สึกและการแสดงออก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่กำลังโตเป็นผู้ใหญ่ในความรู้สึกของตนเอง แต่ก็ยังเป็นเด็กในสายตาของผู้ใหญ่

- การหันหน้าพูดคุยเพื่อสื่อสารบอกความต้องการของกันและกัน ความคาดหวังที่มีต่อกัน จะช่วยให้เกิดความเข้าใจ และช่วยให้หาทางแก้ปัญหาได้มากกว่าการหลบเลี่ยงหรือเพิกเฉย



๑๑๗

แผนการเรียนรู้ ๕
บทก่อน

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ความสัมพันธ์ของผู้ใหญ่กับเด็กที่เน้นให้ผู้อ่อนวัยกว่าเคารพเชื่อฟังและปฏิบัติตาม อาจทำให้ผู้เรียนคิดว่า การพูดคุยกับผู้ใหญ่เป็นเรื่องยาก เพราะผู้ใหญ่จะคิดว่าเด็กเกียจและไม่ยอมฟัง ผู้เรียนอาจจะคิดวิธีจัดการแบบหลบเลี่ยงมากกว่าจะหันหน้าเข้าคุยกัน ครูควรชี้ให้เห็นถึงโอกาสและท่าทีในการสื่อสารที่จะช่วยให้เกิดการยอมรับจากผู้ใหญ่ หรือถามผู้เรียนถึงข้อเสนอหรือประสบการณ์ที่เคยใช้และได้ผล

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- เมื่อถูกพ่อแม่บ่น นักเรียนจะมีวิธีการจัดการหรือเผชิญกับสถานการณ์อย่างไร

ยุคสมัยนี้โลกเปลี่ยนไป
ถ้าสอนให้เด็กเรียบร้อยว่าง่าย
เด็กจะไม่ทันเพื่อน
การสอนเด็กให้รู้จักเป้าหมายชีวิต
เป็นสิ่งสำคัญ
แต่การเดินทางไปสู่เป้าหมายมีได้หลายวิธี

อ.มยุรี ทับทิมหิน

โรงเรียนเวตะวันวิทยา จ.อุบลราชธานี
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๕๗)





แผนการเรียนรู้ที่ ๖

**ทลากรส
ทลยอบบ**



แผนการเรียนรู้ที่ ๖

หลากหลายแบบ

สาระสำคัญ

การรักเพศเดียวกัน เป็นรสนิยมทางเพศแบบหนึ่ง ซึ่งไม่ใช่เรื่องผิดปกติหรือเบี่ยงเบน แต่สังคมบางส่วนยังยึดถือกับการแบ่งเพศตามสรีระ (Sex) คือเพศชายและเพศหญิง และถือการรักต่างเพศเป็นบรรทัดฐาน และไม่ให้การยอมรับคนที่มีรสนิยมทางเพศที่แตกต่างไป

จุดประสงค์

๑. เข้าใจว่ารสนิยมทางเพศมีความหลากหลาย และเป็นเรื่องส่วนบุคคล
๒. ตระหนักถึงความแตกต่างของเพศสรีระ (Sex) และเพศสภาพหรือบทบาททางเพศ (Gender) ที่กำหนดโดยสังคม

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. บัตรบทบาทสมมติ ๔ ใบ
๒. กระดาษฟลิปชาร์ต
๓. ปากกาเคมี กระดาษขาว

๑๒๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ว่ากิจกรรมหลากหลายแบบ เป็นการเรียนรู้เรื่องรสนิยมทางเพศที่หลากหลาย
๒. จากนั้นขออาสาสมัคร ๔ คน ผู้ชาย ๑ คน ผู้หญิง ๓ คน เพื่อแสดงบทบาทสมมติ และให้ผู้เรียนที่เหลือเป็นผู้สังเกตการณ์การแสดงบทบาทสมมติ พร้อมทั้งเตรียมแสดงความคิดเห็นหลังจากได้ชม
๓. แจกบัตรบทบาทสมมติให้อาสาสมัครทั้ง ๔ คน ให้อาสาสมัครอ่านบทและเตรียมตัว ๓ นาที
๔. ก่อนเริ่มแสดง ผู้ดำเนินกิจกรรมอ่านบทนำของเรื่องให้ผู้เรียนทั้งห้องฟัง จากนั้น ให้อาสาสมัครออกมาแสดงทีละคู่
๕. หลังจากแสดงจบทั้ง ๒ คู่ ผู้ดำเนินกิจกรรมถามความรู้สึกของผู้แสดงว่ารู้สึกอย่างไร
๖. จากนั้น แบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็น ๖ กลุ่มย่อย โดย ๓ กลุ่มแรก ให้แลกเปลี่ยนเรื่อง อ้อ - แก้ว ส่วน ๓ กลุ่มหลังแลกเปลี่ยนความเห็นเรื่องของหนุ่ม - สาว โดยให้ตอบคำถามต่อไปนี้ลงในกระดาษฟลิปชาร์ต (๑๐ นาที)

กลุ่ม “อ้อ - แก้ว” (๓ กลุ่ม)

- ถ้าเราเป็นอ้อ จะบอกความจริงให้แก้วรู้หรือไม่ เพราะอะไร
- ถ้าเราเป็นแก้ว จะรู้สึกอย่างไร
- คิดว่าแก้วควรจะทำกับอ้ออย่างไร

กลุ่ม “หนุ่ม - สาว” (๓ กลุ่ม)

- ถ้าเราเป็นหนุ่ม จะเปิดเผยให้สาวรู้หรือไม่ว่าเรารักเพศเดียวกัน
- ถ้าเราเป็นสาว เราจะรู้สึกอย่างไร
- คิดว่าสาวควรจะทำกับหนุ่มอย่างไร

๗. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอความเห็นต่อกลุ่มใหญ่ (กลุ่มละ ๒ นาที)
๘. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย โดยใช้คำถามดังนี้



๑๒๐

คำถามชวนคิด

- คิดว่าคนที่มีพฤติกรรมเหมือน “อ้อ” (หญิงรักหญิง) และ “หนุ่ม” (ชายรักชาย) เป็นคนปกติหรือไม่ เพราะอะไร
- ถ้า “อ้อ” และ “หนุ่ม” เป็นเพื่อนเรา เราจะยังคบกับทั้งสองคนหรือไม่ หากรู้ว่าทั้งสองคนเป็นคนรักเพศเดียวกัน เพราะอะไร
- ทั้ง “อ้อ” และ “หนุ่ม” ควรแสดงตัวตนทางเพศที่แท้จริงให้เพื่อน ครอบครัว และคนรอบข้างรับรู้หรือไม่ เพราะอะไร คิดว่าคนที่อยู่ในครอบครัวและเพื่อน ๆ จะยอมรับรสนิยมทางเพศของทั้งสองคนได้หรือไม่ เพราะอะไร
- นักเรียนคิดว่าในปัจจุบัน คนรักเพศเดียวกัน ได้รับการปฏิบัติจากคนรอบข้าง และสังคม อย่างไร



๙. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญดังนี้ และเพิ่มเติมข้อมูลเรื่องความหมายของเพศสรีระ บทบาททางเพศ และอัตลักษณ์ทางเพศ

- การแบ่งเพศ ที่เห็นโดยส่วนใหญ่เป็นการแบ่งตามสรีระ ซึ่งเป็นการแบ่งโดยดูจากอวัยวะที่ติดตัวเรามาแต่กำเนิด แบ่งเป็นเพศชายและเพศหญิง นอกจากนี้ สังคมยังมีการกำหนดบทบาททางเพศขึ้น ซึ่งอาจเหมือนหรือแตกต่างกันไปตามความคาดหวังและวัฒนธรรมของแต่ละสังคม
- ในความเป็นจริง แม้คนส่วนใหญ่จะเป็นเพศหญิง และเพศชาย แต่รสนิยมทางเพศมีความหลากหลายมากกว่านั้น เราจะพบว่า ในสังคมมีทั้งคนที่รักคนต่างเพศ (Heterosexual) คนรักเพศเดียวกัน (Homosexual) และคนที่รักได้ทั้งสองเพศ (Bisexual) รสนิยมทางเพศแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ไม่ต่างจากการเลือกกินอาหาร ซึ่งแต่ละคนก็มีความชอบต่างกันไป แม้จะชอบกินกล้วยเดี่ยวเหมือนกัน แต่บางคนก็ชอบกินเส้นเล็ก ขณะที่หลายๆ คนกินแต่เส้นใหญ่ เป็นต้น

๑๒๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



- รสนิยมทางเพศเป็นเรื่องส่วนตัว ไม่สามารถใช้วัดความเป็นคนดีหรือไม่ดี การยอมรับตัวตนทางเพศของแต่ละคน เป็นพื้นฐานสำคัญอีกประการหนึ่งที่จะช่วยให้ทุกคนอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข
- ในแต่ละสังคม มีกฎ ข้อห้าม การอนุญาตให้คนแสดงตัวตนทางเพศที่แท้จริงต่างกันไป บางประเทศถือว่าเป็นเรื่องถูกกฎหมายที่คนรักเพศเดียวกันจะแต่งงานกัน แต่มีอีกหลายประเทศยังไม่ยอมรับ ขณะที่หลายประเทศถึงกับแสดงอาการรังเกียจเพราะเชื่อว่าคนรักเพศเดียวกันเป็นคนผิดปกติ จึงทำให้คนเป็นจำนวนมากไม่กล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกมา

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

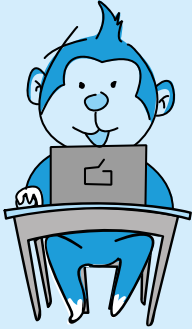
ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องระมัดระวังในการชวนคุย เพราะอาจมีผู้เรียนที่เป็นคนรักเพศเดียวกัน ในขณะที่ผู้เรียนบางส่วนอาจมีความเชื่อว่า คนเราควรมีคนรักที่ต่างเพศเท่านั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมจึงควรย้ำกติกาและวัตถุประสงค์ของกิจกรรมให้ชัดเจน เพื่อไม่ให้เกิดบรรยากาศอึดอัด หรือล้อเลียนในเรื่องนี้

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- หากนักเรียนรู้ว่าเพื่อนสนิทของนักเรียนเป็นคนรักเพศเดียวกัน นักเรียนจะอย่างไร
 - ก. คบเหมือนเดิม เพราะ.....
 - ข. เลิกคบ เพราะ.....
 - ค. ล้อเลียน เพราะ.....
 - ง. แนะนำให้ไปหาหมอรักษา เพราะ.....



ข้อมูลเพิ่มเติม สำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

เพศสรีระ (Sex)

หมายถึง สิ่งที่เราบอกว่าเป็นหญิง หรือชาย โดยดูจากโครโมโซม ฮอร์โมน และอวัยวะของระบบสืบพันธุ์ในร่างกายในตอนแรกคลอด ดังนั้น เพศสรีระจึงเป็นสิ่งที่ติดตัวเรามาแต่กำเนิด

เพศสภาพ (Gender)

หมายถึง บทบาทความเป็นหญิง ความเป็นชาย ซึ่งถูกกำหนดขึ้นตามความคาดหวังของสังคม เช่น เป็นผู้ชายต้องเข้มแข็ง ผู้หญิงต้องอ่อนหวาน ทั้งนี้ เพศสภาพเปลี่ยนแปลงได้ตามเงื่อนไขภายนอก โดยอาจเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย และยังคงแตกต่างกันไปในแต่ละสังคมและวัฒนธรรม

อัตลักษณ์ทางเพศ (Gender Identity)

หมายถึง สำนักทางเพศที่แต่ละคนรู้สึกต่อตนเอง เช่น บางคนเกิดมามีเพศสรีระเป็นชาย แต่กลับรู้สึกในใจเสมอว่าตนเองเป็นผู้หญิง เป็นต้น

๑๒๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



บัตรบทบาทสมมติ

บทนำสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรมอ่านก่อนจะเริ่มแสดง

- คู่อ้อ - แก้ว** อ้อกับแก้ว เป็นเพื่อนหญิงที่สนิทกัน วันนี้ อ้อมาหาแก้วที่บ้าน บอกว่ามีเรื่องจะคุยด้วย
- คู่นุ่ม - สาว** นุ่มเป็นผู้ชาย และสนิทกับสาวมาก นุ่มมีเรื่องส่วนตัวที่อยากบอกให้สาวรู้ วันนี้ สาวขอเบอร์ที่บ้านนุ่ม บอกว่าจะโทรไปคุยด้วยตอนค่ำๆ

บทบาทของ “อ้อ”

อ้อ เป็นเพื่อนสนิทของแก้ว อ้อรู้ตัวว่าตัวเองรักแก้วแบบแฟน ไม่ใช่แบบเพื่อน อ้อไม่อยากปิดบังแก้วอีกต่อไปแล้ว จึงอยากสารภาพความรู้สึก และแสดงความรู้สึกที่แท้จริงให้แก้วรู้ วันนี้ อ้อตั้งใจจะไปหาแก้วที่บ้านเพื่อบอกความจริง

บทบาทของ “แก้ว”

แก้วเป็นเพื่อนกับอ้อ ทั้งคู่สนิทกันมาก แก้วรู้ว่าอ้อรักแก้วมากกว่าเพื่อนคนอื่นๆ และแก้วก็พอใจที่ได้เป็นเพื่อนอ้อ ทั้งยังบอกอ้อว่าอยากมีแฟนที่คอยดูแล ตามใจแบบที่อ้อทำให้แก้ว วันนี้ อ้อบอกไว้ล่วงหน้าแล้วว่าจะมาหาแก้วที่บ้าน

บทบาทของ “สาว”

สาวเป็นวัยรุ่นหน้าตาดี มีผู้ชายมาสนใจหลายคน แต่สาวรู้ตัวว่าตัวเองรักนุ่ม ซึ่งเป็นเพื่อนสนิทมานานแล้ว สาวตัดสินใจว่าจะเปิดเผยความรู้สึกให้นุ่มรู้ จึงขอเบอร์โทรศัพท์ที่บ้านนุ่ม และบอกว่ามีเรื่องสำคัญคืนนี้จะโทรไปคุยด้วย

บทบาทของ “นุ่ม”

นุ่มเป็นคนเรียบร้อย หน้าตาดี ใครๆ ก็ชอบล้อว่านุ่มเป็นแฟนกับสาว เพราะเห็นทั้งคู่สนิทกันมากและไปไหนมาไหนด้วยกันเสมอ นุ่มรู้ตัวว่าตัวเองชอบผู้ชายแต่ไม่เคยบอกให้ใครรู้ นุ่มกำลังคิดอยู่ว่าจะบอกความจริงให้สาวรู้ว่าตัวเองชอบผู้ชาย

ผู้สอนเพศศึกษาต้องใช้เวลา
ให้โอกาสแก่เด็ก
อย่ายึดมั่นในกติกามากเกินไป
ต้องรู้จักใช้ทั้งไม้ نرم ไม้แข็ง
เด็กๆ ต้องการความสนใจจากครู
และทุกคนก็ยินดีที่จะพูดคุยถึงปัญหาของตัวเอง
ขึ้นอยู่กับวิธีการที่ครูจะใช้
เพื่อทำให้เด็กวางใจ

อ.ธารทิพย์ ไทรทอง
วิทยาลัยศิลปหัตถกรรมนครศรีธรรมราช
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๕๗)





แผนการเรียนรู้ที่ ๗

**อยู่ร่วมกัน...
ฉันกับเธอ**



แผนการเรียนรู้ที่ ๗

อยู่ร่วมกัน...ฉันกับเธอ

สาระสำคัญ

ผู้ติดเชื้อเอชไอวี เป็นผู้ที่มีเชื้อเอชไอวีอยู่ในร่างกาย แต่ไม่ปรากฏอาการใดๆ และยังคงมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง และยังสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ การใช้ชีวิตประจำวันร่วมกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี ไม่สามารถทำให้เกิดการติดเชื้อได้ แต่การมีข้อมูลที่ไม่น่าเชื่อถือ ความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง และทัศนคติที่มีต่อผู้ติดเชื้อเอชไอวีในทางลบ ทำให้เกิดการรังเกียจและเลือกปฏิบัติต่อผู้ติดเชื้อ

จุดประสงค์

๑. ระบุความเชื่อที่ผิดๆ เกี่ยวกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี
๒. มั่นใจที่จะใช้ชีวิตร่วมกับผู้ติดเชื้อ โดยเข้าใจว่าการใช้ชีวิตประจำวันไม่สามารถทำให้เกิดการติดเชื้อได้

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษเอสี่จำนวนเท่าผู้เรียน
๒. ปากกาเคมี สีเทียน หรือสีเมจิก
๓. กระดาษฟลิปชาร์ต
๔. กระดาษกาว

๑๒๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนว่า เคยได้ยินเรื่องเอตส์มาอย่างไรบ้าง เขียนคำตอบขึ้นกระดาน (๕ นาที)
๒. จากนั้น แจกกระดาษเอตส์ให้ทุกคน พร้อมทั้งบอกให้วาดภาพคนที่เรารักมากที่สุดในชีวิต ๑ คน พร้อมระบุในภาพว่าเป็นใครหรือมีความสัมพันธ์กับเราอย่างไร ให้เวลา ๕ นาที
๓. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ ๕ - ๗ คน ให้แลกเปลี่ยนในประเด็นต่อไปนี้ และเขียนคำตอบของกลุ่มลงในกระดาษฟลิปชาร์ท
 - ถ้าพบว่าคนในภาพติดเชื้อเอชไอวี เราจะรู้สึกอย่างไร
 - ความสัมพันธ์ที่มี จะเปลี่ยนไปหรือไม่ อย่างไร
 - เมื่อรู้เรื่องการติดเชื้อของคนนั้นแล้ว เรามีความกังวลใจหรือไม่ เรื่องอะไรบ้าง
๔. ให้เวลากลุ่มย่อย ๑๐ นาที จากนั้น ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมานำเสนอ กลุ่มละไม่เกิน ๓ นาที
๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปคำตอบของทุกกลุ่มเพื่อให้เห็นในประเด็นต่อไปนี้
 - **ความรู้สึกที่เกิดขึ้น และลักษณะความสัมพันธ์หลังจากที่รู้ว่าคนที่เรารักติดเชื้อ** และชวนคุย ดังนี้

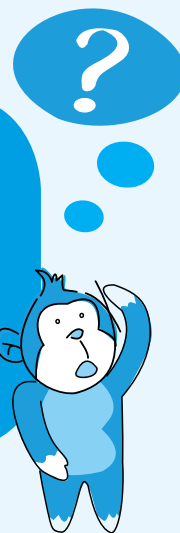
คำถามชวนคิด

- คิดว่าคนๆ นั้นรู้สึกอย่างไร และคิดว่าเขาอยากให้เราปฏิบัติกับเขาอย่างไร
- หากเราปฏิบัติกับคนๆ นั้นไม่เหมือนเดิม คิดว่าเขาจะรู้สึกอย่างไร
- ถ้าเราพบว่าตัวเองมีเชื้อเอชไอวีอยู่ในตัว เราจะรู้สึกอย่างไร และอยากให้คนอื่นปฏิบัติกับเราอย่างไร



๑๒๙

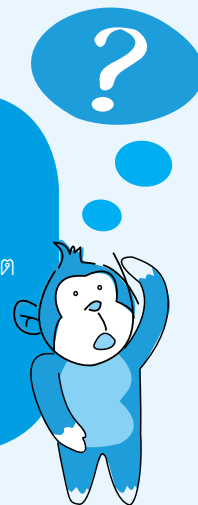
แผนการเรียนบทที่ ๓ มุ่งรู้ทฤษฎีบทที่ ๑๒๙



- ความกังวลใจที่ผู้เรียนมี เกี่ยวกับการที่คนที่รักติดเชื้อเอชไอวี และชวนคุย ดังนี้

คำถามชวนคิด

- คิดว่าคนที่มีเชื้อ จะมีความกังวลในเรื่องอะไรบ้าง
- เมื่อเปรียบเทียบความกังวลของตัวเอง กับของคนที่เรารักแล้ว มีข้อสังเกตอย่างไรบ้าง
- จะมีวิธีการจัดการความกังวลอย่างไรบ้าง



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมควรตอบคำถาม ในกรณีที่มีความกังวลของผู้เรียนในเรื่องการติดต่อ และให้ความมั่นใจว่า ในการใช้ชีวิตประจำวันร่วมกัน ไม่สามารถทำให้เกิดการติดเชื้อเอชไอวีได้
๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญ ดังนี้
 - ผู้ติดเชื้อเอชไอวี ต่างจากผู้ป่วยเอดส์ ผู้ติดเชื้อเป็นผู้ที่มีเชื้อเอชไอวีในร่างกาย ไม่มีอาการแสดง และยังสามารถใช้ชีวิตได้ตามปกติ จึงไม่มีความจำเป็นที่จะต้องปฏิบัติตัวกับผู้ติดเชื้อให้แตกต่างจากคนอื่น
 - ในประเทศไทยคนส่วนใหญ่มากกว่าร้อยละ ๘๐ ติดเชื้อเอชไอวีจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ป้องกัน มีบางส่วนติดจากการใช้เข็มฉีดยาเสพติดร่วมกัน และมีเด็ก ๆ จำนวนหนึ่งที่ติดเชื้อจากแม่ที่มีเชื้อตั้งแต่คลอด นอกจากนี้แล้ว ยังไม่เคยปรากฏว่ามีใครติดเชื้อจากการอยู่บ้านเดียวกัน กินข้าว ดื่มน้ำ พุดคุย หรือใช้ชีวิตประจำวันกับผู้ติดเชื้อเลย
 - สิ่งสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ติดเชื้อมีสุขภาพที่แข็งแรงคือ ความเข้าใจและการเปิดโอกาสให้เขาได้ใช้ชีวิตตามปกติเช่นคนอื่น
 - ปัจจุบัน ยังมีความเข้าใจผิดๆ เกี่ยวกับการติดเชื้อเอชไอวี ทำให้เกิดความคิดรังเกียจผู้ติดเชื้อรวมถึงคนในครอบครัว ดังนั้น การจะเปลี่ยนความเชื่อที่ผิดๆ ได้ เราจำเป็นต้องมีความรู้ ข้อมูลที่ถูกต้อง ชัดเจน ซึ่งเราสามารถหาข้อมูล และขอความรู้ได้จากหน่วยงานที่ทำงานเรื่องเอดส์ หรือหน่วยงานสุขภาพที่อยู่ในชุมชน

๑๓๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- ผู้ดำเนินกิจกรรมควรทบทวนเรื่อง ปัจจัยที่ใช้ในการประเมินความเสี่ยงในการติดเชื้อเอชไอวี หรือที่เรียกโดยย่อว่า QQR โดยพิจารณา ๓ องค์ประกอบ ได้แก่ ที่อยู่ของเชื้อ (Source) ปริมาณและคุณภาพของเชื้อ (Quality and Quantity) และช่องทางการติดต่อ (Route of Transmission) เพื่อเตรียมตัวหากต้องอธิบายเรื่องช่องทางการติดต่อของเชื้อเอชไอวีให้ผู้เรียน เข้าใจ
- ควรเตรียมข้อมูลล่วงหน้าว่ามีหน่วยงานที่ให้คำปรึกษาแก่ผู้ติดเชื้อซึ่งอยู่ในชุมชนของผู้เรียน อะไรบ้าง เพื่อเป็นข้อมูลแก่ผู้เรียนสำหรับการขอคำปรึกษา

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- นักเรียนจะปฏิบัติตัวต่อผู้ติดเชื้ออย่างไร
- นักเรียนมีโอกาสติดเชื้อเอชไอวีจากพฤติกรรมเหล่านี้หรือไม่
 - ก. เล่นกีฬากับเพื่อนที่ติดเชื้อ มีโอกาส ไม่มีโอกาส
 - ข. ดื่มน้ำแก้วเดียวกันกับเพื่อนที่ติดเชื้อ มีโอกาส ไม่มีโอกาส
 - ค. นั่งติดกันกับเพื่อนที่ติดเชื้อ มีโอกาส ไม่มีโอกาส
 - ง. จับมือเพื่อนที่ติดเชื้อ มีโอกาส ไม่มีโอกาส



ข้อมูลเพิ่มเติม สำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

การที่คนจะรับเชื้อเอชไอวีเข้าสู่ร่างกายได้ ต้องประกอบด้วย ๓ ปัจจัย ดังนี้

๑. **แหล่งที่อยู่ของเชื้อ (Source)** เชื้อเอชไอวีจะอยู่ในคนเท่านั้น โดยจะเกาะอยู่กับเม็ดเลือดขาว ซึ่งอยู่ในสารคัดหลั่งบางอย่าง เช่น เลือด น้ำอสุจิ น้ำในช่องคลอด น้ำนมแม่
๒. **ปริมาณและคุณภาพของเชื้อ (Quality and Quantity)** ต้องมีจำนวนเชื้อเอชไอวีในปริมาณที่มากพอ เชื้อต้องมีคุณภาพพอ กล่าวคือ เชื้อเอชไอวีไม่สามารถมีชีวิตอยู่นอกร่างกายคนได้ สภาพในร่างกายและสภาพแวดล้อมบางอย่างมีผลทำให้เชื้อไม่สามารถอยู่ได้ เช่น กรดในน้ำลาย ภาวะอาหาร สภาพอากาศร้อน ความแห้ง น้ำยาต่างๆ
๓. **ช่องทางการติดต่อ (Route of transmission)** เชื้อเอชไอวีจะต้องถูกส่งผ่านจากคนที่ติดเชื้อไปยังอีกคนหนึ่ง เชื้อจะต้องตรงเข้าสู่กระแสเลือดของผู้ที่รับเชื้อ โดยผ่านการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ป้องกัน การใช้เข็มฉีดยาเสพติดร่วมกัน และจากแม่สู่ลูก



เอกสารอ้างอิง

สมวงศ์ อุไรวัฒนา, “เอดส์ เข้าใจได้ไม่ยาก,” ๒๐ ปีที่รู้จักกัน: เรื่องเล่าและบทเรียนการทำงานเอดส์, กรุงเทพฯ: ดอกเบญจ, ๒๕๔๘, หน้า ๑๐-๒๑.

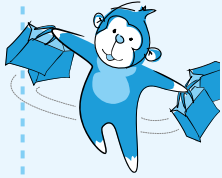
๑๓๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



แผนการเรียนรู้ที่ ๘

**ไม่มี
ไม้เท้า**



แผนการเรียนรู้ที่ ๘

ไม่มี ไม่เท่

สาระสำคัญ

ความต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ด้วยการทำอะไรที่เหมือนๆ กัน รวมทั้งความรู้สึกต้องการตามแฟชั่น เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้ในช่วงวัยรุ่น แต่ขณะเดียวกันวัยรุ่นก็ควรเรียนรู้ที่จะเป็นตัวของตัวเอง และสร้างการยอมรับจากเพื่อน โดยไม่ใช่เพียงวัตถุเป็นตัวแทนการเป็นพวกเดียวกันเท่านั้น นอกจากนี้ วัยรุ่นยังควรเท่าทันเรื่องแฟชั่นว่าเป็นกระแสนิยม ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การพยายามตามกระแส โดยไม่คำนึงถึงความเหมาะสม อาจส่งผลกระทบต่อตนเองและคนรอบข้าง

จุดประสงค์

๑. บอกความหมายของ “แฟชั่น” และ “กระแสนิยม” และผลกระทบที่มีต่อวัยรุ่นได้
๒. ระบุวิธีการสร้างการยอมรับจากเพื่อน โดยไม่จำเป็นต้องปฏิบัติตัวเหมือนกัน
๓. ยกตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบ “การเท่าทัน” กระแสแฟชั่น และ “การทำตามกระแส”

๑๓๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. “ของฮิต” ในอดีตของแต่ละคน
๒. แผ่นกิจกรรม “ความในใจของแม่”

การเตรียมการ

- ผู้ดำเนินกิจกรรมแจ้งล่วงหน้าเพื่อให้ผู้เรียนเตรียมนำ “ของฮิต” มาในวันที่เรียนกิจกรรมนี้ โดยย้ำให้เลือกของที่เคยชอบในอดีต แต่ปัจจุบันไม่ชอบหรือไม่ใช้แล้ว
- เตรียมแผ่นกิจกรรมเท่าจำนวนผู้เรียน หรือหากไม่ถ่ายเอกสาร ให้เขียน “ความในใจของแม่” พร้อมคำถาม ลงบนกระดาษฟลิปชาร์ทขนาดใหญ่ เพื่อติดไว้หน้าห้อง

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ก. กิจกรรม “ของฮิตในอดีต”

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมขอให้แต่ละคนนำ “ของฮิตในอดีต” มาจัดแสดงรวมกันไว้ที่หน้าห้อง
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมสุ่มหยิบของขึ้นมา ๑ - ๒ ชิ้น โดยอาจเลือกชิ้นที่ซ้ำกันมากที่สุด ชิ้นที่แตกต่างจากชิ้นอื่นๆ ขึ้นมา และถามเจ้าของว่า
 - ได้ของชิ้นนั้นมาได้อย่างไร
 - รู้สึกอย่างไรที่ตัวเรามีของชิ้นนั้น ในช่วงที่ของดังกล่าวเป็นที่นิยมในช่วงเวลานั้น
 - มีเหตุการณ์ประทับใจอะไรเกี่ยวกับของชิ้นนี้บ้าง
๓. ถามผู้เรียนว่าสนใจหรืออยากรู้ความเป็นมาของของชิ้นใดอีกบ้าง (ให้เวลาคุยอีกประมาณ ๒ - ๓ ชิ้น) ผู้ดำเนินกิจกรรมถามตามคำถามในข้อ ๒
๔. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนกลุ่มใหญ่คุย ดังนี้



๑๓๕

คำถามชวนคิด

- ในช่วงนั้น กลุ่มเพื่อนของเรา ทุกคนมีของฮิตนั้นหรือไม่
- ของฮิตนั้นเป็นของแบบเดียวกันทั้งกลุ่มหรือไม่
- รู้สึกอย่างไรกับเพื่อนที่ไม่มีของดังกล่าวในช่วงนั้น
- ถ้าเราเป็นฝ่ายไม่มีของฮิต ในขณะที่เพื่อนๆ มี เราจะรู้สึกอย่างไร
- ของฮิตเหล่านั้นยังคงเป็นของฮิตในตอนนี้อะไรสำหรับเราหรือไม่ เพราะอะไร
- มีความจำเป็นมากน้อยเพียงใดกับการที่เราต้องมีของฮิตตามยุคสมัย เหมือนเพื่อนในกลุ่ม



๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปถึงความรู้สึกอยากมี อยากได้ และพยายามจะมีของที่เป็นที่นิยมในช่วงหนึ่งๆ นั้น เป็นเรื่องของ “กระแสนิยม” เนื่องจากเป็นความนิยมตามกระแส เมื่อเวลาผ่านไป ความนิยมก็จะเปลี่ยนไปด้วย ดังตัวอย่างของผู้เรียนนำมาพูดคุยในวันนี้ กระแสนิยมอาจมีอิทธิพลต่อเราได้ไม่น้อย โดยเปรียบเทียบจากการสะท้อนความรู้สึกของผู้ที่มีของฮิต กับผู้ที่ไม่มีของฮิต ว่ารู้สึกแตกต่างกันอย่างไร
๖. ถามผู้เรียนว่า
 - เป็นไปได้หรือไม่ที่เราจะเกิดความรู้สึกภูมิใจ ดีใจกับสิ่งอื่นๆ ที่ไม่ใช่ “ของฮิตตามยุคสมัย” ถ้าเกิดได้ ขอให้ยกตัวอย่าง ว่าเป็นเรื่องอะไรบ้าง
 - ความรู้สึกต่อเรื่องนั้นๆ จะเปลี่ยนไปหรือหมดไปได้หรือไม่ และเปลี่ยนแปลงได้ช้าหรือเร็วกว่าเมื่อเทียบกับความภูมิใจที่ได้มีของฮิตแบบที่เพื่อนมี

๑๓๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ข. กิจกรรม “ความในใจของแม่”

๗. แจกแผ่นกิจกรรม “ความในใจของแม่” ให้ผู้เรียนทุกคน บอกให้ทุกคนอ่านเรื่อง และตอบคำถามในแผ่นกิจกรรมโดยไม่ต้องลงชื่อ แต่ให้ระบุเพศ ให้เวลา ๕ นาที
๘. เมื่อหมดเวลา ผู้ดำเนินกิจกรรมเก็บแผ่นกิจกรรมคืนจากผู้เรียนทุกคน และขออาสาสมัคร ๓ คนช่วยกันนับคำตอบ โดยแยกตามเพศ และความคิดเห็น และเขียนคะแนนขึ้นกระดาน ดังตัวอย่าง

ผู้ตอบ	เห็นด้วยกับ		
	แม่	น้อง	รวม
ผู้หญิง			
ผู้ชาย			
รวม			

๙. ขอฟังเหตุผลจากทั้งกลุ่มที่เห็นด้วยกับแม่ และกลุ่มที่เห็นด้วยกับน้อง
๑๐. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนแลกเปลี่ยนตามประเด็นดังนี้

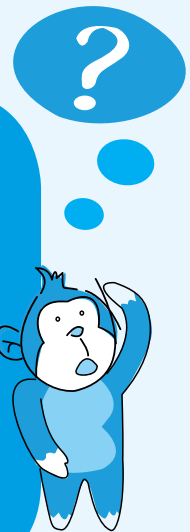
คำถามชวนคิด

- มีความรู้สึกอย่างไร ต่อความในใจของแม่
- ใครคิดว่า พ่อหรือแม่ของตัวเอง อาจเคยมีความรู้สึกอย่างนี้เหมือนกัน ขออาสาสมัครเล่าประสบการณ์
- ในกรณีที่คนอยากได้ของเป็นเรา และได้รู้ความรู้สึกของแม่ เราจะทำอย่างไร
- นักเรียนได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และจะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ในวันนี้ไปใช้อย่างไรบ้าง



๑๓๗

แผนการเรียนรู้ที่ ๘ วิชา ป.๒



๑๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญ

- “แพชชั่น” กับ “วัยรุ่น” เป็นคำที่คู่กันมาทุกยุคทุกสมัย และนั่นคือเหตุผลที่ทำให้เจ้าของสินค้าต่างๆ ต่างสนใจผลิตสินค้าออกมาหลากหลายเพื่อทำให้วัยรุ่นรู้สึกว่า “นี่คือแพชชั่น”
- วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับจากเพื่อนในกลุ่ม ขณะเดียวกัน ก็ต้องการมีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง วัยรุ่นจึงมักรวมกลุ่มเพื่อสร้างเอกลักษณ์ของกลุ่ม และเป็นช่วงวัยที่มักเป็นไปตามกระแสนิยม และเพื่อไม่ให้เกิดความรู้สึกน้อยหน้าหรือแตกต่างจากเพื่อนในกลุ่ม วัยรุ่นส่วนใหญ่จึงต้องพยายามหาสิ่งของต่างๆ ให้เหมือนเพื่อนในกลุ่ม ซึ่งมักจะมีการเปลี่ยนไปเรื่อยๆ และเปลี่ยนอย่างรวดเร็วตามแพชชั่น
- การต้องมี “ของใหม่” เสมอ หมายถึงการเพิ่มรายจ่ายของตนเองและครอบครัว ในขณะที่เรายังหารายได้เองไม่ได้ ซึ่งย่อมส่งผลกระทบต่อผู้เป็นพ่อแม่หรือผู้ปกครองซึ่งเป็นคนดูแลเรา
- เมื่อเปรียบเทียบปัจจัยสำคัญที่ทำให้มีมิตรภาพในกลุ่มยั่งยืนระหว่างการเคี้ยวอาหารซึ่งกันและกันในกลุ่ม กับการมีข้าวของเครื่องใช้ที่เหมือนกัน ประการแรกย่อมมีความสำคัญว่า
- แม้สื่อจะมีอิทธิพลสร้างค่านิยมในเรื่องแพชชั่น และ “ของฮิต” ได้ แต่หากเรารู้เท่าทัน เราก็สามารถเป็นตัวของเราเองโดยไม่ต้องตามแพชชั่น หรือต้องเหมือนเพื่อนในกลุ่ม และเลือกสร้างความสุข และคุณค่าของมิตรภาพให้เกิดขึ้นได้โดยไม่ต้องพึ่งวัตถุ

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

หากมีผู้เรียนบางคนที่ไม่มี “ของฮิต” ที่สามารถนำมาได้ ผู้ดำเนินกิจกรรมอาจเปลี่ยนเป็นการให้เล่าถึงของชิ้นนั้น หรือของในบ้านมาบอกเล่าแทนได้

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

๑๓๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

คำถามท้ายบท

- เห็นด้วยหรือไม่กับประโยคที่ว่า “การเป็นเพื่อนกลุ่มเดียวกันต้องทำตามกัน และไม่ควรรยอมรับผู้ที่ไม่ยอมทำตามมติของกลุ่ม” เพราะอะไร



๑๓๙

แผนการเรียนรู้ที่ ๘ ไปได้ไปทำ

ความใฝ่ใจของ “แม่”

ลูกสาวคนกลางชอบรบเร้าอยากมีโน้มน้อมแบบเพื่อนบ้านหรือตามอย่างที่เพื่อนเขามี ตอนนี้ทำท่าอยากได้โทรศัพท์มือถือที่ถ่ายรูปได้อีกแล้ว ทำยังไงหนอลูกถึงจะลด “ความอยากได้” ลงบ้าง จะพูดยังไงให้เขาเข้าใจว่าพ่อแม่ไม่ได้มีสตางค์มาก และการอยากโน้มน้อมนั้นไม่จบสิ้น มันน่ารำคาญสำหรับคนที่ได้ยิน และน่าเหนื่อยใจสำหรับคนที่หาเงิน

คุณแม่ลูกสาม

คำถาม

๑. หากเราเป็นพี่ของน้องสาวคนนี้ เราจะเลือกอยู่ข้างน้องสาว หรืออยู่ข้างแม่ เพราะเหตุใด
๒. เราจะมีวิธีพูดอย่างไร เพื่อให้อีกฝ่ายที่เราไม่ได้เข้าข้าง เข้าใจและยอมรับความคิดเห็น และการตัดสินใจของเรา

การจะสอนเรื่องเพศศึกษาให้สนุก
และบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้
ครูต้องมีการเตรียมตัวพอสมควร
ทั้งอุปกรณ์และเนื้อหาที่จะพูดคุย
ถ้าเปิดหนังสืออ่านระหว่างสอน
ก็จะทำให้เด็กขาดความเชื่อถือ
ขณะเดียวกัน ครูก็ต้องใจกว้างเข้าใจเด็ก
หากเด็กตอบไม่ตรงประเด็น
หรือถามไม่ตรงตามที่ครูเตรียมไว้

อ.ระเบียบ ปฏิกัศน์
โรงเรียนวัดพังตรุ จ.กาญจนบุรี
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาคั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๕๗)





แผนการเรียนรู้ที่ ๙

**ฉันเป็น
ฉันเอง**



แผนการเรียนรู้ที่ ๙

ฉันเป็นฉันเอง

สาระสำคัญ

บุคคลแต่ละคนมีลักษณะเฉพาะตน และมีความแตกต่างกันไปทั้งเรื่องขนาด รูปร่าง สีผิว ในขณะที่แต่ละสังคมก็มีการนิยามต่อ “ความงาม” แตกต่างกันไป อีกทั้งค่านิยมในเรื่องความสวยงามยังแปรเปลี่ยนไปตามยุคสมัย การเรียนรู้ในเรื่องนี้จะช่วยให้วัยรุ่นเข้าใจว่าแต่ละคนล้วนมีเอกลักษณ์เฉพาะตน เพื่อนำไปสู่การยอมรับและพึงพอใจในรูปลักษณ์ตนเอง

จุดประสงค์

๑. เข้าใจว่าภาพลักษณ์ที่เป็นกระแสนิยมในสังคม ถูกสร้างขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้ตามยุคสมัย
๒. บอกถึงผลกระทบจากการดัดแปลง เสริมแต่งอวัยวะร่างกาย

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ภาพหญิง ชาย ที่เป็นที่ยื่นชอบในแต่ละยุคสมัย เช่น ภาพหญิงอ้วนยุคกรีก กะเหรี่ยงคอยาว ผู้หญิงผิวดำ นักกล้าม ดารา - นักร้องสมัยก่อน ดารา - นักร้องปัจจุบัน ฯลฯ

๑๔๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

หมายเหตุ ภาพที่จัดไว้ให้เป็นเพียงตัวอย่าง ผู้ดำเนินกิจกรรมสามารถค้นหาภาพจากสื่อต่างๆ เพิ่มเติม โดยเลือกภาพที่สะท้อนค่านิยมต่อภาพลักษณ์บุคคลในสังคม/ชุมชนที่อยู่แต่ละยุคสมัย

๒. กระดาษเอสี่ จำนวนเท่าผู้เรียน
๓. ปากกาเคมี



๑๔๓

แผนการเรียนรู้ ๑๕ ฉบับต้นฉบับ

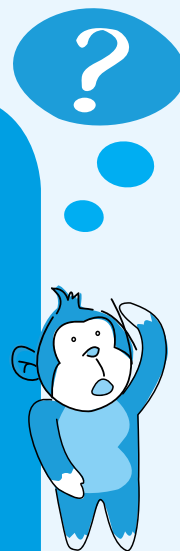
ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์กิจกรรมว่า ต้องการให้ผู้เรียนสำรวจสิ่งที่มีอิทธิพลต่อภาพลักษณ์ของเราแต่ละคน และเราจะทำอย่างไรที่จะพอใจและมั่นใจกับสิ่งที่เราเป็น
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมแจกกระดาษให้ผู้เรียนทุกคน เพื่อให้วาดภาพอวัยวะในร่างกายส่วนที่ชอบมากที่สุดของตัวเอง พร้อมให้เหตุผลว่า ชอบเพราะอะไร (๕ นาที)
๓. ขออาสาสมัคร ๕ คน ออกมาเล่าภาพที่ตนวาดให้กลุ่มใหญ่ฟัง (คนละ ๒ นาที)
๔. หลังจากอาสาสมัครเล่าครบทั้ง ๕ คน ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ทุกคนนึกในใจว่า มีอวัยวะส่วนใดในร่างกายบ้างที่เราไม่ชอบหรือไม่พอใจมากที่สุด ให้นึกไว้คนละ ๑ อย่าง
๕. ขออาสาสมัครใหม่ ๕ คนเพื่อเป็นหุ่น และแบ่งผู้เรียนออกเป็น ๕ กลุ่ม จับคู่แต่ละกลุ่มกับหุ่น ๑ ตัว
๖. ให้แต่ละกลุ่มสำรวจดูหุ่นของตัวเอง และให้ช่วยกันบอกส่วนที่ตนเองชื่นชอบมากที่สุด ๑ อย่างในหุ่นแต่ละตัว (ให้เวลา ๑๐ นาที)
๗. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมถามหุ่นแต่ละตัวว่า อวัยวะส่วนที่ตนเองคิดไว้ในใจว่าไม่ชอบคืออะไร และรู้สึกอย่างไรหากเป็นส่วนเดียวกับที่เพื่อนๆ บอกว่าชอบ
๘. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนกลุ่มคุย (๑๐ นาที)
 - รู้สึกอย่างไร เมื่อส่วนที่เราไม่ชอบในตัวเอง แต่คนรอบข้างกลับบอกว่าสวย หรือเป็นปกติสำหรับเขา
 - เมื่อได้ฟังว่าอวัยวะส่วนที่หุ่นไม่ชอบแต่กลับเป็นส่วนที่เพื่อนๆ ชอบ เราคิดอย่างไร

- ทุกคนมีความรู้สึกที่ไม่ชอบอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งในร่างกายของตัวเอง คิดว่าเป็นเพราะเหตุใด
 - จะทำอย่างไรกับอวัยวะส่วนที่ตนเองรู้สึกไม่ชอบ
๙. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้ให้เห็นว่า “ความงาม” เป็นเรื่องรสนิยมส่วนตัว ต่างคน ต่างมุมมอง และนำเสนอภาพที่เตรียมไว้ให้ทุกคนดู โดยชี้ให้เห็นประเด็นความงาม และความนิยมที่มีต่อหญิงชายในแต่ละยุคสมัย แต่ละชนชาติที่มีความเป็นอยู่หรือวัฒนธรรมแตกต่างกัน และชวนผู้เรียนแลกเปลี่ยน โดยใช้คำถามดังนี้ (๑๕ นาที)

คำถามชวนคิด

- สังเกตเห็นความแตกต่างและความเหมือนของรูปร่าง หญิง ในยุคต่างๆ ที่นำมาให้ดูอย่างไรบ้าง
- สิ่งที่ทำให้นิยามของความหล่อ ความสวยในแต่ละยุคสมัย หรือแต่ละชนชาติต่างกันนั้น คืออะไร
- สิ่งที่ถูกกำหนดว่าเป็นความงาม หรือความนิยมในแต่ละยุคสมัย ส่งผลอย่างไรกับคนในสังคมนั้นๆ บ้าง
- คิดว่า มีคนที่สามารถเป็นเหมือนภาพลักษณ์ “ความสวย” “ความหล่อ” ที่สังคมกำหนด มากน้อยอย่างไร
- การพยายามปรับเปลี่ยนตัวเองให้เป็นไปตามภาพลักษณ์ที่สมัยนิยม (หรือสังคม) กำหนด อาจส่งผลกับเราอย่างไรบ้าง



๑๐. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุป โดยถามผู้เรียนว่า ได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมวันนี้บ้าง และสรุปประเด็นสำคัญ ดังนี้ (๕ นาที)

- วัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในร่างกายอย่างมากและรวดเร็ว และสนใจกับความสวย ความงาม และต้องการเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น ส่งผลให้วัยรุ่นหลายคนกังวลใจ หรือสงสัยกับรูปร่างลักษณะของตนเอง อาจรู้สึกไม่พอใจกับภาพลักษณ์ของตนเอง โดยเปรียบเทียบกับผู้อื่น

๑๔๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



- วัยรุ่นควรตระหนักว่า ความพึงพอใจหรือไม่พอใจรูปลักษณ์ของตนเอง มีอิทธิพลจากค่านิยมของสังคมว่ายุคนี้กำลังนิยมความสวยว่าเป็นอย่างไร ทำให้หลายคนที่มีรูปร่างไม่สอดคล้องตามสมัยนิยมกังวลใจ และหาทางแก้ไขโดยใช้วิธีผิดๆ เช่น การลดน้ำหนักด้วยการกินยา อดอาหาร หรือการผ่าตัด ดัดแปลงอวัยวะบางส่วน ฯลฯ เพื่อให้ตนเองรู้สึกพึงพอใจที่ได้ปรับภาพลักษณ์ตามสมัยนิยม ทั้งที่ในความเป็นจริง ขนาด และรูปร่างมีความสัมพันธ์กับน้ำหนักและความสูงของแต่ละคน
- การเปลี่ยนแปลงรูปลักษณ์ภายนอกซึ่งเป็นสิ่งที่ติดตัวเรามาแต่กำเนิดทำได้ยาก และต้องลงทุนเสียค่าใช้จ่ายมาก ทั้งยังส่งผลกระทบต่อสุขภาพได้ และไม่ได้เป็นหลักรับประกันอย่างมั่นคงว่ารูปร่างหน้าตาที่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคมจะทำให้เราเป็นที่รัก ชื่นชอบของทุกคน เพราะองค์ประกอบสำคัญของการมีสัมพันธภาพที่ดีอยู่ที่จิตใจ

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

แม้จะมีเสียงหัวเราะ หรือเห็นเป็นเรื่องตลก เมื่อได้ดูภาพ “ความงาม” ของคนในยุคต่างๆ แต่ผู้ดำเนินกิจกรรมควรชี้ให้ผู้เรียนเห็นว่า ภาพที่เราดูตลกนี้ ถือเป็นความงาม เป็นขวัญใจคนในยุคนั้น หรือในสังคม/ชุมชนนั้น เพื่อให้ผู้เรียนตระหนักถึงความแตกต่างทางเชื้อชาติ สีผิว ว่าเป็นเรื่องปกติ

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- เห็นด้วยหรือไม่กับประโยคที่ว่า “เพื่อนเป็นกระจกเงาที่สะท้อนความเป็นตัวเราได้อย่างดี” เพราะอะไร

ตัวแทนความงามแต่ละยุคสมัย แต่ละชนชาติ



สาวยุคกรีก



สาวยุควิกตอเรียน



พระเอกยอดนิยมในปี พ.ศ. ๒๕๑๘

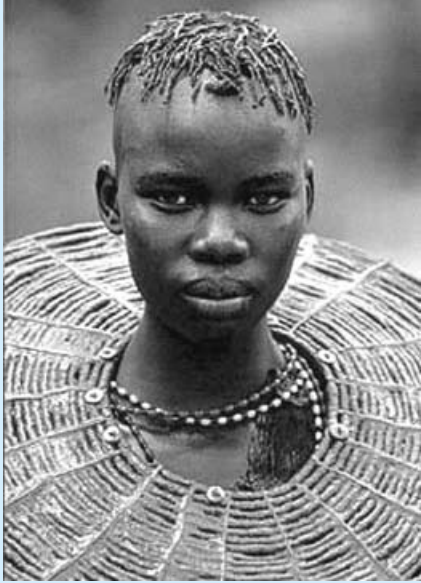


นักร้องยอดนิยมในปัจจุบัน

๑๘๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ตัวแทนความงามแต่ละยุคสมัย แต่ละชนชาติ



สาวชาวแอฟริกา



สาวชาวกะเหรี่ยง



สาวตัวแทนตะวันตก



ตัวอย่างวัยรุ่นหญิงในปัจจุบัน



วัยรุ่นไทย



วัยรุ่นญี่ปุ่น



วัยรุ่นฝรั่ง

๑๔๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

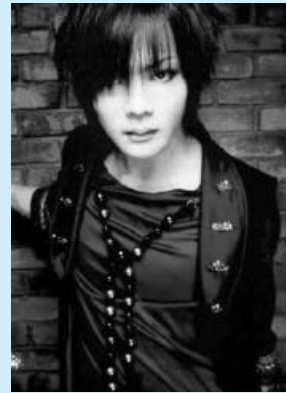
ตัวอย่างวัยรุ่นชายในปัจจุบัน



วัยรุ่นไทย



วัยรุ่นฝรั่ง

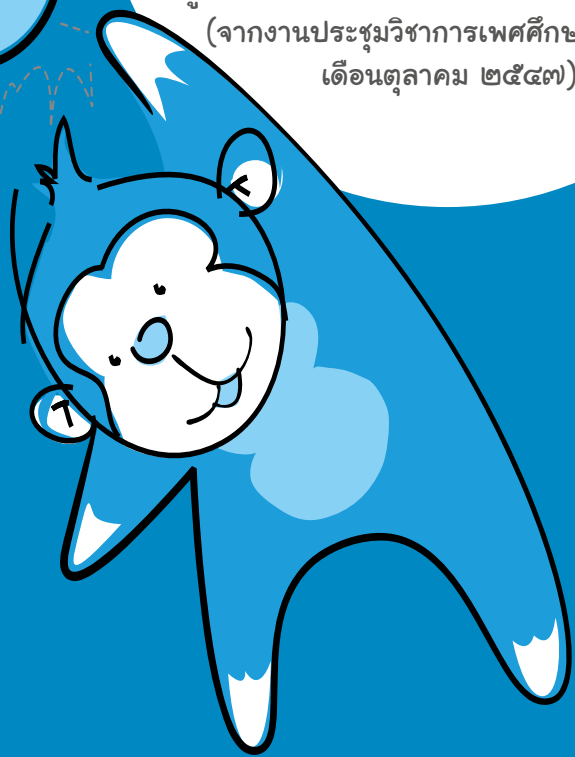


วัยรุ่นญี่ปุ่น



๑๔๙

แผนการเตรียมรู้ที่ ๑ ฉบับปีฉบับเอง



วิชาเพศศึกษา
เป็นทักษะชีวิตของผู้เรียน
ไม่ควรทำในสถานศึกษาอย่างเดียว
จุดเริ่มต้นจึงน่าจะอยู่ที่ผู้ปกครอง
ไม่ใช่ครูคนเดียวที่ทำให้เกิดการเรียนรู้
ทุกหน่วยงานต้องทำงานร่วมกัน

อ.ก่องศักดิ์ ศรีน้อย
ผู้อำนวยการโรงเรียนสงขลาวิทยาคม จ.สงขลา
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๕๗)



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐

**ทำ
ตามสั่ง**



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐

ทำตามสั่ง

สาระสำคัญ

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลควรอยู่บนพื้นฐานของการเคารพ ให้เกียรติซึ่งกันและกัน รวมทั้งคำนึงถึงความรู้สึกของแต่ละฝ่าย โดยไม่ใช้อำนาจบีบบังคับ และเอาเปรียบกันละกัน

จุดประสงค์

๑. ระบุลักษณะของรูปแบบความสัมพันธ์ที่ไม่เท่าเทียมกัน
๒. บอกวิธีการปฏิบัติต่อผู้อื่นที่แสดงถึงการเคารพซึ่งกันและกัน

อุปกรณ์ และสื่อ

ไม่มี

๑๕๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้ดำเนินกิจกรรมถามความเห็นจากผู้เรียนถึงความแตกต่างระหว่าง “คน” กับ “(สิ่ง)ของ” ว่ามีอะไรบ้าง ระดมคำตอบขึ้นบนกระดาน และจากนั้นสรุปให้ผู้เรียนเห็นถึงความแตกต่างที่ชัดเจนคือเรื่องของอารมณ์ ความรู้สึก ความนึกคิด (๒ นาที)
๒. จากนั้น ให้ผู้เรียนจับคู่กัน และตกลงกันว่าใครจะเป็นหมายเลข ๑ ใครจะเป็นหมายเลข ๒ โดยหมายเลข ๑ จะเป็น “คน” ส่วนหมายเลข ๒ เป็น “ของ”
๓. อธิบายกติกาว่า ให้ “คน” ออกคำสั่งบอกให้ “ของ” ทำท่าทางหรือทำกิจกรรมอะไรก็ได้ที่อยู่ในห้อง โดย “ของ” ไม่มีสิทธิปฏิเสธ (๕ นาที)
๔. เมื่อหมดเวลา ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียน ดังนี้
 - รู้สึกอย่างไรกับกิจกรรมนี้
 - ถามฝ่ายที่เป็น “ของ” ว่าได้รับการปฏิบัติจาก “คน” อย่างไรบ้าง และ “ของ” รู้สึกอย่างไรเพราะอะไร
 - ถามฝ่ายที่เป็น “คน” ว่าตอนที่ออกคำสั่งให้ “ของ” ทำตาม “คน” รู้สึกอย่างไร เพราะอะไร
 - หากมีโอกาสสลับบทบาท ฝ่ายที่เคยเป็น “ของ” จะสั่งให้ฝ่ายที่เคยเป็น “คน” ทำอะไรบ้างเพราะอะไร
๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนวิเคราะห์เปรียบเทียบกิจกรรม “ทำตามสั่ง” กับการปฏิบัติต่อบุคคลที่เรามีความสัมพันธ์ด้วย โดยใช้แนวคำถามดังนี้

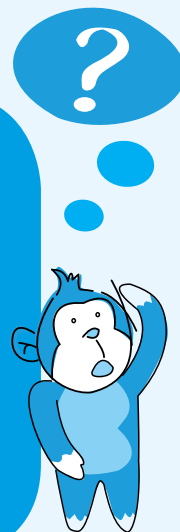
คำถามชวนคิด

- ในชีวิตประจำวัน เราเห็นการปฏิบัติที่คล้ายกับคำสั่งที่ “คน” ให้ “ของ” ทำตาม ในรูปแบบใดบ้างหรือไม่ อย่างไร (ให้ยกตัวอย่างรูปธรรมที่ชัดเจนว่าเห็น “ใคร” ทำอะไรกับใคร)
- ตัวเราเองเคย “สั่ง” หรือเคย “ถูกสั่ง” ให้ทำอะไรคล้ายกับที่เล่นในกิจกรรมนี้บ้างหรือไม่ อย่างไร
- เมื่อเรา “ถูกสั่ง” รู้สึกอย่างไร เพราะอะไร
- ในความสัมพันธ์ที่มีต่อกัน คนเราควรปฏิบัติต่อกัน และสื่อสารกันอย่างไร



๑๕๓

แผนการเรียนรู้ ๑๑ ภาคส่วน



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญ ดังนี้

- การเรียนรู้เรื่อง “การเอาใจเขามาใส่ใจเรา” จะช่วยในการสร้างสัมพันธภาพที่พึงปรารถนาสำหรับทุกฝ่าย
- สัมพันธภาพที่มีฝ่ายหนึ่งเอาเปรียบ ใช้อำนาจหรือไม่สนใจความรู้สึกของอีกฝ่าย ย่อมทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ เพราะเกิดจากความจำยอมของฝ่ายหนึ่ง หากความไม่พึงพอใจถูกสั่งสมมากขึ้น ก็อาจกลายเป็นความรุนแรงได้
- วัฒนธรรมบางอย่างมีอิทธิพลต่อรูปแบบความสัมพันธ์ และอาจทำให้เข้าใจว่าการสื่อสารทางเดียวนั้นเป็นเรื่องขอขมขม เป็นอุปสรรคต่อการสื่อสารโดยเฉพาะการรับฟังความคิดเห็นหรือความรู้สึกของอีกฝ่าย เช่น เด็กต้องเชื่อฟังผู้ใหญ่ ผู้น้อยต้องเคารพผู้อาวุโส ผู้ชายเป็นฝ่ายนำและผู้หญิงต้องเป็นฝ่ายตาม เป็นต้น

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ระหว่างที่ผู้เรียนทำกิจกรรม ผู้ดำเนินกิจกรรมควรสังเกตว่าหากมีการออกคำสั่งให้ทำในสิ่งที่ไม่สุภาพหรืออาจเป็นอันตราย ก็ควรตักเตือน และนำมาชวนคุยในการสรุปประเด็นด้วย

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

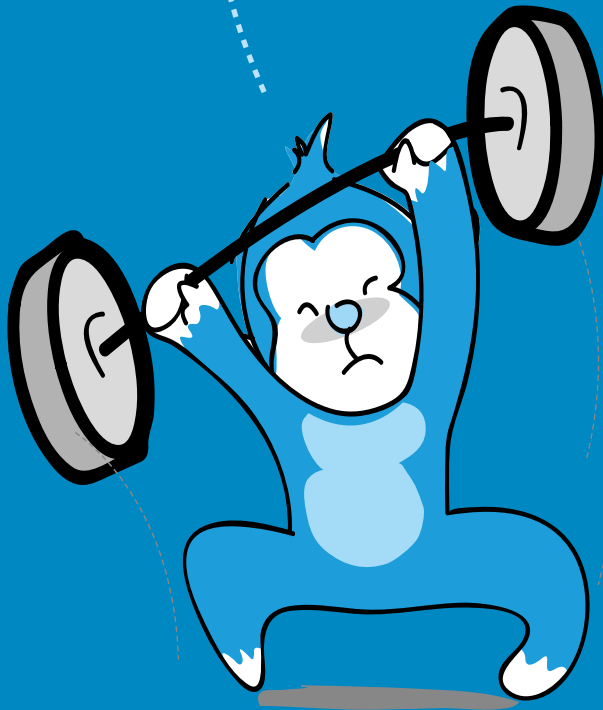
- ถ้านักเรียนไม่เห็นด้วยกับการกระทำหรือความเห็นของกลุ่มหรือผู้นำกลุ่ม นักเรียนจะทำอย่างไร

๑๕๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑

เบื้อ คนแซว





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑

เบื่อกันแล้ว

สาระสำคัญ

การสื่อสารช่วยให้เกิดการเรียนรู้ ความคิด ความรู้สึก ที่มีต่อกันในการพัฒนาสัมพันธภาพ ในขณะเดียวกัน บางครั้ง การสื่อสารอาจนำไปสู่การเข้าใจผิด หรือทำร้ายความรู้สึกของอีกฝ่ายได้ แม้จะไม่ตั้งใจ แต่การแสดงความรักผิดชอบเมื่อพบว่าสิ่งที่ตนพูดหรือทำ เป็นการทำร้ายอีกฝ่ายหนึ่ง จะช่วยให้ความสัมพันธ์ดำเนินต่อไปได้

จุดประสงค์

๑. ยกตัวอย่างคำพูด กิริยา หรือพฤติกรรมที่แสดงว่า เป็นการทำร้ายความรู้สึกผู้อื่น
๒. ระบุวิธีแสดงความรับผิดชอบ เมื่อทำร้ายความรู้สึกผู้อื่นด้วยคำพูด

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษเอสี่ จำนวนเท่าผู้เรียน
๒. เตรียมคิดข้อสัต์ว์ประหลาดสำหรับกิจกรรมวาดภาพไว้ ๒ - ๓ ข้อ เช่น หนูหน้าย่น มดเอ็กซ์ ภูตทราาย เป็นต้น

๑๕๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

๓. กระดาษฟลิปชาร์ต
๔. กระดาษกาว ปากกาเคมี



๑๕๗

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑
ก่อนจะ

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมแจกกระดาษเอสี่ให้ทุกคน และให้เลือกวาดภาพ “สัตว์ประหลาด” จากชื่อที่ได้เตรียมไว้ (เช่น หนูหน้าย่น มดเอ็กซ์ ภูตทราย) คนละ ๑ ภาพ โดยไม่ต้องบอกว่าตนเองเลือกวาดภาพอะไร
๒. ให้ความวาด ๒ นาที หลังจากหมดเวลา ให้ผู้ดำเนินกิจกรรมสุ่มเลือกภาพจากผู้เรียนบางคนมาแสดงตัวอย่าง และถามว่า
 - คิดว่าภาพที่นำมาแสดงนี้ คือสัตว์ประหลาดอะไร
 - ภาพที่แสดงนี้ เหมือนหรือต่างจากภาพสัตว์ประหลาดประเภทเดียวกันของคนอื่นๆ อย่างไรบ้าง
 - เพราะเหตุใด ผู้ที่วาดภาพจากชื่อเดียวกันจึงวาดออกมาแตกต่างกัน
๓. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้ให้เห็นว่า สิ่งที่ควรคำนึงถึงในการสื่อสารคือ แต่ละคนอาจตีความสิ่งที่สื่อไปได้แตกต่างกัน ตามประสบการณ์เดิมที่มี หรือตามความคิดของตัวเอง ดังนั้น คำพูดบางคำที่ไม่มีความหมายในแง่ลบต่อผู้พูด แต่อาจสร้างความรู้สึกทางลบต่อผู้ฟังก็เป็นได้
๔. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน ให้ช่วยกันระดมว่า ที่ผ่านมามีใครเคยถูกล้อเลียนเรื่องอะไรบ้างที่เราไม่ชอบ และเหตุผลที่ไม่ชอบคืออะไร (๑๐ นาที)
๕. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอกลุ่มละไม่เกิน ๒ นาที
๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยจากเนื้อหาที่แต่ละกลุ่มนำเสนอว่ามีเรื่องอะไรบ้างที่ไม่ชอบ และตั้งคำถามชวนคิดเพื่อเปิดประเด็นในการคุยกลุ่มใหญ่

คำถามชวนคิด

- คิดว่าผู้ที่ล้อเลียนคนอื่น ต้องการอะไร และได้อะไรบ้างจากการล้อเลียน
- เราจะรู้ได้อย่างไรว่าคำพูด หรือการกระทำของเราที่ล้อเลียนคนอื่น ส่งผลกระทบต่อความรู้สึกของผู้ที่ถูกล้อ
- หากเราพบว่าการล้อเลียนของเรา ทำให้เพื่อนรู้สึกเสียใจ เราจะทำอย่างไร
- หากเราพบเพื่อนของเราล้อเลียนคนอื่น เราจะทำอย่างไร
- ในการใช้ชีวิตประจำวัน พวกเรามีข้อเสนอต่อวิธีปฏิบัติตัวต่อคนรอบข้างอย่างไรบ้างเพื่อให้เกิดความสัมพันธ์และความเข้าใจที่ดีต่อกัน



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญดังนี้

- การพูดคุยนทนา เป็นกิจกรรมหนึ่งของการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นและการสร้างสัมพันธ์ภาพ ดังนั้น คำพูดจึงมีส่วนสำคัญอย่างมากที่จะสร้างความพึงพอใจและความเข้าใจให้เกิดขึ้นต่อกัน
- การสนทนาเป็นการแลกเปลี่ยนในเรื่องเนื้อหาและความรู้สึกระหว่างบุคคล การสนทนาที่ดี หมายถึงผู้ฟังสามารถตีความคำพูดได้ตรงตามวัตถุประสงค์ที่ผู้พูดต้องการสื่อ แต่หากผู้ฟังแปลความหมายจากคำพูด และกิริยาท่าทางที่เห็น ไปในทางตรงข้ามกับที่ผู้พูดต้องการสื่อ ก็จะก่อให้เกิดความเข้าใจผิดได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพูดที่ผู้พูดมีเจตนา “ล้อเล่น” แต่ผู้ฟังอาจตีความว่าเป็นการจงใจล้อเลียนหรือเพื่อทำให้อายต่อหน้าผู้อื่น ผู้พูดจึงจำเป็นต้องรู้จักสังเกตสีหน้า อากัปกิริยาของผู้ฟังว่าเป็นเช่นไร พร้อมทั้งระมัดระวังคำพูดที่ก่อให้เกิดความเข้าใจผิด
- เมื่อคำพูดและการกระทำของเราส่งผลต่อผู้อื่นในทางลบ เช่น การนินทา ล้อเลียน กล่าวโทษ ฯลฯ ไม่ว่าจะโดยตั้งใจหรือไม่ ก็ควรกล่าวคำขอโทษเพื่อเป็นการแสดงความรับผิดชอบ ในสิ่งที่ตนเองกระทำ และช่วยให้สามารถดำเนินความสัมพันธ์ต่อไปได้ด้วยดี

๑๕๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

หากมีกรณีความขัดแย้งเกิดขึ้นจริงในห้อง ผู้ดำเนินกิจกรรมควรสร้างความเข้าใจให้เกิดขึ้นกับผู้เรียนว่าเรื่องที่ผ่านมาไปแล้ว จะไม่เกิดขึ้นอีกหากทุกคนได้เรียนรู้ว่าควรจะทำอย่างไรบ้างจากกิจกรรมนี้

ก่อนจบคาบเรียน ผู้ดำเนินกิจกรรม อาจกระตุ้นให้ผู้เรียนลองพิจารณาถึงกรณีของแต่ละคน อาจเคยทำให้เพื่อนหรือคนที่รู้จักเสียใจ แล้วให้ลองพิจารณาว่า ต้องการทำอะไรต่อไปหรือไม่



๑๕๙

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑
เป้าหมายการเรียนรู้

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- ถ้านักเรียนรู้ว่าสิ่งที่ตนเองไปล้อเลียนเพื่อน ทำให้เพื่อนเสียใจ นักเรียนจะทำอย่างไร เพราะอะไร
 - ก. ขอโทษทันที เพราะ.....
 - ข. ฝากเพื่อนไปขอโทษ เพราะ
 - ค. ทำเฉยๆ เพราะ.....

ถ้าครอบครัว
และสถานศึกษากระมิดกระเมี้ยน
ปิดบังซ่อนเร้นเรื่องเพศแก่เด็ก
กลับยิ่งเป็นตัวกระตุ้นผลักดัน
ให้เด็กไปหาประสบการณ์ตรง
โดยขาดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง
มียิ่งกลายเป็นปัญหาและภาวะแก่สังคมหรือ

ชลธิ กุลประดิษฐ์
ศึกษานิเทศก์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
กรุงเทพมหานคร เขต ๑
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๔๗)





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒

**สัมพัทธ์
สัมพัทธ์ไม่ได้**



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒

สัมผัสดี สัมผัสไม่ดี

สาระสำคัญ

การสัมผัสร่างกายอาจเกิดขึ้นจากเจตนาหลายแบบ วัยรุ่นจึงควรเรียนรู้ว่าการสัมผัสแบบใดเป็นสิ่งที่กระทำได้ และแบบใดที่ควรหลีกเลี่ยงและป้องกัน

จุดประสงค์

๑. แยกแยะได้ว่าสัมผัสแบบใดเป็นการจงใจล่วงละเมิดทางเพศ และแบบใดคือสัมผัสธรรมดาที่ไม่มีเจตนาแอบแฝง
๒. บอกวิธีจัดการหากเจอการกระทำที่ล่วงละเมิดทางเพศ
๓. บอกวิธีป้องกันสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. บัตรคำ ๒๗ ใบ
๒. กระดาษฟลิปชาร์ต
๓. ปากกาเคมี
๔. กระดาษขาว

๑๖๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์กิจกรรมวันนี้ ว่าเป็นการเรียนรู้เพื่อแยกแยะสัมผัสที่แสดงถึงความห่วงใย และสัมผัสที่มีเจตนาล่วงเกินทางเพศ
2. แบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน แจกกระดาษฟลิปชาร์ทและปากกาเคมี กลุ่มละ ๑ ชุด
3. ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันอ่านบัตรคำที่ติดบนกระดาน และลงความเห็นในกลุ่มว่าบัตรใดควรอยู่ในหมวดใดระหว่าง ทัวไป ผิดปกติ ไม่แน่ใจ แล้วเขียนคำนั้น ใส่กระดาษฟลิปชาร์ท ให้เวลา ๑๐ นาที
๔. เมื่อหมดเวลา ผู้ดำเนินกิจกรรมอ่านบัตรคำที่ละใบ และขอความเห็นของแต่ละกลุ่มว่าวางไว้ในหมวดใดบ้าง หากคำตอบจากแต่ละกลุ่มต่างกัน ให้ยกตัวอย่างหรือให้เหตุผลว่าเหตุใดจึงวางบัตรนั้นไว้ในหมวดนั้นๆ

ทัวไป	ผิดปกติ	ไม่แน่ใจ

๕. เมื่อครบทุกบัตรแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนดูบัตรคำที่จัดหมวดหมู่บนกระดาน และชวนคุยโดยเน้นบัตรคำที่แต่ละกลุ่มจัดไว้ในหมวดที่แตกต่างกัน โดยใช้แนวคำถามดังนี้

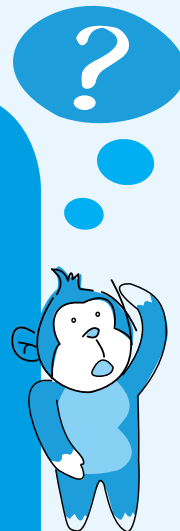


๑๖๓

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒ สัมผัสดี สัมผัสไม่ดี

คำถามชวนคิด

- เราใช้อะไรเป็นตัวตัดสินว่าสัมผัสแบบใดธรรมดา และแบบใดผิดปกติ
- บริเวณใดของร่างกายบ้างที่เราคิดว่า คนอื่นไม่ควรสัมผัส โดยที่เราไม่ได้ยินยอมพร้อมใจ เพราะอะไร
- บางสัมผัสที่เราไม่แน่ใจนั้น คิดว่าเป็นเพราะอะไร หากจะจัดให้อยู่ในหมวดทั่วไป หรือผิดปกติ จะต้องดูองค์ประกอบอะไรเพิ่มเติมอีกบ้าง
- หากเกิดเหตุการณ์ที่เป็นสัมผัสแบบผิดปกติกับเรา เราจะรู้สึกอย่างไร และจะจัดการอย่างไร คิดว่าจะบอกให้ใครรู้หรือไม่ เพราะอะไร
- หากมีเพื่อนมาปรึกษาว่าพบเจอเหตุการณ์ที่เป็นสัมผัสแบบผิดปกติ เราจะให้คำแนะนำและช่วยเหลือเพื่อนได้อย่างไรบ้าง
- ถ้าไม่ต้องการให้เกิดเหตุการณ์สัมผัสแบบผิดปกติกับตัวเราและเพื่อนๆ มีวิธีการป้องกันอย่างไรบ้าง



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญ ดังนี้

- การตัดสินว่าสัมผัสใดสื่อเจตนาอย่างไร เป็นการล่วงละเมิดทางเพศหรือไม่ ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัยทั้งสถานะของผู้กระทำว่ามีความสัมพันธ์กับเราแบบใด เวลา สถานที่ และสภาพแวดล้อมที่กระทำ รวมทั้งการสัมผัสนั้นเป็นการยินยอมพร้อมใจของทั้งสองฝ่ายจริงหรือไม่
- ทุกคนต่างมีสิทธิในเนื้อตัวร่างกายของตนที่จะเลือกได้ว่าต้องการให้ตนได้รับการปฏิบัติในรูปแบบไหน หากเราอึดอัด ลำบากใจ ไม่ชอบการปฏิบัติของผู้อื่นที่กระทำกับร่างกายของเรา หรือแม้เพียงแค่สับสน ไม่แน่ใจกับการกระทำที่เกิดขึ้น เราก็ควรบอกปฏิเสธ หรือแสดงออกให้ชัดเจนว่าเราไม่ชอบ และไม่ต้องการให้เกิดขึ้น
- เมื่อเกิดความรู้สึกไม่สบายใจกับการถูกสัมผัส ควรปรึกษาผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้ และคิดหาทางป้องกันล่วงหน้า เพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่จะทำให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำเดิมอีก
 - ในทางกลับกัน เมื่อเรารู้ว่าการปฏิบัติแบบใดที่เราไม่ชอบ เราก็ไม่ควรปฏิบัติแบบนั้นกับคนอื่น หากมีเพื่อนบอกเราว่าไม่ชอบ เราก็ควรรับฟังและเคารพสิ่งที่เพื่อนบอก และไม่ถือวิสาสะในการสัมผัสหรือแสดงออกเพียงเพราะสนิทกัน

๑๖๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมเพิ่มเติมข้อมูลในเรื่องแหล่งบริการช่วยเหลือที่อยู่ในชุมชน หรือสายด่วน สำหรับผู้ที่ต้องการคำปรึกษา



๑๖๕

แผนการเรียนรู้ ๑๒
สำผัส สัมผัส สัมผัส

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

บางครั้ง การสัมผัสระหว่างผู้ใหญ่กับเด็ก ก็เป็นเรื่องยากที่จะชี้ชัดว่าสัมผัสใดสื่อเจตนาผิด ปกติ เพราะขึ้นกับมุมมองและการตีความของผู้กระทำ และผู้ถูกกระทำด้วย ทำให้เด็ก ๆ มักไม่กล้า ขอคำปรึกษา เพราะกลัวจะถูกหาว่าเข้าใจผิดไปเอง และจะรู้สึกผิด สับสนยิ่งขึ้น

ในการให้คำแนะนำ ผู้ให้คำปรึกษาควรยึดถือความรู้สึกรู้สึกของผู้ถูกกระทำเป็นหลัก พยายาม ให้ผู้ถูกกระทำทบทวนว่ารู้สึกอย่างไรกับการถูกสัมผัส และแนะนำให้หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่จะ ทำให้ตกอยู่ในเหตุการณ์เช่นนั้นอีก หรือต้องช่วยประเมินศักยภาพและความมั่นใจของผู้ถูกกระทำ ว่า สามารถหลีกเลี่ยงสถานการณ์ดังกล่าวได้ด้วยตัวเองหรือไม่ หรือต้องการความช่วยเหลือจากผู้ให้ คำปรึกษาและหน่วยงานที่ให้บริการเฉพาะ

ผู้ดำเนินกิจกรรมควรหาข้อมูลหน่วยงานและแหล่งบริการให้ความช่วยเหลือที่มีอยู่ในพื้นที่ เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับแนะนำผู้เรียน และสามารถใช้เป็นแหล่งเรียนรู้ให้กับผู้เรียน เพื่อศึกษาปัญหาที่ หน่วยงานเหล่านั้นพบ และลักษณะบริการความช่วยเหลือที่มี

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- การล่วงละเมิดทางเพศหมายถึงอะไร
- ถ้านักเรียนถูกญาติผู้ใหญ่หรือคนรู้จักสัมผัสร่างกายจนรู้สึกอึดอัด ไม่แน่ใจเจตนาของผู้สัมผัส นักเรียนจะทำอย่างไร

บัตรคำ

จับมือไปลูบคลำ

ตบไหล่เบาๆ

จับหน้าอก

ชบไหล่

ดึงตัวให้นั่งลงบนตัก

กระชับข้างหู

ลูบไล้หัวเข้า

ลูบหลัง ลูบไหล่

เดินเบียดเสียดสี่สัปดาห์

ใช้อวัยวะเพศถู

หอมแก้ม

จับที่หน้าผาก

ลูบคลำอวัยวะเพศ

ใช้มือแตะหลังระหว่างเดินคู่กัน

นั่งเบียด

โอบไหล่

เล่นผม ลูบผม

ดึงตัวเราเข้าไปกอด

ดึงมือไปวางบนตัก

เดินคล้องแขนคอกเคลีย

ลูบปาก

จับมือไปแตะริมฝีปาก

เอามือพาดหลังระหว่างนั่งคู่กัน

ลูบไล้แก้ม

ดึงมือไปวางบริเวณอวัยวะเพศ

ยืนเบียดด้านหลังจนชิดตัว

จับมือ

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓

ข้างหลัง ภาพ





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓

ข้างหลังภาพ

สาระสำคัญ

บุคคลแต่ละคนมีความคิด พฤติกรรม ค่านิยมที่อาจจะเหมือนหรือต่างกับคนอื่น ซึ่งเกิดจากกระบวนการหล่อหลอมและประสบการณ์ที่แตกต่างกัน ดังนั้น เราจึงควรเรียนรู้ที่จะเปิดใจรับฟัง เคารพความแตกต่าง และไม่ควรด่วนตัดสินคนที่คิดต่างจากเรา รวมทั้งเรียนรู้ที่จะกล้าเป็นตัวของตัวเองในการเสนอความคิดของตัวเองแม้ว่าจะจะเป็นความคิดเห็นที่แตกต่างไปจากกลุ่ม

จุดประสงค์

๑. แสดงความมั่นใจในการสื่อสารเพื่อบอกความคิดเห็นของตนเอง และเปิดใจรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
๒. ระบุค่านิยมเรื่องเพศ ๒ เรื่องที่ส่งผลต่อพฤติกรรมทางเพศของคนในสังคม

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ภาพ ๖ ภาพ ได้แก่ (เตรียมภาพเหล่านี้ไว้ล่วงหน้า)
 - ภาพหญิงชายวัยรุ่นเดินจับมือกัน
 - ภาพผู้ชายผู้หญิงอยู่ด้วยกันสองต่อสอง

๑๖๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



- ภาพผู้ชายร้องไห้
- ภาพเด็กผู้หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์
- ภาพคนรักเพศเดียวกัน
- ภาพข่าวผู้หญิงทำแท้ง

๒. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี

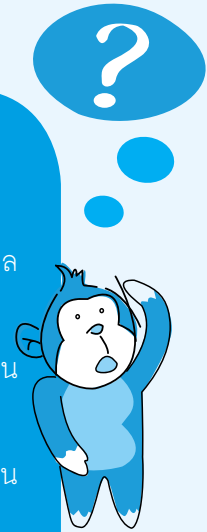
ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่าเพื่อฝึกการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นโดยยึดหลักการพูดคุยด้วยการเคารพความเห็นผู้อื่น รวมทั้งให้ผู้เรียนมีโอกาสสำรวจค่านิยมความเชื่อของตนว่ามีที่มาที่ไปอย่างไร
๒. นำภาพที่เตรียมไว้แสดงให้ผู้เรียนดูทีละภาพ และถามความเห็นสั้นๆ โดยให้ทุกคนยกมือว่ารับได้ หรือรับไม่ได้ และนับคะแนน
๓. แบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย ๖ กลุ่ม แจกภาพให้ ๑ ภาพต่อ ๑ กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มแลกเปลี่ยนความเห็นที่มีต่อพฤติกรรมในภาพที่ได้รับ โดยมีกติกาดังนี้
 - ให้ทุกคนในกลุ่มแสดงความคิดเห็นของตนเองที่มีต่อพฤติกรรมในภาพ และอธิบายว่าตนเองใช้อะไรเป็นเกณฑ์ในการตัดสินว่า รับได้ หรือรับไม่ได้
 - ขณะที่คนหนึ่งพูด ทุกคนในกลุ่มต้องฟังจนจบก่อนจึงค่อยพูด
 - หาอสาสมัครในกลุ่มจดบันทึกความคิดเห็นลงในกระดาษฟลิปชาร์ต
 - ให้เวลาแสดงความคิดเห็นในกลุ่ม ๑๐ นาที
๔. ระหว่างที่แต่ละกลุ่มระดมความเห็น ให้ผู้ดำเนินกิจกรรมสังเกตปฏิกิริยาของแต่ละกลุ่ม จดบันทึกเมื่อสังเกตเห็นผู้ที่คิดต่างจากผู้อื่นในกลุ่มว่าใช้หลักคิดอย่างไร
๕. เมื่อหมดเวลาระดม ให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอความเห็นของกลุ่ม (กลุ่มละ ๒ นาที)
๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นจากความเห็นของแต่ละกลุ่มว่ามีความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างไรในแต่ละภาพ และมีหลักคิดอย่างไรบ้างในการพิจารณาว่ารับได้ หรือรับไม่ได้

๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมเลือกภาพที่เห็นความแตกต่างอย่างชัดเจนในเรื่องจำนวนผู้รับได้ รับประทาน จากการสำรวจความเห็นเมื่อตอนเริ่มกิจกรรมมาขวนคุยในกลุ่มใหญ่ โดยใช้คำถามกระตุ้นให้มีการแสดงความคิดเห็นอย่างทั่วถึงดังนี้

คำถามชวนคิด

- คิดว่าผู้ที่อยู่ในภาพรู้สึกอย่างไร และกำลังเผชิญสถานการณ์อะไรบ้าง
- การใช้ความเชื่อหรือทัศนคติในเรื่องเพศของเราไปตัดสินผู้อื่น อาจส่งผลต่อผู้อื่นอย่างไรบ้าง
- ระหว่างการแสดงความคิดเห็นต่อภาพในกลุ่ม เมื่อมีคนที่ไม่แสดงความคิดเห็นแตกต่างจากเราหรือจากคนส่วนใหญ่ เรา รู้สึกอย่างไร
- คนที่มีความเห็นต่างจากเพื่อนๆ ในกลุ่ม รู้สึกอย่างไรเมื่อแสดงความคิดเห็นของตนออกไป
- การที่คนเรามีความคิดเห็นต่างกัน มีข้อดีหรือข้อเสีย อย่างไร
- หากเรามีความคิดแตกต่างจากคนส่วนใหญ่ในกลุ่ม เราอยากให้เพื่อนปฏิบัติกับเราอย่างไร



๘. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นการเรียนรู้ร่วมกับผู้เรียน และอาจเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- เป็นเรื่องปกติที่คนส่วนใหญ่มักสะทกใจจะสื่อสารกับคนที่มีความคิดเห็น พฤติกรรมไปในทางเดียวกับตน และไม่ค่อยอยากฟังคนที่คิดเห็นหรือปฏิบัติต่างจากตนเอง แต่ในความเป็นจริง ความคิดเห็นและพฤติกรรมของคนเราล้วนเป็นผลจากการอบรมสั่งสอนและสิ่งแวดล้อมที่เติบโตมาซึ่งแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล จึงเป็นเรื่องธรรมดาอีกเช่นกันที่ เราจะมีความคิดเห็น และพฤติกรรมที่แตกต่างจากคนอื่นแม้จะอยู่ในวัยเดียวกัน เพศเดียวกัน กระทั่งอยู่ในครอบครัวเดียวกันก็ตาม

๑๗๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

- ความเชื่อ ค่านิยมในเรื่องเพศของแต่ละคนอาจแตกต่างกัน ทั้งยังสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามวัยและสภาพแวดล้อม การทำความเข้าใจถึงที่มาที่ไปของพฤติกรรม หรือทัศนคติความเชื่อของคนอื่นๆ จะทำให้อยู่ร่วมกับผู้ที่คิดต่างจากเราได้อย่างมีความสุข และไม่ควรตัดสินผู้อื่นด้วยการใช้ความเชื่อ ค่านิยมของตน
- การเรียนรู้ที่จะแสดงความเห็นของตนเอง และรู้จักรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง ยังช่วยสามารถเปิดโลกทัศน์การรับรู้ ต่อยอดความคิด และฝึกการเปิดใจยอมรับ ที่สำคัญ การเคารพความเห็นซึ่งกันและกัน จะช่วยให้การอยู่ร่วมกันในกลุ่มเป็นไปอย่างราบรื่น และสร้างสรรค์



๑๗๑

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑ บัณฑิตสู่งาน

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- การจัดกลุ่มย่อย ควรมีสมาชิกกลุ่มที่มีความคิดเห็นที่แตกต่างกันอยู่ด้วย การสำรวจความเห็นในตอนเริ่มกิจกรรม ช่วยให้เห็นว่าไม่มีใครคิดเห็นอย่างไร เพื่อช่วยการจัดกลุ่มได้
- ผู้ดำเนินกิจกรรมควรเป็นต้นแบบของ “การไม่ตัดสิน” (non-judgmental) และการเปิดกว้างในการรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง โดยใช้ท่าทีแบบไม่ชี้ว่าความคิดใดถูกหรือผิด รวมทั้งคำพูด สีหน้า ท่าทาง ที่จะช่วยให้ผู้เรียนรู้สโลดลวย และกล้าแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- เห็นด้วยหรือไม่ กับข้อความ “การมีความคิดเห็นแตกต่างกัน ไม่ใช่สิ่งสำคัญ ความสำคัญอยู่ที่การเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น” เพราะอะไร



รับได้

รับไม่ได้

๑๗๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



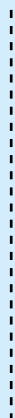
ออฟต

แบบงานชุด ๓๑ ผู้รู้ทอเรอเบทท!!
ทเบงอูนงอู๋ บังหออองอ



ภาพประกอบ : เกม love check

รับได้



รับไม่ได้



ภาพประกอบ : ภาพยนตร์เกาหลีเรื่อง sad movie

รับได้

รับไม่ได้

๑๗๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



ตอนที่

แบบเรียนชุด ๓๑ มุ่งกระรอกเรียนภาษา
นางหรั่งนาง



ภาพประกอบ : เกม love check

รับได้

รับไม่ได้



ภาพประกอบ : เกม love check

รับได้

รับไม่ได้

๑๗๖

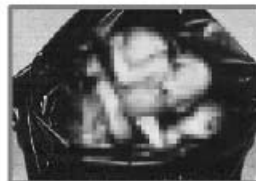
คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑



๑๗๗

แบบกรรเรียนรู้ที่ ๑๑ มุ่งกระเรียนกรรกรร
นางหสังกรร

ตำรวจบุกเข้าตรวจค้น พบสาววัยรุ่นกำลังนอนเปลียบหลังทำแท้งเดือน



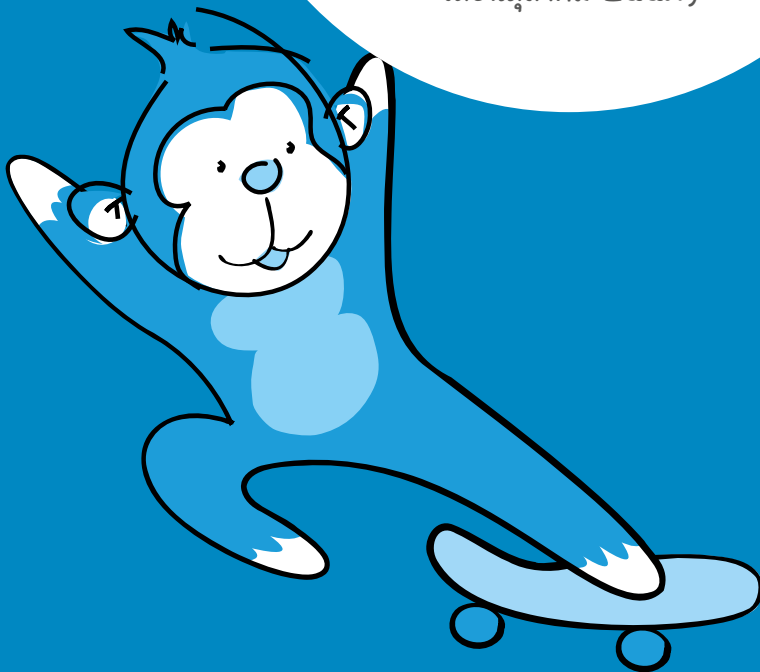
ตร.-วางมือสารณสุขบุกจับสถาน
ที่ห้าแห่งเดือน กลางอำเภอกรรกรร
2 รายซ้อน เมฆสารณสุขจังหวัด
สืบรู้มานานแล้ว จึงประสานตร.ส่ง
สายลับ เข้าไปตรวจสอบสวน จนแน่ชัด
จึงบุกเข้าจับกุมได้พร้อมรองกลางอื้อ
สารภาพเปิดท่าแห่งมานาน เดือนละ
ประมาณ 6-7 ราย คิดค่าบริการ

รับได้

รับไม่ได้

สังคมเปลี่ยนเร็ว
แต่เรายังตัวมเตี้ยม
รู้ดีกว่าตัวเองกำลังไล่ตามค่านิยม
และสังคมของนักเรียน คงไม่มีวันชนะ
ถ้าเราไม่เปลี่ยนยุทธวิธี ต้องพูดตรงๆ
เปิดใจกับนักเรียน
พูดในสิ่งที่อยู่ในความสนใจของเด็ก

อ.พัธนา เพ็ญภาคกุล
โรงเรียนสีกัน (วัฒนานันท์อุปถัมภ์) กรุงเทพฯ
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๕๗)





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔

แฟมฉน



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔

แผ่นดิน

สาระสำคัญ

ปัจจัยที่ทำให้คนสองคนสามารถสานสัมพันธ์และมีสัมพันธภาพที่ดี ขึ้นอยู่กับอุปนิสัย คุณสมบัติภายใน และการเรียนรู้ระหว่างกันและกันของทั้งสองฝ่ายมากกว่ารูปลักษณ์ภายนอก

จุดประสงค์

๑. ระบุคุณสมบัติและอุปนิสัยที่ทำให้สัมพันธภาพยั่งยืนและราบรื่น
๒. บอกวิธีการเรียนรู้ลักษณะนิสัยของคนที่เราคบด้วย

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. บัตรคำแสดงบุคลิก ๔ ชุดๆ ละ ๑๐ ใบ และบัตรเปล่าสำรอง ๔ ใบต่อชุด

กล้าบอกว่าขอโทษ

มีน้ำใจ ช่วยเหลือ

ไม่พูดแต่เรื่องตัวเอง

ไม่โกหก

๑๘๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

มั่นใจในตัวเอง

สุภาพ

ไม่เอาเปรียบคนอื่น

อารมณ์ดี



๑๘๐

แผนก ๓๑ ผู้รู้ทอสรูปภาพ

๒. กระดาษฟลิปชาร์ต ๔ แผ่น โดยเขียนหัวข้อไว้ ดังนี้
สองแผ่นเขียนหัวเรื่องว่า “แฟนฉันไม่หล่อ ล่ำ แต่....”
สองแผ่นเขียนหัวเรื่องว่า “แฟนฉันไม่ขาว เซ็กซี่ แต่...”
๓. ปากกาเคมี กระดาษขาว

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนคุยเพื่อนำเข้าสู่บทเรียนว่า ถ้าจะมีแฟน อยากรู้แฟนแบบไหน เขียนคำตอบขึ้นบนกระดาน โดยแยกความเห็นของกลุ่มชายไว้ด้านหนึ่ง กลุ่มหญิงไว้ด้านหนึ่ง
๒. แบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น ๔ กลุ่มย่อย ชายล้วน ๒ กลุ่ม หญิงล้วน ๒ กลุ่ม แจกกระดาษฟลิปชาร์ต
 - “แฟนฉันไม่ขาว เซ็กซี่ แต่....” ให้กลุ่มชายล้วน
 - “แฟนฉันไม่หล่อ ล่ำ แต่....” ให้กลุ่มหญิงล้วนพร้อมทั้งชุดบัตรคำแสดงบุคลิกให้กลุ่มละชุด และบัตรเปล่าให้กลุ่มละ ๔ ใบ
๓. ให้แต่ละกลุ่มออกแบบ “แฟนฉัน” โดยตกลงกันในกลุ่มว่าจะเลือกบัตรคำใดบ้าง ให้ใช้บัตรคำได้ไม่เกิน ๕ ใบ (๓ นาที) หากคิดว่าบัตรคำที่ให้ไม่เหมาะ ก็สามารถเขียนเพิ่มลงในบัตรเปล่าได้
๔. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอ “แฟนฉัน” ต่อกลุ่มใหญ่ กลุ่มละ ๒ นาที
๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมนำกระดาษที่แต่ละกลุ่มนำเสนอติดหน้าห้อง พร้อมชวนเปรียบเทียบและตั้งข้อสังเกต



คำถามชวนคิด

- ความเหมือนและความต่างของคุณสมบัติที่ทั้ง ๔ กลุ่มเลือก
- เปรียบเทียบกับคุณสมบัติที่ทุกคนช่วยกันระดมตอนเข้าสู่บทเรียนว่าเหมือนหรือต่างจากคุณสมบัติที่เลือกในกลุ่มย่อยหรือไม่ อย่างไร
- หากกลุ่มชายทั้งสองกลุ่มเลือกคุณสมบัติต่างกัน เพราะอะไรที่กลุ่มชายล้วนทั้งสองกลุ่มเลือกคุณสมบัติของคนที่เป็น “แฟนฉัน” ต่างกันทั้งที่เป็นผู้ชายเหมือนกัน
- หากกลุ่มหญิงทั้งสองกลุ่มเลือกคุณสมบัติต่างกัน เพราะอะไรที่กลุ่มหญิงล้วนทั้งสองกลุ่มเลือกคุณสมบัติของคนที่เป็น “แฟนฉัน” ต่างกันทั้งที่เป็นผู้หญิงเหมือนกัน
- ระหว่างคุณสมบัติที่เป็นรูปลักษณะภายนอก เช่น หล่อ ลำ่ สวย เซ็กซี่ ฯลฯ กับคุณสมบัติภายใน เช่น มีน้ำใจ ขยัน สุภาพ ไมโกหก ฯลฯ นักเรียนคิดว่าคุณสมบัติแบบใดที่จะส่งผลต่อความสัมพันธ์ที่ดี และเป็นคนที่อยู่ด้วยแล้วมีความสุข
- เราจะเรียนรู้คุณสมบัตินอกของคนที่เราสนใจได้อย่างไร



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนสรุปประเด็นสำคัญที่ผู้เรียนได้เรียนรู้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- รูปร่างหน้าตา เป็นสิ่งที่ติดตัวทุกคนมาแต่กำเนิด และเป็นเพียงด้านแรกที่สร้างความประทับใจให้เกิดขึ้นแก่ผู้พบเห็น แต่อาจไม่ใช่ปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้สัมพันธ์ภาพระหว่างคนสองคนยั่งยืนและราบรื่น
 - ทุกคนสามารถพัฒนาบุคลิกภาพและการปฏิบัติตัวให้เป็นที่รักและพอใจแก่คนอื่นได้ โดยไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงรูปร่างหน้าตา และไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ

๑๘๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน



คำถามท้ายบท

- หากพบว่าผู้ที่เรากำลังคบหา หรือเป็นแฟนกัน ไม่มีคุณสมบัติที่คาดหวัง นักเรียนจะอย่างไร

๑๘๓

นักคิด || ๑๑ ผู้รู้รอบรู้เกมทุก||

ผมจำได้ว่ามีเด็กผู้หญิงคนหนึ่ง
ซึ่งตอนนี้ลาออกจากโรงเรียนไปแล้ว
เนื่องจากตั้งท้อง เด็กคนนั้นพูดกับผมว่า
หนูคงไม่ท้อง ถ้าก่อนหน้านี้
หนูได้เรียนวิชาเพศศึกษา

อ.กษิตินาถ อุ่นทานนท์
วิทยาลัยสารพัดช่างอุดรธานี
(จากงานประชุมวิชาการเพศศึกษาครั้งที่ ๑
เดือนตุลาคม ๒๕๕๗)





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕

**รู้ทัน
ป้องกันได้**



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕

รู้ทันป้องกันได้

สาระสำคัญ

การล้วงละเมิดทางเพศในปัจจุบันมีหลายรูปแบบ วัยรุ่นควรเรียนรู้ถึงสิทธิในเนื้อตัวร่างกายที่ผู้อื่นจะละเมิดมิได้ และรู้ว่าการกระทำแบบใดที่เข้าข่ายการล้วงละเมิดทางเพศ เพื่อหาทางป้องกัน รวมทั้งมีข้อมูลหน่วยงานและแหล่งบริการให้ความช่วยเหลือหากพบปัญหา

จุดประสงค์

๑. บอกได้ว่าการกระทำแบบใดถือเป็นการล้วงละเมิดทางเพศ
๒. ระบุโอกาสที่นำไปสู่การล้วงละเมิดทางเพศสำหรับวัยรุ่น
๓. บอกแนวทางในการหาความช่วยเหลือเมื่อถูกล้วงละเมิดทางเพศ

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. แผ่นกรณีศึกษา ๒ กรณี (ถ่ายเอกสารกรณีศึกษาละ ๓ ชุด)
๒. กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี กระดาษขาว

๑๘๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยเพื่อนำเข้าสู่บทเรียนถึงการกระทำที่เป็นการล่วงละเมิดทางเพศ โดยถามว่า ผู้เรียนคิดอย่างไรกับการใช้มือถือแอบถ่ายภาพผู้หญิงตามห้องน้ำในห้าง การนำภาพส่วนตัวไปเผยแพร่ตามอินเทอร์เน็ต การส่งต่อภาพที่ได้รับทางมือถือหรืออีเมล
2. ผู้ดำเนินกิจกรรมอธิบายว่า การล่วงละเมิดทางเพศ คือการละเมิดสิทธิเนื้อตัวร่างกาย เพราะเป็นการกระทำที่ไม่ได้รับการยินยอม ไม่ว่าผู้กระทำจะมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้ถูกระทำอย่างไรก็ตาม
3. แบ่งผู้เรียนออกเป็นกลุ่มย่อย ๖ กลุ่ม โดยแบ่งเป็น กลุ่มหญิงล้วน ๒ กลุ่ม ชายล้วน ๒ กลุ่ม และกลุ่มคละชายหญิงรวมกัน ๒ กลุ่ม และแจกกรณีศึกษาให้แต่ละกลุ่ม ดังนี้
 - กรณีศึกษาที่ ๑ ให้กลุ่มหญิงล้วน ๑ กลุ่มชายล้วน ๑ และกลุ่มชาย/หญิง ๑
 - กรณีศึกษาที่ ๒ ให้กลุ่มหญิงล้วน ๒ กลุ่มชายล้วน ๒ และกลุ่มชาย/หญิง ๒
๔. ให้อ่านกลุ่มย่อย ๑๐ นาที โดยให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์กรณีศึกษาที่ได้รับ และเขียนคำตอบลงบนกระดาษฟลิปชาร์ต จากคำถามต่อไปนี้
 - ใครเป็นผู้เสียหายในเรื่องนี้
 - ใครบ้างที่มีส่วนในการกระทำเรื่องเสียหายนี้ ด้วยการกระทำแบบใด
 - คิดว่าผู้เสียหายในเรื่องนี้จะรู้สึกอย่างไร
 - หากเราเป็นเพื่อน พี่ หรือน้อง ของผู้เสียหาย เราจะทำอย่างไร
๕. ขออาสาสมัครจากกลุ่มกรณีศึกษา ๑ นำเสนอ และให้อีก ๒ กลุ่มเพิ่มเติมในประเด็นที่ไม่ซ้ำกัน จากนั้น ให้กลุ่มที่รับผิดชอบกรณีศึกษา ๒ นำเสนอ กลุ่มละไม่เกิน ๒ นาที
๖. เมื่อนำเสนอครบทุกกลุ่ม ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยในกลุ่มใหญ่เชื่อมโยงประเด็นต่างๆ ที่กลุ่มย่อยนำเสนอโดยใช้คำถามชวนคิด ดังนี้



คำถามชวนคิด

- คิดว่าจะอะไรคือสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการล่วงละเมิดทางเพศ
- คิดว่าคนที่ทำรู้หรือไม่ว่า สิ่งที่ตนเองทำเป็นการล่วงละเมิดทางเพศ เพราะเหตุใด
- เราจะมียวิธีป้องกันไม่ให้เกิดเรื่องทำนองนี้กับเราได้อย่างไรบ้าง
- หากเราหรือเพื่อนเราถูกล่วงละเมิดทางเพศ เราจะทำอย่างไรได้บ้าง



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปการเรียนรู้เรื่องการถูกล่วงละเมิดทางเพศร่วมกับผู้เรียน และอาจเพิ่มเติมประเด็นเหล่านี้

- การล่วงละเมิดทางเพศ ถือเป็นการละเมิดสิทธิเนื้อตัวร่างกาย เพราะเป็นการกระทำที่ไม่ได้รับการยินยอม ไม่ว่าจะผู้กระทำจะมีความสัมพันธ์กับผู้ถูกกระทำอย่างไรก็ตาม
- การล่วงละเมิดทางเพศทำได้หลายรูปแบบ หลายวิธี หลายระดับ ตั้งแต่การใช้วาจา ทะแกล้ม การสัมผัสเนื้อตัวร่างกายโดยเจตนา จนถึงการบังคับขืนใจ
- สิ่งที่เป็นตัวกำหนดว่าเรากำลังถูกล่วงละเมิดทางเพศหรือไม่คือ เป็นการกระทำที่เราไม่ยินยอมพร้อมใจ การทำให้เรารู้สึกฝืนใจ ลำบากใจที่ต้องทำเช่นนั้น
- ปัจจุบัน มีการกระทำที่ไซ้เทคโนโลยีทันสมัยเข้ามาเกี่ยวข้องมากขึ้น แม้จะไม่ได้แตะเนื้อต้องตัว แต่ก็ถือเป็นการล่วงละเมิดทางเพศ เนื่องจากเป็นการกระทำที่ผู้ถูกกระทำไม่ได้ยินยอม หรือแม้เป็นการกระทำที่ทั้งสองฝ่ายยินยอม แต่จงใจสร้างความเสียหายให้เกิดขึ้นด้วยการนำไปเผยแพร่ต่อ
- ค่านิยมส่วนหนึ่งของสังคมมีส่วนทำให้การล่วงละเมิดทางเพศกลายเป็นความชอบธรรม และยังซ้ำเติมผู้เสียหาย เช่น ความเชื่อว่าผู้หญิงที่แต่งกายไม่มิดชิดนั้นจงใจยั่วชวน จึงสมควรแล้วที่ถูกทำร้าย เป็นต้น การแต่งกายนั้นถือเป็นสิทธิส่วนบุคคล แต่การที่คนอื่นๆ หนึ่งไม่สามารถข่มกั๊นอารมณ์ความต้องการทางเพศของตนและกล่าวโทษว่า เป็นเพราะเสื้อผ้าของอีกฝ่ายยั่วยุให้เกิดอารมณ์ถือเป็นการล่วงละเมิดสิทธิส่วนบุคคล เพราะเป็นการทำตามใจตนเองโดยส่งผลกระทบต่อผู้อื่น

๑๔๘

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

- เราควรหาความช่วยเหลือเมื่อถูกล่วงละเมิดทางเพศจากผู้ที่เราไว้วางใจได้ รวมทั้งมีหน่วยงานต่างๆ ที่ให้บริการปรึกษาทางโทรศัพท์ เพื่อช่วยให้เราหาทางออกได้ว่าควรจะทำอย่างไร



๑๘๙

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕ รู้กับป้องกันได้

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- หากมีนักเรียนที่เคยถูกล่วงละเมิดทางเพศหรือกำลังเผชิญสถานการณ์อยู่แต่ไม่กล้าบอกใคร อาจทำให้รู้สึกสะเทือนใจ ผู้ดำเนินกิจกรรมจึงควรสังเกตอารมณ์ความรู้สึกของนักเรียนและระวังเรื่องการล้อเลียนกัน
- ผู้ดำเนินกิจกรรมควรหาข้อมูลแหล่งบริการสุขภาพและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นเมื่อเผชิญปัญหาการถูกล่วงละเมิดทางเพศในพื้นที่ หมายเลขโทรศัพท์ รายละเอียดที่จำเป็น เช่น ช่วงเวลาการให้บริการและคำแนะนำในการเตรียมตัวก่อนรับบริการ เป็นต้น

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- หากถูกล่วงละเมิดทางเพศ นักเรียนจะปฏิบัติอย่างไร

กรณีศึกษา ๑

ด.ญ.เอ ชั้น ม.๒ โรงเรียนแห่งหนึ่ง กับ ด.ช.ดำ อายุ ๑๔ ปี นักเรียนชั้น ม.๓ โรงเรียนเดียวกัน คบหาเป็นแฟนกันมาราว ๒ เดือน วันหนึ่ง ด.ช.ดำ นัด ด.ญ.เอ ให้ออกมาพบเพื่อซื้อรถจักรยานยนต์เที่ยว ด.ญ.เอ จึงชักชวน ด.ญ.บี เพื่อนนักเรียนห้องเดียวกัน ออกมาด้วยและนัดพบกันที่หน้าห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่ง เมื่อถึงเวลา ด.ช.ดำ พร้อมเพื่อนรวม ๖ คนซื้อรถจักรยานยนต์ ๓ คันมาพบ และพากันขี่รถเที่ยวทั่วเมือง

ระหว่างทาง ด.ช.ดำ ลงไปซื้อน้ำอัดลมให้ ๒ สาวดื่ม สักพักมีอาการมึนงง คาดว่าถูกใส่ยานอนหลับ และถูกพาไปข่มขืนจนสลบ ก่อนที่ ด.ช.ดำ กับพวกจะพา ด.ญ.เอ และ ด.ญ.บี มาปล่อยทิ้งไว้ จนกระทั่งมีคนมาพบ

กรณีศึกษา ๒

กลุ่มนักเรียนชายโรงเรียนแห่งหนึ่งกำลังจับกลุ่มดูภาพวิดีโอคลิบ จากโทรศัพท์มือถือเครื่องหนึ่งพร้อมทั้งวิพากษ์วิจารณ์กันอย่างสนุกสนาน หนึ่งในนักเรียนกลุ่มนั้นเล่าว่า ภาพในโทรศัพท์เป็นวิดีโอคลิบที่เพื่อนอีกคนส่งมาให้ดูผ่านทางโทรศัพท์มือถือ ซึ่งกำลังเป็นที่นิยมในหมู่วัยรุ่นชายที่ลงทุนซื้อโทรศัพท์มือถือรุ่นที่สามารถถ่ายวิดีโอพร้อมเสียงเพื่อบันทึกภาพเหตุการณ์ขณะร่วมหลับนอนกับแฟนสาวหรือคู่ขา หรือแอบถ่ายภาพสาวที่นุ่งกระโปรงสั้น ใส่เสื้อสายเดี่ยวเอาไว้ ก่อนจะส่งต่อไปให้เพื่อน ๆ ในกลุ่มดู

๑๙๐

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๖

นับจาก
วันนี้...





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๖

นับจากวันนี้...

สาระสำคัญ

การมีเป้าหมายในชีวิต จะช่วยให้วัยรุ่นดำเนินชีวิตด้วยแรงจูงใจที่จะไปสู่เป้าหมาย การคาดการณ์ถึงอุปสรรคที่อาจทำให้ไปไม่ถึงเป้าหมาย จะช่วยให้เกิดการเตรียมพร้อมและใช้ชีวิตอย่างรอบคอบมากขึ้น และสามารถรับมือ รวมทั้งวางแผนในการเผชิญปัญหาได้

จุดประสงค์

๑. บอกเป้าหมายในชีวิต อย่างน้อย ๑ เรื่อง พร้อมวิธีการที่จะไปถึงเป้าหมาย
๒. วิเคราะห์ปัจจัยที่อาจเป็นอุปสรรคในการทำตามเป้าหมาย

อุปกรณ์ และสื่อ

๑. แผนการเรียนรู้เพศศึกษาระดับ ม.๑ ทั้ง ๑๖ แผน
๒. กระดาษเอสี่ตัดครึ่ง เท่าจำนวนผู้เรียน
๓. แผ่นกิจกรรม “นับจากวันนี้.....”
๔. กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี กระดาษขาว

๑๙๒

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมเกริ่นนำโดยถามผู้เรียนในกลุ่มใหญ่ว่า หากได้ยินคำว่า “เป้าหมายชีวิต” เรานึกถึงอะไร โดยสุ่มเลือกอาสาสมัคร ๒ - ๓ คน (คละชายหญิง) แสดงความเห็น และลองสุ่มถามต่อว่า เป้าหมายชีวิตของผู้เรียนเป็นอย่างไร
๒. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมอธิบายว่า ในครั้งนี้ เราจะคุยกันเรื่องเป้าหมายชีวิต ซึ่งหมายถึงความตั้งใจของแต่ละคน ในการเลือกดำเนินชีวิตตามที่ตัวเองต้องการ หรือตามที่หวังไว้ในระยะเวลาหนึ่งๆ และแตกต่างกันในแต่ละคน
๓. แจกแผ่นกิจกรรม “นับจากวันนี้...” ให้ผู้เรียนทุกคน และอธิบายว่าให้แต่ละคนคิดถึงเป้าหมายที่ตัวเองมีในแต่ละเรื่อง ในระยะ ๒ ปี ๕ ปี และ ๑๐ ปี ว่ามีเป้าหมายอย่างไร หากใครมีเป้าหมายที่มากกว่าที่ระบุไว้ ให้เขียนเพิ่มในช่องสุดท้าย
๔. ให้เวลาแต่ละคนนั่งเงียบๆ และเขียนเป้าหมายในชีวิต ๑๐ นาที
๕. ให้ผู้เรียนจับกลุ่ม ๓ - ๔ คนต่อกลุ่ม และให้เล่าให้กันฟังถึงเป้าหมายชีวิต และให้กลุ่มช่วยกันตอบคำถาม ดังนี้
 - ให้ระบุ ๔ เรื่องสำคัญที่จะทำให้เราไปถึงเป้าหมายที่เราวางไว้
 - ให้ระบุ ๔ เรื่องที่อาจเป็นอุปสรรค ทำให้เราไปไม่ถึงเป้าหมาย
๖. ให้เวลากลุ่มย่อย ๑๕ นาที จากนั้น ขออาสาสมัครกลุ่มแรกนำเสนอ และขอให้กลุ่มอื่นๆ เพิ่มเติมในประเด็นที่ไม่ซ้ำกัน ผู้ดำเนินกิจกรรมจดคำตอบขึ้นกระดาน
๗. เมื่อครบทุกกลุ่มแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปเรื่องสำคัญที่จะทำให้เราไปถึงเป้าหมาย และสิ่งที่อาจเป็นอุปสรรค จากนั้น ขวนผู้เรียนแลกเปลี่ยน ตามประเด็นดังนี้



๑๙๓

|| การเรียนรู้ที่ ๑๑ นับจากวันนี้...

?

คำถามชวนคิด

- นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อเห็นเป้าหมายในชีวิตของตนเอง และของเพื่อน
- เป้าหมายในแต่ละระยะของเรามีความสัมพันธ์กันหรือไม่ อย่างไร
- สิ่งที่จะช่วยให้เราไปถึงเป้าหมาย เป็นสิ่งที่เรามีอยู่แล้วหรือไม่ ถ้ายังไม่มี จะทำอย่างไร
- เมื่อเรามองเห็นสิ่งที่อาจเป็นอุปสรรคต่อการไปถึงเป้าหมาย เรามีวิธีจัดการอุปสรรคเหล่านั้นอย่างไร
- สิ่งที่ได้เรียนในช่วงมิกซ์ศึกษา มีส่วนช่วยให้นักเรียนไปถึงเป้าหมายชีวิตหรือไม่ อย่างไร



๘. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญว่า

- ทุกคนล้วนมีเป้าหมายในชีวิตของตัวเอง ซึ่งอาจไม่จำเป็นต้องเหมือนกัน แต่การรู้เป้าหมายของตัวเอง จะช่วยให้เราดำเนินชีวิตอย่างมีความหวังที่จะไปถึงเป้าหมาย
- การประเมินอุปสรรคที่อาจมี ทำให้เรามีโอกาสคิดวางแผน และเตรียมการที่จะเผชิญและจัดการ เพื่อจะยังสามารถบรรลุเป้าหมายที่มีอยู่ได้
- ผลกระทบในทางลบจากเรื่องเพศสัมพันธ์ อาจเป็นอุปสรรคหนึ่งของการไปให้ถึงเป้าหมายของชีวิต ดังนั้น การเรียนรู้เรื่องเพศเพื่อดำเนินชีวิตทางเพศในช่วงวัยรุ่นได้อย่างเท่าทันและปลอดภัย จะเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้เราไปถึงเป้าหมายได้

๙. ผู้ดำเนินกิจกรรมบอกว่า กิจกรรมนี้จะเป็นกิจกรรมสุดท้ายของการเรียนเพศศึกษาระดับชั้น ม.๑ ที่ผ่านมาเราได้เรียนและทำกิจกรรมด้วยกันมา ๑๖ กิจกรรม จากนั้น ขวนผู้เรียนทบทวนว่าเราได้เรียนเรื่องอะไรไปบ้าง (๕ นาที)

๑๐. ผู้ดำเนินกิจกรรมทบทวนทั้ง ๑๖ กิจกรรม และแจกกระดาษให้ผู้เรียนเขียนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากชั่วโมงเพศศึกษา และสามารถนำไปปรับใช้ได้ในชีวิตว่ามีอะไรบ้าง (๕ นาที)

๑๙๔

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

๑๑. ขอบอาสาสมัคร ๓-๔ คน บอกถึงสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้และนำไปปรับใช้ได้ (คนละ ๒ นาที)
๑๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมเปิดโอกาสให้ผู้เรียนเสนอแนะสิ่งที่ต้องการเรียนรู้เพิ่มเติมในชั่วโมงพิเศษ



๑๙๕

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๖
นับจากวันนี้...

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมควรเก็บแผ่น “นับจากวันนี้.....” ไว้เพื่อเป็นข้อมูลของผู้เรียนหรืออาจบอกให้ผู้เรียนเก็บไว้เอง เหมือนบันทึกส่วนตัวรายบุคคล เพื่อนำมาอ่านในอนาคตและทบทวนว่า ตัวเรา ได้ทำตามเป้าหมายที่วางไว้ในวันนี้หรือไม่ เพียงไร

การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

คำถามท้ายบท

- การกำหนดเป้าหมายในชีวิตมีประโยชน์ต่อนักเรียนอย่างไร

แผนกิจกรรม “นับจากวันนี้.....”

เป้าหมายชีวิต	ภายใน ๒ ปี ฉันจะอายุ.....ปี	ภายใน ๕ ปี ฉันจะอายุ.....ปี	ภายใน ๑๐ ปี ฉันจะอายุ.....ปี
เป้าหมายเรื่องการเรียนรู้			
เป้าหมายเรื่องอาชีพ			
เป้าหมายเรื่องครอบครัว			
เป้าหมายเรื่องความรัก/ แฟน			
เป้าหมายเรื่องการใช้เงิน/ การเก็บเงิน			
เป้าหมายเรื่องสุขภาพ			
เป้าหมายเรื่อง.....			

๑๙๖

คู่มือการจัด
กระบวนการเรียนรู้
เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๑

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. การจัดสาระการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๔๔. กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ, ๒๕๔๖.

ไตรรงค์ เจนการ. นิยาม : การประเมินผลการเรียนรู้. กรุงเทพฯ: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, ๒๕๔๙.

ภาวนา เทียนระวี. เยาวชนไม่มีปัญหา แต่อยากมีโอกาส. ใน *ไขความลับ รุ่นเรา* เราเลือกเรารับผิดชอบได้ บันทึกรับประสบการณ์สองปีแรกของเยาวชนและคนทำงานในโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ. ๗๓ - ๗๘. องค์การแพช โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ. กรุงเทพฯ: พี.เอส.ซีพพลาย, ๒๕๔๙.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ และกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษา ช่วงชั้นที่ ๓ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๕๐.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. การประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๔. กลุ่มส่งเสริมการเรียนการสอนและประเมินผล สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, ๒๕๕๔.

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้ "เพศศึกษา" สำหรับเยาวชนในช่วงชั้น ๒-๔ ประถมศึกษาปีที่ ๖ ถึง มัธยมศึกษาปีที่ ๖. กรุงเทพฯ: ญัชรินทร์การพิมพ์, ๒๕๕๗.

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

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. แนวคิดในการออกแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับครูและผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาสำหรับเยาวชน. กรุงเทพฯ: เออร์เจนท์ แทค จำกัด, ๒๕๕๐.

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้านในสถานศึกษา สำหรับผู้บริหารสถานศึกษา. กรุงเทพฯ: เออร์เจนท์ แทค 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 กระทรวงศึกษาธิการ. อ้างอิง ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๐. <http://academic.obec.go.th>.

องค์การแพธ โครงการก้าวอย่างเข้าใจ. อ้างอิง 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) ครอบคลุมไว้

- 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

มิติของการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (Relationship) เราคาดหวังให้

- บุคคลสามารถแสดงออกถึงความรัก และความผูกพันลึกซึ้งที่ตนมีได้ตามความเหมาะสม
- บุคคลสามารถพัฒนา และรักษาสัมพันธภาพในความสัมพันธ์ที่ตนให้คุณค่า
- บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงที่จะถูกกระทำจากสัมพันธภาพที่เอาเปรียบ หลอกลวง ทำร้าย
- บุคคลสามารถจะตัดสินใจโดยมีข้อมูลรอบด้านในการสร้างครอบครัว และสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น
- บุคคลสามารถใช้ทักษะต่างๆ ที่จะเอื้อให้ตนเกิดสัมพันธภาพที่ดี และมีมั่นคงกับผู้อื่น

มิติของการพัฒนาทักษะส่วนบุคคล (Personal Skills) เราคาดหวังให้

- บุคคลมีทักษะในการรู้จัก เข้าใจตนเอง และใช้ชีวิตที่สอดคล้องกับความปลอดภัย และค่านิยมของตน
- บุคคลสามารถรับมือขอพบกับพฤติกรรม และสิ่งที่ตนได้กระทำ
- บุคคลได้ฝึกฝนการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ
- บุคคลได้พัฒนาทักษะของการคิด วิเคราะห์ แยกแยะ อย่างรอบด้าน
- บุคคลสามารถสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพกับครอบครัว คนใกล้ชิด เพื่อนฝูง และคนรัก

มิติของพฤติกรรมทางเพศ (Sexual Behavior) เราคาดหวังให้

- บุคคลได้รับความพึงใจ และสามารถแสดงตัวตนในเรื่องเพศของตนตลอดการดำเนินชีวิต
- บุคคลสามารถแสดงออกในวิถีเพศตามที่ตนเองให้คุณค่า
- บุคคลสามารถสร้างความรู้สึกลึกซึ้ง พอใจทางเพศ โดยไม่จำเป็นว่าจะต้องลงมือปฏิบัติตามความรู้สึก ความคิดเหล่านั้น

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

บิตของสุขภาพทางเพศ (Sexual Health) เรภาคทวงโก้

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

บิตของสังคม วัฒนธรรม (Society and Culture) เรภาคทวงโก้

- 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 ไคร่ครวญในเรื่องเพศวิถี 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 ไร่ 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 เน้นการใช้คำถามเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และความรู้สึก ผู้จัดการเรียนรู้จึงต้องใช้ **การฟังอย่างตั้งใจ (Active Listening)** เมื่อมีการแลกเปลี่ยนเกิดขึ้นในระหว่างผู้เรียน และต้องไม่เคร่งครัด ตัดบท เมื่อการอภิปรายแลกเปลี่ยนกำลังดำเนินไปอย่างออกรสชาติ ซึ่งน่าจะสังเกตได้จากบรรยากาศของการแลกเปลี่ยนที่เกิดขึ้น และต้องอาศัยความเข้าใจที่จะเชื่อมโยงเรื่องที่กำลังมีการสื่อสาร อภิปรายกัน เข้าสู่ประเด็นหลักๆ ของสิ่งที่เป็นคำถามของแต่ละแผนการเรียน หากเป็นเรื่องที่อยู่ในหัวข้อที่ผ่านไปแล้ว ก็เชื่อมโยงให้เห็น หรือหากเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับแผนที่กำลังจะเรียนรู้ต่อไป ก็อาจชี้แจงว่าจะมีการนำประเด็นนี้มาพิจารณาถกเถียงกันอีกครั้ง หรือบางครั้งหากเรื่องที่กำลังถกเถียงเกี่ยวพันอย่างมากกับเรื่องที่อยู่ถัดไปข้างหน้า ก็อาจพิจารณาสลับเอาหัวข้อ หรือกิจกรรมที่มีความเกี่ยวพันนั้น มาไว้ในช่วงนั้นเลย เพื่อความต่อเนื่อง หรือลื่นไหลของการเรียนรู้ จัดการ ลำดับการเรียนรู้ และเวลา โดยพยายามกระจายบทบาทความรับผิดชอบสู่ผู้เรียน เปิดโอกาสให้มีการแสดงความคิดเห็นในห้องให้มากที่สุด สังเกตคนที่พูดน้อยที่สุด เพื่อกระตุ้นให้มีส่วนในการแสดงความคิดเห็น

การเปลี่ยนแปลงจาก “ครูผู้สอน” เป็น “ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้” เรื่องเพศ

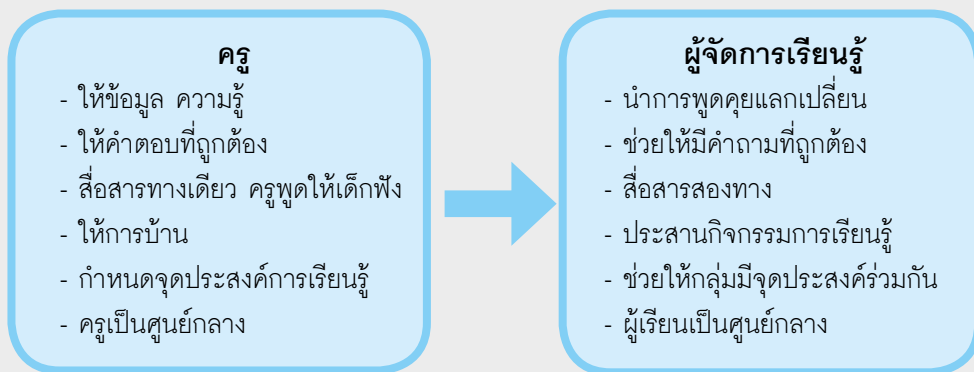
กระบวนการที่จะเปลี่ยนแปลงครูผู้สอน ให้มาเป็นผู้จัดการเรียนรู้ที่ยึดเอาผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ไม่ใช่เรื่องง่าย การฝึกอบรมในห้องอบรมก็เป็นได้เพียงการนำครูเข้าสู่เนื้อหาสาระ และกระบวนการ โดยผู้ฝึกอบรมหลักได้สาดิจจากกระบวนการที่ได้ทำให้เห็น แต่การเรียนรู้ของครู โดยเฉพาะเรื่องทัศนคติในเรื่องเพศ และความเชื่อมั่นต่อศักยภาพของเยาวชน 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 ช่วยให้เราสามารถพึงสติปัญญาของตัวเองในการรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ได้เมื่อไม่มีครูหรือพ่อแม่กำกับอยู่ข้างๆ

การเป็นผู้จัดการเรียนรู้จึงเป็นบทบาทที่คู่กันไปกับการจัดเพศศึกษาแบบอาศัยประสบการณ์ แต่การเปลี่ยนบทบาทนี้ไม่ใช่เรื่องที่สามารถเปลี่ยนได้ชั่วข้ามคืน แต่ต้องป็นขำภูเขาสากลนี้ให้ได้

ภูเขาสากลแรก เกิดจากความยึดมั่นว่าครูรู้ดีกว่า ครูจึงสามารถคิดแทนและบอกทางเลือกที่ดีที่สุดให้กับเด็ก ครูไม่เชื่อมากนักว่าเด็กคิดเองได้ โดยเฉพาะการรู้ซึ่งถึงผลด้านลบที่จะเกิดขึ้น เพราะเด็กมีประสบการณ์จำกัด ความยึดมั่นนี้มาในรูปของความหวังดี ต้องการปกป้องไม่ให้เด็กต้องเผชิญกับเรื่องร้ายๆ จึงเป็นด่านที่สำคัญที่สุดเพราะเมื่อคิดว่าเป็นเจตนาดี ก็ไม่ตระหนักว่าต้องเปลี่ยนแปลง

ภูเขาสากลที่สอง เป็นมรดกของการกล่อมเกลாதงสังคมให้เราเชื่อว่า เรื่องเพศเป็นเรื่องที่น่าอาย เป็นเรื่องที่ต้องควบคุมให้รู้สึกผิดบาป ผู้ชายกับผู้หญิงแตกต่างกันทางสรีระและควรที่ผู้หญิงต้องเป็นฝ่ายตาม รวมถึงมีข้อจำกัดเรื่องเพศมากกว่าผู้ชาย การปลุกฝังและขัดเกลานี้มีผลฝังลึกเสียจนผู้คนจำนวนไม่น้อยไม่เคยจึกคิดว่าทำไมจึงต้องเป็นเช่นนั้น

ภูเขาสากลที่สาม เป็นเรื่องของทักษะ การฟังและจับประเด็น การตั้งคำถามให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิด เหล่านี้เป็นทักษะที่ใช้น้อยในการสอนที่เน้นเนื้อหาเป็นหลัก

อันที่จริงการทำงานเพศศึกษา ไม่ได้เป็นเพียงการสร้างการเปลี่ยนแปลงให้กับเยาวชน แต่เป็นการเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเองด้วย เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เปรียบเหมือนการปีนขำภูเขาสากลซึ่งอยู่ภายในตัวเราเองทั้งสามลูก เรื่องที่ถาม - ตอบต่อไปนี้เป็นเสปียงความคิดที่จะช่วยให้การปีนขำเขาไม่ลำบากจนเกินไป

ภูเขาสูงที่หนึ่ง ครูคือผู้ที่รู้ดีที่สุดที่ต้องชี้แนะคำตอบที่ถูกต้องให้กับเยาวชน

เรื่องเพศ เด็กไม่ได้มีความรู้และประสบการณ์ชีวิตมากพอที่จะคิดเองเลือกเองในทางที่ปลอดภัย ถ้าครูไม่บอกสิ่งที่ถูกต้อง เด็กก็จะไปเชื่อสื่อหรือเห็นดีเห็นงามกับสิ่งที่เพื่อนทำ แนวทางการสอนแบบนี้ไม่เห็นว่าจะช่วยเด็กตรงไหน

๑. เพราะเหตุนี้จึงต้องจัดใหม่ ให้เกิดความรู้และได้ประสบการณ์ภายใต้การจัดการของเรา เพื่อให้เยาวชนสามารถเลือกได้เมื่อเหตุการณ์ทำนองนั้นเกิดขึ้นกับเขา เราอยากเห็นเด็กเลือกได้และปลอดภัย เราก็ต้องพัฒนาไปให้ถึงจุดนั้น แต่ถ้าเรากลัวว่าเด็กเลือกเองไม่ได้ ก็เลยเลือกให้ เราไม่ได้ช่วยให้เขาพึ่งตัวเอง เมื่อเขาก่อนแสวงหาความคิดและในขณะเดียวกันเขาก็ไม่ได้เชื่อฟัง 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

ถ้าเด็กยังไม่ไปถึงจุดนั้น เราก็ต้องห้ามปราม แต่ถ้าเขามีประสบการณ์แล้วก็ต้องทำให้ยินยอมรับ เราต้องมีจุดยืนด้วย ไม่ใช่อะไรก็ปล่อยให้เด็กเลือกเอง

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

- ดำรงรักษาเอกลักษณ์ของสังคมไทยที่กุลสตรีต้องรักษาวนสงวนตัว
- 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 การล่าโล้ม จุดสัมผัสคนโสดยังไม่แต่งงานพูดไปก็เข้าเนื้อ คนจะนินทา

๑. ก็เพราะไม่เคยบอกให้หมด เขาวงกตจึงได้เรียนรู้เรื่องเพศจากสื่อสารพัดรูปแบบ ข้อมูลเหล่านั้นถูกรับเข้ามาโดยไม่สามารถกลั่นกรองได้ ก็เพราะเราไม่เคยช่วยให้เขากลั่นกรอง การที่เราไม่เป็นฝ่ายให้ข้อมูลก็เท่ากับเราผลักไสหน้าที่นี้ไปให้กับผู้ผลิตซีดี สิ่งพิมพ์ โฆษณาต่างๆ เรามัวแต่กล่าวโทษสื่อเหล่านี้ ทั้งที่ความจริงเราควรโทษตัวเองมากกว่าที่อยู่ใกล้ชิดเด็กมากกว่าใครๆ แต่กลับไม่ทำอะไร

๒. ก็เพราะเราสบายใจที่จะพูดแต่วิธีการคุมกำเนิด แต่ละวันที่จะทำความเข้าใจถึงพฤติกรรมทางเพศซึ่งต้องเกิดขึ้นก่อนการคุมกำเนิดด้วยซ้ำ เขาวงกตจึงคาดการณ์ไม่ได้ว่าแค่อยากอยู่ด้วยกันนั้นจะนำไปสู่อะไรได้อีก 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 เรื่องเพศเป็นเพียงส่วนเดียวของชีวิตคู่ที่ถูกปล่อยให้หายไป ตามยถากรรม เพศศึกษาไม่ได้ทำให้องค์ประกอบนี้กลายเป็นเรื่องสำคัญกว่าอย่างอื่น เพียงแต่ทำให้ไม่ถูกละเลย และมีการดูแลแก้ไขให้ทำหน้าที่ของมันในชีวิตคู่ได้ตามฐานะ
- คนโสดโดยเฉพาะผู้หญิงต้องไร้เดียงสาทางเพศ ไม่ควรทำตัวว่ารู้เรื่อง - ผล : ครูสตรีก็เลยสอนเพศศึกษาได้บางเรื่อง พูดได้บางด้านทั้งที่เข้าใจดีว่าควรจัดการเรียนรู้อย่างไร เรื่องที่ลำบากใจอยากให้ครูผู้ชายพูด เรื่องนี้เป็นตัวอย่างที่ชัดเจนของทัศนะทางเพศที่เราถูกปลูกฝังมา ไม่มีใครมา “unlearn” ให้เราได้นอกจากตัวเราต้องทำความเข้าใจและขัดเกลาทัศนะเรื่องนี้ให้แจ่มชัด เขียวชนเรียนรู้จากที่เราทำมากกว่าที่เราพูด การปรับทัศนะของเราและการปฏิบัติตัวของเราคือ การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีค่าให้เขียวชน เพศศึกษาเน้นความจำเป็นของการสื่อสาร แต่ครูเองยังไม่กล้าพูดเลย !!

ภูเขาสูงก็สาม กัษะในการเป็นผู้จัดการเรียนรู้

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

แบบแผนการฟังและการสื่อสารของท่าน

ทบทวนตัวเองว่าโดยส่วนใหญ่ท่านมักตอบเพื่อนของท่านตามข้อใด

๑. วันนี้อากาศร้อนมาก ไม่อยากออกไปซื้อของเลย
 - ก. จริงด้วย เดินกลางแดดร้อนๆ น่าปวดหัว
 - ข. ไม่ว่างมากเท่าไรหรอก เป้าพัคลมเดียวก็หายร้อน
 - ค. อ้าวไม่ซื้อวันนี้แล้วจะไปวันไหน
 - ง. เธอก็ชอบผลัดวันประกันพรุ่ง ไม่เห็นทำอะไร
 - จ. ไปซื้อซะให้เสร็จๆ ไป จะได้ไม่ต้องรอไปวันหลัง
๒. เมื่อทำรายงานจ้ง ตั้งสองอาทิตย์มาแล้วที่ต้องนั่งเขียนแต่รายงานพวกนี้ ฉันทนทำต่อไปไม่ไหวแล้ว
 - ก. เพราะอะไรเธอถึงใช้เวลาทำนานตั้งสองอาทิตย์
 - ข. พักก่อนสิแล้วค่อยกลับมาทำทีหลัง
 - ค. มันก็น่าเบื่ออยู่ที่ต้องมาทำอะไรแบบนี้ตั้งนานแล้วยังไม่เสร็จ
 - ง. เออน่า ใครๆ ก็เบื่อทั้งนั้น
 - จ. พวกชอบดินพอกหางหมู นี่ถ้าทำมาตั้งแต่เปิดเทอมเธอก็ไม่ต้องเป็นแบบนี้

๓. ไม่รู้ว่าจะทำอะไรก่อนดี หัวหน้าให้ทำงานเพิ่มอีกสองอย่าง นี่ก็แทบจะไม่มีเวลาทำอะไรอยู่แล้ว
- ก. ไปถามหัวหน้าว่าขึ้นไหนสำคัญต้องทำก่อน
 - ข. ดูว่าคุณเครียดนะ งานก็เร่ง เวลาก็ไม่พอ
 - ค. จริงๆ แล้วจะต้องทำอะไรก่อนล่ะ
 - ง. เธอก็ซีก็กังวล ทำไปเดี๋ยวก็เสร็จเองแหละ
 - จ. บางทีคนเรามันก็ต้องยุ่งๆ อย่างนี้แหละ ทำไปเถอะเดี๋ยวก็เสร็จ
๔. หัวหน้าสายให้สอนเพศศึกษา อาทิตย์หน้าต้องสอนแล้ว ฉันต้องเตรียมไม่ทันแน่
- ก. สองสามอาทิตย์แรกก็คงต้องเตรียมหนักหน่อย จากนั้นก็คงอยู่ตัว
 - ข. เธอไม่น่ายอมรับมาสอนเลย
 - ค. เธอไม่เคยสอนวิชานี้มาก่อนหรือ
 - ง. เธอควรเตรียมตัวตั้งแต่เดี๋ยวนี้เลยล่ะ
 - จ. ดูเธอกังวลใจว่าจะเตรียมตัวไม่ทัน
๕. เขาลือกันว่าปีนี้กระทรวงจะเอาจริงเรื่องตัดคนออก ๕ เปอร์เซนต์ ผมต้องมาตงงานตอนแก่นี้มันแย่มากที่สุดในชีวิตเลยนะ
- ก. คนตั้งใจทำงานแบบคุณเขาไม่เอาออกหรอก
 - ข. ทำไมคุณถึงคิดว่าคุณจะอยู่ในพวก ๕ เปอร์เซนต์นั้น
 - ค. ไปถามอาจารย์ใหญ่เลยว่าเขาจัดคุณไว้ในพวกที่จะตัดออกหรือเปล่า
 - ง. ท่าทางคุณเป็นกังวลกับเรื่องนี้มากนะ
 - จ. อย่าคิดมาก คุณไม่มีทางโดนหรอก
๖. ถ้าผมอยากได้ชีแปด ผมต้องย้ายไปสอนต่างจังหวัด แต่ถ้าผมไม่เอาก็ไม่รู้จะมีโอกาสอีกไหม ผมไม่รู้จะเลือกอะไรดี
- ก. ดูเป็นเรื่องที่ตัดสินใจยากสำหรับคุณ คุณกลัวว่าจะเสียโอกาสใหม่
 - ข. ไปลองคิดดูก่อนว่าการไปอยู่ต่างจังหวัดดีหรือไม่ดียังไง

- ค. หาโอกาสแบบนี้ไม่ได้อีกแล้วนะ
- ง. คุณคิดว่าไปสอนต่างจังหวัดไม่ดีตรงไหน
- จ. เลือกอะไรก็ตามแต่ เดี่ยวเรื่องก็คลี่คลายไปในทางที่ดี
๗. คุณดูขี้นเหลือเกิน ถ้าไม่บ่นเรื่องนักเรียนก็บ่นเรื่องเพื่อนร่วมงาน ฉันรำคาญเขาที่สุดเลย
- ก. นี่นะ คราวต่อไปถ้าเขามาบ่นอีกละก็ เธอก็บอกให้เขาหยุดแล้วกลับไปทำงาน
- ข. ก็เพราะเธอชอบทำตัวเป็นศิราณี คนถึงมาบ่นให้ฟัง
- ค. เข้าใจว่าเธอรำคาญที่คุณดูมาบ่นด้วยบ่อยๆ
- ง. อย่าไปสนใจ ที่ไหนๆ ก็มีคนขี้นแบบนี้ทั้งนั้น
- จ. คุณคิดว่าอะไรทำให้คุณดูมีแต่เรื่องน่าบ่น
๘. ฉันตั้งใจที่ได้เรียนต่อ แต่ก็กลัวว่าจะเรียนไม่ไหว
- ก. มีอะไรยากหรือในเรื่องที่ต้องเรียน
- ข. เรื่องเรียนตอนนี้ทำให้คุณทั้งตั้งใจทั้งกังวลใจเลยนะ
- ค. คนที่ทำงานด้วยเรียนด้วยก็รู้สึกกังวลอย่างนี้ทั้งนั้น
- ง. ไปถามรุ่นพี่ที่เคยเรียนสิว่าต้องทำยังไง
- จ. รอมที่ตั้งนานกว่าจะได้เรียน จะกลัวไปทำไม
๙. เค้าอีกแล้ว ต้องไปสัมภาษณ์ต่างจังหวัดอีกแล้ว เพิ่งจะกลับมากะเป่ายังไม่ทันเก็บ ที่บ้านต้องบ่นอีกแน่ๆ
- ก. แพนคุณน่าจะรู้ว่าเป็นหัวหน้าก็ต้องเดินทางบ่อยแบบนี้ทุกคน
- ข. เดี่ยวก็หมดหน้าสัมภาษณ์แล้วละ พอกลับมาคุณก็อยู่กับที่บ้างไม่ต้องออกไปไหน
- ค. ขวนให้เขาหยุดไปกับคุณสิจะได้ไม่บ่น
- ง. มันก็น่าปวดหัวนะ ที่ต้องรักษาสมดุลเรื่องงานกับครอบครัวให้ได้
- จ. ทำไมต้องไปสัมภาษณ์บ่อยๆ

ข้อ	สั่งสอน กำกับ	ตัดสิน	ชอบชกใช้	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					

นับเฉพาะข้อที่คุณทำวงกลมไว้เท่านั้น

สั่งสอน กำกับ (directing)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบสั่งสอน มักเป็นผู้ควบคุมและทำให้การสนทนาเป็นไปในทิศทางที่ตนเองเป็นผู้บอกชี้แนะในเรื่องที่คุยกัน เมื่อผู้พูดแสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกในเรื่องใด แม้ไม่ได้ต้องการคำชี้แนะหรือไม่ได้พูดเพื่อขอคำแนะนำ แต่ก็มักได้รับการตอบสนองในเชิงชี้แนะมากกว่าเป็นการแลกเปลี่ยนความคิด

...ชวนให้เขาลาหยุดไปกับคุณสิจะได้ไม่บ่น

...ไปซื้อตะให้เสร็จๆ ไป จะได้ไม่ต้องรอไปวันหลัง

ตัดสิน (judgemental)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบตัดสิน จะนำค่านิยม แนวคิด หลักการของตนเองไปใช้ในการโต้ตอบหรือแนะนำ มักฟังและตัดสินเรื่องที่คุณกันั้นว่าเป็นการกระทำหรือการตัดสินใจที่ถูกหรือผิด

...เธอก็ชี้กักังวล ทำไปเดี๋ยวกัเสร็จเองแหละ

...เธอกัชอบผลัดวันประกันพรุ่ง ไม่เห็นทำซะที

ซักไซ้ (probing)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบซักไซ้ เป็นคนชอบซักถามเพื่อให้ตนเข้าใจและพอใจในคำตอบในแง่มที่ตัวเองสนใจใครรู้ มากกว่าจะสนใจว่าจริง ๆ แล้วผู้พูดต้องการบอกอะไร หรือกำลังรู้สึกอย่างไร

...ทำไมคุณถึงคิดว่าคุณจะอยู่ในพวก ๕ เปอร์เซนต์นั้น

...คุณคิดว่าไปสอนต่างจังหวัดไม่ดีตรงไหน

ปลอบใจ (smoothing)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบปลอบใจจะไม่แตะต้องตัวปัญหา ไม่ชอบยุ่งกับความขัดแย้ง แต่จะช่วยให้รู้สึกว่เรื่องที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องเล็ก คลี่คลายได้

...เดี๋ยวงัก็คลี่คลายไปในทางที่ดี

...อย่าไปสนใจ ที่ไหน ๆ กัมีคนขั้บแบบนี้ทั้งนั้น

เห็นอกเห็นใจ (empathetic)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบเห็นอกเห็นใจ จะแสดงให้เห็นว่เข้าใจทั้งเรื่องและความรู้สึกของผู้พูด มักใช้การจับใจความ การทวนความ เพื่อสะท้อนความเข้าใจ

...มันก็น่าปวดหัวนะ ที่ต้องรักษาสมดุลเรื่องงานกับครอบครัวให้ได้

...ดูเป็นเรื่องว่ตัดสินใจยากสำหรับคุณ คุณกลัวว่จะเสียโอกาสให้ใหม่

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

ทักษะที่จำเป็นของผู้จัดการเรียนรู้

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

การฟังไม่ได้หมายถึง การได้ยิน หรือรับฟังสิ่งที่ถูกพูดถึงเท่านั้น แต่ยังหมายรวมถึง 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
- ถ้าเราเป็นคนที่มีสมบัติแบบนี้ในเรื่อง 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

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

การบอวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ไม่ใช่การบอข้อสรุปของบทเรียน (เพราะบทสรุป ย่อมมาจากการแลกเปลี่ยนร่วมกันระหว่างผู้เรียน) แต่เป็นการบอถึงเหตุผล 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 กิจกรรมที่ทำได้เกี่ยวข้องกับประเด็นของการเรียนรู้หรือไม่ จุดอ่อนที่สำคัญในการทำกิจกรรมเพื่อเข้าสู่บทเรียน มักจะอยู่ที่คำสั่งของการทำกิจกรรมไม่ชัดเจน ไม่ได้ระบุวัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่กล่าวต้องการจำลองสถานการณ์อะไร สิ่งที่เกี่ยวข้องกับประเด็นที่จะสร้างการเรียนรู้ต่อไปอย่างไร 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

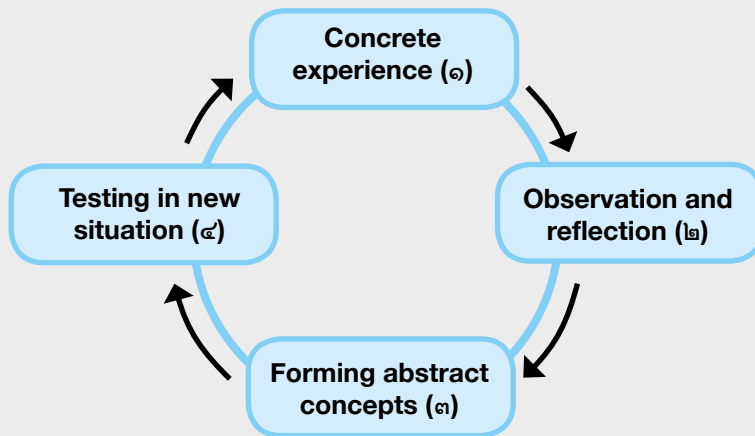
ถ้าเปรียบเทียบกับข้อสอบ เพศศึกษาจะเป็นข้อสอบแบบปรนัยหรืออัตนัย หรือถ้าเปรียบเทียบกับ การสอนทำอาหารและการสอนคณิตศาสตร์ เพศศึกษาค้คล้ายกับการสอนทำอาหารหรือคล้ายกับการสอนคณิตศาสตร์

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...จากนั้นก็ยังไม่จำได้ (จำได้ ๕๐%)

ฉันได้ทำ...และฉันเกิดความเข้าใจ (จำได้ ๘๐%)

I hear and I forget,

I see and I remember,

I do and I understand.

(Confucius)

การจัดการเรียนรู้ที่เน้นประสบการณ์จำเป็นมากน้อยเพียงใด สำหรับเพศศึกษา

ถ้ามองจากมุมมองของผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการ เราคงอยากเห็นเยาวชนที่ผ่านการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาแล้วสามารถหลบหลีกเอาตัวรอดจาก “ของร้อน” ได้ด้วยตัวเอง โดยไม่ต้องมีผู้ใหญ่คอยปกป้องหรือควบคุม (เพราะชีวิตความเป็นอยู่ในทุกวันนี้ ผู้ใหญ่ก็ไม่สามารถที่จะรู้เห็นและควบคุมได้มากนัก)

แต่ถ้ามองจากวิธีการเรียนรู้ที่ยึดหลักการได้รับประสบการณ์ตรง เราลองตอบคำถามข้างล่างนี้ว่าเรายอมได้หรือไม่ เพราะอะไร คำตอบสำหรับเยาวชนหญิงแตกต่างจากคำตอบสำหรับเยาวชนชายหรือไม่ เพราะเหตุใด

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

กำหนดยอมรับได้หรือไม่ที่จะให้เยาวชนทำในเรื่องต่อไปนี้

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 ไม่ได้มีความสุขอย่างที่เขาแกล้งทำในหนัง เราจะไปรู้ได้อย่างไรว่าที่เขาแสดงบางทีเป็นเรื่องทำร้ายร่างกาย ถ้าไม่มีคนมาบอก)
๒. รู้วิธีการสร้างความสุขทางเพศหลายๆ แบบ ช่วยให้มีความสุขทางเพศได้โดยไม่ต้องเสี่ยง เพราะเวลาพูดถึง safe sex ก็ยกตัวอย่างแค่การใช้ถุงยางเหมือนว่าทำได้แบบเดียว

๓. ก่อนไปซื้อยาคุมก็คิดว่าคงอายุเหมือนกัน กิจกรรมนี้ทำให้รู้เลยว่าทำไมเพื่อนถึงต้องไปทำแท้ง ทั้งที่ก็รู้ว่าคุมกำเนิดทำยังไง 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) ไม่ปล่อยให้สิ่งที่เกิดขึ้นเพียงแค่ว่าผ่านไปและจบลงไป 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 การพูดตามทีคิดจะได้รับการรับฟังอย่างเข้าใจ ไม่ถูกตัดสินคุณค่าเพียงเพราะว่ามีความคิดเห็นที่แตกต่างไปจากค่านิยม ความเชื่อของครูหรือผู้จัดกระบวนการเรียนรู้
๕. ครูในฐานะผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ต้องเชื่อมั่นว่าเยาวชนสามารถเลือกทางที่ดีที่สุดสำหรับตัวเขาเองได้ เมื่อเขาได้รับข้อมูลที่เพียงพอ ได้ฝึกคาดการณ์ถึงผลกระทบ ได้ฝึกทักษะที่ต้องใช้ในแต่ละสถานการณ์ ได้รับรู้อารมณ์ ความต้องการของตัวเอง ได้ทบทวนค่านิยมที่ตัวเองต้องการ ยึดถือ

สำหรับความเชื่อที่เราเคยมีจากพื้นฐานของความรักและห่วงใยที่ว่า

- เด็กควรได้รับการปกป้องจากสิ่งชั่วร้าย
- เด็กคิดไม่ได้หรือกว่าผลที่เกิดขึ้นนั้นจริงๆ แล้วเขาจัดการไม่ได้
- เรามีหน้าที่ที่ต้องสอนให้รู้ว่าอะไรคือ สิ่งที่ถูกที่ควร เมื่อเด็กคิดผิด เราก็ต้องพยายามชักจูงแก้ไข

ถึงแม้เกิดความรักและห่วงใยแต่ก็เป็นความเชื่อที่ไม่สอดคล้องกับการจัดการศึกษาแบบนี้ให้คิดถึงข้อเท็จจริงที่เราเองก็รู้อยู่เต็มอกกว่า

....มีหนังสือ หนังสือการ์ตูนปกขาว ขายกันทั่วไป ใครๆ ก็เห็นและซื้อได้ด้วยเงินไม่กี่บาท แต่ครูก็ทำเหมือนว่าเด็กคงมองไม่เห็น และคงไม่อยากรู

....เยาวชนเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ง่ายขึ้น มีเรื่องไปในเว็บมากมายที่ยังกักไม่ได้ จะมีสักกี่คนที่หลุดรอดไม่เคยได้เห็น...นอกจากครู

....เพื่อนเขาอยู่กันเป็นคู่ๆ เวลาไปไหนด้วยกันเขาก็กอดกันกลมให้ใครๆ เห็นจนเป็นเรื่องธรรมดา ครูทำเหมือนว่าทุกคนยังไร้เดียงสาทางเพศ

ดังนั้นเราอาจจะเข้าไปด้วยซ้ำถ้าเรายังจัดการศึกษาบนข้อสันนิษฐานที่ว่าเยาวชนยังไม่มี ความสนใจและยังไม่มีประสบการณ์ทางเพศ และเราไม่ควรรีบสร้างเงื่อนไขไปกระตุ้นให้มาสนใจ

เรื่องเพศ ความจริงเรากำลังทอดทิ้งหน้าที่ด้วยซ้ำไป เมื่อคิดถึงว่าเยาวชนที่เห็นหน้ากันอยู่ทุกวันนี้ พวกเขามีกิจกรรมทางเพศโดยที่ไม่เคยมีใครช่วยให้รู้ว่าความสัมพันธ์นั้นมีหลายแบบและหลายวิธี 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 หน่วยงานรับเรื่องราวร้องทุกข์ 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 กับเลขธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

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 ทำให้เห็นปัญหาและตระหนักดีว่าจะต้องปลูกฝังในเรื่องเพศศึกษา แต่ก็เตือนว่า ถ้าสอนแบบครึ่งๆ กลางๆ อาจเป็นภัยได้ ผู้บริหารมีบทบาทสำคัญ แต่ปัญหาอยู่ที่ผู้บริหารเปลี่ยนบ่อย ทำให้งานไม่ต่อเนื่อง หลายโรงเรียนที่ทำได้ดี มีการอบรมผู้บริหารทั้งโรงเรียนทำให้การต่อต้านน้อยลง มีการบูรณาการและเชื่อมโยงมากขึ้น

มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ ผูกให้ สพฐ. ให้ความสำคัญแก่ทีมงานที่ทำเรื่องเพศศึกษา เพราะโรงเรียนมักจะเน้นครูที่สอนวิชาที่จะนำไปสู่การคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยมากกว่า มีข้อเสนอให้จัดโอกาสให้ครูที่ทำงานด้านนี้ได้พบกันอย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมให้เด็กๆ มีส่วนร่วมมากยิ่งขึ้น และพยายามส่งเสริมให้โรงเรียนจัดเวทีให้ความรู้ผู้ปกครองเรื่องต่างๆ เช่น เรื่องแก้ปัญหาการติดเกม เรื่องเพศศึกษาสำหรับวัยรุ่น ฯลฯ ซึ่งจะดึงดูผู้ปกครองมาโรงเรียนได้มาก เพราะผู้ปกครองมักจะบ่นว่ามาที่ไรก็พูดแต่เรื่องของโรงเรียน แต่ถ้าหากมาโรงเรียนแล้วพูดเรื่องของลูกๆ จะได้รับความสนใจว่ามาก

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

มูลนิธิทงใบ ทองเปาด์

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.จามาธิบตี) แขวงพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

บริการปรึกษา โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๔-๘๓๐๐ (เวลาราชการ)

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

Hotline วัยรุ่น คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบตี

โรงพยาบาลรามาธิบตี ถ.พระราม ๖ เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐๘-๗๐๕๓-๕๕๐๐ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

คลินิกเพื่อนใจวัยทีน

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.พรานนก 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 ๐-๒๕๒๖-๓๓๔๒ (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)

โครงการเพื่อนวัยใสเข้าใจเอตส์

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

ต.เมืองศรีโค อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ๓๔๑๙๐

โทรศัพท์ ๐๔๕-๒๘๘-๕๒๓ (เวลาราชการ)

นครราชสีมา

โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชนครินทร์

ถ.ช้างเผือก 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.ขาดะมดุง 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.)

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 ๐-๒๔๖๕-๖๖๖๕, 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

ปรึกษาทันตกรรมแผนกครอบครีว

คลินิกของสมาคมวางแผนครอบครีวแห่งประเทศไทย (สทท)

คลินิก สทท เวชกรรม บางเขน

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

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

คลินิก สทท เวชกรรม ดินแดง

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

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

คลินิก สทท เวชกรรม ปิ่นเกล้า

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

โทรศัพท์ ๐-๒๔๓๓-๙๐๗๗ (เวลาราชการ)

คลินิก สทท เวชกรรม หาดใหญ่

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

โทรศัพท์ ๐๗๔-๒๔๖-๓๔๓ (เวลาราชการ)

คลินิก สทท เวชกรรม ขอนแก่น

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

โทรศัพท์ ๐๔๓-๒๒๓-๖๒๗ (เวลาราชการ)

คลินิก สทท เวชกรรม เชียงใหม่

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

โทรศัพท์ ๐๕๓-๒๔๖-๓๔๗ (เวลาราชการ)

คลินิก สทท 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 ๑๐๔๐๐

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 หมู่บ้านกัลยาเข้าสู่ ซ.๒ ถ.สุขุมวิท ๑๐๗ ต.สำโรงเหนือ อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๙-๗๒๐๑, ๐-๒๓๕๙-๑๒๓๘ (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/เภสัช

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 หมู่บ้านรัตนฤดี ๓ ถ.ททัยราษฎร์ 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 ๐๘-๕๐๔๑-๘๔๗๗ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๗.๓๐ น.)

แนะนำเว็บไซต์สำหรับคนทำงานเพศศึกษา

เว็บไซต์ไทย

www.teenpath.net

เว็บไซต์ที่ส่งเสริมการเรียนรู้เพศศึกษา และเป็นแหล่งข้อมูลเรื่องเพศสำหรับเยาวชน ครู และพ่อแม่ ดำเนินงานโดยโครงการก้าวอย่างเข้าใจ องค์การแพช (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 ตรีนิติ แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว

www.fasiroong.org

เว็บไซต์ของสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย ซึ่งเป็นสมาคมที่ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางในการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ด้านสิทธิเสรีภาพ ปกป้องศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์และความเท่าเทียมกันในสังคมของกลุ่มคนที่เป็นชายรักเพศเดียวกัน

www.formumandme.com

สาระน่ารู้เกี่ยวกับบทความที่น่าสนใจ รวมทั้งแนะนำเว็บไซต์ที่น่าสนใจสำหรับคุณแม่ที่มีลูกในวัยต่างๆ ทั้งผู้ที่อยากเป็นคุณแม่ 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

มูลนิธินี้มูร์สของสหรัฐอเมริกาให้บริการความรู้พื้นฐานในเรื่องร่างกาย 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) เป็นหน่วยงานรับผิดชอบในการดำเนินงานร่วมกับองค์กรภาคีเพศศึกษา ๑๓ แห่ง 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

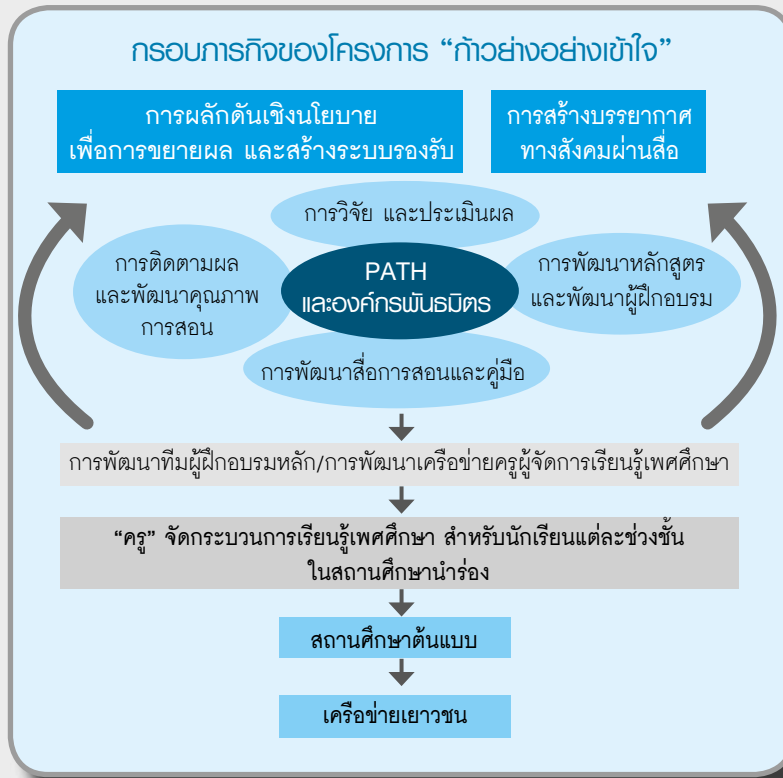
๒. วัตถุประสงค์

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

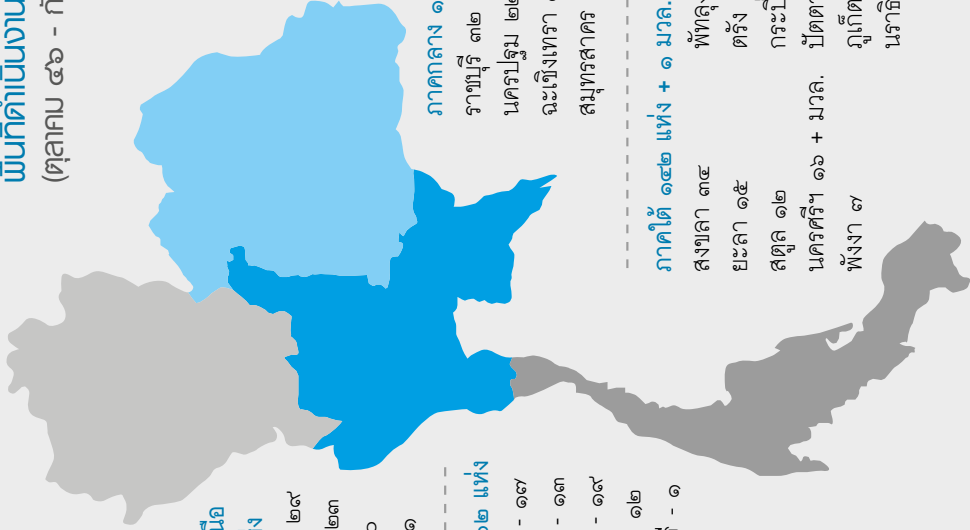
ในช่วง ๕ ปีของการดำเนินงาน โครงการสามารถเข้าถึงสถานศึกษา ๗๖๓ แห่ง ครอบคลุมพื้นที่ ๗๓ จังหวัดแยกเป็น

- 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) โดยสามารถแยกสถานศึกษาขั้นพื้นฐานที่เข้าร่วมโครงการจำนวน 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 สฟพ.
๒๑ แห่ง)

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

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

ศูนย์ฝึก ๒ แห่ง
บ้านกาญจนาภิเษก
ศูนย์ฝึกฯ อุบลฯ

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

มหาวิทยาลัยราชภัฏ ๑๐ แห่ง
พระนครศรีอยุธยา, จันทบุรี,
เพชรบุรี, หมู่บ้านจอมบึง, กาญจนบุรี,
ยะลา, นครศรีธรรมราช, เชียงราย,
ลำปาง, อุบลราชธานี (+ คูขนาน ๙
แห่ง อุตรดิตถ์, อุตรธานี, นนทบุรี,
ร้อยเอ็ด, นครปฐม, นครสวรรค์,
สวนดุสิต, บ้านสมเด็จ และภูเก็ต)

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

การศึกษานอกโรงเรียน
๒๑ จังหวัด
๔๘ ศูนย์อำเภอ

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ (ข้อมูลเมื่อ ๒๒ ตุลาคม ๕๖)

การศึกษานอกโรงเรียน ๔๕๙ แห่ง ใน ๓๓ จังหวัด ๗๑ สฟพ.

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 และจัดให้เรียนเพศศึกษา**ปีการ
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 จัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้**แผนการ
เรียนรู้เพศศึกษาเต็มรูปแบบ** ในกลุ่มสาระหรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่ครูเป็นผู้รับผิดชอบ
โดยไม่มีแผนความต่อเนื่องในแต่ละระดับชั้น

รูปแบบที่ ๔ “เพศศึกษา” แบบสอดแทรก

เป็นสถานศึกษา ที่ครู**ยังไม่ใช้แผนการเรียนรู้เพศศึกษาเต็มรูป** 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 และสื่อเพศศึกษาอื่นๆ 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. กลุ่มละครเพื่อการเรียนรู้บางพลี
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 | โรงเรียนกุนนทีรุทธาราชาวิทยาลัย |
| ๔. อ.กนิษฐ์เพ็ญ ทานประสิทธิ์ | โรงเรียนสีกัน (วัดมณีนี้นท์อุปถัมภ์) |
| ๕. อ.สุวรรณ ทองบัวงาม | โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยาคม |
| ๖. อ.วิภา เกตุเทพา | โรงเรียนสตรีวิทยา ๒ ในพระราชูปถัมภ์ฯ |
| ๗. อ.สุวิมล จันทร์เปรมปรั่ง | 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 ใสสกุล | 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

เจ้าหน้าที่โครงการส่งเสริมการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาอบด้าน องค์การแพธ

- | | |
|-------------------------|--|
| ๑. วรานุช ชินวรโสภาค | ผู้จัดการโครงการ |
| ๒. อุษาสินี ธีรทอง | ผู้ประสานงานโครงการ กรุงเทพฯ และสมุทรปราการ |
| ๓. หทัยรัตน์ สุดา | ผู้ประสานงานโครงการ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ |
| ๔. พรนุช สถาผลสวัสดิ์ | ผู้ประสานงานโครงการ อาชีวศึกษา
และการศึกษานอกโรงเรียน |
| ๕. ชูไชย นิจิไตรรัตน์ | 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		โรงเรียนสินปุนคุณวิษณุ	สพท. กระบี่ ๑
๓	กรุงเทพฯ	โรงเรียนกุนนทีรุทธธารามวิทยาคม	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		โรงเรียนนवलนรดิศวิทยาคม รัชมั่งคลาภิเษก	สพท. กทม. ๓
๑๖		โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) ๒	สพท. กทม. ๒
๑๗		โรงเรียนบางกะปิ	สพท. กทม. ๒
๑๘		โรงเรียนบางบัว (เฟังตั้งตรงจิตรวิทยาคาร)	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		โรงเรียนมัธยมคันทรียา	สพท. กทม. ๑
๒๕		โรงเรียนมัธยมนาควาอุปถัมภ์	กทม.
๒๖		โรงเรียนมัธยมบ้านบางกะปิ	กทม.
๒๗		โรงเรียนมัธยมประชาชนิเวศน์	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		โรงเรียนวัดราชบุรุษบำรุง (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 (วัดน่านนันทอุปถัมภ์)	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		โรงเรียนบ่อพลอยรัษฎาภิเษก	สพท. กาญจนบุรี ๔
๗๑		โรงเรียนบ้านเก่าวิทยา	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๒		โรงเรียนบ้านตลุงเหนือ	สพท. กาญจนบุรี ๔
๗๓		โรงเรียนบ้านท่าห่ม	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		โรงเรียนอนุบาลวัดลูกแกประชาชนูทิศ	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 "มณูญวิทยาการ"	สพท. ชลบุรี ๑
๙๘		โรงเรียนบ้านสวน (จันอนุสรณ์)	สพท. ชลบุรี ๑
๙๙		โรงเรียนบ้านสวนอุดมวิทยา	สพท. ชลบุรี ๑
๑๐๐		โรงเรียนบ้านหนองเงิน	สพท. ชลบุรี ๑
๑๐๑	ชัยภูมิ	โรงเรียนจัตุรัสวิทยาการ ชัยภูมิ	สพท. ชัยภูมิ ๓
๑๐๒		โรงเรียนชัยใหญ่วิทยาคม	สพท. ชัยภูมิ ๓
๑๐๓		โรงเรียนโนนคุณวิทยาการ รัชมิ่งคลาภิเษก	สพท. ชัยภูมิ ๒
๑๐๔		โรงเรียนบำเพ็ญจรรย์วิทยาคม	สพท. ชัยภูมิ ๓
๑๐๕		โรงเรียนภักดีชุมพลวิทยา	สพท. ชัยภูมิ ๑
๑๐๖		โรงเรียนภูเขียว	สพท. ชัยภูมิ ๒
๑๐๗		โรงเรียนหนองบัวแดงวิทยา	สพท. ชัยภูมิ ๑
๑๐๘	ตรัง	โรงเรียนคันธพิทยาการ	สพท. ตรัง ๑
๑๐๙		โรงเรียนตรังคริสเตียนศึกษา	สช.
๑๑๐		โรงเรียนตรังรังสฤษฏ์	สพท. ตรัง ๑
๑๑๑		โรงเรียนทุ่งยาวผดุงศิษย์	สพท. ตรัง ๑
๑๑๒		โรงเรียนนาโงยวิทยาคม	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		โรงเรียนสวัสดีรัตนภิรมย์	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		โรงเรียนภัทรภูมณีวิทยา	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 (กาญจนลักษณะวิทยา)	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		โรงเรียนนบพิตาวทยา	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	สข.

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		โรงเรียนวัดโคกสวาย	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		โรงเรียนตะโหมด	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	โรงเรียนปรีดิตรังสรรค์	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	โรงเรียนถิ่นโสภาวิทยา	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		โรงเรียนสูงเม่นขลุ่ยปถมภ์	สพท. แพร่ ๒
๒๕๓	ภูเก็ต	โรงเรียน อบจ.บ้านตลาดเหนือ (วันครู ๒๕๐๒)	อบจ.
๒๕๔		โรงเรียนกะทู้วิทยา	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๕		โรงเรียนเกาะสิเหร่	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	โรงเรียนกุดชุมพภูมิวิทยาคม	สพท. ยโสธร ๒
๒๖๒		โรงเรียนทรายมูลวิทยา	สพท. ยโสธร ๒
๒๖๓		โรงเรียนมหาษนชัยวิทยาคม	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 สาคินทร์)	สพท. ยะลา ๑
๒๗๕		โรงเรียนบ้านสาคอ	สพท. ยะลา ๑
๒๗๖		โรงเรียนเบตง "วีระราษฎร์ประสาน"	สพท. ยะลา ๒
๒๗๗		โรงเรียนยะลาบำรุงผดุงประชา	สข.
๒๗๘		โรงเรียนยะหาศรียานุกุล	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	โรงเรียนครูราษฎรรั้งสถัญญ์	สพท. ราชบุรี ๑
๒๘๔		โรงเรียนแคทรายวิทยา	สพท. ราชบุรี ๑
๒๘๕		โรงเรียนด่านทับตะโกราษฎรอุปถัมภ์	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		โรงเรียนโพธารวมนาเสนี	สพท. ราชบุรี ๒
๒๙๖		โรงเรียนโพหัก “วงศ์สมบูรณราษฎรอุปถัมภ์”	สพท. ราชบุรี ๒
๒๙๗		โรงเรียนมหาราช ๗	สพท. ราชบุรี ๑
๒๙๘		โรงเรียนรัฐราษฎรอุปถัมภ์	สพท. ราชบุรี ๑
๒๙๙		โรงเรียนรัตนราษฎรบำรุง	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”	สช.
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		โรงเรียนประชาราชาวิทยา	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		โรงเรียนธีรกาณท์บ้านโฮ้ง	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	ศรีสะเกษ	โรงเรียนอุโมงค์วิทยาคม	สพท. ลำพูน ๑	
๓๖๖		โรงเรียนไกรภักดีวิทยาคม	สพท. ศรีสะเกษ ๑	
๓๖๗		โรงเรียนดงรักวิทยา	อบจ.	
๓๖๘		โรงเรียนโนนปูนวิทยาคม	สพท. ศรีสะเกษ ๓	
๓๖๙		โรงเรียนบึงมะลูวิทยา	สพท. ศรีสะเกษ ๔	
๓๗๐		โรงเรียนยางชุมน้อยพิทยาคม	สพท. ศรีสะเกษ ๑	
๓๗๑		โรงเรียนราชสีห์ไศล	สพท. ศรีสะเกษ ๒	
๓๗๒		สงขลา	โรงเรียนจະนะชนูปถัมภ์	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 (เอ็งเสียงสามัคคี)	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		โรงเรียนบ้านป่าไอน	สพท. สงขลา ๓
๓๙๖		โรงเรียนบ้านพระพุทธ	สพท. สงขลา ๓
๓๙๗		โรงเรียนบ้านสะพานหัก	สพท. สงขลา ๓
๓๙๘		โรงเรียนพระตงประธานศิริวัฒน์	สพท. สงขลา ๒
๓๙๙		โรงเรียนมหาปัญญา	กรมการศาสนา
๔๐๐		โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชู	สพท. สงขลา ๑
๔๐๑		โรงเรียนมัธยมสิริวัณวรี ๒ สงขลา	สพท. สงขลา ๒
๔๐๒		โรงเรียนระโนดวิทยา	สพท. สงขลา ๑
๔๐๓		โรงเรียนรัตภูมิวิทยา	สพท. สงขลา ๒
๔๐๔		โรงเรียนวรรณาริเฉลิม	สพท. สงขลา ๑
๔๐๕		โรงเรียนวัดท่าแซ	สพท. สงขลา ๒
๔๐๖		โรงเรียนสทิงพระขุนูปถัมภ์	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		โรงเรียนเทพสุวรรณชาฎวิทยา	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๐		โรงเรียนเมธีคุณท้าววันวิทยาลัย	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		โรงเรียนศีขรภูมิพลัย	สพท. สุรินทร์ ๑
๔๔๕		โรงเรียนสนมวิทยาคาร	สพท. สุรินทร์ ๒
๔๔๖		โรงเรียนสุรพินท์พิทยา	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 ซ่องเม็ก	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

เป็นไปได้ไหมว่า การแก้ไขภัยของเยาวชนกับเรื่องเพศ คำตอบอาจแตกต่างกันตามยุคสมัย และผู้ใหญ่อาจจะต้องเรียนรู้ไปพร้อมกับเยาวชน

เป็นไปได้ไหมว่า การเรียนรู้เรื่องเพศ คือการเรียนรู้ชีวิต และแบบแผนของเพศสัมพันธ์ ที่ผันแปรไปตามการเปลี่ยนแปลงทางสังคม

เป็นไปได้ไหมว่า ความถูกต้องของวิถีเพศ อาจไม่มีคำตอบที่ถูกที่สุดเพียงคำตอบเดียว และคำตอบที่ถูกของกรณีหนึ่ง และสถานการณ์หนึ่ง อาจใช้ไม่ได้กับกรณีอื่น และสถานการณ์อื่น

บางที คำตอบอาจมาจากการให้โอกาส เปิดใจที่จะเรียนรู้กันและกัน ระหว่างคนที่เติบโตมาต่างยุคสมัยของสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างไม่หยุดยั้ง

บางที คำตอบอาจจะพบได้ในสังคมที่ผู้คน แม้ต่างรุ่น ต่างวัย ยินดีที่จะอยู่ร่วมกับความแตกต่างในวิถีเพศโดยไม่ด่วนตัดสิน ถูกผิด ดีชั่วจากสิ่งที่เห็น

บางที คำตอบอาจอยู่ที่ การร่วมเดินทางอย่างก้าวไปด้วยกัน เพื่อค้นหาเรียนรู้ และเข้าใจ

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ

