

เรื่องประจำฉบับ
ทัศนัย

"การคุมกำเนิด" คือทักษะที่สำคัญของชีวิตมนุษย์?

หากย้อนกลับไปในอดีตที่ผู้เขียนและผู้อ่านยังเป็นนักเรียนหัวเกรียน ผมมีบ๊อบตัดตรงยุคที่เรียกได้ว่ายังไม่ได้ปฏิรูปการศึกษาสมัยนั้น...บทเรียนที่ทำให้เราเข้าใจเนื้อตัวร่างกายของเรา ก็มีเพียงวิชาสุขศึกษา

หากจะถามให้ลึกลงไปว่า จำอะไรได้บ้างจากวิชานั้น ก็อาจตอบได้ไม่แตกต่างกันนัก คือ **'กติกานามัย'** ที่มีอยู่ทั้งสิ้น ๑๐ ประการ จำขึ้นใจเพราะหลายโรงเรียนให้ท่องทุกวัน แต่พอมาบัดนี้ หากถามว่า ๑๐ ประการนั้นคืออะไรบ้าง ก็คงจำไม่ได้เป็นส่วนใหญ่

สิบข้อที่ว่า กล่าวถึงการดูแลตนเองตั้งแต่หัวจรดเท้า ตั้งแต่ตื่นนอนจนเข้านอน หากทำได้ สุขภาพก็จะแข็งแรง ไม่เจ็บไม่ป่วย และเป็นสิ่งที่ใช้ได้ตลอดชีวิตของเรา และที่น่าสนใจก็คือไม่ได้ใช้คำว่า **'กฎอนามัย'** เพื่อเป็นการบังคับกะเกณฑ์ให้ทำได้แต่อย่างใด หากเป็นการกำหนดเป็น **'กติกา'** หรืออีกนัยหนึ่งคือ เป็นข้อตกลงร่วมกันเพื่อให้ผู้ที่ปฏิบัติตามนั้นมีสุขภาพดี

จากพื้นฐานกติกานามัยที่เราได้เรียนในวัยเยาว์นั้น ต่อมาได้มีการพัฒนาเป็น **'สุขบัญญัติแห่งชาติ'** โดยกองสุขศึกษา กระทรวงสาธารณสุข โดยมีการปรับเนื้อหาให้เหมาะสมทันสมัยขึ้น กล่าวคือ ได้เพิ่มเรื่องอุบัติเหตุ บุหรี่ สุรา ยาเสพติด การพนัน และเพศสัมพันธ์...ซึ่งนับได้ว่าเป็นการแปลงกติกานามัยในอดีตให้เท่าทันกับยุคดิจิทัล

สอนเนื้อหา (content) หรือ กระบวนการ (process)?

ในวิชาศกธรรม โดยทั่วไป ครูผู้สอนก็จะจัดการเรียนการสอนโดยให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง ตั้งแต่การเลือกวัตถุดิบ การล้าง การเตรียม การปรุงในแต่ละขั้นตอน บางท่านก็แถมเคล็ดลับในการปรุงให้อร่อย รวมทั้งคุณค่าทางโภชนาการด้วย

หลักการของวิชาศกธรรม อยู่บนพื้นฐานแนวคิดที่ว่า หากเราจะสอนใครและสิ่งที่สอนนั้นได้มีโอกาสนำไปใช้จริงในชีวิต เช่น การทำอาหาร ซึ่งการกินเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการดำรงชีวิตมนุษย์ วิชาแบบนี้จะออกแบบมาในลักษณะที่ไม่พูดเพียงเนื้อหาเท่านั้น แต่หากจะสอนอย่างละเอียดถึงขั้นตอนและกระบวนการ เพื่อให้แน่ใจได้ว่าผู้เรียนเกิดทักษะและนำไปใช้จริงได้ ซึ่งเข้าใจว่าแนวโน้มการเรียนการสอนในยุคปฏิรูปการศึกษา ก็ได้พัฒนาให้เป็นการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำไปใช้ได้ถูกต้อง

ประเด็นของการสอนเนื้อหา หรือสอนกระบวนการจึงอาจอยู่ที่ **'ใคร'** จะเป็นผู้กำหนดว่าเนื้อหาสาระใดเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการดำรงชีวิตของมนุษย์?

ศกธรรม กับ คุมกำเนิด?

สองวลีนี้ ดูๆไม่น่าจะมาเปรียบเทียบกันได้เลย แม้ว่าจะใช้คำนำหน้า **'ศ'** เช่นเดียวกัน แต่ผู้เขียนต้องการนำมาเปรียบเทียบเนื้อหาของเนื้อหาและกระบวนการ

ก่อนอื่น...โจทย์ที่ครูผู้สอนต้องตอบตนเองให้ชัดเจนก็คือ หากท่านจะสอนเรื่องการคุมกำเนิด ท่านคิดว่าเนื้อหาสาระเรื่องนี้เป็นพื้นฐานที่สำคัญของการดำรงชีวิตของมนุษย์หรือไม่ เพราะคำตอบของคำถามนี้ จะนำมาสู่การออกแบบการเรียนการสอนว่าจะเน้นเนื้อหาหรือกระบวนการด้วย

หาก...การคุมกำเนิดไม่ใช่พื้นฐานของการดำรงชีวิตมนุษย์ หรืออย่างน้อย...ก็ไม่ใช่ในตอนนี้ เราก็อาจสอนเพียงว่า การคุมกำเนิดคืออะไร มีเทคโนโลยี และผลิตภัณฑ์อะไรบ้างในปัจจุบันที่ใช้สำหรับผู้ชายและสำหรับผู้หญิง รวมทั้งอาจลงลึกไปถึงในระดับชีววิทยากายภาพ (Bio-physiology) ว่า...กลไกในการทำงานของวิธีการคุมกำเนิดแต่ละชนิดเป็นอย่างไร

ดังนั้น...นักเรียนก็เพียงรู้ไว้...แล้วพอจะต้องใช้จริงๆ ในวันหนึ่ง กระบวนการใช้ก็น่าจะเป็นสิ่งที่เรียนรู้ได้เอง **'ตามธรรมชาติ'**...

คำถามยอดฮิตที่สุดของคลินิกสุขภาพทางเพศจากเว็บไซต์วัยรุ่น www.teenpath.net พบว่า มากกว่าร้อยละ ๕๐ เป็นคำถามที่เกี่ยวข้องกับการคุมกำเนิด เรื่องเมานส์ไม่มาหลังมีเพศสัมพันธ์และความกังวลจากการตั้งครรภ์ โดยมักจะถามเรื่องยาคุมฉุกเฉินว่าใช้ถูกต้องหรือไม่ หรือเข้าใจเรื่องวิธีกั้นยาคุมที่ผิดๆ ถูกๆ ซึ่งไม่แต่เฉพาะผู้หญิงเท่านั้นที่ถามเข้ามาในเว็บไซต์ ผู้ชายจำนวนไม่น้อยก็ตั้งคำถามในลักษณะนี้เช่นเดียวกัน...

ดังนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่า การคุมกำเนิดเป็นสิ่งที่วัยรุ่นจำนวนมากในปัจจุบันมีประสบการณ์ตรงแล้ว และที่สำคัญคือในกลุ่มนี้ส่วนใหญ่ไม่สามารรถนำความรู้ที่มีอยู่ไปใช้ได้ถูกต้อง

สอนคุมกำเนิดให้เป็นทักษะชีวิต

หากเปรียบกับการสอนวิชาศกธรรม ในการสอนเรื่องดังกล่าว อนามัยอาจเริ่มจากเลือกถนอยอย่างไร คุณวันหมดอายุตรงไหน ชื่อที่ไหน พกพายังไง เก็บไว้ตรงไหนเพื่อหยิบใช้ได้จริง เพราะถนอยจะใส่ตอนไหนอวัยวะจะแข็งตัว หากต้องควานหาในที่มืด ในสถานการณ์นั้น โอกาสพลาดก็จะสูงมาก ต้องรู้ว่าถนอยตรงไหน ถนอยอย่างไร ทั้งที่ไหน รวมทั้งหากถนอยแตกจะทำอย่างไร เป็นต้น

เมื่อประเด็นเป็นเช่นนี้ หากใช้วิธีการแลกเปลี่ยนกับผู้เรียน การเรียนการสอนอย่างมีส่วนร่วมก็จะเกิดขึ้น ทั้งนี้ แม้ว่าถนอยอนามัยเป็นผลิตภัณฑ์ที่ใช้กับอวัยวะของผู้ชายก็ตาม แต่ไม่ได้หมายความว่า การเรียนรู้เรื่องถนอยอนามัยจะไม่เกิดประโยชน์ต่อผู้หญิง

อ่านต่อหน้า ๒



เช่นเดียวกับเรื่องยาคุมกำเนิด แม้ว่าจะเป็นผลิตภัณฑ์ที่ใช้กับร่างกายผู้หญิง เพราะผู้หญิงเป็นผู้กินยา แต่ผู้ชายก็ต้องมีความรู้ในเรื่องนี้เช่นเดียวกัน เพราะการศึกษาวิจัยเรื่องนี้ในหลายประเทศได้ข้อเสนอนี้ว่า ผู้ชายควรมีส่วนร่วมในการคุมกำเนิดโดยการพัฒนาความรู้ความเข้าใจในเรื่องทางเลือกต่างๆ ของการคุมกำเนิด

กรณียาคุมกำเนิดชนิดเม็ด ก็ต้องเริ่มจากหาซื้อที่ไหน เลือกชนิดใดที่เหมาะสม เริ่มกินเมื่อไร กินอย่างไร รวมทั้งผลข้างเคียงต่อร่างกาย และสิ่งที่สำคัญคือ ต้องให้ผู้เรียนจัดการกับทางออกเมื่อเกิดปัญหาในการกิน โดยทั่วไป ยาคุมกำเนิดชนิดแผง ๒๑ เม็ดนั้น แผงแรกให้เริ่มกินเม็ดแรกวันที่ ๑-๕ ของประจำเดือน โดยนับวันแรกที่มีประจำเดือนเป็นวันที่ ๑ และกินตามลูกศรเพื่อกันลืมจนหมด เมื่อหมดให้หยุดยา ๗ วันและเริ่มแผงต่อไปทันทีไม่ว่าประจำเดือนจะคงมีอยู่หรือไม่ก็ตาม เมื่อเป็นเช่นนี้ ปัญหาการกินที่มักเกิดขึ้น เช่น



- **ลืมกิน ๑ วันทำอย่างไร** (ให้กินทันทีที่นึกได้ แต่ต้องไม่เกิน ๑๒ ชั่วโมง ถ้ากินให้กินเพิ่มเป็น ๒ เม็ดในเวลาเดิมของวันถัดมา และกินที่เหลือวันละ ๑ เม็ด จนหมดแผง แต่ถ้ามีเพศสัมพันธ์ในช่วงนี้ ให้ใช้ถุงยางด้วย เพราะมีโอกาสท้องได้ จนกว่าประจำเดือนจะมา หรือเริ่มกินแผงใหม่)
- **ลืมกิน ๒ วันทำอย่างไร** (ให้กินยา ๒ เม็ดในวันที่สาม และอีก ๒ เม็ดในวันที่สี่ กินต่อไปวันละ ๑ เม็ดจนหมดแผง ถ้ามีเพศสัมพันธ์ในช่วงนี้ให้ใช้ถุงยางด้วยเพราะมีโอกาสท้องได้ จนกว่าประจำเดือนจะมา หรือเริ่มกินแผงใหม่)
- **ลืมกินยามากกว่า ๒ เม็ดติดต่อกัน** (ให้หยุดยาไปเลย ถ้ามีเพศสัมพันธ์ในช่วงนี้ ให้ใช้ถุงยางด้วยจนเริ่มกินยาแผงใหม่ไปได้ ๒ สัปดาห์)

ความซับซ้อนในการกินยาคุมชนิดเม็ดเช่นนี้ ทำให้วัยรุ่นที่มักมีเพศสัมพันธ์แบบชั่วคราวครั้งชั่วคราว (casual sex) หรือที่อาจเรียกว่า 'กิ๊ก' จัดการเรื่องการกินยาคุมกำเนิดชนิดเม็ดได้ยาก รวมทั้งผู้หญิงคงยากที่จะกินยาคุมไว้ล่วงหน้าเพื่อรอการมีเพศสัมพันธ์อย่างแน่นอน ยกเว้นว่าจะมีแฟนหรือกิ๊กที่แน่นอนในช่วงระยะเวลาหนึ่ง

ดังนั้น จึงพบว่า เด็กวัยรุ่นทั้งหญิงและชายจำนวนมาก มักใช้ยาคุมกำเนิดฉุกเฉินแทน หรือที่มักเรียกขานกันในนาม 'ยาคุมหลังร่วม'

ที่กล่าวถึงผู้ชายใช้นั้น... มิได้หมายความว่าวัยรุ่นชายกินยานี้เอง แต่การศึกษาวิจัยที่ร้านยาในกรุงเทพมหานครในปี ๒๕๔๒ พบว่า ผู้ซื้อยาคุมฉุกเฉินส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นชายมากกว่าวัยรุ่นหญิง

การกินยาคุมฉุกเฉินนั้นง่ายและไม่ซับซ้อนมากนัก กล่าวคือ กินเม็ดแรกหลังมีเพศสัมพันธ์ ยิ่งเร็วเท่าไรยิ่งได้ผลดี แต่ต้องภายใน ๗๒ ชั่วโมง และกินเม็ดที่สองหลังกินเม็ดแรกไปแล้ว ๑๒ ชั่วโมง แต่กระนั้นก็ตาม ก็มีผู้กินยานี้ผิดวิธีจำนวนมาก และที่สำคัญ... ผลข้างเคียงและผลเสียต่อร่างกายมีมาก อีกทั้งการใช้ง่ายๆ ผลในการคุมกำเนิดซึ่งมีน้อยอยู่แล้ว (ประมาณเพียงร้อยละ ๘๖) ก็จะไม่ค่อยลงไปเรื่อยๆ

สอนเรื่องการคุมกำเนิด... สอนเรื่องเอดส์

เมื่อธรรมชาติของผลิตภัณฑ์คุมกำเนิดมีความซับซ้อนเช่นนี้ ในสถานการณ์ปัจจุบันที่เอดส์กำลังแพร่ระบาดในกลุ่มวัยรุ่นในประเทศไทย และถุงยางอนามัยเป็นอุปกรณ์ชนิดเดียวที่คุมกำเนิดและป้องกันเอดส์ได้ กองทุนประชากรแห่งองค์การสหประชาชาติ หรือ UNFPA จึงได้เสนอนี้ว่า ในพื้นที่ที่มีการระบาดของโรคเอดส์ ให้ใช้ถุงยางอนามัยเป็นทางเลือกที่หนึ่งของการคุมกำเนิด

ดังนั้น การสอนเรื่องการคุมกำเนิดโดยเฉพาะถุงยางอนามัย จึงต้องเน้นมากเป็นพิเศษสำหรับวัยรุ่น ส่วนการคุมกำเนิดชนิดอื่นๆ เช่น การใส่ห่วง การฉีดยาคุม และการฝังฮอร์โมน เป็นวิธีการที่ให้บริการเฉพาะผู้ที่ต้องการเว้นระยะการมีลูก ซึ่งก็ต้องทำให้ผู้เรียนเข้าใจว่า วิธีการคุมกำเนิดเมื่ออยู่ แต่สำหรับวัยรุ่น...โอกาสการใช้มันแทบไม่มีเลย

"การคุมกำเนิด" คือทักษะที่สำคัญของชีวิตมนุษย์



ในยุคการปฏิรูปทางการศึกษา เราต่างต้องการการเรียนการสอนที่มีเป้าหมายให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ทางปัญญา (Cognitive Domain) โดยการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ ความจำ ความเข้าใจ ความคิด การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ การประเมินค่า เพื่อนำความรู้ไปใช้ในสถานการณ์ต่างๆ ได้

ดังนั้น การสอนเรื่องคุมกำเนิด ผู้สอนจึงต้องมีความเชื่อก่อนว่า สิ่งการสอนนั้น ผู้เรียนมีโอกาสนำไปใช้ในชีวิตจริงอย่างแน่นอน เพราะเรื่องเพศสัมพันธ์และการคุมกำเนิดนั้นเป็นพื้นฐานที่สำคัญของชีวิตมนุษย์ และความเชื่อนี้เอง...จะนำพาให้ผู้สอนจัดกระบวนการเรียนให้ผู้เรียนเกิดทักษะชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพอย่างแน่นอน ■

เอกสารอ้างอิง

1. กองสุขศึกษา, กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ, กระทรวงสาธารณสุข, สุขบัญญัติแห่งชาติ. (http://www.thaihed.com/edu_update/sukbunyad.html, last visited July 21, 2004)
2. องค์การพัฒนเทคโนโลยีเพื่อการสาธารณสุข, การให้บริการที่เป็นมิตรกับวัยรุ่นในร้านยา: การบริการในเรื่องสุขภาพทางเพศ คู่มือสำหรับเภสัชกรชุมชน, ๒๕๔๓.
3. องค์การแพธ, คลินิกสุขภาพทางเพศ, (<http://www.teenpath.net/Room.asp?ID=2&SUB=2>, last visited July 21, 2004)
4. องค์การพัฒนเทคโนโลยีเพื่อการสาธารณสุข, การศึกษาสถานการณ์ยาเม็ดคุมกำเนิดฉุกเฉินในประเทศไทย: กรณีศึกษาพื้นที่กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๓.
5. กองสุขศึกษา, กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ, กระทรวงสาธารณสุข, มาตรฐานสุขศึกษาของสถานบริการสาธารณสุข, ๒๕๔๖.
6. USAID, Family Planning/HIV Integration: Technical Guidance for USAID-Supported Field Programs, 2003.

"วัยรุ่นกับการคุมกำเนิด"



เสียงวัยรุ่น

หทัยรัตน์ สุดา องค์กรการแพช



"วัยรุ่นเกี่ยวข้องกับการคุมกำเนิดโดยตรง เพราะวัยรุ่นมีความสัมพันธ์และมีเพศสัมพันธ์กันอยู่แล้ว เพราะฉะนั้นการป้องกันจึงเป็นเรื่องสำคัญ วัยรุ่นส่วนใหญ่มักจะเลือกใช้ถุงยาง เพราะป้องกันได้ดี ง่ายกว่าวิธีการคุมกำเนิดอื่นๆ เคยได้ยินว่ามียาคุมเป็นแผง เม็ดเล็กๆ ไม่รู้ว่ามันมีเม็ด สำหรับหน้าที่ของยาคุมไม่รู้เข้าไปทำอะไรในร่างกาย รู้แต่ว่ากินเข้าไปแล้วทำให้ไม่สามารถมีเด็กได้"

ในเรื่องการคุมกำเนิด ผู้ใหญ่น่าจะบอกให้วัยรุ่นรู้จักคิดเรื่องเพศ เพราะถ้าวัยรุ่นตัดสินใจผิดพลาดไปในเรื่องการจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นหลังการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกัน อาจถึงขั้นเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ ผู้ใหญ่ควรดูแลในเรื่องนี้ คอยเตือนวัยรุ่นว่าตอนนี้ยังเด็กและต้องเรียนหนังสือ ควรจะเรียนให้จบ หรือมีงานทำก่อนที่จะมีเพศสัมพันธ์"

สุภาภรณ์ โคตรเพชร ปวช.๑ วิทยาลัยเทคนิคอุตรธานี

"วิธีการคุมกำเนิดที่นึกถึงมีหลายวิธีไม่ว่าจะเป็น การสวมถุงยางอนามัย การกินยาคุมกำเนิด การฉีดยาคุม การนั้ระยะปลอดกัย ฯลฯ ซึ่งแต่ละวิธีเราก็ควรศึกษารายละเอียดก่อน แล้วเลือกวิธีที่เหมาะสมและปลอดภัยที่สุด แต่ถ้าให้ตีความคิดก่อนทำเสมอว่า เมื่อเราทำไปแล้วมันจะเกิดผลตามมามีอะไรบ้าง ไม่ใช่ทำไปเพราะความสุขหรือเป็นอารมณ์ชั่ววูบ ซึ่งเรื่องนี้เป็นส่วนหนึ่งที่ทุกคนต้องเจอ แต่อยู่ที่ความเหมาะสมของแต่ละคน"

สิ่งที่ผู้ใหญ่ควรบอกกับวัยรุ่นในเรื่องการคุมกำเนิด คือ การสอนให้เข้าใจว่าการคุมกำเนิดด้วยวิธีต่างๆ เป็นอย่างไร แต่ละวิธีมีผลข้างเคียง หรือผลกระทบที่ตามมาอย่างไรบ้าง ซึ่งเราจะได้เข้าใจ และการสอนวิธีการคุมกำเนิด ไม่ใช่เป็นการชี้โพรงให้กระรอก แต่สอนเพื่อที่วัยรุ่นจะได้รู้จักป้องกันตัวเอง สามารถตัดสินใจได้ว่าควรจะทำอย่างไรเมื่อต้องตกอยู่ในสภาวะนั้น และถ้าเป็นตัวเองจะเลือกวิธีการคุมกำเนิดโดยใช้ถุงยางอนามัย เพราะเป็นการคุมกำเนิดที่ง่าย สะดวก และไม่ผลข้างเคียง แถมยังป้องกันการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และเชื้อเอชไอวีได้อีกด้วย"



นางลักษณ์ กุณี (ไปลิศ) ชั้นปี ๔ โปรแกรมวิชาสถิติประยุกต์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา



"ถ้าไม่คุมกำเนิดก็มีปัญหาตามมาหลายอย่างทั้งการเรียน พ่อแม่ เมื่อวัยรุ่นตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์กัน ส่วนใหญ่จะเลือกป้องกันโดยการใส่ยาคุมกำเนิด เพราะหาซื้อง่าย ไม่ค่อยมีคนรู้เมื่อไปทำอะไรมา ผมเคยไปซื้อยาคุมกำเนิดที่ร้านขายยาให้เพื่อน เพราะเธอไม่กล้าไปซื้อ ก่อนซื้อก็พยายามเลือกร้านที่คนขายเป็นผู้ชาย บอกเขาว่ามาซื้อยาคุม คนขายถามว่าซื้อไปให้ใคร รู้สึกอายเหมือนกันนะ เขาคงคิดว่าเราซื้อไปให้แฟน ผมคิดว่าการป้องกันที่ดีที่สุด คือ การใช้ถุงยาง สำหรับเรื่องคุมกำเนิด คิดว่าผู้ใหญ่คงจะไม่มีใครสอน แต่คงจะใช้วิธีการห้ามหรือไม่ก็พูดอ้อมๆ ว่า ถ้าจะคบใครก็ควรมีความรู้สักดีๆ ต่อกันก็พอ"

ธนายุทธ ศิริบาล ปวช.๑ พิศาสตร์ วิทยาลัยเกษตรและเทคโนโลยีอุตรธานี



ข้ามเส้น

สมวงศ์ อุไรวัฒนา มุลินิเข้าถึงเอตส์

ง่ายกว่าเยอะ

ขณะที่ผมกำลังเขียนต้นฉบับนี้ มีเรื่องราวมากมายที่อยู่ในกระแสของสังคม กำลังมีการจัดประชุมเอตส์นานาชาติครั้งที่ ๑๕ ในเมืองไทย คุณระเบียบรัตน์กำลังถูกจัดระเบียบ เนื่องจากเรียกร้องสิทธิสตรี ในการเข้าไปในที่ ห้ามผู้หญิงเข้า

กลุ่มเกย์ตั้งกลุ่มการเมือง

เรื่องภาพของน้อง "ตึก บงกช" จากเรื่อง "ไอ้ฟัก"

ทั้งหมดทั้งปวงเกี่ยวพันกันกับเรื่อง "เพศ" แล้วผมจะ "ข้ามเส้น" เรื่องอะไรดีล่ะ โห...มีแต่เรื่องหนักๆ ทั้งนั้นเลย ผมเชื่อว่าทุกเรื่องมีทั้งคน เห็นด้วยและไม่เห็นด้วย แต่ข้างไหนมากกว่า หรือน้อยกว่าไม่อาจจะรู้ได้

ผมขอคุยเรื่องฟุตบอลอยู่โรฯ ตึกว่า เบาดี (อ่าว...)

ผมกำลังสงสัยว่า ถ้ากลายเป็นฟุตบอลหญิงชิงแชมป์อยู่โรฯ โลกเราจะ ตื่นเต้นกับฟุตบอลกันขนาดนี้หรือไม่ แล้วมีกีฬาอะไรที่ถ้าผู้ชายเล่นจะได้รับความสนใจน้อยกว่าผู้หญิงแบบเห็นกันได้ชัดๆ

มวย ตะกร้อ ยูโด เทนนิส สนุกเกอร์ แข่งรถ วิ่ง ยกน้ำหนัก ปิงปอง ฟันดาบ วอลเลย์บอล... ยากชะมัด นึกไม่ออก มีน้ำ เบคแฮมเตะไม่เข้า จึงโดนด่ายับ มากกว่านักบอลหญิงเตะจุดโทษไม่เข้า

อ้อ...นึกออกแล้ว ยิมนาสติกใจล่ะ มีแต่คนชอบดูผู้หญิงเล่นมากกว่า เอ๊ะ... หรือเป็นเพราะผมคิดจากฐานที่ผมเป็นผู้ชาย เลยชอบดูความงดงาม ของสตรีระ และความอ่อนช้อยของเพศหญิง

ผู้หญิงอาจจะชอบดูยิมนาสติกผู้ชายมากกว่าก็ได้ "บิกบีบตี"

เคยสังเกตไหมครับว่า การออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิกมักจะมีแต่ผู้หญิงเดินเป็นส่วนใหญ่ ขอแนะนำเอาจากสายตาที่เห็นตามสถานที่ต่างๆ ไป น่าจะกว่าเก้าสิบเปอร์เซ็นต์ขึ้นไป

ผมชอบไปวิ่งที่สนามกีฬาของเทศบาลบ่อยๆ สถานที่ไม่กว้างนัก จึงหันหน้าหันตาคนที่มาออกกำลังกายแทบจะจำหน้ากันได้เกือบหมด รู้เลยว่า คนนี้หรือคนนั้นออกกำลังกายแบบไหน

ยกเว้นผู้ชายคนหนึ่งอายุ ๔๐ กว่าๆ เดาไม่ได้เลยว่าพี่ท่านจะมา ออกกำลังกายประเภทไหน เพราะแกเล่นมันนิดนึง เดินไปนุ่งหม้อยึ่ง แล้วก็หยุดคุยกับคนในที่ คนนี้ที่ ไม่เป็นโล้เป็นพาย

แต่พี่ท่านก็มาทุกวัน

ที่นั่นมีคนเล่นฟุตบอล วิ่ง เดิน เล่นแปดอง ตะกร้อ เพาะกาย และ เดินแอโรบิก

ผมเฝ้ามองอยู่หลายเดือนว่า อีตานี้จะออกกำลังกายอะไรกันแน่ หรือ แค่มาพักผ่อน

สุดท้าย พี่แกตัดสินใจเลือกไปเดินแอโรบิก

ผมมารู้ภายหลัง ตอนที่แกคุยกับคนที่เดินแอโรบิกด้วยกัน เพิ่งจะถึง บางอ้อว่า ทำไม่ช่วงแรกๆ แกถึงออกกำลังกายแบบไม่เป็นโล้เป็นพาย

พี่ท่านหาบทบาทตัวเองไม่เจอในการออกกำลังกาย

จะเล่นฟุตบอล ผู้เล่นก็มักจะเป็นวัยรุ่นหรือวัยรุ่นหนุ่ม พี่ท่านเลยไม่รู้จะเข้าไปอย่างไร อีกอย่าง ฟุตบอลก็หนักเกินไปสำหรับพี่เค้า

อยากจะวิ่ง คนที่วิ่งก็มักจะเป็นหนุ่มเป็นสาว หรือถ้า รุนราวคราวเดียวกัน ก็มักจะมีมานานจนอยู่ตัว แต่สำหรับ แกแล้วหนักเกินไป วิ่งไปไม่ไหว ถ้าวิ่งได้น้อยกว่าผู้หญิง ที่วิ่งอยู่ก็อายเขา

เดิน ทั้งหมดเป็นผู้สูงอายุหรือผู้หญิง ไม่มีผู้ชาย วยเดียวกันกับพี่ท่านเลือกการออกกำลังกายด้วยวิธีนี้เลย เลยรู้สึกว่ามันไม่เหมาะ เป็นการออกกำลังกายที่บอบบางเกิน

แอโรบิก เป็นการออกกำลังกายที่เหมาะสมมากที่สุด สำหรับพี่เค้า คือไม่หนักหรือเบาเกินไป แต่ที่ไม่กล้าไปเดิน ในตอนแรกๆ เพราะว่าไม่มีผู้ชายเดินเลยแม้แต่คนเดียว แต่ที่มาเดินก็เพราะว่า ถูกชักชวนจากชาวแอโรบิกหลายครั้ง มาก แต่กว่าจะตัดสินใจได้ก็คิดอยู่นาน



จนกระทั่งมีครูเดินแอโรบิกที่เป็นผู้ชายมานำเดิน ก็เลยลองเดินดู และก็ถึงเป็นผู้ชายคนเดียวที่เดินแอโรบิก ณ ชมรมนั้นจนถึงเดี๋ยวนี้

ดูเหมือนจะมีความคิดกันอยู่ว่า ที่ทางการออกกำลัง กายของผู้ชายไปอยู่ที่สนามฟุตบอล ส่วนการเดินไปตาม เพลง โยเก้ย้ายสายสะโพก บิดเอวบิดไหล่ประกอบ จังหวะเพลง เป็นที่ทางของผู้หญิง

ผมลองชวนหลานชายที่อยู่ชั้น ม.๒ ว่าลองไปเดิน แอโรบิกกันไหม เพราะหลานสาวผมก็เดินอยู่ที่นั่นด้วย

หลานผมทำหน้าที่แปลกๆ แล้วบอกว่า ไม่ใช่ตุ๊ด สักหน่อยจะได้ไปเดิน ดูมันตบสิ

มีน้ำล่ะ ถึงไม่ค่อยมีผู้ชายเดินแอโรบิก ถึงตอนนี้ ผมอยากจะทำกับพี่ผู้ชายคนนั้นจริงๆ ว่า

"พี่ครับ ผมเข้าใจที่ เดินแอโรบิกไม่ใช่เรื่องง่าย สำหรับผู้ชายอย่างเรา กินเหล้าดีกว่า ง่ายกว่าเยอะ"

จริงไหมครับ ■

FOOD FOR THOUGHT

อรพิน ยิ่งยงพัฒนา



เรียกฉันว่า "เด็กคนหนึ่ง"

**"แม้คำคืนที่มีมิติ ก็ยังมีพระจันทร์ส่องแสงสดใส
ภาพฉันทมพระจันทร์ในคำคืนที่สดใส
เป็นคำคืนที่สดใสในใจฉัน"**

เรื่องราวน่ารักๆ เริ่มต้นขึ้น เมื่อผู้ใหญ่ใจดีกลุ่มหนึ่งมองเห็นว่า ยังมีโลกใบน้อยๆ ของเด็กจำนวนมากที่รอการเยียวยา

เด็กเหล่านั้น คือผู้ที่ได้รับผลกระทบจากเชื้อเอชไอวี

ความเศร้าของพวกเขา ไม่ใช่เรื่องกุ่มกวมกันบกร่อง หากแต่เป็น ความเศร้าที่ต้องอยู่อย่างบกร่องในการยอมรับ อยู่ในสถานะที่ไม่เป็นที่ ต้องการ เหมือนประโยคหนึ่งในหนังสือที่บอกว่าเด็กๆ ไม่ได้กำลังต่อสู้กับ

"โรคร้าย" หากแต่กำลังเผชิญกับ **"โลกร้าย"** ต่างหาก

ในปีนี้ พ.ศ.นี้ ยังมีคนจำนวนมากที่ไม่เข้าใจว่า เอชไอวี คืออะไร และ ยังคงอยู่ภายใต้ความคิดที่มองผู้ติดเชื้ออย่างรังเกียจจริงจน

ผู้ใหญ่ใจดีกลุ่มนั้น เห็นแง่มุมของเรื่องนี้ จึงร่วมกันหาวิธีสื่อสาร เรื่องราว โดยให้ศิลปะเป็นสื่อสร้างพื้นที่ให้เด็กๆ ได้สื่อสาร และอีกทางหนึ่ง ก็ให้ศิลปะช่วยเยียวยาจิตใจ และนั่นก็คือจุดเริ่มต้นของ **"กลุ่มเราเข้าใจ"** หรือ

We Understand Group

"เราเข้าใจ" ก่อตัวขึ้นผ่านการเรียนรู้ร่วมกัน ระหว่างเด็กที่เข้าร่วม และผู้ใหญ่ที่ทำความเข้าใจ เด็กบางคนที่ยามปกติเป็นคนเงียบเฉย ไม่ยอม พูดจาหรือเปิดเผยความรู้สึก เมื่อได้แต้มสีลงบนกระดาษ ดูเหมือนสิ่งที่ อยู่ภายในจิตใจก็พร้อมพุ่งออกมา

เราจึงได้เห็นความหมายที่ซ่อนอยู่ในใจของ หน่อง เพลง เบิ้ล เอก หนึ่ง จอย เจ ยอด พ้า ผ้าย อ้อม นิ่ว ชาร่า บอย เก่ง และ บัว

พวกเขาต้องเรียนรู้ที่จะดำเนินชีวิต แสวงหาการยอมรับ แบกรับภาระ ทางความรู้สึก ผลงานของหลายๆคนสะท้อนถึงความเหงาในจิตใจ เป็นความรู้สึกที่ลึกซึ้งและท่วมท้นจนเกินที่เขาคาดว่า เด็กจะรับไหว

"ถึงพวกเขาจะเป็นเด็ก แต่ไม่เล็กเกินจดจำ และไม่มีใครเด็กเกินไปจนไม่รู้สึกล"

ครั้งหนึ่งที่ครูให้วาดภาพ **"ฉันกับตลาด"** ภาพของ ด.ญ.อ้อม ที่ปรากฏออกมา คือตลาดที่อยู่บนสวรรค์ ที่ที่พ่อและแม่ของอ้อมอยู่ที่นั่น อ้อมคิดถึงพวกเขา แต่เธอก็รู้ว่าเธอต้องใช้ชีวิตต่อไปอยู่ในโลกแห่งความจริงใบนี้

เด็ก ๆ ยังคงต้องการความเข้าใจที่เขาควรได้รับจากคนรอบข้าง แต่มันไม่ง่ายที่จะไปบังคับใจคนอื่นให้เขา มาเข้าใจเรา บังคับใจตัวเองง่ายกว่า เด็ก ๆ เองก็เรียนรู้ที่จะเริ่มต้นจากการเปิดใจกว้างและทำความเข้าใจคนอื่นก่อน

เช่น แม้ ด.ญ.เก่ง เขาจะรู้อยู่แก่ใจว่า เชื้อเอชไอวี ไม่ได้ติดต่อง่ายๆ แต่เมื่อถึงคราวที่ต้องเลือกซื้อของชำร่วยสำหรับจับสลากในงานปีใหม่ เธอเลือกซื้อของขวัญด้วยความตั้งใจและพิถีพิถันพอที่จะไม่แตะต้อง จะถือก็ถือเพียงกล่องที่ห่อหุ้ม เพราะไม่อยากเป็นภาระให้ใครต้องรู้สึก รังเกียจ



น่าเสียดายที่ไม่มีใครมองเห็นคุณค่าของของขวัญของเก่ง ไม่มีใครอยากได้ ของขวัญชิ้นนี้ แต่ใจที่ใส่ไปในของขวัญอยากจะหวนกลับมาคืน

บันทึกตอนหนึ่งของ ด.ญ.เก่ง เขียนถึงวิธีที่ช่วยให้ร่างกายแข็งแรง สองวิธีท้ายสุดคือ **"ให้มีกำลังใจ"** และ **"ให้มีคนดูแลเวลาไม่สบาย"**...ความละเอียดอ่อนและกำลังใจแบบนี้ ไม่ต้องให้ติดเชื้อเอชไอวี แต่เป็นเรื่องที่ใครๆ ก็โยกหา

ความจริงคือ พวกเขาเป็นเพียง **"เด็กคนหนึ่ง"** ไม่ต้องรังเกียจ ขณะเดียวกันก็ไม่ต้องใส่ใจดูแลเป็นพิเศษ เพราะเขาไม่ได้แตกต่างจากคนอื่นเลย

คนทำบอกว่า ศิลปะนี้ เป็นศิลปะเพื่อการเยียวยา อีกด้านหนึ่ง ผลงานเหล่านี้ไม่เพียงเยียวยาจิตใจแก่ผู้สร้าง แต่ยังเปิดแ่่มุมงามที่จรรโลงจิตใจให้แก่ผู้เสพด้วย

ท้ายสุด ผลงานศิลปะเหล่านี้ ทำให้เราลืมเรื่อง เอชไอวีไปเลย กระทั่งลืมไปว่า พวกเขาคือ **"เด็ก"** แต่มันยิ่งใหญ่กว่านั้น เพราะเราได้เปิดดวงตามองเห็นความคิด ความรู้สึกของมนุษย์ปุถุชน คนธรรมดาที่ต่างต้องการความรักและการทะนุถนอม

ภายใต้ความมืดมิด หลายชีวิตยังเฝ้ารอแสงสว่าง ไม่เพียงผู้ติดเชื้อเอชไอวี แต่ยังมีคนหลายกลุ่มที่ยังรอ การยอมรับ ภาพวาดของเด็กๆ เข้าไปร้อยพันกันบั้งของจิตใจ กระตุ้นให้เราไม่ลืมว่าใครๆ ก็มี **"หัวใจ"** ■

Paint my life นิทรรศการวาดภาพ (สิงหาคม ๒๕๕๗)
นิทรรศการจะจัดขึ้นในวันเสาร์และ อาทิตย์ที่ศูนย์พัฒนาเด็กอ่อนและคนพิการ สภามหาวิทยาลัยขอนแก่น
ผ่านมูลนิธิอรพิน อิม
• Art Exhibition : Paint my Life นิทรรศการวาดภาพสำหรับเด็กที่มีเชื้อเอชไอวี ส่วนประกอบ CD เพลงและภาพ และศิลปะบนกระดาษ
• วาดที่คิดไม่ให้เป็นใจ วาดที่ใจไม่ให้เป็นใจ Paint brightness into the night, Paint my life to fight weakness
กิจกรรมและภาพศิลปะที่เด็ก ๆ วาด และ ด.ญ.อ้อม อายุ ๑๒ ปี
ที่อรพิน อิม มหาวิทยาลัยขอนแก่น
"ตุ๊กตาหัวใจ" ๕๔/๒๕๖๒ เขียนและภาพ วาดด้วย ด.ญ.อ้อม อิม อายุ ๑๒ ปี
โทร. ๐-๕๓๐๔-๕๐๕๔ อิม อิม onichutima@yahoo.com

อยากถาม
อยากแลก...
อย่าช้า...



ใจรัก..

ถามหาผู้ใหญ่ใจดีในเรื่องเพศ

ถึง บก. S-exchange:

อ่านบทความ S-exchange ฉบับที่สามเรื่อง "สอนเด็กอย่างไรให้เด็กรักษาพรหมจรรย์จนวันแต่งงาน" แล้วอดสงสัยไม่ได้ว่าทำไมพรหมจรรย์และการแต่งงานถึงถูกให้ความสำคัญขนาดนั้น คุณค่าของมนุษย์มีอะไรอีกตั้งมากมาย แล้วถ้าจะสอนเพศศึกษามันจะมีเป้าหมายอยู่แค่นี้ละหรือ แทนที่จะทำให้เด็กรู้จักคิดให้รอบคอบและสามารถตัดสินใจกับเนื้อตัวร่างกาย และการใช้ชีวิตของตนเองอย่างรับผิดชอบ ส่วนจะเก็บหรือไม่เก็บพรหมจรรย์ จะแต่งงานหรือไม่...ไม่เกี่ยว และถ้าเขาเลือกอะไรก็ต้องเคารพกัน (สงสัยอีกหน่อยว่าในหมู่พวกที่ชอบสอนพรหมจรรย์แบบนี้ สอนเด็กผู้ชายว่าอะไร)

ก็เลยสงสัยว่าโครงการหรือหน่วยงานต่างๆ ที่พยายามจะจัดการสอนเพศศึกษาให้เด็กๆ ในโรงเรียน รวมทั้งโครงการก้าวต่างๆ ด้วยมันจะมีจำนวนเพียงพอไหม ยังไม่นับว่าจะสอนอะไรกับเด็กๆ กันบ้างนะ อีกทั้งยังมี "ผู้ใหญ่" ที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ของเด็ก มีใครทำอะไรกับพวก "ผู้ใหญ่" บ้างไหม ไม่ได้หมายความว่าแค้นใครที่จะสอน หรือพ่อแม่ที่ดูจะเป็นแพะสำหรับทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเด็ก แต่หมายถึงสังคม(ไทย) สาธารณชน(ไทย)

เพียงแค่คิดว่า ถ้าทำให้สังคม "เข้าใจ" เรื่องเพศ หันหน้าคุยกันตรงไปตรงมา ไม่ปกปิดตาขยิบ ไม่ด่วนตัดสินคนที่ต่างจากเรา อาจทำให้บรรยากาศการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนของคุณครูทั้งหลายง่ายขึ้น ไม่ต้องกังวลว่าผู้ปกครอง ผู้บริหารทั้งระดับสถานศึกษา หรือกระทรวงหรือรัฐบาลของประเทศนี้จะไม่เห็นด้วย ผากด้วยนะ

จังวน

คุณจังวน

ขอบคุณที่ส่งความเห็นมาคุยกัน ใจทยใหญ่ๆ เรื่องการทำงานกับสังคมให้เข้าใจเรื่องเพศแบบที่ตั้งมา โครงการก้าวต่างๆ เองก็วางแผนไว้ว่าปีที่ ๒ จะต้องเป็นงานหลักอีกอันหนึ่ง

ว่าไปแล้ว สังคมวันนี้ ก็ได้แต่ขนาดไม่รับอะไรเลย เพียงแต่ต้องหาวิธีสื่อสารที่จะทำให้ "โดน" กันหน่อย เรื่องเพศทุกวันนี้ก็มีให้เห็นกันหลากหลายทั่วไป แต่ไร้ทิศทางเท่าที่นั่นเอง ใครใคร่เล่นอีกเล่น ใครทุนมากก็ได้ช่องเยอะ คนอยากเล่น "เนื้อหา" บ้างก็ไม่ค่อยมีช่อง...

เราคงต้องมีความหวังกับ "ผู้ใหญ่" เช่นกัน โครงการก้าวต่างๆ เองก็ได้เจอผู้ใหญ่ใจดี ใจกว้าง พร้อมจะเรียนรู้ เปิดรับ มากมาย และเข้าใจว่ายังมีอีกมากในสังคม เพียงแต่เรายังไม่ได้พบกัน

เขียนมาอีกนะ

ใจรัก

บทความพิเศษ

ไฉนวัยรุ่น จึง (ไม่) "วุ่น" นัก

นักศึกษาปริญญาโทมหาวิทยาลัยอีสต์แองเกลีย เมืองนอร์วิช ประเทศอังกฤษ

เมื่อเดือนก่อน ได้อ่านบทความจากนิตยสารไทมส์ เขาพูดถึงงานวิจัยเกี่ยวกับพัฒนาการของสมอง ซึ่งเกี่ยวข้องกับพฤติกรรม "วุ่นๆ" ของวัยรุ่น เลยอยากเก็บความสำคัญ และที่ขอมมาฝาก

การศึกษาวิจัยพัฒนาการสมองของวัยรุ่นในอเมริกาพบว่า สมองส่วนหน้าที่เรียกว่า Prefrontal cortex หรือเรียกง่ายๆ ว่า CEO Brain ทำหน้าที่วางแผน ลำดับความสำคัญ และวิเคราะห์ปัญหา/ผลที่จะตามมาจากการกระทำต่างๆ จะเป็นสมองส่วนที่พัฒนาเป็นลำดับท้ายสุดในช่วงวัยรุ่น

จึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่น "ชอบทำอะไรเสี่ยงๆ" และ "ไม่คิดหน้าคิดหลัง" (เหมือนผู้ใหญ่?) ดังนั้นจะหวังให้วัยรุ่น "ทำการบ้าน แล้วช่วยงานบ้าน จากนั้นค่อยเล่นคอมพิวเตอร์" คงยาก...เพราะสมองของเขาโตไม่ทันใจผู้ใหญ่จะ

นอกจากนั้น ความสัมพันธ์ระหว่างฮอร์โมนเพศที่ร่างกายเริ่มผลิตในช่วงวัยรุ่น กับการทำงานของสมอง ก็มีผลต่อลักษณะวัยรุ่นที่ชอบทำหยาบ ตื่นเต้น

นักวิทยาศาสตร์บอกว่า สมองจะพัฒนาเต็มที่เมื่อถึงอายุ ๒๕ และสรุปว่า การตัดสินใจแบบมุ่มมามของวัยรุ่น ก็เพราะสมองยังพัฒนาไม่ถึงขีดสุดนั่นเอง

การวิจัยยังพบว่า จะให้วัยรุ่นเข้านอน "สองทุ่ม" หรือ "ตื่นแต่ไก่โห่" มันไปเถอะ เพราะสมองช่วงวัยรุ่นจะหลั่งสารเคมีที่สั่งการให้ร่างกายพัก (ประมาณ ปิดสวิทช์ให้เข้านอน) จะใช้เวลานานกว่าสมองผู้ใหญ่

ที่สำคัญ ผู้ใหญ่ เช่น พ่อแม่ ฯลฯ อาจสั่ง และหวังดี "ให้ลูกทำโน่น ทำนี่" แต่ "การลองผิด" ถือเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้สมองได้ถูกกระตุ้นและเติบโต

ตอนท้ายบทความมีลัทธิครอบ "กฎเจ็ดข้อของพ่อแม่" อ้างจากหนังสือ The Ten Basic Principles of good Parenting โดย Laurence Steinberg เราขอข้อ ๗ ที่ให้พ่อแม่อธิบายการตัดสินใจให้ลูกฟัง กล่าวคือกติกาที่พ่อแม่กำหนดกับลูกวัยรุ่น จะต้องชัดเจนและเหมาะสม มีเหตุมีผล ที่คุณต้องอธิบายให้เขาเข้าใจ มิใช่แค่เอาแต่พูดว่า "ก็พ่อแม่ บอกแกละสิ (แกล้งเชื่อ)"

ในบทความนำเสนอผลการวิจัยแบบต่างๆ เช่น ทดสอบการขับรด การตัดสินใจ การดูภาพ ฯลฯ เปรียบเทียบระหว่างวัยรุ่นกับผู้ใหญ่...น่าสนใจ...และเชื่อมโยงสู่การกำหนดกฎหมาย เช่น การอนุญาตให้ขับรด การดื่มเหล้า จนถึงการตัดสินใจประหารชีวิตอาชญากรวัยรุ่น (ก็เป็นโทษที่รุนแรงเกินไป) ฯลฯ

...เป็นพ่อแม่คน...นอกจาก "รักลูก" แล้ว ต้องมีน้ำอดน้ำทน จริง จังๆๆๆๆๆ.....(ไม่มีลูก..ยังรู้สึกได้เลย)

รอบรู้บ้านเรา

ทิศฤๅ

ผู้นำพุทธเริ่มยอมรับการแต่งงาน ของคุณ์แต่งงานเพศเดียวกัน

องค์ดาโลลามะให้สัมภาษณ์หนังสือพิมพ์แวนคูเวอร์ซัน กรณีพุทธศาสนิกชนในอเมริกาแสดงความไม่พอใจ ต่อการแต่งงานที่คู่สามีภรรยาเป็นเพศเดียวกันว่า "คู่แต่งงานที่เป็นเพศเดียวกันควรจะได้รับกรยอมรับในสถานภาพการแต่งงานของพวกเขาหรือไม่นั้น ควรจะขึ้นอยู่กับชุมชนใดชุมชนหนึ่งหรือประเทศใดประเทศหนึ่ง"

จิลล์ มาร์ซิลตัน ผู้อำนวยการฝ่ายบริหารของเอกาล แคนาดา กล่าวว่า "เราได้กำลังใจขึ้นมาเมื่อทราบว่าท่านผู้นำทางธรรมที่ได้รับการเคารพนับถืออย่างสูงเช่นท่านดาโลลามะไม่ต่อต้านการแต่งงานของเพศเดียวกัน ท่านไม่ได้คำนึงว่าจะมีสิ่งใดที่ถูกต้อง และท่านจะไม่ตำหนิผู้อื่นที่มีความคิดเห็นแตกต่างจากท่าน ท่านเชื่อในความรัก ความเมตตากรุณา และการเป็นห่วงผู้อื่นมากกว่าตนเองว่าเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับสันติภาพ"

มาร์ซิลตันกล่าวว่า "เราจะบรรลุถึงสันติภาพและความเข้าใจกันได้ดีที่สุดเมื่อเรายอมให้ผู้อื่นตัดสินใจเองว่าจะใช้ชีวิตอย่างไร และสนับสนุนให้พวกเขาทำเช่นนั้นด้วย"

ลอรี อารอน ผู้อำนวยการฝ่ายกฎหมายของเอกาล แคนาดา กล่าวว่า ทิช นาท ฮันท์ ประธานของสมาคมชาวพุทธเวียดนามเพื่อสันติภาพ ซึ่งตั้งอยู่ในชุมชนที่เรียกว่า หมู่บ้านพลัม ประเทศฝรั่งเศส ปัจจุบันอายุ ๗๗ ปี และได้เขียนหนังสือมากกว่า ๗๕ เล่มในหนังสือเล่มหนึ่งของท่านคือเรื่องบทสวดแห่งหมู่บ้านพลัม ได้กล่าวถึง "พิธีการแต่งงาน" และภายใต้ชื่อเรื่องนี้ มีข้อความว่า "จงปรับตัวให้เหมาะสมสำหรับคู่แต่งงานที่มีเพศเดียวกัน"

ผู้ชมไม่ยอมรับพระเอกหนึ่งไปให้ดูขง

คนทำงานด้านเอดส์ในสหรัฐฯ เรียกร้องให้ผู้ผลิตสื่อไม่ในแคลิฟอร์เนียช่วยเป็นตัวอย่างที่ดีในการให้นักแสดงสวมถุงยางอนามัย

เมื่อเดือนเมษายน และพฤษภาคม นักแสดง ๕ คนพบว่าได้รับเชื้อเอชไอวี ทำให้นักแสดงกว่า ๕๐ คนที่มีความเสี่ยงจากการแสดงที่ไม่มีการป้องกัน อาสาไปตรวจหาเชื้อด้วยตัวเอง และบริษัทผู้ผลิตสื่อไป ๑๒ แห่งต้องพักการผลิตจนกว่าการตรวจเลือดนักแสดงจะเสร็จสมบูรณ์

รายงานแจ้งว่า ก่อนการระบาดของเอชไอวี นักแสดงใช้ถุงยางเพียงร้อยละ ๑๗ แต่หลังการระบาดก็มีการใช้ถุงยางเพียงร้อยละ ๒๓

ไมเคิล เวนส์ทิน ประธานของมูลนิธิ AIDS Healthcare กล่าวว่า หากนักแสดงคนสำคัญใช้ถุงยางอนามัย เชื่อได้ว่านักแสดงที่เหลือทั้งหมดก็จะทำตาม ขณะที่ผู้ผลิตสื่อไปบอกว่าตลาดไม่ค่อยยอมรับการแสดงที่นักแสดงสวมถุงยางอนามัย



อเมริกันชน ชนกันในเรื่องเพศศึกษา

มูลนิธิ Kaiser Family และ Kennedy School แห่งมหาวิทยาลัย Harvard ได้แสดงผลการสำรวจความเห็นของชาวอเมริกันต่อเพศศึกษาพบว่าชาวอเมริกันร้อยละ ๙๓ คิดว่า ควรสอนเพศศึกษาในโรงเรียน ขณะที่อาจารย์ใหญ่พบข้อขัดแย้งเพียงเล็กน้อยกับชุมชนในการสอนเพศศึกษา

อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาไม่อาจสรุปได้ว่า ชาวอเมริกันยอมรับเพศศึกษาในทุกรูปแบบ เช่น ร้อยละ ๑๕ เห็นว่าโรงเรียนต้องสอนเรื่องการละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ โดยต้องไม่สอนเรื่องอุปกรณ์คุมกำเนิด (ดูรายละเอียดเรื่อง สอนอย่างไรให้เด็ก 'รักษาพรหมจรรย์จนวันแต่งงาน' ใน S-exchange ฉบับเดือนพฤษภาคม ๒๕๕๗) ขณะที่ร้อยละ ๔๖ เห็นว่าควรสอนเรื่องการละเว้นฯ ผสมกับเรื่องคุมกำเนิด เพราะเด็กบางส่วนไม่ได้ละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ ขณะที่ร้อยละ ๓๖ เห็นว่าเรื่องละเว้นฯ มิได้เป็นประเด็นหลักของเพศศึกษา แต่ควรฝึกให้เด็กมีการตัดสินใจที่รับผิดชอบในเรื่องเพศ

จากการสำรวจ อาจารย์ใหญ่ร้อยละ ๓๐ บอกว่า โรงเรียนใช้การสอนแบบเน้นการละเว้นฯ ร้อยละ ๔๗ บอกว่าสอนละเว้นฯ ผสมกับอุปกรณ์คุมกำเนิด และร้อยละ ๒๐ สอนแบบการตัดสินใจที่รับผิดชอบ การวิจัย

ตั้งข้อสังเกตว่า กลุ่มที่สอนเรื่องการละเว้นฯ มีแรงผลักดันกลุ่มทางศาสนา เพราะเชื่อว่าการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้แต่งงานเป็นเรื่องบาป

อย่างไรก็ตามชาวอเมริกันร้อยละ ๔๗ เห็นว่า วัยรุ่นควรรู้เรื่องเพศอย่างจำกัด และควรถูกสอนว่าจะอะไรถูกอะไรผิด ขณะที่ร้อยละ ๕๑ เห็นว่า วัยรุ่นควรตัดสินใจเอง เพศศึกษาจึงควรให้ข้อมูลที่มากพอแก่เด็ก

นอกจากนี้ หนังสือพิมพ์นิวยอร์กไทมส์ ได้ตรวจสอบข้อถกเถียงที่ว่าอะไรเป็นปัจจัยที่ทำให้การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสหรัฐลดลงกว่าร้อยละ ๓๐ จากอัตรา ๔๓ ต่อพันรายเมื่อ ๑๐ ปีที่แล้ว อีกทั้งยังพบว่านักเรียนหญิงระดับมัธยมมีเพศสัมพันธ์ลดลงจากร้อยละ ๕๑ ในปี ๒๕๓๔ เป็นร้อยละ ๔๓ ในปี ๒๕๔๔ ส่วนนักเรียนชายลดจากร้อยละ ๕๗ เป็นร้อยละ ๔๔

ผู้เชี่ยวชาญเห็นตรงกันว่าเพศศึกษามีส่วนทำให้เกิดการลดเหล่านี้ดีขึ้น แต่ก็ยังถกเถียงกันว่า เพศศึกษา "แบบไหน" ระหว่างการสอน "การละเว้นฯ" กับ "เพศศึกษาแบบรอบด้าน" ที่มีส่วนอย่างสำคัญในเรื่องนี้



เลสลีย์ อันลูห์ ประธานและผู้ก่อตั้ง Abstinence Clearinghouse กล่าวว่า การลดลงของปัญหาที่แสดงว่านักเรียนทั่วสหรัฐฯพร้อมใจกันยอมรับเพศศึกษาแบบสอนละเว้นฯ ขณะที่ ซาราห์ บราวน์ ผู้อำนวยการ National Campaign to Prevent Teen Pregnancy กล่าวว่า การที่ปัญหาทางเพศลดลงนี้ ึ่งมาจากการผสมผสานระหว่างการที่เด็กมีเพศสัมพันธ์ลดลงและมีการคุมกำเนิดมากขึ้น ขณะที่บรอนวิน เมย์เดน ผู้อำนวยการ Campaign for Our Children in Baltimore บอกว่าการรณรงค์เรื่องเอดส์ ทำให้ปัญหาเรื่องนี้ลดลง โดยเฉพาะในหมู่คนผิวดำที่มีการติดเชื้อสูง

