

# คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้ เพศศึกษา

สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕





คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้

# เพศศึกษา

สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕



# คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

ISBN ๙๗๘-๙๗๔-๒๓๕-๕๗๐-๘

พิมพ์ครั้งที่ ๓ (ตุลาคม ๒๕๕๑) จำนวนพิมพ์ ๓,๐๐๐ เล่ม

ปรับปรุงจาก คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา  
สำหรับเยาวชนช่วงชั้นที่ ๔ (มัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖) (พิมพ์ครั้งที่ ๒ กรกฎาคม ๒๕๕๐)

## พิมพ์ที่

บริษัท เออร์เจนท์ แทค จำกัด

## ปก

นายบัณฑิต เอื้อวัฒนากุล

## รูปเล่ม

นายวัฒนสินธุ์ สุวรรตานนท์

## จัดพิมพ์โดย

องค์การแพธ (PATH)

๓๗/๑ ซอยเพชรบุรี ๑๕ ถนนเพชรบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

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

ภายใต้การสนับสนุนของกองทุนโลก กระทรวงสาธารณสุข (GFATM)

องค์การแพธยินดีให้มีการเผยแพร่คู่มือฯ นี้อย่างแพร่หลายต่อไป อย่างไรก็ตาม หากบุคคลหรือหน่วยงานใดต้องการนำเนื้อหาจากคู่มือฯ นี้ไปใช้อ้างอิงในเอกสารหรือสื่ออื่นๆ ขอความกรุณาแจ้งให้องค์การแพธทราบล่วงหน้า และ/หรือขอความกรุณาอ้างอิงที่มาของข้อความนั้นๆ ตามมาตรฐานสากลด้วย ขอขอบคุณยิ่ง

สนใจดาวน์โหลดหลักสูตร หรือรายละเอียดเพศศึกษารอบด้านทางออนไลน์ ได้ที่ [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net) หรือบริการสุขภาพทางเพศและเอดส์สำหรับเยาวชน ได้ที่ [www.lovecaresation.com](http://www.lovecaresation.com) หากต้องการเสนอแนะหรือแสดงความคิดเห็นต่อคู่มือฯ นี้ประการใด กรุณาติดต่อองค์การแพธโดยตรง หรือทางอีเมล [pathbangkok@path.org](mailto:pathbangkok@path.org)

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

## สารานุกรมจากเลขารธิการ คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

แม้ว่าจะมีการให้นโยบายเร่งรัดแก่สถานศึกษา ให้จัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาอย่างทั่วถึง อุปสรรคสำคัญยังคงอยู่ที่การพัฒนาครูผู้สอนให้เข้าใจถึงองค์ความรู้ในเรื่องเพศ รวมทั้งการพัฒนาทักษะให้สามารถจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลางอย่างแท้จริง ซึ่งอาศัยประสบการณ์และที่สำคัญคือทัศนคติของผู้สอนที่พร้อมจะเปิดใจกว้าง ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และยินดีที่จะรับฟังความเห็นและวิถีชีวิตที่แตกต่างของเยาวชนและผู้คนในสังคม ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของยุคสมัยและเทคโนโลยี ซึ่งเปิดช่องทางของการรับรู้ และเรียนรู้มากมาย ที่ไม่ได้จำกัดอยู่แค่ในห้องเรียนเท่านั้น

การพัฒนาศักยภาพและฝึกอบรมเตรียมความพร้อมครูผู้สอน และผู้ปฏิบัติงานกับเยาวชน รวมทั้งการพัฒนาออกแบบหลักสูตร บทเรียน และกิจกรรมที่สามารถเป็นแนวทางตัวอย่างให้ผู้ที่มีหน้าที่ในการสอนได้สามารถนำไปใช้ควบคู่กัน ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่จะเอื้อให้สถานศึกษาสามารถแปรนโยบายการจัดเพศศึกษาไปสู่การปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพ

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

คู่มือการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาเล่มนี้จะช่วยให้ครู ผู้บริหาร และผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้อง สามารถใช้เป็นทางเลือกในการจัดการเรียนการสอนเพศศึกษาในสถานศึกษา อันเป็นภารกิจที่กระทรวงศึกษาให้ความสำคัญ และกำลังเร่งรัดให้มีการดำเนินการอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง เพื่อให้สถานศึกษาภายใต้กำกับของกระทรวงศึกษาได้จัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาให้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษาอย่างทั่วถึง

คุณหญิงกษมา วรวรรณ ณ อยุธยา  
เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
กรกฎาคม ๒๕๕๐

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

## คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่สาม

“คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาแบบรอบด้าน (Comprehensive Sexuality Education) สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕” ที่ท่านถืออยู่ในมือเล่มนี้ ซึ่งปรับปรุงจาก “คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชน ช่วงชั้นที่ ๔ (มัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓)” และ “คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชน ช่วงชั้นที่ ๔ (มัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖)” ซึ่งมีการจัดพิมพ์ในเดือนกรกฎาคม ปี ๒๕๕๐ โดยในเล่มนี้ ได้มีการปรับปรุงให้แบ่งออกเป็นหกเล่มสำหรับแต่ละระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ ๑ ถึง ๖ ของการศึกษาระดับพื้นฐาน ตามคำเรียกร้องของครูผู้สอนที่เห็นว่าจะง่ายในการนำไปใช้มากขึ้น เพราะครูผู้สอนแต่ละคนมักจะสอนเป็นระดับชั้น

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

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

องค์การแพธ (PATH) และภาคีในโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ ซึ่งได้ร่วมกันพัฒนา ทดลองใช้ และสกัดประสบการณ์จากการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาอย่างรอบด้าน ในสถานศึกษาว่าเจ็ดร้อยแห่ง ในห้าปีที่ผ่านมา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า ครูผู้สอนและผู้ที่เกี่ยวข้องในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาแก่เยาวชน จะได้ประโยชน์จากคู่มือเล่มนี้ เพื่อช่วยกันขยายผลให้เยาวชนของเราได้เรียนรู้เพศศึกษาอย่างรอบด้านต่อเนื่องในทุกภาคการศึกษา และในทุกระดับชั้น เพื่อพัฒนาพลเมืองของประเทศให้มีสุขภาวะทางเพศอย่างแท้จริง

องค์การแพธ (PATH) ขอน้อมรับข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นในคู่มือเล่มนี้ และยินดีรับฟังความเห็น มุมมองที่แตกต่าง หรือกระทั่งตรงกันข้ามกับที่คู่มือนี้นำเสนอ เพื่อพัฒนางานเพศศึกษาในอนาคต

องค์การแพธ (PATH)

ตุลาคม ๒๕๕๑



## คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่สอง

คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชนในช่วงชั้น ๔ (ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ ถึง มัธยมศึกษาปีที่ ๖) เล่มนี้ จัดทำขึ้นภายใต้โครงการ “ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ” อันเป็นโครงการภายใต้ความร่วมมือระหว่างกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงสาธารณสุข ภาควิชาองค์กรเอกชนสาธารณสุข-ประโยชน์และภาคธุรกิจ ภายใต้การสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนโลกเพื่อการแก้ไขปัญหาเอชไอวี วัณโรค และมาลาเรีย (The Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria - GFATM) ผ่านทางกระทรวงสาธารณสุข บริหารโครงการโดยองค์การแพธ (PATH)

คู่มือเล่มนี้สำเร็จลงได้ด้วยความร่วมมือจากหลายฝ่าย และความพยายามผลักดันให้เกิดการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ไม่อาจเกิดขึ้นได้หากปราศจากการสนับสนุนด้านนโยบายจากกระทรวงศึกษาธิการ และความร่วมมือร่วมใจของเขตพื้นที่การศึกษา ๔๔ 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 บัตตานี ยะลา ตรัง ภูเก็ต สตูล

ขอขอบคุณคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มูลนิธิ เข้าถึงเอดส์ (แอดเซส) กาญจนบุรี สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง ศูนย์ฝึกอบรมโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จังหวัดอุบลราชธานี ซึ่งเป็นหน่วยประสานงานหลักในพื้นที่ภูมิภาค และมีบทบาทประสานงานเพื่อสร้างความเข้าใจกับผู้บริหารสถานศึกษาและสนับสนุนด้านวิชาการให้กับครูในสถานศึกษาในพื้นที่รับผิดชอบ รวมทั้งคณะทำงานและวิทยากรหลัก (Master Trainers) ในระดับจังหวัดที่ร่วมกับโครงการในกระบวนการนี้ติดตามครู ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ และให้ข้อคิดเห็นตลอดจนมีส่วนร่วมในการทำให้การดำเนินงานของโครงการปีที่ ๓ ลุล่วงมาได้ด้วยดี

ขอขอบคุณผู้บริหารสถานศึกษาในสังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ทั้ง ๓๐๙ แห่ง ที่เห็นความสำคัญของการพัฒนาเพศศึกษาเพื่อเยาวชน และเข้าร่วมโครงการ โดยเปิดโอกาสให้ “เพศศึกษา” ได้เริ่มก้าวเข้าสู่สถานศึกษา กระทั่งหลายแห่งก็สนับสนุนให้มีการบรรจุ “เพศศึกษา” เข้าไว้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษา นับเป็นการสร้างโอกาส และความเข้าใจต่อการใช้ชีวิตทางเพศของเยาวชนให้รู้จักคิด วิเคราะห์ แยกแยะ รับผิดชอบต่อวิถีชีวิตที่ตนเลือกได้อย่างเหมาะสมกับวัย รวมทั้งยังสนับสนุนและเอื้ออำนวยให้ครูและผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศมีความมั่นใจมากขึ้นในการทำงานเพศศึกษา

ในกระบวนการพัฒนาหลักสูตรเพศศึกษาสำหรับเยาวชน รวมทั้งการจัดทำคู่มือเล่มนี้ คณะผู้จัดทำได้ปรับปรุงจากหลักสูตรเล่มเดิม (เล่มม่วง) คือ คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้ “เพศศึกษา” สำหรับเยาวชนในช่วงชั้น ๒ - ๔ (ประถมศึกษาปีที่ ๖ - มัธยมศึกษาปีที่ ๖) ทั้งนี้ คณะผู้จัดทำคู่มือฯ ประกอบด้วยนักวิชาการ

มหาวิทยาลัยและคณะครูซึ่งมีประสบการณ์การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างต่อเนื่องในสถานศึกษาของตนเอง ร่วมกับเจ้าหน้าที่โครงการก้าวอย่างองค์การแพธ โดยมุ่งหวังว่า คู่มือฯ เล่มนี้จะเอื้อให้ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้สามารถนำไปใช้เป็นแผนการเรียนรู้เรื่องเพศในชั้นเรียน สำหรับช่วงชั้น ๔ โดยแบ่งตามระดับชั้น ดังนี้

- ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ มี ๑๔ แผนการเรียนรู้/๑๖ ชั่วโมง/ปีการศึกษา
- ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕ มี ๑๖ แผนการเรียนรู้/๑๖ ชั่วโมง/ปีการศึกษา
- ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ มี ๑๓ แผนการเรียนรู้/๑๖ ชั่วโมง/ปีการศึกษา

การออกแบบเนื้อหาคู่มือฯ โดยแยกตามระดับชั้นข้างต้นมีเป้าหมายสำคัญให้เยาวชนได้เรียนเพศศึกษาอย่างเป็นระบบ ต่อเนื่อง และสอดคล้องกับพัฒนาการตามวัยของผู้เรียนแต่ละระดับชั้น หากท่านใดพบว่ามีข้อบกพร่องที่ควรแก้ไขปรับปรุงเพิ่มเติม องค์กรแพธโดยคณะผู้จัดทำยินดีรับฟังคำแนะนำ เพื่อนำมาใช้ปรับปรุงในคราวต่อไป

ขอขอบคุณ Global Fund ที่สนับสนุนให้เกิดโอกาสในการผลักดันงานเพศศึกษาในสังคมไทยได้คืบหน้าไปอีกหนึ่งก้าว และก่อให้เกิดเครือข่ายผู้ใหญ่ที่พร้อมจะเข้าใจและเรียนรู้ไปพร้อมกันกับเยาวชนมากขึ้น

ขอขอบคุณหน่วยงานต่างๆ และเพื่อนร่วมทางทั้งในงานเอดส์และงานส่งเสริมเพศศึกษาสำหรับเยาวชนซึ่งมีอาจเอ่ยนามได้ทั้งหมด ที่เป็นทั้งครู เพื่อน และแหล่งข้อมูล ทั้งแบ่งปัน ทั้งให้หิยิยิมประสบการณ์ และยังให้ข้อคิดเห็นตลอดจนข้อเสนอแนะในกระบวนการทำงานเพื่อพัฒนาหลักสูตรและคู่มือเล่มนี้

ขอขอบคุณคณะครูทุกคนจากสถานศึกษาในสังกัด สพฐ. ทั้ง ๓๐๙ แห่ง ที่ร่วมเป็นแนวหน้าในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาให้กับเยาวชน และได้ถ่ายทอดประสบการณ์ บทเรียน ปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะ ซึ่งเป็นประโยชน์ยิ่งต่อการปรับปรุงหลักสูตรและคู่มือเล่มนี้ ทั้งยังนำประสบการณ์การสอน ความเข้าใจในตัวเด็กและเยาวชน หัวใจที่เปิดกว้าง พร้อมเรียนรู้ ค้นหา และสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ มาร่วมแรงร่วมใจทำงานในโครงการดำเนินสู่ความสำเร็จมาได้ ๓ ปีอย่างน่ายินดี

และท้ายสุด ขอขอบคุณ “เด็กและเยาวชน” ที่เป็นแรงบันดาลใจ และเปิดโอกาสให้ผู้ใหญ่ร่วมกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศ และเรื่องราวชีวิตร่วมกัน

โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ

กรกฎาคม ๒๕๕๐

## คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่หนึ่ง

คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชนในช่วงชั้น ๒ - ๔ (ประถมศึกษาปีที่ ๖ ถึงมัธยมศึกษาปีที่ ๖) เล่มนี้ จัดทำขึ้นภายใต้โครงการ “ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ” อันเป็นโครงการภายใต้ความร่วมมือระหว่างกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงสาธารณสุข ภาควิชาจากองค์กรเอกชนสาธารณสุขประโยชน์และภาคธุรกิจ ภายใต้การสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนโลกเพื่อการแก้ไขปัญหาเอชไอวี 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 ที่สนับสนุนให้เกิดโอกาสในการผลักดันงานเพศศึกษาในสังคมไทยได้คืบหน้าไปอีกหนึ่งก้าว และก่อให้เกิดเครือข่ายผู้ใหญ่ที่พร้อมจะเข้าใจและเรียนรู้ไปพร้อมกันกับเยาวชนมากขึ้น

ขอขอบคุณ หน่วยงานต่างๆ และเพื่อนร่วมทางทั้งในงานเอดส์และงานส่งเสริมเพศศึกษาสำหรับเยาวชน ซึ่งมีอาจเอ่ยนามได้ทั้งหมด ที่เป็นทั้งครู เพื่อน และแหล่งข้อมูล ทั้งแบ่งปัน ทั้งให้หยิบยืมประสบการณ์ และยังให้ข้อคิดเห็นตลอดจนข้อเสนอแนะตลอดกระบวนการทำงานเพื่อพัฒนาหลักสูตรและคู่มือเล่มนี้

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

และท้ายสุดขอขอบคุณ “เด็กและเยาวชน” ที่เป็นแรงบันดาลใจ และเปิดโอกาสให้ผู้ใหญ่ร่วมกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศและเรื่องราวของชีวิตด้วยกัน

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ

ตุลาคม ๒๕๕๗

# สารบัญ

สารสันจากเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ	๓
คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๓	๕
คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๒	๗
คำนำในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๑	๑๑
ความนำ จาก โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ	๑๘
บทนำ “เพศศึกษา” กับกระบวนการพัฒนาเยาวชน	๒๑
แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน ตามหลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑	๓๕
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง	๔๒
สรุปตัวชี้วัดและแผนการเรียนรู้	๔๙
การวัดและประเมินผล	๕๙
แผนการเรียนรู้เพศศึกษา “ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ” ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๕	๖๙
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑ สิ่งสำคัญสำหรับฉัน	๗๗
• แผนการเรียนรู้ที่ ๒ เนื้อตัวร่างกาย	๘๓
• แผนการเรียนรู้ที่ ๓ ผู้หญิงเลี้ยงชาย ผู้ชายเลี้ยงขวา	๘๙
• แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น	๙๗
• แผนการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่องของต้นกับอ้อ	๑๐๕
• แผนการเรียนรู้ที่ ๖ อยู่อย่างเข้าใจ	๑๑๕
• แผนการเรียนรู้ที่ ๗ เมื่อรักต้องเลือก	๑๒๑
• แผนการเรียนรู้ที่ ๘ พรายกระซิบ	๑๒๙



• แผนการเรียนรู้ที่ ๙	อย่างนี้สิขาย	๑๓๗
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐	ซิดกับต้อย	๑๔๕
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑	ห้องใหม่ แบบนี้	๑๕๓
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒	เพื่อนใจวัยรุ่น	๑๖๑
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓	คุยกันได้ไหม	๑๖๙
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔	หลากรส หลายแบบ	๑๗๕
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕	เขียนชีวิต	๑๘๕
• แผนการเรียนรู้ที่ ๑๖	ครอบครัวของเรา	๑๙๗

บรรณานุกรม	๒๐๒
------------	-----

ภาคผนวก	๒๐๕
---------	-----

• ๖ มิติ เพศศึกษาแบบรอบด้านกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์	๒๐๖
• กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นหัวใจของเพศศึกษา	๒๑๐
• “เพศศึกษา” กับการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์	๒๓๑
• บทเรียนการจัดเพศศึกษาเข้าสู่หลักสูตรสถานศึกษา	๒๔๐
• “พบกันทุกวันอังคาร” กับเลขาริการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน	๒๔๗
• แหล่งข้อมูลเพศศึกษา เอดส์ และหน่วยงานบริการสำหรับเด็กและเยาวชน	๒๕๑
• สรุปย่อโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ	๒๖๖
• รายชื่อองค์กรภาคีทั้งภาครัฐและเอกชน	๒๗๕
• รายชื่อคณะกรรมการที่ปรึกษาโครงการ “ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ”	๒๗๗
• รายชื่อคณะผู้อ่านและให้ความเห็นต่อคู่มือฯ ในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๒	๒๗๘
• รายชื่อคณะทำงาน การวิเคราะห์ตัวชี้วัดหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑	๒๗๙
กับแผนการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน	
• รายชื่อสถานศึกษาระดับขั้นพื้นฐานที่ร่วมโครงการ ก้าวอย่างอย่างเข้าใจ ในปี ๒๕๔๗-๒๕๕๑	๒๘๑



คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕



# ความนำ

## จาก “ก้าวอย่างเข้าใจ” โครงการส่งเสริมเพศศึกษาเพื่อเยาวชน

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

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

๑๘

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

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

แนวคิดในการจัดเนื้อหาการเรียนรู้อันเป็นอยู่มุ่งเน้นถึงเรื่องที่เป็นรูปธรรม เช่น การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย การทำงานของระบบต่างๆ การดูแลสุขอนามัย 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 จากนั้นเราควรนำข้อเท็จจริงเหล่านี้มาเป็นกรอบในการคิดค้นต่อไปว่า ทักษะและวิธีคิดแบบใดบ้างที่จะเป็นประโยชน์อย่างแท้จริงสำหรับเยาวชน ขณะเดียวกันเราซึ่งเป็น “ผู้ใหญ่” จำเป็นต้องตรวจสอบการรับรู้ของตัวเองด้วยว่ามีความพร้อมเพียงใดที่จะทำความเข้าใจกับเรื่องราว



ในยุคสมัยนี้ตามที่เป็นอยู่จริง เพื่อแสวงหาทางที่จะเกิดประโยชน์ได้ตรงกับกลุ่มเป้าหมายที่สุด หรือเรายังยึดติดกับการมองความเป็นจริงด้วยสายตาของอดีต และมุ่งจัดการศึกษาเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเยาวชนให้เป็นไปตามทางที่เราเชื่อว่าเหมาะสม

นี่คือที่มาของหลักสูตรเพศศึกษา ซึ่งโครงการ “ก้าวอย่างเข้าใจ” พัฒนาขึ้นมาด้วยตระหนักว่าการจัดการเรียนรู้แบบยึด “ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง” นั้นต้องเริ่มจากความเข้าใจผู้เรียนอย่างแท้จริง ดังนั้นหากเราต้องการให้เยาวชนเข้าใจและรู้เท่าทันการใช้ชีวิตทางเพศ เราจำเป็นต้องหาเครื่องมือที่เหมาะสมและสามารถสื่อสารกับเยาวชนได้อย่างเข้าถึง เพื่อช่วยให้เยาวชนเข้าใจถึงสิ่งที่จำเป็นต้องรู้และทักษะที่พึงมี ทั้งนี้เพื่อให้เยาวชนได้รับการพัฒนาและเติบโตทางอารมณ์ สังคมและทางเพศอย่างผู้รู้คิด รู้รับผิดชอบในการเลือกใช้ชีวิต ถึงแม้ว่าพฤติกรรมหรือการใช้ชีวิตแบบที่เยาวชนเลือกอาจไม่เป็นไปตามค่านิยมส่วนบุคคลที่ “ผู้ใหญ่” แต่ละคนมีอยู่ก็ตาม

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

โครงการก้าวอย่างเข้าใจ

องค์การแพธ (PATH)

ตุลาคม ๒๕๕๑



# 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

เขาวงกตได้อีกต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อนำไปเปรียบเทียบกับอิทธิพลของเศรษฐกิจสังคม ซึ่ง  
ประการหลังนี้ไม่เพียงแค่เปิดทาง หากยังส่งเสริมชักนำให้เขาวงกตได้รับรู้และมีโอกาสในเรื่องเพศ  
มากยิ่งขึ้นกว่ายุคก่อน

เราต้องยอมรับความจริงว่า ยังมีช่องว่างระหว่างเรื่องที่ครูสอนกับสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติใน  
ชีวิตจริง เมื่อพิจารณาถึงสถิติการตั้งครรภ์ การทำแท้งและการติดเชื้อเอชไอวีในวัยรุ่น การล่วง  
ละเมิดและความรุนแรงทางเพศ การใช้ยาและผลกระทบทางสุขภาพกายใจอันเนื่องมาจากความ  
พยายามต่างๆ ที่จะเปลี่ยนแปลงรูปร่างหน้าตาให้สวยงามและดึงดูดทางเพศ ข้อเท็จจริงเหล่านี้เป็น  
แรงผลักดันการพัฒนาหลักสูตรเพศศึกษาให้สอดคล้องและตรงกับวิถีเพศ เพื่อที่ผู้เรียนจะได้  
ประโยชน์และสามารถนำไปปรับใช้ได้อย่างแท้จริง

## จุดมุ่งหมายของการจัดเพศศึกษา

เมื่อเราคำนึงถึงผลลัพธ์สุดท้ายที่เราต้องการ คือ การสร้างเขาวงกตที่มีคุณลักษณะที่พึง  
ประสงค์ที่จะนำไปสู่สุขภาพทางเพศ จุดมุ่งหมายของเพศศึกษาควรครอบคลุมถึงเรื่องต่อไปนี้

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



ให้คุณค่าในเรื่องต่างๆ จากครอบครัว การพัฒนาวิธีคิดในการให้คุณค่าของตนเอง การสร้างคุณค่าในตัวเอง การพัฒนาความเข้าใจในเรื่องความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว และความสัมพันธ์กับคนแต่ละเพศ รวมทั้งการเรียนรู้และทำความเข้าใจถึงหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเองที่มีต่อครอบครัวและผู้อื่น

- เพื่อพัฒนาทักษะต่างๆ ที่จำเป็นในการสร้างความสัมพันธ์ มีปฏิสัมพันธ์ และการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้แก่ ทักษะการสื่อสาร การตัดสินใจ การบอกความต้องการของตนเอง การยืนยันความคิดเห็น การต่อรอง การจัดการความขัดแย้งที่อาจมี การปฏิเสธ รวมถึงความสามารถในการสร้าง พัฒนา และรักษาสัมพันธ์ไมตรีที่ทุกฝ่ายพึงพอใจ การแก้ปัญหา รวมทั้งการหาความช่วยเหลือ
- เพื่อพัฒนาและฝึกฝนความรับผิดชอบในเรื่องสัมพันธภาพ และความสัมพันธ์ทางเพศทั้งต่อตัวเองและผู้อื่นในทุกแง่มุม ไม่ว่าจะเป็นการเลือกที่จะไม่มีเพศสัมพันธ์ หรือการมีเพศสัมพันธ์โดยมีการป้องกันโรคและการตั้งครรรภ์โดยไม่พร้อม รวมถึงการคาดการณ์ และจัดการกับแรงกดดันที่จะนำไปสู่เพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้เกิดจากความยินยอมพร้อมใจ

การให้การศึกษาเรื่องเพศศึกษาแบบรอบด้าน ควรเตรียมเยาวชนให้เข้าใจเรื่องวิถีชีวิตทางเพศเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่อย่างสร้างสรรค์และมีประสิทธิภาพ ซึ่งรวมถึงการช่วยให้เยาวชนเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพในการดูแลคนอื่น การสนับสนุนช่วยเหลือ การไม่ใช้ความรุนแรง หรือกำลังบังคับคนอื่น และการพัฒนาความสัมพันธ์ใกล้ชิดและสัมพันธภาพทางเพศที่ทั้งสองฝ่ายต่างพึงใจ ยินยอม และเคารพกัน นอกจากนี้ การจัดการศึกษาเรื่องเพศ ควรเป็นส่วนหนึ่งของการออกแบบการเรียนรู้เพื่อช่วยในการลดผลกระทบในทางลบจากเพศสัมพันธ์ ได้แก่ การตั้งครรรภ์เมื่อไม่พร้อม การติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอชไอวี ตลอดจนการใช้ความรุนแรงทางเพศ



## เพศศึกษาครอบคลุมเรื่องอะไรบ้าง

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

- ๑. พัฒนาการของมนุษย์ (Human Development)** การเปลี่ยนแปลงทางสรีระเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นหนุ่มสาว 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 ซึ่งระบบการให้คุณค่านี้เป็นตัวชี้นำพฤติกรรม เป้าหมาย และการดำเนินชีวิตของเรา
  - การสื่อสาร การรับฟัง การแลกเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดที่สอดคล้องหรือแตกต่างกัน
  - การตัดสินใจ การต่อรอง การทำความเข้าใจเพื่อบรรลุความตั้งใจหรือทางเลือกที่ตนสามารถรับผิชอบได้
  - การรักษาและยืนยันในความเป็นตัวของตัวเอง สามารถแสดงความรู้สึก ความต้องการของตนเองโดยเคารพในสิทธิของผู้อื่น
  - การจัดการกับแรงกดดันจากเพื่อน สิ่งแวดล้อม และอคติทางเพศ
  - การแสวงหาคำแนะนำ คำความช่วยเหลือ การจำแนกแยกแยะข้อมูลที่ต้องออกจากที่ไม่ถูกต้อง



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

## ทัศนคติและความเชื่อในเรื่องเพศ

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

การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาที่จะให้ผลเช่นนี้ จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่ผู้จัดการเรียนรู้ต้องตระหนักและระมัดระวัง ไม่นำทัศนคติ ความเชื่อเกี่ยวกับเพศของตนเองมากำหนดและชี้นำผู้เรียนซึ่งจะมีผลเชิงลบต่อการจัดการเรียนรู้ เช่น แม้ว่าครูมีความเชื่อส่วนตัวว่าไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน การเป็นเกย์หรือเลสเบี้ยนเป็นเรื่องผิด ฯลฯ แต่ครูยังคงต้องให้ข้อมูลเกี่ยวกับการมี

เพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยและวิธีการคุมกำเนิด ไม่ใช่หรือแสดงท่าที่เชิงลบต่อพฤติกรรมดังกล่าว (ที่ขัดแย้งกับความเชื่อส่วนบุคคลของคุณ)

เราต้องไม่ลืมว่าสิ่งสำคัญที่สุดของการยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางคือ การจัดการเรียนรู้ที่เกิดประโยชน์ต่อตัวผู้เรียน มากกว่ามุ่งเน้นที่จะหล่อหลอมเยาวชนให้มีวิถีเพศตามทัศนคติความเชื่อของเรา ซึ่งอาจไม่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงในสังคมและภาวะแวดล้อมที่ผู้เรียนต้องเผชิญ

เพศศึกษาที่มุ่งเน้นข้อห้ามทางสังคมและความผิดบาปนั้นพบว่า ไม่ประสบความสำเร็จในการช่วยเยาวชนให้มีชีวิตทางเพศที่ปลอดภัย ดังจะเห็นได้จากสถิติอายุเมื่อเริ่มมีเพศสัมพันธ์ จำนวนคู่นอนโดยเฉลี่ย อัตราการตั้งครรภ์และการทำแท้งที่ไม่ปลอดภัยของเยาวชน อัตราการติดเชื้อเอชไอวีที่เพิ่มขึ้นในกลุ่มเยาวชน ข้อมูลเหล่านี้ชี้ชัดว่าเราไม่อาจจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาอย่างเดิมได้อีกแล้ว

## เพศศึกษาจะเริ่มต้นเมื่อใด และอย่างไร

เพศศึกษาที่ได้ผลควรเริ่มต้นก่อนที่เยาวชนจะเข้าสู่วัยหนุ่มสาวและก่อนที่จะเกิดแบบแผนพฤติกรรมที่ยั่งยืน การจัดเพศศึกษาควรเป็นการให้ข้อมูลอย่างต่อเนื่องโดยเริ่มจากเรื่องพื้นฐานไปสู่ความรู้ความเข้าใจที่ซับซ้อน เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจที่สะสมต่อเนื่องช่วยชี้นำทางในยามที่เยาวชนต้องการใช้ในชีวิต

อันที่จริงนับว่าเป็นเรื่องยากที่จะรู้ได้ว่าควรเริ่มเรื่องใดเมื่อใดจึงจะเหมาะสม ไม่เร็วไปและไม่ช้าไป ประเด็นสำคัญจึงอยู่ที่การมีความสัมพันธ์ใกล้ชิด สร้างความไว้วางใจและเปิดกว้างพอที่ทำให้เกิดความกล้าที่จะพูดคุยซักถาม บทบาทท่าทีของคุณจึงเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกไว้วางใจและกล้าพูดกล้าถาม ความรู้สึกอายและไม่สะดวกใจที่จะพูดคุยเรื่องเพศนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับทั้งตัวครูและผู้เรียน

๒๖

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

แต่ถ้าเรามองว่า การจัดเพศศึกษาคือการพูดคุยแลกเปลี่ยนทัศนะ ค่านิยม รวมทั้งการให้ข้อเท็จจริงในเรื่องราวที่กำลังอยู่ในความสนใจก็จะช่วยทำให้การจัดการเรียนรู้นั้นเป็นธรรมชาติ ซึ่งเรื่องนี้ต้องอาศัยตัวครูเป็นผู้เริ่มต้นสร้างบรรยากาศและเป็นแบบอย่างในการทำให้เห็นว่าการพูดคุยในเรื่องเพศนั้นเป็นไปได้และเป็นเรื่องธรรมดา

สำหรับความกังวลใจว่า การพูดถึงเรื่องเพศจะเป็นการกระตุ้นความอยากรู้และเร่งให้เยาวชนเกิดการทดลองหาประสบการณ์ทางเพศ จากการศึกษาติดตามผลของการจัดเพศศึกษาชี้ว่า นอกจากจะช่วยเพิ่มความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศแล้ว การจัดให้มีการเรียนรู้เรื่องเพศยังส่งผลต่อการทำให้เยาวชนเริ่มมีเพศสัมพันธ์ช้าลง คือ อายุของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกสูงขึ้น นอกจากนี้ยังลดความเสี่ยงที่จะเกิดผลด้านลบจากการมีเพศสัมพันธ์ เช่น เยาวชนที่มีประสบการณ์ทางเพศแล้วมีการป้องกันตัวเองมากขึ้น

ดังนั้น การเริ่มจัดการเรียนรู้โดยให้ข้อมูลที่เหมาะสมกับแต่ละช่วงพัฒนาการของวัย การพัฒนาทักษะในการคิด วิเคราะห์ จะทำให้เยาวชนมีทักษะการจัดการสถานการณ์ในชีวิตและส่งผลในทางป้องกันและบรรเทาผลด้านลบ มากกว่าที่จะกระตุ้นให้อยากรู้และอยากทดลองดังที่ผู้ใหญ่กังวลใจ

## 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  
ข้อตกลงเหล่านี้ทำหยากรอบแนวคิดทางวัฒนธรรมที่เราได้รับการปลูกฝังมาอย่างแน่นหนาในอดีต  
ผู้สนใจจะจัดการเรียนรู้เรื่องเพศสำหรับเยาวชนจึงต้องเริ่มถามตนเองอย่างจริงจังก่อนว่า ยอมรับข้อ  
ตกลงพื้นฐานต่อไปนี้ได้หรือไม่<sup>๑</sup>

<sup>๑</sup> แปลและเรียบเรียงจาก Life Planning Education: A Youth Development Program (revised  
edition 1995). USA. [www.advocatesforyouth.org](http://www.advocatesforyouth.org) อ้างใน หนังสือแนวคิดในการออกแบบการ  
จัดการเรียนรู้สำหรับครูและผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาสำหรับเยาวชน. โครงการก้าวอย่างอง่างเข้าใจ  
องค์กรแพช. กรุงเทพฯ: เฮอร์เจนท์ แพค., 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

๙. การบังคับทั้งทางกาย วาจา และใจ ทั้งโดยการใช้กำลังหรือการใช้วาจาบีบคั้น หรือการใช้อำนาจจากบทบาทที่ตนมีอยู่ให้ผู้อื่นปฏิบัติ คิด หรือเชื่อตาม โดยขัดเจตจำนงของบุคคลนั้น ถือว่าเป็นเรื่องที่ผิดจริยธรรม
๙. บุคคลย่อมต้องรับผิดชอบต่อการกระทำและผลของการกระทำของตน
๙. สัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่ดีย่อมต้องมีการสื่อสารอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา เยาวชนควรได้รับการส่งเสริมให้เปิดเผยและสามารถบอกเล่าหรือปรึกษาความคับข้องใจในชีวิต รวมถึงเรื่องเพศ ไม่ว่าจะกับเพื่อน ผู้ใหญ่ ผู้ปกครอง หรือคู่รักของตนโดยไม่มีการตัดสินคุณค่า
๑๐. เมื่อพูดถึงการป้องกันการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์แก่เยาวชน จะต้องมีทางเลือกมากกว่าการไม่มีเพศสัมพันธ์เท่านั้น

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



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



## จาก “ครูผู้รู้” สู่ “ผู้จัดการเรียนรู้”

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

ความท้าทายของผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาจึงมิได้อยู่ที่ “การเป็นผู้รู้เรื่องเพศ” และใช้การ “สั่งสอน” เหมือนวิชาอื่นๆ เพราะทุกคนมีประสบการณ์การเรียนรู้เรื่องเพศที่ต่างกันมาแล้ว และสิ่งสมการเรียนรู้นั้นเป็นค่านิยมของตัวเอง จึงมีความคิด ความรู้สึกและตัดสินใจที่ได้ยินหรือรับรู้ใหม่จากบรรทัดฐานของตัวเอง ซึ่งเป็นผลจากการอยู่ในครอบครัว ชุมชน และในสังคมที่มีค่านิยมประเพณีวัฒนธรรม และบรรทัดฐานใน “เรื่องเพศ” แตกต่างกันไป

นอกจากนี้สังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว และมีความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีต่างๆ จนถึงขั้นไร้พรมแดนนี้ ทำให้เยาวชนสามารถเข้าถึงความรู้และข้อมูลเรื่องเพศได้ด้วยตัวเอง โดย

เฉพาะการเข้าถึงสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศในหลายรูปแบบเพื่อสนองตอบความอยากรู้อยากลอง และสัญชาตญาณทางเพศของมนุษย์ เพศศึกษาจึงไม่มุ่งให้คำตอบตายตัว แต่ควรเปิดโอกาสให้เยาวชนคิดและตั้งคำถามกับสิ่งที่ได้ยินได้เห็น แสวงหาทางเลือกและตัดสินใจด้วยตัวเอง

ดังนั้นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ที่ต้องการให้เพศศึกษาส่งผลต่อพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน ต้องสามารถเลือกวิธีการเรียนรู้ที่คำนึงถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมและสอดคล้องกับกระบวนการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน การใช้วิธีการเรียนรู้หลากหลายรูปแบบเพื่อ “ดึงและคง” ความสนใจของผู้เรียนไว้ให้ได้ รวมทั้งการทบทวนหรือย้ำเนื้อหาเดียวกันในกิจกรรมหลายรูปแบบ เช่นกัน

สิ่งที่ควรตระหนักอีกอย่างหนึ่งคือ ผู้เรียนสามารถประเมินทัศนคติหรือค่านิยมของผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ซึ่งสะท้อนจากวิธีการตั้งและตอบคำถาม การยกตัวอย่างที่ใช้ในการอธิบาย บทเรียน รวมถึงสีหน้าท่าทางของผู้จัดการเรียนรู้ที่มีต่อคำพูดหรือการแสดงออกของผู้เรียน หากผู้เรียนประเมินได้ว่า ผู้จัดการเรียนรู้ไม่ยอมรับหรือไม่ชอบเรื่องใด ก็จะไม่กล้าแสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกจริงๆ ต่อเรื่องนั้น เพราะคาดว่าผู้จัดการเรียนรู้อาจจะไม่พอใจ จึงทำให้ผู้จัดการเรียนรู้ไม่สามารถ “เข้าถึง” ผู้เรียนได้อย่างแท้จริง

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

## ข้อเสนอแนะในการใช้คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาแบบรอบด้าน (Comprehensive Sexuality Education) สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕



๑. คู่มือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕ ประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ ๑๖ แผน เพื่อให้ครูใช้เป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างสะดวก เป้าหมายที่สำคัญของหลักสูตรนี้คือ มุ่งหวังให้ผู้เรียนมีโอกาสเรียนรู้เพศศึกษาที่สอดคล้องกับพัฒนาการตามวัยอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ และสามารถบรรลุเป้าหมายพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของวัยรุ่นที่มีสุขภาวะทางเพศ
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 เพื่อให้ผู้เรียนรู้สึกสะดวกใจที่จะแสดงความคิดเห็นหรือซักถามได้อย่างเต็มที่

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

๕. คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษานี้ นอกจากจะประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ที่ครูสามารถนำไปปรับใช้ให้เข้ากับผู้เรียนแล้ว ในท้ายแผนยังมีข้อมูลความรู้เพิ่มเติมที่ครูสามารถใช้ตอบคำถามหรือแก้ไขความเข้าใจเรื่องเพศที่ผิดๆ ได้ แต่เนื่องจากปัจจุบันข้อมูลข่าวสารเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ดังนั้น จึงควรหาข้อมูลความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ 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

จากการวิเคราะห์ความเกี่ยวข้องของระหว่างตัวชี้วัด 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 ศิลปกรรม จริยธรรม

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

### สาระที่ ๒ หน้าที่พลเมือง วัฒนธรรม และการดำเนินชีวิตในสังคม

มาตรฐาน ส ๒.๑ เข้าใจและปฏิบัติตามหน้าที่ของการเป็นพลเมืองดี มีค่านิยมที่ดีงาม และดำรงรักษาประเพณีและวัฒนธรรมไทย 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 เขียนรายงานข้อมูลสารสนเทศและรายงานการศึกษา ค้นคว้าอย่างมีประสิทธิภาพ

### สาระที่ ๓ การฟัง การดู การพูด

มาตรฐาน ท ๓.๑ สามารถเลือกฟัง ดู และอ่าน อย่างมีวิจารณญาณ และพูดแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกในโอกาสต่างๆ อย่างมีวิจารณญาณและสร้างสรรค์

## สาระที่ ๕ วรรณคดีและวรรณกรรม วิพากษ์วรรณคดี 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





### สาระที่ ๓ เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

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

## 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 และวิธีการในการแสวงหาข้อมูลจากแหล่งต่างๆ 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 ซึ่งสอดคล้องกับสมรรถนะสำคัญที่หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานมุ่งพัฒนาให้เกิดขึ้นกับผู้เรียน ดังตารางเปรียบเทียบ

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



# ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑ และเพศศึกษา ระดับชั้น ม.๕

## สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๕
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- การทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ</li> <li>- การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่างๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ)</li> </ul> </li> </ul>	
๒. วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> <li>การวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว</li> </ul>	แผน ๒ เนื้อตัวร่างกาย แผน ๑๑ ท้องใหม่แบบนี้

๔๒

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

## สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต



๔๓

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๕
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> <li>อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิต</li> </ul>	แผน ๑ สิ่งสำคัญสำหรับฉัน แผน ๒ เนื้อตัวร่างกาย แผน ๓ ผู้หญิงเลียวซ้าย ผู้ชายเลียวขวา แผน ๔ อย่างนี้สี่ชาย แผน ๑๔ หลากกรสหลายแบบ แผน ๑๖ ครอบครัวของเรา
๒. วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทย และวัฒนธรรมอื่นๆ</li> </ul>	แผน ๒ เนื้อตัวร่างกาย แผน ๓ ผู้หญิงเลียวซ้าย ผู้ชายเลียวขวา แผน ๔ อย่างนี้สี่ชาย แผน ๑๐ ชิดกับต้อย แผน ๑๔ หลากกรสหลายแบบ แผน ๑๕ เขียนชีวิต แผน ๑๖ ครอบครัวของเรา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๕
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๓. เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> <li>● แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่างๆ ในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว <ul style="list-style-type: none"> <li>- ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพ</li> <li>- ทักษะการต่อรอง</li> <li>- ทักษะการปฏิเสธ</li> <li>- ทักษะการคิดวิเคราะห์</li> <li>- ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา ฯลฯ</li> </ul> </li> </ul>	<p>แผน ๓ ผู้หญิงเลี้ยงชาย ผู้ชายเลี้ยงวา แผน ๔ เพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น แผน ๕ เรื่องของต้นกับอ้อ แผน ๗ เมื่อรักต้องเลือก แผน ๘ พรายกระซิบ แผน ๑๐ ขีดกับต้อย แผน ๑๓ คู่กันได้ไหม แผน ๑๔ หลากรสหลายแบบ แผน ๑๕ เขียนชีวิต</p>
๔. วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน <ul style="list-style-type: none"> <li>- สาเหตุของความขัดแย้ง</li> <li>- ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน</li> <li>- แนวทางในการแก้ปัญหาที่อาจเกิดจากความขัดแย้งของนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน</li> </ul> </li> </ul>	<p>แผน ๗ เมื่อรักต้องเลือก แผน ๑๓ คู่กันได้ไหม แผน ๑๔ หลากรสหลายแบบ แผน ๑๖ ครอบครัวของเรา</p>

## สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ



๔๕

ตัวชี้วัดสาระการเรียนรู้แกนกลาง

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๕
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> <li>บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน</li> </ul>	แผน ๔ เพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น แผน ๕ เรื่องของต้นกับอ้อ แผน ๖ อยู่อย่างเข้าใจ แผน ๑๐ ชิดกับต้อย แผน ๑๑ ท้องไหมแบบนี้ แผน ๑๒ เพื่อนใจวัยรุ่น แผน ๑๕ เขียนชีวิต
๒. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อเลือกบริโภค	<ul style="list-style-type: none"> <li>อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ</li> <li>แนวทางการเลือกบริโภคอย่างฉลาดและปลอดภัย</li> </ul>	แผน ๒ เนื้อตัวร่างกาย
๓. ปฏิบัติตามสิทธิของผู้บริโภค	<ul style="list-style-type: none"> <li>สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค</li> </ul>	
๔. วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางการป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	<ul style="list-style-type: none"> <li>สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคทางพันธุกรรม</li> <li>แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย</li> </ul>	

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๕
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๕. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนাসุภาพของตนเองและครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> <li>การวางแผนการพัฒนาสุภาพของตนเองและครอบครัว</li> </ul>	แผน ๔ เพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น แผน ๘ พรายกระซิบ
๖. มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุภาพของบุคคลในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> <li>การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุภาพของบุคคลในชุมชน</li> </ul>	แผน ๖ อยู่อย่างเข้าใจ แผน ๑๒ เพื่อนใจวัยรุ่น
๗. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพกายและสมรรถภาพกลไก	<ul style="list-style-type: none"> <li>การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพกลไก</li> </ul>	



## สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง



๔๗

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๕
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๑. มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้จ่าย การใช้สารเสพติด และความรุนแรง เพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และสังคม	<ul style="list-style-type: none"> <li>การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง</li> </ul>	
๒. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> <li>การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม)</li> <li>โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด</li> </ul>	
๓. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> <li>ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน</li> </ul>	แผน ๙ อย่างนี้ลีชาย
๔. วางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> <li>การวางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน</li> </ul>	

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา		ม.๕
ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	แผนการเรียนรู้เพศศึกษา
๕. มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> <li>กิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน</li> </ul>	
๖. ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง	<ul style="list-style-type: none"> <li>ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ</li> </ul>	แผน ๕ เรื่องของต้นกับอ้อ แผน ๗ เมื่อรักต้องเลือก แผน ๑๒ เพื่อนใจวัยรุ่น
๗. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> <li>วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี</li> </ul>	

# สรุปตัวชี้วัดและแผนการเรียนรู้ เพศศึกษารอบด้านสาระสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้น ม.๕



๕๕

สรุปตัวชี้วัดและแผนการเรียนรู้

มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	แผนการเรียนรู้เพศศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๕																
	๑	๒	๓	๔	๕	๖	๗	๘	๙	๑๐	๑๑	๑๒	๑๓	๑๔	๑๕	๑๖	
<b>มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์</b>																	
๒. วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว											•						
<b>มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต</b>																	
๑. วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต	•	•	•						•					•			•
๒. วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ		•	•						•	•			•	•	•	•	•
๓. เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ไขปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว			•	•	•		•	•		•				•	•		
๔. วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา							•						•	•			•

มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	แผนการเรียนรู้เพศศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๕															
	๑	๒	๓	๔	๕	๖	๗	๘	๙	๑๐	๑๑	๑๒	๑๓	๑๔	๑๕	๑๖
<b>มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ</b>																
๑. วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน				•	•	•				•	•	•			•	
๒. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค		•														
๕. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว				•				•								
๖. มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน						•						•				
<b>มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</b>																
๓. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ หรือความรุนแรงของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน									•							
๖. ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง					•		•					•				

๑. สิ่งสำคัญสำหรับฉัน ๒. เนื้อตัวร่างกาย ๓. ผู้หญิงเลี้ยงง่าย ผู้ชายเลี้ยงยาก ๔. เพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ๕. เรื่องของต้นกับอ้อ ๖. อยู่อย่างเข้าใจ ๗. เมื่อรักต้องเลือก ๘. พรายกระซิบ ๙. อย่างนี้ผู้ชาย ๑๐. ชิดกับด้อย ๑๑. ท้องไหม แบบนี้ ๑๒. เพื่อนใจวัยรุ่น  
 ๑๓. คู่กันได้ไหม ๑๔. หลากหลายแบบ ๑๕. เขียนชีวิต ๑๖. ครอบครัวของเรา

## การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๕

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑. สิ่งสำคัญ สำหรับฉัน	พ๒.๑ม๕/๑ วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต		๑. ระบุสิ่งที่ตนเองให้ความสำคัญในชีวิต ๒. บอกได้ว่าตนเองใช้เวลาหรือกระทำ ในสิ่งที่มีความสำคัญในชีวิตของตนเองได้มากน้อยเพียงใด ๓. อธิบายที่มาของการให้ความสำคัญกับเรื่องต่างๆ ของแต่ละบุคคล	ข้อเขียนที่วิเคราะห์ถึงการใช้เวลากับสิ่งสำคัญในชีวิต	การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต	การระบุ การให้เหตุผล
๒. เนื้อตัว ร่างกาย	พ๒.๑ม๕/๑ วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต  พ๒.๑ม๕/๒ วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ  พ๔.๑ม๕/๒ วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค	พ๑.๑ม๕/๒ วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว	๑. สำรองความรู้สึก ค่านิยมของตนเองที่มีต่อเนื้อตัวร่างกาย ๒. บอกถึงค่านิยมทางสังคมในเรื่องภาพลักษณ์ร่างกายซึ่งส่งผลต่อความรู้สึกมั่นใจในตนเองของวัยรุ่นหญิงชาย ๓. บอกถึงผลกระทบของการพยายามปรับเปลี่ยนหรือตัดแปลงร่างกายให้เป็นไปตามภาพลักษณ์ที่คิดว่าเป็นที่ยอมรับ	ฟิลิปชาร์ทระบุความกังวลเกี่ยวกับร่างกายของวัยรุ่นหญิงชาย	การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ปัญหา	การให้เหตุผล
๓. ผู้หญิง เลี้ยวซ้าย ผู้ชาย เลี้ยวขวา	พ๒.๑ม๕/๑ วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต  พ๒.๑ม๕/๒ วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ  พ๒.๑ม๕/๓ เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว		๑. วิเคราะห์ทัศนคติต่อบทบาทหญิงชายที่มีผลต่อสัมพันธภาพ ๒. อธิบายความเกี่ยวข้องของบทบาทหญิงชายกับการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม ๓. บอกความหมายที่แตกต่างระหว่างเพศสรีระ และเพศสภาพ	ข้อสรุปของกลุ่มในการวิเคราะห์กรณีศึกษา	การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ปัญหา	กระบวนการคิด อย่างมีวิจารณญาณ



## การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๕

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๔. เพศสัมพันธ์ ในวัยรุ่น	<p><b>พ๒.๑ม๕/๓</b> เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๕</b> วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว</p>		<p>๑. ระบุปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม</p> <p>๒. บอกแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพทางเพศที่อาจเกิดขึ้น</p>	โปสเตอร์ที่เขียนของแต่ละคน	การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ปัญหา	กระบวนการคิดเพื่อตัดสินใจ
๕. เรื่องของต้นกับอ้อ	<p><b>พ๒.๑ม๕/๓</b> เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน</p> <p><b>พ๕.๑ม๕/๖</b> ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง</p>		<p>๑. วิเคราะห์การตัดสินใจโดยคำนึงถึงผลที่ตามมาอย่างรอบด้าน ทั้งผลบวกและลบ</p> <p>๒. อธิบายวิธีการป้องกันโรคและการตั้งครรรภ์ เมื่อประเมินความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นและระบุการป้องกันผลที่ไม่ต้องการ</p> <p>๓. ยกตัวอย่างวิธีการจัดการหรือลดผลกระทบจากปัญหาที่ไม่คาดคิด</p>		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ปัญหา	กระบวนการคิด อย่างมีวิจารณญาณ กระบวนการตัดสินใจ

## การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๕

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๖. อยู่อย่าง เข้าใจ	<p><b>พ๔.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๖</b> มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>		<p>๑. ตระหนักถึงสิทธิในการดำรงชีวิตตามปกติของผู้ติดเชื้อ</p> <p>๒. ระบุสาเหตุของอคติที่มีต่อการอยู่ร่วมกับผู้ติดเชื้อในสังคม</p>		<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ปัญหา</p>	<p>การเชื่อมโยง</p> <p>กระบวนการคิด</p> <p>อย่างมีวิจารณญาณ</p>
๗. เมื่อรักต้อง เลือก	<p><b>พ๒.๑ม๕/๓</b> เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๔</b> วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา</p> <p><b>พ๕.๑ม๕/๖</b> ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง</p>		<p>๑. บอกสาเหตุที่ทำให้สัมพันธ์ภาพระหว่างคนสองคนเปลี่ยนแปลงไป</p> <p>๒. ระบุแนวทางการยุติความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคนโดยไม่ใช้วิธีทำร้ายตนเองและผู้อื่นหรือใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา</p>	<p>กลุ่มย่อยนำเสนอคำตอบต่อการวิเคราะห์กรณีศึกษา</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ปัญหา</p>	<p>กระบวนการคิด</p> <p>อย่างมีวิจารณญาณ</p> <p>กระบวนการคิด</p> <p>ตัดสินใจ</p>



## การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๕

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๘. พราย กระชับ	<p><b>พ๒.๑ม๕/๓</b> เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๕</b> วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว</p>	<p><b>พ๒.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๒</b> วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>ระบุข้อมูลที่วัยรุ่นควรรู้เพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจ เรื่องการมีเพศสัมพันธ์</li> <li>บอกปัจจัยต่างๆ ที่อาจมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ เรื่องการมีเพศสัมพันธ์ในช่วงวัยรุ่น</li> <li>บอกผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ ที่อาจเกิดขึ้น ทั้งต่อตัวเองและผู้เกี่ยวข้อง</li> <li>ระบุแนวทางการคิดวิเคราะห์ที่หากต้องอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจ หรือเป็นที่ปรึกษาให้ผู้อื่น ในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์</li> </ol>	<p>กลุ่มย่อยนำเสนอ</p> <p>คำตอบของกลุ่มหลัง</p> <p>การระดมความเห็น</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ปัญหา</p>	<p>กระบวนการคิด</p> <p>อย่างมีวิจารณญาณ</p> <p>กระบวนการคิด</p> <p>ตัดสินใจ</p>
๙. อย่างนี้สิ ชาย	<p><b>พ๒.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๒</b> วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ</p> <p><b>พ๕.๑ม๕/๓</b> วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ หรือความรุนแรงของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน</p>	<p><b>พ๕.๑ม๕/๓</b> วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ หรือความรุนแรงของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>ระบุค่านิยมในสังคมที่เกี่ยวข้องกับความเป็นชายที่ส่งผลกระทบต่อสังคม</li> <li>สามารถบอกทางเลือกใหม่ที่จะแสดงความเป็นชาย โดยไม่ทำร้ายตัวเองและผู้อื่น</li> </ol>	<p>ข้อเสนอต่อค่านิยมใหม่ของผู้ชาย</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p>	<p>การหาความเชื่อพื้นฐาน</p>



## การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๕

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑๐. ชีวิตกับตัวย	<p><b>พ๒.๑ม๕/๒</b> วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๓</b> เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน</p>		<p>๑. ระบุความสำคัญของการสื่อสารเพื่อให้รู้และเข้าใจความคาดหวังของกันและกันในแต่ละขั้นตอนของสัมพันธ์ภาพของคู่รัก</p> <p>๒. บอกทางเลือกของการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย</p> <p>๓. บอกผลกระทบของค่านิยมเรื่องบทบาทชายหญิงที่มีต่อการมีเพศสัมพันธ์และการป้องกัน</p> <p>๔. ระบุบทบาทของชายหญิงในการป้องกันการตั้งครรภ์และโรคติดต่อ</p>		<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ปัญหา</p> <p>การสื่อสาร</p>	<p>กระบวนการคิด</p> <p>ตัดสินใจ</p>
๑๑. ห้องใหม่ แบบนี้	<p><b>พ๑.๑ม๕/๒</b> วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน</p>	<p><b>พ๔.๑ม๕/๕</b> วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๖</b> มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>	<p>๑. บอกวิธีการที่แสดงความรับผิดชอบต่อตนเองที่มีสุขภาพทางเพศที่ปลอดภัยหากมีเพศสัมพันธ์</p> <p>๒. บอกผลที่จะตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์ โดยไม่ได้อป้องกัน</p>	<p>การตอบ</p> <p>แบบสอบถาม</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ปัญหา</p>	<p>การทำให้กระจ่าง</p> <p>การนำความรู้ไปใช้</p>



๕๕

สรุปตัวชี้วัดและแผนการเรียนรู้

## การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๕

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑๒. เพื่อนใจ วัยรุ่น	<p><b>พ๔.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๖</b> มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p> <p><b>พ๕.๑ม๕/๖</b> ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง</p>		<p>๑. บอกคุณสมบัติสำคัญของการเป็นผู้ให้บริการปรึกษา</p> <p>๒. บอกแนวทางการจัดการปัญหาหรือผ่อนคลายที่ไม่ทำร้ายตัวเอง</p>	การแสดงบทบาทสมมติ	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ปัญหา</p>	<p>กระบวนการคิด</p> <p>อย่างมีวิจารณญาณ</p>
๑๓. คุยกันได้ ใหม่	<p><b>พ๒.๑ม๕/๓</b> เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๔</b> วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา</p>		<p>๑. บอกความรู้สึกของตนได้เมื่อรู้สึกคับข้องใจ</p> <p>๒. บอกวิธีการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้ง</p> <p>๓. กล้าเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคในการสื่อสารกับคนรอบข้าง</p>	การแสดงบทบาทสมมติ	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ปัญหา</p>	<p>กระบวนการคิด</p> <p>แก้ไขปัญหา</p>

## การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๕

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑๔. หลากหลายแบบ	<p><b>พ๒.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๒</b> วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๓</b> เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๔</b> วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา</p>	<p><b>พ๔.๑ม๕/๖</b> มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>	<p>๑. อธิบายสาเหตุของการมีอคติต่อเพศทางเลือก</p> <p>๒. ยกตัวอย่างผลกระทบที่เกิดจากอคติทางเพศต่อประเด็นรักเพศเดียวกัน</p> <p>๓. บอกแนวทางการส่งเสริมการยอมรับความหลากหลายทางเพศ</p>	<p>กลุ่มย่อยนำเสนอ</p> <p>คำตอบต่อกรณีศึกษา</p>	<p>การสื่อสาร</p> <p>การคิด</p> <p>ทักษะชีวิต</p> <p>การแก้ปัญหา</p>	<p>กระบวนการคิด</p> <p>อย่างมีวิจารณญาณ</p>



## การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน การวิเคราะห์ตัวชี้วัด ชั้น ม.๕

แผน	ตัวชี้วัด		วัตถุประสงค์ (นักเรียนเรียนรู้อะไร/ทำอะไรได้)	ชิ้นงาน/ ภาระงานที่ได้	สมรรถนะ	ทักษะการคิด
	หลัก	เพิ่มเติม*				
๑๕. เขียนชีวิต	<p><b>พ๒.๑ม๕/๒</b> วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๓</b> เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p> <p><b>พ๔.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน</p>	<p><b>พ๒.๑ม๕/๒</b> มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>บอกปัจจัยที่ทำให้เกิดเพศสัมพันธ์โดยไม่มี การป้องกัน</li> <li>บอกข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก หากพบว่ามีการตั้งครรรภ์โดยไม่พร้อม</li> <li>บอกแหล่งบริการที่ให้ความช่วยเหลือเมื่อตั้งครรรภ์</li> </ol>	การเขียนเรียงความสั้น	การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ปัญหา	กระบวนการคิด อย่างมีวิจารณญาณ
๑๖. ครอบครัว ของเรา	<p><b>พ๒.๑ม๕/๑</b> วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๒</b> วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ</p> <p><b>พ๒.๑ม๕/๔</b> วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไข ปัญหา</p>		<ol style="list-style-type: none"> <li>อธิบายสาเหตุของรูปแบบครอบครัวที่หลากหลายในสังคมปัจจุบัน</li> <li>บอกความสำคัญของครอบครัวที่มีต่อวัยรุ่น</li> <li>บอกปัจจัยสำคัญที่ทำให้ครอบครัวมีความสุข</li> <li>ระบุสิ่งสำคัญที่จะทำให้เยาวชนคนหนึ่งเติบโตเป็นเยาวชนที่มีคุณภาพและมีความสุข</li> </ol>		การสื่อสาร การคิด ทักษะชีวิต การแก้ปัญหา	การหาความเชื่อ พื้นฐาน

\* ครูผู้สอน หรือผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ สามารถพัฒนาหรือเพิ่มเติมขั้นตอนในกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับตัวชี้วัดเพิ่มเติมได้



## การวัดและประเมินผล การจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน มีเป้าหมายสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑ คือการเสริมสร้างเยาวชนให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาจึงเป็นกระบวนการพัฒนาเยาวชน ให้ลดความเสี่ยงอันเนื่องมาจากพฤติกรรมทางเพศ 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.๕

สิ่งที่วัด	เนื้อหา/สาระสำคัญจากการเรียนรู้	เครื่องมือวัดและประเมิน
๑. ความรู้	<ul style="list-style-type: none"> <li>การรู้จักตนเองในแง่มุมต่างๆ</li> <li>เลือกใช้วิธีการคุมกำเนิดที่ปลอดภัยและถูกวิธี</li> <li>ทางเลือกเพื่อการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย</li> <li>แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาทางเพศของตนเอง</li> <li>ธรรมชาติของความสัมพันธ์ ความรัก</li> <li>วิธีการจัดการอารมณ์ ความเครียด ของตนเอง</li> <li>อิทธิพลจากค่านิยมเรื่องเพศที่ส่งผลกระทบต่อบุคคล</li> <li>ความหมายและความแตกต่างของเพศสรีระ เพศสภาพ และเพศวิถี</li> <li>อดีตต่อเพศที่สามหรือคนรักเพศเดียวกัน</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>คำถามท้ายบท</li> <li>การเขียนโครงการ</li> <li>แบบประเมินทักษะและการทำงานกลุ่ม</li> </ol>

สิ่งที่วัด	เนื้อหา/สาระสำคัญจากการเรียนรู้	เครื่องมือวัดและประเมิน
๒. เจตคติ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ให้ความสำคัญกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย</li> <li>• ให้ความสำคัญต่อการสื่อสารเรื่องเพศอย่างเปิดเผยกับคู่</li> <li>• ให้ความสำคัญกับการแสวงหาความช่วยเหลือ การปรึกษาเมื่อเผชิญปัญหาทางเพศ</li> <li>• ให้ความสำคัญกับการแก้ไขข้อขัดแย้งโดยไม่ใช้ความรุนแรง</li> <li>• ให้ความสำคัญต่อครอบครัวและการสื่อสารกันระหว่างสมาชิก</li> <li>• ยอมรับและไม่แสดงการรังเกียจผู้ติดเชื้อเอชไอวี</li> <li>• เคารพความแตกต่างของบุคคล ผู้ติดเชื้อคนรักเพศเดียวกัน</li> </ul>	
๓. ทักษะ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• การคิดวิเคราะห์</li> <li>• การตัดสินใจ</li> <li>• การประเมินความเสี่ยง</li> <li>• การสื่อสารเพื่อจัดการความสัมพันธ์</li> <li>• การทำงานเป็นกลุ่ม</li> </ul>	



# 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



## เกณฑ์การให้คะแนนทักษะและการทำงานกลุ่ม



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

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



ทักษะ	ระดับคะแนน/เกณฑ์หรือตัวบ่งชี้			
	๓ (ดีมาก)	๒ (ดี)	๑ (ผ่าน)	๐ (ไม่ผ่าน)
	ทำให้เกิดผลที่เป็นความพึงพอใจทั้งสองฝ่าย	ทำให้เกิดผลที่เป็นความพึงพอใจทั้งสองฝ่าย	ต้องปรับปรุงเพื่อให้เกิดผลที่เป็นความพึงพอใจทั้งสองฝ่าย	
๕. การทำงานเป็นกลุ่ม	การแบ่งหน้าที่และมอบหมายงานชัดเจน มีการสลับเวียนหน้าที่รับผิดชอบ	การแบ่งหน้าที่และมอบหมายงาน ไม่มีการสลับบทบาทหน้าที่ที่รับผิดชอบ	การแบ่งหน้าที่และมอบหมายงานไม่ชัดเจน	ไม่มีการแบ่งหน้าที่และมอบหมายงาน ดำเนินการไม่ครบทุกขั้นตอน และการเก็บข้อมูลขาดประเด็น และมีสมาชิกเพียงบางคนหรือมีจำนวนน้อยให้ความร่วมมือหรือแสดงความคิดเห็น 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

๖๖

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕



## ข้อคิดในเรื่องการจัดการเรียนรู้

ผู้จัดการเรียนรู้ควรออกแบบ และสร้างการเรียนรู้แก่ผู้เรียน โดยกระตุ้นให้ผู้เรียนนำ สิ่งที่เป็นประสบการณ์ของผู้เรียน และการตั้งข้อสงสัยเกิดจากประสบการณ์ของผู้อื่นที่ได้เคย พบเห็น มาผนวกกับความคิดเห็น และความรู้สึกของผู้เรียน และส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ จากการเห็นแบบอย่างของพฤติกรรม การกระทำ ความแตกต่างหลากหลายทัศนะ และ มุมมองที่มีต่อเรื่องเดียวกัน จึงจะทำให้ผู้เรียนฝึกคิด เปรียบเทียบ แยกแยะสิ่งที่ตนกระทำ หรือ เชื่อ กับความคิด ความเชื่อแบบอื่นๆ จนสามารถเรียนรู้ และเข้าใจตนเองถ่องแท้ขึ้น

การเรียนรู้จะลึกซึ้ง ยิ่งย่นเพียงใด ขึ้นอยู่กับว่าผู้เรียนจะมีโอกาสได้คิด วิเคราะห์ ใคร่ครวญ และเปรียบเทียบประสบการณ์ของตนกับผู้อื่น ทั้งในโรงเรียน บ้าน ที่ทำงาน และ กลุ่มเพื่อนหรือเครือข่ายทางสังคมได้กว้างขวางเพียงไร และคนเรามักจะเรียนรู้ได้ลึกซึ้งมาก ขึ้นเมื่อข้อมูลใหม่ ความคิดใหม่ และทักษะใหม่ๆ เหล่านั้น สอดรับ และตอบสนองต่อความ ต้องการ หรือช่วยคลี่คลายปัญหาที่ผู้เรียนเผชิญอยู่ ซึ่งจะก่อให้เกิดการลงนำไปใช้ และส่งผล ตอบกลับให้เป็นการเรียนรู้ใหม่ได้

ต้องไม่ลืมว่า การศึกษาในห้องเรียน เป็นเพียงส่วนหนึ่งของการเรียนรู้เพื่อที่จะเกิด การเปลี่ยนแปลงตัวเองของผู้เรียน แต่ไม่ใช่ทั้งหมด การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมขึ้นอยู่กับ ปัจจัยและเงื่อนไขที่หลากหลาย เงื่อนไขบางอย่างต้องมีขึ้นก่อนที่บุคคลจะเปลี่ยนแปลงตนเอง (predispose) อาทิเช่น ต้องมีความรู้ หรือทัศนะบางอย่างต่อเรื่องนั้น ที่เอื้อต่อการเกิด พฤติกรรม นอกจากนั้นยังต้องอาศัยการเกื้อหนุน หรือการเข้าถึงของทรัพยากร อุปกรณ์ หรือบริการ ที่จำเป็นต่อการสร้างพฤติกรรมนั้น และที่สำคัญต้องมีสิ่งแวดล้อม หรือบุคคล แวดล้อมที่คอยส่งเสริม ตอกย้ำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยสม่ำเสมอ เป็นต้น

## ข้อเตือนใจเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์

๑. เราเรียนรู้ที่จะทำได้ ก็ต่อเมื่อได้ลองลงมือทำ
๒. เราเรียนรู้ที่จะทำสิ่งนี้ได้ ก็ต่อเมื่อได้ลองทำสิ่งนี้
๓. เมื่อไม่พร้อมที่จะเรียน การเรียนรู้ก็ไม่เกิด การขัดเขี่ยดให้เรียนโดยไม่พร้อมอาจเกิดผลร้ายมากกว่าดี
๔. หากไม่มีแรงจูงใจ ก็อาจไม่เกิดการเรียนรู้
๕. ถ้าจะให้เรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ต้องมีปฏิริยาตอบรับกับสิ่งที่ผู้เรียนแสดงออกมาในระหว่างการเรียนอย่างทันท่วงที
๖. หากสาระที่เรียนนั้นมีความหมายต่อผู้เรียน การเรียนรู้ย่อมยั่งยืนกว่าเรื่องราวที่ไม่มี ความหมายแก่ตัวผู้เรียน
๗. ถ้าต้องการให้การเรียนรู้เกิดการนำไปปฏิบัติ ควรจัดวางการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับ การนำไปใช้ในชีวิตรจริง
๘. ผู้เรียนจะสนองตอบต่อการเรียนรู้อย่างไร มักขึ้นอยู่กับเขาเรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ นั้นๆ อย่างไร
๙. ผู้เรียนจะสนองตอบกับการเรียนรู้ได้ดีเพียงไร ขึ้นอยู่กับบรรยากาศของการจัดการ เรียนรู้นั้นๆ
๑๐. คนเรามักตอบสนอง โดยการแสดงออกตามสิ่งที่ตนกระทำได้ หรือเคยทำ ตาม เงื่อนไขทางกายภาพ ภูมิหลังที่ตนมี และตามแรงกระตุ้นที่ได้รับในขณะนั้น

**แผนการ  
เรียนรู้เพศศึกษา  
“ก้าวอย่าง  
อย่างเข้าใจ”  
ระดับมัธยมศึกษา  
ปีที่ ๕**



# แผนการเรียนรู้เพศศึกษา “ก้าวอย่างเข้าใจ”

ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๕

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑	สิ่งสำคัญสำหรับฉัน	การสำรวจว่าตนเองให้คุณค่ากับเรื่องใด หรือสิ่งใดที่มีความหมายกับชีวิตเราบ้าง จะช่วยให้เยาวชนสามารถจัดลำดับความสำคัญ และมีเป้าหมายในชีวิต เพื่อวางแผนให้สามารถไปถึงเป้าหมายที่วางไว้ได้	<ol style="list-style-type: none"><li>ระบุสิ่งที่ตนเองให้ความสำคัญในชีวิต</li><li>บอกได้ว่าตนเองใช้เวลาหรือกระทำในสิ่งที่มีความสำคัญในชีวิตของตนเองได้มากน้อยเพียงใด</li><li>อธิบายที่มาของการให้ความสำคัญกับเรื่องต่างๆ ของแต่ละบุคคล</li></ol>	ทักษะส่วนบุคคล
๒	เนื้อตัวร่างกาย	ความคิด ความรู้สึกที่มีต่อเนื้อตัวร่างกายส่งผลต่อความมั่นใจในตนเอง และการดำเนินชีวิต การเข้าใจธรรมชาติของพัฒนาการมนุษย์ และการเท่าทันอิทธิพลของค่านิยม และกระแสสังคม ที่มีต่อภาพลักษณ์ร่างกายของหญิงชาย ซึ่งมักถูกนำเสนอผ่านสื่อต่างๆ จะช่วยให้วัยรุ่นตระหนักในความเป็นตัวของตัวเอง และสามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม	<ol style="list-style-type: none"><li>สำรวจความรู้สึก ค่านิยมของตนเองที่มีต่อเนื้อตัวร่างกาย</li><li>บอกถึงค่านิยมทางสังคมในเรื่องภาพลักษณ์ร่างกาย ซึ่งส่งผลต่อความรู้สึกมั่นใจในตนเองของวัยรุ่นหญิงชาย</li><li>บอกถึงผลกระทบของการพยายามปรับเปลี่ยนหรือดัดแปลงร่างกายให้เป็นไปตามภาพลักษณ์ที่คิดว่าเป็นที่ยอมรับ</li></ol>	พัฒนาการทางเพศ

๗๐

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕



แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๓	ผู้หญิง เลียวย้าย ผู้ชาย เลียวยาว	ค่านิยมในเรื่องเพศ และ บทบาททางเพศ มีส่วน สำคัญในการกำหนดความ สัมพันธ์ของหญิงชาย	๑. วิเคราะห์ทัศนคติต่อบทบาทหญิง ชายที่มีผลต่อสัมพันธ์ภาพ ๒. อธิบายความเกี่ยวข้องของ บทบาทหญิงชายกับการ เปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม ๓. บอกความหมายที่แตกต่าง ระหว่างเพศสรีระ และเพศ สภาพ	สังคมและ วัฒนธรรม
๔	เพศสัมพันธ์ ในวัยรุ่น	การเรียนรู้ถึงผลที่ตามมา จากการมีเพศสัมพันธ์อย่าง รอบด้าน และวิธีการป้องกัน ผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์ จะช่วยให้วัยรุ่นมีข้อมูลใน การตัดสินใจในเรื่องความ สัมพันธ์ทางเพศ โดยคำนึง ถึงความพร้อมและความ รับผิดชอบทั้งต่อตนเองและคู่	๑. ระบุปัญหาและผลกระทบจาก การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม ๒. บอกแนวทางการป้องกันและ แก้ไขปัญหาสุขภาพทางเพศที่ อาจเกิดขึ้น	พฤติกรรม ทางเพศ
๕	เรื่องของ ต้นกับอ้อ	การสื่อสารและการตัดสินใจ ที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ทาง เพศเป็นเรื่องละเอียดอ่อน และเป็นเรื่องที่คุณรักมักไม่ สื่อสารกันอย่างเปิดเผยจนส่ง ผลกระทบต่อสุขภาพทาง เพศและสัมพันธ์ภาพด้าน อื่นๆ	๑. วิเคราะห์การตัดสินใจโดยคำนึง ถึงผลที่ตามมาอย่างรอบด้าน ทั้งผลบวกและลบ ๒. อธิบายวิธีการป้องกันโรคและ การตั้งครรภ์ เมื่อประเมินความ เสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นและระบุการ ป้องกันผลที่ไม่ต้องการ ๓. ยกตัวอย่างวิธีการจัดการหรือ ลดผลกระทบจากปัญหาที่ไม่ คาดคิด	ทักษะส่วน บุคคล



แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๖	อยู่อย่างเข้าใจ	ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องการติดเชื้อเอชไอวี จะช่วยคลี่คลายความกังวลใจ สร้างความมั่นใจและยอมรับในการอยู่ร่วมกัน รวมทั้งสามารถช่วยให้ผู้ติดเชื้อสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ	<ol style="list-style-type: none"> <li>ตระหนักถึงสิทธิในการดำรงชีวิตตามปกติของผู้ติดเชื้อ</li> <li>ระบุสาเหตุของอคติที่มีต่อการอยู่ร่วมกับผู้ติดเชื้อในสังคม</li> </ol>	สุขภาพทางเพศ
๗	เมื่อรักต้องเลือก	ความสัมพันธ์ที่เรามีกับคนรอบข้าง อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ ความสัมพันธ์นั้นคนรักก็เช่นกัน การเรียนรู้ที่จะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง การยุติความสัมพันธ์ หรือการเผชิญความผิดหวังโดยไม่ใช้ความรุนแรงทั้งต่อตัวเองและคนอื่น จึงสำคัญเท่าๆ กับการเรียนรู้ธรรมชาติของความสัมพันธ์ เพื่อสามารถดูแลรักษาความสัมพันธ์ที่ดีไว้ได้	<ol style="list-style-type: none"> <li>บอกสาเหตุที่ทำให้สัมพันธ์ภาพระหว่างคนสองคนเปลี่ยนแปลงไป</li> <li>ระบุแนวทางการยุติความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคน โดยไม่ใช้วิธีทำร้ายตนเองและผู้อื่น หรือใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา</li> </ol>	สัมพันธ์ภาพ

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๘	พรายกระซิบ	“โอกาสการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น” เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ แต่การตัดสินใจว่าจะมีหรือไม่ เป็นเรื่องที่แต่ละบุคคลต้องรู้จักความต้องการของตนเอง ประเมินความพร้อม และผลกระทบที่จะเกิดขึ้น ตลอดจนความรับผิดชอบในสิ่งที่จะตามมาด้วย	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. ระบุข้อมูลที่วัยรุ่นควรรู้เพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจเรื่องการมีเพศสัมพันธ์</li> <li>๒. บอกปัจจัยต่างๆ ที่อาจมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ในช่วงวัยรุ่น</li> <li>๓. บอกผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ ที่อาจเกิดขึ้นทั้งต่อตัวเองและผู้เกี่ยวข้อง</li> <li>๔. ระบุแนวทางการคิดวิเคราะห์ หากต้องอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจ หรือเป็นที่ปรึกษาให้ผู้อื่นในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์</li> </ol>	ทักษะส่วนบุคคล
๙	อย่างนี้ผู้ชาย	ค่านิยม “ความเป็นชาย” หลายเรื่องในสังคมไทย เป็นค่านิยมที่ส่งเสริมให้เพศชายมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมถึงการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ และการทะเลาะวิวาท ดังนั้น การทำทัน การตั้งคำถาม และการกล้าปฏิเสธ ค่านิยมที่ส่งผลกระทบในทางลบกับชีวิต จะช่วยให้วัยรุ่นดำเนินชีวิตอย่างมีสุขภาวะ โดยไม่ทำร้ายตัวเองและผู้อื่น	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. ระบุค่านิยมในสังคมที่เกี่ยวข้องกับความเป็นชายที่ส่งผลกระทบในทางลบ</li> <li>๒. สามารถบอกทางเลือกใหม่ที่จะแสดงความเป็นชายโดยไม่ทำร้ายตัวเองและผู้อื่น</li> </ol>	สังคมและวัฒนธรรม



แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑๐	ชิดกับตัวย	ค่านิยมเรื่องบทบาทของหญิงชาย ส่งผลต่อการตัดสินใจเรื่องเพศสัมพันธ์ ทางเลือกในการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ตลอดจนบทบาทในการป้องกันการตั้งครรภ์ และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ของหญิงและชายที่มีความสัมพันธ์กัน	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. ระบุความสำคัญของการสื่อสารเพื่อให้รู้และเข้าใจความคาดหวังของกันและกันในแต่ละขั้นตอนของสัมพันธ์ทางเพศ</li> <li>๒. บอกทางเลือกของการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย</li> <li>๓. บอกผลกระทบของค่านิยมเรื่องบทบาทชายหญิงที่มีต่อการมีเพศสัมพันธ์และการป้องกัน</li> <li>๔. ระบุบทบาทของชายหญิงในการป้องกันการตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์</li> </ol>	พฤติกรรมทางเพศ
๑๑	ท้องไหมแบบนี้	การรู้จักเลือกใช้วิธีการคุมกำเนิดแบบต่างๆ ที่เหมาะสมและปลอดภัยต่อสุขภาพของตนเอง ถือว่าเป็นความรับผิดชอบของแต่ละบุคคล	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. บอกวิธีการที่แสดงความรับผิดชอบให้ตนมีสุขภาพทางเพศที่ปลอดภัยหากมีเพศสัมพันธ์</li> <li>๒. บอกผลที่จะตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์ โดยไม่ได้ป้องกัน</li> </ol>	สุขภาพทางเพศ
๑๒	เพื่อนใจวัยรุ่น	ทุกปัญหามีทางแก้ไข แต่คนที่กำลังอยู่ในปัญหา อาจอยู่ในความทุกข์จนคิดหาทางออกไม่ได้ การพูดคุยเพื่อระบายความรู้สึก อาจทำให้รู้สึกคลี่คลายและสามารถคิดได้อย่างมีเหตุผลมากขึ้น การเป็นที่ปรึกษาที่ดีจะช่วยให้คนที่มึปัญหาเห็นทางเลือกในการจัดการปัญหาได้มากขึ้น	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. บอกคุณสมบัติสำคัญของการเป็นผู้ให้บริการปรึกษา</li> <li>๒. บอกแนวทางการจัดการปัญหาหรือผ่อนคลายที่ไม่ทำร้ายตัวเอง</li> </ol>	ทักษะส่วนบุคคล

แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑๓	คุยกันได้ไหม	การบอกความรู้สึกของตนเอง และรู้จักเลือกใช้วิธีสื่อสารที่ช่วยสร้างความเข้าใจและไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง เป็นทักษะที่เป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิต และในการสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. บอกความรู้สึกของตนได้เมื่อรู้สึกคับข้องใจ</li> <li>๒. บอกวิธีการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้ง</li> <li>๓. กล้าเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคในการสื่อสารกับคนรอบข้าง</li> </ol>	ทักษะส่วนบุคคล
๑๔	หลากหลายหลายแบบ	การมีเพศสัมพันธ์กับเพศเดียวกัน ถือว่าเป็นเรื่องปกติ และเป็นรสนิยมส่วนบุคคล	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. อธิบายสาเหตุของการมีอคติต่อเพศทางเลือก</li> <li>๒. ยกตัวอย่างผลกระทบที่เกิดจากอคติทางเพศต่อประเด็นรักเพศเดียวกัน</li> <li>๓. บอกแนวทางการส่งเสริมการยอมรับความหลากหลายทางเพศ</li> </ol>	สังคมและวัฒนธรรม
๑๕	เขียนชีวิต	บุคคลมีสิทธิในการเลือกตัดสินใจว่าจะมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์ จะตั้งครรรค์หรือไม่ จากความยินยอมพร้อมใจของตนเอง รวมทั้งมีทางเลือกในการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย การเข้าถึงข้อมูลอุปกรณ์ บริการ ที่จะช่วยให้สามารถป้องกันหรือหลีกเลี่ยงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากเพศสัมพันธ์ได้ และได้รับบริการสุขภาพที่มีคุณภาพในการดูแลและจัดการเกี่ยวกับการตั้งครรรค์หรือการยุติการตั้งครรรค์	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. บอกปัจจัยที่ทำให้เกิดเพศสัมพันธ์โดยไม่มีการป้องกัน</li> <li>๒. บอกข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก หากพบว่ามี การตั้งครรรค์ขณะเรียนชั้นมัธยม</li> <li>๓. บอกแหล่งบริการที่ให้ความช่วยเหลือเมื่อเกิดตั้งครรรค์</li> </ol>	สุขภาพทางเพศ



แผนการเรียนรู้ที่	ชื่อแผน	สาระสำคัญ	วัตถุประสงค์	หมวด
๑๖	ครอบครัวของเรา	ในสังคมปัจจุบัน ครอบครัวมีรูปแบบที่หลากหลาย ไม่จำเป็นต้องประกอบด้วยพ่อแม่ลูกเท่านั้น และไม่จำเป็นต้องเป็นครอบครัวแบบใด ก็สามารถมีความสุขร่วมกันได้ หากสมาชิกในครอบครัวมีความรักความเข้าใจต่อกัน ตระหนักถึงบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบ ยอมรับ และดูแลช่วยเหลือกัน	<ol style="list-style-type: none"> <li>อธิบายสาเหตุของรูปแบบครอบครัวที่หลากหลายในสังคมปัจจุบัน</li> <li>บอกความสำคัญของครอบครัวที่มีต่อวัยรุ่น</li> <li>บอกปัจจัยสำคัญที่ทำให้ครอบครัวมีความสุข</li> <li>ระบุสิ่งสำคัญที่จะทำให้เยาวชนคนหนึ่งเติบโตอย่างมีคุณภาพและมีความสุข</li> </ol>	สัมพันธ์ภาพ

แผนการเรียนรู้ที่ ๑  
สิ่งสำคัญ  
สำหรับฉัน





# แผนการเรียนรู้ที่ ๑

## สิ่งสำคัญสำหรับฉัน

### สาระสำคัญ

การสำรวจว่าตนเองให้คุณค่ากับเรื่องใด หรือสิ่งใดที่มีความหมายกับชีวิตเราบ้าง จะช่วยให้เยาวชนสามารถจัดลำดับความสำคัญ และมีเป้าหมายในชีวิต เพื่อวางแผนให้สามารถไปถึงเป้าหมายที่วางไว้ได้

### จุดประสงค์

๑. ระบุสิ่งที่ตนเองให้ความสำคัญในชีวิต
๒. บอกได้ว่าตนเองใช้เวลาหรือกระทำ ในสิ่งที่มีความสำคัญในชีวิตของตนเอง ได้มากน้อยเพียงใด
๓. อธิบายที่มาของการให้ความสำคัญกับเรื่องต่างๆ ของแต่ละบุคคล

### อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ตัวอย่างข้อความ เขียนเป็นบัตรคำ ติดไว้บนกระดาน
๒. กระดาษเอสี่ จำนวนเท่าผู้เรียน
๓. กระดาษขาว ปากกาเคมี



## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า เป็นการสำรวจสิ่งที่ตนเองให้ความหมายให้คุณค่ามากที่สุดว่ามีเรื่องใดบ้าง เพราะเหตุใดจึงให้ความหมายกับสิ่งเหล่านั้น และสิ่งที่สำคัญที่สุดเกี่ยวข้องกับเป้าหมายชีวิตของเราอย่างไร
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมขอให้ผู้เรียนทุกคนพิจารณาข้อความที่อยู่บนกระดานอย่างช้าๆ เงียบๆ ให้เวลา ๒ นาที
๓. จากนั้น ให้แต่ละคนจัดลำดับความสำคัญ และให้บอก
  - สามลำดับของสิ่งที่เราให้คุณค่ามากที่สุด โดยให้เรียงตามลำดับความสำคัญ ๑ - ๓
  - สามลำดับที่มีความสำคัญกับเราน้อยที่สุดโดยลอกข้อความเหล่านั้นแล้วเขียนลงบนกระดาษเปล่า ๑ แผ่น หากไม่มีข้อความใดบนกระดานที่ตรงกับความรู้สึกตนเอง ให้เขียนขึ้นมาใหม่ได้ ให้เวลา ๑๐ นาที
๔. เมื่อครบกำหนดเวลา ขออาสาสมัครทั้งชายและหญิง ๓-๔ คน บอกถึงการจัดลำดับของตัวเองพร้อมเหตุผล
๕. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมถามถึงสิ่งที่สำคัญที่สุด (ลำดับที่ ๑) ของผู้เรียนในตอนนี้คืออะไรบ้าง เพื่อดูว่ามีเรื่องอะไรบ้างที่ผู้เรียนแต่ละคนให้ความสำคัญมากที่สุด
๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยโดยใช้คำถามชวนคิด เชื่อมโยงกับข้อความต่างๆ ที่เขียนอยู่บนกระดาน

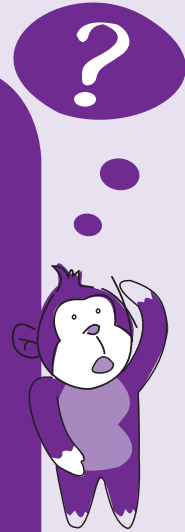


๗๙

แผนการเรียนรู้ ๑ สิ่งสำคัญสำหรับฉัน

## คำถามชวนคิด

- เมื่อจัดลำดับออกมาแล้ว รู้สึกแปลกใจกับการจัดอันดับของตัวเองบ้างไหม เพราะอะไร
- การมองเห็นว่า สิ่งใดสำคัญสำหรับเรา และสิ่งใดไม่สำคัญ มีประโยชน์หรือไม่ อย่างไร
- ถ้าให้พ่อแม่จัดลำดับความสำคัญของข้อความเหล่านี้ให้กับเรา คิดว่าจะเหมือนหรือต่างจากที่เราจัด อย่างไร เพราะอะไร
- เพราะเหตุใด ที่คนในท้องนี้ให้ความสำคัญกับเรื่องต่างๆ แตกต่างกัน
- จำเป็นหรือไม่ ที่คนเป็นเพื่อนกัน คนในครอบครัวเดียวกัน หรือคนรักกัน ต้องให้ความสำคัญกับเรื่องต่างๆ เหมือนกัน เพราะเหตุใด
- เป็นไปได้หรือไม่ว่า การให้ความสำคัญกับเรื่องที่แตกต่างกัน อาจนำไปสู่ความขัดแย้งระหว่างคนสองคน ให้อีกตัวอย่าง และบอกวิธีลดความขัดแย้งนั้นๆ
- เป็นไปได้หรือไม่ว่า ลำดับความสำคัญของเราอาจเปลี่ยนแปลงได้ เพราะเหตุใด
- เรากำลังทำ หรือให้เวลากับสิ่งที่เราให้ความสำคัญที่สุด ๓ ลำดับแรกอยู่หรือไม่ อย่างไร
- เป็นไปได้หรือไม่ที่แม้เราจะรู้ว่าอะไรสำคัญสำหรับเรา แต่เราไม่ได้ให้เวลาที่จะทำ/สนใจอย่างเต็มที่ เพราะเหตุใด



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมให้แต่ละคนเขียนบรรยายสั้นๆ ในสองประเด็น ใช้เวลา ๕-๑๐ นาที

- สิ่งที่เราให้ความสำคัญที่สุดได้สะท้อนอยู่ในการใช้ชีวิตประจำวันของเราหรือไม่ อย่างไร

- คิดว่าตนเองให้เวลา ให้ความสนใจ หรือมีโอกาสทำในสิ่งที่เราคิดว่าสำคัญที่สุดในชีวิต หรือเพื่อไปให้ถึงสิ่งที่เราให้ความสำคัญ มากน้อยเพียงใด



๘. ขอบอสาสมัครอ่านในสิ่งที่ตัวเองเขียน ๓ - ๔ คน

๙. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้

- ทุกคนล้วนแต่มีสิ่งที่ตนให้คุณค่า ให้ความสำคัญแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม การเลี้ยงดู รวมทั้งอิทธิพลจากเพื่อน และสังคม ทั้งนี้ การให้คุณค่ากับเรื่องต่างๆ อาจเปลี่ยนแปลงได้ ตามวัย เวลา และประสบการณ์ชีวิตที่มีมากขึ้น รวมทั้งอาจเป็นผลมาจากกลุ่มเพื่อน อิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม หรือคนที่มีความสำคัญสำหรับเรา
- เมื่อคนเราต้องปฏิบัติตัวต่างไปจากที่เรายึดถือให้คุณค่า ก็อาจเกิดความขัดแย้งในตัวเองได้นอกจากนั้น เราไม่ควรตัดสินคนอื่นโดยใช้เกณฑ์การให้คุณค่าของตนเอง เพราะแต่ละคนล้วนมีสิ่งที่ส่งผลต่อความคิด ความเชื่อ และการให้คุณค่าต่อเรื่องต่างๆ ในชีวิตต่างกัน

๑๖

แผนการเรียนรู้ที่ ๑ สิ่งสำคัญสำหรับฉัน

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมควรให้กำลังใจผู้เรียนในการทำในสิ่งที่ตนเองให้ความสำคัญ และชวนคิดว่าจะมีวิธีใดที่จะได้ทำในสิ่งเหล่านั้นมากขึ้น

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- เขียนเป้าหมายที่ต้องการทำหลังเรียนจบ ม.๖ และเพื่อให้สำเร็จ จะต้องทำอย่างไร

## สิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตฉัน

๑. ทำทุกอย่างให้สำเร็จด้วยตนเอง
๒. ได้เรียนในสาขาวิชา/คณะที่ตนเองตั้งใจไว้
๓. มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรัก
๔. ได้เรียนหนังสือจนจบระดับที่ตั้งใจไว้
๕. รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร
๖. ได้ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ/รัก
๗. ช่วยเหลือแบ่งเบาภาระของพ่อแม่
๘. มีเงินเก็บของตัวเอง
๙. อุทิศตัวรับใช้ศาสนาที่ตนศรัทธา
๑๐. มีเพื่อนแท้ที่คบกันตลอดชีวิต
๑๑. ได้รับความไว้วางใจและเชื่อถือจากพ่อแม่
๑๒. มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง
๑๓. มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง
๑๔. ให้เวลากับคนในครอบครัว
๑๕. ให้เวลากับคนที่เรารัก
๑๖. ไม่เอาเปรียบคนอื่น
๑๗. ไม่ทำให้พ่อแม่เสียใจ
๑๘. ไม่ทำสิ่งที่ขัดแย้งกับสิ่งที่ตนเองเชื่อ
๑๙. เป็นคนมีชื่อเสียงในสังคม
๒๐. ช่วยเหลือสังคม
๒๑. เป็นตัวของตัวเอง
๒๒. ได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง

๘๒

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

แผนการเรียนรู้ที่ ๒

# เนื้อตัว ร่างกาย





## แผนการเรียนรู้ที่ ๒

### เนื้อตัวร่างกาย

#### สาระสำคัญ

ความคิด ความรู้สึกที่มีต่อเนื้อตัวร่างกายส่งผลต่อความมั่นใจในตนเอง และการดำเนินชีวิต การเข้าใจธรรมชาติของพัฒนาการมนุษย์ และการเท่าทันอิทธิพลของค่านิยม และกระแสสังคม ที่มีต่อภาพลักษณ์ร่างกายของหญิงชาย ซึ่งมักถูกนำเสนอผ่านสื่อต่างๆ จะช่วยให้วัยรุ่นตระหนักในความเป็นตัวของตัวเองและสามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม

#### จุดประสงค์

๑. สำรวจความรู้สึก ค่านิยมของตนเองที่มีต่อเนื้อตัวร่างกาย
๒. บอกถึงค่านิยมทางสังคมในเรื่องภาพลักษณ์ร่างกาย ซึ่งส่งผลต่อความรู้สึกมั่นใจในตนเองของวัยรุ่นหญิงชาย
๓. บอกถึงผลกระทบของการพยายามปรับเปลี่ยนหรือตัดแปลงร่างกายให้เป็นไปตามภาพลักษณ์ที่คิดว่าเป็นที่ยอมรับ

## อุปกรณ์ และสื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี



๘๕

แผนการเรียนรู้ ๓ เนื้อหาเรื่อง ๓  
BBL๘๐๕๐๒

### ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ว่า กิจกรรมเนื้อตัวร่างกาย จะชวนเราสำรวจความคิด ความรู้สึกที่มีต่อร่างกายเราเอง รวมทั้งวิเคราะห์สิ่งที่มีอิทธิพลต่อความคิดของเราต่อร่างกายตนเอง
๒. แบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็นหญิงล้วนชายล้วน กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน
๓. ให้แต่ละกลุ่มอภิปรายและบอกสิ่งที่ผู้หญิงและผู้ชายส่วนใหญ่กังวลเกี่ยวกับร่างกายตัวเอง ๕ เรื่อง และเขียนลงในกระดาษฟลิปชาร์ต ดังตัวอย่าง

สิ่งที่วัยรุ่นหญิงกังวลเกี่ยวกับร่างกาย คือ	สิ่งที่วัยรุ่นชายกังวลเกี่ยวกับร่างกาย คือ
๑.	๑.
๒.	๒.
๓.	๓.
๔.	๔.
๕.	๕.

จากนั้น ให้กลุ่มอภิปรายว่า หญิงชายมีวิธีจัดการความกังวลเหล่านี้อย่างไร

๔. ให้ความคุยกกลุ่มย่อย ๑๐ นาที จากนั้นขออาสาสมัครกลุ่มแรกนำเสนอ จากนั้น ถามกลุ่มอื่นๆ ที่ละกลุ่ม ถึงคำตอบที่แตกต่างจากกลุ่มแรก โดยผู้ดำเนินกิจกรรมเขียนเพิ่มเติมในกระดาษฟลิปชาร์ตของกลุ่มแรกที่นำเสนอ และดูประเด็นที่ทุกกลุ่มเห็นเหมือนกัน เพื่อดูเรื่องที่วัยรุ่นมักกังวลใจ

๕. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย โดยใช้คำถามดังนี้

## คำถามชวนคิด

- รู้สึก หรือคิดอย่างไร เมื่อเห็นความกังวลต่อร่างกายของหญิงชายที่เราช่วยกันระดม
- สิ่งที่แต่ละกลุ่มช่วยกันระดม สะท้อนความกังวลของพวกเราด้วยหรือไม่ มีความกังวลใดที่แตกต่างกัน
- เรื่องที่หญิง/ชายกังวลใจมากที่สุด เกิดขึ้นเพราะเหตุใด (เช่น อ้วนไป, มีสิ่ว, เตี้ย ฯลฯ)
- ภาพลักษณ์ร่างกายที่น่าพึงพอใจของหญิงชาย มีลักษณะอย่างไร
- นักเรียนคิดว่าภาพลักษณ์ร่างกายหญิงชายที่ควรจะเป็น ใครเป็นคนกำหนด
- คิดว่าความกังวลเกี่ยวกับเนื้อตัวร่างกายของวัยรุ่น เป็นผลมาจากอะไรบ้าง
- ความคิดหรือความรู้สึกบวกลบหรือลบที่เรามีต่อร่างกายตัวเอง ส่งผลอย่างไรกับเราได้บ้าง
- ในสิ่งที่เราช่วยกันระดม ให้ช่วยกันแยกว่า เรื่องใดเป็นเรื่องพัฒนาการตามธรรมชาติที่อาจแตกต่างกันในแต่ละบุคคล (สิ่ว, ความสูง, ยีน, ฮอร์โมน ฯลฯ) เรื่องใดเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพ (การกิน, การออกกำลังกาย, การพักผ่อน, การดูแลรักษาความสะอาด)
- วิธีการจัดการกับความกังวลที่แต่ละกลุ่มเสนอมา ข้อใดที่อาจส่งผลกระทบในทางลบต่อร่างกายของเราบ้าง





๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- แต่ละคนมีรูปร่างหน้าตาที่แตกต่างกันไป เช่น อ้วน ผอม เตี้ย สูง ฯลฯ ซึ่งเป็นผลจากยีนของแต่ละคน เป็นปัจจัยที่ไม่สามารถควบคุมได้เพราะเกี่ยวข้องกับกรรมพันธุ์โดยกำเนิด
  - ภาพลักษณ์ของคนอาจส่งผลต่อความรู้สึกแรกพบกัน ทั้งนี้ เราอาจต่างประเมินคุณค่าของคนๆ นั้นจากสิ่งที่เห็นภายนอก ซึ่งเป็นผลจากการที่สังคมได้กำหนดคุณค่าต่อภาพลักษณ์หนึ่งขึ้นมาว่า “สวย หล่อ ดูดี เป็นที่ชื่นชม” คุณค่าเหล่านี้เปลี่ยนไปตามยุคสมัย (หรือที่เรียกว่า “สมัยนิยม” หรือแฟชั่น) และต่างกันไปตามสังคมนวัตกรรมของแต่ละกลุ่มคนอีกด้วย
  - ความมั่นใจตนเองสร้างขึ้นจากการพัฒนาความสามารถ และบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับแต่ละคน รวมทั้งการที่เราเห็นความสำคัญของ “คุณค่าภายใน” เช่น อุปนิสัยใจคอ ความสามารถ ฯลฯ มากกว่ารูปร่างหน้าตา ย่อมช่วยให้เราพอใจในสิ่งที่เราเป็นอยู่ และไม่ตัดสินคนอื่นจากรูปร่างภายนอก



๔๗

แผนการเรียนรู้ ๓ บูธการเรียนรู้  
Buddhachon เป็นตัวสร้างกาย

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

หากมีการล้อเลียนเพื่อนในห้องเกี่ยวกับรูปลักษณ์ ผู้ดำเนินกิจกรรมควรชวนให้เห็นถึงข้อดีหรือข้อเด่นด้านอื่นๆ ของคนๆ นั้น พร้อมทั้งชี้ให้เห็นว่า การคบหาเป็นเพื่อนกัน หรือการยอมรับใครสักคน ใจหรือไม่ว่า สิ่งสำคัญเป็นเรื่องอุปนิสัย ความสามารถ มากกว่ารูปร่างภายนอก

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- อธิบายถึงวิธีการที่ปลอดภัยที่สุด หากต้องการเปลี่ยนแปลงขนาดและรูปร่างของตนเอง เช่น ลดความอ้วน กำจัดสิว ฯลฯ

“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

ผู้หญิง  
เลี้ยงชาย  
ผู้ชาย  
เลี้ยงขวา



# แผนการเรียนรู้ที่ ๓

## ผู้หญิงเลี้ยงช่าย ผู้ชายเลี้ยงขวา

### สาระสำคัญ

ค่านิยมในเรื่องเพศ และบทบาททางเพศ มีส่วนสำคัญในการกำหนดความสัมพันธ์ของหญิงชาย

### จุดประสงค์

๑. วิเคราะห์ทัศนคติต่อบทบาทหญิงชายที่มีผลต่อสัมพันธ์ภาพ
๒. อธิบายความเกี่ยวข้องของบทบาทหญิงชายกับการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม
๓. บอกความหมายที่แตกต่างระหว่างเพศสรีระ และเพศสภาพ

### อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ใบกรณิศึกษา ๓ เรื่อง (รวมไว้ในกระดาษ ๑ แผ่น) จำนวนเท่าผู้เรียน
๒. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ว่าเป็นการศึกษาถึงผลกระทบของทัศนคติในเรื่องบทบาททางเพศที่มีต่อความสัมพันธ์หญิงชาย
๒. แบ่งกลุ่มย่อยเป็น ๖ กลุ่ม กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน คละชายหญิง
๓. แจกใบกรณีศึกษาให้ทุกคนอ่าน และให้ในกลุ่มตกลงกันก่อนว่า ต้องการเลือกทำเรื่องใด จากนั้น ให้ช่วยกันหาทางออกให้กับคู่กรณีพร้อมทั้งเตรียมคำอธิบายสำหรับคำถามหรือข้อโต้แย้งจากกลุ่มอื่นที่อาจจะไม่เห็นด้วยกับทางออกนี้ และเตรียมส่งตัวแทนนำเสนอต่อกลุ่มใหญ่ ให้เวลากลุ่มย่อย ๑๐ นาที
๔. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอ กลุ่มละ ๒ นาที โดยระหว่างที่แต่ละกลุ่มนำเสนอทางออกของปัญหา ให้ผู้ดำเนินกิจกรรมจดบันทึกประเด็นสำคัญไว้บนกระดาน
๕. หลังจากนำเสนอครบทุกกลุ่มแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมช่วยสรุปประเด็นว่าแต่ละปัญหามีทางออกอะไรบ้าง มีข้อใดที่เป็นความเห็นร่วม (ถ้าเรื่องนั้นมีมากกว่าหนึ่งกลุ่ม) และข้อใดบ้างที่กลุ่มเหล่านั้นคิดต่างกัน จากนั้นถามผู้เรียนทั้งหมดว่า จะมีวิธีอื่นอีกหรือไม่ในการแก้ปัญหาโดยเริ่มคุยที่ละปัญหา เปิดให้มีการซักถามหรือเสนอความคิดเห็นโต้แย้งได้ถ้าไม่เห็นด้วยกับทางออกที่มีการนำเสนอสำหรับปัญหานั้นๆ
๖. ระหว่างการซักถามหรือโต้แย้ง ให้ผู้ดำเนินกิจกรรมคอยจับประเด็นความคิดว่า เหตุผลที่นำมาโต้แย้งนั้นตั้งอยู่บนทัศนคติของบทบาททางเพศหญิงชายหรือไม่ อย่างไร สะท้อนให้ผู้เรียนทราบบนโดยไม่ต้องตัดสินว่าข้างใดถูกหรือผิด เมื่อแลกเปลี่ยนกันจนผู้เรียนเห็นว่าข้อคิดเห็นต่างๆ นั้นสะท้อนทัศนคติเรื่องบทบาททางเพศหญิงชายแล้ว (ไม่จำเป็นต้องมีข้อยุติ) ให้ใช้คำถามชวนคิดมาแลกเปลี่ยน ดังนี้





## คำถามชวนคิด

- จากที่คุยกันมา พวกเรามีทัศนคติว่าเพศหญิง เพศชาย ควรมีบทบาทอย่างไรบ้าง อะไรบ้างที่ทั้งสองเพศทำได้ อะไรบ้างที่ไม่ควรทำ
- ถ้าสามารถเปลี่ยนบทบาทของผู้ชายและผู้หญิงได้ฝ่ายละหนึ่งบทบาท จะเลือกเปลี่ยนบทบาทใด เพราะเหตุใด
- เราจะสลับบทบาทหญิงชาย โดยไม่ยึดถือตามแนวคิดเดิมได้หรือไม่ เพราะเหตุใด
- คิดว่าพ่อแม่เราจะแก้ปัญหาด้วยวิธีการแบบเดียวกับพวกเราไหม เพราะเหตุใด
- การที่เรามีทัศนคติต่อบทบาทหญิงชายต่างกัน แล้วมีผลกระทบต่อความสัมพันธ์ เราควรหาทางออกอย่างไร

๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- ประสพการณ์และการปลูกฝังอบรมจากครอบครัว รวมทั้งศาสนาและสิ่งแวดล้อม ล้วนมีผลต่อการกำหนดบทบาทความเป็นหญิงชาย และทำให้แต่ละคนมีความเชื่อและแสดงออกในเรื่องนี้แตกต่างกันไป
  - มีคำสองคำที่เกี่ยวข้องกับความเข้าใจในเรื่องเพศ  
**เพศสรีระ ที่ใช้ร่างกายเป็นตัวกำหนดเพศ**  
**และเพศสภาพ ที่อธิบายความเป็นชายหญิงจากบทบาทหน้าที่**
  - เพศสภาพจะแปรเปลี่ยนไปตามวัฒนธรรม และถูกกำหนดจากเงื่อนไขทางเศรษฐกิจสังคมอย่างมาก เมื่อวิถีชีวิตในโลกปัจจุบันเปลี่ยนไปจากระบบการผลิตสักรวมดั้งเดิม เพศสรีระนั้นไม่เปลี่ยนแปลงอะไรเมื่อเทียบกับเพศสภาพซึ่งเปลี่ยนแปลงไปมาก เช่น ทุกวันนี้ผู้ชายไม่ใช่คนที่ทำงานนอกบ้านหาเลี้ยงครอบครัวและตัดสินใจทุกเรื่อง เพราะผู้หญิงก็ทำเช่นเดียวกัน

- เมื่อเพศสภาพเป็นสิ่งที่ถูกกำหนดจากปัจจัยภายนอก ความเหมาะสมของบทบาททางเพศ จึงต้องยืดหยุ่นให้สอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงของเศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรมด้วย เรามักพบว่าขณะที่ค่านิยมเดิมยังคงมีอิทธิพลกับความคิดของคน แต่การใช้ชีวิตก็ได้เปลี่ยนไปแล้ว และในจังหวะเวลาเช่นนี้ก็จะเกิดความขัดแย้งว่า “ทำอย่างนี้ได้อย่างไร ไม่สมควรเลย” เพราะคนส่วนหนึ่งยังยึดความคิดเดิม ในขณะที่อีกส่วนหนึ่งเริ่มคล้อยตามค่านิยมใหม่ที่กำลังก่อตัวขึ้นมาแทนที่ นี่เป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับสังคมทุกยุคสมัย
- การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและการเปลี่ยนแปลงระดับบุคคลนั้นเกี่ยวเนื่องกัน กระแสความคิดใหม่จะกลายมาเป็นกระแสหลักหรือไม่ขึ้นอยู่กับ การเปลี่ยนแปลงระดับบุคคลว่าเป็นไปอย่างกว้างขวางเพียงใด การเลือกที่จะปรับเปลี่ยนความคิดและการปฏิบัติในบทบาททางเพศจึงขึ้นกับแต่ละบุคคล เราอาจอยู่ในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งระหว่างกลุ่มที่ริเริ่มเปลี่ยนแปลงก่อน กลุ่มที่ตามมาหรือกลุ่มท้ายๆ ที่เปลี่ยนแปลงช้าที่สุด อย่างไรก็ตาม การที่คนคิดต่างกันย่อมนำไปสู่การตัดสินใจว่าจะไรสมควรหรือไม่ต่างกัน และส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคนและคนรอบข้างได้ จึงไม่ใช่เรื่องง่าย ถ้าต่างคนต่างยึดบทบาทที่ต่างกัน และไม่ตระหนักว่าทุกอย่างล้วนเปลี่ยนแปลงได้
- การหาข้อยุติเพื่อให้การใช้ชีวิตร่วมกันในครอบครัวเป็นไปด้วยดี ต้องอาศัยความเข้าใจที่ว่าการเปลี่ยนแปลงของทัศนะเก่าและใหม่เป็นพลวัตปกติของทุกสังคม การเปิดใจรับฟังกัน และกันให้มาก ลดการถือทัศนะของตัวเองเป็นที่ตั้ง จะช่วยให้หาข้อตกลงกันได้ด้วยดี



## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ระหว่างอภิปราย ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องคอยย้ำให้ผู้เรียนอยู่ในกฎ กติกา ที่สร้างร่วมกัน และควบคุมบรรยากาศให้เป็นการโต้เถียงด้วยการใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- การปฏิบัติตน การแสดงออกทางพฤติกรรมของผู้ชายและผู้หญิง มีอิทธิพลมาจากเรื่องใดบ้าง
- การเปลี่ยนแปลงในการปฏิบัติตน การแสดงออกทางพฤติกรรมของแต่ละเพศ เกิดขึ้นได้หรือไม่อย่างไร



## กรณีศึกษา



๙๕

แผนการรับมือที่ ๓ ผู้หญิงช่วยเหลือ ผู้ชายช่วยเหลือ

### กรณีที่ ๑

ชาตรีรู้สึก “ปัง” สู้ขวัญ ซึ่งเป็นเพื่อนร่วมที่ทำงานเดียวกัน แต่คนละแผนก และนึกในใจไว้ว่าจะชวนเธอไปกินข้าวเย็นดีไหมขณะที่เห็นเธอเดินตรงมาหา แต่เมื่อสู้ขวัญเดินมาหยุดตรงหน้าและเอ่ยปากชวนชาตรีว่า “เย็นนี้ เลิกงานแล้วคุณว่างหรือเปล่า ไปดูหนังกับฉันไหม” ชาตรีว่าง และเขาก็เคยนึกอยากชวนเธอไปดูหนังด้วยหลายครั้งแล้ว แต่เขาต้องการเป็นฝ่ายเอ่ยปากชวนก่อน เขาจึงคิดจะตอบปฏิเสธเธอ

- เรื่องนี้สะท้อนค่านิยมเรื่องเพศ หรือบทบาททางเพศของหญิงชายอย่างไร
- สู้ขวัญควรทำอย่างไร หรือจะพูดว่าอย่างไร

### กรณีที่ ๒

เกียรติชื่อของขวัญวันเกิดให้ลูกของน้องชายซึ่งเป็นเด็กผู้ชายอายุ ๓ ขวบ เกียรติเลือกซื้อตุ๊กตาผู้หญิงให้หลาน เมื่อนำไปให้ น้องชายกลับแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างมาก เกียรติอธิบายว่า ตุ๊กตาผู้หญิงจะช่วยให้เด็กผู้ชายรู้จักการดูแลเอาใจใส่ความรู้สึกคนอื่น แต่น้องชายเขาโต้แย้งว่าการเล่นตุ๊กตุนักตุ๊กตาจะทำให้ลูกเขากลายเป็นตุ๊ด เกียรติคิดว่าเขามีเหตุผลที่ถูกต้องและไม่เห็นด้วยกับทัศนคติของน้องชาย

- เรื่องนี้สะท้อนค่านิยมเรื่องเพศ หรือบทบาททางเพศของหญิงชายอย่างไร
- เกียรติควรจะทำอย่างไรดี

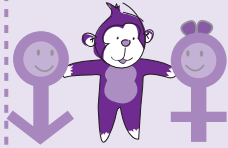
### กรณีที่ ๓

สุดาและวินัย สองสามีภรรยาเถียงกันเรื่องชีวิตคู่ของสินีทธิ์ น้องสาวคนเล็กของเธอ สูดาบอกวินัยว่าเธอสังเกตเห็นรอยข้ำตามต้นแขนและบนใบหน้าของน้องสาว เธอคิดว่าต้องคุยกับน้องเขยให้รู้เรื่องว่าเกิดอะไรขึ้น แต่วินัยห้ามไว้และอธิบายว่า เพราะสินีทธิ์ชอบทำท่าจองทอง อวดดี สมควรแล้วที่คนเป็นสามีจะแสดงความเป็นใหญ่ในบ้าน สูดามองไม่เห็นด้วยกับสามี เธอคิดในใจว่าความรุนแรงไม่ใช่คำตอบในการแก้ปัญหา

- เรื่องนี้สะท้อนค่านิยมเรื่องเพศ หรือบทบาททางเพศของหญิงชายอย่างไร
- สูดาควรทำอย่างไร และจะพูดกับสามีอย่างไรดี

แผนการเรียนรู้ที่ ๔  
เพศสัมพันธ์  
ในวัยรุ่น





# แผนการเรียนรู้ที่ ๔

## เพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น

### สาระสำคัญ

การเรียนรู้ถึงผลที่ตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์อย่างรอบด้าน และวิธีการป้องกันผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์ จะช่วยให้วัยรุ่นมีข้อมูลในการตัดสินใจเรื่องความสัมพันธ์ทางเพศ โดยคำนึงถึงความพร้อมและความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและคู่

### จุดประสงค์

1. ระบุปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม
2. บอกแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพทางเพศที่อาจเกิดขึ้น

### อุปกรณ์ และสื่อ

1. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี
2. ไปสการ์ดหรือโปรเจกชันบัตร เท่าจำนวนผู้เรียน
3. ข่าวในหนังสือพิมพ์ที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น (ควรฝากเป็นการบ้านให้ผู้เรียนเตรียมไว้ก่อนเข้าบทเรียนนี้ หรือผู้ดำเนินกิจกรรมเตรียมไว้ ๒ - ๓ ข่าว)

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ว่าเป็นการศึกษาถึงผลกระทบของทัศนคติในเรื่องบทบาททางเพศที่มีต่อความสัมพันธ์หญิงชาย
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนคุยเพื่อนำเข้าสู่บทเรียน โดยถามว่า
  - เคยได้ยินข่าวที่เกี่ยวข้องกับ “วัยรุ่นและเพศสัมพันธ์” อย่างไรบ้าง (ขอตัวอย่าง ๒-๓ เรื่อง)
  - คิดว่าข่าวส่วนใหญ่ที่เกี่ยวข้องกับ “เพศสัมพันธ์ของวัยรุ่น” ออกมาในลักษณะใด เพราะเหตุใด
  - คิดว่าโอกาสที่วัยรุ่นจะมีเพศสัมพันธ์ในปัจจุบัน มีมากหรือน้อย อย่างไร
๓. จากนั้น แบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย (กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน) ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันคิดตามประเด็น ดังนี้ (ให้เวลา ๑๕ นาที)
  - สิ่งที่จะเกิดขึ้น ถ้าวัยรุ่นซึ่งยังเรียนอยู่มีเพศสัมพันธ์ โดยคิดถึงทุกแง่มุมที่จะตามมา
  - จากคำตอบที่กลุ่มระดมมา ให้กลุ่มเลือกสิ่งที่อยากให้เกิดขึ้นมากที่สุด ๒ ข้อ และสิ่งที่ไม่อยากให้เกิดขึ้นมากที่สุด ๒ ข้อ
  - มีวิธีการอะไรบ้างที่จะทำให้มั่นใจว่าจะเกิดผลด้านบวก ๒ ข้อ และไม่ให้เกิดผลด้านลบ ๒ ข้อตามที่กลุ่มเลือกไว้
๔. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอสิ่งที่กลุ่มระดมได้ทั้งหมด รวมทั้งด้านบวกและลบของ ๒ ข้อที่อยากให้เกิด และ ๒ ข้อที่ไม่อยากให้เกิด กลุ่มละ ๒ นาที
๕. เมื่อนำเสนอครบทุกกลุ่ม ผู้ดำเนินกิจกรรมตั้งคำถามโดยใช้คำถามชวนคิด ดังนี้



๙๙

## คำถามชวนคิด

- วัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ รู้ล่วงหน้าหรือไม่ว่าจะมีอะไรตามมาบ้างจากการมีเพศสัมพันธ์
- ในกรณีที่ไม่มีการป้องกัน คิดว่าเป็นเพราะเหตุใดได้บ้าง
- ผลที่ตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์ในช่วงวัยรุ่น เป็นเรื่องที่ใครต้องรับผิดชอบบ้าง
- การตัดสินใจว่าจะมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์ เป็นเรื่องของฝ่ายใด เพราะอะไร
- เป็นไปได้หรือไม่ ที่ฝ่ายหนึ่งต้องการมีเพศสัมพันธ์ แต่อีกฝ่ายหนึ่งไม่ต้องการ และหากเป็นเช่นนั้น คิดว่าเรื่องจะลงเอยอย่างไรได้บ้าง
- ข้อเสนอในเรื่องการป้องกันผลกระทบด้านลบ สามารถทำได้จริงหรือไม่เพียงใด อะไรอาจเป็นอุปสรรคได้บ้าง
- วิธีที่ดีที่สุดในการมีเพศสัมพันธ์แบบปลอดภัย โดยป้องกันการตั้งครรภ์และการติดเชื้อเอชไอวี คืออะไร



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมแจกโปสการ์ด หรือไปรษณียบัตร และให้ผู้เรียนเขียนคำตอบของคำถาม ๒ ข้อยลงในแผ่นไปรษณียบัตร ดังนี้
  - “ถ้าฉันจะตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ เรื่องสำคัญที่สุดคือ.....”
  - “สิ่งที่ฉันจะคุยกับแฟน/คนรัก ในเรื่องเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย คือ.....”จากนั้น ให้แต่ละคนจำหน่ายรายชื่อที่อยู่ถึงตัวเอง และส่งให้ผู้ดำเนินกิจกรรม (ซึ่งจะจัดส่งให้ผู้เรียนในภายหลัง)
๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
  - วัยรุ่นควรรู้ว่า ผลจากการมีเพศสัมพันธ์จะนำมาซึ่งอะไรบ้าง การมีเพศสัมพันธ์สามารถส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายและใจได้ และเป็นเรื่องที่ต้องทั้งสองฝ่ายยินยอม มีการเตรียมตัว รวมทั้ง

๑๐๐

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

วางแผนที่จะรับผิดชอบ หรือจัดการสิ่งที่จะตามมา เช่น การป้องกันการตั้งครรภ์ ความปลอดภัยจากการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเชื้อเอชไอวี การยอมรับของเพื่อน/พ่อแม่ การเลิกคบกัน ฯลฯ



- การมีเพศสัมพันธ์ในช่วงวัยรุ่นหรือวัยเรียน โดยไม่มีความพร้อมที่จะรับผิดชอบในสิ่งที่อาจเกิดขึ้น ไม่ได้คิดหรือเตรียมตัวป้องกันอย่างรอบคอบ อาจนำมาซึ่งปัญหาและความยุ่งยากหลายด้าน ได้แก่

ก. **ด้านสุขภาพกาย** อาจทำให้เกิดการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ติดเชื้อเอชไอวี เป็นต้น

ข. **ด้านจิตใจ** ทำให้เกิดการวิตกกังวล เช่น กลัวคนอื่นรู้ กังวลกับความสัมพันธ์ในอนาคต ซึ่งอาจนำไปสู่ความรู้สึกเครียด ไม่สบายใจ เรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง เป็นต้น

ค. **ผลกระทบในระยะยาว** เช่น หากเกิดการตั้งครรภ์จะตัดสินใจอย่างไร จะเรียนต่อหรือไม่ จะบอกพ่อแม่อย่างไร จะสามารถเลี้ยงดูลูกได้อย่างไร การหางานทำเพื่อมีรายได้ในการเลี้ยงดูลูก ฯลฯ

(ในแต่ละหัวข้อ ควรยกตัวอย่างจากสิ่งที่คุณเรียนช่วยกันระดมประกอบ)

- เมื่อถามถึงวิธีการหลีกเลี่ยงหรือป้องกันผลกระทบที่ไม่อยากให้เกิดขึ้นนั้น ส่วนใหญ่ทุกคนก็สามารถบอกได้ถึงวิธีการต่างๆ ซึ่งส่วนใหญ่ล้วนเป็นวิธีที่ช่วยป้องกันได้ เช่น การไม่มีเพศสัมพันธ์ หรือการใช้ถุงยางอนามัยป้องกัน เป็นต้น ประเด็นสำคัญจึงเป็นเรื่องว่า อะไรที่จะช่วยให้เราใช้วิธีการเหล่านั้นเพื่อป้องกันตัวเองได้ และเห็นว่าอะไรที่อาจเป็นอุปสรรคทำให้เราไม่สามารถป้องกันตัวเองได้
- การรู้ถึงปัญหาและวิธีป้องกันจะไม่ช่วยใครให้รอดพ้นจากปัญหาได้ หากไม่ได้ลงมือทำ ดังนั้น หากผู้เรียนรู้ว่าอะไรคือสิ่งที่ตัวเองต้องการและไม่ต้องการให้เกิดขึ้น ผู้เรียนก็สามารถใช้เป็นเหตุผลประกอบการตัดสินใจที่จะทำหรือไม่ทำเรื่องดังกล่าว เพราะผู้ที่ได้รับผลที่เกิดขึ้นโดยตรงที่สุด คือตัวเราเอง ไม่ใช่คนอื่น
- สิ่งที่เกิดขึ้นในความสัมพันธ์ ควรเป็นสิ่งที่ทั้งสองฝ่ายรับผิดชอบร่วมกัน และต้องแสดงความรับผิดชอบต่อกัน อย่างไรก็ตาม ผลในด้านบวก เป็นผลที่ทั้งสองฝ่ายยินดีที่จะได้รับร่วมกัน หากแต่ผลในด้านลบที่ตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์ บางเรื่องเป็นเรื่องที่ไม่อาจรับผลแทน

กันได้ แม้จะร่วมรับผิดชอบกันได้ เช่น การตั้งครรภ์ ซึ่งผู้หญิงจะเป็นคนรับภาระ การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นโรคที่เกิดกับตัวเราเอง ถ้าพ่อแม่มือ ก็เป็นพ่อแม่ของเราที่เสียใจกว่าคนอื่น ดังนั้น การรับผิดชอบต่อตัวเอง จึงเป็นเรื่องสำคัญเท่ากับการรับผิดชอบต่อคนอื่นที่เกี่ยวข้องกับเราในความสัมพันธ์

- เรามีสิทธิที่จะตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์เมื่อใดก็ได้ การเคยมีประสบการณ์ทางเพศแล้วไม่ใช่เหตุผลที่จะทำให้เราต้องมีเพศสัมพันธ์ต่อไปทุกครั้งโดยไม่มีเงื่อนไข สิ่งสำคัญคือ การคิดถึงผลที่ตามมา และความพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อสิ่งนั้นต่อตัวเราเอง และต่อคนที่เรามีความสัมพันธ์ด้วย เรื่องที่เกิดขึ้นไปแล้วไม่สามารถย้อนกลับไปแก้ไขได้ แต่เราสามารถเตรียมตัว วางแผน และจัดการสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เป็นไปตามที่เราต้องการได้
- วัยรุ่นสามารถหลีกเลี่ยงและป้องกันการตั้งครรภ์และการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รวมทั้งผลกระทบอื่นๆ ที่ตามมาได้ วิธีที่ได้ผลแน่นอนที่สุด คือ การไม่มีเพศสัมพันธ์
- หากเลือกที่จะมีเพศสัมพันธ์ วิธีที่ดีที่สุดที่ช่วยป้องกันทั้งการตั้งครรภ์และการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ คือ การใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- ควรระงับการใช้ทัศนคติตัดสิน หรือให้คุณค่าผิดถูก ในการพูดถึงการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น เพราะไม่อาจคาดได้ว่าผู้เรียนมีประสบการณ์ทางเพศมาก่อนหรือไม่ หรือมีในแง่บวกใดบ้าง
- วัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ คือ การพูดถึงผลที่ตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์ เพื่อให้ผู้เรียนได้เห็นตัวอย่างและใช้เป็นข้อมูลในการคิดและตัดสินใจ



## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน



## คำถามท้ายบท

- บอกผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อมของผู้ชายและผู้หญิงในช่วงวัยรุ่นมา ๓ อย่าง

๑๐๓

แผนการเรียนรู้ที่ ๕  
เพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น

การศึกษา  
ไม่ใช่การเรียนของคน  
ในช่วงอายุหนึ่งเท่านั้น  
แต่การศึกษาคือ  
การพัฒนาคุณภาพของคนทั้งมวล

ศ.นพ.ประเวศ วะสี





แผนการเรียนรู้ที่ ๕  
เรื่อง  
ของต้นกับอ้อ



# แผนการเรียนรู้ที่ ๕

## เรื่องของต้นกับอ้อ

### สาระสำคัญ

การสื่อสารและการตัดสินใจที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศเป็นเรื่องละเอียดอ่อน และเป็นเรื่องที่คุณรักมักไม่สื่อสารกันอย่างเปิดเผยจนส่งผลกระทบต่อสุขภาพทางเพศและสัมพันธภาพด้านอื่นๆ

### จุดประสงค์

๑. วิเคราะห์การตัดสินใจโดยคำนึงถึงผลที่ตามมาอย่างรอบด้าน ทั้งผลบวกและลบ
๒. อธิบายวิธีการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรรภ์ เมื่อประเมินความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นและระบุการป้องกันผลที่ไม่ต้องการ
๓. ยกตัวอย่างวิธีการจัดการหรือลดผลกระทบจากปัญหาที่ไม่คาดคิด

### อุปกรณ์ และสื่อ

๑. แบบฟอร์มเรื่อง “ต้นกับอ้อ” และคำเฉลยผลของการตัดสินใจ
๒. กระดาษการ์ดสี หรือกระดาษสีตัดขนาด ๓ x ๓ นิ้ว จำนวน ๔ สี เพื่อทำเป็น บัตรสีฟ้า บัตรสีเขียว บัตรสีเหลือง และบัตรสีชมพู สีละ ๒๐ - ๓๐ ใบ
๓. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี

๑๐๖

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงว่ากิจกรรมวันนี้เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจเรื่องการสื่อสารและการตัดสินใจเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของคนสองคน จากนั้นอ่านเรื่อง **ต้นกับอ้อ** ให้ผู้เรียนฟัง หรือขออาสาสมัครเพื่ออ่านเรื่อง

๒. เมื่ออ่านจบ ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนว่า ถ้าเป็น **ต้น** จะทำอะไร จุดคำตอบขึ้นบนกระดาน เมื่อไม่มีคำตอบเพิ่มเติม ชี้ให้เห็นว่า ต้นอาจมีทางเลือกได้หลายอย่าง

๓. จากนั้นอธิบายว่า ในกิจกรรมนี้ ให้ทุกคนลองสวมบทบาทเป็น **ต้น** และให้เลือกตัดสินใจว่าจะทำอะไร จากทางเลือกในการตัดสินใจ ๓ แบบ

**แบบที่ ๑** ตัดสินใจต่างกับอ้อ และมีเพศสัมพันธ์กันโดยไม่ใช้ถุงยาง

**แบบที่ ๒** ตัดสินใจต่างกับอ้อ และตั้งใจว่าจะแค่สัมผัสกันภายนอกโดยจะไม่สอดใส่

**แบบที่ ๓** ปฏิเสธอ้อว่า ยังไม่ยอมมีอะไรด้วยตอนนี้

๔. ให้ผู้ที่ตัดสินใจเลือกแบบเดียวกันนั่งรวมกลุ่มกัน และแลกเปลี่ยนกันใน ๒ ประเด็น ให้ความเวลา ๑๕ นาที

- เหตุใดจึงเลือกทางเลือกนั้นๆ
- จะเกิดผลตามมาอย่างไรจากการเลือกแบบนี้

๕. จากนั้น ให้ผู้เรียนแต่ละคนเลือกหยิบกระดาษสี ซึ่งมี ๔ สี คือ สีฟ้า สีเขียว สีเหลือง และสีชมพู คนละหนึ่งสี ตามใจชอบ

๖. หลังจากทุกคนถือกระดาษสีไว้ในมือแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงว่า “กระดาษสี” แต่ละสีหมายถึงสิ่งที่เกิดขึ้นตามมาจากการตัดสินใจ ซึ่งการตัดสินใจหนึ่งๆ อาจมีผลตามมาได้หลายแบบ

๗. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมอ่านสิ่งที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของ **ต้น** กับ **อ้อ** ในแต่ละทางเลือกตามกระดาษสี จนครบทั้ง ๓ ทางเลือก

๘. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยเพื่อให้ผู้เรียนช่วยกันวิเคราะห์ถึงเรื่องการสื่อสารกับการตัดสินใจและการรับผิดชอบกับสิ่งที่ตามมาโดยใช้คำถามชวนคิด



?

## คำถามชวนคิด

- รู้สึกอย่างไร เมื่อรับรู้ผลที่เกิดตามมาจากการตัดสินใจ (ตามกระดาศสิ)
- ตอนที่เลือกตัดสินใจ ได้คิดถึงผลที่อาจเกิดตามมาหรือไม่ อย่างไร เพราะเหตุใดจึงคิดเช่นนั้น
- อะไรเป็นเหตุจูงใจให้เราเลือกแบบนั้น
- ผลที่ได้รับ (ตามกระดาศสิ) เป็นผลที่เราคาดว่าจะเกิดขึ้นหรือไม่ เป็นไปได้หรือไม่ว่าจะเกิดผลดังกล่าว เพราะเหตุใด
- เราจะจัดการอย่างไรกับสิ่งที่เกิดขึ้นซึ่งไม่เป็นไปดังคาด
- หากมีโอกาสตัดสินใจใหม่ จะตัดสินใจเหมือนเดิมหรือไม่ เพราะเหตุใด



๙. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปสิ่งที่เรียนรู้จากเรื่องของตนกับอ้อ และเพิ่มเติมประเด็นสำคัญของกิจกรรม ดังนี้

- เวลาตัดสินใจ เรามักคิดว่า เราเลือกสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับตัวเองเสมอ และไม่คิดว่าจะเกิดเรื่องที่ไม่ดีกับเรา
- กระบวนการตัดสินใจ หมายถึง การเลือกสิ่งที่เราต้องการและการพร้อมยอมรับผล ที่จะเกิดตามมาซึ่งมีทั้งแบบที่เราคาดได้ชัดเจนและแบบที่เราไม่คาดคิด ขึ้นอยู่กับว่าเรามีความรู้ มีข้อมูลและประสบการณ์ที่จะคาดการณ์ได้มากเพียงใด
- การตัดสินใจ หมายถึงรวมถึงการทบทวน และคิดหาทางป้องกันผลที่เราไม่ต้องการด้วย เพื่อให้แน่ใจว่าเราสามารถรับมือกับเรื่องที่จะเกิดขึ้น
- เมื่อต้องตัดสินใจ เรามักตัดสินใจโดยคำนึงถึงคุณค่าที่เรายึดถือ การเลือกทำอย่างใดอย่างหนึ่งของแต่ละคนจึงแตกต่างกัน แม้จะมีข้อมูล ความรู้เหมือนกัน แต่ก็อาจมีความเป็นมาในชีวิตทางเพศหลายอย่าง ทั้งสองฝ่ายไม่อยากเปิดเผยให้กันและกันรู้ เพราะต่างฝ่ายต่างเกรงว่าจะทำให้อีกฝ่ายรับไม่ได้ หรือทำให้ภาพลักษณ์ของตนเปลี่ยนไป เมื่อ

๑๐๘

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

ฝ่ายหนึ่งไม่กล้าบอกและอีกฝ่ายไม่กล้าถาม จึงเป็นไปไม่ได้ที่ทำให้เราคิด ตัดสินโดยขาดข้อมูลที่จำเป็น

- ความรับผิดชอบ เป็นพื้นฐานที่สำคัญทั้งในระดับบุคคล และระหว่างคนสองคนที่มีความสัมพันธ์กันควรจะมีให้ต่อกัน การแสดงความรับผิดชอบ คือ การคำนึงถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับตัวเองและคนที่เรารักหรือคนที่มีความสัมพันธ์ด้วย และช่วยกันจัดการไม่ให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง
- เมื่อเกิดปัญหาที่ไม่คาดคิด เช่น ตั้งครรภ์โดยไม่พร้อม การติดยา ฯลฯ ทั้งสองคนควรปรึกษาร่วมกันว่าจะทำอย่างไร ไม่ผลักให้เป็นภาระของคนใดคนหนึ่งหรือฝ่ายหญิงฝ่ายเดียว ก่อนตัดสินใจควรถามข้อมูลจากหน่วยงานที่ให้คำปรึกษาในเรื่องนั้นๆ ที่จะทำให้เราได้ข้อมูล และช่วยให้เราพิจารณาอย่างรอบด้าน (หาข้อมูลเพิ่มเติมได้จาก [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net)) รวมทั้งอาจลองหาคนใกล้ชิดที่เราไว้วางใจและสามารถรับฟังสิ่งที่เกิดขึ้นกับเราอย่างไม่ตัดสิน และพร้อมให้คำแนะนำช่วยเหลือได้

๑๐. หากมีเวลาเหลือ อาจจะทำอาสาสมัครในห้อง ๑-๒ คน เล่าประสบการณ์ตัวเองที่เกี่ยวกับการตัดสินใจและผลที่เกิดขึ้นแล้วไม่เป็นไปอย่างที่เราคาดคิด ว่าส่งผลต่อเราอย่างไร และเพื่อให้อาสาสมัครสะดวกใจมากขึ้น ผู้ดำเนินกิจกรรมควรเน้นกับผู้เรียนว่า ไม่ควรล้อเลียนหรือนำเรื่องที่เพื่อนพูดในชั้นเรียนไปพูดต่อภายนอก

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมจำเป็นต้องเน้นกติกาที่ตกลงร่วมกันถึงการรักษาความลับ หากมีผู้เรียนเล่าเรื่องที่ตนมีประสบการณ์จากการตัดสินใจแล้วเกิดผลตามมาอย่างไม่ได้คาดคิด ซึ่งส่งผลกับความสัมพันธ์ของตนเองกับคนอื่น



## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- ความรักกับความรับผิดชอบมีความเกี่ยวข้องหรือสัมพันธ์กันหรือไม่ อย่างไร
- ความรับผิดชอบต่อวิถีชีวิตทางเพศของตนเอง หมายความว่าอย่างไร



## เรื่องของต้นกับอ้อ

“ต้น” บอกตัวเองว่ารู้สึกชอบ “อ้อ” มาก นับตั้งแต่คบกันได้เกือบสองเดือน ต้นจะหาทางไปเจอหน้า และใช้เวลาอยู่กับอ้อเกือบทุกวัน ต้นจึงดีใจมาก เมื่ออ้อชวนต้นไปที่ห้องคืนวันศุกร์ ทั้งสองคนนั่งคุยกัน ขวนกันดูทีวีและดูหนังวิดีโอด้วยกัน

และโดยค่อยเป็นค่อยไป ทั้งสองคนเริ่มสัมผัส หอมแก้ม และโอบกอดกัน แล้วอ้อก็บอกต้นว่าอยากให้ต้นค้างที่ห้องด้วยกันคืนนี้ ทั้งบอกอีกว่าไม่ต้องกังวลเรื่องอื่น เพราะอ้อกินยาคุมอยู่ ต้นรู้ว่าเอดส์เป็นเรื่องที่อาจเกิดขึ้นกับใครก็ได้ และรู้ว่ายาคุมไม่สามารถป้องกันเอดส์ได้

ถ้าคุณเป็น “ต้น” คุณจะตัดสินใจอย่างไร?



๑๑๑

แผนการเรียนรู้ ๕ เรื่องของต้นกับอ้อ

## ถ้าคุณเป็น “ต้น” คุณจะตัดสินใจอย่างไร?

### ทางเลือกของ “ต้น”

- แบบที่ ๑** ตัดสินใจค้ำกับอ้อ และมีเพศสัมพันธ์กันโดยไม่ใช้ถุงยาง
- แบบที่ ๒** ตัดสินใจค้ำกับอ้อ และตั้งใจว่าจะแค่สัมผัสกันภายนอกโดยจะไม่สอดใส่
- แบบที่ ๓** ปฏิเสธอ้อว่า ยังไม่ยอมมีอะไรด้วยตอนนี้

### คำเฉลยทางเลือก

#### แบบที่ ๑ ตัดสินใจค้ำกับอ้อ และมีเพศสัมพันธ์กันโดยไม่ใช้ถุงยาง

- สีฟ้า** อ้อไม่ได้ท้องและต้นก็ไม่ได้ติดโรคอะไร
- สีเขียว** อ้อลืมกินยาคุมกำเนิดมาสองวันแล้ว หลังจากมีอะไรกับต้น จึงพบว่าตัวเองท้อง
- สีเหลือง** อ้อไม่ท้องแต่ทำให้ต้นติดหนองใน
- สีชมพู** อ้อมีเชื้อเอชไอวี และต้นก็ได้รับเชื้อมาด้วย แต่อ้อยยังไม่รู้ว่าตัวเองท้องหรือไม่

#### แบบที่ ๒ ตัดสินใจค้ำกับอ้อ และตั้งใจว่าจะแค่สัมผัสกันภายนอกโดยจะไม่สอดใส่

- สีฟ้า** ทุกอย่างเป็นไปด้วยดี ทั้งสองคนรู้สึกตื่นเต้นนิดหน่อย แต่ก็รู้สึกดีกับการสัมผัสที่มีให้กัน
- สีเขียว** ต้นเป็นฝ่ายเริ่มคุยกับอ้อว่าตัวเองรู้สึกอย่างไรและอยากทำอะไร ทั้งสองคนคุยกันอย่างตรงไปตรงมาและรู้สึกใกล้ชิดกันมากขึ้น สุดท้ายก็ตัดสินใจยังไม่ทำอะไรกัน
- สีเหลือง** ทั้งสองคนตกลงกันว่าจะแค่สัมผัสกัน โดยจะไม่มีสอดใส่ และเมื่อความรู้สึกและบรรยากาศเป็นไป สุดท้ายทั้งสองคนก็มีอะไรกันโดยไม่ได้อะไรเลย และต้นก็พบว่าตัวเองติดหนองใน



**สีชมพู** ตกลงคืนนั้น ต้นกับอ้อคุยกันและแสดงความรักต่อกันด้วยการสัมผัสกันตลอดคืนโดยไม่ได้มีการสอดใส่ อ้อรู้สึกดีมากกับการสัมผัสทุกอย่างของต้นและถึงจุดสุดยอดเป็นครั้งแรก

### แบบที่ ๓ ปฏิเสธอ้อว่า ยังไม่ยอมมีอะไรด้วยตอนนี้

**สีฟ้า** อ้อเข้าใจที่ต้นบอกและไม่ได้เสียความรู้สึกอะไรที่ตัวเองขวนต้นค้าง คืนนั้นอ้อจึงออกไปกับเพื่อนชายอีกคนหนึ่ง

**สีเขียว** อ้อรู้สึกโมโหที่ถูกปฏิเสธ และพยายามจะขวนต้น โดยทำทนายว่าต้นเป็นผู้ชายจริงหรือเปล่า หลังจากนั้นอ้อก็เอาเรื่องต้นไม่กล้ามีเพศสัมพันธ์ ไปเล่าให้เพื่อนๆ ฟัง

**สีเหลือง** อ้อบอกต้นว่า เราทำอะไรให้รู้สึกดี ๆ กันได้ โดยไม่จำเป็นต้องมีอะไรกัน ทั้งสองคนก็เลยผลัดกันนวดสัมผัสร่างกายให้กันและกัน โดยต่างก็รู้สึกดีมากกับการทำแบบนั้น และไม่รู้สึกกังวลทั้งเรื่องท้องและโรค

**สีชมพู** อ้อไม่ได้โกรธที่ต้นปฏิเสธแต่อยากรู้ว่าทำไมต้นถึงไม่คิดเรื่องการมีเพศสัมพันธ์กับตัวเอง ต้นจึงอธิบายว่าต้องการรอให้พร้อมกว่านี้ ซึ่งอ้อฟังแล้วรู้สึกประทับใจในตัวต้นมากเลยบอกว่า ต้นเป็นผู้ชายที่พิเศษมาก ทั้งสองคนนัดกันในคืนถัดมา

การศึกษา  
จะต้องไม่เพียงมุ่งให้เด็กคิดอะไร  
แต่ควรมุ่งให้เด็กคิดอย่างไร  
โดยเน้นการพัฒนากระบวนการคิด  
เป็นสำคัญ

กรรณิกา อินทรโยธิน





แผนการเรียนรู้ที่ ๖  
อยู่อย่าง  
เข้าใจ



# แผนการเรียนรู้ที่ ๖

## อยู่อย่างเข้าใจ

### สาระสำคัญ

ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องการติดเชื้อเอชไอวี จะช่วยคลี่คลายความกังวลใจ สร้างความมั่นใจและยอมรับในการอยู่ร่วมกัน รวมทั้งสามารถช่วยให้ผู้ติดเชื้อสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ

### จุดประสงค์

๑. ตระหนักถึงสิทธิในการดำรงชีวิตตามปกติของผู้ติดเชื้อ
๒. ระบุสาเหตุของอคติที่มีต่อการอยู่ร่วมกับผู้ติดเชื้อในสังคม

### อุปกรณ์ และสื่อ

๑. แผ่นกิจกรรม เรื่องของปลาหมึก
๒. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี



## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ว่าเป็นการทำความเข้าใจชีวิตของผู้ติดเชื่อเอชไอวี และวิเคราะห์ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นกับคนๆ หนึ่งเมื่อติดเชื่อเอชไอวี
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการชวนผู้เรียนคุยว่า เคยรู้จักชีวิตของผู้ติดเชื่อเอชไอวี บ้างไหม ขออาสาสมัครเล่าให้ฟังเป็นตัวอย่างสั้นๆ และถามต่อว่า หากวันหนึ่งเรารู้ว่าเพื่อนสนิทของเราเป็นผู้ติดเชื่อเอชไอวี เราจะทำอย่างไร ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนให้อธิบายเหตุผลประกอบ
๓. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน แจกแผ่นกิจกรรม เรื่องของปลาหมึก ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันศึกษา และตอบคำถามดังนี้
  - มีเรื่องอะไรบ้างใน “เรื่องของปลาหมึก” ที่ไม่ตรงกับสิ่งที่เราเคยได้ยินเกี่ยวกับชีวิตผู้ติดเชื่อ
  - ผู้ติดเชื่อมีสิทธิที่จะทำอะไรได้บ้าง และไม่ควรทำอะไรบ้าง
  - อ่านเรื่องของปลาหมึกแล้ว มีคำถามอะไรเกี่ยวกับเรื่องเอ็ดส์บ้าง
๔. ให้อเวลากลุ่มย่อย ๑๐ นาที แล้วให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอคำตอบ โดยเฉพาะข้อที่ไม่ซ้ำกัน กลุ่มละ ๒ นาที
๕. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยโดยใช้คำถามชวนคิดเชื่อมโยงเข้ากับประเด็นต่างๆ ที่ผู้เรียนนำเสนอ

## คำถามชวนคิด

- ปัจจัยที่ทำให้ปลาหมึกสามารถมีชีวิตอยู่ได้ คืออะไร
- คิดว่าผู้ติดเชื่อควรมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ เพราะเหตุใด
- คิดว่าผู้ติดเชื่อควรตัดสินใจมีลูกหรือไม่ เพราะเหตุใด
- คิดว่าเป็นเพราะเหตุใด ที่แฟนใหม่ของปลาหมึกจึงไม่ติดเชื่อ
- เราใช้อะไรเป็นเกณฑ์ตัดสินว่าผู้ติดเชื่อทำอะไรได้ ทำอะไรไม่ได้บ้าง
- เรื่องนี้ให้แง่คิดกับเราอย่างไร
- คิดว่าโรงเรียนควรมีนโยบายที่เกี่ยวกับนักเรียนที่ติดเชื่อเอชไอวีอย่างไร



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- ผู้ติดเชื้อ ไม่ใช่ผู้ป่วยเอดส์ ผู้ติดเชื้อเป็นเพียงผู้มีเชื้อเอชไอวีอยู่ในร่างกาย มีสิทธิและสามารถใช้ชีวิตตามปกติเช่นเดียวกับคนอื่น ๆ ในสังคม
  - ความเข้าใจจากคนรอบข้าง เป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ติดเชื้อมีชีวิตแข็งแรงทั้งกายและใจ
  - เราควรมีความเข้าใจที่ถูกต้องถึงช่องทางการติดเชื้อเอชไอวี เพื่อให้หมดความกังวลใจ ลังเลใจในการใช้ชีวิตประจำวันอยู่ร่วมกับผู้ติดเชื้อ

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมควรเตรียมตอบคำถามเรื่องเอดส์ที่ผู้เรียนถาม หากไม่มีข้อมูล หรือข้อมูลไม่ชัดเจน ให้ใช้คำถามของผู้เรียนเป็นการบ้านในการไปค้นคว้าเพิ่มเติมและให้ผู้เรียนกลับมาเสนอคำตอบในคาบเรียนต่อไป โดยแนะนำให้หาข้อมูลได้ที่เว็บไซต์มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ [www.aidsaccess.com](http://www.aidsaccess.com) หรือ [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net) รวมทั้งแหล่งข้อมูลด้านเอดส์หรือสุขภาพอื่นๆ เช่น กลุ่มโรคเอดส์ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข [www.aidsthai.org](http://www.aidsthai.org) เป็นต้น

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- คนที่ไม่ติดเชื้อสามารถใช้ชีวิตร่วมกับผู้ติดเชื้อ เช่น อยู่บ้านเดียวกัน กินข้าว สัมผัสกาย ใช้สิ่งของร่วมกัน และมีเพศสัมพันธ์กันได้หรือไม่ เพราะอะไร





๑๑๙

แผนการเรียนรู้ ๑ อยู่อย่างเข้าใจ

## แผนกิจกรรม: เรื่องของปลาหมึก

ที่มาของบทความ เรียบเรียงจากบทสัมภาษณ์ squid ใน 'เย็นตาโฟ', [www.kaewdiary.com](http://www.kaewdiary.com)

ปลาหมึก อายุ ๑๗ ปี พบว่าตัวเองตั้งท้องกับแฟน เลยต้องหยุดเรียน พอท้องได้ ๓ เดือน ปลาหมึกไปฝากท้อง หมอตรวจร่างกายรวมทั้งเจาะเลือด หนึ่งอาทิตย์ต่อมา หมอโทรมาที่บ้านแม่ ให้ไปฟังผล แม่สงสัยว่าทำไมต้องโทรมาตาม เลยไปด้วยกัน หมอบอกว่า ผลเลือดปลาหมึกเป็นบวก แม่ตั้งสติได้ก็ซักถามหมอหลายอย่าง แต่ปลาหมึกเข่าอ่อน ตาตาย ฟังอะไรไม่รู้เรื่อง

ปลาหมึกมีแฟนตอน ม.๓ และยึดแฟนเป็นที่พึ่ง พอถึง ปวช. ก็ออกจากบ้านมาอยู่กับแฟน เพราะที่บ้าน พ่อกับแม่ทะเลาะกันเสมอ ตัวเองก็พลอยทะเลาะกับพ่อไปด้วย เลยทำให้ไม่อยากอยู่บ้าน แรกๆ แฟนเป็นคนดีมาก ต่อมา ติดเฮโรอีน พอปลาหมึกท้องได้ ๕ - ๖ เดือน ปลาหมึกทนไม่ไหวเลยต้องเลิก เพราะเขาติดยาหนักจนต้องขโมยของในบ้านไปขาย ปลาหมึกคิดว่าตัวเองติดเชื้อจากแฟน เพราะเขาติดยา และปลาหมึกมีแฟนคนเดียว

ปลาหมึกตัดสินใจเอาลูกไว้ เพราะลูกมีโอกาสที่จะไม่ได้รับเชื้อ แม่เห็นโฆษณาของโรงพยาบาลจุฬาฯ เรื่องโครงการป้องกันการติดเชื้อจากแม่สู่ลูก เลยชวนปลาหมึกไปโรงพยาบาล ปลาหมึกทำตามคำแนะนำของหมอทุกอย่าง เพราะกลัวลูกจะติดเชื้อ หลังจากคลอดลูก ปลาหมึกให้นมลูกไม่ได้ เพราะเชื้อถ่ายทอดได้ทางน้ำนม ปลาหมึกต้องพาลูกไปเจาะเลือดตามที่หมอนัดจนลูกอายุปีครึ่ง ถึงจะรู้ผลชัดเจนว่าลูกติดเชื้อหรือไม่

ตอนนี้ ลูกปลาหมึกอายุ ๓ ขวบแล้วกำลังชน ปลาหมึกติดเชื้อมา ๔ ปีแล้ว ยังแข็งแรง มีสามีใหม่ ๑ คน เดิมปลาหมึกตั้งใจจะเลี้ยงลูกและอยู่กับแม่ แต่สามีคนนี้เป็นเพื่อนพี่ชาย รู้จักกันมาตั้งแต่เรียนหนังสือ มาช่วยดูแลปลาหมึกตั้งแต่ตอนคลอดลูก และยืนยันว่าไม่รังเกียจ ปลาหมึกไม่ยอมให้ใครติดเชื้อมา แต่ในที่สุด ก็ยอมอยู่ด้วยกันได้ ๒ - ๓ ปีแล้ว สามีใหม่ไปตรวจเลือดแล้ว พบว่าไม่ติดเชื้อมา

ปลาหมึกให้สัมภาษณ์ว่า “พี่เขาดูแลเราอย่างดี เหมือนเป็นพ่อของลูกสาว ครอบครัวยกย่อง ทุกคนเข้าใจหมด”

“รักแม่ค่ะ เมื่อก่อน แม่เขาเอาใจใส่ เราตัวเอง ไม่ได้สนใจว่าแม่ทุกข์ขนาดไหน พอเป็นอย่างนี้ แม่ก็เข้าใจ อยู่ด้วยตลอด มีอะไรก็คุยกับแม่ได้ ขอขอบคุณคุณยายทั้งสอง คุณป้าอีกหลายคนที่ยังช่วยเหลือมาตลอด ซึ่งในน้ำใจของทุกคนค่ะ”

แผนการเรียนรู้ที่ ๗

เมื่อรัก  
ต้องเลือก





# แผนการเรียนรู้ที่ ๗

## เมื่อรักต้องเลือก

### สาระสำคัญ

ความสัมพันธ์ที่เรามีกับคนรอบข้าง อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ ความสัมพันธ์ฉันคนรักก็เช่นกัน การเรียนรู้ที่จะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง การยุติความสัมพันธ์หรือการเผชิญความผิดหวังโดยไม่ใช้ความรุนแรงทั้งต่อตัวเองและคนอื่น จึงสำคัญเท่าๆ กับการเรียนรู้ธรรมชาติของความสัมพันธ์เพื่อสามารถดูแลรักษาความสัมพันธ์ที่ดีไว้ได้

### จุดประสงค์

๑. บอกสาเหตุที่ทำให้สัมพันธภาพระหว่างคนสองคนเปลี่ยนแปลงไป
๒. ระบุแนวทางการยุติความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคน โดยไม่ใช้วิธีทำร้ายตนเองและผู้อื่นหรือใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา

### อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กรณีสึกษา ความรักของแคท บอย และน้ำ
๒. ละครดาสพลีปซาร์ท ละครดาสกาว ปากกาเคมี

๑๒๒

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการระดมคำตอบจากผู้เรียนว่า ในวัยของผู้เรียน อะไรบ้างที่ทำแล้วเลิกได้ง่ายที่สุด อะไรที่เลิกได้ยากที่สุด
๒. ชี้แจงว่ากิจกรรมวันนี้ผู้เรียนจะได้ช่วยกันคิดว่าจะรับมือกับความสัมพันธ์ที่เปลี่ยนไปอย่างไร หรือหากต้องเลิกคบกัน จะจัดการอย่างไร
๓. จากนั้นแบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น ๓ กลุ่ม โดยแยกเป็นชายล้วน ๑ กลุ่ม หญิงล้วน ๑ กลุ่ม และชาย - หญิงคละกันอีก ๑ กลุ่ม (หากกลุ่มใดมีจำนวนผู้เรียนมากเกินไป ให้แบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม)
๔. แจกใบกรณีศึกษา “ความรักของแคท บอย และน้ำ” ให้แต่ละกลุ่มศึกษาและระดมความเห็น นำเสนอต่อกลุ่มใหญ่ถึงทางออกที่เหมาะสมที่สุด โดยใช้เวลา ๑๐ นาที
  - กลุ่มชาย หาทางออกในฐานะที่ตนเป็น บอย
  - กลุ่มหญิง หาทางออกในฐานะที่ตนเป็น แคท
  - กลุ่มคละเพศ หาทางออกในฐานะที่ตนเป็น น้ำ
๕. หลังจากหมดเวลาระดมความเห็น ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอความเห็นของกลุ่มต่อกลุ่มใหญ่ (กลุ่มละ ๒ นาที)
๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญ โดยใช้คำถามชวนคิดเพื่อเปิดโอกาสให้มีการแลกเปลี่ยนความเห็น



๑๒๓

แผนการเรียนรู้ที่ ๓ เป็นรักต้องสื่อ

?

## คำถามชวนคิด

- เหตุการณ์ในเรื่องนี้ มีโอกาสเกิดขึ้นกับวัยรุ่นมากน้อยเพียงใด เพราะเหตุใด
- สิ่งที่ทำให้ความสัมพันธ์เปลี่ยนแปลง คืออะไรบ้าง
- ทางออกของแต่ละคนในเรื่องนี้ นอกจากที่แต่ละกลุ่มนำเสนอมาแล้ว ยังมีทางออกอื่นๆ ได้อีกหรือไม่ อย่างไร
- ประสบการณ์ความรัก สอนอะไรเราบ้าง
- มีวิธีการหรือเคล็ดลับอะไรบ้างเพื่อช่วยคลายความรู้สึกเสียใจ และขจัดความคิดทางลบต่อตัวเอง เมื่อถูกยุติความสัมพันธ์ หรือเมื่อรู้สึกว่าความสัมพันธ์เปลี่ยนแปลงไป
- เราจะทำอะไรได้บ้าง เพื่อจะอยู่กับความเสียใจได้โดยไม่ต้องทำร้ายตนเองและคนอื่น



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ ไม่คงทนถาวรเสมอไป เพราะแต่ละคนมีการเรียนรู้และเปลี่ยนไปตามวันเวลา ถ้าสังเกตตัวเองก็จะเห็นว่าสิ่งของที่เราเคยชอบคนที่เราเคยรู้สึกชื่นชม สไตล์ที่เราคิดว่าเท่ เมื่อเวลาเปลี่ยนไปเราก็ชอบน้อยลงหรือหันไปชอบอย่างอื่นมากกว่า ยิ่งมองในช่วงเวลาที่ยาวขึ้น เราก็จะเห็นการเปลี่ยนแปลงนี้ได้ชัดเจนขึ้น
  - ความคาดหวังเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ในความสัมพันธ์ทุกรูปแบบ เช่น คาดว่าอีกฝ่ายจะรักเราตลอดไป การรู้เท่าทันความคาดหวังของตัวเองและการยอมรับความจริงว่าเราไม่สามารถกำหนดทุกอย่างให้เป็นไปตามที่เราต้องการได้ จะช่วยให้เราเฝ้าใจและรับมือกับความผิดหวังได้ถ้าทุกอย่างไม่เป็นอย่างที่ต้องการ

๑๒๔

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕



- ความเสียใจอาจทำให้เกิดความคิดฟุ้งซ่านไปในทางลบและไม่ได้คิดบนข้อเท็จจริง ความคิดทางลบนอกจากทำลายความมั่นใจ ความภาคภูมิใจในตนเองแล้ว ยังทำลายความรู้สึกดีๆ ที่เคยมีต่อกัน นอกจากนี้เสียใจแล้วยังอาจมีความโกรธผสมอยู่ด้วย อารมณ์เหล่านี้จะคลี่คลายไปตามวันเวลา การเท่าทันอารมณ์ตัวเองว่าขณะนี้กำลังรู้สึกเสียใจ รู้สึกโกรธ รู้สึกแค้น รู้สึกอับอาย ฯลฯ จะช่วยให้ระดับของความรู้สึกนั้นลดลงไปได้เร็วขึ้น ลองฝึกสังเกตและติดตามดูอารมณ์ของตนเองในแต่ละวันจะเป็นวิธีการคลี่คลายที่ดี
- เมื่อความรักหมดไป ไม่ได้เป็นตัวชี้ว่าคุณค่าของคนๆ นั้นลดลง คุณค่าที่แท้จริงของแต่ละบุคคลอยู่ที่เจตนาและการกระทำ ความรู้สึกนึกคิดของคนอื่นเป็นเพียงปฏิกิริยาเฉพาะตัวของคนนั้นที่มีต่อเรื่องราวต่างๆ การกระทำใดๆ จะมีทั้งคนชอบและไม่ชอบ เราไม่อาจวัดคุณค่าของตัวเองด้วยการดูแค่ความชอบ ไม่ชอบของใครคนใดคนหนึ่งที่มีต่อเราเท่านั้น

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

**การล้อเลียน** อาจมีผู้เรียนที่ยังเสียใจกับการยุติความสัมพันธ์หรือกำลังคิดจะเลิก คำพูดของเพื่อนระหว่างทำกิจกรรมอาจกระทบกระเทือนใจ ผู้ดำเนินกิจกรรมควรย้ำผู้เรียนถึงกติกาที่ตั้งร่วมกันไว้ตั้งแต่คาบแรก รวมทั้งอธิบายให้ผู้เรียนเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่า เพื่อต้องการให้คิดว่าทั้งแคทและบอยยังคงคบหากันเป็นเพื่อนต่อไปได้ จึงควรจริงจังและรอบคอบกับการคิดหาทางออก

**ทักษะเรื่องเพศสัมพันธ์** เมื่อพูดถึงการเลิกความสัมพันธ์ในกรณีที่มีความสัมพันธ์ทางเพศแล้ว คำพูดของผู้เรียนและผู้ดำเนินกิจกรรมจะสะท้อนทักษะต่อเรื่องนี้ จึงควรระวังการใช้คำพูดที่ตัดสินคุณค่า เช่น ที่ผู้ใหญ่ให้รักษาวลสงวนตัวก็เพราะอย่างนี้ รักกันตอนเด็กไม่ยั่งยืน เสียไปแล้วเอาคืนมาก็ไม่ได้ หมดคุณค่า ผู้ชายได้กินฟรี เป็นต้น เพื่อสร้างบรรยากาศที่เปิดกว้างและปลอดภัยสำหรับผู้เรียนทุกคน

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- วัยรุ่นบางคนออกหัก เสียใจจากความรักจึงคิดทำร้ายตนเอง ขณะที่บางคนสามารถผ่านพ้นมาได้ และยังเป็นเพื่อนกัน เพราะเหตุใด หรือต้องทำอย่างไร



## กรณีศึกษา: ความรักของแคท บอย และน้ำ

แคทกับบอยเรียนอยู่ที่เดียวกันและคบกันเป็นแฟนอย่างเปิดเผย ใครๆ ก็รู้ว่าสองคนนี้เป็นแฟนกัน แคทมั่นใจว่าบอยจะไม่ไปคบคนอื่น เพราะทั้งสองไปไหนมาไหนด้วยกันเกือบตลอดเวลา

ต่อมา แคทได้ข่าวว่าบอยมีเพื่อนหญิงคนใหม่ชื่อน้ำ บอยไม่ยอมพูดอะไรเมื่อถูกถามถึงเรื่องนี้ แคทรู้สึกที่บอยเปลี่ยนไปแต่ไม่รู้จะอย่างไร จึงพยายามใช้เวลาใกล้ชิดกับบอยให้มากขึ้น

บอยสารภาพรักกับน้ำ น้ำก็รู้ว่าบอยยังคบแคทอยู่ บอยบอกน้ำว่าเขาไม่อยากหลอกตัวเองและไม่อยากหลอกแคทว่ายังรักกันเหมือนเดิมทั้งที่ความรู้สึกได้เปลี่ยนไปแล้ว แต่ก็ยังกลัวแคทเสียใจจึงอยากให้น้ำช่วยหาทางออก

ส่วนแคทระบายกับเพื่อนสนิทของตัวเองว่าคงทนอยู่ดูหน้าใครในโลกนี้ไม่ได้ถ้าหากบอยไปมีแฟนใหม่ เพราะแคทกับบอยเหมือนเป็นสามีภรรยากันแล้ว และแคทไม่แน่ใจว่าจะห้ามตัวเองไม่ให้ทำเรื่องร้ายๆ ได้ไหมถ้ารู้ว่าถูกหลอก

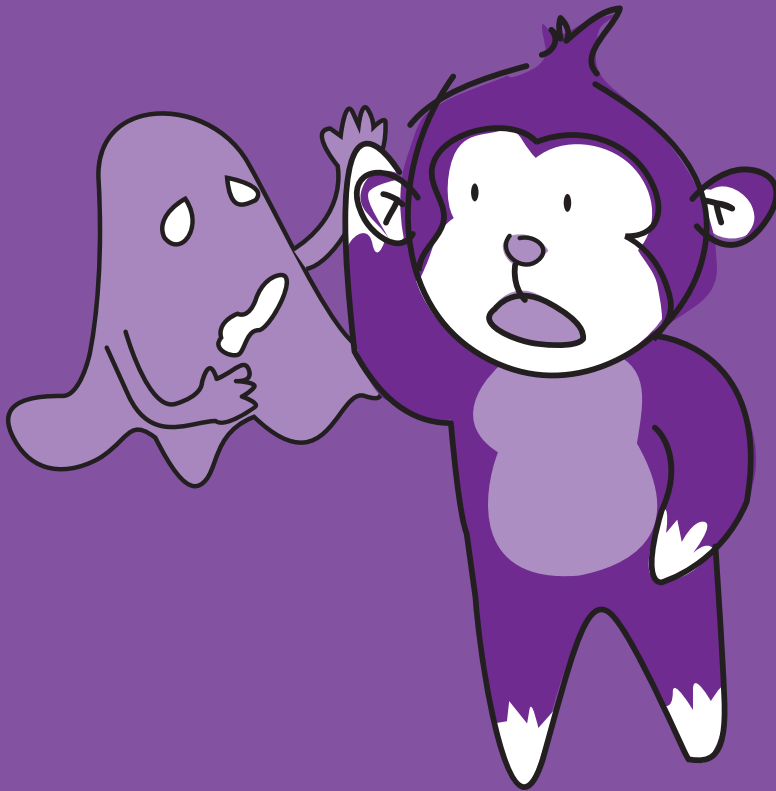


๑๒๗

แผนการเรียนรักๆ ๗ เป็นรักต้องสื่อ

การศึกษาที่ดี  
คือการทำให้คนเรา  
เห็นแก่ตัวน้อยลง

สุพล วังสินธ์





**แผนการเรียนรู้ที่ ๘**

**พราย  
กระชับ**



# แผนการเรียนรู้ที่ ๘

## พรายกระซิบ

### สาระสำคัญ

“โอกาสการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น” เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ แต่การตัดสินใจว่าจะมีหรือไม่ เป็นเรื่องที่ต้องรู้จักรู้จักความต้องการของตนเอง ประเมินความพร้อม และผลกระทบที่จะเกิดขึ้น ตลอดจนความรับผิดชอบในสิ่งที่ตามมาด้วย

### จุดประสงค์

๑. ระบุข้อมูลที่วัยรุ่นควรรู้เพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจเรื่องการมีเพศสัมพันธ์
๒. บอกปัจจัยต่างๆ ที่อาจมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ในช่วงวัยรุ่น
๓. บอกผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ ที่อาจเกิดขึ้นทั้งต่อตัวเองและผู้เกี่ยวข้อง
๔. ระบุแนวทางการคิดวิเคราะห์หากต้องอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจ หรือเป็นที่ปรึกษาให้ผู้อื่นในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์

๑๓๐

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

## อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ใบกรณศึกษา “พรายกระซิบ” จำนวนเท่าผู้เรียน
๒. กระดาษเอสี่ จำนวนเท่าผู้เรียน
๓. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี



๑๓๑

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมอธิบายกิจกรรมว่า วันนี้เราจะลองเป็น “พรายกระซิบ” ให้กับคนที่เราห่วงใย และคอยดูแลคนๆ หนึ่ง
๒. ให้แต่ละคนลองจินตนาการถึงหน้าตา ท่าทางของคนซึ่งเรามีหน้าที่ดูแลและจะเป็นพรายกระซิบประจำตัว ซึ่งอายุน้อยกว่าเรา ๒ ปี จากนั้น แจกกระดาษเอสี่ให้ผู้เรียน คนละ ๑ แผ่น เพื่อ
  - วาดภาพ (ทั้งตัวหรือใบหน้าก็ได้) ของคนนี้ ลงในช่องวงกลมกลางกระดาษ
  - ตั้งชื่อเล่น บอกอายุ (ซึ่งน้อยกว่านักเรียน ๒ ปี) และบอกเพศของคนนี้
  - ให้คิดว่าคนๆ นี้ชอบ หรือไม่ชอบอะไรบ้าง
๓. ให้เวลา ๕ นาที จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนว่าคนที่คอยดูแลเป็นเพศอะไร (คาดว่า จะมีทั้งหญิงและชาย)
๔. ผู้ดำเนินกิจกรรมให้สถานการณ์สมมติว่า น้องคนที่เราเป็นพรายกระซิบประจำตัวกำลังเผชิญสถานการณ์บางอย่าง และเราต้องเป็นคนช่วย **กระซิบ** เรื่องที่จะเป็นประโยชน์ต่อการคิด ทบทวน ตัดสินใจ ในการเผชิญสถานการณ์ให้กับน้องคนนี้ โดยเราต้องเตรียมกระซิบให้น้องได้ คิดก่อนตัดสินใจ ทั้งนี้ มีมุมสำหรับกระซิบบอกอยู่ ๔ มุม ในแต่ละมุมให้เราคิดถึงเรื่องหรือ ประเด็นสำคัญ ที่อยากกระซิบหรือเตือนให้น้องคิด ดังนี้
  - **มุมข้อมูล** บอกข้อมูลที่ต้องรู้หรือจำเป็นต่อการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้อง
  - **มุมความรู้สึก** บอกให้ประเมินความรู้สึกอะไร และเป็นความรู้สึกของใครบ้าง เพื่อประกอบการตัดสินใจ

- **มุมมองที่ปรึกษา** บอกให้คิดถึงเรื่องที่ต้องปรึกษาคนอื่น ๆ เพิ่มเติมว่า มีเรื่องอะไรบ้าง และน้องควรจะปรึกษาใคร หรือที่ไหนได้บ้าง
- **มุมมอง** บอกเรื่องเกี่ยวกับแฟนที่ต้องนึกเตรียมไว้ก่อน เรื่องที่ควรเตรียมก่อนคุยกัน เรื่องที่ต้องเตรียมตกลงกับแฟนให้ได้ก่อนที่จะตัดสินใจว่าควรมีเพศสัมพันธ์หรือไม่

๕. จากนั้น ให้สถานการณ์ที่ต่างกัน สำหรับคนที่ดูแล **น้องสาว** และ **น้องชาย** ดังนี้

- **สถานการณ์สำหรับน้องสาว**

หนุ่มที่เป็นแฟนของน้องผู้หญิงที่พรายกระซิบดูแล อยากหาโอกาสชวนกันไปต่างจังหวัดสองต่อสองและจะขอมีเพศสัมพันธ์ด้วย ในฐานะของพรายกระซิบอยากช่วยให้น้องได้คิดให้รอบคอบก่อนตัดสินใจ

- **สถานการณ์สำหรับน้องชาย**

น้องผู้ชายที่พรายกระซิบดูแล มีแฟนซึ่งคบกันมาพักใหญ่แล้ว เรารู้ว่าอีกไม่นานน้องผู้ชายจะมีโอกาสอยู่ตามลำพังกับแฟน และมีโอกาสจะมีเพศสัมพันธ์กันได้ ในฐานะของพรายกระซิบอยากช่วยให้น้องคิดให้รอบคอบก่อนตัดสินใจ

๖. ให้แต่ละคนเขียนเรื่องที่ยากกระซิบของแต่ละมุมมองในกระดาษของตัวเอง ใช้เวลา ๑๐ นาที

๗. เมื่อหมดเวลา ให้แบ่งเป็นกลุ่มย่อย โดยให้คนที่ดูแลน้องสาวอยู่ด้วยกัน และคนที่ดูแลน้องชายอยู่ด้วยกัน กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน เพื่อแลกเปลี่ยนสิ่งที่ตัวเองอยากกระซิบกับกลุ่มโดยช่วยกันสรุปว่า ในแต่ละมุมมองนั้นมีเรื่องอะไรที่กลุ่มเห็นตรงกัน เลือกมามุมมอง ๑-๒ เรื่อง เพื่อนำเสนอกลุ่มใหญ่

๘. เมื่อหมดเวลาระดมความเห็น ให้ตัวแทนกลุ่มเขียนคำตอบที่ได้จากการสรุปเรื่องแต่ละมุมมองบนกระดาน

๙. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมถามผู้เรียนกลุ่มใหญ่ว่า ถ้าน้องที่เราดูแลมาถามความเห็นของเราว่า เธอหรือเขาควรมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ จะตอบอย่างไร เพราะอะไร (หาคำตอบที่แตกต่าง ๔-๕ คำตอบ)

๑๐. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนอภิปรายแลกเปลี่ยนตามประเด็นโดยใช้คำถามชวนคิด

## คำถามชวนคิด

- ถ้าไม่มี “พรายกระซิบ” เหมือนในกิจกรรม พวกเราคิดว่าคนที่อยู่ในสถานการณ์นั้นซึ่งต้องตัดสินใจว่าจะมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์จะคิดถึงเรื่องเหล่านี้ในการตัดสินใจได้มากน้อยแค่ไหน อย่างไร
- คิดว่าเรื่องที่พวกเราช่วยกันระดมสมอง มีความสำคัญและมีผลต่อการตัดสินใจของวัยรุ่นในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ อย่างไร
- วัยรุ่นสามารถหาข้อมูลที่จำเป็นเพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจจากที่ไหนบ้าง แหล่งข้อมูลเหล่านั้นคิดว่าเพียงพอ รอบด้านและน่าเชื่อถือได้มากน้อยเพียงใด
- จำเป็นแค่ไหนที่ควรให้วัยรุ่นได้คิดเรื่องราวต่างๆ ที่พวกเราช่วยกันระดมมา เพราะเหตุใด



๑๓๓

กฤษฎิ์เบญจมาภรณ์ | ผู้ริเริ่มโครงการ

๑๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้

- โอกาสการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ แต่การมีโอกาสไม่ได้หมายความว่าทุกคู่จะมีความสัมพันธ์ทางเพศ เรื่องนี้ขึ้นกับการคิดตัดสินใจของแต่ละคน และขึ้นกับการตัดสินใจร่วมกันของคนทั้งคู่ การมีเพศสัมพันธ์เป็นสิทธิในร่างกายของแต่ละบุคคลที่แม้แต่คู่รักก็ไม่ควรละเมิด ถ้าอีกฝ่ายไม่ยินยอม
- วัยรุ่นควรคิดไตร่ตรองให้รอบด้านว่า หากตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์จะเกิดอะไรขึ้นได้บ้าง เราพร้อมจะเผชิญกับเรื่องเหล่านั้นหรือไม่ อย่างไร คนที่เป็นคู่ของเราพร้อมจะเผชิญและรับผิดชอบสิ่งต่างๆ ที่จะตามมาหรือไม่ คนที่รักหวังดีต่อเราจะรู้สึกต่อการตัดสินใจของเราในเรื่องนี้อย่างไร

- การมีข้อมูลรอบด้านและการประเมินสิ่งที่อาจเกิดขึ้นล่วงหน้า เช่น เรื่องโอกาสการตั้งครรภ์ โอกาสการติดเชื้อเอชไอวี/โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รู้ว่าการแสดงความรักมีหลายแบบ หลายวิธีโดยไม่จำเป็นต้องมีเพศสัมพันธ์ รู้วิธีป้องกันการตั้งครรภ์และการป้องกันการติดเชื้อ เอชไอวี/โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รู้ว่ามีทางเลือกอย่างไรบ้างในกรณีที่เกิดการตั้งครรภ์ขึ้น ฯลฯ ข้อมูลเหล่านี้จะช่วยให้วัยรุ่นคิดได้ชัดเจนขึ้นว่า อะไรที่เราอยากทำและคิดว่ายอมรับ กับผลที่ตามมาได้ อะไรที่เราไม่อยากทำ และอะไรที่ไม่อยากให้เกิดขึ้นกับเราเลย ซึ่งจะช่วยให้สามารถตัดสินใจเลือกอย่างคิดรอบด้านแล้ว
- การคิดถึงผลที่ตามมาหลังการมีเพศสัมพันธ์ในช่วงวัยรุ่น มักเน้นผลทางกาย เช่น ตั้งครรภ์ ติดโรค ฯลฯ จึงควรมีการประเมินผลด้านอื่นๆ ควบคู่ไปด้วย เช่น ผลต่ออารมณ์ จิตใจ ความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด แผนชีวิตที่วางไว้ ฯลฯ
- ผลกระทบหลายอย่างเป็นเรื่องที่เราเองก็อาจจะคาดไม่ถึง ถ้าต้องการข้อมูล ข้อเสนอแนะหรือ คำปรึกษา ควรหาผู้ที่ไว้วางใจหรือแหล่งที่ให้ความช่วยเหลือวัยรุ่นเพื่อหาข้อมูล ข้อคิดเพิ่มเติม แทนที่จะเก็บไว้กับตัวเองและแก้ไขโดยลำพัง

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

กิจกรรมนี้ เป็นการให้ผู้เรียนลองมองเรื่องเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นในฐานะคนนอก เพื่อช่วยให้ผู้เรียนสามารถคิดเรื่องนี้ได้อย่างรอบด้านมากขึ้น ผู้ดำเนินกิจกรรมจึงควรเชื่อมโยงสิ่งที่เรียนรู้เพื่อนำไปปรับใช้กับตนเองในตอนสรุป

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- บอกข้อพิจารณา ๓ ข้อสำคัญ เกี่ยวกับการตัดสินใจก่อนมีเพศสัมพันธ์



# “พราศกระซิบ”

มุมข้อมูล

มุมความรู้สึก

ชื่อ : .....

อายุ : ..... ปี

เพศ : .....

มุมที่ปรึกษา

มุมคู่

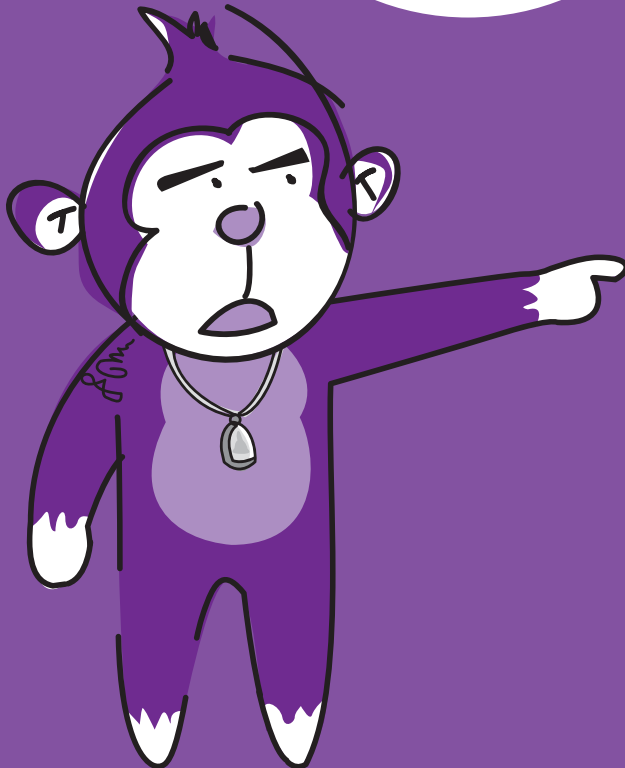


๑๓๕

กต:รบรเรท ๑ มุ้รึทลรเรททท||  
กต:รบรเรท

การศึกษา  
ต้องเริ่มต้นด้วย  
ความสำคัญของนักเรียน  
และจบลงด้วย  
ความสำคัญของนักเรียน

ศ.ดร.ป๋วย อึ้งภากรณ์





แผนการเรียนรู้ที่ ๙

อย่างนี้  
สี่ชาย



# แผนการเรียนรู้ที่ ๙

## อย่างนี้สิชาย

### สาระสำคัญ

ค่านิยม “ความเป็นชาย” หลายเรื่องในสังคมไทย เป็นค่านิยมที่ส่งเสริมให้เพศชายมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมถึงการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุและการทะเลาะวิวาท ดังนั้น การเท่าทัน การตั้งคำถาม และการกล้าปฏิเสธค่านิยมที่ส่งผลกระทบในทางลบกับชีวิต จะช่วยให้วัยรุ่นดำเนินชีวิตอย่างมีสุขภาวะ โดยไม่ทำร้ายตัวเองและผู้อื่น

### จุดประสงค์

1. ระบุค่านิยมในสังคมที่เกี่ยวข้องกับความเป็นชายที่ส่งผลกระทบในทางลบ
2. สามารถบอกทางเลือกใหม่ที่จะแสดงความเป็นชายโดยไม่ทำร้ายตัวเองและผู้อื่น

### อุปกรณ์ และสื่อ

1. แผ่นกิจกรรม “ถ้าเป็นชาย ต้อง...” สำหรับผู้เรียนทุกคน และสำหรับแจกให้กลุ่มอีกกลุ่มละใบ
2. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี

๑๓๘

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ว่า เป็นการวิเคราะห์ค่านิยมในสังคมที่เกี่ยวข้องกับความเป็นชายและผลกระทบ
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมแจกแผ่นกิจกรรม “ถ้าเป็นชาย ต้อง...” ให้ผู้เรียนทุกคนสำรวจทัศนคติเกี่ยวกับ “ความเป็นชาย” ของตนเองว่าเป็นอย่างไร โดยกาเครื่องหมายลงในช่องที่เห็นด้วย ใช้เวลา ๒ นาที
๓. หลังจากหมดเวลา ผู้ดำเนินกิจกรรมสุ่มถามบางคำถามกับผู้เรียนทุกคน ๓-๔ ข้อ
๔. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ ๗-๘ คน (ให้มีทั้งหญิงล้วน, ชายล้วน, และคละเพศ)
๕. แจกแผ่นกิจกรรมเปล่าให้กลุ่มละ ๑ แผ่น โดยให้แต่ละกลุ่มปฏิบัติดังนี้ ใช้เวลา ๑๐ นาที
  - รวบรวมคำตอบของสมาชิกในกลุ่ม ว่าแต่ละข้อมีผู้เห็นด้วย/ไม่เห็นด้วยกี่คน เขียนลงในแผ่นกิจกรรมของกลุ่ม
  - ในข้อที่มีคนไม่เห็นด้วย ให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันคิดทางเลือกใหม่ว่า ผู้ชายควรเป็นแบบใดในเรื่องนั้นๆ ที่เราไม่เห็นด้วย
  - ให้เลือกค่านิยมใหม่ของกลุ่ม ๕ ข้อ จากที่สมาชิกแต่ละคนเสนอ
๖. เมื่อหมดเวลา ผู้ดำเนินกิจกรรมถาม
  - มีข้อใดบ้างที่ทุกคนในกลุ่มเห็นด้วย และไม่เห็นด้วยทั้งหมด โดยให้บอกเหตุผลประกอบ
  - ทางเลือกที่แต่ละกลุ่มเสนอในข้อที่มีคนไม่เห็นด้วย
  - ค่านิยมใหม่ ที่แต่ละกลุ่มเสนอ
๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย โดยใช้คำถาม ดังนี้



๑๓๙



## คำถามชวนคิด

- ความเห็นที่เหมือนหรือต่างกันในแต่ละข้อ เกิดจากสาเหตุใดบ้าง
- มีความแตกต่างระหว่างหญิงชายหรือไม่ ในเรื่องค่านิยมความเป็นชาย
- ผลกระทบในทางลบของค่านิยมความเป็นชาย ส่งผลต่อผู้ชายเพียงฝ่ายเดียวหรือไม่ อย่างไร
- หากต้องการเปลี่ยนค่านิยมความเป็นชายบางเรื่องที่มีผลในทางลบ คิดว่าเปลี่ยนง่ายหรือยาก จะต้องทำอะไร และใครจะเป็นคนทำ
- มีค่านิยมในเรื่องความเป็นชายอะไรอีกบ้าง ที่คิดว่าควรพิจารณาเปลี่ยนแปลง เพราะเหตุใด
- ผู้หญิงจะมีบทบาทในการเปลี่ยนแปลงค่านิยมความเป็นชายได้อย่างไรบ้าง

๘. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้

- **บทบาททางเพศ**

แต่ละสังคมล้วนมีส่วนในการส่งเสริมความคิด ความเชื่อ ค่านิยมในเรื่องบทบาททางเพศที่แตกต่างกันของหญิงกับชาย ซึ่งค่านิยมเหล่านั้นมีทั้งเพื่อเคารพความแตกต่างและปฏิบัติกับแต่ละคนโดยเท่าเทียมกัน เช่น การให้เกียรติว่าทั้งหญิง ชาย ควรมีโอกาสในการเลือกและรับผิดชอบร่วมกันเมื่อตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ ไม่มีการบังคับหรือทำให้อีกฝ่ายจำใจต้องยินยอม

แต่มีค่านิยมอีกหลายอย่างที่ส่งเสริมให้เกิดการปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียมกันโดยเฉพาะในเรื่องเพศ ที่สังคมมักยกย่องว่าผู้ชายที่มีประสบการณ์ทางเพศมากนั้น “เป็นชายแท้” ขณะที่ผู้หญิงที่ดี ต้อง “ไร้เดียงสา” ในเรื่องเพศ ซึ่งทำให้ผู้หญิงเข้าใจว่าการ “ยอมให้ผู้ชาย” เท่ากับเป็นการแสดงความรัก ความซื่อสัตย์ แต่เมื่อใดที่มีผู้ชายหลายคน เธอจะกลายเป็นผู้หญิงไม่ดี หมดคุณค่าในสายตาของคนอื่นไปทันที ค่านิยมดังกล่าวจึงมีส่วนทำให้เกิดการปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียมกัน เพราะตัดสินเพศหญิงที่ “พรหมจรรย์”

## ● การใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา

หลายสังคมมีค่านิยมว่า ผู้ชายที่มีศักดิ์ศรีคือ ต้องเก่ง กล้า ทำในสิ่งที่ท้าทาย รักเพื่อนพ้อง ไม่กลัวตาย หากผู้ชายคนใดไม่เลือกทำตามเพื่อนพ้อง หรือเสี่ยงเพื่อเพื่อน จะถูกตัดสินว่าเป็นคนขี้ขลาด ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่ไม่ควรมีในตัวผู้ชาย ซึ่งค่านิยมเหล่านี้มีส่วนช่วยส่งเสริมให้เกิดการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาและสามารถทำให้ปัญหามานปลายกลายเป็นปัญหาสังคมได้



๑๕๑

II บทเรียนที่ ๑๑ ๑๕๑

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- ถ้ากลุ่มเป็นชายล้วน หญิงล้วน อาจได้คำตอบในแต่ละข้อเหมือนกันทั้งกลุ่ม ผู้ดำเนินกิจกรรม อาจใช้การเปรียบเทียบข้ามกลุ่ม แต่ถ้าทุกกลุ่มคิดคล้ายกัน ควรชวนให้ทั้งห้องช่วยกันคิดที่ละข้อ ว่าค่านิยมในข้อนั้นทำให้ผู้ชายเสี่ยงต่ออะไรบ้าง จะป้องกันหรือมีทางเลือกอื่นหรือไม่ อย่างไร
- นอกจากนี้ ผู้ดำเนินกิจกรรมควรใช้ท่าที่ไม่ตัดสินความคิดของผู้เรียน ควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนหญิงชายได้แลกเปลี่ยนกันโดยใช้เหตุผลประกอบ ไม่ตำหนิเพศใดเพศหนึ่ง แต่อาจชี้ให้เห็นว่าที่เราเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยกับการกระทำเหล่านี้ เป็นผลจากอะไร หรือจะส่งผลอย่างไร

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- บอกค่านิยมในสังคมเรื่อง ความเป็นชาย ความเป็นหญิง ที่ควรเปลี่ยนแปลง ๑ เรื่อง พร้อมให้เหตุผลประกอบ
- บอกค่านิยมที่ควรส่งเสริมหรือสร้างให้เกิดขึ้นใหม่ ๑ เรื่อง พร้อมให้เหตุผลประกอบ

## แผนกิจกรรม: ลูกผู้ชายตัวจริง

ต้องทำแบบนี้	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	คิดแบบนี้ดีกว่า
ร่วมเพศเก่ง นาน หลายครั้ง			
เคยเที่ยวผู้หญิง			
พารุ่นน้องไป “ขี้นครู”			
เจ้าชู้			
มีคู่นอนหลายคน			
ดื่มเหล้า			
สูบบุหรี่			
มีเซ็กส์เมื่อมีโอกาส			
ช่วยเพื่อนรุมคนอื่น			
ช่วยเพื่อนเมื่อถูกคนอื่นรุม			
ช่วยคนที่ถูกทำร้ายโดยไม่มีทางสู้			
กล้าสู้เมื่อถูกทำ			
ใช้มีด ปืน เป็น			
ฆ่าได้ ทყมไม่ได้			
ไม่ขอความช่วยเหลือใคร			



## คำนิยามใหม่ ที่ลูกผู้ชายควรมี

- ๑.....
- ๒.....
- ๓.....
- ๔.....
- ๕.....
- ๖.....



๑๔๓

แผนการเรียนรู้อัจฉริยะ ๙ อย่างนี้ดีหา  
หาเจอที่ไหนก็ไม่มี

## การศึกษา

เป็นการแนะนำและฝึกฝนพัฒนาคน  
ให้รู้จักดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง  
เมื่อดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องก็มีความสุข  
การศึกษาที่ถูกต้อง  
จึงต้องทำให้คนมีความสุข  
หรือรู้จักที่จะทำตนให้มีความสุข

ประยุทธ์ ปยุตโต





**แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐**  
**ชิดกับต้อย**



# แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐

## เซดกับต๋อย

### สาระสำคัญ

ค่านิยมเรื่องบทบาทของหญิงชาย ส่งผลต่อการตัดสินใจเรื่องเพศสัมพันธ์ ทางเลือกในการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ตลอดจนบทบาทในการป้องกันการตั้งครรภ์ และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ของหญิงและชายที่มีความสัมพันธ์กัน

### จุดประสงค์

๑. ระบุความสำคัญของการสื่อสารเพื่อให้รู้และเข้าใจความคาดหวังของกันและกัน ในแต่ละขั้นตอนของสัมพันธ์ภาพของคู่รัก
๒. บอกทางเลือกของการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย
๓. บอกผลกระทบของค่านิยมเรื่องบทบาทชายหญิงที่มีต่อการมีเพศสัมพันธ์และการป้องกัน
๔. ระบุบทบาทของชายหญิงในการป้องกันการตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

๑๔๖

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

## อุปกรณ์ และสื่อ

๑. ใบกรณีสืบศึกษา “ชิดกับด้อย”
๒. กระดาษคำตอบ ๓ สี เขียว แดง เหลือง หรือใช้ลูกปัด ๓ สี แต่ละสีมีจำนวนเท่าผู้เรียน
๓. กล่องใส่กระดาษคำตอบ (ควรเตรียมกล่องไว้ ๕-๗ กล่อง เพื่อกระจายให้ทั่วห้อง)
๔. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี



๑๔๗

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐ ชิดกับด้อย

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ว่า กิจกรรมนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้คิดถึงโอกาสที่วัยรุ่นจะมีเพศสัมพันธ์และการตัดสินใจเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมแจกกระดาษคำตอบหรือลูกปัดให้ผู้เรียนใช้ตอบคำถาม สีละ ๓ แผ่น/ลูก ตั้งลูกปัดหรือกระดาษที่เหลือไว้ในบริเวณที่ผู้เรียนสามารถหยิบเพิ่มได้ (ถ้าต้องการ)
๓. ให้นักเรียนทุกคนอ่านกรณีสืบศึกษา “ชิดกับด้อย”

### ชิดกับด้อย

ด้อยกับชิดเป็นแฟนกัน ทั้งคู่ต้องการอยู่ใกล้ชิดกันมากขึ้นเรื่อยๆ และสัมผัสแต่ละต้องกันเมื่อมีโอกาส วันหนึ่ง เมื่ออยู่กันสองคน....

ชิดขอให้ด้อยมีเพศสัมพันธ์ด้วย

๔. ผู้ดำเนินกิจกรรมอธิบายกติกาว่า จากกรณีสืบศึกษาข้างต้น ผู้ดำเนินกิจกรรมจะอ่านคำถามที่ละข้อ แล้วให้ผู้เรียนตอบ โดยหย่อนกระดาษหรือลูกปัดสีลงในกล่องที่วางไว้ ทั้งนี้ สีจะแสดงคำตอบที่แต่ละคนเลือก

สีเขียว   หมายความว่า   ตกลง ไข่ เห็นด้วย  
สีแดง    หมายความว่า   ไม่ตกลง ไม่ใช่ ไม่เห็นด้วย  
สีเหลือง   หมายความว่า   ไม่แน่ใจ

๕. ผู้ดำเนินกิจกรรม เริ่มอ่านทีละคำถาม และให้เวลาผู้เรียนหย่อนกระดาษหรือลูกบัตสีในกล่อง
๖. เมื่อผู้เรียนหย่อนคำตอบครบทุกคนในแต่ละข้อ หาอาสาสมัคร (ราว ๒ - ๓ คน ขึ้นอยู่กับจำนวนผู้เรียน) เพื่อช่วยนับแยกสีกระดาษหรือลูกบัตสีคำตอบ แล้วจดจำนวนที่นับได้ขึ้นกระดานเสร็จแล้วผู้ดำเนินกิจกรรมถามคำถามข้อต่อไป
  - ก. ต้อยจะยอมตกลงหรือไม่
  - ข. ถ้าต้อยไม่ตกลง ขีดจะหยุดอยู่แค่นั้นไหม
  - ค. เห็นด้วยหรือไม่ ถ้าต้อยเป็นฝ่ายขอให้ขีดมีเพศสัมพันธ์ด้วย
๗. หลังจากถามคำถามหมดทุกข้อ และนับจำนวนคำตอบแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนดูคำตอบรวมของแต่ละข้อ และให้ผู้เรียนช่วยกันตั้งข้อสังเกตจากคำตอบที่เห็น ว่าสัดส่วนคำตอบเป็นอย่างไร มีแนวโน้มไปในทางใดมากกว่า หรือน้อยกว่ากันในแต่ละข้อ
๘. จากนั้น ใช้คำถามชวนคิดเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เรียนอภิปรายเหตุผลซึ่งเป็นที่มาของแต่ละคำตอบ พร้อมให้ข้อมูลเพิ่มเติม

## คำถามชวนคิด

- การตกลงหรือปฏิเสธของตัวยืนยันอยู่กับอะไรบ้าง
- ขีดจะหยุดอยู่แค่นั้นหรือไม่ (หยุดหรือไม่หยุด) เพราะอะไร
- ทำไมจึง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย หรือลังเล กับการที่ตัวยเป็นฝ่ายเริ่มก่อน ถ้าขีดเป็นฝ่ายเริ่มต้น ผู้เรียนยังมีความคิดเห็นเหมือนเดิมหรือไม่ เพราะอะไร
- คิดว่าตัวยกับขีดคาดการณ์ไว้อย่างไรกับเรื่องนี้ ตัวยกับขีดคิดเหมือนหรือต่างกัน อย่างไร
- ในกรณีขีดกับตัวย การมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย คิดว่าเป็นบทบาทของใคร ที่จะต้องเตรียมป้องกัน เพราะอะไร มีความคิดเห็นอย่างไรถ้าวันนั้นตัวยเป็นฝ่ายที่พกถุงยาง
- มีทางเลือกอะไรบ้างในการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ให้ผู้เรียนทั้งห้องช่วยกันเลือกวิธีที่เชื่อว่าเป็นไปได้มากที่สุดมา ๑ วิธี พร้อมกับยกเหตุผลประกอบ
- ถ้ามีความสัมพันธ์ทางเพศกันแล้ว คิดว่าทั้งคู่คาดหวังอะไรต่อกันบ้าง เป็นความคาดหวังที่เหมือนกันหรือต่างกันอย่างไร เพราะอะไรผู้เรียนจึงคิดเช่นนั้น
- ถ้าขีดกับตัวยเป็นคู่ที่แต่งงานแล้ว เมื่อขีดขอมีเพศสัมพันธ์ ตัวยจะปฏิเสธได้หรือไม่ เพราะอะไร หรือจะเป็นอย่างไร หากตัวยเป็นฝ่ายเริ่มและขีดปฏิเสธ



๑๔๙

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑ ศึกษากับตัวย



๙. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- ความต้องการทางเพศเป็นเรื่องธรรมชาติที่เกิดขึ้นกับทั้งชายและหญิงเมื่อถูกกระตุ้น
  - กรอบค่านิยมของสังคมมีอิทธิพลต่อบทบาทและการแสดงออกทางเพศ โดยคาดหวังให้ผู้หญิงเป็นฝ่ายตอบสนองมากกว่าเป็นฝ่ายเริ่ม จึงส่งผลให้การป้องกันตัวเองให้ปลอดภัยจากการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์และการติดเชื้อติดต่อทางเพศสัมพันธ์สำหรับผู้หญิงเป็นเรื่องยาก เพราะไม่อาจเป็นฝ่ายที่จะเริ่มหรือเตรียมพร้อมสำหรับการป้องกันได้ เพราะรู้สึกเขินอายหรือกังวลว่าจะถูกมองว่าเป็นผู้หญิงไม่ดี หรือเคยมีประสบการณ์ทางเพศมาก่อนจึงกล้าทำ
  - การมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยเป็นความรับผิดชอบของทั้งคู่ แต่ถ้ายังไม่พร้อม ก็มีทางเลือกหลายทางที่จะช่วยสร้างความสุขทางเพศและความปลอดภัยควบคู่ไปด้วย เช่น การสัมผัสสร้างร่างกาย การสำเร็จความใคร่ให้กันและกัน ฯลฯ โดยเป็นเรื่องที่ทั้งคู่จะต้องพูดคุยตกลงกันก่อนล่วงหน้า มิใช่รอให้เหตุการณ์เกิดขึ้นก่อน เหมือนอย่างกรณี ชิดกับต้อย
  - ชีวิตทางเพศที่ปลอดภัยและเป็นสุข ถือเป็นสิทธิที่เท่าเทียมกันของทั้งชายและหญิง แต่ละบุคคลย่อมเลือกได้ว่าจะมีความสัมพันธ์อย่างไร เมื่อใด
  - เพศสัมพันธ์ควรเกิดขึ้นด้วยความพร้อม การยินยอมของทั้งสองฝ่าย และเป็นไปเพื่อความสุขและพึงพอใจของทั้งสองฝ่ายด้วยกัน ความหมายของการมีเพศสัมพันธ์โดยมีความพร้อมของทั้งคู่ หมายถึง ความพร้อมทั้งทางจิตใจ สังคม และร่างกาย
  - การตัดสินใจที่จะมีเพศสัมพันธ์ หมายถึง การยอมรับผลที่เกิดตามมาทั้งทางร่างกาย อารมณ์ความรู้สึกทั้งของตนเองและคู่ และสังคมรอบข้าง (หากคนอื่นรับรู้) ดังนั้น เพศสัมพันธ์จึงเป็นเรื่องที่ทั้งคู่ควรพูดคุยจนแน่ใจว่าเป็นทางเลือกที่ได้ไตร่ตรองรอบคอบแล้ว และจะร่วมกันรับผิดชอบป้องกันหรือจัดการผลที่อาจตามมา



## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- ทักษะส่วนบุคคลของผู้ดำเนินกิจกรรมในประเด็นเรื่องเพศ เช่น “ไม่เห็นด้วย” กับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน หรือ “เห็นด้วย” กับการอบสังคมที่ยอมรับบทบาททางเพศที่ไม่เท่าเทียมกันระหว่างหญิงชาย หากไม่ระวัง อาจส่งผลต่อท่าทีและการเสนอข้อมูลทางเลือกให้กับผู้เรียนอย่างไม่รอบด้าน รวมทั้งอาจทำให้ผู้เรียนไม่กล้าแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างจากผู้ดำเนินกิจกรรม
- ดังนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมควรระวังการแสดงทัศนคติ และความคิดเห็นของตนเอง ควรใช้คำพูดและท่าทีเป็นกลางในการดำเนินกิจกรรม ขณะเดียวกัน การมองและเคารพว่าการใช้ชีวิตเป็นเรื่องของแต่ละคนที่จะเลือกตัดสินใจ ซึ่งไม่จำเป็นต้องเลือกเหมือนกัน เพราะเงื่อนไขและบริบทชีวิตที่ต่างกัน แต่ทุกคนควรมีทางเลือกที่หลากหลายเพื่อเลือกให้เหมาะสมกับตนเอง การเปิดใจกว้างและช่วยกระตุ้นให้คิดถึงทางเลือกที่หลากหลาย จะช่วยสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่เปิดกว้างและเปิดใจกันมากขึ้น



๑๕๑

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐ ฝึกกับด้วย

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- บอกบทบาทหรือสิ่งที่ผู้หญิงและผู้ชายควรทำ ในการป้องกันการตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

การศึกษา  
ควรเป็นไป  
เพื่อความเป็นมนุษย์

ส.ศิริรักษ์





แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑  
ท้องไหม  
แบบนี้



# แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑

## ท้องโหม แบบนี้

### สาระสำคัญ

การรู้จักเลือกใช้วิธีการคุมกำเนิดแบบต่างๆ ที่เหมาะสมและปลอดภัยต่อสุขภาพของตนเอง ถือว่าเป็นความรับผิดชอบของแต่ละบุคคล

### จุดประสงค์

๑. บอกวิธีการที่แสดงความรับผิดชอบต่อตนเองให้ตนมีสุขภาพทางเพศที่ปลอดภัยหากมีเพศสัมพันธ์
๒. บอกผลที่จะตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกัน

### อุปกรณ์ และสื่อ

๑. แบบสอบถาม “แบบนี้ จะท้องไหม”
๒. เอกสารประกอบ
๓. ละครดาราฟิลิปชาร์ท ละครดาราขาว ปากกาเคมี

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ว่า กิจกรรมทอ้งใหม่ แบบนี้ เป็นการวิเคราะห์สาเหตุของกรณีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ความกังวลเรื่องการตั้งครรภ์ และหาแนวทางการป้องกัน
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนคุยถึงวิธีการคุมกำเนิดที่เรียนรู้อามาว่ามีวิธีอะไรบ้าง
๓. จากนั้น แจกแบบสอบถาม “แบบนี้ จะทอ้งใหม่” ให้ทุกคนตอบ ให้เวลา ๕ นาที
๔. เมื่อตอบคำถามเสร็จแล้ว ให้แบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละไม่เกิน ๗ คน แล้วแลกเปลี่ยนกันว่ามีข้อใดบ้างที่ตอบไม่ตรงกัน ให้ช่วยกันตัดสินใจว่าคำตอบไหนน่าจะถูกต้องที่สุด และถือว่าเป็นคำตอบของกลุ่ม ให้เวลา ๑๐ นาที
๕. เมื่อหมดเวลา ผู้ดำเนินกิจกรรมถามถึงคำตอบของผู้เรียนทีละกลุ่ม และหากมีกลุ่มใดที่ตอบไม่ตรงกัน ให้แลกเปลี่ยนว่าทำไมจึงคิดเช่นนั้น พร้อมทั้งให้ข้อมูลเพิ่มเติมที่ถูกต้อง
๖. เมื่อครบทุกข้อ ผู้ดำเนินกิจกรรมใช้คำถามชวนคิดเพื่อเปิดโอกาสให้แลกเปลี่ยนกัน



๑๕๕

แผนการเรียนรู้ ๑ ทอ้งใหม่ แบบนี้

## คำถามชวนคิด

- คิดว่าสถานการณ์ทั้ง ๑๐ คำถาม คนถามกับคู่ มีความสัมพันธ์แบบใด
- ความกังวลของคนที่ถูกถามเกิดจากสาเหตุอะไรได้บ้าง
- คิดว่าทั้ง ๑๐ คนที่ถูกถามคำถาม มีโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีหรือไม่ เพราะเหตุใด
- ในกรณีที่คนถาม เลือกวิธีการสัมผัสภายนอก การช่วยตัวเองให้กันและกัน โดยไม่สอดใส่ คิดว่ามีโอกาสที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่หรือไม่ เพราะเหตุใด
- คิดว่าใครควรเป็นฝ่ายเตรียมอุปกรณ์ป้องกันเพื่อการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ชายหรือหญิง เพราะเหตุใด
- ถ้าเราตกอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่พร้อม เราจะทำอย่างไร



?

## คำถามชวนคิด

- จำเป็นหรือไม่ ที่วัยรุ่นควรมีความรู้เรื่องการคุมกำเนิด และเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย เพราะเหตุใด การมีความรู้หรือมีข้อมูลจะทำให้อยากลองมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ อย่างไร
- มีวิธีการอย่างไรบ้าง ที่จะทำให้วัยรุ่นสนใจ มีข้อมูลในเรื่องเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยและวิธีป้องกันการตั้งครรภ์ และป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์



๗. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- วัยรุ่นมักกังวลเพียงเรื่องการตั้งครรภ์เมื่อพูดถึงเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ แต่ความจริงเรายังต้องนึกถึงโอกาสในการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ ด้วย
  - การเลือกว่าจะใช้วิธีป้องกันเพื่อเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย เป็นเรื่องที่ต้องทำความเข้าใจกันระหว่างคู่มากกว่าจะปล่อยให้เป็นการตัดสินใจของคนใดคนหนึ่ง ทุกคนจึงควรมีความรู้เกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์โดยไม่พร้อม การติดเชื้อเอชไอวีและเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ที่อาจเกิดขึ้นกับคนทั้งคู่ เพื่อช่วยในการตัดสินใจ
  - การมีข้อมูลในเรื่องวิธีคุมกำเนิดอย่างถูกต้อง ช่วยให้เราตัดสินใจได้ว่าเราควรมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ หากไม่พร้อมที่จะรับผลที่ตามมา
  - การตั้งครรภ์เกิดจากการสอดใส่อวัยวะเพศชายเข้าไปในร่างกายฝ่ายหญิงผ่านทางช่องคลอด (ในช่วงเวลาที่ไข่อสุจิพร้อมจะปฏิสนธิ) โดยฝ่ายชายอาจหลั่งน้ำอสุจิหรือไม่หลั่งก็ได้ เพราะโดยทั่วไปเมื่อเกิดอารมณ์ทางเพศ ร่างกายจะผลิตน้ำหล่อลื่น (น้ำกาม) ซึ่งมีอสุจิปนอยู่ด้วย ดังนั้น หากมีการสอดใส่โดยไม่มี การป้องกัน โอกาสที่จะเกิดการตั้งครรภ์ย่อมมีได้
  - ประจำเดือนในวัยรุ่นอาจมาไม่สม่ำเสมอ เป็นๆ หายๆ เนื่องจากฮอร์โมนในร่างกายกำลังปรับตัว จึงทำให้เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ หากใช้วิธีนี้ในวันหน้า ๗ หลัง ๗ (วิธีนี้บระยะปลอดภัย)

๑๕๖

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

- การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่สวมถุงยางอนามัยในขณะที่ผู้หญิงมีประจำเดือน มีโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีและเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ง่ายขึ้น

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ระหว่างหรือหลังกิจกรรมนี้ ผู้เรียนอาจมีคำถามหรือข้อสงสัยเพิ่มเติม ผู้ดำเนินกิจกรรมควรรวบรวมคำถามเหล่านั้น แล้วสนับสนุนให้ผู้เรียนกลับไปช่วยกันค้นหาคำตอบจากแหล่งข้อมูลต่างๆ เพิ่มเติม เช่น [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net) ฯลฯ เพื่อนำมาเสนอและแลกเปลี่ยนกันในครั้งต่อไป

ขณะเดียวกัน ก็อาจมีผู้เรียนที่กำลังกังวลใจเรื่องการตั้งครรรค์ ผู้ดำเนินกิจกรรมควรให้ความมั่นใจ และสร้างความไว้วางใจ โดยพูดคุยกับผู้เรียนในชั้นเรียนว่า ใครต้องการปรึกษาหรือหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องนี้ ก็สามารถเข้ามาปรึกษาได้นอกเวลาเรียน และหากมีผู้เรียนมาขอปรึกษาก็ควรจัดเวลาและสถานที่พูดคุยที่ผู้เรียนสะดวกใจ เป็นส่วนตัว คุณสมบัติสำคัญอย่างหนึ่ง คือ การรักษาความลับ ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องเก็บเรื่องราวของผู้มาขอคำปรึกษาไว้ จนกว่าผู้เรียนพร้อมที่จะให้เปิดเผยกับผู้เกี่ยวข้อง เช่น พ่อแม่ เพื่อน ฯลฯ

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- บอกสาเหตุของการไม่นิยมใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ และเสนอวิธีการแก้ไขที่เป็นไปได้จริง
- การมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย หมายถึงอะไร



## แบบนี้...จะท้องไหม\*

ให้กาเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่คิดว่าท้อง และกาเครื่องหมาย ✗ หน้าข้อความที่คิดว่าไม่สามารถท้องได้

- ใส่ถุงยางอนามัยแล้วมีเพศสัมพันธ์ในวันที่ไข่ตกพอดี อยากทราบว่าจะมีโอกาสท้องไหม
- มีอะไรกับแฟนแต่เค้าใส่ถุงยาง เค้าหลังในถุงยาง พอเอามาดู มันก็ไม่มีรอยรั้ว เพราะไม่มีอะไรซึมออกมา จะท้องรีเปล่า
- มีอะไรกับแฟนโดยที่เขาไม่ได้สอดใส่เข้าไป แต่หนูใช้มือทำให้เขา แล้วเขาก็มาหลังบนตัวหนู จะมีโอกาสท้องไหมคะ
- มีเพศสัมพันธ์ตอนมีประจำเดือนแล้วหลังข้างในจะท้องไหมคะ
- มีอะไรกับแฟนโดยไม่ใส่ถุงยางแต่หลังข้างนอก จะมีโอกาสท้องไหม
- หนูมีอะไรกับแฟนแต่ไม่ได้เอาอวัยวะเพศของแฟนสอดเข้าไปข้างใน แต่แฟนเค้าปล่อยอสุจิในกางเกงใน จะท้องไหมคะ
- แฟนได้ใช้นิ้วให้หนูนะค่ะ แต่ระหว่างนั้นเขาเผลอเอามือไปจับโดนของเค้านิดหนึ่ง ไม่นั่นใจว่ามีน้ำหล่อลื่นติดมือหรือเปล่า แล้วก็ใช้นิ้วสอดต่ออะค่ะ แบบนี้มีโอกาสท้องมั้ย
- แบบแฟนปล่อยน้ำเหลวๆ ขาวๆ เข้าปากนะค่ะ วันนั้นเป็นประจำเดือนด้วย อยากทราบว่าท้องไหมคะแล้วจะมีผลข้างเคียงไหมคะแต่ไม่ได้มีอะไรกันนะค่ะ แคน้ำเค้าเข้าปากแล้วเราก็กินนะค่ะ
- หนูมีอะไรกับเพื่อนชาย ๔ คนนะค่ะ แล้วพวกเขาหลังข้างในหมดทุกคนแล้วอย่างนี้หนูจะท้องมากกว่าเก่าไหมคะน้ำเชื้อมากมายขนาดนี้
- มีอะไรกับแฟนก่อนประจำเดือนจะมา ๑ วัน จะมีโอกาสท้องหรือเปล่า

๑๕๘

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

\* คำถามจาก [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net)



## เอกสารประกอบ

### ทำอะไรได้...หลังมีเช็คส์ที่ไม่ได้ป้องกัน

กินยาคุมกำเนิดหลังร่วมเพศ (หรือยาคุมฉุกเฉิน) เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ โดยต้องกิน ๒ เม็ด คือ กินเม็ดแรกภายใน ๗๒ ชั่วโมงหลังจากมีเพศสัมพันธ์ (ยิ่งกินเม็ดแรกเร็วเท่าไร ยิ่งได้ผลดี) และกินเม็ดที่ ๒ ห่างจากเม็ดแรก ๑๒ ชั่วโมง (การกินยาคุมกำเนิดหลังร่วมเพศนี้ ควรใช้ในกรณีฉุกเฉินเท่านั้น ไม่ควรกินเพื่อการคุมกำเนิดทั่วไป)

### ถุงยางสองชั้น... รั่วหรือมั่วไหม

วัยรุ่นและไม่รุ่นหลายคนใช้ถุงยางกันอย่างนี้ เช่น ใส่สองชั้น หรือสอดใส่ไปก่อนแล้ว ค่อยสวมถุงยางตอนใกล้หลัง เป็นต้น แต่วิธีการเหล่านี้ ไม่ช่วยป้องกันการตั้งครรภ์หรือการติดเชื้อเอชไอวีมากไปกว่าการใส่ถุงยางเพียงชั้นเดียว เพราะการใส่ถุงยางสองชั้นทำให้น้ำยางเสียดสีกันมากขึ้น และอาจทำให้รั่วซึมได้ ส่วนการใส่ถุงยางก่อนหลังนั้น ก็เหมือนกับการหลังข้างนอก เพราะมีการสอดใส่และสัมผัสน้ำหล่อลื่นของทั้งหญิงหรือชายไปแล้ว

### หลังข้างนอก

ขณะที่หญิงชายกำลังมีเพศสัมพันธ์ เป็นเรื่องยากยิ่งนักสำหรับผู้ชายที่ต้องควบคุมอารมณ์เมื่อกำลังจะถึงจุดสุดยอด เพื่อถอนอวัยวะเพศออกมาหลังนอกช่องคลอด โอกาสตั้งครรภ์และการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สามารถเกิดขึ้นได้ เพราะต่างสัมผัสน้ำหล่อลื่นระหว่างการสอดใส่อวัยวะเพศอยู่ก่อนแล้ว



๑๕๙

## “หน้าเจ็ดหลังเจ็ด” ปลอดภัยจริงหรือ?

การนับระยะปลอดภัยเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์จะใช้ได้ผลเฉพาะผู้หญิงที่มีรอบเดือนสม่ำเสมอ

วิธีนับ หน้าเจ็ด ให้นับล่วงหน้า ๗ วันก่อนวันที่คาดว่าจะประจำเดือนจะมา และหลังเจ็ด ให้นับตั้งแต่วันแรกที่ประจำเดือนมาออกไป ๗ วัน (การนับหลังเจ็ดที่ไม่ถูกต้อง คือ เริ่มนับจากวันสุดท้ายของการมีประจำเดือน)

ตัวอย่าง ถ้าเรามีประจำเดือนระหว่างวันที่ ๗-๑๑ ระยะปลอดภัยในช่วงหน้าเจ็ด คือระหว่างวันที่ ๑-๗ ส่วนช่วงหลังเจ็ด ก็คือระหว่างวันที่ ๗-๑๓ (มีไข่วันที่ ๑๑-๑๗ อย่างที่คนเข้าใจผิดกัน)

ขอย้ำว่า วิธีนี้อาจจะช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ แต่ก็มีโอกาสพลาดได้หากรอบเดือนมาไม่สม่ำเสมอหรือไม่ตรงเวลา และที่สำคัญ วิธีนี้ไม่ป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ

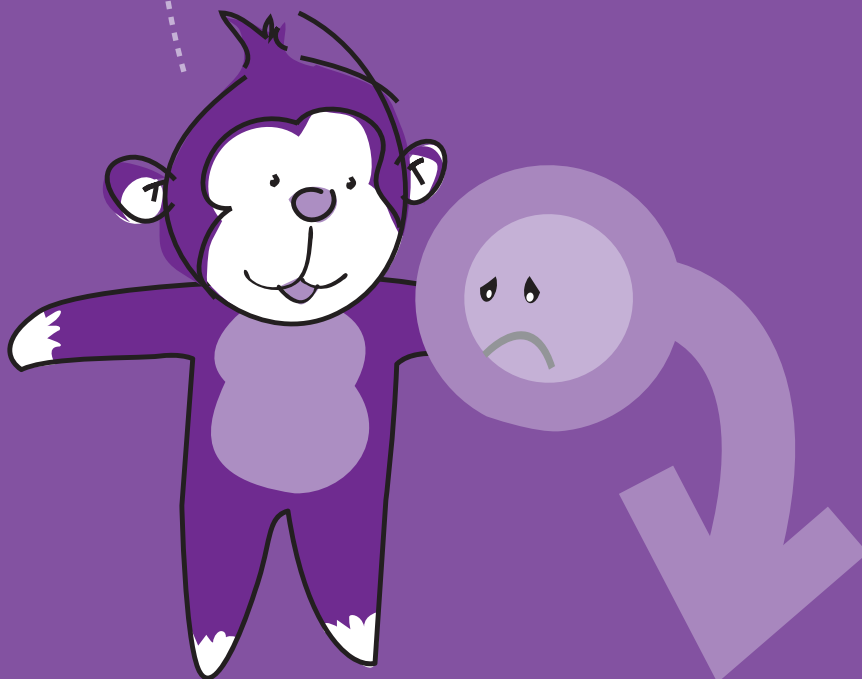
หาข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net)

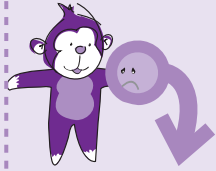
๑๖๐

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒

# เพื่อนใจ วัยรุ่น





# แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒

## เพื่อนใจวัยรุ่น

### สาระสำคัญ

ทุกปัญหามีทางแก้ไข แต่คนที่กำลังอยู่ในปัญหา อาจอยู่ในความรู้สึกทุกข์จนคิดหาทางออกไม่ได้ การพูดคุยเพื่อระบายความรู้สึก ช่วยทำให้รู้สึกคลี่คลายอารมณ์ และสามารถคิดได้อย่างมีเหตุผลมากขึ้น การเป็นที่ปรึกษาที่ดี จะช่วยให้คนที่มีปัญหาเห็นทางเลือกในการจัดการปัญหาได้มากขึ้น

### จุดประสงค์

๑. บอกคุณสมบัติสำคัญของการเป็นผู้ให้บริการปรึกษา
๒. บอกแนวทางการจัดการปัญหาหรือผ่อนคลายที่ไม่ทำร้ายตัวเอง

### อุปกรณ์ และสื่อ

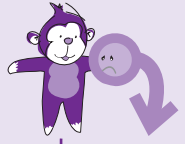
๑. แผ่นสถานการณ์ของวัยรุ่นนอกหัก
๒. แผ่นบทบาทอาสาสมัครรับปรึกษาทางโทรศัพท์
๓. แผ่นบทบาทสำหรับกรรมการคัดเลือก
๔. ฟ้าปิดตา ๒ ผืน

๑๖๒

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ว่าเป็นการวิเคราะห์คุณสมบัติสำคัญของการเป็นผู้ให้บริการปรึกษาที่ดี
๒. ผู้ดำเนินกิจกรรมเริ่มต้นด้วยการถามว่า (ใช้เวลา ๕ นาที)
  - วิทยุรุ่นมักมีความทุกข์ในเรื่องอะไรบ้าง
  - เมื่อมีความทุกข์หรือมีปัญหา วิทยุรุ่นมักเลือกปรึกษาใคร เพราะเหตุใด
  - การปรึกษากับคนๆ นั้น มักช่วยแก้ปัญหาหรือคลี่คลายความทุกข์ใจหรือไม่ เพราะเหตุใด
๓. จากนั้น ขออาสาสมัคร ดังนี้
  - ๓ คน สวมบทบาทเป็น “วิทยุรุ่นออกหัทักรักคุณ”
  - ๓ คน สวมบทบาทผู้สมัครให้บริการปรึกษาปัญหาวิทยุรุ่นทางโทรศัพท์
  - ๓ คน เป็นกรรมการคัดเลือก
๔. แจกแผ่นบทบาทสำหรับแต่ละคน ให้อ่านทำความเข้าใจ ชักถามข้อสงสัย ๒ นาที โดยผู้ดำเนินกิจกรรมแนะนำบทบาทแต่ละคนให้ผู้เรียนที่เหลือได้รู้ว่า พวกเขากำลังจะทำอะไร
๕. เมื่ออาสาสมัครพร้อม
  - จัดที่นั่งให้กรรมการทั้งสามคนออกมานั่งติดกระดาน (เพื่อให้ได้ยินเสียงการคุยชัดเจน) ให้กรรมการนำกระดาษปากกามาจติดระหว่างสังเกตการณ์ด้วย
  - ตั้งเก้าอี้ใกล้กันสองตัวหันหน้าไปทางผู้เรียนกลุ่มใหญ่ ให้ผู้เรียนที่เหลือมานั่งใกล้ๆ เพื่อให้ได้ยินบทสนทนา
  - ให้อาสาสมัครวิทยุรุ่น เลือกจับคู่กับผู้ให้คำปรึกษา
  - เริ่มจากคู่แรก ให้ทั้งคู่ออกมานั่งที่เก้าอี้ ๒ ตัวซึ่งอยู่กลางห้อง ผูกตาทั้งคู่ไว้ เสมือนทั้งคู่กำลังคุยกันผ่านทางสายโทรศัพท์โดยไม่เห็นหน้า
  - ให้อ่านแต่ละคู่ ๓ นาทีในการปรึกษากัน และให้กรรมการตั้งใจฟังการให้คำปรึกษา และบันทึกความเห็นของตนที่มีต่อคำพูดของผู้ให้คำปรึกษาแต่ละคนด้วย



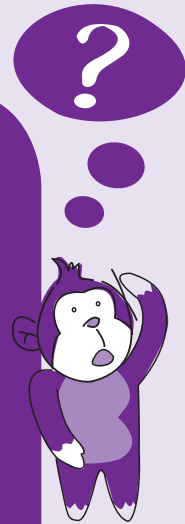
๑๖๓

แผนการเรียนรู้ ๓๑ บูธการเรียนรู้  
ครูอ้อยกัญญา

๖. เมื่อแสดงจนครบทุกคู่
- ให้ผู้เล่นเป็นผักนึ่ง กระเบี๋อง ปิงปอง เล่าว่ารู้สึกอย่างไรกับบริการปรึกษาที่ตนได้รับการปรึกษาช่วยคลี่คลายปัญหาหรือไม่ อย่างไร
  - ให้ผู้สวมบทบาทเป็นผู้ให้คำปรึกษาบอกว่ารู้สึกอย่างไร
  - ให้กรรมการแต่ละคนบอกผลที่จัดไว้
  - ให้ผู้เรียนที่ร่วมสังเกต ให้ความความคิดเห็นเพิ่มเติม โดยบอกสิ่งที่ชอบ/ไม่ชอบจากที่ได้เห็นจากบทบาทสมมติ เพราะอะไร (ถามให้ละเอียด เช่น ชอบประโยคไหน น้ำเสียงแบบใด คำพูด คำใด ฯลฯ) หากตนมีปัญหาอยากปรึกษา คิดว่าจะเลือกปรึกษาผู้ให้บริการปรึกษาคนใด เพราะเหตุใด
๗. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย โดยใช้คำถาม ดังนี้

## คำถามชวนคิด

- คำพูด หรือท่าทีแบบใด ที่ช่วยสร้างความสบายใจให้กับผู้รับคำปรึกษา เพราะอะไร
- คำพูด หรือท่าทีแบบใด ที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษาฟังแล้วรู้สึกไม่สบายใจ เพราะอะไร
- เมื่อรู้สึกทุกข์ หรือมีปัญหา การหาคนเพื่อปรึกษาปัญหา มีส่วนช่วยหรือไม่ อย่างไร
- ผู้ให้คำปรึกษาควรบอกวิธีการแก้ปัญหาให้กับคนที่มาปรึกษาหรือไม่ เพราะเหตุใด
- หากเราต้องเป็นที่ปรึกษาให้เพื่อน เราได้ข้อคิดอะไรบ้างจากการแสดงบทบาทสมมติของเพื่อนๆ



๘. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- การรับฟังปัญหาช่วยให้ผู้ที่มีความทุกข์ได้ระบายความรู้สึก ก็ทำให้ความทุกข์นั้นดูเบาบางลงไปได้แล้ว ทั้งนี้ การเป็นผู้รับฟังที่ดี ยังสามารถช่วยตั้งคำถามให้ผู้ที่มาปรึกษาได้ทบทวนตัวเอง ช่วยสรุปความคิดสั้นๆ เพื่อสะท้อนกลับให้ผู้มาปรึกษา ช่วยถามเพื่อสำรวจทางเลือกหรือทางออกในการแก้ปัญหา และให้กำลังใจในการเผชิญและจัดการกับปัญหาได้
  - การเป็นผู้ฟังที่ดี จะช่วยให้เข้าใจความรู้สึกที่แท้จริงของผู้พูด ซึ่งเป็นทักษะที่ต้องฝึกฝน ต้องตั้งใจ มีสมาธิ ติดตามเรื่องราวอย่างต่อเนื่อง ไม่ด่วนตัดสินหรือคิดไปเองล่วงหน้า หากไม่เข้าใจประเด็นไหน คำพูดไหนก็ต้องซักถาม รู้จักใช้คำพูดที่เป็นการให้กำลังใจ เข้าใจ และไม่ตำหนิ ขณะเดียวกัน ต้องไม่ใช้คำพูดที่สนับสนุนให้ผู้มาขอคำปรึกษาทำร้ายตนเองหรือผู้อื่น ไม่เอาความคิดตนเองไปตัดสิน
  - ตัวอย่างการใช้คำพูดที่แสดงความเห็นใจ เช่น เราเข้าใจนะ ถ้าเราเป็นนายเราก็คงรู้สึกแบบนี้ คำพูดที่ควรหลีกเลี่ยงคือ คำพูดที่ทำให้รู้สึกซ้ำเติม เช่น ทำไมเคราะห์ร้ายอย่างนี้ โชคดีร้ายจัง น่าสงสาร เธอไม่น่าทำอย่างนั้น เขาไม่น่าทำอย่างนั้นกับเธอเลย หรือคำพูดที่ให้กำลังใจ เช่น เราเชื่อว่านายเอาชนะตัวเองได้ เราเอาใจช่วยนะ และไม่ควรให้ความเห็นสนับสนุนการประชดหรือทำร้าย เช่น คนเลวๆ แบบนี้ต้องแก้เผ็ด



๑๖๕

|| บทเรียนที่ ๓๑

การฟังอย่างตั้งใจ

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมควรพิจารณาเวลา หากคิดว่าเวลาไม่พอ อาจใช้กรณีตัวอย่างเพียง ๒ กรณี

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- หากมีปัญหาคับข้องใจ เรื่องความรัก แพน นักเรียนจะเลือกปรึกษาใครหรือแหล่งบริการใด เพราะเหตุใด

## บทบาทสมมติสำหรับวัยรุ่นนอกทัก

### “วัยรุ่น”

**ผักบุ้ง**

จู่ๆ ก็ถูกแฟนบอกเลิกโดยไม่มีเหตุผล ผักบุ้งเชื่อว่า แฟนไปมีคนใหม่ที่ปังกว่า หลังจากเศร้าซึ้งอยู่หลายวัน เธอคิดว่าควรจะพิสูจน์ให้แน่ชัด แล้วจะไปบอกผู้หญิงคนใหม่ด้วยว่าให้ระวังตัว เพราะไม่อยากให้ต้องเข้าใจเหมือนเธอ เธอคิดว่าที่แฟนทำกับเธอแบบนี้ไม่ถูกต้อง เธอจึงโทรศัพท์ไประบายกับสายด่วนวัยรุ่น

**กระเบื้อง**

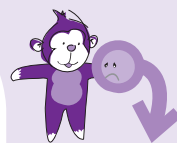
คิดมากนอนไม่หลับมาเป็นอาทิตย์หลังจากคาดคั้นแฟนสาวจนแฟนยอมรับว่ากำลังมีหนุ่มคนใหม่มาติดพัน เธอเล่าอีกว่าที่เธอไม่ค่อยรับโทรศัพท์เขา เป็นเพราะเธออยู่กับแฟนใหม่ จึงไม่อยากให้เขาสงสัย กระเบื้องเสียใจมากที่รู้ความจริงโดยไม่ทันตั้งตัว แต่เขายังเชื่อว่าถ้ากลับไปขอร้องคืนดี แฟนสาวจะยอมกลับมา แต่ถ้าแฟนไม่ยอมกลับมาคืนดีด้วย กระเบื้องคิดว่าเขาคงมีชีวิตอยู่ต่อไปไม่ได้

เขาจึงโทรมาขอคำปรึกษาสายด่วนวัยรุ่นว่าจะไปพูดคุยกับแฟนอย่างไรดี

๑๖๖

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕





๑๖๗

แผนการเรียนแบบ III  
๓๑ นวัตกรรมเรียนแบบ III  
ครูอ้อยอ้อม

## บึงปอง

อกหัก ข้าใจที่เธอทำทุกอย่างตามที่แฟนซึ่งเรียนอยู่ห้องเดียวกัน  
ขอร้องเสมอมา แต่แล้วแฟนเธอก็ยังไปมีคนอื่น เธอรู้ว่าร้องให้ไปก็  
ไม่ช่วยให้อะไรดีขึ้น แต่ก็ยังทำใจไม่ได้ มองไปทางไหนก็เห็นแต่ภาพ  
เขาและสิ่งที่เคยทำด้วยกันมา เธอไม่อยากไปเรียนหนังสือ ไม่อยาก  
เจอหน้าเขา ไม่อยากเห็นเขาเดินกับคนอื่น แต่ก็ยังเสียดายไม่พ้น ต้อง  
เจอเขาทุกวัน

เธอจึงโทรมาปรับทุกข์กับสายด่วนวัยรุ่น

## บทบาทสมมติสำหรับอาสาสมัครและกรรมการ

### อาสาสมัคร

โรงเรียนกำลังเปิดรับสมัครผู้สนใจจะช่วยรับโทรศัพท์สายด่วนวัยรุ่นที่โทรมา  
ปรึกษาเรื่องความรัก เพื่อช่วยให้ผู้ที่โทรมาคลายความทุกข์ ไม่คิดทำร้ายตนเอง  
และผู้อื่น

ปัญหาส่วนใหญ่เป็นเรื่องที่อาสาสมัครช่วยรับฟังว่าผู้พูดกำลังรู้สึกอย่างไร  
กำลังพูดถึงเรื่องอะไร แล้วสรุปทวนความที่ได้ฟังให้ผู้มารับคำปรึกษา พร้อมกับ  
ถามกลับไปบ้าง แสดงความเห็นใจบ้าง และให้กำลังใจ พร้อมกับชักชวนให้โทร  
กลับมาอีกถ้าต้องการระบายหรือต้องการคำปรึกษา

โรงเรียนให้ผู้สนใจไปลองทดสอบรับสาย เพื่อให้กรรมการตัดสินใจคัดเลือกคน  
ที่มีคุณสมบัติเหมาะสม โดยบอกว่าการให้คำปรึกษาคั้งนี้ไม่ต้องแสดงตัวเองว่า  
เป็นใคร ชื่ออะไร ไม่ต้องแสดงว่าจำเขา เธอ หรือรู้เรื่องเขา เธอมาก่อน รวมทั้ง  
ให้เรียกชื่อคนที่โทรมาขอคำปรึกษาตามที่เขา เธอต้องการให้เรียก

### กรรมการ

โรงเรียนกำลังเปิดรับสมัครผู้สนใจจะช่วยรับโทรศัพท์ สายด่วนวัยรุ่นที่โทรมาปรึกษาเรื่องความรัก เพื่อช่วยให้ผู้ที่โทรมาคลายความทุกข์ ไม่คิดทำร้ายตนเอง และผู้อื่น

โรงเรียนมอบหน้าที่ให้คุณเป็นกรรมการคัดเลือกอาสาสมัคร คุณจึงมีหน้าที่ฟังการให้คำปรึกษาของอาสาสมัคร และพิจารณาว่าอาสาสมัครคนใดมีคุณสมบัติที่เหมาะสมกับการทำหน้าที่ให้คำปรึกษาอย่างไร โดยสังเกตการพูดคุย การใช้คำพูด น้ำเสียง การตั้งคำถาม การตั้งใจฟัง การทวนความ การให้กำลังใจ และการไม่ใช้ความคิดของตัวเองไปตัดสิน

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓

คุยกัน  
ได้ไหม





# แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓

## คุยกันได้ไหม

### สาระสำคัญ

การบอกความรู้สึกของตนเอง และรู้จักเลือกใช้วิธีสื่อสารที่ช่วยสร้างความเข้าใจ และไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง เป็นทักษะที่เป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตและในการสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ

### จุดประสงค์

๑. บอกความรู้สึกของตนเองได้เมื่อรู้สึกคับข้องใจ
๒. บอกวิธีการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้ง
๓. กล้าเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคในการสื่อสารกับคนรอบข้าง

### อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี
๒. สถานการณ์ ๖ เรื่อง ตัดเป็นฉลากเพื่อจับ

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมด้วยกันได้ใหม่ว่า เป็นการฝึกการสื่อสารเพื่อบอกความรู้สึกของตนเอง และหาแนวทางการสื่อสารที่จะช่วยลดความขัดแย้งผ่านสถานการณ์จำลอง
๒. นำเสนอสถานการณ์ทั้ง ๖ เรื่อง ผู้ดำเนินกิจกรรมอาจเตรียมเขียนไว้บนกระดานหรือฟลิปชาร์ต และติดให้ทุกคนเห็น ดังนี้

**สถานการณ์ที่ ๑** (ในฐานะลูกชาย) พ่อแม่พบลุงยางในกระเป๋ารเรา จะคุยกับพ่อแม่อย่างไร

**สถานการณ์ที่ ๒** (ในฐานะลูกสาว) จะไปเที่ยวต่างจังหวัดกับแฟน จะคุยกับพ่อแม่อย่างไร

**สถานการณ์ที่ ๓** บอกพ่อแม่ว่าเราเลือกและสอบได้ในคณะที่พ่อกับแม่ไม่ยอมให้เรียน

**สถานการณ์ที่ ๔** สงสัยว่าตัวเองจะตั้งครรภ์ ต้องการคุยกับเพื่อนสนิท จะคุยอย่างไร

**สถานการณ์ที่ ๕** คิดว่าจะเปิดเผยกับเพื่อนว่าตนเองติดเชื้อเอชไอวี จะคุยอย่างไร

**สถานการณ์ที่ ๖** ขวนแฟนคุยเรื่อง การตัดสินใจมี/ไม่มีเพศสัมพันธ์ และถ้ามีจะใช้วิธีการป้องกันแบบใด

๓. ถามผู้เรียนว่า คิดว่าสถานการณ์เหล่านี้อาจเกิดขึ้นกับวัยรุ่นแบบพวกเราหรือไม่ คิดว่าเรื่องใดที่คุยง่าย/เรื่องใดคุยยาก เพราะเหตุใด
๔. แบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็น ๖ กลุ่มคณะเขต แต่ละกลุ่มจะได้รับสถานการณ์ ๑ เรื่องโดยการจับฉลาก
๕. เมื่อทุกกลุ่มได้สถานการณ์แล้ว ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันคิดว่า ในสถานการณ์นั้นๆ คนที่เกี่ยวข้องจะรู้สึกอย่างไร และเราจะคุยในเรื่องนั้นๆ อย่างไร ให้คิดถึงสถานการณ์ที่ต้องมีการสื่อสารกัน โดยมีเป้าหมายเพื่อสร้างความเข้าใจ และลดความขัดแย้ง ให้เวลาคุยกัน ๑๐ นาที เพื่อเตรียมแสดงบทบาทสมมติที่มีความยาวไม่เกิน ๕ นาทีต่อกลุ่ม
๖. ให้แต่ละกลุ่มออกมาแสดงในเวลาที่กำหนด จนครบทุกกลุ่ม
๗. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมสอบถามความรู้สึกของผู้แสดงว่าเป็นอย่างไร การพูดคุยยากหรือง่ายกว่าที่คิดไว้ตอนแรก และชวนผู้เรียนกลุ่มใหญ่คุยแลกเปลี่ยนโดยใช้คำถามชวนคิด เชื่อมโยงกับการแสดงบทบาทสมมติของแต่ละกลุ่ม

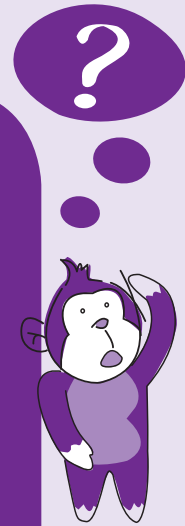


๑๗๑

แผนการเรียนรู้ ๑๓ คุยกับพ่อแม่

## คำถามชวนคิด

- เหตุการณ์ที่แต่ละกลุ่มแสดงสมจริงแค่ไหน ในความเป็นจริง เราคิดว่าเราสามารถพูดได้เช่นนั้นหรือไม่ เพราะเหตุใด
- อะไรบ้างที่อาจเป็นอุปสรรคให้เราไม่ยอมพูด ไม่กล้าพูด หรือไม่ยอมพูด แม้อีกฝ่ายจะเริ่มต้นก่อน
- สิ่งที่จะช่วยให้การพูดคุยในเรื่องทำนองนี้เป็นไปด้วยดี มีอะไรบ้าง
- หากไม่ใช้การสื่อสารพูดคุยกัน คิดว่าจะมีวิธีไหนที่จะคลายความขัดแย้งหรือทำให้เข้าใจกันได้
- คิดว่ากิจกรรมนี้สามารถนำไปใช้ในชีวิตจริงได้อย่างไร



๙. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- อุปสรรคสำคัญที่ทำให้เราไม่กล้าสื่อสารกับคนใกล้ชิด คนที่เรามีความผูกพัน คือ การคาดเดาล่วงหน้าว่าผู้ฟังจะมีปฏิกิริยาในทางลบ เช่น เกรงว่าผู้ฟังจะเสียใจ โกรธ ผิดหวัง แต่การไม่บอกความจริง อาจยิ่งทำให้คนใกล้ชิดโกรธ เสียใจ ผิดหวังมากกว่าเมื่อรู้ภายหลัง
  - นอกจากประเมินผู้ฟังว่าเป็นคนอย่างไร มีทัศนคติอย่างไร พร้อมจะรับฟังเรื่องเหล่านี้หรือไม่ การสื่อสารเพื่อสร้างความเข้าใจ ยังจำเป็นต้องมีการประเมินผลดี ผลเสียในการบอก เช่น ควรประเมินว่า บางเรื่องอาจต้องค่อยๆ บอกทีละนิด ต้องใช้เวลา หรือต้องทำเป็นที่เล่นที่จริงเพื่อหยั่งความรู้สึกของผู้ฟังก่อน หรืออาจต้องบอกผ่านผู้อื่นให้ช่วยประเมินสถานการณ์ก่อนว่า รับได้ไหม ก่อนที่เราจะเป็นฝ่ายสื่อสารเอง

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้ดำเนินกิจกรรมอาจปรับเปลี่ยนสถานการณ์สมมติให้เหมาะสมกับบริบทผู้เรียนได้

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- หากมีเพื่อนมาพูดคุยหรือเล่าให้ฟังถึงความคับข้องใจในปัญหาส่วนตัว นักเรียนจะอย่างไร



๑๗๓

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓ คุศกัมภ์ไทรบ

ถ้าเราจะจัดการศึกษา  
เพื่อให้เป็นรากฐาน  
ในการเข้าถึงชีวิตที่ดั่งงาม  
และสร้างสังคมที่ดั่งงาม  
ควรเป็นการศึกษาที่ตั้งอยู่บนพื้นฐาน  
ของความรัก ความเข้าใจ ความอบอุ่น  
และการเจริญเติบโตตามธรรมชาติของเด็ก

พิภพ ธงไชย







แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔

**ทลากรส  
หลายแบบ**



## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการให้ผู้เรียนลองยกตัวอย่างข่าวหรือเหตุการณ์ของคนรักเพศเดียวกัน ทั้งที่ประสบความสำเร็จและที่พบปัญหาในชีวิต (๒ นาที)
๒. ชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ว่ากิจกรรมหลากหลายแบบ เป็นการสำรวจความรู้สึกของคนที่รักเพศเดียวกัน และปฏิกิริยาของคนรอบข้างที่มีต่อคนรักเพศเดียวกัน
๓. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มย่อย ๓ กลุ่ม แจกใบกรณีศึกษาให้กลุ่มละ ๑ ใบ และให้ช่วยกันตอบคำถาม ให้เวลา ๑๕ นาที
๔. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอ โดยเล่าว่าตนเองได้รับโจทย์เรื่องอะไร และความ คิดเห็นของกลุ่มในเรื่องนั้นๆ ให้เวลากลุ่มละ ๓ นาที
๕. หลังจากนำเสนอครบทุกกลุ่มแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยในกลุ่มใหญ่โดยใช้คำถามชวนคิด เชื่อมโยงกับทางออกที่แต่ละกลุ่มเสนอ



๑๗๗

แผนการเรียนรู้ ๑๕ | ภาครศ หลายแบบ

## คำถามชวนคิด

- ยกตัวอย่างความเชื่อ หรืออคติที่มีในสังคมเกี่ยวกับการรักเพศเดียวกันว่ามี อะไรบ้าง เช่น คิดว่าจะเปลี่ยนใจได้ ดูออกว่าใครเป็น/ไม่เป็นเกย์จาก บุคลิกลักษณะท่าทางภายนอก เกย์-ทอม-ตุ๊ด-ดี้ อารมณ์รุนแรง ฯลฯ ความ คิดเหล่านั้นสามารถใช้อธิบายคนรักเพศเดียวกันทุกคนหรือไม่ เพราะเหตุใด
- มีเรื่องอะไรบ้างที่ทำให้คนรักเพศเดียวกันรู้สึกกังวลใจ หรือเป็นเรื่องที่ไม่ กล้าแสดงออก
- คิดว่าการหาทางออกที่แต่ละกลุ่มเสนอมานั้น จะเป็นไปได้จริงหรือไม่ เพราะเหตุใด มีทางออกอื่นๆ นอกจากที่กลุ่มเสนอมานี้หรือไม่ อย่างไร
- หากเหตุการณ์เหล่านี้เกิดขึ้นกับเพื่อนสนิท คนในครอบครัวเรา เราจะทำ อย่างไร
- คนที่รักเพศเดียวกันควรเปิดเผยให้คนรอบข้างรับรู้หรือไม่ เพราะเหตุใด
- การบอกหรือไม่บอกคนรอบข้าง จะส่งผลต่อตัวเขาอย่างไร ทั้งการใช้ชีวิต โดยทั่วไป และชีวิตทางเพศของเขา



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- ในความเป็นจริง สังคมมีคนหลากหลายเพศ แม้เรามองเพียงสรีระภายนอกก็จะมีแค่สองเพศคือ ชายและหญิงก็ตาม แต่ไม่ใช่เรื่องผิดปกติเลยเมื่อคนๆ หนึ่งจะมีความรักกับเพศเดียวกัน
  - ทศนคติและความเชื่อของคนในสังคมต่อความเป็นคนรักเพศเดียวกัน มีพื้นฐานมาจากศาสนา ค่านิยมในครอบครัว และอิทธิพลของสังคมที่มักกำหนดมาตรฐานทางเพศ ทั้งทางสรีระร่างกาย และคนที่มีความรู้สึกรักเพศเดียวกัน อาจจะเป็นผลจากพันธุกรรม การเลี้ยงดู สภาพแวดล้อมทางสังคม หรือมีหลายปัจจัยผสมผสานกันก็ได้
  - รสนิยมทางเพศอาจเปลี่ยนแปลงได้ ความรู้สึกรัก ชอบ หรือดึงดูดใจต่อเพศเดียวกัน ต่อคนต่างเพศ หรือต่อทั้งสองเพศ ไม่ใช่เรื่องผิดปกติ และแม้มีรสนิยมทางเพศที่แตกต่าง ก็มีได้ลดทอนสิทธิที่จะได้รับการปฏิบัติด้วยความเคารพอย่างเท่าเทียม
  - วัยรุ่นที่มีความสงสัย ไม่แน่ใจ หรือมีคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของตัวเอง ควรหาผู้ใหญ่ที่ไว้วางใจและเป็นທີ່ปรึกษาได้ หรือติดต่อหน่วยงานที่ให้บริการปรึกษาเรื่องรักเพศเดียวกันโดยเฉพาะ แม้จะมีบริการไม่ทั่วถึง แต่ย่อมดีกว่าเก็บความอึดอัดกังวลใจไว้คนเดียว

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- หากนักเรียนมีคนที่ เป็นเพศเดียวกันมาแสดงให้รู้ว่าชอบหรือสนใจเรามากกว่าความเป็นเพื่อน คิดว่าจะปฏิบัติตัวต่อเขาอย่างไร

## รายชื่อหน่วยงานให้บริการปรึกษา คนรักเพศเดียวกัน - ความหลากหลายทางเพศ



### หญิงรักหญิง

#### กลุ่มอัญจารี

[www.anjaree.net](http://www.anjaree.net) โทรศัพท์ ๐๘๖-๖๗๗-๙๐๐๙

เป็นกลุ่มที่ให้คำปรึกษาในเรื่องผู้หญิงที่รักผู้หญิง หรือใครที่กำลังคิดจะรักผู้หญิงสักคน และสับสนว่าตนเองควรเปิดเผยตัวตนด้านนี้อย่างไร

#### กลุ่มสะพาน

[www.sapaan.org](http://www.sapaan.org) ผู้ป.ณ. ๑๖๒ ปทจ.ดุสิต กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๐

โทรศัพท์ ๐๘๕-๐๔๑-๘๔๗๗

การทำงานของกลุ่มสะพาน จะทำผ่านสื่อและกิจกรรมต่างๆ ในรูปแบบที่หลากหลาย เช่น สิ่งพิมพ์, วิดีทัศน์, เว็บไซต์, ภาพยนตร์, วิทยุ, งานเขียน/วรรณกรรม, เวทีการประชุม/สัมมนา ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความหลากหลายทางเพศ โดยเฉพาะหญิงรักหญิง เพื่อนำเสนอข้อมูล และสถานการณ์ของความหลากหลายทางเพศต่อสาธารณชน

#### กลุ่ม LESLA

[www.lesla.com](http://www.lesla.com) โทรศัพท์ ๐-๒๗๑๙-๖๔๑๙, ๐๘๙-๒๑๘-๙๑๑๙

LESLA มาจาก LESBOLA Island เป็นชื่อของเกาะๆ หนึ่ง ในตำนานกรีกโบราณ ที่มีเรื่องเล่าต่อๆ กันมาว่า เป็นเกาะที่มีแต่ผู้หญิงอาศัยอยู่ ผู้อาศัยในเกาะนั้นถูกเรียกว่า "Lesbian" LESLA เป็นที่สำหรับผู้หญิงรักผู้หญิง ต้องการมีเพื่อนที่พูดคุยกันแล้วเข้าใจกัน

ได้ดี และเป็นศูนย์กลางรวมคนในสังคมเดียวกันนี้ให้มีความรักและความเข้าใจต่อกัน เพิ่มเติมโอกาสที่จะได้ดูแลกันและกันด้วย

## ชายรักชาย

### องค์กรบางกอกเรนโบว์ (Bangkok Rainbow Organization : BRO)

[www.bangkokrainbow.org](http://www.bangkokrainbow.org)

๓๗ ซ.ประดิพัทธ์ ๒๑ ถ.ประดิพัทธ์ แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๖๑๘-๕๖๓๕, ๐๘๖-๖๐๗-๑๐๖๙

ให้คำปรึกษาปัญหาชีวิต ครอบครัว สุขภาพจิต และสุขภาพทางเพศ ในกลุ่มเยาวชนและครอบครัว โดยการนำเสนอข้อมูลที่เกี่ยวข้องและกิจกรรมสร้างสรรค์ผ่านสื่อต่างๆ เช่น บทความ ภาพยนตร์ ละคร รายการโทรทัศน์ หนังสือ วิทยุ กิจกรรมทางการตลาด งานวิจัย การจัดสัมมนา ต่อสาธารณชนและผู้สนใจทั่วไป เพื่อเป็นการสร้างความเข้าใจอันดี และลดช่องว่างระหว่างกลุ่มเยาวชนที่มีความหลากหลายทางเพศกับสังคมโดยร่วมทำงานกับเครือข่าย NGO ด้านเอดส์และเพศศึกษา สิทธิมนุษยชน และความหลากหลายทางเพศ ทั้งภาครัฐและเอกชนในประเทศไทย รวมทั้งกลุ่มประเทศย่าน Asia Pacific (Asia Pacific Rainbow :AP-Rainbow)

### สมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย

[www.rsat.info](http://www.rsat.info)

๑๕๙ อาคารเดอะปีช เเรซิดันซ์ ชั้น ๘ ซ.โชคชัยร่วมมิตร (รัชดาภิเษก ๑๙) ถ.วิภาวดี-รังสิต แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพฯ ๑๐๓๒๐

โทรศัพท์ ๐-๒๖๙๑-๕๙๕๗-๘ โทรสาร ๐-๒๖๙๐-๗๗๓๕

๑๘๐

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕



ให้คำปรึกษาปัญหาชีวิต ครอบครัว สุขภาพจิต และสุขภาพทางเพศ ในกลุ่มเยาวชน และครอบครัว ในเรื่องชายรักชาย สามารถรับฟังรายการวิทยุซึ่งจัดโดยองค์กรได้ทาง อินเทอร์เน็ต [www.fsr-radio.com](http://www.fsr-radio.com)

### ศูนย์สุขภาพชาย Mplus

[www.mplusthailand.com](http://www.mplusthailand.com)

๒๔๘/๔๐ โครงการสหศรีภูมิเพลส ถ.มณีนพรัตน์ ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

โทรศัพท์ ๐๕๓-๔๐๔-๓๔๒ โทรสาร ๐๕๓-๔๐๔-๓๔๒ ต่อ ๑๒

ให้คำปรึกษา ทั้งยังเป็นศูนย์ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพและวิชาการเกี่ยวกับชายที่มีเพศสัมพันธ์กับชาย

## กรณีศึกษา

### กรณีที่ ๑

ซัช อยู่ชั้น ม.๖ เป็นนักกีฬาโรงเรียน หน้าตาดี เขารู้ตัวเองว่าเป็นเกย์แต่ไม่เปิดเผยตัวเองเมื่ออยู่ที่โรงเรียน เขาจะเปิดเผยตัวเองเฉพาะเมื่ออยู่ข้างนอกกับคนอื่น ๆ ที่ไม่ได้อยู่โรงเรียนเดียวกัน เขาเคยคิดอยากประกาศตัวเอง แต่เมื่อเห็นอาการที่เพื่อน ๆ ในห้องและในโรงเรียนล้อเลียนและคอยแกล้งคนที่เป็นเกย์ ทำให้ซัชไม่กล้า แต่ซัชก็ไม่สบายใจที่ต้องปิดบังตัวเอง จึงมาปรึกษาต้อง ซึ่งเป็นเพื่อนต่างโรงเรียนที่สนิทกัน ต้องเล่าเรื่องที่ซัชมาปรึกษาให้เอกซึ่งเรียนอยู่ห้องเดียวกับซัชฟัง

**ถ้าเราเป็นเอก จะทำอย่างไร**

### กรณีที่ ๒

แม่ของแนนมีแฟนเป็นผู้หญิงด้วยกัน ตัวแนนเองไม่รู้สี่กรังเกียจอะไร แต่กลัวเพื่อนรู้แล้วจะเอาไปล้อ จึงไม่เคยให้แม่มาส่งที่โรงเรียน อยู่มาวันหนึ่ง เพื่อนแนนไปที่บ้านเพื่อทำรายงาน เห็นแม่แนนกำลังกอดผู้หญิง เพื่อนสงสัยจึงถามแนน แนนไม่แน่ใจว่าเพื่อนจะเก็บความลับให้ไหม

**ถ้าเราเป็นแนน จะทำอย่างไร**





### กรณีที่ ๓

ครูต๋อเป็นที่รักของนักเรียน และเป็นครูที่เก่งมาก ต่อมา ครูต๋อย้ายไปอยู่โรงเรียนใหม่ ในอีกอำเภอหนึ่ง และมีเสียงลือว่า ครูต๋อถูกพวกพ่อแม่ในโรงเรียนใหม่ต่อต้าน เพราะรู้ว่า ครูต๋อมีแฟนเป็นผู้ชายอยู่บ้านเดียวกัน

ถ้าเราเป็นนักเรียนเก่าของครูต๋อ จะทำอย่างไร

๑๔๓

|| การเรียนรู้ ๑๔ || การสหลายแบบ

การจะทำให้การศึกษา  
สนองต่อชีวิตของผู้เรียนได้นั้น  
จำเป็นที่ต้องคืนการศึกษาแก่ประชาชน  
รัฐควรจะลดบทบาทของตนในการจัด  
และควบคุมการศึกษาลงไปกว่านี้ให้มาก

ศ.ดร.นิธิ เอียวศรีวงศ์





**แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕**  
**เขียนชีวิต**



# แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕

## เขียนชีวิต

### สาระสำคัญ

บุคคลมีสิทธิในการเลือกตัดสินใจว่าจะมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์ จะตั้งครรภ์หรือไม่ จากความยินยอมพร้อมใจของตนเอง รวมทั้งมีทางเลือกในการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย การเข้าถึงข้อมูล อุปกรณ์ บริการ ที่จะช่วยให้สามารถป้องกันหรือหลีกเลี่ยงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากเพศสัมพันธ์ได้ และได้รับบริการสุขภาพที่มีคุณภาพในการดูแลและจัดการเกี่ยวกับการตั้งครรภ์หรือการยุติการตั้งครรภ์

### จุดประสงค์

๑. บอกปัจจัยที่ทำให้เกิดเพศสัมพันธ์โดยไม่มี การป้องกัน
๒. บอกข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก หากพบว่ามีการตั้งครรภ์เมื่อไม่พร้อม
๓. บอกแหล่งบริการที่ให้ความช่วยเหลือเมื่อเกิดการตั้งครรภ์

### อุปกรณ์ และสื่อ

๑. กระดาษเอสี่
๒. เอกสารประกอบ

๑๘๖

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

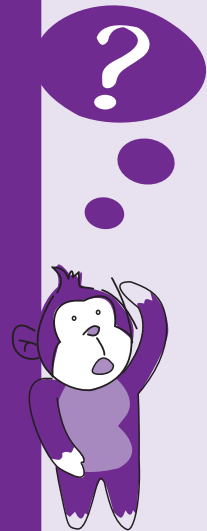
๑. ชี้แจงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่าเป็นการอภิปราย แลกเปลี่ยน ประเด็นที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง การตั้งครุฑและการทำแท้ง
๒. ถามผู้เรียนว่าเคยได้ยินเรื่องของคนที่เคยทำแท้ง หรืออยู่ในสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจทำแท้ง หรือไม่ ได้ยินมาว่าอย่างไร ทั้งนี้อาจเป็นเรื่องที่รับรู้มาจากที่ต่างๆ เช่น เห็นจากสื่อ เรื่องที่เคยได้ยินมา ฯลฯ
๓. ขอบอาสาสมัคร ๑-๒ คน เล่าเรื่องที่เคยได้ยินมา ถามความรู้สึกเมื่อได้ยินข่าวหรือเรื่องเหล่านี้
๔. จากนั้น ผู้ดำเนินกิจกรรมให้ผู้เรียนแต่ละคนจินตนาการ และเขียนถึงเรื่องของคนๆ หนึ่ง ที่ตัดสินใจ “ทำแท้ง” ในช่วงหนึ่งของชีวิต โดยให้ผู้เรียนเขียนบรรยายถึง สถานการณ์และ เหตุผลสำคัญ ที่คนๆ นั้นเลือกตัดสินใจทำแท้ง ว่าเป็นอย่างไร และให้อธิบายบริบทชีวิตของคนๆ นั้นสั้นๆ ประกอบด้วย เช่น เป็นใคร อายุเท่าไร ทำอะไร ฯลฯ ใช้เวลาเขียนเรื่อง ๑๕ นาที
๕. เมื่อเห็นว่าทุกคนเขียนเรื่องเสร็จแล้ว ขอฟัง “เหตุผล” ในการทำแท้งในเรื่องที่แต่ละคนเขียน (อย่าให้บอกเฉพาะเหตุที่ตัดสินใจทำแท้ง เช่น ถูกข่มขืน, แฟนไม่ยอมรับ, อยากเรียนต่อ, กลัวพ่อแม่เสียใจ ฯลฯ) ให้ผู้ดำเนินกิจกรรมเขียนคำตอบขึ้นกระดาน และเมื่อมีคนบอกเหตุผลของตัวเอง ให้ถามคนอื่นๆ ว่าเรื่องของใครมีเหตุผลเดียวกัน จากนั้นถามเหตุผลที่แตกต่างไป จนทุกคนได้บอกเหตุผลของตนเอง
๖. ให้แบ่งกลุ่มตามเหตุผลที่เหมือน/คล้ายกัน ถ้ากลุ่มใดมีขนาดใหญ่ให้แยกให้เล็กลง (ประมาณ กลุ่มละ ๕-๗ คน) และอาจจัดกลุ่มเหตุผลที่มีเพียงคนเดียวไว้ด้วย
๗. ในกลุ่มย่อย ให้แต่ละคนเล่าเรื่องที่ตัวเองแต่งให้เพื่อนๆ ในกลุ่มฟัง เมื่อเล่าครบทุกคนแล้ว ให้ลงมติเลือกเรื่องที่คุณคิดว่าน่าสนใจที่สุดนำเสนอให้กับกลุ่มใหญ่
๘. ให้ตัวแทนกลุ่มนำเสนอเรื่องที่กลุ่มคัดเลือก เมื่อแต่ละกลุ่มเล่าจบ ให้ผู้ดำเนินกิจกรรมถามกลุ่มใหญ่ว่า
  - เมื่อได้ฟังเรื่องแล้ว เห็นด้วยหรือไม่กับการตัดสินใจทำแท้งในสถานการณ์นั้นๆ เพราะเหตุใด



๙. เมื่อทุกกลุ่มได้นำเสนอเรื่องของตัวเอง และกลุ่มใหญ่ช่วยกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมใช้คำถามชวนคิด เพื่อชวนแลกเปลี่ยนเพิ่มเติม ดังนี้

## คำถามชวนคิด

- คิดว่าผู้หญิงที่ต้องทำแท้ง รู้สึกอย่างไร
- คิดว่าแฟน/คนรัก ของผู้หญิงที่ต้องไปทำแท้ง จะรู้สึกอย่างไร เหมือนหรือต่างจากฝ่ายหญิง
- สาเหตุหลักที่ทำให้ผู้หญิงต้องทำแท้งคืออะไร
- เหตุผลที่ฝ่ายชายจะขอให้แฟนหญิงไปทำแท้ง คืออะไร
- วัยรุ่นหญิง/วัยรุ่นชาย จะทำอะไรได้บ้าง เพื่อไม่ให้ตนเองตกอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องเลือกทำแท้ง
  - สิ่งที่เสนอทำได้จริงหรือไม่ ยากง่ายอย่างไร
- คิดว่าคนที่เผชิญกับสถานการณ์ตั้งครรภ์เมื่อไม่พร้อม (ทั้งหญิงและชาย) รู้สึกอย่างไร ต้องการความช่วยเหลือในลักษณะไหน
- สำหรับบางคน การทำแท้งอาจเป็นทางเลือกที่ดีที่สุด แต่อะไรเป็นสาเหตุที่อาจทำให้คนๆ นั้นไม่สามารถเลือกทางออกที่ดีที่สุดนี้ได้
- คิดอย่างไรกับการทำให้การทำแท้งถูกกฎหมาย
- คิดว่าเรื่องแต่งของพวกเรา มีโอกาสเกิดขึ้นได้จริงหรือไม่ และเกิดกับพวกเราได้ไหม



๑๐. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- เพศสัมพันธ์ที่ไม่มีการวางแผน สามารถส่งผลกระทบต่อมหาหลายอย่าง ทำให้เกิดปัญหาชีวิตซึ่งไม่มีใครต้องการให้เป็นเช่นนั้น เราสามารถหลีกเลี่ยงสภาพเช่นนั้นได้ด้วยการจัดการแต่อย่างก้าวของความสัมพันธ์อย่างรู้เท่าทันความนึกคิดของตัวเองและของคนที่เราคบ รวมทั้งช่วยกันคิดหาทางเลือกที่ปลอดภัยไว้ล่วงหน้า



๑๘๙

- เราจำเป็นต้องมีทักษะที่ถูกต้องในเรื่องเพศและสิทธิในเนื้อตัวร่างกาย ชีวิตและสุขภาพเป็นเรื่องที่แต่ละคนต้องดูแลปกป้องตนเอง ไม่ปล่อยให้ความเป็นไปของเราขึ้นอยู่กับความรับผิดชอบของคู่รัก ในขณะเดียวกัน คู่รักที่มีเพศสัมพันธ์ก็ต้องมีความรับผิดชอบต่อกันด้วยการเผชิญปัญหาาร่วมกัน การปรับตัวเข้าหากัน การสื่อสารต่อกัน เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ซึ่งเป็นเรื่องที่เลือกและทำเพียงฝ่ายเดียวได้ยาก
- มีหน่วยงานที่ให้คำปรึกษา ให้ที่พักและให้บริการเมื่อตั้งครรภ์โดยไม่พร้อม การเลือกทำแท้งหรือเลือกตั้งครรภ์ต่อมีทางเลือกหลายทาง ไม่ควรเก็บปัญหาไว้กับตัวเองคนเดียว หรือรีบตัดสินใจทำตามคำแนะนำที่เราไม่แน่ใจว่าจะปลอดภัย ควรหาข้อมูลและความช่วยเหลือเพื่อให้ได้ทางออกที่แก้ปัญหาได้ดีที่สุด
- การทำแท้งถือเป็นอันตรายต่อสุขภาพ บางวิธีมีผลร้ายแรงถึงขั้นทำให้เราไม่สามารถมีลูกได้อีกเลยในอนาคต บางวิธีเป็นอันตรายถึงชีวิต กฎหมายให้ออกาสผู้หญิงทำแท้งได้เมื่อการตั้งครรภ์นั้นเป็นอันตรายต่อสุขภาพผู้หญิง และกรณีที่ผู้หญิงตั้งครรภ์เพราะถูกข่มขืน โดยต้องให้บริการโดยแพทย์เท่านั้น

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

- หากเวลาไม่พอ ขอให้กลุ่มที่คิดว่าเรื่องในกลุ่มของตนเองน่าสนใจเล่าให้เพื่อนฟัง ๒ - ๓ เรื่อง โดยไม่ต้องเล่าทุกกลุ่ม
- เป็นไปได้ที่ในชุมชนหรือในโรงเรียนเคยมีเรื่องชีวิตที่คล้ายคลึงกับกรณีที่พูดคุยในกิจกรรมนี้ ผู้ดำเนินกิจกรรมควรระบุแต่ต้นว่า เรื่องราวชีวิตล้วนเป็นบทเรียนที่มีคุณค่าต่อการศึกษาเรียนรู้ และไม่ใช่ว่าเรื่องที่จะนำไปล้อเลียน หรือพูดจาซ้ำเติมคนที่อาจมีประสบการณ์ชีวิตคล้ายๆ กัน

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- หากเกิดกรณีการตั้งครุฑที่ไม่พร้อม ให้นักเรียนเสนอทางเลือกเพื่อแก้ไขปัญหาอย่างน้อย ๒ วิธี และเปรียบเทียบถึงข้อดีและข้อเสียของแต่ละวิธี





๑๙๑

|| แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕ | เย็บชุด |

## เอกสารประกอบ ทำแท้ง ทำอย่างไร

น.พ.รุ่งโรจน์ ตรีนิติ

ทำแท้ง หมายถึงการทำให้การตั้งครรภ์สิ้นสุดลงก่อนอายุครรภ์ ๒๘ สัปดาห์ การทำแท้งเป็นเรื่องผิดกฎหมายในบ้านเรา ผิดมาตั้งแต่เด็กดำบรรพ์จวบจนทุกวันนี้ กฎหมายอนุญาตให้ทำแท้งสามารถกระทำได้เพียงสองกรณีเท่านั้น คือกรณีถูกข่มขืน และกรณีที่ตั้งครรภ์ต่อไปอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพของมารดา แม้แต่มารดาเป็นเอดส์ กฎหมายก็ตีความเมื่อเร็วๆ นี้ว่าไม่อาจทำแท้งได้

ผมจำได้ว่าเมื่อตอนเป็นนักศึกษาแพทย์เมื่อสี่สิบปีก่อน ต้องมานั่งเฝ้าคนไข้ที่ตกเลือดจากการทำแท้งโดยหมอเถื่อน บางรายตกเลือดจนต้องวิ่งหาเลือดกันจ้าละหวั่น บางรายเป็นบาดทะยัก บางรายติดเชื้อในกระแสโลหิตจนไตวาย ต้องนั่งเฝ้าล้างไตทั้งคืนบ่อยๆ จวบจนมีหมอบริญญากรุ่มหนึ่ง ให้บริการทำแท้งในรูปแบบการวางแผนครอบครัว ปัญหาแทรกซ้อนจากการทำแท้งโดยหมอเถื่อนจึงลดลง

การทำแท้งเป็นเรื่องผิดกฎหมายไม่ว่าจะทำโดยหมอเถื่อนหรือหมอบริญญา ถ้าเป็นหมอเถื่อนมักจะทำในหลายรูปแบบ ที่พบบ่อยๆ คือ การบีบหน้าท้อง ซึ่งก็ได้ผลบ้างไม่ได้ผลบ้าง แต่ส่วนมากก็ไม่ได้ผล ที่หนักหนากว่านั้นก็คือการใช้วัสดุต่างๆ แหย่เข้าโพรงมดลูก หรือฉีดน้ำยาสารพัดชนิดเข้าโพรงมดลูกซึ่งเป็นเรื่องอันตรายสุดๆ อันตรายจากมดลูกทะลุ อันตรายจากการตกเลือด อันตรายจากการติดเชื้อ ที่เป็นไม่มากรักษาทันทีหายเป็นปกติ ที่เป็นหนัก รักษาไม่ทันก็ตายไป

การทำให้การตั้งครรภ์สิ้นสุดลงตามหลักวิชาการในปัจจุบันแบ่งได้ ๒ แบบคือ  
Medical Abortion แท้งโดยใช้ยา  
Surgical Abortion แท้งโดยใช้เครื่องมือ

## Medical Abortion แท้งโดยใช้ยา

ยาที่ใช้ในการทำให้แท้งมีหลายตัว แต่ที่นิยมใช้กันมีสองสูตร

**๑. Methotrexate ร่วมกับ misoprostol** ยา Methotrexate ใช้มานานกว่า ๔๐ ปี เพื่อรักษาโรคมะเร็งและไขข้ออักเสบ ต่อมาพบว่าสามารถยุติการตั้งครรภ์ได้ จึงนำมาใช้รักษาการตั้งครรภ์นอกมดลูก โดยฉีดยาให้ครรภ์ที่อยู่นอกมดลูกที่ยังไม่แตกฝ่อ ช่วยลดอันตรายจากท้องนอกมดลูก และลดอัตราการผ่าตัดท้องนอกมดลูกลงได้ ต่อมาได้มีผู้นำมาใช้ในการทำให้แท้ง โดยใช้ร่วมกับยา misoprostol ใช้กับการตั้งครรภ์ไม่เกิน ๙ สัปดาห์ ได้ผลราว ๘๐ - ๘๕% การแท้งจะเกิดขึ้นภายใน ๒ สัปดาห์ ยา Methotrexate เป็นยาอันตรายที่ต้องควบคุมพิเศษ ต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์ ใช้ในรูปยาฉีด ไม่ต้องไปหาซื้อตามร้านขายยาหรือกิน เพราะไม่มีขาย

**๒. RU-486 (Mifepristone) ร่วมกับ misoprostol** สูตรนี้มีใช้มานานร่วมสิบปี แถวๆ ยุโรปบางประเทศ ในเอเชียมีใช้มากในประเทศจีน ที่เพิ่งมาฮือฮากันในเร็วๆ นี้ ก็เพราะได้รับอนุญาตให้ใช้ในอเมริกาได้โดยผ่านทางแพทย์เป็นผู้จ่ายยานี้ ยานี้ใช้ได้กับครรภ์ไม่เกิน ๗ สัปดาห์ ได้ผลราว ๙๘ - ๙๙% มีส่วนน้อยเท่านั้นที่ต้องชูดมดลูก เนื่องจากการตกเลือดหรือออกไม่หมด แต่อย่าเพิ่งดีใจนะ เพราะเมืองไทยไม่อนุญาตให้ขาย ถือว่าเป็นยาทำแท้ง ห้ามขายเด็ดขาด แต่เมื่อมีความต้องการ ก็มีคนหามาส่อง โดยไปหิ้วมาจากเมืองจีน ขายกันตามสถาบันการศึกษา ชุดหนึ่งก็ขายกัน ๔,๐๐๐ - ๕,๐๐๐ บาท รวยกันและ

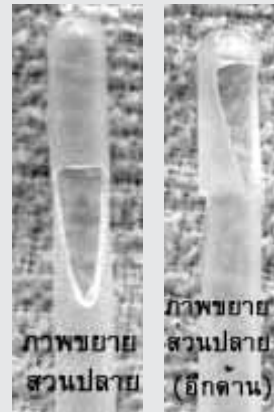


ถ้าคุณจะซื้อก็ให้ระมัดระวังหน่อย คุณแน่ใจได้อย่างไรว่ายาที่คุณซื้อไม่ใช่ยาปลอม - แบ่ง  
 อัลดเม็ต ของขายได้ราคาอย่างนี้มีหรือจะไม่มีการปลอม ฮ่า ฮ่า อยากให้ออกก็ซื้ออีกชุด  
 จ่ายไปอีก ๔,๐๐๐ - ๕,๐๐๐ คราวนี้อาจได้ของจริง...สงสารคนไทยจัง ทุกข์แล้วยังมาโดนต้ม  
 อีกต่างหาก... ล่าสุด...ได้ข่าวว่าร้านขายยาบางแห่งก็เริ่มมีขายกันแล้ว คิดว่าแนวโน้มต่อไป  
 คงไม่สามารถสกัดกั้นการขาย (แบบลักลอบ) ได้ คนไข้ที่เกิดอาการแทรกซ้อนจากการใช้  
 ยาที่ไม่ถูกวิธี เช่น การตกเลือด มดลูกแตก คงจะมีมากขึ้น ทั้งนี้ก็เพราะคนที่ตั้งครรภ์  
 และไม่พร้อมจะไม่คำนึงว่ายาที่ใช้ใช้ได้ในระยะใด ต่อไปจะเป็นอย่างไรก็ช่าง

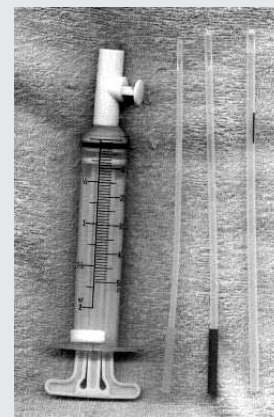
### Surgical Abortion II กังโดยใช้เครื่องมือ

การทำแท้งโดยใช้เครื่องมือนี้มีมานานแล้ว แบ่งได้ดังนี้

๑. **ปรับประจำเดือน** ใช้ในกรณีที่รอบเดือนขาดไม่เกิน ๘ สัปดาห์ โดยไม่สนใจว่าการขาดเลือดนั้นเกิดจากการตั้งครรภ์ หรือไม่ เครื่องมือที่ใช้ก็ประกอบด้วยเครื่องดูดสุญญากาศ หรือ กระบอกดูดสุญญากาศกับหลอดดูดซึ่งมีขนาดเท่าหลอดกาแฟ ดังรูป

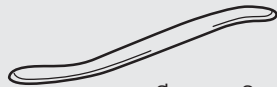


ถ้าเป็นสูตินรีแพทย์ที่มีประสบการณ์ ใช้เวลาทำประมาณ ๒ นาที ทำเสร็จกลับบ้านได้เลย อันตรายเท่ากับการคลอด ปกติ (Normal labor) อันตรายที่อาจเกิดได้ เช่น มดลูกทะลุ ติดเชื้ออักเสบ ในประเทศสิงคโปร์เมื่อสิบกว่าปีนี้ก็ใช้วิธีนี้แก้ ปัญหาให้กับคนของเขา พร้อมๆ กับให้การศึกษา จนเดี๋ยวนี้ คนของเขาสามารถคุมกำเนิดป้องกันได้ดี จนไม่มีปัญหาท้องไม่ ฟิงประสงค์



**๒. ขูดมดลูก curettage** การขูดมดลูกสามารถกระทำได้ตั้งแต่ครรภ์ ๔ - ๑๒ สัปดาห์ ใช้เวลาทำประมาณ ๓ - ๑๐ นาที ทำเสร็จกลับบ้านได้เลย อันตรายที่อาจเกิดได้ เช่น มดลูกทะลุ มดลูกอักเสบ ถ้าคนทำไม่ชำนาญอาจขูดลึกถึงกล้ามเนื้อมดลูกทำให้มีเลือดออกกระปริบกระปรอยเรื้อรัง และเมื่อตั้งครรภ์ก็อาจแท้งได้ง่าย แต่ถ้าเป็นสูตินรีแพทย์ที่มีประสบการณ์และใช้ความระมัดระวัง อันตรายก็น้อยกว่าการคลอดที่มีความเสี่ยง (high risk pregnancy)

แท้งขยายปากมดลูก

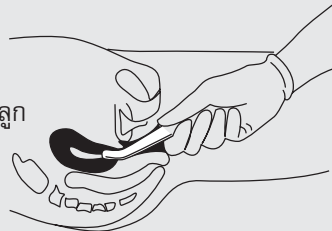


มีหลายชนิด

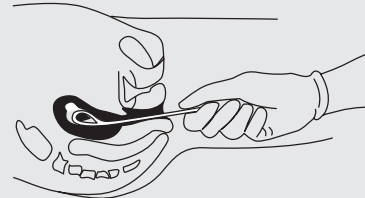


เครื่องมือขูดมดลูก

ตัวมดลูก



ขยายปากมดลูก เพื่อให้ใส่เครื่องมือได้



ขูดเอาชิ้นส่วนในมดลูกออก



๑๙๕

แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕  
เขียนชีวิต

**๓. การเร่งคลอด** ใช้ในกรณีตั้งครรภ์ ๑๖ - ๒๖ สัปดาห์ กรณีนี้ต้องนอนโรงพยาบาล การทำก็โดยฉีดน้ำเกลือเข้มข้น ๒๐% เข้ามดลูกโดยผ่านทางหน้าท้อง หลังจากนั้นก็ใส่ยาเร่งคลอด ในน้ำเกลือค่อยๆ หยดทางสายน้ำเกลือเข้าเส้นเลือด บางคนอาจใช้ยาขยายปากมดลูกสอดเข้าช่องคลอด ช่วยให้การคลอดง่ายขึ้นด้วย หลังจากนั้นเมื่อปวดท้องคลอด คนไข้ก็ต้องเบ่งคลอดเหมือนคนคลอดทั่วไป ได้ผลในเวลา ๒๔ - ๔๘ ชั่วโมง อันตรายที่อาจเกิดได้ เช่น การติดเชื้อ มดลูกทะลุ รวมทั้งปัญหาที่เกิดขึ้น ในช่วงคลอดซึ่งก็เหมือนการคลอดปกติทั่วไป เด็กที่คลอดแล้วก็จะเสียชีวิต

บทความนี้เขียนขึ้นมาตามหลักวิชาการ เพื่อให้ท่านได้พอมองเห็นภาพว่าเขาทำแท้งกันอย่างไรไม่ได้มีเจตนาขู่ส่งเสริมให้ทำแท้งแต่อย่างใด การให้การศึกษาให้ประชาชน รู้จักป้องกันตัวเอง มีที่ปรึกษา เมื่อคุมกำเนิดแล้วมีอาการข้างเคียงสามารถมีที่ถามได้อย่างสะดวก คือหนทางที่ควรทำ อย่างที่เว็บนี้กำลังทำอยู่ครับ

เอกสารอ้างอิง

น.พ.รุ่งโรจน์ ตรีนิติ. ทำแท้ง ทำอย่างไร. จาก [http://www.clinicrak.com/birthcontrol/lady\\_abortion14.html](http://www.clinicrak.com/birthcontrol/lady_abortion14.html)

แท้ที่จริง  
การจัดการศึกษาที่ควรจะเป็นนั้น  
น่าจะอยู่ที่การมองหา  
พรสวรรค์ในเด็กมากกว่า  
การมองหาเด็กที่มีพรสวรรค์

ดร.อุทัย ดุลยเกษม





**แผนการเรียนรู้ที่ ๑๖**  
**ครอบครัว**  
**ของเรา**



# แผนการเรียนรู้ที่ ๑๖

## ครอบครัวของเรา

### สาระสำคัญ

ในสังคมปัจจุบัน ครอบครัวมีรูปแบบที่หลากหลาย ไม่จำเป็นต้องประกอบด้วยพ่อ แม่ลูกเท่านั้น และไม่ว่าจะเป็นครอบครัวแบบใด ก็สามารถมีความสุขร่วมกันได้ หากสมาชิกในครอบครัวมีความรักความเข้าใจต่อกัน ตระหนักถึงบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบ ยอมรับ และดูแลช่วยเหลือกัน

### จุดประสงค์

๑. อธิบายสาเหตุของรูปแบบครอบครัวที่หลากหลายในสังคมปัจจุบัน
๒. บอกความสำคัญของครอบครัวที่มีต่อวัยรุ่น
๓. บอกปัจจัยสำคัญที่ทำให้ครอบครัวมีความสุข
๔. ระบุสิ่งสำคัญที่จะทำให้เยาวชนคนหนึ่งเติบโตเป็นเยาวชนที่มีคุณภาพและมีความสุข

### อุปกรณ์ และสื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต กระดาษขาว ปากกาเคมี

๑๙๘

คู่มือการจัด  
กระบวนการเรียนรู้  
เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ ๕



## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ของกิจกรรมนี้ว่า เป็นการวิเคราะห์ปัจจัยที่ทำให้เกิดรูปแบบครอบครัวที่หลากหลายในปัจจุบัน และวิเคราะห์ปัจจัยที่ทำให้ครอบครัวมีความสุข
๒. เข้าสู่ทเรียนโดยถามว่า
  - ครอบครัวที่มีความสุข หมายถึง.... (ผู้ดำเนินกิจกรรมจดคำตอบไว้บนกระดาน)
  - ครอบครัวจำเป็นต้องประกอบด้วยพ่อแม่ลูกหรือไม่ เพราะเหตุใด
  - ครอบครัวที่ไม่ได้มีองค์ประกอบครบพ่อแม่ลูก สามารถเป็นครอบครัวที่มีความสุขได้หรือไม่
๓. แบ่งผู้เรียนออกเป็น ๖ กลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มจะได้ลักษณะครอบครัวแบบต่างๆ ดังนี้
  - ก. ครอบครัวโสดเดี่ยว - ลูก ๆ อยู่กับพ่อหรือแม่ คนใดคนหนึ่ง
  - ข. ครอบครัวบุญธรรม - พ่อแม่อยู่กับเด็กที่ขอมาเลี้ยงเป็นลูกบุญธรรม
  - ค. ครอบครัวที่เด็ก ๆ อยู่กับพ่อหรือแม่ ซึ่งแต่งงานใหม่ (พ่อเลี้ยง/แม่เลี้ยง)
  - ง. ครอบครัวของคู่เกย์ที่ขอเด็กมาเลี้ยงเป็นลูก
  - จ. ครอบครัวที่พ่อแม่เป็นวัยรุ่น อายุ ๑๖ - ๑๗ มีลูก
  - ฉ. ครอบครัวที่มี ตา ยาย แม่ที่ติดเชื้อเอชไอวี และลูก
๔. ให้เวลากลุ่มย่อย ๑๐ นาที ในการอภิปรายแลกเปลี่ยนและตอบคำถาม ดังนี้
  - สังคมส่วนใหญ่จะมองครอบครัวรูปแบบนี้อย่างไร
  - ความท้าทายที่สมาชิกในครอบครัวนี้จะต้องเผชิญมีอะไรบ้าง
  - คิดว่าเด็ก ๆ ที่เติบโตในครอบครัวแบบนี้ จะเป็นเด็กมีปัญหาหรือไม่ เพราะเหตุใด
๕. ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอ จากนั้นผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุย ดังนี้



๑๙๙

แผนการเรียนรู้ ๑๑ ครอบครัวของเธอ

## คำถามชวนคิด

- ครอบครัว ๖ แบบที่เราคุยกัน ถือเป็น “ครอบครัวสมบูรณ์” หรือไม่ อย่างไร
- ครอบครัวทั้ง ๖ แบบนี้สามารถเป็นครอบครัวที่มีความสุขหรือไม่ อย่างไร
- ทักษะคติในทางลบที่สังคมมีต่อครอบครัวแบบนี้ อาจส่งผลอย่างไรบ้าง
- จริงหรือไม่ ที่หากพ่อแม่ไม่ได้อยู่ด้วยกันแล้วจะทำให้เด็กมีปัญหา  
ให้อธิบายเหตุผลประกอบ
- ตัวเราจะสามารถทำให้ครอบครัวมีความสุขได้หรือไม่ อย่างไร



๖. ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนผู้เรียนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
- ในสภาพสังคมปัจจุบันและในอนาคต รูปแบบครอบครัวอาจมีความหลากหลายมากขึ้น และอาจไม่ใช่ภาพอุดมคติของ “พ่อ - แม่ - ลูก” แต่เพียงอย่างเดียว ทั้งนี้ สิ่งสำคัญคือ ครอบครัวเป็นรากฐานสำคัญของบุคคล และองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้ครอบครัวมีความสุข คือ การดูแล ใส่ใจ และสื่อสารกันด้วยความเข้าใจและปรารถนาดีต่อกันของสมาชิกในครอบครัว และความมั่นใจว่าจะมีคนที่มีคนที่จะรัก ยอมรับ และช่วยเหลือเราเสมอ โดยไม่จำเป็นต้องมีองค์ประกอบของครอบครัวแบบในอุดมคติ
  - การที่พ่อและแม่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน ไม่ได้หมายความว่า “ครอบครัวแตกแยก” ในความหมายที่สังคมมักพูดถึง และไม่จำเป็นว่าเด็กๆ ที่อยู่กับพ่อหรือแม่คนใดคนหนึ่ง จะต้องกลายเป็นเด็กที่มีปัญหาเหมือนที่สังคมมักตีตรา

## ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม

ผู้เรียนในห้องอาจอยู่ในครอบครัวหลากหลายรูปแบบ ผู้ดำเนินกิจกรรมควรพูดให้ความมั่นใจว่าทุกครอบครัวล้วนมีความหมาย และแต่ละคนก็มีความหมายสำหรับคนในครอบครัวตนเอง ไม่ใช่เรื่องน่าอายที่ครอบครัวเราอาจมีองค์ประกอบแตกต่างจากครอบครัวอื่นๆ และเราเองก็เป็นส่วนหนึ่งที่จะทำให้ครอบครัวมีความสุขได้



๒๐๑

## การวัดและประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และการอภิปรายแลกเปลี่ยน

## คำถามท้ายบท

- บอกปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้สมาชิกครอบครัวแต่ละคนมีความสุข

# 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.
- ไทรรงค์ เจนการ. นิยาม : การประเมินผลการเรียนรู้. กรุงเทพฯ: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, ๒๕๔๙.
- ภาวนา เทวียนระวี. เขาวงกตไม่มีปัญหา แต่อยากมีโอกาส. ใน ไขความลับ รุ่นเรา เราเลือก เรา รับผิดชอบได้ บันทึกประสบการณ์สองปีแรกของเขาวงกตและคนทำงานในโครงการก้าวอย่าง อย่างเข้าใจ. ๗๓-๗๘. องค์การแพช โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ. กรุงเทพฯ: พี.เอส.ซีพพลาย, ๒๕๔๙.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ และกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพศศึกษา ช่วงชั้นที่ ๓ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓. กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๕๐.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. การประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๔๔. กลุ่มส่งเสริมการเรียนรู้การสอนและประเมินผล สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, ๒๕๔๔.

องค์การแพช โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ. คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้ “เพศศึกษา” สำหรับเยาวชนในช่วงชั้น ๒-๔ ประถมศึกษาปีที่ ๖ ถึง มัธยมศึกษาปีที่ ๖. กรุงเทพฯ: ธีรรัตน์การพิมพ์, ๒๕๔๗.

องค์การแพช โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ. คู่มือการจัดกิจกรรมเยาวชนเสริมหลักสูตรเพศศึกษา. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ., ๒๕๕๐.

องค์การแพช โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ. แนวคิดในการออกแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับครูและผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาสำหรับเยาวชน. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ., ๒๕๕๐.

องค์การแพช โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ. แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้านในสถานศึกษา สำหรับผู้บริหารสถานศึกษา. กรุงเทพฯ: เออร์เจนท์ แทค จำกัด, ๒๕๕๐.

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

## เว็บไซต์

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

องค์การแพช โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ. อ้างอิง ณ ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๐. จาก [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net)



ກາດພູນວກ

## ๖ มิติ เพศศึกษาแบบรอบด้าน กับพฤติกรรมที่พึงประสงค์

---

การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาโดยใช้หลักสูตรที่พัฒนาจากมิติทั้ง ๖ ด้านในเรื่องเพศของมนุษย์ ที่พัฒนาโดย *SIECUS Comprehensive Sexuality Education*<sup>๑</sup> โดยจัดให้เป็นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง และสอดคล้องกับช่วงวัย มีเป้าประสงค์เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้สามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพทางเพศ โดยสาระที่พัฒนาขึ้นต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ที่เน้นการบ่มเพาะคุณลักษณะ และพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของเยาวชน ให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพทางเพศในมิติต่างๆ อย่างรอบด้าน ดังนี้

### มิติการพัฒนาตามธรรมชาติของช่วงวัยมนุษย์ (Human Development) เราคาดหวังให้

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

---

<sup>๑</sup> 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) เราคาดหวังไว้

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

### มิติของการพัฒนาทักษะส่วนบุคคล (Personal Skills) เราคาดหวังไว้

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

### มิติของพฤติกรรมทางเพศ (Sexual Behavior) เราคาดหวังไว้

- บุคคลได้รับความพึงใจ และสามารถแสดงตัวตนในเรื่องเพศของตนตลอดการดำเนินชีวิต
- บุคคลสามารถแสดงออกในวิถีเพศตามที่ตนเองให้คุณค่า
- บุคคลสามารถสร้างความรู้สึกรักพอใจ พอใจทางเพศ โดยไม่จำเป็นต้องลงมือปฏิบัติตามความรู้สึก ความคิดเหล่านั้น

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

### มิติของสุขภาพทางเพศ (Sexual Health) ใสภาคหวังไว้

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

### มิติของสังคม วัฒนธรรม (Society and Culture) ใสภาคหวังไว้

- 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 ปรีกปรีา 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 ซึ่งมีการพิสูจน์มาจากการประสพการณ์ของการจัดการศึกษาในหลายประเทศทั่วโลกว่า กระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ต้องเป็นการจัดกิจกรรมที่ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ วิจัย สร้างสรรค์ ศึกษา ค้นคว้า และได้ลงมือปฏิบัติจนเกิดการเรียนรู้และค้นพบความรู้ด้วยตนเอง รักที่จะค้นคว้า รักการเรียนรู้อันจะนำไปสู่การเรียนรู้ตลอดชีวิต (Long-life Education) และเป็นบุคคล

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

การจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาคือ การเรียนรู้ร่วมกันระหว่างผู้จัดการเรียนรู้และผู้เรียน เพื่อสามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตทางเพศที่มีสุขภาวะ และสัมพันธภาพที่สร้างสรรค์ ระหว่างบุคคล ดังนั้น ผู้จัดการเรียนรู้จึงต้องมีทักษะ มีความเข้าใจ และสามารถออกแบบการเรียนรู้ เพื่อสร้างให้ผู้เรียนเกิดการคิด วิเคราะห์ แยกแยะ ใคร่ครวญในเรื่องเพศวิถี ทักษะ ค่านิยม วัฒนธรรม การหล่อหลอมทางสังคมที่มีต่อ “อคติ” ทางเพศทั้งหลายที่ปรากฏอยู่ในสังคม สร้างความเข้าใจในเรื่องสิทธิเยาวชน สร้างความเชื่อมั่นต่อศักยภาพของเยาวชนที่จะเรียนรู้ และตัดสินใจ ในสิ่งที่เป็นผลดีต่อชีวิต และจิตใจของตน โดยไม่ถูกล้อมกรอบ กัดดัน จากความคาดหวังของ ครอบครัว หรือสังคม จนไม่สามารถพัฒนาศักยภาพในตัวเอง หรือสูญเสียความเคารพตนเอง

ครูผู้จัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษามีหน้าที่เช่นเดียวกับผู้จัดการเรียนรู้ (Facilitator) คือการ ติดตามกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน ซึ่งไม่ได้หมายความว่า จะต้องนำพาผู้เรียนไปสู่ข้อสรุปที่ ผู้จัดการเรียนรู้ต้องการให้เป็นไป แต่เป็นบทบาทของการสร้างพื้นที่ หรือบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ ให้ผู้เรียนมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนถกเถียง ความคิดเห็น ประสบการณ์ระหว่างกัน และสร้างข้อสรุป ร่วมกัน ในทั้งความเห็นร่วม และเห็นต่าง

หน้าที่สำคัญของผู้จัดการเรียนรู้คือ การสร้างบรรยากาศให้ผู้เรียนรู้สึกปลอดภัย ฟังใจที่จะ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน โดยพร้อมจะรับฟังซึ่งกันและกัน ไม่ต้องเกรงการถูกตัดสินว่าดี ว่า ด้อย ใง่ หรือฉลาด กว่ากัน แต่รับรู้ร่วมกันว่า ทุกความคิดเห็นมีคุณค่า และพร้อมที่จะบอกความ คิดเห็น ความรู้สึกของตนแก่ผู้อื่น

ผู้จัดการเรียนรู้จึงไม่จำเป็นต้องเป็นผู้เชี่ยวชาญ หรือมีคำตอบในทุกคำถามที่เกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา แต่สามารถสร้างคำถาม กระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็น และเมื่อมีความเห็นที่ขัดแย้งกัน ก็สามารถกระตุ้นให้เกิดการวิเคราะห์ถึงเหตุและผล หรือที่มาที่ไปของความเห็นต่างเหล่านั้น ด้วยบรรยากาศแห่งความเป็นมิตร รับฟัง และเคารพในทุกความเห็น

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

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

## การเปลี่ยนแปลงจาก “ครูผู้สอน” เป็น “ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้” เรื่องเพศ

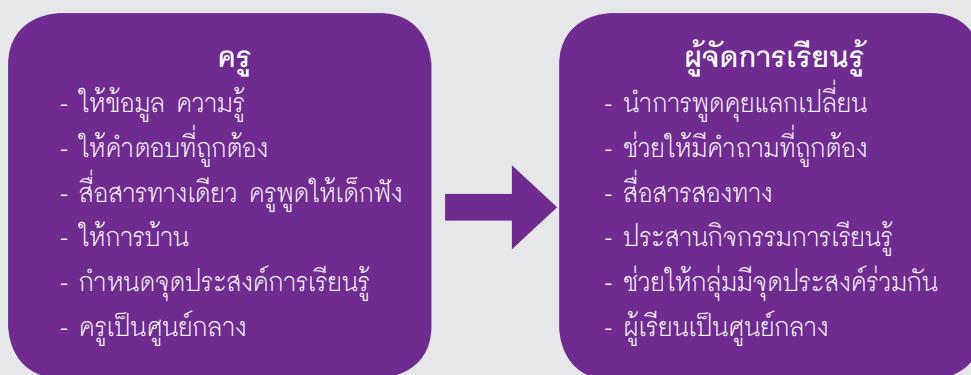
กระบวนการที่จะเปลี่ยนแปลงครูผู้สอน ให้มาเป็นผู้จัดการเรียนรู้ที่ยึดเอาผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ไม่ใช่เรื่องง่าย การฝึกอบรมในห้องอบรมก็เป็นได้เพียงการนำครูเข้าสู่เนื้อหาสาระ และกระบวนการ โดยผู้ฝึกอบรมหลักได้สาดิจจากกระบวนการที่ได้ทำให้เห็น แต่การเรียนรู้ของครู โดยเฉพาะเรื่องทัศนคติในเรื่องเพศ และความเชื่อมั่นต่อศักยภาพของเยาวชน 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 เพราะผู้จัดการเรียนรู้เป็นกลไกสำคัญที่จะทำให้เกิดการผันแปรประสบการณ์จากกิจกรรมไปสู่การ “รู้แจ้ง” ของแต่ละบุคคล ขั้นตอนของ reflection ในวงจรการเรียนรู้แบบ experiential learning จะขาดประสิทธิภาพ ถ้าไม่มีผู้ทำหน้าที่เป็นกระบอกส่งให้เกิดการพิจารณาแต่ละแง่มุมอย่างรอบคอบ โดยเฉพาะเมื่อเป็นการเรียนรู้ของกลุ่ม ซึ่งหัวใจสำคัญอยู่ที่การแลกเปลี่ยนความคิด ผู้จัดการเรียนรู้จึงต้องเป็นผู้ที่ช่วยทำประเด็นให้ชัดเจน คอยจัดลำดับเรื่องเพื่อไม่ให้สับสนหรือตกล่น คอยเปิดโอกาสให้คนที่อยากพูดได้มีโอกาสพูดบ้าง ช่วยให้กลุ่มสรุปถึงสิ่งที่ต้องการจะบรรลุ ช่วยสร้างบรรยากาศที่เป็นมิตรและทุกคนรู้ว่าตนเองได้รับการยอมรับ รวมไปถึงการแนะแหล่งข้อมูลให้ผู้เรียนควรค้นคว้าหาความรู้ต่อไป

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



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

การเป็นผู้จัดการเรียนรู้จึงเป็นบทบาทที่คู่กันไปกับการจัดเทศศึกษาแบบอาศัยประสบการณ์ แต่การเปลี่ยนบทบาทนี้ไม่ใช่เรื่องที่สามารถเปลี่ยนได้ชั่วข้ามคืน แต่ต้องป็นขำภูเขาสามลูกนี้ให้ได้

**ภูเขาลูกแรก** เกิดจากความยึดมั่นว่าครูรู้ดีกว่า ครูจึงสามารถคิดแทนและบอกทางเลือกที่ดีที่สุดให้กับเด็ก ครูไม่เชื่อมากนักว่าเด็กคิดเองได้ โดยเฉพาะการรู้ซึ่งถึงผลด้านลบที่จะเกิดขึ้น เพราะเด็กมีประสบการณ์จำกัด ความยึดมั่นนี้มาในรูปของความหวังดี ต้องการปกป้องไม่让孩子ต้องเผชิญกับเรื่องร้ายๆ จึงเป็นด้านที่สำคัญที่สุดเพราะเมื่อคิดว่าเป็นเจตนาดี ก็ไม่ตระหนักว่าต้องเปลี่ยนแปลง

**ภูเขาลูกที่สอง** เป็นมรดกของการกล่อมเกลாதงสังคมให้เราเชื่อว่า เรื่องเพศเป็นเรื่องที่น่าอาย เป็นเรื่องที่ต้องควบคุมให้รู้สึกผิดบาป ผู้ชายกับผู้หญิงแตกต่างกันทางสรีระและควรที่ผู้หญิงต้องเป็นฝ่ายตาม รวมถึงมีข้อจำกัดเรื่องเพศมากกว่าผู้ชาย การปลุกฝังและขัดเกลานี้มีผลฝังลึกเสียจนผู้คนจำนวนไม่น้อยไม่เคยคิดว่าทำไมจึงต้องเป็นเช่นนั้น

**ภูเขาลูกที่สาม** เป็นเรื่องของทักษะ การฟังและจับประเด็น การตั้งคำถามให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิด เหล่านี้เป็นทักษะที่ใช้น้อยในการสอนที่เน้นเนื้อหาเป็นหลัก

อันที่จริงการทำงานเทศศึกษา ไม่ได้เป็นเพียงการสร้างการเปลี่ยนแปลงให้กับเยาวชน แต่เป็นการเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเองด้วย เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เปรียบเหมือนการป็นขำภูเขาซึ่งอยู่ภายในตัวเราเองทั้งสามลูก เรื่องที่ถาม - ตอบต่อไปนี้เป็นเสียงความคิดที่จะช่วยให้การป็นขำเขาไม่ลำบากจนเกินไป

## ภูเขาทุ๊กที่หนึ่ง ครูคือผู้ที่รู้ดีที่สุดที่ต้องชี้แนะคำตอบที่ถูกต้องให้กับเขา

เรื่องเพศ เด็กไม่ได้มีความรู้และประสบการณ์ชีวิตมากพอที่จะคิดเองเลือกเองในทางที่ปลอดภัย ถ้าครูไม่บอกสิ่งที่ถูกต้อง เด็กก็จะไปเชื่อสื่อหรือเห็นดีเห็นงามกับสิ่งที่เพื่อนทำ แนวทางการสอนแบบนี้ไม่เห็นว่าจะช่วยเด็กตรงไหน

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

ถ้าเด็กยังไม่ถึงจุดนั้น เราก็ต้องห้ามปราม แต่ถ้าเขามีประสบการณ์แล้วก็ต้องทำให้เขายอมรับ เราต้องมีจุดยืนด้วย ไม่ใช่อะไรก็ปล่อยให้เด็กเลือกเอง

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

- ดำรงรักษาเอกลักษณ์ของสังคมไทยที่กุลสตรีต้องรักษาวล สงวนตัว
- ความสบายใจว่าได้ทำหน้าที่แล้ว

ทุกคนย่อมมีค่านิยมหรือสิ่งสำคัญในชีวิตที่ยึดถือ เป็นสิทธิส่วนบุคคลที่จะเลือกเชื่อเรื่องใด ครูสามารถรักษาจุดยืนตามทัศนะของครูได้ และครูก็ควรเคารพสิทธิของเด็กด้วยเช่นกัน

เรื่องเพศเป็นกระแสแรง การที่เราไม่ห้ามปราม แต่ให้ข้อมูลแนวทางให้เด็กเลือกเองก็เท่ากับส่งเสริมให้เป็นไปตามกระแสครู/ระบบการศึกษาเป็นแกนสำคัญในการรักษาเอกลักษณ์และค่านิยมไทย เราไม่ควรตามกระแสไปเหมือนคนอื่น

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

## ภูเขาลูกที่สอง เรื่องเพศเป็นเรื่องน่าอาย ต้องควบคุมไม่ให้ตกบันได

พูดไม่ได้ กระจก เมื่อก่อนไม่เคยต้องสอนขนาดนี้ บางเรื่องรู้ได้เองทำไมต้องเอามาพูด เช่น ช่วยตัวเอง การเสิร์ชข้อมูล จดสัมผัสคนโสดยังไม่แต่งงานพูดไปก็เข้าเนื้อ คนจะนินทา

๑. ก็เพราะไม่เคยบอกให้หมด เขาวนจึงได้เรียนรู้เรื่องเพศจากสื่อสารพัดรูปแบบ ข้อมูลเหล่านั้นถูกรับเข้ามาโดยไม่สามารถกลั่นกรองได้ ก็เพราะเราไม่เคยช่วยให้เขากลั่นกรอง การที่เราไม่เป็นฝ่ายให้ข้อมูลก็เท่ากับเราผลักไสหน้าทีนี้ไปให้กับผู้ผลิตซีดี สิ่งพิมพ์ โฆษณาต่างๆ เรามัวแต่กลัวโทษสื่อเหล่านี้ ทั้งที่ความจริงเราควรโทษตัวเองมากกว่าที่อยู่ใกล้ชิดเด็กมากกว่าใครๆ แต่กลับไม่ทำอะไร

๒. ก็เพราะเราสบายใจที่จะพูดแต่วิธีการคุมกำเนิด แต่ละวันที่จะทำความเข้าใจถึงพฤติกรรมทางเพศซึ่งต้องเกิดขึ้นก่อนการคุมกำเนิดด้วยซ้ำ เขาวนจึงคาดการณ์ไม่ได้ว่าแค่อยากอยู่ด้วยกันนั้นจะนำไปสู่อะไรได้อีก ถ้าพึ่งแค่ความยึดมั่นว่าจะรักนวลสงวนตัวไม่ได้ช่วยให้เขาตัวรอดได้ เมื่อตกอยู่ในเหตุการณ์ที่นึกไม่ถึงก็ยากที่จะรู้จักป้องกันหรือหาทางออกเราเองนั่นแหละที่ติดกับดักตัวเอง....

...ไม่กล้าบอกให้รู้

...ก็เลยไม่เชื่อว่าเด็กจะรู้ นึกออกล่วงหน้า

...ก็เลยไม่แน่ใจว่าเด็กจะรอด

...ก็เลยต้องห้ามปราม สั่งสอน รวมทั้งให้ท่องจำ !!!

๓. เมื่อไม่รู้วิธี ทางเลือกก็เลยมีจำกัด แม้แต่การพูดถึง safe sex ก็ให้ข้อมูลแค่การใช้ถุงยางอนามัย กลายเป็นว่าวิธีการให้ข้อมูลของเราเองไปชี้ช่องทาง เมื่อมีอารมณ์ก็ต้องถุงยางอนามัย ทั้งที่อาจจะมียางเลือกอื่นๆ ที่เขาจะดูแลกันอย่างผู้ที่รับผิดชอบได้ มีความสุข และไม่สร้างความเดือดร้อนให้ใคร

๔. เรื่องเพศรส วิธีการหาความสุขทางเพศ เป็นเรื่องต้องห้ามที่พูดกันไม่ได้แม้ระหว่างสามีภรรยา นี่เป็นอีกบทหนึ่งที่เราถูกปลูกฝังให้เห็นว่าการคิดหาความสุขทางเพศเป็นเรื่องน่าละอาย ทัศนคติทางเพศจึงมีแต่ด้านลบ ใช้ความรู้สึกอาย ผิดบาปมากำกับควบคุมธรรมชาติด้านนี้ของมนุษย์ไว้ แม้ว่าการ

ปลูกฝังเช่นนี้ช่วยรักษาสังคมให้อยู่เย็นเป็นสุข แต่เราก็ต้องมองให้เห็นรายละเอียดข้างใน เช่น

- ผู้ชายเที่ยวหาความสุขทางเพศได้ - ผล : ผู้หญิงก็เลยไม่รู้เดียงสา เป็นฝ่ายถูกกระทำ และอาจจะไม่มีความสุขทางเพศในชีวิตสมรส ผู้หญิงกลายเป็นสินค้าทางเพศเพื่อให้อุชายเที่ยวหาความสุขได้
- ผู้ชายแสดงออกทางเพศได้ - ผล : ผู้หญิงแม้จะห่วงตัวเองแต่ก็ไม่กล้าพูกฎขงอนามัยเพราะจะดูแย้ ไม่กล้าเป็นฝ่ายเริ่มพูดก่อนตั้งแต่เป็นแฟนว่าจะป้องกันอย่างไร แม้แต่ไปซื้อยาคุมกำเนิดก็ต้องให้แฟนซื้อให้
- การมีความสุขในชีวิตคู่ เรื่องเพศเป็นเพียงส่วนเดียว ระวังคนจะเอาแต่หมกมุ่นในกาม - ผล : ความจริงคือ เรื่องเพศเป็นเพียงส่วนเดียวของชีวิตคู่ที่ถูกปล่อยให้ไปตามยถากรรม เพศศึกษาไม่ได้ทำให้องค์ประกอบนี้กลายเป็นเรื่องสำคัญกว่าอย่างอื่น เพียงแต่ทำให้ไม่ถูกละเลย และมีการดูแลแก้ไขให้ทำหน้าที่ของมันในชีวิตคู่ได้ตามฐานะ
- คนโสดโดยเฉพาะผู้หญิงต้องไร้เดียงสาทางเพศ ไม่ควรทำตัวว่ารู้เรื่อง - ผล : ครูสตรีก็เลยสอนเพศศึกษาได้บางเรื่อง พูดได้บางด้านทั้งที่เข้าใจดีว่าควรจัดการเรียนรู้อย่างไร เรื่องที่ลำบากใจยากให้ครูผู้ชายพูด เรื่องนี้เป็นตัวอย่างที่ชัดเจนของทัศนะทางเพศที่เราถูกปลูกฝังมา ไม่มีใครมา “unlearn” ให้เราได้นอกจากตัวเราต้องทำความเข้าใจและขัดเกลาทัศนะเรื่องนี้ให้แจ่มชัดเยาวชนเรียนรู้จากที่เราทำมากกว่าที่เราพูด การปรับทัศนะของเราและการปฏิบัติตัวของเราคือ การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีค่าให้เยาวชน เพศศึกษาเน้นความจำเป็นของการสื่อสาร แต่ครูเองยังไม่กล้าพูดเลย !!

## ภูเขาลูกที่สาม ทักษะในการเป็นผู้จัดการเรียนรู้

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

### แบบแผนการฟังและการสื่อสารของท่าน

ทบทวนตัวเองว่าโดยส่วนใหญ่ท่านมักตอบเพื่อนของท่านตามข้อใด

๑. วันนี้อากาศร้อนมาก ไม่อยากออกไปซื้อของเลย
  - ก. จริงด้วย เดินกลางแดดร้อนๆ น่าปวดหัว
  - ข. ไม่ร้อนมากเท่าไรหรอก เป้าพัดลมเดี๋ยวก็หายร้อน
  - ค. อ้าวไม่ซื้อวันนี้แล้วจะไปวันไหน
  - ง. เธอก็ชอบผลัดวันประกันพรุ่ง ไม่เห็นทำอะไร
  - จ. ไปซื้อซะให้เสร็จๆ ไป จะได้ไม่ต้องรอไปวันหลัง
๒. เมื่อทำรายงานจ้ง ตั้งสองอาทิตย์มาแล้วที่ต้องนั่งเขียนแต่รายงานพวกนี้ จันทนทำต่อไปไม่ไหวแล้ว
  - ก. เพราะอะไรเธอถึงใช้เวลาทำนานตั้งสองอาทิตย์
  - ข. พักก่อนสิแล้วค่อยกลับมาทำทีหลัง
  - ค. มันก็น่าเบื่ออยู่ที่ต้องมาทำอะไรแบบนี้ตั้งนานแล้วก็ไม่เสร็จ
  - ง. เออน่า ใครๆ ก็เบื่อทั้งนั้น
  - จ. พวกชอบดินพอกหางหมู นี่ถ้าทำมาตั้งแต่เปิดเทอมเธอก็ไม่ต้องเป็นแบบนี้

๓. ไม่รู้ว่าจะทำอะไรก่อนดี หัวหน้าให้ทำงานเพิ่มอีกสองอย่าง นี่ก็แทบจะไม่มีเวลาทำอะไรอยู่แล้ว
- ก. ไปถามหัวหน้าว่าชิ้นไหนสำคัญต้องทำก่อน
  - ข. ดูว่าคุณเครียดนะ งานก็เร่ง เวลาก็ไม่พอ
  - ค. จริงๆ แล้วจะต้องทำอะไรก่อนล่ะ
  - ง. เธอก็ชี้แจงล ทำไปเดี๋ยวก็เสร็จเองแหละ
  - จ. บางทีคนเรามันก็ต้องยุ่งๆ อย่างนี้แหละ ทำไปเดี๋ยวก็เสร็จ
๔. หัวหน้าสายให้สอนเพศศึกษา อาทิตย์หน้าต้องสอนแล้ว ฉันต้องเตรียมไม่ทันแน่
- ก. สองสามอาทิตย์แรกก็คงต้องเตรียมหนักหน่อย จากนั้นก็คงอยู่ตัว
  - ข. เธอไม่น่ายอมรับมาสอนเลย
  - ค. เธอไม่เคยสอนวิชานี้มาก่อนหรือ
  - ง. เธอควรเตรียมตัวตั้งแต่เดี๋ยวนี้เลยล่ะ
  - จ. ดูเธอกังวลใจว่าจะเตรียมตัวไม่ทัน
๕. เขาลือกันว่าปีนี้กระทรวงจะเอาจริงเรื่องตัดคนออก ๕ เปอร์เซ็นต์ ผมต้องมาตงงานตอนแก่เนี่ยมันแย่มากที่สุดในชีวิตเลยนะ
- ก. คนตั้งใจทำงานแบบคุณเขาไม่เอาออกหรอก
  - ข. ทำไมคุณถึงคิดว่าคุณจะอยู่ในพวก ๕ เปอร์เซ็นต์นั้น
  - ค. ไปถามอาจารย์ใหญ่เลยว่าเขาจัดคุณไว้ในพวกที่จะตัดออกหรือเปล่า
  - ง. ทำทางคุณเป็นกังวลกับเรื่องนี้มากนะ
  - จ. อย่าคิดมาก คุณไม่มีทางโดนหรอก
๖. ถ้าผมอยากได้ซีแพค ผมต้องย้ายไปสอนต่างจังหวัด แต่ถ้าผมไม่เอาก็ไม่รู้จะมีโอกาสอีกไหม ผมไม่รู้จะเลือกอะไรดี
- ก. ดูเป็นเรื่องที่ตัดสินใจยากสำหรับคุณ คุณกลัวว่าจะเสียโอกาสใช่ไหม
  - ข. ไปลองคิดดูก่อนว่าการไปอยู่ต่างจังหวัดดีหรือไม่ดียังไง

- ค. หาโอกาสแบบนี้ไม่ได้อีกแล้วนะ
- ง. คุณคิดว่าไปสอนต่างจังหวัดไม่ดีตรงไหน
- จ. เลือกอะไรก็ตามแต่ เดี่ยวเรื่องก็คลี่คลายไปในทางที่ดี
๗. คุณดูขี้นทะเลือเกิน ถ้าไม่บ่นเรื่องนักเรียนกับบ่นเรื่องเพื่อนร่วมงาน ฉันรำคาญเขาที่สุดเลย
- ก. นี้นะ คราวต่อไปถ้าเขามายบ่นอีกล่ะก็ เธอก็บอกให้เขาหยุดแล้วกลับไปทำงาน
- ข. ก็เพราะเธอชอบทำตัวเป็นศิราณี คนถึงมายบ่นให้ฟัง
- ค. เข้าใจว่าเธอรำคาญที่คุณดูมายบ่นด้วยบ่อยๆ
- ง. อย่าไปสนใจ ที่ไหนๆ ก็มีขี้นแบบนี้นี่ทั้งนั้น
- จ. คุณคิดว่าอะไรทำให้คุณดูมีแต่เรื่องน่าบ่น
๘. ฉันดีใจที่ได้เรียนต่อ แต่ก็กลัวว่าจะเรียนไม่ไหว
- ก. มีอะไรยากหรือในเรื่องที่ต้องเรียน
- ข. เรื่องเรียนตอนนี้ทำให้คุณทั้งดีใจทั้งกังวลใจเลยนะ
- ค. คนที่ทำงานด้วยเรียนด้วยก็รู้สึกกังวลอย่างนี้ทั้งนั้น
- ง. ไปถามรุ่นพี่ที่เคยเรียนสิว่าต้องทำยังไง
- จ. รอมานั่งนานกว่าจะได้เรียน จะกลัวไปทำไม
๙. เอาอีกแล้ว ต้องไปสัมมนาต่างจังหวัดอีกแล้ว เพิ่งจะกลับมากระเป๋ายังไม่ทันเก็บ ที่บ้านต้องบ่นอีกแน่ๆ
- ก. แฟนคุณน่าจะรู้ว่าเป็นหัวหน้าก็ต้องเดินทางบ่อยแบบนี้ทุกคน
- ข. เดี่ยวก็หมดหน้าสัมมนาแล้วละ พอกลับมาคุณก็อยู่กับที่บ้างไม่ต้องออกไปไหน
- ค. ขวนให้เขาลาหยุดไปกับคุณสิจะได้ไม่บ่น
- ง. มันก็น่าปวดหัวนะ ที่ต้องรักษาสมดุลเรื่องงานกับครอบครัวให้ได้
- จ. ทำไม่ต้องไปสัมมนาบ่อยๆ



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					

นิบเฉพาะข้อที่คุณทำวงกลมไว้เท่านั้น

สั่งสอน กำกับ (directing)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบสั่งสอน มักเป็นผู้ควบคุมและทำให้การสนทนาเป็นไปในทิศทางที่ตนเองเป็นผู้บอกชี้แนะในเรื่องที่คุยกัน เมื่อผู้พูดแสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกในเรื่องใด แม้ไม่ได้ต้องการคำชี้แนะหรือไม่ได้พูดเพื่อขอคำแนะนำ แต่ก็มักได้รับการตอบสนองในเชิงชี้แนะมากกว่าเป็นการแลกเปลี่ยนความคิด

...ชวนให้เขาลาหยุดไปกับคุณสิจะได้ไม่บ่น

...ไปซื้อซะให้เสร็จๆ ไป จะได้ไม่ต้องรอไปวันหลัง

### ตัดสิน (judgemental)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบตัดสิน จะนำค่านิยม แนวคิด หลักการของตนเองไปใช้ในการโต้ตอบหรือแนะนำ มักฟังและตัดสินเรื่องที่คุยกันนั้นว่าเป็นการกระทำหรือการตัดสินใจที่ถูกหรือผิด

...เธอก็ขี้กังวล ทำไปเดี๋ยวก็เสร็จเองแหละ

...เธอก็ชอบผลัดวันประกันพรุ่ง ไม่เห็นทำอะไร

### ซักไซ้ (probing)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบชอบซักไซ้ เป็นคนชอบซักถามเพื่อให้ตนเข้าใจและพอใจในคำตอบในแง่มุมที่ตัวเองสนใจใคร่รู้ มากกว่าจะสนใจว่าจริงๆ แล้วผู้พูดต้องการบอกอะไร หรือกำลังรู้สึกอย่างไร

...ทำไมคุณถึงคิดว่า คุณจะอยู่ในพวก ๕ เปอร์เซนต์นั้น

...คุณคิดว่าไปสอนต่างจังหวัดไม่ดีตรงไหน

### ปลอบใจ (smoothing)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบปลอบใจจะไม่แตะต้องตัวปัญหา ไม่ชอบยุ่งกับความขัดแย้ง แต่จะช่วยให้รู้สึกว่าการที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องเล็ก คลี่คลายได้

...เดี๋ยวเรื่องก็คลี่คลายไปในทางที่ดี

...อย่าไปสนใจ ที่ไหนๆ ก็มีคนขี้บ่นแบบนี้ทั้งนั้น

### เห็นอกเห็นใจ (empathetic)

ผู้ที่มีแบบแผนการตอบสนองในการพูดคุยแบบเห็นอกเห็นใจ จะแสดงให้เห็นว่าเข้าใจทั้งเรื่องและความรู้สึกของผู้พูด มักใช้การจับใจความ การทวนความ เพื่อสะท้อนความเข้าใจ

...มันก็น่าปวดหัวนะ ที่ต้องรักษาสมดุลเรื่องงานกับครอบครัวให้ได้

...ดูเป็นเรื่องที่ตัดสินใจยากสำหรับคุณ คุณกลัวว่าจะเสียโอกาสใหม่ๆ

แบบแผนการตอบสนองข้างต้นนี้ไม่อาจกล่าวได้ว่าแบบใดดีที่สุด เพราะแต่ละแบบมีประโยชน์และเหมาะสมกับเหตุการณ์เฉพาะอย่าง เมื่อมีผู้แสดงความทุกข์ใจและต้องการเพียงคนปลอบใจ แบบแผนการตอบสนองที่เหมาะสมคือ ปลอบใจ เห็นใจ แต่เมื่อมีคนต้องการคำแนะนำเพื่อนำไปแก้ไขปรับปรุง การสั่งสอนกำกับก็เป็นประโยชน์ การชักใช้เพื่อให้เกิดความเข้าใจและได้ข้อมูลก็เป็นประโยชน์เช่นกัน แต่ถ้าหากเราใช้การปลอบใจก็จัดว่าไม่เหมาะสม การที่เราใช้วิธีใดวิธีหนึ่งบ่อยๆ ก็จะกลายเป็นลักษณะประจำตัวของเรา ในการเป็นผู้จัดการเรียนรู้ที่ต้องมีบทบาทหน้าที่การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและช่วยให้กลุ่มหาข้อสรุปได้ด้วยตัวเอง แบบแผนการตอบสนองที่ควรนำมาใช้ให้น้อยที่สุดคือ แบบสั่งสอนกำกับ และแบบตัดสิน ส่วนแบบแผนการตอบสนองที่น่าจะเป็นประโยชน์มากคือ การชักใช้และการเห็นอกเห็นใจ ดังนั้นการจะเป็นผู้จัดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพจึงเริ่มต้นที่การรู้จักตัวเองว่าลักษณะการตอบสนองที่เราใช้บ่อยๆ เป็นแบบใด และเลือกใช้แต่ละแบบให้เหมาะสมกับเหตุการณ์

## ทักษะจำเป็นของผู้จัดการเรียนรู้

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

การฟังไม่ได้หมายถึง การได้ยิน หรือรับฟังสิ่งที่ถูกพูดถึงเท่านั้น แต่ยังหมายรวมไปถึง การแสดงออกถึงการให้ความสำคัญต่อความคิดเห็น ความรู้สึก ประสบการณ์ และข้อมูลที่ได้ยิน และตระหนักถึงการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับตัวเอง จากการได้ยิน ได้ฟังเหล่านั้น

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

ผู้จัดการเรียนรู้อาจใช้เทคนิค การทวนความ หรือย่อความ (paraphrasing) เพื่อสะท้อนสิ่งสำคัญที่ถูกพูดถึงออกมา เพื่อให้สมาชิกในชั้นสามารถติดตามความคิด หรือมองเห็นเรื่องสำคัญๆ ที่ถูกสะท้อนออกมาระหว่างการอภิปราย เช่น

“อืม.. 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 สำรวจทัศนนะ สะท้อนการรับรู้ หรือเรียนรู้ของผู้เรียน

- พวกเรารู้สึกอย่างไรกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับ ..... (อาจเจาะจงเรื่องราว ตัวละครในกรณีศึกษา หรือเรื่องเล่าจากสมาชิก)
- ถ้าเป็นเรา เราจะเลือกจัดการ หรือมีความเห็นต่อเรื่องนี้อย่างไร
- ความคิดเห็นที่แตกต่างกันนี้ เราคิดว่ามีฐานมาจากอะไร
- ลองเปลี่ยนมุมมอง ให้เราลองเป็นคนที่ไม่เห็นด้วย หรือรู้สึกต่างไปจากเรา เราคิดว่าเรามีเหตุผลอย่างไรที่คิด หรือรู้สึกอย่างนั้น
- ถ้าเราเป็นพ่อแม่ เราจะต้องการแบบเดียวกันนี้ไหม
- ในอนาคตข้างหน้า สถานการณ์เหล่านี้อาจเกิดขึ้นอีกไหม หรือสถานการณ์เหล่านี้เปลี่ยนไปอย่างไร เมื่อเทียบกับอดีตที่ผ่านมาหรือเทียบกับปัจจุบัน
- ถ้าเราเป็นคนที่มีส่วนบทบาทเช่นนี้ในเรื่อง 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 ก่อนหน้านี้เราเรียนรู้ร่วมกันว่าอย่างไร และเกี่ยวข้องกับบทเรียนที่กำลังจะดำเนินการ หรือทำแบบฝึกหัด กิจกรรมนี้อย่างไร รวมทั้งเมื่อดำเนินการเรียนรู้ไปจนถึงสิ้นสุด ต้องสรุปเชื่อมโยงอีกครั้ง และ/หรือ เชื่อมเข้าสู่บทเรียนถัดไป

การสรุปความ คือการประมวลผลจากการอภิปรายแลกเปลี่ยน เห็นจุดร่วม จุดต่างของ ประเด็นหลัก สร้างความเห็นร่วม ตระหนักถึงความเห็นต่าง และเหตุผลที่มาของความต่าง

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

การบอหวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ไม่ใช่การบอหวัตถุประสงค์ของบทเรียน (เพราะบทสรุป ย่อมมาจากการแลกเปลี่ยนร่วมกันระหว่างผู้เรียน) แต่เป็นการบอหวัตถุประสงค์ที่มาจาก การจัดการเรียนรู้เรื่องนี้ และแบบฝึกหัดที่จะดำเนินการ เกี่ยวข้องกับเรื่องที่กำลังเรียนรู้อย่างไร ตัวอย่างเช่น

“ตอนนี้เราก็ได้เข้าใจแล้ว ความรู้สึกนึกคิดในเรื่องเพศของเรา มีอิทธิพลมาจากปัจจัยอะไรบ้าง ที่สำคัญปัจจัยเหล่านั้น สามารถกำหนดให้เราซึมซับรับเอา เสมือนว่าเป็นความจริงที่ปฏิเสธไม่ได้ ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้วเราอาจตรวจสอบ และพิจารณาด้วยเหตุผล เพื่อทำทนายว่าสิ่งที่คิด ที่เชื่อนั้น เป็นผลดีกับตัวเรา และคนใกล้ชิดแท้จริงหรือไม่ (สรุปเพื่อเชื่อมโยง)”

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

การใช้กิจกรรมจะมีประสิทธิภาพและสร้างการเรียนรู้ได้ จำเป็นต้องมีความเข้าใจชัดเจนว่า กิจกรรมที่ทำเกี่ยวข้องเพียงใดกับประเด็นของการเรียนรู้อย่างไร จุดอ่อนที่สำคัญในการทำกิจกรรมเพื่อเข้าสู่บทเรียน มักจะอยู่ที่คำสั่งของการทำกิจกรรมไม่ชัดเจน ไม่ได้ระบุวัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่ทำว่าต้องการจำลองสถานการณ์อะไร สิ่งที่ทำเกี่ยวข้องกับประเด็นที่จะสร้างการเรียนรู้ต่อไปอย่างไร นอกจากนั้น การละเลยไม่ให้ความสำคัญของการให้คำสั่งที่ชัดเจนในการทำกิจกรรมหรือระบุบทบาท กำหนดระยะเวลา และรักษาเวลาที่กำหนดให้ผู้เรียน มักนำไปสู่การใช้เวลาที่เกินจำเป็น และกลายเป็นจุดอ่อนของบทเรียนไป เพราะไปเสียเวลากับการทำกิจกรรมจนขาดเวลาที่จะถกเถียงถึงความหมาย สาระสำคัญที่เกิดจากการทำกิจกรรมนั้น

ตัวอย่างของการให้คำสั่งที่ชัดเจนเพื่อเข้าสู่บทเรียน

“เอาล่ะคะ ต่อไปเราจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องของทัศนคติของเราที่มีต่อ..... ก่อนที่จะได้ถกเถียงแลกเปลี่ยนเรื่องนี้ 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 เอาล่ะค่ะ เริ่มทำงานในกลุ่มได้เลยค่ะ”



## “เพศศึกษา” กับการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์

---

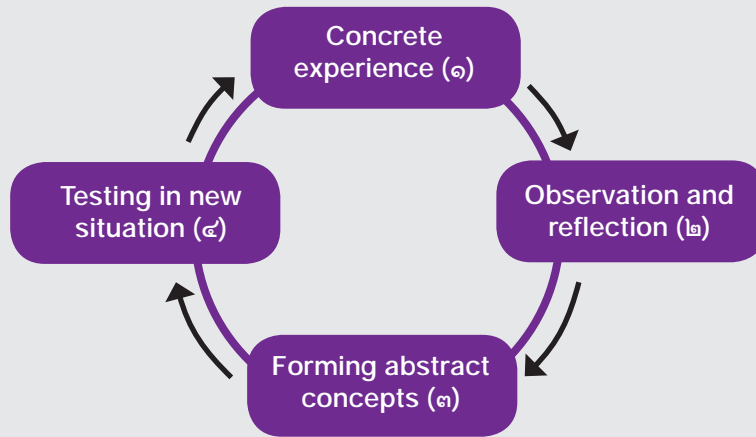
ถ้าเปรียบเทียบกับข้อสอบ เพศศึกษาจะเป็นข้อสอบแบบปรนัยหรืออัตนัย หรือถ้าเปรียบเทียบกับการสอนทำอาหารและการสอนคณิตศาสตร์ เพศศึกษาคคล้ายกับการสอนทำอาหารหรือคล้ายกับการสอนคณิตศาสตร์

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

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

การสอนทำอาหารแตกต่างชัดเจนกับการสอนคณิตศาสตร์ ผู้ที่เรียนทำอาหารเมื่อรู้จักส่วนประกอบและวิธีการปรุงที่เป็นสูตรของครูแล้ว ในท้ายที่สุดก็ปรับไปทำตามวัตถุดิบที่พอหาได้และตามรสชาติที่ตัวเองหรือคนในครอบครัวชอบ การสอนทำอาหารนั้นเป็นการช่วยให้รู้จักประกอบและขั้นตอน รู้ว่าเมื่อทำอย่างนั้นแล้วจะเกิดอะไรขึ้นและต้องทำอะไรต่อไป แต่การสอนคณิตศาสตร์แม้จะสอนให้รู้จักวิธีทำหลายวิธี แต่สุดท้ายแล้วทุกวิธีต้องได้คำตอบเดียว เพศศึกษาจึงน่าจะคล้ายกับการสอนทำอาหารมากกว่าการสอนคณิตศาสตร์ เพราะคำตอบของแต่ละคน หรือทางเลือกของแต่ละคนในเหตุการณ์หนึ่งๆ ย่อมต่างกันไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อการเลือกนั้นเป็นเรื่องของคนสองคนหรือมากกว่านั้น การที่เราพยายามจะกำหนดสูตรสำเร็จในการใช้ชีวิตทางเพศให้กับเยาวชน เหมือนกับการสอนคณิตศาสตร์ที่มีคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว เป็นเรื่องที่ไม่น่าจะทำให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริงกับตัวผู้เรียน

แนวคิดในการจัดการเรียนรู้ของนักการศึกษาที่มีหลายแนวทาง David A. Kolb ได้เสนอแนวคิดในการจัดการเรียนรู้ที่เรียกว่า experiential learning ซึ่งอธิบายว่ากระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตเกิดจากการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ เมื่อบุคคลได้กระทำอย่างหนึ่งและได้เห็นผลของการกระทำนั้นๆ ก็จะทำให้เกิดความเข้าใจและนำไปสู่การคาดการณ์ในคราวต่อไปว่าหากมีเหตุอย่างนี้ก็จะส่งผลเกิดตามมาอย่างนั้น บุคคลจะสั่งสมความเข้าใจถึงเหตุและผลของการกระทำที่เกิดต่างกรรมต่างวาระไปจนกระทั่งสามารถสรุปเชื่อมโยงเป็นหลักการที่นำไปอธิบายปรากฏการณ์อื่นๆ ที่ใกล้เคียงกัน และนำไปสู่การ “ลอง” เพื่อทดสอบหลักการนั้นว่าจะได้ผลอย่างไรในสถานการณ์ใหม่ๆ หัวใจของวงจรการเรียนรู้แบบนี้จึงอยู่ที่การได้มีประสบการณ์ตรง ซึ่งจะเป็นวัตถุดิบที่จำเป็นสำหรับการก่อรูปเป็นองค์ความรู้ และถึงแม้ว่าการเรียนรู้ในบางเรื่องตั้งต้นจากการเรียนรู้แนวคิดจากห้องเรียนหรือจากกรอบมขัดเถลา แต่ “ความรู้และแนวคิด” นั้นยังต้องการการลงมือทำ ได้มองเห็นผลที่เกิดขึ้น จึงจะเกิดเป็นความเข้าใจที่ลึกซึ้งซึ่งจะนำไปขยายผลต่ออย่างเหตุการณ์อื่นๆ



ลองคิดถึงตอนที่เราสอนเด็กเล็กไม่ให้เข้าใกล้เตารีด สิ่งที่ทำให้เด็กเกิดพฤติกรรมที่จะหลบหลีกไม่จับต้องเตารีดและคอยระมัดระวังเมื่อเข้าใกล้ไม่ใช่คำอธิบาย แต่เป็นประสบการณ์ตรงที่สัมผัสแล้วรู้ว่าร้อน ต่อมาเมื่อบอกว่าอย่าจับหม้อเพราะยังร้อนอยู่ เด็กก็จะนึกถึงความรู้สึกร้อนที่ตัวเองเคยประสบและเสี่ยงที่จะไปสัมผัส 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				
อยู่สองต่อสองกับแฟนในทริโหลฐาน				
คูหนึ่งปี				
ให้ดูขั้นตอน วิธีการสร้างความสุขทางเพศ โดยไม่ต้องสอดใส่				
ให้รู้วิธีสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง				
ให้รู้การเกิดอารมณ์เพศเมื่อได้รับสิ่งเร้า				

## ท่านยอมรับได้หรือไม่ที่จะให้เยาวชนทำในเรื่องต่อไปนี้

ความยุ่งยากใจที่จะตอบว่ายอมรับได้สำหรับตารางในข้างต้น น่าจะมีพื้นฐานมาจากความเชื่อและค่านิยมต่อไปนี้

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

แต่ถ้าเราลองคิดนอกกรอบ ลองคาดการณ์ถึงสิ่งทีอาจเป็นไปได้ถ้าหากเยาวชนได้มีโอกาสสัมผัสเรื่องข้างต้น เป็นไปได้ไหมว่าพวกเขาจะได้เรียนรู้ในเรื่องต่อไปนี้

### เป็นไปได้ไหมว่า

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

๓. ก่อนไปซื้อยาคุมก็คิดอยู่ว่าคงอายุเหมือนกัน กิจกรรมนี้ทำให้รู้เลยว่าทำไมเพื่อนถึงต้องไปทำแท้ง ทั้งที่ก็รู้ว่าคุมกำเนิดทำยังไง ทำให้ “ปึ้ง” เลยว่าถ้ามีแฟนแล้วใกล้ชิดกันมากๆ จะต้องคุยตกลงกันเรื่องนี้
๔. การได้เคยอยู่ด้วยกันสองต่อสองทำให้รู้ว่าอารมณ์ในยามใกล้ชิดเป็นไปอย่างไร เราอยากทำอะไรเขา อยากให้เขาทำอะไรกับเรา คนไม่เคย เวลาครุ่นคิดเรื่องการป้องกันไม่มีทางเข้าใจ ซาบซึ้งหรอก ถ้ามีแฟนแล้วจะอยากฟังมากเลยว่ามีวิธีไหนบ้างที่จะทำให้เราไม่ต้องเสียใจที่หลัง ความจริงคนชอบกันก็อยากอยู่ใกล้ชิดกันอยู่แล้ว ผู้ใหญ่น่าจะเข้าใจ อยู่ด้วยกันไม่ได้แปลว่าเราต้องมีอะไรกันเสมอไป
๕. ดิฉันที่ครุ่นคิดเรื่องนี้ ทำให้รู้ว่าที่เราช่วยตัวเองอยู่เรื่อย ๆ นั้นไม่ผิดบาป เป็นเรื่องธรรมชาติที่ใคร ๆ ก็เกิดและทำได้ ทำให้เราปลอดภัยด้วย
๖. ครูช่วยทำให้เราเห็นว่าการตอบสนองทางเพศเป็นกลไกธรรมชาติ ทำให้รู้สึกมั่นใจในตัวเองว่าเมื่อมีแฟนเราจะดูแลตัวเองให้ปลอดภัยได้แน่ ๆ

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 ครูไม่ใช่แค่แสดงตัวเองของห้องเรียนอีกต่อไป
๓. ขวนให้คิด ช่วยให้แต่ละคนได้ข้อสรุป และข้อสรุปไม่จำเป็นต้องตรงกับความคิดเห็นของครู ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ ครูไม่ใช่ผู้ที่รู้คำตอบที่ถูกต้องที่สุดสำหรับทุกเรื่องอีกต่อไป (ครูยังเป็นผู้ที่ต้องให้ข้อมูลที่ถูกต้อง แต่ต้องขยับไปสวมบทบาทผู้ชี้แนะแหล่งข้อมูลและให้แนวทางไปค้นคว้าด้วย)

ประสบการณ์จะแปรเป็นการเรียนรู้ก็ต่อเมื่อเจ้าของประสบการณ์ได้ใคร่ครวญถึงอารมณ์ ความนึกคิดและการกระทำของตัวเองในเหตุการณ์นั้น (reflection) ไม่ปล่อยให้สิ่งที่เกิดขึ้นเพียงแค่ผ่านพ้นและจบลงไป การจัดการเรียนรู้แบบนี้จึงต้องการ “ผู้ดำเนินการ” มาขับเคลื่อนความคิดหลังจากที่ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมไปแล้ว ขั้นตอนของการคิดทบทวนนี้เป็นจุดสำคัญอย่างยิ่ง เปรียบเหมือนกับช่วงที่นักประดิษฐ์หรือชิ้นส่วนออกมาพินิจพิจารณาว่าชิ้นใดทำหน้าที่แบบไหน อะไรทำให้สิ่งประดิษฐ์แสดงอาการแบบนั้น ในการพินิจพิจารณา นักประดิษฐ์อาจมีข้อสงสัยใหม่ที่ใคร่รู้ และอยากหาคำตอบให้กับข้อสงสัยนั้นๆ เมื่อเขากลับไปทดลองการทำงานของสิ่งประดิษฐ์นั้นอีกภายใต้ข้อสังเกตที่ตั้งไว้ ก็จะได้ข้อมูลใหม่เข้ามาประกอบการพินิจพิจารณาที่ วงล้อของการเรียนรู้ก็จะหมุนไปข้างหน้า จนกระทั่งนักประดิษฐ์สามารถสรุปเป็นหลักการที่นำมาอธิบายการทำงานและการเปลี่ยนแปลงที่เขาเฝ้าสังเกตมา (forming abstract concept) ดังนั้น “ความรู้ ความเข้าใจ” ที่เราหวังให้เกิดกับผู้เรียนเพื่อจะได้สามารถจัดการกับ “ของร้อน” ได้นั้น “การขวนคิด” หลังกิจกรรมจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง สำคัญยิ่งกว่าการได้พูดสรุปตามที่เตรียมไว้ล่วงหน้า ถ้าขั้นตอนของการคิดพิจารณาเกิดขึ้นดีแล้ว ข้อสรุปของแต่ละบทเรียนย่อมผุดกระจางขึ้นเองในสมองผู้เรียน ดังนั้นบทบาทของผู้สอนในกระบวนการเช่นนี้จึงเปลี่ยนไปอย่างมาก เราไม่ใช่ผู้ที่ชี้ว่าสิ่งใดถูกผิด แต่เราเป็นผู้ชี้ให้มองในมุมที่ถูกมองข้ามไป ช่วยให้คำถามหรือข้อสงสัยที่ยังคลุมเคลือเป็นคำถามที่ชัดเจนยิ่งขึ้น เพื่อให้การคิดหาคำตอบนั้นเป็นไปอย่างไม่สับสน

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

สำหรับความเชื่อที่เราเคยมีจากพื้นฐานของความรักและห่วงใยที่ว่า

- เด็กควรได้รับการปกป้องจากสิ่งชั่วร้าย
- เด็กคิดไม่ได้หรือกว่าผลที่เกิดขึ้นนั้นจริงๆ แล้วเขาจัดการไม่ได้
- เรามีหน้าที่ที่ต้องสอนให้รู้ว่าอะไรคือ สิ่งที่ถูกที่ควร เมื่อเด็กคิดผิด เราก็ต้องพยายามชักจูงแก้ไข

ถึงแม้เกิดความรักและห่วงใยแต่ก็เป็นความเชื่อที่ไม่สอดคล้องกับการจัดการศึกษาแบบนี้ให้คิดถึงข้อเท็จจริงที่เราเองก็รู้อยู่เต็มอกว่า

....มีหนังสือ หนังสือใบ้ การ์ตูนปกขาว ขายกันทั่วไป ใครๆ ก็เห็นและซื้อได้ด้วยเงินไม่กี่บาท แต่ครูก็ทำเหมือนว่าเด็กคงมองไม่เห็น และคงไม่อยากจะ

....เยาวชนเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ง่ายขึ้น มีเรื่องโป๊ในเว็บมากมายที่ยังกักไม่ได้ จะมีสักกี่คนที่หลุดรอดไม่เคยได้เห็น...นอกจากครู

....เพื่อนเขาอยู่กันเป็นคู่ๆ เวลาไปไหนด้วยกันเขาก็กอดกันกลมให้ใครๆ เห็นจนเป็นเรื่องธรรมดา ครูทำเหมือนว่าทุกคนยังไร้เดียงสาทางเพศ

ดังนั้นเราอาจจะเข้าไปด้วยซ้ำถ้าเรายังจัดการศึกษาบนข้อสันนิษฐานที่ว่าเยาวชนยังไม่มี ความสนใจและยังไม่มีประสบการณ์ทางเพศ และเราไม่ควรริบสร้างเงื่อนไขไปกระตุ้นให้มาสนใจ



เรื่องเพศ ความจริงเรากำลังทอดทิ้งหน้าที่ด้วยซ้ำไป เมื่อคิดถึงว่าเยาวชนที่เห็นหน้ากันอยู่ทุกวันนี้ พวกเขาทำกิจกรรมทางเพศโดยที่ไม่เคยมีใครช่วยให้รู้ว่าการสัมพันธ์นั้นมีหลายแบบและหลายวิธี และสิ่งที่พวกเขาทำอยู่อาจเป็นไปได้โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ แล้วเรายังจะปล่อยให้ “ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์” นี้เกิดต่อไปเช่นนี้หรือ

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

## บทเรียนการจัดเพศศึกษาเข้าสู่หลักสูตรสถานศึกษา

---

จากประสบการณ์การทำงานร่วมกับสถานศึกษาในโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ พบว่า เป้าหมายในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาอย่างเป็นระบบเพื่อให้เยาวชนทุกคนและทุกระดับชั้นได้เรียนรู้อย่างต่อเนื่อง โดยนำ “เพศศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษา”<sup>๑</sup> คือ จัดให้มีการเรียนรู้หรือชั่วโมงเพศศึกษาในทุกระดับชั้นๆ ละไม่น้อยกว่า ๑๖ ชั่วโมงต่อปีการศึกษา โดยจัดให้มีชั่วโมงเพศศึกษาอย่างชัดเจน หรือเปิดเป็นสาระเพิ่มเติม รวมทั้งสนับสนุนกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องเพศสำหรับเยาวชนนอกหลักสูตรหรือนอกห้องเรียนควบคู่ไปด้วย ซึ่งในคู่มือฯ นี้ได้เสนอแผนการเรียนรู้ชั้นละ ๑๖ ชั่วโมงไว้แล้ว

อย่างไรก็ตาม ความสนใจของผู้บริหารและความร่วมมือจากครูในสถานศึกษาเป็นจุดเริ่มต้นสำคัญที่จะวางแผนและเตรียมความพร้อมในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาสู่การปฏิบัติจริง และสอดคล้องกับสถานการณ์เยาวชนในแต่ละพื้นที่

จากประสบการณ์โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๔๖ จนถึง ๒๕๕๑ พบว่า ปัจจัยที่ช่วยให้สถานศึกษามีความพร้อมและความสามารถในการจัดให้มีกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชนในสถานศึกษาได้จริง มีดังนี้

---

<sup>๑</sup> สนใจตัวอย่างและประสบการณ์การจัดเพศศึกษาในโครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา สามารถดูได้ที่ [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net)

## ๑. ความเข้าใจและการสนับสนุนของผู้บริหารสถานศึกษา <sup>๒</sup>

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

การประชุมชี้แจงผู้บริหารสถานศึกษาเป็นขั้นตอนสำคัญ เพื่อให้ผู้บริหารรับทราบเป้าหมายของเพศศึกษารอบด้าน เห็นขอบเขตเนื้อหาหลักสูตรและความจำเป็นในการจัดกระบวนการเรียนรู้ อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งเพื่อปรึกษาหารือเกี่ยวกับแนวทางการจัดเพศศึกษา ให้เป็นส่วนหนึ่งของการ เรียนการสอน และการนำเสนอตัวอย่างประสบการณ์ด้านบริหารจัดการเพศศึกษาในสถานศึกษา อื่นๆ

การสร้าง ความเข้าใจที่ชัดเจนตั้งแต่แรกของผู้บริหารเช่นนี้ จะนำไปสู่ความร่วมมือและการ สนับสนุนอื่นๆ ตามมา

## ๒. การประชุมชี้แจงปรึกษาหารือระหว่างผู้บริหารกับครูในสถานศึกษา

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

---

<sup>๒</sup> โครงการก้าวอย่างเข้าใจ องค์กรแพช, แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้านในสถานศึกษา สำหรับผู้บริหาร สถานศึกษา (กรุงเทพฯ, ๒๕๕๐).

นอกจากนี้ การประชุมปรึกษาหารือกับครูแต่ละสาระวิชาว่า จะมีบทบาทหรือสนับสนุนการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาให้เกิดประโยชน์ต่อผู้เรียนมากที่สุดได้อย่างไร จะช่วยให้ทุกฝ่ายในสถานศึกษามีส่วนร่วมและช่วยกันดำเนินงานไปในทิศทางเดียวกัน

### ก. การพัฒนาศักยภาพครูผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา

ผู้บริหารควรคัดเลือกครูที่มีความพร้อมและสนใจ รวมทั้งเป็นผู้รับผิดชอบการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยตรงเข้าอบรมด้วย “หลักสูตรการเตรียมความพร้อมครูในการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา”<sup>๓</sup>

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 และหัวหน้ากลุ่มนิเทศการสอนเข้าร่วมการอบรมเรื่องการจัดกระบวนการเรียนรู้และการโคชครูเพศศึกษาจะช่วยให้การผลักดันและการสนับสนุนการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาในสถานศึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

---

<sup>๓</sup> โครงการก้าวอย่างเข้าใจ องค์การแพธ, แนวคิดในการออกแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับครูและผู้ปฏิบัติงานด้านเพศศึกษาสำหรับเยาวชน (กรุงเทพฯ, ๒๕๕๐).

## ๔. การวางแผนหลักสูตรเพศศึกษาในสถานศึกษา

เมื่อบุคลากรในสถานศึกษามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด เนื้อหา และกระบวนการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศอย่างทั่วถึงแล้ว การประชุมเพื่อวางแผนหลักสูตรถือเป็นขั้นตอนสำคัญที่ผู้บริหารฝ่ายวิชาการและครูจะช่วยกันศึกษา วิเคราะห์ และจัดวางแผนการเรียนรู้แต่ละแผนว่าสอดคล้องกับสาระและมาตรฐานการเรียนรู้รายกลุ่มสาระใดบ้าง

กรณีสถานศึกษาไม่พร้อมที่จะจัดการเรียนรู้เรื่องเพศ ๑๖ ชั่วโมงต่อปีการศึกษาแก่เยาวชนทุกระดับชั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่ครูแต่ละสาระซึ่งผ่านการอบรมมาแล้วจะปรึกษาวางแผนว่า แต่ละคนจะจัดแบ่งแผนการเรียนรู้ใดให้เหมาะกับพัฒนาการของผู้เรียนแต่ละวัย เพื่อให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างต่อเนื่อง และเพื่อป้องกันการซ้ำซ้อนระหว่างสาระ พร้อมวางแนวทางประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนแต่ละระดับชั้นไว้ด้วย

## 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” <sup>๔</sup> (Positive Youth Development) ที่มองว่าเยาวชนเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญของการพัฒนาสังคม ผู้ใหญ่หรือผู้ดูแลเยาวชนจึงมีหน้าที่สนับสนุนให้เยาวชนมีบทบาทเข้าถึงทรัพยากร และมีความเป็นหุ้นส่วนที่เท่าเทียมกัน โดยเปิดโอกาสให้เยาวชนมีส่วนร่วมและได้แสดงศักยภาพตามที่เขานัดและสนใจ แม้ว่าสิ่งที่เยาวชนคิดหรือแสดงออกมาอาจจะไม่สอดคล้องกับความคิด ความเห็น ความเชื่อที่ผู้ใหญ่มีอยู่

ดังนั้น การเตรียมความพร้อมของครูหรือผู้ปฏิบัติงานกับเยาวชนจึงเป็นเรื่องจำเป็นเช่นกัน เพื่อให้ครูหรือคนทำงานได้พัฒนาความเชื่อมั่นของตนเองต่อศักยภาพเยาวชน พร้อมมีทักษะพื้นฐานในการเรียนรู้และทำงานควบคู่ไปกับเยาวชนอย่างเต็มที่ <sup>๕</sup>

<sup>๔</sup> กาวนา เหยียนระวี, “เยาวชนไม่มีปัญหา แต่อยากมีโอกาส,” ไขความลับ รุ่นเรา เราเลือก เรารับผิดชอบได้” บันทึกประสบการณ์สองปีแรกของเยาวชนและคนทำงาน โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ (กรุงเทพฯ: พี.เอส. ซัพพลาย, ๒๕๔๙), หน้า ๗๓-๗๔.

<sup>๕</sup> โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ องค์กรแพธ, คู่มือการจัดกิจกรรมเยาวชนเสริมหลักสูตรเพศศึกษา (กรุงเทพฯ, ๒๕๕๐).

## ๘. การประสานงานกับหน่วยงานบริการสุขภาพสังคมสำหรับเยาวชน

ก่อนเริ่มดำเนินการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา ควรมีการสำรวจแหล่งบริการสุขภาพและสวัสดิภาพสำหรับเยาวชนที่มีอยู่ในชุมชนทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น โรงพยาบาล สถานีอนามัย ศูนย์บริการสาธารณสุข หน่วยงานรับเรื่องราร้องทุกข์ บ้านพัก ฯลฯ ว่ามีมากน้อยเพียงใด มีคุณภาพและลักษณะการบริการเป็นอย่างไร

ทั้งนี้ หากสถานศึกษาได้ทำความรู้จักกับบุคลากรในหน่วยงานต่างๆ ไว้ล่วงหน้า จะทำให้การประสานงานเป็นไปอย่างสะดวกรวดเร็วขึ้นเมื่อต้องการความช่วยเหลือหรือกรณีฉุกเฉิน ความร่วมมือระหว่างสถานศึกษาและองค์กรในชุมชนเช่นนี้เป็นจุดเริ่มต้นที่อาจพัฒนาเป็นเครือข่ายการทำงานเพื่อสนับสนุนและช่วยเหลือให้เยาวชนได้เข้าถึงบริการต่างๆ อย่างปลอดภัย

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

## ๙. การประสานงานช่วยเหลือระหว่างสถานศึกษากับหน่วยงานต่างๆ

การพัฒนากระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับเยาวชนจะมีประสิทธิภาพมากขึ้น เมื่อองค์กรต่างๆ ในชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมสนับสนุนช่วยเหลือสถานศึกษา เช่น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หน่วยงานราชการที่มีหน้าที่ดูแลคุ้มครองเด็กและเยาวชน กลุ่มผู้ปกครอง ฯลฯ

อย่างไรก็ตาม ความร่วมมือจะเกิดขึ้นได้จริงก็ต่อเมื่อ ผู้บริหารสถานศึกษาและครูเห็นความสำคัญของการพัฒนาเยาวชนในมิติที่รอบด้านมากขึ้น และเชื่อมั่นว่า เมื่อเยาวชนได้ผ่านกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาที่มีคุณภาพและต่อเนื่องจะทำให้เยาวชนเติบโตอย่างมีความสุขและมีสุขภาวะที่ดี โดยผ่านการมีส่วนร่วมและการสนับสนุนของผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้องทั้งในและนอกสถานศึกษา

## ๑๑. การประเมินผลการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา

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

นอกจากการประเมินผลผู้เรียนในชั้นเรียนแล้ว ครูผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาควรช่วยกันวางแผนการประเมินผลในลักษณะรวบยอด ที่สามารถประเมินการเปลี่ยนแปลงหรือวัดผลที่มีต่อผู้เรียนหลังผ่านกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาในแต่ละปีการศึกษา หรือติดตามผลระยะยาว ที่เกิดกับผู้เรียนที่ได้เรียนแบบต่อเนื่องในทุกปีการศึกษา



# พบกับทุกวันอังคาร<sup>๑</sup> กับเลขธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คุณหญิงกษมา วรวรรณ ณ อยุธยา

---

วันอังคารที่ ๒๑ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๑

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

ดิฉันจำได้ว่าเมื่อมารับตำแหน่งอธิบดีกรมสามัญศึกษา ได้ไปเยี่ยมโรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม ช่วงปิดเทอม และได้เห็นนักเรียนมาที่โรงเรียนจำนวนหนึ่ง สอบถามได้ความว่า จะไปเข้าค่ายเพศศึกษา จึงตามไปดู จำได้ว่าเป็นค่ายที่ครูแนะแนวจัดร่วมกับองค์กร PATH สิ่ง que เห็นแล้วต้องกลับมาคิดคือ ความสนใจของนักเรียนทุกระดับทั้ง เก่ง ไม่เก่ง เกเร ไม่เกเร และคำถามที่นักเรียนถามล้วนแต่ลึก จนคนแก่ๆ อย่างเราคาดไม่ถึง ทั้งยังมีกิจกรรมเรียนรู้ที่แปลกใหม่ เช่น กิจกรรมแล่นน้ำที่สมัยโน้นยังไม่เคยได้เห็นได้ยินมาก่อน นับเนื่องจากนั้น กรมสามัญศึกษาจึงส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมเข้าค่ายเพศศึกษา ซึ่งก็จัดด้วยความกล้าๆ กลัวๆ เพราะความเห็นที่ขัดแย้งยังมีมากขนาดอาจารย์นคร สันติโยธิน ผู้เปิดห้องกุหลาบขาวสอนเรื่องเพศศึกษาที่โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย อย่างได้ผล ยังเคยถูกวิพากษ์วิจารณ์ขึ้นหน้าหนึ่งทางหนังสือพิมพ์ แต่สิ่งที่ทำให้มั่นใจใจว่าเรามาถูกทางคือ กระแสการตอบรับจากผู้ปกครองที่โทรศัพท์มาสอบถามและนำลูกหลานมาสมัครเข้าค่ายด้วยตนเองอย่างล้นหลาม

---

<sup>๑</sup> จากคอลัมน์ในเว็บไซต์สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน [www.obec.go.th](http://www.obec.go.th)

จากนั้น เมื่อไปอยู่ที่สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ ก็ได้พยายามผลักดันให้มีการสอนเพศศึกษา โดยพัฒนาจากการจัดเป็นค่ายหรือเป็นชุมนุม โดยได้มีโครงการนำร่องในทุกเขตพื้นที่การศึกษา แต่ความกล้าๆ กลัวๆ ก็ยังไม่คลาย แม้แต่ในระดับนโยบาย ท่านรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงศึกษาธิการ (นายอารีย์ วงศ์อารยะ) ก็ให้การสนับสนุนโครงการเป็นอย่างดี แต่ผู้บริหารท่านต่อมาบอกว่า 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 โรง แต่ก็ที่น่าหนักใจที่มีหลาย สพท. ยังไม่มีโรงเรียนต้นแบบเลยถึง ๑๐๗ สพท. ใน ๕๐ จังหวัด

นอกจากขยายจำนวนโรงเรียนอย่างกว้างขวาง องค์การ PATH ได้มีบทบาทสำคัญในการสร้างความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศศึกษาว่า มิใช่เรื่องพฤติกรรมทางเพศเท่านั้น แต่ได้ครอบคลุมเรื่องพัฒนาการของมนุษย์ เรื่องสัมพันธภาพ ทักษะส่วนบุคคล เช่น การให้คุณค่า การตัดสินใจ การสื่อสาร เรื่องพฤติกรรมและสุขภาพทางเพศ ตลอดจนบทบาทของภาคส่วนต่างๆ ในสังคมที่จะสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา องค์การ PATH ยังได้ริเริ่มรูปแบบที่นำ

สนใจมากมายที่เปิดโอกาสให้เด็กและชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม ดังจะเห็นได้จากการไปชมนิทรรศการ มีทั้งการจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการ วิทยาลัยเทคนิคแห่งหนึ่งบูรณาการเพศศึกษากับการสอนวิชาไฟฟ้า!!

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

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

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

## วันอังคารที่ ๑๑ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๑

“...ในปี ๒๕๕๒ นอกจากการดำเนินงานตามนโยบายของ สพฐ. ที่ได้รับให้สอดคล้องกับนโยบายของรัฐบาล ดิฉันได้ฝากเรื่องดังต่อไปนี้...

...ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ดิฉันได้ขอบคุณทุก สพท. รวมทั้งเพื่อนข้าราชการใน สพฐ. กว่า ๘๐ คน ที่ได้เดินทางไปเยี่ยมบ้านและช่วยเหลือดูแลอย่างต่อเนื่อง ทั้งยังได้เล่าให้ฟังถึงนักเรียนที่โรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบที่เคยนำเสนอในพบกันทุกวันอังคารหลายเดือนมาแล้วว่า อาศัยอยู่กับปู่ - ย่า ที่เป็นอัมพาต ทำให้ต้องขาดเรียน เมื่อครูไปเยี่ยมบ้านและพบเหตุการณ์ ได้นำเสนอต่อที่ประชุมคณะกรรมการโรงเรียนที่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงเป็นองค์ประธาน และทรงมีรับสั่งให้ช่วยเหลือ เมื่อพวกเราได้ไปรับเสด็จฯ ที่จังหวัดชัยภูมิ ทรงรับสั่งขึ้นว่า ปัจจุบันสามารถแก้ปัญหาเด็กคนนี้ได้แล้ว ด้วยการนำปู่ - ย่า ไปรับการรักษาที่โรงพยาบาล และฝากเด็กไว้กับพระที่วัดข้างบ้าน พระองค์ท่านยังมีพระเมตตาเข้าบ้านไว้ให้ต่อเนื่อง ฝากปู่ - ย่า อาการดีขึ้นแล้ว จะได้มีบ้านอยู่ ได้ทราบเรื่องนี้แล้ว พวกเราคงมีความซาบซึ้งในน้ำพระราชหฤทัย และถือเป็นแบบอย่างที่จะช่วยเหลือเด็กอย่างครบวงจร นอกจากการเยี่ยมบ้านและการพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนแล้ว ดิฉันได้ฝากเรื่องการศึกษาสำหรับผู้ปกครอง รวมทั้งเด็กในวัยเล็กที่อาจใช้รูปแบบคาราวานสร้างเด็ก หรือการพัฒนาผู้ปกครองให้เข้าใจในเรื่องจิตวิทยา วัยรุ่น และสามารถร่วมแก้ปัญหาที่วัยรุ่นเผชิญ **รวมทั้งขอให้ สพท. ให้ความสำคัญแก่เรื่องเพศศึกษา การแก้ปัญหาคาความรุนแรง การติดเกม และเสริมสร้างวินัยเชิงบวกให้มากขึ้น...**”

# แหล่งข้อมูลแพศศึกษา เอดส์ และหน่วยงานบริการสำหรับเด็กและเยาวชน รายชื่อหน่วยงานให้บริการปรึกษาและบริการต่างๆ

---

## ปรึกษาด้านกฎหมาย

### 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.สุโขทัย 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.เสื่อใหญ่อุทิศ ถ.รัชดาภิเษก เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๕๔๑-๖๔๑๖, ๐-๒๕๔๑-๖๕๖๘ (เวลาราชการ)

## ปรึกษาปัญหาครอบครัว เด็ก วัยรุ่น สุขภาพอนามัยทั่วไป

### สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์

๗๕/๑ ถ.พระราม ๖ (ตรงข้าม รพ.รามธิบดี) แขวงพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

บริการปรึกษา โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๔-๘๓๐๐ (เวลาราชการ)

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

### Hotline วัยรุ่น คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี

โรงพยาบาลรามาธิบดี ถ.พระราม ๖ เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

โทรศัพท์ ๐๘-๗๐๕๓-๕๕๐๐ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

### คลินิกเพื่อนใจวัยทีน

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี โรงพยาบาลเด็ก

ชั้น ๓ ถ.ราชวิถี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

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

### ศูนย์พึ่งได้ : ช่วยเหลือเด็กหญิงชายถูกทำร้ายทางกายและทางเพศ

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี

ถ.ราชวิถี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๔-๘๓๓๓-๔๔ ต่อ ๒๒๓๑, 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.)

### สถาบันกัลยาธรรณครินทร์ 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 ๑๐๔๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๕-๘๑๖๔, 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

## คลินิกgamโรค 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 ๐-๒๕๕๐-๔๑๖๙

## นครปฐม

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

ถ.พุทธมณฑลสาย ๔ อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

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 ๐๗๗-๒๒๗-๒๓๑ 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 ๐๔๕-๒๔๑-๐๔๘ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)  
๐๔๕-๓๑๓-๕๕๐, ๐๔๕-๓๑๕-๐๖๐ (เวลาราชการ)

### โครงการเพื่อนวัยใสเข้าใจเอ็ดส์

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี  
ต.เมืองศรีโค อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ๓๔๑๙๐  
โทรศัพท์ ๐๔๕-๒๔๘-๕๒๓ (เวลาราชการ)

## นครราชสีมา

### โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชชนนครินทร์

ถ.ข้างเผือก ต.ในเมือง อ.เมือง จ.นครราชสีมา ๓๐๐๐๐  
โทรศัพท์ ๐๔๔-๓๔๒-๖๘๘ (เวลาราชการ)

## โรงพยาบาลมหาราช นครราชสีมา

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

โทรศัพท์ ๐๕๔-๒๓๕-๐๕๒ (เวลาราชการ)

## ขอนแก่น

### โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์

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

โทรศัพท์ ๐๔๓-๒๒๗-๔๒๒ ต่อ ๒๓๑๔ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

## นครพนม

### โรงพยาบาลจิตเวชนครพนม

ถ.นครพนม-ท่าอุเทน ต.อาจสามารถ อ.เมือง จ.นครพนม ๔๘๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๔๒-๕๙๓-๑๓๖ (เวลาราชการ)

๐๔๒-๕๙๓-๑๑๐-๑๒ (นอกเวลาราชการทุกวัน)

## เลย

### โรงพยาบาลจิตเวชเลยราชนครินทร์

หมู่ที่ ๔ ต.นาอาน อ.เมือง จ.เลย ๔๒๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๔๒-๘๑๔-๘๙๓ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

## ปรึกษาปัญหาด้านสิทธิผู้หญิง และเด็ก

### กองคุ้มครองสวัสดิการแรงงานเด็ก

โทรศัพท์ ๑๕๔๖

### มูลนิธิปวีณา 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)

๐-๒๕๕๗-๐๕๐๐-๑, ๐-๒๕๕๗-๐๕๓๖-๘ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๘.๐๐ น.)

- ๒๕๖ -

คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา  
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

### มูลนิธิผู้หญิง

๒๙๕ ซ.เจริญสุขนิทวงศ์ ๖๒ เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

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

### มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

๑๘๕/๑๖ ถ.เจริญสุขนิทวงศ์ 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 วัดบางไผ่ใต้ ซ.วิทยาลัยครูบ้านสมเด็จฯ ถ.อิสรภาพ แขวงทิวรุจิ เขตธนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๖๐๐

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

### เครือข่ายผู้เฒ่า ประเทศไทย

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

โทรศัพท์ ๐-๒๙๕๔-๐๘๗๑ (เวลาราชการ)

### เชียงใหม่

#### บ้านฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดและสงเคราะห์คนยากจน

๙๕/๗ หมู่ ๑ ต.แม่สลอก อ.แม่ฟ้าหลวง จ.เชียงใหม่ 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

## ปรึกษากันวางแผนครอบครัว

### คลินิกของสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย (สวท)

#### คลินิก สวท เวชกรรม บางเขน

๘ ซ.วิภาวดีรังสิต ๔๔ ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐  
โทรศัพท์ ๐-๒๙๔๑-๒๓๒๐ ต่อ ๑๘๑, ๑๘๒ (เวลาราชการ)

#### คลินิก สวท เวชกรรม ดินแดง

๒/๑๑-๑๓ อาคารพาณิชย์ ๑ ถ.ประชาสงเคราะห์ เขตดินแดง กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐  
โทรศัพท์ ๐-๒๒๔๕-๑๘๘๘, ๐-๒๒๔๕-๗๓๘๒-๕ (เวลาราชการ)

#### คลินิก สวท เวชกรรม ปิ่นเกล้า

๓/๒๐-๒๑ ถ.อรุณอัมรินทร์ แขวงอรุณอัมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐  
โทรศัพท์ ๐-๒๔๓๓-๙๐๗๗ (เวลาราชการ)

#### คลินิก สวท เวชกรรม หาดใหญ่

๒๔๐-๒๔๒ ถ.นิพัทธ์อุทิส ๓ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา ๙๐๑๑๐  
โทรศัพท์ ๐๗๔-๒๔๖-๓๔๓ (เวลาราชการ)

#### คลินิก สวท เวชกรรม ขอนแก่น

๗๕๒-๗๕๔ ถ.ศรีจันทร์ อ.เมือง จ.ขอนแก่น ๔๐๐๐๐  
โทรศัพท์ ๐๔๓-๒๒๓-๖๒๗ (เวลาราชการ)

#### คลินิก สวท เวชกรรม เชียงใหม่

๒๐๐/๓ ถ.บำรุงราษฎร์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๐๐๐  
โทรศัพท์ ๐๕๓-๒๔๖-๓๔๗ (เวลาราชการ)

#### คลินิก สวท เวชกรรม อุบลราชธานี

๑๕๔-๑๕๖ ถ.ศรีณรงค์ อ.เมือง จ.อุบลราชธานี ๓๔๐๐๐  
โทรศัพท์ ๐๔๕-๒๔๓-๓๘๐ (เวลาราชการ)

### สมาคมพัฒนาประชากรและชุมชน (PDA)

๖ สุขุมวิท ๑๒ เขตคลองเตย กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๒๒๙-๕๖๑๑-๒๘ ต่อ ๕๑๐, ๕๑๒, ๕๒๔, ๕๒๖ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น.)

### สมาคมสุขภาพจิตแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์

๓๕๖/๑๐ ถ.ศรีอยุธยา เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๒๔๙-๙๒๙๒, ๐-๒๒๔๕-๒๙๓๓ (เวลาราชการ)

## ปรึกษา / ช่วยเหลือผู้หญิงที่ท้องเมื่อไม่พร้อม

### บ้านพักฉุกเฉิน สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรีฯ

๕๐๑/๑ ถ.เดโชตุ้มคะ เขตดอนเมือง กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๙๒๙-๒๒๒๒ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง)

### สหทัยมูลนิธิ

๘๕๐/๓๓ ถ.สุขุมวิท ๗๑ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๓๖-๘๘๓๔-๖, ๐-๒๓๓๖-๑๓๑๘, ๐-๒๓๓๒-๙๓๙๙ (จันทร์-ศุกร์ ๐๘.๓๐-๑๗.๐๐ น.)

### บ้านพระคุณ

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

โทรศัพท์ ๐-๒๗๕๕-๙๗๐๑, ๐-๒๗๕๕-๑๒๓๘ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๗.๐๐ น.)

### บ้านสายสัมพันธ์ เสถียรธรรมสถาน

เสถียรธรรมสถาน ซ.วัชรพล ถ.รามอินทรา เขตลาดพร้าว กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐

โทรศัพท์ ๐-๒๕๐๙-๐๐๘๕, ๐-๒๕๑๐-๖๖๙๙ (ทุกวัน ๐๘.๐๐-๑๗.๐๐ น.)

### มูลนิธิผู้หญิง

๒๕๕ ซ.เจริญสินทวงศ์ 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.)

## ปรึกษากันเอชไอวี/เอดส์

### 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.หทัยราษฎร์ แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๕๑๐  
โทรศัพท์ ๐-๒๑๗๑-๕๑๓๕-๖ (จันทร์-ศุกร์ ๐๙.๐๐-๑๗.๐๐ น.)

### สายด่วนเอดส์และวัณโรค

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 ๐-๒๓๓๗๐-๓๐๘๗-๙๐ (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 เรซิดेंซ์ ชั้น ๘ ซ.โชคชัยร่วมมิตร (ถ.รัชดาภิเษก ๑๙) ถ.วิภาวดีรังสิต  
แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพฯ ๑๐๓๒๐  
โทรศัพท์ ๐-๒๖๙๑-๕๕๕๗-๘ (ทุกวัน ๑๐.๐๐-๒๒.๐๐ น.)

### บางกอกเรนโบว์

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

### กลุ่มสะพาน (เน้นหญิงรักหญิง)

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

## แนะนำเว็บไซต์สำหรับคนทำงานเพศศึกษา

### เว็บไซต์ไทย

#### [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net)

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

#### [www.aidsaccess.com](http://www.aidsaccess.com)

รวบรวมสาระนั้น่ารู้เกี่ยวกับเอดส์ รายงานข่าวสาร ความเคลื่อนไหวในกิจกรรมแก้ปัญหาเอดส์ของมูลนิธิตอบปัญหา และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเรื่องเอดส์

#### [www.anamai.moph.go.th](http://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](http://www.anjaree.net)

เว็บไซต์ของกลุ่มอาจารย์ องค์กรสนับสนุนและปกป้องสิทธิคนรักเพศเดียวกันสำหรับผู้หญิง ซึ่งมีบทความข่าวสาร ที่เป็นประโยชน์ต่อการทำความเข้าใจในเรื่องความหลากหลายทางเพศ และบทบาทความเป็นหญิงชาย

#### [www.bangkokhealth.com](http://www.bangkokhealth.com)

เว็บไซต์ที่ให้ข้อมูลด้านสุขภาพ จัดทำขึ้นเพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร บทความเกี่ยวกับสุขภาพ สำหรับประชาชนทั่วไป และข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ โดยเน้นความถูกต้องแม่นยำ เชื่อถือได้ รวมทั้งการให้บริการถามตอบปัญหาด้านสุขภาพฟรี โดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านต่างๆ ซึ่งปฏิบัติงานในโรงพยาบาลกรุงเทพ

#### [www.budpage.com](http://www.budpage.com)

เว็บไซต์ที่ให้ความรู้ความเข้าใจและแนวทางการแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิตตามแนวพุทธศาสนา



### [www.clinicrak.com](http://www.clinicrak.com)

เว็บไซต์ที่รวบรวมบทความจากนายแพทย์และผู้เชี่ยวชาญในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น เช่น วัยรุ่นกับเพศศึกษา ยาเสพติด การเลี้ยงลูกวัยรุ่น ฯลฯ ดูแลโดย นายแพทย์รุ่งโรจน์ ตรีนินติ แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว

### [www.rsaf.info](http://www.rsaf.info)

เว็บไซต์ของสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย ซึ่งเป็นสมาคมที่ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางในการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ด้านสิทธิเสรีภาพ ปกป้องศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์และความเท่าเทียมกันในสังคมของกลุ่มคนที่เป็นชายรักเพศเดียวกัน

### [www.formumandme.com](http://www.formumandme.com)

สาระน่ารู้เกี่ยวกับบทความที่น่าสนใจ รวมทั้งแนะนำเว็บไซต์ที่น่าสนใจสำหรับคุณแม่ที่มีลูกในวัยต่างๆ ทั้งผู้ที่ยากเป็นคุณแม่ คุณแม่ลูกอ่อน คุณแม่เด็กเล็ก คุณแม่เด็กโต วัยรุ่น หรือคุณแม่เด็กพิเศษ

### [www.jitjai.com](http://www.jitjai.com)

จิตใจดอทคอม มีจุดประสงค์เพื่อให้ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา การปฏิบัติตน เพศศึกษา และความรู้ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตแก่เยาวชน เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยสมาคมสุขภาพจิตแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์

### [www.kapook.com](http://www.kapook.com)

ศูนย์รวมทุกกิจกรรมเด่นน่าสนใจ ข่าวสารใหม่สดทันใจ สาระความรู้รอบตัว ครอบคลุมเนื้อหาภาพยนตร์ ละคร/ทีวี ทองเที่ยว กีฬา การศึกษา เทคโนโลยี เกม และเรื่องราวที่วัยรุ่นควรรู้

### [www.muslimthai.com](http://www.muslimthai.com)

เว็บไซต์มุสลิมไทยแห่งแรกในประเทศไทย มีหัวข้อว่าด้วยเพศศึกษาและวัยรุ่น บริหารงานโดยชาวมุสลิม

### [www.raklukefamilygroup.com](http://www.raklukefamilygroup.com)

เว็บไซต์ของบริษัทแพลน ฟับลิชชิ่ง จำกัด หรือที่มักเรียกกันติดปากคนทั่วไปว่าทีมงานรักลูก ซึ่งเป็นผู้นำและเชี่ยวชาญในงานสื่อ ด้านการพัฒนาเด็ก และครอบครัว ซึ่งสร้างสรรค์งานด้วยอุดมคติเพื่อสร้างสรรค์สังคม เป็นที่น่าเชื่อถือได้ในทางวิชาการและเข้าถึงได้ง่าย

### [www.thaimental.com](http://www.thaimental.com)

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

Service จัดทำโดยบริษัท ไทยเมดิคัลเว็บ จำกัด ผู้นำทางด้านการพัฒนาเว็บไซต์ทางการแพทย์ โดยมีวัตถุประสงค์หลัก เพื่อเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพจิตที่ถูกต้องด้วยภาษาที่อ่านเข้าใจง่าย โดยทีมแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางด้านจิตเวช ที่จะมาให้ความรู้ในด้านวิชาการ และให้คำปรึกษา

[www.thaisexuality.ihr.chula.ac.th](http://www.thaisexuality.ihr.chula.ac.th)

แนะนำชมรมเพศศาสตร์ศึกษา บริการตอบปัญหาทางเพศ ศูนย์ปรึกษาคุณภาพชีวิต ปัญหาเรื่องเพศที่พบบ่อย กิจกรรมของชมรม และนานาสาระเรื่องเพศ โดยศูนย์วิจัยและพัฒนาเพศศาสตร์ศึกษา

## เว็บไซต์ต่างประเทศ

[www.advocatesforyouth.org](http://www.advocatesforyouth.org)

เว็บไซต์ที่ให้ความรู้เรื่องสภาวะทางเพศแก่เยาวชนและผู้ปกครอง โดยองค์กรที่ทำงานเพื่อเยาวชนในสหรัฐอเมริกาและในประเทศที่กำลังพัฒนา

[www.boysunderattack.com](http://www.boysunderattack.com)

เว็บไซต์ซึ่งให้ข้อมูลและตอบคำถามที่เกี่ยวข้องกับการเป็นวัยรุ่นชาย

[www.diaryproject.com](http://www.diaryproject.com)

เว็บไซต์ที่เปิดโอกาสให้วัยรุ่นเขียนระบายความในใจถึงปัญหาที่ตัวเองพบ พร้อมทั้งให้ผู้อ่านร่วมแนะนำและแสดงความคิดเห็น

[www.familiesaretalking.org/teen](http://www.familiesaretalking.org/teen)

เว็บไซต์ที่แนะนำวัยรุ่นในการพูดคุยปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศว่าควรทำอย่างไร

[www.iwannaknow.org](http://www.iwannaknow.org)

เว็บไซต์เพื่อวัยรุ่นโดยสมาคมสุขภาพสังคมอเมริกัน

[www.kff.org](http://www.kff.org)

เว็บไซต์ให้บริการข้อมูลงานวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นสหรัฐอเมริกา

[www.kidshealth.org/teen](http://www.kidshealth.org/teen)

มูลนิธินิมูร์สของสหรัฐอเมริกาให้บริการความรู้พื้นฐานในเรื่องร่างกาย อาหาร และความปลอดภัยแก่เด็กวัยรุ่น

**[www.plannedparenthood.org](http://www.plannedparenthood.org)**

เว็บไซต์ของสหพันธ์การวางแผนครอบครัวแห่งสหรัฐอเมริกา

**[www.scarleteen.com](http://www.scarleteen.com)**

เว็บไซต์ที่เน้นการให้ความรู้เรื่องเพศกับเด็กผู้หญิง

**[www.sxetc.org](http://www.sxetc.org)**

เว็บไซต์สำหรับวัยรุ่น จัดทำโดย เครือข่ายชีวิตครอบครัวศึกษา

**[www.teengrowth.com](http://www.teengrowth.com)**

เว็บไซต์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการเติบโตของวัยรุ่น

**[www.teenwire.com](http://www.teenwire.com)**

เว็บไซต์เรื่องน่ารู้สำหรับวัยรุ่น จัดทำโดย สหพันธ์การวางแผนครอบครัวแห่งสหรัฐอเมริกา

**[www.youthresource.com](http://www.youthresource.com)**

เว็บไซต์สำหรับวัยรุ่นเกย์ และเลสเบี้ยน

**[www.siecus.org](http://www.siecus.org)**

เว็บไซต์ให้ข้อมูลเรื่องเพศศึกษา และกระบวนการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา

# สรุปย่อโครงการก้าวอย่างเข้าใจ

---

## ๑. ความเป็นมา

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

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

ทั้งนี้ ได้สิ้นสุดโครงการในระยะแรกของการดำเนินงานเป็นเวลา ๕ ปี ซึ่งเริ่มตั้งแต่ ๑ ตุลาคม ๒๕๔๖ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๕๑ และกองทุนโลกได้พิจารณาอนุมัติให้ประเทศไทย ดำเนินงานป้องกันและดูแลแก้ไขปัญหาเอดส์ต่ออีก ๖ ปี (ตุลาคม ๒๕๕๑ - กันยายน ๒๕๕๗)

การดำเนินงานห้าปีที่ผ่านมาของโครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ ได้ขยายแนวคิดการทำงาน เพศศึกษาครบด้านให้กับภาคีเครือข่ายการทำงานเอดส์ และภาคการศึกษาไทย ซึ่งได้รับการตอบรับ และเห็นการมีส่วนร่วมที่จะพัฒนาการดำเนินงานให้สอดคล้องกับบริบทของแต่ละหน่วยงาน ทั้งนี้ แนวคิดเพศศึกษาครบด้าน (Comprehensive Sexuality Education) ที่องค์การแพธ (PATH) นำเสนอและมุ่งผลักดันให้เกิดการจัดการเรียนรู้ให้กับเยาวชน มีองค์ประกอบที่มากกว่าความรู้ความ เข้าใจในเรื่องการป้องกันและการอยู่ร่วมกับเอดส์ แต่รวมถึงความเข้าใจในเพศวิถีของมนุษย์อย่าง ครอบด้าน และเน้นการพัฒนาทักษะที่จำเป็นในเรื่องการสร้างและพัฒนาสัมพันธภาพ การใช้ชีวิต อย่างรับผิดชอบ โดยมุ่งหวังให้เยาวชนมีสุขภาวะทางเพศ

### ยุทธศาสตร์การดำเนินงานของโครงการ คือ

- การผลักดันให้เกิดพันธสัญญาในการพัฒนานโยบายด้านเพศศึกษาและการดำเนินการสู่การ ปฏิบัติทั้งในระบบการศึกษาและนโยบายระดับท้องถิ่น
- การสนับสนุนให้เกิดการจัดกระบวนการทำงานและกิจกรรมด้านเพศศึกษา รวมทั้งการป้องกัน การติดเชื้อเอชไอวีและความเข้าใจเรื่องเอดส์ที่มีประสิทธิภาพสำหรับเยาวชนในสถานศึกษา
- การเปิดพื้นที่ทางสังคมเพื่อให้เยาวชนได้แสดงศักยภาพและบทบาท รวมทั้งการส่งเสริมให้ เยาวชนใช้ชีวิตทางเพศอย่างรับผิดชอบ
- การส่งเสริมบรรยากาศทางสังคม ผ่านการทำงานรณรงค์กับเครือข่าย ผู้ปกครอง ชุมชน องค์กรท้องถิ่น และการสื่อสารสาธารณะเพื่อสร้างความเข้าใจเรื่องเพศและเอดส์

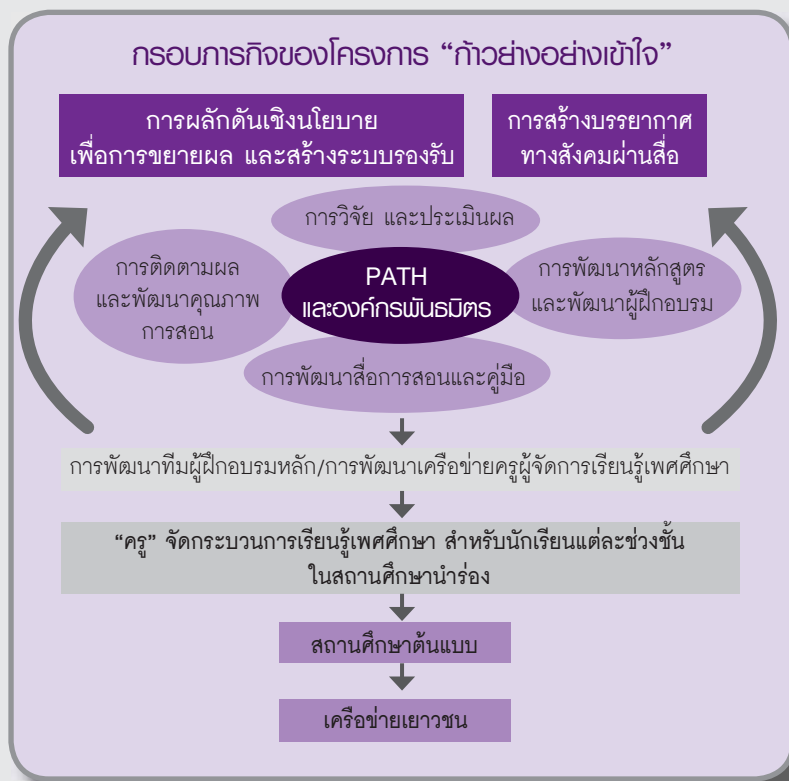
## ๒. วัตถุประสงค์

### วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อผลักดันให้สถานศึกษาจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้านและการป้องกันเอดส์ในหลักสูตรอย่างเป็นระบบและต่อเนื่องให้กับเยาวชนทุกคนในสถานศึกษาได้เรียน

### วัตถุประสงค์เฉพาะ

- เพื่อผลักดันให้สถานศึกษามีนโยบายและสนับสนุนให้เกิดการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาและเอดส์สำหรับเยาวชนในสถานศึกษาอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง อย่างน้อย ๑๖ ชั่วโมงต่อปีการศึกษา รวมทั้งจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาวะทางเพศที่ดีของเยาวชน
- เพื่อพัฒนากระบวนการทำงานเพศศึกษาในสถานศึกษาอย่างเป็นระบบ พัฒนาชุดกิจกรรม/แผนการเรียนรู้เพศศึกษาที่สอดคล้องกับเยาวชน รวมทั้งพัฒนาและขยายเครือข่ายผู้จัดการกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาให้มีข้อมูล ความรู้ ทักษะ และทักษะที่จะช่วยให้จัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- เพื่อส่งเสริมให้เกิดพื้นที่สำหรับเยาวชนในการแสดงศักยภาพ และส่งเสริมให้เยาวชนใช้ชีวิตทางเพศอย่างรับผิดชอบ โดยสามารถเข้าถึงอุปกรณ์การป้องกันและบริการสุขภาพ
- เพื่อสนับสนุนให้เกิดเครือข่ายทางสังคม รวมทั้งสื่อสารสาธารณะ ให้มีส่วนร่วมในการสร้างบรรยากาศส่งเสริมการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา และการใช้ชีวิตทางเพศที่รับผิดชอบต่อเยาวชน



### ๓. รายละเอียดโครงการ

ใน ๕ ปีที่ผ่านมา โครงการ “ก้าวอย่างเข้าใจ”<sup>๑</sup> ได้พัฒนาแผนการเรียนรู้เพศศึกษาที่สอดคล้องกับเยาวชนในแต่ละช่วงวัย เพื่อส่งเสริมความเข้าใจเรื่องเอดส์ เพศวิถี และการใช้ชีวิตทางเพศอย่างรับผิดชอบ รวมทั้งได้พัฒนาระบบการพัฒนาศักยภาพและฝึกอบรมครูให้เข้าใจแนวคิดเรื่องเพศวิถี การพัฒนาเยาวชนเชิงบวก และการจัดการเรียนรู้ และเกิดเครือข่ายครูที่เข้าใจการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา

<sup>๑</sup> รายละเอียดเพิ่มเติม โครงการก้าวอย่างเข้าใจ องค์การแพธ, รัก ใคร่ และเรียนรู้: ๓ ปีของเส้นทางโครงการก้าวอย่างเข้าใจเข้าสู่ปีที่ ๔ และ ๕ เพศศึกษาเพื่อเยาวชน เอกสารการประชุมวิชาการเพศศึกษาเพื่อเยาวชนครั้งที่ ๓ (๒๕-๒๗ ตุลาคม ๒๕๔๙) กรุงเทพฯ: พี.เอส.ซัพพลาย, ๒๕๔๙.

ในปีที่ ๓ ของการดำเนินงาน แนวคิดเรื่องการจัดเพศศึกษาอย่างเป็นระบบเพื่อให้เยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษาได้เรียนอย่างต่อเนื่องและสอดคล้องกับพัฒนาการตามช่วงวัยเริ่มก่อรูปชัดเจนขึ้น โดยเกิดสถานศึกษาดั้งแบบ 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

## พื้นที่ดำเนินงานโครงการก้าวอย่างเข้าใจ ๕ ปี (ตุลาคม ๕๖ - กันยายน ๕๗)

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

### การศึกษานอกโรงเรียน

๒๑ จังหวัด  
๔๘ ศูนย์อำเภอ

### ภาคอีสาน ๒๕ แห่ง + ๑ ว.

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

### ศูนย์กลาง ๒ แห่ง

บ้านกาญจนภิเษก  
ศูนย์ฝึกฯ อุบลฯ

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

### ภาคกลาง ๑๒๕ แห่ง

ราชบุรี ๓๒  
นครปฐม ๒๒  
ฉะเชิงเทรา ๑๔  
สมุทรสาคร ๑๑

### สคร.๕ - ๒๙ แห่ง

นครราชสีมา ๖ (+๒๐)  
บุรีรัมย์ ๖ (+๒)  
สุรินทร์ ๑๐ (+๑)  
ชัยภูมิ ๗ (+๑๑)  
(+ ศูนย์งาน ๓๔ แห่ง)

### ภาคใต้ ๑๔๒ แห่ง + ๑ มวล.

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

## โครงการก้าวอย่างเข้าใจ (ข้อมูลเมื่อ ๒๒ ตุลาคม ๕๖)

การศึกษานานพื้นฐาน ๔๕๙ แห่ง ใน ๓๓ จังหวัด ๗๑ สพท.  
สอศ. ๒๔๒ สถานศึกษาใน ๖๔ จังหวัด  
กศน. ๔๘ ศปอ. ใน ๒๑ จังหวัด  
อุดมศึกษา ๑๒ แห่ง และ ศูนย์ฝึกฯ ๒ แห่ง

### ณ ภาค ๑/๕๑ สถานศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ

รวม ๗๖๓ แห่งใน ๗๓ จังหวัด

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

## รูปแบบการจัดเพศศึกษาในสถานศึกษา

### รูปแบบที่ ๑ “เพศศึกษา” เต็มรูปแบบ

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

### รูปแบบที่ ๒ “เพศศึกษา” โดยบูรณาการในกลุ่มสาระ

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

### รูปแบบที่ ๓ “เพศศึกษา” ตามความพร้อม/ความสนใจของครู

เป็นสถานศึกษาที่ยังไม่มีแผนการจัดเพศศึกษาสำหรับนักเรียนทุกระดับชั้นอย่างเป็นระบบ แต่  
สนับสนุนให้ครูที่ผ่านการอบรม และ/หรือ ครูที่สนใจ จัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้แผนการ  
เรียนรู้เพศศึกษาเต็มรูปแบบ ในกลุ่มสาระหรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่ครูเป็นผู้รับผิดชอบ  
โดยไม่มีแผนความต่อเนื่องในแต่ละระดับชั้น

### รูปแบบที่ ๔ “เพศศึกษา” แบบสอดแทรก

เป็นสถานศึกษา ที่ครูยังไม่ใช้แผนการเรียนรู้เพศศึกษาเต็มรูปแบบ แต่ใช้วิธีการสอดแทรก  
เนื้อหา โดยการพูดถึงก่อนเข้าเนื้อหาสาระวิชาต่างๆ หรือการพูดสอดแทรกในกิจกรรมอื่นๆ  
ของสถานศึกษา

และในปีที่ ๔ - ๕ โครงการฯ เน้นการสนับสนุนสถานศึกษาในรูปแบบที่ ๑ เพื่อให้เกิดสถานศึกษาต้นแบบในการดำเนินงานเพศศึกษา โดยส่งเสริมและสนับสนุนให้สถานศึกษาพัฒนาการดำเนินงานเพศศึกษาอย่างเป็นระบบ อันประกอบด้วย

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

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

สนใจรายละเอียดโครงการเพิ่มเติม รู้จักสถานศึกษาต้นแบบ เครือข่ายครูเพศศึกษา และหลักสูตรเพศศึกษาระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และสื่อเพศศึกษาอื่นๆ ได้ที่ [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net)

และกิจกรรมในโครงการนำร่อง “เลิฟแคร์ กล้ารัก กล้าเชิด” เพื่อจัดบริการที่เป็นมิตรกับเยาวชน [www.lovecarestation.com](http://www.lovecarestation.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 กับองค์กรแพช ได้แก่

๑. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
๒. มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ (ACCESS)
๓. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง
๔. มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง
๕. โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จ.อุบลราชธานี
๖. สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๕ (สคร.๕) นครราชสีมา
๗. สำนักมาตรฐานการอาชีวศึกษาและวิชาชีพ สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา  
กระทรวงศึกษาธิการ
๘. สำนักบริหารงานการศึกษาจากระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (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. กลุ่มละครเพื่อการเรียนรู้บางพลาย
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               | อดีตสมาชิกวุฒิสภา กทม.                         |
| ๓. รศ.ดร.ชลิตาภรณ์ ส่งสัมพันธ์  | มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์                          |
| ๔. ธวัชชัย ไทยเขียว             | อธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน         |
| ๕. ศ.ดร.นิตี เอียวศรีวงศ์       | มหาวิทยาลัยเที่ยงคืน                           |
| ๖. พ.ญ.เพชรศรี ศิรินิรันดร์     | ผู้แทนกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข            |
| ๗. พ.ญ.เพ็ญศรี กระทบ่อทอง       | สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข |
| ๘. น.พ.ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์  | ผู้เชี่ยวชาญกระทรวงสาธารณสุข                   |
| ๙. ดร.สิริกร มณีรินทร์          | ผู้ทรงคุณวุฒิด้านเด็กและเยาวชน                 |
| ๑๐. สมหมาย ปารีฉัตร             | หนังสือพิมพ์มติชน                              |
| ๑๑. สุรียนต์ จอกลีพันธุ์        | บริษัท ป่าใหญ่ครีเอชั่น                        |

## รายชื่อคณะผู้อ่านและให้ความเห็น ต่อคู่มือฯ ในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๒

---

- |                                    |  |
|------------------------------------|--|
| ๑. อ.เพ็ญนิภา นรินทรกุล ณ อยุธยา   | โรงเรียนเขมะสิริอนุสสรณ์                   |
| ๒. อ.อัญชลี เทศววงศ์               | โรงเรียนสตรีวิทยา ๒ ในพระราชูปถัมภ์ฯ       |
| ๓. อ.พิชชา พ็องพงษ์ศรี             | โรงเรียนกุนนทีรุทธาราชาวิทยาลัย            |
| ๔. อ.กนิษฐ์เพ็ญ ทานประสิทธิ์       | โรงเรียนสีกัน (วัดนานันท์อุปถัมภ์)         |
| ๕. อ.สุวรรณ ทองบัวงาม              | โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยา                     |
| ๖. อ.วิภา เกตุเทพา                 | โรงเรียนสตรีวิทยา ๒ ในพระราชูปถัมภ์ฯ       |
| ๗. อ.สุวิมล จันทร์เปรมปรุ่ง        | โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา พุทธมณฑล |
| ๘. อ.สุจิตรา โปร่งแสง              | สำนักมาตรฐานการอาชีวศึกษาและวิชาชีพ        |
| ๙. ดร.ชระนันทอง ธนสุภาภรณ์         | มหาวิทยาลัยมหิดล                           |
| ๑๐. คณะทำงานโครงการก้าวอย่างเข้าใจ | องค์การแพธ (PATH)                          |



# รายชื่อคณะทำงาน

การวิเคราะห์ตัวชี้วัดหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑  
กับแผนการเรียนรัฐศึกษารอบด้าน\*

---

- |                      |   |
|----------------------|---|
| ๑. กมลมาลย์ แสงอำจร  | ศึกษานิเทศก์ หัวหน้าฝ่ายหลักสูตร สพท. นครสวรรค์ เขต ๑                                   |
| ๒. จรินทร์ ไส้สกุล   | ศึกษานิเทศก์ กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา สพท. กทม. เขต ๓                                |
| ๓. สุขใจ ดวงประเสริฐ | ศึกษานิเทศก์ กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา สพท. ฉะเชิงเทรา เขต ๒                          |
| ๔. สุรีย์ อรรถกร     | ครูสุขศึกษา โรงเรียนสายน้ำผึ้ง กทม.   |
| ๕. ดลนภา บุรณัฐัญญ์  | ครูสุขศึกษา โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กทม.  |
| ๖. วิเนตร์ พวงสอาด   | ครูสุขศึกษา โรงเรียนแจ่งร้อนวิทยา กทม.  |
| ๗. อรุณี ชาญด้วยกิจ  | ครูแนะแนว โรงเรียนสตรีอัปสรสวรรค์ กทม.  |
| ๘. สุนันทา พุ่มวารี  | ครูแนะแนว โรงเรียนเบญจมราชูทิศ ราชบุรี  |
| ๙. สมเกียรติ สุวรรณ์ | ครูภาษาไทย (อดีต) โรงเรียนกำแพงแสนวิทยา นครปฐม  |
| ๑๐. สมวงศ์ อุไรวัฒนา | รองผู้อำนวยการมูลนิธิเข้าถึงเอดส์ กาญจนบุรี<br>องค์กรภาคีเพศศึกษารอบด้าน ภาคตะวันตก/ออก |

---

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

## เจ้าหน้าที่โครงการส่งเสริมการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษารอบด้าน องค์การแพธ

- |                         |  |
|-------------------------|--|
| ๑. วรรณุช ชินวรโสภาค    | ผู้จัดการโครงการ   |
| ๒. อุษาสินี ธีวทอง      | ผู้ประสานงานโครงการ กรุงเทพฯ และสมุทรปราการ                        |
| ๓. ททัยรัตน์ สุดา       | ผู้ประสานงานโครงการ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ                          |
| ๔. พรนุช สถาผลสวัสดิ์   | ผู้ประสานงานโครงการ อาชีวศึกษา<br>และการศึกษานอกโรงเรียน           |
| ๕. ชูไชย นิใจไตรรัตน์   | ผู้ประสานงานโครงการ ภาคเหนือตอนล่าง                                |
| ๖. สุทิศา ศรีบุญตรงษ์   | ผู้ประสานงานโครงการ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ                          |
| ๗. พรพรรณ ทองทองศักดิ์  | ผู้ประสานงานโครงการ กรุงเทพฯ และสมุทรปราการ                        |
| ๘. แสงจันทร์ เมธาตระกูล | ผู้ประสานงานโครงการ ภาคเหนือตอนบนและเครือข่าย<br>มหาวิทยาลัยราชภัฏ |

# รายชื่อสถานศึกษาระดับขั้นพื้นฐาน ที่ร่วมโครงการก้าวอย่างเข้าใจ ในปี ๒๕๔๗-๒๕๕๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๑	กระบี่	โรงเรียนวัดโพธิ์เรียง	สพท. กระบี่ ๑
๒		โรงเรียนสินปุนคุณวิทย์	สพท. กระบี่ ๑
๓	กรุงเทพฯ	โรงเรียนกุนที่รุทรามวิทยาคม	สพท. กทม. ๑
๔		โรงเรียนเกษมพิทยา	สช.
๕		โรงเรียนขะเมะสิริอนุสรณ์	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 รัชมังคลาภิเษก	สพท. กทม. ๓
๑๖		โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) ๒	สพท. กทม. ๒
๑๗		โรงเรียนบางกะปิ	สพท. กทม. ๒
๑๘		โรงเรียนบางบัว (เฟื่องตั้งตรงจิตรวีทยาจารย์)	สพท. กทม. ๒
๑๙		โรงเรียนพระดุงศิษย์พิทยา	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		โรงเรียนมัธยมกันทรวิฑูรย์	สพท. กทม. ๑
๒๕		โรงเรียนมัธยมขนาดนาอุปถัมภ์	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		โรงเรียนยานนาวาเวศวิทยาควม	สพท. กทม. ๑
๓๔		โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภช บางขุนเทียน	สพท. กทม. ๓
๓๕		โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภช ลาดกระบัง	สพท. กทม. ๒
๓๖		โรงเรียนราชดำริ	สพท. กทม. ๒
๓๗		โรงเรียนราชวินิตบางเขน	สพท. กทม. ๒
๓๘		โรงเรียนราชวินิตบางแคปานขำ	สพท. กทม. ๓
๓๙		โรงเรียนรุ่งเรืองอุปถัมภ์	กทม.
๔๐		โรงเรียนลาดปลาเค้าพิทยาคม	สพท. กทม. ๒
๔๑		โรงเรียนวัดชัยมงคล	กทม.
๔๒		โรงเรียนวัดนวลนรดิศ	สพท. กทม. ๓
๔๓		โรงเรียนวัดบวรมงคล	สพท. กทม. ๓
๔๔		โรงเรียนวัดประดู่ในทรงธรรม	สพท. กทม. ๓

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๔๕	กรุงเทพฯ	โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยาคม	สพท. กทม. ๓
๔๖		โรงเรียนวัดราษฎร์บำรุง (งามศิริวิทยาคาร)	กทม.
๔๗		โรงเรียนวัดลาดกระบัง (ศิลาภิรัตอุปถัมภ์)	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		โรงเรียนสตรีวัดอัสสัมชัญ	สพท. กทม. ๓
๕๔		โรงเรียนสตรีวิทยา ๒ ในพระราชูปถัมภ์ฯ	สพท. กทม. ๒
๕๕		โรงเรียนสายน้ำทิพย์	สพท. กทม. ๑
๕๖		โรงเรียนสายปัญญา ในพระบรมราชินูปถัมภ์	สพท. กทม. ๑
๕๗		โรงเรียนสีกัน (วัดนันทนันทอุปถัมภ์)	สพท. กทม. ๒
๕๘		โรงเรียนสีตบุตรบำรุง	สข.
๕๙		โรงเรียนสุวรรณารามวิทยาคม	สพท. กทม. ๓
๖๐		โรงเรียนสุเหร่าทรายกองดิน	กทม.
๖๑		โรงเรียนเสสะเวชวิทยา	สข.
๖๒		โรงเรียนทอวัง	สพท. กทม. ๒
๖๓		โรงเรียนอนุบาลพิบูลเวศม์	สพท. กทม. ๑
๖๔		โรงเรียนอำนวยการศิลป์	สข.
๖๕	กาญจนบุรี	โรงเรียนเขาดินวิทยาคาร	สพท. กาญจนบุรี ๑
๖๖		โรงเรียนด่านมะขามเตี้ยวิทยา	สพท. กาญจนบุรี ๑
๖๗		โรงเรียนท่าม่วงราษฎร์บำรุง	สพท. กาญจนบุรี ๑
๖๘		โรงเรียนเทพมงคลรังษี	สพท. กาญจนบุรี ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๖๙	กาญจนบุรี	โรงเรียนเทพศิรินทร์ลาดหญ้ากาญจนบุรี	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๐		โรงเรียนบ่อพลอยรัชดาภิเษก	สพท. กาญจนบุรี ๔
๗๑		โรงเรียนบ้านเก่าวิทยา	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๒		โรงเรียนบ้านตลุงเหนือ	สพท. กาญจนบุรี ๔
๗๓		โรงเรียนบ้านท่าทุ่ม	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๔		โรงเรียนบ้านพุเลียบ	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๕		โรงเรียนบ้านหนองประดู่	สพท. กาญจนบุรี ๔
๗๖		โรงเรียนพนมทวนชนูปถัมภ์	สพท. กาญจนบุรี ๒
๗๗		โรงเรียนพัังตรุราษฎร์รังสรรค์	สพท. กาญจนบุรี ๑
๗๘		โรงเรียนวัดพัังตรุ	สพท. กาญจนบุรี ๒
๗๙		โรงเรียนหนองปรือพิทยาคม	สพท. กาญจนบุรี ๔
๘๐		โรงเรียนหนองรีประชาชนนิมิตร	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 (ศรีโพธิ์ตร)	สพท. ฉะเชิงเทรา ๑
๙๐		โรงเรียนวัดบางวัว (สายเสริมวิทย์)	สพท. ฉะเชิงเทรา ๑
๙๑		โรงเรียนวัดประชานาบุรูกิจ	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 “มนูญวิทยาการ”	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		โรงเรียนโนนคูณวิทยาการ รัชมิ่งคลาภิเษก	สพท. ชัยภูมิ ๒
๑๐๔		โรงเรียนบำเหน็จณรงค์คีวิทยาาคม	สพท. ชัยภูมิ ๓
๑๐๕		โรงเรียนภักดีชุมพลวิทยา	สพท. ชัยภูมิ ๑
๑๐๖		โรงเรียนภูเขียว	สพท. ชัยภูมิ ๒
๑๐๗		โรงเรียนหนองบัวแดงวิทยา	สพท. ชัยภูมิ ๑
๑๐๘	ตรัง	โรงเรียนคันทพิทยาการ	สพท. ตรัง ๑
๑๐๙		โรงเรียนตรังคริสเตียนศึกษา	สช.
๑๑๐		โรงเรียนตรังรังสฤษฎ์	สพท. ตรัง ๑
๑๑๑		โรงเรียนทุ่งยาวผดุงศิษย์	สพท. ตรัง ๑
๑๑๒		โรงเรียนนาโยงวิทยาคม	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		โรงเรียนสภาราชาินี จังหวัดตรัง	สพท. ตรัง ๑
๑๑๙		โรงเรียนสวัสดิ์ศิริตนาภิมุข	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		โรงเรียนภัทรเกษมวิทยา	สพท. นครปฐม ๒
๑๒๘		โรงเรียนราชินีบูรณะ	สพ.
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 (กาญจนลักษณวิทยา)	สพท. นครปฐม ๒
๑๓๕		โรงเรียนวัดวังน้ำเขียว	สพท. นครปฐม ๑
๑๓๖		โรงเรียนวัดศรีมหาโพธิ์	สพท. นครปฐม ๒
๑๓๗		โรงเรียนวัดศิระชะทอง	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		โรงเรียนจระเข้หินสังขมิถวิทยา	สพท. นครราชสีมา ๓
๑๔๕		โรงเรียนโชคชัยสามัคคี	สพท. นครราชสีมา ๒
๑๔๖		โรงเรียนนครราชสีมาวิทยาลัย	อบจ.
๑๔๗		โรงเรียนมัธยมวชิราลงกรณวราราม	สพท. นครราชสีมา ๔
๑๔๘		โรงเรียนเมืองคง	สพท. นครราชสีมา ๖
๑๔๙	นครศรีธรรมราช	โรงเรียนกรุงหยันวิทยาคาร	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		โรงเรียนนบพิตาวินวิทยา	สพท. นครศรีธรรมราช ๔
๑๕๗		โรงเรียนนางเอื้อยวิทยา	สพท. นครศรีธรรมราช ๒
๑๕๘		โรงเรียนปากพนัง	สพท. นครศรีธรรมราช ๓
๑๕๙		โรงเรียนปากพูน	สพท. นครศรีธรรมราช ๑
๑๖๐		โรงเรียนโมคลานประชาสรรค์	สพท. นครศรีธรรมราช ๔
๑๖๑		โรงเรียนร่อนพิบูลย์เกียรติวสุนธราภิวัฒก์	สพท. นครศรีธรรมราช ๓
๑๖๒		โรงเรียนสตรีทุ่งสง	สพท. นครศรีธรรมราช ๒
๑๖๓		โรงเรียนสระแก้วรัตนวิทย์	สพท. นครศรีธรรมราช ๔
๑๖๔		โรงเรียนสิขลคุณาธารวิทยา	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		โรงเรียนสุโหงโกลก	สพท. นราธิวาส ๑
๑๗๑	น่าน	โรงเรียนเที่ยงกลาง (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		โรงเรียนศรัทธาศิลาเพชรรังสรรค์	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 รัชมิ่งคลาภิเชก	สพท. บุรีรัมย์ ๑
๑๘๖		โรงเรียนละหานทรายรัชดาภิเษก	สพท. บุรีรัมย์ ๓
๑๘๗		โรงเรียนลำปลายมาศ	สพท. บุรีรัมย์ ๑
๑๘๘	ปัตตานี	โรงเรียนจ้อฮั่ว	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		โรงเรียนมูลนิธิอาซิซสถาน	สช.
๑๙๔		โรงเรียนอิสลามศาสนวิทยา	สช.
๑๙๕	พังงา	โรงเรียนดีบุกพังงาวิทยายน	สพท. พังงา
๑๙๖		โรงเรียนบ้านเขาเต่า	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		โรงเรียนชะรัดขลุ่ยปัทม์	สพท. พัทลุง ๒
๒๐๕		โรงเรียนคอนสาหร่านวิทยา	สพท. พัทลุง ๑
๒๐๖		โรงเรียนตะโหมด	สพท. พัทลุง ๒
๒๐๗		โรงเรียนเทศบาลจูงฮั่ว	เทศบาล
๒๐๘		โรงเรียนเทศบาลวัดนิโครธาราม	เทศบาล
๒๐๙		โรงเรียนนายนายดววิทยาคาร	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		โรงเรียนประชาภัสสรรังสิต	สพท. พัทลุง ๑
๒๑๕		โรงเรียนป่าบอนพิทยาคม	สพท. พัทลุง ๒
๒๑๖		โรงเรียนป่าพะยอมพิทยาคม	สพท. พัทลุง ๑
๒๑๗		โรงเรียนพนางตุง	สพท. พัทลุง ๑
๒๑๘		โรงเรียนพัทลุง	สพท. พัทลุง ๑
๒๑๙		โรงเรียนนวิธรรมสถิต	สพท. พัทลุง ๑
๒๒๐		โรงเรียนศรีบรรพตพิทยาคม	สพท. พัทลุง ๑
๒๒๑		โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์พัทลุง	สพท. พัทลุง ๑
๒๒๒		โรงเรียนสตรีพัทลุง	สพท. พัทลุง ๑
๒๒๓		โรงเรียนทานโฬีพิทยาคม	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		โรงเรียนบ้านห้วยขวางจริง	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๓๔		โรงเรียนบ้านแหลมวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๑
๒๓๕		โรงเรียนปริยัติรังสรรค์	สพท. เพชรบุรี ๑
๒๓๖		โรงเรียนนวิธรรมโคกิต	สพท. เพชรบุรี ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๒๓๓	เพชรบุรี	โรงเรียนวัดจันทราวาส (ศุขประสารราษฎร์)	สพท. เพชรบุรี ๑
๒๓๔		โรงเรียนวัดนาพรหม	สพท. เพชรบุรี ๑
๒๓๕		โรงเรียนหนองจอกวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๔๐		โรงเรียนหนองขุ่มแสงวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๔๑		โรงเรียนหนองหญ้าปล้องวิทยา	สพท. เพชรบุรี ๑
๒๔๒		โรงเรียนห้วยทรายประชาสรรค์	สพท. เพชรบุรี ๒
๒๔๓	แพร่	โรงเรียนถิ่นโสภาวิทยา	สพท. แพร่ ๑
๒๔๔		โรงเรียนนารีรัตน์จังหวัดแพร่	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		โรงเรียนวังขี้เหล็กวิทยา	สพท. แพร่ ๒
๒๕๐		โรงเรียนสรอยเสวีวิทยา	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		โรงเรียนเกาะสีเฮอร์	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๖		โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ ภูเก็ต	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๗		โรงเรียนเชิงทะเลวิทยาคม (จติ-ก้องอนุสรณ์)	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๘		โรงเรียนกลางพระนางสร้าง	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๕๙		โรงเรียนพิบูลสวัสดิ์	สพท. ภูเก็ต ๑

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๒๖๐	ภูเก็ต	โรงเรียนวิชิตสงคราม	สพท. ภูเก็ต ๑
๒๖๑	ยโสธร	โรงเรียนกุดชุมวิทย์วิทยา	สพท. ยโสธร ๒
๒๖๒		โรงเรียนทรายมูลวิทยา	สพท. ยโสธร ๒
๒๖๓		โรงเรียนมหาพนธ์วิทยาคม	สพท. ยโสธร ๑
๒๖๔		โรงเรียนยโสธรพิทยาสรรค์	สพท. ยโสธร ๑
๒๖๕		โรงเรียนเลิงนกทา	สพท. ยโสธร ๒
๒๖๖		โรงเรียนสอนแก้ว่องไววิทยา	สพท. ยโสธร ๑
๒๖๗	ยะลา	โรงเรียนคนะราษฏร์บำรุง ๒	สพท. ยะลา ๑
๒๖๘		โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ ยะลา	สพท. ยะลา ๑
๒๖๙		โรงเรียนเทศบาล ๒ (บ้านมลายูบางกอก)	เทศบาล
๒๗๐		โรงเรียนเทศบาล ๕ (บ้านตลาดเก่า)	เทศบาล
๒๗๑		โรงเรียนธีรวิทยา	สข.
๒๗๒		โรงเรียนบ้านตลาดลำใหม่	สพท. ยะลา ๑
๒๗๓		โรงเรียนบ้านตาเซะ	สพท. ยะลา ๑
๒๗๔		โรงเรียนบ้านเบญญา (บุญชอบ สาครินทร์)	สพท. ยะลา ๑
๒๗๕		โรงเรียนบ้านสาคอก	สพท. ยะลา ๑
๒๗๖		โรงเรียนเบตง “วีระราษฎร์ประสาน”	สพท. ยะลา ๒
๒๗๗		โรงเรียนยะลาบำรุงผดุงประชา	สข.
๒๗๘		โรงเรียนยะหาศรียานุกุล	สพท. ยะลา ๒
๒๗๙		โรงเรียนรังสีอนุสรณ์	สข.
๒๘๐		โรงเรียนลำพะยาประชานุเคราะห์	สพท. ยะลา ๑
๒๘๑		โรงเรียนวัดขมพูนสถิต	สพท. ยะลา ๑
๒๘๒	ราชบุรี	โรงเรียนกรับใหญ่อังกุศลกิจพิทยาคม	สพท. ราชบุรี ๒

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

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๓๐๗	ราชบุรี	โรงเรียนวัดสันติการามวิทยา ราชบุรี	สพท. ราชบุรี ๑
๓๐๘		โรงเรียนวัดหุบกระเทียม	สพท. ราชบุรี ๒
๓๐๙		โรงเรียนสวนผึ้งวิทยา	สพท. ราชบุรี ๑
๓๑๐		โรงเรียนสายธรรมจันทร์	สพท. ราชบุรี ๒
๓๑๑		โรงเรียนโสภณศิริราษฎร์	สพท. ราชบุรี ๑
๓๑๒		โรงเรียนอนุบาลโพธาราม	สพท. ราชบุรี ๒
๓๑๓		โรงเรียนอนุบาลราชบุรี	สพท. ราชบุรี ๑
๓๑๔	ลำปาง	โรงเรียนเกาะคาวิทยาคม	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 (บ้านเชียงราย)	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		โรงเรียนทากุมเงินวิทยาคาร	สพท. ลำพูน ๑
๓๔๕		โรงเรียนทุ่งหัวช้างพิทยาคม	สพท. ลำพูน ๒
๓๔๖		โรงเรียนเทศบาลสันป่าแย้งหนองม	เทศบาล
๓๔๗		โรงเรียนสิริกานท์บ้านโฮ่ง	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		โรงเรียนแม่ตื่นวิทยาคม	สพท. ลำพูน ๒
๓๕๗		โรงเรียนแม่ทาวิทยาคม	สพท. ลำพูน ๑
๓๕๘		โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๒๖	สพท. ลำพูน ๑
๓๕๙		โรงเรียนวชิรป่าซาง	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๐		โรงเรียนวัดบ้านดง	สพท. ลำพูน ๒
๓๖๑		โรงเรียนวัดบ้านม้า	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๒		โรงเรียนเวียงเจดีย์วิทยา	สพท. ลำพูน ๒
๓๖๓		โรงเรียนส่วนบุญโญปถัมภ์	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๔		โรงเรียนอนุบาลลำพูน	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๕		โรงเรียนอุโมงค์วิทยาคม	สพท. ลำพูน ๑
๓๖๖	ศรีสะเกษ	โรงเรียนไกรภักดีวิทยาคม	สพท. ศรีสะเกษ ๑
๓๖๗		โรงเรียนดงรักวิทยา	อบจ.
๓๖๘		โรงเรียนโนนปูนวิทยาคม	สพท. ศรีสะเกษ ๓
๓๖๙		โรงเรียนบึงมะลูวิทยา	สพท. ศรีสะเกษ ๔
๓๗๐		โรงเรียนยางชุมน้อยพิทยาคม	สพท. ศรีสะเกษ ๑
๓๗๑		โรงเรียนราชสีห์ไศล	สพท. ศรีสะเกษ ๒
๓๗๒	สงขลา	โรงเรียนจะนะชนูปถัมภ์	สพท. สงขลา ๓
๓๗๓		โรงเรียนจะโหนดพิทยาคม	สพท. สงขลา ๓
๓๗๔		โรงเรียนชุมชนนิคมสร้างตนเองเทพา	สพท. สงขลา ๓
๓๗๕		โรงเรียนท่าจีนอุดมวิทยา	สพท. สงขลา ๒
๓๗๖		โรงเรียนเทพพิทยภาอนุบาล	สพท. สงขลา ๓
๓๗๗		โรงเรียนเทพา	สพท. สงขลา ๓
๓๗๘		โรงเรียนเทศบาล ๑ (เอ็งเสียงสามัคคี)	เทศบาล

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๓๘๗๙	สงขลา	โรงเรียนเทศบาล ๒ (บ้านหาดใหญ่)	เทศบาล
๓๘๘๐		โรงเรียนเทศบาล ๓ (ไศภนพิทยาคูณานุสรณ์)	เทศบาล
๓๘๘๑		โรงเรียนเทศบาล ๔ (วัดคลองเรียน)	เทศบาล
๓๘๘๒		โรงเรียนเทศบาล ๕ (วัดหาดใหญ่)	เทศบาล
๓๘๘๓		โรงเรียนธรรมโฆษิต	สพท. สงขลา ๑
๓๘๘๔		โรงเรียนบ้านเขาพระ	สพท. สงขลา ๒
๓๘๘๕		โรงเรียนบ้านป่าไธสง	สพท. สงขลา ๓
๓๘๘๖		โรงเรียนบ้านพระพุทธ	สพท. สงขลา ๓
๓๘๘๗		โรงเรียนบ้านสะพานหัก	สพท. สงขลา ๓
๓๘๘๘		โรงเรียนพะตงประธานศิริวัฒน์	สพท. สงขลา ๒
๓๘๘๙		โรงเรียนมหาปัญญา	กรมการศาสนา
๓๘๙๐		โรงเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏ	สพท. สงขลา ๑
๓๘๙๑		โรงเรียนมัธยมสิริวัณวรี ๒ สงขลา	สพท. สงขลา ๒
๓๘๙๒		โรงเรียนระโนดวิทยา	สพท. สงขลา ๑
๓๘๙๓		โรงเรียนรัตภูมิวิทยา	สพท. สงขลา ๒
๓๘๙๔		โรงเรียนวนนารีเฉลิม	สพท. สงขลา ๑
๓๘๙๕		โรงเรียนวัดท่าแค	สพท. สงขลา ๒
๓๘๙๖		โรงเรียนสทิงพระชนูปถัมภ์	สพท. สงขลา ๑
๓๘๙๗		โรงเรียนสทิงพระวิทยา	สพท. สงขลา ๑
๓๘๙๘		โรงเรียนสะเดา “บรรดาศักดิ์กัมพลานนท์อนุสรณ์”	สพท. สงขลา ๓
๓๘๙๙		โรงเรียนสะบ้าย้อยวิทยา	สพท. สงขลา ๓
๔๐๐๐		โรงเรียนแสงทองวิทยา	สข.
๔๐๐๑		โรงเรียนโสตศึกษาจังหวัดสงขลา	สพท. สงขลา ๒
๔๐๐๒		โรงเรียนหาดใหญ่เทคโนโลยี	สข.

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		โรงเรียนเมธีขุมทะเลวันวิทยาลัย	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๑		โรงเรียนวัดโคกเกตุ (เสริมสมบูรณวงศ์)	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๒		โรงเรียนวัดบางน้อย (แจ่มประชานุกูล)	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๓		โรงเรียนวัดศรีท้าวธรรม	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๔		โรงเรียนศรีท้าวสมุทร	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๕		โรงเรียนอัมพันวิทยาลัย	สพท. สมุทรสงคราม
๔๒๖	สมุทรสาคร	โรงเรียนกระทุ่มแบน “วิเศษสมุทคุณ”	สพท. สมุทรสาคร

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๔๒๘	สมุทรสาคร	โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ สมุทรสาคร	สพท. สมุทรสาคร
๔๒๘		โรงเรียนวัดธรรมจริยาภิรมย์	สพท. สมุทรสาคร
๔๒๙		โรงเรียนวัดนางสาว	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๐		โรงเรียนวัดยกกระบัตร์	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๑		โรงเรียนวัดราษฎร์รังสรรค์	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๒		โรงเรียนวัดหลักสี่พัฒนาราษฎร์อุปลัมภ์	สพท. สมุทรสาคร
๔๓๓		โรงเรียนวัดใหญ่บ้านบ่อ (บ้านปอราษฎร์บำรุง)	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		โรงเรียนประสาทพิทยาคาร	สพท. สุรินทร์ ๓
๔๔๒		โรงเรียนรัตนบุรี	สพท. สุรินทร์ ๒
๔๔๓		โรงเรียนรามวิทยา รัชมง์คลาภิเชก	สพท. สุรินทร์ ๑
๔๔๔		โรงเรียนศิขรภูมิพิสัย	สพท. สุรินทร์ ๑
๔๔๕		โรงเรียนสนมพิทยาคาร	สพท. สุรินทร์ ๒
๔๔๖		โรงเรียนสุรพินท์พิทยา	สพท. สุรินทร์ ๑
๔๔๗	อำนาจเจริญ	โรงเรียนขานูมานพิทยาคม	สพท. อำนาจเจริญ
๔๔๘		โรงเรียนนายมิวิทยาคาร	สพท. อำนาจเจริญ
๔๔๙		โรงเรียนบ้านหนองไฮ	สพท. อำนาจเจริญ

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๔๕๐	อำนาจเจริญ	โรงเรียนพนาศึกษา	สพท. อำนาจเจริญ
๔๕๑		โรงเรียนลืออำนาจวิทยาคม	สพท. อำนาจเจริญ
๔๕๒	อุบลราชธานี	โรงเรียนเกษมสิมาวิทยาคาร	สพท. อุบลราชธานี ๒
๔๕๓		โรงเรียนบ้านเม็กใหญ่	สพท. อุบลราชธานี ๕
๔๕๔		โรงเรียนเบ็ตตี้คูเมน ๒ ช่องเม็ก	สพท. อุบลราชธานี ๓
๔๕๕		โรงเรียนปทุมพิทยาคม	สพท. อุบลราชธานี ๑
๔๕๖		โรงเรียนวิจิตรวิทยา	สพท. อุบลราชธานี ๔
๔๕๗		โรงเรียนเวตวันวิทยา	สพท. อุบลราชธานี ๕
๔๕๘		โรงเรียนสหราษฎร์ศึกษา	สพท. อุบลราชธานี ๑
๔๕๙		โรงเรียนห้วยชะยุ้งวิทยา	สพท. อุบลราชธานี ๔



เป็นไปได้ไหมว่า การแก้ไขของเยาวชนกับเรื่องเพศ 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



PR-DDC  
Principal Recipient  
Administrative Office

สนับสนุนโดย โครงการกองทุนโลก

teenpath  
www.teenpath.net  
๒๕๕๓-๒๕๖๓

PATH  
A catalyst for global health