

บทความทั่วไป (General Article)**ประสิทธิผลของการพัฒนาทักษะชีวิตไปยังความรู้และการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศท่ามกลางนักเรียนหญิงโรงเรียนมัธยมศึกษา**ทิวาทิพย์ แสนเมือง¹, ทศพร ชูศักดิ์², เบญจวรรณ นันทชัย³, สันหวัด ไชยวงศ์^{4*}**Effect of developing life skill toward knowledge and the prevention of risky sexual behaviors among female secondary school students**Thiwathip Sanmuang¹, Thasaporn Chusak², Benjawan Nunthachai³, Sanhawat Chaiwong^{4*}¹ Makawtom Health Promotion Hospital, Makawtom Subdistrict, Muang District, Chiangrai Province 57100² Wangkhang Health Promotion Hospital, Wangkhang Subdistrict, Pisalee District, Nakhonsawan Province 60220³ Faculty of Health Science, Nation University, Lampang Province 52000⁴ School of Medicine, University of Phayao, Phayao Province 56000

* Corresponding author E-mail address: c_sanhawat@hotmail.com

Naresuan Phayao J. 2015;8(2):103-106.

บทคัดย่อ

ประเมินทักษะชีวิตอิงโรงเรียนสำหรับนักเรียนหญิงโรงเรียนมัธยมอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย ผ่านการออกแบบกึ่งการทดลองเฉพาะกลุ่มทดลองก่อนและหลังการแทรกแซงจำนวน 30 คน อิงตัวแปรสองระดับ ประกอบด้วยความรู้และพฤติกรรมป้องกันเป็นตัวชี้แนะสำหรับเนื้อหาโครงการ ประเมินผ่านตัวแปรเหล่านี้ มีการเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญของตัวแปรทุกตัวเป็นเสมือนตัวตั้งต้นของการมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย

คำสำคัญ: ทักษะชีวิต, พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ, ความรู้และการป้องกัน, นักเรียนหญิงโรงเรียนมัธยมศึกษา

Abstract

A school-based life skill for female secondary school students was evaluated in Maesuai district, Chiangrai province through a through a quasi-experimental pre-post intervention with 30 cases of an experimental group. Based on two levels of variables; knowledge and preventive behaviors were included as a guide for the content of the program. Evaluation was conducted following these categories. Significant increases in all of these variables recognized as precursors of safer sex were found in the experimental group.

Keyword: Life skill, sexual risk behavior, knowledge and prevention, female secondary school student

¹ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพแม่ข้าวต้ม ตำบลแม่ข้าวต้ม อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย 57100

² โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพวังคาง ตำบลวังคาง อำเภอไพศาลี จังหวัดนครสวรรค์ 60220

³ คณะวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยเนชั่น จ.ลำปาง 52000

⁴ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา จังหวัดพะเยา 56000

รับต้นฉบับวันที่ 9 ธันวาคม 2558, รับลงตีพิมพ์วันที่ 17 มิถุนายน 2558

บทนำ

อัตราการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสเพิ่มขึ้น เป็นผลจากการไหลบ่าของวัฒนธรรมตะวันตกและเปลี่ยนวิถีชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะวัยรุ่นผู้ด้อยการไตร่ตรองว่าสิ่งไหนเหมาะสม สิ่งไหนไม่เหมาะสมหรือสิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ ขณะที่สังคมไทยคาดหวังความบริสุทธิ์ไว้แต่เพียงอย่างเดียว [1] วัยรุ่นเจริญพัฒนาทางกายภาพอย่างรวดเร็ว มีแรงขับทางเพศสูง ต้องการการเรียนรู้เรื่องเพศ [2] สถานะเรียมรยะต้นก่อก่อกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีส่งผลให้การเข้าถึงสื่อกระตุ้นทางเพศอย่างสะดวกง่าย

สิ่งติดตามจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ได้แก่ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ต่อเนื่องไปยังการทำแท้ง [3,4] การคลอด

การพัฒนาทักษะชีวิตเป็นกระบวนการเรียนรู้ตั้งแต่การตัดสินใจและการแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสาร การสร้างสัมพันธ์ภาพ ความตระหนักในตนเอง เห็นอกเห็นใจผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์และความเครียด เป็นต้น [5]

คณะผู้วิจัยดำเนินโครงการเสริมสร้างทักษะชีวิตประยุกต์ เพื่อเปรียบเทียบผลการพัฒนาทักษะชีวิตก่อนและหลังการแทรกแซง

วัตถุประสงค์และวิธีการ

เป็นการศึกษาถึงการทดลอง (quasi-experimental study) ระหว่างเดือนมกราคมถึงมีนาคม พ.ศ. 2555 ในนักเรียนหญิงโรงเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 5 จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มทดลองกลุ่มเดียว (ไม่มีกลุ่มควบคุม) โดยเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง (pre-test) จัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิต ตามด้วยการเก็บข้อมูลหลังการทดลอง (post-test)

แบบสอบถามตอบด้วยตนเองประกอบด้วยข้อมูลทั่วไปได้แก่ เพศ อายุ ผลการเรียน ค่าใช้จ่าย รายได้ครอบครัว รูปแบบการเลี้ยงดูของครอบครัว 10 ข้อ ส่วนข้อมูลเฉพาะได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม 20 ข้อ และพฤติกรรมการป้องกัน 22 ข้อ

คณะผู้ร่วมวิจัยประกอบด้วยอาจารย์ผู้สอนวิชา สุขศึกษา อาจารย์แนะแนว เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อำเภอดำเนินการเป็นขั้นตอนดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 เก็บข้อมูลก่อนการทดลอง

สัปดาห์ที่ 2 ถึง 6 จัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิต 5 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ลักษณะกิจกรรมแปรผันตั้งแต่กลุ่มสัมพันธ์ ละลายพฤติกรรม บรรยาย วีดิทัศน์ สถานการณ์สมมุติ บทบาทสมมุติ หยิบยกประเด็นอภิปรายทั่วไป และสรุปเชื่อมโยงกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หัวเรื่องบทเรียนได้แก่

- มีเพศสัมพันธ์ก่อนคิดชีวิตอับเฉา
- กว่าจะรู้ก็สาย
- การตัดสินใจในชีวิตประจำวัน
- ทักษะการปฏิเสธ ร่วมกับ กิจกรรม “ฝึกกาย ฝึกใจ พิชิตความเครียด” และบรรยาย “ความเครียดและวิธีจัดการกับความเครียด”

สัปดาห์ที่ 7 เก็บข้อมูลหลังการทดลอง

ใช้โปรแกรม statistical package for the social sciences (SPSS) แบบรุ่น 11.5 ประกอบด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติวิเคราะห์ความแตกต่างโดยใช้สถิติค่าที่ (paired t-test)

ผลการศึกษา

เปรียบเทียบความรู้/พฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงทางเพศก่อนการทดลองเพิ่มจากต่ำและปานกลาง ร้อยละ 53.3/46.7 เป็นระดับสูงถึงร้อยละ 100/90 หลังการทดลอง แสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบความรู้และพฤติกรรมก่อนและหลังการทดลอง

รายการ (N=30)	ระดับสูง/กลาง/ต่ำ	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
ความรู้	14/11/5 (46.7/36.7/16.6)	30/-/0 (100/-/0)
การป้องกัน	10/12/8 (26.7/40.0/33.3)	27/3/0 (90.0/10.0/0)

คะแนนเฉลี่ยของความรู้/พฤติกรรมหลังการทดลองเท่ากับ 18.67/38.8 สูงกว่าก่อนการทดลองเท่ากับ 15.3/31.8 ทั้งสองสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญสถิติสูง ($p < 0.01$)

วิจารณ์

คะแนนเฉลี่ยหลังการทดลอง/การแทรกแซงไม่ว่่าประเด็น บทเรียน กิจกรรมใด มักสูงกว่าก่อนดำเนินการเกี่ยวกับความรู้และสอนทักษะเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม [6] ความตระหนัก ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธ [7] ทักษะชีวิต [8] ความรู้ตระหนัก และทักษะชีวิตต่อการป้องกันโรคเอดส์ [9,10] การรับรู้สมรรถนะตนเอง [11] การลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและโรคเอดส์ [12] การพัฒนาทักษะชีวิตขึ้นกับจำนวนบทเรียน กิจกรรม รวมถึงเนื้อหาที่ครอบคลุมหลายมิติ สิ่งที่ทำหยาคือเสริมสร้างทักษะชีวิตร่วมกับการสร้างบุคคลต้นแบบ และปรับสภาพสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมกับการพัฒนาทักษะ

โดยสรุปการแทรกแซงควรประกอบด้วย บทเรียน กิจกรรมหลากหลายด้วยไม่มีมาตรการเดียวในการเสริมสร้างทักษะผสม

กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณผู้อำนวยการโรงเรียนและวิทยาลัยในความอนุเคราะห์เกี่ยวกับเครื่องมือทดสอบและการอำนวยความสะดวกด้านการเก็บข้อมูล รวมถึงเพื่อนร่วมงานและผู้เข้าร่วมการศึกษา

เอกสารอ้างอิง

1. Sirirassamee B, Sethabut C, Yoddumnem Attig B. Gender perspectives in reproductive health practice in Thailand: A synthesis of research findings. Nakornpathom: Institute for Population and Social Research, Mahidol University; 2003.
2. Neinstein LS, Anderson MM. Adolescent sexuality. In: Neinstein LS, editor. Adolescent health care: A practical guide. Philadelphia: Williams & Wilkins; 1996. p. 571-603.

3. สำนักโรคเอดส์ วัณโรค และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กระทรวงสาธารณสุข. สรุปสถานการณ์โรคเอดส์ ณ วันที่ 31 มีนาคม 2554 [อินเทอร์เน็ต]. ได้จาก: <http://aidssti.ddc.moph.go.th/report/view/302672>
4. สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. สถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นและเยาวชน. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. การตั้งครรภในวัยรุ่น สถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นและเยาวชน 2553 [อินเทอร์เน็ต]. ได้จาก: http://rh.anamai.moph.go.th/all_file/index/teen30Juan54.pdf
5. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์' พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข; 2540.
6. บุญเยี่ยม สุทธิพงศ์เกียรติ. รูปแบบสุขศึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น [วิทยานิพนธ์] กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์; 2551.
7. สุภัทตรา สามัง. ผลการใช้โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตที่มีต่อความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เขตอำเภอเมือง จังหวัดกาฬสินธุ์ [วิทยานิพนธ์]. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม; 2548.
8. เจตนิพิฐ สมมาตร. ประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น [วิทยานิพนธ์]. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2550.
9. ลินจง จันทน์เทศ. ผลการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันโรคเอดส์โดยการประยุกต์การพัฒนาทักษะชีวิตและแรงสนับสนุนทางสังคมในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนราชไพศาล อำเภอราชไพศาล จังหวัดศรีสะเกษ. ศรีสะเกษ: 2550.
10. ยุพิน ชัยราชา. การใช้ชุดกิจกรรมการสอนความรู้ ความตระหนักและทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการโรค

- เอตส์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 [วิทยานิพนธ์]. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2541.
11. พัชรินทร์ สิมทะราช. ผลการพัฒนาทักษะการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการรับรู้สมรรถนะในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนชาย ระดับอาชีวศึกษา [วิทยานิพนธ์]. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2544.
 12. เมตตา จอจวรรณศิริ. ประสิทธิภาพของกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศสตรีวิทยา พุทธมณฑล กรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ; 2549.