

การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน  
เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น



นายพงศธร สุกิจญาณ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2556

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR) are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

LEARNING MANAGEMENT USING TRISIKKHA PRINCIPLES (THE THREE-FOLD  
EDUCATIONAL PRINCIPLES) TO DEVELOP LEARNING ACHIEVEMENT  
IN SEX EDUCATION OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS



Mr. Pongsatorn Sukityarn

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education Program in Health and Physical Education

Department of Curriculum and Instruction

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2013

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์  
ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษา  
ตอนต้น

โดย

นายพงศธร สุกิจญาณ

สาขาวิชา

สุขศึกษาและพลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท

.....คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.ชนิตา รักษ์พลเมือง)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภักดิ์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.เทพวณี หอมสนิท)

CHULALONGKORN UNIVERSITY



# # 5583412427 : MAJOR HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

KEYWORDS: HEALTH EDUCATION/ / TRISIKKHA PRINCIPLES (THE THREE-FOLD EDUCATIONAL PRINCIPLES)

PONGSATORN SUKITYARN: LEARNING MANAGEMENT USING TRISIKKHA PRINCIPLES (THE THREE-FOLD EDUCATIONAL PRINCIPLES) TO DEVELOP LEARNING ACHIEVEMENT IN SEX EDUCATION OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS. ADVISOR: ASSOC. PROF.AIM-UTCHA WATTANABURANON, Ed.D., 167 pp.

This study was a quasi – experiment research. The purposes of the research were to study the effects of the instruction using Trisikkha principles (The Three-fold educational principles) on the academic achievement in sex education teaching of eighth grade students, to compare the academic achievement in sex education teaching between Trisikkha principles method and the conventional method and to study the students' opinions concerning Trisikkha principles teaching method in sex education. The sample group was the eighth grade students of Santirat Wittayalai school, during the second semester of academic years 2013. The 30 students, experimental group, were assigned to study under Trisikkha principles teaching method which was taught by the researcher while the other 30 students, control group, were assigned to study with the conventional teaching method by health education teacher in that school. The research instruments were composed of eight learning activity plans using Trisikkha principles teaching method. The knowledge test, the attitude test, the practices test and the questionnaires concerning the students' opinions on Trisikkha principles method were applied. The obtained data were then analyzed in terms of percentages, means, standard deviations and the t-test was also applied.

The research findings were as follows: 1) The mean scores of the experimental group were found higher significantly than before learning by using Trisikkha principles at the .05 level 2) The mean scores of the experimental group were found higher significantly than the control group after learning by using Trisikkha principles at the .05 level. 3) The students' opinions concerning the instruction using Trisikkha principles in sex education teaching were found at the very good level.

Department: Curriculum and Instruction Student's Signature .....

Field of Study: Health and Physical Education  
Education Advisor's Signature .....

Academic Year: 2013

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความรู้และความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.เอ็มอัชมา วัฒนบุรานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ในการดูแลเอาใจใส่ให้ คำปรึกษา คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ ตรวจสอบแก้ไขวิทยานิพนธ์ให้มีความถูกต้องและสมบูรณ์ที่สุด ทางคุณคำวิชาการ ตลอดจนการให้กำลังใจ และให้ความช่วยเหลือในทุกๆด้านมาโดยตลอด ผู้วิจัยขอ กราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

กราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ดิงศภิตย์ ประธานสอบวิทยานิพนธ์ และ รองศาสตราจารย์ ดร.เทพวาทิ หอมสนิท กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้ข้อคิดและเสนอแนะ แนวทางในการปรับปรุงแก้ไขทำให้วิทยานิพนธ์มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณศาสตราจารย์ กิตติคุณ ดร.สุชาติ โสมประยูร รองศาสตราจารย์ ดร. เทพวาทิ หอมสนิท รองศาสตราจารย์ อมรา รอดดารา อาจารย์สุรีย์ อรรถกรและอาจารย์อุไร ไชย พงศ์พานิช ผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้คำปรึกษาแนะนำและตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

กราบขอบพระคุณท่าน ญัฐกิจ บัวชม ผู้อำนวยการโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัยที่ให้ความ กรุณาอำนวยความสะดวก สนับสนุนและเปิดโอกาสให้ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลการวิจัยในครั้งนี้ และ ขอบคุณนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

สุดท้ายผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อณัฐพร สุกิจญาณ คุณแม่นันยา ตปสีโล และ พี่สาวณัฐญา สุกิจญาณ อย่างสูงที่ให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนด้านการศึกษามาโดยตลอด และ ขอกราบขอบพระคุณ พี่สาวสรินญา ม่วงกรุง คุณป้าสมใจ รมโพธิ์ และคุณแม่ทองสุข เทียงมณี ที่เป็น กำลังใจอันมีค่าซึ่งโดยตลอดมาจนจบการศึกษา ผู้วิจัยขอมอบวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นเครื่องบูชาเพื่อ ทดแทนคุณ

## สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	1
สารบัญภาพ.....	1
บทที่ 1 บทนำ.....	1
1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
2. วัตถุประสงค์ของการศึกษา.....	5
3. ขอบเขตการวิจัย.....	5
4. ข้อตกลงเบื้องต้น.....	6
5. คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	6
6. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....	7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
1. แนวความคิดเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษา.....	8
2. แนวความคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น.....	19
3. แนวความคิดเกี่ยวกับรูปแบบวิธีสอนด้วยหลักไตรสิกขา.....	23
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	31
5. กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	36
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	37
1. ศึกษาค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	37
2. รูปแบบการวิจัย.....	37
3. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	38
4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	39
5. การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล.....	50
6. การวิเคราะห์ข้อมูล.....	52
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาและการเรียนด้วยวิธีปกติ .....	53
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขา .....	54
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาและการสอนด้วยวิธีปกติ .....	61
ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา ..	68
บทที่ 5 สรุปผลวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ .....	70
สรุปผลการวิจัย .....	70
อภิปรายผลการวิจัย.....	71
ข้อเสนอแนะ.....	75
รายการอ้างอิง .....	76
ภาคผนวก.....	79
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ .....	80
ภาคผนวก ข หนังสือขอความร่วมมือ .....	82
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	89
ภาคผนวก ง การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ .....	159
ภาคผนวก จ ประมวลภาพการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขา .....	162
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ .....	167



## สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 4. 1	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที ของคะแนน ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ..	53
ตารางที่ 4. 2	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (n=30).....	54
ตารางที่ 4. 3	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t-test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและ หลังการทดลอง (n=30).....	57
ตารางที่ 4. 4	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t-test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและ หลังการทดลอง (n=30).....	59
ตารางที่ 4.5	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยค่า ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าที (t-test) ของคะแนนความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (n=30).....	60
ตารางที่ 4. 6	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t - test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม .....	61
ตารางที่ 4. 7	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม .....	64
ตารางที่ 4. 8	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม .....	65
ตารางที่ 4. 9	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที ของคะแนน ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม .....	67
ตารางที่ 4. 10	ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาของกลุ่มทดลอง (n=30).....	68

## สารบัญภาพ

	หน้า
แผนภาพที่ 2. 1 แสดงกระบวนการเรียนรู้แบบหลักไตรสิกขา .....	26
แผนภาพที่ 2. 2 แสดงการจัดการเรียนรู้แบบไตรสิกขา.....	28
แผนภาพที่ 2. 3 แสดงขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบหลักไตรสิกขา .....	30
แผนภาพที่ 2. 4 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	36
แผนภาพที่ 3. 1 แสดงรูปแบบการวิจัยแบบ Pretest – Posttest Control Group Design .....	37
แผนภาพที่ 3. 2 แสดงการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง.....	38
แผนภาพที่ 3. 3 แสดงการสรุปขั้นตอนการสร้างแผนการจัดการเรียนรู้หลักไตรสิกขา .....	41
แผนภาพที่ 3. 4 แสดงการสรุปขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้าน ความรู้.....	43
แผนภาพที่ 3. 5 แสดงการสรุปขั้นตอนการแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่อง เพศศึกษา.....	46
แผนภาพที่ 3. 6 แสดงการสรุปขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียน .....	49
แผนภาพที่ 3. 7 แสดงการสรุปขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	51

## บทที่ 1

### บทนำ

#### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบัน วิถีดำเนินชีวิตของคนไทยมีการเปลี่ยนแปลงตามภาวะทางสังคม การเมือง การศึกษา เศรษฐกิจ ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี อิทธิพลของการสื่อสารในยุคโลกาภิวัตน์ รวมถึงการรับวัฒนธรรมของต่างชาติเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต การเปลี่ยนแปลงนี้ส่งผลต่อคนไทยทุกเพศ ทุกวัย ในเรื่อง ปัญหาสิ่งแวดล้อม ปัญหาชุมชนแออัด ปัญหาอาชญากรรม ปัญหาสุขภาพที่มีสาเหตุมาจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมต่างๆ เช่น ปัญหาโรคเมเร็ง โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด และปัญหาเรื่องเพศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน ซึ่งในปัจจุบันกำลังทวีความรุนแรงมากขึ้น เห็นได้จากข่าวทางหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ อันก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพและปัญหาสังคมตามมา เช่น ปัญหาการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง การขู่สาว การมีวามสุขทางเพศ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานมากขึ้น การที่วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อน อายุเฉลี่ยของการเริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกลดลง ปัญหาต่างๆเหล่านี้ย่อมเป็นอุปสรรคต่อการเรียน และการดำเนินชีวิตประจำวันเป็นอย่างมาก ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องหาแนวทางในการแก้ปัญหาให้ลดน้อยลง

สถานการณ์เรื่องเพศในปัจจุบัน วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น จากรายงานผลสำรวจพฤติกรรม การมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นของ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2555) ในปี พ.ศ.2555 ระบุว่า วัยรุ่นไทยเริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุได้ประมาณ 12-13 ปี ต่ำลงจากการสำรวจเมื่อปี พ.ศ.2552 ที่พบว่า วัยรุ่นเริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกที่อายุ 15-16 ปี และ 18-19 ปี เมื่อปี 2539 ซึ่งทำให้เห็นทิศทางและแนวโน้มที่น่าเป็นห่วง หากการมีเพศสัมพันธ์จะกลายเป็นเรื่องธรรมดาใน วัยรุ่นอายุน้อยลงไปกว่านี้ หรืออาจจะเกิดขึ้นในวัยเด็กนั่นเอง ข้อมูลจากการสำรวจพฤติกรรมใน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มัธยมศึกษาปีที่ 5 และประกาศนียบัตรวิชาชีพ ปี 2 โดยสำนักกระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ปี 2550-2555 สำนักกระบาดวิทยา (2555) ก็พบว่า การมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ส่วนใหญ่ใช้ถุงยางอนามัยเพียงร้อยละ 55.1 และร้อยละ 70 ของวัยรุ่นโดยใช้บ้านตนเอง หรือบ้านเพื่อนเป็นสถานที่ที่มีเพศสัมพันธ์ ปัจจัยที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นพบว่า ส่วนใหญ่เกิดจากการใช้วิธีคุมกำเนิดไม่ถูกต้อง หรือไม่ได้ใช้วิธีการป้องกัน เนื่องจากขาดความรู้ ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการร่วมเพศ คิดว่าร่วมเพศครั้งเดียวไม่ตั้งครรภ์ การใช้ถุงยางอนามัยขัดขวางความรู้สึกทางเพศ และไม่รู้ ว่าตนเองจะมีโอกาสตั้งครรภ์เมื่อใด นอกจากนี้วัยรุ่นยังไม่กล้าไปขอรับบริการคุมกำเนิด เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการมีทัศนคติไม่ดีต่อวัยรุ่น ทำให้วัยรุ่นแม้จะมีความรู้แต่ก็เข้าไม่ถึงบริการคุมกำเนิด

จากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุน้อย และมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกัน ส่งผลให้ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเพิ่มสูงขึ้น จากสถิติสาธารณสุข พบว่า ในปี 2554 มีเด็กวัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปี คลอดบุตรเฉลี่ยวันละ 370 คน และในอายุต่ำกว่า 15 ปี คลอดบุตรวันละ 10 คน และการดำเนินการเฝ้าระวังการแท้งในประเทศไทย โดยดำเนินการนำร่องใน 13 จังหวัดทั่วประเทศ มีโรงพยาบาลเข้าร่วม 134 แห่ง ข้อมูลปี 2554 พบว่าร้อยละ 53 ของผู้ป่วยที่ทำแท้งส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นและเยาวชนและร้อยละ 30 มีสถานภาพเป็นนักเรียนนักศึกษา การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

พบว่ามากกว่าร้อยละ 80 เป็นการตั้งครรถ์ไม่พึงประสงค์ ผลกระทบที่สำคัญพบว่าแม่วัยรุ่นยังขาดโอกาสในการศึกษา เพราะต้องรับภาระในการดูแลบุตรและการสร้างครอบครัว (กระทรวงสาธารณสุข, 2555)

ผลการสำรวจพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ในปี 2554 ยังชี้ให้เห็นด้วยว่า การมีเพศสัมพันธ์กลายเป็นเรื่องปกติในหมู่วัยรุ่น โดยเฉพาะการพุดคุยในสถานศึกษา โดยผลสำรวจนักเรียนระดับมัธยมศึกษาระบุว่า วัยรุ่นหญิงที่ศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน ร้อยละ 20 ยอมรับว่า เคยมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ส่วนวัยรุ่นหญิงในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน ร้อยละ 40 ยอมรับว่า เคยมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกกับคู่ของตัวเองเช่นเดียวกัน

ขณะที่วัยรุ่นหญิงที่ศึกษาในวิทยาลัยอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ จำนวนมากถึงร้อยละ 50 บอกว่า เคยมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก จึงไม่แปลกที่ในปี 2554 พบว่า วัยรุ่นหญิงอายุ 10-19 ปี คลอดบุตรมากถึง 131,400 คน หรือเฉลี่ยชั่วโมงละ 15 คน หรือร้อยละ 17 ของจำนวนหญิงที่คลอดบุตรทั้งหมดในประเทศไทย ซึ่งสูงกว่าค่าเฉลี่ยการคลอดบุตรในวัยรุ่นระดับโลกที่มีร้อยละ 11 และสูงกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศในทวีปเอเชีย ที่พบเฉลี่ยร้อยละ 14 อีกด้วย และองค์การยูนิเซฟเองก็เคยระบุว่า มีวัยรุ่นหญิงไทยที่อายุไม่ถึง 20 ปี ต้องตกอยู่ในฐานะ “ แม่ ” จำนวนสูงถึง 150,000 คน(กระทรวงสาธารณสุข, 2555)

ความไม่พร้อมในการเลี้ยงดูลูก ทำให้วัยรุ่นตัดสินใจยุติตั้งครรถ์ ส่วนมากใช้วิธีการที่ไม่ปลอดภัย ทำให้เกิดอันตรายและเสี่ยงต่อชีวิต และยังพบวัยรุ่นที่ตั้งครรถ์ติดเชื้อเอชไอวี เพิ่มขึ้นรวมทั้งเป็นกลุ่มที่ติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มากที่สุด ประมาณร้อยละ 30 ของผู้ใช้บริการทั้งหมด ปัญหาเหล่านี้สะท้อนถึงการขาดการตระหนักขาดความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศศึกษาและวิธีการป้องกันที่ถูกต้อง

ดังนั้นการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาบุคคลให้มีคุณภาพโดยมีเป้าหมายที่จะสร้างบุคคลให้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง และตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และฉบับแก้ไขเพิ่มเติม พ.ศ.2545 หมวด 4 ว่าด้วยแนวการจัดการศึกษา ก็ได้ระบุในมาตรา 22 ไว้ว่า “หลักการจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่าผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ ” โดยคำนึงถึงความสนใจ ความถนัด วิถีชีวิต ความเท่าเทียม ความเสมอภาค และการพัฒนาทักษะการคิดให้สามารถบูรณาการเชื่อมโยงวิถีชีวิตผ่านการปฏิบัติจริง วัดและประเมินผลตามสภาพจริง รวมทั้งจัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียน (คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2545)

กระบวนการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อให้มีประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลขึ้นในสภาพการณ์ปัจจุบันนั้น ผู้สอนควรจัดรูปแบบกระบวนการเรียนรู้ที่หลากหลาย มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้มากที่สุด โดยยึดหลักการที่ให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางแห่งการเรียนรู้ (Child - Centered) เพื่อส่งผลต่อการพัฒนาความรู้ กระบวนการคิด เกิดเจตคติ ค่านิยม รวมถึงคุณธรรม และจริยธรรมในเรื่องเพศที่เหมาะสม เนื้อหาเรื่องเพศศึกษาจำเป็นต้องใช้รูปแบบการสอน

ที่เหมาะสมกับลักษณะของเนื้อหาเรื่องนั้นๆ อันจะทำให้ผู้เรียนเข้าใจในเรื่องที่เรียนมากยิ่งขึ้น เช่น การใช้วิธีสอนโดยการบรรยาย การสาธิต การทดลอง การไปทัศนศึกษาบทเรียนสำเร็จรูป เป็นต้น

กระทรวงศึกษาธิการนำเสนอหลักการสอนให้คิดเป็นตามแนวพุทธวิธีมาใช้โดยให้สอดคล้องกับวิธีการสอนในสมัยปัจจุบันซึ่งมีหลายวิธีการ เช่น การสอนสมรรถภาพตามรูปแบบของกานเย่ (Gagne) วิธีการทางวิทยาศาสตร์ วิธีการทางความคิดรวบยอด (Conceptual Learning) วิธีการสอนแบบสืบสวนสอบสวน (Inquiry Method) วิธีการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม (Moral Reasoning) วิธีการทำความเข้าใจในค่านิยม (Value Clarification) วิธีการปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) พร้อมกันนี้ได้แนะนำเสนอรูปแบบการสอนให้คิดตามแบบพุทธวิธีประยุกต์ ซึ่งเป็นการสอนเพื่อเผชิญสถานการณ์โดยพิจารณารูปแบบแผนยุทธศาสตร์ กระบวนการสอนสามารถจัดขึ้นได้ภายในชั้นเรียน และจัดเป็นกิจกรรมเสริมประสบการณ์ของนักเรียน กระบวนการสอนแบบนี้เน้นการจัดกิจกรรมที่สร้างความสนใจของนักเรียน เน้นการมีส่วนร่วม การฝึกปฏิบัติเน้นการนำไปใช้ในชีวิตรจริง ครูต้องจัดบรรยากาศสื่อการเรียนการสอน วิธีการสอน วิธีการและกิจกรรมต่างๆ ที่ให้นักเรียนได้เห็นได้คิดได้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้สามารถเผชิญกับสถานการณ์และแก้ไขปัญหาได้ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2530)

จากปัญหาและความสำคัญของปัญหาดังกล่าว วิธีการหนึ่งที่จะช่วยแก้ปัญหาการจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาได้ คือ การปรับปรุงวิธีสอนให้เหมาะสม แต่เนื่องจากวิธีการสอนมีมากมายหลายวิธี แต่ละวิธีมีส่วนดีแตกต่างกันไม่มีวิธีสอนใดเหมาะสมกับเนื้อหา และความมุ่งหมายทุกชนิด ครูผู้สอนจำเป็นต้องใช้วิจารณญาณของตนในการเลือกใช้ให้เหมาะสม โดยคำนึงถึงความสอดคล้องกับจุดประสงค์ เนื้อหา และวัยของผู้เรียนเป็นสำคัญ ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาการจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา เพื่อนำมาใช้พัฒนาผลการเรียนรู้ และกระบวนการเรียนรู้ด้วยการค้นพบของนักเรียนที่เรียนวิชาเพศศึกษา ความรู้พื้นฐานทางเรื่องเพศให้สูงขึ้น (สุนน อมรวิวัฒน์, 2530) นอกจากนี้การจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขายังเป็นการสนองนโยบายโรงเรียนวิถีพุทธที่นำหลักธรรมทางพุทธศาสนามาปรับใช้ในการเรียนการสอน คือ หลักไตรสิกขา ซึ่งประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นการจัดการเรียนรู้ที่เน้นให้ผู้เรียนได้นำความรู้มาปฏิบัติเป็นกระบวนการการเรียนการสอนที่สอนให้นักเรียนพัฒนาตนโดยการค้นคว้า วิเคราะห์ตนเอง เน้นการฝึกปฏิบัติตนก่อนเป็นลำดับและต่อเนื่องจนบรรลุจุดประสงค์ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2530)

การจัดการเรียนการสอนโดยหลักไตรสิกขาเป็นการสอนที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ปฏิบัติทั้งทางกาย วาจา และใจอย่างระมัดระวัง ต่อจากนั้นให้นักเรียนได้พิจารณาผลของการปฏิบัติของตนจนกำหนดควบคุมความประพฤติทางกาย วาจา ใจของตนเองได้ (ดุขฎี สีตลวงค์, 2524) ซึ่งถือว่าเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์ทั้งทางกาย ทางวาจา ความคิดจิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา ให้สามารถดำรงชีวิตในสังคมอย่างสันติ และมีอิสรภาพ เน้นการปฏิบัติฝึกหัด อบรมตน ด้วยหลักของศีล สมาธิ ปัญญา (กรมวิชาการ, 2544b) ซึ่งการจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาสามารถตอบสนองนโยบายของกรุงเทพมหานครได้ตามมาตรฐานการศึกษาของกรุงเทพมหานครที่กำหนดไว้ในมาตรฐานที่ 6 ความว่า “...นักเรียนมีทักษะในการแสวงหาความรู้รักการเรียนรู้ และพัฒนาตนเอง...” โดยครูผู้สอนจะต้องปลูกฝัง และเสริมแรงผู้เรียนในทุกกิจกรรมให้เกิดการค้นพบ และแก้ปัญหาด้วยตนเอง รวมทั้ง

การทำงานเป็นทีม ปลุกฝังการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น เปิดประตูให้ผู้เรียนมีการประเมินและปรับปรุงตนเอง ยอมรับผู้อื่น สร้างจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองดีของสังคมและประเทศชาติ ครูผู้สอนจะต้องปมเพาะทักษะ 7 ส. ตามนโยบายของกรุงเทพมหานครอันประกอบด้วย สงสัย สังเกต สัมผัส สำรวจ สืบค้น สังสม และสรุปผล จัดเป็นกระบวนการเรียนรู้แบบค้นพบ

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาพุทธธรรม ซึ่งเป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา ดังนี้ ไตรสิกขา แปลว่าสิกขา 3 คำว่า สิกขา แปลว่า การศึกษา การสำเหนียก การฝึก ฝึกปรีอ ฝึกอบรม ได้แก่ ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับฝึกอบรมกาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้เจริญงอกงาม สิกขา 3 ประกอบด้วย อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขาและอธิปัญญาสิกขา ซึ่งมักเรียกกันให้ง่ายๆ สะดวกๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2542)

1) ศีล คือ การฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ ได้แก่ รวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาวาจาสัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ เข้ามาโดยสาระก็คือ การดำรงตนด้วยดีในสังคม รักษาระเบียบวินัย ปฏิบัติหน้าที่ และความรับผิดชอบทางสังคมให้ถูกต้อง มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีงาม เกื้อกูลเป็นประโยชน์ ช่วยรักษาและส่งเสริมสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะในทางสังคมให้อยู่ในภาวะเอื้ออำนวยแก่การที่ทุกๆ คนจะสามารถดำเนินชีวิตที่ดีงามหรือปฏิบัติตาม มรรคกันได้ด้วยดี ศีลพื้นฐาน คือ ศีลที่เป็นหลักกลางซึ่งเป็นความหมายของสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ ที่เป็นองค์ของมรรค ได้แก่ การพูดการกระทำ การประกอบอาชีพอย่างใดก็ตามที่ประกอบด้วยเจตนา ซึ่งปราศจากความทุจริต หรือคิดเบียดเบียน ครอบคลุมถึงสุจริตที่เป็นคู่กันด้วย ศีลพื้นฐานเป็นศีลสำหรับคนทั่วไปนำมาปฏิบัติเป็นการกำหนดอย่างต่ำที่สุดในทางความประพฤติของมนุษย์ เท่าที่จำเป็นพอที่จะให้สังคมมนุษย์อยู่กันโดยปกติสุขและแต่ละคนมีชีวิตที่ไม่เป็นโทษภัย ซึ่งนิยมเรียกกันเป็นสามัญว่า ศีล 5

2) สมาธิ คือ การฝึกปรีอในด้านคุณภาพ และสมรรถภาพของจิต ได้แก่ รวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาวายามะ สัมมาสติและสัมมาสมาธิ เข้ามาว่าโดยสาระก็คือ การฝึกให้มีจิตเข้มแข็ง มั่นคง แน่วแน่ ควบคุมตนได้ดี มีสมาธิมีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบ ผ่องใส เป็นสุข บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งรบกวนหรือทำให้เศร้าหมอง อยู่ในสภาพเหมาะแก่การใช้งานมากที่สุด โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้งและตรงตามความเป็นจริงระดับของการฝึกสมาธิสำหรับคนทั่วไป คือ ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะ (Momentary Concentration) เป็นสมาธิขั้นต้น ซึ่งคนทั่วไปอาจใช้ประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่การทำงานในชีวิตประจำวันให้ได้ผลดีและจะใช้เป็นจุดตั้งต้นในการเจริญวิปัสสนาก็ได้

3) ปัญญา คือ การฝึกปรีอปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนถึงความหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ ได้แก่ รวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ สองอย่างแรกเข้ามา ว่าโดยสาระก็คือการฝึกอบรมให้เกิดปัญญาบริสุทธิ์ที่รู้แจ้งชัดตรงตามสภาพความเป็นจริง ไม่เป็นความรู้ความคิดความเข้าใจที่บิดเบือนเคลือบคลุม เพราะอิทธิพลของกิเลส มื้อวิชา และตัณหาเป็นผู้นำที่ครอบงำจิตใจอยู่ การฝึกปัญญาเช่นนี้ ต้องอาศัยการฝึกจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใสเป็นพื้นฐาน แต่ในเวลาเดียวกันเมื่อปัญญาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามเป็นจริงนี้เกิดขึ้นแล้ว ก็กลับช่วยให้จิตนั้นสงบ มั่นคง บริสุทธิ์ ผ่องใสอย่างแนบเนียน ยิ่งขึ้น และส่งผลออกไปในการดำเนินชีวิตทำกิจทั้งหลายในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุข อย่างแท้จริง

ในระดับโลกยีสัมมาทิกฐิติ คือ ความเห็น ความเชื่อ ความเข้าใจเกี่ยวกับโลก และชีวิตที่ถูกต้องตามหลักแห่งความดี เป็นไปตามคลองธรรม หรือสอดคล้องกับศีลธรรม สัมมาสังกัปปะ : ความดำริชอบ ในชั้นโลกียะสัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ หรือความนึกคิดในทางที่ถูกต้องตรงข้ามกับดำริผิดที่เรียกว่า มิจฉาสังกัปปะ ซึ่งมี 3 อย่าง คือ ดำริที่เกี่ยวข้องกับกาม ความดำริที่ประกอบด้วยความเคียดแค้นชิงชัง ความดำริในทางที่จะเบียดเบียน

ดังนั้นผู้วิจัยจึงคาดว่า การจัดการกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาในปัจจุบัน ควรมีรูปแบบการสอนที่ยึดตัวผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ มีการฝึกให้ผู้เรียนใช้ปัญญาคิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง เน้นที่การฝึกปฏิบัติตนอย่างเป็นลำดับและต่อเนื่อง ส่งเสริมให้ผู้เรียนแก้ไขปัญหาตามหลักไตรสิกขาที่ให้ความเชื่อมโยงกับหลักจริยธรรมในการใช้ชีวิตในสังคม สามารถระบุสาเหตุของปัญหา หาแนวทางแก้ไขปัญหาด้วยตนเองโดยการฝึกปฏิบัติค้นคว้าหาความรู้จากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ เพื่อที่จะได้นำเอาประสบการณ์การแก้ปัญหาและการค้นคว้าที่ได้เรียนรู้ไปปรับประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาเรื่องเพศตามสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี และหลักไตรสิกขายังมีส่วนในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมให้กับสังคมรวมถึงเด็กนักเรียนที่กำลังจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต จึงเป็นการแก้ไขปัญหาในเรื่องเพศและปัญหาทางสังคมอีกทางหนึ่งด้วย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาเรื่องการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในช่วงของเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และศึกษาความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาด้วยเห็นว่า เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้เรียน สามารถนำมาประยุกต์ใช้จัดการกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลอย่างที่สุด ซึ่งจะเป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา อันจะนำไปสู่การป้องกันและแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
2. เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ระหว่างกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาและกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีปกติ
3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

## 3. ขอบเขตการวิจัย

1. นักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาสูงกว่าก่อนเรียน
2. นักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีปกติ

3. นักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา มีความคิดเห็นในระดับดีต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

## ขอบเขตการวิจัย

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

#### 1.1 ประชากร

นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 20,790 คน

#### 1.2 กลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง และใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากเพื่อกำหนดให้เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 2 ห้องเรียน ห้องเรียนละ 30 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมดังนี้ กลุ่มทดลอง จำนวน 1 ห้องเรียนใช้กระบวนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา กลุ่มควบคุม จำนวน 1 ห้องเรียนใช้กระบวนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีปกติ

### 2. ตัวแปร

#### 2.1 ตัวแปรต้น

2.1.1. การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาด้วยหลักไตรสิกขา

2.1.2. การจัดการเรียนรู้เพศศึกษาด้วยวิธีปกติ

#### 2.2 ตัวแปรตาม

2.2.1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา

2.2.2. ความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาด้วยหลักไตรสิกขา

### 4. ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ข้อมูลที่ได้รับจากการตอบแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา แบบสอบถามเจตคติเรื่องเพศศึกษา แบบสอบถามการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา ผู้วิจัยถือว่าเป็นข้อมูลที่ตอบด้วยความรู้ ความคิด ความรู้สึกและการปฏิบัติของผู้ตอบทุกท่าน

2. ข้อมูลที่อาจส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้แก่ เพศ อายุ ผู้วิจัยไม่นำมาพิจารณาในการวิจัยครั้งนี้

### 5. คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา** หมายถึง การจัดการเรียนรู้ของผู้สอนโดยใช้หลักไตรสิกขาเป็นข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับฝึกอบรม กาย วาจา จิตใจและปัญญา ซึ่งประกอบด้วย

1. **ขั้นศีล** คือ การควบคุมให้นักเรียนอยู่ในระเบียบวินัย ทั้งกายและวาจา ให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเป็นปกติพร้อมที่จะเรียนเพื่อปฏิบัติให้สอดคล้องกับหลักศีล 5



2. **ขั้นสมาธิ** คือ การฝึกสมาธิขั้นต้นในการควบคุมสติ ให้นักเรียนรวมจิตใจ ความคิดแน่วแน่ เป็นจุดเดียว นักเรียนตัดสิ่งรบกวนอื่นๆ ออกจากความคิดและจิตใจ

3. **ขั้นปัญญา** คือ ขั้นนักเรียนใช้สมาธิ ความมีจิตใจแน่วแน่ ทำความเข้าใจในปัญหา การหาเหตุของปัญหาเพื่อการแก้ไข พิจารณาผลที่เกิดขึ้นจนเกิดความรู้แจ้งเข้าใจ และแก้ปัญหาได้ เกิดการเรียนรู้ เกิดปัญญาขึ้นในตนเอง มีมโนทัศน์ในเรื่องนั้นได้ถูกต้องตามความเป็นจริง

**การจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีปกติ** หมายถึง การจัดการเรียนการสอนของผู้สอนรายวิชา เพศศึกษา ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย ที่ไม่ใช่การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

**ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน** หมายถึง ผลการเรียนรู้ของผู้เรียนด้านความรู้ ด้านเจตคติและด้านการปฏิบัติ ซึ่งวัดได้จากคะแนนที่นักเรียนทำได้จากแบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติ และแบบสอบถามการปฏิบัติ ซึ่งครอบคลุมเนื้อหาเรื่อง อิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ การตั้งครรรภ์โดยไม่พึงประสงค์ และความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม

**เรื่องเพศศึกษา** หมายถึง เนื้อหาเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ การตั้งครรรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม

**นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น** หมายถึง นักเรียนเพศชาย และเพศหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

**ความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาด้วยหลักไตรสิกขา** หมายถึง ความรู้สึกและความพึงพอใจของนักเรียนต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

## 6. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัยเรื่องผลของการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น มีดังนี้

1. ได้เป็นแนวทางในการแก้ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศของนักเรียนได้อย่างเหมาะสม
2. ได้เป็นแนวทางแก่ครูที่สอนเนื้อหาสุขศึกษาในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ในการพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ในเนื้อหาอื่นๆ ต่อไป

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่องการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นผู้วิจัยได้ศึกษาและรวบรวมแนวความคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. แนวความคิดเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษา
  - 1.1 ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษา
  - 1.2 ขอบเขตของเนื้อหาเรื่องเพศศึกษา
  - 1.3 เพศศึกษาในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน
  - 1.4 การสอนเพศศึกษาในยุคปัจจุบัน
  - 1.5 วิธีการสอนเพศศึกษา
  - 1.6 การจัดการเรียนการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น
2. แนวความคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น
  - 2.1 ความหมายของวัยรุ่น
  - 2.2 การเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการของวัยรุ่น
3. แนวความคิดเกี่ยวกับวิธีสอนด้วยหลักไตรสิกขา
  - 3.1 หลักไตรสิกขา
  - 3.2 กระบวนการไตรสิกขา
  - 3.3 กระบวนการเรียนรู้โดยใช้หลักไตรสิกขา
  - 3.4 วิธีสอนแบบหลักไตรสิกขา
  - 3.5 การจัดการเรียนรู้แบบไตรสิกขา
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 4.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ
  - 4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างประเทศ
5. กรอบแนวคิดในการวิจัย

#### 1. แนวความคิดเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษา

##### 1.1 ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษา

มีผู้กล่าวถึงความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาไว้หลายท่านดังนี้

มยุรี ภูงามทอง (2533) กล่าวถึงความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาไว้ดังนี้

1. เพื่อให้มีความรู้พอเพียงในเรื่องกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและสรีระของเพศทั้งสองเพศอันมีผลต่อความคิดสติปัญญาอารมณ์และจิตใจ
2. เพื่อช่วยขจัดความกังวลเกี่ยวกับเรื่องการพัฒนาการปรับตัวและการวางตัวให้เหมาะสมทุกทางในด้านเพศ

3. เพื่อเสริมสร้างให้เกิดทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศทั้งในเรื่องที่เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นจะเป็นเพศเดียวกันหรือต่างเพศก็ตาม
4. เพื่อให้ตระหนักถึงคุณค่าของการใช้มนุษยสัมพันธ์ที่ถูกต้องเพื่อการดำรงชีวิตที่ราบรื่นของแต่ละบุคคลครอบครัวและสังคม
5. เพื่อให้เกิดความเข้าใจในตนเองอย่างถ่องแท้ในเรื่องความสัมพันธ์ของเขากับเพื่อนมนุษย์ทั้งสองเพศและช่วยให้มองเห็นและเข้าใจว่าคนนั้นมีหน้าที่มีพันธะมีความรับผิดชอบต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกันมิใช่แก่ตนเองและครอบครัวเท่านั้น
6. เพื่อสร้างความเข้าใจว่าการจะตัดสินใจที่ชอบด้วยเหตุผลนั้นจำเป็นต้องมีหลักทางด้านศีลธรรมร่วมด้วยเสมอ
7. เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างเพียงพอเกี่ยวกับการใช้เพศในทางที่ไม่ถูกต้องตลอดจนมีความเข้าใจเกี่ยวกับความผิดปกติทางเพศเพื่อจะได้รู้จักป้องกันตนเองไม่ให้ถูกหลอกถูกเอาเปรียบถูกข่มเหงหรือได้รับอันตรายต่อร่างกายจิตใจและชื่อเสียง
8. เพื่อให้เกิดความตระหนักว่าการกระทำทางเพศส่วนตัวมีผลกระทบต่อสังคมเช่นการปล่อยทิ้งบุตรไว้ตามถาวรกรรมการหลอกหลวงผู้หญิงไปค้าประเวณี ฯลฯ
9. เพื่อให้เกิดความรับผิดชอบต่อสังคมโดยขจัดสิ่งเลวร้ายต่างๆให้หมดไปเช่นการเอาเปรียบทางด้านเพศการหาประโยชน์จากผู้อื่นในเรื่องเพศการใช้เพศและกามารมณ์อย่างไม่รับผิดชอบและอยู่ดีธรรมกฎหมายเกี่ยวกับเพศที่ล้าสมัยและอยู่ดีธรรม
10. เพื่อให้เกิดความเข้าใจและฝึกหัดการคิดนึกจนกลายเป็นความเคยชินพอที่จะช่วยให้แต่ละคนรู้จักใช้ความเป็นเพศหญิงหรือชายของตนมาพัฒนาตนเองครอบครัวชุมชนเพื่อให้เกิดประโยชน์ความสุขความเจริญในหน้าที่ต่างๆเป็นครูพ่อแม่ญาติพี่น้องลูกคู่รักพลเมืองดี เป็นต้น

Janell and Wolpe P. R. (1996) ได้กล่าวถึงความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาไว้ว่า

1. การสอนเพศศึกษาเป็นการเตรียมข้อมูลที่ถูกต้องเกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศของมนุษย์
2. การสอนเพศศึกษาเป็นการให้โอกาสสำหรับนักเรียนในการถามคำถามและได้รับคำตอบเกี่ยวกับเรื่องเพศ
3. การสอนเพศศึกษาช่วยให้นักเรียนมีพัฒนาการด้านทักษะส่วนบุคคลเช่นทักษะการสื่อสารทักษะการตัดสินใจทักษะการปฏิเสธเพื่อน
4. การสอนเพศศึกษาช่วยให้นักเรียนได้พัฒนาความสามารถในการรับผิดชอบต่อเรื่องของคุณภาพทางเพศ
5. การสอนเพศศึกษาเป็นการให้ความรู้ในเรื่องเพศเพื่อให้นักเรียนได้เปลี่ยนแปลงเจตคติที่ถูกต้องอันนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและลดพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม

สุชาติ โสมประยูร และวรวรรณ โสมประยูร (2541) ได้กล่าวถึงความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของครูไว้ ดังนี้

1. เพื่อเป็นการสร้างทัศนคติหรือค่านิยมและแนวคิดที่ต้งามต่อเรื่องเพศให้แก่เด็กซึ่งจะเป็นรากฐานที่สำคัญยิ่งในการตัดสินใจได้อย่างฉลาด

2. เพื่อเป็นการสร้างเสริมลักษณะนิสัยและความประพฤติทางเพศรวมทั้งความสำนึกในหน้าที่และความรับผิดชอบต่อการกระทำต่างๆเหล่านั้นทั้งในด้านส่วนตัวและส่วนรวม

3. เพื่อให้เกิดความรู้และความเข้าใจในเรื่องกระบวนการทางด้านกายวิภาคสรีรวิทยาสภาพของจิตใจวุฒิภาวะทางอารมณ์ลักษณะทางสรีรวิทยาและบทบาทของสังคมซึ่งเกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและชีวิตครอบครัว

4. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและรู้จักใช้คำศัพท์หรือประมวลคำที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและสามารถนำไปใช้สื่อความหมายกับผู้อื่นในแง่ของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

5. เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างชัดเจนในผลที่สืบเนื่องมาจากการปฏิบัติตนและการแสดงออกประพฤติหรือพฤติกรรมทางเพศในลักษณะต่างๆของบุคคลว่าอาจเกิดผลลัพธ์ต่อบุคคลและสังคมได้ทั้งในทางที่ดีและไม่ดี

6. เพื่อช่วยแก้ไขความเชื่อและความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับเรื่องเพศรวมทั้งแนวความคิดหรืออิทธิพลอื่นๆที่อาจจะนำมาซึ่งความวิตกกังวลใจและปมด้อยต่างๆให้ลดน้อยลงหรือหมดสิ้นไป

7. เพื่อช่วยสร้างเสริมความสมบูรณ์ของจิตใจและอารมณ์ทางเพศของนักเรียนให้เจริญงอกงามและพัฒนาไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมโดยมุ่งที่บุคลิกภาพและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งจะช่วยให้เด็กเป็นสมาชิกที่พึงปรารถนายิ่งขึ้นของครอบครัวและเป็นบิดามารดาที่ดีในอนาคต

นอกจากนี้ สุชาติ โสภประยูร และเอมอัชมา วัฒนบูรานนท์ (2542) ยังได้กล่าวถึง ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของบุคคลทั่วไปไว้อีกด้วย กล่าวคือ

1. เพื่อลดปัญหาอาชญากรรมทางเพศเช่นคดีข่มขืนกระทำชำเราการฉุดคร่าอนาจารและคดีอันเนื่องมาจากความผิดปกติทางเพศอื่นๆ

2. เพื่อลดปัญหาโสเภณีการค้าประเวณีการปล่อยตัวปล่อยใจให้เป็นสาธารณะหรือการล่าส่อนทางเพศ

3. เพื่อลดปัญหากามโรคและโรคอื่นๆที่เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์รวมทั้งความผิดปกติทางเพศต่างๆ

4. เพื่อลดปัญหาการได้เสียกันก่อนแต่งงานการหนีตามกันการท้องก่อนแต่งงานการทำแท้งหรือการรีดลูกและปัญหาลูกไม่มีพ่อ

5. เพื่อลดปัญหาการขัดแย้งกันภายในครอบครัวการหึงหวงการแยกกันอยู่บ้านแตกสาแหรกขาด (Broken Home) การมีชู้การมีภรรยาบ่อยและปัญหาการหย่าร้าง

6. เพื่อเป็นการวางรากฐานที่ดีสำหรับชีวิตครอบครัวในอนาคตตามขนบธรรมเนียมและประเพณีอันดีงามของชาติ

7. เพื่อสร้างคุณภาพของมนุษย์ให้สมบูรณ์ในทุกๆด้านอันจะช่วยให้มนุษย์มีความสุขอย่างแท้จริงและมีชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบเรียบร้อย

กล่าวโดยสรุปได้ว่าการสอนเพศศึกษานั้นเป็นการมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความรู้เกิดเจตคติที่ดีและมีทักษะในการปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมในเรื่องเพศเพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาทางเพศขึ้น ผู้วิจัยเห็นว่าการป้องกันมีความสำคัญอย่างมากเพราะการป้องกันปัญหาก่อนที่จะให้ปัญหาเกิดขึ้น

ก่อนแล้วค่อยมาตามแก้ไขปัญหาที่หลังนั้นย่อมเป็นการแก้ไขปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพทั้งยังอาจทำให้เกิดปัญหาอื่นๆตามมาอีกด้วย

## 1.2 ขอบเขตของเนื้อหาเพศศึกษา

กระทรวงศึกษาธิการได้กำหนดแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ได้กำหนดขอบข่ายเนื้อหาเพศศึกษาไว้ 6 หน่วยการเรียนรู้ไว้ กระทรวงศึกษาธิการ (2551) ดังนี้

หน่วยที่ 1 พัฒนาการทางเพศเน้นสาระเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีระเมื่อเข้าสู่วัยหนุ่มสาว พัฒนาการทางเพศการสืบพันธุ์ภาพลักษณ์ต่อร่างกายตัวตนทางเพศและความพึงพอใจทางเพศ

หน่วยที่ 2 สัมพันธภาพระหว่างบุคคลมีเนื้อหาในมิติครอบครัวเพื่อนการคบเพื่อนต่างเพศ ความรักการใช้ชีวิตคู่การแต่งงานการเป็นพ่อแม่

หน่วยที่ 3 ทักษะส่วนบุคคลที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตเพราะความรู้และข้อมูลที่ได้รับเกี่ยวกับเพศนั้นไม่เพียงพอที่จะช่วยให้เยาวชนสามารถรับมือกับเหตุการณ์และแรงกดดันต่างๆที่ประสบในชีวิตจริง

หน่วยที่ 4 พฤติกรรมทางเพศมีเนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่พัฒนาไปตามช่วงชีวิตการเรียนรู้อารมณ์เพศการจัดการอารมณ์เพศการช่วยตัวเองจินตนาการทางเพศการแสดงออกทางเพศการละเว้นการมีเพศสัมพันธ์การตอบสนองทางเพศเป็นต้น

หน่วยที่ 5 สุขภาพทางเพศเป็นสาระเกี่ยวกับการหลีกเลี่ยงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากความสัมพันธ์ทางเพศในสาระที่เกี่ยวกับเพศศึกษาเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยวิธีการคุมกำเนิดการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์การล่วงละเมิดทางเพศความรุนแรงทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์

หน่วยที่ 6 สังคมและวัฒนธรรมเป็นเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการเรียนรู้และการแสดงออกในเรื่องเพศของบุคคลที่ได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศทางสังคมและวัฒนธรรมในประเด็นเรื่องเพศจึงเป็นการเปิดโลกทัศน์ให้เข้าใจบทบาททางเพศเรื่องเพศในบริบทของสังคมวัฒนธรรมกฎหมาย ศิลปะและสื่อต่างๆ

ดังนั้นการเรียนรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาจึงนำไปสู่การพัฒนาให้เยาวชนเกิดทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต ได้แก่ กระทรวงศึกษาธิการ (2551)

การให้คุณค่ากับสิ่งต่างๆซึ่งระบบการให้คุณค่านี้เป็นตัวชี้้นำพฤติกรรมเป้าหมายและการดำเนินชีวิตของเรา

การสื่อสารรับฟังการแลกเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดที่สอดคล้องหรือแตกต่างกัน

การตัดสินใจการต่อรองการทำความตกลงเพื่อบรรลุความตั้งใจหรือทางเลือกที่ตนสามารถรับผิดชอบได้

การรักษาและยืนยันในความเป็นตัวของตัวเองสามารถแสดงความรู้สึกความต้องการของตนเองโดยเคารพในสิทธิของผู้อื่น

### 1.3 เพศศึกษาในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 ไม่ได้กำหนดให้เรื่องเพศศึกษาจัดการเรียนการสอนแยกต่างหากเป็นวิชาเดียวดังเช่นวิชาอื่นๆแต่ได้กำหนดให้เรื่องเพศศึกษาบูรณาการเนื้อหาสาระต่างๆในกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551)

#### หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2551)

มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สุขภาพหรือสุขภาวะ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย จิตใจ ทางสังคมและทางปัญญาหรือจิตวิญญาณ สุขภาพหรือสุขภาวะจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเกี่ยวข้องกับทุกมิติของชีวิต ซึ่งทุกคนควรจะได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพ เพื่อจะได้มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติคุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม รวมทั้งมีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพจนเป็นกิจนิสัย อันจะส่งผลให้สังคมโดยรวมมีคุณภาพ

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน

**สุขศึกษา** มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

**พลศึกษา** มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา

สาระที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาประกอบด้วย

**1. การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์** ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่างๆของร่างกาย รวมถึงวิถีปฏิบัติตนเพื่อให้เจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่สมวัย

**2. ชีวิตและครอบครัว** ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องคุณค่าของตนเองและครอบครัว การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ความรู้สึกทางเพศ การสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น สุขปฏิบัติทางเพศ และทักษะในการดำเนินชีวิต

**3. การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล** ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องการเล่นกีฬาในรูปแบบต่าง ๆ การเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา ทั้งประเภทบุคคล และประเภททีมอย่างหลากหลายทั้งไทยและสากล การปฏิบัติตามกฎ กติกา ระเบียบ และข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และกีฬา และความมีน้ำใจนักกีฬา

**4. การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค** ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับหลักและวิธีการเลือกบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ การสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ และการป้องกันโรคทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ

5. **ความปลอดภัยในชีวิต** ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ทั้งความเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ความรุนแรง อันตรายจากการใช้ยาและสารเสพติด รวมถึงแนวทางในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชีวิต

#### สาระและมาตรฐานการเรียนรู้

##### สาระที่ 1 : การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

##### สาระที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

##### สาระที่ 3 : การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

##### สาระที่ 4 : การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

##### สาระที่ 5 : ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติดและความรุนแรง

เพศศึกษามีเนื้อหาการเรียนรู้อยู่ในสาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว ซึ่งมีมาตรฐานการเรียนรู้ประกอบไปด้วย เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

#### 1.4 การสอนเพศศึกษาในยุคปัจจุบัน

กระทรวงศึกษาธิการ (2551) กล่าวว่า การสอนเพศศึกษาในยุคปัจจุบันผู้สอนควรตระหนักถึงเรื่องต่อไปนี้

1. เรื่องเพศเป็นความต้องการทางธรรมชาติและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์โดยทั่วไปและ เป็นความต้องการที่มีอยู่ตลอดชีวิต
2. มนุษย์แต่ละคนมีคุณค่าและศักดิ์ศรีจึงไม่ควรถูกแบ่งแยกกีดกันด้วยเพศเชื้อชาติศาสนา วัฒนธรรมหรือรสนิยมทางเพศควรเคารพความแตกต่างหลากหลายของกันและกัน
3. การบังคับให้ผู้อื่นคิดเชื่อหรือปฏิบัติโดยขัดแย้งกับความต้องการของบุคคลนั้นๆ ถือเป็น เรื่องที่ขัดต่อจริยธรรมในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศ
4. บุคคลต้องรับผิดชอบต่อการกระทำและผลการกระทำของตน
5. ผู้สอนควรสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้เรียนและเปิดโอกาสให้ผู้เรียนเปิดเผยหรือพูดคุย เกี่ยวกับความคับข้องใจในการดำเนินชีวิตรวมทั้งเรื่องเพศโดยไม่ถูกตัดสินคุณค่าจากผู้สอน

6. ในประเด็นเรื่องการป้องกันการตั้งครุฑที่ไม่พึงประสงค์และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ผู้สอนควรเสนอทางเลือกแก่ผู้เรียนมากกว่า “ การไม่มีเพศสัมพันธ์เท่านั้น ” ครูผู้สอนมีความสำคัญยิ่งต่อผลลัพธ์ของการสอนเพศศึกษาดังนั้นครูผู้สอนควรใช้ทักษะการสอนที่เหมาะสมและควรคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้

### 1.5 วิธีสอนเพศศึกษา

การสอนเพศศึกษาเป็นรูปแบบหนึ่งในการแก้ไขปัญหาทางเพศพบได้ว่าการสอนเพศศึกษาในระบบโรงเรียนซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งที่มีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการให้ความรู้ความเข้าใจสร้างเจตคติ รวมถึงการปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องเพศในกลุ่มเด็กและเยาวชนเนื่องมาจากโรงเรียนมีความเหมาะสมในการจัดกระบวนการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาดังที่ อลิซาเบธและแมรี Burtney and Duffy (2004) ได้กล่าวถึงความเหมาะสมถึงการจัดการเรียนการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนไว้ว่า

1. โรงเรียนมีนักเรียนอายุระหว่าง 5-16 ปีอาศัยอยู่ในโรงเรียนจำนวนมาก
2. โรงเรียนมีครูผู้สอนเพศศึกษาที่ได้รับการฝึกฝนในการสอนไว้เป็นอย่างดี
3. โรงเรียนมีหลักสูตรเพศศึกษาที่เหมาะสมกับอายุของนักเรียน
4. โรงเรียนมีการสอนเพศศึกษาที่เชื่อมโยงกับเนื้อหาสาระในวิชาอื่นๆ

กล่าวโดยสรุปได้ว่ากลุ่มเด็กและเยาวชนเป็นช่วงวัยที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนเป็นจำนวนมากทำให้สามารถเผยแพร่ข้อมูลเรื่องเพศศึกษาได้อย่างรวดเร็วรวมถึงโรงเรียนมีความพร้อมในด้านบุคลากรหลักสูตรสำหรับการจัดกระบวนการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาในกลุ่มเด็กและเยาวชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

โดยธรรมชาติการสอนแต่ละวิชาย่อมมีวิธีการสอนและข้อคำนึงในการสอนที่แตกต่างกันตามความเหมาะสมของเนื้อเรื่องๆนั้นเนื่องจากไม่มีวิธีการสอนใดวิธีการหนึ่งที่จะใช้สอนได้ทุกวิชาเรื่องเพศศึกษานี้ก็มีลักษณะเฉพาะที่ผู้สอนจำเป็นต้องเลือกวิธีการสอนให้เหมาะสมกับลักษณะของผู้เรียน ลักษณะของเนื้อหา รวมถึงสถานการณ์อื่นๆด้วยอีกทั้งการสอนเรื่องเพศศึกษาก็มีข้อควรคำนึงในการสอนดังที่ สุชาติ โสมประยูร และวราภรณ์ โสมประยูร (2541) ได้กล่าวไว้ดังนี้

1. ก่อนเริ่มจะเริ่มต้นบทเรียนเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษาควรจะให้ครูและนักเรียนมีความคุ้นเคยกันดีเสียก่อนเพื่อช่วยให้ทั้งคู่ครูและนักเรียนได้ศึกษาและเข้าใจซึ่งกันและกันดียิ่งขึ้นเช่น อาจจะทำเรื่องไว้เริ่มสอนภาคปลายเป็นต้นโดยเปิดโอกาสให้ครูได้สร้างบรรยากาศแห่งความเป็นกันเอง เพื่อให้ได้รู้สึกว่าคุณเองมีความสามารถและมีความกล้าพอที่จะซักถามปัญหาหรือแสดงความคิดเห็นต่างๆได้อย่างเสรีจะช่วยให้นักเรียนได้เรียนตามความสนใจและตรงตามความต้องการมากขึ้น

2. ในการจัดกิจกรรมการสอนและการเรียนนั้นควรที่จะแสวงหากิจกรรมหรือวิธีการที่ช่วยสร้างทัศนคติความเข้าใจอันดีและมีความคิดวิพากษ์วิจารณ์ซึ่งจะเป็นเครื่องช่วยให้นักเรียนมีความรับผิดชอบและรู้จักเลือกหรือตัดสินใจได้อย่างฉลาดรวมทั้งรู้จักควบคุมหรือเหนี่ยวรั้งจิตใจและไม่ตกเป็นทาสของกามารมณ์โดยกิจกรรมหรือวิธีการนั้นๆจะต้องไม่มุ่งไปที่การส่งเสริมความรู้แต่เพียงอย่างเดียว

3. ควรใช้กล่องคำถาม (Question-box) บ้างในโอกาสอันควรโดยให้นักเรียนเขียนคำถามในเศษกระดาษแล้วใส่ลงในกล่องที่จัดไว้



4. การอภิปรายถึงเรื่องเพศในห้องเรียนควรจะเป็นไปอย่างตรงไปตรงมาปราศจากอารมณ์ และไม่ควรแสดงความกระตือรือร้นสำหรับครูนั้นควรจะต้องพูดถึงเรื่องเพศให้เหมือนกับการพูดหรืออธิบายในการสอนวิชาอื่นๆ และครูไม่ควรนำเอาเรื่องส่วนตัวทั้งของครูและของเด็กมาเปิดเผย

5. การให้นักเรียนอ่านหนังสือเกี่ยวกับเรื่องเพศบางครั้งก็มีประโยชน์มากเหมือนกันแต่ครูควรจะเป็นผู้แนะนำว่าหนังสือเล่มใดควรอ่านและหนังสือเล่มใดไม่ควรอ่าน นอกจากนี้การให้นักเรียนอ่านหนังสือหรือวารสารหรือเอกสารต่างๆ ยังเป็นการช่วยให้นักเรียนพร้อมที่จะอภิปรายปัญหาในห้องเรียนได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

6. ถ้าเป็นโรงเรียนสหศึกษาการสอนเพศศึกษาโดยทั่วไปควรจะต้องสอนรวมกันทั้งเพศชายและเพศหญิงนอกจากบางบทเรียนก็จำเป็นแยกเพศสอนโดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับการอภิปรายเรื่องเฉพาะเพศในระดับชั้นมัธยมศึกษาเพราะจะทำให้การอภิปรายในเรื่องนั้นๆ ตรงไปตรงมาเป็นเรื่องธรรมดาและรู้สึกสนุกสนานถ้าไม่มีเพศตรงข้ามเข้ามาอยู่ด้วย

7. บทเรียนที่ใช้สอนควรจะต้องเลือกให้ตรงตามความสนใจความต้องการของเด็กและปัญหาทางเพศตามลักษณะการเจริญเติบโตและพัฒนาการโดยมุ่งตรงไปยังปัญหาของนักเรียนและให้นักเรียนช่วยกันแก้ไขปัญหาเหล่านั้นแล้วช่วยกันสรุปเอาเองครูเป็นเพียงผู้คอยแนะนำ

8. ครูควรจัดเตรียมหาคำศัพท์หรือประมวลคำทางด้านวิทยาศาสตร์ทางเพศรวมทั้งคำสุภาพต่างๆ ที่จะใช้อธิบายเรื่องเพศหรือพฤติกรรมทางเพศไว้ให้เพียงพอเมื่อนักเรียนฟังแล้วจะได้ไม่เกิดอารมณ์หรือมีทัศนคติไปในทางที่ไม่ดี

9. การเลือกใช้อุปกรณ์การสอนให้เหมาะสมกับบทเรียนนับว่าเป็นประโยชน์ในการเรียนรู้เรื่องเพศได้มากอุปกรณ์การสอนต่างๆ ที่ครูนำมาใช้ก็ควรจะเป็นชนิดเดียวกันกับอุปกรณ์การสอนที่ใช้ในการสอนวิชาอื่นๆ แต่อย่างไรก็ตามก็ควรมีข้อควรระวังในเรื่องความสะอาดอนามัยอยู่บ้างเช่นครูไม่ควรใช้ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายซึ่งเป็นอวัยวะเพศของครูหรือของนักเรียนเพื่อใช้ประกอบการสอนเพศศึกษาเป็นอันขาดโดยเฉพาะอย่างยิ่งในห้องเรียนที่จัดสอนแบบสหศึกษา

10. การประเมินผลตามจุดประสงค์ของแต่ละบทเรียนเป็นสิ่งจำเป็นของการเรียนการสอนเพศศึกษาในการประเมินผลครูควรใช้วิธีการวัดผลหลายวิธีและจะต้องวัดพฤติกรรมทั้งในด้านความรู้ ทัศนคติและการปฏิบัติการวัดความรู้นั้นโดยทั่วไปทำได้ง่ายกว่าการวัดทัศนคติและการปฏิบัติ (ตามปกติการวัดความรู้เรื่องเพศทางด้านชีววิทยาและสุขวิทยาจะทำได้ง่ายกว่าการวัดความรู้เรื่องเพศทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยา)

นอกจากนี้ สุชาติ โสมประยูร และเอมอชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542) ยังได้กล่าวถึงความสำคัญของการใช้สื่อการสอนการทำงานเป็นกลุ่มของนักเรียนและการใช้กิจกรรมในการเรียนหลายๆ อย่างไว้ว่าสื่อการสอนหรือวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ มีความสำคัญและจำเป็นมากต่อการสอนทุกวิชาเพราะ “คนเราเรียนรู้ได้โดยการกระทำและด้วยอุปกรณ์การสอนที่มีประสิทธิภาพ” ยิ่งการสอนสอนวิชาสุขศึกษาด้วยแล้วย่อมจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์มากเป็นพิเศษเพราะวัสดุอุปกรณ์จะช่วยทำให้เนื้อหาบทเรียนที่เข้าใจยากหรือเป็นนามธรรมกลายเป็นเนื้อหาที่เข้าใจง่ายและเป็นรูปธรรมมากขึ้นวัสดุอุปกรณ์จึงเป็นประโยชน์มากสำหรับการสอนสุขศึกษาซึ่งเป็นวิชาที่นักเรียนจะต้องนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันการใช้วัสดุอุปกรณ์ยังช่วยทำให้การสอนวิชาสุขศึกษาเป็นไปอย่างสะดวกสบายรวดเร็วมีชีวิตชีวา น่าสนใจ และเป็นศูนย์รวมของความสนใจนอกจากนี้การสอนที่มีวัสดุอุปกรณ์มากพอจะช่วยทำ

ให้ครูมีกิจกรรมที่ใช้สอนนักเรียนได้มากขึ้นอีกด้วยนอกจากนี้การศึกษาเด็กเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นสำหรับครูเพราะจะทำให้ครูเข้าใจเด็กได้ดีขึ้นเมื่อครูมีความเข้าใจเด็กเด็กก็จะหมดความหวาดกลัวครูครูกับเด็กก็จะเป็นกันเอง (Rapport) มากขึ้นความเป็นกันเองนี้ย่อมจะนำมาซึ่งมิตรภาพและสัมพันธ์ภาพอันดีเมื่อครูทำตนเป็นมิตรกับเด็กเด็กก็จะมี ความสบายใจและมีความพร้อมที่จะเรียนรู้ ส่วนการแบ่งหมู่หรือแบ่งกลุ่มให้เด็กได้ศึกษาหาความรู้หรือทำงานร่วมกันนอกจากจะมีผลดีต่อการเรียนการสอนในบทเรียนนั้นๆแล้วยังช่วยทำให้เด็กได้รู้จักกับเพื่อนๆและปรับตัวเข้ากันได้เป็นอย่างดี อีกทั้งการใช้กิจกรรมหลายๆอย่างสอนเด็กจะช่วยทำให้เด็กเรียนได้ด้วย ความสนุกสนานและมีชีวิตชีวาได้เปลี่ยนบรรยากาศและไม่ทำให้น่าเบื่อหน่ายเหมือนกับการใช้กิจกรรมอย่างหนึ่งอย่างใดเพียงอย่างเดียวสอนเด็กซ้ำซากอยู่ทุกชั่วโมง

นอกจากนี้ กระทรวงศึกษาธิการ (2551) ยังได้ระบุถึงลักษณะของครูผู้สอนเพศศึกษาไว้ ดังนี้

1. มีทัศนคติที่ดีต่อการสอนเพศศึกษาคือเชื่อว่าเรื่องเพศเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิตมิใช่เรื่องสกปรกควรปกปิดและการสอนเพศศึกษาแก่เด็กเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาศักยภาพของเด็ก
2. มีความแม่นยำในเนื้อหาที่จำเป็นเช่นเนื้อหาต่างๆด้านพัฒนาการทางเพศ
3. มีความชัดเจนเรื่องความเชื่อที่เหมาะสมและสอดคล้องกับสังคมไทยและไม่นำความเชื่อหรือค่านิยมของตนเองไปตัดสินผู้เรียน
4. ใช้ทักษะการสอนที่เหมาะสมและเข้าใจจิตวิทยาการเรียนของเด็กแต่ละวัยใช้ภาษาเหมาะสม
5. บุคลิกเป็นกันเองใจกว้างยอมรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง
6. สอนด้วยท่าทีปกติธรรมดาไม่แสดงท่าทีต่อไปนี้
  - เรื่องเพศเป็นเรื่องที่น่ากลัวร้ายแรงบาป
  - เรื่องเพศเป็นเรื่องลามกเลวทราม
  - เรื่องเพศเป็นเรื่องลับลมคมใน
  - เรื่องเพศเป็นเรื่องเล่นๆขบขัน
  - ท่าทีหัวเสียดูหมิ่นเยาะเย้ยเขินอาย

คว้น ขาวหนู (ม.ป.ป.) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการให้กำลังใจนักเรียนในขณะที่ครูทำการสอนไว้ว่าธรรมชาติของเด็กเมื่อแสดงความสามารถหรือความคิดเห็นอย่างใดออกไปแล้วย่อมต้องการให้มีผู้ยอมรับในความรู้และความสามารถของเขาจากความรู้ทางจิตวิทยาข้อนี้ได้ช่วยให้ครูได้หาวิธีการที่จะช่วยกระตุ้นให้นักเรียนคิดและแสดงพฤติกรรมที่ปรารถนาซ้ำๆจนเป็นนิสัยวิธีการที่ครูควรนำมาใช้ มีหลายอย่างเช่นครูแสดงท่าทางยอมรับการกล่าวคำชมโดยตรงการเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นและการช่วยส่งเสริมสิ่งที่นักเรียนกำลังกระทำอยู่ให้ถูกต้องยิ่งขึ้นเป็นต้นวิธีการเช่นนี้ของครูเรียกว่า “การให้กำลังใจ”

ส่วน ศรีมงคล เทพเรณู (2545) ก็ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการใช้ทักษะการเร้าความสนใจนั้นซึ่งจะช่วยให้การเรียนการสอนประสบความสำเร็จเป็นอย่างดีและมีประสิทธิภาพพร้อมกับทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนสูงด้วยด้วยทั้งยังให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมที่จะเรียนบทเรียนนั้นทำให้

ผู้เรียนมีความสนใจในบทเรียนอย่างสม่ำเสมอซึ่งจะมีผลให้เข้าใจบทเรียนอย่างรวดเร็วชัดเจนช่วยให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนการสอนอีกด้วย

Mayshark and Leslie (1968) กล่าวถึงเทคนิคการสอนเพศศึกษาของครูเพื่อให้เกิดผลสำเร็จในการสอนไว้ว่า

1. ครูผู้สอนต้องใจเย็น
2. ครูผู้สอนต้องรู้เนื้อหารายละเอียดของเนื้อหาที่ทำการสอนอย่างดี
3. ครูผู้สอนพูดกับนักเรียนด้วยภาษานักเรียน
4. ครูผู้สอนต้องสอนในลักษณะที่ตรงไปตรงมา
5. ครูผู้สอนควรเลือกหัวข้อสอนให้เหมาะสมกับผู้เรียน

กล่าวโดยสรุปได้ว่า การสอนเรื่องเพศศึกษานั้นผู้สอนควรต้องมีการเตรียมการสอนเลือกรูปแบบวิธีการสอนที่เหมาะสมกับกลุ่มผู้เรียนเนื้อหาสาระมีการจัดกระบวนการเรียนการสอนที่หลากหลายโดยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนให้มากที่สุดเปิดโอกาสให้ผู้เรียนร่วมกันถาม - ตอบปัญหา มีการเสริมแรงจูงใจให้กับผู้เรียนรวมถึงใช้สื่อประกอบการสอนให้เหมาะสมและให้มีความน่าสนใจดึงดูดผู้เรียนให้สนใจเรียนมากขึ้นผู้สอนต้องมีทัศนคติที่ดีต่อการสอนเพศศึกษาต้องเป็นผู้ที่มีความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ดีมีบุคลิกภาพที่ดีและผู้สอนจำเป็นต้องมีการตรวจสอบวัดผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้ของผู้เรียนเพื่อวัดประเมินความก้าวหน้าทางการเรียนของผู้เรียนอันเป็นข้อมูลที่สำคัญในการช่วยส่งเสริมปรับปรุงแก้ไขปัญหาของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## 1.6 การจัดการเรียนการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร (2541) ได้ให้ข้อเสนอแนะว่าการจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นนั้นเรื่องที่ควรสอนได้แก่การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจในวัยรุ่นนสรีรวิทยาของอวัยวะเพศและต่อมการสืบพันธุ์ของมนุษย์สุขบัญญัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศชายและเพศหญิงความเข้าใจในเพศตรงข้ามความสัมพันธ์ระหว่างเพศการปรับตัวเข้ากับเพื่อนต่างเพศการแต่งงานและชีวิตครอบครัวความเชื่อและความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับเรื่องเพศการสอนเด็กให้รู้ว่เมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นนั้นเพศชายจะมีการผลิต Sperm และเป็นผลทำให้เกิดฝันเปียก (Wet Dream) เพศหญิงก็จะมีการผลิต Ovum และเป็นผลทำให้เกิดระดูหรือประจำเดือน (Menstruation) ซึ่งควรเริ่มสอนมาตั้งแต่ในชั้นประถมศึกษาตอนปลายแล้วนั้นแต่ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนี้ก็ควรจะต้องสอนย้ำอีกครั้งหนึ่งและให้รายละเอียดมากขึ้นเพราะเป็นเรื่องเพศที่สำคัญและมีประโยชน์โดยตรงต่อสุขบัญญัติของนักเรียนมากโดยครูควรพยายามเน้นให้นักเรียนเห็นว่าสิ่งเหล่านี้เป็นธรรมชาติที่น่าภาคภูมิใจแสดงว่าเด็กมีร่างกายแข็งแรงดีและกำลังจะเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นแล้วอย่างสมบูรณ์

นอกจากนี้ สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร (2541) ยังได้กล่าวอีกว่าในการสอนวิชาสุขศึกษาสำหรับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นครูควรจะได้เน้นเรื่องเพศดังที่กล่าวมาแล้วนี้หลังจากการสอนบทเรียนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและสุขภาพทางอารมณ์เสร็จสิ้นลงเพราะทั้งเรื่องสุขภาพจิตและเรื่องเพศมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด (โดยเฉพาะเรื่องเพศในลักษณะทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยา)

ครูจึงควรจัดสอนเพศศึกษาให้ต่อเนื่องและสัมพันธ์กันไปจะช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น สำหรับบริการแนะแนวและการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่างๆย่อมมีความสำคัญสำหรับเด็กในวัยรุ่นนี้มากโดยเฉพาะอย่างยิ่งมีกิจกรรมสันตนาการการอยู่หลายประเภทที่สามารถจะช่วยเบี่ยงเบนแรงผลักดันทางเพศหรือความรู้สึกทางกามารมณ์ให้ออกมาในลักษณะที่เหมาะสมซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียนเองและสังคมที่เขาเป็นสมาชิกอยู่เป็นอย่างมาก

Wilgoose (1977) ได้เสนอแนะกิจกรรมที่ใช้ประกอบการสอนวิชาเพศศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ดังนี้

1. จัดตั้งกลุ่มนักเรียนขึ้นมาเพื่อทำการสำรวจคำถามของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศแล้วนำคำถาม 3 – 4 คำถามที่นักเรียนถามมากที่สุดมาอภิปรายในส่วนของคำตอบที่นักเรียนของนักเรียน
2. ควรมีการนำภาพยนตร์ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่เรียนมาให้ให้นักเรียนดู
3. ครูตั้งคำถามถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องการวางแผนครอบครัวคืออะไรนักเรียนจะมีการวางแผนครอบครัวอย่างไรบ้างถ้าประชากรมีจำนวนมากขึ้นจะส่งผลต่อชีวิตความเป็นอยู่อย่างไร รวมถึงให้นักเรียนค้นคว้าหาจำนวนประชากรว่ามีจำนวนเท่าไรในปัจจุบัน

4. ให้นักเรียนช่วยกันคิดถึงความหมายของคำว่ารัก

5. ให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติในเรื่องของวิธีการแต่งงานการมีบุตรการหย่าร้างการให้

คำปรึกษาของบุคคลในครอบครัว

6. ให้นักเรียนสำรวจความคิดเห็นของตนเองในเรื่องดังนี้

6.1 มองภาพตัวเองในกระจกแล้วถามตัวเองว่า

อะไรที่นักเรียนเห็นบ้าง

สิ่งที่นักเรียนเห็นนั้นมีอะไรที่ชอบบ้าง

นักเรียนมีความต้องการจะเปลี่ยนแปลงรูปร่างที่เห็นบ้างไหม

6.2 บอกสิ่งที่ชอบมากที่สุดในตัว of นักเรียน

6.3 บอกสิ่งที่ไม่ชอบมากที่สุดในตัว of นักเรียน

6.4 การเปลี่ยนแปลงตัวเองมีความสำคัญหรือไม่

6.5 บุคคลใดที่มีอิทธิพลในการเปลี่ยนแปลงตัวของนักเรียน

6.6 นักเรียนชอบบุคคลใดมากที่สุดเพราะอะไร

6.7 การให้บุคคลอื่นชอบตัวนักเรียนนั้นมีความสำคัญมากแค่ไหนเพราะอะไร

กล่าวโดยสรุปได้ว่าการสอนเพศศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผู้สอนควรจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับพัฒนาการของผู้เรียนที่เป็นช่วงวัยของการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายจิตใจสังคมสติปัญญาเพื่อให้ผู้เรียนได้ข้อมูลที่เหมาะสมกับสภาพการณ์ที่เกี่ยวข้องและวุฒิภาวะของตัวนักเรียนรวมทั้งครูผู้สอนควรจัดกิจกรรมการสอนที่หลากหลายเช่นกิจกรรมกลุ่มการแสดงบทบาทสมมติของนักเรียนเป็นต้นเพื่อให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ตรงอันจะทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้ เจตคติและมีทักษะการปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องเพศได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

## 2. แนวความคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น

### 2.1 ความหมายของวัยรุ่น

มีผู้ให้คำจำกัดความและความหมายของวัยรุ่นในหลากหลายทัศนะดังนี้

ถนอมวรรณ อยู่ขำ (2547) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ว่าวัยรุ่นคือวัยที่สิ้นสุดของความ เป็นเด็กเป็นวัยที่สิ้นสุดของความเป็นเด็กเป็นวัยที่ย่างเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่โดยถือเอาความพร้อมทาง ร่างกายเป็นเครื่องตัดสินอันเป็นระยะที่ร่างกายมีการเจริญเติบโตของระบบอวัยวะเพศและสามารถ ทำงานได้เต็มที่คือเพศหญิงมีประจำเดือนมาเป็นครั้งแรกและในเพศชายมีการผลิตเซลล์สืบพันธุ์การ เริ่มต้นเข้าสู่วัยรุ่นของเด็กหญิงและเด็กชายไม่พร้อมกันโดยเด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 12 ปีและเด็กชายจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 14 ปี

กรมอนามัย (2550) กล่าวว่าวัยรุ่น (Adolescent) หมายถึงช่วงชีวิตระหว่างวัยเด็กกับผู้ใหญ่ เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญเพราะมีการเปลี่ยนแปลงของระบบต่างๆมากมายทั้งด้านร่างกายจิตใจ อารมณ์สังคมสติปัญญาและจริยธรรมโดยทั่วไปเด็กจะเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 11-13 ปีเด็กหญิง จะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชายประมาณ 1 ปี

วัยรุ่น (Adolescent) องค์การอนามัยโลก (2550) ตามความหมายขององค์การอนามัยโลก (WHO) คือประชาชนกลุ่มอายุ 10-19 ปี

กล่าวโดยสรุปได้ว่าวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงมากทั้งในด้านร่างกายจิตใจอารมณ์ สังคมสติปัญญารวมทั้งเป็นวัยที่พร้อมสำหรับการสืบเผ่าพันธุ์ได้

### 2.2 การเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและการทำงานของอวัยวะต่างๆโดยมี พัฒนาการดังนี้

2.2.1 พัฒนาการทางร่างกาย( Physical Development ) สุรางค์ โคว์ตระกูล (2548) กล่าวถึงพัฒนาการทางร่างกายของเด็กดังนี้

1. วัยรุ่นจะเริ่มต้นมีการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงทางความ สูงและน้ำหนักอย่างรวดเร็วมาก (Growth Spurt) การเปลี่ยนแปลงนี้จะมี ความแตกต่างระหว่างเพศ เด็กหญิงจะเริ่มเมื่ออายุระหว่าง 8.5 - 10.5 ปีหรืออายุเฉลี่ยประมาณ 11 ปีซึ่งเร็วกว่าเด็กชาย ประมาณ 2 ปีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็วของเด็กชายจะเริ่มราวๆอายุ 10 - 16 ปีหรือ อายุเฉลี่ยประมาณ 13 ปี

2. การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ก็จะเริ่มในวัยแรกรุ่น (Puberty) เนื่องจาก ฮอร์โมนเกี่ยวกับการเจริญเติบโตที่ต่อมพิทูอิทารี (Pituitary Gland) หรือต่อมใต้สมองได้สร้างขึ้น เด็กหญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงของรังไข่และมีการตกไข่(Ovulation) และการเพิ่มฮอร์โมนที่เรียกว่า Estrogens ในสายเลือดสำหรับเด็กชายจะมีการเพิ่มขนาดของอวัยวะสืบพันธุ์และมีการสร้างเซลล์ สืบพันธุ์และเพิ่มฮอร์โมนของผู้ชายที่เรียกว่า Androgens

3. การเปลี่ยนแปลงทุติยภูมิทางเพศ (Secondary Sex Characteristics) จะปรากฏเป็นระยะการแตกเนื้อหนุ่มสาวเด็กหญิงจะเพิ่มขนาดของหน้าอกสะโพกมีรูปร่างอวบขึ้นและมีเอวเด็กชายจะมีไหล่กว้างขึ้นมีกล้ามเนื้อที่แข็งแรงการเปลี่ยนของเสียงจะเห็นได้ชัดในเด็กชายคือเสียงห้าวและแปร่งนอกจากนี้ยังมีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับผิวหนังโดยเฉพาะหน้าเด็กหญิงวัยรุ่นบางคนจะมีสิวเต็มหน้าดังมีคำกล่าวว่ามี“สิวลสาว” เด็กชายบางคนก็จะมีสิวลเหมือนกันทั้งชายและหญิงจะมีขนขึ้นตามร่างกายแขนขาและรอบอวัยวะสืบพันธุ์และหน้าเป็นต้น

4. อัตราการเจริญเติบโตของส่วนต่างๆของร่างกายอาจจะเกิดขึ้นไม่พร้อมกันหรือเวลาเดียวกันตัวอย่างเช่นเด็กบางคนจะมีการเปลี่ยนแปลงขนาดรองเท้าทั้งยาวและใหญ่ขึ้นแต่ส่วนอื่นของร่างกายยังไม่เปลี่ยนแปลงบางคนจะรู้สึกว้าวุ่นอย่างรวดเร็วแต่ไหล่ยังคงเดิมเด็กวัยรุ่นมักมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและมักจะรู้สึกตัวอยู่เสมอมว่าร่างกายของตนกำลังเปลี่ยนแปลงและคิดว่าคนอื่นจะคิดอย่างไรเกี่ยวกับรูปร่างของตนเด็กวัยรุ่นบางคนไม่มีความพอใจเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะของตนเช่นอยากเตี้ยลงหรืออยากสูงขึ้น

5. เด็กหญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็วสุดยอดราวๆ 12 ปี ส่วนเด็กชายจะมีระยะสุดยอดของการเจริญเติบโตราวๆ 14 ปีหลังจากนั้นการเจริญเติบโตจะเริ่มช้าลงแต่ทั้งชายหญิงจะยังคงเจริญเติบโตต่อไปทั้งทางด้านความสูงและน้ำหนักเด็กชายส่วนมากจะหยุดการเจริญเติบโตราวๆอายุ 21 ปีแต่บางคนก็ยังคงเปลี่ยนแปลงโตได้ไม่หยุดจนถึงอายุ 25 ปีสำหรับเด็กหญิงจะหยุดการเจริญเติบโตเมื่ออายุราวๆ 17 ปีแต่บางคนก็ยังคงจะเจริญเติบโตต่อไปจนถึงอายุ 21 ปีอย่างไรก็ตามความแตกต่างในการเจริญเติบโตทั้งอายุและเวลาก็มีมากอัตราการเจริญเติบโตมีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของเด็กในวัยนี้เด็กหญิงที่มีรูปร่างเจริญเติบโตช้าตอนวัยรุ่นจะไม่มีปัญหาในการปรับตัวกลับเป็นผลกำไรส่วนเด็กชายถ้ารูปร่างเจริญเติบโตช้าจะมีปัญหาในการปรับตัวและมักจะเข้ากับเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันไม่ได้มักจะรู้สึกว่าตนมีปมด้อยและมีพฤติกรรมที่ต้องการเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่นส่วนเด็กชายที่มีความเจริญเติบโตเร็วกว่าเพื่อนๆจะเป็นผู้ที่ปรับตัวได้ดีเป็นที่ยอมรับของเพื่อนฝูงและมักจะเป็นผู้นำมีความเชื่อมั่นในตนเองและมีพฤติกรรมเป็นผู้ใหญ่เด็กหญิงที่มีการเจริญเติบโตเร็วแต่เรียนชั้นสูงคือประถมศึกษาปีที่ 6 หรือมัธยมศึกษาปีที่ 1 เด็กจะไม่มีปัญหาในการปรับตัวดังนั้นความสัมพันธ์ระหว่างอัตราการเจริญเติบโตและบุคลิกภาพของเด็กหญิงจะต้องพิจารณาถึงระดับการศึกษาควบคู่ไปด้วย

Blonna and Levitan (2005) กล่าวว่าวัยรุ่นคือบุคคลที่มีอายุอยู่ในระหว่าง 12 -18 ปีมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายอย่างมากโดยการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในเด็กชายที่โตเต็มที่จะมีองศาตาและอณูขนาดใหญ่อันและสัญญาณที่แสดงถึงว่าระบบสืบพันธุ์มีการเจริญเติบโตเต็มที่คือจะมีการหลั่งน้ำอสุจิส่วนในเพศหญิงคือการมีประจำเดือนเป็นสัญญาณที่แสดงถึงความป็นวัยรุ่นมาถึงแล้ว

### 2.2.2 การพัฒนาทางจิตใจ( Psychological Development )

พนม เกตุมาน (2548) ได้กล่าวถึงพัฒนาการทางจิตใจของวัยรุ่นในเรื่องของสติปัญญาความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองอารมณ์จริยธรรมไว้ดังนี้

สติปัญญา (Intellectual Development) วัยนี้สติปัญญาจะพัฒนาสูงขึ้นจนมีความคิดเป็นแบบรูปธรรมหมายถึงความสามารถเรียนรู้เข้าใจเหตุการณ์ต่างๆได้ลึกซึ้งระดับนามธรรม (Abstract Thinking) มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์และสังเคราะห์สิ่งต่างๆที่ได้รับรู้มากขึ้นตามลำดับสามารถคิดได้ดีคิดเป็นคิดหลายด้านคิดรอบคอบมีสติยังคิดทำให้สามารถตัดสินใจได้ (Decision Making) เมื่อพ้นวัยรุ่นแล้วจะมีความสามารถทางสติปัญญาเหมือนผู้ใหญ่แต่ในช่วงระหว่างวัยรุ่นตอนต้นยังขาดประสบการณ์อาจขาดความรอบคอบมีความหุนหันพลันแล่นขาดการยั้งคิดหรือไตร่ตรองให้รอบคอบเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายพัฒนาการทางจิตใจจะช่วยให้วัยรุ่นมีการปรับตัว (Adjustment) ต่อสิ่งแวดล้อมได้ดีในเวลาต่อมา

**ความคิดเกี่ยวกับตนเอง(Self Awareness)** วัยนี้เริ่มมีความสามารถในการรับรู้ตนเองด้านต่างๆดังนี้

**เอกลักษณ์ (Identity)** วัยรุ่นเริ่มแสดงออกถึงสิ่งที่ตนเองชอบสิ่งที่ตนเองถนัดซึ่งแสดงถึงความเป็นตัวตนของเขาที่โดดเด่นได้แก่วิชาที่เขาชอบเรียนกีฬาที่ชอบเล่นงานอดิเรกการใช้เวลาว่างให้เกิดความเพลิดเพลินในกลุ่มเพื่อนที่ชอบและสนิทสนมด้วยโดยเขาจะเลือกคบคนที่มีส่วนคล้ายคลึงกันหรือเข้ากันได้และเกิดการเรียนรู้และถ่ายทอดแบบอย่างจากกลุ่มเพื่อนนี้เองทั้งแนวคิดค่านิยมระบบจริยธรรมการแสดงออกและการแก้ปัญหาในชีวิตจนสิ่งเหล่านี้กลายเป็นเอกลักษณ์ของตนเองและกลายเป็นบุคลิกภาพนั่นเองสิ่งที่แสดงถึงเอกลักษณ์ตนเองยังมีอีกหลายด้านได้แก่เอกลักษณ์ทางเพศแฟชั่นการแต่งกายทางความเชื่อในศาสนาอาชีพคติประจำใจเป้าหมายในการดำเนินชีวิต

**การจัดการชีวิตตนเอง (Self Management)** วัยนี้จะสามารถฝึกให้บริหารจัดการตนเองได้ช่วยตัวเองได้เต็มที่ไม่ต้องพึ่งผู้อื่นแบ่งเวลาจัดการชีวิตให้เป็นไปตามเวลาใช้เงินเป็นวางแผนการต่างๆของชีวิตได้

**การได้รับการยอมรับจากผู้อื่น (Acceptance)** วัยนี้ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนอย่างมากการได้รับการยอมรับช่วยให้เกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยเห็นคุณค่าของตนเองมั่นใจตนเองวัยนี้จึงมักอยากเด่นอยากดังอยากให้มีคนรู้จักมากๆอยากมีความสามารถพิเศษอยากเป็นที่ชื่นชมชื่นชอบของคนอื่นๆ

**ความภาคภูมิใจตนเอง (Self Esteem)** เกิดจากการที่ตนเองเป็นที่ยอมรับของเพื่อนและคนอื่นๆได้รู้สึกว่าคุณค่าเป็นคนดีและมีประโยชน์แก่ผู้อื่นได้ทำอะไรได้สำเร็จเกิดความรู้สึกพอใจตนเองภูมิใจตนเองเมื่อถึงขั้นนี้เวลาทำอะไรสำเร็จจะไม่จำเป็นต้องการชื่นชมจากภายนอกเพราะสามารถชื่นชมตนเองได้

**ความมั่นใจตนเอง (Self Confidence)** การแก้ปัญหาเผชิญอุปสรรคและทำงานหรือเรียนได้สำเร็จเป็นที่ยอมรับของคนอื่นๆจะทำให้วัยรุ่นเกิดความมั่นใจตนเองมีความกล้าในทางสร้างสรรค์เป็นประโยชน์

ความเป็นตัวของตัวเอง (Independent Autonomy) วัยนี้รักอิสระเสรีภาพไม่ค่อยชอบอยู่ในเกณฑ์กติกาใดๆชอบคิดเองทำเองพึ่งตัวเองเชื่อความคิดตนเองมีปฏิริยาตอบโต้ผู้ใหญ่ที่บีบบังคับสูงความอยากรู้อยากเห็นอยากลองมีสูงสุดใ่วัยนี้ทำให้อาจเกิดพฤติกรรมเสี่ยงได้ง่ายถ้าวัยรุ่นขาดการยั้งคิดที่ดี

การควบคุมตนเอง (Self Control) วัยนี้เรียนรู้ที่จะควบคุมความคิดการรู้จักยั้งคิดการคิดให้เป็นระบบเพื่อให้สามารถใช้ความคิดได้อย่างมีประสิทธิภาพและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

**อารมณ์(Mood)** อารมณ์จะปั่นป่วนเปลี่ยนแปลงหงุดหงิดเครียดโกรธกังวลง่ายอาจมีอาการซึมเศร้าโดยไม่มีสาเหตุอารมณ์ไม่ดีเหล่านี้ทำให้เกิดพฤติกรรมเกรี้ยวกราดมีผลต่อการเรียนและการดำเนินชีวิตใ่วัยรุ่นตอนต้นการควบคุมอารมณ์ยังไม่ค่อยดีนักบางครั้งยังทำอะไรตามอารมณ์ตัวเองแต่จะค่อยๆดีขึ้นเมื่อโตขึ้นวัยรุ่นจะสามารถจัดการกับความวิตกกังวลและอารมณ์ซึมเศร้าได้ด้วยการปรับเปลี่ยนความคิดการแก้ปัญหาปรึกษาหารือกิจกรรมเบนความรู้สึกฝึกสติสมาธิหรือกิจกรรมผ่อนคลายตนเองอารมณ์เพศจะเกิดขึ้นวัยนี้มากทำให้มีความสนใจเรื่องทางเพศหรือมีพฤติกรรมทางเพศเช่นการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองซึ่งถือว่าเป็นเรื่องปกติใ่วัยนี้วัยนี้อาจเกิดพฤติกรรมทางเพศบางอย่างอาจเป็นปัญหาเช่นเบี่ยงเบนทางเพศกามวิปริตหรือการมีเพศสัมพันธ์ใ่วัยรุ่น

**จริยธรรม (Moral Development)** วัยนี้จะมีความคิดเชิงอุดมคติสูงเพราะเขาจะแยกแยะความผิดชั่วดีได้แล้วมีระบบมโนธรรมของตนเองต้องการให้เกิดความถูกต้องความชอบธรรมในสังคมชอบช่วยเหลือผู้อื่นต้องการเป็นคนดีเป็นที่ชื่นชอบของคนอื่นและจะรู้สึกอึดอัดกับใจกับความไม่ถูกต้องในสังคมหรือในบ้านแม่แต่พ่อแม่ของตนเองเขาก็เริ่มรู้สึกว่าได้ดีสมบูรณ์แบบเหมือนเมื่อก่อนอีกต่อไปแล้วบางครั้งเขาจะแสดงออกวิพากษ์วิจารณ์พ่อแม่หรือครูอาจารย์ตรงๆอย่างรุนแรงการต่อต้านประท้วงจึงเกิดได้บ่อยใ่วัยรุ่นนี้เมื่อวัยรุ่นเห็นการกระทำที่ไม่ถูกต้องหรือมีการเอาเปรียบเบียดเบียนความไม่เสมอภาคใ่วัยรุ่นตอนต้นการควบคุมตนเองอาจยังไม่ดีนักแต่เมื่อพ้นวัยรุ่นนี้ไปการควบคุมตนเองจะดีขึ้นจนเป็นระบบจริยธรรมที่สมบูรณ์เหมือนผู้ใหญ่

### 2.2.3 พัฒนาการทางสังคม( Social Development )

พนม เกตุมาน (2548) ได้กล่าวถึงพัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นไว้ว่าวัยรุ่นจะเริ่มห่างจากที่บ้านไม่ค่อยสนิทสนมคลุกคลีกับพ่อแม่พี่น้องเหมือนเดิมแต่ใจเพื่อนมากกว่าใช้เวลากับเพื่อนนานๆมีกิจกรรมนอกบ้านมากไม่ชอบไปไหนกับทางบ้านเริ่มมีความสนใจเพศตรงข้ามสนใจสังคมสิ่งแวดล้อมปรับตัวให้เข้ากับกฎเกณฑ์กติกาของกลุ่มของสังคมได้ดีขึ้น

Jerrold (2002) กล่าวถึงพัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นไว้ว่าวัยรุ่นจะเริ่มแยกตัวออกจากครอบครัวมีความขัดแย้งกับครอบครัวมากขึ้นทั้งยังชอบรวมตัวกับกลุ่มเพื่อนและให้ความสำคัญกับเพื่อนมาก

กล่าวโดยสรุปได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายด้านทั้งทางร่างกายจิตใจอารมณ์และสังคมเป็นวัยที่ต้องมีการปรับตัวอย่างมากเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุขดังนั้นหากวัยรุ่นได้รับการความเอาใจใส่ให้ความรักดูแลอย่างใกล้ชิดรวมถึงการส่งเสริมและสนับสนุนในเรื่อง



ของพฤติกรรมกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมจะช่วยให้วัยรุ่นสามารถปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับวัยและสภาพแวดล้อมของวัยรุ่นได้

### 3. แนวความคิดเกี่ยวกับรูปแบบวิธีสอนด้วยหลักไตรสิกขา

#### ความรู้เกี่ยวกับไตรสิกขา

##### 3.1 หลักไตรสิกขา

ก่องแก้ว เจริญอักษร (2541) กล่าวว่า ไตรสิกขาหมายถึงข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับฝึกอบรมกายวาจาจิตใจและปัญญาในทางธรรมหมายถึงการฝึกอบรมพระสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้าให้พัฒนาสูงสุดคือเข้าถึงพระนิพพานซึ่งความหมายนี้เป็นความหมายตามแบบแผนที่พระพุทธองค์ทรงมุ่งสั่งสอนแก่พระภิกษุโดยตรง

การฝึกอบรมหรือพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาประกอบด้วย

1. ศีลสิกขาข้อปฏิบัติสำหรับอบรมทางด้านความประพฤติ
2. จิตตสิกขาข้อปฏิบัติสำหรับอบรมจิตให้เกิดสมาธิ
3. ปัญญาสิกขาข้อปฏิบัติสำหรับอบรมปัญญาให้รู้แจ้งตามความเป็นจริง

สรุปว่าไตรสิกขาหมายถึงข้อปฏิบัติเรื่องศีลสมาธิปัญญา

สำหรับพระสงฆ์การศึกษาเพื่อฝึกอบรมตนตามหลักไตรสิกขานี้มีระดับที่สูงกว่าคนทั่วไปในทางพระท่านใช้คำว่าอธิแปลว่ายิ่งเป็นคำนำหน้ามีความหมายครอบคลุมข้อปฏิบัติในระดับสูงดังนี้ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2542)

#### อธิศีลสิกขา ( Precepts )

สิกขาคือศีลหรือข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติอย่างสูงได้แก่ข้อปฏิบัติหรือศีลที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้เพื่อให้สาวกหรือศาสนิกชนได้ยึดถือปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ตามสมควรแก่อัตภาพของแต่ละคนโดยจัดประเภทตามความพยายามมากน้อยและหยาบละเอียด ดังนี้

1. ศีล 5 เป็นศีลสำหรับชาวบ้านผู้อยู่ครองเรือนทั่วๆไปที่เรียกว่าคฤหัสถ์ศีล 5 นี้บางที่เรียกว่านิจศีลคือศีลที่รักษาไว้เป็นประจำ

2. ศีล 8 เป็นศีลสำหรับคฤหัสถ์หรือฆราวาสผู้ตั้งใจปฏิบัติให้สูงขึ้นจากศีล 5 โดยปกติจะถือปฏิบัติกันเป็นครั้งคราวในวันขึ้น-แรม 8 ค่ำและขึ้นแรม 14-15 ค่ำเดือนละ 4 ครั้งผู้ปฏิบัติจะพำนักอยู่ที่วัดหรือที่บ้านก็ได้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ศีลอุโบสถ”

3. ศีล 10 เป็นศีลสำหรับสามเณรและสามเณรีคือผู้บวชที่อายุไม่ถึง 20 ปีหรืออายุถึงแล้วแต่ยังมีได้ขอวชเป็นพระภิกษุณี (ปัจจุบันไม่มีสามเณรี)

4. ศีล 227 เป็นศีลสำหรับพระภิกษุถือเป็นข้อปฏิบัติที่ละเอียดลงไปอันที่จริงแล้วศีล 227 นี้ก็คือศีล 5 ศีล 8 และศีล 10 นี้เองเพียงแต่เป็นข้อปฏิบัติที่แยกย่อยละเอียดลงไปอีกผู้ถือปฏิบัติต้องสำรวมระวังมิให้เกิดการละเมิดหากเกิดการละเมิดเรียกว่าต้องอาบัติคือต้องโทษซึ่งถือเป็นโทษทางใจผู้ละเมิดย่อมรู้เองเห็นเองและอาบัตินั้นได้ทรงบัญญัติไว้เป็นกลุ่มๆตามความหนักเบา

5. ศิล 311 เป็นศีลสำหรับภิกษุณีแม้ปัจจุบันภิกษุณีจะไม่ได้มีแล้วก็ตามแต่บัญญัติที่เป็นสิกขาบทก็ยังคงมีอยู่แต่อย่างไรก็ตามแม้จะมีศีลหรือสิกขาบทที่วางกำหนดไว้สำหรับภิกษุณีแต่เมื่อไม่มีภิกษุณีก็ย่อมถือว่าหมดสิ้นไปโดยปริยาย

### อธิจิตตสิกขาหรือสมาธิสิกขา (Concentration)

สิกขาคือข้อปฏิบัติสำหรับฝึกหัดอบรมจิตเพื่อให้เกิดคุณคือสมาธิอย่างสูงคือการกำหนดจิตให้แน่วแน่นมั่นคงอันเป็นหลักแห่งการควบคุมจิตมิให้ฟุ้งซ่านและควบคุมตนมิให้ตกไปในทางแห่งความเสื่อมเสียนั่นคือการกำหนดจิตของตนให้อยู่ในจุดใดจุดหนึ่งโดยเฉพาะเช่นลมหายใจเรียกอานาปานสติสมาธิหรือกำหนดจิตในขณะที่ย่างเท้าเรียกว่าเดินจงกรมหรือกายคตาสติ

สมาธิแบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่

1. ฌณิกสมาธิจิตตั้งมั่นชั่วขณะคือภาวะที่จิตมั่นคงได้ชั่วขณะ
2. อุปจารสมาธิจิตตั้งมั่นจนจะแน่วแน่คือภาวะที่จิตสงบสูงขึ้นบางที่เรียกสมาธิเฉียดๆ
3. อัปปนาสมาธิจิตตั้งมั่นแน่วแน่คือภาวะที่จิตสงบอย่างมั่นคงกล่าวคือเมื่อจิตสงบ

ถึงขั้นอัปปนาสมาธิแล้วก็จะเข้าสู่ฌานตั้งแต่รูปฌานต่อไปถึงอรุฌาน

เมื่อจิตเกิดเป็นสมาธิก็จะได้รับอานิสงส์ ดังนี้

1. ทิฐฐธัมมิกสุขคือความสุขทันตาเห็นในปัจจุบัน
2. เกิดอภิญญาขึ้นเช่นหุทิพย์ตาทิพย์ เป็นต้น
3. สติสัมปชัญญะสมบูรณ์
4. ลีนอาสวะคือตัดกิเลสได้

### อธิปัญญาสิกขา(Wisdom)

สิกขาคือปัญญาอันยิ่งใหญ่ได้แก่ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูงซึ่งคำว่า “ปัญญา” ตามรูปศัพท์แปลว่าความรู้ทั่วหรือความรู้แจ้งสภาพต่างๆตามความเป็นจริง ปัญญาสิกขาก็คือการกระทำให้เกิดความรู้เห็นจริงในธรรมที่ควรรู้ควรเห็น

ปัญญาจำแนกตามแหล่งเกิดมี 3 อย่างคือ

1. สุตมยปัญญาปัญญาที่เกิดจากการฟังได้แก่ความรู้ที่เกิดจากการศึกษาเล่าเรียนการได้ยินได้ฟังและประสบการณ์ต่างๆซึ่งเป็นความรู้ระดับประสาทสัมผัส
2. จินตามยปัญญาปัญญาเกิดจากการคิดได้แก่ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการไตร่ตรองพิจารณาวิเคราะห์วิจัยและเปรียบเทียบซึ่งเป็นความรู้ที่ละเอียดกว่าความรู้ระดับประสาทสัมผัส
3. ภวานามยปัญญาปัญญาอันเกิดจากการอบรมจิตได้แก่ความรู้ที่เกิดจากการภาวนาหรือการฝึกจิตให้เกิดความสงบแล้วใช้จิตที่สงบที่สงบแล้วนั้นพิจารณาปัญหาต่างๆก็จะเกิดการหยั่งรู้ภายในจิตความรู้ที่เป็นภวานามยปัญญานี้จัดว่าเป็นความรู้ระดับสูงสุด

### 3.2 กระบวนการไตรสิกขา

ไตรสิกขาเป็นกระบวนการศึกษาที่พัฒนามนุษย์ทั้งทางกายวาจาความคิดจิตใจอารมณ์และสติปัญญาให้สามารถดำรงและดำเนินชีวิตในสังคมอย่างสันติมีอิสรภาพเน้นการปฏิบัติฝึกหัดอบรมตนด้วยหลักศีลสมาธิปัญญา

วิธีปฏิบัติฝึกหัดตนตามหลักของศีลสมาธิปัญญานั้นผู้ศึกษาต้องปฏิบัติตามแนวทางของมรรคมีองค์แปด ได้แก่

1. การฝึกหัดอบรมตนให้มีศีลด้วยสัมมาวาจา – เจรจาชอบสัมมากัมมันตะ – การกระทำชอบและสัมมาอาชีวะ – การเลี้ยงชีพชอบ
2. การฝึกหัดอบรมตนให้มีสมาธิด้วยสัมมาวายามะ – ความเพียรชอบสัมมาสติ – การระลึกชอบและสัมมาสมาธิ – ความตั้งใจชอบ
3. การฝึกหัดอบรมตนให้มีปัญญาด้วยสัมมาทิฐิ – การเห็นชอบและสัมมาสังกัปปะ – การดำริชอบ

### 3.3 กระบวนการศึกษาตามหลักของไตรสิกขา

กระบวนการศึกษาตามหลักของไตรสิกขานี้มีลักษณะเด่นและใช้เป็นทฤษฎีทางการจัดกระบวนการเรียนการสอน สุมน อมรวิวัฒน์ (2530) ได้สรุปวิเคราะห์เป็นข้อๆคือ

1. ผู้ที่ศึกษาตามกระบวนการศึกษาของหลักไตรสิกขาต้องปฏิบัติหัดอบรมตนด้วยตนเองศีลสมาธิปัญญาจะไม่เกิดอย่างแท้จริงจากการฟังการอ่านการดูหรือการบอกเล่าห้องเรียนรู้ด้วยการกระทำเรียนรู้ด้วยการคิดการควบคุมเรียนรู้ด้วยความอดกลั้นอดทนข่มใจและเรียนรู้ด้วยวิริยะอุตสาหะความสำเร็จของการศึกษาแต่ละระดับนั้นผู้ศึกษานั้นย่อมวัดและรู้ด้วยตนเองไม่มีผู้ใดประเมินให้ได้

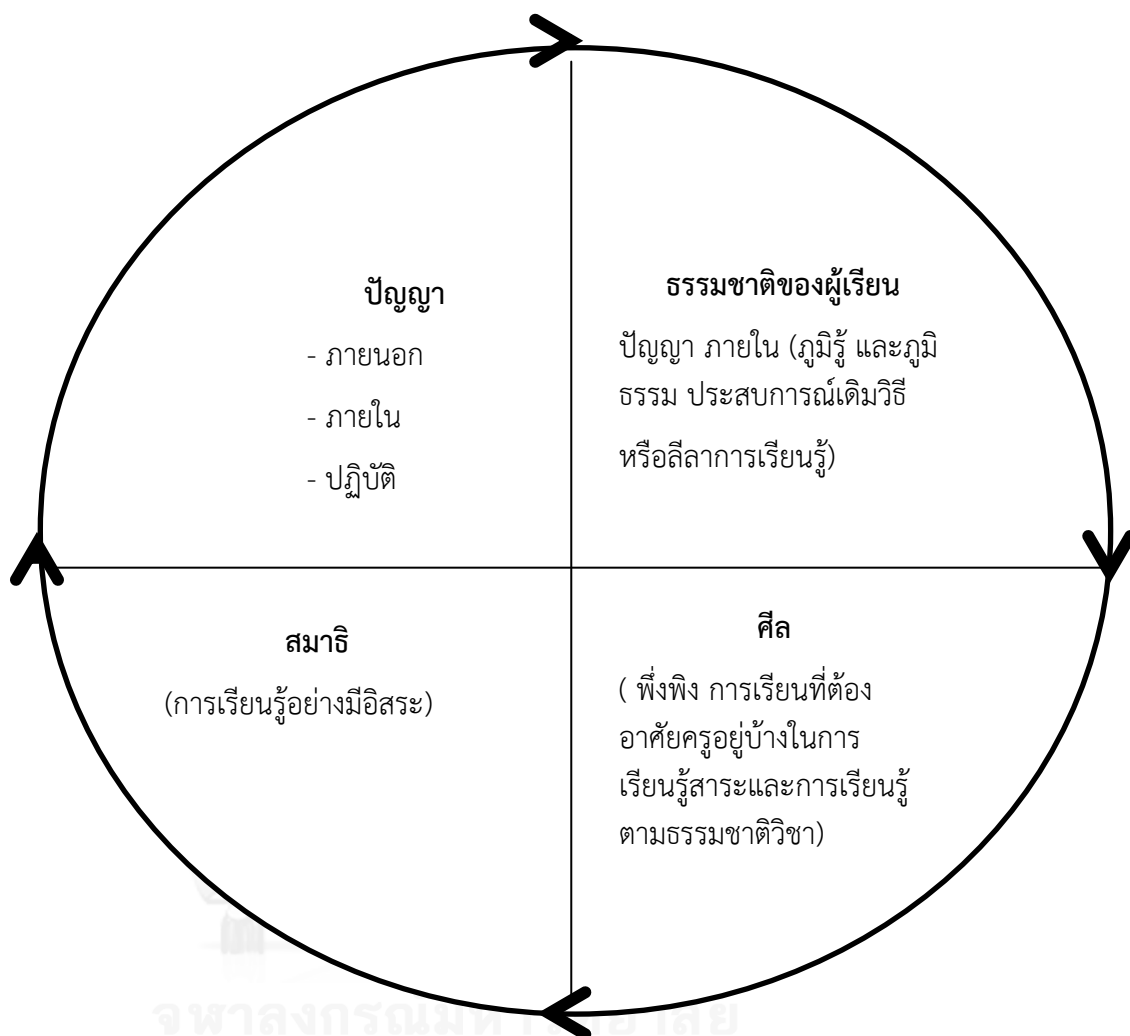
2. เนื่องจากศีลสมาธิปัญญาเป็นระบบการฝึกหัดอบรมที่ต้องสามารถละสิ่งที่ควรละและเจริญสิ่งที่ควรเจริญผู้ที่ศึกษาจึงต้องได้รับการแนะนำสั่งสอนจากกัลยาณมิตรก่อนแต่จะหยุดเพียงนั้นไม่ได้ต้องรู้จักคิดและใช้ปัญญาฝึกฝนไปที่ละขั้นจนสามารถวินิจฉัยแยกแยะสิ่งชั่วแล้วละเว้นสิ่งชั่วเพิ่มพูนสิ่งที่ชอบธรรมและจิตใจที่ผ่องใสบริสุทธิ์ได้

3. การฝึกอบรมตนตามหลักของไตรสิกขาเป็นการฝึกอบรมตนที่เป็นขั้นตอนสืบเนื่องเริ่มจากรูปธรรมไปหานามธรรมเริ่มจากสิ่งที่ย่างไปสู่สิ่งที่ยาก

4. การฝึกอบรมตนตามหลักของไตรสิกขานั้นเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์ทางร่างกายวาจาความคิดเห็นจิตใจอารมณ์สังขมและสติปัญญาเป็นการพัฒนาที่กว้างและลึกมากกว่าการศึกษาที่เข้าใจโดยทั่วไป

5. การฝึกหัดอบรมตนตามหลักไตรสิกขาเป็นกระบวนการศึกษาที่มีลักษณะบูรณาการนั้นเพราะองค์ประกอบของหลักไตรสิกขาประกอบด้วยศีลสมาธิปัญญาทั้ง 3 อย่างนี้อาศัยกันและกันทำให้ชีวิตบริสุทธิ์เพราะเมื่อรักษาศีลดีแล้วก็ต้องระคับระครองตนไว้ด้วยความไม่ประมาทก็ต้องรักษาจิตด้วยสติอยู่เสมอคือการก้าวเข้าสู่แดนแห่งสมาธิคือความสงบมั่นคงแต่จิตอันเป็นอุปกรณ์สำคัญในการใช้ปัญญาเมื่อจิตไม่ฟุ้งซ่านไม่สับสนไม่วุ่นวายย่อมใช้ปัญญาได้อย่างดีปัญญาที่ใช้บ่อยๆทำให้เฉียบคมว่องไวพอกพูนมากขึ้นซึ่งเป็นปัจจัยให้ศีลสมาธิดีขึ้นด้วย

การสอนแบบไตรสิกขานี้เป็นการสอนที่ผู้เรียนต้องลงมือปฏิบัติสิ่งที่เรียนด้วยตนเองอย่างแท้จริงและใช้ปัญญารู้จักคิดพิจารณาฝึกฝนจนสามารถกำหนดรู้สามัญลักษณะสามารถวิเคราะห์พฤติกรรมทางกายทางวาจาทางใจและแยกแยะได้ว่าสิ่งใดดีสิ่งใดชั่วจนสามารถกำหนดข้อควบคุมพฤติกรรมให้ผู้เรียนส่วนในการปฏิบัตินักเรียนต้องปฏิบัติด้วยตนเองวิธีสอนนี้ครูจะเป็นผู้ระคับระครองชี้จุดสำคัญการสอนแบบไตรสิกขาสรุปรูปเป็นกระบวนการเรียนรู้ดังภาพที่ 2.1



แผนภาพที่ 2. 1 แสดงกระบวนการเรียนรู้แบบหลักไตรสิกขา

แหล่งที่มา : สุมน อมรวิวัฒน์ (2530)

การจัดการเรียนรู้ตามแนวพุทธวิธีดังกล่าวมีองค์ประกอบในแต่ละเรื่องดังต่อไปนี้ กรมวิชาการ (2544a)

**ขั้นที่ 1** เป็นการเรียนรู้ที่จะต้องฟังฟังครูผู้เรียนต้องเรียนตามธรรมชาติวิชาลงมือฝึกปฏิบัติตามหลักการทฤษฎีเลียนแบบครูเป็น**ขั้นศีล**ที่จะต้องศึกษาข้อมูลข้อเท็จจริงทฤษฎีหลักการ

**ขั้นที่ 2** นักเรียนจะเริ่มสร้างรูปแบบการคิดของตนเองโดยอาศัยแนวหลักการทฤษฎีที่เรียนรู้จากภายนอกเข้าไปสู่การคิดวิเคราะห์หาคำตอบด้วยตนเองคือเป็น**ขั้นสมาธิ**

**ขั้นที่ 3 ขั้นปัญญา**คือขั้นที่นักเรียนใช้ความคิดในการสร้างรูปแบบใหม่ๆสร้างสรรค์ชิ้นงานผลงานใหม่ๆด้วยความคิดด้วยปัญญาของตนเองถือเป็นการเรียนรู้ที่แท้จริงและเป็นการเรียนรู้ที่บูรณาการเข้าด้วยกันระหว่างความรู้รอบและรู้ลึกจากการรับข้อมูลแหล่งความรู้ภายนอกตัวผู้เรียน (ปรโตโฆสะ) ความรู้รอบและรู้ลึกจากการคิดกระบวนการทำงานของจิตภายในตัวผู้เรียน (โยนิโสมนสิการ) และความรู้รอบและรู้ลึกจากการลงมือปฏิบัติ (ภาวนามยปัญญา)

หลักการวิเคราะห์ผู้เรียนควรคำนึงถึงองค์ประกอบต่อไปนี้

1. ธรรมชาติของผู้เรียนเป็นเงื่อนไขของการเรียนรู้ผู้เรียนแต่ละคนมีความแตกต่างกันถ้ามองในเชิงปรัชญาธรรมชาติของผู้เรียนจะมีองค์ประกอบที่แตกต่างกันไปตามสภาพของร่างกายจิตใจอารมณ์และสติปัญญาวิธีคิดค่านิยมและความเชื่อมองในด้านจิตวิทยาพัฒนาการในแต่ละช่วงอายุการเรียนรู้ของผู้เรียนจะมีความแตกต่างกันรวมทั้งในทางสังคมด้วย

2. ประสบการณ์และพื้นฐานความรู้เดิมผู้เรียนแต่ละคนมีความรู้หรือประสบการณ์ที่ผ่านมาไม่เหมือนกันแม้จะผ่านกระบวนการเรียนรู้ในสถานการณ์เดียวกันทั้งนี้เพราะผู้เรียนได้รับการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวมีธรรมชาติและศักยภาพในการเรียนรู้ที่แตกต่างกันเป็นพื้นฐานซึ่งมีผลต่อการเรียนรู้ใหม่

3. วิธีการเรียนรู้หรือลีลาการเรียนรู้ (Learning Styles) ของผู้เรียนแต่ละคนไม่เหมือนกัน Kolb D. (1984) ได้แบ่งคนตามวิธีการเรียนรู้ไว้ 4 รูปแบบดังนี้

ผู้เรียนมีวิธีการเรียนรู้หรือลีลาการเรียนรู้จากจินตนาการของตนเอง

ผู้เรียนมีวิธีการเรียนรู้หรือลีลาการเรียนรู้หนักไปในการการคิดวิเคราะห์

ผู้เรียนมีวิธีการเรียนรู้หรือลีลาการเรียนรู้ที่หนักไปทางการใช้สามัญสำนึก

ผู้เรียนมีวิธีการเรียนรู้หรือลีลาการเรียนรู้ที่หนักไปในการการเรียนรู้ให้เกิดปัญญาจากการปฏิบัติของตนเอง

### 3.4 วิธีสอนแบบไตรสิกขา

วิธีสอนแบบไตรสิกขาเป็นวิธีการสอนที่ประกอบด้วยขั้นตอนในการศึกษา 3 ขั้นดังนี้ กรมการศาสนา (2548)

1. **ขั้นศีล (ศีลสิกขา)** คือการควบคุมให้นักเรียนอยู่ในระเบียบวินัยทั้งกายและวาจาให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเป็นปกติพร้อมที่จะเรียนเพื่อปฏิบัติให้สอดคล้องกับหลักศีล 5

2. **ขั้นสมาธิ (จิตตสิกขา)** คือการฝึกสมาธิขั้นต้นในการควบคุมสติให้นักเรียนรวมจิตใจความคิดแน่วแน่เป็นจุดเดียวนักเรียนตัดสิ่งรบกวนอื่นๆออกจากความคิดและจิตใจ

3. **ขั้นปัญญา (ปัญญาสิกขา)** คือขั้นนักเรียนใช้สมาธิความมีจิตใจแน่วแน่ทำความเข้าใจในปัญหาการหาเหตุของปัญหาเพื่อการแก้ไขพิจารณาผลที่เกิดขึ้นจนเกิดความรู้แจ้งเข้าใจและแก้ปัญหาได้เกิดการเรียนรู้เกิดปัญญาญาณขึ้นในตนเองมีโมกข์ในเรื่อนั้นได้ถูกต้องตามความเป็นจริง

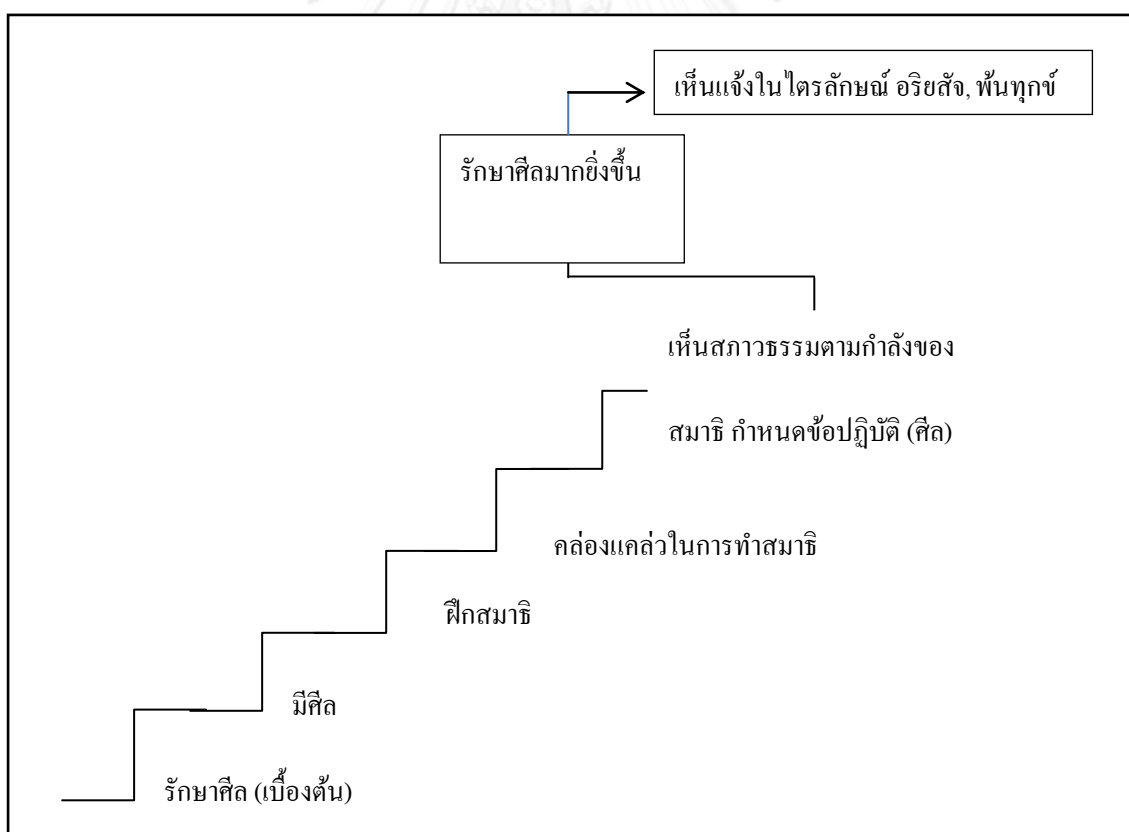
### 3.5 การจัดการเรียนรู้แบบหลักไตรสิกขา

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545) ได้รวบรวมความรู้จากนักการศึกษาหลายๆท่านในการจัดการเรียนรู้ตามแนวพุทธวิธีแบบไตรสิกขาไว้ดังนี้

การจัดการเรียนรู้แบบไตรสิกขาเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติกับสิ่งที่เรียนจริงๆแล้วพิจารณาให้เห็นประโยชน์คุณโทษตามความเป็นจริงด้วยตนเองแล้วนำความรู้นั้นมาเป็นหลักในการปฏิบัติตามอย่างจริงจังโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยการฝึกปฏิบัติจริง
2. ให้ผู้เรียนนำความรู้มาใช้เป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

การจัดการเรียนรู้แบบไตรสิกขาจะเน้นการฝึกปฏิบัติจริงโดยเน้นให้ผู้เรียนต้องปฏิบัติโดยลำรวมกายวาจาและฝึกจิตใจให้ตั้งมั่นจนมีระเบียบทางความคิดความสามารถคิดเป็นเหตุเป็นผลได้โดยตลอดดังภาพที่ 2.2



แผนภาพที่ 2. 2 แสดงการจัดการเรียนรู้แบบไตรสิกขา  
แหล่งที่มา : สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545)

## การจัดการเรียนรู้แบบหลักไตรสิกขามีขั้นตอนดังต่อไปนี้

### 1. ขั้นศีล

ให้ผู้เรียนเลือกการกระทำถูกหรือผิดในการตอบสนองสถานการณ์ที่ผู้สอนกำหนดให้ในขั้นตอนนี้จะเกี่ยวข้องกับหลักปฏิบัติที่เรียกว่าศีลสิกขาเป็นการควบคุมตนเองให้อยู่ในความถูกต้องทางกายวาจาตั้งพระพุทธรูปทาสกิกขุให้ความเห็นว่าศีลมีขอบเขตที่ปรากฏทางกายวาจาเป็นการกระทำที่ทำให้ผู้ประพฤติสบายกายใจและทำให้โลกมีสันติภาพโดยการปฏิบัติเน้นการควบคุมตนเองเห็นได้จากการอาราธนาศีลและศีลไม่ใช่พิธีรีตอง

พระราชวรมุนีกล่าวว่าศีลคือสภาวะของผู้ที่มีหลักความประพฤติถูกต้องทางกายวาจา ระบบศีลจะเป็นอย่างไรเคร่งครัดเข้มงวดเพียงใดขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของระบบการครองชีวิตแบบนั้นๆ สมทรงบุญฤทธิ์เสนอให้สอนเด็กให้รักษาศีลจริงๆ โดยแรกๆ ให้รักษาศีล 5 แล้วค่อยๆ ยึดศีลสูงขึ้นไป

สรุปได้ว่า ศีลสิกขา คือ การปฏิบัติตนให้ถูกต้องทางกายวาจาโดยการควบคุมตนเองการฝึกในขั้นศีลหรือศีลสิกขานี้ผู้สอนอาจฝึกให้ผู้เรียนรักษาศีลโดยควบคุมกาย วาจาของตนให้อยู่ในระเบียบวินัยและศีลธรรมตามหลักศีล 5

### 2. ขั้นกำหนดสมาธิ

เป็นการฝึกขั้นต้นในการควบคุมสติให้ระลึกรู้อยู่กับลมหายใจเพื่อความระลึกรู้แน่วแน่ที่จุดเดียวในขั้นตอนนี้จะเกี่ยวข้องกับหลักปฏิบัติที่เรียกว่าจิตสิกขาคือการปฏิบัติเพื่อดำรงสภาพจิตให้ปกติมั่นคงต่อความดีงามโดยทั่วไปบุคคลมีจิตสมาธิอยู่แล้วโดยธรรมชาติและบุคคลควรฝึกให้เป็นสมาธิด้วยท่านพุทธทาสภิกขุกล่าวถึงจิตสิกขามีใจความว่าจิตสิกขาเป็นการฝึกเพื่อบังคับความคิดให้เป็นไปตามที่เราต้องการให้มีความสามารถในการข่มใจมีความอดทนในการต่อสู้กับกิเลสเพราะมีกำลังใจในการพิจารณาสภาวะธรรมเพื่อสร้างปัญญาตามต้องการจิตสิกขามีหลักในการปฏิบัติโดยย่อ 2 ขั้นดังนี้

1. เลือกที่สงบไม่พลุกพล่านแล้วเลือกอารมณ์ในการเพ่งที่สะดวกที่สุดเช่นการเพ่งลมหายใจ
2. ปรับปรุงอารมณ์ให้แปรไปตามที่ต้องการเช่นกำหนดเป็นดวงแก้วอารมณ์ที่ปรุงแต่งนี้ไม่ใช่ของจริงเพียงแต่เป็นการฝึกบังคับจิตซึ่งจะเกิดความชำนาญในการบังคับจิตพระราชวรมุนีกล่าวว่าการนั่งนิ่งๆ ไม่ใช่ตัวสมาธิสมาธินั้นต้องมีองค์ประกอบเป็นความแน่วแน่มั่นคงหนักแน่นของจิตที่จะนำไปใช้ในการทำกิจทุกอย่าง

วิธีฝึกจิตในขั้นสมาธิมีหลายอย่างเช่น

1. ฝึกให้คนยุ่งกับกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ให้มีโอกาสยุ่งกับความชั่ว
2. วิธีเอาความดีเข้าข่มหรือผูกมัดจิตไว้กับสิ่งดีงามบางอย่างแบบที่เรียกว่าอุตมคติ
3. ฝึกสมาธิที่เรียกว่าวิปัสสนาคือขั้นที่เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงจนเปลี่ยนค่านิยมมีโลกทัศน์และชีวิตทัศน์อย่างใหม่ได้

สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545) เสนอแนะการปฏิบัติจิตศึกษาทำได้ง่าย ๆ ดังนี้

1. ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัยนั่งขัดสมาธิโดยขาขวาทับขาซ้ายมือขวาทับมือซ้ายหงายมือตั้ง  
กายตรงแต่ไม่เกร็งตัว

2. หลังตักำหนดลมหายใจเข้า- ออกโดยดักที่ปลายจมูกหรือกำหนดพองยุบหรือตามลม  
หายใจเข้า- ออกก็ได้ให้สติอยู่กับสิ่งที่กำหนดไม่ปล่อยสติไม่คิดเรื่องอื่น ๆ การฝึกนี้จะฝึกในต้นควบเรียน  
หรือท้ายคาบเรียนก็ได้โดยใช้เวลาครั้งละ 5-10 นาทีและการสวดมนต์เป็นวิธีหนึ่งที่จะทำให้จิตเป็น  
สมาธิการฝึกในชั้นกำหนดสมาธิหรือจิตศึกษานี้ผู้สอนอาจให้ผู้เรียนฝึกสมาธิโดยการสวดมนต์กำหนดดู  
ลมหายใจเข้าออกการกำหนดย่นและเดินอย่างมีสมาธิผู้เรียนจะสามารถบรรยายความรู้สึกความคิดใน  
การฝึกสมาธิได้ถูกต้อง

### 3. ชั้นพิจารณาด้วยปัญญา

เป็นขั้นสุดท้ายหลังจากผ่านการฝึกสมาธิระยะหนึ่งจนสามารถระลึกรู้แน่วแน่ที่จุดเดียวจึงทำ  
ให้พิจารณาว่าสถานการณ์ที่เลือกกระทำครั้งแรกนั้นเหมาะสมหรือไม่อะไรผิดอะไรถูกจนสามารถเลือก  
ปฏิบัติได้ถูกต้องเหมาะสมอย่างสมเหตุสมผล

ในขั้นนี้จะเกี่ยวข้องกับหลักปฏิบัติที่เรียกว่าปัญญาศึกษาเป็นการทำความเข้าใจสิ่งต่างๆตาม  
สภาวะที่เป็นจริงโดยเน้นการมองเห็นอย่างนั้นจริงไม่ใช่การคาดค่านวนเอาเองแล้วกำหนดหลักความ  
ประพัตติของตนให้ดำรงความดีไม่เป็นภัยต่อตนเองและผู้อื่น

พุทธทาสภิกขุกล่าวว่าปัญญาศึกษาคือการพิจารณาเห็นอริยสัจไตรลักษณ์จนละความยึดมั่น  
ถือมั่นในสิ่งที่ไม่มีการสละตัวตนแท้จริงลงได้

จ.ธรรมศรีเสนอวิธีการปฏิบัติปัญญาศึกษาด้วยวิธีธรรมดาไว้ว่าให้หัดพิจารณาร่างกายของเรา  
และของคนอื่นว่าเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอเปลี่ยนจากเด็กไปตามลำดับแล้วก็ตายในที่สุด

การฝึกในชั้นพิจารณาด้วยปัญญาหรือปัญญาศึกษานี้ผู้สอนอาจให้ผู้เรียนพิจารณาความคิดความรู้สึก  
ของตนเองจนเข้าใจดีตามสภาพความเป็นจริงหรือสามารถแก้ไขสถานการณ์ที่กำหนดให้ได้อย่าง  
สมเหตุสมผล

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบหลักไตรสิกขา สรุปได้เป็นภาพที่ 2.3 ดังนี้



แผนภาพที่ 2. 3 แสดงขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบหลักไตรสิกขา



#### 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่องการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องมีจำนวน 6 เรื่องดังนี้

##### 4.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ

ดุขฎิ สิตลวรารงค์ (2524) ได้ศึกษาเปรียบเทียบวิธีสอนแบบไตรสิกขาและธรรมสภาจฉาในการสอนเบญจศีลและฆราวาสธรรมในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสิงห์บุรีจังหวัดสิงห์บุรีภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2524 กลุ่มตัวอย่าง 60 คนแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 จำนวน 30 คนได้รับการสอนแบบไตรสิกขาซึ่งการสอนแบบไตรสิกขาเป็นการสอนที่ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ปฏิบัติตนอย่างระมัดระวังทั้งทางกายวาจาใจแล้วพิจารณาผลของการปฏิบัติของตนจนกำหนดข้อควบคุมความประพฤติทางกายวาจา (ศีล) ของตนได้รูปแบบการสอนที่นักเรียนต้องปฏิบัติ 3 ชั้นดังนี้

1) ศีลสิกขา คือ การสำรวมกายวาจาให้ถูกต้องต่อมารยาทสังคมกรอบของศีลธรรมทั้งนี้โดยการควบคุมตนเองเมื่อกายวาจาอยู่ในศีลแล้วจิตจะประณีตมั่นคงขึ้น

2) จิตสิกขา คือ การฝึกจิตใจให้มั่นคงไม่คล้อยตามความต้องการที่จะทำชั่วจิตที่ฝึกดีแล้วจะสามารถพิจารณาธรรมได้ตรงกับสภาพที่เป็นจริงมีความมั่นคงผ่องใสมีสมาธิและศีลมั่นคงขึ้น

3) ปัญญาสิกขา คือ การเผ่าสังเกตร่างกายความรู้สึกความคิด (โดยสรุปคือขั้นที่ 5) ของตนเองในขณะที่จิตเป็นสมาธิว่าต่างก็ไม่เที่ยงทนทานอยู่ไม่ได้ไม่มีตัวตนสำหรับการยึดมั่น

นำมาเป็นหลักในการปฏิบัติตนเองอย่างเหมาะสมต่อสถานการณ์โดยไม่ก่อทุกข์หรือเบียดเบียนตนเองหรือผู้อื่นถ้ามีปัญหาแล้วสมาธิและศีลก็จะมั่นคงขึ้นตามลำดับแห่งปัญญานั้นและกลุ่มทดลอง 2 จำนวน 30 คนได้รับการสอนแบบธรรมสภาจฉาโดยได้รับการสอนกลุ่มละ 8 คาบๆละ 50 นาทีและมีการฝึกพฤติกรรมโดยให้กลุ่มทดลอง 1 เจริญอานาปานสติกลุ่มทดลอง 2 อภิปรายสถานการณ์กลุ่มละ 17 คาบๆละ 10 นาที

ผลการวิจัย พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่เรียนจากวิธีสอนแบบธรรมสภาจฉาสูงกว่ากลุ่มที่เรียนจากวิธีสอนแบบไตรสิกขาส่วนการใช้หลักธรรมในการแก้ปัญหาเชิงจริยธรรมนั้นนักเรียนที่เรียนจากวิธีสอนแบบไตรสิกขามีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนที่เรียนจากวิธีสอนแบบธรรมสภาจฉาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุรพงษ์ ชูเดช (2542) ผลของการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขาที่มีต่อการพัฒนาวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ คือ

1. เพื่อสร้างชุดฝึกอบรมสำหรับนำไปใช้ในการพัฒนาวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2. เพื่อศึกษาผลของการฝึกอบรมวินัยในตนเองตามแนวทางไตรสิกขาที่มีต่อการพัฒนาวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแตกต่างกัน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้ประกอบด้วยนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ 5 โรงเรียนวัดตะกล้าแขวงหนองบอนเขตประเวศกรุงเทพมหานครจำนวน 48 คนซึ่งแบ่งออกเป็น 4 กลุ่มตามคะแนนการอบรมเลี้ยงดูได้แก่กลุ่มรักมาก - ควบคุมมาก 16 คนกลุ่มรักมาก - ควบคุมน้อย

8 คนกลุ่มรักน้อย – ควบคุมมาก 8 คนกลุ่มรักน้อย – ควบคุมน้อย 16 คนนักเรียนในแต่ละกลุ่มถูกสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 24 คนกลุ่มทดลองได้รับการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขาเป็นเวลา 11 สัปดาห์ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการฝึกอบรมตามวิธีปกติเป็นเวลา 11 สัปดาห์มีการวัดวินัยในตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการฝึกอบรมเมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรมและเมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรมแล้ว 1 เดือนผู้วิจัยได้ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนวินัยในตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางแบบวัดซ้ำ (Three-way ANOVA, Repeated measures, two between-subject factors and one within subject factor) ซึ่งผลการวิจัย พบว่า

1. นักเรียนที่ได้รับการฝึกอบรมวินัยในตนเองตามแนวทางไตรสิกขามีวินัยในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกอบรมวินัยตามวิธีปกติทั้งเมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรมและเมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรมแล้ว 1 เดือนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักมาก – ควบคุมน้อยเมื่อได้รับการฝึกอบรมวินัยในตนเองตามแนวทางไตรสิกขามีวินัยในตนเองไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจากนักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักมาก – ควบคุมมากแบบรักน้อย – ควบคุมมากและแบบรักน้อย - ควบคุมน้อย

นิตดา ธรรมวงศ์ผล (2542) ผลของการสอนแบบไตรสิกขาที่มีต่อการคิดแบบโยนิโสมนสิการและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องหลักธรรมในรายวิชา ส 0412 พระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสีกัน (วัฒนารักษ์อุปถัมภ์) กรุงเทพมหานครการวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อ

(1) เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องหลักธรรมในรายวิชา ส 0412 พระพุทธศาสนาของนักเรียนที่เรียนโดยการสอนแบบไตรสิกขากับการสอนแบบบรรยาย

(2) เปรียบเทียบการคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์โยนิโสมนสิการของนักเรียนที่เรียนโดยการสอนแบบไตรสิกขากับการสอนแบบบรรยาย

โดยกล่าวถึงการสอนแบบไตรสิกขาว่าการสอนแบบไตรสิกขามีหมายถึงการสอนโดยผ่านขั้นตอนในการศึกษา 3 ขั้นตอนคือศีลสมาธิปัญญาขั้นศีลคือขั้นที่นักเรียนควบคุมตนเองให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยขั้นสมาธิคือขั้นที่นักเรียนรวบรวมความคิดให้จิตสงบแน่วแน่มั่นคงขั้นปัญญาคือขั้นที่นักเรียนใช้ปัญญาพิจารณาในการแก้ปัญหาทำความเข้าใจปัญหาหรือเนื้อหาจนเกิดปัญญากลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนสีกัน(วัฒนารักษ์อุปถัมภ์) กรุงเทพมหานครจำนวน 78 คนเครื่องมือการวิจัยประกอบด้วย (1) แผนการสอนแบบไตรสิกขาและการคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์จำนวน 7 แผนการสอนแผนการสอนละ 2 คาบรวม 14 คาบ (2) แผนการสอนแบบบรรยายและการคิดแบบอรรถสัมพันธ์จำนวน 7 แผนการสอน

แผนการสอนละ 2 คาบรวม 14 คาบ (3) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (4) แบบทดสอบวัดการคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่เรียนโดยการสอนแบบไตรสิกขาสูงกว่าการสอนแบบบรรยายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) ผลการคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์โยนิโสมนสิการของนักเรียนที่เรียนโดยการสอนแบบไตรสิกขาสูงกว่าการสอนแบบบรรยายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วิลาพัฒน์ อรุณบุญวลาชาติ (2549) ได้พัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขาเพื่อเสริมสร้างควมมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งมีขั้นตอนในการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขา ดังนี้

1) ขั้นปูพื้นฐานด้วยการฝึกเจริญสติแบบอ้าไฟ-เทคนิคเพื่อให้ นักเรียนสามารถควบคุมกิริยาหรือส่ารวมกายวาจาใจเมื่อนักเรียนได้รับการฝึกให้มีสติในการควบคุมกายวาจาใจแล้วย่อมจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางด้านกายและจิตใจในอันที่จะนำไปสู่การฝึกวินัยในตนเองต่อไป

2) ขั้นฝึกการคิดตามหลักโยนิโสมนสิการวิธีตามหลักโยนิโสมนสิการเป็นวิธีคิดที่ผู้วิจัยต้องการให้นักเรียนมีพื้นฐานที่จะนำไปสู่การฝึกวินัยในตนเองโดยฝึกการคิดพิจารณาสิ่งต่างๆตามหลักโยนิโสมนสิการ

3) ขั้นฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขาเพื่อเสริมสร้างควมมีวินัยในตนเองโดยเน้นหลัก 3 ประการเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม ดังนี้

3.1 การสร้างข้อตกลงในการที่จะอยู่ร่วมกันเป็นข้อตกลงที่จะต้องปฏิบัติตามโดยการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามข้อตกลงนั้น(ศีล)

3.2 การฝึกสติคุมสมาธิด้วยการนั่งสมาธิเป็นประจำทุกวันเป็นเวลา 10 นาทีก่อนเริ่มทำกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนมีความสนใจและตั้งใจในการทำกิจกรรมการฝึกอบรม (สมาธิ)

3.3 การให้นักเรียนอภิปรายถึงกิจกรรมที่ทำเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในเหตุและผลของการกระทำมองเห็นคุณค่าเห็นประโยชน์มองเห็นผลดีและผลเสียของการกระทำ (ปัญญา) กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนจารุศรบำรุงอำเภอลองหลวง จังหวัดปทุมธานี

สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปทุมธานีเขต 1 จำนวน 20 คนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับควมมีวินัยในตนเองของนักเรียนและแบบประเมินพฤติกรรมควมมีวินัยในตนเองของนักเรียนตามการรับรู้ของครูวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่าเฉลี่ยค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบค่าที่ระยะเวลาทดลอง 7 สัปดาห์ผลการวิจัยพบว่า 1. หลังเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับควมมีวินัยในตนเองที่ได้จากการตอบแบบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับควมมีวินัยในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2. หลังเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมควมมีวินัยในตนเองที่ได้จากแบบประเมินพฤติกรรมควมมีวินัยในตนเองตามการเรียนรู้ของครูสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

สุนีย์ ผจญศิลป์ (2547) วิจัยเรื่องผลการสอนแบบไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาและการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งมีขั้นตอนการสอน 5 ขั้น ดังนี้

1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน  
2. ขั้นศีลสิกขาครูกำหนดสถานการณ์ให้และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความรู้สึกรู้สึกต่อสถานการณ์ในการเลือกกระทำผิดหลักศีลธรรมหรือถูกหลักศีลธรรม

3. ขั้นจิตสิกขาหรือกระทำสมาธิการนำจิตที่ฝึกฝนจนสงบแล้วในขั้นต้นมาควบคุมสติให้ระลึกอยู่กับลมหายใจเพื่อระลึกแน่วแน่ที่จุดเดียวจนจิตสงบผ่องใสปราศจากสิ่งรบกวนหรือ

ทำให้เศร้าหมองและจิตใจอยู่ในสภาพพร้อมเหมาะสมควรกับการใช้งานมากที่สุดโดยผู้สอนให้หลักในการฝึกสมาธิ 2 ชั้นตามลำดับ ดังนี้

(1) ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัยแล้วนั่งขัดสมาธิขาขวาทับขาซ้ายหงายมือขวาทับมือซ้ายตั้งกายตรงแต่ไม่เกร็งตัว

(2) หลับตาหรือเพ่งมองรูปภาพที่เกี่ยวกับเนื้อหาที่เรียนจิตใจจดจ่อเกี่ยวกับเรื่องนั้นเพียงเรื่องเดียวกำหนดลมหายใจเข้า-ออกแล้วกล่าวภาวนาสั้นๆเกี่ยวกับภาพที่เพ่งมองหรือสถานการณ์นั้น 5 นาทีเมื่อทดสอบได้แล้วว่านักเรียนมีสมาธิให้นักเรียนออกจากสมาธิได้

4. ชั้นปัญญาสิกขาการกำหนดพิจารณาผลที่เกิดขึ้นในใจของตนในการเลือกปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติได้อย่างสมเหตุสมผล

5. ชั้นสรูปและประเมิณผลครูและนักเรียนร่วมกันสรูปข้อคิดและสาระสำคัญของบทเรียนโดยครูเพิ่มเติมส่วนที่บกพร่องให้สมบูรณ์มากขึ้นครูวัดและประเมินโดยพิจารณาจากการตอบคำถามความสนใจการมีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรมผลการวิจัย โดยพบว่า

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการสอนแบบไตรสิกขามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการสอนแบบไตรสิกขามีการคิดอย่างมีวิจารณญาณสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการสอนแบบไตรสิกขามีการคิดอย่างมีวิจารณญาณหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมพร พงษ์เสถียรศักดิ์ (2546) วิจัยเรื่องการศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการประพฤติดนตามคุณธรรมในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ที่เรียนหลักธรรมในพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบโยนิโสมนสิการกับการสอนแบบไตรสิกขาซึ่งขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบไตรสิกขามี 3 ชั้นดังต่อไปนี้

1) ชี้นำ

2) ชั้นสอนนำหลักไตรสิกขามาเป็นกระบวนการสอนดังนี้

2.1) อธิศีลสิกขา คือ ครูกำหนดสถานการณ์เหตุการณ์หรือพฤติกรรมเพื่อให้นักเรียนสามารถประพฤติปฏิบัติโดยพิจารณาตามหลักอริยมรรคข้อสัมมาวาจาสัมมาอาชีวะและสัมมาภิมันตะว่าถูก- ผิดตามหลักการเหล่านั้นหรือไม่โดยบันทึกลงในบัตรบันทึกการรายบุคคล ตอนที่ 1

2.2) อธิจิตตสิกขา คือ การที่ครูให้นักเรียนฝึกอบรมจิตของตนเองจนจิตสงบไม่ฟุ้งซ่านสามารถนำความสงบที่เกิดจากสมาธิไปใช้ประโยชน์ต่อไปได้

2.3) อธิปัญญาสิกขา

3) ชั้นกระบวนการวัดและประเมินผล

โดยผลการวิจัย พบว่า

1. นักเรียนที่เรียนหลักธรรมในพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบโยนิโสมนสิการกับการสอนแบบไตรสิกขามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2. นักเรียนที่เรียนหลักธรรมในพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบโยนิโสมนสิการกับการสอนแบบไตรสิกขา มีการประพฤตินตามคุณธรรมในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

3. นักเรียนที่เรียนหลักธรรมในพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบโยนิโสมนสิการมีการประพฤตินตามคุณธรรมในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. นักเรียนที่เรียนหลักธรรมในพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบไตรสิกขา มีการประพฤตินตามคุณธรรมในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสอนด้วยหลักไตรสิกขาพบว่า การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนพัฒนาขึ้นและสูงกว่าการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีปกติ อีกทั้งยังพบได้อีกว่านักเรียนมีความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาด้วย ซึ่งผู้วิจัยพบว่ยังไม่มีผู้ใดนำวิธีการสอนแบบหลักไตรสิกขาไปใช้สอนในเรื่องเพศศึกษา ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาในเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ระหว่างกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขากับกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีปกติและศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

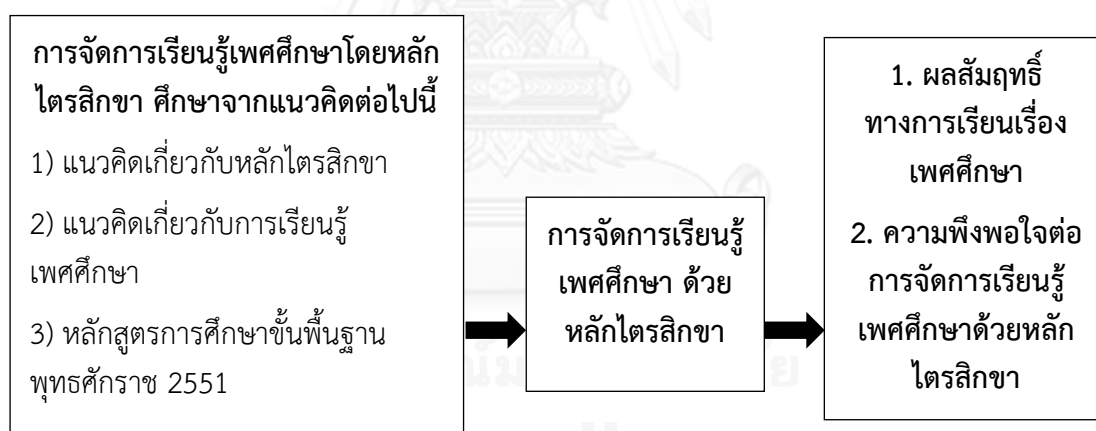
#### 4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างประเทศ

การวิจัยในต่างประเทศเกี่ยวกับหลักธรรมเกี่ยวกับการสอนและการเรียนรู้และการสอนของพระพุทธเจ้าเป็นการวิจัยโดยนักศึกษไทยในประเทศสหรัฐอเมริกาเป็นส่วนใหญ่ กล่าวคือในพุทธศักราช 2510 อำนวย ทะพิงค์แก ได้ทำการวิจัยในระดับดุซฐิบัณฑิตที่มหาวิทยาลัยวอชิงตันเรื่องการศึกษาเปรียบเทียบปรัชญาการศึกษาแบบจิตนิยมของอเมริกา กับพุทธศาสนาเถรวาท (A Comparative Study of Educational Philosophies of American Idealish and Theravada Buddhism) โดยมีข้อเสนอถึงวิธีสอนของพระพุทธเจ้าว่าตลอดระยะเวลา 45 ปีของการเผยแพร่พระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าได้ทรงใช้การสอแบบต่างๆ เพื่อพัฒนาและปลูกฝังแนวความคิดใหม่และหักล้างแนวความคิดเดิมอาทิเช่นการใช้คำพูดสั่งสอนให้เหมาะสมกับระดับของผู้ฟังการอภิปรายการบรรยาย การพรรณนาการถกเถียงการโต้แย้งเป็นต้น การสอนนั้นจะต้องตรงกับคามสนใจของผู้เรียนสอดคล้องกับความสามารถในการรับฟังของผู้เรียนและเกี่ยวพันกับชีวิตจริงของผู้เรียนรูปแบบวิธีสอนของพระพุทธเจ้าที่ผู้วิจัยเน้นเป็นพิเศษอีกประการหนึ่งก็คือหลังจากที่บรรยายเสร็จสิ้นแล้วผู้เรียนจะต้องแบ่งออกเป็นกลุ่มย่อยเพื่ออภิปรายถกเถียงถึงปัญหาต่างๆ ที่ตนยังไม่เข้าใจหรือสนใจเป็นพิเศษอีกด้วย เหตุนี้จึงอาจจะกล่าวได้ว่าการศึกษาตามพุทธวิธีเป็นการศึกษาตามเอกัตภาพนั่นเอง (Amnuay Tapingkae, 1973)

ต่อมาเมื่อพ.ศ. 2521 ศักดาปรังค์ประทานพรเสนอวิทยานิพนธ์ระดับดุษฎีบัณฑิตที่มหาวิทยาลัยบอสตันเรื่องพุทธปรัชญาการศึกษาและความเกี่ยวข้องกับการศึกษาของไทย (A Buddhist Philosophy of Education : With Imflications for Education in Thailand) โดยกล่าวถึงการสอนของพระพุทธเจ้าว่าในพระไตรปิฎกโดยเฉพาะอย่างยิ่งพระสูตรตันตปิฎกที่อุทกนิยาย มีเรื่องเกี่ยวกับเทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้าและพฤติกรรมตอบสนองของผู้เรียนมากมายซึ่งแม้ว่าจะนำมาเปรียบเทียบกับหลักวิชาศึกษาศาสตร์ในปัจจุบันนี้ก็สามารพพูดได้อย่างเต็มภาคภูมิว่าการสอนของพระพุทธเจ้ายังคงทันสมัยและใช้ได้เหมาะสมในหลายสถานการณ์ด้วยกัน (Sakda Prangpatanpon, 1978)

## 5. กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเรื่องการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องสรุปกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ ดังนี้



แผนภาพที่ 2. 4 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่อง เพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

- 1 ศึกษาค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 2 รูปแบบการวิจัย
- 3 การกำหนดประชากรและการสุ่มตัวอย่างประชากร
- 4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- 5 การดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 6 การวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. ศึกษาค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

- 1.1 ศึกษาเอกสาร วารสาร บทความ อินเทอร์เน็ต งานวิจัยทั้งภาษาไทยและภาษาต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา
- 1.2 ศึกษาเรื่องเพศศึกษาในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
- 1.3 ศึกษาแผนการจัดการเรียนรู้และวิธีการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้
- 1.4 ศึกษาการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็น

#### 2. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) ที่มีรูปแบบการวิจัยเป็น Pretest – Posttest Control Group Design คือ มีตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขา และกลุ่มควบคุมที่เรียนวิธีปกติ มีการเก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง ดังแผนภาพที่ 3.1

กลุ่มทดลอง	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
กลุ่มควบคุม	O <sub>2</sub>	~X	O <sub>2</sub>
O <sub>1</sub>	หมายถึง	การเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง	
X	หมายถึง	การสอนด้วยหลักไตรสิกขา	
~X	หมายถึง	การสอนด้วยวิธีปกติ	
O <sub>2</sub>	หมายถึง	การเก็บข้อมูลหลังการทดลอง	

แผนภาพที่ 3. 1 แสดงรูปแบบการวิจัยแบบ Pretest – Posttest Control Group Design

### 3. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

#### ประชากร

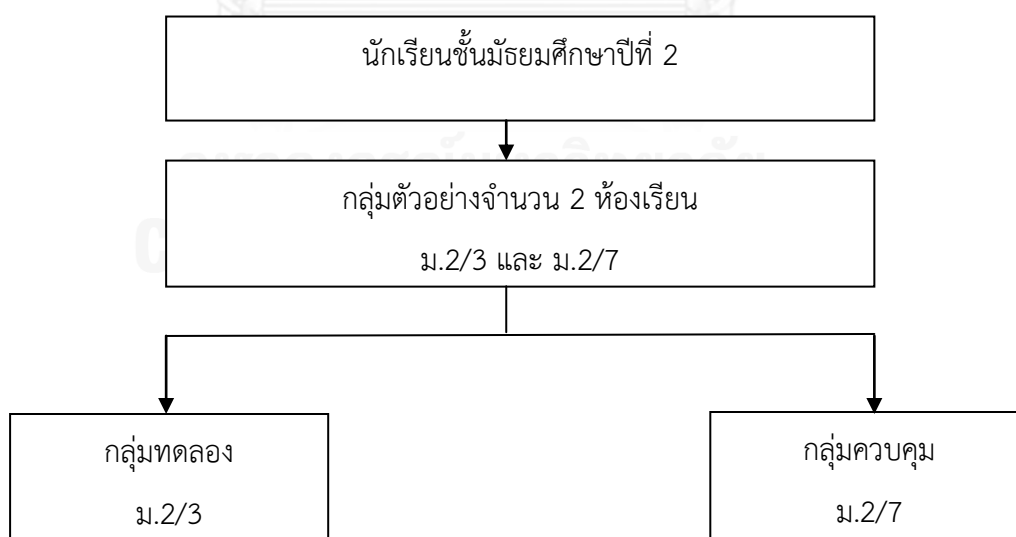
ประชากรที่ใช้ในวิจัยในครั้งนี้คือนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 20,790 คน

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา ภาควิชาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง ซึ่งแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง (ห้อง 2/3) จำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุม (ห้อง 2/7) จำนวน 30 คน

#### การสุ่มตัวอย่างห้องเรียน

1. ผู้วิจัยทำการสุ่มห้องเรียนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย จำนวน 2 ห้องเรียน จาก 10 ห้องเรียนใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากเพื่อกำหนดให้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ผลการจับสลากได้ห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 / 3 และห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 / 7
2. หลังจากได้ห้องเรียนจำนวน 2 ห้องเรียนแล้ว ผู้วิจัยทำการสุ่มห้องเรียนเข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการจับสลาก ซึ่งการสุ่มตัวอย่างมีขั้นตอนสรุปดังภาพที่ 3.2 ดังนี้



แผนภาพที่ 3. 2 แสดงการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง



#### 4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเรื่องเพศศึกษา จำนวน 8 แผน ซึ่งมีเนื้อหาการเรียนรู้ประกอบไปด้วย ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และการวางตัวอย่างเหมาะสม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

2.1 แบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา

2.2 แบบสอบถามเจตคติเรื่องเพศศึกษา

2.3 แบบสอบถามการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา

2.4 แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาด้วยหลักไตรสิกขา

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

##### แผนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา เรื่องเพศศึกษา

ขั้นที่ 1 ศึกษา แนวคิด ทฤษฎี จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวิธีสอนแบบหลักไตรสิกขา

ขั้นที่ 2 ศึกษาเนื้อหาเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม จากหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

ขั้นที่ 3 สอบถามครูผู้สอนประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย ถึงโครงสร้างของเนื้อหาเรื่องเพศศึกษาที่สอนในภาคเรียนที่ 2 จากนั้นจึงกำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้

ขั้นที่ 4 สร้างแผนการจัดการเรียนรู้หลักไตรสิกขา เรื่องเพศศึกษา จำนวน 8 แผน ซึ่งมีเนื้อหาการเรียนรู้ประกอบไปด้วย ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และการวางตัวอย่างเหมาะสม เพื่อนำไปใช้ในการทดลอง 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 คาบเรียน ๆ ละ 50 นาที

ขั้นที่ 5 นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้อง ความครอบคลุมเนื้อหา และขั้นตอนกระบวนการเรียนรู้พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 6 ปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 7 นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณา ตรวจสอบ ความถูกต้อง ความครอบคลุมเนื้อหา และขั้นตอนกระบวนการเรียนรู้พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ แสดงในภาคผนวก ก.)

ขั้นที่ 8 ปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

ขั้นที่ 9 นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้อง 2/9 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง

ขั้นที่ 10 นำแผนการจัดการเรียนรู้มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณา ตรวจสอบ ความถูกต้องความครอบคลุมเนื้อหาและขั้นตอนกระบวนการเรียนรู้

ขั้นที่ 11 นำไปใช้กับกลุ่มทดลอง



แผนภาพที่ 3. 3 แสดงการสรุปขั้นตอนการสร้างแผนการจัดการเรียนรู้หลักไตรสิกขา

## แบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา

ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นแบบทดสอบปรนัยชนิดเลือกตอบ (Multiple Choices) แบบ 4 ตัวเลือก ได้ดำเนินการสร้างแบบทดสอบความรู้ที่ครอบคลุมในเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ และความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม ตามขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาวิธีการสร้างแบบทดสอบ จากเอกสาร ตำรา และหนังสือที่เกี่ยวข้องกับการวัด และการประเมินผล และการสร้างแบบทดสอบ

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์เนื้อหา กำหนดจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม กำหนดโครงเรื่องของเนื้อหาที่จะทดสอบ และสร้างผังของแบบสอบ

ขั้นที่ 3 สร้างแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ครอบคลุมในเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม ซึ่งเป็นแบบทดสอบปรนัยชนิดเลือกตอบ (Multiple Choice) แบบ 4 ตัวเลือก จำนวน 35 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนคือ ตอบข้อคำถามถูกได้ 1 คะแนน หากตอบข้อคำถามผิดได้ 0 คะแนน

ขั้นที่ 4 นำแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณา ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถาม การตั้งตัวเลือก ตัวลวง ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ปรับปรุงแบบทดสอบความรู้ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 6 นำแบบทดสอบความรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณา ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถาม การตั้งตัวเลือก ตัวลวง ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ แสดงในภาคผนวก ก.)

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแบบทดสอบความรู้ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ข้อคำถามที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 30 ข้อ

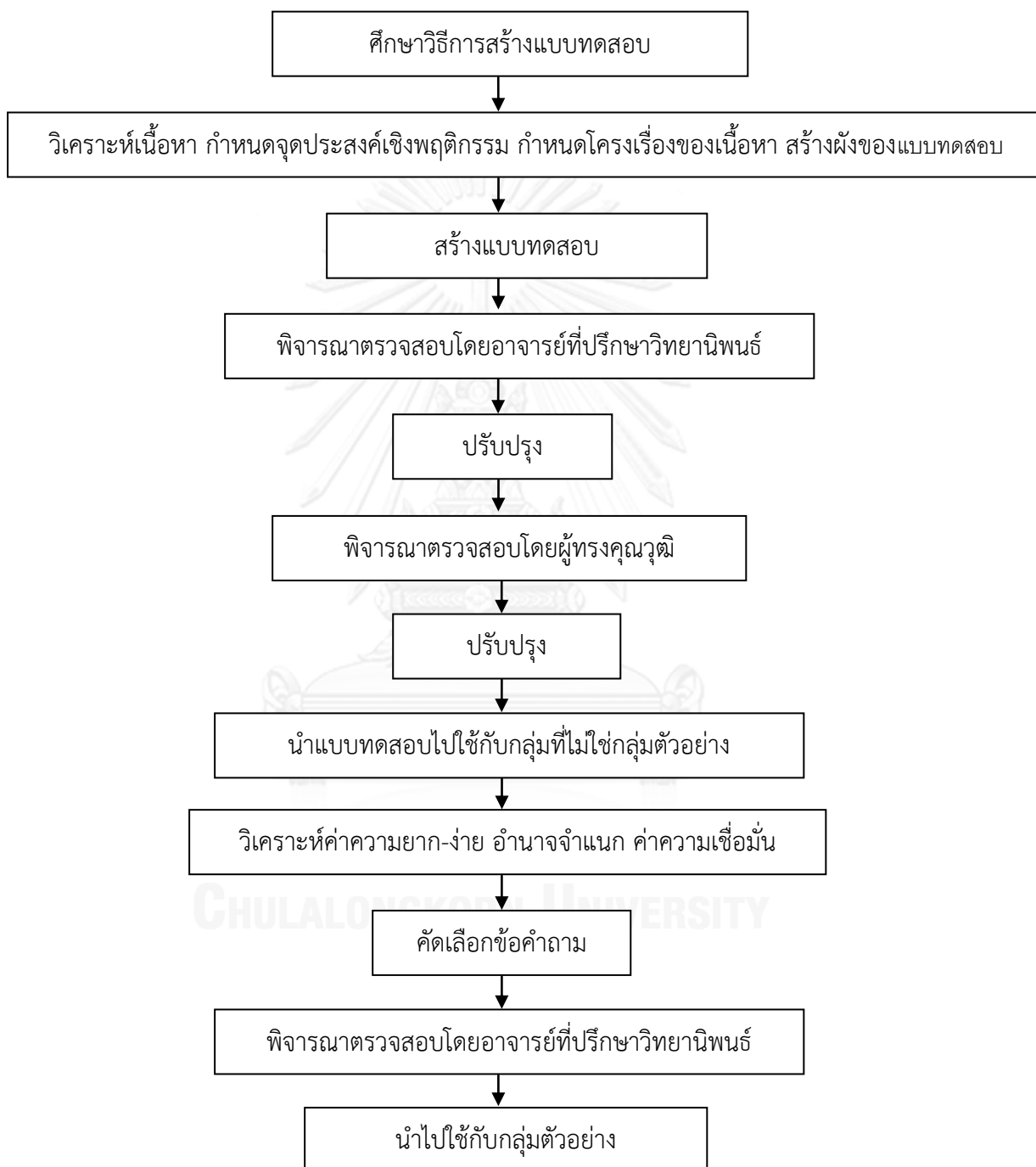
ขั้นที่ 8 นำแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ได้ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้อง 2/9 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

ขั้นที่ 9 นำแบบทดสอบความรู้มาตรวจให้คะแนน แล้วนำผลคะแนน ไปวิเคราะห์หาค่าความยากง่าย ( $p$ ) อำนาจจำแนก ( $r$ ) และค่าความเชื่อมั่น ( $reliability$ )

ขั้นที่ 10 คัดเลือกแบบทดสอบที่มีค่าระดับความยากง่ายอยู่ในช่วง 0.2 - 0.8 และมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.2 ขึ้นไป ซึ่งได้แบบทดสอบจำนวน 30 ข้อ มีค่าระดับความยากง่าย ระหว่าง 0.20 - 0.73 ค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.20 - 0.80 และมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.79

ขั้นที่ 11 นำแบบทดสอบความรู้มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณา ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถามการตั้งตัวเลือก ตัวลงความถูกต้องการใช้ภาษา อีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้จริง

ขั้นที่ 12 นำแบบทดสอบความรู้ไปใช้กับกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม



แผนภาพที่ 3. 4 แสดงการสรุปขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้านความรู้

## แบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ตามขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษาจากเอกสาร และหนังสือที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบวัดเจตคติ

ขั้นที่ 2 สร้างแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ที่ครอบคลุมในเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ และความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสมแบบสอบถามเจตคติ โดยให้นักเรียนประเมินตามความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด

แบบสอบถามเจตคติ จำนวน 25 ข้อ โดยให้นักเรียนประเมินตามความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด ซึ่งระดับความคิดเห็นต่างๆ มีความหมายดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกตรงกับข้อความข้อนั้นมากที่สุด
เห็นด้วย	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกตรงกับข้อความข้อนั้น
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อความข้อนั้น
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อความข้อนั้นมากที่สุด

แบบสอบถามการปฏิบัติ จำนวน 25 ข้อ โดยให้นักเรียนประเมินตามการปฏิบัติที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด ซึ่งระดับการปฏิบัติต่าง ๆ มีความหมาย ดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง	นักเรียนได้มีการปฏิบัติที่ตรงกับข้อความนั้น 6-7 วัน / สัปดาห์
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	นักเรียนได้มีการปฏิบัติที่ตรงกับข้อความนั้น 3-5 วัน / สัปดาห์
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	หมายถึง	นักเรียนได้มีการปฏิบัติที่ตรงกับข้อความนั้น 1-2 วัน / สัปดาห์
ไม่เคยปฏิบัติเลย	หมายถึง	นักเรียนไม่มีการปฏิบัติที่ตรงกับข้อความนั้นเลย

ขั้นที่ 3 นำแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 4 ปรับปรุงแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 5 นำแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถามความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุง (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิแสดงในภาคผนวก ก.)

ขั้นที่ 6 ปรับปรุงแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ข้อคำถามของแบบสอบถามเจตคติที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 20 ข้อ และแบบสอบถามการปฏิบัติที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 20 ข้อ

ขั้นที่ 7 นำแบบสอบถามเจตคติที่ผ่านการพิจารณา จำนวน 20 ข้อ และแบบสอบถามการปฏิบัติที่ผ่านการพิจารณา จำนวน 30 ข้อ ที่ได้ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ห้อง 2/9 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

ขั้นที่ 8 นำแบบสอบถามเจตคติและการปฏิบัติ มาตรวจให้คะแนน แล้วนำผลคะแนน ไปวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง โดยกำหนดค่าของคะแนนดังนี้

#### แบบสอบถามเจตคติ

	เจตคติทางบวก	เจตคติทางลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4 คะแนน	1 คะแนน
เห็นด้วย	3 คะแนน	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2 คะแนน	3 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1 คะแนน	4 คะแนน

#### แบบสอบถามการปฏิบัติ

	การปฏิบัติทางบวก	การปฏิบัติทางลบ
ปฏิบัติเป็นประจำ	4 คะแนน	1 คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	3 คะแนน	2 คะแนน
ปฏิบัตินานๆ ครั้ง	2 คะแนน	3 คะแนน
ไม่เคยปฏิบัติเลย	1 คะแนน	4 คะแนน

ขั้นที่ 9 คัดเลือกแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติที่มีค่าเที่ยงตั้งแต่ 0.6 นำแบบสอบถามเจตคติ ที่อยู่ตามเกณฑ์จำนวน 20 ข้อ และการปฏิบัติที่อยู่ตามเกณฑ์จำนวน 20 ข้อ ไปวิเคราะห์หาความเที่ยงอีกครั้ง โดยได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามเจตคติ เท่ากับ 0.68 และแบบสอบถามการปฏิบัติเท่ากับ 0.69

ขั้นที่ 10 นำแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่ง ก่อนนำไปใช้จริง

ขั้นที่ 11 นำแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติไปใช้กับกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม



แผนภาพที่ 3. 5 แสดงการสรุปลขั้นตอนการแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา



## แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาในเรื่องของขั้นตอนการสอน กิจกรรมการเรียนการสอน ประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขา เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ตามขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็น จากเอกสารและหนังสือที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสอบถาม

ขั้นที่ 2 สร้างแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้หลักไตรสิกขา ที่ครอบคลุมในเรื่องของ ขั้นตอนการสอน กิจกรรมการเรียนการสอน ประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขา จำนวน 20 ข้อ โดยให้นักเรียนประเมินตามความคิดความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด ซึ่งระดับความคิดเห็นต่างๆ มีความหมาย ดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกตรงกับข้อคำถามข้อนั้นมากที่สุด
เห็นด้วย	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกตรงกับข้อคำถามข้อนั้น
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อความข้อนั้น
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อความข้อนั้นมากที่สุด

ขั้นที่ 3 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบ การตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 4 ปรับปรุงแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 5 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาตรวจสอบ การตั้งคำถามความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 6 ปรับปรุงแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ข้อคำถามที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 20 ข้อ

ขั้นที่ 7 นำแบบวัดแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่ได้ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ห้อง 2/9 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อประเมินความเข้าใจภาษาที่ใช้ในการตั้งคำถาม

ขั้นที่ 8 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขามาวิเคราะห์เพื่อประเมินความเข้าใจภาษาที่ใช้ในการตั้งคำถาม

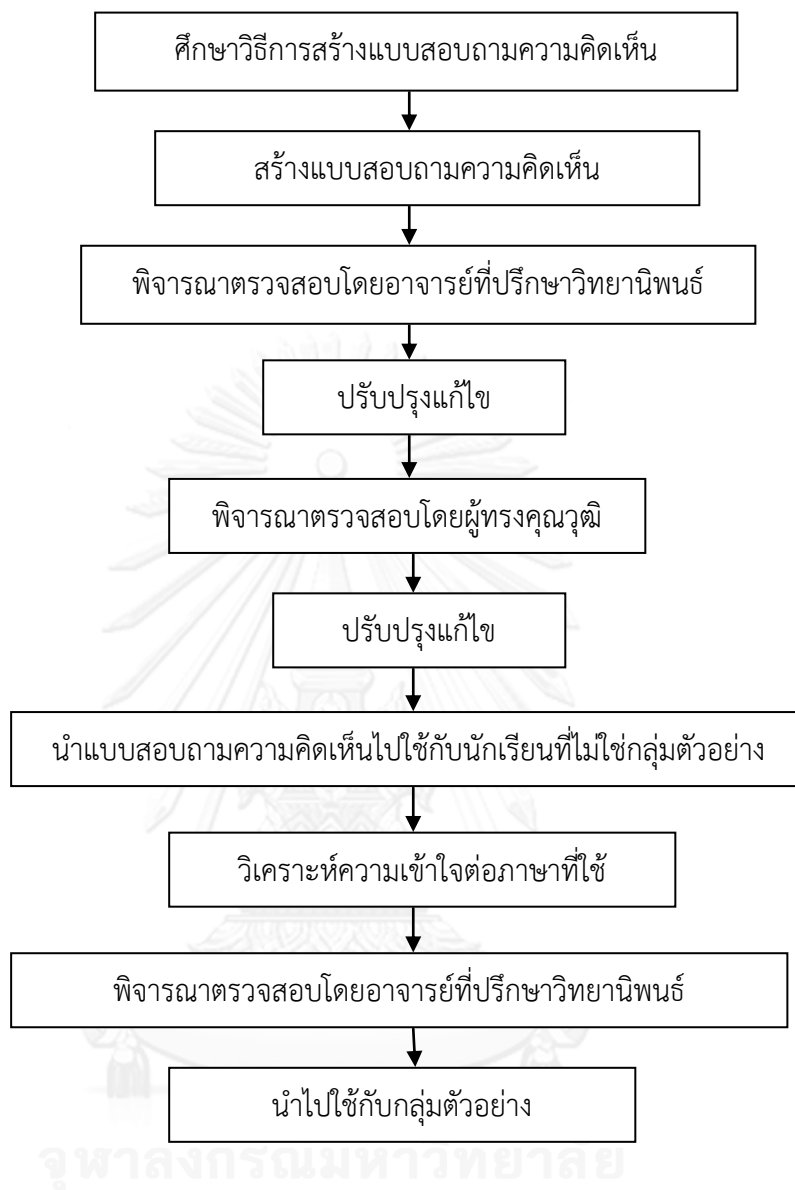
ขั้นที่ 9 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขามาปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบการตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้จริง

ขั้นที่ 10 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาไปใช้กับกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลอง

การประเมินระดับความคิดเห็นของแบบสอบถาม ใช้เกณฑ์กำหนดดังนี้

ระดับความคิดเห็น

ค่าเฉลี่ย	3.50 – 4.00	หมายถึง ดีมาก
ค่าเฉลี่ย	2.50 – 3.49	หมายถึง ดี
ค่าเฉลี่ย	1.50 – 2.49	หมายถึง น้อย
ค่าเฉลี่ย	1.00 – 1.49	หมายถึง น้อยที่สุด



แผนภาพที่ 3. 6 แสดงการสรุปขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

## 5. การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยเรื่องการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

### ขั้นก่อนดำเนินการทดลอง

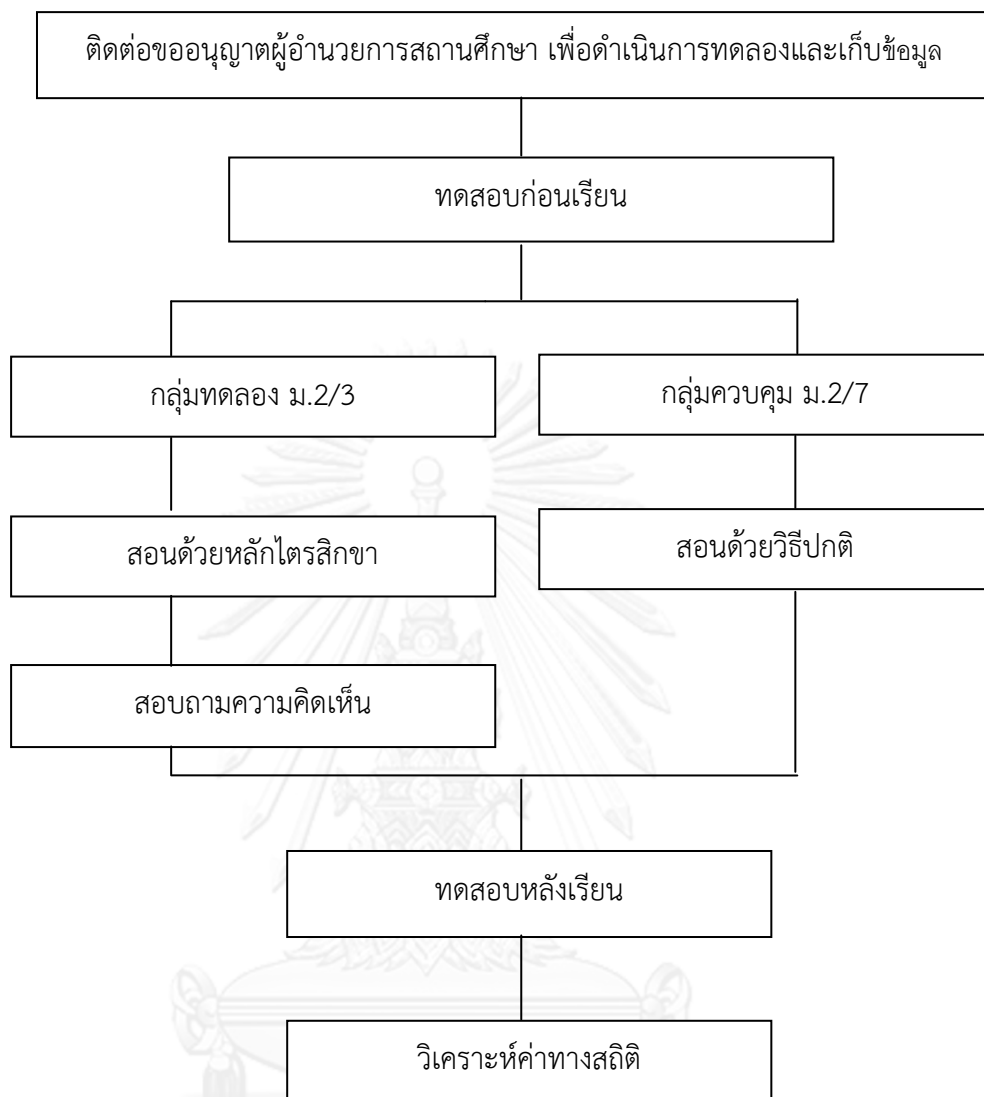
1. ผู้วิจัยติดต่อสำนักงานฝ่ายวิชาการหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อทำหนังสือ ถึงผู้อำนวยการสถานศึกษาโรงเรียนโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานครในการขออนุญาตทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
2. ผู้วิจัยทำการทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา โดยใช้แบบทดสอบความรู้แบบสอบถามเจตคติ และแบบสอบถามการปฏิบัติก่อนการทดลองสอนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้เวลาในการทดสอบ 50 นาที
3. นำ คะแนนจากการทำ แบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติและแบบสอบถามการปฏิบัติ ไปทดสอบค่าทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมติฐานของการวิจัย

### ขั้นดำเนินการทดลองสอน

ผู้วิจัยดำเนินการสอนตามแผนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเรื่องเพศศึกษาจำนวน 8 แผนการเรียนรู้ เฉพาะกลุ่มทดลองเท่านั้น เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 คาบเรียน ๆ ละ 50 นาที ในส่วนกลุ่มควบคุมให้สอนเป็นธรรมชาติของครูผู้สอนรายวิชาเพศศึกษา

### ขั้นหลังการทดลองสอน

1. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองทำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา
2. ผู้วิจัยทำการทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา โดยใช้แบบทดสอบความรู้แบบสอบถามเจตคติ และแบบสอบถามการปฏิบัติก่อนการทดลองสอน ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้แบบทดสอบฉบับเดียวกันกับแบบทดสอบก่อนเรียน
3. นำ คะแนนจากการทำ แบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติแบบสอบถามการปฏิบัติ และแบบสอบถามความคิดเห็น ไปทดสอบค่าทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมติฐานของการวิจัย



จฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แผนภาพที่ 3. 7แสดงการสรุปขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

## 6. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. หาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนจากแบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติ แบบสอบถามการปฏิบัติ และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขา

2. วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติ แบบสอบถามการปฏิบัติ ระหว่างก่อนทดลองกับหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง โดยการทดสอบค่าที (t - test)

3. วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติ แบบสอบถามการปฏิบัติ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t - test)

4. หาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนจากแบบสอบถามความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา แล้วนำค่าเฉลี่ยมาจัดระดับความคิดเห็น

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยแบ่งเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาและการเรียนด้วยวิธีปกติ

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขา

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาและการเรียนด้วยวิธีปกติ

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

**ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาและการเรียนด้วยวิธีปกติ**

ตารางที่ 4. 1 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที ของคะแนน ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	
ด้านความรู้	14.97	50	17.10	57	-0.95
	(คะแนนเต็ม 30 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 30 คะแนน)		
ด้านเจตคติ	59.57	74	61.53	91	-1.43
	(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		
ด้านการปฏิบัติ	65.70	82	65.27	91	0.33
	(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		

จากตารางที่ 4.1 พบว่า กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาก่อนการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 17.10 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 14.97 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาก่อนการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 61.53 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 59.57 และเมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติมาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาก่อนการทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 65.27 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 65.70 และเมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติมาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขา

ตารางที่ 4. 2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (n=30)

คำถาม	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		T
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. คำกล่าวที่ว่า “หญิงไทยควรรักนวลสงวนตัว รักษาพรหมจรรย์ ไม่ชิงสุกก่อนห่าม” ข้อความนี้เป็นการแสดงให้เห็นถึงสิ่งใด	0.30	0.47	1.00	0.00	-8.23*
2. พฤติกรรมของวัฒนธรรมตะวันตกที่เข้ามาในประเทศไทยที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทยคือข้อใด	0.60	0.50	1.00	0.00	-4.40*
3. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับทัศนคติเรื่องเพศของสังคมไทยในปัจจุบัน	0.57	0.50	0.77	0.43	-1.99
4. ข้อใดเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่น	0.70	0.47	1.00	0.00	-3.53*
5. ปัจจัยข้อใดที่มีอิทธิพลต่อเจตคติทางเพศของวัยรุ่น	0.03	0.18	0.90	0.31	13.73*
6. ข้อใดเป็นผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนที่เป็นปัญหาสังคมมากที่สุด	0.63	0.49	1.00	0.00	-4.10*
7. พฤติกรรมใดที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มากที่สุด	0.70	0.47	0.97	0.18	-2.80*



ตารางที่ 4.2 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (n=30)

คำถาม	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		T
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
8. ความต้องการทางเพศในวัยรุ่น ถือเป็นเรื่องผิดปกติหรือไม่	0.37	0.49	0.80	0.41	-4.18*
9. ข้อใดไม่ใช่ผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น	0.63	0.49	0.97	0.18	-3.81*
10. การกระทำของบุคคลใดที่ แสดงให้เห็นถึงการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นอย่างเหมาะสม	0.67	0.48	1.00	0.00	-3.81*
11. พฤติกรรมในข้อใดที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์มากที่สุด	0.77	0.43	0.97	0.18	-2.26*
12. บุคคลใดมีส่วนสำคัญที่สุดในการดูแล ป้องกันและหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น	0.77	0.43	0.97	0.18	-2.26*
13. ถ้านักเรียนมีคนรักในระหว่างเรียน นักเรียนควรหลีกเลี่ยงสถานการณ์ในข้อใด	0.67	0.48	0.97	0.18	-3.07*
14. พฤติกรรมใดที่ไม่ควรปฏิบัติกรณีถูกข่มขืน	0.67	0.48	0.97	0.18	-3.53*
15. ปัญหาการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์เกิดจากพฤติกรรมทางเพศ	0.57	0.50	0.90	0.31	-3.34*
16. โรคเอดส์ส่งผลต่อสุขภาพร่างกายอย่างไร	0.70	0.47	0.93	0.25	-2.25*
17. ข้อใดไม่ใช่ช่องทางการติดต่อของโรคเอดส์	0.63	0.49	0.97	0.18	-3.34*
18. การตรวจหาเชื้อเอชไอวี ควรตรวจจากสิ่งใด	0.63	0.49	0.97	0.18	-3.34*
19. ข้อใดแสดงถึงอาการของผู้ป่วยโรคเอดส์เต็มขั้น	0.40	0.50	0.77	0.43	-3.00*
20. ข้อใดไม่ใช่อาการหลักที่สังเกตได้เด่นชัดของอาการที่ทำให้สงสัยว่าเป็นเอดส์	0.47	0.51	0.63	0.49	-1.72
21. พฤติกรรมใดที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคเอดส์	0.70	0.47	1.00	0.00	-3.53*

ตารางที่ 4.2 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (n=30)

คำถาม	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		T
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
22. พฤติกรรมใดที่ไม่เสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์	0.60	0.50	1.00	0.00	-4.40*
23. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	0.30	0.47	0.83	0.38	-5.76*
24. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในข้อใดเกิดจากเชื้อไวรัส	0.23	0.43	0.93	0.25	-7.17*
25. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในข้อใดที่เป็นปัญหา มากที่สุดในปัจจุบัน	0.63	0.49	0.97	0.18	-3.34*
26. การกระทำของใคร แสดงให้เห็นถึงการปรับตัวทางเพศอย่างเหมาะสม เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น	0.67	0.48	0.93	0.25	-2.80*
27. การวางตัวของนักเรียนหญิงในข้อใดที่ไม่เหมาะสมมากที่สุด	0.67	0.48	0.97	0.18	-3.07*
28. กฎหมายในข้อใดที่แสดงให้เห็นว่าสังคมไทยให้ความสำคัญเสมอภาคทางเพศมากที่สุด	0.67	0.48	0.93	0.25	-3.25*
29. ความหมายของการวางตัวต่อเพศตรงข้ามที่ถูกต้อง	0.63	0.49	0.97	0.18	-3.34*
30. ความเสมอภาคทางเพศในอดีตกับปัจจุบันแตกต่างกัน	0.50	0.51	0.67	0.48	-1.41
รวม	17.07	9.17	27.63	1.33	-6.54*

\*p<0.05

จากตารางที่ 4.2 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการทดลองสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 17.07 และหลังการทดลองเท่ากับ 27.63 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้หลังการทดลองเพิ่มขึ้นทุกข้อ โดยข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นมากที่สุดได้แก่ข้อที่ 5 และมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นน้อยที่สุดได้แก่ข้อที่ 20

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เป็นรายข้อก็พบว่าทุกข้อยกเว้น ข้อ 3 ข้อ 20 และข้อ 30 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4. 3 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t-test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและ หลังการทดลอง (n=30)

คำถาม	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. ครอบครัวยุคใหม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเรื่องเพศของวัยรุ่น	3.33	0.61	3.90	0.40	-4.57*
2. การอ่านหนังสือความรู้ทางวิชาการเรื่องเพศเป็นสิ่งน่าละอาย	3.20	0.61	3.43	0.68	-1.65
3. การสอนเรื่องเพศศึกษาทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศ	3.43	0.63	3.73	0.52	-2.34*
4. การชมภาพยนตร์โป๊ทำให้มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศได้ถูกต้อง	2.83	1.05	3.67	0.66	-3.98*
5. การออกกำลังกายช่วยผ่อนคลายความรู้สึกทางเพศได้	3.27	0.58	3.73	0.64	-2.97*
6. นักเรียนรู้สึกอายเมื่อต้องปรึกษาปัญหาเกี่ยวกับเพศกับผู้ปกครอง	2.07	0.87	3.40	0.86	-6.32*
7. การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นสิ่งที่ไม่ควรปฏิบัติ	3.17	1.09	3.93	0.25	-3.70*
8. การเรียนรู้ในเรื่องเพศในวัยรุ่นจะทำให้เกิดประโยชน์กับตัวเอง	3.50	0.51	3.70	0.47	-1.65
9. การคบเพื่อนต่างเพศควรอยู่ในกรอบของวัฒนธรรมไทย	3.30	0.47	3.47	0.57	-1.22
10. สภาพโรงเรียนสหศึกษาทำให้เกิดการเรียนรู้ในการคบเพื่อนต่างเพศ	2.93	0.37	3.23	0.63	-3.07*
11. การคิดที่จะรักสนุกก็ไม่ต้องกลัวเป็นเอดส์	3.27	0.98	3.80	0.66	-2.72*
12. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นสิ่งที่น่ากลัว	3.50	0.73	3.77	0.68	-1.35

ตารางที่ 4.3 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t-test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและ หลังการทดลอง (n=30)

คำถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
13. สภาพสังคมปัจจุบันพฤติกรรมรกร่วมเพศเป็นเรื่องปกติ	2.40	0.72	3.37	0.96	-5.12*
14. การสวมถุงยางอนามัยสามารถป้องกันการติดโรคทางเพศสัมพันธ์	3.53	0.68	3.87	0.35	-2.41*
15. ความต้องการทางเพศในวัยรุ่นถือเป็นเรื่องปกติ	2.73	0.74	3.03	0.76	-1.39
16. การที่ฝ่ายชายขอมีเพศสัมพันธ์ด้วย. แล้วฝ่ายหญิงปฏิเสธ แสดงว่าไม่รักจริง	3.23	0.68	3.83	0.38	-4.27*
17. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ	2.73	0.74	3.43	0.50	-4.19*
18. ผู้ชายควรหาประสบการณ์ทางเพศก่อนแต่งงาน	2.73	0.83	3.73	0.45	-6.02*
19. การมีคู่นอนหลายคนเป็นเรื่องปกติ	3.37	0.85	3.77	0.43	-2.56*
20. การมีประสบการณ์ทางเพศมากเป็นผลดีต่อชีวิตสมรสในอนาคต	3.00	0.83	3.67	0.61	-4.13*
รวม	61.53	4.58	72.47	5.51	-10.80*

\*p<0.05

จากตารางที่ 4.3 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการทดลองสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 61.53 และหลังการทดลองเท่ากับ 72.47 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติหลังการทดลองสูงขึ้นทุกข้อ

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติมาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเป็นรายข้อก็พบว่าทุกข้อยกเว้น ข้อ 2 ข้อ 8 ข้อ 9 ข้อ 12 และ ข้อ15 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4. 4 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t-test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและ หลังการทดลอง (n=30)

คำถาม	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. ฉันติดตามข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ	2.27	0.45	3.43	0.68	-6.48*
2. ฉันชอบแต่งตัวไปเปิดเผยสัดส่วน	3.63	0.67	3.67	0.48	-0.37
3. ฉันให้เกียรติเพศตรงข้าม	3.20	0.76	3.67	0.48	-3.12*
4. ฉันเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ปกครอง	3.30	0.65	3.73	0.52	-3.50*
5. ฉันพูดจาสุภาพกับเพื่อน ๆ ทั้งเพศชายและเพศหญิง	2.37	0.67	3.33	0.76	-6.23*
6. ฉันดูภาพโป๊ทางอินเทอร์เน็ต	3.37	0.72	3.63	0.56	-1.97
7. ฉันมีทักษะปฏิเสธในเรื่องเพศ	2.83	0.95	3.43	0.90	-2.83*
8. ฉันอยู่กับเพศตรงข้ามตามลำพัง	3.23	0.63	3.70	0.53	-3.50*
9. ฉันพูดคุยกับเพื่อนเกี่ยวกับเรื่องลามก	3.00	0.79	3.43	0.50	-2.90*
10. ฉันแชท (Chat) ทางอินเทอร์เน็ตพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศสัมพันธ์	3.57	0.63	3.87	0.35	-2.52*
11. ฉันสูบบุหรี่	3.73	0.64	3.77	0.43	-0.30
12. ฉันดื่มเบียร์	3.40	0.62	3.67	0.48	-3.25*
13. ฉันดื่มสุรา	3.43	0.63	3.77	0.43	-3.81*
14. ฉันไปสถานที่ที่เปลี่ยว ไม่มีผู้คน	3.47	0.57	3.73	0.52	-2.28*
15. ฉันดูวีดิทัศน์ วีซีดี ที่มีภาพโป๊ กับเพื่อนต่างเพศ	3.73	0.45	3.73	0.45	0.00
16. ฉันเลือกอ่านสื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือการ์ตูน นิตยสาร ที่มีภาพโป๊	3.30	0.70	3.63	0.49	-2.07*
17. ฉันวางตัวต่อเพศตรงข้ามอย่างเหมาะสม	3.07	0.83	3.67	0.66	-3.84*
18. ฉันเที่ยวสถานเริงรมย์ในตอนกลางคืน เช่น บาร์ เชน	3.53	0.57	3.80	0.41	-2.11*
19. ฉันจับมือถือแขนกับเพื่อนต่างเพศ	3.03	0.61	3.57	0.50	-4.00*
20. ฉันกอดจูบกับเพื่อนต่างเพศ	3.80	0.41	3.93	0.25	-1.68
รวม	65.27	4.25	73.17	4.03	-9.49*

\*p<0.05

จากตารางที่ 4.4 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการทดลองสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 65.27 และหลังการทดลองเท่ากับ 73.17 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติหลังการทดลองสูงขึ้น ยกเว้นข้อ 15 มีคะแนนเท่าเดิม

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติมาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติเป็นรายข้อก็พบว่าทุกข้อยกเว้น ข้อ 2 ข้อ 6 ข้อ 11 ข้อ 15 และข้อ 20 มีคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตารางที่ 4.5 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยค่า ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าที (t-test) ของคะแนนความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (n=30)**

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t
	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	
ด้านความรู้	17.07	57	27.63	92	-6.54*
	(คะแนนเต็ม 30 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 30 คะแนน)		
ด้านเจตคติ	61.53	77	72.47	91	10.80*
	(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		
ด้านการปฏิบัติ	65.27	82	73.17	91	-9.49*
	(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		

\*p<0.05

จากตารางที่ 4.5 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการเรียนสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 17.07 และหลังการทดลองเท่ากับ 27.63 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการเรียนสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 61.53 และหลังการทดลองเท่ากับ 72.47 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติมาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการเรียนสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 65.27 และหลังการทดลองเท่ากับ 73.17 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติมาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลองก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาและการสอนด้วยวิธีปกติ

ตารางที่ 4. 6 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t - test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

คำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. คำกล่าวที่ว่า “หญิงไทยควรรักษานวลสงวนตัว รักษาพรหมจรรย์ไม่ชิงสุกก่อนห่าม” ข้อความนี้เป็นการแสดงให้เห็นถึงสิ่งใด	0.33	0.48	1.00	0.00	-7.62*
2. พฤติกรรมของวัฒนธรรมตะวันตกที่เข้ามาในประเทศไทยที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทยคือข้อใด	0.53	0.51	1.00	0.00	-5.04*
3. ทศนคติเรื่องเพศของสังคมไทยในปัจจุบัน	0.27	0.45	0.77	0.43	-4.40*
4. ข้อใดเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่น	0.80	0.41	1.00	0.00	-2.69*
5. ปัจจัยข้อใดที่มีอิทธิพลต่อเจตคติทางเพศของวัยรุ่นมากที่สุด	0.13	0.35	0.90	0.31	-9.11*
6. ข้อใดเป็นผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนที่เป็นปัญหาสังคมมากที่สุด	0.77	0.43	1.00	0.00	-2.97*
7. พฤติกรรมใดที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มากที่สุด	0.63	0.49	0.97	0.18	-3.49*
8. ความต้องการทางเพศในวัยรุ่น ถือเป็นเรื่องผิดปกติหรือไม่	0.23	0.43	0.80	0.41	-5.24*
9. ข้อใดไม่ใช่ผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	0.77	0.43	0.97	0.18	-2.34*
10. การกระทำของบุคคลใดที่ แสดงให้เห็นถึงการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนอย่างเหมาะสม	0.90	0.31	1.00	0.00	-1.80

ตารางที่ 4. 6 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t - test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

คำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
11. พฤติกรรมในข้อใดที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์มากที่สุด	0.43	0.50	0.97	0.18	-5.45*
12. บุคคลใดมีส่วนสำคัญที่สุดในการดูแล ป้องกัน และหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	0.63	0.49	0.97	0.18	-3.49*
13. ถ้านักเรียนมีคนรักในระหว่างเรียน นักเรียนควรหลีกเลี่ยงสถานการณ์ในข้อใด	0.63	0.49	0.97	0.18	-3.49*
14. พฤติกรรมใดที่ไม่ควรปฏิบัติกรณีถูกข่มขืน	0.83	0.38	0.97	0.18	-1.74
15. ปัญหาการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ เกิดจากพฤติกรรมทางเพศตามข้อใด	0.57	0.50	0.90	0.31	-3.10*
16. โรคเอดส์ส่งผลต่อสุขภาพร่างกายอย่างไร	0.57	0.50	0.93	0.25	-3.56*
17. ข้อใดไม่ใช่ช่องทางการติดต่อของโรคเอดส์	0.83	0.38	0.97	0.18	-1.74
18. การตรวจหาเชื้อเอชไอวี ควรตรวจจากสิ่งใด	0.87	0.35	0.97	0.18	-1.40
19. ข้อใดแสดงถึงอาการของผู้ป่วยโรคเอดส์เต็มขั้น	0.27	0.45	0.77	0.43	-4.40*
20. ข้อใดไม่ใช่อาการหลักที่สังเกตได้เด่นชัดของอาการที่ทำให้สงสัยว่าเป็นเอดส์	0.17	0.38	0.63	0.49	-4.13*
21. พฤติกรรมใดที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคเอดส์	0.77	0.43	1.00	0.00	-2.97*
22. พฤติกรรมใดที่ไม่เสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์	0.83	0.38	1.00	0.00	-2.41*
23. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	0.27	0.45	0.83	0.38	-5.28*
24. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในข้อใดเกิดจากเชื้อไวรัส	0.07	0.25	0.93	0.25	-13.23*



ตารางที่ 4. 6 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t - test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

คำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
25. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในข้อใดที่เป็นปัญหา มากที่สุดในปัจจุบัน	0.73	0.45	0.97	0.18	-2.63*
26. การกระทำของใคร แสดงให้เห็นถึงการปรับตัว ทางเพศอย่างเหมาะสม เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น	0.77	0.43	0.93	0.25	-1.83
27. การวางตัวของนักเรียนหญิงในข้อใดที่ไม่ เหมาะสมมากที่สุด	0.73	0.45	0.97	0.18	-2.63*
28. กฎหมายในข้อใดที่แสดงให้เห็นว่าสังคมไทยให้ ความเสมอภาคทางเพศมากที่สุด	0.70	0.47	0.93	0.25	-2.41*
29. ความหมายของการวางตัวต่อเพศตรงข้ามที่ ถูกต้อง	0.63	0.49	0.97	0.18	-3.49*
30. ความเสมอภาคทางเพศในอดีตกับปัจจุบัน แตกต่างกัน	0.27	0.45	0.67	0.48	-3.33*
รวม	16.93	5.36	27.63	1.33	-10.62*

\* $p < 0.05$

จากตารางที่ 4.6 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่เรียนด้วย หลักสูตรศึกษาหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 27.63 และ กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 16.93 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เป็นรายข้อพบว่า ข้อที่ 1 ถึงข้อ 30 กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้สูงกว่ากลุ่มควบคุม

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม ทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณา ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เป็นรายข้อก็พบว่า ทุกข้อยกเว้นข้อ 10 ข้อ 14 ข้อ 17 ข้อ 18 และข้อ 26 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4. 7 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

คำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. ครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเรื่องเพศของวัยรุ่น	2.90	0.99	3.90	0.40	-5.10*
2. การอ่านหนังสือความรู้ทางวิชาการเรื่องเพศเป็นสิ่งที่น่าละอาย	2.63	0.89	3.43	0.68	-3.91*
3. การสอนเรื่องเพศศึกษาทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศ	3.07	0.69	3.73	0.52	-4.22*
4. การชมภาพยนตร์โป๊ทำให้มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศได้ถูกต้อง	3.10	0.76	3.67	0.66	-3.08*
5. การออกกำลังกายช่วยผ่อนคลายความรู้สึกทางเพศได้	3.20	0.89	3.73	0.64	-2.67*
6. นักเรียนรู้สึกอายเมื่อต้องปรึกษาปัญหาเกี่ยวกับเพศกับผู้ปกครอง	2.37	1.00	3.40	0.86	-4.30*
7. การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นสิ่งที่ไม่ควรปฏิบัติ	3.33	0.88	3.93	0.25	-3.57*
8. การเรียนรู้ในเรื่องเพศในวัยรุ่นจะทำให้เกิดประโยชน์กับตัวเอง	2.97	0.76	3.70	0.47	-4.48*
9. การคบเพื่อนต่างเพศควรอยู่ในกรอบของวัฒนธรรมไทย	3.00	0.91	3.47	0.57	-2.38*
10. สภาพโรงเรียนสหศึกษาทำให้เกิดการเรียนรู้ในการคบเพื่อนต่างเพศ	2.60	0.77	3.23	0.63	-3.50*
11. การคิดที่จะรักสนุกก็ไม่ต้องกลัวเป็นเอดส์	3.10	0.99	3.80	0.66	-3.21*
12. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นสิ่งที่น่ากลัว	2.70	1.02	3.77	0.68	-4.76*
13. สภาพสังคมปัจจุบันพฤติกรรมรักร่วมเพศเป็นเรื่องปกติ	2.47	0.78	3.37	0.96	-3.98*
14. การสวมถุงยางอนามัยสามารถป้องกันการติดโรคทางเพศสัมพันธ์	3.47	0.78	3.87	0.35	-2.58*
15. ความต้องการทางเพศในวัยรุ่นถือเป็นเรื่องปกติ	2.50	0.86	3.03	0.76	-2.54*
16. การที่ฝ่ายชายขอมีเพศสัมพันธ์ด้วย แล้วฝ่ายหญิงปฏิเสธ แสดงว่าไม่รักจริง	3.07	1.01	3.83	0.38	-3.88*

ตารางที่ 4.7 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

คำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
17. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ	2.77	0.90	3.43	0.50	-3.55*
18. ผู้ชายควรหาประสบการณ์ทางเพศก่อนแต่งงาน	3.00	1.02	3.73	0.45	-3.61*
19. การมีคู่นอนหลายคนเป็นเรื่องปกติ	3.63	0.56	3.77	0.43	-1.04
20. การมีประสบการณ์ทางเพศมากเป็นผลดีต่อชีวิตสมรสในอนาคต	2.93	1.08	3.67	0.61	-3.24*
รวม	58.80	5.96	72.47	5.51	-9.22*

\*p<0.05

จากตารางที่ 4.7 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 72.47 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 58.80 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้สูงกว่ากลุ่มควบคุมทุกข้อ

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติมาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเป็นรายข้อก็พบว่า ทุกข้อยกเว้นข้อ 19 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4.8 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม

คำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. ฉันติดตามข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ	2.13	0.78	3.43	0.68	-6.91*
2. ฉันชอบแต่งตัวโป้เปิดเผยสัดส่วน	3.73	0.64	3.67	0.48	0.46
3. ฉันให้เกียรติเพศตรงข้าม	2.70	1.06	3.67	0.48	-4.57*
4. ฉันเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ปกครอง	3.27	0.87	3.73	0.52	-2.52*
5. ฉันพุดจาสุภาพกับเพื่อน ๆ ทั้งเพศชายและเพศหญิง	2.43	0.77	3.33	0.76	-4.55*

ตารางที่ 4.8 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม

คำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
6. ฉันดูภาพโป๊ทางอินเทอร์เน็ต	3.40	0.56	3.63	0.56	-1.61
7. ฉันมีทักษะปฏิเสธในเรื่องเพศ	2.10	0.99	3.43	0.90	-5.45*
8. ฉันอยู่กับเพศตรงข้ามตามลำพัง	3.53	0.63	3.70	0.53	-1.11
9. ฉันพูดคุยกับเพื่อนเกี่ยวกับเรื่องลามก	3.03	0.85	3.43	0.50	-2.22*
10. ฉันแชท (Chat) ทางอินเทอร์เน็ตพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศสัมพันธ์	3.60	0.72	3.87	0.35	-1.82
11. ฉันสูบบุหรี่	3.80	0.41	3.77	0.43	0.31
12. ฉันดื่มเบียร์	3.80	0.41	3.67	0.48	1.16
13. ฉันดื่มสุรา	3.67	0.66	3.77	0.43	-0.69
14. ฉันไปสถานที่ที่เปลี่ยว ไม่มีผู้คน	3.77	0.50	3.73	0.52	0.25
15. ฉันดูวิดีโอวีซีดี ที่มีภาพโป๊ กับเพื่อนต่างเพศ	3.67	0.55	3.73	0.45	-0.52
16. ฉันเลือกอ่านสื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือการ์ตูน นิตยสาร ที่มีภาพโป๊	3.53	0.57	3.63	0.49	-0.73
17. ฉันวางตัวต่อเพศตรงข้ามอย่างเหมาะสม	2.70	1.26	3.67	0.66	-3.71*
18. ฉันเที่ยวสถานเริงรมย์ในตอนกลางคืน เช่น บาร์ เชน	3.80	0.41	3.80	0.41	0.00
19. ฉันจับมือถือแขนกับเพื่อนต่างเพศ	3.40	0.86	3.57	0.50	-0.92
20. ฉันกอดจูบกับเพื่อนต่างเพศ	3.73	0.52	3.93	0.25	-1.89
รวม	65.80	4.61	73.17	4.03	-6.59*

\* $p < 0.05$

จากตารางที่ 4.8 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 73.17 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 65.80 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติเป็นรายข้อ พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติสูงกว่ากลุ่มควบคุมในข้อ 1 ข้อ 3 ข้อ 4 ข้อ 5 ข้อ 6 ข้อ 7 ข้อ 8 ข้อ 9 ข้อ 10 ข้อ 13 ข้อ 15 ข้อ 16 ข้อ 17 ข้อ 19 และข้อ 20 ส่วนข้อ 18 ที่มีค่าเฉลี่ยด้านความรู้เท่าเดิม และในข้อ 2 ข้อ 11 ข้อ 12 และข้อ 14 มีค่าเฉลี่ยด้านการปฏิบัติต่ำกว่ากลุ่มควบคุมเล็กน้อย

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติมาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติเป็นรายข้อพบว่า ข้อ 1 ข้อ 3 ข้อ 4 ข้อ 5 ข้อ 7 ข้อ 9 และข้อ 17 กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4. 9 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที ของคะแนน ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	
ด้านความรู้	16.93	56	27.63	92	-10.62*
	(คะแนนเต็ม 30 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 30 คะแนน)		
ด้านเจตคติ	58.80	74	72.47	91	-9.22*
	(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		
ด้านการปฏิบัติ	65.80	82	73.17	91	-6.59*
	(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		

\* $p < 0.05$

จากตารางที่ 4.9 พบว่า กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 27.63 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 16.93 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 72.47 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 58.80 และเมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติมาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 73.17 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 65.80 และเมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติมาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

ตารางที่ 4. 10 ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาของกลุ่มทดลอง (n=30)

ข้อความ	$\bar{X}$	SD	ระดับความคิดเห็น
1. ส่งเสริมให้นักเรียนได้รู้จักสังเกตปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว	3.63	0.49	ดีมาก
2. สามารถรู้สาเหตุต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดปัญหา	3.60	0.50	ดีมาก
3. กระตุ้นให้นักเรียนมีความต้องการที่จะหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้หมดไป	3.33	0.55	ดี
4. ส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนากระบวนการคิด	3.60	0.50	ดีมาก
5. กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียน	3.47	0.51	ดี
6. ส่งเสริมให้นักเรียนค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง	3.47	0.51	ดี
7. ได้ฝึกให้นักเรียนทำงานเป็นกลุ่ม	3.70	0.47	ดีมาก
8. ครูเป็นผู้ชี้แนะแนวทาง และอำนวยความสะดวกในการจัดการเรียนการสอน	3.73	0.45	ดีมาก
9. ส่งเสริมให้นักเรียนเป็นคนมีเหตุมีผล	3.77	0.43	ดีมาก
10. ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้เป็นลำดับขั้นตอน	3.67	0.48	ดีมาก
11. นักเรียนเกิดแรงจูงใจที่ต้องการจะเรียนรู้	3.60	0.50	ดีมาก
12. ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในกลุ่ม	3.43	0.57	ดี
13. ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในชั้นเรียน	3.47	0.57	ดี
14. ส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออกทางความคิด	3.50	0.57	ดีมาก
15. มีการใช้สื่อและเอกสารประกอบการเรียนต่างๆ ที่หลากหลาย	3.40	0.56	ดี

ตารางที่ 4. 10 (ต่อ) ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาของกลุ่มทดลอง (n=30)

ข้อความ	$\bar{X}$	SD	ระดับความคิดเห็น
16. ฝึกให้นักเรียนมีการอภิปราย และวิเคราะห์	3.57	0.57	ดีมาก
17. มุ่งพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรม	3.67	0.48	ดีมาก
18. บรรยายภาคีในการเรียนไม่ตึงเครียด และเป็นกันเอง	3.70	0.47	ดีมาก
19. รู้ว่าปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ไข	3.73	0.45	ดีมาก
20. พอใจในการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีไตรสิกขา	3.67	0.48	ดีมาก
คะแนนเฉลี่ย	3.59	0.30	ดีมาก

จากตารางที่ 4.10 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนที่เรียนเรื่องเพศศึกษาด้วยหลักไตรสิกขา มีความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีไตรสิกขา โดยรวมอยู่ในระดับดีมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.59

## บทที่ 5

### สรุปผลวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนการสอนหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ระหว่างกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาและกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีปกติ และเพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา โดยกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาคือ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขา จำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุมที่เรียนด้วยวิธีปกติ จำนวน 30 คน สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเรื่องเพศศึกษา จำนวน 8 แผน ซึ่งมีเนื้อหาการเรียนรู้อิงประกอบไปด้วย ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิธีป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และการวางตัวอย่างเหมาะสม โดยมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.64 ค่าความยากง่ายอยู่ในช่วง 0.30 - 0.77 และค่าอำนาจจำแนกอยู่ในช่วง 0.20 - 0.67 แบบสอบถามด้านเจตคติเรื่องเพศศึกษาที่มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.68 และด้านการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.69 และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสอนกลุ่มทดลองด้วยตนเอง ส่วนกลุ่มควบคุมให้ครูประจำวิชาเป็นผู้สอนตามปกติ มีการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนทั้งสองกลุ่มก่อนและหลังการทดลอง จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างด้วยค่าที (t-test)

#### สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาและนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ พบว่า มีค่าคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาพบว่า หลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติสูงขึ้น และเมื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนและหลังการเรียนด้วยหลักไตรสิกขาพบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ด้านเจตคติและด้านการปฏิบัติ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขากับการสอนด้วยวิธีปกติพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาลงมือมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ เมื่อนำมาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขากับนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติก็พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักเรียนที่เรียนเรื่องเพศศึกษาด้วยหลักไตรสิกขา มีความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก

#### อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัย ดังนี้

#### 1.ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาและการเรียนด้วยวิธีปกติ

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาและนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ มีค่าคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจสืบเนื่องมาจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ได้รับการสอนเรื่องเพศศึกษาจากแผนการจัดการเรียนรู้ที่เหมือนกัน ตามหลักสูตรของโรงเรียน ซึ่งส่งผลให้นักเรียนมีความรู้ เจตคติและการปฏิบัติ ในเรื่องเพศศึกษาที่มีความใกล้เคียงกัน จึงทำให้ค่าคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## 2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขา

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติของ นักเรียนที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาพบว่าหลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจสืบเนื่องมาจากแผนการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาและสื่อการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นได้ผ่านขั้นตอนการสร้าง อย่างมีระบบและวิธีการที่เหมาะสมผ่านการประเมินจากผู้เชี่ยวชาญ และผู้วิจัยได้นำเอาแนวคิดกรรมการเรียนการสอนเข้ามาใช้ ส่งผลให้ผู้เรียนมีความกระตือรือร้นมีความอยากรู้อยากเห็น ไม่เกิดความน่าเบื่อหน่ายในการเรียน และการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเป็นแผนการเรียนรู้ที่จัดกิจกรรมเน้นกระบวนการคิดอย่างมีขั้นตอน โดยเริ่มฝึกการปฏิบัติจากสถานการณ์ การเรียนมีการฝึกคิดอย่างมีขั้นตอนดังนี้ **1). ขั้นศีล** คือการควบคุมให้นักเรียนอยู่ในระเบียบวินัยทั้งกายและวาจาให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเป็นปกติพร้อมที่จะเรียนเพื่อปฏิบัติให้สอดคล้องกับหลักศีล **5 2). ขั้นสมาธิ** คือการฝึกสมาธิขั้นต้นในการควบคุมสติให้นักเรียนรวมจิตใจความคิดแน่วแน่เป็นจุดเดียวนักเรียนตัดสิ่งรบกวนอื่นๆออกจากความคิดและจิตใจ **3). ขั้นปัญญา** คือขั้นนักเรียนใช้สมาธิความมีจิตใจแน่วแน่ทำความเข้าใจในปัญหาการหาเหตุของปัญหาเพื่อการแก้ไขพิจารณาผลที่เกิดขึ้นจนเกิดความรู้แจ้งเข้าใจและแก้ปัญหาได้ เกิดการเรียนรู้ เกิดปัญญาญาณขึ้นในตนเองมีโนทัศน์ในเรื่องนั้นได้ถูกต้องตามความเป็นจริง โดยนำ ข้อมูลไปฝึกการวิเคราะห์ ได้ฝึกขั้นตอนการคิดแก้ปัญหาเป็นขั้นตอน จากสื่อที่เหมาะสมกับวัยและความสนใจ รวมทั้งการจัดกิจกรรมการเรียนเป็นกลุ่มแต่ละกลุ่มมีทั้งเด็กเก่งปานกลาง และอ่อน คละกันทำให้นักเรียนได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกันนักเรียนแต่ละกลุ่มสามารถทำกิจกรรมการแก้ปัญหาตามขั้นตอนได้ทุกขั้นตอน ผู้วิจัยได้สังเกตพฤติกรรมนักเรียนปรากฏว่านักเรียนมีระเบียบวินัยดีขึ้น มีความรับผิดชอบต่องานที่มอบหมาย เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีเคารพสิทธิซึ่งกันและกัน มีความสามัคคีในกลุ่มจะเห็นได้จากการช่วยเหลือกันขณะปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม แสดงให้เห็นว่าการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาทำให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิลาพัณย์ อรุบุญนวลชาติ (2549) ซึ่งได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขาเพื่อเสริมสร้างควมมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่า หลังเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขา นักเรียนมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับควมมีวินัยในตนเองที่ได้จากการตอบแบบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับควมมีวินัยในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้ สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542) ยังได้กล่าวไว้ว่า “พฤติกรรมด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด แต่ละด้านมักไม่เกิดขึ้นโดยอิสระ มักเกิดขึ้นรวมๆ กัน และพึ่งพาอาศัยกัน หรือเสริมพลังซึ่งกันและกัน การสร้างเสริมพฤติกรรมอย่างหนึ่งจะมีผลช่วยสร้างเสริมพฤติกรรมอื่น ๆ ด้วยเสมอการพัฒนาพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งจึงเป็นการพัฒนาพฤติกรรมอย่างอื่นๆ ไปด้วยโดยทางอ้อมดังนั้นผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่สูงขึ้น ย่อมส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ และด้านปฏิบัติสูงขึ้นตามไปด้วย”

### 3. การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขากับการสอนด้วยวิธีปกติ

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขาหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจสืบเนื่องจากการเรียนด้วยหลักไตรสิกขานั้นแตกต่างจากการเรียนด้วยวิธีปกติ คือ เป็นการจัดการเรียนการสอนที่ให้นักเรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้อย่างแท้จริง กล่าวคือ มีการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ เช่น ฝึกให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ อภิปราย มีการใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้ผู้เรียนตอบ มีการให้ผู้เรียนได้ฝึกคิดหาปัญหา หาสาเหตุ แนวทางแก้ไข มีการระดมสมอง การใช้กระบวนการกลุ่ม การตั้งสถานการณ์สมมติ การใช้สื่อการสอนที่หลากหลาย เช่น หนังสือ วารสาร ภาพ ภาพโฆษณาข่าวจากทางหนังสือพิมพ์ และทางอินเทอร์เน็ต สถิติ ตัวอย่างของจริง รวมทั้งการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน อีกทั้งบรรยากาศการเรียนการสอนดี เป็นบรรยากาศการเรียนรู้อย่างอิสระและสร้างสรรค์ซึ่งเอื้อต่อพัฒนาการของผู้เรียนด้านความรู้ และด้านเจตคติเพราะผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันระหว่างกลุ่มเพื่อน ได้รับประสบการณ์ตรงจากการดูสื่อ ได้ค้นคว้าหาข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของวีรยุทธ วิเชียรโชติ (2548) ที่กล่าวว่า “การใช้คำถาม นับว่าเป็นเครื่องมือทางสติปัญญาที่มนุษย์ใช้ในการแสวงหาความรู้ ความเข้าใจ ส่วนการคิด เป็นความสามารถในการวิเคราะห์การสังเคราะห์ การประเมินที่เป็นเหตุ เป็นผล หรือการประเมินผลไปหาสาเหตุ ซึ่งเป็นหลักถูกต้องตามความเป็นจริง และการเรียนรู้ที่ให้เกิดความคิดในเชิงวิเคราะห์ มีวิจารณ์ญาณ นั้นจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้” ส่วนสุชาติ โสมประยูร และเอมอชมา วัฒนบุรานนท์ (2542) ก็ได้กล่าวว่า “การใช้สื่อการสอนหรือวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ มีความสำคัญและจำเป็นมาก เพราะจะช่วยทำให้เนื้อหาบทเรียนที่เข้าใจยาก หรือเป็นนามธรรมกลายเป็นเนื้อหาที่เข้าใจง่าย และเป็นรูปธรรมมากขึ้น และถ้าหากผู้เรียนได้เห็นของจริงจะช่วยให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรงซึ่งมีความหมายและมีผลต่อการเรียนรู้ได้เร็วขึ้น การสอนให้นักเรียนได้เรียนรู้ในสิ่งหรือเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนเอง จะเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้ตามความสนใจ ความต้องการ และตรงกับปัญหาได้เป็นอย่างดี ซึ่งจะทำให้บทเรียนมีความหมายต่อตัวนักเรียนมาก” สอดคล้องกับการวิจัยของ สุนีย์ ผจญศิลป์ (2547) ที่วิจัยเรื่องผลการสอนแบบไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาและการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการสอนแบบไตรสิกขามีการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### 4. ความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา

นักเรียนที่เรียนเรื่องเพศศึกษาด้วยหลักไตรสิกขา มีความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขาโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณารายข้อก็พบว่า ความคิดเห็นในเรื่องเกี่ยวกับ “รู้ว่าปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ไข” มีค่าเฉลี่ยของคะแนนมากที่สุด ซึ่งเท่ากับ 3.73 รองลงมาคือเรื่อง “บรรยากาศในการเรียนไม่ตึงเครียด และเป็นกันเอง” “มุ่งพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรม” “พอใจในการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีไตรสิกขา” “นักเรียนเกิดแรงจูงใจที่ต้องการจะเรียนรู้” “ฝึกให้นักเรียนมีการอภิปราย และวิเคราะห์” “ส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออกทางความคิด” “ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในชั้นเรียน” “ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในกลุ่ม” และ “มีการใช้สื่อและเอกสารประกอบการเรียนต่างๆ ที่หลากหลาย” ตามลำดับ ทั้งนี้อาจสืบเนื่องจากการเรียนด้วยหลักไตรสิกขานั้นเน้นให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียน ฝึกให้ผู้เรียนฝึกด้วยการพิจารณาจากปัญหา และระบุสาเหตุของการเกิดปัญหา เพื่อที่จะได้แก้ไขปัญหาที่ต้นเหตุ ซึ่งเป็นการแก้ปัญหาที่ถูกวิธี อีกทั้งยังใช้กระบวนการกลุ่มทำให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนมากขึ้น มีการให้นักเรียนได้ค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองอย่างเป็นอิสระจากแหล่งการเรียนรู้ที่ผู้สอนจัดให้ ทั้งยังได้มีการสร้างปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนระหว่างในกลุ่มและนอกกลุ่ม เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน อีกทั้งผู้สอนยังกระตุ้นความสนใจในการเรียนการสอนด้วยการเลือกใช้สื่อการเรียนที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจบทเรียนและสนใจในการเรียนมากยิ่งขึ้น ตลอดจนการที่ผู้สอนให้ความเป็นกันเองกับนักเรียน มีการเสริมแรงจูงใจโดยการกล่าวชมเชย ยอมรับความคิดเห็นของนักเรียน ย่อมทำให้บรรยากาศในการเรียนไม่ตึงเครียด และนักเรียนรู้สึกสนุกสนาน ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ ศรีมงคล เทพธัญญ์ (2545) ที่กล่าวว่า “การเร้าความสนใจช่วยให้การเรียนการสอนประสบความสำเร็จเป็นอย่างดีและมีประสิทธิภาพทำให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมที่จะเรียนบทเรียน อีกทั้งช่วยคลายความตึงเครียด และช่วยสร้างเจตคติที่ดีต่อการเรียนการสอน” นอกจากนี้ สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542) ก็ยังกล่าวไว้ว่า “ความเป็นกันเองย่อมนำมาซึ่งมิตรภาพ และสัมพันธภาพที่ดี เมื่อครูทำตนเป็นมิตรกับเด็ก เด็กก็จะมีแต่ความสบายใจและมีความพร้อมที่จะเรียนรู้ อีกทั้งการแบ่งกลุ่มให้เด็กได้ศึกษาหาความรู้หรือทำงานด้วยกัน นอกจากจะส่งผลดีต่อการเรียนการสอนในบทเรียนนั้น ๆ แล้วยังช่วยทำให้เด็กได้รู้จักกับเพื่อน ๆ และปรับตัวให้เข้ากันได้เป็นอย่างดี รวมทั้งการใช้กิจกรรมหลาย ๆ อย่างสอนเด็ก จะช่วยทำให้เด็กได้เรียนด้วยความสนุกสนานและมีชีวิตชีวา ได้เปลี่ยนบรรยากาศและไม่ทำให้น่าเบื่อหน่าย เหมือนกับการใช้กิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียวสอนเด็กซ้ำซากอยู่ทุกชั่วโมง”

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. ผลการวิจัยพบว่าการสอนเพศศึกษาด้วยหลักไตรสิกขา ทำให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาทั้งในด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติสูงกว่าการสอนด้วยวิธีปกติ ดังนั้นสถานศึกษาควรส่งเสริมให้ครูนำการจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาไปใช้ในการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาและในเรื่องอื่นๆที่สนใจ

2. การประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่เรียนด้วยหลักไตรสิกขา ควรใช้ระยะเวลาานพอควรในการประเมินผล ทั้งนี้เพื่อที่จะได้มองเห็นถึงเจตคติและการปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาในบทเรียนได้อย่างชัดเจน

3. การสอนด้วยหลักไตรสิกขา เป็นการสอนที่มีการจัดกระบวนการจัดการเรียนรู้หลากหลาย จึงเป็นวิธีการที่ใช้ระยะเวลาในการสอนมาก ดังนั้นครูผู้สอนควรจะทำความเข้าใจในการสอนด้วยหลักไตรสิกขาเป็นอย่างดี มีการวางแผนการสอนที่ดี เตรียมจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับระยะเวลา และเลือกใช้สื่อการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนและเนื้อหาที่จะสอนเพื่อที่จะให้การเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขาประสบผลสำเร็จเป็นอย่างดี

### ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในเรื่องความคงทน หลังจากการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาไปแล้ว ทั้งนี้เพื่อให้เห็นถึงประสิทธิภาพของการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาในระยะยาวต่อไป

2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิภาพของวิธีการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา กับวิธีการเรียนรู้วิธีอื่นๆที่สนใจ เช่น การสอนแบบอริยสัจ 4 หรือการสอนแบบโยนิโสมนสิการ เป็นต้น

3. ควรศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเรื่องเพศศึกษาในกลุ่มอื่นๆ เช่น ระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ระดับอุดมศึกษา

4. ควรศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเรื่องเพศศึกษาที่มีต่อตัวแปรอื่น ๆ เช่น การสืบค้นข้อมูลเรื่องเพศศึกษา ความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหา ความสามารถในการคิดสร้างสรรค์ เป็นต้น

## รายการอ้างอิง

- Amnuay Tapingkae. (1973). *The Buddhist Theories of the Learner and of the Teacher, in Education in Thailand, Some Thai Perspectives*. Some Thai Perspectives. , 14 – 18  
Washington D.C: U.S.Department of Health Education and welfare.
- Blonna, R., & Levitan , J. (2005). *Healthy Sexuality*. Belmont, CA : Thomson /Wadsworth.
- Burtney, E., & Duffy, M. (2004). *Young People and Sexual Health Individual Social and Policy Contexts*. Houndmills Basingstoke : Palgrave Macmillan.
- Janell, C. L., & Wolpe P. R. (1996). *Sexuality and Gender in Society*. New York: HarperCollins College Publishers.
- Jerrold, G. S. (2002). *Exploring the Dimensions of Human Sexuality*. Sudbury,Mass: Jones and Bartlett.
- Kolb D. (1984). *Learning Styles Model and Experiential Learning Theory* . New Jersey: Prentice Hall.
- Mayshark, C., & Leslie, I. W. (1968). *Health Education in Secondary schools*. Saint Louis: [s.n.].
- Sakda Prangpatanpon. (1978). *A Buddhist Philosophy of Education : with Implications for Education in Thailand*. . (Doctoral doctoral dissertation), Boston College.
- Wilgoose , C., E., (1977). Health Teaching in Secondary Schools. Philadelphia [Online].  
from:<http://www.who.int/child-adolescent-health> [2012, July 3]
- กรมการศาสนา. (2548). *วิธีสอนแบบไตรสิกขา* [ออนไลน์]. from <http://www.dra.go.th>  
[9 กรกฎาคม 2556]
- กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. (2555). *สถานการณ์เรื่องเพศในปัจจุบัน* [ออนไลน์].  
from <http://www.ddc.moph.go.th> [11 กรกฎาคม 2556]
- กรมวิชาการ. (2544a). *พระราชบัญญัติการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2542* กรุงเทพมหานคร.
- กรมวิชาการ. (2544b). *เอกสารประกอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 คู่มือการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา*. กรุงเทพมหานคร.
- กรมอนามัย. (2550). *ความหมายของวัยรุ่น*. [ออนไลน์].  
from <http://www.advisor.anamai.moph.go.th> [9 กรกฎาคม 2556]
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2530). *หลักการสอนตามแนวพุทธวิธี* [ออนไลน์].  
from <http://www.obec.go.th/> [ 7 สิงหาคม 2556]
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษา* [ออนไลน์].  
from <http://www.obec.go.th/> [11 สิงหาคม 2556]
- กระทรวงสาธารณสุข. (2555). *พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุน้อย* [ออนไลน์].  
from <http://www.moph.go.th/moph2> [16 ตุลาคม 2556]

- ก่องแก้ว เจริญอักษร. (2541). *ความรู้เรื่องธรรมวิทยา* :เอกสารคำสอนวิชา 2701272 ธรรมวิทยา. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2545). *แนวการจัดการศึกษา* [ออนไลน์]. from <http://www.onec.go.th/> [9 กรกฎาคม 2556]
- ค้วน ขาวหนู. (ม.ป.ป.). *เทคนิคการสอนและการวัดผลสุศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์. ดุษฎี สีตลารงค์. (2524). *การเปรียบเทียบวิธีสอนแบบไตรสิกขาและธรรมสภาจฉายในการสอนเบญจศีล และฆราวาสธรรมในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1*. ปริญญาโท ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ถนอมวรรณ อยู่จำ. (2547). *พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น*. กรุงเทพมหานคร: กลุ่มวิจัยและพัฒนา สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ สำนักงานพัฒนาการ กีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- นัดดา ธรรมวงศ์ผล. (2542). *ผลของการสอนแบบไตรสิกขาที่มีต่อการคิดแบบโยนิโสมนสิการและ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่อง หลักธรรมในรายวิชา ส 0412 พระพุทธศาสนา ของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสีกัน (วัดน่านนันทอุปถัมภ์)*. ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, กรุงเทพมหานคร.
- พนม เกตุมาน. (2548). *สุขภาพจิตวัยรุ่น*. ใน มานี ปิยะอนันต์, ชาญชัย วันทนาศิริ, ประเสริฐศันสนีย์วิทยกุล(บรรณาธิการ), *เข้าใจ วัยอลวน*. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาสุติศาสตร์-นรีเวชวิทยา คณะ แพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2542). *พุทธธรรม*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย.
- มยุรี งามทอง. (2533). *เพศศึกษา และสุขภาพในครอบครัว*. กรุงเทพมหานคร: กรมการฝึกหัดครู. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี รำลึก. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิลาพัฒน์ อรุณบุญลชาติ. (2549). *การพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขาเพื่อ เสริมสร้างควมมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตร มหาบัณฑิต , ภาควิชาหลักสูตรและการสอน และเทคโนโลยีการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- วิรัช วิเชียรโชติ. (2548). *เทคนิคการเรียนการสอนแบบอารยวิถี ในกระบวนการวิจัย-สอบสวน-สอบสวนเพื่อ การพัฒนา "เบญจลักษณ์" ในแนวพุทธศาสตร์*. กรุงเทพมหานคร: ก้าวใหม่.
- ศรีมงคล เทพรณ. (2545). *ทักษะและเทคนิคการสอน* กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏ บ้านสมเด็จเจ้าพระยา.
- สมพร พงษ์เสถียรศักดิ์. (2546). *การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการประพฤติตนตามคุณธรรมใน ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ที่เรียนหลักธรรมในพุทธ ศาสนาด้วยการสอนแบบโยนิโสมนสิการกับการสอนแบบไตรสิกขา*. ปริญญาโท การศึกษา มหาบัณฑิต การมัธยมศึกษา , มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2551). *หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551* [ออนไลน์]. from <http://www.curriculum51.net> [30 สิงหาคม]
- สำนักกระบวนวิชา. (2555). *ปัจจัยที่มีผลต่อการตั้งครุภัณฑ์ของวัยรุ่น* [ออนไลน์]. from <http://www.boe.moph.go.th/> [10 กรกฎาคม 2556]
- สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร. (2541). *เพศศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: บริษัท โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด.
- สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์. (2542). *การสอนสุขศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ.
- สุนีย์ ผจญศิลป์. (2547). *ผลการสอนแบบไตรสิกขาที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาและ การคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6*. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต, สถาบันราชภัฏนครสวรรค์.
- สุนน อมรวินวัฒน์. (2530). *การสอนโดยสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการ (พิมพ์ครั้งที่2)*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- สุรพงษ์ ชูเดช. (2542). *ผลของการฝึกอบรมตามหลักไตรสิกขาที่มีต่อการพัฒนาวินัยในตนเองของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5*. วิทยานิพนธ์ ปริญญาดุขฎิบัณฑิต, มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ. (2545). *20 วิธีจัดการเรียนรู้ : เพื่อพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมค่านิยม การเรียนรู้โดยการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง*. กรุงเทพมหานคร: ภาพพิมพ์.
- องค์การอนามัยโลก. (2550). *ความหมายของวัยรุ่น* [ออนไลน์]. from <http://www.who.int/en/> [ 11 กรกฎาคม 2556]





ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**



ภาคผนวก ก  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง เพศศึกษามีดังนี้

1. ศาสตราจารย์ กิตติคุณ ดร.สุชาติ โสมประยูร  
ข้าราชการบำนาญ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. รองศาสตราจารย์ ดร.เทพวณี หอมสนิท  
ข้าราชการบำนาญ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. รองศาสตราจารย์ อมรา รอดดารา  
ข้าราชการบำนาญ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. อาจารย์สุรีย์ อรรถกร  
อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนสายน้ำผึ้ง
5. อาจารย์อุไร ไชยพงศ์พานิช  
อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย



ภาคผนวก ข  
หนังสือขอความร่วมมือ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



ศธ 0512.6(2771)/56-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

20 ธันวาคม 2556

เรื่อง ขอตกลงใช้เครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายพงศธร สุกิจญาณ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง เพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอชฌา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องทดลองใช้เครื่องมือ คือ แผน การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา แบบวัดเจตคติ และแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขา กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้นิสิตได้ทดลองใช้เครื่องมือดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ขอแสดงความนับถือ

CHULALONGKORN UNIVERSITY

(อาจารย์ ดร. จุฑารัตน์ วิบูลผล)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ  
โทร. 0-2218-2681-2 ต่อ 612



ที่ ศธ 0512.6(2771)/56-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

20 ธันวาคม 2556

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ศาสตราจารย์ กิตติคุณ ดร.สุชาติ โสมประยูร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายพงศธร สุกิจญาณ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง เพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอชฌา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(อาจารย์ ดร.จุฑารัตน์ วิบูลผล)

รองคณบดี

ปฏิบัติกรแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ  
โทร. 0-2218-2681-82 ต่อ 612



ที่ ศธ 0512.6(2771)/56-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

20 ธันวาคม 2556

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.เทพวาทินี ทอมสนิท

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายพงศธร สุกิจญาณ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง เพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอชมา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(อาจารย์ ดร.จตุรรัตน์ วิบูลผล)

รองคณบดี

ปฏิบัติการแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ  
โทร. 0-2218-2681-82 ต่อ 612



ที่ ศธ 0512.6(2771)/56-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

20 ธันวาคม 2556

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ อมรา รอดดารา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายพงศธร สุกิจญาณ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง เพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอชฌา วัฒนบุรณนทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ขอแสดงความนับถือ  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

(อาจารย์ ดร.จุฑารัตน์ วิบูลผล)

รองคณบดี

ปฏิบัติกรแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2681-82 ต่อ 612





ที่ ศธ 0512.6(2771)/56-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

20 ธันวาคม 2556

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์สุรีย์ อรรถกร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายพงศธร สุกิจญาณ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง เพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอชฌา วัฒนบุรณนธ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
(อาจารย์ ดร.จุฑารัตน์ วิบูลผล)  
รองคณบดี  
ปฏิบัติกรแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ  
โทร. 0-2218-2681-82 ต่อ 612



ที่ ศธ 0512.6(2771)/56-

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

20 ธันวาคม 2556

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์อุไร ไชยพงศ์พานิช

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายพงศธร สุกิจญาณ นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง เพศศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอชฌา วัฒนบุรณนทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ขอแสดงความนับถือ  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

(อาจารย์ ดร.จุฑารัตน์ วิบูลผล)

รองคณบดี

ปฏิบัติกรแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2681-82 ต่อ 612



ภาคผนวก ค  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## แผนการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้วิธีการสอนแบบหลักไตรสิกขา

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

เวลา 50 นาที

เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ (ด้านครอบครัวและเพื่อน)

#### สาระสำคัญ

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อท่าทีหรือความรู้สึกในเรื่องเพศของวัยรุ่น คือ ครอบครัว เพื่อน วัฒนธรรม และสื่อ ปัจจัยต่างๆเหล่านี้ล้วนแล้วแต่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศของวัยรุ่นทั้งสิ้น การเรียนรู้ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศจึงเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อให้สามารถวิเคราะห์ปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ถูกต้อง สำหรับในชั่วโมงนี้จะกล่าวถึงปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนจะสามารถดังนี้

1. วิเคราะห์ปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศได้
2. วิเคราะห์ปัญหาและสาเหตุของปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศได้อย่างถูกต้อง
3. เสนอแนวทางการป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงได้อย่างเหมาะสม

#### สาระการเรียนรู้ /เนื้อหา

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ

- ครอบครัว      - เพื่อน

#### กระบวนการเรียนรู้

##### 1. ชี้นำ ( 5 นาที )

1. ครูถามคำถามกับนักเรียน “ ครอบครัวและเพื่อนมีอิทธิพลต่อเจตคติเรื่องเพศของนักเรียนอย่างไร ? ”
2. ครูสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนในข้อคำถามที่ครูกำหนดให้ เพื่อนำเข้าสู่บทเรียน

##### 2. ชั้นกิจกรรม ( 40 นาที )

ครูดำเนินการสอนแบบหลักไตรสิกขา ดังนี้

ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่มๆละ 7-8 คน โดยนับเลขที่ 1-5 แต่ละกลุ่มเลือกประธานและเลขานุการกลุ่มเพื่อดำเนินกิจกรรมในขั้นต่อไป

### ขั้นศีล

1. ครูนำภาพปัญหาในเรื่องเพศที่มีความเกี่ยวข้องกับ ครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติเรื่องเพศของวัยรุ่นมาสนทนากับนักเรียน เพื่อให้นักเรียนเลือกการกระทำระหว่างการทำที่ ผิดศีลธรรมและถูกหลักศีลธรรม ซึ่งสอดคล้องกับสถานการณ์นั้นๆ
2. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากภาพเกี่ยวกับปัญหาในเรื่องเพศว่าผิดหลักศีลธรรมหรือศีล 5 ในข้อใดโดยเขียนลงในใบงานที่ครูกำหนดให้ เพื่ออภิปรายจากข้อคำถามที่ครูกำหนดไว้ ดังนี้

### คำถาม

1. ภาพปัญหาในเรื่องเพศที่นักเรียนเห็นผิดหลักศีลธรรม ( ศีล 5 ) ข้อใดบ้าง
2. ปัญหาที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากอะไร
3. หากเกิดปัญหานี้ขึ้นจะมีผลอย่างไรกับตัวของนักเรียน

### ขั้นสมาธิ

ครูให้นักเรียนปฏิบัติสมาธิ นั่งหลับตา(การกำหนดลมหายใจเข้า – ออก ให้สติอยู่กับลมหายใจเข้าออกเป็นหลัก) ใช้เวลา 5 นาที โดยการปฏิบัติดังนี้ นักเรียนทุกคนรำลึกถึงคุณพระรัตนตรัย (พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ) โดยให้นั่งหลับตา ตัวตรง แต่ไม่เกร็งตัว หายมือ มือขวาทับมือซ้าย

### ขั้นปัญญา

ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มศึกษาค้นคว้าจากแหล่งการเรียนรู้ที่ครูจัดให้(ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “ปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ”)เพื่อวิเคราะห์และกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหามาตามสาเหตุของปัญหา ซึ่งมีกิจกรรมดังต่อไปนี้

1. ครูแจกกระดาษเทา-ขาว ขนาดใหญ่ ให้กลุ่มละ 1 แผ่น และแจกปากกาเมจิกสีต่าง ๆ ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นจากข่าวโดยให้นักเรียนเขียนสาเหตุของปัญหาและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศที่เกิดจากครอบครัวและเพื่อนในลักษณะแผนผังแบบโยงใยปัญหา (Web of Causation)
2. ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปลงแผนผังแบบโยงใยปัญหาให้เพื่อนๆ ฟัง

### 3. ขั้นสรุป ( 5 นาที)

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศด้านครอบครัวและเพื่อน

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ภาพปัญหาในเรื่องเพศที่มีความเกี่ยวข้องกับ ครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติเรื่องเพศของวัยรุ่น
2. ใบความรู้เรื่อง ปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ
3. ใบงานแผนผังแบบโยงใยปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ

### การประเมินผล

1. ใบงานการวิเคราะห์ถึงปัญหาจากข่าวเกี่ยวกับปัญหาในเรื่องเพศ
2. การเขียนสาเหตุของปัญหาและปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ในลักษณะแผนผังแบบโยงใยปัญหา (Web of Causation)
3. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียน
4. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรมของนักเรียน
5. สังเกตการทำงานกลุ่มของนักเรียน



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## ใบความรู้

### เรื่อง ปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ

#### อิทธิพลของครอบครัวต่อเจตคติในเรื่องเพศ

ครอบครัวเป็นสถาบันแรกของมนุษย์นับตั้งแต่เกิดมา ครอบครัวจะเป็นแหล่งถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจ ทักษะคติ และการปฏิบัติทางด้านเพศที่สำคัญของเด็ก โดยจะมีพ่อแม่ และบุคคลในครอบครัวคอยอบรมเลี้ยงดูบุตร รวมถึงการสอนและการปลูกฝังความรู้ ความเชื่อ ค่านิยม และการปฏิบัติต่างๆในกับเด็ก โดยเด็กจะมีพ่อแม่เป็นบุคคลแรกที่เป็นแบบอย่างพฤติกรรม หากพ่อแม่ปลูกฝังเจตคติทางเพศที่ถูกต้อง เด็กก็จะมีเจตคติทางเพศที่จะนำไปสู่การปฏิบัติทางเพศอย่างพึงประสงค์

การอบรมเลี้ยงดูพ่อแม่และบุคคลในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิตในอนาคตของเด็ก พ่อที่เลี้ยงลูกไม่เหมาะสมหรือเป็นแบบอย่างทางเพศไม่ดี เช่น จับลูกแต่งตัวผิดจากเพศเด็ก พ่อแม่ที่ทะเลาะกันให้ลูกเห็น พ่อที่ใช้กำลังรุนแรงตบตีแม่ พ่อแม่ที่ไม่สนใจ ไม่มีเวลาให้ลูก พ่อแม่ที่ติดการพนัน เสพสารเสพติด จะให้เด็กสับสนและรับเอาแบบอย่างพฤติกรรมที่ไม่ดีมาปฏิบัติได้

เด็กอายุ 3 – 6 ปี จะมีความสนใจในอวัยวะเพศของตนเอง จึงมักชอบจับอวัยวะเพศของตนเอง พ่อแม่จะต้องไม่ดูต่ำ ห้ามปรามไม่ให้เด็กทำ หรือสนับสนุนการกระทำของเด็กโดยการหัวเราะ ชอบใจ เพราะเด็กจะเกิดความคิดว่าอวัยวะเพศและเรื่องเพศเป็นเรื่องที่ผิดปกติหรือเป็นสิ่งที่น่าอาย นำรังเกียจได้ แต่พ่อควรปฏิบัติต่อเด็กตามปกติและอาจหันเหความสนใจของเด็กโดยให้เด็กไปทำสิ่งอื่นแทน เช่น ชวนให้เด็กเล่นหรือดูโทรทัศน์ และเด็กวัยนี้จะพยายามลอกเลียนลักษณะท่าทางพฤติกรรมต่างๆ จากพ่อแม่ที่มีเพศเดียวกันกับตน

#### อิทธิพลของเพื่อนต่อเจตคติในเรื่องเพศ

เพื่อนมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นเป็นอย่างมากทั้งทางด้านเจตคติและการปฏิบัติตน วัยรุ่นจะมีความผูกพันกับเพื่อนมากกว่าวัยอื่นๆ และมีความต้องการที่จะให้ตนเองเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนจึงมักจะแสดงออกตามเพื่อนในกลุ่ม หากกลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลทางเพศที่ดี รู้จักการวางตัวที่เหมาะสมกับเพศและวัยของตน ก็จะทำให้วัยรุ่นไม่เกิดปัญหาด้านพฤติกรรมทางเพศ แต่ถ้ากลุ่มเพื่อนมีพฤติกรรมทางเพศไม่ดี เช่น ชวนกันเที่ยวกลางคืน มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ชวนกันดูสื่อลามกอนาจาร ก็จะทำให้วัยรุ่นเสี่ยงต่อการชักจูงให้เกิดพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมได้

วัยรุ่นจึงควรรู้จักพิจารณากลุ่มเพื่อนที่คบอยู่ว่ามีพฤติกรรมที่เหมาะสมหรือไม่ รู้จักปฏิเสธ และไม่ปฏิบัติตามคำชักชวนที่ไม่เหมาะสม ของเพื่อน แนะนำและชักชวนเพื่อให้ปฏิบัติในสิ่งที่ดีและมีประโยชน์ และหากตนเองมีปัญหาทางด้านพฤติกรรมทางเพศควรปรึกษาพ่อแม่หรือไปพบแพทย์

## ใบงานที่ 1

เรื่อง สาเหตุของปัญหาและปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเขียนชื่อสมาชิกในกลุ่ม

วันที่.....

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อประธานกลุ่ม.....

ชื่อเลขานุการ.....

ชื่อสมาชิกกลุ่ม

1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

5. ....

6. ....

7. ....



### ใบงานที่ 1

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากภาพเกี่ยวกับปัญหาในเรื่องเพศ โดยตอบจากข้อความที่กำหนดให้

1. ภาพปัญหาในเรื่องเพศที่นักเรียนเห็นผิดหลักศีลธรรม(ศีล 5 )ข้อใดบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ปัญหาที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. หากเกิดปัญหานี้ขึ้นจะมีผลอย่างไรกับตัวของนักเรียน

.....

.....

.....

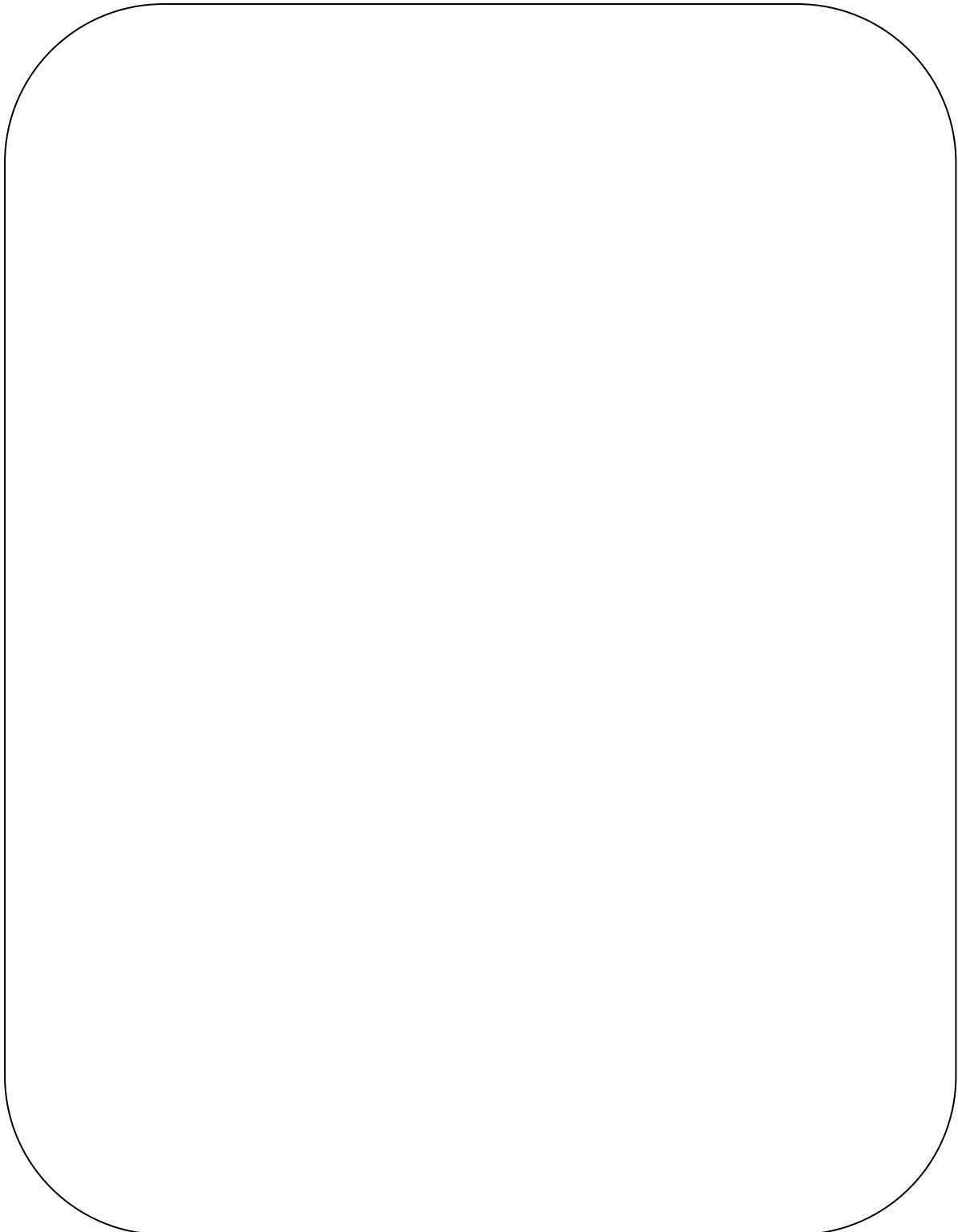
.....

.....

.....

## ใบงานที่ 2

**คำชี้แจง** เขียนสาเหตุของปัญหาและปัจจัยด้านครอบครัวและเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ  
ในลักษณะแผนผังแบบโยงใยปัญหา (Web of Causation)





### ขั้นศีล

1. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมในเรื่องเพศของวัยรุ่นที่พึงประสงค์ตามหลักของวัฒนธรรมประเพณีไทย และความแตกต่างของวัฒนธรรมต่างชาติที่ไม่ควรแก่การปฏิบัติ พร้อมยกตัวอย่างวิธีการปฏิบัติตนในเรื่องเพศของวัยรุ่นที่เหมาะสมให้มีความสอดคล้องกับสังคมและวัฒนธรรมไทย เพื่อเชื่อมโยงสู่หลักศีลธรรมและข้อห้ามในเรื่องเพศของวัยรุ่นลงในใบงานที่ครูกำหนดให้

2. ครูสุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม นำเสนอผลการแสดงความคิดเห็นภายในกลุ่มให้เพื่อนๆ ฟังหน้าชั้นเรียน

### ขั้นสมาธิ

ครูเปิดเพลงบรรเลงช้าควบคู่ปฏิบัติสมาธิให้นักเรียน นั่งหลับตา( การกำหนดลมหายใจเข้า – ออก ให้สติอยู่กับลมหายใจเข้าออกเป็นหลัก ) ใช้เวลา 5 นาที

### ขั้นปัญญา

ครูแจกใบความรู้เรื่อง ปัจจัยด้านวัฒนธรรมและสื่อที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันคิดวิเคราะห์ เรื่อง วัฒนธรรมและสื่อ มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศของวัยรุ่นอย่างไร ลงในใบงานที่ครูแจกให้

ครูขออาสาสมัครกลุ่มที่ยังไม่ออกมาแนะนำเสนอ ออกมาแนะนำเสนอการวิเคราะห์ให้เพื่อนๆ ฟังหน้าชั้นเรียน จำนวน 2 กลุ่ม

### 3. ขั้นสรุป ( 5 นาที )

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปปัจจัยด้านวัฒนธรรมและสื่อที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. คลิปโฆษณาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศจำนวน 2 คลิป
2. ใบความรู้เรื่อง ปัจจัยด้านวัฒนธรรมและสื่อที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ
3. ใบงาน “แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมในเรื่องเพศของวัยรุ่น”
4. ใบงาน “วัฒนธรรมและสื่อ มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศของวัยรุ่นอย่างไร”

### การประเมินผล

1. การเขียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมในเรื่องเพศของวัยรุ่น
2. การเขียนสาเหตุของปัญหาและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศที่เกิดจากวัฒนธรรมและสื่อ
3. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียน
4. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรมของนักเรียน
5. สังเกตการทำงานเป็นกลุ่มของนักเรียน

## ใบความรู้

เรื่อง ปัจจัยด้านวัฒนธรรมและสื่อที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ

### อิทธิพลของสังคมและวัฒนธรรมต่อเจตคติในเรื่องเพศ

สังคมคือ กลุ่มคนที่ร่วมมือกัน อยู่ร่วมกันอย่างยั่งยืน และมีวัฒนธรรมที่เด่นชัด วัฒนธรรมหมายถึง สิ่งที่มีมนุษย์สร้างขึ้นเพื่อใช้ในการดำเนินชีวิต เป็นสิ่งที่มีการสืบต่อเนื่อง เป็นมรดกทางสังคมที่มีการถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง วัฒนธรรมจึงได้แก่ ค่านิยม ความเชื่อ กฎหมาย ศีลธรรมที่มีอยู่ในสังคม

วัฒนธรรมมีอิทธิพลและความสำคัญต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิตของบุคคลในสังคม วัฒนธรรมอันดีงามทางด้านพฤติกรรมทางเพศมาตั้งแต่อดีต เช่น การรักนวลสงวนตัว การรักเดียวใจเดียว ไม่ชิงสุกก่อนห่าม

อย่างไรก็ตาม ในปัจจุบันเป็นโลกแห่งการสื่อสารต่างถิ่นเข้ามาอย่างมากมาย โดยผ่านสื่อต่างๆ ซึ่งวัยรุ่นควรคำนึงถึงความถูกต้องเหมาะสม ถ้าเป็นสิ่งดีก็สามารถนำมาปฏิบัติได้ เช่น การแต่งกายเลียนแบบวัยรุ่นญี่ปุ่นสามารถปฏิบัติได้ แต่ถ้าเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสม เช่น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน ก็ไม่ควรนำมาปฏิบัติ เพราะจะทำให้เกิดผลเสียตามมาได้

### อิทธิพลของสื่อต่อเจตคติในเรื่องเพศ

สื่อ มีอิทธิพลอย่างมากต่อการปลูกฝังเจตคติ โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยอยากรู้อยากเห็น อยากรองสิ่งใหม่ๆ และชอบเลียนแบบบุคคลที่ยกย่อง ตัวอย่างสื่อในที่นี้เช่น ทีวี วิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ เว็บไซต์ในอินเทอร์เน็ต หนังสือพิมพ์ หนังสือการ์ตูน สื่อดังกล่าวอาจทำให้วัยรุ่นมีความเชื่อหรือทัศนคติทางเพศที่ไม่ถูกต้อง การคิดอย่างมีวิจารณญาณต่อสิ่งที่นักเรียนได้รับจากสื่อ จึงเป็นสิ่งจำเป็น นักเรียนจะต้องวิเคราะห์ถึงผลดีผลเสียของการนำความเชื่อนั้นๆ ไปปฏิบัติ โดยใช้กรอบวัฒนธรรมอันดีงามของสังคมไทยเป็นหลัก

## ใบงานที่ 1

เรื่อง สาเหตุของปัญหาและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศที่เกิดจากวัฒนธรรมและสื่อ

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเขียนชื่อสมาชิกในกลุ่ม

วันที่.....

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อประธานกลุ่ม.....

ชื่อเลขานุการ.....

ชื่อสมาชิกกลุ่ม

1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

5. ....

6. ....

7. ....



## ใบงานที่ 2

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันคิดวิเคราะห์ เรื่อง วัฒนธรรมและสื่อ มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศของวัยรุ่นอย่างไร

A large rounded rectangular box containing 20 horizontal dotted lines for writing.



## แผนการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาโดยใช้วิธีการสอนแบบหลักไตรสิกขา

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

เวลา 50 นาที

เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

#### สาระสำคัญ

ในช่วงวัยรุ่น การเจริญเติบโตและความสมบูรณ์ทางร่างกายทำให้เกิดความพร้อม ทาง ภาวะเจริญพันธุ์สูงมาก หากมีเพศสัมพันธ์จะทำให้มีโอกาสให้กำเนิดชีวิตใหม่ หรือการตั้งครรภ์สูง มากด้วย การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่น มักเกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นการ ตั้งครรภ์ในขณะที่ทั้งสองฝ่ายยังไม่มีความพร้อมในทุก ๆ ด้าน จึงก่อให้เกิดปัญหาตามมาอย่างมากทั้ง ทางด้านครอบครัว เศรษฐกิจ และสังคม ปัญหาการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์นี้ย่อมส่งผลกระทบต่อ อนาคตของวัยรุ่นอย่างมากด้วย

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนมีสามารถดังนี้

1. นักเรียนบอกผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้
2. นักเรียนบอกพฤติกรรมและปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้
3. นักเรียนบอกการป้องกันหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้

#### สาระการเรียนรู้ /เนื้อหา

1. ปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
2. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น
3. การป้องกันหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

#### กระบวนการเรียนรู้

##### 1. ชี้นำ ( 5 นาที )

1. ครูนำข่าวปัญหาในเรื่องเพศที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมาสนทนากับ นักเรียน

2. ครูสนทนากับนักเรียนว่าการมีพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรย่อมนำไปสู่ปัญหา อื่นๆ ตามมามากมาย แล้วโยนเข้าสู่บทเรียนเรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ใน วัยเรียน

## 2. ชั้นกิจกรรม ( 40 นาที )

ครูดำเนินการสอนแบบหลักไตรสิกขา ดังนี้

### ขั้นศีล

1. ครูให้นักเรียนจับคู่และวิเคราะห์ถึงสาเหตุพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรที่มีการเชื่อมโยงกับการปฏิบัติ ศีล 5 ว่าเป็นสิ่งที่ควรกระทำหรือไม่ เพราะเหตุใด ให้นักเรียนเขียนลงในใบงานที่ครูแจกให้

2.ครูสุ่มนักเรียน 2 คู่ สรุปรายวิเคราะห์สาเหตุให้เพื่อนๆ ฟังหน้าชั้นเรียน

### ขั้นสมาธิ

1. ครูให้นักเรียนดูภาพยนตร์เรื่องสั้น เรื่อง “ท้องไม่พร้อมในวัยเรียน” โดยใช้เวลา 10 นาที
2. ปฏิบัติสมาธิ 3 นาที แล้วขออาสาสมัครนักเรียนแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับภาพยนตร์เรื่องสั้นที่ได้ดู

### ขั้นปัญญา

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละคู่ช่วยกันวิเคราะห์แนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหาจากหนังสือเรื่อง “ท้องไม่พร้อมในวัยเรียน” ที่เหมาะสมที่สุด และให้แต่ละคู่สรุปแนวทางแก้ไขปัญหาค่าที่เหมาะสมที่สุด เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

2. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2-3 คู่ สรุปรายแนวทางป้องกันและแก้ไขให้เพื่อนๆ ฟังหน้าชั้นเรียน

## 3. ชั้นสรุป ( 5นาที)

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ภาพยนตร์เรื่องสั้น เรื่อง “ท้องไม่พร้อมในวัยเรียน”
3. ข่าวปัญหาในเรื่องเพศที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จำนวน 2 ข่าว
4. ใบงานการวิเคราะห์วิเคราะห์ถึงสาเหตุพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมและปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

### การประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียน
2. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรมของนักเรียน
3. สังเกตการทำงานเป็นคู่ของนักเรียน
4. การตอบคำถามในใบงานการวิเคราะห์ถึงปัญหาและผลกระทบ พฤติกรรมเสี่ยงที่ก่อให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

## ใบงานที่ 1

เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนจับคู่และวิเคราะห์ถึงสาเหตุพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควรที่มีการเชื่อมโยงกับการปฏิบัติ ศิล 5 ว่าเป็นสิ่งที่ควรกระทำหรือไม่ เพราะเหตุใด

ชื่อ 1. ....

2. ....

ศิลปะข้อที่ 1

.....

.....

.....

ศิลปะข้อที่ 2

.....

.....

.....

ศิลปะข้อที่ 3

.....

.....

.....

ศิลปะข้อที่ 4

.....

.....

.....

ศิลปะข้อที่ 5

.....

.....

.....

## ใบงานที่ 2

เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนในแต่ละคู่ช่วยกันวิเคราะห์แนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหามาจากหนังสือเรื่อง  
“ท้องไม่พร้อมในวัยเรียน” ที่เหมาะสมที่สุดเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

ชื่อ 1. ....

2. ....



A large rounded rectangular box containing horizontal dotted lines for writing.

## แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนแบบหลักไตรสิกขา

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

เวลา 50 นาที

เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน (รักอย่างไร ไม่เดือดร้อน)

#### สาระสำคัญ

วัยรุ่นส่วนใหญ่ในปัจจุบันมีค่านิยมในเรื่องเพศเปลี่ยนไป ไม่เห็นความสำคัญในเรื่องการรักษานวลสงวนตัว ทั้งยังไม่มีความรู้ความเข้าใจ รวมทั้งไม่คำนึงถึงปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ซึ่งในความจริงแล้วปัญหาและผลกระทบที่เกิดขึ้นเป็นปัญหาใหญ่ในสังคม ปัญหาและผลกระทบดังกล่าวเป็นเรื่องใกล้ตัวที่วัยรุ่นควรเรียนรู้ หากวัยรุ่นรู้เท่าทันกับปัญหา ก็จะเป็นการช่วยลดปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคม

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนจะสามารถดังนี้

1. บอกสาเหตุปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้
2. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้
3. เสนอแนวทางการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้

#### สาระการเรียนรู้ /เนื้อหา

1. สาเหตุปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
2. ปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
3. แนวทางการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

#### กระบวนการเรียนรู้

##### 1. ชี้นำ ( 5 นาที )

1. ครูนำภาพวัยรุ่นจับมือกัน โอบกอดกัน มาให้นักเรียนดู
2. ครูซักถามนักเรียนเกี่ยวกับภาพวัยรุ่นจับมือกัน โอบกอดกันว่านักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับภาพ เพื่อนำเข้าสู่บทเรียน

## 2. ชั้นกิจกรรม ( 40 นาที )

ครูดำเนินการสอนแบบหลักไตรสิกขา ดังนี้

### ขั้นศีล

1. ครูถามนักเรียนด้วยคำถามที่เชื่อมโยงกับหลักศีลดังนี้  
“คนรักกันมีเพศสัมพันธ์กันเป็นเรื่องธรรมดา จริงหรือ ”  
“ถ้ารักจริงต้องยอม จริงหรือ ”  
“ถ้ายอมมีเพศสัมพันธ์ด้วยจะรักมากขึ้น จริงหรือ ”
2. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและสุ่มนักเรียน 2 คน ออกมาสรุปการวิเคราะห์สาเหตุและความคิดเห็นให้เพื่อนๆ ฟังหน้าชั้นเรียน

### ขั้นสมาธิ

ครูแจกใบความรู้ เรื่อง ผลกระทบต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นโดยให้นักเรียนทุกคนใช้เวลา 10 นาทีในการอ่านใบความรู้ เพื่อให้นักเรียนเกิดความสงบจดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนเกิดสมาธิ

### ขั้นปัญญา

1. แบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 7-8 คน คละหญิง - ชายทุกกลุ่ม
2. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มแสดงความคิดเห็นว่า
  - ปัจจัยใดบ้างที่ทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
  - ผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อให้เกิดปัญหาใดบ้าง
  - เสนอแนวทางการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
3. ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มเขียนความคิดเห็นลงในใบกิจกรรมเรื่อง รักอย่างไร...ไม่เดือดร้อน แล้วให้ตัวแทนกลุ่มบันทึกลงในกระดาษสรุปความคิดเห็นของกลุ่ม
4. เมื่อแต่ละกลุ่มทำกิจกรรมเสร็จแล้ว ให้ตัวแทนกลุ่มนำผลงานออกมานาเสนอเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนในกลุ่มอื่น ๆ

## 3. ชั้นสรุป ( 5 นาที )

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ครูอธิบายเพิ่มเติมให้นักเรียนเข้าใจว่า ปัญหาจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนนั้น สามารถป้องกันได้

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ใบกิจกรรมเรื่อง รักอย่างไร...ไม่เดือดร้อน
2. ใบความรู้ เรื่อง ผลกระทบต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

### การประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียน
2. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรมของนักเรียน
3. สังเกตการทำงานเป็นกลุ่มของนักเรียน
4. การตอบคำถามในใบกิจกรรมเรื่อง รักอย่างไร...ไม่เดือดร้อน



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## ใบความรู้

### เรื่อง ผลกระทบที่เกิดจากการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

#### ผลกระทบต่อการใช้พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น เป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญในช่วงการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นเป็นอย่างยิ่ง เพราะนอกจากจะมีผลกระทบโดยตรงต่อสุขภาพทางด้านร่างกายแล้ว ยังมีผลกระทบทางอ้อมต่อสุขภาพจิตของตนเอง ครอบครัว และเป็นปัญหาสาธารณสุขในอนาคต โดยผลกระทบต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นมีดังนี้

#### 1. การล่วงละเมิดทางเพศ

การล่วงละเมิดทางเพศ (Sexual Harassment) หมายถึง การกระทำใดๆ ทั้งกาย วาจา ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องชู้สาว หรือเกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ระหว่างบุคคลต่างเพศหรือเพศเดียวกันโดยมุ่งกระทำที่จะเอาเปรียบหรือสนองอารมณ์ทางเพศของตน จนผู้ถูกกระทำเกิดความรู้สึกรังเกียจ หรือหวาดผวาท่อการกระทำนั้นๆ ปัจจุบันการล่วงละเมิดทางเพศจะพบในเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี เป็นส่วนใหญ่ ผลกระทบจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศพบได้ทางร่างกายและจิตใจอย่างมากมาย ผลกระทบทางร่างกาย ได้แก่ การได้รับบาดเจ็บมีบาดแผลตามร่างกาย อวัยวะเพศติดเชื้อ และตั้งครรภ์ ผลกระทบทางด้านจิตใจ เช่น รู้สึกโกรธ วิตกกังวล กลัว ซึมเศร้า คิดฆ่าตัวตาย ติดสารเสพติด รวมถึงปัญหาบุคลิกภาพ

การล่วงละเมิดทางเพศที่ปรากฏขึ้นในสังคมไทยปัจจุบัน มีตั้งแต่ระดับเบาไปจนถึงหนักตั้งแต่การใช้สายตา พูดจาแทะโลม พูดสองแง่สองง่าม พูดตลกกลามก การลูบคลำ จับมือถือแขน ไปจนถึงการใช้กำลังบังคับให้มีเพศสัมพันธ์

#### 2. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

เมื่อเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์แล้วจะก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบ ต่างๆ ตามมามากมายดังนี้

1. เกิดความเจ็บป่วยและทุกข์ทรมาน
2. เกิดความเครียดและคิดมาก เมื่อรู้ว่าตนเป็นผู้ติดเชื้อเอดส์
3. ทำให้คนในครอบครัวเดือดร้อนต้องมีภาระในการดูแลรักษา
4. เกิดความอับอายแก่ผู้ที่เราเป็นโรคนี
5. ทำให้ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาโรค
6. ถ้ามีเพศสัมพันธ์จะสามารถแพร่เชื้อไปสู่คนอื่นได้
7. ถ้าเป็นโรคเอดส์ก็จะเสียชีวิตทำให้ต้องสูญเสียสมาชิกในครอบครัวไปก่อนวัยอันควรและถ้าเป็นผู้นำครอบครัวก็จะทำให้ครอบครัวเดือดร้อน
8. ประเทศชาติหรือรัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาและทำให้เสียกำลังของชาติไปก่อนวัยอันควร



### 3. การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

3.1 การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาที่รุนแรงมาก ซึ่งเป็นผลมาจากสิ่งต่างๆ ในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ ดังนี้

- มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกัน ซึ่งอาจเกิดจากการขาดความรู้ในเรื่องการวางแผนครอบครัว ตลอดจนวิธีการใช้ถุงยางอนามัยที่ถูกต้อง

- มีความเชื่อผิดๆ ที่ว่าการมีเพศสัมพันธ์นานๆ ครั้งหรือมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียวจะไม่ตั้งครรภ์ การใช้ถุงยางอนามัยจะทำให้ความรู้สึกทางเพศลดลง การหลั่งภายนอกทำให้ปลอดภัยจะไม่ตั้งครรภ์

- การกลัวบิดามารดาจะรู้ว่ามีการใช้ยาคุมกำเนิดหรือใช้ถุงยางอนามัยจึงไม่ซื้อไว้ใช้

3.2 การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นก่อให้เกิดปัญหาและผลเสียต่อตนเองและทารกในครรภ์ดังนี้

- ปัญหาการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์ ศีรษะทารกไม่ได้สัดส่วนกับช่องเชิงกรานเกิดภาวะโลหิตจาง ความดันโลหิตสูงในมารดา ซึ่งจะส่งผลต่อทั้งมารดาและทารก

- ปัญหาด้านการศึกษา ซึ่งบางคนอาจไม่มีโอกาสกลับไปเรียนหนังสือในโรงเรียนก่อนกำหนด

- ปัญหาผลกระทบต่อด้านเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งจะต้องสร้างภาวะให้แก่ตนเองและคนในครอบครัว

### 4. การทำแท้ง

วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรโดยไม่พึงปรารถนา ส่วนใหญ่เป็นการตั้งครรภ์นอกสมรส ซึ่งสภาพดังกล่าวมักจะสร้างความกดดันจากครอบครัวและสังคม ดังนั้นวิธีการที่จะหาทางออกคือการทำแท้งซึ่งผิดกฎหมายและอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อสภาพร่างกายและจิตใจ เช่น การตกเลือด มดลูกทะลุ ตลอดจนการติดเชื้ออย่างรุนแรง และทำให้เสียชีวิตได้

## ใบงานที่ 1

เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน (รักอย่างไร ไม่เดือดร้อน)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเขียนชื่อสมาชิกในกลุ่ม

วันที่.....

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อประธานกลุ่ม.....

ชื่อเลขานุการ.....

ชื่อสมาชิกกลุ่ม

1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

5. ....

6. ....

7. ....

## ใบงานที่ 1

เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน (รักอย่างไร ไม่เดือดร้อน)

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ตามคำถามที่กำหนดให้

1. ปัจจัยใดบ้างที่ทำให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อให้เกิดปัญหาใดบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. เสนอแนวทางการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนแบบหลักไตรสิกขา**  
**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5**

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

เวลา 50 นาที

เรื่อง วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

### สาระสำคัญ

โรคทางติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นโรคที่เป็นปัญหาสำคัญในปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคเอดส์ที่มีการแพร่ระบาดอย่างรุนแรงไปทั่วโลกรวมทั้งประเทศไทยด้วย และยังไม่มียาป้องกันหรือมียารักษาให้หายขาดได้ นอกจากนี้ยังมีโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ ได้แก่ กามโรคที่เป็นแล้วอาจทำให้เกิดอันตรายต่อชีวิตได้ ซึ่งโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ ดังนั้นจึงจำเป็นที่นักเรียนควรจะเรียนรู้ ทำความเข้าใจ และมีการปฏิบัติตนอย่างถูกต้องในการป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนสามารถดังนี้

1. ยกตัวอย่างโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้
2. วิเคราะห์ปัญหาและสาเหตุของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้อย่างถูกต้อง
3. ระบุถึงอาการ และการติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้อย่างถูกต้อง
4. ยกตัวอย่างถึงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้
5. เสนอแนวทางการป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดต่อของ

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้

### สาระการเรียนรู้ / เนื้อหา

1. ประเภทของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2. ปัญหาและสาเหตุของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
3. อาการ และการติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
4. พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
5. การป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดต่อของโรคติดต่อทาง

เพศสัมพันธ์

## กระบวนการเรียนรู้

### 1. ชี้นำ ( 5 นาที )

1. ครูนำภาพเกี่ยวกับการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ มาแสดงให้นักเรียนดู ขอบข่ายเนื้อหาสามารถกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความสนใจในเรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ แล้วให้นักเรียนแสดงความรู้สึกต่อภาพนั้น ๆ

2. ครูสอบถามความรู้สึกของนักเรียนต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

### 2. ชีงกิจกรรม ( 40 นาที )

แบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 7-8 คน โดยใช้วิธีการนับเลข 1 ถึง 5 และกำหนดให้นักเรียนคนที่ได้เลขเหมือนกันอยู่กลุ่มเดียวกัน ครูให้แต่ละกลุ่มเลือกประธานและเลขานุการประจำกลุ่ม ครูดำเนินการสอนแบบหลักไตรสิกขา ดังนี้

#### ขั้นศีล

1. ให้นักเรียนทุกกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงสาเหตุการเกิดโรคจากภาพ เกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ที่เชื่อมโยงกับพฤติกรรมในทางลบหรือพฤติกรรมที่ผิด ศีล 5 ที่ก่อให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โดยอภิปรายจากข้อคำถามและเขียนตอบลงในใบงานที่ครูกำหนดไว้ ดังนี้

#### คำถาม

1. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมไม่ถูกต้องในเรื่องเพศ ของตนเองและผู้อื่นอย่างไร

2. ปัญหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีสาเหตุมาจากอะไร

3. การเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีสาเหตุเชื่อมโยงกับกับการผิดหลักศีล 5 ในข้อใด และเพราะเหตุใด

2. ให้ประธานกลุ่มเป็นผู้ดำเนินการและเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มแสดงความคิดเห็นต่อภาพโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

3. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม นำเสนอคำตอบให้เพื่อนๆ ฟัง

#### ขั้นสมาธิ

ครูให้นักเรียนปฏิบัติสมาธิ นั่งหลับตา(การกำหนดลมหายใจเข้า - ออก ให้สติอยู่กับลมหายใจเข้าออกเป็นหลัก) ใช้เวลา 5 นาที

#### ขั้นปัญญา

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มศึกษาค้นคว้าจากแหล่งการเรียนรู้ที่ครูจัดให้(ใบความรู้ เรื่อง “โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์”)เพื่อกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหาตามสาเหตุของปัญหา ลงในใบงานที่ครูกำหนดให้ ซึ่งคำถามมีดังต่อไปนี้

### คำถาม

1. ปัญหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ นักเรียนควรจะแก้ไขที่ต้นเหตุ หรือ ปลายเหตุ เพราะเหตุใด
2. นักเรียนมีแนวทางแก้ไขปัญหาคืออะไร
3. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน นักเรียนจะมีแนวทางแก้ไขปัญหาคืออะไร

### 3. ชั้นสรุป ( 5 นาที )

1. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปคำตอบให้เพื่อนๆ ฟัง
2. ครูอภิปรายสรุปถึงอาการและสาเหตุของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ภาพเกี่ยวกับการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2. ใบงานการวิเคราะห์ถึงสาเหตุการเกิดโรค
3. ใบความรู้เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
4. ใบงานการกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหาคืออะไร

### การประเมินผล

1. การตอบคำถามในใบงานการกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหาคืออะไร
2. การตอบคำถามในใบงานการวิเคราะห์ถึงสาเหตุการเกิดโรค
3. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียน
4. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรมของนักเรียน
5. สังเกตการทำงานกลุ่มของนักเรียน

## ใบความรู้

### เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

#### ความหมายของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ คือ โรคที่ติดต่อโดยการร่วมเพศกับผู้ที่เป็นโรค หรือการทำ ความสะอาดไม่ถูกสุขลักษณะหลังการร่วมเพศ ซึ่งโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีดังนี้

1. โรคเอดส์
2. กามโรค เช่น โรคหนองใน โรคแผลริมอ่อน โรคซิฟิลิส

#### โรคเอดส์

โรคเอดส์ (AIDS) ย่อมาจากคำว่า Acquired Immunodeficiency Syndrome ซึ่งแปลว่า “กลุ่มอาการภูมิคุ้มกันบกพร่อง” เป็นกลุ่มอาการของโรคที่เกิดจากเชื้อไวรัสเอชไอวี (HIV ย่อจาก Human Immunodeficiency Virus) เมื่อเข้าสู่ร่างกาย จะเข้าไปทำลายเม็ดเลือดขาว ทำให้ระบบ ภูมิคุ้มกันในร่างกายเสื่อม หรือบกพร่องลง เป็นผลทำให้เป็นโรคติดเชื้อ หรือเป็นมะเร็งบางชนิดได้ง่าย กว่าคนปกติ อาการมักจะรุนแรง และเรื้อรัง และเสียชีวิตในที่สุดสถานการณ์โรคเอดส์

#### สาเหตุ

โรคเอดส์เกิดจากการติดเชื้อไวรัสชนิดหนึ่งที่เรียกว่า Human Immunodeficiency Virus หรือ HIV ไวรัสชนิดนี้จะเข้าไปทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำให้ไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อ โรคชนิดอื่นๆได้ ร่างกายจึงมีโอกาสเป็นโรคต่างๆ ได้ง่าย และทำให้ตายเร็วกว่า คนปกติ

#### ลักษณะอาการ

ผู้ได้รับเชื้อเอดส์ จะมีอาการต่างๆ ของโรคแบ่งได้เป็น 2 ระยะดังนี้

##### 1. ระยะไม่ปรากฏอาการ [Asymptomatic Stage]

ผู้ติดเชื้ออาจจะไม่มีอาการผิดปกติแต่อย่างใด ระหว่างนี้สุขภาพจะแข็งแรงเหมือนคนปกติ เลือดจะ ให้ผลบวกหลังรับเชื้อประมาณ 4 สัปดาห์ขึ้นไป ผู้ติดเชื้อจำนวนมากจะอยู่ในระยะนี้และไม่ทราบว่า ตนเองติดเชื้อ เมื่อมีเพศสัมพันธ์ ก็อาจถ่ายทอดเชื้อเอดส์ไปสู่คู่อีกได้

##### 2. ระยะที่มีอาการ [Symptomatic Stage]

###### 2.1 ระยะเริ่มปรากฏอาการ [Symptomatic HIV Infection]

เดิมเรียกระยะมีอาการสัมพันธ์กับเอดส์หรือ ARC [AIDS Related Complex]

ปัจจุบันใช้คำใหม่เพื่อเข้าใจง่าย ในระยะนี้นอกจากเลือดจะให้ผลบวกแล้วยังมีอาการ อย่างใดอย่างหนึ่ง หรือหลายอย่างเช่น

- มีเชื้อราในปากบริเวณกระพุ้งแก้ม และเพดานปาก
- ต่อม้ำเหลืองโต ที่บริเวณ คอ รักแร้ ขาหนีบ
- เป็นงูสวัด หรือแผลริมชนิดลูกกลม
- มีอาการเรื้อรังนานเกิน 1 เดือน โดยไม่ทราบสาเหตุ เช่น มีไข้ ท้องเสีย

ผิวหนังอักเสบ น้ำหนักลด

## 2.2 ภาวะโรคเอดส์ [AIDS]

ภูมิคุ้มกันของผู้ป่วยถูกทำลายไปมาก ทำให้เกิดการติดเชื้อที่มักไม่เป็นในคนปกติ ที่เรียกว่า "โรคติดเชื้อฉวยโอกาส" ซึ่งมีหลายชนิด แล้วแต่จะติดเชื้อชนิดใด และเกิดที่ส่วนใดของร่างกาย เช่น

- ถ้าเป็นวัณโรคที่ปอดจะมีอาการไข้เรื้อรัง ไอเป็นเลือด หอบ น้ำหนักลด
- ถ้าเป็นปอดบวมจากเชื้อ *Pneumocystis Carinii* จะมีไข้ ไอแห้งๆ หอบ
- ถ้าเป็นเยื่อหุ้มสมองอักเสบจากเชื้อ *Cryptococcus* จะมีอาการปวดศีรษะอย่างรุนแรง คอแข็ง คลื่นไส้ อาเจียน

- ถ้าเป็นเชื้อราในทางเดินอาหารจะมีอาการ เจ็บคอ กลืนลำบาก
- บางรายอาจเป็นมะเร็ง

### การติดต่อ

เชื้อไวรัสเอดส์ติดต่อได้หลายทาง เช่น

1. ทางเพศสัมพันธ์ ทั้งต่างเพศและเพศเดียวกัน (ในชายรักร่วมเพศ หรือเกย์)
2. ทางเลือด เช่น การได้รับการถ่ายเลือด, การปลูกถ่ายอวัยวะที่มีเชื้อ, การแปดเปื้อนผลิตภัณฑ์ จากเลือด, การใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน เป็นต้น ส่วนการใช้ของมีคม (เช่น ไม้ขีดไฟ) ร่วมกับ ผู้ติดเชื้อ การสัก การเจาะหู อาจมีโอกาสดูดเชื้อที่มีเชื้อได้ แต่จะมีโอกาสติดโรคได้ ก็ต่อเมื่อมีแผลเปิด และปริมาณเลือด หรือน้ำเหลืองที่เข้าไปในร่างกายมีจำนวนมากพอ
3. การติดต่อจากมารดาที่มีเชื้อสู่ทารก ตั้งแต่ระยะอยู่ในครรภ์ ระยะคลอด และระยะเลี้ยงดู หลังคลอด โอกาสที่ทารกจะติดเชื้อจากมารดา ประมาณร้อยละ 20-50

### พฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ มีดังนี้

1. การสำส่อนทางเพศ มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย
2. การเสพยาเสพติดชนิดฉีดเข้าเส้น โดยการใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น
3. การสัมผัสกับเลือดของผู้อื่นโดยไม่ได้ใส่ถุงมือป้องกันและมีบาดแผลทำให้เชื้อเอดส์ในเลือดของผู้ป่วยเอดส์เข้าสู่ร่างกายได้
4. การใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ที่ต้องสัมผัสกับเลือดร่วมกับผู้อื่น เช่น แปรงสีฟัน ไม้แคะหู มีดโกน หนวด กรรไกรตัดเล็บ อุปกรณ์ที่ใช้เจาะหู อุปกรณ์ที่ใช้ในการสัก เป็นต้น

### พฤติกรรมที่ไม่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์

จากการศึกษาในประเทศต่าง ๆ เท่าที่ผ่านมา ไม่พบว่ามี การติดต่อโดย

1. การกินอาหาร และดื่มน้ำร่วมกัน
2. หายใจ ไอ จามรดกัน
3. การกินอาหาร และดื่มน้ำร่วมกัน
4. การว่ายน้ำในสระ หรือเล่นกีฬา ร่วมกัน
5. การใช้ห้องน้ำร่วมกัน
6. การอยู่ในห้องเรียน ห้องทำงาน ยานพาหนะ หรือการอยู่ใกล้ชิดกับ ผู้ติดเชื้อ
7. การสัมผัส โอบกอด



8. การใช้ครีว ภาชนะเครื่องครีว จาน แก้ว หรือผ้าเช็ดตัวร่วมกัน
9. การใช้โทรศัพท์ร่วมกัน
10. การถูกขู่ หรือแมลงกัด

### การป้องกันโรคเอดส์

เอดส์เป็นโรคที่ป้องกันได้ แต่ยังไม่มียาใดสามารถรักษาให้หายได้ในขณะนี้ การปฏิบัติตนซึ่งจะช่วยป้องกันโรคเอดส์ได้ มีดังนี้

1. ไม่สำส่อนทางเพศ และควรใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่มีใช้คู่สมรสของตน
2. ไม่เสพสารเสพติด โดยเฉพาะอย่างยิ่งห้ามใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่นนอกจากนี้การเสพสารเสพติดบางชนิดจะทำให้ผู้เสพเกิดความเคลิบเคลิ้ม งุนงง และชักนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่มี การป้องกัน อันอาจนำมาซึ่งการติดเชื้อเอดส์ในที่สุด
3. ไม่ใช้แปรงสีฟัน ไม้แคะหู กรรไกรตัดเล็บ มีดโกนหนวด หรืออุปกรณ์อื่นๆร่วมกับผู้อื่น
4. เลือกถุงยางอนามัยที่มีคุณภาพดี และใช้อย่างถูกวิธีทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์
5. ถ้ามีเหตุที่ต้องสัมผัสเลือด เช่น การปฐมพยาบาลบาดแผลให้ผู้อื่น ควรใช้ถุงมือยาง ถุงมือพลาสติก หรือถุงพลาสติกที่สะอาดสวมมือทุกครั้ง
6. ก่อนแต่งงาน ควรตรวจเลือดทั้งฝ่ายชายและฝ่ายหญิง

### กามโรค

เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งเป็นกลุ่มโรคที่มีการติดเชื้อหลายชนิด เช่น โรคหนองใน เป็นโรคที่ติดต่อได้ง่ายและมีอาการอย่างรวดเร็ว ท่อปัสสาวะจะอักเสบมีหนองไหล ในผู้หญิงเชื้ออาจลุกลามทำให้ปีกมดลูกและมดลูกเกิดอาการอักเสบ อาจทำให้เป็นหมันและถึงแก่ชีวิตได้ โรคแผลริมอ่อน เป็นกามโรคที่จะเกิดแผลเจ็บแสบที่อวัยวะเพศและทำให้ต่อมน้ำเหลืองขาอักเสบ โดยการเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย ชั้นแรกจะเป็นมีดผื่นที่อวัยวะเพศ ต่อมาจะกลายเป็นตุ่มหนองลุกลามอย่างรวดเร็วถึงต่อมน้ำเหลืองบริเวณขาหนีบจนกลายเป็นฝี แผลที่อวัยวะเพศหากไม่รักษาจะกินเนื้อไปเรื่อย ๆ อาจถึงขั้นทำให้อวัยวะเพศแห้งได้

โรคซิฟิลิส เป็นโรคติดต่อที่เรื้อรังร้ายแรง หากไม่ได้รับการรักษาเชื้อจะลุกลามต่อไปอาจเข้าไปในระบบประสาท กระดูก และข้อ อาจทำให้เกิดความพิการและเสื่อมสมรรถภาพทางร่างกายได้

นอกจากกามโรคที่ยกตัวอย่างเบื้องต้นนี้แล้ว ยังมีกามโรคและท่อน้ำเหลือง กามโรค เรื้อรัง บริเวณขาหนีบ เป็นต้น โรคติดต่อทางเพศไม่ได้ติดต่อกันด้วยการอยู่ร่วมกันเราสามารถอยู่ร่วมกับผู้ป่วยโรคเหล่านี้แต่ต้องป้องกัน ซึ่งจะมีวิธีการป้องกันดังต่อไปนี้

1. ไม่ควรสำส่อนทางเพศ ไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลที่ไม่แน่ใจว่ามีโรคติดต่อหรือไม่
2. ก่อนการมีเพศสัมพันธ์ควรรู้จักป้องกันตนเอง โดยสวมถุงยางอนามัยทุกครั้ง
3. หลีกเลี่ยงการสัมผัสน้ำในช่องคลอด น้ำอสุจิ เลือด น้ำลาย เสมหะ เหงื่อปัสสาวะของผู้อื่น
4. ไม่ควรเสพสารเสพติด

5. ไม่ใช่สิ่งของเครื่องใช้ร่วมกับผู้อื่น เช่น เสื้อผ้า ผ้าเช็ดตัว มีดโกนหนวด กรรไกรตัดเล็บ
6. ควรมีการตรวจเลือดและตรวจสุขภาพเป็นประจำ
7. เมื่อพบความผิดปกติในร่างกาย ควรรีบปรึกษาแพทย์ทันที



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนแบบหลักไตรสิกขา

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

เวลา 50 นาที

เรื่อง วิธีหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยงและการตั้งครมโดยไม่พึ่งประสงค์

#### สาระสำคัญ

พฤติกรรมทางเพศเป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมมนุษย์ การแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม อาจก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาภายหลังได้ โดยเฉพาะวัยรุ่นในปัจจุบันมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศและการตั้งครมโดยไม่พึ่งประสงค์ การควบคุมพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น จึงควรมีการเรียนรู้และฝึกปฏิบัติการใช้ทักษะในการปฏิเสธ และการต่อรอง จนเกิดเป็นความเคยชินที่จะสามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหา และการเผชิญสถานการณ์ โดยหาทางเลือกที่ถูกต้องและเหมาะสมได้เป็นอย่างดี

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนสามารถดังนี้

1. บอกวิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้
2. ป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครมโดยไม่พึ่งประสงค์ได้
3. วิเคราะห์ถึงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครมโดยไม่พึ่งประสงค์ได้
4. ฝึกปฏิบัติการแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้

#### สาระการเรียนรู้ / เนื้อหา

1. พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครมโดยไม่พึ่งประสงค์
2. วิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครมโดยไม่พึ่งประสงค์

#### กระบวนการเรียนรู้

##### 1. ชี้นำ ( 5 นาที )

1.ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 7-8 คน โดยให้แต่ละกลุ่มมีสมาชิกทั้งเพศชายและเพศหญิง ครูให้แต่ละกลุ่มเลือกประธานและเลขานุการประจำกลุ่ม ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทน 5 คนออกมาเขียนถึงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาทางเพศบนกระดาน

2.ครูสนทนากับนักเรียนว่าการมีพฤติกรรมดังที่นักเรียนเขียนบนกระดานย่อมนำไปสู่ปัญหาทางเพศอื่นๆ ตามมามากมาย แล้วโยงเข้าสู่บทเรียนเรื่องวิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์

## 2. ชั้นกิจกรรม ( 40 นาที )

ครูดำเนินการสอนแบบหลักไตรสิกขา ดังนี้

### ขั้นศีล

ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายและวิเคราะห์จากคำตอบของสมาชิกในกลุ่มที่ออกไปเขียนพฤติกรรมเสี่ยงในเรื่องเพศ ว่าจากพฤติกรรมดังกล่าวมีการแสดงพฤติกรรมที่ผิดหลักศีลธรรมหรือหลักศีล 5 ในข้อใดบ้าง โดยมีประธานเป็นผู้ดำเนินการ และเลขานุการจดบันทึก  
ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปลำดับข้อให้เพื่อนๆ ฟังหน้าชั้นเรียน

### ขั้นสมาธิ

ครูแจกบทความ เรื่อง “พฤติกรรมเสี่ยงของการมีเพศสัมพันธ์” โดยให้นักเรียนทุกคนอ่านเพื่อให้เกิดสมาธิสามารถหาแนวทางการแก้ไขปัญหาได้โดยครูจะกำหนดเวลา 7 นาที เพื่อร่วมกันอภิปรายและแสดงความคิดเห็นภายในกลุ่มของตนเอง

### ขั้นปัญญา

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์แนวทางแก้ไขปัญหามาจากบทความที่ครูแจกให้ และให้แต่ละกลุ่มสรุปลักษณะแนวทางแก้ไขปัญหามาเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้
2. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปลำดับข้อให้เพื่อนๆ ฟังหน้าชั้นเรียน

## 3. ชั้นสรุป ( 5 นาที )

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ใบความรู้เรื่อง “พฤติกรรมเสี่ยงของการมีเพศสัมพันธ์ ”
2. ภาพพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นต่อการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์
3. ใบงานการวิเคราะห์และแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงในเรื่องเพศ

### การประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียน
2. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรมของนักเรียน
3. สังเกตการทำงานกลุ่มของนักเรียน
4. การตอบคำถามในใบงานการวิเคราะห์และแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงในเรื่องเพศ

## ใบความรู้ เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงของการมีเพศสัมพันธ์

### พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เช่น การไม่ใช้ถุงยางอนามัยในขณะที่มีเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์กับคนหลายคน การใช้สารเสพติดและใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน เป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เพราะอาจก่อให้เกิดผลกระทบในภายหลัง เช่น การติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การมีบุตรก่อนวัยอันควร หรือมีบุตรนอกสมรส เป็นต้น ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพ

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หมายถึง การประพฤติกหรือการปฏิบัติตนทางเพศของวัยรุ่นที่อาจก่อให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้

### พฤติกรรมเสี่ยงของการมีเพศสัมพันธ์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์นั้น ถ้าเราไม่ประมาทก็จะติดต่อไม่ได้ ไม่เหมือนโรคหวัดที่ติดต่อกันได้ง่ายหรือเกิดได้ง่าย พฤติกรรมเสี่ยงของการมีเพศสัมพันธ์ส่งผลต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์มีดังนี้

1. การดื่มสุราและใช้สารเสพติด การดื่มสุราทำให้คนเรามึนเมาขาดสติ ขาดความยับยั้งชั่งคิด เกิดความคึกคะนอง และจะนำไปสู่การไปใช้บริการทางเพศกับหญิงขายบริการ หรือแม้แต่ผู้หญิงที่ดื่มสุรา เสพยาบ้า ยาไอ้ ยาเลิฟ ก็จะทำให้เกิดความมึนเมาเคลิบเคลิ้ม เกิดความรู้สึกทางเพศและอาจมีเพศสัมพันธ์ซึ่ง จะนำไปสู่การติดเชื้อได้

2. การเที่ยวในสถานบันเทิงเรีงรมย์ การไปเที่ยวสถานบันเทิงเรีงรมย์มักจะมีการใช้สารเสพติดและของมึนเมา อีกทั้งยังมีแต่พวกขาดสติ ไม่ระมัดระวังในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ซึ่งจะนำไปสู่การติดเชื้อได้

3. การใช้เข็มร่วมกับผู้อื่น ผู้ที่ใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น ผู้ที่ไปเจาะหู เจาะจมูก เจาะลิ้น เจาะคิ้ว สักยันต์ สักรูปต่าง ๆ บนผิวหนัง โดยใช้เข็มร่วมกันกับผู้ติดเชื้อโรคเอดส์ มีโอกาสเสี่ยงที่จะติดเชื้อเอดส์ได้

4. การใช้สื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ ในปัจจุบันมีสื่อที่กระตุ้นอารมณ์ทางเพศหลายประเภท เช่น ซีดี วีซีดี ดีวีดี และหนังสือการ์ตูน สื่อเหล่านี้ล้วนทำให้วัยรุ่นเกิดอารมณ์ทางเพศได้ง่ายและรวดเร็ว

5. การกอดจูบกับเพศตรงข้ามหรือคนรัก การมีพฤติกรรมกอดจูบกับเพศตรงข้ามหรือคนรักเป็นพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีความสัมพันธ์กันลึกซึ้งระหว่างชายหญิง มีโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ซึ่งเป็นวัยที่ยังไม่สมควรมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่น

6. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร วัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุน้อยเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งถือว่าเป็นการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร อาจก่อให้เกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ทั้งนี้ เนื่องจากวัยรุ่นยังไม่มีความพร้อมต่อการตั้งครรภ์ ซึ่งอาจทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ได้ เช่น ความผิดปกติระหว่างตั้งครรภ์ของ

ทารก สภาพร่างกายมารดา การเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดา ตลอดจนความรับผิดชอบที่จะดูแลทารก เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ได้

7. การแต่งกายไม่เหมาะสม พฤติกรรมการแต่งกายที่ทำให้ฝ่ายชายเกิดความรู้สึกอยากมีเพศสัมพันธ์ด้วยในช่วงระยะเวลาที่อยู่ในสถานที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศ โดยการสวมกระโปรงสั้น กางเกงขาสั้น โชว์ขาที่ขาวเนียน สวมเสื้อรัดรูป คอลึก หรือแหวกเว้า ทำให้ล่อตาล่อใจเพศตรงข้าม นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ ซึ่งมีโอกาสติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## ใบงานที่ 1

เรื่อง วิธีหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยงและการตั้งครรภโดยไม่พึ่งประสงค์

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเขียนชื่อสมาชิกในกลุ่ม

วันที่.....

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อประธานกลุ่ม.....

ชื่อเลขานุการ.....

ชื่อสมาชิกกลุ่ม

1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

5. ....

6. ....

7. ....





## แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนแบบหลักไตรสิกขา

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

เวลา 50 นาที

เรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ

#### สาระสำคัญ

ความเสมอภาคทางเพศ มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตในสังคมช่วยให้สามารถวางตัวได้อย่างเหมาะสมกับเพศตรงข้าม และสอดคล้องกับค่านิยมของสังคมไทย ตลอดจนช่วยหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาทางเพศที่เกิดขึ้นในสังคม

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนจะสามารถดังนี้

1. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศได้
2. บอกวิธีการวางตัวต่อเพศตรงข้ามและปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้ามได้อย่างเหมาะสม
3. บอกลักษณะปัญหาทางเพศและแนวทางแก้ไขปัญหาทางเพศได้ถูกต้อง

#### สาระการเรียนรู้ / เนื้อหา

1. ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ
2. การวางตัวต่อเพศตรงข้าม
3. ปัญหาทางเพศ

#### กระบวนการเรียนรู้

##### 1. ชี้นำ ( 5 นาที )

ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับบทบาทของผู้หญิงไทยในปัจจุบัน โดยครูอาจยกตัวอย่างผู้หญิงที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จัก แล้วโยนเข้าสู่บทเรียนเรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ

##### 2. ชี้นกิจกรรม ( 40 นาที )

ครูดำเนินการสอนแบบหลักไตรสิกขา ดังนี้

##### ขั้นศีล

1. ครูให้นักเรียนบอกบทบาท หน้าที่ของบุคคลที่ยกตัวอย่าง และสิ่งที่ควรยึดถือเป็นแบบอย่างที่ดีรักษาในศีลและศีลธรรมพร้อมบอกเหตุผลประกอบ
2. ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2 -3 คนออกมาแสดงความและเหตุผลประกอบให้เพื่อนๆ ฟังหน้าชั้นเรียน

### ขั้นสมาธิ

ครูให้นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง “ ความเสมอภาคทางเพศ ” โดยการจับเวลา 7 นาที เพื่อให้นักเรียนเกิดความสงบและเกิดสมาธิ

### ขั้นปัญญา

1. ครูให้นักเรียนคิดวิเคราะห์ถึงบทความในใบความรู้ที่นักเรียนได้อ่านแล้วตอบคำถามลงในใบงานที่ครูกำหนดให้ โดยมีคำถามว่า “ ความเสมอภาคทางเพศ มีความสำคัญหรือไม่ อย่างไร ”
2. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม ออกมาเสนอความคิดเห็นให้เพื่อนๆ ฟังหน้าชั้นเรียน

### 3. ขั้นสรุป ( 5 นาที )

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงความเสมอภาคทางเพศดังนี้

1. ครูอธิบายให้นักเรียนเข้าใจว่า ปัจจุบันสังคมไทยให้ความสำคัญในเรื่องความเท่าเทียมกันระหว่างเพศหญิงและเพศชายมากขึ้นกว่าในอดีต ถือเป็นกาเปิดโอกาสทางสังคมให้กับเพศหญิงในด้านต่างๆ เพิ่มขึ้น ทั้งยังก่อให้เกิดผลดีทั้งทางด้านจิตใจ และด้านสังคมต่อเพศหญิงตามมาอีกด้วย ครูอธิบายให้นักเรียนเข้าใจว่าในปัจจุบันนี้สังคมโลก และสังคมไทยของเรามีความหลากหลายทางเพศที่เกิดขึ้นนอกจากเพศชายและเพศหญิง แล้วให้นักเรียนศึกษาความรู้เรื่อง ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ จากหนังสือเรียน หรือหนังสือค้นคว้าเพิ่มเติม ตามความเหมาะสม
2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เรื่อง ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ ทั้งนี้ครูอธิบายเพิ่มเติมให้นักเรียนเข้าใจว่า ความเสมอภาคทางเพศนั้น จะต้องเป็นความเสมอภาคที่มีความดีงามทางวัฒนธรรมเป็นตัวกำกับด้วย

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ภาพผู้หญิงที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จัก จำนวน 2 ภาพ หรือมากกว่า
2. ใบความรู้เรื่อง “ ความเสมอภาคทางเพศ ”
3. ใบงานการวิเคราะห์ถึงบทความเรื่อง “ ความเสมอภาคทางเพศ ”

### การประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียน
2. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรมของนักเรียน
3. สังเกตการทำงานของนักเรียน
4. การตอบคำถามในใบงานการวิเคราะห์ถึงความเสมอภาคทางเพศ

## ใบความรู้

### เรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ

#### เพศ (Sex) คือ?

- ความแตกต่างทางสรีระร่างกาย
- ธรรมชาติมอบให้มาแต่กำเนิด
- แผลงเพศได้ แต่เปลี่ยนแปลงบทบาทเพศไม่ได้
- เหมือนกันหมดทุกสังคม ทั่วโลก

**เพศ (Sex)** เป็นการจำแนกมนุษย์มาตั้งแต่เกิดตามสรีระร่างกายว่าเป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย เช่น ผู้หญิงมีมดลูก ผู้ชายไม่มีมดลูก ผู้ชายมีลูกกระเดือกที่เห็นได้ชัดและเสียงห้าว ผู้หญิงมีเสียงแหลมเล็กกว่าผู้หญิงมีเต้านมกลมมนเพราะมีไขมันมากกว่าเต้านมของผู้ชาย เป็นต้น

**บทบาทเพศ (Sex Role)** ทั้งหญิงและชายต่างก็มีบทบาทเพศตามเพศสรีระที่มีมาแต่กำเนิด คือ การที่ผู้หญิงตั้งครรถ์เมื่อสุจิของผู้ชายผสมกับไข่ของผู้หญิง ผู้ชายมีเชื้ออสุจิ ผู้หญิงตั้งครรถ์และคลอดลูก ให้อุ้มกอดนมจากเต้านมของตน เป็นต้น

#### บทบาทความสัมพันธ์หญิงชาย (Gender) คือ?

- ความแตกต่างระหว่างหญิงและชายที่เกิดจากความคาดหวังของสังคม
- เรียนรู้ ถ่ายทอด กันต่อๆ มา
- เปลี่ยนแปลงได้ตามกาลเวลาและสภาพสังคม วัฒนธรรม
- สัมพันธ์กับเงื่อนไขทางชนชั้น ชาติพันธุ์ และอายุ
- เป็นความสัมพันธ์ระหว่างหญิงและชายที่เป็นอยู่ทั่วไปคือ เอาเปรียบ ช่มเหง รังแก พึ่งพา ช่วยเหลือ คู่คิด ประองตอง เสมอภาค
- หากต้องการสร้างความเสมอภาคระหว่างหญิงและชายจะต้องปรับความคิดและแนวทางการปฏิบัติเกี่ยวกับบทบาทและความสัมพันธ์ระหว่างหญิงชายเสียใหม่ให้เสมอภาค

นอกเหนือไปจากความแตกต่างทางสรีระ ผู้หญิงกับผู้ชายมีบทบาทต่างกันออกไปตามค่านิยมต่างๆ เกี่ยวกับหญิงและชายที่สังคมเป็นผู้กำหนดขึ้น ผู้หญิงและชายทุกคนในสังคมจะถูกขัดเกลาอบรม สั่งสอนให้รู้จักบทบาทและปฏิบัติหน้าที่แตกต่างกันตามลักษณะความเป็นหญิงชายที่สังคมสร้างไว้ (gender) ครอบครัวยังเป็นผู้รับหน้าที่ในการสร้างกระบวนการเรียนรู้ ถ่ายทอด จากคนรุ่นหนึ่งสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง

บทบาทและความเป็นหญิงเป็นชายในแต่ละสังคมจะถูกหล่อหลอมออกมาตามลักษณะทางเศรษฐกิจ การเมือง สังคม วัฒนธรรม ครอบครัวยังเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กับอายุ ชนชั้น เชื้อชาติ เผ่าพันธุ์ ศาสนา ความเชื่อ ค่านิยม สภาพภูมิศาสตร์ของสังคมนั้นๆ อีกด้วย บทบาทและความเป็นหญิงเป็นชายทางสังคมจึงไม่หยุดนิ่ง และเปลี่ยนแปลงได้ตามยุคสมัยกาลเวลา ทำให้ในบางสังคมแนวความคิดเกี่ยวกับความเป็นหญิงเป็นชายเปลี่ยนแปลงได้ยากหรือเปลี่ยนแปลงได้น้อยทำให้ไม่สอดคล้องกับสภาพเศรษฐกิจสังคมวัฒนธรรมที่เปลี่ยนแปลงไป หรือแม้แต่ในสังคมที่เปลี่ยนแปลงได้

ง่าย บทบาทและความคาดหวังบางอย่างก็ยังคงฝังแน่นและไม่เปลี่ยนแปลง หรือไม่ก็นำไปผูกโยงยึดติดกับบทบาทเพศทางร่างกาย จนหลงลืมกันไปว่าบทบาทความเป็นหญิงชายเหล่านี้ถูกกำหนดโดยสังคม เช่น ผู้หญิงต้องตั้งครุฑและมีเต้านมสามารถให้ลูกดูดกินตามบทบาทเพศ ทำให้สังคมคาดหวังและกำหนดให้ผู้หญิงมีหน้าที่เลี้ยงลูก ทั้งที่ปัจจุบันเด็กคุณนมสำเร็จจากขวดเป็นส่วนใหญ่ แต่สังคมก็ยังคาดหวังให้แม่เป็นผู้ให้นมขวดแก่ลูกทั้งที่เป็นบทบาทที่หญิงชายทำได้เหมือนๆ กัน

อย่างไรก็ตาม ในการทำความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาทความเป็นหญิงเป็นชายนี้ จะจำกัดเฉพาะการจำแนกคุณลักษณะและบทบาทหน้าที่เฉพาะของผู้หญิงและผู้ชายเท่านั้นไม่ได้ เพราะบทบาทความเป็นหญิงเป็นชายนี้ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องด้วยความสัมพันธ์ระหว่างผู้หญิงและผู้ชาย ความสัมพันธ์นี้ไม่เท่าเทียม ก็จะต้องปรับความสัมพันธ์ระหว่างหญิงชายให้เกิดความสมดุล ภายใต้การเปลี่ยนทางสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และแม้แต่ครอบครัวด้วย

เราจึงจำเป็นต้องพิจารณาบทบาทความเป็นหญิงเป็นชายในเชิงความสัมพันธ์ ซึ่งเราเรียกว่า “บทบาทความสัมพันธ์หญิงชาย” เช่น แต่เดิมสังคมไทยมอบบทบาทในการเลี้ยงดูลูกและงานบ้านให้กับผู้หญิง แต่ปัจจุบันผู้หญิงต้องทำงานนอกบ้านเพื่อช่วยเหลือหารายได้ให้แก่ครอบครัว ดังนั้น บทบาทความรับผิดชอบในการเลี้ยงดูบุตรและงานบ้านจึงต้องให้ผู้ชายเข้ามาร่วมรับผิดชอบ เพื่อมิให้ผู้หญิงต้องใช้เวลาในการทำงานแต่ละวันยาวนานมากเกินไป หรือการที่สังคมไทยเคยคาดหวังให้ผู้หญิงไม่ต้องเรียนหนังสือมาก เพราะในอดีตผู้หญิงไม่ต้องทำงานนอกบ้าน ผู้หญิงก็ต้องการเรียนหนังสือมากขึ้นเพื่อให้มีโอกาสในการมีงานทำที่ดี มีเงินเดือนมากขึ้น เป็นต้น

ความเสมอภาคระหว่างหญิงและชาย (Gender Equality)

**ความหมายของความเสมอภาคระหว่างหญิงและชาย** คือ ความเท่าเทียมในสิทธิ หน้าที่ และโอกาสทางสังคม เศรษฐกิจ การเมือง ทั้งของเด็กผู้ใหญ่ ชาย หญิง ซึ่งความแตกต่างทางเพศต้องไม่เป็นเงื่อนไข ในการกำหนดสิทธิและโอกาสทั้งหญิงชาย ความไม่เสมอภาคระหว่างเพศเป็นปัญหาของทุกคนในสังคมมีหน้าที่ร่วมกันแก้ไข เราทุกคน ในสังคมทั้งผู้หญิงและผู้ชายจำเป็นต้องต้องเรียนรู้ และปรับบทบาทความสัมพันธ์หญิงชายให้เสมอภาค และไม่เกิดการครอบงำฝ่ายหนึ่งฝ่ายใด

### การส่งเสริมความเสมอภาค

การบรรลุความเท่าเทียมระหว่างหญิงชาย ไม่ใช่ความรับผิดชอบของหญิงฝ่ายเดียว แต่เป็นหน้าที่ของทุกคนในสังคม โดยเฉพาะชายควรเข้ามามีส่วนร่วม

ข้อเสนอแนะให้กับทุกคนในสังคม ไม่ใช่เอาอำนาจจากฝ่ายหนึ่งให้อีกฝ่ายหนึ่ง แต่ส่งเสริมศักยภาพที่แตกต่างให้เท่าเทียม สมประโยชน์ทั้งคู่

### เราสืบสนว่า

- ความเสมอภาคหมายความว่าทั้งผู้หญิงและผู้ชายจะต้องมีบทบาททำหน้าที่เหมือนกันทุกประการ เช่น
  - หากผู้ชายไปรบในสงครามได้ผู้หญิงต้องไปได้เหมือนผู้ชาย
  - หากผู้ชายต้องไปทำงานในพื้นที่เสี่ยงเวลากลางคืน ผู้หญิงก็ต้องไป
  - หากผู้ชายเที่ยวเตร่ ขี้เมา มีเมียน้อยได้ ผู้หญิงก็ขี้เมา มีสามีน้อยได้

แท้จริงไม่ใช่ ผู้หญิงและผู้ชายไม่จำเป็นต้องมีพฤติกรรม บทบาทเหมือนกัน เพราะผู้หญิงและผู้ชายต่างก็มีความต้องการส่วนบุคคลและบทบาทที่สังคมมอบให้แตกต่างกันทั้งในครอบครัวที่ทำงานในชุมชนและองค์กรต่างๆ ดังนั้น

- ทั้งผู้หญิงและผู้ชายอาจไม่ต้องการไปรบในสงคราม
- ทั้งผู้หญิงและผู้ชายอาจไม่ต้องการไปทำงานในพื้นที่เสี่ยงเวลากลางคืนเหมือนกัน
- พฤติกรรมเที่ยวเตร่ ซี้เมา มีเมียน้อยเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ดังนั้นทั้งผู้หญิงและผู้ชายไม่จำเป็นต้องมีพฤติกรรมดังกล่าว

### เราสืบสนว่า

- การส่งเสริมความเสมอภาคระหว่างผู้หญิงและผู้ชายเป็นปัญหาเฉพาะผู้หญิง
- การส่งเสริมความเสมอภาคทำให้เกิดความขัดแย้ง ทะเลาะเบาะแว้งกัน
- การส่งเสริมความเสมอภาคจะทำให้ผู้หญิงออกมาต่อสู้ให้เกิดการลดบทบาทและอำนาจของผู้ชาย

### แท้จริงไม่ใช่ แต่การส่งเสริมความเสมอภาคจะทำให้

- เกิดการส่งเสริมพลังศักยภาพที่แตกต่างของทั้งผู้หญิงและผู้ชาย
- ทั้งผู้หญิงผู้ชายได้ใช้ศักยภาพที่ตัวเองมีอย่างเต็มที่

การสอดแทรกประเด็นเรื่องความไม่เสมอภาคระหว่างเพศในทุกขั้นตอนของเนื้อหาที่มีความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนอยู่ว่าการส่งเสริมความเท่าเทียมระหว่างเพศควรกระทำเฉพาะในงาน สวัสดิการทางสังคม เช่น สุขภาพ การศึกษา และทางสังคมสงเคราะห์เท่านั้น โดยไม่จำเป็นต้องดำเนินการใดๆ ในเศรษฐกิจระดับมหภาค และบางครั้งก็เข้าใจกันผิดๆ ว่า การจัดหาทรัพยากรและสิทธิพิเศษต่างๆ ให้กับผู้หญิงที่จะนำมาซึ่งความเท่าเทียมระหว่างเพศ ในทางปฏิบัติแล้ว ความเข้าใจเช่นนี้ไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นได้ เพราะความไม่เท่าเทียมระหว่างเพศนั้นฝังรากลึกอยู่ในทุกมิติของความสัมพันธ์ในสังคมทุกสังคม การเสริมสร้างความเสมอภาคระหว่างเพศต้องจัดทำอย่างเป็นระบบ และในทุกขั้นตอนของการวิเคราะห์ปัญหา ออกแบบแนวทางแก้ไข การปฏิบัติตามงานต่างๆ การติดตามและประเมินผล

### ตัวอย่างปัญหาความไม่เสมอภาคและการขาดโอกาสของผู้หญิงไทยในการทำงาน

- ภาระงาน ผู้หญิงมีภาระงานมากกว่าผู้ชาย เพราะนอกจากผู้หญิงต้องทำมาหากินประกอบอาชีพเหมือนผู้ชายแล้วยังต้องรับผิดชอบงานในบ้าน ผู้หญิงจึงมีชั่วโมงในการทำงานมากกว่าผู้ชาย
- ขาดเวลาส่วนตัวและการพักผ่อนที่เหมาะสม เพราะภาระงานและชั่วโมงการทำงานที่ยาวนาน
- ถูกจำกัดและเลือกปฏิบัติในการจ้างงานบางประเภท ผู้หญิงส่วนใหญ่ยังคงต้องทำงานที่จัดว่าเป็นงานที่ไม่ใช่ทักษะ ความชำนาญและวิชาชีพชั้นสูง
- ค่าแรงที่ไม่เป็นธรรม ผู้หญิงส่วนใหญ่ได้รับค่าจ้างต่ำกว่าผู้ชาย แม้ว่าจะทำงานประเภทเดียวกัน แต่ผู้หญิงก็ต้องยอมรับสภาพดังกล่าว เนื่องจากมีภาระครอบครัว และขาดคุณสมบัติ หรือทักษะในงานที่มีค่าตอบแทนสูงในตลาดแรงงาน ทำให้มีโอกาสในการจ้างงานต่ำ

- ความก้าวหน้าในการทำงาน การเข้าสู่ตำแหน่งระดับสูง สักส่วนของผู้หญิงที่จะได้เลื่อนตำแหน่งขึ้นระดับสูงค่อนข้างต่ำ และบางครั้งก็ถูกกีดกันการเลื่อนตำแหน่งเพราะทัศนคติของนายจ้างที่มองว่าผู้หญิงขาดคุณสมบัติและความพร้อมที่จะรับภาระงานที่มากขึ้น

-ขาดโอกาสในการอบรม พัฒนาทักษะและความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน

-ไม่ได้รับการคุ้มครองทางสิทธิและกฎหมายต่างๆ ถึงแม้ว่าจะมีกฎหมายให้ความคุ้มครองผู้หญิงในการทำงาน แต่มักจะไม่มีการบังคับใช้กฎหมายเหล่านี้ และกฎหมายบางฉบับก็รื้อถอนสิทธิของผู้หญิงซึ่งไม่สอดคล้องกับสภาพปัญหาและการเปลี่ยนแปลงทางสังคม

-การถูกล่วงละเมิดทางเพศในที่ทำงานส่วนใหญ่ยังเกิดกับผู้หญิง และเป็นปัญหาที่ไม่ได้รับการแก้ไข เพราะฝ่ายต่างๆที่เกี่ยวข้องไม่ว่าจะเป็นผู้กระทำหรือผู้ถูกระทำ มักมองว่าเป็นปัญหาส่วนตัวหรือเป็นเรื่องธรรมดา หรือไม่ใช่เรื่องที่มีความสำคัญ

-ความเจ็บป่วยและอุบัติเหตุจากการทำงาน ปัญหาสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงานยังเป็นปัญหาใหญ่ที่ต้องมีการแก้ไขอย่างเร่งด่วน ปัญหาที่ไม่ได้รับความสนใจทั้งจากรับและนายจ้างเท่าที่ควร การกระทำผิดกฎหมาย การหลีกเลี่ยงกฎหมายในด้านการคุ้มครองความปลอดภัยจากการทำงานจึงยังเกิดขึ้นอยู่เสมอ

-การถูกจำกัดและกีดกันการทำงานอันเนื่องมาจากภาวะอนามัยการเจริญพันธุ์ผู้หญิงจำนวนมากยังถูกจำกัดสิทธิและล่วงละเมิดสิทธิ เช่น การห้ามตั้งครรภ์ระหว่างการทำงาน จำนวนวันลาคลอด การต้องทำงานที่ไม่เหมาะสมกับการตั้งครรภ์

### การขัดเกลารูปแบบทัศนคติความสัมพันธภาพชายในสังคมไทย

กระบวนการทางสังคมวัฒนธรรมเป็นตัว “กำหนด” และ “คาดหวัง” ว่าบทบาทของหญิงและชาย ควรเป็นอย่างไร แตกต่างหรือเหมือนกันอย่างไร ซึ่งมีความสัมพันธ์กับฐานะ ชนชั้น อายุ เผ่าพันธุ์ เชื้อชาติ ผ่านสถาบันต่างๆ ที่มีส่วนสร้างเสริมระบบคิด และกระทำให้เรากลายเป็นผู้หญิงหรือเป็นผู้ชายตามประเพณีนิยมนั่นเอง อันได้แก่

**สถาบันครอบครัว** การเลี้ยงดูของคนใกล้ชิดตัว เช่น พ่อแม่ ญาติพี่น้อง ความแตกต่างในเรื่องการเลี้ยงดูจะเห็นได้ชัด เด็กผู้ชายมีโอกาสเล่นได้ในทุกที่และเล่นนอกบ้านเป็นส่วนใหญ่ ของเล่นของเด็กผู้ชายจะมีความหลากหลายและเกมส์ที่เล่นจะมีกฎเกณฑ์และซับซ้อน มีจุดมุ่งหมาย และเป็นการแข่งขัน ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นการเตรียมให้ผู้ชายมีทักษะในการจัดการและความเป็นผู้นำ ในขณะที่เด็กผู้หญิงจะถูกจำกัดให้เล่นแต่ในบ้าน ของเล่นมีเพียงไม่กี่ชนิด การเล่นไม่มีกฎเกณฑ์ที่ซับซ้อน เช่น เล่นขายของ เล่นตุ๊กตา ช่วยแม่ทำกับข้าว

**สถาบันการศึกษา** เมื่อเด็กเข้าโรงเรียน เด็กจะพบกับความคาดหวังของครู ความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อน ได้มีส่วนสร้างทักษะที่เชื่อว่าเหมาะกับเพศที่แตกต่างกัน ผู้หญิงถูกเชื่อว่าเหมาะที่จะเรียนทางศิลปศาสตร์ ขณะที่ผู้ชายถูกมองว่าเหมาะที่จะเรียนทางวิทยาศาสตร์ ทำให้ผู้หญิงไม่ค่อยมีความสนใจเรียนทางวิทยาศาสตร์ เพราะเชื่อเสียแล้วว่าตนเองไม่มีทักษะ รวมทั้งผู้หญิงจะถูกจำกัดโอกาสในการทำงานในบางอาชีพที่ถูกเชื่อว่าเป็นอาชีพของผู้ชาย สิ่งเหล่านี้เป็นเสมือนการกำหนดเส้นทางให้ผู้หญิงผู้ชายเดินอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

**สื่อต่างๆ** เช่น ภาพยนตร์ ละคร โฆษณา นวนิยาย นิทาน หนังสืออ่านเล่น หรือหนังสือการ์ตูน ล้วนกำหนดความเป็นหญิงความเป็นชายอย่างชัดเจน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเจ้าหญิง เจ้าชาย เรื่อง



“กระด้างกาลนไฟ” หญิงที่เคยแต่งงานหรือผ่านชายมามาก รู้วิธีทำให้ชายลุ่มหลง  
 “ไม่งามกระรอกเจาะ” หญิงสวยมักไม่บริสุทธิ์  
 “ใส่ตะกร้าล้างน้ำ” ทำให้หมดมลทิน มักใช้กับผู้หญิง  
 “ไก่อแก่แม่ปลาช่อน” หญิงค่อนข้างมีอายุที่จัดจ้านและมีเล่ห์เหลี่ยมมาก  
 “สามวันจากนารีเป็นอื่น” จิตใจผู้หญิงเปลี่ยนแปลงง่าย  
 “ใจนางเปรียบดังชลาลัย ไม่เลือกไหลห้วยหนองคลองลหาน” จิตใจของผู้หญิง  
 เปลี่ยนแปลงง่าย

“ชายสามโบสถ์” ผู้ที่ไม่น่าจะคบหาเพราะว่าเปลี่ยนสำนักบ่อย

“เจ้าชูไก่อแก่”

“หมาหยอกไก่อ” อาการชายสูงอายุที่ชอบหญิงรุ่นสาว

จากสำนวนไทยเกือบทั้งหมดเห็นได้ว่าสังคมไทยเข้มงวดในเรื่องเพศสัมพันธ์ระหว่างหญิงชาย  
 ต่างกัน กล่าวคือ สังคมไม่ยกย่องผู้หญิงที่มีราศี ไม่บริสุทธิ์ และมองว่าผู้หญิงมีจิตใจโลเลเปลี่ยนแปลง  
 ง่าย และหากเป็นหญิงสูงวัย หญิงม่าย ก็จะถูกเข้มงวดหรือต่อต้านจากสังคมเป็นพิเศษ เช่น ไก่อแก่แม่  
 ปลาช่อน กระด้างกาลนไฟ ในขณะที่สังคมไม่คาดหวังสิ่งเหล่านี้จากฝ่ายชายเท่าใดนัก ไม่ต่อต้านและ  
 เข้มงวดเท่ากับที่กวดขันผู้หญิงในเรื่องของพฤติกรรมทางเพศ ความคาดหวังที่แตกต่างกันนี้ส่งผลต่อ  
 การอบรม เลี้ยงดูทัศนคติต่อการมีชีวิตคู่แตกต่างกัน ความไม่ซื่อสัตย์ของฝ่ายชายมักไม่ได้รับการลงโทษ  
 ทางสังคมเมื่อเทียบกับที่ลงโทษ ผู้หญิง การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสหรือการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่มีใช้  
 คู่ครองสำหรับฝ่ายชาย ถือเป็นสิ่งปกติ ปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ในชีวิตคู่ ทำให้มี  
 การทะเลาะเบาะแว้ง นำมาซึ่งความรุนแรงในครอบครัว ปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศในที่ทำงาน  
 ปัญหาโรคเอดส์ การทำแท้ง การตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนา เป็นต้น ดังนั้น การสร้างความเสมอภาค  
 ระหว่างเพศจึงเป็นเรื่องสำคัญ แต่ไม่ได้หมายความว่าจะให้สิทธิแก่ฝ่ายหญิงทำในสิ่งที่สังคมไม่ยอมรับ  
 เหมือนฝ่ายชาย แต่ต้องมีการปรับความ สัมพันธ์ระหว่างหญิงกับชายเสียใหม่ ไม่ให้ฝ่ายใดเอาเปรียบ  
 หรือละเมิดสิทธิของอีกฝ่ายสังคมควรร่วมกันต่อต้านพฤติกรรมทางเพศต่างๆที่ไม่เหมาะสม เช่น “โค  
 แก่กินหญ้าอ่อน” เป็นต้น

โดย สำนักส่งเสริมความเสมอภาคหญิงชาย สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว

อ้างอิงจาก ผศ. นาถฤดี เต๋นดวง

คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



## ใบงานที่ 1

เรื่อง ความเสมอภาคทางเพศ

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเขียนชื่อสมาชิกในกลุ่ม

วันที่.....

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อประธานกลุ่ม.....

ชื่อเลขานุการ.....

ชื่อสมาชิกกลุ่ม

1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

5. ....

6. ....

7. ....



**แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนแบบหลักไตรสิกขา**  
**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8**

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

เวลา 50 นาที

เรื่อง การวางตัวอย่างเหมาะสมต่อเพศตรงข้าม

### สาระสำคัญ

ความเสมอภาคทางเพศ มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตในสังคมช่วยให้สามารถวางตัวได้อย่างเหมาะสมกับเพศตรงข้าม และสอดคล้องกับค่านิยมของสังคมไทย ตลอดจนช่วยหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาทางเพศที่เกิดขึ้นในสังคม

### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนสามารถดังนี้

1. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศได้
2. บอกวิธีการวางตัวต่อเพศตรงข้ามและปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้ามได้อย่างเหมาะสม
3. บอกลักษณะปัญหาทางเพศและแนวทางแก้ไขปัญหาทางเพศได้ถูกต้อง

### สาระการเรียนรู้ / เนื้อหา

1. ความเสมอภาคทางเพศ
2. การวางตัวต่อเพศตรงข้าม
3. ปัญหาทางเพศ

### กระบวนการเรียนรู้

#### 1. ชี้นำ ( 5 นาที )

1. ครูถามนักเรียนว่า นักเรียนมีวิธีการปฏิบัติตนต่อเพื่อนร่วมห้องอย่างไร และนักเรียนปฏิบัติต่อเพื่อนนักเรียนชายและเพื่อนนักเรียนหญิงเหมือนกันหรือไม่

2. ครูให้นักเรียนอาสาสมัครเพศชายและเพศหญิง เพศละ 1 คน ออกมาเล่าวิธีการปฏิบัติตนต่อเพื่อนร่วมชั้นเรียนให้เพื่อนฟังที่หน้าชั้นเรียน เมื่ออาสาสมัครเล่าจบแล้ว ครูชี้แจงให้นักเรียนทราบว่านักเรียนอยู่ในสังคมจะต้องรู้จักการวางตัวที่เหมาะสม ทั้งการวางตนต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม แล้วโยนเข้าสู่บทเรียนเรื่อง การวางตัวอย่างเหมาะสมต่อเพศตรงข้าม

## 2. ชั้นกิจกรรม ( 40 นาที )

ครูดำเนินการสอนแบบหลักไตรสิกขา ดังนี้

### ขั้นศีล

ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 7 คน แยกชายหญิง โดยให้เพศเดียวกันอยู่กลุ่มเดียวกัน จัดสภาพแวดล้อมในห้องเรียนให้มีความพร้อมที่จะเรียนด้วยความสงบเพื่อแสดงถึงความมีวินัยที่เชื่อมโยงกับศีล

### ขั้นสมาธิ

ครูให้นักเรียนปฏิบัติสมาธิ นั่งหลับตา(การกำหนดลมหายใจเข้า – ออก ให้สติอยู่กับลมหายใจเข้าออกเป็นหลัก) ใช้เวลา 5 นาที

### ขั้นปัญญา

1. ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางในการปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้ามที่เหมาะสม อย่างมีศีลธรรมแล้วสรุปผลการแสดงความคิดเห็นที่เป็นมติของกลุ่ม จากนั้นให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันบอกว่า นักเรียนอยากให้เพศตรงข้ามปฏิบัติต่อนักเรียนอย่างไร บันทึกทุกความเห็นเพื่อให้ได้ความคิดที่หลากหลายและเป็นการฝึกการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน

2. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอผลสรุปการแสดงความคิดเห็นของกลุ่ม เมื่อครบทุกกลุ่มแล้ว ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เรื่องการวางตัวต่อเพศตรงข้าม

## 3. ชั้นสรุป ( 5 นาที)

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอผลสรุปการแสดงความคิดเห็นของกลุ่ม เมื่อครบทุกกลุ่มแล้ว ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เรื่อง การวางตัวต่อเพศตรงข้าม

### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. แผ่นภาพสไลด์เรื่อง การวางตัวต่อเพศตรงข้ามที่เหมาะสม
2. ใบความรู้เรื่อง การวางตัวต่อเพศตรงข้ามที่เหมาะสม
3. ใบงานการแสดงความคิดเห็นเรื่อง แนวทางในการปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้ามที่เหมาะสม

### การประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียน
2. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรมของนักเรียน
3. สังเกตการทำงานของนักเรียน
4. การตอบคำถามในใบงานการแสดงความคิดเห็นเรื่อง แนวทางในการปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้ามที่เหมาะสม

## ใบความรู้

### เรื่อง การวางตัวต่อเพศตรงข้ามและการเลือกคู่ครอง

การที่คนเราสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขจำเป็นต้องรู้จักปรับปรุงตนเอง จำเป็นต้องรู้จักปรับปรุงตนเองให้เป็นที่ยอมรับและรักใคร่ของผู้อื่น การปรับปรุงตนเองให้เข้ากับผู้อื่นนั้น มีหลักการทั่วไป ดังนี้

1. มีความรับผิดชอบ เพราะความรับผิดชอบต่อหน้าที่เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้คนเราดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัย และมีความสุข
2. รู้จักปรับปรุงบุคลิกภาพ เพราะผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดีย่อมเป็นที่นิยมชมชอบของผู้อื่น และบุคลิกภาพที่ไม่ดีสามารถปรับปรุงให้ดีขึ้นได้
3. ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลเพราะจะทำให้เราเข้าใจยอมรับและเห็นสิ่งที่ดีของผู้อื่น
4. รู้จักสร้างมนุษยสัมพันธ์ เพราะการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีช่วยให้เราได้รับการยอมรับนับถือ และได้รับความร่วมมืออย่างดีจากผู้อื่น

**การวางตัวต่อเพศตรงข้าม** คือการที่ชายและหญิงปฏิบัติตนเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ในสถานภาพต่าง ๆ ภายใต้อาณัติของวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณีของสังคมนั้น ๆ การวางตัวต่อเพศตรงข้ามมีความสำคัญมากในช่วงวัยรุ่นเนื่องจากจะเป็นพื้นฐานของการเลือกคู่ครองต่อไปในอนาคต

**การวางตัวต่อเพศตรงข้ามจะดำเนินไปด้วยดีหรือไม่ ขึ้นกับสภาพแวดล้อม ดังนี้**

1. ครอบครัว 2. โรงเรียน 3. เพื่อนบ้าน

การมีโอกาสรู้จักและคุ้นเคยกับเพื่อนต่างเพศซึ่งมีอายุรุ่นเดียวกันหรือใกล้เคียงกันจะช่วยให้เราได้เรียนรู้ถึงความแตกต่าง และความสัมพันธ์ระหว่างตนกับเพื่อนต่างเพศ การวางตัวต่อเพศตรงข้ามรวมทั้งมารยาทและการปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้าม นับว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้เราสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพศตรงข้ามได้

**การวางตัวต่อเพศตรงข้าม อาจแบ่งออกได้เป็น 2 ฐานะ ดังนี้**

1. การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะเพื่อน
2. การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะคู่รัก

**การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะเพื่อน**

**การปฏิบัติตนของฝ่ายชาย**

1. ควรแต่งกายให้สุภาพ สะอาดเรียบร้อย ไม่ฟุ่มเฟือย และไม่นำสมัยจนเกินไป ไม่ควรแต่งกายตามสบายมากนัก
2. ใช้วาจาที่สุภาพ ไม่แสดงอาการก้าวร้าว เสียตสีด้วยวาจา ใช้คำพูดตามมารยาทในการพูดในสังคม

3. การแสดงกิริยาอาการต่าง ๆ ต้องสุภาพเรียบร้อย ทั้งการนั่ง ยืน เดิน และต้องมีความองอาจสมความเป็นชาย แสดงถึงบุคลิกภาพที่ดี ควรให้เกียรติผู้หญิง ทำตัวเป็นสุภาพบุรุษ ช่วยเหลือผู้หญิงตามสมควร

4. แสดงความห่วงใยในเรื่องความปลอดภัยต่าง ๆ

5. การให้ความสนิทสนม ควรอยู่ในขอบเขตไม่คลุกคลีมากเกินไป ควรระลึกรวมว่าต้องให้เกียรติฝ่ายหญิงทุกโอกาสแม้ว่าจะสนิทสนมกันมากเพียงใด

### การปฏิบัติตนของฝ่ายหญิง

1. แต่งกายให้สุภาพ สะอาดเรียบร้อย รัดกุม ไม่ควรแต่งตัวล่อแหลม นุ่งห่มน้อยชิ้น ถ้าพบโดยบังเอิญในขณะที่แต่งกายไม่เรียบร้อย ก็ไม่ควรหยุดพูดคุยด้วยต้องขอตัวไปเปลี่ยนเสื้อผ้าให้เรียบร้อยก่อนจึงมาพูดคุยด้วยในภายหลัง

2. ใช้วาจาที่สุภาพเหมาะสมให้สมกับเป็นกุลสตรี ไม่พูดหยาบคาย ส่งเสียงดัง แม้จะมีความสนิทสนมกับฝ่ายชายมากก็ตาม

3. ควรแสดงกิริยาที่เหมาะสม สุภาพ ไม่สูบบุหรี่ ดื่มสุรา หรือเสพสิ่งเสพติด ต้องสำรวมตนให้ดูเรียบร้อยเป็นกุลสตรีรู้จักมารยาทสังคม การเดิน การนั่ง การยืน ต้องดูเรียบร้อยสง่างาม เหมาะสมกับกาลเทศะ

4. ควรมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักแสดงความขอบคุณอย่างจริงใจเมื่อได้รับการช่วยเหลือจากฝ่ายชาย

5. ไม่ควรอยู่ลำพังกับฝ่ายชายสองต่อสองในที่ลับตาคน ไม่แสดงกิริยาสนิทสนมเกินขอบเขต

### การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะคู่รัก

ชายหญิงที่มีความสัมพันธ์กันในฐานะคู่รัก ทั้งคู่ควรจะได้ศึกษาอุปนิสัย ค่านิยม ความต้องการ ความพอใจซึ่งกันและกัน เพื่อให้ความสัมพันธ์พัฒนาต่อไปจนถึงการตัดสินใจที่จะสมรสและใช้ชีวิตคู่ร่วมกันควรทำความรู้จักกับญาติทั้งสองฝ่าย เพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับครอบครัวและสร้างความสัมพันธ์ในระหว่างญาติก่อนแต่งงาน

ในขณะที่คบกันถึงแม้จะอยู่ในฐานะที่เป็นคู่รักกันก็ต้องให้เกียรติซึ่งกันและกัน และควรจะต้องเพิ่มเติมความห่วงใยเอาใจใส่ดูแลกันให้มากขึ้นควรให้ความเคารพเชื่อฟังญาติผู้ใหญ่ของทั้งสองฝ่าย รวมทั้งมีน้ำใจต่อญาติพี่น้องของทั้งสองฝ่ายด้วย และไม่ให้ความสนิทสนมกันเกินขอบเขตของประเพณีเพราะในช่วงของวัยรุ่นนี้โดยธรรมชาติจะมีแรงขับทางเพศที่จะผลักดันให้มีเพศสัมพันธ์กัน จึงควรมีขอบเขตจำกัดตามประเพณีและวัฒนธรรมของไทย ดังนั้นชายหญิงจึงควรหลีกเลี่ยงการอยู่ด้วยกันตามลำพัง ไม่ดื่มเหล้าหรือเสพของมึนเมาเพราะจะทำให้ควบคุมตนเองไม่ได้ควรหาทางระบายความต้องการทางเพศในทางที่เหมาะสม เช่น การเล่นกีฬา การร่วมกิจกรรมของหมู่คณะ การเล่นดนตรี การทำงานอดิเรกหรืองานศิลปะ เป็นต้น

## การเลือกคู่ครอง

“ ความรักนั้นจะเกิดจาก อารมณ์ที่มั่นคงแล้ว ผ่านระยะเวลาการพุ่มพอก และไม่จางจากไปได้ง่าย ๆ ความรักจะฝังอยู่ในความรู้สึกฝังอยู่ในหัวใจ และฝังอยู่ในความทรงจำอย่างลึกซึ้ง ความชอบไม่ใช่ความรัก ความชอบเกิดขึ้นได้และอาจเปลี่ยนไปในชั่วระยะเวลาสั้นๆ ไม่ยืนนาน ”

จุดเริ่มต้นที่สำคัญของชีวิตสมรส คือ การเลือกคู่ครอง เพราะการตัดสินใจในการเลือกคู่ครองนั้น เป็นการตัดสินใจที่สำคัญในชีวิตของคนเรา ผลจากการตัดสินใจในการเลือกคู่ครอง หมายความว่า สุขความสมหวังหรือความล้มเหลวในชีวิตของคู่สมรส ฉะนั้น ก่อนที่จะตัดสินใจแต่งงานเราควรคิดอย่างรอบคอบและเตรียมตัวเตรียมใจให้พร้อม เพราะการวางรากฐานที่มั่นคงหรือการตั้งต้นที่ดีนั้น หมายความว่า ได้ประสบความสำเร็จในชีวิตไปแล้วครึ่งหนึ่งนั่นเอง

การเลือกคู่ครองนับได้ว่าเป็นกระบวนการอย่างหนึ่ง ไม่ใช่เป็นเรื่องของโชคหรือดวงชะตาแต่อย่างใด การเลือกคู่ครองจึงควรใช้เหตุผลมากกว่าที่จะใช้อารมณ์ โดยพิจารณาคุณสมบัติพื้นฐานของผู้ที่จะได้รับเลือก เพื่อคาดหวังผลสำเร็จในอนาคตโดยอาศัยหลักการที่ว่า การค้นพบสิ่งที่อาจทำให้เกิดผิดพลาดได้ก่อน ย่อมดีกว่ามาพบในภายหลังเมื่อทุกสิ่งทุกอย่างสายเกินไปแล้ว

## หลักทั่วไปในการเลือกคู่ครอง

ในการเลือกคู่ครอง นอกจากจะพิจารณาพื้นฐานด้านความรักที่ชายและหญิงมีให้แก่กันและกันแล้ว ควรพิจารณาองค์ประกอบอื่น ๆ ด้วย ดังนี้

**1. เชื้อชาติ** โดยทั่วไปคนเชื้อชาติเดียวกันย่อมมีภาษา ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมที่เหมือนกัน คู่ครองที่มีเชื้อชาติเดียวกันจึงมักจะเข้าใจกันได้ง่าย ถ้าหากเป็นคนละเชื้อชาติก็อาจจะก่อให้เกิดความขัดแย้งไม่เข้าใจกัน และอาจเกิดปัญหาการอพยพหรือย้ายกลับภูมิลำเนากับคู่สมรส ทำให้ชีวิตคู่ต้องแยกหรือพลัดพรากจากกันได้อีกด้วย อย่างไรก็ตาม คู่สมรสที่มีเชื้อชาติต่างหากก็ไม่ใช่ชีวิตสมรสจะล้มเหลวเสมอไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับที่การปรับตัวของคู่สมรส ถ้าได้ใช้ความพยายามอย่างแท้จริงในการทำความเข้าใจซึ่งกันและกัน ก็จะสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขได้

**2. ศาสนา** เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า ศาสนาทุกศาสนามีจุดมุ่งหมายในการ อบรมสั่งสอนให้เป็นคนดี ละเว้นความชั่ว ส่วนหลักการและพิธีกรรมต่างๆ ของแต่ละศาสนาย่อมมีลักษณะแตกต่างกันออกไป ถ้าหากคู่สมรสนับถือศาสนาเดียวกัน ความเชื่อถือศรัทธาและการปฏิบัติตนตามพิธีกรรมทางศาสนาก็จะเป็นไปในแนวทางเดียวกัน แต่หากนับถือศาสนาต่างหากก็อาจจะมีปัญหากระทบต่อการดำเนินชีวิต เช่น คนหนึ่งจะไปวัดอีกคนไปโบสถ์ หรือเกิดปัญหาข้อขัดแย้งว่าจะให้บุตรที่เกิดมานับถือศาสนาอะไร เป็นต้น การตัดสินใจเลือกคู่ที่นับถือศาสนาต่างกันจึงจำเป็นต้องพยายามปรับตัวเข้าหากัน และไม่ควรรนำประเด็นทางศาสนามาเป็นข้อโต้แย้งว่าศาสนาของงใครดีกว่าของใคร เพราะปัญหานี้ไม่มีข้อสรุปและอาจนำไปสู่ความแตกแยกในชีวิตสมรสได้ง่าย

**3. การศึกษา** การที่คู่สมรสมีระดับการศึกษาสูงหรือจบปริญญา แม้จะไม่ใช่เครื่องรับประกันความสำเร็จของชีวิตสมรสได้อย่างแน่นอนก็จริงอยู่ แต่จากตัวอย่างชีวิตสมรสจำนวนมากได้ชี้ให้เห็นว่า คนที่มีการศึกษาสูงมีแนวโน้มในการประสบความสำเร็จในชีวิตได้มากกว่าคนที่มีการศึกษาต่ำ ทั้งนี้

อาจเป็นเพราะว่าการศึกษาช่วยทำให้บุคคลเจริญงอกงามทั้งทางร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคมและสติปัญญา ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อชีวิตสมรสหรือชีวิตครอบครัวเป็นอย่างมากและจากการศึกษาวิจัยโดยทั่วไปมักพบว่า คู่สมรสที่มีสติปัญญาและระดับการศึกษาใกล้เคียงกันมักจะมีโอกาสประสบความสำเร็จและความสุขและความสำเร็จในชีวิตสมรสมากกว่าคู่สมรสที่มีระดับการศึกษาต่างกันมาก เพราะระดับการศึกษาที่ใกล้เคียงกันจะช่วยทำให้คู่สมรสพูดจากันรู้เรื่องและเข้าใจกันได้ง่าย แต่หากคู่สมรสมีระดับการศึกษาต่างกัน ฝ่ายชายควรจะเป็นฝ่ายที่มีการศึกษาสูงกว่า ถ้าฝ่ายหญิงมีการศึกษาสูงกว่าฝ่ายชายมาก อาจทำให้เกิดปัญหาในการปรับตัวของฝ่ายชายได้

**4. ฐานะทางเศรษฐกิจ** ความพร้อมทางด้านเศรษฐกิจหรือฐานะการเงินนับเป็นข้อที่ควรพิจารณาอีกประการหนึ่งในการเลือกคู่ เพราะถ้าคู่สมรสมีฐานะทางการเงินไม่ดีการหารายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย ในขณะที่ครอบครัวต้องขยายตัวออกไป สมาชิกใหม่ในครอบครัวก็จะต้องเพิ่มขึ้น อาจมีผลกระทบให้เกิดปัญหาชีวิตครอบครัวได้ เว้นเสียแต่คู่สมรสนั้นจะต้องทำงานหนักเพื่อเพิ่มพูนรายได้และรู้จักประหยัดในการใช้จ่าย จึงจะทำให้ชีวิตดำเนินไปได้อย่างราบรื่น

**5. บุคลิกภาพ** คนเรามีบุคลิกภาพไม่เหมือนกัน บุคลิกลักษณะที่เป็นเสน่ห์ที่อยู่ในตัวบุคคลก็แตกต่างกันออกไปด้วย เช่นขนาดของร่างกาย รูปร่าง หน้าตา กิริยาท่าทาง ท่วงทีวาจาอุปนิสัยใจคอ ความสนใจ ค่านิยม รสนิยม อุดมคติ ความประพฤติ ฯลฯ ลักษณะต่างๆ เหล่านี้ เกิดจากการผสมผสานกันระหว่างพันธุกรรม และประสบการณ์ทั้งหมดของแต่ละบุคคลเมื่อคนเราจะเลือกคู่ครองจึงจำเป็นต้องพิจารณาบุคลิกภาพ บุคลิกลักษณะของผู้ที่จะมาเป็นคู่ครอง หรือคู่ชีวิตของตนเองในอนาคตด้วยว่าบุคลิกภาพและบุคลิกลักษณะดังกล่าว เหมาะสมกับตนหรือไม่ ตนพอใจยอมรับที่จะอยู่ร่วมกันในชีวิตสมรสหรือไม่ ดังนั้นการศึกษาเรื่องบุคลิกภาพของคู่ครองก่อนแต่งงานจึงเป็นสิ่งสำคัญมาก และชีวิตสมรสที่มีความสุขจะต้อง ประกอบด้วยบุคลิกภาพของชายและหญิงที่เข้ากันได้ และจะต้องทราบอุปนิสัยใจคอต่างๆ ของคู่สมรสก่อนแต่งงาน แม้ว่าบุคลิกภาพของคนเราจะเปลี่ยนแปลงได้ แต่ถ้าคู่สมรสฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดคิดว่าจะเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพของอีกฝ่ายหนึ่งภายหลังการแต่งงานกันแล้ว ก็อาจจะเสี่ยงต่อความผิดหวังในชีวิตสมรสได้ ดังนั้นจึงควรพิจารณาให้รอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจ

**6. วุฒิภาวะทางอารมณ์** การที่ร่างกายของชายและหญิงเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่และพร้อมที่จะให้กำเนิดบุตรได้ มิได้หมายความว่า บุคคลผู้นั้นพร้อมที่จะแต่งงาน หรือมีครอบครัวได้ การแต่งงานหรือการสมรสจำเป็นต้องอาศัยความเจริญเติบโตของจิตใจ หรือความมีวุฒิภาวะทางอารมณ์เป็นหลักสำคัญประกอบด้วย เพราะผู้ที่บรรลุมวุฒิภาวะทางอารมณ์ย่อมเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวให้มีความสุขกับครอบครัว สังคม และสิ่งแวดล้อมต่างๆ ได้ดี ความสามารถในการปรับตัวนี้ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นมากที่สุดอย่างหนึ่งสำหรับชีวิตสมรสที่ประสบความสำเร็จ

**7. สุขภาพ** สุขภาพย่อมมีความสำคัญต่อบุคคล ผู้ที่มีสุขภาพดีนับว่าเป็นลาภอันประเสริฐ ดังพุทธภาษิตที่กล่าวว่า “ อโรคา ปรมาลาภ ” สุขภาพเปรียบเหมือนวิถีทางหรือหนทางที่จะนำบุคคลไปสู่ความสุข และความสำเร็จต่างๆ ในชีวิตการทำงานและชีวิตการสมรส ดังนั้นผู้ที่เราจะเลือกเป็นคู่ครองควรเป็นผู้ที่มีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ ก่อนการแต่งงานจึงควรให้แพทย์ตรวจสุขภาพของชายและหญิงว่ามีโรคใดบ้างที่สามารถถ่ายทอดทางพันธุกรรม ซึ่งอาจมีผลกระทบต่อชีวิตการสมรส



เช่น การตรวจหมู่เลือด หรือการฉีดวัคซีนเกี่ยวกับเลือด และโรคที่สามารถถ่ายทอดทางพันธุกรรม และหากพบว่ามีโรคภัยไข้เจ็บก็ควรได้รับการรักษาให้หายเสียก่อน

จากข้อควรพิจารณาในการเลือกคู่ครองที่กล่าวมาพอสรุปได้ว่า การเลือกคู่ครองที่มีเชื้อชาติ ศาสนา การศึกษา เศรษฐกิจและระดับวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่คล้ายกันหรือใกล้เคียงกัน จะช่วยให้ชีวิตสมรสประสบผลสำเร็จมากกว่าคู่ครองที่มีสิ่งเหล่านี้แตกต่างกัน แต่ทั้งนี้มิได้หมายความว่าคู่ครองที่มีภูมิหลังแตกต่างกันจะไม่ประสบผลสำเร็จในชีวิตสมรส ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความรัก ความเข้าใจ การยอมซึ่งกันและกันที่จะช่วยให้คู่สมรสประสบผลสำเร็จในชีวิตได้อย่างไรก็ตาม การที่ชายและหญิงเลือกคู่ครองของตน ก็ควรได้มีการปรึกษาพ่อ แม่ หรือญาติผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นผู้ที่มีประสบการณ์มากกว่าเพื่อรับคำแนะนำที่ถูกต้อง และเกิดการยอมรับในการตัดสินใจเลือกคู่ครองของคู่สมรส



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## ใบงานที่ 1

## เรื่อง การวางตัวต่อเพศตรงข้าม

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเขียนชื่อสมาชิกในกลุ่ม

วันที่.....

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อประธานกลุ่ม.....

ชื่อเลขานุการ.....

ชื่อสมาชิกกลุ่ม

1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

5. ....

6. ....

7. ....



**แบบสอบถามเพื่อการวิจัย**  
**เรื่อง การจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง เพศศึกษา**  
**ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น**

**คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม**

1. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 แบบทดสอบด้านความรู้เรื่องเพศศึกษา	จำนวน 35 ข้อ
ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติเรื่องเพศศึกษา	จำนวน 20 ข้อ
ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา	จำนวน 20 ข้อ

2. การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเพื่อทำวิทยานิพนธ์ของนิสิตปริญญาโท สาขาวิชาสุศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จะไม่มีผลกระทบต่อคะแนนสอบใด ๆ ทั้งสิ้น ดังนั้นนักเรียนกรุณาตอบแบบสอบถามให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วนและตรงกับความเป็นจริง คำตอบที่ได้ ผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ขอขอบคุณนักเรียนทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

นายพงศธร สุกิจญาณ

ผู้วิจัย

## ส่วนที่ 1 แบบทดสอบด้านความรู้เรื่องเพศศึกษา

### คำชี้แจง

1. แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษามีข้อสอบทั้งหมด 35 ข้อ
  2. ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✕ ทับตัวอักษร ก. ข. ค. หรือ ง. ของแต่ละข้อที่เห็นว่าเป็นคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวลงในแบบสอบถามฉบับนี้
1. คำกล่าวที่ว่า “หญิงไทยควรรักษานวลสงวนตัว รักษาพรหมจรรย์ ไม่ชิงสุกก่อนห่าม” ข้อความนี้เป็น การแสดงให้เห็นถึงสิ่งใด
 

ก. บทบาททางเพศ	ข. การกตัญญูทางเพศ
ค. ความเสมอภาคทางเพศ	ง. เจตคติทางเพศ
  2. พฤติกรรมของวัฒนธรรมตะวันตกที่เข้ามาในประเทศไทยที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทยคือข้อใด
    - ก. มีคูรักร้อย่างเปิดเผย
    - ข. มีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน
    - ค. กล้าพูดกล้าแสดงออกอย่างมีเสรี
    - ง. การแสดงความรักกันอย่างเปิดเผยในที่สาธารณะ
  3. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับทัศนคติเรื่องเพศของสังคมไทยในปัจจุบัน
    - ก. ผู้หญิงไม่ควรพูดเรื่องเพศเลย
    - ข. การพูดเรื่องเพศอย่างสร้างสรรค์สามารถทำได้
    - ค. เรื่องเพศเป็นความลับที่ไม่สามารถเปิดเผยหรือคุยกันได้
    - ง. พ่อและแม่ ไม่จำเป็นต้องให้ความรู้เรื่องเพศที่ถูกต้องกับบุตรหลาน
  4. ข้อใดเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่น
    - ก. ชายหญิงไม่ควรถูกเนื้อต้องตัวกัน
    - ข. สุขภาพบุรุษต้องให้เกียรติสุภาพสตรี
    - ค. หญิงไทยต้องไม่แสดงออกเรื่องเพศอย่างเปิดเผย
    - ง. ชายหญิงหากตัดสินใจใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันไม่จำเป็นต้องขออนุญาตพ่อแม่
  5. ปัจจัยข้อใดที่มีอิทธิพลต่อเจตคติทางเพศของวัยรุ่นมากที่สุด
 

ก. วัฒนธรรม	ข. ครอบครัว
ค. เพื่อน	ง. สื่อ

6. ข้อใดเป็นผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนที่เป็นปัญหาสังคมมากที่สุด
- ปัญหาการหนีเรียน
  - ปัญหาการเรียนตกต่ำ
  - ปัญหาการตั้งครรภ์อันไม่พึงประสงค์
  - ปัญหาการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
7. พฤติกรรมใดที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มากที่สุด
- การไปดูหนังในโรงภาพยนตร์เพียงลำพัง
  - การดื่มสุราในงานฉลองวันขึ้นปีใหม่ที่บ้าน
  - การเที่ยวกลางคืนตามสถานบันเทิงเรีงรมย์กับคูรัก
  - การสวมเสื้อสายเดี่ยว เหวลอย ไปเที่ยวห่างกับคนรัก
8. ความต้องการทางเพศในวัยรุ่น ถือเป็นเรื่องผิดปกติหรือไม่
- ผิดปกติ เพราะยังอยู่ในวัยเรียน
  - ผิดปกติ เพราะเกิดจากสิ่งเร้าต่างๆ
  - ไม่ผิดปกติ เพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติของมนุษย์
  - ไม่ผิดปกติ เพราะในปัจจุบันมีสื่อช่วย ยุทธทางอารมณ์ออกมาเป็นจำนวนมาก
9. ข้อใดไม่ใช่ผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
- การทำแท้ง
  - การตั้งครรภ์อันไม่พึงประสงค์
  - การติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
  - การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน
10. การกระทำของบุคคลใดที่ แสดงให้เห็นถึงการป้องกันตนเองจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนอย่างเหมาะสม
- ไอ้ชอบแต่งตัวโป้เปิดเผยสัดส่วน
  - เอ็นิยมไปเที่ยวสถานเรีงรมย์ต่างๆ
  - เอเปิดโอกาสให้คนรักกอดจูบเมื่อยู่กันตามลำพัง
  - ออยไม่ไปเที่ยวกับเพื่อนต่างเพศสองต่อสอง หรือไปในที่ลับตาคน
11. พฤติกรรมในข้อใดที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์มากที่สุด
- การดื่มสุรา
  - การแต่งตัวยั่ววน
  - การสำส่อนทางเพศ
  - การเที่ยวสถานบันเทิง

12. บุคคลใดมีส่วนสำคัญที่สุดในการดูแล ป้องกันและหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

- |              |                   |
|--------------|-------------------|
| ก. ครู       | ข. ตัวนักเรียนเอง |
| ค. ผู้ปกครอง | ง. เพื่อนนักเรียน |

13. ถ้านักเรียนมีคนรักในระหว่างเรียน นักเรียนควรหลีกเลี่ยงสถานการณ์ในข้อใด

- การไปเดินดูของในศูนย์การค้าตามลำพัง
- การไปเที่ยวทะเลกับคนรักและพักค้างคืนพร้อมกลุ่มเพื่อน
- การให้ความสนิทสนมกับเพื่อนเพศตรงข้ามคนอื่น ๆ
- การอยู่ด้วยกันตามลำพังในบ้านของคนรักที่ไม่มีผู้ปกครองอยู่ด้วย

14. พฤติกรรมใดที่ไม่ควรปฏิบัติกรณีถูกข่มขืน

- แจ้งตำรวจในท้องที่รับผิดชอบ
- ปรึกษามูลนิธิเพื่อเด็กและสตรี
- บอกผู้ปกครองที่ใกล้ชิด เช่น คุณพ่อ คุณแม่
- ปกปิดไม่ให้ใครรู้ แต่ไปพบแพทย์เพื่อตรวจร่างกาย

15. ปัญหาการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ เกิดจากพฤติกรรมทางเพศตามข้อใด

- มีเพศสัมพันธ์แบบตั้งใจ
- มีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย
- มีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย
- มีเพศสัมพันธ์โดยใช้ถุงยางอนามัย

16. โรคเอดส์ส่งผลต่อสุขภาพร่างกายอย่างไร

- ทำอันตรายต่อระบบสมอง ทำให้ร่างกายไม่ตอบสนองต่อสิ่งเร้า
- ทำอันตรายต่อเม็ดเลือดขาว ทำให้ภูมิคุ้มกันต้านโรคของร่างกายต่ำลง
- ทำอันตรายต่อเม็ดเลือดแดง ทำให้ภูมิคุ้มกันต้านโรคของร่างกายต่ำลง
- ทำให้หัวใจสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆของร่างกายได้ไม่ดี

17. ข้อใดไม่ใช่ช่องทางการติดต่อของโรคเอดส์

- |                                 |                                      |
|---------------------------------|--------------------------------------|
| ก. การสัมผัสตัว                 | ข. การมีเพศสัมพันธ์                  |
| ค. การรับเชื้อจากการบริจาคเลือด | ง. การติดเชื้อจากมารดาสู่ทารกในครรภ์ |

18. การตรวจหาเชื้อเอชไอวี ควรตรวจจากสิ่งใด

- |                |               |
|----------------|---------------|
| ก. ตรวจปัสสาวะ | ข. ตรวจเลือด  |
| ค. ตรวจอุจจาระ | ง. ตรวจน้ำลาย |

19. ข้อใดแสดงถึงอาการของผู้ป่วยโรคเอดส์เต็มขั้น
- มีผื่นขึ้นตามตัว
  - เป็นไขนาน 2 -6 สัปดาห์
  - เกิดโรคติดเชื้อฉวยโอกาส เช่น วัณโรค
  - ต่อมน้ำเหลืองโตที่บริเวณคอ ขาหนีบ
20. ข้อใดไม่ใช่อาการหลักที่สังเกตได้เด่นชัดของอาการที่ทำให้สงสัยว่าเป็นเอดส์
- มีไข้เรื้อรัง
  - ผิวหนังเป็นผื่นแดง
  - มีอาการท้องเสียนานเป็นเดือน
  - น้ำหนักลดลงมากกว่าร้อยละ ๑๐ ของน้ำหนักเดิมภายใน ๑ เดือนโดยไม่ทราบสาเหตุ
21. พฤติกรรมใดที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคเอดส์
- การใช้ภาชนะร่วมกัน
  - การใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น
  - การใช้ห้องน้ำร่วมกันกับผู้ป่วยโรคเอดส์
  - การว่ายน้ำในสระเดียวกันกับผู้ป่วยโรคเอดส์
22. พฤติกรรมใดที่ไม่เสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์
- การใช้สารเสพติด
  - การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน
  - การเที่ยวสถานบริการทางเพศ
  - การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง
23. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
- โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นกลุ่มโรคที่ติดต่อโดยผ่านการมีเพศสัมพันธ์
  - โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ มักก่อให้เกิดพยาธิสภาพบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และอวัยวะสัมพันธ์อื่น
  - โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกเพศทุกวัย
  - โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในเด็กและวัยรุ่นมีแนวโน้มลดลง
24. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในข้อใดเกิดจากเชื้อไวรัส
- โรคหนองใน
  - โรคแผลริมอ่อน
  - หูดหงอนไก่
  - โรคซิฟิลิส
25. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในข้อใดที่เป็นปัญหามากที่สุดในปัจจุบัน
- โรคซิฟิลิส
  - โรคหนองใน
  - โรคเอดส์
  - โรคแผลริมอ่อน



26. การกระทำของใคร แสดงให้เห็นถึงการปรับตัวทางเพศอย่างเหมาะสม เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น
- ก. ใช้อาไม่กินขนมหวาน และไม่ดื่มน้ำอัดลม
  - ข. ใช้อาบน้ำเป็นประจำทุกวัน แต่ไม่แปรงฟัน
  - ค. ใช้อาไม่สนใจต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของตนเอง
  - ง. ใช้อาไม่รู้จักระมัดระวังในเรื่องการแต่งกายให้เหมาะสมกับกาลเทศะ
27. การวางตัวของนักเรียนหญิงในข้อใดที่ไม่เหมาะสมมากที่สุด
- ก. แต่งกายล่อแหลม
  - ข. ปล่อยให้ชายออกค่าอาหารให้
  - ค. แสดงกิริยาสนิทสนมกับเพื่อนชาย
  - ง. อยู่ลำพังกับฝ่ายชายสองต่อสองในที่ลับตาคน
28. กฎหมายในข้อใดที่แสดงให้เห็นว่าสังคมไทยให้ความเสมอภาคทางเพศมากที่สุด
- ก. หญิงที่แต่งงานแล้วมีสิทธิใช้นามสกุลเดิม
  - ข. หญิงที่แต่งงานแล้วมีสิทธิใช้นามสกุลของสามี
  - ค. หญิงที่จดทะเบียนสมรสแล้วสามารถใช้นางสาวได้
  - ง. การกำหนดสิทธิเท่าเทียมกันของชายและหญิงในรัฐธรรมนูญ
29. ข้อใดให้ความหมายของการวางตัวต่อเพศตรงข้ามที่ถูกต้อง
- ก. การกีดกันการคบหากันของชายหญิง
  - ข. การลดความสัมพันธ์ของเพศชายหญิง
  - ค. แนวทางการส่งเสริมความสัมพันธ์ของชายหญิง
  - ง. แนวปฏิบัติในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีของชายหญิง
30. ความเสมอภาคทางเพศในอดีตกับปัจจุบันแตกต่างกันอย่างไร
- ก. สมัยก่อนมีความเสมอภาคเท่าเทียมกัน
  - ข. สมัยก่อนผู้ชายจะได้เปรียบผู้หญิงมากกว่าปัจจุบัน
  - ค. สมัยก่อนผู้ชายเสียเปรียบผู้หญิงมากกว่าปัจจุบัน
  - ง. สมัยปัจจุบันมีความเสมอภาคเท่าเทียมกันทุกประการ

เฉลยแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา

ข้อ	คำตอบ	ข้อ	คำตอบ	ข้อ	คำตอบ
1.	ง.	11.	ค.	21.	ข.
2.	ค.	12.	ข.	22.	ง.
3.	ข.	13.	ง.	23.	ง.
4.	ง.	14.	ง.	24.	ข.
5.	ข.	15.	ค.	25.	ค.
6.	ค.	16.	ข.	26.	ง.
7.	ค.	17.	ก.	27.	ง.
8.	ค.	18.	ข.	28.	ง.
9.	ง.	19.	ค.	29.	ง.
10.	ง.	20.	ข.	30.	ง.

## ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติของนักเรียนเรื่องเพศศึกษา

### คำชี้แจง

1. แบบสอบถามเจตคติของนักเรียนเรื่องเพศศึกษามีจำนวนข้อคำถาม 20 ข้อ
2. ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงท้ายข้อความที่ตรงกับความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด

### ระดับความคิดเห็น

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกตรงกับข้อคำถามข้อนั้นมากที่สุด
เห็นด้วย	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกตรงกับข้อคำถามข้อนั้น
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อความข้อนั้น
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อความข้อนั้นมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1.	ครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเรื่องเพศของวัยรุ่น				
2.	การอ่านหนังสือความรู้ทางวิชาการเรื่องเพศเป็นสิ่งน่าละอาย				
3.	การสอนเรื่องเพศศึกษาทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศ				
4.	การชมภาพยนตร์ไปทำให้มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศได้ถูกต้อง				
5.	การออกกำลังกายช่วยผ่อนคลายความรู้สึกทางเพศได้				
6.	นักเรียนรู้สึกอายเมื่อต้องปรึกษาปัญหาเกี่ยวกับเพศกับผู้ปกครอง				
7.	การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นสิ่งที่ไม่ควรปฏิบัติ				
8.	การเรียนรู้ในเรื่องเพศในวัยรุ่นจะทำให้เกิดประโยชน์กับตัวเอง				
9.	การคบเพื่อนต่างเพศควรอยู่ในกรอบของวัฒนธรรมไทย				
10.	สภาพโรงเรียนสหศึกษาทำให้เกิดการเรียนรู้ในการคบเพื่อนต่างเพศ				
11.	การคิดที่จะรักสนุกก็ไม่ต้องกลัวเป็นเอดส์				
12.	โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นสิ่งที่น่ากลัว				
13.	สภาพสังคมปัจจุบันพฤติกรรมรักร่วมเพศเป็นเรื่องปกติ				
14.	การสวมถุงยางอนามัยสามารถป้องกันการติดโรคทางเพศสัมพันธ์				
15.	ความต้องการทางเพศในวัยรุ่นถือเป็นเรื่องปกติ				
16.	การที่ฝ่ายชายขอมีเพศสัมพันธ์ด้วย แล้วฝ่ายหญิงปฏิเสธ แสดงว่าไม่รักจริง				
17.	การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องปกติ				
18.	ผู้ชายควรหาประสบการณ์ทางเพศก่อนแต่งงาน				
19.	การมีคู่นอนหลายคนเป็นเรื่องปกติ				
20.	การมีประสบการณ์ทางเพศมากเป็นผลดีต่อชีวิตสมรสในอนาคต				

### ส่วนที่ 3 แบบวัดการปฏิบัติของนักเรียนเรื่องเพศศึกษา

#### คำชี้แจง

1. แบบวัดการปฏิบัติของนักเรียนเรื่องเพศศึกษามีจำนวนข้อคำถาม 20 ข้อ
2. ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงท้ายข้อความที่ตรงกับการปฏิบัติที่แท้จริงของนักเรียน

#### ระดับการปฏิบัติ

ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง	นักเรียนได้มีการปฏิบัติที่ตรงกับข้อความนั้น 6-7 วัน / สัปดาห์
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	นักเรียนได้มีการปฏิบัติที่ตรงกับข้อความนั้น 3-5 วัน / สัปดาห์
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	หมายถึง	นักเรียนได้มีการปฏิบัติที่ตรงกับข้อความนั้น 1-2 วัน / สัปดาห์
ไม่เคยปฏิบัติเลย	หมายถึง	นักเรียนไม่มีการปฏิบัติที่ตรงกับข้อความนั้นเลย

ลำดับ	ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ			
		ปฏิบัติเป็นประจำ	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติเลย
1.	ฉันติดตามข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ				
2.	ฉันชอบแต่งตัวโป้เปิดเผยสัดส่วน				
3.	ฉันให้เกียรติเพศตรงข้าม				
4.	ฉันเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ปกครอง				
5.	ฉันพูดจาสุภาพกับเพื่อน ๆ ทั้งเพศชายและเพศหญิง				
6.	ฉันดูภาพโป้ทางอินเทอร์เน็ต				
7.	ฉันมีทักษะปฏิเสธในเรื่องเพศ				
8.	ฉันอยู่กับเพศตรงข้ามตามลำพัง				
9.	ฉันพูดคุยกับเพื่อนเกี่ยวกับเรื่องลามก				
10.	ฉันแชท (Chat) ทางอินเทอร์เน็ตพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศสัมพันธ์				
11.	ฉันสูบบุหรี่				
12.	ฉันดื่มเบียร์				
13.	ฉันดื่มสุรา				
14.	ฉันไปสถานที่ที่เปลี่ยว ไม่มีผู้คน				
15.	ฉันดูวีดิทัศน์ วิซีดี ที่มีภาพโป้ กับเพื่อนต่างเพศ				
16.	ฉันเลือกอ่านสื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือการ์ตูน นิตยสาร ที่มีภาพโป้				
17.	ฉันวางตัวต่อเพศตรงข้ามอย่างเหมาะสม				
18.	ฉันเที่ยวสถานเริงรมย์ในตอนกลางคืน เช่น บาร์ เจค				
19.	ฉันจับมือถือแขนกับเพื่อนต่างเพศ				
20.	ฉันกอดจูบกับเพื่อนต่างเพศ				

## แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขา

### คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขา มีจำนวนข้อคำถาม 20 ข้อ
2. ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงท้ายข้อความที่ตรงกับความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด

### ระดับความคิดเห็น

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกตรงกับข้อคำถามข้อนั้นมากที่สุด
เห็นด้วย	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกตรงกับข้อคำถามข้อนั้น
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อคำถามข้อนั้น
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	นักเรียนมีความคิดหรือความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับข้อคำถามข้อนั้นมากที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1.	ส่งเสริมให้นักเรียนได้รู้จักสังเกตปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว				
2.	สามารถรู้สาเหตุต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดปัญหา				
3.	กระตุ้นให้นักเรียนมีความต้องการที่จะหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นให้หมดไป				
4.	ส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนากระบวนการคิด				
5.	กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียน				
6.	ส่งเสริมให้นักเรียนค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง				
7.	ได้ฝึกให้นักเรียนทำงานเป็นกลุ่ม				
8.	ครูเป็นผู้ชี้แนะแนวทาง และอำนวยความสะดวกในการจัดการเรียนการสอน				
9.	ส่งเสริมให้นักเรียนเป็นคนมีเหตุผล				
10.	ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้เป็นลำดับขั้นตอน				
11.	นักเรียนเกิดแรงจูงใจที่ต้องการจะเรียนรู้				
12.	ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในกลุ่ม				
13.	ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในชั้นเรียน				
14.	ส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออกทางความคิด				
15.	มีการใช้สื่อและเอกสารประกอบการเรียนต่างๆ ที่หลากหลาย				
16.	ฝึกให้นักเรียนมีการอภิปราย และวิเคราะห์				
17.	มุ่งพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรม				
18.	บรรยากาศในการเรียนไม่ตึงเครียดและเป็นกันเอง				
19.	รู้ว่าปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ไข				
20.	พอใจในการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขา				

ข้อเสนอแนะอื่นๆ

.....

.....

.....

.....





ภาคผนวก ง  
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ผลการวิเคราะห์คุณภาพของแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา

ข้อ	ค่าความยาก ง่าย	ค่าอำนาจ จำแนก	ข้อ	ค่าความยาก ง่าย	ค่าอำนาจจำแนก
1.	0.30	0.33	16.	0.70	0.47
2.	0.60	0.53	17.	0.63	0.60
3.	0.60	0.33	18.	0.63	0.60
4.	0.70	0.33	19.	0.40	0.67
5.	0.60	0.27	20.	0.47	0.53
6.	0.63	0.60	21.	0.70	0.33
7.	0.70	0.60	22.	0.60	0.53
8.	0.37	0.47	23.	0.30	0.47
9.	0.63	0.60	24.	0.23	0.07
10.	0.67	0.67	25.	0.63	0.60
11.	0.77	0.20	26.	0.67	0.67
12.	0.77	0.20	27.	0.67	0.67
13.	0.67	0.67	28.	0.67	0.40
14.	0.67	0.67	29.	0.63	0.60
15.	0.57	0.60	30.	0.50	0.33

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเจตคติเรื่องเพศศึกษา

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0

N of Items = 20

Alpha = .689

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0 N of Items = 20

Alpha = .696

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



ภาคผนวก จ

ประมวลภาพการจัดการเรียนการสอนด้วยหลักไตรสิกขา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY



ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา



ภาพการทำแบบทดสอบของการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา



ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา



ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา





ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา



ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา



ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา



ภาพกิจกรรมสัปดาห์สุดท้ายของการจัดการเรียนรู้ด้วยหลักไตรสิกขา



### ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายพงศธร สุกิจญาณ เกิดวันที่ 6 พฤศจิกายน พ.ศ. 2532 สถานที่อยู่ปัจจุบัน 88 หมู่ 6 ตำบลบ้านสิงห์ อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี 70120 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จาก โรงเรียนกีฬาจังหวัดยะลา ปีการศึกษา 2547 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจาก โรงเรียนอัสสัมชัญพานิชยการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2550 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2554 เข้าศึกษาต่อระดับปริญญาโทบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2555



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY