

ผลการจัดประสบการณ์เรียนรู้ด้วยโมเดลการสะท้อนคิดต่อการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

สุวรรณี ละออปักษิณ กขกร ธรรมนำศีล กาญจนา ปัญญาเพชร
สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยเซนต์หลุยส์

บทคัดย่อ

งานวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) วิเคราะห์ระดับการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียน 2) เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนภายหลังการทดลอง 3) เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสหศึกษา สำนักงานการส่งเสริมการศึกษาเอกชน และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานอย่างละ 1 โรงเรียน เป็นนักเรียนกลุ่มทดลอง 36 คน และกลุ่มควบคุม 33 คน เครื่องมือการวิจัยคือ 1) โมเดลการสะท้อนคิด และการเรียนการสอนตามปกติ ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาด้วยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน 2) แบบประเมินการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาด้วยค่า IOC รายข้อมากกว่า 0.67 มีความเที่ยงด้วยการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของครอนบาค 0.87 ผลการวิจัยพบว่า 1) คะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างสูงทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 2) คะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ 3) คะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ ข้อสรุปการวิจัยคือ โมเดลการสะท้อนคิดซึ่งมีองค์ประกอบคือ 1) การให้นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยประสบการณ์ที่ใกล้ชิด 2) สื่อที่เข้าใจง่าย 3) มีประเด็นการวิเคราะห์ประสบการณ์ที่ชัดเจน 4) ใช้กระบวนการสะท้อนคิดอย่างน้อยสองช่องทางคือ การพรรณนาด้วยการเขียนบรรยายและด้วยวาจา และการแสดงบทบาทตามสคริปต์ ช่วยเพิ่มพูนการตระหนักรู้ด้านเพศวิถีของนักเรียน

คำสำคัญ: โมเดลการสะท้อนคิด การตระหนักรู้ตนเอง เพศวิถี

ผู้นิพนธ์ประสานงาน:

สุวรรณี ละออปักษิณ

สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยเซนต์หลุยส์

19 ถนนสาทรใต้ เขตสาทร กรุงเทพฯ 10110

อีเมล: suwannee@slc.ac.th

The effect of modifying learning experience by reflective thinking model toward self awareness on sexuality of the high school students

Suwannee Laoopugsin, Kotchakorn Thamnamsilp, Kanchana Panyapech

Division of Community Health Nursing, Faculty of Nursing, Saintlouis College

Abstract

The purpose of this quasi-experimental research were to 1) investigate the level of self-esteem in sexuality of students, 2) compare the self-esteem score of the students after experiment, 2) compare the self-esteem score of the students between experimenatal and control group after experiment. The sample comprised of the experimental group and the control group that were fourth year high school undergraduate students under the Office of the Private Education Commission and the Office of the Basic Education Commission respectively. There were 36 and 33 students in each type of school. Research tools 1) reflection model and traditional learning experience with content validation by 3 experts, 2) self-esteem assessment of adolescents with content validation by 3 experts with content validation by item IOC score higher than 0.67 and 0.87 of reliability of Cronbach's correlation coefficient. The research found that 1) The self-esteem mean score of students in both experimental and control groups were relatively high level, 2) students in experimental group had higher self-esteem score in both overall and sub-items after experiment at the significance level $p < 0.05$ and 3) after experiment students in experimental group had higher score in self-esteem score than those in control group at the significance level $p < 0.05$.

Research conclusion, this model included 4 components. The first component was experiences reflected the adolescent life. The second component was simple media. The third component was the analysis of adolescent life experience about specific issue. The forth component was the process of 2 reflections that allowed students to describe by using their writing and talking and multi-channel reflection and scripted role play. These could enhance students' sexuality awareness.

Keywords: reflective model, self awareness, sexuality

Corresponding Author:

Suwannee Laoopugsin

Division of Community Health Nursing,

Faculty of Nursing, Saintlouis College

19 South Sathorn Road, Sathorn Subdistrict, Bangkok, 10110

E-mail: suwannee@slc.ac.th

บทนำ

กองทุนสหประชาชาติเพื่อประชากร (UNFPA) รายงานว่าในประเทศกำลังพัฒนามีเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี วันละ 20,000 คนให้กำเนิดทารก แต่ละปีมีแม่อยู่ระหว่าง 15-19 ปี ราว 70,000 คน ผลกระทบที่ตามมา คือความเสี่ยงด้านสุขภาพ ความเสียหายทางเศรษฐกิจของประเทศ คือหากวัยรุ่นหญิงเหล่านี้รอให้มีบุตรเมื่ออายุอย่างน้อย 20 ปีจะมีผลต่อรายได้มวลรวมของประเทศ ดังเช่นประเทศอินเดียและบราซิลจะเพิ่มขึ้น 7.7 และ 3.5 พันล้านดอลลาร์ต่อปีตามลำดับ¹ ในประเทศไทยยังไม่ได้ศึกษาผลกระทบจากการที่วัยรุ่นหญิงตั้งครรภ์ก่อนเวลาอันควร อัตราแม่วัยรุ่นแยกตามรายจังหวัดอยู่ระหว่าง 10.6-23.5 คน/ประชากร 100,000 คน ข้อมูลการจดทะเบียนเกิดของสำนักบริหารงานทะเบียนปกครอง รายงานสภาวะการมีบุตรของวัยรุ่นพบว่าจากปี 2543 ถึง 2552 มีเด็กคลอดโดยมารดาทุกกลุ่มอายุเพิ่มขึ้นร้อยละ 0.2 หรือจาก 786,018 คน เป็น 787,739 คน เด็กคลอดจากมารดาทุกกลุ่มอายุต่ำกว่า 15 ปีบริบูรณ์เพิ่มขึ้นร้อยละ 62.4 หรือจาก 2,031 คน เป็น 3,299 คน ภาพรวมร้อยละการตั้งครรภ์มารดาทุกกลุ่มอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์อยู่ที่ร้อยละ 13.55 ซึ่งสูงกว่าการเฝ้าระวังที่ประกาศโดยองค์การอนามัยโลกคือ ไม่เกินร้อยละ 10.0³ สถิติล่าสุดที่สามารถสืบค้นได้ พบว่าวัยรุ่นอายุระหว่าง 15-19 ปี มีการตั้งครรภ์สูงขึ้นคือ จาก 31.1/วัยรุ่น 1,000 คน ใน พ.ศ. 2543 เป็น 53.8/วัยรุ่น 1,000 คน ใน พ.ศ. 2555 และในกลุ่มอายุ 10-14 ปี พบว่ามีการคลอดในปี พ.ศ. 2555 ถึง 3,725 คน ซึ่งเพิ่มถึง 2 เท่าจากปี พ.ศ. 2535 และส่วนใหญ่เป็นการท้องไม่พร้อม ทำให้ต้องทอดทิ้งเด็ก⁴ ปัญหาดังกล่าวนักวิชาการเชื่อว่าต้องแก้ไขให้วัยรุ่นได้มีความรู้ ความเข้าใจเรื่องเพศ หรือเพศศึกษาอย่างเป็นระบบ

การให้วัยรุ่นเข้าใจเรื่องเพศศึกษาอย่างครอบคลุมทุกมิติ ต้องมีการเตรียมพื้นฐานเร็ว เพื่อให้วัยรุ่นมีการเปลี่ยนผ่านช่วงวัยอย่างมีรากฐานที่

มั่นคง การกล่อมเกลามาจากครอบครัวเป็นรากฐานที่สำคัญที่ก่อรูปบุคลิกภาพของเด็ก แต่เมื่อบริบทสังคมเปลี่ยนแปลงไป การดูแลต่อเนื่องโดยองค์กรในสังคมเป็นเรื่องสำคัญ⁵ โดยเฉพาะสถาบันการศึกษาด้วยชีวิตช่วงต้นของบุคคลจะใช้ชีวิตในบริบทของสถานศึกษาเป็นส่วนใหญ่ สถานศึกษาจึงมีบทบาทในการพัฒนาผู้เรียนแต่ละคนให้เกิดแนวคิดการเป็นพลเมืองที่ตื่นตัวและมีทักษะชีวิตเป็นเครื่องมือ เพื่อให้สามารถมีพื้นฐานการดำรงชีวิต และพัฒนาการที่สมบูรณ์มากขึ้น สำหรับนักเรียนทักษะชีวิตที่สำคัญคือ การปรับตัวประกอบตนเองให้สามารถผ่านหัวเลี้ยวหัวต่อของวิกฤติแห่งช่วงชีวิตไปได้ ซึ่งการเรียนรู้เพศศึกษามีความสำคัญต่อการพัฒนาทักษะชีวิตแก่เด็กและเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในสถานศึกษาทุกระดับ⁶ การให้ข้อมูลความรู้ในวัยนี้ควรมีขอบเขตที่กว้างขวางและลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น แต่วัยรุ่นได้รับความรู้ทางเพศศึกษาที่เป็นทางการน้อยมาก วิชาที่ว่าด้วยเพศศึกษาแทบจะไม่มี หรือมีก็เป็นเรื่องชีวภาพ กายภาพมากกว่า วัยรุ่นมีความรู้ด้านปฏิบัติจากสื่อลามก กุลกา วจนสาระ⁵ ได้วิเคราะห์เรื่องเพศผ่านสื่อพบว่า การที่สังคมไทยไม่ได้มีการพูดคุยเรื่องเพศอย่างเปิดเผย ทำให้สื่อสมัยใหม่โดยเฉพาะชุมชนออนไลน์ไม่ว่าจะเป็นอินเทอร์เน็ต โปรแกรมสนทนา แชท คลิปวิดีโอจากโทรศัพท์มือถือเข้ามามีบทบาทสำคัญในการเป็นแหล่งความรู้ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิด ความเชื่อ ตลอดจนคำปรึกษาเรื่องเพศอย่างเสรี สอดคล้องกับบทเรียนการปฏิบัติงานขององค์กรแพथที่พยายามพัฒนาหลักสูตร “เพศวิถีศึกษาเพื่อเยาวชน” ตั้งแต่ปี 2546 พบว่าเพศศึกษาเป็นวิชาที่นักเรียนอยากเรียน แต่โรงเรียนไม่มีสอน หลักสูตรเพศศึกษายังไม่เป็นวิชาที่สอนในโรงเรียนของประเทศไทย หรือแม้จะมีการสอนอยู่บ้าง เนื้อหายังไม่ถึงมิติเรื่องสัมพันธภาพ เช่น ความเป็นชายหญิง การปฏิบัติตัวซึ่งกันและกันแทบจะไม่มีการพูดถึงในชั้นเรียน เนื้อหาไปผูกติดกับวิชาสุขศึกษาแทน⁷

การจัดการเรียนการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนจึงมีความสำคัญ โดยเป้าหมายที่สำคัญคือต้องการสร้างอัตลักษณ์นักเรียนให้เข้าใจตัวตนของตน หรือที่เรียกว่าการตระหนักรู้ตนเอง (Self concept หรือ self-awareness) ซึ่งนักจิตวิทยาเชื่อว่าการตระหนักรู้ทำให้คนมีพฤติกรรมที่ดีขึ้น เป็นคุณลักษณะสำคัญทำให้เกิดการหักห้ามใจ เป็นกุญแจสำคัญของการควบคุมการปรับเปลี่ยนตัวเองให้เข้ากับเป้าหมายหรือมาตรฐาน ซึ่งสามารถสนับสนุนผลผลิตของบุคคลให้เกิดขึ้น⁶ กลวิธีทางปัญญาหนึ่งคือการคิดทบทวนในประเด็นที่สัมพันธ์กับวัยรุ่น⁷ ผู้วิจัยจึงใช้โมเดลการสะท้อนคิดเป็นเครื่องมือ ผสานกับสื่อที่วัยรุ่นสามารถเสพได้คือ ซีรีส์ฮอร์โมนวัยรุ่น⁸ ที่สะท้อนแง่มุมหนึ่งของชีวิตช่วงวัยรุ่น เดินเรื่องผ่านกระบวนการสะท้อนคิดจากตัวละคร สู่ตัวตนของวัยรุ่น เพื่อให้วัยรุ่นได้ฝึกการคิดวิเคราะห์ ถอดรหัสวิพากษ์และสร้างสรรค์เนื้อหาที่ถูกต้อง กระตุ้นให้วัยรุ่นใช้เหตุ ใช้ผลในการแยกแยะ ให้ความหมายตีความ ประเมินคุณค่า โดยใช้ประสบการณ์และความคิดเดิมของตน นำไปสู่การแลกเปลี่ยนนำเสนอ มุมมองการคิด ฟังในเหตุและผลของกันและกัน เป็นการสะท้อนความคิดของตนให้ตนเองและผู้อื่นฟังดังที่โตมร อภิวันทนากรณ์⁹ เรียกว่าวิธีเสริมเสถียรภาพเส้นทางเดินของวงจรความคิดในสมองของวัยรุ่น ซึ่งช่วยในการติดตั้งระบบความคิดเข้าสู่ภายในของวัยรุ่น เมื่อมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่บ่อยขึ้น และหลากหลายยิ่งขึ้น ก็จะเป็นการยกระดับระบบความคิดให้กว้างขวางและลุ่มลึกยิ่งขึ้นตามศักยภาพของวัยรุ่นแต่ละคน ซึ่งจะช่วยปูพื้นฐานการรู้เท่าทันสื่อ และฝึกฝนนิสัยการใช้สติเพื่อการพิจารณาอย่าง เป็นเหตุเป็นผล ด้วยสมมติฐานที่ว่า การเสริมสร้างการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศของวัยรุ่น จะเป็นผลสัมฤทธิ์เบื้องต้นของการสร้างจิตสำนึกที่ดี และจะสานต่อให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมด้านเพศที่เหมาะสมต่อไปได้ง่ายขึ้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาระดับการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียน
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนภายหลังการทดลอง
3. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

สมมติฐานการวิจัย ภายหลังการทดลอง

1. นักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีสูงขึ้น
2. นักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีสูงกว่ากลุ่มควบคุม

วิธีการศึกษา

กลุ่มประชากร เป็นกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนในพื้นที่เขตสาทร กรุงเทพมหานคร สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน กระทรวงศึกษาธิการ

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนในพื้นที่เขตสาทร กรุงเทพมหานคร การเลือกกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง โรงเรียนมัธยมศึกษาสายสามัญในพื้นที่เขตสาทร ซึ่งมี 3 โรงเรียน เมื่อได้รายชื่อแล้วจึงประสานงานเพื่อพิจารณาความเป็นไปได้ในการทำวิจัย ตั้งแต่ภาค 1/2560 โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกคือ 1) เป็นโรงเรียนสหศึกษา 2) มีคะแนนการประเมินการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีก่อนการทดลองไม่แตกต่างกัน 3) ยินดีจัดการเรียนการสอนตามโมเดลการสะท้อนคิดของงานวิจัย จาก 3 โรงเรียนในตอนแรก เหลือ 2 โรงเรียนที่มีลักษณะตามเกณฑ์ และพบว่าเป็นโรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนรวมของชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ใกล้เคียงกัน จึงได้ทำการ

จับสลากได้โรงเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองเป็นสังกัด คณะกรรมการการศึกษาเอกชน และโรงเรียนสังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานเป็น กลุ่มควบคุม

ตัวแปรที่ศึกษาคือ 1) ตัวแปรจัดกระทำ คือ โมเดลการสะท้อนคิด และ 2) ตัวแปรตามคือ การตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี ซึ่งมีนิยามดังนี้

1. เพศวิถี หมายถึง สาระเกี่ยวกับความเป็น หญิงและชาย ประกอบด้วย

1.1 สุขอนามัยทางเพศ หมายถึง การวางแผนครอบครัว การคุมกำเนิด โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ ความเข้าใจผิดเรื่องสุขอนามัยทางเพศ เช่น ข้อห้ามขณะมีประจำเดือน ความเชื่อเกี่ยวกับน้ำอสุจิ

1.2 พัฒนาการทางเพศในแต่ละช่วงวัย หมายถึง การเปลี่ยนแปลงของเพศหญิง เพศชายใน สรีระของตนเองที่เป็นผลจากฮอร์โมน รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์

1.3 พฤติกรรมทางเพศ การเกิดอารมณ์ ทางเพศและการแสดงออกในสถานการณ์ต่างๆ เพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย และเพศสัมพันธ์ที่รับผิดชอบ และความผิดปกติทางเพศ

1.4 สัมพันธภาพ หมายถึง ความรัก ความรัก รับผิดชอบ ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การสร้าง ครอบครัว การเลือกคู่ การวางแผนครอบครัว สัมพันธภาพในชีวิตประจำวัน และในชีวิตคู่

1.5 ทักษะส่วนบุคคล หมายถึง การปฏิบัติ การใช้ถ้อยคำอย่างเหมาะสม การประเมินความเสี่ยง การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การมีเป้าหมายชีวิต การตัดสินใจ

1.6 สังคมและวัฒนธรรม หมายถึง ค่านิยม ในเรื่องเพศ การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด การปรับตัว ต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรม เช่น สื่อสารทางอินเทอร์เน็ต วัฒนธรรม ความพึงพอใจ เทียบ กลางคืน เป็นต้น

2. การตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับตนเองของวัยรุ่นในด้าน

1) ตัวตนของตนเอง 2) ตัวตนระหว่างบุคคล 3) ตัวตน ปฏิบัติการ คือ

2.1 ความเป็นหญิง หรือชายของตัวเอง หรือชายของตัววัยรุ่นเอง ครอบครัวการเปลี่ยนแปลงและอนามัยทางเพศ พฤติกรรมทางเพศ

2.2 สัมพันธภาพระหว่างตนเองกับผู้อื่น ทั้ง ในเพศเดียวกัน และต่างเพศ ค่านิยมที่เหมาะสมใน เรื่องเพศ โอกาสการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด การปรับตัวต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและ วัฒนธรรม

2.3 การมุ่งอนาคตของวัยรุ่นว่าต้องการให้ ตนเองเป็นหญิงหรือชายอย่างไรในอนาคต วิธีการ ควบคุมตนเองเพื่อให้บรรลุภาพแห่งตนในอนาคต และทักษะส่วนบุคคลในการจัดการความเครียด

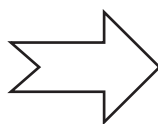
3. โมเดลการสะท้อนคิด

หมายถึง รูปแบบการจัดประสบการณ์การเรียนรู้สำหรับนักเรียนมัธยมปีที่ 4 ที่กำหนดขึ้นจาก การประยุกต์แนวคิดการสะท้อนคิดของ Atkins & Murphy (Five-Stage Model of Reflection)¹⁰ ประกอบด้วย 5 ขั้นตอนคือ 1) นักเรียนถูกกระตุ้น การคิดด้วยประสบการณ์ที่ไม่สบายใจ เกิดเป็นปฏิกิริยา ตอบรับต่อความรู้ที่ไม่เพียงพอต่อประสบการณ์ใน ปัจจุบันของบุคคล 2) นักเรียนอธิบายและตรวจสอบ ประสบการณ์ที่กำลังเผชิญ 3) นักเรียนวิเคราะห์ และสรุปเกี่ยวกับประสบการณ์ 4) นักเรียนระบุถึง การเรียนรู้ใหม่ที่ได้รับ 5) นักเรียนเชื่อมโยงการ เรียนรู้สู่การปฏิบัติ โดยมีเครื่องมือสนับสนุนการ เกิดกระบวนการคิดในนักเรียนคือ การตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นการคิด 4 คำถามตามแนวคิด GURU โดย Saeger & Remer¹¹ ประกอบด้วย Ground, Understand, Revise, and Use โดย G เป็นคำถาม พรรณนาประสบการณ์ หรือเหตุการณ์ที่เรียนรู้ U เป็นคำถามสร้างความเข้าใจ คือทำไมจึงเกิด

เหตุการณ์อย่างนั้น R เป็นคำถามสร้างทางเลือกใหม่ ประเมินและวิเคราะห์ประสบการณ์ และ U เป็นคำถาม เพื่อประยุกต์ใช้ในชีวิต คือจะใช้บทเรียนจากเรื่อง หรือเหตุการณ์อย่างไร และ 5) วางแผนการปฏิบัติ หรือทดลองนำไปใช้ บูรณาการเกิดเป็น 4 โมดูล การสะท้อนคิด ประกอบด้วยโมดูลที่ 1) เข้าใจ กระบวนการสะท้อนคิด โมดูลที่ 2)-3) การสะท้อนคิด

กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวแปรจัดกระทำ
โมเดลการสะท้อนคิด (กลุ่มทดลอง)
เนื้อหา : ซิริยฮอร์โมน (เพศวิถีศึกษา 6 ด้าน)
กระบวนการ : reflective technique (Atkins & Murphy)
GURU (คำถามกระตุ้น 4 ด้าน, Saeger & Remer)
การเรียนการสอนตามปกติ (กลุ่มควบคุม)
เนื้อหา : ซิริยฮอร์โมน (เพศวิถีศึกษา 6 ด้าน)
กระบวนการ : รูปแบบการสอนของโรงเรียน โดยคณะผู้วิจัย



ตัวแปรตาม
การตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี
1. ตัวตนของตนเอง
2. ตัวตนระหว่างบุคคล
3. ตัวตนปฏิบัติการ

เครื่องมือการวิจัย ประกอบด้วย 1) เครื่องมือ การทำวิจัย คือ โมเดลการสะท้อนคิด และ 2) เครื่องมือ การเก็บข้อมูลคือ แบบประเมินการตระหนักรู้ตนเอง ด้านเพศวิถีของนักเรียน มีการพัฒนาเครื่องมือภายใต้ แนวคิดดังนี้

1. โมเดลการสะท้อนคิด พัฒนาด้วยแนวคิด การสะท้อนคิดของ Atkins & Murphy¹⁰ โดยเครื่องมือ ที่ช่วยในการสนับสนุนการเกิดกระบวนการในนักเรียน คือ การตั้งคำถามตามเพื่อกระตุ้นการคิด 4 มิติ หรือ เรียกว่า GURU¹¹ โดยมีขอบเขตเนื้อหาเป็นไปตาม หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน 6 มิติของเพศวิถีศึกษา การสะท้อนคิดประกอบด้วยโมดูลเพื่อสร้างการคิด 4 โมดูลคือ

โมดูลที่ 1 เข้าใจกระบวนการสะท้อนคิด

การตระหนักรู้ตนเองในด้านการเปลี่ยนแปลง ของร่างกายและความรู้สึก อารมณ์ (เครื่องมือ

สู่การเข้าใจตนเอง เข้าใจสถานการณ์ โมดูลที่ 4) การ พัฒนามุมมองใหม่ในชีวิตประจำวัน

4. การเรียนการสอนตามปกติ หมายถึงการ สอนด้วยกระบวนการปกติของโรงเรียน แต่สอนด้วย คณะผู้วิจัยแทนครูผู้สอนของโรงเรียน ผ่านสื่อของ โครงการวิจัย

โมดูล 1.1 แบบประเมินความคิดของเต่าและกระต่าย ในความคิดของนักเรียน) 2) วิดีโอ hormones (เครื่องมือโมดูล 1.2) 2) แบบสะท้อนตัวตน (เครื่องมือโมดูล 1.3)

โมดูลที่ 2 การสะท้อนคิดสู่การเข้าใจตนเอง เข้าใจ สถานการณ์ตอนที่ 1

การวิเคราะห์สถานการณ์ ความรู้ และ ความรู้สึกที่มีต่อสถานการณ์ ในลักษณะฝึกฝนเพื่อ นำไปสู่มุมมองใหม่ของการมองเหตุการณ์ที่คุ้นชินใน ชีวิตประจำวัน

โมดูลที่ 3 การสะท้อนคิดสู่การเข้าใจตนเอง เข้าใจ สถานการณ์ตอนที่ 2

การพิจารณาสถานการณ์ของเนื้อหาจาก ซิริยฮอร์โมนวิจัยว่าวัน

โมดูลที่ 4 การใช้ทักษะมุมมองใหม่ในชีวิตประจำวัน

จุดประสงค์เพื่อ 1) สรุปและสร้างพันธะสัญญาการใช้ชีวิต smart teenage: อดได้ รอได้ เพื่อชีวิตที่สดใส (วัยรุ่นที่มีสุขภาพทางเพศวิถี) 2) แนวทางจัดการศึกษาเพศวิถีศึกษา

การพัฒนาโมเดลการสะท้อนคิด

1.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างซีรี่ย์ฮอว์ไทม์ กับบทเรียนเพศวิถีที่มีเนื้อหาในวิชาสุขศึกษา มัธยมศึกษาปีที่ 4

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ สามารถสรุปเนื้อหาฮอว์ไทม์เป็น 8 ตอนหลักคือ ตอนที่เชื่อมโยงเนื้อหาเกี่ยวกับฮอว์ไทม์ testosterone, progesterone, adrenalin, endorphin, estrogen, serotonin, dopamine และตอนที่ 8 เกี่ยวกับการเรียนการสอนเพศวิถี

1.2 กำหนดเนื้อหาที่จะเป็นเครื่องมือให้นักเรียนสู่การสะท้อนคิด

กำหนดเนื้อหาการเรียนรู้จากที่มีเรื่องราวทั้ง 13 ตอนของซีรี่ย์ ระบุเหตุการณ์ว่าอยู่ในช่วงเวลาที่เท่าไรถึงเท่าไร ใน 8 ตอนที่กำหนดเป็นเครื่องมือในโมดูลสะท้อนคิด และอธิบายเพิ่มเติมความรู้ที่นักเรียนต้องได้รับเพื่อเพิ่มเติมในวิดีโอ ด้วยคำถามตามกรอบ GURU ข้างต้น คือเมื่อดูวิดีโอแล้วให้นักเรียน 1) บอกว่าวิดีโอเป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร 2) ทำไมจึงเกิดเรื่องราวในวิดีโอ 3) จากเหตุการณ์ในวิดีโอให้นักเรียนประเมินและวิเคราะห์ประสบการณ์เสนอผลลัพธ์อื่นๆ ที่แตกต่างจากวิดีโอ 4) จากเรื่องราวในวิดีโอจะสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิต หรือใช้บทเรียนจากเรื่องหรือเหตุการณ์อย่างไรในการเสริมสร้างเพศวิถี

1.3 เขียน story board เป็นแนวทางให้เจ้าหน้าที่โปรแกรมคอมพิวเตอร์สามารถสร้างเป็นวิดีโอ ที่มีเนื้อหาครอบคลุมเพศวิถี ซึ่งกระจายอยู่ในวิดีโอทั้ง 8 ตอน และใช้คำถามกระตุ้นการคิดตามกรอบ GURU

1.4 ปรีกษา และร่วมทำการแปลง story board เข้าให้เป็นวิดีโอ 8 ตอน กับเจ้าหน้าที่โปรแกรมคอมพิวเตอร์

1.5 ฉายวิดีโอทั้ง 8 ตอนกับทีมวิจัย และพยาบาล จำนวน 10 คน เพื่อร่วมพิจารณาเนื้อหาถึงความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย การดำเนินเรื่อง สี ตัวหนังสือ ความยาว

1.6 เจ้าหน้าที่โปรแกรมคอมพิวเตอร์ปรับปรุงแก้ไข ตามข้อเสนอแนะของทีมวิจัย

1.7 หาคุณภาพเครื่องมือ โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านพิจารณาความสอดคล้องของเนื้อหาและการนำเสนอของวิดีโอ ซึ่งพบว่าผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่านไม่มีข้อติใดๆ มีแต่ข้อเสนอให้เนื้อหาส่วนเสริมเป็นเสียงพูด ประกอบตัวหนังสือวิ่งแบบในวิดีโอ เพื่อช่วยกระตุ้น และเสริมความน่าสนใจ รวมถึงจุดเน้นซึ่งได้ดำเนินการปรับตามที่ผู้เชี่ยวชาญเสนอ

2. แบบประเมินการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี พัฒนาจากการทบทวนวรรณกรรมเนื้อหาเกี่ยวกับ “self” และสามารถสรุปว่าการตระหนักรู้ (self awareness) เป็นการตระหนักของบุคคลต่อตัวบุคคล ต้องเทียบกับมาตรฐาน¹² โครงสร้างการตระหนักรู้สามารถสรุปว่ามืองค์ประกอบ 3 ส่วนคือ “judgement+attitude+evaluation”¹³ ในด้าน 1) ความรู้ในตน หรือ self-knowledge หรืออัตมโนทัศน์ หรือ self concept 2) ตัวตนระหว่างบุคคล หรือ interpersonal self หรือตัวตนในที่สาธารณะ หรือ public self และ 3) ตัวตนปฏิบัติการ หรือ agent self หรือ executive function หรือ ส่วนของบุคลิกภาพที่เกี่ยวกับการกระทำ เช่น การควบคุมตนเอง (self-regulation) งานวิจัยนี้กำหนดองค์ประกอบการตระหนักรู้เป็น 3 ส่วนดังกล่าวนี้ ลักษณะข้อความเป็นมาตราประมาณค่า 5 ระดับคือ มีความตระหนักรู้มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุดในกรณีไม่สามารถประเมินได้ ให้ตอบว่าไม่สามารถประเมินได้ หาคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้

1. วิเคราะห์ความตรงของเนื้อหา โดยขอความคิดเห็น ข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญภายในวิทยาลัย 3 ท่าน ได้ค่า IOC มากกว่า 0.67 ขึ้นไปทุกข้อ และให้ตัดข้อความจาก 45 ข้อ เหลือ 33 ข้อ ด้วยการตัดข้อความที่เนื้อหาคล้ายคลึงกัน เพื่อลดความยาวของแบบประเมิน

2. วิเคราะห์ความเที่ยงของเครื่องมือโดยทดลองเก็บกับนักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 โรงเรียนยานนาเวศวิทยาคม จำนวน 87 คน วิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาครอนบาค (Total-Item correlation) ได้ 0.87

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ประสานงานกับทั้งสองโรงเรียนในเรื่องการวิจัย และการขออนุญาตดำเนินการวิจัย

2. การแนะนำโครงการ

ภายหลังได้รับอนุญาตการดำเนินการวิจัยจากทั้งสองโรงเรียน ทีมผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการขอเข้าพบนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ทั้งหมดเพื่อแนะนำโครงการวิจัย เนื้อหา กระบวนการ การประเมินผล เวลา สื่ออุปกรณ์ (ด้วย Power Point) และให้นักเรียนทำแบบประเมินการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี (Pre-test)

3. ดำเนินการทดลองในแต่ละกลุ่ม ตามการนัดหมาย 4 ครั้งๆ ละ 50 นาทีหรือ 1 คาบเรียน โดยครั้งที่ 2 ห่างจากครั้งที่ 1 เป็นเวลา 2 สัปดาห์ เพื่อให้ นักเรียนได้มีเวลาสำหรับการดูวิดีโอ และทำการบ้าน ด้วยการเขียนบรรยายสะท้อนคิด ครั้งที่ 2 ไป 3 และ 4 ห่างกัน 1 สัปดาห์ รวม 5 สัปดาห์

4. นัดหมายเก็บ post-test ในช่วงหลังเคารพธงชาติในวันถัดไป

5. นำเสนอผลการทดลองโมเดลการสะท้อนคิดกับทางโรงเรียนกลุ่มทดลองตามการนัดหมายพร้อมแลกเปลี่ยนเรียนรู้การจัดการเรียน

การสอนเพศวิถี และการประยุกต์ใช้

การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

1. วิเคราะห์ระดับการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนด้วยค่าเฉลี่ยและคะแนนส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนภายหลังการทดลองด้วยสถิติ paired t-test

3. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง ด้วยสถิติ independent t-test

ผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เป็นกลุ่มทดลองทั้ง 36 คน เป็นเพศหญิงและชายร้อยละ 63.9 และ 36.1 ตามลำดับ มีอายุเฉลี่ย 15.67 ปี เกรดเฉลี่ย 2.958 อาชีพหลักของบิดาและมารดา คือ รับจ้างสูงที่สุด (ร้อยละ 37.2 และ 48.8 ตามลำดับ) บิดามารดาอยู่ด้วยกันเป็นส่วนใหญ่ (ร้อยละ 53.5) รองลงมาคือ แยกทางกัน (ร้อยละ 39.5) ที่เหลือคือ มีบิดาหรือมารดาเสียชีวิตคนหนึ่ง จำนวนพี่น้องพบว่านักเรียนมีพี่ หรือน้องจำนวน 1 และ 2 คน ใกล้เคียงกันคือ ร้อยละ 32.5 และ 31.0 ตามลำดับ ประสพการณ์การมีเพื่อนหญิง/เพื่อนชาย พบว่าร้อยละ 41.7, 36.1 และ 22.2 นักเรียนเคยมีเพื่อนหญิง/เพื่อนชาย แต่ปัจจุบันเลิกคบหากัน ไม่เคยมีเพื่อนหญิง/เพื่อนชาย และเคยมีเพื่อนหญิง/เพื่อนชายและยังคบหากันอยู่ตามลำดับ

2. ผลการวิเคราะห์ระดับการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ตารางที่ 1 ค่าสถิติพรรณนาการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนกลุ่มทดลอง

การตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	max	min	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย	max	min	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย
ตัวตนของตนเอง	4.30	3.10	3.78	0.31	ค่อนข้างสูง	4.47	3.20	4.04	0.30	ค่อนข้างสูง
ตัวตนระหว่างบุคคล	4.25	2.06	3.41	0.50	ค่อนข้างสูง	4.80	2.80	3.92	0.43	ค่อนข้างสูง
ตัวตนปฏิบัติการ	4.30	2.33	3.50	0.54	ค่อนข้างสูง	4.21	3.25	4.16	0.50	ค่อนข้างสูง
รวม	4.28	2.87	3.56	0.33	ค่อนข้างสูง	4.76	3.41	4.01	0.30	ค่อนข้างสูง

จากตารางพบว่ากลุ่มทดลองมีระดับการตระหนักรู้ด้านเพศวิถีทั้งก่อนทดลอง และหลังทดลองในระดับค่อนข้างสูง ทั้งด้านรวม และรายด้าน

ตารางที่ 2 ค่าสถิติพรรณนาการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนกลุ่มควบคุม

การตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี	ก่อนทดลอง					หลังทดลอง				
	max	min	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย	max	min	$\bar{x}$	S.D.	ความหมาย
ตัวตนของตนเอง	4.45	2.99	3.81	0.30	ค่อนข้างสูง	4.53	3.13	3.91	0.38	ค่อนข้างสูง
ตัวตนระหว่างบุคคล	4.09	2.16	3.55	0.43	ค่อนข้างสูง	4.30	2.85	3.56	0.35	ค่อนข้างสูง
ตัวตนปฏิบัติการ	3.98	2.42	3.62	0.49	ค่อนข้างสูง	4.75	2.90	3.83	0.47	ค่อนข้างสูง
รวม	4.38	2.81	3.65	0.39	ค่อนข้างสูง	4.42	3.06	3.76	0.35	ค่อนข้างสูง

จากตารางพบว่ากลุ่มควบคุมมีระดับการตระหนักรู้ด้านเพศวิถีทั้งก่อนทดลอง และหลังทดลองในระดับค่อนข้างสูง ทั้งด้านรวม และรายด้าน

3. ผลการทดสอบสมมติฐาน

ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนน

3.1 ผลการวิเคราะห์สมมติฐานการวิจัยข้อ 1

เฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีสูงขึ้น

ตารางที่ 3 ค่าสถิติเปรียบเทียบการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมระหว่างคะแนนก่อนและหลังการทดลองของแต่ละกลุ่ม

การตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี	กลุ่มทดลอง					กลุ่มควบคุม				
	Mean difference	S.D.	t-value	df	p-value	Mean difference	S.D.	t-value	df	p-value
ตัวตนของตนเอง	0.18	0.44	2.918	32	0.006	0.02	0.41	0.298	35	0.768
ตัวตนระหว่างบุคคล	0.52	0.59	4.644	32	0.001	0.03	0.38	0.417	35	0.679
ตัวตนปฏิบัติการ	0.66	0.77	5.318	32	0.001	0.16	0.47	2.143	35	0.039
ภาพรวม	0.46	0.46	6.390	32	0.001	0.08	0.30	1.747	35	0.089

ในกลุ่มทดลองพบว่าการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนภายหลังการทดลองมีคะแนนสูงขึ้นทั้งในด้านรวมและด้านย่อยและด้านที่มีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเพิ่มสูงที่สุดคือ ด้านตัวตนปฏิบัติการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$

สำหรับในกลุ่มควบคุมพบว่าการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียนภายหลังการเรียน

สูงขึ้นเพียงด้านย่อยด้านเดียวคือ ด้านตัวตนปฏิบัติการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$

3.2 ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตารางที่ 4 ค่าสถิติเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียน ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลอง

ค่าเฉลี่ย การตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถี	ค่าสถิติในการทดสอบผลต่างของค่าเฉลี่ยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม			
	mean difference	df	t-value	p-value
ตัวตนของตนเอง	0.16	72	2.702	0.035
ตัวตนระหว่างบุคคล	0.36	72	3.936	0.000
ตัวตนปฏิบัติการ	0.33	72	2.954	0.002
ค่าเฉลี่ยรวม	0.25	72	3.353	0.001

จากตารางที่ 4 พบว่าภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมทั้งด้านรวมและด้านย่อยทุกด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$

อภิปรายผล

1. ระดับการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียน

นักเรียนทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีในระดับค่อนข้างสูง ซึ่งอธิบายได้ว่ากลุ่มตัวอย่างยังอยู่ในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งคุณภาพผู้เรียนเมื่อจบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน คือ จะมีความสามารถ 1) เข้าใจและเห็นความสำคัญของปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่มีต่อสุขภาพและชีวิตในช่วงวัยต่างๆ 2) ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและอารมณ์ สร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น และตัดสินใจแก้ปัญหาชีวิตด้วยวิธีการที่เหมาะสม 3) เรียนรู้การจัดการอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่มีต่อเจตคติ ค่านิยม

ของตนในด้านสุขภาพและชีวิตได้อย่างเหมาะสม 4) ป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค 5) ตระหนักในความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพ การป้องกันโรค การดำรงสุขภาพ การจัดการกับอารมณ์และความเครียดกับการมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี 6) สำนึกในคุณค่า ศักยภาพ และความเป็นตัวของตัวเอง 7) แสดงออกซึ่งการทำงานเป็นทีมอย่างเป็นระบบ ซึ่งเป็นเป้าหมายการเรียนรู้แกนกลางกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา คือเมื่อจบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ก็จะต้องแสดงผลสัมฤทธิ์ดังกล่าว แต่ด้วยระดับความลึกซึ้งต่างกัน ด้วยตัวชีวิตที่แตกต่างกัน เมื่อทดสอบด้วยเครื่องมือวิจัยคือ แบบประเมินการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียน ที่มีเนื้อหาครอบคลุมเพศวิถีทั้ง 6 มิติ ที่มีความลึกซึ้งมากขึ้น จึงอาจจะทำให้

คะแนนการประเมินเพศวิถีทุกมิติอยู่ในระดับค่อนข้างสูงเท่านั้น และเมื่อวิเคราะห์การตระหนักรู้รายข้อพบว่านักเรียนมองว่าวัยรุ่นไม่ได้เป็นช่วงที่มีอารมณ์แปรปรวนง่าย ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับแนวคิดธรรมชาติของวัยรุ่นของ Mitchell¹⁴ และข้อค้นพบที่สำคัญอีกข้อคือ ผลจากกระแสสังคมทำให้สับสนในความเป็นหญิงความเป็นชาย อย่างไรก็ตามนักเรียนเห็นว่าสังคมทุกวันนี้แย่งเพราะเพศหญิงบกพร่องในความเป็นหญิง และเพศชายมีความเป็นชายน้อย โดยมีการวิพากษ์วิจารณ์ระหว่างชั้นเรียนว่าแม้ผู้เรียนจะยอมรับในการมีเพศภาวะมากกว่า 2 เพศ แต่การยอมรับเพศที่สามรวมทั้งเพศอื่นๆ อย่างเท่าเทียม เป็นการทำให้เกิดความสับสนได้ว่าสภาพบุรุษ และสภาพสตรีคืออะไร ร่วมกับข้อค้นพบในระหว่างการเรียนการสอนด้วยโมเดลพบว่า 9 ลักษณะของคนที่มีสุขภาพะ นักเรียนไม่ได้เห็นด้วยทั้งหมดคือ นักเรียนร้อยละ 76.4 มีความไม่มั่นใจในรูปร่างหน้าตา สีผิว ร้อยละ 81.2 เห็นด้วยว่าสุขภาพะทางเพศ หมายถึง “ต้องพร้อม ต้องเต็มใจ ต้องปลอดภัย” อยู่เสมอ ร้อยละ 83.4 เห็นด้วยว่าควรดูแลวัยวะเพศให้เหมือนการดูแลใบหน้า และร้อยละ 85.3 สามารถบอกเล่าชักถามเรื่องเพศโดยไม่เขินอาย ที่เหลืออีก 5 ข้อเห็นด้วยทั้งหมด ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับทฤษฎีพายุและความเครียด (storm and stress theory) ว่าช่วงวัยรุ่นตอนกลาง (อายุ 15-16 ปี) มีความแตกต่างจากช่วงวัยรุ่นตอนต้น คือวัยรุ่นจะรับรู้ตัวตนของตนเองว่าไม่ใช่เด็กอีกแล้ว รับรู้ว่าร่างกายเปลี่ยนแปลง มีความเป็นผู้ใหญ่ มีการจัดการกับเพศตรงข้ามและผู้ใหญ่แบบลึกซึ้งมากกว่า และมีความสามารถในการเข้ากลุ่มเพื่อนต่างเพศได้มากขึ้น

2. นักเรียนกลุ่มทดลองมีการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีสูงขึ้น และสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ผลการวิจัยพบว่าโมเดลการสะท้อนคิดมีผลต่อการตระหนักรู้ตนเองด้านเพศวิถีของนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับหลักการที่สำคัญของการสะท้อนคิด

ซึ่งเป็นการเรียนรู้วิธีหนึ่ง (reflective learning) คือการสะท้อนคิดก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในผู้เรียน (transformative experience) ผู้เรียนมีการวิเคราะห์ประสบการณ์ที่ได้รับ ก่อให้เกิดการสร้างความหมายใหม่และความชัดเจนในสิ่งที่เรียนรู้¹⁶ ซึ่งผลลัพธ์ที่ได้สะท้อนกระบวนการสะท้อนคิดได้อย่างดี เพราะทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมต่างได้รับประสบการณ์เรียนรู้ที่เหมือนกัน ในด้านเนื้อหาที่มาจากสื่อเดียวกัน และผู้สอนกลุ่มเดียวกัน ต่างกันที่กระบวนการเท่านั้น ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ที่ใช้ในงานวิจัยมีขั้นตอนที่สำคัญ คือ 1) ผู้เรียนเผชิญประสบการณ์ที่สัมพันธ์กับวิถีชีวิตจริงของตนเอง และสร้างความแปรปรวนในช่วงชีวิตวัยรุ่นคือเรื่องเพศ 2) การให้สมมุติว่าถ้าตนเองคือตัวละครจะมีการตอบสนองอย่างไร 3) การวิเคราะห์ประสบการณ์อย่างจริงจังผ่านการดูวิดีโอ การพรรณนาด้วยการเขียน การแสดงละครตามสคริปส์ การสะท้อนความคิดในกลุ่มเล็ก โดยมีเป้าประสงค์เดียวคือให้นักเรียนได้วิเคราะห์เนื้อหาของประสบการณ์ และฝึกการคิดจนสามารถสะท้อนแง่มุมบางอย่างจากประสบการณ์ ด้วยการใช้คำถามตามแนวทาง GURU 4) สื่อที่เป็นตัวสะท้อนประสบการณ์ที่ชัดเจนคือ ซีรี่ย์ฮอว์มैन ซึ่งกระบวนการทั้งหมดนี้สอดคล้องกับการศึกษาของนักทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสะท้อนคิดอย่าง Dewey, Schon, Kolb, Boud, Korthagen, King and Kitchenner, Atkinns and Murphy และ Mezirow¹⁷ ซึ่งระบุกระบวนการสะท้อนคิดคนละรูปแบบ แต่เมื่อสังเคราะห์รูปแบบของทั้งหมดแล้วพบว่า โกล่เคียงกันในแนวคิด คือเริ่มต้นที่ผู้เรียนสนใจในประสบการณ์ และสงสัยใคร่รู้ในการหาคำตอบ ผู้สอนต้องทำหน้าที่เอื้อให้ผู้เรียนหาคำตอบด้วยการแก้ปัญหา จนถึงการกระตุ้นให้ผู้เรียนสร้างทางเลือกใหม่จากประสบการณ์ ตรงกับแนวคิดการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง (transformative learning) ซึ่งนักเรียนต้องได้รับการชี้แนะ การเรียนในชั้นเรียนโดยมีครูเป็นศูนย์กลาง หรือมีนักเรียนเป็น

ศูนย์กลางก็ตาม แต่ขาดการกำหนดตัวประสบการณ์ที่จะให้นักเรียนเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียน ไม่มีการกำหนดกลวิธีที่ชัดเจนว่าจะให้นักเรียนเป็นผู้แสดงบทบาทอย่างกระตือรือร้นในแต่ละครั้งของการเรียน นักเรียนก็จะได้เพียงเนื้อหาความรู้ที่ยุคสมัยปัจจุบันหาได้จากแหล่งข้อมูลตามเว็บไซต์ต่างๆ แต่ขาดการฝึกฝนกระบวนการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ ซึ่งจะขึ้นำการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

งานวิจัยที่ใกล้เคียง เช่น การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการพัฒนาความตระหนักรู้ในคุณค่าแห่งตนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดอำนาจเจริญโดยใช้หลักสัมมาทิฐิ¹⁸ ผลการวิจัยพบว่า 1) การประเมินระดับความตระหนักรู้ในคุณค่าแห่งตนโดยรวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมในรูปแบบที่สร้างขึ้นอยู่ในระดับปานกลาง 2) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีระดับความตระหนักรู้ในคุณค่าแห่งตนโดยรวมแตกต่างจากก่อนเข้าร่วมกิจกรรมจากระดับปานกลางเป็นระดับมาก นอกจากนี้ สื่อการเรียนรู้ก็เหมาะสมกับวัยรุ่น เพราะใช้ซีรี่ย์ฮอว์ไทม์ที่นักแสดงวัยรุ่นที่นักเรียนรู้จัก เนื้อหาที่ใกล้เคียง จึงทำให้การถอดรหัส วิพากษ์ เข้าถึงความหมายของนักเรียนมีความง่ายขึ้น ดังที่⁹ เรียกว่าวิธีเสริมเสถียรภาพเส้นทางเดินของวงจรความคิดในสมองของวัยรุ่น ซึ่งช่วยในการติดตั้งระบบความคิดเข้าสู่ภายในของวัยรุ่น เมื่อมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่บ่อยขึ้น และหลากหลายยิ่งขึ้นจะช่วยยกระดับระบบความคิดให้กว้างขวาง และลุ่มลึกยิ่งขึ้นตามศักยภาพของวัยรุ่นแต่ละคน ซึ่งจะช่วยปูพื้นฐานการรู้เท่าทันสื่อและฝึกฝนนิสัยการใช้สติเพื่อการพิจารณาอย่างเป็นเหตุเป็นผล งานวิจัยอื่นๆ ที่ใกล้เคียง เช่น¹⁹ ศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า 1) กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ย

คะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2) ค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและความคาดหวังในผลลัพธ์ของการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษามาแล้ว²⁰ ศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิคต่อการจัดการเรียนการสอนโดยใช้วิธีการสะท้อนคิดรายวิชา การฝึกปฏิบัติการพยาบาลพื้นฐาน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ผลการศึกษาพบว่าโมเดลการสะท้อนคิดของกิบบส์ (Gibbs' Model of Reflective Cycle)²³ สามารถสร้างความพึงพอใจต่อการเรียนรู้ ค่าระดับความพึงพอใจเฉลี่ยอยู่ที่ 8.54 (จากคะแนนเต็ม 10) โดยนักศึกษารู้สึกว่ามีอาจารย์คอยให้คำปรึกษา และการเขียนบันทึกทำให้นักศึกษาระบายความในใจซึ่งช่วยผ่อนคลายความเครียด สอดคล้องกับการวิจัยของ Williams & Wessel²¹ ที่พบว่าการเขียนบันทึกการเรียนรู้จะช่วยพัฒนาทักษะสะท้อนคิดของผู้เรียน²² มีการศึกษาการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ด้วยการสะท้อนประสบการณ์การฝึกภาคสนามของนักศึกษาทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยเป็นวิจัยเชิงคุณภาพ ผ่านเรื่องเล่าที่นักศึกษาได้เรียนรู้ผ่านการฝึกปฏิบัติงาน และเห็นว่ามีมีความสำคัญต่อชีวิต (critical incident technique) โดยมีกระบวนการคล้ายคลึงกับงานวิจัยนี้ ผลการศึกษานักศึกษา 1) เรียนรู้ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นและปฏิบัติตนเพื่อความเป็นวิชาชีพ 2) เรียนรู้ที่จะเปิดทัศนะในการมองโลกมองชีวิตให้กว้างขวางขึ้น 3) เรียนรู้และทำความเข้าใจตัวตน

ผลการวิจัยนี้ยังพบว่ากลุ่มทดลองคะแนนความแตกต่างการตระหนักรู้ในมิติตัวตนของตนเองมีคะแนนความแตกต่างต่ำที่สุด (0.2354) ขณะที่คะแนนความแตกต่างสูงขึ้นในมิติตัวตนระหว่างบุคคล (0.5716) และมิติตัวตนปฏิบัติการ (0.7019) ซึ่งน่าจะสอดคล้องกับความรู้พัฒนาการด้านเพศวิถี

ของวัยรุ่น ว่ากลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นช่วงกลาง ซึ่งจะมีการรับรู้ว่าตัวเองกำลังเป็นผู้ใหญ่ และร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงไม่ใช่เด็กอีกแล้ว ดังนั้น นักเรียนจะมีการตระหนักรู้ตัวตนค่อนข้างมากอยู่แล้ว และโมเดลการสะท้อนคิดช่วยเติมเต็มการตระหนักรู้อีก 2 มิติ ที่นักเรียนกำลังพัฒนา คือการมีสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างเพศ การมีรักในวัยรุ่น ตลอดจนสังคม และระบบอื่นๆ ในสังคมไม่ว่าจะเป็นวัฒนธรรม การเมือง ความเป็นพลเมือง เพราะทักษะการตระหนักรู้จะมากขึ้น จากความสามารถในการวิพากษ์ตนเอง เกิดความสงสัยด้วยตนเอง (self-doubt, self criticism) อย่างไรก็ตาม ช่วงวัยรุ่นตอนกลางนี้วัยรุ่นมีแนวโน้มมีความเครียดมากกว่าวัยรุ่นตอนต้น ความไม่มั่นคงของอารมณ์มากกว่า (roller coaster effect) การมีโมเดลสะท้อนคิดเข้ามาในช่วงจังหวะที่เหมาะสมนี้จะสนับสนุนการก้าวเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายที่มั่นคงมากขึ้น ช่วยให้นักเรียนรับรู้ถึงเส้นทางการสร้างคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นประเด็นสำคัญในการก่อรูปอัตลักษณ์ในวัยรุ่นตอนปลาย และก้าวเข้าสู่ผู้ใหญ่ตอนต้นได้อย่างมั่นคง

สรุปผล

1. การให้นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยประสบการณ์ที่ใกล้ชิด สื่อที่เข้าใจง่าย มีประเด็นการวิเคราะห์ประสบการณ์ที่ชัดเจน ด้วยกระบวนการสะท้อนคิดหลายช่องทางคือการพรรณนาด้วยการเขียนและการใช้วาจา การแสดงบทบาทตามสคริปส์ ช่วยเพิ่มพูนการตระหนักรู้ด้านเพศวิถีของนักเรียน
2. นักเรียนยังไม่สามารถบรรลุการสะท้อนคิดในระดับสูงได้ อาจเป็นข้อจำกัดข้อหนึ่งของการวิจัย

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป
 - 1.1 การศึกษานี้อาจเรียกว่าการศึกษาสำรวจในด้านเพศวิถีด้วยโมเดลการสะท้อนคิด ในนักเรียนวัยรุ่นระยะกลาง ซึ่งตามทฤษฎีพัฒนาการ

นักเรียนยังมีการปรับเปลี่ยนการตระหนักรู้ จนกว่าจะเป็นวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ดังนั้น การศึกษาติดตามการคงอยู่ของการตระหนักรู้ตนเอง และปัจจัยที่สัมพันธ์จะช่วยให้การกำหนดโมเดลการเรียนรู้ในวงจรต่อไปชัดเจนขึ้น

1.2 ผลลัพธ์วิจัยเชิงกระบวนการ

พบว่านักเรียนเกือบทั้งหมดสามารถสะท้อนคิดในระดับ 1 และ 2 มีนักเรียนประมาณ 7 คน สามารถสะท้อนคิดในระดับ 3 (การอธิบายเหตุผลของการกระทำ) นักเรียนที่เหลือแม้จะให้คำอธิบายประสบการณ์ แต่สารสนเทศที่ได้ไม่ได้สะท้อนถึงระดับเหตุผลของการกระทำ และในระดับการเชื่อมโยงเหตุผลการกระทำ พบว่าตลอดกระบวนการวิจัยมีนักเรียนเพียง 4 คน ที่สามารถเชื่อมโยงเหตุผลการกระทำของตัวเอง (การสะท้อนในระดับ 4 ตามแนวคิดของ Williams., et al.¹⁵) การศึกษาซ้ำถึงกระบวนการ เช่น ลักษณะคำถามที่คมชัด กินใจ หรือจับจุดวัยรุ่น เวลาในแต่ละเนื้อหา จำนวนครั้งตามโมเดลการสะท้อนคิด จะช่วยให้นักเรียนเข้าถึงประสบการณ์มากขึ้น ซึ่งสำคัญมากกับการเกิดกระบวนการเรียนรู้ที่จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตามมา เพราะตามโมเดลการทดลองนี้ก็สามารถสร้างความแตกต่างด้านเพศวิถีศึกษาแก่นักเรียนได้ แต่คุณภาพการสะท้อนคิดยังสามารถยกระดับขึ้นได้อีก

2. ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้ : ผลการวิจัยนี้สามารถนำไปปรับใช้ในการจัดประสบการณ์เรียนรู้เพศวิถีในโรงเรียนได้ ดังนี้

2.1 จากผลการประเมินเชิงคุณภาพโดยผู้เรียนต่อสื่อด้านเพศ และจากผลการวิจัย ครูผู้สอนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สามารถประยุกต์ผลลัพธ์ของงานวิจัยไปใช้ได้คือ 1) สื่อที่ใช้ในการวิจัย หรือหากมีสื่ออื่นใดที่นักเรียนสามารถเข้าถึงได้ง่ายขึ้น เช่น ฮอโมนวัยว้าวุ่น ซีรีส์ 2 ก็สามารถนำมาดัดแปลงให้มีเนื้อหาสอดคล้องกับองค์ประกอบเพศวิถี 6 มิติได้ โดยประเด็นที่ต้องใส่ใจคือ สื่อต้องมีระดับความยากง่ายที่เหมาะสมต่อการ

เข้าถึง สามารถทำความเข้าใจได้โดยไม่ต้องใช้เวลามาก รวมทั้งสื่อควรอยู่ในชีวิตประจำวันเนื่องจากนักเรียนจะรู้สึกถึงความใกล้ชิดและเรียนรู้ประเด็นที่สามารถปรับใช้ในชีวิตจริงได้ 2) กระบวนการเรียนรู้ โดยเฉพาะการสะท้อนคิดสามารถประยุกต์ทั้งเครื่องมือ GURU ไปใช้ให้นักเรียนฝึกคิดในทุกกลุ่มสาระ การสร้างบรรยากาศให้เรื่องเพศเป็นเรื่องธรรมชาติของคน สามารถพูดคุยเปิดเผยอย่างเคารพ เช่น การให้นักเรียนมีส่วนร่วม ไม่ว่าจะเป็นการเล่นละคร นั่วงล้อม อภิปรายในบรรยากาศเป็นกันเอง ช่วยสร้างการเรียนรู้ เพศวิถีที่ดี

2.2 จากผลการประเมินที่อาจารย์ผู้สอนในโรงเรียนทดลองเข้าสังเกตการณ์ และบางชั่วโมงเข้าร่วม ในกิจกรรมด้วย ให้ความเห็นว่า จำเป็นต้องมีการ สร้างทัศนคติที่เหมาะสมในครูทุกคนในประเด็นเพศ วิถี ตลอดจนทักษะการเป็นโค้ชให้นักเรียนสะท้อน คิด ซึ่งเป็นการปรับบทบาทจากผู้สอน เป็นโค้ช หรือ เอื้ออำนวยให้นักเรียนเป็นผู้เรียนรู้อย่างกระตือรือร้น

2.3 ข้อเสนอแนะจากนักเรียนถึงโรงเรียน และหน่วยงานในด้านการจัดการเรียนการสอนเพศ วิถี พบว่านักเรียนเกือบทั้งหมดเห็นด้วยกับการ จัดการเรียนการสอนด้วยโมเดลที่สร้างขึ้น เพราะ เข้าใจง่าย สื่อซีรี่ย์ฮอว์มไน้ใช้ดาราเล่นสามารถหา ดูเพิ่มเติม มีความน่าติดตามมากกว่าหนังสือของหน่วยงาน ต่างๆ ที่ทำเฉพาะซึ่งไม่น่าสนใจเพราะดูเหมือนปลอม เป็นข้อสะท้อนหนึ่งจากนักเรียนว่าสื่อทางโทรทัศน์ที่ นักเรียนคุ้นเคยสามารถใช้เป็นแบบฝึกหัดสร้างการ คิดได้อย่างดี และฝึกนักเรียนให้คิดด้วยตนเอง เมื่อ เผชิญเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน

2.4 เนื่องจากงานวิจัยพบว่าด้วยเวลา 5 สัปดาห์ การสร้างการสะท้อนคิดในนักเรียนยังไม่เข้มข้น เพียงพอ เพราะนักเรียนแสดงการสะท้อนคิดใน ระดับตื้นๆ แต่ก็เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน จึง มีข้อเสนอแนะแก่ผู้บริหารโรงเรียนว่ากระบวนการ

สะท้อนคิดควรได้รับการบูรณาการเป็นวิธีการจัด ประสพการณ์หนึ่งในทุกสาระการเรียนรู้ และดำเนินการ อย่างต่อเนื่องตลอดหลักสูตร

References

1. The United Nations Fund for Population Activities (UNFPA-Thailand). Teen Mom : The Challenges in Teenage Pregnancy. Bangkok: Advance Printing Co., Ltd. 2013. Available at https://thailand.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/State%20of%20Thailand%20Population%20report%202013-MotherhoodinChildhood_th.pdf.
2. Roj Kri Sathien, K Baker, Jarasait S, Health Map 2010. available at http://www.ipsr.mahidol.ac.th/ipsr-th/PublicationBook_2554.html.
3. Office of the Registrar Administration. Conclusion of numbers of schools. available at <http://www.teenpath.net/teenpath/database/Summary.html>.
4. Sukrat B. Teenage Pregnancy : Policy, Operational Guidelines and Evaluation. Nontaburi: Ministry of Public Health. 2014.
5. Wojana K. What kind of sex in the library and news? Academic books and articles on sexual health. Bangkok: Foundation for Understanding Women's Health. 2008.
6. Suysa-ad S. Sex Education and Family Health. Lopburee: Faculty of Science and Technology. 2009.

7. PATH Organization and Social Work Foundation. What should we do ? "Sex Education" I want to study but school does not teach. Community Newsletter for love health person create happiness. February 2012;8(124):p.10-3.
8. Luthans F, Avolio BJ, et al. Positive psychological capital: measurement and relation with performance and satisfaction. In Srisawat Patcharaporn. Psychological Capital. JTET. 2012; 25(84):34-9.
9. Apiwanthanakan T. A guide to developing knowledge Understandably media literacy in high school teens. Bangkok: Media Education Foundation. 2011.
10. Atkins S, Murphy K. Reflection: a review of literature. J of Advanced Nursing. 1993;18:1188-92.
11. Saeger C, Remer B (2001). The GURU Process in Roger Hopkins. Empowering education for community development: A critical study of methods, theories and values. Ropley : O Books. 2013: p.193-5. available at <http://www.thefirefly.org/Firefly/graphics/GURU%20for%20Web.pdf>.
12. Miller D, Moran T. Self-esteem: A Guide for Teachers. London: SAGE Publications. 2012 electronic resource. available at https://books.google.co.th/books?id=l_PvhweqBhMC&printsec=frontcover&source=gbs_ViewAPI&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false.
13. Lawrence D. Enhancing Self-Efficacy in the Classroom. London: Paul Chapman. 2006.
14. Mitchell JJ. The Nature of Adolescence. Calgary: Detselig Enterprises. 1986; p.142-76.
15. Williams RM, Wessel J, Gemus M Foster-Sargeant E (2002). Journal Writing to promote reflection by physical therapy students during clinical placements; cited by Dye D, Scott KW, Ostrom L, et al. The Effect of Specific Feedback on Critical Reflection of Physical Therapy Students during Internships. J Adult Education 2011; 40(2):9-18.
16. Eyler J. Reflection: Linking Service and Learning-Linking Students and Communities. Social Issues 2002;58(3): 517-34.
17. Cohen, MR. Critical Reflection among School Psychologists: An Examination to the Faculty of Content the, Cognitive Style, and Cognitive Complexity. A Dissertation Presented to the Faculty of the USC ROSSIER School of Education, University of Southern California. In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Doctir of Education. 2010.
18. Suntawong K, Panyapa, Rattana. The Development of Model of Activity to Develop Self-Esteem Realization of Senior High School Students in Amnatcharoen province through the Implementation of Sammaditthi. JMPS 2011;4(2):74-87.

19. Puknoi J. Effects of life skills enhancement program on perceived self-efficacy and expectations in the results of avoiding sexual risk behaviors of female students in junior high school; Master of Nursing Science Thesis, Community Nursing Practice, Faculty of Nurse, Burapa University. 2010.
20. Thana K, Nitayawin S. McCormick nurses' satisfaction thru reflection learning in fundamental nursing practices (SN.281) semester 2, academic year 2012.
21. Williams RM, Wessel J. Reflective journal writing to obtain student feedback about their learning during the study of chronic musculoskeletal conditions. *J Allied Health* 2004;33(1):17-23.
22. Chaiprasitti S Chatiketu, P Tuongratanaphan et al. Learning through Experience: Dental Students' Reflection on Community-Based Health Promotion Course. *comm Dent J* 2014;35(1):131-40.
23. Gibbs, G. (1988) *Learning by Doing: A guide to teaching and learning methods*. Further Education Unit. Oxford: Oxford Polytechnic. [Internet] [cited 2018 Sep 17] Available from http://studyskills.southwales.ac.uk/media/files/documents/2013-08-21/Gibbs_Model_of_the_Reflective_Cycle.pdf.