

บทความวิจัย

โปรแกรมเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ ในวัยรุ่นหญิงตอนต้น ในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง* Life Skill Development Program to Prevent Teenage Pregnancy among Early Adolescent Girls in Foster Homes

วรากร มณีสุวรรณ**

สุนีย์ ละกำป็น***

อาภาพร เผ่าวัฒนา***

Waragorn Maneesuwarn

Sunee Lagampan

Arpaporn pawwattana

*ได้รับทุนสนับสนุนงานวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ

*Received Thesis Grant from National Research Management System

**โรงพยาบาลตากสิน กรุงเทพมหานคร 10600

**Registered Nurse, Taksin Hospital, Bangkok, 10600

***คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล 10400

***Faculty of Public Health, Mahidol University, 10400

Corresponding author, E-mail: g_tata_gdcox@hotmail.com

Received: March 28, 2018; Revised: January 14, 2019; Accepted September 23, 2019

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง ชนิดสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง และระยะติดตามผล มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหญิงตอนต้น ในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นหญิงอายุ 10 – 14 ปี ในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง ในประเทศไทย จำนวน 60 คน สุ่มสถานสงเคราะห์เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ สุ่มเด็กที่มีคุณสมบัติ ตามเกณฑ์คัดเข้ากลุ่มละ 30 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ ในวัยรุ่นผ่านกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และแรงสนับสนุนทางสังคม กิจกรรมการเรียนรู้ทั้งหมด 4 ครั้ง ระยะเวลา 4 สัปดาห์ ประกอบด้วย การพัฒนาความภูมิใจในตนเอง การตระหนักรู้ในตนเองเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศและพัฒนาการวัยรุ่น การฝึกคิดวิเคราะห์วิจารณ์เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและการฝึกทักษะการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง เก็บรวบรวมข้อมูลโดยให้ตอบแบบสอบถามด้วยตนเองใน ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล ในทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ความตระหนักรู้ในตนเอง ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ การปฏิเสธและการเจรจาต่อรองและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Independent t –test,

Chi-square, Likelihood Ratio Fisher's Exact test, Two way Repeated Measures ANOVA, Repeated one way ANOVA และ Bonferroni

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตความตระหนักรู้ในตนเองและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ส่วนคะแนนเฉลี่ยของทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ การปฏิเสธและการเจรจาต่อรองพบว่าไม่แตกต่างจากก่อนทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ซึ่งโปรแกรมเสริมทักษะชีวิตนี้สามารถนำไปปรับใช้เพื่อเสริมทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเองและการปฏิบัติพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์สำหรับวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ได้

คำสำคัญ: โปรแกรมเสริมทักษะชีวิต วัยรุ่นหญิงตอนต้น สถานสงเคราะห์

Abstract:

The two-group quasi-experimental research with pretest, posttest and follow-up aimed to examine the result of Life Skill Development Program to prevent teenage pregnancy among early adolescents' girls in foster homes. The participants ($n = 60$), were young girls, aged 10 -14, residing in foster homes in Thailand. Each home was randomly assigned to either an experimental or a comparison group ($n = 30$ each). Life skills were used as the conceptual basis for the teenage pregnancy prevention program. The program included participatory learning and social support. The program was 4 activities: (1) self-assessment improvement; (2) self-awareness about sexual changes and adolescent development; (3) critical thinking about teenage pregnancy, and; (4) learning and, practicing denies and negotiate. The duration of the study was 4 weeks. Thereafter, the participants were assessed on their life skills of self-esteem, self-awareness, critical thinking, ability to deny and negotiate, and on pregnancy prevention behaviors. Data were collected and analyzed using descriptive statistics, and were expressed as percentage, mean, and standard deviation. In addition to using Independent t -test, Chi-square, Likelihood Ratio Fisher's Exact test, and Two-way repeated measures ANOVA, repeated one-way ANOVA, and post hoc analysis with Bonferroni correction.

The results showed that the experimental group had a mean of difference score of Life Skill on self-awareness and pregnancy prevention behavior significantly higher than that of the comparison group ($p < 0.05$). Otherwise, there were no statistically difference of Life Skill on self-

esteem, critical thinking, and ability to deny and negotiate from before and the comparison group. The program can be applied for enhancing life skill on self-awareness, and pregnancy prevention behavior among female early adolescents in foster homes.

Keywords: Life skill development program, Female adolescent, Foster home

บทนำ

จากสถานการณ์ด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ ประจำปีพ.ศ.2561 พบว่า การตั้งครรภ์ในแม่วัยรุ่นอายุน้อยกว่า 20 ปีลดลงจากร้อยละ 15.8 ในปีพ.ศ.2558 เป็นร้อยละ 12.8 ในปีพ.ศ.2560 แต่ก็พบว่าสูงกว่าเกณฑ์มาตรฐานที่องค์การอนามัยโลกได้กำหนดไว้ให้ไม่เกินร้อยละ 10 และอัตราการคลอดของวัยรุ่นหญิงอายุ 10 – 14 ปี มีแนวโน้มลดลงเช่นกันจากอัตราส่วน 1.5 ในปีพ.ศ.2558 เป็น 1.3 ในปีพ.ศ.2560 ต่อประชากรหญิงอายุ 10 – 14 ปี 1,000 คนแต่กลับพบว่า การมีเพศสัมพันธ์ในกลุ่มนักเรียนเพิ่มขึ้นจากปีที่ผ่านมา โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียนชาย และมีการใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกและครั้งสุดท้ายในกลุ่มนักเรียนมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น (กรมอนามัย สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์, 2561) การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของวัยรุ่นและทารกในครรภ์ เกิดปัญหาแม่เลี้ยงเดี่ยว ต้องออกจากระบบการศึกษา โดยพบว่า แม่วัยรุ่นร้อยละ 60.7 จบการศึกษาในระดับมัธยมต้น และออกมาเลี้ยงดูบุตรซึ่งมีความไม่พร้อมในการดูแลบุตรมากถึงร้อยละ 69.4 เนื่องจากไม่มีอาชีพและรายได้เพียงพอ ส่งผลต่อภาระด้านงบประมาณของประเทศ (บุญฤทธิ์ สุจริตน์, 2557) การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมักไม่ได้มีการวางแผนมาก่อน วัยรุ่นที่ยังไม่พร้อมตั้งครรภ์พยายามหาทางยุติการตั้งครรภ์โดยการทำแท้ง จากรายงานเฝ้าระวังการทำแท้งในประเทศไทยปีพ.ศ.2557 พบว่า มากกว่าครึ่งหนึ่งของ

ผู้ป่วยที่ทำแท้งทั้งหมดในสถานพยาบาลเป็นหญิงวัยรุ่นอายุ 10 - 19 ปี ซึ่ง 92.6% ของกลุ่มสำรวจนี้ตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจและ 95.7% ของวัยรุ่นอายุต่ำกว่า 15 ปี ไม่ได้คุมกำเนิดเนื่องจากขาดความรู้เรื่องเพศศึกษาและการคุมกำเนิด (ปัปบอนด์ รักอำนวยกิจ, 2556; สุภิญญา อินอิ้ว, 2559, น. 300 - 322) อีกทั้งมีสาเหตุจากปัจจัยภายนอก ได้แก่ การเข้าถึงสื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศง่ายขึ้น การใช้สื่อออนไลน์ต่างๆ (พจนานันท์ หันจาณสิทธิ์และธีรพงศ์ สกุลศรี, 2557, น. 163 - 180) ด้วยข้อจำกัดของวัยและประสบการณ์ ทำให้วัยรุ่นขาดทักษะในการแยกแยะ วิเคราะห์ข้อเท็จจริง เกิดความสับสน และมีทัศนคติว่าการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นเป็นเรื่องปกติ (สุริดา ศรีฉายแสง, 2558) จากปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น นักสาธารณสุขและนักการศึกษา มองว่า ควรมีการปลูกฝังเจตคติต่อเรื่องเพศและสร้างเสริมทักษะชีวิตที่เหมาะสม เพื่อป้องกันและแก้ปัญหาพฤติกรรมของวัยรุ่นในระยะยาว ซึ่งทักษะชีวิตเป็นการเชื่อมโยงระหว่างความรู้ ทัศนคติและค่านิยม การพัฒนาทักษะชีวิตโดยส่งเสริมกระบวนการคิดให้วัยรุ่นเกิดความภูมิใจในตนเอง ตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงของตนเองเพื่อป้องกันความเสี่ยงต่างๆ สามารถคิดวิเคราะห์วิจารณ์ได้และมีทักษะที่ดีในการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง (วันดา ปิยะศิลป์ และพนม เกตุมาน, 2550; สุริยเดว ทรีปาตี, 2551) จากการศึกษาของจริภรณ์ ขวัญดี (2555) และชญาดา คล่องการ (2556) ที่นำแนวคิดทักษะชีวิตมา

ประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความรู้ในการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พบว่า กลุ่มที่ได้รับกิจกรรมเสริมทักษะชีวิตมีความรู้ เจตคติ และทักษะชีวิตต่อการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเพิ่มขึ้นและมากกว่ากลุ่มที่ได้รับการเรียนการสอนปกติจากทางโรงเรียน

วัยรุ่นหญิงในสถานสงเคราะห์เป็นกลุ่มที่มีความเปราะบาง เนื่องจากมีพื้นฐานทางครอบครัวที่ไม่มั่นคง ถูกทอดทิ้ง ขาดการดูแลเอาใจใส่ ขาดความรัก ความอบอุ่นหรือมีผู้ปกครองแต่ได้รับการดูแลไม่เหมาะสม (ข้อมูลจากสถานสงเคราะห์ที่สังกัดกรมกิจการเด็กและเยาวชน) เด็กหญิงเหล่านี้ต้องมาพักอาศัยในสถานสงเคราะห์ เพื่อได้โอกาสเรียนหนังสือและมีที่พักที่ปลอดภัย โดยได้รับการดูแลจากสหสาขาวิชาชีพและแม่บ้านที่มีจำนวนไม่เพียงพอกับเด็ก การจัดการของสถานสงเคราะห์คือ ให้เด็กที่มีอายุมากกว่าดูแลเด็กที่อายุน้อยกว่า ดังนั้น รุ่นพี่จึงเป็นเสมือนแหล่งสนับสนุนทางสังคมของเด็ก วัยรุ่นหญิงในสถานสงเคราะห์ที่ทำหน้าที่ช่วยดูแล แนะนำ เป็นที่ปรึกษาของน้องในบ้านพัก จากการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสนทนากลุ่มกับเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์จำนวน 16 คน ในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องเพศ (วันที่ 27 มิถุนายน 2559) พบว่า เด็กได้รับการสอนเรื่องเพศศึกษาในโรงเรียนเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และการคุมกำเนิด การเปลี่ยนแปลงของร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น เช่น การมีประจำเดือน เต้านมขยายขึ้น เป็นต้น แต่เด็กยังไม่รู้ถึงการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์และความรู้สึกที่เกี่ยวกับเรื่องเพศ โดยเฉพาะอารมณ์ทางเพศ เด็กบางส่วนเข้าใจว่า การมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นสามารถทำได้ แต่ต้องป้องกันโดยใช้ถุงยางอนามัยและการคุมกำเนิด และไม่ทราบถึงทักษะการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองในการไม่มีเพศสัมพันธ์

แม้ว่าจะมีการศึกษาถึงการพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งส่วนใหญ่ทำในระบบโรงเรียนในกลุ่มวัยรุ่นตอนกลางหรือตอนปลาย ยังไม่พบการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นตอนต้นและเป็นเด็กที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ซึ่งมีความแตกต่างจากเด็กที่อยู่กับพ่อแม่หรือผู้ปกครอง ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาว่า การเสริมสร้างทักษะชีวิตร่วมกับการสนับสนุนทางสังคมจากรุ่นพี่ในสถานสงเคราะห์ จะส่งผลให้เด็กวัยรุ่นหญิงมีทักษะชีวิตและมีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์เพิ่มขึ้นหรือไม่ ซึ่งผลการวิจัยที่ได้สามารถนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางส่งเสริมทักษะชีวิต เพื่อป้องกันปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสำหรับวัยรุ่นหญิงในสถานสงเคราะห์ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมเสริมทักษะชีวิตต่อการเพิ่มทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ด้านความตระหนักรู้ในตน ด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหญิงตอนต้น ในสถานสงเคราะห์เด็กหญิงก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

สมมติฐานการวิจัย

ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรม วัยรุ่นหญิงตอนต้นกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ด้านความตระหนักรู้ในตน ด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์สูงขึ้นมากกว่าก่อนทดลอง และเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ทักษะชีวิต เป็นความสามารถของบุคคลในการเรียนรู้ เฝ้าปัญหาสามารถป้องกันตนเองและจัดการปัญหาได้อย่างเหมาะสม เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมเชิงบวก กรมสุขภาพจิตจัดแบ่งตามพฤติกรรมการเรียนรู้ได้ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านพุทธิพิสัย (ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์) ด้านจิตพิสัย (ความตระหนักรู้ในตนและความเห็นใจผู้อื่น ความภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม) และด้านทักษะพิสัย (การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและแก้ไขปัญหา การจัดการอารมณ์และความเครียด) (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์, 2553) ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันปัญหาการตั้งครรภ์

สำหรับวัยรุ่นตอนต้น ได้แก่ ทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตน ทักษะชีวิตด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์และทักษะชีวิตด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง (เนตรทราย ปัญญะ, 2552; ริษา บุญนาค, 2555 และจริภรณ์ ขวัญดี, 2555) โดยพัฒนาทักษะชีวิตผ่านกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ดึงความสามารถของผู้เรียนออกมา (Kolb, 1984 อ้างในกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544) และนำรุ่นพี่ในสถานสงเคราะห์มาเป็นพี่เลี้ยง มีหน้าที่ช่วยเหลือนับสนุนน้องขณะทำกิจกรรมและให้คำปรึกษาแก่น้องๆ เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างพี่กับน้อง ให้ความรู้สึกไว้วางใจและรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

วิธีดำเนินการวิจัย

โปรแกรมเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหญิงตอนต้น ในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง ประกอบด้วย ประสิทธิภาพ การสะท้อนอภิปราย ความคิดรวบยอดและการทดลองประยุกต์แนวคิดผ่านกระบวนการกลุ่มในทักษะต่างๆ คือ

- การประเมินตนเอง ข้อดี ข้อบกพร่อง แนวทางพัฒนาความภูมิใจในตนเอง
- การเปลี่ยนแปลงทางเพศและการพัฒนาการของวัยรุ่นหญิง
- การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ผลกระทบ และแนวทางการป้องกันการตั้งครรภ์
- การปฏิเสธและการเจรจาต่อรองเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

1. ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ ประกอบด้วย

- ทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง
- ทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศและพัฒนาการวัยรุ่น
- ทักษะชีวิตด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น
- ทักษะชีวิตด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

2. พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi - experimental research) แบบ 2 กลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ วัดผลซ้ำ ที่ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ วัยรุ่นหญิงตอนต้น อายุ 10 - 14 ปี ที่อยู่ในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง ประเทศไทย สังกัดกรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จำนวน 3 แห่ง

กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นหญิงตอนต้น อายุ 10 - 14 ปี ที่อยู่ในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง โดยใช้การสุ่มแบบ clustered random sampling และนำมาจับสลากได้สถานสงเคราะห์เด็กหญิงจังหวัดสระบุรีเป็นกลุ่มทดลอง และสถานสงเคราะห์เด็กหญิงจังหวัดอุดรธานีเป็นกลุ่มเปรียบเทียบ ซึ่งทั้งสองแห่งได้รับการดูแลจากสถานสงเคราะห์ ได้รับกิจกรรม การศึกษาและมีสภาพแวดล้อมที่ใกล้เคียงกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างคือ เด็กหญิงอายุ 10 - 14 ปี อยู่ในสถานสงเคราะห์เด็กหญิงไม่น้อยกว่า 1 เดือนอ่านและเขียนหนังสือได้ ไม่มีปัญหาด้านสติปัญญาที่วินิจฉัยโดยแพทย์ไม่เคยตั้งครรภ์มาก่อน สมัครใจเข้าร่วมการวิจัยหลังได้รับการชี้แจงและได้รับการอนุญาตจากผู้ปกครองให้เข้าร่วมการวิจัย กรณีไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมในวันที่เริ่มโครงการหรือแสดงความจำนงขอออกจากการวิจัยในระหว่างการดำเนินการวิจัย จะถูกคัดออกจากการเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้กำหนดขนาดตัวอย่างโดยการคำนวณค่าขนาดอิทธิพลจากงานของเนตรทราย ปัญญาบุญ (2552) ที่ศึกษาการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งได้ค่าอิทธิพลขนาดใหญ่เท่ากับ 0.80 กำหนดค่าอำนาจในการทดสอบ ($1 - \beta$) 0.80 และค่าความคลาดเคลื่อน (α) 0.05 นำไปเปิดตารางสำเร็จรูป (Polit & Hungler, 2013)

ได้ขนาดตัวอย่างกลุ่มละ 25 คนและเพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างระหว่างการทดลองจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 20 ได้ตัวอย่างกลุ่มละ 30 คน รวม 60 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.1 แบบวัดลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา ความสามารถพิเศษ งานอดิเรก ค่าใช้จ่ายส่วนตัว เพื่อนสนิทบุคคลที่ไว้ใจ การมีประจำเดือนครั้งแรก การมีคูรักหรือแฟน การมีโทรศัพท์มือถือส่วนตัว การได้รับข่าวสารเรื่องเพศศึกษาและการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ลักษณะคำถามเป็นแบบให้เลือกตอบและเติมข้อความตามความเป็นจริง

1.2 แบบวัดทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง เป็นคำถามเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง การค้นพบและความภูมิใจในความสามารถของตนเอง เป็นคำถามชนิดมาตราประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับจำนวน 10 ข้อ ช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 10 - 40 คะแนน แบบวัดมีค่าความตรงเชิงเนื้อหา (content validity index) เท่ากับ 1.0 และมีค่าความเชื่อมั่น (internal consistency reliability) ของ Cronbach's alpha เท่ากับ 0.80

1.3 แบบวัดทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเป็นคำถามเกี่ยวกับการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงทางเพศและพัฒนาการของวัยรุ่น ความแตกต่างระหว่างเพศ บทบาททางเพศ การเปลี่ยนแปลงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นชนิดมาตราประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับจำนวน 10 ข้อ ช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 10 - 40 คะแนน แบบวัดมีค่าความตรงเชิงเนื้อหา (content validity index) เท่ากับ 0.97 และมีค่าความเชื่อมั่น (internal consistency reliability) ของ Cronbach's alpha เท่ากับ 0.76

1.4 แบบวัดทักษะชีวิตด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์เป็นคำถามที่วัดความสามารถในการวิเคราะห์ข้อดีข้อเสีย ผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น แนวทางการป้องกันตนเองจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เป็นชนิดมาตร-ประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับ จำนวน 10 ข้อ ช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 10 – 40 คะแนน แบบวัดมีความตรงเชิงเนื้อหา (content validity index) เท่ากับ 1.0 และมีค่าความเชื่อมั่น (internal consistency reliability) ของ Cronbach's alpha เท่ากับ 0.70

1.5 แบบวัดทักษะชีวิตด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง เป็นคำถามเกี่ยวกับความสามารถในการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองในสถานการณ์เสี่ยง เช่น การอยู่ตามลำพังกับเพศตรงข้าม การเที่ยวยามวิกาล การดื่มสุราหรือใช้สารเสพติด เป็นต้น เป็นชนิดมาตรประมาณค่า 3 ระดับจำนวน 10 ข้อแบบวัดมีความตรงเชิงเนื้อหา (content validity index) เท่ากับ 0.97 และมีค่าความเชื่อมั่น (internal consistency reliability) ของ Cronbach's alpha เท่ากับ 0.70

1.6 แบบวัดพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ เป็นการประเมินความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งเป็นสาเหตุการตั้งครรภ์ได้ เช่น การหลีกเลี่ยงสิ่งยั่วยู่ทางเพศ การไม่ไปเที่ยวสองต่อสองหรืออยู่ลำพังสองต่อสองกับคูรักรหรือเพื่อนต่างเพศในที่ลับตา การไม่คบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การปฏิเสธหรือเจรจาต่อรองเมื่อถูกชักชวนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น เป็นชนิดมาตรประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับจำนวน 10 ข้อ ช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 10 – 40 คะแนน แบบวัดมีความตรงเชิงเนื้อหา (content validity index) เท่ากับ 0.93 และมีค่าความเชื่อมั่น (internal consistency reliability) ของ Cronbach's alpha เท่ากับ 0.72

ซึ่งแบบวัดทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง นำมาจากแบบวัดความรู้สึกรู้สึกคุณค่าในตนเองของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่น (internal consistency reliability) มากกว่า 0.80 ส่วนแบบวัดทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง และแบบวัดพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ มาจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศซึ่งมีค่าความเชื่อมั่น (internal consistency reliability) มากกว่า 0.70

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

ได้แก่ โปรแกรมเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหญิงตอนต้นในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง เป็นกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ประกอบด้วย กิจกรรมกลุ่มย่อยและกลุ่มใหญ่ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ จัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวมทั้งหมด 4 ครั้ง โดยแต่ละครั้งมีกิจกรรมเสริมทักษะชีวิต ดังนี้ ครั้งที่ 1 ในสัปดาห์ที่ 1 ทักษะการประเมินตนเองค้นหาข้อดี ข้อบกพร่อง สะท้อนความรู้สึกและค้นหาแนวทางการพัฒนาความภูมิใจในตนเอง ครั้งที่ 2 ในสัปดาห์ที่ 2 ทักษะการสังเกตตนเองถึงการเปลี่ยนแปลงทางเพศและพัฒนาการของวัยรุ่น ความแตกต่างระหว่างเพศ การจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น ครั้งที่ 3 ในสัปดาห์ที่ 3 ทักษะการวิเคราะห์สาเหตุ ผลกระทบ เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ และแนวทางป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และครั้งที่ 4 ในสัปดาห์ที่ 4 ทักษะการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ที่นำไปสู่การตั้งครรภ์ ใช้สื่อประกอบการสอน ได้แก่ ใบงาน เกม สื่อวิดีโอ เป็นต้น โดยมีรุ่นพี่ซึ่งได้รับการเตรียมความพร้อมจากผู้วิจัยให้ทำหน้าที่พี่เลี้ยง ช่วยเหลือสนับสนุนกระบวนการกลุ่มย่อยขณะทำกิจกรรมทุกครั้ง ทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาประจำกลุ่ม

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เอกสารรับรองเลขที่ MUPH 2017-041 ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตผู้ปกครองของสถานสงเคราะห์ ก่อนเริ่มดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยชี้แจงขั้นตอนการทำวิจัยให้ผู้ปกครองรับทราบรายละเอียดตามเอกสารชี้แจงการวิจัย และผู้ปกครองสถานสงเคราะห์ลงนามในหนังสือยินยอมให้เข้าร่วมการวิจัย จากนั้นผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียดกิจกรรมต่างๆ ให้เด็กทุกคนได้รับรู้สิทธิของการเป็นผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยสามารถยุติการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลาของการวิจัย ข้อมูลที่ได้จากการศึกษานี้จะได้รับการปกปิดเป็นความลับ จะเปิดเผยข้อมูลในลักษณะของการนำเสนอผลในภาพรวมเพื่อเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการเท่านั้น ไม่ระบุข้อมูลที่ทำให้เชื่อมโยงถึงเป็นรายบุคคล

วิธีการดำเนินการทดลอง

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 ผู้วิจัยติดต่อขออนุมัติหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล ถึงอธิบดีกรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และผู้ปกครองสถานสงเคราะห์ที่ได้รับการคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการทำวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล

1.2 ผู้วิจัยเตรียมรุ่นพี่ที่จะมาเป็นพี่เลี้ยงจำนวน 5 คน โดยคัดเลือกจากวัยรุ่นหญิงอายุ 16 – 18 ปีที่อยู่ในสถานสงเคราะห์เดียวกับกลุ่มตัวอย่าง อบรมให้ความรู้โดยผู้วิจัยเป็นเวลา 3 ชั่วโมง ในเรื่องทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นรวมถึงบทบาทการเป็นพี่เลี้ยง เพื่อดูแลช่วยเหลือน้องในการทำกิจกรรมและเป็นที่ปรึกษาให้แก่น้อง

2. ขั้นตอนการวิจัย

กลุ่มทดลอง ได้รับกิจกรรมตามโปรแกรมเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นตอนต้นในสถานสงเคราะห์เด็กหญิงจังหวัดสระบุรีสัปดาห์ละครั้ง มีกิจกรรมทั้งหมด 4 ครั้ง ใช้เวลาครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวมทั้งหมด 4 สัปดาห์ โดยทุกกิจกรรมมีพี่เลี้ยงคอยให้คำแนะนำและดูแลตลอดการทำกิจกรรม ประกอบด้วย

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) กิจกรรมเสริมทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง โดยประเมินข้อดีข้อบกพร่อง ความสามารถของตนเองและเพื่อน สะท้อนความรู้สึก เชื่อมโยงปัญหาการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และแนวทางพัฒนาความภูมิใจในตนเอง ด้วยกระบวนการกลุ่มและการให้แรงเสริมทางบวกจากกลุ่ม

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 2) กิจกรรมเสริมทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศและพัฒนาการของวัยรุ่น โดยใช้สื่อวิดีโอวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง การจัดการอารมณ์รวมถึงการดูแลสุขอนามัยทางเพศ ผ่านการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ วิเคราะห์ร่วมกันโดยกระบวนการกลุ่ม

ครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 3) กิจกรรมเสริมทักษะชีวิตด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยการเล่นเกมส์และสื่อวิดีโอเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ใช้ใบงานในการวิเคราะห์สาเหตุ ผลกระทบและแนวทางการป้องกันการตั้งครรภ์ การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์และการใช้กระบวนการกลุ่มในการอภิปราย

ครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 4) กิจกรรมเสริมทักษะชีวิตด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยการทบทวนสถานการณ์เสี่ยงแนวทางการแก้ไขและการฝึกบทบาทสมมติจากสถานการณ์เสี่ยง การอภิปรายกลุ่ม สรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้

กลุ่มเปรียบเทียบ ได้รับการดูแลตามปกติจากสถานสงเคราะห์เด็กหญิงจังหวัดอุดรธานี และเมื่อสิ้นสุดการวิจัย ได้รับการสอนประกอบเอกสารความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นโดยผู้วิจัยเป็นเวลา 3 ชั่วโมง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีให้ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง ครั้งแรกเป็นข้อมูลพื้นฐานก่อนการทดลอง ครั้งที่สอง เมื่อภายหลังสิ้นสุดการทำกิจกรรมทั้งหมด 4 ครั้ง (4 สัปดาห์) ในสัปดาห์ที่ 5 และครั้งที่สามเพื่อติดตามการคงอยู่ในสัปดาห์ที่ 8

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนาใช้ในการอธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติ independent t - test, Chi-square และ likelihood ratio Fisher's Exact Test ทดสอบการกระจายแบบปกติของข้อมูลด้วยสถิติ Kolmogorov - Smirnov Test

2. เปรียบเทียบคะแนนทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ด้านความตระหนักรู้ในตน ด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหญิงตอนต้น ในสถานสงเคราะห์เด็กหญิงก่อนการทดลอง หลังการทดลอง (สัปดาห์ที่ 5) และระยะติดตามผล (สัปดาห์ที่ 8) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบด้วยสถิติ Two-way Repeated Measures ANOVA

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ด้านความตระหนักรู้ในตน ด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบด้วยสถิติ independent t - test

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ด้านความตระหนักรู้ในตน ด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองภายในกลุ่มด้วยสถิติ repeated measures one - way ANOVA เมื่อพบว่ามีความแตกต่างกัน ทำการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ (Post hoc test) ด้วยวิธี Bonferroni

ผลการวิจัย

1. ลักษณะทั่วไป

กลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอายุ 13 ปี กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นร้อยละ 56.70 มีความสามารถพิเศษร้อยละ 46.70 และมีงานอดิเรกร้อยละ 86.70 ค่าใช้จ่ายส่วนตัวที่ได้รับเฉลี่ย 25 บาท มีเพื่อนสนิททั้งที่โรงเรียนและที่บ้าน โดยมีเพื่อนสนิทที่โรงเรียนส่วนใหญ่เป็นผู้หญิงร้อยละ 75.90 อายุที่เริ่มมีประจำเดือนคือ 12 ปี ร้อยละ 41.30 ส่วนใหญ่ยังไม่มีคูรัก/แฟนร้อยละ 63.30 เวลามีปัญหาปรึกษาพ่อแม่มากที่สุดร้อยละ 66.70 ส่วนใหญ่ยังไม่มีโทรศัพท์มือถือร้อยละ 86.70 และได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องเพศศึกษาและการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจากครู ร้อยละ 76.70 ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่มีอายุ 13 ปี กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นร้อยละ 73.30 มีความสามารถพิเศษร้อยละ 86.70 และมีงานอดิเรกร้อยละ 80 ค่าใช้จ่ายส่วนตัวที่ได้รับเฉลี่ย 20 บาท มีเพื่อนสนิททั้งที่โรงเรียนและที่บ้าน โดยมีเพื่อนสนิทที่โรงเรียนส่วนใหญ่เป็นผู้หญิงร้อยละ 63.30 อายุที่เริ่มมีประจำเดือนคือ 12 ปี ร้อยละ 41.30 ส่วนใหญ่ยังไม่มีคูรัก/แฟนร้อยละ 86.70 เวลามีปัญหาปรึกษาเจ้าหน้าที่ในบ้านมากที่สุด ร้อยละ 56.70 ส่วนใหญ่ยังไม่มีโทรศัพท์มือถือร้อยละ 90 และได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องเพศศึกษาและการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจากครูร้อยละ 70

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของลักษณะ ค่าใช้จ่ายส่วนตัวที่ได้รับและการมีคู่รักแฟนที่แตกต่างกัน ส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบพบว่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ไม่แตกต่างกัน ($p > 0.05$) ยกเว้นด้านความสามารถพิเศษ

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ด้านความตระหนักรู้ในตน ด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง (สัปดาห์ที่ 5) และระยะติดตามผล (สัปดาห์ที่ 8) ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ($n = 60$)

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง $\bar{x}$ (S.D)	หลังการทดลอง สัปดาห์ที่ 5 $\bar{x}$ (S.D)	ระยะติดตามผล สัปดาห์ที่ 8 $\bar{x}$ (S.D)	Group x Time F	p
1. ทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง					
กลุ่มทดลอง	27.2 (2.9)	28.3 (1.9)	27.8 (1.4)	73.6	0.178
กลุ่มเปรียบเทียบ	28.3 (2.4)	28.1 (3.3)	27.5 (1.8)		
2. ทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตน					
กลุ่มทดลอง	25.3 (3.2)	29.7 (3.8)	29.9 (2.7)	16.6	<0.001*
กลุ่มเปรียบเทียบ	29.0 (4.0)	30.0 (3.4)	29.9 (2.8)		
3. ทักษะชีวิตด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์					
กลุ่มทดลอง	27.9 (4.0)	30.0 (2.7)	29.5 (1.7)	2.4	0.103
กลุ่มเปรียบเทียบ	29.7 (3.7)	30.1 (4.8)	29.7 (3.6)		
4. ทักษะชีวิตด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง					
กลุ่มทดลอง	20.6 (2.5)	20.8 (2.0)	20.4 (2.2)	0	0.989
กลุ่มเปรียบเทียบ	20.1 (0.7)	20.2 (2.9)	19.7 (1.6)		
5. พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์					
กลุ่มทดลอง	21.9 (2.7)	24.5 (1.7)	24.5 (1.3)	4.4	0.016*
กลุ่มเปรียบเทียบ	23.1 (3.8)	23.3 (3.8)	23.6 (3.7)		

* p-value < 0.05

2. คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตและพฤติกรรม ป้องกันการตั้งครรภ์

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า ทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตน และพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$; ตารางที่ 1) แต่เนื่องจากคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม

เปรียบเทียบมีความแตกต่างกันตั้งแต่ก่อนทดลอง จึงทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลองและมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$; ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนค่าเฉลี่ยของทักษะด้านความตระหนักรู้ในตน และพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

กลุ่มตัวอย่าง ตัวแปรที่ศึกษา	กลุ่มทดลอง (n = 30)		กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 30)		t	p-value
	Mean difference	S.D	Mean difference	S.D		
ทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตน						
หลังการทดลอง – ก่อนการทดลอง	4.4	3.5	1.0	3.5	3.8	<0.001 ^a
ระยะติดตามผล – ก่อนการทดลอง	4.7	2.9	0.9	4.2	4.0	<0.001 ^a
พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์						
หลังการทดลอง – ก่อนการทดลอง	2.6	2.9	0.2	4.0	2.6	0.013 ^a
ระยะติดตามผล – ก่อนการทดลอง	2.6	2.8	0.5	4.2	2.2	0.029 ^a

^a one-tail, * p-value < 0.05

การอภิปรายผลการวิจัย

ทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างจากก่อนทดลองและไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ ($p > 0.05$) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้อธิบายได้ว่า การพัฒนาทักษะชีวิตให้วัยรุ่นเกิดความภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ด้วยข้อจำกัดของวัยรุ่นตอนต้น ตาม

พัฒนาการเป็นวัยที่ต้องการความรักและความห่วงใยความเอาใจใส่จากพ่อแม่ (สุริยเดว ทรีปาตี, 2551) แต่วัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างมีสภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดูที่แตกต่างจากวัยรุ่นทั่วไป เนื่องจากวัยรุ่นอาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์ อาจมีความรู้สึกสูญเสีย ขาดหลักยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ไม่มั่นใจในตนเองและมองตนเองแตกต่างจากคนอื่น และการจัดกิจกรรมในระยะเวลาที่จำกัด ทำให้ยากต่อการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน การศึกษา

นี้สอดคล้องกับการศึกษาของเนตรทราย ปัญญาชนห์ (2552) ที่พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างจากก่อนทดลองและไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ

ทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตน

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเพิ่มขึ้นจากก่อนการทดลอง สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ส่วนในกลุ่มเปรียบเทียบมีแนวโน้มของคะแนนลดลง แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมเสริมทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตน โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศและพัฒนาการวัยรุ่น ผ่านสื่อวีดิโอร่วมกับฝึกสังเกต ประเมินตนเองและเพื่อนในวัยเดียวกัน เรียนรู้ความแตกต่างระหว่างเพศ วิเคราะห์และอภิปรายปัญหาการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น มีพี่เลี้ยงซึ่งเป็นรุ่นพี่ในสถานสงเคราะห์คอยดูแลและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรมกลุ่มย่อย ทำให้วัยรุ่นกล้าแสดงความคิดเห็นรวมถึงสามารถปรึกษาพี่เลี้ยงได้จากกิจกรรมช่วยให้วัยรุ่นเห็นประโยชน์และโทษ เกิดความตระหนักต่อปัญหาการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของชญาดา คล่องการ (2556) ที่พบว่า กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้การสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ทักษะชีวิตด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองและไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ ($p > 0.05$) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ อธิบายได้ว่า แม้กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมเสริมทักษะชีวิตผ่านกิจกรรมในการฝึกคิดวิเคราะห์แยกแยะข้อมูลข่าวสาร สาเหตุ ผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและแนวทางป้องกันการตั้งครรภ์

ในวัยรุ่น แต่การจัดกิจกรรมมีเพียง 1 ครั้ง ร่วมกับกิจกรรมมีการวิเคราะห์สถานการณ์ไม่หลากหลาย ทำให้วัยรุ่นได้ฝึกทักษะการคิดวิจารณ์น้อยเกินไป และพัฒนาการเรียนรู้ด้านการรู้การเข้าใจ (cognitive) ของวัยรุ่นในการคิดแยกแยะ คิดวิเคราะห์ ทักษะการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อนำไปสู่การตัดสินใจยังน้อยกว่าผู้ใหญ่ ทำให้วัยรุ่นไม่สามารถใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์วิจารณ์ได้ดีเท่าที่ควร การศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของจริกรณ ขวัญดี (2555) ที่พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตต่อการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ไม่แตกต่างจากก่อนทดลองและไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ

ทักษะชีวิตด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง

กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองไม่แตกต่างจากก่อนทดลองและไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ ($p > 0.05$) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ อธิบายได้ว่า การจัดกิจกรรมโดยการทบทวนสถานการณ์เสี่ยงและการฝึกทักษะการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองผ่านการแสดงบทบาทสมมติ ทำให้วัยรุ่นเกิดการเรียนรู้และสามารถนำไปปฏิบัติได้ด้วยตนเอง แต่ด้วยข้อจำกัดของวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ซึ่งมีโอกาสสัมผัสสถานการณ์เสี่ยงค่อนข้างน้อยและการจัดกิจกรรมมีเพียง 1 ครั้ง อาจทำให้วัยรุ่นขาดความมั่นใจและขาดความชำนาญในการใช้เทคนิคการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง ร่วมกับเวลาทำกิจกรรมมีเจ้าหน้าที่ในสถานสงเคราะห์อยู่ด้วย ทำให้วัยรุ่นไม่กล้าแสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกละเอียดถี่ และการทำแบบสอบถามโดยให้ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง แม้จะมีการตั้งกฎกติกาไม่ให้ปรึกษากัน แต่พบว่า วัยรุ่นบางส่วนมีการปรึกษากัน ไม่ได้ใช้ทักษะที่ได้รับจากกิจกรรมมาใช้ในการทำแบบสอบถาม ซึ่งส่งผลต่อคะแนนของแบบสอบถาม การศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของจริกรณ ขวัญดี (2555) ที่พบว่า กลุ่มที่ได้รับกิจกรรมมีคะแนนทักษะชีวิตด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง

ไม่แตกต่างจากก่อนทดลองและไม่แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบ

พฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์

กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์จากก่อนทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมเสริมทักษะชีวิตผ่านกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมจากครูพี่ในสถานสงเคราะห์ ทำให้วัยรุ่นรู้สึกได้รับการดูแลเอาใจใส่ รู้สึกมีคุณค่าและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Cobb, 1976) ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมหรือสถานการณ์ที่เสี่ยง เช่น การดูภาพโป๊ หรือหนังโป๊ การอยู่ตามลำพังกับเพศตรงข้าม การสัมผัสเนื้อตัวกับเพศตรงข้าม การดื่มสุรา ของมีมา รวมถึงการแต่งกายล่อแหลม ไม่เหมาะสม เป็นต้น ด้วยช่วงอายุ ข้อจำกัดของสถานสงเคราะห์ ทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงค่อนข้างน้อยและการเสริมทักษะชีวิตทำให้เกิดเป็นพฤติกรรมต้องใช้เวลาในการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง และพัฒนาการด้านสมองของวัยรุ่นมีส่วนเกี่ยวข้องกับการคิดวิเคราะห์และการจัดการอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง การเปลี่ยนแปลงความคิดและพฤติกรรมจึงทำได้ยากกว่าวัยอื่นๆ (พรจิรา ปวีรัชกุล, 2556, น. 68 - 71) พัฒนาการด้านการรับรู้และการเข้าใจ

ยังไม่สมบูรณ์ ซึ่งมีผลต่อการฝึกทักษะและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ การศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของริชา บุนนาค (2555) ที่พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมเสริมทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรเพิ่มระยะเวลาในการทดลองให้มากขึ้น เพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเอง ด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์และด้านการปฏิเสธและการเจรจาต่อรองนำไปปฏิบัติได้ในชีวิตจริง
2. ควรกำหนดบทบาทที่เลี้ยงให้ชัดเจนทั้งในระหว่างที่มีกิจกรรมและไม่มีกิจกรรม เพื่อให้พี่เลี้ยงได้ทำหน้าที่บทบาทที่ชัดเจน สามารถเป็นผู้ให้ข้อมูลและให้คำปรึกษากับวัยรุ่นได้ รวมทั้งเป็นแบบอย่างให้กับน้องเพื่อให้น้องเรียนรู้จากตัวแบบและมีพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ที่พึงประสงค์ตามมา
3. ควรมีการพัฒนาเครื่องมือในการประเมินทักษะชีวิตและพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เพื่อให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจนขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2544). *คู่มือการฝึกอบรมแบบมีส่วนร่วม* (พิมพ์ครั้งที่ 3). นนทบุรี: วงศ์กมล โปรดักชั่น.
- กรมอนามัย สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์. (2561). *รายงานประจำปี 2561 สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์*. สืบค้นจาก http://rh.anamai.moph.go.th/download/all_file/index/reportRH/report_rh_61.pdf
- จริภรณ์ ขวัญดี. (2555). *ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตต่อการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ในนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง จังหวัดสมุทรปราการ* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม.

- ชญาดา คล่องการ. (2556). ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาในการประยุกต์ใช้การสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง อำเภอยะผิง จังหวัดนครราชสีมา (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- เนตรทราย ปัญญา. (2552). การสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม.
- บุญฤทธิ์ สุรัตน์. (2557). การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น: นโยบาย แนวทางการดำเนินงาน และติดตามประเมินผล (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- ปิงปอนด์ รักอำนาจกิจ, วิพรรณ ประจวบเหมาะ, วิราภรณ์ โพธิศิริ, ศิริวรรณ ศิริบุญ, บุศริน บางแก้ว, และชนนิตี มลิณทางกูร. (2556). โครงการสำรวจและศึกษาเพื่อเฝ้าระวังและเตือนภัยทางสังคม รอบที่ 1 “แม่วัยใส: สถานการณ์และบริบทในสังคมไทย”. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พจนา หันจางสิทธิ์, และธีรศักดิ์ สกุลศรี. (2557). ปัจจัยเสี่ยงที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น: การศึกษาเชิงคุณภาพ. ใน การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 10 “ประชากรและสังคม 2557” (น. 163-180). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พรจิรา บริวารกุล. (2556). แกะรอยหยักสมอง มองผลกระทบของการพนัน. กรุงเทพฯ: สหมิตรพรินต์แอนด์พับลิชชิง.
- ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์. (2553). ทักษะชีวิต. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).
- ริชา บุญนาค, ลักษณะ เต็มศิริกุลชัย, ภาณี วัฒนสมบุรณ์, และอาภาพร เผ่าวัฒนา. (2556). ประสิทธิภาพของโปรแกรมทักษะชีวิตในการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจังหวัดนครปฐม. วารสารสาธารณสุขศาสตร์, 43(1), 80-93.
- วินิตดา ปิยะศิลป์, และพนม เกตุมาน. (2550). ตำราจิตเวชเด็กและวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ธนาเพรส.
- สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข. (2559). สถิติสาธารณสุข 2546-2559. สืบค้นจาก <http://rh.anamai.moph.go.th/download/.../index/>.
- สุภิญญา อินอิ. (2559). การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและบทบาทการเป็นพ่อแม่. ใน รสวันต์ อาริมิตร, สุภิญญา อินอิ, บุญยี่ มานะบริบูรณ์, ศิริไชย หงษ์สงวนศรี, และสมจิตร จารูตันศิริกุล (บ.ก.), ตำราเวชศาสตร์วัยรุ่น: Textbook of adolescent medicine (น. 303-322). นนทบุรี: ห้างหุ้นส่วนจำกัดภาพพิมพ์.
- สุริยเดว ทรีปาตี. (2551). พัฒนาการและการปรับตัวในวัยรุ่น. สืบค้นจาก <http://www.nicfd.cf.mahidol.ac.th/th/.../3.pdf>.
- สุวิดา ศรีฉายแสง. (2558). เหตุและปัจจัยการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่น กรณีศึกษา: บ้านพักฉุกเฉินและคลินิกวัยรุ่น โรงพยาบาลรามารามิบัติ. สืบค้นจาก <http://www.crs.mahidol.ac.th/.../htm>.
- Cobb, S. (1985). Social support as a moderated of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Polit, D. F., & Hungler, B. P. (2013). *Essentials of nursing research: methods, appraisal, and utilization* (8th ed.). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer/Lippincott Williams and Wilkins.