

บทความวิจัย

ผลของการประยุกต์ใช้ Satir model ต่อความมั่นใจในการหลีกเลี่ยง
การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1
ในเขตชุมชนเมือง จังหวัดนครปฐม*

Effect of Applying Satir Model on the Confidence of Avoiding
Premature Sexual Relation among Grade Seven Female
Students, Urban Area, Nakhon Pathom Province

สีนวล รัตน์วิจิตร พย.ม (Seenuan Rattanawijit, M.N.S)**

มาลินี จำเนียร ศศ. ม (Malinee Jumnian, M.A)***

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model ต่อความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นการวิจัยกึ่งทดลองชนิดกลุ่มเดียว วัดก่อนและหลัง และวัดหลายครั้งแบบอนุกรมเวลา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนหญิงอายุ 11-15 ปีที่กำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในเขตชุมชนเมือง จังหวัดนครปฐม มีการสุ่มเข้าการทดลองด้วยวิธีสุ่มแบบหลายขั้นตอน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 34 คน ยินดีเข้าร่วมการวิจัยและผู้ปกครองอนุญาตและเข้าร่วมโปรแกรมครบ 3 ครั้ง เครื่องมือวิจัย ได้แก่ โปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบประเมินความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา และสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (one-way repeated measurement ANOVA)

ผลการวิจัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรหลังการทดลองครั้งที่ 1 อยู่ในระดับมาก และมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) เมื่อเปรียบเทียบระดับความมั่นใจตามระยะเวลาที่เข้าร่วมโปรแกรม (1, 3, 6 สัปดาห์) มีความแตกต่างกัน และมีความมั่นใจมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) จากผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำโปรแกรมนี้

* ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

** , *** อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

ไปจัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่ครูในโรงเรียนมัธยม เพื่อถ่ายทอดความรู้และหาแนวทางในการนำโปรแกรมไปใช้กับนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในชุมชนอื่นที่คล้ายคลึงกับชุมชนเมืองจังหวัดนครปฐม ต่อไป

คำสำคัญ : การประยุกต์ใช้ Satir model, ความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร, นักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1

Abstract

The purpose of this research was to study the result of applying Satir model program on the confidence of avoiding premature sexual. The quasi research in one group was used by pre-test and post-test as time series. The sample comprised of 34 female students, 11–15 years old in primary school of Nakhon Pathom Province by multistage sampling. There were 34 samples who were willing to participate and received permission from parents and attended the program until finished (3 times). Research Instrumentation including the applying Satir model program and the confidence of avoiding premature sexual questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics and One – Way repeated measurement ANOVA.

Main results found that: the samples have confidence level to avoiding premature sexual relation after participate in first time is significantly different ($p < .01$). Compared the confidence of avoiding premature sexual relation before and after participate program (weeks 1, weeks 3 and weeks 6) were significantly different ($p < .01$) and there were statistically significant differences after participate were higher than before participate ($p < .01$). Furthermore, recommendation to do training the teachers in primary school to gain knowledge and find the way to avoid premature sexual relation in female pupils in primary school in another area which is the similar to urban area, Nakhon Pathom Province.

Keywords: Applying Satir model, the confidence of avoiding premature sexual relation, grade seven female students

บทนำ

การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของวัยรุ่นเป็นปัญหาที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วนในปัจจุบัน เนื่องจากอายุของวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกมีอายุน้อยลงเรื่อยๆ โดย พ.ศ. 2554 พบว่าอายุเฉลี่ยของวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกอยู่ระหว่าง 12.2 - 15 ปี และมีแนวโน้มลดลงทุกปี (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์, 2556) วัยรุ่นเป็นวัยที่ขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศศึกษา การคุมกำเนิด และการวางแผนครอบครัวทำให้เกิดการตั้งครรภ์และเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากสถิติพบว่ามารดาคลอดบุตรมีอายุน้อยกว่า 19 ปี พบร้อยละ 15.3 (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์, 2558) และมากกว่าเกณฑ์ที่องค์การอนามัยโลกกำหนดไว้ที่ร้อยละ 10 ของผู้คลอด (World Health Organization, 2013)

สตรีวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์และคลอดบุตรมักประสบปัญหาในการปฏิบัติตามพัฒนาการเป็นมารดา เนื่องจากขาดความพร้อมด้านจิตใจ เศรษฐกิจ ประสบการณ์ ความมั่นใจในตนเอง และความรู้ในการดูแลบุตรมีผลให้ความสามารถในการปรับบทบาทการเป็นมารดาลดลง (Lowdermilk & Perry, 2004) นอกจากนี้ยังก่อให้เกิดปัญหาการทำแท้ง การติดเชื้อโรคเอดส์ การขายบริการทางเพศ และการทะเลาะเบาะแว้งกัน (วิสุทธิ์ บุญญะโสภิต, 2549) ดังนั้นสถานการณ์วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรจึงถือได้ว่าเป็นปัญหาเร่งด่วนที่ต้องได้รับการแก้ไข

การแก้ปัญหาดังกล่าวควรเริ่มต้นด้วยการย้อนกลับไปค้นหาสาเหตุหรือปัจจัยที่ทำให้วัยรุ่น

มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ปัจจัยที่เอื้อให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมีหลายปัจจัยทั้งด้านอิทธิพลของฮอร์โมนเพศในร่างกาย ลักษณะนิสัยอยากรู้ อยากลอง ทศนคติต่อเรื่องเพศของวัยรุ่นเอง การไร้เป้าหมายในชีวิตและผลการเรียนล้มเหลว อีกทั้งปัจจัยด้านสังคมที่มีการสื่อสารไร้พรมแดน วัยรุ่นได้เรียนรู้ค่านิยมที่มีความเสี่ยงทางเพศ มีการบริโภคสื่ออยู่ทุกทางเพศจากหนังสือพิมพ์ นิตยสาร และเว็บไซต์ โดยเจตนาหรือไม่ก็ตาม (จรรยา แก้วใจบุญ และทิติยา กาวิลละ, 2553; สุเทพ เชาวลิต และอาวุธ เจริญนทสิทธิ์, 2554; สุวรรณมา เรื่องกาญจนาจนเศรษฐ์, 2551) ประกอบกับในสังคมไทยเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น บิดามารดาไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่ลูก วัยรุ่นจึงหันเข้าหากลุ่มเพื่อนและยึดบุคคลสาธารณะที่อยู่ในวัยเดียวกันเป็นตัวแทน จึงมีแนวโน้มอันจะนำมาซึ่งการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร (สุเทพ เชาวลิต และคณะ, 2554)

เมื่อพิจารณาจากปัจจัยข้างต้น จะเห็นได้ว่าวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมักขาดความมั่นใจในการครองตนเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งความมั่นใจ คือ ความแน่ใจ เชื่อใจ (พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542) เป็นความนิ่งในตนเอง พอใจและยอมรับตนเอง และคนอื่นตามความเป็นจริง มีอุดมการณ์ พร้อมจะทำในสิ่งที่ดีมีคุณธรรม ไม่ทำสิ่งที่ต่อต้านกฎเกณฑ์ของสังคมและใช้สติในการกระทำ (วิทยา นาควัชระ, 2551) หากวัยรุ่นมีความมั่นใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จะช่วยส่งเสริมให้วัยรุ่น

รุ่นมีพฤติกรรมด้านเพศที่เหมาะสม (จรรยา แก้วใจบุญ และทิติยา กาวิละ, 2553) ดังนั้นความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นสิ่งที่ควรเสริมสร้างให้วัยรุ่นควบคู่กับการให้ความรู้ และปรับเปลี่ยนทัศนคติเรื่องเพศ (ศิริพร จิรวัดณ์กุล, ดารุณี จงอุดมการณ์, สมพร รุ่งเรืองกลกิจ, กฤตยา แสวงเจริญ, สร้อย อนุสรณ์ธีรกุล, และคณะ, 2554)

ผู้วิจัยและคณะจึงศึกษาแนวทางการเสริมสร้างความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น โดยใช้แนวคิดของซาเทียร์อธิบายว่า พฤติกรรมของบุคคลเป็นส่วนหนึ่งของบุคคลเท่านั้น แต่สิ่งที่อยู่ภายในจิตใจมีมากกว่าสิ่งที่ปรากฏภายนอก (Satir, Banmen, Gerber, & Gomori, 1991)

แนวคิดของซาเทียร์มีกระบวนการในการให้ความช่วยเหลือโดยการเสนอแนะและสร้างสรรค์ทางเลือกเพิ่มเติม จนกระทั่งบุคคลสามารถเลือกและตัดสินใจใหม่ จนสามารถเปลี่ยนแปลงความเป็นตัวตน (self) ภายในจิตใจของบุคคลนั้นๆ โดยเชื่อว่าทุกคนสามารถเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงตนเองได้ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้มุ่งไปยังความรู้สึกที่สอดคล้องกลมกลืน มีอิสระในการเลือก ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจ พฤติกรรมที่แสดงออกจึงเปลี่ยนแปลงไป (Satir, 1991) ดังที่ ญฐวัฒน์ ล่องทอง และคณะ (2553) ได้นำแนวคิดของซาเทียร์ไปใช้กับเยาวชนที่ได้รับผลกระทบจากโรคเอดส์และมีคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาต่ำ ผลการศึกษาพบว่า แนวคิดของซาเทียร์ สามารถช่วยเพิ่มความสามารถในการเผชิญปัญหาและส่งเสริมให้เกิดการตั้งเป้าหมาย

ชีวิตได้ (ญฐวัฒน์ ล่องทอง สงคราม เขาวนศิลป์ และพิมพ์มาศ ตาปัญญา, 2553)

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model ของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1

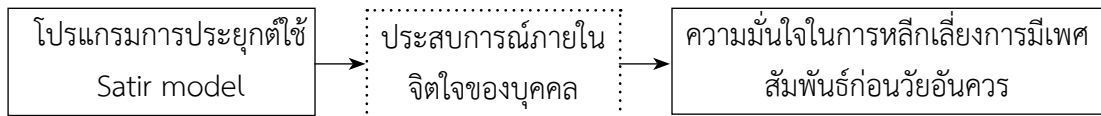
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ระหว่างก่อนกับหลังเข้าร่วมโปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model ในระยะเวลาเข้าร่วมโปรแกรมที่แตกต่างกัน คือ สัปดาห์ที่ 1 สัปดาห์ที่ 3 และ สัปดาห์ที่ 6

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดจิตวิทยาซาเทียร์ (Satir, 1991) ที่เชื่อว่ามนุษย์มีการปรับตัวและเติบโตพัฒนาขึ้นได้ โดยอาศัยการปรับตัวและเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจ ซึ่งเปรียบเสมือนภูเขาน้ำแข็ง (Iceberg) ที่มีความลึก 7 ระดับ คือ 1) พฤติกรรม 2) ความรู้สึก 3) ความรู้สึกที่มีต่อความรู้สึกที่เกิดขึ้น 4) การรับรู้ 5) ความคาดหวัง 6) ความปรารถนา และ 7) ตัวตน แนวคิดนี้สามารถช่วยเหลือบุคคลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งภูเขาน้ำแข็งและมีจิตใจที่เติบโตพัฒนา เพื่อให้บุคคลเกิดการยอมรับความเป็นตัวตนของตนเอง และเกิดการเรียนรู้ใหม่ เกิดการพัฒนาไปตาม

ศักยภาพของตนเอง การนำวิธีการในแต่ละขั้นตอนของการทำจิตบำบัดตามแนวคิดของซาเทียร์มาใช้ มีความเฉพาะเจาะจงต่อการช่วยเหลือบุคคลที่มีความทุกข์หรือป่วยทางจิต จึงอาจไม่เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงสร้าง

โปรแกรมที่นำขั้นตอนต่างๆ ในกระบวนการจิตบำบัดตามแนวคิดของซาเทียร์มาประยุกต์ใช้ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจ ซึ่งส่งผลให้มีความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงขึ้น ดังแผนภาพ



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในเขตชุมชนเมือง จังหวัดนครปฐม มีระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model มากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

2. นักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในเขตชุมชนเมือง จังหวัดนครปฐม ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model ในระยะเวลาทดลองที่แตกต่างกัน คือ สัปดาห์ที่ 1 สัปดาห์ที่ 3 และสัปดาห์ที่ 6 มีระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

รูปแบบการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) ใช้แบบแผนการวิจัยชนิดกลุ่มเดียว วัดแบบอนุกรมเวลา (one-group time series design)

ประชากรและการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษา ในเขตชุมชนเมือง จังหวัดนครปฐม มีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (multistage random sampling)

ตามเกณฑ์คุณสมบัติที่กำหนด คือ อายุ 11 - 15 ปี มีความยินดีและสามารถเข้าร่วมโปรแกรมครบทั้ง 3 ครั้ง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้หลักการวิเคราะห์อำนาจทดสอบ (Cohen, 1988) โดยกำหนดอำนาจการทดสอบ (power) เท่ากับ .80 ระดับความเชื่อมั่นเท่ากับ .05 ขนาดอิทธิพลค่าความแตกต่าง (effect size) คำนวณจากงานวิจัยที่มีลักษณะใกล้เคียงกันเท่ากับ .80 ซึ่งจะได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวนอย่างน้อย 26 คน เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง จึงได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 50 คน จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างได้นักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนศรีวิชัย จังหวัดนครปฐม โดยเมื่อสิ้นสุดการทดลองมีผู้เข้าร่วมโปรแกรมครบ 3 ครั้ง จำนวน 34 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model (Satir, 1991) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการประยุกต์ใช้หลักการทำจิตบำบัดตามแนวทางของ Satir model โดยจัดกิจกรรมเป็นรายกลุ่ม ดำเนินกิจกรรม 3 ครั้ง ห่างกันครั้งละ 3 สัปดาห์ แต่ละครั้งใช้ระยะเวลา 1 วัน (6 ชั่วโมง) รวม 18 ชั่วโมง ประกอบไปด้วยกิจกรรม 6 ขั้นตอน คือ 1) สร้างความเชื่อมโยง 2) เข้าใจตนเอง 3) ตั้งเป้าหมาย 4) เปลี่ยนแปลงตามเป้าหมาย 5) ตอกย้ำการเปลี่ยนแปลง และ 6) ยุติกิจกรรม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบประเมิน

ความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีลักษณะเป็นแบบสอบถามประเมินตนเอง เป็นชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ จำนวน 25 ข้อ การแปลผลใช้ค่าเฉลี่ยเป็นเกณฑ์ ดังนี้

มีความมั่นใจในระดับมาก (mean = 2.34 - 3.00)

มีความมั่นใจในระดับปานกลาง (mean = 1.67 - 2.33)

มีความมั่นใจในระดับน้อย (mean = 1.00 - 1.66)

ได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ได้ค่า CVI เท่ากับ 0.67 - 1 แล้วนำไปใช้ในนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของโรงเรียนอื่นในเขตชุมชนเมืองของจังหวัดนครปฐม ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน ได้ค่าความเชื่อมั่น (Cronbach's Alpha) เท่ากับ 0.95

วิธีการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

เตรียมผู้ดำเนินโปรแกรม ได้แก่ 1) ผู้วิจัย และคณะที่ผ่านการฝึกทักษะการใช้เทคนิคทางจิตวิทยาตามแนวคิดของซาเทียร์ในวัยรุ่นหญิงที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีผู้เชี่ยวชาญด้านการทำจิตบำบัดตามแนวคิดของซาเทียร์เป็นผู้ควบคุมดูแล และ 2) วิทยากรภายนอกผู้มีความเชี่ยวชาญด้านการทำจิตบำบัดตามแนวคิดของซาเทียร์ 1 ท่าน

ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือน ธันวาคม พ.ศ. 2557 ถึง เดือนมกราคม พ.ศ. 2558 โดยใช้สถานที่ดำเนินโปรแกรมเป็นห้องประชุม ในโรงเรียนศรีวิชัย ก่อนเริ่มโปรแกรมผู้วิจัย ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินความมั่นใจในการ หลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ด้วยตนเอง (pretest) และอีก 3 ครั้ง ภายหลังจากเสร็จสิ้นโปรแกรมทั้ง 3 ครั้ง โดยขั้นตอนในการดำเนินโปรแกรมแต่ละครั้ง มีดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างความเชื่อมโยง ดำเนินการโดยกล่าวทักทาย แสดงการต้อนรับ ด้วยท่าทีที่เป็นมิตรและเต็มใจ และซักชวนพูดคุย เรื่องทั่วไป รวมถึงชี้แจงวัตถุประสงค์ของการ สร้างความมั่นใจในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร และตกลงกติกาการเข้าโปรแกรม ร่วมกัน

ขั้นตอนที่ 2 เข้าใจตนเอง ดำเนินการโดย ผู้ดำเนินโปรแกรมควบคุมให้มีบรรยากาศที่สงบ โดยใช้เสียงเพลงบรรเลง เมื่อกลุ่มตัวอย่างมีท่าที ที่สงบแล้ว จึงใช้กระบวนการตั้งคำถามเพื่อให้กลุ่ม ตัวอย่างสำรวจประสบการณ์ภายในจิตใจของตนเอง

ขั้นตอนที่ 3 ตั้งเป้าหมาย ดำเนินการ โดยชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการมีเป้าหมาย ในชีวิตและกระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างตั้งเป้าหมาย ในชีวิต เพื่อสร้างแรงจูงใจและรับรู้ถึงหนทาง เพื่อไปสู่เป้าหมายนั้น

ขั้นตอนที่ 4 การเปลี่ยนแปลงตาม เป้าหมาย ดำเนินการโดยผู้ดำเนินโปรแกรมช่วยให้ กลุ่มตัวอย่างมีการเปลี่ยนแปลงด้านทัศนคติ เกี่ยวกับเพศ โดยใช้เทคนิคการเปลี่ยนมุมมอง ผ่านสถานการณ์ของวัยรุ่นหญิงที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศ เทคนิคการทำความเข้าใจกับอีกฝ่าย ด้วยการให้วิเคราะห์ว่าผู้ชายจะรักและเลือกผู้หญิง แบบใดเป็นภรรยา และเทคนิคการอุปมาอุปไมยว่า ผู้หญิงที่นิสัยดีและมีอาชีพมั่นคงเปรียบเสมือนเพชร และเสริมสร้างประสบการณ์การดำเนินชีวิตให้ไปสู่ เป้าหมาย

ขั้นตอนที่ 5 ตอกย้ำการเปลี่ยนแปลง ดำเนินการโดยตั้งคำถามเพื่อการสำรวจจิตใจ ทุกระดับตามแบบภูเขาน้ำแข็งอีกครั้งหนึ่ง เพื่อ ให้เกิดการรับรู้ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

ขั้นตอนที่ 6 ยุติกิจกรรม ดำเนินการ โดยกระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างชื่นชมตนเองและ ให้การบ้าน คือ

ครั้งที่ 1 ให้ฝึกการมองโลกในแง่ดี
ครั้งที่ 2 การชื่นชมตนเอง และนัดหมายการ เข้าร่วมโปรแกรมครั้งต่อไป ส่วนครั้งที่ 3 บอกยุติ การเข้าร่วมการวิจัย

ในแต่ละครั้งของการดำเนินโปรแกรม จะดำเนินกิจกรรมทั้ง 6 ขั้นตอน โดยครั้งที่ 2 และ 3 จะเน้นขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงตาม เป้าหมายและตอกย้ำการเปลี่ยนแปลง เนื่องจาก เป็นการสร้างทรัพยากรภายในให้กลุ่มตัวอย่าง ในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยคำนึงถึงสิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง การเข้าเป็นกลุ่มตัวอย่างต้องมาจากความสมัครใจ และได้รับการอนุญาตจากบิดา มารดา หรือ ผู้ปกครอง และเพื่อไม่ให้กลุ่มตัวอย่างถูกมอง ด้านลบจากสังคมในโรงเรียน ผู้วิจัยประสานงาน อาจารย์เพื่อประชาสัมพันธ์ในโรงเรียนก่อนเริ่ม ดำเนินการทดลองว่า นักเรียนผู้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ได้รับการคัดเลือกเข้าการวิจัยด้วยวิธีการสุ่ม ทั้งนี้ การวิจัยครั้งนี้ได้รับการรับรองโครงการวิจัยจาก คณะอนุกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์และ สัตว์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม เลขที่ใบรับรอง 007/57

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยสถิติเชิงพรรณนา เปรียบเทียบระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยง การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ภายหลังเข้าร่วม โปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model ระหว่าง ภายหลังเข้าร่วมครั้งที่ 1 ครั้งที่ 2 และครั้งที่ 3 กับก่อนการทดลอง โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวน แบบวัดซ้ำ (one - way repeated measurement ANOVA)

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่มีอายุ 12 - 13 ปี จำนวน 25 คน (ร้อยละ 73.53) โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือ ฟังเพลง ดูโทรทัศน์ จำนวน 15 คน (ร้อยละ 44.12) บิดามารดา

มีสถานภาพสมรสคู่มากที่สุด จำนวน 19 คู่ (ร้อยละ 55.88) ระดับการศึกษาสูงสุดของ บิดาและมารดา คือ ประถมศึกษาเท่ากันทั้งคู่ จำนวน 18 คน (ร้อยละ 52.94) บิดาส่วนใหญ่ ประกอบอาชีพรับจ้างจำนวน 20 คน (ร้อยละ 60.61) มารดาส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง จำนวน 13 คน (ร้อยละ 40.62) กลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดา จำนวน 18 คน (ร้อยละ 52.94) บุคคลในครอบครัวที่สนิทสนม คือ บิดาและมารดามากที่สุด จำนวน 17 คน (ร้อยละ 50) โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ได้รับแบบแผนการอบรมเลี้ยงดูแบบค่อนข้าง เข้มงวด จำนวน 20 คน (ร้อยละ 58.83)

การวิเคราะห์ความแปรปรวนของระดับ ความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควรก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมและ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรม และการเปรียบเทียบระดับ ความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร ระหว่างก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกับ ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 3) และครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 6) โดยการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ พบว่า ระดับความมั่นใจระหว่างก่อนเข้าร่วมโปรแกรม กับภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 3) และครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 6) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) โดยพบว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มตัวอย่างมีความมั่นใจในระดับน้อย (ทำไม่ได้ แน่นนอน, = 2.18) ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรม ครั้งที่ 1 2 และ 3 มีความมั่นใจในระดับมาก (ทำได้

แน่นอน, \bar{X} = 2.51, 2.51 และ 2.56 ตามลำดับ) เข้าร่วมโปรแกรมทั้ง 3 ครั้ง ไม่แตกต่างกัน ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 1, 2 และกราฟที่ 1 ($p < .01$) แต่พบว่าระดับความมั่นใจภายหลัง

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ในระยะเวลาที่แตกต่างกัน (n=34)

ข้อมูล	Mean	SD	ANOVA	p-value
ก่อนการทดลอง	2.18	.29	448.392**	.000
หลังการทดลอง 1	2.51	.31		
หลังการทดลอง 2	2.51	.30		
หลังการทดลอง 3	2.56	.21		

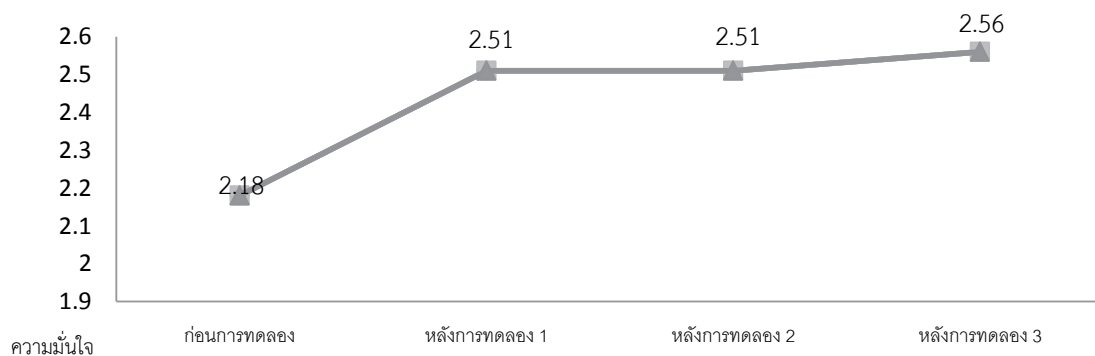
*p- value < .01

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ระหว่างภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมสัปดาห์ที่ 1, 3 และ 6 (one - way repeated measurement ANOVA) (n=34)

รายการ	Mean	S.D	Paired t-test	p-value
คู่ที่ 1 ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	2.18	.29		
หลังเข้าร่วมโปรแกรม ครั้งที่ 1	2.51	.31	27.75**	.000
คู่ที่ 2 ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	2.18	.29		
หลังเข้าร่วมโปรแกรม ครั้งที่ 2	2.51	.30	20.94**	.000
คู่ที่ 3 ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	2.18	.29		
หลังเข้าร่วมโปรแกรม ครั้งที่ 3	2.56	.21	19.69**	.000

*p- value < .01

กราฟที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นรายคู่ ระหว่างก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกับภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 3) และครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 6)



การอภิปรายผล

นักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในเขตชุมชนเมือง จังหวัดนครปฐม มีระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model มากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($p < .01$) จึงสนับสนุนสมมติฐานที่ 1 และสนับสนุนสมมติฐานที่ 2 โดยพบว่าภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model ในระยะเวลาทดลองที่แตกต่างกัน คือ สัปดาห์ที่ 1 สัปดาห์ที่ 3 และ สัปดาห์ที่ 6 มีระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรมากกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($p < .01$)

โปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model ช่วยให้กลุ่มตัวอย่างมีความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในระดับมาก เป็นการสนับสนุนให้กลุ่มตัวอย่างมีการเปลี่ยนแปลงความเป็นตัวตนภายใน ผู้ดำเนินโปรแกรมได้

ดำเนินกิจกรรมตามขั้นตอนที่ได้วางแผนไว้ โดยคำนึงถึงการใช้อุปกรณ์ประกอบการช่วยเหลือตามแนวคิดของซาเทียร์ (Satir, 1991) ดังนี้

1. การใช้ตัวตน (use of self) ขณะดำเนินโปรแกรม กล่าวคือ ผู้ดำเนินโปรแกรม ต้องมีความสุข ความมั่นใจและความภูมิใจที่จะดำเนินโปรแกรมเพื่อช่วยเหลือกลุ่มตัวอย่าง เป็นการตัดความรู้สึกที่มีต่อกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งตลอดทั้งโปรแกรมผู้ดำเนินโปรแกรมไม่แสดงอารมณ์ที่เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินโปรแกรม เช่น โกรธ ฉุนเฉียว เสียใจ หรือแสดงการตำหนิกลุ่มตัวอย่าง อีกทั้งสามารถคาดคะเนได้ว่าประสบการณ์ภายในจิตใจของกลุ่มตัวอย่างน่าจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร จึงสามารถเลือกใช้คำถามที่เหมาะสมและยังแสดงตัวอย่างการสร้างทัศนคติของตนเองและการยอมรับตัวตนของตนเอง ดังนั้นตัวผู้ดำเนินโปรแกรมจึงมีส่วนสำคัญที่ช่วยให้การดำเนินโปรแกรมเป็นไปได้อย่างราบรื่น

2. ช่วยให้เกิดประสบการณ์ตรง (experiential) เป็นการช่วยให้กลุ่มตัวอย่าง เกิดประสบการณ์ เกิดการรับรู้และสัมผัส ประสบการณ์ภายในจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ ความรู้สึกที่เกิดขึ้น การสัมผัสความปรารถนา ที่แท้จริงของตนเอง เป็นต้น ผู้ดำเนินโปรแกรม สามารถทราบได้ว่ากลุ่มตัวอย่างเกิดประสบการณ์ตรง แล้วหรือไม่ จากสีหน้า แววตาและท่าทาง ที่เปลี่ยนแปลงไป

3. การช่วยเหลืออย่างมีระบบ (system) เป็นการช่วยให้กลุ่มตัวอย่างมีการเปลี่ยนแปลง ภายในจิตใจทั้งระบบ กล่าวคือผู้ดำเนินโปรแกรม ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน จิตใจของตนเองก่อน จึงค่อยไปเปลี่ยนแปลงความ สัมพันธ์ที่มีกับผู้อื่น ระหว่างการดำเนินโปรแกรม มีการใช้เทคนิคต่างๆ โดยดำเนินการอย่างเป็น ขั้นตอนตามแผนการดำเนินโปรแกรมทุกครั้ง ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างความเชื่อมโยงหรือ สัมพันธภาพระหว่างผู้ดำเนินโปรแกรมและ กลุ่มตัวอย่าง ด้วยการเริ่มต้นกล่าวคำทักทาย ซึ่งกันและกัน การชวนคุยเรื่องทั่วไป การจัดให้มี กิจกรรมนันทนาการสั้นๆ และการแสดงความ เมตตาด้วยกล่าวความหวังในการดำเนินโปรแกรม กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพที่ดีกับ ผู้ดำเนินโปรแกรมในเวลาอันรวดเร็ว

ขั้นตอนที่ 2 ส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่าง สสำรวจจิตใจตัวเอง โดยการตั้งคำถามแล้วให้ เขียนคำตอบลงในกระดาษ ระหว่างการดำเนิน โปรแกรมกลุ่มตัวอย่างให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี โดยแสดงออกถึงสมาธิและความตั้งใจสำรวจ

ตนเองด้วยท่าทีที่สงบ ผู้ดำเนินโปรแกรมช่วยให้ กลุ่มตัวอย่างสำรวจภูเขาแข็งของตนเองด้วยการ ตั้งคำถามที่เป็นการสำรวจทีละชั้น ตั้งแต่พฤติกรรม ความรู้สึก ความรู้สึกที่มีต่อความรู้สึกที่เกิดขึ้น การรับรู้ ความคาดหวัง ความปรารถนา และตัวตน

ขั้นตอนที่ 3 กระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่าง ตั้งเป้าหมายในชีวิต เพื่อสร้างแรงจูงใจและรับรู้ ถึงหนทางไปสู่เป้าหมายในชีวิตนั้น จากการสังเกต พบว่ากลุ่มตัวอย่างสามารถถ่ายทอดเป้าหมาย ในชีวิตของตนเองอย่างภาคภูมิใจ โดยแสดงออก ทางน้ำเสียง สีหน้า แววตา ลักษณะท่าทางและ สามารถอธิบายอย่างสอดคล้องกับตนเองและ ความเป็นปัจจุบัน โดยทุกคนมีเป้าหมายในชีวิต ว่าจะต้องเรียนจบและมีอาชีพที่มั่นคง

ขั้นตอนที่ 4 เริ่มการเปลี่ยนแปลงด้าน ความคิด ทศนคติ หรือความเชื่อ ในที่นี้จะมุ่งเน้น ไปที่ทศนคติหรือความเชื่อด้านเพศ โดยใช้เทคนิค การเปลี่ยนมุมมองผ่านสถานการณ์ของวัยรุ่นหญิง ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศจนถูกละเมิดทางเพศ กลุ่มตัวอย่างร่วมกันวิเคราะห์สถานการณ์และ ส่งตัวแทนนำเสนอ ในหัวข้อวัยรุ่นหญิงมีพฤติกรรม เสี่ยงทางเพศทำให้ถูกล่วงละเมิดทางเพศด้วย เพราะความสนุกสนาน ความท้าทาย ความไว้วางใจ และการคาดการณ์ผิดพลาด หากไม่มีพฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศก็จะไม่เกิดเหตุการณ์เช่นนี้

จากนั้นผู้ดำเนินโปรแกรมใช้เทคนิคการ ทำความเข้าใจกับอีกฝ่าย โดยให้กลุ่มตัวอย่างวิเคราะห์ ว่าผู้ชายเลือกผู้หญิงแบบใดเป็นภรรยา ซึ่งทำให้กลุ่มตัวอย่างปรับเปลี่ยนความเชื่อที่ว่า ผู้ชายเลือกผู้หญิงหน้าตาดี แต่เลือกผู้หญิงที่นิสัยดี

มีหน้าที่การงานมั่นคง มีคุณสมบัติในการเป็นแม่ที่ดีของลูก ซึ่งมีความสอดคล้องกับเป้าหมายในชีวิตของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการเรียนให้จบและมีอาชีพที่มั่นคง ทำให้เกิดความเชื่อใหม่ว่าหากตนบรรลุเป้าหมายในชีวิตก็จะเป็นที่สนใจของผู้ชายที่รักจริงและต้องการจะแต่งงานด้วย

ผู้ดำเนินโปรแกรมใช้เทคนิคการอุปมาอุปไมยว่าผู้หญิงรักนวลสงวนตัวและเป็นคนดีเปรียบเสมือนเพชร แล้วตั้งคำถามให้กลุ่มตัวอย่างเลือกว่าหากเป็นผู้ชายจะเก็บเพชรไว้หรือไม่ กลุ่มตัวอย่างทุกคนตอบว่าจะเก็บเอาไว้เอง เพราะเพชรเป็นสิ่งมีค่า จึงเป็นการเปลี่ยนทัศนคติในการประพุดิตินด้านเพศว่า เมื่อตนมีความรักนวลสงวนตัวและเป็นคนดี จะเป็นบุคคลที่มีคุณค่าในสายตาของผู้ชาย จากนั้นสำรวจตัวตน (self) ของกลุ่มตัวอย่างว่ามีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่ โดยตั้งคำถามเกี่ยวกับเพชร ไม่ว่าจะตกไปอยู่ในสถานที่ใดก็ยังเป็นเพชร เมื่อกลุ่มตัวอย่างสำรวจตัวเองแล้ว ทุกคนบอกเช่นเดียวกันว่าต้องการเป็นเพชร และมั่นใจว่าจะเป็นเพชรได้ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการเห็นคุณค่าในตนเองและความมั่นใจ

มีการเสริมประสบการณ์การดำเนินชีวิตให้ไปสู่เป้าหมาย ได้แก่ การให้ข้อมูลเกี่ยวกับผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ฝึกทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ในสถานการณ์ต่างๆ ทักษะการคิดเชิงเหตุผล และการคิดเชิงบวก จะเห็นได้ว่า ในการวิจัยครั้งนี้พบสิ่งที่สังเกตได้ชัดเจน คือ เมื่อกลุ่มตัวอย่างมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจนแล้ว พวกเขาจะแสดงความตื่นตัวในการ

เรียนรู้ทักษะต่างๆ โดยมุ่งให้เป้าหมายในชีวิตของตนเองสำเร็จ และแสดงความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถปฏิบัติตนให้บรรลุเป้าหมายนั้นได้ ขณะเดียวกันการที่กลุ่มตัวอย่างได้รับรู้และเข้าใจแล้วว่า ผลของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรนั้นจะเป็นอุปสรรคขัดขวางที่สำคัญของการดำเนินชีวิตเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย มีความมั่นใจว่าจะสามารถหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ได้ ดังตัวอย่างคำกล่าวของกลุ่มตัวอย่าง กล่าวว่า “เมื่อก่อนก็รู้มาบ้างว่าต้องทำยังไงไม่ให้เสียตัว แต่ปัญหาจริงๆ คือใจเรานี้แหละ ที่ไม่มั่นใจว่าจะยอมเขาหรือยอมเสียใจเพราะเขาบอกเลิก แต่วันนี้คิดว่าไม่ต้องคิดอะไรมาก ถ้ายอมเขาเราท้อง ช่วยแน่ แต่ถ้าไม่ยอมเราก็มีอนาคตที่สดใส ผู้ชายมีผมเถ” จากตัวอย่างคำกล่าวแสดงถึงความรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่าและรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเองมากขึ้น มีอิสระในการเลือกสิ่งที่ดีกว่า แสดงให้เห็นว่าจิตใจของกลุ่มตัวอย่างมีการเติบโตพัฒนา (Satir, 1991)

ขั้นตอนที่ 5 ตอกย้ำการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ผู้ดำเนินโปรแกรมตั้งคำถามเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างสำรวจจิตใจของตนเองทั้งภูเขาน้ำแข็งอีกครั้งหนึ่ง เพื่อให้เกิดการรับรู้ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

ขั้นตอนที่ 6 การยุติกิจกรรม โดยกระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างชื่นชมตนเอง ให้การบ้าน และนัดหมายครั้งต่อไป หรือยุติการวิจัยในครั้งนี้ 3

4. การดำเนินโปรแกรมเป็นในทางบวก (positive direction) ผู้ดำเนินโปรแกรมใช้เทคนิคตลอดโปรแกรมเป็นในทางบวก โดยชี้ให้กลุ่มตัวอย่างเห็นถึงข้อดีในเรื่องร้ายๆ ของตนเองผ่านการจับคู่

กลุ่มตัวอย่างแล้วให้เล่าเรื่องราวความผิดพลาดของตนเอง จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างผู้รับฟังพูดด้านบวกของเรื่องราว แล้วสลับกันเล่าและรับฟังเป็นการช่วยให้กลุ่มตัวอย่างได้รับรู้ด้านบวกของสถานการณ์ปัญหาต่างๆ

5. การดำเนินโปรแกรมมุ่งไปสู่การเปลี่ยนแปลง (change focus) การตั้งคำถามจะมุ่งไปที่การช่วยให้กลุ่มตัวอย่างได้คิด รับรู้ และตระหนัก สิ่งที่สอดคล้องระหว่างตัวตนของตนเอง ผู้อื่น และบริบท (นงพงา ลีสมุวรรณ และคณะ, 2556) เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงประสบการณ์ภายในจิตใจ ซึ่งในช่วงท้ายของโปรแกรมครั้งที่ 1 กลุ่มตัวอย่างทัศนคติต่อการปฏิบัติตนด้านความเป็นเพศหญิงเปลี่ยนไปชัดเจน สังเกตได้จากการตอบคำถามอย่างฉะฉานด้วยท่าที่มั่นใจว่าจะปฏิบัติตนอย่างไร เมื่อพบกับสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร กลุ่มตัวอย่างตอบคำถามไปในทิศทางเดียวกัน คือ ต้องปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ โดยให้เหตุผลว่าการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรถือเป็นอุปสรรคสำคัญของเป้าหมายในชีวิต

จากข้างต้นจึงกล่าวได้ว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเปลี่ยนแปลงประสบการณ์ภายในจิตใจ ทั้งภูเขาน้ำแข็ง มีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติด้านเพศในทางบวก เห็นคุณค่าในตนเอง เห็นเป้าหมายในชีวิตชัดเจน จึงมีความมั่นใจที่จะปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของชีวิต โดยเฉพาะมีความมั่นใจที่จะหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แสดงให้เห็นว่า Satir model ช่วยให้จิตใจของกลุ่มตัวอย่างเติบโตพัฒนาขึ้น รับผิดชอบต่อชีวิต

ตนเองและเพิ่มความสามารถในการตัดสินใจ (Satir, 1991) ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ณัฐวัฒน์ ล่องทอง และคณะ (2553) พบว่า จิตใจของกลุ่มตัวอย่างเกิดการเปลี่ยนแปลงเติบโตพัฒนาขึ้น ช่วยเพิ่มความสามารถในการเผชิญปัญหา และช่วยส่งเสริมให้เกิดการตั้งเป้าหมายชีวิต และการทำจิตบำบัดโดยใช้แนวคิดของซาเทียร์ ในกลุ่มตัวอย่างที่มีอารมณ์ซึมเศร้าและวิตกกังวล โดยช่วยให้เกิดการยอมรับตนเอง มีความเชื่อมั่น และความภาคภูมิใจในตัวเองมากขึ้น (ประสงค์ศักดิ์ เจนกิจจาไพบูลย์, 2552)

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าจะมีการดำเนินโปรแกรมในแต่ละครั้งด้วยกิจกรรม 5 ขั้นตอนเหมือนกัน แต่เมื่อเปรียบเทียบระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมในแต่ละครั้ง พบว่าครั้งที่ 1 และ 2 มีระดับความมั่นใจเท่ากัน (ทำได้แน่นอน, $\bar{X} = 2.51$) ส่วนครั้งที่ 3 มีคะแนนระดับความมั่นใจสูงขึ้น (ทำได้แน่นอน, $\bar{X} = 2.56$) เป็นไปได้ว่าจิตใจของกลุ่มตัวอย่างมีการเติบโตพัฒนาตั้งแต่สิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรมครั้งที่ 1 โดยเน้นกิจกรรมการต่อยอดการเปลี่ยนแปลงของจิตใจครั้งที่ 2 และ 3 จึงเป็นผลให้ระดับความมั่นใจไม่แตกต่างกัน

จากผลการวิจัยกล่าวได้ว่าโปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model มีประสิทธิผลในการสร้างความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ให้กับนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในเขตชุมชนเมืองจังหวัดนครปฐม

ข้อเสนอแนะ

ควรมีการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่ครูในโรงเรียนมัธยม เพื่อถ่ายทอดความรู้และหาแนวทางในการนำโปรแกรมการประยุกต์ใช้ Satir model ไปใช้ในป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในนักเรียนหญิง ในชุมชนที่คล้ายกับชุมชนเมือง จังหวัดนครปฐม

ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการติดตามกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมเพื่อศึกษาความคงทนของระดับความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในอีก 6 เดือน และ 18 เดือน

2. ควรมีการติดตามกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมต่อการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

3. ควรศึกษาแบบต่อเนื่อง โดยให้กลุ่มประชากรเข้าร่วมโปรแกรมตั้งแต่ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กระตุ้นต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ เพื่อพัฒนาโปรแกรมให้มีประสิทธิภาพในการสร้างความมั่นใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

เอกสารอ้างอิง

- จรรยา แก้วใจบุญ และทีติยา กาวิละ. (2553). *ค่านิยมทางเพศและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับค่านิยมทางเพศของวัยรุ่นในเขตอำเภอเมืองจังหวัดพะเยา*. รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์. สืบค้นเมื่อ 4 ตุลาคม 2556, จาก <http://mis.bcnpy.ac.th/webapp/research/myfile/13-53.pdf>.
- ณัฐวัฒน์ ล่องทอง, สงคราม เขาวรรณศิลป์, และพิมพ์มาศ ตาปัญญา. (2553). ผลของโปรแกรมพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาตามแนวชาเทียร์โมเดลในเยาวชนที่ได้รับผลกระทบจากโรคเอดส์. *มนุษยศาสตร์สาร*, 11(1), 21-29.
- นงพงา ลิ้มสุวรรณ และนิดา ลิ้มสุวรรณ. (2556). *ชาเทียร์ จิตบำบัด และการพัฒนาตนเอง* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประสงค์ศักดิ์ เจนกิจจาไพบูลย์. (2552). การทำจิตบำบัดแนวชาเทียร์: กรณีศึกษาในผู้ป่วยโรคซึมเศร้าและมีภาวะวิตกกังวล. *วารสารสวนปรุง*, 25(1), 90-104.
- พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. สืบค้นเมื่อ 24 พฤศจิกายน 2557, จาก <http://rirs3.royin.go.th/dictionary.asp>
- เยาวลักษณ์ แสนทวิสุข และพรณี บัญชรหัตถกิจ. (2554). ผลของโปรแกรมสุขศึกษาในการประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองร่วมกับการสร้างแรงจูงใจเพื่อสร้างเสริมพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่ง จังหวัดอุบลราชธานี. *วารสารวิจัย มข.*, 11(4), 67-76.
- วิสุทธิ บุญญะโสภิต.(2549). *เพศสัมพันธ์ในวัยเรียนในทัศนะของนักศึกษา*. สืบค้นเมื่อ 24 พฤศจิกายน 2556, จาก <http://www.anamai.moph.go.th/kmportal/news/>
- วิทยา นาควัชระ. (2551). *วิธีสร้างความมั่นใจให้ตนเอง*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: กุดบุค.
- ศิริพร จิรวัดน์กุล, ดารุณี จงอุดมการณ์, สมพร รุ่งเรืองกลกิจ, กฤตยา แสงวงเจริญ, สร้อย อนุสรณ์ธีรกุล, และคณะ. (2554). *การศึกษาแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น (แม่วัยใส)*. สืบค้นเมื่อ 24 พฤศจิกายน 2556, จาก http://www.gender.go.th/publication/book/youngmother_2554.pdf.
- สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์. (2556). *อายุเฉลี่ยของนักเรียนเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก: สถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นและเยาวชน*. สืบค้นเมื่อ 11 ตุลาคม 2556, จาก http://rh.anamai.moph.go.th/all_file/index/teen_edit%208-01-2556.pdf.

- สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์. (2558). *ข้อมูลหญิงคลอดบุตรอายุ 10 – 19 ปี: สถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นและเยาวชน ปี 2558*. สืบค้นเมื่อ 1 ธันวาคม 2559, จาก [http://rh.anamai.moph.go.th/download/all_file/index Newupdate.pdf](http://rh.anamai.moph.go.th/download/all_file/index>Newupdate.pdf)
- สุวรรณา เรื่องกาญจนเศรษฐ์. (2551). *กลยุทธ์ในการดูแลและการสร้างเสริมสุขภาพวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: ชัยเจริญ.
- สุเทพ เชาวลิต และอาวุธ เจริญนนทสิทธิ์. (2554). *ตัวแบบการเฝ้าระวังทางวัฒนธรรมต่อปัญหาพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นไทย*. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร*, 2(2), 74 – 85.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale: Lawrence Erlbaum.
- Lowdermilk, D.L. & Perry, S.E. (2004). *maternity & women's health care* (7th ed.). St. Louis, MO: Mosby.
- Satir, V. (1991). *The Satir Model*. California: Science and Behavior Books, Inc.
- Satir, V., Banmen, J., Gerber, J. & Gomori, M. (1991). *The Satir model family therapy and beyond*. California: Science & Behavior Book, Inc.
- World Health Organization. (2013). *10 facts on maternal health*. Retrieved October 10, 2013, from http://www.who.int/features/factfiles/maternal_health/en/index.html.