

บทความวิจัย

ผลของโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น
 กรณีศึกษา นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง จังหวัดสมุทรปราการ*
 The Effect of Life Skills Program to Prevent Teenage Pregnancy:
 A Case Study of Female Vocational School Students
 in Samutprakran Province

อรพรรณ สร้อยประเสริฐ พย.บ (Oraphan Sroiprasert, R.N)**
 กุลวดี โรจน์ไพศาลกิจ ปร.ด (Kunwadee Rojpaisarnkit, Dr.P.H) ***
 วรากร เกரியงไกรศักดิ์ดา ปร.ด (Warakron Kriengkaisakda, Ph.D) ****

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยเปรียบเทียบคะแนนทักษะชีวิตทั้ง 3 ด้าน คือ พุทธพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย กลุ่มตัวอย่างได้แก่นักเรียนอาชีวศึกษาหญิงที่มีอายุ ระหว่าง 16-18 ปี กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2558 ของวิทยาลัยอาชีวศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 84 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 42 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 42 คน โดยกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ เป็นระยะเวลา 7 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ส่วน คือ 1) แบบวัดคะแนนพุทธพิสัย ด้านความคิดวิเคราะห์ กับความคิดสร้างสรรค์ 2) แบบวัดคะแนนจิตพิสัย ในด้านความตระหนักรู้ในตนเองกับความเห็นใจผู้อื่น 3) แบบวัดคะแนนทักษะพิสัย ด้านการตัดสินใจกับการแก้ปัญหา 4) แบบวัดคะแนนทักษะพิสัย ด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพกับการสื่อสาร 5) แบบวัดคะแนนทักษะพิสัยในด้านการจัดการกับอารมณ์ กับความเครียด

* วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการสุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์

** พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลจุฬารัตน์

*** รองศาสตราจารย์ ประธานสาขาวิชาการจัดการสุขภาพ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์

**** นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ กลุ่มงานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลพุทธโสธร

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา สถิติการทดสอบค่าที่เป็นแบบไม่เป็นอิสระต่อกันแบบเป็นอิสระต่อกัน

ผลการศึกษา พบว่า 1) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิต ด้านพุทธรพัสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิต ด้านพุทธรพัสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: ทักษะชีวิต การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง

Abstract

The objective of this quasi-experimental research aimed to study the effect of life-skills program to prevent teenage pregnancy. The three domains of life-skills that were cognitive, affective and psychomotor of the experimental group between before and after participating life skills program to prevent teenage pregnancy were compared. The three components life-skills between of the experiment group and the comparison group after experimentation were compared also. The studied samples were 84 female vocational students aged between 16-18 years who were studying in the first semester, the second year of certificate program, the academic year of 2015. The samples were assigned equally in to the experimental and the comparison group. Only the experimental group was required to engage in the life skills program to prevent teenage pregnancy for 7 weeks. The research tool was done through 1) A questionnaire for general characteristics. 2) A questionnaire for life skills to prevent teenage pregnancy divided into 5 parts 1) Scores on cognitive domain the part of creative and critical thinking. 2) Scores on affective domain the part of self-awareness and empathy. 3) Scores on and psychomotor domain the part of decision making and problem solving. 4) Scores on psychomotor domain the part of interpersonal relationship skills and effective communication. 5) Scores on psychomotor domain the part of coping with emotion and stress. Research findings were analyzed using descriptive statistics, Independent t-test and dependent t-test.

Results of this study showed that:

1. After the experiment, the experimental group had higher life-skills mean scores on cognitive domain, affective domain, and psychomotor domain than of the comparison group with a statistical significance level of .05.
2. After the experiment, the experimental group gained better life-skills mean scores on cognitive domain, affective domain, and psychomotor domain than before the experiment with a statistical significance level of .05

Keywords: life skills, teenage pregnancy, female vocational students

บทนำ

ในปี พ.ศ. 2554 ประเทศไทยมีประชากรวัยรุ่นอายุ 10-19 ปี ประมาณ 9 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 13.63 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งวัยรุ่นเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญของชีวิต เพราะเป็นวัยเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ เป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงสำคัญในช่วงหนึ่งชีวิต ร่างกายเจริญเติบโตเข้าสู่สภาวะทางเพศ การเปลี่ยนแปลงของระบบอวัยวะสืบพันธุ์ในลักษณะที่พร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ และมีพัฒนาการทางเพศที่สมบูรณ์และสามารถตั้งครรรภ์ได้ ประกอบกับเป็นวัยที่อยากรู้ อยากรทดลอง เพื่อนมีอิทธิพลต่อความคิดและพฤติกรรมของวัยรุ่น โดยพบว่าวัยรุ่นไทยมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้นจากเดิมมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุ 18-19 ปี มาเป็นอายุ 14-15 ปี จนก่อให้เกิดปัญหาการตั้งครรรภ์ในวัยรุ่น (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2557)

จากสถานการณ์การตั้งครรรภ์ในวัยรุ่นไทย ช่วงปี พ.ศ. 2551 ถึง 2555 พบว่าอัตราการคลอด

บุตรของหญิงไทยอายุต่ำกว่า 20 ปี เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 12.01 เป็นร้อยละ 16.59 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ขององค์การอนามัยโลกที่ไม่เกินร้อยละ 10 ในปี พ.ศ. 2554 พบเด็กวัยรุ่นคลอดบุตรเฉลี่ยวันละ 354 คน และเมื่อนำไปเทียบในกลุ่มประเทศอาเซียน พบว่าประเทศไทยมีอัตราส่วนของแม่วัยรุ่นเป็นอันดับ 2 ของกลุ่มประเทศอาเซียน และจากการสำรวจของกรมควบคุมโรคเกี่ยวกับสถานการณ์ด้านพฤติกรรมทางเพศของเด็ก พบว่าในช่วงปี พ.ศ. 2551 ถึง 2555 นักเรียนหญิงระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 เป็นกลุ่มเสี่ยงที่น่าเป็นห่วงเพราะมีเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 36.50 เป็นร้อยละ 51.10 (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2554) และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง สำหรับระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ ซึ่งเป็นวัยรุ่นในสายอาชีวศึกษา เป็นกลุ่มประชากรที่มีอายุ 15-19 ปี พบว่านักเรียนสายอาชีวศึกษามีเพศสัมพันธ์สูงสุดเมื่อเปรียบเทียบกับนักเรียนมัธยมศึกษา (สำนักอนามัยการ

เจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2554) ปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นไทย ส่วนใหญ่เกิดจากไม่ได้ป้องกันร้อยละ 46.00คุมกำเนิดไม่สม่ำเสมอร้อยละ 28.00 เหตุที่ไม่คุมกำเนิด เนื่องจากขาดความรู้ในการคุมกำเนิด ร้อยละ 9.0 และเข้าใจผิดว่ามีเพศสัมพันธ์ครั้งเดียวไม่ตั้งครรภ์ หรือหากใช้ถุงยางอนามัยจะขัดขวางความรู้สึกทางเพศ ตลอดจนขาดทักษะชีวิต ทักษะการเจรจาต่อรองเพื่อปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ หรือต่อรองให้มีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2557)

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นถือเป็นการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจะส่งผลให้วัยรุ่นหญิงเผชิญกับปัญหาคุกคาม ทำให้แผนการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมตามวัยหรือสิ่งที่คาดหวังในชีวิตต้องเปลี่ยนแปลงไป นอกจากนี้ยังส่งผลสู่ครอบครัวและสังคมที่ต้องรับภาระจากเด็กวัยรุ่นที่เจริญเติบโตในด้านร่างกาย แต่ยังคงขาดความรู้ ฝึกชอบทางด้านสังคม นำไปสู่ภาระของสังคม รวมถึงปัญหาในสุขภาพที่ส่งผลต่อปัญหาสาธารณสุข และยังส่งผลทำให้สังคมต้องสูญเสียประชากรที่มีคุณภาพ (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2554)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยใช้แนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (World

Health Organization, 2000) ของกรมสุขภาพจิต 3 ด้าน คือพุทธานุสสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย ทักษะชีวิตเป็นตัวเชื่อมโยงระหว่างความรู้ทัศนคติ และค่านิยมเพื่อนำไปสู่ความสามารถที่แท้จริง ทักษะชีวิตเป็นความสามารถที่จะนำไปสู่หนทางแห่งการมีสุขภาพที่ดี ทฤษฎีความสามารถของตนเอง (self- efficacy theory) โดยแบนดูรา (Bandura, 1977) ได้แก่ ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง ประสบการณ์จากการตระหนักถึงการกระทำของบุคคลอื่น การชักจูงด้วยคำพูด เพื่อเป็นแนวทางในการป้องกันการตั้งครรภ์ และการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participatory learning) คือกลุ่มย่อยระดมสมอง การแสดงบทบาทสมมุติ เกมสื่การอภิปรายกลุ่ม เมื่อกลุ่มวัยรุ่นหญิงนักเรียนอาชีวศึกษาได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น แล้วจะเพิ่มความสามารถในการคิดวิเคราะห์ผลกระทบที่ตามมาจากการตั้งครรภ์ รู้จักวิธีการคุมกำเนิด ที่ถูกต้องและปลอดภัย สามารถตระหนักได้ในตนเอง ในการละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ สามารถใช้คำพูดท่าทาง เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง ต่อเพศตรงข้ามในการป้องกันการตั้งครรภ์

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ทัศนศึกษานักเรียนอาชีวศึกษาหญิง จังหวัดสมุทรปราการ

สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนอาชีวศึกษาหญิงในกลุ่มทดลองมีคะแนนพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

2. ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ในกลุ่มทดลองมีคะแนนพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกองค์ประกอบทั้ง 10 ประการ มาจัดแบ่งตามพฤติกรรม การเรียนรู้ได้ 3 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านพุทธิพิสัย ด้านความคิดวิเคราะห์ กับความคิดสร้างสรรค์ 2) ด้านจิตพิสัย ในด้านความตระหนักรู้ในตนเอง กับความเห็นใจผู้อื่น 3) ด้านทักษะพิสัย มี 3 คู่ ได้แก่ 3.1) ด้านการตัดสินใจกับการแก้ปัญหา 3.2) ด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพกับการสื่อสาร 3.3) ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด มาประยุกต์ใช้โดยพัฒนาเป็นโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ร่วมกับแนวคิดการสอนทักษะแบบมีส่วนร่วม คือ กลุ่มย่อยระดมสมอง การแสดงบทบาทสมมุติ เกมส์ การอภิปรายกลุ่ม โดยเปิดโอกาสให้ผู้เรียน แสดงความคิดเห็นหรือความรู้ของตนเองเกี่ยวกับประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมา เพื่อกระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน โดยคาดหวังว่า ทักษะชีวิต จะทำให้วัยรุ่นรู้จักและเข้าใจตนเอง

รับรู้และเข้าใจคนอื่น รับรู้ความสามารถแห่งตน ตามแนวคิดของแบนดูรา (Bandura, 1997) ได้แก่ ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเองประสบการณ์จากการตระหนักถึงการกระทำของบุคคลอื่น การชักจูงด้วยคำพูดเพื่อเป็นแนวทางในการป้องกันการตั้งครรภ์

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi experimental research) แบบ 2 กลุ่ม มีกลุ่มเปรียบเทียบและกลุ่มทดลอง มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (the pretest-posttest control group design)

กลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนหญิงที่กำลังศึกษาในระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ ปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2558 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการอาชีวศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ โดยเลือกสุ่มแบบหลายขั้นตอน (multi-stage sampling) จับสลากใน 4 วิทยาลัย ได้วิทยาลัยอาชีวศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดสมุทรปราการ หลังจากนั้นจับสลากนักเรียนหญิงจำนวน 106 คน โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ (systematic random sampling) ใช้เกณฑ์คัดเข้า ตามคุณสมบัติ จำนวน 84 คน แบ่งเป็น นักศึกษาหญิงกลุ่มทดลอง จำนวน 42 คน นักศึกษาหญิงกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน 42 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งผู้วิจัยประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก 3 ด้าน คือ พุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย ร่วมกับ ทฤษฎีความสามารถของตนเอง โดยนกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เข้ามาใช้ในโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เพื่อกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน โดยวิธีการวิเคราะห์ ดรรชนีความสอดคล้อง (index, of item-objective congruence) มีค่า IOC เกิน 0.5 ทุกข้อ

2. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

แบบวัดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบวัดคะแนนพุทธิพิสัย ด้านความคิดวิเคราะห์ กับความคิดสร้างสรรค์ ได้ค่าความตรงเท่ากับ 0.96 ค่าความยากง่าย เท่ากับ 0.71 ค่าอำนาจจำแนกเท่ากับ 0.39 ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.73

ส่วนที่ 2 แบบวัดคะแนนจิตพิสัย ด้านความตระหนักรู้ในตนเองกับ ความเห็นใจผู้อื่นได้ค่าความตรงเท่ากับ 1.00 ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.75

ส่วนที่ 3 แบบวัดคะแนนทักษะพิสัย ด้านการตัดสินใจกับการแก้ปัญหา ได้ค่าความตรงเท่ากับ 1.00 ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.75

ส่วนที่ 4 แบบวัดคะแนนทักษะพิสัย ด้านการสร้างสัมพันธภาพกับ การสื่อสารได้ค่า

ความตรงเท่ากับ 1.00 ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.75 ส่วนที่ 5 แบบวัดคะแนนทักษะพิสัย ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดได้ค่าความตรงเท่ากับ 1.00 ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.74

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้นำโครงการวิจัยครั้งนี้ นำเสนอต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยและได้ผ่านการพิจารณาแล้วเห็นว่าไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิสวัสดิภาพ และไม่ก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้ถูกวิจัย และให้ดำเนินการศึกษาภายใต้ขอบข่ายของโครงการวิจัยที่นำเสนอเพื่อเก็บข้อมูลผู้วิจัย เข้าพบกลุ่มตัวอย่างที่วิจัย แนะนำตัวอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลและทำการสอบถามความสมัครใจโดยมีการลงลายมือชื่อไว้เป็นลายลักษณ์อักษร สิทธิเพื่อตอบรับหรือปฏิเสธเพื่อเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ จะไม่มีผลต่อคะแนนเพื่อเรียนของนักเรียน การเข้าร่วมเป็นไปด้วยความสมัครใจ กลุ่มตัวอย่างสามารถยุติการเข้าร่วมได้ตลอดเวลา สำหรับข้อมูลที่ได้จากการวิจัยจะนำไปใช้ดาวัตถุประสงค์ของการวิจัยเท่านั้น โดยจะนำเสนอข้อมูลทางวิชาการในภาพรวม

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขั้นตอนเตรียมการทดลอง

1.1 ทำหนังสือแนะนำและขออนุญาต เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตมหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ถึงผู้อำนวยการวิทยาลัยอาชีวศึกษาสมุทรปราการ

1.2 เข้าพบผู้อำนวยการวิทยาลัยสมุทรปราการ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอน และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.3 ขอความร่วมมือจากวิทยาลัยสมุทรปราการชี้แจงขั้นตอนการวิจัยและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ขั้นตอนการทดลอง

กลุ่มทดลอง เข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตต่อการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น 7 สัปดาห์ละ 1 ครั้งๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ทุกวันศุกร์ระยะเวลา 2 เดือน โดยใช้แนวคิดทักษะชีวิต 3 ด้าน คือพุทฺธิสสัย จิตพิสสัย และทักษะพิสสัย ร่วมกับทฤษฎีความสามารถของตนเอง และการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมประกอบด้วย

สัปดาห์ที่ 1 ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองสัปดาห์ที่ 2 ถึงสัปดาห์ที่ 6

1) ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์กลุ่มตัวอย่างแบ่งกลุ่มย่อยเพื่ออภิปรายตามประเด็นในใบงาน กรณีศึกษาและใบกิจกรรมแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมาเสนอผลงานหน้าชั้น

2) ถ่ายทอดประสบการณ์การเรียนรู้การใช้ตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูงเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การให้ความรู้เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และผลกระทบที่ตามมาจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น วิธีการคุมกำเนิดที่ถูกต้องและปลอดภัย

3) กำหนดสถานการณ์จำลองและใช้เทคนิคกระบวนการกลุ่มซึ่งประกอบด้วยการบรรยายนำสั้นๆ

การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การแสดงบทบาทสมมติ การสาธิตตามขั้นตอนของโปรแกรมคือ 3.1) ลงมือทำ/การตั้งประสบการณ์ร่วม 3.2) การสะท้อนความคิด ความรู้สึก 3.3) การคิด/วิเคราะห์/ เชื่อมโยง/ สังเคราะห์สรุป 3.4) การประยุกต์ใช้ และเพิ่มเติมความรู้ใหม่

สัปดาห์ที่ 7 ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองกลุ่มเปรียบเทียบ เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง เรียนตามหลักสูตร การเรียนการสอนตามปกติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยสถิติเชิงพรรณนา

2. เปรียบเทียบคะแนนพุทฺธิสสัย จิตพิสสัย และทักษะพิสสัยเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น กลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้สถิติการทดสอบค่าที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (dependent t-test) กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

3. เปรียบเทียบคะแนนพุทฺธิสสัย จิตพิสสัย และทักษะพิสสัยเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบหลังการเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้สถิติการทดสอบค่าที่เป็นอิสระต่อกัน (independent t-test) กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ มีคุณลักษณะที่ใกล้เคียงกัน โดยมีอายุเฉลี่ย 17.23 ปี ผลการเรียนรู้ในทอมที่ผ่านมา มีเกรดเฉลี่ย 2.00-2.99 มีพี่น้องจำนวน 2 คน และเป็นบุตรคนแรก ทั้งสองกลุ่มพักอาศัยอยู่กับบิดามารดา ร้อยละ 66.70 กลุ่มทดลองสมาชิกในครอบครัวรักและเอื้ออาทรกันเสมอ ร้อยละ 95.20 กลุ่มเปรียบเทียบ ร้อยละ 100 กลุ่มทดลองบิดามารดาอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล/มีความเข้าใจ ร้อยละ 69.00 ใช้เวลาว่างเล่นเฟซบุ๊ก (face book) กับเพื่อน ร้อยละ 31.00 คลายความเครียดด้วยวิธีคุยโทรศัพท์กับเพื่อน ร้อยละ 40.50 บุคคลที่ปรึกษาเมื่อไม่สบายใจคือบิดา มารดา ร้อยละ 52.40 จัดการกับอารมณ์ทางเพศ โดยการฟังเพลง ร้อยละ

59.50 ปรึกษาเรื่องเพศกับเพื่อน ร้อยละ 52.00

2. ค่าเฉลี่ยคะแนนพุทพัสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย ของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหลังการเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพุทพัสัย จิตพิสัย ทักษะพิสัยดีกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม (ตารางที่ 1)

3. ค่าเฉลี่ยคะแนนพุทพัสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัยของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง กลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบ หลังการเข้าร่วมโปรแกรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพุทพัสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพุทธพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย ของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิง ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม ในกลุ่มทดลอง (n=42)

ด้าน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	p-value
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
พุทธพิสัย						
ด้านความคิดวิเคราะห์กับความคิดสร้างสรรค์	10.45	2.46	13.33	1.54	6.63	.000*
จิตพิสัย						
ด้านความตระหนักรู้ในตนเองกับความเห็นใจผู้อื่น	38.54	3.52	41.59	2.09	6.03	.000*
ทักษะพิสัย						
1. ด้านการตัดสินใจกับการแก้ปัญหา	37.16	5.66	39.76	3.62	3.04	.004*
2. ด้านการสร้างสัมพันธภาพกับการสื่อสาร	41.88	6.27	43.45	4.74	2.88	.006*
3. ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด	32.04	4.48	33.38	3.50	2.85	.007*

*p- value < .05

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนพุทธพิสัย จิตพิสัย ทักษะพิสัยของ นักเรียนอาชีวศึกษาหญิง กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ หลังการเข้าร่วมโปรแกรม ในกลุ่มทดลอง (n=42) กลุ่มเปรียบเทียบ (n=42)

ด้าน	กลุ่มทดลอง		กลุ่มเปรียบเทียบ		t	p-value
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
พุทธพิสัย						
ด้านความคิดวิเคราะห์กับความคิดสร้างสรรค์	13.33	1.54	11.73	1.56	4.71	.000*
จิตพิสัย						
ด้านความตระหนักรู้ในตนเองกับความเห็นใจผู้อื่น	41.59	2.09	39.61	3.88	2.90	.005*
ทักษะพิสัย						
1. ด้านการตัดสินใจกับการแก้ปัญหา	39.76	3.62	31.19	3.56	8.68	.000*
2. ด้านการสร้างสัมพันธภาพ กับ การสื่อสาร	43.45	4.74	40.02	7.74	2.45	.017*
3. ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด	33.38	3.50	29.40	3.71	5.19	.000*

*p- value < .05

การอภิปรายผล

ผู้วิจัยอภิปรายผลตามสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

1. ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิต คะแนนพุททิสัย จิตพิสัยและทักษะพิสัยเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิงในกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากผลของโปรแกรมที่ผู้วิจัยประยุกต์แนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก 3 ด้าน ร่วมกับทฤษฎีความสามารถของตนเอง โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ดังนี้

1.1 โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ควรมีใช้ร่วมกันคือ 1) การลงมือกระทำ 2) ประสบการณ์ตรงในการเรียนรู้ 3) การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างผู้เรียนด้วยกันและผู้เรียนกับผู้สอน 4) การบูรณาการทั้งเนื้อหาและกระบวนการ 5) การวิเคราะห์ตัดสินใจหาข้อสรุปที่เหมาะสมกับการประยุกต์ในชีวิตประจำวัน จึงมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพุททิสัยด้านความคิดวิเคราะห์กับความคิดสร้างสรรค์ก่อให้เกิดความสามารถในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เหมาะสม สอดคล้องกับกับการศึกษาของอัญชลี ภูมิจันทิก (2554) พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนพุททิสัย ด้านความคิดสร้างสรรค์และการคิดอย่างมีวิจารณญาณสูงกว่าก่อนทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2 โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตมีการใช้สื่อประกอบการเรียนรู้ที่หลากหลายในการค้นหาตนเอง รู้ข้อดีข้อเสีย รู้ความต้องการจากการใช้ใบงาน เข้าใจความแตกต่างของคนอื่น การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น โดยการเรียนรู้แบบร่วมมือร่วมใจ บรรยาย อธิบาย ความรู้ความเข้าใจการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การชมวิดิทัศน์ ยกตัวอย่างสถานการณ์ เรื่องเล่าให้แง่คิดตระหนักถึงปัญหาผลกระทบที่ตามมาเมื่อตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งสื่อวิดิทัศน์เป็นสื่อทันสมัยตรงต่อความต้องการของผู้เรียนและยังมีเกมส์สนุกๆ ให้ได้ค้นหาจุดดีและจุดด้อยของตนเองทำให้นักเรียนมีความเข้าใจเห็นอกเห็นใจเพื่อนที่ด้อยกว่า เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล นักเรียนสามารถค้นหา รู้จักและเข้าใจตนเองได้ดียิ่งขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของเจตนิพัทธ์ สมมาตย์ (2550) พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนด้านตระหนักรู้ในตนกับความเห็นใจผู้อื่นดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.3 โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตนี้ได้ให้นักเรียนฝึกการรู้จักตัดสินใจในกรณีต่างๆ และการแก้ปัญหาอย่างถูกวิธีโดยการเรียนรู้ความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา การประเมินทางเลือก วิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก ตัดสินใจเลือกทางแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม และลงมือแก้ปัญหาได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ธิติรัตน์ ผลเต็ม (2553) พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจกับการแก้ปัญหา สูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.4 โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตนี้ให้นักเรียนได้เรียนรู้หลักการปฏิเสธที่ดี และองค์ประกอบของการปฏิเสธ ยังส่งเสริมให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงทักษะการผัดผ่อนและทักษะการต่อรองความสามารถในการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเองและความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายเป็นทักษะที่สำคัญในการสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสารโดยการเจรจาต่อรองอย่างละมุนละม่อมเพื่อรักษาหัวใจและผลประโยชน์ของตนเองนับว่ามีความสำคัญมาก สอดคล้องกับการศึกษาของเนตรทราย ปัญชุนท์ (2552) พบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนกลุ่มทดลองมีการเพิ่มขึ้นของคะแนนเฉลี่ยทั้ง 2 ด้านคือความรู้เรื่องเพศศึกษาและทักษะการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.5 โปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตนี้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ เมื่อมีความเครียดจากตัวอย่างและได้เรียนรู้แนวทางการจัดการอารมณ์และความเครียดอย่างถูกต้องนักเรียนได้เรียนรู้จากการคิดอย่างมีวิจารณญาณและวิเคราะห์อย่างสร้างสรรค์ร่วมกับทักษะชีวิตอื่นๆ ทำให้เมื่อมีปัญหาและความเครียดก็สามารถจัดการได้อย่างดี ยิ่งกว่านั้น เมื่อรู้ถึงแนวทางแก้ไขปัญหาก็ทำให้สามารถที่จะเผชิญและแก้ไขปัญหาได้ เมื่อแก้ไขปัญหได้ง่ายขึ้นจึงทำให้ไม่เกิดความเครียดซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของธิดารัตน์ ผลเต็ม (2553) พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิต คณะแผนกพุทธพิสัย จิตพิสัยและทักษะพิสัยเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นของนักเรียนอาชีวศึกษาหญิงในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย อาจเนื่องจากกลุ่มเปรียบเทียบขาดประสบการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม จึงขาดการค้นหาตนเอง ไม่รู้ข้อดีข้อเสีย ไม่รู้ความต้องการ ไม่เข้าใจความแตกต่างของบุคคล ไม่มีตัวอย่างสถานการณ์ที่ให้แง่คิดตระหนักถึงปัญหาและผลกระทบตามมาเมื่อตั้งครรภ์ในวัยรุ่น รวมทั้งขาดประสบการณ์ในการรับรู้ปัญหา การค้นหาสาเหตุของปัญหา การหาทางเลือก การวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก นักเรียนไม่ทราบถึงสัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่เหมาะสม ไม่ได้เรียนรู้หลักการปฏิเสธที่ดี ทักษะการผัดผ่อนและการต่อรอง ในการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง ทำให้เมื่อมีปัญหาและความเครียดเข้ามาจึงไม่สามารถจัดการได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำไปประยุกต์กิจกรรมใช้กับกลุ่มอื่นๆ เช่น นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายหรือตอนต้น เป็นต้น โดยปรับเนื้อหา วิธีการให้เหมาะสมกับวัยและสภาพปัญหาของกลุ่มเป้าหมายเป็นหลัก
2. ควรนำโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตนี้ไปประยุกต์ในการแก้ปัญหาอื่นๆ เช่น การดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ เป็นต้น
3. ควรนำไปประยุกต์กิจกรรมใช้กับกลุ่มเป้าหมายอื่น เช่น นักเรียนชายโดยการเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการกลุ่ม

เอกสารอ้างอิง

- เจตนิพิฐ สมมาตย์. (2550). *ประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตร่วมกับกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อพฤติกรรมกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนแห่งหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต)*.
ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- จิตรรัตน์ ผลเต็ม. (2553). *ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิต ร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ป.ที่ 6 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต)*. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- เนตรทราย ปัญญาคุณท์. (2552). *การสร้างเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนหญิงมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต)*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2557). *แม่วัยใสความท้าทายการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: แอดวานซ์พรินติ้ง เซอร์วิส.
- สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2554). *การคุมกำเนิดสำหรับวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- อัญชลี ภูมิจันทิก. (2554). *ประสิทธิผลโปรแกรมสุขศึกษาใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิต กับแรงสนับสนุนทางสังคม เพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนแห่งหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต)*.
ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy. In V.S Ramachadram, Ed. *Encyclopedia of Human Behaviors*. pp. 71-81.
- World Health Organization. (2000). *Life skills education for children and adolescences in school*. London: Education Department of Health.