


ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีวิจัยสั่งที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



นายสิงหา จันทน์ขาว

สถาบันวิทยบริการ  
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

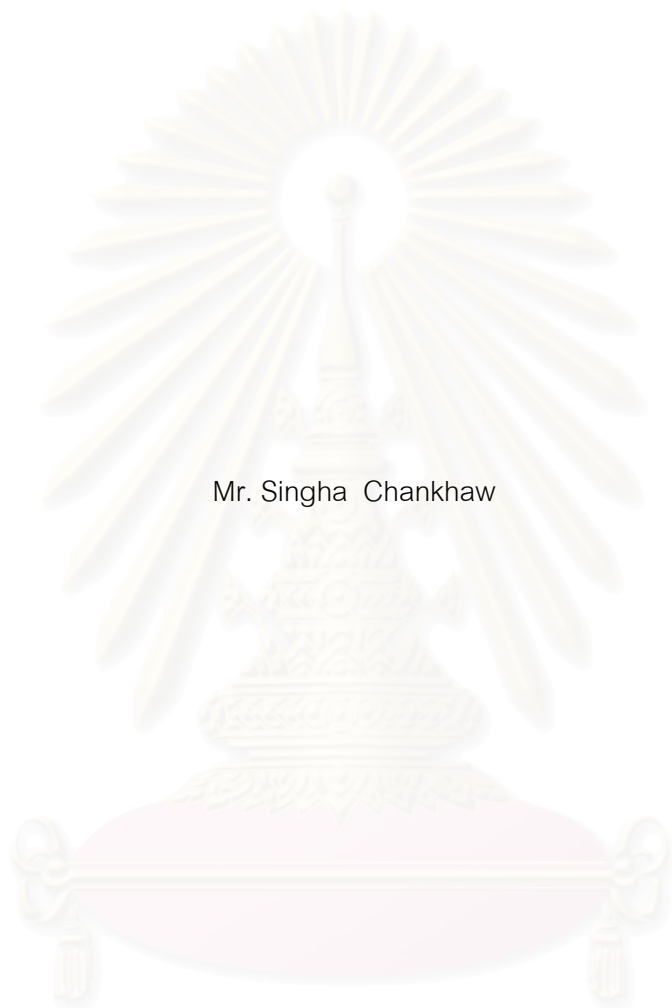
สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2550

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF AN INSTRUCTION USING THE FOUR NOBLE TRUTH METHOD ON THE ACADEMIC  
ACHIEVEMENT ON THE TOPIC OF SEX EDUCATION OF SEVENTH GRADE STUDENTS



Mr. Singha Chankhaw

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education Program in Health Education  
Department of Curriculum, Instruction, and Educational Technology

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2007

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์  
ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

โดย

นายสิงหา จันทน์ขาว


สาขาวิชา

สุขศึกษา

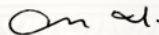
อาจารย์ที่ปรึกษา

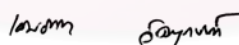
รองศาสตราจารย์ ดร. เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์

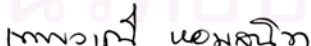
คณะกรรมการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

.....  ..... คณบดีคณะครุศาสตร์  
(รองศาสตราจารย์ ดร. พงษ์สิทธิ์ ศิริบรรณพิทักษ์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....  ..... ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทิพย์สิริ กาญจนวาสี)

.....  ..... อาจารย์ที่ปรึกษา  
(รองศาสตราจารย์ ดร. เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์)

.....  ..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร. เทพวาณี หอมสนิท)

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สิงหา จันทน์ขาว : ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. (EFFECTS OF AN INSTRUCTION USING THE FOUR NOBLE TRUTH METHOD ON THE ACADEMIC ACHIEVEMENT ON THE TOPIC OF SEX EDUCATION OF SEVENTH GRADE STUDENTS)

อ.ที่ปรึกษา : รศ.ดร.เอ็มอัชณา วัฒนบูรานนท์, 224 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ระหว่างกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่กับกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีปกติ และศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนพุทธจักรวิทยา จังหวัดกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่ จำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุม ที่เรียนด้วยวิธีปกติ จำนวน 30 คน สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอริยสัจสี่เรื่องเพศศึกษา จำนวน 4 แผน แบบทดสอบด้านความรู้เรื่องเพศศึกษาที่มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.79 ค่าความยากง่ายอยู่ในช่วง 0.20 - 0.73 และค่าอำนาจจำแนกอยู่ในช่วง 0.20 - 0.80 แบบสอบถามด้านเจตคติเรื่องเพศศึกษาที่มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.92 แบบสอบถามด้านการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษามีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.84 และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสอนกลุ่มทดลองด้วยตนเอง ส่วนกลุ่มควบคุมให้ครูประจำวิชาเป็นผู้สอนตามปกติ มีการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ทั้งสองกลุ่มก่อนและหลังการทดลอง จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างด้วยค่าที (t-test)

ผลการวิจัยสรุปผลได้ดังนี้

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา ก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่พบว่า หลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติสูงขึ้น และเมื่อนำมาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา ก่อนและหลังการเรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่ก็พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่กับการสอนด้วยวิธีปกติพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ และด้านเจตคติของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ ส่วนในด้านการปฏิบัติมีคะแนนเฉลี่ยน้อยกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ แต่ก็มีคะแนนเฉลี่ยใกล้เคียงกัน และเมื่อนำมาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่กับนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติก็พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนที่เรียนเรื่องเพศศึกษาด้วยวิธีอริยสัจสี่ มีความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่โดยรวมอยู่ในระดับดีมาก

ภาควิชา หลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา  
สาขาวิชา สุขศึกษา  
ปีการศึกษา 2550

ลายมือชื่อนิสิต.....สิงหา จันทน์ขาว  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....อ.เอ็มอัชณา วัฒนบูรานนท์



## 4883814027 : MAJOR HEALTH EDUCATION

KEY WORD : ACADEMIC ACHIEVEMENT / THE FOUR NOBLE TRUTH METHOD / SEX EDUCATION / SEVENTH GRADE STUDENTS

SINGHA CHANKHAW : EFFECTS OF AN INSTRUCTION USING THE FOUR NOBLE TRUTH METHOD ON THE ACADEMIC ACHIEVEMENT ON THE TOPIC OF SEX EDUCATION OF SEVENTH GRADE STUDENTS. THESIS ADVISOR : ASSOC.PROF. AIM-UTCHA WATTANABURANON, Ed.D., 224 pp.

This study was a quasi – experimental research. The purposes of the research were to study the effects of the instruction using the four noble truth method on the academic achievement in sex education teaching of seventh grade students, to compare the academic achievement in sex education teaching between the four noble truth teaching method and the conventional teaching method ; and to study the students' opinions concerning the four noble truth teaching method in sex education. The sample group was the seventh grade students of Duddhajakwithaya school, during the first semester of academic year 2007. The 30 experimental group of students were assigned to study under the four noble truth teaching method which was taught by the researcher while the other 30 control group of students were assigned to study with the conventional teaching method which was taught by health education teacher in that school. The research instruments were composed of four learning activity plans using the four noble truth teaching method. The academic achievement tests were the knowledge achievement test, its reliability was 0.79 ; discriminative level was 0.20 - 0.80 and the difficulty level was between 0.20 - 0.73 ; the attitude achievement test, its reliability at 0.92 ; while the practices achievement test had the reliability at 0.84. The questionnaire concerning the students' opinions on the instruction using the four noble truth method was also applied in this study. The obtained data were then analyzed in terms of percentages, means, standard deviation and t - test.

The research findings were as follows :

1. The academic achievement in sex education teaching of students after learning with the four noble truth teaching method was scored higher than before learning. When comparing the academic achievement in sex education teaching before and after using the four noble truth teaching method were found significantly different at .05 level.
2. The academic achievement in sex education teaching of students using four noble truth method was scored higher in the areas of knowledge and attitudes than the academic achievement of students learning with the conventional method. When comparing the academic achievement in sex education teaching of students learning with the four noble truth method and the students learning with the conventional method, there were found significantly different at .05 level only in the area of knowledge. The statistics showed no significant differences at .05 level in the areas of attitudes and practices.
3. The students' opinions concerning the instruction using four noble truth method in sex education teaching were found at the very good level.

Department Curriculum, Instruction and Educational Technology

Field of study Health Education

Academic year 2007

Student's signature...*Singha Chankhaw*...

Advisor's signature...*Aimitcha Wattanaburanon*...

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสำเร็จ ความเมตตา ความกรุณา และความช่วยเหลือจากรองศาสตราจารย์ ดร. เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ท่านได้กรุณาประสิทธิ์ประสาทความรู้ทางด้านวิชาการศึกษา ให้คำปรึกษารวมทั้งชี้แนะแนวทางในการค้นคว้าหาความรู้ ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ อันเป็นประโยชน์ต่อการทำวิทยานิพนธ์ให้มีความถูกต้อง สมบูรณ์ ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดียิ่งตลอดมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์เป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

กราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทิพย์สิริ กาญจนวาสี ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ ดร. เทพวาทินี หอมสมนิต กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาตรวจสอบ แนะนำและแก้ไขวิทยานิพนธ์ให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น  
กราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ กิตติคุณ ดร.สุชาติ โสมประยูร รองศาสตราจารย์ จินตนา สรายุทธพิทักษ์ รองศาสตราจารย์ อมรา รอดดารา รองศาสตราจารย์ สัตวแพทย์หญิง นภาพร มัชฌิมานุกร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิภาวดี ลีมีงสวัสดิ์ และอาจารย์ดุจฤดี อรุณศักดิ์ ที่ได้กรุณาสละเวลาในการตรวจสอบเครื่องมือ และให้ข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยจนมีความสมบูรณ์

กราบขอบพระคุณ อาจารย์ศิริรัตน์ โพธิ์สระ ที่ให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในการทดลองสอนและเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ขอขอบคุณนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

กราบขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้ทุนสนับสนุนในการทำวิทยานิพนธ์

กราบขอบพระคุณพ่อ แม่ และพี่ ที่ให้การสนับสนุนในทุกๆ ด้านอย่างดียิ่งตลอดระยะเวลาที่ศึกษาในระดับปริญญาโทมาบัดนี้

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารตาราง.....	ฅ
สารบัญแผนภาพ.....	ญ
บทที่	
1    บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	6
สมมติฐานการวิจัย.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	7
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	9
2    เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
แนวความคิดเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษา.....	11
แนวความคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น.....	23
แนวความคิดเกี่ยวกับวิธีสอนแบบอริยสัจสี่.....	29
แนวความคิดเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	43
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	56
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	60
3    วิธีดำเนินการวิจัย.....	61
การศึกษาค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	61
รูปแบบการวิจัย.....	61
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	62
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	63

บทที่	หน้า
การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล.....	77
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	79
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	80
ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา ก่อนเรียน และหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่.....	80
ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่และการสอนด้วยวิธีปกติ.....	88
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธี อริยสัจสี่.....	96
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	98
สรุปผลการวิจัย.....	98
อภิปรายผลการวิจัย.....	99
ข้อเสนอแนะจากการวิจัย.....	105
ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งต่อไป.....	106
รายการอ้างอิง.....	107
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	113
ภาคผนวก ข หนังสือขอความร่วมมือ.....	115
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	125
ภาคผนวก ง สถิติที่ใช้ในการวิจัย.....	212
ภาคผนวก จ คุณภาพของเครื่องมือ.....	216
ภาคผนวก ฉ ประมวลภาพ.....	221
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	224



## สารบัญญัตราสาร

ตารางที่		หน้า
1	กิจในอริยสัง.....	32
2	การเปรียบเทียบระหว่างชั้นต่าง ๆ ของอริยสังสี่ กับวิธีการแห่งปัญญา.....	34
3	วิธีสอนแบบอริยสังสี่ .....	36
4	การใช้คำถามตามแนวพุทธศาสตร์.....	40
5	เนื้อหาเรื่องเพศศึกษา และจำนวนคาบเรียนของแผนการจัดการเรียนรู้ ด้วยวิธีอริยสังสี่.....	65
6	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและ หลังการทดลอง .....	80
7	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและ หลังการทดลอง.....	83
8	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อน และหลังการทดลอง.....	85
9	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อน และหลังการทดลอง.....	87
10	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม.....	88
11	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม.....	90

ตารางที่		หน้า
12	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม.....	93
13	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที (t-test) ของคะแนนความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม .....	95
14	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นต่อ การจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ .....	96



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สารบัญแผนภาพ

ภาพประกอบที่	หน้า
1	รูปแบบการวิจัยแบบ Pretest – Posttest Control Group Design.....62
2	การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง.....63
3	สรุปขั้นตอนการสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอริยสังสี่.....66
4	สรุปขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา.....69
5	สรุปขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามเจตคติ และแบบสอบถามการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา.....73
6	สรุปขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังสี่.....76
7	สรุปขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล.....78

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

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

จากข้อมูลการสุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และนักเรียนระดับอาชีวศึกษาปีที่ 2 ประมาณ 2,000 คน ของสถาบันพัฒนาสาธารณสุขอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล (หนังสือพิมพ์คม ชัด ลึก, 2549) พบว่า นักเรียนอาชีวศึกษามีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนมากถึงร้อยละ 77 และนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนร้อยละ 24 โดยมีการป้องกันโรคด้วยการสวมถุงยางอนามัยต่ำกว่าร้อยละ 50 ส่วนรายงานสถานการณ์โรคเอดส์ในประเทศไทย ของสำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ([www.epid.moph.go.th](http://www.epid.moph.go.th), 2550) ก็พบว่า ตั้งแต่เดือนกันยายน พ.ศ. 2527 ถึง 28 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2550 กลุ่มเยาวชนอายุระหว่าง 10 - 14 ปี มีการติดเชื้อเอดส์ถึง 978 ราย และ กลุ่มเยาวชนอายุระหว่าง 15 - 19 ปี มีการติดเชื้อเอดส์ถึง 2,345 ราย นอกจากนี้จากการรายงานของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพหรือ สสส. (ชื่นฤทัย กาญจนะจิตราและคณะ, 2548) เรื่องพฤติกรรมความรุนแรงและปัญหาเพศศึกษาในกลุ่มนักเรียนอายุ 13-18 ปี ซึ่งส่วนใหญ่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ทุกอำเภอทั่วประเทศจำนวนกว่า 2 แสนคน พบว่าอายุ

เฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเริ่มต้นที่อายุ 13 ปี และยังพบปัญหาการตั้งครรภ์ในระหว่างเรียนอีกด้วย และจากข้อมูลของศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร กระทรวงยุติธรรม (ชินฤทัย กาญจนะจิตราและคณะ, 2548) ยังพบอีกว่าในช่วงระหว่างปี พ.ศ.2544 – 2547 จำนวนคดีความผิดทางเพศจากสถานพินิจเด็กและเยาวชนทั่วประเทศสูงขึ้นโดยตลอด จากจำนวนคดีรวม 1,735 คดี ในปีพ.ศ. 2546 เพิ่มขึ้นเป็น 2,417 คดี ในปีพ.ศ. 2547

ส่วนข้อมูลการสำรวจพฤติกรรมของเยาวชนไทยทั่วประเทศของสถาบันรามจิตติ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (หนังสือพิมพ์ข่าวสด,2550) ก็พบว่า เยาวชนมีพฤติกรรมการเที่ยวกลางคืนอย่างน้อย 1 ครั้งต่อสัปดาห์ในวันธรรมดา โดยมีจำนวนของเยาวชนระดับประถมศึกษา ร้อยละ 4.04 ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นร้อยละ 9.32 ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายร้อยละ 10.78 ระดับอาชีวศึกษาร้อยละ 20.50 และนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาร้อยละ 20.91 ในส่วนของการเที่ยวกลางคืนในวันหยุด พบว่า มีจำนวนของเยาวชน ระดับประถมศึกษา ร้อยละ 6.73 ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นร้อยละ 16.62 ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายร้อยละ 18.25 ระดับอาชีวศึกษาร้อยละ 29.68 และ นักศึกษาในระดับอุดมศึกษา ร้อยละ 31.04 นอกจากนี้ยังพบว่า วัยรุ่นที่มีอายุต่ำกว่า 19 ปี ในปีพ.ศ.2549 ไปทำคลอดที่โรงพยาบาลของรัฐบาลทั่วประเทศ เป็นจำนวนถึง 71,000 คน ซึ่งสูงขึ้นจากปี พ.ศ.2548 ที่มีจำนวน 52,000 คน

จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าปัญหาเรื่องเพศเป็นปัญหาที่สำคัญควรได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วนจากทุกภาคส่วน โดยวิธีการแก้ไขปัญหาของหน่วยงานทั้งทางภาครัฐบาลและภาคเอกชนที่นำมาใช้นั้นมีหลากหลายรูปแบบเช่น การจัดกิจกรรมในรูปแบบของการรณรงค์สร้างเสริมพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม การจัดโครงการสร้างเสริมสุขภาพ การให้บริการคำปรึกษาทางด้านเพศ การให้บริการสุขภาพทางเพศในรูปแบบของออนไลน์ และการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาในระบบโรงเรียน ซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งที่มีส่วนสำคัญในการให้ความรู้ ความเข้าใจ สร้างเจตคติ รวมถึงการปฏิบัติต่อเรื่องเพศในกลุ่มเด็กและเยาวชน เนื่องจากสามารถให้ข้อมูลเรื่องเพศในกลุ่มเยาวชนได้เป็นจำนวนมากและอย่างรวดเร็ว เพราะเยาวชนไทยส่วนใหญ่นั้นอยู่ในช่วงของการศึกษา ความรู้เรื่องเพศศึกษาถือได้ว่าเป็นเรื่องที่สำคัญ เพราะการเรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศ มีเนื้อหาที่ครอบคลุมถึงเรื่องพัฒนาการทางด้านร่างกายและจิตใจ การทำงานของระบบสรีรวิทยาสืบพันธุ์ การดูแลสุขภาพทางเพศ ทั้งยังช่วยสร้างเสริมองค์ความรู้ กระบวนการคิด สร้างเจตคติ ค่านิยมที่พึงประสงค์ในเรื่องเพศ รวมถึง การสร้างเสริมพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ซึ่งเป็นทักษะสำคัญที่เยาวชนจะได้นำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน



ในเรื่องเพศได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนเป็นการเตรียมความพร้อมในด้านอนามัยเจริญพันธุ์ อันจะนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีในอนาคตอีกด้วย

การสอนเรื่องเพศศึกษาของประเทศไทยในอดีตนั้น ได้รับการสอนจากพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ญาติพี่น้อง กลุ่มเพื่อน วัด ชุมชน วรรณคดีต่างๆ ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม ของท้องถิ่นนั้น ๆ รวมถึงโรงเรียน ซึ่งเป็นสถาบันทางสังคมหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา การสอนเรื่องเพศศึกษาในปัจจุบัน โรงเรียนได้มีการจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ผ่านทางหลักสูตรการศึกษาของกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆ เช่น กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนดให้เป็นกลุ่มสาระที่มีมาตรฐานการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาโดยตรง ดังที่กระทรวงศึกษาธิการ (กรมวิชาการ, 2545) ได้ระบุไว้ในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ว่า กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษามีความสำคัญในการพัฒนาคุณภาพประชากร โดยมุ่งเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ การป้องกัน ส่งเสริม พัฒนา และบริหารจัดการชีวิต เพื่อดำรงสุขภาพที่ดี อันเป็นรากฐานสำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตที่สมดุลทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นองค์ประกอบของการมีสภาวะทางสุขภาพที่สมบูรณ์

กระทรวงศึกษาธิการได้บรรจุเนื้อหาเรื่องเพศศึกษา (สุชาติ โสมประยูร และ วรณี โสมประยูร, 2541) ในหลักสูตรการศึกษาฉบับพุทธศักราช 2521 และพุทธศักราช 2524 โดยจัดเนื้อหาสอดแทรก ในวิชา สุขศึกษา สังคมศึกษา วิทยาศาสตร์ แต่พบว่าในอดีตจนถึงปัจจุบัน การสอนเพศศึกษาอาจยังไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร ซึ่งพบได้จากปัญหาทางด้านเพศเกิดขึ้นเป็นจำนวนมากในกลุ่มเยาวชน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการสอนเพศศึกษาที่ผ่านมายังไม่ถูกต้องเหมาะสมนัก ดังข้อมูลจากการติดตามการสอนเพศศึกษาในประเทศไทยของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (ยุพา พูนขำ และกอบกาญจน์ มัทธโน, 2544) ที่พบว่าหลักสูตรเพศศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการปี พ.ศ.2533 มีเนื้อหาวิชาแบบกว้างๆ โดยเฉพาะในระดับชั้น ประถมศึกษา เนื้อหาเน้นทางด้านสังคมทั่วไป ที่เป็นพื้นฐานมากกว่าจะเป็นสังคมวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ ส่วนเนื้อหาธรรมชาติทางเพศ ก็ไม่เป็นไปตามพัฒนาการทางเพศ สำหรับเนื้อหาวิชาในระดับชั้นมัธยมศึกษา ก็ไม่ตรงปัญหาวัยรุ่น ไม่ทันสมัย ไม่ตอบสนองความอยากรู้อยากเห็นของวัยรุ่น ส่วนผู้สอนเพศศึกษาก็มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อเรื่องเพศ เพราะสังคมคิดว่าเรื่องเพศเป็นสิ่งที่น่าอาย ไม่ควรเปิดเผยประกอบกับการสอนเพศศึกษาเป็นสิ่งละเอียดอ่อนที่ความ

เชื้อ และค่านิยมของผู้สอน จะมีผลต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้อย่างมาก ทำให้ผู้ที่ได้รับมอบหมายให้สอนเพศศึกษาไม่สะดวกใจในการที่จะสอน ในการจัดกระบวนการเรียนการสอนเพศศึกษาที่ผ่านมา ส่วนใหญ่ก็ใช้วิธีการบรรยาย ซึ่งเป็นเหตุให้ผู้เรียนไม่ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ นอกจากนี้ สื่อการเรียนการสอนในเรื่องเพศก็มีน้อย ไม่ทันสมัย ทำให้ไม่น่าสนใจ ไม่กระตุ้นการเรียนรู้ นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นๆ เช่น การบริหารจัดการนโยบาย และบรรยากาศในโรงเรียน ฯลฯ ซึ่งไม่เอื้ออำนวยให้การจัดการเรียนการสอนเพศศึกษามีประสิทธิผลดียิ่งขึ้น

ดังนั้นการ จัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาเพื่อให้มีประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลขึ้นในสภาพการณ์ปัจจุบันนี้ ผู้สอนควรจัดรูปแบบกระบวนการเรียนรู้ที่หลากหลาย มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้มากที่สุด โดยยึดหลักการที่ให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางแห่งการเรียนรู้ (Child - Centered) เพื่อส่งผลต่อการพัฒนาความรู้ กระบวนการคิด เกิดเจตคติ ค่านิยม รวมถึงคุณธรรม และจริยธรรมในเรื่องเพศที่เหมาะสม เนื้อหาเรื่องเพศศึกษาจำเป็นต้องใช้รูปแบบการสอนที่เหมาะสมกับลักษณะของเนื้อหาเรื่องนั้นๆ อันจะทำให้ผู้เรียนเข้าใจในเรื่องที่เรียนมากยิ่งขึ้น เช่น การใช้วิธีสอนโดยการบรรยาย การสาธิต การทดลอง การไปทัศนศึกษา บทเรียนสำเร็จรูป เป็นต้น

การจัดการเรียนรู้ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 (กระทรวงศึกษาธิการ , 2545) กำหนดแนวทางในการจัดการศึกษาไว้ว่า ผู้เรียนทุกคนมีความสามารถในการเรียนรู้ พัฒนาตนเองได้ตามธรรมชาติ เต็มศักยภาพ และถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด การจัดการศึกษาต้องเน้นความสำคัญทั้งความรู้ คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้ และบูรณาการตามความเหมาะสมของการศึกษาแต่ละระดับ รวมถึงการจัดกระบวนการเรียนรู้ให้สถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ดำเนินการฝึกทักษะ กระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญสถานการณ์และการประยุกต์ความรู้ มาใช้เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา และจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ฝึกการปฏิบัติ ให้ทำได้ คิดเป็น ทำเป็น รักการอ่าน และเกิดการใฝ่รู้อย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ยังมีรูปแบบการจัดกระบวนการเรียนการสอนตามแนวทางของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 นั้น อีกรูปแบบหนึ่งที่สำคัญและคาดว่าจะช่วยให้การเรียนการสอนเนื้อหาเพศศึกษา ประสบผลสำเร็จได้เป็นอย่างดี คือ รูปแบบวิธีสอนแบบอริยสัจสี่ ซึ่งศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี เป็นผู้นำมาประยุกต์และพัฒนาขึ้นตามกระบวนการแก้ปัญหาแบบอริยสัจสี่ขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า และได้กล่าวถึงขั้นตอนวิธีสอนแบบอริยสัจสี่ (อ้างถึงในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2537) ไว้ดังนี้

- ขั้นตอนที่ 1 ขั้นกำหนดปัญหา (หรือขั้นทุกซ์)
- ขั้นตอนที่ 2 ขั้นตั้งสมมติฐาน (หรือขั้นสมมุติ)
- ขั้นตอนที่ 3 ขั้นการทดลองและเก็บข้อมูล (หรือขั้นนิโรธ)
- ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลหรือแนวทาง (หรือขั้นมรรค)

วิธีสอนแบบอริยสัจสี่ เน้นให้ผู้เรียนมีระบบการคิดเป็นระบบ เป็นขั้นตอน มีกระบวนการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุมีผล และส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมให้กับผู้เรียน ดังเช่นคำกล่าวของ มาลินี สวยศำข้าว ( อ้างถึงใน ก่องแก้ว เจริญอักษร, 2542) ว่า “การสอนแบบนี้ เป็นการปลูกฝังความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ที่ตั้งอยู่บนรากฐานของหลักธรรมของพระพุทธศาสนา โดยใช้สติในการวิจรรณญาณ ความรอบคอบ ระลึกรู้อยู่กับเหตุผลเพื่อแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในอดีต และมีผลสืบต่อกับปัจจุบัน” วิธีสอนแบบอริยสัจสี่ มีลักษณะความคล้ายคลึงกับวิธีการแห่งปัญญา หรือวิธีแก้ปัญหาแบบวิทยาศาสตร์ของนักการศึกษาชาติตะวันตก (The Scientific Method) ที่ได้รับการยอมรับและนำมาใช้ในการเรียนการสอนอย่างกว้างขวาง ซึ่งทั้งสองวิธีการสอนนี้ ต่างก็เป็นวิธีการสอนที่เน้นการแก้ปัญหาเป็นหลัก และเป็นกระบวนการใช้ความคิดอย่างเป็นระบบมีเหตุผล

ในการเรียนเรื่องเพศศึกษานั้น ผู้เรียนทุกระดับการศึกษาจำเป็นต้องมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติและค่านิยมที่ดีเกี่ยวกับเรื่องเพศ เพื่อเป็นการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศที่พึงประสงค์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งมีจำนวนมากและเป็นนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น จากข้อมูลของสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา หรือ สมศ. (www.thaiedstat.org, 2550) พบว่า มีจำนวนนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2548 จำนวนทั้งสิ้น 2,633,901 คน นับว่ามีอยู่จำนวนมาก เป็นช่วงที่อยู่ในระยะเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้น ถือว่าเป็นวัยที่สำคัญที่สุดของชีวิต กลุ่มวัยนี้ต้องก้าวจากความเป็นเด็กเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ที่รับผิดชอบต่อสังคมในอนาคต นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนี้ มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาอย่างชัดเจน ทั้งยังต้องการความเป็นอิสระ อยากรู้ อยากเห็น อยากทดลอง ชอบการแสดงออก เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยที่ต้องปรับตัวอย่างมาก และเป็นวัยที่ถูกชักจูง โน้มน้าวจิตใจ ให้มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้ง่าย อันนำไปสู่การเกิดปัญหาสุขภาพทางเพศ และปัญหาทางสังคมอื่น ๆ ตามมาได้อย่างรวดเร็ว

ดังนั้นผู้วิจัยจึงคาดว่า การจัดการกระบวนการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาในปัจจุบัน ควร มีรูปแบบการสอนที่ยึดตัวผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ มีการฝึกให้ผู้เรียนใช้ปัญญาคิด แก้ปัญหาด้วยตนเอง เน้นกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบเป็นขั้นตอน ส่งเสริมให้ผู้เรียนแก้ไข ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่เป็นวิธีการทางวิทยาศาสตร์ สามารถระบุสาเหตุของปัญหา หา แนวทางแก้ไขปัญหาด้วยตนเองโดยการฝึกปฏิบัติค้นหาความรู้จากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ เพื่อที่จะ ได้นำเอาประสบการณ์การแก้ปัญหาและการค้นคว้าที่ได้เรียนรู้นำไปปรับประยุกต์ใช้ในการ แก้ปัญหาเรื่องเพศตามสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาเรื่องผลของ การจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และศึกษาความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ ด้วยเห็นว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้เรียน สามารถนำมาประยุกต์ใช้ จัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลอย่างที่สุด

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการ เรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
2. เพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1 ระหว่างกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่และกลุ่มที่เรียนโดย การจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีปกติ
3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ต่อการจัดการเรียนการสอนด้วย วิธีอริยสัจสี่

### สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ มีผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาสูงกว่าก่อนเรียน
2. นักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ มีผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธี ปกติ



3. นักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ มีความคิดเห็นในระดับดีต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่

### ขอบเขตของการวิจัย

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

##### 1.1 ประชากร

นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน ในสังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร

##### 1.2 กลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพุทธจักรวิทยา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัด กรุงเทพมหานคร จำนวน 2 ห้องเรียน ห้องเรียนละ 30 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดังนี้

กลุ่มทดลอง จำนวน 1 ห้องเรียนใช้กระบวนการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่

กลุ่มควบคุม จำนวน 1 ห้องเรียนใช้กระบวนการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีปกติ

#### 2. ตัวแปร

##### 2.1 ตัวแปรต้น

2.1.1. การจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่

2.1.2. การจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีปกติ

##### 2.2 ตัวแปรตาม

2.2.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา

2.2.2. ความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่

### ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ข้อมูลที่ได้รับจากการตอบแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา แบบสอบถามเจตคติเรื่องเพศศึกษา แบบสอบถามการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการ



จัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ ผู้วิจัยถือว่าเป็นข้อมูลที่ตอบด้วยความรู้ ความคิด ความรู้สึก และการปฏิบัติของผู้ตอบทุกท่าน

2. ข้อมูลที่อาจส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้แก่ เพศ อายุ ผู้วิจัยไม่นำมาพิจารณาในการวิจัยครั้งนี้

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**การจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่** หมายถึง การจัดการเรียนการสอนโดยมีหลักการ 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นทุข คือ การให้นักเรียนระบุปัญหาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ได้แก่ ข่าว สติติ รูปภาพ คำถามออนไลน์จากทางอินเทอร์เน็ต และสถานการณ์สมมติ
2. ขั้นสมุทัย คือ การให้นักเรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ได้แก่ ข่าว สติติ รูปภาพ คำถามออนไลน์จากทางอินเทอร์เน็ต และสถานการณ์สมมติ
3. ขั้นนิโรธ คือ การให้นักเรียนกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหามาตามสาเหตุของปัญหา และให้นักเรียนค้นคว้าหาคำตอบจากการวิเคราะห์ การอภิปรายของกลุ่มนักเรียนด้วยตนเอง จากเอกสารประกอบการเรียน หนังสือ วารสาร แผ่นพับ และจัดบันทึกผลของการค้นคว้านั้นไว้
4. ขั้นมรรค คือ การให้นักเรียนเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา และนำแนวทางแก้ไขปัญหามาไปประยุกต์ใช้ปฏิบัติจริง

**การจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีปกติ** หมายถึง การจัดการเรียนการสอนของผู้สอนรายวิชา พ.31101 สุขศึกษาและพลศึกษา ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพุทธจักรวิทยาที่ไม่ใช่การจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่

**ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน** หมายถึง ผลการเรียนของผู้เรียนด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านกาปฏิบัติ ซึ่งวัดได้จากคะแนนที่นักเรียนทำได้จากแบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติ และแบบสอบถามกาปฏิบัติ ซึ่งครอบคลุมเนื้อหาเรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ การเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น สุขอนามัยทางเพศ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง

**เรื่องเพศศึกษา** หมายถึง เนื้อหาเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์ การเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น สุขอนามัยทางเพศ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง

**นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1** หมายถึง นักเรียนเพศชาย และเพศหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพุทธจักรวิทยา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550

**ความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่** หมายถึง ความรู้สึก และความคิดเห็นของนักเรียนต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัยเรื่องผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีดังนี้

1. เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศของนักเรียนได้อย่างเหมาะสม
2. เป็นแนวทางแก่ครูที่สอนเนื้อหาสุขศึกษาในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ในการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนเนื้อหาอื่นๆ ต่อไป

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้ศึกษาและรวบรวมแนวความคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวความคิดเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษา
  - 1.1 ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษา
  - 1.2 ขอบเขตของเนื้อหาเรื่องเพศศึกษา
  - 1.3 เพศศึกษาในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน
  - 1.4 การสอนเพศศึกษาในยุคปัจจุบัน
  - 1.5 วิธีการสอนเพศศึกษา
  - 1.6 การจัดการเรียนการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น
2. แนวความคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น
  - 2.1 ความหมายของวัยรุ่น
  - 2.2 การเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการของวัยรุ่น
3. แนวความคิดเกี่ยวกับวิธีสอนแบบอริยสังคีติ
  - 3.1 ความหมายของอริยสังคีติ
  - 3.2 องค์ประกอบของอริยสังคีติ
  - 3.3 กิจอริยสังคีติ
  - 3.4 คุณค่าของอริยสังคีติ
  - 3.5 วิธีสอนแบบอริยสังคีติ
  - 3.6 ขั้นตอนวิธีสอนแบบอริยสังคีติ
  - 3.7 คำถามแนวพุทธศาสตร์
  - 3.8 ข้อดีและข้อจำกัดของวิธีสอนแบบอริยสังคีติ
4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
  - 4.1 ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
  - 4.2 องค์ประกอบของผลการเรียนรู้
  - 4.3 หลักการวัดและประเมินผลการเรียนรู้
  - 4.4 การประเมินผลการเรียนวิชาสุขศึกษา

- 4.5 ขั้นตอนการประเมินผล
- 4.6 วิธีดำเนินการประเมินผล
- 4.7 การประเมินผลเรื่องเพศศึกษา
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
6. กรอบแนวคิดในการวิจัย

## 1. แนวความคิดเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษา

### 1.1 ความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษา

มีผู้กล่าวถึงความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาไว้หลายท่าน ดังนี้

มยุรี ภูงามทอง (2533) กล่าวถึงความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาไว้ ดังนี้

1. เพื่อให้มีความรู้พอเพียงในเรื่องกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและสรีระของเพศทั้งสองเพศอันมีผลต่อความคิด สติปัญญา อารมณ์ และจิตใจ
2. เพื่อช่วยขจัดความกังวลเกี่ยวกับเรื่องการพัฒนา การปรับตัว และการวางตัวให้เหมาะสมทุกทางในด้านเพศ
3. เพื่อเสริมสร้างให้เกิดทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศ ทั้งในเรื่องที่เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นจะเป็นเพศเดียวกันหรือต่างเพศก็ตาม
4. เพื่อให้ตระหนักถึงคุณค่าของการใช้มนุษยสัมพันธ์ที่ถูกต้องเพื่อการดำรงชีวิตที่ราบรื่นของแต่ละบุคคล ครอบครัวและสังคม
5. เพื่อให้เกิดความเข้าใจในตนเองอย่างถ่องแท้ในเรื่องความสัมพันธ์ของเขากับเพื่อนมนุษย์ทั้งสองเพศ และช่วยให้มองเห็นและเข้าใจว่าคนนั้นมีหน้าที่ มีพันธะมีความรับผิดชอบต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน มิใช่แก่ตนเองและครอบครัวเท่านั้น
6. เพื่อสร้างความเข้าใจว่า การจะตัดสินใจที่ชอบด้วยเหตุผลนั้น จำเป็นต้องมีหลักทางด้านศีลธรรมร่วมด้วยเสมอ
7. เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างเพียงพอเกี่ยวกับการใช้เพศในทางที่ไม่ถูกต้องตลอดจนมีความเข้าใจเกี่ยวกับความผิดปกติทางเพศ เพื่อจะได้รู้จักป้องกันตนเองไม่ให้ถูกลอกถูกเอาเปรียบ ถูกข่มเหง หรือได้รับอันตรายต่อร่างกาย จิตใจ และชื่อเสียง
8. เพื่อให้เกิดความตระหนักว่าการกระทำทางเพศส่วนตัวมีผลกระทบต่อสังคม เช่น การปล่อยทิ้งบุตรไว้ตามยถากรรม การหลอกลวงผู้หญิงไปค้าประเวณี ฯลฯ
9. เพื่อให้เกิดความรับผิดชอบต่อสังคม โดยขจัดสิ่งเลวร้ายต่าง ๆ ให้

หมดไป เช่น การเอาเปรียบทางด้านเพศ การหาประโยชน์จากผู้อื่นในเรื่องเพศ การใช้เพศและกามารมณ์อย่างไม่รับผิดชอบและอสุติธรรม กฎหมายเกี่ยวกับเพศที่ล้ำสมัยและอสุติธรรม

10. เพื่อให้เกิดความเข้าใจและฝึกหัดการคิดนี้จนกลายเป็นความเคยชินพอที่จะช่วยให้แต่ละคนรู้จักใช้ความเป็นเพศหญิง หรือชายของตนมาพัฒนาตนเองครอบครัว ชุมชนเพื่อให้เกิดประโยชน์ความสุข ความเจริญในหน้าที่ต่าง ๆ เป็นครู พ่อแม่ ญาติพี่น้อง ลูก คู่รัก พลเมืองดี เป็นต้น

คาร์รอล และวอลป์ (Carroll and Wolpe ,1996) ได้กล่าวถึงความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาไว้ว่า

1. การสอนเพศศึกษาเป็นการเตรียมข้อมูลที่ต้องเกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศของมนุษย์
2. การสอนเพศศึกษาเป็นการให้โอกาสสำหรับนักเรียนในการถามคำถาม และได้รับคำตอบเกี่ยวกับเรื่องเพศ
3. การสอนเพศศึกษาช่วยให้นักเรียนมีพัฒนาการด้านทักษะส่วนบุคคล เช่น ทักษะการสื่อสาร ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธเพื่อน
4. การสอนเพศศึกษาช่วยให้นักเรียนได้พัฒนาความสามารถในการรับผิดชอบต่อเรื่องของการสัมพันธ์ภาพทางเพศ
5. การสอนเพศศึกษาเป็นการให้ความรู้ในเรื่องเพศ เพื่อให้นักเรียนได้เปลี่ยนแปลงเจตคติที่ถูกต้องอันนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และลดพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม

สุชาติ โสภประยูร และวรรณิ โสภประยูร (2541) ได้กล่าวถึงความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของครู ไว้ดังนี้

1. เพื่อเป็นการสร้างทัศนคติหรือค่านิยม และแนวคิดที่ดีงามต่อเรื่องเพศให้แก่เด็กซึ่งจะเป็นรากฐานที่สำคัญยิ่งในการตัดสินใจได้อย่างฉลาด
2. เพื่อเป็นการสร้างเสริมลักษณะนิสัยและความประพฤติทางเพศรวมทั้งความสำนึกในหน้าที่และความรับผิดชอบต่อการกระทำต่างๆ เหล่านี้ ทั้งในด้านส่วนตัวและส่วนรวม
3. เพื่อให้เกิดความรู้และความเข้าใจในเรื่องกระบวนการทางด้านกายวิภาค สรีรวิทยา สภาพของจิตใจ วุฒิภาวะทางอารมณ์ ลักษณะทางสุขวิทยา และบทบาทของสังคม ซึ่งเกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและชีวิตครอบครัว



4. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและรู้จักใช้คำศัพท์หรือประมวลคำที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ และสามารถนำไปใช้สื่อความหมายกับผู้อื่นในแง่ของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

5. เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างชัดเจนในผลที่สืบเนื่องมาจากการปฏิบัติตนและการแสดงความประพฤติหรือพฤติกรรมทางเพศในลักษณะต่างๆ ของบุคคลว่าอาจเกิดผลลัพธ์ต่อบุคคลและสังคมได้ ทั้งในทางที่ดีและไม่ดี

6. เพื่อช่วยแก้ไขความเชื่อและความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับเรื่องเพศ รวมทั้งแนวความคิดหรืออิทธิพลอื่นๆ ที่อาจจะนำมาซึ่งความวิตกกังวลใจและปมด้อยต่างๆ ให้ลดน้อยลงหรือหมดสิ้นไป

7. เพื่อช่วยสร้างเสริมความสมบูรณ์ของจิตใจและอารมณ์ทางเพศของนักเรียน ให้เจริญงอกงาม และพัฒนาไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม โดยมุ่งที่บุคลิกภาพและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งจะช่วยให้เด็กเป็นสมาชิกที่พึงปรารถนายิ่งขึ้นของครอบครัว และเป็นบิดามารดาที่ดีในอนาคต

นอกจากนี้สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร (2541) ยังได้กล่าวถึงความมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษาในทัศนะของบุคคลทั่วไป ไว้อีกด้วย กล่าวคือ

1. เพื่อลดปัญหาอาชญากรรมทางเพศ เช่น คดีข่มขืน กระทำชำเรา การขูดคร่าอนาจาร และคดีอื่นเนื่องมาจากความผิดปกติทางเพศอื่น ๆ
2. เพื่อลดปัญหาโสเภณี การค้าประเวณี การปล่อยตัวปล่อยใจให้เป็นสาธารณะหรือการล่าส่อนทางเพศ
3. เพื่อลดปัญหาการามโรคและโรคอื่นๆ ที่เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ รวมทั้งความผิดปกติทางเพศต่าง ๆ
4. เพื่อลดปัญหาการได้เสียกันก่อนแต่งงาน การหนีตามกัน การท้องก่อนแต่งงาน การทำแท้ง หรือการรีดลูก และปัญหาลูกไม่มีพ่อ
5. เพื่อลดปัญหาการขัดแย้งกันภายในครอบครัว การหึงหวง การแยกกันอยู่ บ้านแตกสาแหรกขาด (Broken home) การมีชู้ การมีภรรยาบ่อย และปัญหาการหย่าร้าง
6. เพื่อเป็นการวางรากฐานที่ดีสำหรับชีวิตครอบครัวในอนาคต ตามขนบธรรมเนียมและประเพณีอันดีงามของชาติ
7. เพื่อสร้างคุณภาพของมนุษย์ให้สมบูรณ์ในทุกๆ ด้านอันจะช่วยให้มนุษย์มีความสุขอย่างแท้จริง และมีชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบเรียบร้อย

กล่าวโดยสรุปได้ว่า การสอนเพศศึกษานั้น เป็นการมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความรู้ เกิดเจตคติที่ดี และมีทักษะในการปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมในเรื่องเพศ เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาทางเพศขึ้น ผู้วิจัยเห็นว่าการป้องกันมีความสำคัญอย่างมาก เพราะการป้องกันปัญหาก่อนที่จะให้ปัญหาเกิดขึ้นก่อนแล้วค่อยมาตามแก้ไขปัญหาที่หลังนั้น ย่อมเป็นการแก้ไขปัญหาที่ไม่มีประสิทธิภาพ ทั้งยังอาจทำให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาอีกด้วย

## 1.2 ขอบเขตของเนื้อหาเพศศึกษา

กระทรวงศึกษาธิการ (2548) ได้กำหนด แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพศศึกษาสำหรับนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ได้กำหนด ขอบข่ายเนื้อหาเพศศึกษาไว้ 6 หน่วยการเรียนรู้ ไว้ดังนี้

หน่วยที่ 1 พัฒนาการทางเพศ เน้นสาระเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทาง สรีระ เมื่อเข้าสู่วัยหนุ่มสาว พัฒนาการทางเพศ การสืบพันธุ์ ภาพลักษณ์ต่อร่างกาย ตัวตนทาง เพศ และความพึงพอใจทางเพศ

หน่วยที่ 2 สัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีเนื้อหาในมิติครอบครัว เพื่อน การคบเพื่อนต่างเพศ ความรัก การใช้ชีวิตคู่ การแต่งงาน การเป็นพ่อแม่

หน่วยที่ 3 ทักษะส่วนบุคคลที่จำเป็น ในการดำเนินชีวิตเพราะความรู้ และข้อมูลที่ได้รับเกี่ยวกับเพศนั้น ไม่เพียงพอที่จะช่วยให้เยาวชนสามารถรับมือกับเหตุการณ์และ แรงกดดันต่าง ๆ ที่ประสบในชีวิตจริง

หน่วยที่ 4 พฤติกรรมทางเพศ มีเนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่ พัฒนาไปตามช่วงชีวิต การเรียนรู้อารมณ์เพศ การจัดการอารมณ์เพศ การช่วยตัวเอง จินตนาการทางเพศ การแสดงออกทางเพศ การละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ การตอบสนองทางเพศ เป็นต้น

หน่วยที่ 5 สุขภาพทางเพศ เป็นสาระเกี่ยวกับการหลีกเลี่ยงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากความสัมพันธ์ทางเพศ ในสาระที่เกี่ยวกับเพศศึกษาเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย วิธีการคุมกำเนิด การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอดส์ การล่วงละเมิดทางเพศ ความรุนแรงทางเพศ และอนาถาจารีตปฏิบัติ

หน่วยที่ 6 สังคมและวัฒนธรรม เป็นเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการเรียนรู้และการแสดงออกในเรื่องเพศของบุคคลที่ได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม และบรรยากาศทางสังคมและ วัฒนธรรมในประเด็นเรื่องเพศ จึงเป็นการเปิดโลกทัศน์ให้เข้าใจบทบาททางเพศ เรื่องเพศใน บริบทของสังคม วัฒนธรรม กฎหมาย ศิลปะ และสื่อต่าง ๆ

ดังนั้น การเรียนรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาจึงนำไปสู่การพัฒนาให้เยาวชนเกิดทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต ได้แก่ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2548)

- การให้คุณค่ากับสิ่งต่าง ๆ ซึ่งระบบการให้คุณค่านี้เป็นตัวชี้นำพฤติกรรมเป้าหมาย และการดำเนินชีวิตของเรา
- การสื่อสารรับฟัง การแลกเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดที่สอดคล้องหรือแตกต่างกัน
- การตัดสินใจ การต่อรอง การทำความเข้าใจเพื่อบรรลุความตั้งใจหรือทางเลือกที่ตนสามารถรับผิชอบได้
- การรักษาและยืนยันในความเป็นตัวของตัวเอง สามารถแสดงความรู้สึกความต้องการของตนเองโดยเคารพในสิทธิของผู้อื่น

### 1.3 เพศศึกษาในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ไม่ได้กำหนดให้เรื่องเพศศึกษาจัดการเรียนการสอนแยกต่างหากเป็นวิชาเดียว ดังเช่นวิชาอื่น ๆ แต่ได้กำหนดให้เรื่องเพศศึกษานบูรณาการเนื้อหาสาระต่าง ๆ ในกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้อง (กระทรวงศึกษาธิการ, 2548) ได้แก่

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย
2. กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
3. กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์
4. กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม
5. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

5.1 กิจกรรมแนะแนว

5.2 กิจกรรมตามความถนัดและความสนใจของผู้เรียน

5.3 กิจกรรมลูกเสือ-เนตรนารี ยุวกาชาด และผู้บำเพ็ญ

ประโยชน์

### 1.4 การสอนเพศศึกษาในยุคปัจจุบัน

กระทรวงศึกษาธิการ (2548) กล่าวว่า การสอนเพศศึกษาในยุคปัจจุบัน ผู้สอนควรตระหนักถึงเรื่องต่อไปนี้

1. เรื่องเพศเป็นความต้องการทางธรรมชาติและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต

มนุษย์โดยทั่วไป และเป็นความต้องการที่มีอยู่ตลอดชีวิต

2. มนุษย์แต่ละคนมีคุณค่าและศักดิ์ศรีจึงไม่ควรถูกแบ่งแยกกีดกันด้วย เพศ เชื้อชาติ ศาสนา วัฒนธรรม หรือรสนิยมทางเพศ ควรเคารพ ความแตกต่างหลากหลาย ของกันและกัน

3. การบังคับให้ผู้อื่นคิด เชื่อหรือปฏิบัติ โดยขัดแย้งกับความต้องการ ของบุคคลนั้น ๆ ถือเป็นสิ่งที่ขัดต่อจริยธรรมในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศ

4. บุคคลต้องรับผิดชอบต่อการกระทำและผลการกระทำของตน

5. ผู้สอนควรสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้เรียน และเปิดโอกาสให้ผู้เรียน เปิดเผยหรือพูดคุยเกี่ยวกับความคับข้องใจในการดำเนินชีวิต รวมทั้งเรื่องเพศ โดยไม่ถูกตัดสิน คุณค่าจากผู้สอน

6. ในประเด็นเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ และการ ป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ผู้สอนควรเสนอทางเลือกแก่ผู้เรียนมากกว่า “การไม่มี เพศสัมพันธ์เท่านั้น” ครูผู้สอนมีความสำคัญยิ่งต่อผลสัมฤทธิ์ของการสอนเพศศึกษา ดังนั้น ครูผู้สอนควรใช้ทักษะการสอนที่เหมาะสม และควรคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้

### 1.5 วิธีสอนเพศศึกษา

การสอนเพศศึกษาเป็นรูปแบบหนึ่งในการแก้ไขปัญหาทางเพศ พบได้ว่ามี การสอนเพศศึกษาในระบบโรงเรียนซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งที่มีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการให้ความรู้ ความเข้าใจ สร้างเจตคติ รวมถึงการปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องเพศในกลุ่มเด็กและเยาวชน เนื่องจากโรงเรียนมีความเหมาะสมในการจัดกระบวนการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาดังที่ อลิซาเบธ และแมรี่ (Elizabeth and Mary, 2004) ได้กล่าวถึงความเหมาะสมถึงการจัดการ เรียนการสอนเพศศึกษาในโรงเรียน ไว้ว่า

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

กล่าวโดยสรุปได้ว่า กลุ่มเด็กและเยาวชนเป็นช่วงวัยที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียน เป็นจำนวนมาก ทำให้สามารถเผยแพร่ข้อมูลเรื่องเพศศึกษาได้อย่างรวดเร็ว รวมถึงโรงเรียนมีความพร้อมในด้านบุคลากร หลักสูตร สำหรับการจัดการกระบวนการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาในกลุ่มเด็กและเยาวชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

โดยธรรมชาติการสอนแต่ละวิชา ย่อมมีวิธีการสอน และข้อคำนึงในการสอนที่แตกต่างกันตามความเหมาะสมของเนื้อเรื่องๆ นั้น เนื่องจากไม่มีวิธีการสอนใดวิธีการหนึ่งที่จะใช้สอนได้ทุกวิชา เรื่องเพศศึกษานี้ก็มีลักษณะเฉพาะที่ผู้สอนจำเป็นต้องเลือกวิธีการสอนให้เหมาะสมกับ ลักษณะของผู้เรียน ลักษณะของเนื้อหา รวมถึงสถานการณ์อื่น ๆ ด้วย อีกทั้งการสอนเรื่องเพศศึกษาก็มีข้อควรคำนึงในการสอน ดังที่ สุชาติ โสมประยูร และ วรณี โสมประยูร (2541) ได้กล่าวไว้ดังนี้

1. ก่อนเริ่มจะเริ่มต้นบทเรียนเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา ควรจะรอให้ครูและนักเรียนมีความคุ้นเคยกันดีเสียก่อนเพื่อช่วยให้ทั้งคู่ละนักเรียนได้ศึกษาและเข้าใจซึ่งกันและกันดียิ่งขึ้น เช่น อาจจะทำเรื่องเล่าหรือสวดมนต์ก่อนเรียน เป็นต้น โดยเปิดโอกาสให้ครูได้สร้างบรรยากาศแห่งความเป็นกันเอง เพื่อให้เด็กรู้สึกว่าคุณครูมีความสามารถและมีความกล้าพอที่จะซักถามปัญหาหรือแสดงความคิดเห็นต่างๆ ได้อย่างเสรี จะช่วยให้นักเรียนได้เรียนตามความสนใจและตรงตามความต้องการมากขึ้น

2. ในการจัดกิจกรรมการสอนและการเรียนนั้น ควรจะแสวงหากิจกรรมหรือวิธีการที่ช่วยสร้างทัศนคติความเข้าใจอันดี และมีความคิดวิพากษ์วิจารณ์ ซึ่งจะเป็นเครื่องช่วยให้นักเรียนมีความรับผิดชอบและรู้จักเลือกหรือตัดสินใจได้อย่างฉลาด รวมทั้งรู้จักควบคุมหรือเหนี่ยวรั้งจิตใจ และไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ โดยกิจกรรมหรือวิธีการนั้นๆ จะต้องไม่มุ่งไปที่การส่งเสริมความรู้แต่เพียงอย่างเดียว

3. ควรใช้กล่องคำถาม (Question-box) บ้างในโอกาสอันควร โดยให้นักเรียนเขียนคำถามในเศษกระดาษแล้วใส่ลงในกล่องที่จัดไว้

4. การอภิปรายถึงเรื่องเพศในห้องเรียน ควรจะเป็นไปอย่างตรงไปตรงมา ปราศจากอารมณ์ และไม่ควรรแสดงความกระดากอาย สำหรับครูนั้นควรจะต้องพูดถึงเรื่องเพศให้เหมือนกับการพูดหรืออธิบายในการสอนวิชาอื่น ๆ และครูไม่ควรนำเอาเรื่องส่วนตัวทั้งของคุณและของเด็กมาเปิดเผย



5. การให้นักเรียนอ่านหนังสือเกี่ยวกับเรื่องเพศ บางครั้งก็มีประโยชน์มากเหมือนกัน แต่ครูควรจะเป็นผู้แนะนำว่าหนังสือเล่มใดควรอ่านและหนังสือเล่มใดไม่ควรอ่าน นอกจากนี้การให้นักเรียนอ่านหนังสือหรือวารสารหรือเอกสารต่าง ๆ ยังเป็นการช่วยให้นักเรียนพร้อมที่จะอภิปรายปัญหาในห้องเรียนได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

6. ถ้าเป็นโรงเรียนสหศึกษา การสอนเพศศึกษาโดยทั่วไปควรจะต้องสอนรวมกันทั้งเพศชายและเพศหญิง นอกจากนี้บางบทเรียนก็จำเป็นแยกเพศสอน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับการอภิปรายเรื่องเฉพาะเพศในระดับชั้นมัธยมศึกษา เพราะจะทำให้การอภิปรายในเรื่องนั้น ๆ ตรงไปตรงมา เป็นเรื่องธรรมดา และรู้สึกสนุกสนานถ้าไม่มีเพศตรงข้ามเข้ามาอยู่ด้วย

7. บทเรียนที่ใช้สอนควรจะต้องเลือกให้ตรงตามความสนใจ ความต้องการของเด็ก และปัญหาทางเพศ ตามลักษณะการเจริญเติบโตและพัฒนาการ โดยมุ่งตรงไปยังปัญหาของนักเรียน และให้นักเรียนช่วยกันแก้ไขปัญหาเหล่านั้นแล้วช่วยกันสรุปเอาเอง ครูเป็นเพียงผู้คอยแนะนำ

8. ครูควรจัดเตรียมหาคำศัพท์หรือประมวลคำทางด้านวิทยาศาสตร์ทางเพศรวมทั้งคำสุภาพต่าง ๆ ที่จะใช้อธิบายเรื่องเพศหรือพฤติกรรมทางเพศไว้ให้เพียงพอเมื่อนักเรียนฟังแล้วจะได้ไม่เกิดอารมณ์หรือมีทัศนคติไปในทางที่ไม่ดี

9. การเลือกใช้อุปกรณ์การสอนให้เหมาะสมกับบทเรียน นับว่าเป็นประโยชน์ในการเรียนรู้เรื่องเพศได้มาก อุปกรณ์การสอนต่าง ๆ ที่ครูนำมาใช้ก็ควรจะเป็นชนิดเดียวกันกับอุปกรณ์การสอนที่ใช้ในการสอนวิชาอื่น ๆ แต่อย่างไรก็ดี มีข้อควรระวังในเรื่องความสะอาดอนามัยอยู่บ้าง เช่น ครูไม่ควรชี้ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกาย ซึ่งเป็นอวัยวะเพศของครูหรือของนักเรียนเพื่อใช้ประกอบการสอนเพศศึกษาเป็นอันขาด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในห้องเรียนที่จัดสอนแบบสหศึกษา

10. การประเมินผลตามจุดประสงค์ของแต่ละบทเรียน เป็นสิ่งจำเป็นของการเรียนการสอนเพศศึกษาในการประเมินผลครูควรใช้วิธีการวัดผลหลาย ๆ วิธี และจะต้องวัดพฤติกรรมทั้งในด้านความรู้ ทัศนคติและการปฏิบัติ การวัดความรู้นั้นโดยทั่วไปทำได้ง่ายกว่าการวัดทัศนคติและการปฏิบัติ (ตามปกติ การวัดความรู้เรื่องเพศทางด้านชีววิทยาและสุขวิทยา จะทำได้ง่ายกว่าการวัดความรู้เรื่องเพศทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยา)

นอกจากนี้สุชาติ โสภประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542) ยังได้กล่าวถึงความสำคัญของการใช้สื่อการสอน การทำงานเป็นกลุ่มของนักเรียน และการใช้กิจกรรมในการเรียนหลาย ๆ อย่างไว้ว่า สื่อการสอนหรือวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ มีความสำคัญและจำเป็นมากต่อการสอนทุกวิชา เพราะ “คนเราเรียนรู้ได้โดยการกระทำและด้วยอุปกรณ์การสอนที่มี

ประสิทธิภาพ” ยิ่งการสอนสอนวิชาสุขศึกษาด้วยแล้วย่อมจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์มากเป็นพิเศษ เพราะวัสดุอุปกรณ์จะช่วยทำให้เนื้อหาบทเรียนที่เข้าใจยากหรือเป็นนามธรรมกลายเป็นเนื้อหาที่เข้าใจง่ายและเป็นรูปธรรมมากขึ้น วัสดุอุปกรณ์จึงเป็นประโยชน์มากสำหรับการสอนสุขศึกษาซึ่งเป็นวิชาที่นักเรียนจะต้องนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน การใช้วัสดุอุปกรณ์ยังช่วยทำให้การสอนวิชาสุขศึกษาเป็นไปอย่างสะดวกสบาย รวดเร็ว มีชีวิตชีวา น่าสนใจ และเป็นศูนย์รวมของความสนใจ นอกจากนี้การสอนที่มีวัสดุอุปกรณ์มากพอยังช่วยทำให้ครูมีกิจกรรมที่ใช้สอนนักเรียนได้มากขึ้นอีกด้วย นอกจากนี้การศึกษาเด็กเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นสำหรับครู เพราะจะทำให้ครูเข้าใจเด็กได้ดีขึ้น เมื่อครูมีความเข้าใจเด็ก เด็กก็จะหมดความหวาดกลัวครู ครูกับเด็กก็จะมีความเป็นกันเอง (Rapport) มากขึ้น ความเป็นกันเองนี้ย่อมจะนำมาซึ่งมิตรภาพและสัมพันธ์ภาพอันดี เมื่อครูทำตนเป็นมิตรกับเด็ก เด็กก็จะมี ความสบายใจและมีความพร้อมที่จะเรียนรู้ ส่วนการแบ่งหมู่หรือแบ่งกลุ่มให้เด็กได้ศึกษาหาความรู้หรือทำงานร่วมกัน นอกจากจะมีผลดีต่อการเรียนการสอนในบทเรียนนั้น ๆ แล้วยังช่วยทำให้เด็กได้รู้จักกับเพื่อน ๆ และปรับตัวเข้ากันได้เป็นอย่างดี อีกทั้งการใช้กิจกรรมหลาย ๆ อย่างสอนเด็ก จะช่วยทำให้เด็กเรียนได้ด้วย ความสนุกสนานและมีชีวิตชีวา ได้เปลี่ยนบรรยากาศและไม่ทำให้น่าเบื่อหน่ายเหมือนกับการใช้กิจกรรมอย่างหนึ่งอย่างใดเพียงอย่างเดียวสอนเด็กซ้ำซากอยู่ทุกชั่วโมง

นอกจากนี้ กระทรวงศึกษาธิการ (2548) ยังได้ระบุถึงลักษณะของครูผู้สอนเพศศึกษาไว้ ดังนี้

1. มีทัศนคติที่ดีต่อการสอนเพศศึกษา คือ เชื่อว่าเรื่องเพศเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิต มิใช่เรื่องสกปรกควรปกปิด และการสอนเพศศึกษาแก่เด็กเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาศักยภาพเด็ก
2. มีความแม่นยำในเนื้อหาที่จำเป็น เช่น เนื้อหาต่างๆ ด้านพัฒนาการทางเพศ
3. มีความชัดเจนเรื่องความเชื่อที่เหมาะสมและสอดคล้องกับสังคมไทย และไม่นำความเชื่อหรือค่านิยมของตนเองไปตัดสินผู้เรียน
4. ใช้ทักษะการสอนที่เหมาะสมและเข้าใจจิตวิทยาการเรียนของเด็กแต่ละวัยใช้ภาษาเหมาะสม
5. บุคลิกเป็นกันเอง ใจกว้าง ยอมรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง
6. สอนด้วยท่าทีปกติธรรมดา ไม่แสดงท่าทีต่อไปนี้
  - เรื่องเพศเป็นเรื่องที่น่ากลัวร้ายแรง บาป
  - เรื่องเพศเป็นเรื่องลามกเลวทราม

- เรื่องเพศเป็นเรื่องลับลมคมใน
- เรื่องเพศเป็นเรื่องเล่นๆ ขบขัน
- ท่าที่หัวเสีย ดูหมิ่น เยาะเย้ย เขินอาย

ค้วน ชาวหนู (ม.ป.ป.) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการให้กำลังใจนักเรียนใน ขณะที่ครูทำการสอนไว้ว่า ธรรมชาติของเด็กเมื่อแสดงความสามารถหรือความคิดเห็นอย่างใด ออกไปแล้ว ย่อมต้องการให้มีผู้ยอมรับในความรู้และความสามารถของเขา จากความรู้ทาง จิตวิทยาข้อนี้ได้ช่วยให้ครูได้หาวิธีการที่จะช่วยกระตุ้นให้นักเรียนคิดและแสดงพฤติกรรมที่ ปรารถนาซ้ำ ๆ จนเป็นนิสัย วิธีการที่ครูควรนำมาใช้มีหลายอย่าง เช่น ครูแสดงท่าทางยอมรับ การกล่าวคำชมโดยตรง การเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น และการช่วยส่งเสริมสิ่งที่ นักเรียนกำลังกระทำอยู่ให้ถูกต้องยิ่งขึ้น เป็นต้น วิธีการเช่นนี้ของครูเรียกว่า “การให้กำลังใจ”

ส่วนศรีมงคล เทพธัญ (2545) ก็ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการใช้ ทักษะการเฝ้า ความสนใจนั้นซึ่งจะช่วยให้การเรียนการสอนประสบความสำเร็จเป็นอย่างดีและมีประสิทธิภาพ พร้อมกับทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนสูงด้วยด้วย ทั้งยังให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมที่จะ เรียนบทเรียนนั้น ทำให้ผู้เรียนมีความสนใจในบทเรียนอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งจะมีผลให้เข้าใจ บทเรียนอย่างรวดเร็ว ชัดเจน ช่วยให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนการสอนอีกด้วย

ไซรัส และเลสลีล (Cyrus and Leslie ,1968) กล่าวถึงเทคนิคการสอน เพศศึกษาของครูเพื่อให้เกิดผลสำเร็จในการสอนไว้ว่า

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

กล่าวโดยสรุปได้ว่า การสอนเรื่องเพศศึกษานั้น ผู้สอนควรต้องมีการเตรียมการ สอน เลือกรูปแบบวิธีการสอนที่เหมาะสมกับกลุ่มผู้เรียน เนื้อหาสาระ มีการจัดกระบวนการเรียน การสอนที่หลากหลายโดยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนให้มากที่สุด เปิดโอกาสให้ผู้เรียน ร่วมกันถาม - ตอบปัญหา มีการเสริมแรงจูงใจให้กับผู้เรียน รวมถึงใช้สื่อประกอบการสอนให้ เหมาะสม และให้มีความน่าสนใจ ดึงดูดผู้เรียนให้สนใจเรียนมากขึ้น ผู้สอนต้องมีทัศนคติที่ดีต่อ

การสอนเพศศึกษา ต้องเป็นผู้ที่มีความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ดี มีบุคลิกภาพที่ดี และผู้สอนจำเป็นต้องมีการตรวจสอบวัดผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้ของผู้เรียนเพื่อวัดประเมินความก้าวหน้าทางการเรียนของผู้เรียน อันเป็นข้อมูลที่สำคัญในการช่วยส่งเสริม ปรับปรุง แก้ไข ปัญหาของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## 1.6 การจัดการเรียนการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

สุชาติ โสภประยูร และวรรณี โสภประยูร (2541) ได้ให้ข้อเสนอแนะว่า การจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นนั้น เรื่องที่ควรจะสอนได้แก่ การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศ การเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจในวัยรุ่น สรีรวิทยาของอวัยวะเพศและต่อม การสืบพันธุ์ของมนุษย์ สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศชายและเพศหญิง ความเข้าใจในเพศตรงข้าม ความสัมพันธ์ระหว่างเพศ การปรับตัวเข้ากับเพื่อนต่างเพศ การแต่งงานและชีวิตครอบครัว ความเชื่อและความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับเรื่องเพศ

สุชาติ โสภประยูร และวรรณี โสภประยูร (2541) กล่าวต่ออีกว่า การสอนเด็กให้รู้ว่่าเมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นนั้น เพศชายจะมีการผลิต Sperm และเป็นผลทำให้เกิดฝันเปียก (Wet Dream) เพศหญิงก็จะมีการผลิต Ovum และเป็นผลทำให้เกิดระดูหรือประจำเดือน (Menstruation) ซึ่งควรเริ่มสอนมาตั้งแต่ในชั้นประถมศึกษาตอนปลายแล้วนั้น แต่ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนี้ก็ต้องสอนย้ำอีกครั้งหนึ่งและให้รายละเอียดมากขึ้น เพราะเป็นเรื่องเพศที่สำคัญ และมีประโยชน์โดยตรงต่อสุขปฏิบัติของนักเรียนมาก โดยครูควรพยายามเน้นให้นักเรียนเห็นว่า สิ่งเหล่านี้เป็นธรรมชาติที่น่าภาคภูมิใจ แสดงว่าเด็กมีร่างกายแข็งแรงดี และกำลังจะเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นแล้วอย่างสมบูรณ์

นอกจากนี้ สุชาติ โสภประยูร และวรรณี โสภประยูร (2541) ยังได้กล่าวอีกว่า ในการสอนวิชาสุขศึกษาสำหรับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ครูควรจะได้เน้นเรื่องเพศดังที่กล่าวมาแล้วนี้ หลังจากการสอนบทเรียนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและสุขภาพทางอารมณ์เสร็จสิ้นลง เพราะทั้งเรื่องสุขภาพจิตและเรื่องเพศมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด (โดยเฉพาะเรื่องเพศในลักษณะทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยา) ครูจึงควรจัดสอนเพศศึกษาให้ต่อเนื่องและสัมพันธ์กันไปจะช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น สำหรับบริการแนะแนวและการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่าง ๆ ย่อมมีความสำคัญสำหรับเด็กในวัยรุ่นนี้มาก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง มีกิจกรรมสันทนการอยู่หลายประเภทที่สามารถจะช่วยเบี่ยงเบนแรงผลักดันทางเพศหรือความรู้สึกทางกามารมณ์ให้



ออกมาในลักษณะที่เหมาะสม ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียนเอง และสังคมที่เขาเป็นสมาชิก อยู่เป็นอย่างมาก

คาร์ล (Carl, 1977) ได้เสนอแนะกิจกรรมที่ใช้ประกอบการสอนวิชาเพศศึกษา ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ดังนี้

1. จัดตั้งกลุ่มนักเรียนขึ้นมาเพื่อทำการสำรวจคำถามของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ แล้วนำคำถาม 3 – 4 คำถามที่นักเรียนถามมากที่สุด มาอภิปรายในส่วนของคำตอบที่ชั้นเรียนของนักเรียน

2. ควรมีการนำภาพยนตร์ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่เรียนมาให้ให้นักเรียนดู

3. ครูตั้งคำถามถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องการวางแผนครอบครัวคืออะไร นักเรียนจะมีการวางแผนครอบครัวอย่างไรบ้าง ถ้าประชากรมีจำนวนมากขึ้นจะส่งผลต่อชีวิตความเป็นอยู่อย่างไร รวมถึงให้นักเรียนค้นคว้าหาจำนวนประชากรว่ามีจำนวนเท่าไรในปัจจุบัน

4. ให้นักเรียนช่วยกันคิดถึงความหมายของคำว่า รัก

5. ให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติในเรื่องของวิธีการแต่งงาน การมีบุตร การหย่าร้าง การให้คำปรึกษาของบุคคลในครอบครัว

6. ให้นักเรียนสำรวจความคิดเห็นของตนเองในเรื่องดังนี้

6.1 มองภาพตัวเองในกระจก แล้วถามตัวเองว่า

- อะไรที่นักเรียนเห็นบ้าง
- สิ่งที่นักเรียนเห็นนั้น มีอะไรที่ชอบบ้าง
- นักเรียนมีความต้องการจะเปลี่ยนแปลงรูปร่างที่

เห็นบ้างไหม

6.2 บอกสิ่งที่ชอบมากที่สุดในตัว of นักเรียน

6.3 บอกสิ่งที่ไม่ชอบมากที่สุดในตัว of นักเรียน

6.4 การเปลี่ยนแปลงตัวเองมีความสำคัญหรือไม่

6.5 บุคคลใดที่มีอิทธิพลในการเปลี่ยนแปลงตัวของนักเรียน

6.6 นักเรียนชอบบุคคลใดมากที่สุด เพราะอะไร

6.7 การให้บุคคลอื่นชอบตัวนักเรียนนั้นมีความสำคัญมากแค่ไหน เพราะอะไร



กล่าวโดยสรุปได้ว่าการสอนเพศศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผู้สอนควรจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับพัฒนาการของผู้เรียนที่เป็นช่วงวัยของการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม สติปัญญา เพื่อให้ผู้เรียนได้ข้อมูลที่เหมาะสมกับสภาพการณ์ที่เกี่ยวข้อง และวุฒิภาวะของตัวนักเรียน รวมทั้งครูผู้สอนควรจัดกิจกรรมการสอนที่หลากหลาย เช่น กิจกรรมกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติของนักเรียน เป็นต้น เพื่อให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ตรงอันจะทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้ เจตคติ และมีทักษะการปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องเพศได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

## 2. แนวความคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น

### 2.1 ความหมายของวัยรุ่น

มีผู้ให้คำจำกัดความและความหมายของวัยรุ่นในหลากหลายทัศนะ ดังนี้

เพ็ญศรี พิชัยสนธิ (2528) กล่าวว่าวัยรุ่นแบ่งเป็นสองระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น คือระยะตั้งแต่ 13 - 17 ปี ในเด็กหญิง และ 14 - 17 ปี ในเด็กชายวัยรุ่นตอนปลาย คือ ช่วงอายุ 17 - 20 ปี การแบ่งวัยรุ่นออกเป็นสองระยะ เนื่องจากช่วงวัยนี้ยาวหลายปี และในระยะต้น ๆ และระยะท้าย ๆ ของวัย เด็กมีลักษณะแตกต่างกันมาก

ทวีรศม์ ธนาคม (อ้างถึงใน พรพิมล จันทรพลับ, 2538) กล่าวว่าวัยรุ่นหมายถึงวัยที่ก้าวสู่วุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ และสามารถจะเป็นพ่อแม่ได้ เนื่องจากคนทั้งสองเพศอย่างก้าวสู่วุฒิภาวะทางเพศไม่พร้อมกัน จึงไม่สามารถกล่าวอย่างแน่นอนได้ว่าวัยรุ่นเริ่มหรือสิ้นสุดเมื่ออายุเท่าไร

สุชา จันทรโสม (อ้างถึงใน ถนอมวรรณ อยู่ช้า ,2547) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่น คือ วัยที่สิ้นสุดของความเป็นเด็ก เป็นวัยที่สิ้นสุดของความเป็นเด็ก เป็นวัยที่อย่างเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ โดยถือเอาความพร้อมทางร่างกายเป็นเครื่องตัดสินอันเป็นระยะที่ร่างกายมีการเจริญเติบโตของระบบอวัยวะเพศ และสามารถทำงานได้เต็มที่ คือเพศหญิงมีประจำเดือนมาเป็นครั้งแรก และในเพศชายมีการผลิตเซลล์สืบพันธุ์ การเริ่มต้นเข้าสู่วัยรุ่นของเด็กหญิงและเด็กชายไม่พร้อมกัน โดยเด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 12 ปี และเด็กชายจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 14 ปี

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (<http://www.advisor.anamai.moph.go.th>, 2550) กล่าวว่าวัยรุ่น (Adolescent) หมายถึง ช่วงชีวิตระหว่างวัยเด็ก กับผู้ใหญ่ เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญ เพราะมีการเปลี่ยนแปลงของระบบต่างๆ มากมาย ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจริยธรรม โดยทั่วไป เด็กจะเข้าสู่วัยรุ่น เมื่ออายุประมาณ 11-13 ปี เด็กหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชาย ประมาณ 1 ปี

วัยรุ่น (Adolescent) (<http://www.who.int,2550>) ตามความหมายขององค์การอนามัยโลก (WHO) คือ ประชาชนกลุ่มอายุ 10-19 ปี

กล่าวโดยสรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงมากทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งเป็นวัยที่พร้อมสำหรับการสืบเผ่าพันธุ์ได้

## 2.2 การเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย และการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ โดยมีพัฒนาการ ดังนี้

### 2.2.1 พัฒนาการทางร่างกาย ( Physical Development )

ซูรางค์ ใคว์ตระกูล (2548) กล่าวถึงพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยรุ่น ดังนี้

1. วัยรุ่นจะเริ่มต้นมีการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย มีการเปลี่ยนแปลงทางความสูงและน้ำหนักอย่างรวดเร็วมาก (Growth Spurt) การเปลี่ยนแปลงนี้ จะมีความแตกต่างระหว่างเพศ เด็กหญิงจะเริ่มเมื่ออายุระหว่าง 8.5 – 10.5 ปี หรืออายุเฉลี่ยประมาณ 11 ปี ซึ่งเร็วกว่าเด็กชายประมาณ 2 ปี การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็วของเด็กชายจะเริ่มราว ๆ อายุ 10-16 ปี หรืออายุเฉลี่ยประมาณ 13 ปี

2. การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ ก็จะมีเริ่มในวัยแรกรุ่น (Puberty) เนื่องจากฮอร์โมนเกี่ยวกับการเจริญเติบโตที่ต่อมพิทูอิทารี (Pituitary Gland) หรือต่อมใต้สมองได้สร้างขึ้น เด็กหญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงของรังไข่ และมีการตกไข่ (Ovulation) และการเพิ่มฮอร์โมนที่เรียกว่า เอสโตรเจนส์ (Estrogens) ในสายเลือด สำหรับเด็กชายจะมีการเพิ่มขนาดของอวัยวะสืบพันธุ์ และมีการสร้างเซลล์สืบพันธุ์และเพิ่มฮอร์โมนของผู้ชายที่เรียกว่า แอนโดรเจนส์ (Androgens)

3. การเปลี่ยนแปลงทุติยภูมิทางเพศ (Secondary Sex Characteristics) จะปรากฏเป็นระยะการแตกเนื้อหนุ่มสาว เด็กหญิงจะเพิ่มขนาดของหน้าอก สะโพก มีรูปร่างอวบขึ้น และมีเอว เด็กชายจะมีไหล่กว้างขึ้น มีกล้ามเนื้อที่แข็งแรง การเปลี่ยนของเสียง จะเห็นได้ชัดในเด็กชายคือ เสียงห้าวและแปร่ง นอกจากนี้ ยังมีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับผิวหนัง โดยเฉพาะหน้า เด็กหญิงวัยรุ่นบางคนจะมีสิวเต็มหน้า ดังมีคำกล่าวว่ามี “สิวลสาว” เด็กชายบางคนก็จะมีสิวเหมือนกันทั้งชายและหญิงจะมีขนขึ้นตามร่างกาย แขน ขา และรอบอวัยวะสืบพันธุ์ และหน้า เป็นต้น

4. อัตราการเจริญเติบโตของส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย อาจเกิดขึ้นไม่พร้อมกันหรือเวลาเดียวกัน ตัวอย่างเช่น เด็กบางคนจะมีการเปลี่ยนแปลงขนาด ร่องเท้าทั้งยาวและใหญ่ขึ้น แต่ส่วนอื่นของร่างกายยังไม่เปลี่ยนแปลง บางคนจะรู้สึกว่ายาวขึ้นอย่างรวดเร็ว แต่ไหล่ยังคงเดิม เด็กวัยรุ่นมักจะมีควมวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย และมักจะรู้สึกตัวอยู่เสมอว่า ร่างกายของตนกำลังเปลี่ยนแปลง และคิดว่าคนอื่นจะคิดอย่างไรเกี่ยวกับรูปร่างของตน เด็กวัยรุ่นบางคนไม่มีความพอใจเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะของตน เช่น อยากเตี้ยลงหรืออยากสูงขึ้น

5. เด็กหญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็วสุดยอดราว ๆ 12 ปี ส่วนเด็กชายจะมีระยะสุดยอดของการเจริญเติบโตราว ๆ 14 ปี หลังจากนั้นการเจริญเติบโตจะเริ่มช้าลง แต่ทั้งชายหญิงจะยังคงเจริญเติบโตต่อไป ทั้งทางด้าน ความสูงและน้ำหนัก เด็กชายส่วนมากจะหยุดการเจริญเติบโตราว ๆ อายุ 21 ปี แต่บางคนก็ยังคงเปลี่ยนแปลง โตได้ไม่หยุดจนถึงอายุ 25 ปี สำหรับเด็กหญิงจะหยุดการเจริญเติบโตเมื่ออายุราว ๆ 17 ปี แต่บางคนก็ยังคงจะเจริญเติบโตต่อไปจนถึงอายุ 21 ปี อย่างไรก็ตาม ความแตกต่างในการเจริญเติบโตทั้งอายุและเวลาก็มีมาก อัตราการเจริญเติบโตมีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของเด็กในวัยนี้ เด็กหญิงที่มีร่างกายเจริญเติบโตช้าตอนวัยแรกรุ่นจะไม่มีปัญหาในการปรับตัวกลับเป็นผลกำไร ส่วนเด็กชายถ้าร่างกายเจริญเติบโตช้าจะมีปัญหาในการปรับตัวและมักจะเข้ากับเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันไม่ได้ มักจะรู้สึกว่าตนมีปมด้อย และมีพฤติกรรมที่ต้องการเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่น ส่วนเด็กชายที่มีความเจริญเติบโตเร็วกว่าเพื่อน ๆ จะเป็นผู้ที่ปรับตัวได้ดี เป็นที่ยอมรับของเพื่อนฝูง และมักจะเป็นผู้นำ มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีพฤติกรรมเป็นผู้ใหญ่ เด็กหญิงที่มีการเจริญเติบโตเร็ว แต่เรียนชั้นสูงคือประถมศึกษาปีที่ 6 หรือ มัธยมศึกษาปีที่ 1 เด็กจะไม่มีปัญหาในการปรับตัว ดังนั้น ความสัมพันธ์ระหว่างอัตราการเจริญเติบโตและบุคลิกภาพของเด็กหญิงจะต้องพิจารณาถึงระดับการศึกษาควบคู่ไปด้วย

ริชาร์ด และยีนส์ (Richard and Jean ,2005) กล่าวว่าวัยรุ่น คือบุคคลที่มีอายุอยู่ในระหว่าง 12 -18 ปี มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายอย่างมาก โดยการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในเด็กชายที่โตเต็มที่ จะมีองคชาติและอวัยวะขนาดใหญ่ขึ้น และสัญญาณที่แสดงถึงว่าระบบสืบพันธุ์มีการเจริญเติบโตเต็มที่คือจะมีการหลั่งน้ำอสุจิ ส่วนในเพศหญิงคือ การมีประจำเดือนเป็นสัญญาณที่แสดงถึงความเป็นวัยรุ่นมาแล้ว

## 2.2.2 การพัฒนาทางจิตใจ ( Psychological Development )

พนม เกตุมาน (2548) ได้กล่าวถึงพัฒนาการทางจิตใจของวัยรุ่นในเรื่องของ สติปัญญา ความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง อารมณ์ จริยธรรม ไว้ดังนี้

### สติปัญญา (Intellectual Development ) วัยนี้

สติปัญญาจะพัฒนาสูงขึ้น จนมีความคิดเป็นแบบรูปธรรม หมายถึงความสามารถเรียนรู้เข้าใจ เหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ลึกซึ้งระดับนามธรรม (Abstract Thinking) มีความสามารถในการคิด วิเคราะห์ และสังเคราะห์สิ่งต่าง ๆ ที่ได้รับรู้มากขึ้นตามลำดับ สามารถคิดได้ดี คิดเป็น คิดหลาย ด้าน คิดรอบคอบ มีสติยังคิด ทำให้สามารถตัดสินใจได้ (Decision Making) เมื่อพ้นวัยรุ่นแล้ว จะมีความสามารถทางสติปัญญาเหมือนผู้ใหญ่ แต่ในช่วงระหว่างวัยรุ่นตอนต้น ยังขาด ประสบการณ์ อาจขาดความรอบคอบ มีความหุนหันพลันแล่น ขาดการยั้งคิดหรือไตร่ตรองให้ รอบคอบ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายพัฒนาการทางจิตใจจะช่วยให้วัยรุ่น มีการปรับตัว (Adjustment) ต่อสิ่งแวดล้อมได้ดีในเวลาต่อมา

**ความคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self Awareness) วัยนี้เริ่ม** มีความสามารถในการรับรู้ตนเอง ด้านต่าง ๆ ดังนี้

- เอกลักษณ์ (Identity) วัยนี้เริ่มแสดงออกถึงสิ่งที่ตนเองชอบ สิ่งที่ตนเองถนัด ซึ่งแสดงถึงความเป็นตัวตนของเขาที่โดดเด่น ได้แก่ วิชาที่เขาชอบ เรียน กีฬาที่ชอบเล่น งานอดิเรก การใช้เวลาว่างให้เกิดความเพลิดเพลิน กลุ่มเพื่อนที่ชอบและสนิทสนมด้วย โดยเขาจะเลือกคบคนที่มีส่วนคล้ายคลึงกัน หรือเข้ากันได้ และเกิดการเรียนรู้และถ่ายทอดแบบอย่างจากกลุ่มเพื่อนนี้เอง ทั้งแนวคิด ค่านิยม ระบบจริยธรรม การแสดงออกและการแก้ปัญหาในชีวิต จนสิ่งเหล่านี้กลายเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง และกลายเป็นบุคลิกภาพนั้นเอง สิ่ง que แสดงถึงเอกลักษณ์ตนเองยังมีอีกหลายด้าน ได้แก่ เอกลักษณ์ทางเพศ แฟชั่น ดารา นักร้อง การแต่งกายทางความเชื่อในศาสนา อาชีพ คติประจำใจ เป้าหมายในการดำเนินชีวิต



- การจัดการชีวิตตนเอง (Self Management)

วัยนี้จะสามารถฝึกให้บริหารจัดการตนเองได้ ช่วยตัวเองได้เต็มที่ ไม่ต้องพึ่งผู้อื่น แบ่งเวลาจัดการชีวิตให้เป็นไปตามเวลา ใช้เงินเป็น วางแผนการต่าง ๆ ของชีวิตได้

- การได้รับการยอมรับจากผู้อื่น (Acceptance)

วัยนี้ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนอย่างมาก การได้รับการยอมรับช่วยให้เกิดความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย เห็นคุณค่าของตนเอง มั่นใจตนเอง วัยนี้จึงมักอยากเด่น อยากดัง อยากให้มีคนรู้จักมาก ๆ อยากมีความสามารถพิเศษ อยากเป็นที่ชื่นชม ชื่นชอบของคนอื่น ๆ

- ความภาคภูมิใจตนเอง (Self Esteem) เกิดจาก

การที่ตนเองเป็นที่ยอมรับของเพื่อนและคนอื่น ๆ ได้ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เป็นคนดีและมีประโยชน์แก่ผู้อื่นได้ ทำอะไร ได้สำเร็จ เกิดความรู้สึกพอใจตนเอง ภูมิใจตนเอง เมื่อถึงขั้นนี้เวลาทำอะไรสำเร็จ จะไม่จำเป็นต้องการชื่นชมจากภายนอก เพราะสามารถชื่นชมตนเองได้

- ความมั่นใจตนเอง (Self confidence)

การแก้ปัญหา เผชิญอุปสรรค และทำงานหรือเรียนได้สำเร็จ เป็นที่ยอมรับของคนอื่น ๆ จะทำให้วัยรุ่นเกิดความมั่นใจตนเอง มีความกล้าในทางสร้างสรรค์เป็นประโยชน์

- ความเป็นตัวของตัวเอง (Independent :

Autonomy) วัยนี้รักอิสระเสรีภาพ ไม่ค่อยชอบอยู่ในเกณฑ์กติกาใด ๆ ชอบคิดเองทำเอง พึ่งตัวเอง เชื่อความคิดตนเอง มีปฏิกิริยาตอบโต้ผู้ใหญ่ที่บีบบังคับสูง ความอยากรู้อยากเห็น อยากรองมีสูงสุดในวัยนี้ ทำให้อาจเกิดพฤติกรรมเสี่ยงได้ง่าย ถ้าวัยรุ่นขาดการยั้งคิดที่ดี

- การควบคุมตนเอง (Self Control) วัยนี้เรียนรู้ที่

จะควบคุมความคิด การรู้จักยั้งคิด การคิดให้เป็นระบบ เพื่อให้สามารถใช้ความคิดได้อย่างมีประสิทธิภาพ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

### อารมณ์ (Mood) อารมณ์จะปั่นป่วน เปลี่ยนแปลง

หงุดหงิด เครียด โกรธ กังวล ง่าย อาจมีอาการซึมเศร้าโดยไม่มีสาเหตุ อารมณ์ไม่ดีเหล่านี้ อาจทำให้เกิดพฤติกรรมเกเร ก้าวร้าว มีผลต่อการเรียนและการดำเนินชีวิต ในวัยรุ่นตอนต้น การควบคุมอารมณ์ยังไม่ค่อยดีนัก บางครั้งยังทำอะไรตามอารมณ์ตัวเอง แต่จะค่อย ๆ ดีขึ้นเมื่อโตขึ้น วัยรุ่นจะสามารถจัดการกับความวิตกกังวล และอารมณ์ซึมเศร้าได้ ด้วยการปรับเปลี่ยนความคิด การแก้ปัญหา บริโภคอาหารหรือ กิจกรรมเบนความรู้สึก ฝึกสติสมาธิ หรือกิจกรรมผ่อนคลายตนเองอารมณ์เพศ จะเกิดขึ้นวัยนี้มาก ทำให้มีความสนใจเรื่องทางเพศ หรือมีพฤติกรรมทางเพศ เช่น การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องปกติในวัยนี้ วัยนี้อาจเกิดพฤติกรรมทางเพศบางอย่างอาจเป็นปัญหา เช่น เบี่ยงเบนทางเพศ กามวิปริต หรือการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น



### จริยธรรม (Moral Development) วัยนี้จะมี

ความคิดเชิงอุดมคติสูง เพราะเขาจะแยกแยะความผิดชั่วดีได้แล้ว มีระบบมโนธรรมของตนเอง ต้องการให้เกิดความถูกต้อง ความชอบธรรมในสังคม ชอบช่วยเหลือผู้อื่น ต้องการเป็นคนดี เป็นที่ชื่นชอบของคนอื่น และจะรู้สึกอึดอัดกับใจกับความไม่ถูกต้องในสังคม หรือในบ้าน แม้แต่พ่อแม่ของตนเองเขาก็เริ่มรู้สึกว่าไม่ได้ดีสมบูรณ์แบบเหมือนเมื่อก่อนอีกต่อไปแล้ว บางครั้งเขาจะแสดงออก วิพากษ์วิจารณ์พ่อแม่หรือ ครูอาจารย์ตรง ๆ อย่างรุนแรง การต่อต้าน ประท้วง จึงเกิดได้บ่อยในวัยรุ่นนี้เมื่อวัยรุ่นเห็นการกระทำที่ไม่ถูกต้อง หรือมีการเอาเปรียบ เบียดเบียน ความไม่เสมอภาคต้น ในวัยรุ่นตอนต้นการควบคุมตนเองอาจยังไม่ดีนัก แต่เมื่อพ้นวัยรุ่นนี้ไป การควบคุมตนเองจะดีขึ้น จนเป็นระบบจริยธรรมที่สมบูรณ์เหมือนผู้ใหญ่

### 2.2.3 พัฒนาการทางสังคม ( Social Development )

พนม เกตุมาน (2548) ได้กล่าวถึงพัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นไว้ว่า วัยนี้จะเริ่มห่างจากทางบ้าน ไม่ค่อยสนิทสนมคลุกคลีกับพ่อแม่พี่น้องเหมือนเดิม แต่ใจเพื่อนมากกว่า ใช้เวลากับเพื่อนนาน ๆ มีกิจกรรมนอกบ้านมาก ไม่อยากไปไหนกับทางบ้าน เริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม สนใจสังคมสิ่งแวดล้อม ปรับตัวให้เข้ากับกฎเกณฑ์กติกาของกลุ่มของสังคมได้ดีขึ้น

กรีนเบิร์ก , บรูสส์ และฮอฟฟ์เนอร์ (Greenberg ; Bruess and Haffner , 2002) กล่าวถึงพัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่นจะเริ่มแยกตัวออกจากครอบครัว มีความขัดแย้งกับครอบครัวมากขึ้น ทั้งยังชอบรวมตัวกับกลุ่มเพื่อนและให้ความสำคัญกับเพื่อนมาก

กล่าวโดยสรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายด้านทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เป็นวัยที่ต้องมีการปรับตัวอย่างมากเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข ดังนั้นหากวัยรุ่นได้รับการความเอาใจใส่ ให้ความรัก ดูแลอย่างใกล้ชิด รวมถึงการส่งเสริมและสนับสนุนในเรื่องของพฤติกรรมที่แสดงออกที่เหมาะสมกับวัฒนธรรม จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับวัยและสภาพแวดล้อมของวัยรุ่นได้

### 3. แนวความคิดเกี่ยวกับรูปแบบวิธีสอนแบบอริยสังคีติ

#### 3.1 ความหมายของอริยสังคีติ

มีผู้ให้ความหมายของอริยสังคีติไว้หลายท่าน ดังนี้

กองแก้ว เจริญอักษร (2541) ได้อธิบายความหมายของอริยสังคีติไว้ว่า อริยสังคีติแยกได้เป็น 2 คำ คือ อริยะ แปลว่า ประเสริฐ สัจจะ แปลว่า ความจริง รวมความว่า ความจริงอันประเสริฐ 4 ประการ ซึ่งกองแก้ว เจริญอักษร (2541) ได้อธิบายเพิ่มเติมอีกว่า ความจริงที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ เป็นความจริงเกี่ยวกับสภาพของสรรพสิ่งทั้งหลายในโลกที่มีอยู่ และมีความเป็นอยู่ตามสภาวะของมันไม่มีการเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นได้

ราชบัณฑิตยสถาน (2546) ให้ความหมายคำว่า อริยสังคีติว่า อริยสังคีติหมายถึงความจริงของพระอริยะ ความจริงอันประเสริฐ ซึ่งธรรมสำคัญหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนามี 4 ข้อ คือ 1. ทุกข์ 2. ทุกข์สมุทัย (เหตุให้เกิดทุกข์) 3. ทุกข์นิโรธ (ความพ้นทุกข์) และ 4. ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา หรือ มรรค (ทางแห่งความดับทุกข์)

ประภาศรี สีหอำไพ (2543) กล่าวว่า อริยสังคีติ คือ ความจริงอันประเสริฐที่ทำให้คนเป็นอริยบุคคล ประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

อมรา รอดดารา (2547) กล่าวว่า อริยสังคีติ 4 ซึ่งเป็นสังฆธรรมอันประเสริฐนี้ มีความหมายหลายประการ คือ

1. หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ เพราะอริยสังคีติ เป็นความจริงที่เป็นจริงอยู่เสมอ ไม่เปลี่ยนแปลงผันแปรเป็นอย่างอื่น กล่าวคือ ชีวิตเจืออยู่ด้วยความทุกข์ ตัณหา เป็นต้นเหตุแห่งความทุกข์ ความดับกิเลสตัณหา คือ การดับทุกข์ และการปฏิบัติตามอริยมรรคเป็นทางไปสู่ความดับทุกข์ได้ สิ่งเหล่านี้เป็นความจริงที่สามารถพิสูจน์ได้ทุกกาลทุกสมัย

2. หมายถึง ความจริงของอริยะ เพราะพระอริยะเจ้าทั้งหลายมีความเห็น มีความเข้าใจเรื่องชีวิตดังกล่าว คือเรื่องของทุกข์ และการดับทุกข์ตรงกันไม่ขัดแย้งกัน

3. หมายถึง ความจริงที่ทำให้บุคคลผู้เข้าถึงเป็นอริยชน ทั้งนี้เพราะแม้เดิมบุคคลนั้นจะเป็นปุถุชน แต่เมื่อมารู้แจ้งในอริยสังคีติครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว ย่อมกลายเป็นอริยชนคือผู้ที่เจริญ ผู้ที่ห่างไกลจากกิเลสได้

ปฐมุตม์ บุญศรีตัน (2549) กล่าวว่า อริยสัจ หมายถึง ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าใจ และปฏิบัติตามบรรลู่ถึงความเป็นอริยบุคคล เป็นความจริงที่เกี่ยวกับชีวิตของเรา ไม่เป็นเท็จ ไม่แปรเป็นอย่างอื่น เป็นความจริงในตัวของมันเอง ที่มนุษย์ทุกคนต้องเผชิญตลอดชีวิต ถ้ามนุษย์มีความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องนี้ จะมองเห็นทางออกจากปัญหาที่ท่วมทับชีวิต

กล่าวโดยสรุปได้ว่า อริยสัจสี่ คือ ความเป็นจริงของทุกสิ่งในโลก

### 3.2 องค์ประกอบของอริยสัจสี่

องค์ประกอบของอริยสัจสี่และความหมายแต่ละองค์ประกอบมีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

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

1. ทุกข์ คือ ปัญหาต่าง ๆ ของมนุษย์ เป็นเรื่องบีบคั้นชีวิตจิตใจ มีอยู่ทั่วไปแก่สัตว์มนุษย์ทุกคน
2. สมุทัย คือ เหตุแห่งทุกข์ หรือสาเหตุของปัญหา
3. นิโรธ คือ ความดับทุกข์ หรือภาวะหมดปัญหา
4. มรรค คือ ทางดับทุกข์ หรือวิธีปฏิบัติเพื่อกำจัดสาเหตุแห่งปัญหา

ก่องแก้ว เจริญอักษร (2541) ได้กล่าวไว้ว่า

1. ทุกข์ แปลว่า สิ่งที่ยึดติดทนอยู่ไม่ได้ ต้องเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยไม่ว่าวัตถุ สัตว์ สิ่งของ ต้องเข้าอยู่ในกฎข้อนี้ รวมแม้กระทั่งความรู้สึกในจิตใจ คือความหม่นหมอง ไม่สมหวัง หรือความพลัดพรากจากสิ่งที่ได้สมหวังมาแล้ว ซึ่งความทุกข์มีลักษณะดังนี้

1.1 ทุกข์ที่เกิดเอง ได้แก่ ความเกิด แก่ ตาย ซึ่งเป็นสภาวะที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ ของร่างกาย เรียกว่า ทุกข์ทางกาย

1.2 ทุกข์ที่เกิดขึ้นในใจเป็นครั้งคราว เช่น ความเศร้าโศกในสิ่งที่ไม่สมหวังเรียกว่า ทุกข์ทางใจ

2. สมุทัย แปลว่า เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ คือ สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์นั้น ไม่ว่าจะ เป็นทุกข์ทางกาย หรือทุกข์ทางใจ

3. นิโรธ แปลว่า ความดับ เป็นภาวะความดับปัญหา จัดอยู่ในฝ่ายผลดี เป็นจุดหมายปลายทาง

4. มรรค แปลว่า ทาง ในที่นี้คือ ทางดับทุกข์ หรือทางแก้ปัญหา อันเป็นเหตุให้จุดหมายปลายทางบรรลุเป้าหมาย

นอกจากนี้ กิลล์, โจนาธาน , สเตเฟิน ,คาร์ลอส และดาเมน (Gill ,2000 ; Jonathan and Stephen ,2003 ; Charles and Damien ,2006) กล่าวถึงอริยสังขีที่สอดคล้องตรงกันไว้ว่า อริยสังขีจะประกอบไปด้วย

1. ชีวิตคือความทุกข์
2. ความทุกข์มีสาเหตุมาจากความปรารถนาอย่างรุนแรง
3. ความทุกข์นั้นหมดสิ้นลงได้
4. การหาแนวทางเพื่อให้ความทุกข์หมดสิ้นลง

กล่าวโดยสรุปได้ว่า อริยสังขีประกอบไปด้วย 4 องค์ประกอบ คือ 1. ทุกข์ หมายถึง ความทุกข์หรือปัญหา 2. สมุทัย หมายถึง สาเหตุของปัญหา 3. นิโรธ หมายถึง สภาวะที่ความทุกข์หรือสภาวะที่ปัญหาหมดสิ้นลงไป และ 4 . มรรค หมายถึง แนวทางแก้ไขความทุกข์หรือปัญหา

### 3.3 กิจในอริยสังขี

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2542) กล่าวว่า สิ่งที่สำคัญอย่างหนึ่งเกี่ยวกับอริยสังขี คือการรู้และทำหน้าที่ต่ออริยสังขีแต่ละข้อให้ถูกต้อง มิฉะนั้นจะทำให้เกิดความผิดพลาดทั้งในความเข้าใจและการประพฤติปฏิบัติ ซึ่ง อมรา รอดราดา (2547) ได้ระบุความหมายของ กิจในอริยสังขี ไว้ว่า การทำหน้าที่ต่ออริยสังขีแต่ละอย่างใน 4 ข้อ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค

ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี (อ้างถึงในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2537) กล่าวไว้ว่า อริยสังขี นั้น ย่อมเป็นที่คุ้นเคยกันอยู่ทั่ว ๆ ไป แต่กิจของอริยสังขีนั้น ไม่ค่อยจะคุ้นเคยกันมากนัก จึงได้ทำการจัดกิจในอริยสังขี คู่ กับขั้นตอนทั้ง 4 ของอริยสังขีไว้ดังนี้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 กิจในอริยสัจ

ขั้นตอนทั้ง 4 ของอริยสัจ	กิจในอริยสัจ
1. ทุกข์ (ความทุกข์ ; สภาพที่บีบคั้น บกพร่อง ; ความปรารถนาไม่สมหวัง)	1. ปริยญา การศึกษาให้รู้จักให้เข้าใจชัด ตามสภาพที่เป็นจริง ได้แก่การทำความเข้าใจ เข้าใจ และกำหนดขอบเขตของปัญหา หรือความทุกข์
2. สมุทัย ( สาเหตุให้ทุกข์เกิด, ได้แก่ ตัณหา ทั้ง 3 )	2. ปหานะ กำจัด ทำให้หมดสิ้นไป ได้แก่ การแก้ไขกำจัดต้นตอของปัญหาคือ กำจัด ตัณหาให้สิ้นไป
3. นิโรธ ( ภาวะที่ตัณหาดับสิ้นไป หลุดพ้น เป็นอิสระ คือนิพพาน )	3. สัจฉิกิริยา การทำให้แจ้งคือเข้าถึงหรือ บรรลุ การบรรลุจุดหมายที่ต้องการ ได้แก่ การเข้าถึงภาวะที่ปราศจากปัญหาแจ้งใน วิธีการที่จะกำจัดปัญหาหรือทุกข์
4. มรรค ( ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ เรียกอีกอย่างว่า ทางสายกลางหรือ มัชฌิมาปฏิปทา )	4. ภาวนา กระทำตามวิธีการที่จะนำไปสู่ จุดหมายได้แก่ การลงมือแก้ไขปัญหา ตามแนวทางของข้อปฏิบัติเพื่อจะได้บรรลุ ถึงความดับทุกข์

กล่าวโดยสรุปได้ว่า กิจในอริยสัจสี่ การทำความเข้าใจและ ปฏิบัติต่อองค์ประกอบของ  
อริยสัจสี่แต่ละองค์ประกอบให้ถูกต้อง

### 3.4 คุณค่าของอริยสัจสี่

หลักอริยสัจสี่ นอกจากเป็นคำสอนที่ครอบคลุมหลักธรรมทั้งหมดใน  
พระพุทธศาสนา ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ ยังมีคุณค่าเด่น ซึ่งพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต)  
(2542) กล่าวสรุปได้ ดังนี้

1. เป็นวิธีการแห่งปัญญา ซึ่งดำเนินการแก้ไขปัญหามาตรับแบบแห่ง  
เหตุผล เป็นระบบวิธีแบบอย่าง ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาใด ๆ ก็ตาม ที่จะมีคุณค่าและสมเหตุสมผล  
จะต้องดำเนินไปในแนวเดียวกันเช่นนี้



2. เป็นการแก้ปัญหาและจัดการกับชีวิตของตนเอง ด้วยปัญญาของมนุษย์เอง โดยนำเอาหลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติมาใช้ประโยชน์ ไม่ต้องอ้างอำนาจดลบันดาลของตัวการพิเศษเหนือธรรมชาติ หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใด ๆ

3. เป็นความจริงที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของคนทุกคน ไม่ว่ามนุษย์จะผลิตออกไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสิ่งที่อยู่ห่างไกลตัวกว้างขวางมากมายเพียงใดก็ตาม แต่ถ้าเขายังจะต้องมีชีวิตของตนเองที่มีคุณค่าและสัมพันธ์กับสิ่งภายนอกเหล่านั้นอย่างมีผลดีแล้ว เขาจะต้องเกี่ยวข้องกับและใช้ประโยชน์จากหลักความจริงนี้ตลอดไป

4. เป็นหลักความจริงกลาง ๆ ที่ติดเนื่องอยู่กับชีวิต หรือเป็นเรื่องของชีวิตเองแท้ ๆ ไม่ว่ามนุษย์จะสร้างสรรค์ศิลปะวิทยาการ หรือดำเนินกิจการใด ๆ ขึ้นมาเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาความเป็นอยู่ของตน และไม่ว่าศิลปะวิทยาการ หรือกิจการต่าง ๆ นั้นจะเจริญขึ้น เสื่อมลง สูญสลายไปหรือเกิดมีใหม่มาแทนอย่างไร ๆ ก็ตาม หลักความจริงที่เรียกว่า อริยสัจนี้ก็จะคงยืนยงใหม่ และใช้เป็นประโยชน์ได้ตลอดทุกกาล

กล่าวโดยสรุปได้ว่า คุณค่าของอริยสัจสี่ คือ เป็นวิธีการแห่งปัญญา แก้ปัญหาและจัดการกับชีวิตของตน เป็นความจริงที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของคนทุกคน และเป็นหลักความจริงกลาง ๆ ที่ติดเนื่องอยู่กับชีวิต

### 3.5 วิธีสอนแบบอริยสัจสี่

ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี ได้นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับวิธีสอนของไทย ความเป็นมาของวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจไว้ (สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ, 2545) ดังนี้

1. ครูไทยเราคงจะได้มีวิธีสอนอยู่แน่ ๆ เพราะชาติเราเป็นชาติมีวัฒนธรรมมานานแล้ว เป็นชาติที่รักษาเอกราชไว้ได้โดยตลอดมา และครูไทยก็ได้รับความเคารพนับถือจากนักเรียนหรือศิษย์เป็นอย่างมาก ผิดกับประเทศอื่น ๆ จนถึงกับมีการไหว้ครูและจัดให้มีวันไหว้ครูขึ้นเป็นพิเศษในสถานศึกษาต่าง ๆ

2. แต่เนื่องจากวิธีสอนของครูไทยมิได้เขียนไว้ให้ปรากฏ ก็จำเป็นต้องพยายามเสาะแสวงหาหรือพยายามอนุมานเอาให้จงได้

3. ในวัฒนธรรมของชาติไทย เราได้ยอมรับนับถือว่าพระพุทธองค์เป็นพระบรมครู พระบรมครูย่อมจะต้องมีวิธีสอนที่ดีแน่ ๆ ดังนั้นถ้าเราพบว่าวิธีสอนของพระพุทธองค์เป็นอย่างไรแล้วก็ถือว่าเป็นวิธีสอนของครูไทย

4. วิธีสอนของพระพุทธองค์จะเขียนไว้ ณ ที่ใดบ้าง จะมีการอธิบายเกี่ยวกับวิธีสอนที่พระองค์ทรงใช้ไว้ที่ใดบ้างก็ไม่ทราบกันแพร่หลาย ดังนั้นจึงจำเป็นต้องอนุมานหรือคาดหมายเอาบ้าง โดยมากสิ่งที่เราทราบกันนั้นก็คือ พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ พระไตรปิฎก ซึ่งรวบรวมสิ่งที่สำคัญทั้งหมดของพระพุทธศาสนาเอาไว้ ก็เป็นหนังสือที่มีจำนวนมากมายหลายเล่ม เรายังไม่มีเวลาที่จะอ่านให้หมด จึงไม่มีโอกาสที่จะได้พบได้ว่าจะมีคำอธิบายเกี่ยวกับวิธีสอนของพระพุทธองค์อยู่ในพระไตรปิฎกเพียงใด

5. แต่เพื่อความรวดเร็วก็ควรที่จะสามารถคาดหมาย หรืออนุมานเกี่ยวกับวิธีสอนของพระพุทธองค์ได้บ้างตามสมควรจากคำสอนหรือจากพฤติกรรมต่าง ๆ ของพระองค์

6. เนื่องจากอริยสัจสี่ เป็นคำสอนที่ถือได้ว่าเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาประการหนึ่ง เราจึงพยายามทำการคาดหมายหรืออนุมานเอาวิธีสอนมาจากอริยสัจสี่ และพฤติกรรมแวดล้อมต่าง ๆ นั้น ได้บ้างไม่มากนักน้อย

7. จากการอนุมาน ก็พอจะมองเห็นหรือพอที่จะอนุมานได้ว่า วิธีการแห่งปัญญา หรือวิธีการคิดแบบ Reflective Thinking นั้น คล้ายกับวิธีการอริยสัจสี่อย่างที่สุด ดังที่จะได้พยายามเปรียบเทียบให้เห็นดังต่อไปนี้

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบระหว่างขั้นต่าง ๆ ของอริยสัจสี่ กับวิธีการแห่งปัญญา

ขั้นต่าง ๆ ของอริยสัจสี่	ขั้นต่าง ๆ ของวิธีการแห่งปัญญา หรือวิธีการวิทยาศาสตร์ หรือ Reflective Thinking
1. ทุกข์ ชีวิตนี้เป็นความทุกข์อย่างยิ่ง ( ดังนั้น ปัญหาของเราก็คือ ทำอย่างไร จึงจะได้พ้นทุกข์ )	1. การกำหนดปัญหา ได้แก่ การพิจารณาเหตุการณ์ต่าง ๆ เพื่อกำหนดปัญหาให้ถูกต้องเหมาะสม ( ในกรณีนี้เมื่อพิจารณาเห็นว่าชีวิตเป็นความทุกข์อย่างยิ่งแล้ว ก็กำหนดปัญหาได้ว่าทำอย่างไร จึงจะได้พ้นทุกข์นั่นเอง )
2. สมุทัย สาเหตุใหญ่ที่ทำให้เกิดทุกข์ก็ ได้แก่ ตัณหา ( ดังนั้น ถ้าเพื่อกำหนดกำจัดตัณหาเสียได้ทุกข์ก็คงจะหมดไป วิธีการที่อาจทดลองเพื่อกำจัดตัณหา	2. การตั้งสมมติฐาน เมื่อเข้าใจ ปัญหาโดยรอบคอบแล้ว เช่น รู้ถึงสาเหตุของปัญหาแล้ว อาจตั้งสมมติฐานหรือทดลองกำหนดหลักการในการแก้ไขได้

<p>ชั้นต่าง ๆ ของอริยสัจสี่</p>	<p>ชั้นต่าง ๆ ของวิธีการแก้ปัญหา หรือ วิธีการวิทยาศาสตร์ หรือ Reflective Thinking</p>
<p>มีดังนี้ การอดอาหาร การนั่งสมาธิ การเข้าใจ สิ่งที่ต้อง ๗๗)</p>	<p>(เช่น กำหนดว่า จะต้องกำจัดตัณหาเสีย ให้สิ้นเชิง และกำหนดวิธีการย่อยลงไป อีกว่า อาจจะอดอาหาร อาจทำสมาธิ เป็นต้น )</p>
<p>3. นิโรธ การดับทุกข์ (ในการให้ได้มาซึ่ง สภาวะนี้ จำต้องดำเนินการต่าง ๆ เพื่อให้ทุกข์ดับไป หรือเพื่อจะได้พ้นทุกข์ จึงทำการอดอาหาร เพื่อเห็นว่าการทำ ทุกกริยาไม่อาจพ้นทุกข์ได้ลองทำอย่าง อื่นต่อไปอีก )</p>	<p>3. การทดลองและเก็บข้อมูล ลองทำตามที ตั้งสมมติฐานไว้แล้ว เช่น ลองอด อาหาร ลองทำสมาธิ ๗๗ จุดและจำผล ของการปฏิบัติแต่ละอย่างไว้เพื่อจะได้ พิจารณาต่อไป</p>
<p>4. มรรค จากการปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ด้วย ตนเองแล้วตกลงสรุปผลได้ว่า วิธีการที่ จะพ้นทุกข์ได้นั้นมีทางเดียว คือ ทางที่ เรียกชื่อว่า “มรรค” มืองค์แปด</p>	<p>4. การวิเคราะห์ข้อมูล ทำการวิเคราะห์ ข้อมูลหรือผลต่าง ๆ ที่จะไว้ในขั้นทดลอง นั้น เพื่อจะรู้ว่าสิ่งใดแก้ปัญหาที่ กำหนดไว้ดั้งเดิมนั้นได้หรือไม่ประการใด</p>
	<p>5. การสรุปผล นำมาสรุปให้เป็นหลักเกณฑ์ หรือ ข้อความที่แน่ชัดว่าได้แก้ปัญหาได้ ด้วยวิธีใดและได้ผลประการใด ( เช่น สรุปว่า วิธีทุกกริยานั้นไม่ได้ผลใน การดับทุกข์ แต่การปฏิบัติตามแนวทาง ของ “มรรคมืองค์แปด” นั้น เป็นทาง เดียวที่อาจพ้นทุกข์ได้ แต่จะพ้นได้ใน ระดับโลกียะหรือระดับโลกุตระก็ต้อง แล้วแต่เหตุการณ์และบุคคล )</p>

**ความหมายของวิธีสอนแบบอริยสัจสี่** (สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ, 2545)

วิธีสอนแบบอริยสัจสี่ เป็นกระบวนการแสวงหาความรู้ โดยผู้เรียนพยายามค้นคิดวิธีการแก้ปัญหาต่าง ๆ โดยใช้ลำดับขั้นตอนทั้งสี่ขั้นของอริยสัจเป็นแนวทางการแก้ปัญหาด้วยตนเอง

**วัตถุประสงค์วิธีสอนแบบอริยสัจสี่** (สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ, 2545)

เพื่อฝึกให้ผู้เรียนพยายามคิดค้นวิธีการแก้ปัญหาด้วยตนเอง โดยใช้ลำดับขั้นทั้งสี่ของอริยสัจเป็นแนวทางการแก้ปัญหา

**องค์ประกอบสำคัญของวิธีสอนแบบอริยสัจสี่** (สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ, 2545)

วิธีสอนแบบอริยสัจสี่ มีองค์ประกอบสำคัญ ดังนี้

1. หัวข้อปัญหา
2. ลำดับขั้นตอนการแก้ปัญหา
3. สรุปแนวทางการแก้ปัญหา

### 3.6 ขั้นตอนวิธีสอนแบบอริยสัจสี่

ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี (อ้างถึงสุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ, 2545) เสนอขั้นตอนวิธีสอนแบบอริยสัจสี่ ไว้ดังนี้

ขั้นตอนการสอน	เทคนิคสำคัญ
<p><b>1. กำหนดปัญหา (ขั้นทุกข์)</b></p> <p>1.1 ผู้สอนกำหนดและนำเสนอปัญหาอย่างละเอียด พยายามให้ผู้เรียนทำความเข้าใจต่อปัญหานั้นตรงกัน และพยายามสร้างความรู้สึกให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักว่าสิ่งที่ผู้สอนนำเสนอเป็นปัญหาของทุกคน ทุกคนมีส่วนเกี่ยวข้องกับปัญหานั้น</p>	<p>1.1 การอธิบายอย่างกระจ่างชัด สร้างภาพ เหตุการณ์ ให้เห็นผลของการละเลยไม่แก้ปัญหาและการโน้มน้าวชักชวนให้เกิดความตระหนักในความสำคัญของการแก้ปัญหา อาจใช้สื่อที่เหมาะสมในการนำเสนอปัญหาให้สมจริง</p>

ขั้นตอนการสอน	เทคนิคสำคัญ
<p>และทุกคนจะต้องร่วมมือกันแก้ปัญหา เพื่อความสุขของทุกๆ คน</p> <p>1.2 ผู้สอนช่วยผู้เรียนให้ได้ศึกษาพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง ด้วยความรอบคอบและพยายามกำหนดขอบเขตของปัญหาซึ่งผู้เรียนจะต้องคิดแก้ไขให้ได้</p>	<p>1.2 เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็น อย่างหลากหลายและทั่วถึง และเขียนความแสดงความคิดเห็นทั้งหมดนั้นบนกระดานเพื่อป้องกันการหลงลืมและยังเป็นการเสริมแรงให้ผู้เรียนพยายามมีส่วนร่วมในบทเรียน</p>
<p><b>2. ตั้งสมมติฐาน (ขั้นสมมุติ)</b></p> <p>2.1 ผู้สอนช่วยผู้เรียนให้ได้พิจารณาด้วยตัวเองว่าสาเหตุของปัญหาที่ยกขึ้นมากล่าวในขั้นที่ 1 นั้นมีอะไรบ้าง</p> <p>2.2 ผู้สอนช่วยผู้เรียนให้ได้เกิดความเข้าใจและตระหนักว่าในการแก้ปัญหาใด ๆ นั้น จะต้องกำจัดหรือดับ</p> <p>2.3 ผู้สอนช่วยผู้เรียนให้คิดว่าในการแก้ที่สาเหตุนั้นอาจจะกระทำอะไรได้บ้าง คือให้กำหนดสิ่งที่จะกระทำนี้เป็นข้อๆ ไป</p>	<p>2.1 ใช้คำถามเร้าให้ผู้เรียนช่วยกันคิดและแสดงความคิดเห็น ผู้สอนเขียนข้อมูลสาเหตุของปัญหาตามที่คุณเรียนเสนอไว้คู่กับประเด็นปัญหาข้อ 1.2 ที่เขียนไว้แล้วบนกระดาน</p> <p>2.2 ใช้วิธีการอธิบายเชื่อมโยงเหตุผล</p> <p>2.3 ให้ตัวอย่างการกำหนดสิ่งที่จะกระทำแล้วเปิดโอกาสและกระตุ้นให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นในการเสริมแรงผู้เรียนที่แสดงความคิดเห็น เขียนข้อมูลที่ผู้เรียนเสนอไว้บนกระดาน</p>
<p><b>3. ทดลองและเก็บข้อมูล (ขั้นนิโรธ)</b></p>	<p>3. ใช้เทคนิคการแบ่งงาน และการทำงานเป็นกลุ่มและเสนอแนะวิธีการจัดบันทึกข้อมูล ผู้สอนอาจให้ผู้เรียนช่วยกันเสนอว่าจะบันทึกข้อมูลอย่างไร หรือช่วยกันออกแบบตารางบันทึกข้อมูล</p>



ขั้นตอนการสอน	เทคนิคสำคัญ
<p><b>4. วิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผล (ขั้นมรรค)</b></p> <p>4.1 ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจและสรุปได้ว่าในบรรดาการทดลองหรือกระทำด้วยตัวเองหลายๆ อย่างนั้น บางอย่างก็แก้ปัญหาไม่ได้ บางอย่างก็แก้ปัญหาได้ชัดเจน บางอย่างก็แก้ปัญหาได้ไม่ชัดเจน การแก้ปัญหาให้สำเร็จ จะต้องทำอย่างไรแน่</p> <p>4.2 เมื่อลงข้อสรุปวิธีแก้ปัญหาได้แล้ว ให้ผู้เรียนช่วยกันกำหนดแนวทางในการปฏิบัติและลงมือปฏิบัติตามแนวทางนั้นโดยทั่วกัน รวมทั้งให้ผู้เรียนช่วยกันคิดวิธีการควบคุมและติดตามของการปฏิบัติเมื่อแก้ไขปัญหานั้น ๆ ด้วย</p>	<p>4.1 ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการวิเคราะห์และเปรียบเทียบข้อมูลที่ได้บันทึกไว้ แล้วช่วยกันลงข้อสรุปโดยผู้สอนช่วยเชื่อมโยงความคิดของผู้เรียนแต่ละคน</p> <p>4.2 เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น โดยผู้สอนใช้คำถามกระตุ้นให้ข้อมูลย้อนกลับทบทวนเสริมความสำคัญสรุป เชื่อมโยงข้อคิดเห็นของผู้เรียนและบันทึกข้อมูลต่าง ๆ บนกระดาน</p>

นอกจากนี้ ก่องแก้ว เจริญอักษร (อ้างถึงใน ปริญญาตรี หิรัญรัมย์, 2544) กล่าวเกี่ยวกับวิธีสอนแบบอริยสังคีติ ไว้ว่า

วิธีสอนแบบอริยสังคีติเป็นวิธีการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการคิด โดยดำเนินการตามหลักเดิมที่พระพุทธองค์สอนโดยเริ่มจาก ทุกข์ สมุทัย นิโรค มรรค ขึ้นทุกข์ ที่นำมาประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอน จึงเป็นเรื่องต่าง ๆ ที่จะต้องสอนหรือเรียกว่าข้อมูลก็ได้ ถ้าสอนเรื่องอะไรเรื่องนั้นก็จะเป็นข้อมูลหรือความรู้ เนื้อหา ที่จะต้องสอนผู้เรียน ให้เข้าใจที่มาและความมุ่งหมายในการศึกษา แต่ถ้าหากเรื่องที่สอนนั้นเป็นปัญหาก็จะต้องแก้ไขปัญหานั้นตามลำดับ

สมุทัย คือ เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ คือตัณหา ส่วนทางด้านการศึกษา การเรียนการสอนนั้น หากเรื่องที่สอนเป็นปัญหาก็จะหาสาเหตุ แต่ถ้าเรื่องที่สอนไม่ใช่ปัญหาแต่เป็นความรู้เนื้อหาที่สอนให้รู้และให้เห็นถึงความสำคัญของเรื่องนั้น ๆ ก็คือ ที่มาของความรู้เรื่องนั้น หรือความจำเป็นที่ต้องเรียนเรื่องนั้น

นิโรธ คือ ความดับทุกข์ หรือดับตัณหานั่นเอง ส่วนทางด้านการศึกษา การเรียนการสอนหาก เรื่องที่สอนเป็นปัญหาก็จะวางแนวทางหรือจุดมุ่งหมายเพื่อแก้ไขปัญหานั้นให้หมดไป แต่ถ้าหากเรื่องที่สอนไม่ใช่ปัญหาแต่เป็นการให้ข้อความรู้เนื้อหาและทราบถึงที่มาของข้อมูลนั้นแล้ว ก็จะต้องตั้งเป้าหมายหรือมีข้อเสนอแนะเพื่อให้ผู้เรียนได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้สอดคล้องกับข้อมูล ซึ่งเป็นการส่งเสริมการนำไปใช้ประโยชน์ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเนื้อหาของบทเรียน

มรรค คือ ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ซึ่งพระพุทธเจ้าได้แสดงองค์ประกอบไว้ 8 ประการ หรือเรียกว่า มรรค 8 ส่วนทางด้านการศึกษา การเรียนการสอนจะให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติและสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างแท้จริง โดยให้ผู้เรียนได้ฝึกหัดหรือลงมือกระทำ หรืออาจจะใช้เขียนเป็นแผนการหรือโครงการซึ่งต้องปฏิบัติได้จริง

ทศนา แคมมณี (2550) กล่าวถึง ขั้นตอนของวิธีสอนแบบอริยสัจสี่ ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นกำหนดปัญหา (ขั้นทุกข์) คือ การให้ผู้เรียนระบุปัญหาที่ต้องการแก้ไข
2. ขั้นตั้งสมมติฐาน (ขั้นสมุทัย) คือ การให้ผู้เรียนวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาและตั้งสมมติฐาน
3. ขั้นทดลองและเก็บข้อมูล (ขั้นนิโรธ) คือ การให้ผู้เรียนกำหนดวัตถุประสงค์และวิธีการทดลองเพื่อพิสูจน์สมมติฐานและเก็บรวบรวมข้อมูล
4. ขั้นวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผล (ขั้นมรรค) คือ การนำข้อมูลมาวิเคราะห์และสรุป

วีรยุทธ วิเชียรโชติ (2548) ได้นำแนวของอริยสัจ 4 มาใช้เป็นขั้นตอนในการจัดการเรียนการสอนแบบอารยวิถี ในกระบวนการวิธีสืบสวน-สอบสวน เพื่อแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ และเป็นกระบวนการ ในรูปแบบของการตั้งคำถามในแต่ละขั้น เพื่อหาคำตอบ ดังนี้

ขั้นที่ 1 การเห็น และการวิเคราะห์ปัญหา โดยการตั้งคำถามที่อิงหลักทุกข์

ขั้นที่ 2 การหาสาเหตุของปัญหา โดยการตั้งคำถามที่อิงหลักสมุทัย

ขั้นที่ 3 การกำหนดเป้าหมาย – นโยบายในการแก้ปัญหา โดยการตั้ง  
คำถามที่อิงหลักนิเวศ

ขั้นที่ 4 การแสวงหาแนวทางปฏิบัติการแก้ปัญหาที่สาเหตุ โดยการตั้ง  
คำถามที่อิงหลักมรรค

กล่าวโดยสรุปได้ว่า วิธีการสอนแบบอริยสัจสี่ เป็นวิธีการสอนที่ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้  
ด้วยการพิจารณาจากปัญหา ที่ผู้สอนนำมาใช้ในการสอน เมื่อผู้เรียนได้เรียนรู้ปัญหาแล้วจะต้อง  
ระบุสาเหตุของการเกิดปัญหา เพื่อที่จะได้แก้ไขปัญหามาตามสาเหตุ และสุดท้ายผู้เรียนก็ต้อง  
เปรียบเทียบแนวทางแก้ไขปัญหาเพื่อเลือกแนวทางแก้ไขปัญหานั้นที่เหมาะสมที่สุดไปแก้ไขอันเป็น  
การกระบวนกรเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียนได้ฝึกกระบวนกรคิดที่เป็นระบบเป็นขั้นตอน มีหลักการที่เป็น  
เหตุและเป็นผล รวมทั้งผู้เรียนได้ศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง ซึ่งส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนได้ดี  
ยิ่งขึ้น

### 3.7 การใช้คำถามตามแนวพุทธศาสตร์

กองแก้ว เจริญอักษร (2542) ได้เสนอกระบวนกรใช้คำถามตามแนวพุทธศาสตร์  
ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 4 การใช้คำถามตามแนวพุทธศาสตร์

เนื้อหาเรื่องอริยสัจสี่	คำถามที่ใช้ในการสอน	คำตอบ
1. ทุกข์ (ปัญหา, ข้อมูล)	แนวคำถามได้แก่ - เรากำลังศึกษาเรื่องอะไร - คืออะไร - เรื่องเป็นอย่างไร - ปัญหาอะไร - ได้ข้อสรุป (แนวคิด) ว่า อย่างไร	ทุกข์ คือความไม่สบายกาย ทุกข์ คือความไม่สบายใจ ทุกข์ คือความทนอยู่ไม่ได้ สรุป เราจะต้องประสบกับ สิ่งเหล่านี้ทุกคน

เนื้อหาเรื่องอริยสัจสี่	คำถามที่ใช้ในการสอน	คำตอบ
<p>2. สมุทัย (เหตุที่ทำให้ทุกข์เกิด)</p> <p>(สาเหตุของปัญหา)</p>	<p>แนวคำถามได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สาเหตุเกิดจากอะไร</li> <li>- เกิดได้อย่างไร</li> <li>- ทำไมจึงเกิดขึ้น</li> <li>- มีผลอะไรต่อไปอีก</li> <li>- สรุปได้ว่าอย่างไร</li> </ul>	<p>สาเหตุจากต้นเหตุ คือความ อยาก</p> <p>กามตัณหา - อยากได้</p> <p>ภวตัณหา - อยากเป็นอย่าง นี้ อย่างนั้น</p> <p>วิภวตัณหา - อยากไม่เป็น อย่างนี้ อย่างนั้น</p> <p>สรุป - ต้นเหตุทำให้เกิดกรรม (การกระทำ)..... กรรมทำ ให้เกิดการเวียนว่ายตายเกิด ชีวิตวนเวียนอยู่เช่นนี้</p>
<p>3. นิโรธ (ความดับทุกข์)</p>	<p>แนวคำถามได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ปัญหานี้แก้ไขได้ไหม</li> <li>- มีหลักการอย่างไร</li> <li>- แนวทางแก้ไขระยะสั้น, ยาวมีหรือไม่, เริ่มที่ไหน</li> <li>- ควรทำอย่างไรก่อน-หลัง</li> <li>- สรุปเป้าหมาย หลักการ อย่างไร</li> </ul>	<p>แก้ได้ - หลักการคือต้องดับที่ เหตุนี้</p> <p>(ดับทุกข์ คือ ดับต้นเหตุ = ดับการเวียนว่ายตายเกิด)</p> <p>สรุป ควรเริ่มตั้งแต่เดี๋ยวนี้ ลดละกิเลสให้เบาบางลงด้วย การขัดเกลา ขำระจิตตนเอง จนบรรลุเป้าหมาย คือ ความ หลุดพ้น (นิพพาน)</p>
<p>4. มรรค (ทางให้ถึงความดับทุกข์)</p> <p>(แนวปฏิบัติ)</p>	<p>แนวคำถามได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีหนทางดำเนินชีวิต อย่างไร</li> <li>- มีข้อปฏิบัติอะไรบ้าง</li> <li>- มีแผนงานอะไรบ้างที่ควร ทำได้</li> </ul>	<p>มีข้อปฏิบัติ 8 ประการเป็น หนทาง คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. มองโลกตามความเป็น จริง (ความเห็นชอบ)</li> <li>2. ใช้ความคิดให้ถูกต้อง (ดำริชอบ)</li> <li>3. พูดเป็น (วาจาชอบ)</li> <li>4. ทำเป็น (ทำกรงานชอบ)</li> </ol>

เนื้อหาเรื่องอริยสัจสี่	คำถามที่ใช้ในการสอน	คำตอบ
	- สรุปข้อปฏิบัติหรือโครงการแก้ปัญหามาให้แก่วิถีชีวิตได้แก่อะไรบ้าง	5. ทำมาหาเลี้ยงชีพเหมาะสม (เลี้ยงชีพชอบ) 6. พากเพียรให้สมบูรณ์แบบ (พยายามชอบ) 7. อยู่กับปัจจุบัน (ระลึกรู้ชอบ) 8. ฝึกจิตให้มั่นคง เพื่อสร้างสมพลังปัญญา (ตั้งใจมั่นชอบ) สรุป การฝึกตนเองให้มี ศีลสมาธิ ปัญญา เป็นหนทางพัฒนาตนเองไปสู่ความดับทุกข์ขั้นสูงสุด คือการหลุดพ้น (นิพพาน) ซึ่งทุกคนปฏิบัติได้

วีรยุทธ วิเชียรโชติ (2548) กล่าวสรุปเกี่ยวกับประโยชน์ของการใช้คำถามไว้ว่า คำถาม คือ ปัญญาวิธ เป็นเครื่องมือทางสติปัญญาที่มนุษย์ใช้ในการแสวงหาความรู้ความเข้าใจ ซึ่งมีความสำคัญในการพัฒนาปัญญาทุกชนิด ในส่วนปัญญาในทางพุทธศาสตร์นั้น มุ่งหมายถึง ความรอบรู้ในความจริงที่มีประโยชน์เพื่อการพ้นทุกข์ เป็นการแก้ปัญหาทั้งของตนเองและผู้อื่น

**3.8 ข้อดีและข้อจำกัดของวิธีสอนแบบอริยสัจสี่** (สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ, 2545)

#### ข้อดี

1. เป็นวิธีการเรียนรู้ที่มีความหมายสำหรับผู้เรียน เพราะผู้เรียนเป็นผู้ศึกษาค้นคว้าหาแนวทางและเรียนรู้ด้วยตนเอง
2. ผู้เรียนได้ฝึกการใช้ทักษะและกระบวนการต่าง ๆ ในการเรียนรู้

#### ข้อจำกัด

1. เป็นวิธีการเรียนการสอนที่ใช้เวลามากพอสมควร
2. ผู้สอนจะต้องคอยดูแล ช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด การเรียนรู้จึงจะได้ผลดี



## 4. แนวความคิดเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### 4.1 ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

มีผู้ได้ให้ความหมายของคำว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไว้หลายท่าน ดังนี้

สมหวัง พิริยานุวัฒน์ (2537, อ้างถึงใน กาญจนา มากพูน) กล่าวว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหมายความว่า ผลที่เกิดจากการสอนหรือกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งแสดงออกมา 3 ด้าน ได้แก่ พุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย

อารีย์ วชิรวรากร (2542) กล่าวว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคือ ผลที่เกิดขึ้นจากการเรียน การสอน การฝึกฝน หรือประสบการณ์ต่างๆ ทั้งที่โรงเรียน ที่บ้าน และสิ่งแวดล้อมอื่นๆ

ศิริชัย กาญจนวาสี (2544) กล่าวถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่า เป็นผลการเรียนรู้ตามแผนที่กำหนดไว้ล่วงหน้า อันเกิดจากกระบวนการเรียนการสอนในช่วงระยะเวลาใดเวลาหนึ่งที่ผ่านมา

ณัฐภรณ์ หลาวทอง (2548) กล่าวว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคือ ผลการเรียนรู้ตามแผนที่กำหนดไว้ล่วงหน้าอันเกิดจากกระบวนการเรียนการสอนในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมา

เอมอร จังศิริพรปกรณ์ (2549) กล่าวถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่า เป็นความสามารถอันเป็นผลมาจากประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้รับจากการการสอนในช่วงระยะเวลาใดเวลาหนึ่งที่ผ่านมา

กล่าวโดยสรุปได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความสามารถในด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติของผู้เรียนที่ได้รับจากการจัดกระบวนการเรียนการสอน

### 4.2 องค์ประกอบของผลการเรียนรู้

ประเภทหรือองค์ประกอบของผลการเรียนรู้ตามแนวคิดและทฤษฎีของบลูม (อ้างถึงใน เอมอร จังศิริพรปกรณ์, 2546) มีดังนี้

#### 4.2.1.ด้านพุทธิพิสัย ( Cognitive Domain) เป็นการเรียนรู้ด้าน

ความรู้ ความเข้าใจ และความคิด ซึ่งเกี่ยวกับความสามารถทางสติปัญญา เช่น ความจำ ความคิด การเลือกวิธีแก้ปัญหา การเชื่อมโยงความสัมพันธ์ การคิดรูปแบบ การตัดสินใจของสิ่งต่าง ๆ เป็นต้น เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในส่วนของสมอง

บลูมและคณะได้ศึกษาวิจัยการเรียนรู้ด้านความรู้-ความคิดของมนุษย์พบว่า โครงสร้างของพุทธิพิสัยประกอบด้วยความสามารถทางสติปัญญาจากง่ายสู่สิ่งซับซ้อนและจากรูปธรรมสู่นามธรรม ซึ่งสามารถจำแนกขั้นตอนการเรียนรู้ได้เป็น 6 ขั้นตอน ดังนี้

1. ความรู้ความจำ (Knowledge) เป็นความสามารถในการจดจำหรือระลึกถึงสิ่งของ เรื่องราว กระบวนการหรือหลักการต่างๆ ตามเนื้อหาที่ได้เรียนหรือได้มีประสบการณ์ไปแล้ว

2. ความเข้าใจ (Comprehension) เป็นความสามารถในการแปลความหมาย ตีความหมาย หรือขยายความ ข่าวดสาร แนวคิดในรูปแบบอื่น สรุปความด้วยคำพูดของตนเอง หรือสรุปแนวโน้มจากข่าวสารที่ได้

3. การนำไปใช้ (Application) เป็นความสามารถในการเลือกใช้กฎ หลักการ หรือ กระบวนการที่เหมาะสม สำหรับแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ใหม่

4. การวิเคราะห์ (Analysis) เป็นความสามารถในการแยกแยะส่วนประกอบ ความสัมพันธ์ หรือหลักการ แยกออกจากกันเป็นส่วนประกอบย่อย ๆ จนเห็นลำดับขั้นของความสัมพันธ์ระหว่างส่วนประกอบย่อย ๆ อย่างชัดเจน

5. การสังเคราะห์ (Synthesis) เป็นความสามารถในการจัดการรวมส่วนประกอบย่อย ๆ ข้อความ แผนงาน หรือหลักการ รวมเข้าด้วยกันเป็นรูปแบบ โครงสร้าง หรือแนวคิดใหม่ที่มีความหมายหรือความสำคัญแบบที่ไม่เคยเป็นมาก่อน

6. การประเมินผล (Evaluation) เป็นความสามารถในการตัดสินใจคุณค่าของสิ่งของ กระบวนการ ผลผลิต หรือแนวคิด โดยใช้หลักการแห่งเหตุผลภายในหรือพัฒนาเกณฑ์มาตรฐานจากภายนอก

สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุญานนท์ (2542) กล่าวไว้ว่า ความรู้ทางด้านสุขภาพ เป็นกระบวนการด้านสมองได้แก่ การที่นักเรียนมีความรู้และความเข้าใจในเนื้อหาสาระต่าง ๆ ของวิชาสุขศึกษาเพิ่มพูนมากขึ้นจากเดิม

จำนงค์ อิมสมบุญ (2537) กล่าวถึง พฤติกรรมด้านพุทธรปัญญา พฤติกรรมด้านนี้เกี่ยวข้องกับการรู้การจำข้อเท็จจริงต่าง ๆ รวมทั้งการพัฒนาความสามารถและทักษะทางสติปัญญา การใช้ความคิดวิจารณ์ญาณ เพื่อประกอบการตัดสินใจ พฤติกรรมด้านพุทธรปัญญานี้ประกอบด้วย ความสามารถระดับต่าง ๆ ซึ่งเริ่มต้นจากความรู้อะดับง่าย ๆ และเพิ่มการใช้ความคิดพัฒนาสติปัญญามากขึ้นเรื่อย ๆ ตามลำดับขั้น

#### 4.2.2.ด้านจิตพิสัย (Affective Domain) เป็นการเรียนรู้ด้านอารมณ์

ความรู้สึก ซึ่งเกี่ยวข้องกับค่านิยม คุณธรรม จริยธรรม เจตคติ

แคธโรวิล บลูม และมาเซีย ได้ศึกษาวิจัยการเรียนรู้ด้านอารมณ์ ความรู้สึกของมนุษย์ และแบ่งระดับการเรียนรู้ด้านจิตพิสัยที่พัฒนาขึ้นในตัวบุคคล จากระดับต่ำจนถึงระดับสูงไว้ 5 ระดับ ซึ่งการเรียนรู้ในระดับที่สูงขึ้นจะต้องอาศัยพื้นฐานระดับการเรียนรู้ที่ต่ำกว่าดังต่อไปนี้

1. การรับรู้หรือการใส่ใจต่อสิ่งเร้า (Receiving or Attending) คือการที่บุคคลถูกกระตุ้นให้รับรู้ต่อสิ่งเร้าหรือปรากฏการณ์บางอย่างที่อยู่รอบตัว ทำให้เกิดความตระหนัก ความตั้งใจ ที่จะรับรู้และให้ความสนใจต่อสิ่งเร้านั้น
2. การตอบสนอง (Responding) เมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้าจนเกิดความสนใจอย่างเต็มที่ บุคคลจึงยินยอมหรือเต็มใจที่จะตอบสนองและสร้างความพึงพอใจจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้านั้น
3. การเห็นคุณค่า (Valuing) การที่บุคคลมีความเชื่อว่าสิ่งนั้นมีคุณค่าสำหรับตนแสดงความชอบสิ่งนั้นมากกว่าสิ่งอื่น และสร้างความผูกพันที่จะอุทิศตนเพื่อค่านิยมนั้น
4. การจัดระบบค่านิยม (Organization) เมื่อบุคคลยอมรับและเห็นคุณค่าของค่านิยมนั้นแล้ว บุคคลจะรวบรวมค่านิยมต่างๆ ที่สัมพันธ์กันให้อยู่ในหมวดหมู่เดียวกัน อาจทำการเปรียบเทียบจัดลำดับความสำคัญของค่านิยม พร้อมทั้งกำหนดแนวทางของพฤติกรรมหรือการแสดงออก
5. การแสดงลักษณะตามค่านิยม (Characterization) การที่บุคคลนำระบบค่านิยมที่สร้างขึ้นมาผสมผสานเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ และปรัชญาชีวิต ค่านิยมนั้นจึงเป็นแรงขับภายในที่ถูกระตุ้นให้บุคคลแสดงออกทางพฤติกรรมตามค่านิยมนั้น

สุชาติ โสภประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542) กล่าวว่า ทักษะทางด้านสุขภาพ เป็นกระบวนการทางด้านจิตใจ ได้แก่ การที่นักเรียนมีทัศนคติหรือปฏิกิริยาในด้านความรู้สึกต่อเรื่องสุขภาพดีขึ้น หรือเพิ่มมากขึ้นกว่าเดิม ทักษะนี้เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับภาวะแห่งความพร้อมของจิตใจที่มีปฏิกิริยาต่อสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ทั้งในลักษณะที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ทักษะนี้แตกต่างจากความรู้สึกธรรมดา (Feeling) ที่เกิดขึ้นโดยทั่วไปมาก เพราะทัศนคติจะถาวรและมีสาระมากกว่าความรู้สึกธรรมดา ทักษะของคนเรานั้นไม่ใช่เป็นเรื่องพันธุกรรม แต่เป็นเรื่องที่หาเพิ่มเติมได้ สร้างขึ้นได้ และสามารถเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงให้ดีขึ้นได้ นอกจากนี้การเห็นตัวอย่างที่ดี การอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะหรือบรรยากาศที่เป็นกันเอง รวมทั้งการจัดกิจกรรมในห้องเรียนที่เหมาะสมและน่าสนใจย่อมจะช่วยให้ให้นักเรียนมีทัศนคติทางด้านสุขภาพดีขึ้น

จำนงค์ อิมสมบุญ (2537) ยังได้กล่าวว่าพฤติกรรมด้านทัศนคติ ค่านิยม ความรู้สึก ความชอบ พฤติกรรมด้านนี้ หมายถึง ความสนใจ ความรู้สึก ท่าที ความชอบ / ไม่ชอบ การให้คุณค่า การรับ การเปลี่ยนหรือปรับปรุง ค่านิยมที่ยึดถืออยู่ พฤติกรรมด้านนี้ยากต่อการอธิบาย เพราะเกิดขึ้นภายในจิตใจของบุคคล

เฉลิมพล ต้นสกุล (2541) ก็กล่าวว่า เจตคติ หรือทัศนคติ (Attitude) หมายถึง ความโน้มเอียงในการประเมินค่าสิ่งต่าง ๆ หรือสัญลักษณ์ของสิ่งนั้นไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง การประเมินจะเป็นความรู้สึกที่สามารถบอกได้ว่าชอบหรือไม่ชอบ เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย และความโน้มเอียงที่จะประพฤติ

ค้วน ขาวหนู (ม.ป.ป.) กล่าวว่า การเกิดทัศนคติในเรื่องใดสิ่งใดของคนเรานั้นมิได้เกิดขึ้นปุบปับทันทีทันใด การเกิดทัศนคติมีลำดับการเกิดเป็นลำดับเป็นขั้นเป็นตอน จากง่ายไปหายาก จากขั้นต่ำไปหาขั้นสูง การที่คนเราจะมีทัศนคติต่อสิ่งใดเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับความยากง่ายและความละเอียดอ่อนของสิ่งนั้นหรือเรื่องนั้น

**4.2.3. ด้านทักษะ ความชำนาญ (Psychomotor Domain / Skill Domain) หรือปฏิบัติ** เป็นการเรียนรู้ด้านทักษะ – การปฏิบัติ ซึ่งเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย การประสานงานของการใช้วัยวะต่าง ๆ เช่น การเขียน การอ่าน การพูด การวาดภาพ การเล่นฟุตบอล เป็นต้น

ทักษะพิสัยเป็นทักษะทางร่างกายเกี่ยวกับการประสานงานของประสาท (สมอง) และกล้ามเนื้อ ซึ่งเน้นความคล่องแคล่ว รวดเร็ว ถูกต้อง และชำนาญ ตามความเป็นจริงแล้วทักษะพิสัยรวมอยู่ในการเรียนรู้ทุกอย่าง สำหรับการจำแนกระดับการเรียนรู้ทางด้านทักษะการปฏิบัติ ได้มีนักวิจัยเสนอแนวทาง การสร้างระบบจำแนกพัฒนาการทางทักษะ-การปฏิบัติไว้อย่างเป็นลำดับขั้น จากระดับง่ายไปจนถึงระดับซับซ้อน โดยจำแนกเป็น 7 ระดับดังนี้

1. การรับรู้ของระบบประสาทกล้ามเนื้อ (Perception) การที่ใช้ระบบประสาททั้ง 5 ได้แก่ หู ตา จมูก ลิ้น และผิวหนัง ในการรับรู้และแปลความหมายสิ่งเร้าที่ประสบ จัดนำมาสัมพันธ์กันเพื่อจะได้นำไปปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ
2. ความพร้อมที่จะปฏิบัติ (Set) การเตรียมความพร้อมทางด้านสมอง อารมณ์ และร่างกาย ที่จะปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ
3. การปฏิบัติตามข้อแนะนำ (Guided Response) การลงมือปฏิบัติการเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยการเลียนแบบและการลองผิดลองถูก
4. การปฏิบัติจนเป็นนิสัย (Mechanism) ปฏิบัติการตามลำดับขั้นได้อย่างต่อเนื่องด้วยความมั่นใจจนเกิดความเคยชินติดเป็นนิสัย
5. การปฏิบัติที่สลับซับซ้อน (Complex Overt Response) ปฏิบัติกิจกรรมที่สลับซับซ้อนขึ้นโดยไม่ต้องใช้ความคิดมากนัก และกระทำได้อย่างคล่องแคล่วชำนาญ
6. การปรับเปลี่ยนปฏิบัติการ (Adaptation) ปรับเปลี่ยนหรือพลิกแพลงปฏิบัติการให้เข้ากับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม
7. การสร้างปฏิบัติการใหม่ (Origination) การสร้างปฏิบัติการขึ้นมาใหม่ด้วยตนเอง โดยอาศัยการปรับปรุงปฏิบัติการเก่าที่เคยทำมา

การเรียนรู้ทั้ง 3 ด้าน ตามแนวของบลูมและคณะมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันต่อเนื่องอย่างใกล้ชิด ซึ่งสามารถรวมตัวส่งเสริมซึ่งกันและกันได้ อันจะก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่สมบูรณ์ในที่สุด

สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542) ได้กล่าวถึง การปฏิบัติทางด้านสุขภาพไว้ว่า จัดเป็นกระบวนการทางด้านร่างกายหรือการใช้กล้ามเนื้อ ได้แก่ การที่นักเรียนได้กระทำหรือมีความสามารถในเชิงปฏิบัติในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพหรือสวัสดิภาพอย่างถูกต้องและเหมาะสมดีขึ้นกว่าเดิม โดยทั่วไปการปฏิบัติ มักจะไม่แสดงให้เห็นผลแห่งการลงทุนปฏิบัติได้ในระยะเวลาอันสั้น ผู้ปฏิบัติจึงไม่ใคร่จะเห็นผลได้ทันทีทันใด แต่จะต้องใช้



ระยะเวลาเป็นปีจึงปรากฏผลให้เห็นได้ การสอนให้นักเรียนมีความรู้และมีทัศนคติที่ดีจะช่วยทำให้การปฏิบัติดีขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสอนให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในบทเรียนด้วยการฝึกปฏิบัติด้วยนั้น ย่อมมีผลโดยตรงต่อการส่งเสริมการปฏิบัติหรือเป็นการพัฒนาสุขนิสัยของนักเรียน รวมทั้งการจัดบริการสุขภาพและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ภายในโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะก็มีส่วนช่วยส่งเสริมสุขปฏิบัติของนักเรียนด้วยเป็นอันมาก

จำนงค์ อิมสมบุญ (2537) กล่าวว่า พฤติกรรมด้านการปฏิบัติเป็นการใช้ความสามารถที่แสดงออกและสังเกตได้ในสถานการณ์หนึ่ง หรืออาจเป็นพฤติกรรมที่ตามมา คือ บุคคลไม่ได้ปฏิบัติทันทีแต่คาดคะเนว่าอาจปฏิบัติในโอกาสต่อไป พฤติกรรมการแสดงออกนี้เป็นพฤติกรรมขั้นสุดท้าย และทัศนคติเป็นส่วนประกอบ พฤติกรรมด้านนี้แสดงออกมาสามารถประเมินผลได้ง่ายแต่กระบวนการจะก่อให้เกิดพฤติกรรมนี้ ต้องอาศัยเวลา และการตัดสินใจหลายขั้นตอน ซึ่งเป็นปัญหาของการทำงานของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและนักวิชาการ เชื่อว่ากระบวนการทางการศึกษาจะช่วยให้เกิดพฤติกรรมนี้ได้ พฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior) ปฏิบัติต่าง ๆ ที่บุคคลนั้นแสดงออก หรือกระทำหรือปฏิบัติทางด้านสุขภาพทั้งที่สามารถมองเห็นหรือสังเกตได้ เช่น การอาบน้ำ แปรงฟัน สระผม และที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล ซึ่งสังเกตโดยตรงไม่ได้ แต่ความสามารถวัดได้โดยใช้เครื่องมือพิเศษซึ่งสามารถบอกได้ว่า “มี” หรือ “ไม่มี” เช่น ความคิดว่าจะกระทำความรู้สึกรู้สึกว่าเห็นด้วย หรือความสนใจว่าจะกระทำถ้าหากมีเงื่อนไขหรือเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งประกอบด้วย เช่นนี้ เป็นต้น

ค้วน ขาวหนู (ม.ป.ป.) กล่าวไว้ว่า การเกิดทักษะนั้นมิใช่เกิดขึ้นง่าย ๆ จะต้องมีการกระทำเป็นขั้นตอน หรือมีขั้นตอนของการเกิดจึงจะเกิดทักษะขึ้นได้ ซึ่งคนเราจะเกิดทักษะในเรื่องใดได้ต้องสั่งสมความสามารถอย่างอื่นไว้มาก่อน นั่นคือทักษะมีลำดับขั้นของการเกิด 5 ขั้น จากจุดเริ่มต้นไปจนถึงขั้นเป็นทักษะอย่างแท้จริง คือ

1. การเลียนแบบ
2. การลงมือทำตามแบบ
3. ความถูกต้อง
4. ความต่อเนื่อง
5. การกระทำเองโดยธรรมชาติ

ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ นั้น สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542) ได้กล่าวไว้ว่า ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด แต่ละอย่างมักจะไม่เกิดขึ้นโดยอิสระ มักเกิดรวม ๆ กันและพึ่งพาอาศัยกันหรือเสริมพลังซึ่งกันและกัน การสร้างเสริมพฤติกรรมอย่างหนึ่งจะมีผลช่วยสร้างเสริมพฤติกรรมอย่างอื่น ๆ ไปด้วยโดยทางอ้อม ความรู้หรือทฤษฎีกับการปฏิบัติ นั้นมักจะอยู่ห่างหรือมีช่องว่าง (Gap) เสมอ ความรู้ในเรื่องสุขภาพไม่ใช่เครื่องรับประกันว่าผู้ที่มีความรู้แล้วจะปฏิบัติให้ถูกต้องดีงามได้ ทั้งนี้เพราะว่าตัวความรู้เท่านั้น ไม่แน่ว่าจะเร้าให้เกิดการกระทำในสิ่งที่พึงปรารถนาขึ้นได้เสมอไป ในส่วนทัศนคติมีบทบาทสำคัญมากในเรื่องสุขปฏิบัติของนักเรียน เพราะทัศนคติที่ดีที่นักเรียนมีต่อความรู้ที่ได้รับ ต่อกิจกรรมหรือวิธีการสอนของครุรวมทั้งตัวครูดังนั้น จะช่วยให้นักเรียนได้นำเอาความรู้หรือประสบการณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ นอกจากนี้ การปฏิบัติอาจช่วยทำให้เกิดความรู้และทัศนคติขึ้นได้ ไม่ว่าจะเด็กจะสนใจปฏิบัติด้วยตนเองหรือถูกบังคับก็ตาม

กล่าวโดยสรุปได้ว่า องค์ประกอบของผลการเรียนรู้ประกอบด้วย ด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะ ความชำนาญ ซึ่งองค์ประกอบของผลการเรียนรู้ทั้ง 3 ด้านนี้มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ดังนั้นครูผู้สอนควรจัดการเรียนการสอนที่ให้ผู้เรียนได้พัฒนาองค์ประกอบของผลการเรียนรู้ครบทั้ง 3 ด้าน เพื่อให้ผู้เรียนได้รับความรู้ เกิดเจตคติ และการปฏิบัติที่ดีจากการเรียนมากที่สุด อันจะส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนให้ดีขึ้น และผู้เรียนสามารถนำความรู้ไปปรับประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างดี

### 4.3 หลักการวัดและประเมินผลการเรียนรู้

กรมวิชาการ (2545) ได้กล่าวว่าการวัดและประเมินผลเป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียนซึ่งดำเนินการควบคู่กันไป การบูรณาการการวัดและประเมินผลกับการจัดการเรียนรู้ จึงส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียนหลายประการ อาทิ ได้ข้อมูลย้อนกลับที่จะช่วยติดตาม กำกับ ดูแลความก้าวหน้าของผู้เรียน นำผลมาปรับแนวทางการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพผู้เรียน ช่วยให้ผู้เรียนตระหนักในความสามารถและพัฒนาการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องและมีคุณภาพ สามารถค้นพบความรู้ใหม่และคิดแก้ปัญหาด้วยตนเองได้

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 มาตรา 26 กำหนดชัดเจนให้สถานศึกษาจัดการประเมินผู้เรียน โดยพิจารณาจากพัฒนาการของผู้เรียน ความประพฤติ

การสังเกตพฤติกรรมกรรมการเรียน การร่วมกิจกรรม และการทดสอบควบคู่กับกระบวนการเรียนการสอนตามความเหมาะสมของแต่ละระดับ และรูปแบบการศึกษา นั้นหมายถึงผู้สอนจะต้องวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนด้วยการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับผู้เรียนหลายคน ก่อนที่จะตัดสินใจให้ระดับผลการเรียน

ดังนั้น เพื่อให้การวัดและประเมินผลการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ และเกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียน ผู้สอนควรดำเนินการวัดและประเมินผลโดยคำนึงถึงหลักการต่อไปนี้

1. เน้นกระบวนการประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียน (Formative Evaluation) และเพื่อการตัดสินผลการเรียน (Summative Evaluation) ครอบคลุมทั้งด้านความรู้ ทักษะรวมทั้งคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ หรือตามปรัชญาของวิชา โดยให้ความสำคัญทั้งความรู้ คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้ และการบูรณาการความรู้ตามความเหมาะสม

2. เน้นการนำผลการประเมินมาใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนปรับปรุงการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของตน และปรับกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน เพื่อความสำเร็จตรงจุดหมายของหลักสูตร

3. เน้นการประเมินด้วยวิธีการที่หลากหลาย สอดคล้องกับกระบวนการเรียนรู้ที่จัดให้ผู้เรียนตามสภาพจริงหรือใกล้เคียงสถานการณ์ที่เป็นจริง (Authentic Learning and Assessment) สะท้อนความสามารถและการแสดงออกของผู้เรียน (Student Performance) อย่างชัดเจน

4. เน้นการบูรณาการการประเมินผลควบคู่ไปกับการสอนและกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน โดยประเมินจากคุณภาพของงานและกระบวนการทำงานของผู้เรียน

5. เน้นการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดเกณฑ์การประเมิน ส่งเสริมให้มีการประเมินตนเอง ประเมินโดยเพื่อน กลุ่มเพื่อน และประเมินโดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง

กล่าวโดยสรุปได้ว่า ผู้สอนควรดำเนินการวัดและประเมินผลโดยคำนึงถึง การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนที่ครอบคลุมในด้านความรู้ ทักษะ คุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่พึงประสงค์ เน้นการนำผลการประเมินมาใช้เป็นข้อมูลในการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาผู้เรียน มีการประเมินด้วยวิธีการที่หลากหลายและบูรณาการการประเมินผลควบคู่ไปกับการสอน รวมทั้งให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดเกณฑ์การประเมินผลด้วย

#### 4.4 การประเมินผลการเรียนวิชาสุขศึกษา

กรมวิชาการ (2545) กล่าวว่า การประเมินผลการเรียนวิชาสุขศึกษา เป็นกระบวนการตรวจสอบการสนองศึกษาอย่างมีระบบ คือ เมื่อครูได้จัดระบบการเรียนรู้ให้กับผู้เรียนไปแล้วด้วยวิธีการใดๆ ก็ตาม ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้ เกิดเจตคติและการปฏิบัติทางสุขภาพ เป็นไปตามจุดประสงค์ของการเรียนรู้ที่ตั้งไว้มากน้อยเพียงใด เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุง ส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของผู้เรียน และการจัดกระบวนการเรียนการสอนของครูให้ดียิ่งขึ้น

#### 4.5 ขั้นตอนการประเมินผล

การประเมินผลการเรียนการสอนควรมีการประเมินผลทุกครั้งที่ทำการสอน ซึ่งครูผู้สอนสามารถจัดทำประเมินผลได้ 3 ขั้นตอน ดังที่ กรมวิชาการ (2545) ได้ระบุ ดังนี้

1. การประเมินผลก่อนทำการสอน เพื่อเป็นการทดสอบความรู้เดิมของผู้เรียนว่ามีพื้นฐานความรู้เรื่องที่กำลังจะเรียนมากน้อยเพียงใด และเป็นการเปรียบเทียบความรู้ความเข้าใจของผู้เรียนในชั้นว่ามีความแตกต่างกันหรือไม่ เพื่อจะได้จัดกระบวนการเรียนรู้ให้กับผู้เรียนได้ถูกต้องและเพื่อเป็นข้อสังเกตว่าควรเอาใจใส่หรือส่งเสริมกลุ่มใดเป็นพิเศษบ้าง เช่นถ้าผลการทดสอบมีบางกลุ่มคะแนนน้อย หรือทดสอบด้วยการสัมภาษณ์หรือตั้งคำถาม มีผู้ตอบคำถามไม่ได้แสดงว่าต้องให้ความสนใจและส่งเสริมกลุ่มนั้นเป็นพิเศษ เป็นต้น

2. การประเมินผลระหว่างทำการสอน คือระหว่างที่ครูกำลังทำการสอนไปได้ระยะหนึ่ง หรือหลังจากการอภิปรายไปได้ระยะหนึ่งก็มีการตั้งคำถามให้ผู้เรียนตอบหรือเขียนอธิบาย หรือตอบในกระดาษทดสอบที่แจกให้แล้วให้นักเรียนตอบคำถาม เขียนอธิบายหรือตอบในแบบทดสอบแล้วครูเฉลย หรือให้ผู้เรียนที่ตอบถูกอ่านคำตอบของตน หรือแลกเปลี่ยนตรวจแบบทดสอบไปในระหว่างเรียน เพื่อครูจะได้ทราบผลการสอนและผู้เรียนทราบผลการเรียนของตน ทั้งครูและนักเรียนจะได้ทราบผลสัมฤทธิ์ของการเรียนการสอนว่าได้ผลมากน้อยเพียงไรไปพร้อมๆ กัน

3. การประเมินผลหลังการสอน เมื่อได้ทำการสอนจบไปแล้วจึงทำการประเมินผล ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะคือ

- 3.1 การประเมินผลหลังจากจบการสอนไปใน 1 คาบ หรือ 1 ภาคเรียน ครูได้จัดเตรียมเนื้อหาไว้สำหรับทำการสอบ และเตรียมวิธีการทดสอบไว้เรียบร้อยแล้ว เมื่อสอนจบครูก็ทำการทดสอบในเรื่องที่ได้จัดการเรียนการสอนไปนั้น ว่าผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจหรือได้ปฏิบัติเป็นไปตามวัตถุประสงค์มากน้อยเพียงไร



3.2 การประเมินผลเมื่อเรียนครบตามหลักสูตรแล้ว มีการทดสอบความรู้ทั้งหมด ความรู้ทั้งหมดที่ผู้เรียนได้เรียนมาแล้ว ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ สามารถปฏิบัติให้ผ่านเกณฑ์ที่ตั้งไว้หรือไม่

การวัดและประเมินผลในแต่ละครั้งจะเป็นการวัดผลเพื่อทดสอบความรู้ความเข้าใจเจตคติและการปฏิบัติของผู้เรียน ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อหาแนวทางให้ความรู้และส่งเสริมสุขภาพ และเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่ถาวรให้กับผู้เรียน ได้ถูกต้องและเป็นไปตามวัตถุประสงค์

สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์ (2526) ได้กล่าวถึง การวัดพฤติกรรมเจตพิสัย ไว้ว่า การวัดพฤติกรรมเจตพิสัย ไม่สามารถจะวัดได้ด้วยแบบทดสอบ เพราะแบบทดสอบจะให้คำตอบที่ว่า ถูกหรือผิด และผู้ถูกทดสอบพยายามที่จะทำให้ถูก ในสถานการณ์การสอบนั้นก็จะต้องพยายามตั้งใจให้ผู้ถูกทดสอบได้ใช้ความสามารถของเขาเต็มที่ แต่ในการวัดทางเจตพิสัยนั้นไม่มีคำตอบที่ว่าถูกหรือผิด และเป็นที่ยากที่จะตัดสินว่าอะไรคือความเชื่อ หรือความรู้สึกที่แท้จริงของเด็กอาจเป็นไปได้ในขณะที่ครูกำลังสังเกตความรู้สึกของนักเรียน นักเรียนอาจจะคิดหาคำตอบได้ ตามที่ครูต้องการแต่โดยข้อเท็จจริงแล้วนักเรียนอาจจะไม่รู้สึกลักษณะนั้นก็ได้ ดังนั้นผู้วัดจะต้องพยายามหาวิธีการเพื่อให้เห็นภาพความรู้ที่แท้จริงของนักเรียน

สุชีรา ภักทรายุทธวรรณ์ (2545, อ้างถึงในกาญจนา มากพูน, 2548) ก็ยังกล่าวไว้ว่า การวัดเจตคติไม่สามารถวัดได้โดยตรง แต่วัดทางอ้อมได้จากแนวโน้มที่บุคคลแสดงออก หรือจากการแสดงออกทางภาษา (Verbal Expression)

กล่าวโดยสรุปได้ว่า ขั้นตอนการประเมินผลการเรียนวิชาสุขศึกษา ครูผู้สอนสามารถจัดการประเมินผลได้ 3 ขั้นตอน คือ 1. การประเมินผลก่อนทำการสอน 2. การประเมินผลระหว่างทำการสอน และ 3. การประเมินผลหลังการสอน ซึ่งแบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ ประเมินผลหลังจบการสอนไปใน 1 คาบ หรือ 1 ภาคเรียน และประเมินผลเมื่อเรียนครบตามหลักสูตร



## 4.6 วิธีดำเนินการประเมินผล

กรมวิชาการ (2545) ได้เสนอ วิธีดำเนินการประเมินผล ไว้ดังนี้

### 1. การสังเกต โดยครูและนักเรียน

1.1 การสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน ขณะที่ครูกำลังทำการสอน ดูความสนใจ สีหน้า ท่าทาง ความกระตือรือร้น การให้ความร่วมมือในกิจกรรมต่างๆ การถามตอบปัญหาข้อข้องใจต่างๆ เป็นไปตามที่ครูตั้งจุดประสงค์หรือไม่ มากน้อยเพียงใด

1.2 สังเกตพฤติกรรมกาปฏิบัติของผู้เรียนหลังจากเรียนไปแล้ว ผู้เรียนได้นำไปปฏิบัติมากน้อยเพียงไร ผู้เรียนเกิดเจตคติที่ดีขึ้นหรือไม่ มีพฤติกรรมทางสุขภาพที่ถูกต้องมากน้อยเพียงไร เช่น การรับประทานอาหาร การเลือกซื้ออาหาร การปฏิบัติตนเกี่ยวกับความสะอาด การละเล่น การพักผ่อน และสุขปฏิบัติอื่นๆ ที่ครูสามารถสังเกตได้ หรือครูกำหนดให้ผู้เรียนสังเกตเพื่อนร่วมชั้น และรายงานผลการปฏิบัติโดยใช้แบบสังเกตที่ทำไว้

2. การสัมภาษณ์ การสนทนา หรือการซักถามจากตัวของนักเรียนเองในเรื่อง ความรู้ความเข้าใจ และการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ หรือบางครั้งพูดคุยหรือซักถามกับบุคคลที่เกี่ยวกับผู้เรียนคนอื่นๆ เช่น เพื่อน ครู ผู้ปกครอง ก็จะได้ข้อมูลเพิ่มเติมขึ้นเป็นการประเมินผลอีกวิธีหนึ่ง

3. การใช้แบบทดสอบแบบต่างๆ ทั้งแบบอัตนัยและปรนัย เช่น แบบตั้งคำถามเพื่อให้นักเรียนตอบตามที่นักเรียนรู้และเข้าใจ (อัตนัย) แบบเลือกตอบ แบบถูกผิด แบบจับคู่ แบบเติมคำ (ปรนัย) เป็นต้น โดยครูจะเป็นผู้เตรียมแบบทดสอบไว้ทดสอบไว้ก่อนทำการสอนหรือการสอบประจำภาคหรือประจำปี

4. การตรวจผลงานของผู้เรียน ในบางครั้งการสอนครูโดยใช้กิจกรรมต่างๆกัน มีการสั่งงานล่วงหน้าหรือหลังการสอน ให้ทำการค้นคว้า ทำรายงานหรือให้ทำการทดลองเรื่องต่างๆ แล้วนำผลงานส่งพร้อมทั้งทำรายงานหรือสรุปผลการปฏิบัติงานแล้วนำมาส่ง การเก็บข่าวจากหนังสือพิมพ์ วารสารต่างๆ ครูตรวจผลงานนั้นๆ และให้คะแนนตามผลงานที่นักเรียนได้นำมาส่ง

5. การปฏิบัติของผู้เรียน บางครั้งครูสอนโดยใช้กิจกรรมสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติเช่น การแปรงฟันอย่างถูกต้องวิธี การปฐมพยาบาลด้วยวิธีต่างๆ แล้วให้ผู้เรียนปฏิบัติตามครูสังเกตการปฏิบัติ หรือให้คะแนนตามแบบทดสอบที่สร้างขึ้น

6. **ศึกษาจากสถิติ การรายงานผลจากบัตรสุขภาพของผู้เรียน** จากการทดสอบสมรรถภาพ ซึ่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง สถิติการเจ็บป่วย การเกิดอุบัติเหตุ หรือจากรายงาน ผลการตรวจสุขภาพจากแพทย์ ทันตแพทย์ จากสถานพยาบาล หรืออนามัยโรงเรียนต่างๆ เป็นต้น ซึ่งข้อมูลต่างๆ เหล่านี้ ครูจะได้นำมาปรับปรุงการเรียนการสอนและแก้ไขปัญหาสุขภาพให้กับผู้เรียนได้ดีและถูกต้องยิ่งขึ้น

กล่าวโดยสรุปได้ว่าวิธีดำเนินการประเมินผลสามารถกระทำได้โดยสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน ทำการสัมภาษณ์ สนทนา การใช้แบบทดสอบ การตรวจผลงานของนักเรียน การปฏิบัติของนักเรียน และจากการรายงานผลการตรวจสุขภาพของนักเรียน

#### 4.7 การประเมินผลเรื่องเพศศึกษาในโรงเรียน

สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร (2541) กล่าวว่าไว้ว่า ตามปกติครูควรจะได้ทำการวัดผลการเรียนทางด้านความรู้หรือแนวความคิด ความรู้สึกหรือทัศนคติและการปฏิบัติหรือความประพฤติเกี่ยวกับเรื่องเพศ ตามจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ครูได้ตั้งขึ้นสำหรับการสอนในแต่ละบทเรียนเพื่อประเมินผลพฤติกรรมของเด็ก ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงการเรียนการสอนบทเรียนเพศศึกษาโดยตรง รวมทั้งควรวัดผลบทเรียนเพศศึกษาเพื่อประเมินผลการเรียนของเด็กเป็นครั้งคราว เช่น การสอบกลางภาค ปลายภาคและปลายปี ซึ่งครูจะได้วัดผลการเรียนหรือสอบและให้คะแนนเด็กแล้ว ถ้าหากโรงเรียนได้จัดและดำเนินโปรแกรมเพศศึกษาอย่างเป็นกิจจะลักษณะ โรงเรียนก็ควรจะได้วัดและประเมินผลโปรแกรมตามความมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้อีกส่วนหนึ่งด้วย

การประเมินผลโปรแกรมเพศศึกษาในโรงเรียนอาจกระทำได้หลายวิธีด้วยกัน แล้วแต่โรงเรียนว่าจะจัดและดำเนินการอย่างไรจึงจะเหมาะสม สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร (2541) ได้ระบุถึงเกณฑ์การประเมินผลพฤติกรรมทางเพศ ซึ่งโรงเรียนอาจใช้เป็นส่วนหนึ่งในการประเมินผลโปรแกรมการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนได้ โดยครูใช้การสังเกตเพื่อติดตามการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่าง ๆ หลังจากที่ครูได้สอนเพศศึกษาให้แก่เด็กไปสักช่วงระยะเวลาหนึ่งแล้ว และครูอาจสังเกตตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายในห้องเรียนโดยทั่วไปดีขึ้นหรือไม่
2. การแสดงออกหรือความประพฤติทางเพศที่สังเกตได้เป็นอย่างไร
3. มีพฤติกรรมทางเพศอะไรบ้างที่เปลี่ยนแปลงไป
4. นักเรียนสามารถเลือกอ่านหนังสือหรือวารสารหรือเอกสารเกี่ยวกับเรื่องเพศได้

เหมาะสมขึ้นหรือไม่

5. การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ หรือการเลือกประเภทของกิจกรรมสันทนาการ เปลี่ยนแปลงไปอย่างไร
6. ยังมีการพูดจาหยาบโผนเกี่ยวกับเรื่องเพศตามบริเวณห้องน้ำหรือห้องส้วมอยู่หรือไม่
7. ปฏิกริยาในการอภิปรายปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศที่นักเรียนได้แสดงออกมาเป็นอย่างไร
8. นักเรียนมีส่วนร่วมโดยทั่วไปในกิจกรรมการเรียนเกี่ยวกับเรื่องเพศดีขึ้นหรือไม่
9. นักเรียนมีการสำรวจในการพูดจา การแต่งตัว และความประพฤติอื่นๆ เป็นอย่างไร
10. การรู้จักควบคุมตัวเองหรือการมีวินัยในตนเองของนักเรียนดีขึ้นหรือไม่
11. มีประมวลคำเกี่ยวกับเรื่องเพศเพิ่มขึ้น และใช้ถ้อยคำเหล่านั้นได้ถูกต้องหรือไม่
12. มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่นดีขึ้นหรือไม่
13. ยังมีนักเรียนนำหนังสือโป๊หรือหนังสือลามกมาอ่านในห้องเรียนหรือไม่
14. ยังมีการเขียนข้อความหรือรูปภาพที่ลามกหรือสัปดนตามฝาผนังในห้องน้ำหรือห้องส้วมอยู่หรือไม่
15. การให้ความยอมรับนับถือหรือความร่วมมือกับเพื่อนต่างเพศเป็นอย่างไร

กล่าวโดยสรุปได้ว่าการประเมินผลการเรียนการสอนเพศศึกษา ผู้สอนควรประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้ง 3 ด้านคือ ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ เพื่อเป็นการทราบถึงว่าผู้เรียนนั้นได้บรรลุตามจุดประสงค์การเรียนรู้มากน้อยเพียงใด อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนา ปรับปรุงการจัดการเรียนการสอน กิจกรรมต่างๆ ให้มีความเหมาะสม เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมทางเพศของผู้เรียนต่อไป

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องมีจำนวน 5 เรื่อง ดังนี้

มณฑล ไตรรัตน์สิงห์กุล (2524) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การวิเคราะห์วิธีการแก้ปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่หก ตามหลักอริยสัจสี่ โดยมีวัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อ 1. ศึกษาวิธีการแก้ปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่หก ตามการแสดงออกทางการเรียน 2. เพื่อวิเคราะห์วิธีการแก้ปัญหาของนักเรียนตามหลักอริยสัจสี่ ผู้วิจัยได้สำรวจปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยให้นักเรียน 100 คน เขียนเรียงความเกี่ยวกับปัญหาที่เขาพบในชีวิตประจำวัน นำปัญหาที่มีความถี่มากที่สุด คือ ปัญหาความยากจน มาสร้างเป็นเรื่องของเด็กที่มีปัญหาความยากจน ให้นักเรียนที่เป็นตัวอย่างประชากร จำนวน 800 คน จากโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดฉะเชิงเทรา 50 โรงเรียน เขียนแก้ปัญหาโดยเสรี ผู้วิจัยได้สร้างเกณฑ์การวิเคราะห์วิธีการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ขึ้น แล้วนำข้อเขียนของนักเรียนมาวิเคราะห์หาขั้นตอนตามเกณฑ์ โดยหาค่าร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนร้อยละ 62.37 มีขั้นตอนการแก้ปัญหาครบทั้ง 4 ขั้นตอน คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค
2. นักเรียนเขียนแก้ปัญหาโดยแสดงว่า เข้าใจความหมายของปัญหา คือ ทุกข์ ร้อยละ 89.25 รู้สาเหตุของปัญหา คือ สมุทัย ร้อยละ 68.0 แสดงเจตนาในการแก้ปัญหา คือ นิโรธ ร้อยละ 100 และแสดงแนวทางในการแก้ปัญหา คือ มรรค ร้อยละ 100
3. นักเรียนแสดงเจตนาแก้ปัญหาด้วยตนเองมากกว่าที่จะให้ผู้อื่นช่วย
4. นักเรียนแสดงแนวทางการแก้ปัญหานั้น มรรค หมวด สัมมาสังกัปปะ สัมมาทิฐิ สัมมาวาจา สัมมาวิริยะ สัมมาสมาธิ มากที่สุดร้อยละ 100 รองลงมาเป็นสัมมาอาชีวะ ร้อยละ 97.26 และสัมมาทสิ ร้อยละ 62.37 ที่น้อยที่สุดคือ สัมมาสติ ร้อยละ 15.87
5. แนวทางการแก้ปัญหาคความยากจนที่มีลักษณะเด่น คือ การวางแผน ครอบครัว รัฐบาลช่วยในการชลประทาน การปลูกพืชหมุนเวียน พืชคลุมดิน รัฐบาลช่วยทำฝนเทียม เกษตรอำเภอและเกษตรตำบลช่วยเหลือให้คำปรึกษา การไม่ตัดไม้ทำลายป่า การปลูกป่า การใช้ทรัพยากรธรรมชาติให้เป็นประโยชน์ การขายผลิตผลโดยไม่ผ่านพ่อค้าคนกลาง การจัดตั้งสหกรณ์ชาวนา



อาภรณ์ ชุนดี (2525) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างวิธีแก้ปัญหตามหลักอริยสัจสี่ที่วัดจากความเรียงกับทักษะภาษาไทย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่หก โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างวิธีแก้ปัญหตามหลักอริยสัจสี่ที่วัดจากความเรียงกับทักษะภาษาไทย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่หก ผู้วิจัยได้สำรวจปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยให้นักเรียน 120 คน จาก 6 โรงเรียน ใน 6 อำเภอ ของจังหวัดนครปฐม เขียนเรียงความเกี่ยวกับปัญหาที่เขาพบในชีวิตประจำวัน นำปัญหาที่มีความถี่สูงสุด คือปัญหาความยากจน มาสร้างเรื่องราวกรณีปัญหา ให้นักเรียนที่เป็นตัวอย่างประชากร จาก 10 โรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนครปฐม จำนวน 300 คน เป็นนักเรียนชาย จำนวน 150 คน เป็นนักเรียนหญิง จำนวน 150 คน เขียนเรียงความแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องราวกรณีปัญหา และทำข้อทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์วิชาภาษาไทย ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ของสำนักงานทดสอบทางการศึกษา กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ นำข้อเขียนของนักเรียน มาวิเคราะห์ขั้นตอนการแก้ปัญหตามเกณฑ์การวิเคราะห์วิธีการแก้ปัญหตามหลักอริยสัจสี่ แล้วนำคะแนนทักษะภาษาไทยกับคะแนนขั้นตอนการแก้ปัญห มาหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัย พบว่า

1.คะแนนวิเคราะห์ขั้นตอนการแก้ปัญห ตามหลักอริยสัจสี่กับคะแนนทักษะภาษาไทย ของกลุ่มตัวอย่างประชากรทั้งหมด ของกลุ่มนักเรียนชายและของกลุ่มนักเรียนหญิง สัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญในทางที่ตามกัน แต่ค่าของความสัมพันธ์ค่อนข้างน้อย เท่ากับ 0.356 0.396 และ 0.282 ตามลำดับ

2.นักเรียนที่แก้ปัญหได้ครบขั้นตอนการแก้ปัญหของอริยสัจสี่ ทั้ง 4 ชั้น คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค มีเพียงร้อยละ 11.00 นักเรียนส่วนใหญ่ใช้วิธีการแก้ปัญหในชั้นมรรค และนักเรียนหญิงใช้ขั้นตอนในการแก้ปัญหามากกว่านักเรียนชาย

3.การแก้ปัญหของนักเรียน ชั้นทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค 8 รวม 11 หมวดหมู่ ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนร้อยละ 77.00 เขียนแก้ปัญหอยู่ระหว่าง 7-10 หมวดหมู่ นักเรียนร้อยละ 22.67 เขียนแก้ปัญหอยู่ระหว่าง 1-6 หมวดหมู่ และมีนักเรียนเพียงร้อยละ 0.33 ที่ไม่เขียนแก้ปัญห

วัลภา สิงห์บุญ (2539) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาโลกของงานอาชีพด้วยวิธีสอนแบบอริยสัจของนักศึกษาผู้ใหญ่ ประเภทชั้นเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนการเรียนและหลังการเรียนของนักศึกษาผู้ใหญ่ ประเภทชั้นเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่เรียนด้วยวิธีสอนแบบอริยสัจกับวิธีสอนตามปกติ กลุ่มตัวอย่างเป็น



นักศึกษาผู้ใหญ่ประเภทชั้นเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2538 ของโรงเรียนผู้ใหญ่วัดใหม่ช่องลม กรุงเทพมหานคร จำนวน 60 คน โดยสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi - Stage Random Sampling) แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 30 คน เรียนตามแผนการสอนด้วยวิธีสอนแบบอริยสังข์ กลุ่มควบคุม 30 คน ดำเนินการสอนตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t-test ผลการวิจัยพบว่า

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาโลกของงานอาชีพของนักศึกษาผู้ใหญ่ประเภทชั้นเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นของทั้งสองกลุ่ม หลังการเรียนสูงกว่าก่อนการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จารุเวศ ศิริวณิชกุล (2543) ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา และพุทธศาสนสุภาษิต โดยการสอนแบบอริยสังข์กับการสอนแบบปกติ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและพุทธศาสนสุภาษิต โดยการสอนแบบอริยสังข์กับการสอนแบบปกติ
2. ศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเรียนวิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและพุทธศาสนสุภาษิต โดยการสอนแบบอริยสังข์

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 2 ห้องเรียน ห้องเรียนละ 30 คน ที่เรียนในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2542 โรงเรียนมิ่งเมืองขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ได้มาโดยการจับสลากจากห้องเรียน 4 ห้องเรียน แล้วจับสลากอีกครั้งหนึ่งได้ 1 ห้องเรียนเป็นกลุ่มทดลอง และอีก 1 ห้องเรียนเป็นกลุ่มควบคุม รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ

1. แผนการสอนแบบอริยสังข์กับการสอนแบบปกติ
2. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
3. แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเรียนวิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและพุทธศาสนสุภาษิต โดยการสอนแบบอริยสังข์

การวิเคราะห์ข้อมูลจากสถิติใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ SPSS / for windows เพื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติทดสอบ ที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและพุทธศาสนสุภาษิต ที่เรียนโดยการสอนแบบอริยสังข์ สูงกว่านักเรียนที่เรียนโดยการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ด้านความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มที่เรียนโดยการสอนแบบอริยสังข์ นักเรียน

ส่วนใหญ่เห็นว่าการเรียนโดยการสอนแบบอริยสังคีติทำให้นักเรียนได้ฝึกการทำงานเป็นกลุ่ม มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน ทำให้เข้าใจบทเรียนได้รวดเร็ว และเข้าใจตนเองมากขึ้น มีการวางแผนการทำงานและได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล มีความสนุกสนานกับการเรียนและกล้าที่จะแสดงออก ซึ่งนำไปสู่ความสนใจในวิชาพระพุทธศาสนามากขึ้น และสามารถนำเอาความรู้จากการศึกษาค้นคว้าและประสบการณ์ที่ได้รับไปช่วยในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันได้อย่างมีสติ

ปริยารี หิรัญรัมย์ (2544) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การสอนตามแนวอริยสังคีติเรื่องน้ำเสียและการแก้ไขปัญหาหน้าเสียดสำหรับกลุ่มแม่บ้านเกษตรกร อำเภอ ธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ สร้างแผนการสอนตามแนวอริยสังคีติเรื่องน้ำเสียและการแก้ไขปัญหาหน้าเสียดสำหรับกลุ่มแม่บ้านเกษตรกร และทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนการสอนตลอดจนศึกษาวิธีการแก้ปัญหาของกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรในระหว่างการเรียนการสอน และศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียนการสอน กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาได้แก่ กลุ่มแม่บ้านเกษตรกร อำเภอ ธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบทดสอบความรู้ก่อนและหลังเรียน แบบศึกษาวิธีการแก้ปัญหา และแบบศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียนการสอน ผลการวิจัยพบว่า

1. ผลการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบทดสอบก่อนและหลังเรียน พบว่าคะแนนจากคำถาม 14 ข้อ จากคำถาม 20 ข้อ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และภาพรวมทั้ง 20 ข้อ พบว่าคะแนนจากแบบทดสอบหลังเรียน มีค่าเพิ่มขึ้นจากคะแนนจากแบบทดสอบก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. ผลการศึกษาวิธีการแก้ปัญหาของกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรตามแนวอริยสังคีติของพระพุทธศาสนา คือชั้นทุกข์ สมุทัย นิโรธ และชั้นมรรค พบว่า ในชั้นสมุทัยกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรสามารถแก้ปัญหาได้ดีกว่าชั้นตอนอื่น

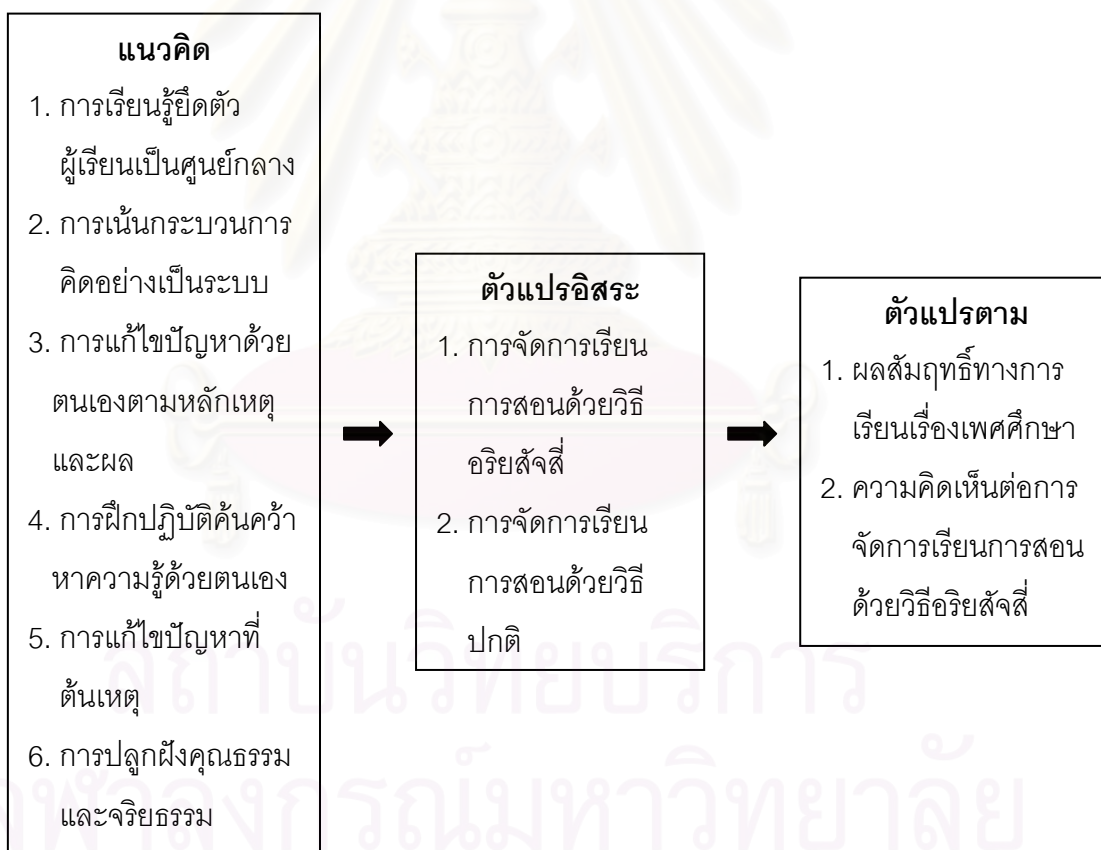
3. ผลการศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียนการสอนตามแนวอริยสังคีติ พบว่ากลุ่มแม่บ้านเกษตรกรส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในระดับมาก

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติพบว่า การสอนด้วยวิธีอริยสังคีติทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนพัฒนาขึ้น และสูงกว่าการสอนด้วยวิธีปกติ อีกทั้งพบได้ว่านักเรียนมีความพึงพอใจต่อการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติด้วย ซึ่งผู้วิจัยพบว่ายังไม่มีผู้นำวิธีการสอนแบบอริยสังคีติไปใช้สอนในเรื่องเพศศึกษา ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติในเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อศึกษา

ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ระหว่างกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติกับกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีปกติ และศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติ

## 6. กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ ดังนี้



### บทที่ 3

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

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

#### 1. ศึกษาค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

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

#### 2. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) ที่มีรูปแบบการวิจัยเป็น Pretest – Posttest Control Group Design คือ มีตัวอย่างออก 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่ และกลุ่มควบคุมที่เรียนวิธีปกติ มีการเก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง ดังแผนภาพที่ 1

แผนภาพที่ 1 รูปแบบการวิจัยแบบ Pretest – Posttest Control Group Design

กลุ่มทดลอง	O1 -----	X -----	O2
กลุ่มควบคุม	O2 -----	~X -----	O2

- O1 หมายถึง การเก็บข้อมูลก่อนการทดลอง  
 X หมายถึง การสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่  
 ~X หมายถึง การสอนด้วยวิธีปกติ  
 O2 หมายถึง การเก็บข้อมูลหลังการทดลอง

### 3. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

#### ประชากร

ประชากรที่นำมาทำการวิจัยในครั้งนี้คือนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนรายวิชา พ.31101 สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนพุทธจักรวิทยา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง

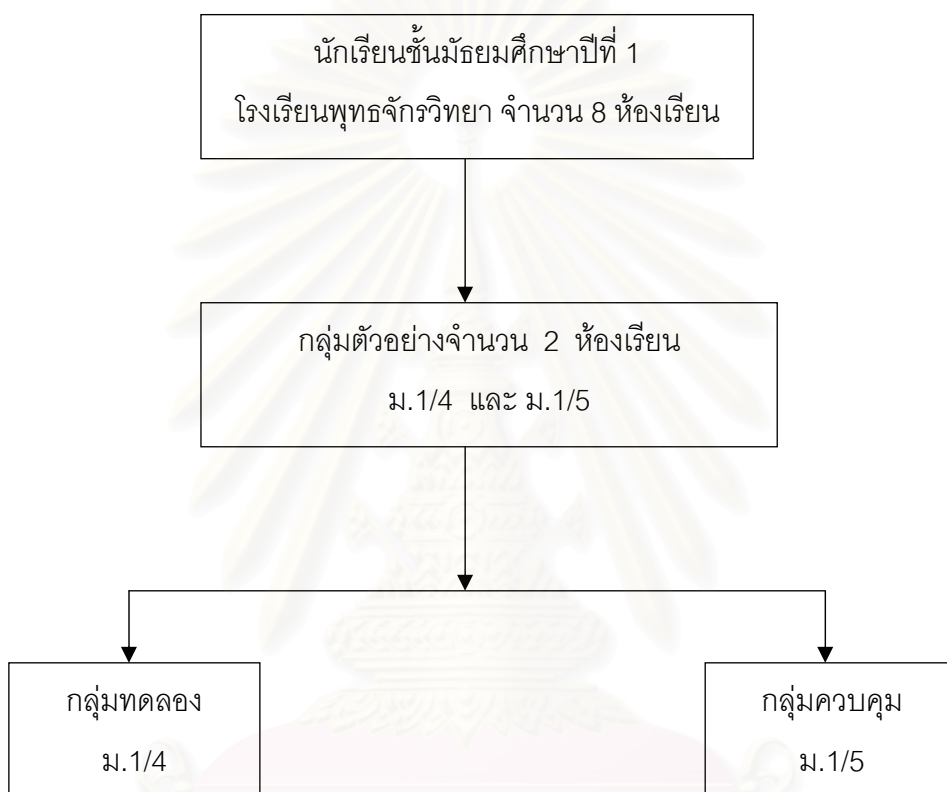
#### การสุ่มตัวอย่างห้องเรียน

1. ผู้วิจัยทำการสุ่มห้องเรียนในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพุทธจักรวิทยา จำนวน 2 ห้องเรียน จาก 8 ห้องเรียน ใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากเพื่อกำหนดให้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ผลการจับสลากได้ห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/4 และห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 / 5
2. หลังจากได้ห้องเรียนจำนวน 2 ห้องเรียนแล้ว ผู้วิจัยทำการสุ่มห้องเรียนเข้า



เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการจับสลาก ผลการจับสลากได้ห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/4 เป็นกลุ่มทดลอง และห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/5 เป็นกลุ่มควบคุม ซึ่งการสุ่มตัวอย่างมีขั้นตอนสรุปดังแผนภาพ ดังนี้

แผนภาพที่ 2 การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง



#### 4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอริยสัจสี่ เรื่องเพศศึกษา จำนวน 4 แผน คือ แผนที่ 1 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ และการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น แผนที่ 2 เรื่อง สุขอนามัยทางเพศ แผนที่ 3 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และ แผนที่ 4 เรื่อง ทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

- 2.1 แบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา
- 2.2 แบบสอบถามเจตคติเรื่องเพศศึกษา
- 2.3 แบบสอบถามการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา
- 2.4 แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธี

อริยสัจสี่

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

### แผนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอริยสัจสี่ เรื่องเพศศึกษา

ขั้นที่ 1 ศึกษา แนวคิด ทฤษฎี จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวิธีสอนแบบอริยสัจสี่

ขั้นที่ 2 สอบถามครูผู้สอนประจำรายวิชา พ.31101 สุขศึกษาและพลศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนพุทธจักรวิทยา ถึงโครงสร้างของเนื้อหาเรื่องเพศศึกษาที่สอนในภาคเรียนที่ 1

ขั้นที่ 3 ศึกษาเนื้อหาเรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ การเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น สุขอนามัยทางเพศ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง จากแบบเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากนั้นจึงกำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้

ขั้นที่ 4 สร้างแผนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอริยสัจสี่ เรื่องเพศศึกษา จำนวน 4 แผน คือ แผนที่ 1 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ และการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น แผนที่ 2 เรื่อง สุขอนามัยทางเพศ แผนที่ 3 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และแผนที่ 4 เรื่อง ทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง เพื่อนำไปใช้ในการทดลอง 4 สัปดาห์ ๆ ละ 1 คาบเรียน ๆ ละ 50 นาที แสดงรายละเอียดดังตารางที่ 5

ขั้นที่ 5 นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบ ความถูกต้อง ความครอบคลุมเนื้อหา และขั้นตอนกระบวนการเรียนรู้ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 6 ปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 7 นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อ

พิจารณาตรวจสอบ ความถูกต้อง ความครอบคลุมเนื้อหา และขั้นตอนกระบวนการเรียนรู้ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ แสดงในภาคผนวก ก.)

ขั้นที่ 8 ปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

ขั้นที่ 9 นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษา น้อมเกล้า สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง

ขั้นที่ 10 นำแผนการจัดการเรียนรู้มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบ ความถูกต้อง ความครอบคลุมเนื้อหา และขั้นตอนกระบวนการเรียนรู้

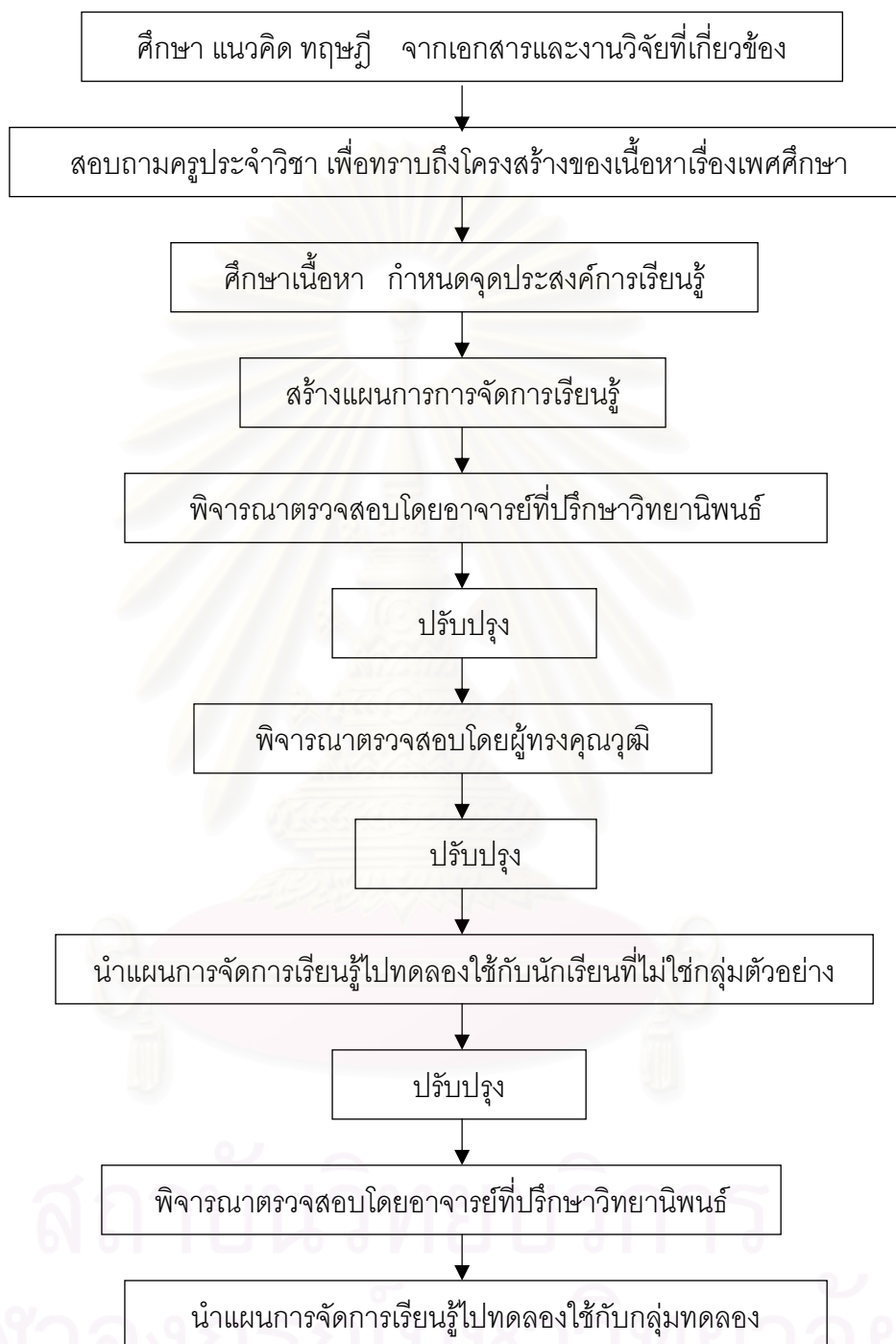
ขั้นที่ 11 นำไปใช้กับกลุ่มทดลอง

ตารางที่ 5 เนื้อหาเรื่องเพศศึกษา และจำนวนคาบเรียนของแผนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอริยสัจสี่

แผนการจัดการเรียนรู้	เนื้อหาเรื่องเพศศึกษา	จำนวนคาบ (นาที)
แผนที่ 1	อนามัยเจริญพันธุ์ และการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น	1 (50 นาที)
แผนที่ 2	สุขอนามัยทางเพศ	1 (50 นาที)
แผนที่ 3	โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	1 (50 นาที)
แผนที่ 4	ทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง	1 (50 นาที)

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แผนภาพที่ 3 สรุปขั้นตอนการสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอริยสังคีติ



## แบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา

ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นแบบทดสอบปรนัยชนิดเลือกตอบ (Multiple Choice) แบบ 4 ตัวเลือก ได้ดำเนินการสร้างแบบทดสอบความรู้ที่ครอบคลุมในเรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ การเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น สุขอนามัยทางเพศ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง ตามขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาวิธีการสร้างแบบทดสอบ จากเอกสาร ตำรา และหนังสือที่เกี่ยวข้องกับการวัดและการประเมินผล และการสร้างแบบทดสอบ

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์เนื้อหา กำหนดจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม กำหนดโครงเรื่องของเนื้อหาที่จะทดสอบ และสร้างผังของแบบสอบ

ขั้นที่ 3 สร้างแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ครอบคลุมในเรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ การเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น สุขอนามัยทางเพศ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง ซึ่งเป็นแบบทดสอบปรนัยชนิดเลือกตอบ (Multiple Choice) แบบ 4 ตัวเลือก จำนวน 50 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนคือ ตอบข้อคำถามถูกต้อง 1 คะแนน หากตอบข้อคำถามผิดได้ 0 คะแนน

ขั้นที่ 4 นำแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถาม การตั้งตัวเลือก ตัวลวง ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ปรับปรุงแบบทดสอบความรู้ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

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

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแบบทดสอบความรู้ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ข้อคำถามที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 43 ข้อ

ขั้นที่ 8 นำแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ได้ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนเศรษฐสุบุตรบำเพ็ญสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน



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

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

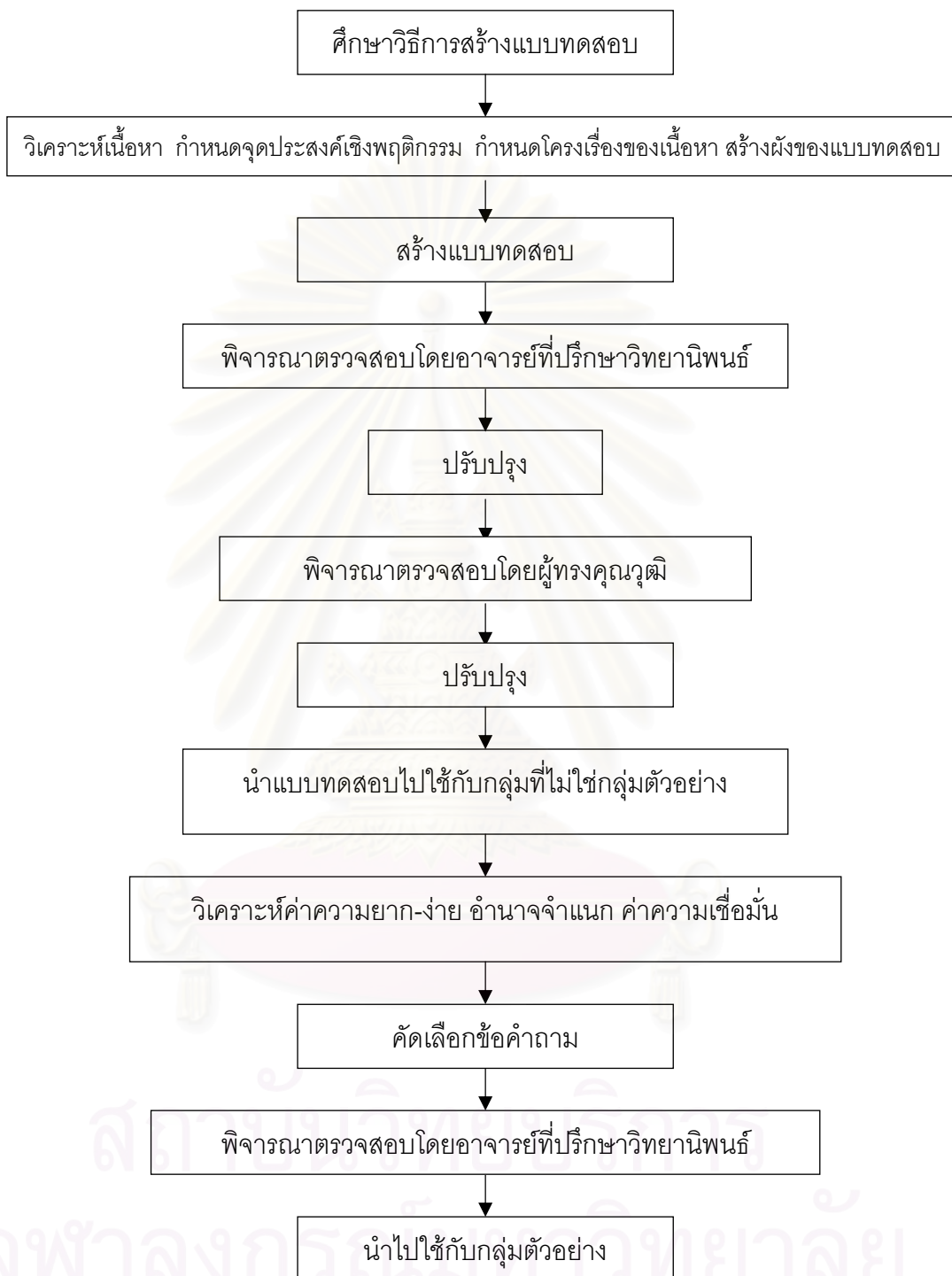
ขั้นที่ 11 นำแบบทดสอบความรู้มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณา ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถาม การตั้งตัวเลือก ตัวลวง ความถูกต้องการใช้ภาษา อีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้จริง

ขั้นที่ 12 นำแบบทดสอบความรู้ไปใช้กับกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แผนภาพที่ 4 สรุปขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้านความรู้



## แบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ตามขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา จากเอกสารและหนังสือที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบวัดเจตคติ

ขั้นที่ 2 สร้างแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ที่ครอบคลุมในเรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ การเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น สุขอนามัยทางเพศ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง

แบบสอบถามเจตคติ จำนวน 45 ข้อ โดยให้นักเรียนประเมินตามความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด ซึ่งระดับความคิดเห็นต่างๆ มีความหมาย ดังนี้

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

แบบสอบถามการปฏิบัติจำนวน 24 ข้อ โดยให้นักเรียนประเมินตามการปฏิบัติที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด ซึ่งระดับการปฏิบัติต่างๆ มีความหมาย ดังนี้

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

ขั้นที่ 3 นำแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา เสนอต่อ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 4 ปรับปรุงแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ตาม คำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 5 นำแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ที่ปรับปรุง แก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุง (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ แสดงในภาคผนวก ก.)

ขั้นที่ 6 ปรับปรุงแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา ตาม คำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ข้อคำถามของแบบสอบถามเจตคติที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 30 ข้อ และแบบสอบถามการปฏิบัติที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 30 ข้อ

ขั้นที่ 7 นำแบบสอบถามเจตคติที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 30 ข้อ และ แบบสอบถามการปฏิบัติที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 30 ข้อที่ได้ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนเศรษฐสุทรบุตราเพ็ญ สังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่มี ลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน

ขั้นที่ 8 นำแบบสอบถามเจตคติและการปฏิบัติ มาตรวจให้คะแนน แล้วนำผล คะแนน ไปวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง โดยกำหนดค่าของคะแนนดังนี้

#### แบบสอบถามเจตคติ

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

#### แบบสอบถามการปฏิบัติ

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

ขั้นที่ 9 คัดเลือกแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติที่มีค่าเที่ยงตั้งแต่ 0.7 ซึ่งได้แบบแบบสอบถามเจตคติ ที่อยู่ตามเกณฑ์จำนวน 15 ข้อ และแบบสอบถามการปฏิบัติที่อยู่ตามเกณฑ์จำนวน 20 ข้อ และนำแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติไปวิเคราะห์หาความเที่ยงอีกครั้ง โดยได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามเจตคติ เท่ากับ 0.92 และแบบสอบถามการปฏิบัติเท่ากับ 0.84

ขั้นที่ 10 นำแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา การใช้ตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่ง ก่อนนำไปใช้จริง

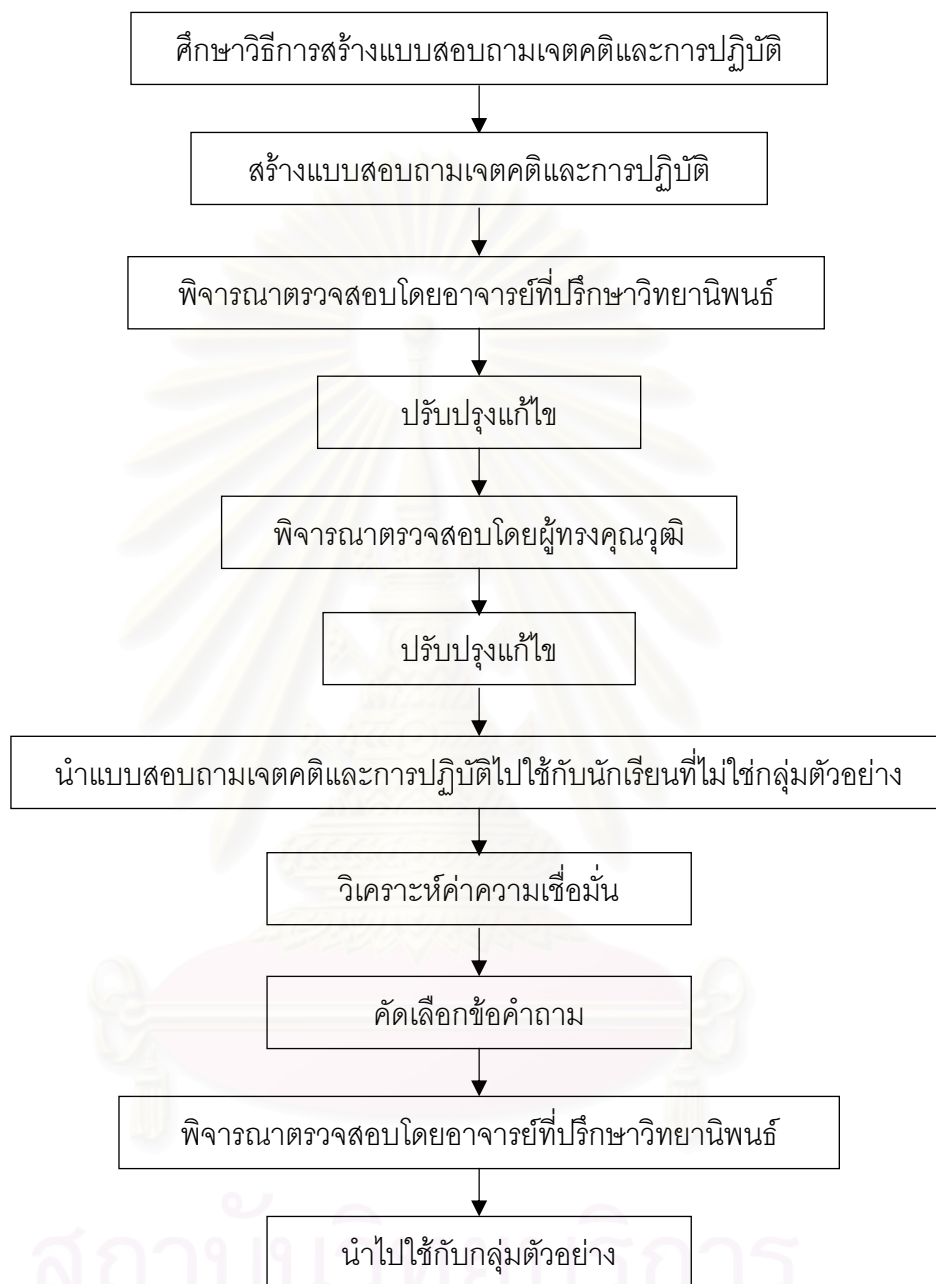
ขั้นที่ 11 นำแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติไปใช้กับกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



แผนภาพที่ 5 สรุปขั้นตอนการแบบสอบถามเจตคติ และการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา



## แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติ

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติในเรื่องของ ขั้นตอนการสอน กิจกรรมการเรียนการสอน ประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติ เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ตามขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็น จากเอกสารและหนังสือที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสอบถาม

ขั้นที่ 2 สร้างแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติ ที่ครอบคลุมในเรื่องของ ขั้นตอนการสอน กิจกรรมการเรียนการสอน ประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติ จำนวน 20 ข้อ โดยให้นักเรียนประเมินตามความคิดเห็นความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด ซึ่งระดับความคิดเห็นต่างๆ มีความหมาย ดังนี้

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

ขั้นที่ 3 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติ เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบ การตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 4 ปรับปรุงแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 5 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาตรวจสอบ การตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ แสดงในภาคผนวก ก.)

ขั้นที่ 6 ปรับปรุงแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธี

อริยสัจสี่ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ข้อคำถามที่ผ่านการพิจารณาจำนวน 20 ข้อ

ขั้นที่ 7 นำแบบวัดแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่ได้ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนเศรษฐสุทรบำเพ็ญ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อประเมินความเข้าใจภาษาที่ใช้ในการตั้งคำถาม

ขั้นที่ 8 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่มาวิเคราะห์เพื่อประเมินความเข้าใจภาษาที่ใช้ในการตั้งคำถาม

ขั้นที่ 9 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบการตั้งคำถาม ความถูกต้องการใช้ภาษา พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้จริง

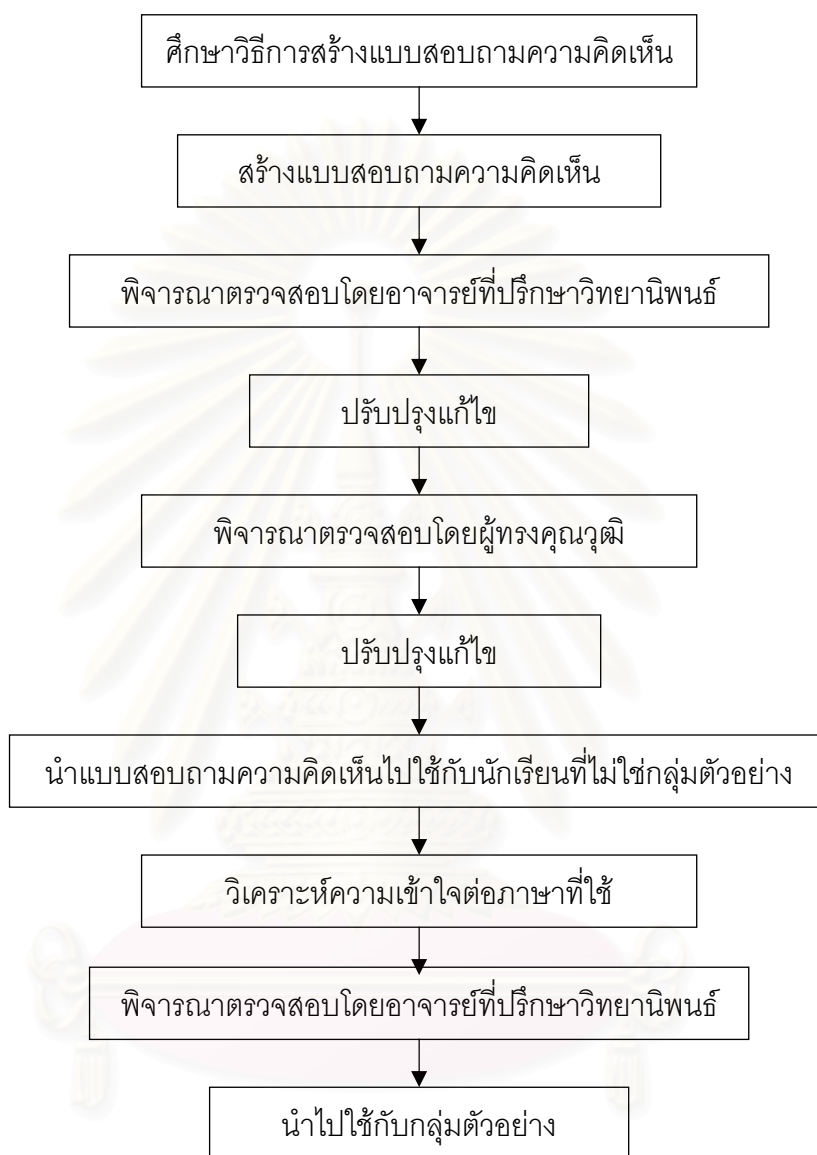
ขั้นที่ 10 นำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ไปใช้กับกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลอง

การประเมินระดับความคิดเห็นของแบบสอบถาม ใช้เกณฑ์กำหนดดังนี้

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

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แผนภาพที่ 6 สรุปขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 5. การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยเรื่องผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยศาสตร์เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

### ขั้นก่อนดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยติดต่อสำนักงานหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อทำหนังสือ ถึงผู้อำนวยการสถานศึกษาโรงเรียนพุทธจักรวิทยา ในการขออนุญาตทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
2. ผู้วิจัยทำการทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา โดยใช้แบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติ และแบบสอบถามการปฏิบัติก่อนการทดลองสอน ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้เวลาในการทดสอบ 50 นาที ในวันศุกร์ที่ 3 สิงหาคม พ.ศ. 2550

### ขั้นดำเนินการทดลองสอน

ผู้วิจัยดำเนินการสอนตามแผนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอริยศาสตร์เรื่องเพศศึกษา จำนวน 4 แผนการเรียนรู้ เฉพาะกลุ่มทดลองเท่านั้น เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ ๆ ละ 1 คาบเรียน ๆ ละ 50 นาทีในระหว่างวันที่ 10 – 31 สิงหาคม พ.ศ. 2550 ในส่วนกลุ่มควบคุมให้สอนเป็นธรรมชาติของครูผู้สอนรายวิชา พ. 31101

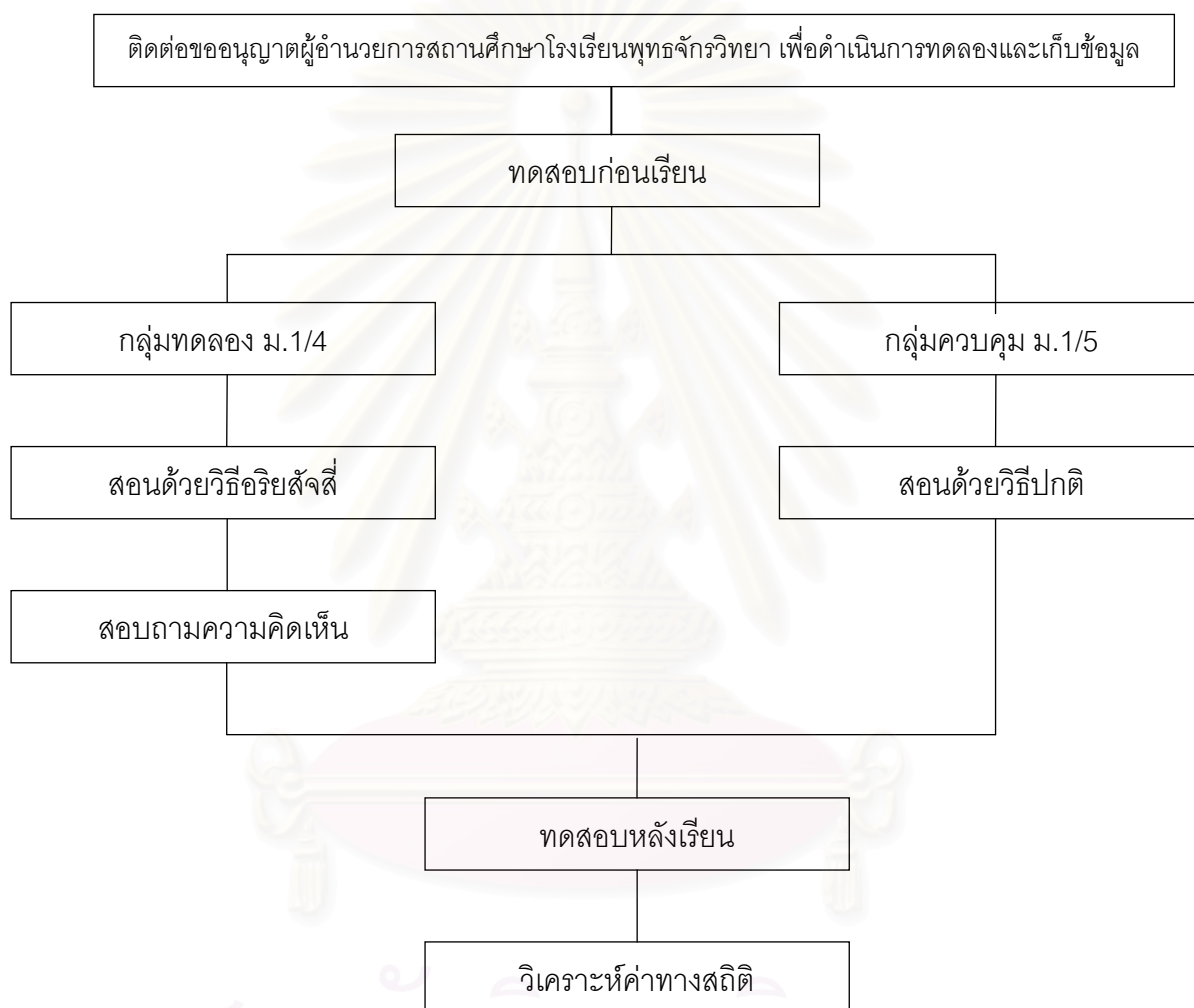
### ขั้นหลังการทดลองสอน

1. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองทำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยศาสตร์ โดยใช้เวลาในการตอบแบบสอบถาม 10 นาที ในวันศุกร์ที่ 31 สิงหาคม พ.ศ. 2550
2. ผู้วิจัยทำการทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา โดยใช้แบบทดสอบความรู้แบบสอบถามเจตคติ และแบบสอบถามการปฏิบัติก่อนการทดลองสอน ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้เวลาในการทดสอบ 50 นาที ในวันศุกร์ที่ 7 กันยายน พ.ศ. 2550 โดยใช้แบบทดสอบฉบับเดียวกันกับแบบทดสอบก่อนเรียน



3. นำคะแนนจากการทำแบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติ แบบสอบถามการปฏิบัติ และแบบสอบถามความคิดเห็น ไปทดสอบค่าทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมติฐานของการวิจัย

แผนภาพที่ 7 สรุปขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 6. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Science for Window Version 11.0) ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

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

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

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

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

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยแบ่งเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่และการสอนด้วยวิธีปกติ

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่

**ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่**

ตารางที่ 6 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (N=30)

ข้อความถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. ความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์	0.70	0.46	0.70	0.46	0.00
2. อวัยวะที่ผลิตอสุจิและสร้างฮอร์โมนเพศหญิง	0.50	0.50	0.63	0.49	-1.16
3. ข้อความที่กล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับอวัยวะเพศหญิง	0.37	0.49	0.73	0.45	-3.26*
4. ปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย	0.77	0.43	0.90	0.30	-1.68

ตารางที่ 6 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (N=30)

ข้อคำถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
5. การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์	0.23	0.43	0.50	0.50	-1.97*
6. ภาวะทางร่างกายที่พร้อมในการมีบุตร	0.53	0.50	0.87	0.34	-3.34*
7. แนวทางปรับตัวทางด้านอารมณ์ จิตใจ และสังคม	0.40	0.49	0.37	0.49	0.27
8. การปฏิบัติตนเมื่อเกิดประจำเดือน	0.07	0.25	0.53	0.50	-5.03*
9. การปฏิบัติตนเมื่อเกิดผื่นเปียก	0.30	0.46	0.43	0.50	-1.00
10. สุขอนามัยทางเพศเกี่ยวกับอวัยวะเพศ ชาย	0.17	0.37	0.47	0.50	-2.75*
11. สุขอนามัยทางเพศเกี่ยวกับอวัยวะเพศ หญิง	0.33	0.47	0.63	0.49	-2.52*
12. สาเหตุที่ทำให้เกิดสิว	0.47	0.50	0.53	0.50	-0.62
13. เชื้อโรคที่เป็นปัจจัยของการเกิดสิว	0.57	0.50	0.80	0.40	-1.88
14. พฤติกรรมที่ไม่เสี่ยงต่อการเกิดสิว	0.43	0.50	0.80	0.40	-4.09*
15. วิธีปฏิบัติตนเมื่อเกิดสิว	0.40	0.49	0.53	0.50	-1.07
16. การรักษาความสะอาดของร่างกายที่ ถูกวิธี	0.80	0.40	0.63	0.49	1.54
17. โรคเอดส์กับสุขภาพ	0.37	0.49	0.73	0.45	-3.00*
18. เชื้อไวรัสที่ก่อให้เกิดโรคเอดส์	0.77	0.43	0.90	0.30	-1.43
19. อาการของผู้ป่วยระยะโรคเอดส์เต็มขั้น	0.20	0.40	0.60	0.49	-3.24*
20. พฤติกรรมที่ไม่เสี่ยงต่อการเกิดโรคทาง เพศสัมพันธ์	0.40	0.49	0.73	0.45	-3.01*
21. การควบคุมและการป้องกันโรคเอดส์ที่ เหมาะสมที่สุด	0.60	0.49	0.67	0.47	-0.57

ตารางที่ 6 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (N=30)

ข้อความถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
22. พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคเอดส์	0.80	0.40	0.90	0.30	-1.00
23. หลักในการใช้ทักษะการปฏิเสธ	0.20	0.40	0.57	0.50	-3.26*
24. การปฏิบัติตนเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	0.40	0.49	0.33	0.47	0.57
25. คำพูดที่ใช้ในการปฏิเสธอย่างจริงจัง	0.50	0.50	0.50	0.50	0.00
26. สาเหตุการเกิดคดีข่มขืนเด็กและเยาวชน	0.37	0.49	0.50	0.50	-1.43
27. การหลีกเลี่ยงสถานการณ์ของนักเรียนที่มีคนรักในระหว่างเรียน	0.27	0.45	0.67	0.47	-4.39*
28. พฤติกรรมที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	0.60	0.49	0.67	0.47	-0.57
29. พฤติกรรมที่ไม่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	0.47	0.50	0.43	0.50	0.37
30. พฤติกรรมที่ไม่ควรปฏิบัติเมื่อถูกข่มขืน	0.47	0.50	0.67	0.47	-1.79
รวม	13.43	3.98	18.93	5.69	-5.51*

\*  $P < 0.05$

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่หลังการทดลองสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 13.43 และหลังการทดลองเท่ากับ 18.93 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้หลังการทดลองสูงขึ้น ยกเว้นข้อ 1 และข้อ 25 ที่มีค่าเฉลี่ยด้านความรู้เท่าเดิม ส่วนข้อ 7 ข้อ 16 ข้อ 24 และ ข้อ 29 มีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้หลังการทดลองลดลงเล็กน้อย

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เป็นรายข้อก็พบว่า ข้อ 3 ข้อ 5 ข้อ 6 ข้อ 8



ข้อ 10 ข้อ 11 ข้อ 14 ข้อ 17 ข้อ 19 ข้อ 20 ข้อ 23 และข้อ 27 มีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 7 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (N=30)

ข้อคำถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. การเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นเกิดขึ้นเฉพาะทางด้าน ร่างกาย และจิตใจเท่านั้น	2.13	0.81	2.47	0.90	-1.67
2. การเกิดผื่นเปียกในเด็กวัยรุ่นชาย เป็นการแสดงว่าเป็นคนที่หมกมุ่นเรื่องทางเพศมาก	2.50	0.77	2.73	0.86	-1.22
3. การมีหนดเคราของผู้ชาย แสดงถึงการเป็นคนที่มีความรุ่มรวยทางเพศสูง	2.57	1.00	2.97	0.89	-1.83
4. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นเรื่องผิดศีลธรรม	2.30	0.83	2.77	0.85	-2.19*
5. ขณะมีประจำเดือน ต้องไม่ออกกำลังกายทุกชนิด	2.60	0.89	2.83	0.91	-1.07
6. ผู้ที่มีสิ่วเต็มใบหน้า แสดงว่าหมกมุ่นเรื่องเพศมาก เกินไป	2.90	0.92	3.07	0.94	-0.72
7. การสวมถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์ ทำให้มีความรู้สึกทางเพศลดลง	2.33	0.75	2.73	0.94	-1.88
8. การตรวจเลือดก่อนแต่งงานเป็นการไม่ไว้วางใจกันของ คู่สมรส	2.47	0.90	2.47	1.00	0.00
9. การดื่มเบียร์ ไม่ทำให้เกิดอารมณ์ทางเพศได้	2.47	0.81	2.60	0.81	-0.68
10. การถูกยุงกัด ถือว่าเสี่ยงต่อการติดโรคเอดส์	2.80	0.84	3.10	0.88	-1.32
11. การคิดที่จะรักสนุกก็ไม่ต้องกลัวเป็นเอดส์	2.83	1.08	3.23	0.77	-2.11*

ตารางที่ 7 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (N=30)

ข้อความถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
12. การที่บุคคลผู้หนึ่งพูดจาดีแต่งกายสะอาดเรียบร้อย ก็ไว้วางใจได้แล้ว	2.57	1.07	2.83	0.91	-1.35
13. การแชท (Chat) ทางอินเทอร์เน็ต ไม่มีโอกาสเสี่ยงต่อการถูกชักจูงไปมีเพศสัมพันธ์	2.73	1.01	2.93	1.11	-0.67
14. การร้องไห้ เป็นวิธีการที่ดีในการปฏิเสธต่อสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	2.57	0.85	2.87	0.90	-1.17
15. การที่คนรักขอร้องไห้มีเพศสัมพันธ์ด้วยแล้ว อีกฝ่ายปฏิเสธ แสดงว่าไม่รักกันจริง	2.53	1.07	2.90	1.02	-1.57
รวม	38.00	5.99	42.50	7.06	-3.02*

\*P < 0.05

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่หลังการทดลองสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 38.00 และหลังการทดลองเท่ากับ 42.50 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติหลังการทดลองสูงขึ้น ยกเว้นข้อ 8 ที่มีคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเท่าเดิม

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติมาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเป็นรายข้อก็พบว่า ข้อ 4 และข้อ 11 มีคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 8 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t-test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและ หลังการทดลอง (N=30)

ข้อความถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. การติดตามข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ	2.47	1.10	2.83	0.87	-2.00*
2. การสังเกตการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย	3.13	0.90	3.10	0.88	0.17
3. การดูแลรักษาความสะอาดของอวัยวะเพศ	3.33	1.02	3.27	0.78	0.27
4. การล้างหน้าด้วยสบู่อ่อน ๆ หรือน้ำสะอาด	2.97	1.09	3.40	0.72	-2.14*
5. การพูดคุยสภาพกับเพื่อน ๆ ทั้งเพศชายและ เพศหญิง	2.77	0.97	2.80	0.88	-1.38
6. การระมัดระวังไม่ให้อวัยวะเพศถูก กระทบกระเทือน	2.83	1.08	2.97	0.92	-0.51
7. การนำผ้าเช็ดตัวไปผึ่งให้แห้งเมื่อใช้เสร็จแล้ว	3.07	1.14	3.20	0.99	-0.41
8. การอยู่กับเพศตรงข้ามตามลำพัง	3.30	0.91	3.10	0.80	0.92
9. การสูบบุหรี่	3.43	1.04	3.73	0.74	-1.72
10. การดื่มสุรา	3.67	0.66	3.70	0.70	-0.20
11. การดื่มเบียร์	3.60	0.77	3.83	0.46	-1.42
12. การไปสถานที่ที่เปลี่ยว ไม่มีผู้คน	3.53	0.73	3.57	0.67	-0.25
13. การพูดคุยกับเพื่อนเกี่ยวกับเรื่องลามก	2.73	1.08	3.03	0.80	-1.39
14. การแชท(Chat)ทางอินเทอร์เน็ตพูดคุย เกี่ยวกับเรื่องเพศ	3.27	0.86	3.57	0.67	-2.06*
15. การ ดูวิดีโอวีซีดี ที่มีภาพโป๊	3.43	0.81	3.57	0.67	-0.89
16. การอ่านสื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ การ์ตูน นิตยสาร ที่มีภาพโป๊	3.57	0.62	3.50	0.73	0.40
17. การดูภาพโป๊ทางอินเทอร์เน็ต	3.33	1.02	3.63	0.71	-1.87
18. การเที่ยวสถานเริงรมย์ในตอนกลางคืน เช่น บาร์ เคค	3.70	0.65	3.87	0.43	-1.54

ตารางที่ 8 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (N=30)

ข้อคำถาม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
19. การจับมือถือแขนกับเพศตรงข้าม	3.00	0.94	3.10	0.84	-0.48
20. การกอดจูบกับเพศตรงข้าม	3.43	1.04	3.70	0.79	-1.49
รวม	64.67	7.94	67.47	7.61	-2.07*

\* P < 0.05

จากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่หลังการทดลองสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 64.67 และหลังการทดลองเท่ากับ 67.47 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติหลังการทดลองสูงขึ้น ยกเว้นข้อ 2 ข้อ 3 ข้อ 8 และข้อ 16 มีคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติหลังการทดลองลดลงเล็กน้อย

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติมาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติเป็นรายข้อก็พบว่า ข้อ 1 ข้อ 4 และข้อ 14 มีคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 9 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของคะแนนความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง (N=30)

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	
ด้านความรู้	13.43 (คะแนนเต็ม 30 คะแนน)	44.76	18.93 (คะแนนเต็ม 30 คะแนน)	63.10	-5.51*
ด้านเจตคติ	38.00 (คะแนนเต็ม 60 คะแนน)	63.33	42.50 (คะแนนเต็ม 60 คะแนน)	70.83	-3.02*
ด้านการปฏิบัติ	64.67 (คะแนนเต็ม 80 คะแนน)	80.83	67.47 (คะแนนเต็ม 80 คะแนน)	84.33	-2.07*

\*P < 0.05

จากตารางที่ 9 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีตหลังการเรียนสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 13.43 และหลังการทดลองเท่ากับ 18.93 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีตหลังการเรียนสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 38.00 และหลังการทดลองเท่ากับ 42.50 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติมาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีตหลังการเรียนสูงขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองเท่ากับ 64.67 และหลังการทดลองเท่ากับ 67.47 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติมาทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง ก็พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่และการสอนด้วยวิธีปกติ

ตารางที่ 10 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที ( t - test ) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ข้อความถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	(N=30)		(N=30)		
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. ความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์	0.77	0.43	0.70	0.46	0.57
2. อวัยวะที่ผลิตต่อสุจิและสร้างฮอร์โมนเพศหญิง	0.37	0.49	0.63	0.49	-2.10*
3. ข้อความที่กล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับอวัยวะเพศหญิง	0.50	0.50	0.73	0.45	-1.88
4. ปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย	0.60	0.49	0.90	0.30	-2.81*
5. การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์	0.50	0.50	0.50	0.50	0.00
6. ภาวะทางร่างกายที่พร้อมในการมีบุตร	0.90	0.30	0.87	0.34	0.39
7. แนวทางปรับตัวทางด้านอารมณ์ จิตใจ และสังคม	0.50	0.50	0.37	0.49	1.03
8. การปฏิบัติตนเมื่อเกิดประจำเดือน	0.20	0.40	0.53	0.50	-2.80*
9. การปฏิบัติตนเมื่อเกิดผื่นเปื่อยก	0.37	0.49	0.43	0.50	-0.51
10. สุขอนามัยทางเพศเกี่ยวกับอวัยวะเพศชาย	0.73	0.45	0.47	0.50	2.15*
11. สุขอนามัยทางเพศเกี่ยวกับอวัยวะเพศหญิง	0.70	0.46	0.63	0.49	0.54
12. สาเหตุที่ทำให้เกิดสิว	0.53	0.50	0.53	0.50	0.00
13. เชื้อโรคที่เป็นปัจจัยของการเกิดสิว	0.77	0.43	0.80	0.40	-0.30
14. พฤติกรรมที่ไม่เสี่ยงต่อการเกิดสิว	0.70	.046	0.80	0.40	-0.88
15. วิธีปฏิบัติตนเมื่อเกิดสิว	0.57	0.50	0.53	0.50	0.25

ตารางที่ 10 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม

ข้อความคำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	(N=30)		(N=30)		
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
16. การรักษาความสะอาดของร่างกายที่ถูกวิธี	0.63	0.49	0.63	0.49	0.00
17. โรคเอดส์กับสุขภาพ	0.40	0.49	0.73	0.45	-2.72*
18. เชื้อไวรัสที่ก่อให้เกิดโรคเอดส์	0.67	0.47	0.90	0.30	-2.24*
19. อาการของผู้ป่วยระยะโรคเอดส์เต็มขั้น	0.03	0.18	0.60	0.49	-5.84*
20. พฤติกรรมที่ไม่เสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์	0.53	0.50	0.73	0.45	-1.61
21. การควบคุมและการป้องกันโรคเอดส์ที่เหมาะสมที่สุด	0.63	0.49	0.67	0.47	-0.26
22. พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคเอดส์	0.70	0.46	0.90	0.30	-1.96*
23. หลักในการใช้ทักษะการปฏิเสธ	0.20	0.40	0.57	0.50	-3.10*
24. การปฏิบัติตนเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	0.37	0.49	0.33	0.47	0.26
25. คำพูดที่ใช้ในการปฏิเสธอย่างจริงจัง	0.33	0.47	0.50	0.50	-1.30
26. สาเหตุการเกิดคดีข่มขืนเด็กและเยาวชน	0.60	0.49	0.50	0.50	0.76
27. การหลีกเลี่ยงสถานการณ์ของนักเรียนที่มีคนรักในระหว่างเรียน	0.27	0.45	0.67	0.47	-3.33*
28. พฤติกรรมที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	0.53	0.50	0.67	0.47	-1.04
29. พฤติกรรมที่ไม่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	0.57	0.50	0.43	0.50	1.02
30. พฤติกรรมที่ไม่ควรปฏิบัติเมื่อถูกข่มขืน	0.43	0.50	0.67	0.47	-1.83
รวม	15.57	5.39	18.93	5.69	-2.34*

\*P < 0.05

จากตารางที่ 10 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่หลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 18.93 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 15.57 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้สูงกว่ากลุ่มควบคุมในข้อ 2 ข้อ 3 ข้อ 4 ข้อ 8 ข้อ 9 ข้อ 13 ข้อ 14 ข้อ 17 ข้อ 18 ข้อ 19 ข้อ 20 ข้อ 21 ข้อ 22 ข้อ 23 ข้อ 25 ข้อ 27 ข้อ 28 และข้อ 30 ส่วนข้อ 5 ข้อ 12 และข้อ 16 มีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เท่าเทียม และในข้อ 1 ข้อ 6 ข้อ 7 ข้อ 10 ข้อ 11 ข้อ 15 ข้อ 24 ข้อ 26 และข้อ 29 มีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมเล็กน้อย

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เป็นรายข้อก็พบว่า ข้อ 2 ข้อ 4 ข้อ 8 ข้อ 10 ข้อ 17 ข้อ 18 ข้อ 19 ข้อ 22 ข้อ 23 และข้อ 27 มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยในข้อ 10 พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยด้านความรู้ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 11 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ข้อคำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	(N=30)		(N=30)		
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. การเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นเกิดขึ้นเฉพาะทางด้านร่างกาย และจิตใจเท่านั้น	2.13	0.86	2.47	0.90	-1.46
2. การเกิดผื่นเปียกในเด็กวัยรุ่นชาย เป็นการแสดงว่าเป็นคนที่หมกมุ่นเรื่องทางเพศมาก	2.33	0.88	2.73	0.86	-1.76
3. การมีหนวดเคราของผู้ชาย แสดงถึงการเป็นคนที่มีความอึดทนทางเพศสูง	2.80	0.96	2.97	0.89	-0.69

ตารางที่ 11 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม

ข้อความ	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	(N=30)		(N=30)		
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
4. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นเรื่องผิดศีลธรรม	2.67	0.92	2.77	0.85	-0.43
5. ขณะมีประจำเดือน ต้องไม่ออกกำลังกายทุกชนิด	2.57	0.97	2.83	0.91	-1.09
6. ผู้ที่มีสิ่วเต็มใบหน้า แสดงว่าหมกมุ่นเรื่องเพศมาก เกินไป	2.93	0.90	3.07	0.94	-0.55
7. การสวมถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์ ทำให้มี ความรู้สึกทางเพศลดลง	2.40	1.03	2.73	0.94	-1.30
8. การตรวจเลือดก่อนแต่งงานเป็นการไม่ไว้วางใจกันของคู่สมรส	2.17	0.91	2.47	1.00	-1.20
9. การดื่มเบียร์ ไม่ทำให้เกิดอารมณ์ทางเพศได้	2.50	1.00	2.60	0.81	-0.42
10. การถูกยุงกัด ถือว่าเสี่ยงต่อการติดโรคเอดส์	2.63	0.99	3.10	0.88	-1.91
11. การคิดที่จะรักส누กก็ไม่ต้องกลัวเป็นเอดส์	3.20	1.09	3.23	0.77	-0.13
12. การที่บุคคลผู้หนึ่งพูดจาดีแต่งกายสะอาดเรียบร้อย ก็ไว้วางใจได้แล้ว	2.57	0.77	2.83	0.91	-1.22
13. การแชท (Chat) ทางอินเทอร์เน็ต ไม่มีโอกาส เสี่ยงต่อการถูกชักจูงไปมีเพศสัมพันธ์	2.60	1.10	2.93	2.60	-1.16
14. การร้องไห้ เป็นวิธีการที่ดีในการปฏิเสธต่อสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	2.63	0.96	2.87	0.90	-0.96

ตารางที่ 11 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม

ข้อความถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	(N=30)		(N=30)		
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
15. การที่คนรักขอร้องให้มีเพศสัมพันธ์ด้วย แล้วอีกฝ่ายปฏิเสธ แสดงว่าไม่รักกันจริง	2.87	1.22	2.90	1.02	-0.11
รวม	39.00	9.28	42.50	7.06	-1.64

\*  $P < 0.05$

จากตารางที่ 11 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่หลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 42.50 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 39.00 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้สูงกว่ากลุ่มควบคุมทุกข้อ

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติมาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมพบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเป็นรายข้อก็พบว่า ทุกข้อไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 12 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม

ข้อคำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	(N=30)		(N=30)		
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1. การติดตามข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ	2.70	0.83	2.83	0.87	-0.60
2. การสังเกตการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย	3.07	0.90	3.10	0.88	-0.14
3. การดูแลรักษาความสะอาดของอวัยวะเพศ	3.77	0.62	3.27	0.78	2.72*
4. การล้างหน้าด้วยสบู่อ่อน ๆ หรือน้ำสะอาด	3.37	0.96	3.40	0.72	-0.15
5. การพูดคุยสภาพกับเพื่อน ๆ ทั้งเพศชายและเพศหญิง	2.97	0.76	2.80	0.88	0.78
6. การระมัดระวังไม่ให้อวัยวะเพศถูกกระทบกระเทือน	3.47	0.86	2.97	0.92	2.16*
7. การนำผ้าเช็ดตัวไปผึ่งให้แห้งเมื่อใช้เสร็จแล้ว	3.40	0.85	3.20	0.99	0.83
8. การอยู่กับเพศตรงข้ามตามลำพัง	3.30	0.79	3.10	0.80	0.97
9. การสูบบุหรี่	3.80	0.48	3.73	0.74	0.41
10 การดื่มสุรา	3.73	0.69	3.70	0.70	0.18
11. การดื่มเบียร์	3.36	0.76	3.83	0.46	-1.22
12. การไปสถานที่ที่เปลี่ยว ไม่มีผู้คน	3.47	0.97	3.57	0.67	-0.46
13. การพูดคุยกับเพื่อนเกี่ยวกับเรื่องลามก	3.10	1.09	3.03	0.80	0.26
14. การแชท(Chat)ทางอินเทอร์เน็ตพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศ	3.37	1.06	3.57	0.67	-0.86
15. การดูวีดิทัศน์ วีซีดี ที่มีภาพโป๊	3.57	0.81	3.57	0.67	0.00
16. การอ่านสื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ การ์ตูน นิตยสารที่มีภาพโป๊	3.43	0.89	3.50	0.73	-0.31
17. การดูภาพโป๊ทางอินเทอร์เน็ต	3.57	0.67	3.63	0.71	-0.36
18. การเที่ยวสถานเริงรมย์ในตอนกลางคืน เช่น บาร์ เคค	3.63	0.80	3.87	0.43	-1.39
19. การจับมือถือแขนกับเพศตรงข้าม	3.33	0.71	3.10	0.84	1.15

ตารางที่ 12 (ต่อ) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม

ข้อคำถาม	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	(N=30)		(N=30)		
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
20. การถอดจุกกับเพศตรงข้าม	3.57	0.93	3.70	0.79	-0.59
รวม	68.23	10.24	67.47	7.61	0.32

\*  $P < 0.05$

จากตารางที่ 12 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่หลังการทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมเล็กน้อย โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 67.47 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 68.23 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติสูงกว่ากลุ่มควบคุมในข้อ 1 ข้อ 2 ข้อ 4 ข้อ 11 ข้อ 12 ข้อ 14 ข้อ 16 ข้อ 17 ข้อ 18 และข้อ 20 ส่วนข้อ 15 ที่มีค่าเฉลี่ยด้านความรู้เท่าเดิม และในข้อ 3 ข้อ 5 ข้อ 6 ข้อ 7 ข้อ 8 ข้อ 9 ข้อ 10 ข้อ 13 และข้อ 19 มีค่าเฉลี่ยด้านการปฏิบัติต่ำกว่ากลุ่มควบคุมเล็กน้อย

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติมาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติเป็นรายข้อพบว่า ข้อ 3 และข้อ 6 ในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยด้านการปฏิบัติต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันนวัตกรรมการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 13 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติที ของคะแนน ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t
	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	คะแนนที่ได้	ร้อยละ	
ด้านความรู้	15.57	51.90	18.93	63.10	-2.34*
	(คะแนนเต็ม 30 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 30 คะแนน)		
ด้านเจตคติ	39.00	65.00	42.50	70.83	-1.64
	(คะแนนเต็ม 60 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 60 คะแนน)		
ด้านการปฏิบัติ	68.23	85.23	67.47	84.33	0.32
	(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		(คะแนนเต็ม 80 คะแนน)		

\*  $P < 0.05$

จากตารางที่ 13 พบว่า กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่เรียนด้วยวิธี อริยสังขีหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 18.93 และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 15.57 เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้าน ความรู้มาทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติที่เรียนด้วยวิธีอริยสังขีหลังการทดลอง สูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 42.50 และกลุ่มควบคุมมีคะแนน เฉลี่ยเท่ากับ 39.00 และเมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติมาทดสอบความ แตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติที่เรียนด้วยวิธีอริยสังขีหลังการ ทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 67.47 และกลุ่มควบคุมมี คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 68.23 และเมื่อนำคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติมา ทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก็พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธี อริยสังคีติ

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นต่อการจัดการเรียน  
การสอนด้วยวิธีอริยสังคีติ (N=30)

ข้อความ	$\bar{X}$	SD	ระดับความคิดเห็น
1. ส่งเสริมให้นักเรียนได้รู้จักสังเกตปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว	3.60	0.56	ดีมาก
2. สามารถรู้สาเหตุต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดปัญหา	3.73	0.52	ดีมาก
3. กระตุ้นให้นักเรียนมีความต้องการที่จะหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้หมดไป	3.47	0.81	ดี
4. ส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนากระบวนการคิด	3.73	0.45	ดีมาก
5. กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียน	3.83	0.37	ดีมาก
6. ส่งเสริมให้นักเรียนค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง	3.60	0.62	ดีมาก
7. ได้ฝึกให้นักเรียนทำงานเป็นกลุ่ม	3.70	0.70	ดีมาก
8. ครูเป็นผู้ชี้แนะแนวทาง และอำนวยความสะดวกในการจัดการเรียนการสอน	3.50	0.73	ดีมาก
9. ส่งเสริมให้นักเรียนเป็นคนมีเหตุผล	3.63	0.55	ดีมาก
10. ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้เป็นลำดับขั้นตอน	3.43	0.72	ดี
11. นักเรียนเกิดแรงจูงใจที่ต้องการจะเรียนรู้	3.37	0.85	ดี
12. ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในกลุ่ม	3.30	0.95	ดี
13. ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในชั้นเรียน	3.43	0.85	ดี
14. ส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออกทางความคิด	3.63	0.55	ดีมาก
15. มีการใช้สื่อและเอกสารประกอบการเรียนต่างๆ ที่หลากหลาย	3.73	0.45	ดีมาก
16. ฝึกให้นักเรียนมีการอภิปราย และวิเคราะห์	3.60	0.49	ดีมาก
17. มุ่งพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรม	3.60	0.56	ดีมาก

ตาราง 14 (ต่อ) ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ (N=30)

ข้อความ	$\bar{X}$	SD	ระดับความคิดเห็น
18. บรรยากาศในการเรียนไม่ตึงเครียด และเป็นกันเอง	3.60	0.72	ดีมาก
19. รู้ว่าปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ไข	3.73	0.45	ดีมาก
20. พอใจในการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่	3.73	0.45	ดีมาก
คะแนนเฉลี่ย	3.59	7.14	ดีมาก

จากตารางที่ 14 แสดงให้เห็นว่า นักเรียนที่เรียนเรื่องเพศศึกษาด้วยวิธีอริยสัจสี่ มีความเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ โดยรวมอยู่ในระดับดีมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ระหว่างกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่กับกลุ่มที่เรียนโดยการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีปกติ และศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนพุทธจักรวิทยา จังหวัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่ จำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุมที่เรียนด้วยวิธีปกติ จำนวน 30 คน สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอริยสัจสี่เรื่องเพศศึกษา จำนวน 4 แผน แบบทดสอบด้านความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.79 ค่าความยากง่ายอยู่ในช่วง 0.20 - 0.73 และค่าอำนาจจำแนกอยู่ในช่วง 0.20 - 0.80 แบบสอบถามด้านเจตคติเรื่องเพศศึกษาที่มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.92 และด้านการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.84 และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสอนกลุ่มทดลองด้วยตนเอง ส่วนกลุ่มควบคุมให้ครูประจำวิชาเป็นผู้สอนตามปกติ มีการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนทั้งสองกลุ่มก่อนและหลังการทดลอง จากนั้นนำข้อมูลที่ได้อามาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบความแตกต่างด้วยค่าที (t-test)

#### สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่องผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สรุปได้ดังนี้

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่พบว่า หลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติสูงขึ้น และเมื่อนำมาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่อง

เพศศึกษาก่อนและหลังการเรียนด้วยวิธีอริยสังคีตพบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีตกับการสอนด้วยวิธีปกติพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ และด้านเจตคติของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีตหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ ส่วนในด้านการปฏิบัติมีคะแนนเฉลี่ยน้อยกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ แต่ก็มีคะแนนเฉลี่ยใกล้เคียงกัน และเมื่อนำมาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีตกับนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติก็พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักเรียนที่เรียนเรื่องเพศศึกษาด้วยวิธีอริยสังคีต มีความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีตโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก

### อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีตที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัย ดังนี้

#### 1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีต

1.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีต พบว่าหลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยสูงขึ้น ทั้งนี้อาจสืบเนื่องมาจากการที่นักเรียนได้เรียนรู้หลัก และรายละเอียดของเนื้อหาวิชา ฝึกการค้นคว้า การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้ฝึกการวิเคราะห์ การอภิปราย การคิดอย่างเป็นระบบเป็นขั้นตอน และการได้รับสื่อประกอบการเรียนเพื่อให้เกิดความเข้าใจในบทเรียนได้มากขึ้น รวมทั้งการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับผู้สอนที่ใช้วิธีการสอนแบบอริยสังคีต จึงอาจส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนในทิศทางที่มากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยอื่นที่เกี่ยวข้องกับการใช้วิธีอริยสังคีตได้แก่ งานวิจัยของ วัลภา สิงห์บุญ (พ.ศ.2539) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาโลกของงานอาชีพด้วยวิธีสอนแบบอริยสังคีตของนักศึกษาผู้ใหญ่ ประเภทชั้นเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร ที่พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาโลกของงานอาชีพของ

นักศึกษาผู้ใหญ่ประเภทชั้นเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นของทั้งสองกลุ่ม หลังการเรียนสูงกว่าก่อนการเรียน

นอกจากนี้ สุชาติ โสภประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542) ยังได้กล่าวไว้ว่า “พฤติกรรมด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด แต่ละด้านมักไม่เกิดขึ้นโดยอิสระ มักเกิดขึ้นรวมๆ กัน และพึ่งพาอาศัยกัน หรือเสริมพลังซึ่งกันและกัน การสร้างเสริมพฤติกรรมอย่างหนึ่งจะมีผลช่วยสร้างเสริมพฤติกรรมอื่น ๆ ด้วยเสมอ การพัฒนาพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งจึงเป็นการพัฒนาพฤติกรรมอย่างอื่นๆ ไปด้วยโดยทางอ้อม ดังนั้นผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ที่สูงขึ้น ย่อมส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ และด้านปฏิบัติสูงขึ้นตามไปด้วย”

1.2 เมื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติ ก่อนและหลังการเรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติมีค่าสูงขึ้น ทั้งนี้อาจสืบเนื่องจากว่า การสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่มีขั้นตอนในการสอนจากขั้นทุกข์ ขั้นสมุทัย ขั้นนิโรธ และขั้นมรรค ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนที่เป็นลำดับขั้นตอน การให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้วยการพิจารณาจากปัญหา ที่ผู้สอนนำมาใช้ในการสอน เมื่อผู้เรียนได้เรียนรู้ปัญหาแล้ว จะต้องระบุสาเหตุของการเกิดปัญหานั้นได้ เพื่อที่จะได้แก้ไขปัญหาที่ต้นเหตุ อันเป็นการแก้ปัญหาที่ถูกวิธี จากนั้นผู้เรียนก็จะกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหามาตามสาเหตุ และสุดท้ายผู้เรียนก็ต้องเปรียบเทียบแนวทางแก้ไขปัญหาเพื่อเลือกแนวทางแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมที่สุดไปแก้ไข ทั้งนี้จากคำกล่าวของสาโรช บัวศรี (อ้างถึงใน สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ, 2545) ซึ่งเป็นผู้นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจ ก็ได้กล่าวไว้ว่า “วิธีการอริยสัจสี่เป็นวิธีการแห่งปัญญา หรือการคิดแบบ Reflective Thinking ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนรู้จักแก้ไขปัญหาที่เป็นระบบขั้นตอน ส่งเสริมให้ผู้เรียนเป็นคนมีเหตุมีผล เป็นกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักวิทยาศาสตร์ที่ได้รับการยอมรับ ส่งเสริมกระบวนการคิด รวมทั้งให้ผู้เรียนได้เผชิญสถานการณ์ และสามารถค้นคว้าหาความรู้มาประยุกต์ใช้เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง” นอกจากนี้ก็ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปริยารี หิรัญรัมย์ (2544) ซึ่งได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องการสอนตามแนวอริยสัจสี่เรื่องน้ำเสียและการแก้ไขปัญหาน้ำเสียสำหรับกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรอำเภอบึงสามพัน จังหวัดปทุมธานี ก็พบว่า การเปรียบเทียบคะแนนจากแบบทดสอบก่อนและหลังเรียน พบว่าคะแนนจากแบบทดสอบหลังเรียน มีค่าเพิ่มขึ้นจากคะแนนจากแบบทดสอบก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## 2. การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่กับการสอนด้วยวิธีปกติ

2.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้ และด้านเจตคติของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ ส่วนในด้านการปฏิบัติมีคะแนนเฉลี่ยน้อยกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ ทั้งนี้อาจสืบเนื่องจากการเรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่นั้นแตกต่างจากการเรียนด้วยวิธีปกติคือ เป็นการจัดการเรียนการสอนที่ให้นักเรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้อย่างแท้จริง กล่าวคือ มีการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ เช่น ฝึกให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ อภิปราย มีการใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้ผู้เรียนตอบ มีการให้ผู้เรียนได้ฝึกคิดหาปัญหา หาสาเหตุ แนวทางแก้ไข มีการระดมสมอง การใช้กระบวนการกลุ่ม การตั้งสถานการณ์สมมติ การใช้สื่อการสอนที่หลากหลาย เช่น หนังสือ วารสาร ภาพ ภาพโฆษณา ข่าวจากทางหนังสือพิมพ์ และทางอินเทอร์เน็ต สถิติ ตัวอย่างของจริง รวมทั้งการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนโดยมีแหล่งเรียนรู้ที่ผู้วิจัยได้จัดไว้มุมหนึ่งของห้อง จัดกระบวนการเรียนรู้ดังกล่าว จะเอื้อต่อพัฒนาการของผู้เรียนด้านความรู้ และด้านเจตคติ เพราะผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันระหว่างกลุ่มเพื่อน ได้รับประสบการณ์ตรงจากการดูสื่อ ได้ค้นคว้าหาข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ วีรยุทธ วิเชียรโชติ (2548) ที่กล่าวว่า “การใช้คำถาม นับว่าเป็นเครื่องมือทางสติปัญญาที่มนุษย์ใช้ในการแสวงหาความรู้ ความเข้าใจ ส่วนการคิด เป็นความสามารถในการวิเคราะห์ การสังเคราะห์ การประเมินที่เป็นเหตุ เป็นผล หรือการประเมินผลไปหาสาเหตุ ซึ่งเป็นหลักถูกต้องตามความเป็นจริง และการเรียนรู้ที่ให้เกิดความคิดในเชิงวิเคราะห์ มีวิจารณ์ญาณ นั้นจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้” ส่วนสุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ (2542) ก็ได้กล่าวว่า “การใช้สื่อการสอนหรือวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ มีความสำคัญและจำเป็นมาก เพราะจะช่วยทำให้เนื้อหาบทเรียนที่เข้าใจยาก หรือเป็นนามธรรมกลายเป็นเนื้อหาที่เข้าใจง่าย และเป็นรูปธรรมมากขึ้น และถ้าหากผู้เรียนได้เห็นของจริงจะช่วยให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรงซึ่งมีความหมายและมีผลต่อการเรียนรู้ได้เร็วขึ้น การสอนให้นักเรียนได้เรียนรู้ในสิ่งหรือเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนเอง จะเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้ตามความสนใจ ความต้องการ และตรงกับปัญหาได้เป็นอย่างดี ซึ่งจะทำให้บทเรียนมีความหมายต่อตัวนักเรียนมาก” สอดคล้องกับการวิจัยของ จารุเวศ ศิริวิณิชกุล (2543) ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและ พุทธศาสนสุภาษิต โดยการสอนแบบอริยสัจสี่กับการสอนแบบปกติ ที่พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



วิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและพุทธศาสนสุภาษิต ที่เรียนโดยการสอนแบบอริยสัจสี่ สูงกว่านักเรียนที่เรียนโดยการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่ หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยน้อยกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติเล็กน้อย ทั้งนี้อาจสืบเนื่องมาจากว่าพื้นฐานการปฏิบัติตนในเรื่องที่เกี่ยวกับเพศศึกษาของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่ อยู่ในระดับดีอยู่แล้ว ดังตัวอย่างเช่น พฤติกรรมการเที่ยวสถานเริงรมย์ในตอนกลางคืน เช่น บาร์ เคาท์ การดื่มเบียร์ การสูบบุหรี่ มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 3.87 3.83 และ 3.73 ตามลำดับ นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมปฏิบัติไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้อย่างรวดเร็ว จะต้องใช้ระยะเวลาที่นานพอควรจึงจะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้ ดังที่ ค้วน ขาวหนู (ม.ป.ป.) ได้กล่าวไว้ว่า “การเกิดทักษะการปฏิบัติมิใช่เกิดขึ้นง่าย ๆ จะต้องมีการกระทำเป็นขั้นตอน หรือมีขั้นตอนของการเกิดจึงจะเกิดทักษะการปฏิบัติขึ้นได้ ซึ่งคนเราจะเกิดทักษะในเรื่องใดก็ต้องสั่งสมความสามารถอย่างอื่นไว้มาก่อน นั่นคือทักษะการปฏิบัติมีลำดับขั้นของการเกิด 5 ขั้น จากจุดเริ่มต้นไปจนถึงขั้นเป็นทักษะการปฏิบัติอย่างแท้จริงได้แก่ การเลียนแบบ การลงมือทำตามแบบ ความถูกต้อง ความต่อเนื่อง และการกระทำเองโดยธรรมชาติ”

2.2 เมื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่กับนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ส่วนด้านเจตคติและการปฏิบัติ พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การที่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านความรู้มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสัจสี่มีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ อาจสืบเนื่องจากการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่เป็นการสอนที่เป็นกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ เป็นการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนได้ฝึกคิด ค้นคว้า อภิปราย วิเคราะห์ รวมทั้งได้รู้จักสังเกตสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเพื่อนำมาประมวลลำดับความคิด ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของก่องแก้ว เจริญอักษร (อ้างถึงในปริยาริ หิรัญรัมย์, 2544) ที่กล่าวไว้ว่า “วิธีสอนแบบอริยสัจสี่เป็นวิธีสอนที่เน้นให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการคิด” อีกทั้งการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจถึงตัวปัญหา และสาเหตุของปัญหา เพื่อที่จะได้หาแนวทางแก้ไขปัญหาจากสาเหตุโดยตรง ซึ่งเป็นการแก้ไขปัญหาที่ถูกต้องและเหมาะสม เพราะปัญหาทุกอย่างต้องแก้ที่ต้นเหตุจึงจะทำให้ปัญหานั้นลดลงหรือหมดไปซึ่งในการเรียนเรื่องเพศศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ให้ผู้เรียนระบุปัญหาจากสถานการณ์ต่างๆ ที่อาจจะเกิด



ขึ้นกับนักเรียนได้ ปัญหาต่างๆ นี้ นักเรียนต้องสามารถระบุได้ถึงปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาขึ้น และผู้สอนได้กระตุ้นให้นักเรียนหาแนวทางแก้ไขปัญหาและเลือกแนวทางแก้ไขที่เหมาะสมมาใช้ กระบวนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีตจึงช่วยให้ผู้เรียนเป็นคนมีเหตุผล ดังที่พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2542) ได้กล่าวไว้ว่า “อริยสังคีต เป็นวิธีการแห่งปัญญา ซึ่งดำเนินการแก้ไขปัญหา ตามระบบแห่งเหตุผล เป็นระบบวิธีแบบอย่าง ซึ่งวิธีแก้ปัญหาใดๆ ก็ตาม ที่จะมีคุณค่าและ สมเหตุสมผลจะต้องดำเนินไปในแนวเดียวกันเช่นนี้” นอกจากนี้ในการสอนด้วยวิธีอริยสังคีตยังได้นำข้อมูลข่าวสารจากแหล่งต่างๆ เช่น หนังสือพิมพ์ อินเทอร์เน็ต มาใช้เป็นสื่อในการประกอบ ความเข้าใจในบทเรียนตลอดจนมีการจัดกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่าง ผู้สอนและเพื่อนร่วมชั้นเรียนด้วย รวมทั้งยังได้มีการเสริมแรงจูงใจให้กับผู้เรียนด้วย เช่น กล่าว ยอมรับความคิดเห็น กล่าวชื่นชมเมื่อผู้เรียนตอบคำถามถูก การเสริมแรงจูงใจให้กับผู้เรียนนั้น จะทำให้ผู้เรียนมีความตื่นตัว สนใจ ตั้งใจเรียน และมีกำลังใจที่จะเรียนมากขึ้น อันจะส่งผลให้ เกิดการเรียนรู้ได้ดีขึ้นด้วย สอดคล้องกับคำกล่าวของ ค้วน ขาวหนู (ม.ป.ป.) ที่กล่าวว่า “ธรรมชาติของนักเรียนเมื่อแสดงความสามารถหรือความคิดเห็นอย่างใดอย่างหนึ่งออกไปแล้ว ย่อมต้องการให้ผู้อื่นยอมรับในความรู้และความสามารถของเขา และการที่ครูแสดงท่าทางยอมรับ กล่าวชมโดยตรง เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น จะเป็นการช่วยส่งเสริมสิ่งที่นักเรียน กำลังกระทำอยู่ให้ถูกต้องยิ่งขึ้น”

ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาด้านเจตคติของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีต กับนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ก็พบว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีตมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 42.50 ทั้งนี้อาจสืบเนื่องจากว่า พื้นฐานความคิด ความเชื่อ ของนักเรียนทั้งสองกลุ่มไม่มีความแตกต่างกัน ทั้งก่อนและหลังการเรียน เมื่อพิจารณาจากค่าคะแนนเฉลี่ยรายชื่อแล้วมี คะแนนใกล้เคียงกันด้วย อีกทั้งการเปลี่ยนแปลงด้านเจตคติจะไม่สามารถประเมินได้จากการทำ แบบสอบถามด้านเจตคติได้โดยตรง สอดคล้องกับคำกล่าวของ สุชีรา ภัทรายุตวรรตน์ (2545, อ้างถึงในกาญจนา มากพูน, 2548) ที่กล่าวว่า “การวัดเจตคติไม่สามารถวัดได้โดยตรง แต่วัดทางอ้อมได้จากแนวโน้มที่บุคคลแสดงออก หรือจากการแสดงออกทางภาษา (Verbal expression) ซึ่งวัดได้ในรูปของความเห็น (Opinion) “

สำหรับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธี อริยสังคีตกับนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 และพบว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีตมีคะแนนเฉลี่ยน้อยกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธี

ปกติ เพียงเล็กน้อยเท่านั้น คะแนนเฉลี่ยกับ 67.47 ทั้งนี้อาจสืบเนื่องจากว่าพื้นฐานการปฏิบัติของนักเรียนในเรื่องเกี่ยวกับเพศศึกษาทั้งสองกลุ่มอยู่ในระดับที่ดีอยู่แล้ว จึงไม่มีความแตกต่างกัน นอกจากนี้การปฏิบัติต้องใช้ระยะเวลาในการเปลี่ยนแปลงจึงจะเห็นผลของการปฏิบัติได้ สอดคล้องกับคำกล่าวของ จ่านง อิมสมบูรณ์ (2537) ที่กล่าวว่า “การปฏิบัติสามารถประเมินผลได้ง่ายแต่กระบวนการจะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัตินี้ต้องอาศัยเวลา และการตัดสินใจหลายขั้นตอน” และยังสอดคล้องกับสุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545) ที่กล่าวว่า “วิธีสอนแบบอริยสังคีตเป็นวิธีการเรียนการสอนที่ใช้เวลามากพอสมควร”

### 3. ความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีต

นักเรียนที่เรียนเรื่องเพศศึกษาด้วยวิธีอริยสังคีต มีความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีตโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณารายข้อก็พบว่า ความคิดเห็นในเรื่องเกี่ยวกับ “การกระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียน” มีค่าเฉลี่ยของคะแนนมากที่สุด ซึ่งเท่ากับ 3.83 รองลงมาคือเรื่อง “สามารถรู้สาเหตุต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดปัญหา” “ส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนากระบวนการคิด” “มีการใช้สื่อและเอกสารประกอบการเรียนต่าง ๆ ที่หลากหลาย” และ “รู้ว่าปัญหาทุกอย่างมีทางแก้” ซึ่งมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากันคือเท่ากับ 3.73 ทั้งนี้อาจสืบเนื่องจากการเรียนด้วยวิธีอริยสังคีตนั้นเน้นให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียน โดยใช้กระบวนการกลุ่มทำให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนมากขึ้น มีการให้นักเรียนได้ค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองอย่างเป็นอิสระจากแหล่งการเรียนรู้ที่ผู้สอนจัดให้ ทั้งยังได้มีการสร้างปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนระหว่างในกลุ่มและนอกกลุ่ม เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน อีกทั้งผู้สอนยังกระตุ้นความสนใจในการเรียนการสอนด้วยการเลือกใช้สื่อการเรียนที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจบทเรียนและสนใจในการเรียนมากยิ่งขึ้น ตลอดจนการที่ผู้สอนให้ความสำคัญกับตนเองกับนักเรียน มีการเสริมแรงจูงใจโดยการกล่าวชมเชย ยอมรับความคิดเห็นของนักเรียน ย่อมทำให้บรรยากาศในการเรียนไม่ตึงเครียด และนักเรียนรู้สึกสนุกสนาน ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ ศรีมงคล เทพเรณู (2545) ที่กล่าวว่า “การสร้างความสนใจช่วยให้การเรียนการสอนประสบความสำเร็จเป็นอย่างดีและมีประสิทธิภาพ ทำให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมที่จะเรียนบทเรียน อีกทั้งช่วยคลายความตึงเครียด และช่วยสร้างเจตคติที่ดีต่อการเรียนการสอน” นอกจากนี้สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ (2542) ก็ยังกล่าวไว้ว่า “ความเป็นกันเองย่อมนำมาซึ่งมิตรภาพ และสัมพันธภาพที่ดี เมื่อครูทำตนเป็นมิตรกับเด็ก เด็กก็จะมีแต่ความสบายใจและความพร้อมที่จะเรียนรู้ อีกทั้งการแบ่งกลุ่มให้เด็กได้ศึกษาหาความรู้หรือทำงานด้วยกัน นอกจากจะส่งผลดีต่อการเรียนการสอนในบทเรียนนั้น ๆ แล้ว ยังช่วยทำให้เด็กได้รู้จักกับเพื่อน ๆ และปรับตัวให้เข้ากันได้เป็นอย่างดี รวมทั้งการใช้กิจกรรม

หลาย ๆ อย่างสอนเด็ก จะช่วยทำให้เด็กได้เรียนด้วยความสนุกสนานและมีชีวิตชีวา ได้เปลี่ยนบรรยากาศและไม่ทำให้น่าเบื่อหน่ายเหมือนกับการใช้กิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว สอนเด็กซ้ำซากอยู่ทุกชั่วโมง” สำหรับงานวิจัยของ จารุเวศ ศิริวิณิชกุล (พ.ศ 2543) ซึ่งศึกษา เรื่อง การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและพุทธศาสนสุภาษิต โดยการสอนแบบอริยสังคีติกับการสอนแบบปกติ พบว่า ความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มที่เรียนโดยการสอนแบบอริยสังคีติ นักเรียนส่วนใหญ่เห็นว่าการเรียนโดยการสอนแบบอริยสังคีติทำให้นักเรียนได้ฝึกการทำงานเป็นกลุ่ม มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน ทำให้เข้าใจบทเรียนได้รวดเร็ว และเข้าใจตนเองมากขึ้น มีการวางแผนการทำงานและได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล มีความสนุกสนานกับการเรียนและกล้าที่จะแสดงออก ซึ่งนำไปสู่ความสนใจในวิชาพระพุทธศาสนา มากขึ้น และสามารถนำเอาความรู้จากการศึกษาค้นคว้าและประสบการณ์ที่ได้รับไปช่วยในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันได้อย่างมีสติ และการวิจัยของ ปริญญา หิรัญรัมย์ (2544) เรื่อง การสอนตามแนวอริยสังคีติเรื่องน้ำเสียและการแก้ไขปัญหาน้ำเสียสำหรับกลุ่มแม่บ้านเกษตรกร อำเภอ ัญบุรี จังหวัดปทุมธานี ก็พบว่า ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียนการสอนตามแนวอริยสังคีติ นั้น กลุ่มแม่บ้านเกษตรส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในระดับมากอีกด้วย

### ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ผลการวิจัยพบว่าการสอนเพศศึกษาด้วยวิธีอริยสังคีติ ทำให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาสูงกว่าการสอนด้วยวิธีปกติ ดังนั้นครูผู้สอนสุขศึกษาควรนำการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติไปประยุกต์ใช้ในการจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาในระดับชั้นเรียนอื่น ๆ เพื่อพัฒนาให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งเป็นแนวทางสำคัญในการแก้ไขปัญหาเรื่องเพศของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพอีกด้วย
2. ครูผู้สอนเนื้อหาสุขศึกษาในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ควรนำแนวทางการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติไปใช้ในการจัดกระบวนการจัดการเรียนรู้ในเนื้อหาสุขศึกษาอื่น ๆ เช่น เนื้อหาเรื่องยาเสพติด โภชนาการ สุขภาพผู้บริโภค โรคติดต่อ และโรคไม่ติดต่อ เป็นต้น เนื่องจากเนื้อหาเหล่านี้ครูผู้สอนสามารถจัดกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียนระบุปัญหา วิเคราะห์สาเหตุ หาแนวทางแก้ไขปัญหารวมทั้งเลือกแนวทางแก้ไขปัญหามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งจะส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในอันที่จะพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ดีได้ นอกจากนี้การสอนด้วยวิธีอริยสังคีติไม่เพียงจะเน้นแต่เนื้อหาที่เป็นปัญหาและการหาแนวทางแก้ไขปัญหานั้น ยังสามารถนำไปใช้ในการสอนเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับประเด็นอื่น ๆ ที่ไม่ใช่ประเด็นเรื่องของปัญหาโดยตรง

3. การสอนด้วยวิธีอริยสังคีติ เป็นการสอนที่มีการจัดกระบวนการจัดการเรียนรู้ หลากหลาย จึงเป็นวิธีการที่ใช้ระยะเวลาในการสอนมาก ดังนั้นครูผู้สอนควรจะทำความเข้าใจในการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติเป็นอย่างดี มีการวางแผนการสอนที่ดี เตรียมจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับระยะเวลา และเลือกใช้สื่อการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนและเนื้อหาที่จะสอน เพื่อให้ทำให้การเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติประสบผลสำเร็จเป็นอย่างดี

4. การประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านเจตคติ และด้านการปฏิบัติของนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีอริยสังคีติ ควรใช้เวลานานพอควรในการประเมินผล ทั้งนี้เพื่อให้ได้มองเห็นถึงเจตคติ และการปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาในบทเรียนได้อย่างชัดเจน

### ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในเรื่องความคงทน หลังจากการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติไปแล้ว ทั้งนี้เพื่อให้เห็นถึงประสิทธิภาพของการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติในระยะยาวต่อไป

2. ควรศึกษาผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติเรื่องเพศศึกษาในกลุ่มอื่นๆ เช่น ระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ระดับอุดมศึกษา

3. ควรศึกษาผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสังคีติเรื่องเพศศึกษาที่มีต่อตัวแปรอื่นๆ เช่น การสืบค้นข้อมูลเรื่องเพศศึกษา ความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหา ความสามารถในการคิดสร้างสรรค์ เป็นต้น



## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กาญจนา มากพูน. ผลการเรียนรู้การสอนด้วยวิธีสตอรี่ไลน์ ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาไทยและเจตคติ ต่อการเรียนการสอนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.
- ก่องแก้ว เจริญอักษร. กลวิธีสอนสังคมศึกษา : รวมบทความ . กรุงเทพมหานคร : ภาควิชามัธยมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542.
- ก่องแก้ว เจริญอักษร, ความรู้เรื่องธรรมวิทยา : เอกสารคำสอนวิชา 2701272 ธรรมวิทยา. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์ตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.
- ควบคุมโรค, กรม. สถานการณ์ผู้ป่วยเอดส์ [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.epi.moph.go.th> [14 เมษายน 2550].
- ค้วน ขาวหนู. เทคนิคการสอนและการวัดผลสุขศึกษา. กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, มปป.
- จารุเวศ ศิริวิณิชกุล. การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและพุทธศาสนสุภาษิต โดยการสอนแบบอริยสัจสี่กับการสอนแบบปกติ. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2543.
- จำนงค์ อิ่มสมบุญ. การสุขศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพ. มปป, 2537.
- ชาญชัย คุ่มพงษ์. ตะลึง ใจ! กว่าครึ่งมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน. **คมชัดลึก** (18 ธันวาคม 2549).
- ชื่นฤทัย กาญจนะจิตรา และคนอื่น ๆ. **สุขภาพคนไทย 2548**. นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), 2548.
- ณัฐภรณ์ หลาวทอง. การวัดและการประเมินผลทางการศึกษา : เอกสารประกอบการสอนรายวิชา 2702303. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.
- ถนอมวรรณ อัญช่า. **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น**. กรุงเทพมหานคร : กลุ่มวิจัยและพัฒนา สำนักส่งเสริมและพัฒนาอันทนการ สำนักงานพัฒนาการกีฬาและนันทนาการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2547.



ทิตินา เขมมณี. **ศาสตร์การสอน องค์ความรู้เพื่อการจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่มี**

**ประสิทธิภาพ.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550.

ประภาศรี สีหอำไพ. **พื้นฐานการศึกษาทางศาสนาและจริยธรรม.** กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.

ปริยารี หิรัญรัมย์. **การสอนตามแนวอริยสัจสี่เรื่องน้ำเสียและการแก้ไขปัญหาน้ำเสียสำหรับกลุ่มแม่บ้านเกษตรกร อำเภอ ธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี.** วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.

ปรุฑม บัญศรีตัน. **หลักพระพุทธศาสนา.** เชียงใหม่ : ภาควิชาปรัชญาและศาสนา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2549.

พนม เกตุมาน. **สุขภาพจิตวัยรุ่น.** ใน มานี ปิยะอนันต์, ชาญชัย วันทนาศิริ, ประเสริฐ คันสนีย์วิทย์กุล (บรรณาธิการ), **เข้าใจ วัยอลวน,** 90-93. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาสถิติศาสตร์-นรีเวช วิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล, 2548.

พรพิมล จันท์พลับ. **พัฒนาการวัยรุ่น.** พระนครศรีอยุธยา : คณะเกษตรศาสตร์ (พระนครศรีอยุธยา หันตรา) สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล, 2538.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). **พุทธธรรม.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2542.

เพ็ญศรี พิชัยธนิธ. **อนามัยครอบครัว.** กรุงเทพฯ : คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2528

มณฑล ไตรรัตน์สิงห์กุล. **การวิเคราะห์วิธีการแก้ปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่หก ตามหลักอริยสัจสี่.** วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.

มยุรี ภูงามทอง. **เพศศึกษา และสุขภาพในครอบครัว.** กรุงเทพมหานคร : กรมการฝึกหัดครู, 2533.

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. **ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี รำลึก.** กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2537.

ยุพา พูนขำ และกอบกาญจน์ มหัทธโน. **เพศศึกษา : ภูมิคุ้มกันที่วัยรุ่นต้องได้รับ. วารสารส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม** 24 (เมษายน – มิถุนายน 2544) : 26 – 29.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542.** กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์, 2546.

ล้วน สายยศ และอังกณมา สายยศ. **เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา.** กรุงเทพมหานคร : สุวีริยาสาส์น , 2538.

- วัฒนา สุนทรชัย. **เรียนสถิติด้วย SPSS ภาคการวิเคราะห์เครื่องมือวิจัยและการวิเคราะห์ข้อสอบ**. กรุงเทพมหานคร : วิทยพัฒน์, 2547.
- วัลภา สิงห์บุญ. **การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาโลกของงานอาชีพด้วยวิธีสอนแบบอริยศาสตร์ของนักศึกษาผู้ใหญ่ ประเภทชั้นเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- วิชาการ,กรม. **พระราชบัญญัติการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2542** . กรุงเทพมหานคร : องค์การรับส่งสินค้าและวัสดุภัณฑ์, 2544.
- วิชาการ,กรม. **เอกสารประกอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 คู่มือการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : องค์การรับส่งสินค้าและวัสดุภัณฑ์, 2544.
- วีรยุทธ วิเชียรโชติ. **เทคนิคการเรียนการสอนแบบอารยวิถี ในกระบวนการวิธีสืบสวน-สอบสวน เพื่อการพัฒนา "เบญจลักษณ์" ในแนวพุทธศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร: ก้าวใหม่, 2548.
- ศรีมงคล เทพรณู. **ทักษะและเทคนิคการสอน : เอกสารคำสอนรายวิชา**. กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา, 2545.
- ศิริชัย กาญจนวาสี. **ทฤษฎีการทดสอบแบบดั้งเดิม**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.
- ศิริชัย พงษ์วิชัย. **การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยคอมพิวเตอร์**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2549
- ศึกษานิเทศการ,กระทรวง. (ฉบับร่าง) **แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพศศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3**. กรุงเทพมหานคร : องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, 2548.
- สมศักดิ์ สิ้นธุระเวชญ์. **การประเมินผลการเรียนวิชาสุขศึกษาระดับมัธยมศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : วัฒนาพานิช, 2526.
- สาโรช บัวศรี . **ปรัชญาการศึกษาสำหรับประเทศไทย จุดบรรจบระหว่างพุทธศาสนา กับประชาธิปไตย**. แปลโดย สุนทร โคตรบรรเทา. ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2544.
- สาโรช บัวศรี. **รวมบทความและงานเขียน ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี : การศึกษาปรัชญาการศึกษา ประชาธิปไตย และจริยธรรม** . รวบรวมและเรียบเรียงโดย สุนทร โคตรบรรเทา. กรุงเทพมหานคร : สุวีริยาสาส์น, 2544.

- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. **จำนวนนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำแนกตามชั้นเรียน** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.thaiedstat.org> [ 15 เมษายน 2550].
- สุชาติ โสภประยูร และวรรณิ โสภประยูร. **เพศศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2541.
- สุชาติ โสภประยูร และเอมอัสฉมา วัฒนบูรานนท์. **การสอนสุขศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : สุขภาพใจ, 2542.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. **จิตวิทยาการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.
- สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ. **20 วิธีจัดการเรียนรู้ : เพื่อพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม การเรียนรู้โดยการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง**. กรุงเทพมหานคร : ภาพพิมพ์, 2545.
- สุวิมล ตีรกานันท์. **การใช้สถิติในงานวิจัยทางสังคมศาสตร์ : แนวทางสู่การปฏิบัติ**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546
- อมรวิทย์ นาครทรรพ. **สำรวจพฤติกรรมเยาวชนคนไทยทั่วประเทศ. ข่าวสด** (23 มีนาคม 2550).
- อมรา รอดดารา. **ธรรมวิทยา**. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์ตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครูศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547.
- อนามัย, กรม. **ความหมายของวัยรุ่น** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.advisor.anamai.moph.go.th> [30 เมษายน 2550].
- อารีย์ วชิรวิภาการ. **การวัดและการประเมินผลการเรียน**. กรุงเทพมหานคร : สถาบันราชภัฏธนบุรี, 2542.
- เอมอร จังศิริพรปกรณ์. **การประเมินผลการเรียนรู้**. ใน สุวิมล ว่องวาณิช (บรรณาธิการ), **รวมบทความการประเมินผลการเรียนรู้แนวใหม่**, 145-147. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์ตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครูศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.
- เอมอร จังศิริพรปกรณ์. **การวัดและประเมินผลการศึกษา : เอกสารคำสอน**. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา คณะครูศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2549.

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ภาษาอังกฤษ

- Blonna , Richard., and Levitan ,Jean. **Healthy sexuality.** Belmont, CA : Thomson / Wadsworth, 2005.
- Burtney, Elizabeth. and Duffy, Mary . **Young people and sexual health : individual social and policy contexts.** Houndmills, Basingstoke : Palgrave Macmillan, 2004.
- Farrer-Halls, Gill. **The illustrated encyclopedia of Buddhist wisdom : a complete introduction to the principles and practices of Buddhism.** New Arlesford, Hants : Godsfield Book, 2000.
- Janell ,Carroll. L. and Wolpe, Paul. Root. **Sexuality and gender in society.** New York, N.Y. : HarperCollins College Publishers, 1996.
- Jerrold, Greenberg. S., and others. **Exploring the dimensions of human sexuality.** Sudbury, Mass. : Jones and Bartlett, 2002.
- Landaw ,Jonathan., and Bodian, Stephen. **Buddhism for dummies.** New York : Wiley, 2003.
- Mayshark, Cyrus. and Leslie,Irwin, W. **Health education in secondary schools.** Saint Louis : [s.n.], 1968.
- Prebish ,Charles, S.,and Keown ,Damien. **Introducing Buddhism.** New York : Routledge, 2006.
- Wilgoose ,Carl, E. **Health teaching in secondary schools.** Philadelphia : W.B. Saunders, 1977.
- World Health Organization. **Adolescent Health and Development.** [online]. Available from : <http://www.who.int/child-adolescent-health> [20 May 2007].



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





ภาคผนวก ก  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเรื่อง ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยศาสตร์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีดังนี้

1. ศาสตราจารย์ กิตติคุณ ดร.สุชาติ โสภประยูร  
ข้าราชการบำนาญ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. รองศาสตราจารย์ ดร.เทพวาทินี หอมสนิท  
ข้าราชการบำนาญ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. รองศาสตราจารย์ จินตนา สรายุทธพิทักษ์  
อาจารย์ประจำภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. รองศาสตราจารย์ อมรา รอดดารา  
อาจารย์ประจำภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. รองศาสตราจารย์ สัตวแพทย์หญิง นภาพร มัชฌมางกูร  
อาจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิภาวดี ลีมิ่งสวัสดิ์  
หัวหน้ากลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพประยุกต์ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
7. อาจารย์ดุจฤดี อรุณศักดิ์  
อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ  
เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข  
หนังสือขอความร่วมมือ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ที่ ศธ 0512.6(2771) / 0391



คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร

19 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขออนุญาตทดลองใช้เครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนพุทธจักรวิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายสิงหา จันทน์ขาว นิสิตชั้นปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยี การศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุญรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องทดลองใช้ เครื่องมือ คือ แผนการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา แบบวัด เจตคติ และแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ กับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้ นายสิงหา จันทน์ขาว ได้ทดลองใช้ เครื่องมือดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางการศึกษาต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธิจิตต์)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

สำนักงานหลักสูตรและการสอน

โทร. 0-2218-2710

ที่ ศธ 0512.6(2771) / 0391



คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร

19 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขออนุญาตทดลองใช้เครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายสิงหา จันทน์ขาว นิสิตชั้นปริญญาโท ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยี การศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องทดลองใช้ เครื่องมือ คือ แผนการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษา แบบวัด เจตคติ และแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ กับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้ นายสิงหา จันทน์ขาว ได้ทดลองใช้ เครื่องมือดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางการศึกษาต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

สำนักงานหลักสูตรและการสอน

โทร. 0-2218-2710



ที่ ศธ 0512.6(2771) / 0384



คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร

19 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน ศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร.สุชาติ โสมประยูร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายสิงหา จันทน์ขาว นิสิตชั้นปริญญาโท ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยี การศึกษา สาขาวิชาสุศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยสี่สีที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอชฌมา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทาง วิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธิ์ สุทธิจิตต์)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

สถาบันวิจัยประชากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สำนักงานหลักสูตรและการสอน

โทร. 0-2218-2710

ที่ ศธ 0512.6(2771) / 0385



คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร

19 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.เทพวาทณี หอมสนิท

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายสิงหา จันทน์ขาว นิสิตชั้นปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยี การศึกษา สาขาวิชาสุขศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทาง วิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธิ์ สุทธิจิตต์)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

สถาบันนวัตกรรมการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สำนักงานหลักสูตรและการสอน

โทร. 0-2218-2710

ที่ ศธ 0512.6(2771) / 0386



คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร

19 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ สัตวแพทย์หญิง นภาพร มัชฌิมานุกร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายสิงหา จันทน์ขาว นิสิตชั้นปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยี การศึกษา สาขาวิชาสุขศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทาง วิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

สถาบันนวัตกรรมการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สำนักงานหลักสูตรและการสอน

โทร. 0-2218-2710

ที่ ศธ 0512.6(2771) / 0390



คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร

19 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ดุจฤดี อรุณศักดิ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนายสิงหา จันทน์ขาว นิสิตชั้นปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยี การศึกษา สาขาวิชาสุขศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทาง วิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์)

รองคณบดี

ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

สถาบันนวัตกรรมการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สำนักงานหลักสูตรและการสอน

โทร. 0-2218-2710



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร.82710

ที่ ศธ.0512.6(2771)/0387

วันที่ 16 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์จินตนา สรายุทธพิทักษ์

ด้วยนายสิงหา จันทน์ขาว นิสิตชั้นปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยี การศึกษา สาขาวิชาสุขศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชมา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทาง วิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์)

รองคณบดีด้านหลักสูตรและการสอน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร.82710

ที่ ศธ.0512.6(2771)/0388

วันที่ 16 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์อมรา รอดดารา

ด้วยนายสิงหา จันทน์ขาว นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยี การศึกษา สาขาวิชาสุศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอชฌมา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทาง วิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธิ์ สุทธิจิตต์)

รองคณบดีด้านหลักสูตรและการสอน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร.82710

ที่ ศธ.0512.6(2771)/0389

วันที่ 16 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิภาวดี ลีมีงส์วดี

ด้วยนายสิงหา จันทน์ขาว นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยี การศึกษา สาขาวิชาสุศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการจัดการเรียนการสอน ด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทาง วิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธิ์ สุทธิจิตต์)

รองคณบดีด้านหลักสูตรและการสอน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ค  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนแบบอริยสัจสี่

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา                      ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1                      ภาคเรียนที่ 1  
เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์ และการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น                      ระยะเวลา 1 คาบ (50 นาที)

---

#### สาระสำคัญ

อนามัยเจริญพันธุ์ เป็นภาวะความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจที่เป็นผลสัมฤทธิ์อันเกิดจากกระบวนการและหน้าที่ของการเจริญพันธุ์ที่สมบูรณ์ของทั้งเพศชายและเพศหญิงในทุกช่วงอายุ อันส่งผลให้มีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่งวัยรุ่นควรศึกษาเรื่องอนามัยวัยรุ่นซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของอนามัยเจริญพันธุ์ เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องของการดูแล ป้องกัน ส่งเสริม และดำรงไว้ซึ่งสุขภาพที่ดี เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาการและเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมอย่างมาก จากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เพื่อให้มีการปฏิบัติตนในการดูแลรักษาสุขภาพทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมอย่างถูกต้องเหมาะสม

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนมีความสามารถดังนี้

1. อธิบายความหมายและองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ได้ถูกต้อง
2. อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคมได้
3. วิเคราะห์ปัญหาและสาเหตุของการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นได้
4. เสนอแนวทางแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นได้
5. เลือกวิธีการปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นได้

#### สาระการเรียนรู้ / เนื้อหา

1. ความหมายและองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์
2. การเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม

3. ปัญหา สาเหตุ และแนวทางแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่น
4. แนวทางการปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่น

## กระบวนการเรียนรู้

### 1. ชี้นำ ( 5 นาที)

1.1 ครูนำภาพเกี่ยวกับประชากรล้นโลก แม่คลอดลูกตาย การตั้งครรรภ์ของเด็กนักเรียน ภาวะเด็กวัยรุ่นอ้วน ผู้ป่วยโรคเอดส์ ผู้ป่วยโรคคางทูม ผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านม การตกเลือดของคนที่ทำแท้ง การทำเด็กหลอดแก้ว ผู้สูงอายุที่มีสภาพร่างกายเสื่อมลง จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับภาพเหล่านั้น

1.2 ครูอธิบายความหมายและองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์

1.3 ครูและนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ในข้อที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนมากที่สุด

1.4 ครูสรุปความสำคัญเกี่ยวกับการเรียนรู้เรื่องอนามัยวัยรุ่นเพื่อโยงเข้าสู่เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น

### 2. ชี้นำกิจกรรม (40 นาที)

2.1 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

2.2 ครูแจกภาพวาดของผู้ชายและผู้หญิง โดยให้นักเรียนคนละ 1 ภาพตามเพศของตนจากนั้นให้นักเรียนทุกคนวาดส่วนของร่างกายของนักเรียนที่เปลี่ยนแปลงบนภาพวาดที่ครูแจกให้ โดยไม่ต้องเขียนชื่อ และครูแจกใบสำรวจการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ และใบสำรวจการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ให้นักเรียนประเมินการเปลี่ยนแปลงของตนเอง

2.3 ครูเก็บภาพวาดจากนักเรียนทุกคน แล้วสุ่มภาพวาดผู้ชาย ภาพวาดผู้หญิง ใบสำรวจการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ และใบสำรวจการเปลี่ยนแปลงทางสังคม อย่างละ 1 ใบ แสดงให้นักเรียนดูเพื่อดูตัวอย่างการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม ของนักเรียนในชั้นเรียน

2.4 แบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน โดยกำหนดให้นักเรียนเพศเดียวกันอยู่กลุ่มเดียวกัน ครูให้แต่ละกลุ่มเลือกประธานและเลขานุการประจำกลุ่ม

2.5 ครูแจกใบงานที่ 1 เรื่อง “การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ในวัยรุ่น” ให้



แต่ละกลุ่มช่วยกันระบุถึงส่วนประกอบต่าง ๆ ของอวัยวะสืบพันธุ์ ตามความรู้เดิมของนักเรียน

2.6 ครูสุ่มนักเรียนกลุ่มเพศชาย และเพศหญิง อย่างละ 1 กลุ่ม นำเสนอการระบุส่วนประกอบของอวัยวะสืบพันธุ์หน้าชั้นเรียน โดยที่ครูยังไม่เฉลยว่าตอบถูกหรือไม่

2.7 ครูแจกใบความรู้เรื่อง “อนามัยเจริญพันธุ์ และการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น” จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันศึกษาข้อมูลจากใบความรู้เรื่อง “อนามัยเจริญพันธุ์ และการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น” โดยใช้ภาพประกอบ

2.8 ครูเฉลยกิจกรรมในใบงานที่ 1 เรื่อง “การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ในวัยรุ่น” โดยใช้ภาพประกอบ

ครูดำเนินการสอนแบบอริยสัจสี่ ดังนี้

### ขั้นทบทวน (ระบุปัญหา)

1. ครูถามนักเรียนว่า สิ่งใดเป็นสัญญาณที่แสดงถึงความพร้อมของวัยรุ่นชาย และวัยหญิงที่พร้อมจะสืบพันธุ์ได้

2. ครูแจกใบงานที่ 2 เรื่อง “ฝันเปียกและประจำเดือน” และแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ให้แต่ละกลุ่ม โดยกำหนดให้ศึกษาภาพและสถานการณ์สมมติที่ครูนำมาให้ดู ดังนี้

กลุ่มเพศชาย ศึกษา ภาพและสถานการณ์สมมติของสมชาย

กลุ่มเพศหญิง ศึกษา ภาพและสถานการณ์สมมติของสมหญิง

3. ครูให้แต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากภาพและสถานการณ์สมมติ โดยมีประธานเป็นผู้ดำเนินการ และเลขานุการจดบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ที่ครูได้ตั้งคำถามให้นักเรียนแสดงคำตอบจากการอภิปรายและการวิเคราะห์ของกลุ่ม ดังนี้

#### คำถาม

1. ภาพและสถานการณ์สมมติที่นักเรียนเห็นเกี่ยวข้องกับอะไร

2. มีปัญหาอะไรที่เกิดขึ้นบ้าง

3. ปัญหาต่าง ๆ นี้ สามารถที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียนได้บ้างหรือไม่ เพราะเหตุใด

4. หากเกิดปัญหานี้ขึ้นจะมีผลอย่างไรกับตัวของนักเรียน

4. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 1 กลุ่ม สรุปคำตอบให้เพื่อนๆ ฟัง

### ขั้นสมมุติ (วิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหา)

1. ครูให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นจากภาพ และสถานการณ์สมมติลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ โดยครูตั้งคำถามให้แต่ละกลุ่มตอบ ดังนี้

#### คำถาม

1. อะไรคือสาเหตุของปัญหานี้
2. สาเหตุต่าง ๆ นี้ทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้อย่างไร
3. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับนักเรียน จะมีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง

2. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปคำตอบให้เพื่อนๆ ฟัง

### ขั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหามาตามสาเหตุของปัญหา)

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหามาตามสาเหตุของปัญหา แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ โดยครูตั้งคำถามให้แต่ละกลุ่มตอบ ดังนี้

#### คำถาม

1. การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหามาตามสาเหตุของปัญหานี้มีวัตถุประสงค์อะไร
2. ปัญหานี้ นักเรียนควรแก้ไขที่ต้นเหตุ หรือ ปลายเหตุ

2. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มช่วยกันค้นคว้าจากแหล่งการเรียนรู้ที่ครูจัดให้ (โปสเตอร์ แผ่นพับ วารสาร นิตยสาร บทความ งานวิจัย) แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ โดยครูตั้งคำถามให้แต่ละกลุ่มตอบ ดังนี้

#### คำถาม

1. นักเรียนมีแนวทางแก้ไขตามสาเหตุของปัญหานี้อย่างไรบ้าง
2. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน นักเรียนจะมีแนวทางแก้ไขปัญหามาตามสาเหตุ ของปัญหานี้อย่างไรบ้าง

3. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปคำตอบให้เพื่อนๆ ฟัง

4. ครูแจกใบความรู้เรื่อง “ความรู้เกี่ยวกับฝันเปียกและประจำเดือน” ให้กับ

นักเรียนทุกคน ครูและนักเรียนร่วมกันศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องเกี่ยวกับฝัน เปียกและประจำเดือน

### ขั้นมรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา และการนำแนวทางแก้ไข ปัญหาไปประยุกต์ใช้ปฏิบัติจริง)

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์แนวทางแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เหมาะสมที่สุด โดยการเปรียบเทียบแนวทางการแก้ไขในแต่ละวิธี และให้แต่ละกลุ่มสรุปเลือกแนวทางแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมที่สุดเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ แล้วบันทึกลงในแบบบันทึก กระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่ครูแจกให้ ซึ่งคำถามมีดังต่อไปนี้

#### คำถาม

1. แนวทางแก้ไขปัญหาใดที่นักเรียนเห็นว่าสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. วิธีการนำแนวทางที่สามารถประยุกต์ใช้ได้จริง

2. ครูตั้งประเด็นปัญหาเกี่ยวกับการฝันเปียก และการมีประจำเดือน และสุ่มนักเรียนชายและหญิง บอกแนวทางการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมกับสถานการณ์นั้น ๆ

### 3. ขั้นสรุป ( 5 นาที)

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึง การเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงทางเพศ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม รวมถึงครูเน้นย้ำถึงปัญหาที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่นโดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยเรียน

#### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ภาพวาดผู้ชายและผู้หญิง
2. ภาพและสถานการณ์สมมติการเกิดฝันเปียกฝันเปียก
3. ภาพและสถานการณ์สมมติการเกิดประจำเดือน
4. แบบประเมินการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ และจิตใจ
5. แบบประเมินการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

6. ใ้ความรู้เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ และการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น
7. ใ้ความรู้เรื่อง ความรู้เกี่ยวกับฝิ่นเปียกและประจำเดือน
8. ใ้งานที่ 1 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ในวัยรุ่น
9. ใ้งานที่ 2 เรื่อง ฝิ่นเปียกและประจำเดือน
10. แผ่นภาพอวัยวะสืบพันธุ์เพศชายและหญิง
11. แบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่

### การประเมินผล

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

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้

### เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ และการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น

#### ความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์

อนามัยเจริญพันธุ์ หมายถึง ภาวะที่มีความสมบูรณ์ของผู้หญิงและผู้ชายที่พร้อมจะสืบทอดเผ่าพันธุ์ มีความสุขทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจิตวิญญาณ

#### องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์

อนามัยเจริญพันธุ์มีองค์ประกอบทั้งสิ้น 10 องค์ประกอบ ดังนี้

1. การวางแผนครอบครัว
2. การอนามัยแม่และเด็ก
3. เพศศึกษา
4. อนามัยวัยรุ่น
5. โรคเอดส์
6. โรคติดต่อในระบบสืบพันธุ์
7. มะเร็งระบบสืบพันธุ์
8. การแท้งและภาวะแทรกซ้อน
9. ภาวะการมีบุตรยาก
10. ภาวะหลังวัยเจริญพันธุ์และวัยสูงอายุ

#### อนามัยวัยรุ่น

อนามัย (Hygiene) หมายถึง วิทยาการแขนงหนึ่งที่ว่าด้วยหลักในการบำรุง ป้องกัน ส่งเสริม และดำรงไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีของบุคคล เพื่อให้สามารถนำไปใช้ในการดำรงชีวิตให้มีความสุขสมบูรณ์ตลอดชีวิต ซึ่งจะต้องมีอนามัยหลาย ๆ ด้านด้วยกัน จึงจะทำให้มีความสุขสมบูรณ์ตลอดชีวิต สำหรับอนามัยด้านต่าง ๆ มีดังนี้

1. อนามัยเกี่ยวกับน้ำหนักของร่างกาย วัยรุ่นควรจะดูแลเรื่องน้ำหนักของร่างกายให้สัมพันธ์กับส่วนสูง อย่าปล่อยให้อ้วนหรือผอมจนเกินไป
2. อนามัยเกี่ยวกับทรวดทรงของร่างกาย วัยรุ่นควรจะรักษาทรวดทรงให้ดีดูสง่า



งาม จะทำให้เป็นคนที่มีความบุคลิกภาพดี ต้องรักษาทรงผมทุกอิริยาบถ เช่น การนั่ง การยืน การเดิน และการนอน

3. อนามัยเกี่ยวกับอาหาร วัยรุ่นควรเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบทั้ง 5 หมู่ และได้รับสารอาหารครบถ้วนในแต่ละวัน ด้วยปริมาณที่พอเพียงกับความต้องการของร่างกาย นอกจากนี้ ยังต้องระมัดระวังในเรื่องของอาหารที่ไม่สะอาด อาหารที่จะให้โทษแก่ร่างกายและอาหารที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค

4. อนามัยเกี่ยวกับอวัยวะของร่างกาย วัยรุ่นควรจะรักษาอนามัยเกี่ยวกับอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น ผิวหนัง ศีรษะ มือ เท้า ฟัน ช่องปาก ลิ้น ตา จมูก ทวาร เป็นต้น เมื่ออนามัยส่วนต่าง ๆ ดังกล่าวดีจะทำให้สุขภาพของตนโดยภาพรวมดีด้วย

5. อนามัยทางเพศ วัยรุ่นควรจะดูแลอนามัยของอวัยวะเพศตนเอง ในเรื่องของสุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ตลอดจนการควบคุมและระบายนามทางเพศที่ถูกต้องเหมาะสม

### การเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น

การเปลี่ยนแปลงทางเพศเป็นกระบวนการตลอดชีวิต และการเปลี่ยนแปลงทางเพศนี้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่นที่เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัดเจนที่สุด และส่งผลกระทบต่อสุขภาพในทุก ๆ ด้านมากที่สุด

เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นคืออายุตั้งแต่ 12 ปีเป็นต้นไปจนถึงอายุประมาณ 19-20 ปี เป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่นมีลักษณะสำคัญ ดังนี้

1. มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างชัดเจน แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างชายหญิง และมีลักษณะเฉพาะของเพศอย่างชัดเจน เช่น หญิงจะมีประจำเดือน และชายจะเริ่มมีการหลั่งของน้ำอสุจิ

2. มีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและอารมณ์ควบคู่ไปกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เริ่มจากความสนใจและความต้องการความสนใจจากเพศตรงข้ามพร้อม ๆ กับมีความสนใจในตนเอง มีความต้องการทางเพศและแสวงหาวิธีการแสดงออกทางเพศที่เหมาะสม

3. มีการปรับตัวทางสังคม เช่น แสดงวิธีการวางตน การคบเพื่อน และการควบคุมตนเองในการแสดงออกในเรื่องเพศให้เป็นที่ยอมรับของสังคม เป็นต้น จากลักษณะการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นที่จะต้องเรียนรู้การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เพื่อให้มีการ

ปฏิบัติตนในการรักษาสุขภาพทางเพศทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมอย่างถูกต้องเหมาะสม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางเพศที่เกิดขึ้นในวัยรุ่น มีรายละเอียดดังนี้

### อวัยวะสืบพันธุ์เพศชาย

อวัยวะสืบพันธุ์เพศชายมีความเกี่ยวข้องกับระบบขับถ่ายปัสสาวะ เพราะการขับน้ำอสุจิออกจากร่างกายจะต้องผ่านทางท่อปัสสาวะ อวัยวะสืบพันธุ์เพศชายที่สำคัญ ได้แก่

1. **ลึงค์หรือองคชาติ (Penis)** เป็นอวัยวะที่แสดงให้เห็นว่าเป็นเพศชาย มีลักษณะยื่นออกมา บริเวณส่วนปลายของลึงค์จะมีเส้นเลือด เส้นประสาทมาหล่อเลี้ยงมากมาย จึงมีความรู้สึกไวต่อการสัมผัส เมื่อมีความต้องการทางเพศ ลึงค์จะมีการแข็งตัวและมีขนาดใหญ่ขึ้น นอกจากนี้จะมีท่อปัสสาวะ (Urethra) ผ่านตลอดลึงค์ เพื่อใช้เป็นที่ขับถ่ายปัสสาวะ และยังเป็นทางผ่านของน้ำอสุจิเวลาร่วมเพศ โดยระบบประสาทจะกระตุ้นต่อมลูกหมากให้ทำหน้าที่ปิดกั้นน้ำปัสสาวะไว้ชั่วคราวขณะที่มีการหลั่งของน้ำอสุจิ
2. **ลูกอัณฑะ (Testis)** มีลักษณะรูปร่างคล้ายไข่ไก่ฟองเล็ก และมีถุงอัณฑะ ห่อหุ้มอยู่ภายนอก ปกติอัณฑะจะมีอยู่ 2 ลูก ภายในลูกอัณฑะจะมี **หลอดสร้างเชื้ออสุจิ (Seminiferous Tubules)** จำนวนมากขดเรียงกันอยู่ หลอดนี้จะทำหน้าที่ผลิตตัวอสุจิและฮอร์โมนเพศชาย และด้านหลังของลูกอัณฑะจะมีกลุ่ม **หลอดเก็บตัวอสุจิ (Epididymis)** ทำหน้าที่เก็บเชื้ออสุจิไว้ชั่วคราวเพื่อให้เชื้ออสุจิเจริญเติบโตเต็มที่
3. **หลอดนำเชื้ออสุจิ (Vas Deferens)** เป็นท่อเล็ก ๆ ต่อจากลูกอัณฑะ ทำหน้าที่พาตัวอสุจิและน้ำอสุจิให้ไหลขึ้นไปตามหลอดและไหลเข้าไปในถุงน้ำอสุจิ
4. **ถุงน้ำอสุจิ (Seminal Vesicles)** เป็นถุงรูปสามเหลี่ยม ติดต่อกับหลอดฉีดน้ำอสุจิมีหน้าที่สร้างน้ำอสุจิหรือน้ำกามสำหรับเป็นอาหารให้แก่ตัวอสุจิ
5. **หลอดฉีดน้ำอสุจิ (Ejaculatory Duct)** เป็นหลอดรวมของหลอดนำเชื้ออสุจิและหลอดต่าง ๆ จากอัณฑะมีอยู่ 2 หลอด อยู่เหนือต่อมลูกหมากกลางสองข้างแล้วผ่านเข้าไปในต่อมลูกหมากไปเปิดเข้าท่อปัสสาวะ มีหน้าที่ฉีดน้ำอสุจิเข้าไปในลึงค์
6. **ต่อมลูกหมาก (Prostate Gland)** จะตั้งอยู่ด้านล่างของกระเพาะปัสสาวะ จะมีท่อจากกระเพาะปัสสาวะและถุงน้ำอสุจิเข้าสู่ต่อมลูกหมาก แต่จะมีท่อที่ออกจากต่อมลูกหมากเพียงท่อเดียว เรียกว่า ท่อปัสสาวะ ที่จะผ่านเข้าไปตลอดลึงค์ ต่อมลูกหมากจะมีหน้าที่หลั่งสารที่เป็นต่างอย่างอ่อนเข้าไปในท่อปัสสาวะให้ปนไปกับน้ำอสุจิ ซึ่งจะช่วยกระตุ้นให้อสุจิมีการเคลื่อนไหวได้ดี

## อวัยวะสืบพันธุ์เพศหญิง

อวัยวะสืบพันธุ์เพศหญิงมีลักษณะและส่วนประกอบที่สลับซับซ้อนมากกว่าเพศชาย แต่จะขอกล่าวถึงองค์ประกอบที่สำคัญบางอย่าง ได้แก่

1. **รังไข่ (Ovary)** เป็นต่อมสืบพันธุ์ของเพศหญิง มีอยู่ 2 ต่อม อยู่ที่ข้างซ้ายและขวาของปลายสุดของปีกมดลูก ข้างละต่อม รังไข่มีหน้าที่ผลิตเซลล์เพศหญิงที่เรียกว่า ไข่ (Ovum) ซึ่งในวัยเด็ก ไข่ที่ผลิตขึ้นยังเป็นไข่ที่ไม่เจริญเติบโต แต่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น รังไข่จะผลิตไข่จากรังไข่ข้างซ้ายและขวาสลับกันทุกเดือน เดือนละ 1 ฟอง ซึ่งเป็นไข่ที่เจริญเติบโตเต็มที่ หากได้รับการผสมจากอสุจิก็จะเจริญต่อไปเป็นทารก แต่ถ้าไม่ได้รับการผสมพันธุ์ก็สลายตัวออกมาทางช่องคลอดพร้อมกับเลือดจากผนังมดลูกที่เรียกว่าการมีประจำเดือน

2. **ท่อรังไข่ (Uterine Tube หรือ Fallopian Tube)** ท่อรังไข่มีอยู่สองข้าง แยกออกจากส่วนบนทางด้านซ้ายและขวาของมดลูก ภายในท่อรังไข่จะมีกล้ามเนื้อพิเศษซึ่งบุด้วยเยื่อที่มีขนและบีบรัดตัวอยู่เสมอ ขนเหล่านี้จะมีหน้าที่โบกพัดเอาไข่ที่สุกแล้วออกจากรังไข่เข้าไปในท่อรังไข่ และส่งไปสู่มดลูกต่อไป

3. **มดลูก (Uterus)** อยู่ในอุ้งเชิงกรานระหว่างกระเพาะปัสสาวะกับทวารหนัก มีลักษณะรูปร่างคล้ายผลชมพู ผนังมดลูกเป็นกล้ามเนื้อที่หนาและแข็งแรง จึงขยายโตขึ้นได้เมื่อตั้งครรภ์ มดลูกมีหน้าที่สำคัญ คือ เป็นที่รองรับการฝังตัวของไข่ที่ผสมพันธุ์แล้วและเป็นที่อยู่ของทารกในครรภ์ ซึ่งจะช่วยป้องกันอันตรายจากภายนอกให้แก่ทารกในครรภ์

4. **ช่องคลอด (Vagina)** เป็นส่วนที่ต่อจากปากมดลูกออกมาเปิดออกภายนอกที่ปากช่องคลอด ช่องคลอดจะเป็นทางผ่านของตัวอสุจิเพื่อเข้าไปผสมพันธุ์กับไข่ในท่อรังไข่ และเป็นทางคลอดของทารก

5. **เยื่อพรหมจารี (Hymen)** เป็นเยื่อบาง ๆ อยู่รอบปากช่องคลอด เยื่ออาจขาดไปได้ในการร่วมประเวณี หรือในกรณีอื่น ๆ เช่น การเล่นกีฬาหรือทำงานหนัก เยื่อนี้อาจแตกต่างกันบ้าง บางคนก็หนา บางคนก็บาง ยิ่งกว่านั้นเยื่อพรหมจารีของหญิงบางคนอาจขาดหมดไปแล้วตั้งแต่เกิด

## การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ของวัยรุ่น

อารมณ์ เป็นความรู้สึกที่เกิดจากมีสิ่งเร้ามากระตุ้น อารมณ์ของวัยรุ่นเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นเร็ว รุนแรงและเปลี่ยนแปลงง่ายจึงเป็นเรื่องง่ายต่อการถูกยุแหย่ หรือชักนำให้วัยรุ่นเกิด

ความรู้สึกอยากลองทั้งในทางที่ดีและที่เลว ความคิดชั่ววูบของอารมณ์วัยรุ่นอาจเป็นสิ่งที่ทำให้แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมหรือไม่ถูกต้องออกมา ซึ่งอาจหมายถึงชีวิตและอนาคตของตนเอง

### อารมณ์ของวัยรุ่นแบ่งออกได้ดังนี้

1. อารมณ์ก้าวร้าวรุนแรง เช่น อารมณ์โกรธ อิจฉา เกือบดชัง
2. อารมณ์เก็บกดเอาไว้ เช่น ความกลัว ความวิตกกังวล ความเศร้าใจ กระอักกระอ่วนใจ สลดหดหู่ เสียใจ
3. อารมณ์สนุก เช่น ความรัก ชอบ สุขสบาย พึงพอใจ ตื่นเต้น

### ผลที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ของวัยรุ่น

การที่มีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย รุนแรง ส่งผลให้วัยรุ่นที่ยังอยู่ในช่วงการปรับตัวควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ จึงเกิดความขัดแย้งในใจหลายๆ เรื่อง อารมณ์ที่อาจเป็นโทษต่อตัววัยรุ่นเองและต่อผู้อื่น เช่น

1. เป็นคนช่างคิด
2. รู้สึกว่ามีปมด้อย
3. กระวนกระวายใจ
4. เก็บตัว หนีสังคม ซึมเศร้า
5. บุคลิกภาพเสื่อม เช่น ไม่ยอมรับผิดชอบทั้ง ๆ ที่เตือนและลงโทษแล้ว
6. วิตกกังวลใจและกลัว
7. มีอาการทางร่างกายผิดปกติ ไม่สบายใจเพราะอารมณ์เสีย
8. ฉุนเฉียว โมโหง่าย และรุนแรง
9. คิดเพ้อฝัน สร้างวิมานในอากาศ

### สาเหตุที่อารมณ์เปลี่ยนแปลง

การที่วัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่ายนั้น อาจเนื่องมาจากสาเหตุต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย การมีสัดส่วนและรูปร่างเข้าแบบผู้ใหญ่ ทำให้วัยรุ่นสนใจตนเองมากขึ้น สนใจที่จะทำตามแบบอย่างของผู้ใหญ่ ทั้งพฤติกรรมและการแต่งกาย แต่เนื่องจากวัยรุ่นยังไม่เข้าใจการปฏิบัติตนให้เหมาะสมได้เสมอไป ทั้งผู้ใหญ่เองก็มักจะเห็นว่าลูกหลานของตนเป็นเด็กอยู่ไม่ใช่ผู้ใหญ่ที่แท้จริง จึงเกิดการขัดแย้งกันอยู่เสมอ ทำให้วัยรุ่นมี

อารมณ์เครียด เช่น โกรธหรือร้องไห้ ก้าวร้าว ทบตีสิ่งของ เป็นต้น เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ อารมณ์ของวัยรุ่นไม่มั่นคง ครั้นเมื่อมีความเครียดจึงระบายออกมา

**2. การทำงานของต่อมไร้ท่อ** ต่อมไร้ท่อเป็นตัวการสำคัญที่ผลิตฮอร์โมนไป ทำให้เด็กเปลี่ยนแปลงทุกด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางร่างกายและทางอารมณ์ การทำงานของ ต่อมเพศก็เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นมีความต้องการใหม่ ๆ เช่น เริ่มสนใจเพศตรงข้าม เป็นต้น

**3. การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่** วัยนี้จะมีประสบการณ์ใหม่ ๆ มาก ขึ้นเรื่อย ๆ โดยพยายามค้นคว้าและศึกษาด้วยตนเอง ซึ่งก็มักจะไปขัดแย้ง เช่น ในเรื่องของความ ประพฤติ การคบเพื่อน การเรียน การแต่งกาย สิ่งเหล่านี้จะทำให้วัยรุ่นเกิดอารมณ์ไม่มั่นคง สับสน ซึ่งจะต้องพยายาม ปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่บ้าน และสิ่งแวดล้อมนอกบ้านที่ตน ร่วมอยู่หรือบุคคลที่ตนต้องเกี่ยวข้องกับ

### แนวทางการควบคุมอารมณ์เพื่อให้เป็นคนอารมณ์ดี

การรักษาอารมณ์ให้ดีอยู่เสมอในวัยรุ่นเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวและ สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ แนวทางที่จะช่วยให้มีอารมณ์ดีได้คือ

1. พยายามฝึกสำรวจอารมณ์ตนเอง คือ การสำรวจและรับรู้ว่าคุณณนี้ตนเองรู้สึก อย่งไร มีอารมณ์แบบไหน
2. เมื่อรู้ตัวว่าเกิดอารมณ์ที่อาจทำอันตรายตัวเองและผู้อื่น ให้พยายามควบคุม อารมณ์ตนเองด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น การนับ 1-10 การหันเหไปทำสิ่งอื่น ออกไปเดินให้ฝนคลาย ชกลม เขียนระบายอารมณ์ ตะโกนดัง ๆ ฯลฯ
3. พยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เร้าอารมณ์ให้เกิดความเศร้า ตกใจ และกลัว
4. เรียนรู้ศึกษาอารมณ์ให้มาก เช่น การอ่านหนังสือ การสังเกตจากชีวิตจริง หรือ จากตัวละครที่แสดงว่าอะไรดีอะไรไม่ดี
5. พยายามข่มใจให้สงบ ระวังยับยั้งอารมณ์ให้เป็นไปที่ละเล็กละน้อย
6. ฝึกนิสัยการทำงานให้เป็นกิจวัตรประจำ งานจะช่วยให้เพลิดเพลินไม่คิดมาก
7. มีอารมณ์ขัน รื่นเริงอยู่เสมอ เห็นโลกนี้น่าอยู่สนุกสนาน



## การเปลี่ยนแปลงทางสังคม

เด็กวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่เห็นได้ชัด คือ

1. ต้องการเป็นอิสระและการเป็นตัวของตัวเอง
2. ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน มีการรวมกลุ่มระหว่างเพื่อนสนิทในเพศเดียวกัน ในระยะวัยรุ่นตอนต้น ในระยะต่อมาเริ่มมีสัมพันธภาพกับเพศตรงข้าม โดยมีสมาชิกเพศตรงข้าม ร่วมกลุ่มด้วย
3. เชื่อถือและรับฟังเพื่อนมากกว่าพ่อแม่
4. เริ่มสนใจจะมีเพื่อนต่างเพศ มีอารมณ์หิวหิว วู่วาม และเปลี่ยนแปลง
5. ชอบคิดเปรียบเทียบตนเองกับเพื่อนฝูง รู้สึกมีปมด้อยและทำให้ง่าย ๆ
6. ความต้องการที่จะเข้าใจความสำคัญของครอบครัว และปัจจัยต่าง ๆ ที่จะนำมาซึ่งความสุขแห่งครอบครัว

## การเปลี่ยนแปลงทางสติปัญญา

การเปลี่ยนแปลงทางสติปัญญาตามปกติของวัยรุ่นมีดังนี้

1. อยากรู้อยากเห็น ต้องการทดลอง และหาคำตอบ
2. เริ่มคิดถึงชีวิตอดีต ปัจจุบัน และอนาคต มีความกังวลใจมากถึงอนาคต
3. ต้องการให้ผู้ใหญ่ยอมรับความคิดของตน
4. อุดมคติสูง หัวรุนแรง ต้องการให้สังคมมีความยุติธรรม เสมอภาค ยอมรับความเหลื่อมล้ำต่ำสูงในสังคมได้ไม่ตึง
5. มีความเชื่อมั่นในสิ่งต่าง ๆ อย่างรุนแรง ซึ่งมีทั้งประโยชน์และโทษ เพราะถ้าวัยรุ่นมีความเชื่อมั่นในสิ่งที่ดี ย่อมเกิดประโยชน์อย่างมากมาย แต่ถ้าไปหลงเชื่อมั่นในสิ่งที่ไม่ดีแล้ว อาจก่อให้เกิดความเสียหายได้ นิสัยใจคอต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นจะเป็นสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ต่อไป

## คำแนะนำสำหรับวัยรุ่นเรื่องการปรับตัวทางสังคมและสติปัญญา

1. คบเพื่อนให้หลากหลายทั้งเพศเดียวกัน และเพื่อนต่างเพศ
2. สังเกตการปฏิบัติตนทางสังคม กิริยามารยาท จากผู้อื่น หรือผู้ใหญ่ที่เป็นแบบอย่างอันดีงาม
3. พยายามฝึกทักษะทางสังคมกับผู้ที่อายุต่างวัยโดยไม่กระดากอาย เพราะเด็ก ๆ มัก

ได้รับความเมตตาจากผู้ใหญ่

4. หาโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ทั้งกับเพื่อน และผู้มีอายุสูงกว่า
5. ศึกษาหาความรู้ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น อ่านหนังสือพิมพ์ ดูข่าว ติดตามเรื่องที่เกิดขึ้นในชุมชน สังคม เพื่อเข้าใจชีวิตที่เป็นจริงมากขึ้น
6. ฝึกฝนวิธีการแสดงความคิดเห็นที่สุภาพ แต่สามารถตรงไปตรงมาเป็นตัวของตัวเองได้

### รายการอ้างอิง

วิชาการ, กรม. เอกสารประกอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 คู่มือการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร : องค์การรับส่งสินค้าและวัสดุภัณฑ์, 2544.

เรณูมาศ มาอุ่น และคณะ. สุขศึกษา ม.1. กรุงเทพมหานคร : บริษัทพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด, 2550

สุชาติ ไสมประยูร และคณะ. ชุดปฏิบัติการเรียนรู้ หนังสือการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ประสานมิตร , 2545.

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้เรื่อง ผันเปียกและประจำเดือน

### ผันเปียก

การผันเปียกเป็นปรากฏการณ์ตามธรรมชาติอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นชาย อายุระหว่าง 12-14 ปี ซึ่งเป็นระยะที่มีลักษณะประจำเพศเกิดขึ้นครบหมดทุกอย่างแล้ว เนื่องจากอวัยวะมีหน้าที่ผลิตตัวอสุจิและสร้างฮอร์โมนเพศชายขึ้น อสุจิที่เกิดขึ้นนี้จะเคลื่อนไปตามท่ออสุจิแล้วไปเก็บไว้ที่ถุงน้ำอสุจิ ซึ่งในเวลาเดียวกันนี้ก็มีการสร้างน้ำอสุจิด้วย ครั้งเมื่อน้ำอสุจิมามากพอก็จะเกิดการหลั่งน้ำอสุจิออกมาในเวลากลางคืนขณะที่นอนหลับ การหลั่งเช่นนี้จัดเป็นการหลั่งออกมาเองตามธรรมชาติ เรียกกันว่า ผันเปียก (Wet Dream)

วัยรุ่นชายบางคนอาจเคยมีประสบการณ์มาบ้างแล้วเกี่ยวกับเรื่องการผันเปียกนี้ ซึ่งไม่ใช่ความผิดปกติทางเพศ แต่เป็นกรรมวิธีตามธรรมชาติที่ช่วยลดปริมาณน้ำอสุจิที่มีมากเกินไปในร่างกายและเป็นเครื่องแสดงว่าร่างกายของวัยรุ่นได้เจริญเติบโตขึ้นตามวัย นอกจากนี้การผันเปียกยังเป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยลดความเครียดเกี่ยวกับอารมณ์ทางเพศได้อีกด้วย อย่างไรก็ตามการที่วัยรุ่นชายมีกิจกรรมทางกายหรือออกกำลังกายให้เพียงพอรวมทั้งหลีกเลี่ยงการกระตุ้นทางเพศต่างๆ ด้วยแล้ว ก็จะช่วยลดจำนวนความถี่ของการผันเปียกลงได้

### ประจำเดือน

การมีประจำเดือนเป็นการเปลี่ยนแปลงทางเพศเป็นปรากฏการณ์ตามธรรมชาติที่เกิดขึ้น ไม่ใช่สิ่งผิดปกติ ไม่ใช่ความเจ็บป่วย ไม่ใช่สิ่งที่น่าละอาย โดยควรศึกษารายละเอียดข้อควรรู้เกี่ยวกับการมีประจำเดือน ความผิดปกติและการปฏิบัติตนในระหว่างการมีประจำเดือน การมีประจำเดือน (ระดู) เป็นลักษณะการเตรียมความพร้อมทางร่างกายของเพศหญิง เพื่อการตั้งครรภ์และคลอดบุตร

#### ข้อควรรู้เกี่ยวกับการมีประจำเดือน

1. ประจำเดือนหรือรอบเดือนหรือระดู เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า “เมนส์” หมายถึง การมีเลือดออกจากภายในโพรงมดลูกทุกเดือน เพราะมีการสลายตัวของเยื่อบุมดลูก
2. หญิงสาวมีประจำเดือนครั้งแรกตั้งแต่อายุ 11-15 ปี ไม่ควรเร็วกว่า 9 ปี

และช้ากว่า 18 ปี การมีประจำเดือนครั้งแรก เป็นการเปลี่ยนแปลงระบบสืบพันธุ์ครั้งสำคัญ เป็นความพร้อมของร่างกายที่เจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์จนสามารถที่จะมีบุตรได้

3. ประจำเดือนครั้งหนึ่งมีอยู่ประมาณ 3-5 วัน รอบประจำเดือนจะมาทุก 18 วัน อาจมาเร็วหรือช้ากว่านี้ไม่เกิน 7 วัน

4. วัยหมดประจำเดือน เรียก เมโนพอส (Menopause) เมื่อหญิงอายุประมาณ 45-50 ปี ร่างกายจะเริ่มเข้าสู่วัยชรา อวัยวะสืบพันธุ์ทั้งภายนอกและภายในเริ่มเสื่อมสภาพลง รังไข่ห่อเหี่ยวลงผลิตฮอร์โมนเพศได้น้อยลง ไม่มีไข่สุกหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า กำลังเข้าสู่วัยทอง

### อาการบางอย่างในขณะมีประจำเดือน

ในเพศหญิงบางรายโดยเฉพาะในวัยรุ่น อาจมีความผิดปกติบางอย่างเกิดขึ้นก่อนและขณะมีประจำเดือน ได้แก่

1. เต้านมตึงและเจ็บ
2. เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย
3. อารมณ์ไม่ปกติ เช่น หงุดหงิดง่าย
4. ปวดท้องน้อย หรือปวดหลังบริเวณกระเบนเหน็บ ทั้งนี้เพราะกล้ามเนื้อมดลูกบีบรัดตัวเพื่อขับเลือดออกภายนอก

### ข้อควรปฏิบัติในขณะมีประจำเดือน

1. ใช้ผ้าอนามัยอย่างถูกวิธี ถ้ามีเลือดประจำเดือนมากหรือน้อย ก็ควรเปลี่ยนผ้าอนามัยทุก 2-3 ชั่วโมง
2. ขำระล้างทำความสะอาดภายนอกช่องคลอดด้วยน้ำและสบู่ตามปกติ (ไม่ต้องใช้น้ำยาฆ่าเชื้อโรคทำความสะอาดภายในช่องคลอด เพราะอาจไปทำให้เสียสมดุลของธรรมชาติ)
3. ไม่ควรทำงานหนัก พักผ่อนให้เพียงพอ
4. ไม่ควรลงอาบน้ำหรือเล่นน้ำในสระหรือลำคลอง เพราะในขณะมีประจำเดือนปากมดลูกจะเปิดเล็กน้อย เชื้อโรคในน้ำอาจเล็ดลอดเข้าสู่โพรงมดลูกก่อให้เกิดอันตรายได้

## รายการอ้างอิง

เรณูมาศ มาอุ๋น และคณะ. **สุขศึกษา ม.1**. กรุงเทพมหานคร : บริษัทพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด, 2550

สุชาติ ไสยมประยูร และคณะ. **ชุดปฏิรูปการเรียนรู้ หนังสือการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544**  
**กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ประสานมิตร , 2545.



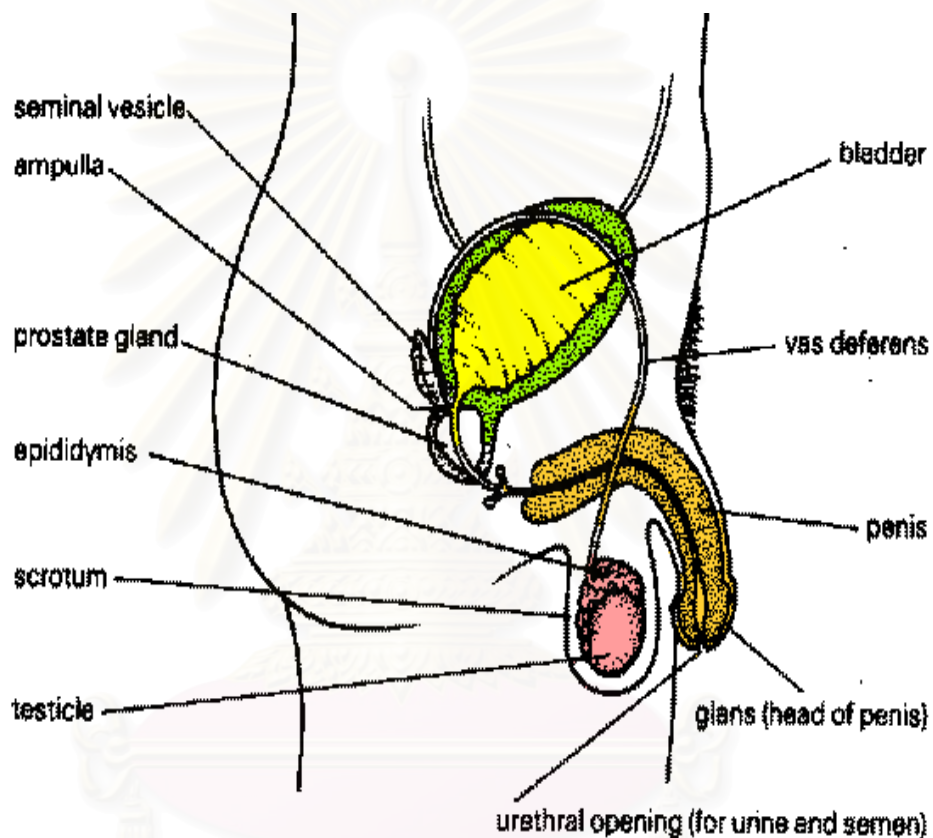
สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ใบงานที่ 1 (สำหรับนักเรียนชาย) การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ในวัยรุ่น

### คำชี้แจง

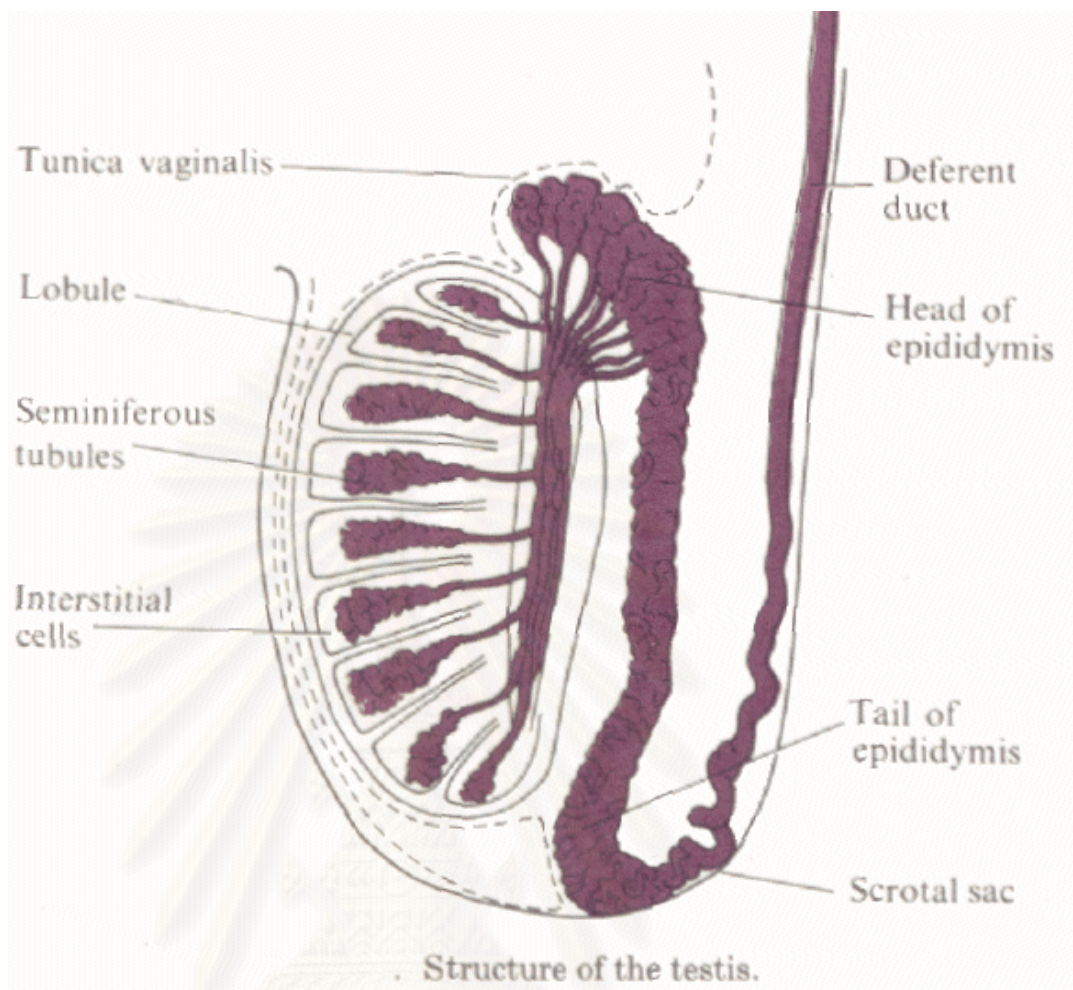
ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มช่วยกันกันเติมคำให้ตรงกับตัวเลขในภาพข้างล่างนี้ พร้อมทั้งอธิบายสั้น ๆ ว่าคำที่นักเรียนเติมนั้นมีหน้าที่อย่างไร



### Cross-section of the penis, scrotum and testicle.

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาพตัดขวางขององคชาติ ถุงอัณฑะ และลูกอัณฑะ



โครงสร้างของลูกอัณฑะ

1. คือ.....มีหน้าที่.....
2. คือ.....มีหน้าที่.....
3. คือ.....มีหน้าที่.....
4. คือ.....มีหน้าที่.....

ที่มาของภาพ

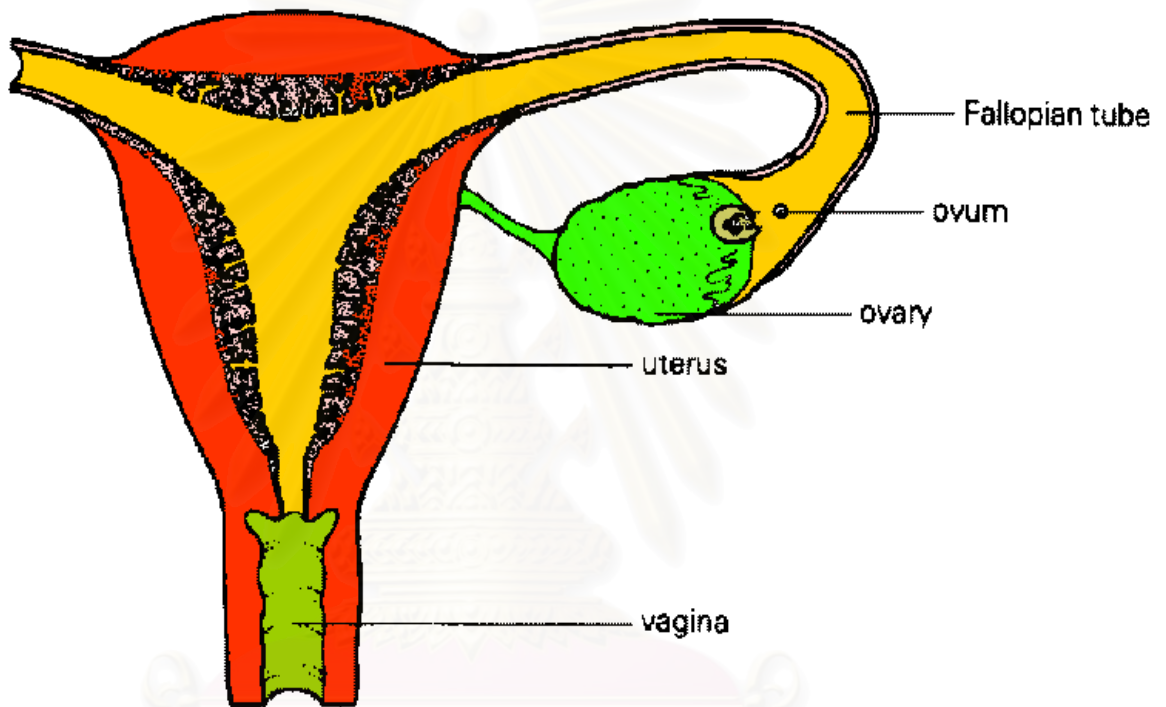
[www.arthursclipart.com/medical/reprocol.htm](http://www.arthursclipart.com/medical/reprocol.htm).

[www.anatomyatlases.org/firstaid/BladderCathet.](http://www.anatomyatlases.org/firstaid/BladderCathet.)

ใบงานที่ 1 (สำหรับนักเรียนหญิง)  
การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ในวัยรุ่น

คำชี้แจง

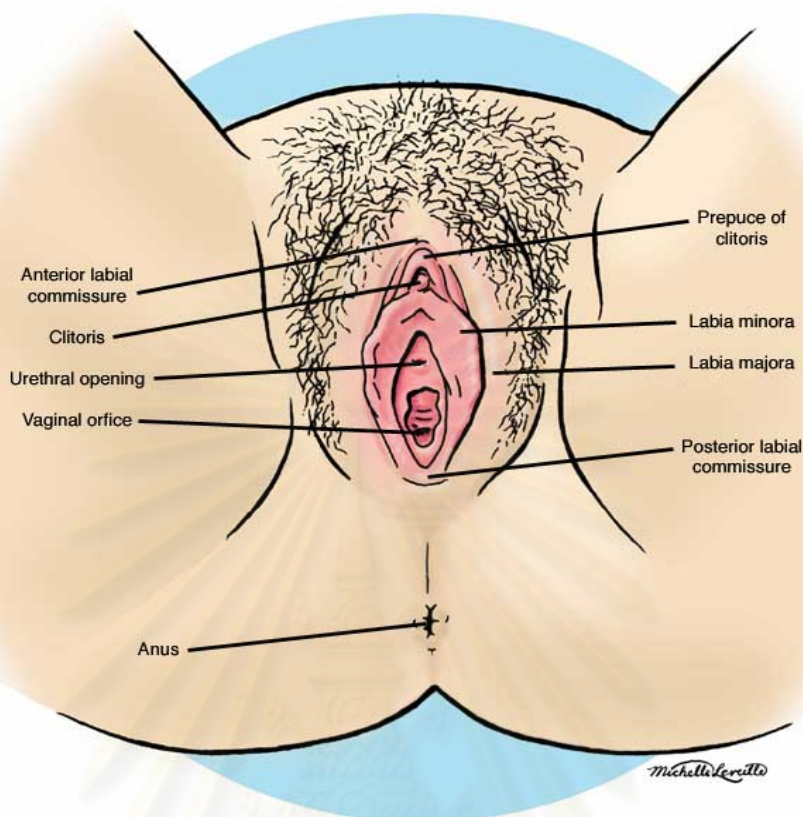
ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มช่วยกันกันเติมคำให้ตรงกับตัวเลขในภาพข้างล่างนี้ พร้อมทั้งอธิบายสั้น ๆ ว่าคำที่นักเรียนเติมนั้นมีหน้าที่อย่างไร



**The ovum. The ovum travels through the Fallopian tube to the uterus.**

ภาพของเซลล์ไข่ในเพศหญิงที่เคลื่อนเข้าสู่มดลูกโดยผ่านทางท่อนำไข่

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาพของอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศหญิง

1. คือ.....มีหน้าที่.....
2. คือ.....มีหน้าที่.....
3. คือ.....มีหน้าที่.....
4. คือ.....มีหน้าที่.....

ที่มาของภาพ

[www.arthursclipart.com/medical/reprocol.htm](http://www.arthursclipart.com/medical/reprocol.htm).

[www.anatomyatlases.org/firstaid/BladderCathet](http://www.anatomyatlases.org/firstaid/BladderCathet).

## ใบงานที่ 2 (สำหรับนักเรียนชาย) ฝันเปียกและประจำเดือน

### คำชี้แจง

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากสถานการณ์สมมติ แล้วให้นักเรียนตอบคำถามของครู ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่ครูแจกให้

### สถานการณ์สมมติ

สมชายเป็นเด็กหนุ่มวัย 13 ปี กำลังตกตะลึงหลังจากตื่นนอนตอนเช้า โดยสมชายพบว่า มีน้ำเปรอะเปื้อนบริเวณเป้ากางเกงที่เขาสวมใส่ตอนนอน และเปื้อนบนผ้าปูที่นอนเห็นเป็นวงขนาดใหญ่ เขาสังเกตว่าน้ำนั้นมีลักษณะสีขาวขุ่นและยังติดที่บริเวณปลายอวัยวะเพศของเขา ด้วย สมชายรู้สึกกังวลใจ และเครียดอย่างมาก ว่าเกิดอะไรขึ้นกับตัวเขา และกังวลใจอย่างยิ่ง ถ้าหากบิดา-มารดาพบว่าผ้าปูที่นอนของสมชายเปื้อน เขาจึงถอดผ้าปูที่นอนไปซักใหม่ หลังจากนั้นสมชายก็ไปเรียนหนังสือตามปกติ แต่วันนี้สมชายเรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง ไม่ยอมพูดจา กับเพื่อนๆ เหมือนแต่ก่อนทั้ง ๆ ที่สมชายเป็นเด็กร่าเริง อาหารกลางวันก็ไม่รับประทาน สมชายครุ่นคิดตลอดเวลว่า เกิดอะไรขึ้นกับเขา และสมชายก็พยายามลำดับเรื่องราวว่าเมื่อคืนเขาได้ฝันว่าได้กอดหญิงสาวคนที่สมชายแอบชอบ จากนั้นก็รู้สึกตัวเขาเองมีอาการคล้ายปวดปัสสาวะ และเขาก็ปลดปล่อยปัสสาวะออกมา แต่ทำไมน้ำที่เปรอะบนเป้ากางเกง และที่ผ้าปูที่นอนไม่ใช่ น้ำปัสสาวะ เป็นน้ำอะไรกันแน่ สมชายครุ่นคิดทั้งวันจนเลิกเรียน



### ที่มาของภาพ

[www.moph.go.th](http://www.moph.go.th)



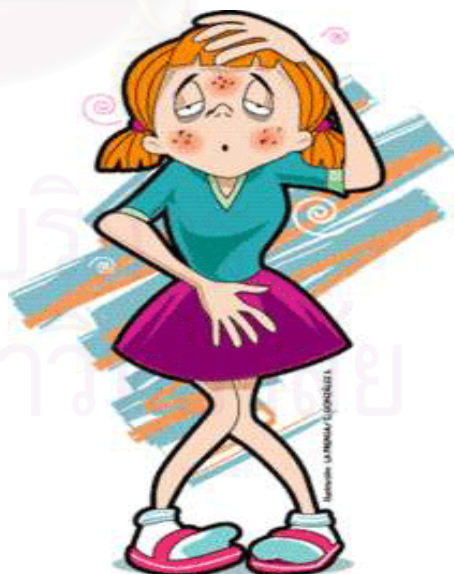
## ใบงานที่ 2 (สำหรับนักเรียนหญิง) ฝันเปียกและประจำเดือน

### คำชี้แจง

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากสถานการณ์สมมติ แล้วให้นักเรียนตอบคำถามของครู ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่ครูแจกให้

### สถานการณ์สมมติ

เช้าวันหนึ่ง สมหญิงเด็กสาววัย 12 ปี ตื่นตกใจอย่างมากเมื่อตื่นขึ้นมาพบว่าบนที่นอนมีเลือดเปื้อนอยู่ สมหญิงจึงรีบสำรวจทั่วร่างกายและได้พบว่าเลือดนั้นก็เปื้อนที่กางเกงในของเธอด้วย สมหญิงตกใจจนตัวสั่นว่าเลือดนั้นเกิดขึ้นได้อย่างไร เธอก็พบว่าเลือดนั้นไหลซึมออกมาที่อวัยวะเพศของเธอ เธอร้องไห้และไม่รู้จะปรึกษาใครเลย เนื่องจากวันนี้คุณพ่อคุณแม่ออกไปทำงานตั้งแต่เช้ามีดแล้ว สมหญิงครุ่นคิดสักพักก็ตัดสินใจที่ไม่ไปโรงเรียนในวันนี้ เพราะเกรงว่าเลือดจะออกมากขึ้น และกลัวเพื่อนๆ รู้ ในขณะที่เดียวกันสมหญิงก็รู้สึกปวดท้องน้อย และมีอาการมึนๆ ศีรษะด้วย สมหญิงกังวลใจอย่างยิ่งว่ามีอะไรผิดปกติเกิดขึ้นในร่างกายของเธอ เธอพยายามนึกอยู่นาน และนึกขึ้นมาได้ที่ครูเคยบอกไว้ว่าผู้หญิงทุกคนเมื่อโตเป็นสาวแล้วจะมีเลือดออกมาจากอวัยวะเพศ แต่เธอก็ไม่แน่ใจว่าเป็นเรื่องปกติหรือไม่



ที่มาของภาพ

[www.moph.go.th](http://www.moph.go.th)

## แบบสำรวจอารมณ์วัยรุ่น

### คำชี้แจง

ให้นักเรียนสำรวจอารมณ์ตนเองตามแบบสำรวจว่านักเรียนเคยมีอารมณ์ประเภทใดบ้าง โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องว่างที่ตรงกับอารมณ์ของตนเอง

- |                          |                 |                          |                |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|----------------|
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์เบิกบานใจ | <input type="checkbox"/> | อารมณ์กลัว     |
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์รำเริง    | <input type="checkbox"/> | อารมณ์อิจฉา    |
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์อ่อนล้า   | <input type="checkbox"/> | อารมณ์เศร้า    |
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์หงุดหงิด  | <input type="checkbox"/> | อารมณ์เหงา     |
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์รังเกียจ  | <input type="checkbox"/> | อารมณ์ร้อน     |
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์โกรธ      | <input type="checkbox"/> | อารมณ์เย็น     |
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์ห่อเหี่ยว | <input type="checkbox"/> | อารมณ์วิตถุนดี |
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์ดีใจ      | <input type="checkbox"/> | อารมณ์ดี       |
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์เบื่อ     | <input type="checkbox"/> | อารมณ์เครียด   |
| <input type="checkbox"/> | อารมณ์เสีย      |                          |                |

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### ที่มา

วิชาการ,กรม. เอกสารประกอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 คู่มือการ  
จัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร :  
องค์การรับส่งสินค้าและวัสดุภัณฑ์, 2544.

## แบบสำรวจการเปลี่ยนแปลงทางสังคมของวัยรุ่น

### คำชี้แจง

ให้นักเรียนสำรวจการเปลี่ยนแปลงทางสังคมของวัยรุ่นตนเองตามแบบสำรวจว่านักเรียนเคยมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านใดบ้าง โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องว่างที่ตรงกับการเปลี่ยนแปลงของตนเอง

- ต้องการเป็นอิสระ
- ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน
- มีการรวมกลุ่มระหว่างเพื่อนสนิทในเพศเดียวกัน
- เชื่อถือและรับฟังเพื่อนมากกว่าพ่อแม่
- เริ่มสนใจจะมีเพื่อนต่างเพศ
- ชอบคิดเปรียบเทียบตนเองกับเพื่อนฝูง
- เพื่อนมีความสำคัญมาก
- ต้องการเพื่อนที่เข้าใจ
- ชอบเที่ยวเตร่
- ให้ความสนใจและเลียนแบบคนเก่ง คนสวย คนหล่อ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนแบบอริยสัจสี่

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา      ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1      ภาคเรียนที่ 1  
เรื่อง สุขอนามัยทางเพศ      ระยะเวลา 1 คาบ (50 นาที)

#### สาระสำคัญ

สุขอนามัยทางเพศ เป็นเรื่องของการดูแลสุขภาพทางเพศของบุคคล เพื่อดำรงและรักษาไว้ซึ่งการมีสุขภาพดีในเรื่องเพศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยรุ่นซึ่งเป็นช่วงที่ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงทางเพศ จึงควรมีวิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขอนามัยทางเพศในเรื่องของการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์ให้เหมาะสม เพื่อให้มีสุขภาพดีและดำรงชีวิตได้เป็นปกติสุข

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนมีความสามารถดังนี้

1. วิเคราะห์ปัญหาและสาเหตุของการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์
2. เสนอวิธีการป้องกันปัญหาสุขอนามัยทางเพศในเรื่องของการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์
3. ปฏิบัติตนเพื่อดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศของตนเองในเรื่องของการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์ได้อย่างเหมาะสม

#### สาระการเรียนรู้/เนื้อหา

1. ปัญหาและสาเหตุของการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์
2. การป้องกันปัญหาการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์

3. การปฏิบัติตนเพื่อดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศในเรื่องการเกิดสิ่ว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์

## กระบวนการเรียนรู้

### 1. ชี้นำ ( 5 นาที)

1.1 ครูนำภาพโฆษณา และผลิตภัณฑ์การรักษาความสะอาดใบหน้า ยาระงับกลิ่นตัว น้ำยารักษาความสะอาดของอวัยวะเพศ มาให้นักเรียนดู

1.2 ครูซักถามนักเรียนเกี่ยวกับประสบการณ์การใช้ผลิตภัณฑ์การรักษาความสะอาดใบหน้า ยาระงับกลิ่นตัว น้ำยารักษาความสะอาดของอวัยวะเพศเพื่อนำเข้าสู่บทเรียน

### 2. ชี้นกิจกรรม ( 40 นาที)

2.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน โดยใช้วิธีการจับกระดาษสี ถ้านักเรียนจับกระดาษได้สีเดียวกันก็จะอยู่กลุ่มเดียวกัน ครูให้แต่ละกลุ่มเลือกประธานและเลขานุการประจำกลุ่ม

ครูดำเนินการสอนแบบอริยสัจสี่ ดังนี้

#### ขั้นทบทวน (ระบूपัญหา)

1. ครูแจกใบงานที่ 1 เรื่อง “การดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศของวัยรุ่น” และแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ โดยให้นักเรียนทุกกลุ่มร่วมกันอภิปราย และวิเคราะห์ถึงปัญหาจากภาพ และตัวอย่างคำถามออนไลน์จากทางอินเทอร์เน็ตเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยทางเพศ 3 เรื่อง ได้แก่ การเกิดสิ่ว การเกิดกลิ่นตัว และการติดเชื้อโรคบริเวณอวัยวะเพศ โดยอภิปรายจากข้อคำถามที่ครูกำหนดไว้ ดังนี้

#### คำถาม

1. ภาพและคำถามออนไลน์ ที่นักเรียนเห็นเกี่ยวข้องกับอะไร
2. มีปัญหาอะไรที่เกิดขึ้นบ้าง
3. ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ สามารถที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียนได้บ้างหรือไม่ เพราะเหตุใด
4. หากเกิดปัญหานี้ขึ้นจะมีผลอย่างไรกับตัวของนักเรียน



2. ให้ประธานกลุ่มเป็นผู้ดำเนินการ และเลขานุการจดบันทึกการอภิปรายของกลุ่ม ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ที่ครูแจกให้

3. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 1 กลุ่ม นำเสนอคำตอบให้เพื่อน ๆ ฟัง

### ขั้นสมุทัย (วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา)

1. ครูแจกกระดาษเทา-ขาว ให้กลุ่มละ 3 แผ่น และปากกาเมจิกสีต่าง ๆ จากนั้นครูให้นักเรียนเขียนแฉงผังรูปก้างปลา (Fish bone) ลงในกระดาษเทา-ขาว เพื่อระบุถึงสาเหตุของการเกิดปัญหา โดยกำหนดให้ส่วนหัวปลาเป็นปัญหาเรื่องสิว กลิ้งตัว และการติดเชื้อโรคที่อวัยวะเพศ อย่างละแผ่น แล้วสมาชิกในกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหาการเกิดสิิว การเกิดกลิ้งตัว และการติดเชื้อโรคที่อวัยวะเพศ เขียนสาเหตุลงไปบนก้างปลาในแต่ละอัน และให้นักเรียนตอบคำถามของครู ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ที่ครูได้ตั้งคำถามให้นักเรียนแสดงคำตอบจากการอภิปรายและการวิเคราะห์ของกลุ่ม ดังนี้

#### คำถาม

1. อะไรคือสาเหตุของปัญหานี้
2. สาเหตุต่าง ๆ นี้ทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้อย่างไร
3. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับนักเรียน จะมีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง

2. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 3 กลุ่ม นำเสนอผลการวิเคราะห์สาเหตุของการเกิดสิิว กลิ้งตัว และการติดเชื้อโรคที่อวัยวะเพศ

### ขั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหา)

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหา แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ที่ครูได้ใช้คำถามให้แต่ละกลุ่มตอบ ดังนี้

#### คำถาม

1. การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหานี้มีวัตถุประสงค์อะไร
2. ปัญหานี้ นักเรียนควรแก้ไขที่ต้นเหตุ หรือ ปลายเหตุ

2. ครุนำบัตรคำเกี่ยวกับวิธีการป้องกันปัญหาการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์ ติดบนกระดานแล้วให้นักเรียนช่วยกันเลือกบัตรคำที่เกี่ยวข้องกับการดูแลในเรื่องของการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์ แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ โดยครูใช้คำถามให้แต่ละกลุ่มตอบ ดังนี้

#### คำถาม

1. นักเรียนมีแนวทางแก้ไขตามสาเหตุของปัญหานี้อย่างไรบ้าง
2. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน นักเรียนจะมีแนวทางแก้ไขปัญหามาตามสาเหตุ ของปัญหานี้อย่างไรบ้าง

3. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปคำตอบให้เพื่อนๆ ฟัง
4. ครูแจกใบความรู้เรื่อง “วิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขอนามัยทางเพศ” ให้กับนักเรียนทุกคน ครูและนักเรียนร่วมกันศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องวิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขอนามัยทางเพศ

#### ขั้นมรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา และการนำแนวทางแก้ไขปัญหาไปประยุกต์ใช้ปฏิบัติจริง)

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์แนวทางแก้ไขปัญหานั้นที่เหมาะสมที่สุด โดยการเปรียบเทียบแนวทางการแก้ไขในแต่ละวิธี และให้แต่ละกลุ่มสรุปเลือกแนวทางแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมที่สุดเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่
2. ครูตั้งประเด็นปัญหาเกี่ยวกับการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการติดเชื้อโรคบริเวณอวัยวะเพศ โดยครูสุ่มนักเรียน 2 คน บอกแนวทางการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมกับสถานการณ์นั้น ๆ
3. ครูแจกใบงานที่ 2 เรื่อง “แนะนำความรู้ มุ่งสู่สุขอนามัยทางเพศที่ดี” โดยให้นักเรียนทุกกลุ่มออกแบบโปสเตอร์ลงในใบงานที่ 2

#### 3. ขั้นสรุป ( 5 นาที)

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึง วิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพอนามัยทางเพศของวัยรุ่น

## สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ใบความรู้เรื่อง วิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขอนามัยทางเพศ
2. ใบงานที่ 1 เรื่อง การดูแลสุขอนามัยทางเพศของวัยรุ่น
3. ใบงานที่ 2 เรื่อง แนะนำความรู้ มุ่งสู่สุขอนามัยทางเพศที่ดี
4. ภาพและตัวอย่างของคำถามออนไลน์จากทางอินเทอร์เน็ตเกี่ยวกับเรื่อง การเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการติดเชื้อโรคบริเวณอวัยวะเพศ
5. บัตรคำเกี่ยวกับวิธีการป้องกันปัญหาการเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์
6. แบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่

## การประเมินผล

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

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง วิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพอนามัยทางเพศ

สุขภาพอนามัยทางเพศ เป็นเรื่องของการดูแลสุขภาพทางเพศของบุคคล เพื่อดำรงและรักษาไว้ซึ่งการมีสุขภาพดีในเรื่องเพศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยรุ่นซึ่งเป็นช่วงที่ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงทางเพศ จึงควรมีวิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพอนามัยทางเพศในเรื่องของการเกิดสิ่ว การเกิดกลิ่นตัว และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์ให้เหมาะสม เพื่อให้มีสุขภาพดีและดำรงชีวิตได้เป็นปกติสุข

### 1. สิ่ว

สิ่วเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นทั้งชายและหญิง ไม่ใช่เป็นโรคผิวหนัง มีน้อยคนที่มีปัญหาเรื่องสิ่ว เช่น เมื่อเป็นสิ่วแล้วรู้สึกปวดหรือเจ็บบริเวณนั้น

#### สาเหตุของการเกิดสิ่ว

สิ่วเกิดจากการอักเสบของต่อมไขมันใต้ผิวหนัง ต่อมซีบาเซียส และต่อมไขมัน ซึ่งมีอยู่ทั่วร่างกาย ยกเว้นบริเวณฝ่ามือและส้นเท้า ต่อมเหล่านี้มีประมาณ 600 ต่อม ต่อพื้นที่หนึ่งตารางเซนติเมตร ทำหน้าที่ผลิตของเหลวมีลักษณะเป็นไขมัน เรียกว่า ซีบัม ส่วนฮอร์โมนหลักที่ทำหน้าที่ควบคุมไขมันซีบัม คือ ฮอร์โมนเทสโตสเตอโรน ซึ่งจะมีอยู่ทั้งเพศชายและเพศหญิง แต่เพศชายจะมีมากกว่า

เมื่ออายุ 11 – 14 ปี จะเริ่มเกิดสิ่ว แต่ไม่ควรวิตกกังวล สิ่วจะหายไปเองแต่ไม่ควรใช้มือแกะสิ่ว หรือซื้อยามารับประทานรักษาสิ่วด้วยความไม่รู้ และสิ่วจะเกิดมากที่สุดเมื่ออายุประมาณ 20 -24 ปี

#### ปัจจัยที่ก่อให้เกิดสิ่ว

1. ในวัยรุ่นอาจเกิดความไม่สมดุลของฮอร์โมนเพศ ทำให้ต่อมไขมันขับไขมันออกมามาก และหากไขมันอุดตันก็จะทำให้เกิดสิ่วได้ง่าย
2. พันธุกรรม บางครอบครัวจะมีพ่อแม่พี่น้องเป็นสิ่วกันมาก
3. การใช้เครื่องสำอางบางชนิดที่มีครีมและน้ำมันมาก อาจทำให้เกิดการอุดตันของรูขุมขนแล้วทำให้เกิดสิ่วได้ง่าย

4. เชื้อแบคทีเรียที่อยู่บริเวณผิวหนังเข้าไปรบกวนในเนื้อเยื่อของผิวหนัง ทำให้เกิดการอักเสบในต่อมไขมันและรูขุมขน
5. ความวิตกกังวลและพักผ่อนไม่เพียงพอ ก็จะทำให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกายทำงานไม่เป็นปกติ ซึ่งอาจจะกระทบต่อการสร้างฮอร์โมนของต่อมไร้ท่อต่าง ๆ ด้วย

### การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการเกิดสิวที่มีปัญหา

1. ล้างหน้าให้สะอาดอยู่เสมอ โดยเฉพาะผู้ที่มีใบหน้ามันต้องล้างหน้าบ่อย ๆ เพื่อป้องกันสิ่งสกปรก
2. อย่าแกะหรือบีบสิว เพราะจะทำให้เกิดการอักเสบจากการติดเชื้อและเป็นแผลเป็น
3. ความเครียดที่มีมากเกินไป ทำให้สิวที่เป็นอยู่เกิดอาการรุนแรงขึ้น ต้องเข้าใจว่าสิวไม่ได้เกิดเพราะความเครียด แต่ความเครียดมีผลต่อการเกิดสิว การป้องกันและรักษาสิวย่างได้ผลคือ การคลายเครียด ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส
4. การเปลี่ยนเครื่องสำอางบ่อยเกินไป ทำให้เกิดการแพ้ โดยเฉพาะเครื่องสำอางที่มีความมันต้องหลีกเลี่ยง เครื่องสำอางที่มีโอกาสทำให้เกิดสิว ได้แก่ ครีมรองพื้น ครีมบำรุงต่าง ๆ เพราะสารที่ทำให้เกิดสิวในเครื่องสำอาง ได้แก่ กรดที่ได้จากไขมัน
5. การดูแลสิวย่างมีประสิทธิภาพ คือการป้องกันไม่ให้เกิดสิวที่มีปัญหา ถ้านักเรียนมีสิวลแล้วรู้สึกเจ็บปวด หรือสิวเกิดการอักเสบติดเชื้อ ต้องรีบไปปรึกษาแพทย์หรือผู้รู้โดยด่วน

## 2. กลิ่นตัว

กลิ่นตัวเป็นเรื่องธรรมชาติ ทุกคนมีกลิ่นตัว แต่กลิ่นตัวของแต่ละคนไม่ได้มีกลิ่นเหม็นเสมอไปนักเรียนลองสำรวจตัวเองดูว่ามีกลิ่นตัวประเภทไหน จาก 3 ชนิด ดังนี้

1. กลิ่นธรรมชาติ หรือไม่มีกลิ่น
2. กลิ่นหอมหรือกลิ่นสะอาด เช่น หอมกลิ่นดอกไม้ มีกลิ่นสดชื่น เป็นต้น
3. กลิ่นไม่หอมหรือกลิ่นเหม็น หรือกลิ่นไม่สะอาด เช่น กลิ่นเหม็นเปรี้ยว กลิ่นเหม็นสาบ กลิ่นเหม็นอับ กลิ่นเหม็นเน่า กลิ่นเหม็นเขียว เป็นต้น



## สาเหตุของการเกิดกลิ่นตัว

กลิ่นตัวมีทั้งเกิดโดยธรรมชาติ และมนุษย์เป็นผู้ปรุงแต่งขึ้น ในกรณีที่นักเรียนทาแป้ง อาบน้ำ หรือฉีดน้ำหอม ทำให้มีกลิ่นหอม กลิ่นสะอาด ถือเป็นกลิ่นตัวเกิดจากการปรุงแต่งขึ้นมา แต่กลิ่นเหล่านี้ไม่อยู่ติดถาวร

นักเรียนที่ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ย่อมมีเหงื่อออกและมีกลิ่นตัวแต่กลิ่นตัวไม่ได้เกิด เพราะมีเหงื่อเท่านั้น นักเรียนจะสังเกตว่าเมื่อเริ่มมีเหงื่อออกมาจากต่อมเหงื่อ แรก ๆ จะไม่มีกลิ่น แล้วกลิ่นตัวเกิดได้อย่างไร ผิวหนังของทุกคนมีแบคทีเรีย ซึ่งจะย่อยสลายเหงื่อในบริเวณที่มี อากาศร้อนและชื้น เหงื่อไม่สามารถระเหยได้ง่าย จึงทำให้มีกลิ่นตัว เช่น ซอกรักแร้ ซอกขา เป็นต้น

## สาเหตุของกลิ่นตัวที่ไม่สะอาด กลิ่นไม่หอมหรือกลิ่นเหม็น

กลิ่นตัวประเภทนี้จะทำความรำคาญให้กับตัวเองและบุคคลใกล้เคียง แต่สามารถ ปรับปรุงแก้ไขได้ กลิ่นตัวที่ไม่สะอาด กลิ่นไม่หอมหรือกลิ่นเหม็น มีสาเหตุการเกิดได้ 4 ประการ ดังนี้

1. กลิ่นจากผิวหนังที่พบบ่อย คือ กลิ่นยาสูบในคนที่สูบบุหรี่ กลิ่นเหม็นจากการติดเชื้อราที่เท้าหรือซอกขา กลิ่นอุนจากการรับประทานอาหารหรือผลไม้บางชนิด เช่น กลิ่นทุเรียน กลิ่นสะตอ กลิ่นกระเทียม กลิ่นเนย เป็นต้น
2. กลิ่นจากลมหายใจ เช่น กลิ่นเหม็นเน่าในคนที่มีฟันผุ
3. กลิ่นจากปัสสาวะ เช่น กลิ่นอุนของแอมโมเนียในคนที่ปัสสาวะเพราะปัสสาวะอักเสบ
4. กลิ่นจากบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ เช่น กลิ่นเหม็นเปรี้ยว เหม็นหืนจากการติดเชื้อราหรือปรสิต หรืออวัยวะสืบพันธุ์มีอาการอักเสบ

## วิธีปฏิบัติตนและการป้องกันการมีกลิ่นตัว

1. อาบน้ำเป็นประจำและฟอกสบู่หรือครีมอาบน้ำ ชำระร่างกายให้สะอาด
2. ใส่เสื้อผ้าที่ซักสะอาด เสื้อผ้าที่สกปรกเป็นที่อยู่ของเชื้อแบคทีเรียและมีกลิ่นเหม็น
3. กำจัดขนบริเวณใต้อก รักแร้ และอวัยวะสืบพันธุ์เพื่อไม่ให้แบคทีเรียเจริญเติบโตจนเป็นสาเหตุของกลิ่นตัว

4. หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารหรือผลไม้ที่มีกลิ่นฉุน
5. ให้สังเกตตนเอง เมื่อพบว่าได้ปฏิบัติตามข้อ 1 – 4 อย่างเคร่งครัด แต่ยังมีกลิ่นตัวแรงอยู่ ควรปรึกษาแพทย์ เพราะสาเหตุของกลิ่นตัวอาจเกิดจากโรคเบาหวานหรือโรคติดเชื้อก็ได้

### 3. การรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์

ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีร่างกายเจริญเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นแล้ว ควรได้มีหลักการปฏิบัติเกี่ยวกับการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์ ดังนี้

#### อวัยวะเพศชาย ควรปฏิบัติดังต่อไปนี้

1. อาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ขณะอาบน้ำควรล้างอวัยวะเพศให้สะอาด โดยการใช้สบู่ล้าง แล้วเช็ดให้แห้งทุกครั้ง
2. ควรสวมใส่กางเกงชั้นในที่สะอาด ไม่สวมใส่กางเกงชั้นในที่อับชื้น เพราะอาจทำให้เกิดเชื้อราที่อวัยวะเพศได้ ไม่ควรสวมใส่กางเกงชั้นในและชั้นนอกที่รัดแน่นจนเกินไป เพราะจะทำให้ลูกอัณฑะเจ็บบวมและอักเสบได้ และไม่ใช้กางเกงในร่วมกับผู้อื่น
3. ไม่ควรให้อวัยวะเพศถูกระแทกกระแทกแรงๆ เพราะจะทำให้อวัยวะเพศเจ็บและอักเสบได้
4. ใช้ห้องส้วมที่ถูกสุขลักษณะ เมื่อปัสสาวะหรืออุจจาระเสร็จแล้ว ต้องล้างอวัยวะเพศและทวารหนักให้สะอาดเรียบร้อย
5. หากสงสัยว่าเป็นโรคทางเพศสัมพันธ์หรือมีความผิดปกติเกิดขึ้นกับอวัยวะเพศควรรีบปรึกษาแพทย์ทันที

#### อวัยวะเพศหญิง ควรปฏิบัติดังต่อไปนี้

1. อาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ใช้สบู่ฟอกชำระร่างกายและอวัยวะเพศให้สะอาด และเช็ดให้แห้งอยู่เสมอ
2. สวมใส่เสื้อผ้าที่สะอาด โดยเฉพาะกางเกงในจะต้องมีขนาดที่เหมาะสมไม่คับแน่นจนเกินไป สวมใส่สบายและควรเปลี่ยนทุกวัน และไม่ใช้ชุดชั้นในร่วมกับผู้อื่น
3. ใช้ห้องน้ำห้องส้วมที่ถูกสุขลักษณะ และก่อนออกจากห้องส้วมควรทำความสะอาดบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และทวารหนัก โดยใช้น้ำหรือกระดาษชำระที่สะอาด

4. การใช้กระดาษชำระหลังถ่ายอุจจาระให้เช็ดจากด้านหน้าไปด้านหลัง ไม่ควรเช็ดจากด้านหลังมาทางด้านหน้า เพราะอาจทำให้เชื้อโรคในอุจจาระพัดเข้าสู่ช่องคลอดเกิดโรคได้และการชำระล้างที่ดีที่สุด คือ การใช้น้ำสะอาดล้าง
5. ในขณะที่มีประจำเดือน ต้องระมัดระวังเรื่องความสะอาดของอวัยวะเป็นพิเศษ และใช้ผ้าอนามัยอย่างถูกวิธี
6. ระวังอย่าให้อวัยวะเพศถูกระแทกกระแทกแรง ๆ เพราะจะทำให้เกิดอันตรายได้
7. หากสงสัยว่าเป็นโรคหรือมีความผิดปกติของอวัยวะเพศ ต้องรีบไปปรึกษาแพทย์เพื่อขอการรักษาทันที

### รายการอ้างอิง

- พรสุข หุ่นนิรันดร์ และคณะ. หนังสือเรียนสาระการเรียนรู้พื้นฐาน : สุขศึกษา ม.1 ช่วงชั้นที่ 3. กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, 2546.
- รัชนี ขวัญบุญจัน และคณะ. หนังสือเรียนสาระการเรียนรู้พื้นฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2547.
- สมชาย แต่งสกุล และธาดา วิมลฉัตรเวที. หนังสือเรียนสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาพื้นฐาน : สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. กรุงเทพมหานคร : วัฒนาพานิช, 2546.

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบงานที่ 1

### การดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศของวัยรุ่น

#### คำชี้แจง

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากภาพ และคำถามออนไลน์ แล้วให้นักเรียนตอบคำถามของครู ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่ครูแจกให้

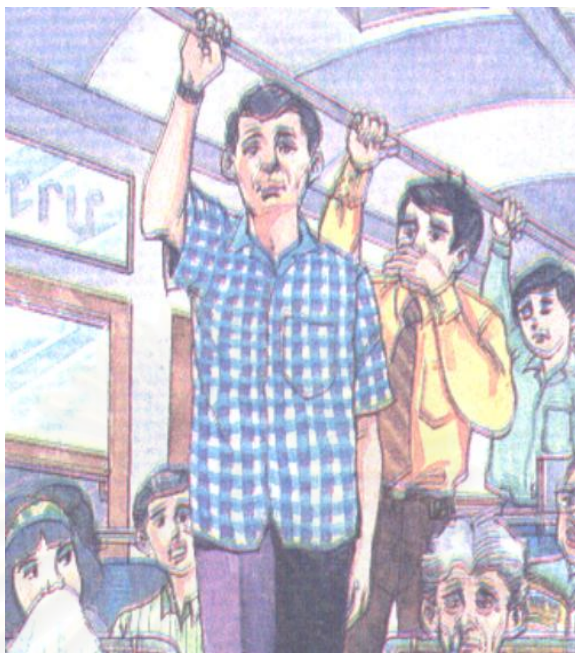
#### ภาพ



ที่มา : [www.clinic-skin.com/nuke/images/topics/acne.jpg](http://www.clinic-skin.com/nuke/images/topics/acne.jpg)



ที่มา : [www.healthline99.com/skin/acne/acne-gel-aczone-ap...](http://www.healthline99.com/skin/acne/acne-gel-aczone-ap...)



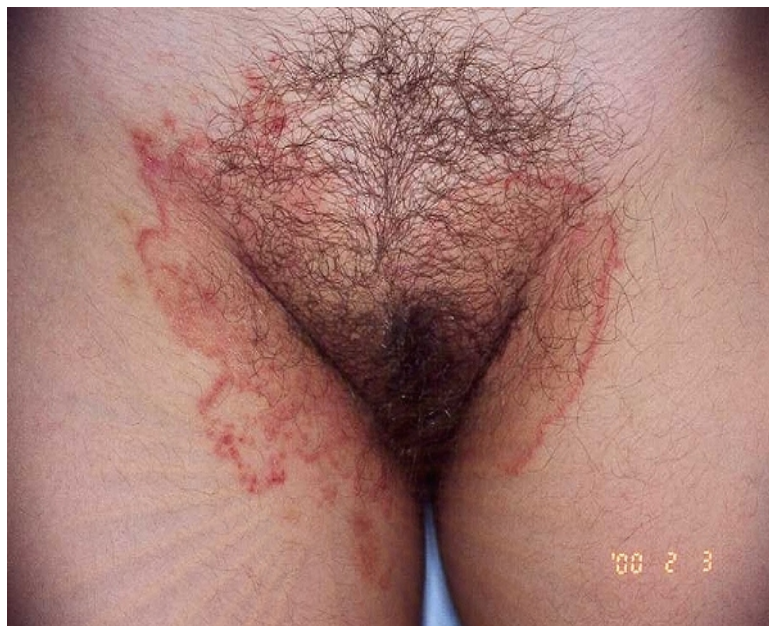
ที่มา : [www.chs.ac.th/.../My%20Dream1/PIC/Kintoa.JPG](http://www.chs.ac.th/.../My%20Dream1/PIC/Kintoa.JPG)



ที่มา : [www.yourhealthyguide.com/.../body-odor.gif](http://www.yourhealthyguide.com/.../body-odor.gif)

สถาบันราชภัฏนครราชสีมา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





ที่มา : [web.udl.es/.../Imagenes/Peq/TineaCruris4.JPG](http://web.udl.es/.../Imagenes/Peq/TineaCruris4.JPG)



ที่มา : [web.udl.es/.../Imagenes/Peq/TineaCruris4.JPG](http://web.udl.es/.../Imagenes/Peq/TineaCruris4.JPG)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตัวอย่างคำถามออนไลน์

### คำถาม

“คืออยากจะบอกว่าอาการของหนูตอนแรกก็ขึ้นที่จมูกเม็ดหนึ่งนะคะ หลังจากนั้นก็ขึ้นอีกเม็ดหนึ่ง แล้วก็ขึ้นอีก 4 เม็ดเป็นกระจุกเดียวกัน แล้วก็ขึ้นอีกเม็ด แล้วตอนนี้ก็ขึ้นอีก 2 เม็ด ตอนนี้รวมเป็น 9 เม็ดแล้วหนูกลัวมากกลัวว่าจะเป็นแผลเป็น อยากทราบว่าจะมีวันหายไหมคะ”

จากคุณ: pejuon05@hotmail.com วัน / เวลา: [08 ก.พ. 2550 / 19:13:37]

ที่มา : [http://healthnet.md.chula.ac.th/cyber\\_board/room4/index.html](http://healthnet.md.chula.ac.th/cyber_board/room4/index.html)

### คำถาม

“อยู่ดีๆก็เป็นแผลครับ บริเวณอذنทะ แต่มันไม่มีอาการคัน ผิวหนังหุ้มลูกอذنทะด้านซ้ายยาวประมาณ 2 ซม. กว้าง 2 ซม. เป็นขุยลอกออกมีอาการแสบที่บริเวณที่เป็นเวลาจับก็เจ็บ คืออาการเริ่มแรก จะรู้สึกตึงๆที่อذنทะ หลังจากนั้นประมาณวัน 2 วัน ก็เกิดสีผิวหนังเป็นสีดำ แล้วมีก็ลอกออกเป็นแผล แสบมาก ครับ เป็นวงรีประมาณ 1 ซม. คล้ายๆแผลรถชนจับแล้วลื่นๆและแสบ ไม่รู้ว่าเป็นอะไร เป็นเพราะสกปรกหรือเปล่า คือเป็นคนไม่ชอบอาบน้ำนะครับ แต่เป็นคนสะอาดแต่ภายนอก คือล้างหน้า สระผม แปรงฟันตลอด แต่อาบน้ำ 3 วันครั้ง ประมาณนี้ ยังบริสุทธิ์ไม่เคยร่วมเพศเพราะถือศีล 8”

จากคุณ: ต้า วัน / เวลา: [24 พ.ย. 2549 / 13:39:09]

ที่มา : [http://healthnet.md.chula.ac.th/cyber\\_board/room4/index.html](http://healthnet.md.chula.ac.th/cyber_board/room4/index.html)

### คำถาม

“เดิมกระผมไม่มีปัญหาแต่เมื่อไม่นานมานี้ กระผมได้ยืมเสื้อเพื่อนคนหนึ่งมาใส่ แล้วหลังจากนั้น กระผม เริ่มรู้สึกว่าตัวเองมีกลิ่นตัวมากเวลาเหงื่อออก โดยกระผมได้พยายามทำให้ตัวเองสะอาดที่สุดแต่ก็แก้ไม่ได้ ส่วนเรื่องกลิ่นเท้า ก็เหมือนกัน เวลาเหงื่อออกจะมีกลิ่น กระผมเคยใช้วิธี ถอดรองเท้าออกเหลือแต่ถุงเท้า (ผมทำงานในออฟฟิต ไม่ได้ออกไปข้างนอก) แต่พอช่วงบ่ายกลิ่นจะออกซึ่งผมคิดว่าเหงื่อที่เท้าออกทำให้มีกลิ่น ตอนแรกก็คิดว่า ซักไม่สะอาดเลยซัก 2 - 3 ครั้งแต่ จริงๆแล้ว มันเป็นที่เหงื่อ จะเรียนปรึกษาคุณหมอ หวังว่าจะมีเวลาตอบกระผมด้วยขอขอบคุณมากครับ”

จาก ton เมื่อวันที่ 4 ตุลาคม 47 เวลา 12:39:00 PM

ที่มา : [http://www.bangkokhealth.com/consult\\_htdoc/Question.asp?GID=22098](http://www.bangkokhealth.com/consult_htdoc/Question.asp?GID=22098)

## ใบงานที่ 2

### เรื่อง แนะนำความรู้ มุ่งสู่สุขภาพดีทางเพศที่ดี

#### คำชี้แจง

ให้นักเรียนทุกกลุ่มออกแบบโปสเตอร์ เกี่ยวกับการให้ความรู้ในเรื่องของการป้องกัน การเกิดสิว การเกิดกลิ่นตัว การรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์ โดยเลือกทำเพียง 1 เรื่อง



## แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนแบบอริยสัจสี่

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา                      ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1                      ภาคเรียนที่ 1  
เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์    ระยะเวลา 1 คาบ (50 นาที)

#### สาระสำคัญ

โรคทางติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นโรคที่เป็นปัญหาสำคัญในปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคเอดส์ที่มีการแพร่ระบาดอย่างรุนแรงไปทั่วโลกรวมทั้งประเทศไทยด้วย และยังไม่มียาป้องกันหรือมียารักษาให้หายขาดได้ นอกจากนี้ยังมีโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ ได้แก่ กามโรคที่เป็นแล้วอาจทำให้เกิดอันตรายต่อชีวิตได้ ซึ่งโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ ดังนั้นจึงจำเป็นที่นักเรียนควรจะเรียนรู้ ทำความเข้าใจ และมีการปฏิบัติตนอย่างถูกต้องในการป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนมีความสามารถดังนี้

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

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้

#### สาระการเรียนรู้/เนื้อหา

1. ประเภทของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2. ปัญหาและสาเหตุของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
3. อาการ และการติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์



4. พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
5. การป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดต่อของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

## กระบวนการเรียนรู้

### 1. ชี้นำ ( 5 นาที )

- 1.1 ครูนำข่าวและสถิติเกี่ยวกับการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ มาแสดงให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนอภิปรายแสดงความรู้สึกต่อข่าวและสถิตินั้น ๆ
- 1.2 ครูสอบถามความรู้สึกของนักเรียนต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

### 2. ชั้นกิจกรรม ( 40 นาที )

2.1 แบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน โดยใช้วิธีการนับเลข 1 ถึง 5 และกำหนดให้นักเรียนคนที่ได้เลขเหมือนกันอยู่กลุ่มเดียวกัน ครูให้แต่ละกลุ่มเลือกประธานและเลขานุการประจำกลุ่ม

ครูดำเนินการสอนแบบอริยสัจสี่ ดังนี้

#### ขั้นทุกข์ (ระบุมปัญหา)

1. ให้นักเรียนทุกกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากภาพ ข่าว และสถิติเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 4 โรค ได้แก่ โรคเอดส์ โรคหนองใน โรคแผลริมอ่อน โรคซิฟิลิส โดยอภิปรายจากข้อคำถามที่ครูกำหนดไว้ ดังนี้

#### คำถาม

1. ภาพ ข่าวและสถิติที่นักเรียนเห็นเกี่ยวข้องกับอะไร
2. มีปัญหาอะไรที่เกิดขึ้นบ้าง
3. ปัญหาต่าง ๆ นี้ สามารถที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียนได้บ้างหรือไม่ เพราะเหตุใด
4. หากเกิดปัญหานี้ขึ้นจะมีผลอย่างไรกับตัวของนักเรียน

2. ให้ประธานกลุ่มเป็นผู้ดำเนินการ และเลขานุการจดบันทึกการอภิปรายของกลุ่ม ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ที่ครูแจกให้



3. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 1 กลุ่ม นำเสนอคำตอบให้เพื่อนๆ ฟัง
4. ครูอภิปรายถึงอาการของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

### ขั้นสมมุติ (วิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหา)

1. ครูแจกกระดาษเทา-ขาว ขนาดใหญ่ ให้กลุ่มละ 1 แผ่น และแจกปากกาเมจิก สีต่าง ๆ ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นจากภาพ ขาวและสถิติ โดยให้นักเรียนเขียนสาเหตุของปัญหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในลักษณะแผนผังแบบโยงใย ปัญหา (Web of Causation) แล้วให้นักเรียนตอบคำถามของครู ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่ครูแจกให้ ซึ่งคำถามมีดังต่อไปนี้

#### คำถาม

1. อะไรคือสาเหตุของปัญหานี้
2. สาเหตุต่าง ๆ นี้ทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้อย่างไร
3. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับนักเรียน จะมีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง

2. ครูขออาสาสมัครนักเรียน 1 กลุ่ม สรุปลำดับคำตอบให้เพื่อนๆ ฟัง

### ขั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหาตามสาเหตุของปัญหา)

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มศึกษาค้นคว้าจากแหล่งการเรียนรู้ที่ครูจัดให้ (หนังสือ ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์” ไปสเตอร์ แผ่นพับ วารสาร นิตยสาร ) เพื่อกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหาตามสาเหตุของปัญหา แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่ครูแจกให้ ซึ่งคำถามมีดังต่อไปนี้

#### คำถาม

1. การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหาคือสาเหตุของปัญหานี้มี วัตถุประสงค์อะไร
2. ปัญหานี้ นักเรียนควรแก้ไขที่ต้นเหตุ หรือ ปลายเหตุ
3. นักเรียนมีแนวทางแก้ไขปัญหาคือสาเหตุของปัญหานี้ อย่างไรบ้าง
4. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน นักเรียนจะมีแนวทางแก้ไขปัญหาคือสาเหตุของปัญหานี้ อย่างไรบ้าง

2. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปลำดับข้อดีให้เพื่อนๆ ฟัง

### ขั้นบรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา และการนำแนวทางแก้ไข ปัญหาไปประยุกต์ใช้ปฏิบัติจริง)

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์แนวทางแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เหมาะสมที่สุด โดยการเปรียบเทียบแนวทางการแก้ไขในแต่ละวิธี และให้แต่ละกลุ่มสรุปเลือกแนวทางแก้ไขที่เหมาะสมที่สุดเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่ครูแจกให้ ซึ่งคำถามมีดังต่อไปนี้

#### คำถาม

1. แนวทางแก้ไขปัญหาดังใดที่นักเรียนเห็นว่าสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. วิธีการนำแนวทางที่สามารถประยุกต์ใช้ได้จริง

2. ครูแจกใบงานที่ 1 เรื่อง “สร้างความตระหนักเรื่องภัยจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในกลุ่มนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา” โดยให้นักเรียนทุกกลุ่มเขียน Spot วิชวลลงในใบงานที่ 1

### 3. ขั้นสรุป ( 5 นาที)

ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึง ความรู้เรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

#### สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ข่าวและสถิติเกี่ยวกับการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จำนวน 4 ข่าว
2. ใบความรู้เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง สร้างความตระหนักเรื่องภัยจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
4. แบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่

## การประเมินผล

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



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

### ความหมายของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

**โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์** คือ โรคที่ติดต่อโดยการร่วมเพศกับผู้ที่เป็นโรค หรือ การทำความสะอาดไม่ถูกสุขลักษณะหลังการร่วมเพศ ซึ่งโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีดังนี้

1. โรคเอดส์
2. กามโรค เช่น โรคหนองใน โรคแผลริมอ่อน โรคซิฟิลิส

### โรคเอดส์

โรคเอดส์ (AIDS) ย่อมาจากคำว่า Acquired Immunodeficiency Syndrome ซึ่งแปลว่า “กลุ่มอาการภูมิคุ้มกันบกพร่อง” เป็นกลุ่มอาการของโรคที่เกิดจากเชื้อไวรัสเอชไอวี (HIV ย่อจาก Human Immunodeficiency Virus) เมื่อเข้าสู่ร่างกาย จะเข้าไปทำลายเม็ดเลือดขาว ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายเสื่อม หรือบกพร่องลง เป็นผลทำให้เป็นโรคติดเชื้อ หรือเป็นมะเร็งบางชนิดได้ง่ายกว่าคนปกติ อาการมักจะมีรุนแรง และเรื้อรัง และเสียชีวิตในที่สุดสถานการณ์โรคเอดส์

### สาเหตุ

โรคเอดส์เกิดจากการติดเชื้อไวรัสชนิดหนึ่งที่เรียกว่า Human immunodeficiency virus หรือ HIV ไวรัสชนิดนี้จะเข้าไปทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำให้ไม่สามารถป้องกันโรคติดเชื้อโรคชนิดอื่นๆได้ ร่างกายจึงมีโอกาสเป็นโรคต่างๆ ได้ง่าย และทำให้ตายเร็วกว่า คนปกติ

### ลักษณะอาการ

ผู้ได้รับเชื้อเอดส์ จะมีอาการต่างๆ ของโรคแบ่งได้เป็น 2 ระยะดังนี้

#### 1. ระยะไม่ปรากฏอาการ [Asymptomatic Stage]

ผู้ติดเชื้ออาจจะไม่มีอาการผิดปกติแต่อย่างใด ระหว่างนี้สุขภาพจะแข็งแรงเหมือนคนปกติ เลือดจะให้ผลบวกหลังรับเชื้อประมาณ 4 สัปดาห์ขึ้นไป ผู้ติดเชื้อจำนวนมากจะอยู่ในระยะนี้และไม่ทราบว่าตนเองติดเชื้อ เมื่อมีเพศสัมพันธ์ ก็อาจถ่ายทอดเชื้อเอดส์ไปสู่คู่อื่นๆได้

## 2. ระยะที่มีอาการ [Symptomatic Stage]

### 2.1 ระยะเริ่มปรากฏอาการ [Symptomatic HIV Infection]

เดิมเรียกระยะมีอาการสัมพันธ์กับเอดส์หรือ ARC [AIDS Related Complex] ปัจจุบันใช้คำใหม่เพื่อเข้าใจง่าย ในระยะนี้นอกจากเลือดจะให้ผลบวกแล้วยังอาจมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือหลายอย่างเช่น

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

ผิวหนังอักเสบ น้ำหนักลด

### 2.2 ระยะโรคเอดส์ [AIDS]

ภูมิคุ้มกันของผู้ป่วยถูกทำลายไปมาก ทำให้เกิดการติดเชื้อที่มักไม่เป็นในคนปกติ ที่เรียกว่า "โรคติดเชื้อฉวยโอกาส" ซึ่งมีหลายชนิด แล้วแต่ว่าจะติดเชื้อชนิดใด และเกิดที่ส่วนใดของร่างกาย เช่น

- ถ้าเป็นวัณโรคที่ปอดจะมีอาการไข้เรื้อรัง ไอเป็นเลือด หอบ น้ำหนักลด
- ถ้าเป็นปอดบวมจากเชื้อ *Pneumocystis Carinii* จะมีไข้ ไอแห้งๆ

หอบ

- ถ้าเป็นเยื่อหุ้มสมองอักเสบจากเชื้อ *Cryptococcus* จะมีอาการปวด

ศีรษะอย่างรุนแรง คอแข็ง คลื่นไส้ อาเจียน

- ถ้าเป็นเชื้อราในทางเดินอาหารจะมีอาการ เจ็บคอ กลืนลำบาก
- บางรายอาจเป็นมะเร็ง

#### การติดต่อ

เชื้อไวรัสเอดส์ติดต่อได้หลายทาง เช่น

1. ทางเพศสัมพันธ์ ทั้งต่างเพศและเพศเดียวกัน (ในชายรักร่วมเพศ หรือเกย์)
2. ทางเลือด เช่น การได้รับการถ่ายเลือด, การปลูกถ่ายอวัยวะที่มีเชื้อ, การแปด



เป็นผลิตภัณฑ์ จากเลือด, การใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน เป็นต้นส่วนการใช้ของมีคม (เช่นใบมีดโกนที่ตัดเล็บ) ร่วมกับ ผู้ติดเชื้อ การสัก การเจาะหู อาจมีโอกาสดัดเป็นเลือดที่มีเชื้อได้ แต่จะมีโอกาสติดโรคได้ ก็ต่อ เมื่อมีแผลเปิด และปริมาณเลือด หรือน้ำเหลืองที่เข้าไปในร่างกายมีจำนวนมากพอ

3. การติดต่อจากมารดาที่มีเชื้อสู่ทารก ตั้งแต่ระยะอยู่ในครรภ์ ระยะคลอด และระยะเลี้ยงดูหลังคลอด โอกาสที่ทารกจะติดเชื้อจากมารดา ประมาณร้อยละ 20-50

### พฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ มีดังนี้

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

### พฤติกรรมที่ไม่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์

จากการศึกษาในประเทศต่าง ๆ เท่าที่ผ่านมา ไม่พบว่ามี การติดต่อโดย

1. การกินอาหาร และดื่มน้ำร่วมกัน
2. หายใจ ไอ จามรดกัน
3. การกินอาหาร และดื่มน้ำร่วมกัน
4. การว่ายน้ำในสระ หรือเล่นกีฬาาร่วมกัน
5. การใช้ห้องน้ำาร่วมกัน
6. การอยู่ในห้องเรียน ห้องทำงาน ยานพาหนะ หรือการอยู่ใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อ
7. การสัมผัส โอบกอด
8. การใช้คร้ว ภาชนะเครื่องครัว จาน แก้ว หรือผ้าเช็ดตัวาร่วมกัน
9. การใช้โทรศัพท์าร่วมกัน
10. การถูกยุง หรือแมลงกัด

### การป้องกันโรคเอดส์

เอดส์เป็นโรคที่ป้องกันได้ แต่ยังไม่มียาใดสามารถรักษาให้หายได้ในขณะนี้ การปฏิบัติตนซึ่งจะช่วยป้องกันโรคเอดส์ได้ มีดังนี้

1. ไม่สัมผัสทางเพศ และควรใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่มีใช้คู่อุปสรรคของตน
2. ไม่เสพสารเสพติด โดยเฉพาะอย่างยิ่งห้ามใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น นอกจากนี้การเสพสารเสพติดบางชนิดจะทำให้ผู้เสพเกิดความเคลิบเคลิ้ม งุนงง และชักนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่มีการป้องกัน อันอาจนำมาซึ่งการติดเชื้อเอชไอวีในที่สุด
3. ไม่ใช้แปรงสีฟัน ไม้แคะหู กรรไกรตัดเล็บ มีดโกนหนวด หรืออุปกรณ์อื่น ๆ ร่วมกับผู้อื่น
4. เลือกถุงยางอนามัยที่มีคุณภาพดี และใช้อย่างถูกวิธีทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์
5. ถ้ามีเหตุที่ต้องสัมผัสเลือด เช่น การปฐมพยาบาลบาดแผลให้ผู้อื่น ควรใช้ถุงมือยาง ถุงมือพลาสติก หรือถุงพลาสติกที่สะอาดสวมมือทุกครั้ง
6. ก่อนแต่งงาน ควรตรวจเลือดทั้งฝ่ายชายและฝ่ายหญิง

## กามโรค

เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งเป็นกลุ่มโรคที่มีการติดเชื้อหลายชนิด เช่น

**โรคหนองใน** เป็นโรคที่ติดต่อได้ง่ายและมีอาการอย่างรวดเร็ว ท่อปัสสาวะจะอักเสบมีหนองไหล ในผู้หญิงเชื้ออาจลุกลามทำให้ปีกมดลูกและมดลูกเกิดอาการอักเสบ อาจทำให้เป็นหมันและถึงแก่ชีวิตได้

**โรคแผลริมอ่อน** เป็นกามโรคที่จะเกิดแผลเจ็บแสบที่อวัยวะเพศและทำให้ต่อมน้ำเหลืองขาอักเสบ โดยการเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย ชั้นแรกจะเป็นเม็ดผื่นที่อวัยวะเพศ ต่อมาจะกลายเป็นตุ่มหนองลุกลามอย่างรวดเร็วถึงต่อมน้ำเหลืองบริเวณขาหนีบจนกลายเป็นฝี แผลที่อวัยวะเพศหากไม่รักษาจะกินเนื้อไปเรื่อย ๆ อาจถึงขั้นทำให้อวัยวะเพศแห้งได้

**โรคซิฟิลิส** เป็นโรคติดต่อที่เรื้อรังร้ายแรง หากไม่ได้รับการรักษาเชื้อจะลุกลามต่อไปอาจเข้าไปในระบบประสาท กระดูก และข้อ อาจทำให้เกิดความพิการและเสื่อมสมรรถภาพทางร่างกายได้

นอกจากการโรคที่ยกตัวอย่างเบื้องต้นนี้แล้ว ยังมีโรคและท่อน้ำเหลือง การโรคเรื้อรังบริเวณขาหนีบ เป็นต้น โรคติดต่อทางเพศไม่ได้ติดต่อกันด้วยการอยู่ร่วมกันเราสามารถอยู่ร่วมกับผู้ป่วยโรคเหล่านี้แต่ต้องป้องกัน ซึ่งจะมีวิธีการป้องกันดังต่อไปนี้

1. ไม่ควรสัมผัสทางเพศ ไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลที่ไม่แน่ใจว่ามีโรคติดต่อหรือไม่
2. ก่อนการมีเพศสัมพันธ์ควรรู้จักป้องกันตนเอง โดยสวมถุงยางอนามัยทุกครั้ง
3. หลีกเลี่ยงการสัมผัสน้ำในช่องคลอด น้ำสุจิ เลือด น้ำลาย เสมหะ เหงื่อ ปัสสาวะของผู้อื่น
4. ไม่ควรเสพสารเสพติด
5. ไม่ใช้สิ่งของเครื่องใช้ร่วมกับผู้อื่น เช่น เสื้อผ้า ผ้าเช็ดตัว มีดโกนหนวด กรรไกรตัดเล็บ
6. ควรมีการตรวจเลือดและตรวจสุขภาพเป็นประจำ
7. เมื่อพบความผิดปกติในร่างกาย ควรรีบปรึกษาแพทย์ทันที

#### รายการอ้างอิง

พรสุข นุ่นนิรันดร์ และคณะ. **หนังสือเรียนสาระการเรียนรู้พื้นฐาน: สุขศึกษา ม.1** ช่วงชั้นที่ 3. กรุงเทพมหานคร : บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจท. จำกัด , 2546.

วารุณี ภูริสัมพันธ์ และคณะ. **หนังสือเรียนพลานามัย รายวิชา พ. 503 พ. 504** สุขศึกษา. กรุงเทพมหานคร: บริษัทไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2539.

เรณูมาศ มาอุ้น และคณะ. **ชุดกิจกรรมพัฒนาการคิดวิเคราะห์ เสริมสร้างคุณธรรม**

**จริยธรรม และค่านิยมที่ดีงาม สุขศึกษา ม.1.** กรุงเทพมหานคร : บริษัทพัฒนาคุณภาพ วิชาการ (พว.) จำกัด, 2550

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนแบบอริยสัจสี่

### แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา                      ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1      ภาคเรียนที่ 1  
เรื่อง ทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง                      ระยะเวลา 1 คาบ (50 นาที)

---

#### สาระสำคัญ

พฤติกรรมทางเพศเป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมมนุษย์ การแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม อาจก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาภายหลังได้ โดยเฉพาะวัยรุ่นในปัจจุบันมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศ บทบาทการควบคุมพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นจึงควรมีการเรียนรู้ และฝึกปฏิบัติการใช้ทักษะในการปฏิเสธ การต่อรอง และการผัดผ่อน จนเกิดเป็นความเคยชินที่จะสามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหา และการเผชิญสถานการณ์ โดยหาทางเลือกที่ถูกต้องและเหมาะสมได้เป็นอย่างดี

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เมื่อเรียนจบบทเรียนนี้แล้ว นักเรียนมีความสามารถ ดังนี้

1. บอกวิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้
2. ป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้
3. วิเคราะห์ถึงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้
4. ฝึกปฏิบัติการแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ โดยใช้ทักษะการปฏิเสธได้

#### สาระการเรียนรู้/เนื้อหา

1. วิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
2. พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
3. หลักการใช้ทักษะการปฏิเสธ



## กระบวนการเรียนรู้

### 1. ขั้นนำ ( 5 นาที)

1.1 ครูให้นักเรียนแต่ละแถวส่งตัวแทน 1 คนออกมาเขียนถึงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาทางเพศบนกระดาน

1.2 ครูสนทนากับนักเรียนว่าการมีพฤติกรรมดังที่นักเรียนเขียนบนกระดาน ย่อมนำไปสู่ปัญหาทางเพศอื่นๆ ตามมามากมาย แล้วโยงเข้าสู่บทเรียนเรื่องทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง

### 2. ขั้นกิจกรรม ( 40 นาที)

2.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยให้แต่ละกลุ่มมีสมาชิกทั้งเพศชายและเพศหญิง ครูให้แต่ละกลุ่มเลือกประธานและเลขานุการประจำกลุ่ม ครูดำเนินการสอนแบบอริยสัจสี่ ดังนี้

#### ขั้นทบทวน (ระบุงปัญหา)

1. ครูแจกใบงานที่ 1 เรื่อง ภัยอันตราย และแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ให้แต่ละกลุ่ม โดยกำหนดให้ศึกษาจากข่าวทางหนังสือพิมพ์ที่ครูนำมาให้ดู

2. ครูให้แต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากภาพและข่าว โดยมีประธานเป็นผู้ดำเนินการ และเลขานุการจดบันทึก ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ที่ครูได้ตั้งคำถามให้นักเรียนแสดงคำตอบที่ได้รับจากการอภิปรายและการวิเคราะห์ของกลุ่ม ดังนี้

#### คำถาม

1. ข่าว ที่นักเรียนได้อ่านเกี่ยวข้องกับอะไร
2. มีปัญหาอะไรที่เกิดขึ้นบ้าง
3. ปัญหาต่าง ๆ นี้ สามารถที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียนได้บ้างหรือไม่ เพราะเหตุใด
4. หากเกิดปัญหานี้ขึ้นจะมีผลอย่างไรกับตัวของนักเรียน

3. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 1 กลุ่ม สรุปลำดับข้อให้เพื่อนๆ ฟัง โดยครูเขียนคำตอบของนักเรียนลงบนกระดานดำ

### ขั้นสมมุติ (วิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหา)

1. ครูให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นจากภาพและข่าว แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ที่ครูได้ใช้คำถามให้แต่ละกลุ่มตอบ ดังนี้

#### คำถาม

1. อะไรคือสาเหตุของปัญหานี้
2. สาเหตุต่าง ๆ นี้ทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้อย่างไร
3. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับนักเรียน จะมีสาเหตุมาจาก

อะไรบ้าง

2. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปลำดับข้อให้เพื่อนๆ ฟัง

### ขั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหา)

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหา แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ที่ครูได้ใช้คำถามให้แต่ละกลุ่มตอบ ดังนี้

#### คำถาม

1. การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหานี้มีวัตถุประสงค์อะไร

2. ปัญหานี้ นักเรียนควรจะแก้ไขที่ต้นเหตุ หรือ ปลายเหตุ

2. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มช่วยกันค้นคว้าจากแหล่งการเรียนรู้ที่ครูจัดให้ (โปสเตอร์ แผ่นพับ วารสาร นิตยสาร บทความ งานวิจัย) แล้วบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ที่ครูได้ตั้งคำถามให้แต่ละกลุ่มตอบ ดังนี้

### คำถาม

1. นักเรียนมีแนวทางแก้ไขตามสาเหตุของปัญหานี้อย่างไรบ้าง
2. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน นักเรียนจะมีแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหานี้อย่างไรบ้าง

3. ครูสุ่มกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม สรุปลำตอบให้เพื่อนๆ ฟัง

4. ครูเสนอวิธีแก้ไขปัญหาก็รูปแบบหนึ่ง คือการใช้ทักษะการปฏิเสธ ครูแจกใบความรู้เรื่องทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง ให้กับนักเรียนทุกคน ครูและนักเรียนร่วมกันศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่อง ทักษะการปฏิเสธ

### ขั้นมรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา และการนำแนวทางแก้ไขปัญหาไปประยุกต์ใช้ปฏิบัติจริง)

1. ครูให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์แนวทางแก้ไขปัญหานี้ที่เหมาะสมที่สุด โดยการเปรียบเทียบแนวทางการแก้ไขในแต่ละวิธี และให้แต่ละกลุ่มสรุปเลือกแนวทางแก้ไขที่เหมาะสมที่สุดเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่

2. ครูแจกใบงานที่ 2 เรื่อง “การเผชิญกับสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์” โดยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันระดมสมอง เพื่อตอบคำถามตามที่ระบุไว้ในใบงานที่ 2

กลุ่มที่ 1 การถูกโอบกอดจากเพศตรงข้าม

กลุ่มที่ 2 การชวนใช้สารเสพติด

กลุ่มที่ 3 การชวนไปดูสื่อช่วยยั่วอารมณ์ทางเพศ

กลุ่มที่ 4 การชวนไปมีเพศสัมพันธ์

3. ครูสุ่ม นักเรียน 2 กลุ่มออกมาแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่ครูกำหนดให้โดยใช้ทักษะการปฏิเสธ เพื่อนำไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

### 3. ขั้นสรุป ( 5 นาที)

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

## สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ใบความรู้เรื่องทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง
2. ใบงานที่ 1 เรื่องภัยอันตราย
3. ใบงานที่ 2 เรื่องการเผชิญกับสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
4. แบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่

## การประเมินผล

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

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง ทักษะการปฏิเสธเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีภาวะร่างกายกำลังเข้าสู่การเจริญเติบโตเต็มที่การเปลี่ยนแปลงนี้ส่งผลให้ร่างกายเกิดความเรียกร้องต้องการต่อความรู้สึกทางเพศได้โดยธรรมชาติ หากไม่รู้จักรับการระวังตัวหรือควบคุมตัวเองอย่างเหมาะสม มีโอกาสจะเกิดปัญหาเพศเสี่ยงได้ง่าย สถานการณ์ต่อไปนี้ที่วัยรุ่นควรหลีกเลี่ยง

1. การวางตัว ควรระมัดระวังไม่ให้อีกฝ่ายหนึ่งเกินเลยได้ง่าย เช่น การเล่นโดยการถูกเนื้อต้องตัว เพราะฝ่ายหญิงค่อนข้างเสียเปรียบกว่าฝ่ายชาย
2. หลีกเลี่ยงการจับมือ การปล่อยให้เพื่อนขยี้ผม ตีหัว เราต้องรู้จักดูแลร่างกายของเรา ไม่ปล่อยให้ใคร ๆ มาสัมผัสได้โดยง่าย แม้จะเป็นเพื่อนสนิท ครู หรือญาติพี่น้อง
3. ไม่ควรอยู่ในที่ลับตาคนสองต่อสองกับเพื่อนต่างเพศ หากจำเป็นควรชวนคนอื่นอยู่เป็นเพื่อนด้วย
4. เมื่อชวนเพื่อนไปบ้าน ไม่ควรให้เพื่อนชายขึ้นมาอยู่บนห้องนอนของเพื่อนหญิง เพราะถือเป็นห้องส่วนตัวไม่เหมาะสม
5. การพูดคุยโทรศัพท์ เพื่อนชายจะหัดใช้คำหวาน ๆ ฝ่ายหญิงมักจะอ่อนไหวง่าย ควรหัดปฏิเสธ และตัดบท หากเพื่อนชายพูดแสดงเจตนาไม่เหมาะสม
6. ผู้หญิงไม่ควรไปบ้านเพื่อนชายเพียงคนเดียว เพราะพ่อแม่ฝ่ายชายอาจตีความไปในทางไม่ดีได้ หากจำเป็นควรมีเพื่อนไปหลาย ๆ คน
7. การร่วมงานกินเลี้ยงในหมู่เพื่อน ๆ ไม่ควรลองดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ หรือลองสารเสพติด เพราะจะทำให้ขาดสติและควบคุมตนเองไม่ได้
8. การไปดูภาพยนตร์กับเพื่อนต่างเพศไม่ควรไปสองต่อสอง หากจะไปดูควรไปดูเป็นกลุ่มหลายคน

ปัจจุบันภัยอันตรายที่เกิดขึ้นมีมากมายหลายรูปแบบเช่น การถูกลวนลาม ล้วงละเมิดทางเพศ ถูกข่มขืน หากเรามีความรู้เกี่ยวกับการป้องกันตัวก็เท่ากับมีเพื่อนแท้ไว้เคียงข้าง จะไปที่ใด เพื่อนแท้นี้จะติดตามไปด้วยเสมอ และเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์คับขัน ก็จะช่วยคลี่คลายเหตุการณ์จากหนักเป็นเบา หรือทำให้แคล้วคลาดปลอดภัยได้



## หลักการปฏิเสธ

การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคลที่ทุกคนควรเคารพซึ่งกันและกัน ในความต้องการซึ่งแตกต่างกัน การปฏิเสธที่ใช้ได้ผลมักเป็นการปฏิเสธในสิ่งที่ปฏิบัติแล้วไม่เกิดประโยชน์ หรือเกิดผลกระทบในแง่ลบตามมา และเป็นการชักชวนในหมู่เพื่อน

### หลักการปฏิเสธที่ดีมีดังนี้

1. ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะขอปฏิเสธ
2. ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น
3. การขอความเห็นชอบ และแสดงการขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับ จะเป็นการรักษาหัวใจของผู้ชวน

### ขั้นตอนการปฏิเสธ

ขั้นตอน	คำอธิบาย	ตัวอย่างคำพูด
1. แสดงความรู้สึกของตนเองประกอบเหตุผล	- การอ้างความรู้สึกประกอบเหตุผล จะทำให้โต้แย้งได้ยากกว่าการอ้างเหตุผลอย่างเดียว	“ฉันไม่สบายใจ กลัวคุณแม่จะเป็นห่วง ถ้ากลับบ้านช้า” “ฉันลำบากมาก ถ้าจะต้อง.....” “ฉันไม่ชอบเลย.....” “ฉันรู้สึกยุ่งยากใจ ถ้าจะต้อง.....”
2. การขอปฏิเสธ	- ตอบปฏิเสธการชวนอย่างชัดเจน เพราะคนเรามีสิทธิปฏิเสธในสิ่งที่ตนไม่เห็นด้วย	“ขอไม่ไปนะ”
3. การถามความเห็น	- เป็นการปฏิเสธโดยคำนึงถึงความรู้สึกของอีกฝ่าย เพื่อรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน	“เธอคงเข้าใจนะ” “เธอคงไม่ว่าอะไรใช่ไหม.....ขอบคุณเธอมากเลย” “ คงจะดีกับเธอนะ.....” “ คุณคงเห็นด้วยกับฉันนะ.....” “คุณคงจะชอบนะ.....”

เมื่อผู้ชวนยอมรับ ควรขอบคุณ เช่น “ขอบคุณนะที่เข้าใจ” “คุณน่ารักจังเลยที่เห็นด้วย” “วิเศษเลยที่เธอรู้สึกดีขึ้น” แต่ถ้าถูกเข้าชี้ หรือสบประมาท ควรเลือกวิธีใดวิธีหนึ่งต่อไปนี้

### เมื่อถูกเข้าชี้หรือพูดจาสบประมาท เพื่อให้ไปตามคำชวน ควรปฏิบัติดังนี้

1. ไม่ต้องรู้สึกหวั่นไหวไปตามคำพูด
2. ปฏิเสธซ้ำโดยไม่จำเป็นต้องอ้างเหตุผลประกอบ และใช้การกระทำช่วยยืนยัน โดยเดินออกห่างพร้อมกับบอกลา

### ขั้นตอนการปฏิเสธซ้ำ เมื่อถูกเข้าชี้

ขั้นตอน	คำอธิบาย	ตัวอย่างคำพูด
1. ปฏิเสธซ้ำ	ยืนยันการปฏิเสธ ตอกย้ำสิทธิตนเอง	“ฉันไปไม่ได้จริงๆ แค่นี้ละ” “ไม่...ไม่ ฉันหมายความว่าไม่” “ไม่...ไม่ ฉันบอกว่าไม่ เข้าใจไหม” “ไม่.....ขอบคุณ” “ไม่.....ฉันบอกว่าไม่ ฉันไปละ” (พร้อมทั้งเดินห่าง)
2. การต่อรอง	หากิจกรรมที่ดีกว่ามาทดแทน	“ไปกินข้าวกันดีกว่า” “ไปเราไปทำ.....กันดีกว่า” “ฉันไม่อยากทำเลย....แต่เราอาจจะทำ....ดีกว่านะ” “ขอให้ฉันตัดสินใจนะ.....เราไป...ดีกว่า” (พร้อมทั้งดึงเพื่อนไปทำกิจกรรมอื่น)
3. การผิดผ่อน	ยืดระยะเวลาเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยนความตั้งใจ	“เอาไว้วันหลังค่อยพูดกันใหม่” “เอาอย่างนี้ได้ไหม.....ขอเวลาให้ฉันตัดสินใจอีกทีนะ” “เอาไว้คุยกันอีกครั้งดีกว่า....วันนี้สับสน” (พร้อมทั้งเดินออกห่าง)

## รายการอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. **คู่มือการจัดกิจกรรม “ฝึกคิดแก้ปัญหา พัฒนา EQ”**

กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกิจการโรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2547.

เรณูมาศ มาอุ่น และคณะ. **ชุดกิจกรรมพัฒนาการคิดวิเคราะห์ เสริมสร้างคุณธรรม**

**จริยธรรม และค่านิยมที่พึงงาม สุขศึกษา ม.1.** กรุงเทพมหานคร : บริษัทพัฒนา

คุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด, 2550.



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบงานที่ 1 เรื่อง ภัยอันตราย

### คำชี้แจง

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากข่าวทางหนังสือพิมพ์ แล้วให้นักเรียนตอบคำถามของครู ลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่ครูแจกให้

### “รวบหนุ่มโรงโม่เห็นกามปล้ำนักเรียนสาว ม.3”

หนุ่มโรงโม่เห็นกามเห็นเหยื่อนักเรียนสาว ม.3 สวยถูกใจเดินกลับบ้านซอยเปลี่ยวเกิดอารมณ์คึกจอตลอดเข้าป่าปลุกปล้ำเหยื่อฮึดสู้ พาผู้ปกครองไร้แรงความก่อนพบนั่งรถสองแถวมาคนเดียวชวนน้ำชายช่วยจับตัวส่งตัวตำรวจดำเนินคดี เมื่อเวลา 09.00 น.วันที่ 12 มีนาคม 2550 พ.ต.ท.ปราโมทย์ งามประดิษฐ์ รอง ผกก.ป.สภ.อ.บางละมุง จ.ชลบุรี ได้รับแจ้งจากนายสมชาย หนูเอี่ยม อายุ 27 ปี อยู่บ้านเลขที่ 14 หมู่ 10 ต.ห้วยใหญ่ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี ว่า ได้ร่วมกับ น.ส. ชนิศรา หรืออ้อย แสงพิทักษ์ หลานสาว อายุ 15 ปี นักเรียนชั้น ม.3 โรงเรียนแห่งหนึ่งเขต ต. ห้วยใหญ่ อยู่บ้านเลขที่ 327 หมู่ 10 ต.ห้วยใหญ่ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี จับกุมตัวนายวินัย อินทรสิงห์ อายุ 21 ปี อยู่บ้านเลขที่ 31 หมู่ 3 ต.ห้วยใหญ่ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี หลังก่อเหตุปลุกปล้ำหวังข่มขืนหลานสาวตั้งแต่วันที่ 6 มีนาคม 50 เหตุเกิดบริเวณหน้าห้างเทสโก้โลตัส เทพประสิทธิ์ หมู่ 11 ต.หนองปรือ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี หลังรับแจ้งจึงรีบไปทำการสอบสวน

เมื่อไปถึงพบนายสมชาย กับ น.ส.ชนิศรา หรืออ้อย ผู้เสียหายยื่นควบคุมตัวนายวินัย ผู้ก่อเหตุอยู่ริมถนนพุดบาท หน้าห้างดังกล่าว จึงเข้าควบคุมตัวดำเนินคดี จากการสอบสวน น.ส.ชนิศรา อ้อย เล่าว่า เมื่อเวลา 16.00 น.วันที่ 6 มีนาคม ที่ผ่านมา หลังจากโรงเรียนเลิกตนได้เดินทางกลับบ้านพักซึ่งห่างจากโรงเรียนประมาณ 1 กิโลเมตร ในระหว่างทางเป็นซอยเปลี่ยวพลอดผู้คน อยู่นายวินัย ขับขี่รถจักรยานยนต์ ยี่ห้อ ยามาฮ่า มีไอ สีดำ ทะเบียนป้ายแดง สภ.ต.พัทธา จำหมายเลขทะเบียนไม่ได้ ขับตามหลังมาแล้วขี่เลยต้นไปได้สั๊กพัก และขี่ย้อนกลับมาจอดขวางทางเดิน

จากนั้นนายวินัย ได้ลงจากรถแล้วใช้มืออุดกระชากลากตนเข้าไปในป่าข้างทาง โดยใช้กำลังปลุกปล้ำเพื่อหวังข่มขืน ตนจึงขัดขืนต่อสู้โดยใช้เท้าถีบเข้าไปที่หน้าท้องนายวินัยจนจุก แล้วหนีออกไปเห็นก้อนหินวางอยู่ใกล้ตัว จึงหยิบขึ้นมาทุบเข้าที่ศีรษะนายวินัยลงไปกองกับพื้นได้รับ

บาดเจ็บ เมื่อได้โอกาสจึงวิ่งหลบหนีร้องตระโกนให้ชาวบ้านที่ผ่านไปมาช่วยเหลือ น.ส.ชนิสรา กล่าวอีกว่า เมื่อนายวินัยเห็นท่าไม่ดีวิ่งไปคล้องมรดจรรย์ยานยนต์ที่จอดอยู่แล้วขับรถหลบหนีไป ตนจึงนำเรื่องดังกล่าวไปปรึกษาผู้ปกครองพาเข้าแจ้งความกับ ร.ต.ต.ปิติชน เทิดเกียรติกุล ร้อยเวร สภ.อ.บางละมุง ลงบันทึกประจำวันไว้เป็นหลักฐาน และมาวันนี้ขณะที่ตนซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ของ นายชายเพื่อให้พาไปสมัครเรียนต่อในระดับ ปวช.ที่ วิทยาลัยการอาชีพแห่งหนึ่งเขต อ.บางละมุง ในระหว่างทางพบนายวินัย คนร้ายนั่งอยู่บนรถสองแถวจึงได้บอก นายชายจอดรถแล้วลงไปช่วยกัน จับกุมตัวส่งเจ้าหน้าที่ตำรวจดำเนินคดี

ด้าน นายวินัย ให้การรับสารภาพว่า มีอาชีพทำงานโรงโม่แบ่งอยู่โรงงานแห่งหนึ่ง เขต ต. ห้วยใหญ่ ก่อนเกิดเหตุได้ขี่รถจักรยานยนต์คันดังกล่าวขับเที่ยวเล่นผ่านมาได้พบ น.ส.ชนิสรา หรือ อ้อย มีรูปร่างขาวสาวอวบอันเดินอยู่ในเปลี่ยวพลอดผู้คน จึงจอดรถแล้วลงไปจุดกระชากผู้เสียหาย เข้าป่าเพื่อหวังข่มขืน แต่เหยื่อเกิดต่อสู้ขัดขืนส่งเสียงร้อง จึงได้ขับรถหลบหนีไป และในวันนี้ขณะที่ ตนกำลังนั่งรถสองแถวกลับบ้านเพื่อนมาถึงที่เกิดเหตุได้ถูกนายสมชาย กับผู้เสียหายช่วยกัน จับกุมตัวตนไว้ได้ ส่วนรถจักรยานยนต์ที่ใช้ก่อเหตุไม่ได้ขับมา เนื่องจากได้ถูกเจ้าหน้าที่ตำรวจจับ ไปก่อนหน้าแล้วเพราะไม่สวมหมวกนิรภัย

เบื้องต้นเจ้าหน้าที่ตำรวจตั้งข้อกล่าวหาว่า อนาคตหญิงอายุไม่เกิน 15 ปี โดยหญิงนั้นไม่ ยินยอม ก่อนควบคุมตัวไว้ดำเนินคดีตามกฎหมายต่อไป

## แหล่งที่มา

หนังสือพิมพ์คม ชัด ลึก วันจันทร์ที่ 12 มีนาคม พ.ศ. 2550

## “แซทผ่านเน็ตลวงน.ศ.พยาบาลปี1ข่มขืนในโรงแรมกลางวันแสกๆ”

นศ.พยาบาลปี 1 พลาดท่า แซททางเน็ตเจอหนุ่มถูกใจแลกเบอร์โทร วันรุ่งขึ้นทำที่ชวนไป กินข้าว กลับซี ฝอย.พาไปข่มขืนในโรงแรมย่านรามอินทรา เหยื่อไร้แรงจับ แต่หนีรอดหวุดหวิด

อุทาหรณ์จากภัยทางอินเทอร์เน็ตนักศึกษาพยาบาลสาวถูกล่อลวงไปข่มขืน หลังรู้จัก คนร้ายผ่านทางแซทรูมแค่ข้ามคืน เปิดเผยขึ้นเมื่อเวลา 14.00 น. วันที่ 20 ตุลาคม ขณะที่ พ.ต.ท. พงศ์พัฒน์ ใจดี สารวัตรเวร สน.บางชัน กำลังปฏิบัติหน้าที่อยู่บนโรงพักได้รับแจ้งทางโทรศัพท์จาก น.ส.ฝน (นามสมมติ) อายุ 18 ปี ว่าถูกคนร้ายเป็นชายล่อลวงไปข่มขืนในโรงแรมแกรนด์สยาม ซอย ออมรพันธ์ 8 ถนนสวนสยาม แขวงและเขตคันนายาว กทม. หลังรับแจ้งจึงนำกำลังชุดไปตรวจสอบ



ที่เกิดเหตุพบผู้เสียหายอยู่ในชุดนักศึกษาสวมเสื้อเชิ้ตสีขาว นุ่งกระโปรงสีดำ ยืนรออยู่ในสภาพตื่นตกใจจนตัวสั่น พร้อมให้การด้วยน้ำตานองหน้าว่า เพิ่งถูกคนร้ายบังคับข่มขืนในห้อง 314 ชั้น 3 ของโรงแรมดังกล่าว จากนั้นตำรวจจึงขึ้นไปตรวจสอบที่ห้องดังกล่าว แต่ไม่พบตัวคนร้ายแต่อย่างใด ตำรวจจึงเชิญตัวผู้เสียหายไปสอบปากคำที่ สน.บางชัน

น.ส.ฝน ให้การว่า ปัจจุบันเรียนอยู่ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลชื่อดังแห่งหนึ่งย่านรามอินทรา ก่อนเกิดเหตุเมื่อช่วงกลางดึกวันที่ 19 ตุลาคม ที่ผ่านมา ได้เล่นอินเทอร์เน็ตโดยเข้าไปในโปรแกรมแชท และได้คุยกับคนร้ายที่ใช้ชื่อเล่นว่า "เอก" เมื่อคุยกันได้ไม่นานก็รู้สึกว่าคุณถูกคอก จนนายเอกขอเบอร์โทรศัพท์ จึงยอมให้ไปโดยไม่ได้เอะใจ ไม่นานนายเอกก็โทรศัพท์มาพูดคุยแทน โดยพูดคุยกันอยู่นาน ตนบอกไปว่าเรียนอะไร อยู่ที่ไหน จากนั้นได้ขอตัวนอนเพราะตึกมากแล้ว และก่อนจะวางสายนายเอกบอกว่าจะโทรมาหาอีกในช่วงเช้า "จน 11 โมงเช้าก่อนจะเลิกเรียน เขาโทรมาหาหนูอีกครั้ง บอกว่าจะมารับไปกินข้าว หนูเห็นว่าไม่เสียหาย และไม่คิดว่าจะเกิดเรื่องแบบนี้ขึ้น จึงยอมไปด้วย โดยนัดกันที่หน้าวิทยาลัย ไม่นานเขาก็ขี่รถมอเตอร์ไซด์แบบผู้หญิงมารับ อายุประมาณ 25-30 ปี รูปร่างท้วม ผิวดำแดง สูงประมาณ 170 เซนติเมตร แต่แทนที่จะพาไปกินข้าว เขากลับขี่รถพาเข้าโรงแรม แล้วบังคับข่มขืนจนสำเร็จความใคร่ 1 ครั้ง" น.ส.ฝน กล่าวทั้งน้ำตา

เหยื่อสาวรายนี้ กล่าวต่อว่า หลังเสร็จกิจ นายเอกบอกให้ไปรออยู่ที่หน้าปากซอยแล้วจะขี่รถตามออกไป แต่เมื่อตนยืนรออยู่นานก็ไม่เห็นนายเอกตามมา จึงโทรศัพท์เข้ามือถือ แต่นายเอกกลับปิดเครื่องหนี ก็รู้ว่าถูกหลอก จึงโทรศัพท์แจ้งให้ตำรวจมาจับกุม ด้าน พ.ต.ท.พงศ์พัฒน์ กล่าวได้ว่า ได้สอบปากคำผู้เสียหายไว้เป็นหลักฐาน และจะทำหนังสือส่งตัวผู้เสียหายไปตรวจร่างกายที่โรงพยาบาลตำรวจ เพื่อหาร่องรอยการถูกข่มขืนมาประกอบสำนวน พร้อมกันนั้นได้ประสานให้ตำรวจฝ่ายสืบสวนออกติดตามตัวคนร้ายรายนี้มาดำเนินคดีต่อไป

## แหล่งที่มา

หนังสือพิมพ์คม ชัด ลึก วันศุกร์ที่ 20 ตุลาคม พ.ศ. 2549

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบงานที่ 2

### เรื่อง การเผชิญกับสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันระดมสมองเขียนคำพูดวิธีการปฏิเสธลงในตาราง และ  
นำเสนอการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่นักเรียนได้รับมอบหมาย

สถานการณ์.....

#### วิธีการปฏิเสธ

วิธีการปฏิเสธ	คำพูด
1. แสดงความรู้สึกของตนเองประกอบ เหตุผล	
2. การขอปฏิเสธ	
3. การถามความเห็น	
4. ปฏิเสธซ้ำ	
5. การต่อรอง	
6. การผิดผ่อน	

ตัวอย่างแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่  
เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์ และการเปลี่ยนแปลงทางเพศในวัยรุ่น

วันที่ .....

เวลา .....

ชื่อกลุ่ม .....

ชื่อประธานกลุ่ม .....

ชื่อเลขานุการกลุ่ม .....

ชื่อสมาชิกกลุ่ม

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 1. ชั้นทุกข์ (การระบุงปัญหา)

1.1 ภาพ และสถานการณ์สมมติที่นักเรียนเห็นเกี่ยวข้องกับอะไร

.....

.....

.....

1.2 มีปัญหาอะไรเกิดขึ้นบ้าง

.....

.....

.....

1.3 ปัญหาต่าง ๆ นี้สามารถที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียนได้บ้างหรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

1.4 หากเกิดปัญหานี้ขึ้นจะมีผลอย่างไรกับตัวของนักเรียน

.....

.....

.....

## 2. ชั้นสมุททัย (การวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหา)

2.1 อะไรคือสาเหตุของปัญหานี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.2 สาเหตุต่าง ๆ นี้ทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.3 ถ้าเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นกับนักเรียน จะมีสาเหตุมาจากอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....



### 3. ชั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหา)

3.1 การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหานี้มีวัตถุประสงค์อะไร

.....  
 .....

3.2 ปัญหานี้นักเรียนควรจะแก้ไขที่ต้นเหตุ หรือ ปลายเหตุ

แก้ที่ต้นเหตุ เพราะ.....

แก้ที่ปลายเหตุ เพราะ.....

3.3 นักเรียนมีแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหานี้อย่างไรบ้าง

สาเหตุที่ 1.....

- แนวทางแก้ไขปัญห.....

.....  
 สาเหตุที่ 2.....

- แนวทางแก้ไขปัญห.....

.....  
 สาเหตุที่ 3.....

- แนวทางแก้ไขปัญห.....

.....  
 สาเหตุที่ 4.....

- แนวทางแก้ไขปัญห.....

.....  
 สาเหตุที่ 5.....

- แนวทางแก้ไขปัญห.....

.....

### 3. ชั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหา)

3.4 ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน นักเรียนจะมีแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหานี้อย่างไรบ้าง

สาเหตุที่ 1.....

- แนวทางแก้ไขปัญหา.....

สาเหตุที่ 2.....

- แนวทางแก้ไขปัญหา.....

สาเหตุที่ 3.....

- แนวทางแก้ไขปัญหา.....

สาเหตุที่ 4.....

- แนวทางแก้ไขปัญหา.....

สาเหตุที่ 5.....

- แนวทางแก้ไขปัญหา.....

สาเหตุที่ 6.....

- แนวทางแก้ไขปัญหา.....

สาเหตุที่ 6.....

- แนวทางแก้ไขปัญหา.....

สาเหตุที่ 7.....

- แนวทางแก้ไขปัญหา.....

4. **ชั้นมรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา และการนำแนวทางแก้ไข  
ปัญหาไปประยุกต์ใช้ได้จริง)**

4.1 แนวทางแก้ไขปัญหาใดที่นักเรียนเห็นว่าสามารถนำไปใช้ได้จริง

สาเหตุที่ 1.....

- แนวทางที่สามารถนำไปใช้ได้จริง.....

.....

สาเหตุที่ 2.....

- แนวทางที่สามารถนำไปใช้ได้จริง.....

.....

สาเหตุที่ 3.....

- แนวทางที่สามารถนำไปใช้ได้จริง.....

.....

สาเหตุที่ 4.....

- แนวทางที่สามารถนำไปใช้ได้จริง.....

.....

สาเหตุที่ 5.....

- แนวทางที่สามารถนำไปใช้ได้จริง.....

4.3 วิธีการนำแนวทางที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริง

.....

.....

.....

.....

**แบบสอบถามเพื่อการวิจัย**  
**เรื่อง ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์**  
**ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**

**คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม**

1. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 แบบทดสอบด้านความรู้เรื่องเพศศึกษา	จำนวน	30	ข้อ
ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติเรื่องเพศศึกษา	จำนวน	15	ข้อ
ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา	จำนวน	20	ข้อ

2. การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเพื่อทำวิทยานิพนธ์ของนิสิตปริญญาโท สาขาวิชาสุขศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จะไม่มีผลกระทบต่อคะแนนสอบใด ๆ ทั้งสิ้น ดังนั้น นักเรียนกรุณาตอบแบบสอบถามให้ได้ข้อมูลที่ ครบถ้วนและตรงกับความเป็นจริง คำตอบที่ได้ ผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ

ขอขอบคุณนักเรียนทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

นายสิงหา จันทน์ขาว

ผู้วิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ส่วนที่ 1 แบบทดสอบด้านความรู้เรื่องเพศศึกษา

### คำชี้แจง

1. แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษามีข้อสอบทั้งหมด 30 ข้อ
  2. ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก. ข. ค. หรือ ง. ของแต่ละข้อที่เห็นว่าเป็นคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวลงในแบบสอบถามฉบับนี้
- 

1. ข้อใดกล่าวถึงความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์ได้ถูกต้องที่สุด
  - ก. ภาวะที่สมรรถนะของผู้หญิงที่พร้อมจะสืบทอดเผ่าพันธุ์ มีความสุขทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ
  - ข. ภาวะที่สมรรถนะของผู้ชายที่พร้อมจะสืบทอดเผ่าพันธุ์ มีความสุขทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ
  - ค. ภาวะที่สมรรถนะของผู้หญิงและผู้ชายที่พร้อมจะสืบทอดเผ่าพันธุ์ มีความสุขทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ
  - ง. ภาวะที่สมรรถนะของผู้หญิงและผู้ชายที่พร้อมจะสืบทอดเผ่าพันธุ์ มีความสุขทั้งร่างกาย เท่านั้น ไม่รวมถึง จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ
  
2. อวัยวะที่ทำหน้าที่ผลิตอสุจิในเพศชาย และสร้างฮอร์โมนในเพศหญิงคืออะไร
  - ก. ลูกอัณฑะ (Testis) และ มดลูก (Uterus)
  - ข. หลอดสร้างอสุจิ (Seminiferous) และ รังไข่ (Ovary)
  - ค. ถุงน้ำอสุจิ (Seminal vesicle) และ ท่อรังไข่ (Uterine tube)
  - ง. ต่อมลูกหมาก (Prostate gland) และ ช่องคลอด (Vagina)
  
3. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับอวัยวะเพศหญิง
  - ก. รังไข่ (Ovary) คือต่อมสืบพันธุ์ของเพศหญิง
  - ข. ช่องคลอด (Vagina) เป็นทางผ่านของตัวอสุจิเพื่อเข้าไปผสมพันธุ์กับไข่
  - ค. มดลูก (Uterus) เป็นที่รองรับการฝังตัวของไข่ที่ได้รับการผสมพันธุ์แล้ว
  - ง. ท่อนำไข่ (Uterine tube) ทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนที่สำคัญในเพศหญิง



4. ปัจจัยใดสำคัญที่สุดที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่น

- ก. ฮอรโมน
- ข. การเลี้ยงดูและอาหาร
- ค. อาหารและการออกกำลังกาย
- ง. พันธุกรรมและการออกกำลังกาย

5. ข้อใดไม่ใช่การแสดงถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่น

- ก. ใจกล้าบ้าบิ่น
- ข. จิตใจมั่นคง
- ค. อารมณ์อ่อนไหวง่าย
- ง. หงุดหงิด โมโหง่าย

6. ข้อใดที่แสดงให้เห็นถึงภาวะทางร่างกายของวัยรุ่นหญิงที่มีความพร้อมในการมีบุตรได้

- ก. การมีประจำเดือน
- ข. การมีหน้าอกขยายใหญ่ขึ้น
- ค. การมีขนขึ้นบริเวณหัวเหน่า
- ง. การมีอวัยวะเพศเหมือนกับของผู้ใหญ่

7. วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ จิตใจ และทางด้านสังคม ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นที่วัยรุ่นควรมีการปรับตัวให้เหมาะสมเพื่อดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข ตัวเลื้อกในข้อใดเป็นแนวทางในการปรับตัวทางด้านทางด้าน อารมณ์ จิตใจ และทางด้านสังคมที่เหมาะสมที่สุด

- ก. พยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เร้าอารมณ์ให้เกิดความเศร้า ตกใจ กลัว
- ข. คบเพื่อนเฉพาะเพศเดียวกัน เพื่อความปลอดภัยจากการถูกคุกคามทางเพศ
- ค. พยายามจดจำ และเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ใหญ่เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต
- ง. เมื่อมีปัญหา ควรปรึกษากับเพื่อนที่สนิทเท่านั้น เพราะเพื่อนสนิทย่อมเข้าใจตัวเรา และสามารถแนะนำแก้ไขได้ดีกว่าคนอื่น ๆ

8. ข้อใดกล่าวถึงการปฏิบัติตนที่เหมาะสมเมื่อเกิดประจำเดือน
- เมื่อมีประจำเดือนควรเปลี่ยนผ้าอนามัยทุก ๆ ชั่วโมง
  - เมื่อมีประจำเดือนเกิดขึ้นในครั้งแรกควรรีบไปพบแพทย์โดยด่วน
  - เมื่อมีประจำเดือนควรชำระล้างทำความสะอาดช่องคลอดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรค
  - เมื่อมีประจำเดือนสามารถออกกำลังกายได้ แต่อย่าออกกำลังกายแบบโลดโผน
9. ข้อใดกล่าวถึงการปฏิบัติตนที่ไม่เหมาะสมเมื่อเกิดการผื่นเป็ยก
- หากมีปัญหาให้ปรึกษาผู้ปกครอง
  - คิดวิตกกังวล เพราะเป็นเรื่องผิดปกติที่เกิดขึ้นในร่างกาย
  - ออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อลดความถี่การเกิดผื่นเป็ยก
  - หลีกเลี่ยงการกระตุ้นทางเพศเพื่อลดความถี่การเกิดผื่นเป็ยก
10. สุขอนามัยทางเพศเกี่ยวกับอวัยวะเพศชายข้อใดกล่าว**ไม่ถูกต้อง**
- อาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง
  - สวมใส่กางเกงชั้นในที่สะอาด และคับแน่น
  - ไม่ควรให้อวัยวะเพศถูกระแทกกระแทกแรง ๆ
  - เมื่อปัสสาวะเสร็จแล้วต้องล้างอวัยวะเพศให้สะอาด
11. สุขอนามัยทางเพศเกี่ยวกับอวัยวะเพศหญิงข้อใดกล่าว**ไม่ถูกต้อง**
- ไม่สวมชั้นในร่วมกับผู้อื่น
  - เมื่อมีประจำเดือน ควรหมั่นเปลี่ยนผ้าอนามัยอยู่เสมอ
  - ใช้น้ำยาฆ่าเชื้อโรคทำความสะอาดภายในช่องคลอด เพื่อให้ช่องคลอดสะอาด
  - วิธีล้างทำความสะอาดอวัยวะเพศ ควรล้างจากอวัยวะเพศไปทางทวารหนักทุกครั้ง
12. ข้อใด**ไม่ใช่**สาเหตุที่สำคัญของการเกิดสิวในวัยรุ่น
- ความเครียด
  - การพักผ่อนน้อย
  - การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน
  - การรับประทานนมกล่องรสช็อกโกแลต

13. เชื้อโรคใดที่เป็นปัจจัยก่อให้เกิดสิว

- ก. ไวรัส (Virus)
- ข. ริคเกตเซีย (Rickettsia)
- ค. แบคทีเรีย (Bacteria)
- ง. โปรโตซัว (Protozoa)

14. พฤติกรรมในข้อใดที่ไม่เสี่ยงต่อการเกิดสิว

- ก. เอกซัยซอบดูที่ใบหน้าแรงๆ
- ข. เอกราขนอนพักผ่อนอย่างเพียงพอ
- ค. เอกวิทย์ทดลองใช้โฟมล้างหน้าที่ซื้อใหม่
- ง. เอกรินทร์เคร่งเครียดกับการสอบกลางภาคในสัปดาห์หน้า

15. เมื่อเกิดสิวจนขึ้น นักเรียนจะมีวิธีการปฏิบัติตนอย่างไร

- ก. พักผ่อนให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันมาก
- ข. พยายามไม่ให้ใบหน้าสกปรกโดยการล้างหน้าด้วยสบู่ทุกๆ ชั่วโมง
- ค. พบแพทย์ผิวหนัง เพื่อรับยาไปรับประทานดีกว่าซื้อยามารับประทานเอง
- ง. พยายามแกะหัวสิวให้ออกมา เพื่อไม่ให้มีการหมักหมมของเชื้อโรค และเชื้อโรคจะได้ไม่ลุกลาม

16. ข้อใดเป็นการรักษาความสะอาดของร่างกายที่ถูกวิธี

- ก. การใช้สารส้มระงับกลิ่นตัวแทนการอาบน้ำ
- ข. การเลือกสวมเสื้อผ้าที่ซักสะอาด และไม่คับแน่น
- ค. การนำเสื้อผ้าที่สวมแล้วไปตากแดดก่อนนำมาสวมอีกครั้ง
- ง. การเลือกใช้ชุดชั้นในที่ไม่ซับเหงื่อ เพื่อระบายอากาศได้ดี

17. โรคเอดส์ส่งผลต่อสุขภาพร่างกายอย่างไร

- ก. ทำอันตรายต่อระบบสมอง ทำให้ร่างกายไม่ตอบสนองต่อสิ่งเร้า
- ข. ทำอันตรายต่อเม็ดเลือดขาว ทำให้ภูมิคุ้มกันโรคของร่างกายต่ำลง
- ค. ทำอันตรายต่อเม็ดเลือดแดง ทำให้ภูมิคุ้มกันโรคของร่างกายต่ำลง
- ง. ทำอันตรายต่อระบบหัวใจ ทำให้หัวใจสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆของร่างกายได้ไม่ดี

18. โรคเอดส์เกิดจากเชื้อไวรัสชนิดใด
- ก. H5N1
  - ข. HLT
  - ค. HVI
  - ง. HIV
19. ข้อใดเป็นอาการของผู้ป่วยระยะโรคเอดส์เต็มขั้น (AIDS)
- ก. เป็นไข้นาน 2 -6 สัปดาห์
  - ข. เกิดโรคติดเชื้อฉวยโอกาส เช่น วัณโรค
  - ค. มีเชื้อราในปากบริเวณกระพุ้งแก้ม
  - ง. ต่อม้ำเหลืองโตที่บริเวณคอ ขาหนีบ
20. พฤติกรรมใดที่**ไม่**เสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์
- ก. การใช้สารเสพติด
  - ข. การสวมเสื้อผ้าของผู้ป่วย
  - ค. การเที่ยวสถานบริการทางเพศ
  - ง. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง
21. ข้อใดเป็นการควบคุมและป้องกันโรคเอดส์ที่เหมาะสมที่สุด
- ก. ไม่สำส่อนทางเพศ
  - ข. งดการมีเพศสัมพันธ์
  - ค. จับและกักขังผู้ป่วยโรคเอดส์
  - ง. ควบคุมการขายบริการทางเพศอย่างเข้มงวด
22. พฤติกรรมใดที่**เสี่ยง**ต่อการติดเชื้อโรคเอดส์
- ก. การถูกยุงกัด
  - ข. การใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น
  - ค. การใช้ห้องน้ำร่วมกันกับผู้ป่วยโรคเอดส์
  - ง. การว่ายน้ำในสระเดียวกันกับผู้ป่วยโรคเอดส์

23. ข้อใดไม่ใช่หลักในการใช้ทักษะการปฏิเสธ เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
- ตั้งใจให้มั่น ไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูด
  - การปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งคำพูด น้ำเสียง และท่าทาง
  - การกล่าวแสดงความรู้สึกที่แน่ชัดของตนเอง ถึงการไม่ยอม
  - การปฏิเสธด้วยถ้อยคำที่รุนแรง ดุดัน เพื่อให้ผู้ชักชวนเปลี่ยนใจ
24. ถ้ามีคนแปลกหน้าชักชวนให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ นักเรียนจะมีการปฏิบัติตนอย่างไร จึงจะเหมาะสมที่สุด
- แสดงอาการลังเล เพื่อให้คนที่ชักชวนรู้สึกอึดใจ
  - ร้องให้ดังๆ และตะโกนให้คนมาช่วยเหลือ เพื่อให้คนที่ชักชวนตกใจและรีบหนีไป
  - ปฏิเสธคนที่ชักชวนด้วยน้ำเสียงที่ดุดัน และว่ากล่าวตักเตือนถึงพฤติกรรมของคนชักชวน
  - กล่าวปฏิเสธพร้อมกับบอกความรู้สึกที่ไม่ต้องการกระทำ เพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์ดังกล่าว
25. ข้อความใดเป็นคำพูดที่ใช้ในการปฏิเสธอย่างจริงจัง
- “เดี๋ยวฉันพูดก่อนสิ”
  - “ไม่...ไม่ ฉันหมายความว่าไม่”
  - “เอาอย่างนี้ได้ไหม.... ขอเวลาให้ฉันตัดสินใจอีกทีนะ”
  - “ผมคิดว่า...วิธีการนี้ไม่เหมาะ ผมว่าทำวิธีการอื่นดีกว่า”
26. จากสถานการณ์ในปัจจุบันที่พบว่าเกิดคดีการข่มขืนเด็กและเยาวชนเพิ่มขึ้นมาก สาเหตุที่สำคัญเกิดจากข้อใดมากที่สุด
- การดูแลช่วยเหลือทางกามารมณ์
  - ความสัมพันธ์ระหว่างศาสนากับจิตใจของบุคคลเริ่มถดถอยลง
  - ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ และภาวะการหางานทำยาก ทำให้เกิดความเครียดสะสม
  - การศึกษายังไม่ทั่วถึงทำให้คนไม่มีความรู้ในการหาทางระบายออกทางเพศที่เหมาะสม



27. หากนักเรียนมีคนรักในระหว่างเรียน นักเรียนควรหลีกเลี่ยงสถานการณ์ในข้อใดมากที่สุด

- ก. การให้ความสนิทสนมกับเพื่อนเพศตรงข้ามคนอื่น ๆ
- ข. การรับประทานอาหารกับคนรัก ในโรงอาหารของโรงเรียน
- ค. การไปเที่ยวทะเลกับคนรักและพักผ่อนพร้อมกลุ่มเพื่อน
- ง. การอยู่ด้วยกันตามลำพังในบ้านของคนรักที่ไม่มีผู้ปกครองอยู่ด้วย

28. พฤติกรรมใดที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มากที่สุด

- ก. การไปดูหนังในโรงภาพยนตร์เพียงลำพัง
- ข. การดื่มสุราในงานฉลองวันขึ้นปีใหม่ที่บ้าน
- ค. การเที่ยวกลางคืนตามสถานบันเทิงร่วมกับคู่อรัก
- ง. การสวมเสื้อสายเดี่ยว เหวลอย ในงานเปิดตัวสินค้าตัวใหม่

29. พฤติกรรมใดที่**ไม่**เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มากที่สุด

- ก. การไม่ไปไหนกับคนแปลกหน้า
- ข. การอยู่ด้วยกันตามลำพังกับคนรัก
- ค. การเที่ยวกลางคืนที่มีเพื่อนสนิทไปด้วยหลายคน
- ง. การไม่สูบบุหรี่ การไม่ดื่มสุราขณะไปเที่ยวกลางคืน

30. พฤติกรรมใดที่นักเรียน**ไม่ควร**ปฏิบัติหากถูกข่มขืน

- ก. แจ้งตำรวจในท้องที่รับผิดชอบ
- ข. ปรีksamูลนิธิของคุณปวีณา หงสกุล
- ค. บอกผู้ปกครองที่ใกล้ชิด เช่น คุณพ่อ คุณแม่
- ง. ปกปิดไม่ให้ใครรู้ แต่ไปพบแพทย์เพื่อตรวจร่างกาย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เฉลยแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา

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

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเจตคติของนักเรียนเรื่องเพศศึกษา

### คำชี้แจง

1. แบบสอบถามเจตคติของนักเรียนเรื่องเพศศึกษามีจำนวนข้อคำถาม 15 ข้อ
2. ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงท้ายข้อความที่ตรงกับความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนมากที่สุด

### ระดับความคิดเห็น

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

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1.	การเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นเกิดขึ้นเฉพาะทางด้านร่างกาย และจิตใจเท่านั้น				
2.	การเกิดผื่นเปื่อยในเด็กวัยรุ่นชาย เป็นการแสดงว่าเป็นคนที่หมกมุ่นเรื่องทางเพศมาก				
3.	การมีหนดเคราของผู้ชาย แสดงถึงการเป็นคนที่มึอารมณ์ทางเพศสูง				
4.	การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นเรื่องผิดศีลธรรม				
5.	ขณะมีประจำเดือน ต้องไม่ออกกำลังกายทุกชนิด				

ข้อ ร	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
6.	ผู้ที่มีสิ่วเต็มใบหน้า แสดงว่าหมกมุ่นเรื่องเพศมากเกินไป				
7.	การสวมถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์ ทำให้มีความรู้สึกลงทางเพศลดลง				
8.	การตรวจเลือดก่อนแต่งงานเป็นการไม่ไว้วางใจกันของคู่สมรส				
9.	การดื่มเบียร์ ไม่ทำให้เกิดอารมณ์ทางเพศได้				
10.	การถูกยุงกัด ถือว่าเสี่ยงต่อการติดโรคเอดส์				
11.	การคิดที่จะรักสนุกก็ไม่ต้องกลัวเป็นเอดส์				
12.	การที่บุคคลผู้หนึ่งพูดจาดีแต่งกายสะอาดเรียบร้อย ก็ไว้วางใจได้แล้ว				
13.	การแชท (Chat) ทางอินเทอร์เน็ต ไม่มีโอกาสเสี่ยงต่อการถูกชักจูงไปมีเพศสัมพันธ์				
14.	การร้องไห้ เป็นวิธีการที่ดีในการปฏิเสธต่อสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์				
15.	การที่คนรักขอร้องไห้มีเพศสัมพันธ์ด้วยแล้วอีกฝ่ายปฏิเสธ แสดงว่าไม่รักกันจริง				

### ส่วนที่ 3 แบบวัดการปฏิบัติของนักเรียนเรื่องเพศศึกษา

#### คำชี้แจง

1. แบบวัดการปฏิบัติของนักเรียนเรื่องเพศศึกษามีจำนวนข้อคำถาม 20 ข้อ
2. ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงท้ายข้อความที่ตรงกับการปฏิบัติที่แท้จริงของนักเรียน

#### ระดับการปฏิบัติ

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

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ			
		ปฏิบัติ เป็น ประจำ	ปฏิบัติ บ่อย ครั้ง	ปฏิบัติ นาน ๆ ครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ เลย
1.	ข้าพเจ้าติดตามข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ				
2.	ข้าพเจ้าสังเกตการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย				
3.	ข้าพเจ้าดูแลรักษาความสะอาดของอวัยวะเพศ				
4.	ข้าพเจ้าล้างหน้าด้วยสบู่อ่อน ๆ หรือน้ำสะอาด				
5.	ข้าพเจ้าพูดคุยหาสุขภาพกับเพื่อน ๆ ทั้งเพศชายและเพศหญิง				



ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ			
		ปฏิบัติ เป็นประจำ	ปฏิบัติ บ่อย ครั้ง	ปฏิบัติ นานๆ ครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติ เลย
6.	ข้าพเจ้านำมัดระวังไม่ให้หวั่นไหวเพราะเหตุถูก กระทบกระเทือน				
7.	ข้าพเจ้านำผ้าเช็ดตัวไปผึ่งให้แห้งเมื่อใช้ เสร็จแล้ว				
8.	ข้าพเจ้าอยู่กับเพศตรงข้ามตามลำพัง				
9.	ข้าพเจ้าสูบบุหรี่				
10.	ข้าพเจ้าดื่มสุรา				
11.	ข้าพเจ้าดื่มเบียร์				
12.	ข้าพเจ้าไปสถานที่ที่เปลี่ยว ไม่มีผู้คน				
13.	ข้าพเจ้าพูดคุยกับเพื่อนเกี่ยวกับเรื่อง ลามก				
14.	ข้าพเจ้าแชท (Chat) ทางอินเทอร์เน็ต พูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศ				
15.	ข้าพเจ้าดูวิดีโอทัศนวิสัย ที่มีภาพโป๊				
16.	ข้าพเจ้าอ่านสื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ การ์ตูน นิตยสาร ที่มีภาพโป๊				
17.	ข้าพเจ้าดูภาพโป๊ทางอินเทอร์เน็ต				
18.	ข้าพเจ้าเที่ยวสถานเริงรมย์ในตอน กลางคืน เช่น บาร์ เคค				
19.	ข้าพเจ้าจับมือถือแขนกับเพศตรงข้าม				
20.	ข้าพเจ้ากอดจูบกับเพศตรงข้าม				

## แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่

### คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

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

#### ระดับความคิดเห็น

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

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1.	ส่งเสริมให้นักเรียนได้รู้จักสังเกตปัญหา ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว				
2.	สามารถรู้สาเหตุต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดปัญหา				
3.	กระตุ้นให้นักเรียนมีความต้องการที่จะหา แนวทางในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น ให้หมดไป				
4.	ส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนากระบวนการ คิด				
5.	กระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียน				
6.	ส่งเสริมให้นักเรียนค้นคว้าหาความรู้ด้วย ตนเอง				
7.	ได้ฝึกให้นักเรียนทำงานเป็นกลุ่ม				
8.	ครูเป็นผู้ชี้แนะแนวทาง และอำนวยความสะดวก สะดวกในการจัดการเรียนการสอน				
9.	ส่งเสริมให้นักเรียนเป็นคนมีเหตุมีผล				
10.	ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหา ต่าง ๆ ได้เป็นลำดับขั้นตอน				
11.	นักเรียนเกิดแรงจูงใจที่ต้องการจะเรียนรู้				
12.	ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในกลุ่ม				
13.	ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนในชั้น เรียน				
14.	ส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออกทาง ความคิด				
15.	มีการใช้สื่อและเอกสารประกอบการเรียน ต่างๆ ที่หลากหลาย				
16.	ฝึกให้นักเรียนมีการอภิปราย และวิเคราะห์				

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
17.	มุ่งพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรม				
18.	บรรยากาศในการเรียนไม่ตึงเครียด และเป็นกันเอง				
19.	รู้ว่ามีปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ไข				
20.	พอใจในการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธี อริยสัจสี่				

ข้อเสนอแนะอื่นๆ .....

.....

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ง  
สถิติที่ใช้ในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. การคำนวณหาค่าเฉลี่ย ของคะแนนแบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติ แบบสอบถามการปฏิบัติ และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธี อริยสัจสี่ โดยใช้สูตร

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$\bar{X}$  = ค่าเฉลี่ย

$\sum X$  = ผลรวมของข้อมูลทั้งหมด

$N$  = จำนวนของข้อมูลทั้งหมด

(สุวิมล ตีรกานันท์, 2546)

2. การคำนวณหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนแบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามเจตคติ แบบสอบถามการปฏิบัติ และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ โดยใช้สูตร

$$S = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n - 1}}$$

(สุวิมล ตีรกานันท์, 2546)

3. การวิเคราะห์หาค่าความยากง่าย(P) ค่าอำนาจจำแนก (R) และค่าความเชื่อมั่น (Reliability)

ค่าความยากง่าย (P)

$$P = \frac{H + L}{n}$$

n

ค่าอำนาจจำแนก (R)

$$R = \frac{H + L}{n/2}$$

H = จำนวนผู้ตอบถูกในกลุ่มสูง (High)

L = จำนวนผู้ตอบถูกในกลุ่มต่ำ

n = จำนวนผู้ตอบในกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ

(วัดมณา สุวรรณรัช, 2547)

การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (coefficient -  $\alpha$ )

$$\alpha = \left[ \frac{n}{n-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum S^2}{S^2} \right]$$

$\alpha$  = สัมประสิทธิ์ความเที่ยงของเครื่องมือ

n = จำนวนข้อคำถามในเครื่องมือ

$S^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนคำถามแต่ละข้อ

$S^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนรวมของผู้ตอบทั้งหมด

(สุวิมล ตีรกาพันธ์, 2546)

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

4. การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบความรู้แบบสอบถามเจตคติ และแบบสอบถามการปฏิบัติ

เปรียบเทียบคะแนนทดสอบก่อนเรียนและหลังการเรียนภายในกลุ่มเดียวกันของกลุ่มทดลอง โดยใช้ค่า t-test ดังนี้

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}$$

D = ผลต่างของคะแนนทดสอบก่อนการเรียนและหลังการเรียน

n = จำนวนนักเรียนที่ทำแบบทดสอบ

เปรียบเทียบคะแนนทดสอบก่อนเรียนและหลังการเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้ค่า t-test ดังนี้

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left[ \frac{(n_1 - 1) S_1^2 + (n_2 - 1) S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \right] \left[ \frac{n_1 + n_2}{n_1 n_2} \right]}}$$

X1 = คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง

X2 = คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม

S<sub>1</sub><sup>2</sup> = ความแปรปรวนของคะแนนกลุ่มทดลอง

S<sub>2</sub><sup>2</sup> = ความแปรปรวนของคะแนนกลุ่มควบคุม

n<sub>1</sub> = จำนวนนักเรียนที่ทำแบบทดสอบของกลุ่มทดลอง

n<sub>2</sub> = จำนวนนักเรียนที่ทำแบบทดสอบของกลุ่มควบคุม



ภาคผนวก จ  
คุณภาพของเครื่องมือ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผลการวิเคราะห์คุณภาพของแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา

ข้อ	ค่าความยากง่าย	ค่าอำนาจ จำแนก	ข้อ	ค่าความยาก ง่าย	ค่าอำนาจ จำแนก
1.	0.73	0.50	16.	0.52	0.80
2.	0.31	0.24	17.	0.26	0.20
3.	0.57	0.37	18.	0.78	0.40
4.	0.73	0.28	19.	0.20	0.20
5.	0.42	0.46	20.	0.47	0.57
6.	0.73	0.50	21.	0.63	0.48
7.	0.36	0.35	22.	0.52	0.68
8.	0.20	0.33	23.	0.31	0.45
9.	0.42	0.46	24.	0.31	0.45
10.	0.63	0.48	25.	0.57	0.37
11.	0.52	0.68	26.	0.57	0.58
12.	0.57	0.58	27.	0.47	0.78
13.	0.68	0.20	28.	0.42	0.67
14.	0.63	0.70	29.	0.36	0.35
15.	0.36	0.56	30.	0.57	0.58

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบความรู้เรื่องเพศศึกษา

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Reliability Coefficients

N of Cases = 40.0

N of Items = 30

Alpha = .7931



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเจตคติเรื่องเพศศึกษา

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Reliability Coefficients

N of Cases = 40.0

N of Items = 15

Alpha = .9222



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการปฏิบัติเรื่องเพศศึกษา

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Reliability Coefficients

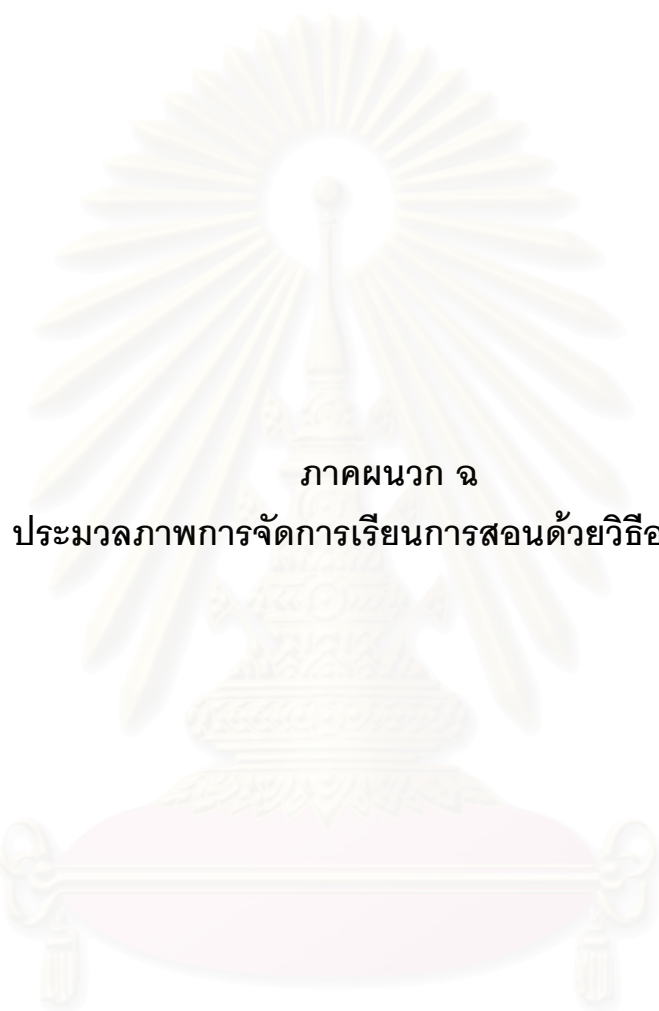
N of Cases = 40.0

N of Items = 20

Alpha = .8415



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก จ  
ประมวลภาพการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยศาสตร์



ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยศาสตร์





ภาพกิจกรรมการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยศาสตร์



ภาพนักเรียนกำลังค้นคว้าหาความรู้จากแหล่งเรียนรู้

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายสิงหา จันทน์ขาว เกิดวันที่ 5 สิงหาคม พ.ศ. 2525 ที่จังหวัดกรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมสุขภาพ จากภาควิชาสุขศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เมื่อปีการศึกษา 2547 และเข้าศึกษาในหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในภาคเรียนปลาย ปีการศึกษา 2548



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย