

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยถึงการสร้างชุดกิจกรรมทักษะชีวิต และผลการใช้ชุดกิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องและค้นคว้าเอกสาร ตำรา วิชาการต่าง ๆ ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการวิจัยโดยนำเสนอสาระสำคัญตามลำดับหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคเอดส์
2. แนวคิดเกี่ยวกับความตระหนัก
3. ทฤษฎีการเรียนรู้
4. แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต
5. หลักและวิธีสอนทักษะชีวิต
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคเอดส์

เอดส์ มาจากคำว่า “AIDS” หรือเอดส์ หมายถึง “กลุ่มอาการของโรคที่เกิดจากภูมิคุ้มกันของร่างกายเสื่อมหรือบกพร่องโดยมิได้เป็นมาแต่กำเนิด”

เชื้อที่เป็นสาเหตุ โรคเอดส์เกิดจากเชื้อ ไวรัส เอช ไอ วี (HIV) หรือ Human Immuno Deficiency Virus ตระกูล รีโทรไวรัส (Retrovirus) สามารถแบ่งตัวได้ในเซลล์บางชนิดของมนุษย์ เช่น ใน ลิมโฟไซต์ (Lymphocyte) แมคโครฟาจ (Macrophage) และเซลล์เนื้อสมอง เป็นต้น เมื่อมีการติดเชื้อ ร่างกายมนุษย์จะสร้างแอนติบอดี (Antibody) ต่อชิ้นส่วนของไวรัสแต่แอนติบอดีที่สร้างขึ้นนี้ไม่สามารถกำจัดเชื้อเอดส์ให้หมดไปจากร่างกายได้ เชื้อจึงยังคงอาศัยอยู่ในเม็ดเลือดและสามารถแพร่ต่อไปได้ เชื้อไวรัสจะไปทำลายลิมโฟไซต์ ชนิด ที/เฮลเปอร์ (T - Helper) ทำให้ภูมิคุ้มกันลดลง เป็นผลให้ผู้ป่วยติดเชื้อชนิดฉวยโอกาส หรือเป็นมะเร็งบางชนิดได้ง่ายกว่าคนปกติ ผู้ป่วยมักจะมีอาการรุนแรงและเสียชีวิตอย่างรวดเร็ว (ชะนวนทอง ชนสุกาญจน์ และคณะ, 2532, หน้า 1)

การติดต่อ โรคเอดส์สามารถติดต่อได้โดย

1. ทางเพศสัมพันธ์ ทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศ เชื้อเข้าได้ทางบาดแผลที่เกิดจากการฉีกขาดระหว่างการร่วมเพศ การร่วมเพศขณะมีประจำเดือน การมีแผลกามโรค มีเลือดหรือน้ำเหลืองเยิ้มออกมา ยิ่งจะเกิดการติดต่อได้ง่ายขึ้น

2. ทางเลือด ในกลุ่มได้รับเลือด ผลิตภัณฑ์จากเลือดอวัยวะปลูกถ่ายที่มีเชื้อ การใช้เข็มฉีดยาและอุปกรณ์ร่วมกัน การสัก การฝังเข็ม การเจาะรูคิ้ว การเสริมสวยที่ใช้ของมีคมที่ไม่สะอาด

3. จากมารดาสู่ทารก

ระยะฟักตัวของโรคเอดส์ ระยะฟักตัวของโรคเอดส์ ประมาณ 6 เดือน ถึง 5 ปี หรืออาจนานกว่านั้น จะเร็วหรือช้าขึ้นกับทางเข้าและปริมาณของเชื้อไวรัสที่ได้รับ

ลักษณะอาการของโรคเอดส์ สิทธิพันธุ์ ไชยนันท์ (2533, หน้า 4-9) กล่าวถึงผู้ที่ได้รับเชื้อ ไวรัส เอช ไอ วี จะแสดงอาการได้ 5 ลักษณะคือ

1. ไม่แสดงอาการของโรค (Asymptomatic infection) ตรวจพบว่ามีแอนติบอดีต่อเชื้อไวรัส เอช ไอ วี คนกลุ่มนี้สามารถพบเชื้อไวรัส เอช ไอ วี ในเลือดได้และเป็นพาหะของโรคเอดส์

2. แสดงอาการต่อมน้ำเหลืองโตหลายแห่งและโตอยู่นาน (Persistent Generalised Lymphadenopathy : PGL) ตรวจพบแอนติบอดีต่อเชื้อไวรัส เอช ไอ วี และสามารถแยกเชื้อจากต่อมน้ำเหลืองและเลือดได้

3. ระยะอาการก่อนเป็นเอดส์ (AIDS Related Complex : ARC) ผู้ป่วยจะเริ่มปรากฏอาการอย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างพร้อมกันก็ได้ และมักจะเป็นอาการเรื้อรังที่ไม่ทราบสาเหตุ เช่น

3.1 อาการต่อมน้ำเหลืองโตหลายแห่งติดต่อกันเป็นเวลานานกว่า 3 เดือน การโตจะเป็นอย่างถาวรไม่ใช่ยุบ ๆ โต ๆ มักเป็นต่อมน้ำเหลืองที่บริเวณคอ รักแร้ และขาหนีบโดยหาสาเหตุไม่ได้

3.2 มีไข้เกิน 100 องศาฟาเรนไฮต์ (37.8 C) นานเกิน 3 เดือน

3.3 น้ำหนักลดมากกว่า 4.5 กิโลกรัม หรือมากกว่า 10% ของน้ำหนักตัวภายใน 2 เดือน

3.4 อูจจาระร่วงอย่างเรื้อรังนานเกิน 1 เดือน

3.5 เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย

3.6 เหงื่อออกเวลากลางคืน

3.7 ไอเรื้อรัง มักไอแห้ง ๆ อาจพบร่วมกับมีไข้ และ หายใจลำบาก

3.8 มีผื่นที่ผิวหนังหรือเป็นแผลเรื้อรัง

3.9 พบก้อนสีแดงปนม่วงที่ตามผิวหนัง ลำตัว แขน ขา หรือเยื่อเมือกในปาก ลำคอ และที่อื่น ๆ ก้อนขยายตัวโตขึ้น

3.10 มีฝ้าขาวเป็นขุยที่เยื่อช่องปาก ลิ้น พบว่าร้อยละ 20 ของผู้ที่ป็นจะมีอาการลุกลามไปจนเป็นโรคเอดส์

4. ระยะป่วยเป็นโรคเอดส์เต็มที (Full blown AIDS) ส่วนใหญ่จะมีอาการต่อมน้ำเหลืองโตหลายแห่ง หรืออาการก่อนเป็นเอดส์ นำมาก่อนผู้ติดเชื้อ ร้อยละ 25 จะแสดงอาการโรคเอดส์ชัดเจนในเวลา 5 ปี ผู้ป่วยจะมีอาการทั่วไปเหมือนกลุ่มอาการก่อนเป็นเอดส์ แต่จะตรวจพบว่ามี การติดเชื้อฉวยโอกาสหรือเป็นมะเร็ง ผู้ป่วยร้อยละ 50 จะถึงแก่ความตายในเวลา 1 ปี ร้อยละ 75 ตายใน 3 ปี และเกือบทั้งหมดตายในเวลา 5 ปี

5. อาการทางประสาท (AIDS Dementia Complex) พบว่าเชื้อ เอดส์ เข้าสู่ร่างกายแล้ว เพิ่มจำนวนในเซลล์ ของระบบประสาททำให้มีอาการทางสมอง ความจำเสื่อม ไม่มีสมาธิ อ่อนเพลีย แขนขาไม่มีแรงเคลื่อนไหวลำบาก

จากการศึกษาและติดตามในประเทศสหรัฐอเมริกาและทวีปยุโรป พบว่าหลังจากติดเชื้อเอดส์ ร้อยละ 60 - 70 ไม่ปรากฏอาการแสดงร้อยละ 23 - 26 แสดงอาการก่อนเป็นเอดส์ (ARC) และร้อยละ 2 - 15 มีอาการโรคเอดส์

การวินิจฉัยโรคเอดส์ ประกอบด้วยส่วนสำคัญ 4 ประการ คือ

1. การวินิจฉัยโรคที่บ่งบอกถึง ภาวะภูมิคุ้มกันเสื่อม หรือบกพร่อง เช่น การเพาะเชื้อ การตัดชิ้นเนื้อ การตรวจด้วยกล้องจุลทรรศน์ เพื่อหาเชื้อโรคชนิดฉวยโอกาสหรือกาเซลล์มะเร็งบางชนิดในผู้ป่วยมาประกอบกับอาการและอาการแสดงของผู้ป่วย

2. การวินิจฉัยทางห้องปฏิบัติการ เพื่อแสดงถึงภาวะภูมิคุ้มกันเสื่อมหรือบกพร่อง ซึ่งได้แก่ การนับจำนวน ที เซลล์ จะมีจำนวนลดลงการทดสอบภูมิแพ้ทางผิวหนังผู้ป่วยโรคเอดส์จะไม่มีปฏิกิริยาตอบหรือการสอบได้ผลลบ

3. การทดสอบหาเชื้อไวรัส เอดส์ ได้โดยการตรวจน้ำเหลืองหาภูมิคุ้มกันต่อเชื้อ โดยใช้วิธีอีไลซ่า เทสต์ (Elisatest) และผู้ที่ตรวจพบเลือดเป็นบวกจะต้องตรวจซ้ำโดยใช้น้ำเหลืองเดิมหรือเจาะน้ำเหลืองใหม่มาตรวจเพื่อยืนยันโดยวิธี เวสเทอนบลอต แอสเซย์ (Western Blot Assays)

4. สามารถตรวจหาเชื้อเอดส์ ได้จากอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น ไขกระดูก สมอง ปอด ไตและลูกตา ในน้ำคัดหลังต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น เลือด น้ำกาม น้ำในช่องคลอด

ในกรณีเด็กอายุต่ำกว่า 15 เดือน หากแม่มีผล เอช ไอ วี เป็นบวก ในช่วงระหว่างคลอด จะวินิจฉัยว่าติดเชื้อเอดส์ได้ ต้องตรวจพบเพิ่มเติม คือ ระดับซีรัมอิมมูโน กลอบูลิน (Serum immuno globulin) สูง และพบอย่างใดอย่างหนึ่งต่อไปนี้ คือ 1) จำนวนลิมโฟไซต์ลดลง 2) จำนวนทีเฮลเปอร์ลดลง หรือ 3) อัตราส่วนของทีเฮลเปอร์/ที ซับเพรสเซอร์ (T - helper / T - sup - pressor = T/T) น้อยกว่า 1

การรักษา ปัจจุบันยังไม่มียาที่ใช้รักษาโรคเอดส์ให้หายได้โดยตรง การรักษาจึงเป็นการรักษาตามอาการ หรือรักษาโรคติดเชื้อแทรกซ้อน ที่เกิดตามหลังการที่มีภูมิคุ้มกันเสียไป ยาที่ใช้รักษาโรคเอดส์โดยตรงมีฤทธิ์เพียงสามารถยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อไวรัสเอดส์เท่านั้น แต่ไม่ทำให้หายขาดจากโรคได้ จึงอาจทำให้ผู้ติดเชื้อมีชีวิตยืนยาวต่อไปอีกช่วงเวลาหนึ่ง ยาที่ใช้ต่อต้านเชื้อไวรัสเอดส์ขณะนี้คือยาซีโดวูดีน (Zidovudine) หรือ แซทดีวี (ZDV) หรือ เอแซทที (AZT) ยาตัวนี้สามารถยืดอายุของผู้ป่วยออกไปได้ถ้าใช้ติดต่อกันเป็นประจำแต่ก็ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้

แนวโน้มของการพัฒนาวัคซีน สำหรับการผลิตวัคซีนขึ้นมาใช้ป้องกันโรคนี คงต้องใช้เวลาานานทั้งนี้ ปัญหาที่เนื่องมาจากการกลายพันธุ์ (Mutation) จะเปลี่ยนโครงสร้างของโปรตีนที่เปลือกหุ้มเป็นอย่างอื่นและเนื่องจากเชื้อเอดส์นั้นมีหลายพันธุ์ จึงทำให้การผลิตวัคซีนยากลำบาก (สิทธิพันธุ์ ไชยนั้นนท์, 2533, หน้า 14)

แนวทางการป้องกันโรคเอดส์ ชนวนทอง ธนะสุกาญจน์ (2532, หน้า 15 – 17) กล่าวถึงแนวทางการป้องกันการติดเชื้อโรคเอดส์สำหรับบุคคลทั่วไปดังนี้

1. อย่าให้เลือด น้ำอสุจิ น้ำปัสสาวะ น้ำคัดหลังในช่องคลอด หรืออูจจาระของผู้ติดเชื้อเอดส์ ผ่านเข้าไปในปาก ช่องคลอด ทวารหนัก เยื่อเมือกหรือเยื่อบุตา

2. ซื่อสัตย์ต่อสามี ภรรยา หลีกเลี้ยงหรือลดจำนวนการมีเพศสัมพันธ์กับผู้อื่น คนแปลกหน้าที่ไม่รู้จัก ชาวต่างชาติ หญิงโสเภณี ชายโสเภณี หรือบุคคลที่มีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น เกย์ ผู้ติดยาเสพติด และผู้ที่ชอบเที่ยวตามสถานเริงรมย์ เป็นต้น

3. ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์กับบุคคลที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูง

4. หลีกเลี้ยงการมีเพศสัมพันธ์บางอย่าง เช่น การร่วมเพศทางทวารหนัก การใช้ปากกระตุ้นอวัยวะสืบพันธุ์ของคู่นอน การใช้อุปกรณ์การร่วมเพศร่วมกัน

5. อย่าทดลองสารเสพติด หากกำลังติดสารเสพติดชนิดนี้ควรพยายามเลิกหรือเปลี่ยนเป็นชนิดอื่นและถ้ายังเลิกหรือเปลี่ยนไม่ได้ควรป้องกันตนเอง โดยไม่ใช่เข็มฉีดยาและกระบอกฉีดยาร่วมกับผู้อื่น

6. หลีกเลี่ยงการใช้อุปกรณ์ที่ทำให้เกิดรอยเจาะที่ผิวหนังร่วมกัน เช่น เครื่องมือเจาะหู

7. หลีกเลี่ยงการใช้อุปกรณ์ที่มีโอกาสสัมผัสกับเลือดของผู้ติดเชื้อเอชไอวี เช่น มีดโกน แปรงสีฟัน กรรไกรตัดเล็บ

8. งดเว้นการฉีดยาที่ไม่จำเป็น ควรรับบริการรักษาในสถานบริการของรัฐ, หรือของเอกชนที่ถูกกฎหมาย งดเว้นการฉีดยากันเอง หรือการฉีดยาโดยหมอเถื่อน

9. รับบริจาคเลือดหรืออวัยวะจากสถานที่ ที่มั่นใจว่าผ่านการตรวจเชื้อโรคเอชไอวีแล้วเท่านั้น

10. สตรีที่ติดเชื้อเอชไอวี ควรทำหมันเพื่อป้องกันการถ่ายทอดของเชื้อโรคจากแม่ไปสู่ทารกในครรภ์ และให้สามีใช้ถุงยางอนามัย เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อโรคเอชไอวี และเชื้ออหิวาต์อื่น ๆ โดยใช้ถุงยางอนามัยที่เคลือบสารทำลายเชื้อโรคเอชไอวี สังเกตได้ที่กล่องหรือซองบรรจุจะมีตัวอักษร N-9 หรือ N - 11 (กองฝึกอบรม กระทรวงสาธารณสุข, 2533, หน้า 20)

การฆ่าตัวตายของผู้ติดเชื้อเอชไอวี ผู้ติดเชื้อเอชไอวีเมื่อทราบว่าตนเองติดเชื้อเอชไอวี อาจคิดฆ่าตัวตายอันเนื่องมาจากสาเหตุหลายประการคือ

1. หนีปัญหา คิดว่าตนเองสู้หน้าสังคมรอบตัวไม่ได้

2. คนในสังคมแสดงความรังเกียจ เหยียดหยาม

3. คิดว่าตัวเองจะต้องตายไปในไม่ช้าสู้ตายเลยจะดีกว่า

4. คิดว่าเพื่อไม่ให้เป็นการระของครอบครัวจะได้เก็บเงินที่ใช้ในการรักษาพยาบาลให้ครอบครัวไว้ใช้จ่ายในอนาคต

5. ไม่มีเงินค่ารักษาพยาบาล เนื่องจากยาที่ใช้รักษามีราคาสูง

6. ถูกไล่ออกจากงานเมื่อนายจ้างทราบว่าติดเชื้อเอชไอวี

ครอบครัวกับโรคเอชไอวี เมื่อผู้ติดเชื้อเอชไอวีรู้ว่าติดเชื้อเอชไอวี จะมีความรู้สึกสิ้นหวังหมดคุณค่า ท้อแท้ ดังนั้นครอบครัวต้องช่วยเหลือ ให้กำลังใจ มีความเข้าใจและไม่แสดงความรังเกียจผู้ติดเชื้อ เพื่อให้โอกาสแก่ผู้ติดเชื้อได้ใช้ชีวิตอย่างปกติสุข สมาชิกในครอบครัวควรปฏิบัติต่อผู้ติดเชื้อเอชไอวีดังนี้

1. ยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้นกับสมาชิกในครอบครัว และไม่แสดงความรังเกียจ
2. ทำใจให้หนักแน่นต่อคำพูดของเพื่อนบ้าน
3. พยายามหาวิธีการที่จะสร้างความเข้าใจและเปลี่ยนความเชื่อที่ผิด ๆ ของเพื่อนบ้านให้ถูกต้อง เช่น การพูดคุยหรือจับต้องตัวผู้ป่วยไม่ทำให้ติดเชื้อเอดส์
4. ให้การดูแลช่วยเหลือการเจ็บป่วยของผู้ติดเชื้อเอดส์ และให้กำลังใจในการต่อสู้อุปสรรคต่างๆ
5. รับฟังคำพูด ความอัดอั้นตันใจของผู้ติดเชื้อเพื่อให้เขาได้ระบายความรู้สึกที่ระมัดระวังคำพูดที่อาจกระทบกระเทือนต่อความรู้สึกของผู้ติดเชื้อได้
6. จัดอาหารที่สะอาดมีประโยชน์ให้รับประทาน
7. กระตุ้นให้ผู้ติดเชื้อทำงานตามปกติ ยกเว้นการทำงานที่เสี่ยงต่อการเกิดเลือดออก
8. กระตุ้นให้ผู้ติดเชื้อออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เท่าที่จะทำได้
9. ดูแลรักษาความสะอาดบ้าน สิ่งแวดล้อม รวมทั้งการถ่ายเทของอากาศ
10. ระมัดระวังในการจับต้องสิ่งของเปื้อนเลือดหรือสิ่งของที่ขับออกมาจากร่างกายผู้ติดเชื้อ โดยใช้ถุงมือหรือคีมคีบ

สตรีไทยในยุคเอดส์ จากการพัฒนาประเทศที่มุ่งเน้นไปสู่ประเทศอุตสาหกรรม ส่งผลให้โครงสร้างทางสังคมและเศรษฐกิจเปลี่ยนแปลงไป วิถีชีวิตของผู้คนเปลี่ยนไปจากเดิม เด็กหญิงได้รับการศึกษาสูงขึ้น แต่เด็กเหล่านี้ต้องห่างจากครอบครัวมาศึกษาในเมือง เมื่อจบการศึกษาแล้วมักจะเลือกประกอบอาชีพที่มีโช่งการทำมา ทำไร่ แบบบิดามารดา และต้องใช้ชีวิตอยู่ในเมืองโดยพักอาศัยตามหอพัก ห้องเช่าต่างๆ ในสังคมชนบทผลผลิตจากนาและไร่ไม่พอเพียงสำหรับรายจ่ายในครอบครัวสามีและภรรยาต้องมาเป็นแรงงานนอกหมู่บ้านหรือต่างจังหวัด ในสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเบียดเบียนของพฤติกรรมโดยเฉพาะพฤติกรรมทางเพศจึงก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ มากมาย เช่น การมีเพศสัมพันธ์นอกสมรส การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การหย่าร้าง การทำแท้ง รวมถึงความเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์ ผลที่เกิดขึ้นผู้หญิงมักได้รับผลกระทบโดยตรงทั้งด้านร่างกาย และทางด้านสังคม การที่ผู้หญิงทั้งในชนบทและในเมืองยังต้องเผชิญโรคทางเพศสัมพันธ์เนื่องมาจากสาเหตุหลายประการ ในปัจจุบันมีสตรีจำนวนมากที่ติดเชื้อเอดส์มาจากสามี ทำให้เด็กที่คลอดติดเชื้อเอดส์ ก่อให้เกิดปัญหาสังคมมากมาย ดังนั้น สตรีควรปฏิบัติดังต่อไปนี้

1. เลือกคู่ครองที่ไม่ดื่มสุราเป็นประจำ ถ้าตกลงแต่งงานควรตรวจเลือดก่อนแต่งงานทั้งฝ่ายชายและหญิง และควรรักเดียวใจเดียวไปตลอดชีวิตสมรส รวมทั้งการเพิ่มทักษะการต่อรองของตนเองให้มีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย

2. ไม่ควรดื่มของมึนเมา เพราะจะทำให้ขาดสติ อาจมีเพศสัมพันธ์โดยขาดความยับยั้งชั่งใจ

3. หากหักห้ามการมีเพศสัมพันธ์ไม่ได้ ควรให้ฝ่ายชายใส่ถุงยางอนามัยทุกครั้ง เพราะถุงยางอนามัยเป็นวิธีการคุมกำเนิดวิธีเดียวที่ป้องกันเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้

4. ตรวจเลือดก่อนมีบุตร หากมีเลือดบวกเอดส์ ก็ควรคุมกำเนิดเพื่อจะได้ไม่มีโอกาสมีลูกที่ติดโรคเอดส์ หากต้องการเลี้ยงที่จะมีบุตร ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญก่อนเสมอ

5. ตรวจเลือดเมื่อตั้งครรภ์แล้ว หากพบว่าตนเองติดเชื้อเอดส์ อาจจะขอให้แพทย์ทำแท้งให้หรือถ้าต้องการตั้งครรภ์ต่อ ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเรื่องการรับประทาน AZT เพื่อลดอัตราเด็กแรกคลอดติดเชื้อเอดส์ได้

การดูแลผู้ติดเชื้อและผู้ป่วยเอดส์โดยชุมชน ชุมชนควรให้โอกาสผู้ติดเชื้อและผู้ป่วยเอดส์ตระหนักว่าผู้ติดเชื้อเอดส์ อาจติดโรคโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์หรือด้วยความจำเป็น เช่น การที่แม่บ้านรับเชื้อเอดส์จากสามี ดังนั้นชุมชนควรให้ความช่วยเหลือเท่าที่ทำได้ เคารพในความเป็นมนุษย์ของเขาด้วยการคบค้าสมาคมดังเพื่อนมนุษย์ปกติต่อกัน เนื่องจากโรคเอดส์ไม่ได้ติดต่อกันง่าย ประชาชนทุกคนที่อยู่ในชุมชนเดียวกัน ควรพูดคุยและปฏิบัติต่อผู้ติดเชื้อตามปกติ รับประทานอาหารร่วมกันได้ ไม่แสดงท่ารังเกียจ หน่วยงาน สถานประกอบการ นายจ้าง ครู อาจารย์ เพื่อนร่วมงานเพื่อนร่วมสถานศึกษา ควรให้ทำงานหรือได้เรียนหนังสือเป็นปกติ ตลอดจนไปเยี่ยมและให้กำลังใจผู้ติดเชื้อเอดส์

แนวทางดำเนินงานป้องกัน ควบคุมโรคเอดส์ในกลุ่มเด็กและเยาวชน แนวทางในการดำเนินงานป้องกัน ควบคุมโรคเอดส์ ในกลุ่มเด็กและเยาวชนมีดังนี้

กลุ่มเด็ก

1. แก้ไขความเชื่อและทัศนคติในการอบรมเลี้ยงดูเด็กในครอบครัวโดยการให้ความรัก ความอบอุ่น และบิดามารดาใช้เวลากับบุตรให้เพียงพอ

2. ส่งเสริมทักษะและความสามารถในการตัดสินใจของเด็กทั้งด้านกระบวนการกลุ่ม การมีเหตุผลของตนเอง เพื่อเป็นรากฐานในการแก้ไขปัญหาในอนาคต

3. เน้นการพัฒนาหลักสูตรที่เหมาะสมสำหรับเด็กในชั้นประถมศึกษาในการป้องกันเอดส์ และเสริมสร้างค่านิยมที่เหมาะสม

กลุ่มเยาวชน

1. พัฒนาหลักสูตรชีวิตครอบครัวศึกษาและเพศศึกษาที่เหมาะสมกับอายุเพศ กระแสสังคม ตลอดจนลักษณะเฉพาะในพื้นที่

2. เน้นกระบวนการเรียนการสอน รวมทั้งการอบรมกระบวนการกลุ่มและแกนนำเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อให้เยาวชนทั้งชายและหญิงในและนอกระบบโรงเรียนตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงและเข้าใจพฤติกรรมของอีกฝ่าย

3. พัฒนาทักษะประสบการณ์ชีวิต เช่นทักษะการวิเคราะห์สถานการณ์และพฤติกรรมที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่เหมาะสมและทักษะการปฏิเสธ เป็นต้น

4. ให้เยาวชนมีการเรียนรู้เข้าใจธรรมชาติของร่างกายและเพศศึกษา และรู้จักวิธีการแก้ปัญหาเมื่อมีความกดดันทางเพศ เพื่อสามารถเลือกทางแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

จากการศึกษา ความรู้เกี่ยวกับโรคเอดส์ พอสรุปได้ดังนี้

1. โรคเอดส์ไม่ติดต่อทางพันธุกรรม แต่สามารถติดต่อได้ 3 ทาง คือ ทางเพศสัมพันธ์ ทางเลือด และติดต่อจากมารดาสู่ทารก ทารกที่คลอดจากมารดาติดเชื้อเอดส์ มีโอกาสจะได้รับเชื้อประมาณ 20-50% ที่สำคัญคือ หากทารกนั้นไม่ได้ติดเชื้อเอดส์จากมารดา ก็สามารถจะดำรงชีวิตอยู่ได้ แต่ก็จะเป็นภาระกับสังคมในอนาคตเพราะสาเหตุ บิดา มารดาถึงแก่กรรม

2. โรคเอดส์เป็นโรคที่แพร่ระบาดลูกกลมอย่างเงียบ ๆ โดยเฉพาะสาเหตุจากการมีเพศสัมพันธ์กับกลุ่มเสี่ยง หลังรับเชื้อเอดส์ไปแล้ว ผู้ติดเชื้ออาจจะไม่มีอาการแสดงของโรคแต่สามารถจะแพร่เชื้อไปให้ผู้อื่นได้ตลอดเวลา

3. ในปัจจุบันนี้ ยังไม่มียาที่ใช้รักษาโรคเอดส์ให้หายขาดได้ แต่มียาที่สามารถยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อไวรัสเอดส์เท่านั้น และกำลังคิดค้นหาวัคซีนมาใช้ในการป้องกันโรคเอดส์

4. แนวทางในการควบคุมป้องกันโรคเอดส์ที่เหมาะสมในขณะนี้คือทำให้ความรู้ที่ถูกต้องแก่ประชาชนกลุ่มต่าง ๆ ในการดำรงชีวิตประจำวันให้ปลอดภัยจากโรคเอดส์ และการอยู่ร่วมกับผู้ติดเชื้อเอดส์ในสังคม การสร้างความตระหนักและค่านิยมที่ถูกต้องตลอดจนทักษะการจัดการกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์โดยเน้นที่ การเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับเยาวชน จะเป็นการแก้ปัญหาที่ให้ผลถาวรในระยะยาว

แนวคิดเกี่ยวกับความตระหนัก

ความหมายของความตระหนัก

พรศักดิ์ ผ่องแผ้ว (2512 อ้างใน นาดยา ใจมหา, 2534, หน้า 50) ได้กล่าวว่า ความตระหนักเป็นผลมาจากการประเมินค่า การเห็นความสำคัญอันเป็นสิ่งที่ได้มาจากทัศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม ความคิดเห็น และความสนใจ

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2520, หน้า 20) กล่าวว่า ความตระหนักหมายถึง การที่บุคคลนึกคิดได้ หรือการเกิดขึ้นในความรู้สึกว่ามีสิ่งหนึ่ง เหตุการณ์หนึ่ง หรือสถานที่หนึ่ง ซึ่งการรู้สึกว่ามี หรือการนึกคิดถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้ เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นในสภาวะของจิตใจแต่ไม่ได้หมายความว่า บุคคลนั้นสามารถจำได้หรือระลึกได้ถึงลักษณะบางอย่างของสิ่งนั้น

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526, หน้า 20) กล่าวว่า ความตระหนักเกือบจะคล้ายพฤติกรรมขั้นแรกของพฤติกรรมด้านพุทธิปัญญา (Cognitive domain) คือความรู้เกี่ยวกับข้อเท็จจริง (Knowledge) แต่มีข้อแตกต่างตรงที่ว่า ความตระหนักนี้ไม่เกี่ยวข้องกับความจำหรือความสามารถระลึกได้ แต่ความตระหนักหมายถึง การที่บุคคลได้นึกคิด หรือการเกิดขึ้นในความรู้สึกว่ามีสิ่งหนึ่ง หรือสถานการณ์หนึ่ง ซึ่งการรู้สึกว่ามี หรือการได้นึกคิดถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งนี้ เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้ในสภาวะจิตใจ แต่ไม่ได้แสดงว่าบุคคลนั้นสามารถจำได้หรือระลึกได้ถึงลักษณะบางอย่างของสิ่งนั้น

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2521, หน้า 24) ได้ให้ความหมายของความตระหนักว่า หมายถึงความรู้ตัว คือการรู้ตัวอยู่แล้ว คือการที่รู้ว่าสิ่งนี้มีอยู่หรือเป็นอยู่ แต่ไม่รู้รายละเอียด ถองแท้

พจนานุกรม เวบสเตอร์ ได้ให้ความหมายความตระหนักไว้ว่า เป็นลักษณะหรือสภาพของความรู้สึกตัว รู้สึกสำนึกหรือการระวัง การรู้จักคิด (The Lexicon Webster Dicionary, 1978, p. 62)

อนาสตาซี (Anastasi, 1969, p.543) ได้ให้ความหมายของความตระหนักว่า เป็นความโน้มเอียงที่บุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนอง ต่อกลุ่มของสิ่งเร้าในทางชอบหรือไม่ชอบ

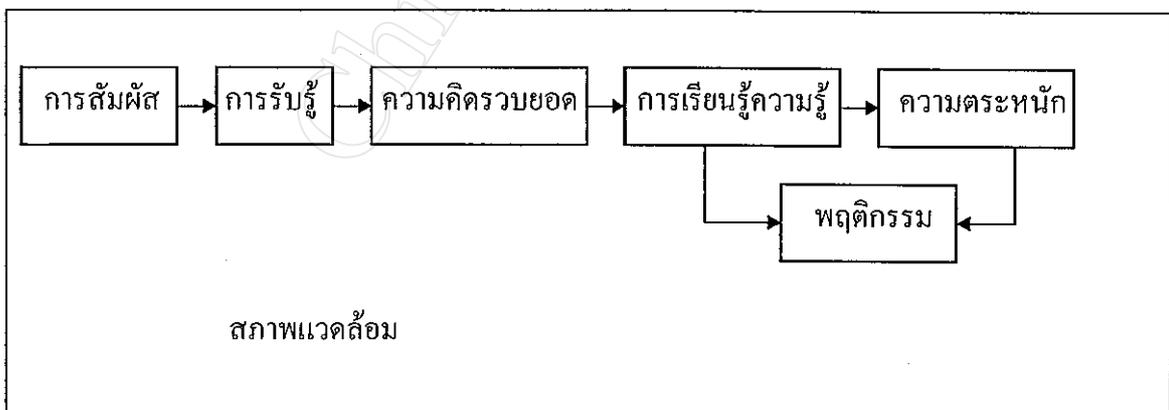
Thurstone (อ้างใน ทนงศักดิ์ ประสบกิตติคุณ, 2534, หน้า 50) ได้ให้คำจำกัดความของความตระหนักไว้ว่า เป็นการแสดงออกทางด้านผลรวมของความโน้มเอียง หรือความรู้สึกนึกคิด ความมีอคติ หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจมาก่อนความคิด ความกลัว การลงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง

Eysenck and Arnold (1973, หน้า 110) ได้อธิบายความตระหนักในแง่จิตวิทยาไว้ว่า ความตระหนัก เป็นความสัมพันธ์ของความสำนึก (Consciousness) และเจตคติ (Attitudes) ความตระหนักเป็นสถานะของจิตใจซึ่งไม่อาจแยกเป็นความรู้สึก หรือความคิดเพียงอย่างเดียวโดยเด็ดขาด

Carter (อ้างใน นาทยา ใจมหา, 2534, หน้า 49) ได้กล่าวไว้ว่า ความตระหนักเป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงการเกิดความรู้ของบุคคล หรือการที่บุคคลแสดงความรู้สึกรับผิดชอบต่อปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น คล้ายกับความหมายที่ Krathwohl (1969, หน้า 99 - 101) ได้อธิบายถึงความตระหนักในแง่ของจิตวิทยาว่า ความตระหนักเป็นความสัมพันธ์ระหว่าง ความสำนึกและเจตคติ ความตระหนักเป็นภาวะของจิตใจ ซึ่งไม่อาจแยกเป็นความรู้สึก หรือความคิดเพียงอย่างเดียวโดยเด็ดขาด

Benjamin B. Womn (1973, หน้า 38) กล่าวถึงความตระหนักไว้ว่า เป็นภาวะการณ์ที่บุคคลเข้าใจหรือสำนึกถึงบางสิ่งบางอย่างของเหตุการณ์ ประสบการณ์ หรือวัตถุสิ่งของได้

จากความหมายของความตระหนักที่ Carter, Krathwohl และ Womn ได้กล่าวไว้ข้างต้น จะเห็นได้ว่า ความตระหนักเป็นความสำนึก เป็นความรู้ตัว เป็นความเข้าใจของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เขาประสบในสิ่งแวดล้อมที่เขาอยู่ ดังนั้นความตระหนักจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อบุคคลได้รับการสัมผัสจากสิ่งเร้าในสภาพแวดล้อม เกิดการรับรู้ (Perception) ขึ้น และนำไปสู่การเกิดความคิดรวบยอด การเรียนรู้และความตระหนักตามลำดับ การเรียนรู้และความตระหนักจะนำไปสู่ความพร้อมที่จะแสดงการกระทำหรือแสดงพฤติกรรมต่อไป ขั้นตอนและกระบวนการเกิดความตระหนักแสดงในแผนภาพ 1



แผนภาพ 1 ขั้นตอนและกระบวนการเกิดความตระหนัก

จากแผนภาพ 1 จะเห็นว่า ความตระหนัก เป็นผลของกระบวนการทางปัญญา กล่าวคือ เมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้า หรือรับสัมผัสจากสิ่งเร้าแล้วจะเกิดการรับรู้ขึ้น เมื่อเกิดการรับรู้แล้ว จะนำไปสู่การเกิดความเข้าใจในสิ่งเร้า นั้น และนำไปสู่การเรียนรู้เป็นขั้นต่อไปคือมีความรู้ในสิ่งนั้น และเมื่อบุคคลเกิดความรู้แล้วก็จะมีความตระหนักในที่สุด และทั้งความรู้และตระหนักนี้ จะนำไปสู่การกระทำหรือพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้า นั้น ๆ ต่อไป

จากความหมายของ “ความตระหนัก” ดังกล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่า ความตระหนัก หมายถึง การที่บุคคลถูกคิดได้หรือการเกิดขึ้นในความรู้สึกว่ามีสิ่งหนึ่ง เหตุการณ์หนึ่ง ด้วยการพูด การเขียน การอ่าน หรืออื่น ๆ โดยอาศัยระยะเวลา ประสบการณ์หรือสภาพแวดล้อมทางสังคม หรือสิ่งเร้าภายนอก เป็นปัจจัยที่ทำให้บุคคลเกิดความตระหนักขึ้น ซึ่งการรู้สึกว่ามีหรือการได้ถูกคิดถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นในสภาวะของจิตใจ แต่ไม่ได้หมายความว่า บุคคลนั้นสามารถจำได้หรือระลึกได้ถึงลักษณะของสิ่งนั้น

ปัจจัยที่มีผลต่อความตระหนัก คือ

1. ประสบการณ์ที่มีต่อการรับรู้
2. ความเคยชินต่อสภาพแวดล้อมถ้าบุคคลใดที่มีความเคยชินต่อสภาพแวดล้อมนั้นก็จะมีผลทำให้บุคคลนั้นไม่ตระหนักต่อสิ่งที่เกิดขึ้น
3. ความใส่ใจและการให้คุณค่า ถ้ามนุษย์มีความใส่ใจเรื่องใดมาก ก็จะมี ความตระหนักในเรื่องนั้นมาก
4. ลักษณะและรูปแบบของสิ่งเร้า ถ้าสิ่งเร้านั้นสามารถทำให้ผู้พบเห็นเกิดความสนใจยอมทำให้ผู้พบเห็นเกิดการรับรู้และความตระหนักขึ้น
5. ระยะเวลาความถี่ในการรับรู้ ถ้ามนุษย์ได้รับการรับรู้บ่อยครั้งเท่าไรหรือนานเท่าไรก็ยิ่งทำให้มีโอกาสเกิดความตระหนักได้มากขึ้นเท่านั้น

การวัดความตระหนัก (ชวาล แพรรัดนกุล, 2526, หน้า 201 – 225) ความตระหนักเป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการรู้สึกว่ามีสิ่งนั้นอยู่ จำแนกและรับรู้ (Recognitive) ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ละเอียดอ่อนเกี่ยวกับด้านความรู้สึกและอารมณ์ ดังนั้นการที่จะนำการวัดและการประเมินผลมาใช้ จึงต้องมีหลักการและวิธีการ ตลอดจนเทคนิคเฉพาะจึงจะวัดความรู้และอารมณ์ดังกล่าวออกมาให้เที่ยงตรงและเชื่อมั่นได้ เครื่องมือที่ใช้วัดความรู้สึกและอารมณ์นั้นมีหลายประเภทด้วยกัน ซึ่งจะได้นำมากล่าวไว้ดังนี้คือ

1. วิธีการสัมภาษณ์ (Interview) อาจเป็นการสัมภาษณ์ชนิดที่มีโครงสร้างแน่นอน (Structured Item) โดยสร้างคำถามและมีคำตอบให้เลือกเหมือน ๆ กับแบบสอบถามชนิดเลือกตอบ และคำถามจะต้องตั้งไว้ก่อนเรียงลำดับก่อนหลังไว้อย่างดี หรืออาจเป็นแบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured Item) ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์ที่มีไว้แต่หัวข้อใหญ่ ๆ ให้ผู้ตอบมีเสรีภาพในการตอบมาก ๆ และคำถามก็เป็นไปตามโอกาสอันวุ่นวายในขณะที่สนทนากัน

2. แบบสอบถาม (Questionnaire) แบบสอบถามอาจเป็นชนิดเปิด หรือปิดหรือแบบผสมระหว่างเปิดกับปิดก็ได้

3. แบบตรวจสอบรายการ (Checklist) เป็นเครื่องมือวัดชนิดที่ให้ตรวจสอบว่าเห็นด้วย ไม่เห็นด้วย หรือมี - ไม่มี สิ่งที่กำหนดตามรายการอาจอยู่ในรูปของการทำเครื่องหมายตอบ หรือเลือกว่า ใช่ - ไม่ใช่ ก็ได้

4. มาตรการวัดอันดับคุณภาพ (Rating Scale) เครื่องมือชนิดนี้เหมาะสำหรับวัดอารมณ์และความรู้สึกที่ต้องการทราบความเข้ม (Intensity) ว่ามีมากน้อยเพียงไรในเรื่องนั้น

5. การใช้ความหมายภาษา (Semantic Differential Technique : S.D.) เทคนิคการวัดโดยใช้ความหมายของภาษาของของ ชาลส์ ออสกู๊ด เป็นเครื่องมือที่วัดได้ครอบคลุมมากชนิดหนึ่ง เครื่องมือวัดชนิดนี้จะประกอบด้วย เรื่องซึ่งถือเป็น “สัปดาห์” และจะมีคุณศัพท์ที่ตรงข้ามกันเป็นคู่ ๆ ประกอบสัปดาห์นั้นหลาย ๆ คู่ แต่ละคู่จะมี 2 ขั้ว ช่องจะห่างระหว่าง 2 ขั้วนี้ บ่งด้วยตัวเลข ถ้าใกล้ข้างใดมากก็จะมีลักษณะตามคุณศัพท์ของขั้วนั้นมาก

คุณศัพท์ที่ประกอบเป็นขั้ว 2 ขั้วนี้ แยกออกเป็น 3 พวกใหญ่ ๆ คือ พวกที่เกี่ยวกับการประเมินค่า (Evaluation) พวกที่เกี่ยวกับศักยภาพ (Potential) และพวกที่เกี่ยวกับกิจกรรม (Activity)

ทฤษฎีการเรียนรู้

การใช้กระบวนการเรียนการสอน โดยการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่กลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยคาดหวังให้กลุ่มตัวอย่าง ได้เกิดการเรียนรู้ตามทฤษฎีการเรียนรู้ของ เบนจามิน เบลูม (Benjamin S. Bloom , 1975 อ้างใน ชัชวาล สิงห์ตันศิริ, 2534, หน้า 14 - 18) ซึ่งได้แบ่งพฤติกรรม การเรียนรู้ออกเป็น 3 ด้านคือ

1. พฤติกรรมด้านพุทธิศึกษาหรือพฤติกรรมด้านความรู้ (Cognitive Domain)

ประกาศเพ็ญ สุวรรณ (2520, หน้า 11) ได้กล่าวถึง เบนจามิน เอช บลูม และคณะ ว่าได้แบ่งพฤติกรรมด้านความรู้ หรือความสามารถทางด้านสติปัญญา (Cognitive Domain) ออกเป็น 6 ระดับ เรียงจากพฤติกรรมขั้นง่ายไปสู่พฤติกรรมขั้นยาก ดังนี้

ระดับที่ 1 ความรู้ ความจำ (Knowledge) ความรู้ เป็นการเรียนรู้ขั้นต้นเกี่ยวกับความจำได้และการระลึกได้ ที่มีต่อความคิด วัตถุ ปรากฏการณ์ต่าง ๆ

ระดับที่ 2 ความเข้าใจ (Comprehension) หมายถึง การแสดงออกของพฤติกรรมเมื่อเผชิญกับสื่อความหมาย และสามารถแปลง สรุปล หรือขยายความสื่อความหมายนั้น ความเข้าใจเป็นพฤติกรรมที่ต่อเนื่องมาจากความรู้ ต้องมีความรู้มาก่อนจึงจะเข้าใจ ความเข้าใจนี้จะแสดงออกมาในรูปของ การแปลความ ตีความ และคาดคะเน

ระดับที่ 3 การนำไปใช้ (Application) หมายถึง การนำความรู้ไปใช้แก้ปัญหาในสถานการณ์จริง หรือ เป็นการนำเอาวิธีการทฤษฎี กฎเกณฑ์ และแนวคิดต่าง ๆ ไปใช้

ระดับที่ 4 การวิเคราะห์ (Analysis) หมายถึง การพิจารณาแยกแยะเนื้อหาออกเป็นส่วนย่อย ๆ ที่มีความสัมพันธ์กัน หรือการวิเคราะห์ เป็นขั้นที่บุคคลมีความสามารถและมีทักษะในการจำแนก เรื่องราวที่สมบูรณ์ใด ๆ ออกเป็นส่วนย่อย และมองเห็นความสัมพันธ์อย่างแน่ชัด ระหว่างส่วนประกอบเหล่านั้น รวมทั้งมองเห็นการผสมผสานระหว่างส่วนประกอบที่รวมขึ้นเป็นปัญหาหรือสถานการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง

ระดับที่ 5 การสังเคราะห์ (Synthesis) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรวบรวมส่วนประกอบย่อยต่าง ๆ เข้าด้วยกัน เป็นส่วนรวมที่มีโครงสร้างใหม่ที่มีความชัดเจน และมีคุณภาพสูงขึ้น ซึ่งเป็นกระบวนการที่ต้องใช้ความคิดสร้างสรรค์

ระดับที่ 6 การประเมินผล (Evaluation) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการวินิจฉัย ตัดสินใจเกี่ยวกับค่านิยม ความคิด ผลงาน คำตอบ วิธีการ และเนื้อหาสาระเพื่อวัตถุประสงค์บางอย่าง โดยมีกฎเกณฑ์และมาตรฐานเป็นเครื่องช่วยในการพิจารณาตัดสิน ซึ่งกฎเกณฑ์ที่ใช้ช่วยประเมินค่านี้อาจเป็นกฎเกณฑ์ที่บุคคลสร้างขึ้นมาหรือมีอยู่แล้วก็ได้

2. พฤติกรรมด้านทัศนคติ หรือเจตคติ (Affective Domain) พฤติกรรมด้านนี้ หมายถึง ความสนใจความรู้สึกท่าที ความชอบในการให้คุณค่า หรือปรับปรุงค่านิยมที่ยึดถืออยู่ เป็นพฤติกรรมที่ยากแก่การอธิบาย เพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของคน การเกิดพฤติกรรมด้านเจตคติแบ่งเป็นตอน ดังนี้

2.1 การรับหรือการให้ความสนใจ (Receiving or Attending) เป็นขั้นที่บุคคลถูกกระตุ้นให้ทราบว่ามีเหตุการณ์ หรือสิ่งเร้าบางอย่างเกิดขึ้น และบุคคลนั้นมีความยินดีหรือมีภาวะจิตใจพร้อมที่จะรับ หรือให้ความพอใจต่อสิ่งเร้า นั้น ในการยอมรับนี้ประกอบด้วยความตระหนักได้รู้คิด ความยินดีที่จะรับและการเลือกรับ

2.2 การตอบสนอง (Responding) เป็นขั้นที่บุคคลถูกจูงใจให้เกิดความรู้สึกผูกมัดต่อสิ่งเร้า เป็นเหตุให้บุคคลพยายามทำปฏิกิริยาตอบสนอง พฤติกรรมขั้นนี้ประกอบด้วยการยินยอม ความเต็มใจ และพอใจที่จะตอบสนอง

2.3 การให้ค่านิยม (Valuing) เป็นขั้นที่บุคคลมีปฏิกิริยาซึ่งแสดงว่ายอมรับว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่าสำหรับตัวเขา และได้นำไปพัฒนา ให้เป็นของเขาอย่างแท้จริง พฤติกรรมขั้นนี้ส่วนมากใช้คำว่า “ค่านิยม” ซึ่งการเกิดค่านิยมนี้ประกอบด้วยการยอมรับ ความชอบและการผูกมัดค่านิยม เข้ากับตัวเขา

2.4 การจัดกลุ่มค่า (Organization) เป็นขั้นที่บุคคลจัดระบบของค่านิยมต่าง ๆ ให้เข้ากลุ่ม โดยพิจารณาถึง ความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมเหล่านั้น ในการจัดกลุ่มนี้ประกอบด้วย การสร้างแนวความคิดเกี่ยวกับค่านิยม และจัดระบบของค่านิยม

2.5 การแสดงลักษณะตามค่านิยมที่ยึดถือ (Characterization by a value or value complex) พฤติกรรมขั้นนี้ถือว่า บุคคลมีค่านิยมหลายชนิด และจัดอันดับของค่านิยมเหล่านั้นจากดี ที่สุด ไปถึงน้อยที่สุด และพฤติกรรมเหล่านี้จะเป็นตัวคอยควบคุมพฤติกรรมของบุคคล พฤติกรรมในขั้นนี้ประกอบด้วย การวางแนวทางการปฏิบัติและแสดงลักษณะที่จะปฏิบัติตัวตามแนวทางที่เขา กำหนด

3. พฤติกรรมด้านการปฏิบัติ (Psychomotor) เป็นพฤติกรรมที่ใช้ความสามารถในการแสดงออกของร่างกาย ซึ่งรวมถึงการปฏิบัติที่อาจแสดงออกในสถานการณ์หนึ่ง ๆ หรืออาจเป็นพฤติกรรมที่คาดคะเนว่า อาจจะปฏิบัติในอนาคตต่อไป พฤติกรรมด้านนี้ เป็นพฤติกรรมขั้นสุดท้ายซึ่งต้องอาศัยพฤติกรรมด้านพุทธิปัญญา หรือความรู้ความคิด และพฤติกรรมด้านเจตคติเป็นส่วนประกอบ

เป็นพฤติกรรมที่สามารถประเมินผลได้ง่าย แต่กระบวนการที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมนี้ ต้องอาศัยเวลา และการตัดสินใจหลายขั้นตอน ในทางด้านสาธารณสุข ถือว่าพฤติกรรมด้านการปฏิบัติของบุคคลเป็น เป้าหมายขั้นสุดท้ายที่ช่วยให้บุคคลมีสุขภาพอนามัยดี

ผู้วิจัยนำทฤษฎีการเรียนรู้มาใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เรื่องโรคเอดส์ และในระหว่างการทดลอง ใช้วิธีการเรียนรู้จากปัญหา เพื่อให้สามารถวิเคราะห์ สังเคราะห์ ประเมินค่าเรื่องดังกล่าว และส่งเสริมให้มีการปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคเอดส์

แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต

ความหมายของทักษะชีวิต องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994, หน้า 1) ได้ให้ความหมายของ “ทักษะชีวิต” ว่าเป็นความสามารถทางสังคม ความคิดอ่าน ความพยายามเพิ่มพูนปฏิสัมพันธ์ของตนกับผู้อื่น สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ให้ประสบผลสำเร็จ ให้สามารถแก้ไขปัญหาสถานการณ์วิกฤติที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ตลอดจนเป็นความสามารถที่จะส่งเสริมสุขภาพของบุคคลและชุมชนด้วย

ประเสริฐ ต้นสกุลและคณะ (2538, หน้า 7) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า คือความสามารถและความชำนาญ ในการประเมิน และวิเคราะห์สถานการณ์ เพื่อตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาทางพฤติกรรมและสังคมที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

กำไลรัตน์ เย็นสุจิตร์ (2540, หน้า 8) กล่าวว่า ทักษะชีวิตหมายถึง คุณลักษณะหรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial competence) เป็นทักษะภายใน ที่ช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ หรืออาจจะกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า ทักษะชีวิตก็คือความสามารถพื้นฐานที่ทุกคนจำเป็นต้องใช้ในการเลือกทางดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งต้องอาศัย การถ่ายทอดประสบการณ์โดยการฝึกฝนอบรม โดยสรุป ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถพื้นฐานของบุคคลที่จำเป็นต้องใช้ในการตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน สามารถพัฒนาขึ้นได้ด้วยกระบวนการเรียนรู้

ทักษะชีวิตกับทักษะการดำรงชีวิต กองป้องกันยาเสพติด สำนักงาน ป.ป.ส. (2538, หน้า 14 – 22) กล่าวว่า “ทักษะ” ในภาษาอังกฤษเรียกว่า “Skill” เป็นคำที่ใช้กันอยู่ทั่วไปในวงการศึกษา และจิตวิทยา หมายถึงความจัดเจนและความชำนาญในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งมนุษย์สามารถสร้างขึ้นได้จากการเรียนรู้ ได้แก่ ทักษะการกีฬา การประกอบอาชีพ การอ่าน การสอน ทักษะทางภาษา ทักษะ

ทางคณิตศาสตร์ ทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น ฯลฯ เป็นทักษะภายนอกที่แสดงออกให้เห็นชัดเจนได้ โดยตรงจากการกระทำหรือจากการปฏิบัติ ทักษะดังกล่าวเป็นทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีพที่จะทำให้ ผู้ที่มีทักษะเหล่านั้นมีชีวิตที่ดี สามารถดำรงชีพอยู่ในสังคมได้โดยมีโอกาสที่ดีกว่าผู้ที่ไม่มีความ ทักษะดังกล่าว อาจเรียกว่า “ทักษะดำรงชีพ” ภาษาอังกฤษเรียกว่า “Livelihood Skill” หรือ “Skill for living” ซึ่งเป็นคนละประเภทกับทักษะชีวิต (Life Skill)

ส่วนทักษะชีวิต นั้นหมายถึงคุณลักษณะหรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial Competence) เป็นทักษะภายในที่ช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ หรือกล่าวได้อีกนัยหนึ่งก็คือทักษะชีวิตเป็นองค์ความสามารถทางสติปัญญา เป็นความสามารถพื้นฐานที่ทุกคนจำเป็นต้องใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันในสังคม เป็นความสามารถ ที่พัฒนาขึ้นได้ด้วยการฝึกฝน การกระทำซ้ำ ๆ จนเกิดความชิน ชำนาญจนเป็นลักษณะนิสัยนั่นเอง

ความสัมพันธ์ของทักษะชีวิตกับเจตคติหรือทัศนคติ ทักษะชีวิตกับเจตคติ ต่างก็เป็น คุณลักษณะภายในของบุคคล เป็นสถานะทางสังคมจิตวิทยา ที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการกำหนดแนว พฤติกรรมของมนุษย์ในสภาพการณ์ต่าง ๆ ทั้งที่มีปัญหาและไม่มีปัญหา แต่ทั้งสองสิ่ง มิใช่สิ่งเดียวกัน เจตคติเป็นตัวที่จะควบคุมให้แต่ละคนแสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้าไปในทิศทางต่าง ๆ เจตคติ เกิดขึ้นได้จากกระบวนการเรียนรู้ และเราสามารถปรุงแต่งหล่อหลอมได้ด้วยกระบวนการเรียนรู้ ส่วนทักษะชีวิตนั้น มิใช่อารมณ์ ความรู้สึกหรือความเห็น ความเชื่อ แต่เป็นองค์ความสามารถทาง สติปัญญาที่ทุกคนจำเป็นต้องใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน สามารถพัฒนาขึ้นได้ด้วยการฝึกฝนและ การกระทำซ้ำ ๆ การฝึกทักษะชีวิตเป็นอีกก้าวหนึ่งที่ต่อออกไปจากการสร้างเจตคติ

ในการวิจัยครั้งนี้ ได้นำแนวทางของทักษะ ตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO) ที่ได้กล่าวถึง “ทักษะชีวิต” ว่าเป็นความสามารถทางสังคม ความคิดอ่าน ความพยายามเพิ่มพูน ปฏิสัมพันธ์ของตนกับผู้อื่น สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ให้ประสบผลสำเร็จให้สามารถแก้ไขปัญหาใน สถานการณ์วิกฤตที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตลอดจนเป็นความสามารถที่จะส่งเสริมสุขภาพ ของบุคคลและชุมชนด้วย และสิ่งที่จะต้องได้รับการพิจารณาเป็นพิเศษคือ ทักษะชีวิตที่เป็นแกน (Core life skill) หรือทักษะชีวิตพื้นฐาน (Fundamental life skill) ซึ่งจะต้องจัดให้มีการสอนให้สัมพันธ์ กับการนำไปประยุกต์ เพื่อให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาการโดยการจัดการเรียนการสอนได้ หลายลักษณะดังนี้

หากเป็นการสอนที่มีความต่อเนื่องซึ่งสามารถปรับเปลี่ยนได้ (Spiral curriculum) มักจะเป็นการสอนทักษะชีวิตในระดับเบื้องต้น ซึ่งจะเป็นเนื้อหาที่จะเป็นส่วนประกอบในการเรียนรู้และเป็นพื้นฐานสำหรับพัฒนาการในอนาคตและกระตุ้นให้เกิดทักษะชีวิตต่อไป

โปรแกรมการให้ทักษะชีวิต (Life skills education program) จะต้องเป็นโปรแกรมการสอนที่มีการวางแผนอย่างดี มีความเป็นระบบ ในบทเรียนแรก ๆ จะต้องออกแบบเพื่อเป็นพื้นฐานสำหรับการเรียนทักษะชีวิตในครั้งต่อไป

เพื่อให้การเรียนการสอนทักษะชีวิตประสบความสำเร็จ ควรต้องสอนทักษะชีวิตโดยไม่ขึ้นกับวิชาใดวิชาหนึ่ง

การสอนทักษะชีวิตควรสอนเมื่อมีเวลาหรือโอกาสที่เหมาะสม โดยการรวมเข้ากับการสอนในวิชาอื่น ๆ ซึ่งจะเป็นวิธีการที่ดีและจะเกิดประโยชน์อย่างยิ่ง โดยเฉพาะในการบริหารจัดการในวิชาอื่น ซึ่งจะเป็นวิธีการที่ดีและจะเกิดประโยชน์อย่างยิ่ง โดยเฉพาะในการบริหารจัดการในโรงเรียนระดับประถมศึกษาหรือโรงเรียนใด ๆ ที่มีครูคนเดียวกันสอนในหลาย ๆ วิชา ซึ่งจะทำให้บทเรียนเกี่ยวกับทักษะชีวิตได้รับการถ่ายทอดแนะนำอย่างต่อเนื่อง และเป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างของบทเรียน

การสอนทักษะชีวิตจะมีความแตกต่างจากโปรแกรมการให้ทักษะชีวิต คือจะสอนเฉพาะทักษะชีวิตบางอย่าง ที่เหมาะสมกับการได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ ก่อนที่จะพัฒนาการสอนไปในทิศทางที่เป็นลักษณะเบ็ดเสร็จ (Comprehensive)

โปรแกรมการสอนทักษะชีวิต (Life skills program) ควรจะต้องมีการดำเนินการโดยหน่วยงานที่มีความศรัทธาเชื่อมั่นในปรัชญาทักษะชีวิต รวมทั้งได้รับความร่วมมือจากผู้ปกครองและชุมชนด้วย

การเสริมสร้างทักษะชีวิต ตามความหมายของประเสริฐ ดันสกุล และคณะ หมายถึง การอบรมและฝึกฝนให้เยาวชนเข้าใจและมีความชำนาญในการใช้ทักษะชีวิตแกนที่สำคัญจำนวนหนึ่ง ประกอบกันเป็นกระบวนการแก้ไขปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ แม้ว่าโดยธรรมชาติของทักษะชีวิตจะมีความแตกต่างกัน ในแต่ละวัฒนธรรม แต่ในภาพรวมจะพบว่า มีทักษะชีวิตแกนอยู่ 10 ประการ ซึ่งสามารถจำแนกเป็น 5 กลุ่มใหญ่ ๆ ได้ดังนี้ (WHO, 1994, หน้า 1 – 2)

1. การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา (Decision Making - Problem Solving)
2. การคิดริเริ่มสร้างสรรค์และการคิดที่เป็นเหตุเป็นผล (Creative Thinking – Critical Thinking)
3. ทักษะการสื่อสารและทักษะการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น (Communication Skill - Interpersonal Skill)
4. การเผชิญต่อภาวะอารมณ์และการเผชิญต่อความเครียด (Coping with emotions Coping with stresses)
5. การตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง-ความเข้าใจ ในความเป็นธรรมชาติของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง (Self awareness – Empathy)

ส่วนทักษะชีวิตที่เป็นแกนสำคัญในการป้องกันการติดยาเสพติดและพฤติกรรมเบี่ยงเบนของเยาวชน จากการศึกษาในโครงการวิจัยนำร่องเรื่อง Need Assessment and Documentation of Life Skills Training and Peer Education Experiences in Thailand (อ้างในประเสริฐ ต้นสกุล และคณะ, 2538 , หน้า 7) มีดังนี้

1. ทักษะในการวิเคราะห์และประเมินสถานการณ์
2. ทักษะในการประเมินศักยภาพของตนเองในสถานการณ์เฉพาะหน้า
3. ทักษะในการคิดหาทางเลือกและการวิเคราะห์จัดลำดับ
4. ทักษะในการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ในการเลือกทางเลือกที่เหมาะสมที่สุด
5. ทักษะในการสื่อสารเพื่อถ่ายทอดความคิดและการตัดสินใจของตน
6. ทักษะในการปฏิเสธ การเจรจาต่อรอง เพื่อรักษาน้ำใจและผลประโยชน์ของตนเอง
7. ทักษะในการควบคุมอารมณ์ ความคิดเห็นและพฤติกรรมภายใต้แรงกดดัน
8. ทักษะในการพัฒนาและปรับเปลี่ยนทัศนคติของตนเองและผู้ที่เกี่ยวข้อง
9. ทักษะในการใช้เหตุผลโน้มน้าวใจผู้อื่นให้คล้อยตาม

หรืออาจแบ่งได้เป็น 3 กลุ่มทักษะ ดังต่อไปนี้ (ประเสริฐ ต้นสกุลและคณะ, 2538, หน้า 35)

1. กลุ่มทักษะเชิงวิเคราะห์หาเหตุผล (Reasoning Skill) ซึ่งประกอบด้วย การคิดอย่างมีวิจรรณญาณ (Critical thinking) เป็นทักษะประธาน กับทักษะย่อยอื่น ๆ เป็นทักษะประกอบ เช่น การระดมสมองหาทางเลือกอย่างอื่น การจัดลำดับทางเลือกตามความสำคัญ เป็นต้น

2. กลุ่มทักษะในการคิดตัดสินใจเลือกสิ่งที่ดีที่สุด (Decision Making) ซึ่งมีทักษะในการประมาณตน (Self awareness) เป็นประธาน ทักษะในการควบคุมสถานการณ์และอารมณ์ความรู้สึก และพฤติกรรมตนเองและผู้อื่น กับทักษะในการเจรจาต่อรองเพื่อปฏิบัติตามทางเลือกอย่างเหมาะสม เป็นทักษะประกอบ

3. กลุ่มทักษะเพื่อสังคม (Socialization Skill) ประกอบด้วยทักษะในการพัฒนาเพื่อปรับเปลี่ยนความคิดและค่านิยม (Adjustment Skill) เป็นทักษะประธาน มีทักษะในการสื่อสารเพื่อสื่อความหมายให้ผู้อื่นทราบแนวคิดของตน (Communication for self expression) และทักษะในการโน้มน้าวใจผู้อื่นให้เห็นคล้อยตามในสิ่งที่ถูกต้อง เป็นทักษะประกอบ

ดังนั้นทักษะชีวิตจึงมีความแตกต่างจากทั่ว ๆ ไป เพราะทักษะชีวิต เป็นความสามารถต่าง ๆ ที่มีคุณค่าของบุคคล มีความสัมพันธ์และสอดคล้องกับชีวิตประจำวันจนตลอดชั่วอายุขัยและเป็นทักษะที่มีความยุ่งยากซับซ้อนแต่สามารถพัฒนาขึ้นได้ เนื่องจากทักษะต่าง ๆ ต่างก็มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

การสอนทักษะชีวิต การสอนทักษะชีวิตหรือการเสริมสร้างทักษะชีวิตจึงหมายถึงการกระทำหรือการจัดสถานการณ์หรือกิจกรรมให้บุคคลได้มีการเรียนรู้ฝึกฝนในการใช้ทักษะชีวิตที่เป็นแกนเพื่อให้เกิดทักษะความชำนาญสามารถนำไปแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ ส่งผลให้เกิดการมีสุขภาพและพัฒนาการที่ดี

ความคาดหวังจากการสอนทักษะชีวิต การสอนหรือการฝึกพัฒนาทักษะชีวิต จะทำให้บุคคลมีศักยภาพในตนเองและสังคมเพิ่มมากขึ้น เช่น การมีความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confidence) การภูมิใจในตนเอง การมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (Interpersonal Relationship) มีความสามารถในตน (Self Empowerment) และประการสำคัญคือสามารถพัฒนาทักษะที่มีความซับซ้อน (Complex skills) หลาย ๆ ทักษะ เช่น

- การต้านทานแรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน (Peer pressure resistance)
- การประเมินความเสี่ยง (Risk assessment)
- การต่อรองแลกเปลี่ยน (Negotiation)
- การยืนหยัด ตั้งมั่น (Assertiveness)
- การแก้ไขปัญหาคับข้องใจ (Conflict resolution)
- การสร้างเครือข่ายการสนับสนุนทางสังคม (Establishing social support network)

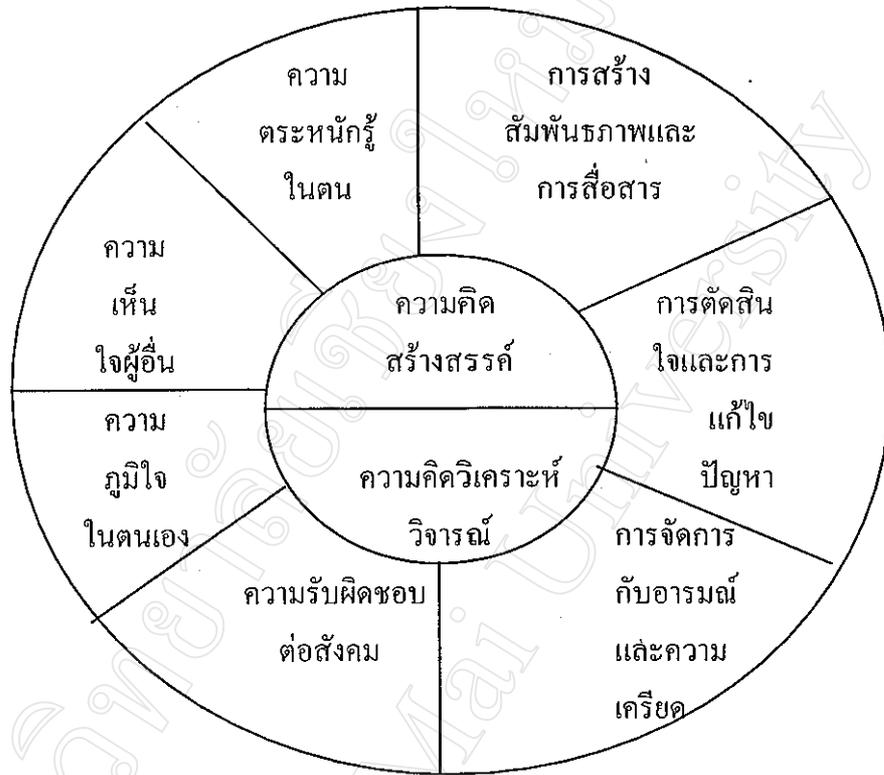
- การจัดการกับความเครียด (Stress management)
- ภาวะผู้นำ (Leadership)
- การจัดการและเผชิญต่อความทุกข์ยาก (Coping with adversity)

เวลาที่เหมาะสมสำหรับการสอนทักษะชีวิต การสอนทักษะชีวิตควรสอนให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ ได้มีการประมาณการณ์ไว้ว่า ควรเริ่มสอนเมื่ออายุ 7 ปี และต้องเป็นที่ ๆ มีทรัพยากรหรือศักยภาพที่จะสอนได้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าเป็นช่วงที่เข้าสู่วัยเรียนซึ่งจะต้องประสบกับการเปลี่ยนแปลงชีวิตใหม่ สิ่งแวดล้อมใหม่ ฯลฯ และนอกจากนั้นยังพบว่าพฤติกรรมที่เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพเริ่มมีแสดงให้เห็นในเด็กตั้งแต่อายุยังน้อย ๆ เช่น เด็กอายุ 9 ปี หรือ 10 ปี มีการทดลองสูบบุหรี่หรือเด็กอายุ 12 ปี เริ่มมีประสบการณ์ทางเพศครั้งแรก ดังนั้นการสอนทักษะชีวิตจึงควรมีการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ให้มีความสามารถที่จะมีพฤติกรรมที่ดีก่อนที่จะเกิดรูปแบบพฤติกรรมที่ไม่ดีขึ้น หากในพื้นที่ที่มีข้อจำกัดเรื่องทรัพยากรในการจัดโปรแกรมการสอนทักษะชีวิตก็จำเป็นต้องมีการกำหนดช่วงอายุที่เหมาะสมสำหรับการสอนทักษะชีวิต โดยในหลาย ๆ ประเทศได้กำหนดช่วงอายุที่เหมาะสมคือ วัยรุ่นตอนต้น คือ ประมาณ 9 - 11 ปี แต่ในบางประเทศก็กำหนดช่วงอายุที่พบว่าเริ่มมีปัจจัยเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ

องค์ประกอบของทักษะชีวิต องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 องค์ประกอบจัดเป็น 5 กลุ่ม และสามารถจัดแบ่งตามพฤติกรรมการเรียนรู้ได้ 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านพุทธิพิสัย ได้แก่ ความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์
2. ด้านจิตพิสัย ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตนและความเห็นใจผู้อื่น
3. ด้านทักษะพิสัยมี 3 กลุ่ม ได้แก่
 - การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร
 - การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา
 - การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ในประเทศไทยได้มีการปรับเปลี่ยนโดยจัดความคิดสร้างสรรค์ ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์เป็นองค์ประกอบร่วมและเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบ จัดความตระหนักรู้ในตนและความเห็นใจผู้อื่นเป็นด้านจิตพิสัย โดยเพิ่มเจตคติอีก 1 กลุ่ม คือความภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม ส่วนที่เหลืออีก 3 กลุ่มเป็นด้านทักษะพิสัย ดังแผนภาพที่ 2 ทั้งนี้เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพสังคม และวัฒนธรรมไทยที่อยู่ในช่วงเปลี่ยนแปลงและสับสนในด้าน เจตคติและค่านิยม เพื่อให้ง่ายต่อการจัดการการเรียนการสอนและการพัฒนาวิธีการสอนของครู



แผนภาพ 2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

จากแผนภาพ 2 ส่วนที่เป็นแกนกลางจะเป็นองค์ประกอบด้านพุทธิพิสัย ซึ่งเป็นองค์ประกอบร่วมของทักษะชีวิตอื่น ๆ ทั้งหมด ส่วนในวงกลมรอบนอกจะเป็นด้านจิตพิสัยและทักษะพิสัย องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย ที่เป็นองค์ประกอบร่วมได้แก่

1. ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical Thinking) เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์แยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัว
2. ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวางโดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย หรือความตระหนักรู้ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 คู่คือ

คู่ที่ 1 ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตน และความเห็นใจผู้อื่น

คู่ที่ 2 ได้แก่ ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม

ความตระหนักรู้ในตน (Self awareness) เป็นความสามารถในการค้นหา และเข้าใจในจุดดี จุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างจากบุคคลอื่น ไม่ว่าจะในแง่ความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่น สุขภาพ ฯลฯ

ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าถึงความรู้สึกและเข้าใจบุคคลที่แตกต่างกับเรา ไม่ว่าจะในด้านเพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่น วัย สุขภาพ ฯลฯ

ความภูมิใจในตนเอง (Self esteem) เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เช่น ความมีน้ำใจ รู้จักให้ รู้จักรับ ค้นพบและภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ ของตน เช่น ความสามารถด้านสังคม ดนตรี กีฬา ศิลปะ ฯลฯ โดยมีได้มุ่งสนใจอยู่แต่ในเรื่องรูปร่าง หน้าตา เสื้อผ้า หรือความสามารถทางเพศ การเรียนเก่ง ฯลฯ เท่านั้น

ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) หมายถึงความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีส่วนรับผิดชอบต่อความเจริญหรือเสื่อมของสังคม ความรับผิดชอบต่อสังคม มีส่วนสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับความภูมิใจในตน เพราะหากคนเรามีความภูมิใจในตน คนเหล่านี้ก็มีแรงจูงใจที่จะทำดีกับผู้อื่นและสังคม

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยหรือทักษะ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 คู่ คือ

คู่ที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร

คู่ที่ 2 การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา

คู่ที่ 3 การจัดการกับอารมณ์ และความเครียด

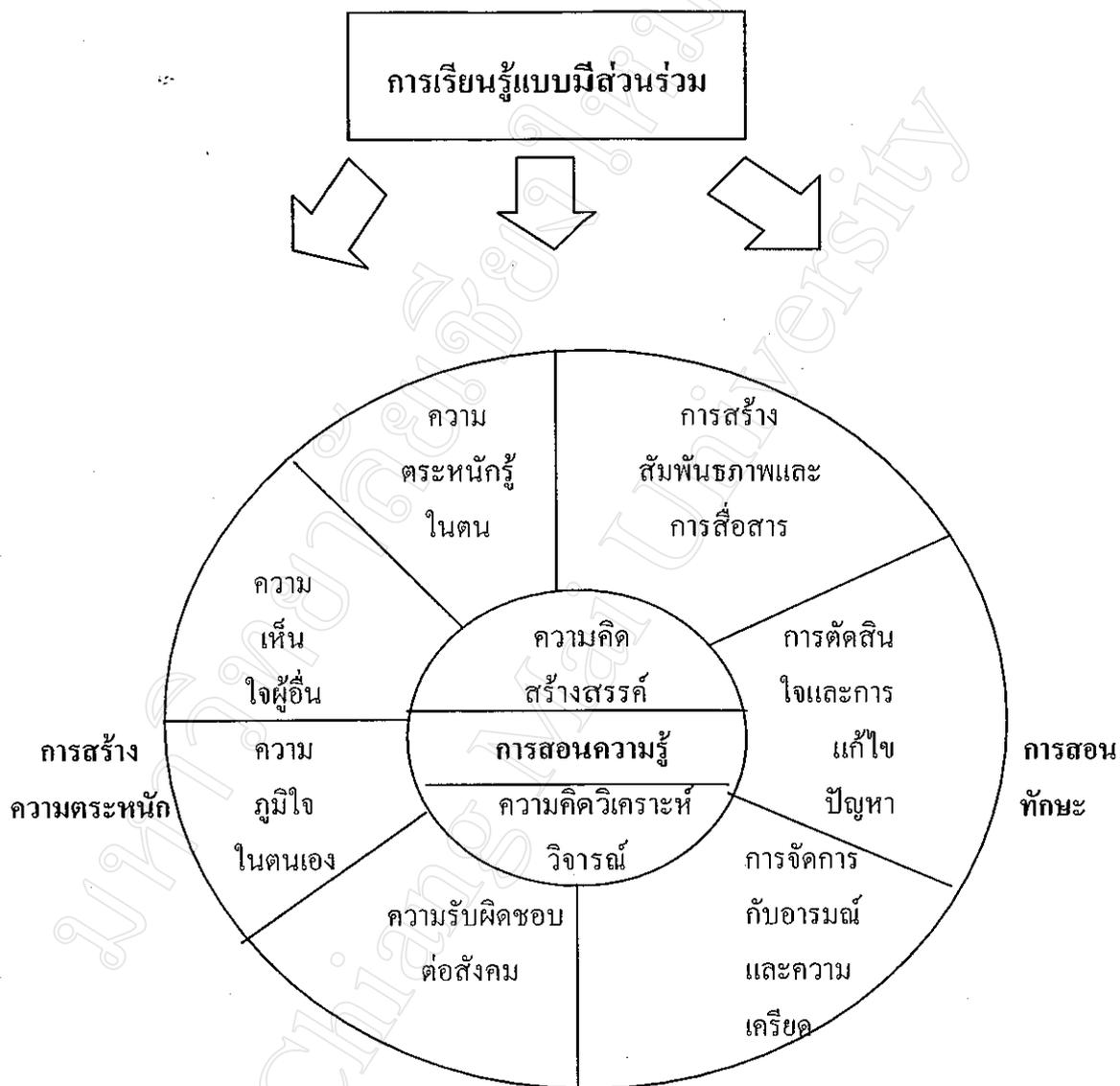
ทักษะการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร (Interpersonal relationship and Communication skill) เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและภาษาท่าทาง เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตน และความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่าย ไม่ว่าจะในการแสดงความต้องการ ความชื่นชม การปฏิเสธ การสร้างสัมพันธภาพ ฯลฯ

ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา (Decision making and Problem solving skill) เป็นความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือก วิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก ประเมินทางเลือก ตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และความเครียด (Coping with Emotion and Stress skill) เป็นความสามารถในการประเมินอารมณ์ รู้เท่าทันอารมณ์ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของตน เลือกใช้วิธีจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม และเป็นความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้วิธีการควบคุมระดับของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย และหลีกเลี่ยงสาเหตุ พร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์

หลักและวิธีการสอนทักษะชีวิต

หลักการสอนทักษะชีวิต การสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีนั้น เป็นการจัดการเรียนการสอนที่ยึดนักเรียนเป็นศูนย์กลางหรือ “การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม” อาจจำแนกออกเป็น “การสอน ความรู้” “การสร้างความตระหนัก” และ “ การสอนทักษะ ” ในกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเอง หากกระทำอย่างกว้างขวางจะทำให้เด็ก คิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาได้ และการนำกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มาใช้สอนความรู้ สร้างความตระหนักและสอนทักษะก็จะมีผลต่อการสร้างทักษะชีวิตทั้ง 12 องค์ประกอบ ตามแผนภาพ 3



แผนภาพ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบทักษะชีวิตกับกระบวนการเรียนรู้

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมอาศัยหลักการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยพื้นฐานสำคัญ ประการแรกคือการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และประการที่ 2 การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

การเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์ มุ่งเน้นอยู่ที่ การให้ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้จากประสบการณ์เดิม การเรียนรู้เชิงประสบการณ์มีหลักสำคัญ 5 ประการคือ

1. เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์ของนักเรียน
2. ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ ที่ท้าทาย อย่างต่อเนื่อง และเป็นการเรียนรู้ที่เรียกว่า Active Learning
3. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยตนเอง และระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน
4. ปฏิสัมพันธ์ที่มีทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปอย่างกว้างขวาง
5. มีการสื่อสารโดยการพูด หรือการเขียน เป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยนการวิเคราะห์ และสังเคราะห์ความรู้

องค์ประกอบของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

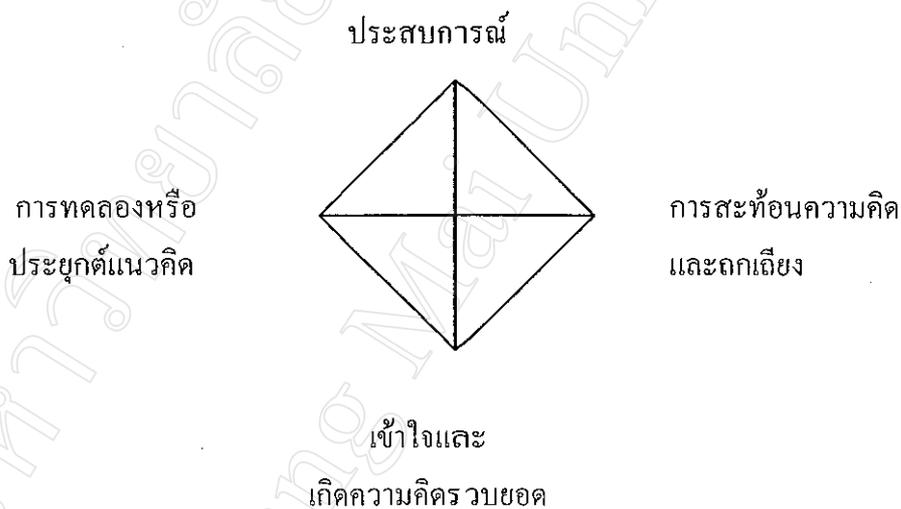
การเรียนการสอนทักษะชีวิต นักเรียนจะเป็นผู้สร้างความรู้ด้วยตนเองผ่านกระบวนการเรียนการสอนที่ใช้หลัก “การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม” กระบวนการสร้างความรู้นี้ ต้องอาศัยประสบการณ์เดิมของนักเรียนเป็นสำคัญ ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆอย่างต่อเนื่อง การมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างผู้เรียนเองและระหว่างผู้เรียนกับผู้สอนทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปอย่างกว้างขวาง โดยอาศัยการแสดงออกทางภาษา ได้แก่การพูด การเขียน เป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยน การวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้

องค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีอยู่ 4 ประการดังแผนภาพ 3 คือ

1. ประสบการณ์ (Experience) ทำโดย ครูช่วยให้นักเรียนนำประสบการณ์เดิมของตนมาพัฒนาเป็นองค์ความรู้
2. การสะท้อนความคิด (Reflect and Discussion) ทำโดย ครูช่วยให้นักเรียนได้มีโอกาสแสดงออก เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง

3. เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด (Understanding and Conceptualization) นักเรียนเกิดความเข้าใจ และนำไปสู่การเกิดความคิดรวบยอด อาจเกิดขึ้นโดยนักเรียนเป็นฝ่ายริเริ่ม แล้วครูช่วยเติมแต่งให้สมบูรณ์ หรือในทางกลับกัน ครูเป็นผู้นำทางและนักเรียนเป็นผู้สานต่อจนความคิดนั้นสมบูรณ์ เป็นความคิดรวบยอด

4. การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด (Experiment/Application) นักเรียนนำเอาการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ ไปประยุกต์ใช้ในลักษณะหรือสถานการณ์ต่าง ๆ จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติของตนเอง (โครงการไทย-ออสเตรเลียป้องกันเอดส์ภาคเหนือ, 2539, หน้า 5 - 7)



แผนภาพ 4 องค์ประกอบ 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

จากแผนภาพ 4 ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้ง 4 ประการ จะเป็นไปอย่างพลวัตร โดยอาจเริ่มต้นจากจุดใดจุดหนึ่งและเคลื่อนย้ายไปมาระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนั้นในแง่ของการเรียนการสอนจึงอาจเริ่มต้นจากจุดใดก่อนก็ได้ แต่สำคัญที่การจัดกระบวนการให้ครบทุกองค์ประกอบ

การสอนในลักษณะดังกล่าว นอกจากจะเป็นพื้นฐานของการสอนทักษะชีวิตในด้านพุทธิพิสัย โดยมุ่งให้เกิดความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์แล้ว ยังเป็นพื้นฐานในการสอนทักษะชีวิตอื่น ๆ ในด้านจิตพิสัยและทักษะพิสัยอีกด้วย

วิธีการสำคัญในการทำให้เกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในทุก ๆ องค์ประกอบก็คือ กระบวนการกลุ่มซึ่งจะเอื้ออำนวยให้นักเรียนได้แบ่งปันประสบการณ์ ได้สะท้อนความคิดและ อภิปรายสรุปความคิดรวบยอด ตลอดจนได้ทดลองหรือประยุกต์แนวคิด กระบวนการกลุ่มที่จะบรรลุ ผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม นั้น จะต้องมียุทธศาสตร์ที่สำคัญ 2 ประการ คือ 1) การมีส่วนร่วมสูงสุด 2) การบรรลุงานสูงสุด

หลักและวิธีการสอนความรู้ การสอนความรู้ (Knowledge) ที่ใช้หลักการเรียนรู้แบบมี ส่วนร่วม ช่วยสร้างทักษะชีวิตที่เป็นพื้นฐาน และเป็นองค์ประกอบร่วมของทักษะชีวิตด้านอื่น ๆ ทั้งหมด นั่นคือ ความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ลักษณะเฉพาะของการจัดกิจกรรม การเรียนการสอนความรู้ที่ยึดหลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมดังตาราง 1

ตาราง 1 องค์ประกอบของการเรียนรู้และลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้

องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้
ประสบการณ์	- ตั้งคำถามเพื่อรวบรวมประสบการณ์ของผู้เรียน
การสะท้อนความคิดและอภิปราย	- นักเรียน ได้แลกเปลี่ยนความรู้ เพื่อสร้างความรู้ตามงานที่ได้ รับมือมอบหมาย
ความคิดรวบยอด	- การบรรยายโดยครูหรือสื่อ การรายงานผลงานกลุ่ม หรือบูรณาการความรู้ของกลุ่มย่อย โดยการอภิปรายในกลุ่ม ใหญ่
ประยุกต์แนวคิด	- นักเรียน ได้ทำกิจกรรมที่ประยุกต์ความรู้ที่เกิดขึ้น เช่น เขียนคำขวัญ จัดบอร์ด ทำรายงาน เขียนเรียงความ ฯลฯ

จากตาราง 1 การจัดการเรียนการสอนความรู้ เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจเนื้อหาวิชานั้น ไม่มีขั้นตอนการสอนที่เฉพาะเจาะจง เพียงแต่ให้คำนึงถึงการจัดกิจกรรมที่ครอบคลุมของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทั้ง 4 ประการ

หลักและวิธีการสร้างความตระหนัก แม้กระบวนการสอนแต่ละครั้งจะมีองค์ประกอบทั้งด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัยและทักษะพิสัย แต่การจัดกิจกรรมสร้างความตระหนัก จะมุ่งเน้นในด้านจิตพิสัย ซึ่งมีองค์ประกอบ 2 ด้าน คือ การสร้างความรู้สึกร่วมที่สอดคล้องกับความตระหนักที่ต้องการ และการจัดระบบความคิดความเชื่อ ลักษณะขั้นตอนของกิจกรรมที่ยึดหลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีดังนี้

ตาราง 2 องค์ประกอบของการเรียนรู้และลักษณะเฉพาะของการสร้างความตระหนัก

องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสร้างความตระหนัก
ประสบการณ์	- เน้นประสบการณ์ด้านความรู้สึกร่วมของนักเรียน
การสะท้อนความคิดและอภิปราย	- นักเรียนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นและโต้แย้งได้เต็มที่
การสรุปความคิดรวบยอด	- นักเรียนได้ข้อสรุปด้วยตนเองโดยครูกระตุ้นให้นักเรียนคิดและช่วยเพิ่มเติม
การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด	- นักเรียนได้ทำกิจกรรมทั้งในและนอกเวลาเรียนเพื่อประยุกต์ความตระหนักที่เกิดขึ้น เช่น การเขียนจดหมายถึงผู้ติดเชื่อเอเดสส์ ฯลฯ

จากตาราง 2 การจัดกิจกรรมในการสร้างความตระหนัก มี 2 ขั้นตอน ที่เกิดการเรียนรู้ทั้งด้านความรู้สึกร่วมและด้านการจัดความคิดความเชื่อให้เป็นระบบ

หลักและวิธีการสอนทักษะ การสอนทักษะต่าง ๆ เป็นการสอนที่มุ่งเน้นด้าน ทักษะพิสัย ซึ่งต้องอาศัยการสร้างให้เกิดความชัดเจนในตัวทักษะ ให้เห็นเป็นขั้นตอนที่ปฏิบัติง่าย และนักเรียนได้มีโอกาสลงมือปฏิบัติในสถานการณ์ที่ใกล้ตัว เมื่อพิจารณาจากองค์ประกอบทั่วไปทั้ง 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การสอนทักษะจึงมีลักษณะดังนี้

ตาราง 3 องค์ประกอบของการเรียนรู้และลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ

องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ
ประสบการณ์	- อาศัยเหตุการณ์ที่ตรงกับชีวิตจริงในการเรียนรู้ทักษะ
การสะท้อนความคิดและถกเถียง	- นักเรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันในการหา กฎเกณฑ์และการประเมินผลการฝึกทักษะ
การสร้างความคิดรวบยอด	- ได้ความคิดรวบยอดหลายขั้นตอน ทั้งจากการฟังบรรยาย การสังเกต การสาธิต การประเมินผลในกลุ่มและการ ประเมินผลรวม
การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด	- นักเรียนได้มีโอกาสฝึกซ้ำ ๆ โดยการแสดงบทบาทสมมุติ ตามสถานการณ์ต่าง ๆ

จากตาราง 3 ทักษะเป็นความสามารถที่คนเราไม่เคยมีมาก่อน แต่ได้เรียนรู้จนกระทั่งทำได้
อย่างชำนาญ ดังนั้นการสอนทักษะจึงมี 2 ขั้นตอนคือ

1. ขั้นรู้ชัดเห็นจริง เป็นขั้นตอนที่มุ่งให้นักเรียนรับรู้ว่าทักษะเหล่านั้นมีความสำคัญและ
ฝึกฝนให้ทำเป็นหรือทำได้อย่างไร ซึ่งครูจะใช้การบรรยายนำ ประกอบกับ การยกตัวอย่างและให้
นักเรียนร่วมอภิปรายถึงความสำคัญและวิธีการฝึกทักษะนั้น ๆ จากนั้นใช้สถานการณ์จำลองให้
นักเรียนคิดใช้ทักษะดังกล่าวหรือใช้การสาธิต อาจให้นักเรียนมีส่วนร่วมได้ การสาธิตจะช่วยให้
นักเรียนเห็นจริงเป็นลำดับขั้นตอนอย่างชัดเจน และให้นักเรียนจัดกลุ่มย่อย หรือระดมสมอง เพื่อสรุป
หากฎเกณฑ์

2. ขั้นลงมือกระทำ เป็นขั้นตอนที่เปิดโอกาสให้นักเรียนลงมือปฏิบัติตามที่ได้เรียนรู้มาจาก
ขั้นตอนแรก ในขั้นนี้เป็นการให้นักเรียนฝึกใช้ทักษะโดยการใช้นบทบาทสมมุติ (Role Play) หรือการ
ซ้อมบท (Rehearsal Play) เป็นกิจกรรมหลักและมีการฝึกซ้ำโดยผลัดกันแสดงบทบาทจนชำนาญ

ขั้นผู้จัดเห็นจริง กิจกรรมการเรียนการสอนได้แก่

1. การบรรยายนำ เป็นการนำเข้าสู่บทเรียนให้เกิดความน่าสนใจและให้ข้อมูลหรือความรู้ที่จำเป็น ควรเป็นการใช้เวลาที่สั้น และดึงการมีส่วนร่วมจากนักเรียน เช่น การตั้งคำถาม หรือยกตัวอย่างที่ใกล้ตัวแล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

2. สถานการณ์จำลอง แบ่งเป็น 2 ชนิด

2.1 กรณีตัวอย่าง คือครูตั้งเป็นโจทย์ให้นักเรียนคิดและแสดงความคิดเห็นว่าจะทำอย่างไรกับกรณีศึกษา

2.2 กรณีจำลอง คือครูสมมติตนเองเป็นบุคคลตามโจทย์ และการแสดงการสนทนาตอบโต้กับนักเรียนทั้งห้อง ซึ่งสมมติเป็นคู่สนทนา จุดสำคัญของการเรียนรู้อยู่ที่การอภิปรายและการสอนประกอบสถานการณ์จำลอง

3. การสาธิต มักจะให้นักเรียนมีส่วนร่วมเป็นคู่สนทนาคนเดียวคนหนึ่ง หรือเป็นทั้ง 2 คน โดยครูจะซักซ้อมบทกับนักเรียนที่ขึ้นมาร่วมสาธิตก่อน หลังจากนั้นครูจะนำบทสนทนา (dialog) ขึ้นกระดานหรือแผ่นใสเพื่ออภิปรายและสอนประกอบการสนทนานั้น

4. การแบ่งกลุ่มย่อย ให้นักเรียนวิเคราะห์จากสถานการณ์จำลอง หรือสาธิตขั้นตอนและวิธีการในแต่ละขั้นตอนและอาจช่วยกันคิดการใช้ทักษะดังกล่าวในกรณีอื่น ๆ

ขั้นลงมือกระทำ กิจกรรมการเรียนการสอน แบ่งได้เป็น 2 ส่วนคือ การฝึกปฏิบัติ ทำได้โดยการฝึกบทบาทสมมติและการฝึกซ้อมบท

การฝึกบทบาทสมมติ เป็นวิธีฝึกทักษะที่มีประสิทธิภาพ โดยสมมติตัวละคร และสถานการณ์ขึ้น เพื่อให้นักเรียนสมมติตนเองเป็นตัวละครตามโจทย์ ดังนั้นต้องกำหนดโจทย์ให้ชัดเจนว่าเป็นสถานการณ์ บทบาทของตัวละคร 2 ฝ่าย และบทบาทของผู้สังเกตการณ์ การฝึกบทบาทสมมติ อาจแบ่งกลุ่มเป็น 2 - 3 คน หรือกลุ่มย่อย 5 - 6 คน ยิ่งกลุ่มมีคนมากขึ้นก็จะมีการเรียนรู้กันเองมากขึ้นจากการอภิปรายกลุ่มแต่จะใช้เวลามากกว่าจะฝึกได้ครบทุกคน

การฝึกซ้อมบท เป็นการให้นักเรียนฝึกเป็นตัวของตัวเองในสถานการณ์ที่เป็นที่ทราบกันว่าเกิดขึ้นได้จริงในชีวิตประจำวัน เพื่อให้นักเรียนและเพื่อน ๆ ได้ช่วยกันดูว่า มีการใช้ทักษะอย่างไร

ความแตกต่างของการฝึกบทบาทสมมติและการฝึกซ้อมบท มี 2 ประการคือ

ประการแรก การฝึกบทบาทสมมติ จะตั้งโจทย์โดยการ “สมมุติ” ทั้งสถานการณ์และตัวละครที่ให้นักเรียนแสดง โจทย์มักจะขึ้นต้นด้วยคำว่า “สมมุติให้นักเรียนชายเป็นสุรศักดิ์และนักเรียนหญิงเป็น กัญญา” ขณะที่การฝึกซ้อมบทให้นักเรียนเล่นเป็นตัวของตัวเองเอง เมื่อต้องอยู่ในสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งนักเรียนสามารถพูดหรือกระทำตามที่ต้องการได้ โดยที่ไม่ต้องสมมุติตนเอง โจทย์มักจะขึ้นต้นว่า “หากนักเรียนถูกเพื่อนชวนไป.....”

ประการที่สอง การฝึกซ้อมบท เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับการฝึกทักษะการปฏิเสท ในสถานการณ์ที่นักเรียนได้พบเสมอๆ และสถานการณ์ไม่ซับซ้อน ซึ่งสามารถฝึกได้ง่ายโดยให้นักเรียนแบ่งกลุ่มละ 2 - 3 คน ขณะที่การฝึกบทบาทสมมติ เป็นการฝึกในสถานการณ์ที่ซับซ้อนมากกว่า เป็นเหตุการณ์ที่อาจเกิดขึ้นไม่บ่อยก็ได้ แต่มีความสำคัญที่นักเรียนควรหาทางออก โดยมักจะฝึกในกลุ่มย่อยหรือหน้าชั้น

ในการสอนทักษะการสื่อสาร โดยเฉพาะทักษะการปฏิเสทหรือการสอนทักษะอื่น ๆ ก็ตาม มักมีปัญหาว่า สถานการณ์ที่นำมาสอนนั้น จริง ๆ แล้วนักเรียนไม่คิดปฏิเสท เช่น เพื่อนชวนไปดื่มสุราหรือเบียร์ ทำให้การฝึกเป็นไปอย่างไม่สมจริง ปัญหาเช่นนี้มีข้อคิดอยู่ 2 ประการคือ

1. การที่คนเราจะปฏิเสทสิ่งใด แสดงว่าเรามีเจตคติต่อเรื่องนั้นและตัดสินใจอย่างชัดเจนลงไปแล้ว เพียงแต่ขาดทักษะที่จะปฏิเสทให้ได้ผล โดยไม่ทำลายสัมพันธภาพระหว่างกัน ดังนั้นในโครงสร้างการสอนจึงต้องสอนเจตคติและการตัดสินใจที่เกี่ยวข้อง ก่อนการสอนทักษะการปฏิเสท การปฏิเสทอย่างแท้จริงจึงจะเกิดขึ้น

2. ในขั้นตอนการนำเข้าสู่บทเรียนหรือบรรยายสั้นๆ ครูควรทบทวนการเรียนรู้ในช่วงโมงที่ผ่านมาเพื่อให้นักเรียนได้มีความเข้าใจที่ตรงกันว่า พฤติกรรมเหล่านั้นเป็นสิ่งที่นักเรียนคิดปฏิเสท (โครงการไทย - ออสเตรเลียป้องกันเอดส์ภาคเหนือ, 2539, หน้า 13 - 15)

วิธีการสอนทักษะชีวิต วิธีการสอนทักษะชีวิตที่เหมาะสม เป็นการสอนที่เน้นให้เกิดการเรียนรู้ด้วยการมีส่วนร่วม ในกระบวนการสอน และการเรียนรู้จากประสบการณ์ หรือเรียกว่า Active Learning แตกต่างจาก Passive Learning คือ ใน Passive Learning ผู้เรียนจะเป็นผู้รับข้อมูลแต่เพียงฝ่ายเดียว ในขณะที่ Active Learning ผู้เรียนจะมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้โดยอาศัยหลาย ๆ วิธีการ เช่น การระดมความคิด การอภิปรายกลุ่ม ส่วน Experimental Learning ขึ้นอยู่กับวิธีการ 2 วิธีคือ ตัวแบบ (Modeling) และบทบาทสมมติ (Role play) ซึ่งการเรียนรู้ทั้ง 2 วิธี จะสามารถทำให้ผู้เรียนเกิดความมั่นใจต่อการที่จะเผชิญต่อเหตุการณ์จริง

ดังนั้นการนำชุดกิจกรรมทักษะชีวิตมาสอน ในนักเรียนชั้นประถมศึกษา จึงคำนึงถึง จุดประสงค์ในการพัฒนาทักษะชีวิตดังกล่าวเป็นหลัก วิธีการสอนทักษะชีวิตที่นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ การเรียนรู้จากปัญหา การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม ตัวแบบ การสาธิต และเกม ต่าง ๆ โดยมีแนวคิดของวิธีการสอนดังนี้

การเรียนรู้จากปัญหา (Problem-based Learning) การเรียนรู้จากปัญหา หมายถึง วิธีการสอนที่ใช้ปัญหาเป็นเครื่องกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความต้องการที่ใฝ่หาความรู้เพื่อแก้ปัญหา โดยเน้นให้ผู้เรียนเป็นผู้ตัดสินใจในสิ่งที่ต้องการแสวงหา รู้จักใช้ความคิด รู้จักทำงานร่วมกันเป็นทีม โดยผู้สอนเกี่ยวข้องน้อยที่สุด (รัตนา เลิศวีระศิริกุล และกำไลรัตน์ เศรษฐ์พัวร์, 2532)

หลักการเรียนการสอนแบบ Problem - based การสอนแบบนี้มุ่งให้ผู้เรียนใช้ปัญหาของผู้คิดเชื้อ ผู้ป่วยเอดส์ ปัญหาการตั้งครรภ์ขณะอยู่ในวัยเรียน หรือปัญหาอื่น ๆ มาเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความอยากเรียนและเรียนในเนื้อหาวิชาที่เหมาะสมกับปัญหาที่กำลังประสบอยู่ ผู้เรียนมีโอกาสพัฒนาทักษะทางการแก้ปัญหาอีกด้วย การเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นหลักนี้ เป็นการเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Student centered) และการเรียนรู้แบบเอกัตภาพ (Individualized Learning)

ในการเรียนการสอนแบบ Problem - based สิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึงคือ การให้ผู้เรียนมีพื้นฐาน 3 ประการ

1. การเรียนรู้จากปัญหา (Problem - based Learning) คือผู้เรียนใช้ปัญหาเป็นหลักในการแสวงหาความรู้โดยการหาข้อมูลเพื่อพิสูจน์สมมติฐานอันเป็นการแก้ปัญหาานั้น โดยผู้เรียนต้องนำปัญหามาเชื่อมโยงกับความรู้เดิม ความคิดที่มีเหตุผล และแสวงหาความรู้ใหม่ จะช่วยให้รวบรวมแนวคิดในการแก้ปัญหากว้างขวางมากขึ้น

2. การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self - directed Learning) คือผู้เรียนมีเสรีภาพในการใช้ความรู้ความสามารถในการแสวงหาความรู้ด้วยตัวเอง โดยผู้เรียนต้องรับผิดชอบทั้งด้านการกำหนดการดำเนินงานของตนเอง ยอมรับความรับผิดชอบของตนเองที่มีต่อกลุ่ม เลือกประสบการณ์การเรียนรู้ด้วยตนเอง การประเมินผลตนเอง ตลอดจนการวิพากษ์วิจารณ์งานของตนเอง

3. การเรียนรู้ด้วยวิธีการการอภิปรายกลุ่มย่อย (Small - group learning) คือผู้เรียนได้พัฒนาความสามารถในการใช้ความคิดเชิงเหตุผล และสามารถทำงานร่วมกันกับผู้อื่นเป็นทีม ยอมรับประโยชน์ของการทำงานร่วมกันในการค้นคว้าหาความคิดใหม่ ๆ

ขั้นตอนของการดำเนินงานการแก้ปัญหาของผู้เรียน ในกระบวนการเรียนการสอนแบบ การเรียนรู้จากการแก้ปัญหา

ขั้นตอนที่ 1 Clarify terms and concept ผู้เรียนจะต้องทำความเข้าใจกับปัญหาที่ได้รับ หากมีคำ หรือข้อความ หรือแนวคิดตอนใดที่ไม่เข้าใจจะต้องหาคำอธิบายให้ชัดเจนโดยอาศัยความรู้ พื้นฐานของสมาชิก หรือจากเอกสาร

ขั้นตอนที่ 2 Define the problem ขั้นตอนนี้เป็นการให้คำอธิบายปัญหาทั้งหมด โดยกลุ่ม มีความเข้าใจต่อปัญหาที่ถูกต้องสอดคล้องกัน มีเหตุการณ์หรือปรากฏการณ์ใดที่กล่าวถึงหรืออธิบาย อยู่ในปัญหานั้นบ้าง

ขั้นตอนที่ 3 และ 4 Analyses the problem and formulate hypotheses เป็นการวิเคราะห์ ปัญหา จะได้อะไรซึ่งความคิดและข้อสนับสนุนเกี่ยวกับโครงสร้างของปัญหาโดยอาศัยพื้นฐานความรู้ เดิมของผู้เรียนรวมทั้งความคิดอย่างมีเหตุผลในการสรุปรวบรวมความคิดเห็น ความรู้และแนวคิดของ สมาชิกเกี่ยวกับกระบวนการและกลไกที่เป็นไปได้ในการแก้ปัญหา นั่นคือการสร้างสมมติฐานอัน สมเหตุสมผลสำหรับปัญหานั้น ๆ ขั้นตอนนี้มีการระดมสมอง (Brain-storming) เป็นวิธีการที่สมาชิก ได้แสดงความคิดอย่างเสรีเพื่อให้ได้สมมติฐานในการแก้ปัญหามากที่สุด

ขั้นตอนที่ 5 Identify the priority of hypotheses จากการสมมติฐานต่าง ๆ ที่ได้มา กลุ่มต้องพิจารณาจัดลำดับความสำคัญ โดยอาศัยข้อสนับสนุนจากข้อมูลความจริงและความรู้ของ สมาชิกภายในกลุ่มเพื่อพิจารณาหาข้อยุติปฏิเสธสมมติฐานที่เป็นไปไม่ได้ และคัดเลือกสมมติฐานที่ ต้องแสวงหาข้อมูลเพิ่มเติม

ขั้นตอนที่ 6 Formulate learning objective กำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ในการแสวงหา ข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อสนับสนุนสมมติฐานที่คัดเลือกไว้

ขั้นตอนที่ 7 Collect additional information outside the group จากวัตถุประสงค์ที่กำหนด ให้สมาชิกแต่ละคน จะถูกแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบในการแสวงหาข้อมูลเพิ่มเติมจากภายนอกกลุ่ม จากแหล่งข้อมูลต่างจากตำรา เอกสาร และผู้เชี่ยวชาญ กระทำเป็นกลุ่มหรือรายบุคคลก็ได้แล้วกลับมา พบกันอีกครั้งหนึ่ง

ขั้นตอนที่ 8 Synthesize and test the newly acquired information เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลที่ยอมรับได้เพื่อพิสูจน์สมมุติฐาน สมาชิกแต่ละคนจะนำเสนอข้อมูลที่ตนแสวงหามาได้ต่อกลุ่มเพื่อพิจารณาว่าข้อมูลที่หามาได้พอเพียงต่อการพิสูจน์สมมุติฐานหรือไม่ กลุ่มอาจพบว่าข้อมูลบางส่วนไม่สมบูรณ์ก็จำเป็นต้องหาข้อมูลเพิ่มเติม

ขั้นตอนที่ 9 Identify generalizations and principles derived from study this problem กระบวนการจะสิ้นสุดเมื่อกลุ่มสามารถหาข้อมูลครบถ้วนแต่การพิสูจน์สมมุติฐานทั้งหมดและสามารถสรุปถึงหลักการต่าง ๆ ที่ได้ศึกษาจากปัญหารวมทั้งเป็นแนวทางในการนำความรู้และหลักการนั้นไปใช้ในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ทั่วไปได้

ลักษณะสำคัญของผู้เรียนที่จำเป็นต่อการเรียนการสอนแบบ Problem-based คือความสามารถในการแสวงหาความรู้ใหม่ซึ่งสภาวะการณ์สำคัญสิ่งที่จะช่วยสนับสนุนให้การเรียนรู้ได้ มี 3 ขั้นตอนคือ

1. การกระตุ้นความรู้เดิม (Activation of prior knowledge) ผู้เรียนจะเรียนรู้จากปัญหาได้ดี ถ้ามีความรู้เดิมในเรื่องนั้นอยู่ ผู้สอนจึงควรกระตุ้นให้ผู้เรียนนำความรู้เดิมออกมาใช้แก้ปัญหามากที่สุด

2. การเสนอความรู้ใหม่ (Encoding specificity) สนับสนุนให้ผู้เรียนนำความรู้ใหม่มาเสริมกับความรู้เดิม จะช่วยให้เข้าใจข้อมูลที่เป็นความรู้ใหม่มากขึ้น ยิ่งถ้าข้อมูลใหม่ มีความคล้ายกับข้อมูลเดิม ยิ่งทำให้มีความเข้าใจในข้อมูลใหม่และสามารถนำไปใช้ได้มาก

3. ต่อเติมความเข้าใจให้สมบูรณ์ (Elaboration of knowledge) ความเข้าใจข้อมูลต่าง ๆ จะสมบูรณ์ได้หากผู้เรียนมีโอกาเสริมต่อความเข้าใจนั้นกระทำได้หลายอย่าง เช่น การตอบคำถาม การจดบันทึก การอภิปราย สิ่งเหล่านี้ช่วยให้จดจำได้แม่นยำและสามารถนำออกมาใช้ได้

หลักเกณฑ์ความรู้พื้นฐานที่สำคัญของกระบวนการเรียนรู้จากปัญหา

1. สิ่งที่ย้อนให้นักเรียนคือปัญหา โดยผู้เรียนต้องตระหนักในความจำเป็นที่ต้องแก้ปัญหา
2. กระบวนการหลังจากผู้เรียนได้ปัญหามา ผู้เรียนต้องเริ่มศึกษาปัญหาเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหานั้น ๆ โดยอาศัยข้อมูลจากฐานความรู้เดิมโดยการตั้งสมมุติฐานในการแก้ปัญหา
3. สิ่งคาดหวังว่าจะเกิดขึ้น จากการเรียนรู้จากปัญหา
 - 3.1 กำหนดกระบวนการเรียนรู้จากปัญหา
 - 3.2 ค้นคว้า แสวงหาข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ มาใช้แก้ปัญหา

3.3 พิจารณาวิธีการแก้ปัญหาอย่างสมเหตุสมผล

3.4 สรุปแนวทางในการแก้ปัญหา

ขั้นตอนการสร้างปัญหา

1. วางแผนสร้างปัญหา

1.1 กำหนดวัตถุประสงค์ ว่าต้องการให้ผู้เรียน เรียนรู้ด้านใดบ้าง มักจะกำหนดให้เกิด การเรียนรู้ด้าน ความรู้ เกิดความตระหนักและ การปฏิบัติ

1.2 กำหนดแนวคิดหลักที่ผู้เรียนต้องทราบเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้

1.3 วางแผนกำหนดปัญหา ซึ่งจะต้องสอดคล้องกับแนวคิดหลักที่ผู้เรียนจะต้องเรียนรู้

1.4 วางแผนในการอภิปรายปัญหา

1.5 จัดเตรียมแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ผู้สอนจะไม่ทำหน้าที่ป้อนความรู้ให้ผู้เรียน แต่จะ กระตุ้น ชี้แนะแหล่งข้อมูล ให้ผู้เรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง แหล่งข้อมูลได้แก่ บุคคล ตำรา เอกสาร สื่อชนิดต่าง ๆ

1.6 การวางแผนในการประเมินผล

1.6.1 ประเมินผลระหว่างการดำเนินการเรียนรู้จากปัญหาเพื่อศึกษาว่าข้อมูลที่ ผู้เรียนศึกษาค้นคว้ามา สอดคล้องกับปัญหาหรือไม่ ประเมินกระบวนการแก้ปัญหาของผู้เรียน

1.6.2 การประเมินผลรวม เป็นการประเมินผลผู้เรียนว่าสามารถเกิดการเรียนรู้จาก กระบวนการ ตามวัตถุประสงค์หรือไม่ โดยประเมินจาก

1.6.2.1 ประเมินด้านเนื้อหา ประเมินจาก

- การทำรายงานเสนอ
- การปฏิบัติ
- การตอบแบบสอบถาม

1.6.2.2 ประเมินกระบวนการเรียนรู้

1.6.2.3 ประเมินความตระหนักและ ทักษะที่เกิดขึ้นจากการเรียนรู้จากปัญหา

1.6.2.4 ประเมินและปรับปรุง

ผู้วิจัยได้นำวิธีการเรียนรู้จากปัญหามาใช้กับกลุ่มตัวอย่างโดยกำหนดสถานการณ์เรื่องโรค เอคส์ให้แก่งุ่มตัวอย่างที่แบ่งเป็นกลุ่ม และแต่ละกลุ่มหาข้อมูลมา สรุปเป็นหลักการแก้ปัญหาเรื่อง โรคเอคส์ตามสถานการณ์ที่กำหนดให้

การระดมสมอง (Brainstroming) เป็นวิธีการรวบรวมความคิดเห็นจากสมาชิกของกลุ่มภายในระยะเวลาอันสั้น เป็นวิธีการประชุมชนิดหนึ่งที่มีประสิทธิภาพมากในการเลือกปัญหา สาเหตุของปัญหา และหาแนวทางในการตัดสินใจแก้ปัญหาหรือหาข้อยุติในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยอาศัยความคิดเห็นของกลุ่มบุคคลเป็นเครื่องตัดสินใจ

ข้อดีของการระดมสมอง

1. สามารถก่อให้เกิดความคิดที่หลากหลาย
2. สามารถใช้ได้ดีในการเลือกปัญหา สาเหตุและแนวทางแก้ไขปัญหา หรือหาข้อยุติในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง
3. เป็นการพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีเหตุผล ทักษะการตัดสินใจมีการพัฒนาปรับเปลี่ยนทัศนคติของตนเองและผู้ที่เกี่ยวข้อง การติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ รวมทั้งการพัฒนาให้บุคคลมีการยอมรับความสำคัญของคนและกัน เป็นการ สร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน (Interpersonal Relationship)
4. สามารถกระตุ้นเร้าให้เกิดความคิดใหม่และเป็นไปในทางสร้างสรรค์ดีงาม
5. สามารถปฏิบัติได้ทั้งในกลุ่มใหญ่และกลุ่มย่อย
6. ใช้เครื่องมืออุปกรณ์เพียงเล็กน้อย
7. ไม่สิ้นเปลืองเวลามากนัก

ข้อจำกัดของการระดมสมอง

1. การเสนอความเห็นที่ยืดเยื้อ ใช้เวลานานเกินควร เกิดขึ้นได้ง่าย
2. หากต้องการให้เกิดผลสำเร็จต้องมีการประเมินผล
3. จำเป็นต้องใช้เวลาสำหรับอธิบายหรือชี้แจงปัญหาให้กระจ่างชัด

การสอนโดยการสาธิตและการฝึกปฏิบัติ เป็นวิธีการสอนที่มีการจัดเตรียมการเสนอความรู้ข้อเท็จจริง หลักการ แนวทางการปฏิบัติ หรือกระบวนการทำที่ถูกต้อง โดยมีเครื่องมือ อุปกรณ์ประกอบการสาธิต มีการอธิบายให้เหตุผลประกอบการแสดง (สุรีย์ จันทรมลิต, 2527, หน้า 196-203)

ขั้นตอนในการสาธิต

1. การเตรียมการสาธิต ต้องมีการเตรียมการล่วงหน้าต่อไปนี้

1.1 ผู้สอนหรือผู้สาธิต ควรวางแผนให้รอบคอบ จัดลำดับขั้นตอนของการสาธิตฝึกซ้อม การสาธิตอย่างชำนาญ และกำหนดให้เหมาะสมกับเวลา

1.2 วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ในการสาธิตต้องระบุให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ทักษะการปฏิบัติในเรื่องที่จะสาธิตอย่างน้อยเพียงไร

1.3 เตรียมเครื่องมือ เครื่องใช้ วัสดุอุปกรณ์ มีการทดสอบเครื่องมือให้อยู่ในสภาพที่พร้อมที่จะใช้ได้

1.4 การเตรียมสถานที่เตรียมสถานที่ที่จะใช้ในการสาธิตไว้ให้พร้อม จัดสถานที่ เก้าอี้ นั่งให้ผู้เรียนทุกคนสามารถมองเห็นการสาธิตได้ทั่วถึง

1.5 การเตรียมผู้เรียน ผู้เรียนควรจะสังเกตกระบวนการอะไรบ้าง

2. ระหว่างสาธิต

2.1 ระหว่างสาธิตการสาธิตต้องถูกต้องตามเทคนิควิธีการ

2.2 การสื่อสารของผู้สาธิต ต้องเสียงดัง ฟังชัด ให้เหตุผลตามขั้นตอน เป็นหัวข้อที่

สำคัญ

2.3 แสดงการสาธิตให้เข้าใจ ตื่นเต้น เพื่อผู้เรียนติดตามได้ตลอด

2.4 ผู้เรียนได้เห็นการสาธิตอย่างทั่วถึง

2.5 ในระหว่างช่วงการสาธิต คอยสังเกตปฏิกิริยาต่อการสาธิต

3. หลังการสาธิต

3.1 เมื่อเสร็จสิ้นการสาธิต ควรมีการประเมินผลผู้สาธิต และการเรียนรู้ของผู้เรียน ทำการประเมินผลได้โดย การเปิดอภิปราย ทดสอบโดยใช้ข้อสอบ ฝึกทดลองทำ สัมภาษณ์

3.2 ให้ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติทันที โดยเฉพาะหัวข้อ ที่มีจุดมุ่งหมายให้ผู้เรียนเกิดทักษะ

ผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการสาธิตการใช้ถุงยางอนามัยแก่นักเรียน โดยการสาธิตวิธีการใช้ถุงยางอนามัย วิธีการถอดถุงยางอนามัยหลังจากการใช้เสร็จ และดำเนินการให้กลุ่มตัวอย่างฝึกปฏิบัติการใช้ถุงยางอนามัยที่ถูกต้อง

การแสดงบทบาทสมมุติ (Role Play) การแสดงบทบาทสมมุติ คือ การแสดงออก โดยวิธีธรรมชาติซึ่งมิได้มีการซ้อม การเตรียมมาก่อน เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่ขัดแย้งกันระหว่างบุคคล ซึ่งมีผู้แสดง 2 คน หรือมากกว่า แสดงบทบาทในช่วงระยะเวลาสั้นๆ และมีความมุ่งหมายเพื่อให้กลุ่มได้พิจารณาวิเคราะห์บทบาทนั้น ๆ หรืออาจกล่าวได้ว่า การแสดงบทบาทสมมุติ เป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้เป็นเครื่องมือในการให้การศึกษา จัดประสบการณ์ การเรียนรู้ เป็นการเสนอเรื่องราวของกลุ่มที่จะแสดงบทบาทสมมุติหรือแสดงให้ผู้เรียนเข้าใจ มองเห็นภาพพจน์พฤติกรรมของตน สภาพปัญหา สังคม มนุษย์สัมพันธ์ บทบาท แนวคิด ความขัดแย้งระหว่างบุคคล 2 คน หรือมากกว่า ช่วยให้เกิดความเข้าใจตัวเองและผู้อื่น

ข้อดีของการแสดงบทบาทสมมติ

1. เหมาะสมกับการเรียนการสอนที่สร้างสถานการณ์ ต้องคิดแก้ปัญหาเกี่ยวกับคน โดยเฉพาะผู้ทำงานเกี่ยวกับคน
2. ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตนเอง เข้าใจตนเองและผู้อื่นดีขึ้น มีโอกาสได้สวมบทบาทของคนอื่นทำให้เกิดความเข้าใจดี
3. ช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์เหตุการณ์ ปัญหา การแก้ไขปัญหา โดยไม่ใช้อารมณ์หรือโดยยึดตัวเองเป็นหลัก
4. การแสดงบทบาทสมมติ อาจนำไปใช้กับกลุ่มอื่น ๆ ในวิชาชีพต่าง ๆ โดยพิจารณาให้เหมาะสมกับผู้ชม
5. เป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้และเป็นผู้มีการสังเกตดีหรือมีความเชื่อมั่นในตนเองในการแสดงความคิดเห็นเพิ่มมากขึ้น
6. ในรายที่เกี่ยวกับการบำบัด ผู้แสดงได้มีโอกาสรบายอารมณ์ ความกดดัน ความวิตกกังวลของตนเอง
7. สามารถสร้างความสนใจได้ทันที
8. สามารถนำไปใช้ร่วมกับการสอนแบบอื่น ๆ ได้

ข้อจำกัดของการแสดงบทบาทสมมติ

1. เหตุการณ์หรือเรื่องราวที่สมมุติขึ้นเพื่อนำมาแสดง จะต้องง่ายต่อการเข้าใจ
2. ผู้แสดงบทบาท อาจรู้สึกยากใน “การแสดง” ท่าที บทบาทต่าง ๆ ของตนเองออกมา
3. ต้องการคุณลักษณะแห่งความเป็นผู้นำที่ได้รับการฝึกฝนมาแล้ว
4. การที่จะใช้วิธีนี้ให้ถูกต้องทำได้ค่อนข้างยาก
5. ผู้ได้รับการฝึก อาจรู้สึกตะขิด ตะขวงใจหรือไม่เต็มใจที่จะแสดงบทบาทสมมติ
6. บางกลุ่มจะถือว่า การแสดงบทบาทสมมตินั้นไม่ใช่เรื่องจริง

การอภิปรายกลุ่ม (Group Discussion) คือการสนทนาระหว่างบุคคล 3 คน หรือมากกว่าเกี่ยวกับหัวข้อเรื่องที่ได้เตรียมหรือคัดเลือกไว้ และเป็นกลุ่มบุคคลซึ่งพร้อมด้วยคุณลักษณะแห่งความเป็นผู้นำ การอภิปรายกลุ่มเป็นวิธีการที่จะนำมาใช้อย่างมากในการให้ความรู้แก่ประชาชนในกลุ่มเป้าหมายต่าง ๆ และสามารถช่วยให้สมาชิกได้ใช้ความคิดพิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบคอบในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เพื่อจะได้นำไปประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน อิทธิพลของกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกเกิดการ

เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การตัดสินใจด้วยการยอมรับ สัมครใจ ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมสุขภาพที่ถาวร ในการอภิปรายกลุ่มพบว่า มีกระบวนการปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่าง กิจกรรมกลุ่ม คือมีกลไกการเรียนรู้ (Cognitive Mechanisms) เกิดขึ้น 3 ประการคือ

1. Conflict Resolution เป็นกระบวนการทางจิตที่เกิดขึ้นในกระบวนการ ปฏิสัมพันธ์ ของกลุ่มในขณะที่ทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหา เมื่อสมาชิกคนหนึ่งเสนอแนวความคิด แล้วถูกคัดค้านหรือท้าทาย จากความคิดเห็นของสมาชิกคนอื่น ๆ สถานการณ์เช่นนี้จะก่อให้เกิด สภาพขัดแย้ง ในจิตใจของเขาซึ่งจะเป็นแรงผลักดันให้เขาย้อนกลับไปคิดทบทวน ปรับปรุงทัศนคติ ของตนเอง หรือหาข้อมูลความรู้เพิ่มเติมเพื่อมองปัญหา ในแง่มุมใหม่ ๆ กระบวนการนี้จะให้โอกาส แก่ผู้เรียนได้ฝึกฝนกระบวนการคิดและพัฒนาการความเข้าใจในหลักการลึกซึ้งยิ่งขึ้น

2. Resource Sharing ในกระบวนการปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม ซึ่งประกอบด้วยสมาชิกที่มี พื้นฐานจากการเรียนรู้และประสบการณ์ที่แตกต่างกัน จะเกิดมีคลังแห่งข้อมูลความรู้และทักษะด้าน ต่าง ๆ จากประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคนรวมกันในการกระทำกิจกรรม การแก้ปัญหาสมาชิกแต่ละ คนสามารถวิเคราะห์ปัญหาได้อย่างถูกต้อง และสามารถสร้างข้อสมมติฐานและทางเลือก ตลอดจน วิธีการแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เนื้อหาโรคเอดส์ที่จัดสอนในโรงเรียนประถมศึกษา การสอนเรื่องโรคเอดส์ในโรงเรียน ประถมศึกษา ได้จัดไว้ในแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต เรื่องสิ่งมีชีวิต ชีวิตในบ้าน หน่วยย่อยตัวเรา สิ่งที่อยู่รอบตัวเรา หน่วยย่อย สิ่งแวดล้อมทางสังคม เรื่องโรคติดต่อและโรคเอดส์ และสอนสอดแทรกในกลุ่มประสบการณ์ ซึ่งในการจัดกิจกรรมการสอนให้ครูผู้สอนพิจารณาใช้ภาษา ให้เหมาะสมกับระดับชั้นและวัยของนักเรียน

แผนการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 – 6 พ.ศ. 2536

ลักษณะทั่วไปของแผนการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2536, หน้า 3 - 4) เน้นการสอนด้านความรู้ ประกอบด้วย แผนการสอนชั้นละ 10 แผน แผนละ 3 คาบ รวมเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ชั้นละ 30 คาบดังนี้

แผนการสอนชั้นประถมปีที่ 5 ประกอบด้วย

อะไรคือเอคส์	ร่วมใจต้านภัยเอคส์
ชีวิตนี้ยังมีหวัง	เอคส์ทำลายชีวิต เศรษฐกิจและสังคม
ใจเขาใจเรา	รักชีวิตอย่าคิดไปติดเอคส์
รู้เขา รู้เรา	ครอบครัวอบอุ่น เป็นทุนด้านเอคส์
หนูคิดน้อยพบหมอ	ค่านิยมถูกต้อง ป้องกันเอคส์

แผนการสอน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

เราไม่อยากเป็นเอคส์	เอคส์เป็นภัยต่อชีวิตเป็นพิษต่อสังคม
เอคส์ป้องกันได้	คุณภาพชีวิตที่ดี ชีวิตปลอดเอคส์
ป้องกันตนพ้นจากเอคส์	ครอบครัวมีความสุขปลอดทุกข์จากเอคส์
ควบคุมกายใจ ไร้เอคส์ รู้จักคิด รู้จักใช้ปลอดภัยจากเอคส์	
สุขปฏิบัติ ขจัดโรคเอคส์	คุณธรรมนำชีวิตพิชิตโรคเอคส์

กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงมหาดไทย กระทรวงกลาโหม และสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ได้ร่วมกันจัดทำแผนการสอนขึ้นใหม่ โดยเน้นการสอนด้านเจตคติและทักษะ เพิ่มเติมจากการสอนความรู้ที่มีอยู่ในระบบการศึกษา มุ่งเน้นให้นักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา มัธยมศึกษาและอาชีวศึกษามีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติที่ดีและมีทักษะที่จำเป็นเพียงพอที่จะช่วยให้เยาวชนปลอดภัยจากโรคเอคส์ได้ ดังนี้

แผนการสอนชั้นประถมปีที่ 5 ประกอบด้วย เห็นใจฉันเถิด (รู้สึกเห็นใจผู้ติดเชื้อและผู้ป่วยเอคส์) ไม่คาดคิด (เรื่องเพศและเอคส์เป็นปัญหาใกล้ตัว) ชาย หญิง ในดวงใจ (การสร้างค่านิยมทางเพศที่พึงประสงค์) กระเป๋าของความเป็นชายและหญิง (การสร้างค่านิยมทางเพศที่พึงประสงค์)

แผนการสอนชั้นประถมปีที่ 6 ประกอบด้วย คำลึงใจ (รู้สึกเห็นใจผู้ติดเชื้อและผู้ป่วยเอคส์) อาชีพใดใกล้เอคส์ (เรื่องเพศและเอคส์เป็นปัญหาใกล้ตัว) ไม่น่าเลย (การสร้างค่านิยมทางเพศที่พึงประสงค์) ไม่ตามใจเพื่อน (ทักษะการปฏิเสธและหาทางออก)

การประยุกต์ทักษะชีวิตของ WHO มาใช้ในการเสริมสร้างทักษะชีวิตในการป้องกันการติดเชื้อเอดส์ของนักเรียนชาวเขาชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยเน้นที่ด้าน ความรู้ ความตระหนักและ ทักษะชีวิตด้านต่าง ๆ ด้วยเหตุผลที่ว่า การติดเชื้อเอดส์อาจเกิดจากเหตุการณ์ที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ เช่น เด็กหญิงถูกเพื่อนชายชวนไปคุยกันนอกบ้านในเวลากลางคืน เด็กชายถูกเพื่อนชวนไป เสพสารเสพติด ฯลฯ โดยมีแนวทางปฏิบัติดังนี้

ด้านความรู้ มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเอดส์สาเหตุ อาการ การติดต่อ การป้องกันตนเองไม่ให้ติดเชื้อเอดส์ อาชีพที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ เช่น ค้าประเวณี พนักงานเสิร์ฟ รวมทั้งผลกระทบจากโรคเอดส์

ด้านความตระหนัก

1. เห็นคุณค่าในตัวเองและผู้อื่น มีความเข้าใจตนเอง ยอมรับ ชื่นชม การปฏิบัติที่ดีของตน ปฏิบัติตนดีและปรับปรุงตนเองให้ดียิ่งขึ้น มีทักษะในการกำหนดแนวทางปฏิบัติที่ดีและเหมาะสม ในการสร้างคุณค่าให้แก่ตนเอง ความรู้สึกเห็นใจผู้ติดเชื้อ และผู้ป่วยเอดส์ในชุมชน สามารถอยู่ร่วมกับผู้ติดเชื้อ/ผู้ป่วยเอดส์ในชุมชน

2. มีความตระหนักว่าเรื่องเพศและเอดส์เป็นปัญหาใกล้ตัว พฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ที่จะนำไปสู่การติดเชื้อเอดส์ เช่น การดื่มสุรา การเสพยาเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ขณะอยู่ในวัยเรียน กิจกรรม/เหตุการณ์ที่จะนำไปสู่การติดเชื้อเอดส์ เช่น การอยู่กับเพศตรงข้ามตามลำพังในที่ปลอดภัย การไปค้างคืนที่อื่น การทำงานในแหล่งบันเทิงต่าง ๆ การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย การเสพยาเสพติด

3. มีค่านิยมทางเพศที่ถึงประสงค์

3.1 ตระหนักในความแตกต่างระหว่างเพศชาย/หญิง เช่น การเลือกคบเพื่อนที่ตั้งใจเรียน รับผิดชอบ ไม่ดื่มเหล้าไม่สูบบุหรี่ไม่เสพยาเสพติด การเลือก คู่ครองในอนาคต เช่น หน้าตาดี ฉลาด เป็นนักกีฬา ขยัน ทำงานเก่ง รักเดียวใจเดียว มีความรับผิดชอบ ฯลฯ

3.2 รังเกียจการเที่ยวสถานบริการทางเพศ และตระหนักถึงอันตรายจากการมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม เน้นด้านการคบไม่เพื่อนที่ชักจูงไปมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์กับหญิงบริการ การติดเชื้อเอดส์จากหญิง หรือชายที่เคยมีเพศสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ และการทำตาม คำชักชวนของเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงเป็นการทำลายอนาคตของตนเอง

4. ตระหนักในคุณค่าและศักดิ์ศรีของชายและหญิง ได้แก่ การสร้างคุณค่าของตนเอง รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเอง มีความชื่นชมและมีเจตคติที่ดีต่อครอบครัว ปฏิบัติตนและร่วมมือเพื่อป้องกันและแก้ปัญหาของครอบครัว และเห็นความสำคัญและมีความรับผิดชอบต่อครอบครัว

5. เชื่อมั่นในเพศสัมพันธ์ที่รับผิดชอบ เช่น การใช้ถุงยางอนามัยขณะมีเพศสัมพันธ์และตระหนักในเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย

ด้านทักษะชีวิต จำนวน 4 ด้านคือ

1. ทักษะการจัดการกับอารมณ์
2. ทักษะการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล
3. ทักษะการปฏิเสธและหาทางออกเมื่อถูกเข้าใจ
4. ทักษะการแก้ปัญหา

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วงษ์สถิตย์ วัฒนเสรี (2530) ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ที่มีต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของการพัฒนาวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โดยการใช้ชุดกิจกรรมต่าง ๆ 12 กิจกรรม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ สูงกว่ากลุ่มควบคุม และคะแนนของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงไม่แตกต่างกัน แสดงว่าชุดกิจกรรมสามารถนำไปใช้ในการสร้างและพัฒนาความคิดทางวิทยาศาสตร์ได้

พิชิต พิทักษ์เทพสมบัติ (2531) และวีรสิทธิ์ สิริไตรย์ (2534) ได้ศึกษาในกลุ่มเยาวชนไทย มีผลการศึกษาล้ำก้นว่า เยาวชนไทยมีความรู้เกี่ยวกับโรคเอดส์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตามตัวแปรด้านเพศ ระดับการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจ เขตที่อยู่อาศัยและประสบการณ์มีเพศสัมพันธ์

พิพัฒน์ ยิ่งเสรี และพิมพ์ผกา นิสาววัฒนานนท์ (2534) ศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นชายในจังหวัดลำปาง ยกเว้นอำเภอเมืองและอำเภอเกาะคา 259 ราย พบว่า วัยรุ่นในชนบทมีความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับโรคเอดส์อยู่ในระดับดีแต่การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคเอดส์พบว่า ในรอบปีที่ผ่านมา ร้อยละ 53.28 ยังคงเที่ยวหญิงบริการ ซึ่งวัยรุ่นกลุ่มนี้มีอัตราเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ค่อนข้างสูงและปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์คือ การมีเพศสัมพันธ์กับคู่อริและหญิงบริการ มีวัยรุ่นบางส่วนที่มีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุน้อย โดยเริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกตั้งแต่อายุ 12 – 13 ปี

วิรัชชัย ทอดเสียง (2537) ศึกษาความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนในเขตสุขภาพิบาลกับนอกเขตสุขภาพิบาลในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง เพศชาย 130 คน และเพศหญิง 130 คน พบว่านักเรียนมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพอยู่ในระดับดี นักเรียนหญิงมีเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพและมีการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพดีกว่านักเรียนชาย ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพมีความสัมพันธ์กับเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพของนักเรียน

พรพิมล สุวรรณรัตน์ (2537) ศึกษาผลของการใช้ชุดฝึกกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และโดยศึกษาเปรียบเทียบกลุ่มทดลอง 30 คน กับกลุ่มควบคุม 30 คน พบว่า หลังจากใช้ชุดฝึกกิจกรรม นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์โดยเฉลี่ยสูงขึ้นจริงทุกด้าน คือด้านความคล่อง ด้านความคิดยืดหยุ่น และด้านความคิดริเริ่ม และนักเรียนกลุ่มทดลอง มีความคิดสร้างสรรค์ดีกว่ากลุ่มควบคุม

วิไลวรรณ ทองเรือง (2538) ศึกษาการจัดการเรียนการสอนเรื่องโรคเอดส์ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า

1. ครูมีความรู้เรื่องโรคเอดส์ในหัวข้อตามหลักระบาดวิทยา โดยได้คะแนนเรื่องสาเหตุ ร้อยละ 67.01 การป้องกัน ร้อยละ 62.73 การระบาด ร้อยละ 59.77 การติดต่อ ร้อยละ 51.84 การรักษา ร้อยละ 49.11 และอาการ ร้อยละ 45.14

2. ครูมีความตระหนักเรื่องโรคเอดส์โดยเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ในด้านการให้ความสำคัญของการให้ความรู้ ความร้ายแรงของปัญหาโรคเอดส์ ปัญหาสังคม การป้องกันและแนวทางในการแก้ปัญหาโรคเอดส์

3. สภาพการจัดการเรียนการสอนเรื่องโรคเอดส์ พบว่า ครูผู้สอนเรื่องโรคเอดส์ส่วนมากสอนโดยครูประจำชั้นและเคยผ่านการอบรมเรื่องโรคเอดส์มาแล้ว โดยครูใช้แผนการสอนเป็นบางครั้ง วิธีที่ใช้สอนกันมากคือใช้กรณีตัวอย่างและการบรรยาย มีการใช้สื่อที่เป็นแผ่นภาพและเอกสาร หนังสือเสริมการอ่านเรื่องโรคเอดส์สำหรับครูและนักเรียนมีจำนวนปานกลาง มีการวัดผลเป็นบางครั้ง การจัดกิจกรรมรณรงค์เรื่องโรคเอดส์ในโรงเรียนส่วนมากใช้การจัดป้ายนิเทศ มีการนิเทศติดตามจากหน่วยงานสาธารณสุข

4. ครูมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการสอนเรื่องโรคเอดส์ว่า เนื้อหาของแผนการสอนเรื่องโรคเอดส์มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตและกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ควรจัดการเรียนการสอน ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาจนถึงมัธยมศึกษา ความคิดเห็นด้านการสอนพบว่า การจัดป้ายนิเทศ ประมวลคำขวัญ เรื่องความเกี่ยวกับความรู้เรื่องโรคเอดส์เป็นวิธีการสอนที่ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม

รัตนา ดอกแก้ว (2539) ศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนอาชีวศึกษา จังหวัดแพร่ พบว่า หลังจากพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ 1 สัปดาห์และ 4 สัปดาห์ นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ทักษะการปฏิเสธต่อรอง การพัฒนาปรับเปลี่ยนทัศนคติ สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม ส่วนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง พบว่าหลังทดลอง 1 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนทดลอง แต่ไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม

บุญยง เกี่ยวการค้า และสุทธิสารณ์ วัฒนมะโน (2539) ศึกษาประสิทธิผลของการประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2539 จำนวน 86 คน เป็นกลุ่มทดลอง 44 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 42 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับโรคเอดส์ ความรับผิดชอบในการป้องกันโรคเอดส์ ตลอดจนมีพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์ถูกต้องมากขึ้น

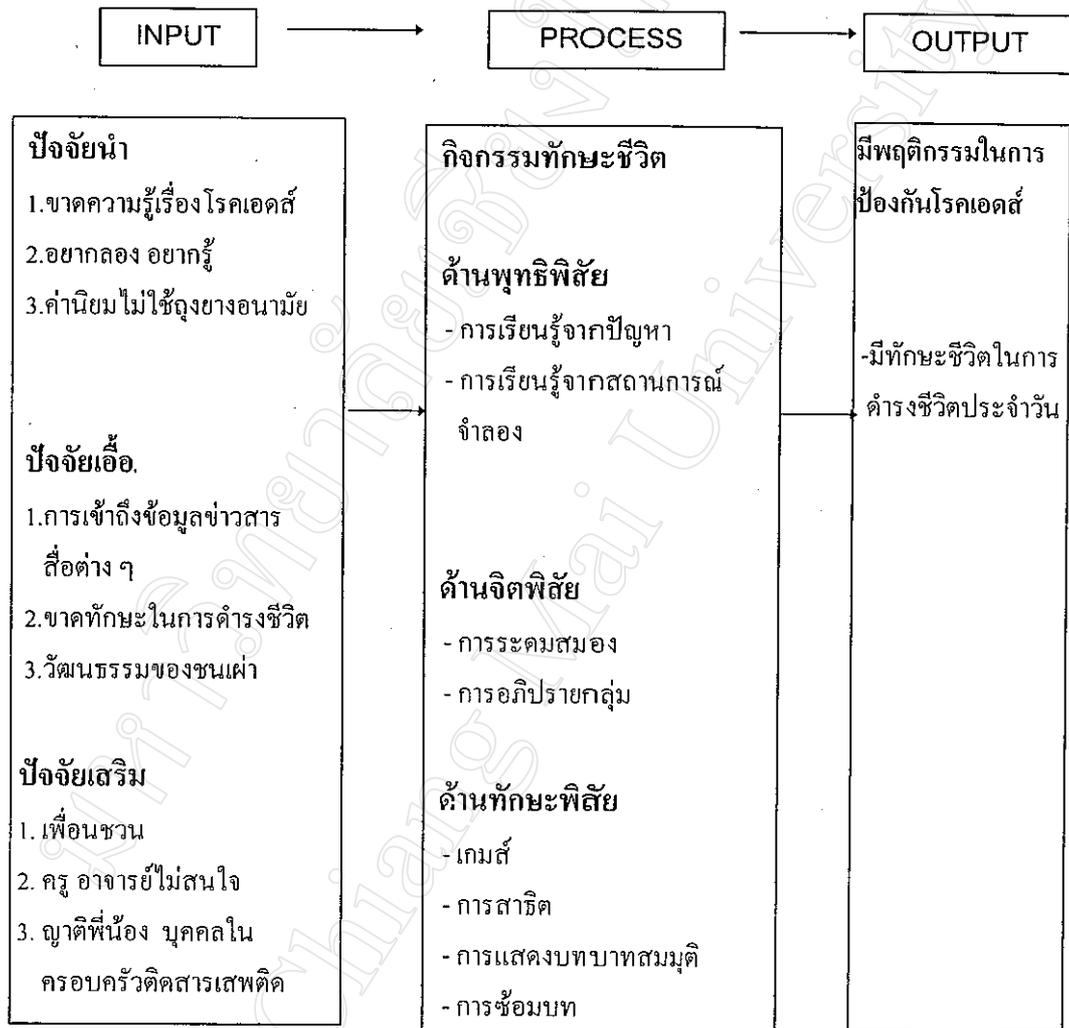
สุภาพ กลีบบัวและสุภาพันท์ สูญสิ้นภัย (2540) ศึกษาการสอนเจตคติเพื่อป้องกันสารเสพติด (ยาบ้า) ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดชลบุรี โดยศึกษาเปรียบเทียบเจตคติในด้านการตระหนักว่ายาบ้าเป็นเรื่องใกล้ตัว ด้านความเห็นใจผู้ที่ได้รับผลกระทบจากยาบ้า ด้านความภูมิใจในตนเองโดยไม่พึ่งยาบ้า จำนวน 40 คน เป็นกลุ่มทดลอง 20 คน กลุ่มควบคุม 20 คน โดยใช้โปรแกรมการสอนเจตคติแบบมีส่วนร่วมในกลุ่มทดลอง จำนวน 12 ครั้ง ใน 6 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบมีส่วนร่วม ส่งผลให้นักเรียนมีเจตคติที่ดีขึ้น ทั้งในด้านการตระหนักว่า ยาบ้าเป็นปัญหาใกล้ตัว ด้านความเห็นใจผู้ที่ได้รับผลกระทบจากยาบ้า และด้านความภูมิใจในตนเองโดยไม่พึ่งยาบ้าและเป็นไปในทางบวกต่อการป้องกันสารเสพติด

บุญเต็ม ต้นสุรัตน์ และนางลักขณ์ โทบันลือภพ (2540) ศึกษารูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมการปฏิเสธการพึ่งยาเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัด ลำปาง จำนวน 110 คน เป็นกลุ่มทดลอง 55 คน กลุ่มควบคุม 55 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีการประเมินอันตรายด้านการรับรู้ความรุนแรง โอกาสเสี่ยงของการพึ่งยาเสพติดดีขึ้น ในด้านการประเมินการเผชิญปัญหา เช่น ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิเสธการพึ่งแอมเฟตามีนดีขึ้น พฤติกรรมการปฏิเสธการพึ่งแอมเฟตามีนอยู่ในระดับสูง และพบว่าองค์ประกอบของการประเมินอันตรายและการประเมินการเผชิญปัญหาของการพึ่งยาแอมเฟตามีนมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปฏิเสธการพึ่งยาแอมเฟตามีน

อรัญญาณี เชื้อไทย (2541) ศึกษาการใช้ทักษะชีวิตในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกันการติดยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 โรงเรียนแพร่พิริยาลัย อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มเสี่ยง 30 คน และกลุ่มไม่เสี่ยง 30 คน ใช้โปรแกรมทักษะชีวิตของศูนย์ป้องกันและปราบปรามยาเสพติดภาคเหนือ โดยการจัดกิจกรรมเข้าค่าย 3 วัน 2 คืน พบว่ากลุ่มเสี่ยงมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้เรื่องยาบ้า ทักษะการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ทักษะการปฏิเสธต่อรอง หลังการทดลอง 2 สัปดาห์ และ 4 สัปดาห์สูงกว่าการทดลอง กลุ่มไม่เสี่ยงมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้สึกรู้คุณค่าในตัวเองและความรู้เรื่องยาบ้าหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ สูงกว่าหลังการทดลอง 2 สัปดาห์

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพอสรุปได้ดังนี้ ความรู้เกี่ยวกับโรคเอดส์ มีผลต่อความตระหนักของบุคคล และทั้งความรู้และความตระหนักมีผลต่อการปฏิบัติตนเองทางด้านสุขภาพของบุคคล ส่งเสริมให้บุคคลมีพัฒนาการทักษะชีวิตของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งทักษะชีวิตของบุคคลจะเกิดขึ้นได้ดีต้องได้รับการฝึกฝนจนเกิดความชำนาญ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการติดเชื้อเอดส์ของนักเรียนชาวเขาจึงได้กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยดังต่อไปนี้

กรอบแนวคิดในการวิจัย



แผนภาพ 5 กรอบแนวคิดในการวิจัย