

แผนการเรียนรู้

เพศวิถี

และ

สัมพันธ์ทางเพศศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่

๕



แผนการเรียนรู้
เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕



แผนการเรียนรู้เพศวิถี และสืบพันธุ์ภาพศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

ISBN 978-616-7993-04-1

พิมพ์ครั้งที่ ๑

จำนวน

๕๐๐ เล่ม

พัฒนาต้นฉบับโดย

มูลนิธิแพथทูเฮลท์

๓๗/๑ ซ.เพชรบุรี ๑๕ ถ.เพชรบุรี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

โทรศัพท์ ๐๒-๖๕๓-๗๕๖๓-๕ โทรสาร ๐๒-๖๕๓-๗๕๖๖

เว็บไซต์ www.path2health.or.th/

สนับสนุนการจัดพิมพ์โดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

รูปเล่ม

วัฒนสินธุ์ สุวรรตนานนท์

พิมพ์ที่

บริษัท มาตา จำกัด

มูลนิธิแพथทูเฮลท์ ยินดีให้มีการเผยแพร่เอกสารนี้อย่างแพร่หลายต่อไป อย่างไรก็ตาม หากบุคคลหรือหน่วยงานใดต้องการนำเนื้อหาจากเอกสารนี้ไปใช้อ้างอิงในเอกสาร หรือสื่ออื่นๆ ขอความกรุณาอ้างอิงที่มาของข้อความนั้นตามมาตรฐานสากลด้วย ขอขอบคุณยิ่ง

คำชี้แจง

คู่มือครู : แผนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖

มูลนิธิแพथทูเฮลท์ (path2health foundation-p2h) โดยการสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ดำเนินโครงการพัฒนาหลักสูตรและนำร่องเพศวิถีศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา ๑๐ จังหวัด คือ เชียงราย เชียงใหม่ นครสวรรค์ เลย ชัยภูมิ มหาสารคาม กระบี่ สตูล นนทบุรี และกรุงเทพมหานคร ในระยะเวลา ๒ ปี ๖ เดือน (พฤศจิกายน ๒๕๕๙ - เมษายน ๒๕๖๒) มีวัตถุประสงค์เพื่อ

๑. พัฒนาและปรับปรุงหลักสูตรการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาในระดับประถมศึกษาที่มีประสิทธิภาพ

๒. ค้นหาแบบแผนการจัดการของสถานศึกษาในการนำหลักสูตรเพศวิถีศึกษาลงสู่การปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพในสถานศึกษา (ตามรายละเอียดโครงการในภาคผนวก)

ทั้งนี้ มีสถานศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา (สพป.) สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) และสถานศึกษาสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) รวมทั้งหมด ๕๖ โรงเรียนจาก ๑๐ จังหวัดที่เข้าร่วมโครงการ

มูลนิธิ p2h จึงได้พัฒนา “คู่มือครู : แผนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา” สำหรับครูที่ผ่านการอบรมเตรียมความพร้อม เพื่อเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศวิถีศึกษาสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ โดยมีกรอบเนื้อหาที่เน้นการทำความเข้าใจเรื่องเพศวิถีศึกษาแบบรอบด้านในหกมิติ ได้แก่ ๑) พัฒนาการของมนุษย์ ๒) สัมพันธภาพ ๓) ทักษะ

ส่วนบุคคล ๔) พฤติกรรมทางเพศ ๕) สุขภาพทางเพศ ๖) สังคม และวัฒนธรรม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดใน “คู่มือแนวทางการจัดการเรียนการสอนเพศวิถีศึกษา” ที่สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) กำหนดให้สถานศึกษาดำเนินการตามพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. ๒๕๕๙

แผนการเรียนรู้ฯ ฉบับนี้ประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ ภาคเรียนละ ๘ แผน (ปีละ ๑๖ แผน) สำหรับแต่ละระดับชั้น ซึ่งได้ผ่านขั้นตอนการพัฒนาและทดลองใช้ในห้องเรียนที่มีบริบทแตกต่างกัน ร่วมกับคณะครูที่เข้าร่วมโครงการ ผ่านการปรับปรุงให้ได้แผนการเรียนรู้ที่มีความสมบูรณ์ มูลนิธิ p2h ขอขอบคุณคณะผู้บริหารและครูจากสถานศึกษาที่ร่วมโครงการเป็นอย่างดี ที่มีส่วนร่วมในการพัฒนาแผนการเรียนรู้ฉบับนี้ เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในวงกว้างต่อไป และมูลนิธิ p2h ยังยินดีรับฟังความเห็นต่อการพัฒนาแผนการเรียนรู้ฉบับนี้เพิ่มเติม

มูลนิธิแพชทูเฮลท์ (p2h)

๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๑

สารบัญ

คำชี้แจง	๓
กระบวนการพัฒนาหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา ระดับประถมฯ	๗
บทสรุปจากงานวิจัยในชั้นเรียน	๔๓
แนวทางการจัดการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา	๔๗
แผนการเรียนรู้ที่ ๑ “มีดี มีพลัง”	๕๗
แผนการเรียนรู้ที่ ๒ “เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่นน ๑”	๖๕
แผนการเรียนรู้ที่ ๓ “เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่นน ๒”	๗๐
แผนการเรียนรู้ที่ ๔ “ความสัมพันธ์ดี-ไม่ดี”	๗๕
แผนการเรียนรู้ที่ ๕ “มากกว่าเพื่อน”	๘๑
แผนการเรียนรู้ที่ ๖ “สื่อสารชัดเจน”	๘๗
แผนการเรียนรู้ที่ ๗ “เรื่องแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้นกับฉันไหม ?”	๙๗
แผนการเรียนรู้ที่ ๘ “ความปลอดภัย ต่อรองไม่ได้”	๑๐๕
แผนการเรียนรู้ที่ ๙ “Helping Hands : ฉันช่วยได้”	๑๑๓
แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐ “รู้จักไวรัสเชไอวี และเอดส์”	๑๒๑
แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑ “กล้าคิด กล้าบอก และคิดก่อนพูด”	๑๒๙
แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒ “ยินยอม พร้อมใจ”	๑๓๕
แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓ “ชายสี่ฟ้า หญิงสี่ชมพู ?”	๑๔๗
แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔ “ฉันเคยได้ยินว่า..”	๑๕๙
แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕ “ความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์”	๑๖๗
แผนการเรียนรู้ที่ ๑๖ “ท้อง และเพศสัมพันธ์ : คิดก่อนทำ”	๑๗๕

ภาคผนวก

๑. แนวคิดหลักในการพัฒนาการเรียนรู้เรื่อง “เพศวิถีศึกษา” ของ SIECUS	๑๘๘
๒. แนวคิดหลักในการพัฒนาการเรียนรู้เรื่อง “เพศวิถีศึกษา” ของ UNESCO	๑๙๑
๓. เพศวิถีศึกษา: Key messages	๑๙๕
๔. สรุปย่อโครงการฯ	๑๙๙
๕. รายชื่อผู้ร่วมพัฒนาหลักสูตรฯ	๒๐๘
๖. รายชื่อสถานศึกษาที่เข้าร่วมโครงการฯ	๒๑๐

กระบวนการพัฒนาหลักสูตร เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา

ระดับประถมศึกษาตอนปลาย (ป.๔-๖)

(พฤษภาคม ๒๕๕๙-เมษายน ๒๕๖๒)

วันที่ ๒๙ กรกฎาคม ๒๕๕๙ ประเทศไทยมีการบังคับใช้พระราชบัญญัติ (พ.ร.บ.) การป้องกันและแก้ไขปัญหาดังครรรค์ในวัยรุ่น พ.ศ.๒๕๕๙ เพื่อจัดการสถานการณ์การตั้งครรรค์ในวัยรุ่นที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในทศวรรษที่ผ่านมา

โดย มาตรา ๖ ระบุให้ (๑) ให้สถานศึกษาจัดให้มีการเรียนการสอนเพศวิถีศึกษาให้เหมาะสมกับช่วงวัยของนักเรียน หรือนักศึกษา (๒) จัดหาและพัฒนาผู้สอนให้สามารถสอนเพศวิถีศึกษาและให้คำปรึกษาในเรื่องการแก้ไขและป้องกันการตั้งครรรค์วัยรุ่นแก่นักเรียน หรือนักศึกษา อีกทั้ง มาตรา ๕ ยังรับรองสิทธิทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ของวัยรุ่น ตั้งแต่สิทธิตัดสินใจด้วยตนเอง สิทธิในการได้รับข้อมูลข่าวสารและความรู้ และสิทธิในการได้รับการจัดสวัสดิการสังคมอย่างเสมอภาคและไม่ถูกเลือกปฏิบัติ

ยุทธศาสตร์การป้องกันและแก้ไขปัญหาดังครรรค์ในวัยรุ่นระดับชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐-๒๕๖๙ ที่ถูกจัดทำขึ้นตาม พ.ร.บ.การป้องกันและแก้ไขปัญหาดังครรรค์ในวัยรุ่น พ.ศ.๒๕๕๙ มีวิสัยทัศน์ คือ

“วัยรุ่นมีความรู้ด้านเพศวิถีศึกษา มีทักษะชีวิตที่ดี
สามารถเข้าถึงบริการอนามัยเจริญพันธุ์ที่เป็นมิตร เป็นส่วนตัว
รักษาความลับ และได้รับสวัสดิการสังคมอย่างเสมอภาค”

แผนยุทธศาสตร์ของการแก้ไขปัญหายุทธศาสตร์ของประเทศไทย มีเป้าหมายสำคัญคือ ภายในปี ๒๕๖๙ จะลดอัตราการคลอดมีชีพของแม่วัยรุ่นอายุ ๑๐-๑๔ ปี ไม่เกิน ๐.๕ ต่อประชากรหญิงอายุ ๑๐-๑๔ ปี ๑,๐๐๐ คน (ข้อมูลปี ๒๕๕๙ อยู่ที่ ๑.๔) และการคลอดมีชีพของแม่วัยรุ่นอายุ ๑๕-๑๙ ปี ไม่เกิน ๒๕ คน ต่อประชากรหญิงอายุ ๑๕-๑๙ ปี ๑,๐๐๐ คน (ข้อมูลปี ๒๕๕๙ อยู่ที่ ๔๒.๕) โดยขับเคลื่อนผ่านยุทธศาสตร์หลัก ๕ ข้อ ซึ่งยุทธศาสตร์ที่ ๑ คือ การพัฒนาระบบการศึกษาที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้านเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตที่มีคุณภาพ และมีระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่เหมาะสม มีหน่วยงานที่รับผิดชอบหลักคือ กระทรวงศึกษาธิการ

เมื่อประกาศเป็น พ.ร.บ. แปลว่าเป็นหน้าที่ตามกฎหมายของโรงเรียนที่ต้องจัดให้มีการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในหลักสูตรสถานศึกษา และมีครูที่สามารถสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้เด็กได้รับข้อมูล ข่าวสารและความรู้ตามสิทธิทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ของวัยรุ่น ส่วนกระทรวงศึกษาธิการมีหน้าที่กำกับ ติดตาม สนับสนุนให้สถานศึกษาทุกแห่งดำเนินการได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เริ่มต้นพัฒนาหลักสูตรเพศวิถีศึกษา ระดับประถมศึกษา

จากวาระแห่งชาติในปี ๒๕๕๓ การป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวและเยาวชนตั้งครม.ไม่พร้อม เป็นภารกิจที่หลายหน่วยงานให้ความสำคัญ จนกระทั่ง การประกาศใช้ พ.ร.บ.การป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวในวัยรุ่น พ.ศ.๒๕๕๙ ซึ่งมีผลบังคับใช้ตั้งแต่การประกาศเมื่อวันที่ ๒๙ กรกฎาคม ๒๕๕๙

หากยึดตาม พ.ร.บ. ดังกล่าว สถานศึกษาทุกแห่งต้องจัดการเรียนการสอนเพศวิถีศึกษาตามกฎหมาย แต่รูปแบบนี้ ไม่สามารถเกิดขึ้นชั่วข้ามวันประกาศใช้ พ.ร.บ. ที่ผ่านมามีบทเรียนขององค์การ PATH/มูลนิธิแพथทูเฮลท์ (P2H) และภาคีเครือข่ายที่ร่วมกันทั้งผลักดันและสนับสนุนให้โรงเรียนจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษามากกว่าสิบปี^๑ ทั้งพัฒนาหลักสูตร เตรียมความพร้อมครูผลักดันนโยบายและทำความเข้าใจให้กับผู้บริหารในทุกระดับให้สนับสนุน พัฒนาสื่อประกอบการจัดการเรียนรู้และกิจกรรมนอกห้องเรียนสำหรับเยาวชน รณรงค์สาธารณะ รวมถึงสร้างความเข้าใจกับพ่อแม่ผู้ปกครอง แต่สิ่งที่อยากเห็นก็ยังไม่เกิดขึ้น

เมื่อกระทรวงศึกษาธิการ และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) เริ่มดำเนินงานตาม พ.ร.บ. เพราะต้องกำกับให้สถานศึกษาทุกแห่งในสังกัดจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาให้เยาวชน รวมทั้งระดับประถมศึกษาด้วย แต่นับได้ว่ายังไม่มีหลักสูตรและแผนการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาระดับประถมศึกษา ที่พอจะเป็นแนวทางและเครื่องมือให้โรงเรียนนำไปดำเนินการได้ แม้ว่า สพฐ. เองเคยจัดทำแนวทางและคู่มือการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาช่วงชั้น ๑-๔ ตั้งแต่

^๑ โครงการป้องกันเอดส์ในกลุ่มเยาวชนในระบบการศึกษา หรือภายใต้ชื่อ “โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจ” มุ่งองค์การแพธ (PATH) เป็นหน่วยงานรับผิดชอบหลักในการดำเนินงานร่วมกับองค์กรภาคีทั้งภาครัฐและเอกชน ได้รับการสนับสนุนจากกองทุนโลกเพื่อการแก้ไขปัญหาดังกล่าว วัณโรคและมาลาเรีย (The Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria — GFATM) เพื่อดำเนินงานกับกระทรวงศึกษาธิการ และองค์กรพัฒนาเอกชน โดยมีเป้าหมายเป็นเยาวชนในระบบการศึกษา มีระยะเวลาดำเนินงาน ๑๑ ปี ตั้งแต่ ๑ ตุลาคม ๒๕๔๖ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๕๙ ได้พัฒนาหลักสูตรเพศวิถีศึกษาในระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา การศึกษานอกโรงเรียน และสำหรับนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ

ปี ๒๕๔๙ แต่ไม่มีการติดตามผลที่ชัดเจนว่าได้รับการดำเนินการมากน้อยเพียงไร และมีข้อสังเกตต่อเรื่องความครอบคลุมของเนื้อหาเพศวิถีในคู่มือดังกล่าว

โอกาสการพัฒนาหลักสูตรเพศวิถีศึกษาระดับประถมศึกษาจึงมาถึง หลังจากที่มีเสียงสะท้อนจากครู และคนทำงานเรื่องเพศกับเยาวชนในช่วงหลายปีที่ผ่านมาว่า การเริ่มสอนเรื่องเพศวิถีศึกษาตอนวัยรุ่นหรือระดับมัธยมนั้นช้าไปแล้ว และตอกย้ำด้วยสถานการณ์สุขภาพทางเพศของเด็กและเยาวชน จำนวนแม่วัยรุ่น ทั้งในกลุ่มอายุ ๑๕-๑๙ ปีและ ๑๐-๑๔ ปี ที่ยังสูงกว่าเป้าหมายตามยุทธศาสตร์การป้องกันและแก้ไขปัญหาลูกและเยาวชนตั้งครรภ์ไม่พร้อม ยังไม่นับถึงอายุการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกที่น้อยลง และการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวี

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงสนับสนุนให้มูลนิธิแพธทูเฮลท์ (P2H) พัฒนาหลักสูตรและนาร่องเพศวิถีศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา ใน ๑๐ จังหวัด ดำเนินการตั้งแต่พฤศจิกายน ๒๕๕๙ ถึง เมษายน ๒๕๖๒

เพศวิถีศึกษา กับเด็กประถม/วัยรุ่นตอนต้น

ความใฝ่ฝันของคนทำงานเพศวิถีศึกษา คือ ทำให้เด็กได้เรียนรู้เพศวิถีศึกษาอย่างต่อเนื่องเป็นระบบในทุกระดับชั้น โดยจัดเนื้อหาและวิธีการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับแต่ละช่วงวัย ตั้งแต่อนุบาลไปจนถึงอุดมศึกษา

ด้วยเงื่อนไขข้อจำกัดหลายประการ ทำให้กรอบการพัฒนาหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาสำหรับประถมศึกษาภายใต้โครงการนี้ จำกัดอยู่ที่ระดับประถมศึกษาตอนปลาย คือ ป.๔-ป.๖

จากสถานการณ์ปัญหาเรื่องเพศในเด็กและเยาวชน ที่ไม่ได้จำกัดอยู่เพียงเรื่องท้องวัยรุ่น และการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวี หากยังมีเรื่องการล่วงละเมิดทางเพศและการใช้ความรุนแรง ผลกระทบทางสุขภาพกายใจและภาระค่าใช้จ่ายอันเนื่องมาจากความพยายามต่างๆ ที่จะเปลี่ยนแปลงรูปร่างหน้าตาให้สวยงามและดึงดูดทางเพศ การล้อเลียน

รังแก ตีตรา เลือกปฏิบัติต่อบุคคลที่แตกต่าง การไม่สามารถจัดการอารมณ์ตนเองและขาดทักษะในการจัดการความสัมพันธ์ ซึ่งส่งผลต่อการทำร้ายทั้งตนเองและคนอื่น และในหลายกรณีถึงแก่ชีวิต การไม่เท่าทันสื่อเทคโนโลยีและผลกระทบด้านลบจากการใช้สื่อออนไลน์ เป็นต้น

ปรากฏการณ์และข้อเท็จจริงเหล่านี้เป็นภาพสะท้อนสำคัญที่ทำให้เห็นว่าระบบการศึกษาไทยและสังคมไทยไม่สามารถเตรียมเยาวชนให้มีความรู้เพียงพอและมีทักษะที่จะเผชิญและจัดการสถานการณ์ท้าทายในชีวิต โดยเฉพาะในเรื่องเพศ

หากเพศวิถีศึกษา คือหนึ่งในอาวุธที่เยาวชนสามารถใช้ในการดูแลป้องกันตัวเอง เตรียมพร้อมรับมือกับสถานการณ์ท้าทายในเรื่องเพศในมิติต่างๆ ที่จะถาโถมเข้ามาในช่วงเปลี่ยนผ่านเข้าสู่วัยรุ่น การสร้างการเรียนรู้ก็ต้องเริ่มก่อนที่เด็กๆ จะเข้าสู่สถานการณ์เหล่านั้น วัยที่กำลังจะเข้าสู่วัยรุ่น จึงเป็นโอกาสสำคัญในการเตรียมตัวเพื่อให้รู้ เริ่มฝึกฝนทักษะพื้นฐานที่จำเป็น เริ่มฝึกคิด ใคร่ครวญเรื่องสำคัญที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต ต่อการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ต่อการปฏิสัมพันธ์กับผู้คนรอบตัว ซึ่งทุกเรื่อง ล้วนแต่จะทวีความซับซ้อนขึ้นตามวัย การเริ่มต้นวางรากฐานที่แข็งแรงได้เร็ว ก็น่าจะยิ่งส่งผลต่อการพัฒนาเยาวชนให้มีภูมิคุ้มกันที่เข้มแข็ง เติบโตเป็นวัยรุ่นและผู้ใหญ่ที่มีสุขภาวะ และเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพของสังคม^๒

^๒ จากการทบทวนบทบาทของภาคการศึกษากับการจัดการท้องไม่พร้อมในช่วงวัยรุ่นขององค์การ UNESCO ล่าสุดในปี ๒๕๖๐ (*Early and Unintended Pregnancy & the Education Sector: Evidence Review and Recommendations*, UNESCO 2017) แสดงให้เห็นว่ามีหลักฐานสำคัญ ว่าการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาที่มีคุณภาพสามารถช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้ และที่สำคัญต้องเริ่มจัดการเรียนรู้ก่อนที่เด็กจะเรียนจบระดับประถมศึกษา ดังนั้นโรงเรียนระดับประถมศึกษาจึงเป็นโอกาสที่ดีที่สุดในการเข้าถึงวัยรุ่นตอนต้นในช่วงอายุ ๑๐-๑๔ ปี ก่อนเข้าสู่วัยรุ่นและมีประสบการณ์เรื่องเพศ ทั้งนี้ UNESCO มีข้อเสนอแนะเฉพาะต่อการจัดหลักสูตรเพศวิถีศึกษา ดังนี้

- การจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาในหลักสูตรสถานศึกษาจำเป็นต้องทำตั้งแต่ก่อนเด็กเข้าสู่วัยรุ่นต่อเนื่องไปจนถึงช่วงวัยรุ่น เพื่อป้องกันการท้องไม่พร้อม
- เนื้อหาเพศวิถีศึกษาต้องส่งเสริมความเท่าเทียมทางเพศ ชี้ให้เห็นบรรทัดฐานในเรื่องเพศ บทบาทหญิงชาย และเรื่องสัมพันธ์ภาพ
- ต้องสร้างและฝึกฝนทักษะที่จำเป็น เพื่อให้เยาวชนสามารถตัดสินใจชะลอการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก และเลือกการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยโดยใช้ถุงยางและวิธีการคุมกำเนิด

อย่างไรก็ดี ครูหลายคนอาจรู้สึกไม่สบายใจนัก เมื่อคิดว่าเด็กประถมศึกษาต้องเรียนรู้เรื่องเพศวิถี ดังเสียงสะท้อนเหล่านี้

- ป.๔-ป.๖ ยังเด็กไปไหม ยังไม่ควรรู้หรือ ?
- เด็กประถมยังไม่รู้จัก ยังไม่สนใจเรื่องเพศเลย !
- บางคนก็รู้มาก แก่แดด !
- สอนแล้วจะเป็นการชี้โพรงให้กระรอกไหม ?
- ถ้าสอนแล้ว เด็กไปลองละ จะทำยังไง ?
- เพศวิถีศึกษา ตอบตัวชีวิตไหม มีใน O-Net หรือเปล่า ?
- ในสุขศึกษาก็สอนอยู่แล้วนะ !
- ใครจะเป็นคนสอน ?
- ฯลฯ

แม้ี่จะเป็นเสียงแห่งความกังวลของครู ซึ่งไม่ใช่เรื่องน่าแปลกใจ ทั้งยังเป็นเรื่องเข้าใจได้ หากพิจารณาในบริบทความคุ้นชิน ทั้งในเรื่องเพศ เรื่องการเรียนการสอน เรื่องวิถีคิดต่อความเป็นเด็ก เรื่องความเชื่อมั่นในเด็กและเยาวชน เรื่องเป้าหมายการศึกษา และระบบการศึกษาที่เป็นอยู่

ปฏิกิริยาเช่นนี้ อาจหมายถึง เด็กๆ จะต้องเผชิญเรื่องเพศวิถีตามลำพังต่อไป เพราะผู้ใหญ่เกรงว่าการให้เด็กเรียนรู้จะเป็นการชี้โพรงให้กระรอก หรือลึกๆ แล้ว เพราะรู้สึกขัดกับวัฒนธรรมอันดีงามของไทย และหากเด็กคนใดพลาดพลั้ง ก็จะกลายเป็น “ปัญหา” ให้ผู้ใหญ่ถกเถียงว่าจะแก้ปัญหาเฉพาะหน้ากันอย่างไร หลายครั้งความผิดกลับไปตกอยู่ที่เด็ก โดยผู้ใหญ่ไม่ตระหนักเลยว่าตนเองควรมีส่วนรับผิดชอบกับความพลาดพลั้งของเด็กที่เกิดขึ้น

การมี พ.ร.บ. อาจช่วยให้ไม่มีข้ออ้างในเรื่องเหล่านี้ และจำเป็นต้องลุกขึ้นมากระทำบางอย่างเพื่อป้องกันไม่ให้เด็ก ๆ ต้องเผชิญปัญหาที่สามารถป้องกันได้ หากมีการทำอย่างจริงจังและมีประสิทธิภาพ

ในขณะเดียวกัน เสียงสะท้อนจากครูก็บอกเราว่า ความเข้าใจเรื่องเพศ/เพศวิถียังผูกติดอยู่กับเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งเป็นเรื่องของวัยอันควรเท่านั้น ความไม่เชื่อมั่นในศักยภาพของเด็ก ข้อจำกัดของการจัดกระบวนการเรียนรู้ในห้องเรียน/โรงเรียน ความไม่ชัดเจนของเป้าหมายการศึกษาที่ควรจะเป็น ซึ่งล้วนเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องพิจารณาในการเตรียมความพร้อมครูในการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษา

และที่สำคัญ เสียงเหล่านี้สะท้อนบทเรียนของการผลักดันเพศวิถีศึกษาในสถานศึกษาอีกครั้งว่า ไม่ใช่แค่เรื่องเปิดพื้นที่การเรียนรู้และการสื่อสารเรื่องเพศวิถีในโรงเรียน แต่การผลักดันเพศวิถีศึกษาในสถานศึกษา ยังจำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับระบบการศึกษาอีกด้วย ทั้งเรื่องเป้าหมายการศึกษา การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มุ่งพัฒนาผู้เรียน ระบบการจัดการภายในโรงเรียนที่จะเอื้อต่อการเรียนรู้ของนักเรียนและการจัดการเรียนรู้ของครู

โจทย์ของเด็ก ป.๔ - ป.๖ (วัยแรกรุ่น อายุ ๑๐-๑๔ ปี) คืออะไร ?

• พัฒนาการทางร่างกาย

ทฤษฎีต่างๆ ในเรื่องพัฒนาการของมนุษย์ จะให้ความสำคัญกับความเข้าใจในเรื่องการเปลี่ยนแปลงที่ซับซ้อนทั้งทางร่างกาย สังคม ความคิดความเข้าใจ การตระหนักในเพศสภาพ และพัฒนาการด้านจริยธรรมที่เกิดขึ้นในช่วงรอยต่อของวัยเด็กสู่วัยรุ่น (Skills for Health, WHO)

หากพิจารณาพัฒนาการตามช่วงวัยของวัยรุ่นตอนต้นในช่วงอายุ ๑๐-๑๔ ปี จะเห็นว่านี่คือช่วงวัยที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ และสังคม ซึ่งแต่ละคนจะมีจังหวะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่ไม่เท่ากัน ทำให้ในวัยนี้มีความสนใจและกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วของตัวเอง หลายคนกังวลใจเกี่ยวกับรูปลักษณ์ทางร่างกายที่เปลี่ยนแปลงเร็ว ช้ำ หรือแตกต่างจากเพื่อนๆ

เด็กผู้หญิงจะเปลี่ยนแปลงด้านรูปร่างภายนอกเร็วกว่าเด็กผู้ชาย ในวัยนี้เด็กผู้หญิงส่วนใหญ่จะเริ่มมีประจำเดือน ซึ่งเป็นประสบการณ์ที่น่ากังวลใจสำหรับเด็กผู้หญิงหากไม่ได้รับการเตรียมตัวให้รู้และเข้าใจในเรื่องการมีประจำเดือนมาก่อน นอกจากนั้น ยังเป็นเรื่องสำคัญที่จะช่วยเตรียมให้เด็กผู้หญิงรู้ว่าจะจัดการกับประจำเดือนอย่างไร การต้องดูแลรักษาความสะอาด และรู้ความหมายของการมีประจำเดือน และรู้ว่าจะเกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์อย่างไร เช่นเดียวกับ การเตรียมเด็กผู้ชายให้เข้าใจเรื่องการฝันเปียก และรู้ว่าจะทำให้ผู้หญิงเกิดการตั้งครรภ์ได้อย่างไร

นอกจากสรีระต่างๆ แล้ว ยังมีการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมน รวมทั้งฮอร์โมนทางเพศ ซึ่งส่งผลต่ออารมณ์และจิตใจด้วย เมื่อฮอร์โมนเพศเริ่มทำงาน ทำให้เด็กๆ เริ่มสนใจ อยากรู้ อยากลองในเรื่องเพศ บางคนเริ่มมีความสนใจหรือมีความรู้สึกพิเศษต่อคนพิเศษซึ่งอาจเป็นเพศเดียวกันหรือต่างเพศ และบางคนเริ่มเรียนรู้เรื่องอารมณ์เพศและการช่วยตัวเอง ซึ่งถือเป็นเรื่องธรรมดาและธรรมชาติที่วัยรุ่นจะสำรวจร่างกายตนเอง หากไม่ทำให้ตัวเองและผู้อื่นเดือดร้อน

ส่วนการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ วัยแรกเริ่มเป็นวัยที่เริ่มต้องการการยอมรับจากเพื่อนมากขึ้น แม้ยังต้องการความรัก ความเอาใจใส่จากพ่อแม่หรือคนที่มีความสำคัญ แต่ไม่ต้องการให้ปฏิบัติเหมือนเป็นเด็กเล็กๆ เริ่มอยากมีอิสระ อยากเป็นตัวของตัวเอง อยากมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ เริ่มไม่อยากทำตามคำสั่งของพ่อแม่

- พัฒนาการด้านการเรียนรู้

เด็กในวัยนี้เริ่มมีพัฒนาการด้านการคิดจากรูปธรรมสู่นามธรรม พฤติกรรมต่างๆ มักเกิดจากอารมณ์ความรู้สึก และแรงกระตุ้น อยากรู้ อยากลอง อยากลองผิดลองถูก การรับรู้และเข้าใจพฤติกรรมมีเพียงถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี โดยเรียนรู้จากปฏิกิริยาของคนรอบข้างต่อสิ่งที่ทำ มีการพัฒนาทักษะการตัดสินใจที่มีความซับซ้อนขึ้น

- พัฒนาการด้านสังคม

วัยรุ่นตอนต้นเริ่มมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมซับซ้อนขึ้น ใช้เวลากับเพื่อนมากขึ้น ใช้นเวลากับครอบครัวน้อยลง และเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับคนรอบข้างเริ่มพัฒนาขึ้น

นอกจากนั้น ในช่วงวัยนี้ เป็นช่วงของการพัฒนารากฐานทางจริยธรรมเช่นกัน วัยรุ่นเริ่มคิด หาเหตุผล และทำความเข้าใจกับความคิดเห็นและสิ่งต่างๆ ที่ได้รับรู้จากแหล่งต่างๆ ที่อาจแตกต่างกัน และเริ่มพัฒนาชุดคุณค่าและหลักการของตนเองเพื่อจัดการและสร้างสมดุลในเรื่องต่างๆ ของตนเองและผู้อื่นที่อาจขัดแย้งกัน สนใจและให้ความสำคัญอย่างจริงจังกับความถูกต้องและความยุติธรรม

เมื่อชวนให้ครูเห็นและตระหนักถึงพัฒนาการตามช่วงวัย และตระหนักว่าเรื่องเพศวิถีเริ่มต้นจากการรู้จักตัวเอง การมีสัมพันธภาพ และการอยู่ร่วมกับคนอื่นๆ ในสังคมแล้ว เรื่องเล่าจากครูเมื่อถามถึงปรากฏการณ์และพฤติกรรมของเด็กๆ ที่สังเกตเห็น และเรื่องที่ครูรู้สึกเป็นห่วง หรือคิดว่าเป็นปัญหา ทำให้เราได้ยินเรื่องของเด็กๆ วัยประหม่ปลายมากขึ้น ตัวอย่างเช่น

- ปัญหาการล้อเลียน กลั่นแกล้ง หรือรังแกกัน อันเนื่องจากรูปลักษณ์ภายนอกที่แตกต่าง หรือการแสดงออกทางเพศที่ต่างจากบทบาททางเพศที่คาดหวัง เช่น กลุ่มคนหลากหลายทางเพศ ซึ่งหากพิจารณาปัญหานี้โดยเชื่อมโยงกับพัฒนาการตามช่วงวัยที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลง เด็กๆ จะเปรียบเทียบและเห็นความแตกต่างของตนเองและเพื่อนๆ จากรูปลักษณ์ภายนอก รวมทั้งการรับรู้ “แบบ” หรือ “ภาพจำ” บางอย่างของสิ่งที่ถูกให้คุณค่าว่าเป็นมาตรฐาน เช่น อะไรสวย อะไรหล่อ ขาวดีกว่า ดำ สูงดีกว่าเตี้ย อ้วนไป ผอมไป ไม่ใช่หญิง ไม่ใช่ชาย และเห็นความแตกต่างเป็นเรื่องผิดปกติ
- เด็กบางคนเริ่มแสดงออกถึงอัตลักษณ์ทางเพศ มีการล้อกันเรื่องแฟน บางคนเริ่มมีแฟน บางคนมีรุ่นพี่มาจีบ (ในกรณีที่เป็นโรงเรียนขยายโอกาส)
- เด็กบางคนเริ่มสนใจความสวยงาม พยายามจัดการร่างกายตัวเองตามแบบฉบับของความสวยงาม การเลียนแบบพฤติกรรมของคนที่เป็นไอดอล ตามแฟชั่น ในด้านการรวมกลุ่มกับเพื่อน เริ่มมีการแบ่งเพศ ปรากฏการณ์เหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงการเรียนรู้ของเด็กๆ ในวัยนี้ ในเรื่องบรรทัดฐานความเป็นชาย ความเป็นหญิง และมาตรฐานที่ถูกบอกเรื่องความสวยงาม ผ่านสถาบันทางสังคมและสื่อต่างๆ โดยไม่ตระหนักถึงอคติทางเพศหลายประเด็นที่แฝงอยู่

เราปฏิเสธไม่ได้ว่า เด็กในวัยนี้เริ่มเรียนรู้เรื่องเพศจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายตนเอง รวมทั้งการถูกบอก ถูกสอนในเรื่องความเป็นหญิงความเป็นชาย การปฏิบัติตัวทางเพศ และยังรับรู้ข่าวสารเรื่องเพศ และเรื่องเพศที่ตนสนใจผ่านเพื่อนและสื่อต่างๆ โดยเฉพาะในยุคสมัยที่สื่อออนไลน์เข้าถึงได้ง่ายดาย แต่เราแน่ใจได้อย่างไรว่าสิ่งที่เด็กและเยาวชนเรียนรู้เป็นข้อมูลหรือข้อเท็จจริงแบบใด ส่งผลต่อการรับรู้ ทักษะคิด และวิธีคิดในเรื่องเพศของพวกเขาอย่างไร

ดังนั้น ในเรื่องเพศวิถี ใช่หรือไม่ว่า “การรู้ดีกว่าไม่รู้” “การรู้ที่ถูกต้องดีกว่ารู้แบบผิดๆ” เด็กทุกคนจึงควรได้เรียนรู้เรื่องพัฒนาการทางร่างกายของตัวเอง และการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่น ก่อนที่จะได้เจอกับประสบการณ์เหล่านั้น เพื่อลดความกังวลใจ และสามารถ

รับมือกับการเปลี่ยนแปลงในตัวเอง นอกจากนั้น สถานการณ์ปัญหาเรื่องเพศมากมายที่เกิดขึ้นกับเยาวชนในช่วงวัยรุ่นที่สะท้อนถึงการไม่รู้ ขาดทักษะ และการเตรียมพร้อมในการรับมือกับความท้าทายเรื่องความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์ที่แวดล้อมชีวิตวัยรุ่น ยิ่งทำให้เห็นความจำเป็นในการสื่อสารสร้างการเรียนรู้กับเด็กๆ ในช่วงก่อนเข้าสู่วัยรุ่น หรือในระดับประถมศึกษาตอนปลาย

ยิ่งไปกว่านั้น ความแตกต่างหลากหลายของเยาวชนในระดับประถมศึกษาตอนปลาย เป็นเรื่องที่ต้องให้ความสำคัญ เพราะส่งผลต่อการนำหลักสูตรไปปรับใช้จริงในห้องเรียน โดยสิ่งที่ต้องคำนึงถึง คือ

- ความหลากหลายทางเพศ แม้ว่าระบบการศึกษาไทยและสังคมไทยอาจคุ้นชินกับการพูดเรื่องเพศในบริบทชายหญิงและความสัมพันธ์ของคนต่างเพศ นั้นทำให้เราละเลยเยาวชนที่มีความหลากหลายทางเพศและมีเพศวิถีที่ไม่ใช่กระแสหลัก การเปิดพื้นที่ การมองเห็น และการนับรวมกลุ่มคนหลากหลายทางเพศในห้องเรียนเพศวิถีศึกษา และทำให้เนื้อหาการเรียนรู้ตอบโจทย์ของทุกคนจึงเป็นสิ่งสำคัญ
- ความแตกต่างของบริบทครอบครัวของนักเรียน อีกหนึ่งความคุ้นชินของการให้ความหมายของครอบครัวที่จำกัดอยู่เพียงครอบครัวอุดมคติ พ่อ-แม่-ลูก แม้ปรากฏการณ์ของครอบครัวในสังคมไทยได้เปลี่ยนไปและมีหลายรูปแบบมากขึ้น เด็กและเยาวชนจำนวนไม่น้อย ที่ไม่ได้เติบโตอยู่ในครอบครัวแบบอุดมคติ และถูกทำให้รู้สึกด้อยและเป็นปัญหา หากเรายังเชื่อว่าครอบครัวเป็นพื้นฐานสำคัญ การเปลี่ยนมุมมองและเสริมคุณค่าครอบครัวทุกรูปแบบ โดยการชี้ให้เห็นถึงรูปแบบครอบครัวที่หลากหลาย ที่สำคัญคือความสัมพันธ์ ความรัก ความห่วงใยของสมาชิกในครอบครัวทุกแบบ ล้วนมีคุณค่าเหมือนกัน
- ความแตกต่างทางเศรษฐกิจสถานะของนักเรียน อาจส่งผลต่อปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต การเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร เครื่องอุปโภคบริโภคในชีวิตประจำวัน และการดูแลสุขภาพอนามัยของนักเรียนแต่ละคน โดยเฉพาะในเรื่องเพศ ซึ่งหลายๆ เรื่องยังเป็นเรื่องยากหรือถูกทำให้รู้สึกอายในการพูดคุยสื่อสาร

ตัวอย่างเช่น ข่าวที่ปรากฏในสื่อเมื่อเดือนสิงหาคม ๒๕๖๑ ว่า “๑ ใน ๑๐ ของเด็กหญิงในสหราชอาณาจักรไม่สามารถซื้อผลิตภัณฑ์อนามัยเพื่อซึมซับประจำเดือนของพวกเธอได้ และถูกบังคับให้ใช้กระดาษทิชชู ถุงเท้า หรือแม้กระทั่งหนังสือพิมพ์” (<https://www.brandbuffet.in.th/2018/08/hey-girls-uk-period-poverty-campaign/>)

ข่าวนี้ชวนให้คิดว่า เด็ก ๆ ของเราก็เผชิญปัญหาลักษณะนี้ด้วยหรือไม่ รวมทั้งเรื่องเล่าสู่กันฟังของคนทำงานพัฒนาที่เคยพบว่า ในบางพื้นที่ โรงเรียนไม่มีที่ทิ้งขยะในห้องน้ำให้เด็กนักเรียนหญิงทิ้งผ้าอนามัย ตัวอย่างเหล่านี้ หลายเรื่องเราอาจมองข้าม เพียงเพราะเราไม่เคยประสบในชีวิตประจำวันของเรา และเรื่องเพศ-เพศวิถียังเป็นเรื่องละเอียดอ่อน มีความเป็นส่วนตัว มีกติกาทางสังคมกำกับ ที่ทำให้เราอาจไม่รู้ในหลายเรื่องที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะทางเพศของเด็กและเยาวชนของเรา

นอกจากนั้น ในแผนการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้น มีเนื้อหาบางส่วนที่เกี่ยวข้องกับสื่อออนไลน์ หรือสินค้าที่เกี่ยวข้องกับการดูแลร่างกาย หรือเสริมความสวยงาม เพื่อสร้างการเรียนรู้ในหลายมิติ แต่ครูอาจต้องคำนึงถึงบริบทของนักเรียนแต่ละคนด้วย เพื่อไม่ให้เกิดความรู้สึกเปรียบเทียบ หรือความรู้สึกด้อย หรือความรู้สึกไม่เท่าเทียม ที่อาจเกิดขึ้น

- สังคมมักควบคุมกำกับเรื่องเพศของผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย ซึ่งสะท้อนในการสอนเรื่องเพศที่มักเน้นไปที่เด็กหญิงมากกว่าเด็กชาย การบอกให้เด็กหญิงหลีกเลี่ยงที่จะยุ่งเกี่ยวหรือสนใจเรื่องเพศ เพราะเป็นเรื่องน่าอาย ไม่งาม และผู้หญิงจะเป็นฝ่ายเสียหายในเรื่องเพศ เพราะคุณค่าของผู้หญิงถูกผูกโยงกับประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ และเป็นฝ่ายท้อง ดังนั้นในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศ ครูจึงต้องระมัดระวังที่จะไม่ตอกย้ำค่านิยมเหล่านี้ และสร้างการเรียนรู้ให้กับเด็กทุกเพศ

เมื่อสำรวจและพิจารณาบริบทของเด็กประถมปลายแล้ว พบว่าสัมพันธ์ภาพเป็นแกนหลักของประสบการณ์การเรียนรู้ในช่วงวัยนี้ ตั้งแต่จะสัมพันธ์กับตัวเองอย่างไรในช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลง จะแสดงและรักษาความเป็นตัวของตัวเอง ไปพร้อมๆ กับการสร้างการยอมรับจากเพื่อนอย่างไร จะเริ่มพัฒนา รักษา และจัดการสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนอย่างไร จะจัดการความ

คาดหวังที่แตกต่างกันและระยะความสัมพันธ์กับพ่อแม่และครอบครัวอย่างไร จะเรียนรู้และจัดการกับความสัมพันธ์พิเศษแบบใหม่อย่างไร จะเผชิญและปฏิบัติอย่างไรกับคนที่แตกต่าง ความคิดเห็นที่แตกต่าง ความรู้สึกที่แตกต่าง มุมมองและทัศนคติที่แตกต่าง การให้ความสำคัญกับเรื่องต่างๆ ที่แตกต่าง ฯลฯ

มิติของสัมพันธภาพเหล่านี้ล้วนผูกโยงอยู่กับเรื่องเพศวิถี และเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตร่วมกับคนอื่น ๆ ในสังคม เป็นทั้งทักษะ วิถีคิด และประสบการณ์ชีวิตที่ต้องเรียนรู้ เราจึงเลือกใช้ชื่อหลักสูตรว่า “เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา”

ต้องการสร้างการเรียนรู้อะไร ?

เป้าหมาย

การจัดการศึกษาเรื่อง “เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา” นอกจากเป้าหมายเฉพาะที่ต้องการลดความเสี่ยงในเรื่องเพศและการป้องกันการท้องไม่พร้อมและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์แล้ว ยังมุ่งหวังให้นักเรียนได้พัฒนาตนเอง มีทักษะในการจัดการสัมพันธภาพและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม มีบทบาทในการดูแลและพัฒนาสุขภาวะทางเพศเชิงบวกแบบองค์รวมทั้งของตนเองและสังคม

ผลลัพธ์ของการจัดการเรียนรู้

เยาวชนรู้จัก เคารพ เห็นคุณค่าในตนเอง มีทักษะในการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับคนอื่น ๆ มีทักษะในการคิด วิเคราะห์ เท่าทัน ตัดสินใจในการดำเนินชีวิตให้ปลอดภัย มีความสุข และรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น เป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคม เคารพความแตกต่าง เคารพสิทธิ เห็นใจและปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างเท่าเทียม และมีสำนึกพลเมือง

หากอยากเห็นผลลัพธ์ในตัวเยาวชนเช่นนี้ การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาเป็นส่วนสำคัญ และต้องทำอย่างมีประสิทธิภาพ ต่อเนื่อง และเป็นระบบ

หากสามารถจัดการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เด็กๆ ในวัยประถมปลายควรได้เริ่มเรียนรู้ พัฒนาและฝึกฝนในเรื่องพื้นฐานที่สำคัญและจะเป็นประโยชน์ในการเติบโตสู่ชีวิตวัยรุ่น การใช้ชีวิตร่วมกับคนอื่นๆ และดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข และมีความหมายในโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและมีความซับซ้อนมากขึ้น ดังนี้

- รู้จักส่วนต่างๆ ของร่างกาย เข้าใจพัฒนาการทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ รวมทั้งวิธีการดูแลสุขอนามัยที่ดี เพื่อเตรียมพร้อมในการรับมือกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในช่วงเข้าสู่วัยรุ่น
- เข้าใจเพศวิถี การสืบพันธุ์ สุขภาพทางเพศ อารมณ์ ความรู้สึกและความสัมพันธ์
- ผลที่อาจเกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ และเหตุผลที่วัยรุ่นควรชะลอการมีเพศสัมพันธ์จนกว่าจะพร้อม
- วิธีและทางเลือกในการดูแลความปลอดภัยของตนเองและการมีสุขอนามัยทางเพศที่ดี รวมถึงการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย การตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวี การรังแก การใช้ความรุนแรง และการล่วงละเมิดทางเพศ
- รู้แหล่งช่วยเหลือหรือบริการปรึกษาในเรื่องปัญหาความสัมพันธ์และสุขภาพทางเพศ
- ทักษะในการจัดการอารมณ์ การจัดการความสัมพันธ์ และการใส่ใจความรู้สึกผู้อื่น
- ความมั่นใจในตนเอง ความมั่นคงในตัวตนและอารมณ์
- การควบคุมตนเอง รู้ขีดจำกัด ปรับตัวและรับมือกับความผิดพลาด
- การนับถือตนเอง การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การปกป้องสิทธิตนเองและผู้อื่น
- การรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง เคารพประสบการณ์และมุมมองของผู้อื่น
- ทักษะและความมั่นใจในการสื่อสาร บอกและยืนยันความรู้สึกความต้องการของตนเองได้ในขณะเดียวกัน เคารพและยอมรับความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น
- ทักษะการมีสัมพันธภาพที่ดี โดยเน้นว่าพื้นฐานสำคัญของความสัมพันธ์ คือ การเคารพตนเอง การเคารพคนอื่น และการใส่ใจความรู้สึกของคนที่มีความสัมพันธ์ด้วย และการยินยอมพร้อมใจ

- ทักษะการคิด วิเคราะห์ แยกแยะ ก่อนตัดสินใจเลือก และการรับผิดชอบต่อผลการตัดสินใจและการกระทำของตนเอง ฝึกฝนการตัดสินใจในสถานการณ์ที่ท้าทายจริยธรรมพื้นฐาน
- ทักษะการจัดการความขัดแย้ง และหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง โดยตระหนักว่าความขัดแย้งเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นได้ แต่ความรุนแรงเป็นสิ่งที่ยอมรับไม่ได้
- รู้จักและหลีกเลี่ยงการเอาเปรียบ การบังคับ และการล่อลวงละเมิดในความสัมพันธ์
- เท่าทันสื่อ และรอบทางสังคมวัฒนธรรมในเรื่องเพศ กล่าวตั้งคำถามกับอคติและการเหมารวมที่ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ โดยเฉพาะที่นำไปสู่การล้อเลียน รังแก เหยียดหยามเลือกปฏิบัติ ใช้ความรุนแรงต่อบุคคลที่แตกต่างในทุกมิติ

เรียนอะไรในเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา ?

เมื่อเข้าใจพัฒนาการของวัยเด็กตอนปลายและวัยรุ่นตอนต้น จะเห็นว่า นี่คือช่วงเวลาที่เป็นจังหวะและโอกาสสำคัญที่จะสร้างและพัฒนาทักษะส่วนบุคคลที่สำคัญ เช่น การควบคุมตนเอง การจัดการอารมณ์ การตัดสินใจ เป็นต้น ที่เป็นพื้นฐานสำคัญต่อการมีพฤติกรรมทางสังคมที่พึงประสงค์ และบ่มเพาะคุณลักษณะ อุปนิสัยด้านบวก และจริยธรรมพื้นฐาน ด้วยเด็ก ๆ ในวัยนี้กำลังพัฒนาความสามารถในการคิดเชิงนามธรรม เริ่มเข้าใจผลกระทบที่ตามมาจากการกระทำต่าง ๆ เริ่มปฏิสัมพันธ์แบบใหม่ ๆ กับเพื่อน และเริ่มเรียนรู้การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง การคิด เรียนรู้ที่จะควบคุมกำกับชีวิตตนเอง ทั้งหมดนี้จะเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการสร้างตัวตนที่มั่นคง^๓

^๓ Pan America Health Organization (2001). *Life Skills Approach to Child and Adolescent Healthy Human Development*

การพัฒนาเนื้อหาของเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาสำหรับประถมปลาย ใช้กรอบแนวคิดหลักเพศวิถีศึกษา ๖ ด้านของ SIECUS^๔ (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ๑) ร่วมกับกรอบแนวคิดหลักเพศวิถีศึกษาของ UNESCO^๕ (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ๒)

ส่วนเนื้อหาในรายละเอียดแต่ละระดับชั้น เป็นการพิจารณาพัฒนาการตามช่วงวัยของวัยรุ่นตอนต้น ๑๐-๑๔ ปี โดยเน้นในเรื่องใกล้ตัว รอบตัว และเรื่องที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้ให้เป็นพื้นฐานสำคัญของการมีสุขภาวะทางเพศและการมีสัมพันธภาพที่ดี

จากการศึกษาแนวทางการจัดเนื้อหาเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาในระดับประถมศึกษาตอนปลาย หรือช่วงวัยรุ่นตอนต้นของหลายประเทศ พบว่ามีเนื้อหาใกล้เคียงกัน โดยเน้นเรื่องที่สอดคล้องกับความสนใจ อยากรู้ และพัฒนาการตามช่วงวัย และมักให้น้ำหนักกับ ๓ เรื่องหลัก ดังนี้

- การรู้จักตัวเอง
- การปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ
- การดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศและความปลอดภัยในความสัมพันธ์

นอกจากนั้น ยังพบว่าหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาสำหรับเด็กประถมปลายยังให้ความสำคัญกับการสร้างคุณลักษณะ อุบิสัย จริยธรรม และการพัฒนาทักษะในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำคัญในการใช้ชีวิตเมื่อเติบโตขึ้น โดยบูรณาการในเนื้อหาที่มีการจัดการเรียนรู้

^๔ แนวคิดหลักเพศวิถีศึกษา ๖ ด้านของ SIECUS ประกอบด้วย ๑. พัฒนาการของมนุษย์ (Human Development) ๒. สัมพันธภาพ (Relationships) ๓. ทักษะส่วนบุคคล (Personal Skills) ๔. พฤติกรรมทางเพศ (Sexual Behavior) ๕. สุขภาพทางเพศ (Sexual Health) ๖. สังคมและวัฒนธรรม (Social and Culture)

^๕ กรอบแนวคิดหลักเพศวิถีศึกษาของ UNESCO ประกอบด้วย ๑. สัมพันธภาพ (Relationships) ๒. คุณค่าสิทธิ วัฒนธรรม และเพศวิถี (Values, Rights, Culture and Sexuality) ๓. เข้าใจเพศสภาพ (Understanding Gender) ๔. ความรุนแรงและการทำให้ตัวเองปลอดภัย (Violence and Staying Safe) ๕. ทักษะสุขภาพและการอยู่ดีมีสุข (Skills for Health and Well-being) ๖. ร่างกายและพัฒนาการของมนุษย์ (The Human Body and Development) ๗. เพศวิถีและพฤติกรรมทางเพศ (Sexuality and Sexual Behavior) ๘. สุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ (Sexual and Reproductive Health)

การสร้างคุณลักษณะ อุปนิสัย และจริยธรรม หรือ Character Education หรืออาจถูกเรียกเป็น ทักษะทางอารมณ์และสังคม (social and emotional learning) พัฒนาการทางสติปัญญา (cognitive development) ทักษะชีวิต (life skills education) ฯลฯ แม้จะมีคุณลักษณะพื้นฐานบางประการที่เห็นตรงกัน เช่น ความซื่อสัตย์ ความมีน้ำใจ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความกล้าหาญ เสรีภาพ ความเท่าเทียม ความยุติธรรม การเคารพ ความรับผิดชอบ ฯลฯ ซึ่งแต่ละหน่วยงาน โครงการ หรือหลักสูตร ต่างเลือกและให้ความสำคัญกับคุณลักษณะบางประการที่คิดว่าจะตอบโจทย์ในบริบทที่ต้องการทำงานกับเยาวชนอย่างไรก็ดี การจัดการเรียนรู้เหล่านี้ ล้วนมีเป้าหมายเดียวกัน คือ การมุ่งสร้างบุคลิก อุปนิสัย และจริยธรรมที่ดีให้เกิดขึ้นกับเยาวชน เพื่อเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิตและเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพของสังคม^๖

สำหรับหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาสำหรับเด็กประถมปลายที่พัฒนาขึ้นนี้ได้เลือกคุณลักษณะ/จริยธรรมพื้นฐานที่เป็นจุดเน้นในการส่งเสริมการรู้จักตัวเอง การปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง และการเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคม รวม ๑๒ ข้อ ดังนี้

๑. การรัก-เคารพ-เห็นคุณค่าตัวเอง
๒. ความมั่นใจในตนเอง
๓. การเคารพความแตกต่าง
๔. การรู้และเคารพสิทธิ

^๖ ตัวอย่างจากกลุ่มที่ทำงานศึกษาวิจัยและพัฒนากการ Character Education มาอย่างต่อเนื่อง เช่น กลุ่ม Character Counts เสนอคุณลักษณะพื้นฐานและทักษะสำหรับศตวรรษที่ ๒๑ สิบสองประการที่เยาวชนควรได้รับการเรียนรู้ฝึกฝน แบ่งเป็นคุณลักษณะพื้นฐาน ๖ ข้อ ได้แก่ ความซื่อสัตย์และน่าเชื่อถือ (Trustworthiness) การเคารพ (Respect) ความรับผิดชอบ (Responsibility) ความเป็นธรรม (Fairness) การดูแลใส่ใจ (Caring) และการมีสำนึกพลเมือง (Citizenship) ส่วนทักษะในศตวรรษที่ ๒๑ ได้แก่ ทักษะการเรียนรู้ (Learning) การมีวินัยในตนเอง (Self-Discipline), การคิดบวก (Positivity), ความมุ่งมั่นอดสาหะ (Perseverance), ความเข้มแข็งทางใจ สามารถปรับตัว/ฟื้นตัวจากภาวะวิกฤต (Resilience) และความขยัน (Diligence)

๕. การเห็นอกเห็นใจ/เข้าใจคนอื่น
๖. ความรับผิดชอบ
๗. การดูแลความปลอดภัย
๘. การไม่ใช้ความรุนแรง
๙. การไม่เอาเปรียบผู้อื่น
๑๐. ความเท่าเทียม
๑๑. การมีเสรีภาพในการเลือกและแสดงออก
๑๒. การมีสำนึกพลเมือง

การรัก เคารพ เห็นคุณค่าในตัวเอง หากเข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นกับร่างกาย อารมณ์ของตนเอง รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว ชุมชน สังคม รู้สิทธิเนื้อตัวร่างกาย รู้เท่าทันและแยกแยะอคติทางเพศที่ปรากฏในค่านิยมและบรรทัดฐานของสังคมได้ แม้ตนเองจะมีเพศวิถีที่แตกต่างจากคนอื่น ๆ หรือจากบรรทัดฐานของสังคม จะช่วยให้เยาวชนตระหนักในคุณค่าของตนเอง นำไปสู่การรัก เคารพ และดูแลให้ตัวเองอยู่ดีมีสุข

ความมั่นใจในตนเอง การเรียนรู้ศักยภาพของตนเอง ความแตกต่างระหว่างบุคคล และเสริมสร้างความมั่นใจในการมีปฏิสัมพันธ์กับคน การแสดงและรักษาจุดยืนของตนเอง เมื่ออยู่ในภาวะขัดแย้งกับคนรอบข้าง

การเคารพความแตกต่าง การอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีความหลากหลาย ความอดกลั้นต่อความคิดเห็น ความเป็นอยู่ที่แตกต่างกันจากตนเองเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะส่งผลต่อการปฏิบัติต่อผู้อื่น โดยเฉพาะคนที่แตกต่างจากตัวเองอย่างเคารพกันในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ที่เท่าเทียม และนำไปสู่การตระหนักว่า เราควรใส่ใจในความรู้สึกของคนอื่น ไม่ทำร้ายคนอื่น ทั้งร่างกายและจิตใจ และจัดการความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

การเห็นอกเห็นใจ/เข้าใจคนอื่น การเอาใจเขามาใส่ใจเรา ใส่ใจและรับฟังความรู้สึกของคนอื่น ช่วยเหลือเมื่อคนอื่นลำบาก หรือเป็นทุกข์ เป็นพื้นฐานของการสร้างสัมพันธภาพที่ดี

การรู้และเคารพสิทธิ เรียนรู้ที่จะปกป้องสิทธิของตนเองและเคารพสิทธิของผู้อื่น ให้ความสำคัญต่อสิทธิ เสรีภาพ การมีกฎกติกาที่มีความยุติธรรมและชอบธรรม นอกจากสิทธิมนุษยชนพื้นฐานแล้ว ในการเรียนรู้เพศวิถี เยาวชนควรได้เรียนรู้สิทธิในเนื้อตัวร่างกาย สิทธิทางเพศ สิทธิอนามัยเจริญพันธุ์ สิทธิในการศึกษา สิทธิสุขภาพ สิทธิในการแสดงความเห็น และสิทธิในการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร

ความรับผิดชอบ เรียนรู้ที่จะรับผิดชอบผลการกระทำของตัวเอง ทั้งที่มีต่อตนเองและผู้อื่น เป็นเรื่องสำคัญที่ต้องฝึกฝนจากเรื่องเล็กๆ ในการใช้ชีวิตประจำวัน ไปจนถึงเรื่องสำคัญที่จะส่งผลต่อชีวิต เช่น เรื่องการมีเพศสัมพันธ์ การมีลูก ฯลฯ

การคำนึงถึงความปลอดภัยทั้งของตนเองและผู้อื่น ในวัยที่ยากรู้ ยากลอง ชอบความตื่นเต้น ทำหาย อาจทำให้วัยรุ่นทำพฤติกรรมที่มีความเสี่ยง ที่อาจนำมาซึ่งอันตรายทั้งต่อตนเองและผู้อื่น การสร้างความตระหนักในการป้องกันความเสี่ยง จริงจังต่อการป้องกันให้ตนเองและผู้อื่นปลอดภัย เห็นประโยชน์ของการป้องกันและเห็นโทษหรืออันตรายจากพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ จะเป็นหลักช่วยในการตัดสินใจเมื่อต้องเผชิญสถานการณ์ทำหายต่างๆ

การไม่ใช้ความรุนแรง ในการอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีความแตกต่างหลากหลาย ความขัดแย้งเป็นเรื่องธรรมดาที่เกิดขึ้นได้ เพราะแต่ละคนมีความต้องการที่แตกต่างกัน แต่การจัดการความขัดแย้งในทุกระดับความสัมพันธ์ มีทางเลือกหลายอย่างโดยไม่จำเป็นต้องใช้ความรุนแรงที่ส่งผลต่อการทำร้ายอีกฝ่ายทั้งทางร่างกาย วาจา จิตใจ

นอกจากนั้น การตระหนักถึงความรุนแรงในสัมพันธภาพ และความสัมพันธ์ทางเพศ จะช่วยให้เยาวชนเรียนรู้ที่จะป้องกัน หากความช่วยเหลือ รวมทั้งการไม่เป็นผู้กระทำต่อผู้อื่น เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนเองต้องการ

การไม่เอาเปรียบผู้อื่น การปฏิบัติกับผู้อื่นด้วยความยุติธรรม เคารพความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่นเช่นเดียวกับของตนเอง เป็นพื้นฐานของการเรียนรู้เรื่องการยินยอมพร้อมใจในสัมพันธภาพทุกรูปแบบ

ความเท่าเทียม ตระหนักถึงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ และปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างเสมอภาค และเป็นธรรม เคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ที่ทุกคนเกิดมามีคุณค่าเท่ากัน และไม่อาจล่วงละเมิดได้ ไม่เลือกปฏิบัติต่อบุคคลด้วยเหตุแห่งเพศ เชื้อชาติ สีผิว ภาษา ศาสนา ความคิดเห็นทางการเมือง ความสามารถทางร่างกาย และสุขภาพ เป็นต้น

การมีเสรีภาพในการเลือกและแสดงออก เรียนรู้ว่าตนเองมีอำนาจและมีอิสระในการควบคุมชีวิตตัวเอง เรียนรู้ที่จะวางแผน ตัดสินใจ เลือก แสดงออก รวมทั้งรับผิดชอบต่อผลการกระทำของตัวเอง โดยไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น แม้เป็นไปด้วยความแตกต่างจากคนอื่นและแตกต่างจากบรรทัดฐานของสังคม

การมีสำนึกพลเมือง ร่วมรับผิดชอบสังคม ให้ความร่วมมือในกิจกรรมของชุมชน มีจิตอาสา เคารพกติกาที่เป็นธรรมของสังคม ‘รู้สิทธิรู้สำนึก’ และไม่ปล่อยผ่านกับความเหลื่อมล้ำและสิ่งที่ไม่ยุติธรรมไป ในสังคม และมีส่วนร่วม ส่งเสียงในการนำการเปลี่ยนแปลงที่ดีและเป็นธรรมสู่สังคม

แผนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาแต่ละแผนของแต่ละระดับชั้น เลือกคุณสมบัติเหล่านี้ให้สอดคล้องไปกับเนื้อหาเพศวิถีและสัมพันธภาพที่จะให้นักเรียนเรียนรู้ ทั้งนี้เมื่อเห็นโอกาสที่เกิดขึ้นในห้องเรียน ครูจึงมีบทบาทสำคัญในการเน้นย้ำ ถึงคุณสมบัติและจริยธรรมพื้นฐานที่เราพึงปฏิบัติต่อกัน

การพัฒนาทักษะส่วนบุคคลและทักษะสังคม เป็นองค์ประกอบสำคัญอีกด้านหนึ่งของเนื้อหาหลักสูตรนี้ ทักษะสำคัญในเรื่องสัมพันธภาพและเพศวิถีที่เป็นจุดเน้น ได้แก่ การรู้จักตนเอง/การให้คุณค่าต่อเรื่องต่างๆ ของตนเอง การตัดสินใจ การสื่อสาร การยืนยันความคิด ความต้องการ ความรู้สึกของตนเอง การต่อรอง การหาความช่วยเหลือ การจัดการแรงกดดันต่างๆ การตัดสินใจ การเท่าทันสื่อและเทคโนโลยี และการเท่าทันบรรทัดฐาน ค่านิยม และอคติทางเพศที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตตามเพศวิถีของตน ซึ่งทักษะเหล่านี้สอดคล้องกับทักษะชีวิต

ในบริบททั่วไปที่หลายหน่วยงานส่งเสริม เช่น องค์การอนามัยโลก^๙ สพฐ.^๙ และทักษะที่จำเป็นในการอยู่ในโลกศตวรรษที่ ๒๑^๙

เมื่อประกอบทั้ง ๓ ส่วน คือ เนื้อหาเพศวิถีและสัมพันธภาพ คุณสมบัติ อุปนิสัยและจริยธรรมพื้นฐาน และทักษะส่วนบุคคลและสังคม ในการออกแบบหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาในระดับประถมศึกษาตอนปลาย (ป.๔-ป.๖) จึงได้แผนการเรียนรู้ที่ครอบคลุมเรื่องการรู้จักและเข้าใจตนเอง พัฒนาการตามวัย ครอบครัว เพื่อน เพศวิถี ทักษะในเรื่องสัมพันธภาพ และการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศ เพื่อเป็นพื้นฐานในการมีสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ และการมีพฤติกรรมที่มีสุขภาพะ

^๙ ทักษะชีวิตตามองค์การอนามัยโลก (WHO) ซึ่งประกอบด้วยทักษะชีวิต ๕ คู่ คือ ๑) การคิดวิเคราะห์และการคิดสร้างสรรค์ ๒) การตระหนักรู้ในตนเอง และการเห็นใจผู้อื่น ๓) การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ๔) การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา ๕) การจัดการอารมณ์และความเครียด

^๙ สพฐ.ได้บรรจุ “การพัฒนาทักษะชีวิต” ไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ โดยระบุในสมรรถนะผู้เรียนข้อ ๔ ว่า “ผู้เรียนมีความสามารถในการพัฒนาทักษะชีวิต” และได้กำหนดองค์ประกอบสำคัญของทักษะชีวิตครอบคลุม ๔ ด้านคือ ๑) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตัวเองและผู้อื่น ๒) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ๓) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด ๔) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

^๙ ทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ ๒๑ โดย น.พ.วิจารณ์ พานิช ประกอบด้วย ๑) อ่านออก ๒) เขียนได้ ๓) คิดเลขเป็น ๔) ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และทักษะในการแก้ปัญหา ๕) ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม ๖) ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรม ต่างกระบวนทัศน์ ๗) ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ ๘) ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ ๙) ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ๑๐) ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้

...เด็กวัยประถม เริ่มสามารถแยกแยะระหว่างผิดและถูกได้ และสนใจว่าทำอะไรจึงจะถูก เป็นวัยที่กำลังรู้จักความผิดชอบชั่วดี (conscience) เป็นวัยที่ภาษากำลังเจริญมาก เด็กพูด อ่าน เขียน เรียนรู้ได้หลายทางนอกจากพ่อแม่ ครอบครัว เด็กจะได้รับการสอนอบรมเรียนรู้จากโรงเรียน ครู เพื่อน หนังสือ สื่อต่างๆ โทรทัศน์ วิทยุ ภาพยนตร์ คอมพิวเตอร์ การเล่นเกม ฯลฯ เด็กจะให้ความสนใจและมีคำถาม “อย่างไร” “ทำไม” เป็นวัยของ “years of magic” คือเด็กจะมีความต้องการความรู้เพิ่ม ใฝ่รู้ค้นหา ใต้อถาม เป็นเวลาของความเจริญด้านความคิด imagination และซึมซับด้านคุณธรรม เรียนรู้กฎเกณฑ์กติกา เริ่มสามารถรับรู้ในมุมมองของคนอื่นได้ เด็กเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น สามารถคิดไตร่ตรองและอยู่ตามลำพัง คิดเงียบๆ มองตนเองได้เป็น (introspection) เมื่อเข้าประถมปลาย เด็กจะสามารถทำความเข้าใจกับคำสอนของคนอื่น เช่น ครู ที่ไม่เหมือนพ่อแม่ เรียนรู้ผิด ถูก ความซับซ้อน ความไม่แน่นอนและความแตกต่างได้มากขึ้น พร้อมกับปรับอารมณ์ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดีขึ้น การสอนเรื่องราวเนื้อหาทางคุณธรรมจริยธรรมจึงเริ่มได้เมื่ออายุ ๗-๘ ปี ที่เด็กจะสามารถรับรู้ ใต้อถาม มีความรู้สึกผิด รู้สึกอายที่สามารถพูดบอกได้ การพัฒนาของสมองด้านความคิดและพัฒนาด้านอารมณ์จะต้องควบคู่ไปด้วยกันเสมอในการพัฒนาด้านคุณธรรมตั้งแต่เริ่มแรกจนถึงวัยเรียนและวัยรุ่น”

....

การพัฒนาจิตใจทางด้านคุณธรรมมีจุดประสงค์เพื่อให้ตนเองสามารถเคารพสิทธิผู้อื่น ปฏิบัติตามข้อบังคับ กฎเกณฑ์ และกฎหมายได้ มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้เหมาะสมถูกต้อง รู้จักคิดอย่างมีเหตุผลตามความเป็นจริง สามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้ รู้จักช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม ตนจึงจะสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

....

การพัฒนาจริยธรรมและคุณธรรมต้องเริ่มตั้งแต่วัยเด็กเล็ก และพัฒนาเพิ่มเติมต่อเนื่องเรื่อยมาจนถึงวัยผู้ใหญ่ คุณธรรมมีองค์ประกอบที่สำคัญคือ

- ด้านอารมณ์ (empathy) เช่น เด็กเห็นผู้อื่นเสียใจ เด็กแสดงความเห็นอกเห็นใจได้ หรือเมื่อตนรู้ว่าเป็นสาเหตุของความผิดจะรู้สึกอาย (shame) และสำนึกผิดได้ (guilt)

- ระดับสติปัญญา สมองจะต้องเจริญให้เกิดการรับรู้ เรียนรู้ และเข้าใจได้ (cognitive component)
- สิ่งแวดล้อม ตั้งแต่ครอบครัว พ่อแม่ ญาติ พี่น้อง ไปจนถึงสังคมที่เด็กเติบโตขึ้นมา ได้แก่ โรงเรียน ครู เพื่อน ชุมชน ศาสนา วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี เป็นต้น
ถึงกระนั้น แม้เด็กจะรับรู้ มีความคิด ความรู้สึก และเข้าใจได้แล้วก็ตาม ไม่ได้หมายความว่าเด็กจะประพฤติปฏิบัติตามด้วยเสมอไป จึงเห็นพ้องต้องกันโดยทั่วไปว่าระยะแรกของการมีคุณธรรม เด็กจะต้องได้รับการสอนโดยตรงจากผู้ใหญ่ที่เลี้ยงดู โดยมีการแนะนำอบรมสั่งสอนด้วยการให้รางวัลที่ประพฤติดีทำดี หรือมีการลงโทษถ้าประพฤติผิด กล่าวคือผู้มีอำนาจรับผิดชอบ เช่น พ่อแม่ ครู ผู้ปกครอง เป็นผู้ทำหน้าที่เหล่านี้ไปตลอด จนกว่าเด็กจะเติบโตขึ้นสามารถรับหลักการและกฎทางศีลธรรมจริยธรรมเข้าไปเป็นของตนเอง (internalize) และรับผิดชอบต่อพฤติกรรม จัดการกับการกระทำของตนเองได้โดยไม่ต้องมีผู้ใหญ่คอยควบคุม

จากบทความเกี่ยวกับการพัฒนาเด็กด้านคุณธรรม ของ
ศ.เกียรติคุณ แพทย์หญิงวันเพ็ญ บุญประกอบ
อ้างอิงถึงในบทความ “การพัฒนาเด็กและวัยรุ่นด้านคุณธรรมจริยธรรม”
ของเพ็ญมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

ในแต่ละระดับขั้นประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ ๑๖ แผน และมีแนวความคิดในการออกแบบสาระสำคัญของแต่ละขั้น คือ

- ป. ๔ การเติบโตและการเปลี่ยนแปลง (Growing and Changing)
- ป. ๕ การรู้จักสิทธิ และการเคารพตนเองและคนอื่น (Rights and Respect)
- ป. ๖ สัมพันธภาพที่ดี และการตัดสินใจที่ดี (Healthy Relationships, Healthy Decisions)

แผนการเรียนรู้ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ เน้นเนื้อหาในเรื่องพัฒนาการและสัมพันธภาพ เป็นการเตรียมนักเรียนให้เรียนรู้เรื่องการเปลี่ยนแปลงเมื่อเติบโตเข้าสู่วัยรุ่น เพื่อให้เด็กๆ ได้รู้จักตัวเองทั้งร่างกายและอารมณ์ รู้จักความแตกต่างระหว่างตนเองกับเพื่อนๆ ความแตกต่างในเรื่องครอบครัว และเพศวิถี ทั้งเพื่อเสริมสร้างความมั่นใจในตนเองและการเคารพคนอื่น รวมทั้งเรียนรู้พื้นฐานในการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน รู้จักแบ่งปัน ขอโทษ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา ประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ ๑๖ แผน ดังนี้

๑. ทุกคนเป็นคนพิเศษ
๒. เติบโต เปลี่ยนแปลง
๓. สุขภาพดี ถ้าใช้เป็น
๔. ครอบครัวมีหลายแบบ
๕. เพื่อน
๖. แบ่งปัน
๗. เป็นหญิง เป็นชาย
๘. รู้สึกอย่างไร
๙. หยอกล้อ รังแก ใครสนุก ?
๑๐. ขอโทษ
๑๑. รู้สึกบอกได้
๑๒. ฉลาดใช้อินเทอร์เน็ต
๑๓. รสนิยมที่แตกต่าง
๑๔. เอชไอวี อยู่ร่วมกันได้
๑๕. ญววิเศษ
๑๖. นี่คือนัน

แผนการเรียนรู้ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ขวนผู้เรียนสำรวจคำถามและหาคำตอบ ในเรื่องการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง รวมทั้งเรื่องเพศ เพศสัมพันธ์ ที่รับรู้จากที่ต่างๆ เพื่อฝึกฝนการแยกแยะข้อมูล ข้อเท็จจริงและความเชื่อ รวมทั้งเรียนรู้การป้องกันท้องและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ด้านสัมพันธภาพ เน้นการรู้จักสิทธิตนเองและเคารพสิทธิคนอื่น การสร้างพลังด้านบวกและคุณค่าในตนเอง ฝึกฝนการสื่อสาร ทั้งการบอกความรู้สึก ความต้องการของตนเอง การรับฟังและเคารพความคิดเห็นที่แตกต่าง เรียนรู้การประเมินสถานการณ์เสี่ยง ผลกระทบ และการป้องกัน มีแผนการเรียนรู้รวม ๑๖ แผน ดังนี้

๑. มีดี มีพลัง
๒. เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่น ๑
๓. เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่น ๒
๔. ความสัมพันธ์ดี-ไม่ดี
๕. มากกว่าเพื่อน
๖. สื่อสารชัดเจน
๗. เรื่องแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้นกับฉันไหม ?
๘. ความปลอดภัย ต่อรองไม่ได้
๙. Helping Hands: ฉันช่วยได้
๑๐. รู้จักไวรัสเอชไอวี และเอดส์
๑๑. กล้าคิด กล้าบอก และคิดก่อนพูด
๑๒. ยินยอม พร้อมใจ
๑๓. ขายสีฟ้า หญิงสีชมพู ?
๑๔. ฉันเคยได้ยินว่า..
๑๕. ความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์
๑๖. ท้อง และเพศสัมพันธ์ : คิดก่อนทำ

ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ แผนการเรียนรู้ทั้ง ๑๖ แผนมุ่งไปสู่การฝึกฝนการตัดสินใจที่จะส่งผลต่อความปลอดภัยของตนเอง ทั้งด้านสุขอนามัยทางเพศและสัมพันธภาพกับคนรอบข้าง โดยตระหนักถึงความคาดหวัง อนาคต แรงกดดัน อิทธิพลทั้งจากเพื่อนและสื่อต่างๆ ที่ส่งผลต่อการรับรู้ข้อมูล และการตัดสินใจในสถานการณ์ต่างๆ ทั้งระหว่างครอบครัว เพื่อน แฟน และการมีข้อมูลที่ถูกต้องรอบด้านในเรื่องการแสดงความรัก การจัดการอารมณ์เพศ เพศสัมพันธ์ การตั้งครรภ์ การป้องกันท้อง และความพร้อมในการมีลูก ดังนี้

๑. วัยเปลี่ยน อารมณ์เปลี่ยน สังคมเปลี่ยน

๒. จะเลือกสัมพันธภาพแบบไหน

๓. อะไรจริง เรื่องอารมณ์เพศ

๔. เพื่อนเข้าใจเพื่อนไหม ?

๕. แสดงความรักมีหลายวิธี

๖. กันดีกว่าแก่

๗. โลกของสื่อ

๘. อนาคต และการติตรา

๙. เมื่อฉันโตขึ้น

๑๐. ใครมีอิทธิพลกับเรานบ้าง

๑๑. สำรวจโฆษณาสินค้า

๑๒. ร่างกายของใคร

๑๓. สื่อสาร-ต่อรอง-ยืนยัน

๑๔. ความคาดหวัง

๑๕. ตั้งท้องได้อย่างไร และถ้าฉันท้อง

๑๖. ถ้าฉันต้องเลี้ยงลูก

ทั้งนี้ แผนการเรียนรู้แต่ละแผนออกแบบโดยคำนึงถึงการจัดการเรียนรู้ใน ๑ คาบเรียน (๕๐-๖๐ นาที) บางแผนมีการบ้านเพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้นอกห้องเรียนและมีปฏิสัมพันธ์กับคนในครอบครัวหรือคนอื่น ๆ บางแผนจำเป็นต้องมีการมอบหมายการเตรียมการล่วงหน้า และแผนส่วนใหญ่จำเป็นต้องเตรียมอุปกรณ์หรือสื่อประกอบการเรียนรู้ล่วงหน้า ดังนั้น ครูจึงควรศึกษาแผนล่วงหน้า เพื่อเตรียมการจัดการเรียนรู้ การจัดการเวลาและห้องเรียนให้เหมาะสม และเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ของแผนนั้น ๆ

จัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธ์ภาพศึกษา อย่างไร ?

เพศวิถีศึกษาเป็นวิชาชีวิต ที่แต่ละคนล้วนมีประสบการณ์ตามช่วงวัยและตามบริบทชีวิตของตนเอง ทุกคนเรียนรู้เรื่องเพศจากการเลี้ยงดูในครอบครัว การอยู่กับกลุ่มเพื่อน สภาพแวดล้อม และสื่อ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคสมัยนี้ที่เยาวชนสามารถเข้าถึงสื่อได้ง่าย ทั้งความรู้ ข้อมูลเรื่องเพศ สื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศหลายรูปแบบ ข่าวสารเรื่องเพศวิถีจากทุกมุมโลก ล้วนหาได้เพียง click เดียว

ห้องเรียนจึงเป็นเพียงอีกพื้นที่หนึ่ง ที่โดยทั่วไป หากจะมีบทสนทนาเรื่องเพศวิถี มักเป็นแนว “สั่งสอน” “ห้ามปราม” มากกว่าการสร้างการ “เรียนรู้” ให้เยาวชน

เมื่อเราตั้งใจนำ “เพศวิถีและสัมพันธ์ภาพศึกษา” เข้าสู่ห้องเรียน กระบวนการเรียนรู้จึงเป็นเรื่องสำคัญ ทั้งยังท้าทายว่า จะทำอย่างไรกับข้อมูล ชุดความเชื่อ ค่านิยม ที่เด็ก ๆ มีอยู่แล้ว และจะสร้างการเรียนรู้ใหม่ที่มีความหมายกับการนำไปใช้ต่อในชีวิตอย่างมีสุขภาวะได้อย่างไรท่ามกลางสังคมที่มีวัฒนธรรม ความเชื่อ บรรทัดฐานในเรื่องเพศหลายอย่างที่ขัดแย้งกับแนวปฏิบัติ หรือปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในวิถีทางเพศของผู้คน

การออกแบบแผนการเรียนรู้ในหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธ์ภาพศึกษาในระดับประถมศึกษาตอนปลายวางอยู่บนหลักการการเรียนรู้ ต่อไปนี้

☒ การให้ความสำคัญกับผู้เรียน (Learner-centered)

การจัดการเรียนรู้แบบยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางนั้นต้องเริ่มจากความเข้าใจผู้เรียนอย่างแท้จริง หากต้องการให้เยาวชนเข้าใจและรู้เท่าทันการใช้ชีวิตทางเพศ เราจำเป็นต้องสื่อสารกับเยาวชนอย่างตรงไปตรงมา และรอบด้าน เพื่อช่วยให้พวกเขาเข้าใจถึงสิ่งที่จำเป็นต้องรู้ ทักษะที่เขาพึงมี รู้คิดและรับผิดชอบในการเลือกใช้ชีวิต ถึงแม้ว่าพฤติกรรมหรือการใช้ชีวิตแบบที่เขาเลือกอาจไม่เป็นไปตามค่านิยมส่วนบุคคลที่เราแต่ละคนมีอยู่ก็ตาม ครูในฐานะผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ต้องเชื่อมั่นว่าเยาวชนสามารถเลือกทางที่ดีที่สุดสำหรับตัวเขาเองได้

☒ การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential Learning)

แนวคิดการจัดการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential Learning) ของ David A. Kolb อธิบายว่า กระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตเกิดจากการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ เมื่อบุคคลได้กระทำการอย่างหนึ่งและได้เห็นผลของการกระทำนั้นๆ ก็จะทำให้เกิดความเข้าใจและนำไปสู่การคาดการณ์ในคราวต่อไปว่า หากมีเหตุอย่างนี้ก็จะมีผลเกิดตามมาอย่างนั้น บุคคลจะสั่งสมความเข้าใจถึงเหตุและผลของการกระทำที่เกิดต่างกรรมต่างวาระไปจนกระทั่งสามารถสรุปเชื่อมโยงเป็นหลักการที่นำไปอธิบายปรากฏการณ์อื่นๆ ที่ใกล้เคียงกัน และนำไปสู่การ “ลอง” เพื่อทดสอบหลักการนั้นว่าจะได้ผลอย่างไรในสถานการณ์ใหม่ๆ

หัวใจของการเรียนรู้แบบนี้จึงอยู่ที่การสร้างเงื่อนไขให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรงหรือสถานการณ์จำลองที่คล้ายคลึง หรือจากเรื่องราวที่จะต้องประสบต่อไปในชีวิตจริง การออกแบบแผนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา โดยใช้หลักการ experiential learning ให้ความสำคัญกับ

- การสร้างการมีส่วนร่วมจากนักเรียนในการทำกิจกรรมการเรียนรู้ แสดงความคิดเห็น บอกความรู้สึก รับฟังเพื่อน แสดงบทบาทสมมติ ตั้งคำถาม ตอบคำถาม หาข้อมูลมาเล่า ช่วยกันสรุป ครูจึงมีหน้าที่เอื้ออำนวยและกระตุ้นการมีส่วนร่วมของนักเรียน และสร้างความรู้สึกลดดภัย
- การเปิดโอกาสให้นักเรียนทบทวน ใคร่ครวญถึงอารมณ์ ความนึกคิด ความรู้สึก และการกระทำของตัวเองในกิจกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดขึ้น (reaction)

ครูจึงต้องไม่เพียงแต่ทำกิจกรรมให้จบไปเท่านั้น แต่ต้องแปรประสบการณ์ไปสู่การเรียนรู้ด้วยการชวนสะท้อนคิดหลังการทำกิจกรรม

- การชวนให้คิด วิเคราะห์ พิจารณาเห็นต่าง หาเหตุผลโต้แย้งหรือสนับสนุน ช่วยให้แต่ละคนได้ข้อสรุปโดยไม่จำเป็นต้องเหมือนกัน หรือตรงกับความคิดเห็นของครู ครูต้องไม่ใช่คนสรุปและบอกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด แต่บทบาทสำคัญคือ ครูต้องเป็นผู้ตั้งคำถาม ไม่ตัดสินคุณค่า และเป็นผู้ให้ข้อมูลที่ถูกต้อง รอบด้าน ครบถ้วน และชี้แนะแหล่งข้อมูลและให้แนวทางไปค้นคว้าต่อ

- การเชื่อมโยงสิ่งที่เกิดขึ้นในห้องเรียนกับชีวิตของนักเรียน ให้เห็นความเกี่ยวข้อง และการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง

☒ สไตล์การเรียนรู้ (Learning Style)

แต่ละคนมีวิธีการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน ซึ่ง VARK Learning Styles (Fleming, N.D. and Mills, C., 1992) แบ่งออกเป็น ๔ แบบตามสไตล์การเรียนรู้ตามความชอบหรือความถนัดของแต่ละคน

- แบบ V = Visual รูปแบบการเรียนรู้ที่สื่อด้วยภาพและสัญลักษณ์ แผนที่ แผนผัง แผนภาพ กราฟ แผนภูมิ และลูกศรสัญลักษณ์ สีเส้นต่างๆ

- แบบ A = Auditory รูปแบบการเรียนรู้ที่สื่อด้วยเสียง หรือผ่านการได้ยินได้ฟัง ผู้ที่มีสไตล์การเรียนรู้แบบนี้จะชื่นชอบการฟังบรรยาย ฟังเพลง การสนทนากลุ่มย่อย การพูดคุยทางโทรศัพท์ แม้แต่การพูดคุยกับตัวเอง หรือคิดออกมาดังๆ

- แบบ R = Read/write รูปแบบการเรียนรู้ที่สื่อด้วยอักษร เน้นการรับและส่งข้อมูลผ่านการอ่านและการเขียน

- แบบ K = Kinesthetic รูปแบบการเรียนรู้ที่สื่อด้วยสัมผัสและการกระทำ การใช้ประสบการณ์และการลงมือปฏิบัติ ไม่ว่าจะเป็นในสถานการณ์จำลองหรือสถานการณ์จริงก็ตาม ดังนั้น การออกแบบในหลักสูตรนี้ จึงพยายามใช้วิธีการเรียนรู้ที่หลากหลายในแต่ละแผนการเรียนรู้ ทั้งการอ่าน การเขียน การพูด การฟัง การลงมือทำ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดสำหรับผู้เรียนทุกคน และการใช้วิธีการเรียนรู้หลากหลายรูปแบบเพื่อ

“ดิ่งและคง” ความสนใจของผู้เรียนไว้ให้ได้ รวมทั้งการทบทวนหรือย้ำเนื้อหาเดียวกันในกิจกรรมหลายรูปแบบเช่นกัน

บางขั้นตอนในแผนการเรียนรู้ที่ออกแบบไว้ ครูอาจรู้สึกยุ่งยากในการเตรียม หรือรู้สึกว่าจะต้องใช้เวลามากในการทำกิจกรรม ก่อนจะตัดสินใจว่าไม่ทำกิจกรรม บอกเลยก็ได้ หรือตัดทอนเพื่อรวบรัดขั้นตอนการทำกิจกรรม ควรประเมินเปรียบเทียบถึงประสบการณ์ที่นักเรียนจะได้เรียนรู้ หากเราเชื่อมั่นว่าการเรียนรู้ที่ได้มาจากการลงมือทำ (Learning by doing) ไม่ใช่เพียงการบอกหรือการสอน

หลายกิจกรรมเป็นการแบ่งกลุ่ม ให้แลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็น หาข้อสรุป และนำเสนอ หลายกิจกรรมให้เด็กเขียน รูปแบบพื้นฐานเหล่านี้ ไม่ใช่การออกแบบเพื่อให้เด็กลงมือทำเท่านั้น แต่ทั้งการพูด การเขียนเป็นทักษะการสื่อสารที่ต้องฝึกฝน ฝึกการเรียบเรียงความคิด และถ่ายทอดให้คนอื่นเข้าใจ ครูอาจต้องมองเห็นว่า ทักษะเหล่านี้จำเป็นต้องทำบ่อยๆ และพัฒนาให้ดีขึ้นเรื่อยๆ ครูจำเป็นต้องช่วยสะท้อนและชี้แนะ และจัดการเพื่อให้เด็กทุกคนได้รับการฝึกฝน เช่น ผลัดกันออกมานำเสนอ ฝึกให้ทวนสิ่งที่เพื่อนนำเสนอ เปรียบเทียบความเห็นแต่ละกลุ่ม เป็นต้น นอกจากนั้น เมื่อให้เด็กแสดงความคิดเห็นหรือให้เขียน ครูจำเป็นต้องแสดงให้เห็นว่า ครูรับฟังและอ่าน รวมทั้งให้ข้อคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะด้วย ไม่เพียงปล่อยผ่านไปเพียงให้เด็กได้ทำ

ในการจัดเพศวิถีศึกษาที่เน้นหลักการของ experiential learning ที่กล่าวมาในตอนต้น หัวใจสำคัญอยู่ที่การปรับบทบาทของครูไปเป็น “ผู้จัดการเรียนรู้” เพราะผู้จัดการเรียนรู้เป็นกลไกสำคัญที่จะทำให้เกิดการผันประสบการณ์จากกิจกรรมไปสู่การ “รู้แจ้ง” ของแต่ละบุคคล ขั้นตอนการสะท้อน (reaction) ในวงจรการเรียนรู้แบบ experiential learning จะขาดประสิทธิภาพ ถ้าไม่มีผู้ทำหน้าที่เป็นกระจกส่องให้เกิดการพิจารณาแต่ละแง่มุมอย่างรอบคอบ โดยเฉพาะเมื่อเป็นการเรียนรู้ของกลุ่ม ซึ่งหัวใจสำคัญอยู่ที่การแลกเปลี่ยนความคิด ผู้จัดการเรียนรู้จึงต้องเป็นผู้ที่ช่วยทำประเด็นให้ชัดเจน คอยจัดลำดับเรื่องเพื่อไม่ให้สับสนหรือตกหล่น คอยเปิดโอกาสให้คนที่อยากพูดได้มีโอกาสพูดบ้าง ช่วยให้กลุ่มสรุปถึงสิ่งที่ต้องการจะบรรลุ ช่วยสร้างบรรยากาศที่เป็นมิตรและทุกคนรู้ว่าตนเองได้รับการยอมรับ รวมไปถึงการแนะแหล่งข้อมูลให้ผู้เรียนควรค้นคว้าหาความรู้ต่อไป

ด้วยบทบาทของ “ผู้จัดการเรียนรู้” สิ่งที่ต้องเน้นมากที่สุดจึงไม่ใช่เนื้อหา แต่เป็นเรื่อง กระบวนการที่จะช่วยให้ผู้เรียนแปรเนื้อหาไปสู่วิธีการเรียนรู้ และไม่ได้หมายความว่าครูไม่ต้อง มีความรู้มาก ความรู้ยังเป็นเรื่องจำเป็น แต่สิ่งที่ครูต้องมีมากกว่าคือ ต้อง “เก่ง” ในการทำให้ ผู้เรียนตระหนักถึง “กระบวนการเรียนรู้” เพราะจะติดตัวไปภายหน้า ช่วยให้เขาสามารถพึ่งสติ ปัญญาของตัวเองในการรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ เมื่อไม่มีครูหรือพ่อแม่กำกับอยู่ข้าง ๆ

บทบาทของการเป็น “ผู้จัดการกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา” ผ่าน ประสบการณ์นี้ มีข้อท้าทายอย่างน้อย ๓ ประการที่สำคัญ

๑. การยึดมั่นว่าครูรู้ดีกว่า ครูจึงสามารถคิดแทนและบอกทางเลือกที่ดีที่สุดให้กับเด็ก ครูไม่เชื่อมากนักว่าเด็กคิดเองได้ โดยเฉพาะการรู้ซึ่งถึงผลด้านลบที่จะเกิดขึ้น เพราะเด็กมี ประสบการณ์จำกัด ความยึดมั่นนี้มาในรูปของความหวังดี ต้องการปกป้องไม่ให้เด็กต้องเผชิญ กับเรื่องร้ายๆ จึงเป็นด้านที่สำคัญที่สุด เพราะเมื่อคิดว่าเป็นเจตนาดี ก็ไม่ตระหนักว่าต้อง เปลี่ยนแปลง

๒. ความเชื่อที่ตกทอดมาจากการกล่อมเกลางานสังคมว่า เรื่องเพศเป็นเรื่องที่น่าอาย เป็นเรื่องที่ต้องควบคุม ทำให้รู้สึกผิดบาป ผู้ชายกับผู้หญิงแตกต่างกันทางสรีระและผู้หญิง ต้องเป็นฝ่ายตาม ผู้หญิงเป็นฝ่ายเสียหายในเรื่องเพศ และมีข้อจำกัดเรื่องเพศมากกว่าผู้ชาย รวมทั้งเรื่องเพศไม่ใช่เรื่องของเด็ก หากให้รู้มากจะเป็นการชี้โพรงให้กระรอก การปลูกฝังและ ขัดเกลานี้มีผลฝังลึกเสียจนผู้คนจำนวนไม่น้อยไม่เคยถูกคิดและตั้งคำถามว่า จริงหรือไม่ และ ทำไมจึงต้องเป็นเช่นนั้น

๓. ทักษะการฟังและจับประเด็น การตั้งคำถามให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่ง เป็นทักษะสำคัญในการ “สร้างการเรียนรู้” แต่ทักษะเหล่านี้เป็นทักษะที่ใช้บ่อยในการสอนที่เน้น เนื้อหาเป็นหลัก ที่ครูอาจคุ้นเคยมากกว่า

อย่างไรก็ดี หากนับว่าการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา เป็นอีก หนึ่งประสบการณ์ที่ครูจะได้เรียนรู้ผ่านการลงมือทำ การทำบ่อยๆ ก็เช่นเดียวกับทักษะอื่นๆ ที่ จะทำให้ทำได้คล่องขึ้น เกิดความเข้าใจที่มากขึ้นทั้งต่อผู้เรียนและเนื้อหา รวมทั้งอาจนำไปสู่การ เกิดคำถามใหม่ๆ ที่ต้องการหาคำตอบมากขึ้น

โดยสรุป ผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาฯ ต้องคำนึงถึง

- ☑ การให้ข้อมูลที่ถูกต้อง รอบด้านในเรื่องเพศวิถี
- ☑ การเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ตั้งคำถาม สำรวจ ถกเถียง แลกเปลี่ยนความคิดเห็นในเรื่องทัศนคติ ค่านิยม และบรรทัดฐานเรื่องเพศวิถีของตนเองและสังคมได้อย่างรู้สึกปลอดภัยและไม่ถูกตัดสินคุณค่า
- ☑ การพัฒนาและฝึกทักษะต่างๆ ที่จำเป็นในการมีปฏิสัมพันธ์ และการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
- ☑ การพัฒนาและฝึกฝนความรับผิดชอบต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม

ข้อแนะนำในการนำหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาไปใช้

หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาระดับประถมศึกษาตอนปลาย ออกแบบโดยคำนึงถึงข้อแนะนำของหลายสถาบันว่า การเรียนรู้จะไปส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจะต้องจัดอย่างต่อเนื่องอย่างน้อย ๑๖ ชั่วโมง ดังนั้น แต่ละระดับชั้นประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ ๑๖ แผน และวางลำดับเนื้อหาให้ต่อเนื่องจากเรื่องใกล้ตัวสู่เรื่องที่กว้างขึ้น จากเรื่องง่ายสู่เรื่องที่ซับซ้อนขึ้น นอกจากนี้ยังพิจารณาถึงความสอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดของกลุ่มสาระการเรียนรู้ในระดับประถมปลายที่เกี่ยวข้อง ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑

บทเรียนการนำร่องการนำหลักสูตรฯ ไปใช้พบว่า เป็นเรื่องยากที่สถานศึกษาและครูจะสามารถจัดกระบวนการเรียนรู้ได้ครบทั้ง ๑๖ แผนในแต่ละระดับชั้น ดังนั้น หลักสูตรฯ จึงเป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้ ที่แต่ละสถานศึกษาและครูแต่ละคนสามารถพิจารณาเลือกแผนการเรียนรู้ให้สอดคล้องและเหมาะสมกับบริบทของผู้เรียน และจำนวนเวลาที่สามารถจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาฯ ได้จริง

แผนการเรียนรู้แต่ละแผนประกอบด้วยสาระสำคัญ วัตถุประสงค์การเรียนรู้ คุณลักษณะ และทักษะสำคัญที่แผนนั้นๆ ต้องการส่งเสริมให้กับผู้เรียน ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ที่ให้เห็นกระบวนการ คำถามในการชวนคิดชวนคุย และแนวทางการสรุป รวมทั้งมีตัวอย่างเอกสาร หรือ

สื่อที่จะใช้ประกอบในการทำกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งครูอาจต้องปรับให้เหมาะกับบริบท หรือทันสถานการณ์มากขึ้น โดยยังคงยึดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ และเนื้อหา-ทักษะที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน รวมทั้งเอกสารอ้างอิงที่เป็นข้อมูลความรู้สำหรับครู ซึ่งบางเรื่องอาจต้องคอยติดตามให้ข้อมูลทันสมัยด้วยเช่นกัน โดยพึงตระหนักว่าหลักสูตรนี้พัฒนาขึ้นในปี ๒๕๖๐

ท่าทีของครูจึงเป็นเรื่องสำคัญ และมีผลต่อเนื้อหาที่ต้องการให้เด็กเรียนรู้ การเลือกใช้คำที่ไม่ตัดสินคุณค่าหรือสะท้อนอคติในเรื่องเพศวิถี เป็นสิ่งที่ครูควรตระหนักและระมัดระวัง เพราะผู้เรียนสามารถประเมินทัศนคติหรือค่านิยมของครูได้ ทั้งจากวิธีการพูดถึง การตั้งคำถาม การตอบคำถาม การยกตัวอย่างประกอบการอธิบาย รวมถึงสีหน้าท่าทางที่มีต่อคำพูดหรือการแสดงออกของผู้เรียน และอาจทำให้ผู้เรียนไม่กล้าแสดงความเห็นหรือความรู้สึกริจริง ๆ ในเรื่องที่เห็นต่างจากครู หรือก่อให้เกิดความรู้สึกไม่ดี หรือตอกย้ำทัศนคติในทางลบ เช่น การพูดถึงเพศทางเลือก ความหลากหลายทางเพศ ครอบครัวยุคใหม่ในรูปแบบต่าง ๆ ที่ไม่ใช่ครอบครัวอุดมคติ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ การทำแท้ง เป็นต้น

นอกจากนั้น การตระหนักว่าสังคมไทยมีค่านิยม ความคาดหวัง และบรรทัดฐานในเรื่องเพศต่อหญิงและชายต่างกัน การมีประสบการณ์เรื่องเพศของหญิงถูกตัดสินคุณค่ามากกว่าชาย การแสดงออกทางเพศของชายได้รับการยอมรับมากกว่าหญิง การสอนเรื่องเพศ จึงมักมุ่งควบคุมฝ่ายหญิงมากกว่าฝ่ายชาย ดังนั้น ครูจึงควรตระหนักในเรื่องนี้ และทำให้เนื้อหาในการเรียนรู้พูดคุยในห้องเรียนเกี่ยวข้องกับทุกเพศ โดยเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการเคารพ และรับผิดชอบในสัมพันธภาพ ว่าเป็นเรื่องของทุกคน และไม่ตอกย้ำอคติ และความไม่เท่าเทียมทางเพศ ที่มีอยู่ในสังคม รวมทั้งเปิดพื้นที่การเรียนรู้ให้กับกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเพศด้วยเช่นกัน

แผนการเรียนรู้ที่ออกแบบเป็นการเรียนรู้ผ่านกระบวนการแลกเปลี่ยนและการลงมือปฏิบัติ โดยมีขั้นตอนหลัก ๆ ที่สำคัญต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน โดยครูอาจใช้เป็นแนวทางในการตรวจสอบและวางแผนการจัดการเรียนรู้ในแต่ละครั้ง ว่าได้ทำ/ชวนให้ผู้เรียนได้ทำขั้นตอนต่อไป หรือไม่

- เชื่อมโยงกับความรู้ การรับรู้ หรือประสบการณ์เดิมของผู้เรียน เพื่อพัฒนาและขยายความเข้าใจที่รอบด้าน ลึกซึ้งมากขึ้น

- เปิดโอกาสให้มีการลงมือทำมากที่สุด เพื่อฝึกทักษะส่วนบุคคลและทักษะสังคม
- ขวนสำรวจ ทบทวน เปรียบเทียบ ความเชื่อและทัศนคติของตนเองที่มีต่อเรื่องต่างๆ
- สะท้อนสิ่งใหม่ที่ได้เรียนรู้ และ
- บอกความตั้งใจหรือแผนที่จะนำสิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ได้

ฝากครู...ส่งท้าย

ถึงวันนี้ต้องสอน ไม่ว่าครูจะรู้สึกอย่างไร จะจัดการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธ์ภาพศึกษาหรือไม่ เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ก็สนใจและพร้อมจะเรียนรู้เรื่องเหล่านี้จากเพื่อนและสื่อต่างๆ อยู่แล้ว โดยเฉพาะในยุคสมัยที่สื่อออนไลน์เข้าถึงได้ง่ายดาย แต่เราแน่ใจได้อย่างไรว่าสิ่งที่เด็กและเยาวชนเรียนรู้เป็นข้อมูลหรือข้อเท็จจริงแบบใด ส่งผลต่อการรับรู้ ทัศนคติ และวิธีคิดในเรื่องเพศของพวกเขาอย่างไร

วัยประถมเป็นโอกาสทอง วัยที่เป็นจุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนผ่านจากเด็กสู่วัยรุ่น เป็นโอกาสสำคัญของครูในการวางรากฐาน บ่มเพาะคุณสมบัติ อุปนิสัย จริยธรรมที่พึงมี เริ่มฝึกฝนทักษะในการดำเนินชีวิตกับผู้อื่น โดยเริ่มจากเรื่องง่ายๆ ใกล้เคียงตัวเรื่องที่ซับซ้อนขึ้น และให้ความรู้ที่รอบด้าน แกะไขการรับรู้ที่ผิด

เพศวิถีเป็นเรื่องชีวิตและการอยู่ร่วมกัน เรื่องเพศวิถี เป็นเรื่องที่มีมากกว่าการมีเพศสัมพันธ์ แต่ยังรวมถึงเรื่องอารมณ์ความรู้สึก ความสัมพันธ์ ความรัก อนามัยเจริญพันธุ์ สุขภาพทางเพศ ความรื่นรมย์ รสนิยม ความเป็นหญิง ความเป็นชาย รสนิยมทางเพศ ค่านิยม ความเชื่อ วัฒนธรรมที่หลากหลายในเรื่องเพศและเพศวิถี ดังนั้น การจัดการเรียนรู้เรื่องเพศวิถีและสัมพันธ์ภาพศึกษาเป็นโอกาสในการช่วยให้เด็กและเยาวชนพัฒนาคุณค่า ทัศนคติ และพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการพัฒนาความสัมพันธ์และสุขภาวะทางเพศ สร้างความรู้สึกดีและมั่นใจในตนเอง มีทักษะในการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับคนรอบข้าง ตลอดจนการคิดใคร่ครวญ และตัดสินใจในการดูแลป้องกันตัวเองในเรื่องเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ทั้งเรื่องท้องไม่พร้อม โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และการล่วงละเมิดทางเพศ รวมทั้งได้ฝึกถกเถียง แลกเปลี่ยน

ตั้งคำถามกับค่านิยม กติกาทางสังคมที่ส่งผลต่อการเลือกปฏิบัติและความไม่เสมอภาคในเรื่องเพศ รวมทั้งการปฏิบัติต่อบุคคลโดยละเลยสิทธิพื้นฐานและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ที่เกิดขึ้นในสังคม

ครูคือคนสำคัญ “ครู” เป็นบุคคลสำคัญในการช่วยสร้างบรรยากาศการเรียนรู้เรื่องเพศวิถี ซึ่งเป็นเรื่องใกล้ตัว แต่ยังคงเป็นเรื่องพูดยากในหลายครอบครัวและในหลายบริบทของสังคมไทย ครูจึงต้องเท่าทันกรอบและการให้คุณค่าเรื่องเพศ เพศวิถีในสังคม และพร้อมโอบอุ้มเด็กที่แตกต่าง สิ่งหนึ่งที่ครูทำได้ผ่านการจัดการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา คือ การทำให้เด็ก ๆ รู้สึกว่า “ครู” ของเขา เป็นผู้ใหญ่น้อยหนึ่งคนที่เขาสามารถคุยได้ ถามได้ และพร้อมฟังความรู้สึก ความกังวลในเรื่องที่อยากจะคุยกับผู้ใหญ่คนอื่น ๆ ที่สำคัญกว่านั้น หากครูสามารถทำให้เด็ก ๆ มั่นใจว่า หากเขาเผชิญปัญหาหรือความพลัดพลั้งในชีวิต นอกจากครูของเขาจะไม่ตำหนิเขาแล้ว ครูยังจะช่วยหาคำปรึกษา หาทางเลือก และยื่นเคียงข้างเขา เพื่อที่จะผ่านพ้นช่วงท้าทายของชีวิตไปกับเขา

ต่อให้มีหลักสูตร แผนการเรียนรู้ สื่อการเรียนการสอนที่ดี
ก็ไม่มีคามหมายใดๆ
หากครูไม่ได้จัดกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสม
หรือแย่กว่านั้น คือ
ไม่ได้นำไปใช้จัดการเรียนรู้กับเด็ก ๆ เลย

บทสรุปจากงานวิจัยในชั้นเรียน

โครงการวิจัยเรื่อง การศึกษาผลการใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพ
ศึกษา ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖
ในโรงเรียนประถมศึกษา ๑๐ จังหวัด

โครงการวิจัยเรื่องการศึกษาผลการใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในโรงเรียนประถมศึกษา ๑๐ จังหวัด มีวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อศึกษาผลการใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในโรงเรียนประถมศึกษา ๑๐ จังหวัด โดยศึกษาผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนดังนี้ ๑) ผลการเปรียบเทียบความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในโรงเรียนประถมศึกษา ๑๐ จังหวัด ระหว่างก่อนและหลังการใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา ๒) ผลการเปรียบเทียบเจตคติที่มีต่อเรื่องเพศของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในโรงเรียนประถมศึกษา ๑๐ จังหวัด ระหว่างก่อนและหลังการใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา ๓) ผลการเปรียบเทียบทักษะการจัดการสัมพันธภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในโรงเรียนประถมศึกษา ๑๐ จังหวัด ก่อน ระหว่าง และหลังการใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา และ ๔) ศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา ๑๐ จังหวัด

กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมในการนำหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาไปใช้ ประกอบด้วย ๑) ครูผู้สอนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในโรงเรียนประถมศึกษาจำนวน ๑๕ โรงเรียนจาก ๘ จังหวัด ได้แก่ จังหวัดเชียงราย เชียงใหม่ นครสวรรค์ ชัยภูมิ มหาสารคาม เลย กรุงเทพมหานคร และกระบี่ จำนวน ๑๔ คน ๒) นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ จำนวน ๙๒๙ คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ ๑) หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา ๒) แบบสอบถามผลลัพธ์การจัดการเรียนรู้รายวิชาเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา ๓) แบบประเมินทักษะการจัดการสัมพันธภาพของผู้เรียน และ ๔) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียน

ที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนระดับชั้น ป. ๔-๖ มีความรู้ ความเข้าใจ เจตคติเกี่ยวกับเรื่อง เพศ และทักษะการจัดการสัมพันธภาพหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน ดังนี้

๑. ผลการเปรียบเทียบความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ระหว่างก่อนและหลังการใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาพบว่า ในภาพรวมนักเรียน ชั้น ป.๔-๖ มีความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน โดยมีคะแนนเฉลี่ยหลังเรียน เท่ากับ ๘.๒๕ ก่อนเรียนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๗.๑๑ มีร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ ๑๑.๔๑ โดย นักเรียนชั้น ป.๔ มีร้อยละของความก้าวหน้ามากที่สุด รองลงมาคือ นักเรียนชั้น ป.๕ และ ป.๖ ตามลำดับ

๒. ผลการเปรียบเทียบเจตคติที่มีต่อเรื่องเพศของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ระหว่างก่อนและหลังการใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาพบว่า ในภาพรวมนักเรียน ชั้น ป.๔-๖ มีเจตคติต่อเรื่องเพศหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน โดยมีค่าเฉลี่ยหลังเรียนเท่ากับ ๓.๗๑ ก่อนเรียนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๓๖ มีร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ ๗.๐๖ โดยนักเรียน ชั้น ป.๕ มีร้อยละของความก้าวหน้ามากที่สุด รองลงมาคือชั้น ป.๖ และ ป.๔ ตามลำดับ

๓. ผลการเปรียบเทียบทักษะการจัดการสัมพันธภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ก่อน ระหว่าง และหลังการใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาพบว่า ในภาพรวม นักเรียนชั้น ป.๔-๖ มีทักษะการจัดการสัมพันธภาพหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน โดยนักเรียน ชั้น ป.๔ มีค่าเฉลี่ยหลังเรียนเท่ากับ ๒.๒๗ ก่อนเรียนเท่ากับ ๒.๒๕ มีร้อยละของความก้าวหน้า เท่ากับ ๑.๔๙ นักเรียนชั้น ป.๕-๖ มีค่าเฉลี่ยหลังเรียนเท่ากับ ๒.๖๖ ก่อนเรียนเท่ากับ ๒.๓๗ มีร้อยละของความก้าวหน้าเท่ากับ ๖.๗๖ ในส่วนของการประเมินระหว่างเรียนพบว่า นักเรียน ชั้น ป.๔-๖ มีพัฒนาการสูงขึ้นในการวัดแต่ละครั้ง โดยนักเรียนชั้น ป.๖ มีพัฒนาการมากที่สุด รองลงมาคือ ชั้น ป.๕ และ ป.๔ ตามลำดับ

๔. ผลการศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ที่มีการจัดการเรียนรู้โดยใช้หลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาพบว่า ในภาพรวมนักเรียนชั้น ป.๔-๖ มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุดในทุกด้าน โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๓๔ เมื่อแยกเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนเห็นว่าด้านเนื้อหาสาระมีความเหมาะสมมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านสื่อ ด้านครูผู้สอน และด้านกิจกรรมตามลำดับ โดยนักเรียนชั้น ป.๕ มีความคิดเห็นว่าเป็นที่เหมาะสมมากที่สุด รองลงมาคือ นักเรียนชั้น ป.๖ และชั้น ป.๔ ตามลำดับ

นอกจากนั้น จากการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของครูผู้สอนหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา ในด้านเพศ ประสบการณ์ในการสอนเพศวิถีศึกษา ตำแหน่ง และวิชาที่รับผิดชอบสอนพบว่า แม้ว่าครูจะมีพื้นฐานและประสบการณ์แตกต่างกัน แต่สามารถพัฒนาความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ และทักษะการจัดการสัมพันธภาพของผู้เรียนไม่แตกต่างกัน

งานวิจัยภายใต้โครงการพัฒนาหลักสูตรและนำร่องเพศวิถีศึกษา
ในโรงเรียนประถมศึกษาใน ๑๐ จังหวัด
ดำเนินการโดย มูลนิธิแพธทูเฮลท์ (P2H)

ผู้ทำวิจัยชั้นเรียน

๑) โรงเรียนเชียงรายวิทยาคม ๒) โรงเรียนสหศาสตร์ศึกษา ๓) โรงเรียนบ้านสันกำแพง
๔) โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง ๕) โรงเรียนบ้านศาลเจ้าไก่ต่อ ๖) โรงเรียนอนุชนวัฒนา
๗) โรงเรียนอนุบาลท่าตะโก ๘) โรงเรียนชุมชนบ้านแก่งศรีทองหนองไผ่ ๙) โรงเรียนศรีโกสุมวิทยา
๑๐) โรงเรียนอนุบาลมหาสารคาม ๑๑) โรงเรียนอนุบาลเชียงคาน ๑๒) โรงเรียนบ้านโคกงาม
๑๓) โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ ๑๔) โรงเรียนชุมชนบ้านศาลาด่าน ๑๕) โรงเรียนบ้านพรุดินนา

ผู้ควบคุมการวิจัย

รศ.ดร.สายฝน เอกวางกูร และ ผศ.ดร.นัยนา หนูนิล มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์
ดร.พิกุล เอกวางกูร และ รศ.ดร.ชานนท์ จันทรา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
นายวิสุทธิศักดิ์ หวานพร้อม ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดทางขึ้น

แนวทางการจัดการเรียนรู้

เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน
พุทธศักราช ๒๕๕๑

หลักการสำคัญในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑ คือการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาและเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต โดยถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด การจัดหลักสูตรในสถานศึกษาจึงมีความยืดหยุ่นทั้งด้านสาระ เวลา และการจัดการเรียนรู้

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ ๕ ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ที่ต่อเนื่อง และเป็นระบบตามลำดับขั้นตอนของเนื้อหาและความเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตของผู้เรียน เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้เรียนในระยะยาว

จากการวิเคราะห์มาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัด และสาระการเรียนรู้แกนกลางฯ ในหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ ๕ นี้พบว่า เนื้อหาสาระของเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาสอดคล้องกับตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา กลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม และกลุ่มสาระภาษาไทย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อครูผู้จัดการเรียนรู้ ที่จะนำแผนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาไปปรับใช้ได้

นอกจากนั้น ยังพบว่า เนื้อหาเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา มีความสอดคล้องกับแนวคิดและแนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ดังนั้น สถานศึกษาจึงมีทางเลือกในการจัดการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาเข้าสู่หลักสูตรสถานศึกษาตามความพร้อมของสถานศึกษา อาทิ จัดให้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสาระสุขศึกษา กลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม กลุ่มสาระภาษาไทย จัดไว้ในวิชาแนะแนว ชั่วโมงโฮมรูม หรือการเปิดสาระเพิ่มเติม เป็นต้น

จากการวิเคราะห์ความเกี่ยวข้องระหว่างตัวชี้วัด และสาระการเรียนรู้แกนกลางตามหลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑ นี้พบว่า เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาสอดคล้องและสามารถบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้ ดังนี้

๑. กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป ๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติได้เหมาะสม

ป ๕/๓ ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ป ๕/๒ ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาเสพติด และความรุนแรง

ป ๕/๔ วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

๒. กลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

สาระที่ ๒ หน้าที่พลเมือง วัฒนธรรม และการดำเนินชีวิตในสังคม

มาตรฐาน ส ๒.๑ เข้าใจและปฏิบัติตนตามหน้าที่ของการเป็นพลเมืองดี มีค่านิยมที่ดีงาม และธำรงรักษาประเพณีและวัฒนธรรมไทย ดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมไทย และสังคมโลกอย่างสันติสุข

- ป ๕/๑ ยกตัวอย่างและปฏิบัติตนตามสถานภาพ บทบาท สิทธิเสรีภาพ และหน้าที่ในฐานะพลเมืองดี
- ป ๕/๒ เสนอวิธีการปกป้องคุ้มครองตนเองหรือผู้อื่นจากการละเมิดสิทธิเด็ก
- ป ๕/๓ เห็นคุณค่าวัฒนธรรมไทยที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตในสังคมไทย

๓. กลุ่มสาระภาษาไทย

สาระที่ ๑ การอ่าน

มาตรฐาน ท ๑.๑ ใช้กระบวนการอ่าน สร้างความรู้และความคิด เพื่อนำไปใช้ตัดสินใจแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิตและมีนิสัยรักการอ่าน

ป ๕/๔ แยกข้อเท็จจริงและข้อคิดเห็นจากเรื่องที่อ่าน

สาระที่ ๒ การเขียน

มาตรฐาน ท ๒.๑ ใช้กระบวนการเขียน เขียนสื่อสาร เขียนเรียงความ ย่อความ และเขียนเรื่องราวในรูปแบบต่างๆ เขียนรายงานข้อมูลสารสนเทศและรายงานการศึกษาค้นคว้าอย่างมีประสิทธิภาพ

ป ๕/๒ เขียนสื่อสารโดยใช้คำได้ถูกต้อง ชัดเจน เหมาะสม

สาระที่ ๓ การฟัง การดู การพูด

มาตรฐาน ท ๓.๑ สามารถเลือกฟังและดูอย่างมีวิจารณญาณ และพูดแสดงความรู้ ความคิด และความรู้สึกในโอกาสต่างๆ อย่างมีวิจารณญาณและสร้างสรรค์

ป ๕/๒ ตั้งคำถามและตอบคำถามเชิงเหตุผลจากเรื่องที่ฟังและดู

ป ๕/๓ วิเคราะห์ความน่าเชื่อถือจากเรื่องที่ฟังและดูอย่างมีเหตุผล

ป ๕/๕ มีมารยาทในการฟัง การดู และการพูด

เมื่อพิจารณาเป้าหมายในการจัดการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา ซึ่งมุ่งส่งเสริมให้เยาวชนได้เรียนรู้ตนเอง เรียนรู้ที่จะสร้างและรักษาความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ เป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคมโดยมีสุขภาพทางเพศและคุณภาพชีวิตที่ดี และสามารถคิด วิเคราะห์ เท่าทัน สามารถเผชิญการจัดการการดำเนินชีวิตอย่างรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น ในกระบวนการจัดการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษาจึงให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตของเยาวชน ซึ่งสอดคล้องกับสมรรถนะสำคัญที่หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานมุ่งพัฒนาให้เกิดกับผู้เรียน ดังตารางเปรียบเทียบ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน เพศวิถีศึกษารอบด้าน	มุ่งพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต (Personal Skills)
๑. ความสามารถในการสื่อสาร ๒. ความสามารถในการคิด ๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา ๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ๕. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	• เท่าทันการให้คุณค่ากับสิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นตัวชี้นำพฤติกรรม เป้าหมาย และการดำเนินชีวิต • สามารถสื่อสาร รับฟัง แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึก ทั้งที่สอดคล้อง และแตกต่างกัน • สามารถคิด วิเคราะห์ ตีตรอง และเลือกตัดสินใจ รวมทั้ง รับผิดชอบผลจากการตัดสินใจของตน • สามารถยืนยันและรักษาความเป็นตัวของตัวเอง โดยเคารพ ในสิทธิของผู้อื่น • สามารถเผชิญและจัดการกับแรงกดดันจากเพื่อน สิ่งแวดล้อม และอคติทางเพศ • แสวงหาคำแนะนำ ความช่วยเหลือ การจำแนกแยกแยะข้อมูล ที่ถูกต้องออกจากที่ไม่ถูกต้อง

สรุปตัวชี้วัดและแผนการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและสัณพันธภาพศึกษา

สาระสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการเรียนรู้เพศวิถีและสัณพันธภาพศึกษาในระดับประถมศึกษาปีที่ ๕													
มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	๑. มีพลัง มีพลัง	๒. เรื่อง ของ วัยรุ่น ๑	๓. เรื่อง ของ วัยรุ่น ๒	๔. ความสัมพันธ์ที่ดี	๕. มากกวา เพื่อน	๖. สื่อสารชัดเจน	๗. เชื่องแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้นกับฉันไหม ?	๘. ความปลอดภัยต่อรังไม่โต	๙. Helping Hands: ช่วยเหลือกัน	๑๐. รู้จักไว้บอกและคิดก่อนพูด	๑๑. ยินยอมพร้อมใจ	๑๓. ขาดเสีย ฟา หึง สิ่งมพู ?	๑๔. อันตรายโดย วา..
	๑๕. ความสัมพันธ์ที่ดี	๑๖. ท่องและเพศสัมพันธ์	๑๗. ความสัมพันธ์ที่ดี	๑๘. ความสัมพันธ์ที่ดี	๑๙. ความสัมพันธ์ที่ดี	๒๐. ความสัมพันธ์ที่ดี	๒๑. ความสัมพันธ์ที่ดี	๒๒. ความสัมพันธ์ที่ดี	๒๓. ความสัมพันธ์ที่ดี	๒๔. ความสัมพันธ์ที่ดี	๒๕. ความสัมพันธ์ที่ดี	๒๖. ความสัมพันธ์ที่ดี	๒๗. ความสัมพันธ์ที่ดี
มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบคลุมเพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต													
ป ๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติได้เหมาะสม	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ป ๕/๓ จะบุพการีกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	✓			✓	✓	✓		✓		✓			
มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ													
ป ๕/๒ ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ	✓	✓	✓						✓				✓
มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การค้าเสพติด และความรุนแรง													
ป ๕/๔ วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ	✓	✓	✓										✓

[illegible]

สรุปตัวชี้วัดและแผนการเรียนรู้พหุศตวรรษที่ศึกษาและส่วนพัฒนาพหุศตวรรษ ภาษาไทย ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการเรียนรู้พหุศตวรรษที่ ๕																
มาตรฐานตัวชี้วัด	๑. มีดี มีพลัง	๒. เรื่อง ของ วิชา ๑	๓. เรื่อง ของ วิชา ๒	๔. ความสัมพันธ์ที่ดี	๕. มากกว่าเพื่อน	๖. สื่อสารชัดเจน	๗. เรื่องแบบมีโอกาสเกิดขึ้นกับฉันไหม ?	๘. ความปลอดภัยต่อร่องไม้	๙. Helping Hands: ฉันช่วยได้	๑๐. รู้จักไวรัสเอชไอวี และเอดส์	๑๑. กล้าคิด กล้าบอก และคิดก่อนพูด	๑๒. ยินยอมพร้อมใจ	๑๓. งามสรีระ หวี หมู ? สีส้ม ?	๑๔. ฉันเคยได้ยินว่า..	๑๕. ความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์	๑๖. ท้อง และเพศสัมพันธ์: คิดก่อนทำ
มาตรฐาน ท ๑.๑ ใช้กระบวนการอ่าน สร้างความรู้และความเข้าใจ นำไปใช้ตัดสินใจ แก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิตและมีนิสัยรักการอ่าน																
ป ๕/๔ แยกข้อเท็จจริงและข้อคิดเห็นจากเรื่องที่อ่าน	✓			✓				✓	✓		✓			✓		
มาตรฐาน ท ๒.๑ ใช้กระบวนการเขียน เขียนสื่อสาร เขียนเรียงความ ย่อความ และเขียนเรื่องราวในรูปแบบต่างๆ เขียนรายงานข้อมูลสารสนเทศและรายงานการศึกษาค้นคว้าอย่างมีประสิทธิภาพ																
ป ๕/๒ เขียนสื่อสารโดยใช้คำได้ถูกต้อง	✓	✓					✓								✓	
มาตรฐาน ท ๓.๑ สามารถเลือกฟังและดูอย่างมีวิจารณญาณ และพูดแสดงความรู้ ความคิด และความรู้สึกลงในโอกาสต่างๆ อย่างมีวิจารณญาณและสร้างสรรค์																
ป ๕/๑ พูดแสดงความรู้ ความคิดเห็น และความรู้สึกลงเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและดู	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ป ๕/๒ ตั้งคำถามและตอบคำถามเชิงเหตุผล จากเรื่องที่ฟังและดู	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ป ๕/๓ วิเคราะห์ความน่าเชื่อถือจากเรื่องที่ฟังและดูอย่างมีเหตุผล	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ป ๕/๕ มีมารยาทในการฟัง การดู และการพูด	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

แผนการเรียนรู้ เพศวิถีและสัมพันธ์ภาพศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการเรียนรู้เพศวิถีและสัมพันธ์ภาพศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ประกอบ
ด้วย ๑๖ แผนการเรียนรู้ และครอบคลุมทหมิติของเพศวิถีศึกษา ดังนี้

- ๑) มีดี มีพลัง
- ๒) เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่น ๑
- ๓) เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่น ๒
- ๔) ความสัมพันธ์ดี-ไม่ดี
- ๕) มากกว่าเพื่อน
- ๖) สื่อสารชัดเจน
- ๗) เรื่องแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้นกับฉันไหม ?
- ๘) ความปลอดภัย ต่อรองไม่ได้
- ๙) Helping Hands : ฉันช่วยได้
- ๑๐) รู้จักไวรัสเอชไอวี และเอดส์
- ๑๑) กล้าคิด กล้าบอก และคิดก่อนพูด
- ๑๒) ยินยอม พร้อมใจ
- ๑๓) ขายสีฟ้า หญิงสีชมพู ?
- ๑๔) ฉันเคยได้ยินว่า..
- ๑๕) ความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์
- ๑๖) ท้อง และเพศสัมพันธ์ : คิดก่อนทำ

พัฒนาการทางเพศ

- (๑) มีดี มีพลัง
- (๒) เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่น ๑
- (๑๔) ฉันเคยได้ยินว่า...

สังคมและวัฒนธรรม

- (๓) เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่น ๒
- (๑๓) ขายสีฟ้า หญิงสีชมพู ?

สุขภาพทางเพศ

- (๑๐) รู้จักไวรัสเอชไอวี และเอดส์
- (๑๖) ท้อง และเพศสัมพันธ์ : คิดก่อนทำ

พฤติกรรมทางเพศ

- (๑๕) ความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์

สัมพันธภาพ

- (๔) ความสัมพันธ์ดี-ไม่ดี
- (๕) มากกว่าเพื่อน
- (๙) Helping Hands : ฉันช่วยได้
- (๑๒) ยินยอม พร้อมใจ

ทักษะส่วนบุคคล

- (๖) สื่อสารชัดเจน
- (๗) เรื่องแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้นกับฉันไหม ?
- (๘) ความปลอดภัย ต่อรองไม่ได้
- (๑๑) กล้าคิด กล้าบอก และคิดก่อนพูด

ป.๕ Rights & Respect



แผนการเรียนรู้ที่ ๑
มีดี มีพลัง



แผนการเรียนรู้ที่ ๑

มีดี มีพลัง



สาระสำคัญ

การเรียนรู้ที่จะมองหาจุดเด่นหรือข้อดีของตนเอง จะช่วยให้วัยรุ่นมีความรู้สึกที่ดีกับตัวเอง เกิดความภาคภูมิใจ มองตัวเองในด้านบวกมากขึ้น และเป็นการส่งเสริมให้เกิดความเชื่อมั่น ความกล้าในการเผชิญปัญหา รู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเอง และเป็นคนที่มีสุขภาพจิตที่ดี



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

๑) บอกข้อดี ความสามารถ หรือคุณสมบัติด้านบวกของตนเอง และเพื่อน อย่างน้อย ๓ ข้อ

๒) มั่นใจและเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การรัก เคารพ และเห็นคุณค่าตัวเอง • ความมั่นใจในตนเอง • สำนึกพลเมือง	• การรู้จักตนเอง • การพัฒนาตนเอง • การปรับตัวในการอยู่ร่วมกับคนอื่น • การสื่อสาร



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

แผ่นกิจกรรม “จุดเด่น/ข้อดีของฉัน” สำหรับนักเรียนทุกคน



ข้อเสนอแนะสำหรับผู้จัดการเรียนรู้

เมื่อจบกิจกรรม ครูอาจเก็บแผ่นกิจกรรมของทุกคน เพื่อสำรวจสิ่งที่นักเรียนเขียน เพื่อช่วยในการพัฒนานักเรียนต่อไป



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูชี้แจงวัตถุประสงค์ว่าวันนี้ เราจะชวนกันรู้จักตัวเอง มองหาข้อดีทั้งของตัวเอง และของเพื่อนๆ

๒. ครูอธิบายว่า ครูจะแจกแผ่นกิจกรรม “จุดเด่นหรือข้อดีของฉัน” ให้นักเรียนทุกคน ในแผ่นนั้นมีคำอยู่ ๑๘ คำ และมีช่อง “ฉันมอง” กับ “เพื่อนมอง” ยกตัวอย่างบนกระดาน

- ให้แต่ละคนพิจารณาว่ามีข้อไหนที่ตรงกับตัวเองบ้าง อย่างน้อย ๓ ข้อ ให้ทำเครื่องหมายหน้าข้อที่ตรงกับตัวเอง นักเรียนสามารถเขียนเพิ่มเติมได้ หากไม่มีคำตอบที่ตรงกับตัวเอง ในข้อที่ ๑๙ และ ๒๐

ฉันมอง	เพื่อนมอง
☐ ๑. ชื่อดัตต์	☐
☐ ๒. มีวินัย	☐
☐ ๓. รับผิดชอบ	☐
☐ ๔. มีน้ำใจ ชอบช่วยเหลือ	☐
☐ ๕. ไม่โกหก	☐

๓. แจกแผ่นกิจกรรม “จุดเด่นหรือข้อดีของฉัน” ให้นักเรียนทุกคน ใช้เวลา
ทำ ๓ นาที

- หากสังเกตว่า มีนักเรียนที่อ่านไม่คล่อง ครูอ่านทีละข้อและให้นักเรียน
ทำไปพร้อมๆ กัน

๔. ให้นักเรียนจับคู่ ให้แต่ละคนเลือกจุดเด่นหรือข้อดีของตัวเอง ๑ ข้อ และ
เล่าเหตุการณ์หรือยกตัวอย่างสถานการณ์ที่แสดงถึงจุดเด่นหรือข้อดีของตัวเองให้
เพื่อนฟังสั้นๆ ใช้เวลา ๕ นาที

๕. ครูถามนักเรียนว่า

- รู้สึกอย่างไรเมื่อเห็นข้อดีหรือจุดเด่นของตนเอง
- รู้ได้อย่างไรว่า อะไรเป็นจุดเด่นหรือข้อดีของเรา

๖. ครูเสริมเรื่องการเรียนรู้จักจุดเด่น/ข้อดี จากคำตอบของนักเรียนเพิ่มเติม อาทิ

- จากการมีประสบการณ์ตรง เช่น ได้ทำอะไรบางอย่างแล้วรู้สึกที่ตัว
เองทำได้ดี มีความสุขกับสิ่งที่ทำ เช่น การช่วยเหลือคนอื่น
- จากการสังเกตและวิเคราะห์ตนเอง เช่น รู้ว่าตัวเองมีความคิด
สร้างสรรค์ รู้ว่าเราสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี
- จากการรับฟังเสียงสะท้อนจากคนรอบข้าง เช่น พ่อแม่/ผู้ปกครอง
ญาติ เพื่อน ครู เป็นต้น
- จากการบันทึกเรื่องราวที่ทำแล้วทำให้เรารู้สึกดี/ภาคภูมิใจในแต่ละ
วัน

๗. แบ่งกลุ่มๆ ละ ๕ คน ครูอธิบายว่า สิ่งที่เราจะทำในรอบนี้ คือ
- ให้ดูคุณสมบัติทั้ง ๑๔ ข้อว่า เพื่อนในกลุ่มอีก ๔ คน มีข้อใดซึ่งเป็นจุดเด่นหรือข้อดีที่เราชื่นชอบ เลือก ๑ ข้อสำหรับเพื่อนแต่ละคน (อาจซ้ำกันได้)
 - และให้บอกเพื่อนแต่ละคนถึงข้อดี พร้อมยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่แสดงถึงข้อดีของเพื่อน โดยผลัดกันบอกจนครบทั้ง ๕ คน
 - เมื่อเพื่อนแต่ละคนบอกข้อดีของเรา ให้ทำเครื่องหมายในข้อที่เพื่อนบอกในช่อง “เพื่อนมอง”
๘. เมื่อทุกคนได้บอกเพื่อนแล้ว ครูชวนคุย ดังนี้
- รู้สึกอย่างไรกับการได้บอกข้อดีของเพื่อนให้เพื่อนได้รับรู้
 - รู้สึกอย่างไรที่เพื่อนชื่นชมในจุดเด่น/ข้อดีของเรา
 - มีจุดเด่น/ข้อดีของเราข้อไหนที่ทำให้รู้สึกประหลาดใจหรือคาดไม่ถึงว่าจะ成为ข้อดีของตนเองหรือไม่ อย่างไร (ขอฟังตัวอย่าง)
 - การรู้จักจุดเด่น/ข้อดีของตนเองมีประโยชน์อย่างไร
๙. ครูสรุปการเรียนรู้ ดังนี้
- ถامنักเรียนว่า วันนี้
 - เราเห็นข้อดีของเราเองมากขึ้น หรือชัดเจนขึ้นหรือไม่ อย่างไร
 - ใครบ้าง ที่เพิ่งค้นพบข้อดีบางข้อของตัวเองในวันนี้ (ขอตัวอย่าง)
 - ครูเสริมว่า
 - เราทุกคนล้วนมีข้อดี และการเห็นข้อดีของตนเองจะช่วยทำให้เรารู้สึกดีกับตัวเอง มีพลังที่จะทำสิ่งดีๆ และรู้ว่าตัวเราเองมีคุณค่า มีความมั่นใจในตนเอง กล้าที่จะเผชิญกับปัญหา รวมถึงลดโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้าได้ด้วย
 - บางคนอาจมองตัวเองในด้านลบจนเกินไป การมองตนเองในแง่ร้าย ทำให้เรารู้สึกแย่ รู้สึกไม่มีค่า ส่งผลให้เรามองโลกในแง่ร้ายไปด้วย

- อย่างไรก็ดี ทุกคนล้วนมีด้านที่เราต้องพัฒนาตัวเอง ปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น ใน ๑๘ ข้อที่ครูยกตัวอย่างอาจจะมีหลายข้อที่เราอยากทำให้ตัวเองมีคุณสมบัติเหล่านั้นมากขึ้น ซึ่งสามารถทำได้หากตั้งใจ
- การมองเห็นข้อดีของเพื่อน ทำให้เราเห็นด้านที่เราสามารถเรียนรู้จากเพื่อน และการบอกหรือชื่นชมข้อดีของเพื่อน นอกจากช่วยเสริมความมั่นใจให้เพื่อนแล้ว ยังช่วยทำให้ความสัมพันธ์ที่มีแน่นแฟ้นขึ้น
- นอกจากนั้น การมีโอกาสปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง จะเป็นกระจุกเงาที่สะท้อนความเป็นตัวตนของเราให้เราค้นพบตัวเองได้เร็วยิ่งขึ้น

แผนกิจกรรม “จุดเด่น/ข้อดีของฉัน”

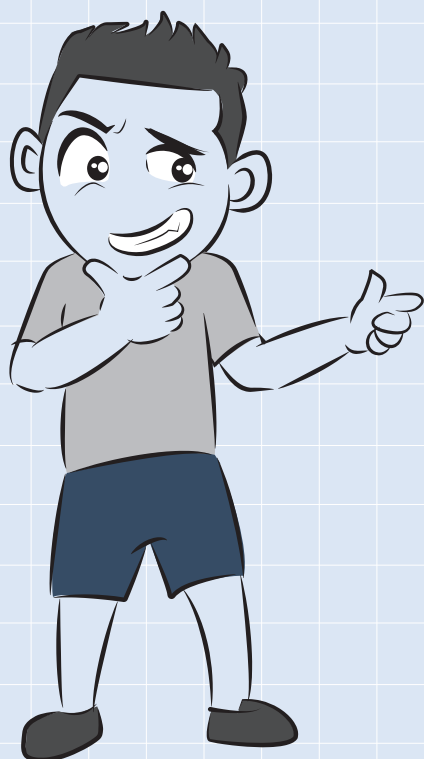
รอบที่ ๑ ให้ทำเครื่องหมาย✓ ลงในช่อง “ฉันมอง” ในข้อที่ตรงกับตนเองมากที่สุด
อย่างน้อย ๓ ข้อ

รอบที่ ๒ เมื่อเพื่อนบอกข้อดีของเรา ให้ทำเครื่องหมาย✓ ลงในช่อง “เพื่อนมอง” ใน
ข้อที่เพื่อนบอก

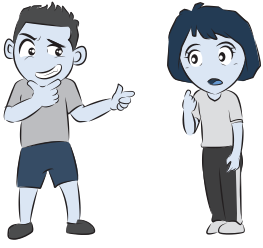
** หากจุดเด่น/ข้อดีของเรา หรือที่เพื่อนบอกไม่มี สามารถเขียนเพิ่มเติมได้ในข้อ
๑๙-๒๐ ได้

ฉันมอง	คุณสมบัติที่ดี	เพื่อนมอง
	๑. ซื่อสัตย์	
	๒. มีวินัย	
	๓. รับผิดชอบ	
	๔. มีน้ำใจ ชอบช่วยเหลือ	
	๕. ไม่โกหก	
	๖. เอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่	
	๗. ให้เกียรติคนอื่น	
	๘. ตรงเวลา	
	๙. รู้จักขอโทษ	
	๑๐. ควบคุมอารมณ์ได้ดี	
	๑๑. ละเอียด รอบคอบ	
	๑๒. อดทน	
	๑๓. เข้ากับผู้อื่นได้ง่าย	
	๑๔. กตัญญู	
	๑๕. รับฟังความคิดเห็นคนอื่น	
	๑๖. มีความยุติธรรม	
	๑๗. ประนีประนอม	
	๑๘. มีความคิดสร้างสรรค์	
	๑๙.	
	๒๐.	

การมีปฏิสัมพันธ์
กับคนรอบข้างจะเป็น
กระจกเงาที่สะท้อน
ความเป็นตัวตนของเรา
ให้เราค้นพบตัวเอง
ได้เร็วยิ่งขึ้น



แผนการเรียนรู้ที่ ๒-๓
เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่น



แผนการเรียนรู้ที่ ๒-๓

เรื่องวุ่นๆ ของวัยรุ่น



สาระสำคัญ

การเข้าสู่วัยรุ่นเป็นพัฒนาการการเติบโตจากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งมีลักษณะการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทางร่างกายและอารมณ์ ลักษณะทางร่างกายส่วนใหญ่เป็นผลมาจากยีนส์ที่ได้รับจากพ่อแม่ทำให้เราแต่ละคนแตกต่างกัน หลายคนอาจรู้สึกกดดันให้ปรับเปลี่ยนร่างกายให้เหมือนกับที่สื่อนำเสนอ หลายคนเริ่มมีพัฒนาการทางเพศและความรู้สึกพิเศษกับคนพิเศษ แต่ละคนจะมีจังหวะในการเปลี่ยนแปลงไม่เหมือนกัน



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) บอกวิธีการดูแลการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในช่วงเข้าสู่วัยรุ่น
- ๒) ฝึกการสืบค้นข้อมูล และเปรียบเทียบความน่าเชื่อถือของข้อมูลจากแหล่งข้อมูลในอินเทอร์เน็ต

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การรัก เคารพ และเห็นคุณค่าตัวเอง • การเคารพความแตกต่าง • ความรับผิดชอบ • ความปลอดภัย	• การรู้จักตนเอง • การดูแลสุขภาพอนามัย • การตัดสินใจ • การคิด วิเคราะห์ • การเท่าทัน • การสืบค้นข้อมูล • การสื่อสาร • การทำงานร่วมกับผู้อื่น



ระยะเวลา

๑๒๐ นาที (๒ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

- เตรียมหัวข้อ “เรื่องรุ่นของวัยรุ่น” ๑๐ ข้อ บนกระดาษ A4 ข้อละ ๑ แผ่น
- กระดาษฟลิปชาร์ต สำหรับให้กลุ่มทำการบ้านเพื่อนำเสนอในครั้งที่ ๒
- เตรียมพื้นที่สำหรับติดฟลิปชาร์ตรอบ ๆ ห้องในการนำเสนอครั้งที่ ๒



ข้อเสนอแนะสำหรับผู้จัดการเรียนรู้

หากสามารถจัดการเรียนรู้ในห้องคอมพิวเตอร์ หรือมีอุปกรณ์ที่ให้นักเรียนสืบค้นข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตได้ จะช่วยเสริมการเรียนรู้เรื่องการค้นข้อมูลที่น่าเชื่อถือของนักเรียนได้



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการแสดงเหตุผลในการตอบคำถามหรือแสดงความคิดเห็น
๓. สังเกตการทำงานเป็นทีม



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ ๑

๑. ถามนักเรียนว่า
 - ในแต่ละวันเรามีวิธีดูแลตัวเองอย่างไรบ้าง
 - มีเรื่องไหนบ้าง ที่เราเริ่มดูแลเป็นพิเศษ ดูแลอย่างไร
๒. ครูเสริมว่า สุขภาพเป็นเรื่องสำคัญ เราทุกคนควรดูแลตัวเองทั้งด้านร่างกายและอารมณ์ โดยเฉพาะในช่วงที่เรา กำลังเข้าสู่วัยรุ่น ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง ถามนักเรียน และจดคำตอบของนักเรียนไว้บนกระดาน
 - วัยรุ่นส่วนใหญ่สนใจดูแลตัวเองในเรื่องใดบ้าง
 - เรื่องที่วัยรุ่นส่วนใหญ่กังวลมีเรื่องอะไรบ้าง

⌘ คำตอบของคำถาม ๒ ข้อนี ครูเตรียมเลือกหัวข้อที่น่าสนใจ เพื่อให้เป็นการ บ้านกลุ่ม (อาจใช้ ๑๐ กลุ่มเดิม หรือแบ่งกลุ่มใหม่ตามจำนวนหัวข้อ) ในการสืบค้นข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต โดยแจ้งหัวข้อท้ายชั่วโมง

๓. ครูทวนคำตอบของนักเรียน และบอกว่า เราจะได้คุยกันบางเรื่องในวันนี้ ส่วนบางเรื่อง ครูจะหาเวลาคุยกับนักเรียนในชั่วโมงต่อไป

๔. แบ่งนักเรียนเป็น ๑๐ กลุ่ม แต่ละกลุ่มจะได้รับหัวข้อ “เรื่องวุ่นของวัยรุ่น” กลุ่มละ ๑ ข้อ ให้เวลาแต่ละกลุ่ม ๑๐ นาที

๑. อดอาหารเพื่อลดน้ำหนัก
๒. นอนหลับและพักผ่อนให้เพียงพอ
๓. ทำความสะอาดผิวพรรณและบริเวณขาหนีบ

๔. ตะโกนหรือพูดเสียงดังใส่พ่อแม่ตอนที่อารมณ์ไม่ดี
๕. ทำความสะอาดและสังเกตอาการผิดปกติบริเวณอวัยวะเพศ
๖. มีประจำเดือน
๗. ผื่นเปื่อย
๘. ล้อเลียนคนอื่นในเรื่องร่างกาย
๙. รู้สึกชอบ ถูกใจใครบางคนเป็นพิเศษ
๑๐. ปืบสาว

- ให้แต่ละกลุ่มพิจารณาเรื่องที่ตนเองได้รับว่า สำหรับวัยรุ่นเรื่องแบบนี้ “โอเคหรือไม่โอเค” เพราะเหตุใด ให้กลุ่มคุยกัน เพื่อเตรียมอธิบายให้เพื่อนฟัง โดยมีตัวอย่างประกอบ เช่น สิ่งที่ต้องรู้ สิ่งที่ต้องทำ สิ่งที่ไม่ควรทำ สิ่งที่ต้องระวัง ประโยชน์หรือความเสี่ยงที่อาจมี เป็นต้น

หมายเหตุ: ทั้งนี้ หากสามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ และนักเรียนมีอุปกรณ์พร้อม เปิดโอกาสให้นักเรียนหาข้อมูลเพิ่มเติม

๕. ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอ และครูซักถามเพิ่มเติม รวมทั้งเสริมข้อมูล

๖. การบ้าน

- มอบหมายหัวข้อที่เป็นความกังวลใจของวัยรุ่น ที่นักเรียนระดมในช่วงแรก หรือใช้ ๑๐ หัวข้อเดิม ให้นักเรียนไปสืบค้นข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตว่า นักเรียนพบข้อมูลอะไรที่น่าสนใจที่จะนำมาเล่าให้เพื่อนฟังในช่วงต่อไป โดยให้ลองเปรียบเทียบข้อมูลจาก ๓ แหล่ง/เว็บไซต์ และให้แต่ละกลุ่มเตรียมเขียน/วาด/มีภาพประกอบบนฟลิปชาร์ตกลุ่มละ ๑ แผ่น พร้อมระบุแหล่งข้อมูลที่ค้นหา
- ครูอาจเสนอแนะแหล่งข้อมูล และเว็บไซต์ที่น่าเชื่อถือ และให้นักเรียนลองหาจากเว็บไซต์อื่นๆ เพื่อเปรียบเทียบ

ชั่วโมงที่ ๒

๑. ให้แต่ละกลุ่มนำฟิลิปชาร์ทที่กลุ่มตนเองเตรียม ติดไว้บนผนังรอบๆ ห้อง
๒. หากจัดการเวลาได้ ให้แต่ละกลุ่มเตรียมนำเสนอสิ่งที่น่าสนใจที่สุดที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อที่ได้รับ ให้เวลากลุ่มละ ๓ นาที หรือให้เวลานักเรียนเดินดูผลงานของเพื่อนๆ และจดสิ่งที่น่าสนใจ หรือคำถามที่มี
๓. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอ หรือให้เวลานักเรียนเดินดูทุกกลุ่มแล้ว ให้นักเรียนนั่งรวมกันตามกลุ่ม
 - ถามนักเรียนว่าเมื่อได้ฟังการนำเสนอ หรือเดินดูผลงานของเพื่อนๆ แล้ว อยากสะท้อนความรู้สึก หรือความคิดเห็นอะไรบ้าง เช่น มีอะไรที่น่าสนใจ มีคำถามอะไร มีข้อสังเกตอะไร
๔. ครูถามถึงประสบการณ์การสืบค้นข้อมูลในหัวข้อที่นักเรียนได้รับมอบหมาย โดยให้แต่ละกลุ่มช่วยกันเสริม (๑๐ นาที)
 - ได้เรียนรู้ หรือพบอะไรใหม่ที่น่าสนใจบ้าง จากการลองไปสืบค้นข้อมูลครั้งนี้
 - กลุ่มปรึกษา/วางแผนการหาข้อมูลอย่างไรบ้าง
 - วิธีการเลือกแหล่งข้อมูล
 - การแบ่งบทบาทในกลุ่ม
๕. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ครูสรุปประเด็นสำคัญ ดังนี้
 - การค้นหาข้อมูลในอินเทอร์เน็ตเป็นวิธีการที่สะดวกและรวดเร็วสำหรับผู้ที่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ แต่ก็มีข้อจำกัดและข้อควรระมัดระวัง
 - เราต้องตระหนักว่าข้อมูลที่มีอยู่ในอินเทอร์เน็ตอาจเป็นข้อมูลที่จริงหรือเท็จก็ได้ อาจเป็นข้อมูลที่ได้รับการพิสูจน์อย่างเป็นวิทยาศาสตร์ หรืออาจเป็นข้อมูลที่ใครคนหนึ่งแต่งขึ้นมาเอง ดังนั้น ในการค้นหาข้อมูล ควรเน้นข้อมูลที่มีแหล่งต้นตอที่ชัดเจน และเป็นแหล่งที่มีความน่าเชื่อถือสูง เช่น แหล่งข้อมูลทางวิชาการ (สถาบันทางการศึกษา

วารสารทางวิชาการ ผลงานวิจัย) จากหน่วยงานของรัฐ องค์กรเอกชน หรือสื่อมวลชนที่น่าเชื่อถือ

- ควรหาข้อมูลจากแหล่งปฐมภูมิมากกว่าแหล่งทุติยภูมิ ดังนั้น ในกรณีที่พบข้อมูลที่ต้องการในแหล่งข้อมูลทุติยภูมิ เช่น พบรายงานข่าวในหนังสือพิมพ์อ้างถึงข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุข เราก็ควรไปค้นข้อมูลนั้นต่อที่แหล่งปฐมภูมิ คือเว็บไซต์ของกระทรวงสาธารณสุข เป็นต้น

เอกสารประกอบการอธิบายสำหรับครู – ชั่วโมงที่ ๑

สิบเรื่องวุ่นของวัยรุ่น โอเค หรือ ไม่โอเค เพราะเหตุใด

๑. ลดอาหารเพื่อลดน้ำหนัก — ไม่โอเค

ช่วงวัยรุ่น ร่างกายกำลังเติบโตเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ร่างกายจึงต้องการสารอาหารที่จะช่วยให้เรามีสุขภาพดี แต่ละคนมีสรีระร่างกายที่ต่างกัน ความสวยหล่อที่เราเห็นในสื่อ (เช่น ต้องผอม ขาว ฯลฯ) เป็นภาพที่ถูกสร้างขึ้น ซึ่งในความเป็นจริงไม่มีใครที่เป็นคนสมบูรณ์แบบแบบนั้นได้ นอกจากนั้น คุณค่าของคนไม่ได้อยู่ที่ภาพลักษณ์ภายนอก

๒. นอนหลับและพักผ่อนให้เพียงพอ — โอเค

เพราะร่างกายเรากำลังเติบโตอย่างรวดเร็วในช่วงเข้าสู่วัยรุ่น การนอนหลับอย่างเพียงพอจึงเป็นส่วนสำคัญ โดยเฉลี่ยวัยรุ่นควรนอนหลับวันละประมาณ ๑๐ ชั่วโมง

๓. ทำความสะอาดผิวพรรณและบริเวณขาหนีบ — โอเค

ช่วงวัยรุ่น ร่างกายจะผลิตเหงื่อและกลิ่นตัวมากขึ้น ดังนั้น การอาบน้ำเพื่อรักษาความสะอาด ไม่ให้มีกลิ่นตัวจึงเป็นเรื่องสำคัญต่อสุขภาพ และต่อคนรอบข้าง

๔. ตะโกนหรือพูดเสียงดังใส่พ่อแม่ตอนที่อารมณ์ไม่ดี — ไม่โอเค

ช่วงวัยรุ่น เป็นช่วงที่อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย เราอาจโมโห หงุดหงิดง่าย แต่เราก็มีวิธีการจัดการหรือควบคุมอารมณ์เราได้หลายแบบ โดยที่ไม่ต้องระบายอารมณ์กับผู้อื่น

๕. ทำความสะอาดและสังเกตอาการผิดปกติบริเวณอวัยวะเพศ — โอเค

อวัยวะเพศก็เหมือนส่วนอื่นๆ ของร่างกายที่ควรได้รับการดูแลใส่ใจ ในช่วงวัยรุ่นนี้พัฒนาการด้านเพศหลายอย่าง วัยรุ่นจึงควรเรียนรู้ หน้าที่สังเกต และหากสงสัยควรถามหรือปรึกษาพ่อแม่หรือผู้ใหญ่ที่เราสนิทและไว้ใจ

๖. มีประจำเดือน — โอเค

การมีประจำเดือนเป็นเรื่องปกติของผู้หญิง ร่างกายกำลังแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการในเรื่องการเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์ การมีประจำเดือนจึงไม่ใช่เรื่องน่าอาย และไม่ใช่เรื่องที่จะล้อเลียนกัน ในช่วงที่ผู้หญิงมีประจำเดือน เราต้องดูแลเรื่องความสะอาด การเปลี่ยนผ้าอนามัย

๗. ผื่นเปื่อย — โอเค

การผื่นเปื่อยเป็นเรื่องปกติของเพศชาย ร่างกายกำลังแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการในเรื่องการเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์ เราจึงไม่ต้องรู้สึกอายหรือรู้สึกผิดกับการผื่นเปื่อย หากมีอาการผื่นเปื่อย เราก็เพียงทำความสะอาดตัวเอง และหากเลอะที่นอนก็เปลี่ยนผ้าปูที่นอน

๘. ล้อเลียนคนอื่นในเรื่องร่างกาย — ไม่โอเค

การล้อเลียนคนอื่นเป็นเรื่องที่ไม่สมควรกระทำทุกกรณี และเป็นเรื่องที่เราทุกคนต้องช่วยกันป้องกันไม่ให้เกิดขึ้น และตักเตือนหากพบเห็นเพื่อนที่ล้อเลียนคนอื่น

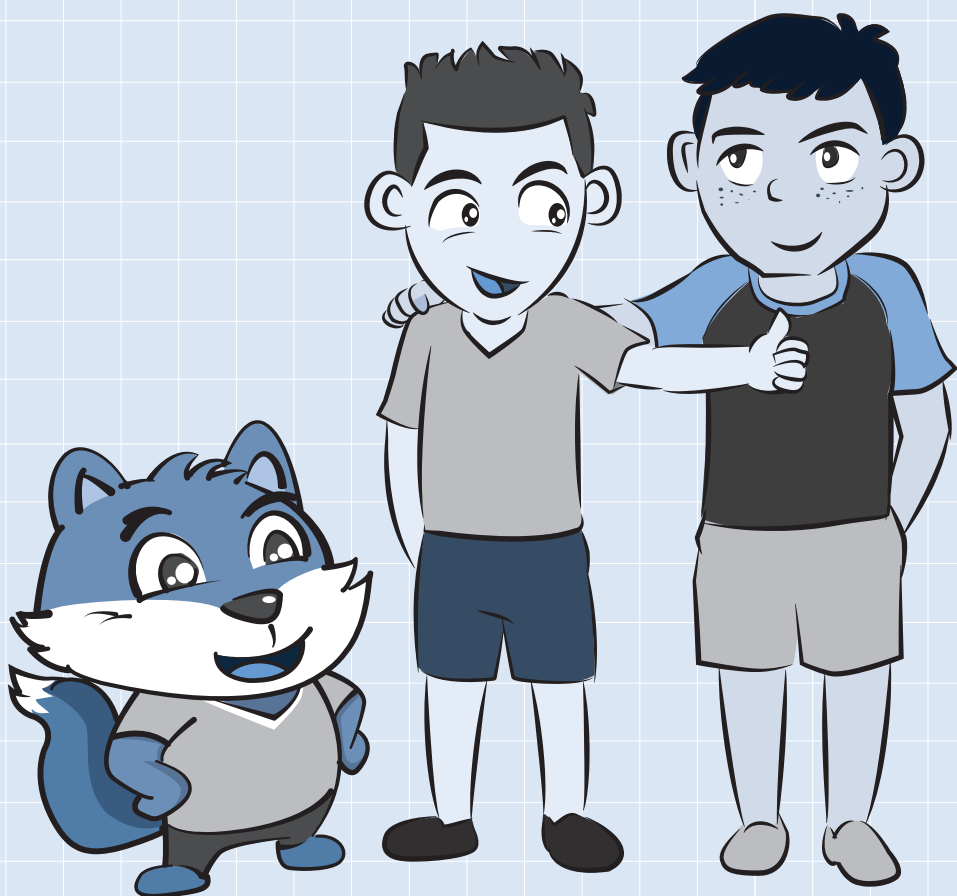
๙. รู้สึกชอบ ถูกใจใครบางคนเป็นพิเศษ — โอเค

ช่วงวัยรุ่น เป็นช่วงที่บางคนเริ่มรู้สึกชอบพอ หรือถูกใจคนพิเศษบางคน ที่ต่างจากเพื่อน

๑๐. ปีบสิ่ว — ไม่โอเค

วิธีที่ดีที่สุดในการจัดการสิ่ว คือการรักษาหน้าให้สะอาด กินอาหารที่มีประโยชน์ และดื่มน้ำมากๆ และไม่ควรปีบสิ่ว เพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อหรือเป็นแผลเป็นได้ หากรู้สึกว่าเราเป็นสิ่วมาก ให้ปรึกษาพ่อแม่เพื่อไปพบแพทย์

ข้อมูลที่อยู่ในอินเทอร์เน็ต
อาจเป็นข้อมูลที่จริงหรือเท็จ
ก็ได้ ในการค้นหาข้อมูล
ควรเน้นข้อมูลจากแหล่งที่มี
ความน่าเชื่อถือ



แผนการเรียนรู้ที่ ๔
ความสัมพันธ์ดี-ไม่ดี



แผนการเรียนรู้ที่ ๔

ความสัมพันธ์ดี-ไม่ดี



สาระสำคัญ

เพื่อนมีบทบาทสำคัญตลอดช่วงชีวิตของคนเรา โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น เพื่อนมีบทบาทสำคัญมาก การมีเพื่อนช่วยให้เราเรียนรู้เรื่องการพัฒนามิตรภาพ การรักษาความเป็นเพื่อนให้ดีและแน่นแฟ้นขึ้น รวมทั้ง สิ่งนี้อาจทำลายความสัมพันธ์ หรือ ทำให้ความสัมพันธ์กับเพื่อนแย่ลง ซึ่งล้วนเป็นทักษะที่ต้องเรียนรู้ และเป็นพื้นฐานในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) บอก ๓ เรื่องที่ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนดี
- ๒) บอก ๓ เรื่องที่เราไม่ควรทำกับเพื่อน
- ๓) บอกสิ่งที่เราจะทำ หากเราเป็นฝ่ายทำให้เพื่อนรู้สึกไม่ดี หรือเสียใจ

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
- เคารพความแตกต่าง - รู้และเคารพสิทธิ - เข้าใจคนอื่น - การไม่เอาเปรียบผู้อื่น	- การรับฟัง - การบอกความรู้สึกตนเอง - การยืนยันความต้องการ - การปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

- ดินสอสี หรือ สีเทียน หรือ สีเมจิก
- กระดาษ A4 เท่าจำนวนนักเรียน



ข้อเสนอแนะสำหรับผู้จัดการเรียนรู้

ครูควรสังเกตว่ามีนักเรียนคนใดที่อาจมีความขัดแย้ง มีปัญหากับเพื่อน หรือไม่ค่อยมีเพื่อน และช่วยสร้างบรรยากาศที่ช่วยให้มีการเรียนรู้และยอมรับกันมากขึ้น



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการทำงานกลุ่มและการแบ่งปันกัน
๓. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูบอกว่าวันนี้เราจะคุยกันเรื่อง “เพื่อน” ถามนักเรียนว่า
 - การมีเพื่อน มีข้อดีอย่างไรบ้าง ?

๒. ครูอธิบายเพิ่มเติมว่า เพื่อนมีบทบาทสำคัญตลอดชีวิตของคนเรา โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น เพื่อนมีความสำคัญมาก การเรียนรู้ว่าอะไรที่ช่วยให้เรามีความสัมพันธ์ที่ดี และไม่ติดกับเพื่อนจะช่วยให้เราสามารถพัฒนาความสัมพันธ์ รักษาความเป็นเพื่อนให้คงอยู่และแน่นแฟ้นขึ้น

๓. ครูให้นักเรียนนั่งเป็นกลุ่มๆ ละ ๔-๕ คน เมื่อทุกคนนั่งเรียบร้อยแล้ว ขวบนักเรียนปิดตา และครูชวนให้คิดตามสิ่งที่ครูพูด ดังนี้

"ให้เราแต่ละคนนึกถึงเพื่อนสนิท หรือ เพื่อนรักของเรา ที่อาจจะเรียนห้องเดียวกันนี้ หรือไม่ได้อยู่ในห้องนี้ได้ เพื่อนสนิทอาจเป็น พี่เรา น้องเรา หรือญาติเราก็ได้ ลองนึกถึงคนที่เรารู้สึกว่า เขาเป็นเพื่อนสนิทของเรา ที่เราชอบใช้เวลาด้วย คุยด้วย เล่นด้วย เล่าเรื่องต่างๆ ให้กันฟัง นึกถึงหน้าเพื่อนคนนั้น และตอนนี้ ให้ลองนึกถึงเวลาดีๆ ที่เรามีกับเพื่อนคนนี้ เวลาที่เราสนุกด้วยกัน มีความสุขด้วยกัน ให้ลองคิดว่า อะไรนะที่ทำให้เรารู้สึกดี สนุก มีความสุขในช่วงนั้นๆ กับเพื่อน แต่ในความเป็นเพื่อน บางทีก็มีเวลาที่เรารู้สึกอึดอัด ไม่ชอบ รู้สึกไม่ดีเหมือนกัน ลองนึกถึงช่วงเวลาแบบนั้น ว่าเกิดอะไรขึ้น และอะไรทำให้เรารู้สึกไม่ดี ไม่อยากให้เกิดขึ้นอีก..."

๔. ครูบอกให้นักเรียนเปิดตา ถามนักเรียนว่า ใครอยากจะลองบอกว่า ช่วงเวลาดีๆ ที่เรามีกับเพื่อน คืออะไร และเหตุการณ์อะไรที่ทำให้เรารู้สึกไม่ดี (ขอฟังอย่างละ ๑-๒ เรื่อง)

๕. ครูแจกแผ่นกระดาษ A4 ให้ทุกคน และเตรียมดินสอสี หรือสีเทียน ให้กลุ่มละ ๑ ชุดเพื่อแบ่งกันใช้ และบอกให้นักเรียนแบ่งกระดาษเป็น ๒ ส่วนดังตัวอย่างเพื่อวาดภาพ หรือเขียนเล่าเรื่อง ตามที่ครูชวนคิดเมื่อสักครู่นี้ ๑๐ นาที

วาดภาพหรือเล่าเรื่อง “ช่วงเวลาดี ๆ ที่เรามีกับเพื่อนรัก”	วาดภาพหรือเล่าเรื่อง “เหตุการณ์ที่เราารู้สึกไม่ดี หรือ ไม่ชอบ เวลา ที่อยู่กับเพื่อน หรือสิ่งที่เพื่อนทำกับเรา”
---	--

เมื่อครบ ๑๐ นาที ให้นักเรียนเล่าให้กันฟังในกลุ่มย่อย และให้กลุ่มช่วยกัน
รวบรวมคำตอบของทุกคนว่า

๑. สิ่งที่ทำให้เรารู้สึกดีเวลาอยู่กับเพื่อน คือ ...
๒. สิ่งที่ทำให้เรารู้สึกไม่ดี หรือ ไม่ชอบ เวลาที่อยู่กับเพื่อน คือ ...

๖. ครูขอฟังคำตอบของแต่ละคำถาม โดยให้แต่ละกลุ่มผลัดกันบอกคำตอบ
คนละ ๑ คำตอบ เพื่อให้ทุกกลุ่มมีโอกาสได้ตอบ เมื่อวนจนครบทุกกลุ่มแล้ว ถามว่า
กลุ่มไหนอยากเพิ่มเติมอีกบ้างในข้อที่ไม่ซ้ำกับเพื่อน (ครูจดคำตอบบนกระดาน)

สิ่งที่ทำให้เรารู้สึกดีเวลาอยู่กับเพื่อน คือ	สิ่งที่ทำให้เรารู้สึกไม่ดี หรือ ไม่ชอบ เวลาที่อยู่กับเพื่อน คือ

๗. ครูสรุปสิ่งที่นักเรียนนำเสนอ และชวนคุยดังนี้
- สิ่งที่เราารู้สึกไม่ดี หรือ ไม่ชอบ เราเคยบอกเพื่อนหรือไม่
 - ถ้าเคยบอก ผลเป็นอย่างไร / ถ้าไม่เคยบอก เพราะเหตุใด
 - สิ่งที่เราารู้สึกไม่ดี ไม่ชอบ (ยกตัวอย่างจากคำตอบนักเรียน) เราเคยทำ
แบบนี้กับเพื่อนหรือไม่

- หากนักเรียนรู้ว่า สิ่งที่เราทำ ทำให้เพื่อนรู้สึกไม่ดี เราจะทำอะไรได้บ้าง
 - ขออาสาสมัครบอกสิ่งที่เราตั้งใจว่าจะไม่ทำกับเพื่อน ๒-๓ คน (เมื่อนักเรียนตอบ ครูให้คำชมและให้กำลังใจในการทำสิ่งนั้นๆ)
๘. ครูสรุปการเรียนรู้วันนี้ว่า
- เพราะเพื่อนมีความสำคัญสำหรับเรา เราได้เรียนรู้ถึงสิ่งที่จะช่วยให้มิตรภาพงอกงาม และสิ่งที้อาจทำลายความเป็นเพื่อนได้ หากเราไม่ใส่ใจ
 - นอกจากนั้น สิ่งสำคัญสำหรับการเป็นเพื่อน คือ การที่แต่ละคนยังสามารถเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งอาจมีความแตกต่างกัน แต่ความแตกต่างไม่ได้เป็นอุปสรรคในความเป็นเพื่อน หากเราเรียนรู้ที่จะยอมรับกัน
 - การพูดคุยกันอย่างตรงไปตรงมา สามารถบอกความรู้สึก รับฟังกัน และรู้จักขอโทษจะช่วยให้ความเป็นเพื่อนแน่นแฟ้นขึ้น
 - สิ่งที่เราารู้สึกไม่ดี ไม่ชอบที่เพื่อนทำกับเรา เราก็ต้องไม่ทำกับเพื่อนเช่นกัน



แผนการเรียนรู้ที่ ๕
มากกว่าเพื่อน



แผนการเรียนรู้ที่ ๕ มากกว่าเพื่อน



สาระสำคัญ

พัฒนาการหนึ่งของการเข้าสู่วัยรุ่น คือการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ความรู้สึก โดยอาจมีความรู้สึกสนใจและพึงใจเป็นพิเศษกับบางคน ซึ่งอาจเป็นคนต่างเพศหรือเพศเดียวกันกับเราก็ได้ ซึ่งเป็นเรื่องปกติ การแสดงออกและปฏิบัติต่อคนที่เรามีความรู้สึกพิเศษด้วยอย่างเหมาะสมเป็นเรื่องที่จำเป็นต้องเรียนรู้



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) บอกความเหมือนและความต่างของการเป็นเพื่อนและเป็นแฟน
- ๒) บอกเรื่องสำคัญของการมีสัมพันธภาพที่ดี
- ๓) บอกความรู้สึกที่มีต่อคนที่มีความสนใจทางเพศที่แตกต่างกัน

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การเคารพความแตกต่าง • การรู้และเคารพสิทธิ • เสรีภาพในการเลือก • การเข้าใจคนอื่น • ความมั่นใจในตัวเอง	• การรู้จักตนเอง • การตัดสินใจ • การยืนยันความรู้สึก



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

- ฉลาก “เพื่อน” และ “แฟน หรือคนพิเศษ”
- กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเมจิก



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูบอกว่าวันนี้เราจะคุยกันในหัวข้อ “มากกว่าเพื่อน” นักเรียนคิดว่าความสัมพันธ์ที่มากกว่าเพื่อน คืออะไร

- คำตอบที่ได้อาจเป็น “แฟน” “คนรัก” “กิ๊ก” “คนพิเศษ” หรือคำอื่นๆ ที่มีนัยเดียวกัน

๒. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ทีม ให้แต่ละทีมยืนเข้าแถวเรียงหนึ่ง (โดยให้คนที่หนึ่งอยู่กลางห้อง — มีระยะห่างจากกระดาน และหากนักเรียนจำนวนมากอาจให้ยืนสองแถว โดยให้รู้ว่าใครเป็นหัวแถว และหางแถวตามลำดับ) แจกปากกาเมจิกให้คนที่ยืนคนแรก

๓. อธิบายว่า ครูมีคำสองคำ คือ “เพื่อน” และ “แฟน หรือคนพิเศษ” จะให้ตัวแทนทีมจับฉลากว่าได้คำไหน และให้แต่ละทีมแข่งกันโดยช่วยกันระดมว่า สิ่งที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับ “การเป็นเพื่อน” และ “การเป็นแฟน/คนพิเศษ” โดยให้ไปเขียนที่กระดานทีละคน เมื่อเขียนเสร็จ ให้เอาปากกามาให้คนต่อไปเรื่อยๆ ครูจะจับเวลาและดูว่าทีมใดเขียนได้มากกว่ากัน

๕. ให้ตัวแทนจับฉลาก และเขียนคำว่า “เพื่อน” และ “แฟน หรือคนพิเศษ” ไว้บนกระดาน

เพื่อน	แฟน/คนพิเศษ

๕. ให้สัญญาณเริ่ม และจับเวลา ๘ นาที เมื่อหมดเวลาให้ทุกคนนั่งที่ ครูชวนดูคำตอบของแต่ละทีมที่แสดงให้เห็นถึงการเป็นเพื่อน และการเป็นแฟน/คนพิเศษถามนักเรียนว่า

- นักเรียนสังเกตเห็นความเหมือน ความต่างระหว่างเพื่อนกับแฟนอย่างไรบ้าง
- มีข้อไหนที่เป็นด้านบวก ด้านลบของการเป็นเพื่อนและเป็นแฟน

๖. ครูชวนให้เห็นว่า

- เมื่อรู้สึกพิเศษกับใครบางคน หรือเป็นแฟนจะเห็นว่า เราจะอยากใช้เวลาด้วยกันมากขึ้น อยากทำสิ่งดีๆ ให้กัน เป็นห่วงเป็นใย อยากเห็นหน้าตลอดเวลา อยากแสดงความรู้สึกผ่านการกระทำหลายๆ อย่าง เช่น การให้ของขวัญ การส่งข้อความบอกความรู้สึก อยากใกล้ชิด อยากสัมผัส เช่น การจับมือ โอบไหล่ เป็นต้น ความรู้สึกเหล่านี้เป็นเรื่องปกติและเป็นประสบการณ์ที่อาจเกิดขึ้นกับแต่ละคนได้ ในช่วงเวลาที่แตกต่างกันไปในชีวิต
- อย่างไรก็ดี สิ่งสำคัญที่ต้องคิด คือ การแสดงออกต่อกันที่เหมาะสม โดยคำนึงถึงความรู้สึกของอีกฝ่าย เช่น หากเราอยากจับมือเพื่อแสดงความรัก อีกฝ่ายยินดีและยินยอมหรือไม่ การแสดงความรัก หรือความรู้สึกดีๆ ต่อกันควรเป็นความรู้สึกที่ยินยอมทั้งสองฝ่าย และไม่ส่งผลกระทบในทางลบ หรือความรู้สึกไม่ดีให้กับอีกฝ่าย

๗. ครูถามนักเรียนว่า

- ความรู้สึกพิเศษต่อใครบางคนจำเป็นต้องเกิดขึ้นกับคนต่างเพศ หรือไม่ อย่างไร ?
- ขอฟังคำตอบ ๓-๔ คน ที่อาจเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย พร้อมเหตุผล

๘. ครูอธิบายเพิ่มเติมว่า นักเรียนอาจเคยได้ยิน เคยเห็น หรือเคยรับรู้ ว่า คนที่เป็นแฟนกัน หรือรักกันอาจเป็นคนต่างเพศ หรือเพศเดียวกันก็ได้ ซึ่งไม่ใช่เรื่องผิดปกติแต่อย่างใด เป็นเพียงรสนิยมที่แตกต่างกัน

- ความรู้สึกรัก หรือพึงใจต่อเพศใดเพศหนึ่งเป็นพิเศษนี้ เราเรียกว่า รสนิยมทางเพศ ซึ่งมีหลายแบบ และทุกแบบเป็นเรื่องปกติ
- คนที่มีความรู้สึกพิเศษ รักชอบคนที่มีเพศต่างจากตัวเอง เราเรียกคนกลุ่มนี้ว่า เป็นคนรักต่างเพศ
- ส่วนคนที่มีความรู้สึกพิเศษ รักชอบคนเพศเดียวกัน เราเรียกคนกลุ่มนี้ว่า คนรักเพศเดียวกัน หรือเราอาจได้ยินคำว่า เกย์ ชายรักชาย เลสเบี้ยน หญิงรักหญิง
- ยังมีบางคนที่เกิดความรู้สึกพิเศษ รักชอบคนได้ทั้งหญิงและชาย เราเรียกว่า คนรักสองเพศ
- และมีบางคนที่ไม่ได้มีความรู้สึกพิเศษกับใครเลย

๙. ครูสรุปการเรียนรู้ว่า

- เมื่อเราโตขึ้น เราจะเรียนรู้ความรู้สึกและความสัมพันธ์ที่หลากหลายมากขึ้น เช่น ความรู้สึกพิเศษที่มีกับคนบางคนหรือความรู้สึกรักอยากพัฒนาความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดมากขึ้น ที่ต่างจากความรู้สึกต่อเพื่อน หรือคนในครอบครัว
- ในช่วงเข้าสู่วัยรุ่น บางคนเริ่มมีความรู้สึกชอบหรือพึงพอใจใครบางคนเป็นพิเศษ อาจเกิดขึ้นกับคนต่างเพศหรือเพศเดียวกันก็ได้ และอาจพัฒนาเป็น “แฟน” แต่บางคนก็อาจยังไม่มีความรู้สึกแบบนี้ ซึ่งไม่ใช่เรื่องผิดปกติแต่อย่างใด

- เมื่อโตเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น ความสัมพันธ์พิเศษก็อาจพัฒนาไปมากขึ้น เช่น ตกลงกันเป็นแฟน เป็นคู่รัก เป็นคู่ชีวิต อาจแต่งงานหรือไม่แต่งงานก็ได้ และบางคู่ก็อาจพัฒนาต่อถึงการสร้างครอบครัวมีลูกด้วยกัน แต่บางคู่ก็อาจจะเลือกไม่มีลูก
- หนึ่งในเรื่องสำคัญของทุกความสัมพันธ์ คือ การใส่ใจความรู้สึกต่อกัน และสามารถบอกความรู้สึกต่อกันได้ ทั้งเรื่องที่ดีและไม่ดี รวมทั้งการไม่ทำอะไรที่จะทำให้อีกฝ่ายอึดอัด ไม่สบายใจ หรือเสียใจ



แผนการเรียนรู้ที่ ๖
สื่อสารชัดเจน



แผนการเรียนรู้ที่ ๖

สื่อสารชัดเจน



สาระสำคัญ

การฝึกการแสดงความเห็นและการยืนยันความต้องการของตัวเองในสถานการณ์ต่างๆ เป็นทักษะพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพกับคนรอบข้างได้โดยยังสามารถคงความเป็นตัวของตัวเองไปพร้อมๆ กับการรับฟัง และเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) บอกความแตกต่างของวิธีการสื่อสารแต่ละแบบ
- ๒) ฝึกการเลือกใช้คำพูดเพื่อสื่อสารบอกความต้องการได้อย่างสุภาพและหนักแน่น
- ๓) ประเมินวิธีการสื่อสารที่ตนเองมักเลือกใช้

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• ความมั่นใจในตนเอง • การเคารพความแตกต่าง • การเห็นอกเห็นใจ เข้าใจคนอื่น • การรู้และเคารพสิทธิ • การไม่เอาเปรียบผู้อื่น • การไม่ใช้ความรุนแรง • สำนึกพลเมือง	• การสื่อสาร • การยืนยันความคิดเห็นของตนเอง • การรับฟัง • การต่อรอง • การสร้างสัมพันธภาพ



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

- เตรียมแผนกิจกรรม “สื่อสารชัดเจน”
- เตรียมเขียนการสื่อสาร ๓ แบบ ไว้บนกระดานหรือฟลิปชาร์ตเพื่อใช้อธิบาย



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการแสดงเหตุผลในการตอบคำถามหรือแสดงความคิดเห็น



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ชี้แจงว่ากิจกรรมวันนี้ จะเป็นการฝึกการสื่อสารเพื่อบอกความรู้สึกของตนเอง และหาแนวทางการสื่อสารที่จะช่วยลดความขัดแย้งผ่านสถานการณ์จำลอง

๒. ถามนักเรียนว่า

- เราเคยอยู่ในสถานการณ์ที่ เราารู้สึกไม่เห็นด้วย คิดต่างกัน รู้สึกต่าง กันกับคนรอบตัวไหม เช่น เราไม่ชอบสิ่งที่เพื่อนทำ เราไม่เห็นด้วย กับที่พ่อแม่พูด เป็นต้น
 - ขอฟังตัวอย่าง ๓-๔ เรื่อง
- เวลาที่เราารู้สึกไม่เห็นด้วย ไม่ชอบแบบนั้นเป็นเรื่องง่ายหรือยาก ที่เรา จะบอกความรู้สึกของเราให้คนอื่นรู้ เพราะเหตุใด
 - ขอฟังคำตอบ ๓-๔ คน (คำตอบอาจเป็นไม่กล้าบอก อาย กลัว เพื่อนเสียใจ กลัวถูกต่อว่า กลัวทะเลาะกัน ฯลฯ)

๓. อธิบายนักเรียนเพิ่มเติมว่า

- เป็นเรื่องปกติที่เราจะมีความรู้สึกที่แตกต่าง หรือขัดแย้งกับคนอื่นคนหนึ่ง รู้สึกชอบ/ไม่ชอบ เห็นด้วย/ไม่เห็นด้วยในเรื่องต่างๆ แม้ว่าเรา จะมีความสัมพันธ์ที่ดี ไม่ว่าคนๆ นั้นจะเป็นคนในครอบครัว เป็น เพื่อน หรือกระทั่งคนที่เป็นแฟนกัน
- ความเห็นต่างหรือความขัดแย้งเป็นเรื่องธรรมดา เพราะเราแต่ละคน ไม่มีใครคิดหรือรู้สึกเหมือนกันได้ทุกอย่าง
- ที่สำคัญ คือ หากเรามีความสัมพันธ์ที่ดีกันจริง เมื่อเกิดความขัดแย้ง มีความคิดเห็น หรือรู้สึกต่างกัน เราควรสามารถบอกความรู้สึกของเรา ได้อย่างตรงไปตรงมา ในขณะที่เดียวกัน เราก็ต้องพร้อมรับฟัง ความรู้สึกหรือความเห็นที่แตกต่างด้วย
- นอกจากเราควรบอกความรู้สึกของเราต่อกันได้ อีกเรื่องที่สำคัญคือ เราจะมียุวิธีบอกอย่างไร ที่จะไม่ทำให้อีกฝ่ายรู้สึกไม่ดี

๔. ครูชวนดูวิธีการสื่อสาร ๓ แบบ ดังนี้ (ครูอาจเตรียมเขียนไว้บนกระดาน หรือกระดานฟลิปชาร์ต)

๑. แบบที่หนึ่ง ฉันจะเอาแบบนี้ (Aggressive) ไม่สนใจความต้องการของผู้อื่น ทำทุกอย่างเพื่อให้ได้สิ่งที่ตัวเองต้องการ

๒. แบบที่สอง สำหรับฉันอะไรก็ได้ (Passive) ไม่ค่อยกล้า หรือกลัวที่จะแสดงความต้องการและความรู้สึกของตัวเอง โดยเฉพาะเรื่องที่ต้องขัดใจผู้อื่น มักคล้อยตามและปฏิเสธไม่เป็น

๓. แบบที่สาม ฉันรู้ว่าฉันต้องการอะไร (Assertive) และพร้อมสื่อสารยืนยันสิ่งที่ฉันคิดและต้องการ โดยไม่ทำให้อีกฝ่ายเสียความรู้สึก และเคารพในความต้องการของอีกฝ่ายด้วย

๕. เพื่อให้เห็นภาพของการสื่อสารแต่ละแบบ ครูชวนนักเรียนยกตัวอย่างการสื่อสารแต่ละแบบในเหตุการณ์สมมติ ดังนี้

- ในเหตุการณ์ที่เพื่อนๆ กำลังตกลงกันว่าจะส่งไอศกรีมอะไรกัน เพื่อนในกลุ่มตกลงกันว่า จะส่งไอศกรีมฟรุตสลัดมากินด้วยกัน
 - เอ เป็นคนที่ไม่สนใจความรู้สึกหรือความต้องการของผู้อื่น (Aggressive) เออยากกินไอศกรีมสตรอว์เบอร์รี่เอะจะบอกเพื่อนๆ อย่างไร ?
 - ครูขอตัวอย่าง ๒-๓ คน และอาจให้ตัวอย่างที่ชัดเจนเพิ่มเติมหากคำตอบของนักเรียนยังไม่ชัดเจน เช่น เอจะบอกว่า “อย่าส่งฟรุตสลัดเลย ฉันอยากกินรสสตรอว์เบอร์รี่ฉันจะส่งรสสตรอว์เบอร์รี่”
 - บี เป็นคนแบบ “อะไรก็ได้” (Passive) บีไม่ชอบไอศกรีมฟรุตสลัด บีจะบอกเพื่อนๆ ในกลุ่มอย่างไร ?
 - ครูขอตัวอย่าง ๒-๓ คน และอาจให้ตัวอย่างที่ชัดเจนเพิ่มเติมหากคำตอบของนักเรียนยังไม่ชัดเจน เช่น บีจะบอกว่า “ถ้าพวกเธออยากกินฟรุตสลัด ก็ไม่เป็นไร ฉันกินได้”

○ ซี้ เป็นคนที่รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร (Assertive) และพร้อมสื่อสารยืนยันสิ่งที่ตัวเองคิดและต้องการ ซี้ไม่อยากกินไอศกรีม แต่อยากกินน้ำปั่น ซี้จะบอกเพื่อนๆ อย่างไร ?

○ ครูขอตัวอย่าง ๒-๓ คน และอาจให้ตัวอย่างที่ชัดเจนเพิ่มเติมหากคำตอบของนักเรียนยังไม่ชัดเจน เช่น ซี้จะบอกว่า “พวกเธอสั่งไอศกรีมฟรุตสลัดกินกันเลยนะ วันนี้ฉันอยากกินน้ำปั่น ฉันจะสั่งน้ำปั่น”

๖. นักเรียนคิดว่า การสื่อสารแบบไหนที่เราควรใช้ / ไม่ควรใช้ เพราะเหตุใด

๗. แบ่งนักเรียนเป็น ๙ กลุ่มย่อย แต่ละกลุ่มจะได้ลองฝึกคิดถึงการสื่อสารแต่ละแบบในแต่ละสถานการณ์ โดยแบ่งบทบาทดังนี้

- กลุ่ม ๑, ๔, ๗ จะลองคิดวิธีการสื่อสารแบบที่ ๑ - ไม่สนใจความรู้สึกหรือความต้องการผู้อื่น (Aggressive)
- กลุ่ม ๒, ๕, ๘ จะลองคิดวิธีการสื่อสารแบบที่ ๒ - “อะไรก็ได้” (Passive)
- กลุ่ม ๓, ๖, ๙ จะลองคิดวิธีการสื่อสารแบบที่ ๓ - รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร (Assertive) และพร้อมสื่อสารยืนยันสิ่งที่ตัวเองคิดและต้องการ

๘. ครูแจกสถานการณ์ให้แต่ละกลุ่ม ดังนี้

- กลุ่ม ๑-๒-๓ ได้รับสถานการณ์ที่ ๑ “ก๊อากับโอม”
- กลุ่ม ๔-๕-๖ ได้รับสถานการณ์ที่ ๒ “โบว์กับมินต์”
- กลุ่ม ๗-๘-๙ จะได้รับสถานการณ์ที่ ๓ “แก้ม”

ให้แต่ละกลุ่มอ่านเรื่องและช่วยกันคิดประโยคที่จะสื่อสารในแบบที่ตัวเองได้รับมอบหมายในแต่ละสถานการณ์ ให้เวลา ๑๐ นาที และเตรียมแสดงบทบาทสมมติในการพูดประโยคนั้นๆ

๙. ครูให้เริ่มแสดงบทบาทสมมติที่ละสถานการณ์ โดยให้เห็นการสื่อสารทั้ง ๓ แบบจาก ๓ กลุ่ม ให้กลุ่มที่เหลือดูและสังเกต เมื่อครบทั้ง ๓ แบบในแต่ละสถานการณ์ ครูถามว่า

- แต่ละกลุ่มใช้วิธีการสื่อสารแบบใด
- เราชอบการสื่อสารแบบใด เพราะเหตุใด

๑๐. เมื่อครบทั้ง ๓ สถานการณ์ ถามนักเรียนว่า

- ในแต่ละสถานการณ์ ยากหรือง่ายที่จะบอกความรู้สึก หรือความต้องการของตัวเอง เพราะเหตุใด
- ในสถานการณ์จริง เราจะพูด/ทำ เหมือนกับที่เราแสดงบทบาทสมมติหรือไม่ เพราะเหตุใด
- สิ่งที่เรากังวลหากต้องบอกความรู้สึกของเราออกไป คืออะไร
- หากมีเพื่อนมาพูดบอกความรู้สึกที่ต่างจากเรา เราจะรู้สึกอย่างไร พร้อมรับฟังและเข้าใจหรือไม่

๑๑. ครูชวนสรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมวันนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้

- หากเรามีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เราควรใส่ใจและคำนึงถึงความรู้สึกของอีกฝ่ายหนึ่งด้วย
- ในขณะเดียวกัน การที่เราสามารถบอกความรู้สึกและความต้องการของตัวเองกับเพื่อนได้ แม้จะรู้สึกต่างกัน พร้อมจะรับฟัง และยอมรับว่าเพื่อนก็อาจรู้สึกหรือมีความต้องการต่างจากเรา จะช่วยให้เราเข้าใจ และพูดคุยกันได้อย่างสบายใจขึ้น

แผนกิจกรรม “สื่อสารชัดเจน”

กลุ่ม ๑ / สถานการณ์ที่ ๑

ก้องซึ่งจักรยานคันใหม่ที่เป็นของขวัญวันเกิดจากพ่อเมื่อวานไปโรงเรียน พอเลิกเรียน โอม เพื่อนซี้ของก้องมาบอกก้องว่า ขอยืมจักรยานไปลองปั่นรอบเมืองหน่อย ก้องรู้สึกไม่อยากให้โอมยืม เพราะเป็นจักรยานใหม่ที่เพิ่งได้มาและตั้งใจจะไปปั่นเล่นหลังเลิกเรียนเช่นกัน โอม เห็นก้องลังเล จึงบอกว่าจะดูแลจักรยาน และเสริมว่าถ้าเป็นตนเองมีจักรยานและก้องมายืม ก็จะให้เลย เพราะเป็นเพื่อนกัน

✖ ถ้านักเรียนเป็น “ก้อง” แบบที่ ๑ - ไม่สนใจความรู้สึกหรือความต้องการผู้อื่น (Aggressive)

✖ นักเรียนจะมีวิธีบอก “โอม” อย่างไร ?

กลุ่ม ๒ / สถานการณ์ที่ ๑

ก้องซึ่งจักรยานคันใหม่ที่เป็นของขวัญวันเกิดจากพ่อเมื่อวานไปโรงเรียน พอเลิกเรียน โอม เพื่อนซี้ของก้องมาบอกก้องว่า ขอยืมจักรยานไปลองปั่นรอบเมืองหน่อย ก้องรู้สึกไม่อยากให้โอมยืม เพราะเป็นจักรยานใหม่ที่เพิ่งได้มาและตั้งใจจะไปปั่นเล่นหลังเลิกเรียนเช่นกัน โอม เห็นก้องลังเล จึงบอกว่าจะดูแลจักรยาน และเสริมว่าถ้าเป็นตนเองมีจักรยานและก้องมายืม ก็จะให้เลย เพราะเป็นเพื่อนกัน

✖ ถ้านักเรียนเป็น “ก้อง” แบบที่ ๒ - “อะไรก็ได้” (Passive)

✖ นักเรียนจะมีวิธีบอก “โอม” อย่างไร ?

กลุ่ม ๓ / สถานการณ์ที่ ๑

ก้องซึ่งจักรยานคันใหม่ที่เป็นของขวัญวันเกิดจากพ่อเมื่อวานไปโรงเรียน พอเลิกเรียน โอม เพื่อนซี้ของก้องมาบอกก้องว่า ขอยืมจักรยานไปลองปั่นรอบเมืองหน่อย ก้องรู้สึกไม่อยากให้โอมยืม เพราะเป็นจักรยานใหม่ที่เพิ่งได้มาและตั้งใจจะไปปั่นเล่นหลังเลิกเรียนเช่นกัน โอม เห็นก้องลังเล จึงบอกว่าจะดูแลจักรยาน และเสริมว่าถ้าเป็นตนเองมีจักรยานและก้องมายืม ก็จะให้เลย เพราะเป็นเพื่อนกัน

- ✂ ถ้านักเรียนเป็น “ก้อง” แบบที่ ๓ — รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร (Assertive) และพร้อมสื่อสารยืนยันสิ่งที่ตัวเองคิดและต้องการ
- ✂ นักเรียนจะมีวิธีบอก “โอม” อย่างไร ?

กลุ่ม ๔ / สถานการณ์ที่ ๒

โบว์ชวนมินต์และกลุ่มเพื่อนสนิทไปกินไอศกรีมที่ร้านหลังสอบเสร็จวันนี้ มินต์อยากไปแต่ตัวเองได้ตกลงกับแม่ไว้แล้วว่า วันนี้สอบเสร็จจะรีบกลับบ้านไปช่วยแม่ มินต์รู้ว่าโบว์อยากให้มินต์ไปด้วย เพราะเคยคุยเรื่องนี้กันไว้ก่อนแล้ว

- ✂ ถ้านักเรียนเป็น “มินต์” แบบที่ ๑ - ไม่สนใจความรู้สึกหรือความต้องการผู้อื่น (Aggressive)
- ✂ นักเรียนจะมีวิธีบอก “โบว์” อย่างไร

กลุ่ม ๕ / สถานการณ์ที่ ๒

โบว์ชวนมินต์และกลุ่มเพื่อนสนิทไปกินไอศกรีมที่ร้านหลังสอบเสร็จวันนี้ มินต์อยากไปแต่ตัวเองได้ตกลงกับแม่ไว้แล้วว่า วันนี้สอบเสร็จจะรีบกลับบ้านไปช่วยแม่ มินต์รู้ว่าโบว์อยากให้มินต์ไปด้วย เพราะเคยคุยเรื่องนี้กันไว้ก่อนแล้ว

- ✂ ถ้านักเรียนเป็น “มินต์” แบบที่ ๒ - “อะไรก็ได้” (Passive)
- ✂ นักเรียนจะมีวิธีบอก “โบว์” อย่างไร

กลุ่ม ๖ / สถานการณ์ที่ ๒

โบว์ชวนมินต์และกลุ่มเพื่อนสนิทไปกินไอศกรีมที่ร้านหลังสอบเสร็จวันนี้ มินต์อยากไปแต่ตัวเองได้ตกลงกับแม่ไว้แล้วว่า วันนี้สอบเสร็จจะรีบกลับบ้านไปช่วยแม่ มินต์รู้ว่าโบว์อยากให้มินต์ไปด้วย เพราะเคยคุยเรื่องนี้กันไว้ก่อนแล้ว

- ✂ ถ้านักเรียนเป็น “มินต์” แบบที่ ๓ - รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร (Assertive) และพร้อมสื่อสารยืนยันสิ่งที่ตัวเองคิดและต้องการ
- ✂ นักเรียนจะมีวิธีบอก “โบว์” อย่างไร

กลุ่มที่ ๗ / สถานการณ์ที่ ๓

ขณะที่แถมนั่งเล่นอยู่ริมสนามกับกลุ่มเพื่อนในห้อง ๔-๕ คน ไอ้ต เพื่อนอีกห้องเดินผ่านมา ทุกคนในโรงเรียนรู้ว่าไอ้ตเป็นกะเทย เอกกับก้องเพื่อนผู้ชายในกลุ่มแถมตะโกนแซวไอ้ตและชวนกันพยายามเข้าไปแกล้งกอดไอ้ต แถมไม่ชอบและรู้สึกไม่ดีที่เอกกับก้องแกล้งไอ้ตแบบนั้น

✂ ถ้านักเรียนเป็น “แถม” แบบที่ ๑ - ไม่สนใจความรู้สึกหรือความต้องการผู้อื่น (Aggressive)

✂ นักเรียนจะมีวิธีบอก “เอกและก้อง” อย่างไร

กลุ่มที่ ๘ / สถานการณ์ที่ ๓

ขณะที่แถมนั่งเล่นอยู่ริมสนามกับกลุ่มเพื่อนในห้อง ๔-๕ คน ไอ้ต เพื่อนอีกห้องเดินผ่านมา ทุกคนในโรงเรียนรู้ว่าไอ้ตเป็นกะเทย เอกกับก้องเพื่อนผู้ชายในกลุ่มแถมตะโกนแซวไอ้ตและชวนกันพยายามเข้าไปแกล้งกอดไอ้ต แถมไม่ชอบและรู้สึกไม่ดีที่เอกกับก้องแกล้งไอ้ตแบบนั้น

✂ ถ้านักเรียนเป็น “แถม” แบบที่ ๒ - “อะไรก็ได้” (Passive)

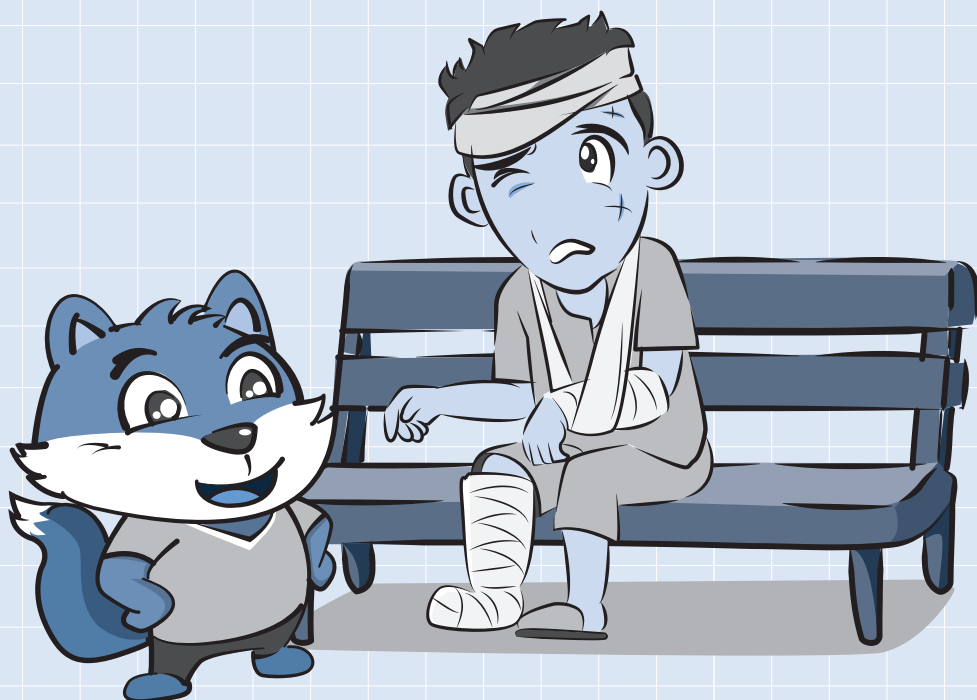
✂ นักเรียนจะมีวิธีบอก “เอกและก้อง” อย่างไร

กลุ่มที่ ๙ / สถานการณ์ที่ ๓

ขณะที่แถมนั่งเล่นอยู่ริมสนามกับกลุ่มเพื่อนในห้อง ๔-๕ คน ไอ้ต เพื่อนอีกห้องเดินผ่านมา ทุกคนในโรงเรียนรู้ว่าไอ้ตเป็นกะเทย เอกกับก้องเพื่อนผู้ชายในกลุ่มแถมตะโกนแซวไอ้ตและชวนกันพยายามเข้าไปแกล้งกอดไอ้ต แถมไม่ชอบและรู้สึกไม่ดีที่เอกกับก้องแกล้งไอ้ตแบบนั้น

✂ ถ้านักเรียนเป็น “แถม” แบบที่ ๓ - รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร (Assertive) และพร้อมสื่อสารยืนยันสิ่งที่ตัวเองคิดและต้องการ

✂ นักเรียนจะมีวิธีบอก “เอกและก้อง” อย่างไร



แผนการเรียนรู้ที่ ๗

เรื่องแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้น
กับฉันไหม ?



แผนการเรียนรู้ที่ ๗

เรื่องแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้นกับฉันไหม ?



สาระสำคัญ

วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการค้นหาตัวตน อยากลอง กล้าเสี่ยง และต้องการการยอมรับหรือเป็นส่วนหนึ่งโดยเฉพาะในกลุ่มเพื่อน การเป็นตัวของตัวเองและมีความมั่นใจเป็นเรื่องที่ดี ด้วยวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่ยังมองโลกสดใส แข็งแรง ความเชื่อหนึ่งของวัยรุ่นคือ “เรื่องแบบนี้ไม่มีทางเกิดขึ้นกับเรา” ซึ่งความมั่นใจแบบนี้อาจทำให้ขาดความรอบคอบในการประเมินความเสี่ยง และการตัดสินใจโดยไม่คิดถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นให้รอบด้าน ดังนั้น การเรียนรู้ทักษะการประเมินความเสี่ยง และทักษะการตัดสินใจ พร้อมๆ กับเรียนรู้ว่าทุกการตัดสินใจมีผลตามมาที่เราต้องพร้อมรับผิดชอบ เป็นทักษะที่สำคัญและจำเป็นสำหรับวัยรุ่น



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) บอกความรู้สึกของการช่วยเหลือและแบ่งปันกัน
- ๒) ฝึกการทำงานร่วมกันเพื่อไปสู่เป้าหมาย

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การรัก เคารพ และเห็นคุณค่าตนเอง • เสรีภาพในการเลือก • ความรับผิดชอบ • ความปลอดภัย • ความเท่าเทียม • การไม่ใช้ความรุนแรง • สำนึกพลเมือง	• การรู้จักตัวเอง • การคิด วิเคราะห์ • การประเมินผลกระทบ • การตัดสินใจ • การดูแลสุขอนามัย • การหาความช่วยเหลือ

๗



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

- แผ่นกิจกรรม “เรื่องแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้นกับฉันไหม ?” เท่าจำนวนนักเรียน
- เตรียมเขียนตัวเลือกคำตอบ ๕ แบบบนกระดานเพื่อใช้อธิบาย (ไม่มีทางเกิดขึ้นกับฉัน , ไม่น่าจะเกิดขึ้นกับฉัน , อาจจะเกิดขึ้นกับฉันก็ได้ , คิดว่าเกิดขึ้นกับฉันได้ , เคยเกิดขึ้นกับฉันแล้ว)



ข้อเสนอแนะสำหรับผู้จัดการเรียนรู้

ในแบบสอบถาม มีพฤติกรรมบางข้อที่อาจเคยเกิดขึ้นหรือกำลังเกิดขึ้นกับนักเรียนบางคน และนักเรียนบางคนอาจไม่พร้อมเปิดเผย ครูควรชี้แจงเพิ่มเติมว่า หากข้อใดที่นักเรียนไม่สบายใจไม่จำเป็นต้องตอบ และหากครูสังเกตว่ามีนักเรียนที่ไม่สบายใจอาจหาโอกาสคุยส่วนตัว



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูบอกว่า “มีคนบอกว่าวัยรุ่นมักมีความเชื่อมั่นในตัวเอง และไม่ค่อยนึกถึงอันตรายหรือผลกระทบที่อาจจะเกิดขึ้นจากการกระทำของตนเอง หรือคิดว่าไม่มีทางเกิดขึ้นกับตนเอง”

- นักเรียนเห็นด้วยกับคำพูดนี้หรือไม่ อย่างไร (๑๐ นาที)
 - ครูขอฟังความเห็น ๓-๕ คน และถามว่าใครมีความคิดเห็นแตกต่าง
 - ครูกระตุ้นให้นักเรียนยกตัวอย่างที่เคยรับรู้ เคยเห็น หรือเคยเกิดขึ้น
- ถามนักเรียนว่า หากเชื่อแบบนี้อาจส่งผลกระทบอะไรบ้าง

๒. ครูชี้แจงว่า วันนี้ครูจะให้ นักเรียนลองสำรวจเรื่องต่างๆ ๒๐ เรื่องว่า เรื่องแบบนั้น มีโอกาสเกิดขึ้นกับนักเรียนหรือไม่ อย่างไร โดยให้นักเรียนลองคิดถึงคำตอบที่ใกล้เคียงกับสถานการณ์ตัวเองหรือคาดการณ์ถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับตนเองในอนาคต (๑๕ นาที)

- แสดงตัวเลือกคำตอบบนกระดานและอธิบายว่าคำตอบมี ๕ ตัวเลือก และอธิบายว่าให้นักเรียนพิจารณาแต่ละเรื่อง แล้วเลือกคำตอบ
 ๑. ไม่มีทางเกิดขึ้นกับฉัน — เลือกข้อนี้หากนักเรียนมั่นใจว่าเรื่องนั้นๆ ไม่มีวันเกิดขึ้นกับนักเรียนได้เลย
 ๒. ไม่น่าจะเกิดขึ้นกับฉัน — เลือกข้อนี้หากนักเรียนคิดว่าคงไม่เกิดขึ้น แต่ก็ไม่น่าจะเกิดขึ้น
 ๓. อาจจะเกิดขึ้นกับฉันก็ได้ — เลือกข้อนี้หากนักเรียนประเมินว่ามีโอกาสที่จะเกิดขึ้นได้

๔. คิดว่าเกิดขึ้นกับฉันได้ — เลือกข้อนี้หากนักเรียนประเมินว่า มีแนวโน้มว่าเรื่องนี้จะเกิดขึ้น
๕. เคยเกิดขึ้นกับฉันแล้ว — เลือกข้อนี้หากเรื่องนั้นๆ เคยเกิดขึ้นกับนักเรียน
 - ให้เวลาทำ ๑๐ นาที หากข้อไหนที่นักเรียนรู้สึกไม่สบายใจที่จะตอบ ไม่จำเป็นต้องตอบ

๓. ถามนักเรียนว่า

- รู้สึกอย่างไรบ้างกับการได้ลองสำรวจ
- มีข้อใดบ้างที่เราไม่เคยนึกถึง
- มีข้อใดบ้างที่เรามั่นใจมากว่าจะไม่เกิดขึ้นกับเรา

๔. ครูอธิบายว่า การสำรวจนี้เป็นการทบทวนตัวเอง หากเราตอบโดยประเมินตรงไปตรงมา อาจช่วยให้นักเรียนเห็นว่า อะไรที่จะทำให้เกิด หรือไม่เกิดเรื่องเหล่านั้นได้ด้วยตัวเอง รวมทั้งหากเกิดขึ้นแล้วอาจส่งผลกระทบต่อไปในอนาคต

๕. ถามนักเรียนว่ามีใครสนใจอยากหยิบข้อไหนมาคุยกันบ้าง (อาจขอตัวอย่าง ๒-๓ ข้อ ที่นักเรียนอยากคุย หรือหากไม่มี ครูลองยกตัวอย่าง) และชวนคุยดังนี้

ตัวอย่าง: สอบตกบางวิชา

- สาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์แบบนี้
- ผลที่ตามมาเป็นอย่างไรได้บ้าง
- เราอยากให้เกิดเรื่องแบบนี้ไหม
- ทำอย่างไรไม่ให้เกิดเรื่องแบบนี้
- บางครั้ง แม้เราพยายามแล้ว แต่ก็ยังสอบตก เราจะทำอะไรได้บ้าง
- หากเป็นเรื่องที่ทำให้เราไม่สบายใจ กังวลใจ เราจะพูดคุยกับใครได้บ้าง

๖. ครูให้นักเรียนเขียนในกระดาษหรือสมุดว่า

๑) เรื่องที่ฉันไม่อยากให้เกิดขึ้นในชีวิตฉัน ๒ เรื่อง คือ....

๒) สิ่งที่ฉันจะทำ เพื่อไม่ให้เกิดเรื่องแบบนั้น คือ.....

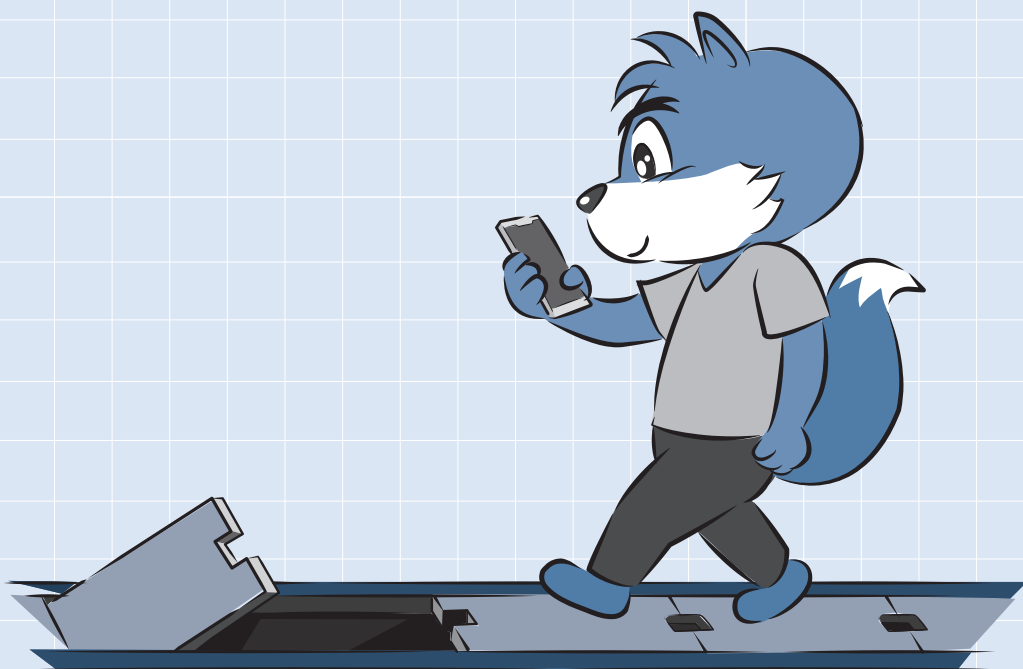
๓) ฉันมั่นใจว่าคนที่จะช่วยฉันได้ หากมีปัญหา คือ

๗. ขออาสาสมัคร ๒-๓ คนที่พร้อมเล่าให้เพื่อนฟัง และครูเสริมแรงว่า หากทุกคนเห็นและประเมินความเสี่ยงได้ คิดเรื่องผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น วางแผนเรื่อง การป้องกันจะช่วยให้เราตัดสินใจได้มั่นใจขึ้นเมื่ออยู่ในสถานการณ์

รูปแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้นกับฉันไหม ?

รูปแบบนี้มีโอกาส เกิดขึ้นกับฉันไหม ?	ไม่มีทางเกิด ขึ้นกับฉัน	ไม่น่าจะเกิด ขึ้นกับฉัน	อาจจะเกิดขึ้น กับฉันก็ได้	คิดว่าเกิดขึ้น กับฉันได้	เคยเกิดขึ้น กับฉันแล้ว
๑. ป่วยหนักนอนโรงพยาบาล					
๒. เลิกคบกับเพื่อนสนิท					
๓. หมาดรักกับคนที่เป็นแฟน					
๔. แฟนขอลีก					
๕. สอบไม่ผ่านบางวิชา					
๖. ลองสูบบุหรี่					
๗. ดิฉันหรี					
๘. ลองดื่มเหล้าเบียร์					
๙. ลองใช้ยาเสพติด					
๑๐. ดิฉันยาเสพติด					
๑๑. ถูกทำร้ายร่างกายโดยคน ที่เรารู้จัก					
๑๒. ทำร้ายร่างกายคนที่รู้จัก					
๑๓. ถูกล้วงละเมิดทางเพศจาก คนที่รู้จัก					
๑๔. ล้วงละเมิดทางเพศคนอื่น					
๑๕. ติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศ สัมพันธ์					
๑๖. ติดเชื้อ HIV					
๑๗. ท้อง หรือทำให้คนอื่นท้อง ขณะเรียนมัธยม					
๑๘. ซ้อนรถมอเตอร์ไซด์คนที่ ดื่มเหล้าเมา					
๑๙. ซ้อนมอเตอร์ไซด์ขณะเมา					
๒๐. ขโมยของในร้านค้า/ร้าน สะดวกซื้อ					

หากทุกคนประเมิน
ความเสี่ยงได้
คิดเรื่องผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น
และวางแผนการป้องกัน
จะช่วยให้เราตัดสินใจ
ได้อย่างมั่นใจขึ้น
เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์



แผนการเรียนรู้ที่ ๘
ความปลอดภัย ต่อรองไม่ได้



แผนการเรียนรู้ที่ ๘

ความปลอดภัย ต่อรองไม่ได้



สาระสำคัญ

เรื่องความปลอดภัยของเรา เป็นทั้งสิทธิและความรับผิดชอบของเรา ไม่สามารถต่อรองได้ และไม่ควรฝากไว้กับผู้อื่น



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) ระบุผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการทำพฤติกรรมเสี่ยงได้
- ๒) สำรวจความคิด ความรู้สึกของคนที่จะเลือกจะทำพฤติกรรมเสี่ยง
- ๓) อธิบายเหตุผลว่าเหตุใด เราจึงไม่ควรต่อรองในเรื่องที่ส่งผลต่อความปลอดภัยของเรา

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การรู้และเคารพสิทธิ • ความปลอดภัย • สำนึกพลเมือง	• การรู้จักตัวเอง • การคิด วิเคราะห์ • การตัดสินใจ • การประเมินผลกระทบ • การต่อรอง



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

- เตรียมป้ายสัญญาณไฟ แดง-เหลือง-เขียว ขนาด A4 เพื่อติดไว้บนผนังห้อง
- เตรียมแผ่นป้ายสัญญาณไฟ แดง-เหลือง-เขียว ขนาด A5 ที่ใส่หมายเลข ๑-๔ ด้านหน้าและข้อความด้านหลัง (ตามตัวอย่าง-ให้ใช้สีตามจริง) โดยเตรียมแต่ละสี แต่ละข้อให้เท่าจำนวนนักเรียน เช่น หากมีนักเรียนในห้อง ๓๐ คน ให้เตรียมอย่างละ ๑๐ แผ่น ทั้งนี้ นักเรียนแต่ละคนจะได้คนละ ๔ แผ่น ที่มีหมายเลข ๑-๒-๓-๔ คละสี
- ป้ายขนาด A4 ระบุข้อความ
 - ไม่สวมหมวกกันน็อก
 - ไม่ข้ามทางม้าลาย
 - ถูกสัมผัสเนื้อตัวร่างกาย โดยที่เราไม่ชอบ
 - มีเพศสัมพันธ์กับแฟน



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูชี้แจงว่า วันนี้เราจะเรียนรู้เรื่องการตัดสินใจที่เกี่ยวกับความปลอดภัยของตัวเอง
๒. ครูติดป้ายไฟแดง ไฟเหลือง ไฟเขียว (ที่ไม่มีหมายเลข) บนผนังแต่ละด้านของห้อง และ

- ถาถามนักเรียนถึงความหมายของสัญลักษณ์ไฟแดง ไฟเหลือง และไฟเขียว

อธิบายย้าอีกครั้ง

- ไฟแดง หมายถึง หยุดการกระทำนั้น หรือไม่ทำ
- ไฟเหลือง หมายถึง การชะลอการตัดสินใจ
- ไฟเขียว หมายถึง ตัดสินใจทำ

๓. แจกแผ่นป้ายไฟแดง ไฟเหลือง ไฟเขียว ที่มีหมายเลขกำกับ* ให้นักเรียนคนละ ๔ ป้าย (นักเรียนแต่ละคนจะได้รับป้ายไฟคละสีที่ระบุหมายเลข ๑-๔)

- การทำป้ายสีแดง/สีเหลือง/สีเขียวและมีหมายเลขกำกับ
- หมายเลขที่กำกับ คือ หมายเลขข้อคำถาม เช่น ๑ เพื่อนชวนชวนมอเตอร์ไซด์ไปเที่ยวน้ำตก แต่ไม่มีหมวกกันน็อก
- นักเรียนจะได้รับแจกป้ายไฟแบบคละสี และแต่ละสีมีหมายเลขที่แตกต่างกันไป
- วัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนสวมบทบาทการตัดสินใจในแบบนั้นๆ และลองคิดถึงเหตุผลที่คนจะตัดสินใจแบบนั้น โดยที่อาจไม่ใช่แบบที่ตัวเองจะตัดสินใจจริงๆ
- ตัวอย่างเช่น ข้อ ๑ ในความเป็นจริง นักเรียน ก อาจตัดสินใจว่าจะไม่ไป แต่ป้ายที่มีหมายเลข ๑ กำกับที่ได้รับ คือสีเขียว หมายถึง ไปทันที นักเรียน ก ต้องไปยืนในจุดไฟเขียว และลองคิดว่า คนที่ตัดสินใจไปทันที เขารู้สึก หรือมีเหตุผลอย่างไร

๔. อธิบายว่า ครูจะอ่านข้อความทีละข้อ เช่น ข้อ ๑ ให้นักเรียนดูป้ายที่มีหมายเลข ๑ ว่าของตัวเองเป็นสีใด ให้ไปยืนตามป้ายสีนั้นๆ ที่ติดไว้ที่ผนังห้อง แม้ว่าเราอาจไม่เห็นด้วย แต่เพื่อลองสวมบทบาทและช่วยกันคิดว่า ในเรื่องหนึ่งๆ คนที่ตัดสินใจต่างกันรู้สึก และคิดอย่างไร มีเหตุผลในการกระทำนั้นๆ อย่างไรร้าง

- ครูยกตัวอย่าง เช่น เพื่อนๆ ขวนกันหนีเรียนวันพรุ่งนี้เพื่อไปเที่ยวกัน เราจะตัดสินใจอย่างไร

ไฟแดง	ไม่ไป
ไฟเหลือง	ลังเลใจ
ไฟเขียว	ตกลงไป

เมื่อรวมกลุ่มแล้ว แต่ละกลุ่มต้องช่วยกันบอกว่า ที่เราเลือกแบบนั้น เพราะเรารู้สึกอย่างไร คิดอะไร หรือมีเหตุผลอย่างไร

- ครูอ่านข้อความที่ละข้อความ และให้เวลาแต่ละกลุ่มระดม ความรู้สึก/ความคิด/เหตุผลของคนที่ตัดสินใจในแต่ละแบบ ข้อละ ๕ นาที และขอฟังเหตุผล

(๑) เพื่อนชวนช้อนมอเดอรีไซค์ไปเที่ยวน้ำตก แต่ไม่มีหมวกกันน็อก

ไฟแดง	ไม่ไป
ไฟเหลือง	ลังเล
ไฟเขียว	ไปทันที

(๒) เราจะข้ามถนนใหญ่ไปร้านค้าฝัสดองข้าม แต่ทางม้าลายอยู่ห่างไปอีก ๓๐๐ เมตร

ไฟแดง	ข้ามทางม้าลาย
ไฟเหลือง	รื้อรอ
ไฟเขียว	ข้ามตรงนี้แหละ

(๓) มีคนมาสัมผัสเนื้อตัวเรา โดยที่เราไม่ชอบ

ไฟแดง	หยุด
ไฟเหลือง	ทำไงล่ะ
ไฟเขียว	ไม่เป็นไร

(๔) อยู่สองต่อสองอย่างใกล้ชิดกับแฟน มีโอกาสมีเพศสัมพันธ์

ไฟแดง	ไม่
ไฟเหลือง	เอาใจดี
ไฟเขียว	ก็ได้เนะ

- ครูชวนสรุปว่า ใน ๔ กรณีที่เราชวนกันลองคิดนั้น หากทำแบบนั้นๆ อาจเกิดอะไรขึ้นได้บ้าง ครูติดป้ายข้อความบนกระดานที่ละป้าย และจดคำตอบนักเรียนได้ป้ายนั้นๆ

ไม่สวม หมวกกันน็อก	ไม่ข้าม ทางม้าลาย	ถูกสัมผัสเนื้อตัวโดย ไม่ชอบ	มีเพศสัมพันธ์ กับแฟน
-----------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------------

- การไม่สวมหมวกกันน็อกในการขี่มอเตอร์ไซด์ อาจเกิดอะไรขึ้นได้บ้าง
- การไม่ข้ามทางม้าลาย อาจเกิดอะไรขึ้นได้บ้าง
- การถูกคนสัมผัสเนื้อตัวร่างกาย โดยที่เราไม่ชอบ อาจเกิดอะไรขึ้นได้บ้าง
- การมีเพศสัมพันธ์กับแฟน อาจเกิดอะไรขึ้นได้บ้าง
- ครูชวนสรุปว่า
 - นักเรียนทุกคนทราบว่า การทำบางเรื่อง เช่นใน ๔ กรณีนี้อาจทำให้เราไม่ปลอดภัย อาจเกิดอุบัติเหตุ หรือผลกระทบที่ตามมาในทางลบ
 - เมื่อดูผลที่อาจเกิดขึ้นในแต่ละกรณีแล้ว นักเรียนอยากให้เรื่องแบบนี้เกิดขึ้นกับตัวเราหรือไม่ เพราะเหตุใด
 - เราได้ลองสวมบทบาทว่า บางครั้งคนเราก็อาจตัดสินใจ “เสี่ยง” หรือทำทั้งๆ ที่ก็รู้ว่าอาจมีผลทางลบตามมาได้
 - นักเรียนคิดอย่างไรกับการบอกตัวเองว่า “ครั้งเดียว ไม่เป็นไรหรอก” “คงไม่มีอะไร” “คงไม่เกิดกับเรา” ฯลฯ
 - การคิดแบบที่พาตัวเองไปเสี่ยงอันตราย เสี่ยงกับความไม่ปลอดภัยอาจเกิดขึ้นกับเราได้หรือไม่ เรามีวิธีจัดการอย่างไร

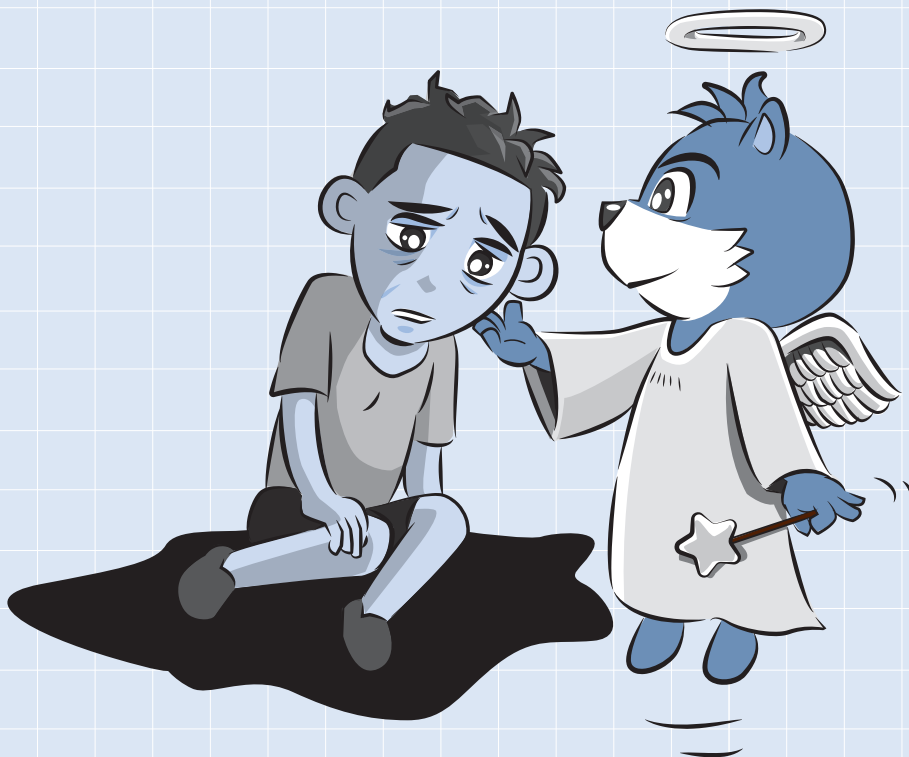
- หากเราเลือกได้ระหว่าง “เราอาจจะโชคดี ไม่เสี่ยงหรอก” กับ “เลือกปลอดภัยไว้ก่อนดีกว่า” นักเรียนจะเลือกแบบใด เพราะอะไร
- เรื่อง “ความปลอดภัยของเรา” เราควรให้ใครเป็นคนเลือกหรือกำหนด
- ครูย้ำว่า
 - ความปลอดภัย กับความไวใจไม่ใช่เรื่องเดียวกัน
 - เพื่อนอาจจะบอกว่า จะขี่มอเตอร์ไซด์อย่างระมัดระวัง นักเรียนคิดว่า การที่เพื่อนบอกแบบนี้ เรามั่นใจได้หรือไม่ว่า จะไม่เกิดอุบัติเหตุ
 - เรามั่นใจว่า เราดูแล้วว่าไม่มีรถ จึงวิ่งข้ามถนน มั่นใจได้จริงๆ หรือไม่
 - เราเห็นว่าเป็นผู้ใหญ่ที่เรารู้จัก คุณเคย เขาคงไม่ได้มีเจตนาไม่ดี เรามั่นใจได้อย่างไร และที่สำคัญหากเรารู้สึกไม่ดี เราไม่จำเป็นต้องเกรงใจ และกรณีการสัมผัสร่างกาย เราควรรีบบอกพ่อแม่ หรือคนที่เราไวใจให้ทราบ
 - มีอะไรกับแฟนเรา ไม่เป็นไรหรอก ไม่ท้องหรอก เรามั่นใจได้จริงๆ หรือ ในขณะที่ การท้องและการติดเชื้อเกิดขึ้นได้ ไม่ว่ากับใครหากมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน
 - เรื่องความปลอดภัยของตัวเราเป็นเรื่องสำคัญมาก เราต้องมั่นใจว่า สิ่งที่เราเลือกจะทำให้ตัวเราปลอดภัยแน่ๆ โดยไม่มีข้อต่อรอง เพราะเรื่องความปลอดภัยไม่ใช่เรื่องต่อรองกัน รวมทั้งเราไม่อาจฝาก “ความปลอดภัย” ของเราไว้กับคนอื่น

ป้ายสัญญาณไฟ ๓ สี แต่ละสีขนาด A4 สำหรับติดตามมุมห้อง



ป้ายสัญญาณไฟแต่ละสีขนาด A5 สำหรับแจกนักเรียนทุกคน (คนละ ๔ แผ่น แต่ละสี)





แผนการเรียนรู้ที่ ๙

Helping Hands : ฉันช่วยได้



แผนการเรียนรู้ที่ ๙

Helping Hands : วันช่วยได้



สาระสำคัญ

การสร้างความตระหนักรู้ว่าการรังแกคนอื่น โดยเฉพาะคนที่อ่อนแกว่า ไม่ว่าในรูปแบบใดเป็นเรื่องที่ยอมรับไม่ได้ เพราะเป็นการแสดงถึงการไม่เคารพคนที่แตกต่างจากเรา และคนที่ถูกรังแกควรได้รับความช่วยเหลือ หากเราเป็นคนถูกรังแก ให้บอกผู้ใหญ่ที่เราไว้วางใจ หากเราเห็นคนที่ถูกรังแก เราควรรหาทางช่วยเหลือ



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) อธิบายได้ว่าเหตุใดจึงไม่มีใครสมควรถูกรังแก
- ๒) บอกความรู้สึกของคนที่ถูกรังแก
- ๓) ระบุสิ่งที่ตนเองทำได้ในการช่วยเหลือเพื่อนที่ถูกรังแก

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การเคารพความแตกต่าง • การรู้และเคารพสิทธิ • การเห็นอกเห็นใจ เข้าใจคนอื่น • ความรับผิดชอบ • ความปลอดภัย • การไม่ใช้ความรุนแรง • สำนึกพลเมือง	• การกล้าแสดงออก • การยืนยันความต้องการของตนเอง • การประเมินผลกระทบ • การอยู่ร่วมกัน • การหาความช่วยเหลือ



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

- เตรียมเรื่องของนิโน โอนา และปอนสำหรับนักเรียนทุกคนๆ ละ ๑ เรื่อง จำนวนเท่าๆ กัน
- ภาพมือสำหรับนักเรียนเขียนว่าตนเองจะช่วยได้อย่างไร คนละ ๑ แผ่น และทำเพื่อสำหรับนักเรียนที่มีวิธีช่วยมากกว่า ๑ อย่าง
- เตรียมฟลิปชาร์ต ๓ แผ่น ที่วาดรูปนิโน โอนา และปอน



ประเมินผลการเรียนรู้

- สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
- สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

- ครูถามนักเรียนว่า
 - เราเคยได้รับความช่วยเหลือจากใครบ้างที่เราารู้สึกประทับใจ ขออาสาสมัครเล่าประสบการณ์ ๓-๔ คน (เรื่องอะไร ใครช่วย ช่วยอย่างไร เราารู้สึกอย่างไร)
 - เราเคยช่วยเหลือใคร ที่ทำให้เรารู้สึกภูมิใจ ขออาสาสมัครเล่าประสบการณ์ ๓-๔ คน (เรื่องอะไร ช่วยใคร ช่วยอย่างไร เราารู้สึกอย่างไร)
 - ครูชวนให้เห็นว่า จากประสบการณ์ของพวกเขา “การช่วยเหลือกัน” เป็นสิ่งที่ดี ทั้งช่วยให้คนที่ต้องการได้รับความช่วยเหลือ และทำให้คนที่ช่วยคนอื่นรู้สึกดีกับตัวเองมีคุณค่า ภูมิใจที่เราได้ช่วยคนอื่นจากปัญหาที่เขาเผชิญอยู่ เราทุกคนสามารถช่วยเหลือกันได้

๒. ครูบอกนักเรียนว่า ครูมีกรณีตัวอย่าง ๓ เรื่องมาให้นักเรียนอ่าน และให้นักเรียนพิจารณาว่า ในแต่ละสถานการณ์ นักเรียนจะสามารถช่วยอะไรได้บ้าง

- แจกกรณีตัวอย่างให้นักเรียนคนละ ๑ กรณี (แต่ละคนได้ไม่เหมือนกัน) และแจกแผ่น Helping Hands คนละ ๑ แผ่น
- อธิบายว่า ให้นักเรียนอ่านเรื่อง และเขียนสิ่งที่นักเรียนจะช่วยได้ลงในแผ่น Helping Hands หากใครสามารถช่วยได้มากกว่า ๑ เรื่อง ให้มาหยิบแผ่น Helping Hands ไปเขียนเพิ่มได้
- ให้เวลาคนละ ๑๐ นาที

๓. เมื่อทุกคนเขียนเสร็จแล้ว ให้นักเรียนจับกลุ่ม ๓ คน โดยต้องมีเรื่องของนีโน ไอนา และปอนในกลุ่ม

- ให้เวลาแต่ละกลุ่มแลกเปลี่ยนกัน โดยให้เล่าว่า เราได้เรื่องอะไร และเราจะช่วยเหลือคนๆ นั้นอย่างไร
- จากนั้น ให้กลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ว่า สาเหตุที่นีโน ไอนา และปอนถูกรังแก คืออะไร และให้เพื่อนในกลุ่มช่วยเสนอเพิ่มเติมว่า เราสามารถช่วยทั้ง ๓ คนได้อย่างไรอีกบ้าง
- ให้เวลากลุ่มย่อย ๑๕ นาที

๔. ครูเตรียมฟลิปชาร์ตที่วาดรูปนีโน ไอนา และปอนมาติดที่โต๊ะ ทวนเรื่องของแต่ละคน และถามนักเรียนว่า

๑. สาเหตุที่นีโน/ไอนา/ปอนถูกรังแก คืออะไร
๒. นักเรียนคิดว่านีโน/ไอนา/ปอนรู้สึกอย่างไรที่ถูกเพื่อนๆ รังแก
๓. ขอฟังว่า มีวิธีอะไรบ้างที่จะช่วยเหลือทั้ง ๓ คน ให้นักเรียนนำแผ่น Helping Hands ติดบนกระดาษของแต่ละคน

๕. ครูอธิบายว่า “การรังแก” เป็นความรุนแรงรูปแบบหนึ่ง ซึ่งผู้รังแก (หนึ่งคนหรือหลายคน) กระทำซ้ำๆ โดยมีเจตนาให้ผู้ถูกรังแกได้รับบาดเจ็บทางร่างกายและ/หรือทางจิตใจ โดยทั่วไปผู้รังแกจะมีกำลังหรืออำนาจเหนือกว่า ทำให้ผู้ถูกรังแกไม่สามารถปกป้องตัวเองจากการกระทำนั้นได้

๖. ถามนักเรียนว่า

- ทั้ง ๓ กรณีนี้โน โอนา ปอนอาจเกิดขึ้นในโรงเรียนเราได้หรือไม่
- นอกจากตัวอย่าง ๓ เรื่องนี้แล้ว นักเรียนเคยเห็น/ได้ยินว่า มีการรังแกแบบไหน หรือใครที่มักถูกรังแกอีกบ้าง
- เมื่อมีคนเห็นคนถูกรังแก นักเรียนคิดว่าคนส่วนใหญ่จะเข้าไปช่วยหรือไม่ เพราะเหตุใด
- ตัวอย่างที่นักเรียนเสนอเรื่องการช่วยเหลือ ทำได้ง่ายหรือยาก
- หากเป็นเราที่ถูกรังแก เรารู้สึกอย่างไร และจะทำอย่างไร

๗. ครูสรุปประเด็นเพิ่มเติม ดังนี้

- การรังแกทุกรูปแบบเป็นสิ่งที่ยอมรับไม่ได้
- การรังแกอาจส่งผลกระทบต่อคนที่รุนแรงต่อคนที่ถูกรังแก
- หากเห็นคนถูกรังแก เราควรหาทางช่วยเหลือ หากเราช่วยไม่ได้ ให้บอกผู้ใหญ่เพื่อขอความช่วยเหลือ
- หากเราไม่ชอบที่ถูกรังแก เราก็ไม่ควรทำเช่นนั้นกับคนอื่น

กรณีศึกษา Helping Hands : อันช่วยได้

กรณีศึกษาเรื่อง “นีโน”

นีโน เป็นเด็กพิเศษ เรียน ป.๔ ตัวอ้วนกลม สายตาสั้นมากต้องใส่แว่นหนา นีโนมักถูกเด็ก ป.๖ กลุ่มหนึ่งแกล้งเสมอ แชวว่า “ไอ้อ้วน” บ้าง แกล้งดึงแว่น ทำให้นีโนมองไม่เห็น บางคนก็แอบตบหัวนีโนบ้าง แม้คุณครูในโรงเรียนเคยบอกให้ทุกคนช่วยกันดูแลนีโน และเด็กพิเศษอื่นๆ ที่มาเรียนร่วมกับเราในโรงเรียน

หากนักเรียนเดินผ่านไปเห็นกลุ่มเด็ก ป.๖ กำลังแกล้งนีโน ด้วยการดึงแว่นไปวางไว้ในกระถางต้นไม้ และนีโนกำลังคลำหาแว่น ในขณะที่กลุ่มเด็ก ป.๖ หัวเราะขบขันที่นีโนหาแว่นไม่เจอ นักเรียนจะช่วยนีโนได้อย่างไรบ้าง

กรณีศึกษาเรื่อง “ไอนา”

วันนี้คุณครูพาเพื่อนใหม่ชื่อ “ไอนา” มาแนะนำให้ทุกคนรู้จัก ไอนาเพิ่งย้ายตามพ่อแม่มาจากปัตตานี คุณครูขอให้ทุกคนช่วยเหลือไอนาในการใช้ชีวิตที่โรงเรียนด้วย ไอนาคลุ่มอ้วนตามหลักศาสนาอิสลาม ครูจัดให้ “ไอนา” นั่งกับนักเรียน

เพื่อนๆ ในห้องส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีใครคุยและเล่นกับไอนา เพราะรู้สึกว่าจะไม่ใช่พวกเดียวกัน และมักพูดกันลอยๆ ว่า มาจากปัตตานีเอาระเบิดมาด้วยไหมนะ คนมุสลิมน่ากลัว บางคนก็แซวว่าเรามีปาร์ตี้หมูปิ้งกันดีกว่า

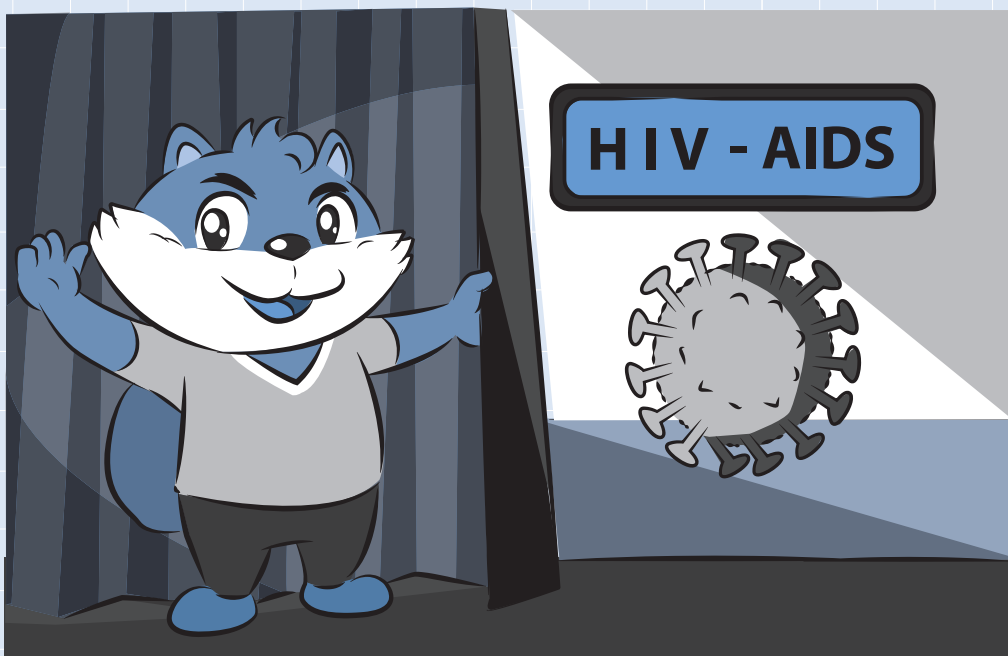
นักเรียนสังเกตว่า ไอนาค่อนข้างเก็บตัว แม้นักเรียนจะพยายามคุยด้วย เพราะนั่งด้วยกัน นักเรียนจะช่วยไอนาได้อย่างไรบ้าง

กรณีศึกษาของ “ปอน”

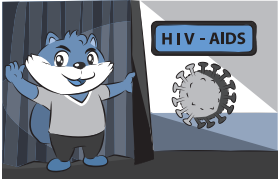
“ปอน” ชอบแต่งตัวแบบผู้หญิง มักทำเป้ง ทาปาก ทำผม ชอบถ่ายรูปสวยๆ แล้วเอาไปโพสต์ในโซเชียลมีเดีย เพื่อนผู้ชายชอบแกล้งปอน ทั้งจับก้น หอมแก้ม กอด ปอนพยายามบอกทุกครั้งว่าไม่ชอบ แต่ไม่มีใครฟัง หลังๆ ปอนขาดเรียนบ่อยขึ้น ปอนเคยบอกนักเรียนว่า ไม่อยากมาโรงเรียนเพราะไม่อยากถูกแกล้ง นักเรียนจะช่วยปอนได้อย่างไรบ้าง



การรังแกทุกรูปแบบ
เป็นสิ่งที่ยอมรับไม่ได้
และอาจส่งผลกระทบต่อ
ผู้ที่ถูกรังแก
หากเราไม่ชอบที่ถูกรังแก
ก็ไม่ควรทำเช่นนั้น
กับคนอื่น



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐
รู้จักไวรัสเอชไอวี และเอดส์



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๐

รู้จักไวรัสเอชไอวี และเอดส์



สาระสำคัญ

เอชไอวี เป็นไวรัสที่ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายอ่อนแอ เมื่อภูมิคุ้มกันอ่อนแอมากๆ ไม่สามารถต่อสู้กับเชื้อโรคต่างๆ ได้ ทำให้เกิดกลุ่มอาการภูมิคุ้มกันบกพร่อง หรือที่รู้จักกันทั่วไปว่าเอดส์ ซึ่งกลุ่มอาการของโรคที่เกิดจากภูมิคุ้มกันบกพร่องสามารถรักษาให้หายได้ และการรักษาที่ดีที่สุดในปัจจุบันคือ การรักษาด้วยยาต้านไวรัส เพื่อลดจำนวนไวรัสและคุมไม่ให้ไวรัสเพิ่มจำนวนขึ้น ที่สำคัญคือ เราสามารถป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีได้



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) อธิบายความแตกต่างของเอชไอวีกับเอดส์ได้
- ๒) แยกแยะช่องทางการติดต่อและไม่ติดต่อของเอชไอวีได้
- ๓) บอกวิธีป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
- การเคารพความแตกต่าง - การรู้และเคารพสิทธิ - การเห็นอกเห็นใจ เข้าใจคนอื่น - การไม่ใช้ความรุนแรง - ความเท่าเทียม	- การวิเคราะห์แยกแยะ - การดูแลสุขอนามัย - การตัดสินใจ



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

แผ่นกิจกรรม “เอชไอวี และเอดส์” สำหรับนักเรียนทุกคน



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูชี้แจงว่าวันนี้เราจะคุยกันเรื่องไวรัสเอชไอวี (HIV) และเอดส์ (AIDS) เขียน ๒ คำนี้บนกระดาน
๒. ให้นักเรียนช่วยกันบอกว่าเรารู้ หรือเคยได้ยินเรื่องอะไรบ้างเกี่ยวกับไวรัสเอชไอวี และเอดส์
 - ครูจุดประเด็นที่นักเรียนตอบไว้บนกระดาน เพื่อประเมินว่านักเรียนรับรู้เรื่องเอดส์มาอย่างไรบ้าง
๓. แจกแผ่นกิจกรรม “เอชไอวี และเอดส์” ให้นักเรียนแต่ละคนเพื่อตอบคำถาม ให้เวลา ๗ นาที
 - หากสังเกตว่านักเรียนอ่านไม่คล่อง ให้ครูอ่านทีละข้อให้นักเรียนทำไปพร้อมๆ กัน

	ใช่	ไม่ใช่
๑. เราสามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการดื่มน้ำแก้วเดียวกันกับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี		
๒. เราไม่สามารถบอกได้ว่า ใครมีเชื้อเอชไอวีจากการดูลักษณะภายนอก		
๓. การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี		
๔. เราสามารถป้องกันตัวเองจากการติดเชื้อ โดยไม่นั่งใกล้ๆ กับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี		
๕. เราสามารถเรียนหนังสือ และเล่นกับเพื่อนที่มีเชื้อเอชไอวีได้		
๖. การมีเชื้อเอชไอวีไม่ได้ทำให้เราเรียนหนังสือแย่ง หรือทำงานได้น้อยลง		
๗. การติดเชื้อเอชไอวีเป็นการเจ็บป่วยอย่างหนึ่ง ไม่ใช่เรื่องที่จะนำมาล้อเลียนกัน		

๔. เมื่อนักเรียนแต่ละคนตอบครบทุกข้อ แบ่งนักเรียนออกเป็น ๗ กลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มให้ทำ ๑ ข้อ (กลุ่ม ๑ ข้อ ๑, กลุ่ม ๒ ข้อ ๒ ฯลฯ)

- ให้แต่ละกลุ่มแลกเปลี่ยนคำตอบ หาคำตอบ และคำอธิบายของกลุ่มในข้อที่ได้รับมอบหมาย ให้เวลา ๗ นาที

๕. ครูขอฟังคำตอบทีละข้อ และเฉลย

๑) เราสามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการดื่มน้ำแก้วเดียวกันกับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี

(ผิด) เพราะเชื้อไวรัสเอชไอวีไม่สามารถติดต่อได้ทางน้ำลาย

๒) เราไม่สามารถบอกได้ว่า ใครมีเชื้อเอชไอวีจากการดูลักษณะภายนอก

(ถูก) คนที่มีเชื้อเอชไอวีไม่มีอาการแสดงใดๆ ที่สังเกตได้จากภายนอก มีเพียงผลการตรวจเลือดที่บอกได้ว่ามีเชื้อเอชไอวีหรือไม่

- ๓) การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี
- (ถูก) เพราะเอชไอวีอยู่ในน้ำอสุจิ และน้ำในช่องคลอด ซึ่งหากมีเพศสัมพันธ์ไม่ใส่ถุงยางจะมีโอกาสเสี่ยงต่อการรับเชื้อได้
- ๔) เราสามารถป้องกันตัวเองจากการติดเชื้อ โดยไม่ยุ่งใกล้ชิด กับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี
- (ผิด) เอชไอวีไม่สามารถติดต่อได้ทางอากาศ หรือจากการใช้ชีวิตประจำวันทั่วไป
- ๕) เราสามารถเรียนหนังสือ และเล่นกับเพื่อนที่มีเชื้อเอชไอวีได้
- (ถูก) เพราะผู้ที่มีเชื้อเอชไอวีก็เหมือนคนทั่วไปเพียงแต่มีเชื้ออยู่ในตัว และไม่สามารถติดต่อได้จากการใช้ชีวิตประจำวัน
- ๖) การมีเชื้อเอชไอวีไม่ได้ทำให้เราเรียนหนังสือแย่ลง หรือทำงานได้น้อยลง
- (ถูก) การมีเชื้อเอชไอวีไม่ได้ทำให้ความสามารถของเราลดลง คนที่มีเชื้อเอชไอวี ยังสามารถทำอะไรได้เหมือนเดิม และเหมือนคนอื่น ๆ
- ๗) การติดเชื้อเอชไอวีเป็นการเจ็บป่วยอย่างหนึ่ง ไม่ใช่เรื่องที่จะนำมาล้อเลียนกัน
- (ถูก) หากเราไม่ได้ล้อคนที่ เป็นหวัด เป็นเบาหวาน เป็นความดัน เราก็ไม่ควรล้อเลียนคนที่มีเชื้อเอชไอวีเช่นกัน เพราะคนที่มีเชื้อเอชไอวีก็ยังใช้ชีวิตได้ตามปกติเหมือนคนอื่น ๆ

ข้อมูลประกอบสำหรับครู

- เชื้อเอชไอวี และเอดส์ ไม่เหมือนกัน เชื้อเอชไอวีเป็นไวรัส และเอดส์ คือ อาการของโรคที่เกิดจากภูมิคุ้มกันบกพร่อง
- เชื้อเอชไอวีเป็นเชื้อไวรัส ที่ทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายอ่อนแอ ความสามารถในการต่อสู้กับเชื้อโรคและความเจ็บป่วยต่างๆ น้อยลง และนำไปสู่เอดส์
- เอดส์ คือ กลุ่มอาการของโรคที่เกิดจากภาวะที่ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายบกพร่อง ไม่สามารถจัดการกับเชื้อโรคต่างๆ ได้ ทำให้เกิดการเจ็บป่วย และเราเรียกรวมๆ ว่าโรคฉวยโอกาส ซึ่งโรคฉวยโอกาสแต่ละโรคนี้รักษาให้หายได้ แต่โรคฉวยโอกาสเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้อีกกับผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ไม่ได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัส
- เชื้อเอชไอวีป้องกันได้ และเอดส์รักษาได้
- คนที่มีเชื้อเอชไอวีสามารถมีชีวิตรื่นยาวได้เหมือนคนอื่นๆ หากได้รับการรักษาและดูแลสุขภาพตัวเอง
- เราไม่สามารถบอกได้ว่าใครมีเชื้อเอชไอวีจากการมองภายนอก
- เชื้อเอชไอวี สามารถติดต่อได้ จาก ๑) การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย ๒) การใช้เข็มฉีดยาเสพติดร่วมกัน และ ๓) จากแม่ที่มีเชื้อเอชไอวีสู่ลูก
- เชื้อเอชไอวีไม่สามารถติดต่อได้จาก
 - การหอมแก้ม โอบกอด สัมผัสร่างกาย จับมือ
 - การกินอาหาร ดื่มน้ำ ใช้ห้องน้ำ ใช้เสื้อผ้าร่วมกัน
 - ยุ่ง แมลง หรือสัตว์
 - การไอ จาม น้ำตา เหงื่อ

๖. ครูสรุปการเรียนรู้ว่า เชื้อเอชไอวีไม่ได้ติดต่อกันง่ายๆ และไม่ติดต่อจากการใช้ชีวิตประจำวันร่วมกัน ดังนั้น เราจึงสามารถใช้ชีวิตกับเพื่อนหรือคนที่มีเชื้อเอชไอวีได้อย่างปกติ เมื่อเราโตขึ้น สิ่งที่ต้องตระหนักในเรื่องการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี คือ เราควรใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งในการมีเพศสัมพันธ์

แผนกิจกรรม “เอชไอวี-เอดส์”

	ใช่	ไม่ใช่
๑. เราสามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการดื่มน้ำแก้วเดียวกันกับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี		
๒. เราไม่สามารถบอกได้ว่า ใครมีเชื้อเอชไอวีจากการดูลักษณะภายนอก		
๓. การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี		
๔. เราสามารถป้องกันตัวเองจากการติดเชื้อ โดยไม่นั่งใกล้ๆ กับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี		
๕. เราสามารถเรียนหนังสือ และเล่นกับเพื่อนที่มีเชื้อเอชไอวีได้		
๖. การมีเชื้อเอชไอวีไม่ได้ทำให้เราเรียนหนังสือแย่ลง หรือทำงานได้น้อยลง		
๗. การติดเชื้อเอชไอวีเป็นการเจ็บป่วยอย่างหนึ่ง ไม่ใช่เรื่องที่จะนำมาล้อเลียนกัน		

แผนกิจกรรม “เอชไอวี-เอดส์”

๑๐

	ใช่	ไม่ใช่
๑. เราสามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการดื่มน้ำแก้วเดียวกันกับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี		
๒. เราไม่สามารถบอกได้ว่า ใครมีเชื้อเอชไอวีจากการดูลักษณะภายนอก		
๓. การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี		
๔. เราสามารถป้องกันตัวเองจากการติดเชื้อ โดยไม่นั่งใกล้ๆ กับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี		
๕. เราสามารถเรียนหนังสือ และเล่นกับเพื่อนที่มีเชื้อเอชไอวีได้		
๖. การมีเชื้อเอชไอวีไม่ได้ทำให้เราเรียนหนังสือแย่ลง หรือทำงานได้น้อยลง		
๗. การติดเชื้อเอชไอวีเป็นการเจ็บป่วยอย่างหนึ่ง ไม่ใช่เรื่องที่จะนำมาล้อเลียนกัน		

เชื้อเอชไอวีไม่ติดต่อกัน
ง่ายๆ และไม่ติดต่อ
จากการใช้ชีวิตประจำวัน
ร่วมกัน



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑
กล้าคิด กล้าบอก
และคิดก่อนพูด



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑

กล้าคิด กล้าบอก และคิดก่อนพูด



สาระสำคัญ

การฝึกทักษะในการคิด วิเคราะห์ แยกแยะว่าการกระทำแบบใดควรทำหรือไม่ควรทำต่อผู้อื่น การกล้าเลือกทำในสิ่งที่ถูกต้อง และมีวิธีการสื่อสารกับเพื่อนในทางบวก จะช่วยให้นักเรียนสามารถฝึกการยืนยันความถูกต้องและปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความเท่าเทียม



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) แยกแยะและอธิบายได้ว่า สิ่งใดควรทำ-ไม่ควรทำกับเพื่อน
- ๒) บอกผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้คำพูดในทางลบกับผู้อื่น
- ๓) บอกความสำคัญของการสื่อสารในทางบวกและใช้เหตุผลในการอธิบายความคิดความรู้สึก

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การเห็นอกเห็นใจ เข้าใจคนอื่น • การรู้และเคารพสิทธิ • ความมั่นใจในตนเอง • ความเท่าเทียม • ความรับผิดชอบ • สำนึกพลเมือง	• การคิดวิเคราะห์ แยกแยะ • การสื่อสาร • การยืนยันความคิดเห็น • การประเมินผลกระทบ



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

เตรียมเขียนกรณีศึกษา ๒ เรื่องบนฟลิปชาร์ต เพื่อให้นักเรียนได้อ่านไปพร้อมๆ กัน



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. บอกนักเรียนว่า กิจกรรมวันนี้ จะมีกรณีศึกษาให้นักเรียนวิเคราะห์ว่า นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรต่อสิ่งที่เกิดขึ้นในกรณีศึกษา และจะมีวิธีในการจัดการอย่างไร

๒. ครูให้นักเรียนนั่งเป็นกลุ่มๆ ละ ๔ คน เพื่อให้ช่วยกันแลกเปลี่ยนในประเด็นคำถามที่ครูจะถาม

๓. ครูติดกรณีศึกษาเรื่องที่ ๑ “เรื่องของไบบัวกับสิงโต” บนกระดาน และขออาสาสมัครอ่านเรื่อง

“ไบบัว” เตรียมไปวิ่งออกกำลังกายกับ “สิงโต” ที่สนามกีฬา เมื่อไปถึงสนาม มีเพื่อนผู้ชายสองคนจากอีกโรงเรียนของสิงโตห้อมเตะบอลกันอยู่ ทั้งสองคนชวนสิงโตให้ไปเตะบอลกัน สิงโตหันมาทำท่าถามไบบัว ไบบัวจึงตอบว่า “ได้ ฉันเล่นด้วย ฉันเล่นกับพี่ชายบ่อยๆ” แต่เพื่อนสิงโตพากันหัวเราะ และคนหนึ่งก็สวนขึ้นมาทันทีว่า “เธอน่ะเธอจะเตะบอล เธอเป็นเด็กผู้หญิง จะเล่นบอลแบบผู้ชายได้อย่างไร !”

๔. เมื่ออ่านจบ ครูชวนทวนเรื่องว่ามีตัวละครใดบ้าง และเกิดอะไรขึ้น จากนั้น ชวนนักเรียนคุยตามคำถามต่อไปนี้ทีละคำถาม และกระตุ้นให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันตอบ

- นักเรียนคิดว่า “ไบบิว” รู้สึกอย่างไร ตอนเพื่อนสิงโตบอกว่าเธอเล่นบอลแบบผู้ชายไม่ได้
- นักเรียนเห็นด้วยกับสิ่งที่เพื่อนสิงโตพูดกับไบบิวหรือไม่ เพราะเหตุใด
- นักเรียนคิดว่า “สิงโต” ควรพูดหรือทำอะไรกับเพื่อนสองคน เพื่อให้ไบบิวรู้สึกดีขึ้น
- “ไบบิว” ควรพูดกับเด็กชายสองคนนั้นว่าอะไร

๕. ครูถามนักเรียนว่า

- เรื่องสำคัญที่นักเรียนได้เรียนรู้จากเรื่อง “ไบบิวกับสิงโต” คืออะไร
- รอฟังคำตอบ ๔-๕ คน

๖. ครูสรุปคำตอบนักเรียนและย้ำประเด็นสำคัญว่า

- ความเป็นเพศ ไม่ว่าหญิง ชาย หรือเพศทางเลือกไม่ใช่สิ่งที่จะกำหนดหรือตัดสินว่าเราจะทำอะไรได้หรือไม่ได้
- ดังนั้น เราต้องระวังที่จะไม่พูดกับคนอื่น ๆ ว่าเขาหรือเธอทำอะไรได้/ไม่ได้ เพียงเพราะเขาเป็นเพศนั้น ๆ

๗. ครูติดตามทวนเนื้อหาเรื่องที่ ๒ - เรื่องของแดนกับเตเต้บนกระดาน และขออาสาสมัครอ่านเรื่อง

“แดน” กับ “เตเต้” กำลังนั่งคุยกันอยู่ข้างสนามฟุตบอล ขณะที่ “โฟน” เพื่อนในห้องอีกคนเดินถือขนมเข้ามาหา ทั้งแดนและเตเต้รู้ว่าแม่ของโฟนมีเชื้อเอชไอวี เมื่อโฟนเดินเข้ามาและชวนทั้งสองคนกินขนม แดนก็พูดเสียงดังว่า “เฮ้ย เตเต้ อย่ากินนะไว้ย เดี่ยวจะติดเอดส์”

๘. เมื่ออ่านจบ ครูชวนทบทวนเรื่องว่ามีตัวละครใดบ้าง และเกิดอะไรขึ้น จากนั้น ขวนนักเรียนคุยตามคำถามต่อไปนี้ทีละคำถาม และกระตุ้นให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันตอบ

- นักเรียนคิดว่า “โฟน” รู้สึกอย่างไรกับสิ่งที่ “แดน” พุด เพราะเหตุใด
- นักเรียนคิดว่า “เตเต้” ควรจะพุดหรือทำอะไรกับ “โฟน” เพื่อช่วยให้โฟนรู้สึกดีขึ้น
- นักเรียนคิดว่า หาก “เตเต้” ทำ หรือพุดอะไรเสริมจากแดนที่จะทำให้ “โฟน” รู้สึกแย่กว่านี้
- หากนักเรียนเป็น “เตเต้” นักเรียนจะบอก “แดน” ว่าอะไร เพื่อให้แดนรู้ว่าไม่ควรพุดแบบนั้นกับโฟนหรือใครอีก

๙. ครูถามนักเรียนว่า

- เรื่องสำคัญที่นักเรียนได้เรียนรู้จากเรื่อง “แดน-เตเต้-โฟน” คืออะไร
- รอฟังคำตอบ ๔-๕ คน

๑๐. ครูสรุปคำตอบนักเรียนและย้ำประเด็นสำคัญว่า

- พวกเราได้เรียนเรื่องเอดส์มาแล้วว่า เราไม่สามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการกินขนมด้วยกัน หรือการพุดคุยกัน
- นอกจากนั้น ในกรณีนี้ เราารู้เพียงว่าแม่ของโฟนติดเชื้อ แต่เราไม่รู้ว่าโฟนติดเชื้อหรือไม่ แต่ไม่ว่าโฟนจะติดเชื้อหรือไม่ เราก็ยังเป็นเพื่อนโฟนได้
- การติดเชื้อเอชไอวีก็เหมือนการเจ็บป่วยอื่นๆ ที่ไม่ใช่เรื่องนำมาล้อเล่นหรือล้อเลียนกัน

๑๑. ครูชวนนักเรียนสรุปการเรียนรู้วันนี้ โดยใช้คำถามนำไปสู่การสรุปร่วมกัน ดังนี้

- สิ่งที่เราควรคำนึงถึงก่อนที่จะพูดออกไป คือเรื่องอะไรบ้าง
- หากมีคนมาพูดบางอย่างที่ทำให้เรารู้สึกไม่ดี ไม่ถูกต้อง ทำให้เรากังวลใจ เสียใจ หวาดกลัว เราจะทำอย่างไร
- หากเรารู้ว่าสิ่งที่เราพูดเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง หรือทำให้เพื่อนรู้สึกไม่ดี สิ่งที่เราควรทำคืออะไร
- หากเราอยู่ในเหตุการณ์ หรือพบเห็นการพูดหรือปฏิบัติที่ไม่ดีต่อผู้อื่น ที่เรารู้สึกไม่ถูกต้อง เราจะทำอะไรได้บ้าง

ประเด็นสรุป

- เป็นเรื่องสำคัญมากที่เราควรจะต้องคิดก่อนที่จะพูดอะไรออกไป และพูดอย่างไร และที่ต้องคิดให้มากคือ สิ่งที่เราพูดจะทำให้อีกฝ่ายหนึ่งรู้สึกอย่างไร
- หากเรารู้ว่าสิ่งที่เราพูดเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง หรือทำให้เพื่อนรู้สึกไม่ดี เราควรขอโทษเพื่อน
- หากเราอยู่ในเหตุการณ์ หรือพบเห็นการพูดหรือปฏิบัติที่ไม่ดีต่อผู้อื่น ที่เรารู้สึกไม่ถูกต้อง เราควรบอกหรืออธิบายด้วยวิธีที่นุ่มนวล และใช้เหตุผล หรือหากเรารู้สึกไม่ดีแต่ไม่กล้าบอก ควรเล่าให้ผู้ใหญ่ที่เราไว้วางใจ เพื่อหาวิธีจัดการ
- หากมีคนมาพูดบางอย่างที่ทำให้เรารู้สึกไม่ดี ไม่ถูกต้อง ทำให้เรากังวลใจ เสียใจ หวาดกลัว เราควรปรึกษาผู้ใหญ่ที่เราไว้วางใจ



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒
ยินยอม พร้อมใจ



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๒

ยินยอม พร้อมใจ



สาระสำคัญ

แต่ละคนมีสิทธิในสิ่งที่เราเป็นเจ้าของ ไม่ว่าจะเป็นเนื้อตัวร่างกาย สิ่งของ หรือการตัดสินใจ คนอื่นจะมาละเมิดไม่ได้ ในทางกลับกัน เราก็ต้องเคารพสิทธิของคนอื่นเช่นกัน เราไม่ควรทำอะไรกับสิ่งของของคนอื่นโดยที่เจ้าของยังไม่ได้ยินยอม หรืออนุญาตให้ทำได้ หรือหากเจ้าของปฏิเสธ เราก็ต้องเคารพการตัดสินใจของเขาเช่นกัน



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) เข้าใจว่า แต่ละคนมีสิทธิที่จะทำอะไรกับสิ่งที่ตัวเองเป็นเจ้าของได้ และเราต้องเคารพสิทธินั้น
- ๒) อธิบายได้ว่า เหตุใดเราจึงไม่ควรทำอะไรกับสิ่งของคนอื่น โดยที่เจ้าตัว/เจ้าของยังไม่ได้เอ่ยปากอนุญาต
- ๓) แสดงให้เห็นว่า เราเห็นต่างกันได้แต่ต้องเคารพกันและกัน

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การรัก เคารพ และเห็นคุณค่าตนเอง • การรู้และเคารพสิทธิ • การเข้าใจคนอื่น • ความรับผิดชอบ • การไม่เอาเปรียบผู้อื่น	• การรู้จักตนเอง • การตัดสินใจ • การสื่อสาร • การคิด วิเคราะห์ เปรียบเทียบ • การควบคุม จัดการตนเอง



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

กรณีตัวอย่าง ๔ กรณี พิมพ์บนกระดาษ A4



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการแสดงผลในการตอบคำถามหรือแสดงความคิดเห็น



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูชี้แจงว่า วันนี้เราจะมาเรียนรู้เรื่องการยินยอมพร้อมใจ และการเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น
๒. ครูมีเรื่องมาเล่า ๔ เรื่อง และอยากให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น ต่อแต่ละเรื่อง และแจกเรื่องเล่าให้ทุกคน
๓. ขออาสาสมัคร ๔ คนเป็นคนอ่านเรื่องให้เพื่อนฟัง เมื่อได้แล้ว ให้คนที่ ๑ ออกมาหน้าห้อง และอ่านเรื่องที่ ๑ “พี้นกับน้องเตย” ให้เพื่อนๆ ฟัง ดังนี้

พี่ตันซื้อลูกชิ้นปิ้งเจ้าอร่อยมา ๕ ไม้วางไว้บนโต๊ะกินข้าว แล้วขึ้นไปอาบน้ำ น้องเตยกลับจากโรงเรียนเห็นลูกชิ้นวางอยู่เลยหยิบไปกิน ๑ ไม้ แล้วจะว่าจะบอกพี่ตันว่าขอกินตอนพี่ตันอาบน้ำเสร็จ แต่พอพี่ตันมาเห็นว่าลูกชิ้นหายไป ๑ ไม้ก็รู้สึก....

- ครูขอบคุณอาสาสมัคร และถามนักเรียนว่า ถ้านักเรียนเป็น “ตัน” นักเรียนรู้สึกอย่างไร เพราะอะไร
 - ครูกระตุ้นให้นักเรียนที่เห็นแตกต่างตอบ โดยย้ำว่าไม่มีผิดมีถูก เพื่อให้เห็นว่า “ตัน” มีได้หลายแบบ
 - เขียนคำตอบของนักเรียนบนกระดาน ตัวอย่างคำตอบ เช่น
 - รู้สึกโกรธ ที่เตยมากินโดยไม่ขออนุญาต
 - ไม่พอใจเตย แต่เห็นว่าเป็นน้อง
 - หงุดหงิดเตย แต่ก็ดีที่กินไปแค่ไม้เดียว
 - ไม่ว่าอะไร ก็ตั้งใจจะซื้อมาแบ่งกันกินกับน้อง
 - ฯลฯ
- ขวนนักเรียนดูว่า เหตุการณ์แบบเดียวกัน เราอาจมี “ตัน” หลายแบบ ที่รู้สึกแตกต่างกัน มีทั้งตันที่โกรธ ไม่พอใจ ไม่เป็นไร และในความเป็นจริงอาจจะมี “ตัน” อีกหลายๆ แบบ

๔. ขออาสาสมัครคนที่ ๒ อ่านเรื่องที่ ๒ “บอยกับโต” ดังนี้

บอยซื้อน้ำผลไม้ปั่นมา ๑ แก้ว เดินมาที่โต๊ะที่โตเพื่อนสนิทนั่งกินข้าวอยู่ จึงชวนโตว่าชิมน้ำนี้ไหม บอยวางแก้วน้ำไว้บนโต๊ะ แล้วเดินไปซื้อข้าวเพื่อกลับมานั่งกินข้าวกับโต โตกินข้าวเสร็จพอดี จึงหยิบน้ำปั่นของบอยมากินจนเกือบหมดแก้ว เมื่อบอยกลับมาเห็นว่า โตกินน้ำที่ตัวเองซื้อมาจนเกือบหมด จึงรู้สึก....

- ครูขอบคุณอาสาสมัคร และถามนักเรียนว่า ถ้านักเรียนเป็น “บอย” นักเรียนรู้สึกอย่างไร เพราะอะไร
 - ครูกระตุ้นให้นักเรียนที่เห็นแตกต่างตอบ โดยย้ำว่าไม่มีผิดมีถูก เพื่อให้เห็นว่า “บอย” มีได้หลายแบบ
 - เขียนคำตอบของนักเรียนบนกระดาน เมื่อได้คำตอบที่หลากหลายจำนวนหนึ่งแล้ว ขวนนักเรียนดูว่า เรามี “บอย” หลายแบบ เช่นกัน

๕. ขออาสาสมัครคนที่ ๓ อ่านเรื่องที่ ๓ “อ้อมกับบอย” ดังนี้

อ้อมกับบอยสนิทกันมาก แบ่งของกันใช้เสมอๆ วันหนึ่ง นั่งทำการบ้านอยู่ด้วยกันหลังเลิกเรียน อ้อมลืมนำของไปมา จึงขอยืมบอย บอยบอกว่า ยางลบอยู่ในกล่องดินสอในกระเป๋า ให้อ้อมหยิบได้เลย

วันต่อมา ระหว่างนั่งทำการบ้านด้วยกัน บอยลุกไปเข้าห้องน้ำ สักพักอ้อมได้ยินเสียงโทรศัพท์ออยในกระเป๋าดังหลายครั้ง จึงเปิดกระเป๋าออยเพื่อหยิบโทรศัพท์มารับ บอยเดินกลับมาเห็นอ้อมกำลังเปิดกระเป๋าตัวเองพอดี ออยรู้สึก...

- ครูขอบคุณอาสาสมัคร และถามนักเรียนว่า ถ้านักเรียนเป็น “ออย” นักเรียนรู้สึกอย่างไร เพราะอะไร
 - ครูกระตุ้นให้นักเรียนที่เห็นแตกต่างตอบ โดยย้ำว่าไม่มีผิดมีถูก เพื่อให้เห็นว่า “ออย” มีได้หลายแบบ
 - เขียนคำตอบของนักเรียนบนกระดาน เมื่อได้คำตอบที่หลากหลายจำนวนหนึ่งแล้ว ชี้ให้นักเรียนเห็นว่า เรามี “ออย” หลายแบบ เช่นกัน

๖. ขออาสาสมัครคนที่ ๔ อ่านเรื่องที่ ๔ “แก้มกับโก้” ดังนี้

วันนี้วันเกิดแก้ม พ่อให้จักรยานคันใหม่เป็นของขวัญ แก้มเกาะห่อจักรยานเตรียมจะไปขี่เล่น พอดีเสียงโทรศัพท์ดังแก้มจึงไปรับ ปรากฏเป็นเพื่อนโทรมาอวยพรวันเกิดและคุยกันต่อพักใหญ่ ระหว่างนั้น โก้กลับจากโรงเรียน เห็นจักรยานคันใหม่จอดอยู่ ถามแม่ว่าของใคร แม่บอกว่าเป็นของขวัญวันเกิดพี่แก้ม โก้วางกระเป๋าตะโกนบอกพี่แก้มว่าขอยืมไปขี่หน่อย แล้วก็เอาจักรยานออกไปขี่ หลังจากแก้มวางโทรศัพท์เพื่อน ออกมาไม่เจอจักรยานก็เริ่มหงุดหงิด เมื่อเห็นโก้ขี่จักรยานตัวเองเข้าบ้านมา และโก้บอกว่า ตะกี้โก้ตะโกนบอกพี่แก้มแล้วว่าขอยืม ถามแม่ก็ได้ แก้มรู้สึก...

- ครูขอบคุณอาสาสมัคร และถามนักเรียนว่า ถ้านักเรียนเป็น “แก้ม” นักเรียนรู้สึกอย่างไร เพราะอะไร
 - ครูกระตุ้นให้นักเรียนที่เห็นแตกต่างตอบ โดยย้ำว่าไม่มีผิดมีถูกเพื่อให้เห็นว่า “แก้ม” มีได้หลายแบบ
 - เขียนคำตอบของนักเรียนบนกระดาน เมื่อได้คำตอบที่หลากหลายจำนวนหนึ่งแล้ว ชี้ให้นักเรียนเห็นว่า เรามี “แก้ม” หลายแบบ เช่นกัน

๗. เมื่อครบทั้ง ๔ เรื่อง ให้นักเรียนทวนว่าแต่ละเรื่อง ใครทำอะไร

๘. ครูชวนนักเรียนอภิปรายดังนี้

- ทั้งสี่กรณีนี้ มีอะไรที่เหมือนกัน และมีอะไรที่ต่างกัน
 - กรณี “พีดันกับน้องเตย” เตยหยิบลูกชิ้นของพีดันกินโดยไม่ขออนุญาต
 - กรณี “บอยกับโต” เป็นเพื่อนสนิทกัน บอยชวนให้โตชิมน้ำผลไม้ปั่น แต่โตกินจนเกือบหมดแก้ว

- กรณี “อ้อมกับออย” เป็นเพื่อนสนิทกัน เคยใช้ของร่วมกันเสมอๆ ออยเคยบอกให้อ้อมหยิบยางลบในกระเป๋าตัวเอง อ้อมเลยคิดว่าน่าจะหยิบโทรศัพท์ได้เหมือนกัน
- กรณี “แก้มกับโก้” โก้เอาจักรยานของแก้มไปขี่ โดยบอกว่า ได้ตะโกนขอยืมแล้วระหว่างที่แก้มคุยโทรศัพท์กับเพื่อน
- เราคุยกันเรื่อง “ความรู้สึก” ไปแล้วว่า ต้น บอย ออย แก้มอาจจะรู้สึกอย่างไรได้บ้าง และเราพบว่า อาจมีความรู้สึกได้หลายๆ แบบ
- ตอนนี้ เราจะลองชวนกันคุยเรื่อง “สิทธิ” ครูชวนถามที่ละกรณี ดังนี้
- “ต้น” มีสิทธิโกรธ “น้องเตย” หรือไม่ เพราะเหตุใด
 ครูฟังคำตอบก่อน แล้วจึงสรุปให้เห็น ดังนี้
 - เป็นสิทธิของต้น เพราะต้นเป็นคนซื้อลูกชิ้นปิ้งมา
 - การเป็นน้องไม่ได้แสดงว่ามีสิทธิที่จะกินอะไรก็ได้ของคนที่เป็นพี่
 - ความตั้งใจของเตยว่าจะขออนุญาต ไม่มีผลใดๆ การขออนุญาตต้องมีการเอ่ยปากขอกับเจ้าของ และเจ้าของตอบอนุญาตก่อน จึงจะสามารถทำได้
 (กรณีนี้ เตยกินลูกชิ้นปิ้งไปก่อนที่จะขออนุญาต แม้ว่าตั้งใจว่าจะขอ)
- “บอย” มีสิทธิโกรธ “โต” หรือไม่ เพราะเหตุใด
 ครูฟังคำตอบก่อน แล้วจึงสรุปให้เห็น ดังนี้
 - เป็นสิทธิของบอย เพราะบอยชวนโต “ชิม” แต่โตกินจนเกือบหมดแก้ว
 - การเป็นเพื่อนสนิทไม่ได้แสดงว่าจะทำอะไรก็ได้
 - การอนุญาตให้ชิมต่างจากการบอกว่าให้กินเท่าไรก็ได้ หรือกินให้หมดเลย เราไม่ควรตีความเองตามความเข้าใจของตัวเอง
 - หากโตชิมแล้วรู้สึกอร่อย อยากกินอีก ควรขอให้บอยกลับมา แล้วขออนุญาตบอยว่า ขอกินอีกหน่อยได้หรือไม่

- ทั้งนี้ หากบอยบอกว่า ไม่ได้ โตก็ต้องเคารพคำตอบนั้น และไม่กินน้ำของบอยอีก รวมทั้งไม่ควรคิดว่า บอยขี้เหนียว หรือไม่มีน้ำใจที่ไม่ให้ตัวเองกินอีก เพราะบอยแค่อยากให้โตชิม ไม่ได้ซื้อมาให้โตกิน
- “ออย” มีสิทธิโกรธ “อ้อม” หรือไม่ เพราะเหตุใด
ครูฟังคำตอบก่อน แล้วจึงสรุปให้เห็น ดังนี้
 - เป็นสิทธิของออย เพราะกระเป๋าและของในกระเป๋าเป็นของออย หากออยไม่อนุญาตให้ใครเปิด ก็ไม่มีใครทำได้ แม้ว่าจะเป็นเพื่อนสนิทกัน
 - การที่ออยเคยอนุญาตให้อ้อมเปิดกระเป๋าหยิบของลงในกล่องดินสอไม่ได้ แปลว่าออยอนุญาตให้อ้อมเปิดกระเป๋าหยิบอะไรก็ได้ตลอดไป
 - แม้จะเป็นเพื่อนสนิทกัน และเพื่อนเคยบอกว่า ให้เปิดกระเป๋าหยิบอะไรก็ได้ เราคิดเองไม่ได้ว่ายังไงเพื่อนก็จะอนุญาต เราจึงต้องขออนุญาตทุกครั้ง หากจะหยิบของในกระเป๋า
- “แก้ม” มีสิทธิโกรธ “โก้” หรือไม่ เพราะเหตุใด
ครูฟังคำตอบก่อน แล้วจึงสรุปให้เห็น ดังนี้
 - เป็นสิทธิของแก้ม เพราะจักรยานเป็นของแก้ม
 - โก้ แม้จะเป็นน้อง แต่ก็ไม่มีสิทธิที่จะเอาจักรยานไปขี่ โดยไม่ขออนุญาต
 - แม้โก้จะบอกว่า ตะโกนขอยืมกับแก้มแล้ว แต่การที่แก้มยังไม่ได้ตอบอนุญาต โก้ก็ไม่มีสิทธิที่จะเอาจักรยานไปขี่ เพียงเพราะตัวเองได้พูดขอยืมแล้ว
 - การขออนุญาต โดยที่ผู้ที่เป็นเจ้าของไม่ได้ยิน ไม่รับรู้ ไม่ถือเป็นการขออนุญาต

- การขออนุญาต แปลว่า การที่เราบอกกับคนที่เราเป็นเจ้าของ และ เจ้าของได้ตอบอนุญาตก่อนเท่านั้น เราจึงจะทำได้

๙. ครุสรูปประเด็นสำคัญ ดังนี้

- ทั้ง ๔ กรณีนี้แสดงถึงการกระทำโดยพลการกับสิ่งของคนอื่น โดยที่ไม่ได้ขออนุญาตเจ้าของ หรือเจ้าของยังไม่ได้บอกอนุญาตให้ทำ ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำ เพราะเราต้องเคารพสิทธิในความเป็นเจ้าของของคนๆ นั้น
- ในขณะเดียวกัน หากเราขอแล้วเจ้าของไม่ยินยอม เราก็ต้องเคารพในคำตอบของคนที่เป็นเจ้าของ ไม่ว่าเราจะรู้สึกอย่างไรก็ตาม สิ่งที่เราต้องเห็นและยอมรับ คือ คนที่เป็นเจ้าของมีสิทธิจะอนุญาตหรือไม่อนุญาตก็ได้ เช่น
 - เตยขอกินลูกชิ้นปิ้ง พี่ดันบอกว่าไม่ได้ เตยก็ต้องเคารพสิทธิของพี่ดัน (เพราะพี่ดันอาจมีเหตุผลที่เราไม่รู้)
 - โตขอกินน้ำอีก แล้วบอยไม่ให้ โตก็ต้องเคารพในความต้องการของบอย
 - อ้อมควรเข้าใจและเคารพว่า ออยมีสิทธิที่จะไม่ชอบ และไม่ให้ใครมาเปิดกระเป๋าโดยที่ออยไม่ได้อนุญาต แม้ว่าอ้อมจะเป็นเพื่อนสนิท หรือออยเคยให้อ้อมหยิบของ
 - โก้ควรเคารพ หากแก้มจะไม่ให้โก้จี้จักรยานคันใหม่
- ทุกเรื่องที่เป็นของของคนอื่น เราต้องเคารพสิทธิในการเป็นเจ้าของของคนๆ นั้น การไม่ขออนุญาต ไม่ถามก่อน สะท้อนถึงการไม่เคารพสิทธิ และพื้นที่ส่วนตัวของคนอื่น เราอาจจะมีความเห็นที่แตกต่าง แต่เราไม่มีสิทธิที่จะละเมิดสิทธิคนอื่น ในทางกลับกัน เราก็อยากให้คนอื่นขออนุญาตเราก่อน หากเป็นของของเรา

๑๐. ถาถามนักเรียนว่า นักเรียนเคยมีประสบการณ์อะไรที่คล้ายกับทั้ง ๔ กรณีนี้หรือไม่ อย่างไร ขอให้นักเรียนช่วยเล่าประสบการณ์

๑๑. ขวนนักเรียนสรุป โดยใช้คำถามต่อไปนี้

- หากเราอยากใช้ปากกาของเพื่อนที่วางอยู่บนโต๊ะ เราควรทำอะไร และไม่ควรทำอะไร
- หากเราชวนเพื่อนไปเล่นบาส เพื่อนบอกว่า ไม่อยากเล่น เราควรทำอะไร และไม่ควรทำอะไร
- หากรู้ว่าเพื่อนไม่ชอบถูกล้อเลียน เราควรทำอะไร และไม่ควรทำอะไร
- หากเพื่อนในกลุ่มคุยกันว่า จะซื้อรองเท้าผ้าใบแบบเดียวกันใส่ แต่มีเพื่อนคนหนึ่งไม่อยากได้แบบนั้น เราควรทำอะไร และไม่ควรทำอะไร
- หากมีคนมาจับมือเราโดยไม่ขอ และเราไม่ชอบ เราควรทำอะไร และไม่ควรทำอะไร
- หากมีคนบังคับให้เราทำอะไรที่เราไม่ชอบ เราควรทำอะไร และไม่ควรทำอะไร

๑๒. ครูย้ำว่า ทุกคนมีสิทธิในสิ่งที่ตนเองเป็นเจ้าของ มีสิทธิบอกและยืนยันความต้องการ และความยินยอมพร้อมใจของตนเอง ในขณะเดียวกัน เราต้องไม่ละเมิดสิทธิของคนอื่น ต้องเคารพความต้องการ หากไม่แน่ใจว่า อีกฝ่ายรู้สึกอย่างไร เราควรถามเพื่อความแน่ใจ ไม่ควรคิดและตัดสินใจเอง

เรื่องเล่า

เรื่องที่ ๑ “พีดันกับน้องเตย”

พีดันซื้อลูกชิ้นปิ้งเจ้าอร่อยมา ๕ ไม่วางไว้บนโต๊ะกินข้าว แล้วขึ้นไปอาบน้ำ น้องเตยกลับจากโรงเรียนเห็นลูกชิ้นวางอยู่เลยหยิบไปกิน ๑ ไม้ แล้วกะว่าจะบอกพีดันว่าขอกินตอนพีดันอาบน้ำเสร็จ แต่พอพีดันมาเห็นว่าลูกชิ้นหายไป ๑ ไม้ก็รู้สึก....

เรื่องที่ ๒ “บอยกับโต”

บอยซื้อน้ำผลไม้ปั่นมา ๑ แก้ว เดินมาที่โต๊ะที่โตเพื่อนสนิทนั่งกินข้าวอยู่ จึงชวนโตว่า ชิมน้ำนี้ไหม บอยวางแก้วน้ำไว้บนโต๊ะ แล้วเดินไปซื้อข้าวเพื่อกลับมาแบ่งกินข้าวกับโต โตกินข้าวเสร็จพอดี จึงหยิบน้ำปั่นของบอยมากินจนเกือบหมดแก้ว เมื่อบอยกลับมาเห็นว่า โตกินน้ำที่ตัวเองซื้อมาจนเกือบหมด จึงรู้สึก....

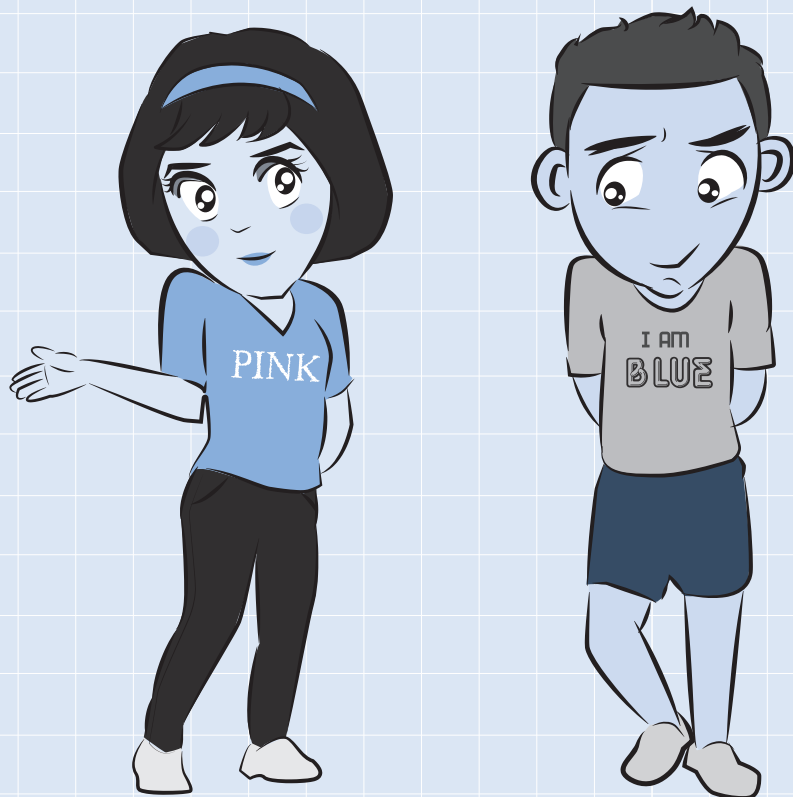
เรื่องที่ ๓ “อ้อมกับออย”

อ้อมกับออยสนิทกันมาก แบ่งของกันให้เสมอๆ วันหนึ่ง นั่งทำการบ้านอยู่ด้วยกัน หลังเลิกเรียน อ้อมลืมหอยางลบมา จึงขอยืมออย ออยบอกว่า ยางลบอยู่ในกล่องดินสอในกระเป๋า ให้อ้อมหยิบได้เลย

วันต่อมา ระหว่างนั่งทำการบ้านด้วยกัน ออยลุกไปเข้าห้องน้ำ สักพักอ้อมได้ยินเสียงโทรศัพท์ออยในกระเป๋าดังหลายครั้ง จึงเปิดกระเป๋าออยเพื่อหยิบโทรศัพท์มารับ ออยเดินกลับมาเห็นอ้อมกำลังเปิดกระเป๋าตัวเองพอดี ออยรู้สึก...

เรื่องที่ ๔ “แก้มกับโก้”

วันนี้วันเกิดแก้ม พ่อให้จักรยานคันใหม่เป็นของขวัญ แก้มเกาะห่อจักรยานเตรียมจะไปขี่เล่น พอดีเสียงโทรศัพท์ดังแก้มจึงไปรับ ปรากฏเป็นเพื่อนโทรมาอวยพรวันเกิดและคุยกันต่อพักใหญ่ ระหว่างนั้น โก้กลับจากโรงเรียน เห็นจักรยานคันใหม่จอดอยู่ ถามแม่ว่าของใคร แม่บอกว่าเป็นของขวัญวันเกิดพี่แก้ม โก้วางกระเป๋าตะโกนบอกพี่แก้มว่าขอยืมไปขี่หน่อย แล้วก็เอาจักรยานออกไปขี่ หลังจากแก้มวางโทรศัพท์เพื่อน ออกมาไม่เจอจักรยานก็เริ่มหงุดหงิด เมื่อเห็นโก้จักรยานตัวเองเข้าบ้านมา และโก้บอกว่า ตะกี้โก้ตะโกนบอกพี่แก้มแล้วว่าขอยืม ถามแม่ก็ได้ แก้มรู้สึก...



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓
ชายสีฟ้า หญิงสีชมพู ?



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓

ชายสีฟ้า หญิงสีชมพู ?



สาระสำคัญ

การเรียนรู้บทบาทและความคาดหวังที่แตกต่างกันต่อหญิงชาย ซึ่งหลายเรื่องสะท้อนถึงความไม่เท่าเทียม และจำกัดโอกาสของหญิงและชาย ล้วนเป็นการกำหนดโดยสังคมวัฒนธรรม ไม่ใช่เรื่องธรรมชาติ และสามารถเปลี่ยนแปลงได้ โดยเฉพาะเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความไม่เท่าเทียม เราต้องช่วยกันเปลี่ยน



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) เปรียบเทียบการปฏิบัติต่อหญิงและชายที่แตกต่างกัน และผลกระทบ
- ๒) บอกความรู้สึกต่อการปฏิบัติต่อหญิงชายที่แตกต่างกัน
- ๓) บอกข้อเสนอในการปฏิบัติต่อหญิงชายอย่างเท่าเทียม

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การรัก เคารพ และเห็นคุณค่าตัวเอง • การรู้และเคารพสิทธิ • ความมั่นใจในตัวเอง • ความเท่าเทียม • การไม่เอาเปรียบผู้อื่น	• การรู้จักตนเอง • การคิด วิเคราะห์ แยกแยะ • การเท่าทันสื่อ



ระยะเวลา

๔๐ นาที



อุปกรณ์และสื่อ

- ป้ายเห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่แน่ใจ
- ตัวอย่างภาพที่แสดงถึงลักษณะหญิงชายตามความคาดหวังของสังคมที่เราคุ้นเคย และภาพหญิงชายที่แตกต่างจากบทบาทหรือสิ่งที่สังคมคาดหวัง (หากสามารถเตรียมภาพลักษณะเดียวกันของทั้งหญิง / ชาย / เพศทางเลือก จะช่วยให้เห็นภาพเปรียบเทียบถึงความหลากหลายของแต่ละเพศมากกว่าที่สังคมคาดหวัง หรือภาพที่เราคุ้นเคย)



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูบอกว่า วันนี้เราจะลองสำรวจการปฏิบัติต่อหญิงชายว่าเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร และการปฏิบัติที่แตกต่างส่งผลอย่างไรบ้าง

๒. ครูชวนนักเรียนคุยว่า พวกเราคงถูกสอนถูกบอกมาใช่ไหมว่า เป็นผู้ชายจะต้องทำ/ไม่ทำอะไร เป็นผู้หญิงจะต้องทำ/ไม่ทำอะไร ขอให้นักเรียนช่วยยกตัวอย่างว่า

- ผู้หญิง ถูกบอกว่า เราต้องเป็นอย่างไร ทำอะไรได้ ทำอะไรไม่ได้
- ผู้ชาย ถูกบอกว่า เราต้องเป็นอย่างไร ทำอะไรได้ ทำอะไรไม่ได้
- เรารู้สึกอย่างไรกับสิ่งที่เรากดคาดหวังให้เป็น ให้ทำ ไม่ให้ทำแบบนี้ๆ

- มีเรื่องใดที่เรารู้สึกไม่ชอบ หรือไม่เห็นด้วยมากๆ ขอตัวอย่าง และเหตุผล

๓. ครูชวนดูภาพเปรียบเทียบที่เป็นภาพความคาดหวังต่อหญิงชายโดยทั่วไป และภาพที่แสดงให้เห็นว่ามีหญิงและชายที่สามารถเป็นแบบอื่นๆ ได้ด้วย

- ถามนักเรียนว่า เมื่อพูดถึงนักบิน นึกถึงเพศอะไร
 - ครูชวนดูภาพว่า มีทั้งนักบินชายและนักบินหญิง
- ถามนักเรียนว่า เมื่อนึกถึงผู้นำ นึกถึงเพศอะไร
 - ส่วนใหญ่จะคิดถึงเพศชาย ให้ครูนำภาพนายกรัฐมนตรีหญิงของโลกมาให้นักเรียนดู และชวนให้เห็นว่า เรามีผู้หญิงเป็นผู้นำประเทศมานานแล้ว คนแรก คือ เมื่อปี ๒๕๐๓
- ถามนักเรียนว่า ภาพผู้หญิงที่เรามักเห็นในสื่อ/โฆษณาต่างๆ เป็นอย่างไร
 - รอฟังคำตอบ ๓-๔ คำตอบ
 - ให้นักเรียนดูตัวอย่างภาพผู้หญิงในสื่อ/โฆษณา และผู้หญิงในชีวิตจริงที่มีความหลากหลาย
- ภาพผู้ชายที่เรามักเห็นในสื่อ/โฆษณาต่างๆ เป็นอย่างไร
 - รอฟังคำตอบ ๓-๔ คำตอบ
 - ให้นักเรียนดูตัวอย่างภาพผู้ชายในสื่อ/โฆษณา และผู้ชายในชีวิตจริงที่มีความหลากหลาย
- ภาพเพศทางเลือกที่เรามักเห็นในสื่อ/โฆษณาต่างๆ เป็นอย่างไร
 - รอฟังคำตอบ ๓-๔ คำตอบ
 - ให้นักเรียนดูตัวอย่างภาพเพศทางเลือกในสื่อ/โฆษณา และเพศทางเลือกในชีวิตจริงที่มีความหลากหลาย

๔. อธิบายว่า ครูจะอ่านข้อความและให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่า เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย หรือไม่แน่ใจ โดยให้เดินไปยืนในจุดที่ตรงกับความคิดเห็นของตนเอง

- ครูชี้แจงเพิ่มเติมว่า ทุกคนมีความคิดเห็นเป็นของตนเอง ตามสิ่งที่เราเรียนรู้หรือมีประสบการณ์มา และความคิดเห็นไม่ใช่เรื่องถูกหรือผิด และความคิดเห็นสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามการเรียนรู้ใหม่ หรือข้อมูลใหม่ที่เราได้รับ เช่น
 - เราอาจรู้สึกว่า การเรียนภาษาจีนเป็นเรื่องยากเราไม่อยากจะเรียน แต่เมื่อเรามีโอกาสได้ลองเรียน เราอาจพบว่าภาษาจีนเป็นเรื่องสนุก และเราชอบก็ได้ เป็นต้น
- ดังนั้น ขอให้นักเรียนเลือกแสดงความคิดเห็นตามที่ตัวเองคิดอย่างเต็มที่ และเราไม่จำเป็นต้องเห็นเหมือนกัน

๕. ให้นักเรียนรวมกันกลางห้อง และเริ่มอ่านข้อความที่ละข้อความ ดังนี้

- การช่วยงานบ้านเป็นหน้าที่ของลูกสาว
- เราควรเลือกหัวหน้าห้องเป็นผู้ชาย เพราะมีความเป็นผู้นำ
- การดูแลบ้านและการดูแลลูกเป็นหน้าที่ของแม่
- หน้าที่หารายได้เลี้ยงครอบครัวเป็นของพ่อ
- เป็นผู้ชายไม่ควรร้องไห้

๖. ในแต่ละข้อ เมื่อทุกคนเลือกยืนตามความเห็นของตัวเองแล้ว ครูอธิบายเพิ่มเติมว่า

- ให้กลุ่มที่มีความเห็นเหมือนกันคุยกันถึงเหตุผลที่เลือกแบบนั้น
- จากนั้นให้แต่ละกลุ่ม (เห็นด้วย/ไม่เห็นด้วย/ไม่แน่ใจ) อธิบายให้เพื่อนฟังถึงเหตุผลของกลุ่มตนเอง
- เมื่อทั้ง ๓ กลุ่มได้บอกเหตุผลแล้ว ครูถามว่า หลังจากที่ได้ฟังความเห็นของแต่ละฝ่ายแล้ว มีใครเปลี่ยนความคิดบ้าง ถามคนที่เปลี่ยนว่ามีเหตุผลอะไรที่ทำให้เปลี่ยนความคิด

๗. ครูชวนกลับไปดูข้อความทั้ง ๕ ข้อความ และอธิบายนักเรียนว่าทุกข้อเป็นการพูดถึงบทบาทและความคาดหวังต่อหญิงและชายในสังคม และในชีวิตจริง หลายคนก็ทำบทบาทตามที่สังคมคาดหวัง แต่หากเราพิจารณาให้ดี จะเห็นว่าทุกข้อแสดงถึงการปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียมต่อหญิงชาย เช่น

- เรามักจะเห็นแม่เป็นคนดูแลบ้าน ดูแลความเป็นอยู่ของลูกและทุกคนในบ้าน มากกว่าพ่อ และมีแนวโน้มที่แม่จะให้ลูกสาวช่วยทำงานบ้าน หรือให้ฝึกดูแลทำความสะอาดบ้านมากกว่าลูกชาย ทั้งที่ การทำงานบ้านเป็นเรื่องที่ทุกคนควรช่วยกันไม่ว่าเพศใด
- เรามักถูกบอกว่า พ่อเป็นหัวหน้าครอบครัว ส่วนใหญ่จะเห็นพ่อไปทำงานนอกบ้าน เป็นคนหารายได้ แต่เราก็เห็นว่าครอบครัวมากมายที่แม่ก็ต้องทำงานหารายได้เช่นกัน
- เราเคยได้ยินว่า เป็นผู้ชายไม่ควรร้องไห้แสดงความอ่อนแอ แต่ผู้หญิงจะไม่ได้ถูกบอกแบบเดียวกัน ทั้งที่ทั้งหญิงและชายล้วนมีอารมณ์ความรู้สึกเหมือนกัน และการร้องไห้ ซึ่งเป็นการแสดงความรู้สึก ไม่ควรใช้เป็น การตัดสินความอ่อนแอไม่ว่าของเพศใด

๘. ให้นักเรียนยกตัวอย่างประสบการณ์ในชีวิตจริงที่เคยเจอถึงการปฏิบัติที่แตกต่างต่อหญิงชาย เพียงเพราะความเป็นเพศ ขอตัวอย่าง ๔-๕ ตัวอย่าง

๙. ครูย้ำว่า เมื่อพิจารณาให้ดีแล้วเราจะเห็นว่า “ความเป็นเพศ” ไม่เกี่ยวกับความสามารถหรือบทบาทในการทำสิ่งต่างๆ เลย เช่น

- การทำงานบ้าน
 - ควรเป็นเรื่องที่ทุกคนในบ้านต้องช่วยกัน เพราะเราอยู่ด้วยกัน และเราก็เห็นว่า ทั้งหญิงและชายสามารถทำเรื่องนี้ได้เหมือนกัน
 - หากผู้ใหญ่เลือกใช้แต่เด็กผู้หญิงในการทำงานบ้าน นอกจากเป็นการปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียมกันแล้ว ยังส่งผลให้สร้างความรู้สึกว่า เรื่องงานบ้านไม่ใช่หน้าที่ของผู้ชาย และจำกัดโอกาสของผู้ชายในการฝึกฝนความรับผิดชอบในการ

ดูแลบ้าน รวมทั้ง การบอกว่าเป็นหน้าที่ของผู้หญิง ทำให้ผู้หญิง
ต้องใช้เวลากับเรื่องนี้และขาดโอกาสในการได้เรียนรู้การทำเรื่อง
อื่นๆ ด้วย

- ความสามารถในการทำงาน การหารายได้ และความเป็นผู้นำก็ไม่ได้เกี่ยวกับความเป็นเพศ เราจะเห็นว่าในปัจจุบัน ทุกเพศต่างมีบทบาทในหน้าที่การงาน สามารถหารายได้ และมีบทบาทเป็นผู้นำ ดังนั้น หากแต่ละคนมีโอกาสเท่าเทียมกันในการเรียนรู้ ฝึกฝนความสามารถ และคุณสมบัติเหล่านี้ก็พัฒนาได้ โดยไม่เกี่ยวกับว่าเป็นเพศอะไร
- การแสดงความรู้สึก เช่น การร้องไห้ ก็ไม่จำกัดเพศเช่นกัน ทุกคนล้วนมีความรู้สึกไม่ว่าจะเป็นเพศอะไร และการร้องไห้เป็นการแสดงความรู้สึกแบบหนึ่ง แต่ถูกให้ความหมายว่า เป็นการแสดงความอ่อนแอ จึงเป็นความคาดหวังที่ส่งผลต่อผู้ชายว่าจะต้องเป็นคนไม่แสดงความรู้สึก ต้องแสดงความเข้มแข็งตลอดเวลา ซึ่งหากมีผู้ชายคนใดทำไม่ได้ก็อาจถูกตัดสินว่า ไม่มีความเป็นชาย ซึ่งไม่ใช่เรื่องจริง

๑๐. ครูสรุปการเรียนรู้ว่า บทบาทและความคาดหวังที่แตกต่างกันต่อหญิงชายหลายเรื่องสะท้อนถึงความไม่เท่าเทียม และจำกัดโอกาสของหญิงและชาย ล้วนเป็นการกำหนดโดยสังคมวัฒนธรรม ไม่ใช่เรื่องธรรมชาติว่า เกิดเป็นหญิงต้องเป็นแบบนี้ เกิดเป็นชายต้องเป็นแบบนี้ ดังนั้น เรื่องเหล่านี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ โดยเฉพาะเรื่องที่เกี่ยวข้องให้เกิดความไม่เท่าเทียม และเราต้องช่วยกันเปลี่ยน

ตัวอย่างภาพหญิงชายที่เป็นไปตามความคาดหวังของสังคม
และภาพหญิงชายที่แตกต่างไปจากที่สังคมคาดหวัง



ภาพผู้หญิง
ที่เรามักเห็นในสื่อ/โฆษณา

สวย ขาว
ผอมยาว ผอม





ข้อมูลภาพจากอินเทอร์เน็ต

แต่ผู้หญิงในโลกความเป็นจริงมีหลายแบบ





นักบิน



นักบิน



ข้อมูลภาพจากอินเทอร์เน็ต



นายกรัฐมนตรีหญิง

Sirimavo Bandairnaike

(สิริมาโว บันดาราไนยาเก)

อดีตนายกรัฐมนตรีหญิงคนแรกของศรีลังกา และ
ยังเป็นนายกรัฐมนตรีหญิงคนแรกของโลกอีกด้วย
ซึ่งเธอผู้นี้ได้รับการเลือกตั้งมาจากประชาชนชาว
ศรีลังกาอย่างถล่มทลายในปี พ.ศ. ๒๕๐๓



นายกรัฐมนตรีหญิง

Indira Gandhi

(อินทิรา คานธี) แห่งประเทศอินเดีย

นายกรัฐมนตรีหญิงคนที่สองของโลก

เธออยู่ในตำแหน่ง ๓ วาระติดต่อกัน

ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๐๙-๒๕๒๗

ข้อมูลภาพจากอินเทอร์เน็ต



นายกรัฐมนตรีหญิง

อดีตนายกรัฐมนตรีหญิงคนที่ ๓ ของโลก คือ **Golda Meir (โกลดา แมร์)** จากอิสราเอล โดยเธอได้รับการเลือกตั้งให้เป็นนายกฯ เมื่อตอนอายุ ๗๐ ปีแล้ว เมื่อพ.ศ. ๒๕๑๒



นายกรัฐมนตรีหญิง

Margaret Thatcher

อดีตนายกรัฐมนตรีหญิง
ประเทศอังกฤษ

ข้อมูลภาพจากอินเทอร์เน็ต

บทบาทและความคาดหวัง
ที่แตกต่างกันต่อชายหญิง
ล้วนเป็นการกำหนด
โดยสังคมวัฒนธรรม
ไม่ใช่เรื่องธรรมชาติ



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔
ฉันเคยได้ยินว่า...



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๔

อันเคยได้ยินว่า...



สาระสำคัญ

แต่ละคนมีโอกาสรับรู้เรื่องเพศมาจากหลายข้อมูลรอบตัว แต่ข้อมูลเรื่องเพศที่เราได้รับรู้ หรือได้ยินมา อาจมีทั้งส่วนที่เป็นข้อเท็จจริง ความเชื่อ และทัศนคติ ซึ่งหากเป็นความรู้ที่ไม่ถูกต้อง หรือความเชื่อที่ผิดๆ อาจส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมที่ไม่ปลอดภัย หรือไม่ดีต่อสุขภาวะ และอาจเกิดการเรียนรู้ การแสดงออกและพฤติกรรมที่ส่งผลในทางลบทั้งต่อตัวเอง และคนอื่นในด้านสุขภาพ และสัมพันธภาพ เราจึงควรพูดคุย หาข้อมูลเรื่องเพศที่ถูกต้องจากแหล่งเรียนรู้ที่น่าเชื่อถือ



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) แยกแยะเรื่องเพศที่เป็นข้อเท็จจริงและความเชื่อ
- ๒) บอกผลกระทบของข้อมูลที่ไม่ถูกต้องและความเชื่อผิดๆ ในเรื่องเพศ
- ๓) ระบุความสำคัญของการรู้เรื่องเพศที่ถูกต้อง

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การรัก เคารพ และเห็นคุณค่าในตนเอง • ความปลอดภัย	• การวิเคราะห์ แยกแยะ • การสืบค้นข้อมูล • การประเมินผลกระทบ • การดูแลสุขอนามัย • การขอความช่วยเหลือ



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

แผ่นกิจกรรม “ฉันเคยได้ยินว่า...”



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. บอกนักเรียนว่าวันนี้เราจะลองสำรวจว่า เราเคยได้ยินเรื่องเพศอะไรมาบ้าง ถามนักเรียนว่า
 - วัยรุ่นในปัจจุบันได้ยินเรื่องเพศจากไหนบ้าง
 - เรื่องเพศที่เรารับรู้จากสื่อต่างๆ มีอะไรบ้าง (ขอฟังตัวอย่าง ๔-๕ เรื่อง และครูจดเรื่องต่างๆ เพื่ออธิบายเพิ่มเติมหลังอธิบายคำถาม ๑๐ ข้อ ในกิจกรรม)
๒. แบ่งกลุ่มนักเรียนเป็น ๕ กลุ่มอธิบายว่า ครูจะแจกแผ่นกิจกรรม “ฉันเคยได้ยินว่า...” ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันพิจารณาว่าข้อความทั้งสิบข้อความเป็นเรื่องจริงหรือไม่จริง ให้เวลา ๗ นาที
๓. ครูอ่านข้อความทีละข้อ และขอฟังคำตอบจากแต่ละกลุ่ม ก่อนที่จะเฉลยและอธิบายเพิ่มเติม (แนวทางการอธิบายในแผ่นข้อมูลเพิ่มเติม)
๔. ในแต่ละข้อ ครูชวนคุยเพิ่มเติม โดยถามว่า
 - หากเราเชื่อหรือเข้าใจผิดในเรื่องนั้นๆ จะส่งผลกระทบอะไรบ้าง ?

๕. เมื่อครบทั้ง ๑๐ ข้อให้นำเรื่องที่นักเรียนบอกว่าได้ยินจากสื่อมาอธิบายเพิ่มเติม ทั้งนี้หากข้อใดที่ครูไม่มั่นใจในข้อมูล ให้บอกนักเรียนว่า จะหาข้อมูลมาตอบในคาบเรียนต่อไป

๖. ครูสรุปการเรียนรู้ว่า

- ช่วงวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างรวมทั้งพัฒนาการเรื่องเพศ ดังนั้น หากเรามีความสนใจอยากรู้ มีคำถาม ข้อสงสัย ข้อกังวล ในเรื่องเพศจึงเป็นเรื่องธรรมดา ไม่ใช่เรื่องผิดปกติ
- เราอาจได้ยินเรื่องเพศจากหลายๆ ที่ เราอาจคุยกับเพื่อน หรือหาข้อมูลจากสื่อต่างๆ แต่สิ่งที่ต้องตระหนักคือ ข้อมูลหลายอย่างในเรื่องเพศอาจเป็นข้อมูลที่ไม่ถูกต้อง หรือเป็นความเชื่อผิดๆ ซึ่งหากเราเชื่อตามนั้นอาจส่งผลต่อพฤติกรรมที่ไม่ปลอดภัย หรือไม่ดีต่อสุขภาพะ

๗. บอกนักเรียนว่าหากใครมีคำถามเรื่องเพศเพิ่มเติม ให้เขียนลงกระดาษ ไม่ต้องใส่ชื่อ และนำมาใส่ในกล่องคำถาม และครูจะนำมาตอบในคาบเรียนต่อไป

แผ่นกิจกรรม “อันเคยได้ยินว่า....”

นักเรียนคิดว่าข้อความต่อไปนี้ จริงหรือไม่ ?	จริง	ไม่จริง
๑. การช่วยตัวเองเป็นเรื่องอันตราย		
๒. คนที่ชอบเพศเดียวกันเป็นพวกผิดปกติ		
๓. การใส่ถุงยางอนามัยสองชั้นจะช่วยให้ปลอดภัยมากขึ้น		
๔. ถ้าเป็นผู้หญิงบริสุทธิ์ต้องมีเลือดออกในการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก		
๕. การนับหน้าเจ็ดหลังเจ็ดเป็นวิธีคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพ		
๖. “ตรงนั้น” ของผู้หญิงสกปรกและมีกลิ่น		
๗. ผู้หญิงควรใช้น้ำยาทำความสะอาดช่องคลอด		
๘. มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางเพียงครั้งเดียวก็ท้องได้		
๙. ผู้ชายมีความต้องการทางเพศมากกว่าผู้หญิง		
๑๐. การพูดเรื่องเพศเป็นเรื่องน่าอาย		

แผ่นกิจกรรม “อันเคยได้ยินว่า....”

นักเรียนคิดว่าข้อความต่อไปนี้ จริงหรือไม่ ?	จริง	ไม่จริง
๑. การช่วยตัวเองเป็นเรื่องอันตราย		
๒. คนที่ชอบเพศเดียวกันเป็นพวกผิดปกติ		
๓. การใส่ถุงยางอนามัยสองชั้นจะช่วยให้ปลอดภัยมากขึ้น		
๔. ถ้าเป็นผู้หญิงบริสุทธิ์ต้องมีเลือดออกในการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก		
๕. การนับหน้าเจ็ดหลังเจ็ดเป็นวิธีคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพ		
๖. “ตรงนั้น” ของผู้หญิงสกปรกและมีกลิ่น		
๗. ผู้หญิงควรใช้น้ำยาทำความสะอาดช่องคลอด		
๘. มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางเพียงครั้งเดียวก็ท้องได้		
๙. ผู้ชายมีความต้องการทางเพศมากกว่าผู้หญิง		
๑๐. การพูดเรื่องเพศเป็นเรื่องน่าอาย		

ข้อมูลเพิ่มเติมและแนวทางการอธิบาย

๑) การช่วยตัวเองเป็นเรื่องอันตราาย (ไม่จริง)

การช่วยตัวเองถือเป็นวิธีที่ช่วยผ่อนคลายความต้องการทางเพศที่ดีที่สุดวิธีหนึ่ง ปลอดภัยจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และไม่ต้องกลัวว่าจะท้องหรือทำให้ใครท้อง

๒) คนที่ชอบเพศเดียวกันเป็นพวกผิดปกติ (ไม่จริง)

การชอบเพศเดียวกันไม่ใช่เรื่องผิดปกติ หรือผิดธรรมชาติ เป็นรสนิยมทางเพศแบบหนึ่ง

๓) การใส่ถุงยางอนามัยสองชั้นจะช่วยให้ปลอดภัยมากขึ้น (ไม่จริง)

การใส่ถุงยางสองชั้นมีโอกาที่ถุงยางจะเสียดสีกันและเกิดการรั่วซึมได้ ใส่ถุงยางอันเดียวก็สามารถช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม หรือช่วยป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ขอให้ใส่นั้น

๔) ถ้าเป็นผู้หญิงบริสุทธิ์ต้องมีเลือดออกในการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก (ไม่จริง)

เรื่องมีเลือดหรือไม่มีเลือดเมื่อมีเพศสัมพันธ์เอามาตัดสินความบริสุทธิ์ไม่ได้ เพราะเพียงแค่เราใช้จักรยาน หรือทำกิจกรรม เล่นกีฬาหนัก เยื่อพรหมจารย์ก็อาจขาดได้

๕) การนับหน้าเจ็ดหลังเจ็ดเป็นวิธีคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพ (ไม่จริง)

การนับหน้าเจ็ดหลังเจ็ด หรือระยะปลอดภัยไม่แนะนำให้เป็นการคุมกำเนิด เพราะมีข้อผิดพลาดได้ โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นที่รอบเดือนยังมาไม่สม่ำเสมอ นอกจากนั้น ยังเสี่ยงต่อการได้รับเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

๖) “ตรงนั้น” ของผู้หญิงสกปรกและมีกลิ่น (ไม่จริง)

อวัยวะเพศของทุกคนมีกลิ่นโดยธรรมชาติ เป็นกลิ่นเฉพาะของแต่ละบุคคล ในกรณีที่กลิ่นผิดปกติอาจเกิดจากการติดเชื้อ ซึ่งควรจะไปรับการตรวจรักษาจากแพทย์

๓) ผู้หญิงควรใช้น้ำยาทำความสะอาดช่องคลอด (ไม่จริง)

ช่องคลอดของผู้หญิงมีกลไกตามธรรมชาติในการทำความสะอาดอยู่แล้ว การใช้น้ำยาทำความสะอาดจะไปทำลายกลไกธรรมชาติ

๔) มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางเพียงครั้งเดียวก็ท้องได้ (จริง)

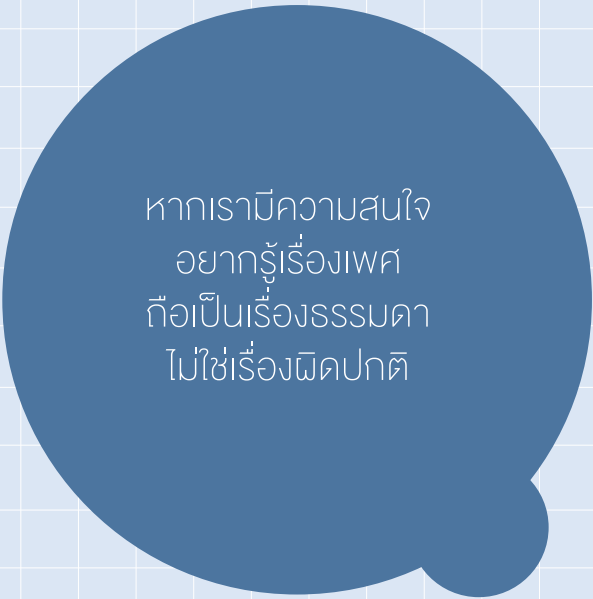
การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยเพียงครั้งเดียวก็มีโอกาสท้องได้ หากเป็นช่วงที่ผู้หญิงไข่ตก ผู้หญิงที่การทำงานของร่างกายปกติ ไข่จะตกช่วงกลางของรอบเดือนพอดี โดยทั่วไปประจำเดือนนั้นจะมาทุก ๒๘ วัน ดังนั้น ไข่จะตกประมาณวันที่ ๑๔ ของรอบเดือน แต่ก็อาจคลาดเคลื่อนได้บ้าง นอกจากนั้นอสุจิอยู่ได้นานถึง ๕ วัน ดังนั้น หากมีเพศสัมพันธ์ก่อนหรือหลังวันไข่ตกประมาณ ๕ วันก็มีโอกาสท้องได้เช่นกัน ที่สำคัญ เป็นเรื่องยากที่จะใช้วิธีนับวัน เพราะรอบเดือนของผู้หญิงอาจมาไม่ปกติ และวันที่ไข่ตกอาจคลาดเคลื่อนได้ โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น วิธีที่ดีคือการใช้ถุงยางอนามัย เพราะช่วยป้องกันทั้งการท้องและการติดเชื้อติดต่อทางเพศสัมพันธ์

๕) ผู้ชายมีความต้องการทางเพศมากกว่าผู้หญิง (ไม่จริง)

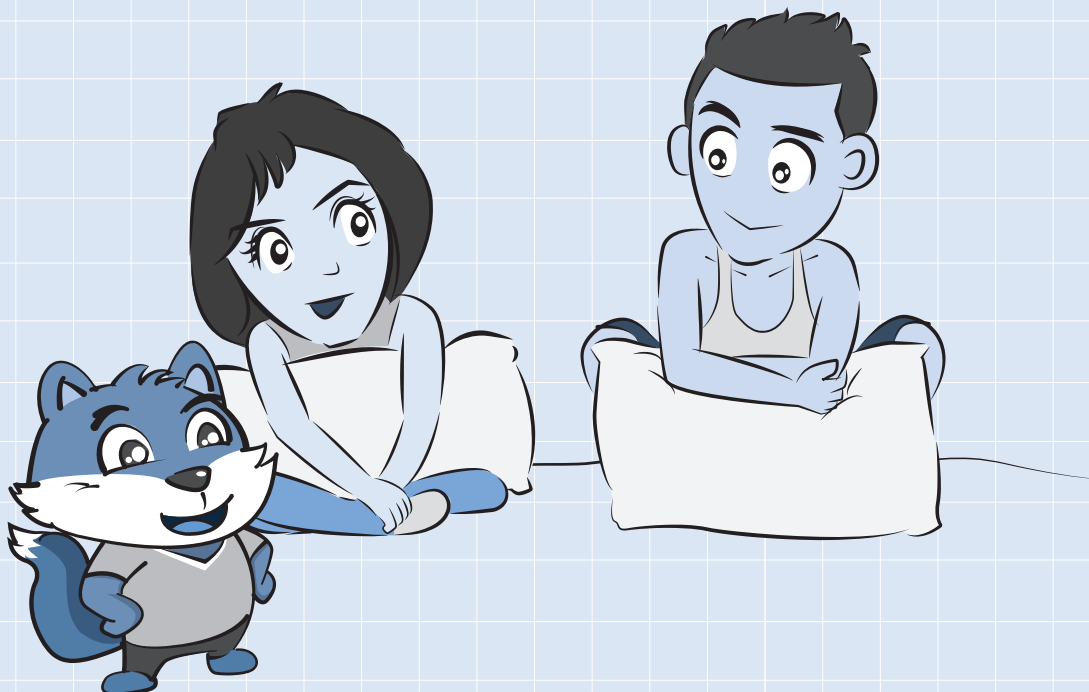
ความต้องการทางเพศ ทั้งหญิงชายมีเหมือนกัน ส่วนเรื่องมาก/น้อยเป็นเรื่องของบุคคล

๖) การพูดเรื่องเพศเป็นเรื่องน่าอาย (ไม่จริง)

เรื่องเพศเป็นเรื่องธรรมชาติ และเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตัวเราเองเหมือนเรื่องอื่นๆ ที่จำเป็นต้องเรียนรู้และคุยกันเพื่อทำความเข้าใจ และได้ข้อมูลที่ถูกต้อง การทำให้เรื่องเพศเป็นเรื่องน่าอาย ทำให้หลายคนทั้งเด็กและผู้ใหญ่ไม่กล้าพูดคุย ซักถามข้อสงสัยที่มี ซึ่งอาจส่งผลต่อการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศของตนเอง

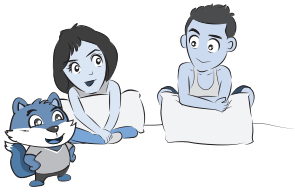


หากเรามีความสนใจ
อยากรู้เรื่องเพศ
ถือเป็นเรื่องธรรมดา
ไม่ใช่เรื่องผิดปกติ



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕

ความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๕

ความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์



สาระสำคัญ

ความสัมพันธ์ มีรูปแบบที่แตกต่างหลากหลายไปในแต่ละช่วงชีวิต ความสัมพันธ์สามารถพัฒนาและยุติลงได้ ความสัมพันธ์บางแบบอาจมีเพศสัมพันธ์เข้ามาเกี่ยวข้อง ซึ่งความสัมพันธ์ทุกรูปแบบอาจนำมาทั้งความสุข ในขณะที่เดียวกันก็อาจนำมาซึ่งปัญหาต่างๆ ได้เช่นกัน ดังนั้น ทักษะในการจัดการความสัมพันธ์จึงเป็นเรื่องที่ต้องเรียนรู้ และสิ่งสำคัญคือ ทุกคนสามารถเลือกและตัดสินใจว่าจะมีความสัมพันธ์อย่างไร ในขณะที่เดียวกันก็ต้องเคารพการเลือกและการตัดสินใจของคนที่เรามีความสัมพันธ์ด้วย



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลด้านบวกและด้านลบของความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์
- ๒) บอกวิธีป้องกันและจัดการหากท้องไม่พร้อม
- ๓) บอกแหล่งช่วยเหลือ หากมีความกังวลใจหรือมีปัญหาในเรื่องความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• การรัก เคารพ และเห็นคุณค่าตนเอง • การเข้าใจคนอื่น • ความรับผิดชอบ • ความปลอดภัย • เสรีภาพในการเลือก	• การรู้จักตัวเอง • การดูแลสุขอนามัย • การตัดสินใจ • การหาความช่วยเหลือ



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

สถานการณ์ ๖ สถานการณ์ ดิบบนฟลิปชาร์ตสถานการณ์ละ ๑ แผ่น



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูอธิบายว่า วันนี้เราจะคุยกันเรื่องความสัมพันธ์ในแต่ละช่วงชีวิต ถามนักเรียนว่า

- ตอนเด็กๆ เราใช้เวลากับใครมากที่สุด
 - ครูเสริมว่า ในวัยเด็กส่วนใหญ่เด็กๆ ใช้เวลากับคนในครอบครัว (เช่น พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย ลุงป้า น้าอา พี่น้อง)

- ตอนนี้ (ป.๕) เราใช้เวลากับใครบ้าง
 - ครูเสริมว่า พอโตขึ้น ตอน ป.๕ แบบพวกเรา ส่วนใหญ่ก็ยังใช้เวลา กับครอบครัว และเริ่มใช้เวลากับเพื่อนมากขึ้น ทั้งเพื่อนที่โรงเรียน หรือเพื่อนละแวกบ้าน
- เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นมัธยม วัยรุ่นจะเริ่มมีความสัมพันธ์แบบใดเพิ่มขึ้นอีก นอกจากครอบครัว เพื่อน
 - ครูเสริมว่า บางคนอาจเริ่มมีคนพิเศษ ซึ่งอาจเป็นคนต่างเพศ หรือ เพศเดียวกันก็ได้ เริ่มมีแฟน แต่บางคนก็ไม่มีแฟน โตอีกหน่อย บางคนอาจเลิกกับแฟนมีแฟนใหม่

๒. ครูสรุปให้เห็นว่า

- ความสัมพันธ์ของคนเราในแต่ละช่วงชีวิตก็จะเปลี่ยนไป ยิ่งโตเป็นผู้ใหญ่ ความสัมพันธ์ก็จะหลายรูปแบบมากขึ้น เช่น มีเพื่อนร่วมงาน มีหัวหน้า มีลูกน้อง มีสามีภรรยา มีลูก ฯลฯ
- มีหลายเรื่องที่ต้องตัดสินใจในความสัมพันธ์ เช่น
 - ถ้ารู้สึกไม่ชอบเพื่อนคนหนึ่ง เราจะทำอะไรได้บ้าง (ให้เพื่อนปรับปรุง หรือจะเลิกคบ)
 - เป็นแฟนกัน จะตัดสินใจอยู่ด้วยกันหรือไม่ จะแต่งงานหรืออยู่ด้วยกันเฉยๆ
 - เป็นแฟนกัน จะแสดงออกต่อกันอย่างไร จะมีเพศสัมพันธ์กันไหม จะมีเมื่อไร มีอย่างไรให้ปลอดภัย
 - คนที่อยู่ด้วยกันหรือแต่งงานกันแล้ว จะมีลูกไหม จะมีกี่คน จะมีเมื่อไร
 - บางคู่อาจเจอสถานการณ์ทองไม่พร้อม ต้องตัดสินใจว่าจะท้องต่อ หรือเราจะยุติการตั้งครรภ์
 - บางคู่ที่ใช้ชีวิตด้วยกันมาระยะหนึ่งอาจตัดสินใจเลิกกัน
 - ฯลฯ

- แต่ละคนสามารถเลือกและตัดสินใจว่าจะมีความสัมพันธ์อย่างไร ในขณะเดียวกันก็ต้องเคารพการเลือกและการตัดสินใจของคนที่เรามีความสัมพันธ์ด้วย

๓. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มย่อย ๖ กลุ่ม เราจะชวนกันดูว่า คนที่อยู่ในแต่ละสถานการณ์ความสัมพันธ์กำลังเผชิญอะไรบ้าง

- ให้มีกลุ่มนักเรียนชายล้วน หญิงล้วนอย่างละ ๑ กลุ่ม และกลุ่มชายหญิงอีก ๔ กลุ่ม รวม ๖ กลุ่ม
- แจกโจทย์ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันระดมสมองหรือทำ mind map ให้เวลา ๑๐ นาที

กลุ่มชาย ๑ — คนที่มีความสุขที่รู้ว่าจะได้เป็นพ่อ

กลุ่มหญิง ๑ — ผู้หญิงที่มีความสุขเมื่อรู้ว่าตัวเองท้อง

กลุ่มชาย-หญิง ๑ — คนที่มีแฟน แล้วรู้สึกมีความสุข

กลุ่มชาย-หญิง ๒ — คนที่มีแฟน แล้วไม่มีความสุข มีความกังวล

กลุ่มชาย-หญิง ๓ — คนที่ถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์

กลุ่มชาย-หญิง ๔ — คนที่ต้อง/ทำให้ผู้หญิงท้องขณะที่ตัวเองเป็นนักเรียน

๔. ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอตามลำดับ และครูชวนคุยหลังจากนำเสนอแต่ละเรื่อง ดังนี้

- กลุ่มคนที่มีแฟน ที่มีความสุข และที่ไม่มีมีความสุข (ให้ติดกระดาษฟลิปชาร์ตคู่กัน)
 - จากคำตอบของเพื่อน ๒ กลุ่ม นักเรียนคิดว่า เรื่องสำคัญของคนเป็นแฟนกันคือเรื่องอะไร
 - หากเราไม่มีความสุขเลยที่เป็นแฟน ด้วยสาเหตุต่างๆ เรามีทางเลือกอะไรบ้าง

- กลุ่มท้อง - มีความสุขที่รู้ว่าท้อง มีความสุขที่รู้ว่าได้เป็นพ่อ และท้อง/ทำให้ผู้หญิงท้องขณะเรียน (ให้ติดกระดาษฟลิปชาร์ตทั้ง ๓ แผ่น เพื่อเปรียบเทียบกัน)
 - จากคำตอบของเพื่อน ๓ กลุ่ม นักเรียนคิดว่า สิ่งสำคัญที่ต้องคิดถึงในการมีลูกคืออะไร
 - การตัดสินใจว่า จะท้องหรือไม่ท้อง ใครมีสิทธิในการตัดสินใจ
 - หากยังไม่พร้อมที่จะตั้งท้อง-มีลูก เรามีวิธีการป้องกันอย่างไรบ้าง
 - วิธีที่ดีที่สุด หากไม่อยากท้อง / ทำให้ผู้หญิงท้องในขณะที่ยังเป็นนักเรียนคืออะไร
 - กลุ่มที่ถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ยินยอมพร้อมใจ
 - หากเรื่องแบบนี้เกิดขึ้นกับเพื่อนของนักเรียน นักเรียนจะอย่างไร
๕. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ครูสรุปว่า
- ในเรื่องความสัมพันธ์อาจมีโอกาสดังเกิดขึ้นได้ทั้งด้านบวก และด้านลบ เช่น
 - มีแฟนแล้วมีความสุข มีแฟนแล้วมีปัญหา ไม่มีความสุข อาจจะเลิกกัน
 - ถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์ โดยไม่ยินยอมพร้อมใจ
 - ท้องแบบมีความพร้อมและตั้งใจ กับท้องแบบไม่พร้อม ไม่ตั้งใจ เพราะไม่ได้ป้องกัน
 - หลายๆ เรื่องในชีวิต แม้เราจะคิดว่าไม่มีวันเกิดขึ้นกับเรา แต่หากเราได้คิดถึงอีกนิดว่า เราจะทำอะไรได้บ้าง เพื่อให้มั่นใจว่า เรื่องแบบนั้นจะไม่เกิดขึ้นกับเรา (ท้องขณะเรียนหนังสือ เลิกกับแฟน/แฟนขอเลิก ถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ยินยอมพร้อมใจ ฯลฯ)
 - แต่เราทุกคนมีทางเลือก ที่จะเลือกทำอะไรที่จะไม่ก่อให้เกิดปัญหาให้กับตัวเองและคนอื่น หากเรื่องใดที่ทำให้เราอึดอัด ไม่สบายใจ และต้องการความช่วยเหลือ เราควรพูดคุยปรึกษากับผู้ใหญ่ที่เราไว้วางใจ เพื่อหาทางคลี่คลาย หรือป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้น



กลุ่มชาย ๑
คนที่มีความสุขที่รู้ว่าจะได้เป็นพ่อ

ให้กลุ่มช่วยกันคิดว่า คนที่จะมีความสุขเมื่อรู้ว่าตัวเองจะได้เป็นพ่อ จะต้องอยู่ในสถานการณ์แบบใด ?



กลุ่มหญิง ๑
ผู้หญิงที่มีความสุขเมื่อรู้ว่าตัวเองท้อง

ให้กลุ่มช่วยกันคิดว่า ผู้หญิงที่จะรู้สึกมีความสุขเมื่อรู้ว่าตัวเองท้อง จะต้องอยู่ในสถานการณ์แบบใด ?



กลุ่มชาย-หญิง ๑
คนที่มีแฟน แล้วรู้สึกมีความสุข

ให้กลุ่มช่วยกันคิดว่า อะไรที่จะส่งผลให้คนที่มีแฟน รู้สึกดี มีความสุขกับการมีแฟน



กลุ่มชาย-หญิง ๒
คนที่มีแฟน แล้วไม่มีความสุข มีความกังวล

ให้กลุ่มช่วยกันคิดว่า คนที่เป็นแฟนกันแล้วไม่มีความสุข เป็นเพราะเหตุใด และความกังวลของคนที่มีแฟน มีอะไรบ้าง

กลุ่มชาย-หญิง ๓ คนที่ถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์



- ก) เรื่องแบบนี้อาจเกิดขึ้นกับเด็กประถม มัธยมได้หรือไม่ ในกรณีใดบ้าง
ข) หากเกิดเรื่องแบบนี้ เราจะหาความช่วยเหลือได้จากใครบ้าง



กลุ่มชาย-หญิง ๔

คนที่ต้อง/ทำให้ผู้หญิงต้องขณะที่ตัวเองเป็นนักเรียน

ให้กลุ่มช่วยกันคิดว่า สองคนนี้จะต้องเจอกับเรื่องอะไรบ้าง และเป็นเรื่องยากหรือง่ายที่จะจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้น

ข้อมูลภาพจากอินเทอร์เน็ต



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑

ท้อง และเพศสัมพันธ์ :
คิดก่อนทำ



แผนการเรียนรู้ที่ ๑๑

ท้อง และเพศสัมพันธ์ : คิดก่อนทำ



สาระสำคัญ

การเข้าใจระบบสืบพันธุ์และกลไกการตั้งครรภ์ของมนุษย์ วิธีการคุมกำเนิด รวมทั้งตระหนักถึงปัจจัยความพร้อมด้านต่างๆ ที่จำเป็นต้องคิดถึงก่อนตัดสินใจมีลูก จะเป็นความรู้พื้นฐานในการดูแลตัวเองให้มีสุขภาพะทางเพศ และการป้องกันผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากการมีเพศสัมพันธ์



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ๑) อธิบายกลไกการตั้งครรภ์ของมนุษย์
- ๒) วิเคราะห์ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นหากตั้งครรภ์ในวัยเรียน
- ๓) บอกวิธีการป้องกันการตั้งครรภ์ที่มีประสิทธิภาพ

แผนการเรียนรู้นี้ มุ่งสร้างเสริมคุณลักษณะและทักษะสำคัญ ดังนี้

Core Values	Core Skills
• ความปลอดภัย • ความรับผิดชอบ • การรู้และเคารพสิทธิ • การไม่เอาเปรียบผู้อื่น	• การรู้จักตัวเอง • การตัดสินใจ • การดูแลสุขภาพอนามัย • การคิดวิเคราะห์ ประเมินผลกระทบ



ระยะเวลา

๖๐ นาที (๑ คาบเรียน)



อุปกรณ์และสื่อ

- ภาพองค์ประกอบการตั้งครุฑประกอบการอธิบาย (ระบบสืบพันธุ์ของหญิง/ชาย ไข่ อสุจิ การปฏิสนธิ การมีเพศสัมพันธ์ การตั้งครุฑ)
- ตัวอย่างถุงยางอนามัย และอุปกรณ์คุมกำเนิด



ประเมินผลการเรียนรู้

๑. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
๒. สังเกตการตอบคำถามและการให้เหตุผล



ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

๑. ครูถามนักเรียน และจดคำสำคัญจากคำตอบนักเรียน ดังนี้
 - พวกเราเคยเห็นคนท้องไหม
 - คนเราตั้งท้องได้อย่างไร
 - จะรู้ได้อย่างไรว่าท้องหรือไม่
๒. ครูอธิบายเรื่องการตั้งครุฑอย่างง่าย ดังนี้ (หากสามารถหาภาพประกอบได้ จะช่วยให้ชัดเจนขึ้น)
 - การตั้งท้องเพื่อมีลูกเป็นการสืบเผ่าพันธุ์ของมนุษย์ โดยธรรมชาติร่างกายของมนุษย์ส่วนใหญ่จึงถูกเตรียมให้มีความพร้อมในการสืบพันธุ์
 - การตั้งท้องเกิดขึ้นได้ เมื่อหญิงและชายที่อยู่ในวัยเจริญพันธุ์ (บอกได้จากการที่หญิงมีประจำเดือน และชายฝันเปียก) มีเพศสัมพันธ์กัน โดยไม่ได้ป้องกัน หรือไม่ได้ใช้วิธีคุมกำเนิด เมื่อผู้ชายหลั่งอสุจิ

ในช่วงคลอด และอสุจิไปผสมกับไข่ เรียกว่าการปฏิสนธิ และฝังตัว
ที่ผนังมดลูก ทำให้เกิดการตั้งครรภ์ขึ้น

๓. ครูชวนนักเรียนคิดต่อ โดยใช้คำถาม ดังนี้

- เป็นไปได้หรือไม่ว่า คนที่ท้องอาจจะไม่อยากมีลูก เพราะเหตุใด
- การท้องควรเป็นการตัดสินใจของใคร ? เพราะเหตุใด

๔. ครูอธิบายเพิ่มเติมว่า

- นอกจากกลไกของระบบสืบพันธุ์ของมนุษย์ที่ทำให้เกิดการตั้งครรภ์ได้แล้ว การตัดสินใจว่า จะมีลูกหรือไม่เป็นการตัดสินใจสำคัญ และควรมาจากความตั้งใจ และการวางแผนในการตั้งครรภ์ การเตรียมตัวเป็นพ่อ/แม่ ความพร้อมในการเลี้ยงลูก

๕. แบ่งกลุ่มย่อยแยกเพศ กลุ่มละ ๕ คน ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันตอบคำถาม

๒ ข้อ ดังนี้

(๑) นักเรียนคิดว่า เราควรตัดสินใจมีลูกเมื่อไร เพราะเหตุใด

(๒) หากเราท้อง/ทำให้ผู้หญิงท้อง หรือมีลูกในขณะที่ยังเป็นนักเรียน นักเรียนคิดว่าเราต้องเจอกับเรื่องอะไรบ้าง

๖. ขออาสาสมัครกลุ่มชายนำเสนอ ก่อน และถามกลุ่มชายอื่นๆ ให้เพิ่มคำตอบที่แตกต่างจากกลุ่มที่เสนอ จากนั้น ขออาสาสมัครกลุ่มหญิงนำเสนอ และถามกลุ่มหญิงอื่นๆ เพิ่ม

- หากครูมีข้อสังเกตว่าคำตอบของหญิงและชายมีความต่างกัน ให้ชวนเปรียบเทียบ และทำให้เห็นมุมมองของอีกเพศหนึ่ง
- ครูสรุปให้เห็นว่า การตั้งครรภ์หรือมีลูก มีเรื่องที่ต้องคิดเตรียมตัวหลายอย่าง โดยเฉพาะเรื่องความพร้อมที่จะดูแลอีกหนึ่งชีวิต และหากเราตั้งครรภ์ขณะยังเป็นนักเรียน ก็จะมีผลกระทบหลายอย่าง

๗. ถามนักเรียนว่า

- หากยังไม่พร้อมจะมีลูก ใครเคยได้ยินมาบ้างว่า เราจะมียวิธีป้องกันท้องได้อย่างไร
 - ครูจดคำตอบของนักเรียนไว้บนกระดาน เพื่อชวนคุยว่า วิธีใดป้องกันได้ และวิธีใดป้องกันไม่ได้ โดยเน้นวิธีที่วัยรุ่นเคยได้ยินและมักเลือกใช้

๘. ครูสรุปประเด็นสำคัญ ดังนี้

- วิธีการป้องกันท้อง เราเรียกว่าการคุมกำเนิด ซึ่งมีหลายวิธี เช่น การกินยาคุม การทำหมัน การใช้ถุงยางอนามัย เป็นต้น ซึ่งแต่ละคนสามารถเลือกใช้ให้เหมาะกับสถานการณ์ของตนเอง
- วิธีที่ไม่มีประสิทธิภาพในการป้องกันท้อง คือ การนับหน้า ๗ หลัง ๗ หรือนับระยะปลอดภัย การหลั่งข้างนอก การสวนล้างช่องคลอด หลังมีเพศสัมพันธ์
- วิธีที่ดีที่สุด คือ การไม่มีเพศสัมพันธ์ แต่หากเลือกจะมีเพศสัมพันธ์ วิธีที่ดีที่สุด คือ การใช้ถุงยางอนามัย เพราะสามารถป้องกันท้องและป้องกันโรคได้

បន្ទាត់ប្រកាស

หนังสือ

- มูลนิธิแพชทูเฮลท์. (๒๕๖๐). ชุดกิจกรรมการไม่รังแกกัน สำหรับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. นครปฐม: ร้านการ์ตูนสกรีนและสิ่งพิมพ์.
- ศูนย์เฉพาะกิจคุ้มครองและช่วยเหลือเด็กนักเรียน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (๒๕๕๘). การพัฒนาเพศศึกษาในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพฯ: สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- องค์การแพช. (๒๕๕๑). คู่มือการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑. กรุงเทพฯ: เออร์เจนท์ แพค.

สื่อออนไลน์

- Advocates for Youth. (n.d.). *Change Is Good, A Lesson Plan from Rights, Respect, Responsibility: A K-12 Curriculum*, June 30, 2018. <http://www.advocatesforyouth.org/3rs-curric-lessonplans>
- Advocates for Youth. (n.d.). *Different Kinds of Families, A Lesson Plan from Rights, Respect, Responsibility: A K-12 Curriculum*, June 30, 2018. <https://drive.google.com/le/d/1zqkGgQc-ivdWAGtqWQeIJuN1Udrsi-6U/view>
- Advocates for Youth. (2015). *Rights, Respect, Responsibility A K-12 Sexuality Education Curriculum Teacher's Guide*, July 2, 2018. <http://www.advocatesforyouth.org/3rs-curric-lessonplans>
- Better Health Channel. (2014). *Sex education — preschoolers*, July 2, 2018. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/talking-to-pre-schoolers-about-sex>
- Better Health Channel. (2015). *Sex education — primary school children*, July 2, 2018. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/talking-to-primary-school-children-about-sex>
- Better Health Channel. (2018). *Sex education — talking to young people*, July 2, 2018. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/talking-to-young-people-about-sex>

- Brook, PSHE Association and Sex Education Forum. (2014). *Sex and Relationships Education (SRE) for the 21st Century*, July 1, 2018. <https://www.pshe-association.org.uk/system/les/SRE%20for%20the%2021st%20Century%20-%20FINAL.pdf.pdf>
- Continuing Education for Mental Health Professionals. (n.d.). *Topics in Human Sexuality: Sexuality Across the Lifespan Childhood and Adolescence*, July 2, 2018. <https://ce4less.com/Tests/Materials/E086Materials.pdf>
- Croydon Council. (2008). *Sex and Relationship Education Scheme of Work for The Early Years Foundation Stage, Key Stage 1 and Key Stage 2*, July 2, 2018. <http://www.davidlivingstone.croydon.sch.uk/wp-content/uploads/2015/07/6.2-STEP-Curriculum-SRE-SoW-July-2015.pdf>
- Danny W. Patty II. (2006). *Exploring Emotions through Activities ebook*, July 2, 2018. http://www.dannypetry.com/ebook_emotions.pdf
- Department for Education and Employment. (2000). *Sex and Relationship Education Guidance*, June 30, 2018. https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/283599/sex_and_relationship_education_guidance.pdf
- EFAIDS Programme. (2009). *Learning for Life: Classroom Activities for HIV and AIDS Education*, July 2, 2018. http://download.ei-ie.org/Docs/WebDepot/EFAIDS_Classroom ExerciceBook_eng_nal_web.pdf
- ETR Associates. (2012). *Health Smart Middle School: Program Foundation Standards,- Theory, Results*, June 20, 2018. <https://www.etr.org/healthsmart/>
- ETR Associates. (n.d.). *Lesson Plan 5.1: Exploring Sexual Orientation*, July 2, 2018. <https://iwhc.org/wp-content/uploads/2013/12/iwhcch5.pdf>
- Harcombe Kevin. (n.d.). *How to teach sex education in primary schools*, July 2, 2018. https://www.teachprimary.com/learning_resources/view/how-to-teach-sex-education-in-primary-schools
- Healthy Schools London. (n.d.). *SRE Primary Curriculum Overview*, June 30, 2018. <http://www.healthyschools.london.gov.uk/sites/default/les/SRE%20Primary%20Scheme%20of%20work.pdf>

- Idaho Coalition Against Sexual & Domestic Violence Center for Healthy Teen Relationships and Start Strong Idaho Team. (n.d.). *Center for Healthy Teen Relationships*, July 2, 2018. <https://idvsa.org/wp-content/uploads/2013/01/Healthy-Relationships.pdf>
- International Planned Parenthood Federation. (2009). *From evidence to action: Advocating for comprehensive sexuality education*, June 20, 2018. https://www.ippf.org/sites/default/les/from_evidence_to_action.pdf
- LAFA. (2004). *The Main Thread Handbook on sexuality and personal relationships among young people*, June 30, 2018. <http://www.lafa.nu/Documents/Methodb%C3%B6cker/The%20Main%20Thread%20-%20a%20hanbook%20on%20sexuality%20and%20personal%20relationships%20%20from%20Lafa.pdf>
- Lesson Plan — Puberty Part 1 and Part 2, July 2, 2018. <http://youngpeopletoday.net/wp-content/uploads/2016/03/Lesson-Plan-Puberty-Part-I-and-II.pdf>
- Martinez Anna. (2005). *Effective learning method: Approaches to teaching about sex and relationships within PSHE and Citizenship*, July 2, 2018. <https://www.ghll.org.uk/effective-learning-pshe.pdf>
- National Children's Bureau. (2006). *A whole — school approach to Personal, Social and Health Education and Citizenship*, July 2, 2018. <http://www.citized.info/pdf/external/ncb/wholeschool.pdf>
- PSHE Association. (n.d.). *A Guide for Parents and Carers on Sex and Relationship Education*, June 30, 2018. https://st-christopher.coventry.sch.uk/wp-content/uploads/2017/01/Detailed_Guide_for_Parents_and_Carers_on_Jigsaw_SRE.pdf
- PSHE Association. (2016). *Teaching SRE in the primary school*, June 30, 2018. http://www.healthyschools.london.gov.uk/sites/default/les/pri_SRE%20pack_sample.pdf
- RFSU. (n.d.). *SEX: YOUR OWN DAY A booklet about sex for teens*, July 2, 2018. <https://www.rfsu.se/globalassets/pdf/sex-your-ow-way.pdf>
- The Sex Education Forum. (2010). *Understanding Sex & Relationships Education, A Sex Education Forum briefing*, July 1, 2018. <https://www.sexeducationforum.org.uk/resources>

- The Sexuality Information and Education Council of the United States. (2004). (3rd Edition), *Guidelines for Comprehensive Sexuality Education*, June 30, 2018. <http://sexedu.org.tw/guideline.pdf>
- UNESCO. (2018). *International teaching guidance on sexuality education, An evidence-informed approach*. (Revised edition), July 4, 2018. http://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/ITGSE_en.pdf
- สำนักบริหารงานการมัธยมศึกษาตอนปลาย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (ม.ป.ป.). *แนวทางการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ 21st Century Skills*, ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๑. https://webs.rmutl.ac.th/assets/upload/les/2016/09/20160908101755_51855.pdf

ກາດພຸນວກ

ภาคผนวก ๑

แนวคิดหลักในการพัฒนาการเรียนรู้เรื่อง “เพศวิถีศึกษา” ของ SIECUS (Key Concepts in Comprehensive Sexuality Education Program)^๑

๑) พัฒนาการของมนุษย์ | Human Developments

เป็นพัฒนาการด้านต่างๆ ของมนุษย์ ที่เติบโตไปอย่างสัมพันธ์กัน ระหว่าง สรีระ อารมณ์
สังคม และสติปัญญา

๑.๑ สรีระร่างกายที่เกี่ยวข้องกับการสืบพันธุ์ | Reproductive and Sexual Anatomy
and Physiology

๑.๒ การสืบพันธุ์ | Reproduction

๑.๓ การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยหนุ่มสาว | Puberty

๑.๔ ภาพลักษณ์ต่อร่างกาย | Body Image

๑.๕ ตัวตนทางเพศ | Gender Identity

๑.๖ รสนิยมทางเพศ | Sexual Orientation

๒) สัมพันธภาพ | Relationships

สัมพันธภาพ มีบทบาทสำคัญตลอดช่วงชีวิตของเรา

๒.๑ ครอบครัว | Families

๒.๒ มิตรภาพ | Friendship

๒.๓ ความรัก | Love

๒.๔ ความสัมพันธ์แบบโรแมนติก และการคบหาดูใจกัน | Romantic Relationship
& Dating

^๑ แปลและเรียบเรียงจาก SIECUS (2004). *Guidelines for Comprehensive Sexuality Education (Kindergarten — 12 Grade)*, 3rd Edition, National Guidelines Task Force

๒.๕ การแต่งงานและการตกลงใช้ชีวิตร่วมกัน | Marriage and Lifetime Commitments

๒.๖ การเลี้ยงดูลูก | Raising Children

๓. ทักษะส่วนบุคคล | Personal Skills (Skills for Health and Well-being)

การมีสุขภาวะทางเพศจำเป็นต้องมีการพัฒนาทักษะส่วนบุคคลและทักษะในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

๓.๑ การให้คุณค่า | Values

๓.๒ การตัดสินใจ | Decision-making

๓.๓ การสื่อสาร | Communication

๓.๔ การยืนยันทนความคิด ความต้องการ ความรู้สึของตนเอง | Assertiveness

๓.๕ การต่อรอง | Negotiation

๓.๖ การหาความช่วยเหลือ | Looking for Help

๔) พฤติกรรมทางเพศ (Sexual Behavior)

เพศวิถี (Sexuality) เป็นเรื่องสำคัญของมนุษย์ แต่ละบุคคลจะแสดงออกในเรื่องเพศแตกต่างกันออกไป

๔.๑ ชีวิตทางเพศตลอดช่วงชีวิต | Sexuality Throughout Life

๔.๒ การช่วยตัวเอง | Masturbation

๔.๓ พฤติกรรมทางเพศที่แสดงออกต่อกัน | Shared Sexual Behavior

๔.๔ การละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ | Sexual Abstinence

๔.๕ การตอบสนองทางเพศของมนุษย์ | Human Sexual Response

๔.๖ จินตนาการทางเพศ | Sexual Fantasy

๔.๗ การเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ | Sexual Dysfunction

๕) สุขภาพทางเพศ (Sexual Health)

การส่งเสริมสุขภาพทางเพศต้องการข้อมูลและทักษะที่จำเป็นเพื่อหลีกเลี่ยงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากพฤติกรรมทางเพศ

- ๕.๑ อนามัยเจริญพันธุ์ | Reproductive Health
- ๕.๒ การคุมกำเนิด | Contraception
- ๕.๓ การตั้งครรภ์ และการฝากครรภ์ | Pregnancy and Prenatal Care
- ๕.๔ การทำแท้ง | Abortion
- ๕.๕ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ | STIs
- ๕.๖ เอชไอวี/เอดส์ | HIV and AIDS
- ๕.๗ การล่วงละเมิดทางเพศ | Sexual Abuse, assault, violence, harassment

๖) สังคมและวัฒนธรรม

สิ่งแวดล้อมและบรรยากาศทางสังคมและวัฒนธรรม มีส่วนในการกำหนดวิธีการเรียนรู้และการแสดงออกในเรื่องเพศของบุคคล

- ๖.๑ เพศวิถีและสังคม | Sexuality and Society
- ๖.๒ บทบาททางเพศ | Gender Roles
- ๖.๓ เพศวิถีและกฎหมาย | Sexuality and Law
- ๖.๔ เพศวิถีและศาสนา | Sexuality and Religion
- ๖.๕ ความหลากหลาย | Diversity
- ๖.๖ เพศวิถีและศิลปะ | Sexuality and the Arts
- ๖.๗ เพศวิถีและสื่อ | Sexuality and the Media

ภาคผนวก ๒

แนวคิดหลักในการพัฒนาการเรียนรู้เรื่อง “เพศวิถีศึกษา” ของ UNESCO (Key Concepts of Comprehensive Sexuality Education)^๒

Key concept ๑: สัมพันธภาพ | Relationships

๑.๑ ครอบครัว | Families

๑.๒ มิตรภาพ, ความรัก และความสัมพันธ์แบบโรแมนติก | Friendship, Love and Romantic Relationships

๑.๓ ความอดกลั้น การนับรวม การเคารพ | Tolerance, Inclusion and Respect

๑.๔ การตกลงใช้ชีวิตร่วมกันระยะยาว และการเป็นพ่อแม่ | Long-term Commitments and Parenting

Key concept ๒: คุณค่า สิทธิ วัฒนธรรม และเพศวิถี | Values, Rights, Culture and Sexuality

๒.๑ คุณค่าและเพศวิถี | Values and Sexuality

๒.๒ สิทธิมนุษยชนและเพศวิถี | Human Rights and Sexuality

๒.๓ วัฒนธรรม สังคม และเพศวิถี | Culture, Society and Sexuality

Key concept ๓: เข้าใจเพศสภาพ | Understanding Gender

๓.๑ การประกอบสร้างของสังคมในเรื่องเพศสภาพและบรรทัดฐานชายหญิง | The Social Construction of Gender and Gender Norms

^๒ แปลและเรียบเรียงจาก UNESCO (2018). *International teaching guidance on sexuality education: An evidence-informed approach. (Revised edition), July 4, 2018.* http://www.unaids.org/sites/default/les/media_asset/ITGSE_en.pdf

๓.๒ ความเท่าเทียมทางเพศ การเหมารวมและอคติทางเพศ | Gender Equality, Stereotypes and Bias

๓.๓ ความรุนแรงบนฐานเพศสภาพ | Gender-based Violence

Key concept ๔: ความรุนแรงและการทำให้ตัวเองปลอดภัย | Violence and Staying Safe

๔.๑ ความรุนแรง | Violence

๔.๒ การยินยอมพร้อมใจ, พื้นที่ส่วนตัว และสิทธิในเนื้อตัวร่างกาย | Consent, Privacy and Bodily Integrity

๔.๓ การใช้ ICTs อย่างปลอดภัย / Safe use of Information and Communication Technologies (ICTs)

Key concept ๕: ทักษะสุขภาพและการอยู่ดีมีสุข | Skills for Health and Well-being

๕.๑ บรรทัดฐาน และอิทธิพลเพื่อนที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศ | Norms and Peer Influence on Sexual Behavior

๕.๒ การตัดสินใจ | Decision-making

๕.๓ ทักษะการสื่อสาร การปฏิเสธ และการต่อรอง | Communication, Refusal and Negotiation Skills

๕.๔ การเท่าทันสื่อและเพศวิถี | Media Literacy and Sexuality

๕.๕ การหาความช่วยเหลือ | Finding Help and Support

Key concept ๖: ร่างกายและพัฒนาการของมนุษย์ | The Human Body and Development

๖.๑ สรีระที่เกี่ยวข้องทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ | Sexual and Reproductive Anatomy and Physiology

๖.๒ การสืบพันธุ์ | Reproduction

๖.๓ การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยหนุ่มสาว | Puberty

๖.๔ ภาพลักษณ์ร่างกาย | Body Image

Key concept ๗: เพศวิถีและพฤติกรรมทางเพศ | Sexuality and Sexual Behavior

๗.๑ เพศ เพศวิถี และวงจรชีวิตทางเพศ | Sex, Sexuality and the Sexual Life Cycle

๗.๒ พฤติกรรมทางเพศ และการตอบสนองทางเพศ | Sexual Behavior and Sexual Response

Key concept ๘: สุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ | Sexual and Reproductive Health

๘.๑ การตั้งครรภ์และการป้องกันการตั้งครรภ์ | Pregnancy and Pregnancy Prevention

๘.๒ การตีตรา การดูแลรักษา และการสนับสนุนเรื่องเอชไอวีและเอดส์ | HIV and AIDS Stigma, Care, Treatment and Support

๘.๓ ความเข้าใจ การรับรู้และการลดโอกาสเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมถึงเอชไอวี | Understanding, Recognizing and Reducing the Risk of STIs, including HIV

ภาคผนวก ๓

เพศวิถีศึกษา: Key messages

๑. พัฒนาการของมนุษย์

๑.๑ ร่างกายของแต่ละคนมีลักษณะเฉพาะตัวที่แตกต่างกัน และมีคุณค่าเท่าเทียมกัน

๑.๒ ร่างกายของมนุษย์มีความสามารถทั้งการสืบพันธุ์ และแต่ละคนสามารถเลือกได้ว่าต้องการมีลูกหรือไม่

๑.๓ ระบบร่างกายที่ตอบสนองต่ออารมณ์และความต้องการทางเพศ แตกต่างจากระบบสืบพันธุ์

๑.๔ การดูแลสุขอนามัยของอวัยวะเพศและอวัยวะสืบพันธุ์เป็นเรื่องจำเป็นและสำคัญต่อการมีสุขภาวะทางเพศ

๑.๕ การมีเพศสัมพันธ์ เกิดขึ้นทั้งเพื่อตอบสนองอารมณ์ปรารถนาทางเพศ และเพื่อการสืบพันธุ์ ดังนั้น การมีเพศสัมพันธ์ควรมีการป้องกันทุกครั้ง หากยังไม่พร้อมหรือไม่ต้องการมีลูก

๑.๖ สัญญาณหนึ่งของการตั้งครรภ์ คือ ประจำเดือนไม่มาตามปกติ

๑.๗ ภาพลักษณ์ของร่างกายที่ถูกสร้างขึ้น (โดยสื่อ) ให้เป็นมาตรฐานหรือเป็นค่านิยมของสังคม มักไม่ใช่ภาพสะท้อนความเป็นจริงของร่างกายมนุษย์ ซึ่งมีความแตกต่างกัน และการสร้างภาพลักษณ์ดังกล่าวส่งผลกระทบต่อภาพลักษณ์และความรู้สึกของบุคคลต่อร่างกายตนเอง ซึ่งอาจส่งผลในทางลบต่อพฤติกรรม และสุขภาวะทางเพศของคนๆ นั้น

๑.๘ มนุษย์อาจมีความรู้สึกดึงดูดใจทางเพศกับคนเพศเดียวกัน หรือต่างเพศ หรือทั้งสองเพศได้ ซึ่งเป็นเรื่องส่วนบุคคลและไม่ใช่เรื่องผิดปกติ และไม่ได้ลดทอนคุณค่าความเป็นมนุษย์ของคนๆ นั้น ในขณะที่เดียวกัน ครอบครัว สังคม วัฒนธรรม และศาสนา อาจมีข้อกำหนด ความเชื่อ และการยอมรับต่อกลุ่มคนที่มีความหลากหลายทางเพศแตกต่างกัน ทำให้เป็นเรื่องยากสำหรับบางคนในการยอมรับหรือเปิดเผยรสนิยมทางเพศของตนเอง

๑.๙ การให้เกียรติและการเคารพความแตกต่างหลากหลายของบุคคลโดยเท่าเทียมกัน เป็นสิ่งที่เราพึงปฏิบัติต่อกัน

๑.๑๐ บุคคลมีสิทธิในเนื้อตัวร่างกายของตนเอง และไม่อาจมีใครละเมิดสิทธินี้ได้

๒. สัมพันธภาพ

๒.๑ ความไว้วางใจ การใส่ใจความรู้สึก การเคารพ การแสดงความรักความห่วงใยเป็นพื้นฐานสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดี ในขณะที่การเอาเปรียบ การใช้อำนาจ การไม่ให้เกียรติ การละเมิดสิทธิสะท้อนถึงสัมพันธภาพที่ไม่ดีและไม่ควรเกิดขึ้นในทุกความสัมพันธ์

๒.๒ ความขัดแย้งเกิดขึ้นได้ในทุกความสัมพันธ์ เป็นเรื่องปกติและสามารถจัดการได้โดยไม่จำเป็นต้องใช้ความรุนแรง

๒.๓ การแสดงความรักมีหลายแบบ พฤติกรรมทางเพศและการมีเพศสัมพันธ์ไม่ใช่เงื่อนไขของการแสดงความรัก

๒.๔ ครอบครัวและการใช้ชีวิตคู่มีหลายแบบ

๒.๕ การตัดสินใจเรื่องการมีชีวิตร่วม มีลูก และมีครอบครัว เป็นการตัดสินใจสำคัญ และมาพร้อมกับความรับผิดชอบต่อบุคคลที่มีความสัมพันธ์ด้วย

๒.๖ การมีลูกควรเกิดขึ้นจากความต้องการและความพร้อมที่จะรับผิดชอบในการดูแล

๒.๗ การรังแก การตีตรา การเลือกปฏิบัติด้วยเหตุของความแตกต่าง เป็นการละเมิดสิทธิมนุษยชนและลดทอนศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์

๓. ทักษะส่วนบุคคล

๓.๑ การให้คุณค่า ทัศนคติ และความเชื่อต่อเรื่องเพศ/เพศวิถีของบุคคล ส่งผลต่อพฤติกรรม การตัดสินใจ การดำเนินชีวิต และสุขภาพทางเพศ

๓.๒ การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศวิถีเป็นเรื่องสำคัญ เพราะมีผลที่ตามมาทั้งต่อตนเอง และบุคคลที่เกี่ยวข้อง ทั้งในด้านสุขภาพและสังคมที่ต้องรับผิดชอบ

๓.๓ เพื่อน ครอบครัว บรรทัดฐานและค่านิยมเรื่องเพศอาจมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจและพฤติกรรมทางเพศ

๓.๔ การสื่อสารที่ดีเป็นเรื่องสำคัญในการรักษาความสัมพันธ์

๓.๕ การสื่อสารถึงความรู้สึกเรื่องเพศ ความต้องการ ขอบเขตความสัมพันธ์ การยินยอม พร้อมใจ และการเคารพสิทธิและความรู้สึกของอีกฝ่าย เป็นเรื่องจำเป็นในการมีความสัมพันธ์ทางเพศที่ดี

๓.๖ การจัดการความขัดแย้งมีหลายวิธี และไม่จำเป็นต้องใช้ความรุนแรง

๓.๗ การรู้แหล่งช่วยเหลือที่เกี่ยวกับเรื่องเพศและเพศวิถี และหาความช่วยเหลือเมื่อจำเป็น เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยแก้ปัญหาสุขภาพทางเพศ

๓.๘ การใช้วิจารณญาณในการดูสื่อและใช้ ICT เป็นเรื่องสำคัญ เพราะสื่อมีอิทธิพลต่อการรับรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมของคนในสังคมทั้งทางบวกและทางลบ ข้อมูลต่างๆ ที่ปรากฏในสื่ออาจมีทั้งข้อเท็จจริง และข้อมูลผิดๆ สื่อยังอาจนำเสนอภาพลักษณ์ในเรื่องเพศ เพศวิถี ความสัมพันธ์ทางเพศ บทบาทชายหญิง และเพศทางเลือก ที่บิดเบือนหรือไม่สะท้อนความเป็นจริงในสังคม ทักทายการคิด วิเคราะห์ และการเท่าทันสื่อ จึงเป็นเรื่องสำคัญ

๔. พฤติกรรมทางเพศ

๔.๑ ความรู้สึกทางเพศ จินตนาการทางเพศ ความปรารถนาทางเพศเป็นเรื่องธรรมชาติ และมนุษย์มีความสามารถในการหาและมีความรื่นรมย์ทางเพศ ผ่านการสัมผัสร่างกายในรูปแบบต่างๆ ตลอดช่วงชีวิต

๔.๒ การตัดสินใจมีหรือไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นสิทธิส่วนบุคคล ควรเกิดขึ้นจากการยินยอมพร้อมใจ และคำนึงถึงการป้องกันความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้น ที่ส่งผลต่อสุขภาพและคุณภาพชีวิต

๔.๓ การไม่มีเพศสัมพันธ์ เป็นวิธีการป้องกันท้องและป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่มีประสิทธิภาพที่สุด และเป็นทางเลือกเสมอ แม้ในคนที่เคยมีประสบการณ์ทางเพศมาแล้ว

๔.๔ เราไม่ควรใช้ภาพลักษณ์ภายนอก ความสามารถของร่างกาย อัตลักษณ์ทางเพศ รสนิยมทางเพศ และประสบการณ์ทางเพศมาเป็นเกณฑ์ในการตัดสินคุณค่าของคนและเลือกปฏิบัติต่อบุคคล

๔.๕ พฤติกรรมทางเพศควรนำมาซึ่งความสุขและพึงพอใจของทั้งสองฝ่าย และคำนึงถึงความปลอดภัยด้านสุขภาพ และปราศจากความเสี่ยงต่อโรคติดต่อฯ การท้องไม่พร้อม ความรุนแรง

๕. สุขภาพทางเพศ

๕.๑ วิธีคุมกำเนิดแบบต่างๆ ที่มีอยู่ในปัจจุบัน สามารถช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ได้

๕.๒ การตั้งครรภ์โดยไม่พร้อมหรือไม่ตั้งใจอาจเกิดขึ้นได้ การเข้าถึงข้อมูล บริการปรึกษา และบริการช่วยเหลือเมื่อเผชิญกับการตั้งครรภ์ไม่พร้อม จะช่วยให้เห็นทางเลือกในการจัดการ ไม่ว่าจะเลือกท้องต่อ หรือยุติการตั้งครรภ์ (ซึ่งสามารถทำได้อย่างปลอดภัยหากอายุครรภ์ไม่เกิน ๑๒ สัปดาห์)

๕.๓ เมื่อรู้ หรือสงสัยว่าตั้งครรภ์ ไม่ว่าจะตัดสินใจท้องต่อ หรือยุติการตั้งครรภ์ การเข้าถึง บริการให้เร็วที่สุดเป็นเรื่องสำคัญ

๕.๔ ทางเลือกในการลดโอกาสเสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีมีหลายวิธี และการมีเพศสัมพันธ์โดยใช้ถุงยางอนามัยจะช่วยทั้งป้องกันท้อง ป้องกันการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี

๕.๕ การล่วงละเมิดทางเพศ และการใช้ความรุนแรงทางเพศเป็นเรื่องยอมรับไม่ได้ และเป็นการละเมิดสิทธิ นอกจากนี้ในหลายกรณีเป็นเรื่องผิดกฎหมายที่สามารถฟ้องร้องได้

๕.๖ เอชไอวีสามารถป้องกันได้ และเอดส์รักษาได้ ดังนั้นเราจึงสามารถอยู่ร่วมกับผู้ติดเชื้อเอชไอวีได้ และผู้ติดเชื้อเอชไอวีสามารถมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ หากเข้าถึงการรักษา การรังเกียจ และการเลือกปฏิบัติต่อผู้ติดเชื้อเอชไอวีเป็นการละเมิดสิทธิ

๖. สังคมและวัฒนธรรม

๖.๑ การให้คุณค่าและทัศนคติเรื่องเพศของบุคคลได้รับอิทธิพลจากสังคม วัฒนธรรม และศาสนา และส่งผลต่อพฤติกรรม การตัดสินใจ การแสดงออก และการปฏิบัติต่อคนอื่นๆ ที่แตกต่างกัน

๖.๒ การตระหนักว่าบรรทัดฐาน/ค่านิยมเรื่องเพศ และความคาดหวังต่อบทบาทหญิงชายของสังคมไทย ส่งผลต่อพฤติกรรมและวิถีชีวิตทางเพศของคนในสังคม และแต่ละคนอาจมีทัศนคติความเชื่อที่แตกต่างไปจากบรรทัดฐานของสังคมได้

๖.๓ การตั้งคำถามต่ออคติทางเพศ บรรทัดฐานหรือค่านิยมทางเพศ ที่ส่งผลกระทบในทางลบต่อบุคคล หรือสร้างความไม่เสมอภาค/ไม่เท่าเทียมทางเพศ เป็นเรื่องสำคัญและเป็นจุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลง

๖.๔ การรู้ถึงสิทธิและกฎหมายที่มีผลต่อสุขภาวะทางเพศของตนเองเป็นเรื่องสำคัญ เช่น

๖.๔.๑ การล่วงละเมิดทางเพศ

๖.๔.๒ พ.ร.บ. การป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

๖.๔.๓ การคุ้มครองผู้เยาว์

๖.๔.๔ ความเท่าเทียม/เสมอภาคทางเพศ

๖.๔.๕ การข่มขืนในคู่สมรส

๖.๔.๖ สิทธิสุขภาพ

๖.๔.๗ ฯลฯ

ภาคผนวก ๔ สรุปย่อโครงการฯ

โครงการพัฒนาหลักสูตรและนาร่องเพศวิถีศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา ใน ๑๐ จังหวัด
(เชียงราย เชียงใหม่ นครสวรรค์ เลย ชัยภูมิ มหาสารคาม กระบี่ สตูล นนทบุรี และกรุงเทพมหานคร)
ดำเนินการโดย มูลนิธิแพथทูเฮลท์ (Path2Health)
สนับสนุนโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
(๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๙ - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๒)

๑. หลักการและเหตุผล :

ความจำเป็นของการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาในหลักสูตรประถมศึกษา

จากสถานการณ์ที่เด็กและเยาวชนเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์เร็วขึ้น และได้รับข้อมูลข่าวสารเรื่องเพศรวดเร็วกว่าคนยุคก่อน ด้วยเทคโนโลยีของโทรศัพท์มือถือและการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ในทุกที่ ทุกเวลา จนเป็นการยากที่จะควบคุมการรับรู้ต่อเรื่องเพศ ดังหลักฐานที่ปรากฏชัดอยู่รอบตัว โดยเฉพาะเมื่อสถิติการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเกิดขึ้นในอายุที่น้อยลงเรื่อย ๆ รวมทั้งอัตราการตั้งครรภ์วัยรุ่นในช่วงสิบกว่าปีที่ผ่านมาที่สูงขึ้นมาก จึงเป็นที่ยอมรับกันมากขึ้นว่า จำเป็นต้องมีการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศให้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษา โดยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ได้กำหนดไว้ว่า ให้มีการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ในหลักสูตรสถานศึกษาในการศึกษาขั้นพื้นฐาน ๑๒ ปี สอดคล้องกับข้อกำหนดในพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. ๒๕๕๙ ซึ่งกำหนดให้มีการพัฒนาศักยภาพครู ให้สามารถสอนเพศวิถีศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม ต้องยอมรับว่า การพยายามผลักดันและพัฒนาศักยภาพครูผู้สอนเพศวิถีศึกษาโดยเฉพาะในระดับประถมศึกษายังขาดการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ สพฐ. ได้จัดทำคู่มือการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาในระดับประถมศึกษา ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๕๗^๑ แต่ไม่มีการติดตามผลที่ชัดเจนว่า ได้รับ

^๑ คู่มือการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษา โดยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ๒๕๕๗

การดำเนินการมาน้อยเพียงไร เมื่อเทียบกับโรงเรียนมัธยมศึกษา ซึ่งมีการจัดการครอบคลุมกว่า แม้จะยังมีจุดอ่อนในเรื่องคุณภาพอยู่มาก ดังรายงานของมหาวิทยาลัยมหิดล ภายใต้ความร่วมมือของ UNICEF และกระทรวงศึกษาธิการ^๒

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ให้การสนับสนุนการดำเนินการเรื่องการแก้ไขปัญหาท้องในวัยรุนโดยใช้มาตรการเร่งรัดหลายด้านใน ๒๐ จังหวัด เพื่อแสดงแนวทางการป้องกัน แก้ไขและจัดการการตั้งครรภ์วัยรุนอย่างเป็นระบบ โดยมีการประเมินและพิสูจน์ผลลัพธ์ ทั้งนี้ สสส. เห็นว่า ต้องเพิ่มมาตรการโดยการผลักดันให้มีรูปธรรมของการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาในระดับประถมศึกษาอย่างเป็นระบบ เพื่อประสิทธิภาพในการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาเมื่อเข้าสู่มัธยมศึกษา และเอื้อให้เยาวชนจำนวนไม่น้อยที่ไม่มีโอกาสเรียนต่อในระดับมัธยมศึกษาได้เรียนรู้ในเรื่องเหล่านี้ สะสม และสรุปบทเรียนเพื่อทำให้แนวทางดังกล่าวเป็นที่รับรู้และขยายผลไปสู่สถานศึกษาระดับประถมศึกษาในพื้นที่อื่นๆ ต่อไป

โครงการพัฒนาหลักสูตรและนาร่องเพศวิถีศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา ใน ๑๐ จังหวัด ภายใต้การสนับสนุนงบประมาณจาก สสส. ให้มูลนิธิแพथูเฮลท์ ซึ่งมีประสบการณ์ทำงานพัฒนาการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาในระยะเกือบสองทศวรรษที่ผ่านมา และผลักดันเพศวิถีศึกษาเข้าสู่หลักสูตรสถานศึกษาของการศึกษาระดับพื้นฐานในระดับมัธยมศึกษา และอาชีวศึกษา มาก่อน ได้ริเริ่มการพัฒนาหลักสูตรและนาร่องการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาสำหรับผู้เรียนระดับประถมศึกษา โดยมีระยะเวลาการดำเนินงานโครงการพัฒนาฯ ๒ ปี ๖ เดือน (พฤศจิกายน ๒๕๕๙ - เมษายน ๒๕๖๒)

^๒ รายงานวิจัยเพื่อทบทวนสถานการณ์การสอนเพศวิถีศึกษาในสถานศึกษาไทย พิมพ์วัลย์ บุญมงคลและคณะ - ตุลาคม ๒๕๕๙

๒. วัตถุประสงค์โครงการ

๑. เพื่อพัฒนา/ปรับปรุงหลักสูตรการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาในระดับประถมศึกษาที่มีประสิทธิภาพ

๒. เพื่อค้นหารูปแบบ ระบบการจัดการของสถานศึกษาในการดำเนินการนำหลักสูตรเพศวิถีศึกษาลงสู่การปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพในสถานศึกษา

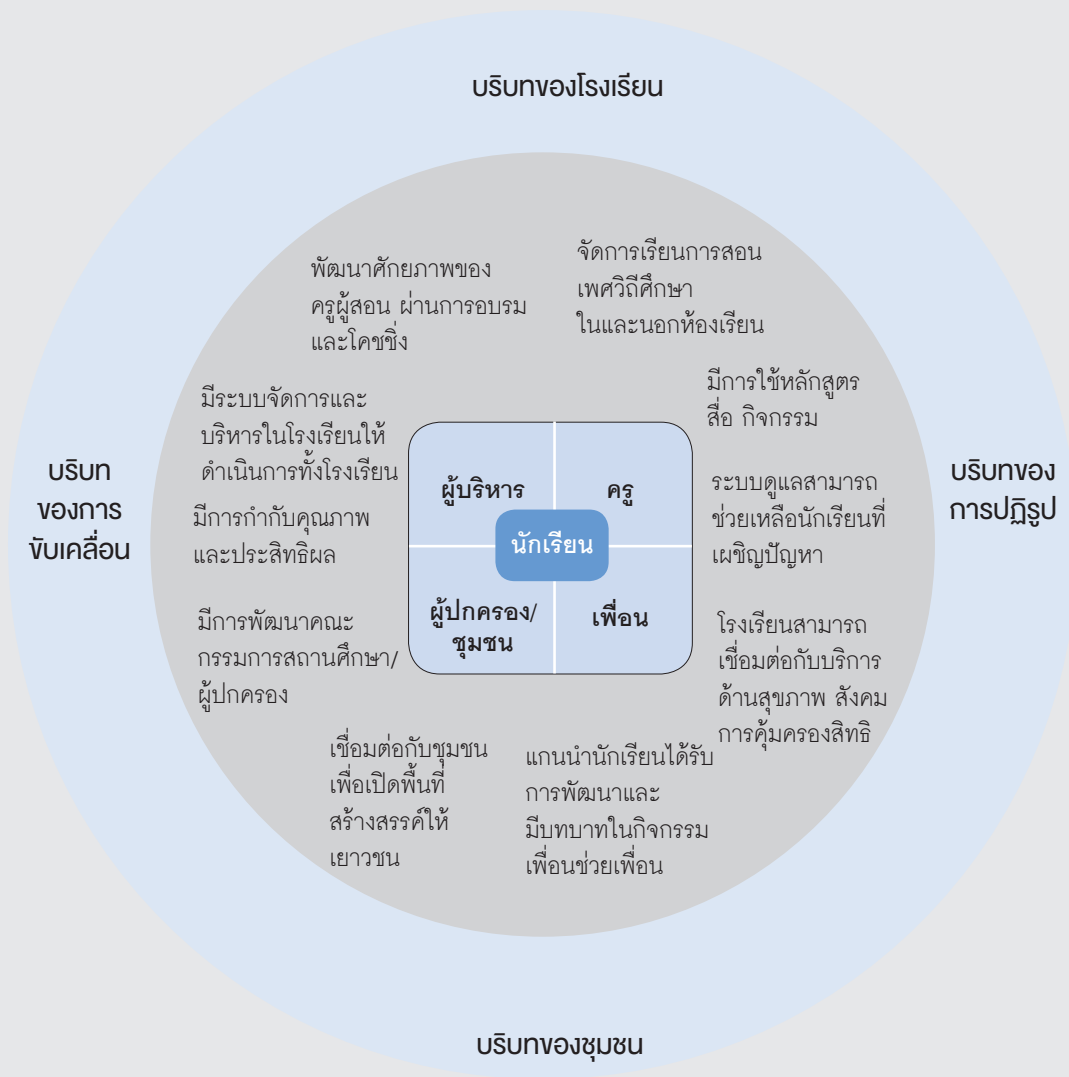
ทั้งนี้ หลักสูตรที่มีประสิทธิภาพ หมายถึง การมีรูปแบบการจัดการของสถานศึกษาในการบูรณาการเพศวิถีศึกษาในหลักสูตรสถานศึกษาตามลักษณะการจัดการเรียนการสอนที่กำหนดไว้ในแนวทางการปฏิรูปการศึกษา โดยครูผู้สอนที่ถูกพัฒนาสมรรถนะให้สอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีจำนวนชั่วโมงการเรียนรู้ที่เพียงพอในการสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยอาจมีรูปแบบที่หลากหลายตามบริบทของสถานศึกษาและชุมชน

ระบบการจัดการที่มีประสิทธิผล หมายถึง นักเรียนของสถานศึกษาเป้าหมายได้รับการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาในหลักสูตรสถานศึกษา ทั้งในรูปการเรียนการสอน และการทำกิจกรรมที่เสริมการเรียนรู้ทั้งกับเพื่อน และชุมชน รวมทั้งมีการพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนให้สามารถเชื่อมต่อกับระบบบริการอื่นๆ เพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเสี่ยง หรือเผชิญปัญหาเป็นรายบุคคลได้อย่างเหมาะสม โดยยึดประโยชน์และความต้องการของเยาวชนเป็นหลัก และมีการดำเนินการร่วมกับผู้ปกครองและชุมชนเพื่อให้เกิดการสนับสนุนการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษา และการช่วยเหลือเยาวชนที่เผชิญปัญหาได้อย่างเหมาะสม

๓. กรอบแนวคิดในการดำเนินงาน

เด็ก และเยาวชนในระดับประถมศึกษา มีสิทธิที่จะได้รับการเรียนรู้เพศวิถีศึกษา ซึ่งไม่ใช่แค่การให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของเนื้อตัวร่างกายเท่านั้น แต่ต้องสร้างสมรรถนะให้เด็กและเยาวชนสามารถพูดคุย แสดงความเข้าใจต่อพัฒนาการ และการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม บ่มเพาะค่านิยมของการรักและเห็นคุณค่าของตนเอง สร้างพื้นฐานของการอยู่ร่วมและมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์ ยอมรับและเคารพความ

แตกต่าง รับรู้ว่ามีปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างไร ที่เป็นการเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ที่เท่าเทียม ไม่ว่าจะเป็นเพศใด และเข้าใจว่าเป็นหญิง เป็นชาย ไม่ใช่เหตุแห่งการกีดกันความสนใจ และการพัฒนาศักยภาพของตน เน้นอนว่าการสร้างการเรียนรู้ดังกล่าว ครูผู้สอนต้องได้รับการอบรมทั้งด้านความรู้ ทักษะ ทักษะให้มีความเชื่อมั่นในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศวิถี (Sexuality) โดยมีฐานคิดของการพัฒนาเยาวชนเชิงบวก (Positive Youth development) และสามารถจัดการเรียนรู้ที่มีผู้เรียนเป็นสำคัญ (Child-centered learning) จำเป็นต้องมีผู้บริหารสถานศึกษา และกลไกกำกับคุณภาพการศึกษาที่มีความเข้าใจทำนองเดียวกัน เห็นความสำคัญ และสร้างระบบบริหารในสถานศึกษาที่มีสัญญาณชัดเจน รับรู้ร่วมกันทั้งหมดว่าสถานศึกษาให้ความสำคัญต่อเรื่องเหล่านี้ (Whole-school approach) และสามารถทำงานร่วมกับกลไกคณะทำงานสถานศึกษา หรือผู้ปกครอง เพื่อสื่อสารเรื่องเหล่านี้กับผู้ปกครองและชุมชนในการเลี้ยงดู สื่อสารภายในครอบครัวให้เป็นไปในทางเดียวกัน เพื่อบ่มเพาะให้เด็กและเยาวชนได้เติบโตอย่างมีทักษะชีวิต พร้อมเผชิญโลก และรับมือกับเรื่องเพศที่อยู่รอบตัวได้อย่างเหมาะสม สามารถพัฒนาสัมพันธภาพกับคนรอบตัวได้อย่างสร้างสรรค์ และรู้จักแสวงหาความช่วยเหลือเมื่อเผชิญปัญหาดังกรอบความคิดในผังภาพ



๔. เป้าหมายการดำเนินการ

มูลนิธิแพथทูเฮลท์ (p2h) จะดำเนินการให้เกิดโรงเรียนนาร่องในการจัดเพศวิถีศึกษา ในหลักสูตรประถมศึกษาให้สอดคล้องกับนโยบาย และจุดเน้นของการปฏิรูปการศึกษา โดยคัดเลือกจังหวัดที่ สสส. ให้การสนับสนุนเรื่องการแก้ไขปัญหาตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และมีบางจังหวัดที่ทาง p2h เห็นว่ามีความพร้อมโดยเฉพาะจากภาคการศึกษาเอง เช่น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา (สพป.) ที่สนใจจะนาร่องเพื่อขยายผลในสถานศึกษาอื่นๆ ในเขตพื้นที่การศึกษาฯ หรือสถานศึกษาในสังกัดเทศบาล รวมถึงสถานศึกษาเอกชนในบางพื้นที่ p2h จะเน้นการมีส่วนร่วมจากภาคส่วนต่างๆ ในระดับจังหวัด และท้องถิ่น มาร่วมสนับสนุนให้สถานศึกษาสามารถจัดการเรื่องการจัดการเรียนการสอนเพศวิถีศึกษา และการดูแลสุขภาพของนักเรียนควบคู่กันไป และเป็นการดำเนินการแบบ “การพัฒนาโรงเรียนทั้งระบบ” (Whole School Approach) เพื่อให้เป็นสถานศึกษาต้นแบบ (ซึ่งคาดว่าจะมีได้หลายแบบ ตามบริบทของพื้นที่ต่างๆ) ทั้งนี้ จะดำเนินการใน ๑๐ จังหวัดโดยกระจายตามทุกภูมิภาค รวมทั้งกรุงเทพมหานคร ดังนี้

ภาคเหนือ	เชียงราย เชียงใหม่
ภาคอีสาน	ชัยภูมิ เลย มหาสารคาม
ภาคกลาง	นครสวรรค์ นนทบุรี กรุงเทพมหานคร
ภาคใต้	สตูล กระบี่

๕. กลวิธีดำเนินงาน

๑. พัฒนา/ปรับเนื้อหาสาระเพศวิถีศึกษาในระดับประถมศึกษาให้บูรณาการในหลักสูตรตามแนวการปฏิรูปการศึกษา

๒. สร้างกลไกจังหวัดที่จะเข้ามาหนุนเสริมการพัฒนาสมรรถนะสถานศึกษาและร่วมผลักดันให้เกิดการจัดการเรียนการสอนเพศวิถีศึกษาแบบรอบด้าน และการพัฒนาโรงเรียนทั้งระบบ

๓. คณะทำงานสุภาพะทางเพศของสถานศึกษาเป็นผู้ดำเนินการหลัก

๔. พัฒนาสมรรถนะบุคลากรที่เกี่ยวข้อง หรือเชื่อมโยงทรัพยากรวิชาการจากภายนอกลงสู่จังหวัด และสถานศึกษา

๕. สนับสนุนการทำงานของเยาวชน และสร้างภาวะผู้นำ

๖. การสร้างความเป็นเจ้าของโดยสถานศึกษาและจังหวัด เพื่อให้เกิดการขยายผล และความยั่งยืน

๖. ผลที่คาดว่าจะได้รับ ในเวลาสองปีของการดำเนินงาน

๑. หลักสูตรเพศวิถีศึกษา คู่มือ เครื่องมือฝึกอบรมครู และสื่อการสอน สำหรับระดับประถมศึกษาได้รับการพัฒนา หรือดัดแปลงสิ่งที่มีอยู่ให้สอดคล้องกับการนำลงใช้ในหลักสูตรสถานศึกษาตามนโยบาย และจุดเน้นของการปฏิรูปการศึกษา

๒. สถานศึกษาระดับประถมศึกษา (หรือมัธยมศึกษาขยายโอกาส) ๕๐ แห่ง ใน ๑๐ จังหวัด ที่มีทั้งโรงเรียนสังกัด สพฐ. และท้องถิ่น รวมทั้งเอกชนในบางจังหวัด จะได้รับการพัฒนาสมรรถนะให้มีการจัดการเรียนการสอนเพศวิถีศึกษาในรูปแบบต่างๆ ที่สอดคล้องกับแนวทางของการปฏิรูปการศึกษา โดยเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรสถานศึกษา และมีความครอบคลุมทั้งในและนอกห้องเรียน และดำเนินการต่อเนื่อง รวมทั้งมีระบบจัดการที่ชัดเจน ในกรณีที่มีนักเรียนในโรงเรียนเผชิญภาวะเสี่ยงในการล่วงละเมิดทางเพศ หรือการตั้งครรภ์

๓. ครูในสถานศึกษาเป้าหมายได้รับการพัฒนาสมรรถนะ ให้ดูแลสุขภาวะทางเพศของผู้เรียนได้อย่างเหมาะสม โดยอาจเป็นครูผู้สอนเพศวิถีศึกษา หรือทำหน้าที่ที่ปรึกษา หรือทำงานในระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน

๔. เกิดวิทยากรหลักที่สามารถร่วมอบรมคอร์สต่างๆ ที่พัฒนาขึ้นในโครงการ อย่างน้อย ๖๐ คน

๕. นักเรียนอย่างน้อย ๕,๐๐๐ คนผ่านการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษา และมีส่วนร่วมในกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะทางเพศที่เกิดขึ้นในสถานศึกษา หรือในชุมชน หรือในพื้นที่อินเทอร์เน็ต ในช่วงสองปีของโครงการ

๖. เกิดแกนนำเยาวชนที่สามารถสร้างกิจกรรมที่กลุ่มตนเป็นผู้ดำเนินการ อย่างน้อยใน ๒๐ สถานศึกษา

๗. เกิดสื่อ/นวัตกรรมการสื่อสารที่สามารถใช้ในสถานศึกษาในการเรียนการสอน หรือในกิจกรรมเยาวชนได้อย่างน้อย ๒๐ ชิ้น

๘. คณะทำงานจังหวัด และเครือข่ายโรงเรียนต้นแบบเกิดการเรียนรู้จากการดำเนินงานในพื้นที่ และนำไปขยายผล เพิ่มการดำเนินงานเพศวิถีศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาในจังหวัดของตน โดยการระดมทรัพยากรจากท้องถิ่นมาร่วมทั้งในระหว่างการทำงานโครงการ และในการขยายผลภายหลังโครงการ โดยมีเป้าว่าระหว่างการทำงานโครงการจะมีการร่วมทุนในช่วงสองปีคิดเป็นมูลค่าไม่ต่ำกว่าจังหวัดละสามแสนบาท

๗. รายละเอียดผู้รับผิดชอบโครงการ

มูลนิธิแพथทูเฮลท์ (Path2Health Foundation-P2H) ซึ่งเดิมคือ องค์การแพธ ประเทศไทย (PATH/Thailand) ดำเนินงานด้านพัฒนาสุขภาวะในประเทศไทยมากกว่าสามสิบปี ร่วมกับหน่วยงานภาครัฐ เอกชน และภาคประชาสังคม โดยเน้นหนักในด้านการพัฒนาสุขภาวะของกลุ่มประชากรที่ขาดโอกาสในการเข้าถึงข้อมูลและบริการ โดยในระยะกว่าสิบปีมานี้ได้มุ่งเน้นกลุ่มวัยรุ่น โดยเฉพาะการผลักดันให้เกิดการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในหลักสูตรสถานศึกษา ทั้งมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษา คู่ขนานไปกับการทำงานเพื่อพัฒนาคุณภาพบริการสุขภาพทางเพศ ที่เชื่อมต่อประชากรกลุ่มเฉพาะ รวมทั้งเยาวชน เพื่อให้เกิดการได้รับบริการที่สอดคล้องกับความต้องการ และเป็นมิตร อาทิ การป้องกัน และรักษาโรค การคุมกำเนิด การพัฒนาระบบส่งต่อเพื่อการเข้าถึงบริการสุขภาพ เป็นต้น และในระยะห้าปีมานี้ ได้ขยายงานด้านการส่งเสริมการสื่อสารเรื่องเพศในครอบครัว พัฒนาเครื่องมือ สื่อ และการฝึกอบรมให้กับหน่วยงานต่างๆ ที่มีการกิจด้านนี้

ในปัจจุบัน มูลนิธิแพथทูเฮลท์ เป็นองค์กรที่ทำหน้าที่สนับสนุนด้านวิชาการแก่ ๙ จังหวัด จาก ๒๐ จังหวัดที่ สสส. ให้การสนับสนุนงบประมาณในการดำเนินการเรื่องการจัดตั้งครม. ในวัยรุ่น และทำหน้าที่เชื่อมร้อยเครือข่าย และจัดการความรู้ของผู้ปฏิบัติงานด้านนี้ของทั้ง ๒๐ จังหวัด ผ่านเว็บไซต์ thaiteenpreg.com

มูลนิธิแพธทูเฮลท์ (path2health foundation-p2h)

ที่อยู่ ๓๗/๑ อาคารร่วมประสงค์ ชั้น ๓ ซอยเพชรบุรี ๑๕

แขวงถนนพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทร. ๐-๒๖๕๓-๗๕๖๓-๕ โทรสาร. ๐-๒๖๕๓-๗๕๖๖

www.path2health.or.th

เว็บไซต์เพศวิถีศึกษาเพื่อเยาวชน

www.teenpath.net

เว็บไซต์ข้อมูลสุขภาพสำหรับวัยรุ่น และปรึกษาออนไลน์

www.lovecarestation.com

ภาคีและการจัดการความรู้คนทำงานท้องวัยรุ่น

www.thaiteenpreg.com

ภาคผนวก ๕

รายชื่อผู้ร่วมพัฒนาหลักสูตรเพศวิถีและสัมพันธภาพศึกษา ระดับประถมศึกษาปีที่ ๔ – ๖

๑. มานะ ศรีคำเวียง	ครู โรงเรียนบางบัว (เฟื่องตั้งตรงจิตวิทยาการ) สพป.กทม.
๒. สุชีลา ่วนกิม	ครู โรงเรียนบางบัว (เฟื่องตั้งตรงจิตวิทยาการ) สพป.กทม.
๓. นรินทร์ จันทรอุดม	ครู โรงเรียนพินุลอุปถัมภ์ สพป.กทม.
๔. ขบาไพร ชินสีหา	ครู โรงเรียนสถานีนพรมแดน (รักษาศุขราษฎร์บำรุง) กทม.
๕. นพดล สิงโตอาจ	ครู โรงเรียนวัดใหม่ผดุงเขต สพป.นนทบุรี
๖. ประชา มัจฉา	ครู โรงเรียนอนุบาลท่าแพ สพป.สตูล
๗. สุภาณี ไชยศักดิ์	ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพป.สตูล
๘. ประเสริฐ ลำพันธ์	ครู โรงเรียนชุมชนบ้านศาลาด่าน สพป.กระบี่
๙. มุริตา เพชรประพันธ์	ครู โรงเรียนบ้านพรุดินนา สพป.กระบี่
๑๐. มัตติกา สมสอน	ครู โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง ทต.เชียงใหม่
๑๑. ลภัสสรดา เทพจร	ครู โรงเรียนบ้านสันกำแพง สพป.เชียงใหม่ ๒
๑๒. รุ่งฤดี สุริคำแดง	ครู โรงเรียนสหศาสตร์ศึกษา สข.เชียงราย
๑๓. สุรรัตน์ แก้วโก	ครู โรงเรียนเชียงรายวิทยาคม สข.เชียงราย
๑๔. ภาคกรณ์ กรไชยภิติ	ครู โรงเรียนเชียงรายวิทยาคม สข.เชียงราย
๑๕. จินตนา เรื่องศิริ	ครู โรงเรียนบ้านศาลเจ้าไก่อ่ต๋อ สพป.นครสวรรค์ ๒
๑๖. ยอดอนงค์ ทองหาญ	ครู โรงเรียนบ้านศาลเจ้าไก่อ่ต๋อ สพป.นครสวรรค์ ๒
๑๗. ภูษงค์ นพคุณ	ครู โรงเรียนปรียาโชติ สข.นครสวรรค์
๑๘. วิภาวดี ศรีภูมิเดิม	ครู โรงเรียนชุมชนบ้านแก่งคร้อหนองไผ่ สพป.ชัยภูมิ ๒
๑๙. อัศวเดช อัศววิสุทธิ์เจริญ	ครู โรงเรียนอนุบาลมหาสารคาม สพป.มหาสารคาม ๑
๒๐. สมคิด คำจันวงษา	ครู โรงเรียนบ้านโกทา สพป.มหาสารคาม ๒
๒๑. วีระยุทธ เรืองธรรม	ครู โรงเรียนอนุบาลเชียงคาน สพป.เลย ๑
๒๒. สุปรานี รุ่งเรือง	ครู โรงเรียนบ้านโคกงาม สพป.เลย ๓

เจ้าหน้าที่โครงการพัฒนาหลักสูตรและนำร่องเพศวิถีศึกษา
ในโรงเรียนประถมศึกษา ใน ๑๐ จังหวัด
มูลนิธิแพธทูเฮลท์ (P2H)

๑. วรานุช ชินวรโสภาค	ที่ปรึกษาโครงการ
๒. ชูไชย นิจไตรรัตน์	ที่ปรึกษาโครงการ
๓. ธวัชชัย พาชีน	ผู้จัดการโครงการ
๔. สุทิศา ศรีบุตรวงศ์	ผู้ประสานงานโครงการ กระบี่ และสตูล
๕. วารุณี ศโรภาส	ผู้ประสานงานโครงการ กรุงเทพฯ และนนทบุรี
๖. นิภา เหล่าปาสี	ผู้ประสานงานโครงการ ชัยภูมิ มหาสารคาม และเลย
๗. ขนวีร์ สีขมภู	ผู้ประสานงานโครงการ นครสวรรค์
๘. ณัฐพล กวชาญเจริญ	ผู้ประสานงานโครงการ เชียงใหม่
๙. จิระดา ทองไทย	ผู้ประสานงานโครงการ เชียงราย
๑๐. แสงจันทร์ เมธาตระกูล	เจ้าหน้าที่มูลนิธิแพธทูเฮลท์
๑๑. ภัทราวดี ธนาจิตติมา	เจ้าหน้าที่มูลนิธิแพธทูเฮลท์
๑๒. เจษฎา อุดมโชติพานิช	เจ้าหน้าที่มูลนิธิแพธทูเฮลท์
๑๓. ศรินทร์ทิพย์ จานศิลา	เจ้าหน้าที่มูลนิธิแพธทูเฮลท์

ภาคผนวก ข

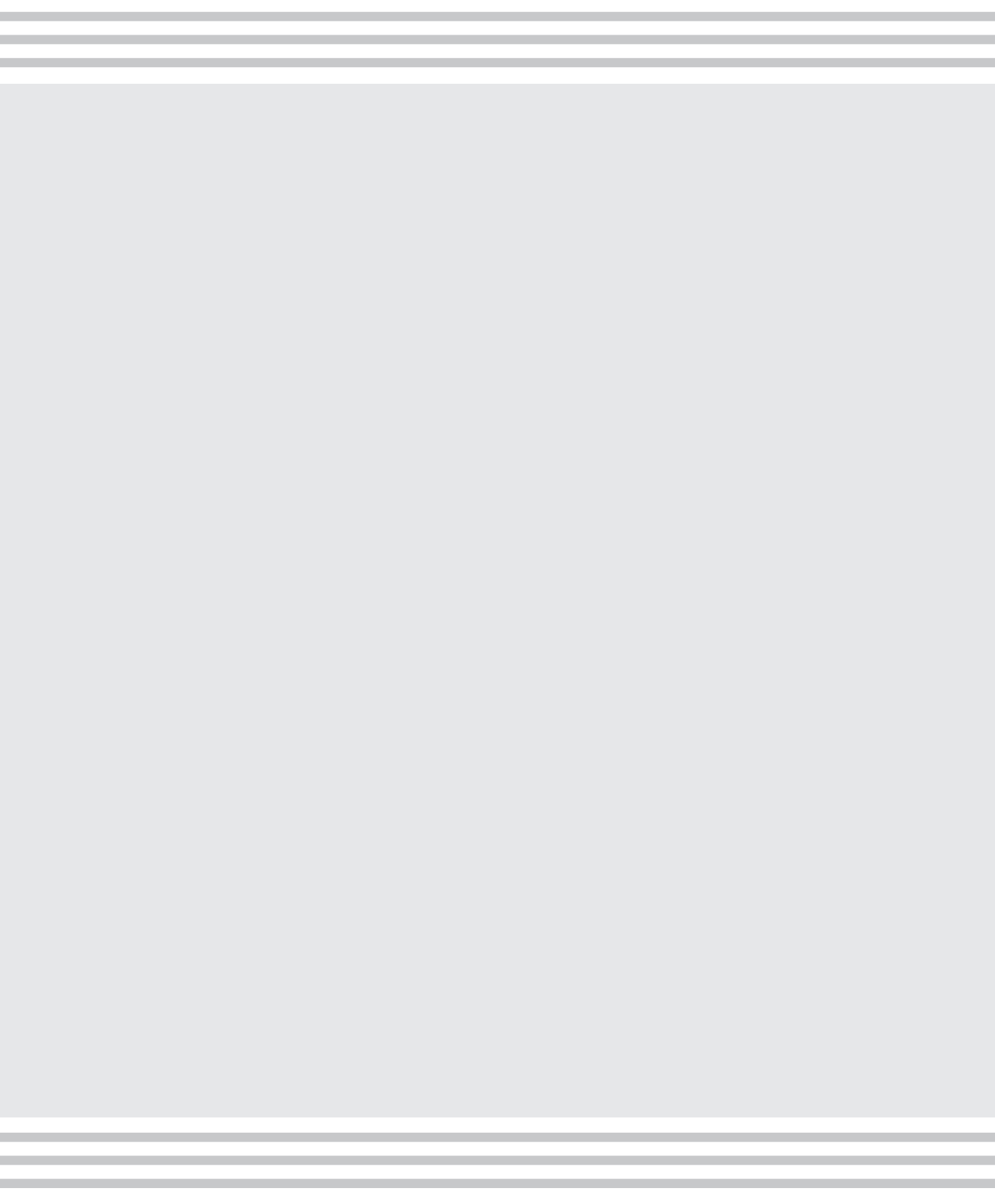
รายชื่อสถานศึกษาที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาหลักสูตรและนำร่องเพศวิถี ศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา ใน ๑๐ จังหวัด ระหว่าง พฤศจิกายน ๒๕๕๙ – เมษายน ๒๕๖๒

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๑	เชียงราย	โรงเรียนเชียงรายวิทยาคม	สข.
๒		โรงเรียนสหศาสตร์ศึกษา	สข.
๓		โรงเรียนเทศบาล ๑ ศรีเกิด	ทน.
๔		โรงเรียนเทศบาล ๓ ศรีทรายมูล	ทน.
๕		โรงเรียนบ้านแม่ข้าวต้มท่าสุด	สพป.เชียงราย ๑
๖		โรงเรียนบ้านดู่ (สหราษฎร์พัฒนาการ)	สพป.เชียงราย ๑
๗	เชียงใหม่	โรงเรียนบ้านสันกำแพง	สพป.เชียงใหม่ ๑
๘		โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง	ทต.
๙		โรงเรียนบ้านหนองยาว	สพป.เชียงใหม่ ๓
๑๐		โรงเรียนบ้านสันป่าสัก	สพป.เชียงใหม่ ๔
๑๑		โรงเรียนบ้านสามหลัง	สพป.เชียงใหม่ ๔
๑๒	นครสวรรค์	โรงเรียนอนุชนวัฒนา	สข.
๑๓		โรงเรียนปรีชาโชติ	สข.
๑๔		โรงเรียนบ้านศาลเจ้าไก่ต่อ	สพป.นครสวรรค์ ๒
๑๕		โรงเรียนอนุบาลชุมตาบง	สพป.นครสวรรค์ ๒
๑๖		โรงเรียนอนุบาลไพศาลี	สพป.นครสวรรค์ ๓
๑๗		โรงเรียนอนุบาลท่าตะโก	สพป.นครสวรรค์ ๓

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๑๘	ชัยภูมิ	โรงเรียนเทศบาล ๔ (อมร สะเพียรชัยอุทิศ)	ทม.
๑๙		โรงเรียนบ้านไค้ก่น้ำดัด	สพป.ชัยภูมิ ๑
๒๐		โรงเรียนบ้านเขวาสึกษา	สพป.ชัยภูมิ ๑
๒๑		โรงเรียนชุมชนบ้านแก้งคร้อหนองไผ่	สพป.ชัยภูมิ ๒
๒๒		โรงเรียนชัยใหญ่วิทยาคม	สพป.ชัยภูมิ ๓
๒๓		โรงเรียนหนองจิม (สิงห์จันทร์บำรุง)	สพป.ชัยภูมิ ๓
๒๔	มหาสารคาม	โรงเรียนเทศบาลบูรพาพิทยาคาร	ทม.
๒๕		โรงเรียนหลักเมืองมหาสารคาม	สพป.มหาสารคาม ๑
๒๖		โรงเรียนอนุบาลมหาสารคาม	สพป.มหาสารคาม ๑
๒๗		โรงเรียนเมืองวาปีปทุม	สพป.มหาสารคาม ๒
๒๘		โรงเรียนบ้านโกทา	สพป.มหาสารคาม ๒
๒๙		โรงเรียนศรีโกสุมวิทยามิตรภาพที่ ๒๐๙	สพป.มหาสารคาม ๓
๓๐	เลย	โรงเรียนเทศบาล ๑ (ชุมชนศรีสะอาด)	ทม.
๓๑		โรงเรียนอนุบาลเชียงคาน	สพป.เลย ๑
๓๒		โรงเรียนบ้านเอราวัณ	สพป.เลย ๒
๓๓		โรงเรียนบ้านเหมืองแบ่ง	สพป.เลย ๒
๓๔		โรงเรียนบ้านโคกกาม	สพป.เลย ๓
๓๕	กรุงเทพฯ	โรงเรียนอัมพันศึกษา	สช.
๓๖		โรงเรียนสมาหารศึกษา	สช.
๓๗		โรงเรียนสภานีพรมแดน(รักษาศุขราชภูธร)	กทม.
๓๘		โรงเรียนวัดหนองแวม	กทม.
๓๙		โรงเรียนบางบัว (เพ่งตั้งตรงจิตรวิทยาคาร)	สพป.กทม.
๔๐		โรงเรียนพินุลอุปถัมภ์	สพป.กทม.

ลำดับ	จังหวัด	ชื่อสถานศึกษา	สังกัด
๔๑	นนทบุรี	โรงเรียนวัดใหม่ผดุงเขต	สพป.นนทบุรี ๑
๔๒		โรงเรียนชุมชนวัดไทรม้าย	สพป.นนทบุรี ๑
๔๓		โรงเรียนชลประทานสงเคราะห์	สพป.นนทบุรี ๒
๔๔		โรงเรียนวัดไทรใหญ่ (นนทพิวารราษฎร์บำรุง)	สพป.นนทบุรี ๒
๔๕		โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติ ๖๐ พรรษา สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถ	สพป.นนทบุรี ๒
๔๖	กระบี่	โรงเรียนเทศบาล ๓ ท่าแดง	ทม.
๔๗		โรงเรียนบ้านพรุดินนา	สพป.กระบี่
๔๘		โรงเรียนบ้านถ้ำโกบ	สพป.กระบี่
๔๙		โรงเรียนบ้านอ่าวนาง	สพป.กระบี่
๕๐		โรงเรียนชุมชนบ้านศาลาด่าน	สพป.กระบี่
๕๑	สตูล	โรงเรียนสายเพชรศึกษา	สช.
๕๒		โรงเรียนเทศบาล ๔ (บ้านศาลากันตง)	ทม.
๕๓		โรงเรียนนิคมพัฒนาฝั่ง ๖	อบจ.
๕๔		โรงเรียนอนุบาลท่าแพ	สพป.สตูล
๕๕		โรงเรียนอนุบาลละงู	สพป.สตูล
๕๖		โรงเรียนบ้านห้วยน้ำดำ	สพป.สตูล

ข้อมูลเมื่อมิถุนายน ๒๕๖๑





"โครงการพัฒนาหลักสูตรและนําร่องเพศวิถีศึกษา
ในโรงเรียนประถมศึกษา ใน ๑๐ จังหวัด"