

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา โดยใช้แนวความคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต ขององค์การอนามัยโลกประยุกต์ใช้ในการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 สาขาวิชาสังคมศึกษา คณะครุศาสตร์ ปีการศึกษา 2559 จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มเสี่ยง 30 คนและกลุ่มไม่เสี่ยง 30 คน และทำการสัมภาษณ์นักศึกษา ผู้ปกครอง และอาจารย์ที่ปรึกษา นักศึกษากลุ่มเสี่ยงทำการเลือกจากนักศึกษาที่มีพฤติกรรมหรือความประพฤติไม่เรียบร้อย ไม่ค่อยสนใจการเรียน ไม่ค่อยสนใจในการกิจกรรมกลุ่ม และนักศึกษากลุ่มไม่เสี่ยงคัดเลือกจากนักศึกษาที่มีความประพฤติเรียบร้อย สนใจในการเรียนสม่ำเสมอและมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งนักศึกษาทั้ง 2 กลุ่มได้เข้าร่วมกิจกรรมในการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่กำหนดไว้กลุ่มละ 2 วัน ณ ห้อง 35604 อาคารเฉลิมพระเกียรติมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี จังหวัดจันทบุรี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถามประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนที่ 2 เป็นแบบทดสอบวัดด้านความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา แบบวัดความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา และแบบวัดทักษะการปฏิเสธการต่อรอง ตอนที่ 3 ผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิต 2 สัปดาห์ โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูล 3 ครั้ง ได้แก่ ครั้งที่ 1 ก่อนเริ่มมีการอบรมเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ครั้งที่ 2 เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมอบรมเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ครั้งที่ 3 เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมอบรมเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา 2 สัปดาห์ จากนั้นนำข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Science) วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยใช้สถิติพรรณนาแจกแจงความถี่คิดเป็นร้อยละ ของลักษณะกลุ่มตัวอย่างของทั้ง 2 กลุ่ม และหาค่าเฉลี่ย เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึกและการเห็นคุณค่าในตนเอง และทักษะการปฏิเสธต่อรอง ระหว่างก่อนและหลังการได้รับการพัฒนาในการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษาด้วยสถิติ t-test การรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 3 ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยการวิเคราะห์เหตุการณ์

สรุปผลการวิจัย

1. คะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่มเสี่ยง และภายในกลุ่มไม่เสี่ยง

1.1 กลุ่มเสียงมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม หลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

1.2 กลุ่มไม่เสียงมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม หลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

2. คะแนนเฉลี่ยความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่มเสียง และภายในกลุ่มไม่เสียง

2.1 กลุ่มเสียงมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

2.2 กลุ่มไม่เสียงมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

3. คะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่มเสียง และภายในกลุ่มไม่เสียง

3.1 กลุ่มเสียงมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

3.2 กลุ่มไม่เสียงมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

4. ผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิต 2 สัปดาห์

สรุปผลจากการติดตามจากนักศึกษา ผู้ปกครอง และอาจารย์ที่ปรึกษาได้แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักศึกษา เมื่อสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษา เป็นที่พึงพอใจของบุคคลทุกฝ่ายรวมทั้งตัวนักศึกษาเอง นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม การตระหนักและเห็นคุณค่าและมีทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา การมีทักษะปฏิเสธการต่อรองในทางที่ไม่เหมาะสม ส่งผลให้นักศึกษารู้จักคิดวิเคราะห์ รู้จักตั้งเป้าหมายในชีวิต มีความรับผิดชอบ นักศึกษาสามารถนำความรู้และประสบการณ์จากการอบรมไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้

อภิปรายผล

การอภิปรายผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะกล่าวถึงประเด็นสำคัญที่ค้นพบ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. คะแนนเฉลี่ยความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่มเสียง และภายในกลุ่มไม่เสียง

จากผลการวิเคราะห์พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มเสียงและกลุ่มไม่เสียงมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม หลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 ซึ่งอาจจะมาจากกิจกรรมที่ผู้วิจัยได้ออกแบบไว้ เพราะมีความน่าสนใจ มีความเหมาะสม เร้าการเรียนรู้กับกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากเรื่องเพศเป็นเรื่องใกล้ตัว อีกทั้งกลุ่มตัวอย่าง

อยู่ในวัยอยากรู้อยากลองจึงนำไปสู่ความสนใจ และวิทยากรมีความชำนาญในการทำกิจกรรม มีความรู้ และประสบการณ์ในการถ่ายทอดความรู้เนื้อหาสาระที่มีความทันสมัย และตรงกับความสนใจ ของนักศึกษา โดยวิทยากรได้ใช้กิจกรรมกลุ่ม การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้เรื่อง เกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม นักศึกษาได้รับความรู้จากวิทยากร การได้เห็นข้อมูลสถิติอัตราการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โรคที่มาจากกรณีเพศสัมพันธ์ การป้องกันตนเอง เนื้อหาต่างๆ เหล่านี้ล้วนกระตุ้นความสนใจจากนักศึกษาทั้ง 2 กลุ่ม วิทยากรให้นักศึกษาได้ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ตลอดจนให้นักศึกษาได้ทำกิจกรรม “แลกน้ำ” ที่เปรียบเสมือนกรณี เพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน นำไปสู่การติดเชื้อโรคจากเพศสัมพันธ์ได้ ตลอดจนการแพร่กระจายเชื้อ จากตัวเราไปสู่ผู้อื่น หรือการรับเชื้อจากผู้อื่นมาสู่ตัวเองได้ นอกจากนี้นักศึกษายังได้แลกเปลี่ยน ความรู้กับวิทยากรในเรื่องของการคุมกำเนิด การดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง ซึ่งการที่นักศึกษา ได้รับความรู้จากการอบรมและได้พบกิจกรรมหรือความรู้ที่เป็นเรื่องใกล้ตัว ได้รับข้อมูลจากสื่อ เทคโนโลยี สื่อบุคคล ได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง เช่น ได้ทำการทดสอบทางด้านวิทยาศาสตร์เกี่ยว การติดเชื้อ HIV การได้ลงมือกระทำ ได้เห็น ได้แลกเปลี่ยนแนวคิดกันกับเพื่อนคนอื่นๆ ทำให้นักศึกษา เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ทำให้ความรู้นั้นฝังอยู่ที่ตัวผู้เรียน นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหา ส่งผลให้คะแนนเฉลี่ยของทั้ง 2 กลุ่ม ภายหลังจากอบรมมากกว่าก่อนการอบรม อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติ ผลการศึกษานี้มีความคล้ายคลึงกับผลการศึกษาของ Lynch, C.J. (2007) ที่ได้ศึกษาเรื่อง ผล การสำรวจโปรแกรมการฝึกอบรมทักษะชีวิตสำหรับวัยรุ่นของสถานดูแลเด็กในเท็กซัส ผลการศึกษา พบว่า เยาวชนที่ทำการเก็บข้อมูลมีความหลากหลายเชื้อชาติ 16 คน และ ผู้ใหญ่ซึ่งเป็นพนักงานของ เท็กซัส 9 คน ซึ่งผลคะแนนที่เป็นมาตรฐานพบความยืดหยุ่น มีการสนับสนุนทางสังคม และทักษะชีวิต ของเยาวชนเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .01 ข้อค้นพบจากการศึกษานี้เน้นจุดแข็งของเยาวชน ในสถานสงเคราะห์ และสำหรับใช้ในอนาคตของจุดแข็งตามทฤษฎีและกรอบแนวคิด และเพศ ทักษะ ชีวิตเฉพาะการฝึกอบรมผลการวิจัยยังชี้ให้เห็นนัยยะสำคัญสำหรับการสอนทักษะชีวิตเพื่อส่งเสริม เยาวชนในการดูแลตนเองในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้จากงานวิจัยของ อารัมศรี กฤษณเศรษฐี (2540) ได้ศึกษาเรื่อง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ทักษะชีวิตและอนามัยเจริญพันธุ์ เพื่อส่งเสริมอนามัย การเจริญพันธุ์สำหรับกลุ่มวัยรุ่นตอนปลาย กรณีศึกษาแบบมีส่วนร่วมใน สถาบันอุดมศึกษาแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษพบว่า การลดจำนวนวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ นอกจากการสอนเพศศึกษาแล้ว การสร้างทักษะชีวิต (life skills) เช่น “No sex skill” และ “Safe sex skill” ก็เป็นอีกหนึ่งวิธีที่ช่วยเสริมสร้างทักษะการปฏิเสธกรณีเพศสัมพันธ์ โดยการสร้างทักษะ ชีวิตในเรื่อง No sex skill มีกิจกรรมที่สำคัญ เช่น การสอนเพศศึกษาในสถานศึกษา การอบรมแกน นำนักเรียน การจัดทำค่ายแกนนำการจัดตั้งมุมเพื่อนใจวัยรุ่น ซึ่งกิจกรรมทั้งหมดนี้เชื่อว่าจะช่วย เสริมสร้างทักษะชีวิต และจะเป็นยุทธศาสตร์ที่สำคัญที่มุ่งไม่ให้เกิดมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ถือ เป็นการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุที่ควรทำให้ครอบคลุมกับวัยรุ่นทุกคน และเน้นกลุ่มเสี่ยง ส่วนทักษะ Safe sex skill ใช้กิจกรรมเดียวกับ No sex skill แต่เน้นกลุ่มเสี่ยงโดยมีเป้าหมายให้ปลอดภัยจากการ ตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จะเห็นได้ว่าการให้ความรู้เรื่องเกี่ยวกับการป้องกันการ ตั้งครรภ์กับนักศึกษาเป็นสิ่งที่สำคัญ โดยเฉพาะเรื่องเพศศึกษาหากครูผู้สอนใช้การบรรยายหน้าชั้น

เรียน จะทำให้ผู้เรียนเกิดความเบื่อหน่ายไม่สนใจและนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในทางที่ไม่เหมาะสม แต่ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ใช้การอบรมที่ผสมผสานเทคนิคการจัดกิจกรรมที่หลากหลายทั้ง การทำงานแบบเป็นทีม การมีส่วนร่วมในกิจกรรม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์หรือระดมสมอง การคิดวิเคราะห์ และได้ทดลองในบางเนื้อหา ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสุขกับการอบรมเป็นการเพิ่มความรู้ความเข้าใจเรื่อง การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมให้นักศึกษาเป็นอย่างดี

2. คะแนนเฉลี่ยความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่มเสี่ยง และภายในกลุ่มไม่เสี่ยง

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าทั้งกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยงมีคะแนนเฉลี่ยความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 ยอมรับตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ภายหลังจากที่มีการอบรมเสร็จสิ้นพบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในด้านการตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสังเกตได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทักษะชีวิตของนักศึกษา ตามแนวคิดของตามแนวคิดของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2551, หน้า 1) ระบุไว้ 4 องค์ประกอบ ดังนี้ 1)การตระหนัก รู้ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การตระหนัก รู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น โดยการรู้จักความถนัดความสามารถ จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่างของแต่ละบุคคล รู้จักตนเอง ยอมรับ เห็นคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเองและผู้อื่น มีเป้าหมายในชีวิตและมีความรับผิดชอบต่อสังคม 2)การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เป็นการแยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์รอบตัววิพากษ์วิจารณ์และประเมินสถานการณ์รอบตัวด้วยหลักเหตุผลและข้อมูลที่ถูกต้องรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือกและตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างสร้างสรรค์ 3)การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึงความเข้าใจและรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของบุคคล รู้สาเหตุของความเครียด รู้วิธีการควบคุมอารมณ์และความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย หลีกเสี่ยงและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่จะก่อให้เกิดอารมณ์ไม่พึงประสงค์ไปในทางที่ดี และ4)การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น เป็นการสร้างความเข้าใจมุมมอง อารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น ใช้ภาษาพูดและภาษากาย เพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง รับรู้ความรู้สึกนึกคิดและ ความต้องการของผู้อื่น วางตัวได้ถูกต้อง เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ ใช้การสื่อสารที่สร้างสัมพันธภาพที่ดี สร้างความร่วมมือและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ในขณะที่นักศึกษา ร่วมทำกิจกรรมตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองจะพบว่า ภายหลังจากที่นักศึกษาเข้าร่วมทำกิจกรรมกับวิทยากรและเพื่อนทั้งที่เป็นกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มไม่เสี่ยงได้แสดงพฤติกรรมที่มีความเหมาะสมเพิ่มมากขึ้น เช่น การใช้วาจา นักศึกษาส่วนใหญ่ไม่พูดจากับเพื่อนด้วยคำพูดที่รุนแรงทางวาจา ไม่ด่าทอกัน ไม่ทะเลาะกัน และให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี นอกจากนี้การอบรมเรื่องตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของสุภาพร นกเจริญ (2551) ซึ่งทำการศึกษาเรื่อง การใช้กลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการเผชิญกับอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง จังหวัดชลบุรี ผลการศึกษาพบว่า จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เยาวชนมีทักษะชีวิตทั้งหมด 9 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเอง ความเห็นใจ

ผู้อื่น ความรับผิดชอบ ความพอใจในชีวิต การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจและแก้ปัญหา สัมพันธภาพ ความภูมิใจในตนเอง ความพอใจในชีวิต และด้านความสงบสุขทางใจ และกิจกรรมกลุ่มยังพัฒนาให้เด็กและเยาวชนเกิดการเรียนรู้ เติบโตความเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ ส่งผลให้เยาวชนใช้สติในการแก้ปัญหาเป็น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ McCollum, Shannon B. (2014) ทำการศึกษาเรื่อง การพัฒนาทักษะชีวิตเยาวชนเพื่อเตรียมความพร้อมบุคลากรในศตวรรษที่ 21 ผลการศึกษาพบว่า ทักษะชีวิตคือความสามารถที่บุคคลสามารถเรียนรู้ที่ช่วยให้พวกเขาประสบความสำเร็จในชีวิตที่มีประสิทธิภาพ อาศัยแนวคิดทักษะชีวิตของ Pat Hendricks จากมหาวิทยาลัยรัฐไอโอวา คำตอบที่ได้คือ จาก 13 องค์ประกอบเกี่ยวกับเยาวชน เช่นสมาชิกยูวเกษตรกรแห่งชาติ คณะกรรมการที่เข้าร่วมในการศึกษาเห็นว่าทักษะชีวิตเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จ ทักษะชีวิตที่เยาวชนควรมีได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการวางแผน การจัดการ การสื่อสาร การเอาใจใส่ ผู้นำ แรงจูงใจตนเอง ตัวเลือกวิถีชีวิตมีสุขภาพดี เพื่อจะเตรียมสำหรับการทำงานในอนาคต นอกจากนี้เยาวชนควรจะต้องมีการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการวางแผน การคิดสร้างสรรค์ การดูแลเอาใจใส่ ร่วมกันรับผิดชอบ มีแรงจูงใจในการจัดการกับความเครียดของตนเอง การจัดการกับความขัดแย้ง และความรับผิดชอบต่อตนเองเป็นทักษะที่สำคัญมากในการเตรียมความพร้อมกับการเป็นบุคลากรในศตวรรษที่ 21

สามารถสรุปได้ว่าการนำกระบวนการทักษะชีวิตไปใช้ในการป้องกันและแก้ปัญหาในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสำหรับนักศึกษาของนักวิจัยหลายคนมีผลที่เปลี่ยนแปลงไปในทางบวกและกระบวนการเรียนรู้ให้กับนักศึกษารู้จักคิดวิเคราะห์แยกแยะว่าอะไรควรทำอะไรไม่ควรทำได้ การสร้างความตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมนักศึกษาสามารถพัฒนาตนเองและทำอย่างต่อเนื่องก็จะกลายเป็นคนที่ทักษะในการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดีในอนาคต

3. คณะแผนกเสี่ยทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ก่อนการทดลองและหลังการทดลองภายในกลุ่มเสี่ยง และภายในกลุ่มไม่เสี่ยง

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ทั้งกลุ่มเสี่ยงมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธการต่อรองเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 ยอมรับสมมติฐานที่กำหนดไว้ เนื่องจากในระหว่างการอบรมวิทยากรได้ให้นักศึกษาทำกิจกรรมกลุ่มแสดง สถานการณ์จำลอง การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันทำให้ผู้เข้าร่วมสนุกสนาน และให้ความสนใจในกิจกรรม ซึ่งเหตุการณ์จำลองที่วิทยากรนำมาให้ผู้เข้าร่วมได้อภิปรายและร่วมกันแสดงบทบาทสมมตินั้นมีเนื้อหาอยู่ในความสนใจและใกล้ตัวนักศึกษามาก เช่น การที่แฟนหนุ่มขอมิเพศสัมพันธ์ด้วย หรือการที่แฟนสาวขอให้แฟนหนุ่มซื้อโทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ๆ ให้ ล้วนแต่เป็นสถานการณ์ที่ให้นักศึกษาได้แสดงความคิดเห็นร่วมกันเกี่ยวกับทักษะการปฏิเสธการต่อรองเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม ในชีวิตประจำวันของบุคคลทุกคนจะต้องมีการเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ต่างๆ อาจจะมีทั้งภาวะกดดัน แรงอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อน ล้วนส่งผลให้มีพฤติกรรมคิดหรือตัดสินใจกระทำตามกันดังงานวิจัยของ วราภรณ์ จันทรดำ (2555) ได้ศึกษาเรื่อง การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ของนิสิตนักศึกษาและการป้องกัน ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ก่อให้เกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์คือการมีเพศสัมพันธ์ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์และการถูกล่อลวงข่มขืน เพราะขาดทักษะการปฏิเสธ

ต่อรอง เมื่อเข้าสู่การตั้งครรรจ์จึงเลือกแก้ปัญหาโดยการทำแท้ง เนื่องจากการเข้าถึงสถานที่ทำแท้งได้ง่าย แนวทางในการป้องกันการตั้งครรรจ์ไม่พึงประสงค์ คือ การป้องกันไม่ให้เกิดการตั้งครรรจ์โดยการเรียนรู้เรื่องเพศ การปลูกฝังค่านิยมและความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่เท่าเทียมและเท่าทันกับสังคมปัจจุบัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปรียาลักษณ์ สาทรานนท์ (2554) ได้ศึกษาเรื่อง ชายเป็นใหญ่กับประสบการณ์การตั้งครรรจ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นหญิง: แนวคิดสตรีนิยม ผลการศึกษาพบว่า ประสบการณ์การตั้งครรรจ์ไม่พร้อม และกระบวนการตัดสินใจของวัยรุ่นหญิงที่ตั้งครรรจ์ ความสัมพันธ์ของอำนาจชาย ชายเป็นใหญ่ที่มีอิทธิพลต่อโครงสร้างชีวิตของผู้หญิงที่เข้าไปควบคุมชีวิตของผู้หญิง ดังนั้นวัยรุ่นจึงตกอยู่ในภาวะลำบากของการตัดสินใจเกี่ยวกับการตั้งครรรจ์ของตนเอง ถ้าคิดจะยุติการตั้งครรรจ์จะต้องเสี่ยงกับอันตราย ความเจ็บปวด และการถูกลงโทษ หากคิดจะดำรงครรรจ์ต่อก็ต้องเผชิญกับการตำหนิตีเดียจากสังคมและการถูกกีดกันออกจากการดำเนินชีวิตแบบปกติ การถูกลงโทษทางสังคม เช่น ต้องออกจากโรงเรียน หรือสูญเสียสถานภาพทางสังคม ข้อเสนอแนะคือการสร้างค่านิยมของวัยรุ่นหญิงที่เป็นการเสริมแรงให้ผู้หญิงมีอำนาจในตนเอง มีการตัดสินใจที่ถูกต้องและเหมาะสมกับชีวิตที่จะดำเนินต่อไปของตนเอง โดยปราศจากแรงกดดันจากสังคม จะพบว่าในการศึกษาวิจัยนี้ได้สร้างกระบวนการทักษะชีวิตการปฏิเสธต่อรอง เป็นการใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์ ไตรตรอง นำไปสู่การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล และเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ก็สามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

4. ผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิต 2 สัปดาห์

สามารถสรุปผลการติดตามพฤติกรรมนักศึกษาหลังสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิต 2 สัปดาห์จากนักศึกษา ผู้ปกครอง และอาจารย์ที่ปรึกษาซึ่งได้แสดงความเห็นถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักศึกษา เมื่อสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรรจ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษา ระดับอุดมศึกษาว่ามีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น นักศึกษาทุกคนสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการอบรมไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันและทำให้นักศึกษากลุ่มเสี่ยงได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดีขึ้น เกิดความตระหนักเห็นคุณค่าและความสำคัญในตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการปฏิเสธต่อรองที่ดีขึ้น รู้จักคิดวิเคราะห์ ซึ่งจะพบว่กิจกรรมต่างๆ ที่นักศึกษาได้แสดงออกกล้าเสนอความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล มีการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและคนส่วนใหญ่ในฐานะที่เป็นผู้นำและผู้ตามได้ ตลอดจนการมีทักษะในการปฏิเสธหากมีเพื่อนหรือคนอื่นมาชักชวนไปในทางที่ไม่เหมาะสม สิ่งต่างๆ เหล่านี้ล้วนสะท้อนถึงพฤติกรรมทางเพศในทางที่เหมาะสม นักศึกษามีความตั้งใจสนใจในการเรียนเพิ่มมากขึ้น และแสดงภาวะของความเป็นผู้นำและผู้ตามได้อย่างเหมาะสม การฝึกให้นักศึกษาเห็นคุณค่าและมีทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรรจ์ไม่พร้อมสำหรับนักศึกษาถือได้ว่าเป็นการป้องกันมากกว่าการแก้ไขปัญหา เพราะการป้องกันเป็นการปลูกฝังจิตสำนึกและให้นักศึกษามุ่งอนาคตคิดการณ์ไกล ไม่ฝักใฝ่หรือคิดในทางที่เหมาะสม ที่อาจจะนำไปสู่ปัญหาในอนาคตดังที่พบจากสถิติและอัตราการตั้งครรรจ์ในวัยรุ่นของสังคมไทยนั้นสูงมาก เยาวชนวัยรุ่นเริ่มมีเพศสัมพันธ์กันเร็วขึ้น และเป็นการมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน จึงนำไปสู่ปัญหาอื่นๆ ตามที่ปรากฏตามหน้าหนังสือพิมพ์หรือข่าวโทรทัศน์อยู่เสมอ บางรายถึงขั้นคิดฆ่าตัวตายเพราะตั้งครรรจ์ในวัยเรียน หรือบางคนก็เอาลูกที่คลอดไปทิ้งตามถังขยะหรือข้างทางเป็นปัญหาสังคมต่อไป ดังนั้นการอบรมนี้ช่วยทำให้

นักศึกษาสามารถคิดวิเคราะห์ และแยกแยะได้ว่าสิ่งไหนที่ควรกระทำ สิ่งไหนไม่ควรกระทำ จะเห็นได้ว่า นักศึกษาที่เข้ารับการอบรมมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ดีขึ้น มีความรับผิดชอบ มีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม สามารถเป็นผู้นำและผู้ตามได้ตามโอกาสอันควร และเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้นสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภาพร นกเจริญ (2551) ที่ได้ศึกษาเรื่อง การใช้กลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการเผชิญกับอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง จังหวัดชลบุรี ผลการศึกษาพบว่า จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เยาวชนมีทักษะชีวิตทั้งหมด 9 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ ความพอใจในชีวิต การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจและแก้ปัญหา สัมพันธภาพ ความภูมิใจในตนเอง ความพอใจในชีวิต และด้านความสงบสุขทางใจ และกิจกรรมกลุ่มยังพัฒนาให้เด็กและเยาวชนเกิดการเรียนรู้ ความเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ ส่งผลให้เยาวชนใช้สติในการแก้ปัญหาเป็น ดังนั้นสะท้อนให้เห็นถึงพฤติกรรม การเปลี่ยนแปลงของนักศึกษา เมื่อสิ้นสุดการอบรมทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของ นักศึกษาระดับอุดมศึกษาดีขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากผลการวิจัยการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมสำหรับ นักศึกษาระดับอุดมศึกษา เพื่อให้มีประโยชน์สำหรับหน่วยงานและผู้ที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้สรุป ข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. มหาวิทยาลัยควรจัดให้มีการดำเนินการใช้ทักษะชีวิตในการสอดแทรกการเรียนการสอน ครอบคลุมกับนักศึกษาทุกคน รวมทั้งอาจจะมีการปรับสภาพรายวิชาในการเรียนการสอนให้นักศึกษา ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา เพื่อเป็นการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับนักศึกษาในการป้องกัน และดูแลรับผิดชอบตนเอง

2. สื่อประเภทอินเทอร์เน็ต ซึ่งเป็นแหล่งเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาของนักศึกษาส่วนใหญ่ เข้าไปสืบค้น และหาคำตอบ (ข้อมูลจากแบบสอบถามถึงนักศึกษาได้รับข้อมูลหรือศูนย์ปรึกษาป้องกันการ ตั้งครรภ์ไม่พร้อมจากแหล่งใดมากที่สุด รองลงมาคือ อาจารย์) ดังนั้นหน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องควร ให้ความสำคัญกับแหล่งเรียนรู้ประเภทอินเทอร์เน็ตเพิ่มมากขึ้น ตลอดจนอาจารย์ผู้สอนก็ควรให้ข้อมูล ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษาให้กับนักศึกษาเพิ่มมากขึ้น

3. เมื่อสอบถามเรื่องการขอรับคำปรึกษาคนแรกที่นักศึกษาจะเลือกปรึกษาคือ เพื่อน ดังนั้นเพื่อนจึงมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของนักศึกษาทั้งการกระทำที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม ดังนั้น ในสถาบันการศึกษาควรเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้มีช่องทางสำหรับการปรึกษาเรื่องเพศศึกษาเพิ่มมากขึ้น เพื่อให้ศึกษามีช่องทางหรือทางเลือกในการขอรับคำปรึกษาต่างๆ จากแหล่งข้อมูลที่มีความเหมาะสม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาวิจัยทักษะชีวิตด้านอื่นๆ ของนักศึกษาในการพัฒนาคุณลักษณะของเยาวชนที่พึงประสงค์ในศตวรรษที่ 21 เช่น ทักษะการสื่อสารและเทคโนโลยี ทักษะการทำงานเป็นทีม ทักษะการเผชิญต่อแรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน เป็นต้น



ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี