

บทความ

ครูไทยกับการสอนเพศศึกษา

Thai Teachers and Sex Education

พิมพ์รัตน์ ธรรมรักษา*

บทนำ

ในปัจจุบันสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นไทยมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น จากข้อมูลการสำรวจจำนวนการเกิดมีชีพจำแนกตามกลุ่มอายุมารดาในประเทศไทยระหว่างปี พ.ศ. 2549 - 2550 พบว่า ในปี พ.ศ. 2550 มีจำนวนการเกิดมีชีพในมารดาอายุระหว่าง 15 - 19 ปี จำนวน 116,086 คน คิดเป็น 5,045.5 ต่อประชากรแสนคน ซึ่งเพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2549 ที่พบจำนวน 112,509 คน หรือคิดเป็น 4,950.3 ต่อประชากรแสนคน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2551) ในช่วงปี พ.ศ. 2551-2552 เด็กระดับอาชีวศึกษาและอุดมศึกษายอมรับว่ามีเพศสัมพันธ์แล้วถึงร้อยละ 37 และยังพบว่าวัยรุ่นหญิงอายุต่ำกว่า 19 ปี มาทำคลอด 69,387 รายหรือเฉลี่ยวันละ 190 ราย (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2553) ซึ่งนับเป็นปัญหาที่สำคัญระดับประเทศ เพราะหากไม่ได้รับการแก้ไข จะส่งผลให้เกิดปัญหาต่างๆตามมาอีกมากมาย อาทิเช่น โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การทำแท้ง

และทารกถูกทอดทิ้ง เป็นต้น แต่หลายคนยังคงมีคำถามเกิดขึ้นในใจอยู่เสมอว่า พ่อแม่หรือครูที่โรงเรียนที่ควรเป็นผู้รับผิดชอบในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นรวมทั้งหน้าที่สอนเพศศึกษาให้กับวัยรุ่นนั้นควรเป็นหน้าที่ของใคร จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่าวัยรุ่นในปัจจุบันมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเพิ่มขึ้น

สำหรับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น เริ่มตั้งแต่การจับมือ สัมผัสและเนื้อต้องตัว กอด จูบ และมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกันการตั้งครรภ์ ซึ่งปัจจัยสำคัญที่นำมาสู่พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น คือ การใช้สารเสพติด การพุดจาทะเลโลม สัมพันธภาพกับครอบครัว พฤติกรรมทางเพศของกลุ่มเพื่อน เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส รวมทั้งความรู้เรื่องเพศและการคุมกำเนิด (ปรีชา แจ่มวิถึเลิศ และสมสุข โสภานินิตย์, 2544; วราพร บุญยะธาน, 2550; ประไพวรรณ ด่านประดิษฐ์ และอุดมพร ยิ่งไพบูลย์สุข,

* อาจารย์วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ

ปัญหาดังกล่าวสามารถลดลงได้ หากได้รับการแก้ไขด้วยวิธีการที่เหมาะสม เริ่มตั้งแต่การสร้างความตระหนักในการป้องกันความเสี่ยง โดยให้เด็กรับรู้ถึงผลกระทบที่จะเกิดจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การสร้างทักษะในการควบคุมตนเอง ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และการสร้างสัมพันธภาพ รวมทั้งการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาที่จำเป็น อย่างถูกต้องและเหมาะสม ดังนั้นบทความนี้ ผู้เขียนขอเสนอสาระสำคัญเกี่ยวกับหลักการสอนเพศศึกษาที่มีความเหมาะสมกับบริบท และตรงตามความต้องการของวัยรุ่น โดยกล่าวถึงความหมาย พัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นตอนต้น ความหมายของเพศศึกษา คุณสมบัติของครูผู้สอนเพศศึกษาในโรงเรียน ข้อปฏิบัติเพื่อช่วยส่งเสริมความมั่นใจให้แก่ครูในการสอนเพศศึกษา และแนวทางการสอนเพศศึกษาให้กับนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น เพื่อให้ครูผู้สอนสามารถสอนเพศศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่น (Adolescent) เป็นช่วงชีวิตที่อยู่ตรงกลางระหว่างวัยที่เป็นเด็กกับวัยที่แสดงความเป็นผู้ใหญ่ ยังไม่มีการกำหนดช่วงอายุในแต่ละวัยที่แน่นอน ซึ่งตามปกติผู้ที่มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 13 - 20 ปี มักจะถูกนับว่าเป็นวัยรุ่น แต่ทั้งนี้ยังไม่มีมีการกำหนดแน่นอน เพราะเด็กบางคนอายุเพียง 17 - 18 ปี แต่มีวุฒิ

ภาวะมากพอที่จะพ้นจากสภาพความเป็นวัยรุ่นได้ (สุชา จันทรโธม, 2542)

คำว่า "วัยรุ่น" มีความหมายตรงกับคำในภาษาละตินว่า "adolescere" มีความหมายว่า เจริญเติบโตไปสู่สภาวะ ซึ่งวัยรุ่นนับเป็นช่วงวัยที่ต้องมีการปรับตัวหรือจะเรียกว่าเป็นช่วงวิกฤติของชีวิตก็ได้ เพราะเป็นช่วงวัยที่กำลังจะเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ รวมทั้งเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งทางร่างกาย และจิตใจ เช่น การเจริญเติบโตของร่างกายและอวัยวะสืบพันธุ์ เป็นต้น

ในปัจจุบันมีการแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่นไว้อย่างหลากหลาย เพราะเป็นวัยที่ขึ้นอยู่กับการพัฒนาการและการเจริญเติบโต ดังนั้น สุชา จันทรโธม (2542) ได้แบ่งช่วงอายุของวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น (early adolescence) ตั้งแต่อายุ 13 - 15 ปี วัยรุ่นตอนกลาง (middle adolescence) ตั้งแต่อายุ 15 - 18 ปี วัยรุ่นตอนปลาย (late adolescence) ตั้งแต่อายุ 18 - 21 ปี ซึ่งสอดคล้องกับองค์การอนามัยโลก (WHO, 2004 อ้างในกรมสุขภาพจิต, 2547) ซึ่งแบ่งกลุ่มวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น อายุระหว่าง 10-15 ปี วัยรุ่นตอนกลาง อายุระหว่าง 16-19 ปี วัยรุ่นตอนปลาย อายุระหว่าง 20-24 ปี และอาภาพร เมาวัฒนา (2552) ได้สรุปพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่นไว้ 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น โดยเพศหญิงอายุระหว่าง 10 -12 ปี และเพศชายอายุระหว่าง 13 - 14 ปี วัยรุ่น

ตอนกลาง อายุตั้งแต่ 14 ปี ถึงอายุ 15 -17 ปี และวัยรุ่นตอนปลาย อายุระหว่าง 18 – 20 ปี

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าช่วงอายุของวัยรุ่นมีหลายช่วงวัย ทั้งวัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย ซึ่งวัยรุ่นแต่ละช่วงวัยมีพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกัน จำเป็นอย่างยิ่งที่ครูควรมีความรู้ความเข้าใจ เพื่อจะได้พิจารณาเลือกเนื้อหาเพศศึกษาที่จะสอนหรือให้คำแนะนำกับวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสมกับช่วงวัย สำหรับการจัดการเรียนการสอนเพศศึกษานั้น ควรเริ่มตั้งแต่เมื่อเด็กก้าวเข้าสู่วัยรุ่น นับเป็นการป้องกันก่อนที่จะเกิดปัญหาต่างๆตามมา หรืออาจพูดอีกนัยหนึ่งว่าไม่รอให้วัวหายแล้วมาล้อมคอก ด้วยเหตุนี้บทความฉบับนี้ผู้เขียนจึงเน้นไปที่พัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงในช่วงวัยรุ่นตอนต้น

พัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นตอนต้น

การศึกษาพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงของเด็กวัยรุ่นนับเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับครูและผู้ปกครอง เพื่อจะได้ทราบถึงพัฒนาการด้านต่างๆที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น ซึ่งส่วนใหญ่พัฒนาการของวัยรุ่นที่สำคัญมี 5 ด้าน คือ พัฒนาการทางด้านสรีรวิทยา พัฒนาการทางร่างกายและกายวิภาค พัฒนาการทางสติปัญญา พัฒนาการทางอารมณ์ และพัฒนาการทาง

สังคม (สุชา จันทร์เอม, 2542) โดยมีรายละเอียดแบ่งตามพัฒนาการด้านต่างๆ ดังนี้

1. พัฒนาการทางด้านสรีรวิทยา

พัฒนาการด้านนี้เกี่ยวกับระบบประสาท สมอง ระบบการหายใจ หัวใจ ระบบหมุนเวียนของเลือด กล้ามเนื้อ ระบบย่อยอาหาร และการทำงานของต่อมไร้ท่อต่างๆ ซึ่งจะมีพัฒนาการไปตามระยะการเจริญเติบโตของวัยรุ่น สำหรับส่วนที่สำคัญสำหรับเด็กวัยนี้คือ ต่อมเพศ เนื่องจากเมื่อเด็กก้าวเข้าสู่วัยรุ่น อวัยวะเพศจะเริ่มผลิตเซลล์สืบพันธุ์ทั้งในเพศชายและเพศหญิง โดยในเพศชายอวัยวะเพศจะเริ่มผลิตอสุจิ ส่วนเพศหญิงอวัยวะเพศจะเริ่มผลิตไข่ รวมทั้งฮอร์โมนที่ผลิตจากต่อมเพศจะทำให้เกิดการแสดงลักษณะเพศชายและเพศหญิง เช่น ในเด็กชายเสียงจะเริ่มแตก มีหนวดเป็นต้น และในเด็กหญิงจะเริ่มมีประจำเดือน มีหน้าอก เป็นต้น (สุชา จันทร์เอม, 2542)

2. พัฒนาการทางด้านร่างกายและกายวิภาค

วัยรุ่นตอนต้นจะมีพัฒนาการทางร่างกายอย่างรวดเร็วมาก ซึ่งในระยะนี้นับว่าเป็นช่วงที่สำคัญมาก เพราะเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อ เนื่องจากมีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กเข้าสู่ผู้ใหญ่ อาจเรียกวัยรุ่นในระยะนี้ว่าวัยรุ่นหนุ่มสาว

ลักษณะทั่วไปของวัยรุ่นหนุ่มสาว (สุชา จันทร์เอม, 2542) คือ

1. เด็กอายุประมาณ 13 – 15 ปี เริ่มมีวุฒิภาวะทางเพศแล้ว โดยในเด็กชายจะ

มีการหลั่งอสุจิในช่่วงเวลาหลับ อวัยวะเพศมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว สามารถผลิตอสุจิได้ ซึ่งนั่นก็แสดงให้เห็นว่า เด็กชายพร้อมที่จะสืบพันธุ์และเป็นพ่อคนได้ และในเด็กหญิงจะพบว่ารังไข่มีการเจริญเติบโตเต็มที่ สามารถผลิตไข่ออกมาได้ ซึ่งไข่ที่สุกแล้วแต่ไม่ได้รับการผสมจะถูกขับออกจากร่างกายในรูปของประจำเดือน ทำให้เด็กหญิงมีประจำเดือนเป็นครั้งแรก โดยมีระยะเวลาหมุนเวียนของรอบการมีประจำเดือนอยู่ในช่วงระหว่าง 28 - 30 วัน และในแต่ละรอบจะมีประมาณ 3 - 5 วัน

2. เด็กวัยรุ่นจะเริ่มมีขนขึ้นตามบริเวณต่างๆ ในร่างกาย เช่น อวัยวะเพศ รักแร้ เป็นต้น สำหรับในเด็กชายจะเริ่มมีหนวดเคราขึ้น ซึ่งจะทาให้เด็กเกิดความวุ่นวายใจ และให้ความสนใจกับหนวดเครานั้นเสมอ

3. เด็กจะมีการเปลี่ยนแปลงสัดส่วนรูปร่างของร่างกายจากเด็กมาเป็นรูปร่างของผู้ใหญ่ ซึ่งในเด็กผู้หญิงต่อมไร้ท่อจะมีการผลิตฮอร์โมนเพศออกมามากขึ้น ทำให้เด็กหญิงมีขนาดทรวงอกขยายใหญ่ขึ้น และตะโพกผายออก เป็นต้น

4. ในเด็กผู้ชายน้ำเสียงจะเริ่มแตกและห้าวขึ้น ซึ่งเด็กจะเริ่มบังคับเสียงได้หลังจากเข้าสู่วัยรุ่นประมาณ 1 - 2 ปี และเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายจะไม่มีการเปลี่ยนแปลงของเสียงอีก เสียงของเด็กจะเริ่มทุ้มและนุ่มนวลขึ้น

การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่กล่าวมาข้างต้นไม่สามารถกำหนดหรือระบุได้ว่าลักษณะใดจะเกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นก่อนหลัง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงบางลักษณะอาจส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็กได้ เช่น ในเด็กชายที่มีเสียงแตกมักจะเงียบ ไม่ค่อยกล้าพูดกับคนรอบข้างโดยเฉพาะเพศตรงข้าม ส่วนในเด็กหญิงเมื่อสังเกตเห็นรูปร่างของตนเองเปลี่ยนแปลงไป และเริ่มมีทรวงอก ก็มักจะอาย กลัวถูกเพื่อนล้อ จึงชอบใส่เสื้อผ้าตัวใหญ่ เพื่อปกปิดไม่ให้เพื่อนเห็น

3. พัฒนาการทางด้านสติปัญญา

เมื่อเด็กก้าวเข้าสู่วัยรุ่นแล้วมีการรู้จักคิดพิจารณาสิ่งต่างๆ อย่างมีเหตุผล สามารถสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกับบุคคลอื่นได้ รวมทั้งรู้จักสังเกตว่าคนอื่นมีความคิดความรู้สึกต่อตนเองอย่างไร ซึ่งวัยรุ่นจะพยายามปรับบุคลิกภาพของตนเองให้เป็นที่ยอมรับของสังคม โดยการเอาแบบอย่างจากบุคคลหรือสื่อต่างๆ ที่ตนเองเห็นว่าดี อาจจะเป็นพ่อแม่ เพื่อน ภาพยนตร์ เป็นต้น พัฒนาการทางด้านสติปัญญาจะมีพัฒนาการอย่างรวดเร็วมากในช่วงวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งจะพัฒนาถึงขีดสุดเมื่ออายุประมาณ 16 ปี และจะค่อยๆ เริ่มลดลงหลังอายุ 19 - 20 ปี (สุชา จันทรโธม, 2542)

4. พัฒนาการทางด้านอารมณ์

วัยรุ่นจะมีอารมณ์รุนแรง เรียกว่าช่วงวัยนี้ว่าเป็นวัย "พายุบุแคม" ซึ่งหมายถึงอารมณ์ที่รุนแรง วัยรุ่นจะเกิดอารมณ์รุนแรงได้

ง่ายจากการดูแล ความคิดที่วุ่นของอารมณ์
วัยรุ่นอาจเป็นสิ่งที่ทำให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรม
ที่ไม่เหมาะสมออกมาได้ โดยอารมณ์ของ
วัยรุ่นมีหลายประเภททั้งประเภทก้าวร้าว
รุนแรง ประเภทเก็บกดเอาไว้ และอารมณ์สนุก
(สุชา จันทร์โสม, 2542)

5. พัฒนาการทางด้านสังคม

วัยรุ่นนอกจากจะมีการเปลี่ยนแปลง
ทางด้านร่างกายและจิตใจแล้ว ยังพบว่าเด็ก
วัยรุ่นต้องการความเป็นอิสระ ความเป็นตัว
ของตัวเอง ต้องการความเป็นส่วนตัว รวมทั้ง
ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อนและสังคม โดย
สังเกตได้จากการแต่งตัวที่มีความพิถีพิถัน เอา
ใจใส่ในกิริยาของตนเอง ซึ่งมักจะมีการ
รวมกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกัน เรียกว่า “แก๊งค์”
และต่อมาจะเริ่มสร้างความสัมพันธ์กับเพศ
ตรงข้าม (สุชา จันทร์โสม, 2542)

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นจะเห็น
ได้ว่า วัยรุ่นตอนต้นมีพัฒนาการและการ
เปลี่ยนแปลงต่างๆ หลายด้าน ทำให้วัยรุ่นต้อง
มีการปรับตัวอย่างมาก ซึ่งครูผู้สอนเพศศึกษา
ควรมีความรู้ความเข้าใจถึงช่วงอายุ พัฒนาการ
และการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นในแต่ละช่วงวัย
เพื่อนำมาช่วยพิจารณาเลือกเนื้อหาหรือ
ประเด็นที่เหมาะสมในการนำมาสอนเพศศึกษา
ให้กับนักเรียน ซึ่งนักเรียนวัยรุ่นอาจมีความ
ต้องการการเรียนรู้เพศศึกษาในเนื้อหาสาระที่
แตกต่างกัน โดยเนื้อหาสาระที่เหมาะสมใน
การสอนเพศศึกษาให้กับนักเรียนวัยรุ่น
ตอนต้น เช่น พัฒนาการและการเปลี่ยนแปลง

ด้านต่างๆ ทักษะการสื่อสารเรื่องเพศ สุขอนามัย
ทางเพศ การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง และ
การจินตนาการทางเพศ เป็นต้น

ความหมายของเพศศึกษา

เพศศึกษา (Sex education) หมายถึง
กระบวนการทางการศึกษาที่จะช่วยให้บุคคลมี
ประสบการณ์เรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศในทุกๆ
ด้าน ตั้งแต่การเจริญเติบโต โครงสร้าง และ
หน้าที่ของระบบสืบพันธุ์ พัฒนาการที่
เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศทั้งทางร่างกาย จิตใจ
อารมณ์ สังคม บุคลิกภาพ พฤติกรรมระหว่าง
เพศ และมนุษยสัมพันธ์อันดีงาม อันจะทำให้
บุคคลเกิดความรู้ ความเข้าใจ ทักษะคิด และ
การปฏิบัติตนเกี่ยวกับเรื่องเพศอย่างถูกต้อง
และเหมาะสมในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะส่งผลทำ
ให้เกิดความเป็นระเบียบในชีวิตครอบครัวและ
สังคม (จันทร์วิภา ดิลกสัมพันธ์, 2543)

จากการทบทวนงานวิจัยเกี่ยวกับแหล่ง
ความรู้เรื่องเพศศึกษาที่วัยรุ่นได้รับ พบว่า
แหล่งความรู้เรื่องเพศศึกษาที่วัยรุ่นได้รับมาก
ที่สุด คือ ครู (รุจิรา แมตสสถาน, 2546; สาวิตรี
ดุ่มมี, 2551) แสดงให้เห็นว่าครูเป็นแหล่งข้อมูล
เรื่องเพศที่สำคัญ แต่ถึงอย่างไรก็ตามไม่ใช่ครู
เพียงบุคคลกลุ่มเดียวเท่านั้น ที่มีบทบาท
หน้าที่ในการสอนเพศศึกษาให้กับวัยรุ่น ซึ่ง
บิดามารดาหรือบุคคลอื่นในครอบครัวควรมี
ส่วนร่วมในการปลูกฝัง ชี้แนะ และให้ความรู้
เรื่องเพศกับวัยรุ่นด้วยเช่นกัน แต่เนื่องจากการ
ทบทวนวรรณกรรมแล้วพบว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่

ได้รับความรู้เพศศึกษาจากครูมากที่สุด ผู้เขียนจึงขอเน้นไปที่การสอนเพศศึกษาของครูในโรงเรียน โดยสิ่งสำคัญอันดับแรกที่ควรทราบถึง คือ คุณสมบัติของครูผู้สอนเพศศึกษาในโรงเรียน

คุณสมบัติของครูผู้สอนเพศศึกษาในโรงเรียน

ครูผู้สอนเพศศึกษาในโรงเรียนควรมีคุณลักษณะที่สำคัญ (มยุรี ภูงามทอง, 2534) ดังต่อไปนี้

1. ผู้สอนเป็นครูในโรงเรียน ซึ่งการสอนเพศศึกษานั้นครูทุกคนควรมีส่วนร่วม และควรมีทั้งครูเพศหญิงและเพศชาย
2. ครูที่แต่งงานมีครอบครัวแล้ว อาจสอนเพศศึกษาได้ดีกว่าครูที่เป็นโสด แต่สิ่งสำคัญที่ครูพึงมีในการสอนเพศศึกษา คือ บุคลิกภาพที่ดีของผู้สอน
3. ครูในโรงเรียนควรเป็นผู้รับผิดชอบสอนเพศศึกษา เพราะว่าครูเป็นผู้ใกล้ชิดและเข้าใจผู้เรียน สามารถสอนได้ดีกว่าคนอื่นภายนอก
4. ครูควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นด้วย
5. ครูผู้สอนเพศศึกษาจะต้องใจกว้าง
6. ครูผู้สอนเพศศึกษาจะต้องมีความมั่นใจในการสอน ซึ่งความมั่นใจนี้จะก่อให้เกิดการมีบุคลิกภาพการสอนที่ดีของครูตามมาได้

รวมทั้งจะส่งผลให้การเรียนการสอนเพศศึกษามีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าครูผู้สอนเพศศึกษาควรมีการศึกษาวัตถุประสงค์และจุดมุ่งหมายของการสอน เตรียมเนื้อหาที่จะสอนให้มีความเข้าใจเป็นอย่างดี สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในขณะทำการเรียนการสอนได้ อันจะส่งผลให้การสอนเพศศึกษามีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น นอกจากการเตรียมตัวในด้านความรู้เพศศึกษาที่จะทำการสอนแล้ว การสอนเพศศึกษาอาจยังไม่เกิดขึ้นได้ หากครูผู้สอนมีเจตคติที่ไม่ดีต่อการสอนเพศศึกษามองการสอนเพศศึกษาเป็นการชี้โพรงให้กระรอก ดังคำกล่าวของจินตนา เวชมี (2551) ที่ว่า “สิ่งสำคัญมากที่สุดอยู่ที่ตัวผู้สอนว่ามองเห็นประโยชน์หรือไม่ ให้ความสำคัญกับกระบวนการแก้ไขปัญหายุ้ยร้อนมากน้อยเพียงใด และมองเห็นบทบาทตนเองในฐานะผู้ให้บริการ สิ่งที่สังคมต้องการอย่างไรบ้าง” สอดคล้องกับคำกล่าวของเพชรน้อย สิงห์ช่างชัย (2551) ที่ถ่ายทอดจากประสบการณ์การทำงานว่า “อุปสรรคของการสอนเพศศึกษา คือ ทศนะเรื่องเพศของคนบางคนที่ยังไม่หลุดจากกรอบเดิม และการให้ความสำคัญกับสาระวิชานี้ไม่เหมือนกับสาระวิชาพวกฟิสิกส์ เคมี ชีววิทยา ทั้งที่เรื่องเพศศึกษาจะเป็นสาระวิชาที่ติดตัวเขาไปทั้งชีวิต”

จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่าเจตคติของครูที่มีต่อการสอนเพศศึกษาเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ครูมีการสอนเพศศึกษากับนักเรียน

หากครูมองเห็นประโยชน์และความสำคัญของการสอนเพศศึกษา จะทำให้ครูมีพฤติกรรมการสอนเพศศึกษาตามมา ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยเรื่องโปรแกรมพัฒนาทักษะครูในการสอนเพศศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา (พิมพ์รัตน์ ธรรมรักษา, 2553) ที่พบว่า เมื่อครูได้รับการปรับเปลี่ยนเจตคติต่อการสอนเพศศึกษาไปในทางบวก มองเห็นความสำคัญและประโยชน์ของการสอนเพศศึกษา มีความสะดวกใจในการสอนเพศศึกษา ไม่เขินอายขณะสอน และมีการพัฒนาการรับรู้สมรรถนะแห่งตนหรือความมั่นใจในการสอนเพศศึกษา ทำให้ครูมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการสอนเพศศึกษามากขึ้น ครูสามารถสอนเพศศึกษาได้อย่างมั่นใจ อันจะนำมาสู่การพัฒนาทักษะในการสอนเพศศึกษา ส่งผลให้ครูมีความถี่ของการสอนเพศศึกษากับนักเรียนมากขึ้น

ในปัจจุบันจะพบว่าครูส่วนใหญ่ไม่กล้าสอนเรื่องเพศศึกษา เพราะครูคิดว่าเป็นการชี้แนะให้เด็กไปมีเพศสัมพันธ์ รวมทั้งมีความเขินอายเมื่อต้องสอนเรื่องเพศศึกษา (อรไท พิพิธพัฒน์ไพสิฐ และคณะ, 2550) และจากการสรุปผลการศึกษาโครงการก้าวอย่างอง่างเข้าใจเกี่ยวกับครูผู้เข้ารับการอบรมการเรียนการสอนเพศศึกษา (วีณา เทียงธรรม และคณะ, 2548) พบว่า ครูส่วนใหญ่ไม่เคยมีประสบการณ์สอนในเรื่องเพศศึกษา ปัญหาที่พบในการสอน พบว่า ขาดทักษะในการสอน เพราะฉะนั้นการสอนเพศศึกษาจะมี

ประสิทธิภาพได้คงไม่อยู่ที่เพียงการมีความรู้เรื่องเพศศึกษาและการมีเจตคติที่ดีต่อการสอนเพศศึกษาของครูผู้สอนเท่านั้น แต่มีสิ่งสำคัญอีกสิ่งที่คุณผู้สอนพึงมี คือ ความมั่นใจในการสอนเพศศึกษาของครู

ข้อควรปฏิบัติเพื่อช่วยสร้างเสริมความมั่นใจให้แก่ครูในการสอนเพศศึกษา

วิธีการในการสร้างความมั่นใจให้แก่ครูในการสอนเพศศึกษา (มยุรี ภูงามทอง, 2534) มีดังนี้

1. ครูสอนเพศศึกษาควรควบคุมอารมณ์ได้ดี ใจเย็น มีสุขภาพจิตที่ดี เพราะในการเรียนการสอนเพศศึกษาที่มีลักษณะของการอภิปรายโต้แย้ง นักเรียนอาจต้องการอภิปรายอย่างอิสระ

2. ครูสอนเพศศึกษาต้องรู้จักเนื้อหาและวิธีการสอน ซึ่งจะทำให้ครูสามารถแก้ปัญหาในการเรียนการสอนได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

3. ครูสอนเพศศึกษาต้องรู้จักเลือกบทเรียนให้สอดคล้องกับความต้องการของเด็ก โดยยึดหลักการ ดังนี้

- สอนจากเรื่องง่ายไปหาเรื่องยาก
- สอนจากเรื่องใกล้ตัวไปเรื่องไกลตัว
- สอนจากเรื่องที่เป็นเชิงนามธรรม

ไปรูปธรรม

- สอนจากเรื่องที่เกี่ยวข้องกับ

ประสบการณ์เดิมไปสู่ประสบการณ์ใหม่

- สอนจากเรื่องที่ได้กัรบผิฉชอบ
น้อยไปสู่อุเรื่องที่ได้กัรบผิฉชอบมาก

4. ครูเพศศึศษาต้องรู้จัศสภาพและ
ภูมิหลังของเด็กนักเรียนเป็นอย่งดี เป็นกันเอง
กับนักเรียน จะช่วยให้อังเกตเห็นการ
เปลี่ยแปลงพฤติกรรมของนักเรียน

5. ครูควรมีบุคคิภภาพที่ดี มั่นคง
เป็ดเผย และเฉียบขาด จะช่วยให้อุครูควบคุม
ชั้นเรียน ได้ดี

6. ครูควรมีความสามารถใช้ภาษาเด็ก
ได้ และใช้ภาษาพูดกับนักเรียนง่ายๆ

7. ครูควรมีความเชือมั่นในคุณค่าของ
วิชาเพศศึศษา และเห็นถึงความสำคัญและ
ประโยชน์ของการสอนเพศศึศษา

จากข้อปฏิบัติดังกล่าวจะเห็นได้ว่า
สิ่งสำคัญของการสอนเพศศึศษายุ่ที่ครูผู้สอน
ซึ่งครูผู้สอนจำเป็นต้องมีหลักการและทักษะใน
การสอน รวมทั้งมีบุคคิภภาพที่ดีในขณะสอน
ไม่เชินอายุ สามารถถ่ายทอดข้อมูลได้อย่าง
มั่นใจ เพื่อให้การเรียนการสอนเพศศึศษามี
ประสิทธิภภาพมากขึ้น การที่ครูได้ปฏิบัติตาม
หลักและวิธีการสอนเพศศึศษาที่เหมาะสม จะ
ช่วยให้อุครูสอนเพศศึศษากับนักเรียนวัยรุ่น
ตอนต้นได้ง่ายและมีความมั่นใจในการสอน
มากยิ่งขึ้น

แนวทางการสอนเพศศึศษาให้กับนักเรียน วัยรุ่นตอนต้น

นักเรียนวัยนี้มีการเปลี่ยแปลงเข้าสู่
วัยรุ่นแล้ว ครูควรรจัดหาเนื้อหาที่เหมาะสมกับ

ช่วงวัยและความต้องการการเรียนรู้ของ
นักเรียน โดยมีแนวทางการสอนเพศศึศษา
(จันทรวิภา ดิลกสัมพันธ์, 2543) ดังนี้

1. ครูควรรให้ความรู้ทางด้านกายวิภาค
และสรีรวิทยา โดยเน้นในเรื่องระบบสืบพันธุ์
เพื่อให้เด็กเกิดความเข้าใจเกี่ยวกับการ
เปลี่ยแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์ต่างๆ เช่น ใน
เด็กหญิง เรื่องการมีประจำเดือน การ
เปลี่ยแปลงขนาดของสะโพก เต้านม ส่วน
เด็กชาย เรื่องการแข็งตัวของอวัยวะเพศ และ
การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง

2. ครูต้องสร้างเจตคติที่ดีในเรื่องเพศ
ให้กับนักเรียน โดยให้นักเรียนมีความรู้สึศว่า
การเปลี่ยแปลงที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องปกติ เช่น
การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองก็คือการบำบัด
ความต้องการทางเพศ และการมีประจำเดือน
ในเด็กหญิงก็ไม่ใช่ความผิดปกติ ซึ่งการทำ
ให้เด็กยอมรับการเปลี่ยแปลงดังกล่าว จะทำ
ให้เด็กมีความภูมิใจในเพศของตนเอง และมี
อารมณ์ที่มั่นคง

3. นอกจากการสอนถึงการ
เปลี่ยแปลงที่เกิดขึ้นต่างๆ ครูต้องสร้าง
ความสำนึศรับผิฉชอบทั้งต่อตนเองและเพศตรงข้าม
เช่น ในเด็กหญิงเมื่อเรียนรู้ศว่าการมีประจำเดือน
คือการเปลี่ยแปลงเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์
สามารถให้กำเนิดบุตรได้ ดังนั้นเด็กหญิงควรร
ดูแลระมัดระวังตนเองไม่ให้มีเพศสัมพันธ์กับ
เพศตรงข้าม หรือกรณีถูกล่วงละเมิดทางเพศก็
ต้องรีบบอกผู้ใหญ่ เพราะอาจเกิดการตั้งครรร
ขึ้นได้ ส่วนในเด็กชายต้องปลูกฝังให้มีความ

รับผิดชอบต่อเพศตรงข้าม ไม่ล่วงละเมิด หรือ หลอกลวงเด็กหญิง และมองว่าเป็นเรื่องสนุกสนาน ซึ่งจำเป็นต้องให้เด็กรับรู้และเข้าใจถึงปัญหาที่เกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน เพราะฉะนั้นในการเรียนการสอนช่วงนี้ครูควรสอดแทรกเรื่องการคุมกำเนิดด้วย เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาที่จะเกิดตามมา เช่น การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

4. ครูต้องแนะนำถึงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เพื่อช่วยให้เด็กมีพฤติกรรมที่ถูกต้องและเหมาะสม ไม่ประพฤติตนออกนอกกลุ่มอกทาง เช่น การเล่นกีฬา การอ่านหนังสือที่ให้ความรู้เรื่องเพศ แต่ไม่ใช่ประเภทลามกอนาจาร ซึ่งจะช่วยให้เด็กไม่ถูกชักจูงไปในทางที่เสื่อมเสีย

โดยสรุปแนวทางที่ช่วยให้ครูสอนเพศศึกษาได้ดีนั้น เริ่มตั้งแต่การค้นหาเนื้อหาความรู้ที่เหมาะสมกับพัฒนาการและความต้องการของวัยรุ่น เช่น ในเรื่องพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงทางด้านต่างๆในวัยรุ่น การวางตัวที่เหมาะสมต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม พฤติกรรมเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ เป็นต้น มีการสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเรียนเพศศึกษา มีการสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้ การใช้สื่อ อุปกรณ์ในการเรียนที่เหมาะสม และมีการประเมินผลการเรียน การสอนที่หลากหลายวิธี รวมทั้งในขณะสอนครูควรมีบุคลิกภาพที่ดี ไม่ควรแสดงความเขินอาย และสามารถตอบคำถามได้อย่างตรงไปตรงมา

บทสรุป

พัฒนาการของวัยรุ่นแบ่งได้เป็น 3 ช่วงวัย คือ วัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย ในวัยรุ่นมีพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งครูผู้สอนจำเป็นต้องมีความรู้และความเข้าใจในพัฒนาการของวัยรุ่น เพื่อจะได้เลือกเนื้อหาเพศศึกษาให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลง และตรงตามความต้องการของวัยรุ่น ซึ่งจากทบทวนวรรณกรรม พบว่า เด็กวัยรุ่นได้รับความรู้เรื่องเพศจากครูมากที่สุด แสดงให้เห็นว่าครูเป็นแหล่งสำคัญในการให้ข้อมูลเรื่องเพศ

การสอนเพศศึกษานั้นสิ่งสำคัญอยู่ที่ครูผู้สอน ซึ่งครูเป็นแหล่งความรู้เรื่องเพศศึกษาที่สำคัญ ดังนั้นครูควรรับรู้ถึงบทบาทของตนเองในการสอนเพศศึกษา โดยเริ่มตั้งแต่การมีความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศศึกษา ทำความเข้าใจกับจุดมุ่งหมายของการสอนเป็นอย่างดี มีเจตคติที่ดีต่อการสอนเพศศึกษา และมีความมั่นใจในการสอนเพศศึกษา จะช่วยให้การเรียนการสอนเพศศึกษามีประสิทธิภาพมากขึ้น

การสอนเพศศึกษาจะมีประสิทธิภาพได้ หากครูปฏิบัติตามแนวทางและวิธีการสอนเพศศึกษาที่เหมาะสม โดยครูพิจารณาเลือกเนื้อหาที่เหมาะสมกับพัฒนาการและช่วงวัยของนักเรียน จากนั้นทำการศึกษาถึงจุดประสงค์และสาระสำคัญของเรื่องนั้นๆ เพื่อให้ครูเกิดความรู้ความเข้าใจ อันนำมาสู่

การมีความมั่นใจขณะทำการสอน สอนโดยใช้ภาษาง่าย ๆ อาจเชื่อมโยงกับสถานการณ์ต่างๆ ในปัจจุบัน รวมทั้งสิ่งสำคัญที่ครูผู้สอนเพศศึกษาจะต้องมีคือ มองเห็นความสำคัญของการสอนเพศศึกษา ไม่คิดว่าเป็นการชี้โพรงให้กระรอก กล่าวโดยสรุปก็คือครูไทยที่จะสอนเพศศึกษาให้มีประสิทธิภาพได้นั้น ควรมีคุณสมบัติ 3 ประการ คือ ความรู้เรื่องเพศศึกษา เจตคติที่ดีต่อการสอนเพศศึกษา และมีความมั่นใจในขณะทำการสอนเพศศึกษา

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2547). *รายงานทบทวนสถานการณ์เรื่องพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น การสร้างเสริมทักษะชีวิตและการให้คำปรึกษา*. ม.ป.ท.
- จันทร์วิภา ดิลกสัมพันธ์. (2543). *เพศศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: ไสภณการพิมพ์.
- จินตนา เวชมี. (2551). ค.คน สร้างคน. ใน องค์การ PATH แห่งประเทศไทย (บรรณาธิการ). *ค. คนก้าวอย่าง* (หน้า 11) กรุงเทพมหานคร: องค์การแพธ.
- ประไพวรรณ ด่านประดิษฐ์ และ อุดมพร ยิ่งไพบูลย์สุข. (2547). *สภาพครอบครัวของสตรีวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์โรงพยาบาลเขตกรุงเทพมหานคร*. *ตาสินเวชสาร*, 22, 60-72.
- ปรีชา แจ่มวิถีเลิศ และสมสุข โสภานันต์. (2544). *ปัจจัยที่มีผลให้หญิงอายุต่ำกว่า 20 ปีตั้งครรรภ์และมีบุตร จังหวัดนครสวรรค์*. รายงานวิจัยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- มยุรี ภูงามทอง (2534). *เพศศึกษาและสุขภาพในครอบครัว*, กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส.พริ้นติ้งเฮาส์.
- พิมพ์รัตน์ ธรรมรักษา (2553). *โปรแกรมพัฒนาทักษะครูในการสอนเพศศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกการพยาบาลสาธารณสุข, บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหิดล*.
- เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย. (2551). *รວวันเพศศึกษาต้องสอบเอ็นทรานซ์*. ใน องค์การ PATH แห่งประเทศไทย (บรรณาธิการ). *ค.คนก้าวอย่าง* (หน้า 11) กรุงเทพมหานคร: องค์การแพธ.
- รุจิรา แมตสสถาน. (2546). *ความรู้และแหล่งความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในสถานศึกษาสังกัดกรมอาชีวศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

- วราพร บุญยะธาน. (2550). *ปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์กับการตั้งครรภ์ของสตรีวัยรุ่นครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์ในโรงพยาบาลสมุทรสาคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกอนามัยครอบครัว, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สาวิตร์ ตุ่มมี. (2551). *ความรู้และแหล่งความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 3 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากาฬสินธุ์เขต 1*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2553). *เผยปี 50 พบ "แม่วัยรุ่นกว่าแสนราย"*. ค้นหามีเมื่อ 29 พฤษภาคม 2552, จาก <http://www.thaihealth.or.th/node/8628>.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. *จำนวนการเกิดมีชีพจำแนกตามกลุ่มอายุมารดา พ.ศ. 2548 – 2550*. (2552). *วารสารสถิติ รายไตรมาส*, 56, 28.
- สุชา จันทร์เอม. (2542). *จิตวิทยาพัฒนาการ*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด.
- อาภาพร เฝ้าวัฒนา. (2552). *การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น: การมีส่วนร่วมของครอบครัว โรงเรียน และชุมชน*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์โนเบิล.