

ประสิทธิผลของกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ เพื่อเสริมสร้าง
พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย จังหวัดนครนายก
The Effectiveness of Media Literacy on Sexual Health Skill Training
Activities to Enhance Safe Sexual Behavior in Late Adolescent
Students in Nakhon Nayok Province

สุนันทา ศรีศิริ^{1*}

Sununta Srisiri^{1*}

(Received: Nov. 24, 2024; Revised: Feb. 13, 2025; Accepted: Feb. 14, 2025)

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและประเมินผลกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายในจังหวัดนครนายก โดยมีขั้นตอนการวิจัย 3 ขั้นตอน ได้แก่ การทบทวนเอกสาร การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ และการประเมินผลกิจกรรมฝึกทักษะ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 5 จำนวน 2 ห้องเรียน ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 38 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 32 คน กลุ่มทดลองได้เรียนกิจกรรมฝึกทักษะ ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบได้เรียนตามหลักสูตรปกติ เครื่องมือที่ใช้ คือ ชุดกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ และแบบสอบถามพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาและการทดสอบด้วย Independent t-test และ Paired sample t-test

ผลการวิจัย พบว่า กิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ ประกอบด้วยกิจกรรม 4 ครั้งๆ ละ 100 นาที สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ได้แก่ ทักษะการเข้าถึงและเข้าใจ ทักษะการวิเคราะห์ ทักษะการประเมิน และทักษะการสร้างสรรค์/สื่อสาร หลังเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยสูงกว่านักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: กิจกรรมฝึกทักษะ การรู้เท่าทันสื่อ พฤติกรรมสุขภาพทางเพศ นักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย

¹ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, องครักษ์, นครนายก, 26120 ประเทศไทย

Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University, Ongkharak, Nakhonnayok, 26120 Thailand

*Corresponding author, e-mail: sununts@m.swu.ac.th

ABSTRACT

This research aimed to develop and evaluate media literacy skill training activities on sexual health to enhance safe sexual behaviour in late adolescents in Nakhon Nayok Province. The study followed three phases: a literature review, expert validation of content, and assessment of training activities. The participants were grade 11 students from two classrooms, selected through multi-stage sampling. They were divided into an experimental group (38 students) and a comparison group (32 students). The experimental group engaged in the training activities, while the comparison group followed the standard curriculum. The research tools included a set of media literacy skill training activities on sexual health, and a safe sexual behavior questionnaire. Data analysis was conducted using descriptive statistics, independent t-tests, and paired sample t-tests.

The findings revealed that the media literacy training activities on sexual health consisted of four sessions, each lasting 100 minutes and conducted once a week. These sessions covered key skills in accessing and understanding information, analysis, evaluation, and creation/communication. After participating in the training, students in the experimental group showed a statistically significant improvement in their safe sexual behavior scores at the .05 level. Additionally, their average scores were significantly higher than those of the comparison group at the .05 level.

Keywords: Skills training activities, Media literacy, Sexual health behaviors, Late adolescent students

บทนำ

ปัจจุบันสังคมไทยเป็นยุคดิจิทัล สื่อสังคมออนไลน์และแพลตฟอร์มออนไลน์ถือเป็นแหล่งข้อมูลสำคัญสำหรับการเข้าถึงข้อมูลและกลายเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตของวัยรุ่น ซึ่งจะใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อตอบสนองความอยากรู้อยากเห็นและทำความเข้าใจเรื่องเพศ แต่น่าเสียดายที่ข้อความในสื่อมักจะเน้นย้ำพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงและความสัมพันธ์ที่ไม่ดีต่อสุขภาพ อาจทำให้เกิดการลอกเลียนแบบพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ตลอดจนการสื่อสารด้านสุขภาพทางเพศอาจประสบปัญหาการรับเอามาตรฐานอุดมคติจากภาพลักษณ์ร่างกายที่ไม่เหมาะสม อาจเกิดความเข้าใจผิดและอาจส่งผลกระทบต่อเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญต่อพฤติกรรมทางเพศ (Mutea et al., 2023) โดยเฉพาะนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายที่มีอายุ 15-19 ปี เป็นกลุ่มที่มีการปรับตัวผ่านจากช่วงวัยรุ่นเข้าสู่ผู้ใหญ่

ตอนต้น (พัชรินทร์ บุญถนอม, ชนัญชิตาคุชฎี ทูลศิริ และสมสมัย รัตนกริชากุล, 2566) จากสถิติสถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน ของกระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย สำนักอนามัยเจริญพันธุ์ พ.ศ. 2566 พบว่า สถานการณ์โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นและเยาวชน มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น และอัตราการคลอดมีชีพของหญิงอายุ 15-19 ปี ต่อวัยรุ่นหญิง 15-19 ปี 1,000 คน ในจังหวัดนครนายก อยู่ในอันดับที่ 2 ของประเทศ คือ อัตรา 32.40 ต่อวัยรุ่นหญิง 15-19 ปี 1,000 คน ซึ่งสูงกว่าเป้าหมายประเทศไทยที่กำหนด คือ อัตรา 23.00 ต่อวัยรุ่นหญิง 15-19 ปี 1,000 คน (กระทรวงสาธารณสุข, กรมอนามัย, สำนักอนามัยเจริญพันธุ์, 2566) ประกอบกับการสำรวจสถานการณ์เด็กไทยกับภัยออนไลน์ในปี พ.ศ. 2565 พบว่า เด็กไทยร้อยละ 54 เคยพบเห็นสื่อลามกอนาจาร ร้อยละ 4 ระบุว่าเคยถ่ายภาพ หรือไลฟ์ (Live) โชว์ลามกอนาจาร ร้อยละ 11 ถูกคุกคามทางเพศ ร้อยละ 15 เคยมีเพศสัมพันธ์แบบผ่านการคุยโทรศัพท์ (Sex video call) และร้อยละ 50 ของเด็กมัธยมศึกษาตอนปลาย มีประสบการณ์ถูกจีบในโลกออนไลน์ ซึ่งเข้าข่ายเป็นพฤติกรรมการเข้าหา เด็กเพื่อละเมิดทางเพศ (มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย, 2565)

จากสภาพการณ์ดังกล่าวทำให้เห็นว่า ภัยจากสื่อสังคมออนไลน์มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศของเด็กและเยาวชน เนื่องจากมีสถิติการใช้งานสูงอย่างต่อเนื่อง จึงนำไปสู่การถูกล่อลวงผ่านสื่อสังคมและส่งผลกระทบต่อด้านลบแก่เด็กและเยาวชนได้ การมีพฤติกรรมทางเพศไม่เหมาะสมถือเป็นปัญหาที่กำลังแพร่กระจายในสังคมไทยจากการใช้สื่อสังคมเป็นช่องทางสำคัญ รวมทั้งสื่อสารูปภาพลามกอนาจารมอมเมาเด็กและเยาวชนไปในทางที่ไม่เหมาะสม (พัชรินทร์ บุญถนอม, ชนัญชิตาคุชฎี ทูลศิริ และสมสมัย รัตนกริชากุล, 2566, น. 416-417) ดังนั้นการใช้สื่อสังคมอย่างเกินขอบเขตจึงนำไปสู่ปัญหาในกลุ่มวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นมีพฤติกรรมในการแสวงหาข้อมูลต่างๆ ในสิ่งที่ต้องการได้อย่างง่ายดาย ส่งผลต่อทัศนคติและค่านิยมของวัยรุ่นเพราะเด็กวัยรุ่นที่ได้รับรู้เรื่องราวทางเพศอาจมีโอกาที่จะเลียนแบบพฤติกรรมในสิ่งที่รับรู้มาได้อย่างไม่รู้ตัว ทั้งนี้เมื่อไม่สามารถจะหลีกเลี่ยงจากอิทธิพลทางลบของสื่อได้ จึงจำเป็นต้องสร้างภูมิคุ้มกันและพัฒนาวัยรุ่นให้มีการรู้เท่าทันสื่อและมีการเสพสื่ออย่างมีวิจารณญาณ

การรู้เท่าทันสื่อ (Media literacy) เป็นทักษะสำคัญที่ต้องพัฒนาเพื่อช่วยให้บุคคลสามารถประเมินและใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในด้านสุขภาพทางเพศที่ส่งเสริมการลดความเสี่ยงและคุณภาพชีวิต (Livingstone, Mascheroni & Stoilova, 2021) แนวคิดและการวัดระดับการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศพัฒนามาจาก Nutbeam (2008) และ Hobbs (1998) โดยสื่อมีอิทธิพลต่อความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมของวัยรุ่น ในประเทศไทย แนวคิดการรู้เท่าทันสื่อยึดตาม The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO) (2013) ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ การเข้าถึงข้อมูล การวิเคราะห์ การประเมิน และการสร้างสรรค์ ซึ่งครอบคลุมทุกประเภทสื่อรวมถึงออนไลน์ (ชนกร ศรีสุขใส, 2565) การรู้เท่าทันสื่อเป็นทักษะ

การคิดขั้นสูงที่ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย งานวิจัยพบว่าวัยรุ่นที่มีความรู้เท่าทันสื่อต่ำ มีความเสี่ยงด้านสุขภาพทางเพศมากขึ้น ขณะที่โปรแกรมอย่าง Media Aware แสดงประสิทธิภาพ ในการปรับปรุงผลลัพธ์ด้านสุขภาพทางเพศและการสื่อสารที่ดีขึ้น (ชัยนันท์ เหมือนเพชร, นิภา มหารัษฎ์ และปจรรย์ อับดุลลาหิม, 2563; Scull, Dodson, Geller, Reeder & Stump, 2022)

การรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศเป็นทักษะสำคัญที่ส่งผลต่อพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย ของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย อย่างไรก็ตาม จากการสังเกตในฐานะอาจารย์นิเทศก์ นิสิต ฝึกประสบการณ์วิชาชีพโรงเรียนมัธยมศึกษาต่างๆ ในจังหวัดนครนายก พบว่านักเรียนยังขาดความรู้ และทักษะด้านนี้ ทำให้เกิดความเสี่ยงในการปฏิบัติตัวอย่างปลอดภัย งานวิจัยนี้จึงมุ่งพัฒนากิจกรรม ฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศสำหรับวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี โดยประยุกต์ใช้แนวคิดของ Levin-Zamir, Lemish & Gofin (2011) และ UNESCO (2013) เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมทางเพศ ที่ปลอดภัย ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการป้องกันผลกระทบจากการใช้สื่อสังคม รวมถึงพัฒนาทักษะการใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์และปลอดภัยสำหรับนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งช่วยเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางความคิดและพฤติกรรม

วัตถุประสงค์การวิจัย

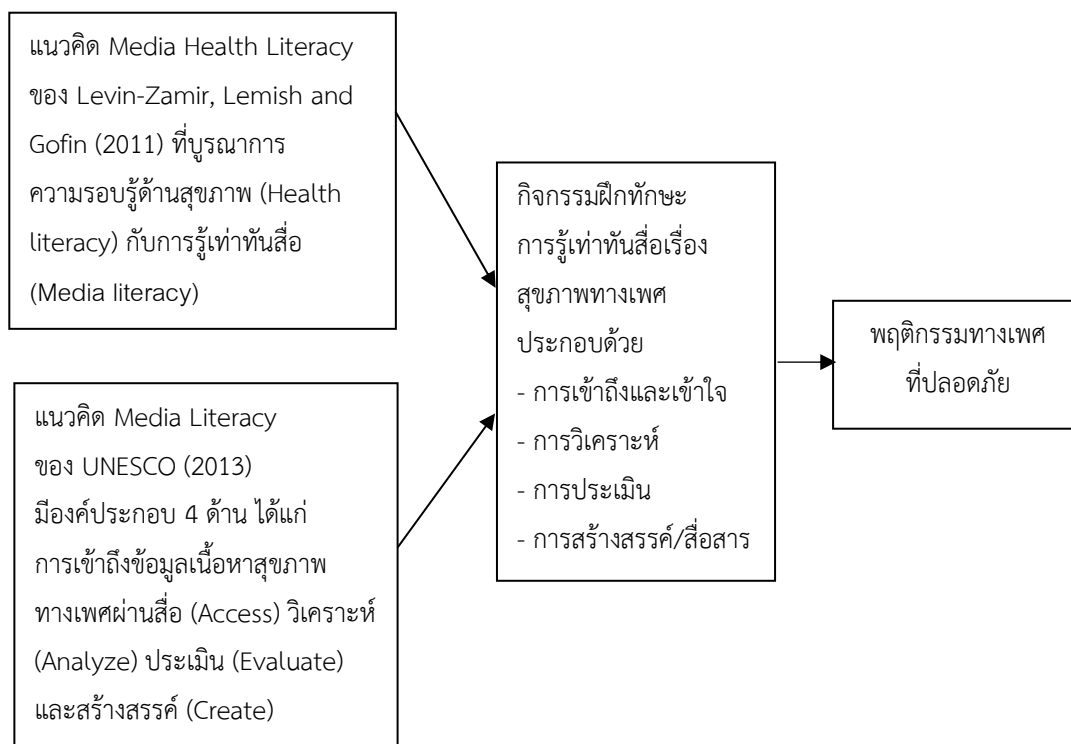
1. เพื่อพัฒนากิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรม ทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย จังหวัดนครนายก
2. เพื่อประเมินผลของกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศเพื่อเสริมสร้าง พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย จังหวัดนครนายก

สมมุติฐานการวิจัย

1. หลังเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. หลังเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยสูงกว่านักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การพัฒนากิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย ใช้แนวคิดของ Levin-Zamir, Lemish & Gofin (2011) และ UNESCO (2013) มาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ วัดผลก่อนและหลังการทดลอง (The two Group, Pretest-Posttest Design) งานวิจัยนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับโครงการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ เลขที่ SWUEC-662021 เมื่อ 13 กันยายน 2566

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนเพศชายและเพศหญิง อายุ 15-19 ปี ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาป्राจีนบุรี-นครนายก ประจำปีการศึกษา 2566 จำนวน 12,245 คน จากจำนวน 11 โรงเรียน (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา ขั้นพื้นฐาน, 2566)

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเพศชายและเพศหญิง อายุ 15-19 ปี จำนวน 68 คน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาป्राจีนบุรี-นครนายก กำหนดขนาดตัวอย่างด้วยโปรแกรม G*Power ค่า Effect size = 0.50 ค่า α err. prob. = 0.05 ค่า Power (1- β err. prob.) = 0.95 ได้กลุ่มทดลอง 34 คนและกลุ่มเปรียบเทียบ 34 คน ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ดังนี้ 1) สุ่มโรงเรียนอย่างง่าย โดยการจับฉลากจาก 11 โรงเรียนในจังหวัดนครนายก ได้โรงเรียนมัธยมศึกษา ก 2) สุ่มระดับชั้นอย่างง่ายโดยการจับฉลากได้ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 3) สุ่มห้องเรียน 2 ห้องจากคะแนนแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศและพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย ที่มีคะแนนใกล้เคียงกันโดยห้องทดลองมี 38 คน และห้องเปรียบเทียบมี 32 คน เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ปกครองและนักเรียนยินยอมเข้าร่วมการศึกษาโดยสมัครใจ และไม่มีปัญหาด้านการสื่อสารและการได้ยิน เกณฑ์การคัดออก คือ ไม่สะดวกเข้าร่วมกิจกรรม 1 ครั้งจากทั้งหมด 4 ครั้ง ตอบแบบสอบถามไม่ครบ และมีการเจ็บป่วยรุนแรงที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ ชุดกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ ประกอบด้วย 4 กิจกรรม คือ ทักษะการเข้าถึงและเข้าใจ ทักษะวิเคราะห์ ทักษะประเมินทักษะการสร้างสรรค์/สื่อสาร กิจกรรมละ 1 ครั้งๆ ละ 100 นาที สัปดาห์ละ 1 ครั้ง มีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index: CVI) กิจกรรมที่ 1 ถึง 4 เท่ากับ 1.00 โดยมีรายละเอียดอย่างย่อของกิจกรรม ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 กิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ

ทักษะและวัตถุประสงค์	กิจกรรม
1. ทักษะการเข้าถึงและเข้าใจ	ระยะเวลา: 100 นาที กิจกรรม “เข้าถึงหลากหลาย แบบ”
- เพื่อพัฒนาความสามารถ	1. ให้นักเรียนนึกถึงเพื่อนๆ หรือคนรู้จักที่เป็นเพศทางเลือกและให้บอก
ในการค้นหาและเข้าถึงแหล่งข้อมูล	ข้อดีของเขา และแสดงความคิดเห็นว่า คิดอย่างไรกับเพศทางเลือก
เกี่ยวกับภาพลักษณ์เพศ	คัดเลือกตัวแทน ผู้ชาย 1 คน และผู้หญิง 1 คน ออกมาสรุป
ที่หลากหลาย/เพศทางเลือก	2. ฝึกการค้นหาและเข้าถึงจากแหล่งข้อมูล 3 แหล่งแหล่งข้อมูล ได้แก่
จากสื่อสังคม	สื่อออนไลน์จากเฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ ยูทูบ อินสตาแกรม และไลน์;
- เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจ	เพื่อนและครู เกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางเพศที่หลากหลาย
ถึงสิทธิการแสดงออกของ	3. ฝึกปฏิบัติการรวบรวมข้อมูล และทำความเข้าใจถึงการแสดงออก
ความหลากหลายทางเพศ/	ของภาพลักษณ์ทางเพศที่หลากหลาย ผ่านแผนผังความคิดและบอก
เพศทางเลือกและบอกแนวทาง	แนวทางการส่งเสริมการยอมรับความหลากหลายทางเพศ
การส่งเสริมการยอมรับ	4. ผู้เรียนนำเสนอข้อมูล และใช้คำถามสะท้อนคิด
ความหลากหลายทางเพศ	

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ทักษะและวัตถุประสงค์	กิจกรรม
2. ทักษะการวิเคราะห์ - เพื่อพัฒนาทักษะการวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่าง Sex and Love - เพื่อพัฒนาทักษะแยกแยะข้อเท็จจริงและความคิดเห็นออกจากเนื้อหาเรื่องวิธีการคุมกำเนิดและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ - เพื่อพัฒนาทักษะกลั่นกรองและตรวจสอบความน่าเชื่อถือ	ระยะเวลา: 100 นาที กิจกรรม “Love and Sex อย่างรู้เท่าทัน” 1. แบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็นกลุ่มชาย กลุ่มหญิง ให้แต่ละกลุ่มระดมสมองแสดงความคิดเห็นบนบอร์ดที่จัดไว้ในหัวข้อความแตกต่างระหว่าง Love and Sex และหาข้อสรุปร่วมกันโดยให้ตัวแทนกลุ่มออกมารายงาน 2. บรรยายสรุปเรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ควรรู้ 3. แบ่งกลุ่ม 5 กลุ่มเพื่อรวบรวมข้อมูลเรื่อง วิธีการคุมกำเนิด และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์จากสื่อสังคม จากสื่อต่างๆ ได้แก่ เฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ ยูทูบ อินสตาแกรม และเว็บไซต์ 4. ฝึกปฏิบัติ แยกแยะข้อเท็จจริงและความคิดเห็น รวมถึงกลั่นกรองและตรวจสอบข้อมูลสื่อและแหล่งข้อมูลตามที่รวบรวมได้ และนำเสนอ
3. ทักษะการประเมิน - เพื่อพัฒนาทักษะการประเมินเนื้อหาสุขภาพทางเพศบนสื่อสังคมว่าสิ่งใดคือความจริง และสิ่งใดคือความลวง - เพื่อพัฒนาทักษะการตัดสินใจในการแก้ปัญหาทางเพศได้	ระยะเวลา: 100 นาที กิจกรรม “คิดอย่างเข้าใจ” 1. แบ่งกลุ่ม 5 คน แต่ละกลุ่มเลือกโฆษณา 1 ชิ้น ที่มีเรื่องสุขภาพทางเพศในการโฆษณาสินค้า แล้วเขียนวิเคราะห์ว่า “ความลวง” ที่อยู่ในโฆษณานั้นๆ คืออะไร มี “ความไม่สอดคล้องกับความจริง” หรือมี “ความเป็นไปไม่ได้” อย่างไรบ้าง และให้แต่ละกลุ่มนำเสนอ 2. แจกบัตรสถานการณ์เพื่อพูดคุยในกลุ่มและแสดงบทบาทสมมติ กลุ่มละไม่เกิน 3 นาที ตาม 4 สถานการณ์จำลอง ได้แก่ 1) เพื่อนชวนดูเว็บโป๊ 2) ถ้ามีแฟนจะยินดีมีเพศสัมพันธ์ 3) ได้รับการส่งต่อของภาพโฆษณาที่แอบแฝงเรื่องเพศ และ 4) มีผู้เสนอให้สิ่งของมีค่าเพื่อแลกกับการยอมให้ถอด จูบ ลูบ คลำ แล้วให้ร่วมกันตัดสินใจแก้ปัญหาภายในกลุ่มย่อยว่าจะดำเนินการอย่างไร และสะท้อนความคิดเห็นถึงผลกระทบที่เกิดขึ้น
4. ทักษะการสร้างสรรค์/สื่อสาร - เพื่อพัฒนาความสามารถประเมินการรับรู้อารมณ์ทางเพศ การนำเสนอวิธีการในการรับ-ส่งสารผ่านสื่อได้อย่างเหมาะสม - เพื่อพัฒนาความสามารถในการสร้างและนำเสนออัตลักษณ์ทางเพศของตนเองและกลุ่มได้	ระยะเวลา: 100 นาที กิจกรรม “เบื้องหลังนิตยสาร” 1. ชมตัวอย่างข้อความสนทนาและพิจารณาว่าบทสนทนาดังกล่าวสะท้อนอารมณ์ของผู้ส่งหรือผู้รับสารอย่างไร จากนั้นให้ยื่นต่อแถวตามป้ายอารมณ์ที่เลือก และสะท้อนข้อจำกัดในรับรู้อารมณ์ของคู่สนทนาจากช่องทางดิจิทัล 2. แบ่งเป็น 6 กลุ่ม ออกแบบนิตยสารกลุ่มละ 1 ฉบับ (4 หน้า) นำเสนออัตลักษณ์ทางเพศร่วมของกลุ่ม โดยแสดงอัตลักษณ์ร่วมบนหน้าปก และอัตลักษณ์ของแต่ละคนในหน้าถัดไป โดยนำเสนอผ่านสัญลักษณ์ 3. นำนิตยสารของตนไปไว้ตามมุมห้อง และเยี่ยมชมนิตยสาร ที่ละกลุ่ม 4. ผู้เรียนจับคู่กลุ่มให้ได้ 3 คู่ แต่ละคู่วิเคราะห์นิตยสารของอีกกลุ่มว่านิตยสารดังกล่าวสะท้อนอัตลักษณ์ทางเพศของกลุ่มอย่างไร 5. ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับการตีความอัตลักษณ์ทางเพศจากสื่อที่ถูกผลิตขึ้น ทั้งส่วนที่สอดคล้องและแตกต่างกัน

2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ดังนี้

2.2.1 ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ ชั้นปีการศึกษา ผลการเรียนรู้ การพักอาศัย สถานภาพสมรสของบิดามารดา สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครอบครัว บุคคลที่จะปรึกษา เมื่อมีปัญหาเรื่องสุขภาพทางเพศ การใช้แหล่งข้อมูลสื่อสุขภาพทางเพศ ประเภทของใช้สื่อสังคมออนไลน์ ความถี่ของการใช้สื่อสุขภาพทางเพศ ระยะเวลาในการใช้สื่อสังคมออนไลน์เรื่องสุขภาพทางเพศ ลักษณะเป็นคำถามปลายปิดแบบเลือกตอบและเติมคำ จำนวน 11 ข้อ

2.2.2 ประกอบด้วย 2 ตอน ได้แก่

2.2.2.1 แบบวัดความรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ ประยุกต์จากการศึกษาของ ไสริสุตา วิบูลย์พันธุ์ (2560) จำนวน 40 ข้อ ได้แก่ ด้านเข้าถึงสื่อ (10 ข้อ) ใช้มาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง = 4 คะแนน ถึง ไม่เคยเลย = 1 คะแนน ด้านการวิเคราะห์สื่อ (10 ข้อ) ใช้ระดับความคิดเห็น 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง = 4 คะแนน ถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง = 1 คะแนน ด้านการประเมินค่าสื่อ (10 ข้อ) เป็นแบบประเมินค่าของออสกูด 7 ตัวเลือก โดยให้เลือกตอบเพียงคำตอบเดียว แต่ละข้อมีคะแนน 1-7 คะแนน และด้านการสร้างสรรค์/สื่อสาร (10 ข้อ) ใช้มาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง = 4 คะแนน ถึง ไม่เคยเลย = 1 คะแนน เกณฑ์การแปล ผลคะแนนใช้ค่าพิสัยแบ่งเป็น 3 ระดับ คือ ระดับดี (≥ 152 คะแนน) ระดับพอใช้ (151-114 คะแนน) และระดับไม่ดีพอ (< 113 คะแนน) ตรวจสอบคุณภาพของความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ค่า IOC จากผู้เชี่ยวชาญในสาขาของสื่อ และสุขภาพทางเพศ 7 ท่าน อยู่ระหว่าง 0.68-1.00 และความเชื่อมั่นโดยทดลองใช้กับนักเรียนที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง (30 คน) ได้ค่า Alpha Coefficient ดังนี้ ด้านเข้าถึงสื่อ เท่ากับ 0.823 ด้านการวิเคราะห์สื่อ เท่ากับ 0.787 ด้านการประเมินค่าสื่อ เท่ากับ 0.729 ด้านการสร้างสรรค์/สื่อสาร เท่ากับ 0.714 และทั้งฉบับเท่ากับ 0.792

2.2.2.2 พฤติกรรมทางเพศ ใช้แบบสอบถามพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของเยาวชนในสังคมไทยของกระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต (2550) จำนวน 20 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ เป็นประจำ = 5 คะแนน ถึง ไม่เคยเลย = 1 คะแนน โดยมีข้อคำถามทางลบ ได้แก่ ข้อ 8 และข้อคำถามทางบวก ได้แก่ ข้อ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 การแปลผลของคะแนนพฤติกรรมทางเพศใช้ตามเกณฑ์ของกระทรวงสาธารณสุขกำหนด คือ คะแนน 79-100 หมายถึง บุคคลมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย/เหมาะสมตามที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด ทั้งนี้ผู้วิจัยไม่ได้ปรับปรุงหรือประยุกต์เนื้อหา มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.79

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินผลกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อ เรื่องสุขภาพทางเพศโดยการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย ก่อนและหลัง การเข้าร่วมในกลุ่มทดลอง จำนวน 4 ครั้ง ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์-มีนาคม 2567 ดำเนินการวิจัย และเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

3.1 ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุมัติและการเก็บรวบรวมข้อมูล จากคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เสนอต่อสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ปราจีนบุรี- นครนายก และผู้อำนวยการโรงเรียน ก เพื่อขออนุญาตในการดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวม ข้อมูลในโรงเรียน

3.2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยแนะนำตนเองกับกลุ่มตัวอย่าง โดยแจ้งวัตถุประสงค์ของการ เก็บรวบรวมข้อมูล ประเด็นหัวข้อวิจัย ผลประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ รวมทั้งการเก็บรักษาความลับ และการป้องกันสวัสดิภาพและเกียรติภูมิของกลุ่มตัวอย่าง นอกจากนี้ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยได้ชี้แจงถึง วิธีการเก็บข้อมูลโดยวิธีการใช้แบบวัดกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 5 แล้วให้ นักเรียนทำแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศและพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย แล้วเลือก จับฉลากห้องเรียน 2 ห้องที่มีคะแนนใกล้เคียงกัน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน (38 คน) และกลุ่ม เปรียบเทียบ 1 ห้องเรียน (32 คน)

3.3 เมื่อผู้ปกครองและกลุ่มตัวอย่างทั้งสองห้องยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย ผู้วิจัย พุดคุยสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มตัวอย่าง จัดตั้งกลุ่มไลน์ เพื่อใช้เป็นช่องทางสำหรับสนทนากลุ่ม ให้คำปรึกษาการกระตุ้นเตือนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แล้วเริ่มเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบวัดการ รู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ และแบบสอบถามพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย ก่อนเข้าร่วม กิจกรรม

3.4 ดำเนินงานวิจัยโดยกลุ่มทดลองได้เรียนกิจกรรมฝึกทักษะ 4 ครั้งๆ ละ 100 นาที สัปดาห์ละ 1 ครั้ง และกลุ่มเปรียบเทียบได้เรียนตามหลักสูตรปกติ จำนวน 4 ครั้งๆ ละ 100 นาที สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

3.5 หลังจากกลุ่มตัวอย่างได้เข้าร่วมกิจกรรมครบ 4 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 5 ผู้วิจัยและผู้ช่วย วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยแบบแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ และแบบสอบถาม พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยซึ่งเป็นชุดเดียวที่ใช้เก็บข้อมูลก่อนการทดลอง

3.6 นำข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังทดลองทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้อง และนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูล สถิติที่ใช้และการนำเสนอข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมทางสถิติสำเร็จรูป ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียน วิเคราะห์โดยแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพ ทางเพศด้วยการทดสอบ Paired t-test กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเปรียบเทียบ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบด้วยการทดสอบ Independent t-test นำเสนอในรูปแบบ ของความเรียง และตารางประกอบคำบรรยาย

ผลการวิจัย

1. กิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศที่พัฒนาขึ้นนี้ ประกอบด้วย 4 กิจกรรม คือ กิจกรรมฝึกทักษะการเข้าถึงและเข้าใจ ทักษะวิเคราะห์ ทักษะประเมิน และทักษะ การสร้างสรรค์/สื่อสาร โดยแต่ละกิจกรรมมีระยะเวลา 100 นาที สัปดาห์ละ 1 ครั้ง กิจกรรมทั้งหมด ได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index: CVI) โดยผู้เชี่ยวชาญ 7 ท่าน และมีค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาของกิจกรรมที่ 1-4 เท่ากับ 1.00 ซึ่งแสดงถึงความถูกต้อง และความเหมาะสมของเนื้อหากิจกรรม

2. พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะ ก่อนเริ่มการทดลอง ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบด้วย Shapiro-Wilk Test พบว่า ข้อมูล ทั้งสองกลุ่มตัวอย่างมีการแจกแจงแบบปกติ ($p > .05$) จากนั้นวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะด้วยการทดสอบ Paired t-test และเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มเปรียบเทียบด้วยการทดสอบ Independent t-test กำหนด นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พบว่า หลังเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะ นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ก่อนทดลอง $\bar{X} = 69.52$, S.D. = 10.47; หลังทดลอง $\bar{X} = 92.10$, S.D. = 13.28, $p = .034$) และนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยสูงกว่านักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (กลุ่มทดลอง $\bar{X} = 92.10$, S.D. = 13.28; กลุ่มเปรียบเทียบ $\bar{X} = 81.31$, S.D. = 12.70, $p = .004$) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม
ของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

ระยะของการศึกษา	กลุ่มทดลอง		กลุ่มเปรียบเทียบ		t	p-value
	(n = 38)		(n = 32)			
	Mean	S.D.	Mean	S.D.		
ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม	69.52	10.47	67.41	11.34	1.705	0.857
หลังเข้าร่วมกิจกรรม	92.10	13.28	81.31	12.70	4.524*	0.004

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย

กิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อสื่อสุขภาพทางเพศ เป็นชุดกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย กิจกรรมทั้งหมด 4 ครั้ง ครั้งละ 100 นาที สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ได้แก่ 1) ทักษะการเข้าถึงและเข้าใจ 2) ทักษะการวิเคราะห์ 3) ทักษะการประเมิน 4) ทักษะการสร้างสรรค์/สื่อสาร ซึ่งนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะดังกล่าวมีคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยที่เพิ่มขึ้น และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญ ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การเข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศมีผลทำให้มีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยเพิ่มขึ้น

อภิปรายผล

1. ผลการศึกษา พบว่า ชุดกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศ ที่พัฒนาขึ้นโดยใช้แนวคิดของ Levin-Zamir, Lemish & Gofin (2011) และ UNESCO (2013) ที่ประกอบด้วย 4 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมฝึกทักษะการเข้าถึงข้อมูลเนื้อหาสุขภาพทางเพศผ่านสื่อ (Access) ทักษะวิเคราะห์ (Analyze) ทักษะประเมิน (Evaluate) และ ทักษะสร้างสรรค์/สื่อสาร (Create) มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาในระดับสูง และเมื่อนำไปใช้ นักเรียนวัยรุ่นตอนปลายกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะนี้สามารถพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ การประเมิน และการสร้างสรรค์/สื่อสารได้อย่างเหมาะสม ส่งผลให้พฤติกรรมทางเพศเหมาะสมตามไปด้วย การศึกษานี้พบว่าชุดกิจกรรมมุ่งเน้นการเรียนรู้แบบกลุ่มย่อยตามแนวทางการเรียนรู้ร่วมกัน (Collaborative learning) ซึ่งทำให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและเรียนรู้ระหว่างเพื่อนร่วมกลุ่มและเพื่อนร่วมชั้นเรียนคนอื่นๆ ในการวิเคราะห์และสังเคราะห์ปัญหาหรือแนวทางการแก้ปัญหา โดยมีการใช้เทคนิคการระดมสมอง และแผนผังความคิด (Mind mapping) ภายในกลุ่ม ผ่านกิจกรรม “เข้าถึงหลากรส หลายแบบ” รวมถึงการออกแบบนิตยสาร ผ่านกิจกรรม “เบื้องหลังนิตยสาร” ที่ช่วยเสริมสร้างความสนุกสนานและการใช้ทักษะทางศิลปะในการตกแต่งสื่อ ซึ่งทำให้นักเรียนชื่นชอบและมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมมากขึ้น สอดคล้องกับ

ทศนา แคมมณี (2552, น. 101) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มทำให้นักเรียนได้มีโอกาสแบ่งหน้าที่และรับผิดชอบผลงานร่วมกัน การทำงานเป็นกลุ่มช่วยให้มีปฏิสัมพันธ์และการปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน เพิ่มการพึ่งพาซึ่งกันและกัน และเสริมสร้างการตัดสินใจที่เหมาะสมในการเลือกปฏิบัติพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้อง ผ่านกิจกรรมสถานการณ์จำลอง/กรณีศึกษาที่กำหนด โดยการทำกิจกรรมสถานการณ์จำลองและบทบาทสมมติ นักเรียนสามารถ วิเคราะห์ปัญหา และสังเคราะห์ความรู้ร่วมกันในกลุ่ม และใช้ขั้นตอนการตัดสินใจ เพื่อประเมินทางเลือกและแสดงจุดยืนในการตัดสินใจปฏิเสธที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งเป็นการเสริมสร้างทักษะในการตัดสินใจพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยและเหมาะสม ผ่านกิจกรรม “คิดอย่างเข้าใจ” การเรียนรู้ในรูปแบบนี้สอดคล้องกับ ทฤษฎีการเรียนรู้คอนสตรัคติวิสต์ (Constructivist theory) ตามที่ Woolfolk (2020, p. 403) กล่าวว่า การเรียนรู้จะเกิดขึ้นไม่เพียงแคในตัวบุคคล แต่เกิดจากการร่วมกิจกรรมทางสังคม โดยการทำงานร่วมกันในกลุ่ม ฉะนั้นการวิเคราะห์กรณีศึกษาเพื่อหาคำตอบร่วมกันถือเป็นวิธีการสร้างความรู้ที่มีความหมายผ่านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

2. ผลการศึกษา พบว่า นักเรียนวัยรุ่นตอนปลาย(นักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 5) ที่เข้าร่วมกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศ มีคะแนนพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัยเพิ่มขึ้น และสูงกว่านักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ ซึ่งอาจเนื่องจากกระบวนการเรียนการสอนตามหลักสูตรปกติ ยังไม่ได้ส่งเสริมให้นักเรียนใช้กระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การแก้ไขปัญหา และไม่มี การส่งเสริมทักษะการเข้าถึงและเข้าใจ การประเมินและตัดสินใจ ทำให้นักเรียนขาดประสบการณ์ ที่ถูกต้องจากกระบวนการเรียนรู้ตามปกติ ซึ่งแตกต่างจากชุดกิจกรรมฝึกทักษะ 4 ครั้ง ได้แก่ กิจกรรม “เข้าถึงหลากรส หลายแบบ” กิจกรรม “Love and Sex อย่างรู้เท่าทัน” กิจกรรม “คิดอย่างเข้าใจ” และกิจกรรม “เบื้องหลังนิตยสาร” ที่ช่วยเสริมสร้างทักษะการเข้าถึงและเข้าใจ ทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการประเมิน และทักษะการสร้างสรรค์/สื่อสารสื่อ ผ่านแผนกิจกรรมที่เน้นการทำงานเป็นกลุ่มย่อย มีการระดมความคิดและใช้แผนผังความคิด ทำให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์ข้อมูลสุขภาพทางเพศอย่างมีวิจารณญาณ แยกแยะข้อเท็จจริงและความคิดเห็นจากสื่อต่างๆ ที่ก่อให้เกิดความสงสัย ในข้อความสื่อสุขภาพทางเพศ กลั่นกรองและตรวจสอบข้อมูล เพื่อหลีกเลี่ยงสื่อที่อาจนำไปสู่ พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม รวมถึงคิดวิเคราะห์และตัดสินใจที่มีความเหมาะสมในการปฏิบัติตาม พฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย โดยการเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มมีบทบาทสำคัญในการเสริมทักษะ และสร้างความรู้ที่มีความหมายผ่านการปฏิสัมพันธ์ในสังคม ผลการวิจัยนี้ สอดคล้องกับงานวิจัย ชัยนันท์ เหมือนเพชร, นิภา มหารัษฎพงศ์ และปจรรย์ อับดุลลาฮาซิม (2563) ซึ่งพบว่า วัยรุ่นที่รู้เท่าทัน สื่อสังคมออนไลน์เรื่องเพศระดับต่ำ มีโอกาสแสดงพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมมากกว่าวัยรุ่น ที่รู้เท่าทันสื่อระดับสูง โดยเฉพาะถ้าวัยรุ่นมีทักษะการวิเคราะห์ ประเมิน และสร้างสรรค์สื่อสังคม ออนไลน์เรื่องเพศระดับสูง วัยรุ่นจะสามารถเข้าใจ และตีความเนื้อหาได้อย่างถูกต้อง รวมถึงคาดการณ์

ผลกระทบที่จะเกิดขึ้นจากพฤติกรรมดังกล่าว เช่นเดียวกับ ปุณยณัฐ สละชั่ว, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา หอมสิน (2565) พบว่า โปรแกรมพัฒนาความรู้เท่าทันสื่อสุขภาพทางเพศช่วยเพิ่มทัศนคติเชิงบวกต่อการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และช่วยเพิ่มความสามารถในการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวมีผลลัพธ์ที่ดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .001 และการศึกษาของ กิตติศักดิ์ คะชาวงศ์ (2566) พบว่า โปรแกรมพัฒนาความรู้เท่าทันสื่อสุขภาพด้านเพศมีผลทำให้นักเรียนมีคะแนนความรู้เกี่ยวกับโรคเอดส์ และมีทัศนคติและความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 รวมถึงสอดคล้องกับการศึกษาของ Scull et al. (2022) ที่พบว่า โปรแกรมบนเว็บ “Media Aware” ช่วยเสริมสร้างการสื่อสารเรื่องสุขภาพทางเพศและส่งผลให้มีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมอย่างมีประสิทธิภาพในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปใช้

1.1 กิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อเรื่องสุขภาพทางเพศที่ได้ สามารถนำไปปรับใช้กับผู้เรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในรายวิชาสุขศึกษา ในโรงเรียนอื่นๆ หรือ สถาบันอุดมศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง โดยเน้นการเข้าถึงข้อมูล การประเมิน และการสื่อสารมากขึ้น และเน้นกิจกรรมกลุ่มที่แบ่งผู้เรียนออกเป็นกลุ่มย่อยๆ ซึ่งมีสมาชิกแต่ละกลุ่มประมาณ 6-8 คน เนื่องจากสามารถสร้างสรรค์ผลงานที่ได้จากการทำกิจกรรมกลุ่มและแลกเปลี่ยนข้อมูลร่วมกันในชั้นเรียนได้อย่างทั่วถึงทุกคน

1.2 ครูผู้สอนรายวิชาสุขศึกษาเรื่องเพศศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สามารถประยุกต์ใช้เทคนิคการระดมสมองร่วมกับแผนผังความคิด เข้ามาช่วยการทำกิจกรรมฝึกทักษะการรู้เท่าทันสื่อ เนื่องจากช่วยให้ผู้เรียนระดมสมองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้ผู้เรียนมองเห็นความเชื่อมโยงของข้อมูลต่างๆ

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 เนื่องจากกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบอยู่ภายในโรงเรียนเดียวกัน ชั้นเรียนเดียวกัน ทำให้มีโอกาสเกิดการปนเปื้อน (Contamination) การวิจัยครั้งต่อไป อาจทำการศึกษากลุ่มเปรียบเทียบในโรงเรียนอื่น ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงศึกษาในกลุ่มอื่นๆ เช่น วัยรุ่นในโรงเรียนเขตเมือง หรือวัยรุ่นเพศทางเลือก ตลอดจนควรเพิ่มระยะเวลาติดตามผลหลังการทดลองนาน 1 หรือ 3 เดือน

2.2 เนื่องจากพฤติกรรมทางเพศที่ได้คะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ไม่มีแฟนในวัยเรียน ดังนั้นการวิจัยครั้งต่อไป ควรสอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับ การไม่มีแฟนในวัยเรียน หรือการพัฒนาความสัมพันธ์ที่เหมาะสมในวัยเรียน ผ่านกิจกรรมฝึกทักษะการพัฒนาอารมณ์และการมีจิตใจที่มั่นคง การตั้งเป้าหมายในชีวิต หรือผลกระทบของการมีแฟนในวัยเรียน โดยเน้นการเรียนรู้ที่จะรักตัวเอง และมีความสุขกับชีวิตในฐานะที่เป็นตัวของตัวเอง

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงสาธารณสุข, กรมอนามัย, สำนักอนามัยเจริญพันธุ์. (2566). รายงานสถานการณ์อนามัยเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นและเยาวชน ปี 2566. สืบค้นเมื่อ 20 มกราคม 2567, จาก <https://rh.anamai.moph.go.th/th/cms-of-1/219653>
- กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต. (2550). การสร้างแบบวัดพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ของเยาวชนในสังคมไทย. นนทบุรี: ผู้แต่ง.
- กิตติศักดิ์ คชะวรงค์. (2566). ผลของโปรแกรมการพัฒนาความรู้เท่าทันสื่อสุขภาพด้านเพศต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและโรคเอดส์ ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม. สืบค้นเมื่อ 16 กันยายน 2567, จาก https://skko.moph.go.th/dward/document_file/oa/research_file_name/20231215143958_1404538862.pdf
- ชัยนันท์ เหมือนเพชร, นิภา มหารัชพงศ์ และปจรรย์ อับดุลลาคาซิม. (2563). การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์เรื่องเพศกับพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นในประเทศไทย. *วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 14(2), น. 23-33.
- ทศนา แวมมณี. (2552). ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัด กระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธนกร ศรีสุกใส. (2565). สร้างการรู้เท่าทันสื่อ เพื่อสร้างวัคซีนทางปัญญาให้สังคม. *วารสารกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์*, 1(1), น. 1-21.
- บุญนุช สละชั่ว, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา หอมสินธุ์. (2565). ผลของโปรแกรมพัฒนาความรู้เท่าทันสื่อสุขภาพด้านเพศต่อการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. *วารสารไทยเภสัชศาสตร์และวิทยาการสุขภาพ*, 17(3), น. 244-253.
- พัชรินทร์ บุญนอม, ชนัญชิดาคุษฎี ทูลศิริ และสมสมัย รัตกรีกากุล. (2566). ปัจจัยที่มีผลต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์เรื่องเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดจันทบุรี. *วารสารไทยเภสัชศาสตร์และวิทยาการสุขภาพ*, 18(4), น. 416-422.

- มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย. (2565). ผลสำรวจสถานการณ์เด็กกับภัยออนไลน์ ประจำปี 2565. สืบค้นเมื่อ 20 มิถุนายน 2567, จาก <https://www.isranews.org/article/isranews-scoop/113123-isranews-284.html>
- ไตรสุตา วิบูลย์พันธุ์. (2560). ความสัมพันธ์ระหว่างการรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์กับพฤติกรรมทางเพศ ของวัยรุ่น อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา).
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2566). ข้อมูลพื้นฐานโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดจังหวัด ปราจีนบุรี นครนายก. สืบค้นเมื่อ 15 สิงหาคม 2566, จาก https://data.bopp-obec.info/emis/schooldata-view_student_area.php?Edu_year=2565&Area_CODE=250001
- Hobbs, R. (1998). The seven great debates in the media literacy movement. *Journal of communication*, 48, pp. 16-32.
- Levin-Zamir, D., Lemish, D., & Gofin, R. (2011). Media Health Literacy (MHL): Development and measurement of the concept among adolescents. *Health Education Research*, 26, pp. 323-335.
- Livingstone, S., Mascheroni, G., & Stoilova, M. (2021). The outcomes of gaining digital skills for young people's lives and wellbeing: A systematic evidence review. *New Media and Society*, 25(5), pp. 1–27.
- Mutea, L., Maluni, J., Kabue, M., Were, V., Ontiri, S., Michielsen, K., & Gichangi, P. (2023). The effectiveness of combined approaches towards improving utilisation of adolescent sexual and reproductive health services in Kenya: A quasi-experimental evaluation. *Sexual and Reproductive Health Matters*, 31(1), pp. 1-24.
- Nutbeam, D. (2008). The evolving concept of health literacy. *Social Science and Medicine*, 67(12), pp. 2072-2078.
- Scull, T. M., Dodson, C. V., Geller, J. G., Reeder, L. C., & Stump, K. N. (2022). A media literacy education approach to high school sexual health education: Immediate effects of media aware on adolescents' media, sexual health, and communication outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 51, pp. 708-723.
- The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). (2013). *Media and information literacy: Policy and Strategy guideline*. Paris: Author.
- Woolfolk, A. E. (2020). *Educational psychology: Active learning edition* (14th ed.). New York: Pearson.