

## การพัฒนาชุดกิจกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร The Development of a Series of Activities to Prevent Premature Pregnancy

สินีนากู วิทยพิเชฐสกุล\*, นภาพรรณ นองใหญ่\*\*, ณัฐธัญชา ชันแสง\*\*, ธันยา พิพัฒนานุกุล\*\*,  
ปลายฟ้า พรพงษ์วัฒนา\*\*, พรพิมล ครุผาด\*\*, สิริขวัญ วิทยานุกรณ์\*\*

\*ภาควิชาเภสัชกรรม วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี

\*\*นักศึกษาหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงสาธารณสุขศาสตร์ สาขาวิชาเทคนิคเภสัชกรรม

Sineenart Witayapichetsakul\*, Napawan Nongyai\*\*, Nattanicha chansaeng\*\*,  
Thanya Phiphattananukul\*\*, Plaifa Pornpongwattana\*\*, Pornpimol Karupard\*\*,  
Sirikwan Wittayanukron\*\*

\*Faculty of Pharmacy Technique, Sirindhorn College of Public Health, Chonburi

\*\*Students in Diploma of Public Health Programme in Pharmacy Technique

### บทคัดย่อ

การวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร โดยผู้วิจัยสร้างชุดกิจกรรมตามกรอบทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน และนำไปใช้สัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหาเพื่อนำไปปรับชุดกิจกรรม จากนั้นนำชุดกิจกรรมที่ปรับปรุงแล้ว ไปจัดกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมายที่มีอายุระหว่าง 15-19 ปี จำนวน 40 คน และประเมินชุดกิจกรรมโดยสนทนากลุ่มกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน ผลการวิจัยพบว่าผู้เชี่ยวชาญมีการปรับแก้ด้านทัศนคติต่อพฤติกรรมของกิจกรรมแลงน้ำคือเพิ่มกิจกรรมชะลดตีกว่าใหม่ ปรับรายละเอียดของกิจกรรมด้านการคล้อยตามอิทธิพลของคนรอบข้างคือกิจกรรมใจเขาใจเราสมมติว่าหากตนท้องหรือทำผู้หญิงท้อง คนรอบข้างจะรู้สึกอย่างไร และแบ่งกลุ่มสวมบทบาทของคนรอบข้าง เพิ่มเวลาในการใส่ชุดคลุมท้อง และด้านการรับรู้หรือเชื่อว่าตนสามารถควบคุมตนเองได้ในกิจกรรมนัดแห่งความมุ่งมั่น และการประเมินชุดกิจกรรมด้วยการสนทนากลุ่ม กลุ่มตัวอย่างสะท้อนผลว่าเกิดทัศนคติที่ดี คำนึงถึงคนรอบข้าง รับรู้ความสามารถในการควบคุมตนเอง และความตั้งใจที่จะไม่ตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถนำชุดกิจกรรมไปใช้เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

คำสำคัญ : ชุดกิจกรรม, การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

## Abstract

This mixed method of qualitative and quantitative research was aimed to develop a series of activities to prevent premature pregnancy by adapting theory of planned behavior. Five key informants (experts) were in-depth interviewed to examine a series of activities held for target group. Content analysis was performed to verify in-depth interview. Forty students aged between 15-19 years old were included in the study. Focus group (ten samples) was adopted from this group for evaluating a series of activities. Results showed that this series of activities should be adjusted according to experts' opinions. "Laek Nam" (Water exchange) program was modified in the aspect of attitude by adding "Chalor Di Kwa Mai?" (Slow down a bit?) program. Role play was added in "Chai Khao Chai Rao" (Put yourself in someone else's shoes) program. A scenario of unwanted pregnancy was set for participants to evaluate their feelings both as pregnant women and as surrounding people. Time for dressing up in maternity clothes was also extended. Finally, "Note Haeng Khwam Mungman" (Note of Earnestness) program was modified in the aspect of perceived behavioral control. Regarding the evaluation from focus group, they stated that this series of activities provided them with a good attitude, careful consideration, thought of their peers and family, and perception towards self-control and intention not to be prematurely pregnant. Involving organizations can adopt this series of activities in order to prevent premature pregnancy.

**Keywords :** A series of activities, Premature pregnancy

## บทนำ

ในปัจจุบันปัญหาสังคมจากการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นทั้งระดับประเทศและทั่วโลก มากกว่าร้อยละ 90 อยู่ในประเทศกำลังพัฒนา<sup>1</sup> ซึ่งอัตราการคลอดในวัยรุ่นของไทยค่าเฉลี่ย 35 ต่อประชากรหญิงอายุ 15-19 ปี 1,000 คน สูงกว่าของประเทศในภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิกที่มีค่าเฉลี่ยเพียง 2-6 ต่อประชากรหญิงอายุ 15-19 ปี 1,000 คน<sup>2</sup> ข้อมูลจากสำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเทศไทยมีอัตราการคลอดของหญิงอายุ 15-19 ปี แนวโน้มสูงขึ้น จาก 50.3 ต่อประชากรหญิงอายุ 15-19 ปี 1,000 คนในปี 2548 เพิ่มขึ้นเป็น 54.9 ต่อประชากรหญิงอายุ 15-19 ปี 1,000 คน ในปี 2554<sup>1</sup> และเมื่อจำแนกเป็นรายจังหวัดพบอัตราการคลอดสูงสุดในจังหวัดชลบุรี ในอัตรา 74.4 ต่อประชากรหญิงอายุ 15-19 ปี 1,000 คน ตามลำดับ<sup>3</sup> และหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นไม่พร้อมต่อการตั้งครรภ์ร้อยละ 46.5 ไม่ตั้งใจที่จะมีบุตรร้อยละ 94.1 ตั้งครรภ์ในขณะที่กำลังศึกษาอยู่ร้อยละ 64.7<sup>4</sup> โดยกลุ่มเหล่านี้ส่วนใหญ่อยู่ในระหว่างศึกษา ไม่มีอาชีพ ไม่มีรายได้ ยังต้องพึ่งพาผู้ปกครอง และกลัวในการเปิดเผยข้อมูลต่อครอบครัว<sup>5,6</sup> กลุ่มหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นนักเรียน นักศึกษาเป็นกลุ่มที่เปราะบางและต้องการที่ปรึกษาที่ช่วยให้สามารถตัดสินใจทางเลือกและเตรียมตัวในการเผชิญปัญหาที่จะตามมา สิ่งเหล่านี้ส่งผลกระทบหลายด้านทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และการศึกษา<sup>7,8</sup> จะเห็นว่าปัญหาสังคม สัดส่วนจำนวนการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น และสภาพสังคมปัจจุบันที่เน้นทางด้านวัตถุมากกว่าจิตใจ จึงจำเป็นที่ต้องจัดกิจกรรมเพื่อแก้ไขปัญหาให้เหมาะสมกับกลุ่มวัยรุ่นในสภาพสังคมปัจจุบัน

ปัจจุบันมีโปรแกรมเพศศึกษาสำหรับเยาวชนที่อยู่ในสถานศึกษา คลินิก ชุมชนในการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรและความเสี่ยงทางเพศ โดยมีการใช้ทฤษฎีหลากหลายทฤษฎี รูปแบบมีทั้ง

การอภิปรายกลุ่ม เน้นการให้ความรู้ ด้านทัศนคติและพฤติกรรมทฤษฎีที่ใช้ปรับพฤติกรรมระดับบุคคลนั้นให้ความสำคัญในการปรับเปลี่ยนปัจจัยที่อยู่ภายในตัวคน และพฤติกรรมต่างๆ นั้นมีปัจจัยอื่นๆ เช่น ทรัพยากร และโอกาส ซึ่งทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of Planned Behavior) ของไอเซน<sup>10</sup> ที่กล่าวว่าบุคคลจะแสดงพฤติกรรมใดได้ย่อมต้องมีสาเหตุ และสาเหตุดังกล่าวประกอบด้วยทัศนคติที่มีต่อพฤติกรรมนั้น (Attitude toward behavior) การคล้อยตามอิทธิพลของครอบครัว (Subjective norm) และการรับรู้หรือเชื่อว่าตนเองสามารถควบคุมตนเองได้ในทิศทางที่เหมาะสม (Perceived behavior control) โดยตัวแปรทั้งหลายนี้ส่งผลโดยตรงต่อความตั้งใจ (Intention) และผลักดันให้เกิดการแสดงพฤติกรรม ซึ่งถ้าบุคคลมีทัศนคติที่เห็นด้วย ได้รับอิทธิพลจากครอบครัวสนับสนุน และเชื่อว่าตนควบคุมพฤติกรรมนั้นได้มากเท่าไร บุคคลนั้นย่อมมีความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นมากขึ้นเท่านั้น และเมื่อมีความตั้งใจที่หนักแน่นก็จะนำไปสู่การทำพฤติกรรมนั้นคือพฤติกรรมที่ลดการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร
2. เพื่อประเมินชุดกิจกรรมตามกรอบทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

## วิธีการวิจัย

การวิจัยเป็นการวิจัยแบบผสมผสานของวิจัยเชิงคุณภาพและวิจัยเชิงปริมาณ คือพัฒนาชุดกิจกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญ (In-depth interview) จัดกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมาย และสะท้อนผลกิจกรรมโดยการสนทนากลุ่ม (Focus group) รายละเอียดดังนี้

## 1. การพัฒนาชุดกิจกรรม

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยเป็นเครื่องมือที่สำคัญที่สุดในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยเตรียมความรู้ด้านเนื้อหา ทฤษฎี และความรู้ด้านวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับสร้างแนวคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์เชิงลึก แนวคำถามในการสนทนากลุ่ม โดยมีขั้นตอนดำเนินการ ดังนี้

1.1 หาคู่มือ เนื้อหากิจกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร<sup>11-15</sup> เพื่อสร้างชุดกิจกรรมที่ 1 ที่พัฒนาตามกรอบทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

1.2 จัดทำแนวคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึก และแนวคำถามในการสนทนากลุ่ม

1.3 ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ (ความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของเครื่องมือ)

โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 คนที่ไม่ใช่ชุดเดียวกับ 5 คนที่ตรวจสอบเพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก

ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น ชุดกิจกรรมใจเขาใจเรา เป็นชุดกิจกรรมการปรับความคิดไปอีกมุมมองเพื่อให้เข้าใจจิตใจของอิทธิพลครอบครัว โดยเฉพาะอิทธิพลจาก พ่อ/แม่หรือครอบครัว และเพื่อนวัยเดียวกัน ซึ่งเกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านการคล้อยตามอิทธิพลของครอบครัว มีความคิดเห็นว่าจะมีการเพิ่มเติมหรือลดประเด็นใดในกิจกรรมหรือไม่อย่างไร (ความสอดคล้องกับปัจจัยการคล้อยตามอิทธิพลรอบข้าง โดยเฉพาะอิทธิพลจาก พ่อ/แม่หรือครอบครัว และเพื่อนวัยเดียวกันในทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามแผน รายละเอียดการดำเนินกิจกรรม สื่อ เวลา และกลุ่มเป้าหมายอายุ 15-19 ปี) และแบบในการสนทนากลุ่ม ตัวอย่างข้อคำถามเช่น จากกิจกรรมแลคน้ำคุณมีมุมมองหรือได้ข้อคิดในเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อย่างไร (อารมณ์ ความคิด ความรู้สึก)

ในประเด็นความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์โดยอาศัยมาตราส่วนประมาณ

ค่า 5 ระดับ ของลิเคิร์ต (Likert scales) ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยให้คะแนน 5, 4, 3, 2 และ 1 ตามลำดับ นำผลการลงคะแนนของผู้เชี่ยวชาญมาหาค่าเฉลี่ยในแต่ละข้อ คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนมากกว่า 3.50 ถือว่าสามารถนำไปใช้ได้ ถ้าหากข้อใดได้ค่าเฉลี่ยคะแนนน้อยกว่า 3.50 ปรับแก้ตามข้อเสนอแนะและกลับให้ผู้เชี่ยวชาญประเมินลงคะแนนจนกว่าได้ค่าเฉลี่ยมากกว่า 3.50 หรือไม่มีข้อเสนอแนะใดๆ

1.4 เสนอโครงร่างวิจัยต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ และคณะกรรมการงานวิจัยของวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี

1.5 ผู้วิจัยนำหนังสือแนะนำตัวและขออนุญาตในการเก็บข้อมูลต่อผู้อำนวยการวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี

1.6 ตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของแนวคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึก และแนวคำถามในการสนทนากลุ่ม

1.7 พัฒนาชุดกิจกรรมโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญซึ่งมีคุณสมบัติ คือเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านงานวิจัยเชิงคุณภาพ ด้านการให้สุขศึกษา และด้านของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน จำนวน 5 คน จนได้ข้อมูลที่อิมตัว

1.8 วิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) เพื่อปรับชุดกิจกรรม และกลับให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบจนได้ชุดกิจกรรมที่ 2 (ชุดปรับปรุงจากข้อเสนอแนะผู้เชี่ยวชาญ)

## 2. การจัดกิจกรรม

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการจัดกิจกรรมคือ นักศึกษาที่มีอายุระหว่าง 15-19 ปี จำนวน 40 คน ซึ่งใช้เกณฑ์ช่วงอายุตามสถิติและคู่มือการจัดกิจกรรมการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรและจำนวนเฉลี่ยตามเทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมกลุ่ม<sup>11-13</sup>

จัดกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมาย ด้วยชุดกิจกรรมที่ 2 ที่ผ่านการปรับปรุงจากข้อเสนอแนะ

ผู้เชี่ยวชาญ โดยเนื้อหากิจกรรม เวลาในการจัดแต่ละกิจกรรม สื่อที่ใช้ และการประเมินผลตามชุดกิจกรรมที่ 2

### 3. การประเมินชุดกิจกรรม

3.1 จัดทำแนวคำถามในการสนทนากลุ่ม และตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของแนวคำถามในการสนทนากลุ่ม (ขั้นตอนเดียวกันกับการพัฒนาชุดกิจกรรม)

3.2 สุ่มตัวอย่างจากกลุ่มเป้าหมายหลังจบกิจกรรม แบบแบบเจาะจง โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกคือ เป็นผู้ที่เต็มใจและมีเวลาในการให้ข้อมูล ใสใจในกิจกรรมซึ่งมาจากตัวแทนแต่ละกิจกรรมคือ กิจกรรมใจเขาใจเรา คือผู้ที่ใส่ชุดคลุมท้องเสมือนจริง จำนวน 2 คน กิจกรรมแล่นน้ำจากอาสาสมัครที่ไม่มีสาร NaOH จำนวน 1 คน และสมาชิกจำนวน 1 คน กิจกรรมใจเขาใจเราที่ระดมความคิดในบทบาทของพ่อแม่ เพื่อน ครู และแฟน จำนวน 4 คน กิจกรรมจินตนาการรักขอตัวแทนที่ออกพูดคำปฏิเสธ จำนวน 1 คน และกิจกรรมโน้ตแห่งความมุ่งมั่นขออาสาสมัครจำนวน 1 คน รวมจำนวน 10 คน เพื่อทำการประเมินชุดกิจกรรมด้วยการสนทนากลุ่ม

3.3 ประเมินชุดกิจกรรมตามกรอบทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนโดยการสนทนากลุ่มกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 คน

3.4 วิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) เพื่อประเมินชุดกิจกรรม

#### การพิทักษ์สิทธิ์ของผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยเคารพสิทธิและคุ้มครองสิทธิของผู้ให้ข้อมูล ดังนี้

1. การให้ความยินยอม ผู้วิจัยต้องอธิบายวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการเก็บข้อมูล การนำเสนอผลลัพธ์ และการรักษาข้อมูลเป็นความลับ และเปิดโอกาสในการซักถามข้อสงสัยต่างๆ เพื่อคิดใคร่ครวญก่อนให้ความร่วมมือในการทำวิจัย ดังนั้นผู้ให้ข้อมูลทุกคนได้ผ่านกระบวนการให้ความยินยอมให้ข้อมูล

และได้ลงนามในหนังสือยินยอมตน (ทุกขั้นตอนตั้งแต่การพัฒนาชุดกิจกรรม-ผู้เชี่ยวชาญ การจัดกิจกรรม-นักศึกษาที่มีอายุระหว่าง 15-19 ปี จำนวน 40 คน การประเมินชุดกิจกรรม-กลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 คน)

2. การเคารพสิทธิส่วนบุคคล ไม่ว่าจะเป็นการนัดหมาย การกำหนดระยะเวลา การขอยุติการสัมภาษณ์ การขออนุญาตจดบันทึก และบันทึกเทปล้วนขออนุญาตจากผู้ให้ข้อมูลทั้งสิ้น

3. การเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับ ผู้ให้ข้อมูลรับทราบว่าข้อมูลถูกนำเสนอเป็นภาพรวม และข้อมูลที่บันทึกเสี่ยงระหว่างการสัมภาษณ์เชิงลึกหรือการสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยจะทำลายทันทีเมื่อสิ้นสุดการวิจัย

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลของขั้นตอนการพัฒนาชุดกิจกรรมและการประเมินชุดกิจกรรมโดยวิเคราะห์ควบคู่ไปกับการเก็บรวบรวมข้อมูลในแต่ละครั้ง โดยถอดเทปบันทึกการให้สัมภาษณ์ออกมาเป็นตัวอักษรในทุกๆ คำพูด นำข้อมูลที่ได้ทั้งหมดมาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis) ซึ่งเป็นการตีความสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Induction) โดยบรรยายเป็นเนื้อหาตามปรากฏในข้อความ โดยไม่มีอคติหรือความรู้สึกส่วนตัว

### ผลการวิจัย

1. การสร้างชุดกิจกรรมที่ 1 ดังตารางที่ 1 ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมที่จำแนกตามตัวแปรของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ดังนี้

1.1 การรับรู้หรือเชื่อว่าตนสามารถควบคุมพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรของตนเองได้ในทิศทางที่เหมาะสมคือการที่บุคคลตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่จะจัดการและดำเนินการเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัย

อันควรรู้ทักษะการปฏิเสธ ด้วยกิจกรรมจินตนาการรัก

1.2 การคล้อยตามอิทธิพลของคนรอบข้างคือรูปแบบของความเชื่อที่เป็นมาตรฐานหรือบรรทัดฐานในแต่ละบทบาทเช่นพ่อแม่ เพื่อน คุณครู ผู้ที่ตั้งครรภ์ในวัยเรียน และแฟนต่อการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรด้วยกิจกรรมใจเขาใจเรา

1.3 ทักษะที่ดีต่อพฤติกรรมการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรคืออารมณ์ ความคิด ความรู้สึก ที่ตอบสนองต่อการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรด้วยกิจกรรมแล่นน้ำ

1.4 ความตั้งใจที่จะป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรคือความต้องการ ความตั้งใจ หรือความคาดการณ์ว่าจะป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรด้วยกิจกรรมโน้ตแห่งความมุ่งมั่น

2. การพัฒนาชุดกิจกรรมโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน วิเคราะห์เชิงเนื้อหา ปรับแก้ตามผู้เชี่ยวชาญและนำกลับจนได้ข้อมูลที่อิ่มตัว และจัดทำเป็นชุดกิจกรรมที่ 2 ดังตารางที่ 2 โดยประเด็นการปรับแก้ชุดกิจกรรมจากการสัมภาษณ์เชิงลึกทั้งรายละเอียด เวลา สื่อ และการประเมินผลกิจกรรม ซึ่งจำแนกตามตัวแปรของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนดังนี้

2.1 ทักษะที่ดีต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ประกอบด้วย กิจกรรมชะลอดีกว่าใหม่ (ในลักษณะการโต้วาที “เพศสัมพันธ์ไม่มีดีกว่าแน่ๆ”) กิจกรรมแล่นน้ำ จากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญพบว่าให้เพิ่มกิจกรรมที่ทำให้เกิดทัศนคติการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เพราะเดิมนั้นการป้องกันตนเองจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และตัดการคิดค่า 3 คำออกเพราะไม่ก่อให้เกิดทัศนคติ และเน้นเรื่องความปลอดภัยของสารเคมีที่ใช้ ดังคำพูด

“กิจกรรมก็ตรงกับตัวแปรทัศนคติมุ่งคนที่ยังไม่เกิดหรือคนที่เกิดแล้ว มุ่งที่โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ แต่ขาดเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัย

อันควร น่าจะเพิ่มกิจกรรมเพื่อความสมบูรณ์มากขึ้น”  
(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1)

“เราควรสร้างกิจกรรมที่ทำให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อการรักษาพรหมจรรย์ โดยอาจมี 2 ส่วน ส่วนแรกว่าทัศนคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรเป็นประมาณไหน แล้วจึงโยงเข้าเรื่องส่วนที่สองว่าถ้ามันเกิดแล้ว ควรทำอย่างไรต่อการป้องกันการโรคที่ไม่ใช่แค่ HIV มัย ส่วนการพูดคำ 3 คำนั้นคงไม่ทำให้เกิดทัศนคติ เด็ก ๆ ก็พูดไปเรื่อย ไม่ได้เกิดทัศนคติอย่างไร”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5)

“ควรดูในความเข้มข้นของสารที่เรานำมาใช้ว่าขนาดเท่าไร เพราะยังมีความเข้มข้นยังอันตราย เราไม่รู้ว่าจะเด็กจะเล่นแผลง ๆ แกล้งกันอะไรรีเปล่า”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4)

2.2 การคล้อยตามอิทธิพลของคนรอบข้างประกอบด้วย กิจกรรมใจเขาใจเรา

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญพบว่าให้ปรับรายละเอียดการดำเนินกิจกรรมใจเขาใจเรา เพื่อให้ชัดเจนต่อตัวแปรที่ต้องเน้นแรงกดดันจากคนรอบข้างที่จะไม่ให้ไปสู่พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม โดยกลุ่มเป้าหมายทุกคนได้สมมติตนเองว่าหากตนท้อง หรือทำผู้หญิงท้อง คนรอบข้างได้แก่พ่อแม่ เพื่อน คุณครู แฟนจะเป็นอย่างไร และได้ให้แบ่งกลุ่มเพื่อสวมบทบาทคนรอบข้างเหล่านั้นด้วย ทำให้เกิดความครอบคลุมในหลายบทบาทมากขึ้น และเพิ่มเวลาในการใส่ชุดคลุมท้องโดยเริ่มตั้งแต่แรกของชุดกิจกรรมเพื่อที่จะให้ได้รับรู้ถึงความลำบากมากขึ้นและจบสุดท้ายของชุดกิจกรรม และตัดการประเมินผลออกเนื่องจากความตระหนักเป็นเรื่องของความรู้สึกส่วนบุคคล ดังคำพูด

“อย่าลืมว่าเจตนาarmiในขณะนี้เราทำกับกลุ่มที่ยังไม่ได้ท้อง เรากำลังจะชูแก้วว่าอิทธิพลของครอบครัวว่าคุณต้องแคร์นะ ซึ่งกิจกรรมเราอ่านแล้วรู้สึกว่ามันไม่ชัดถึงประเด็นนั้น เพราะฉะนั้นอิทธิพลของครอบครัวนี้คือต้องทำให้ครอบครัวเรากัดฟันเรา คัดหวังเรามากๆ”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1)

“ต้องดึงให้เด็กอึนว่าถ้าสมมติว่าเราท้องทำให้คนอื่นท้อง ดังนั้นคำถามแรกที่เราจะถามคือถ้าสมมติว่าเราท้องแล้วไปบอกพ่อแม่ๆ เราจะว่อย่างไร เพื่อนจะมีปฏิกิริยาอย่างไร ครูจะเป็นอย่างไร ให้เด็กสวมบทบาทครอบครัว สุดท้ายเด็กจะได้ข้อสรุปมา แล้วเอามาแชร์กัน และน่าจะเพิ่มเวลาในการใส่ชุดคลุมท้อง เพราะจะสะท้อนอะไรหลายๆ อย่างทั้งตัวเด็กที่ใส่ชุดคลุมท้องหรือเพื่อนของเด็ก ซึ่งอาจมีเงื่อนไขต่าง ๆ ของการใส่ชุดคลุมท้องด้วยเช่นการลุก-นั่งต้องระวังอะไรบ้าง และความตระหนักนั้นเป็นเรื่องของความรู้สึก ถ้าพูดถึงบทบาทพ่อแม่ก็เหมือนกับความตระหนัก เรารู้มึนว่าพ่อแม่เป็นห่วงเรานะนี่คือความตระหนัก มันเป็นเรื่องของความรู้สึกส่วนตัวที่เกิดขึ้นในใจให้เด็กแค่ทำกิจกรรมก็เพียงพอแล้ว”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2)

2.3 การรับรู้หรือเชื่อว่าตนสามารถควบคุมพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรของตนเองได้ในทิศทางที่เหมาะสม ประกอบด้วยกิจกรรมจินตนาการรัก

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญพบว่าให้บรรยายละเอียดของการดำเนินกิจกรรมจินตนาการรัก เพื่อแสดงถึงความยาก-ง่ายที่จะปฏิบัติตนในพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยเพิ่มเนื้อหา กิจกรรมที่มีหลักการทางวิทยาศาสตร์<sup>13</sup> เข้ามาอธิบายเพิ่ม เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายเกิดความเข้าใจในอารมณ์ของตนเองมากขึ้น ผู้วิจัยบรรยายความสัมพันธ์ของ

ภาพเพื่อกระชับเวลาโดยลดเวลาเหลือ 40 นาที และเพิ่มส่วนสรุปเกี่ยวกับทักษะการปฏิเสธ ปรับรูปภาพจินตนาการรักให้มีขนาดใหญ่ เป็นภาพสี บนวัสดุที่หนา ปรับการประเมินเป็นการคัดเลือกตัวแทนกลุ่มมา 10 คนเพื่อยกตัวอย่างทักษะการปฏิเสธที่ดี ดังคำพูด

“มองว่ามันไม่ค่อยตรงกับนิยามของตัวแปรตามทฤษฎี ควรทำความเข้าใจให้ชัดว่าสิ่งที่เราจะทำเป็นเรื่องยากหรือง่าย ลองบรรยายละเอียดดูนะ”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1)

“เป็นสิ่งที่รู้อยู่แล้ว แต่ว่าเรายังทำไม่ได้ ดังนั้นเนื้อหาที่ควรโฟกัสที่ควบคุมอะไร อย่างไร ถ้าเกิดว่าควบคุมแล้วผลนั้นเป็นอย่างไร ถ้าไม่ควบคุมผลเป็นอย่างไร ซึ่งควรเอาวิทยาศาสตร์เพื่อให้เด็กเห็นภาพที่ชัดเจน น่าสนใจ และยกตัวอย่างทักษะการปฏิเสธ ปรับคำพูดพร้อมยกตัวอย่างการปฏิเสธที่ไม่เป็นการผิดใจกัน และควรปรับขนาดภาพให้ใหญ่ ไม่ใช่ขาวดำเพื่อดึงดูดสนใจ และแปะอะไรบางอย่างที่แข็งแรง ประเมินนี้เราต้องดูว่าเด็กบางคนเค้าอาจจะแบบเคยผ่านสถานการณ์แบบนี้มา บางทีก็อาจจะ fake ได้ เราต้องพยายามดูและคัดเลือกตัวแทนกลุ่มที่แบบคิดว่าน่าจะเป็นตัวแทนที่ดีที่สุดอะไรยังเงี่ย”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3)

“คนบรรยายควรเป็นเรานะ เมื่อดูรูปเสร็จก็สามารถวาดต่อได้เลย มันน่าจะไวกว่าเพราะไม่มีอะไรซับซ้อน แล้วจะเอาเวลาไปเพิ่มให้กิจกรรมอื่นๆ ดีกว่า เดี่ยวไม่ทัน”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2)

2.4 ความตั้งใจที่จะป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรประกอบด้วยกิจกรรมโน้ตแห่งความมุ่งมั่น

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญพบว่าปรับรายละเอียดการดำเนินกิจกรรมหลังจากเขียนความตั้งใจเสร็จให้กลุ่มเป้าหมายฉีกทิ้งลงในโหลที่บรรจุน้ำสีเข้ม ดังคำพูด

“เขียนแล้วฉีกทิ้งใส่โหลที่มีน้ำสีเข้มเลยจะดีกว่าเพราะให้เด็กมั่นใจว่าสิ่งที่เขียนจะไม่มีเปิดเผย เพราะสมมุติว่าเราไปแล้ว แต่ที่นี้เราตั้งใจว่าต่อไปนี้จะใส่ถุงยาง จะให้แฟนตรวจ HIV คนอื่นต้องไม่รู้ นั่งกันแบบท่างันคิดของตัวเอง”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1)

## 2.5 ความคิดเห็นต่อภาพรวมของกิจกรรม

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญพบว่ากิจกรรมสามารถตอบตัวแปรตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนแต่ควรทำกิจกรรมให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้สึกเข้าถึงในกิจกรรมจริง ๆ และจัดลำดับกิจกรรมใหม่ โดยนำกิจกรรมของตัวแปรทัศนคติมาก่อน ตามด้วยตัวแปรอิทธิพลคนรอบข้าง และตัวแปรการรับรู้การควบคุมตนเอง อีกทั้งในขณะทำกิจกรรมต้องแบ่งหน้าที่ให้ชัด มีคนควบคุมกิจกรรมดูแลผู้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง โดยได้ปรับในแต่ละกิจกรรมตามรายละเอียดข้างต้น ดังคำพูด

“เห็นแบบเห็นกรอบมาตั้งแต่แรก ซึ่งดี พอเวลาแตกกิจกรรม ๆ เราย่อยเรียงกันอย่างดี เพียงแต่ว่าเราอาจจะยังไม่ได้ Review กิจกรรม เอกกิจกรรมที่เค้ามียแล้วมันก็ตอบ ถามว่าตอบโจทย์เรามั้ย มันก็ตอบทุกโจทย์เลย เพียงแต่มองว่ากิจกรรม พอเวลาเราเข้าไปร่วมมันจะเป็นแค่เชิงสัญลักษณ์ ควรทำให้เห็นผลเชิงประจักษ์อย่างที่เราคูๆ กัน”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5)

“วัตถุประสงค์ กิจกรรม เราควรจัดเรียงความสำคัญของตัวแปรและเริ่มจากการปรับทัศนคติก่อนจะดีกว่านี้ และต้องแบ่งงานว่า แต่ละคนจะทำอะไร ให้ชัดเจนในแผนกิจกรรม ต้องการให้ทุกคน

อยู่ด้วยกันแบบไม่ต้องออกไปไหน จะจัดการยังไง”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2)

## 3. การประเมินชุดกิจกรรมตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

หลังจากการจัดกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมายคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างมา 10 คน ทำการสนทนากลุ่มเพื่อประเมินชุดกิจกรรม จำแนกตามตัวแปรของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนดังนี้

### 3.1 ทัศนคติที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

จากการสนทนากลุ่มกับกลุ่มตัวอย่างพบว่ากลุ่มตัวอย่างเกิดอารมณ์ ความคิด ความรู้สึกในการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรและป้องกันจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ มีความกลัวว่าหากมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกก็มักจะมีครั้งต่อไปและกลัวติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ดังคำพูด

“เราไม่รู้ว่าใครเป็นหรือไม่เป็น เพราะว่าทุกคนก็เหมือน ๆ กันหมด เราไม่สามารถแยกได้ออก เรื่องเช็กส์มันเป็นเรื่องที่เปิดกว้าง เพราะฉะนั้นเราต้องดูแลตนเอง ปกป้องตนเอง ถ้าจะมีก็ต้องดูแลตัวเอง เพราะว่าเราก็ไม่รู้ว่าคุณที่เรามีอะไรด้วยเป็นหรือไม่เป็นแบบนี้ค่ะ”

(ผู้สนทนากลุ่ม คนที่ 1)

“ช่วงเรียนนี้ก็ไม่ควรท้องมัย นึกถึงผลที่ตามมาก็ปวดหัวแล้ว ทางที่ดีไม่ต้องมัวใส่ถุงเพื่อป้องกันโน่นนี่ แค่อัดแต่ต้นตอคือไม่มีเพศสัมพันธ์ก็จบนะ”

(ผู้สนทนากลุ่ม คนที่ 3)

### 3.2 การคล้อยตามอิทธิพลของคนรอบข้าง

จากการสนทนากลุ่มกับกลุ่มตัวอย่างพบว่ากลุ่มตัวอย่างรู้สึกเข้าอกเข้าใจมากขึ้น และรู้สึกถึงความกดดันของคนรอบข้างทั้งพ่อแม่ เพื่อน คุณครู ผู้ที่ตั้งครรภ์ในวัยเรียน และแฟน ไม่อยาก



ถูกมองว่าไม่ดีและกลัวการถูกตำหนิ และจากการลองสมมติว่าตนเองท้องก็รู้สึกว่าจะไม่ยอมให้เกิดขึ้นจริง ๆ ดังคำพูด

“ก็สมมติเราเป็นพ่อแม่คน เรามีลูกแล้วเราก็หวังในตัวลูกมาก ก็จะส่งลูกเรียนให้จบปริญญา ลูกจะเป็นอย่างไรอย่างนี้จะได้ดี แต่สุดท้ายก็มาท้องก่อนแล้วก็หมดอนาคตไป ก็รู้สึกผิดหวังก็ถือเป็นลูกอกอภัย”

(ผู้สนทนากลุ่ม คนที่ 6)

“สำหรับหนูถ้าเอาจริง ๆ อะ พ่อแม่หนูเอาตายแน่ แต่เค้าก็จะเสียใจมากด้วย หนูเองคงอายเพื่อน ๆ กลัวสังคมไม่เอาหนู”

(ผู้สนทนากลุ่ม คนที่ 2)

“ได้สวมบทบาทเป็นคนอื่นดู ก็รู้สึกเข้าใจและกดดันมากขึ้น แล้วก็รู้สึกว่าควรจะต้องดูแลตนเองไม่ควรปล่อยให้เกิดเรื่องแบบนั้นขึ้น”

(ผู้สนทนากลุ่ม คนที่ 8)

3.3 การรับรู้หรือเชื่อว่าตนสามารถควบคุมพฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรของตนเองได้ในทิศทางที่เหมาะสม

จากการสนทนากลุ่มกับกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างเข้าใจ รับรู้ตัวเองที่จะควบคุมได้แม้อยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงหรือยาก เพราะเป็นเรื่องของอารมณ์แต่ก็ไม่อยากเกินกว่าที่จะทำได้ รู้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับตัวเองบ้าง และจะจัดการ เลือกทำอะไรต่อไป ปฏิเสธอย่างไรเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ดังคำพูด

“ได้จินตนาการต่อว่าจากภาพตรงเนี่ย จากเหตุการณ์เราจะเลือกตัดสินใจต่อแบบ

ไหน มันก็ให้เห็นมุมมองของเพื่อนคนอื่นได้ว่าเค้าจะทำยังไงต่อ และเค้าจะแก้ปัญหาตรงนี้ยังไง ได้คิดสถานการณ์ต่อตรงนี้ถ้าไปทางนี้ มีปัญหาแบบนี้มีัยถ้าไปทางนี้แล้วก็เป็นยังไงต่อคะ”

(ผู้สนทนากลุ่ม คนที่ 9)

“ได้เห็นมุมมองที่แตกต่างจากตัวหนูคือความรู้สึก ประสบการณ์เฉพาะแต่ละคนเลยคะ ภาพสุดท้ายที่ออกมาที่ชัดว่าเราต้องไม่ท้องได้ยังไง และมันดียังไง ก็ได้ไอเดียที่หลากหลายให้ตัวหนูเองจะไปต่ออย่างไรกับความรักตอนนี้และอึบตัวหนูเองที่จุดไหนคะ”

(ผู้สนทนากลุ่ม คนที่ 4)

3.4 ความตั้งใจที่จะป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

จากการสนทนากลุ่มกับกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างรู้สึกว่าได้ให้คำสัญญากับตนเองแบบตั้งใจที่จะไม่ทำอะไร ได้ระบายความต้องการความรู้สึกบางอย่างแล้วจึงทำลาย ดังคำพูด

“เหมือนเราได้ตั้งปณิธานให้กับตัวเองไว้คะ ว่าเราจะทำอะไรที่เราสัญญากับตัวเองไว้ให้ได้ ถึงแม้ว่าจะไม่มีใครรู้ หรืออาจจะไม่มีใครรู้ก็ตาม แต่เราก็พยายามทำให้มันได้ เหมือนเราตั้งใจแล้ว”

(ผู้สนทนากลุ่ม คนที่ 8)

“ที่เขียนหะอครับ คือผมไม่ต้องบอกพี่เนอะว่าเขียนอะไร แต่ผมอะ เหมือนได้ตอกย้ำตัวเองว่าอย่าทำหรือถ้าต้องการจะทำ ผมจะทำในสิ่งที่ถูกต้องครับ”

(ผู้สนทนากลุ่ม คนที่ 10)

ตารางที่ 1 แสดงชุดกิจกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร (ชุดที่ 1)

ชื่อกิจกรรม (ตัวแปรทฤษฎี พฤติกรรมตาม แผน)	รายละเอียดการดำเนินกิจกรรม	เวลา (นาที)	สื่อ	การประเมินผล
จินตนาการรัก (การเรียนรู้และ ควบคุมตนเอง)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม (คณะเทศ) และแจกภาพจินตนาการรักและอุปกรณ์</li> <li>- หาความเชื่อมโยงของภาพ วาดภาพที่ 5 และ 6 และแต่งเรื่องสั้น และออกมาแสดง</li> <li>- ถามคำถามชวนคิดในประเด็นการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และถ้ามีอย่างปลอดภัย</li> <li>- เปิดคลิปวิดีโอสั้น และสรุปกิจกรรม</li> </ul>	60	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ชุดภาพจินตนาการรัก 5 ชุด (กลุ่มละ 1 ชุด ๆ ละ 4 ภาพ)</li> <li>- กระดาษ A4 10 แผ่น (กลุ่มละ 2 แผ่น)</li> <li>- ปากกาเคมี 10 แท่ง (กลุ่มละ 2 แท่ง)</li> <li>- คลิปวิดีโอสั้น sex วัยรุ่นเลือกได้ ตอน แม่จ๋า</li> </ul>	คำถามชวนคิดว่า ผู้ทำกิจกรรมมีทักษะการปฏิเสธอย่างไร โดยตอบได้ 2-3 ข้อ
ใจเขาใจเรา (การคล้อยตาม อิทธิพลของคน รอบข้าง)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งกลุ่ม 8 กลุ่ม (เสมือนบ้าน) แจกป้ายคล้องคอแต่ละบทบาท และใส่ชุดคลุมท้องเสมือนจริงในคนที่ได้รับบทบาทหญิงตั้งครรภ์</li> <li>- ให้ภายในกลุ่ม คิดคำพูดที่จะพูดกับคนที่ตั้งครรภ์ (ทั้งเชิงบวกและลบ)</li> <li>- จับกลุ่มใหม่ ซึ่งคนที่ได้รับบทบาทเหมือนกันมาอยู่กลุ่มเดียวกัน</li> <li>- ระดมความคิด และออกมาอภิปราย</li> <li>- ให้คนที่ได้ใส่ชุดคลุมท้องออกมาเล่าข้อคิดและสรุปกิจกรรม</li> </ul>	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ป้ายคล้องคอ 8 ชุด ชุดละ 5 บทบาทสมมติ (สีเขียว-พ่อแม่, สีเหลือง-เพื่อน, สีฟ้า-คุณครู, สีแดง-ท้องในวัยเรียน และสีชมพู-แฟน)</li> <li>- ชุดคนท้องเสมือนจริง 8 ชุด (อายุครรภ์แตกต่างกัน)</li> </ul>	ประเมินจากการที่ผู้ทำกิจกรรมได้ออกมาอภิปรายหน้าชั้นว่าเกิดความรู้สึกระหนักต่ออิทธิพลรอบข้างหรือไม่
แลกน้ำ (ทัศนคติที่มีผล ต่อพฤติกรรม นั้น)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ขออาสาสมัคร 8 คนแจกขวดน้ำที่ไม่มีสาร NaOH</li> <li>- ให้คนที่เหลือมาหยิบขวดน้ำ แก้วและหลอดจืดยา</li> <li>- แลกน้ำกัน 4 ครั้ง ครั้งที่ 5 ให้อาสาสมัครลงเล่นด้วย (ห้ามอาสาสมัครจับกันเอง)</li> <li>- คำถามชวนคิดว่าการแลกน้ำเสมือนการมีเพศสัมพันธ์ (กับคนหลายคน การเปลี่ยนคู่ การมีคู่หลายคน การมีคู่เพียงคนเดียว)</li> <li>- ตรวจเชื่อว่าใครติดโรคบ้าง</li> <li>- ตั้งแถวเป็นวงกลม ให้คิดคำ 3 คำที่รู้สึกและตะโกนออกมา</li> <li>- เปิดคลิปวิดีโอสั้น และสรุปกิจกรรม</li> </ul>	50	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ชุดเล่นกิจกรรม แลกน้ำ ได้แก่ สารโซเดียมไฮดรอกไซด์ (NaOH) ผสมอัตราส่วน 1:30 ขวดใส่น้ำเปล่า 40 ขวด แก้วใส 40 ใบ หลอดจืดยี่ห้อ 10 ml 40 หลอด สารละลาย ฟีนอล์ฟทาลีน (สำหรับทดสอบ)</li> <li>- คลิปวิดีโอ Sex วัยรุ่นเลือกได้ ตอน ได้กับได้</li> </ul>	- ประเมินจากคำ 3 คำว่าเกิดทัศนคติในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
โน้ตแห่งความมุ่งมั่น (ความตั้งใจ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เขียนสิ่งที่รู้สึก และนำมาจัดทำเป็นบอร์ดมอบให้หัวหน้าชั้น</li> <li>- สรุปกิจกรรมทั้งหมด</li> </ul>	20	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กระดาษ post-it (คนละ 1 แผ่น)</li> <li>- ปากกา (คนละ 1 แท่ง)</li> <li>- บอร์ด</li> </ul>	ทุกคนได้เขียนความตั้งใจ

ตารางที่ 2 แสดงชุดจัดกิจกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร (ชุดที่ 2)

ชื่อกิจกรรม (ตัวแปรทฤษฎี พฤติกรรมตาม แผน)	รายละเอียดการดำเนินกิจกรรม	เวลา (นาที)	สื่อ	การประเมินผล
ใจเขาใจเรา	- ขออาสาสมัครมาใส่ชุดคลุมท้อง เสมือนจริง 8 คน	10	- ชุดคลุมท้องเสมือน จริง 8 ชุด	-
- ชะลอตุ๊กว่าไหม - แลกน้ำ (ทัศนคติที่ มีต่อพฤติกรรม นั้น)	- แบ่งกลุ่มละ 5 คน และแบ่งเป็น 2 ฝั่ง เป็นฝั่งละ 4 กลุ่มใหญ่ และให้เลือกว่า ฝั่งใดจะเป็นฝ่ายเสนอ/ค้าน ในประเด็น โต้วาที “เพศสัมพันธ์ไม่มีดีกว่าแน่ๆ” - ระดมความคิดและส่งตัวแทนทีมละกลุ่ม สลับฝั่งมาแสดงความคิดเห็น - สรุปกิจกรรมและเชื่อมโยงไปยังความ สำคัญของการป้องกันการตั้งครรภ์ - เข้าสู่กิจกรรมแลกน้ำ (รายละเอียด ตามกิจกรรมชุดที่ 1) - สรุปกิจกรรม	60	- ชุดเล่นกิจกรรม แลกน้ำ ได้แก่ สารโซเดียมไฮดรอกไซด์ (NaOH) ขวดใส น้ำเปล่า 40 ขวด แก้วใส 40 ใบ หลอดฉีดยา 40 หลอดสารละลาย ฟีนอล์ฟทาลีน (สำหรับทดสอบ) - คลิปวิดีโอ Sex วัยรุ่น เลือกได้ตอน ได้กับได้	- ประเมินจาก การสังเกต การมีส่วนร่วม ในกิจกรรม กลุ่ม และการ อภิปรายแลกเปลี่ยน
ใจเขาใจเรา (การคล้อยตาม อิทธิพลของคน รอบข้าง)	- ให้แต่ละคนคิดว่าหากตนท้องหรือ ทำผู้หญิงท้องจะบอกกับคนรอบข้าง อย่างไร และคนเหล่านั้นจะรู้สึกอย่างไร (พ่อแม่ เพื่อน ครู แฟน) - เขียนหรือวาดรูปใส่กระดาษ A4 โดย แบ่งเป็น 4 ช่อง/แผ่น - จับกลุ่ม 8 คน และมอบบทบาทให้ ระดมความคิดว่าหากตนอยู่ในบทบาท นั้น จะรู้สึกอย่างไรกับเด็กที่ท้องใน วัยเรียนและออกมาอภิปรายและสรุป กิจกรรม	40	- กระดาษ A4 จำนวน 40 แผ่น (คนละ 1 แผ่น) - ปากกา 40 ด้าม (คนละ 1 ด้าม)	-
จินตนาการรัก (การรับรู้การ ควบคุมตนเอง)	- แบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม (คละเพศ) และ แจกภาพจินตนาการรัก และอุปกรณ์ - หาความเชื่อมโยงของภาพ วาดภาพ ที่ 5 และ 6 ออกมาอภิปราย - ให้ความรู้เกี่ยวกับทักษะการปฏิเสธ - ขอตัวแทน 10 คน มาพูดคำปฏิเสธที่ดี - ให้ความรู้เกี่ยวกับความรู้สึกเชิง วิทยาศาสตร์ เปิดคลิปวิดีโอและ สรุปกิจกรรม	40	- ชุดภาพจินตนาการรัก 1 ชุด ภาพสีที่แปะบน กระดาษแข็ง - กระดาษร้อยปอนด์ ขนาด A4 10 แผ่น (กลุ่มละ 2 แผ่น) - ปากกาคemie 10 ด้าม - คลิปวิดีโอสั้น sex วัยรุ่น เลือกได้ ตอน แม่จำ	ตัวแทนที่ออกมา อภิปราย 10 คน สามารถบอกคำ ปฏิเสธที่ดีได้
โน้ตแห่งความ มุ่งมั่น (ความตั้งใจ)	- ให้เขียนคำสัญญาต่อตนเองเกี่ยวกับ การป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร อ่าน 1 ครั้งในใจ แล้วฉีกทิ้งลงโหล แห่งความมุ่งมั่น - สรุปกิจกรรม	15	- กระดาษ post-it 40 แผ่น ปากกา 40 ด้าม (คนละ 1 ชุด) - โหลแห่งความมุ่งมั่น ที่บรรจุน้ำที่มีสีเข้ม	ทุกคนได้เขียน ความตั้งใจ
ใจเขาใจเรา	ให้ผู้ใส่ชุดคลุมท้องออกมาเล่า ความรู้สึกและข้อคิด	5	-	-

## อภิปรายผล

การพัฒนาชุดกิจกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ ก่อนวัยอันควรจากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คนได้มีการปรับแก้จนได้ข้อมูลที่พร้อมตัว และจัดทำชุดกิจกรรมที่ 2 ซึ่งนำไปทำกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมายช่วงอายุ 15-19 ปี และได้ประเมินชุดกิจกรรมด้วยการสนทนากลุ่มจำนวน 10 คน พบว่ากิจกรรมสอดคล้องกับตัวแปรของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน คือมีทัศนคติที่ดี คำนิยาม และรับรู้ถึงความกดดันของคนรอบข้าง และการรับรู้หรือเชื่อว่าตนสามารถควบคุมพฤติกรรมป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรของตนเองได้ในทิศทางที่เหมาะสม โดยตามทฤษฎีนี้ตัวแปรทั้งสามส่งผลโดยตรงต่อความตั้งใจ และกิจกรรมสามารถทำให้กลุ่มเกิดความมุ่งมั่นและตั้งใจ จะผลักดันให้เกิดการแสดงพฤติกรรมที่ลดการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ผลของโปรแกรมป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมโดยแกนนำนักศึกษาพยาบาล<sup>16</sup> ที่โปรแกรมทำให้เกิดทัศนคติ ความตั้งใจที่ดีก็ทำให้เกิดพฤติกรรมที่ดีตามมา งานวิจัยพัฒนาชุดกิจกรรมนี้ได้ใช้ทีมผู้วิจัยที่เป็นนักศึกษาจึงมีวัยไม่แตกต่างอีกทั้งยังเป็นกลุ่มแกนนำของสถาบันการศึกษา ที่สอดคล้องกับงานวิจัยที่ใช้แกนนำวัยรุ่นเพื่อเสริมสร้างความรู้เรื่องเพศและอนามัยเจริญพันธ์<sup>17-18</sup> และรูปแบบกิจกรรมยึดผู้ทำกิจกรรมเป็นสำคัญซึ่งใช้แนวคิดการเรียนรู้ของ คอส์ป<sup>19</sup> ตามวงจรการเรียนรู้คือการรับรู้ผ่านประสบการณ์ “รูปธรรม” กับการรับรู้เชิง “นามธรรม” โดยการสะท้อนคิด

## ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. สามารถนำชุดกิจกรรมไปจัดกิจกรรมกับกลุ่มเป้าหมายที่มีอายุระหว่าง 15-19 ปี เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยควร
2. สามารถต่อยอดงานวิจัยที่ศึกษาผลของชุดกิจกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร โดยสร้างแบบประเมินที่วัดผลแต่ละตัวแปรโดยวิจัยเชิง

## ปริมาณ

### เอกสารอ้างอิง

1. ศิริพร จิรวัดน์กุล, สมพร รุ่งเรืองกลกิจ, ดารุณี จงอุดมการณ์, กฤตยา แสงวงเจริญ, สร้อยอนุสรณ์ธีรกุล, สมพร วัฒนกุลเกียรติ และคณะ. การศึกษาแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น (แม่วัยใส). ศูนย์ประสานงานองค์การอนามัยโลกด้านการวิจัยและฝึกอบรมด้านเพศภาวะและสุขภาพสตรี มหาวิทยาลัยขอนแก่น. สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2554.
2. สุวรรณี คำมั่น, ชุตินาฏ วงศ์สุบรรณ. แม่วัยใส ความท้าทายการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ไทยพับลิก้า; 2556.
3. ศรีพิชญ์ ตันติเวสส, ทรงยศ พิลาสันต์, อินทิรายมาภักย์, ยศ ธีระวัฒนานนท์, ชลัญจธร โยธาสุมทร, อภิญญา มัตเตช และณัฐจรัส เอมมหัสสกุล. สถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในประเทศไทย. โครงการประเมินเทคโนโลยีและนโยบายด้านสุขภาพ; 2556.
4. ศรุตยา รongเลื่อน, ภัทรวลัย ตลิ่งจิตร และสมประสงค์ ศิริบริรักษ์. การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ในวัยรุ่น: การสำรวจปัญหาและความต้องการการสนับสนุนในการรักษาพยาบาล. วารสารพยาบาลศิริราช. 2555; 5(1),14-28.
5. ปฎิญา เอี่ยมสำอางค์, รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์ และพรนภา ทอมสินธุ์. ปัจจัยเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ซ้ำที่ไม่ตั้งใจของวัยรุ่น. วารสารสาธารณสุขมหาวิทยาลัยบูรพา. 2556. 8(1):55-67.
6. Morin P, Tribble D, Wals PD, Payette H. Concept analysis of pregnancy planning drawn from women of childbearing age. Health Promotion Practice 2001;2: 212-21.

7. ฤดี ปุ่บบางกะดี และเอมพร รตินธร. ปัจจัยและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ซ้ำของสตรีวัยรุ่นไทย: กรณีศึกษาในกรุงเทพมหานคร. วารสารพยาบาลศาสตร์. 2557;32(2):23-31.
8. มาลีวัล เลิศสาครศิริ. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของสตรีวัยรุ่นตามการรับรู้ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยเซนต์หลุยส์. วารสารพยาบาลทหารบก. 2557. 15(1):90-98.
9. เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย, ปราโมทย์ ทองสุข และ ปาณิศา หมวดเอียด. การวิเคราะห์ห่อภิมาณเกี่ยวกับโปรแกรมเพศศึกษาสำหรับเยาวชนในประเทศไทย. วารสารสภาการพยาบาล. 2554;26(4):5-12
10. Ajzen. The Theory of Planned Behavior. Organizational Behavior and Human Decision Processes 1988; 50: 179-211.
11. ศักดิ์พันธ์ ต้นวิมลรัตน์. เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์. วิทยบริการ. 2546;14:40-55.
12. กมลมาลย์ แสงอำรง, จรินทร์ ไช้สกุล, สุขใจ ดวงประเสริฐ, สุรีย์ อรรถกร, ดลนภา บุรณธัญญ์, วินเตรี พวงสอาด และคณะ. คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่2. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: เออร์เจนท์ แทค; 2551.
13. กองอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย สาธารณสุข. คู่มือการอบรมค่ายแกนนำมุ่มเพื่อนใจวัยรุ่น. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกกรุงเทพมหานคร; 2548.
14. มาลีวัล เลิศสาครศิริ. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของสตรีวัยรุ่น ตามการรับรู้ของนักศึกษาชั้นปีที่1 วิทยาลัยเซนต์หลุยส์. พยาบาลทหารบก. 2557; 15: 30-23.
15. ชัชพล เกียรติขจรธาดา. 500 ล้านปีของความรัก วิทยาศาสตร์ของอารมณ์ ความรัก ความเกลียดชัง. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: สายรุ้งรัก; 2556.
16. พอเพ็ญ ไกรนรา, เมธิณี เกตวาธิมาตร และ มณฑนา มณีโชติ. ผลของโปรแกรมป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมโดยแกนนำนักศึกษาพยาบาลต่อความรู้ทัศนคติและความตั้งใจในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นตอนต้น. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา. 2566; 19(2): 20-30.
17. Denison JA, Tsui S, Bratt J, Torpey K, Weaver MA, Kabaso M. Do peer educators make a difference? An evaluation of a youthled HIV prevention model in Zambian Schools. Health Education Research. 2012; 27(2): 237-247.
18. ศิริพร จิรวัดนกุล. เพศศึกษา: เสี่ยงสะท้อนจากวัยรุ่นไทย. วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ. 2555; 35(4), 1-11.
19. Kolb DA. Experiential learning: Experience as the source of learning and development. New Jersey: Prentice Hall; 1984.