

บทที่ ๑

บทนำ

หลักการและเหตุผล

"การตั้งครรรภ์" หากเกิดขึ้นกับหญิงที่มีความพร้อมไม่ว่าจะเป็นทางด้านสรีระร่างกาย วยภาวะ ด้านคุณวุฒิ และวัยวุฒิก็คงเป็นเรื่องที่น่ายินดี และสร้างความสุขให้กับครอบครัวของหญิงนั้นๆ แต่ถ้าหากเกิดขึ้นกับผู้ที่ยังเป็น "เด็กหญิง" ซึ่งมีอายุระหว่าง ๙ - ๑๙ ปีก็มักก่อเกิดปัญหาตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ทั้งต่อตัว เด็กเอง และครอบครัว มีข้อมูลจากกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ พบว่า สภาวะการ ตั้งครรรภ์ และคลอดบุตรก่อนวัยอันควรของหญิงอายุต่ำกว่า ๑๕ ปีบริบูรณ์ และหญิงอายุต่ำกว่า ๒๐ ปีบริบูรณ์ ตั้งแต่ปี ๒๕๕๐ - ๒๕๕๘ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเกือบทุกปี การตั้งครรรภ์ในวัยรุ่นหรือท้องวัยทีน คือ การตั้งครรรภ์เมื่ออายุ ๑๙ ปี หรืออ่อนกว่านี้ พบร้อยละ ๑๐ - ๓๐ ของการตั้งครรรภ์ทั้งหมด นับเป็นปัญหา สาธารณสุขที่สำคัญ ของทุกประเทศทั่วโลก ใน ๑๐ ปี มานี้เอง ท้องในวัยทีนในประเทศไทยมีแนวโน้มรุนแรง มากขึ้น จากร้อยละ ๑๐ ในปี พ.ศ. ๒๕๔๙ เป็นกว่าร้อยละ ๒๐ ในปัจจุบัน นอกจากนั้นอายุของคุณแม่วัยทีน นับวันยิ่งน้อยลงต่ำสุดพบเพียง ๑๒ ปี ขณะที่ในประเทศสหรัฐอเมริกา แนวโน้มท้องในวัยทีนมีจำนวนลดลง ตามลำดับ ปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อการท้องในวัยทีน ได้แก่ ฐานะยากจน เล่าเรียนน้อย ตึ่มสุรา ดิตยาเสพติด ปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่งเป็น ปัจจัยที่แก้ไขได้ยาก แต่มีปัจจัยหนึ่งซึ่งน่าจะแก้ไขได้ และเป็นปัจจัย ที่ทำให้ท้องในวัยทีนในประเทศไทยเพิ่มขึ้น อย่างรวดเร็ว คือ ค่านิยมการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นนั่นเอง วัยรุ่น หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีอายุระหว่าง ๙ - ๑๙ ปี ซึ่งเป็นช่วงที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา โดยมีลักษณะสำคัญ ๓ ประการ คือ มีการพัฒนา ทางร่างกาย โดยเฉพาะมีการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศ จนมีวุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ มีพัฒนาการ ด้านจิตใจ ซึ่งเป็นระยะที่เปลี่ยนแปลงจากเด็กเป็นผู้ใหญ่ และมีการ เปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ สังคม โดย เปลี่ยนจากการพึ่งพาครอบครัวมาเป็นผู้ที่สามารถประกอบอาชีพ และมีรายได้ของตนเอง หรือมีสิทธิ ทาง กฎหมายในเรื่องต่าง ๆ เช่น ห้ามเด็กที่มีอายุต่ำกว่า ๑๕ ปีบริบูรณ์ทำงาน เยาวชนที่มีอายุ ๑๘ ปีขึ้นไป หาก กระทำผิดต้องขึ้นศาลผู้ใหญ่ เป็นต้น ในด้านพัฒนาการทางอารมณ์ และจิตใจ พบว่าวัยรุ่นอยากรู้ อยากรู เห็น และอยากทดลอง ต้องการการยอมรับจากเพื่อน ดังนั้น วัยรุ่นจึงเป็นวัยที่อาจถูกชักจูงได้ง่าย ขาดความนับถือ ตัวเอง รวมถึงขาดทักษะในการ ดำเนินชีวิต ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยง (risk behavior) ในด้านต่าง ๆ เช่น ขับรถประมาท ยกพวกตีกัน ตึ่มสุรา และใช้สารเสพติด มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ระวัง ส่งผลให้เกิดการตั้งครรรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น ทั้งนี้พฤติกรรม เสี่ยงดังกล่าว เป็นสาเหตุหนึ่งของการตายในวัยรุ่น โดยเฉพาะเพศหญิง ได้แก่ การ ทาแท้งเถื่อน การคลอดบุตร ทั้งที่มีอายุน้อย การติดเชื้อ HIV ฯลฯ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เป็นพฤติกรรมที่ สามารถป้องกันหรือหลีกเลี่ยงได้ สังคมไทยในปัจจุบัน ตัวเลขวัยรุ่นไทยตั้งท้องในวัยเรียนสูงเป็นอันดับ ๑ ของ เอเชียอาคเนย์ และมีอัตราส่วนสูง กว่าวัยรุ่นในยุโรป และอเมริกา เฉลี่ยอายุของการตั้งครรรภ์ในวัยเรียน น้อย สุด ๑๒ ปี และไม่เกิน ๑๙ ปี เพื่อเป็นการป้องกัน และแก้ไขปัญหานี้ในอนาคต

ศูนย์พัฒนา โรงเรียนเจริญศาสตร์ ตระหนักและเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงดำเนินโครงการ การให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัวและการป้องกันการตั้งครรรภ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรรภ์ไม่พร้อม แก่ นักเรียน เพื่อเป็นการเสริมสร้าง ค่านิยมใหม่กับวัยรุ่นไทยให้รู้จักรักและเห็นคุณค่าของตัวเอง เป็นการป้องกัน และแก้ไขปัญหาการตั้งครรรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น ให้ลดน้อยลงหรือหมดสิ้นไปในอนาคต

วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อสร้างความตระหนัก และองค์ความรู้เรื่องบทบาท และคุณค่าของความเป็นชาย/หญิง ในสังคม พัฒนาการทางเพศ การจัดการอารมณ์ สัมพันธภาพทางเพศ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น การเสริมสร้างสุขภาพวัยรุ่น

๒.๒ เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองของวัยรุ่น และมีทักษะในการปฏิเสธต่อพฤติกรรม ที่เสี่ยงต่อการดำรงชีวิต

๒.๓ เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้นักเรียนได้มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับปัญหาและผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และรู้จักหน้าที่ความรับผิดชอบ

เป้าหมาย นักเรียนโรงเรียนเจริญศาสตร์ ๑๙๐ คน

ผู้รับผิดชอบโครงการ นางนิตยิปต์ หวันเมือง ผู้อำนวยการโรงเรียนเจริญศาสตร์

ระยะเวลาดำเนินการ ๒๘-๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

วิธีดำเนินงาน

กิจกรรมที่ ๑ จัดอบรมความรู้ให้แก่ นักเรียน โดยจัดฐานการเรียนรู้ ๗ ฐาน ได้แก่

- ๑) ฐานการเรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ ปัญหา และผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการ ตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมในวัยรุ่น
- ๒) ฐานเพศศึกษา
- ๓) ฐานทักษะชีวิต
- ๔) ฐานการวางแผนครอบครัว
- ๕) ฐานการป้องกันโรคเอดส์และโรคทางเพศสัมพันธ์
- ๖) ฐานการป้องกันตัวเองในภาวะคับขันและวิธีการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
- ๗) ฐานความรู้ E-learning ในเรื่องต่าง ๆ เช่น เรื่องความเสมอภาคระหว่าง ชาย สติในเนื้อตัวร่างกาย การเคารพสิทธิของผู้อื่น และหน้าที่และความรับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อชุมชน และสังคม

กิจกรรมที่ ๒ การจัดกิจกรรมอิสลามกับเพศศึกษา

งบประมาณ

งบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลต้นไทร ปีงบประมาณ ๒๕๖๐ เป็นเงิน ๓๕,๒๐๐.๐๐ บาท (สามหมื่นห้าพันสองร้อยบาทถ้วน) มีรายการดังต่อไปนี้

ลำดับที่	รายการ	งบประมาณอนุมัติ	ค่าใช้จ่ายจริง	คงเหลือ
๑	ป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ	๑๐๐๐.๐๐	๑๐๐๐.๐๐	๐.๐๐
๒	ค่าวัสดุสำนักงาน	๓๘๐๐.๐๐	๘๐๐.๐๐	๓๐๐๐.๐๐
๓	ค่าอาหารกลางวัน	๙๕๐๐.๐๐	๑๙๐๐๐.๐๐	-๙๕๐๐.๐๐
๔	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม	๙๕๐๐.๐๐	๙๕๐๐.๐๐	๐.๐๐
๕	ค่าตอบแทนวิทยากร	๘๔๐๐.๐๐	๕๔๐๐.๐๐	๓๐๐๐.๐๐
๖	ค่ารางวัลกิจกรรมไต้วาที	๓๐๐๐.๐๐	๐.๐๐	๓๐๐๐.๐๐
	รวม	๓๕๒๐๐.๐๐	๓๕๗๐๐.๐๐	-๕๐๐.๐๐

- หมายเหตุ
๑. ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้
 ๒. กิจกรรมไต้วาทีได้ทำการเปลี่ยนเป็นกิจกรรมให้ความรู้อิสลามกับเพศศึกษา

หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

- ๗.๑ คณะวิทยากรสำนักงานเทศบาลตำบลต้นไทร
- ๗.๒ คณะวิทยากรสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา
- ๗.๓ คณะวิทยากรจากผู้นำศาสนา

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. นักเรียนมีทักษะ และภูมิคุ้มกันในการจัดการกับสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับ เรื่องเพศ
๒. นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง และมีทักษะในการปฏิเสธต่อพฤติกรรมที่เสี่ยงพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม
๓. นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงผลที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม

การติดตามประเมินผลโครงการ

ตัวชี้วัดความสำเร็จ	วิธีการ/ประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้วัด
<ol style="list-style-type: none"> ๑. นักเรียนมีทักษะ ความรู้และความเข้าใจ รู้จักวิธีการป้องกันและภูมิคุ้มกันในการจัดการกับสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับ เรื่องเพศ ๒. นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง และมีทักษะในการปฏิเสธต่อพฤติกรรมพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม ๓. นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงผลที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม 	ประเมินผลตามแบบประเมิน พร้อมสังเกต	แบบประเมินผล / สังเกต

บทที่ ๒ กระบวนการทำงาน

วิธีดำเนินการ

ที่	กิจกรรม	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
	ขั้นการเตรียมงาน		
๑.	ประชุมครูและบุคลากรเพื่อจัดทำโครงการ พร้อมนำเสนอลักษณะแผนงาน และกิจกรรม	๒๓ พ.ย. ๒๕๕๙	(นางนิตติยิปิต หวันเมือง) ผู้อำนวยการ
๒.	เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ	๑๙ ธ.ค. ๒๕๕๙	
๓.	แต่งตั้งคณะกรรมการเพื่อดำเนินโครงการ	๒๙ ธ.ค. ๒๕๕๙	
๔.	จัดเตรียมเอกสารประกอบและประชาสัมพันธ์โครงการ	๑๘ ส.ค. ๒๕๖๐	
	ขั้นการปฏิบัติงาน		
๑.	จัดเตรียมสถานที่	๒๗ ส.ค. ๒๕๖๐	
๓.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการ ดำเนินการตามกำหนดการอบรม	๒๘-๒๙ ส.ค. ๒๕๖๐	
	ขั้นประเมินผล		
๑.	สรุปผล พร้อมรายงานการดำเนินโครงการ	๕ ก.ค. ๒๕๖๐	

กิจกรรม

กิจกรรมที่ ๑ จัดอบรมความรู้ให้แก่แก่นักเรียน โดยจัดฐานการเรียนรู้ ๗ ฐาน ได้แก่

- ๑) ฐานการเรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ ปัญหา และผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการ ตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมในวัยรุ่น
 - ๒) ฐานเพศศึกษา
 - ๓) ฐานทักษะชีวิต
 - ๔) ฐานการวางแผนครอบครัว
 - ๕) ฐานการป้องกันโรคเอดส์และโรคทางเพศสัมพันธ์
- ๖) ฐานการป้องกันตัวเองในภาวะคับขันและวิธีการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์
- ๗) ฐานความรู้ E-learning ในเรื่องต่าง ๆ เช่น เรื่องความเสมอภาคระหว่าง หญิงชาย สิทธิในเนื้อตัวร่างกาย การเคารพสิทธิของผู้อื่น และหน้าที่และความรับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อชุมชน และสังคม

กิจกรรมที่ ๒ การจัดกิจกรรมอิสลามกับเพศศึกษา

ตารางการปฏิบัติโครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์
การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน
๒๘-๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส

เวลา	อาทิตย์ ๒๘ สิงหาคม ๒๕๖๐	จันทร์ ๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๐
๘.๓๐ - ๙.๐๐ น.	พิธีเปิด โดย นางนิตยภัต หวันเมือง ผู้อำนวยการโรงเรียนเจริญศาสตร์	
๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	อบรมให้ความรู้ ๑) ฐานการเรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ ปัญหา และผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการ ตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมในวัยรุ่น ๒) ฐานเพศศึกษา ๓) ฐานทักษะชีวิต	อิสลามกับเพศศึกษา วิทยากร นายอับดุลเลาะ อาแวกาเซ็ง
๑๒.๐๐ - ๑๓.๓๐ น.	พักเที่ยง	พักเที่ยง
๑๓.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.	อบรมให้ความรู้ ๔) ฐานการวางแผนครอบครัว ๕) ฐานการป้องกันโรคเอดส์และโรคทางเพศสัมพันธ์ ๖) ฐานการป้องกันตัวเองในภาวะคับขันและวิธีการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ ๗) ฐานความรู้ E-learning	แบ่งกลุ่ม อภิปราย สรุป ถามตอบ วิทยากร นางสาวคอดีเยาะ ตังเงาะ

*** อาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐.๐๐ น.

ภาพกิจกรรม

ประมวลภาพ

โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์
การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน ๒๘-๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส



































บทที่ ๓

สรุปผลการดำเนินโครงการ

ผลการดำเนินงาน

ผู้เข้าร่วมโครงการ

- | | |
|--------------------------------|--------------|
| ๑. นักเรียนโรงเรียนเจริญศาสตร์ | จำนวน ๑๙๐ คน |
| ๒. วิทยากร | จำนวน ๔ คน |

การนำความรู้ที่ได้จากการบรรยาย ของวิทยากร

กิจกรรมที่ ๑ จัดอบรมความรู้ให้แก่นักเรียน โดยจัดฐานการเรียนรู้ ๗ ฐาน ได้แก่

๑) ฐานการเรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ ปัญหา และผลกระทบจากการมี

เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการ ตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมในวัยรุ่น

ท้องไม่พร้อม ปัญหาหัวใจของวัยรุ่นท้องก่อนวัยอันควร สังคมไทยในปัจจุบันนี้ เรื่องปัญหาเด็กที่ท้องไม่พร้อมหรือตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรมีสูงมาก เพราะการคบเพื่อนต่างเพศเป็นเรื่องที่ปกติของวัยรุ่น เด็กบางคนมีอิสระในการใช้ชีวิต สามารถทำอะไรได้ตามใจตัวเองมากขึ้น และเรื่องเทคโนโลยีก็ก้าวหน้าไปมากทำให้การติดต่อสื่อสารกันระหว่างเพื่อนต่างเพศเป็นเรื่องที่ง่ายมาก

การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร คือการตั้งครรภ์ที่ทั้งฝ่ายหญิงและฝ่ายชายยังไม่พร้อม ในช่วงวัยรุ่นการเจริญเติบโตและความสมบูรณ์ทางร่างกายทำให้เกิดความพร้อม ทางภาวการณ์เจริญพันธุ์สูงมาก และส่วนมากยังเป็นนักเรียนอยู่ เมื่อเกิดการตั้งครรภ์ อาจจะต้องออกจากโรงเรียน บางคนตัดสินใจด้วยการทำแท้งซึ่งเป็นเรื่องที่ผิดทางศีลธรรมอย่างมาก การทำแท้งจะส่งผลกระทบต่อจิตใจต่อผู้ทำและยังส่งผลเสียต่อด้านร่างกายอีกด้วย

สาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นไทยท้องไม่พร้อม หรือตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร มีหลายสาเหตุดังนี้

- ไม่ได้รับการเลี้ยงดูที่ดีและขาดการเอาใจใส่จากพ่อและแม่
- ขาดการชี้แนะเรื่องเพศสัมพันธ์จากพ่อแม่หรือคนเลี้ยงดู ทำให้เรื่องเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องปิด

- เด็กใช้เวลาส่วนมากหมกมุ่นอยู่กับตัวเองมากเกินไป เช่น การใช้งานอินเทอร์เน็ต

การดูหนังสือที่ไม่เหมาะสม

- การเปลี่ยนแปลงฮอร์โมนทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่น
- ไม่มีความรู้เรื่องการมีเพศสัมพันธ์ที่ถูกต้อง
- สภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่ เช่น การอยู่หอพักคนเดียว หรือ การเลียนแบบ

พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

- สื่อต่างๆที่ในปัจจุบันเข้าถึงวัยรุ่นได้ง่ายขึ้น เช่น สื่อลามก หนังสือ ซีดี
- การอยู่กันสองต่อสองในที่ลับตาคน
- การใช้สารเสพติด หรือ พวกเครื่องดื่มมีเมานานทำให้ขาดสติ
- การเลียนแบบวัฒนธรรมที่ผิดๆจากต่างประเทศ เช่น การอยู่กินกันก่อน การมี

เพศสัมพันธ์แบบเก็บแค้น หรือการลองมีเพศสัมพันธ์กับเพื่อน

- คลั่งวัตถุนิยมจนต้องเอาตัวเข้าแลกเพื่อให้ได้สิ่งของตามที่ต้องการ เช่น ยอมนอนกับผู้ชายเพื่อจะได้เงิน

ผลที่เกิดขึ้นจากการท้องไม่พร้อม หรือตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรมีดังนี้

- **เสียการเรียน** เมื่อมีการตั้งครรภ์เกิดขึ้นจิตใจของฝ่ายหญิงที่ยังไม่พร้อมจะมีลูก ก็จะไม่มีความต้องการเรียนรู้สิ่งใดๆเลย จนในที่สุดจะเป็นปัญหาของการขาดเรียน โดดเรียน บางคนต้องลาออกจากทางโรงเรียน ปัญหาตรงนี้จะกระทบกับฝ่ายหญิงเป็นส่วนมาก ฝ่ายชายอาจจะยังเรียนต่อได้ตามปกติ
- **อาจเกิดการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์** วัยรุ่นส่วนมากมักจะไม่ค่อยรู้จักการป้องกัน เมื่อต้องการมีเพศสัมพันธ์ความเสี่ยงที่จะติดเชื้อโรคจากอีกฝ่ายจึงเป็นเรื่องง่าย เช่น กามโรค โรคเอดส์ ในส่วนของโรคเอดส์เป็นโรคที่ร้ายแรงมากเพราะยังไม่มีการรักษาที่หายขาดได้ ไม่มีวัคซีนป้องกัน และถ้าหากฝ่ายหญิงตั้งท้องยังส่งผลให้เด็กในครรภ์เป็นโรคไปด้วย
- **สร้างความทุกข์ใจให้กับพ่อแม่** เพราะคนเป็นพ่อแม่ย่อมต้องการเห็นอนาคตที่สดใสของลูก แต่เมื่อลูกท้องไม่พร้อมหรือตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรจึงเป็นเรื่องที่ทำให้ท่านทุกข์ใจมากเลยนะค่ะ
- **เกิดความขัดแย้งในครอบครัว** เกี่ยวกับเรื่องการเงินดูแลเด็กและเรื่องค่าใช้จ่ายที่ต้องเกิดขึ้นเกี่ยวกับตัวเด็กที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เพราะถ้าหากท้องไม่พร้อม สิ่งต่างๆเหล่านี้ก็จะไม่พร้อมเช่นกัน
- **เกิดปัญหาหย่าร้างสูงมาก** เพราะเด็กที่ท้องไม่พร้อม ส่วนมากยังอยู่ในช่วงวัยเรียน หนังสือยังขาดความรับผิดชอบอยู่ และบางคู่ก็ไม่ได้ตั้งครรภ์เพราะความรัก แต่เป็นเพียงการอยากลองจึงทำให้ยังไม่พร้อมในการมีครอบครัว

การแก้ไขปัญหายุวัยท้องไม่พร้อมสามารถทำได้จากหลายทาง เช่น ครอบครัวควรให้ความรักและเอาใจใส่บุตรหลานให้มาก ไม่ควรปล่อยให้เด็กอยู่กับตัวเองมากเกินไป สถาบันการศึกษาก็มีส่วนสำคัญมากเพราะเป็นที่ๆ เด็กใช้เวลาอยู่มากพอๆ กับอยู่บ้าน ควรจะสอนหรือแนะนำการใช้ชีวิตและวิธีการมีเพศสัมพันธ์รวมถึงการป้องกันอย่างละเอียด ถ้าทุกฝ่ายช่วยกันก็จะสามารถป้องกันปัญหาการท้องไม่พร้อมของเด็กวัยรุ่นได้มากเลยคะ

๒) ฐานเพศศึกษา

เพศศึกษา เป็นการเรียนรู้เรื่องราวเกี่ยวกับ **เพศหญิง** และ **เพศชาย** เนื้อหาว่าด้วยสรีระร่างกายของแต่ละเพศ ลักษณะการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กสู่วัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยเจริญพันธุ์ เนื้อหาจะรวมถึงการปฏิบัติตนเพื่อการดูแลร่างกายตัวเอง และการปฏิบัติตัวต่อเพศตรงข้าม ชีวิตคู่ การมีเพศสัมพันธ์ **การคุมกำเนิด** **กามโรค** และ เนื้อหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับเพศ

เพศศึกษา เรื่องใกล้ตัวที่พ่อแม่ควรรู้และเปิดใจ ในปัจจุบันสังคมเปิดกว้างและให้อิสระในเรื่องเพศมากขึ้น โดยเฉพาะวัยรุ่นที่อยู่ในช่วงวัยเจริญพันธุ์ ทว่าในเรื่องของเพศศึกษากลับไม่มีความรู้ความเข้าใจที่ดีพอจนเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา เช่น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์การข่มขืน เป็นต้น

ทั้งนี้ปัญหาต่าง ๆ สามารถลดลงได้ หากได้รับความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศ ซึ่งสถาบันครอบครัวก็เป็นส่วนหนึ่งที่สามารถช่วยให้เด็กมีความเข้าใจที่ดีมากขึ้น ผู้ปกครองจึงควรทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาและผู้ให้ความรู้ รวมทั้งควรเปิดใจในเรื่องเหล่านี้ เพื่อให้เด็กเข้าใจว่าไม่ใช่เรื่องน่าอาย หรือเป็นเรื่องต้องห้าม และกล้าที่จะพูดคุยเรื่องนี้อย่างเปิดเผยเพื่อไม่ให้เกิดปัญหาขึ้นมาในภายหลัง หากยังไม่ทราบว่าจะเปิดใจคุยกับเด็กอย่างไร และควรจะพูดเรื่องเหล่านี้ตอนไหน นี่คือข้อแนะนำดี ๆ เพื่อการเริ่มต้นอย่างถูกต้อง

ควรคุยกับลูกเรื่องเพศอย่างไร ?

ในกรณีที่เด็กไม่กล้าเริ่มต้นคุยกับผู้ปกครอง เป็นความจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ใหญ่ควรเป็นฝ่าย เริ่มต้นบทสนทนาเรื่องนี้ เพื่อแสดงให้เห็นว่าผู้ปกครองเปิดใจพร้อมจะให้คำปรึกษาแก่บุตรหลาน ซึ่งการพูดคุย กับบุตรหลานควรคำนึงถึงเรื่องดังต่อไปนี้

- **ใช้โอกาสให้เป็นประโยชน์** การพูดคุยเรื่องเพศไม่จำเป็นต้องเริ่มต้นกันอย่างเป็นทางการเสมอไป แต่สามารถใช้โอกาสต่าง ๆ ในการพูดคุยเริ่มต้น อาทิ ขณะดูโทรทัศน์ หรือขณะที่กำลังเดินทาง เป็นต้น
- **พูดความจริง** ในหลาย ๆ ครั้ง เด็กอาจจะนำเรื่องเกี่ยวกับเพศบางอย่างมาปรึกษา ซึ่งผู้ปกครองอาจจะไม่รู้อย่างแน่ชัด หรือไม่แน่ใจในคำตอบ สิ่งที่ดีที่สุดคือควรบอกกับเด็กตรง ๆ ว่าไม่รู้ แต่ไม่ควรจบบทสนทนาเพียงเท่านั้น ควรบอกกับเด็กว่า จะพยายามหาคำตอบมาให้หรือค้นหาข้อมูลคำตอบด้วยกัน เพื่อให้เด็กรู้สึกว่าคุณผู้ปกครองใส่ใจในเรื่องที่ซักถาม และกล้าที่จะคุยอีกในครั้งต่อไป
- **พูดอย่างตรงไปตรงมา** เรื่องเพศเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อน แต่ก็ไม่ควรพูดอ้อมค้อมเกินไป เพราะการพูดอ้อมค้อมอาจทำให้เด็กเข้าใจผิด และปลูกฝังความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศ ทางที่ดีที่สุดคือ พูดอย่างตรงไปตรงมา และชัดเจนที่สุด
- **ตระหนักถึงมุมมองของเด็ก** เรื่องเพศศึกษาสำหรับวัยรุ่นเป็นเรื่องที่ค่อนข้างใหม่ ดังนั้นผู้ใหญ่ควรตระหนักถึงมุมมองของเด็ก รับฟังและทำความเข้าใจกับความคิดของบุตรหลาน และควรให้กำลังใจ เพื่อให้เด็กมีความกล้าที่จะปรึกษาในครั้งต่อไป
- **อย่าให้แต่ความรู้ที่หาได้ในตำราเรียน** ส่วนใหญ่แล้วเด็กจะได้รับการสอนเรื่องเพศศึกษาพื้นฐานมาจากที่โรงเรียนแล้ว แต่การที่เด็กถามผู้ปกครองนั้นแปลว่าพวกเขาต้องการรู้มากกว่าแค่นั้นในตำราเรียน ดังนั้นผู้ปกครองควรสอดแทรก ความรู้สึก ทศนคติ และค่านิยมเข้าไปด้วย เพื่อให้เด็กเข้าใจในเรื่องนั้น ๆ มากขึ้น และสามารถคิดได้เองว่าสิ่งนั้นควรหรือไม่ควร
- **เปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น** สิ่งที่ดีที่สุดที่จะทำให้เด็กรู้สึกวางใจและสบายใจที่จะคุยเรื่องเพศกับผู้ปกครองก็คือการเปิดโอกาสให้เด็กได้ซักถามและแสดงความคิดเห็น ไม่ควรมุ่งที่จะสอนโดยไม่เปิดโอกาสให้เด็กได้พูดในสิ่งที่คิด และควรลงท้ายเสมอว่า คุณรู้สึกยินดีที่ได้ให้คำปรึกษา และพร้อมจะให้คำปรึกษาเสมอเมื่อเด็กต้องการ

นอกจากนี้ ในกรณีที่บุตรหลานมีแฟนหรือคนรัก ผู้ปกครองควรให้คำแนะนำในเรื่องการระมัดระวังตัวและการปฏิบัติตัวอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ให้เด็กถูกล่อลวงไปสู่ปัญหาอื่น ๆ เช่น การเสพยาเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ไม่พร้อม เป็นต้น ที่สำคัญการพูดคุยเรื่องเพศ ไม่ควรเป็นเรื่องที่เป็นทางการเกินไป แต่ควรพูดคุยให้เป็นเรื่องปกติ เพื่อให้เด็กรู้สึกสบายใจที่จะพูดคุยด้วย

คำถามแบบไหน ผู้ปกครองควรรับมืออย่างไร ?

นอกจากความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาที่วัยรุ่นมักถาม เช่น เรื่องความรู้สึก ความสัมพันธ์ หรือการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายแล้ว อาจมีบางคำถามที่ผู้ปกครองควรเตรียมรับมือ เพราะหากให้คำตอบอย่างผิด ๆ หรือไม่ชัดเจนเท่าที่ควร อาจนำมาสู่ปัญหาในภายหลังได้ ตัวอย่างคำถามที่อาจพบได้ มีดังนี้

คำถามที่ ๑: เมื่อไหร่ที่รู้ว่าตัวเองพร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ ?

คำตอบที่ผู้ปกครองให้กับเด็กนั้นอาจส่งผลต่อความเข้าใจในเรื่องสัมพันธ์ได้ไม่น้อย ดังนั้นแทนที่ผู้ปกครองห้ามไม่ให้เด็กคิดถึงเรื่องนี้ ก็ควรเปลี่ยนมาอธิบายให้เด็กเข้าใจผลที่อาจจะตามมาจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร อีกทั้งยังควรแนะนำว่าไม่ควรรีบร้อนกับเรื่องเหล่านี้ และอธิบายว่ายังมีวิธีอีกมากมายที่สามารถแสดงความรู้สึก ไม่ได้มีแค่เพียงเรื่องเพศสัมพันธ์เท่านั้น

คำถามที่ ๒: หากคนรักอยากมีเพศสัมพันธ์ด้วย แต่ตัวเด็กไม่พร้อมควรทำ

อย่างไร ?

เมื่อบุตรหลานอยู่ในช่วงกำลังมีแฟน คำถามนี้อาจเกิดขึ้นได้ โดยผู้ปกครองควรแนะนำว่าเพศสัมพันธ์ต้องเกิดขึ้นโดยสมัครใจ ไม่ใช่เกิดขึ้นจากความหวาดกลัว หรือเพื่อผูกมัด และการใช้กำลังทุกประเภทนั้นไม่ได้เกิดขึ้นจากความรัก แต่เป็นการข่มขืน อีกทั้งควรแนะนำให้เด็กอยู่ให้ห่างการใช้ยาเสพติด หรือเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ไม่ว่าจะในกรณีใด ๆ ก็ตาม เพราะนอกจากจะทำให้ขาดสติแล้ว ยังทำให้ขาดความยับยั้งชั่งใจและนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสม หรือการถูกข่มขืน

คำถามที่ ๓: มีความรู้สึกว่าคุณเองอาจเป็นเพศที่สาม ควรทำอย่างไร ?

มีวัยรุ่นจำนวนไม่น้อย ที่คิดว่าตนเองอาจเป็นเพศที่สาม และเกิดความสับสน อาย และไม่กล้าผู้ความจริงกับพ่อแม่ ผู้ปกครองไม่ควรชี้หน้าว่าเด็กเป็นเพศใด แต่ควรให้เด็กสำรวจตัวเองว่าสนใจในเพศไหน ที่สำคัญผู้ปกครองควรแสดงออกว่า ผู้ปกครองยังคงรักและสนับสนุนเขาในทุก ๆ เรื่องไม่ว่าเขาจะมีความสนใจทางเพศเป็นอย่างไร เพื่อให้เด็กรู้สึกสบายใจมากขึ้น กล้าเปิดเผยมากขึ้น และไม่กลัวว่าตัวเองจะกลายเป็นปัญหาของครอบครัว

จะเห็นได้ว่าการพูดคุยเรื่องเพศศึกษากับบุตรหลานไม่ใช่เรื่องยากอย่างที่คิด แต่ทั้งนี้ก็ควรเริ่มต้นในวาระและโอกาสที่ถูกต้อง และค่อยเป็นค่อยไป เพื่อให้วัยรุ่นนั้นมีความรู้ ความเข้าใจ และมีทัศนคติต่อเรื่องเพศอย่างถูกต้อง ซึ่งจะช่วยลดปัญหาสังคม และทำให้อนาคตของชาติพัฒนาไปในทางที่ดี

๓) ฐานทักษะชีวิต

ทักษะชีวิต คือ ทักษะทางสังคมจิตวิทยา ที่จะช่วยให้เด็กสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและรับมือกับปัญหาและความเปลี่ยนแปลงต่างๆได้ พ่อแม่สามารถสร้างเสริมทักษะชีวิตให้ลูกตั้งแต่วัยเด็ก ด้วยความรักความอบอุ่นและให้ความไว้วางใจ มีการสื่อสารที่ดีต่อกัน ต่างคนต่างไว้วางใจปรึกษาหารือ มีการยอมรับฟังความคิดเห็น มั่นคง มีหลักการ มีเหตุผล มีความยืดหยุ่น ควบคุมตัวเองได้ดี ทั้งอารมณ์และพฤติกรรม ยอมรับความสามารถของเด็ก เข้าใจและสนับสนุนในความสามารถด้านอื่นๆ

ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา ที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีความสามารถที่จะปรับตัวได้ในอนาคต ทักษะชีวิตจะมีส่วนช่วยให้วัยรุ่น สามารถนำความรู้ในเรื่องต่างๆ มาเชื่อมโยงกับทัศนคติ ผ่านการคิดวิเคราะห์ที่ไตร่ตรองถึงผลที่จะเกิดขึ้น และตัดสินใจปฏิบัติในสิ่งที่เหมาะสมได้ ซึ่งจำเป็นอย่างมากในเรื่องของการดูแลสุขภาพ การป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี ยาเสพติด การท้องไม่พร้อม ความปลอดภัย คุณธรรม จริยธรรม ฯลฯ ทำให้เด็กสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และรับมือกับปัญหาและความเปลี่ยนแปลงต่างๆได้

ทักษะชีวิตที่สำคัญ ๑๐ ประการ ได้แก่

- การตัดสินใจ - สามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่างๆ ในชีวิตได้อย่างรอบคอบ
- การแก้ปัญหา - สามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความเครียด
- การคิดวิเคราะห์ - สามารถในการวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ รอบตัวได้
- การคิดสร้างสรรค์ - ช่วยในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาโดยคิดสร้างสรรค์ เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ และผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก และสามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิต

ประจำวันได้อย่างเหมาะสม

- การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ – เป็นความสามารถในการใช้คำพูด และท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความคิดและความรู้สึกของตนเอง เช่น การแสดงความคิดเห็น ความต้องการ ความชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การดักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ ฯลฯ
- การสร้างสัมพันธภาพ – สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล และรักษาความสัมพันธ์นั้นไว้ได้
- การตระหนักรู้ในตน - รู้จักและเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้รู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียด หรือสถานการณ์ต่างๆ
- ความเห็นใจผู้อื่น - เข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ เข้าใจความรู้สึก และยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากตนเอง
- การจัดการกับอารมณ์ต่างๆ - รับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีจัดการกับอารมณ์โกรธหรือโศกเศร้าที่ส่งผลทางลบต่อร่างกาย และจิตใจได้
- การจัดการกับความเครียด - รับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด
- พ่อแม่จะช่วยเสริมทักษะชีวิตให้ลูกได้ตั้งแต่เล็ก จนเป็นวัยรุ่น โดย
- พ่อแม่ลูกมอบคุณความรักความอบอุ่นและให้ความไว้วางใจ ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทำให้เกิดความพร้อมในการรับฟัง เพื่อเรียนรู้ซึ่งกันและกัน
 - มีการสื่อสารที่ดีต่อกัน ต่างคนต่างไว้วางใจ ปรึกษาหารือ หรือเล่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ประสบมาให้ฟัง มีการยอมรับฟังความคิดเห็นที่ทั้งพ่อแม่และลูกจะแสดงความคิดเห็นคล้ายตามหรือขัดแย้ง
 - พ่อแม่ต้องมีความมั่นคง อดทน มีหลักการด้วยมาตรฐานเดียวกันทั้งพ่อและแม่ มีความยืดหยุ่นมีเหตุผลที่ดี
 - พ่อแม่ควบคุมตัวเองได้ดี ทั้งอารมณ์และพฤติกรรม
 - พ่อแม่มีลักษณะที่ยอมรับความสามารถของเด็ก เข้าใจและสนับสนุนในความสามารถด้านอื่น ๆ

๔) **ฐานการวางแผนครอบครัว**

การวางแผนครอบครัว หมายถึง ปัจจัยที่คู่สมรสอาจพิจารณาในความสัมพันธ์แบบผูกมัด และแต่ละปัจเจกที่เกี่ยวข้องในการตัดสินใจว่าจะมีบุตรหรือไม่ และจะมีเมื่อใด การวางแผนครอบครัวอาจเกี่ยวข้องกับการพิจารณาจำนวนบุตรและอายุที่คู่สมรสปรารถนา ประเด็นเหล่านี้ชัดเจนว่าได้รับอิทธิพลจากปัจจัยภายนอกอย่างสถานการณ์สมรส ฐานะการเงิน ทูพพลภาพใด ๆ ที่อาจกระทบต่อความสามารถในการมีและเลี้ยงดูบุตร เป็นต้น หากอยู่ในวัยเจริญพันธุ์ การวางแผนครอบครัวอาจเกี่ยวข้องกับการใช้การคุมกำเนิด และเทคนิคอื่นเพื่อควบคุมเวลาการเจริญพันธุ์ เทคนิคอื่นที่ใช้ทั่วไปมีเพศศึกษา การป้องกันและจัดการโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การให้คำปรึกษาและการจัดการก่อนการเริ่มตั้งครรภ์ และการจัดการความเป็นหมัน

การวางแผนครอบครัว หมายถึง การตั้งเป้าหมายเพื่อให้ครอบครัวมีความพร้อม ในด้านต่าง ๆ ตั้งแต่การเลือกคู่ครอง ความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและอาชีพ การแต่งงาน การวางแผนที่จะมีบุตร การเว้นช่วงระยะห่างของการมีบุตรที่เหมาะสม การเป็นพ่อแม่ที่ดีเพื่อเลี้ยงดูบุตรให้เป็นคนดี มีคุณภาพและมี

ความสุข มีผลเพื่อให้เกิดความสุข ความเหมาะสมทางสังคม เศรษฐกิจ แก่ตนเอง ครอบครัว สังคมและ ประเทศชาติ

ความสำคัญของการวางแผนครอบครัว การวางแผนครอบครัว เป็น เครื่องมือสำคัญในการ นำพาครอบครัวให้มีความสุขและเป็นแหล่งสร้างคนที่มีคุณภาพของสังคมและประเทศ ชาติ เปิดโอกาสให้ สามี-ภรรยาได้พัฒนาตนเองอย่างเท่าเทียมกัน โดยการจัดสรรเวลาที่เหมาะสมในการทำงานและการแสวงหา ความรู้ได้ทั้งสองฝ่าย

องค์ประกอบของการวางแผนครอบครัว มี ๕ องค์ประกอบใหญ่ ๆ ดังนี้

- การเลือกคู่ครอง เป็นการเลือกคนที่จะมาร่วมสร้างครอบครัว ร่วมรับผิดชอบภาระ ต่าง ๆ และร่วมทุกข์ร่วมสุขตลอดชีวิต|
- การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและอาชีพ ที่อยู่อาศัยเป็นเรื่องที่มีความสำคัญ จะต้องตกลงกันตั้งแต่ก่อนแต่งงาน เช่น แยกมาอยู่ด้วยกันตามลำพัง หรืออยู่กับครอบครัวของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเหตุผลและความจำเป็นของทั้งสองฝ่าย สำหรับอาชีพควรมีอาชีพที่มั่นคง มีรายได้แน่นอนและ เพียงพอที่จะดูแลครอบครัว
- การแต่งงาน มีความหมายและมีคุณค่าต่อชีวิตครอบครัวคนเรา ทั้งด้านจิตใจที่ หมายถึงความสุขสมหวังที่ได้อยู่ร่วมกับคนที่เรารัก และเหมาะสมซึ่งกันและกัน เป็นประเพณีที่แสดงถึงการ ประกาศให้สังคมรับรู้ถึงการตกลงใจในการใช้ชีวิต ร่วมกันของชายหญิง มีธรรมเนียมปฏิบัติแตกต่างกันในแต่ละท้องถิ่น และการจดทะเบียนสมรสเพื่อสิทธิตามกฎหมายของทั้งสองฝ่าย พิธีแต่งงานควรเป็นไปตามฐานะไม่ ก่อให้เกิดปัญหาตามมาภายหลัง
- การปรับตัว ระยะเริ่มต้นของการใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน ต้องปรับตัวเข้าหากัน ตกลง บทบาทและภาระหน้าที่ในครอบครัวซึ่งเป็นที่ยอมรับกันทั้งสองฝ่าย และสามารถสลับบทบาทกันได้โดย ยามจำเป็น มีการวางแผนในการจัดสรรค่าใช้จ่ายในครอบครัว ค่าใช้จ่ายในยามฉุกเฉิน และเก็บออมเอาไว้ใน อนาคต
- การวางแผนมีบุตรและการเว้นช่วงการมีบุตร เป็นการวางแผนว่าทั้งคู่พร้อมจะมี บุตรเมื่อไร ต้องการบุตรกี่คน และเว้นระยะห่างกันนานแค่ไหน เลือกวิธีอะไรจึงจะมีประสิทธิภาพและ ปลอดภัย เตรียมความพร้อมในเรื่องฐานะการเงิน และวิธีการที่จะทำให้เขาเติบโตมาเป็นคนที่มีคุณภาพ เว้น ช่วงการมีบุตร เพื่อให้แม่ได้ฟื้นฟูสุขภาพของตนเองก่อนการตั้งครรภ์ครั้งต่อไป และให้การเลี้ยงดูลูกคนก่อน อย่างเต็มที่ด้วยความรักและเอาใจใส่ ไม่ควรมีบุตรเร็วเกินไป ช้าเกินไป หรือถี่เกินไป
- การเตรียมตัวเป็นพ่อแม่ที่ดี เพื่อให้บุตรเติบโตมาเป็นคนดี มีคุณภาพ และมี สุขภาพ สามีและภรรยาจะต้องยินยอมพร้อมใจที่จะมีบุตรด้วยกัน และให้บุตรของตนเกิดมาพร้อมกับความ รักของคนทั้งสอง เป็นการเตรียมความพร้อมในด้านต่างๆ ด้านจิตใจ สามีและภรรยาต้องมีวุฒิภาวะทาง อารมณ์ที่พร้อมจะเป็นพ่อ-แม่ มีความรู้ในการอบรมเลี้ยงดูบุตร ต้องศึกษาหาความรู้เรื่องการวางแผน ครอบครัว การเว้นช่วงการมีบุตร รวมถึงทักษะในการอบรมเลี้ยงดูบุตรของตน รวมถึงหาที่ปรึกษาหรือดู แบบอย่างครอบครัวหรือที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยง ปลูกให้เป็นคนดี มีเวลาเพียงพอที่จะให้ความใกล้ชิด และเป็นแบบอย่างที่ดีกับบุตร โดยเฉพาะในเรื่องความเสมอภาคทางเพศ
- การคุมกำเนิด คือการป้องกันการปฏิสนธิ ด้วยวิธีการต่างๆ แบ่งได้ ๒ ประเภท คือ
 ๑. การคุมกำเนิดแบบถาวร (Permanent Contraception) เป็นการป้องกันการ ปฏิสนธิหรือการตั้งครรภ์แบบถาวร ได้แก่
 - การทำหมันชาย (Vasectomy)

- การทำหมันหญิง (Tcbal Sterilization)

๒. การคุมกำเนิดแบบชั่วคราว (Temporary or Reversible Contraception)

เป็นวิธีที่มีผลเฉพาะขณะที่ใช้ เมื่อเลิกใช้แล้ว ก็จะกลับมาตั้งครรภ์ได้ตามปกติ เช่น

สำหรับเพศชาย

- การใส่ถุงยางอนามัย
- การหลั่งน้ำอสุจินอกช่องคลอด

สำหรับเพศหญิง

- การรับประทานยาคุมกำเนิด
- การฉีดยาคุมกำเนิด
- การใช้ยาครีบสอดช่องคลอด
- การใช้หมวกยางครอบปากช่องคลอด
- การนั้ระยะปลอดภัย
- การใส่ห่วงอนามัย

หน่วยงานที่ให้บริการวางแผนครอบครัว

- โรงพยาบาลทุกแห่ง
- กองอนามัยครอบครัว กรมอนามัย
- ศูนย์บริการสาธารณสุข
- สถานีอนามัย
- ศูนย์อนามัยแม่และเด็ก
- ศูนย์การแพทย์อื่นๆ

๕) ฐานการป้องกันโรคเอดส์และโรคทางเพศสัมพันธ์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นโรคติดเชื้อซึ่งสามารถติดต่อจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งโดยผ่านทางเพศสัมพันธ์ มีผลเสียทั้งทางกาย สังคม และเศรษฐกิจ พบมากขึ้นในวัยรุ่นซึ่งมีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน โดยที่ขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จึงควรมีความรู้เกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การติดต่อ อาการของโรค และการรักษา เพื่อให้สามารถป้องกันโรคติดต่อได้

ภาวะแทรกซ้อนจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อาจทำให้เกิดการอักเสบในอวัยวะสืบพันธุ์ และมีผลทำให้เกิดการอุดตันของหลอดมดลูกหรือเกิดพังผืดในอวัยวะสืบพันธุ์ ทำให้มีอาการปวดท้องน้อยเรื้อรัง ตั้งครรภ์นอกมดลูก หรือไม่สามารถมีบุตรได้

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อาจทำให้เกิดผลเสียต่อการตั้งครรภ์และทารกได้ เช่น ซิฟิลิสอาจทำให้เกิดการแท้ง คลอดก่อนกำหนด ทารกเสียชีวิตในครรภ์ มีความพิการแต่กำเนิด หรือทำให้มีการติดเชื้อในทารกแรกเกิดได้

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อาจทำให้เกิดโรคมะเร็ง เช่นการติดเชื้อ human papillomavirus infection (HPV) ทำให้เกิดมะเร็งปากมดลูก

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ส่งผลต่อสุขภาพจิต

การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

- ไม่เปลี่ยนคู่นอน ให้มีสามีหรือภรรยาคนเดียว

- ใส่ถุงยางให้ถูกต้องหากจะมีเพศสัมพันธ์กับคนที่ไม่ทราบว่ามีการติดเชื้อ หรือไม่
- อย่ามีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุน้อยเพราะจากสถิติหากมี เพศสัมพันธ์อายุน้อยจะมี
โอกาสติดโรคสูง

แต่งงานใหม่

- ให้ตรวจประจำปีเพื่อหาเชื้อโรคแม้ว่าจะไม่มีอาการ โดยเฉพาะผู้ที่ต้องการ
- เรียนรู้อาการของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
- อย่าร่วมเพศขณะมีประจำเดือน เพราะจะทำให้เกิดโรคติดต่อได้ง่าย
- อย่ามีเพศสัมพันธ์ทางทวารหนัก หากจำเป็นให้สวมถุงยางอนามัย
- อย่าสวนล้างช่องคลอดเพราะจะทำให้เกิดการติดเชื้อได้ง่าย

การรักษา ควรรีบไปพบแพทย์ เมื่อมีอาการข้างต้น ยังได้รับการรักษาตั้งแต่เริ่มต้นจะทำให้
รักษาหายขาด ไม่กลับมาติดโรคอีก

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่พบบ่อย

๑. หนองในแท้ เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย ที่เรียกว่า ทำให้เกิด
อาการระคายเคืองในท่อปัสสาวะ แสบขัดเวลาปัสสาวะ มีหนองไหลออกจากท่อปัสสาวะ อาจจะทำให้เกิดการ
อักเสบในช่องท้อง หรือเป็นหมันหากไม่ได้รับการรักษา

๒. การติดเชื้อ chlamydia (หนองในเทียม) เป็นโรคติดเชื้อแบคทีเรียที่พบบ่อยที่สุด ทำให้
เกิดอาการมีหนองไหลและมีอาการระคายเคืองบริเวณอวัยวะเพศ สำหรับผู้หญิงที่ไม่ได้รับการรักษาอาจทำให้เกิด
การอักเสบในช่องเชิงกรานเป็นหมัน หรือตั้งครรภ์นอกมดลูก

๓. ซิฟิลิส เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่พบได้ไม่บ่อย การติดเชื้อเริ่มแรกจะเป็นก้อนแข็ง
ไม่เจ็บที่อวัยวะเพศ ไม่ได้รับการรักษาจะกลายเป็นระยะที่สองที่เรียกว่าเข้าข้อหรือออกดอก หากทิ้งไว้นานจะติดเชื้อ
ที่ระบบประสาท และหัวใจ

๔. แผลริมอ่อน เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เกิดจากเชื้อ Haemophilus Ducreyi
ลักษณะของโรคจะมีแผลที่อวัยวะเพศ บวมและเจ็บ บางคนมีต่อมน้ำเหลืองที่ขาหนีบหรือที่ขาบ้านเรียก
ไซต์บวม หากไม่รักษาหนองจะแตกออกจากต่อมน้ำเหลือง

๕. ริมที่อวัยวะเพศ เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่เกิดเชื้อไวรัส herpes simplex virus
ทำให้เกิดอาการปวดแสบบริเวณขา ก้นหรืออวัยวะเพศ และตามด้วยผื่นเป็นตุ่มน้ำใส แผลหายได้เองใน ๒-๓
สัปดาห์แต่เชื้อยังอยู่ในร่างกาย เมื่อร่างกายอ่อนแอ เชื้อก็จะกลับเป็นใหม่

๖. หูดหงอนไก่ เกิดจากเชื้อไวรัส human papillomavirus ทำให้เกิดหูดที่อวัยวะเพศ
ลักษณะเป็นผื่นนูน ไม่เจ็บ ผื่นจะมีขนาดใหญ่ขึ้น หากไม่รักษาผื่นจะโตเป็นลักษณะหงอนไก่ Molluscum

๗. โรคเอดส์ เป็นโรคที่เริ่มมีรายงานเมื่อปี ๑๙๘๑ เกิดจากเชื้อ human immunodeficiency virus (HIV), ซึ่ง
เป็นเชื้อที่ทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ทำให้ผู้ป่วยติดเชื้อพวกฉวยโอกาสและมะเร็ง เมื่อเป็นโรคติดต่อ
ทางเพศสัมพันธ์ต้องปฏิบัติดังนี้

- ให้รักษาอย่างรวดเร็วเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ
- แจ้งให้คู่นอนทราบว่าคุณเป็นโรคเพื่อที่จะป้องกันโรค มิให้แพร่สู่คนอื่น และให้ได้รับการ

รักษา

- รักษาตามแพทย์สั่ง
- งดร่วมเพศ

๖) ฐานการป้องกันตัวเองในภาวะคับขันและวิธีการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

ทัศนคติ มีความสัมพันธ์กับ **พฤติกรรม** การเปลี่ยนแปลงทัศนคติขึ้นอยู่กับความรู้ หากมีความรู้ความเข้าใจดี ทัศนคติจะเปลี่ยนแปลงได้ เมื่อทัศนคติเปลี่ยนแปลงแล้ว จะมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ทั้งสามสิ่งนี้มีความเชื่อมโยงกัน ดังนั้นในการที่จะให้มีการยอมรับหรือปฏิเสธในสิ่งใด ต้องพยายามเปลี่ยนแปลงทัศนคติเสียก่อน โดยการให้ความรู้ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

“ทัศนคติที่ดี” จะทำให้เกิด

“พฤติกรรมเพศสัมพันธ์ที่ถูกต้องเหมาะสม”

การวิเคราะห์ปัญหาและประเมินสถานการณ์ การวิเคราะห์ปัญหา หรือการวิเคราะห์สถานการณ์ หมายถึงการระบุเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เรากำลังเผชิญอยู่ รวมทั้งข้อมูลหรือรายละเอียดเกี่ยวกับความเป็นมา สาเหตุ ระดับความรุนแรงของผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นกับเราทั้งในด้านบวกและด้านลบ ความพร้อมของเราในการเผชิญเหตุการณ์ดังกล่าว และทางเลือกที่เป็นไปได้ในแก้ไขปัญหาหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นก่อนที่จะตัดสินใจว่าเราจะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไร

การประเมินสถานการณ์อย่างรอบคอบเพื่อให้เข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับเราได้อย่างถูกต้องชัดเจน จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้เราสามารถเผชิญและผ่านพ้นเหตุการณ์ดังกล่าวได้อย่างมีสติ

มีหลายสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และพฤติกรรมการ ดิตยาเสพติด ซึ่งจะนำไปสู่การติดเชื้อเอชไอวีหรือตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้ แนวทางสำคัญซึ่งจะช่วยให้พ้นจากผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์ดังกล่าวได้ คือการตัดสินใจด้วยความรับผิดชอบ ซึ่งหมายถึงการตัดสินใจที่ไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเองและบุคคลอื่น โดยคำนึงถึงสุขภาพ ความปลอดภัย กฎหมาย และความรับผิดชอบต่อตนเองและบุคคลอื่น แนวทางดังกล่าวประกอบด้วย

๑. การระบุสถานการณ์หรือปัญหาที่กำลังเผชิญ

๒. คิดถึงทางเลือกหรือทางออกที่เป็นไปได้และมีความเหมาะสม โดยอาจขอคำปรึกษาจากบุคคลที่เชื่อถือได้

๓. ตัดสินใจกำหนดทางเลือกที่พิจารณาว่าเหมาะสมที่สุดกับสถานการณ์ขณะนั้นและในอนาคต

๔. ปฏิบัติตามทางเลือก และประเมินผลการตัดสินใจดังกล่าว เพื่อเป็นบทเรียนและประสบการณ์สำหรับการเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ในอนาคต

การสื่อสารเพื่อการปฏิเสธ

การปฏิเสธในเรื่องเพศและยาเสพติดเป็นเรื่องละเอียดอ่อน และต้องกระทำอย่าง ระมัดระวัง เพื่อไม่เป็นทำลายสัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคคลเหล่านั้น การปฏิเสธในบางสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมอาจมีอันตรายได้ จึงเป็นทักษะที่ต้องฝึกฝน ทักษะดังกล่าวประกอบด้วย การยืนยันความคิดและความตั้งใจในการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเสี่ยงและอันตรายที่อาจเกิดขึ้น เช่น

๑. การแสดงกริยาอาการ ได้แก่ การเดินออกจากบริเวณนั้น การหยุดพูดเรื่องนั้น หรือการมองหน้าเพื่อเป็นการปราม

๒. การพูดและการแสดงกริยาอาการ เช่น พูดว่า “ฉันคิดว่ามันยังไม่ถึงเวลา” พร้อมกับเดินออกจากสถานที่นั้น

๓. การพูดจาหว่านล้อมให้อีกฝ่ายหลีกเลี่ยงหรือเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างไรก็ตาม การป้องกันที่ดีที่สุดคือ การหลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่หรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเสี่ยงและการตัดสินใจที่ยากลำบาก

การสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจ

การโน้มน้าวใจเพื่อให้บุคคลอื่นเปลี่ยนแปลงความรู้ ทศนคติ และพฤติกรรมเดิมไปสู่สิ่งที่ถูกต้องและเหมาะสมนั้นเป็นทักษะที่จำเป็นประการหนึ่ง ซึ่งช่วยให้เราสามารถหลุดพ้นจากสถานการณ์คับขันและการตัดสินใจที่ยากลำบากในสถานการณ์ต่าง ๆ การโน้มน้าวใจอาจทำได้หลากหลายวิธี เช่น การยกเหตุผลและผล การยกโทษภัยของการตัดสินใจหรือการกระทำที่ไม่เหมาะสม การเสนอทางเลือกที่ไม่ทำให้อีกฝ่ายรู้สึกว่าคุณเสียเปรียบ เป็นต้น

เยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงโดยเฉพาะฮอร์โมนในร่างกาย มีผลกระทบทำให้มีความสนใจกับเพศตรงข้าม รวมทั้งแรงขับตามธรรมชาติ ที่ทำให้ใคร่รู้ใคร่ลอง ในเรื่องเพศ จนเป็นปัญหาที่วัยรุ่นปัจจุบันประสบปัญหาจำนวนมากมาย กลวิธีการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันสมควร ให้เยาวชนได้เรียนรู้ บันได ๑๓ ขั้น นำพาให้พ้นภัยได้ ดังนี้

เรียนรู้ถึงความคิดต่างกันของหญิงชายในเรื่องเพศผู้ชายมีเพศสัมพันธ์ได้โดยไม่มีความรัก ขณะที่ผู้หญิงมีเพศสัมพันธ์เพราะความรัก ผู้ชายมองการมีเพศสัมพันธ์ว่าเป็นการหาความสุขร่วมกัน และไม่ต้องผูกพัน ขณะที่ผู้หญิงเมื่อมีเพศสัมพันธ์กับชายใดจะต้องการมีความผูกพันกับชายคนนั้น หลังจากมีเพศสัมพันธ์ ผู้ชายไม่ได้คิดว่าจะต้องมีความผูกพันอะไรต่อไป ขณะที่ผู้หญิงคิดว่าเมื่อมีเพศสัมพันธ์กันแล้ว เธอจะต้องมีความผูกพันกับชีวิตเขา จึงเรียกความรับผิดชอบจากผู้ชาย ความตระหนักถึงความแตกต่างระหว่างชายหญิง จะเป็นการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด ซึ่งจะนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ มากมายที่ยากแก่การแก้ไข

วัยรุ่นชายควรคิดเสมอว่าวัยรุ่นหญิงเป็นเพศเดียวกับแม่ พี่น้อง ควรช่วยเหลือและให้เกียรติ ควรหลีกเลี่ยงการถูกเนื้อต้องตัว เพราะอาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิดได้ควรหลีกเลี่ยงการไปพักค้างคืนร่วมกันเป็นหมู่คณะ หรือตามลำพังโดยไม่มีผู้ใหญ่คอยดูแลควรหลีกเลี่ยงการอยู่ด้วยกันตามลำพังในที่ลับตาคนควรหลีกเลี่ยงการไปในสถานที่เปลี่ยว โรงแรมและสถานบันเทิงมหรสพทุกรูปแบบควรหลีกเลี่ยงการมีนัดหมายกับเพศตรงข้ามในยามวิกาลควรหลีกเลี่ยงการดื่มเหล้า เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือสารเสพติดทุกชนิด

วัยรุ่นหญิงควรแต่งกายเรียบร้อย และมิดชิด ไม่ควรแต่งกายในลักษณะที่ยั่ว ให้ผู้พบเห็นเกิดอารมณ์ทางเพศ เช่น เสื้อสายเดี่ยว เสื้อเกาะอก กระโปรงสั้น และกางเกงรัดรูปเกินไปหลีกเลี่ยงการคบเพื่อนหรือออกเที่ยวกับเพื่อนต่างเพศที่ไม่รู้จักดีพอควรหลีกเลี่ยงการออกเที่ยวหรือเดินทางในยามวิกาล หรือการเดินทางในที่เปลี่ยววัยรุ่นชายหญิงควรวางตัวต่อกันอย่างสุภาพ ให้เกียรติซึ่งกันและกัน และไม่ควรมีการล่วงเกินทางเพศ หรือวางตัวสนิมสนมใกล้ชิดเกินไปการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ในสถานการณ์ที่เหมาะสม(การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เป็นทางออกที่ดีทางหนึ่ง ใช้เป็นไม้ตายสุดท้าย ควรทำในที่ลับและอย่างพริ้วพริ้วจนเกินไป)

การควบคุมอารมณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

การเสริมสร้างทักษะในการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ และการเสพยาเสพติด จึงเป็นสิ่งจำเป็น แนวทางหนึ่งในการเสริมสร้างทักษะดังกล่าวคือการรู้จักคุณค่าของตนเอง บุคคลที่รู้จักคุณค่าของตนเอง คือคนที่ยอมรับความเป็นตนเอง จะรักตัวเอง ไม่ทำสิ่งที่เป็นโทษภัยให้ตนเอง สามารถยอมรับเหตุการณ์ และผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำของตนเองได้ทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ดังนั้นการรู้จักคุณค่าของตนเองจึงเป็นปัจจัยให้สามารถประเมินความเสี่ยงและผลที่เกิดขึ้นได้ ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลนั้นสามารถหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง

การพัฒนาและปรับเปลี่ยนทัศนคติของตนเองและผู้เกี่ยวข้อง การเผชิญหน้าและการแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยมุมมองที่ดีในเชิงบวก ตลอดจนมีความสามารถในการโน้มน้าวให้บุคคลอื่นมีคุณลักษณะดังกล่าวเช่นกัน เป็นสิ่งสำคัญในการอยู่กันของคนในครอบครัวและในสังคม

การป้องกันตัวเองไม่ให้ติดเชื้อ HIV โดยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือการปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันให้ปลอดภัยต่อการติดเชื้อเอชไอวีโดยไม่คาดคิด ดังนี้

๑. ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยง ไม่มีเพศสัมพันธ์กับคนที่ไม่รู้จัก หรือไม่แน่ใจว่าจะมีเชื้อไวรัสเอชไอวีอยู่
 ๒. ต้องสวมถุงยางอนามัยทุกครั้ง เมื่อจะมีเพศสัมพันธ์กับคนที่ไม่รู้จัก หรือไม่แน่ใจว่าจะมีเชื้อไวรัสเอชไอวีอยู่หรือไม่
 ๓. ไม่ใช้เข็มฉีดยาหรือของมีคมร่วมกับผู้อื่น เช่น มีดโกนหนวด กรรไกรตัดเล็บ แปรงสีฟัน เป็นต้น
 ๔. หากต้องใช้ของมีคมกับร่างกาย ควรทำความสะอาดเครื่องมือเสียก่อนด้วยน้ำและสบู่
 ๕. งดเว้นใช้ยาเสพติดโดยเฉพาะชนิดฉีด หากเลิกไม่ได้ควรเปลี่ยนเป็นชนิด สูดดม หรือกินแทน หากจำเป็นต้องฉีด ก็ควรใช้เข็มชนิดครั้งเดียวทิ้ง
 ๖. หลีกเลี่ยงไม่สัมผัส กับเลือด น้ำเหลือง น้ำอสุจิ น้ำในช่องคลอด ของผู้อื่นโดยตั้งใจหรือไม่ก็ตาม
 ๗. หากสัมผัสกับเลือด น้ำเหลือง น้ำอสุจิ น้ำจากช่องคลอด น้ำลาย น้ำนม ปัสสาวะ อุจจาระของใครก็ตาม ควรล้างด้วยน้ำและสบู่ทันที
 ๘. งดการรับบริจาคเลือด หรือ อวัยวะที่ไม่ได้ผ่านการตรวจหาเชื้อเอชไอวีเสียก่อน
- ความเข้าใจถึงความแตกต่างและข้อจำกัดของคนแต่ละคน ทั้งในด้านภูมิหลัง เศรษฐกิจ การเมือง สังคม และวัฒนธรรม รวมทั้งการมีความพร้อมในการปรับเปลี่ยนความคิดและทัศนคติที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ทักษะใน

๓) ฐานความรู้ E-learning

ในเรื่องต่าง ๆ เช่น เรื่องความเสมอภาคระหว่าง ชายหญิง สิทธิในเนื้อตัวร่างกาย การเคารพสิทธิของผู้อื่น และหน้าที่และความรับผิดชอบตามวัยและหน้าที่ความรับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อชุมชน และสังคม

<https://www.slideshare.net/DarikaSurarit/๒-๖๒๒๔๘๙๕๐>

สังคมยุคโลกาภิวัตน์ที่ผู้คนดำเนินไปตามแบบวัฒนธรรมตะวันตกมากขึ้น ทำให้บทบาทของชายหญิงได้รับการมองว่าต้องมีความเสมอภาคเท่าเทียมกัน ซึ่งสังคมไทยก็เปิดกว้างยอมรับค่านิยมแบบสากลนี้

ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ

ในปัจจุบันบทบาททางเพศระหว่างผู้ชายและผู้หญิงในสังคมเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม โดยเฉพาะในสังคมไทย ซึ่งแต่เดิมนั้นมองบทบาททางเพศของผู้ชายว่าอยู่ในฐานะ “ ช้างเท้าหน้า ” และมองบทบาททางเพศของผู้หญิงว่าอยู่ในฐานะ “ ช้างเท้าหลัง ” นั่นคือ ให้บทบาทของผู้ชายเป็นผู้นำและบทบาทของผู้หญิงเป็นผู้ตาม

อาจกล่าวได้ว่าสังคมไทยแต่เดิมนั้นกำหนดความเสมอภาคทางเพศโดยเฉพาะประเด็นในเรื่องของการแสดงออกทางเพศอย่างไม่ค่อยเท่าเทียมกันนัก เมื่อวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามาเผยแพร่ ค่านิยมหลายอย่างของเราก็ได้มีการปรับปรุงให้สอดคล้องกับความเป็นสากลซึ่งเรื่องความเสมอภาคทางเพศก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่มีการเรียกร้องให้มีการแก้ไข และสามารถดำเนินการปรับปรุงแก้ไขได้ในหลายประเด็น

ดังนั้น **ความเสมอภาคทางเพศ** จึงหมายถึง การที่เพศชายและเพศหญิงมีสิทธิและเสรีภาพในการแสดงบทบาทของตนเองต่อสังคมได้อย่างเท่าเทียมกัน แต่ต้องอยู่ภายในกรอบที่เหมาะสมของวัฒนธรรมที่ติงามของสังคมไทย ในปัจจุบันสังคมไทยให้ความสำคัญกับเรื่อง ความเสมอภาคทางเพศมากขึ้น โดยมองบทบาททางเพศของชายและหญิงว่ามีระดับที่เท่าเทียมกัน ไม่มีการกีดกันทางเพศ

ดังนั้น **ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ** จึงขึ้นอยู่กับความเข้าใจในบทบาททางเพศและการมีสัมพันธภาพที่เหมาะสมระหว่างชายหญิง โดยวัยรุ่นจะรู้สึกอ่อนไหวกับคำพูดที่เกี่ยวข้องกับบทบาททางเพศของตนเองมากขึ้น

โดยวัยรุ่นจะเลียนแบบพฤติกรรมซึ่งเป็นบทบาททางเพศจากบุคคลที่ใกล้ชิดกับตัว เอง กล่าวคือ วัยรุ่นชายจะเลียนแบบจากพ่อ พี่ชาย หรือญาติชายที่ใกล้ชิด ในขณะที่วัยรุ่นหญิงก็จะเลียนแบบจากแม่ พี่สาว หรือญาติสาวที่สนิท

การวางตัวต่อเพศตรงข้าม

การวางตัวต่อเพศตรงข้าม หมายถึง การที่เพศชายและเพศหญิงประพฤติปฏิบัติต่อกันและกัน เพื่อสร้างสัมพันธภาพอันดีระหว่างกัน ซึ่งในที่นี้จะขอแนะนำแนวทางในการวางตัวต่อเพศตรงข้ามในสองสถานภาพ คือ ในฐานะเพื่อนและในฐานะคู่รัก

๑. การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะเพื่อน เมื่อชายหญิงคบกันในฐานะเพื่อน เราควรปฏิบัติตนต่อเพศตรงข้ามทั้งใน ด้านการพูด การแสดงกิริยา และการประ พถัตตัวด้านอื่นๆ ในลักษณะที่ให้เกียรติซึ่งกันและกัน

๒. การวางตัวต่อเพศตรงข้ามในฐานะคู่รัก เมื่อชายหญิงมีความสัมพันธ์กันในฐานะคู่รัก ก็ควรหาโอกาสได้เรียนรู้อุปนิสัย ความต้องการ ค่านิยม และความสนใจของกันและกัน เพื่อให้ความสัมพันธ์ระหว่างเพศตรงข้ามในฐานะคู่รักได้พัฒนาไปสู่ฐานะคู่สมรสหนึ่ง ในวัยหนุ่มสาว เพศชายและเพศหญิงจะมีแรง

ซับซ้อนเพศมาก ซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติความใกล้ชิดกันมากเกินไป อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรได้

ปัญหาทางเพศ

ปัญหาหนึ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตของหลายๆคนก็คือปัญหาทางเพศซึ่งมีอยู่หลายลักษณะไม่ว่าจะเป็นความสับสนต่างๆ การมีความรักใคร่ชอบพอรักที่ เป็นเพศเดียวกับตน เป็นต้น

๑. ลักษณะปัญหาทางเพศ

สถานภาพทางเพศเป็นสิ่งที่ติดตัวทุกคนมาตั้งแต่กำเนิด สถานภาพทางเพศก็อาจจะไม่ใช่ปัจจัยกำหนดความเป็นชายเป็นหญิงได้อย่างแท้จริงทั้งหมด เนื่องจากบุคคลบางกลุ่มอาจเกิดการเบี่ยงเบนทางเพศ ซึ่งสามารถจำแนกลักษณะปัญหาทางเพศได้ ดังนี้

๑.๑ ความสับสนในความเป็นชายหญิง จะเริ่มต้นในวัยเด็ก โดยเด็กผู้ชายอายุ ๓-๖ ปี บางคนชอบเล่นตุ๊กตา ชอบแสดงท่าทางคล้ายผู้หญิง แต่พออายุ ๑๒-๑๓ ปี ความรู้สึกและการแสดงออกอย่างนี้อาจหายไปเลย

๑.๒ ความเบี่ยงเบนทางเพศ (Sexual Deviations) คือ กลุ่มคนที่มีพฤติกรรมทางเพศผิดปกติ ซึ่งแบ่งได้ ๓ ประเภท ดังนี้

๒.๑) ปฏิเสธเพศ (Transsexual) คือ ผู้ที่ไม่พอใจและไม่ยอมรับในเพศที่แท้จริงที่มี
มากำเนิด รวมทั้งมีความเชื่อว่าเพศที่ปรากฏทางร่างกายของตนไม่ถูกต้อง ส่วนใหญ่มักเกิดขึ้นกับเพศชายโดยชายเหล่านี้จะมีลักษณะท่าทางการแสดงออกเป็นเพศหญิง

๒.๒) รักร่วมเพศ (Homosexual) คือ ผู้ที่มีความพึงพอใจที่จะมีเพศสัมพันธ์กับเพศเดียวกัน ได้แก่ ชายรักชาย และหญิงรักหญิง

๑.๓ ชายรักชาย หรือเกย์ (Gay) แบ่งเป็น ๒ ประเภท ได้แก่ เกย์คิง หมายถึง ผู้ที่แสดงบทบาททางเพศเป็นชายหรือฝ่ายกระทำเมื่อมีเพศสัมพันธ์ ส่วนอีกประเภทหนึ่ง คือ เกย์ควีน หมายถึง ผู้ที่แสดงบทบาททางเพศเป็นหญิงหรือฝ่ายถูกกระทำเมื่อมีเพศสัมพันธ์

๑.๔ หญิงรักหญิง หรือเลสเบี้ยน (Lesbian) คนไทยมีคำเรียกดั้งเดิมว่า อัจฉารี แบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ ทอม หมายถึง การแสดงออกภายนอกมีลักษณะภายนอกเป็นชาย ส่วนอีกประเภทหนึ่ง คือ ดี หมายถึง การแสดงออกภายนอกจะมีลักษณะเป็นหญิง

๑.๕ รักสองเพศ (Bisexuality) หมายถึง ผู้ที่สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้ทั้งกับเพศชายและเพศหญิง ภาษาชาวบ้านนิยมเรียกว่า เสือใบ หรือพวกกระแสดลั๊บบ

แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ

เพื่อให้เด็กมีพฤติกรรมทางเพศที่ถูกต้อง พ่อแม่ ผู้ปกครอง จึงควรให้การดูแลเด็กดังนี้

๑. พ่อแม่ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูก เพราะหากพ่อแม่แสดงบทบาททางเพศไม่เหมาะสม จะทำให้ลูกเกิดความเบี่ยงเบนทางเพศได้

๒. สนับสนุนให้วัยรุ่นทั้งเพศชายและหญิงแสดงเอกลักษณ์ทางเพศของตนเองให้ถูกต้องและเหมาะสม

๓. สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาททางเพศตามที่สังคมไทยและกรอบของขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมไทยได้กำหนดไว้พร้อมทั้งมีการส่งเสริมให้เด็กเห็นคุณค่าและความสำคัญของความเป็นเพศชายและเพศหญิง โดยอาจให้คำแนะนำและเสนอแนะกับเด็กที่เป็นวัยรุ่น ดังนี้

๓.๑ ยอมรับตนเอง โดยค้นหาและทำความรู้จักตนเองให้ได้ว่าตนเองคือใคร เป็น

เพศชายหรือหญิง

เปลี่ยน แปลงได้

เพศ

๓.๒ เข้าใจธรรมชาติว่า เมื่อเกิดมาเป็นเพศชายหรือเพศหญิงแล้ว จะไม่สามารถ

๓.๓ ภาคภูมิใจในเพศของตนเองและเห็นอกเห็นใจเพื่อนที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทาง

๓.๔ ส่งเสริมให้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องด้านเพศศึกษา

บทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบของบุคคลในครอบครัวและสังคม

หน้าที่ของครอบครัว ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมที่เล็กที่สุด แต่สำคัญที่สุด

เนื่องจากเป็นสถาบันแรกที่สามารถหล่อหลอมและพัฒนาบุคคลต่างๆในครอบครัวให้เป็นบุคคลอันพึงประสงค์ของสังคม ซึ่งมีหน้าที่คือ

หน้าที่สร้างสรรค์สมาชิก ครอบครัวมีหน้าที่สร้างสมาชิกใหม่ขึ้นทดแทนสมาชิกเดิมที่จากไป เพื่อสืบวงศ์ตระกูลต่อไป แต่ก็ต้องตั้งอยู่บนความสมดุลกับสังคมถ้ามากเกินไปก็จะทำให้เกิดปัญหาสังคมตามมา

หน้าที่อบรมสั่งสอนระเบียบของสังคม ครอบครัวเป็นสถาบันแรกที่มีหน้าที่และบทบาทในการอบรมสั่งสอนที่สำคัญที่สุด โดยมุ่งเน้นให้รู้จักค่านิยมพื้นฐานทางวัฒนธรรม การพัฒนาบุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย และการปรับตัวเข้ากับสังคม

หน้าที่ให้ความรักและความอบอุ่น ครอบครัวเป็นแหล่งสำคัญในการให้ความรัก ความอบอุ่นและกำลังใจแก่สมาชิกเพื่อให้สามารถต่อสู้และมีกำลังใจในการดำเนินชีวิตในสังคมได้

หน้าที่กำหนดสถานภาพ เมื่ออยู่ในครอบครัว สมาชิกทุกคนจะมีสถานภาพที่ถูกกำหนดขึ้นโดยกำเนิด เช่น เพศ เชื้อชาติ ศาสนา เชื้อชาติ สัญชาติ และสถานะในครอบครัวรวมถึงในวงสังคม

หน้าที่ปกป้องคุ้มครองหรือเลี้ยงดูผู้เยาว์ ครอบครัวจะทำหน้าที่ดูแลปกป้องและพัฒนาสมาชิกที่เกิดขึ้นใหม่ ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ และให้การศึกษา

หน้าที่ทางเศรษฐกิจ สมาชิกในครอบครัวทุกคนถือเป็นหน่วยการผลิตที่สำคัญ ทุกคนจะต้องทำงานและแบ่งผลผลิตซึ่งกันและกัน เช่น พ่อแม่จะทำมาหากินเพื่อเลี้ยงลูกในวันเด็ก แต่พอในวัยหนุ่มสาวลูกก็จะทำมาหากินเพื่อเลี้ยงดูพ่อแม่

หน้าที่ทางการศึกษา ครอบครัวเป็นแหล่งการศึกษาแห่งแรกของสมาชิก แต่เมื่อถึงวัยต้องรับการศึกษาในโรงเรียน ครอบครัวก็มีหน้าที่ต้องส่งสมาชิกเข้าเล่าเรียนศึกษา โดยต้องให้การสนับสนุนในเรื่องการศึกษา เพื่อให้มีความรู้เพื่อที่จะประกอบอาชีพได้ในอนาคต

หน้าที่ทางศาสนา ครอบครัวต้องมีหน้าที่ในการปลูกฝังให้เลื่อมใสในศาสนาประจำชาติ และส่งเสริมให้ปฏิบัติตนตามคำสั่งสอนของศาสนา เพื่อให้เป็นคนดีของสังคม

หน้าที่สามีภรรยา ในสภาพสังคมปัจจุบัน สังคมและเศรษฐกิจได้มีการเปลี่ยนแปลงไปมาก ผู้ชายและผู้หญิงจึงล้วนมีบทบาทที่เปลี่ยนแปลงไป จากเดิมที่ผู้ชายเป็นผู้นำครอบครัว ก็เริ่มมีการปรับเปลี่ยนให้ผู้หญิงมีบทบาททัดเทียมกัน ดังนั้นสามีและภรรยาในยุคปัจจุบันจึงควรมีหน้าที่ๆสอดคล้องกับสถานการณ์คือ

ให้การยกย่องซึ่งกันและกัน ให้เกียรติกันตามฐานะอย่างเหมาะสม ดูแลเอาใจใส่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

ไม่ดูหมิ่นเหยียดหยามทั้งวาจาและท่าทาง ไม่ว่าจะต่อหน้าหรือลับหลัง ให้คำแนะนำในการปรับปรุงตนเอง และร่วมกันแก้ไขข้อบกพร่องซึ่งกันและกัน

ไม่ประพฤตินอกใจซึ่งกันและกัน ควรมีความซื่อสัตย์และคุณความดีของกันและกัน เพื่อรักษาครอบครัวให้มีความสุขและดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น

ช่วยกันในธุรกิจงานบ้าน ช่วยดูแลทรัพย์สินสมบัติและกิจการงานบ้าน ควรรับผิดชอบภารกิจที่ต้องใช้แรงงาน รวมถึงการช่วยดูแลบุตร

ให้กำลังใจโดยของขวัญหรือของรางวัล ให้ความสำคัญกับโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด วันครบรอบแต่งงานหรือเทศกาลต่างๆ มีของฝากเมื่อเดินทางไปสถานที่อื่นๆ

ร่วมกันจัดการงานบ้านเรือนให้เรียบร้อย แบ่งภารกิจการงานบ้านให้สมาชิกทุกคน ในครอบครัวมีงานเท่าเทียมกัน รวมถึงสร้างบรรยากาศในครอบครัวให้น่าอยู่

เอาใจใส่สงเคราะห์คนใกล้ชิด เอาใจใส่สารทุกข์สุกดิบของคนในครอบครัว รวมถึงญาติพี่น้องทั้งของฝ่ายตนเองและฝ่ายภรรยาให้สม่ำเสมอเท่าเทียมกัน

ช่วยกันรักษาสมบัติไว้ให้ดี รู้จักการใช้สอยเงินทองอย่างประหยัด ไม่ควรใช้จ่ายให้เกินฐานะ ไม่สร้างภาระหนี้สินโดยไม่จำเป็น และหลีกเลี่ยงอบายมุขต่างๆ

ไม่เกียจคร้านในกิจการทั้งปวง ควรมีความขยันขันแข็งในการทำงานทั้งภายนอกและภายในบ้าน เพื่อความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงาน เพื่อให้ฐานะครอบครัวมีความมั่นคงมากยิ่งขึ้น

หน้าที่บิดามารดาต่อบุตร คู่สามีภรรยาที่มีความพร้อมและตัดสินใจมีลูกแล้ว จะต้องตระหนักถึงภาระหน้าที่ๆเกิดขึ้นตามมา โดยมีบทบาทใหม่ในการเป็นพ่อและแม่ ซึ่งเป็นหน้าที่ที่สำคัญและมีความรับผิดชอบสูงอันได้แก่

การให้ความเจริญเติบโตทางด้านร่างกายและจิตใจ พ่อแม่มีหน้าที่ต้องให้ความเอาใจใส่ลูกทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ในด้านร่างกายเป็นความจำเป็นในอันดับแรกของชีวิต ในขณะที่ลูกยังช่วยตัวเองไม่ได้ พ่อแม่มีหน้าที่ต้องดูแลหาอาหาร เครื่องนุ่งห่มและดูแลยามเจ็บไข้ได้ป่วย ในด้านจิตใจก็ได้แก่การให้ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยแก่ลูก สร้างความรู้สึกให้ลูกรู้สึกถึงการเจริญเติบโตด้วยความเป็นมิตร มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เกิดความสัมพันธ์ที่เหนียวแน่น เกิดความภูมิใจกับสถานภาพของตนเองในครอบครัว

การอบรมสั่งสอน พ่อแม่มีหน้าที่ต้องปลูกฝังให้ลูกสามารถควบคุมตัวเองและปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านการเข้าสังคม มารยาทสังคม การอยู่ร่วมกับผู้อื่นเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้

การเอาใจใส่ พ่อแม่ต้องคอยเอาใจใส่ดูแลลูก เพื่อสังเกตและควบคุมพฤติกรรมของลูกให้ดำเนินไปได้อย่างถูกครรลองคลองธรรมและเป็นที่ยอมรับของสังคม อันได้แก่ ด้านสุขภาพจิต เพราะเด็กบางคนอาจมีความผิดปกติด้านสภาพจิตใจ ด้านความผิดปกติทางเพศซึ่งต้องได้รับการแก้ไขบำบัด เพื่อแก้ปัญหา ด้านการใช้ยาเสพติดเด็กสมัยใหม่จะเข้าถึงได้ค่อนข้างง่ายจึงต้องใช้การสังเกตเพื่อป้องกันปัญหา ด้านการใช้เวลาว่างพ่อแม่ควรต้องแนะนำให้เด็กได้ใช้เวลาว่างตามความถนัดตามความสนใจ ให้คำแนะนำและส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

หน้าที่ความรับผิดชอบของบุตรต่อบิดามารดา ในช่วงแรกของชีวิตบิดามารดามีหน้าที่ต้องดูแลบุตร แต่ในช่วงท้ายของชีวิตแล้วบุตรก็มีหน้าที่ต้องดูแลบิดามารดาเป็นการตอบแทน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสังคมไทยให้ความสำคัญกับเรื่องนี้มาก ดังนั้น บุตรจึงมีหน้าที่ที่ควรปฏิบัติต่อบิดามารดาคือ

ความกตัญญู บุตรควรต้องดูแลเอาใจใส่บิดามารดาให้เหมือนกับที่บิดามารดาดูแลเอาใจใส่ตน ดูแลให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข หาอุปกรณ์อำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิต ดูแลยามเจ็บไข้ได้ป่วย

ช่วยเหลือกิจการงานหน้าที่ครอบครัวตามโอกาส บุตรควรต้องช่วยเหลือดูแลภารกิจในบ้านทั้งกิจการของครอบครัว งานอื่นๆที่นอกเหนือ เพื่อให้พ่อแม่ได้มีโอกาสพักผ่อนและเป็นการแบ่งเบาภาระ

ตำรววงศ์ตระกูลของพ่อแม่ให้เจริญ สังคมไทยให้ความสำคัญกับการสืบทอดวงศ์ตระกูลและชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล ดังนั้นบุตรควรต้องรักษาชื่อเสียงและประเพณีตนให้เหมาะสมตามขนบธรรมเนียมประเพณี

เมื่อพ่อแม่ล่วงลับไปแล้วทำบุญอุทิศให้ สังคมไทยให้ความสำคัญเรื่องการรำลึกถึงบุญคุณบิดามารดา การทำบุญอุทิศให้ก็ถือเป็นกรณีกิจถึงและตอบแทนบุญคุณอีกทางหนึ่ง และเป็นการแสดงถึงความเคารพอยู่เสมอ

หน้าที่ความรับผิดชอบต่อเครือญาติ โครงสร้างสังคมไทยเรา ถือเป็นระบบสังคมเครือญาติ ซึ่งมีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว ทำให้เกิดความเหนียวแน่นและความสัมพันธ์ในเชิงสังคม เช่น ความสัมพันธ์ในฐานะ ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา ความสัมพันธ์ในระบบเครือญาติมักก็จะเกิดขึ้นจากความเกี่ยวพันทางสายเลือดและความเกี่ยวพันจากการสมรส ซึ่งความเกี่ยวพันดังกล่าวทำให้เกิดเครือญาติและทำให้มีหน้าที่ที่ต้องดูแลรับผิดชอบกันคือ

หน้าที่ทางการเงิน ครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีอาจถูกเป็นที่พึงหวังของครอบครัวที่ฐานะทางเศรษฐกิจที่ไม่ดี การให้การช่วยเหลือกันเป็นบางโอกาสทางด้านการเงินจึงเป็นภาระใหม่ที่เกิดขึ้น ซึ่งก็ควรให้การช่วยเหลือการตามสมควรโดยไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนต่อครอบครัวตนเอง

หน้าที่ปรับตัวให้เข้ากับแบบแผนครอบครัวเดิม ครอบครัวแต่ละครอบครัวย่อมมีแบบแผนการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน การที่คนต่างครอบครัวกันมาอยู่ร่วมกันย่อมมีความแตกต่างกันในกาปฏิบัติตัวในด้านต่างๆ ทั้งวัฒนธรรม ศาสนา ฐานะทางสังคมเศรษฐกิจ เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาการอยู่ร่วมกันจึงต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

หน้าที่การปรับตัวให้เข้ากับญาติ ด้วยความแตกต่างของพื้นฐานครอบครัวทำให้คนเราที่อยู่ร่วมกันต้องปรับตัวเข้าหากัน โดยเฉพาะคู่สมรสใหม่ จำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากันได้กับญาติของทั้ง ๒ ฝ่ายจึงจะทำให้ชีวิตสมรสดำเนินไปได้อย่างราบรื่น ซึ่งเป็นสิ่งที่อาจต้องใช้เวลาในการปรับตัวพอสมควรเนื่องจากญาติพี่น้องจะมีจำนวนมากและมีลักษณะนิสัยใจคอที่แตกต่างกันออกไป

กิจกรรมที่ ๒ ให้ความรู้ให้นักเรียน “อิสลามกับเพศศึกษา” อภิปราย พร้อมทั้งตั้งคำถาม

มารยาทในการมีเพศสัมพันธ์ในอิสลาม

อัลฮัมดุลิลละฮ์ มวลการสรรเสริญเป็นกรรมสิทธิ์ของพระองค์แต่เพียงผู้เดียวเป็นสิ่งที่ดียิ่งในการกล่าวว่ อิสลามคือศาสนาที่สมบูรณ์แบบและเหมาะสมในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ อิสลามคือศาสนาที่นำพาความดีมายังมนุษย์ในทุกๆด้าน ในเรื่อง ศาสนา ใช้ชีวิต การคบค้าสมาคม การมีชีวิตอยู่ หรือ จากไป

การมีเพศสัมพันธ์ ถือว่าเป็นเรื่องสำคัญอย่างมากในการดำเนินชีวิตของมนุษย์บนโลกนี้ ซึ่งศาสนาอิสลามได้กำหนดรูปแบบและขอบเขต ซึ่งได้อธิบายไว้อย่างชัดเจน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องมารยาท ฮุกุ่มต่างๆ

ของการมีเพศสัมพันธ์ตามหลักการอิสลาม

หากว่าการใช้ชีวิตปราศจากสิ่งนี้แล้วก็จะทำให้การดำเนินชีวิตไม่มีความสุข ไม่รู้ถึงรสชาติของชีวิต และจะใช้ชีวิตอยู่อย่างเศร้าหมอง ไร้จุดหมาย หากว่าการใช้ชีวิตที่มีเพศสัมพันธ์ในอิสลามดำเนินไปด้วยการตั้งเจตนาที่ดี อ่านอัลฮัร และดำรงไว้ซึ่งมารยาทอันดีงาม ก็จะทำให้ชีวิตของท่านก้าวไปสู่ตำแหน่งที่สูงส่ง และการอิบาดะฮ์ทุกอย่างของเขานั้นได้รับภาคผลอย่างแน่นอน

มีคำกล่าวของท่านนบี ในหนังสือซาตุลมาอาร ของ อิบน์ุก็อยยิม "แท้จริง การมีเพศสัมพันธ์ ถือว่าเป็นแบบฉบับของฉัน" ซึ่งท่านนบีมุฮัมมัด เป็นการดำรงแบบอย่างที่มีสมบูรณ์แบบรักษาสุขภาพที่ดี และช่วยเติมเต็มรสชาติของการใช้ชีวิตบนโลกนี้ตามจุดมุ่งหมายที่ต้องการ

เป้าหมายหลักของการมีเพศสัมพันธ์ มีอยู่ ๓ ประการด้วยกัน

๑. การมีเพศสัมพันธ์ สร้างความสัมพันธ์ให้ใกล้ชิดกัน และสืบทอดวงศ์ตระกูล ทำให้เผ่าพันธุ์ของมนุษย์ดำรงอยู่จนทุกวันนี้ ตามความประสงค์ของพระองค์
๒. การหลั่งอสุจิออกมาช่วยให้ผ่อนคลายสบาย หลับสนิท ทำให้ร่างกายผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่ตึงตียบอยู่ก็จะคลายตัว ไม่ส่งผลเสียต่อระบบสืบพันธุ์
๓. การมีเพศสัมพันธ์มีประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างมาก ทำให้สุขภาพจิตดี อารมณ์แจ่มใส จะช่วยทำให้ไม่เครียด

บรรดาผู้ที่เชี่ยวชาญทางการแพทย์บอกถึงเรื่องของการการมีเพศสัมพันธ์ ที่ส่งผลดีต่อสุขภาพอย่างมาก อัลลอฮ์ ทรงได้กำหนดทุกสิ่งล้วนแล้วแต่เป็นประโยชน์ต่อการใช้ชีวิตของมนุษย์ทั้งหมด เพศสัมพันธ์จึงเป็นสิ่งที่หนึ่งที่จะช่วยให้การใช้ชีวิตของมนุษย์มีความสุขสมบูรณ์แบบ ลดสายตาต่อเพศตรงข้าม ช่วยระงับจากอารมณ์ตัณหา หลีกเลียงจากการกระทำของฮะรอม ทำให้เกิดผลดีทั้งโลกนี้และโลกหน้า และจะได้รับความสุขและประโยชน์ทั้งผู้ชายและผู้หญิง

ดังที่ท่านนบี กล่าวว่า "สิ่งที่ฉันรักยิ่งโลกนี้ คือ สตรีเพศ และสิ่งที่ดีทั้งหลาย"

(อะหมัด นาซาฮี)

ท่านรอซูลุลลอฮ์ คือลัลลอฮ์อะลัยฮิวะสَّلَام ได้กล่าวกับเราว่า
يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ، مَنْ اسْتَطَاعَ الْبَاءَةَ فليتزوّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ، وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ.

"โอ้บรรดาผู้เป็นหนุ่มทั้งหลาย ! ผู้ใดในหมู่พวกเจ้ามีความสามารถที่จะเลี้ยงดู (ภรรยา) ก็จงแต่งงานเสีย เพราะแท้จริง (การแต่งงาน) จะทำให้สายตาของพวกเจ้าลดต่ำลง และทำให้พวกเจ้าสามารถถ่วงอวัยวะ

เพศและผู้ใดที่ไม่มีความสามารถก็จงถือศีลอดเสีย เพราะแท้จริง

การถือศีลอดนั้นจะทำให้ลดอารมณ์และตัณหาลงได้"

(อัลบุคอรี มุสลิม)

สิ่งสำคัญควรรู้ในขณะที่มีเพศสัมพันธ์ในอิสลาม

๑. มีความบริสุทธิ์ใจในการมีเพศสัมพันธ์ เจตนากระทำดังกล่าวเพื่อปกป้องชีวิตตัวเองและครอบครัว ห่างไกลจากสิ่งที่เป็นฮะรอม จากการทำซินา และเพื่อสร้างประชากรของท่านนบีมุฮัมมัด ให้เพิ่มมากขึ้น เพื่อยกระดับของความมีเกียรติที่สูงส่ง ไม่ใช่เพียงเพื่อเป็นการระบายอารมณ์ใคร่และตัณหาของแต่ละคน การมีเพศสัมพันธ์จะทำให้เรามีความสุข อิ่มเอิบใจ

ท่านนบี กล่าวว่า

وَفِي بُضْعٍ أُحَدِّثُكُمْ صَدَقَةً قَالُوا : يَا رَسُولَ اللَّهِ أَيَّتِي أَحَدْنَا شَهَوْتَهُ وَيَكُونُ لَهُ فِيهَا أَجْرٌ ؟ قَالَ : " أَرَأَيْتُمْ لَوْ وَضَعَهَا فِي حَرَامٍ عَلَيْهِ وَزُرُّ ؟ فَكَذَلِكَ إِذَا وَضَعَهَا فِي الْحَلَالِ كَانَ لَهُ أَجْرٌ "

"การมีเพศสัมพันธ์กับภรรยาของท่านนั้น เป็นทาน(ศอดาเกาะฮ)"

ฉันถามว่า : โอ้ท่านรَسُولุลลอฮ์ เหตุใดฉันจึงปลดปล่อยอารมณ์ทางเพศทำให้ได้รับผลบุญด้วยเล่า?
ท่านรَسُولุลลอฮ์ กล่าวว่า : แล้วถ้าท่านทั้งหลายกระทำในสิ่งหะรอมท่านจะเป็นบาปมีไซหรือ?

ฉันตอบว่า : ใช่

ท่านรَسُولุลลอฮ์ กล่าวว่า : ในเมื่อท่านต้องรับผิดชอบต่อการกระทำที่ชั่ว แล้วจะไม่ให้ผลบุญสำหรับการกระทำ
ความดีกระนั้นหรือ

(มุสลิม)

นี่คือความประสงค์ และความเมตตาของพระองค์ที่จะให้มนุษย์มีชีวิตที่ดี และมีความจำใจจริยบนโลก

- มีซุนนะ ให้วางมือบนหน้าผากของภรรยาในคำคืนแรกของคู่อภิเษก
- มีซุนนะ ให้อาบน้ำชำระร่างกายก่อนมีเพศสัมพันธ์
- มีซุนนะ ให้ละหมาดสองร็อกอะฮ์ก่อนนอน

๒. การเล่าโลมเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับความสุขและชีวิตแต่งงานที่ไม่ควรถูกละเลย เป็นเรื่องสำคัญอย่างแท้จริงว่า สามีควรปลุกเร้าทางเพศแก่ภรรยาของเขา โดยผ่านการเล่าโลมก่อนที่จะหาความสัมพันธ์ในการร่วมเพศเพราะว่าท่านก็เคยมีการเล่น หรือ เล่าโลมภรรยา เช่น การจูบควรรทำอย่างนุ่มนวล การลูบคลำอย่างแผ่วเบา

๓. ต้องอ่านดุอาในขณะมีเพศสัมพันธ์กับภรรยา

بِسْمِ اللَّهِ، اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ، وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا

คำอ่าน " บิสมิลลาฮฺ, อัลลอฮุมมาญญินิบนาช ชัยฏอน, วะ ญินนิบิชชัยฏอน มา เราะซั๊กตะนา"

"ด้วยนามของอัลลอฮ์ โอ้อัลลอฮ์ ขอพระองค์ได้ทรงให้ชัยฏอนอยู่ห่างจากเราด้วยเถิด

และขอพระองค์ได้ทรงให้ชัยฏอนอยู่ห่างไกลจากสิ่งที่พระองค์ประทานให้กับเรา"

(หมายถึงลูกที่ได้จากการมีเพศสัมพันธ์ในครั้งนี้)

๔. อนุญาตให้สามีร่วมเพศกับภรรยาทางอวัยวะเพศของนางจากด้านไหนก็ได้ ไม่ว่าจะป็น
จากด้านหน้าหรือด้านหลังที่นางสามารถให้การกำเนิดลูกได้ แต่ห้ามมีเพศสัมพันธ์ทางทวารหนัก

อัลลอฮ์ ตรัสว่า

نَسَاؤُكُمْ حَرْتُ لَكُمْ فَاتُوا حَرَّتْكُمْ أَيُّ شَيْئٍ

"พวกนางคือไร่นาของพวกท่าน ฉะนั้นพวกท่านจงเข้าไปในไร่นาของพวกท่านเถิดตามใจปรารถนา"

(อัลบาคอเราะฮะ ๒๒๓)

ท่านญาบิร บุตรของท่านอับดุลลอฮ์ เล่าว่า มีิวผู้หนึ่งกล่าวว่า เมื่อใดที่สามีมีเพศสัมพันธ์กับภรรยา
ของเขาทางด้านหลังแต่ร่วมทางอวัยวะเพศของนาง (ไม่ใช่ทางทวารหนัก จากนั้นเขาก็ได้ลูก) ลูกที่เกิดมาจะตา
เหล่ ดังนั้น พระองค์อัลลอฮ์ จึงประทานอัลกรูอานลงมาว่า

"สตรีของสูเจ้านั้นคือแหล่งเพาะปลูกของพวกท่าน

ดังนั้น สูเจ้าจงเข้าหาแหล่งเพาะปลูกของสูเจ้า ตามแต่สูเจ้าประสงค์"

(หะดิษเศาะฮิฮฺ บันทีกโดยบุคอรีฮฺ มุสลิม)

ท่านอิบน์ อับบัส กล่าวว่า เมื่อบพิภษญัตติของอัลกรูอานที่ตรัสว่า "สตรีของสูเจ้านั้นคือแหล่ง
เพาะปลูกของสูเจ้า ดังนั้น สูเจ้าเข้าหาแหล่งเพาะปลูกของสูเจ้าตามแต่สูเจ้าประสงค์" ถูกประทานลงมา ผู้คน

ชาวอันศอรฺ (ผู้ช่วยเหลือชาวเมืองมะดีนะห์) พวกกันมาหาท่านนบี พลังกล่าวถามเกี่ยวกับอัลกรฺอานข้างต้น

ท่านนบี จึงกล่าวตอบว่า "พวกท่านจะมีเพศสัมพันธ์กับภรรยาของท่านในทุกๆสภาพ (ไม่ว่าจะเป็นท่านั่ง ท่านยืน หรือท่านอน) โดยมีเงื่อนไขต้องมีเพศสัมพันธ์ที่อวัยวะเพศของพวกนาง (หมายถึงมีเพศสัมพันธ์ทางทวารเบา ไม่ใช่ทวารหนัก)"

๕. อิสลามได้ห้ามมีเพศสัมพันธ์ทางทวารหนัก ของนางในทุกๆสภาพ อัลลอฮฺ ตรัสว่า

نَسَاؤُكُمْ حَرَّتْ لَكُمْ فَأَتُوا حَرَّتْكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ

"พวกนางคือไร่นาของพวกท่าน ฉะนั้นพวกท่านจงเข้าไปในไร่นาของพวกท่านเถิดตามใจปรารถนา"

(อัลบาคอเราะฮ์ ๒๒๓)

"ภรรยาของเจ้าคือไร่นาสำหรับเจ้า" หมายถึง อวัยวะของนางที่สามารถให้ลูกได้ ซึ่งท่านร่อซูลุลลอฮฺ ได้อธิบายข้อความของโองการนี้ว่า การมีเพศสัมพันธ์นั้นได้รับอนุญาตทุกท่า ไม่ว่าจะทางข้างหน้าหรือทางข้างหลัง ตราบใดที่ไม่มีการใช้ประตูลิ้น(ทวารหนัก)เพราะนั่นเป็นสิ่งหะรอม

ท่านได้กล่าวว่า บรรดาผู้ที่ถูกสาปแช่ง คือ ผู้ที่มีเพศสัมพันธ์ทางทวารหนัก (อิบนูฮาดีย์) เพราะการกระทำดังกล่าวเป็นการฝ่าฝืนธรรมชาติของมนุษย์ และทางทวารหนักเป็นที่ของสิ่งสกปรก เสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อโรค

๖. เมื่อสามีร่วมเพศสัมพันธ์กับภรรยาของเขาแล้วยังต้องการร่วมอีกครั้ง ก็มีสุนัตสำหรับเขาให้อาบน้ำละหมาดเพราะท่านนบี กล่าวว่า

(إِذَا أَتَى أَحَدُكُمْ أَهْلَهُ ثُمَّ أَرَادَ أَنْ يَعُودَ فَلْيَتَوَضَّأْ بَيْنَهُمَا وَضُوءًا)

"คนใดในหมู่พวกท่านร่วมเพศสัมพันธ์กับภรรยาของเขาแล้วยังต้องการร่วมอีกครั้ง จงปฏิบัติวุฎูอ์การอาบน้ำละหมาดเพื่อจะทำให้ร่างกายกลับมากระฉับกระเฉงยิ่งขึ้น"

(มุสลิม)

การอาบน้ำละหมาดนี้ ถือว่าเป็นที่ส่งเสริมไม่ถึงขั้นวาญิบ แต่ถ้ากระทำถือว่าดีกว่า

๗. จำเป็นจะต้องอาบน้ำญะนาบะ หรือ ยกหะดัษใหญ่ ระหว่างสามีภรรยา หรือคนหนึ่งคนใด ที่อยู่ที่สภาพต่อไปนี้ เมื่ออวัยวะทั้งสองสัมผัสกัน

ท่านนบี กล่าวว่า "เมื่ออวัยวะทั้งสองมาสัมผัสกัน จำเป็นจะต้องอาบน้ำญะนาบะ"

(อะหมัด มุสลิม)

แม้ว่าน้ำอสุจิจะหลังหรือไม่หลังก็ตามจำเป็นต้องอาบน้ำยกหะดัษใหญ่ เมื่อมีน้ำอสุจิหลังออกมา ท่านนบี กล่าวว่า "เมื่อน้ำหลังออกมาด้วยกับมัน"

ท่านอิหม่ามอัลบักวี อธิบายเอาไว้ในหนังสือฮุซุนนะว่า จำเป็นจะต้องอาบน้ำญะนาบะหนึ่งในสองประการนี้คือ "เมื่ออวัยวะของผู้ชายเข้าไปในอวัยวะเพศของสตรี และเมื่อมีน้ำหลังออกมาไม่ว่าจะเป็นชายหรือหญิง"

การอาบน้ำร่วมกัน อนุญาตให้เขาทั้งสองอาบน้ำร่วมกันในที่เดียวกัน ถึงแม้จะมีการมองเห็นซึ่งกันและกันในห้องน้ำในบ้านของเขาก็ตามที

รายงานจากท่านหญิงอาอิชะฮฺ เราะฮฺฎิยัลลอฮฺ อันฮฺ ได้กล่าวว่า

عَنْ عَائِشَةَ، قَالَتْ كُنْتُ أُغْتَسِلُ أَنَا وَالنَّبِيُّ، صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنْ إِنَاءٍ وَاحِدٍ مِنْ فَدَحٍ يُقَالُ لَهُ الْفَرَقُ.

"ฉันและท่านนบี (หรือฉันพร้อมกับท่านนบี) เคยอาบน้ำ(ญะนาบะ)จากภาชนะเดียวกัน

คือจากถ้อยที่เรียกกันว่า“อัลพะร็อก”(ถังใส่น้ำขนาดใหญ่)

๘. อนุญาตสำหรับผู้ที่มีญุนบูบ ที่ยังไม่ต้องการอาบน้ำยกหะดัษใหญ่ ส่งเสริมสำหรับเขา
จะต้อง ล้างอวัยวะเพศแล้วก็ทำน้ำละหมาดก่อนเข้านอน

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ، قَالَ اسْتَفْتَى عُمَرُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَيَّامُ أَحَدِنَا وَهُوَ جُنْبٌ قَالَ " نَعَمْ، إِذَا تَوَضَّأَ "

อับดุลลอฮ์ อิบนิ อุมร์ รายงานว่า อุมร์ได้ถามท่านนบี ว่า "พวกเราจะนอนในขณะที่มีญุนบูบได้หรือไม่ ? "
ท่านตอบว่า "ได้ แต่อาบน้ำละหมาดก่อนนอน(โดยยังไม่ต้องอาบน้ำญะนาบะห์)"

๙. ถือว่า เป็นสิ่งต้องห้ามสำหรับสามีในการที่จะมีเพศสัมพันธ์กับภรรยา ในขณะที่นางกำลัง
มีประจำเดือน หรือมีนิฟาส(เลือดอันเนื่องมาจากการคลอดบุตร) กุรอานได้ย้ำอย่างหนักแน่นห้ามการมี
เพศสัมพันธ์ระหว่างการมีรอบเดือน

อัลลอฮ์ ตรัสว่า

فَاعْتَرَلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهَرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

"ดังนั้นท่านทั้งหลายจงปลีกตัวเองจากพวกผู้หญิง ขณะมีประจำเดือนเกิด และท่านทั้งหลายอย่าเข้า
ใกล้พวกนาง (คือทั้งการร่วมประเวณีกับพวกนาง) จนกว่าพวกนางจะสะอาด ดังนั้นเมื่อพวกนางสะอาดแล้ว
พวกท่านจงมาสู่พวกนางเกิด จากด้านที่อัลลอฮ์ทรงบัญชาแก่พวกท่าน แน่แท้ อัลลอฮ์ทรงรักพวกที่กลับตัวสู่
พระองค์และทรงรักพวกที่สะอาด"

(อัลบะกอเราะฮ์ ๒๒๒)

แต่เป็นที่อนุมัติสำหรับสามีที่จะหาความสุขกับภรรยาในช่วงที่นางมีรอบเดือนได้ทั้งหมด เว้นแต่การมี
เพศสัมพันธ์เพียงอย่างเดียว และไม่อนุญาตให้สามีภรรยานำเรื่องความลับบนเตียงไปเล่ากับคนอื่นฟัง
ท่านนบี กล่าวว่า "คนที่น่ารังเกียจที่สุด ณ ที่อัลลอฮ์ คือคนที่นำความลับระหว่างสามีภรรยาไปเล่า
ให้คนอื่นฟัง"

การผิดประเวณี

การผิดประเวณี คือ การทำอนาจารในอวัยวะเพศของผู้หญิงผู้ซึ่งเป็นที่ต้องห้ามสำหรับเขา บทบัญญัติเกี่ยวกับการผิดประเวณี

การผิดประเวณีเป็นสิ่งต้องห้าม (หะรอม) และเป็นบาปใหญ่รองจากการตั้งภาคีต่ออัลลอฮ์ และการฆ่าชีวิตผู้อื่นโดยไม่ถูกต้องและความผิดนั้นจะไม่เท่าเทียมกัน ดังนั้นการผิดประเวณีกับผู้ที่มีสามี กับผู้ที่ เป็นเครือญาติ (มะหฺรอม) กับภรรยาของเพื่อนบ้านจะเป็นเรื่องที่ร้ายแรงยิ่ง

อันตรายของการผิดประเวณี

ผลเสียจากการผิดประเวณี มันคือตัวทำลายระเบียบของโลกใบนี้ในการรักษาเชื้อสายวงศ์ ตระกูล รักษาความบริสุทธิ์ และรักษาสิ่งที่ศาสนาห้าม การผิดประเวณีจะรวมความชั่วช้าทั้งหลาย จะเปิด ประตูสู่การละเมิดฝ่าฝืน และทำให้เกิดโรคร้ายต่างๆ ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เป็นที่มาของความ ยากจน ผู้คนจะรังเกียจคนที่ทำผิดประเวณี และใบหน้าของผู้ที่ทำผิดประเวณีจะมีสัญลักษณ์และเขาจะ หลบหนีจากผู้คน

สำหรับการผิดประเวณีจะมีโทษหนัก โทษในโลกดุนยาสำหรับผู้แต่งงานแล้วคือ การขว้าง กับหินจนกระทั่งเสียชีวิต สำหรับผู้ที่เป็นโสดคือ การเยียนตีและเนรเทศ ส่วนโทษในโลกอาคิเราะฮ์คือ หาก ไม่เตาบะฮ์มีโทษสถานหนักคือ ผู้ที่ทำผิดประเวณีทั้งผู้หญิงและผู้ชายจะถูกรวมไว้บนเตาในนรกญะฮันนัม สภาพที่เปลือยกาย อัลลอฮ์ตะอะลาตรัสว่า

“และบรรดาผู้ที่ไม่วิงวอนขอพระเจ้าอื่นใดคู่เคียงกับอัลลอฮ์ และพวกเขาไม่ฆ่าชีวิตซึ่งอัลลอฮ์ทรงห้ามไว้ เว้นแต่เพื่อความยุติธรรมและพวกเขาไม่ผิดประเวณี และผู้ใดกระทำเช่นนั้น เขาจะได้พบกับความผิดอัน มหันต์ การลงโทษในวันกียามะฮ์จะถูกเพิ่มขึ้นเป็นสองเท่าสำหรับเขาและเขาจะอยู่ในนั้นอย่าง อภัย เว้นแต่ผู้ที่กลับเนื้อกลับตัวและศรัทธาและประกอบกิจการงานที่ดีเขาเหล่านั้น อัลลอฮ์จะทรงเปลี่ยน ความชั่วของพวกเขาเป็นความดี และอัลลอฮ์เป็นผู้ทรงอภัย ผู้ทรงเมตตาเสมอ”

(อัลฟุรกออน / ๖๘ - ๗๐)

อัลมุหฺศ็อน คือ ผู้ที่แต่งงานแล้วเป็นผู้ที่ผ่านการร่วมประเวณีกับภรรยาโดยการแต่งงานที่ ถูกต้อง ในขณะที่ทั้งคู่สามี ภรรยาเป็นอิสฺรอน และบรรลุดุสฺนภาวะ ส่วน อัลบิกรฺ คือ ผู้ที่ไม่มีคุณสมบัติ ตามที่กล่าวมา

แนวทางป้องกันจากการผิดประเวณี

การแต่งงานตามหลักการอิสลามคือหนทางที่ปลอดภัยที่สุด ที่จะมายับยั้งอารมณ์และรักษา ฝ่าฝืนและไม่อนุญาตให้ระบายนอกเหนือจากแนวทางที่อิสลามกำหนด อิสลามได้สั่งใช้ให้ปกปิดด้วย อีญาบ ลดสายตา และห้ามผู้หญิงเดินโดยไม่มีสิ่งใดปิดท้าว เผยโฉม ปะปนกับผู้ชาย โขว้เครื่องประดับ อยู่ ร่วมกับผู้ชายตามลำพัง หรือจับมือผู้ชาย และเช่นเดียวกันห้ามผู้หญิงเดินทางโดยไม่มีญาติใกล้ชิด ที่กล่าวมา ทั้งหมดนี้เป็นการป้องกันผู้หญิงและผู้ชายไม่ให้ตกอยู่ในวังวนการทำผิดประเวณี

การผิดประเวณีด้วยกับอวัยวะต่างๆ

عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «كُتِبَ عَلَى ابْنِ آدَمَ تَصِيْبُهُ مِنَ الزَّوْنَى، مُدْرِكُ ذَلِكَ لَا مَحَالَةَ، فَالْعَيْنَانِ زَنَاهُمَا النَّظْرُ، وَالْأُذُنَانِ زَنَاهُمَا الْإِسْتِمَاعُ، وَاللِّسَانُ زَنَاهُ

الْكَلَامُ، وَالْيَدُ زَنَاهَا الْبَطْشُ، وَالرَّجْلُ زَنَاهَا الْخَطَا، وَالْقَلْبُ يَهْوَى وَيَتَمَتَّى، وَيَصَدَّقُ ذَلِكَ الْفَرْجُ وَيُكَدِّبُهُ» متفق عليه

ความหมาย จากอบีฮุรอเราะฮฺ เราะฎียัลลลอฮันฮฺ จากท่านนบี กล่าวว่า

"ส่วนแบ่งจากการผิดประเวณีถูกกำหนดให้แก่ลูกหลานอาดัม ซึ่งต้องเกิดขึ้นโดยมิอาจเลี่ยงได้ ดังนั้นด้วยกับ สองตาผิดประเวณีโดยการมอง สองหูผิดประเวณีโดยการฟัง ลิ้นผิดประเวณีโดยการพูด มือผิดประเวณีโดยการสัมผัส เท้าผิดประเวณีโดยการก้าว และหัวใจผิดประเวณีโดยการใฝ่ฝันและจินตนาการ ส่วนจะเกิดขึ้นหรือไม่อยู่ที่อวัยวะเพศ"

(บันทึกโดยอัลบุคอรีฮฺ หมายเลขหะดีษ ๖๒๔๓ และมุสลิม หะดีษ ๒๖๕๗ สำนักนวนหะดีษเป็นของท่าน)

โทษของผู้ทำผิดประเวณี

๑. โทษของผู้ที่แต่งงานแล้ว (อัลมุหฺศ็อน) คือ การขว้างด้วยกับก้อนหินจนกระทั่งเสียชีวิต ไม่ว่าจะเป็นผู้ชายหรือผู้หญิง มุสลิมหรือกาฟิร

๒. โทษของผู้ที่ยังไม่แต่งงาน (อัลบิกรฺ) คือ เชี่ยนตี ๑๐๐ ครั้ง และเนรเทศเป็นเวลา ๑ ปี ไม่ว่าจะเป็นผู้ชายหรือผู้หญิง และสำหรับทาสถูกเชี่ยน ๕๐ ครั้ง ไม่ต้องเนรเทศไม่ว่าเป็นผู้ชายหรือผู้หญิง เมื่อมีผู้หญิงคนหนึ่งตั้งครมฺโดยที่ไม่มีสามีหรือไม่มีเจ้านายก็จะถูกลงโทษ หากนางไม่ได้อ้างถึงความคุมเครีอหรือถูกบังคับ และผู้ใดบังคับให้ผู้หญิงทำผิดประเวณีผู้นั้นจะต้องถูกลงโทษส่วนนางจะได้รับการยกโทษและนางก็จะได้รับสินสอด (ค่าเสียหาย)

เงื่อนไขของโทษผิดประเวณี

เงื่อนไขในการลงโทษผู้ทำผิดประเวณีมี ๓ ประการ

๑. อวัยวะเพศของผู้ชายล่วงล้ำเข้าไปในอวัยวะเพศผู้หญิงที่ยังมีชีวิต

๒. ไม่มีการคลุมเครีอ (เข้าใจผิดว่าเป็นภรรยาตัวเอง - ผู้แปล) ฉะนั้นไม่มีการลงโทษผู้เข้าร่วมประเวณีกับผู้หญิงที่เข้าใจว่าเป็นภรรยาของตัวเอง

๓. สามารถยืนยันได้ว่าการผิดประเวณีจริง

๓.๑ โดยการยอมรับสารภาพ เป็นการยอมรับของผู้ที่มีสติปัญญาดีหนึ่งครั้ง และสี่ครั้งสำหรับผู้ที่ต้องสงสัยว่าสติไม่ดี และทั้งสองกรณีต้องยอมรับชัดเจนว่าร่วมประเวณีจริงและจะต้องยอมรับตลอดไปจนถึงมีการลงโทษ

๓.๒ โดยมีพยาน จะต้องมีพยานมายืนยันจำนวน ๔ คน เป็นผู้ชายมุสลิมที่มีความเที่ยงธรรมเป็นพยานได้

ผู้ที่ต้องถูกลงโทษจากการผิดประเวณี

๑. ผู้ทำผิดประเวณีจะถูกลงโทษไม่ว่าจะเป็นมุสลิมหรือกาฟิร (ผู้ปฏิเสธ) เพราะเป็นการลงโทษต่อการผิดประเวณี ดังนั้นจำเป็นต้องลงโทษต่อกาฟิรด้วย เช่นเดียวกับการชดใช้ในกรณีการฆ่าและการตัดมือในกรณีลักขโมย

๒. เมื่อผู้ที่แต่งงานแล้วทำผิดประเวณีกับผู้ที่เป็นโสด ดังนั้นโทษของเขาคือขว้างด้วยกับก้อนหินเชี่ยนตีหรือเนรเทศ

๓. เมื่อผู้เป็นไท (อิสระชน) ทำผิดประเวณีกับทาสหรือตรงกันข้าม ดังนั้นแต่ละคนก็ต้องรับโทษของตัวเอง

๔. ผู้ที่ทำผิดประเวณีจะถูกลงโทษเมื่อเขาเป็นผู้ที่บรรลุนิติภาวะ มีสติสัมปชัญญะไม่ถูกบังคับ รู้ว่าเป็นสิ่งต้องห้าม หลังจากที่เขายืนยันต่อผู้ปกครอง(ฮาจิมี) โดยการรับสารภาพหรือโดยมีพยานพร้อมกับไม่มีสิ่งทีคลุมเครือ

ผู้ที่ถูกลงโทษโดยการขว้างกับก้อนหินไม่ว่าจะเป็นผู้หญิงหรือผู้ชายไม่ต้องฝัง แต่ผู้หญิงจะต้องปกปิดด้วยกับเสื้อผ้าเพื่อมิให้เปิดเผยเรือนร่าง

ผู้หญิงใดที่ตั้งครรภ์จากการผิดประเวณีหรือนางรับสารภาพว่าผิดประเวณี ให้อิมาม (ผู้นำ) เป็นบุคคลแรกทำการขว้างหินหลังจากนั้นผู้คนทั่วไป ถ้าหากมีการยืนยันการผิดประเวณีโดยมีพยาน ๔ คน พวกเขาคือบุคคลกลุ่มแรกที่จะทำการขว้างหินต่อจากนั้นอิมามและจากนั้นผู้คนทั่วไป

กรณีที่ไม่รู้เป็นสาเหตุห้ามมิให้มีการลงโทษ

การที่ไม่รู้ถึงสิ่งที่ตามมาจากการกระทำสิ่งต้องห้ามมิใช่อุปสรรคในการลงโทษ สำหรับการที่ไม่รู้ว่าการกระทำนั้นต้องห้ามหรือไม่นั้นคืออุปสรรค ฉะนั้นผู้ใดรู้ว่าการผิดประเวณีเป็นสิ่งต้องห้ามแต่ไม่รู้ว่าบทลงโทษของมันคือการขว้างด้วยหินหรือการเฆี่ยนตีการไม่รู้ของเขามีอุปสรรค แต่ทว่าเขาต้องได้รับการลงโทษ

บทบัญญัติว่าด้วยการเป็นสามี - ภรรยาหลังจากทำผิดประเวณี

เมื่อคนที่แต่งงานแล้วทำผิดประเวณีภรรยาของเขาก็มีเป็นที่ต้องห้ามต่อเขา และเช่นเดียวกันหากผู้หญิงที่มีสามีแล้วทำผิดประเวณีนางก็มีเป็นที่ต้องห้ามต่อสามี แต่เขาทั้งสองนั้นได้กระทำความบาปใหญ่ ฉะนั้นต้องสารภาพผิดและขออภัยโทษต่ออัลลอฮ์

๑. อัลลอฮ์ตะอะลาตรัสว่า

“และพวกเจ้าอย่าเข้าใกล้การผิดประเวณี เพราะแท้จริงมันเป็นสิ่งลามกและเป็นทางอันชั่วช้า”

(อัลอิสรอ์ / ๓๒)

عن عبدالله بن مسعود رضي الله عنه قال: سألت رسول الله ﷺ أي الذنب أعظم عند الله؟ قال: «أن تجعل الله نداءً وهو خالقك» قال: قلت له إن ذلك لعظيم، قال قلت ثم أي؟ قال: «ثم أن تقتل ولدك مخافة أن يطعم معك» قلت ثم أي؟ قال: «ثم أن تزاني حليلة جارك» متفق عليه

๒. ความหมาย จากอับดุลลอฮ์ บิน มัสอูด เพราะฎีย์ลลอฮ์อันฮุ กล่าวไว้ ฉันได้เรียนถามท่านรอซูลุลลอฮ์ ว่า

“ความผิดอันใดที่ร้ายแรงที่สุด ณ อัลลอฮ์?”

ท่านตอบว่า การที่ท่านได้ตั้งภาคีต่ออัลลอฮ์ในขณะที่พระองค์ได้ทรงสร้างบังเกิดท่านฉัน (อิบนุ มัสอูด) ได้กล่าวว่า ดังกล่าวเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่จริงๆ ฉันถามว่า หลังจากนั้นความผิดอันใดอีก? ท่านตอบว่า การที่ท่านฆ่าลูกเพราะกลัวว่าเขาจะเอาอาหารของท่าน ฉันถามอีกว่า หลังจากนั้นความผิดอันใดอีก? ท่านตอบว่า การที่ท่านทำผิดประเวณีกับภรรยาของเพื่อนบ้านของท่าน”

(บันทึกโดยอัลบุคอรี หมายเลขหะดีษ ๖๘๑๑ และมุสลิม หมายเลขหะดีษ ๘๖ จำนวนหะดีษเป็นของท่าน)

บทบัญญัติเกี่ยวกับผู้ทำผิดประเวณีกับญาติใกล้ชิด

ผู้ใดที่ทำผิดประเวณีกับญาติใกล้ชิด เช่น พี่สาว ลูกสาว ภรรยาของพ่อ หรือคนอื่นๆ ที่
อยู่สถานะเดียวกัน ในสภาพที่เขารู้ว่าเป็นสิ่งต้องห้ามจำเป็นจะต้องประหารชีวิต
عن البراء رضي الله عنه قال: أَصَبْتُ عَمِّي وَمَعَهُ رَأْيُهُ فَقُلْتُ أَيْنَ تُرِيدُ؟ فَقَالَ: بَعَثَنِي رَسُولُ اللَّهِ
وَأَخَذَ مَالَهُ. أَخْرَجَهُ التِّرْمِذِيُّ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِلَى رَجُلٍ نَكَحَ امْرَأَةً أَبِيهِ فَأَمَرَنِي أَنْ أَضْرِبَ عُنُقَهُ
وَالنَّسَائِيُّ

ความหมาย จากอัลบรอรอ์ เราะฮ์ฎียัลลอฮุอันฮุ กล่าวว่่า ฉันได้เจอกับคุณลุงของฉันขณะที่ถือธง ฉันได้ถามว่่า
ท่านต้องการไปไหน? ดังนั้นเขาตอบว่่า

"ท่านรอสุลุลลอฮ์ ได้ส่งฉันไปยังชายคนหนึ่ง เขาได้แต่งงานกับภรรยาของพ่อของเขา ท่านได้สั่งให้ฉันตัด
คอของเขาและให้ฉันเอาทรัพย์สินของเขา"

(บันทึกโดยอັตติรมิซียฺ หมายเลขหะดีษ ๑๓๖๒ และอันนะσαιยฺ หมายเลขหะดีษ ๓๓๓๒ นี้เป็นสำนวนหะดีษ
เป็นของท่าน)

ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ
โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์
การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน ๒๘-๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

เพศ ชาย ๑๐๑ คน หญิง ๘๙ คน

ตอนที่ ๒ ความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมกิจกรรม

หัวข้อ	ระดับความคิดเห็น			
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย
๑. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการบรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการ				
๑) โครงการมีความสำคัญต่อนักเรียนมากน้อยเพียงใด	๖๘%	๒๐%	๑๒%	
๒) จากการดำเนินกิจกรรมต่างๆ นักเรียนได้รับความรู้เพียงใด	๓๒%	๔๓%	๒๕%	
๓) นักเรียนสามารถนำแนวทางการป้องกันตัวการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์การตั้งครรภ์ไม่พร้อม จากการอบรมมาใช้ในชีวิตประจำวันได้	๒๖%	๔๔%	๓๐%	
๔) นักเรียนตระหนักถึงการป้องกันตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์การตั้งครรภ์ไม่พร้อม โดยใช้หลักการศาสนาอิสลาม	๓๑%	๔๙%	๓๐%	
๕) มีเครือข่ายนักเรียน เครือข่ายผู้ปกครองในการป้องกันและแก้ไขต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การตั้งครรภ์ไม่พร้อม	๓๘%	๓๒%	๒๕%	๕%
๒. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการบริหารจัดการโครงการ				
๑) การประชาสัมพันธ์โครงการมีความเหมาะสม	๒๘%	๓๒%	๒๕%	๑๕%
๒) รูปแบบการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	๔๖%	๓๐%	๒๔%	
๓) เนื้อหา/กิจกรรมของโครงการมีความเหมาะสม	๑๒%	๓๕%	๓๘%	๑๕%
๔) เวลาที่ใช้ในการจัดโครงการมีความเหมาะสม	๓๓%	๒๗%	๔๐%	
๕) สถานที่จัดโครงการมีความเหมาะสม	๑๐%	๑๕%	๓๓%	๔๒%
๖) วัสดุ/อุปกรณ์ต่างๆ เอื้อต่อการจัดโครงการมีความเหมาะสม	๑๑%	๑๔%	๓๒%	๔๓%
๗) การอำนวยความสะดวก การประสานงานในกิจกรรม/โครงการเป็นอย่างดี	๑๐%	๓๗%	๒๓%	๓๐%

ตอนที่ ๓ ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

๓.๑ สิ่งที่ท่านประทับใจมากที่สุดในการจัดฝึกอบรมครั้งนี้

อันดับ ๑ วิทยากร

อันดับ ๒ สื่อ วีดิทัศน์

อันดับ ๓ ความสามัคคี

๓.๒ สิ่งที่ท่านคิดว่าควรปรับปรุงมากที่สุดในการจัดฝึกอบรมครั้งนี้

อันดับ ๑ อากาศร้อน เพิ่มพัดลม

อันดับ ๒ การจัดแยกชาย หญิง

อันดับ ๓ แบ่งกลุ่มดำเนินการเล็กกว่านี้

๓.๓ ความคิดเห็นและแนวทางการจัดการฝึกอบรม

จัดสถานที่ เช่น มีห้องแอร์

๓.๔ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

ควรเป็นกิจกรรมต่อเนื่อง

ผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑๙๐ คน

สรุป

ผู้ดำเนินกิจกรรมได้ประเมินกิจกรรมตามสภาพจริงของผู้เข้าร่วมกิจกรรมว่า กิจกรรมอยู่ในระดับ

“ดี”

ผลการพึงพอใจของของวิทยากรโครงการ
โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์
การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน ๒๘-๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

เพศ

ชาย ๒ คน

หญิง ๒ คน

ตอนที่ ๒ ความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมกิจกรรม

ลำดับ	หัวข้อ	ระดับความคิดเห็น			
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย
ผู้รับผิดชอบโครงการ					
๑.	ความสามารถด้านการบริหารจัดการ				
๑.๑	การวางแผนงาน	๒๕%	๕๐%	๒๕%	
๑.๒	การแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบ	๕๐%	๒๕%	๒๕%	
๑.๓	การติดตามงาน	๒๕%	๕๐%	๒๕%	
๑.๔	การบริหารงบประมาณ/คน	๗๕%	๒๕%		
๒.	ความสามารถด้านความเป็นผู้นำ				
๒.๑	การตัดสินใจ	๕๐%	๒๕%	๒๕%	
๒.๒	การแก้ไขปัญหา	๒๕%	๒๕%		
๒.๓	การสื่อสาร และการประสานงาน	๕๐%	๕๐%		
๒.๔	ความตรงต่อเวลา	๕๐%	๒๕%	๒๕%	
๒.๕	ความเสียสละ	๕๐%	๕๐%		
๒.๖	ความรับผิดชอบ	๗๕%	๒๕%		
๒.๗	การควบคุมงานให้เป็นไปตามแผนที่วางไว้	๑๐๐%			
ทีมงาน					
๑.	ความสามารถด้านการปฏิบัติงาน				
๑.๑	ทักษะในการปฏิบัติงาน	๕๐%	๕๐%		
๑.๒	การปฏิบัติงานตามแผนที่วางไว้	๕๐%	๒๕%	๒๕%	
๑.๓	ความมีส่วนร่วมในการทำงาน	๗๕%	๒๕%		
๑.๔	ความสามัคคีของทีมงาน	๕๐%	๕๐%		
๑.๕	ความรับผิดชอบ	๕๐%	๕๐%		
๑.๖	ความเสียสละ	๕๐%	๕๐%		
๑.๗	ความตรงต่อเวลา	๕๐%	๒๕%	๒๕%	

*** วิทยากร และวิทยากรสมทบ จำนวน ๔ คน

ตอนที่ ๓ ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

๓.๑ สิ่งที่ท่านประทับใจมากที่สุดในการจัดฝึกอบรมครั้งนี้

อันดับ ๑ นักเรียนเรียบริ้ว

อันดับ ๒ สถานที่

อันดับ ๓ การดำเนินงานเป็นไปตามแผน

๓.๒ สิ่งที่ท่านคิดว่าควรปรับปรุงมากที่สุดในการจัดฝึกอบรมครั้งนี้

อันดับ ๑ ห้องน้ำ น้ำขาดในบางตอน

๓.๓ ความคิดเห็นและแนวทางการพัฒนาการจัดการฝึกอบรม

ควรจัดเป็นโครงการต่อเนื่องทั้งปี

๓.๔ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

ควรประชาสัมพันธ์โรงเรียนในระแวกเดียวกันเข้าร่วมกิจกรรม และสร้างเครือข่ายแกนนำโรงเรียนแต่ละโรง

สรุป

ผู้ดำเนินกิจกรรมได้ประเมินกิจกรรมตามสภาพจริงของผู้เข้าร่วมกิจกรรมว่า
กิจกรรมอยู่ในระดับ “ ดีมาก ”

บทที่ ๔

ปัญหาและข้อเสนอแนะ

จากคณะผู้รับผิดชอบโครงการและคณะทำงาน

การดำเนินโครงการเป็นไปตามกำหนดการทุกประการ สามารถสร้างจิตสำนึกให้กับผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนด้วยความพึงพอใจและได้บรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ของโครงการเป็นที่น่าพอใจ

ข้อเสนอแนะ

๑. ควรจัดเป็นโครงการต่อเนื่อง
๒. ควรนำเยาวชนทั่วไป (ภายนอก) เข้าร่วมกิจกรรมด้วย

นักเรียนผู้เข้าร่วมโครงการ

โครงการนี้เป็นโครงการที่ดีมากๆ เพราะ ได้สร้างความเข้าใจอันดีในการปฏิบัติตน การให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน นักเรียนเกิดความสนุกสนาน มีความตั้งใจกระตือรือร้นทำกิจกรรม และเข้าร่วมกิจกรรมโดยพร้อมเพรียงกันพร้อมทั้งได้ให้ความรู้ต่างๆ ของวิทยากร

ข้อเสนอแนะ

๑. สถานที่จัดอบรมมีความพร้อมและน่าอยู่มากกว่านี้
๒. การใช้สื่อแต่ละกิจกรรมให้มากขึ้น

ภาคผนวก



คำสั่งโรงเรียนเจริญศาสตร์
ที่ ๒๑/๒๕๕๙

เรื่อง แต่งตั้งครูและบุคลากรเป็นคณะกรรมการดำเนินโครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน

ตามที่โรงเรียนเจริญศาสตร์ศาสตร์ ดำเนินโครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน ระหว่างวันที่ ๒๘ - ๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๐ ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส โดยได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลตันไทร เป็นเงิน ๓๕,๒๐๐.๐๐ บาท (สามหมื่นห้าพันสองร้อยบาทถ้วน) นั้น

เพื่อให้การดำเนินการโครงการดังกล่าวสำเร็จ และบรรลุตามเป้าหมาย จึงขอแต่งตั้งบุคคลต่อไปนี้ เพื่อเป็นคณะกรรมการดำเนินโครงการ

๑. คณะกรรมการอำนวยการ

๑. นางนิตอยิปต์ หวันเมือง	ผู้อำนวยการ	ประธาน
๒. นายไพรัตน์ หวันเมือง	ผู้จัดการ	กรรมการ
๓. นายการิม ทิเลาะ	ฝ่ายวิชาการศาสนา	กรรมการ
๔. นางสาวซารีนา บาโฮะ	ฝ่ายวิชาการสามัญ	กรรมการ
๕. นางสาวนาตียะห์ มะอูเซ็ง	ครู	กรรมการและเลขานุการ

๒. คณะกรรมการจัดทำสื่อ

๑. นางอัญชญา มะลี	ครู	ประธาน
๒. นายบีลาล สาและดิง	ครู	กรรมการ
๓. นางสาวซารีนา บาโฮะ	ครู	กรรมการ
๔. นางสาวฟูซียะห์ นิแวง	ครู	กรรมการ
๕. นายตอเยบ ดอสะ	ครู	กรรมการ

๓. คณะกรรมการจัดสถานที่

๑. นายนิมะตออิละห์ การิม	ครู	ประธาน
๒. นายซารูวี เจ๊ะฮี	ครู	กรรมการ
๓. นายนายตอเยบ ดอสะ	ครู	กรรมการ
๔. นายซาบือรี มาหะมะ	ครู	กรรมการ

๔. คณะกรรมการดำเนินการ (วิทยากรสมทบตามฐาน)

๑. นางสาวนาตียะห์ มะอูเซ็ง	ครู	ประธาน
๒. นางสาวซารีนา บาโฮะ	ครู	กรรมการ
๓. นางสาวปาวีนา โตะเกะ	ครู	กรรมการ
๔. นางสาวซูวายะห์ แมเราะ	ครู	กรรมการ

๕. นางอัญชญา มะลี	ครู	กรรมการ
๖. นางสาวฟูซี่ยะห์ นิแฉ	ครู	กรรมการ
๗. นางสาวคอลลีเยาะ ตึงเงาะ	ครู	กรรมการ

๕. ฝ่ายบริการอาหาร

๑. นางสาวนิฟาตีมะห์ การิม	ครู	ประธาน
๒. นางสาวซุวายบะห์ แมเราะ	ครู	กรรมการ
๓. นางสาวฟูซี่พะยะห์ นิแฉ	ครู	กรรมการ

เพื่อให้การดำเนินโครงการเป็นไปตามวัตถุประสงค์ ให้คณะกรรมการที่ได้รับการแต่งตั้ง
ปฏิบัติงานตามที่ได้รับมอบหมาย

สั่ง ณ วันที่ ๒๙ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๙

(นางนิตอยิปต์ หวันเมือง)
ผู้อำนวยการโรงเรียนเจริญศาสตร์

แบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ

โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์

การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน ๒๘-๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส

คำชี้แจง โปรดแสดงความคิดเห็นโดยการทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องว่างตามระดับความคิดเห็นของท่านต่อการเข้าร่วมโครงการ หรือเติมข้อความเพื่อประโยชน์ในการปรับปรุง

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

เพศ

ชาย

หญิง

ตอนที่ ๒ ความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมกิจกรรม

หัวข้อ	ระดับความคิดเห็น			
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย
๑. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการบรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการ				
๑) โครงการมีความสำคัญต่อนักเรียนมากน้อยเพียงใด				
๒) จากการดำเนินกิจกรรมต่างๆ นักเรียนได้รับความรู้เพียงใด				
๓) นักเรียนมีทักษะ และภูมิใจกันในการจัดการกับสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับ เรื่องเพศ				
๔) นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง และมีทักษะในการปฏิเสธต่อพฤติกรรม ที่เสี่ยงต่อการดำรงชีวิต				
๕) นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงผลที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม				
๒. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการบริหารจัดการโครงการ				
๑) การประชาสัมพันธ์โครงการมีความเหมาะสม				
๒) รูปแบบการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม				
๓) เนื้อหา/กิจกรรมของโครงการมีความเหมาะสม				
๔) เวลาที่ใช้ในการจัดโครงการมีความเหมาะสม				
๕) สถานที่จัดโครงการมีความเหมาะสม				
๖) วัสดุ/อุปกรณ์ต่างๆ เอื้อต่อการจัดโครงการมีความเหมาะสม				
๗) การอำนวยความสะดวก การประสานงานในกิจกรรม/โครงการเป็นอย่างดี				

ตอนที่ ๓ ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

๓.๑ สิ่งที่ท่านประทับใจมากที่สุดในการจัดฝึกอบรมครั้งนี้

อันดับ ๑

อันดับ ๒

อันดับ ๓

๓.๒ สิ่งที่ท่านคิดว่าควรปรับปรุงมากที่สุดในการจัดฝึกอบรมครั้งนี้

อันดับ ๑

อันดับ ๒

อันดับ ๓

๓.๓ ความคิดเห็นและแนวทางพัฒนาการจัดการฝึกอบรม

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

๓.๔ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

แบบประเมินความพึงพอใจของวิทยากรโครงการ

โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์
การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน ๒๘-๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส

คำชี้แจง โปรดแสดงความคิดเห็นโดยการทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องว่างตามระดับความคิดเห็นของ
ท่านต่อการเข้าร่วมโครงการ หรือเติมข้อความเพื่อประโยชน์ในการปรับปรุง

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

เพศ ชาย หญิง

ตอนที่ ๒ ความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมกิจกรรม

ลำดับ	หัวข้อ	ระดับความคิดเห็น			
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย
ผู้รับผิดชอบโครงการ					
๑.	ความสามารถด้านการบริหารจัดการ				
๑.๑	การวางแผนงาน				
๑.๒	การแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบ				
๑.๓	การติดตามงาน				
๑.๔	การบริหารงบประมาณ/คน				
๒.	ความสามารถด้านความเป็นผู้นำ				
๒.๑	การตัดสินใจ				
๒.๒	การแก้ไขปัญหา				
๒.๓	การสื่อสาร และการประสานงาน				
๒.๔	ความตรงต่อเวลา				
๒.๕	ความเสียสละ				
๒.๖	ความรับผิดชอบ				
๒.๗	การควบคุมงานให้เป็นไปตามแผนที่วางไว้				
ทีมงาน					
๑.	ความสามารถด้านการปฏิบัติงาน				
๑.๑	ทักษะในการปฏิบัติงาน				
๑.๒	การปฏิบัติงานตามแผนที่วางไว้				
๑.๓	ความมีส่วนร่วมในการทำงาน				
๑.๔	ความสามัคคีของทีมงาน				
๑.๕	ความรับผิดชอบ				
๑.๖	ความเสียสละ				
๑.๗	ความตรงต่อเวลา				

ตอนที่ ๓ ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

๓.๑ สิ่งที่ท่านประทับใจมากที่สุดในการจัดฝึกอบรมครั้งนี้

อันดับ ๑

อันดับ ๒

อันดับ ๓

๓.๒ สิ่งที่ท่านคิดว่าควรปรับปรุงมากที่สุดในการจัดฝึกอบรมครั้งนี้

อันดับ ๑

อันดับ ๒

อันดับ ๓

๓.๓ ความคิดเห็นและแนวทางการพัฒนาการจัดการฝึกอบรม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๓.๔ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กำหนดการพิธีเปิดโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลต้นไทร
โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์
การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน ๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส

- ๐๘.๓๐ น. - ผู้เข้าร่วมโครงการพร้อมกัน ณ บริเวณงาน
๐๙.๐๐ น. - เปิดพิธีด้วยการอัญเชิญคัมภีร์อัลกุรอาน
- กล่าวให้โอวาท กล่าวเปิดพิธี โดยนางนิตยิปัต หวันเมือง
ผู้อำนวยการโรงเรียนเจริญศาสตร์
- กล่าวนำดูอาร์ โดยนายอับดุลเลาะ อาแวกาเซ็ง
- วิทยากร จากโรงพยาบาลบาเจาะ ให้ความรู้เรื่องการวางแผน

ครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

คำกล่าวเปิดพิธีโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลต้นไทร
โครงการการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึง
ประสงค์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

โดย นางนิตยภัต หวันเมือง วันที่ ๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ เลขที่ ๓๐ เทศบาลตำบลต้นไทร อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส

เรียน คณะวิทยากร คณะครู

ดิฉัน มีความยินดีและรู้สึกเป็นเกียรติอย่างยิ่ง ที่ได้มีโอกาสมาเป็นประธานในพิธีเปิด
โครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลต้นไทร โครงการการให้ความรู้เรื่องการวางแผน
ครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม ในวันนี้

นับว่าเป็นเรื่องที่ดีใจเป็นอย่างมากเมื่อทราบว่า การตั้งครรภ์ของวัยรุ่นในช่วงศึกษาเล่าเรียน
นั้นมีอายุต่ำกว่า ๑๙ ปี (มีอายุระหว่าง ๑๔-๑๗ ปี) ระดับการศึกษาเพียงมัธยมศึกษาตอนต้น กอรปกับการ
เปลี่ยนแปลงทางสังคมที่รวดเร็วทำให้ค่านิยมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันสมควรของวัยรุ่นมองเห็นว่าเป็นเรื่อง
ปกติ การรักนวลสงวนตัวถือเป็นเรื่องล้าสมัย บางรายไม่ต้องรู้จักกันลึกซึ้ง เพียงแค่มีความพอใจก็สามารถมี
เพศสัมพันธ์กันได้โดยไม่ต้องพูดถึงการแต่งงานหรือมีครอบครัว ซึ่งผลเกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์และการ
เป็นมารดาของวัยรุ่นที่ขาดความพร้อมยังไม่สามารถพึ่งตนเองได้ ต้องลาออกจากโรงเรียนทำให้เสียโอกาส
ทางการศึกษา ครอบครัวผิดหวัง/อับอาย อีกทั้งยังเกิดปัญหาสุขภาพจิตของตัววัยรุ่นเองคือมีความเครียด
ความกังวล บางรายหาทางออกด้วยการฆ่าตัวตาย ทำแท้ง เป็นต้น

ปัญหาการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นเป็นปัญหาที่ต้องให้ความสำคัญ โดยเฉพาะสาเหตุของการ
ตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งไม่ได้เกิดจากบุคคลเพียงคนเดียวเท่านั้น แต่สังคมสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัยก็เป็น
องค์ประกอบที่สำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาเช่นกัน โดยเฉพาะความสัมพันธ์ภายในครอบครัว เช่น ฐานะทาง
เศรษฐกิจไม่ดี การขาดความอบอุ่น/ความเข้าใจซึ่งกันและกัน กฎระเบียบเข้มงวด ฯลฯ ปัจจัยเหล่านี้
เป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุด เพราะครอบครัวเป็นแหล่งสำคัญในถ่ายทอดทัศนคติ ค่านิยม สร้างบุคลิกภาพ/
รูปแบบของพฤติกรรมต่างๆ การได้รับข่าวสารในเรื่องเพศแบบผิดๆ จากเพื่อน สื่อภาพยนตร์ โทรทัศน์
อินเทอร์เน็ต ฯลฯ หรือการไม่ได้รับการศึกษาอย่างถูกต้องในเรื่องเพศศึกษา/การคุมกำเนิด ทำให้วัยรุ่นขาด
ความรู้ความเข้าใจไม่รู้ว่า การตั้งครรภ์เกิดขึ้นได้อย่างไร จะป้องกันอย่างไร ผลที่ตามมาจะเป็นอย่างไร ถ้าหา
ทางออกที่ไม่เหมาะสมก็จะนำไปสู่การกระทำที่ทำให้เสื่อมเสีย

องค์การอนามัยโลกให้ข้อมูลว่า ในทุกปี ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์เป็นสาเหตุนำไปสู่
การทำแท้ง ที่ไม่ปลอดภัยของผู้หญิงอย่างน้อยจำนวน ๒๐ ล้านคน ซึ่งกว่า ๑๐๐,๐๐๐ คนต้องเสียชีวิตลงใน
ที่สุดเพราะเกิดอาการแทรกซ้อนต่างๆ ยิ่งไปกว่านั้น ผู้หญิงอีกจำนวนนับล้านต้องประสบปัญหาเรื้อรังทาง
สุขภาพอันเนื่องมาจากการทำแท้งที่ไม่ปลอดภัยด้วย เฉพาะในประเทศไทย ผลการสำรวจหลายครั้งระบุว่าใน
จำนวนผู้หญิง ที่สมรสแล้วและตั้งครรภ์ เป็นการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ถึง ๑ ใน ๓ ของจำนวนทั้งหมด ซึ่ง
นับว่าเป็น ตัวเลขที่ค่อนข้างสูงโดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าพิจารณาว่านี่เป็นการสำรวจ เฉพาะผู้ที่สมรสแล้วเท่านั้น
ยังไม่รวมผู้หญิงอีกจำนวนมากที่ตั้ง ครรภ์โดยที่ไม่ได้สมรส ซึ่งมีผู้ที่ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์เป็นจำนวนมาก ที่
ตัดสินใจยุติการตั้งครรภ์ของตนเอง การคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินสามารถช่วยลดอัตราการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์
ซึ่งส่งผลให้การทำแท้งมีจำนวนลดลงด้วย และนั่นหมายถึง ชีวิตของผู้หญิงจำนวนไม่น้อยเลย ที่เดียวที่ไม่ต้อง

สูญเสียชีวิตไปเพราะ การทำแท้ง ที่ไม่ถูกหลักการแพทย์ และชีวิตของเด็กจำนวนมาก ที่ไม่ต้องเกิดมาโดยที่
ครอบครัวไม่พร้อม จะเลี้ยงดู

ขอขอบคุณ วิทยากร ครู และนักเรียนทุกๆ คน ที่ให้ความสำคัญและมีส่วนร่วมในการ
จัดกิจกรรมในครั้งนี้

ท้ายที่สุดนี้ ดิฉันขอให้การดำเนินโครงการบรรลุผลตามเป้าหมายโครงการทุกประการ
ให้ขอคุณทุกท่าน ประสบแต่ความสุข ความเจริญ เพียบพร้อมด้วยกำลังกาย กำลังใจ และกำลัง
ปัญญา คิดสิ่งใด ประสงค์สิ่งใดขอให้สมปรารถนาทุกประการ

บัดนี้ ได้เวลาอันสมควรแล้ว ผมขอเปิดโครงการการให้ความรู้เรื่องการวางแผน
ครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม ประจำปี พุทธศักราช
๒๕๖๐ ณ บัดนี้



ที่ จศ. /๒๕๖๐

โรงเรียนเจริญศาสตร์
๓๐ หมู่ที่ ๑ ตำบลปะลุกาสาเมาะ
อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส
๙๖๑๗๐

สิงหาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์วิทยากรดำเนินโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลตันไทร
เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบาเจาะ

ด้วย โรงเรียนเจริญศาสตร์ดำเนินโครงการการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัวและการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่นักเรียน เพื่อเป็นการเสริมสร้าง ค่านิยมใหม่กับวัยรุ่นไทยให้รู้จักรักและเห็นคุณค่าของตัวเอง เป็นการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นให้ลดน้อยลงหรือหมดสิ้นไปในอนาคต โดยได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลตันไทร ปีงบประมาณ ๒๕๖๐ ระหว่างวันที่ ๒๘-๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐ ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส นั้น

ในการนี้โรงเรียนเจริญศาสตร์ ขอความอนุเคราะห์วิทยากร คุณศกุนตลา ยูโซะ และคณะ เพื่อให้ความรู้แก่นักเรียน สร้างภูมิคุ้มกันให้นักเรียนก่อนวัยเสี่ยง ในวันอังคาร ที่ ๒๘ สิงหาคม ๒๕๖๐ เวลา ๐๙.๐๐ น. เป็นต้นไป และขอขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณาดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นางนิตอยิปต์ หวันเมือง)

ผู้อำนวยการโรงเรียนเจริญศาสตร์

โทร. ๐๗๓-๕๖๓๑๗๔ , ๐๘๐-๗๑๐๐๓๔๔

โทรสาร. ๐๗๓-๕๖๓๑๗๔

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลต้นไทร

เรื่อง ขอเสนอ/โครงการ/กิจกรรม

โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลต้นไทร

ด้วยโรงเรียนเจริญศาสตร์ มีความประสงค์จะจัดทำโครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชนในปิงประมาณ ๒๕๖๐ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลต้นไทร เป็นเงิน จำนวน ๓๕,๒๐๐.๐๐ บาท (สามหมื่นห้าพันสองร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ ๑ รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

หลักการและเหตุผล

"การตั้งครรภ์" หากเกิดขึ้นกับหญิงที่มีความพร้อมไม่ว่าจะเป็นทางด้านสรีระร่างกาย ภาวะ ด้านคุณวุฒิ และวัยวุฒิก็คงเป็นเรื่องที่น่ายินดี และสร้างความสุขให้กับครอบครัวของหญิงนั้นๆ แต่ถ้าหากเกิดขึ้นกับผู้ที่ยังเป็น "เด็กหญิง" ซึ่งมีอายุระหว่าง ๙ - ๑๙ ปีก็มักก่อเกิดปัญหาตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ทั้งต่อตัว เด็กเอง และครอบครัว มีข้อมูลจากกระทรวงการพัฒนาศักยภาพและความมั่นคงของมนุษย์ พบว่า สภาวะการ ตั้งครรภ์ และคลอดบุตรก่อนวัยอันควรของหญิงอายุต่ำกว่า ๑๕ ปีบริบูรณ์ และหญิงอายุต่ำกว่า ๒๐ ปีบริบูรณ์ ตั้งแต่ปี ๒๕๕๐ - ๒๕๕๘ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเกือบทุกปี การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นหรือท้องวัยทีน คือ การตั้งครรภ์เมื่ออายุ ๑๙ ปี หรืออ่อนกว่านี้ พบร้อยละ ๑๐ - ๓๐ ของการตั้งครรภ์ทั้งหมด นับเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ ของทุกประเทศทั่วโลก ใน ๑๐ ปี มาנייםเอง ท้องในวัยทีนในประเทศไทยมีแนวโน้มรุนแรงมากขึ้น จากร้อยละ ๑๐ ในปี พ.ศ. ๒๕๔๙ เป็นกว่าร้อยละ ๒๐ ในปัจจุบัน นอกจากนั้นอายุของคุณแม่วัยทีน นับวันยิ่งน้อยลงต่ำสุดพบเพียง ๑๒ ปี ขณะที่ในประเทศสหรัฐอเมริกา แนวโน้มท้องในวัยทีนมีจำนวนลดลงตามลำดับ ปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อการท้องในวัยทีน ได้แก่ ฐานะยากจน เล่าเรียนน้อย ตึ่มสุรา ดิตยาเสพติด ปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่งเป็น ปัจจัยที่แก้ไขได้ยาก แต่มีปัจจัยหนึ่งซึ่งน่าจะแก้ไขได้ และเป็นปัจจัยที่ทำให้ท้องในวัยทีนในประเทศไทยเพิ่มขึ้น อย่างรวดเร็ว คือ ค่านิยมการมีเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นนั่นเอง วัยรุ่น หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีอายุระหว่าง ๙ - ๑๙ ปี ซึ่งเป็นช่วงที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา โดยมีลักษณะสำคัญ ๓ ประการ คือ มีการพัฒนาทางร่างกาย โดยเฉพาะมีการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศ จนมีวุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ มีพัฒนาการด้านจิตใจ ซึ่งเป็นระยะที่เปลี่ยนแปลงจากเด็กเป็นผู้ใหญ่ และมีการ เปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ สังคม โดยเปลี่ยนจากการพึ่งพาครอบครัวมาเป็นผู้ที่สามารถประกอบอาชีพ และมีรายได้ของตนเอง หรือมีสิทธิ ทางกฎหมายในเรื่องต่าง ๆ เช่น ห้ามเด็กที่มีอายุต่ำกว่า ๑๕ ปีบริบูรณ์ทำงาน เยาวชนที่มีอายุ ๑๘ ปีขึ้นไป หากกระทำผิดต้องขึ้นศาลผู้ใหญ่ เป็นต้น ในด้านพัฒนาการทางอารมณ์ และจิตใจ พบว่าวัยรุ่นอยากรู้ อยากเห็น และอยากรทดลอง ต้องการการยอมรับจากเพื่อน ดังนั้น วัยรุ่นจึงเป็นวัยที่อาจถูกชักจูงได้ง่าย ขาดความนับถือตัวเอง รวมถึงขาดทักษะในการ ดำเนินชีวิต ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยง (risk behavior) ในด้านต่าง ๆ เช่น ขับรถประมาท ยกพวกตีกัน ตึ่มสุรา และใช้สารเสพติด มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ระวัง ส่งผลให้เกิดการตั้งครรภ์ไม่

พร้อมในวัยรุ่น ทั้งนี้พฤติกรรม เสี่ยงดังกล่าว เป็นสาเหตุหนึ่งของการตายในวัยรุ่น โดยเฉพาะเพศหญิง ได้แก่ การทาแท้งเถื่อน การคลอดบุตร ทั้งที่มีอายุน้อย การติดเชื้อ HIV ฯลฯ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เป็นพฤติกรรมที่สามารถป้องกันหรือหลีกเลี่ยงได้ สังกมไทยในปัจจุบัน ตัวเลขวัยรุ่นไทยตั้งท้องในวัยเรียนสูงเป็นอันดับ ๑ ของเอเชียอาคเนย์ และมีอัตราส่วนสูง กว่าวัยรุ่นในยุโรป และอเมริกา เฉลี่ยอายุของการตั้งครรภ์ในวัยเรียน น้อยสุด ๑๒ ปี และไม่เกิน ๑๙ ปี เพื่อเป็นการป้องกัน และแก้ไขปัญหานี้ในอนาคตจะเกิดขึ้นกับวัยรุ่นไทยในอนาคต ศูนย์พัฒนา

โรงเรียนเจริญศาสตร์ ตระหนักและเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงดำเนินโครงการ การให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัวและการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่ นักเรียน เพื่อเป็นการเสริมสร้าง ค่านิยมใหม่กับวัยรุ่นไทยให้รู้จักรักและเห็นคุณค่าของตัวเอง เป็นการป้องกัน และแก้ไขปัญหาค่าการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น ให้ลดน้อยลงหรือหมดสิ้นไปในอนาคต

๑. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อสร้างความตระหนัก และองค์ความรู้เรื่องบทบาท และคุณค่าของความเป็นชาย/หญิง ในสังคม พัฒนาการทางเพศ การจัดการอารมณ์ สัมพันธภาพทางเพศ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น การเสริมสร้างสุขภาพวัยรุ่น

๒.๒ เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองของวัยรุ่น และมีทักษะในการปฏิเสธต่อ พฤติกรรม ที่เสี่ยงต่อการดำรงชีวิต

๒.๓ เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้นักเรียนได้มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับปัญหาและผลกระทบที่ เกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และรู้จักหน้าที่ความรับผิดชอบ

๒. เป้าหมาย

นักเรียนโรงเรียนเจริญศาสตร์ จำนวน ๑๙๐ คน

๓. วิธีดำเนินการ

กิจกรรมที่ ๑ จัดอบรมความรู้ให้แก่ นักเรียน โดยจัดฐานการเรียนรู้ ๗ ฐาน ได้แก่

๑) ฐานการเรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ ปัญหา และผลกระทบจากการมี เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการ ตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมในวัยรุ่น

๒) ฐานเพศศึกษา

๓) ฐานทักษะชีวิต

๔) ฐานการวางแผนครอบครัว

๕) ฐานการป้องกันโรคเอดส์และโรคทางเพศสัมพันธ์

๖) ฐานการป้องกันตัวเองในภาวะคับขันและวิธีการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

๗) ฐานความรู้ E-learning ในเรื่องต่าง ๆ เช่น เรื่องความเสมอภาคระหว่าง หญิง

ชาย สิทธิในเนื้อตัวร่างกาย การเคารพสิทธิของผู้อื่น และหน้าที่และความรับผิดชอบตามวัยและหน้าที่ความ รับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อชุมชน และสังคม

กิจกรรมที่ ๒ การจัดกิจกรรมโต้วาทีระหว่างนักเรียนหญิงและนักเรียนชายในโรงเรียน เรื่อง “เพศสัมพันธ์วัยรุ่นนุ่นอย่างไร” และ “การตั้งครรรภ์แม่วัยรุ่นนุ่นเพราะใคร”

๔. วัน เวลา สถานที่ดำเนินการ

๒๓-๒๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐ ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส
ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส

๕. งบประมาณ

งบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลตันไทร จำนวน ๓๕,๒๐๐.๐๐ บาท (สามหมื่นห้าพันสองร้อยบาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

- ป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ เป็นเงิน ๑,๐๐๐.๐๐ บาท
- ค่าวัสดุสำนักงาน/จัดทำเอกสารประกอบการอบรม จำนวน ๑๙๐ ชุด ชุดละ ๒๐.๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๘๐๐.๐๐ บาท
- ค่าอาหารกลางวัน ๑ มื้อ มื้อละ ๕๐.๐๐ บาท * ๑๙๐ คน เป็นเงิน ๙,๕๐๐.๐๐ บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๑ วัน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕.๐๐ บาท * ๑๙๐ คน เป็นเงิน ๙,๕๐๐.๐๐ บาท
- ค่าตอบแทนวิทยากร ๖๐๐.๐๐ บาท/ชั่วโมง จำนวน ๗ คน คนละ ๒ ชั่วโมง เป็นเงิน ๘,๔๐๐.๐๐ บาท
- ค่ารางวัลกิจกรรมโต้วาที เป็นเงิน ๓,๐๐๐.๐๐ บาท
หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

๖. หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

- ๗.๑ คณะวิทยากรสำนักงานเทศบาลตำบลตันไทร
- ๗.๒ คณะวิทยากรสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนราธิวาส
- ๗.๓ คณะวิทยากรจากผู้นำศาสนา

๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. นักเรียนมีทักษะ และภูมิคุ้มกันในการจัดการกับสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับ เรื่องเพศ
๒. นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง และมีทักษะในการปฏิเสธต่อพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการดำรงชีวิต
๓. นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงผลที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการตั้งครรรภ์ที่ไม่พร้อม

๘. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียดโดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการ
จำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

๘.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการ
หลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน โรงเรียนเจริญศาสตร์

- ๘.๑.๑ หน่วยบริหารหรือสถานบริหารสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๘.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขเทศบาล
- ๘.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๘.๑.๔ หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๘.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๘.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

๘.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริหารสาธารณสุขของหน่วยบริหาร/สถานบริการ/
หน่วยงานสาธารณสุข

๘.๑.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือ
องค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น

- ๘.๑.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของศูนย์เฝ้าระวัง/ผู้สูงอายุ/คนพิการ
- ๘.๑.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ
- ๘.๑.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ

๘.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

- ๘.๓.๑ หญิงตั้งครรภ์หรือหญิงหลังคลอด
- ๘.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๘.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๘.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๘.๓.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๘.๓.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๘.๓.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๘.๓.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

๘.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

๘.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

- ๘.๔.๑.๑ การตรวจคัดกรอง การประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหา
ภาวะเสี่ยง
- ๘.๔.๑.๒ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดหลังคลอด
- ๘.๔.๑.๓ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๘.๔.๑.๔ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๘.๔.๑.๕ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม

- ๘.๔.๑.๖ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๘.๔.๑.๗ อื่น ๆ (ระบุ)
- ๘.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - ๘.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูล
 - ๘.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๒.๓ การเยี่ยม ติดตาม ดูแลสุขภาพ
 - ๘.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๘.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - ๘.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ๘.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ๘.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ)
- ๘.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - ๘.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๘.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง การประเมินสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๘.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๘.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - ๘.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ๘.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๘.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ๘.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ)

๙. ผู้เสนอโครงการ

ลงชื่อ

ผู้เสนอโครงการ

(นางนิตติยาธิปัต วัฒนเมือง)

ผู้อำนวยการโรงเรียนเจริญศาสตร์

วันที่ ๑๙ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๙

แบบฟอร์มสรุปค่าใช้จ่าย

โครงการ / อบรม / สัมมนา

ชื่อโครงการ โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การตั้งครรภ์ไม่พร้อม แก่เด็กวัยเรียนและเยาวชน

ส่วนงาน โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส โทร. ๐๗๓-๕๖๓๑๗๔

จัดทำโครงการ/อบรม/สัมมนา วันที่ ๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐ ถึงวันที่ ๒๙ สิงหาคม พ.ศ.

๒๕๖๐ เงินงบประมาณที่ได้รับอนุมัติเป็นเงินสด จำนวน . ๓๕,๒๐๐.๐๐ บาท (สามหมื่นห้าพันสองร้อย บาทถ้วน) โดย งบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลตันไทร เงินโอนเข้าบัญชี ชื่อ บัญชี เงินอุดหนุนโรงเรียนเจริญศาสตร์ เลขที่บัญชี ๙๐๕-๐-๗๓๒๑๑-๙ ธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) สาขา นราธิวาส

อ้างอิงเลขที่ใบเบิกเงินทรงจ่าย วันที่รับเงิน / / ๒๕..... ใช้จ่าย

ดังนี้ :-

ลำดับที่	รายการ	งบประมาณอนุมัติ	ค่าใช้จ่ายจริง	คงเหลือ
๑	ป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ	๑๐๐๐.๐๐	๑๐๐๐.๐๐	๐.๐๐
๒	ค่าวัสดุสำนักงาน	๓๘๐๐.๐๐	๘๐๐.๐๐	๓๐๐๐.๐๐
๓	ค่าอาหารกลางวัน	๙๕๐๐.๐๐	๑๙๐๐๐.๐๐	-๙๕๐๐.๐๐
๔	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม	๙๕๐๐.๐๐	๙๕๐๐.๐๐	๐.๐๐
๕	ค่าตอบแทนวิทยากร	๘๔๐๐.๐๐	๕๔๐๐.๐๐	๓๐๐๐.๐๐
๖	ค่ารางวัลกิจกรรมไต้วาที	๓๐๐๐.๐๐	๐.๐๐	๓๐๐๐.๐๐
	รวม	๓๕๒๐๐.๐๐	๓๕๗๐๐.๐๐	-๕๐๐.๐๐

สรุป

คืนเงิน / เบิกเงินเพิ่ม จำนวน..... บาท (.....)

ลงชื่อ

(นางสาวคอสีเยาะ ตึงเงาะ)

...../...../.....

ผู้จัดทำ

ลงชื่อ

(นางนิตติพิศ หวันเมือง)

...../...../.....

ฝ่ายบัญชี/ตรวจสอบ

ลงชื่อ

(นายไพรัตน์ หวันเมือง)

..... / /

หัวหน้าฝ่ายการเงิน

รายงานสรุปผลการดำเนินการ

โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว
และการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
ระหว่างวันที่ ๒๘-๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๐
ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส



โดยสนับสนุนงบประมาณจาก
กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลตันไทร
ปีงบประมาณ ๒๕๖๐

**โครงการให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัว และการป้องกันการ
การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม**

๒๘-๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส



งบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลตันไทร อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส ปีงบประมาณ ๒๕๖๐

รศ.ดร.กมลชนก อำนวยคุณกุล, รศ.ดร.นงนุช อำนวยคุณกุล, รศ.ดร.นงนุช อำนวยคุณกุล, รศ.ดร.นงนุช อำนวยคุณกุล, รศ.ดร.นงนุช อำนวยคุณกุล, รศ.ดร.นงนุช อำนวยคุณกุล, รศ.ดร.นงนุช อำนวยคุณกุล, รศ.ดร.นงนุช อำนวยคุณกุล, รศ.ดร.นงนุช อำนวยคุณกุล, รศ.ดร.นงนุช อำนวยคุณกุล

ดำเนินงานโดย

โรงเรียนเจริญศาสตร์ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส

คำนำ

นับว่าเป็นเรื่องที่น่าสนใจเป็นอย่างมากเมื่อทราบว่าการตั้งครรถ์ของวัยรุ่นในช่วงศึกษาเล่าเรียน นั้นมีอายุต่ำกว่า ๑๙ ปี (มีอายุระหว่าง ๑๔-๑๗ ปี) ระดับการศึกษาเพียงมัธยมศึกษาตอนต้น กอรปกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่รวดเร็วทำให้ค่านิยมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันสมควรของวัยรุ่นมองเห็นว่าเป็นเรื่องปกติ การรักรวมรสวงตัวถือเป็นเรื่องล้าสมัย บางรายไม่ต้องรู้จักกันลึกซึ้ง เพียงแค่มีความพอใจก็สามารถมีเพศสัมพันธ์กันได้โดยไม่ต้องพูดถึงการแต่งงานหรือมีครอบครัว ซึ่งผลเกิดขึ้นจากการมีเพศสัมพันธ์และการเป็นมารดาของวัยรุ่นที่ขาดความพร้อมยังไม่สามารถพึ่งตนเองได้ ต้องลาออกจากโรงเรียนทำให้เสียโอกาสทางการศึกษา ครอบครัวผิดหวัง/อับอาย อีกทั้งยังเกิดปัญหาสุขภาพจิตของตัววัยรุ่นเองคือมีความเครียด ความกังวล บางรายหาทางออกด้วยการฆ่าตัวตาย ทำแท้ง เป็นต้น

ปัญหาการตั้งครรถ์ของวัยรุ่นเป็นปัญหาที่ต้องให้ความสำคัญ โดยเฉพาะสาเหตุของการตั้งครรถ์ที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งไม่ได้เกิดจากบุคคลเพียงคนเดียวเท่านั้น แต่สังคมสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัยก็เป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาเช่นกัน โดยเฉพาะความสัมพันธ์ภายในครอบครัว เช่น ฐานะทางเศรษฐกิจไม่ดี การขาดความอบอุ่น/ความเข้าใจซึ่งกันและกัน กฎระเบียบเข้มงวด ฯลฯ ปัจจัยเหล่านี้เป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุด เพราะครอบครัวเป็นแหล่งสำคัญในถ่ายทอดทัศนคติ ค่านิยม สร้างบุคลิกภาพ/รูปแบบของพฤติกรรมต่างๆ การได้รับข่าวสารในเรื่องเพศแบบผิดๆ จากเพื่อน สื่อภาพยนตร์ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต ฯลฯ หรือการไม่ได้รับการศึกษาอย่างถูกต้องในเรื่องเพศศึกษา/การคุมกำเนิด ทำให้วัยรุ่นขาดความรู้ความเข้าใจไม่รู้ว่าการตั้งครรถ์เกิดขึ้นได้อย่างไร จะป้องกันอย่างไร ผลที่ตามมาจะเป็นอย่างไร ถ้าหาทางออกที่ไม่เหมาะสมก็จะนำไปสู่การกระทำที่ทำให้เสียชื่อเสียง

องค์การอนามัยโลกให้ข้อมูลว่า ในทุกปี ปัญหาการตั้งครรถ์ไม่พึงประสงค์เป็นสาเหตุนำไปสู่การทำแท้ง ที่ไม่ปลอดภัยของผู้หญิงอย่างน้อยจำนวน ๒๐ ล้านคน ซึ่งกว่า ๑๐๐,๐๐๐ คนต้องเสียชีวิตลงในที่สุดเพราะเกิดอาการแทรกซ้อนต่างๆ ยิ่งไปกว่านั้น ผู้หญิงอีกจำนวนนับล้านต้องประสบปัญหาเรื่องสุขภาพอันเนื่องมาจากการทำแท้งที่ไม่ปลอดภัยด้วย เฉพาะในประเทศไทย ผลการสำรวจหลายครั้งระบุว่าในจำนวนผู้หญิง ที่สมรสแล้วและตั้งครรถ์ เป็นการตั้งครรถ์ที่ไม่พึงประสงค์ถึง ๑ ใน ๓ ของจำนวนทั้งหมด ซึ่งนับว่าเป็น ตัวเลขที่ค่อนข้างสูงโดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าพิจารณาว่าเป็นการสำรวจ เฉพาะผู้ที่สมรสแล้วเท่านั้น ยังไม่รวมผู้หญิงอีกจำนวนมากที่ตั้ง ครรภโดยที่ไม่ได้สมรส ซึ่งมีผู้ที่ตั้งครรถ์ไม่พึงประสงค์เป็นจำนวนมาก ที่ตัดสินใจยุติการตั้งครรถ์ของตนเอง การคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินสามารถช่วยลดอัตราการตั้งครรถ์ไม่พึงประสงค์ ซึ่งส่งผลให้การทำแท้งมีจำนวนลดลงด้วย และนั่นหมายถึง ชีวิตของผู้หญิงจำนวนไม่น้อยเลย ที่เดียวที่ไม่ต้องสูญเสียไปเพราะ การทำแท้ง ที่ไม่ถูกหลักการแพทย์ และชีวิตของเด็กจำนวนมาก ที่ไม่ต้องเกิดมาโดยที่ครอบครัวไม่พร้อม จะเลี้ยงดู

โรงเรียนเจริญศาสตร์ ตระหนักและเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงดำเนินโครงการ การให้ความรู้เรื่องการวางแผนครอบครัวและการป้องกันการตั้งครรถ์ไม่พึงประสงค์/การตั้งครรถ์ไม่พร้อม ณ โรงเรียนเจริญศาสตร์ ตำบลปะลุกาสาเมาะ อำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส โดยได้รับสนับสนุนงบประมาณ จากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลตันไทร เป็นเงิน จำนวน ๓๕,๒๐๐.๐๐ บาท (สามหมื่นห้าพัน สองร้อยบาทถ้วน)

ขอขอบคุณทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องให้ความร่วมมือจนสำเร็จลุล่วงด้วยดีและบรรลุลวัตถุประสงค์ ของโครงการทุกประการ

สารบัญ

คำนำ		
สารบัญ		
บทที่ ๑	บทนำ	๑
	หลักการและเหตุผล	๑
	วัตถุประสงค์	๒
	เป้าหมาย	๒
	ผู้รับผิดชอบ	๒
	ระยะเวลา	
	วิธีดำเนินการ	๒
	งบประมาณในการดำเนินโครงการ	๒
	หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง	๓
	ผลที่คาดว่าจะได้รับ	๓
	การติดตามผลและประเมินผลโครงการ	๓
บทที่ ๒	กระบวนการทำงาน	๔
	วิธีดำเนินการ	๔
	กิจกรรม	๔
	ตารางการปฏิบัติงาน	๕
	ภาพกิจกรรม	๖
บทที่ ๓	สรุปผลการดำเนินโครงการ	๒๕
	ผลการดำเนินงาน	๒๕
	การนำความรู้ที่ได้จากการบรรยาย	๒๕
	ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ	๔๙
	ผลการประเมินความพึงพอใจของวิทยากร	๕๑
บทที่ ๔	ปัญหาและข้อเสนอแนะ	๕๓
ภาคผนวก		