

# ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจการสื่อสารเรื่องเพศ ต่อการสื่อสารเรื่องเพศในผู้ปกครองของวัยรุ่นหญิง

ศิริประภา มุงบัง, พย.ม.<sup>1</sup> พรนภา หอมสินธุ์, ปร.ด.<sup>2\*</sup> รุ่งรัตน์ ศรีสุริยเวศน์, ปร.ด.<sup>2</sup>

## บทคัดย่อ

การศึกษามีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อทัศนคติการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารเรื่องเพศของผู้ปกครองของหญิงวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่างคือผู้ปกครอง เพศหญิงที่มีไข้บิดามารดา อายุ 35-50 ปีที่รับผิดชอบดูแลบุตรหลานที่เป็นวัยรุ่นหญิงและกำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษา (ม.1 - ม.3) แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบกลุ่ม ๆ ละ 13 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมเสริมสร้างพลังอำนาจ ตามแนวคิดของ Gibson (1995) เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และทักษะการสื่อสารเรื่องเพศ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ Fisher's exact test, Dependent t-test และ Independent t-test

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยทัศนคติเชิงบวกต่อการสื่อสาร ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศและทักษะการสื่อสารเรื่องเพศสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ( $t = 11.594$ ,  $p < .001$ ;  $t = 2.356$ ,  $p < .001$ ;  $t = 8.422$ ,  $p < .001$  ตามลำดับ)

ผลการศึกษาจะเป็นประโยชน์แก่บุคลากรสาธารณสุข ครู และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการสร้างเสริมศักยภาพ ในการสื่อสารเรื่องเพศในผู้ปกครองอันจะนำไปสู่การป้องกันปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรในวัยรุ่นหญิงต่อไป

**คำสำคัญ:** การเสริมสร้างพลังอำนาจ ทัศนคติ ความสะดวกใจ การสื่อสารเรื่องเพศ

<sup>1</sup> นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

<sup>2</sup> รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

\* ผู้เขียนหลัก e-mail: phomsin09@gmail.com

# The effects of sexual communication empowerment on sexual communication practice among guardians of female adolescents

Siraprapa Mungbang, M.N.S<sup>1</sup>, Pornnapa Homsin, Ph.D.<sup>2\*</sup>, Rungrat Srisuriyawet, Ph.D.<sup>2</sup>

## Abstract

This study aimed to evaluate the impact of an empowerment program on guardians' attitudes towards sexual communication, their comfort in discussing sexual matters, and their sexual communication practices. The sample consisted of female guardians, aged 35-50, who were responsible for female adolescents attending secondary school (M.1-M.3). The participants were divided into an experimental group and a comparison group, with 13 individuals in each group. The experimental group participated in an empowerment program based on Gibson's (1995) concept. Data were collected through questionnaires that assessed demographic information, attitudes towards sexual communication, comfort with communication, and sexual communication skills. Statistical analyses included descriptive statistics, Fisher's exact test, dependent t-test, and independent t-test.

The results indicated that the experimental group demonstrated significantly higher mean scores in attitudes towards sexual communication, comfort in communication, and sexual communication skills compared to the comparison group, with all differences being statistically significant at the .05 level ( $t = 11.594, p < .001$ ;  $t = 2.356, p < .001$ ;  $t = 8.422, p < .001$ , respectively).

These findings suggest that the empowerment program effectively enhances the sexual communication abilities of guardians, which can play a crucial role in preventing premature sexual activities among female adolescents. The study's results are valuable for healthcare professionals, teachers, and other stakeholders involved in adolescent health promotion.

**Key words:** Empowerment, Attitudes, Uncomfortable, Sexuality communication

---

<sup>1</sup> Student of Master Nursing Science Program in Community Health Nurse Practitioner, Faculty of Nursing, Burapha University

<sup>2</sup> Associate Professor, Faculty of Nursing, Burapha University

\* Corresponding author e-mail: phomsin09@gmail.com

## บทนำ

ปัจจุบันความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและวิวัฒนาการใหม่ ๆ การเข้าถึงสื่อต่าง ๆ มีผลกระทบต่อวิถีชีวิตและสุขภาพของประชาชนทุกวัย วัยรุ่นเป็นกลุ่มหนึ่งที่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงนี้ เนื่องจากธรรมชาติของวัยรุ่นเป็นวัยที่อยากรู้อยากทดลองสิ่งใหม่ ๆ แต่ยังขาดประสบการณ์ในการดำรงชีวิตจึงไม่ตระหนักต่อผลเสียที่เกิดจากการกระทำที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ รวมทั้งการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและการตั้งครรภ์ การมีเพศสัมพันธ์นำมาสู่ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น จากรายงานระดับชาติของสำนักอนามัยการเจริญพันธุ์แห่งกรมอนามัยพบว่าในปี พ.ศ. 2564 อัตราหญิงตั้งครรภ์อายุ 10-14 ปี คิดเป็น 0.9 ต่อหญิงอายุ 10-14 ปี 1,000 คน และ 24.4 ต่อหญิงอายุ 15-19 ปี 1,000 คนตามลำดับ อัตราดังกล่าวยังถือว่าสูงเป็นอันดับที่ 4 ในประเทศอาเซียนรองจาก สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว ฟิลิปปินส์/อินโดนีเซีย เวียดนาม (Ministry of Social Development and Human Security, 2022)

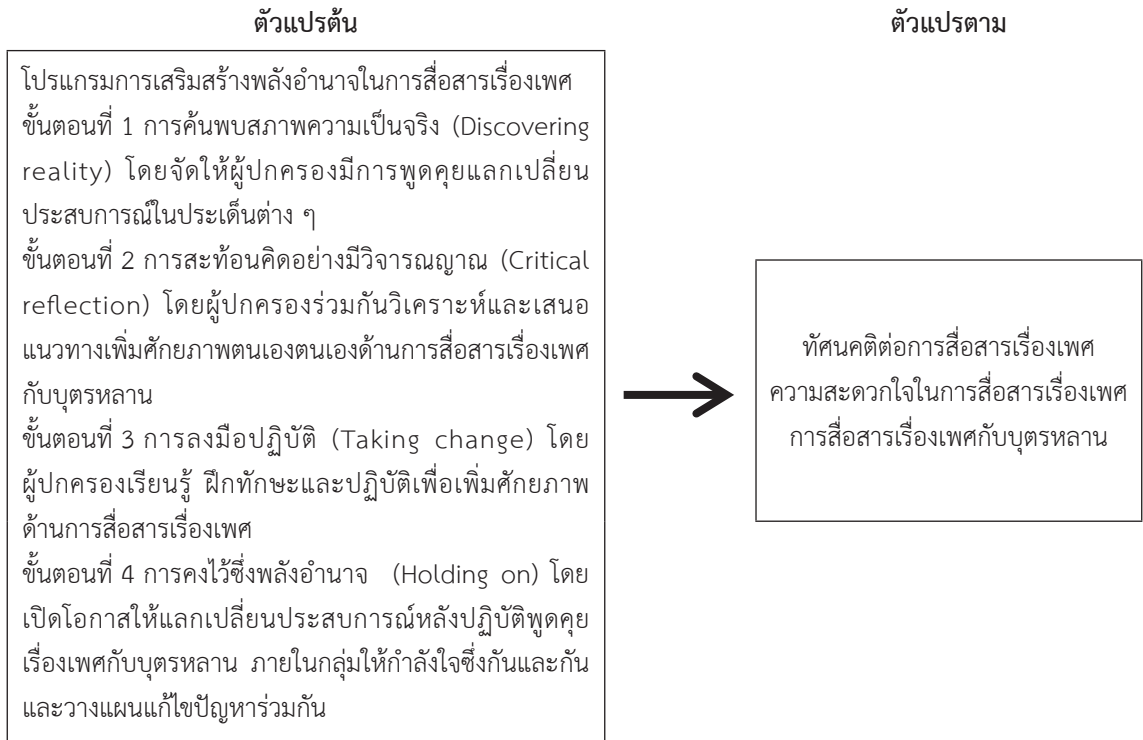
จังหวัดสระแก้วเป็นหนึ่งในจังหวัดที่มีอัตราการตั้งครรภ์วัยรุ่น 31.2 - 37.2 ต่อหญิงอายุ 15-19 ปี 1,000 คน นับเป็นหนึ่งใน 6 จังหวัด ที่มีอัตราการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นอันดับที่ 2 ของประเทศไทย การมีเพศสัมพันธ์ที่ก่อให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อหลายประการ ทั้งต่อวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เองต่อครอบครัวต่อสังคมเศรษฐกิจและประเทศชาติ (Bureau of Reproductive Health, 2017) สาเหตุของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นนั้นมีความซับซ้อนและเกี่ยวข้องกับหลายมิติ ทั้งนี้ด้วยสภาพสังคมปัจจุบันส่งผลให้การดำรงชีพของครอบครัวไทยจำนวนมากต้องดิ้นรน พ่อแม่ผู้ปกครองต้องทำมาหากินเลี้ยงชีพเป็นผลให้ครอบครัวส่วนหนึ่งไม่สามารถดูแลบุตรหลานให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ จะฝากให้กับตายายหรือบางครอบครัวที่เลิกลาภก็จะให้บุตรอยู่กับ ลุง ป้า น้า อา เด็กจำนวนมากไม่สามารถรับมือกับความเปลี่ยนแปลงของตนเองเมื่อก้าวเข้าสู่วัยรุ่น และไม่อาจปรับตัวให้เท่าทันได้ ปัจจุบันจึงพบว่าเด็กได้อยู่กับพ่อและแม่พร้อมหน้าพร้อมตากัน มีแนวโน้มลดลงอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี พ.ศ. 2549 และโดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กที่ถูกเลี้ยงดูโดยปู่ตายายจะประสบกับความเสียเปรียบด้านการศึกษา เมื่อเปรียบเทียบกับเด็กที่อาศัยกับพ่อแม่ รวมถึงเด็กต้องเผชิญกับความเสียหายหลายด้าน ได้แก่ ความเสี่ยงต่อการออกเที่ยวกลางคืน การสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า การคูคลิบไม่เหมาะสมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งมีผลกระทบต่อเด็กทั้งร่างกายจิตใจและสังคม จากสาเหตุเพราะขาดการสื่อสารและอบรมที่ดีจากครอบครัว (Bureau of Reproductive Health, 2016) บุคคลในแต่ละช่วงวัยมองปัญหาเรื่องเพศด้วยมุมมองที่แตกต่างกัน โดยผู้ปกครองซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นยายหรือแม่ที่ยึดมั่นอยู่ในกรอบของความสัมพันธ์หญิงชายแบบวัฒนธรรมดั้งเดิมและยึดถือจารีตประเพณีเดิมที่ปฏิบัติสืบต่อกัน มีลักษณะของการคัดค้านตามจารีตประเพณีที่มองเรื่องเพศว่าเป็นสิ่งน่าละอาย ไม่สมควรพูดถึง (Samutachak, Khumsuwan & Nittannara, 2018)

จากการวิจัยเชิงอภิธาน (meta-analysis) สรุปได้ว่าวัยรุ่นที่มีการพูดคุยสื่อสารกับผู้ปกครองเรื่องเพศจะช่วยให้อายุมีพฤติกรรมทางเพศที่ปลอดภัย (Rogers et al., 2016) เพราะการสื่อสารสามารถให้ความรู้และถ่ายทอดทัศนคติ ค่านิยมที่ถูกต้องในเรื่องเพศได้ ทั้งในรูปแบบการให้คำปรึกษา การห้ามปราม การว่ากล่าวตักเตือน ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นกระบวนการขัดเกลาทางสังคมหรือทางเพศ (Ward & Wyatt, 2016) และผู้ปกครองเป็นแหล่งความรู้เรื่องเพศที่สำคัญแห่งแรกสำหรับเด็ก เพราะสามารถให้ข้อมูลและตอบคำถามที่เด็กต้องการรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศได้อย่างรวดเร็วทันทีที่เด็กถาม (Flores & Barroso, 2017) อย่างไรก็ตามพบว่าการศึกษาที่พัฒนาโปรแกรมส่งเสริมทักษะการสื่อสารเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นไทยมีจำนวนน้อยมากและทั้งหมดศึกษาในบิดามารดา (Huansri et al., 2021; Wongsawat et al., 2017; Suvarnakuta et al., 2018; Maneesuwan et al., 2018; Thipsungwan et al., 2013) ไม่พบว่ามีการศึกษาในผู้ปกครองที่ไม่ใช่บิดามารดา ซึ่งย่อมมีความแตกต่างจากพ่อแม่ทั้งการให้คุณค่าเรื่องเพศ การอบรมเลี้ยงดู ความไว้วางใจ เชื่อใจ สิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อประสิทธิภาพการสื่อสารด้านเพศที่แตกต่างกัน (Rogers et al., 2016)

การเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นกระบวนการทางสังคมที่ส่งเสริมให้บุคคลค้นพบปัญหา ความต้องการของตนเอง และให้บุคคลจัดการแก้ไขปัญหาด้วยตนเองโดยความเชื่อ (Beliefs) เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลอย่างมาก บุคคลมีความเชื่อที่ดี ก็จะส่งเสริมให้ตนเกิดความเชื่อมั่นในการรับรู้ความสามารถของตนเองและ สามารถควบคุมชีวิตตนเองได้ (Gibson, 1995) ผู้วิจัยจึงศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการสื่อสารเรื่องเพศแก่ผู้ปกครองที่มีใช้บิดามารดา โดยการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) ตามแนวคิดของ Gibson ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 การค้นพบสภาพความเป็นจริง (Discovering reality) ขั้นตอนที่ 2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical reflection) ขั้นตอนที่ 3 การลงมือปฏิบัติ (Taking change) และขั้นตอนที่ 4 การคงไว้ซึ่งพลังอำนาจ (Holding on) ซึ่งเป็นกระบวนการที่จะช่วยกระตุ้นให้บุคคลเกิดความตระหนักในศักยภาพและความสามารถที่มีอยู่ภายในตนเอง เกิดความเชื่อมั่นในตนเองที่มากพอจะแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดและการกระทำ (Thiangtham, 2015) ทำให้ผู้ปกครอง เกิดทัศนคติที่ดีต่อการสื่อสารเรื่องเพศ มีความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารเรื่องเพศกับวัยรุ่น อันจะนำไปสู่แนวทางการจัดกิจกรรมแก่บุคลากรที่เกี่ยวข้องหรือการกำหนดเชิงนโยบายเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นที่มีประสิทธิภาพต่อไป

### กรอบแนวคิดการวิจัย

การเสริมสร้างพลังอำนาจของกิบสัน (Gibson, 1993) ที่ใช้เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาครั้งนี้เป็นกระบวนการที่จะช่วยกระตุ้นให้บุคคลเกิดความตระหนักในศักยภาพและความสามารถที่มีอยู่ภายในตนเอง เกิดความเชื่อมั่นในตนเองที่มากพอจะแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดและการกระทำ ผู้ปกครองที่ได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจในการสื่อสารเรื่องเพศโดยผ่านกระบวนการทั้ง 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 การค้นพบสภาพความเป็นจริง (Discovering reality) เป็นขั้นตอนแรกทำให้เกิดการยอมรับเหตุการณ์ และสภาพการณ์ปัญหาของวัยรุ่นหญิงไทยในปัจจุบัน การเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการของวัยรุ่น ทัศนคติเรื่องเพศที่แตกต่างกัน ปัญหาและความสำคัญของการสื่อสารเรื่องเพศของผู้ปกครองกับวัยรุ่น ขั้นตอนที่ 2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical reflection) เป็นการได้ทบทวนสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างรอบคอบ เพื่อได้ทางเลือกและการตัดสินใจในการพัฒนาทักษะการสื่อสารเรื่องเพศ ขั้นตอนที่ 3 การลงมือปฏิบัติ (Taking change) เป็นการลงมือปฏิบัติตามการตัดสินใจของตนเองอย่างแน่วแน่ก่อให้เกิดการเรียนรู้และความมั่นใจในการสื่อสารเรื่องเพศ ขั้นตอนที่ 4 การคงไว้ซึ่งพลังอำนาจ (Holding on) เกิดการรับรู้ความสามารถของตนในการสื่อสารเรื่องเพศและจะยังคงอยู่แม้สถานการณ์จะเปลี่ยนแปลงไป ทำให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลาน สรุปได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลาน ระหว่างผู้ปกครองที่ได้รับโปรแกรมและไม่ได้รับโปรแกรม

### สมมติฐานการวิจัย

ผู้ปกครองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจมีทัศนคติที่ดีต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศและการสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลาน สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับโปรแกรม

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบ 2 กลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (The pretest-posttest design with non-equivalent group)

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ปกครองเพศหญิงที่มีใช้บิดามารดา เช่น น้า ป้า ย่า ยาย อายุ 35-50 ปี ที่รับผิดชอบดูแลบุตรหลานที่เป็นวัยรุ่นหญิงและกำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ใน 2 ตำบล อ.สระแก้ว จ.สระแก้ว แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ คำนวณขนาดตัวอย่างจากการศึกษาของกลมทิพย์ ทิพย์สังวาลและคณะ (Thipsungwan et al., 2013) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G\*Power สูตรการคำนวณสำหรับค่าเฉลี่ย 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกันสำหรับการทดสอบทางเดียว ได้ค่าขนาดอิทธิพล (Effect size) เท่ากับ 1.858 กำหนดค่าความคลาดเคลื่อนที่ระดับ .01 อำนาจการทดสอบ เท่ากับ .95 ได้ตัวอย่างจำนวนกลุ่มละ 11 คน และเพื่อป้องกันความไม่สมบูรณ์ของข้อมูลและการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง จึงได้เพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 20 ดังนั้นจึงมีกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 13 คน

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคล เป็นข้อความเกี่ยวกับอายุ อาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ เป็นต้น
2. แบบสอบถามทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ เป็นข้อความการรับรู้ของผู้ปกครองว่าเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยเกี่ยวกับการพูดคุยเรื่องเพศกับบุตรหลาน ในเรื่องการมีประจำเดือน การคบเพื่อนและการวางตัวกับเพศตรงข้าม การหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง การมีเพศสัมพันธ์และผลกระทบ การคุมกำเนิดและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และ ความคาดหวังของผู้ปกครองและสังคมต่อการกระทำในเรื่องเพศ วัดโดยแบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองจากการทบทวนวรรณกรรม จำนวน 12 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราวัดแบบลิเคิร์ต (Likert scale) 4 ระดับ ได้แก่ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ค่อนข้างเห็นด้วย และ เห็นด้วยอย่างยิ่ง ให้คะแนน 1-4 ตามลำดับ มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 12-48 คะแนน คะแนนมากหมายถึงมีทัศนคติเชิงบวกต่อการสื่อสารเรื่องเพศ
3. แบบสอบถามความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ เป็นข้อความเกี่ยวกับความสะดวกใจในการพูดคุยของผู้ปกครองกับบุตรหลาน ในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องการมีประจำเดือน การคบเพื่อนและการวางตัวกับเพศตรงข้าม การหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง การมีเพศสัมพันธ์และผลกระทบ การคุมกำเนิดและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และ ความคาดหวังของผู้ปกครองและสังคมต่อการกระทำในเรื่องเพศ วัดโดยแบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองจากการทบทวนวรรณกรรม จำนวน 12 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราวัดประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ ได้แก่ ไม่สะดวกใจเลย ค่อนข้างไม่สะดวกใจ ค่อนข้างสะดวกใจ และสะดวกใจมาก ให้คะแนน 1-4 ตามลำดับ มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 12-48 คะแนน คะแนนมากหมายถึงมีความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศมาก
4. แบบสอบถามการสื่อสารเรื่องเพศเป็นข้อความเกี่ยวกับการปฏิบัติด้วยการพูดคุยของผู้ปกครองกับบุตรหลานเกี่ยวกับเรื่องเพศในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องการมีประจำเดือน การคบเพื่อน และการวางตัวกับเพศตรงข้าม การหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง การมีเพศสัมพันธ์และผลกระทบ การคุมกำเนิดและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และ ความคาดหวังของผู้ปกครองและสังคมต่อการกระทำในเรื่องเพศ วัดโดยแบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองจากการทบทวนวรรณกรรม จำนวน 12 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราวัดประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ ได้แก่ ไม่เคย นาน ๆ ครั้ง บ่อยครั้ง และประจำ ให้คะแนน 1-4 ตามลำดับ มีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 1-48 คะแนน คะแนนมาก หมายถึงมีการพูดคุยสื่อสารในประเด็นนั้นสม่ำเสมอเกือบทุกครั้งที่มีโอกาส
5. โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการสื่อสารเรื่องเพศ เป็นกระบวนการที่ช่วยกระตุ้นให้เกิดความตระหนักในศักยภาพและความสามารถในการพูดคุยเรื่องเพศ ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 การค้นพบสภาพความเป็นจริง (Discovering reality) ขั้นตอนที่ 2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical reflection) ขั้นตอนที่ 3 การลงมือปฏิบัติ (Taking change) ขั้นตอนที่ 4 การคงไว้ซึ่งพลังอำนาจ (Holding on) โดยผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ที่ประยุกต์จากคู่มือการอบรมเรื่องเพศ ได้แก่ คู่มือการจัดการอบรมเรื่องเพศคุยได้ในครอบครัว (Bureau of Reproductive Health, 2014) คู่มือพัฒนาทักษะการสื่อสารเรื่องเพศระหว่างวัยรุ่นกับครอบครัว (Bureau of Reproductive Health, 2015) คู่มือการจัดกิจกรรมการสื่อสารระหว่างพ่อแม่ผู้ปกครองกับบุตรหลาน เพื่อส่งเสริมสุขภาพทางเพศในเยาวชน (Path2health Foundation, 2014) และสื่อการเรียนรู้เรื่องเพศ (Powwattana & Thammaraksa., 2018) รายละเอียดดังในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การประยุกต์ทฤษฎีเพื่อพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างพลังในการสื่อสารเรื่องเพศแก่ผู้ปกครองที่มีใช้บิดามารดา

แนวคิดทฤษฎี	กิจกรรม
<p>ขั้นตอนที่ 1 การค้นพบสภาพความเป็นจริง (Discovering reality)</p>	<p>1. จัดให้ผู้ปกครองมีการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้</p> <p>1.1 ทบทวนสถานการณ์ของปัญหาเรื่องเพศของวัยรุ่นในชุมชนและผลกระทบผ่านกิจกรรม “สำรวจชุมชน”</p> <p>1.2 สสำรวจคุณค่า ทักษะและความเชื่อของตนเองในเรื่องเพศ ผ่านกิจกรรม “เลือกข้าง”</p> <p>1.3 ทบทวนความรู้สึกของตนเองเมื่อเป็นวัยรุ่น ผ่านกิจกรรม “ย้อนรอยวัยรุ่น”</p> <p>1.4 สะท้อนคิดถึงมุมมองที่มีความแตกต่างกันระหว่างผู้ปกครองและบุตรหลานผ่านกิจกรรม “ให้รื้อนำทาง”</p>
<p>ขั้นตอนที่ 2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ (Critical reflection)</p>	<p>2. ผู้ปกครองร่วมกันวิเคราะห์และเสนอแนวทางเพิ่มศักยภาพตนเองตนเอง ด้านการสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลาน โดยมีกิจกรรมดังนี้</p> <p>2.1 วิเคราะห์และหาแนวทางแก้ไขปัญหาการสื่อสารเรื่องเพศระหว่าง ผู้ปกครองและบุตรจากสถานการณ์จำลอง “เรื่องของแอน” และ “เราทำกับลูกแบบนี้บ่อยไหม”</p> <p>2.2 ร่วมกันเสนอแนวทางพัฒนาความสามารถของตนเองในการสื่อสารกับบุตรหลาน</p>
<p>ขั้นตอนที่ 3 การลงมือปฏิบัติ (Taking change)</p>	<p>3. เรียนรู้ ฝึกทักษะและปฏิบัติเพื่อเพิ่มศักยภาพด้านการสื่อสารเรื่องเพศ ดังนี้</p> <p>3.1 เรียนรู้เกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น การมีเพศสัมพันธ์และผลกระทบ การคุมกำเนิดและป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การคบเพื่อนต่างเพศทักษะการปฏิเสธ บทบาทและสิทธิทางเพศชายหญิง โดยการอธิบายและกิจกรรมกลุ่ม และชม VCD “หนึ่งวันที่เข้าใจ” ซึ่งเป็นการพูดคุยระหว่างมารดากับบุตรจำนวน 3 คู่ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการคุมกำเนิด การคบเพื่อนและเพื่อนต่างเพศ การหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง</p> <p>3.2 ฝึกทักษะการสื่อสารเรื่องเพศจากโจทย์สถานการณ์จำลองผ่านกิจกรรม “ฝึกฟังอย่างตั้งใจ” และ “เจอแบบนี้...ทำอย่างไรดี”</p> <p>3.3 ทำพันธสัญญาใจร่วมกันในพัฒนาตนเองเพื่อการปรับทัศนคติและ เริ่มต้นสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลาน</p> <p>3.4 นำความรู้ไปปฏิบัติโดยการพูดคุยสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลานในสถานการณ์จริงที่บ้านพร้อมทั้งจดบันทึกประเด็นปัญหาข้อสงสัยหรือความสำเร็จเพื่อนำมาอภิปรายร่วมกัน</p>
<p>ขั้นตอนที่ 4 การคงไว้ซึ่งพลังอำนาจ (Holding on)</p>	<p>4.1 เปิดโอกาสให้แลกเปลี่ยนประสบการณ์หลังปฏิบัติพูดคุยเรื่องเพศกับบุตรหลาน</p> <p>4.2 กลุ่มให้กำลังใจซึ่งกันและกันภายในกลุ่ม โดยผู้ประสบความสำเร็จได้รับความชื่นชมจากกลุ่มและได้ถ่ายทอดวิธีการที่เป็นกุญแจแห่งความสำเร็จต่อกลุ่ม ขณะที่ผู้ประสบปัญหาหรือมีข้อจำกัดจากการปฏิบัติได้รับกำลังใจและหาแนวทางแก้ไขร่วมกัน เพื่อการสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลานได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p>

### การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในการสื่อสารเรื่องเพศ แบบสอบถามได้รับการตรวจสอบความตรงของเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ได้แก่ อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ 3 ท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญด้านครอบครัวและวัยรุ่น จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น 1 ท่าน และพยาบาลผู้มีความรู้ความชำนาญเฉพาะทางสาขาเวชปฏิบัติชุมชน 1 ท่าน โดยแบบสอบถามทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารเรื่องเพศมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (CVI) เท่ากับ 0.82, 0.79 และ 0.83 ตามลำดับ และจากนั้นตรวจสอบความเชื่อมั่น โดยนำแบบสอบถามดังกล่าวไปทดลองใช้กับผู้ปกครองที่มีคุณสมบัติคล้ายกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจำนวน 30 คน และคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีคอนบาคแอลฟา มีค่าเท่ากับ 0.92, 0.93 และ 0.89 ตามลำดับ

### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา รหัสจริยธรรมที่ G-H5092/2564 วันที่ 7 กุมภาพันธ์ 2565 และก่อนเข้าร่วมโปรแกรมผู้วิจัยได้รับความยินยอมทั้งจากกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครองเป็นลายลักษณ์อักษร การเข้าร่วมการวิจัยเป็นไปด้วยความสมัครใจ สามารถปฏิเสธที่จะตอบแบบสอบถามหรือถอนตัวออกจากการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบต่อสิทธิประการใด ๆ และไม่จำเป็นต้องบอกเหตุผล

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

#### กลุ่มทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง โดยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารเรื่องเพศ หลังจากนั้นจึงจัดกิจกรรมตามกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ จำนวน 4 ครั้ง ใช้เวลา 6 สัปดาห์ ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน

1. ผู้ปกครองร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์เพื่อทบทวนตนเองในประเด็นต่าง ๆ วิเคราะห์หาแนวทางและตัดสินใจร่วมกันเพื่อการสื่อสารเรื่องเพศอย่างมีประสิทธิภาพ ดังนี้ ทบทวนสถานการณ์ของปัญหาเรื่องเพศของวัยรุ่นในชุมชนและผลกระทบผ่านกิจกรรม “สำรวจชุมชน” เพื่อเกิดความตระหนักถึงปัญหาที่แวดล้อมเยาวชนโดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานการณ์เรื่องเพศ

2. สำรวจคุณค่า ทัศนคติและความเชื่อของตนเองในเรื่องเพศ ผ่านกิจกรรม “เลือกข้าง” โดยการเปิดใจรับฟังและตระหนักว่าแต่ละคนอาจมีความเชื่อและให้คุณค่าในเรื่องเพศแตกต่างกันรวมทั้งวิเคราะห์ผลของความคิด ความเชื่อเรื่องเพศที่มีต่อการสื่อสารและเลี้ยงดูบุตรหลาน

3. ทบทวนความรู้สึกของตนเองเมื่อเป็นวัยรุ่น ผ่านกิจกรรม “ย้อนรอยวัยรุ่น” เพื่อทบทวนความรู้สึกของตนเองในวัยรุ่น และเปรียบเทียบความเป็นวัยรุ่นในแต่ละยุคสมัยช่องว่างระหว่างผู้ใหญ่กับวัยรุ่น

4. สะท้อนคิดถึงมุมมองที่มีความแตกต่างกันระหว่างผู้ปกครองและบุตรหลานผ่านกิจกรรม “ให้รักนำทาง” เพื่อให้เกิดความตระหนักถึงมุมมองที่แตกต่างกันอันเป็นผลทำให้ผู้ปกครองและบุตรหลานมีความคิดเห็นและการตัดสินใจแตกต่างกัน

5. วิเคราะห์และหาแนวทางแก้ไขปัญหาการสื่อสารเรื่องเพศระหว่างผู้ปกครองและบุตรจากสถานการณ์จำลอง “เรื่องของแอน” เพื่อให้ผู้เข้าร่วมรู้สึกถึงความซับซ้อนของสถานการณ์และปัญหาทางเพศของวัยรุ่นและ “เราทำกับลูกแบบนี้บ่อยไหม” เพื่อวิเคราะห์วิธีการสื่อสารที่ก่อให้เกิดผลกระทบทั้งเชิงบวกและเชิงลบร่วมกันเสนอแนวทางพัฒนาความสามารถของตนเองในการสื่อสารกับบุตรหลาน

6. ทำพันธสัญญาใจร่วมกันในพัฒนาตนเองเพื่อการปรับทัศนคติและเริ่มต้นสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลาน



## สัปดาห์ที่ 2 กิจกรรมเรียนรู้และฝึกทักษะ

1. ผู้ปกครองได้รับความรู้เกี่ยวกับเรียนรู้เกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น เทคนิคการพูดคุยเรื่องเพศ การมีเพศสัมพันธ์และผลกระทบ การคุมกำเนิดและป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การคบเพื่อนต่างเพศและหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง โดยการบรรยาย ทำกิจกรรมกลุ่ม และดูวิดีโอ “หนึ่งวันที่เข้าใจ” ความยาว 13 นาที ที่ครอบคลุมเนื้อหาทั้ง 6 ด้าน ผ่านตัวละครของแม่ลูก 3 คู่ ซึ่งเป็นผู้อาศัยอยู่ในชุมชนแออัดในกรุงเทพมหานคร ดังนี้ คู่ที่ 1 วิธีการคุมกำเนิดจะพูดคุยในประเด็นเรื่องของยาเม็ดคุมกำเนิด ฤกษ์งามอนามัย และวิธีนับระยะปลอดภัย คู่ที่ 2 การคบเพื่อนและเพื่อนต่างเพศ พูดคุยในประเด็นเรื่องการคบเพื่อน การอยู่ตามลำพัง การชิงสุกก่อนห่าม และการไว้ใจคนแปลกหน้า และคู่ที่ 3 การหลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง พูดคุยในประเด็นเรื่องการแต่งกาย การอยู่ตามลำพังกับเพื่อนชาย การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และการดูสื่อต่าง ๆ

2. ฝึกทักษะการสื่อสารเรื่องเพศผ่านกิจกรรม “ฝึกฟังอย่างตั้งใจ” และ “เจอแบบนี้...ทำอย่างไรดี” เพื่อตระหนักถึงความสำคัญของการสื่อสารเรื่องเพศที่ดีและสามารถสื่อสารได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์

## สัปดาห์ที่ 3-6 ฝึกทักษะการสื่อสารในสถานการณ์จริงที่บ้าน

ผู้ปกครองนำความรู้ไปปฏิบัติโดยการพูดคุยเรื่องเพศกับบุตรหลานผ่านช่องทางต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับบริบทของตนทั้งโดยทางตรงหรือทางอ้อมผ่านโทรศัพท์ หรือสื่อออนไลน์ พร้อมทั้งจดบันทึกประเด็นปัญหาข้อสงสัยหรือความสำเร็จ แล้วนำมาอภิปรายร่วมกันในปลายสัปดาห์ที่ 4 และ 6 โดยเปิดโอกาสให้แลกเปลี่ยนประสบการณ์หลังปฏิบัติพูดคุยเรื่องเพศกับบุตรหลาน กลุ่มให้กำลังใจซึ่งกันและกันภายในกลุ่ม โดยผู้ประสบความสำเร็จได้รับความชื่นชมจากกลุ่ม และได้ถ่ายทอดวิธีการที่เป็นกุญแจแห่งความสำเร็จต่อกลุ่ม ขณะที่ผู้ประสบปัญหาหรือมีข้อจำกัดจากการปฏิบัติได้รับกำลังใจและหาแนวทางแก้ไขร่วมกัน เพื่อการสื่อสารเรื่องเพศที่มีประสิทธิภาพ

สัปดาห์ที่ 12 ผู้วิจัยสรุปกิจกรรมให้กำลังใจและสร้างความเชื่อมั่นในการสื่อสารเรื่องเพศของผู้ปกครองและให้ทำแบบสอบถามหลังการทดลองโดยใช้แบบสอบถามเช่นเดียวกับก่อนการทดลองพร้อมมอบของที่ระลึกในการเข้าร่วมกิจกรรม

## กลุ่มเปรียบเทียบ

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างโดยให้ตอบแบบสอบถามเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูลในสัปดาห์ที่ 12 ด้วยแบบสอบถามฉบับเดิม เมื่อผลการทดลองเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้หลังสิ้นสุดการวิจัย ภายใน 1 เดือน ผู้วิจัยจะจัดกิจกรรมเช่นเดียวกับที่กลุ่มทดลองได้รับให้กับกลุ่มเปรียบเทียบ



ภาพที่ 2 ขั้นตอนการทดลอง

### การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา Fisher's exact test, Dependent t-test และ Independent t-test

### ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างทั้งในกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบริ้อยละ 92.3 มีอายุอยู่ในช่วงวัยกลางคน ร้อยละ 61.5 มีการศึกษาระดับประถม มีอาชีพรับจ้างทั่วไป มากกว่าร้อยละ 80 มากกว่าครึ่งมีรายได้เพียงพอแต่ไม่มีเงินเหลือเก็บ ผู้ปกครองที่ดูแลเด็กทั้งหมดเป็นเพศหญิงโดยร้อยละ 61.5 มีความสัมพันธ์กับเด็กเป็นยายและย่ามากที่สุด และทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ คิดเป็นร้อยละ 69.2 และ 84.6 ตามลำดับ ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2. เปรียบเทียบทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศและการสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลานระหว่างผู้ปกครองกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลอง รายละเอียดดังในตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** เปรียบเทียบทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารเรื่องเพศ กับบุตรหลานระหว่างผู้ปกครองกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลอง

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง (n = 13)		กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 13)		t	df	p-value
	M	S.D	M	S.D			
ทัศนคติฯ	38.9	2.88	37.9	2.51	0.846	24	.414
ความสะดวกใจฯ	42.8	3.81	45.9	2.76	-2.753	24	.018
การสื่อสารเรื่องเพศ	32.9	5.15	30.5	5.65	1.122	24	.284

กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารเรื่องเพศ แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ( $t = 0.846, p = 0.414$  และ  $t = 1.122, p = 0.284$  ตามลำดับ) แต่ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ( $t = -2.753, p = 0.018$ )

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศและการสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลานระหว่างผู้ปกครองของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกับไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม รายละเอียดดังในตารางที่ 3

**ตารางที่ 3** เปรียบเทียบทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศและการสื่อสารเรื่องเพศ กับบุตรหลานระหว่างผู้ปกครองของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกับไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ตัวแปร	ก่อนทดลอง (n=13)		หลังทดลอง (n=13)		d	SD	t	df	p-value (1-tailed)
	M	S.D	M	S.D					
ทัศนคติต่อฯ							11.594	12	<.001
กลุ่มทดลอง	38.9	2.88	46.8	1.07	7.99	0.90			
กลุ่มเปรียบเทียบ	37.9	2.51	37.8	2.51	0.00	0.72			
ความสะดวกใจฯ							2.352	12	<.001
กลุ่มทดลอง	42.8	3.81	47.7	0.63	4.92	1.43			
กลุ่มเปรียบเทียบ	45.9	2.76	45.9	2.56	0.07	0.48			
การสื่อสารเรื่องเพศ							8.422	12	<.001
กลุ่มทดลอง	32.9	5.15	45.1	2.01	12.15	0.51			
กลุ่มเปรียบเทียบ	30.5	5.65	30.7	5.89	0.15	1.12			

ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่ากลุ่มทดลองมีผลต่างของคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารเรื่องเพศสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ เมื่อนำผลต่างคะแนนเฉลี่ยดังกล่าวมาทดสอบทางสถิติ พบว่า ผลต่างของคะแนนเฉลี่ยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ( $t = 11.594, p < .001$ ) ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ ( $t = 2.352,$

$p < .001$ ) และการสื่อสารเรื่องเพศ ( $t = 8.422, p < .001$ ) แสดงว่าหลังเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มทดลองมีคะแนนทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความสะดวกใจในการสื่อสารเรื่องเพศ และการสื่อสารภายหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

## การอภิปรายผล

กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจของ Gibson (1995) เริ่มตั้งแต่ขั้นตอนการค้นพบสภาพความเป็นจริง (Discovering reality) ซึ่งได้เปิดโอกาสให้ผู้ปกครองได้พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ผ่านกิจกรรม “สำรวจชุมชน” เป็นการทบทวนสถานการณ์ปัญหาเรื่องเพศของวัยรุ่นในชุมชน ผู้ปกครองมีความคิดเห็นตรงกันว่าปัญหามากที่สุดตอนนี้คือการแอบมีเพศสัมพันธ์กันจนเกิดการตั้งครรภ์ไม่พร้อมและวัยรุ่นมักหนีเที่ยวโดยรวมตัวในเวลากลางคืนเพื่อไปยังสถานที่ที่มีความเสี่ยง เช่น แหล่งท่องเที่ยวกลางคืน สถานที่ลับตา สะท้อนให้เห็นว่าผู้ปกครองรับรู้ปัญหาที่เกิดขึ้น และรู้ว่าวัยรุ่นมักปกปิดพ่อแม่ ไม่ปรึกษาพ่อแม่จนเกิดปัญหาที่ซับซ้อน หรือยากต่อการแก้ไขตามมา กิจกรรมต่อมาเป็น “การเลือกข้าง” พบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่เลือกข้างไม่เห็นด้วยเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยเรียน การพกถุงยางอนามัย การทำแท้ง การใช้ยาคุมกำเนิด นอกจากนี้ยังพบว่าผู้ปกครองส่วนใหญ่ยอมรับว่าตนก็เคยทำพฤติกรรมเช่นเดียวกับบุตรหลานมาก่อนและสังคมปัจจุบันก็มีความซับซ้อน หรือสิ่งล่อแหลมมากกว่าในอดีตทำให้วัยรุ่นมีโอกาสก้าวเข้าสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ได้ง่ายและผู้ปกครองเป็นบุคคลสำคัญที่ช่วยให้บุตรหลานสามารถก้าวผ่านสภาพปัญหาต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญไปได้โดยการนำประสบการณ์ของตนเองมาแนะนำสั่งสอนบุตรหลาน

กิจกรรมในขั้นตอนที่ 2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical reflection) ที่มีการร่วมกันวิเคราะห์และหาแนวทางร่วมกันในการแก้ไขปัญหาจากสถานการณ์ “เรื่องของแอน” และ “เราทำกับลูกนี้บ่อยไหม” ทำให้ผู้ปกครองมีทัศนคติที่ดีต่อการสื่อสารเรื่องเพศเพิ่มมากขึ้นอย่างชัดเจน เนื่องจากรับรู้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับปัญหาและความเสี่ยงอย่างมากและควรเอาใจใส่ การได้เปิดใจพูดคุยกันระหว่างบุตรหลานกับผู้ปกครองสามารถช่วยแก้ปัญหาได้ ทำให้ผู้ปกครองเกิดความตระหนักถึงความสำคัญที่ต้องพัฒนาตนเอง เพื่อให้มีความรู้และมีศักยภาพในการสื่อสารเรื่องเพศที่ถูกต้องเหมาะสม จะเห็นได้ว่าผู้ปกครองมีการตอบสนองทั้ง 3 ด้าน (Gibson, 1995) โดยเกิดการตระหนักถึงสภาพปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้เกิดความวิตกกังวลต่อปัญหาดังกล่าว (Emotional responses) เข้าใจว่าการสื่อสารที่ดีระหว่างบุตรหลานและผู้ปกครองเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยแก้ไขปัญหาคิด (Cognitive responses) และผู้ปกครองตระหนักถึงความรับผิดชอบว่าเป็นบุคคลสำคัญที่ควรเป็นผู้เริ่มต้นการสื่อสาร และการให้คำแนะนำจากประสบการณ์ของผู้ปกครอง จะช่วยให้บุตรหลานผ่านพ้นปัญหาต่าง ๆ ไปได้ด้วยดี (Behavioral responses)

ผู้ปกครองเกิดความตระหนักและเห็นความสำคัญของการสื่อสารเรื่องเพศ จึงมีความพร้อมในการเข้าสู่กิจกรรมในขั้นตอนที่ 3 การลงมือปฏิบัติ (Taking change) ทำให้ผู้ปกครองเกิดความมั่นใจในการสื่อสารเรื่องเพศเนื่องจากมีความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์และผลกระทบ วิธีการคุมกำเนิดและป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การคบเพื่อนต่างเพศ ทักษะการปฏิเสธ บทบาทและสิทธิทางเพศ วิธีการสื่อสารที่ถูกต้องและการที่ได้สังเกตการกระทำต่าง ๆ ของบุคคลอื่นตามที่นำเสนอเรื่องราวในวิดีโอทำให้นักเรียนและผู้ปกครองเกิดการรับรู้ว่าตนเองก็สามารถกระทำอย่างที่ท่านเห็นได้เหมือนกัน ซึ่งเป็นการตระหนักถึงความสามารถและพลังอำนาจในการควบคุมของตนเอง (Gibson, 1995) ทำให้เกิดความตั้งใจในการฝึกทักษะ “ฝึกฟังอย่างตั้งใจ” และ “เจอแบบนี้...ทำอย่างไรดี”

เมื่อผู้ปกครองได้รับการมอบหมายให้นำความรู้และทักษะดังกล่าวไปพูดคุยสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลานในสถานการณ์จริงที่บ้าน เป็นเวลา 4 สัปดาห์ พร้อมมีการติดตามอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน พบว่าเมื่อผู้ปกครองได้นำไปปฏิบัติจริง ผู้ปกครองมีความรู้สึกกระตือรือร้นหรือเอนเอียงน้อยลงในการเริ่มต้นสนทนาเรื่องเพศกับบุตรหลานและสามารถให้คำแนะนำแก่บุตรหลานได้ การที่ผู้ปกครองได้รับการส่งเสริมทัศนคติที่ดีต่อการสื่อสารเรื่องเพศ และมีความมั่นใจเพิ่มมากขึ้น จากการได้ฝึกปฏิบัติ นำไปสู่การปฏิบัติสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลานได้ ซึ่งพบว่าผู้ปกครองมีการปฏิบัติสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลานเพิ่มมากขึ้นในทุกประเด็น สอดคล้องกับ

การศึกษาอื่น ๆ ที่พบว่า การเสริมสร้างศักยภาพด้านการสื่อสารเรื่องเพศในผู้ปกครองจะส่งผลต่อความระมัดระวังในการสื่อสารเพิ่มขึ้น (Huansri et al., 2021; Maneesuwan et al., 2018; Heednakram et al., 2015; Thipsungwan et al., 2013; Wang et al., 2014)

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. พยาบาลหรือบุคลากรที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปประยุกต์ใช้ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมพลังอำนาจในการสื่อสารเรื่องเพศของผู้ปกครอง โดยมีข้อเสนอแนะการจัดกิจกรรม ดังนี้

1.1 การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ปกครอง ที่เข้าร่วมโปรแกรมให้เกิดความรู้สึกไว้วางใจ ยอมรับในบรรยากาศที่ผ่อนคลายเป็นสิ่งสำคัญอันดับแรก เพราะจะทำให้ผู้ปกครองเปิดรับและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี กิจกรรม “ฝึกฟังอย่างตั้งใจ” ที่มีการแสดงบทบาทสมมติเป็นผู้ปกครองและบุตรหลาน หากให้บุตรหลานหรือเด็กที่อยู่ในวัยใกล้เคียงกับบุตรหลานมาร่วมกิจกรรมนี้จะทำให้เกิดบรรยากาศการเรียนรู้ที่ดีเพราะใกล้เคียงกับสถานการณ์จริง

1.2 ควรมีการกำกับติดตาม และสนับสนุนช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด ด้วยการให้คำปรึกษาในระหว่างที่มีการฝึกทักษะการสื่อสารกับบุตรหลาน โดยใช้แอปพลิเคชัน Line OA เข้ามาช่วยเพื่อสามารถสื่อสารกันได้อย่างรวดเร็ว

1.3 สถานที่ทำกิจกรรมควรมีความพร้อมด้านสิ่งแวดล้อมและความเป็นส่วนตัว เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความสนใจในการเรียนรู้ และมีส่วนร่วมกับกิจกรรมอย่างเต็มที่

2. พยาบาล บุคลากรสาธารณสุข คุณครู และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องอื่น ๆ เช่น หน่วยงานที่รับผิดชอบดูแลเยาวชน หน่วยงานท้องถิ่น องค์กรเอกชน สามารถนำรูปแบบกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจนี้ไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาโปรแกรมหรือโครงการต่าง ๆ เพื่อป้องกันปัญหาการมีเพศสัมพันธ์หรือพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ของวัยรุ่นได้

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้มีการวัดผลหลังได้รับโปรแกรมฯ เพียงครั้งเดียว จึงควรมีการศึกษาติดตามระยะหลังการทดลองเป็นระยะ ๆ เพื่อประเมินความคงอยู่ของทัศนคติต่อการสื่อสารเรื่องเพศ ความระมัดระวังในการสื่อสารเรื่องเพศและการสื่อสารเรื่องเพศกับบุตรหลานและควรศึกษาโปรแกรมฯ นี้ในกลุ่มผู้ปกครองที่เป็นเพศชาย หรือในกลุ่มที่มีบุตรหลานเพศชาย ซึ่งมีธรรมชาติและลักษณะการเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน

### References

- Bureau of Reproductive Health. (2014). *National Strategic Plan for the Prevention and Resolution of Teenage Pregnancy Issues 2017- 2036*. Bangkok: ThepphenVanish. [In Thai]
- Bureau of Reproductive Health. (2015). *A guide to the organization of family sexual discourse training bureau of reproductive health*. Bangkok: ThepphenVanish. [In Thai]
- Bureau of Reproductive Health. (2016). *Sexual communication skills development manual for teens and Families Bureau of Reproductive Health*. Bangkok: ThepphenVanish. [In Thai]
- Bureau of Reproductive Health. (2017). *Reasons for teenage pregnancy and sexual problems in Thai families Bureau of Reproductive Health*. Bangkok: ThepphenVanish. [In Thai]
- Flores, D. D., & Barroso, J. J. (2017). 21<sup>st</sup> century parent-child sex communication in the United States: A process review. *Annual Journal of Sex Research, 54*, 532-548. <https://doi:10.1080/00224499.2016.1267693>.

- Gibson, C. H. (1993). A study of empowerment in mother of chronically ill children. *Unpublished doctoral dissertation*. Boston: Boston College.
- Gibson, C. H. (1995). Concept analysis of empowerment. *Journal of Advance Nursing*, 16(3), 354-361.
- Heednakram, U., Kasatpibal, N., & Visukul, N. (2015). Effect of parent communication skill development on communication about HIV prevention between parents and early adolescents. *Nursing Journal*, 42(1), 13-24. [In Thai]
- Huansri, K., Saksongmuang, P., Purintaraphiban, C., & Thansuwan, C. (2021). Effects of positive sexual communication promotion activities on efficacy in family communication of parents with adolescent children. *Journal of Health Science*, 15(1), 47-57. [In Thai]
- Maneesuwan, W., Lagampan, S., & Pawwattana, A. (2018). Life skill development program to prevent teenage pregnancy among early adolescent girls in foster homes. *Kuakarun Journal of Nursing*, 8(3), 37-57. [In Thai]
- Ministry of Social Development and Human Security. (2022). Statistics on adolescent births Thailand 2021. Bangkok: Bureau of Reproductive Health. [In Thai]
- Path2health Foundation. Curriculum. (2014). Parent-child communication to promote adolescent sex health. Bangkok: Thai Health Promotion Foundation. [In Thai]
- Powwattana, A., & Thammaraksa, P. (2018). The effect of learning resources in the development of sexual communication among mothers and adolescent. *Journal of Health and Nursing 2018*, 34(1), 58-70. [In Thai]
- Rogers, K., Gorna, R., McDougall, L., & Toure, K. (2016). The Global strategy for women's, children's and adolescents' health (2016-2030): A roadmap based on evidence and country experience. *Bull World Health Organ*, 9(4), 398-400.
- Samutachak, B., Khumsuwan, K., & Nittannara, P. (2018). The vulnerable families in the situation of demographic and social changes in Thailand. *Thailand Science Research and Innovation*. Bangkok: Mahidol University. [In Thai]
- Suvarnakuta, P., Ongkhaow, T., & Nungalee, S. (2018). The effect of promoting communication about sex program on feeling comfortable and practice in communication about sex between early female adolescents and mothers. *Journal of Nursing and Education*, 10(4), 63-75. [In Thai]
- Thipsungwan, K., Srisuriyawet, R., & Homsin, P. (2013). Effects of mother-participating program on sexual communication between mother and early female adolescents. *The Public Health Journal of Burapha University*, 8(2), 70-80. [In Thai]
- Wang, B., Stanton, B., Deveaux, L., Li, X., Koci, V., & Lunn, S. (2014). The impact of parent involvement in an effective adolescent risk reduction intervention on sexual risk communication and adolescent outcomes. *AIDS Education and Prevention*. 26(6), 500-520.
- Ward, L. M., & Wyatt, G. E. (2016). Parent-adolescent communication about sexuality in Chinese families. *Journal of Family Communication*, 16(3), 229-246.

- Thiangtham, W. (2015). *Community capacity building: concept and application*. (4<sup>th</sup> ed.). Bangkok: Mahidol University. [In Thai]
- Wongsawat, P., Supametaporn, P., & Hoyrat, P. (2017). Effectiveness of learning program for improving sexual communication skills among parents and their adolescent children on premarital sexual and unwanted pregnancy prevention. *Journal of Boromarajonani College of Nursing*, 35(1), 86-98. [In Thai]