

การพัฒนาโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยประยุกต์ทฤษฎี  
การเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมี  
เพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

**Development of Self-Esteem training program for Intensification of  
Negative Attitude to Student-Sexuality of high School Female by  
Applying the Social Cognitive Theory**

วาสนา รัตนสีหภูมิ<sup>1</sup>, สมบัติ ท้ายเรือคำ<sup>2</sup>

Wassana Ratanasihapoom<sup>1</sup>, Sombat Tayraukham<sup>2</sup>

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมาย 1) เพื่อพัฒนาโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดย  
ประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัย  
เรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น 2) เพื่อทดลองใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง  
โดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ใน  
วัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียน  
หญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2558 โรงเรียนนิคมหนองแก้วกาญจนาภิเษก  
จังหวัดกาฬสินธุ์ จำนวน 20 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม (cluster random sampling) ผู้วิจัยได้ให้  
นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมจำนวน 12 ครั้ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่า  
ในตนเอง และแบบวัดเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน จำนวน 30 ข้อ มีค่าอำนาจ  
จำแนกรายข้อ ตั้งแต่ 0.236 - 0.790 ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.865

<sup>1</sup>นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิจัยและประเมินผลการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

<sup>2</sup>รศ.ภาควิชาวิจัยและพัฒนาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

<sup>1</sup>M.Ed. Candidate in Education Research and Evaluation, Faculty of Education, Mahasarakham University

<sup>2</sup>Assoc. Prof. Dr. Department of Education Research and Development Faculty of Education,  
Mahasarakham University



สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบสมมติฐานใช้ การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-way repeated measure ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่า

1. โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ที่ผู้วิจัยได้สร้างและพัฒนาขึ้นพบว่าโปรแกรมมีความตรงเชิงเนื้อหาโดยมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด
2. คะแนนเฉลี่ยเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น หลังการใช้โปรแกรม และหลังเข้าร่วมโปรแกรม 2 สัปดาห์สูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

**คำสำคัญ :** โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง เจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

## Abstract

The study aimed 1) to development of Self-Esteem training program for intensification of negative Attitude to student-Sexuality of high school female by applying the Social Cognitive Theory and 2) testing and evaluating the Self-Esteem training program for intensification of negative Attitude to student-Sexuality of high school female by applying the Social Cognitive Theory. The sample used in study consisted of 20 high school female attending Nikhomnongkaewyanwethi School under The Secondary Education Service Area office 24 in the first semester of the academic year 2015, obtain using the cluster random sampling. The instruments used in this study were Self-Esteem training program and questionnaires 30 items form, scale with discriminating power ranging 0.236-0.790 and a reliability of 0.865. The statistics used for analyzing the collected data were mean, Percentage, standard deviation, and One-way repeated measure ANOVA



The study showed that

1) The Self-Esteem training program had created and developed to determine the content validity from evaluated structure by 5 experts. There also indicated their result of evaluation as a whole at the appropriately level.

2) Average score of the Self-Esteem training after program participation (Post-test) and 2 weeks (Follow) after the program participation higher before the program participation (Pre-test) at the 0.01 level of significance.

**Keywords :** Self-Esteem Training Program, Negative Attitude to student-Sexuality

## บทนำ

ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงของสังคม และวัฒนธรรมในด้านต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วในยุคโลกาภิวัตน์ รวมถึงอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมภายนอก และสื่อต่าง ๆ ที่มีเนื้อหาช่วยยุเอื้ออำนวยให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์กันอย่างอิสระมากขึ้น จากการศึกษาที่ขาดความรู้ ความเข้าใจในการป้องกันการตั้งครรภ์และขาดความพร้อมในการมีชีวิตรอบครัว เป็นผลให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในอัตราที่สูง (สุรศักดิ์ ฐานีพานิชสกุล. 2555 : 143-149)

ประเทศไทยปี พ.ศ.2554 มีการเกิดจากเด็กหญิงอายุต่ำกว่า 15 ปี ซึ่งน่าจะถือว่าอยู่ในวัยที่ไม่พร้อมที่จะเป็นแม่จำนวน 3,676 คน และมารดาที่ตั้งครรภ์และคลอดอายุน้อยกว่า 20 ปี ทั้งหมด 114,001 คน ซึ่งในจำนวนนี้พบว่ามีแม่อายุน้อยที่สุด 8 ปี ในขณะที่พ่อวัยรุ่นอายุน้อยที่สุด 10 ปี และ

ยังพบว่าทารกที่เกิดเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง ในอัตรา 51.67 : 48.33 ค่าเฉลี่ยของหญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปี มีค่า 90 ต่อ 1,000 คน ซึ่งเป็นตัวเลขที่สูงที่สุดในทวีปเอเชีย (สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2555 : 2) ปัจจัยที่พบว่ามีความสัมพันธ์กับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในประเทศไทยอาจแบ่งได้ 3 กลุ่ม ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ปัจจัยด้านครอบครัวของวัยรุ่น และปัจจัยแวดล้อมทางสังคม และวัฒนธรรม (ศรีเพ็ญ ตันติเวสส และคณะ. 2556 : 9) และเนื่องจากการที่วัยรุ่นมีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์เปลี่ยนไปมากโดยเห็นจากการแสดงความรักต่อกัน เช่น การจูบมือ โอบกอด จูบในที่สาธารณะและการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นสิทธิส่วนบุคคลทำได้ และเป็นเรื่องปกติตลอดจนสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย เช่น การ



เพิ่มขึ้นของสถานรีนเริ่งที่ก่อให้เกิดการยั่วยุทางเพศมากขึ้น สิ่งบันเทิง และสื่อโฆษณาสินค้าต่างๆ ที่มีนางแบบ ดารา/นักแสดง นุ่งน้อยห่มน้อยโชว์เรือนร่างของผู้หญิง ซึ่งปรากฏในหน้าหนังสือพิมพ์ อินเทอร์เน็ต ทำให้เด็กได้มีโอกาสได้เห็นและสัมผัสสื่อกระตุ้นทางเพศเหล่านี้มากขึ้น ทั้งนี้ปัจจัยที่สำคัญในการแสดงพฤติกรรมทางเพศ คือ การที่วัยรุ่นมีเจตคติเห็นดีเห็นงามมีความพึงพอใจกับการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ดังนั้นถ้าหากต้องการให้วัยรุ่นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นปัญหานี้ควรมีการเปลี่ยนแปลงเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต. 2552 : เว็บไซต์)

เจตคติจึงเป็นสิ่งสำคัญในการแสดงออกทางเพศสัมพันธ์ทั้งทางด้านลบและบวก เนื่องจากเจตคติเป็นสิ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ แต่ต้องมีหลักการเปลี่ยนแปลงที่ถูกต้อง ทั้งนี้เนื่องจากเจตคติเป็นคุณลักษณะภายในที่มีความคงทนเปลี่ยนแปลงได้ยากหากใช้วิธีที่ไม่เหมาะสม นอกจากจะไม่ทำให้เจตคติเกิดการเปลี่ยนแปลงอาจจะก่อให้เกิดผลกระทบท่อคุณลักษณะภายใน และพฤติกรรมของบุคคลในทางลบด้วย เจตคติอาจจะเปลี่ยนแปลงได้หลังจากที่บุคคลได้รับคำแนะนำ การบอกเล่าหรือได้รับความรู้เพิ่มขึ้น หรือชักชวนให้บุคคลคล้อยตาม

หรือทำให้บุคคลเชื่อใจอาจใช้วิธีหลากหลายหรือใช้คนที่บุคคลให้ความเคารพ นับถือ รักใคร่ ไว้เนื้อเชื่อใจ มาเป็นผู้ชักจูง การเปลี่ยนแปลงกลุ่ม วิธีเหล่านี้ช่วยเปลี่ยนแปลงเจตคติของบุคคลได้ (รังสรรค์ โฉมยา. 2556 : 348-352) และนอกจากนี้การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญอย่างยิ่งในการปรับตัวทางอารมณ์ สังคมและเรียนรู้สำหรับเด็ก เพราะเป็นพื้นฐานของการมองชีวิต บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง รู้ว่าตนเองมีคุณค่า มักจะมีการประเมินตนเองและผู้อื่น มีความสามารถ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีการนับถือตนเองและผู้อื่นมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น หากบุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองจะช่วยให้บุคคลนั้นสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ซึ่งตรงข้ามกับคนที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะเป็นคนที่ขาดความเชื่อมั่น ซ้ำกล้ว ซ้ำอาย ทำให้มีปัญหาในการปรับตัว แก้ปัญหาอุปสรรคโดยไม่คำนึงถึงบุคคลอื่นหรือผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง ถ้ามีการฝึกให้บุคคลได้รู้จักการเห็นคุณค่าในตนเอง การเห็นว่าตนเองเก่ง มีความสามารถ บุคคลจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเองตามความเป็นจริง มีจิตใจที่เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่างๆ ว่าเกิดขึ้นตามความจริง บุคคลนั้นจะสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้า มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี และ



ตระหนักถึงความรับผิดชอบทั้งต่อตนเอง และผู้อื่น อีกทั้งยังสามารถมีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลและสิ่งแวดล้อม (ปิยะดา คำแก้ว. 2550 : 2 ; อ้างอิงมาจาก Coopersmith. 1981 : 58)

จากข้อมูลการคลอดบุตรของวัยรุ่น จังหวัดกาฬสินธุ์ ปี 2551-2555 พบว่า อัตราการคลอดบุตรของวัยรุ่นอายุต่ำกว่า 15 ปี มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น (สำนักงานปลัดกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2556 : 55) เนื่องจากเป็นจังหวัดที่สามารถเดินทางไปจังหวัดอื่นได้หลายเส้นทาง การขยายและพัฒนาเขตเมืองจึงมีลักษณะกระจายไปตามเส้นทาง การคมนาคม เมื่อมีการขยายและพัฒนาเมืองตามลักษณะเศรษฐกิจแบบทุนนิยม ในปัจจุบัน มีห้างสรรพสินค้า สถานบริการต่างๆ ร้านเกม/อินเทอร์เน็ต ร้านคาราโอเกะ ฯลฯ ทำให้วิถีชีวิตคนกาฬสินธุ์จากเรียบง่ายจึงเริ่มเปลี่ยนแปลงไปเป็นการดำเนินชีวิตแบบมุ่งหารายได้จุนเจือครอบครัว เด็ก/เยาวชนมีสิ่งเร้าจากภายนอกทั้งเทคโนโลยี การไหลของวัฒนธรรมตะวันตก/เกาหลี/ญี่ปุ่น ทำให้แนวทางการดำรงชีวิตของเด็ก/เยาวชนเปลี่ยนแปลงไปจึงทำให้ปัญหาสังคมในพื้นที่ทวีความรุนแรงทั้งการท้อง ทั้ง แห้ง ปัญหาเด็กติดเกม ปัญหายาเสพติด ปัญหา

อาชญากรรมรูปแบบอื่นๆ (สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดกาฬสินธุ์. 2556 : 19)

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษากับกลุ่มนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนนิคมหนองแก้วภูพานเวทีย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 24 และรูปแบบที่ใช้ในการเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน คือ โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม เพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนนั้นต้องมีการส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักมองตนเองให้มีคุณค่า

### ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
2. เพื่อทดลองใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น



## สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีคะแนนหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (Posttest) สูงกว่าคะแนนก่อนเข้าร่วมโปรแกรม (Pretest)

2. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น คะแนนหลังการเข้าร่วมโปรแกรม (Posttest) และคะแนนหลังเข้าร่วมโปรแกรม 2 สัปดาห์ (Follow) สูงกว่าคะแนนก่อนเข้าร่วมโปรแกรม (Pretest)

## วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2558 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 24 จำนวน 4,564 คน จำนวน 55 โรงเรียน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2558 โรงเรียนนิคมหนองแก้ว ฤๅณเวทีย อำเภอยะผิง จังหวัดกาฬสินธุ์ จำนวน 20 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling) โดยใช้โรงเรียนเป็นหน่วยในการสุ่ม

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โดยมีแผนการจัดการเรียนรู้จำนวน 12 แผนแต่ละแผนใช้เวลา 60 นาที ซึ่งโปรแกรมที่ผู้วิจัยได้สร้างและพัฒนาขึ้นมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยรวมอยู่ในระดับเหมาะสมมากที่สุด

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อ 0.236 - 0.790 และค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ 0.865

## ขั้นตอนการวิจัย

การดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2558 ในการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่า



ในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน จำนวน 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วันๆ ละ 1 ชั่วโมง รวมทั้งหมด 12 ชั่วโมง มีลำดับขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

1. ขั้นก่อนทำการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนที่ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้นใช้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pre-test)

2. ขั้นดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยให้กลุ่มตัวอย่างเข้ารับการศึกษาอบรมตามกิจกรรมตามกิจกรรมในโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วันๆ ละ 1 ชั่วโมง ในวันอังคาร และพฤหัสบดี รวมทั้งหมด 12 ชั่วโมง

3. ขั้นหลังการทดลอง หลังจากดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนแล้วผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัย

เรียนฉบับเดิมและใช้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Post-test)

4. ขั้นทำการวัดซ้ำ หลังจากให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนหลังการทดลอง (Post-test) ผู้วิจัยได้เว้นระยะ 2 สัปดาห์ แล้วให้นักเรียนตอบแบบวัดเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนฉบับเดิมอีกครั้ง (Follow)

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 การพัฒนาโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนวิเคราะห์ความเหมาะสมของโปรแกรมโดยวิธีการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของโปรแกรมมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์พหุคูณเปรียบเทียบเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อน หลังการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง และ



วัดซ้ำหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรม 2 สัปดาห์

### ผลการวิจัย

1. โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ที่ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้นมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากการประเมินโครงสร้างโปรแกรมฝึกโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน พบว่าผู้เชี่ยวชาญมีผลการประเมินโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

2. คะแนนเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) เจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลังการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง

โดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม และหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึก 2 สัปดาห์สูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมฝึก ดังตาราง 1

3. คะแนนเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) เจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน 2 สัปดาห์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ดังตาราง 1





ตาราง 1 การเปรียบเทียบความแตกต่างของเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ก่อน-หลังการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง และหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง 2 สัปดาห์โดยใช้สถิติ One-way repeated measure ANOVA

องค์ประกอบของตัวแปร	การทดสอบ					
	ก่อนการใช้โปรแกรม		หลังการใช้โปรแกรม		หลังเข้าร่วมโปรแกรม 2 สัปดาห์	
	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S
เจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	3.703	0.468	4.487	0.329	4.587	0.249

  

ตัวแปร	สถิติทดสอบ	Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
เจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	Pillai's trace	0.764	29.142	2.000	18.000	.000
	Wilks' lambda	0.236	29.142	2.000	18.000	.000
	Hotelling's trace	3.238	29.142	2.000	18.000	.000
	Roy's largest root	3.238	29.142	2.000	18.000	.000

3.1 เมื่อทดสอบเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แสดงว่าก่อนและหลังการใช้โปรแกรมฝึกการเห็น

คุณค่าในตนเองและหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง 2 สัปดาห์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ดังตาราง 2

ตาราง 2 การเปรียบเทียบความแตกต่างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ก่อน - หลังการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง และหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง 2 สัปดาห์

Measure	SS	df	MS	F	Sig.
เจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	9.359	2	4.680	40.145	0.000



3.2 เปรียบเทียบคะแนนเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก่อน – หลังการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง และหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง 2 สัปดาห์แตกต่างกันที่ค่าไต้บั้ง

1. คะแนนหลังการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง (Post-test : 2) สูงกว่าคะแนนก่อนการใช้โปรแกรมฝึก (Pre-test : 1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.01

2. คะแนนหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึก 2 สัปดาห์ (Follow : 3) สูงกว่าคะแนนก่อนใช้โปรแกรมฝึก (Pre-test : 1) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.01

3. คะแนนหลังการใช้โปรแกรมฝึก (Post-test : 2) กับคะแนนหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึก 2 สัปดาห์ (Follow : 3) ไม่แตกต่างกัน นั้นแสดงว่านักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองที่สร้างขึ้นมีความคงทนในการเรียนรู้ตนเอง ดังตาราง 3

ตาราง 3 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ก่อน-หลังการใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองและหลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง 2 สัปดาห์ ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดี่ยวแบบวัดซ้ำ (One-way Repeated Measure ANOVA)

ตัวแปร	ช่วงเวลาที่ใช้เปรียบเทียบ		ผลต่างของคะแนนเฉลี่ย (I-J)	Sig.
	(I) Time	(J) Time		
เจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	1	2	-0.783	0.000
	1	3	-0.883	0.000
	2	3	-0.100	0.765

### อภิปรายผล

1. โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทาง

ปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มี



ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและการประเมิน  
โครงสร้างโปรแกรมมีผลการประเมินโดย  
รวมอยู่ในระดับเหมาะสมมากที่สุด ทั้งนี้  
เนื่องจากโปรแกรมถูกสร้างและพัฒนาขึ้น  
อย่างเป็นขั้นตอนและมีระบบวิธีการที่  
เหมาะสมโดยวิเคราะห์แนวคิดทฤษฎีจาก  
เอกสารตำราที่เกี่ยวข้อง นำข้อมูลที่ได้มา  
กำหนดจุดประสงค์ เนื้อหาสาระของแต่ละ  
กิจกรรมโดยพิจารณารูปแบบเนื้อหาที่  
ผู้เรียนจะสามารถนำไปปฏิบัติได้ง่ายและ  
สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตของนักเรียน  
เหมาะสมกับความสามารถและความสนใจ  
ของนักเรียนโดยเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม  
และลงมือปฏิบัติจริง สร้างโปรแกรม  
สอดคล้องกับ นิยามศัพท์เฉพาะและ  
จุดประสงค์ของกิจกรรมแต่ละครั้ง พร้อมทั้ง  
จัดทำคู่มือการใช้แล้วเสนอให้ประธาน  
กรรมการและกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์  
พิจารณาความครบถ้วนครอบคลุมเนื้อหา  
รูปแบบและ การใช้ภาษาแล้วปรับปรุงแก้ไข  
ตามคำแนะนำของประธานกรรมการและ  
กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ นำโปรแกรม  
ที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปเสนอ  
ต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความ  
เที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ความสอดคล้องของ  
โปรแกรมและความเหมาะสมของโครงสร้าง  
โปรแกรมว่าครอบคลุมเรื่องที่จะวัดหรือไม่  
ปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมฝึกตามคำแนะนำ  
ของผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งผู้เชี่ยวชาญได้ประเมิน

ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยตอบแบบ  
ประเมินความสอดคล้องของการพัฒนา  
โปรแกรมและแบบประเมินความเหมาะสม  
ของโครงสร้างโปรแกรมนำไปทดลองใช้ (Try  
- Out) กับกลุ่มที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างพร้อม  
ทั้งปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปเสนอต่อ  
ประธานกรรมการและกรรมการควบคุม  
วิทยานิพนธ์ตรวจสอบ อีกครั้งหนึ่ง ซึ่ง  
อธิบายด้วยแนวคิดของคาฟาเรลลา (วรา  
ภรณ์ โพธิ์ศรีประเสริฐ. 2545 : 39 ;  
Caffarella. 1994) ได้เสนอแนวคิด  
เกี่ยวกับพัฒนาโปรแกรม คือ 1) กำหนด  
วัตถุประสงค์ของโปรแกรมเพื่อสะท้อนให้  
ผู้เรียนหรือผู้รับบริการตระหนักถึงคุณค่า  
และประโยชน์จากโปรแกรม 2) ประเมินทั้ง  
เชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ 3) ตรวจสอบ  
ว่า วัตถุประสงค์ของโปรแกรมมีความ  
ชัดเจนหรือไม่ก่อนนำเสนอผู้เกี่ยวข้อง 4)  
ใช้วัตถุประสงค์ของโปรแกรมเป็นการ  
ตรวจสอบภายในว่า โปรแกรมมีความ  
สอดคล้องตรงกับความต้องการและปัญหา  
หรือไม่ เช่น วิธีการจัดการเรียนการสอน  
การประเมินความต้องการ แมคคอฟลิน  
และเอียร์เช (สุตาเรศ แจ่มเดชะศักดิ์. 2543  
: 58 ; อ้างอิงมาจาก Mclaughin and  
Eares. 1796) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับ  
ลำดับขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมการสอน  
ไว้ 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1) การประเมินผู้เรียน  
2) การตั้งเป้าหมายและจุดประสงค์การสอน



3) การวิเคราะห์งาน 4) การเลือกและใช้กลยุทธ์การสอนรวมทั้งวัสดุ อุปกรณ์ 5) การประเมินผลโปรแกรม โดยโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองโดยประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมเพื่อเสริมสร้างเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ผู้วิจัยได้สร้างและพัฒนาขึ้นคือ ศึกษาเนื้อหาที่จะนำมาพัฒนาเป็นโปรแกรมตลอดจนวิเคราะห์แนวคิดทฤษฎีจากเอกสารตำราที่เกี่ยวข้องนำข้อมูลที่ได้มากำหนดจุดประสงค์เนื้อหาสาระของแต่ละกิจกรรมโดยพิจารณารูปแบบเนื้อหาที่ผู้เรียนจะสามารถนำไปปฏิบัติได้ง่ายและสอดคล้องกับการดำเนินชีวิตของนักเรียนเหมาะสมคือมีกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับด้านตนเอง ด้านสังคม ด้านโรงเรียนหรือด้านการศึกษาและด้านครอบครัวโดยให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติและอภิปรายแสดงความคิดเห็น นอกจากนี้โปรแกรมนี้ยังได้ผ่านกระบวนการหาคุณภาพ โดยเริ่มจากการตรวจสอบแก้ไข ข้อเสนอแนะ จากคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ตลอดจนผู้เชี่ยวชาญและผู้มีประสบการณ์ทั้งด้านเนื้อหา การวัดประเมินผล และการใช้สื่อการสอน อีกทั้ง ผู้วิจัยยังได้ทดลองใช้ (Try Out) โปรแกรมกับกลุ่มที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาข้อบกพร่องและปรับปรุงโปรแกรมให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้นซึ่ง

สอดคล้องกับงานวิจัยของจันดา ทัพละ (2546 : 92-93) ที่ได้พัฒนาการพัฒนาโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่3 โรงเรียนบ้านสองห้องหนองดงหนองหิน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาร้อยเอ็ด เขต 3 ทำให้นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมมีความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และสอดคล้องกับงานวิจัยของกัมปนาท บริบูรณ์ (2550 : 93-95) ที่ได้พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อพัฒนาคุณค่าในตนเองและวิธีคิดตามแนวคิดเป็นของนักเรียนโรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองโดยวิธีกระบวนการกลุ่ม ทำให้ได้หลักสูตรที่มีคุณภาพตามกระบวนการวิจัยและพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม

2. นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่เข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนหลังการใช้โปรแกรม(Posttest) และหลังการเข้าร่วมโปรแกรม 2 สัปดาห์ (Follow) สูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรม (Pretest) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัยโดยผู้วิจัยได้ศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น บทบาท



สมมติ สถานการณ์จำลอง กรณีตัวอย่าง ละคร และการอภิปรายกลุ่มใหญ่กลุ่มย่อย โดยใช้สื่อที่หลากหลายและน่าสนใจเพื่อกระตุ้นความสนใจของนักเรียนได้แก่ เพลง เกม การเล่าเรื่อง ผู้วิจัยได้จัดรูปแบบในการทำกิจกรรมไว้ 4 ชั้น ได้แก่ ชั้นนำ ชั้นดำเนินการ ชั้นสรุป และชั้นสร้างความเชื่อมั่น ในชั้นนำนั้น ผู้วิจัยจะเริ่มด้วยการเปิดเพลงที่ทำให้กำลังใจกันและกัน การดูละคร การเล่าเรื่อง การเล่นเกม เพื่อให้นักเรียนได้ผ่อนคลายและสร้างความสนิทสนมกับเพื่อน จากนั้นค่อยเชื่อมโยงเข้ากับกิจกรรมในชั้นดำเนินการ ซึ่งจะมีกิจกรรมที่หลากหลายรูปแบบโดยส่วนมากจะเป็นการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม และจะเน้นการทำกิจกรรมที่เป็นการกระตุ้นให้นักเรียนเห็นว่าตนเองมีความสำคัญ มีคุณค่า คือ ให้แต่ละคนได้ตระหนักและยอมรับทั้งจุดแข็งจุดอ่อนของตน ให้โอกาสทำงานและแก้ไขปัญหาาร่วมกันโดยใช้การเรียนรู้แบบร่วมมือ เปิดโอกาสให้แต่ละคนได้เรียนรู้ถึงความสามารถที่แตกต่างกัน และแลกเปลี่ยนความคิดหรือประสบการณ์ต่าง ๆ อันจะนำไปสู่การยอมรับซึ่งกันและกันได้มากยิ่งขึ้น เปิดโอกาสให้แต่ละคนได้แสดงความรับผิดชอบและให้ความช่วยเหลือต่อกลุ่มหรือส่วนรวม สนับสนุนให้กำลังใจและให้ข้อมูลเชิงบวกแก่กันในการทำกิจกรรมความล้มเหลวหรือความผิดพลาดที่เกิดขึ้นได้และสามารถเรียนรู้จากตัวแบบสัญลักษณ์เพื่อ

ประยุกต์ใช้ให้เกิดความสำเร็จในอนาคตได้ ทั้งนี้ขณะที่นักเรียนกำลังทำกิจกรรมผู้วิจัยจะคอยดูแลและกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มทุกคนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกอย่างมั่นใจ อีกทั้งยังคอยกระตุ้นให้สมาชิกเกิดความเข้าใจและร่วมกิจกรรมได้อย่างสนุกสนาน จนทำให้นักเรียนเกิดความเชื่อใจ มองว่าตนเองและผู้อื่นเป็นบุคคลสำคัญ ไม่ดูถูกตนเองและมีความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ และแก้ไขปัญหาให้ดีขึ้นได้ เมื่อนักเรียนเห็นคุณค่าของตนเอง เห็นว่าตนเองสำคัญ นักเรียนจะมีความมุ่งมั่น ที่อยากประสบความสำเร็จในอนาคตจนทำให้เจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเปลี่ยนแปลงไป คือนักเรียนจะไม่สนใจ ไม่เห็นด้วย และไม่ชอบใจถ้าเกิดมีการแสดงออกทางเพศในวัยเรียน เพราะนักเรียนจะคิดว่ามันยังไม่ถึงเวลา เรื่องเพศหรือเรื่องการแต่งงานจะต้องมาหลังจากที่นักเรียนได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในชีวิตของนักเรียนแล้ว ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม โดยการที่มนุษย์แสดงพฤติกรรมใดนั้นเกิดจาก ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น ความคิด ความเชื่อ และความคาดหวัง ร่วมกับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม การแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) หรือการเรียนรู้แบบ มนุษย์เรียนรู้จากตัวแบบ (Modeling) ได้หลายชนิด บุคคลจริง ๆ (Live Model)



เช่น พ่อแม่ ครู และเพื่อน ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic Model) ได้แก่ สื่อมวลชนต่างๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ อินเทอร์เน็ต หนังสือ เป็นต้น ซึ่งกระบวนการสังเกตจากตัวแบบนั้นมี 4 กระบวนการ คือ กระบวนการตั้งใจ (Attentional Processes) กระบวนการเก็บจำ (Retention Processes) กระบวนการกระทำ (Production Processes) กระบวนการจูงใจ (Motivational Processes) ในช่วงวัยรุ่นนี้จะได้รับอิทธิพลจากตัวแบบทั้งพ่อแม่ ครู โดยเฉพาะอย่างยิ่งเพื่อนถือได้ว่าเป็นตัวแบบที่มีอิทธิพลสูงสุดและสำคัญที่สุดสำหรับวัยรุ่น นอกจากนี้อิทธิพลจากสื่อมวลชนก็ได้เข้ามามีบทบาทสำคัญกับวัยรุ่นยุคปัจจุบันเช่นกัน หากตัวแบบมีพฤติกรรมมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วัยรุ่นก็สามารถเลียนแบบพฤติกรรมนี้ได้ทั้งจากเพื่อนและสื่อมวลชนเช่นกัน จากขั้นตอนที่ปฏิบัติในกิจกรรมแต่ละกิจกรรมตามที่ไดกล่าวมาทำให้ผู้วิจัยเชื่อว่ามีผลทำให้นักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมเกิดการพัฒนาตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ ส่งผลให้หลังการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเอง 2 สัปดาห์ นั้นนักเรียนมีเจตคติทางลบต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาของสุรรัตน์ วงศ์ชาชม (2557 : 62-65) ได้ศึกษาผลการ

พัฒนาโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 โดยใช้โปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อเสริมสร้างเจตคติต่อต้านการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ผลปรากฏว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองมีเจตคติต่อต้านการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนหลังการใช้โปรแกรมสูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของลักษณะสกุลทอง (2550 : 58 – 68) ได้ศึกษาผลการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยใช้โปรแกรมฝึกการคิดแบบโยนิโสมนสิการ ผลปรากฏว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฝึกการคิดแบบโยนิโสมนสิการสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมฝึกการคิดแบบโยนิโสมนสิการ สอดคล้องกับการศึกษาของสมพิตร ทราบสมุทร (2550 : 82-83) ได้ศึกษาผลของการบำบัดแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ที่เป็นโรคจิตสุราแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการบำบัดแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงสามารถพัฒนาความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้เป็นโรคจิตสุราได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของภควดี อาจิวชัย (2551 : 67-68) การเปรียบเทียบพฤติกรรมบริโภคนิยมและเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จังหวัด



มุกดาหารที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูและมีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน พบว่า นักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกันส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมบริโภคนิยมและเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนแตกต่างกัน การอบรมเลี้ยงดูและความเชื่อมั่น ในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมบริโภคนิยมและเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ผู้ที่จะนำโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองไปใช้ต้องศึกษารายละเอียดของโปรแกรมฝึกให้ชัดเจนตลอดจนทำความเข้าใจกับทุกฝ่ายเพื่อความสะดวกในการปฏิบัติกิจกรรมและควรปรับปรุงยืดหยุ่น ในเรื่องระยะเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมให้มีความเหมาะสม

1.2 นักเรียนไม่เคยร่วมจัดกิจกรรมในลักษณะนี้มาก่อน ดังนั้นในระยะแรกนักเรียนอาจไม่กล้าแสดงออกเท่าที่ควร ครู

ต้องใช้เทคนิคด้วยการทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น เล่นเกมที่ทุกคนมีส่วนร่วม ทายปัญหาเป็นต้น เพื่อให้การจัดกิจกรรมเป็นไปด้วยความสนุกสนานไม่ตึงเครียด

### 2. ข้อเสนอแนะในการศึกษาค้นคว้าต่อไป

2.1 ควรมีการพัฒนาโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองที่สามารถใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ ได้ เช่น นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือระดับปริญญาตรี เนื่องจากโปรแกรมนี้สามารถใช้แก้ปัญหาได้จริงแต่ในการวิจัยครั้งนี้เน้นที่การแก้ปัญหาและป้องกันปัญหาในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นเท่านั้น

2.2 ควรมีกิจกรรมที่เน้นปลูกจิตสำนึกให้กับเพศชายเห็นคุณค่าของเพศหญิงและมีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ได้กระทำให้มากขึ้นเนื่องจากเมื่อเกิดการตั้งครรภ์ในวัยเรียนขึ้นสังคมไทยส่วนใหญ่จะกล่าวโทษเพศหญิงว่าไม่รู้จักรักนวลสงวนตัว ปล่อยตัวปล่อยใจ แต่จะกล่าวโทษเพศชายน้อยมาก

## เอกสารอ้างอิง

กัมปนาท บริบูรณ์. (2550). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและวิธีคิดตามแนวคิดเป็นของนักเรียนโรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองโดยวิธีกระบวนการกลุ่ม. วิทยานิพนธ์ กศ.ด., มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ.



- ปิยะดา คำแก้ว. (2550). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับ  
ช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนนาทวีวิทยาคม อำเภอนาทวี จังหวัดสงขลา. สารนิพนธ์  
กศ.ม., มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ภควดี อาจิวชัย. (2551). การเปรียบเทียบพฤติกรรมบริโภคนิยมและเจตคติต่อการมี  
เพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดมุกดาหารที่  
ได้รับการอบรมเลี้ยงดูและมีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์  
กศ.ม., มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.
- วราภรณ์ โพธิ์ศรีประเสริฐ. (2545). การพัฒนาโปรแกรมการปรับปรุงการพูดสำหรับครูปฐมวัย  
โดยใช้เทคนิคการละคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม., จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- รังสรรค์ โฉมยา. (2556). *Psychology จิตวิทยา : พื้นฐานในการทำความเข้าใจพฤติกรรม  
มนุษย์*. พิมพ์ครั้งที่ 3. มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ลักษณะ สกุลทอง. (2550). การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่  
ที่ 2 โดยใช้โปรแกรมฝึกการคิดโยนิโสมนสิการ. กศ.ม., มหาวิทยาลัยขอนแก่น,  
ขอนแก่น.
- ศรีเพ็ญ ตันติเวสส และคณะ. (2556). *สถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในประเทศไทย  
พ.ศ.2556*. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, นนทบุรี
- ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานปลัดกระทรวงพัฒนาสังคม และความมั่นคง  
ของมนุษย์. (2555). *สภาวะการมีบุตรของวัยรุ่นไทย พ.ศ.2554*. สำนักงานปลัดกระทรวง  
พัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์, กรุงเทพฯ
- ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานปลัดกระทรวงพัฒนาสังคม และความ  
มั่นคงของมนุษย์. (2556). *สถานการณ์การคลอดบุตรของวัยรุ่นไทย ปี 2555*.  
สำนักงานปลัดกระทรวงพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์, กรุงเทพฯ
- สมพิตร ทรายสมุทร. (2550). *ผลของการบำบัดแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็น  
จริงต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ที่เป็นโรคติดสุรา โรงพยาบาลแม่ทะ  
จังหวัดลำปาง*. วิทยานิพนธ์ พย.ม., มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- สุดาเรศ แจ่มเดชะศักดิ์. (2543). *การพัฒนาโปรแกรมสิ่งแวดล้อมศึกษาสำหรับเด็กวัยอนุบาล  
โดยใช้แนวการสอนแบบผูกเป็นเรื่องราว*. วิทยานิพนธ์ ค.ม., จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.





- สุรศักดิ์ ฐานีพานิชสกุล. (2555). การตั้งครุฑที่ไม่ต้องการ. ในวิกฤตในเวชปฏิบัติปริ  
กำเนิด. วิทยา ธิฐาพันธ์ และคณะ (บรรณาธิการ). หน้า 143-149. กรุงเทพฯ :  
พี.เอ.ลีฟวิ่ง
- สุรรัตน์ วงศ์ชาวม. (2557). การพัฒนาโปรแกรมฝึกการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อเสริมสร้างเจต  
คติต่อต้านการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ กศ.ม., มหาวิทยาลัยมหาสารคาม,  
มหาสารคาม.
- สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดวัฒนธรรมจังหวัดกาฬสินธุ์. (2556). สรุปรายงานผลการดำเนินงาน  
ตามภารกิจงานเฝ้าระวังทางวัฒนธรรม จังหวัดกาฬสินธุ์ ประจำปีงบประมาณ ปี 2556.  
กลุ่มยุทธศาสตร์และเฝ้าระวังทางวัฒนธรรมสำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดวัฒนธรรมจังหวัด  
กาฬสินธุ์, กาฬสินธุ์
- สำนักพัฒนาสุขภาพจิต. (2552). ปัญหาทางเพศของวัยรุ่น. กรมสุขภาพจิตกระทรวง  
สาธารณสุข, <http://www.l3nr.org/posts/354678>.