

I D-Sign: Advocacy Training Manual

on Sexuality, Gender, and Human Rights for Young People

คู่มือพัฒนาเยาวชนสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศวัยรุ่น

เพื่อการกำกับติดตามการดำเนินงานการป้องกันและแก้ไขปัญหาคาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น



I D-Sign: Advocacy Training Manual

on Sexuality, Gender, and Human Rights for Young People

คู่มือพัฒนาเยาวชน สู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศวัยรุ่น
เพื่อการกำกับติดตามการดำเนินงานการป้องกันและแก้ไขปัญหาค่าการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น





คู่มือพัฒนาเยาวชนสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศวัยรุ่น เพื่อการกำกับติดตามการดำเนินงานการป้องกันและแก้ไขปัญหาคำผิดในวัยรุ่น

I D-Sign: Advocacy Training Manual on Sexuality, Gender, and Human Rights for Young People

พิมพ์ครั้งแรก

ธันวาคม 2560

บรรณาธิการ

กษมา สัตยาหุรัถย์

รูปเล่ม

ณัฐวุฒิ เลื่อนไธสง

จัดทำโดย

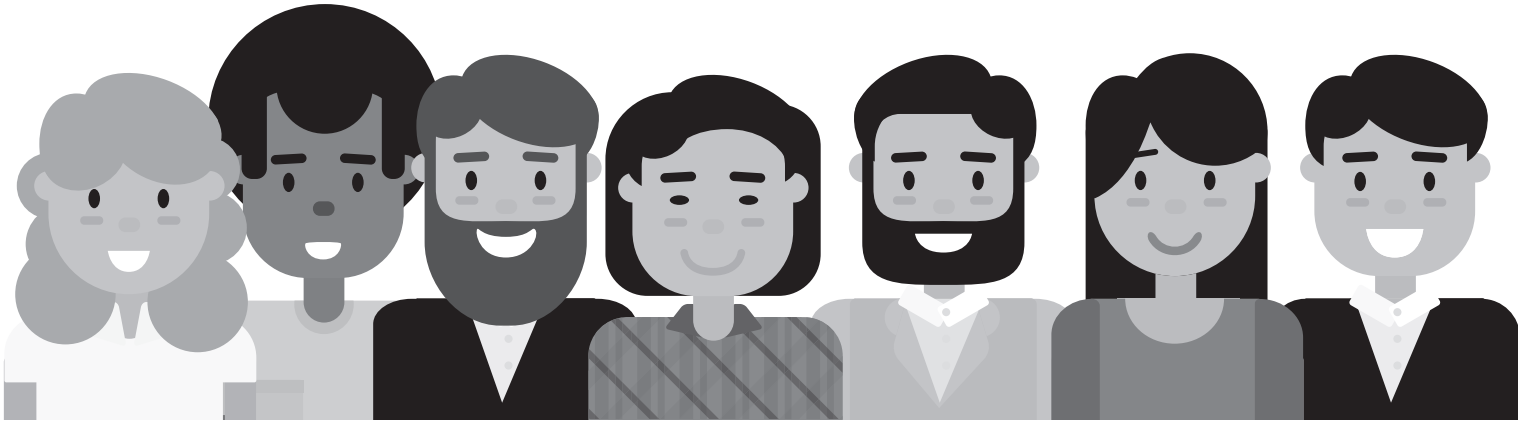
กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ ประจำประเทศไทย UNFPA Thailand
อาคารสหประชาชาติ ชั้น 12 ถนนราชดำเนินนอก กรุงเทพฯ 10200
<http://thailand.unfpa.org/>

ดาวน์โหลดไฟล์ได้ที่

www.3c4teen.org

สารบัญ

| หัวข้อ | เรื่อง | หน้า |
|------------------------|---|------|
| บทนำ | "เสียงของเยาวชน" กับการเรียกร้องเรียนรู้สิทธิทางเพศ | 008 |
| ชุดกิจกรรมที่ 1 | เตรียมความพร้อม ก่อนเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น | 021 |
| ชุดกิจกรรมที่ 2 | ความรู้พื้นฐาน สู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น | 043 |
| ชุดกิจกรรมที่ 3 | เพิ่มเติมทักษะขั้นสูง สู่การเป็นเยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น | 087 |
| ภาคผนวก | กรอบเนื้อหาการอบรมเยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น ระยะเวลา 3 วัน | 116 |
| | กรอบเนื้อหาการอบรมเยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น ระยะเวลา 2 วัน | 118 |
| | ตัวอย่างกำหนดการจัดอบรม 3 วัน | 122 |
| | ตัวอย่างกำหนดการจัดอบรม 2 วัน | 126 |
| เอกสารอ้างอิง | เอกสารประกอบการจัดทำคู่มือ | 136 |



“เสียงของเยาวชน” กับการเรียกร้องเรียนรู้สิทธิทางเพศ

ผลจากการที่ประเทศไทยมีพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 ระบุให้ผู้แทนเยาวชนจากสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย ประกอบด้วยชายและหญิงรวมสองคนได้เข้าร่วมเป็นคณะกรรมการระดับชาติเพื่อทำหน้าที่กำกับติดตาม และให้มีสมาชิกสภาเด็กและเยาวชนอีกสองคนเป็นตัวแทนในคณะกรรมการระดับจังหวัด

กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ สำนักงานประเทศไทย (UNFPA Thailand) เห็นว่าจำเป็นต้องเตรียมความพร้อมผู้แทนเยาวชนเหล่านี้ให้มีศักยภาพเพื่อสามารถทำหน้าที่เป็นผู้พิทักษ์สิทธิวัยรุ่น และกำกับติดตามการดำเนินงานของหน่วยงานทั้ง 5 กระทรวงหลักที่ถูกระบุไว้ใน พระราชบัญญัติฉบับดังกล่าว

ดังนั้น ในปี 2559 UNFPA และมูลนิธิสร้างสุขเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิง (สคส.) จึงริเริ่มจัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อสำรวจความเห็นเยาวชนโดยเชิญผู้แทนจากสภาเด็กและเยาวชนระดับจังหวัดและจากเครือข่ายเยาวชนระดับท้องถิ่นมาร่วมกันวิเคราะห์ถึงบทบาทของการทำงานเพื่อให้การมีส่วนร่วมของเยาวชนมีความหมายอย่างแท้จริง

ผลจากการประชุมทำให้เยาวชนเห็นบทบาทของตนเองต่อชุมชนและการเชื่อมโยงทำงานแบบเป็นภาคี ซึ่งนำมาสู่การเรียกร้องให้จัดการอบรมเพื่อเติมเต็มความรู้และทักษะที่จำเป็นแก่เยาวชนที่ได้รับเลือกสามารถทำงานผลักดันเรียกร้องให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านนโยบายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์วัยรุ่นอย่างมีประสิทธิภาพและเป็นการพัฒนาศักยภาพของเยาวชนไปพร้อมกัน

UNFPA จึงได้นำ It's All One หลักสูตรที่พัฒนาโดยสถาบันประชากรและนำไปใช้กันอย่างแพร่หลายทั่วโลกมาปรับเนื้อหาให้เข้ากับบริบทของการทำงานสุขภาวะทางเพศในสังคมไทย โดยคาดหวังให้ผู้แทนเยาวชนที่เข้าร่วมรับการอบรมได้มีศักยภาพในการเชื่อมโยงการทำงานของคนคำนึงถึงสิทธิมนุษยชน สิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ รวมทั้งรับรู้และเข้าใจเนื้อหาและกลไกที่ระบุไว้ในพระราชบัญญัติฯ เพื่อสามารถทำหน้าที่ “เยาวชนพิทักษ์สิทธิวัยรุ่น” ได้อย่างเต็มที่และมีประสิทธิภาพ และยังคงคล้องกับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน 17 ประการ ที่เน้นการสร้างภาคีความร่วมมือเพื่อผลักดันให้ถึงเป้าหมาย โดยส่งเสริมการทำงานร่วมกันจากทุกภาคส่วน การยกระดับศักยภาพของส่วนราชการและองค์กรสาธารณประโยชน์ และความรับผิดชอบต่อเป้าหมายร่วมกัน

หลักสูตร "คู่มือพัฒนาเยาวชนสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศวัยรุ่น ในการกำกับติดตามการดำเนินงานเพื่อป้องกันและแก้ไข ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น" (I D-Sign: Advocacy Training on Sexuality, Gender, and Human Rights for Young People) เล่มนี้ สำเร็จได้ เพราะได้รับความร่วมมือจากหลายภาคส่วนทั้งการสนับสนุนงบประมาณ และการเปิดให้เป็นพื้นที่เพื่อทดสอบ เนื้อหา ซึ่งกองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ (UNFPA) ของเอเซียนม เพื่อเป็นการขอบคุณมา ณ ที่นี้

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

มูลนิธิรักไทย ภาคเหนือ

มูลนิธิสร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิง (สคส.)

มูลนิธิวิญญูชุมชน

สภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย

สภาเด็กและเยาวชนกรุงเทพมหานคร

สภาเด็กและเยาวชนจังหวัดเชียงราย

สภาเยาวชนเขตปทุมวัน โครงการป้องกันไม่ปอง กรุงเทพฯ

สภาเด็กและเยาวชนอำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์

เครือข่ายยุวทัศน์

กลุ่มเพาเวอร์ทีนรักไทย ลำพูน และ เชียงใหม่

สมาคมสร้างสรรค์เด็กและเยาวชนจังหวัดเชียงราย

สมาพันธ์เด็กและเยาวชนจังหวัดศรีสะเกษ

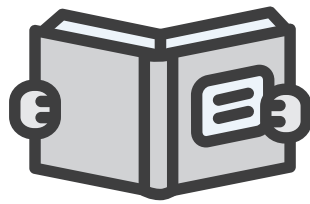
เยาวชนงานป้องกันและแก้ไขการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น/ชาติพันธุ์ จังหวัดลำพูน

กลุ่มลูกเหริยง ยะลา

กลุ่มพลังใจ พลังสร้างสรรค์เพื่อการสื่อสารสุขภาวะทางเพศที่ปลอดภัยและเป็นสุข จังหวัดแพร่

การประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อหารือร่วมกับเยาวชนในเรื่องพัฒนาศักยภาพผู้แทน ที่จัดร่วมกันระหว่าง UNFPA ประเทศไทย และ สคส. เกิดขึ้น 4 ครั้ง สามารถอ่านรายละเอียดได้จากเว็บไซต์ <http://3c4teen.org/?cat=18>

หลักสูตรนี้เกิดขึ้นหลังจากสถาบันประชากร (Population Council) ทำการวิจัยเปรียบเทียบโครงการที่เน้นเรื่องเพศภาวะ (gender) และอำนาจ ซึ่งมี 10 โครงการ กับโครงการที่ละเลยไม่พูดถึงเรื่องดังกล่าว 12 โครงการ พบว่าผู้หญิงในกลุ่มโครงการที่ยังมีความเชื่อเกี่ยวกับบทบาทและพฤติกรรมของหญิงชาย หรือมีความสัมพันธ์เชิงอำนาจระหว่างคู่ ผู้หญิงในกลุ่มนี้มีอัตราการคิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการคิดเชื่อเอชไอวีสูงกว่ากลุ่มผู้หญิงในโครงการที่บอกว่าตนเองมีสัมพันธ์ภาพที่เท่าเทียมกับคู่ สถาบันประชากรจึงจัดทำข้อเสนอเพื่อให้โครงการที่ดำเนินงานด้านการให้ความรู้เรื่องเพศวิถีศึกษา อนามัยการเจริญพันธุ์และเอคส์แก่เยาวชนว่า ควรบูรณาการเนื้อหา และกระบวนการที่ช่วยให้เยาวชนได้สะท้อนและวิพากษ์เกี่ยวกับประเด็นในเรื่องเพศภาวะ (gender) และความสัมพันธ์เชิงอำนาจระหว่างคู่



คู่มือพัฒนาเยาวชน

สู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศวัยรุ่น

เป็นคู่มือการฝึกอบรมเยาวชนให้เข้าใจเรื่องเพศภาวะ
บนฐานสิทธิมนุษยชน

เพื่อสามารถทำหน้าที่เป็นผู้แทนเยาวชนที่ตระหนักถึงความสำคัญ

ของสิทธิตนเองตามที่ระบุไว้ในกฎหมาย

พร้อมไปกับการได้ใช้ชีวิตทางเพศตามแบบที่พึงพอใจ

เป็นชีวิตที่มีศักดิ์ศรี เคารพผู้อื่น

ให้ความสำคัญกับความเสมอภาค และมีความรับผิดชอบ

จุดเด่นของหลักสูตร It's All One



1

ใช้ข้อมูลจากหลักฐานเชิงประจักษ์

โดยนำมาจากงานวิจัยทั่วโลกที่ค้นพบหลักฐานเชื่อมโยงระหว่างบทบาททางเพศกับการมีสุขภาพทางเพศว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างแยกไม่ออก

2

ให้ข้อมูลแบบรอบด้าน แม่ข่าย

ในทุกหัวข้อที่เกี่ยวข้องกับภาวะทางจิตและสุขภาพ โดยครอบคลุมทั้งในเรื่องเพศวิถี เอชไอวี สิทธิในการรักนวลสงวนตัว รวมถึงการให้ความรู้เรื่องครอบครัวศึกษา

3

อยู่บนหลักการและสิทธิมนุษยชน

ส่งเสริมการมีส่วนร่วม การรักษาที่เท่าเทียม ศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ความยุติธรรม

4

ตระหนักถึงความอ่อนไหวทางเพศภาวะ

เน้นย้ำความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศและสภาพแวดล้อมของสังคมโดยรวมในการสร้างให้เด็กหญิงเด็กชายมีความเป็นอยู่ที่ดีและมีสุขภาพทางเพศ

5

ส่งเสริมการคิดแบบวิเคราะห์ แยกแยะและการเติบโตแบบมีวุฒิภาวะ

เพื่อให้ผู้เรียนได้เห็นถึงความสัมพันธ์ด้านต่าง ๆ ทั้งภายในตนเอง ระหว่างตนเองกับผู้อื่น และความสัมพันธ์ในสังคมที่มีผลต่อชีวิต จึงผนวกรวมแนวทางการสอนเพศวิถีและเอชไอวีเข้าไปในห้องเรียนที่ว่าด้วยความเป็นพลเมือง สังคมศาสตร์ และศิลปศาสตร์

6

ปลูกฝังการมีส่วนร่วมในฐานะพลเมือง

โดยนำเสนอความคิดดี ๆ ที่แสดงให้เห็นว่าแต่ละคนสามารถสร้างสรรค์การเปลี่ยนแปลงให้สังคมและโลกได้อย่างไร เพื่อให้เกิดทักษะการทำงาน ผลักดัน เสนอแนะนโยบาย และพิทักษ์สิทธิ ซึ่งนำไปสู่การสร้างสังคมที่เอื้ออาทรต่อกันยิ่งขึ้น

7

คำนึงถึงความเหมาะสมทางวัฒนธรรม

และการใช้ชีวิตในโลกแห่งความเป็นจริงของเยาวชนทั่วโลก

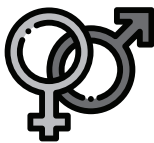
กรอบแนวคิดการจัดการความรู้และความเข้าใจในเรื่องเพศ กับเยาวชนกลุ่มเปราะบางของ Jiwsri

Jiwsri ในฐานะโครงการหนึ่งของ fpa ที่ทำงานให้ความรู้เรื่องเพศวิถีแก่เยาวชนกลุ่มเปราะบาง ได้จัดทำคู่มือการอบรมชื่อว่า **Jiwsri: A pick 'n' mix of sex and relationship seducation activities** ขึ้น ซึ่งคู่มือเล่มนี้ได้นำมาปรับใช้ในการออกแบบกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ ดังนี้



มุมมองด้านสังคม

- รู้วิธีการแสดงออกเพื่อสนับสนุนและเคารพความสัมพันธ์ของคนรักเพศเดียวกันและคนรักเพศตรงข้าม
- มีความเข้าใจถึงผลกระทบที่เกิดจากความสัมพันธ์ที่สูญเสียและเปลี่ยนแปลงไป เช่น การหย่าร้าง การเสียชีวิต เป็นต้น
- ตระหนักและรู้วิธีการแสดงออกเพื่อท้าทายความรู้สึกรอคอยที่เกิดจากอคติ และการตีตรา



มุมมองด้านเพศ

- เข้าใจถึงความเสี่ยงที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์
- เข้าใจว่าสังคมมีทัศนคติและพฤติกรรมในเรื่องเพศหลากหลายระดับ



มุมมองด้านอารมณ์

- รู้สาเหตุและผลกระทบของความเครียดและวิธีการจัดการ
- รู้วิธีการจัดการอารมณ์โกรธ ความอึดอัดคับข้องใจ



มุมมองด้านจิตใจ

- มีความเข้าใจเวลาที่มีคำถามและประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความหมายและคุณค่าของชีวิต
- รู้ว่าความเชื่อและค่านิยมของคนเรานั้นเป็นผลมาจากอัตลักษณ์และวิถีการใช้ชีวิต



มุมมองด้านศีลธรรม

- ตระหนักถึงปัจจัยต่างๆ ที่ส่งผลต่อการตัดสินใจและการกระทำ
- ระบุถึงค่านิยมและหลักการในการใช้ชีวิตได้

เยาวชนคือ “ทรัพยากร” จึงเป็น “หัวใจ” ของการพัฒนา

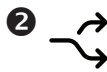
แนวคิดหลักของการจัดทำคู่มือ

การจัดทำคู่มือเล่มนี้ใช้แนวคิดการทำงานที่มองเยาวชนว่าเป็นทรัพยากร ในการออกแบบกิจกรรมจึงเลือกเน้นวิธีเสริมพลัง คือ สนับสนุนให้เยาวชนคิด ถาม สำรวจ ค้นหาคำตอบด้วยตัวเอง เพราะเชื่อมั่นว่า เมื่อพวกเขาได้รับการส่งเสริมให้ทำเช่นนั้นได้ ก็จะสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตตนเอง และจะตามมาด้วยการเปลี่ยนแปลงบริบทวัฒนธรรมและชุมชน

ดังนั้น คู่มือเล่มนี้จึงออกแบบโดยให้เยาวชนเข้ามามีส่วนร่วม ทำเข้าใจความซับซ้อนในชีวิตของพวกเขาและสนับสนุนพวกเขาให้ตัดสินใจได้ด้วยตนเอง **บทหลักการสำคัญ 6 เรื่อง คือ**



เยาวชนเป็นวัยเจริญพันธุ์ วิธีชีวิตทางเพศของพวกเขาจึงควรเป็นเรื่องที่ให้ความรู้รุ่มร่าม เพื่อจะเติมเต็มชีวิตและทำให้ชีวิตโดยรวมมีความสุข



เยาวชนคือผู้นำแห่งการเปลี่ยนแปลง เพราะพวกเขามีศักยภาพและเป็นตัวแทนในการสู้เพื่อสิทธิทางเพศของตนเองรวมทั้งของคนอื่น



มุมมอง ประสบการณ์ ความคิดเห็นและแรงบันดาลใจของเยาวชนต้องเป็นแกนหลักในการทำงาน สร้างความตระหนักเรื่องสิทธิทางเพศ



สิทธิและการมีส่วนร่วมของเยาวชน คือศูนย์กลางของการดำเนินงานด้านสุขภาวะทางเพศ การให้บริการ การสอนเพศศึกษารอบด้านและการดำเนินนโยบาย



การทำงานที่มีเยาวชนเป็นเป้าหมายต้องสนับสนุนให้เยาวชนตระหนักถึงพลังของตนเอง สัมพันธภาพที่ประกอบด้วยการต่อรอง ความปลอดภัย และความรัก

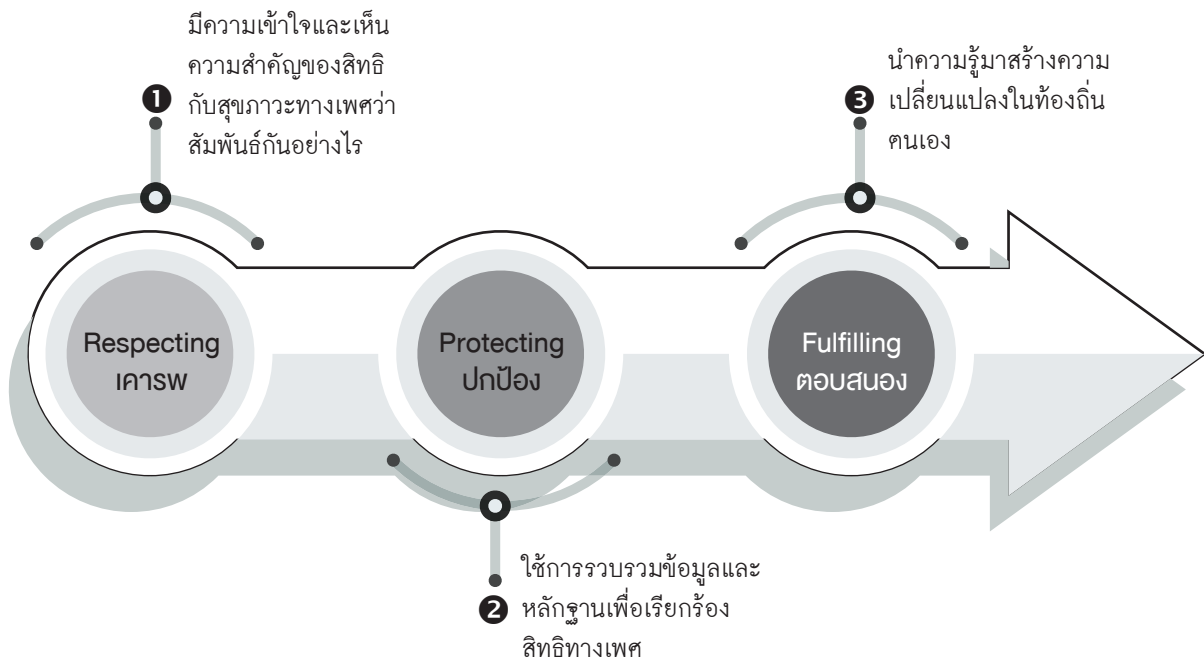


สัมพันธภาพระหว่างบุคคลและภายในตนเองย่อมขึ้นอยู่กับบริบททางวัฒนธรรมและการเมืองที่ต่างกันไป ซึ่งเรื่องนี้ส่งผลต่อสิทธิทางเพศและการเติบโต ดังนั้น การทำงานเยาวชนต้องคำนึงถึงสิ่งเหล่านี้และถือเป็นเรื่องสำคัญ

คุณสมบัติของ “เยาวชนนักปกป้องสิทธิทางเพศวัยรุ่น”

ผลลัพธ์ที่คาดหวัง

เยาวชนที่ผ่านการอบรมหลักสูตรโดยใช้คู่มือเล่มนี้ จะได้รับการกระตุ้นผ่านกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมด้วยรูปแบบหลากหลาย เพื่อให้มีความเข้าใจ ใช้ทักษะคิดวิเคราะห์ ปรับเปลี่ยนทัศนคติและรู้จักวิธีการทำงานในเรื่องต่อไปนี้



มีความรู้เรื่องสิทธิที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ

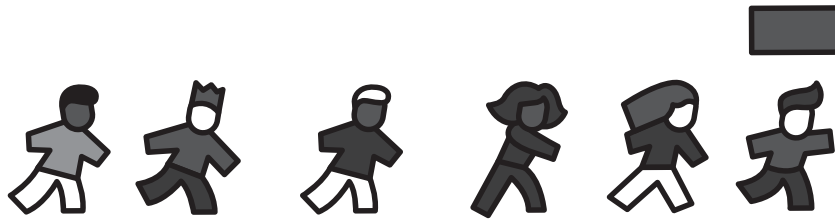
เข้าใจถึงสิทธิต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศว่ามีอะไรบ้าง การแสดงออกอย่างมั่นใจเพื่อยืนยันสิทธิที่ตนมีอยู่นั้นสำคัญอย่างไร สามารถแสดงออกได้อย่างไรบ้างเพื่อสนับสนุนให้เกิดการเคารพซึ่งกันและกัน และการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยเพื่อปกป้องทั้งตนเองและคู่

มีความเข้าใจธรรมเนียมปฏิบัติในเรื่องเพศว่าทำหน้าที่อะไรในสังคม

เพื่อเข้าใจถึงการกำหนดวิถีชีวิตทางเพศของคนในสังคมทั้งในเรื่องพฤติกรรมทางเพศ ประสพการณ์ และการหาความสุข รวมถึงความกดดันจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ไม่ยินยอม และสามารถวิเคราะห์ วิพากษ์ทัศนคติในเรื่องเพศภาวะ (gender) ที่นำเสนออยู่ในสังคม

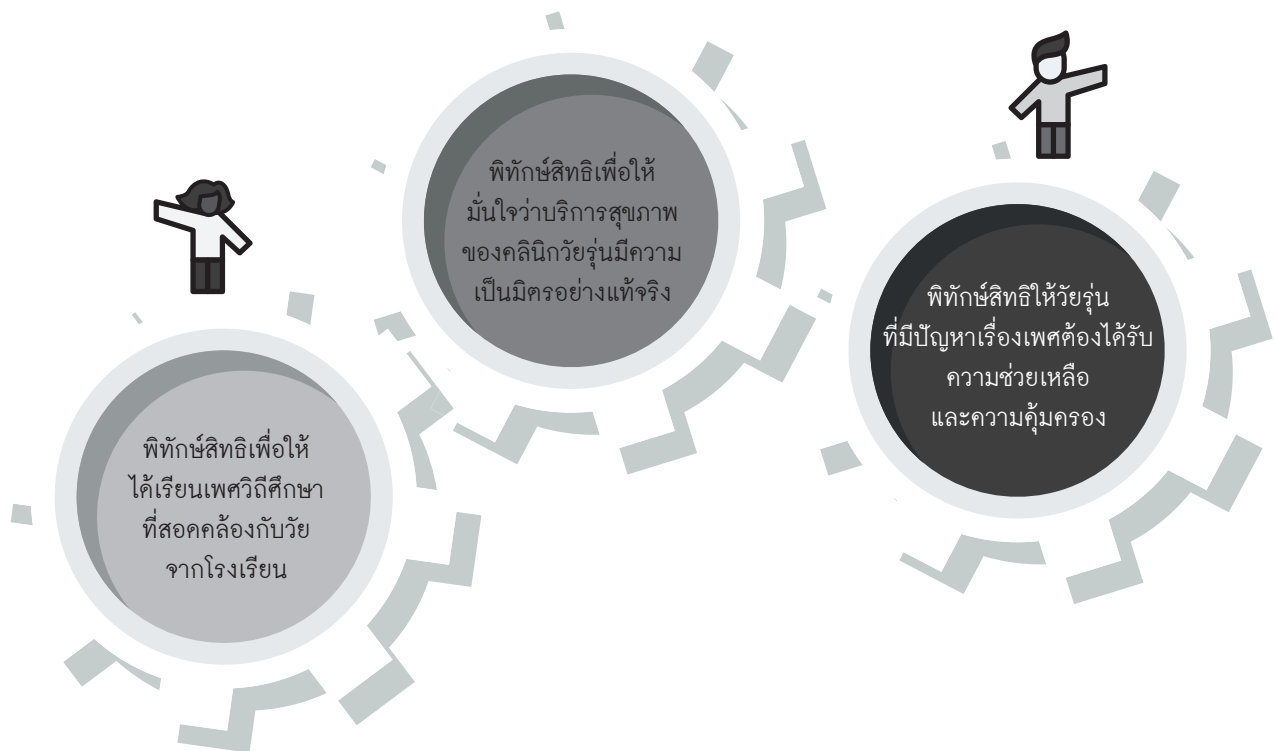
เห็นความสำคัญของการมีข้อมูลที่น่าเชื่อถือ และวิธีถ่ายทอดให้สังคมรับรู้

สามารถรวบรวมปัญหาและความต้องการของเยาวชนที่เข้าไม่ถึงระบบบริการสุขภาพหรือถูกละเมิดสิทธิทางเพศตามที่ระบุในพระราชบัญญัติฯ โดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลจากกลุ่มเยาวชนที่ถูกละเมิดหรือไม่ได้รับสิทธิตามที่ระบุไว้ในพระราชบัญญัติฯ และสะท้อนข้อมูลที่ได้มาด้วยการสื่อสารผ่านการเขียน การพูดต่อหน้าผู้มีอำนาจในการตัดสินใจและสื่อมวลชน เพื่อผลักดันให้มีการบังคับใช้พระราชบัญญัติฯ ในการป้องกันและแก้ไขปัญหาล่วงหน้าอย่างมีประสิทธิภาพ



เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น

คือผู้ที่เข้าใจความซับซ้อนของชีวิตเยาวชน
 และแสดงออกถึงความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียว
 กับคนที่ถูกละเมิดสิทธิ
 ด้วยการส่งเสียงร่วมกันให้ผู้มีหน้าที่รับรู้
 สิทธิที่ถูกละเมิดนั้น
 ถูกละเมิดด้วยวิธีการใด
 และเสนอว่าควรเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นอย่างไร



ใครสนับสนุนให้เกิด “เยาวชนพิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

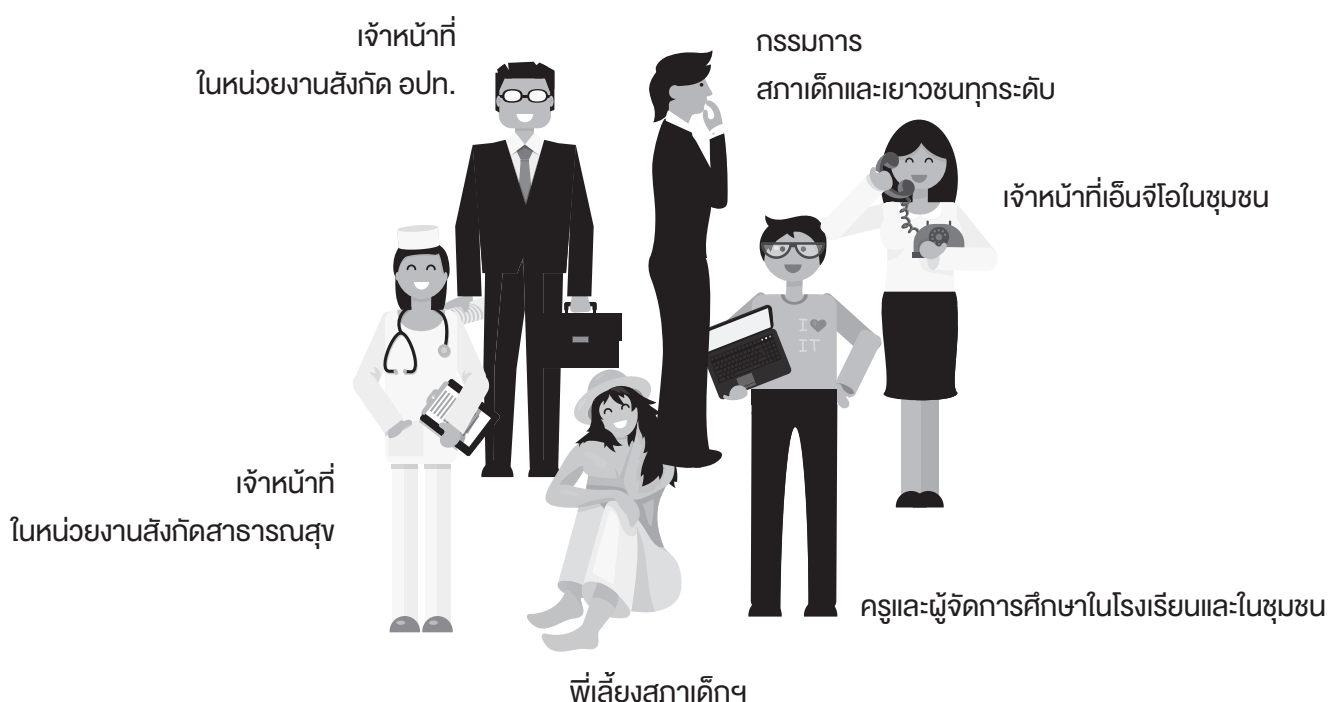
ผู้ที่ใช้คู่มือเล่มนี้

คู่มือเล่มนี้เน้นการให้ความรู้ ความเข้าใจถึงวิธีการทำงานแบบมีส่วนร่วมระหว่างผู้ใหญ่กับเยาวชน บนฐานสิทธิมนุษยชนและสิทธิทางเพศ จึงเหมาะสำหรับผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเรื่องเพศกับเยาวชน ผู้ที่สนับสนุนส่งเสริมการทำงานของสภาเด็กและเยาวชนทุกระดับ และผู้ที่ต้องการพัฒนาศักยภาพของเยาวชนให้สามารถทำหน้าที่พิทักษ์สิทธิตามที่ระบุไว้ในมาตรา 5 ของพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 ว่า

วัยรุ่นมีสิทธิตัดสินใจด้วยตนเอง และมีสิทธิได้รับข้อมูลข่าวสารและความรู้ ได้รับการบริการอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้รับการรักษาความลับและความเป็นส่วนตัวได้รับการจัดสวัสดิการสังคม อย่างเสมอภาคและไม่ถูกเลือกปฏิบัติ และได้รับสิทธิอื่นใดที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ตามพระราชบัญญัตินี้อย่างถูกต้อง ครบถ้วน และเพียงพอ

และตามยุทธศาสตร์ 10 ปีเรื่องการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งระบุว่า ให้มีผู้แทนเยาวชนจากสภาเด็กและเยาวชน (หญิงและชายอย่างละ 1 คน) เข้าร่วมเป็นกรรมการระดับชาติ (นายกรัฐมนตรีเป็นประธาน) และอนุกรรมการระดับจังหวัด (ผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นประธาน)

นอกจากนี้ ยังเป็นไปตาม พระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2560 ที่กำหนดบทบัญญัติเพิ่มเติมเรื่องการจัดตั้งสภาเด็กและเยาวชนตำบล สภาเด็กและเยาวชนเทศบาล สภาเด็กและเยาวชนเขตในกรุงเทพมหานคร เพื่อให้เด็กและเยาวชนทุกระดับมีส่วนร่วมในการดำเนินงานด้านการพัฒนาเด็กและเยาวชนด้วยตนเอง โดยร่วมมือกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั่วประเทศในการขับเคลื่อนงานของสภาเด็กและเยาวชนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น



ใครควรได้รับการอบรมเป็น “เยาวชนพิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

คุณสมบัติของเด็กและเยาวชนที่สามารถเข้ารับการอบรม

- อายุระหว่าง 13 -25 ปี
- ไม่จำกัดเพศและวุฒิการศึกษา
- สนใจทำงานส่งเสริมค่านิยมสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่น
- เป็นผู้ที่ได้รับมอบหมายให้เป็นคณะทำงานค้ำประกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ทั้งในระดับตำบล อำเภอ จังหวัด และประเทศ



คู่มือเล่มนี้ ใช้อย่างไร

องค์ประกอบของคู่มือ

เพื่อให้สอดคล้องกับแนวคิดหลักในการสร้างการมีส่วนร่วมกับเยาวชน โดยยึดเยาวชนเป็น "หัวใจ" ผู้จัดการอบรมสามารถเลือกหยิบกิจกรรมต่างๆ จากคู่มือเล่มนี้ ไปประกอบเป็นกำหนดการ โดยคำนึงถึงผู้เรียนเป็นหลักสำคัญ ได้แก่ อายุ ประสบการณ์ บทบาทและความรับผิดชอบของเยาวชน นอกจากนี้ ยังต้องคำนึงถึงความสอดคล้องของงบประมาณ สถานที่ และเวลา (คู่มืออย่างกำหนดการได้จากภาคผนวกท้ายเล่ม) ซึ่งกิจกรรมทั้งหมด แบ่งออกเป็น 3 ชุด ดังนี้

ชุดกิจกรรมที่ 1

เตรียมความพร้อมก่อนเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น

เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจแก่ผู้ที่ได้รับคัดเลือกมอบหมายให้มาร่วมอบรมในฐานะแกนนำ หรือผู้แทนเยาวชน ได้มีความรู้ความเข้าใจและทักษะพื้นฐานในการสร้างการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และสามารถนำไปปรับใช้ตามความต้องการของตนเองได้

ชุดกิจกรรมที่ 2

ความรู้พื้นฐานสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น

เพื่อพัฒนาเยาวชนที่ได้รับคัดเลือกให้เข้าร่วมอบรมให้มีความรู้เรื่องความหมาย ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิมนุษยชนและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์กับเรื่องเพศในสังคม และมีความรู้ความเข้าใจถึงเนื้อหาสำคัญที่ระบุไว้ในพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559

ชุดกิจกรรมที่ 3

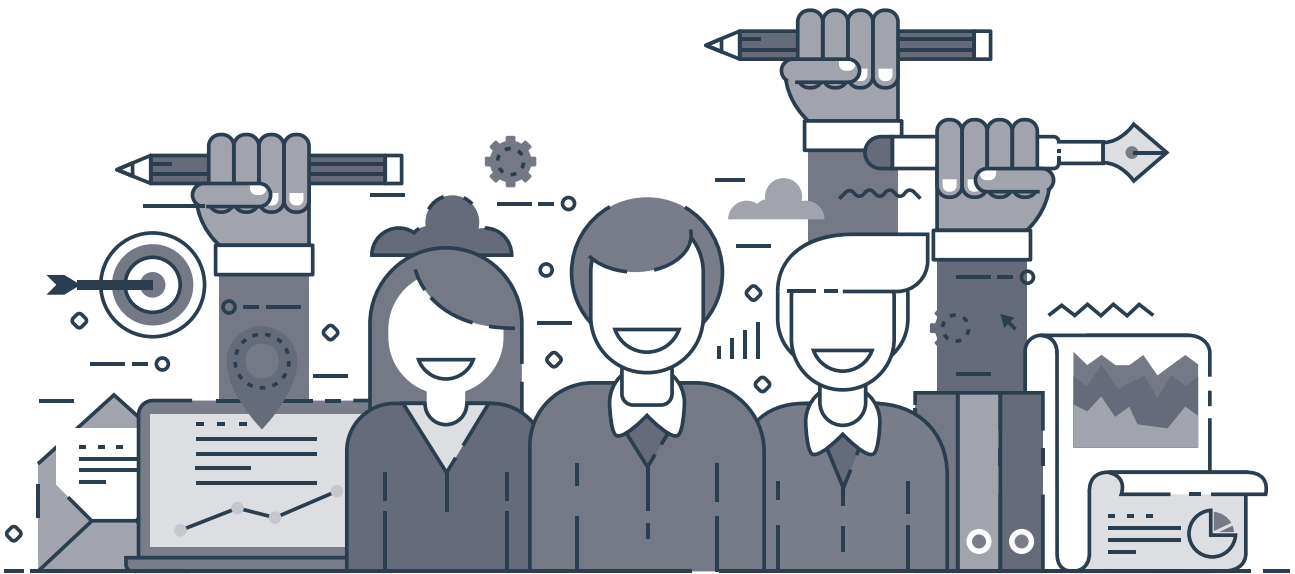
ทักษะเพิ่มเติมสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น

เพื่อพัฒนาศักยภาพของเยาวชนที่ผ่านการอบรมจากชุดกิจกรรมที่ 2 ให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานกำกับติดตามนโยบายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นตามที่ระบุไว้พระราชบัญญัติฯ และเห็นถึงความสำคัญของการทำหน้าที่ "เป็นปากเป็นเสียง" ให้กับเยาวชนด้วยกันโดยใช้ข้อมูลเชิงประจักษ์ในการนำเสนอปัญหาแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง ในฐานะ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น"

ชุดกิจกรรมที่ 1

เตรียมความพร้อม

ก่อนเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น



สำหรับผู้ที่จะเข้าอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพเยาวชนสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น ควรมีความรู้และทักษะพื้นฐานที่จำเป็นในการจัดการเรียนรู้ที่เรียกกันว่า "วิทยากร" เพราะต้องรับบทบาทการจัดอบรมในการนำหลักสูตรไปขยายผล จึงควรเข้าใจกระบวนการจัดการเรียนรู้ อีกทั้งเป็นการพัฒนาศักยภาพของเยาวชนในการเป็น "วิทยากรเชิงกระบวนการ" ให้เป็นต้นแบบที่สามารถถ่ายทอดความรู้และทักษะไปยังผู้อื่นได้

เนื้อหาประกอบด้วย

หมวดความหมายของวิทยากร

เข้าใจความหมายของผู้จัดการเรียนรู้ที่เรียกว่า "วิทยากร" และเห็นตัวอย่างของวิธีการทำหน้าที่เป็นวิทยากร ว่ามีความต่างจากการทำหน้าที่เป็นผู้สอน หรือผู้บรรยายอย่างไร

หมวดความสำคัญของการสื่อสาร

ตระหนักถึงความสำคัญของการสื่อสาร ว่าส่งผลต่อการรับรู้เนื้อหาสาระในระหว่างการจัดกิจกรรม

หมวดทักษะการจัดกระบวนการกลุ่ม

เห็นความสำคัญของการกระตุ้น การสร้างการมีส่วนร่วมจากผู้เรียน โดยใช้วิธีที่สร้างสรรค์ และเสริมพลังทั้งผู้เรียนและผู้ที่เป็นวิทยากร

หมวดความหมายของวิทยาการ

แนะนำตัว เตรียมความพร้อมผู้เรียน



เวลาที่ใช้

30 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ท ปากกาเคมี, ป้ายชื่อสำหรับทุกคน, อุปกรณ์ประกอบเกมละลายพฤติกรรม, แบบประเมินผลก่อนการอบรมชุดกิจกรรมที่ 1 และ 2

วัตถุประสงค์

- ผู้เรียนและทีมวิทยากรได้รู้จักกัน
- ชี้แจงวัตถุประสงค์ กำหนดการ และกระบวนการอบรม
- เห็นตัวอย่างของวิธีการทำหน้าที่เป็นวิทยากร

ก่อนเริ่มกิจกรรม

- เตรียมวัตถุประสงค์ กำหนดการไว้บนกระดานเพื่อใช้แสดงให้กลุ่มใหญ่เห็น
- เตรียมเกมหรือกิจกรรมเพื่อละลายพฤติกรรมสั้น 2-3 เกม โดยเน้นเกมที่ทำให้คนได้รู้จักกัน
- จัดเก้าอี้ที่นั่งผู้เรียนให้เป็นรูปตัว U โดยไม่มีโต๊ะ
- เตรียมแบบประเมินผลก่อนการอบรมจำนวนเท่าผู้เรียน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม


1. แจกแบบประเมินผลก่อนการอบรมให้ผู้เรียนทุกคนใช้เวลาในการทำอย่างรวดเร็ว
2. ชวนผู้เรียนเล่นเกมละลายพฤติกรรมที่ใช้เพื่อแนะนำตัว เช่น ส่งต่อของรอบวงพร้อมกับเปิดเพลง เมื่อเพลงหยุด ของอยู่ในมือใคร ให้คนนั้นแนะนำตัวเองตัวสั้นๆ โดยบอกชื่อ ตำแหน่ง และหน่วยงานที่สังกัดกับกลุ่มใหญ่
3. หลังจบเกมแล้ว วิทยากรชี้แจงกำหนดการอบรม พร้อมขยายความว่าหลักสูตรนี้เป็นการเตรียมความพร้อมสำหรับผู้ที่จะทำหน้าที่วิทยากรที่ได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบจัดอบรมหลักสูตรพัฒนาศักยภาพเยาวชนสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น ดังนั้น ผู้ที่ถูกมอบหมายจึงต้องมีความเข้าใจและมีทักษะในการจัดกระบวนการเรียนรู้แบบผู้เรียนมีส่วนร่วม
4. วิทยากรถามคำถามสำคัญเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจหลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในเบื้องต้นว่า
 - สังเกตเห็นการจัดที่นั่งในห้องเรียนเป็นอย่างไร
 - การให้ผู้เรียนนั่งเก้าอี้ เป็นรูปตัว U ทำให้รู้สึกต่างจากห้องเรียนในห้องเรียนอย่างไรบ้าง
5. วิทยากรสรุปการเรียนรู้จากการจัดที่นั่งให้เป็นรูปตัว U ว่า นี่คือการสร้างบรรยากาศการมีส่วนร่วมที่แสดงให้เห็นอย่างเป็นรูปธรรมว่า เพื่อให้ทุกคนเกิดความเท่าเทียมกัน ซึ่งเป็นคุณสมบัติหนึ่งสำหรับผู้เป็นวิทยากรต้องคำนึงถึงก่อนจะนำเข้าสู่กิจกรรมต่อไปที่เตรียมไว้

แบบประเมินผลก่อนการอบรมชุดกิจกรรมที่ 1 และ 2


| ตอบคำถาม แต่ละข้อโดยใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ต้องการ | ใช่ | ไม่ใช่ |
|--|-----|--------|
| ควรรนำเรื่องที่แลกเปลี่ยนในห้องอบรมไปบอกต่อให้คนอื่นรับรู้ | | |
| เยาวชนต้องเรียนรู้เรื่องมารยาทมากกว่าผู้ใหญ่ | | |
| การยื่นกอดคอระหว่างพูดหน้าห้องทำให้มั่นใจมากขึ้น | | |
| การสบตาเพื่อนเป็นครั้งคราวขณะที่เพื่อนพูด ทำให้เพื่อนอึดอัด | | |
| การลงโทษคนที่เล่นเกมแพ้ ถือเป็นเรื่องดี | | |
| สิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ กับ สิทธิมนุษยชน เป็นคนละเรื่อง | | |
| ธรรมชาติเป็นตัวกำหนดความยุติธรรม | | |
| คู่รักที่เป็นเพศเดียวกันไม่จำเป็นต้องจดทะเบียนสมรส | | |
| การพูดในสิ่งที่คิด ถือเป็นสิทธิมนุษยชนสากล | | |
| ผู้หญิงที่รักจนพลสวงตัวเป็นคนดี | | |
| ผู้ชายที่ร้องไห้ให้คนอื่นเห็นเป็นคนอ่อนแอ | | |
| พ่อแม่มีสิทธิเลือกคู่ให้กับลูก | | |
| เป็นเรื่องธรรมดาที่ผู้ชายหาเงิน ผู้หญิงเลี้ยงลูก | | |
| ผิวเมียบคบคิกัน คนนอกไม่ควรเข้าไปยุ่ง | | |
| ผู้หญิงที่คาบใจแฟนทุกอย่าง แสดงว่ารักแฟนจริง | | |
| ผู้หญิงที่ถ่ายรูปโชว์หน้าอกขึ้น Facebook เป็นคนไม่ดี | | |
| เมื่อเกิดอาวมณ ผู้ชายต้องหาทางระบายออกทันที | | |
| ผู้หญิงที่ "ช่วยตัวเอง" เมื่อเกิดอาวมณ เป็นคนผิดปกติ | | |
| การพกถุงยางอนามัย เป็นหน้าที่ของผู้ชาย | | |
| แต่งงานก่อนถึงจะมีเซ็กส์ได้ เป็นการแก้ปัญหาท้องในวัยเรียนที่ได้ผล | | |
| ฉันพร้อมใช้ชื่อ นามสกุลจริง เพื่อลงชื่อเรียกร้องสิทธิให้กับคนที่ถูกละเมิด | | |
| ครูไม่ต้องสอนเพศศึกษาในห้องเรียน เพราะเด็กเด็ยวันนี้รู้ดีกว่าครู | | |
| วัยรุ่นที่เลี้ยงลูกไม่ไหวและนำไปให้สถานสงเคราะห์ คือคนที่ไม่มีควมรับผิดชอบ | | |
| หน้าที่ของผู้แทนเยาวชนคือเข้าประชุมและตั้งใจฟังโดยไม่จำเป็นต้องออกความเห็น | | |

หมวดความหมายของวิทยาการ

ใครคือวิทยาการ

 15 นาที

เวลาที่ใช้

 กระจกฟลิปชาร์ต, ปากกา

อุปกรณ์/สื่อ

เคมี



ตัวอย่างคุณสมบัติที่จำเป็นของวิทยาการ

1. มีใจรักอยากจะทำ
2. มีทักษะในการถ่ายทอดได้อย่างชัดเจน
3. มีมนุษยสัมพันธ์ดี
4. ช่างสังเกต
5. แก้ไขเหตุการณ์เฉพาะหน้าได้
6. มีการวางแผนที่ดี
7. มีความจริงใจ
8. ทำให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม

วัตถุประสงค์

- เข้าใจความหมายของวิทยาการ
- เห็นวิธีการทำหน้าที่เป็นวิทยาการ

ก่อนเริ่มกิจกรรม

เขียนข้อความเหล่านี้ลงบนกระจกฟลิปชาร์ต 2 แผ่น แยกกัน ตามตัวอย่าง ดังนี้ (สามารถเพิ่มเติมได้ตามที่วิทยาการต้องการ)

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. อธิบายวัตถุประสงค์แก่ผู้เรียนว่า "ต่อไปนี่ เราจะมาเรียนรู้ถึงการเป็นวิทยาการ" จากนั้น ให้ผู้เรียนช่วยกันระดมความเห็น โดยจดคำตอบที่ได้ไว้บนกระจกฟลิปชาร์ต โดยใช้คำถาม ดังนี้
 - คิดว่า "วิทยาการ" แปลว่าอะไร หรือมีความหมายว่าอะไร
 - ต้องมีความสามารถอะไรบ้างถึงจะเรียกได้ว่าเป็นวิทยาการที่ประสบความสำเร็จ
2. หลังจากระดมคำตอบ นำกระจกฟลิปชาร์ตที่เตรียมไว้มาคิดให้ผู้เรียนอ่าน และเปรียบเทียบสิ่งที่เตรียมไว้กับความเห็นที่ผู้เรียนเสนอว่ามีข้อความไหนเหมือนกันบ้าง และเพิ่มเติมข้อความที่ทุกคนเห็นด้วยลงไป
3. ชวนผู้เรียนสรุปการเรียนรู้ โดยร่วมกันทบทวนคุณสมบัติที่จำเป็น
4. จากนั้น ดึงบางคุณสมบัติขึ้นมาแลกเปลี่ยน เพื่อนำไปสู่กิจกรรมต่อไป



หน้าที่สำคัญของวิทยาการ

- กระตุ้นให้ผู้เรียนคิดหาคำตอบเมื่อได้รับโจทย์หรือคำถาม
- สนับสนุนให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นเมื่ออยู่ในกลุ่ม
- ช่วยให้ทุกคนทำงานร่วมกันเป็นทีมได้
- คอยให้ความช่วยเหลือในระหว่างทำกิจกรรม ไม่ใช่ผู้นำกิจกรรม

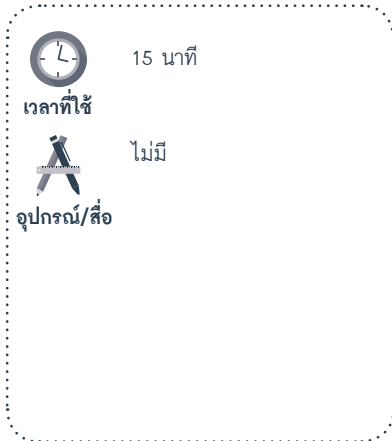


ทักษะที่จำเป็นของวิทยาการ

- ฟังอย่างตั้งใจ
- ให้คำสังชัดเจน ใช้ภาษาเข้าใจง่าย
- รักษาเวลา

หมวดความสำคัญของการสื่อสาร

สื่อสารให้ดี ทำอย่างไร

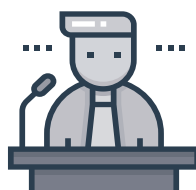


วัตถุประสงค์

- เห็นความสำคัญของวิธีการสื่อสารที่ทำให้คล้อยตามได้มากกว่าการใช้เพียงคำพูด


ขั้นตอนการดำเนินการกิจกรรม

1. เข้าสู่การทำกิจกรรมโดยให้คำสั่งทันที ไม่มีการเกริ่นนำ ด้วยการท่าทางและบอกให้ทุกคนทำตาม ดังนี้
 - ทุกคนยกแขนขวาขึ้นมา
 - ยืดแขนขวาออกไปข้างหน้า
 - ทำท่าจับนิ้ว (ปลายนิ้วชี้จับปลายนิ้วหัวแม่มือ)
 - *คิงนิ้วที่จับมาไว้ที่ปลายคาง*
2. ระหว่างให้คำสั่งว่า "คิงนิ้วที่จับมาไว้ที่ปลายคาง" ให้ผู้ที่ออกคำสั่งวางนิ้วที่จับไว้บนแก้มขวา แล้วค้างไว้ พร้อมมองไปรอบห้องเพื่อดูว่ามีใครวางนิ้วไว้ที่แก้มบ้าง หากเห็นว่ามีคนทำตาม ให้ออกคำสั่งใหม่อีกครั้งโดยยังวางนิ้วของตัวเองไว้ที่แก้มเหมือนเดิม
3. จากนั้น อธิบายให้ผู้เรียนเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำกับคำพูดว่ามีความสำคัญ เพราะ
 - หากการกระทำและคำพูดของเราสอดคล้องกัน เวลาที่สื่อสารออกไป คนฟังก็จะให้ความสำคัญและตั้งใจฟังในสิ่งที่เราต้องการสื่อสาร
 - เมื่อใดที่การกระทำของวิทยากรไม่สอดคล้องกับคำพูด ก็จะส่งผลให้คนไม่สนใจ ย่อมส่งผลต่อกระบวนการเรียนรู้และการทำกิจกรรม
4. ถามคำถามผู้เรียนเพื่อเป็นการสรุปการเรียนรู้ ว่า
 - *หากเราเป็นวิทยากร จะมีวิธีการแสดงออกอย่างไรเพื่อให้มั่นใจว่าคนฟังกำลังตั้งใจฟังและเข้าใจสิ่งที่เราพูด*




หมวดความสำคัญของการสื่อสาร

ภาษากาย สำคัญจริงไหม

 15 นาที

เวลาที่ใช้

 กระจ่างพลิบชาร์ท, ปากกา

อุปกรณ์/สื่อ

เคมี



สรุปประเด็นสำคัญ

"ภาษากาย" หมายถึง การเคลื่อนไหวท่าทางของร่างกาย สื่อให้ผู้คนที่เข้าใจตามความต้องการ และยังสามารถใช้วัดระดับความสนใจของผู้ฟังได้ด้วยการแสดงออกทางสีหน้า แววตา การเคลื่อนไหวของมือ การขยับร่างกาย ล้วนถือเป็น "ภาษากาย" ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญสำหรับวิทยากรที่ต้องระมัดระวังการแสดง "ภาษากาย" เพื่อไม่ให้เกิดการสื่อสารที่ทำให้เกิดเข้าใจผิด



วัตถุประสงค์

- เข้าใจความหมายของวิทยากร
- เห็นวิธีการทำหน้าที่เป็นวิทยากร

ก่อนเริ่มกิจกรรม

เขียนข้อความเหล่านี้ลงบนกระดาษฟลิปชาร์ท 2 แผ่น แยกกัน ตามตัวอย่างในตาราง (สามารถเพิ่มเติมได้ตามที่วิทยากรต้องการ)

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. เข้าสู่กิจกรรมการแสดง "ภาษากาย" แบบไม่ให้ผู้เรียนรู้ตัวด้วยการพูดถึงเรื่องต่างๆ พร้อมกับท่าท่า แสดงกริยาที่ไม่น่าดู ชวนให้เสียสมาธิ เช่น โบกมือไปมาแรงๆ ตลอดเวลา, เคาะรองเท้ากับพื้นห้อง, เดินวนไปมาตลอดเวลา หันหลังให้ผู้ฟัง เป็นต้น
2. ใช้เวลาแสดงประมาณ 1-2 นาที ก่อนกลับมาสู่ท่าปกติ และชวนผู้เรียนสรุปการเรียนรู้ โดยถามคำถามสำคัญ และจดคำตอบขึ้นให้ทุกคนเห็น ดังนี้
 - รู้สึกอย่างไรเมื่อเห็นวิทยากรแสดงอาการเหล่านั้นออกมา
 - คิดว่ากริยาท่าทางที่แสดงออกมานั้น เป็นเรื่องถูกต้องหรือไม่ เพราะอะไร
 - ถ้าต้องการให้ผู้ฟังตั้งใจฟัง สนใจสิ่งที่วิทยากรพูด ควรแสดง "ภาษากาย" ออกมาอย่างไรบ้าง

| ตัวอย่างภาษากาย ที่สื่อความหมายด้านลบ | ตัวอย่างภาษากาย ที่สื่อความหมายด้านบวก |
|--|--|
| ยืนเอามือ "กอดอก" ไว้ตลอดเวลา | อกผายไหล่ผึ่ง หลังตรง หน้าตั้ง |
| ทำหน้าบึ้งตึง | ใบหน้ายิ้มแย้ม ตามธรรมชาติ |
| หันหลังให้ผู้ฟังระหว่างพูด หรือหลบตา ไม่สบตาคนฟัง หรือจ้องมองไปที่จุดเดียว | เวลาพูด จ้องหน้าผู้พูดเป็นระยะ และมองไปรอบห้อง |
| ยืนนิ่งอยู่กับที่ไม่เคลื่อนไหว | เดินช้าๆ กลับไปมาระหว่างพูด |
| ชี้นิ้วไปที่คนใดคนหนึ่ง หรือแกว่งขึ้นตลอดเวลา | ยกมือขึ้นระหว่างพูดเป็นระยะ |

หมวดทักษะการจัดการกระบวนการกลุ่ม

เราเรียนรู้ได้อย่างไร



วัตถุประสงค์

- เห็นวิธีการเรียนรู้หลากหลายรูปแบบ
- วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

ขั้นตอนการดำเนินการกิจกรรม

1. ให้เวลาแต่ละคนนึกถึง "ความสามารถของตน" คนละ 1 เรื่อง โดยทบทวนว่าที่สามารถทำเรื่องนั้นได้ เพราะอะไร เช่น ปั่นจักรยาน ยิงปืน ทำกับข้าว เล่นกีตาร์ เต้นโคเวอร์ ร้องเพลง วาดน้ำ เล่นฟุตบอล ฯลฯ
2. แบ่งกลุ่มย่อยผู้เรียน (กลุ่มละไม่เกิน 5 คน) ให้สมาชิกกลุ่มผลัดกันเล่าถึงความสามารถของตัวเองและบอกวิธีการเรียนรู้ที่ทำให้ตัวเองทำเรื่องนั้นเป็น หรือทำได้ดี (คนละไม่เกิน 2 นาที)
3. เมื่อทุกคนในกลุ่มเล่าจบ ให้ช่วยกันสรุปวิธีการเรียนรู้ทั้งหมดที่เกิดขึ้นของสมาชิกในกลุ่มลงบนกระดาษ
4. แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอวิธีการเรียนรู้ที่สรุปจากเรื่องเล่าของสมาชิกระหว่างนี้วิทยากรจด "วิธีการเรียนรู้" ที่แต่ละกลุ่มนำเสนอขึ้นกระดานไว้ เช่น มีคนสอน สังเกตเอาเอง อ่านจากหนังสือ ทดลองทำโดยเลียนแบบ ฝึกทำบ่อยๆ เป็นต้น
5. เมื่อนำเสนอครบทุกกลุ่มแล้ว ชวนผู้เรียนสรุปการเรียนรู้ โดยใช้คำถามสำคัญ ดังนี้
 - ขั้นตอนแรกที่สำคัญที่สุดของการเรียน จากเรื่องที่คุณคนเล่ามาคืออะไร
 - มีอะไรบ้างที่ทำให้เรายอมทนเรียนจนทำเป็นหรือทำได้เก่ง หรือ ทำให้ล้มเลิกความตั้งใจ
 - สิ่งที่จะกระตุ้นให้เราเรียนรู้จนทำได้สำเร็จ คืออะไร
 - เราเรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้
6. เพิ่มเติมองค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้ที่ทำให้เรียนแล้วได้ผลดีโดยใช้ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบคำตอบที่ได้จากผู้เรียน



ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “ทำอย่างไรให้ทุกคนมีส่วนร่วม”

สิ่งที่ทำให้การเรียนรู้ได้ผลดี

วิทยากรคือคนสำคัญในการทำหน้าที่สร้างบรรยากาศให้ผู้เข้าร่วม
เกิดความรู้สึกอยากเรียนรู้ ซึ่งจะต้องทำให้เกิดเรื่องต่อไปนี้

1. ผู้เรียนเกิดความต้องการอยากที่จะเรียน
2. เนื้อหาและกระบวนการเกี่ยวข้องกับชีวิตผู้เรียนโดยตรง
3. กระบวนการเรียนรู้มีการฝึกปฏิบัติผ่านการใช้วัสดุอุปกรณ์และใช้ความคิด
4. ผู้เรียนสามารถแปลงความรู้ในห้องเรียนให้เป็นคำพูดของตัวเอง เพื่อทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองเป็นเจ้าของความรู้ที่ได้
5. กระบวนการทำให้ผู้เรียนคิดสร้างสรรค์เพื่อพัฒนาศักยภาพตนเองด้วยวิธีการหลากหลายรูปแบบ
6. ผู้เรียนคาดหวังได้ว่าการเรียนครั้งนี้จะส่งผลให้ตนเองมีความสามารถเพิ่มขึ้น
7. ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ที่สนุกและเป็นไปในทางสร้างสรรค์จากการเรียนรู้

หมวดทักษะการจัดการกระบวนการกลุ่ม

ทำอย่างไรให้ทุกคนมีส่วนร่วม



เวลาที่ใช้

45 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

ภาพต่างๆ ที่ตัดมาจาก
นิตยสาร จำนวนมาก, กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกาเคมี,
บอร์ดจำนวน 4-5 บอร์ด
สำหรับใช้ในกิจกรรมกลุ่มย่อย,
ใบความรู้ "คุณสมบัติของการ
เป็นวิทยากรที่ดี"

วัตถุประสงค์

- เห็นความสำคัญของการทำให้ทุกคนมีส่วนร่วมกับการทำกิจกรรม

ก่อนเริ่มกิจกรรม

- เตรียมนิตยสารสำหรับให้ผู้เรียนตัดภาพเพื่อเล่าเรื่องไว้ให้พอกับจำนวนผู้เรียน (1 คนต่อ 3 ภาพ)

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. วางภาพที่เตรียมไว้บนพื้นห้อง ให้ผู้เรียนเดินดูภาพให้ทั่วแล้วเลือกหยิบคนละ 3 ภาพ
2. หลังจากเลือกภาพครบทุกคนแล้ว ให้กลับเข้าประจำที่ และใช้เวลา 1 นาทีเพื่อสำรวจรายละเอียดของแต่ละภาพที่เลือก
3. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย (ไม่เกิน 5 คนต่อกลุ่ม) โดยพยายามให้สมาชิกในกลุ่มได้ภาพที่ไม่ซ้ำกัน
4. ให้แต่ละคนแลกเปลี่ยนความเห็นในกลุ่มว่าภาพที่เลือกมานั้นมีความหมายกับตนเองอย่างไร ช่วยกันจดความเห็นของแต่ละคนลงบนกระดาษฟลิปชาร์ต (แสดงความเห็นคนละไม่เกิน 1 นาที)
5. เมื่อแลกเปลี่ยนความเห็นครบทุกคนในกลุ่ม ให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันแต่งเรื่อง 1 เรื่อง โดยใช้ทุกภาพของคนในกลุ่ม ตั้งชื่อเรื่องว่า "วิทยากรในฝัน" ต้น โดยติดภาพไว้บนกระดาษฟลิปชาร์ตและเขียนเล่าเรื่องได้ภาพแต่ละภาพ
6. วิทยากรกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดถึงองค์ประกอบทุกอย่างตั้งแต่สภาพแวดล้อมอุปกรณ์ที่ใช้ เพื่อนร่วมห้อง เนื้อหาที่เรียน และคุณสมบัติของคนที่ทำหน้าที่เป็นวิทยากร เป็น (ใช้เวลา 10 นาที)
7. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มคิดเรื่องเล่าจากภาพไว้บนผนัง (ยังไม่ต้องนำเสนอ)
8. ชวนทุกคนกลับเข้ากลุ่มใหญ่ และสรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรม โดยใช้คำถามสำคัญ ดังนี้
 - แต่ละกลุ่มใช้วิธีการทำงานอย่างไรจึงสามารถทำงานเสร็จตามเวลาที่กำหนด
 - ขออาสาสมัครเล่าถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นระหว่างการเล่าเรื่องจากภาพของตัวเองในตอนแรกกับการทำงานด้วยการแต่งเรื่องร่วมกับเพื่อนในกลุ่มว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร
 - ขั้นตอนไหนที่ยากที่สุดในการทำงานกลุ่ม
 - ระหว่างทำงานกลุ่ม สมาชิกแต่ละคนได้มีส่วนร่วมอย่างไรบ้าง
 - ทำอย่างไรสมาชิกกลุ่มจึงมีส่วนร่วมในการทำงานกันทุกคน ใช้วิธีใดบ้าง
 - ให้ความเวลาทุกคนเดินชมเรื่องเล่าจากภาพที่แต่ละกลุ่มคิดไว้บนผนัง และร่วมกันสรุปคุณสมบัติที่จำเป็นของการเป็นวิทยากรว่ามีอะไรบ้าง

หมายเหตุ: หากผู้เรียนได้ผ่านกิจกรรม "ใครคือวิทยากร" มาแล้ว สามารถนำกระดาษที่จัดไว้ในกิจกรรมดังกล่าว มาทบทวนร่วมกับผู้เรียน และถามว่ามีใครอยากเพิ่มเติมคุณสมบัติที่จำเป็นสำหรับการเป็นวิทยากรหรือไม่ จากความเห็นที่ระดมร่วมกันในกิจกรรมนี้

หมวดทักษะการจัดการกระบวนการกลุ่ม

ความสำคัญของการสนทนากลุ่ม



เวลาที่ใช้

30 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กิจกรรมสนทนากลุ่มเพื่อ
ละลายพฤติกรรม, กระดาษ
ฟลิปชาร์ต, ปากกาเคมี

วัตถุประสงค์

- เข้าใจถึงความสำคัญของการละลายพฤติกรรม

ก่อนเริ่มกิจกรรม

- เตรียมเกมสนทนากลุ่มที่มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ละลายพฤติกรรม/อุปกรณ์ 2-3 เกม พร้อมทั้งซักซ้อมให้แน่ใจว่าใช้เวลาไม่นาน (ควรเป็นเกมสั้นๆ ใช้เวลาไม่เกิน 5 นาที)

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. นำเกมสนทนากลุ่มที่เตรียมไว้มาเล่นกับผู้เรียนกลุ่มใหญ่ (เลือกมา 1 เกม)
2. เมื่อเล่นจบ ถามผู้เรียนถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้ และจดคำตอบขึ้นกระดาษฟลิปชาร์ตโดยใช้คำถามดังนี้
 - ได้เรียนรู้อะไรจากการเล่น
 - การเล่นเกมมีความสำคัญอย่างไรกับการจัดอบรม
3. สรุปการเรียนรู้ว่า การเลือกกิจกรรมสนทนากลุ่มเพื่อใช้อุ่นเครื่องหรือละลายพฤติกรรมว่า ควรคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้
 - ทำให้ทุกคนในห้องได้รู้จักกันมากขึ้น (เป็นใคร มาจากหน่วยงานไหน รับผิดชอบหน้าที่อะไร)
 - เปิดโอกาสให้ทุกคนได้ทำกิจกรรมด้วยความสนุก ผ่อนคลายความกังวลใจ
 - เป็นการอุ่นเครื่อง หรือเปิดประเด็นเพื่อนำไปสู่กิจกรรมที่กำลังจะได้เรียนรู้ถัดไป
4. ชวนผู้เรียนแลกเปลี่ยนกรณีเลือกเกมที่มีการแข่งขันกันว่าควรเล่นเพื่อกระตุ้นให้เกิดความตื่นตัว จำเป็นหรือไม่ที่จะต้องปรับหรือลงโทษผู้แพ้ เพราะอะไร



ชวนคิดสำหรับวิทยากร

- การเลือกเกมสนทนากลุ่ม เพื่อละลายพฤติกรรม/อุปกรณ์ ควรคำนึงถึงความเหมาะสมของสถานที่ เพศและวัยผู้เรียน
- วัตถุประสงค์ของการเล่นเกมละลายพฤติกรรม/อุปกรณ์ คือเพื่อให้ผู้เรียนผ่อนคลาย ได้ทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่ ไม่ใช้การแข่งขันเพื่อหาผู้ชนะ
- การลงโทษผู้แพ้โดยให้ออกมาทำการแสดงหน้าห้อง อาจส่งผลต่อการเสียความมั่นใจ ทำให้ผู้เรียนอาจเกิดความรู้สึกไม่อยากมีส่วนร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ ที่กำลังจะเกิดขึ้น และจะเสียโอกาสในการเรียนรู้

หมวดทักษะการจัดการกระบวนการกลุ่ม

ฝึกวางแผนร่วมกัน



เวลาที่ใช้

45 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิบชาร์ท, ปากกา

เคมี, สี, ภาพเค้กวันเกิด

6- 8 ภาพ, กระดาษ A4

วัตถุประสงค์

- เห็นวิธีการเรียนรู้ที่มีหลากหลายรูปแบบ
- วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

ขั้นตอนการดำเนินการกิจกรรม

1. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย แต่ละกลุ่มได้รับกล่องสี 1 กล่อง ภาพเค้กวันเกิด 1 ภาพ พร้อมกระดาษฟลิบชาร์ท 1 แผ่น
2. อธิบายว่าให้นำอุปกรณ์เหล่านี้มาใช้เพื่อช่วยกันวางแผนจัดงานวันเกิดให้เพื่อนคนหนึ่ง โดยให้ตอบคำถามต่อไปนี้ (ใช้เวลา 5 นาที)
 - **วัตถุประสงค์ของการจัดงานเลี้ยงวันเกิดครั้งนี้คืออะไร** (ให้เพื่อนที่มาร่วมงานได้มีของอร่อยกินกันอย่างเต็มที่, ให้ได้ร่วมเล่นเกมสนุกๆ หรือ เพื่อให้ทุกคนได้มาเจอหน้าพร้อมกัน ฯลฯ)
 - **กิจกรรมที่จะเกิดขึ้นในงานเลี้ยงวันเกิดมีอะไรบ้าง**
 - **ระยะเวลาที่ชัดเจนของกิจกรรมที่จะเกิดขึ้นในงาน** (เริ่มกี่โมง ใช้เวลาที่ชั่วโมงในแต่ละกิจกรรม งานเลี้ยงจะจบลงกี่โมง ฯลฯ)
3. เมื่อหมดเวลาที่กำหนดไว้ ให้แต่ละกลุ่มนำกระดาษของตนคิดไว้บนผนังห้อง
4. ให้ความเวลาทุกคนได้อ่านกระดาษของแต่ละกลุ่ม พร้อมตอบคำถาม เพื่อนำมาแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ ดังนี้ (10 นาที)
 - อ่านวัตถุประสงค์ของการจัดงานในแต่ละกลุ่มแล้ว เข้าใจชัดเจนหรือไม่ มีตรงไหนที่ยังไม่เข้าใจ
 - แผนงานเลี้ยงฉลองวันเกิดที่แต่ละกลุ่มจัดเตรียมไว้ มีความชัดเจนหรือไม่ อย่างไร
5. หลังจากหมดเวลา วิทยากรชวนกลุ่มใหญ่สรุปการเรียนรู้ ดังนี้
 - ขออาสาสมัคร 2-3 คน แลกเปลี่ยนสิ่งที่ได้จาก การเห็นแผนงานฉลองวันเกิดของแต่ละกลุ่มว่า มีข้อสังเกตอะไรบ้าง
 - ถ้าเปลี่ยนจากการจัดงานฉลองวันเกิด เป็นการจัดอบรมเยาวชนเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา ต้องคิดถึงขั้นตอนแบบเดียวกับที่จัดงานวันเกิดหรือไม่ มีอะไรที่ต้องทำเพิ่มเติมบ้าง
6. วิทยากรชวนผู้เรียนสรุปการเรียนรู้ ว่ากิจกรรมนี้เป็นการสาธิตให้เห็นหน้าที่สำคัญของคนที่รับบทบาทเป็นวิทยากร คือ การรู้จักวางแผน เตรียมการล่วงหน้าก่อนการอบรม ไปจนถึงการนำเสนอเนื้อหาและกระบวนการอบรม โดยวิทยากรเพิ่มเติมข้อมูลจากที่ระดมไว้ (**อ้างอิงข้อมูลสำหรับวิทยากร "ตัวอย่างคำถามในการสำรวจตนเอง เมื่อวางแผนการอบรม"**)

ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “ฝึกวางแผนร่วมกัน”



ตัวอย่างคำถามเพื่อสำรวจตนเอง เมื่อวางแผนการอบรม

- ทำไมต้องจัดอบรมหลักสูตรนี้
- ใครต้องทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินการอบรม
- หน่วยงานของเรา/ทีมงานของเรามีความพร้อมในการทำหน้าที่ใหม่
- ความต้องการอยากได้รับความรู้เรื่องนี้มีมากพอไหม
- บรรยากาศสภาพแวดล้อมทางสังคมและการเมืองเอื้อต่อการจัดอบรมหรือไม่
- คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมอบรมมีอะไรบ้าง
- ผู้เข้าร่วมควรมีประสบการณ์อะไรมาก่อนบ้าง
- เหตุผลความจำเป็นที่ผู้เข้าร่วมต้องได้รับการอบรม
- ภูมิหลังของผู้เข้าร่วมแตกต่างกันอย่างไร (ความสนใจ ความสามารถ ความรับผิดชอบ คิวแทนกลุ่ม ฯลฯ)
- จุดมุ่งหมายหลักและวัตถุประสงค์ของการจัดอบรม
- การอบรมมีเนื้อหาที่ลึกซึ้ง จำเพาะเจาะจง หรือเป็นการอบรมขั้นพื้นฐาน
- ใครทำหน้าที่กำหนดและวางกฎเกณฑ์การจัดอบรม
- เมื่ออบรมเสร็จแล้ว จะนำไปใช้อย่างไร
- เนื้อหาที่จำเป็นมีอะไรบ้าง
- เนื้อหาแต่ละช่วงมีความต่อเนื่องสอดคล้องกันหรือไม่
- ใช้วิธีการอย่างไรในการนำเสนอเนื้อหาแต่ละช่วง
- จะทำให้เนื้อหาเหล่านั้นมีความน่าสนใจได้อย่างไร
- เวลาที่เหมาะสมที่สุดในการอบรมคือช่วงไหน
- จำเป็นต้องจัดอบรมให้จบรวดเดียว หรือแบ่งเป็นจำนวนครั้งได้
- วิธีการอะไรบ้างที่ทำให้มั่นใจว่าผู้เรียนมีความรับผิดชอบ เข้าร่วมการอบรมจนครบหลักสูตร
- วัสดุ อุปกรณ์ที่จำเป็นสำหรับการอบรมมีอะไรบ้าง
- สถานที่แบบไหนที่เหมาะสมกับการจัดอบรม
- ทีมงานต้องเตรียมตัวล่วงหน้าในเรื่องอะไรบ้าง



หมวดความสำคัญของการสื่อสาร

เอาชนะความประหม่า



เวลาที่ใช้

30 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

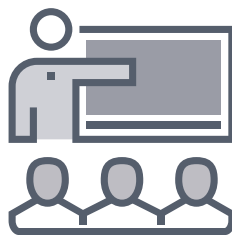
กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี, บอร์ดจำนวน 4-5 บอร์ด
สำหรับใช้ในกิจกรรมกลุ่มย่อย

วัตถุประสงค์

- เห็นวิธีการเอาชนะความประหม่า ความตื่นเต้นเมื่อทำหน้าที่วิทยากร
- ฝึกทักษะการฟัง

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. เกริ่นนำเพื่อเข้าสู่กิจกรรมโดยถามผู้เรียนกลุ่มใหญ่ถึงประสบการณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวกับความตื่นเต้น ประหม่าเมื่อจะลงมือทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นครั้งแรก เช่น สอบประจำภาคเพื่อเลื่อนชั้น แข่งกีฬา เล่นดนตรีต่อหน้าคนดูเยอะ หรือเมื่อนั่งประชุมร่วมกับผู้ใหญ่ ว่าเกิดความรู้สึกอย่างไรบ้าง เขียนความเห็นที่ระคมได้ ขึ้นกระดานให้ทุกคนเห็น
2. อธิบายถึงความรู้สึกตามที่กลุ่มใหญ่ระคมขึ้นมาว่า ในความเป็นจริง การเกิดความรู้สึกเหล่านี้เป็นเรื่องปกติ และเป็นเรื่องดี เพราะช่วยให้เราจดจ่ออยู่กับสิ่งที่เรากำลังจะทำ
3. ถามต่อว่า ถ้าได้รับมอบหมายให้เป็นวิทยากร กังวลใจเรื่องอะไรบ้าง ระคมความเห็นขึ้นบนกระดาษ และเปรียบเทียบกับประสบการณ์อื่นๆ ที่ระคมไว้ในข้อที่ 1 ว่าเหมือนหรือต่างกัน
4. จากนั้น ให้แบ่งกลุ่มย่อย (ไม่เกิน 5 คนต่อกลุ่ม) ช่วยกันคิดหาวิธีที่จะทำให้ตัวเองเกิดความมั่นใจเมื่อต้องพูดต่อหน้าคนอื่น
5. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอทางออกที่ระคมได้ในกลุ่ม โดยให้นำเสนอวิธีที่ไม่ซ้ำกับกลุ่มอื่น เพื่อฝึกการฟังของผู้เรียน
6. สรุปประเด็นสำคัญ โดยดึงวิธีการจากกลุ่มต่างๆ ที่ทำให้เห็นว่า การเป็นวิทยากรที่ดี ต้องมีการเตรียมตัวล่วงหน้า แบ่งงานชัดเจนในทีม มีภาษากายที่เหมาะสม และที่สำคัญคือ ต้องให้เวลากับการซ้อมก่อนลงมือทำจริง



ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “เอาชนะความประหม่า”



เคล็ดลับวิธีเอาชนะความตื่นเต้น ความกลัว เมื่อพูดต่อหน้าคนอื่น

- เตรียมตัวให้พร้อม ซ้อมพูดหน้ากระจก หรือต่อหน้าเพื่อนที่ไว้ใจ
- พูดช้าๆ หายใจลึกๆ
- ระหว่างพูด ให้มองไปที่เพื่อนคนที่เรารู้สึกไว้ใจ เพื่อพักสายตา อย่าก้มหน้ามองพื้น หรือเงยหน้ามองเพดาน
- จิบน้ำเปล่าระหว่างพูด เป็นระยะ เพื่อให้ปากไม่แห้ง
- พกกระดาษโน้ตแผ่นเล็กๆ ในกระดาษจดแค่ขั้นตอนการทำกิจกรรมแบบย่อๆ (แบ่งกลุ่ม แจกอุปกรณ์ ให้คำสั่งที่ต้องใช้ ใจความที่ต้องสรุปหลังจบกิจกรรม เป็นต้น) เพื่อใช้เตือนความจำ
- ระหว่างเพื่อนพูด ให้ตั้งใจฟัง อย่าคิดถึงแต่สิ่งที่ตัวเองต้องพูด ควรสังเกตว่าคนไหน มีบุคลิกที่แสดงออกว่ามั่นใจ เพื่อนคนนั้นใช้น้ำเสียงอย่างไร จังหวะในการพูดเป็นอย่างไร เพื่อนำไปปรับใช้

หมวดความสำคัญของการสื่อสาร

ฝึกซ้อมลองสอนจริง



เวลาที่ใช้

60 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกาเคมี, ใบความรู้ 4 เรื่อง ได้แก่ นายสนทกับรู้แคไหน, ทำไงดี จะเป็นสาวแล้ว, จาก ค.ช. เป็น นาย เต็มตัว, หน้าอก มีดีกว่าที่คิด, ลูกอม (หรือของชิ้นเล็กๆ), กระดาษสีต่างๆ, คินสอสี, กล้องกระดาษ, ของรางวัลเล็กๆ น้อยๆ สำหรับทีมที่ชนะ

วัตถุประสงค์

- ทบทวนความรู้และวิธีการเป็นวิทยากร

ขั้นตอนการดำเนินการกิจกรรม

1. แบ่งกลุ่มย่อยผู้เรียน เพื่อเตรียมแสดงบทบาทสมมติ การเป็นวิทยากรจัดการอบรมตามเนื้อหาในใบความรู้ที่ได้รับ แจกใบความรู้ที่เตรียมไว้ให้กลุ่มละ 1 แผ่น เพื่อใช้เป็นเนื้อหาในการออกแบบกิจกรรม
2. มอบหมายให้ 1 กลุ่ม ทำหน้าที่ "กรรมการตัดสิน"
3. ให้แต่ละกลุ่มนำสิ่งที่ได้เรียนรู้มาออกแบบกระบวนการอบรม (ให้เวลาเตรียมตัว 20 นาที และเวลาในการนำเสนอกลุ่มละ 10 นาที) ประกอบด้วย
 - สาธิตการแสดงกำหนดการ (ระบุเวลาและสถานที่ในการอบรมด้วย)
 - สาธิตกิจกรรมอุ่นเครื่อง หรือละลายพฤติกรรม 1 กิจกรรม
 - สาธิตกิจกรรมที่แสดงเนื้อหาตามใบความรู้ที่ได้รับ 1 กิจกรรม
4. สำหรับกลุ่มที่อาสาเป็น "กรรมการ" ให้ช่วยกันทบทวนนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากแต่ละกิจกรรมมาเป็นเกณฑ์ตัดสิน เพื่อหาทีมที่ดีที่สุดในการทำหน้าที่วิทยากรระหว่างที่กลุ่มอื่นเตรียมแสดงบทบาทสมมติ โดยเขียนลงกระดาษฟลิปชาร์ต
5. เมื่อหมดเวลาในการเตรียมตัว ให้กลุ่มอาสาสมัครชี้แจงกติกาแก่กลุ่มใหญ่ว่าเกณฑ์ในการตัดสินมีอะไรบ้าง และแสดงกติกาบนกระดาษฟลิปชาร์ตให้ทุกคนเห็น
6. วิทยากรเน้นให้ทุกคนตั้งใจฟังระหว่างที่แต่ละกลุ่มนำเสนอ และจดสิ่งที่สังเกตได้จากการนำเสนอของแต่ละกลุ่มไว้ เพื่อนำมาสรุปการเรียนรู้ร่วมกัน
7. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอครบแล้ว ให้กลุ่มที่อาสาสมัครเป็นกรรมการประกาศผลพร้อมให้เหตุผล และมอบรางวัลแก่ทีมที่ชนะ
8. ชวนกลุ่มใหญ่สรุปการเรียนรู้จากกิจกรรม โดยถามคำถามสำคัญ ดังนี้
 - สิ่งที่ยากที่สุดในการทำงานกลุ่มเพื่อออกแบบกิจกรรมตามโจทย์ที่ได้รับมีอะไรบ้าง
 - ถามกลุ่มที่ถูกตัดสินให้เป็นผู้ชนะว่ามีกระบวนการทำงานกันอย่างไรจึงสามารถทำออกมาได้ดี
 - หากจะนำความรู้เรื่องเหล่านี้ไปใช้จัดกิจกรรมครั้งต่อไป คิดว่าต้องเตรียมตัวล่วงหน้าเพื่อเป็นวิทยากรในเรื่องนี้เพิ่มอย่างไรบ้าง



ตัวอย่างใบความรู้สำหรับแจกผู้เรียนประกอบกิจกรรม “ฝึกซ้อมก่อนทำจริง”



นายสนิทกับจู้แค้ไหน

มาพิสูจนกันว่า จู้หรือน้องชายที่ติดตัวเรามาตั้งแต่เกิด ที่ต้องทั้งดูแลและใส่ใจ ยิ่งกว่าอวัยวะส่วนใดของร่างกายนั้น เรารู้จักเขาดีพอหรือเปล่า

หน้าที่ของจู้ เป็นช่องทางออกของปัสสาวะ ช่วยผลิตฮอร์โมนและเชื้ออสุจิ สร้างความสุขทางเพศ และจำเป็นมากสำหรับการสืบพันธุ์

1. องคชาติ

เป็นกล้ามเนื้อลักษณะท่อนยาว สามารถยืด หด และ แข็งตัวได้ อยู่ภายนอกร่างกาย ทำหน้าที่เป็นทางผ่านของ ปัสสาวะและน้ำอสุจิ (หรือที่เรียกว่า น้ำกาม) เมื่อมีอารมณ์ทางเพศ องคชาติจะแข็งตัวขึ้น ที่ปลายองคชาติ เป็นจุดรวมของเส้นประสาทซึ่งไวต่อสัมผัสและการกระตุ้น ความรู้สึกทางเพศ เปรียบได้กับกลีสิกอร์ริชของเพศหญิง

2. อัณฑะ

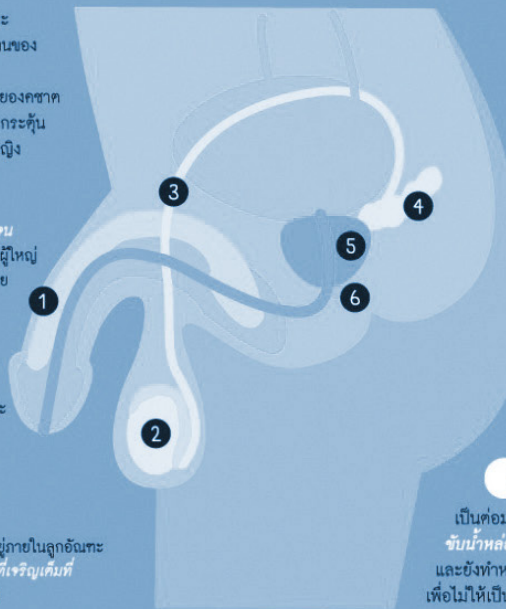
มีหน้าที่ในการ ผลิตตัวอสุจิและฮอร์โมนแอนโดรเจน และเทสโทสเทอโรน ที่ช่วยในการเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ อัณฑะต้องการอุณหภูมิที่เย็นกว่าอุณหภูมิในร่างกาย 3-5 องศาเซลเซียส ซึ่งเป็นอุณหภูมิที่เหมาะสม ในการเจริญเติบโตของอสุจิ มีส่วนประกอบ ดังนี้

ลูกอัณฑะ มีหน้าที่สร้างตัวอสุจิ ลักษณะคล้าย ไข่ดิบเล็ก มี 2 ข้าง ขนาดใกล้เคียงกับ ผู้ชายที่เติบโต เต็มที่ แม้มีลูกอัณฑะสองข้างไม่เท่ากัน ถือว่าเป็นปกติ

ถุงอัณฑะ คือที่อยู่ของลูกอัณฑะ ลักษณะเป็นถุงห้อยอยู่ มีผิวหนังที่บางและเรียบเนียน อาจมีสีคล้ำกว่า บริเวณอื่นภายในร่างกาย

ก้านอัณฑะ มีลักษณะเป็นท่อเล็ก ๆ ขดไปมาอยู่ภายในลูกอัณฑะ มองไม่เห็นจากด้านนอก เป็นที่ที่ท่อนำของอสุจิที่เจริญเต็มที่ ซึ่งผลิตจากอัณฑะก่อนที่ จะเดินทางไปยังท่อน้ำอสุจิ

องค์ประกอบของจู้



3. ท่อน้ำอสุจิ

มี 2 ท่อ อยู่ถัดจากก้านอัณฑะ ท่อนี้จะผ่านเข้าสู่ ช่องท้อง แล้วออกมารวมกับท่อน้ำอสุจิ ผ่านต่อมลูกหมากออกไปคอกับท่อน้ำปัสสาวะ สำหรับนำอสุจิออกสู่ภายนอก น้ำอสุจิที่หลั่ง ออกมาแต่ละครั้งประมาณ 1 ชั่วโมง จะจะมีตัวอสุจิประมาณ 200-300 ล้านตัว

4. ต่อมสร้างน้ำเลี้ยงอสุจิ

ทำหน้าที่สร้างอาหารแก่ตัวอสุจิ

5. ต่อมลูกหมาก

ทำหน้าที่สร้างสารที่เป็นค่าของ ำ เพื่อปรับสมดุลของ กรดและด่าง ซึ่งช่วยให้ตัวอสุจิแข็งแรงและเคลื่อนไหวอย่างไว

6. ต่อมขี้บเมือก

เป็นต่อม 2 ต่อมที่มีรูปร่างกลมเท่าเม็ดลิ้นจี่ มีหน้าที่ในการ ขี้บเมือกหล่อลื่นไปยังองคชาติ ทำให้มีอุปสรรคในการมีเพศสัมพันธ์ และยังทำหน้าที่หล่อลื่น และชำระล้างกรดในท่อปัสสาวะ เพื่อไม่ให้เป็นการครายต่ออสุจิ

เล็กใหญ่ไม่สำคัญ มีสุขภาพดีเหมือนกัน

ในปัจจุบันข่าวจู้เน่า เพราะฉีดยาฮอร์โมน เพิ่มขนาดจู้ ทำให้เห็นกันบ่อยมาก เป็นอันตรายที่เกิดจากความเชื่อที่ว่า ขนาดที่ใหญ่และยาวคือความภาคภูมิใจของผู้ชาย ผู้หญิงจะรักใคร่ชอบ ถ้าผู้ชาย 9 นิ้ว นั้นเป็นเรื่องที่เข้าใจผิดกับมากลอค **เพราะองคชาติของแต่ละคนย่อมไม่เหมือนกัน มีทั้งแบบเล็ก สั้น ยาว กอ ใหญ่ หรือค้ำ ซึ่งทั้งหมดสามารถสร้างความสุขทางเพศได้เท่ากัน** ดังนั้น การที่มีองคชาติเป็นของตัวเอง ย่อมดีกว่าการยิวใหญ่ที่ไม่เป็นธรรมชาติ และเสี่ยงต่อการกลายเป็นจู้เน่า

การทำความสะอาด "จู้"

1. ทำความสะอาดทุกวัน เช้าและเย็นด้วยน้ำสะอาด และสบู่อ่อนแล้วล้างให้แห้ง
2. ใช้น้ำยาเฉพาะที่สำหรับผู้ชาย ยังมีความเชื่อผิด ๆ ว่า การทำความสะอาดด้วยน้ำยาเป็นเรื่องของผู้หญิงเท่านั้น แต่ความจริงแล้วผู้ชายทุกคนก็สามารถใช้ได้เช่นกัน
3. ควรทำความสะอาดด้วยการดึงหนังหุ้มองคชาติให้ร่น ขึ้นมาจนถึงคอคอด เพื่อล้างเหงื่อโคล และคราบน้ำปัสสาวะที่หมักหมมอยู่ ซึ่งเป็นปัจจัยที่อาจก่อให้เกิดมะเร็ง ที่อวัยวะเพศชาย และมะเร็งปากมดลูก ในผู้หญิงได้ หากมีเพศสัมพันธ์กัน
4. ขลิบอวัยวะเพศ คือการตัดหนังหุ้มปลายองคชาติ ออก เพื่อช่วยแก้ปัญหาการเจ็บเมื่อองคชาติแข็งตัว สำหรับผู้ที่หนังหุ้มปลายองคชาติไม่เปิด และช่วยในเรื่องการทำความสะอาดอวัยวะเพศ

5. หมั่นสังเกตความผิดปกติต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น เช่น มีผื่นคัน แผลบวม ปัสสาวะแสบขัด มีเลือดหรือหนองไหลออกมา ควรไปพบแพทย์ทันที
6. ทุกครั้งที่ถ่ายปัสสาวะ ควรถ่ายจนหมด อย่าให้หลงเหลือมาหยดในภายหลัง เพราะอาจจะทำให้เกิดการหมักหมม และเชื้อแบคทีเรียเจริญเติบโต
7. การทำความสะอาดหลังการมีเพศสัมพันธ์ ทำเช่นเดียวกับการทำความสะอาดประจำวัน
 - ในกรณีที่ใช้เจลหล่อลื่นช่วยในการมีเพศสัมพันธ์ หลังจากเสร็จกิจแล้วควรล้างเจลหล่อลื่นออก ให้หมดด้วยน้ำสะอาดและสบู่อ่อน ๆ
 - ถ้าสวมถุงยางอนามัย ควรล้างทำความสะอาด ด้วยน้ำสะอาดและสบู่อ่อนทันที
8. ต้องเปลี่ยนกางเกงในทุกวัน โดยเฉพาะกางเกงในที่เปียกน้ำปัสสาวะไม่ควรนำกลับมาใส่ซ้ำ



ตัวอย่างใบความรู้สำหรับแจกผู้เรียนประกอบกิจกรรม “ฝึกซ้อมก่อนทำจริง”

ทำไงดี จะเป็นสาวแล้ว !

ทำไมใคร ๆ รอบตัวก็มาบอกว่าเรา “โตเป็นสาวแล้วนะ !”

สัญญาณของความเป็นสาว เริ่มจาก ...

- เสียงเปลี่ยนไป ไม่แหลมแสบแก้วหูเหมือนเด็ก ๆ ข้างบ้าน
- มีน้ำมีนวล เหมือนจะอ้วน แต่ก็ไม่ใช่อ้วนนะ
- มีสิวขึ้นบนใบหน้าและตามตัว
- เริ่มมีกลิ่นตัว
- มีหน้าอก นมใหญ่ขึ้นเป็นเต้า หัวนมมีสีคล้ำขึ้น
- สะโพกใหญ่ขึ้น มีก้นป่อง ๆ แต่เอวกลับคอดลง เห็นเป็นเอวซัดขึ้น
- น้องจิมใหญ่ขึ้น และมีขนขึ้นเหนือบริเวณน้องจิมอีกต่างหาก
- เริ่มมีเลือดที่เรียกว่า “ประจำเดือน” ไหลออกมาจากน้องจิมอีกด้วย



ประจำเดือนคืออะไร ?

คือเยื่อบุผนังมดลูกที่หลุดลอกออกมาทางช่องคลอด เมื่อไม่มีตัวอ่อนที่ปฏิสนธิจากไข่กับอสุจิมารวมตัว ประจำเดือนเกิดขึ้นตามรอบแบบนี้



ผ้าอนามัย เรื่องที่ต้องรู้
ผ้าอนามัยเป็นของคู่กันกับประจำเดือน หากซื้อได้ง่ายทั่วไปตามร้านสะดวกซื้อ เราไม่ควรซื้อสักอย่างที่จะต้องเข้าไปซื้อ หากมีเพื่อนผู้ชายล้อเลียนก็ตอบไปเลยว่า เพราะร่างกายเราแข็งแรงดี เป็นวัยรุ่น เป็นสาวแล้ว เราจึงต้องใช้ผ้าอนามัย

- วิธีเลือกซื้อและใช้ผ้าอนามัยก็ง่ายนิดเดียวละ
- เลือกดูห่อบรรจุที่ใหม่ ปิดสนิท ไม่มีฉีกขาด ไม่มีรอยเปื้อน และไม่มีกลิ่นอับชื้น
 - เลือกขนาด แบบ และความหนาของผ้าอนามัยให้เหมาะสมกับปริมาณของประจำเดือน ถ้าเราเป็นคนมีเลือดประจำเดือนครั้งละมาก ๆ ก็ต้องเลือกแบบที่รองรับได้มากเช่นกัน
 - เมื่อแกะใช้แล้ว ควรเก็บไว้ในที่แห้งมิดชิด ผ้าอนามัยที่เปิดห่อแล้วเหลือเก็บไว้วัน ๆ ไม่ควรนำกลับมาใช้
 - ควรเปลี่ยนผ้าอนามัยทุก 4 ชั่วโมง หรือแล้วแต่ปริมาณประจำเดือน แต่ไม่ควรใส่ผ้าอนามัยชิ้นเดิมนานเกิน 8 ชั่วโมง
 - หากรู้สึกคัน หรือแสบ ระคายเคือง แสดงว่าผิวหนังน้องจิมของเรา อาจจะแพ้ผ้าอนามัยชนิดนั้นก็ได้ ควรเปลี่ยนไปใช้ยี่ห้ออื่น หรือแบบอื่น



ตบขาว เรื่องปกติของผู้หญิง
ผู้หญิงเรานอกจากมีเลือดประจำเดือนแล้ว ส่วนใหญ่ยังมีตกขาวไหลทางช่องคลอดอีกด้วย ตกขาวมีลักษณะเป็นมูกใส หรือขาวขุ่น แต่ตกขาวไม่ได้น่ารังเกียจอย่างที่เราคิด เพราะตกขาวสามารถบอกเราได้ว่าน้องจิมมีสุขภาพสมดุล สุขภาพแข็งแรง ทำความสะอาด ฆ่าเชื้อโรคด้วยตัวเองได้

| ลักษณะของตกขาวที่ปกติ | ลักษณะของตกขาวที่ถือว่าผิดปกติ ถ้าเป็นที่ต้องรีบไปพบแพทย์นะ |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> สีขาวขุ่นคล้ายแป้งเปียก ไม่มีกลิ่น ไม่ทำให้คัน ถ้าเป็นช่วงกลางรอบเดือนที่มีการตกไข่ จะเป็นมูกใส ไม่มีกลิ่น ไม่คัน ช่วงตั้งครรภ์ ตกขาวจะมีปริมาณมากกว่าปกติ แต่ยังเป็นสีขาว ไม่มีกลิ่น ไม่คัน ผู้หญิงในวัยหมดประจำเดือน ตกขาวจะมีน้อยกว่าปกติ เพราะฮอร์โมนลดลง ช่องคลอดมักแห้งกว่าเดิม | <ul style="list-style-type: none"> มีปริมาณตกขาวเพิ่มขึ้นมากกว่าที่เคยเป็น และนานกว่า 2 สัปดาห์ สีเปลี่ยนจากสีขาวไปเป็นสีเหลือง สีน้ำตาล หรือสีเขียว หรือข้นเป็นครีม มีกลิ่นแรง คันบริเวณช่องคลอด หรืออวัยวะเพศ ปัสสาวะขัด มีอาการปวดคันหรือมีไข้ร่วมด้วย |



ตัวอย่างใบความรู้สำหรับแจกผู้เรียนประกอบกิจกรรม “ฝึกซ้อมก่อนทำจริง”

ตะลุยกักรवालแห่งจิม

รักจิม = รักตัวเอง

ใครไม่เคยเห็นหน้า "จิม" ของตัวเองแบบชัดๆ ขอให้ยกมือขึ้น ?



เราต้องดูจิมด้วยเหรอ? แน่นอนที่สุด
เพราะจิมเป็นสิ่งสำคัญของผู้หญิงเช่นเดียวกับใบหน้า
สาวรุ่นใหม่ต้องไม่กลัวจิม แต่ต้องรู้จักจิมให้มากที่สุด

ทำได้ง่าย ๆ โดยการล้างแก้มหรือแก้มข้างใดข้างหนึ่ง
พอเหมาะ มีด้ามจับถนัดมือ มาส่องดูจิมให้ชัดเจน
ว่ามีหน้าตา ลักษณะ ขนาด สีสีน หน้าตาอย่างไร !

1. หน้าผากจิม

(เนื้องอวยวะเพศ หรือเนื้องอวยวะหน้า)

เป็นรูปสามเหลี่ยมหัวกลับ เมื่อโค้นั้นจะมีขนอ่อนสั้น
มาปกคลุม ช่วยป้องกันการกระแทกขณะมีเพศสัมพันธ์

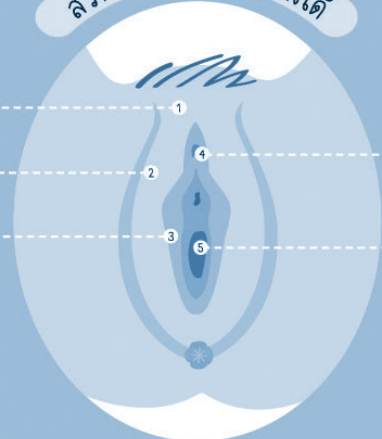
2. รีมฝีปากจิม (แคมนอก)

เป็นกลีบเนื้อนุ่มสองข้าง มีขนปกคลุม สีสีนของ
แคมนอกจะต่างกันในแต่ละคน ช่วยปกป้อง
อวัยวะด้านในไม่ให้ถูกกระทบกระเทือน

3. เหงือกจิม (แคมใน)

เป็นกลีบ ผิวอ่อนนุ่มไม่มีขน อยู่ด้านในของแคมนอก
ซึ่งในบางคนอาจมีแคมในห้อยออกมาใต้แคมนอก
เป็นส่วนที่ไวต่อการสัมผัส เมื่อมีอารมณ์ทางเพศ
แคมในจะขยายและมีสีคล้ำขึ้น

จิมแบ่งออกเป็น ส่วนภายนอกที่มองเห็นได้



จิมของเราไม่จำเป็นต้องเหมือนใคร

ขนาดและรูปร่างของจิม ไม่จำเป็นต้องเหมือนใคร เหมือนกับ
หน้าของเราต้องมี ตา จมูก ปาก แก้ม คิ้ว แต่ก็แตกต่างกัน
ออกไป บางคนตาดูดี ตาโต ปากเล็ก ปากกว้าง เป็นต้น
ฉะนั้นอย่าวิตก ถึงจิมเราอาจแตกต่างจากคนอื่นบ้าง

4. ปุ่มบาร์ลจิม (คลิตอริส)

คือจุดที่มอบความสุขให้ผู้หญิง เป็นตุ่มเนื้อเล็ก ๆ
อยู่ส่วนบนของแคมในที่มีบาร์ลรอบกัน เป็นศูนย์กลาง
ของปลายประสาทมากถึง 8,000 เส้น จึงเป็นจุดที่
ไวต่อความรู้สึก เทียบได้กับจู๋ของผู้ชาย แต่มีเซลล์
ประสาทมากกว่าถึง 2 เท่า คลิตอริสไวต่อการสัมผัส
มากกว่าในช่องคลอด ทำให้ผู้หญิงถึงจุดสุดยอด
ต่อเนื่องได้หลายครั้ง

5. ช่องปากจิม (ปากช่องคลอด)

คือปลายสุดของช่องคลอดที่เปิดสู่ภายนอกร่างกาย

ส่วนภายในที่ไม่สามารถมองเห็นได้

6. มดลูก

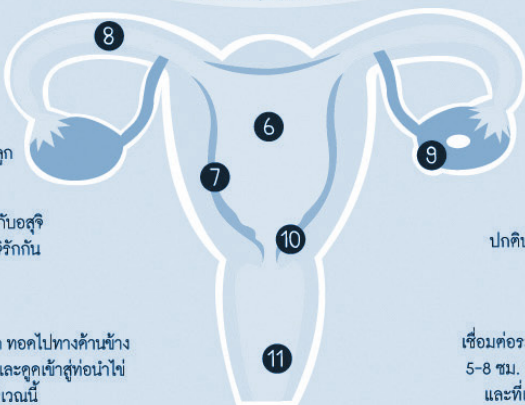
มีขนาดเท่ากับมือของเรา สามารถขยายขนาดได้
500-1,000 เท่าเพื่อรองรับทารก มดลูกเป็นอวัยวะ
มหัศจรรย์ เพราะสามารถป้องกันโรคติดเชื้อ
ที่เป็นสาเหตุของความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจ
และยังผลิตสารเพื่อให้ผู้หญิงไม่รู้สึกเจ็บปวดมาก
ขณะมีประจำเดือน และขณะตั้งครรภ์มีทั้งนมมดลูก

7. ผนังมดลูก

ก่อนมีประจำเดือนเยื่อผนังมดลูกจะหนาขึ้น ถ้าไข่กับอสุจิ
ไม่ได้พบกัน ไข่ก็จะตกและสลายไป แต่ถ้าไข่กับอสุจิรักกัน
จนเกิดตัวอ่อนขึ้น ตัวอ่อนก็จะมาฝังตัวที่ผนังมดลูก

8. ปีกมดลูกหรือท่อหน้าไข่

มี 2 ข้าง ค้านขวาและซ้าย อยู่ทางตอนบนของมดลูก ท่อไปทางด้านข้าง
ส่วนปลายมีรูปร่างคล้ายดอกไม้ทะเล คอยหาไข่สุกและดูดเข้าสู่ท่อหน้าไข่
อสุจิและไข่จะผสมกันจนเกิดตัวอ่อนของทารกในบริเวณนี้



9. รังไข่

มี 2 ข้าง อยู่ใกล้กับท่อหน้าไข่แต่ละด้าน
คอยรับไข่ที่สุกแล้วตกออกมาเดือนละ 1 ฟอง
รังไข่มีลักษณะเป็นถุงสีขาว
ทำหน้าที่เป็นห้องเก็บไข่เล็ก ๆ จำนวนมาก
ซึ่งรังไข่ 2 ข้างจะทำหน้าที่สลับกันเดือนเว้นเดือน

10. ปากมดลูก

อยู่ปลายสุดของช่องคลอด เป็นต่อรงกลมที่ชุ่มชื้น
ปกติปากมดลูกจะปิด มีเพียงรูเล็ก ๆ ให้อสุจิผ่านเข้าไปได้
ขณะคลอดปากมดลูกจะขยายใหญ่ถึง 10 ซม.

11. ช่องคลอด

เชื่อมต่อระหว่างมดลูกกับปากช่องคลอด มีความยาวประมาณ
5-8 ซม. มีความชุ่มชื้น และมีแบคทีเรียที่ช่วยกำจัดเชื้อโรค
และเป็นอันตราย เพื่อช่วยรักษาความสมดุลในช่องคลอด

อย่าเอะกะกับจิม ! ผู้หญิงเรามากังวล
กับกลิ่น และความสะอาดของจิมมากเกินไป
จนทำให้จิมไม่สบาย ความจริงจิมต้องการ
การดูแลอย่างอ่อนโยน และเรียบง่าย ดังนี้...

1. ทำความสะอาดบริเวณภายนอกทุกวันด้วยน้ำและสบู่ แล้วซับให้แห้ง
2. ไม่สวนล้างช่องคลอด ไม่ว่าจะด้วยน้ำสะอาด หรือน้ำยาฆ่าเชื้อ เพราะจะทำให้ระคายเคือง
3. ไม่ถอนขนอ่อน โขน หรือย้อมสี เทียงแต่เสียดแทงก็พอ
4. เมื่อมีประจำเดือน ควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อย ๆ อย่างน้อย ทุก 4 ชั่วโมง และล้างด้วยน้ำสะอาดแล้วซับให้แห้งทุกครั้ง
5. ไม่ใช้แผ่นอนามัยแผ่นติดติดต่อกันทุกวัน เพราะจะทำให้ยับขึ้น

6. เลือกกางเกงในเนื้อผ้าบางเบา ไม่คับ หรือหลวมเกินไป ควรซักตากให้แห้งเพื่อป้องกันเชื้อรา และไม่ควรรีดกางเกงในร่วมกับผู้อื่น
7. หลังถ่ายอุจจาระ ควรใช้น้ำล้าง แล้วซับให้แห้ง โดยเช็ดจากอวัยวะเพศไปทวารหนัก เพื่อไม่ให้เชื้อโรคจากทวารหนักติดตามยังช่องคลอด
8. ควรปัสสาวะก่อน และหลังมีเพศสัมพันธ์ทุกครั้ง

ตัวอย่างใบความรู้สำหรับแจกผู้เรียนประกอบกิจกรรม "ฝึกซ้อมก่อนทำจริง"

จาก ค.ช. เป็น " นาย " เต็มตัว

เตรียมตัวให้พร้อมตั้งแต่วันนี้ เพื่อความเป็นแมน ที่ยึดได้อย่างภาคภูมิใจ

เมื่อพวกเราเด็กชายตัวน้อย ๆ เริ่มเติบโตขึ้น ร่างกายเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วเพื่อเข้าสู่ความเป็นหนุ่ม ลองสังเกตตัวเองดูใหม่ว่า มีอะไรเปลี่ยนแปลงไปแบบนี้น้าง ?

เสียงแตกห้าว ไม่แหลมเล็กเหมือนเด็กตัวเล็ก ๆ อีกต่อไป

มีสิวขึ้นบนใบหน้า หรือบนแผ่นหลัง

ลูกกระเดือกโตขึ้น จนเห็นได้เด่นชัด

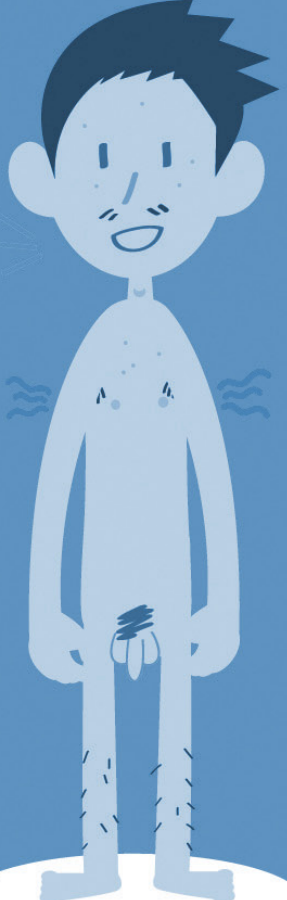
เริ่มมีกลิ่นตัว

หน้าอกค้ำขึ้นและหัวนมบนขยายใหญ่ขึ้น

มีมัดกล้ามเนื้อ ไหล่ขยายกว้าง ตัวสูงใหญ่ขึ้น แขนขายาวแก้งก้าง

เริ่มมีขนขึ้นที่บริเวณเนินอวัยวะเพศ (หัวหน่าว) ใต้รักแร้ บนหน้าแข้ง และมีหนวดเคราขึ้นบน ใบหน้า อวัยวะเพศมีขนาดใหญ่และยาวขึ้น

เริ่มมีอาการมีนเปือก (มีนเปือก คือการขับน้ำอสุจิส่วนเกินที่ร่างกายผลิตและเก็บสำรองเอาไว้ จะถูกปล่อยออกมา ขณะนอนหลับหรือมีนวาบหาว เป็นการปลดปล่อยพลังงานทางเพศส่วนเกินตามธรรมชาติ และยังเป็นสัญญาณบ่งบอกว่า ร่างกายของเราพร้อมสืบพันธุ์ มีลูกได้ ไม่ใช่เรื่องผิดปกติ)



การควบคุมอารมณ์เพศ

เมื่อร่างกายเติบโตจากเด็กชายสู่หนุ่มน้อย เราต้องทำความเข้าใจอารมณ์เพศไว้นะ เพราะมันเป็นส่วนหนึ่งของ การเติบโตเป็นผู้ชายเต็มตัว อารมณ์เพศไม่ใช่เรื่อง ติบ ๆ เดือน ๆ เราสามารถดูแลด้วยวิธีง่าย ๆ ต่อไปนี้ การเล่นกีฬา การทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องใช้สมาธิ เช่น การฝึกหัดเล่นดนตรี, การอ่านหนังสือ, การเล่นเกมที่ต้องใช้ทักษะมาก ๆ การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง (ที่เรียกว่า ง่าย ๆ ว่า ซักตัว) เป็นวิธีสร้างความสุขทางเพศที่ปลอดภัยและเป็นธรรมชาติ

แต่ถ้าเพื่อน ๆ เกิดความกังวล ที่ร่างกายเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เมื่อเทียบกับเพื่อน ๆ ขอบอกว่า...

การเจริญเติบโตเป็นวัยรุ่นในแต่ละคนนั้นไม่พร้อมกัน บางคนเร็ว บางคนช้า ไม่จำเป็นที่เราต้องไปเปรียบเทียบรูปร่าง หน้าตา ร่างกายของเรากับเพื่อนคนอื่น ๆ ไม่ต้องรู้สึกน้อยใจมีปมคิดว่าตัวเราเติบโตช้ากว่าคนอื่น หรือรู้สึกหงุดหงิดที่ตัวเองโตเร็วกว่าเพื่อนรุ่นเดียวกัน เพราะแต่ละคนเกิดมาจากพ่อแม่คนละคู่กัน ควบคุมพันธุกรรมพันธุไม่เหมือนกัน เมื่อถึงเวลาทุกคนจะเติบโตมีความเป็นชายไม่น้อยไปกว่ากัน จึงไม่จำเป็นต้องวิตก เป็นกังวล ขาดความมั่นใจ หรือขาดความสุขในการใช้ชีวิตวัยรุ่นไป

ความเข้าใจผิด ๆ เกี่ยวกับเรื่องเพศของวัยรุ่น



Q: การเกิดมีนเปือกและการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง แสดงถึงความต้องการทางเพศสูงหรือเข็งซัด
A: ไม่จริง เพราะความจริงแล้วมีนเปือกเป็นการระบายเชื้ออสุจิที่เก่าเก็บโดยธรรมชาติ เพื่อให้มีพื้นที่สำหรับเชื้ออสุจิที่ถูกละทิ้งใหม่ ส่วนการสำเร็จความใคร่คือวิธีหนึ่งในการดูแลอารมณ์ทางเพศเท่านั้น

Q: ผู้ชายแต่ละคนมีน้ำหนักและตัวอสุจิจำนวนจำกัด
A: ไม่จริง เพราะอณูของอสุจิแต่ละคนไม่เหมือนกัน แต่เมื่ออายุมากขึ้น ร่างกายเริ่มเสื่อมไปคามวัย จึงทำให้ระบบสืบพันธุ์ผลิตอสุจิได้น้อยลง

Q: การมีอวัยวะเพศใหญ่เป็นสิ่งที่แสดงถึงความแข็งแรงมากกว่า
A: ไม่จริง เพราะผู้ชายแต่ละคนมีขนาดและรูปร่างของอวัยวะเพศที่แตกต่างกัน เล็กใหญ่ ไม่เท่ากัน ซึ่งเป็นไปตามลักษณะกรรมพันธุ์ของแต่ละคน ขนาดของอวัยวะไม่ได้แสดงถึงความสามารถในการสืบพันธุ์ที่ต่างกัน ไม่ได้เป็นสัญญาณมากกว่ากันแต่อย่างใด



Q: ผู้หญิงชอบผู้ชายที่มีอวัยวะเพศใหญ่กว่า
A: ไม่จริง ผู้หญิงมีจุดรับความรู้สึกทางเพศที่เรียกว่า "คลิตอริส" เป็นตั้งเมื่ออยู่ด้านบนของอวัยวะเพศ และ "จิตปอด" อยู่ลึกจากปากช่องคลอด เข้าไปประมาณสองนิ้วเท่านั้น อวัยวะเพศชายที่ใหญ่ยาว จึงไม่จำเป็นต่อความสุขทางเพศของผู้หญิงเลย

Q: การมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่ยังเป็นวัยรุ่นแสดงถึงความโดดเด่น เป็นชายเหนือกว่าคนอื่น
A: ไม่จริง เพราะความเป็นชายไม่ได้แสดงออกด้วยการมีเพศสัมพันธ์ แต่การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่รู้วิธีป้องกันให้ปลอดภัยอาจทำให้เกิดโรค หรือทำให้ต้องกลายเป็น "พ่อ" ในวัยที่ยังไม่พร้อม

Q: เรื่องเพศเป็นเรื่องที่อาย ไม่ควรบอกให้พ่อ แม่ ผู้ปกครองรู้ ปรึกษาเพื่อนดีที่สุด !
A: ไม่จริง พ่อแม่เป็นบุคคลที่เราควรระขอคำปรึกษาในเรื่องเพศมากที่สุด เพราะมีประสบการณ์มากกว่าเพื่อน ๆ ในวัยเดียวกันที่อาจรู้มาแบบผิด ๆ ถูก ๆ

เรื่องเพศ ยิ่งคุย ยิ่งเข้าใจ

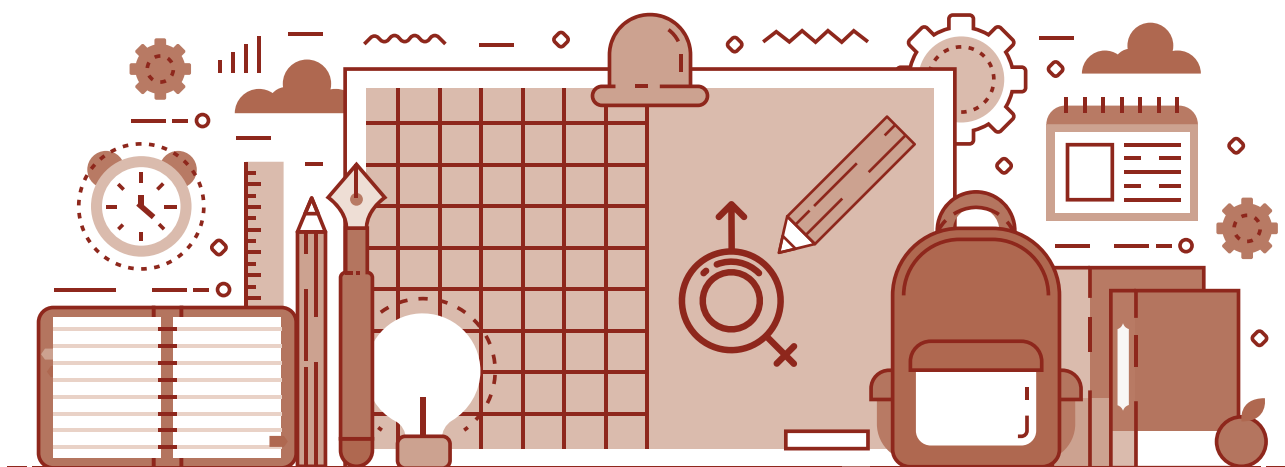
เห็นหรือยังว่า "การเปลี่ยนแปลงของร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยหนุ่มนั้น" เป็นเรื่องธรรมดา หากข้อมูลเรื่องเพศที่คุณต้องการเพิ่มเติมได้ที่ <http://talkaboutsex.thaihealth.or.th/>



ชุดกิจกรรมที่ 2

ความรู้พื้นฐาน

สู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น



เนื้อหาของชุดกิจกรรมนี้เพื่อให้ผู้รับการอบรมทำความเข้าใจบริบทชีวิตวัยรุ่นและการมีสุขภาพทางเพศ ซึ่งเป็นเรื่องที่เชื่อมโยงกัน เหมาะสำหรับผู้แทนเยาวชนและแกนนำเยาวชนได้มีความสามารถทำหน้าที่ผลักดันและกำกับติดตามการดำเนินงานโดยเน้นการคุ้มครองสิทธิที่มีอยู่ตามพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

เนื้อหาประกอบด้วย

หมวดสุขภาพทางเพศกับสิทธิมนุษยชน

เข้าใจถึงสิทธิต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศว่ามีอะไรบ้าง การแสดงออกอย่างมั่นใจเพื่อยืนยันสิทธิที่คนมีอยู่นั้นสำคัญอย่างไร สามารถแสดงออกได้อย่างไรบ้างเพื่อสนับสนุนให้เกิดการเคารพซึ่งกันและกัน

หมวดเพศภาวะ (Gender) และ เพศวิถี (Sexuality)

การมีข้อมูลเพื่อทำความเข้าใจธรรมเนียมปฏิบัติในเรื่องเพศว่าทำหน้าที่อะไรในสังคม การกำหนดวิถีชีวิตทางเพศของคนในสังคมในชุมชนทั้งในเรื่องพฤติกรรมทางเพศ ประสบการณ์ และการหาความสุข รวมถึงความกดดันจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ไม่ยินยอม และสามารถวิเคราะห์ วิพากษ์ทัศนคติในเรื่องเพศสภาพที่น่าเสนอผ่านสื่อ

หมวดทักษะเพื่อการสื่อสารและนำเสนอข้อมูล

ฝึกวิธีการพูดคุยถึงความรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ ทักษะการนำเนื้อหาจากพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมาถ่ายทอดใหม่ด้วยภาษาที่เข้าใจง่าย เพื่อให้สามารถพูดคุยนำเสนอข้อมูลแก่กลุ่มเป้าหมายได้อย่างมั่นใจ

หมวดทำความเข้าใจหลักสูตรและเตรียมความพร้อม

บอกความคาดหวัง ตั้งกติกา



30 นาที

เวลาที่ใช้



กิจกรรมสันทนการเพื่อ
ละลายพฤติกรรม, ละคร
ฟลิปชาร์ต, ปากกาเคมี

อุปกรณ์/สื่อ



ชวนคิดสำหรับวิทยากร
ในการตั้งกติการ่วมกัน

ควรมีกติกาเรื่องการเปิดใจรับฟัง
โดยไม่มีอคติ และการรักษาความลับ
อยู่ในกติกาที่ผู้เรียนช่วยกันตั้งด้วย

วัตถุประสงค์

- ผู้เรียนเห็นภาพรวมของการอบรม

ก่อนเริ่มกิจกรรม

- เตรียมวัตถุประสงค์ กำหนดการไว้บนกระดานเพื่อใช้แสดงให้กลุ่มใหญ่เห็น
- เตรียมเกมหรือกิจกรรมเพื่อละลายพฤติกรรมสั้น 2-3 เกม โดยเน้นเกมที่
ทำให้คนได้รู้จักกัน
- จัดเก้าอี้ที่นั่งผู้เรียนให้เป็นรูปตัว U โดยไม่มีโต๊ะ
- เตรียมแบบประเมินผลก่อนการอบรมจำนวนเท่าผู้เรียน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

- แจกกระดาษสีให้ทุกคน คนละ 2 แผ่นโดยมีสีต่างกัน หรือรูปทรงต่างกัน เพื่อให้ทุกคนเขียน **สิ่งที่ตนเองคาดหวัง** ในแผ่นหนึ่ง และ **สิ่งที่ไม่อยากจะให้เกิดในระหว่างการอบรม** ลงอีกแผ่นหนึ่ง
- เมื่อเขียนเสร็จ ให้นำไปติดไว้บนกระดานที่ทุกคนมองเห็นชัดเจน โดยแยกเป็น **กลุ่มที่บอกความคาดหวังจากการมาอบรม** และ **กลุ่มที่บอกสิ่งที่ไม่อยากจะเกิดขึ้นระหว่างอบรม**
- ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการอบรมชุดกิจกรรมที่ 2 ให้ทุกคนรับรู้
- ขออาสาสมัครอ่านความเห็นจากกระดาษของทั้งสองกลุ่ม โดยเริ่มจากกลุ่มที่บอกความคาดหวัง และเชื่อมโยงความเห็นต่างๆ บนกระดาษเข้ากับวัตถุประสงค์ของการอบรมว่ามีความเหมือนหรือสอดคล้องกันอย่างไร
- จากนั้น อ่านความเห็นในกลุ่มสิ่งที่ไม่อยากจะเกิดขึ้นระหว่างการอบรม และจัดหมวดหมู่ข้อความที่ใกล้เคียงกันได้ด้วยกันไว้ เพื่อชวนตั้งกติกาในขั้นตอนต่อไป
- ชวนผู้เรียนกลุ่มใหญ่คิดว่า หากไม่อยากจะให้เกิดสิ่งเหล่านี้ในห้องอบรม เราควรจะมีกติกาในการอยู่ร่วมกันอย่างไรบ้าง ระดมคำตอบที่ได้ขึ้นกระดาษไว้
- หลังจากระดมความเห็นแล้ว ถามผู้เรียนถึงเหตุผลแต่ละข้อว่าทำไมควรตั้งเป็นกติกา มีข้อไหนที่อยากเปลี่ยนแปลง เพิ่มเติมอีกหรือไม่ ก่อนนำไปคิดไว้ในที่เห็นได้ชัด เพื่อใช้ย้ำเตือนเมื่อมีการทำผิดกติกาเกิดขึ้น และเตรียมเข้าสู่กิจกรรมต่อไป

วัตถุประสงค์การอบรม

1. เข้าใจความหมาย ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิมนุษยชน สิทธิทางเพศ และสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์กับเรื่องเพศในสังคม
2. ตระหนักถึงความสำคัญของ "เพศสภาวะ" ที่ส่งผลต่อชีวิตทางเพศและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ของคนในสังคม
3. เข้าใจความหลากหลายและความซับซ้อนของเพศวิถีในสังคม
4. เห็นรูปแบบและวิธีการเพื่อยุติการละเมิดสิทธิทางเพศและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์
5. มีทักษะการสื่อสารเพื่อนำเสนอเนื้อหาจากพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ให้ผู้อื่นเข้าใจ และเห็นความสำคัญร่วมกัน

ตัวอย่างกติกาสำคัญ ที่ส่งผลต่อการเรียนรู้

- ร่วมแสดงความคิดเห็นได้เต็มที่
- ทุกความคิดเห็นมีค่า ไม่มีผิด ไม่มีถูก
- ตั้งใจฟังเมื่อคนอื่นพูด ไม่พูดแทรก
- ยกมือขึ้นเมื่อต้องการพูดแสดงความคิดเห็น
- ไม่ใช่โทรศัพท์ระหว่างทำกิจกรรม
- รักษาเวลา และตรงต่อเวลา
- ไม่นำเรื่องส่วนตัวของเพื่อนที่พูดคุยในกิจกรรมไปบอกต่อผู้ที่ไม่ได้เข้าร่วมอบรม
- เปิดใจรับฟังความเห็นผู้อื่น ไม่คว่นคัดสิน ไม่ใช่อคติ

หมวดสุภภาวะทางเพศและสิทธิมนุษยชน

ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร



เวลาที่ใช้

30 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี / ปากกาลูกลื่น,
บัตรคำ "คำคมเกี่ยวกับความ
ยุติธรรม" เตรียมไว้ให้พอกับ
จำนวนผู้เรียน, กระดาษ A4

วัตถุประสงค์

- ตระหนักถึงเรื่องของความยุติธรรมจากการอ่านคำคม
- ฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์ถึงสิ่งที่เป็นนามธรรม

ก่อนเริ่มกิจกรรม

- ตัดบัตรคำแต่ละข้อความไว้ให้พร้อม และนำมาวางเรียงบนพื้นห้องกลางวง
- เตรียมข้อความนี้โดยเขียนไว้บนกระดาน แต่ยังไม่แสดงให้ผู้เรียนเห็น

"ในหัวใจของเรา และในกฎหมายของเรา เราต้องปฏิบัติกับทุกคนด้วยความยุติธรรมและอย่างมีศักดิ์ศรี โดยไม่คำนึงถึงเชื้อชาติ เพศ อายุ จุดยืนทางการเมือง หรือศาสนา"

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. อธิบายแก่ผู้เรียนว่า บัตรคำที่วางอยู่กลางวงนั้น ทุกข้อความเกี่ยวข้องกับคำว่า "ความยุติธรรม"
2. ให้เวลาแต่ละคนเลือกว่าจะหยิบบัตรคำใบใด คนละ 1 ใบ ก่อนกลับเข้ามารวมกลุ่มใหญ่
3. ขออาสาสมัครคนแรกเริ่มอ่านบัตรคำที่ตนเองเลือกให้กลุ่มใหญ่ได้ยิน จากนั้น เวียนกันอ่านออกเสียงจนครบทุกคน โดยไม่ต้องอธิบายเหตุผล
4. แจกกระดาษให้แต่ละคนเขียนเหตุผลที่เลือกบัตรคำ โดยขึ้นคำถามให้เห็น (ให้เวลาไม่เกิน 3 นาทีในการเขียน)
 - ข้อความในบัตรมีความสำคัญ/มีความหมาย/ตรงกับเราอย่างไร
 - เราพบเรื่องราวที่เกิดขึ้นกับตัวเองหรือคนรอบข้างอย่างไร จากใคร ที่ทำให้เรารู้สึกว่าเรื่องนี้ไม่ยุติธรรม
 - เราเคยแสดงออกว่าทำอะไรที่ไม่ยุติธรรมกับใครบ้างไหม แล้วคนนั้นมีปฏิกิริยาอย่างไร
 - ถ้อยคำในบัตรคำทำให้เรารู้สึกอย่างไร เมื่อย้อนนึกถึงเหตุการณ์เหล่านั้น
5. ขออาสาสมัครอ่านสิ่งที่ตนเองเขียนให้เพื่อนฟัง ระหว่างฟัง วิทยากรจดประเด็นสำคัญของเรื่องเล่าเกี่ยวกับความไม่ยุติธรรมที่อาสาสมัครได้รับ หรือสิ่งที่เห็นว่าไม่ยุติธรรมขึ้นบนกระดานให้ทุกคนเห็น
6. ย้ำให้ทุกคนเก็บกระดาษแผ่นดังกล่าวไว้กับตัวตลอดเวลาอบรม
7. ถามคำถามสำคัญ เพื่อสรุปการเรียนรู้
 - ความยุติธรรมเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติได้ไหม เพราะอะไร
 - เป็นเรื่องง่ายหรือยาก ที่จะทำให้เกิดความยุติธรรมกับทุกคน ทุกเรื่อง เพราะอะไร
8. จากนั้น แสดงข้อความที่เตรียมไว้ ขออาสาสมัครอ่านข้อความนี้ดังๆ ให้ทุกคนได้ยิน

"ในหัวใจของเรา และในกฎหมายของเรา เราต้องปฏิบัติกับทุกคนด้วยความยุติธรรมและอย่างมีศักดิ์ศรี โดยไม่คำนึงถึงเชื้อชาติ เพศ อายุ จุดยืนทางการเมือง หรือศาสนา"
9. ขออาสาสมัครที่สามารถยกตัวอย่างเรื่องที่เกี่ยวข้องกับข้อความที่อ่านนี้ได้บ้าง (กระตุ้นให้นึกถึงเรื่องที่เกิดขึ้นจริงในชุมชนในสังคม)
10. สรุปการเรียนรู้กิจกรรมว่า เพราะคนในสังคมไม่ได้เห็นตรงกันทุกเรื่องว่าต้องทำอะไรเพื่อให้เกิดความยุติธรรม สังคมโลกจึงต้องมีข้อตกลงร่วมกันว่าทุกคนมีสิทธิได้รับการปฏิบัติด้วยความเคารพและอย่างมีศักดิ์ศรี ซึ่งข้อตกลงดังกล่าวเรียกว่า "สิทธิมนุษยชน"
11. จากนั้น เข้าสู่กิจกรรมทำความเข้าใจกับสิทธิมนุษยชน

บัตรคำแจกผู้เรียน สำหรับกิจกรรม “ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร” (คนละ 1 ข้อความ)

จงใช้ชีวิตในแบบที่คนอื่นจะเอ๋ยชื่อคุณ
เมื่อเขาพูดถึงความยุติธรรมและการทำตามที่คุณ

ความยุติธรรมทำให้ดวงดาวส่องแสงระยิบระยับ

ผู้หญิงไม่ได้ตายเพราะโรคที่รักษาไม่ได้
แต่ตายเพราะสังคมตัดสินว่าชีวิตของพวกเธอไม่มีค่าพอจะรักษาไว้

บัตรคำแจกผู้เรียน สำหรับกิจกรรม “ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร” (คนละ 1 ข้อความ)

จงมีเมตตาต่อทุกคนที่คุณพบว่าเขากำลังต่อสู้เพื่อชัยชนะอันยิ่งใหญ่

พรสวรรค์ยิ่งใหญ่ของมนุษย์ คือ การที่เราสามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา

**อนาคตกำหนดได้จาก
ความยุติธรรมของพวกเราที่มีต่อลูกหลานของคนอื่น**

บัตรคำแจกผู้เรียน สำหรับกิจกรรม “ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร” (คนละ 1 ข้อความ)

ความยุติธรรมไม่ได้เกิดมาพร้อมโลก เราต้องสร้างขึ้นเอง

อิสรภาพและความยุติธรรม คือพี่น้องฝาแฝด

ความอยุติธรรมย่อมเกิดขึ้นเมื่อสิ่งที่เหมือนกันได้รับการปฏิบัติแตกต่างกัน
และสิ่งที่แตกต่างกันได้รับการปฏิบัติเหมือนกัน

บัตรคำแจกผู้เรียน สำหรับกิจกรรม “ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร” (คนละ 1 ข้อความ)

ความยุติธรรมไม่สามารถอยู่ข้างใดข้างหนึ่ง ต้องอยู่กับทั้งสองข้าง

สิ่งที่ยิ่งใหญ่สำหรับคนหนุ่มสาวคือการกล้าตั้งคำถาม
เพราะแสดงว่าพวกเขาให้ความสนใจเรื่องความยุติธรรมอย่างลึกซึ้ง
ด้วยใจที่เปิดกว้าง

สังคมมีความยุติธรรมมากเท่าไร การสงเคราะห์ก็จะน้อยลงเท่านั้น

บัตรคำแจกผู้เรียน สำหรับกิจกรรม “ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร” (คนละ 1 ข้อความ)

โลกเป็นสถานที่อันตรายไม่ใช่เพราะมีคนทำเรื่องเลวร้าย
แต่เพราะมีคนเห็นเรื่องเลวร้ายและยืนดูเฉยๆ

ความไม่เท่าเทียมระหว่างมนุษย์ ไม่ใช่เรื่องธรรมชาติ

สังคมที่ไม่ให้คุณค่ากับเสรีภาพและความเท่าเทียม
ยากที่จะก้าวไปได้อย่างมั่นคงและงดงาม

บัตรคำแจกผู้เรียน สำหรับกิจกรรม “ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร” (คนละ 1 ข้อความ)

การเอาชนะความยากจนไม่ใช่การทำเพื่อการกุศล แต่เป็นการทำเพื่อความยุติธรรม
ไม่ว่าจะเป็นการค้าทาส เขี้ยยคฉิว หรือความจน ล้วนไม่ได้เกิดขึ้นโดยธรรมชาติ
มันเป็นสิ่งที่มนุษย์ก่อขึ้น แต่เราสามารถเอาชนะและกำจัดสิ่งเหล่านี้
ด้วยการกระทำของเรา มันเป็นภาระของคนบางรุ่นที่จะสร้างความยิ่งใหญ่
พวกคุณคือคนรุ่นนั้น
จงปล่อยให้ความยิ่งใหญ่ของพวกคุณแบ่งบาน

หมวดสุขภาพทางเพศและสิทธิมนุษยชน

ทำความรู้จักกับสิทธิมนุษยชน



เวลาที่ใช้

60 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกาเคมี / สี / ปากกาลูกลื่น, กระดาษ A4, ใบความรู้เรื่องสิทธิมนุษยชนอย่างง่าย, ใบความรู้ ที่มาและความหมายของปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน, กระดาษที่แต่ละคนบันทึกความเห็นเรื่องความยุติธรรม

วัตถุประสงค์

- เข้าใจแนวคิดเรื่องสิทธิมนุษยชน
- สามารถบอกได้ว่าสิทธิมนุษยชนมีกี่ข้อ อะไรบ้าง

ก่อนเริ่มกิจกรรม

- เขียนข้อความนี้เตรียมไว้บนกระดาน

"ทุกกลุ่มมาอยู่บนเกาะหนึ่งซึ่งมีปัจจัยที่จำเป็นสำหรับการมีชีวิตรอดครบแล้ว แต่ไม่มีกฎหมาย ไม่มีประวัติศาสตร์ความเป็นมา เราเป็นกลุ่มแรกที่มาอยู่ ให้ทุกกลุ่มช่วยกันร่างกฎหมาย 10 ข้อ โดยกฎที่ตั้งขึ้นสามารถใช้ได้กับทุกเพศ ทุกวัย ทุกฐานะ ไม่มีข้อยกเว้น"

- เตรียมใบความรู้เรื่องสิทธิมนุษยชนอย่างง่าย สำหรับแจกทุกคน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. แบ่งกลุ่มผู้เข้าร่วมเป็นกลุ่มย่อย (กลุ่มละไม่เกิน 5 คน) และแสดงข้อความที่เตรียมไว้บนกระดาน เพื่อให้ทุกคนเห็น และทำความเข้าใจ ดังนี้

"ทุกกลุ่มมาอยู่บนเกาะหนึ่งซึ่งมีปัจจัยที่จำเป็นสำหรับการมีชีวิตรอดครบแล้ว แต่ไม่มีกฎหมาย ไม่มีประวัติศาสตร์ความเป็นมา เราเป็นกลุ่มแรกที่มาอยู่ ให้ทุกกลุ่มช่วยกันร่างกฎหมาย 10 ข้อ โดยกฎที่ตั้งขึ้นสามารถใช้ได้กับทุกเพศ ทุกวัย ทุกฐานะ ไม่มีข้อยกเว้น"

2. เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอกฎหมายที่ร่างไว้แก่กลุ่มใหญ่
3. ระหว่างที่แต่ละกลุ่มนำเสนอ วิทยากรจับบันทึกกฎที่แต่ละกลุ่มร่างขึ้นไว้ โดยจัดแยกเป็นกลุ่ม (อ้างอิงตามใบความรู้ท้ายกิจกรรม)
4. เมื่อนำเสนอครบทุกกลุ่มแล้ว ถามผู้เรียนถึงบรรยากาศการถกเถียงในกลุ่มว่า ข้อไหนที่มีการถกเถียงกันนานกว่าจะตกลงกันได้ ใช้เวลามากที่สุด เพราะอะไร
5. จากนั้น แจกใบความรู้ "ปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน แบบเข้าใจง่าย" ให้ทุกคน
6. ให้ผู้เรียนเวียนกันอ่านปฏิญญาคนละข้อ ตามที่ได้รับแจก ให้เพื่อนกลุ่มใหญ่ได้ยิน
7. ขวนผู้เรียนทบทวนว่าใน 30 ข้อนี้ มีข้อไหนที่ทำให้แปลกใจ นึกไม่ถึงว่าจะเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานบ้าง
8. ให้แต่ละกลุ่มกลับไปหารือกัน โดยทบทวนกฎหมายที่ร่างขึ้นมาเพื่ออยู่บนเกาะอีกครั้งว่า
 - มีข้อไหนบ้างที่ตรงและไม่ตรงกับที่ระบุไว้ในสิทธิมนุษยชน
 - จะเพิ่มเติมหรือปรับเปลี่ยนข้อไหนให้ตรงกับสิทธิมนุษยชน
9. จากนั้น ให้กลับเข้ากลุ่มใหญ่ โดยให้เวลาผู้เรียนนำกระดาษที่แต่ละคนเขียนเมื่อตอนทำกิจกรรม "ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร" ออกมาอ่านทบทวนเสียงๆ

10. ถามคำถามเพิ่มเติมกับกลุ่มใหญ่ว่าบัตรคำที่เลือกไว้นั้นสอดคล้องกับแนวคิดเรื่องสิทธิมนุษยชนทั้ง 30 ข้อที่เพิ่งเรียนรู้ไปอย่างไรบ้าง โดยใช้คำถามดังนี้ (จดคำตอบที่ได้ขึ้นไว้บนกระดานให้ทุกคนเห็นชัดเจน)
 - ข้อความในบัตรคำที่เราเลือกมานั้น คิดว่าสอดคล้องกับข้อไหนของสิทธิมนุษยชนที่ระบุไว้บ้าง
 - มีอะไรบ้างที่จะเป็นสาเหตุให้คนเราไม่ได้รับ หรือถูกละเมิดสิทธิมนุษยชน
11. สรุปการเรียนรู้ร่วมกับผู้เรียนถึงที่มาและความหมายของปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน โดยวิทยากรใช้ข้อมูลในใบความรู้
12. จากนั้นชวนผู้เรียนทำกิจกรรมต่อไปโดยอธิบายว่าจะให้ทุกคนได้มีโอกาสนำเสนอสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้ไปลองปรับใช้กับสถานการณ์สมมติที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ

ใบความรู้แจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “ทำความเข้าใจกับสิทธิมนุษยชน”

ปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน แบบเข้าใจง่าย

1. ทุกคนมีอิสระและเราทุกคนควรจะได้รับปฏิบัติเช่นเดียวกัน
2. ทุกคนมีความเสมอภาค ไม่ว่าจะมีความแตกต่างกันในสีผิว เพศ ศาสนา ภาษา เป็นต้น
3. ทุกคนมีสิทธิในการดำรงชีวิต ในการมีชีวิตอย่างอิสระและปลอดภัย
4. ไม่มีใครมีสิทธิที่จะปฏิบัติต่อเราเยี่ยงทาส และเราก็ไม่อาจจะทำให้ผู้ใดเป็นทาสของเราเช่นกัน
5. ไม่มีใครมีสิทธิที่จะทำอันตรายเรา หรือทรมานเรา
6. ทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับการยอมรับว่าเป็นบุคคลตามกฎหมายไม่ว่าจะอยู่ที่ใด
7. กฎหมายเป็นสิ่งเดียวกันสำหรับทุกคน กฎหมายต้องปฏิบัติกับเราทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน
8. ทุกคนมีสิทธิที่จะขอความช่วยเหลือทางกฎหมาย เมื่อสิทธิของพวกเขาถูกละเลย
9. ไม่มีใครมีสิทธิที่จะจำคุกเราอย่างไม่เป็นธรรม หรือขับไล่เราออกไปจากประเทศของเราเอง
10. ทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับการพิจารณาคดีอย่างเป็นธรรม และเปิดเผย
11. ทุกคนควรได้รับการสันนิษฐานว่าบริสุทธิ์ จนกว่าจะมีการพิสูจน์ว่ามีความผิด
12. ทุกคนมีสิทธิที่จะขอความช่วยเหลือ หากมีใครบางคนพยายามทำร้ายเรา แต่จะไม่มีใครสามารถเข้าไปในบ้านเรือนของเรา เปิดจดหมายเราอ่าน หรือรบกวนเราหรือครอบครัวโดยไม่มีเหตุพอเพียง
13. ทุกคนมีสิทธิที่จะเดินทางไปไหนมาไหนได้ตามต้องการ
14. ทุกคนมีสิทธิที่จะไปยังอีกประเทศหนึ่ง แล้วขอความคุ้มครองหากจะมีใครคามรังควาน หรือตกอยู่ในอันตราย
15. ทุกคนมีสิทธิที่จะถือสัญชาติของประเทศหนึ่งๆ ไม่มีใครมีสิทธิที่จะยับยั้งการเปลี่ยนสัญชาติของเราได้ถ้าเราต้องการ
16. ทุกคนมีสิทธิในการแต่งงาน และมีครอบครัว
17. ทุกคนมีสิทธิที่จะเป็นเจ้าของทรัพย์สิน
18. ทุกคนมีสิทธิที่จะปฏิบัติศาสนกิจของตนเอง และสามารถเปลี่ยนศาสนาได้หากต้องการ
19. ทุกคนมีสิทธิที่จะพูดในสิ่งที่คิด และมีสิทธิที่จะให้และรับรู้ข้อมูลข่าวสาร
20. ทุกคนมีสิทธิที่จะเข้าร่วมการประชุมและสมาคมใดๆ โดยสันติ
21. ทุกคนมีสิทธิที่จะช่วยเลือกและเข้าไปมีส่วนร่วมในรัฐบาลของตน
22. ทุกคนมีสิทธิในการประกันสังคม และมีโอกาสพัฒนาทักษะของตน
23. ทุกคนมีสิทธิที่จะทำงานโดยได้รับค่าจ้างที่เป็นธรรม ได้รับสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย และได้เข้าร่วมกับสหภาพแรงงาน
24. ทุกคนมีสิทธิที่จะพักผ่อนและมีเวลาหย่อนใจ
25. ทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับมาตรฐานความเป็นอยู่ที่พอเพียง และได้รับความช่วยเหลือทางการแพทย์ถ้าเจ็บป่วย
26. ทุกคนมีสิทธิที่จะไปโรงเรียน
27. ทุกคนมีสิทธิที่จะเข้าร่วมในวัฒนธรรมของชุมชน
28. ทุกคนต้องเคารพใน "ระเบียบ สังคม" ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นในการอำนวยสิทธิต่างๆ เหล่านี้ให้ได้
29. ทุกคนต้องเคารพสิทธิของผู้อื่น ชุมชน และทรัพย์สินสาธารณะ
30. ไม่มีผู้ใดมีสิทธิที่จะแบ่งแยกสิทธิใดๆ ที่ปรากฏในปฏิญญา ฉบับนี้ไปได้

ใบความรู้แจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “ทำความรู้จักกับสิทธิมนุษยชน”

ที่มาและความหมายของปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน

สงครามโลกครั้งที่ 2 ทำให้เกิดการทำลายล้างชีวิตและศักดิ์ศรีของมนุษยชน รวมทั้งความพยายามที่จะทำลายกลุ่มชนต่างๆ โดยอ้างเหตุแห่งเชื้อชาติและศาสนา จึงมีการจัดตั้งองค์การสหประชาชาติขึ้นในช่วงปลายสงครามโลกครั้งที่ 2 บรรดาผู้นำประเทศสมาชิก 50 ประเทศ ได้ร่วมลงนามในกฎบัตรสหประชาชาติ (The Charter of the United Nations) ประกาศเป้าหมายหลักขององค์การสหประชาชาติว่า "เพื่อปกป้องคนรุ่นต่อไปจากภัยพิบัติของสงคราม และเพื่อยืนยันความศรัทธาในสิทธิมนุษยชนขั้นพื้นฐาน ในศักดิ์ศรี และคุณค่าของมนุษย์ และในสิทธิอันเท่าเทียมกันของบุรุษและสตรี" และจัดตั้ง **คณะกรรมการสิทธิมนุษยชน (Committee on Human Rights)** ขึ้นใน ค.ศ. 1945 เพื่อร่างกฎเกณฑ์ระหว่างประเทศเกี่ยวกับเรื่องสิทธิมนุษยชน ส่งผลให้เกิด **ปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน (Universal Declaration of Human Rights)** ซึ่งสหประชาชาติได้มีมติรับรองเมื่อวันที่ 10 ธันวาคม ค.ศ. 1948

สิทธิมนุษยชน หมายถึง สิ่งจำเป็นที่มนุษย์ทุกคนต้องได้รับในฐานะที่เป็นมนุษย์ เพื่อให้สามารถอยู่รอดค้ำให้มีคามมั่นคงในชีวิต และสามารถพัฒนาตนเอง แบ่งเป็น

- **สิทธิที่คิดค้นมาแต่กำเนิด** เป็นสิทธิที่อยู่เหนือกฎหมายและอำนาจใดๆ ของรัฐทุกรัฐ ได้แก่ สิทธิในร่างกายและชีวิตของตนเอง สิทธิในความเชื่อ การนับถือศาสนา เสรีภาพในการแสดงความคิดเห็นและแสดงออก สิทธิมนุษยชนเหล่านี้ไม่ต้องมีกฎหมายมารองรับ
- **สิทธิที่คิดค้น (สิทธิตามกฎหมาย)** เป็นสิทธิในฐานะที่เป็นพลเมืองของประเทศนั้นๆ เช่น สิทธิทางการศึกษาขั้นพื้นฐาน สิทธิสุขภาพ การได้รับสัญชาติ การได้รับความคุ้มครองแรงงาน ความเสมอภาคของหญิงชาย สิทธิของเด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ คนพิการ การประกันการว่างงาน การได้รับบริการสาธารณสุข การสามารถแสดงออกทางคำนำวิฆนธรรมอย่างอิสระ สามารถได้รับความเพลิดเพลินจากศิลปวัฒนธรรมในกลุ่มของตน เป็นต้น สิทธิมนุษยชนเหล่านี้ต้องเขียนรับรองไว้ในกฎหมายหรือรัฐธรรมนูญหรือแนวนโยบายพื้นฐานของแต่ละประเทศ เพื่อเป็นหลักประกันว่าคนทุกคนที่อยู่ในประเทศนั้นจะได้รับความคุ้มครองชีวิตความเป็นอยู่ให้มีความเหมาะสมแก่ความเป็นมนุษย์

หมวดสุขภาพทางเพศและสิทธิมนุษยชน

ความสับสนระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น



เวลาที่ใช้

60 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกาเคมี / สี / ปากกาลูกลื่น, กระดาษ A4, ใบงาน กรณีศึกษา 4 เรื่อง, วิดีโอเรื่อง "มาทำความรู้จักสิทธิทางเพศและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์" ใบความรู้ "สิทธิอนามัยเจริญพันธุ์ 12 ข้อ"

วัตถุประสงค์

- เข้าใจความหมายของ "สิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์"
- เชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิมนุษยชนและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ได้
- มีทักษะวิเคราะห์หาสาเหตุที่ทำให้เกิดการละเมิดสิทธิ

ก่อนเริ่มกิจกรรม

- เตรียมอุปกรณ์สำหรับจัดฉายวิดีโอเรื่อง "มาทำความรู้จักสิทธิทางเพศและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์" โดยสามารถดาวน์โหลดวิดีโอได้จากเว็บไซต์ต่อไปนี้ <http://3c4teen.org>
- เตรียมใบงานกรณีศึกษา 4 กรณี และใบความรู้ "สิทธิอนามัยเจริญพันธุ์ 12 ข้อ" สำหรับแจกทุกคน

ขั้นตอนการทำกิจกรรม

1. ถามผู้เรียนกลุ่มใหญ่เพื่อเกริ่นนำก่อนเข้าสู่กิจกรรมว่า "มีใครเคยได้ยินคำว่าสิทธิทางเพศ สิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์" บ้างไหม ขออาสาสมัครเล่าถึงสิ่งที่ตนเองรู้เกี่ยวกับนิยามคำนี้
2. จากนั้น เปิดคลิปลวิดีโอเรื่อง "มาทำความรู้จักสิทธิทางเพศและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์" ความยาว 3.56 นาที ให้ทุกคนได้ชม
3. ชวนผู้เรียนสรุปการเรียนรู้จากวิดีโอ โดยถามคำถามว่า **สิทธิทางเพศและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์คืออะไร และมีความสำคัญอย่างไร**
4. จากนั้นแบ่งกลุ่มย่อย 8 กลุ่ม (สมาชิกต่อกลุ่มไม่ควรเกิน 5 คน) และแจกใบกรณีศึกษา 4 เรื่องที่เตรียมไว้ให้ 1 กลุ่ม ต่อ 1 เรื่อง โดยสมาชิกในแต่ละกลุ่มจะได้เรื่องเดียวกัน
5. แจกใบความรู้ **สิทธิอนามัยเจริญพันธุ์ 12 ข้อ** ให้ทุกคน
6. ให้ความเวลากลุ่มอ่านกรณีศึกษาที่ได้รับ พร้อมทั้งแสดงภาพและคำถามขึ้นกระดาน (ดูใบงาน "คำถามสำหรับผู้เรียน" ประกอบ) เพื่อให้ทุกกลุ่มวาดตามลงในกระดาษฟลิปชาร์ต พร้อมตอบคำถาม
 - กรณีศึกษาที่ฉันได้รับถูกละเมิดสิทธิมนุษยชนเรื่องไหนบ้าง
 - กรณีศึกษาที่ฉันได้รับถูกละเมิดสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์เรื่องไหนบ้าง
 - คนที่ถูกระบุไว้ในวงกลมสามารถป้องกันไม่ให้เกิดเรื่องนี้ขึ้นได้อย่างไรบ้าง
7. เมื่อหมดเวลา ให้กลุ่มที่ได้กรณีศึกษาเดียวกันแลกเปลี่ยนข้ามกลุ่มกันว่า ได้คำตอบเหมือนกันหรือต่างกันอย่างใด แล้วรวบรวมความเห็นให้กลายเป็นกลุ่มเดียวกัน
8. เมื่อเหลือ 4 กลุ่มคามใบกรณีศึกษา ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอความเห็นของตนเองต่อกลุ่มใหญ่
9. ชวนผู้เรียนสรุปการเรียนรู้ โดยถามคำถามสำคัญ ดังนี้
 - เราได้เรียนรู้อะไรบ้างจากการทำกิจกรรมนี้
 - สิ่งที่ได้เรียนรู้ คิดว่าสามารถนำไปใช้กับเรื่องอะไรในชีวิตเราได้บ้าง

ใบงานแจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น”

กรณีศึกษาที่ 1 เรื่องของ เอ

เด็กหญิง เอ อายุ 14 ปี อยู่กับยายอายุ 70 ปี ส่วนพ่อแม่ไปทำงานต่างจังหวัด พักหลัง ยายสังเกตเห็นว่า เอ ไม่ยอมไปโรงเรียนหลายวันแล้ว พอถามว่าเป็นอะไร เอ ก็ตอบแค่ว่า เป็นไข้ ไม่สบาย ไปไม่ไหว

ไม่นาน ยายเริ่มสังเกตเห็นว่าหลานมีอาการผิดปกติหลายอย่าง จึงคาดคิดในใจได้คำตอบว่าเมื่อสองอาทิตย์ก่อน ครูสอนภาษาไทยนัดให้ เอ ไปพบที่สวนของครูซึ่งอยู่ไม่ไกลจากบ้าน เพื่อช่วยครูเก็บผลไม้

เมื่อไปถึง ครูพาไปนั่งคุยที่โรงเก็บของหลังสวน และพูดจาหวานล่อมให้ยอมมีเพศสัมพันธ์กับครู หลังจากนั้น ครูให้เงินมา 500 บาท และกำชับว่าห้ามบอกเรื่องนี้กับใคร

กรณีศึกษาที่ 2 เรื่องของ เต้

เต้ เด็กชายอายุ 15 ปี เรียนอยู่ชั้น ม. 2

เต้เป็นเด็กสุขภาพแข็งแรง เวลาที่ครูประจำชั้นได้ยินเต้พูดคำว่า "คะ" "ขา" หรือคำว่า "หนู" ซึ่งเต้ชอบใช้แทนตัวเอง ครูจะตบปากเต้ หรือตีเต้เท่าจำนวนคำที่เต้ใช้ โดยให้เหตุผลว่าที่ต้องลงโทษ เพราะเต้เป็นพวกผิดปกติ

ครูยังไม่ให้เด็กผู้หญิงในห้องพูดคุยกับ เต้ แต่อนุญาตให้เด็กผู้ชายคุยกับเต้ได้ เพื่อจะเปลี่ยนนิสัยของเต้ให้กลายเป็นผู้ชาย ครูรู้เต้ว่า ถ้าไม่เลิกนิสัยพูดจาลงท้าย คะ ขา จะจับแก้มและให้ยื่นหน้าเสื่อง ถ้าเต้ทนไม่ไหว ก็ให้ลาออกไป

เต้รู้สึกเครียด ไม่อยากไปโรงเรียน ไม่อยากถูกครูจับประจาน จึงตัดสินใจกินยาพาราเซตามอล เพื่อฆ่าตัวตาย แม่มาเจอพอดี รีบพาเต้ไปโรงพยาบาล หมอล้างท้องให้เต้ เต้ จึงปลอดภัย

ใบงานแจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น”

กรณีที่ 3 เรื่องของ เฟิร์น

เฟิร์น เรียนชั้น ม. 6 เป็นแฟนกับ นิว ซึ่งเรียนอยู่ห้องเดียวกันได้ครึ่งปีแล้ว คินหนึ่ง ระหว่างอยู่ด้วยกัน เฟิร์นบอกนิวว่าประจำเดือนไม่มาสองเดือน เลยไปซื้อที่ตรวจครรภ์มาทดสอบ ผลออกมาว่าท้อง ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไร

หลังจากวันนั้น นิวก็ตีตัวออกห่างและขอเลิก เฟิร์นกลุ่มใจมาก ไม่กล้าบอกพ่อแม่ เพราะกลัวทั้งคู่เสียใจ เนื่องจากเฟิร์นเป็นเด็กเรียนดีในสายตาพ่อแม่มาตลอด

เพื่อนบอกให้เฟิร์นลองหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต เฟิร์นจึงสั่งซื้อยาสอมาทำเองที่หอพัก หลังจากใช้ยาสอ เฟิร์นเป็นลม หมคสติ เพราะเลือดออกมาก เพื่อนที่อยู่ด้วยกันมาพบเข้า จึงรีบนำตัวส่งโรงพยาบาล

กรณีที่ 4 เรื่องของ เจน

เจน เป็นเด็กเรียนดี ทั้งพ่อแม่และครูต่างชื่นชม เมื่อขึ้น ม. 5 เจนมีแฟนเรียนอยู่คนละโรงเรียน ปายวันหนึ่ง เจนอยู่ตามลำพังกับแฟนจึงมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ตั้งใจเพียงครั้งเดียว ไม่นาน เจนพบว่าตัวเองท้อง จึงตัดสินใจบอกพ่อแม่

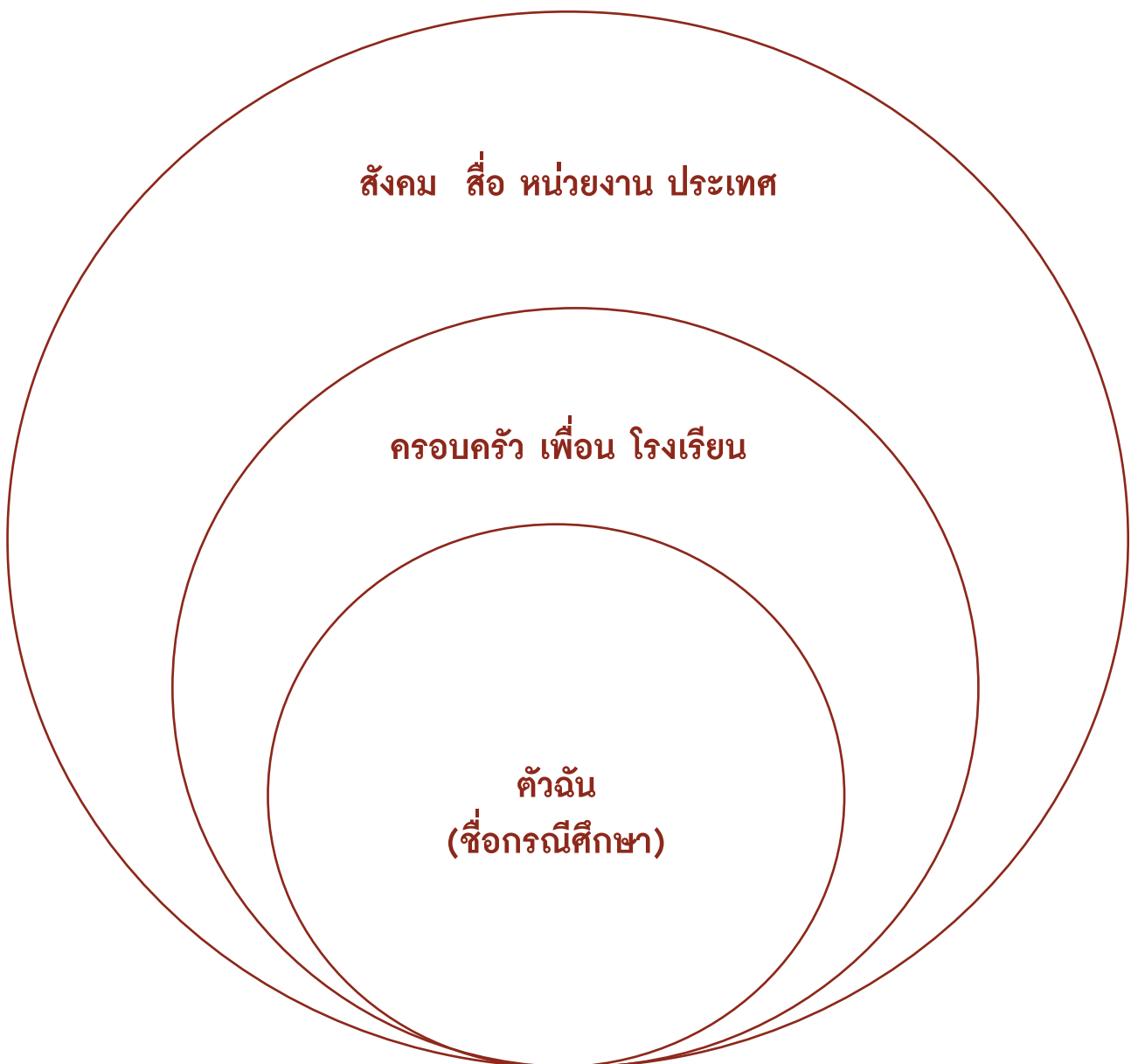
พ่อกับแม่ไม่ยอมให้เจนทำแท้ง จึงพาเจนไปฝากครรภ์ที่คลินิก พยาบาลให้ข้อมูลว่านักเรียนสามารถเรียนต่อได้แม้จะตั้งครรภ์ พ่อกับแม่จึงติดต่อโรงเรียนขออนุญาตให้เจนลาพักเพื่อรอคลอด และกลับมาเรียนต่อหลังคลอด แต่ทางโรงเรียนแจ้งว่า การตั้งครรภ์นั้นผิดกฎของโรงเรียน นักเรียนต้องลาออกไปก่อน แล้วสมัครกลับมาเรียนใหม่

หลังคลอด เจนกลับมาเรียนต่อที่เดิมแม้จะต้องช้าขึ้น เพราะอยากอยู่กับเพื่อน แต่เรียนได้เทอมเดียว ก็ทนกับสภาพแวดล้อมที่กดดันไม่ไหว ในที่สุด พ่อกับแม่จึงต้องมาทำเรื่องลาออกให้

ใบงานแจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น”

ตอบคำถามต่อไปนี้ จากกรณีศึกษาที่ได้รับ

- กรณีศึกษาที่ฉันได้รับถูกละเมิดสิทธิมนุษยชนเรื่องไหนบ้าง
- กรณีศึกษาที่ฉันได้รับถูกละเมิดสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์เรื่องไหนบ้าง
- แต่ละคนตามที่ระบุไว้ในวงสามารถป้องกันไม่ให้เกิดเรื่องนี้ขึ้นได้อย่างไรบ้าง



ใบความรู้แจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น”

สิทธิอนามัยเจริญพันธุ์ 12 ข้อ

สิทธิในชีวิต



1

ทุกคนมีสิทธิที่จะไม่ตกอยู่ในอันตรายจากการตั้งครรภ์, การทำแท้งที่ไม่ปลอดภัย

**สิทธิในเสรีภาพและ
ความปลอดภัยของบุคคล**



2

ทุกคนมีสิทธิเลือกวิถีชีวิตทางเพศ ไม่ถูกบังคับให้ มีเพศสัมพันธ์, ตั้งครรภ์, ทำเงิน, ทำแท้ง

**สิทธิในความปลอดภัย
และไม่ถูกเลือกปฏิบัติใน
ทุกรูปแบบ**



3

ทุกคนต้องได้รับการดูแลด้านบริการสุขภาพ ข่าวสาร โดยต้องไม่ถูกเลือกปฏิบัติ

**สิทธิในการได้รับ
ข้อมูลข่าวสาร**



6

การได้ศึกษา หรือรับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพอย่าง ถูกต้อง ช่วยให้คุณมีสุขภาพที่ดี

**สิทธิในเสรีภาพแห่ง
ความคิด**



5

ทุกคนมีสิทธิรับ หรือไม่รับ บริการทางสุขภาพ โดยไม่ถูกบังคับทางความคิด ศาสนา

**สิทธิในความเป็น
ส่วนตัว**



4

บริการด้านสุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ ต้องให้บริการด้วยความส่วนตัว

**สิทธิในการเลือก
สมรส**



7

ทุกคนมีสิทธิตัดสินใจ เรื่องการสมรสหรือการมีคู่ ทั้งคู่ต่างเพศ และ คู่เพศเดียวกัน

**สิทธิในการตัดสินใจว่าจะมี
บุตรหรือไม่และจะมีเมื่อใด**



8

ผู้หญิงต้องมีสิทธิในการตัดสินใจอย่างเสรีว่าจะมีบุตรหรือไม่

**สิทธิในดูแลป้องกัน
สุขภาพ**



9

ทุกคนมีสิทธิได้รับการบริการสุขภาพด้วยคุณภาพสูงสุดเท่าที่เป็นได้

**สิทธิในความปลอดภัย
จากการการุณกรรมและ
ปฏิบัติมิชอบ**



12

ทุกคนมีสิทธิได้รับการคุ้มครองจากการการุณกรรมทางเพศ หรือการทดลองทางการแพทย์เกี่ยวกับเพศ หากไม่ยินยอม

**สิทธิในเสรีภาพในการ
ชุมนุมและการมีส่วนร่วม
ทางการเมือง**



11

สิทธิในการรณรงค์ และผลักดันให้รัฐบรรจุนโยบายสิทธิสุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ให้สำคัญลำดับต้นๆ

**สิทธิในการได้รับประโยชน์
จากความก้าวหน้าทาง
วิทยาศาสตร์**



10

ต้องไม่ถูกบังคับให้เข้าร่วมการทดลอง ต้องได้รับประโยชน์จากความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ ที่ช่วยให้สุขภาพดี

ข้อมูลจาก : แผนงานสร้างเสริมสุขภาวะทางเพศ
มูลนิธิสร้างเสริมความเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิง (สคส.)



หมวดเพศภาวะ (Gender) และ เพศวิถี (Sexuality)

ใยแมงมุม ผู้หญิง ผู้ชาย

เวลาที่ใช้ 60 นาที

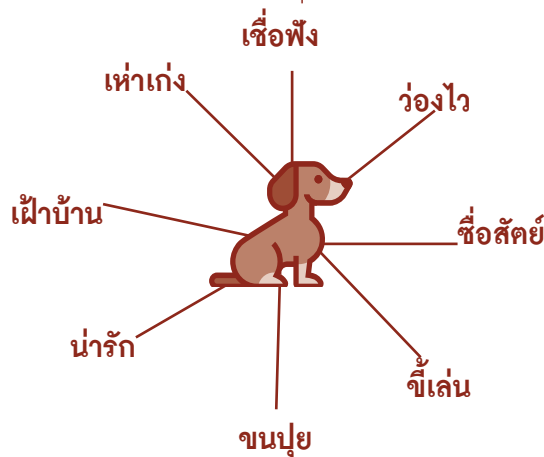
อุปกรณ์/สื่อ กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกาเคมี / สี / ปากกาลูกกลิ้ง, กระดาษ A4

วัตถุประสงค์

- บอกนิยามคำว่า "เพศสรีระ" และ "เพศภาวะ" และแยกความแตกต่างได้
- ฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์โดยใช้ตัวอย่างจากชีวิตประจำวัน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. แบ่งกลุ่มย่อยผู้เรียน (กลุ่มละไม่เกิน 5 คน) เกริ่นนำก่อนเข้ากิจกรรมโดยถามทุกคนว่า "เมื่อพูดถึงคำว่า "หมา" คิดถึงอะไรบ้าง" ระบุคำตอบขึ้นกระดานโดยเขียนเป็นผังใยแมงมุม ตามตัวอย่าง



2. จากนั้นให้แต่ละกลุ่มช่วยกันระดมว่าเมื่อพูดถึง "ผู้หญิง" มีคำอะไรบ้างเกี่ยวข้องกับบ้าง ให้เขียนเป็นผังใยแมงมุมตามตัวอย่าง ระบุคำให้มากที่สุด (ไม่เกิน 2 นาที)
3. ให้เวลาอีก 2 นาที สำหรับกลุ่มช่วยกันระดมและเขียนผังคำ เมื่อนึกถึง "ผู้ชาย" ลงในกระดาษอีกแผ่น
4. ระหว่างที่กลุ่มย่อยระดมคำ ให้วิทยากรเขียนตารางแบ่งกลุ่มคำบนฟลิปชาร์ตระหว่าง ผู้หญิง และผู้ชาย ตามตัวอย่าง

| ผู้หญิง | | ผู้ชาย | |
|----------|-------|----------|-------|
| ชีววิทยา | สังคม | ชีววิทยา | สังคม |
| | | | |
| | | | |

5. เมื่อทุกกลุ่มระดมคำ "ผู้หญิง" "ผู้ชาย" ครบตามเวลาที่กำหนดไว้ ให้แต่ละกลุ่มเขียนตารางตามตัวอย่างลงกระดาษฟลิปชาร์ต และนำคำต่างๆ ที่เขียนในผังมาใส่ลงในตาราง
6. ย้ำกับผู้เรียนว่าก่อนจะใส่ ให้ตกลงกันก่อนว่าคำไหนอยู่ในช่องไหน "ชีววิทยา" หรือ "สังคม" หากมีคนในกลุ่มไม่เห็นด้วยกับคำไหน ช่วยกันแลกเปลี่ยนว่าเพราะอะไร ก่อนจะใส่ลงไปในช่องที่ตกลงกันได้

7. เมื่อเขียนครบทุกกลุ่มแล้ว ชวนคุยเพื่อสรุปการเรียนรู้ โดยใช้คำถามดังนี้
- มีคุณสมบัติทางชีววิทยาอะไรบ้างที่เกิดเฉพาะในผู้หญิง และที่เกิดเฉพาะในผู้ชาย ไม่สามารถสลับกันได้
 - ถ้าใส่คุณสมบัติทางสังคมของผู้หญิง ผู้ชาย ไว้สลับกัน เรายังสามารถเรียกคนนั้นว่าเป็นผู้หญิง ผู้ชาย ได้หรือไม่
 - สังเกตเห็นอะไรบ้างจากคุณสมบัติทางสังคมที่เราละคมใส่ในแถวผู้หญิง และผู้ชาย
 - คนที่ไม่ทำตามที่ตั้งคาคคาดหวัง จะเป็นอย่างไร
 - การที่ตั้งคาคคาดหวังให้ผู้หญิงและผู้ชายทำตัวแตกต่างกัน ส่งผลในเรื่องความสัมพันธ์อย่างไรบ้าง
 - คุณสมบัติของผู้หญิง ผู้ชายเหล่านี้ เปลี่ยนแปลงได้หรือไม่ เพราะอะไร
 - เคยได้ยินคำว่า "ความเสมอภาคทางเพศ" หรือไม่ คิดว่าแปลว่าอะไร
 - คำว่า "ความเสมอภาคทางเพศ" มีความสำคัญกับเราในฐานะวัยรุ่นหรือไม่ อย่างไร
8. ชวนทุกคนสรุปการเรียนรู้ ถึงความหมายและความแตกต่างระหว่างคำว่า "เพศสรีระ" (sex) และ "เพศภาวะ" (gender) โดยดึงตัวอย่างมาจากคำในตารางของแต่ละกลุ่มมาอธิบาย

ความหมายของคำว่า "เพศสรีระ" และ "เพศภาวะ"

1. **เพศสรีระ** หมายความว่า ความเป็นหญิง ความเป็นชาย ที่ถูกกำหนดโดยสรีระ ซึ่งติดตัวมาแต่เกิด
2. **เพศภาวะ** หมายความว่า บทบาทความเป็นหญิง ความเป็นชาย ซึ่งถูกกำหนดขึ้นตามความคาดหวัง ของสังคม เช่น เป็นผู้ชายต้องเข้มแข็ง ผู้หญิงต้องอ่อนหวาน เพศภาวะเปลี่ยนแปลงได้ตามเงื่อนไขภายนอก เปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย และยังแตกต่างกันไปในแต่ละสังคมและวัฒนธรรม

9. ถามผู้เรียนว่าได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้บ้าง เพื่อเป็นการสรุปการเรียนรู้ก่อนจะไปสู่กิจกรรมอื่นที่เตรียมไว้

หมวดเพศภาวะ (Gender) และ เพศวิถี (Sexuality)

ย้อนอดีตกลับสู่วัยเด็ก



เวลาที่ใช้

60 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี / ปากกาลูกกลิ้ง,
กระดาษ A4

วัตถุประสงค์

- สามารถเชื่อมโยงประสบการณ์วัยเด็กและการซึมซับบทบาททางเพศ
- ตระหนักว่าภาษาที่สังคมใช้สะท้อนทัศนคติที่สัมพันธ์กันระหว่างเพศภาวะกับความเป็นส่วนตัวและสิทธิมนุษยชน
- ฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์โดยใช้ตัวอย่างจากชีวิตประจำวัน

ขั้นตอนการดำเนินงานกิจกรรม

1. แบ่งผู้เรียนเป็น "กลุ่มหญิง" กับ "กลุ่มชาย" (กลุ่มละ 4-5 คน)
2. ให้โจทย์ว่า ขอให้ทุกคนใช้เวลาหนึ่งสัปดาห์ ย้อนนึกถึงวัยเด็ก เวลาที่ใครคนใดคนหนึ่งบอกเรา
 - ห้ามไม่ให้เราทำอะไรด้วยเหตุผลว่า "เป็นผู้หญิง" "เป็นผู้ชาย"
 - ผู้ใหญ่ทำอะไรบางอย่างให้เรา โดยให้เหตุผลว่าเพราะเรา "เป็นผู้หญิง" "เป็นผู้ชาย"
3. ให้ทุกคนตอบคำถาม โดยเขียนถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์ที่ได้ยินผู้ใหญ่ให้เหตุผลว่า "เพราะเป็นผู้หญิง" "เพราะเป็นผู้ชาย" ลงในกระดาษที่แจกให้
4. หลังจากเขียนเสร็จให้แลกเปลี่ยนสิ่งที่เขียนภายในกลุ่ม (5 นาที)
5. เมื่อหมดเวลา ชวนผู้เรียนกลุ่มใหญ่ สรุปรการเรียนรู้ โดยใช้คำถาม ดังนี้
 - สิ่งที่เราแลกเปลี่ยนกันในกลุ่ม ทำให้เราได้เรียนรู้ถึงทัศนคติของสังคมต่อความเป็นหญิงเป็นชายอย่างไรบ้าง
 - ย้อนนึกถึงเรื่องสิทธิมนุษยชน และสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ที่เรารู้จักจากกิจกรรมที่ผ่านมา คิดว่าสิ่งที่เราถูกบอกหรือได้รับการปฏิบัตินั้นยุติธรรมหรือไม่ เพราะอะไร
6. ให้เวลาทุกคนทบทวน เพื่อเขียนเพิ่มเติม โดยใช้คำถามว่า


"หากย้อนเวลาได้ อยากให้เรื่องนี้เปลี่ยนเป็นแบบไหน ถึงจะยุติธรรมสำหรับพวกเรา"
7. เมื่อทุกคนเขียนเสร็จ ให้เก็บกระดาษแผ่นนี้ไว้กับตัวเองยังไม่ต้องแลกเปลี่ยน เพื่อนำมาใช้ในกิจกรรมอื่นๆ
8. วิทยากรสรุปการเรียนรู้โดยให้ความหมายของคำว่า "เพศสรีระ" และ "เพศภาวะ" เพื่อให้ผู้เรียนเชื่อมโยงความหมายของทั้งสองคำกับประสบการณ์ของตัวเองในวัยเด็ก

ความหมายของคำว่า "เพศสรีระ" และ "เพศภาวะ"

1. **เพศสรีระ** หมายความว่า ความเป็นหญิง ความเป็นชาย ที่ถูกกำหนดโดยสรีระ ซึ่งคิดตัวมาแต่เกิด
2. **เพศภาวะ** หมายความว่า บทบาทความเป็นหญิง ความเป็นชาย ซึ่งถูกกำหนดขึ้นตามความคาดหวัง ของสังคม เช่น เป็นผู้ชายต้องเข้มแข็ง ผู้หญิงต้องอ่อนหวาน เพศภาวะเปลี่ยนแปลงได้ตามความเงื่อนไขภายนอก เปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย และยังแตกต่างกันไปในแต่ละสังคมและวัฒนธรรม


หมวดเพศภาวะ (Gender) และ เพศวิถี (Sexuality)

วิเคราะห์พื้นที่ของเพศภาวะ



60 นาที

เวลาที่ใช้



กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี / ปากกาลูกลื่น,
แผนที่ชุมชนสำหรับใช้ทำ
กิจกรรม 4 แผ่น

อุปกรณ์/สื่อ

วัตถุประสงค์

- ตระหนักถึงอิทธิพลของสังคมที่มีต่อความเป็นหญิงความเป็นชายซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิต
- ฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์โดยใช้ตัวอย่างจากชีวิตประจำวัน

ก่อนทำกิจกรรม

- เตรียมแผนที่สำหรับใช้ทำกิจกรรมเตรียมไว้หลากหลายพื้นที่ (ดูตัวเองจากเอกสารประกอบกิจกรรม)
- จัดทำรายชื่อสถานที่ไว้

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย 4 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มเป็นตัวแทน โดยมีอายุ 10- 20 ปี เท่ากัน ดังนี้
 - กลุ่มที่ 1 ผู้ชาย
 - กลุ่มที่ 2 ผู้หญิง
 - กลุ่มที่ 3 กะเทย
 - กลุ่มที่ 4 ทอม
2. แจกแผนที่ที่เตรียมไว้ให้กลุ่มละ 1 แผ่น พร้อมกับอธิบายว่า ให้แต่ละกลุ่มวาดแผนที่นี้ลงบนกระดาษฟลิปชาร์ต เพื่อเป็นการจำลองชุมชนของตัวเองขึ้นมา และกำหนดจุดสัญลักษณ์ สถานที่ต่างๆ ตามรายการที่ให้ไว้ว่าอยู่ตรงไหนในแผนที่
3. เมื่อทุกกลุ่มลงจุดต่างๆ ครบตามที่กำหนดให้แล้ว ช่วยกันวิเคราะห์ในฐานะตัวแทนกลุ่มแต่ละเพศ
 - สถานที่ไหนบ้างถือว่าปลอดภัยในการเดินทางไปด้วยตัวเองตามลำพัง พร้อมให้เหตุผล
 - สถานที่ไหนบ้างถือว่าไม่ปลอดภัยหากจะเดินทางไปในที่แห่งนั้นตามลำพัง พร้อมให้เหตุผล
4. เมื่อหมดเวลา ให้ทุกกลุ่มนำเสนอผลการวิเคราะห์แผนที่ชุมชนของตัวเอง แก่กลุ่มใหญ่ ระหว่างนำเสนอให้วิทยากรจดประเด็นสำคัญที่เห็นชัดว่าเป็นผลจากบทบาททางเพศไว้ เพื่อนำมาสรุปการเรียนรู้
5. หลังจากทุกกลุ่มนำเสนอครบแล้ว ชวนสรุปการเรียนรู้โดยถามคำถามสำคัญ ดังนี้
 - เหตุผลที่เหมือนกันในทุกกลุ่ม เรื่องการจำกัดสถานที่ให้เฉพาะบางเพศเท่านั้น มีอะไรบ้าง
 - กลุ่มที่เป็น กะเทย และ ทอม มีข้อจำกัดในการเดินทางมากหรือน้อยกว่ากลุ่มที่เป็นเพศหญิง เพศชาย คิดว่าเป็นเพราะอะไร
 - ถ้าเปลี่ยนทุกกลุ่มเป็นวัยผู้ใหญ่ คิดว่าความเป็นเพศหญิง ชาย กะเทย ทอม จะส่งผลต่อการไปไหนมาไหนในชุมชนหรือไม่ อย่างไร
 - อุปสรรคที่เกิดจากความแตกต่างเป็นเพศที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเข้าถึงสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์หรือไม่ อย่างไร
 - เราได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้

ใบงานสำหรับผู้เรียนประกอบกิจกรรม “วิเคราะห์พื้นที่ของเทศบาลฯ”

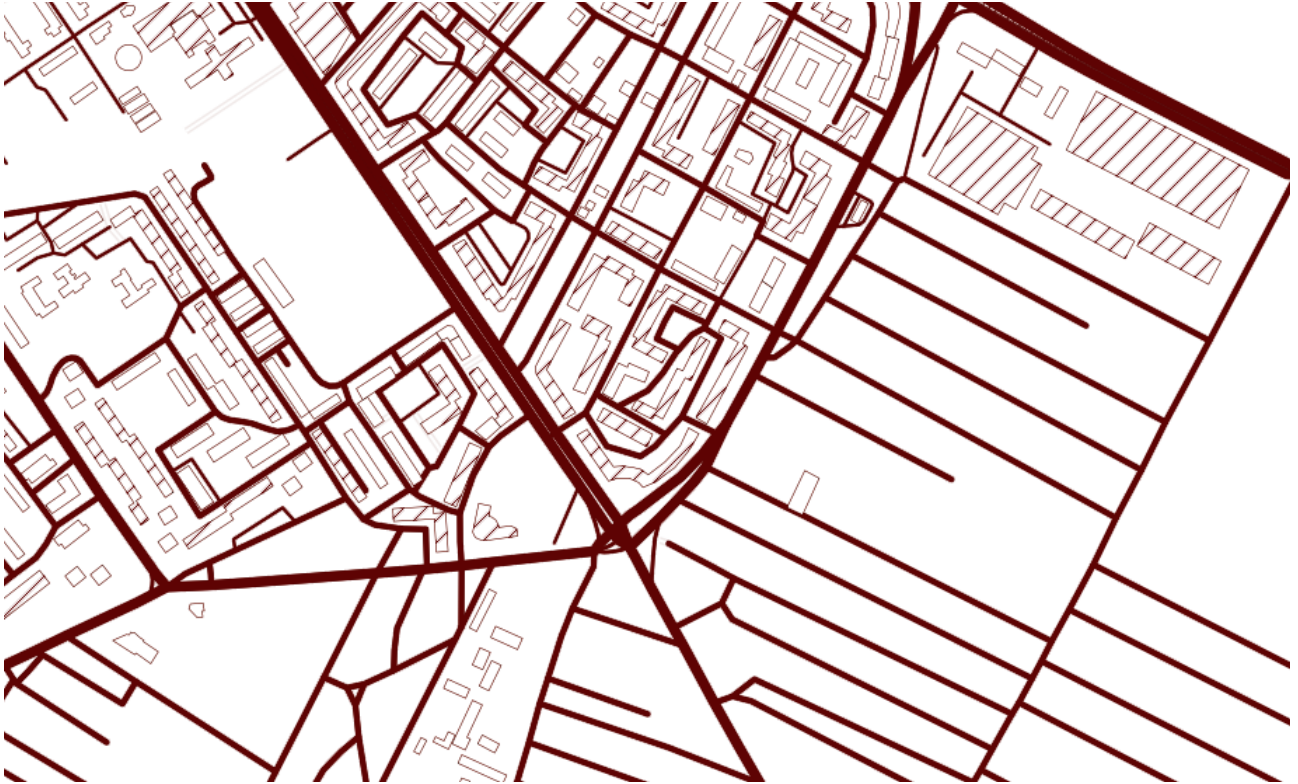
ตัวอย่างรายชื่อสถานที่ สำหรับใส่ลงในแผนที่ชุมชน

| | |
|---------------------|---------------------|
| วัด | บ้านพักฉุกเฉิน |
| ร้านโชห่วย | สถานสงเคราะห์ |
| โรงเรียน | คลินิกวัยรุ่น |
| ร้านกาแฟ | สุสาน |
| ร้านอินเทอร์เน็ต | โรงพยาบาล |
| ร้านเกม | ตลาดนัด |
| ผ้า | ห้องซ่อมคนตรี |
| ร้านเหล้าปั่น | ฟิตเนสเซนเตอร์ |
| ห้องสมุด | ที่ทำการอำเภอ |
| โรงหนัง | สถานีตำรวจ |
| ศูนย์กีฬา | ร้านคาราโอเกะ |
| สนามฟุตบอล | เรือนจำ |
| สวนสาธารณะ | ร้านขายยา |
| สระว่ายน้ำ | ร้านซ่อมคอมพิวเตอร์ |
| หอประชุม | ปั้มน้ำมัน |
| ร้านซักผ้า | ห้องน้ำสาธารณะ |
| ร้านซ่อมมอเตอร์ไซด์ | รีสอร์ท |
| มัธยม | โรงพยาบาล |
| ร้านตัดผม | ตลาดนัด |
| อู่รถเมล์ | สวนผลไม้ |
| สถานีรถไฟ | |
| โบสถ์คริสต์ | |

ใบงานสำหรับผู้เรียนประกอบกิจกรรม “วิเคราะห์พื้นที่ของเพศสภาวะ”



ใบงานสำหรับผู้เรียนประกอบกิจกรรม “วิเคราะห์พื้นที่ของเทศบาล”



หมวดเพศภาวะ (Gender) และ เพศวิถี (Sexuality)

ทดสอบอารมณ์เพศ



เวลาที่ใช้

60 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

อุปกรณ์/สื่อ : กระดาษฟ
ลิบชาร์ท, ปากกาเคมี / สี
/ ปากกาลูกลื่น, แบบทดสอบ
อารมณ์เพศเท่าจำนวนผู้เรียน

วัตถุประสงค์

- เห็นความสำคัญของการมีข้อมูลที่ถูกต้องในเรื่องอารมณ์ ความต้องการทางเพศ ที่เป็นผลจากความเชื่อเรื่องความเป็นหญิงเป็นชาย

ก่อนทำกิจกรรม

- เตรียมเอกสารแบบทดสอบอารมณ์ทางเพศสำหรับทุกคน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. แจกแบบทดสอบที่เตรียมไว้ให้ทุกคนกาเครื่องหมาย ✓ ลงหน้าข้อที่คิดว่า ถูก และกาเครื่องหมาย ✗ ลงหน้าข้อที่คิดว่า ผิด ให้เวลาทำอย่างรวดเร็วเพียง 1 นาที
2. เมื่อหมดเวลา ขออาสาสมัครอ่านคำถามทีละข้อ เมื่ออ่านจบ ถามผู้เรียนกลุ่มใหญ่ว่า ใครตอบว่า ในแต่ละข้อ และใครตอบว่า ผิด ร่วมกันแลกเปลี่ยนว่า คำถามแต่ละข้อนั้น คำตอบที่แท้จริงคือ ผิด หรือ ถูก เพราะอะไร
3. วิทยากรช่วยเพิ่มเติมข้อมูลและแก้ความเข้าใจผิดในข้อที่คำตอบไม่ถูกต้อง
4. ชวนสรุปการเรียนรู้โดยถามคำถามสำคัญกับผู้เรียน ดังนี้
 - การมีข้อมูล ความเชื่อผิดๆ ในเรื่องอารมณ์ทางเพศส่งผลอย่างไรต่อวัยรุ่นบ้าง
 - สังเกตเห็นอะไรบ้างเมื่อสังคมพูดถึงความต้องการทางเพศของผู้ชายเปรียบเทียบกับของผู้หญิง

หมายเหตุสำหรับวิทยากร

1. คำตอบทุกข้อในแบบทดสอบ "อารมณ์เพศ" คือ "ผิด" เพราะทุกข้อล้วนเป็นความเชื่อ
2. สาระสำคัญของการแลกเปลี่ยนในกิจกรรมนี้ คือ การที่ผู้เรียนได้ ทบทวนและเท่าทันตัวเองในเรื่องความเชื่อทางเพศและอคติเกี่ยวกับความเป็นหญิงเป็นชาย ซึ่งส่งผลให้เกิดความไม่เท่าเทียมทางเพศ และนำไปสู่การถูกล่วงละเมิดสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ได้


ใบงานแจกผู้เรียนประกอบกิจกรรม “ทดสอบอารมณ์เพศ”

กาเครื่องหมาย ✓ ลงหน้าข้อที่คิดว่า ถูก และกาเครื่องหมาย ✗ ลงหน้าข้อที่คิดว่า ผิด

- คนเป็นเกย์ชอบ "ช่วยตัวเอง" เพื่อระบายความต้องการทางเพศ
- ผู้หญิงที่รู้จักวิธี "ช่วยตัวเอง" แสดงว่าเป็นคนมีความต้องการทางเพศสูง
- ผู้หญิงจะเกิดอารมณ์ทางเพศกับคนที่ตัวเองรักเท่านั้น
- ผู้หญิงแก่ที่ยังมีความรู้สึกต้องการทางเพศ เป็นคนผิดปกติ
- ถ้าอวัยวะเพศของผู้ชายไม่แข็ง แสดงว่าไม่มีอารมณ์ทางเพศ
- เมื่อเกิดอารมณ์ทางเพศขึ้นมา ผู้ชายไม่สามารถถอดกลั้นไว้ได้
- ถ้าอวัยวะเพศของผู้ชายไม่แข็งตัว แปลว่าไม่มีอารมณ์ทางเพศ
- ทอม เกเทย มีอารมณ์ทางเพศรุนแรงกว่าผู้หญิง ผู้ชาย
- ผู้หญิงที่นั้งคู่นอนไปได้ แสดงว่ามีประสบการณ์ทางเพศมาแล้ว
- เหล้าและยาเสพติดทำให้ผู้หญิงเกิดอารมณ์ทางเพศมากกว่าผู้ชาย


หมวดทบทวนการเรียนรู้

ฝึกการฟังและการจับใจความ



60 นาที

เวลาที่ใช้



กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา

อุปกรณ์/สื่อ

เคมี / สี / กระดาษจากกิจกรรม "หากย้อนเวลากลับไปได้ อยากให้เรื่องที่เกิดขึ้นนี้เปลี่ยนเป็นแบบไหน ถึงจะยุติธรรม"

ปากกาจุกกลิ้ง

วัตถุประสงค์

- รู้วิธีการแสดงออกของการฟังอย่างตั้งใจ
- ฝึกทักษะที่จำเป็นสำหรับการฟังและการจับใจความ

ก่อนทำกิจกรรม

- แจ้งให้ผู้เรียนนำกระดาษที่ให้เขียนความเห็นในกิจกรรม "ย้อนอดีตวัยเด็ก" มาใช้ในกิจกรรมนี้
- กรณีใช้กิจกรรมนี้ เพื่อทบทวนการเรียนรู้ของวันที่ผ่านมา สามารถปรับเปลี่ยนโจทย์ได้ตามสถานการณ์

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ชวนผู้เรียนทำแบบฝึกหัดการฟังอย่างตั้งใจ เพื่อเป็นการเกริ่นนำก่อนเข้าสู่กิจกรรม โดยให้แบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 3 คน และให้ตกลงกันในกลุ่มว่า ใครจะเป็น ก. ใครจะเป็น ข. และใครจะเป็น ค.

2. ในแต่ละกลุ่ม ให้ทำกิจกรรม 2 รอบ

รอบแรก

- ผู้ที่เป็น ก. เล่าถึงความกังวลใจเมื่อรู้ว่าต้องมาเข้ารับการอบรม "หลักสูตรเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" ให้ผู้ที่เป็น ข. ฟัง
- ระหว่างที่ ข. ฟัง ก. พุด ห้ามซักถาม ห้ามพูดแทรก และห้ามจด ใ้หนึ่งฟังนิ่งๆ โดยไม่ต้องแสดงสีหน้า หรือกริยาใดๆ
- ระหว่างที่ ก พุด และ ข นิ่งฟังเงียบๆ ให้ผู้ที่เป็น ค. ทำหน้าที่เป็นคนสังเกตทั้งสีหน้า คำพูด กริยาท่าทางของผู้พูดและผู้ฟัง และจดสิ่งที่ ก เล่า ลงในกระดาษไว้ โดยไม่ส่งเสียง
- ให้เวลา ก. เล่าถึงความกังวลใจ 2 นาที เมื่อเล่าจบ ให้สัญญาณแก่ผู้เรียนว่าให้หยุดกิจกรรมทุกกลุ่ม
- จากนั้น ให้ ข. เล่าทวนความสิ่งที่ได้ยินย้อนกลับไปที่ ก ฟัง โดย ก ฟังอย่างเดียว ไม่ต้องทักท้วงหรือแก้ไข แม้ ข อาจจะเล่าคลาดเคลื่อนหรือเพิ่มเติมเกินกว่าที่ตนเองพูด ให้เวลา ข ทวนความ 1 นาที
- ผู้ที่เป็น ค. ทำหน้าที่สังเกตว่า ข เล่าครบเหมือนที่ตัวเองจดไว้หรือไม่

รอบที่ 2

- ให้สลับหน้าที่ โดย ข ทำหน้าที่เล่าความกังวลใจของตัวเอง และ ค. ทำหน้าที่ฟัง โดยมี ก. ทำหน้าที่เป็นผู้สังเกต
- ในรอบนี้ ผู้ที่ทำหน้าที่ฟัง คือ ค สามารถขอให้คนพูดเล่าทวนประโยคที่ฟังไม่ทัน หรือไม่เข้าใจ พร้อมทั้งแสดงสีหน้ากริยาที่ทำให้คนพูดรู้สึกมั่นใจว่ากำลังตั้งใจฟังจริงๆ ให้เวลาเล่า 2 นาที
- เมื่อหมดเวลา ให้ ค เล่าทวนสิ่งที่ตนเองได้ยินกลับไปให้เพื่อนฟัง โดย ข สามารถแก้ไขความเข้าใจผิด หรือทักท้วงหากเพื่อนเล่าคลาดเคลื่อน ให้เวลาเล่าทวน 1 นาที
- ผู้ที่เป็น ก จดสิ่งที่สังเกตเห็นระหว่างเพื่อนสองคนสนทนากันอย่างเงียบๆ

3. เมื่อทุกกลุ่มเล่าจบ ให้กลับมารวมกลุ่มใหญ่ ถามคำถามสำคัญ ดังนี้
 - ถามผู้พูดและผู้ฟังรอบแรกว่า มีความรู้สึกอย่างไร
 - คนที่พูดในรอบแรก มั่นใจหรือไม่ว่า เพื่อนกำลังฟังเรื่องที่เราเล่าอย่างตั้งใจ เพราะอะไร
 - คนที่ทำหน้าที่ฟังในรอบแรกรู้สึกอย่างไรที่ถูกบังคับให้ฟังโดยไม่สามารถแสดงออกหรือถามคำถามอะไรได้
 - คนที่ทำหน้าที่สังเกตในรอบแรก เห็นว่าคนฟังสามารถทวนความกลับไปได้ครบถ้วนหรือไม่ อย่างไร
 - ในรอบสอง บรรยากาศพูดคุยของแต่ละกลุ่มต่างจากรอบแรกอย่างไรบ้าง
 - คนพูดในรอบสองรู้ได้อย่างไรว่าเพื่อนกำลังตั้งใจฟัง
 - คนที่ทำหน้าที่ฟังในรอบสองรู้สึกมั่นใจมากแค่ไหน เมื่อตัวเองต้องทวนความเรื่องที่ได้ฟังกลับไปให้เพื่อน
 - คนที่ทำหน้าที่สังเกตในรอบสอง เห็นว่าการจดสรุปสิ่งที่เพื่อนเล่าเป็นประโยชน์หรือไม่ อย่างไร
 - ให้ทุกกลุ่มช่วยกันบอกถึงองค์ประกอบของ "การฟังอย่างตั้งใจ" จากการทำกิจกรรมสองรอบที่ผ่านมา และเขียนขึ้นบนกระดานให้เห็นชัดเจนทั้งห้อง
 - วิทยากรชวนพูดคุยเพิ่มเติมหากเห็นว่า ความเห็นที่ระดมมานั้นยังขาดองค์ประกอบสำคัญของการฟังอย่างตั้งใจ
4. จากนั้น ให้ทุกคนนำกระดาษจากกิจกรรม "ย้อนอดีตวัยเด็ก" มาอ่านแลกเปลี่ยนกันในกลุ่ม 3 คนว่า แต่ละคนฝันอยากให้เรื่องของคนจบอย่างไร ที่แสดงให้เห็นว่าเกิดความยุติธรรม โดยนำองค์ประกอบของการฟังอย่างตั้งใจที่เพิ่งสรุปกันมาใช้ระหว่างการแลกเปลี่ยน (หรือใช้ใบงานอื่นๆ ที่ทำในวันที่ผ่านมา)
5. ระหว่างพูดคุยแลกเปลี่ยน ให้สลับกันในกลุ่มว่าใครจะเป็นผู้ฟัง ใครจะบันทึกสรุปสิ่งที่พูดลงในกระดาษฟลิปชาร์ต (ใช้เวลา 15 นาที)
6. เมื่อบันทึกเสร็จแล้ว ให้แต่ละกลุ่มนำกระดาษไปติดตามผนัง เพื่อให้ทุกคนอ่าน ก่อนเข้าสู่กิจกรรมต่อไป

ข้อมูลสำหรับวิทยากร

องค์ประกอบสำคัญของการฟังอย่างตั้งใจ

- ตั้งสติให้ความสนใจเต็มร้อย
- สร้างความเชื่อมั่นให้ผู้พูดมั่นใจว่าเรากำลังตั้งใจฟังอยู่ด้วยการพยักหน้าเป็นระยะ สบตาคนพูดเป็นช่วงๆ หรือส่งเสียงตอบรับเบาๆ เพื่อให้ผู้พูดรู้ว่าได้ยินสิ่งที่กำลังพูด
- ทวนทวนถามความเข้าใจของเรา ไม่จำเป็นต้องพูดซ้ำคำเดิมที่ได้ยิน

หมายเหตุ: สามารถนำกิจกรรมนี้ไปปรับใช้เป็น กิจกรรมทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ ก่อนเริ่มการอบรมของวันที่สองและวันที่สามได้ เพื่อทบทวนความรู้จากเรื่องที่ได้เรียนในวันแรก

กิจกรรมหมวดทักษะเพื่อการสื่อสารและนำเสนอข้อมูล

วิเคราะห์วงจรโฆษณา



เวลาที่ใช้

90 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี / กาว กรรไกร
ปากกากลูกลิ้น, นิตยสารที่มี
ภาพโฆษณาสีจำนวนมาก,
คลิปวิดีโอโฆษณาที่สะท้อน
ภาพเหมารวมความเป็นหญิง
ชาย

วัตถุประสงค์

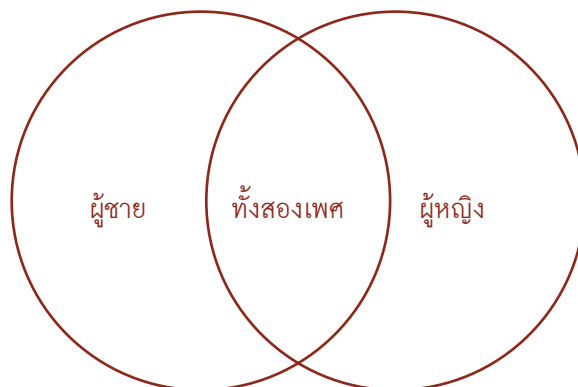
- เห็นอิทธิพลของสื่อโฆษณา กับการส่งทอดความเชื่อเรื่อง "ความเป็นหญิงเป็นชาย"
- มีทักษะในการวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลต่อสาธารณชน

ก่อนทำกิจกรรม

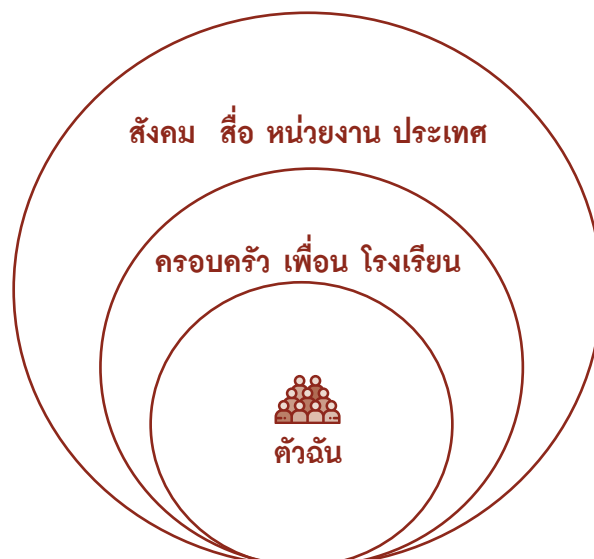
- เลือกภาพจากนิตยสาร โฆษณาต่างๆ ไว้ เพื่อใช้เป็นสื่อในการทำกิจกรรมจำนวนมาก
- คัดเลือกคลิปโฆษณาเพื่อนำมาใช้เปิดในการทำกิจกรรม ควรเลือกโฆษณาที่สะท้อนให้เห็นภาพเหมารวมหรือความเชื่อที่ผิดๆ เกี่ยวกับความเป็นหญิงเป็นชาย

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. แบ่งกลุ่มย่อยผู้เรียน แจกนิตยสาร สิ่งพิมพ์ ภาพโฆษณาต่างๆ ที่เตรียมไว้ให้ทุกกลุ่ม
2. อธิบายว่าให้แต่ละกลุ่มตัดภาพที่ได้รับมาตัดแปะใหม่ลงบนกระดาษฟลิปชาร์ต เป็น 2 ภาพ โดยให้ภาพหนึ่งแสดงออกถึง "ความเป็นผู้หญิง" และอีกภาพแสดงออกถึง "ความเป็นผู้ชาย (ใช้เวลา 10 นาที)
3. เมื่อหมดเวลา ให้ทุกกลุ่มนำภาพทั้งสองคิดไว้บนผนัง
4. แจกกระดาษเปล่าให้ทุกคนเดินชมผลงานทั้งของกลุ่มตนเองและกลุ่มเพื่อน พร้อมกับเขียนบันทึกลงในกระดาษว่าภาพผู้ชายและภาพผู้หญิงที่เห็นของทุกกลุ่มมีลักษณะร่วมที่เหมือนกันคือเรื่องอะไรบ้าง
5. ระหว่างที่ผู้เรียนชมผลงาน วิทยากรวางดวงกลมบนฟลิปชาร์ต 2 วงใหญ่ ให้มีส่วนที่ทับซ้อนกัน ใส่คำว่า "ผู้ชาย" ใน 1 วงกลม และ "ผู้หญิง" ในอีกวงกลม ตรงที่ทับซ้อนกันให้เขียนว่า "ทั้งสองเพศ" ตามตัวอย่าง



6. เมื่อหมดเวลาชมผลงาน กลับมารวมกลุ่มใหญ่ และถามคำถามเพื่อชวนสรุปการเรียนรู้ว่า
 - จากการเดินชมภาพผลงานแต่ละกลุ่ม คุณลักษณะอะไรบ้างที่เห็นว่าควรใส่ไว้ในวงกลม "ผู้ชาย" และ "ผู้หญิง" และมีอะไรที่เห็นว่าสามารถอยู่ร่วมกันในวง "ทั้งสองเพศ" (ใส่สิ่งที่ผู้เรียนให้ตรงกับช่องของเพศ)
 - ภาพผลงานโฆษณาของแต่ละกลุ่มบอกย้ำความเชื่อของเราเรื่อง "ความเป็นหญิงเป็นชาย" ว่าอย่างไรบ้าง
 - เมื่อเปรียบเทียบภาพโฆษณาและภาพความเป็นจริง เราเห็นความแตกต่างเรื่องอะไรบ้างจากการให้ภาพ "ผู้หญิง" และ "ผู้ชาย"
 - เราสามารถใช้โฆษณาเพื่อทำให้เกิดความเชื่อใหม่ๆ ที่ส่งเสริมให้เกิดความเท่าเทียมกันระหว่างหญิงชายและเพศหลากหลายได้หรือไม่ มีวิธีการทำได้อย่างไรบ้าง (ระดมความเห็นขึ้นกระดาน)
7. จากนั้น เปิดคลิปกวีดิโอที่เตรียมไว้ให้ผู้เรียนชม เมื่อชมจบ ถามผู้เรียนว่า
 - เมื่อนำไปเชื่อมโยงกับเนื้อหาสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นที่ได้เรียนมา คิดว่า เนื้อหาในวิดีโอนี้ช่วยส่งเสริมการเข้าถึงสิทธิหรือการถูกล่วงละเมิดสิทธิ อย่างไร
 - จำเป็นหรือไม่ที่เราต้องทำงานให้ความรู้ความเข้าใจสื่อต่างๆ ถึงเนื้อหาและความสำคัญของสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นเพราะอะไร
8. ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มระดมความคิด หาวิธีการเรียกร้องให้สื่อรับผิดชอบกับการนำเสนอเนื้อหาที่ส่งผลให้เกิดการละเมิดสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นว่าจะมีวิธีใดบ้าง (หากมีเวลาพอ อาจสุ่มเลือกบางกลุ่มขึ้นมาจำลองสถานการณ์ด้วยการแสดงบทบาทสมมติ)
9. แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอสิ่งที่กลุ่มระดมความคิดร่วมกัน เมื่อจบการนำเสนอ วิทยากรชวนสรุปการเรียนรู้ โดยนำภาพวงกลมที่ผู้เรียนเคยวิเคราะห์ไว้ในกิจกรรม "ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น" และชี้ให้ผู้เรียนเห็นว่าในฐานะเยาวชนแกนนำที่ถูกคาดหวังให้ทำหน้าที่พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น การทำงานกับสื่อให้เข้าใจถึง "ภาพเหมารวมความเป็นหญิงเป็นชาย" เป็นอีกหนทางหนึ่งในการช่วยส่งเสริมให้ทุกคนเข้าใจถึงสิทธิขั้นพื้นฐานที่เป็นของคนทุกคน เพราะสื่อมีอิทธิพลต่อการชักจูงความเชื่อของคนในสังคม โดยเฉพาะกับวัยรุ่น ดังนั้น การทำงานกับสื่อให้เข้าใจเรื่องสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ จึงเป็นการสร้างเพื่อนร่วมทำงานด้วยกันในเรื่องพิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น เมื่อนำเสนอเสร็จแล้ว ให้แต่ละกลุ่มนำกระดาษไปติดตามผนัง เพื่อให้ทุกคนอ่าน ก่อนเข้าสู่กิจกรรมต่อไป



หมวดทักษะเพื่อการสื่อสารและนำเสนอข้อมูล

X-Ray W.S.U. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น



เวลาที่ใช้

60 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี / คลิปวิดีโอแนะนำ
พ.ร.บ., ใบความรู้ "วัยรุ่นได้
อะไรจาก พ.ร.บ. การป้องกัน
และแก้ไขปัญหาคีตกรรม
ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559"

วัตถุประสงค์

- เข้าใจเนื้อหาสาระสำคัญของ พ.ร.บ. การป้องกันและแก้ไขปัญหาคีตกรรมในวัยรุ่น พ.ศ. 2559
- ฝึกทักษะการเขียนสรุปเนื้อหาเพื่อสื่อสารผ่านทางสื่อโซเชียล

ก่อนทำกิจกรรม

- สำนวความพร้อมของคลิปวิดีโอและอุปกรณ์ที่จะฉาย
- เตรียมใบความรู้ให้พอกับจำนวนผู้เรียน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. อธิบายที่มาและความสำคัญของการเข้ามามีส่วนของเยาวชนในฐานะคณะกรรมการระดับชาติ และอนุกรรมการฯ ระดับจังหวัดว่าเป็นไปตามที่กฎหมายระบุไว้ ในฐานะผู้เรียนมาร่วมรับทราบกรอบหลักสูตรนี้ จึงจำเป็นต้องมีความรู้ถึงเนื้อหาสาระสำคัญของ พ.ร.บ. ฉบับนี้ เพื่อสามารถนำไปสื่อสารกับกลุ่มเป้าหมายภายในชุมชนของตัวเอง
2. จากนั้น เปิดคลิปวิดีโอ "สาระสำคัญของ พ.ร.บ. ป้องกันและแก้ไขปัญหาคีตกรรมในวัยรุ่น" (ดาวน์โหลดได้จาก www.3c4teen.org)
3. หลังดูจบ ชวนคุยในกลุ่มใหญ่ ระดมความเห็นขึ้นกระดานว่า
 - คิดว่าวัยรุ่นกลุ่มไหนได้ประโยชน์จากกฎหมายฉบับนี้บ้าง และได้เรื่องอะไร
 - ถ้าจะให้กฎหมายฉบับนี้เป็นที่รู้จักของวัยรุ่นทั่วไป ในฐานะตัวแทนเยาวชนสามารถทำอะไรบ้าง
4. จากนั้น แจกใบความรู้ "วัยรุ่นได้อะไรจาก พ.ร.บ. การป้องกันและแก้ไขปัญหาคีตกรรมในวัยรุ่น พ.ศ. 2559" ให้ทุกคนใช้เวลาอ่านเพื่อทำความเข้าใจเนื้อหาสำคัญของ พ.ร.บ.ฯ อีกครั้ง
5. แบ่งกลุ่มย่อยผู้เรียน แต่ละกลุ่มช่วยกันเลือกเนื้อหาที่สำคัญจาก พ.ร.บ.ฯ และเขียนเล่าใหม่ด้วยภาษาของตนเอง โดยจำลองเป็นสคริปต์ ข้อความเพจบน Facebook ให้เหมือนจริงมากที่สุด บนกระดาษฟลิปชาร์ต เมื่อเขียนเสร็จแล้วให้นำไปแปะติดบนผนัง
6. เมื่อติดครบทุกกลุ่มแล้ว วิทยากรขอให้ทุกคนเดินชมและอ่านเพจจำลองที่แต่ละกลุ่มเขียนพร้อมกับตอบคำถามว่า "ถ้าเปรียบกระดาษของแต่ละกลุ่มเป็นเพจบนเฟสบุ๊ค จะกดไลก์ให้เพจไหน"
7. เมื่อหมดเวลาการชมเพจจำลอง ให้รวมกลุ่มใหญ่ และชวนคุยเพื่อเป็นการสรุปการเรียนรู้ว่า
 - เพจที่มีคนไลก์มากที่สุดคือ เพจของกลุ่มไหน
 - ขอเหตุผลจากผู้เรียนถึงเหตุผลที่เลือกกดไลก์เพจต่างๆ ของแต่ละกลุ่ม
 - ได้เรียนรู้อะไรเกี่ยวกับทักษะการสื่อสารเพื่อให้วัยรุ่นรับรู้และสนใจในข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับชีวิตตนเองบ้าง

กรณีที่ใช้กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมสุดท้าย

- ให้แจกแบบประเมินผลหลังอบรมให้ผู้เรียนทำและเก็บกลับมาเพื่อใช้ในการประเมินผล ก่อนเข้าสู่พิธีปิด
- นำกระดาษที่ให้เขียนความคาดหวังไว้ในกิจกรรมแรกกลับมาทบทวนร่วมกันว่าทุกคนได้ความที่คาดหวังหรือไม่ อย่างไร
- นัดหมายเวลาเพื่อจัดอบรมชุดกิจกรรมที่ 3 เพิ่มเติมทักษะขั้นสูงสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิฯ ให้กับผู้เรียนกลุ่มนี้

ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “X-Ray w.s.u. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

ที่มาและความสำคัญของการออกพระราชบัญญัติ การป้องกันและแก้ไขปัญหาคั่งครรรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559

เหตุผลในการประกาศใช้พระราชบัญญัติฉบับนี้ เนื่องจากจำนวนวัยรุ่นไทยที่ตั้งครรภ์เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม และเศรษฐกิจของประเทศ และปัญหาคั่งครรรภ์ในวัยรุ่นของประเทศมีความซับซ้อนและไม่อาจแก้ไขได้ด้วยอำนาจหน้าที่ของหน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่ง จึงต้องสร้างการเกิดกลไกการทำงานในรูปแบบบูรณาการระหว่าง 5 กระทรวงหลักให้รับผิดชอบการดำเนินงานเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาคั่งครรรภ์ในวัยรุ่นที่อายุระหว่าง 10 – 20 ปี ได้แก่ กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงแรงงาน และกระทรวงมหาดไทย

นอกจากเกิดกลไกทำงานร่วมกันในระดับชาติและระดับท้องถิ่นแล้ว อีกหนึ่งสาระสำคัญของกฎหมายฉบับนี้คือการให้ความสำคัญของ **สิทธิของวัยรุ่น ตามมาตรา 5** โดยระบุว่า

วัยรุ่นมีสิทธิตัดสินใจด้วยตนเอง และมีสิทธิได้รับข้อมูลข่าวสารและความรู้ ได้รับการบริการอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้รับการรักษาความลับและความเป็นส่วนตัว ได้รับการจัดสวัสดิการสังคมอย่างเสมอภาคและไม่ถูกเลือกปฏิบัติ และได้รับสิทธิอื่นใดที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ตามพระราชบัญญัตินี้อย่างถูกต้อง ครบถ้วน และเพียงพอ

การระบุอย่างชัดเจนเช่นนี้ทำให้กฎหมายฉบับนี้มีความก้าวหน้าและถือเป็นฉบับแรกๆ ของโลกที่ให้ความสำคัญแก่สิทธิของวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับ **เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน 17 ประการ** ที่เน้นการสร้างภาคีความร่วมมือเพื่อผลักดันให้ถึงเป้าหมาย โดยส่งเสริมการทำงานร่วมกันจากทุกภาคส่วน การยกระดับศักยภาพของส่วนราชการและองค์กรสาธารณประโยชน์ และความรับผิดชอบต่อเป้าหมายร่วมกัน โดยสาระสำคัญของกฎหมายฉบับนี้จะนำไปสู่เป้าหมายข้อ **ที่ 3 คือการสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี และข้อที่ 5 ความเท่าเทียมทางเพศ**

ในส่วนของการดำเนินงานเพื่อเสนอโยบาย แนวทางและกำกับติดตามกฎหมายฉบับนี้ระบุว่า องค์ประกอบของคณะกรรมการป้องกันและแก้ไขปัญหาคั่งครรรภ์ในวัยรุ่น ให้มีผู้แทนเยาวชนจากสภาเด็กและเยาวชน (หญิงและชายอย่างละ 1 คน) เข้าร่วมเป็นกรรมการระดับชาติ (นายกรัฐมนตรีเป็นประธาน) และอนุกรรมการระดับจังหวัด (ผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นประธาน) และกฎหมายฉบับนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดการให้เยาวชนเข้ามามีส่วนร่วมในระดับท้องถิ่นซึ่งเป็นไปตามที่ระบุไว้ใน **พระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2560** ที่กำหนดบทบัญญัติเพิ่มเติมเรื่องการจัดตั้งสภาเด็กและเยาวชนตำบล สภาเด็กและเยาวชนเทศบาล สภาเด็กและเยาวชนเขตในกรุงเทพมหานคร เพื่อให้เด็กและเยาวชนทุกระดับมีส่วนร่วมในการดำเนินงานค้ำคูณการพัฒนาเด็กและเยาวชนด้วยตนเอง โดยร่วมมือกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั่วประเทศในการขับเคลื่อนงานของสภาเด็กและเยาวชนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “X-Ray W.S.U. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น”



มาตรา 5 ของกฎหมายฉบับนี้ระบุว่า

วัยรุ่นมีสิทธิตัดสินใจด้วยตนเอง และมีสิทธิได้รับข้อมูลข่าวสารและความรู้ ได้รับการบริการอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้รับการรักษาความลับและความเป็นส่วนตัว ได้รับการจัดสวัสดิการสังคมอย่างเสมอภาคและไม่ถูกเลือกปฏิบัติ และได้รับสิทธิอื่นใดที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ตามพระราชบัญญัตินี้อย่างถูกต้อง ครบถ้วน และเพียงพอ

ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “X-Ray w.s.u. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

วัยรุ่นได้เรียนเพศศึกษารอบด้านที่เหมาะสมกับวัยและนำไปใช้ได้จริง

มาตรา 6 ของกฎหมายระบุให้สถานศึกษาดำเนินการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นโดยจัดให้มีการเรียนการสอนเรื่องเพศวิถีศึกษาให้เหมาะสมกับช่วงวัยของนักเรียนหรือนักศึกษา หมายความว่าทุกคนไม่ว่าอยู่ในสถานศึกษาสังกัดไหน ก็จะได้รับความรู้เรื่องเพศที่นำไปใช้ได้จริง เหมาะสมกับวัยของตน และต้องได้เรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่อง

- ความเสมอภาคของหญิงและชาย และการเคารพซึ่งกันและกัน
- ความสามารถในการต่อรองกับคู่ เพื่อมั่นใจว่าความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นความต้องการของตนเองจริง ๆ
- การป้องกันตนเองและผู้อื่นจากการติดเชื้อโรคติดต่อที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม
- การเท่าทันอารมณ์และความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์เมื่อถูกกดขี่หรือเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับเรื่องเพศที่ทำให้ตนเองรู้สึกอึดอัดใจ
- เข้าใจและยอมรับในการแสดงออกที่มาจากความแตกต่างหลากหลายทางเพศ



เมื่อตั้งท้อง สามารถเรียนต่อได้โดยไม่ถูกบังคับให้หยุดพักการเรียน

สสส. สำรวจพบว่านักเรียนส่วนมาก (65.4%) ยอมรับได้หากเพื่อนสนิทที่เรียนด้วยกันตั้งครรภ์ระหว่างเรียน ซึ่งสอดคล้องกับมาตรา 6 ของกฎหมายที่ระบุว่า **ต้องจัดให้มีระบบการดูแล ช่วยเหลือ และคุ้มครองนักเรียนหรือนักศึกษาซึ่งตั้งครรภ์ให้ได้รับการศึกษาด้วยรูปแบบที่เหมาะสมและต่อเนื่อง**



ดังนั้น ประโยชน์ของกฎหมายข้อนี้ สำหรับวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์และกำลังเรียนคือ

หากต้องการเรียนต่อในโรงเรียนเดิม หรือเลือกจะหยุดพักการเรียนและกลับมาเรียนที่เดิม ก็เป็นสิทธิของผู้เรียนที่สามารถเลือกได้ โรงเรียนไม่สามารถบังคับให้นักเรียน นักศึกษาที่ตั้งครรภ์ออกจากโรงเรียน หรือให้หยุดพักการเรียน หรือให้ไปเรียนต่อที่อื่น

คำว่า “วัยรุ่น” ในกฎหมายฉบับนี้ หมายถึงผู้มีอายุตั้งแต่ 10 ปี แต่ไม่เกิน 20 ปี

สสส. สำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับ พ.ร.บ.การป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 โดยสอบถามนักเรียนชั้น ม.ต้น ม.ปลาย และ ปวช. ในพื้นที่ กทม.และ 4 จังหวัด ได้แก่ เชียงใหม่ ขอนแก่น ชลบุรี และสงขลา จำนวนทั้งสิ้น 3,053 คน เมื่อเดือนกรกฎาคม 2559

ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “X-Ray w.s.u. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

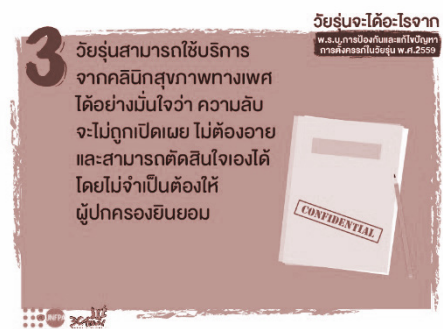
ขอคำปรึกษาเรื่องสุขภาพได้อย่างมั่นใจ "ความลับจะไม่ถูกเปิดเผย และไม่ต้องอาย"

ผู้ให้คำปรึกษาต้องทำตามมาตรา 5 ของกฎหมายที่ระบุว่า

วัยรุ่นมีสิทธิตัดสินใจด้วยตนเอง และมีสิทธิได้รับข้อมูลข่าวสารและความรู้ ได้รับการบริการอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้รับการรักษาความลับและความเป็นส่วนตัว ได้รับการจัดสวัสดิการสังคมอย่างเสมอภาคและไม่ถูกเลือกปฏิบัติ และได้รับสิทธิอื่นใดที่เป็นไปเพื่อประโยชน์คามพระราชบัญญัตินี้ได้อย่างถูกต้อง ครบถ้วน และเพียงพอ

อะไรคือ "รักษาความลับและความเป็นส่วนตัว"

- ตอบคำถามด้วยความเต็มใจ ให้ข้อมูลโดยบอกทั้งผลดีและผลเสีย
- เก็บเรื่องที่เล่าให้ฟังเป็นความลับ
- ถามความสมัครใจก่อนว่าสามารถนำเรื่องที่ปรึกษาออกไปใครได้บ้าง
- ช่วยแก้ปัญหาโดยให้ทางเลือก และให้วัยรุ่นเป็นคนตัดสินใจเลือก
- มีห้องหรือสถานที่ที่หนึ่งคุยด้วยกันตามลำพัง
- ไม่ถามเรื่องส่วนตัว หากวัยรุ่นไม่เต็มใจบอก



วัยรุ่นมีสิทธิได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับการตั้งครรภ์

ตามกฎหมายฉบับนี้ มาตรา 7 ระบุว่า **สถานบริการต้องจัดให้มีบริการให้คำปรึกษาและบริการอนามัยการเจริญพันธุ์ที่ได้มาตรฐานสำหรับผู้รับบริการซึ่งเป็นวัยรุ่นและสอดคล้องกับสิทธิตามมาตรา 5 รวมทั้งจัดให้มีระบบการส่งต่อให้ได้รับการจัดสวัสดิการสังคมอย่างเหมาะสม**



ดังนั้น วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มีสิทธิขอรับคำปรึกษาจากคลินิกสุขภาพ โดยผู้ให้คำปรึกษาต้องให้ข้อมูลที่ถูกต้อง ครบถ้วน และเพียงพอต่อวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ได้ตัดสินใจเลือกว่าจะทำอะไร และผู้ที่ให้คำปรึกษาต้องให้ความช่วยเหลือตามความต้องการของวัยรุ่น

ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “X-Ray w.s.u. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

วัยรุ่นที่เป็นพ่อแม่ได้รับการสนับสนุนให้เลี้ยงดูลูกอย่างมีคุณภาพ

ตามมาตรา 9 ของกฎหมายฉบับนี้ระบุว่าให้มีการจัดสวัสดิการสังคมที่เกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดย

**จัดให้มีการฝึกอาชีพตามความสนใจและความถนัดแก่วัยรุ่นที่
ตั้งครรภ์ก่อนและหลังคลอดที่ประสงค์จะเข้ารับฝึกอาชีพ และ
ประสานงานเพื่อจัดหางานให้ได้ประกอบอาชีพตามความเหมาะสม
รวมทั้งจัดหาครอบครัวทดแทนในกรณีที่วัยรุ่นไม่สามารถเลี้ยงดู
บุตรด้วยตนเองได้**



ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “X-Ray W.S.U. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

มาตรการสำคัญทางกฎหมาย

เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอย่างบูรณาการ



สถานศึกษา

-  จัดการสอนเพศวิถีศึกษาที่เหมาะสมกับวัย จัดหาและพัฒนาครูผู้สอน
-  ให้คำปรึกษา ช่วยเหลือ คู่ครองวัยรุ่นตั้งครรภ์ ให้เรียนต่อได้อย่างเหมาะสม
-  มีระบบส่งต่อไปยังบริการอนามัย การเจริญพันธุ์และสวัสดิการสังคม



สถานประกอบการ

-  ให้ข้อมูลในการป้องกันแก่ลูกจ้าง อย่างถูกต้องและเพียงพอ
-  ส่งเสริมให้ลูกจ้างได้รับคำปรึกษา และบริการอนามัยการเจริญพันธุ์
-  มีระบบส่งต่อไปยัง สวัสดิการสังคม





สถานบริการสาธารณสุข

-  ให้ข้อมูลและความรู้ในการป้องกัน ที่ถูกต้องและครบถ้วน
-  ให้คำปรึกษาและบริการอนามัย การเจริญพันธุ์ที่ได้มาตรฐาน
-  มีระบบส่งต่อไปยังสวัสดิการสังคม



หน่วยงานสวัสดิการสังคม

-  ฝึกอาชีพและจัดหางานให้แก่วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์
-  จัดหาครอบครัวทดแทนให้วัยรุ่น ที่ไม่สามารถเลี้ยงดูบุตรได้เอง
-  สร้างแกนนำเยาวชนระดับจังหวัด และอำเภอ ในการเฝ้าระวังปัญหา
-  สนับสนุนหน่วยงานของรัฐและเอกชนให้ ความช่วยเหลือแก่วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์และครอบครัว



ราชการส่วนท้องถิ่น

-  ออกข้อบัญญัติท้องถิ่นเพื่อให้วัยรุ่น ได้รับสิทธิตามพ.ร.บ.ฉบับนี้

ข้อมูลสำหรับวิทยากรประกอบกิจกรรม “X-Ray w.s.u. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

พระราชบัญญัติการป้องกันและ แก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ.2559

กฎหมายที่มุ่งป้องกันและแก้ไขปัญหาย่างบูรณาการบนพื้นฐานสิทธิของวัยรุ่น



กระทรวงสาธารณสุข



กระทรวงแรงงาน

5
กระทรวงหลัก
ที่มีหน้าที่ออกกฎกระทรวง
และระเบียบให้หน่วยงาน
นำไปปฏิบัติ



กระทรวงการพัฒนาสังคม
และความมั่นคงของมนุษย์



กระทรวงมหาดไทย



กระทรวงศึกษาธิการ



ความหมายและสิทธิของวัยรุ่นภายใต้ พ.ร.บ.



บุคคลที่อายุมากกว่า
10 ปี แต่
ไม่ถึง **20 ปี**

วัยรุ่นมีสิทธิ

-  ตัดสินใจด้วยตัวเอง
-  ได้รับข้อมูลข่าวสารและความรู้
-  ได้รับบริการอนามัยการเจริญพันธุ์
-  ได้รับการจัดสวัสดิการสังคม
-  ได้รับการปฏิบัติอย่างเสมอภาค
-  ได้รับการรักษาความลับ
และความเป็นส่วนตัว

กลไกสำคัญภายใต้ พ.ร.บ.

คณะกรรมการป้องกันและแก้ไขปัญห การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น



นายกรัฐมนตรี
ประธาน



รมต.กระทรวง
สธ. พม. ศธ.
กรรมการ



ปลัดกระทรวง มท.
รง. ยธ. วธ. และ
ปลัด กทม.
กรรมการ



อธิบดี
กรมอนามัย
กรรมการ



ผู้แทนเยาวชน
หญิง ชายจากสภาเด็ก
และเยาวชน
กรรมการ



ผู้ทรงคุณวุฒิ
5 คน
กรรมการ



อธิบดีกรมอนามัย
เลขาธิการ



ผู้แทนสำนักงาน
ปลัดกระทรวง ศธ.
ผู้ช่วยเลขาธิการ



ผู้แทนกรมกิจการ
เด็กและเยาวชน
ผู้ช่วยเลขาธิการ



ผู้แทนกรมกิจการ
สตรีและสถาบันครอบครัว
ผู้ช่วยเลขาธิการ

ทำหน้าที่

-  เสนอนโยบายและยุทธศาสตร์
ต่อคณะรัฐมนตรี
-  กำหนดแนวทางปฏิบัติสำหรับ
หน่วยงานของรัฐและเอกชน
-  ปรับปรุง แก้ไขกฎหมายที่เกี่ยวข้องและ
เสนอความเห็นในการออกกฎกระทรวง
-  เสนอรายงานต่อคณะรัฐมนตรี
อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
-  ให้คำปรึกษา แนะนำ และแก้ไข
ปัญหาขัดข้อง ในการดำเนินงาน
แก่หน่วยงานของรัฐและเอกชน

แบบประเมินผลหลังการอบรมชุดกิจกรรมที่ 1 และ 2

| ตอบคำถาม แต่ละข้อโดยใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ต้องการ | ใช่ | ไม่ใช่ |
|--|-----|--------|
| ควรรนำเรื่องที่แลกเปลี่ยนในห้องอบรมไปบอกต่อให้คนอื่นรับรูู้ | | |
| เยาวชนต้องเรียนรู้เรื่องมารยาทมากกว่าผู้ใหญ่ | | |
| การยื่นกอดคอระหว่างพูดหน้าห้องทำให้มั่นใจมากขึ้น | | |
| การสบตาเพื่อนเป็นครั้งคราวขณะที่เพื่อนพูด ทำให้เพื่อนอึดอัด | | |
| การลงโทษคนที่เล่นเกมแพ้ ถือเป็นเรื่องดี | | |
| สิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ กับ สิทธิมนุษยชน เป็นคนละเรื่อง | | |
| ธรรมชาติเป็นตัวกำหนดความยุติธรรม | | |
| คู่รักที่เป็นเพศเดียวกันไม่จำเป็นต้องจดทะเบียนสมรส | | |
| การพูดในสิ่งที่คิด ถือเป็นสิทธิมนุษยชนสากล | | |
| ผู้หญิงที่รักนวลสงวนตัวเป็นคนดี | | |
| ผู้ชายที่ร้องไห้ ให้คนอื่นเห็นเป็นคนอ่อนแอ | | |
| พ่อแม่มีสิทธิเลือกคู่ให้กับลูก | | |
| เป็นเรื่องธรรมดาที่ผู้ชายหาเงิน ผู้หญิงเลี้ยงลูก | | |
| ผิวเมียบคบคิกัน คนนอกไม่ควรเข้าไปยุ่ง | | |
| ผู้หญิงที่ตามใจแฟนทุกอย่าง แสดงว่ารักแฟนจริง | | |
| ผู้หญิงที่ถ่ายรูปโชว์หน้าอกขึ้น Facebook เป็นคนไม่ดี | | |
| เมื่อเกิดอาวมณ์ ผู้ชายต้องหาทางระบายออกทันที | | |
| ผู้หญิงที่ "ช่วยตัวเอง" เมื่อเกิดอาวมณ์ เป็นคนผิดปกคค | | |
| การพกถุงยางอนามัย เป็นหน้าที่ของผู้ชาย | | |
| แต่งงานก่อนถึงจะมีเช็คส์ได้ เป็นการแก้ปัญหาท้องในวัยเรียนที่ได้ผล | | |
| ฉันพร้อมใช้ชื่อ นามสกุลจริง เพื่อลงชื่อเรียกร้องสิทธิให้กับคนที่ถูกละเมค | | |
| ครูไม่ต้องสอนเพศศึกษาในห้องเรียน เพราะเด็กเด็ยวันนี้รู้คคกว่าครู | | |
| วัยรุ่นที่เลี้ยงลูกไม่ไหวและนำไปให้สถานสงเคราะห์ คคคคนที่ไม่มีควมรับผคคชอบ | | |
| หน้าที่ของผู้แทนเยาวชนคคคเข้าประชุมและตั้งใจฟังโดยไมจําเป็นต้องออกควมเห็น | | |

ตอบคำถามต่อไปนี้ตามความเห็นของตัวเอง

- 3 เรื่องใหม่ที่ได้เรียนรู้จากการอบรมหลักสูตรทักษะเพิ่มเติมสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น
- ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเพื่อการอบรมครั้งต่อไป

ชุดกิจกรรมที่ 3

เพิ่มเติมทักษะขั้นสูง

สู่การเป็นเยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น



หมวดทำความเข้าใจหลักสูตรและเตรียมความพร้อม

หาเพื่อนคนนี้ให้เจอ



เวลาที่ใช้

60 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี / แบบประเมินผล
ก่อนอบรมชุดกิจกรรมที่ 3,
ใบงาน "หาเพื่อนคนนี้ให้เจอ",
ของรางวัลเล็กๆ น้อยๆ

วัตถุประสงค์

- เข้าใจวัตถุประสงค์ และเห็นภาพรวมของการอบรม
- มีความมั่นใจและเตรียมความพร้อมในการทำกิจกรรม

ก่อนทำกิจกรรม

- เตรียมแบบประเมินผลก่อนอบรมชุดกิจกรรมที่ 3 และใบงาน "หาเพื่อนคนนี้ให้เจอ" ให้พอกับจำนวนผู้เรียน

ขั้นตอนเริ่มกิจกรรม

1. แจกแบบประเมินประเมินผลให้ทุกคนทำอย่างรวดเร็ว ก่อนเก็บคืนเพื่อนำมาใช้ในการประเมินผลอบรม
2. ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการอบรมเพิ่มเติมทักษะขั้นสูงให้ผู้เข้าร่วมว่า
 - การอบรมชุดกิจกรรมนี้ เป็นการแนะนำให้รู้จักและเข้าใจบทบาทหน้าที่ของ "เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" ให้มีความชัดเจนมากขึ้น และให้ผู้เรียนได้ฝึกทดลองใช้เครื่องมือสำหรับการรวบรวมข้อมูลและปัญหาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศของเยาวชนด้วยการใช้แบบประเมินตนเองเพื่อทำการสำรวจความเห็น และนำมาวิเคราะห์ผลก่อนจะจัดทำเป็นข้อเสนอแนะให้แก่ผู้แทนเยาวชนนำไปใช้ในการประชุมติดตามการดำเนินงานตาม พ.ร.บ.ฯ
3. เข้าสู่กิจกรรมทำความรู้จักเพื่อน โดยแจกใบงาน "หาเพื่อนคนนี้ให้เจอ" แก่ผู้เรียนทุกคน และอธิบายวิธีการดังนี้
 - ให้ทุกคนพูดคุย ทำความรู้จักกับเพื่อนโดยถามหาคนที่เคยมีประสบการณ์หรือได้เข้าร่วมในกิจกรรมตามที่ระบุไว้ในข้อต่างๆ ทั้ง 9 ข้อ
 - ขอให้เพื่อนคนที่มีประสบการณ์ในข้อนั้นๆ เล่าถึงรายละเอียดโดยย่อว่าได้เข้าร่วมทำกิจกรรมนั้นเมื่อไหร่ กับใครในเรื่องอะไร และเมื่อเล่าจบ ให้เพื่อนลงชื่อกำกับไว้ในช่องนั้นด้วย
 - เพื่อนแต่ละคนใส่ชื่อตัวเองได้ข้อเดียว ดังนั้น แต่ละคนต้องมีชื่อเพื่อน 9 คน
 - ห้ามใส่ชื่อของตัวเองลงไปบนแผ่นใบงานของตัวเอง
 - ใครหาได้ครบก่อน ถือเป็นผู้ชนะ จะได้รางวัลที่เตรียมไว้ให้
4. ให้เวลาทุกคนทำกิจกรรมประมาณ 15 นาที
5. เมื่อทุกคนได้ชื่อเพื่อนครบทั้ง 9 ข้อ และได้ผู้ชนะแล้ว ให้กลับมารวมกลุ่มใหญ่ เพื่อร่วมกันสรุปการเรียนรู้จากกิจกรรม ดังนี้
 - ถามผู้ที่ทำเสร็จคนแรกว่ารายชื่อเพื่อนในข้อที่ 1 คือใคร และเพื่อนเล่ารายละเอียดอย่างไร
 - ถามอาสาสมัครคนอื่นถึงข้อถัดไปได้รายชื่อใคร และมีรายละเอียดอย่างไร
6. เมื่อถามครบทั้ง 9 ข้อแล้ว ให้กลับมาชวนคุยข้อที่ 2 อีกครั้ง ถึงความหมายของคำว่า "การพิทักษ์สิทธิ" ว่ามีใครรู้จักคำนี้บ้าง

7. อธิบายถึงความหมายของคำนี้แก่ผู้เรียนว่า

การพิทักษ์สิทธิเกี่ยวข้องกับกระบวนการสื่อสารเพื่อปกป้องสิทธิมนุษยชนที่ถูกระงับไว้ตามกฎหมายหรือนโยบายของแต่ละประเทศ เป็นการเรียกร้องให้เกิดการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง หรือยกเลิกเมื่อมีนโยบาย กฎหมาย หรือการทำงานที่ละเมิดสิทธิฯ โดยใช้ข้อมูลและหลักฐานที่รวบรวมมาจากผู้ที่ถูกละเมิดสิทธิหรือเข้าไม่ถึงสิทธิ

8. ชาวผู้เรียนเข้าสู่กิจกรรมต่อไปซึ่งเป็นการทบทวนเนื้อหาและความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิมนุษยชน สิทธิอนามัย การเจริญพันธุ์ กับเนื้อหาที่ระบุใน พ.ร.บ.ฯ

แบบประเมินผลก่อนการอบรม ชุดกิจกรรมที่ 3

| ใส่เครื่องหมาย ✓ ในข้อที่คิดว่ามีความเกี่ยวข้องกับ พ.ร.บ.ฯ | ใช่ | ไม่ใช่ |
|--|-----|--------|
| พ.ร.บ. การป้องกันการตั้งครรภ์ฯ คู่ครองเฉพาะคนเป็นพ่อแม่วัยรุ่นเท่านั้น | | |
| เนื้อหาใน พ.ร.บ.การป้องกันการตั้งครรภ์ฯ ไม่ครอบคลุมเรื่องความเสมอภาคทางเพศ | | |
| การรู้จักวิธีหาความสุขทางเพศ ไม่ถือเป็นสิทธิวัยรุ่น | | |
| การล้อเลียนหยอกล้อเพื่อนที่เป็นกะเทย ตุ๊ด ทอม คี เกย์ ไม่ถือเป็นการละเมิดสิทธิ | | |
| ครูสอนเพศศึกษาต้องรู้เรื่องส่วนตัวของนักเรียนก่อน จึงจะให้คำปรึกษาได้ | | |
| ทุกคนต้องได้เรียนเพศศึกษาโดยไม่มีข้อยกเว้น เพราะมีระบุไว้ในมาตรา 6 ของ พ.ร.บ.ฯ | | |
| คนใช้วัยรุ่นมีสิทธิจะเล่าหรือไม่เล่าเรื่องส่วนตัวให้หมอหรือพยาบาลในคลินิกรับรู้ | | |
| การเลือกว่าจะตั้งท้องต่อหรือจะทำแท้ง เป็นสิทธิของวัยรุ่นคนที่ตั้งท้อง | | |
| มาตรา 7 ของพ.ร.บ.ฯ ระบุว่าหมอมีสิทธิเลือกที่จะรักษาวัยรุ่นคนไหนก็ได้ | | |
| การที่หมอบอกว่าการทำแท้งเป็นบาป คือวิธีให้บริการที่เป็นมิตรในคลินิกวัยรุ่น | | |
| หมอสามารถนำเรื่องของวัยรุ่นที่มาปรึกษาไปบอกพ่อแม่ได้แม้วัยรุ่นไม่ยินยอม | | |
| วัยรุ่นหญิงอายุต่ำกว่า 20 ปี สามารถรับยาฝังคุมกำเนิดได้ฟรี | | |
| มาตรา 8 ของพ.ร.บ.ฯ ทำให้ทุกโรงงานต้องจัดมุมให้ควมรู้เรื่องคุมกำเนิดแก่ลูกจ้าง | | |
| มาตรา 9 ระบุว่าพ่อแม่วัยรุ่นเลือกได้ว่าจะเลี้ยงลูกเองหรือยกให้คนอื่นเลี้ยง | | |
| อบต. ต้องมีงบประมาณให้วัยรุ่นทำกิจกรรมเพื่อป้องกันการตั้งท้องในวัยรุ่น | | |
| ผู้แทนเยาวชนต้องรู้ข้อมูลว่ามีนักเรียนถูกไล่ออกจากโรงเรียนเพราะตั้งท้องหรือไม่ | | |
| การเขียนจดหมายประท้วงเมื่อโดนไล่ออกจากโรงเรียนเพราะตั้งท้อง ถือเป็นการเรียกร้องสิทธิตาม พ.ร.บ. | | |
| การจัดค่ายเพศศึกษาคือหน้าที่ของคณะกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ฯ ระดับจังหวัด | | |
| ผู้แทนเยาวชนมีหน้าที่รับเรื่องร้องเรียนจากวัยรุ่น | | |

ใบงานสำหรับผู้เรียนประกอบกิจกรรม “หาเพื่อนคนนี้ให้เจอ”

หาเพื่อนคนนี้ให้เจอ

คนที่เคยแสดงงานศิลปะ
หรือเป็นสมาชิกวงดนตรี
หรือเคยแสดงละครใน
โรงเรียน

ชื่อ:

คนที่มีส่วนร่วมในหน่วย
บริการสุขภาพสำหรับวัยรุ่น

ชื่อ:

คนที่เคยขึ้นพุ่มบนเวที
หรือกล่าวคำปราศรัย
ต่อหน้าสาธารณะ

ชื่อ:

คนที่ได้เรียน
เพศศึกษาแบบรอบคอบ
ในโรงเรียน

ชื่อ:

คนที่เคยเข้าร่วมลงชื่อเรียก
ร้องเรื่องที่ตัวเองไม่เห็นด้วย

ชื่อ:

คนที่ทำหน้าที่เป็น "ที่
ปรึกษา" ให้คำแนะนำกับ
องค์กร หรือหน่วยงาน

ชื่อ:

คนที่เคยเสนอความเห็น
ให้แก่ผู้ที่มีหน้าที่ออกนโยบาย

ชื่อ:

คนที่เคยเข้าร่วมทำงานรณรงค์

ชื่อ:

คนที่รู้ความหมายของคำว่า
"ผู้พิทักษ์สิทธิและผลประโยชน์"

ชื่อ:

หมวดความรู้เรื่องสุขภาพะทางเพศกับสิทธิมนุษยชน

ทำความเข้าใจกับ “ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น”



เวลาที่ใช้

90 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี, ใบงานกรณีศึกษา
4 เรื่อง, ใบความรู้ "วัยรุ่นได้
อะไรจาก พ.ร.บ. การป้องกัน
และแก้ไขปัญหาคั่งครรรภ์
ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559", พ.ร.บ.
ฉบับเดิม, ใบความรู้ "สิทธิ
อนามัยการเจริญพันธุ์ 12
ข้อ", ใบความรู้ "ปฏิญญา
สากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน
แบบเข้าใจง่าย, สไลด์เรื่องเล่า
"ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศ
ของวัยรุ่น"

วัตถุประสงค์

- รู้ความหมายและบทบาทของ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของเยาวชน"
- เห็นตัวอย่างจริงจากเยาวชนที่ทำหน้าที่พิทักษ์สิทธิ

ก่อนทำกิจกรรม

- จัดทำสไลด์ "เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" สำหรับฉายในกิจกรรม โดยใช้เรื่องเล่าจากหนังสือ "เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" ที่จะใช้ แจกผู้เรียนทุกคน (ดาวน์โหลดจากเว็บไซต์ www.3c4teen.org)
- เตรียมหนังสือ "เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศวัยรุ่น" ซึ่งเป็นการรวมเรื่องเล่า การทำงานของเยาวชน โดยเยาวชน และเพื่อเยาวชน เพื่อส่งเสริมสุขภาพะทางเพศและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์วัยรุ่น
- แจกแก่ผู้เรียนให้นำบัตรคำที่เคยเลือกไว้และกระดาษที่จดความรู้สึกไว้ใน กิจกรรม "ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร" มาใช้ประกอบกิจกรรม

ขั้นตอนเริ่มกิจกรรม

1. ถามผู้เรียนว่า "เมื่อได้ยินคำว่าผู้พิทักษ์สิทธิ" คิดถึงใครบ้าง ระดมความเห็นขึ้นกระดาน โดยกระตุ้นให้ผู้เรียนนึกถึง ตัวอย่างได้จากทั้งชีวิตจริง หรือจากภาพยนตร์ จากเรื่องเล่าที่เคยได้ยิน (อาจจะเริ่มโดยการเอ่ยเป็นตัวอย่างให้ก่อนสักคน สองคน เช่น ซูเปอร์แมน คานธี ไอ้แมงมุม อองซานซูจี มาลาลา เป็นต้น)
2. เมื่อได้ตัวอย่างของ "ผู้พิทักษ์สิทธิ" มาจำนวนหนึ่ง ให้ถามต่อว่า ชื่อที่ระดมมานี้ พวกเขามีคุณสมบัติอะไรที่เหมือนกันบ้าง เขียนขึ้นกระดานไว้ (กระตุ้นให้ผู้เรียนนึกถึงความสามารถของคนเหล่านี้ และเหตุผลที่คนเหล่านี้ลุกมาทำหน้าที่ว่าน่าจะมาจากสาเหตุอะไร)
3. จากนั้น ขึ้นสไลด์ "ตัวอย่างเยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศ" ให้กับทุกคนได้เห็น พร้อมทั้งเล่าเรื่องประกอบสไลด์ให้ทุกคนฟัง
4. เมื่อฉายสไลด์จบ ถามคำถามผู้เรียนเพื่อสรุปการเรียนรู้ ดังนี้
 - ตัวอย่างเยาวชนที่นำมาให้ดูนี้ ทุกคนมีคุณสมบัติอะไรที่เหมือนกับตัวอย่างที่เราพร้อมกันระดมก่อนหน้านี้นบ้าง และมีอะไรที่แตกต่างจากตัวอย่างที่ระดมกันไว้
 - คิดว่าอะไรคือสาเหตุที่ทำให้เยาวชนเหล่านี้ออกมาเรียกร้องสร้างการเปลี่ยนแปลง
5. ให้ทุกคนนำบัตรคำที่เคยเลือกไว้จากกิจกรรม "ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร" พร้อมทั้งกระดาษที่จดความเห็นไว้มาอ่าน ทบทวนอีกครั้ง แล้วสุ่มถามอาสาสมัครว่า
 - เมื่ออ่านสิ่งที่ตนเองเคยเขียนไว้แล้วเปรียบเทียบกับตัวอย่างเยาวชนที่ได้ดูจากสไลด์แล้ว มีอะไรที่เหมือนกันบ้าง

6. จากนั้น วิทยากรอธิบายความหมายและหลักการทำงานของ "ผู้พิทักษ์สิทธิ" โดยใช้ข้อมูลเหล่านี้

"การพิทักษ์สิทธิ เป็นกระบวนการสร้างให้เกิดการสนับสนุนในเรื่องที่เป็นปัญหาสำคัญซึ่งส่งผลต่อชีวิต และจะแก้ปัญหานั้นให้สำเร็จได้ก็ด้วยการลงมือทำอะไรบางอย่างเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้จริงโดยมีข้อมูลที่ได้มาจากกลุ่มผู้ที่ต้องการได้รับการเปลี่ยนแปลง ต่างจากการทำงานแบบ "ฮีโร่" หรือวีรบุรุษ ที่ทำงานโดยใช้ความสามารถของตัวเองตามลำพัง หรือได้รับการเชิดชูให้ทำบางอย่าง โดยไม่ต้องใช้ข้อมูลหรือการขอความเห็นจากคนอื่น

"เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" จึงหมายถึงคนที่ทำงานเพื่อผลักดันให้เกิดการแก้ปัญหาในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการถูกละเมิดทางเพศและสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์วัยรุ่น ด้วยการสร้างการเปลี่ยนแปลงโดยใช้ข้อมูลที่เชื่อถือได้ หรือเป็นเสียงจากเยาวชนที่ถูกละเมิดสิทธิโดยตรง ซึ่งเห็นได้ชัดจากตัวอย่างที่ยกมาให้ดูว่าแต่ละคนออกมาเรียกร้องบางอย่างเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ยกตัวอย่าง นักศึกษาเกษตรที่เขียนอีเมลถึงคณบดี เพราะตนเองคือผู้ที่ต้องการเปลี่ยนแปลง และข้อมูลที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลงนี้คือ คำกล่าวของคณบดีที่พูดถึงนิยามการแต่งกายว่า "สุภาพ" ซึ่งสามารถขยายความได้ว่า การแต่งกายสุภาพมีหลายแบบ และไม่ได้ยึดติดกับเพศสรีระ ดังนั้น เพศชายสามารถสวมชุดราตรี เพศหญิงก็สวมกางเกงขายาว และคนที่ไม่ระบุเพศตนเองก็มีอิสระในการเลือกสวมชุดเพศใดก็ได้ เมื่อเข้าร่วมรับประทานอาหารแบบเป็นทางการ ซึ่งตลอด 650 ปีที่ผ่านมา ไม่เคยมีใครตั้งคำถามถึงการแต่งกาย "สุภาพ" มาก่อนเลย

องค์ประกอบสำคัญของการเป็นเยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น จึงประกอบด้วย

- ต้องเป็นการนำเสนอข้อเรียกร้องเพื่อเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งที่ดีกว่าเดิม
- ต้องมีการใช้ข้อมูลที่เชื่อถือได้ เพื่อสนับสนุนข้อเรียกร้อง
- ต้องมาจากกลุ่มคนที่เสียผลประโยชน์ หรือถูกล่วงละเมิดสิทธิ



7. หลังจากอธิบายความหมายและองค์ประกอบของการเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่นให้ผู้เรียนเข้าใจ ถามถึงสิ่งที่ผู้เรียนได้เรียนรู้จากการเห็นตัวอย่างเยาวชนที่นำเสนอผ่านสไลด์

8. แจกหนังสือ "เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" ที่เตรียมไว้ให้ทุกคนเก็บไว้เพื่อใช้ศึกษาแนวคิดการทำงานและเห็นตัวอย่างเยาวชนที่ลุกขึ้นมาทำงานโดยใช้ช่องทางหลากหลาย ซึ่งมีรายละเอียดอยู่ในหนังสือ ก่อนเข้าสู่กิจกรรมต่อไป

ตัวอย่างสไลด์สำหรับใช้ประกอบกิจกรรม “ทำความเข้าใจกับ “ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

กลุ่มเยาวชนทำโครงการ "ปลดปล่อยการตีตรา"

วัยรุ่นกลุ่มนี้เรียกร้องให้ผู้คนเคารพและปฏิบัติอย่างเท่าเทียมไม่ว่าชีวิตทางเพศหรืออัตลักษณ์ทางเพศของเราจะเป็นอย่างไรก็ตามโดยใช้คลิปวิดีโอสื่อสารว่าเพศวิถีนั้นเป็นสิ่งที่ล้นไหลได้ไม่คงที่ ดังนั้นทุกคนมีตราประทับของตนเองได้ แต่ก็ถลอกออกได้เหมือนกันถ้ามันทำให้เราไม่มีความสุข เหมือนเวลาที่มีความสัมพันธ์แบบรักเพศเดียวกัน จะมีคนเชื่อและบอกว่าฝ่ายหนึ่งต้องเป็น "ชาย" อีกฝ่ายต้องเป็น "หญิง" (ฝ่ายรุก ฝ่ายรับ ฯลฯ)

วัยรุ่น 5 คนในประเทศเปรูร่วมกันจัดทำโครงการ "ปลดปล่อยการตีตรา" เพื่อส่งเสริมความเท่าเทียมกันทางเพศผ่านวิดีโอและเว็บไซต์ให้ข้อมูลความรู้เชิงวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับชุมชน LGBT เพื่อสื่อสารว่าเราคือมนุษย์เหมือนกัน แต่ทุกคนก็มีความแตกต่างกัน



วัยรุ่นสก็อตแลนด์สนับสนุนกฎหมายห้ามข่มขู่ ห้ามแฮร์ภาพลับแฟนเก่า

- เยาวชนกลุ่มหนึ่งร่วมสนับสนุนกฎหมายเรื่องพฤติกรรมคุกคามและอันตรายทางเพศของสก็อตแลนด์ ซึ่งระบุว่าการแฮร์สื่อส่วนตัวโดยปราศจากความยินยอมถือเป็นอาชญากรรม
- โดยรณรงค์สร้างจิตสำนึกสาธารณะให้สังคมเห็นผลที่จะตามมาจากการแฮร์ภาพนิ่งหรือภาพเคลื่อนไหวที่เป็นภาพลับส่วนตัวของแฟนปัจจุบันหรือแฟนเก่าโดยไม่ได้รับอนุญาตว่าเป็นอย่างไร ด้วยการชักชวนให้คนที่แฮร์ติดแฮชแท็ก #NotYoursToShare และจัดทำวิดีโอเพื่อให้สังคมเข้าใจถึงผลที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำดังกล่าว

การจัดทำแคมเปญ มีการสำรวจความเห็นผ่านออนไลน์ถึงเรื่องการแฮร์ภาพส่วนตัว พบว่ากว่าครึ่งหนึ่งของผู้ที่ตอบแบบสำรวจมีประสบการณ์เกี่ยวกับการข่มขู่ผู้อื่นว่าจะแฮร์ภาพลับส่วนตัวและเกือบครึ่งเคยถูกขู่ว่าจะนำภาพส่วนตัวไปแฮร์ และผลกระทบที่เกิดจากการมีประสบการณ์ถูกข่มขู่เรื่องการแฮร์ภาพคือความรู้สึกหวาดกลัวจนหลายคนถึงขั้นทำร้ายตนเอง



ตัวอย่างสไลด์สำหรับใช้ประกอบกิจกรรม “ทำความเข้าใจกับ “ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น”

นักศึกษาเกษตรนครให้เปลี่ยนธรรมเนียมการแต่งกายที่มีมา 650 ปี

ชาร์ลี นอร์ทรูป นักศึกษาเกษตร ภาควิชาโบราณวิทยา (classics) คณะศิลปศาสตร์และมนุษยศาสตร์แห่งมหาวิทยาลัยเคมบริดจ์ ประเทศอังกฤษ ทักท้วงธรรมเนียมการแต่งกายที่แบ่งแยกชายหญิงโดยเจียนอีแมล์หากณบดีเพื่อถามถึงจุดที่ใช้สวมเข้าร่วมรับประทานอย่างเป็นทางการว่าผู้แต่งเลือกได้เองตามความสมัครใจหรือไม่

เพราะที่ผ่านมา ไม่เคยมีใครตั้งคำถามในเรื่องนี้ ทุกคนต่าง "เข้าใจเอาเอง" ว่าผู้ชายต้องสวมสูท ผูกไท และผู้หญิงต้องสวมกระโปรงแค่มื่อคณบดีขยายความนิยมการแต่งกายให้ชัดเจนเช่นนี้ ส่งผลให้คนที่เคยอึดอัดไม่สะดวกใจในการแต่งชุดสุภาพตามเพศสรีระได้มีทางเลือก และชาร์ลียี่เลือกสวมกระโปรง



สาววัย 18 ปี อาร์ฟา นาซิม เรียกร้องให้รัฐบาลอังกฤษจัดระบบติดตามสถานการณ์การขลิบอวัยวะเพศหญิงในโรงเรียน

ชักชวนคนที่เห็นด้วยกับแนวคิดของเธอมาร่วมกันลงชื่อทางเว็บไซต์ change ในชื่อโครงการ #traintoprotect เพราะองค์กรได้ทำการวิจัย พบว่าในประเทศอังกฤษ มีเด็กผู้หญิงได้รับผลกระทบจากการขลิบอวัยวะเพศหญิงถึง 17,000 คน เกิดช่องว่างในการสื่อสารเรื่องนี้ระหว่างครูแบนักเรียน

เพราะนักเรียนถึง 94% เชื่อว่าเจ้าหน้าที่ส่วนใหญ่ในโรงเรียนไม่รู้อะไรเลยเกี่ยวกับเรื่องการขลิบอวัยวะเพศและการถูกบังคับให้แต่งงานในวัยเด็ก



หมวดความรู้เรื่องสุขภาพะทางเพศกับสิทธิมนุษยชน

วิเคราะห์เนื้อหา พ.ร.บ. ผ่านกรณีศึกษา



เวลาที่ใช้

60 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี, บัตรคำและ
กระดาษที่เขียนความเห็นไว้
ในกิจกรรม "ความยุติธรรม
สำคัญอย่างไร", หนังสือ
"เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศ
ของวัยรุ่น"

วัตถุประสงค์

- มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหา พ.ร.บ.ฯ อย่างละเอียด
- มีทักษะคิดวิเคราะห์และแก้ปัญหาแบบเชื่อมโยง

ก่อนทำกิจกรรม

- เตรียมสไลด์ข้อความในมาตรา 5 และ มาตรา 6 จาก พ.ร.บ. สำหรับฉายให้ผู้เรียน
- เตรียมใบความรู้ตามที่ระบุไว้ในอุปกรณ์ให้ครบตามจำนวนผู้เรียน
- ดาวน์โหลด พ.ร.บ. ฉบับเต็มได้จากเว็บไซต์ของสำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย <http://rh.anamai.moph.go.th/main.php?filename=act>

ขั้นตอนเริ่มกิจกรรม

1. ชวนผู้เรียนทบทวนถึง พ.ร.บ. การป้องกันการตั้งครรภ์ฯ ซึ่งมักเรียกกันสั้นๆ ว่า "กฎหมายวัยรุ่น" โดยแจกใบความรู้ และ พ.ร.บ. ฉบับเต็มที่เตรียมไว้ให้ทุกคนอ่าน และให้ข้อมูลถึงความสำคัญของมาตรา 5 และ มาตรา 6 ซึ่งเกี่ยวข้องกับเรื่อง การสอนให้ความรู้เรื่องเพศในโรงเรียนโดยไม่ละเมิดสิทธิว่าถูกระบุใน พ.ร.บ. โดยละเอียดว่าอย่างไร (ขึ้นข้อความมาตรา 5 และ มาตรา 6 ที่ระบุใน พ.ร.บ.ฯ ให้ทุกคนเห็น)
2. ถามผู้เรียนเพื่อให้ทบทวนถึง "สิทธิมนุษยชน" ว่า มีเรื่องอะไรบ้าง จดคำตอบขึ้นกระดาน (หรือให้นำใบปฏิญญาสากลที่ เคยแจกกลับมาทบทวน) จากนั้น แจกใบความรู้ "สิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ 12 ข้อ" ให้ทุกคนวิเคราะห์ว่า ทั้ง 12 ข้อนั้น สอดคล้องกับข้อใดในสิทธิมนุษยชนที่ได้ทบทวนมา
3. แบ่งกลุ่มย่อยผู้เข้าร่วมเป็น 4 กลุ่ม แจกกรณีศึกษาที่เตรียมไว้ให้กลุ่มละ 1 เรื่อง (แอน, เบส, แก้ม, ไนต์) เพื่อวิเคราะห์ว่า เรื่องของแต่ละคนเกี่ยวข้องกับสิทธิมนุษยชน สิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ และกฎหมายวัยรุ่นข้อไหน อย่างไร โดยให้โจทย์ ต่อไปนี้ (30 นาที)
 - กรณีศึกษาที่ได้รับมีการละเมิดสิทธิตามมาตราไหนบ้างใน พ.ร.บ. การป้องกันการตั้งครรภ์ฯ (ระบุทั้งสิทธิมนุษยชน และสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์)
 - สิทธิเรื่องอะไรในมาตราไหนที่เราอยากเน้นมากกว่าข้ออื่น และอยากเรียกร้องสิทธิดังกล่าวกับใคร เพราะอะไร
 - ครูและโรงเรียนควรเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยหรือไม่ในการป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาเหล่านี้ และด้วยวิธีการอย่างไร
 - มีใครอีกบ้างที่สามารถป้องกันไม่ให้เกิดเรื่องแบบที่กรณีศึกษาของเราเจอ
 - ในฐานะ "เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" เราจะมียุทธวิธีการอย่างไร เพื่อพิทักษ์สิทธิตาม พรบ. ป้องกันการตั้งครรภ์ฯ ให้กรณีศึกษาของเรา

ใบงานแจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “วิเคราะห์เนื้อหา P.S.U. ผ่านกรณีศึกษา”

แอน หญิงสาวอายุ 20 ปี

ครอบครัวของแอนจัดว่าเป็นครอบครัวที่อบอุ่นในความรู้สึกของเธอ เพราะพ่อเป็นคนใจดีมาก แต่เมื่อถึงเวลาที่มีปัญหาส่วนตัว เธอกลับไม่เล่าให้ใครฟัง ไม่ว่าจะเป็นพ่อ แม่ หรือน้องชาย แอนมีแฟนมาแล้ว 3 คน กับแฟนแต่ละคน เธอมักใช้การหลั่งนอก

"กับแฟนคนแรก ใช้การหลั่งข้างนอกเพราะตอนนั้นยังเด็กด้วยกันทั้งคู่ กับคนที่สอง ตอนเริ่มคบกันแรกๆ ใช้ถุงยาง เพราะยังไม่ค่อยมั่นใจก็ใส่ถุงยางไว้ก่อน แต่พอคบๆ ไป ช่วงหลังก็ไม่ใส่ แล้วใช้การหลั่งข้างนอกเอาคนที่สามก็เหมือนกัน แรกๆ ใช้ถุงยาง แล้วหลังๆ ก็เปลี่ยนให้หลั่งข้างนอก"

แอนอยากให้แฟนใช้ถุงยางอนามัย เพราะเธอไม่รู้สึกลงถึงความแตกต่างระหว่างการใช้กับการไม่ใช้ แต่แฟนไม่ยอม

"อยากเป็นฝ่ายเลือกมากกว่า จริงๆ อยากให้เขาใส่ทุกครั้ง แต่เขาบอกว่าใส่แล้ว มันไม่เหมือนธรรมชาติ ตัวเองรู้สึกไม่ต่าง แต่ก็ไม่ได้เล่าให้แฟนฟังว่าคิดยังไง แต่ทุกครั้งที่บอกให้เขาใส่ เขาก็มีความรู้สึกว่าเขาไม่ไหวว่าไม่เชื่อใจกัน ส่วนมากก็จะพูดว่าไม่เอา ไม่ใส่ บางครั้งกำลังมีอะไรกัน ถ้าเขาใส่อยู่ เขาก็ถอยออกเลย"

แอนเคยพลาดจากการใช้ชีวิตคุมกำเนิด และเธอตัดสินใจทำแท้ง แม้ฝ่ายชายยืนยันว่าอยากให้เธอเอาเด็กไว้ และจะไปบอกให้พ่อแม่มาจัดการ แต่เธอกลับพ่อแม่ของเธอเองเสียใจ จึงปิดบังเรื่องนี้ไว้ แต่สุดท้าย พ่อแม่ของเธอก็รู้เพราะเธอต้องเข้าโรงพยาบาลเพื่อให้หมอคุมกำเนิด จึงต้องมีผู้ปกครองมาเซ็นยินยอม

"เป็นคนเลือกเองว่าจะเอาเด็กออก พอประจำเดือนไม่มาเดือนแรกก็เริ่มรู้ตัว แต่กว่าจะเอาออกจริง ก็ประมาณสามเดือน ยาสดได้ผล แต่ตกเลือดเยอะ ยาที่ได้มา เพื่อนพาไปเอา เขาก็มียาปรับฮอร์โมนให้กิน 1 เม็ด แล้วค่อยเริ่มสอดยา พอสอดยาแล้วเลือดออกประมาณ 1-2 ชั่วโมง ก็ให้กินยาเพื่อให้เลือดหยุด แต่ที่ต้องไปโรงพยาบาล เพราะมันออกไม่หมด ก็เริ่มมีอาการหนาวเหมือนจะเป็นไข้ เริ่มปวดท้อง เลยต้องไปนอนโรงพยาบาล"

ผลจากการทำแท้ง นอกจากต้องเข้าโรงพยาบาลแล้ว แอนยังต้องลาออกจากมหาวิทยาลัย เนื่องจากขาดเรียน จนไม่มีเวลาพอจะเข้าสอบ ทำให้เธอต้องหาที่เรียนใหม่ โดยปิดบังไม่ให้พ่อแม่รู้

"ที่ไม่กล้าเอากล่าวไว้ เพราะเพื่อนบ้านจับตามอง เวลาไปตลาด คนก็ชอบถาม ชอบมอง ไม่รู้คิดไปเองหรือเปล่า แต่มีความรู้สึกว่ามีคนจับตามองเราอยู่ ถ้าเราทำอะไรไม่ดี เขาจะเอาไปพูด ไปนินทา กลัวพ่อแม่อาย"

ใบงานแจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “วิเคราะห์เนื้อหา P.S.U. ผ่านกรณีศึกษา”

เบส ชายหนุ่มอายุ 16 ปี ปัจจุบัน ไม่ได้เรียนหนังสือ

"ก็ไม่อยากเรียน ไปตีสนุก์ สูบบุหรี่แถวโรงเรียน เบื่อ ไปโรงเรียนนะชอบ แต่ไม่ชอบคอนนิงเรียน"
นั่นคือคำบอกเล่าจาก เบส เด็กหนุ่มอายุ 16 ปี ที่เล่าว่าทำไมชอบหนีโรงเรียน ก่อนหน้านี้ เบสบอกว่า เขาก็เรียนใช้ได้ และไปโรงเรียนทุกวัน จนกระทั่งชั้น ม. 2 เขารู้สึกเบื่อห้องเรียนขึ้นมาโดยไม่มีเหตุผล และในที่สุด ก็ถูกไล่ออกจากโรงเรียน เนื่องจากไปมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับคนอื่น เบสบอกว่าเขาเป็นคนไม่หาเรื่องใครก่อน แต่ก็ไม่กลัว หากใครต้องการมีเรื่องกับเขา

"ไม่มีใครชักนำ อยากทำอะไร ก็ทำ อย่างเรื่องหนีโรงเรียน ก็หนีเอง ไม่มีใครชวน ใครจะมีเรื่องกับผม ผมก็มีเรื่อง แต่ผมไม่ไปหาเรื่องใครก่อน ส่วนมาก ก็มองหน้ากัน แบบวัยรุ่นก็เลย...ชะง่อนย เคยโดนไล่อิง โคนพัน แต่รอดมาได้ ไม่เป็นอะไร แม่ก็เลยให้ไป บวชอยู่พรรษาหนึ่ง ตอนอายุ 15 เพื่อสะเคาะเคราะห์"

เบสเป็นลูกคนกลาง มีพี่ชายอายุมากกว่าเขาปีเดียว และน้องสาวที่กำลังเรียนอยู่ชั้น ม. 1 ทั้งคู่ต่างก็เป็น 'เด็กเรียน' ในสายตาของผู้ใหญ่ มีเขาคนเดียวในบ้านที่คือ แม่เองก็ออกปาก บ่นเขาบ่อยๆ

"ผมก็เฉยไม่สนใจ อยากพุดอะไรก็ปล่อยเขาไป เขาเอาไม่ไหว เขาดูไม่ไหวแต่เขาก็ไม่ได้ทิ้ง ส่งเงินมาทุกเดือน เขาก็มาหาบ้าง ปีหนึ่งเจอกันครั้ง สองครั้ง แต่เขาก็โทรมาบ่อยๆ ให้เงินผมใช้วันละร้อย ถ้าไม่พอก็ขอเขา"

เบสทำความรู้จักกับเรื่องเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่อตอนอยู่ชั้น ม. 1 กับเพื่อนในห้องที่เป็นหัวหน้าห้อง ทั้งสองเลิกจากกันไปหลังจากคบกันในฐานะแฟนได้สองปี โดยเขาใช้วิธี 'ปล่อยนอก' หลังจากนั้น เวลาที่จะมีเพศสัมพันธ์ เขาเลือกที่จะไม่สวมถุงยางอนามัยกับผู้หญิงที่ดูเป็น 'เด็กเรียน' แต่ถ้าผู้หญิงคนไหนที่ไม่สนใจ เรียน จะเป็นคน 'มั่ว' ในสายตาของเบส และเป็นคนที่เขาจะใช้ถุงยางอนามัยด้วย โดยเขาจะไปขอถุงยางอนามัยจากสถานีนอนามัย และใช้บ้านของเขาเป็นสถานที่ทำกิจกรรมทางเพศ

ใบงานแจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “วิเคราะห์เนื้อหา พ.ร.บ. ผ่านกรณีศึกษา”

แก้ม หญิงสาวอายุ 18 ปี

สำหรับแก้ม การที่แฟนนอกใจเธอ ถือเป็นเรื่องที่น่าความทุกข์ใจอย่างใหญ่หลวงมาสู่ชีวิต เพราะเธอเป็นลูกคนเดียวของพ่อแม่ ซึ่งเลี้ยงดูเธอแบบตามใจมาตลอด เมื่อรู้ว่าแฟนปันใจให้หญิงอื่น เธอโกรธเขาและได้ตอบด้วยการทำร้ายตัวเอง

"หนูว่าหนูคบกับเขา หนูจะเป็นโรคประสาท คอยคิดแต่เรื่องเขา เพราะความหึงหวงกัน หนูเคยใช้คัตเตอร์กรีดข้อมือตัวเองต่อหน้าเขาตอนรู้ว่าเขามีคนอื่น เลือดไหลเยอะ แต่ไม่ถึงกับต้องไปโรงพยาบาล"

แก้มกับแฟนรู้จักกันมาตั้งแต่เรียนชั้น ม. 3 และถูกพ่อแม่จับให้หมั้นหมายกันไว้ หลังจากที่พ่อแม่ของเธอจับได้ว่าเธอกับเขามีอะไรกัน สัมพันธภาพระหว่างเธอกับคู่หมั้นหนุ่มซึ่งอายุไล่เลี่ยกันเริ่มสั้นลงหลังจากแต่งงานกันได้สองปี โดยที่ฝ่ายชายอ้างว่าการที่เขาไปมีคนอื่นนั้น เขาทำไปเพราะต้องการแก้แค้นที่เธอเองก็แอบมีกิ๊ก ทั้งที่เธอยืนยันว่าเธอกับเขาคอนนั้นไม่มีอะไรกัน และเรื่องเกิดมานานตั้งแต่เธอยังเรียนอยู่มัธยม

"เขาก็ไปมีเรื่องกัน ค่อยกัน แล้วเขาก็เตะหนูด้วย"

แก้มถูกเขาทำร้ายร่างกายมา 5 ครั้งแล้ว โดยทุกครั้งเกิดจากการทะเลาะกันเพราะความหวหระแวง บางครั้ง เธอเป็นฝ่ายเริ่มลงมือทำร้ายเขาก่อน แต่ก็จบลงด้วยการที่เธอสู้แรงเขาไม่ไหว พ่อแม่ของเธอรู้ว่าเธอกับคู่หมั้นมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกัน แต่ก็ไม่ได้เข้ามายุ่งเกี่ยว เธอรู้สึกเสียใจที่รับหมั้นเขาตั้งแต่เด็ก และอยากเลิกกับเขา แต่ก็กลัวว่าตัวเองจะออกใจไม่ไหว ต้องกลับไปหาเขาอีก เพราะทั้งสองเคยลองเลิกกันมาแล้ว แต่แค่หนึ่งเดือนผ่านไป ทั้งคู่ก็กลับมาเป็นแฟนกันอย่างเดิม

"ตอนนั้นความคิดหนูยังเด็ก อยากหมั้นกับเขา พอโตมาคิดว่าไม่น่าเอาชีวิตมาอยู่ตรงนี้ หนูคิดอยากจะเลิกกับเขานะ แต่ก็กลัวคิดถึงเขา"

ที่ผ่านมา แก้มบอกว่าแฟนไม่เคยใช้ถุงยางอนามัยกับเธอเลย แม้เธอรู้ว่าเขาไปมีอะไรกับคนอื่น แต่เธอก็ยังไม่สามารถต่อรองให้แฟนใช้ถุงยางอนามัยกับเธอได้สำเร็จ

ใบงานแจกผู้เรียนสำหรับกิจกรรม “วิเคราะห์เนื้อหา P.S.U. ผ่านกรณีศึกษา”

ไน้ต ชายหนุ่มอายุ 16 ปี

ไน้ต เป็นวัยรุ่นที่ใช้ชีวิตเรียบง่าย ชีวิตเขานอกจากไปเรียนหนังสือแล้ว ก็ไม่มีกิจกรรมอะไร เขาเป็นลูกคนกลาง มีพี่ชายและน้องชาย ทั้งสามคนเป็นเด็กคือเหมือนกันหมดในสายตาของผู้ใหญ่

เขาไม่ชอบอยู่บ้าน ชอบไปหลุกอยู่กับอู๋รด และสนใจแค่เรื่องรถมอเตอร์ไซค์ ส่วนเรื่องเที่ยวกลางคืนนั้น ไน้ตไม่สนใจเลย เขาบอกว่ากลางคืนมองหน้าผู้หญิงไม่เห็น ไม่เหมือนตอนกลางวัน

บ้านของไน้ตทำไร่มันสำปะหลัง ทำนา และทำไร่อ้อย ฐานะทางบ้านจึงไม่ลำบากนัก ไน้ตสนิทกับพ่อมากกว่าแม่ เพราะพ่อเป็นคนคุยสนุก แต่เรื่องความรัก เขาไม่เคยเล่าเรื่องของเขากับแฟนให้คนที่บ้านรู้

"ถ้าเรื่องแฟนไม่ค่อยกล้าพูด ไม่อยากให้พ่อแม่รู้ กลัวเขาจะว่า เพราะเคยแห่เล่น เขาก็บอกว่าตัวยังน้อย เคียว คิคอยากจะมีแฟนแล้ว"

ดังนั้น เมื่อเกิดอาการแสบปวดที่อวัยวะเพศ ไน้ตจึงตัดสินใจซื้อยากินเอง แต่ก็ไม่หาย จนแม่เห็นถุงยาในตะกร้าผ้า จึงได้รู้ความจริงว่าไน้ตมีแฟนแล้ว และเป็นคนพาไน้ตมารักษาที่คลินิกกามโรค แม้เขาจะมีความรู้เรื่องเอดส์ เพราะเคยไปร่วมเดินรณรงค์ต่อต้านเอดส์ เมื่อตอนที่อยู่ชั้นมัธยม และยังได้มีโอกาสร่วมรณรงค์ยาเสพติด แต่ไน้ตกลับไม่เคยซื้อถุงยางอนามัยด้วยตัวเองเลยสักครั้ง

"ผมเพิ่งจะมีอะไรกับแฟนเมื่อเดือนที่แล้ว หลังจากคบกันมาปีกว่าโดยที่บ้านยายผมบางครั้งก็ใช้บ้านแม่แฟน เคยถามแฟนว่ามีอะไรกับใครมาหรือยัง แฟนผมบอกว่าเขามีแฟนแต่ยังไม่ได้มีอะไรกัน ผมก็เลยไม่ใช่ถุงยางจริงๆ ก็ไม่เคยใช้เลย ไม่กล้าซื้อด้วย ให้ไปขอที่อนามัยก็ไม่กล้า ผมเคยลองใส่เองเล่นๆ ครั้งหนึ่งคว้ามันใส่ยังไ้ง พอผมไม่สบาย ก็ถามแฟน เขาก็เลยบอกว่าเขามีอะไรกับคนอื่นมาก่อน"

สุดท้าย แฟนของไน้ตก็ยอมรับว่าเขามีแฟนหลายคนแล้ว แต่คนที่มึเพศสัมพันธ์ด้วยคือคนล่าสุด ก่อนที่จะมาคบกับเขา ไน้ตยอมรับว่าตนเองเสียใจที่เป็นโรค และกลัวว่าจะทำให้แฟนติดโรคจากเขาอีก เพราะไม่มั่นใจว่าจะกล้าไปซื้อถุงยางอนามัยด้วยตัวเองหรือไม่

"อยากให้เขาเลิกกับผม ไม่อยากให้เขาติดจากผม ก็คิดนะครับเรื่องใส่ถุงยาง แต่ไม่มั่นใจว่าจะใส่ได้ตลอดหรือเปล่า เพราะไม่กล้าไปซื้อ"

หมวดทักษะการใช้เครื่องมือสำรวจความเห็น

ฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน



เวลาที่ใช้

60 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี, แบบประเมิน
ตนเองเรื่องการสอนเพศวิถี
ศึกษาในโรงเรียนจำนวนมาก
เพื่อใช้ในการฝึก

วัตถุประสงค์

- มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหา พ.ร.บ.ฯ อย่างละเอียด
- มีทักษะคิดวิเคราะห์และแก้ปัญหาแบบเชื่อมโยง

ก่อนทำกิจกรรม

- เตรียมสไลด์ข้อความในมาตรา 5 และ มาตรา 6 จาก พ.ร.บ. สำหรับฉายให้ผู้เรียน
- เตรียมใบความรู้ตามที่ระบุไว้ในอุปกรณ์ให้ครบตามจำนวนผู้เรียน
- คำนวณหลอด พ.ร.บ. ฉบับเต็มได้จากเว็บไซต์ของสำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย <http://rh.anamai.moph.go.th/main.php?filename=act>

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. วิทยากรเกริ่นนำโดยให้ผู้เรียนย้อนนึกถึงกิจกรรมที่ผ่านมา ซึ่งมีคำถามว่าจะมีวิธีการอย่างไรหากต้องการรู้ว่าไม่มีใครถูกละเมิดสิทธิ หรือไม่ได้รับสิทธิตามที่ระบุใน พ.ร.บ. และมีจำนวนเท่าไร ในกิจกรรมนี้จึงจะแนะนำให้ผู้เรียนรู้จักเครื่องมือหนึ่งสำหรับใช้เก็บรวบรวมข้อมูล นั่นคือ "แบบประเมินตนเอง"
2. แจกแบบประเมินตนเองให้ทุกคน คนละ 1 ชุด อธิบายว่านี่คือการสำรวจเรื่องสถานการณ์การสอนเพศศึกษาในโรงเรียน เป็นการถามเพื่อหาข้อมูลไปใช้ประกอบการติดตามการทำงานตามมาตรา 6 ของ พ.ร.บ.ฯ ที่ระบุว่าทุกโรงเรียนต้องสอนเพศศึกษาที่เหมาะสมสอดคล้องกับวัยผู้เรียน
3. อธิบายวิธีการและที่มาของการทำแบบประเมินแก่ผู้เรียนก่อนให้ลงมือทำแบบประเมิน ชี้แจงเพิ่มเติมหากใครมีคำถามหรือข้อสงสัย
4. เมื่อทำเสร็จแล้ว ให้ทุกคนเก็บแบบประเมินไว้
5. แบ่งกลุ่มย่อยออกเป็นกลุ่มละ 4 คน แจกแบบประเมินตนเองให้กลุ่มละ 20 -30 ชุด เพื่อนำไปทดสอบกับกลุ่มเป้าหมายที่อยู่ใกล้เคียงกับสถานที่จัดอบรม โดยให้เวลาออกไปสำรวจสองชั่วโมง
6. ให้แต่ละกลุ่มระดมความคิดเห็นและวางแผนการทำงานร่วมกันก่อนออกสำรวจ ในเรื่องต่อไปนี้
 - ใครคือกลุ่มเป้าหมายของแบบประเมินชุดนี้บ้าง
 - จะหากกลุ่มเป้าหมายได้จากที่ไหน
 - จะวางแผนการเดินทางอย่างไร
7. เมื่อถึงเวลาที่กลับมาพบกัน ชวนสรุปการเรียนรู้จากการลงสำรวจจริงในชุมชน โดยใช้คำถามสำคัญ ดังนี้
 - ผู้ตอบมีปฏิกิริยาอย่างไรบ้างกับแบบประเมินที่ได้รับ
 - ได้เรียนรู้อะไรบ้างจากการลงฝึกปฏิบัติทำการสำรวจความเห็นในพื้นที่จริง
8. อธิบายเพิ่มเติมว่า จะให้เวลาผู้เรียนวิเคราะห์ผลจากการสำรวจ โดยใช้วิธีนับคะแนน และเข้าสู่กิจกรรมต่อไป

คำอธิบายสำหรับวิทยากร

แบบประเมินตนเองเรื่องการสอนเพศวิถีศึกษา เป็นเครื่องมือในการรวบรวมเสียงเยาวชน โดยเยาวชน ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเยาวชน เนื่องจาก พ.ร.บ.การป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 ซึ่งเป็นกฎหมายที่มุ่งส่งเสริมให้วัยรุ่นใช้สิทธิของตนเองในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ ได้ระบุชัดเจนในมาตรา 5 ว่า **วัยรุ่นมีสิทธิตัดสินใจด้วยตนเอง และมีสิทธิได้รับข้อมูลข่าวสารและความรู้ ได้รับการบริการอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้รับการรักษาความลับและความเป็นส่วนตัว ได้รับการจัดสวัสดิการสังคมอย่างเสมอภาคและไม่ถูกเลือกปฏิบัติ และได้รับสิทธิอื่นใดที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ตามพระราชบัญญัตินี้ อย่างถูกต้อง ครบถ้วน และเพียงพอ**

และระบุชัดเจนในมาตรา 6 ถึงหน้าที่ของกระทรวงศึกษาว่า **สถานศึกษาต้องจัดการเรียนการสอนเรื่องเพศวิถีศึกษาให้เหมาะสมกับช่วงวัยของผู้เรียน ต้องจัดหาและพัฒนาผู้สอน ให้สามารถสอนเพศวิถีศึกษาและให้คำปรึกษาในเรื่องการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นแก่ผู้เรียน และจัดให้มีระบบการดูแลช่วยเหลือและคุ้มครองนักเรียนหรือนักศึกษาซึ่งตั้งครรภ์ ให้ได้รับการศึกษาด้วยรูปแบบที่เหมาะสมและต่อเนื่อง รวมทั้งจัดให้มีระบบการส่งต่อให้ได้รับการอนามัยการเจริญพันธุ์ และการจัดสวัสดิการสังคมอย่างเหมาะสม**

ข้อมูลที่ได้จากแบบประเมิน จะถูกนำมาวิเคราะห์ผลเพื่อติดตามว่า

- โรงเรียนมีจัดการเรียนการสอนครอบคลุมเนื้อหาตามนิยามของ "เพศวิถีศึกษา" อย่างสอดคล้องเหมาะสมกับช่วงวัยหรือไม่
- ผู้สอนสามารถทำหน้าที่สอนและให้คำปรึกษาแก่ผู้เรียนโดยไม่ละเมิดสิทธิตามที่ระบุไว้ในมาตรา 5 หรือไม่

นิยาม "เพศวิถีศึกษา" ตามที่ระบุไว้ใน พรบ.

กระบวนการเรียนรู้ในเรื่องเพศที่ครอบคลุมถึงพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น การพัฒนาทักษะส่วนบุคคล พฤติกรรมทางเพศ สุขภาวะทางเพศ และมีจิตทางสังคมและวัฒนธรรม ที่ส่งผลกระทบต่อเรื่องเพศ รวมทั้งสิทธิการรับรู้ข้อมูลข่าวสารและความรู้เกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์ ที่ให้ความสำคัญกับความหลากหลายและความเสมอภาคทางเพศ

วิธีการทำแบบประเมิน

1. แบบประเมินนี้มีทั้งหมด 4 หน้า สำหรับผู้ที่อายุ 13 - 20 ปี
2. ให้ผู้ทำแบบประเมินทำด้วยตนเอง และเมื่อทำเสร็จ ตรวจสอบว่าผู้ทำแบบประเมินได้ตอบครบทุกคำถาม
3. นำแบบประเมินมาวิเคราะห์สรุปผล เพื่อจัดทำข้อเสนอ

แบบประเมินสำหรับผู้เรียนเพื่อใช้สำรวจความเห็น

ข้อมูลส่วนตัวของฉัน

ฉันอายุ

ฉันเป็นเพศ หญิง ชาย

ฉันกำลังเรียนอยู่ชั้น..... ฉันไม่ได้เรียนหนังสือแล้ว

ในโรงเรียน ฉันมีครูที่ไว้ใจและสามารถขอคำปรึกษาได้เมื่อมีปัญหา

มี ไม่มี ไม่แน่ใจ

เพศวิถีศึกษาในโรงเรียนของฉันใช้ชื่อว่า

(ใส่เครื่องหมาย หน้าชื่อวิชาที่เคยเรียนหรือกำลังเรียน)

ทักษะชีวิต

เพศศึกษา

เพศและความสัมพันธ์

สุขศึกษา

ครอบครัวยุคใหม่

ชื่ออื่น ระบุ

สำหรับคนที่ไม่เคยได้ยินหรือไม่เคยเรียนวิชาเกี่ยวกับเพศวิถีศึกษา
ให้ตอบคำถามเฉพาะหัวข้อ "อยากให้มีเรื่องนี้ในห้องเรียนเพศวิถีศึกษาไหม"

แบบประเมินสำหรับผู้เรียนเพื่อใช้สำรวจความเห็น

ฉันได้รู้เรื่องนี้จากห้องเรียนเพศวิถีศึกษา

ใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ได้เรียน

- วิธีจดบันทึก "รอบเดือน" เพื่อดูว่าประจำเดือนมาวันไหนบ้าง
- วิธี "ช่วยตัวเอง" เมื่อต้องการระบายอารมณ์ทางเพศ
- นอกจากถุงยางอนามัยแล้วยังมีวิธีคุมกำเนิดอีกหลายแบบ
- การไม่ล้อเลียนคนที่เป็นเกย์ ตุ๊ด กะเทย ทอม ดี
- การดื่มน้ำแก้วเดียวกันกับคนเป็นเอดส์ไม่ทำให้ติดเอดส์
- การมีเพศสัมพันธ์ต้องเกิดจากการยินยอมพร้อมใจทั้งสองฝ่าย
- วิธีการปฏิเสธถ้าไม่ต้องการให้ใครมาถูกเนื้อต้องตัว
- วิธีขอคำปรึกษาจากผู้ใหญ่เมื่อมีคำถามหรือปัญหาเรื่องเพศ
- คลินิกหรือโรงพยาบาลใกล้บ้านที่สามารถขอคำปรึกษาในเรื่องเพศได้
- หมอหรือพยาบาลไม่มีสิทธินำเรื่องส่วนตัวของฉันไปบอกพ่อแม่ถ้าฉันไม่ยินยอม
- ถ้ามีเพื่อนตั้งท้องระหว่างเรียน เพื่อนคนนั้นสามารถเลือกได้ว่าจะเรียนต่อที่เดิมหรือไม่
- ยาเสพติดและแอลกอฮอล์ทำให้มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ตั้งใจได้
- ถึงเป็นผู้หญิงก็ต้องพกถุงยางอนามัย
- การรักเพศเดียวกัน เป็นเรื่องปกติ

แบบประเมินสำหรับผู้เรียนเพื่อใช้สำรวจความเห็น

ครูสอนเพศวิถีศึกษาของฉันทันใช้วิธีสอนแบบนี้

ใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่อง ตามที่เป็นจริงในห้องเรียน

- ให้จับกลุ่มทำงานเพื่อแก้โจทย์ที่ครูให้
- ให้นั่งฟังเฉยๆ และคอยเฉพาะเวลาครูถาม
- ให้แข่งกันสวมถุงยางอนามัย
- ให้ออกมาแสดงบทบาทสมมติหน้าห้อง
- เปิดวิดีโอให้คุณ จากนั้น ถามคำถามหลังจบ
- พาไปคลินิกวัยรุ่นในสถานที่จริง
- เปรียบเทียบเด็กในห้องเรียนว่าควรทำตามใคร เพราะอะไร
- บอกให้มาปรึกษาครูทุกเวลาถ้ามีปัญหาเรื่องเพศ
- ห้ามไม่ให้มีแฟนเพราะยังเป็นนักเรียน
- เอาอุปกรณ์คุมกำเนิดแบบต่างๆ มาให้คุณพร้อมสาธิตวิธีใช้
- แจกใบงานให้กลับไปทำที่บ้านโดยให้ไปถามพ่อแม่
- เชิญวิทยากรภายนอกมาบรรยาย
- ประกาศว่าใครที่ห้องก็เรียนต่อได้ ไม่ต้องลาออก
- ให้ได้ว่าที่หัวข้อที่เกี่ยวกับการรักนวลสงวนตัว
- ให้อ่านข่าวที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศแล้วช่วยกันวิเคราะห์กับเพื่อน
- ให้ลองไปซื้อถุงยางอนามัย ยาคูมกำเนิดที่ร้านขายยา แล้วกลับมาเล่าประสบการณ์ให้เพื่อนฟัง
- สาธิตให้คุณชั้นตอนและวิธีการขอคำปรึกษาเวลามีปัญหาเรื่องเพศ

แบบประเมินสำหรับผู้เรียนเพื่อใช้สำรวจความเห็น

ฉันอยากเรียนเรื่องนี้ในห้องเรียนเพศวิถีศึกษา

ใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกตัวเอง

| เนื้อหาเกี่ยวกับเรื่อง | เห็นด้วย | ไม่เห็นด้วย | ไม่แน่ใจ |
|--|----------|-------------|----------|
| วิธีคุมกำเนิดโดยให้เห็นตัวอย่างจริง | | | |
| วิธีการแสดงออกว่าเคารพการตัดสินใจของเพื่อนและแฟน | | | |
| กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น | | | |
| ถ้าคิดจะมีเพศสัมพันธ์ต้องเตรียมตัวอย่างไร | | | |
| มีทางเลือกอะไรบ้างหากตั้งท้องโดยไม่พร้อม | | | |
| ข้อควรระวังเมื่อใช้สื่อโซเชียลมีเดียพูดเรื่องเพศ | | | |
| ความสุขทางเพศคืออะไร | | | |
| วิธีปฏิเสธเพื่อไม่ให้เสียเพื่อน | | | |
| เหตุผลที่ไม่ควรรังแกหรือล้อเลียนเพื่อนที่แตกต่างจากเรา | | | |
| วิธีการและสถานที่ขอคำปรึกษาจากหมอ พยาบาลเมื่อมีคำถามเรื่องเพศ | | | |
| ถ้าตัดสินใจเป็นพ่อแม่วัยรุ่น จะได้รับความช่วยเหลือเรื่องอะไรบ้าง | | | |

ขอบคุณที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสำรวจ

หมวดทักษะการสำรวจความเห็น และการนำเสนอผล

วิเคราะห์ผลการสำรวจความเห็น



เวลาที่ใช้

90 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี / แบบประเมินที่
รวบรวมจากการลงภาคสนาม

วัตถุประสงค์

- ฝึกการคิด วิเคราะห์ และการนำเสนอผลที่ได้จากการสำรวจ
- ฝึกการทำงานเป็นทีม

ขั้นตอนการดำเนินงานกิจกรรม

1. ให้แต่ละกลุ่มนำแบบประเมินมานับจำนวนและคัดแยกคำตอบ โดยใช้วิธีการนับคะแนน วิทยากรทำให้ดูเป็นตัวอย่าง
2. จากนั้น แต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ผล และเตรียมจัดทำผลการนำเสนอ โดยคัดเลือกตัวแทนออกมานำเสนอ ให้เวลาไม่เกินกลุ่มละ 5 นาที และให้ผู้เรียนคนอื่นสวมบทบาทสมมติเป็นคณะกรรมการรับฟังข้อเสนอในระหว่างที่กลุ่มอื่นนำเสนอ ดังนี้
 - **กลุ่มที่ 1** นำเสนอผลโดยจัดแถลงข่าวต่อหน้าสื่อมวลชน
 - **กลุ่มที่ 2** นำเสนอต่อหน้าที่ประชุมคณะอนุกรรมการการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์จังหวัด ซึ่งมีผู้ว่าราชการเป็นประธาน
 - **กลุ่มที่ 3** นำเสนอต่อที่ประชุมคณะกรรมการเครือข่ายผู้ปกครองนักเรียนระดับอำเภอ
 - **กลุ่มที่ 4** นำเสนอต่อที่ประชุมคณะกรรมการสภาเด็กและเยาวชนระดับประเทศ
3. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอครบแล้ว ให้รวมกลุ่มใหญ่เพื่อสรุปการเรียนรู้ โดยใช้คำถามสำคัญ ดังนี้
 - รู้สึกอย่างไรเมื่อเห็นผลที่ได้จากการวิเคราะห์แบบประเมิน
 - ในการฝึกนำเสนอผลต่อกลุ่มต่างๆ มีเรื่องอะไรบ้างที่แต่ละกลุ่มทำได้ดี
 - เรื่องที่แต่ละกลุ่มอยากปรับเปลี่ยนหากได้ทำใหม่อีกครั้ง คือเรื่องอะไรบ้าง
 - ผลที่ได้นี้ คิดว่าสะท้อนภาพการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนได้หรือไม่อย่างไร
 - เราจะนำผลที่ได้ไปปรับใช้ในการทำงานของเราในฐานะแกนนำเยาวชน หรือผู้แทนสภาเด็กและเยาวชนอย่างไร

แบบประเมินจากผู้เรียนเพื่อใช้วิเคราะห์ผลการสำรวจ

จำนวนผู้ตอบรวม.....คน เป็นเพศชาย.....คน เพศหญิง.....คน เพศ.....คน

| เนื้อหาที่อยากเรียน | จำนวนผู้ตอบ <u>เห็นด้วย</u> มากที่สุด | | จำนวนผู้ตอบ <u>ไม่เห็นด้วย</u> มากที่สุด | | จำนวนผู้ตอบ <u>ไม่</u> <u>แน่ใจ</u> มากที่สุด | |
|--|---|------|--|------|---|------|
| | เพศ | อายุ | เพศ | อายุ | เพศ | อายุ |
| วิธีคุมกำเนิดโดยได้สัมผัสและเห็นของจริง | | | | | | |
| วิธีแสดงออกว่าเคารพการตัดสินใจของเพื่อนและแฟน | | | | | | |
| กฎหมายที่เกี่ยวกับวัยรุ่น | | | | | | |
| ถ้าคิดจะมีเพศสัมพันธ์ต้องเตรียมตัวอย่างไร | | | | | | |
| มีทางเลือกอะไรบ้างหากตั้งท้องโดยไม่พร้อม | | | | | | |
| ความเสี่ยงจากการใช้สื่อโซเชียลมีเดียในเรื่องเพศ | | | | | | |
| ความสุขทางเพศคืออะไร | | | | | | |
| วิธีปฏิเสธเพื่อไม่ให้เสียเพื่อน | | | | | | |
| เหตุผลที่ไม่ควรรังแก ล้อเลียนเพื่อนที่แตกต่างจากเรา | | | | | | |
| วิธีการและสถานที่ขอคำปรึกษาเมื่อมีคำถามเรื่องเพศ | | | | | | |
| ถ้าตัดสินใจเป็นพ่อแม่วัยรุ่น จะได้รับความช่วยเหลืออะไรบ้าง | | | | | | |

หมวดการประยุกต์ใช้และการประเมินผล

วางแผนลงสำรวจความเห็นในชุมชนของตัวเอง



เวลาที่ใช้

90 นาที



อุปกรณ์/สื่อ

กระดาษฟลิปชาร์ต, ปากกา
เคมี / สี / แบบประเมินที่
รวบรวมจากการลงภาคสนาม,
แบบประเมิน หลังการอบรม
สำหรับทุกคน

วัตถุประสงค์

- วางแผนการนำแบบประเมินไปใช้จริงในพื้นที่
- ฝึกการทำงานเป็นทีม

ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มวางแผนการนำแบบประเมินนี้ไปปรับใช้ในพื้นที่ของตน โดยให้ตอบคำถามต่อไปนี้
 - มีคำถามข้อไหนที่อยากปรับหรือเพิ่มเติมหรือไม่ ถ้าจะปรับหรือเพิ่มเติมควรเป็นอย่างไร
 - วิธีการทำแบบประเมิน โดยให้ผู้ตอบทำเอง คิดว่าเหมาะสมสอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายที่จะลงไปสำรวจหรือไม่ อยากปรับเป็นอย่างไร
 - ควรชวนหน่วยงาน องค์กร หรือกลุ่มเยาวชนไหนบ้างในพื้นที่เข้ามา ร่วมในการนำแบบประเมินนี้ไปสำรวจ
 - ระยะเวลาและจำนวนที่จะใช้สำรวจ เป็นอย่างไร
 - จะนำผลที่ได้ไปนำเสนอต่อใครบ้าง
2. แต่ละกลุ่มนำเสนอแผนการทำงาน และนัดหมายร่วมกันถึงการประชุม ครั้งต่อไป



สำหรับวิทยากร

- ให้แจกประเมินหลังการอบรม ให้ผู้เรียนทำและเก็บกลับมาเพื่อใช้ในการประเมินผล
- นำกระดาษที่ให้เขียนความคาดหวังไว้เมื่อตอนเริ่มกิจกรรมแรกกลับมาทบทวนร่วมกันว่าทุกคนได้ตามที่คาดหวังหรือไม่ อย่างไม่ อย่างไร พร้อมรับฟังข้อเสนอแนะ

แบบประเมินผลหลังการอบรมชุดกิจกรรมที่ 3

| ตอบคำถาม แต่ละข้อโดยใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ต้องการ | ใช่ | ไม่ใช่ |
|--|-----|--------|
| พ.ร.บ. การป้องกันการตั้งครรภ์ฯ คู่ครองเฉพาะคนเป็นพ่อแม่วัยรุ่นเท่านั้น | | |
| เนื้อหาใน พ.ร.บ.การป้องกันการตั้งครรภ์ฯ ไม่ครอบคลุมเรื่องความเสมอภาคทางเพศ | | |
| การรู้จักวิถีความสุขทางเพศ ไม่ถือเป็นสิทธิวัยรุ่น | | |
| การล้อเลียนหยอกล้อเพื่อนที่เป็นกะเทย ตุ๊ด ทอม คี เกย์ ไม่ถือเป็นการละเมิดสิทธิ | | |
| ครูสอนเพศศึกษาต้องรู้เรื่องส่วนตัวของนักเรียนก่อน จึงจะให้คำปรึกษาได้ | | |
| ทุกคนต้องได้เรียนเพศศึกษาในโรงเรียนโดยไม่มีข้อยกเว้นตามที่ระบุในมาตรา 6 ของ พ.ร.บ.ฯ | | |
| คนใช้วัยรุ่นมีสิทธิจะเล่าหรือไม่เล่าเรื่องส่วนตัวให้หมอหรือพยาบาลในคลินิกรับรู้ | | |
| การเลือกว่าจะตั้งท้องต่อหรือจะทำแท้ง เป็นสิทธิของวัยรุ่นคนที่ตั้งท้อง | | |
| มาตรา 7 ของพ.ร.บ.ฯ ระบุว่าหมอมีสิทธิเลือกที่จะรักษาวัยรุ่นคนไหนก็ได้ | | |
| การที่หมอบอกว่าการทำแท้งเป็นบาป คือวิธีให้บริการที่เป็นมิตรในคลินิกวัยรุ่น | | |
| หมอสามารถนำเรื่องของวัยรุ่นที่มาปรึกษาไปบอกพ่อแม่ได้แม้วัยรุ่นไม่ยินยอม | | |
| วัยรุ่นหญิงอายุต่ำกว่า 20 ปี สามารถรับยาฝังคุมกำเนิดได้ฟรี | | |
| มาตรา 8 ของพ.ร.บ.ฯ ทำให้ทุกโรงงานต้องจัดมุมให้ความรู้เรื่องคุมกำเนิดแก่ลูกจ้าง | | |
| มาตรา 9 ระบุว่าพ่อแม่วัยรุ่นเลือกได้ว่าจะเลี้ยงลูกเองหรือยกให้คนอื่นเลี้ยง | | |
| อบต. ต้องมีงบประมาณให้วัยรุ่นทำกิจกรรมเพื่อป้องกันการตั้งท้องในวัยรุ่น | | |
| การเขียนจดหมายประท้วงเมื่อโดนไล่ออกจากโรงเรียนเพราะตั้งท้อง ถือเป็นการเรียกร้องสิทธิตาม พ.ร.บ. | | |
| การจัดค่ายเพศศึกษาคือหน้าที่ของคณะกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ฯ ระดับจังหวัด | | |
| ผู้แทนเยาวชนมีหน้าที่รับเรื่องร้องเรียนจากวัยรุ่น | | |

ตอบคำถามต่อไปนี้ตามความเห็นของตัวเอง

- 3 เรื่องใหม่ที่ได้เรียนรู้จากการอบรมหลักสูตรทักษะเพิ่มเติมสู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น
- ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเพื่อการอบรมครั้งต่อไป

ກາດພັນຈກ



กรอบเนื้อหาการอบรมเยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น ระยะเวลา 3 วัน

กลุ่มเป้าหมายหลัก: เยาวชนที่ยังไม่เคยผ่านกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาและไม่เคยเข้าอบรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

- ตัวเลขที่อยู่หลังกิจกรรมหมายถึงชุดกิจกรรม
- การอบรมสามารถทำอย่างต่อเนื่องติดกัน หรือแบ่งจัดให้สอดคล้องกับเวลาของผู้เรียน

| เวลา | เรื่อง/วัตถุประสงค์การเรียนรู้ | ชื่อกิจกรรม | หมายเหตุ |
|---------|--|---|-----------------------------------|
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เตรียมความพร้อมผู้เรียน • เข้าใจวัตถุประสงค์ของการอบรม • ทำความรู้จัก สร้างความคุ้นเคยระหว่างกัน | <ul style="list-style-type: none"> • แนะนำตัว เตรียมความพร้อมผู้เรียน (1) • บอกความคาดหวัง ตั้งกติกา (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เข้าใจความหมายและบทบาทของวิทยากร | <ul style="list-style-type: none"> • ใครคือวิทยากร (1) • ความสำคัญของการสนทนาการ (1) | กิจกรรมจำเป็น |
| 30 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เห็นตัวอย่างทักษะที่จำเป็นของการเป็นวิทยากร | <ul style="list-style-type: none"> • สื่อสารให้ดี ทำอย่างไร (1) • ภาษากายสำคัญจริงไหม (1) • กิจกรรมเอาชนะความประหม่า (1) | เลือกกิจกรรมใด กิจกรรมหนึ่งได้ |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ทบทวนความรู้และลงมือฝึกปฏิบัติเพื่อนำความรู้มาใช้ | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกซ้อมลงสอนจริง (1) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกทักษะคิดวิเคราะห์เชื่อมโยงในสิ่งที่ นามธรรม | <ul style="list-style-type: none"> • ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 30 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากวันที่ผ่านมา • รู้วิธีการแสดงออกของการฟังอย่างตั้งใจ | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกฟังและจับใจความ (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เห็นความสำคัญของการมีความรู้เรื่องสิทธิมนุษยชน • ฝึกทักษะ คิด วิเคราะห์เชื่อมโยงสิ่งที่ นามธรรม | <ul style="list-style-type: none"> • ทำความรู้จักกับสิทธิมนุษยชน (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เข้าใจความหมายที่ต่างกันของ "เพศสรีระ" และ "เพศภาวะ" | <ul style="list-style-type: none"> • โยแมงมุมผู้หญิง ผู้ชาย (2) • ย้อนอดีตกลับสู่วัยเด็ก (2) | เลือกกิจกรรมใด กิจกรรมหนึ่ง |

| เวลา | เรื่อง/วัตถุประสงค์การเรียนรู้ | ชื่อกิจกรรม | หมายเหตุ |
|----------|---|--|-------------------------------|
| 45 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • มีทักษะในการสร้างการมีส่วนร่วมและจัดกิจกรรม | <ul style="list-style-type: none"> • เราเรียนรู้อย่างไร (1) • ทำอย่างไรให้ทุกคนมีส่วนร่วม (1) • ฝึกวางแผนร่วมกัน (1) | เลือกกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งได้ |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหา พ.ร.บ.ฯ • ฝึกทักษะคิดวิเคราะห์และแก้ปัญหาแบบเชื่อมโยง | <ul style="list-style-type: none"> • X-Ray พ.ร.บ. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น (2) • ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น (3) | เลือกกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งได้ |
| 30 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากวันที่ผ่านมา • ฝึกทักษะการฟังอย่างตั้งใจ | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกฟังและจับใจความ (2) • หาเพื่อนคนนี้ให้เจอ (3) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • รู้ความหมายและบทบาทของ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของเยาวชน" | <ul style="list-style-type: none"> • ทำความรู้จักกับ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 180 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เห็นความสำคัญของการได้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือ | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน (3) | กิจกรรมจำเป็น |
| 90 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกการวิเคราะห์เชื่อมโยงผลจากการสำรวจ • ฝึกการนำเสนอผลโดยใช้การจำลองบทบาทสมมติ | <ul style="list-style-type: none"> • วิเคราะห์และนำเสนอผลการสำรวจความเห็น (3) | กิจกรรมจำเป็น |

กรอบเนื้อหาการอบรมเยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น ระยะเวลา 3 วัน

กลุ่มเป้าหมายหลัก: เยาวชนที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษามาแล้วและมีพื้นฐานการเป็นวิทยากร

- ตัวเลขที่อยู่หลังกิจกรรมหมายถึงชุดกิจกรรม
- การอบรมสามารถทำอย่างต่อเนื่องติดกัน หรือแบ่งจัดให้สอดคล้องกับเวลาของผู้เรียน

| เวลา | เรื่อง/วัตถุประสงค์การเรียนรู้ | ชื่อกิจกรรม | หมายเหตุ |
|---------|--|--|-------------------------------|
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เตรียมความพร้อมผู้เรียน • เข้าใจวัตถุประสงค์ของการอบรม | <ul style="list-style-type: none"> • บอกความคาดหวัง ตั้งกติกา (2) • ความสำคัญของการสันตนาการ (1) | กิจกรรมจำเป็น |
| 45 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ทบทวนความรู้และทักษะในการสร้างการมีส่วนร่วมและจัดกิจกรรม | <ul style="list-style-type: none"> • เราเรียนรู้อย่างไร (1) • ทำอย่างไรให้ทุกคนมีส่วนร่วม (1) • ฝึกวางแผนร่วมกัน (1) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกทักษะคิดวิเคราะห์เชื่อมโยงในสิ่งที่ป็นนามธรรม | <ul style="list-style-type: none"> • ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร (2) | เลือกกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งได้ |
| 90 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เห็นความสำคัญของการมีความรู้เรื่องสิทธิมนุษยชน • ฝึกทักษะ คิด วิเคราะห์เชื่อมโยงสิ่งที่ป็นนามธรรม | <ul style="list-style-type: none"> • ทำความรู้จักกับสิทธิมนุษยชน (2) • ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ตระหนักถึงอิทธิพลของสังคมที่มีต่อความเป็นหญิงความเป็นชาย • ฝึกทักษะการคิดจากชีวิตประจำวัน | <ul style="list-style-type: none"> • โยแมงมุมผู้หญิงผู้ชาย (2) • ย้อนอดีตกลับสู่วัยเด็ก (2) | เลือกกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งได้ |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เห็นความสำคัญของการมีข้อมูลที่ถูกต้องในเรื่องอารมณ์ ความต้องการทางเพศ ที่เกี่ยวข้องกับความเป็นหญิงเป็นชาย | <ul style="list-style-type: none"> • ทดสอบอารมณ์เพศ (2) • วิเคราะห์ห้วงการโฆษณา (2) | เลือกกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งได้ |
| 30 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากวันที่ผ่านมา • รู้วิธีการแสดงออกของการฟังอย่างตั้งใจ | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกฟังและจับใจความ (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหา พ.ร.บ.ฯ อย่างละเอียด • ฝึกทักษะคิดวิเคราะห์และแก้ปัญหาแบบเชื่อมโยง | <ul style="list-style-type: none"> • X-Ray พ.ร.บ. เพื่อปกป้องสิทธิทางเพศของวัยรุ่น (2) • วิเคราะห์เนื้อหา พ.ร.บ. ผ่านกรณีศึกษา (3) | เลือกกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง |
| 30 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • รู้ความหมายและบทบาทของ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของเยาวชน" | <ul style="list-style-type: none"> • ทำความรู้จักกับ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" (3) | กิจกรรมจำเป็น |

| เวลา | เรื่อง/วัตถุประสงค์การเรียนรู้ | ชื่อกิจกรรม | หมายเหตุ |
|----------|---|--|---------------|
| 180 นาที | <ul style="list-style-type: none"> เห็นความสำคัญของการได้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือ | <ul style="list-style-type: none"> ฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน (3) | กิจกรรมจำเป็น |
| 30 นาที | <ul style="list-style-type: none"> ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากวันที่ผ่านมา รู้วิธีการแสดงออกของการฟังอย่างตั้งใจ | <ul style="list-style-type: none"> ฝึกฟังและจับใจความ (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 90 นาที | <ul style="list-style-type: none"> ฝึกการวิเคราะห์เชื่อมโยงผลจากการสำรวจ ฝึกการนำเสนอผลโดยใช้การจำลองบทบาทสมมติ | <ul style="list-style-type: none"> วิเคราะห์และนำเสนอผลการสำรวจความเห็น (3) | กิจกรรมจำเป็น |
| 90 นาที | <ul style="list-style-type: none"> วางแผนการนำเสนอแบบประเมินไปใช้จริงในพื้นที่ | <ul style="list-style-type: none"> วางแผนลงสำรวจความเห็นในชุมชนของตนเอง (3) | กิจกรรมจำเป็น |

กรอบเนื้อหาการอบรมเยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น ระยะเวลา 2 วัน

กลุ่มเป้าหมายหลัก: เยาวชนที่มีประสบการณ์ในการเป็นวิทยากรและมีความรู้เรื่องเพศศึกษา

- ตัวเลขที่อยู่หลังกิจกรรมหมายถึงชุดกิจกรรม
- การอบรมสามารถทำอย่างต่อเนื่องติดกัน หรือแบ่งจัดให้สอดคล้องกับเวลาของผู้เรียน

| เวลา | เรื่อง/วัตถุประสงค์การเรียนรู้ | ชื่อกิจกรรม | หมายเหตุ |
|---------|---|--|-----------------------------------|
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เตรียมความพร้อมผู้เรียน • เข้าใจวัตถุประสงค์ของการอบรม | <ul style="list-style-type: none"> • บอกความคาดหวัง ตั้งกติกา (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 45 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกทักษะคิดวิเคราะห์เชื่อมโยงในสิ่งที่เป็นนามธรรม | <ul style="list-style-type: none"> • ความยุติธรรมสำคัญอย่างไร (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • เห็นความสำคัญของการมีความรู้เรื่องสิทธิมนุษยชน • ฝึกทักษะ คิด วิเคราะห์เชื่อมโยงสิ่งที่เป็นนามธรรม | <ul style="list-style-type: none"> • ทำความรู้จักกับสิทธิมนุษยชน (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 90 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ตระหนักถึงอิทธิพลของสังคมที่มีต่อความเป็นหญิงความเป็นชาย • ฝึกทักษะการคิดจากชีวิตประจำวัน | <ul style="list-style-type: none"> • วิเคราะห์พื้นที่ของเพศภาวะ (2) • วิเคราะห์ห้วงการโฆษณา (2) | เลือกกิจกรรมใด กิจกรรมหนึ่งได้ |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหา พ.ร.บ.ฯ อย่างละเอียด • ฝึกทักษะคิดวิเคราะห์และแก้ปัญหาแบบเชื่อมโยง | <ul style="list-style-type: none"> • ความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น (2) • วิเคราะห์เนื้อหา พ.ร.บ. ผ่านกรณีศึกษา (3) | เลือกกิจกรรมใด กิจกรรมหนึ่งได้ |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากวันที่ผ่านมา • รู้วิธีการแสดงออกของการฟังอย่างตั้งใจ | <ul style="list-style-type: none"> • ฝึกฟังและจับใจความ (2) | กิจกรรมจำเป็น |
| 30 นาที | <ul style="list-style-type: none"> • รู้ความหมายและบทบาทของ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของเยาวชน" | <ul style="list-style-type: none"> • ทำความรู้จักกับ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" (3) | กิจกรรมจำเป็น |

| เวลา | เรื่อง/วัตถุประสงค์การเรียนรู้ | ชื่อกิจกรรม | หมายเหตุ |
|----------|--|---|---------------|
| 180 นาที | <ul style="list-style-type: none">•เห็นความสำคัญของการได้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือ | <ul style="list-style-type: none">•ฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน (3) | กิจกรรมจำเป็น |
| 90 นาที | <ul style="list-style-type: none">•ฝึกการวิเคราะห์เชื่อมโยงผลจากการสำรวจ•ฝึกการนำเสนอผลโดยใช้การจำลองบทบาทสมมติ | <ul style="list-style-type: none">•วิเคราะห์และนำเสนอผลการสำรวจความเห็น (3) | กิจกรรมจำเป็น |
| 60 นาที | <ul style="list-style-type: none">•วางแผนการนำเสนอแบบประเมินไปใช้จริงในพื้นที่ | <ul style="list-style-type: none">•วางแผนลงสำรวจความเห็นในชุมชนของตัวเอง (3) | กิจกรรมจำเป็น |

ตัวอย่างกำหนดการจัดอบรม 3 วัน

(สำหรับเยาวชนที่ไม่เคยผ่านกระบวนการอบรมเรื่องเพศศึกษาและไม่มีความรู้เรื่องการเป็นวิทยากร)



| | |
|---------------|--|
| 08.00 - 09.00 | ลงทะเบียน พิธีเปิด |
| 09.00 - 10.00 | กิจกรรมแนะนำตัว เตรียมความพร้อมผู้เรียน (30 นาที) กิจกรรมบอกความคาดหวัง ตั้งกติกา (30 นาที) |
| 10.00 - 10.15 | อาหารว่าง เช้า |
| 10.15 - 11.15 | กิจกรรมใครคือวิทยากร (30 นาที) กิจกรรมความสำคัญของการสันตนาการ (30 นาที) |
| 11.15 - 12.00 | กิจกรรมสื่อสารให้ดี ทำอย่างไร |
| 12.00 - 13.00 | อาหารกลางวัน |
| 13.00 - 14.00 | กิจกรรมฝึกซ้อมลงสอนจริง |
| 15.15 - 15.30 | อาหารว่าง บ่าย |
| 15.30 - 16.30 | กิจกรรมความยุติธรรมสำคัญอย่างไร |



| | |
|---------------|---|
| 08.30 - 09.00 | กิจกรรมฝึกฟังและจับใจความ เพื่อทบทวนการเรียนรู้ |
| 09.00 - 10.00 | กิจกรรมทำความรู้จักกับสิทธิมนุษยชน |
| 10.00 - 10.15 | อาหารว่าง เช้า |
| 10.15 - 11.15 | กิจกรรมไยมงม ผู้หญิง ผู้ชาย |
| 11.15 - 12.00 | กิจกรรมเราเรียนรู้ได้อย่างไร |
| 12.00 - 13.00 | อาหารกลางวัน |
| 13.00 - 14.00 | กิจกรรมความสัมพันธ์ระหว่างสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และชีวิตวัยรุ่น |
| 14.00 - 15.15 | กิจกรรมหาเพื่อนคนนี้ให้เจอ |
| 15.15 - 15.30 | อาหารว่าง บ่าย |
| 15.30 - 16.30 | กิจกรรมทำความรู้จักกับ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" |



| | |
|---------------|--|
| 08.30 - 09.00 | กิจกรรมฝึกฟังและจับใจความ เพื่อทบทวนการเรียนรู้ |
| 09.00 - 10.00 | กิจกรรมฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน |
| 10.00 - 10.15 | อาหารว่าง เช้า |
| 10.15 - 12.00 | กิจกรรมฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน (ต่อ) |
| 12.00 - 13.00 | อาหารกลางวัน |
| 13.00 - 15.00 | กิจกรรมวิเคราะห์และนำเสนอผลการสำรวจความเห็น |
| 15.00 - 15.15 | อาหารว่าง บ่าย |
| 15.30 - 16.30 | สรุปการเรียนรู้ ปิดประชุม |

ตัวอย่างกำหนดการจัดอบรม 3 วัน

(สำหรับเยาวชนที่ผ่านกระบวนการอบรมเรื่องเพศศึกษามาแล้วและมีความรู้เรื่องการเป็นวิทยากร)



| | |
|---------------|--|
| 08.00 - 09.00 | ลงทะเบียน พิธีเปิด |
| 09.00 - 10.00 | กิจกรรมบอกความคาดหวัง ตั้งกติกา (30 นาที) กิจกรรมความสำคัญของการสันตนาการ (30 นาที) |
| 10.00 - 10.15 | อาหารว่าง เช้า |
| 10.15 - 11.00 | กิจกรรมเราเรียนรู้ร่วมกันอย่างไร |
| 11.00 - 12.00 | กิจกรรมความยุติธรรมสำคัญอย่างไร |
| 12.00 - 13.00 | อาหารกลางวัน |
| 13.00 - 14.00 | กิจกรรมทำความรู้จักกับสิทธิมนุษยชน |
| 14.00 - 15.15 | กิจกรรมย้อนอดีตกลับสู่วัยเด็ก |
| 15.15 - 15.30 | อาหารว่าง บ่าย |
| 15.30 - 16.30 | กิจกรรมวิเคราะห์ห้วงการโฆษณา |



| | |
|---------------|--|
| 08.30 - 09.00 | กิจกรรมฝึกฟังและจับใจความ เพื่อทบทวนการเรียนรู้ |
| 09.00 - 10.00 | กิจกรรมวิเคราะห์เนื้อหา พ.ร.บ. ผ่านกรณีศึกษา |
| 10.00 - 10.15 | อาหารว่าง เช้า |
| 10.15 - 11.00 | กิจกรรมหาเพื่อนคนนี้ให้เจอ |
| 11.15 - 12.00 | กิจกรรมทำความรู้จักกับ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" |
| 12.00 - 13.00 | อาหารกลางวัน |
| 13.00 - 15.15 | กิจกรรมฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน |
| 15.15 - 15.30 | อาหารว่าง บ่าย |
| 15.30 - 16.30 | กิจกรรมฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน (ต่อ) |



| | |
|---------------|--|
| 08.30 - 09.00 | กิจกรรมฝึกฟังและจับใจความ เพื่อทบทวนการเรียนรู้ |
| 09.00 - 10.00 | กิจกรรมวิเคราะห์และนำเสนอผลการสำรวจความเห็น |
| 10.00 - 10.15 | อาหารว่าง เช้า |
| 10.15 - 12.00 | กิจกรรมวิเคราะห์และนำเสนอผลการสำรวจความเห็น (ต่อ) |
| 12.00 - 13.00 | อาหารกลางวัน |
| 13.00 - 15.00 | กิจกรรมวางแผนลงสำรวจความเห็นในชุมชนของตัวเอง |
| 15.00 - 15.15 | อาหารว่าง บ่าย |
| 15.30 - 16.30 | สรุปการเรียนรู้ ปิดประชุม |

ตัวอย่างกำหนดการจัดอบรม 2 วัน

(สำหรับเยาวชนที่มีประสบการณ์ในการเป็นวิทยากรและผ่านการอบรมเรื่องเพศศึกษามาแล้ว)



| | |
|---------------|--|
| 08.00 - 09.00 | ลงทะเบียน พิธีเปิด |
| 09.00 - 10.00 | กิจกรรมความสำคัญของการสันตนาการ กิจกรรมบอกความคาดหวัง ตั้งกติกา |
| 10.00 - 10.15 | อาหารว่าง เช้า |
| 10.15 - 11.00 | กิจกรรมความยุติธรรมสำคัญอย่างไร |
| 11.00 - 12.00 | กิจกรรมทำความรู้จักกับสิทธิมนุษยชน |
| 12.00 - 13.00 | อาหารกลางวัน |
| 13.00 - 14.00 | กิจกรรมวิเคราะห์พื้นที่ของเพศภาวะ |
| 14.00 - 15.15 | กิจกรรมวิเคราะห์เนื้อหา พ.ร.บ. ผ่านกรณีศึกษา |
| 15.15 - 15.30 | อาหารว่าง บ่าย |
| 15.30 - 16.30 | กิจกรรมทำความรู้จักกับ "ผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น" |



| | |
|---------------|---|
| 08.30 - 09.00 | กิจกรรมฝึกฟังและจับใจความ เพื่อทบทวนการเรียนรู้ |
| 09.00 - 10.00 | กิจกรรมฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน |
| 10.00 - 10.15 | อาหารว่าง เช้า |
| 10.15 - 12.00 | กิจกรรมฝึกใช้เครื่องมือเพื่อรวบรวมเสียงเยาวชน (ต่อ) |
| 12.00 - 13.00 | อาหารกลางวัน |
| 13.00 - 15.15 | กิจกรรมวิเคราะห์และนำเสนอผลการสำรวจความเห็น |
| 15.15 - 15.30 | อาหารว่าง บ่าย |
| 15.30 - 16.30 | กิจกรรมวางแผนลงสำรวจความเห็นในชุมชนของตัวเอง สรุปการเรียนรู้ ปิดประชุม |

I D-Sign: Advocacy Training Curriculum on Sexuality, Gender, and Human Rights for Young People

Acknowledgement

This youth development for teen sexual right advocate handbook is initiated for personnel whose work related to the Prevention and Solution of the Adolescent Pregnancy Problem Act B.E. 2559 (2016). They can use it for empowering youth potential so youth can then supervise and monitor work of 5 ministries stated in the Act. Youth will be sounded out if their rights are rejected or violated according to Section 5 of the Prevention and Solution of the Adolescent Pregnancy Problem Act B.E. 2559 (2016). ***"An Adolescent has the right to make a decision by herself and has the right to information and knowledge, right to reproductive health service, right to confidentiality and privacy, and right to social welfare provision, that are equal and non-discriminative, and is entitled to any other rights for the purpose of this Act accurately, completely and adequately."***

United Nations Population Fund (UNFPA) Thailand would like to express our gratitude and appreciation to the following contributor for their recommendation, financial support and curriculum testing:

Thai Health Promotion Foundation (ThaiHealth)

Bureau of Reproductive Health, Department of Health, Ministry of Health

Raks Thai Foundation, Northern Region

Women's Health Advocacy Foundation (WHAF)

Foundation for Community Soul

The Children and Youth Council of Thailand

The Children and Youth Council of Bangkok

The Children and Youth Council of Chiang Rai

Pathumwan Youth Council, Bangkok for Teen: B4T Project, Bangkok

The Children and Youth Council of Tambon Huay Mek, Kalasin

Youth Network

Raks Thai Power Teens Lamphoon and Chiang Mai

Children's Future Organization, Chiang Rai

Sisaket Children and Youth Confederation

Youth Group on Youth/Ethnic Pregnancy Prevention and Solution, Lamphoon

Luukrieng Organization, Yala

Palangjo (Teen Power Group) Creative Power Group for Safe and Happy Sexual Health Communication, Prae

Background

Any campaigns with youth-as-problem idea in mind could only be short-term solutions to 'put out a kindling fire'. These campaigns focus only problematic spots. With a youth-as-resource attitude, personnel will look for long-term solution. Necessity of solutions and policies will be communicated to encourage youth to realize their potentials and citizenship. Society will also realize the highest benefit from their intellectual capital.

An idea of working to create youth-adult interpersonal relationship derives from studies on flexibility, natural development of reproductive age and youth potential development. Only 'significant partnership' work can lead to youths' comprehensive development success. Youth leaders can increase their potential that results in their living. This leads to development of this teen sexual right advocate handbook.

Citing the Prevention and Solution of the Adolescent Pregnancy Problem Act B.E. 2559 (2016), two representatives —male and female- from the Thai Children and Youth Council are expected to be a part of the national supervisory committee and two more representatives are also expected in the provincial sub-committee.

United Nations Population Fund (UNFPA) Thailand has agreed that youth representative should be made ready to enhance their potentials, so that they can act as youth advocates and help monitor work of five ministries defined in the Act.

UNFPA Thailand and Women's Health Advocacy Foundation (WHAF), in 2016, initiated a workshop for youth survey. Provincial representatives from the local chapters of Thai Children and Youth Council and local youth networks were invited to help analyze job roles, in order to make youth participation actually meaningful.

There were 4 workshops held by UNFPA Thailand and WHAF, discussing youth advocate potential development with youth representatives. The workshop raised the youths' awareness of their roles and partnership in their communities, leading to further demand of training courses. Youth trainees, enhanced with skill and knowledge, will have their potentials developed while calling for more effective youth sexual health and reproductive health policies.

UNFPA Thailand then adopted the globally used It's All One curriculum developed by the Population Council and revised it to fit sexual health context of Thai society. Youth trainees are expected to have associative work potentials concerning human and reproductive health rights. They are also expected to recognize and comprehend content and mechanism described in the Act, so they can perform their 'youth advocate' duties effectively to the fullest. It is in accordance with **17 Sustainable Development Goals** which focus on cooperation partnership, co-working promotion, governmental and public benefit organization potential upgrade and teamwork.

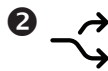
Youths Are 'Resources' So They're 'Heart' of Development

Crafted on the 'Youths Are Resources' idea, this curriculum adopts empowerment for activity design. Youths are encouraged to think, ask, explore, and find answers themselves. If they can do so, they can change their lives and then their cultural and community contexts that affect their lives.

The curriculum designed with youth in an attempt to understand their life complexity and empower their decision-making skills based on **the six following principles:**



Reaching reproductive age, youths' sexual lives should be pleasurable. Lives will be fulfilled and pleasant by overall.



Youths lead the changes because they have potentials and advocacy for sexual rights for both themselves and others.



Viewpoints, experience, opinion and inspiration of youths play significant roles in sexual right awareness campaign.



Youth rights and engagement are the heart of sexual health campaigns, services, comprehensive sexual education, and policies.



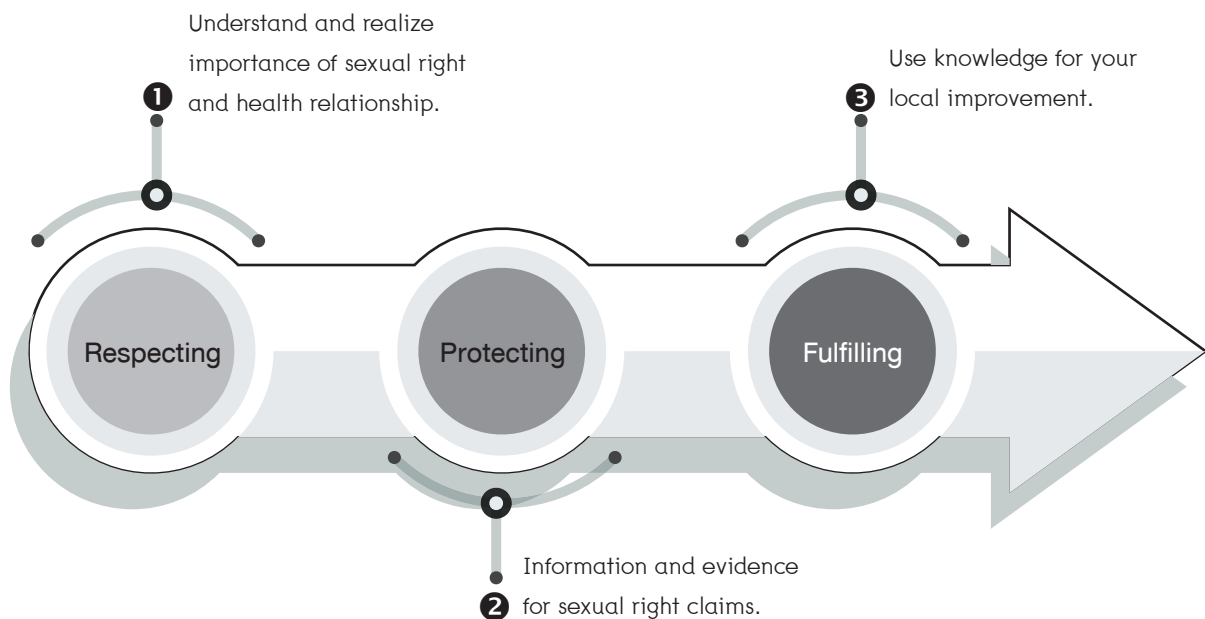
Campaigns focusing on youths must promote youths' own power within and relationships consisting of dialogue, safety, and love.



Interpersonal relations as well as relations to one's self are subjected to different and various cultural and political contexts which result in sexual rights and growth. Campaigning with youth must take these as key considerations.

‘Teen Sexual Right Advocate’ Youth Qualifications

Trainees undergone training course based on this curriculum will be motivated via participatory learning process. They will have better understanding, critical thinking, attitudes and procedures.



Knowledge of Sexual Rights

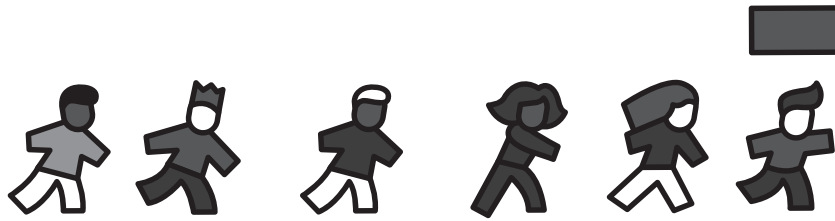
The outcome includes to know sexual rights and to act confidently to confirm your rights as well as to encourage mutual respect and safe sex for you and your partners.

Understand Gender Roles in Society

They are further expect to understand sexual lives in society namely sexual behaviors, sexual experience, sexual pleasure and pressure from unsafe or non-consensual sex and to have analytical and critical thinking for attitudes toward gender in society.

Realize Importance of Credible Information and How to Present to Society

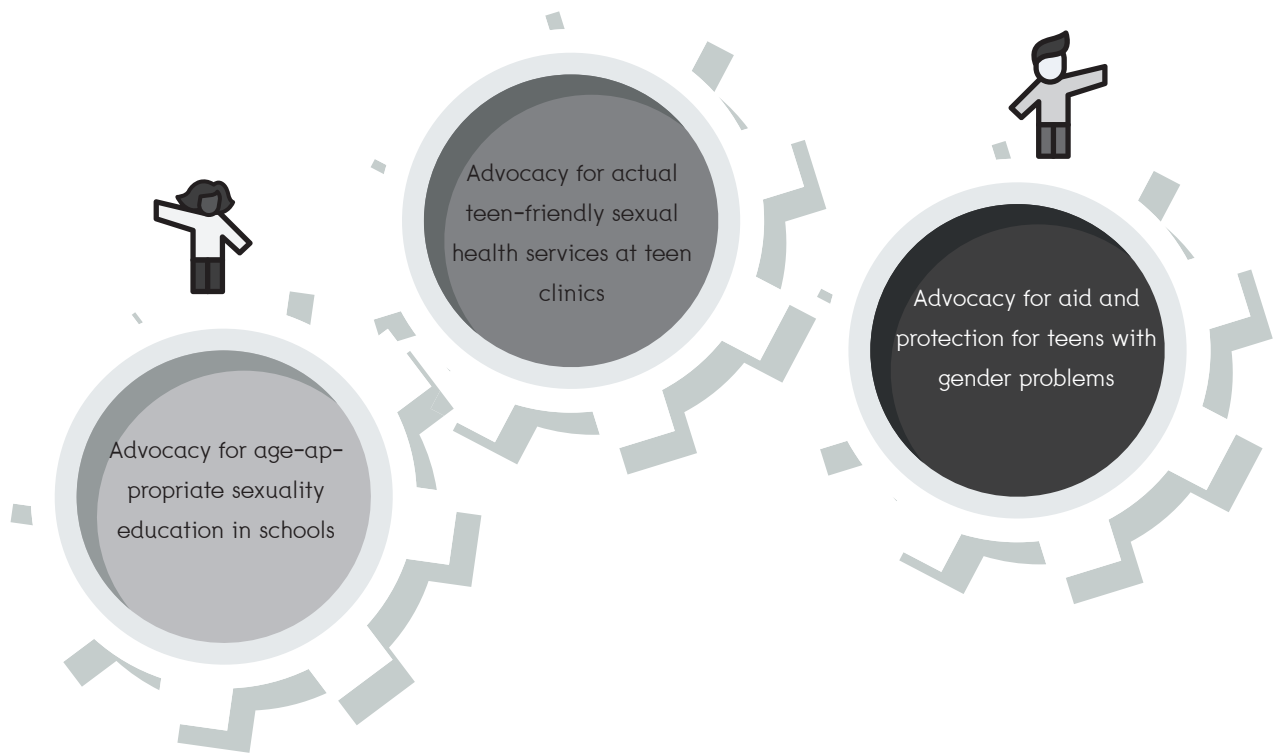
The should be able to collect issues and demand of youths failing to have health services or being violated as in the Act as well as to gather information from youth groups being violated or failing to claim their rights as in the Act. They should then be able to reflect such information through writings and speech to the authorities and press, encouraging effective prevention and solutions via the Act imposed.



Youths who are teen sexual right advocates

Are the ones who understand the complexity of youth lives,
Stand by those whose rights are violated

Together voice out opinions, so those responsible will realize how
the rights were violated and then propose for better change.



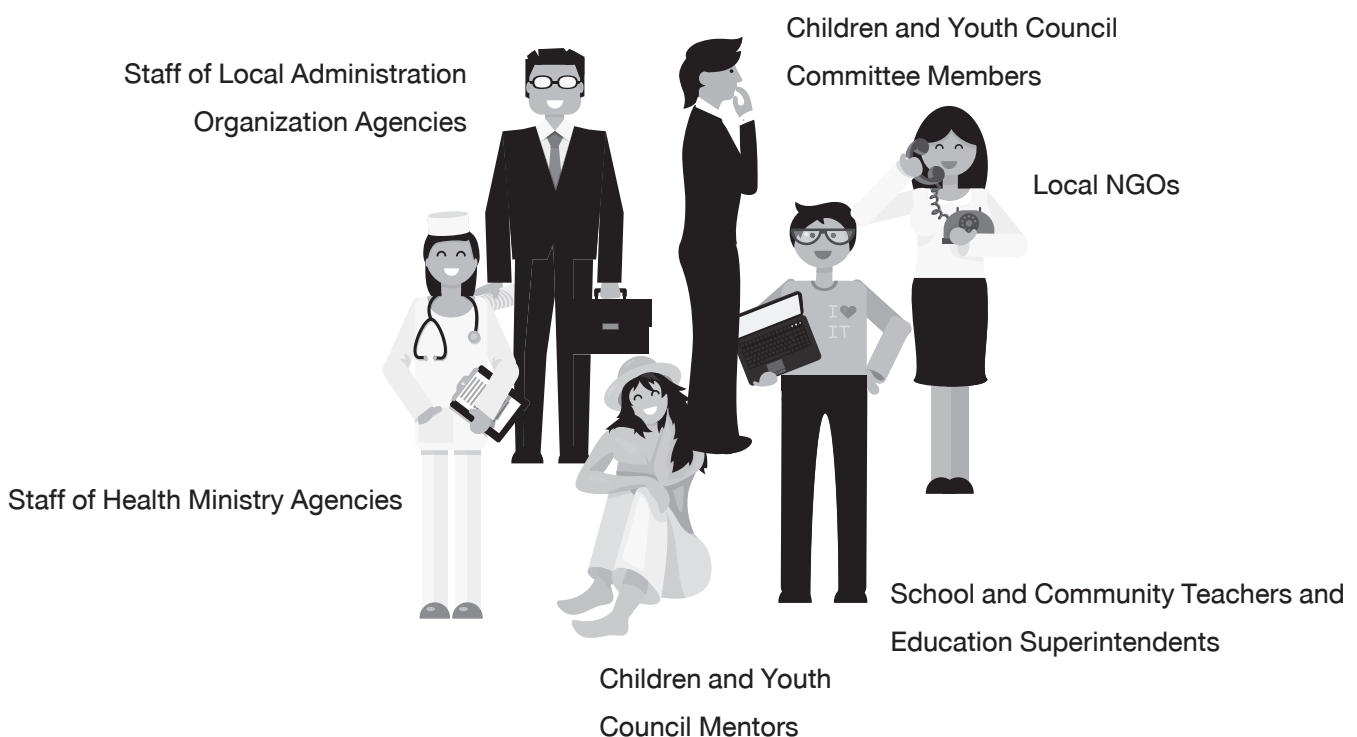
Who Calls for ‘Teen Sexual Right Advocate’ Youth

This curriculum focuses on education and understanding between adult–youth partnership based on human and sexual rights. This suits personnel working on sexual issues with youths, people promoting the Children and Youth Council programs and those aiming to empower youths to be advocate for young people" in accordance to Section 5 of the Prevention and Solution of the Adolescent Pregnancy Problem Act B.E. 2559 (2016).

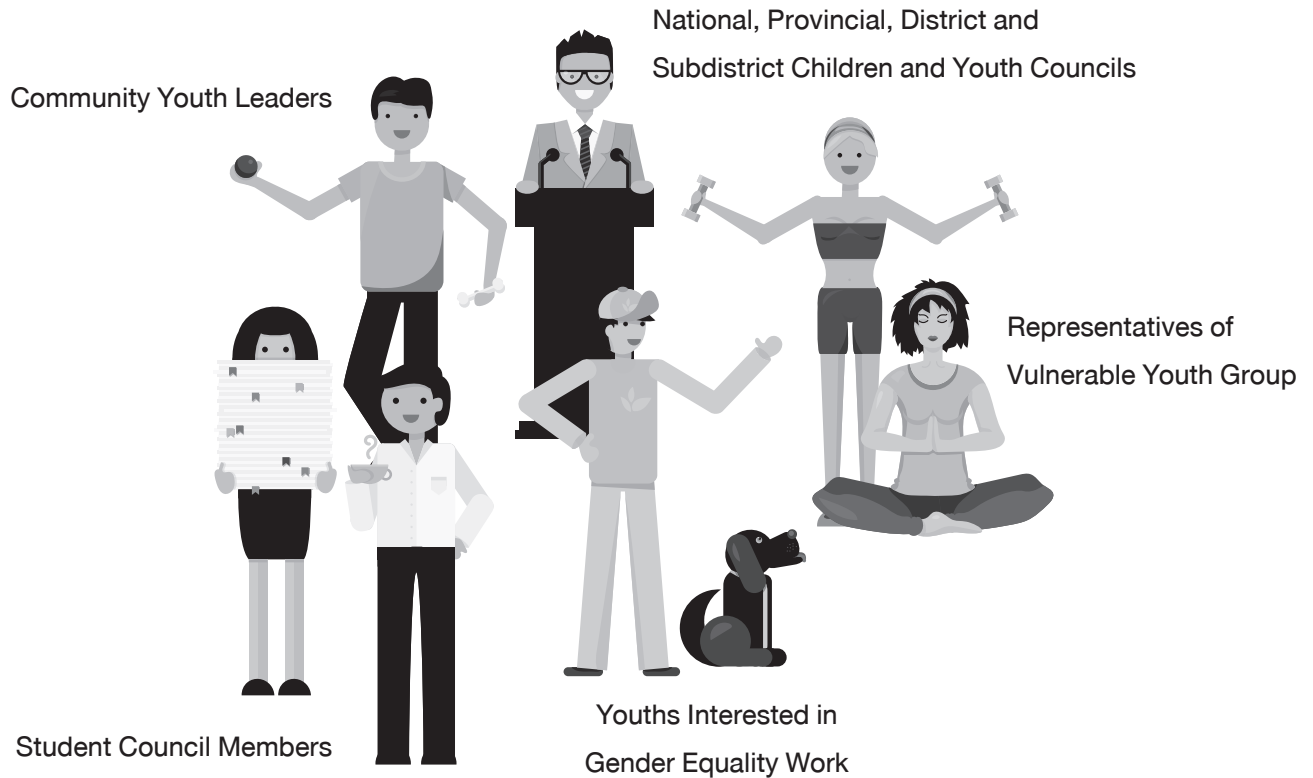
"An Adolescent has the right to make a decision by herself and has the right to information and knowledge, right to reproductive health service, right to confidentiality and privacy, and right to social welfare provision, that are equal and non-discriminative, and is entitled to any other rights for the purpose of this Act accurately, completely and adequately."

Citing **the 10-year Strategic Proposals for Prevention and Solution of the Adolescent Pregnancy Problems**, both the national committee (chaired by Prime Minister) and provincial sub-committee (chaired by provincial governor) shall have one boy and one girl from the Children and Youth Council in each of them.

This is also in accordance with **the second National Promotion of Child and Youth Development Act B.E. 2560 (2017)** which added the establishment of Children and Youth Council in the sub-districts, municipalities and Bangkok districts. Children and youth in all levels will be engaged in children and youth development movement by working with local administration organizations nationwide for more effective Children and Youth Council work.



Who Should Be Trained As 'Teen Sexual Right Advocate'



"Expressing skills stay for good and can be obtained via learning process. Young people's expression of their opinions marks a stepping stone to maturity. This reflects how young people take care of themselves, be able to tell others what they want and take responsibilities.

Young People are 'resources', not 'problems'

This handbook aims to promote young people's potential and significant engagement

'Young People' Are 'Resources', Not 'Problems'

New Perspective for Significant Engagement of Young People

Young people should take the lead in designing and commencing any activities aimed to prevent teen risk behaviors. As partners, adults need to help them in training, providing resources and budget, listing community contact people, and boosting their morale. Young people can improve their skills and experiences as well as obtain confidence and acceptance from communities through their own sexual risk behavior prevention work. They can be role models and be sure activities are in their friends' interest, especially when they are 'partners' of the project. Communities also benefit from commitment and engagement of young people which will lead to social changes.

1. Focus on wisdom instead of problem

Young people have possessed knowledge, experience, creativity, and potential –such wonderful resources for risk behavior preventive innovation. Activities need to encourage and empower them to improve their strength, instead of grounding them on their limitations. Simply not to focus on young people's 'problematic behaviors'.

2. Meet the actual demand of young people

Activities will be based on teen concerns, so young people had better set them. Their concerns might be different from what adults want to solve. Most young people are not likely to join any activities that fail to realize their importance. The best way to learn about young people' demands is asking them.

3. Welcome young people to activity design

Teen engagement should be concrete, not just symbolic. Leadership training is the first important step and experience is required. Young people will be allowed to help make decisions, lay plans and evaluate projects. They will have the sense of protection and prevention, and activities will be actually designed based on their interest.

4. Engage determined and well-informed adults in the process

Apart from knowledge and resources, adults should bring in open-mindedness, positive attitude and full determination into the program. Adults should also be opened to new things and remember that they too can learn from young people. Activities therefore should promote respect and confidence between young people and adults.

5. Be aware of surrounding influences

It is essential to understand young people's environment, especially their families, schools, societies and cultures. Activities should be adapted to fit the reality. Better understand community characters and readiness in prevention of sexual violence relating to a cultural context.

6. Working in cooperation with communities

Teen leaders can help encourage communities to make social changes. To do so, young people themselves must deal with community leaders, institutes, and resources. Cooperation with communities constantly and extensively helps spread the news.

How to use this curriculum

To comply with the principles of youth engagement in which youth is the 'heart' of the program, trainers can have their learner-centered activities from this book considering age, experience, youth roles & responsibilities, budget, venue and time (see schedule from the annex). Activities can be classified into three following sets:

Module 1

Teen Sexual Right Advocate Prerequisite

It helps empower trainees, either youth leaders or representatives, so they will have understanding and basic skills for participatory learning and be able to adjust it at their own will.

Module 2

Teen Sexual Right Advocate Basic Knowledge

It helps educate youth trainees about significance, relationship between human and reproductive health rights and sex-related issues in society. Trainees will understand the content of Prevention and Solution of the Adolescent Pregnancy Problem Act B.E. 2559 (2016),

Module 3

Additional Skills for Teen Sexual Right Advocates

After the Activity Set 2, trainees will undertake this one to have skills required for monitoring the teen sexual and reproductive health policies as described in the Act. They will realize the importance of 'advocacy' and as 'teen sexual right advocate', present empirical evidence to the authorities.

เอกสารประกอบการจัดทำคู่มือ

Facilitator's Toolkit, Action for the Rights of Children (ARC), Reach Out Refugee Protection Training Project, 2005

Jiysi: A pick 'n' mix of sex and relationships education activities, FPA, 2007

Involving Children and Young People in Facilitation, Participation Works, 2008

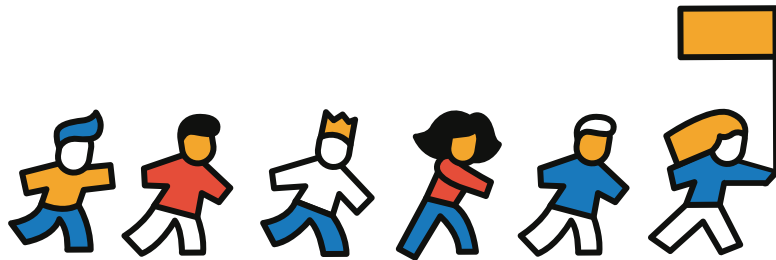
It's All One Curriculum: Guidelines and Activities for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Rights Education, International Sexuality and HIV Curriculum Working Group, 2011

Youth Participation Guide: Assessment, Planning, and Implementation, Family Health International, 2008

I D-Sign: Advocacy Training Manual

on Sexuality, Gender, and Human Rights for Young People

คู่มือพัฒนาเยาวชน สู่การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศวัยรุ่น
เพื่อการกำกับติดตามการดำเนินงานการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น



เยาวชนผู้พิทักษ์สิทธิทางเพศของวัยรุ่น

คือผู้ที่เข้าใจความซับซ้อนของชีวิตเยาวชน
และแสดงออกถึงความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกับคนที่ถูกละเมิดสิทธิ
ด้วยการส่งเสียงร่วมกันให้ผู้มีหน้าที่รับรู้ว่าสิทธิที่ถูกละเมิดนั้น
ถูกละเมิดด้วยวิธีการใดและเสนอว่าควรเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นอย่างไร



กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ สำนักงานประจำประเทศไทย อาคารสหประชาชาติ
ชั้น 12 ถนนราชดำเนินนอก กรุงเทพฯ 10200 เว็บไซต์ <http://thailand.unfpa.org>