

ภาคผนวก ค

ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน



**ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล**  
**“ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการชีวิตกับพฤติกรรมการสร้างเสริม**  
**สุขภาพทางเพศของวัยรุ่นในโรงเรียน”**

**คำชี้แจง** แบบสอบถามฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการชีวิตกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางเพศของวัยรุ่นในโรงเรียน โดยแบ่งเนื้อหาเป็น 3 ตอน ดังนี้

**ตอนที่ 1** แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 6 ข้อ

**ตอนที่ 2** แบบสอบถามการจัดการชีวิตเกี่ยวกับเรื่องเพศของวัยรุ่น จำนวน 15 ข้อ

**ตอนที่ 3** แบบสอบถามพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางเพศของวัยรุ่น จำนวน 20 ข้อ

**ตอนที่ 1** แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

**คำชี้แจง** โปรดอ่านแบบสอบถามและทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นหรือเติมข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

**สำหรับผู้วิจัย**

1. เพศ ( ) ชาย ( ) หญิง
2. อายุ.....ปี
3. กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....
4. นับถือศาสนา ( ) พุทธ ( ) คริสต์ ( ) อิสลาม อื่นๆ โปรดระบุ.....
5. สถานภาพสมรสของบิดา/มารดา ( ) อยู่ด้วยกัน ( ) หย่าร้าง ( ) แยกกันอยู่ ( ) หม้าย

6. นักเรียนคิดว่าตนเองมีความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศมากน้อยเพียงใด จงทำเครื่องหมาย X ทับตัวเลขที่ตรงกับระดับความคิดเห็นของตนเองมากที่สุด โดยให้ระดับคะแนนที่ 0 = มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศน้อยที่สุด และ 10 = มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศมากที่สุด



**ตอนที่ 2** แบบสอบถามการจัดการชีวิตเกี่ยวกับเรื่องเพศของวัยรุ่น จำนวน 15 ข้อ

**คำชี้แจง** แบบสอบถามตอนนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบการปฏิบัติตนในการจัดการชีวิตเกี่ยวกับเรื่องเพศของนักเรียน โปรดอ่านข้อความแล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด คำตอบที่ได้ไม่มีผิดหรือถูก โดยมีเกณฑ์ในการเลือกตอบดังนี้

เป็นประจำ หมายถึง ท่านปฏิบัติตนในการจัดการชีวิตเกี่ยวกับเรื่องเพศตรงกับข้อความในประโยคนั้นเป็นประจำ

บ่อยครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติตนในการจัดการชีวิตเกี่ยวกับเรื่องเพศตรงกับข้อความในประโยคนั้นบ่อยครั้ง

นานๆ ครั้ง หมายถึง ท่านปฏิบัติตนในการจัดการชีวิตเกี่ยวกับเรื่องเพศตรงกับข้อความในประโยคนั้นนานๆ ครั้ง

ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง ท่านไม่เคยปฏิบัติตนในการจัดการชีวิตเกี่ยวกับเรื่องเพศตรงกับข้อความในประโยคนั้น

พฤติกรรมจัดการชีวิต	ระดับการปฏิบัติ			
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1. ฉันตั้งเป้าหมายไว้ว่าจะเป็นคนที่มีสุขภาพทางเพศที่ดี				
2. ฉันตั้งเป้าหมายที่จะไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน				
3. ฉันค้นหาวิธีที่จะบรรลุเป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพทางเพศ				
4. หากไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ฉันจะเลือกเป้าหมายใหม่ที่เหมาะสมกว่า				
5. ฉันค้นหาเป้าหมายใหม่ๆ เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพทางเพศอยู่เสมอ				
6. ฉันมีความตั้งใจที่จะทำให้ตนเองไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้				
7. ฉันแสวงหาโอกาสที่จะนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้				
8. ฉันใช้ความพยายามในการไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้				
9. ฉันศึกษาวิธีการหรือทักษะใหม่ๆ ในการส่งเสริมสุขภาพทางเพศ				

สำหรับผู้วิจัย

พฤติกรรมจัดการชีวิต	ระดับการปฏิบัติ				สำหรับผู้วิจัย
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	
10. ฉันมีการฝึกฝนทักษะที่จะนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายจนชำนาญ					<input type="checkbox"/>
11. หากวิธีการหรือทักษะเดิมทำให้ไม่ประสบความสำเร็จ ฉันพยายามปรับเปลี่ยนวิธีการหรือทักษะอื่นๆ ทดแทน					<input type="checkbox"/>
12. ฉันขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อวิธีการหรือทักษะเดิมไม่สำเร็จตามเป้าหมาย					<input type="checkbox"/>
13. หากวิธีการหรือทักษะเดิมไม่ประสบความสำเร็จ ฉันทดลองใช้วิธีการหรือทักษะอื่นที่ไม่คุ้นเคยทดแทน					<input type="checkbox"/>
14. ฉันเลือกใช้แบบอย่างจากผู้ที่ประสบความสำเร็จ					<input type="checkbox"/>
15. ฉันจะใช้วิธีการหรือทักษะต่างๆ เพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม					<input type="checkbox"/>

**ตอนที่ 3** แบบสอบถามพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศของวัยรุ่น 20 ข้อ

**คำชี้แจง** แบบสอบถามตอนนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศของนักเรียน โปรดอ่านข้อความแล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด คำตอบที่ได้ไม่มีผิดหรือถูก โดยมีเกณฑ์ในการเลือกตอบดังนี้

เป็นประจำ หมายถึง ท่านมีการปฏิบัติตนในการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศตรงกับ  
ข้อความในประโยคนั้นสม่ำเสมอเป็นประจำ

ค่อนข้างบ่อย หมายถึง ท่านมีการปฏิบัติตนในการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศตรงกับ  
ข้อความในประโยคนั้นค่อนข้างบ่อย

บางครั้ง หมายถึง ท่านมีการปฏิบัติตนในการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศตรงกับ  
ข้อความในประโยคนั้นบางครั้ง

นานๆ ครั้ง หมายถึง ท่านมีการปฏิบัติตนในการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศตรงกับ  
ข้อความในประโยคนั้นนานๆ ครั้ง

ไม่เคยปฏิบัติ หมายถึง ท่านไม่เคยปฏิบัติตนในการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศตรงกับ  
ข้อความในประโยคนั้น

พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศ	ระดับการปฏิบัติ					สำหรับผู้วิจัย
	เป็นประจำ	ค่อนข้างบ่อย	บางครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ	
1. ตรวจเต้านม หรือตรวจอวัยวะ						<input type="checkbox"/>
2. ดูแลความสะอาดของอวัยวะเพศ						<input type="checkbox"/>
3. พุดคุยปรึกษากับเพื่อนเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศ						<input type="checkbox"/>
4. สำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเมื่อมีอารมณ์เพศ						<input type="checkbox"/>
5. ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากแหล่งความรู้ต่างๆ						<input type="checkbox"/>
6. เรียนรู้วิธีการคุมกำเนิด และการใช้ถุงยางอนามัย จากแหล่งความรู้ต่างๆ						<input type="checkbox"/>
7. ขอคำแนะนำจาก พ่อ แม่ หรือผู้ใหญ่ที่ไว้ใจเมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศ						<input type="checkbox"/>
8. ออกกำลังกาย หรือทำกิจกรรมอื่นๆ เพื่อลดความหมกมุ่นทางเพศ						<input type="checkbox"/>
9. ยึดมั่นในค่านิยม “รักษานวล สงวนตัว”						<input type="checkbox"/>

พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพทางเพศ	ระดับการปฏิบัติ				
	เป็นประจำ	ค่อนข้างบ่อย	บางครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
10. สังเกตการณ์เปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศของตน					
11. แสดงบทบาททางเพศตรงกับเพศของตนเอง					
12. คบเพื่อนต่างเพศอย่างมีขอบเขต					
13. อยู่ลำพังสองต่อสองกับคู่วัยในห้องพักหรือหอพัก					
14. ใช้ยาคุมกำเนิด					
15. ใช้ถุงยางอนามัย					
16. สังเกตความผิดปกติของอวัยวะสืบพันธุ์					
17. ใช้สื่อดามก					
18. กอดจูบกับคนรัก / แฟน / หรือ กิ๊ก					
19. มีเพศสัมพันธ์					
20. พบแพทย์เมื่อมีความผิดปกติของอวัยวะสืบพันธุ์หรือมีปัญหาเรื่องเพศ					

สำหรับผู้วิจัย

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

สำนักหอสมุด