

รายวิชา สุขศึกษา

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

เรื่อง ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกัน
การถูกล่วงละเมิดทางเพศ

ครูผู้สอน ครูกฤษณา แก้วพิพัฒน์
ครูวนิดา เรืองอยู่





ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกัน
การถูกล่วงละเมิดทางเพศ



จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้

นักเรียนสามารถอธิบายวิธีการปฏิเสธเพื่อป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม



จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านทักษะกระบวนการ

นักเรียนสามารถเลือกใช้วิธีการปฏิเสธเพื่อป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

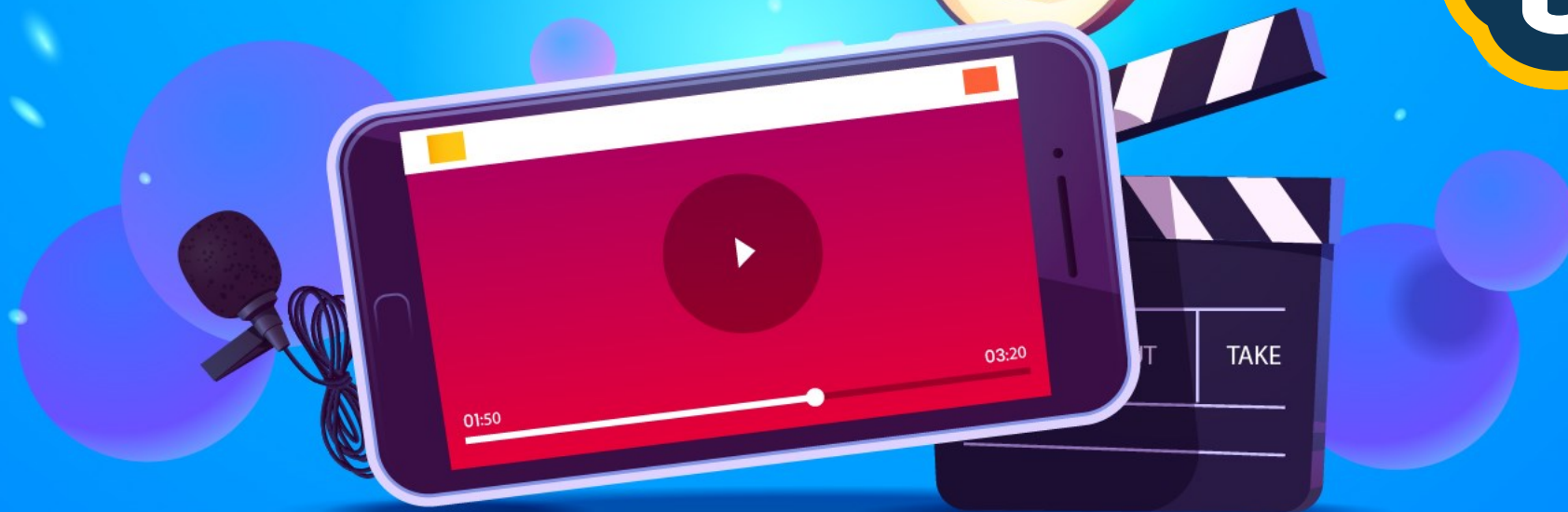


จุดประสงค์การเรียนรู้

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. นักเรียนมีความซื่อสัตย์สุจริตในการเข้าร่วมกิจกรรม
๒. นักเรียนมีความมุ่งมั่นในการเข้าร่วมกิจกรรม

คลิปสาระดีน่ารู้





คำถามชวนคิด

ถ้านักเรียนเป็นตัวละครหญิงในคลิปนี้
จะปฏิบัติตนอย่างไร





สื่อวีดิทัศน์นี้ใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น

ขอขอบคุณสื่อวีดิทัศน์

"รอดู" เพราะรักจริง รอดู

เผยแพร่โดย สสส.

เผยแพร่วันที่ ๑๕ ก.พ. ๒๕๕๕

ที่มา : https://www.youtube.com/watch?v=os๑Rui_ygR๔



นอกจากจะต้องเรียนรู้การป้องกันตัวแล้ว การเรียนรู้ทักษะในการปฏิเสธก็เป็นสิ่งสำคัญ ทั้งนี้การรู้จักปฏิเสธอย่างตรงไปตรงมาเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะช่วยให้รอดพ้นจากสถานการณ์เสี่ยงนั้น ๆ ได้



ทักษะการปฏิเสธ

เพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ



ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

การปฏิเสธ เป็นความสามารถในการใช้คำพูด หรือท่าทาง โดยทุกคนมีสิทธิที่จะปฏิเสธ ในสิ่งที่ตนเองไม่อยากทำหรือเสี่ยงต่อความปลอดภัยได้ ซึ่งการปฏิเสธที่ได้ผลดี คือ เราจะต้องมีความตั้งใจที่จะแสดงความรู้สึกให้อีกฝ่ายหนึ่งรับรู้อย่างชัดเจนทั้งคำพูดและการกระทำ

เทคนิคการปฏิเสธโดยใช้คำพูด

๑. ตั้งสติและตั้งใจในการปฏิเสธ โดยไม่ให้ความหวัง
๒. ไม่ให้อีกฝั่งมีข้ออ้าง หรือใช้เหตุผลมาต่อรอง
๓. ขอความคิดเห็นหรือ แสดงความขอบคุณเมื่ออีกฝ่ายยอมรับการปฏิเสธ

เทคนิคการปฏิเสธโดยใช้คำพูด

๔. เมื่อถูกสบประมาท หรือเข้าซี่ ให้ยืนยันในการปฏิเสธ โดยไม่ให้อีกฝ่ายเสียหน้า
๕. ปฏิเสธซ้ำและบอกกล่าว เพื่อไม่ให้อีกฝ่ายหาข้ออ้าง
๖. ต่อรองโดยหากิจกรรมอื่นมาแทน เช่น ไปกินข้าวข้างนอก หรือไปเล่นกีฬา หรือยืดเวลาเพื่อเปลี่ยนแปลงคำตอบ

แลกเปลี่ยนเรียนรู้





คำถามชวนคิด

หากตกอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการ
ถูกล่วงละเมิดทางเพศ จะมีวิธีการปฏิเสธอย่างไร
เพื่อป้องกันตนเอง



นุ่นจะ เสาร์-อาทิตย์นี้ไปเที่ยว
ต่างจังหวัดกับผมใหม่ พอดีผมอยาก
พาไปดูคอนโดที่ซื้อไว้ครับ



๑. ขอไม่ไปนะ ช่วงนี้ฉันไม่ค่อยสบายค่ะ



๒. ฉันไม่อยากไปสองต่อสอง
เพราะมันดูไม่ดี ฉันขอชวน
พี่ชายและเพื่อน ๆ ไปด้วยนะ

๓. ตอนนี้ฉันไม่ว่างเลย
ใกล้สอบแล้วจึงต้องอ่านหนังสือ
ไว้ค่อยคุยกันใหม่ค่ะ



คำถามชวนคิด

“หากเพื่อนชักชวนนักเรียนให้เข้าไปอยู่
ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
นักเรียนจะทำอย่างไร”





การหาทางออกเมื่อถูกรบเร้า

๑. ปฏิเสธซ้ำ

โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้างอีก

๒. ต่อรอง

โดยการชักชวนไปทำอย่างอื่น
ที่เหมาะสมกว่า

๓. การผิดผ่อน

การขอยืดเวลาไปก่อนเพื่อให้
อีกฝ่ายเปลี่ยนใจ

การป้องกัน



บอกข้อมูลปัจจุบันให้ผู้ปกครองรู้อยู่เสมอ

แต่งกายให้เหมาะสม ไม่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิด

ไม่ใช้คำพูดข่มขู่ให้เกิดการล่วงละเมิดทางเพศ

วางตัวให้เหมาะสม

ระมัดระวังเมื่ออยู่ในที่ลับตาคนตามลำพัง

ศึกษาศิลปะในการป้องกันตัว เช่น การต่อยมวย

ใบความรู้ เรื่อง ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการล้วงละเมิดทางเพศ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง ทักษะการป้องกันตนเองจากการถูกล้วงละเมิดทางเพศ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล้วงละเมิดทางเพศ
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการล้วงละเมิดทางเพศ นอกจากจะต้องเรียนรู้ทักษะในการป้องกันตัวแล้ว การเรียนรู้ถึงทักษะในการปฏิเสธก็เป็น สิ่งสำคัญ ทั้งนี้การรู้จักปฏิเสธอย่างตรงไปตรงมาจึงถือว่าเป็นวิธีที่ดีที่สุด ที่จะช่วยให้รอดพ้น จากสถานการณ์เสี่ยงนั้นๆ ได้

การปฏิเสธ เป็นความสามารถในการใช้คำพูด หรือท่าทาง โดยทุกคนมีสิทธิที่จะปฏิเสธ ในสิ่งที่ตนเองไม่ ยากทำหรือเสี่ยงต่อความปลอดภัยได้ ซึ่งการปฏิเสธที่ได้ผลดี คือ เราจะต้อง มีความตั้งใจที่จะแสดงความรู้สึกให้ อีกฝ่ายหนึ่งรับรู้อย่างชัดเจนทั้งคำพูดและการกระทำ ดังนี้

- ๑) ตั้งสติและตั้งใจที่จะปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูด และน้ำเสียงเพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะ ขอปฏิเสธกับอีกฝ่ายหนึ่งโดยไม่ให้ความหวัง
- ๒) ไม่เปิดโอกาสให้อีกฝ่ายมีข้ออ้าง จนทำให้อีกฝ่ายจนมุมและใจอ่อนได้ ควร เลือกใช้ความรู้สึกที่ดีต่อกันมา เป็นเหตุผลประกอบ เพราะการใช้เหตุผลที่ไม่เกี่ยวข้องกับความรู้สึก เพียงอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งได้
- ๓) ขอความคิดเห็น ความเห็นชอบ แสดงกิริยาท่าทาง คำพูดที่เป็นมิตร การแสดงความขอบคุณ เมื่ออีกฝ่าย ยอมรับในการปฏิเสธ
- ๔) เมื่อถูกเข้าซื้อหรือสับประมาท ไม่ควรตำหนิ โกรธเคือง เพราะทำให้ขาดสติ ไม่มีสมาธิในการแก้ไข สถานการณ์ ควรยืนยันการปฏิเสธโดยไม่ทำให้อีกฝ่ายเสียหน้า และเพื่อ รักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน ดังนี้
 - a. ปฏิเสธซ้ำ โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้างอีก พร้อมทั้งบอกลา และหาทางหลีกเลี่ยง จากสถานการณ์ ดังกล่าว
 - b. ต่อรอง โดยอาจหากิจกรรมอื่นๆ ที่ไม่มีความเสี่ยง เช่น ชวนไปห้องสมุด ไปทำบุญที่วัด ไปออก กำลังกาย เป็นต้น มาทดแทน
 - c. ผัดผ่อน โดยการยืดระยะเวลาออกไป เพื่อให้อีกฝ่ายเปลี่ยนใจ



ใบความรู้

เรื่อง ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกัน การล้วงละเมิดทางเพศ



ใบงานที่ ๑ เรื่อง “จะปฏิเสธอย่างไร”
 หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง ทักษะการป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ
 รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มวิเคราะห์สถานการณ์เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศ และนำเสนอวิธีการปฏิเสธ
 การป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

สถานการณ์	การใช้ทักษะการปฏิเสธ
เพื่อนต่างเพศขอไปส่งที่บ้าน	
เพื่อนต่างเพศชวนไปดูหนัง	
เพื่อนต่างเพศชวนไปปาร์ตี้วันเกิดในคืนวันเสาร์	
รุ่นพี่ต่างเพศชวนไปเที่ยวสถานบันเทิง	
รุ่นพี่ต่างเพศชวนไปทำการบ้านที่คอนโดส่วนตัว	

หลักการที่ดีในการปฏิเสธมีอย่างไรบ้าง

.....



เรื่อง “จะปฏิเสธอย่างไร”





บทบาทสมมติ

คำชี้แจง

๑. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันสร้างบทสนทนาที่เกี่ยวกับวิธีการปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศจากสถานการณ์จำลองที่ได้รับในใบงาน

๑.๑. สถานการณ์จำลอง “เพื่อนต่างเพศขอไปส่งที่บ้าน”

๑.๒. สถานการณ์จำลอง “เพื่อนต่างเพศชวนไปดูหนัง”

๑.๓. สถานการณ์จำลอง “เพื่อนต่างเพศชวนไปปาร์ตี้วันเกิดในคืนวันเสาร์”

๑.๔. สถานการณ์จำลอง “รุ่นพี่ต่างเพศชวนไปเที่ยวสถานบันเทิง”

๑.๕. สถานการณ์จำลอง “รุ่นพี่ต่างเพศชวนไปทำการบ้านที่คอนโดส่วนตัว”

๒. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติ

ตัวแทนนักเรียนนำเสนอ
แลกเปลี่ยนเรียนรู้





บทเรียนสะท้อนคิด



“ทักษะการปฏิเสธ
มีความสำคัญอย่างไร”

ทุกคนมีสิทธิที่จะปฏิเสธในสิ่งที่ตนเอง
ไม่อยากทำหรือสถานการณ์เสี่ยง
ต่อความปลอดภัย ดังนั้นการรู้จัก
ใช้ทักษะการปฏิเสธจะช่วยให้รอดพ้น
จากสถานการณ์เสี่ยงนั้น ๆ ได้



ช่องทางดาวน์โหลดและรับชม DLTV

การเตรียมกิจกรรมสำหรับครูปลายทาง



ใบความรู้, ใบกิจกรรม, แผนจัดการเรียนรู้



ทบทวนบทเรียน สำหรับนักเรียนปลายทาง



สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th