

ใบงานที่ ๒ เรื่อง สัญญา “มีเพศสัมพันธ์ เมื่อพร้อม”  
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง เพศกับวัยรุ่น (รู้จักรัก รู้จักป้องกัน)  
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์  
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๒๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

๑. ข้าพเจ้า (ชื่อ-นามสกุล) .....  
ขอสัญญากับตัวเองเกี่ยวกับวิถีชีวิตทางสุขภาพที่ต้องการปรับปรุง ดังต่อไปนี้
๒. ความฝันของข้าพเจ้า คือ “มีเพศสัมพันธ์เมื่อพร้อม”
๓. เพื่อให้บรรลุความฝัน ข้าพเจ้าจะปฏิบัติ ดังต่อไปนี้
  - ๓.๑ .....
  - ๓.๒ .....
  - ๓.๓ .....
๔. ข้าพเจ้าทราบว่าข้าพเจ้ามีความพร้อมส่วนตัวที่จะทำให้ความฝันนี้สำเร็จลงได้ เพราะ  
.....
๕. ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามีบุคคลรอบข้างและสังคมซึ่งจะช่วยให้ความฝันนี้สำเร็จลงได้ บุคคลเหล่านี้ได้แก่  
.....
๖. อุปสรรคที่จะขวางกั้นการบรรลุความฝันของข้าพเจ้า ได้แก่  
.....
๗. ผลจากการปฏิบัติ มีดังนี้  
.....
๘. ความสำเร็จของข้าพเจ้า วัดได้โดย  
.....
๙. ข้อสัญญานี้มีผลบังคับตั้งแต่ ..... ถึง ...เรียนจบมหาวิทยาลัยและมีงานทำเรียบร้อย..

ลงนาม.....

(.....)

พยาน.....

(.....)