




## อิทธิพลต่างๆ ที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต




ปัญหา**พฤติกรรมทางเพศ**  ของเยาวชน เป็นปัญหาสำคัญที่สุดประการหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ ปัจจัยต่างๆ มีอิทธิต่อพฤติกรรมทางเพศของเยาวชนในปัจจุบันเห็นได้ชัดเจน ได้แก่ อิทธิพลจากครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรม นักเรียนจึงควรเรียนรู้ปัจจัยที่เกี่ยวข้องที่มีอิทธิพลทางเพศเพื่อจะได้ปฏิบัติอย่างเหมาะสม ไม่ถูกชักนำไปในทางที่ไม่ถูกต้องซึ่งจะเป็นผลเสียของอนาคตของตนเอง

### อิทธิพลต่างๆที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศ

#### อิทธิพลจากครอบครัว

ครอบครัวประกอบด้วยพ่อ แม่ ลูก ซึ่งเป็นสถาบันแรกที่เราได้รับการอบรมเลี้ยงดู และได้รับความรู้ต่างๆ จากพ่อแม่และบุคคลในครอบครัวสมาชิกในครอบครัว มีส่วนช่วยในการสร้างครอบครัวให้อบอุ่น นักเรียนสามารถเรียนรู้และแสดงออกพฤติกรรมทางเพศได้อย่างเหมาะสมได้ตั้งแต่การใช้ชีวิตอยู่ในครอบครัว เช่น พูดจากับบุคคลในครอบครัวด้วยถ้อยคำสุภาพไพเราะ ช่วยเหลือผู้ปกครองตามบทบาททางเพศของตน เช่น นักเรียนหญิงอาจจะช่วยผู้ปกครองในงานบ้านดูแลครอบครัว ในขณะที่ทำกิจกรรมหนักซึ่งพี่สาวหรือน้องสาวทำไม่ได้หรือทำได้ไม่ดีเท่า เช่นการเคลื่อนย้ายของหนัก ปลูกต้นไม้ทำความสะอาดสนาม เป็นต้น

#### อิทธิพลจากเพื่อน

เพื่อนเป็นคนที่ชอบออร์กาไคร์ซึ่งอยู่ในวัยเดียวกันหรือใกล้เคียงกับเรา มีรสนิยมหรือสนใจในเรื่องต่างๆ เหมือนกัน เพื่อนจึงมีอิทธิพลอย่างมากทั้งบวกและลบนักเรียนควรคบเพื่อนที่ดี เพื่อชวนกันทำกิจกรรมที่ดีๆ มีประโยชน์ เช่น ใส่ใจในการเรียน ช่วยเหลือผู้อื่น อยู่กรอบระเบียบที่ดีในสังคม มีความประพฤติที่เหมาะสมจะทำให้เรามีอนาคตที่ดีแต่คบคนไม่ดีมีพฤติกรรมไม่ถูกต้อง เช่น ชอบหนีเรียน ชอบเที่ยวกลางคืน มี**พฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ**  ผลที่ได้รับทำให้เกิดความเดือดร้อนกับตนเองและครอบครัว สังคม และไม่มีอนาคต ดังนั้นนักเรียนควรเลือกคบเพื่อนที่ดี

#### อิทธิพลจากสังคม

ปัจจุบันสภาพสังคมไทยมีความเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ที่เป็นสังคมเกษตรกรรมกลายเป็นสังคมเกษตร-อุตสาหกรรม ความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่ทันสมัยทำให้วิถีชีวิตเปลี่ยนไป ส่งผลให้วัยรุ่นบางคนอาจเห็นคุณค่าของวัตถุนิยมมากขึ้น ซึ่งอาจส่งผลให้พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมได้ เช่นการประพฤติดนเพื่อหวังของกำนัลราคาแพงจากเพศตรงข้าม นอกจากนี้ยังได้รับข้อมูลจากสื่อต่างๆ ก็ส่งผลให้ค่านิยมพฤติกรรมทางเพศเปลี่ยนไปจากเดิม แต่วัยรุ่นส่วนใหญ่จะใช้ชีวิตตามแนวในการประพฤติปฏิบัติตนทางเพศอย่างเหมาะสม ไม่ตกเป็นเหยื่อหรือถูกชักนำด้วยอิทธิพลทางสังคมที่ไม่ถูกต้อง



## อิทธิพลทางวัฒนธรรม

วัฒนธรรม หมายถึง แบบแผนความคิดและการกระทำที่แสดงออกถึงวิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคมของกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง

ในสังคมไทยวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทางเพศของคนสมัยก่อนไม่แสดงออกอย่างเด่นชัดเช่นปัจจุบัน โดยเฉพาะพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นควรอยู่ในความดูแลของผู้ใหญ่ เช่น ไม่แสดงความรักต่อกันสาขตาของคนอื่น คู่รักที่จะแต่งงานกันควรได้รับการยินยอมเห็นชอบของผู้ใหญ่ปัจจุบันวัยรุ่นได้รับวัฒนธรรมหลากหลายจากกลุ่มต่างๆ ทั้งในประเทศและต่างประเทศทั่วโลกผ่านสื่อต่างๆ ซึ่งมีสิ่งเหมาะสมและไม่เหมาะสม เนื่องจากแบบแผนวัฒนธรรมของแต่ละสังคมอาจไม่เหมือนกัน สิ่งที่ยังคงยึดถือเป็นสิ่งที่ดีงามอาจไม่เหมาะสมในอีกสังคมหนึ่ง จึงควรรับและปรับให้เข้ากับสังคมของตน เราจึงควรแสวงหาความรู้และคำแนะนำจากผู้ใหญ่ซึ่งจะทำให้เราได้เรียนรู้ และซึมซับสิ่งที่ดีไว้ ทำให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องในทางตรงข้าม หากเลือกพฤติกรรมทางเพศที่ผิดๆ ที่พบในสื่อบุคคลในสังคมแสดงให้เห็นหรือผ่านสื่อต่างๆ โดยขาดการไตร่ตรอง ใช้วิจารณญาณที่ไม่ถูกต้องพิจารณาอีกทั้ง ไม่มีผู้ใหญ่ที่มีความคิดที่ถูกต้องแนะนำให้มาคิดเห็นที่ดีๆ ก็จะทำให้วัยรุ่นรับวัฒนธรรมที่ไม่เหมาะสมกับสังคมไทยประพฤติกฎได้

### คุณค่าของความเป็นชาย ความเป็นหญิง

มนุษย์ถูกกำหนดโคจรธรรมชาติให้เป็นเพศชายหรือเพศหญิง บทบาทของเพศชายและเพศหญิง ที่สังคมกำหนดและคาดหวัง อาจเหมือนกันหรือแตกต่างกันขึ้นอยู่กับวัฒนธรรม และเงื่อนไขของแต่ละสังคม ซึ่งเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ เวลา เช่นบทบาทของผู้ชายสมัยก่อน คือ บทบาทการเป็นผู้นำครอบครัว เพศชายทำหน้าที่ประกอบอาชีพ หรือ ช่างทำหน้า ในขณะที่ฝ่ายหญิงมีหน้าที่ดูแลความเรียบร้อยของบ้าน จัดเตรียมอาหาร ดูแลบุตร มีอำนาจการตัดสินใจน้อยกว่าฝ่ายชาย หรือ ช่างทำหลัง แต่ในปัจจุบันเริ่มเปลี่ยนไปเพราะการเปลี่ยนแปลงสังคมยอมรับความเสมอภาคทั้งสองเพศมากขึ้น และเห็นคุณค่าของทั้งสองเพศตามบทบาททางสังคมที่กำหนดไว้คือ

เพศหญิงเป็นเพศที่อ่อนโยนคุณค่าของเพศหญิงอยู่มารยาท น้ำใจและความดี ซึ่งเป็นความงามที่แท้จริง คุณค่าของหญิงไม่ได้อยู่ที่การแต่งกาย เครื่องประดับ ดังนั้นเพศหญิงต้องรักษาคุณค่าของตัวเองไว้ให้สมบูรณ์ควรค่าแก่การให้เกียรติ เพศชายเป็นเพศที่เข้มแข็งคุณค่าของเพศชายอยู่ที่ความสุภาพมีมารยาท มีน้ำใจให้เกียรติและช่วยเหลือผู้ที่อ่อนแอกว่าคุณค่าของเพศชายไม่ได้อยู่ที่การใช้กำลังหรือออกแรง แม้ว่าบทบาทของเพศชายและเพศหญิงแตกต่างกันไป ตามความคาดหวังตามข้อกำหนดของสังคมแต่ว่าจะเป็นชายหรือหญิง คุณค่าของทั้งสองเพศเหมือนกันคือความดีที่เกิดขึ้นภายในตัวเอง มิใช่จากรูปลักษณ์หรือประกอบภายนอกการปฏิบัติอย่างมีคุณค่าของเพศชายและเพศหญิง มีดังนี้

1. มีความเมตตากรุณาต่อผู้อื่น
2. มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และเอื้ออาทรต่อบุคคลอื่น
3. ปฏิบัติตนในการช่วยเหลืองานที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นและสังคมด้วยความเต็มใจ
4. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
5. ปฏิบัติหน้าที่ของตนให้สมบูรณ์

การปฏิบัติตนตามบทบาททางเพศของตน จะช่วยจรโลงสังคมให้เป็นสังคมที่น่าอยู่ อย่างไรก็ตาม ในปัจจุบันมีหลายประการที่ทำให้เกิดค่านิยมทางเพศที่เบี่ยงเบนทางเพศไป นักเรียนจึงควรระมัดระวังและทำความเข้าใจเกี่ยวกับค่านิยมทางเพศอย่างถ่องแท้ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

### คุณค่าของเพศชายหญิงวัยรุ่นไม่ได้อยู่ที่การมีคู่รัก

การมีคู่รักเป็นเรื่องปกติธรรมดาซึ่งธรรมชาติสร้างมาให้หญิงและชายคู่กัน เมื่อถึงวันอันสมควร คือวัยเด็กที่ต้องศึกษาเล่าเรียนก็มีเพื่อนไว้เป็นที่ปรึกษาสนทนาในเรื่องเรียน ไปไหนไปด้วยกัน คนทั่วไปเรียกว่าคู่รัก โดยไม่ทำตัวเสียวหรือผิดศีลธรรม อยู่ในกรอบประเพณีแต่เมื่อโตเป็นผู้ใหญ่มีงานทำ มีหลักฐานมั่นคงแล้ว คำว่ารักก็จะเปลี่ยนไปจากวัยเด็ก ดังนั้นวัยเรียนการไม่มีคู่รักจึงไม่ใช่ปัญหาแต่เป็นสิ่งดีเพราะมีสมาธิในการเรียนใช้เวลาในการเรียนได้เต็มที่

### คุณค่าของวัยรุ่นหญิงไม่ได้อยู่ที่การแต่งกายล่อแหลม

การแต่งการตามค่านิยมหรือตามสมัยนิยมมีทั้งเหมาะสมและไม่เหมาะสม ผู้ที่แต่งกายสวยงาม เหมาะสมกับรูปร่างและวัย ส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่มีความดี การแต่งการที่เหมาะสมสวยงาม หมายถึง เลือกให้เหมาะสมกับคนใส่รูปร่างเหมาะสม คนอ้วน คนผอม คนขาว คนดำ อายุมาก เหมาะกับสถานที่ เช่น งานวัด งานขึ้นบ้านใหม่ เหมาะกับเวลา เช่น งานตอนเช้า งานตอนบ่าย งานตอนกลางคืน เป็นต้น รวมทั้งการแต่งกายที่เหมาะสมต้องไม่เปิดเผยร่างกายจนเกินไปตามวัฒนธรรมของไทย

1. การแต่งกายล่อแหลม เป็นการแต่งกายผู้ที่ชอบตามสมัยหรือนำสมัย เช่น สวมใส่เสื้อผ้าสั้นเกินจำเป็น
2. สวมใส่เสื้อผ้าบาง
3. สวมใส่เสื้อผ้าไม่ใส่ชุดชั้นใน
4. สวมใส่เสื้อผ้าที่มีรู
5. สวมใส่เสื้อเกาะอก

การแต่งกายดังกล่าวโดยเฉพาะวัยรุ่นหญิงที่ชอบเลียนแบบวัฒนธรรมตะวันตกหรือดารานักแสดง

### ค่านิยมที่ไม่เหมาะสมในการคบเพื่อนต่างเพศ

ในปัจจุบันวัยรุ่นมีการติดต่อสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศในลักษณะของคู่รัก ซึ่งวัยรุ่นบางรายการมีคู่รักนับเป็นปัญหา เพราะเป็นวันที่ต้องศึกษาเล่าเรียนต้องอาศัยพ่อแม่เป็นค่าเล่าเรียนค่าขนม นอกจากนี้ในการคบเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่นบางคู่ อาจประพฤติตนเลียนแบบภาพยนตร์หรือการแสดงออกของวัยรุ่นตะวันตกกล่าวคือ มีการแสดงความรักอย่างเปิดเผยในสาธารณะชน หรือการพบปะกันตามลำพังทำให้เกิดโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ดังนั้น นักเรียนควรระมัดระวังไปสู่เหตุการณ์เสี่ยงต่อความปลอดภัยของตนเอง

### ธรรมชาติของอารมณ์ทางเพศและการแสดงออกที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ


#### ธรรมชาติของอารมณ์ทางเพศ

การเกิดอารมณ์หรือความรู้สึกทางเพศ เป็นความต้องการตามธรรมชาติของมนุษย์จะเกิดเมื่อหญิงชายเข้าสู่วัยรุ่นเกิดเรื่องขับทางเพศ ที่เป็นสาเหตุที่เกิดความต้องการทางเพศ นอกจากนี้ธรรมชาติได้สร้างอารมณ์ของมนุษย์ เป็นวัยรุ่นที่กำลังอยากรู้อยากเห็น อยากรทดลองสิ่งแปลกใหม่อยู่เสมอ สนใจชอบเลียนแบบผู้ใหญ่หรือคนมีชื่อเสียง จึงจำเป็นต้องศึกษาและปฏิบัติให้ถูกต้องจึงจะเกิดผลดีต่อสุขภาพถ้าไปทดลองหรือเรียนรู้อย่างผิดๆ จะเป็นการดำเนินชีวิตและอนาคต เช่น เสี่ยงต่อโรคภัยไข้เจ็บ





## การจัดการกับอารมณ์ทางเพศ

เมื่อเกิด**อารมณ์ทางเพศ**  แต่ไม่ใช่เวลาและโอกาสที่ต้องเหมาะสมจะปลดปล่อยตามธรรมชาติได้ก็ควรหาวิธีควบคุมตัวเอง ดังนี้

1. ให้ความสนใจเกี่ยวกับการเรียนมากขึ้น
2. ออกกำลังกายหรือทำงานที่ต้องออกแรง
3. เล่นกีฬาหรือทำกิจกรรมนันทนาการ
4. หลีกเลี้ยงการสนทนา
5. หลีกเลี้ยงการอยู่กับเพศตรงข้าม
6. ฝึกสมาธิหรือฟังธรรม

