

วัยรุ่น

กับสุขภาพ



วัยรุ่นกับสุขภาพ

คำว่า “สุขภาพ” อาจฟังดูธรรมดาๆ ไม่หวือหวา พอที่จะจับคู่ไว้กับ “วัยรุ่น” แต่ ก่อนจะปักใจอย่างนั้น ลองจินตนาการภาพตามสถิติเกี่ยวกับวัยรุ่นปัจจุบันต่อไปนี้ดูเสียหน่อยเป็นไร ปัจจุบันประเทศไทยมีประชากรอายุระหว่าง 10-24 ปี อยู่ประมาณ 15.8 ล้านคน ในจำนวนนี้ :

- มีคนที่ไม่ออกกำลังกาย และไม่เล่นกีฬาอย่างใดอย่างหนึ่งเลย มากถึงกว่า 4 ล้านคน
- ติด หรือสูบบุหรี่เป็นประจำประมาณ 1.5 ล้านคน
- พิจารทางร่างกาย สมอ หรือจิตใจมากกว่า 100,000 คน
- ติดเชื้อ HIV แล้วไม่น้อยกว่า 80,000 คน
- เข้ารับการรักษาเกี่ยวกับยาเสพติดปีละประมาณ 20,000 คน
- วัยรุ่นหญิงที่มีอาการแทรกซ้อน อันเนื่องมาจากการทำแท้ง ปีละไม่น้อยกว่า 6,000 คน
- เสียชีวิตด้วยอุบัติเหตุยานยนต์ประมาณ 4,000 คนต่อปี

ด้วยข้อมูลเหล่านี้ เราย่อมจินตนาการต่อไปได้ว่าสังคมไทยในวันข้างหน้าจะเป็นอย่างไร... ภาพที่ได้น่าพึงพอใจหรือไม่

ในปัจจุบัน วัยรุ่นเป็นกลุ่มที่ได้รับความสนใจจากสังคมมากที่สุดกลุ่มหนึ่ง แต่ความสนใจส่วนใหญ่ก็มักจะจำกัดอยู่ที่เรื่องของพฤติกรรมหรือปรากฏการณ์ที่พวกเขาก่อขึ้น โดยเฉพาะที่มีลักษณะซึ่งยากจะเข้าใจ หรือชวนให้วิตกกังวล ส่วนความสนใจในมิติด้านสุขภาพของประชากรกลุ่มนี้ดูเหมือนจะอยู่ในวงจำกัดเท่านั้น

ทว่าความจริงแล้วเราปฏิเสธไม่ได้เลยว่าสุขภาพของวัยรุ่น ไม่ว่าจะดีหรือร้าย ย่อมส่งผลต่อคุณภาพของสังคมอย่างสำคัญ ทั้งในปัจจุบันและอนาคต

เพราะวัยรุ่นในวันนี้ไม่เพียงหมายถึงผู้ใหญ่ใน

วันข้างหน้าเท่านั้น หากยังเป็น 1 ใน 4 ของประชากรปัจจุบัน ซึ่งนั่นหมายความว่า วัยรุ่นเป็นกลุ่มที่ใหญ่ที่สุดกลุ่มหนึ่งด้วย

ที่สำคัญเหนืออื่นใดก็คือ พฤติกรรมสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจที่คนในวัยนี้สร้างให้แก่ตัวเอง และปฏิบัติจนเป็นความเคยชินหรือเป็นนิสัย มักจะติดตัวเขาไปอีกยาวนาน หรือบางทีก็ตลอดชีวิตด้วยซ้ำ

ดังนั้น การให้ความสำคัญแก่เรื่องสุขภาพของวัยรุ่น ตั้งแต่การติดตามให้ทันต่อสถานการณ์ การทำความเข้าใจ ตลอดจนการหาทางแก้ไข ปัญหา พร้อมกับการสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม เพื่อสนับสนุนส่งเสริมสุขนิสัยที่ดี จึงไม่เพียงแต่จำเป็นอย่างยิ่งเท่านั้น หากเป็นหน้าที่และพันธกิจที่ทุกฝ่ายจะละเลยเสียมิได้

1 วัยเปลี่ยนผ่าน

วัยรุ่นกับเกณฑ์เบลอ ๆ

แทบไม่มีใครไม่รู้จักรั้วรุ่น แต่ถ้าจะให้บอกชัด ๆ ถึงขอบเขตของความเป็นวัยรุ่น ก็ดูจะไม่ใช่ว่าเรื่องง่ายเท่าใดนัก เมื่อไรที่จะถือว่าคนหนึ่งเริ่มตนเป็นวัยรุ่น และเมื่อไรจึงถือว่าเขาก้าวพ้นจากวัยรุ่นเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ ?

นิยามแห่งวัยรุ่นนั้นมีได้หลากหลาย อายุอาจเป็นองค์ประกอบและปัจจัยที่สำคัญอันแรกที่กำหนดความเป็นวัยรุ่น ทว่าอายุก็มีขีดเกณฑ์ที่ตายตัวแต่อย่างใด

หากจะกล่าวอย่างกว้าง ๆ และหากจะถือว่าวัยรุ่นคือ วัยที่เชื่อมอยู่ระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ หรือเป็นช่วงที่คนเราเปลี่ยนผ่านจากเด็กสู่ผู้ใหญ่ อย่างน้อยเกณฑ์วัดที่เกี่ยวข้อง ต้องมี 3 ประการด้วยกัน พื้นฐานที่สุดน่าจะเป็นเรื่องของ **การเจริญเติบโตทางสรีระร่างกาย** นอกจากนั้นยังมีเรื่องของ **พัฒนาการด้านจิตใจและอารมณ์** รวมไปถึงจนถึง **การปรับสถานะเชิงสังคม** หรือเรื่องของบทบาทหน้าที่ พฤติกรรม ความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ปฏิกริยาตอบสนองต่อสังคม ตลอดจนวิถีและวิธีการมองโลกและชีวิต

พัฒนาการทางร่างกาย ที่จัดว่าอยู่ในเกณฑ์เป็นวัยรุ่นนั้น ส่วนใหญ่วัดกันที่ความเปลี่ยนแปลงอันสัมพันธ์กับความพร้อมทางด้านการสืบพันธุ์ ความเปลี่ยนแปลงหลัก ๆ ทางกายที่จะเกิดกับเพศชายก็คือ จะเริ่มมีเสียงห้าวมีหนวดเครา มีขนขึ้นในร่มผ้าหรือตามแขนขา และมีการผื่นเปื่อยกในเวลาหลับ ส่วนการเปลี่ยนแปลงหลัก ๆ ในเพศหญิงจะเป็นเรื่องการมีประจำเดือน หน้าอกขยาย ขนขึ้นในร่มผ้าเช่นเดียวกับวัยรุ่นชาย

วัยรุ่น เยาวชน และหนุ่มสาว

มีคำที่มีความหมายคาบเกี่ยวกันอยู่อย่างน้อย 3 คำ คือ เยาวชน วัยรุ่น และหนุ่มสาว โดยทั่วไปคำเหล่านี้มักถูกใช้ในความหมายที่ทับซ้อนกัน แต่หากจะถือเกณฑ์ที่องค์การอนามัยโลกใช้ในการจำแนกประชากรกลุ่มนี้ เราอาจจะแบ่งพวกเขาออกเป็นกลุ่มตามอายุได้ดังนี้:

- วัยรุ่น (adolescents) อายุระหว่าง 10-19 ปี
- เยาวชน (young people) อายุระหว่าง 10-24 ปี
- หนุ่มสาว (youth) อายุระหว่าง 15-24 ปี

การเปลี่ยนแปลงทางสังคม จิตใจ และอารมณ์

ของวัยรุ่นเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อน แต่ก็พอจะวัดได้ แม้เพียงด้วยการสังเกต เด็กที่ย่างเข้าสู่วัยรุ่นจะเริ่มลดความใกล้ชิดกับพ่อแม่และสมาชิกในครอบครัวลง และให้ความสนใจเพื่อน หรือคนนอกครอบครัว รวมทั้งเพศตรงข้ามมากขึ้น ขณะที่ตัวเขาเองก็เริ่มแสดงตัวว่าต้องการอิสระมากขึ้นเรื่อย ๆ ด้วยการออกรบมเลี้ยงดูในวัยก่อนหน้าไม่มีอะไรผิดปกตินัก เขาควรจะสามารถควบคุมความคิดและอารมณ์ของตนได้มากขึ้นด้วย แต่ความที่ยังขาดประสบการณ์ และทักษะชีวิตในหลายมิติ ก็อาจจะยังอ่อนอยู่ ในบางครั้งวัยรุ่นอาจจะดูโผงผางรุนแรง และขาดความยั้งคิด แต่นั่นก็คือคุณสมบัติธรรมชาติของวัยรุ่น ซึ่งถ้าได้รับการประคับประคองที่ถูกต้อง วุฒิภาวะทางจิตใจและอารมณ์ของเขาจะสูงขึ้น ความยับยั้งและเหตุผลจะค่อย ๆ มาพร้อมกับวัยที่เปลี่ยนไปเรื่อย ๆ

จุดตั้งต้นแห่งความเปลี่ยนแปลงทั้งหลายทั้งปวงนี้ ส่วนมากจะเริ่มในช่วงอายุระหว่าง 10-12 ปี แต่บางคนอาจเร็วหรือช้าได้มากถึง 2-3 ปี

เด็ก ๆ ในปัจจุบันดูจะ “เป็นหนุ่มเป็นสาว” กันเร็วขึ้นกว่าในสมัยปู่ย่า ดายาย ของพวกเขา เพราะอาหารการกินในสมัยนี้สมบูรณ์กว่า และสุขภาพอนามัยโดยรวมก็ดีกว่า ทั้งนี้ มิใช่ต้องกล่าวถึงสิ่งเร้าที่มาจากสภาพแวดล้อม เช่นสื่อในรูปแบบต่าง ๆ ที่สามารถกล่อมเกลาจิตใจและอารมณ์ของเด็ก ๆ ให้มีลักษณะ “เป็น” หรือ “ใกล้” ความเป็นวัยรุ่นได้มากขึ้น

จุดสิ้นสุดการเป็นวัยรุ่นก็ไม่ง่ายที่จะชี้ขาดลงไปเช่นกัน และโดยทั่วไปต้องอาศัยพฤติกรรมและบทบาทหน้าที่เป็นตัวช่วยกำหนดหรือชี้วัด กล่าวโดยรวมได้ว่า **จุดสิ้นสุดแห่งการเป็นวัยรุ่น จะเริ่มขึ้น เมื่อคน ๆ นั้น เริ่มสวมบทบาทที่สังคมจัดว่าเป็นหน้าที่ของผู้ใหญ่**

เหตุการณ์หรือการเปลี่ยนแปลงในเชิงบทบาทหรือพฤติกรรม อย่างเช่นการยุติชีวิตการศึกษา (อาจด้วยเรียนจบหรือเลิกเรียนก็ตาม) การเริ่มต้นทำงานหารายได้เลี้ยงตัวเอง (เป็นอิสระในทางเศรษฐกิจ) การแต่งงาน (สร้างครอบครัว) การมีลูก (เป็นพ่อ - แม่) ฯลฯ เหล่านี้คือเครื่องหมายสำคัญ หรือเป็นเส้นแบ่งใหญ่ที่สะท้อนถึงการก้าวพ้นจากวัยรุ่นหรือการเป็นหนุ่มสาว เข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ ช่วงวัยรุ่นของแต่ละคนจึงสั้น - ยาวไม่เท่ากัน บางคนมีเวลาแห่งการเป็นวัยรุ่นเพียงไม่กี่ปีเท่านั้น

อันอาจเนื่องมาจากการแต่งงานเร็ว มีลูกเร็ว หรือต้องแบกรับภาระทางเศรษฐกิจเร็ว แต่สำหรับบางคน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคปัจจุบัน ช่วงเวลาแห่งการเป็นวัยรุ่นหรือชีวิตหนุ่มสาวนั้นยืดออกไปยาวนานขึ้น ทั้งด้วยการศึกษาต่อในระดับสูงขึ้น การมีครอบครัวช้าลง รวมทั้งการมีโอกาสรื้อหรือทางเลือกที่จะผัดหรือเลื่อนการรับภาระต่าง ๆ ออกไปได้นานขึ้น

ช่วงเปลี่ยนผ่านอันสำคัญยิ่ง

สำหรับบางคน ภาพที่ปรากฏในใจเคียงคู่กับวัยรุ่นเป็นเรื่องของความเจริญเติบโต พลละกำลัง ความใฝ่ฝัน ความสดใส และความเบิกบานสวยงามของชีวิต ขณะที่บางคนมองเห็นภาพความสับสน ความท้าทาย การเสี่ยงภัย และปัญหาอีกร้อยแปดที่ติดตามมา

ไม่ว่าจะมองอย่างไร **แท้จริงแล้ววัยรุ่นเป็นช่วงเวลาแห่งความเปลี่ยนแปลงในชีวิต ที่มีลักษณะเฉพาะอย่างยิ่ง** และการเปลี่ยนผ่านดังกล่าวมีความสำคัญมาก เนื่องจากเป็นช่วงเวลาแห่งการเตรียมตัวเพื่อก้าวสู่ผู้ใหญ่ ขณะเดียวกันก็นับเป็นด่านแรกของการเลือกทางเดินในชีวิต

เพราะเหตุที่วัยรุ่นถูกมองว่าเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงหรือเป็นช่วงที่เชื่อมต่อระหว่างความเป็นเด็กกับความเป็นผู้ใหญ่ บางครั้งจึงทำให้คล้ายกับไม่มีเอกลักษณ์หรือไม่มีตัวตนอย่างชัดเจน และมักถูกละเลย ดังจะพบว่ามียุวกาจำนวนไม่น้อยที่จัดจรัสวันเป็นผู้ใหญ่ เสียบบันท่านอง “อยากเป็นผู้ใหญ่ไว ๆ” จึงมักได้ยืนอยู่เสมอ

แต่ไม่ว่าจะอย่างไร เด็กทุกคนก็หนีไม่พ้นต้องก้าวไปสู่ช่วงวัยนี้ ขณะเดียวกันก็ไม่มีผู้ใหญ่



คนใดเลย ที่ไม่ผ่านการปูรากฐานจากความเป็นวัยรุ่นช่วงเปลี่ยนผ่านนี้จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งทั้งในฐานะที่เป็น “หัวเลี้ยวหัวต่อ” และเป็นการวางแก่นแกนของชีวิตที่เหลือทั้งหมด

“วัยรุ่นเป็นช่วงเวลาแห่งการเปลี่ยนผ่านในชีวิตที่มีลักษณะเฉพาะ และมีความสำคัญมาก สิ่งที่เกิดขึ้นในช่วงวัยนี้อาจพลิกเปลี่ยนชีวิตของแต่ละคนได้มากมาย”

2 โคมหน้าวัยรุ่นไทย



นับวันยิ่งลดน้อย

หากนับวัยรุ่นอย่างกว้าง ๆ โดยใช้เกณฑ์อายุ ตั้งแต่ 10-24 ปี ประเทศไทยในปี พ.ศ. 2546 มีวัยรุ่นอยู่ 15.8 ล้านคน หรือประมาณ 1 ใน 4 ของประชากรทั้งหมด 63.3 ล้านคน ถ้าเทียบกับประชากรทั้งโลกที่มีวัยรุ่นร้อยละ 27 แล้ว จะพบว่าประเทศไทยมีสัดส่วนของวัยรุ่นต่ำกว่าเล็กน้อย

ประมาณ 2 ใน 3 ของวัยรุ่นอาศัยอยู่ในชนบททั่วประเทศ แต่ถึงแม้ภาพรวมจะเป็นเช่นนั้น เมื่อพิจารณาในรายละเอียดจะพบความแตกต่างที่น่าสนใจ นั่นคือ ขณะที่วัยรุ่นกลุ่มอายุตอนกลางและตอนปลายในชนบท (อายุ 15-19 และ 20-24 ปี ตามลำดับ) มีจำนวนและสัดส่วนลดลงเล็กน้อย ซึ่งนับว่าสอดคล้องกับสภาพธรรมชาติเพราะโดยธรรมชาตินั้น ประชากรในกลุ่มอายุสูงขึ้น ย่อมมีจำนวนน้อยกว่าในกลุ่มที่อายุต่ำกว่า เนื่องจากส่วนหนึ่งได้ตายไป แต่สำหรับประชากรวัยรุ่นในเมืองกลับเป็นตรงกันข้าม โดยในช่วงวัยที่สูงขึ้นกลับยังมีจำนวนเพิ่มขึ้น สะท้อนให้เห็นถึงการอพยพโยกย้ายเข้าสู่เมืองของบรรดาเยาวชนคนรุ่นหนุ่มสาวจากชนบท ทั้งเพื่อการศึกษาและหางานทำ

จากอดีตจนปัจจุบันไล่เรื่อยไปถึงอนาคต มีแนวโน้มว่า สัดส่วนประชากรวัยรุ่นของไทยมีแต่จะลดลงจากที่ในปี พ.ศ. 2523 เคยมีวัยรุ่นคิดเป็นร้อยละ 35 แต่ 10 ปีหลังจากนั้นลดลงเหลือร้อยละ 31 และใน 10 ปีถัดมาก็ลดลงอีก เหลือเพียงร้อยละ 25

คาดว่าในปี 2559 อันเป็นปีที่ประชากรของไทยโดยรวมจะมีประมาณ 68.4 ล้านคนนั้น จำนวนวัยรุ่นจะลดลงเหลือเพียงประมาณ 14 ล้านคน

หรือร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศเท่านั้น เหตุที่เป็นเช่นนี้สืบเนื่องมาจาก ความแพร่หลายของการวางแผน ครอบครัว คนมีลูกกันน้อยลง

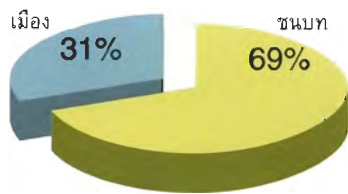
กระนั้นก็ตามวัยรุ่นยังคงจะเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ที่สุดกลุ่มหนึ่ง และสุขภาพของพวกเขาก็จะเป็นสิ่งที่มีความสำคัญด้านนโยบายต่อไปอีกนาน

ในด้านการศึกษาล่าเรียน วัยรุ่นปัจจุบันมีโอกาเรียนหนังสือมากกว่าในอดีตมาก แต่โอกาสทางการศึกษาที่แม้จะเปิดกว้างขึ้นกว่าเดิม แต่ก็ยังคงจำกัดอยู่โดยเฉพาะในการศึกษาระดับสูง ดังปรากฏจากสถิติ ปี พ.ศ. 2543 ว่า วัยรุ่นตอนกลางและตอนปลายที่เป็นนักเรียนมีอยู่เพียงร้อยละ 63



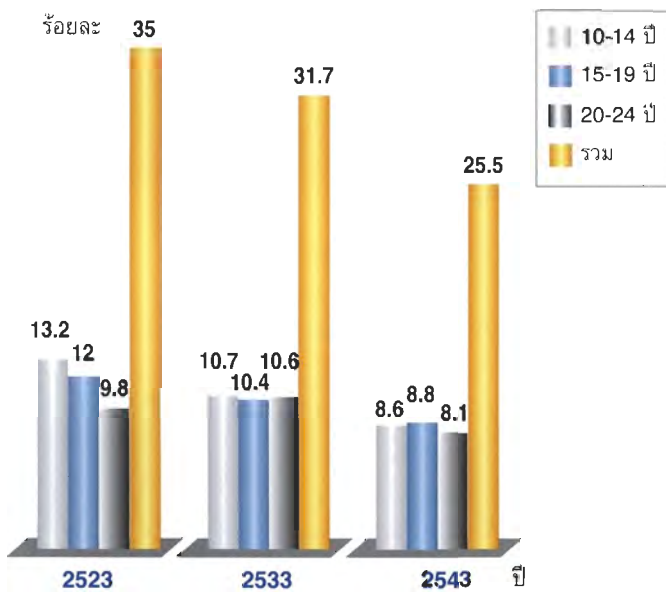
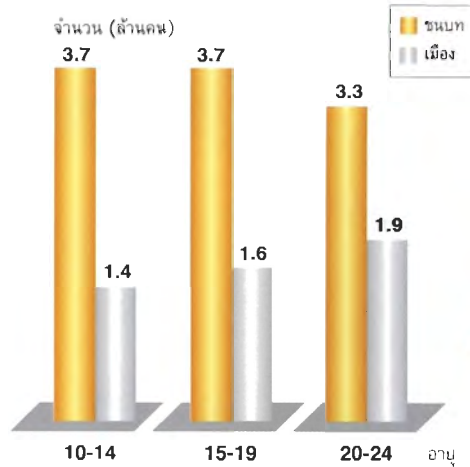
กราฟที่ 1: สัดส่วนประชากรไทย และประชากรวัยรุ่น ปี 2543 จำแนกตามกลุ่มอายุ

ที่มา: รายงานการสำรวจสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2543 สำนักงานสถิติแห่งชาติ



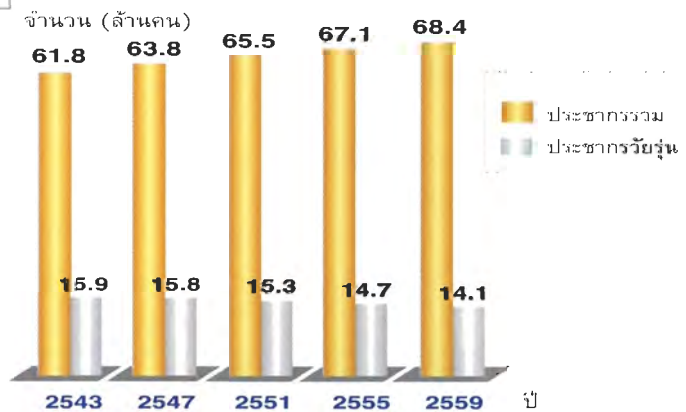
กราฟที่ 2: จำนวนวัยรุ่นในเมืองและชนบท ปี 2543 จำแนกตามกลุ่มอายุ

ที่มา: รายงานการสำรวจสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2543, สำนักงานสถิติแห่งชาติ



กราฟที่ 3: การเปลี่ยนแปลงในสัดส่วนประชากรวัยรุ่นต่อประชากรทั้งประเทศ ปี 2523, 2533 และ 2543 จำแนกตามกลุ่มอายุ

ที่มา: รายงานการสำรวจสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2523, 2533, 2543 สำนักงานสถิติแห่งชาติ



กราฟที่ 4: การคาดประมาณประชากรไทยและประชากรวัยรุ่น

ที่มา: การฉายภาพประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2543-2568, สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข และสถาบันวิจัยประชากรและสังคม

และร้อยละ 20 เท่านั้น ขณะที่วัยรุ่นอายุ 10-14 ปี มีสัดส่วนการเป็นนักเรียนสูงถึงร้อยละ 95 อันเนื่องมาจากการขยายการศึกษาภาคบังคับ จาก 6 ปี เป็น 9 ปี

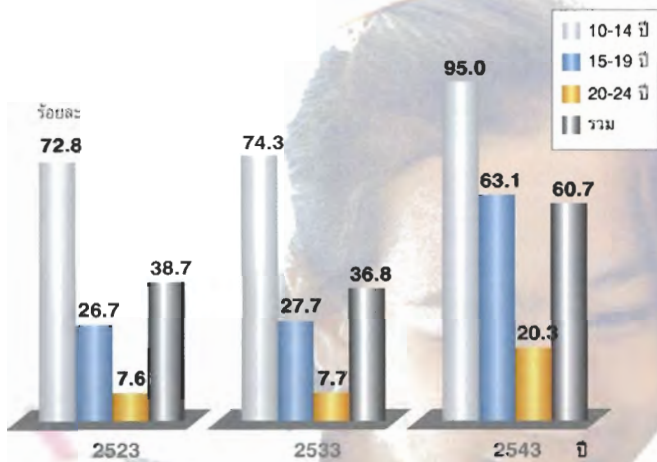
ในทางกลับกัน วัยรุ่นที่ทำงานมีสัดส่วนลดลง จากตัวเลขสำมะโนประชากร ปี 2543 แสดงว่าโดยรวมแล้ว วัยรุ่นอายุ 13-24 ปีที่ทำงานมีเพียงร้อยละ 22 เทียบกับเมื่อ 20 ปีก่อนหน้านั้น ซึ่งมีวัยรุ่นเกินกว่าครึ่งหนึ่งที่ทำงาน มิได้เรียนหนังสือ ความแตกต่างกันอย่างมากระหว่างนี้ เนื่องมาจากการขยายโอกาสทางการศึกษา ซึ่งเริ่มมีผลอย่างชัดเจนในช่วงเวลากว่า 10 ปีที่ผ่านมา คือตั้งแต่ราว พ.ศ. 2533 หรือก่อนหน้านั้นเล็กน้อย ทำให้วัยรุ่นจำนวนมากมีโอกาสดูแลตัวเอง โดยเฉพาะในระดับมัธยม จึงยังผลให้ร้อยละของวัยรุ่นที่ทำงานในระยะหลังๆ นี้ลดลงเมื่อเทียบกับประมาณ 20 ปีก่อนหน้านั้น

เหตุผลอีกประการหนึ่ง อาจจะเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงกฎหมายแรงงาน ซึ่งในปัจจุบันกำหนดอายุต่ำสุดที่จะทำงานได้ไว้ที่ 15 ปี (พรบ.คุ้มครองแรงงาน พ.ศ. 2541)

สำหรับสถานภาพสมรสนั้น วัยรุ่นยุคนี้ส่วนใหญ่แล้ว เป็นโสดกันมากขึ้น

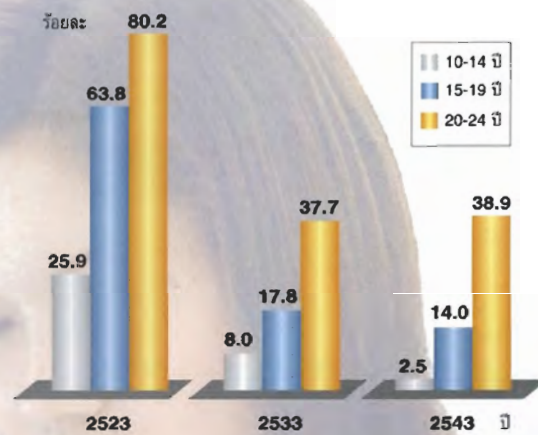
การใช้เวลาและการประกอบกิจกรรม

ข้อมูลในตารางที่ 1 ซึ่งได้มาจากรายงานการสำรวจการใช้เวลาของประชาชน ปี 2544 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ แสดงให้เห็นเวลาโดยเฉลี่ย (เป็นชั่วโมง/วัน) ที่วัยรุ่นใช้ไปในการทำกิจกรรมสำคัญๆ บางอย่าง ในภาพรวมวัยรุ่นในทุกเขตที่อยู่อาศัย มีรูปแบบของการใช้เวลาทำกิจกรรมต่างๆ คล้ายกัน คือ นอกเหนือจากเวลาในการดูแลตัวเองซึ่งรวมการพักผ่อนและการนอนแล้ว สำหรับ



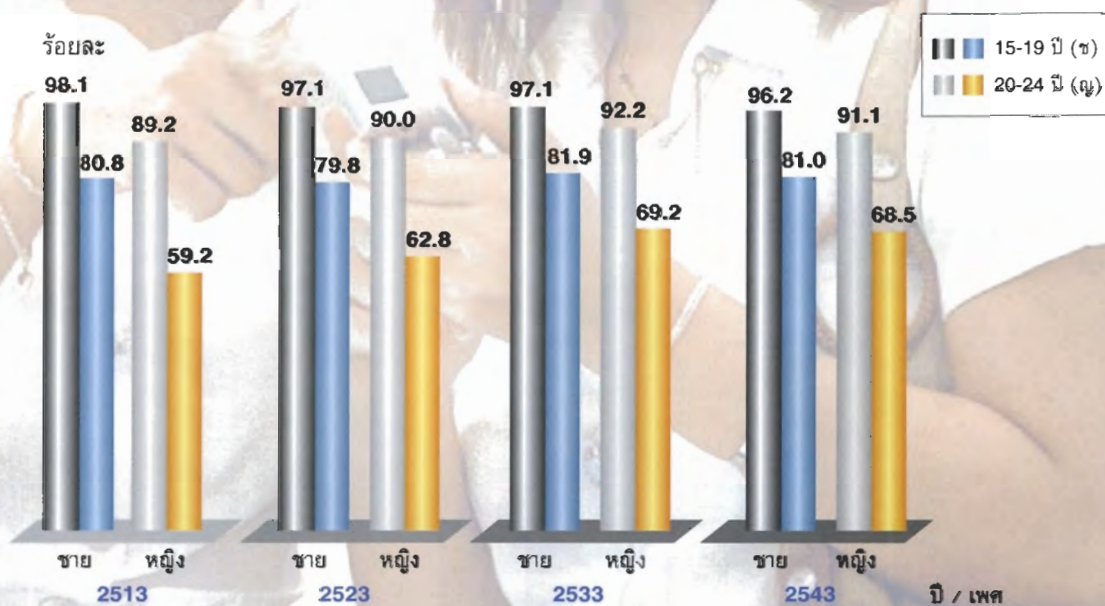
กราฟที่ 5: ร้อยละของวัยรุ่นในระบบโรงเรียน ปี 2523, 2533 และ 2543 จำแนกตามกลุ่มอายุ

ที่มา: รายงานการสำรวจสำมะโนประชากรและเคหะ ปี 2523, 2533, 2543 สำนักงานสถิติแห่งชาติ



กราฟที่ 6: ร้อยละของวัยรุ่นที่ทำงานปี 2523, 2533 และ 2543 จำแนกตามกลุ่มอายุ

ที่มา: รายงานการสำรวจสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2523, 2533, 2543 สำนักงานสถิติแห่งชาติ



กราฟที่ 7: ร้อยละของวัยรุ่นที่ยังโสด ปี 2513, 2523, 2533 และ 2543 จำแนกตามกลุ่มอายุ

ที่มา: คำนวณจากรายงานการสำรวจสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2513, 2523, 2533, 2543 สำนักงานสถิติแห่งชาติ

ที่ทำงาน เวลาที่ใช้ในการทำงานชนิดต่างๆ จะมากที่สุด แต่สำหรับวัยรุ่นที่ยังอยู่ในระบบโรงเรียน การใช้เวลาศึกษาเล่าเรียนในวันหนึ่งๆ ก็มากกว่าอย่างอื่น นอกเหนือไปจากนั้น จะเป็นเวลาที่ใช้ไปกับสื่อต่างๆ กิจกรรมทางสังคม และงานดูแลบ้านเรือน

เมื่อแยกกลุ่มกิจกรรมโดยไม่รวมการพักผ่อน การทำงานและการเรียนหนังสือในโรงเรียนแล้ว จะเห็นภาพการใช้เวลาว่างของวัยรุ่นชาย-หญิงชัดเจน เวลาว่างที่วัยรุ่นใช้นั้น หนักไปข้างพักผ่อนและบันเทิง โดยที่โทรทัศน์และวิดีโอ เอาเวลาวัยรุ่นไปมากที่สุด ตามด้วยคอมพิวเตอร์ การเล่นเกม สกีฬา ส่วนกิจกรรมประเทืองปัญญาอย่างเช่น การอ่าน (ไม่ว่าจะอ่านอะไรก็ตาม) และการค้นคว้าในห้องสมุดนั้น วัยรุ่นไทยใช้เวลาเพียงน้อยนิดต่อวัน ในเรื่องการใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ใช้ในการหา

ความบันเทิง เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังเพลง ดูภาพยนตร์ รongลงมา คือการอ่านหนังสือ การเดินเล่น และการออกกำลังกาย ที่เหลือเป็นเรื่องของการสังสรรค์กับเพื่อน ทำงานอดิเรกและอื่น ๆ

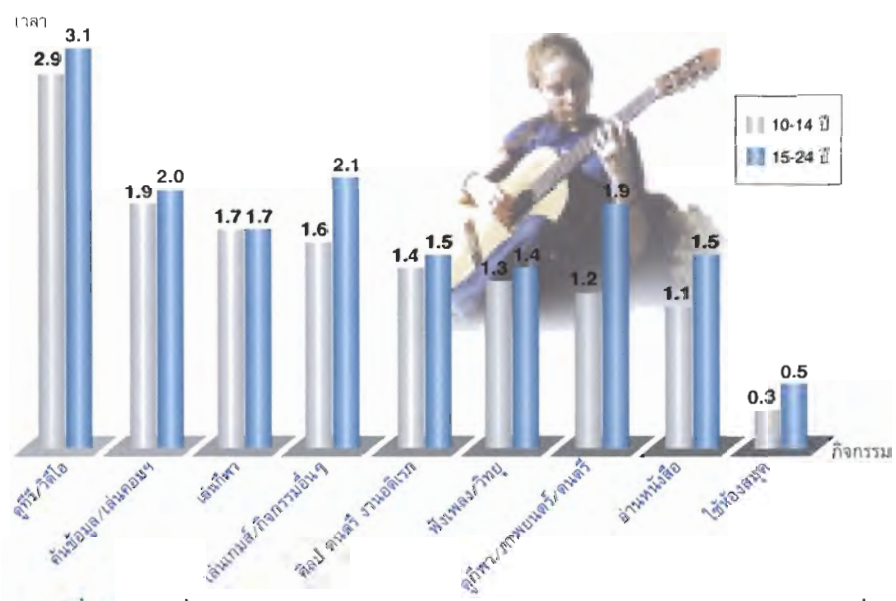
ในเรื่องการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา วัยรุ่นชายมีอัตราร้อยละที่สูงกว่าวัยรุ่นหญิงมากในทุกกลุ่มอายุ มีข้อน่าสังเกตว่า ยิ่งอายุมากขึ้น การออกกำลังกายก็ยิ่งลดลง โดยเฉพาะในวัยรุ่นหญิง ถ้าเปรียบเทียบข้อมูลการออกกำลังกาย/เล่นกีฬาของวัยรุ่น ปี 2540 กับ ปี 2545 จะเห็นว่า ขณะที่วัยรุ่นชายมีอัตราร้อยละของผู้ที่เล่นกีฬาเพิ่มขึ้นในแทบทุกกลุ่มอายุ (ยกเว้น 12-14 ปี) แต่วัยรุ่นหญิงกลับมีอัตราร้อยละที่ลดลง โดยภาพรวมแล้ว วัยรุ่นชายในปี 2545 ออกกำลังกายกันมากขึ้น เมื่อเปรียบเทียบ ปี 2540 ขณะที่สำหรับวัยรุ่นหญิง อัตราการออกกำลังกายโดยรวมลดลงเล็กน้อย

กิจกรรม	ทั่วประเทศ		กทม.		เหนือ		ตะวันออก เฉียงเหนือ		กลาง		ใต้	
	10-14	15-24	10-14	15-24	10-14	15-24	10-14	15-24	10-14	15-24	10-14	15-24
การทำงานในสถานประกอบการ	-	10.1	-	10.8	-	9.0	-	9.3	-	10.5	-	10.2
การผลิตชิ้นต้น	3.4	6.8	3.0	3.3	3.2	7.2	3.7	6.9	3.3	6.6	2.5	6.0
การหารายได้อื่นๆ	3.0	6.9	4.3	8.6	2.5	6.5	2.4	6.3	3.0	7.2	3.5	7.0
การดูแลในครัวเรือน	1.2	2.0	1.0	2.1	1.2	2.0	1.2	2.0	1.2	1.8	1.0	1.9
การดูแลสมาชิกในครัวเรือน	1.1	2.7	1.5	1.8	1.1	2.7	0.8	3.0	1.2	2.3	1.3	2.8
การให้บริการชุมชน	1.0	1.7	1.1	1.9	0.8	1.8	1.1	1.7	0.6	1.2	1.6	2.3
การศึกษาเรียนรู้	7.8	8.0	8.0	7.7	8.2	8.1	7.8	8.1	7.6	7.7	7.9	8.3
กิจกรรมเชิงสังคม	2.0	2.1	2.2	2.1	1.8	2.0	1.9	2.1	1.9	2.0	2.2	2.3
การใช้บริการสื่อต่างๆ	3.0	3.2	3.5	3.7	2.9	3.1	2.9	3.1	3.3	3.4	2.7	3.1
การดูแลตัวเอง	12.0	11.5	12.0	11.3	11.9	11.5	12.0	11.6	12.0	11.3	12.1	11.7

ตารางที่ 1: การใช้เวลาในกิจกรรมต่างๆของวัยรุ่น จำแนกตามภาคและกลุ่มอายุ ปี 2544 (ชั่วโมง)

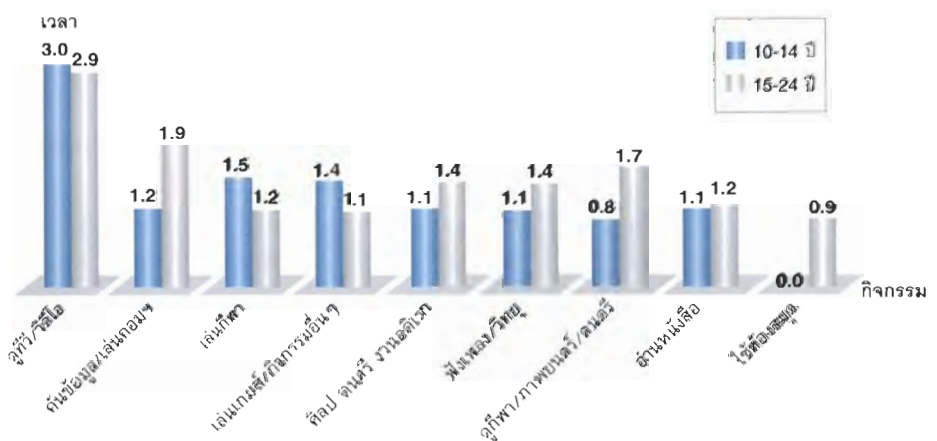
หมายเหตุ: จำนวนชั่วโมงที่ปรากฏในตารางนี้เป็นค่าเฉลี่ยของเวลาที่วัยรุ่นกลุ่มอายุต่าง ๆ ใช้ในแต่ละกิจกรรม และเฉพาะผู้ที่ทำเรื่องนั้นๆ เท่านั้น ไม่ใช่เวลาที่แบ่งบนฐานของ 24 ชั่วโมง หรือ 1 วัน ของวัยรุ่นในแต่ละกลุ่ม

ที่มา: การสำรวจการใช้เวลาของประชาชน พ.ศ. 2544, สำนักงานสถิติแห่งชาติ



กราฟที่ 8: เวลาที่วัยรุ่นชาย ใช้ในการทำกิจกรรมต่างๆ จำแนกตามกลุ่มอายุ (ชั่วโมง/วัน)

ที่มา: การสำรวจการใช้เวลาของประชาชน พ.ศ. 2544, สำนักงานสถิติแห่งชาติ



กราฟที่ 9: เวลาที่วัยรุ่นหญิง ใช้ในการทำกิจกรรมต่างๆ จำแนกตามกลุ่มอายุ (ชั่วโมง/วัน)

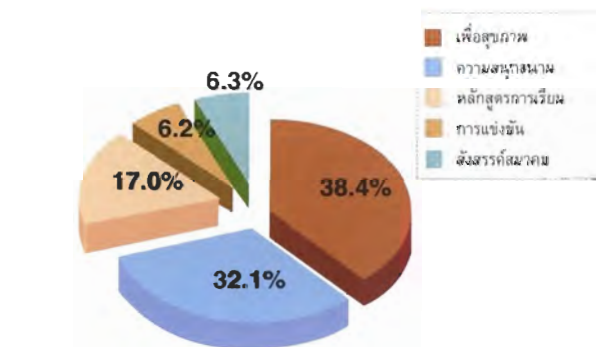
ที่มา: การสำรวจการใช้เวลาของประชาชน พ.ศ. 2544, สำนักงานสถิติแห่งชาติ

ตารางที่ 2: วัยรุ่นอายุ 12-24 ปี ที่เล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย
เปรียบเทียบปี 2540 และ 2545

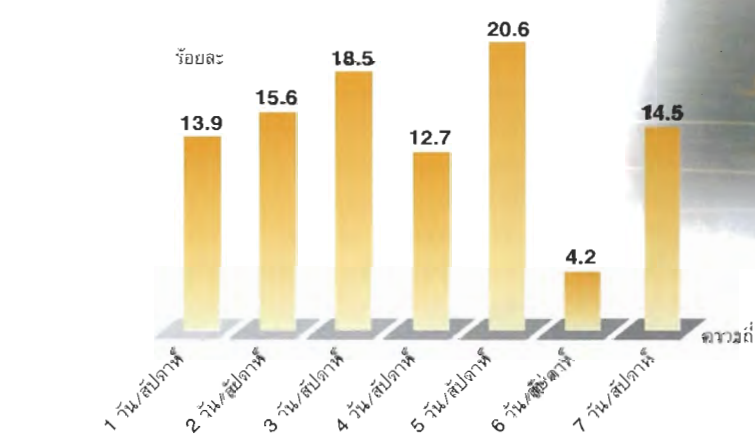
กลุ่มอายุ	ชาย		หญิง	
	ปี 2540	ปี 2545	ปี 2540	ปี 2545
12-14 ปี	92.2	88.2	87.3	80.9
15-19 ปี	76.5	78.6	61.5	59.3
20-24 ปี	43.1	51.5	13.1	17.8
รวม	67.3	70.0	49.0	47.7

ที่มา: รายงานการสำรวจเด็กและเยาวชน ปี พ.ศ. 2540 และ 2545, สำนักงานสถิติแห่งชาติ

กราฟที่ 10: ร้อยละของวัยรุ่นอายุ 15-24 ปี ที่เล่นกีฬา ปี 2545
จำแนกตามเหตุผลในการเล่น

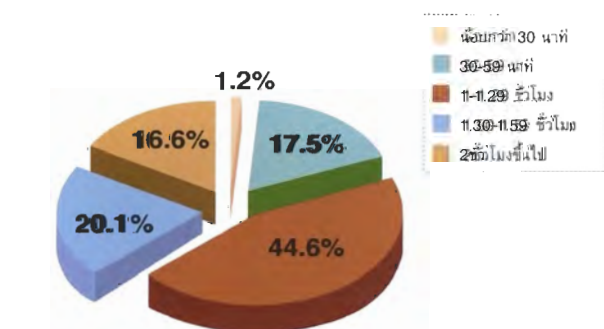


ที่มา: รายงานการสำรวจเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2545, สำนักงานสถิติแห่งชาติ



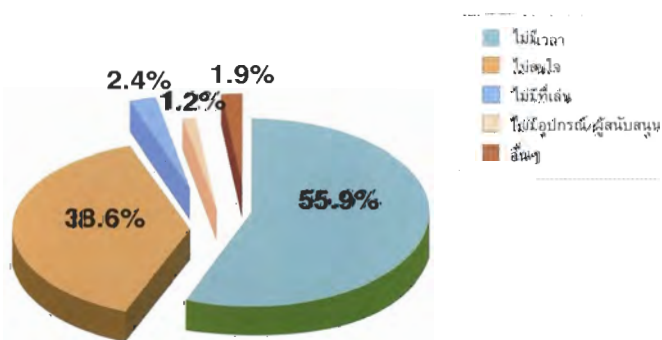
กราฟที่ 11: ร้อยละของวัยรุ่นอายุ 15-24 ปี ที่เล่นกีฬา ปี 2545
จำแนกตามความถี่ในการเล่น

ที่มา: รายงานการสำรวจเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2545, สำนักงานสถิติแห่งชาติ



กราฟที่ 12: ร้อยละของวัยรุ่นอายุ 15-24 ปี ที่เล่นกีฬา
ปี 2545 จำแนกตามระยะเวลาที่เล่น

ที่มา: รายงานการสำรวจเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2545, สำนักงานสถิติแห่งชาติ



กราฟที่ 13: ร้อยละของวัยรุ่นอายุ 15-24 ปี ที่ไม่เล่นกีฬา ปี 2545
จำแนกตามเหตุผลที่ไม่เล่น

ที่มา: รายงานการสำรวจเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2545, สำนักงานสถิติแห่งชาติ

เพื่อหล่อ เพื่อสวย...

พวกหนูสุดท้าย



ก็ดูจากดารา ทั้งไทย
ฝรั่ง ญี่ปุ่น ดูหนัง
เกาหลี”

ในเรื่องเครื่องสำอาง
น้องฝนตอบแทนเพื่อนๆ
รุ่นเดียวกันว่า ส่วนใหญ่
จะแอบแต่งแบบอ่อนๆ

“ต้องใสๆ ค่ะ แบบญี่ปุ่น เกาหลี
เขาเรียกหมวยอินเตอร์เนชั่นนี่ ตอนนี้อยู่
กำลังมาแรง ชาวๆ ตาโต มีเหล็กติดฟัน
ก็ดี ต้องสูงๆ เพริ้วๆ ด้วยนะค่ะ แต่ง
แบบเสื้อกล้าม สายเดี่ยวใส่กางเกง
สามส่วน ใส่รองเท้าแตะ แต่งหน้าสี
ชมพูๆ เข้าไว้ บางคนที่มีมันๆ ก็จะใช้
แบบสีส้มสดๆ ไปเลย ตัดกันเหมือน
นกหงส์หยกก็ได้ ถ้ามันใจนะค่ะ”

น้องฝน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่
3 โรงเรียนสตรีวิทยา อายุ 15 ปีบอกว่า
นี่คือแบบฉบับที่สาวๆ สมัยนี้กำลังนิยม
แฟชั่นของวัยรุ่นเปลี่ยนแปลงอยู่
เสมอ ดังนั้นเราอาจจะเห็นสายเดี่ยว-
กระโปรงสั้นเต็มเมือง แต่แล้วปลายปีกลับ
กลายเป็นกางเกงขาจัมสามส่วนกับเสื้อ
แขนพองๆ เหมือนตุ๊กตาไปเสียแล้ว
เทรนด์การแต่งหน้าแบบยุคมิลเลเนียม
แบบวาวๆ วาวๆ ก็ผ่านไปแล้ว รวมทั้ง
เรื่องของรูปแบบความสวยความหล่อก็
เช่นกัน จากยุคลูกครึ่งผ่านมาสู่แบบไทย
แท้ จนล่าสุดนี้มาหยุดอยู่ที่ดีเฟเวอร์ และ
หมวยอินเตอร์ อย่างที่ว่า อันเนื่องมาจาก
อิทธิพลของเอเชีย ซีรีส์ ที่มีอยู่แทบทุก
สถานีโทรทัศน์นั่นเอง

น้องฝนอธิบายเพิ่มว่า ถ้าอยากรู้ว่า
เด็กสมัยนี้เขามองอะไรคือสวย เท่ เก๋
ให้ไปเดินดูที่สยาม โดยเฉพาะบริเวณ
เซ็นเตอร์พ้อยต์ ดูได้ทั้งผู้หญิงผู้ชาย
เพราะที่นั่นจะเป็นแหล่งประชันแฟชั่นของ
วัยรุ่น บางคนก็ไปดูว่าคนอื่นแต่งกัน
อย่างไร แล้วก็หาซื้อแถมกันได้ทันที

“ส่วนมากเวลาเราแต่งตัวหรือ
แต่งหน้า ก็ดูจากแฟชั่นค่ะ ว่าช่วงนั้น
เขาฮิตอะไรกัน แต่แต่งแล้วก็ต้องเหมาะ
กับเราด้วย แฟชั่นส่วนใหญ่มันจะมา
จากนิตยสารวัยรุ่นต่างประเทศ หรือไม่

ใช้แคครีมบำรุงผิว ไม่ใช่รองพื้น ใช้แค่แป้ง
พฟ บางคนก็ปิดแก้มสีชมพูหน่อย หรือไม่
ก็เอาอาย์อาย์ทิกเก็ตๆ เก๋ๆ ให้แก้ม
ดูเป็นสีชมพูเรื่อ ใช้ลิปกอสส์อ่อนๆ
ไม่ถึงกับทาตาสีๆ มาโรงเรียน แต่ถ้าเป็น
วันเสาร์ อาทิตย์เวลาไปเที่ยวก็แต่งบ้าง
หากจัดลำดับเครื่องสำอางที่ดูเงินจาก
กระเป๋าของน้องฝนและเพื่อนๆ มากที่สุด
ก็คืออุปกรณ์ที่ทำให้หน้าขาวใสทั้งหลาย
เช่น โฟมล้างหน้า โทเนอร์ ครีมบำรุง
แป้งพฟ และที่ขาดไม่ได้ แม้ว่า
จะไม่ชอบบอยนักก็ค่อนข้างหอม

“ชอบไปเดินห้าง
กันอาทิตย์ละครั้ง
เป็นอย่างน้อย
ไปเลือกน้ำหอม ซื้อ
เครื่องสำอาง ว่ามี
อะไรมาใหม่ บางคน
ที่พ่อแม่รวย เป็นหมอย มีธุรกิจ
ของตัวเอง เขาก็มีการ์ดไว้รูด
เอง ก็จะเลือกๆ พอใจก็ซื้อ
ยี่ห้อดังๆ จะแพงมาก ขวดละ
หลายพัน เดือนหนึ่งบางทีเขาก็ซื้อกัน
เป็นหมื่น หรืออย่างน้อย เป็นพัน แต่ถ้า
เป็นคนไม่รวยมากก็จะเก็บตังค์ซื้อ
อดกินเอา ถ้าไม่พอบางคนก็โกหก
พ่อแม่ ทำรายงานบ้าง ซื้ออุปกรณ์
ต่างๆ บ้าง เรื่องน้ำหอมนี่ไม่ได้นะค่ะ
แพงแค่ไหนก็เก็บเงินซื้อ” น้องฝน
เล่าถึงเรื่องของรายจ่ายและวิธีการจัดสรร
เงิน

ส่วนว่ามีวิธีการเลือกสินค้าและตัดสินใจ
อย่างไร น้องฝนบอกว่า ความจริงก็ไม่
ค่อยรู้หรอกว่าอันไหนดีจริงไม่ดีจริง แต่ก็
เชื่อกันว่าของแพงนั่นดี ดูจากยี่ห้อดังๆ
ดูจากโฆษณาสินค้าออกใหม่ สิ่งที่กำลัง
ได้รับความนิยม ถ้าชอบก็ลองซื้อใช้ และ



ถ้าใช้ดีก็บอกต่อ นอก
จากนั้นคำแนะนำของ
คนขายก็มีส่วนสำคัญ
โดยที่ส่วนใหญ่จะทำให้
ซื้อมากขึ้น

“เขามอบบอกว่า ใช้อันนั้นอันนี้
เพิ่มด้วยสิ ก็จะได้ผลซื้อมามากด้วย”
น้องฝนกล่าว

ไม่ได้เป็นแค่พวกผู้หญิงเท่านั้น
ที่ใช้เครื่องประทินโฉม ผู้ชายเอง
ก็เช่นกัน

จากคำบอกเล่าของ
สัญญา นักศึกษาชั้นปีที่ 4
จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย
เขาระบุว่า พวกวัยรุ่นผู้ชาย
จะมีปัญหาเรื่องผิว จึงต้อง
หาพวกโฟมล้างหน้ามาใช้
เป็นสิ่งที่หวงมากที่สุด นอกนั้น
ไม่เท่าไร อาจมีครีมบำรุงหน้า

อีกอย่างเท่านั้น ที่วัยรุ่นผู้ชายใช้กัน
เป็นประจำ ในปัจจุบัน
ส่วนน้ำหอม ผู้ชายแมนๆ
จะไม่นิยมใส่ แต่อาจใช้
ทาโรลล์ออนป้องกันกลิ่น
กันเป็นประจำ

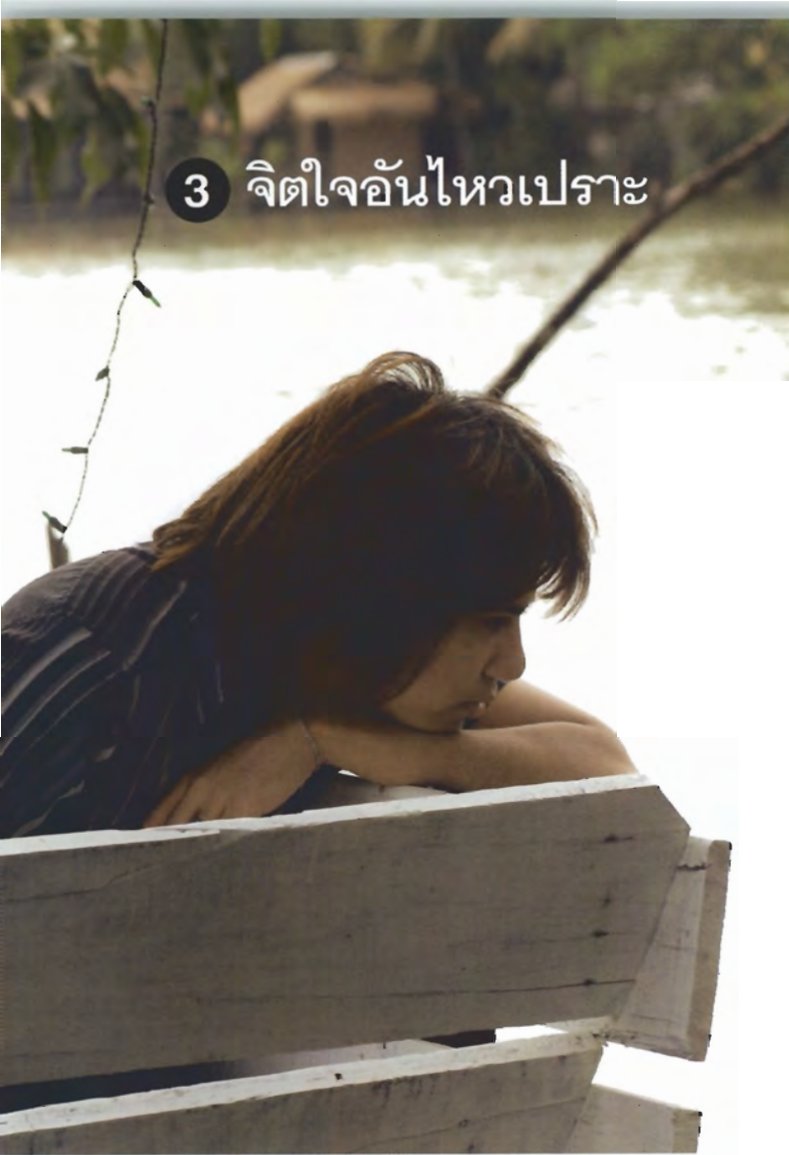
ส่วนจะเป็นยี่ห้ออะไรนั้น
ก็แล้วแต่ว่าช่วงนั้นมีสินค้าอะไร
ใหม่ๆ ออกมาบ้าง

“ดูจากแมกกาซีน ถ้ามาจาก
เพื่อนแล้วตรงดิ่งไปซื้อเลย
ไม่นิยมไปเดินเลือกเหมือนผู้หญิง”
สัญญาระบุ พร้อมกับเล่าถึงแนวโน้ม
ใหม่อีกอย่างหนึ่งที่กำลังเกิดขึ้น นั่นคือ
การพอกหน้า - ขัดหน้า

“ผู้ชายจริงๆ บางคนก็เริ่มไป
พอกหน้า ขัดหน้าให้ใส ทำหน้าแดง
ไปขัดหน้าขาวอยากจะได้ใสๆ ก็
จะนิยมไปขัดหน้ากัน ยิ่งคนที่หน้าดำ
อยู่แล้ว ก็ชอบไปทำกัน สาวๆ
จะได้สนใจ และก็พวกที่เตรียมตัว
อยากเป็นดาราที่นิยม คือหน้าใส
จะทำให้ผู้ชายดูติดใจขึ้น ดูดีขึ้น”
สัญญากล่าวในที่สุด



3 จิตใจอันไหวเปราะ



วัยรุ่นกับความเครียด

การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และจิตใจ เป็นหนึ่งในการเปลี่ยนแปลงสำคัญที่เกิดขึ้นในช่วงวัยรุ่นซึ่งโดยทั่วไปจะกินเวลาประมาณ 10 ปี นั่นคือช่วงอายุระหว่าง 10-20 ปีโดยประมาณ

การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์นั้น ทั่วไปแล้วก็เป็นเรื่องปกติ ไม่ใช่ปัญหาในตัวมันเอง เพียงแต่หากจัดการไม่ได้หรือไม่ดีพอก็อาจจะก่อให้เกิดความเครียดและเกิดปัญหาบานปลายได้

จากรายงานการวิจัยเรื่อง “ความรุนแรงในชีวิตคู่กับสุขภาพผู้หญิง” โดยทีมนักวิจัยจากสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล (2546) ซึ่งเก็บข้อมูลจากผู้หญิงอายุ 15-49 ปี ในกรุงเทพฯ และนครสวรรค์ พบว่า วัยรุ่นหญิงไทยกลุ่มอายุ 15-19 ปี และ 20-24 ปี ที่มีอาการของความเครียดไม่เกินเกณฑ์ปกติ มีร้อยละ 71.9 และ 71.4 ตามลำดับ ส่วนที่มีปัญหาความเครียดเกินเกณฑ์ปกติ คือ มีอาการเครียด 8 ประการขึ้นไป มีร้อยละ 28.1 และ 28.6 ตามลำดับ ซึ่งก็นับว่ามากทีเดียว

อย่างไรก็ดี ข้อจำกัดของงานวิจัยนี้ก็คือ นอกจากจะเก็บข้อมูลเฉพาะผู้หญิงและไม่ครอบคลุมวัยรุ่นตอนต้นแล้ว ยังเป็นเพียงการวัดปัญหาด้านจิตใจอย่างคร่าว ๆ คือสอบถามเพียงอาการที่เกิดขึ้นในรอบ 4 สัปดาห์ ก่อน

การสำรวจเท่านั้น ไม่ได้สอบถามถึงความถี่ของอาการต่าง ๆ เหล่านั้น แต่งานวิจัยนี้ก็มีข้อเด่นตรงที่เป็นการสำรวจจากฐานประชากรวัยรุ่นทั่วไป ทั้งที่อยู่ในโรงเรียนและนอกโรงเรียน จึงเป็นตัวแทนของประชากรได้

งานวิจัยชิ้นหนึ่งที่ทำให้ภาพของปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นได้ครอบคลุมทุกช่วงอายุ ทั้งเพศหญิง และเพศชาย เป็นงานที่ทำโดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับกระทรวงศึกษาธิการ เมื่อปี 2544 โดยเก็บข้อมูลจากเด็กนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จาก 6 โรงเรียนในกรุงเทพฯ และ 1 โรงเรียนในต่างจังหวัด

การวิจัยจำแนกนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มแรกคือกลุ่มเด็กปกติ กลุ่มที่สองคือกลุ่มเด็กเสี่ยง คือเริ่มจะมีปัญหา เริ่มมีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น เก็บตัว ไม่สนใจเรียน ทำตัวเด่นดัง เป็นต้น และกลุ่มที่สามคือกลุ่มที่มีปัญหาแล้ว เช่น ไข้ยาเสพติด หนีโรงเรียน เป็นต้น ในแต่ละกลุ่ม ได้จำแนกพฤติกรรมที่เป็นปัญหาออกเป็น 4 ด้าน ประกอบด้วย พฤติกรรมด้านอารมณ์, พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง, เกเร, และพฤติกรรมความสัมพันธ์กับเพื่อน นอกจากนี้มีพฤติกรรมด้านบวก คือ พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ที่หากมีคะแนนสูง ก็ถือเป็นจุดแข็ง มีศักยภาพในการแก้ปัญหาได้ดี

ผลการสำรวจในเรื่องที่กล่าวมานี้สรุปอยู่ในกราฟที่ 14, 15 และ 16

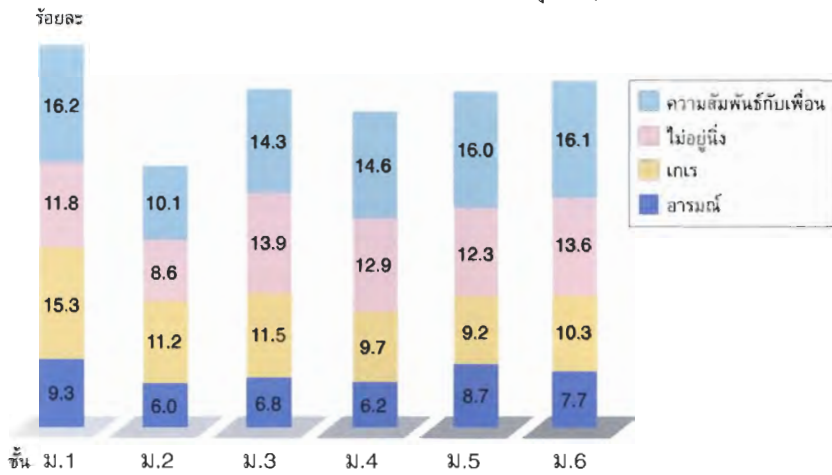
เมื่อดูความเสี่ยงของนักเรียนในโรงเรียนทั้ง 7 แห่ง น่าสังเกตว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีร้อยละของผู้มีความเสี่ยงในพฤติกรรมทั้ง 4 ด้าน ต่ำที่สุด (ประมาณ 36%) ขณะที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีร้อยละของผู้มีความเสี่ยงสูงที่สุด (ประมาณ 54%) ส่วนชั้นอื่นๆ นั้นมีร้อยละอยู่ ประมาณ 40 เศษๆ

อาการความเครียด

นักจิตวิทยาได้สร้างเกณฑ์มาตรฐานสำหรับวัดความเครียดซึ่งประกอบด้วยคำถามที่เราสามารถตอบและประเมินตัวเองได้ มี 20 ข้อ ถ้าประเมินตามนี้แล้ว มีอาการเครียดไม่เกิน 7 อย่างถือว่า อยู่ในเกณฑ์ปกติ ผู้ที่มีอาการตั้งแต่ 8 อย่างขึ้นไปถือว่า มีปัญหาความเครียดเกินปกติ ควรได้รับการบำบัด อาการความเครียดทั้ง 20 อย่างนั้น คือ:

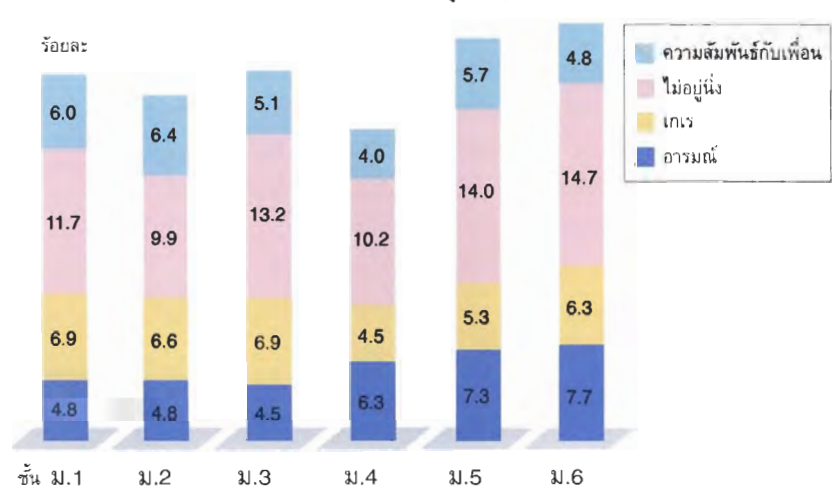
- 1) ปวดศีรษะ 2) เบื่ออาหาร 3) นอนไม่หลับ 4) ตกใจง่าย 5) มีอสุ้น 6) วิตกกังวล/เครียด 7) อาหารไม่ย่อย 8) คิดไม่ค่อยออก 9) ไม่มีความสุข 10) ร้องไห้มากกว่าปกติ 11) ไม่ค่อยสุขกับกิจกรรมประจำวัน 12) คิดเสียใจมาก 13) ทุกข์เรื่องงาน 14) ไม่สามารถทำตัวให้เกิดประโยชน์ 15) ไม่สนใจสิ่งรอบข้าง 16) รู้สึกตัวเองไร้ค่า 17) คิดไม่ออกว่ามีชีวิตอยู่ 18) รู้สึกเหนื่อยตลอดเวลา 19) รู้สึกหวีๆ หรือมันปวดในท้อง 20) เหนื่อยง่าย

กราฟที่ 14: ร้อยละของนักเรียนที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพจิต ปี 2544 จำแนกตามชั้นเรียนและกลุ่มพฤติกรรม



หมายเหตุ : ร้อยละของผู้ที่ไม่มีความเสี่ยงไม่ได้รวมอยู่ในกราฟนี้
ที่มา : สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น กรมสุขภาพจิต ก้าวไกลมุ่งงานสุขภาพจิตโรงเรียน 2544

กราฟที่ 15: ร้อยละของนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพจิต ปี 2544 จำแนกตามชั้นเรียนและกลุ่มพฤติกรรม



หมายเหตุ : ร้อยละของผู้ที่ไม่มีปัญหาสุขภาพจิตไม่ได้รวมอยู่ในกราฟนี้
ที่มา : สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น กรมสุขภาพจิต ก้าวไกลมุ่งงานสุขภาพจิตโรงเรียน 2544

ยังไม่มีคำอธิบายที่ชัดเจนในความแตกต่างข้างต้น นอกจากจะตั้งสมมติฐานเอาไว้ว่า การที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีร้อยละของผู้ที่มีความเสี่ยงต่อสุขภาพจิตสูงนั้น อาจเนื่องมาจากนักเรียนกลุ่มนี้ต้องปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ในโรงเรียนใหม่ ขณะที่ตัวเองยังมีวุฒิภาวะน้อย สภาพเช่นเดียวกันนี้ดูเหมือนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ก็ประสบเหมือนกัน แต่มีความรุนแรงน้อยกว่านักเรียนชั้น ม.1 มาก ซึ่งอาจเป็นเพราะนักเรียนชั้น ม. 4 มีวุฒิภาวะสูงกว่า จึงช่วยให้ปรับตัวได้ดีกว่า

ส่วนปัญหาสุขภาพจิตนั้น พบในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และ 6 นี่ก็เป็นประเด็นที่น่าตั้งข้อสงสัยคิดว่าทำไมจึงเป็นเช่นนั้น

คำอธิบายเรื่องนี้อาจเป็นไปได้ 2 ทาง ทางหนึ่งอาจเป็นเพราะว่านักเรียน ม.5 และ ม.6 มีความกดดันจากการเรียนสูง เพราะเป็นพวกที่ต้องเรียนหนักเพื่อ

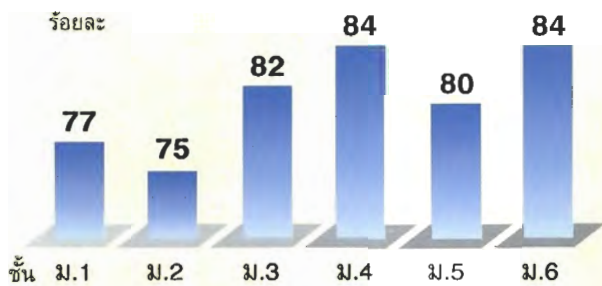
“ความเครียด
ไม่จำเป็นต้อง
ก่อโทษเสมอไป
หากมีในระดับ
ที่เหมาะสมและ
ได้รับการ
จัดการอย่าง
ถูกต้องก็จะเป็น
แรงกระตุ้น
ในทางที่ดีได้”

เตรียมตัวสอบเข้าเรียนต่อในสถาบันอุดมศึกษา ดังจะเห็นว่านักเรียนระดับนี้ต่างก็ชวนขวยเรียนในเวลาปกติแล้วยังไม่พอ ยังต้องเรียนพิเศษอีก บางคนไม่มีวันหยุดเลยตลอดสัปดาห์ รายงานการวิจัยเรื่อง “การกวดวิชาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย” โดย รศ. ดร. ไพฑูรย์ สินลารัตน์ ระบุว่า นักเรียนมัธยมปลายทั่วประเทศ ไม่น้อย

กว่าร้อยละ 30 เรียนกวดวิชาไม่อย่างใดก็อย่างหนึ่ง และมีโรงเรียนกวดวิชากว่า 3,100 แห่ง โดยที่ครึ่งหนึ่งของโรงเรียนเหล่านี้อยู่ในกรุงเทพมหานคร

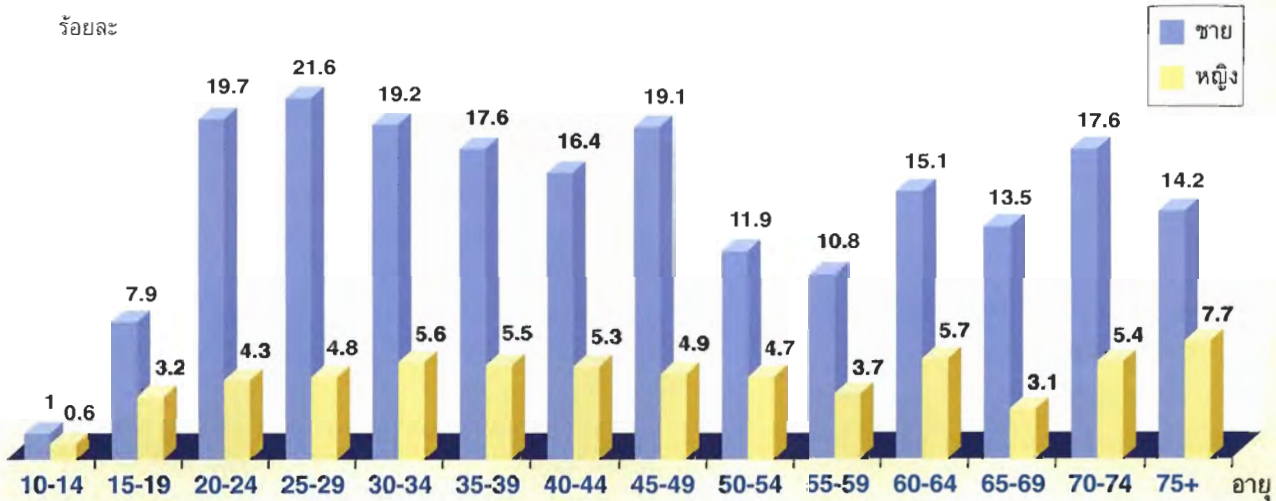
อีกทางหนึ่งนั้น อาจจะเกี่ยวกับเรื่องของทักษะชีวิตที่จำเป็นในการปรับตัวของนักเรียน นักเรียนระดับชั้น ม.5 ม.6 นั้น โดยวุฒิภาวะนั้นจะสามารถปรับตัวและแก้ปัญหาของตัวเองได้ดีกว่านักเรียนที่อายุน้อยกว่า จะเป็นไปได้หรือไม่ว่านักเรียนระดับนี้ในปัจจุบันขาดทักษะชีวิตที่จำเป็นในการปรับตัว หรือว่าเป็นธรรมชาติของคนที่อยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่จะเป็นเด็กก็ไม่ใช้ ผู้ใหญ่ก็ไม่เชิง จึงมีความสับสนในตัวเองมาก สุขภาพจิตเลยไม่ดี

จะอย่างไรก็ตาม ต้องยอมรับว่า สุขภาพจิตของวัยรุ่นโดยรวมนั้นเป็นเรื่องที่เรายังมีความรู้ค่อนข้างน้อย ทางด้านจุดแข็งหรือศักยภาพของเด็กในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นนั้น สูงที่สุดพบในชั้นมัธยม



กราฟที่ 16: ร้อยละของนักเรียนที่มีสัมพันธภาพทางสังคมที่ดี ปี 2544 จำแนกตามชั้นเรียน
ที่มา : สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น กรมสุขภาพจิต
ก้าวหน้างานสุขภาพจิตโรงเรียน 2544

กราฟที่ 17: อัตราการฆ่าตัวตายต่อประชากร 100,000 คน ปี 2544 จำแนกตามเพศและอายุ



ที่มา : สุขภาพจิตไทย พ.ศ. 2545-2546 กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

ศึกษาปีที่ 4 ต่ำที่สุดในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และ 1 ข้อมูลในกราฟที่ 16 ดูเหมือนจะบอกว่า โดยรวมๆ แล้ว เมื่อเด็ก เติบโตขึ้นเขาจะค่อยๆ ปรับสัมพันธ์ภาพกับสังคมได้ดีขึ้น

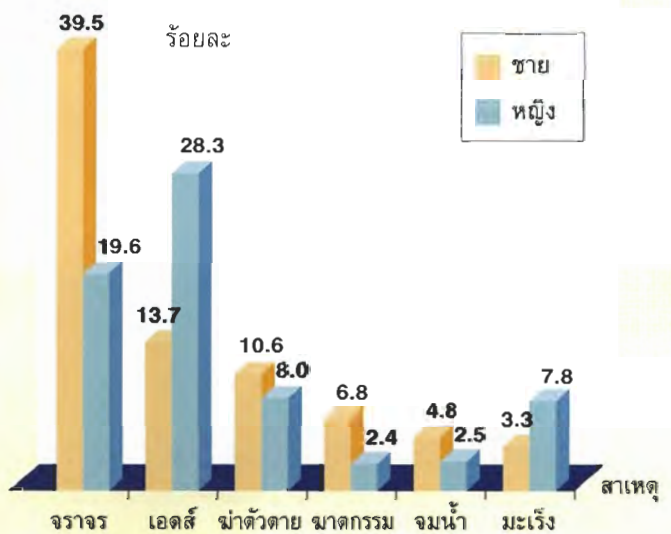
เมื่อความเครียดเกินพิกัด

ความจริงแล้วความเครียดเป็นเรื่องปกติ ทุกคนไม่ว่าเด็กผู้ใหญ่ วัยรุ่นหรือวัยไหน ก็มีความเครียดด้วยกันทั้งนั้น แต่หากความเครียดนั้นมีไม่มาก อยู่ไม่นาน หรือเรารู้จักที่จะจัดการกับมันอย่างเหมาะสม ความเครียดก็ไม่เป็นโทษ ตรงกันข้ามกลับจะเป็นแรงกระตุ้น ให้มีมานะแก้ปัญหาและสามารถเอาชนะอุปสรรคได้

ความเครียดมีหลายระดับ ตั้งแต่เครียดน้อยไปจนถึงรุนแรงและเรื้อรัง ถ้าหากมีความเครียดในระดับที่พอเหมาะ ก็จะเป็นประโยชน์มากกว่าเป็นโทษ แต่หากความเครียดมีมากและไม่สามารถจัดการได้อย่างเหมาะสม อาจนำไปสู่ปัญหาต่างๆ ได้ โดยเฉพาะปัญหาความรุนแรง หรือแม้แต่การฆ่าตัวตาย

ตามสถิตินั้นพบว่า ช่วง **วัยรุ่นตอนปลาย** (ช่วงอายุ 17-19 ปี) เป็นช่วงวัยที่มีอัตราการฆ่าตัวตายสูงเป็นอันดับสองรองจาก **วัยรุ่นหนุ่มสาว** (ช่วงอายุ 20-24 ปี) โดยการฆ่าตัวตายในผู้ชายมีอัตราสูงกว่าผู้หญิงอย่างมากในทุกกลุ่มอายุ

เมื่อเปรียบเทียบสาเหตุการตายเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่น



กราฟที่ 18: เปรียบเทียบสาเหตุการตายสำคัญของวัยรุ่นชายหญิง อายุ 15-24 ปี (ร้อยละ)

ที่มา : จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ หมอชาวบ้าน, 25 (295) พฤศจิกายน 2546

อายุ 15-24 ปี จะพบว่า การตายจากการฆ่าตัวตายเป็นสาเหตุหลักอันดับสาม รองจากอุบัติเหตุจราจร และโรคเอดส์ ที่น่าสังเกตคือการฆ่าตัวตายนี้นั้นมีอัตราสูงกว่าการตายจากการถูกคนอื่นฆ่าเสียอีก

นี่จึงน่าจะแสดงให้เห็นได้ในระดับหนึ่งว่า ปัญหาทางจิตใจนั้นมีผลกระทบต่อวัยรุ่นอย่างมาก และมีน้ำหนักที่สังคมควรให้ความสนใจมากที่สุด

4 เรื่องธรรมดาที่ไม่ธรรมดา

เรื่องธรรมดานฐานการอยากรู้ อยากลอง

“เสียตัวตอนอยู่ ปวช. ปี 2 เพราะทนการรบเร้าของแฟนไม่ได้ แต่ไม่ได้เอามาเล่าให้ใครฟัง เพราะถือว่าเป็นเรื่องส่วนตัว แต่พอเราได้ยินเพื่อน ๆ เอาเรื่องนี้มาคุยกันบ่อยครั้งแทบทุกวัน ตอนแรกก็ตกใจว่าทำไมกล้าเอามาเล่า ตอนหลังก็ฟังจนชินไปเอง”

“เดี๋ยวนี้เป็นเรื่องที่เปิดเผยมาก โดยเฉพาะคนที่มึนแฟนแล้วก็จะมาเล่าให้ฟัง เหมือนแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน”

“บางกลุ่มจะเอาเรื่องนี้มาเล่าให้กันฟังที่โรงเรียน กลายเป็นเรื่องสนุกไป ถ้าใครไม่มีอะไรมาเล่าถือว่าเซียมาย”

“บางคนก็มีเพศสัมพันธ์กับคนที่จะให้เงิน เพราะเขาคิดว่าเขาเสียไปแล้ว ไม่มีอะไรจะเสียอีกแล้ว”

ในวงสนทนากลุ่มเรื่อง “ทำไมเด็กไทยใจแตก” จัดโดยสำนักกิจการนักศึกษาสถาบันราชภัฏสวนดุสิต เมื่อเดือนกรกฎาคม 2546 มีการเปิดเผยสถานการณ์และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันระหว่างนักเรียนนักศึกษาทั้งระดับมัธยมต้น มัธยมปลาย และอุดมศึกษาจาก 22 สถาบัน คำบอกเล่าที่ตรงกันจากนักศึกษาทุกสถาบันคือ

ตอนนี้วัยรุ่นมองเรื่องการมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องปกติ แต่ละวันจะมีการเล่ากันในห้องเรียนหรือท่ามกลางกลุ่มเพื่อนว่า วันที่ผ่านมา ใครไปทำอะไรกับใคร ทำไหนดบ้าง บ่อยครั้งแถมด้วยการวิพากษ์วิจารณ์อีกต่างหาก

ในช่วงกลางปี 2546 เพ็ญศรี วรรณนิเทศ โครงการเอดส์แห่งสหประชาชาติ เปิดเผยผลการสำรวจทัศนคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานของวัยรุ่นช่วงมัธยมศึกษาตอนปลาย และเด็กอาชีวศึกษา (อายุ 15-18 ปี) จำนวน 1,600 คนทั่วประเทศ ซึ่งพบทัศนคติที่ไม่แตกต่างกัน โดยความคิดหลักก็คือ “ไม่เป็นไรหากจะมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน” ทั้งนี้โดยวัยรุ่นชายเห็นด้วยกับเรื่องนี้มากกว่าหญิง รวมทั้งเห็นว่าการมีเพศสัมพันธ์ไม่มีความจำเป็นต้องรับผิดชอบ

นอกจากนี้ พฤติกรรมทั่วไป เช่น การเที่ยวกลางคืนด้วยกัน การแสดงความรัก ไม่ว่าจะเป็นการกอด จูบ โอบ ในที่สาธารณะ ก็นับเป็นเรื่องธรรมดาเช่นเดียวกัน

วงเสวนาและงานวิจัยหลายสำนักระบุตรงกันว่าสาเหตุหลักที่ทำให้เด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมเช่นนี้ส่วนใหญ่เกิดจากแรงผลักดันในตนเอง นั่นคือการอยากรู้ อยากลอง นอกจากนี้เป็นเรื่องของอิทธิพลจากเพื่อนและสภาพแวดล้อม ส่วนเรื่องครอบครัวไม่อบอุ่น ไม่ใช่ปัจจัยสำคัญแต่อย่างใด



อย่างไรก็ดี ความสนิทสนมระหว่างวัยรุ่นกับพ่อแม่ที่มีอยู่น้อย ย่อมส่งผลให้ไม่มีการคำนึงถึงเกี่ยวกับทัศนคติในเรื่องนี้ เพราะการพูดคุยกับเพื่อนฝูงมีแนวโน้มที่จะทำให้วัยรุ่นเห็นว่าเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องง่ายและสนุก ใคร ๆ ก็ทำกันโดยไม่ต้องคิดมากหรือมีองค์ประกอบอะไรสักอย่างในขณะเดียวกัน สังคมรอบตัวก็สามารถเปิดใจยอมรับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งได้ แม้พวกเขาจะเห็นด้วยและยอมรับว่าการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นสิ่งไม่ดี ผิดจารีตประเพณี แต่ก็ไม่รู้สึกผิด และมองว่าเป็นเรื่องธรรมดา

ในความเป็นจริง ทัศนคติของวัยรุ่นหญิงกับวัยรุ่นชาย ยังคงมีจุดที่ต่างกันอยู่ กล่าวคือ แม้วัยรุ่นหญิงจะยอมรับการมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่ตอนที่ยังเป็นนักเรียนอยู่และทำด้วยความยินยอมพร้อมใจ แต่ส่วนใหญ่ก็มีความคิดเบื้องหลังว่านั่นเป็นความรัก มีเพียงบางรายที่เกิดจากการพลาดพลั้งเพราะฤทธิ์ยาหรือเครื่องดื่มมึนเมา ขณะที่ฝ่ายชายส่วนใหญ่มีเพศสัมพันธ์ด้วยความใคร่ และบางรายมีการใช้สารเสพติดเป็นเครื่องกระตุ้น

เพศสัมพันธ์ที่เร็วขึ้น?

การศึกษาหลายชิ้นพบค่าเฉลี่ยอายุที่วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับช่วงเวลาของการศึกษา และกลุ่มประชากรที่เป็นตัวอย่างในการศึกษา ตัวเลขอายุเฉลี่ยที่อ้างอิงกันนั้นมีตั้งแต่อายุ 14 ไปจนถึงอายุ 18 ดังนั้นจึงเสี่ยงต่อความคลาดเคลื่อนได้มาก ถ้าจะอ้างตัวเลขจากแหล่ง

ใดแหล่งหนึ่งโดยเฉพาะสำหรับวัยรุ่นไทยทั้งหมด อย่างไรก็ตามการมีข้อมูลที่ไม่ชัดเจนในเรื่องนี้ ก็มี “เสียงบ่น” แสดงความเป็นห่วงทั้งจากสื่อ และจากวงสนทนาในรูปแบบต่างๆ ว่า **เด็กรุ่นนี้มีเพศสัมพันธ์กันเร็วขึ้นกว่าแต่ก่อน** จะจริงเช่นนั้นหรือไม่อย่างไร ก็ยังเป็นเรื่องที่ต้องตรวจสอบกันด้วยข้อมูล ซึ่งบังเอิญยังไม่เคยมีตัวเลขที่ยอมรับกันได้เป็นหนึ่งเดียว

ความรู้และทักษะไม่พอกับความเสี่ยง

ท่ามกลางการเริ่มมีเพศสัมพันธ์ที่เร็วขึ้นนี้ วัยรุ่นไทยกลับได้เริ่มการเรียนรู้เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ช้ากว่าที่ควร ทั้งนี้จากการสำรวจของ Durex Global Survey 1999 ซึ่งสำรวจพฤติกรรมและทัศนคติทางเพศของวัยรุ่นอายุ 16-21 ปี 4,200 คน ใน 14 ประเทศ พบว่า **เด็กไทยเริ่มเรียนเพศศึกษาช้าที่สุด คือเมื่ออายุ 13.5 ปี รวมทั้งพ่อแม่ของวัยรุ่นไทยก็มีบทบาทในการสอนเรื่องเพศแก่ลูกน้อยที่สุด คือเพียงร้อยละ 1 เท่านั้น**

อีกพฤติกรรมหนึ่งของวัยรุ่นไทยที่เหนือกว่าวัยรุ่นทั่วโลก คือการไม่ซื่อสัตย์ต่อคนรัก การสำรวจของ Durex Global Survey ที่อ้างถึงข้างต้น บอกว่าวัยรุ่นไทยมากกว่าครึ่ง (ร้อยละ 52) มีพฤติกรรมเช่นนั้น ในขณะที่ค่าเฉลี่ยของวัยรุ่นทั่วโลกอยู่ที่ร้อยละ 34 การสำรวจดังกล่าวนี้เชื่อว่า ที่วัยรุ่นไทยเป็นเช่นนั้นอาจจะเนื่องมาจากในประเทศไทยเพศสัมพันธ์กับหญิงชายบริการสามารถหาได้ง่าย

เพศสัมพันธ์ครั้งแรก

เนื่องจากยังไม่มีสิ่งที่เรียกว่าตัวเลขระดับชาติ ว่าด้วยอายุเฉลี่ยที่คนไทยมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก ตัวเลขต่อไปนี้ เป็นตัวอย่างแสดงให้เห็นว่าการศึกษาที่นักวิจัยต่างคน ต่างสำนักทำกันนั้น ให้ค่าเฉลี่ยอายุที่คนไทยมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกต่างกันเพียงใด

- พ.ศ. 2544 การสำรวจของ Durex Global Survey 2001 พบว่า อายุเฉลี่ยของประชากรไทยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกคือ 18.7 ปี

- พ.ศ. 2545 สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ศึกษากลุ่มทหารเกณฑ์ พบว่า อายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกคือ 18 ปี ซึ่งต่างจากผลการศึกษาในกลุ่มเดียวกันนี้เมื่อปี 2538-2539 ที่อายุเฉลี่ยอยู่ที่ 17 ปี

- พ.ศ. 2545 เอแบคโพลร่วมกับ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) สำรวจความคิดเห็นและพฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า เด็กอายุต่ำกว่า 11 ปี ก็มีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกแล้ว

- พ.ศ. 2546 รศ. พญ. สุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี เผยผลการวิจัยกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาพบว่า อายุเฉลี่ยการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกอยู่ที่ 14 ปีครึ่ง



ที่น่าเป็นห่วงยิ่งไปกว่านั้นคือ ในขณะที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงเช่นนี้ สถิติเกี่ยวกับการใช้เครื่องป้องกันอย่างเช่นถุงยางอนามัยกลับต่ำมาก

ตามผลการสำรวจวัยรุ่นระดับมัธยมศึกษาของ รศ. พญ. สุวรรณา เรื่องกาญจนเศรษฐ์ในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมในกรุงเทพฯ พบว่าร้อยละ 70 ของผู้ที่บอกว่าเคยมีเพศสัมพันธ์แล้ว (ซึ่งคิดเป็น 10% ของจำนวนทั้งหมด) ไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัยเลย

“ตัวเลขตรงนี้ต่ำกว่ารายงานของเอแบค

โพลนะคะ อันนั้นบอกว่า 80% ไม่ใช่ แต่ในวิจัยที่เราลองทำแตกกลุ่มดู พบว่า ม.1 ที่มีเพศสัมพันธ์เป็น 2% เขาไม่มีการใช้ถุงยางอนามัยเลย น่ากลัวมากค่ะ ร้อยทั้งร้อยไม่ใช่เลยคะ” รศ. พญ. สุวรรณา กล่าวไว้เมื่อครั้งออกรายการ U-Life ทางช่อง UBC7 เมื่อปลายเดือนพฤศจิกายน 2546 โดยระบุว่า ข้อค้นพบประการหลังสุดนี้น่าจะสะท้อนถึงปมประเด็นเรื่องการขาดความรู้ได้ในระดับหนึ่ง

ในรายการเดียวกัน นพ. สุกมล วิชาวิพลกุล จิตแพทย์ ผู้เป็นวิทยากรรายการโทรทัศน์และคอลัมนิสต์เกี่ยวกับประเด็นเพศสัมพันธ์ในวัยเด็กอธิบายถึงปรากฏการณ์เรื่องนี้ว่ามีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนค่านิยมในระยะ 10 ปีที่ผ่านมา ที่วัยรุ่นหันมามีเพศสัมพันธ์กับเพื่อนแทนการไปหาหญิงขายบริการ ซึ่งสาเหตุส่วนหนึ่งเกี่ยวเนื่องกับเรื่อง การรณรงค์ป้องกันการติดเชื้อเอดส์ด้วย นั่นคือความคิดที่ว่า ถ้ามีเซ็กซ์กับเพื่อนด้วยกันเองน่าจะปลอดภัย เหตุผลที่สองคือไม่เสียเงิน ประการที่สามเป็นเรื่องอิทธิพลจากสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นละครทีวีหลังข่าวหรือภาพยนตร์ต่างประเทศ มีจำนวนไม่น้อยทีเดียวที่สื่อให้เห็นว่าการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นเป็นเรื่องที่ยอมรับทั่วไป

“ถ้ากระแสความนิยมตรงนี้มาแรง ในขณะที่วัฒนธรรมไทยกำลังอ่อนกำลังลง คำพูดประเภท ‘ให้รักนวลสงวนตัว อย่าชิงสุกก่อนห่าม ให้อดเปรี้ยวไว้กินหวาน’ กลายเป็นประโยคเชย ๆ สำหรับเด็กหลายคน ‘...เอาอะไรมาพูดพี่ ไม่ใช่ชั่วโมงประวัติศาสตร์’ และค่านิยมตรงนี้น่าสนใจมาก คือ ไม่ใช่เกิดขึ้นเฉพาะในผู้ชายที่คิดจะมีเซ็กซ์กับผู้หญิงเท่านั้น ตอนนี้เด็กผู้หญิงเองก็รู้สึกว่าการมีเซ็กซ์กับเพศตรงข้ามเป็นเรื่องที่ไม่ได้ยากเย็นเข็ญใจอะไร” นพ. สุกมล กล่าว

หลักฐานที่ยืนยันได้เป็นอย่างดีถึงอัตราการใช้ถุงยางอนามัยที่เปลี่ยนไปโดยสัมพันธ์กับคู่ร่วมเพศว่าเป็นใคร ได้แก่ผลการศึกษาที่ทำกับกลุ่มทหารเกณฑ์ เมื่อปี 2545 โดยพวกเขาประมาณร้อยละ 56 มีการใช้ถุงยางอนามัยกับหญิงบริการ

“การพูดคุยเรื่องเพศกับวัยรุ่นนับว่าจำเป็น เพราะหากเรื่องนี้มีการพูดคุยเฉพาะในหมู่เพื่อนฝูง โดยไม่มีการคานน้ำหนักจากผู้ใหญ่เลย ความรับรู้เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ก็มีแนวโน้มจะเป็นเรื่องง่ายและสนุกเป็นหลัก”

แต่ใช้กับคู่นอนที่เป็นหญิงทั่วไปเพียงประมาณ ร้อยละ 31 การศึกษาเดียวกันนี้พบว่า วัยรุ่น กลุ่มนี้ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก เพียงร้อยละ 22 ซึ่งลดลงจากผลการศึกษาที่พบ ในช่วงปี 2539-2541 ที่การใช้ถุงยางอยู่ในอัตรา ร้อยละ 31-34

พฤติกรรมทางเพศของนักเรียนชายระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5 ก็เป็นไปในทำนองที่ไม่แตกต่างกันนัก กล่าวคือ ในส่วนของคนที่เคยมีเพศสัมพันธ์ นั้น มีทั้งกับหญิงบริการและหญิงทั่วไป แต่ส่วนใหญ่ มักจะมีกับแฟน คนรัก หรือเพื่อนสนิท โดยที่ นักเรียนกลุ่มนี้มีอัตราการใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมี เพศสัมพันธ์ทุกครั้งเพียงร้อยละ 28 เท่านั้น แบ่งเป็นการใช้ถุงยางทุกครั้งกับหญิงบริการร้อยละ 50 กับหญิงทั่วไปร้อยละ 26 และกับแฟน คนรัก เพื่อนสนิทเพียงร้อยละ 18

“กิ๊ก” แบบแผนแห่งการนอกใจ

การวิจัยเล็ก ๆ ของทีมนักศึกษาปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เรื่อง “กิ๊ก... มากกว่าเพื่อน แต่ไม่ใช่แฟน” ตีแผ่ให้รู้ว่า กิ๊ก ซึ่งกำลัง ได้รับความนิยมถึงขั้นในวงการวัยรุ่นวันนี้ คือ ความสัมพันธ์ ระหว่างหนุ่มสาวที่มีฐานอยู่บนกฎเกณฑ์ หรือบทบัญญัติ 10 ประการต่อไปนี้

- 1) ห้ามหึงหวงแต่หัวงกันไว้
- 2) มีเซ็กส์กันได้แต่ไม่ใช่เจ้าของกัน
- 3) ไม่มีสิทธิเรียกร้องมากเกินไป
- 4) กิ๊กอาจเปลี่ยนสถานะได้ แต่ถ้าไม่ได้ก็ห้ามเศร้า
- 5) ห้ามใช้กิ๊กร่วมกับเพื่อน
- 6) ถ้ากิ๊กจะมีแฟนเป็นตัวเป็นตนที่ไม่ใช่เรา ห้ามฟูมฟาย แต่ต้องพยายามยอมรับ และยินดีด้วย แล้วค่อย ตกลงกันว่า จะกิ๊กกันต่อหรือเปล่า
- 7) ไม่จำเป็นต้องเทกแคร์กันเกินไป เพราะเป็นแค่กิ๊ก
- 8) กิ๊กมีได้ไม่จำกัดจำนวน ไม่จำกัดเพศ วัย และ สถานภาพ
- 9) กิ๊กสำคัญรองจากแฟน
- 10) กิ๊กยังงี้ก็เป็นแค่กิ๊ก ต้องเจียมตัว (ถ้าแฟนเขาจับได้ ต้องเลิก)

ภายใต้นิยามทั้งหมดนี้ ข้อที่ทำให้ฮือฮาากัน มากที่สุด ก็คือข้อ 2 เพราะนั่นเท่ากับทำให้คำว่า “กิ๊ก” เข้าข่าย ครอบคลุมไปทั้งหัวใจและทางกายอย่างครบสรรพ อย่างไรก็ตาม ในความเป็นจริงวัยรุ่นแต่ละกลุ่มอาจให้ความหมายกิ๊ก แบบไม่ต้องครบทั้ง 10 ข้อก็ได้ หัวใจสำคัญอยู่ที่ว่า เป็นคู่รัก หรือคนรู้จักที่ไม่ใช่ตัวจริง นั่นเอง

ที่มา: การศึกษาเชิงวิจัยเรื่อง “กิ๊ก...มากกว่าเพื่อน แต่ไม่ใช่แฟน” ของนิสิตคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546 อ้างใน ผู้จัดการออนไลน์ <http://www.manager.co.th/campus/viewnews.asp?NewsID=8021215340494>

ในข้อเขียนเรื่อง “ถอดบทเรียนการจัดการ ความรู้-งานวิจัย: กรณีศึกษาถุงยางอนามัย 100%” (2545) วันวิสาข์ ชูชนม์ อ้างรายงาน การศึกษาของนักวิจัยหลายท่านเกี่ยวกับการใช้ “ถุงยางอนามัย” ซึ่งระบุสาเหตุหลักที่คนไม่นิยม ใช้ถุงยางอนามัยว่า ได้แก่ 1) ความคิดที่ว่าคู่นอน ของตนไม่ติดเชื้อ โดยอาจจะมองจากรูปร่างหน้าตา ความแข็งแรง เป็นต้น 2) เกิดจากการขาดสติ หรือมีเมามาเมื่อใช้บริการทางเพศ ทำให้ขาด ความคิดที่จะป้องกันตนเอง และ 3) คิดว่าถุงยาง อนามัยเป็นอุปสรรคขวางกั้นความสุภาพทางเพศ

ในกรณีที่ทั้งสองฝ่ายเป็นคู่รักกัน ปัญหาที่มี ในปัจจุบันคือ ฝ่ายชายมักไม่ใช้ถุงยางอนามัย ในการมีเพศสัมพันธ์ และฝ่ายหญิงยังไม่สามารถ ขอให้ฝ่ายชายใช้ถุงยางได้ ในทางกลับกัน ฝ่ายชาย มักใช้ถุงยางอนามัยเป็นอำนาจต่อรองและรับ ประกันกับฝ่ายหญิงที่ตนปรารถนาจะมีเพศสัมพันธ์ ด้วยว่าจะไม่ท้อง

อย่างไรก็ดี ไม่ว่าการใช้ถุงยางจะ เกิดจากเหตุผลกลใด มากน้อยเพียงไหน แต่ผลที่ติดตามมานั้นรวมศูนย์อยู่ ณ จุดเดียว... ตรงสิ่งที่เรียกว่า ความเสี่ยง นั่นเอง

ดอกผลอันไม่พึงปรารถนา

พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นที่เปลี่ยนแปลง ไปจากอดีต เช่น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน เพศสัมพันธ์ที่เริ่มในอายุที่น้อยลง และมีการใช้ ถุงยางอนามัยน้อย ฯลฯ ทั้งหมดนี้เป็นสัญญาณ อันตรายที่บอกว่าวัยรุ่นไทยบางส่วน มีความ เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ โรคติดต่อทางเพศ สัมพันธ์และเอดส์ รวมทั้งปัญหาต่อเนื่องอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการทำแท้ง การทอดทิ้งบุตร การต้องหยุดพักการเรียน ทั้งแบบชั่วคราว หรือแบบถาวร ตลอดจนความเสื่อมโทรม ทางสุขภาพ

ปัญหาเหล่านี้จะว่าไปแล้วก็สามารถเกิดขึ้นได้ ทั้งนั้นในหมู่ประชากรวัยเจริญพันธุ์ทั่วไป แต่สำหรับ วัยรุ่น ความรุนแรงและซับซ้อนจะมียิ่งกว่า เนื่องจากวัยรุ่นยังด้อยประสบการณ์ ความรู้ วุฒิภาวะ การตัดสินใจ รวมทั้งขาดกำลังทรัพย์และโอกาสที่



จะเข้าถึงแหล่งความรู้และแหล่งบริการต่าง ๆ

ในเรื่องของการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ และการทำแท้งของสตรีวัยรุ่น (หรือแม้แต่ผู้อื่น ๆ ก็ตาม) ยังคงไม่มีตัวเลขในระดับประเทศว่ามีจำนวนเท่าใด เพราะการหาข้อมูลทางตรงเกี่ยวกับเรื่องที่เป็นส่วนตัวและผิดกฎหมายเช่นนี้ทำได้ยาก การศึกษาส่วนมากจึงใช้วิธีหาข้อมูลโดยทางอ้อม

จากการสำรวจสตรีที่เข้ารับการรักษาอาการแทรกซ้อนอันเนื่องมาจากการแท้ง ในโรงพยาบาลของรัฐ 787 แห่ง จำนวน 45,990 ราย เมื่อปี 2542 โดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าเกือบครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 47) ของสตรีที่ทำแท้งมีอายุไม่เกิน 24 ปี และเกือบครึ่งหนึ่งของจำนวนนี้ (ร้อยละ 45) มีอายุต่ำกว่า 20 ปี

ในการศึกษานี้ ข้อมูลที่ขาดหายไปก็คือสถานภาพสมรส ดังนั้นจึงไม่อาจจะสะท้อนไปถึงภาพของการตั้งครรภ์ก่อนแต่งงานได้มากนัก

การศึกษาของมูลนิธิสร้างเสริมสุขภาพผู้หญิง (สคส.) พบว่า ร้อยละ 61 ของสตรีที่ทำแท้งนอกโรงพยาบาลเป็นผู้ที่มีอายุไม่เกิน 24 ปี และในจำนวนนี้ร้อยละ 30 เป็นวัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปี

ส่วนสถิติของกรมอนามัยพบว่าวัยรุ่น อายุต่ำกว่า 20 ปีที่เข้ารับการรักษาภาวะแทรกซ้อนจากการทำแท้ง คิดเป็นร้อยละ 30 ของผู้เข้ารับการรักษาทั้งหมด

โดยทั่วไป สาเหตุที่วัยรุ่นที่ยังไม่แต่งงานตัดสินใจ

ทำแท้ง มักมาจากการถอยห่างและการไม่รับ

ผิดชอบของฝ่ายชาย หรือเพราะยังไม่พร้อมที่จะมีบุตร มีความกังวลว่าครอบครัวจะไม่ยอมรับ หรือเพราะยังอยู่ในระหว่างศึกษา ยังไม่ได้แต่งงาน

มีการศึกษาต่างๆ ชี้ให้เห็นว่าการทำแท้งตลอดจนการคลอดในช่วงที่อายุน้อยนั้นเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพหลายประการ โดยมีปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบสำคัญได้แก่ร่างกายที่ยังเติบโตไม่เต็มที่ของวัยรุ่นเอง การขาดความรู้ ทั้งเรื่องระบบร่างกายของตัวเอง เรื่อง เพศสัมพันธ์ การขาดข้อมูลและไม่สามารถเข้าถึงระบบบริการ ตลอดจนปัญหาหรือข้อจำกัดทางด้านเศรษฐกิจ

ส่วนผลทางด้านจิตใจนั้น ทิชา ณ นคร ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวางแผน สหทัยมูลนิธิ ผู้ที่ให้คำปรึกษามารดาที่ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ กล่าวว่า “เด็กผู้หญิงเหล่านี้จะรู้สึกแยกับตัวเอง รู้สึกตกจากมาตรฐานของสังคม แล้วก็วิตกกังวลกดดัน กลับคืนเข้าสู่สังคมได้อย่างไม่เต็มภาคภูมิ”

ผลพวงที่ไม่พึงประสงค์โดยสิ้นเชิงอีกส่วนหนึ่งก็คือโรคทางเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเอดส์ ซึ่งในปัจจุบันกำลังแพร่เข้าสู่กลุ่มวัยรุ่นอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้จากรายงานของสำนักกระบวนาติทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ชี้ว่า ระหว่างปี 2542-2545 อัตราผู้ป่วยโรคเอดส์ในวัยรุ่นอยู่ที่ประมาณร้อยละ 11.1 ของผู้ป่วยทั้งหมด

ส่วนจำนวนวัยรุ่นที่ติดเชื้อ HIV หรือเอดส์นั้นในกลุ่มอายุ 14-15 ปีมีประมาณ 16,000 คน ส่วนกลุ่มอายุ 20-24 ปีมีประมาณ 60,000 คน

ในด้านโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ เช่น ซิฟิลิส หนองใน หนองในเทียม และแผลริมอ่อน รายงานของสำนักกระบวนาติทยาระบุว่า ในปี 2545 มีวัยรุ่นช่วงอายุ 15-24 ปีที่ป่วยทั้งชายและหญิงรวม 3,519 คน ซึ่งคิดเป็นอัตราประมาณ 1 ใน 3 (ร้อยละ 32) ของผู้ป่วยทั้งหมด จำนวนดังกล่าวนี้ต่ำกว่าความเป็นจริงแน่นอน เพราะรวมเอาเฉพาะคนที่เข้ามารับการบำบัดรักษาในสถานบริการภายใต้กระทรวงสาธารณสุขเท่านั้น แต่หากพูดถึงการรักษาโรคและ การปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง เมื่อป่วยเป็นกามโรคแล้ว พบว่า ผู้ป่วยวัยรุ่นที่ปฏิบัติตัวถูกต้องมีเพียง 1 ใน 5 เท่านั้น



เช็กส์ของเด็กสมัยนี้ ใครว่ามีปัญหา

“การที่เด็กมีเพศสัมพันธ์กันมันไม่ใช่ปัญหา” อ้อย นักเรียนวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในกรุงเทพฯ กล่าวถึงทัศนคติต่อประเด็นเช็กส์กับเด็กวัยรุ่นและยืนยันหนักแน่นว่าเป็นเรื่องธรรมดา

“ผู้ใหญ่ต่างหากที่ทำให้มีปัญหา” อ้อยกล่าวเชิงกล่าวโทษ

ไม่ว่ายุคสมัยไหน ความรักกับวัยรุ่นเป็นของคู่กัน แต่สิ่งที่สังคมกำลังจับตาดูกันมากขณะนี้คือ พฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นที่ปรากฏตามหน้าหนังสือพิมพ์เป็นระยะ และ“ผู้ใหญ่” มักมีเสียงสะท้อนกลับบนพื้นฐานความคิดที่ว่าพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น “สมัยนี้” ถึงขั้นวิกฤติแล้ว ทว่า ในความคิดของวัยรุ่นบางกลุ่มกลับไม่ได้เห็นว่าเป็นเช่นนั้น

“ที่พูดว่าเด็กสมัยนี้มีเพศสัมพันธ์กันเร็วขึ้น ง่ายขึ้น มากขึ้น เป็นเพราะโลกมันพัฒนา มันเปลี่ยนไปเรื่อยๆ ประกอบกับการนำเสนอของสื่อ เรื่องแบบนี้มันไม่ใช่เรื่องที่จะมาตกตื้นกันอีกต่อไป วัยรุ่นกับเช็กส์เป็นของคู่กัน ถ้าบอกว่าเด็กสมัยนี้มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ก่อนหน้านั้นไม่ยิ่งกว่าตอนนี้อีกเหรอ อายุ 15-16 ก็แต่งงานแล้ว แต่เขาไม่พูดเท่านั้นเอง แต่เด็กสมัยนี้กลัวที่จะพูดมากขึ้น พอผู้ใหญ่ได้ยินก็เลยคิดว่ามันมีปัญหา ผู้ใหญ่บอกให้เด็กเก็บพรหมจรรย์ แต่เด็กทำไม่ได้หรอก ได้แต่โกหก”

คำแนะนำ ณ จุดนี้จากหญิงสาววัย 20 ซึ่งอาจถือได้ว่าอยู่ในจุดเชื่อมต่อที่ใกล้ชิดผู้ใหญ่พอสมควรก็คือ “ถ้าคุณอยากรู้ว่าเด็กของคุณเป็นอย่างไร คุณต้องเปิดใจรับเขาก่อน คุณก็จะได้ความจริง”

อ้อยมีทัศนคติชัดเจนว่า เพศสัมพันธ์เป็นเรื่องความรักของคนสองคน และเป็นธรรมชาติของมนุษย์ จึงเป็นเรื่องธรรมดามาก ตัวเธอเองก็คุ้นเคยกับเรื่องนี้มาตั้งแต่ยังใช้คำนำหน้าชื่อว่าเด็กหญิงแล้ว

“หนูมีอะไรกับผู้ชายครั้งแรกตอนอายุ 14 เป็นเพราะหนูคิดว่าหนูรักเขา เรื่องแค่นี้ทำไมเราจะไม่ให้เขาไม่ได้ เราสองคนรักกันไม่เกี่ยวกับคนอื่น ไม่ใช่เรื่องเสียหาย เรื่องเช็กส์เป็นเรื่องส่วนตัวมากๆ ผู้ใหญ่ที่ตัดสินว่าเด็กที่มีอะไรกับแฟนผิด หนูว่าเป็นคนหัวโบราณมาก”

อ้อยเปิดเผยว่าไม่ใช่แค่เธอเท่านั้น เพื่อนๆ ในวิทยาลัยที่อายุ 16-19 ปี ส่วนใหญ่ก็คิดแบบนี้ทั้งนั้น

“ตอนอายุ 15-16 ยังเรียนอยู่ปวณิชย์ปี 1 เข้ามาเพื่อนถามเลย เฮ้ยวันนี้ก็ยก เริ่มมาเล่าสู่กันฟัง เป็นเรื่องธรรมดา เป็นคำพูดเฉยๆ เหมือนสวัสดีซึ่งมันทำให้ สามารถที่จะเปิดอกคุยกันได้ในหมู่วัยรุ่นทั่วไป เขาก็มีการแบ่งเป็นหลายกลุ่ม กลุ่มเด็กเดฟ เด็กช่าง เด็กอีปฮอบ กลุ่มสเกตบอร์ด กลุ่มเด็กเรียน เด็กพังก แต่ละกลุ่มจะแตกต่างกันไปทั้งฐานะ พื้นฐานครอบครัว วิถีชีวิต แต่สิ่งหนึ่งที่เหมือนกันก็คือเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ มีกันทั้งนั้นแหละ วัยรุ่นห้ามเรื่องอย่างนี้ยาก”

เมื่อไรก็ตามที่เราหยิบยกปัญหาเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นขึ้นมามีพุดคุย ข้อสมมติฐานที่ว่าเพราะวัยรุ่นยุคนี้ขาดความรัก ความอบอุ่นจากครอบครัวจะถูกนำมาผูกโยงและอธิบายปรากฏการณ์นี้เสมอ

“มันอาจจะไม่เกี่ยวเลยก็ได้นะคะ” จากประสบการณ์ของตัวเอง อ้อยมองว่าในบรรดาเพื่อนๆ ที่ติดกันอย่างนี้ก็ได้ไม่ได้มีปัญหาครอบครัว หรือมีพื้นฐานแยกว่ามาตรฐานสังคมทั่วไปแต่อย่างใด

“ที่คิดอย่างนี้ไม่ใช่ว่าหนูผ่านประสบการณ์เรื่องความรัก เรื่องร้ายๆ อะไรมา หนูมีพื้นฐานดี ครอบครัวดีทุกอย่าง มีพี่สาวที่เข้าใจวัยรุ่น พ่อแม่ก็รัก ไม่ได้บังคับอะไร หนูก็ไม่คิดว่าจะต้องเก็บพรหมจรรย์ไว้ หรือว่าต้องไม่มีเช็กส์ในวัยเรียน มันคนละเรื่องกัน

พอมีแฟน คนรักกัน วัยรุ่นมีความอยากรู้ อยากลอง มีความต้องการ หนูไม่เชื่อหรอกว่าคนที่เคยมีเช็กส์แล้วจะไม่ชอบเช็กส์มันเกิดกับคนที่เรารัก ไม่ใช่ว่ากับใครก็ได้ ถ้าคนสองคนรักกัน เขาจะไม่เคยอยู่ด้วยกันเลยหรือ แล้วพออยู่ด้วยกันสองต่อสอง ทนได้หรือที่จะไม่มีอะไรกัน ที่สำคัญ เราทำเพราะเรารัก แต่ก็มีบางคนที่ไม่ฉลาดเพราะผู้ใหญ่รัก ก็เลยยอม แต่ผู้ชายคิดว่าจะพินอย่างเดียว อันนี้ก็ต้องอยู่ที่ผู้หญิงว่าจะต้องมั่นใจว่ารักก่อน รักกับเช็กส์มันต้องไปด้วยกันอยู่แล้ว”

ทั้งหมดนี้เป็นเพียงเสียงจากวัยรุ่นคนหนึ่งที่จะสะท้อนออกมาจากสังคมที่เขาอยู่ เมื่อมองภาพให้กว้างขึ้น เราจะเห็นปรากฏการณ์ที่น่าสนใจอีกมาก บางเรื่องถูกจุดประเด็นขึ้นตามหน้าหนังสือพิมพ์ ในวงวิชาการ หรือถูกนำเสนออย่างครึกโครมในอินเทอร์เน็ต และในช่วงหลายปีที่ผ่านมา มีความพยายามจากหลายหน่วยงานที่ทำงานเกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนได้พยายามศึกษาและประมวลสถานการณ์ด้านนี้ แต่ดูเหมือนมุมมองของบรรดาผู้ใหญ่ทั้งหลายยังคงมีน้อยนักที่ “จูน” ได้กับเหล่าผู้เป็นเจ้าของเรื่องตัวจริง

สำหรับข้อแนะนำจากอ้อยก็คือ “ในเมื่อมันเป็นเรื่องธรรมดาที่เกิดขึ้นจริง ก็ควรเปิดอกยอมรับว่ามันเป็นเรื่องธรรมดาได้แล้ว ปัญหาที่เกิดขึ้นตอนนี้คือ เด็กส่วนใหญ่ไม่รู้เรื่องเพศศึกษา สอง-สามวันก่อน เพื่อนหนูยังมาเถียงกันเรื่องยาคุมกำเนิด ว่าต้องกินตอนไหน ซึ่งเรื่องอย่างนี้ผู้ใหญ่ควรจะเป็นคนแนะนำ ปัญหาที่ผู้ใหญ่กังวลว่าเด็กมีเช็กส์แล้วจะท้อง ต้องไปทำแท้งเรื่องโรค ถ้าเรามีสื่อที่ดี ให้ข้อมูลเรื่องนี้กับเขา มันป้องกันได้ ให้ข้อมูลโดยไม่ต้องห้ามเลยดีกว่า แล้วเขาจะคิดได้เองว่าเขาควรจะทำหรือไม่”

อ้อยกล่าวในที่สุด

5 เรื่องแรงๆ ของวัยรุ่น

ข่าวคราวการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นมีปรากฏออกมาเป็นระยะๆ ในหลายลักษณะ การตีกันของนักเรียนอาชีวะนั้นนับเป็นเรื่องเก่า แต่ทว่ารูปแบบและระดับความรุนแรงก็พัฒนาไปไกล อุปกรณ์อย่างเหล็กฉาก มีด ไม้ และหมัด ถูกแทนที่ด้วยอาวุธปืนและระเบิดทำเองบ่อยขึ้น การปะทะกันแบบตัวต่อตัว หรือแบบยกพวกเฮเข้าใส่กันยามพบปะโดยบังเอิญ ตามท้องถนนยังคงเกิดขึ้นอยู่ ขณะเดียวกัน การยกกำลังกันไปปิดล้อมสถาบันคู่อริ หรือการไล่ล่ากันอย่างเอาเป็นเอาตายในที่สาธารณะก็เกิดขึ้นบ่อยครั้ง

อีกปรากฏการณ์ที่เป็นข่าวมากขึ้นเรื่อยๆ ในปัจจุบันก็คือ การรวมตัวตั้งแก๊งประกอบกิจกรรม ทั้งที่เป็นเชิงก่อความวุ่นวายและที่เข้าข่ายเป็นอาชญากรรม

พายุที่ยังพัดโหม

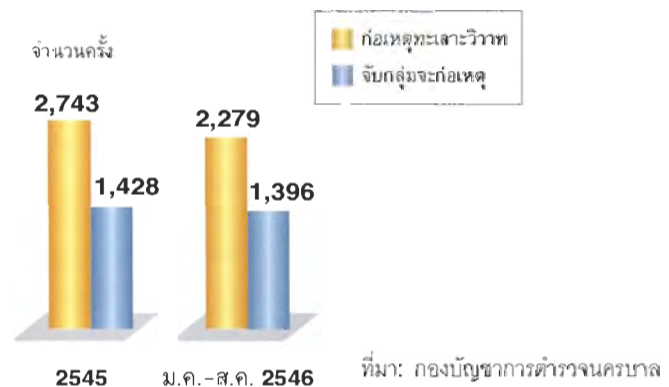
ความจริงปัญหาการก่อความรุนแรงของวัยรุ่นดำรงอยู่ในสังคมไทยมาช้านาน มีข่าวคราวมากมายหลายหลากเกี่ยวกับเรื่องนี้ ทว่าเรายังคงขาดข้อมูลและความรู้ที่เท่าทันกับปัญหาและมีความเป็นระบบเพียงพอ สำหรับการนำมาใช้ในการทำความเข้าใจเพื่อนำไปสู่การวางแผนและดำเนินการแก้ไขปัญหากล่าวโดยสรุปก็คือ เรามีข้อเท็จจริงและความรู้ความเข้าใจเรื่องนี้น้อยมาก

อย่างไรก็ดี หากจะประมวลจากสิ่งที่มีการรายงานผ่านสื่อต่าง ๆ ก็พอจะแบ่งรูปแบบลักษณะของความรุนแรงที่มีวัยรุ่นเป็นผู้ก่อออกมาได้เป็น 4 ประเภท ได้แก่

1. ความรุนแรงที่เกิดจากความคลั่งในสถาบันในที่นี้ไม่ได้จำกัดความหมายเฉพาะสถาบันการศึกษาแต่รวมถึงสถาบันทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นหมู่บ้าน ชุมชน ย่าน องค์การ ฯลฯ แต่แน่นอนว่าผู้นำในกลุ่มนี้ ก็คือกลุ่มอาชีวะศึกษาและสถาบันการศึกษาสายอาชีพ อย่างเช่น โรงเรียนเทคนิคและพาณิชย์ต่างๆ นั่นเอง รูปแบบความรุนแรงมักจะเป็นเรื่องทะเลาะเบาะแว้งทำร้ายร่างกายกันข้ามสถาบัน

2. ความรุนแรงที่เกิดจากการรวมตัวกัน เป็นแก๊งของวัยรุ่น โดยที่ส่วนใหญ่จะเป็นการรวมตัวอย่างมีการจัดตั้ง มีหัวหน้า มีสัญลักษณ์หรือเอกลักษณ์ประจำแก๊ง อาจจะใช้การมีเครื่องหมายอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น การสักตามร่างกาย หรือเป็นเอกลักษณ์เชิงพฤติกรรมหรือรูปแบบปฏิบัติการ แก๊งลักษณะนี้ปรากฏมากขึ้นตามเขตเมืองใหญ่ๆ และประกอบกิจกรรมอันเป็นความรุนแรงในหลายลักษณะ บ้างก็เพียงในระดับ

กราฟที่ 19: สถิติการแจ้งเหตุวัยรุ่นทะเลาะวิวาท ปี 2545 และ 2546 (ม.ค. - ส.ค.)



ที่เป็นพฤติกรรมก่อความ สร้างความรำคาญหรืออาจนำไปสู่อันตราย เช่น แก๊งแข่งมอเตอร์ไซด์ แก๊งรถซิ่ง แต่ก็มักมีที่เกินเลยถึงขั้นก่ออาชญากรรม โดยมีตั้งแต่ระดับการจี้ ปล้น ชิงทรัพย์ ข่มขืน จนถึงทำร้ายร่างกาย และฆ่า

3. ความรุนแรงบนฐานความขัดแย้งส่วนตัว
ลักษณะนี้จะเกิดขึ้นเป็นวาระตามโอกาส เช่น การกระทบกระทั่งระหว่างเล่นกีฬา ระหว่างเที่ยวในสถานเริงรมย์ ขณะประกอบกิจกรรมร่วมกันในที่สาธารณะ หรือแม้แต่เรื่องที่เป็นมิติส่วนตัวมาก ๆ อย่างเช่นการแย่งแฟน การข่มขืน ฯลฯ กระทั่งนำมาสู่การตัดสินใจด้วยกำลัง อาจด้วยการกระทำซึ่งหน้าหรือลับหลังก็ตาม

4. ความรุนแรงอันเนื่องมาจากปัญหาชีวิต
ความรุนแรงในที่นี้มักถูกใช้ในฐานะเป็นทางออกหรือทางยุติปัญหาที่วัยรุ่นแก้ไม่ได้หรือคิดว่าแก้ไม่ได้ก เช่น เพื่อหนีจากปัญหาครอบครัว ปัญหาการเรียน การแข่งขัน หรือออกหัก ความรุนแรงที่ก่อโดยวัยรุ่นในรูปแบบนี้ไม่เพียงเกิดขึ้นกับคนอื่นเท่านั้น แต่อาจเป็นเรื่องของการทำร้ายตัวเองด้วย

ความรุนแรงทั้ง 4 ประเภทนี้อาจมีบางส่วนคาบเกี่ยวกันอยู่ด้วย เช่น จากความขัดแย้งส่วนตัวแล้วลามไปสู่ระดับสถาบัน เป็นต้น แต่ที่ปรากฏเป็นข่าวในสื่อต่างๆ เป็นที่ชัดเจนว่าความรุนแรง 2 อย่างแรกมีมากกว่า 2 อย่างหลัง เว้นเสียแต่ว่าเหตุการณ์ในข่าย 2 ประเภทหลังจะมีความรุนแรงจัดได้ถึงขั้นโหดเหี้ยม หรือมีรูปแบบพิเศษพิสดารประการใดประการหนึ่ง เช่น นักเรียนมัธยมยิงกันในโรงเรียน เพราะแย่งแฟนกัน นักเรียนชายที่ถูกเพื่อนหญิงตีจาก คบงีบนุกบ้าน

ฝ่ายหญิง ยิงญาติผู้ใหญ่เสียชีวิต เป็นต้น

เป็นธรรมชาติของข่าวและสื่อมวลชนที่มักจะท่อนภาพลักษณะสุดขั้ว หรือหวา และบอกเล่าปรากฏการณ์เป็นสำคัญ แต่อย่างน้อยนั้นก็เป็นการแก้ปัญหาระยะสั้น ขึ้นอยู่กับการตื่นตัว ความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหา เอาใจจริงเอาใจ และความสามารถในการจัดการอย่างต่อเนื่อง

รุนแรงแห่งอาชีวะ

กรณีการตะลุมบอนครั้งใหญ่ในงานคอนเสิร์ตด้านเทพและซีดีละเมิดลิขสิทธิ์เมื่อคืนวันที่ 30 สิงหาคม 2546 ซึ่งรุนแรงในระดับจลาจลย่อย ๆ กลางเมือง และก่อผลร้ายถึงขั้นมีผู้เสียชีวิตและบาดเจ็บ ไม่เฉพาะภายในหมู่ผู้ก่อเหตุเท่านั้น หากรวมถึงประชาชนทั่วไปในบริเวณที่เกิดเหตุด้วย ทำให้ปัญหาเรื่องความรุนแรงในหมู่นักเรียนอาชีวะได้รับการจับตาอย่างจริงจังจากสังคมอีกระลอกหนึ่ง

กรณีล่าสุดปิดท้ายปลายปี 2546 ที่นักเรียนช่างกลยกพวกปะทะกัน และปล่อยกระสุนปืนพลาดใส่ นักศึกษาสาวมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์จนถึงแก่เสียชีวิต กรณีนี้ยิ่งสร้างความสะเทือนใจแก่ผู้คนในสังคมอย่างมาก การประณามอย่างรุนแรงจึงเกิดขึ้น พร้อมๆไปกับเสียงเรียกร้องต้องการให้มีการแก้ปัญหาเด็กนักเรียนดึกในลักษณะปราบปรามให้จริงจัง ส่วนหนึ่งถึงกับเสนอให้รัฐบาลขึ้นบัญชีดำโรงเรียนอาชีวะที่นักเรียนก่อเหตุทะเลาะวิวาทเป็นประจำ และใช้มาตรการจัดการขั้นเด็ดขาดเสียที

เหตุที่นักเรียนอาชีวะตีกัน

ที่มา: สรุปจากรายงานโครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ในการจัดการปัญหาความรุนแรงในกลุ่มนักเรียนอาชีวะ, สภาองค์กรพัฒนาเด็กและเยาวชนในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี, กันยายน 2546

สาเหตุที่ทำให้นักศึกษาอาชีวะทะเลาะวิวาทกันมี 2 ระดับ ในระดับมหภาค เป็นเรื่องเกี่ยวกับระบบการศึกษา สภาพสังคม และระบบบริหารจัดการอาชีวศึกษา รวมทั้งเรื่องเกี่ยวกับภูมิหลังที่ก่อให้เกิดทัศนคติ และอัตลักษณ์แบบอาชีวะที่สืบทอดกันมา เป็นกระแสความคิดที่หาต้นตอไม่เจอแล้ว

ในระดับจุลภาค เป็นเรื่องของระบบการดูแลและคุณภาพของสถานศึกษา การจัดการกับสถานการณ์ความขัดแย้งหรือความรุนแรงในพื้นที่ และตัวกระตุ้นจากเหตุการณ์ต่าง ๆ เช่น การจัดคอนเสิร์ต การเขียนขั้วยุกันตามที่สาธารณะ

ทั้งนี้พบว่า นักศึกษาประมาณครึ่งหนึ่งมีทัศนคติที่ติดการทะเลาะ

วิวาท มีเพียงประมาณร้อยละ 10.6 เท่านั้นที่มีความคิดว่าการทะเลาะวิวาทเป็นสิ่งไม่ดี เหตุผลของการทะเลาะวิวาทส่วนใหญ่เป็นเรื่องหมั่นไส้ ขั้วยุ และการป้องกันตัว ทัศนคติเหล่านี้เกิดจากกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมของนักเรียนที่มาจากสังคมชาวอาชีวะ ส่วนใหญ่เข้าใจแล้วว่าต้องเจอเรื่องทำนองนี้

นอกจากนี้ยังพบอีกว่า รุ่นพี่มีบทบาทในการถ่ายทอดความคิด การใช้ความรุนแรงเป็นอย่างมาก และนักเรียนใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับเพื่อนค่อนข้างมาก

ในการตอบคำถามของนักเรียนอาชีวะ 184 คน เกี่ยวกับประเด็นว่าอะไรทำให้พวกเขา รู้สึกมีความพึงพอใจหรือมีความสุข มีถึง 96 คนที่ตอบว่าเพื่อนคือสิ่งที่ทำให้พวกเขามีความสุข มีความพึงพอใจ ภูมิใจ หรือมีความสุข มี 30 คนที่ตอบว่ามาจากการเรียนเข้าใจและได้ผลสอบดี และมี 17 คนที่ตอบว่าครอบครัว

ในการถามนักเรียนอาชีวะ 392 คนว่า เพื่อนมีอิทธิพลและมีความสำคัญต่อพวกเขาเพียงใด พบว่า ผู้ตอบ 2 ใน 3 ตอบว่าเพื่อนมีอิทธิพลปานกลางถึงมากที่สุด

นอกเหนือไปจากการเร่งรัดและเข้มงวดยิ่งขึ้น กับการจับกุมและดำเนินคดีผู้ก่อเหตุเป็นราย ๆ แล้ว ในช่วงที่ผ่านมารัฐบาลยังได้ออกมาตรการต่าง ๆ เพื่อแก้ปัญหาในภาพรวมด้วย โดยมักพุ่งประเด็นไปที่นักเรียนหัวโจก แต่การแก้ปัญหาภายใต้การรุมประณามโดยสังคมก็ดี การฉายสปอร์ไลท์ไปที่ตัววัยรุ่น ในสภาพนักเรียนนักศึกษาเหล่านั้นในฐานะ “ตัวการ” ก็ดี นอกจากอาจจะไม่ใช่วิธีการแก้ปัญหาในระยะยาวแล้ว ตรงกันข้ามอาจกลายเป็นสิ่งที่เพิ่มระดับความรุนแรงยิ่งขึ้นไปอีก

“เวลาถูกจับไปอยู่สถานพินิจ พอออกมาจะภูมิใจมากกว่าไปอยู่สถานพินิจมา ยิ่งสังคมรุมด่าอย่างนี้ เขายังชอบ รู้สึกว่าเขาเจ๋ง ไม่กระทบกระเทือนอะไรเลย ยิ่งตำรวจมาไล่ สนุก ไม่กลัวตาย เขาคิดว่าชีวิตนี้เขาพลีให้สถาบัน ถึงตัวตายก็จะปกป้องสถาบัน ไม่ให้ใครมาเหยียบย่ำ” นี่คือการบอกเล่าจากเด็กสาวที่เคยผ่านเข้าไปสัมผัส “วงใน” ของกลุ่มที่ถูกขนานนามว่า “นักเรียนนักเลง”

เธอเล่าถึงประสบการณ์ที่เคยมีโอกาสได้ไปร่วมในงานรับน้องของวิทยาลัยเทคนิคแห่งหนึ่ง ซึ่งพบว่า นอกจากกิจกรรมประเภทฟิสตารพันลึก เกินนึกและเกินยอมรับแล้ว พวกเขามีช่วงเวลาสำคัญตอนหนึ่งที่จะถึงกับการหลั่งน้ำตากัน นั่นคือช่วงของการที่รุ่นพี่เล่าถึงวีรกรรมให้ฟัง เกี่ยวกับการที่รุ่นพี่คนนั้นคนนี้ได้เสี่ยงภัยหรือสละชีวิตเพื่อสถาบันของพวกเขา เช่น ด้วยการไป “จัดการ” กับคนที่เคยมา “ดบ” หัวเข็มขัดของสถาบันไป

“รุ่นพี่เขาบุกไปคนเดียว กล้าหาญมาก ไม่ยอมให้ใครมาเหยียบย่ำสถาบันของ...โห แล้วก็ร้องไห้กันทุกคนเลย ซาบซึ้งมากที่พี่คนนี้ไปตายเพื่อรักษาเสื้อชื่อป...รักษาหัวเข็มขัดของสถาบัน”

ด้วยสภาพความจริงที่เป็นไปเช่นนี้ หญิงสาวผู้เล่าเรื่องจึงเชื่อว่า การแก้ปัญหาแบบ “เด็ดขาด” ไม่ว่ารูปแบบใด ๆ จึงน่าจะเป็นการเติมเชื้อเพลิงใส่กองไฟมากกว่าเป็นอย่างอื่น

เหนืออื่นใด คงต้องไม่ลืมด้วยว่า ภาพลักษณ์ความรุนแรงในหมู่อาชีวะนั้นก็เช่นเดียวกับภาพของวัยรุ่นในภาพรวม นั่นคือครอบคลุมขอบเขตที่กว้างเกินกว่าความเป็นจริงไปมาก ดังนั้นปฏิกิริยาทางลบจากสังคมจะต้องไม่ละเลยข้อเท็จจริงพื้นฐานข้อนี้ด้วย

เบื่องลึที่ซับซ้อน

นพ. ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์ เขียนเล่าถึงการทดลองทางวิทยาศาสตร์ไว้ในคอลัมน์ “จิตวิทยา” ของนิตยสารสารคดี ฉบับประจำเดือนกรกฎาคม 2546 ว่า

สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมบางชนิดที่ถูกทอดทิ้งให้อยู่โดดเดี่ยว มักจะก้าวร้าวและหมกหมุ่นทางเพศมากกว่าปกติ หากจัดสภาพแวดล้อมให้หมดทางสู้หรือหมดทางไป เช่น ปลอ่ย กระแสไฟฟ้าช็อตมันทุกครั้งทีกดคานเพื่อรับอาหาร นักวิทยาศาสตร์ก็จะพบว่ามันจะเริ่มทำร้ายตัวเองอีกด้วย

แม้ไม่อาจทำการทดลองลักษณะเดียวกันนั้นกับลูกมนุษย์ได้ แต่ก็เชื่อกันว่า ผลลัพธ์น่าจะเป็นอย่างเดียวกัน เพราะเด็กที่ถูกทอดทิ้งมักจะก้าวร้าวหรือหมกหมุ่นกับอวัยวะเพศตนเองมากขึ้น เพียงแต่วาระหว่างลูกคนกับลูกสัตว์มีข้อแตกต่างสำคัญที่ต้องคำนึงก็คือ “การทอดทิ้งลูกคนนั้น กินความถึงการทอดทิ้งทางจิตใจด้วย”

นพ. ประเสริฐระบุว่า แท้จริงมนุษย์ทุกคนล้วนมีความก้าวร้าวอยู่ในตัวเป็นธรรมดา และในขณะเดียวกันก็มีความยับยั้งชั่งใจ ที่สำคัญ ความก้าวร้าว นั่นคือส่วนหนึ่งของพัฒนาการทางบุคลิกภาพของมนุษย์ และความก้าวร้าวถูกใช้อย่างสร้างสรรค์ได้ โดยควรได้รับการปลดปล่อยออกมาอย่างเหมาะสม ผ่านการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตอย่างเป็นปกติธรรมดา ตามวัยต่าง ๆ นับตั้งแต่การตูดนมแม่ จนถึงการเล่น การใช้ภาษา การเล่นกีฬา ดนตรี และทำงานศิลปะ ฯลฯ

แต่ทว่าข้อเท็จจริงที่กำลังเกิดขึ้นในสังคมไทยก็คือ มีทารกที่ได้กินนมแม่น้อยลง การเล่นแบบเก่า ๆ ของเด็กอย่างเป็นทางการที่มีช่องเปิดให้ความก้าวร้าวระบายออกมา ก็ถูกแทนที่ด้วยการเล่นกับวัตถุและเครื่องจักรกลอิเล็กทรอนิกส์มากขึ้น ซึ่งยังไม่ชัดเจนว่าการเล่นรูปแบบใหม่นี้จะเปิดให้ความก้าวร้าวได้ระบายออกหมดสิ้น หรือยังคงเหลือค้างอยู่ในขณะเดียวกันก็มีวัยรุ่นน้อยรายเท่านั้นที่มีโอกาสในเรื่องกีฬา ดนตรี และศิลปะ

ประเด็นสำคัญอยู่ที่ว่า ความก้าวร้าวที่ซ่อนเร้นไว้นั้น จิตใจนั้น อาจจะชักนำให้เกิดความไฝฝืนถึงชีวิตที่สามารถปลดปล่อยความก้าวร้าวโดยเสรี ความไฝฝืนแบบนี้ เพียงมีอยู่ในตัวผู้ใดก็เป็นปัญหาในระดับหนึ่งอยู่แล้ว แต่หากแปรไปสู่ขั้นการปฏิบัติก็ย่อมจะก่อผลที่เลวร้ายมาก

หากทฤษฎีข้างต้นนี้เป็นจริง ปรากฏการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นในปัจจุบันก็น่าจะทำให้เราต้องย้อนทบทวนดูความเป็นไปในมิติต่าง ๆ ของสังคมกันครั้งใหญ่ได้แล้ว

ในปัจจุบัน สังคมเริ่มตื่นตัวและให้ความสำคัญแก่ “วุฒิภาวะทางอารมณ์” หรือ ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ว่าเป็นสิ่งที่จะช่วยให้คนเราแก้ปัญหาชีวิตและปรับตัวในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดีเท่า ๆ กับวุฒิภาวะทางปัญญา (IQ) จึงน่าจะมีการนำเอาเรื่องนี้ มาใช้ในการแก้ปัญหาความรุนแรงในวัยรุ่น โดยสอนให้พวกเขามีและรู้จักใช้ความฉลาดของอารมณ์ในการแก้ปัญหา



ก่อแก๊ง-ก่อกวน

ปรากฏการณ์แก๊งเด็กวัยรุ่นกวนเมือง ที่เกิดขึ้นทั่วทุกภาคของประเทศ และนับวันจะรุนแรงมากขึ้น ทั้งด้านพฤติกรรมและการใช้อาวุธ แต่ยังไม่มีความหมายไหนเข้าไปศึกษา เก็บข้อมูลเพื่ออธิบายปรากฏการณ์ และหาทางแก้ปัญหาอย่างจริงจัง ข้อมูลที่สังคมได้รับรู้ส่วนใหญ่มาจากฝ่ายตำรวจเท่านั้น ปัจจุบันมีเพียงสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัยที่เข้าไปศึกษาวิจัยพฤติกรรมของวัยรุ่นกลุ่ม NDR ที่จังหวัดเชียงใหม่

NDR ย่อมาจาก No Drug Ruler เริ่มจากเด็กเพียงไม่กี่คนซึ่งเป็นเพื่อนกัน จับกลุ่มไปเที่ยว แล้วเมื่อเกิดการทะเลาะชกต่อยกับกลุ่มวัยรุ่นอื่นๆ จะชนะทุกครั้ง จากเด็กที่ทะเลาะกันเป็นประจำก็กลายมาเป็นเพื่อนกัน ไม่นานมากกลุ่มเริ่มขยายขึ้นเป็น 20-30 คน และเพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ จากเรือนร้อยจนเป็นเรือนพันคน

ปัจจุบัน NDR มีสมาชิกกว่า 1,200 คน ภายใต้ NDR จะมีกลุ่มต่างๆ อีกนับสิบกลุ่ม แต่ละกลุ่มมีแกนนำประมาณ 2-3 คน เด็กทุกคนเดินเข้ากลุ่มด้วยความสมัครใจ ไม่มีการโฆษณาชวนเชื่อ ส่วนใหญ่เข้ามาเพราะต้องการเพื่อน ต้องการเกราะป้องกัน เช่น เป็นเด็กที่ถูกเพื่อนรังแก เมื่อได้ยินชื่อ NDR ตามหน้าหนังสือพิมพ์ลงบ่อย ๆ เด็กพวกนี้จึงคิดว่าน่ามาอยู่ กลุ่มนี้โก้...เท...

ช่วงปี 2539 มีลานสเก็ตเข้ามาเปิดอยู่แถวๆ สถานีขนส่งอาเขต กลุ่ม NDR ถือโอกาสประกาศศักดา มีการวางแผนคุมลานสเก็ตว่าถ้าเด็กกลุ่มอื่นเข้ามาจะตีหรือจะไล่ออกไปอย่างไร ครั้งหนึ่งเด็กกลุ่มนี้ถูกจับ กลายเป็นข่าวทางหน้าหนังสือพิมพ์ มีการเสนอข่าวว่าเด็กกลุ่มนี้เอาผิดขามูไรไล่พันคน แต่เด็กทุกคนก็ยืนยันปฏิเสธเรื่องผิดขามูไร แต่ยอมรับว่ามีผิดที่ตัวเอง โดยเอาเหล็กแหลมไปจางข้างเหล็กตีเป็นอาวุธไว้ป้องกันตัว เนื่องจากขณะนั้นกลุ่ม NDR มีคู่อริเยอะ

ลดารัลย์ ชัยนิลพันธ์ หรือ “ยายแฉ่ว” วัย 57 ปี ซึ่งเป็นยายของเด็กคนหนึ่งในกลุ่ม เข้ามาเป็นที่ปรึกษาให้กับเด็กกลุ่มนี้มาตั้งแต่ต้น โดยให้เด็กมาลงชื่อและสัมภาษณ์เพื่อจัดทำระบบรายชื่อ เนื่องจากเห็นว่า เมื่อห้ามให้เด็กรวมตัวกันไม่ได้ ก็ควรจะได้รู้จักทุกคนเพื่อติดตามสถานการณ์ได้

งานของเธอได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกลุ่ม Latter day st. charity ซึ่งเป็นมูลนิธิหนึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา นอกจากการจัดทำรายชื่อแล้ว ยังมีการประชุมประจำเดือน การทำกิจกรรมเพื่อให้เด็กมารู้จักกัน โดยหวังว่าจะช่วยลดการทะเลาะวิวาทระหว่างกลุ่มลงได้ และแต่ละครั้งที่เกิดการชกต่อยจนถูกจับ เด็กจะวิ่งมาหาให้ยายแฉ่วช่วย

ด้วยความดังและเป็นแก๊งใหญ่ ชื่อ

ของ NDR จึงถูกจับตาเสมอ เมื่อไรก็ตามที่เกิดเหตุแก๊งวัยรุ่นทะเลาะวิวาท ซึ่งมอเตอร์ไซด์ ใช้อาวุธทำร้ายชาวบ้าน หรือก่อเหตุเดือดร้อนอะไรก็ตาม ภายในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่ คนส่วนใหญ่จะมองว่าเป็นแก๊ง NDR แน่نون กล่าวได้ว่าประชาชนทั่วไปมีทัศนคติในแง่ลบอย่างรุนแรงต่อกลุ่มวัยรุ่นกลุ่มนี้ รวมทั้งกลุ่มอื่นๆ ในลักษณะเดียวกัน

บันทึพย ชะเอม นักวิจัยจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัยส่วนภูมิภาค ซึ่งศึกษาวิจัยพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้วิเคราะห์ว่า เด็กกลุ่มนี้รวมตัวกันเพราะต้องการแสดงความเป็นตัวตนของตัวเอง อยากให้คนอื่นรู้ว่า ตัวเองมีกลุ่ม มีพรรคพวก มีสังกัด เด็กฝากอัตลักษณ์ของตัวเองไว้ที่การยอมรับของกลุ่มเพื่อน แล้วขยายไปสู่สังคมที่กว้างกว่า ไม่ว่าจะเป็นด้วยวิธีการด้านลบหรือด้านบวก แต่ขอให้ได้มีตัวตนก็พอ

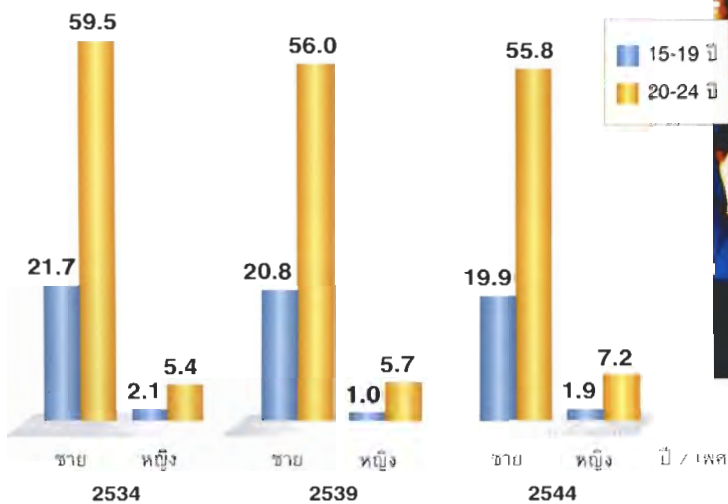
นอกจากนี้ เนื่องจากเชียงใหม่เป็นเมืองที่มีผู้คนเข้ามาอยู่อาศัยมาก เป็นแหล่งรวมสถานศึกษา และมีแหล่งท่องเที่ยวเยอะ ทำให้มีเด็กจากหลายแห่งเข้ามาเที่ยว ทั้งต่างอำเภอและจังหวัดใกล้เคียง การทะเลาะวิวาทจึงเกิดขึ้นได้ง่าย การสังกัดอยู่ในกลุ่ม NDR จึงช่วยให้หลายคนรู้สึกปลอดภัย ได้รับการคุ้มครอง ซึ่งเป็นสิ่งที่กลไกอื่นๆ ในสังคมไม่สามารถให้ได้อย่างมีประสิทธิภาพเท่า

6 ในกับดักแห่งการเสพติด

วัยรุ่นกับเหล้า

จากการสำรวจโดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ ในปี 2544 พบว่า มีวัยรุ่นอายุ 15-24 ปี 2,469,200 คน ที่ดื่มเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ นักดื่มวัยรุ่นเหล่านี้ ส่วนใหญ่ที่สุดเป็นเพศชาย ซึ่งมีจำนวนมากกว่า นักดื่มหญิงถึงเกือบ 10 เท่า วัยรุ่นชายที่เป็น นักดื่มนั้น มีร้อยละ 38 แต่วัยรุ่นหญิงมีเพียงร้อยละ 5 วัยรุ่นในชนบทดื่มเก่งกว่าวัยรุ่นในเมือง

กราฟที่ 20: ร้อยละของวัยรุ่นอายุ 15-24 ที่บริโภคสุราและเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ ปี 2534, 2539 และ 2544



ที่มา: รายงานผลการสำรวจอนามัยและสวัสดิการ พ.ศ. 2534, 2539 และ 2544 สำนักงานสถิติแห่งชาติ อ้างใน การสาธารณสุขไทย พ.ศ. 2542-2543 ตารางที่ 4.80 หน้า 150



ผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ 3 ครั้งล่าสุด (ปี 2534, 2539 และ 2544) พบว่า แนวโน้มการบริโภคสุราและเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นในระยะเวลาประมาณ 10 ปีมานี้ เปลี่ยนแปลงในทางลดลงเล็กน้อยสำหรับเพศชาย แต่สำหรับ เพศหญิงกลับเพิ่มขึ้นโดยเฉพาะในกลุ่มอายุ 20-24

ในบรรดานักดื่มวัยรุ่นทั้งหมด ที่ดื่มค่อนข้างบ่อย (1-2 ครั้งต่อสัปดาห์) และที่ดื่มบ่อยๆ (3-4 ครั้งต่อสัปดาห์-ทุกวัน) มีเกือบ 1 ใน 3 ของทั้งหมด ทั้งนี้ยกเว้นกลุ่มวัยรุ่นหญิงซึ่งมีเพียงร้อยละ 14 เท่านั้น ที่เป็นนักดื่มประเภทนี้

อย่างไรก็ดี วัยรุ่นหญิงมีแนวโน้มการดื่มเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์มากขึ้น โดยส่วนใหญ่นิยมดื่มเบียร์ จากผลการวิจัยของศูนย์วิจัยยาเสพติด สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ ร่วมกับสถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชี้ว่า วัยรุ่นหญิงยังนิยมดื่มสุราต่างประเทศ สุราผสมผลไม้ หรือไวน์ คูลเลอร์ เพราะเชื่อว่า มี แอลกอฮอล์น้อย ดื่มแล้วไม่เมา



นี่เป็นสัญญาณอันตรายเพราะจากการวิจัยพฤติกรรมกรรมการบริโภคสุราผสมผลไม้ หรือ RTD (Ready to Drink) ในต่างประเทศ พบข้อสรุปแล้วว่า เครื่องดื่มประเภทนี้เป็นประตูบานแรก ที่เปิดให้เยาวชนกลายเป็นผู้ดื่มสุราในที่สุด

ขณะเดียวกันก็มีข้อมูลที่ระบุว่า เด็กที่เริ่มดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนอายุ 13 ปีมีโอกาสติดไปจนโตเป็นผู้ใหญ่ ในทางตรงข้าม หากเริ่มดื่มในวัย 21 ปี ขึ้นไป ความเสี่ยงในการเกิดปัญหาจากการดื่มในลักษณะต่าง ๆ จะลดลงถึงร้อยละ 70

สถานการณ์ของคนไทยขณะนี้จึงนับว่าอยู่ในข่ายเสี่ยงสูง เนื่องจากอายุเฉลี่ยที่คนไทยเริ่มดื่ม คือ 20.2 ปี โดยฝ่ายชายจะเริ่มเร็วกว่าที่อายุ 19.3 ปีเท่านั้น ส่วนฝ่ายหญิงอยู่ที่ 25.1 ปี อีกทั้งยังมีกลุ่มเยาวชนอายุต่ำกว่า 10 ปี ถึงประมาณร้อยละ 4.7 ที่เริ่มดื่ม

ตั้งแต่ 1 ตุลาคม 2546 ประเทศไทยเรามีกฎหมายจำกัดการโฆษณาสุราแล้ว โดยเฉพาะทางสื่อวิทยุ และโทรทัศน์ จะทำการโฆษณาสุราไม่ได้ ไม่ว่าในรูปแบบใดๆ ตั้งแต่เวลา 05.00 น. จนถึง

ตารางที่ 3: จำนวนวัยรุ่นอายุ 15-24 ปี ที่ดื่มและไม่ดื่มสุรา ปี 2544 (พันคน)

วัยรุ่น	ประชากรในกลุ่ม	พฤติกรรมการดื่ม		วัยรุ่นที่ดื่ม คิดเป็น % ของประชากรในกลุ่ม
		ดื่ม	ไม่ดื่ม	
ทั่วประเทศ - รวม	11,426,000	2,469,200	8,955,700	21.6
วัยรุ่นชาย	5,800,600	2,210,400	3,589,500	38.1
วัยรุ่นหญิง	5,625,400	258,800	5,366,200	4.6
ในเมือง - รวม	3,763,000	705,800	3,057,100	18.8
วัยรุ่นชาย	1,849,700	612,00	1,237,600	33.1
วัยรุ่นหญิง	1,913,300	93,800	1,819,500	4.9
ชนบท - รวม	7,663,000	1,763,600	5,898,500	23.0
วัยรุ่นชาย	3,950,900	1,598,400	2,357,900	40.5
วัยรุ่นหญิง	3,712,100	165,200	3,546,600	4.6

ที่มา: รายงานการสำรวจการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2544, สำนักงานสถิติแห่งชาติ

22.00 น. แต่ว่าที่จริงยังมีมาตรการที่น่าจะได้ผลดีอีกหลายอย่าง แต่ยังไม่ได้ทำหรือทำไม่เต็มที่ เช่น การบังคับใช้กฎหมายเกี่ยวกับการจำกัดการเข้าถึงเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ของเยาวชนอย่างจริงจัง ทั้งนี้ เพื่อให้เยาวชนห่างไกลจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างแท้จริง มีตัวอย่างในหลายประเทศที่ใช้มาตรการการจำกัดอายุทั้งผู้ดื่ม ผู้ซื้อ และผู้เข้ารับบริการอย่างได้ผล

ตารางที่ 4: ความถี่ในการดื่มของวัยรุ่น อายุ 15-24 ปี 2544

วัยรุ่น	ประชากรวัยรุ่นในกลุ่มทั้งหมด	ความถี่ในการดื่ม				ผู้ที่ดื่มอย่างบ่อย สัปดาห์ละครั้ง
		3-4 ครั้งต่อสัปดาห์ ทุกวัน	1-2 ครั้งต่อสัปดาห์	1-2 ครั้งต่อสัปดาห์	นานๆ ครั้ง	
ทั่วประเทศ	2,469,200	274,900	420,100	473,600	1,295,700	28.0
ชาย	2,210,400	254,700	404,400	448,200	1,099,000	30.0
หญิง	258,800	20,200	15,800	25,400	196,800	14.0
เมือง	705,800	80,700	129,500	122,700	371,000	30.0
ชนบท	1,763,600	194,100	290,700	350,900	924,600	28.0
กรุงเทพมหานคร	250,400	29,800	42,300	38,700	139,600	29.0
กลาง (ไม่รวม กทม.)	380,400	49,500	88,500	58,400	182,900	31.0
เหนือ	526,800	54,600	85,500	100,900	285,500	27.0
อีสาน	1,132,200	118,000	174,600	240,000	596,900	26.0
ใต้	179,500	23,300	29,200	35,600	90,800	29.0

ที่มา: รายงานการสำรวจการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2544 สำนักงานสถิติแห่งชาติ





วัยรุ่นกับบุหรี่

การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากรโดยสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี พ.ศ. 2544 พบว่า วัยรุ่นอายุ 15-24 ปี ที่สูบบุหรี่เป็นประจำและนานๆครั้ง มีจำนวน 1,822,100 คน

คิดเป็นร้อยละ 15.9 ของประชากรวัยนี้ทั้งหมด

ในจำนวนวัยรุ่นที่สูบบุหรี่ทั้งหมดแบ่งเป็นผู้สูบประจำ 1,545,200 คน และสูบนาน ๆ ครั้ง 276,900 คน โดยวัยรุ่นชายสูบบุหรี่ประจำมี 1,511,100 คน มากกว่าวัยรุ่นหญิง (34,200 คน) อย่างเทียบกันไม่ได้เลย โดยสัดส่วนแล้วมีวัยรุ่นหญิงที่สูบบุหรี่ประจำ 1 คน ต่อวัยรุ่นชาย 44 คน ส่วนวัยรุ่นที่ไม่สูบบุหรี่ มี 9,603,900 คน

ข้อที่น่าสังเกตและน่าเป็นห่วงคือ วัยรุ่นทั้งชายและหญิง (อายุ 15-24 ปี) สูบบุหรี่เพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ปี 2542 และ ปี 2544 พบว่า อัตราการสูบบุหรี่ในวัยรุ่นชายเพิ่มจากร้อยละ 24 เป็นร้อยละ 26 ในขณะที่วัยรุ่นหญิง เพิ่มจากร้อยละ 0.3 เป็นร้อยละ 0.6 หรือเพิ่มขึ้น 2 เท่า แนวโน้มที่เพิ่มขึ้นนี้เป็นสัญญาณอันตราย

ทำไมการสูบบุหรี่ในกลุ่มวัยรุ่นจึงเพิ่มขึ้น ทั้งที่ในประเทศไทยก็มีมาตรการและการรณรงค์ต่อต้านการสูบบุหรี่ที่เข้มแข็งพอสมควร คำอธิบายในเรื่องนี้อาจจะอยู่ที่ว่า ในปัจจุบันธุรกิจบุหรี่ยามชาติพุ่งเป้าหมายการโฆษณาไปที่กลุ่มวัยรุ่นมากขึ้น

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบอัตราการสูบบุหรี่ของวัยรุ่น อายุ 15-24 ปี ที่สูบบุหรี่เป็นประจำ ปี 2542 และ 2544 จำแนกตามเพศและอายุ

กลุ่มอายุ	ร้อยละวัยรุ่นที่สูบบุหรี่ประจำ						การเปลี่ยนแปลง อัตราผู้สูบบุหรี่ประจำ		
	ปี 2542			ปี 2544					
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม
15-19	12.4	*	6.3	12.8	0.3	6.7	+0.4	+0.3	+0.4
20-24	35.4	0.7	18.3	38.9	0.9	20.2	+2.5	+2.0	+1.9
รวม (15-24)	24.0	0.3	12.3	26.0	0.6	13.5	+2.0	+0.3	+1.2

หมายเหตุ: * น้อยกว่าร้อยละ 0.1

+ คืออัตราร้อยละผู้สูบบุหรี่ประจำที่เพิ่มขึ้น

ที่มา: รายงานการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2544. สำนักงานสถิติแห่งชาติ

ตารางที่ 6: จำนวนวัยรุ่น อายุ 15-24 ปี ที่สูบบุหรี่ ปี 2544 จำแนกตามพฤติกรรมการสูบ

ที่มา: รายงานการสำรวจการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2544. สำนักงานสถิติแห่งชาติ

วัยรุ่น	พฤติกรรมการสูบบุหรี่		
	สูบประจำ	นาน ๆ ครั้ง	ไม่สูบ
ทั่วประเทศ - รวม	1,545,200	276,900	9,603,900
- วัยรุ่นชาย	1,511,000	271,400	4,018,200
- วัยรุ่นหญิง	34,200	5,600	5,585,700
ในเมือง - รวม	399,100	81,700	3,282,200
- วัยรุ่นชาย	386,800	78,800	1,384,300
- วัยรุ่นหญิง	12,500	3,000	1,897,900
ชนบท - รวม	1,146,000	195,200	6,321,800
- วัยรุ่นชาย	1,124,200	192,600	2,633,900
- วัยรุ่นหญิง	21,800	2,600	3,687,900

วัยรุ่นที่สูบบุหรี่ประจำส่วนใหญ่สูบบุหรี่วันละไม่เกิน 10 มวน ใกล้เคียงกับค่าเฉลี่ยของทุกกลุ่มอายุ ซึ่งสูบบุหรี่ 11 มวน ส่วนวัยรุ่นที่สูบบุหรี่วันละ 10 มวน มีประมาณร้อยละ 15-20 ของกลุ่มวัยรุ่นที่สูบบุหรี่เป็นประจำ

แม้บุหรี่ไม่ใช่สิ่งจำเป็นที่ร่างกายต้องการ เหมือนข้าว น้ำ แต่การสูบบุหรี่ก็มีค่าใช้จ่ายซึ่งเงิน ค่าใช้จ่ายที่ดูเหมือนผู้จ่ายจะทุ่มเทให้ไม่น้อย

ผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติเกี่ยวกับสาเหตุการสูบบุหรี่พบว่า สาเหตุสำคัญ 5 ประการแรกที่ชักนำให้วัยรุ่นเริ่มสูบบุหรี่คือ 1) ความอยากรู้อยากลอง 2) การตามอย่างเพื่อนหรือเพื่อนชวน 3) การตามอย่างสมาชิกในครัวเรือน 4) เพื่อเข้าสังคม และ 5) สาเหตุจากการทำงาน ทั้งนี้ในระหว่างวัยรุ่นที่มีอายุน้อยกว่าวัยรุ่นที่มีอายุมากอาจจะมีสาเหตุที่แตกต่างกันบ้าง แต่โดยมากแล้วเหตุผลสำคัญเหล่านี้ก็คล้ายๆ กัน

คนสูบบุหรี่ส่วนใหญ่เริ่มต้นลิ้มลองบุหรี่ยุคแรกในช่วงที่ยังเป็นวัยรุ่น แต่ชายกับหญิงก็มีการเริ่มต้นที่ต่างกัน โดยเฉลี่ยนั้นผู้ชายเริ่มสูบบุหรี่มวนแรกราวๆ อายุ 18 ปี แต่ผู้หญิงเริ่มเมื่ออายุ 22 ปี กว่า 2 ใน 3 (68.6%) ของนักสูบเพศชาย เริ่มสูบบุหรี่มวนแรกก่อนอายุ 20 ปี แต่สำหรับเพศหญิง ที่เริ่มในช่วงอายุนี้นี้มีร้อยละ 46 เท่านั้น ขณะที่อีกกว่าครึ่ง (54%) เริ่มสูบบุหรี่ตอนอายุ 20 ปี ไปแล้ว

นัยสำคัญของข้อเท็จจริงนี้ก็คือ สำหรับวัยรุ่นชาย ถ้าก่อนอายุ 20 ปี เขาไม่ได้แตะต้องบุหรี่เลย โอกาสที่เขาจะไม่เข้าไปยุ่งกับมันไปตลอดชีวิตก็มีสูง แต่สำหรับวัยรุ่นหญิงนั้นยังไม่แน่

แม้ว่ากระทรวงสาธารณสุขได้ออกพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ และพระราชบัญญัติควบคุมการบริโภค

ยาสูบตั้งแต่ปี 2535 โดยมีมาตรการจับปรับผู้ละเมิดสูบบุหรี่ในสถานที่สาธารณะ 19 ประเภท และห้ามขายบุหรี่ให้แก่เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี ก็ตาม แต่แนวโน้มวัยรุ่นชายหญิง ที่สูบบุหรี่ประจำกลับเพิ่มสูงขึ้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการบังคับใช้กฎหมายในเรื่องนี้ยังไม่ได้ผลเท่าที่ควร ประกอบกับธุรกิจบุหรี่ยุคใหม่มีกลยุทธ์ส่งเสริมการขายที่เน้นเจาะกลุ่มวัยรุ่นมากขึ้น

ตารางที่ 7: เหตุผลที่เริ่มสูบบุหรี่ จำแนกตามอายุที่เริ่มสูบ (ร้อยละ)

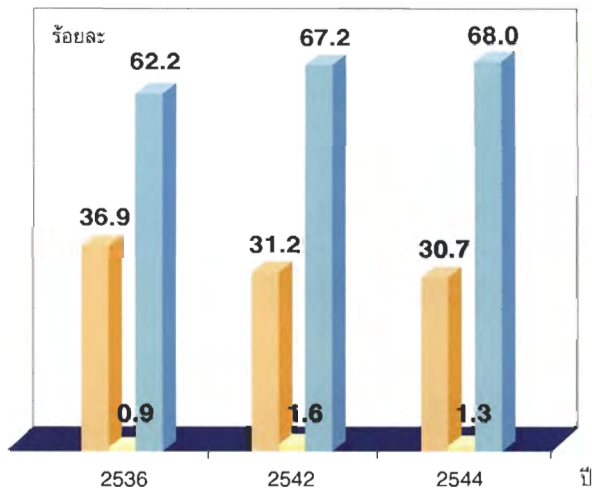
สาเหตุที่เริ่มสูบ	ช่วงอายุที่เริ่มสูบ		
	10 - 14 ปี	15 - 19 ปี	20 - 24 ปี
รวม (ร้อยละ)	100.0	100.0	100.0
อยากรู้อยากลอง	37.1	39.7	35.7
ตามอย่างเพื่อน/เพื่อนชวน	32.6	38.2	32.7
ตามอย่างสมาชิกในครัวเรือน	7.5	2.7	3.1
เพื่อเข้าสังคม	4.0	6.1	9.7
สาเหตุจากการทำงาน	5.3	2.5	2.0
ไม่มีอะไรจะทำ	4.1	2.1	4.7
เพื่อความโก้เก๋	3.5	3.6	3.0
เครียด / วิตกกังวล	1.7	2.3	5.6
เพื่อความเป็นผู้ใหญ่	1.3	1.4	0.4
ตามอย่างคนอื่น / ดารา	1.0	0.6	0.4
สาเหตุอื่นๆ	1.9	0.5	1.5
ไม่ทราบ	-	0.3	0.2

ที่มา: การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ อ้างใน การสาธารณสุขไทย พ.ศ. 2542-2543 หน้า 146

ตารางที่ 8: ช่วงอายุที่เริ่มสูบบุหรี่ ปี 2542 และ 2544 จำแนกตามเพศและกลุ่มอายุ (ร้อยละ)

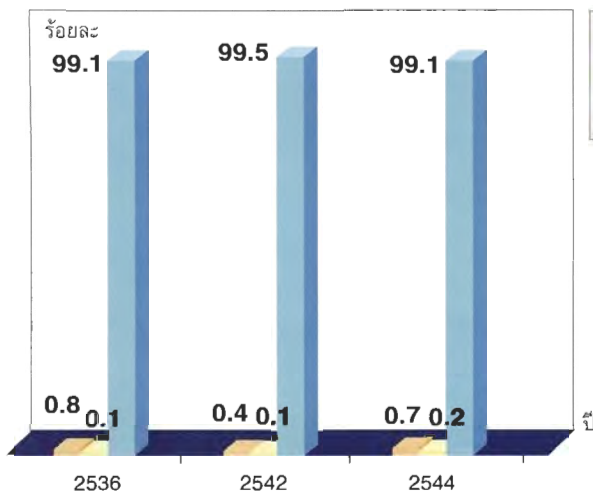
เพศ / ปี	ช่วงอายุที่เริ่มสูบ					อายุเฉลี่ยเมื่อเริ่มสูบ (ปี)
	<10	10 - 14	15 - 19	20 - 24	25 ขึ้นไป	
2542						
ชาย	0.5	10.8	57.3	25.0	6.4	17.9
หญิง	2.5	9.5	33.9	23.7	30.4	22.2
รวม	0.6	10.8	55.9	24.9	7.0	18.2
2544						
ชาย	0.4	6.5	59.5	27.8	5.8	18.3
หญิง	0.9	7.1	34.9	27.2	29.9	21.9
รวม	0.4	6.5	58.2	27.7	7.2	18.5

ที่มา: การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และการดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2544 สำนักงานสถิติแห่งชาติ



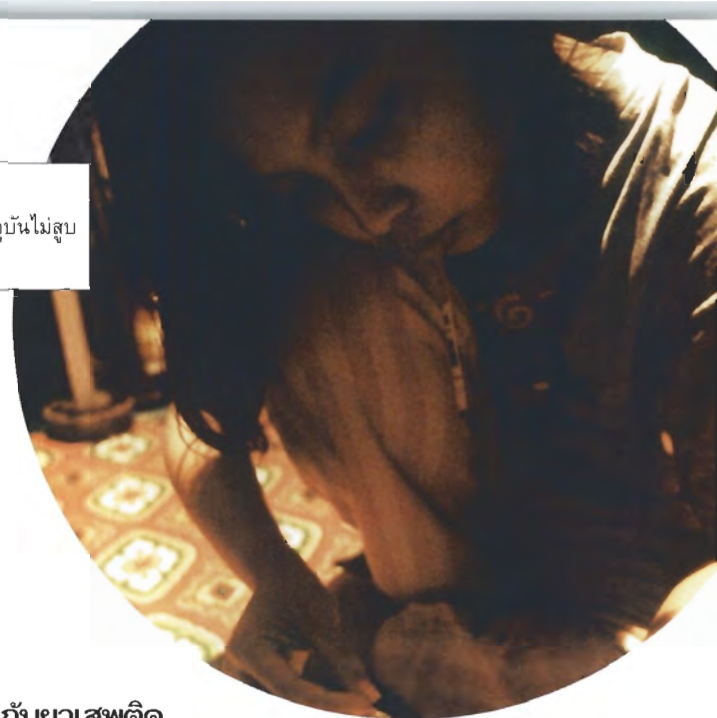
กราฟที่ 21: พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นชาย อายุ 15-24 ปี 2536, 2542 และ 2544 (ร้อยละ)

ที่มา: การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของประชากร พ.ศ. 2536 และ 2542 สำนักงานสถิติแห่งชาติ
การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2544, สำนักงานสถิติแห่งชาติ



กราฟที่ 22: พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นชาย อายุ 15-24 ปี 2536, 2542 และ 2544 (ร้อยละ)

ที่มา: การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของประชากร พ.ศ. 2536 และ 2542 สำนักงานสถิติแห่งชาติ
การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่และดื่มสุราของประชากร พ.ศ. 2544, สำนักงานสถิติแห่งชาติ



วัยรุ่นกับยาเสพติด

ก่อนที่รัฐบาลจะมีนโยบายปราบปราม ยาเสพติดอย่างจริงจังในช่วงปี 2546 ปัญหา ยาเสพติดได้แทรกซึมเข้าไปในโรงเรียน และแหล่ง ที่แวดล้อมกับตัวเด็กนักเรียนอย่างหนัก โดยเฉพาะ

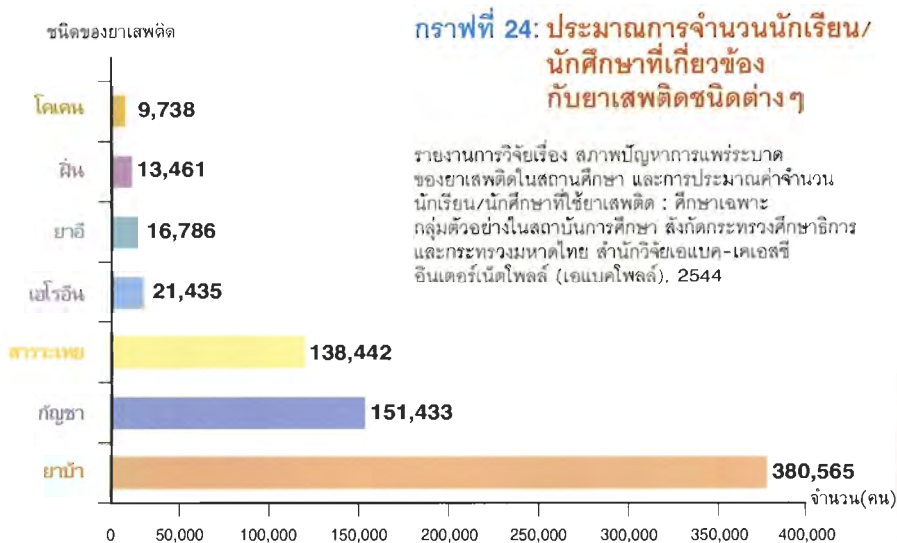
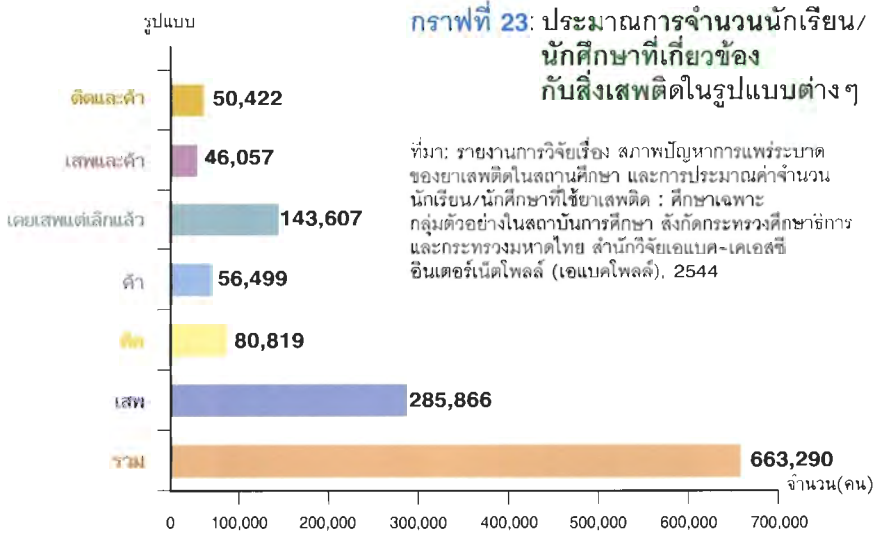
ยาคู่นั้นสามารถซื้อหาได้ ที่โรงเรียนด้วยซ้ำไป ทั้งจาก เพื่อนนักเรียนหรือกระทั่ง จากครู การมั่วสุมเสพยา กัน ตามห้องน้ำโรงเรียน ตามหอพัก

และบ้านเพื่อน ปรากฏเป็นข่าวทางสื่อต่างๆ อยู่ บ่อยๆ

ในปี 2544 สำนักงานคณะกรรมการป้องกัน และปราบปรามยาเสพติด ได้มอบหมายให้ สำนักวิจัยเอแบค-เคเอสซี อินเทอร์เน็ตโพลล์ (เอแบคโพลล์) ทำการตรวจสอบสภาพปัญหา ยาเสพติดในสถานศึกษา การสำรวจนี้ ครอบคลุม กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนนักศึกษา ตั้งแต่ระดับ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ถึงระดับปริญญาตรี อายุ ระหว่าง 11-24 ปี ผลการสำรวจพบว่า มีผู้ที่ เกี่ยวข้องกับยาเสพติดในรูปแบบต่างๆ จำนวน 663,290 คน หรือ ร้อยละ 12 ของนักเรียน นักศึกษาทั่วประเทศ ซึ่งมีอยู่เกือบ 6 ล้านคน ในจำนวนนี้ร้อยละ 22 เป็นผู้ที่เคยเสพ แต่ ปัจจุบันได้เลิกไปแล้ว ที่เหลือเป็นผู้ที่เกี่ยวข้องกับ ยาเสพติด ทั้งในฐานะผู้เสพ ผู้ค้า หรือทั้งสองแบบ



“คนสูบบุหรี่ส่วนใหญ่เริ่มลิ้มลองบุหรืมวนแรกในช่วงวัยรุ่น และ สำหรับผู้ชายที่พันวัยรุ่นไปโดยไม่ติดบุหรื เกือบทั้งหมดก็จะ ปลอดบุหรืไปตลอดชีวิต ส่วนผู้หญิงจำนวนไม่น้อย ยังพร้อมเริ่ม ลิ้มลองบุหรืในวัยเป็นผู้ใหญ่แล้ว นอกจากนี้ยังมีแนวโน้มว่า วัยรุ่นหญิงนิยมดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพิ่มขึ้น”



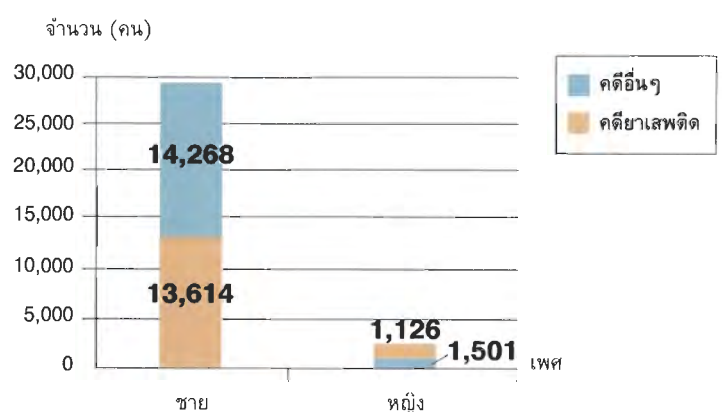
ชนิดของสิ่งเสพติดที่มีนักเรียนนักศึกษาเข้าไปเกี่ยวข้องกับมากที่สุดคือยาบ้า (ประมาณร้อยละ 52 ของทั้งหมด) รองลงมาเป็นกัญชา และยาแก้ปวดประสาท ทั้งนี้พบว่าการใช้ยาบ้ามากในหมู่นักศึกษาระดับ อาชีวศึกษา

เครื่องชี้อีกประการหนึ่งถึงความรุนแรงของสถานการณ์เรื่องนี้เป็นสถิติการจับกุมคดียาเสพติด ซึ่งพบว่าเยาวชนไทยวัยรุ่นอายุ 14-18 ปีที่ตกเป็นผู้ต้องหาคดี ยาเสพติดเมื่อปี 2545 มีจำนวนถึง 15,115 คน ซึ่งคิด เป็นจำนวนเกินกึ่งหนึ่งของผู้ต้องหาวัยรุ่นในคดีทุก ประเภท ในจำนวนดังกล่าว ผู้ที่ถูกศาลพิพากษาลงโทษ ไปแล้วมี 8,246 คน เป็นชาย 7,485 คน หญิง 761 คน

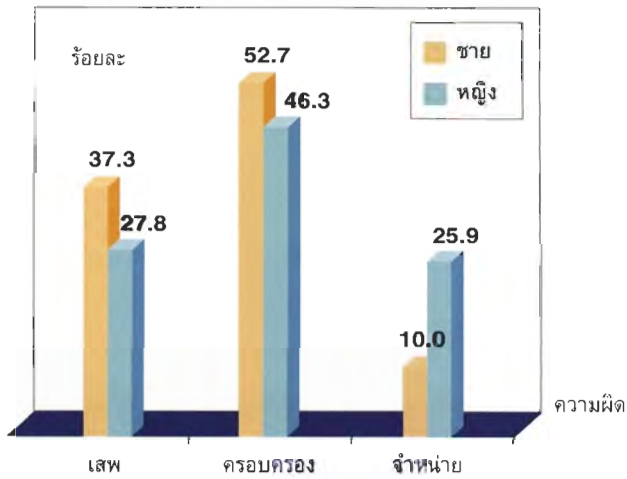
สำหรับลักษณะความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดของ วัยรุ่นอายุ 15-18 ปี ส่วนใหญ่นั้นเป็นเรื่องของการ ครอบครองยา ที่เหลือเป็นการเสพและการจำหน่าย ตาม ลำดับ โดยที่มีความแตกต่างในกลุ่มหญิงและชายอยู่บ้าง แต่ที่น่าสังเกตเป็นพิเศษ คือ วัยรุ่นหญิงต้องคดีจำหน่าย ยาเสพติดมากกว่าวัยรุ่นชายกว่า 2 เท่าตัว อาจเป็น เพราะกว่าวัยรุ่นหญิงถูกใช้เป็นเครื่องมือในการจำหน่าย มากกว่าวัยรุ่นชาย นี่ก็เป็นสัญญาณอันตรายอย่างหนึ่ง

ส่วนจำนวนวัยรุ่นอายุระหว่าง 15-24 ปีที่เข้ารับ การบำบัดรักษาด้านยาเสพติดในแต่ละปีนั้น มีจำนวน มากเกือบ 20,000 คน ซึ่งนับเป็นจำนวนมากอย่างน่า สังเกต เมื่อเทียบกับกลุ่มอายุอื่นๆ

กราฟที่ 25: วัยรุ่นชาย-หญิง อายุ 14-18 ปี ที่ต้องคดียาเสพติด ปี 2545

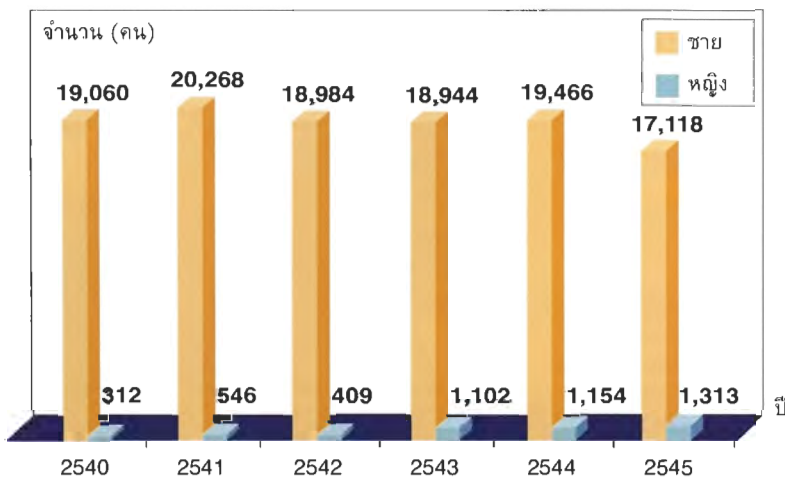


ที่มา : สถิติคดีศาลเยาวชนและครอบครัวทั่วราชอาณาจักร ปี พ.ศ. 2545



กราฟที่ 26: ร้อยละของวัยรุ่นชาย-หญิง อายุ 15-18 ปี ที่ต้องคดีเกี่ยวกับยาเสพติด ปี 2546
จำแนกตามลักษณะความผิด

ที่มา: ศาลคดีเด็กและเยาวชนกลาง อ่างใน หนังสือพิมพ์มติชน 10 มิถุนายน 2546



กราฟที่ 27: จำนวนวัยรุ่นชาย-หญิง อายุ 15-18 ปี ที่ได้รับการบำบัดรักษาเกี่ยวกับยาเสพติด ปี 2540-2545

ที่มา: รายงานผลการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ปีงบประมาณ 2546 สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด

ที่เป็นเช่นนี้อาจจะเป็นเพราะว่าคนเสพยาที่เป็นวัยรุ่นมีจำนวนมากกว่ากลุ่มอื่นๆ หรือมีฉะนั้นก็อาจจะเป็นเพราะว่าผู้เสพยาวัยรุ่นเข้าไปรับการบำบัดมากกว่ากลุ่มผู้เสพกลุ่มอื่น

การทำสงครามขึ้นแตกหักกับยาเสพติดของรัฐบาล แม้ได้ผลดีในแง่การลดปริมาณยาเสพติดได้ ตลอดจนสามารถชักนำผู้เสพให้เข้าสู่กระบวนการบำบัดรักษา แต่คง ยังไม่เพียงพอที่จะแก้ปัญหาเรื่องวัยรุ่นกับยาเสพติด อย่างถอนรากถอนโคนและปิดฉากปัญหาอย่างยั่งยืนได้

ปัญหายาเสพติดในหมู่วัยรุ่นยังคงเป็นเรื่องน่าเป็นห่วง และผลไม่ได้ เพราะด้วยคุณสมบัติความเป็นวัยรุ่นเอง ทำให้คนกลุ่มนี้มีความเสี่ยงสูงในตัวยอยู่แล้ว จากการชอบความท้าทาย มีความอยากรู้อยากลอง ดิตเพื่อน ฯลฯ อันเป็นพื้นเพ

นิสัยของวัยรุ่น ในขณะที่แรงต้านทานหรือภูมิคุ้มกันในตัว ก็ค่อนข้างมีข้อจำกัดและมีจุดอ่อน ทำให้พวกเขายังคงเป็นเหยื่อของการหลอกลวง เริ่มจากการเสพ สูการดิดและถูกบังคับใช้ประโยชน์ ให้เป็นผู้แพร่กระจายยาบ้าต่อไป กระทั่งตกเข้าสู่วังวน และเป็นส่วนหนึ่งของวงจรอย่างยากจะถอนตัว

ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ที่ทั้งบุคคลและสังคมรอบข้างจะต้องร่วมเป็นตัวช่วยในการลดความเสี่ยง และเพิ่มภูมิคุ้มกันให้แก่พวกเขาด้วย

ลองครั้งเดียวก็ติดใจ

ผลการศึกษาวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียน นักศึกษา ที่เข้ามารับการรักษาในโรงพยาบาลยืนยันว่า การลองยาแค่ครั้งเดียวก็ทำให้ติดยาได้ อย่างเช่น การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ยาบ้าของนักเรียน นักศึกษาในจังหวัดราชบุรี ในผู้ป่วย 100 คน พบ 30 คนที่ลองยาครั้งแรกแล้วติดเพราะติดใจ ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า ผู้ที่ลองยาบ้าครั้งแรกมีโอกาสติดยา 30%

ทั้งนี้การติดยายังขึ้นอยู่กับปริมาณยาที่ได้รับด้วย รวมทั้งความพอใจในตัวยา ทั้งจากลักษณะทางกายภาพภายนอก เช่น รูปลักษณ์ กลิ่น สี รสชาติ และปัจจัยเสริมอื่น ๆ เช่น ความสนุกของบรรยากาศแวดล้อมและหมู่เพื่อน

การเสพร่วมกับเครื่องดื่มมีเมาหรือยาเสพติดชนิดอื่นที่ไปเสริมฤทธิ์กัน รวมถึงส่วนที่สำคัญ คือ ฤทธิ์ทางเคมีของยาบ้าโดยตรง ซึ่งจะมีผลในระยะแรกๆ ทำให้เกิดการหลั่งสารความสุขของสมอง จึงเกิดความรู้สึกอยากเสพซ้ำ แต่ผลร้ายในภายหลังจะทำให้เกิดโรคจิตหวาดระแวง ประสาทหลอน ทำให้คลุ้มคลั่งทำอะไรโดยขาดสติ อย่างที่เห็นตามทีวี หรือข่าวในชีวิตประจำวัน ทำให้มีผลต่อการเรียนและอนาคต

7 เพียงเข้าใจก็ไปได้สวย

การทำความเข้าใจกับการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น ทั้งภาวะทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม จะทำให้ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับวัยรุ่นสื่อสารกับพวกเขาได้ในรูปแบบที่เข้าใจและยอมรับกัน

วัยรุ่นเองก็ควรที่จะเข้าใจความเปลี่ยนแปลงของตนเอง เพื่อปรับตัวรับใจ รองรับการเปลี่ยนแปลงนั้นๆ ให้ได้ด้วยดี เพื่อที่ช่วงวัยนี้จะได้ไม่ เป็น “วัยรุ่น” หากเป็นวัยแห่งการสร้างสรรค์และการวางพื้นฐานความเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคมต่อไป

ตั้งหลักรับการเปลี่ยนแปลง

ใครที่มีลูกอยู่ในช่วงวัยรุ่นคงจะเจอปัญหานี้บ้าง คือจู่ๆ ลูกที่เป็นเด็กเรียบร้อย วานอนนอนง่าย ก็กลับกลายเป็นเด็กดื้อ พูดอะไรไม่ฟัง ที่เคยคลอเคลียพ่อแม่ก็กลับหวงเนื้อหวงตัว ลูกชายไม่ยอมให้แม่หอมแก้มต่อหน้าเพื่อนอีกต่อไป ลูกสาวก็ไม่ค่อยอยากให้พ่อกอดหรือหอมมากนัก มีโลกส่วนตัวมากขึ้น โทรศัพท์คุยกับเพื่อนครั้งละนาน ๆ เริ่มสนใจแต่งเนื้อแต่งตัว ดูกระเจกได้ทั้งวัน บางคนก็อาจมีพฤติกรรมที่ก้าวร้าวขึ้น สนใจเพศตรงข้ามมากขึ้น ฯลฯ

พฤติกรรมเหล่านี้ก่อให้เกิดความกังวล กลุ้มใจ รำคาญใจให้กับพ่อแม่หลายครอบครัว และหากไม่สามารถสื่อสารให้เข้าใจกันก็จะทำให้เกิดความเครียดไปหมดทั้งบ้านได้ ซึ่งก็จะกระทบถึงความสัมพันธ์ต่อกัน และหากไม่เข้าใจกันแล้ว ปัญหา ก็อาจจะลุกลามไปถึงเรื่องอื่นๆ ได้

แท้จริง ก่อนจะมาถึงการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมและจิตอารมณ์ ความเปลี่ยนแปลงหลักของวัยรุ่นก็คือความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ในช่วงชีวิตหนึ่งของคนเรา ช่วงที่ร่างกายเปลี่ยนแปลงอย่างขนานใหญ่ที่สุดก็คือช่วงวัยรุ่นนี่เอง นับตั้งแต่เรื่องความสูง ความอ้วน การเติบโตขึ้นของอวัยวะต่าง ๆ หรือบางอย่างก็อาจจะเปลี่ยนรูปร่างไป รวมทั้งสิ่งที่ไม่เคยมีมาก่อนก็จะเกิดขึ้นมา โดยทั้งหมดเป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในร่างกาย

ฮอร์โมนที่เป็นตัวการสำคัญที่สุดที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ก็คือฮอร์โมนเพศ ในทางร่างกายคือทำให้ส่วนสูงเพิ่มขึ้นและลักษณะความเป็นเพศชาย - หญิง ชัดเจนขึ้น

ความเปลี่ยนแปลงนี้เป็นไปตามธรรมชาติ แต่สามารถก่อให้เกิดความวิตกกังวลแก่เจ้าตัวได้มาก ทั้งจากการไม่รู้ ความไม่คุ้นเคย ไปจนถึงความรู้สึก

ไม่มั่นใจและความกลัว การช่วยให้พวกเขารู้ให้ทัน และตั้งหลักให้ได้ จึงจำเป็นอย่างยิ่ง

ความวิตกกังวลกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย โดยเฉพาะในส่วนของสรีระทางเพศ นับว่าเป็นเรื่องใหญ่ การตกใจกับผื่นเปื่อยก ในเด็กผู้ชาย และตกใจกับประจำเดือนในเด็กผู้หญิงเป็นเรื่องที่มักเกิดขึ้น อย่างน้อยในระยหนึ่ง และวัยรุ่นนิยมเปรียบเทียบตัวเองกับคนอื่น ดังนั้นเพียงแค่การเติบโตทางร่างกายที่ไม่เท่ากับคนอื่นก็สามารถมีผลต่อภาพพจน์ รวมถึงความรู้สึกนึกคิดของวัยรุ่นได้แล้ว

โดยทั่วไปการเปลี่ยนแปลงจะเริ่มจากวัย 10 ปี เป็นต้นไป โดยเด็กผู้หญิงโตขึ้นเร็วกว่าเด็กผู้ชายประมาณ 1-2 ปี การเติบโตอย่างรวดเร็วบางครั้งทำให้เกิดความรู้สึกไม่มั่นใจในร่างกายตนเอง โดยเฉพาะเด็กผู้หญิงที่โตเร็วกว่าเพื่อนในชั้นเรียน มักจะรู้สึกอึดอัด เคอะเขินต่อสายตา หรือคำพูดหยอกล้อ หรือ “แซว” จากเพื่อนผู้ชาย มีแนวโน้มด้วยว่าเด็กผู้หญิงที่โตเร็วจะมีลักษณะช้อยๆ ชอบเป็นผู้ตามมากกว่าเป็นผู้นำ เพราะเมื่อร่างกายโตขึ้นแต่จิตใจยังเป็นเด็ก จึงรู้สึกอายกับร่างกายตัวเอง

ในทางกลับกันเด็กผู้ชายที่โตช้ากว่าเพื่อนจะรู้สึกไม่มั่นใจในความเป็น “แมน” ของตัวเอง และจะมีความสามารถทางด้านกีฬา การทำงาน ฟังตนเอง ตลอดจนมีความเป็นผู้นำน้อยกว่าเด็กผู้ชายที่โตเร็ว ทั้งนี้เพราะค่านิยมของผู้ชายจะภูมิใจในความแข็งแรง วัยรุ่นหรือเด็กที่มีร่างกายกำยำและโตกว่าคนอื่นจึงมักบ่มเพาะความมั่นใจในตนเองไปจนกระทั่งโตเป็นผู้ใหญ่

การเข้าใจในเรื่องพื้นฐานที่ละเอียดอ่อนเหล่านี้คือประเด็นแรกที่วัยรุ่นและผู้คนรอบข้างจะต้องร่วมกันเปิดให้ออก ก่อนจะก้าวไปสู่การสร้างเสริมความเข้มแข็งและการแสวงหาทางที่เหมาะสมอื่นๆ ต่อไป



ร่วมกันวางก้าวอย่างตั้งต้น

นอกจากฮอว์โมเนตจะทำให้สรีระร่างกายเปลี่ยนแปลงแล้ว ยังผลักดันให้เกิดความรู้สึกทางเพศด้วย และความรู้สึกใหม่ที่ไม่เคยมีมาก่อนนี้เองก็สร้างความยากลำบากทางจิตใจให้เกิดขึ้นเช่นเดียวกัน พวกเขาอาจไม่แน่ใจหรือกระทั่งไม่รู้เลยว่าจะจัดการกับความรู้สึกตามธรรมชาติที่เกิดขึ้นอย่างไร ยิ่งเมื่อต้องผนวกเอาค่านิยมและกรอบทางสังคมเข้าไปด้วยก็ยิ่งเป็นเรื่องยากเข้าไปอีก

การยอมรับว่าความสนใจเรื่องเพศอย่างมากเป็นธรรมชาติของคนวัยนี้จะเป็นพื้นฐานที่สำคัญ

แต่พื้นฐานอย่างเดียวย่อมไม่เพียงพอ จำเป็นจะต้องมีการต่อยอดความรู้ที่ถูกต้อง เท่าทัน การใคร่ครวญไตร่ตรองเกี่ยวกับแง่มุมต่าง ๆ ของทัศนคติ และค่านิยมที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนการรู้จักวิธีที่จะปฏิสัมพันธ์และปฏิบัติการในเรื่องเพศ

ความรู้สึกทางเพศมีความหมายกว้างมากกว่าความต้องการทางเพศ ความรู้สึกนี้สามารถมีผลให้เด็ก ๆ เริ่มผลจากผู้ใหญ่และเพื่อนเล่นเพศเดียวกันหันไปสนใจเพื่อนร่วมวัยและต่างเพศมากขึ้นพร้อมกันนั้นก็กระตุ้นให้พวกเขาเริ่มที่จะสนใจในเรื่องร่างกายและความสวยความงามของตัวเอง ต้องการความเป็นอิสระ มีระยะห่างกับผู้ใหญ่ และ

มุมมองสองเด็กหามजू

1. ชีวิตลูกชาวสวน จระยอง

ตั้ม เป็นลูกชาวสวน จังหวัดระยอง จากวัยประถมถึงมัธยม เขาเรียนโรงเรียนแถวบ้านมาโดยตลอด ตั้มคงเติบโตและใช้ชีวิตเหมือนเด็กทั่วไปอีกก่อนประเทศ นั่นคือเรียนให้ได้เกรดดี ๆ สอบเข้ามหาวิทยาลัยของรัฐให้ได้ และมุ่งมั่นทำเกรดหรือเกียรตินิยมเพื่อเป็นใบเบิกทางการทำงานในอนาคต แต่ชีวิตเขาต้องหักเหเมื่อได้รู้จักพี่แป๊ป นักอนุรักษ์คนหนึ่งซึ่งเป็นผู้ร่วมริเริ่มและก่อตั้งกลุ่มรักษ์เขาชะเมา ตั้มเริ่มเข้าร่วมกิจกรรมตั้งแต่ปี 2537 ในฐานะเด็กที่ถูกพี่ ๆ ดึงตัวไปคุยโน่นคุยนี้ และพาเที่ยวชมธรรมชาติ ก่อนที่ต่อมาพี่ ๆ จะเห็นแวว “เอาจริง” และเริ่มมอบหมายงานต่างๆ ให้รับผิดชอบ

ครั้นเมื่อจบมัธยมศึกษาปีที่ 6 ตั้มก็มุ่งหน้าเข้ากรุงเทพฯ โดยตั้งเข็มไว้ว่าการเรียนต่อใหม่มหาวิทยาลัย แต่เขาเลือกที่จะไม่เอ็นทรานซ์ หากมุ่งสู่รามคำแหงโดยตรง

“ผมเบื่อการเรียนในระบบมาตั้งแต่ประถม มัธยมเราต้องทำข้อสอบ ต้องทำอะไรอย่างที่คุณกำหนด ทำให้ไม่อยากไปเรียน พอเข้ามหาวิทยาลัย ผมคิดว่าเราน่าจะได้เรียนแบบอิสระ ก็เลยเลือกเรียนที่นี่ เราได้ค้นคว้า มันเป็นการเรียนที่เรียนจริงๆ”

เพราะถือว่าโลกทั้งใบคือห้องเรียน ตั้มจึงใช้เวลาว่างหลังการเรียนและหลังจากการทำงานพิเศษหาเงินเรียนและแบ่งเบามาระทบบ้านด้วยการไป

เข้าฟังเสวนาหรือร่วมงานสัมมนาวิชาการต่างๆ ที่เห็นว่าน่าสนใจและมีประโยชน์อยู่เสมอ ในที่สุด เขาสามารถเรียนจบปริญญาตรีได้ภายใน 3 ปี โดยได้รับเกียรตินิยมอันดับ 2 ด้วย

“การเรียนของผมหมายถึงการที่เราได้รับความรู้ เป็นสิ่งที่มีประโยชน์กับความคิดและสติปัญญาทำให้เรามีคุณสมบัติมากขึ้น เพราะฉะนั้น วิชาไหนที่อาจารย์เอาหนังสือมาอ่านให้ฟัง ผมออกไปศึกษาเองดีกว่า แต่ถ้าวิชาไหนอาจารย์ทุ่มเทเก่ง เราได้ประโยชน์จากการเข้าฟังผมก็ไปทุกครั้ง แต่ถ้าห้องเรียนไม่มีให้ เราก็หาเอาจากข้างนอก”

หลังเรียนจบ ตั้มยังคงใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่กรุงเทพฯ แต่มักกลับไปช่วยงานกลุ่มรักษ์เขาชะเมาอยู่เสมอรวมทั้งเพิ่งรับตำแหน่งเป็นประธานกลุ่มในปีนี้

ตั้มยืนยันว่าเขาเองไม่ได้ปฏิเสธความสนุกสนานบันเทิง เพียงแต่ว่าเคยผ่านมันมาหมดแล้ว และรู้ตัวว่าควรใช้จ่ายเวลาไปกับอะไรมากกว่ากัน

ในวัย 23 ปี นอกจากอ่านหนังสือทุกประเภทแล้ว เขายังโปรดปรานการเล่นของไทยอย่าง โขน เสราห์อาทิตย์ก็ไปรับงานเป็นไกด์ทัวร์พาเด็กๆ เที่ยวโบราณสถาน ทั่วรั้ววัฒนธรรม เพื่อจะได้เรียนรู้ประวัติศาสตร์พร้อมๆ กับการฝึกฝนภาษาอังกฤษ ส่วนการฟังเสวนาวิชาการต่างๆ ยังคงดำเนินไปอย่างสม่ำเสมอ

“ผมเชื่อว่าพื้นฐานเด็กทุกคนไม่ผิด ผมเห็นกลุ่มเยาวชนมากมายที่คิดอยากจะทำอะไรดี ๆ ให้สังคม

แต่ขาดโอกาสและวิธีที่จะดึงเอาตัวนั้นออกมา เพราะระบบการศึกษาปิดกั้นกีดกันอยู่ ก็เลยต้องมีกลุ่มอิสระกลุ่มทางเลือก มีกิจกรรมนอกห้องเรียนให้เด็กได้ทำในสิ่งเหล่านั้น

เงื่อนไขข้อเดียวที่จะทำให้เด็กได้แสดงพลังออกมาได้อย่างเต็มที่คือการให้เขาได้เลือกทำในสิ่งที่เขารักและโชคดีของผมที่แม้ว่าที่บ้านจะเป็นชาวบ้านชาวสวนธรรมดา แต่พ่อแม่ให้โอกาสให้เด็กใช้ชีวิตด้วยตัวเองไม่เกะกะ คัดหวังอะไร แค่เรารับผิดชอบตัวเอง เรียนให้จบ แค่นี้เขาก็พอใจแล้ว”

“ครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ ผมเติบโตมาพร้อมกับภาพที่แม่ให้เราดักแด้ไปให้บ้านนั้นบ้านนี้ โดมากับการเชื้อเพื่อ เราก็เลยมีจิตสำนึกสูง ที่บ้านก็จะไม่ว่าอะไรเวลาที่เราไปทำงานเป็นอาสาสมัคร ผมค่อนข้างพอใจกับชีวิตทุกวันนี้ เพราะทุกอย่างที่ผมทำ เป็นสิ่งที่ผมเลือกเอง มีอยู่ครั้งเดียวที่ต้องทำอะไรโดยไม่ได้เลือกเอง”

ลูกชาวสวนอย่างตั้มอาจจะมีความพื้นฐาน และวิถีชีวิตแตกต่างจากเด็กในเมืองที่แวดล้อมไปด้วยความเจริญและสิ่งยั่วยุต่างๆ ทว่าการที่เด็กสักคนจะเติบโตเป็นคนเช่นไรนั้นคงมีอะไรหลายอย่างที่สำคัญไม่น้อยกว่าสภาพแวดล้อมและพื้นฐานที่เขากำลังก่อเกิดมา

ไม่ต้องการถูกมองหรือได้รับการปฏิบัติอย่างเด็ก ๆ อีกต่อไป พวกเขาปรารถนาการยอมรับ และแท้จริง แล้วต้องการแรงสนับสนุนและคำแนะนำมากมาย

ในทางด้านจิตใจ วัยรุ่นในวัย 10-13 ปีนั้นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเป็นส่วนใหญ่ จึงเป็นช่วงที่มีความไม่มั่นคงทางอารมณ์สูงสุด ส่วนในวัย 14-16 ปี วัยรุ่นเริ่มปรับตัวกับการเจริญเติบโตทางร่างกายได้แล้ว ช่วงนี้จะเริ่มมุ่งไปที่การค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง อยากมีความเป็นตัวของตัวเอง เริ่มต่อต้านพ่อแม่ เพื่อให้รู้สึกว่าพึ่งตนเองได้ และจะให้ความสำคัญกับเพื่อนเป็น

อย่างมาก ต่อเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลาย คืออายุ 17-19 ปี ปัญหาเรื่องระดับความไม่มั่นคงทางอารมณ์จะกลับมาอีกครั้ง ลักษณะหลัก ๆ คือจิตใจไม่มั่นคง เครียด ตัดสินใจไม่ค่อยได้และบางครั้ง อาจลามมาสู่การควบคุมตนเองไม่ได้

วัยนี้เป็นช่วงที่ต้องการการยอมรับจากเพื่อนมาก จะมีพฤติกรรมที่เหมือนเพื่อน เพื่อให้รู้สึกเป็นพวกเดียวกัน เราจึงมักจะเห็นวัยรุ่นแต่งตัวเหมือนกัน มีโทรศัพท์มือถือรุ่นฮิตเหมือนกัน ทำผมทรงเดียวกัน เป็นต้น การคบเพื่อนในช่วงนี้ถือเป็นเรื่องปกติ และเป็นการเรียนรู้ทางสังคมที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่น เรียนรู้บทบาทหน้าที่ของ

2. เด็กเมืองหลวงผู้รักเรียน

แม่ที่เป็นเด็กกรุงเทพฯ เต็มร้อยเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียน แต่การใช้ชีวิต ดูแตกต่างจากภาพรวมของเด็กกรุงเทพฯ ที่เราได้ยินได้ฟังจากสื่อต่าง ๆ มากนัก เขาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเรียน และสิ่งที่ให้ความสำคัญก็คือ การเรียน

“หน้าที่หลักของเราคือการเรียน เราต้องรับผิดชอบให้ดีกว่าคนอื่นจะได้สามารถไปทำอย่างอื่นได้ แต่ก่อนผมเรียนไม่เก่ง ธรรมดาเหมือนเด็กทั่วไป เรียนมั่งไม่เรียนมั่ง พอขึ้น ม. 1 เริ่มรู้สึกว่าดีขึ้น คิดเองได้ด้วย คุณพ่อสอนด้วยและคุณแม่ก็มาเสียพอดิ ก็เลยคิดว่าจะตั้งใจทำอะไรใหม่”

“ครอบครัวผมเป็นประชาธิปไตย ไม่ได้บังคับว่าต้องเรียนด้านไหน ผมสนใจด้านวิทยาศาสตร์ น้องสาวคนรองสนใจด้านศิลปะ ส่วนน้องสาวอีกคนเขาสนใจเรื่องดนตรี คุณพ่อจะให้สิทธิที่จะเลือกทำอะไรก็ได้ ผมเลือกเรียนสายวิทย์เพราะสนใจ และตอนมัธยมต้นได้เป็นนักเรียนในโครงการพัฒนาอัจฉริยะภาพทางวิทยาศาสตร์ ของสวทช. ความสนใจใคร่รู้ด้านนี้มันก็เลยตามมา พอขึ้น ม. ปลายก็เลยเลือกสายวิทย์ ส่วนตัวแล้วชอบทางชีววิทยามากกว่าอย่างอื่นก็จะลงลึกเป็นพิเศษ แต่ฟิสิกส์ เคมีก็ต้องเรียน แต่อาจจะไม่สนใจเท่า”

แม้จะเรียนอยู่ในห้องดี แต่แม่ก็ยังบอกเขาไม่ได้ตั้งหน้าตั้งตาเรียนอย่างเดียว หากยังทำกิจกรรมตามที่ทางโรงเรียนสนับสนุนให้ทำด้วย

กิจกรรมของเขาก็คือการเป็นนักเรียนโครงการพัฒนาอัจฉริยะภาพ

ของสถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.)

“เขาให้ทุน 1 ปี พาไปดูงานต่างประเทศ เช่น การติดต่อพันธุกรรมปลาหมึก เราจะรู้กระบวนการ ขั้นตอนในการติดต่อพันธุกรรมทุกอย่าง เพียงแต่เราจะได้ไม่ได้เรียนทฤษฎีอย่างนักศึกษาปริญญาโทเท่านั้น ต้องไปเรียนอีกที แต่เบื้องต้นเราจะรู้ว่ามีอะไรต้องทำบ้าง ต้องระวังอะไรตรงไหนบ้าง โครงการนี้ไม่ได้มีเงื่อนไขผูกพันว่าไปดูแล้ว คุณต้องกลับมาทำอะไร ก็เลยเป็นโอกาสที่ดีมากๆ”

“ทางสังคมศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ก็สนใจ ผมไปลงเรียนแบบ *Non Degree* คือเรียนไม่เอาวุฒิ ที่คณะเศรษฐศาสตร์มหาวิทยาลัยรามคำแหงได้ 2 ปีแล้ว ซึ่งหน่วยกิตจะแพงกว่าเรียนภาคธรรมดา แต่เป็นสิ่งที่ผมสนใจและคิดว่าเราจัดการเวลาได้ ก็เลยไปลงเรียน”

นอกเหนือจากที่กล่าวข้างต้น แม่ก็ยังร่วมทำกิจกรรมการทำสื่อการสอนแบบใหม่ ไม่ว่าจะเป็นการทำแอป อัปเดตทันตามอด การแต่งนิยายเรื่องสั้นแนววิทยาศาสตร์ เพื่อใช้เป็นหนังสืออ่านนอกเวลาที่มีเนื้อหาเป็นแนววิทยาศาสตร์ให้นักเรียนสายวิทย์หรือนักเรียนที่สนใจทางนี้ได้อ่าน

“ทำกิจกรรมเยอะก็จริง แต่สุดท้ายแล้ว การเรียนต้องมาก่อน ผมว่าการตั้งใจเรียนไม่มีอะไรเสียหายเลย การได้เกรดดี ๆ ก็จะมีผลกับโอกาสในชีวิตการทำงานข้างหน้า เพราะมันเป็นสิ่งแรกที่คุณอื่นจะรู้จักเรา เราไม่รู้หรอกว่าเราทำงานเก่ง มีประสบการณ์อะไรยังงั้นในตอนแรก แต่เขาก็ต้องดูจากตรงนั้นก่อน คุณรับผิดชอบการเรียนไหม และ

เมื่อเข้าไปทำงานแล้ว จึงจะมากูอีกที่ว่าคุณทำงานมีคุณภาพหรือเปล่า แต่ในเบื้องต้นแรกมันมีผลกับโอกาสนะ”

อย่างไรก็ดี ท่ามกลางเรื่องของการเรียนและกิจกรรมวิชาการมากมาย แบ่งก็พูดถึงอีกด้านหนึ่งของชีวิตด้วยว่า “แบ่งเวลาให้เพื่อนเหมือนปกติ เพราะผมก็ยังเป็นเด็กคนหนึ่งที่มีกลุ่มเพื่อน มีสนุกสนาน คาราโอเกะ ผมก็ไป หนังสือไหนเข้าฉาย ผมก็นัดเพื่อนไป จัดเวลาไว้เลย และจะไม่รับงานอะไรช่วงนั้น ถ้าเราไม่อยากจะให้ความเป็นวัยรุ่นซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ดีหายไป เราต้องให้เวลากับเพื่อน ถ้าเรามีการวางแผน มีการจัดการที่ดี ผมว่าเราสามารถทำอะไรหลาย ๆ อย่างได้ มีเวลาอยู่กับเพื่อน มีเวลาให้กับครอบครัว และมีเวลาให้กับตัวเองได้ทำสิ่งที่ให้ความรู้กับตัวเราได้”

ในอนาคตอันใกล้ แม่ก็ตั้งใจไว้แล้วว่า หลังจบมัธยม เขาจะเอ็นทรานซ์คณะวิทยาศาสตร์ เพื่อเป็นนักวิจัยทางด้านนี้ต่อไป โดยนอกเหนือจากเหตุผลที่ชอบแล้ว แม่ก็ยังบอกว่า “คนเราไม่ได้มีชีวิตอยู่เพื่อจะแสวงหาประโยชน์ หรือความสุขใส่ตัวเองอย่างเดียว สิ่งที่ผมเชื่อคือความสุขที่แท้จริงของคนเราก็คือการเติมเต็มหัวใจ มีความรู้สึกที่เรามีความภาคภูมิใจเมื่อสังคมต้องการเรา ไม่ใช่การเป็นคนมีชื่อเสียง ไม่ต้องเป็นคนสำคัญของทุกคน แต่เรารู้ว่าตัวเรามีคุณค่าและมีบางคนเห็นคุณค่าในตัวเรามากกว่าตัวเราเอง”

ตนเองสร้างความนับถือตนเอง และความภูมิใจ
ในตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อสุขภาพจิตของวัยรุ่น
ในอนาคต เพียงแต่ว่าเส้นทางแบบนี้จะเกิดขึ้น
ได้ย่อมจะต้องขึ้นกับคุณภาพของเพื่อนและ
สภาพแวดล้อมด้วย และทั้งสองสิ่งนี้อาจจะฝากไว้
กับดวงชะตาได้

คุณสมบัติที่กลายเป็นข้อตรงข้ามหรือกระทั่ง
เป็นคู่ขัดแย้งจะมีอยู่มากมายในวัยรุ่น พวกเขา
มีพลังกำลัง มีความมุ่งมั่น พร้อมๆไปกับที่มี
จินตนาการสูง และบางครั้งก็มีการฉกฉวยแปรปรวน
และรุนแรง พวกเขาเต็มไปด้วยความสับสนและ
ความลังเล มีความกลัวและความเปราะบาง แต่
ขณะเดียวกันก็รักการผจญภัยและชอบเสี่ยง
เขาอยากได้รับการมองและการปฏิบัติด้วยแบบ
ผู้ใหญ่ แต่ยังคงมีแง่คิดและการปฏิบัติตัวแบบ
เด็ก ๆ อยู่น้อย

นี่คือสภาพของวัยเปลี่ยนผ่านที่ต้องการ
ระดับประคองสูงยิ่งนั่นเอง

ความเข้าใจและการเอาใจใส่จากคนรอบข้าง
คือปัจจัยสำคัญที่สุดที่จะช่วยให้ช่วงวัยนี้ของชีวิต
ผ่านพ้นไปได้ด้วยดี ไม่ถลำสู่ทางที่ผิด และสามารถ
มีพัฒนาการที่ดีสืบต่อไป

นอกจากความเข้าใจจากคนรอบข้างแล้ว
วัยรุ่นต้องการการเติบโตในสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวย
ต่อการสร้างพัฒนาการสำหรับตัวเขา ทั้งสิ่งแวดล้อม
ในครอบครัวที่มีความรักความอบอุ่นและความ
เข้าใจ มีสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดี มีสถานที่
ออกกำลังกาย เพื่อให้ใช้พลังอย่างสร้างสรรค์
มีกิจกรรมที่เหมาะสมที่ทำร่วมกันในกลุ่มเพื่อน ซึ่ง
รัฐควรลงทุนในเรื่องเหล่านี้เพื่อให้เด็กและเยาวชน
ของไทยเติบโตอย่างมีคุณภาพดีทั้งกาย จิต สังคม
และปัญญา

