



หน่วยที่ 7

สิทธิในการแสดงออกตามวิถี

ชีวิตทางเพศ





หัวข้อเรื่อง (Topics)

7.1 สิทธิและความเสมอภาค

7.2 สิทธิทางเพศ

7.3 ความเท่าเทียมระหว่างเพศ

7.4 การแสดงออกทางเพศ





หัวข้อเรื่อง (Topics)

7.5 พฤติกรรมการแสดงออกทางเพศ

7.6 การแสดงออกทางเพศที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย





7.1 สิทธิและความเสมอภาค

สิทธิ หมายถึง ความรู้สึกที่รับรู้ได้ในตัวมนุษย์ ที่มีมาตั้งแต่เกิดหรือเกิดขึ้นโดยกฎหมาย เพื่อให้มนุษย์ได้รับประโยชน์ และมนุษย์จะเป็นผู้เลือกใช้สิ่งนั้นเอง โดยไม่มีผู้ใดบังคับได้

เสรีภาพ หมายถึง การใช้สิทธิอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือกระทำการอย่างใดอย่างหนึ่งได้อย่างอิสระแต่ทั้งนี้ จะต้องไม่กระทบต่อสิทธิของผู้อื่น

สิทธิมนุษยชน (Human Rights) คือ สิทธิความเป็นมนุษย์หรือสิทธิในความเป็นคน เป็นของทุกคนไม่เลือกกว่าจะมีเชื้อชาติ แหล่งกำเนิด เพศ อายุ สี ผิว ความคิดเห็นทางการเมืองที่แตกต่างกัน



สิทธิมนุษยชนคือสิทธิความเป็นมนุษย์หรือสิทธิในความเป็นคน





ความเสมอภาค (Equality) คือความเท่าเทียมกันในสิทธิและเสรีภาพ โดยเฉพาะความเท่าเทียมกัน ในการดำรงชีวิตอย่างสงบและการแสวงหาความสุข ความเสมอภาคมีความหลากหลาย

7.2 สิทธิทางเพศ

สิทธิทางเพศ คือสิทธิมนุษยชนในทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศและเป็นสิทธิมูลฐาน

7.2.1 สิทธิทางเพศ มีดังต่อไปนี้

1. สิทธิที่จะมีเสรีภาพทางเพศ ต้องบริหารจัดการบังคับข่มขู่ทางเพศ
2. สิทธิที่จะมีความเป็นอิสระ ความเป็นตัวของตัวเอง และความปลอดภัยในร่างกาย
3. สิทธิเท่าเทียมกันทางเพศ รวมทั้งความเคารพในความหลากหลายทางเพศ
4. สิทธิที่จะมีสุขอนามัยทางเพศที่ดี รวมทั้งได้รับการรักษาพยาบาลอย่างถูกต้องและเหมาะสม
5. สิทธิที่จะได้รับความรู้เรื่องเพศที่กว้างขวางและเป็นข้อเท็จจริงที่ไม่เบี่ยงเบน
6. สิทธิที่จะดำเนินชีวิตร่วมกันอย่างอิสระ จะแต่งงานหรือไม่ก็ได้
7. สิทธิที่จะตัดสินใจโดยเสรีและรับผิดชอบในการเจริญพันธุ์
8. สิทธิในความเป็นส่วนตัว สามารถตัดสินใจในการดำเนินชีวิตทางเพศโดยอิสระ





7.2.2 สิทธิทางเพศของเยาวชน ประกอบด้วย

1. สิทธิในความเสมอภาค
2. สิทธิในการมีส่วนร่วม
3. สิทธิในการมีชีวิตและปลอดภัยจากอันตราย
4. สิทธิในความเป็นส่วนตัว
5. สิทธิในความเป็นอิสระแห่งตนและการได้รับการยอมรับในฐานะบุคคล
6. สิทธิในการคิดและแสดงออกอย่างเสรี
7. สิทธิด้านสุขภาพ
8. สิทธิที่จะได้รู้และเรียนรู้
9. สิทธิในการเลือกที่จะแต่งงานหรือไม่ จะมีบุตรหรือไม่
10. สิทธิในการได้รับความคุ้มครองสิทธิ





7.2.3 สิทธิอนามัยเจริญพันธุ์ (Reproductive Rights)

1. สิทธิในชีวิต
2. สิทธิในเสรีภาพและความปลอดภัยของบุคคล
3. สิทธิในความเสมอภาคและความเป็นอิสระจากการเลือกปฏิบัติในทุกรูปแบบ
4. สิทธิในความเป็นส่วนตัวสิทธิในเสรีภาพแห่งความคิด
5. สิทธิในการได้รับข้อมูลข่าวสารและการศึกษา
6. สิทธิในการเลือกที่จะสมรสหรือไม่
7. สิทธิในการวางรากฐานและการวางแผนครอบครัว
8. สิทธิในการตัดสินใจว่าจะมีบุตรหรือไม่ และจะมีเมื่อใด
9. สิทธิในการดูแลและป้องกันสุขภาพ
10. สิทธิในการได้รับประโยชน์จากความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์
11. สิทธิในเสรีภาพในการชุมนุมและการมีส่วนร่วมทางการเมือง
12. สิทธิในการปลอดจากการถูกทารุณกรรมและการปฏิบัติมิชอบ





7.3 ความเท่าเทียมระหว่างเพศ

ความเท่าเทียมระหว่างเพศ หมายถึง การที่เพศชายและเพศหญิงมีสิทธิและเสรีภาพในการแสดงบทบาท ของตนเองต่อสังคมได้อย่างเท่าเทียมกัน แต่ต้องอยู่ภายในกรอบที่เหมาะสมของวัฒนธรรมที่ดีงาม



ความเท่าเทียมระหว่างเพศคือการที่เพศชายและเพศหญิงมีสิทธิและเสรีภาพในการแสดงบทบาทของตนเองต่อสังคมได้อย่างเท่าเทียมกัน





7.4 การแสดงออกทางเพศ

การแสดงออกถึงความรู้สึกต่อคนที่เราพึงพอใจมีหลายวิธี แต่ควรคำนึงถึงการแสดงออกที่ทำให้เกียรติกับคนที่เราพึงพอใจด้วย รวมทั้งต้องคำนึงถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นระหว่างคนสองคนที่อาจจะไม่ตรงกัน

การทำความรู้จักหรือเรียนรู้คนที่ถูกใจ คือการทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น การไปเดินเล่น การไปเที่ยวด้วยกัน หรือไปกับกลุ่มเพื่อน การช่วยกันทำการบ้าน โดยมีข้อที่ต้องคำนึงถึงดังนี้

1. การไปเที่ยวด้วยกันเป็นเพียงการทำความรู้จัก เรียนรู้ซึ่งกันและกัน
2. การเรียนรู้และทำความรู้จักกันมากขึ้นจะทำให้เราค้นพบว่า คนนี้เรารักแบบเพื่อนแบบพี่น้อง
3. อย่าสรุปเอาเองว่า การได้จับมือถือแขน สัมผัสกัน มองตากัน หรืออยู่กันสองต่อสองแล้วต้องมีเพศสัมพันธ์กัน





การได้จับมือถือแขนหรือการไปเที่ยวด้วยกันไม่ได้หมายความว่า
การยินยอมที่จะมีเพศสัมพันธ์กัน

อารมณ์ทางเพศ

อารมณ์ทางเพศ (Sexuality) หรือความต้องการทางเพศ หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่เป็น
ผลมาจาก สิ่งเร้าที่เป็นปัจจัยมากระตุ้นให้เกิดความรู้สึกทางเพศขึ้น โดยมีระดับมากน้อยต่างกันขึ้นอยู่กับ
ความสามารถ ในการควบคุมอารมณ์และพื้นฐานด้านวุฒิภาวะของแต่ละบุคคล





การเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายช่วยป้องกันและควบคุมอารมณ์ทางเพศได้





แนวทางการปฏิบัติเพื่อผ่อนคลายความต้องการทางเพศ

1. การผ่อนคลายความต้องการทางเพศด้วยการเบี่ยงเบนอารมณ์ทางเพศ

การเบี่ยงเบนอารมณ์ทางเพศ หมายถึง การใช้แนวทางในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อหันเหความสนใจในเรื่องที่เกี่ยวกับเพศ



**การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการหรือกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคม
เป็นวิธีหนึ่งในการเบี่ยงเบนอารมณ์ทางเพศ**





2. การผ่อนคลายความต้องการทางเพศด้วยการบำบัดความใคร่ด้วยตนเอง

การบำบัดความใคร่ด้วยตนเอง หมายถึง การผ่อนคลายความต้องการทางเพศด้วยการกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกทางเพศในตนเอง จากการกระตุ้นส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายก็ได้ จนเกิดการผ่อนคลายต่อความต้องการ ทางเพศที่เกิดขึ้น

7.5 พฤติกรรมการแสดงออกทางเพศ

พฤติกรรมทางเพศ หมายถึง การกระทำที่วัยรุ่นได้แสดงออก ไม่ว่าจะเป็นการคบเพื่อนต่างเพศ การแสดงออกซึ่งความรัก ด้วยการกอด จูบ จับมือถือแขน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศ ซึ่งสามารถแบ่งออกได้เป็น 4 ปัจจัย ดังนี้



อิทธิพลในด้านต่าง ๆ
ที่มีผลต่อพฤติกรรม





7.5.1 อิทธิพลของครอบครัว

ครอบครัวเป็นสถาบันแรกที่ทำให้การอบรมสั่งสอนและปลูกฝังคุณธรรมรวมทั้งค่านิยมที่พึงประสงค์ให้แก่สมาชิกในครอบครัว

7.5.2 อิทธิพลของเพื่อน

การคบเพื่อนมีความสำคัญและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการแสดงออกของวัยรุ่น เพราะเพื่อนจะมีอิทธิพลในเรื่องความคิด ความเชื่อ และการแนะนำในเรื่องต่าง ๆ รวมทั้งพฤติกรรมทางเพศ วัยรุ่นจะมีความสัมพันธ์ กับเพื่อนรุ่นเดียวกันมากกว่าบุคคลในวัยอื่น

7.5.3 อิทธิพลของสังคม

สังคมเป็นส่วนหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการกำหนดพฤติกรรมทางเพศ ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศ มีดังนี้

1. **สถานภาพทางสังคม** สถานภาพในสังคมไทยถูกกำหนดจากฐานะทางเศรษฐกิจ ที่ในปัจจุบัน มีความเหลื่อมล้ำอย่างมาก คนรวยในประเทศไทยจะมีฐานะร่ำรวยมาก ในขณะที่คนจนจะยากจนมาก

2. **สื่อมวลชน** การนำเสนอข่าวของสื่อมวลชนโดยไม่มีการกลั่นกรองถึงความเหมาะสม จะมีอิทธิพลต่อกระแสค่านิยมทางเพศได้ง่าย





7.5.4 อิทธิพลของวัฒนธรรม

วัฒนธรรม หมายถึง ลักษณะที่แสดงความเจริญงอกงาม ความเป็นระเบียบ ความกลมเกลียว และศีลธรรมอันดีงามของประชาชน วัฒนธรรมเป็นวิถีการดำเนินชีวิตที่ปฏิบัติสืบทอดกันมายาวนานจากบรรพบุรุษ สู่รุ่นต่อไป



อิทธิพลทางวัฒนธรรม

7.6 การแสดงออกทางเพศที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย

7.6.1 ค่านิยมเรื่องเพศในอดีตของสังคมไทย

1. ผู้หญิงต้องอยู่กับเหย้าเฝ้ากับเรือน ถูกกดขี่ข่มเหง
2. ผู้ชายเป็นใหญ่และมีอำนาจในการตัดสินใจทุกอย่าง
3. ผู้หญิงต้องรักษากิริยามารยาท ไม่แสดงการยั่วยวน
4. การนัดพบกันของผู้หญิงและผู้ชายสามารถทำได้การจากแนะนำของผู้ใหญ่
5. การเลือกคู่ครองจะเป็นในลักษณะที่เรียกว่าคลุมถุงชน ซึ่งผู้ใหญ่จะเลือกคู่ครองให้
6. ผู้หญิงถูกปลูกฝังเรื่องค่านิยมให้มีความรักและซื่อสัตย์ต่อสามีเพียงคนเดียว





7.6.2 ค่านิยมเรื่องเพศในปัจจุบันของสังคมไทย

1. ผู้หญิงได้รับการศึกษาในระดับสูงได้เช่นเดียวกับผู้ชาย
2. สภาพแวดล้อมในปัจจุบันแตกต่างจากในอดีตไปอย่างสิ้นเชิง มีสิ่งที่ล่อตาล่อใจมากมาย
3. ความก้าวหน้าและรวดเร็วของสื่อเทคโนโลยี
4. การคบเพื่อนต่างเพศเป็นไปอย่างอิสระ
5. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรแบบไม่ยั้งคิดโดยใช้ความรักเป็นข้ออ้าง



การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรแบบไม่ยั้งคิด ทำให้เกิดปัญหาตามมา





7.6.3 การแสดงออกทางเพศที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย ควรปฏิบัติดังนี้

1. ผู้หญิงต้องรักษานวลสงวนตัว ควรมีเพศสัมพันธ์และอยู่ร่วมกันกับคนรักหลังแต่งงานแล้ว
2. ผู้ชายต้องรู้จักยับยั้งชั่งใจ ไม่ชิงสุกก่อนห่าม ควรรอให้ถึงวัยและเวลาอันเหมาะสมก่อน
3. ไม่ควรพูดเรื่องทางเพศอย่างเปิดเผย
4. มีคู่รักเพียงคนเดียว ไม่สำส่อนทางเพศ
5. ต้องรู้จักจัดการอารมณ์ทางเพศของตนด้วยวิธีที่ถูกต้อง สร้างสรรค์
6. การรู้จักให้เกียรติซึ่งกันและกันและการวางตัวที่เหมาะสมทางเพศทั้งชายและหญิง

