

แผนการสอน เพศวิถีศึกษา

สำหรับภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้
โดย **amaze**

การกลั่นแกล้งรังแก

คืออะไร?



amaze

**Advocates
for Youth**
Rights. Respect. Responsibility.


unesco


UNFPA



เกี่ยวกับแผนการสอน



แผนการสอนนี้เป็นหนึ่งในเก้าของชุดแผนการสอนที่มีไว้เพื่อส่งเสริมการจัดการสอนเพศวิถีศึกษาสำหรับภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ แผนการสอนนี้ถูกออกแบบเพื่อใช้ร่วมกับวิดีโอของ AMAZE ที่มีความเกี่ยวข้องกับเนื้อหาของแผนการสอน ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้ร่วมกับแผนการสอนที่มีอยู่แล้ว หรือสามารถเป็นทรัพยากรในการสนับสนุนการสอนเพศวิถีศึกษา

การเรียนรู้เพศวิถีศึกษาในประเด็นและเนื้อหาเฉพาะนี้ ควรส่งเสริมโอกาสให้แก่ผู้เรียนในการพัฒนาองค์ความรู้และเสริมสร้างพฤติกรรมการเรียนรู้ทั้งในด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย ชุดแผนการสอนเพศวิถีศึกษาตัวอย่างนี้ครอบคลุมเพียงบางวัตถุประสงค์การเรียนรู้เท่านั้นหลายครั้งแผนการสอนแผนหนึ่ง ไม่เพียงพอสำหรับทำให้ผู้เรียนบรรลุพฤติกรรมการเรียนรู้ ครูผู้สอนควรติดตามผลการเรียนรู้เป็นระยะ ทั้งใช้รูปแบบการสอนทั้งภายในและภายนอกห้องเรียนเพื่อให้ผู้เรียนได้สะท้อนความคิดและเจตคติ และฝึกฝนทักษะ เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ของแผนการสอนวิถีเพศศึกษาที่ต้องการ

การกลั่นแกล้งรังแกคืออะไร?

แผนการสอน
เพศวิถีศึกษา โดย **amaze**

ความสอดคล้องกับแนวปฏิบัติสากลทางวิชาการเรื่องเพศวิถีศึกษา

แนวคิดหลัก 1: ความสัมพันธ์

- หัวข้อที่ 1.3: การยอมรับความแตกต่าง การมีส่วนร่วม และความเคารพซึ่งกันและกัน กลุ่มอายุ 9-12 ปี

แนวคิดหลัก 4: ความรุนแรงและการใช้ชีวิตอย่างปลอดภัย

- หัวข้อที่ 4.1: ความรุนแรง กลุ่มอายุ 9-12 ปี

ความรู้พื้นฐานเดิมของนักเรียน

นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับความรุนแรงชนิดต่าง ๆ และความจริงที่ว่ามนุษย์ทุกคนล้วนแตกต่างกันและมีค่ามาก่อน

สำหรับช่วงกลุ่มอายุ

มัธยมศึกษาปีที่ 1-2 (อายุประมาณ 10-14 ปี)

เวลา

45 นาที

การเตรียมตัวของครู

- ดูวิดีโอเรื่อง ความรุนแรงคืออะไร? เพื่อทำความเข้าใจกับเนื้อหาในกรณีที่ไม่คุ้นเคยกับการกลั่นแกล้งรังแก ค้นหาข้อมูลเพิ่มเติม หรือสามารถศึกษาจากรายงานของ UNESCO ได้ที่นี่ [Behind the Numbers Ending School Violence and Bullying](#)
- ทดลองเล่นวิดีโอเพื่อให้แน่ใจว่าสามารถเปิดได้ในห้องเรียน โดยอาจกำหนดให้เล่นตั้งแต่เริ่มต้น (เพื่อหลีกเลี่ยงโฆษณา) บนยูทูป เปิดจากเพลย์ลิสต์ของ AMAZE ([AMAZE playlist](#)) หรือดาวน์โหลดไว้ล่วงหน้า ทั้งนี้ ครูอาจใช้คำสั่งกำหนดความเร็วในการเล่น ([YouTube Playback Speed function](#)) เพื่อให้เหมาะสมกับระดับของนักเรียน
- เตรียมเอกสารแจกสำหรับนักเรียน: ตัวอย่างการกลั่นแกล้งรังแก กลุ่มละหนึ่งแผ่น โดยหนึ่งกลุ่มมีนักเรียน 3-4 คน
- เตรียมแบบฝึกหัด: การกลั่นแกล้งรังแก หนึ่งแผ่นต่อคน

อุปกรณ์ที่ต้องใช้

- เครื่องคอมพิวเตอร์พร้อมสัญญาณอินเทอร์เน็ตและลำโพง
- เครื่องฉายภาพโปรเจ็คเตอร์และจอ
- วิดีโอลิงก์: <https://youtu.be/00daK2jnghc>
- ซอล์กและกระดาษดำ
- เอกสารแจกสำหรับนักเรียน: ตัวอย่างการกลั่นแกล้งรังแก
- แบบฝึกหัด: การกลั่นแกล้งรังแก



วัตถุประสงค์การเรียนรู้

เมื่อจบคาบนี้ นักเรียนสามารถที่จะ

1. บอกนิยามของการกลั่นแกล้งรังแกได้ (พุทธิพิสัย)
2. อธิบายการกลั่นแกล้งรังแกได้สามประเภท (พุทธิพิสัย)
3. บอกวิธีการรับมือกับการกลั่นแกล้งรังแกได้อย่างน้อยสองวิธี (พุทธิพิสัย)
4. ยอมรับว่าการกลั่นแกล้งรังแกเป็นสิ่งที่สร้างความเจ็บปวด (จิตพิสัย)



หมายเหตุสำหรับครู: บทเรียนนี้อาจกระตุ้นความเจ็บปวดของนักเรียนที่กำลังถูกกลั่นแกล้งรังแกหรือเคยมีประสบการณ์ดังกล่าว บอกนักเรียนว่าสามารถที่จะมาพบครูเป็นการส่วนตัวหลังคาบเรียนได้หากต้องการ และครูต้องเตรียมตัวให้พร้อมที่จะส่งต่อให้นักเรียนให้กับที่ปรึกษาหรือบริการด้านสุขภาพที่จำเป็น นอกจากนี้ ครูต้องพร้อมในกรณีที่นักเรียนเปิดเผยเรื่องราวส่วนตัวเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแกในระหว่างคาบเรียน หรือชี้ตัวผู้กระทำการรังแก โดยการยอมรับสิ่งที่นักเรียนแลกเปลี่ยนและบอกให้นักเรียนรู้ว่าสามารถที่จะพูดคุยกับครูหลังคาบเรียนได้

การกลั่นแกล้งรังแกคืออะไร?

แผนการสอน
เพศวิถีศึกษา โดย **amaze**

ขั้นตอน

ขั้นที่ 1

อธิบายว่าครูรู้ว่านักเรียนหลายคนอาจมีความรู้เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแก ไม่ว่าจะมาจากการเรียนในโรงเรียนหรือในโลกแห่งความเป็นจริง แต่บางครั้งผู้ใหญ่เองก็คุ้นชินน้อยกว่าว่าการกลั่นแกล้งรังแกคืออะไรหรืออาจไม่ได้ใส่ใจนักอธิบายว่าการกลั่นแกล้งรังแกคือการแสดงออกซึ่งความรุนแรงและในวันนี้ทุกคนจะได้ทบทวนว่าการกลั่นแกล้งรังแกคืออะไร มีที่ประเภท และสิ่งที่ควรทำเมื่อพบเจอเหตุการณ์ดังกล่าว (2 นาที)

ขั้นที่ 2

ให้นักเรียนดูวิดีโอ การกลั่นแกล้งรังแกคืออะไร https://bit.ly/_whatisbullying ของ AMAZE

ซึ่งมีความยาวสองนาที่ครึ่ง

แล้วถามนักเรียนว่าใครมีคำถามอะไรหรือไม่ จากนั้นให้บอกว่า “วิดีโอนี้ช่วยให้เราเข้าใจเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแกมากขึ้น โดยในตอนแรกได้อธิบายให้เรารู้ว่ามันคืออะไร-นั่นก็คือ

พฤติกรรมที่ทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด เป็นอันตราย หรืออับอาย” โดยบอกนิยามพร้อมกับเขียนลงบนกระดานด้วย จากนั้นให้บอกว่า “วิดีโอนี้ยังพูดถึงประเภทของการกลั่นแกล้งรังแก มีนักเรียนคนไหนบอกครูได้บ้างว่ามีประเภทใดบ้าง?” ถามต่อเกี่ยวกับประเภทของการกลั่นแกล้งรังแก และตัวอย่างของแต่ละประเภท

- การกลั่นแกล้งรังแกทางตรงหรือทางกาย เช่น การผลัก เตาะ ทำให้สะดุดล้ม หรือทำลายข้าวของเสียหาย
- การกลั่นแกล้งทางวาจา เช่น การด่าทอ ดูถูก หรือล้อเลียน
- การกลั่นแกล้งรังแกทางอ้อม เช่น ไม่ให้ความสนใจและไม่เชิญให้ร่วมกิจกรรมต่าง ๆ
- การกลั่นแกล้งรังแกทางไซเบอร์ เช่น การส่งข้อความ อีเมล โพสต์ข้อความ ภาพ หรือวิดีโอเชิงละเมิดหรือทำร้ายจิตใจ หรือจงใจกีดกันทางออนไลน์

ในขณะที่นักเรียนแลกเปลี่ยนการกลั่นแกล้งรังแกที่ตนได้ประสบมา ให้ครูเขียนสิ่งเหล่านั้นลงบนกระดาน (8 นาที)



หมายเหตุสำหรับครู: ในบางกรณี นักเรียนอาจมีการใช้ภาษาหรืออารมณ์ขันที่ไม่เหมาะสม ครูควรขัดจังหวะบอกให้นักเรียนหยุด และอธิบายให้นักเรียนเข้าใจพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมนั้นหลังคาบเรียน

การกลั่นแกล้งรังแกคืออะไร?

แผนการสอน
เพศวิถีศึกษา โดย **amaze**



ขั้นที่

3

จากนั้น ถามนักเรียนว่า “ทำไมบางคนจึงกลั่นแกล้งรังแกคนอื่น?” ในกรณีที่ไม่มีนักเรียนคนใดกล่าวถึงประเด็นนี้หลังจากที่ได้แลกเปลี่ยนแล้ว ให้บอกว่าผู้ที่กลั่นแกล้งรังแกคนอื่นจะมองหาวิธีการควบคุมผู้ถูกรังแกเพื่อให้ตนมีอำนาจมากขึ้น ส่งผลให้ผู้ถูกรังแกถูกทำร้ายจิตใจ หรือได้รับอันตรายทางร่างกายและจิตใจ

จากนั้นแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม ๆ ละ 3 ถึง 4 คน และแจกเอกสาร: ตัวอย่างการกลั่นแกล้งรังแก ให้กลุ่มละหนึ่งแผ่น แล้วอธิบายว่าด้านหนึ่งเป็นโครงร่างสำหรับผู้ชายและอีกด้านหนึ่งเป็นโครงร่างสำหรับผู้หญิง ให้นักเรียนเขียนตัวอย่างการกลั่นแกล้งรังแกลงไปบนกระดาษแต่ละด้าน (เช่น จากที่ได้แลกเปลี่ยนก่อนหน้าหรือที่เห็นจากวิดีโอ) และจากคำถาม “การกลั่นแกล้งรังแกทำให้ผู้ถูกรังแกรู้สึกอย่างไร?” ให้เขียนความรู้สึกที่อาจเกิดขึ้นจากการถูกกลั่นแกล้งรังแกภายในโครงร่างกาย

ให้สมาชิกในกลุ่มแลกเปลี่ยนข้อสังเกตจากกิจกรรมนี้ ถามคำถามเจาะลึกเพื่อเปรียบเทียบประสบการณ์เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแกระหว่างชาย หญิง คนข้ามเพศ และเยาวชน

โดยการถามคำถามต่อไปนี้:

- รู้สึกอย่างไรที่ได้ทำกิจกรรมนี้?
- เราอาจประสบกับการกลั่นแกล้งรังแกได้โดยวิธีใด?
- นักเรียนสังเกตรูปแบบการกลั่นแกล้งรังแกใดหรือไม่?
- รูปแบบเหล่านั้นเหมือนกันหรือแตกต่างระหว่างชาย หญิง คนข้ามเพศ และเยาวชน?

(20 นาที)

ขั้นที่

4

จากนั้น วาดตารางข้างล่างนี้บนกระดาน โดยแบ่งเป็นสองคอลัมน์และมีสองคำถามในช่องด้านบน

หากถูกกลั่นแกล้งรังแก เราสามารถทำอะไรได้บ้าง?	เราสามารถช่วยเหลือผู้ที่ถูกรังแกได้อย่างไร?

การกลั่นแกล้งรังแกคืออะไร?

แผนการสอน
เพศวิถีศึกษา โดย **amaze**

อธิบายว่าถึงตอนนี้ นักเรียนได้พูดคุยเกี่ยวกับประเภทและโอกาสที่เราอาจประสบกับการกลั่นแกล้งรังแก จากนั้นเราจะมาพูดคุยกันว่าเราจะทำอะไรได้บ้าง ถามนักเรียนว่า “หากนักเรียนถูกกลั่นแกล้งรังแก นักเรียนสามารถทำอะไรได้บ้าง?” เขียนคำตอบของนักเรียนลงบนกระดานด้านซ้าย จากนั้นให้ถามว่า “หากเห็นคนอื่นถูกรังแก เราสามารถทำอะไรได้บ้าง?”

ถามเพื่อให้ได้คำตอบเหล่านี้:

หากถูกกลั่นแกล้งรังแก เราสามารถทำอะไรได้บ้าง?	เราสามารถช่วยเหลือผู้ที่ถูกรังแกได้อย่างไร?
<ul style="list-style-type: none">• มองคนที่รังแกเราและบอกให้หยุดด้วยน้ำเสียงที่นิ่ง ชัดเจน• หากไม่กล้าพูดด้วยเสียงดังขึ้นหรืออาจไม่ปลอดภัยให้เดินออกไปเพื่อขอความช่วยเหลือ• บอกเพื่อน พ่อแม่ ครู หรือที่ปรึกษา• หากถูกกลั่นแกล้งรังแกทางโซเชียล<ul style="list-style-type: none">• งดการมีส่วนร่วม อย่าตอบโต้หรือส่งข้อความนั้นต่อไปให้บุคคลอื่น• บล็อกหมายเลขโทรศัพท์นั้น• อันเฟรนด์บุคคลนั้นทางโซเชียลมีเดีย• รวบรวมหลักฐานต่าง ๆ ให้ได้มากที่สุด โดยการเซฟข้อความ ทวิต หรือรูป เป็นต้น• บอกเพื่อนหรือผู้ใหญ่ที่ไว้ใจ	<ul style="list-style-type: none">• สนับสนุนผู้ถูกรังแกโดยการแสดงออกอย่างเป็นมิตรต่อหน้าผู้ที่กระทำการกลั่นแกล้งรังแก• ชัดแจ้งหวัะการกลั่นแกล้งรังแกนั้น โดยการขอให้ผู้ถูกรังแกมาช่วยเราทำธุระ• บอกผู้ที่กระทำว่าสิ่งที่ทำนั้นไม่ดีและให้หยุดพฤติกรรมดังกล่าว• บอกครูพ่อแม่ ที่ปรึกษา หรือผู้ใหญ่ที่ไว้ใจ• หากรู้จักใครที่ถูกกลั่นแกล้งรังแกทางโซเชียล ควรเป็นแสดงความเป็นมิตรเพื่อไม่ให้เขารู้สึกโดดเดี่ยว สนับสนุนให้เขาบอกกับผู้ใหญ่ที่ไว้ใจ และบอกวิธีการบล็อกอันเฟรนด์ผู้ที่กระทำการกลั่นแกล้งรังแก และไม่ตอบโต้

(8 นาที)

ขั้นที่

5

ขอบคุณการตอบคำถามของนักเรียน สรุปบทเรียนโดยการเน้นย้ำประเด็นข้างล่างนี้ พร้อมบอกให้นักเรียนทำแบบฝึกหัด: การกลั่นแกล้งรังแก โดยใช้เวลาประมาณสองสามนาที (7 นาที)



หมายเหตุสำหรับครู: อย่าลืมลบข้อมูลบนกระดานก่อนแจกกระดาษแบบฝึกหัด

การกลั่นแกล้งรังแกคืออะไร?

แผนการสอน

เพศวิถีศึกษา โดย **amaze**



ประเด็นสรุปที่สำคัญ

- การกลั่นแกล้งรังแก คือ การทำให้อีกคนหนึ่งได้รับความเจ็บปวด อันตราย หรืออับอาย เพื่อให้ตนเองรู้สึกมีอำนาจ
- ในหลากหลายสถานที่ ผู้ชาย ผู้หญิง และเยาวชนที่เป็นคนข้ามเพศอาจมีประสบการณ์เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแกที่ต่างกัน
- การกลั่นแกล้งรังแกมีหลายประเภท การรู้ว่ากำลังเกิดเหตุการณ์นั้น ๆ ขึ้นจึงมีประโยชน์ในการปกป้องตัวเองและผู้อื่น
- หากถูกรังแกหรือเห็นผู้อื่นถูกรังแก เราสามารถปกป้องตัวเองและสนับสนุนผู้อื่นได้

แนวทางในการประเมินวัตถุประสงค์การเรียนรู้

แจกแบบฝึกหัด: การกลั่นแกล้งรังแก ให้นักเรียนช่วงท้ายคาบ ให้นักเรียนตอบคำถามและส่งก่อนออกจากห้องเรียน

คำแนะนำในการประยุกต์ในการสอนทางออนไลน์

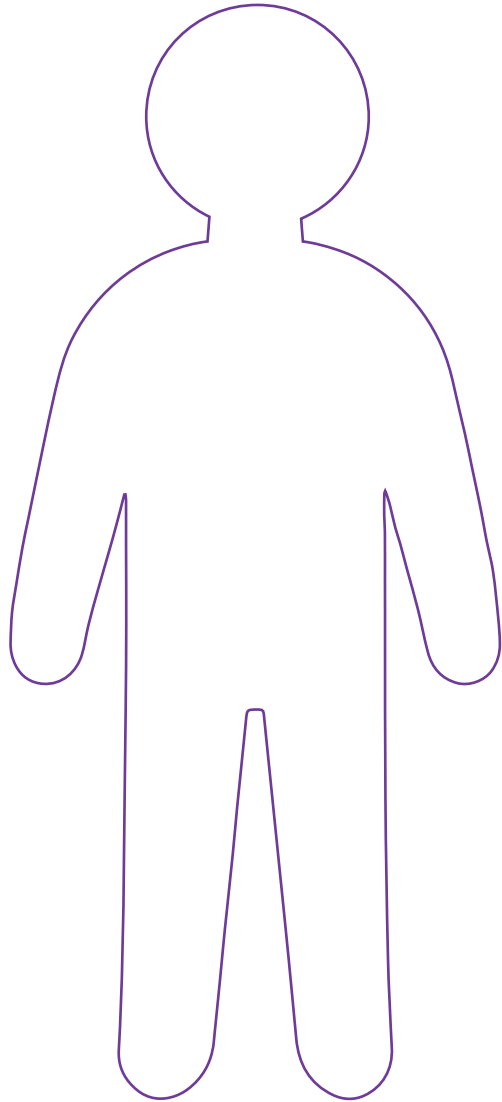
ในกรณีที่ต้องสอนทางออนไลน์ ให้ใช้แพลตฟอร์มดิจิทัล เช่น กูเกิ้ลคลาสรูม หรือ ชูม และเขียนคำตอบของนักเรียนบนกระดานออนไลน์ และอาจแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มทางออนไลน์เพื่อทำกิจกรรมตัวอย่างการกลั่นแกล้งรังแกร่วมกัน โดยการใช้ Google document ที่ทุกคนสามารถเข้าถึงได้หรือใช้แจมบอร์ด

การบ้าน (หากมี)

ไม่มี

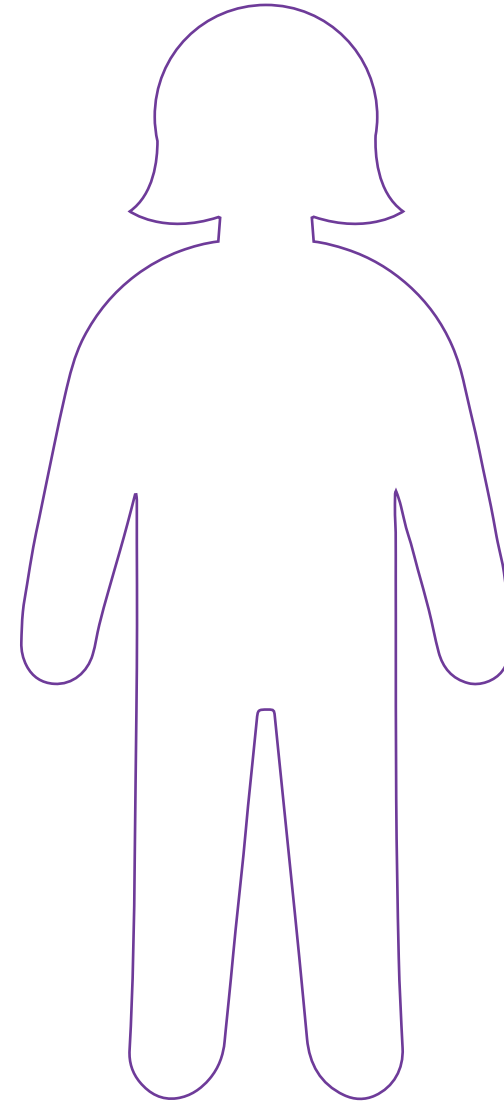
เอกสารแจก

ตัวอย่างการกลืนแก๊งรังแก



เอกสารแจก

ตัวอย่างการกลืนแก๊งรังแก



แบบฝึกหัด

การกลั่นแกล้งรังแก

ชื่อ:

วันที่:

คำสั่ง: จงตอบคำถามต่อไปนี้แล้วส่งกระดาษแบบฝึกหัดก่อนออกจากห้องเรียน

1. อะไรคือการกลั่นแกล้งรังแก?

2. จงกากบาทการกลั่นแกล้งรังแกสามประเภท:

การกลั่นแกล้งรังแกทางตรง

การกลั่นแกล้งโดยผู้บังคับบัญชา

การกลั่นแกล้งโดยผู้ใต้บังคับบัญชา

การกลั่นแกล้งรังแกทางไซเบอร์

การกลั่นแกล้งรังแกทางอ้อม

การกลั่นแกล้งรังแกรูปแบบใหม่

3. จงบอกสิ่งที่เราสามารถทำได้มาหนึ่งอย่างหากถูกรังแก

4. จงบอกสิ่งที่เราสามารถทำได้มาหนึ่งอย่างหากพบเห็นผู้ที่ถูกรังแก