

รายงานสังคมมิตร ศิษย์ ครู ฝึกการพูดครั้งที่ 2504 ประจำวันที่ 25 เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ.2567

★ **เปิดประชุม** โดยนายกสโมสรฯ **คุณศศิวิมล ศรีถาวร** : เปิดประชุม 15.00 น. เดือนนี้เป็นเดือนแห่งความรัก ผู้พูดเล่าว่า ระหว่างทางที่กำลังขับรถเพื่อมาประชุมที่สโมสรฯ พบชายคนหนึ่งกำลังขับรถมอเตอร์ไซด์อย่างช้า ๆ สบาย ๆ ไปตามถนนที่ร่มรื่น โดยมีผู้หญิงที่ตัวเล็กกว่านั่งอยู่ด้านหน้าคนขับ ผู้พูดมองภาพที่เห็นด้วยความประทับใจ เป็นภาพน่ารักที่อาจจะเป็นคนแม่ที่โดยสารมากับบุตรชาย หรืออาจเป็นคู่รักที่โดยสารมาด้วยกันก็เป็นได้ ความรักจึงเป็นความงดงามอย่างแท้จริง และ วันที่ 23 เดือนกุมภาพันธ์ที่ผ่านมา ผู้พูดและทีมวิทยากรได้เข้าไปจัดการบรรยายที่ทัศนสถานหญิงเชียงใหม่ จากกิจกรรมนี้สัมผัสได้ถึงความสุขมากมายจากแววตา รอยยิ้ม และเสียงหัวเราะทั้งของทีมวิทยากร นักดนตรีและผู้ฟังการบรรยายทุกท่าน และเชื่อว่าผู้ฟังสามารถเก็บเกี่ยวประโยชน์จากการฟังเพื่อนำไปปรับใช้ต่อไปได้ ขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมนี้ด้วย

★ **พิธีกร** โดย **คุณนิตยา ว่องกลกิจศิลป์** : สโมสรฯก่อตั้งเมื่อวันที่ 1 เดือนสิงหาคม พ.ศ.2518 โดยการริเริ่มของคณะบุคคลนำโดย **อ.ไมตรี ขาติบุรุษ** ที่ได้รับแรงบันดาลใจจากการฝึกการพูดสากลระบบโทสต์มาสเตอร์ เพื่อให้เป็นศูนย์กลางของการฝึกการพูดในที่ชุมชน สมาชิกจะได้ฝึกทักษะการฟัง การคิด และแสดงความคิดเห็นอย่างถูกต้อง ฝึกการเป็นผู้นำชุมชน มีความคิดสร้างสรรค์ เสียสละ และช่วยเหลือสังคมส่วนรวม การฝึกการพูดประกอบด้วย การฝึกการพูดแบบ เตรียมตัว การพูดแบบจับพล้น และการวิจารณ์ คำขวัญ “เพื่อการฟัง การคิด และการพูดที่ดีกว่า” แนะนำธง – ตราสัญลักษณ์ รางวัลถ้วยไม้สักทองและรางวัลถ้วยแก้ว ตักตอลงเพื่อเก็บค่าปรับผู้พูดที่ใช้คำฟุ่มเฟือย ก่อนสำหรับเปิด – ปิดการประชุม จากนั้นดำเนินการประชุมตามวาระ

★ **ประธานฝึกการพูดแบบจับพล้น** โดย **คุณสัมพันธ์ โยธกุลสิริ** : การฝึกการพูดแบบจับพล้นมีวัตถุประสงค์เพื่อฝึกฟังคำถาม และจับประเด็น ถ่ายทอดความคิดและความรู้ให้ออกมาเป็นคำตอบให้ผู้ฟังเข้าใจ แจ่มกติกเวลาตอบจับพล้น 2 นาที +/- 30 วินาที พร้อมสัญญาณไฟ การให้คะแนนของผู้ฟังในใบ Popular vote และรางวัลสำหรับผู้ตอบคำถามได้ดีหรือดีเด่น

คำถามที่ 1 “ระหว่าง ได้ลาภ – เสื่อมลาภ ได้ยศ – เสื่อมยศ ได้รับสรรเสริญ – นินทา หากท่านเลือกได้ที่จะต้องพบเจอในชีวิต ท่านอยากพบเจอคู่ใด ?” ผู้ตอบ **รศ.ทัศนาศลัตถะนันท์** : ในความเป็นจริง โลกธรรมทั้ง 8 เราไม่สามารถเลือกได้ แต่หากให้เลือกตามที่กล่าวมา ผู้พูดเลือกคู่ของสรรเสริญ - นินทา เพราะ “อันนินทาภาเลเหมือนเทน้ำ ไม่ชอกช้ำเหมือนเอากริตมาริตหิน แต่องค์พระปฏิมาลัยราชิน มนุษย์เดินดินหรือจะพ้นคนนินทา” ไม่มีใครที่จะได้รับคำชมหรือคำติตลอดจากทุก ๆ คน ดังนั้น หากเราคิดว่าสิ่งที่เราทำ คิด พูดเป็นสิ่งที่ดี ทำด้วยสติและความรอบคอบ ไม่ทำความเดือดร้อนแก่คนอื่นและตนเอง ทำแล้วพอใจ ภูมิใจและไม่เสียใจในภายหลัง ให้ทำต่อไป และสิ่งที่ทำนี้จะเป็นสิ่งที่ตราตรึงแก่เราไปตลอดชีวิต

คำถามที่ 2 “เรื่องเซ็กซ์มีความสำคัญกับการครองคู่หรือไม่ ?” ผู้ตอบ **อ.สถิตย์ ผลทิพย์** : ชีวิตคู่มือองค์ประกอบหลากหลายที่ทำให้อยู่ด้วยกัน ทั้งความไว้วางใจ ความเชื่อใจ การเงิน ฐานะ รวมทั้งเรื่องเซ็กซ์ เพราะในชีวิตจริงเป็นสิ่งที่ต้องมีซึ่งแตกต่างกันในแต่ละคู่ครอง การมีเซ็กซ์มีความสำคัญสำหรับการครองคู่ที่นอกจากทำให้มีการสืบเชื้อสายของตระกูลแล้ว ยังเป็นการบอกว่ายังรักกันอีกด้วย

คำถามที่ 3 “ท่านวางแผนชีวิตอย่างไรให้อยู่เป็นโสดอย่างมีความสุข ?” ผู้ตอบ **คุณกรรณิการ์ แสงอำพันธ์**: ผู้พูดเป็นโสดที่วางแผนไว้ว่าจะต้องมีลูก และลูกจะต้องสวย จึงเลือกชายที่รูปหล่อมาครองคู่ หลังจากมีลูกแล้ว ได้เลิกรักกันไปเพราะผู้พูดต้องการเป็นโสด ชีวิตโสดเป็นชีวิตที่มีความสุขที่สุดเพราะเรารักตัวเองและรักสิ่งที่ตนเองต้องรับผิดชอบ คือชีวิตลูก จนถึงปัจจุบันยังคงมีชีวิตโสดที่มีความสุขที่สุด

คำถามที่ 4 “ท่านเห็นด้วยหรือไม่ในกรณีจะแก้กฎหมายเพื่อลดอายุเด็กที่ต้องรับโทษ ?” ผู้ตอบ **อ.ภาณุพงศ์ ไชยวรรณ** : เป็นสิ่งที่สังคมกำลังถกเถียงกันเพราะสัดส่วนของการทำผิดในเด็กเพิ่มมากขึ้น แสดงว่ากระบวนการที่แก้ไขป้องกันไว้แต่เดิมมีปัญหา ดังนั้น สังคมต้องมีการศึกษาอย่างจริงจัง ผู้พูดเห็นว่าการเพิ่มโทษและลดอายุเด็กที่ต้องรับโทษเป็นการแก้ปัญหาไม่ตรงจุด เพราะไม่ว่าจะเพิ่มโทษเท่าไรก็ตาม แต่กระบวนการสร้างสำนึกเด็กในสังคมให้มีความรับผิดชอบ สร้างครอบครัวที่อบอุ่น สร้างสังคมที่ดีงาม เป็นทางออกที่ดีที่สุด

★ **ผู้ประเมินฝึกการพูดแบบฉับพลัน** โดย **รศ. ดร.ปราโมทย์ วนิตย์ธนาคม** : ประธานฝึกการพูดแบบฉับพลัน มีการเตรียมตัวและทำหน้าที่ได้ดี คำถามที่นำมาไม่ทำให้ผู้ตอบเครียด เหมาะสมกับบรรยากาศช่วงเดือนแห่งความรัก และเลือกผู้ตอบได้เหมาะสม แนะนำเพิ่มเติม บางคำถามอธิบายก่อนถามยาวไป อาจทำให้ผู้ตอบสับสนประเด็นคำถามได้ ผู้ตอบคำถามทุกท่านตอบได้ดีและตรงประเด็น ให้ข้อคิดเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ได้ แนะนำเพิ่มเติม สำหรับผู้ตอบบางท่านสามารถอธิบายเหตุผลเพิ่มเติมประกอบคำตอบที่ตอบได้

★ **5 นาที มีสาระดีๆ มาฝาก** เรื่อง “พูด (คุย) ยังไงดี” โดย **ศ.คลินิก ทพ.วิรัช พัฒนาการ** : ผู้พูดนำเสนอประสบการณ์แล้วให้ผู้ฟังช่วยคิดหากเกิดเหตุการณ์ ดังนี้ 1) เมื่อเราพูดและกำลังจะเสนอสิ่งใด คู่สนทนาพูดสวนโดยที่เรายังพูดไม่จบ 2) ในขณะที่เราเสนอสิ่งใดไป คู่สนทนามักจะพูดว่า ไม่ใช่หรอ ทำให้ผู้พูดรู้สึกว่าตนเองไม่รู้เรื่องใด ๆ เลย และ 3) ขณะที่กำลังพูดคุยกัน แต่มีบุคคลที่สามเข้ามาแล้วพูดเรื่องอื่น โดยไม่ฟังว่าเดิมเขาคุยอะไรกันอยู่ ผู้พูดให้ทัศนะว่าในการพูดคุยกันต้องใช้สุนทรียสนทนา ได้แก่ การฟังด้วยจิตจดจ่อ (Deep listening) ก่อให้เกิดความเคารพ (Respecting) ควบด้วยการห้อยแขวน คือการไม่ตัดสินหรือวิจารณ์คู่สนทนา (Suspending) และแทนด้วยเสียงจากใจของตัวเอง (Voicing) พร้อมกันนี้เรียนเชิญ **รศ.ทัศนาศลัตถะ** แสดงความคิดเห็นเรื่องดังกล่าวด้วย โดยกล่าวว่าการฟังเป็นศาสตร์และศิลป์ ดังที่ **คุณแม่เทเรซา** ได้กล่าวว่า เพียงแต่เราตั้งใจฟังอีกฝ่ายพูดก็เป็นการแสดงความเมตตาแล้ว ในสถานการณ์ข้างต้น อาจเป็นเพราะคู่สนทนานั้นขาดเมตตา ไม่สนใจผู้อื่น และอาจติดเป็นนิสัย สิ่งที่เราทำได้ คือการให้อภัย และดูว่าศาสนที่เขาต้องการสื่อคืออะไร หากอยู่ในวงสนทนาที่ต้องการเพียงพบปะพูดคุยมากกว่าเรื่องที่เป็นสาระสำคัญ ให้เราเป็นผู้ฟังที่ดีและเมตตา

★ **3 นาที แห่งความทรงจำนำพาความสุข** เรื่อง “ปากเสีย” โดย **คุณหอม อาณาจักรทองคำ** : เรื่องนี้เกิดขึ้นตั้งแต่กรุงเทพฯยังไม่เจริญมาก.. ณ ท่าเรือท่าพระจันทร์ มีชายนามว่า ไอ้เปี้ยว อาชีพขับเรือโดยสารข้ามฟากเป็นคนปากเปลาะและพูดเรื่อยเปื่อย มีผู้โดยสารเป็นฝรั่งคือ มิสเตอร์หอม ที่โดยสารเรือเพื่อข้ามไปท่าเรือศิริราช ขณะที่เรืออยู่กลางแม่น้ำเจ้าพระยา ก็มีเพื่อนขับเรือโดยสารอีกลำสวนทางมา ถามว่า “ไอ้เปี้ยว แกจะไปส่งใครนะ” ไอ้เปี้ยวก็ตอบว่า “ไปส่ง_มา...” หารู้ไม่ว่ามิสเตอร์หอมอยู่เมืองไทยมานานจนฟังและพูดไทยได้ดี เมื่อถึงท่าเรือศิริราช มิสเตอร์หอมขึ้นจากเรือแล้ว ไอ้เปี้ยวก็บอกว่า “นายฝรั่ง ยังไม่จ่ายค่าจ้างให้ข้าฯเลย..” มิสเตอร์หอมตอบกลับทันที “_มา..ใช้ตั้งค์เป็นที่ไหนล่ะ..!!!”

★ **ปฏิคมแนะนำผู้มาเยือน** โดย **คุณธันวรัตน์ มณีพรรณ** : วันนี้มีผู้มาเยือนสโมสรฯ 1 ท่าน

- **คุณพัฒนภัทร์ บุญสิงห์** ประกอบธุรกิจส่วนตัว มาตามคำเชิญของ **คุณดรุณี วงศ์รัตนธรรม**

สโมสรฝึกการพูดแห่งลานนาไทย เชียงใหม่ ขอขอบคุณและขอต้อนรับท่านด้วยความยินดียิ่ง

ก่อนพักการประชุม พิธีกรเชิญชวนเพื่อนสมาชิกที่มาประชุมร่วมอวยพรวันคล้ายวันเกิดสมาชิกทุกท่านที่มีวันเกิดในเดือนกุมภาพันธ์ หลังจากนั้นพักการประชุม ตื่นน้ำ ชา กาแฟ พูดคุยตามอัธยาศัย (15 นาที) ขอขอบคุณผู้สนับสนุนอาหารว่างทุกท่าน

★ **รายการฝึกการพูดแบบเตรียมตัว** – มีผู้ฝึกชั้นบท 1 ท่าน

♡ **บทที่ 4 การใช้ภาษา** เรื่อง “หมั่นโถว..ศิระชะมนุชย์” โดย **คุณดวงแข แซ่ตั้ง** : หมั่นโถวเป็นอาหารจีน มีลักษณะเป็นก้อนแป้งสาลีหนึ่งไม่มีไส้ มีต้นกำเนิดตามวรรณคดีจีนสามก๊ก คำว่า “หม่าน” หมายถึงชาวหม่านที่อยู่ทางตอนใต้ของจีน ในครั้งที่ขงเบ้งยกทัพไปปราบเบ้งเฮ็กที่เป็นผู้ครองดินแดนทางใต้นั้น ขงเบ้งจับเบ้งเฮ็กได้และปล่อยไปถึง 7 ครั้ง เพื่อให้เบ้งเฮ็กยอมจำนนอย่างเต็มใจโดยไม่คิดก่อกบฏอีก จากนั้นจึงเดินทางกลับเมืองเสฉวน แต่ระหว่างทางมีพายุรุนแรง พัดเอาก้อนหินจากยอดเขาลงมาบริเวณแม่น้ำลูกซุยที่กองทัพจะต้องข้ามผ่านกลับเมืองต้องบวงสรวงด้วยศิระชะม้าเผือก - กระป๋อดำ และศิระชะมนุชย์อีก 49 หัว เมื่อขงเบ้งทราบแต่ไม่ยอมฆ่าคน จึงได้ออกอุบายทำแป้งปั้นเป็นรูปศิระชะมนุชย์ 49 ชิ้น นำมาเช่นไหว้ หลังจากนั้นเหตุการณ์ก็กลับสู่ปกติ และขงเบ้งก็นำทัพกลับได้ในที่สุดจึงเป็นที่มาของหม่านโถว หรือหมั่นโถว เพราะคำว่า โถว แปลว่าศิระชะ “หมั่นโถว” จึงหมายถึงศิระชะของชาวหม่านนั่นเอง **ผู้ประเมินเฉพาะตัวโดย คุณสุกัญญา เนียมลากเหนือ**

★ **เล่าสู่กันฟัง** เรื่อง “อย่าพลาดเรื่องการทรงตัว” โดย **รศ. ดร.นันทนิ เสถียรศักดิ์พงศ์** : การทรงตัวเป็นความสามารถของร่างกายในการควบคุมและรักษาจุดศูนย์ถ่วงของร่างกาย ทำให้ร่างกายอยู่ในภาวะสมดุลทั้งขณะที่อยู่กับที่และขณะเคลื่อนไหว โดยการทรงตัวอาศัยปัจจัยที่สำคัญ ดังนี้ 1) ระบบประสาทส่วนกลาง คือ สมองและไขสันหลัง ที่สั่งการและควบคุมการเคลื่อนไหว 2) ระบบประสาทรับความรู้สึก รวมทั้งระบบการมองเห็นและระบบเวสติบูลาร์ (Vestibular : อยู่ในหูชั้นในช่วยการควบคุมการทรงตัว) และ 3) ระบบโครงร่างและกล้ามเนื้อที่ประสานการทำงานอย่างสอดคล้องกัน ผู้บรรยายได้ให้สมาชิกทดสอบการทรงตัวขณะยืนอยู่กับที่ทั้งขณะลืมตา - หลับตา และการยืนขาเดียว เนื่องจากมีข้อจำกัดเรื่องเวลา ครั้งต่อไปจะแนะนำวิธีการฝึกการทรงตัวให้แก่สมาชิก

★ **ผู้ประเมินทั่วไป** โดย **อ.เสน่ห์ คำวินิจ** : ผู้พูดบทที่ 4 (โดยผู้ประเมินเฉพาะตัว) การแต่งกายและการยืนหลังแทนพูดเหมาะสม ความพร้อมและการใช้ภาษากายน้อย แนะนำเพิ่มเติม เลือกเรื่องที่เอื้อแก่การใช้ภาษากายตามวัตถุประสงค์ของบทมากขึ้น รายการฝึกการพูดการพูดแบบฉับพลันมีผู้ประเมินแล้ว พิธีกรเตรียมตัวมาดี การปรากฏกายดี แนะนำเพิ่มเติม มีความกังวลในเนื้อหาว่าจะไม่เป็นตามลำดับ จึงทำให้ดูไม่เป็นธรรมชาติ ให้ฝึกการสร้างบรรยากาศนายกลสโมสรฯเปิดประชุมตรงเวลา เปิดฉากการพูดได้ดีมากเป็นการอุ่นเครื่องการประชุม กล่าวเพิ่มเติม ในการมาสโมสรฯควรตั้งเป้าหมายและวัตถุประสงค์ในการฝึกพูดแต่ละครั้ง เพื่อการเปลี่ยนแปลงตัวเองและเราจะได้ประโยชน์จากการเปลี่ยนแปลงนี้ “ยิ่งให้ยิ่งได้ คือความสุข ยิ่งสุขยิ่งมีคือ สติปัญญา” (โดย ท่านพุทธทาสภิกขุ)

★ ผู้รายงานการใช้ภาษา โดย อ.คารณิ คงมั่น : มีการใช้คำที่สามารถปรับให้เหมาะสมและน่าฟังขึ้น เช่น รายการถัดจากนี้ (ควรใช้..รายการต่อไป) ถูกรับเลือก (ต้องใช้..ได้รับเลือก) ชายชื่อนามว่า.. (ควรเป็น..ชายชื่อว่า..) ฟังภาษาไทยได้เป็นน้ำไหล (ควรเป็น..เข้าใจภาษาไทย หรือ พูดคล่องเป็นน้ำไหลไฟดับ) เป็นต้น การใช้คำว่า เขี้ยวลากดิน (ใช้กับ สัตว์ร้าย หากจะใช้สำหรับผู้ที่พูดเก่ง ควรเป็น..มีประสบการณ์มาก) คำว่า มีผู้พูดจำนวน 1 ท่าน (ตัด จำนวน ออกได้) คำว่า Yeast ออกเสียง ยีสต์ ไม่ใช่ ยืด การใช้ภาษาต่างประเทศที่เป็นศัพท์เฉพาะควรอธิบายด้วย

★ ผลฝึกการพูดประจำสัปดาห์

♡ ผู้ตอบคำถามจับพลันดีเด่น : รางวัลถ้วยแก้ว พร้อมรับ POPULAR VOTE CARD : รศ. ทศนา สลัดยะนันท์

♡ ผู้ฝึกการพูดแบบเตรียมตัว

บทที่	ผู้ฝึกพูด	ผลการฝึก	หมายเหตุ
4	คุณดวงแข แซ่ตั้ง	กรรมการขอฟังใหม่	-

♡ ผู้ประเมินเฉพาะตัวดีเด่น : คุณสุกัญญา เนียมลาภเนื่อง

★ ผู้รายงานคำพุ่มเพื่อย โดย คุณดรุณี วงศ์รัตนธรรม

★ ผู้รายงานการใช้เวลา โดย คุณปราณี วิริยะสุธี

★ ข้อคิดคำคมประจำสัปดาห์นี้ : “คนโง่เอาใจไว้ที่ปาก คนฉลาดเอาปากไว้ที่ใจ”

(โดย ครูบาพรหมมา พรหมจักโก วัดพระพุทธรบาทตากผ้า อ.ป่าซาง จ.ลำพูน)

★ ปิดประชุม เวลา 17.42 น.

★ เรียบเรียง / รายงาน โดย คุณนิทยา ว่องกลกิจศิลป์

*****ขอขอบคุณผู้ทำหน้าที่ และผู้เข้าร่วมการประชุมทุกๆท่าน*****

ข่าวและประชาสัมพันธ์

★ คุณศศิวิมล ศรีถาวร แจ้งกิจกรรมของสโมสรฯ ดังนี้

- วันที่ 2 - 3 เดือนมีนาคม พ.ศ.2567 สโมสรฯจะไปร่วมแสดงความยินดีเนื่องในโอกาสครบรอบ 40 ปี ของสมาคมฝึกการพูดพิชญโลก จ.พิชญโลก สมาชิกที่จะไปร่วมงาน ขึ้นรถพร้อมกันที่โรงแรมเชียงใหม่ฮิลล์ เวลา 8.30 น. วันที่ 2 มีนาคม พ.ศ.2567
- จากการประชุมจัดทำหลักสูตรของสโมสรฯ โดยจะมีหลักสูตรระยะสั้นใช้เวลาการอบรมประมาณ 2 วัน ได้แก่ หลักสูตร “ศาสตร์และศิลปะแห่งการพูดในที่ชุมชน และ “การพัฒนาบุคลิกภาพ” สำหรับสมาชิกสโมสรฯและบุคคลภายนอกเพื่อเพิ่มเติมความรู้ด้านทักษะการพูดและบุคลิกภาพ จะแจ้งความคืบหน้าในโอกาสต่อไป

★ ขอเชิญชวนมิตร ศิษย์ ครู และกัลยาณมิตรทุกท่านเข้าไป กด Like กดแชร์ กดติดตามข่าวสาร รูปภาพและ

กิจกรรมของสโมสรฯได้ทางเพจเฟซบุ๊ก www.facebook.com/lannapublicspeakingclub

และเข้าเยี่ยมชมติดตามข่าวสาร ข้อมูล รูปภาพ และรายการฝึกการพูดประจำสัปดาห์ ได้ที่เว็บไซต์อย่างเป็นทางการ

ของสโมสรฯ <http://lannathaispeakingclub.com>