

รายงานสังคมนิตร์ ศิษย์ ครู ฝึกการพูดครั้งที่ 2488 ประจำวันที่ 5 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2566

★ **เปิดประชุม** โดยที่ปรึกษางานทะเบียน ภก.กรกฎ ทิพย์รัตน์ : เปิดประชุมเวลา 15.00 น. ผู้พูดได้รับมอบหมายให้เปิดประชุมแทนเนื่องจากนายกสโมสรฯติดภารกิจ โดยผู้พูดห่างหายจากการทำหน้าที่นี้มานานกว่า 20 ปี ตั้งแต่พ้นวาระการเป็นนายกสโมสรฯ สมัยที่ 27 และเล่าถึงละครโทรทัศน์เรื่อง “บุพเพสันนิวาส” ที่เมื่อ 2 ปีก่อนได้สร้างปรากฏการณ์ตอนใกล้อวสานที่ประชาชนรอชมละครกันมากมาย จากถนนที่เคยมีรถวิ่งจำนวนมากก็ว่างไปด้วย และตอนนี้มีภาคต่อในชื่อเรื่อง “พรหมลิขิต” แนวโน้มของละครเริ่มมีผู้ชมจำนวนมากขึ้น คิดว่าการที่ละครเป็นที่น่าสนใจมาก น่าจะมาจากผู้เขียนบทที่สามารถใช้ช่องว่างของประวัติศาสตร์มาเติมเต็มให้ละครดูน่าเชื่อถือขึ้น และทำให้มีผู้สนใจค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ทั้งที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์และตัวละครบางตัวในละครมากขึ้น เช่นเดียวกับสโมสรฯที่มีความเป็นมาอันยาวนานเกือบ 50 ปีแล้ว

★ **พิธีกร** โดย **คุณวิชาญ ศรีตั้ง** : หลังจากหักทายสมาชิกที่เข้าร่วมประชุม กล่าวถึงความเป็นมาของสโมสรฯก่อตั้งเมื่อวันที่ 1 เดือนสิงหาคม พ.ศ.2518 โดยกลุ่มบุคคลขณะนั้นจากการนำของ **อ.ไมตรี ชาทิบุรุษ** ที่มีแรงบันดาลใจจากการได้ฝึกการพูดแบบสากลระบบโทสต์มาสเตอร์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อฝึกการพูดอย่างมีระบบ และนำมาเป็นแนวทางของสโมสรฝึกการพูดแห่งประเทศไทย เชียงใหม่ จากนั้นดำเนินการประชุมตามวาระ

★ **ประธานฝึกการพูดแบบฉบับพลัน** โดย **คุณบุญรัตน์ อินตะพิงค์** : หน้าที่ของประธานฯ คือการเตรียมคำถามเพื่อให้สมาชิกตอบได้ตามคำขวัญของสโมสรฯ คือ “เพื่อการฟัง การคิด และการพูดที่ดีกว่า” ฟังคำถามอย่างมีสมาธิ คิดอย่างมีระบบ และตอบคำถามอย่างมีโครงสร้างภายในเวลาที่กำหนด แจกกติกาเวลาการตอบฉบับพลัน การให้คะแนนในใบ Popular vote และรางวัลสำหรับผู้ตอบคำถามที่ตอบเนื้อหาได้ตรงตามวัตถุประสงค์ และตรงใจผู้ฟังมากที่สุด

คำถามที่ 1 “ท่านมีวิธีการออกแบบชีวิตของท่านให้มีความสุขในช่วงฤดูหนาวที่จะมาถึงนี้อย่างไร ?” ผู้ตอบ **คุณปราณี วิริยะสุธี** : ไม่ว่าฤดูกาลไหน ๆ สิ่งที่ต้องเตรียมพร้อมที่สุดคือ สุขภาพ โดยให้ร่างกายแข็งแรงในทุกฤดู ถ้าร่างกายแข็งแรงแล้ว จะสามารถรับมือกับสภาวะอากาศที่แปรปรวนและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี เชื่อว่าทุกท่านจะมีชีวิตอยู่ท่ามกลางอากาศที่หนาวเย็นนี้ได้ถ้ามีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และให้ความสำคัญเรื่องอาหารที่ถูกต้องตามฤดูกาลด้วย เช่น การเพิ่มความอบอุ่นให้ร่างกาย อาทิ ดื่มน้ำขิงในตอนเช้า

คำถามที่ 2 “หากมีพลังวิเศษให้เลือกหนึ่งอย่าง ท่านอยากได้พลังวิเศษเรื่องอะไร ? และจะใช้มันอย่างไร ?” ผู้ตอบ **คุณรวีภาส ทิพย์รัตน์** : อยากได้พลังของแวมไพร์ในเรื่องมีชีวิตเป็นอมตะและมีสติปัญญาที่ดี เพราะจะเป็นเหมือนห้องสมุดเคลื่อนที่ได้ และเราจะจดจำทุกเหตุการณ์ในประวัติศาสตร์ของมนุษย์ได้ สามารถใช้ความรู้ที่ได้รับมาปรับปรุงหรือทำสิ่งต่าง ๆ เพื่ออนาคต ยกตัวอย่าง เทพนิยายในจักรวาลวอร์แฮมเมอร์ (Warhammer)

คำถามที่ 3 “ท่านคิดว่าประเทศไทยพร้อมจะมีกฎหมายรองรับกลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBT) ได้หรือไม่ ? เพราะเหตุใด ?” ผู้ตอบ **รศ.ทัศนาศิลัยะนันท์** : อาจารย์แพทย์ท่านหนึ่งเคยให้ทัศนะแก่ผู้พูดว่า ใครบอกว่าเพศที่ถูกต้องมีเพียง 2 เพศ แล้วเพศที่ 3 - 4 - 5 ไม่ถูกต้องอย่างไร จึงทำให้ได้คิดว่าแม้โดยธรรมชาติสร้างคนให้ออกมา 2 ลักษณะ แต่จริง ๆ แล้วสามารถมีได้หลากหลายดังที่ได้พบจากคนที่รู้จัก และคนเหล่านั้นล้วนเป็นผู้ที่น่ารัก มีความสามารถมากที่ไม่ได้แตกต่างจากเพศปกติเลย บางอย่างอาจเด่นกว่า เช่น ความสามารถเชิงศิลปะ แม้

ในบางประเทศยังไม่เป็นยอมรับ แต่ในประเทศไทย พบว่าบุคคลกลุ่มนี้มีความสามารถที่โดดเด่นและเป็นที่ยอมรับในสังคมมากมาย ซึ่งกฎหมายที่มนุษย์สร้างขึ้นก็ควรจะยอมรับได้เช่นเดียวกัน

คำถามที่ 4 “ท่านคิดว่าคนที่มีรายได้น้อยได้ทำอะไร ไม่ควรได้รับเงินดิจิทัลจากรัฐบาล ?” ผู้ตอบ **คุณธนวัฒน์ กิตา :** คิดว่าผู้ที่มีสิทธิ์ได้รับเงินดิจิทัล ควรมียาได้ไม่เกิน 30,000 บาท / เดือน เพราะวัตถุประสงค์ของนโยบายเพื่อกระตุ้นเศรษฐกิจ และประชาชนกลุ่มนี้ได้รับประโยชน์จากนโยบายอย่างแท้จริง หากเป็นผู้มีรายได้น้อยเกินกว่านี้ได้รับจะทำให้ไม่เป็นไปตามวัตถุประสงค์ดังกล่าว

★ **ผู้ประเมินฝึกการพูดแบบฉับพลัน** โดย **คุณธมกร คล้ายทิพย์ :** ประธานฝึกการพูดแบบฉับพลันทำหน้าที่ได้ดี ภาพรวมบุคลิกดีมาก เลือกผู้ตอบได้เหมาะสมและมีการทวนคำถาม คำถามหลากหลาย แนะนำเพิ่มเติมในการเชื่อมโยงในแต่ละคำถามเพื่อให้ฟังสั้นไหล บางคำถามควรปรับคำให้ชัดเจนและกระชับขึ้น สำหรับผู้ตอบทุกท่านสามารถตอบได้ตรงประเด็น แนะนำเพิ่มเติมบางท่านที่ทักที่ประชุมสั้นเกินไป ควรทักที่ประชุมประมาณ 3 – 4 ตำแหน่ง ควรพูดสรุปก่อนจบการพูด และการลงจากแท่นพูดให้ลงด้านเดียวกับที่ขึ้นพูด

★ **5 นาที มีสาระดี ๆ มาฝาก** เรื่อง “ต้นไม้เงิน” โดย **คุณลัดดา อัครานุรักษ์ :** ช่วงนี้ประเทศไทยมีปรากฏการณ์เล็ก ๆ แต่ยิ่งใหญ่จากภาพยนตร์เรื่อง “สับเหวอ” ที่ลงทุน 30 ล้าน แต่ตอนนี้ทำรายได้ 700 ล้านบาทแล้ว โดยผู้สร้างภาพยนตร์เรื่องนี้ไม่ได้คาดคิดว่าจะมีรายได้มากมายเท่านี้ เพราะก่อนหน้านี้ได้ทำภาพยนตร์มาก่อนแต่ไม่ประสบความสำเร็จ ผู้พูดจึงคิดถึง “ต้นไม้เงิน” ซึ่งแตกต่างจากไฟไทยเพราะปลูกอยู่ในพื้นที่ที่กว้างใหญ่มาก เมื่อปลูกแล้วแม้ผ่านไป 1 ปี ที่ได้รับน้ำ-ปุ๋ยดิน-ใส่ปุ๋ย ก็ยังไม่เห็นการเปลี่ยนแปลงใด ๆ แต่ผู้ปลูกก็ยังคงดูแลรดน้ำ-ปุ๋ยดิน-ใส่ปุ๋ยอย่างสม่ำเสมอ ผ่านไปปีที่ 2 - 3 - 4 จนเข้าปีที่ 5 จากลานปลูกที่ไม่เห็นอะไรเลย ต้นไม้ก็เริ่มโต เพียง 5 สัปดาห์ ต้นไม้สูงได้ถึง 27 เมตร ไม้เงินเป็นไม้ที่มีคุณภาพ สวย เนื้อหนา นำมาทำเฟอร์นิเจอร์และอื่น ๆ ได้มากมาย สร้างรายได้ให้ผู้ปลูกได้อย่างมหาศาล เป็นการลงทุนน้อยแต่ลงแรงมากด้วยความวิริยะ ไม่ท้อถอยเลิกกลางคัน จึงได้ผลอย่างที่ต้องการ เช่นเดียวกับผู้สร้างภาพยนตร์เรื่อง “สับเหวอ” เปรียบได้กับชีวิตคนเรา หากตั้งใจจะทำอะไรสักอย่าง ขอให้เหมือนกับการปลูกไม้เงินที่มุ่งมั่น ความสำเร็จก็จะบังเกิดอย่างตั้งใจไว้

★ **3 นาทีแห่งความทรงจำนำพาความสุข** เรื่อง “รักเธอจนวันตาย” โดย **คุณทิพย์กานดา คันธวงศ์ :** คุณวิทยา และคุณกั๊กรักกันมาก จนมาวันหนึ่งคุณกั๊กเสียชีวิต ขณะที่กำลังอาบน้ำศพและแต่งหน้าให้คุณกั๊กที่นอนอยู่บนเสื่อผืนที่เธอชอบใช้เป็นประจำอยู่นั้น เพื่อน ๆ ของคุณวิทยาก็มาแสดงความเสียใจด้วยและพูดว่า “วิทยา..นายทำหน้าที่อย่างดีที่สุดแล้วเข้มแข็งนะ กั๊กไปพักผ่อน กั๊กไปสบาย แล้วก็จะได้พบกันในวันแดนสุขาวดี นายเชื่อกั๊ก วิทยา” คุณวิทยาได้ยินแล้วก็ร้องไห้ แล้วก็ข้ามศพไปหยิบกระดาษที่ขูชบน้ำตาแล้วก็ข้ามกลับมา เพื่อนก็ทักว่า “ทำไมทำอย่างนั้นล่ะ วิทยา ข้ามศพไป - มาเหมือนเด็ก ๆ เลย.” คุณวิทยาก็ตอบเพื่อนว่า “นายรู้มั๊ยเพื่อน เรารักเธอ อยู่กับเธอจนวันเธอตาย และเชื่อฟังเธอทุกประการ ที่เราข้ามไปมาเพราะเธอสั่งไว้ “ถ้าจะมีเมียใหม่ นะ ให้ข้ามศพฉันไปก่อน...!!!” ”

★ **ปฏิคมแนะนำผู้มาเยือน** โดย **คุณนิตยา ว่องกลกิจศิลป์ :** วันนี้มีผู้มาเยือนสโมสรฯ จำนวน 1 ท่าน

1. MR. Peter Kouwenberg เคยเป็นอาจารย์สอนภาษาอังกฤษ เกษียณอายุแล้ว มาตามคำเชิญของ **คุณธมกร คล้ายทิพย์** สโมสรฝึกการพูดแห่งลานนาไทย เชียงใหม่ ขอต้อนรับด้วยความยินดี และขอบคุณท่านที่มาเยือน

พักการประชุม ตื่นน้ำ ชา กาแฟ พุดคุยตามอัธยาศัย (15 นาที) ขอขอบคุณผู้สนับสนุนอาหารว่างทุกท่าน

★ **รายการฝึกพูดแบบเตรียมตัว** - มีผู้ฝึกขึ้นบท 2 ท่าน

♡ **บทที่ 1 การแนะนำตนเอง** โดย **คุณอรวรรณ ขอนรัก** : ผู้พูดเกิดที่จังหวัดเพชรบูรณ์ เมื่อวันที่เสาร์ที่ 6 ธันวาคม พ.ศ.2540 เป็นบุตรสาวคนเดียวและได้รับการตั้งชื่อว่า “อรวรรณ” แปลว่า หญิงสาวที่มีผิวพรรณงาม คุณพ่อคุณแม่มีอาชีพทำอาหารขาย เดิมเคยรู้สึกเสียใจที่ตนเองไม่ได้เกิดมาอย่างเด็กคนอื่นที่กลับจากโรงเรียนแล้วสบายไม่ต้องไปช่วยงานคุณพ่อคุณแม่ แต่ได้เห็นความตั้งใจของท่านที่อดทนทำหน้าที่เพื่อให้ลูกได้เรียนหนังสือ ได้เข้าเรียนชั้นอนุบาลจนถึงชั้นมัธยมต้นที่โรงเรียนใกล้บ้าน หลังจากนั้นคุณแม่พ่อกับคุณแม่ได้พามาอยู่ที่ จ.เชียงใหม่ เรียนต่อชั้นมัธยมปลายที่ อ.แม่แตง และจบปริญญาตรีที่มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ สาขาวิทยาการการจัดการ ปัจจุบันทำงานอยู่ที่ร้านแวนแก้ว งานอดิเรกที่รักมากคือ การทำอาหารเพราะสามารถเป็นอาชีพติดตัวได้ เกร็ดชีวิตของผู้พูด คนอื่นไม่ให้โอกาสเราไม่น่าเศร้า เท่าเราไม่ให้โอกาสตัวเอง ตอนนี้มีเพื่อนสนิทที่ดูแลดีมาก ประชญาชีวิต “อคติจะทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ สติจะทำเรื่องใหญ่ให้เป็นเรื่องเล็ก” **ผู้ประเมินเฉพาะตัวโดย คุณกาญจนา กิตติวรรณ**

♡ **บทที่ 7 การพูดโน้มน้าว** เรื่อง “มาทำ IF กันเถอะ” โดย **คุณโปร่งนภา อัครชินเรศ** : ผู้พูดเล่าว่าตอนนี้ตนเป็นคนใหม่ที่น้ำหนักลดลง 10 กิโลกรัมในระยะเวลา 5 เดือน พร้อมผลระดับไขมันในเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติ เนื่องจากทำ IF (Intermittent Fasting) ซึ่งหมายถึง การอดอาหารเป็นช่วง ๆ ที่มีหลายรูปแบบตามความเหมาะสมของผู้ตัดสินใจเลือก ผู้พูดใช้สูตร 19/5 คือ ใน 1 วัน มีช่วงเวลาอดอาหาร 19 ชั่วโมง และช่วงเวลารับประทานอาหาร 5 ชั่วโมง เริ่ม 8.00 น. – 13.00 น. ช่วงแรกที่เริ่มทำต้องไม่ให้เห็นผู้อื่นรับประทานต่อหน้าเพราะจะทำให้ความตั้งใจไม่บรรลุผล แต่ปัจจุบันสามารถปรับตัวได้ดี และดื่มแต่น้ำเปล่าในช่วง 19 ชั่วโมงที่เหลือ ผลดีของ IF คือ 1) หน้าท้องยุบ และขนาดเอวลดลง 5 นิ้ว น้ำหนักลดลง 10 กิโลกรัม 2) ช่วยสลายไขมันและเสริมสร้างกล้ามเนื้อ 3) ลดความเสี่ยงการเกิดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง มะเร็ง และ 4) ช่วยให้ดูอ่อนเยาว์ขึ้น แต่มีข้อเสียที่ต้องพึงระวัง 1) ไม่ควรลดปริมาณอาหารลงจากเดิมที่ก่อนทำ 2) ต้องออกกำลังกายด้วย 3) สามารถดื่มน้ำที่ไม่มีแคลอรีได้ตลอดเวลา การเปลี่ยนแปลงจะค่อยเป็นค่อยไปจนเห็นได้ชัด **ผู้ประเมินเฉพาะตัวโดย อ.ดารณี คงมัน**

★ **ผู้ประเมินทั่วไป** โดย **อ.สิทธิพร พัฒนสามคำ** : ผู้พูดบทที่ 7 วันนี้ประสบผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ประจำบท มีตัวอย่างที่เห็นได้ชัด ทำให้ผู้ฟังเกิดแรงบันดาลใจที่จะทำตาม ผู้บทที่ 1 การปรากฏกายดี น้ำเสียงชัดเจน ไม่เห็นความประหม่า เนื้อหาทำให้ผู้ฟังรู้จักผู้พูดได้เป็นอย่างดี ปฏิคมทำหน้าที่ได้ดีเยี่ยม รายการ 3 นาที แห่งความหรรษา ผู้ฟังได้หัวเราะกับการก้าวข้าม.. รายการ 5 นาที มีสาระฯ มีคติธรรมสอนชีวิตได้ดีมากในเรื่องความอดทนและรอคอย ประชานการฝึกพูดแบบฉับพลันทำหน้าที่ได้ดี แต่อาจเนื่องจากปัจจัยบางประการจึงได้คำถามไม่ครอบคลุมทุกด้าน พิธีกรทำหน้าที่ได้ดีและมีความตั้งใจมาก และผู้ทำหน้าที่เปิดสโมสรรฯ ทำหน้าที่ได้ดีและเหมาะสม แนะนำเพิ่มเติมสำหรับสมาชิกฯทุก ๆ ท่านให้ฝึกฝนการพูดอย่างต่อเนื่องมากกว่าการอ่านคู่มืออย่างเดียว

★ **ผู้รายงานการใช้ภาษา** โดย **คุณกรรณิการ์ แสงอำพันธ์** : มีคำที่สามารถปรับให้เข้าใจและไพเราะขึ้น เช่น บุคคลนี้ รับข้าราชการ (ควรเป็น..บุคคลนี้รับราชการ) ให้โอกาสเปิด (ควรเป็น..เปิดโอกาสให้) เรื่องน่าตื่นเต้นอันหนึ่ง (ควรเป็น.. เป็นเรื่องที่น่าตื่นเต้น) ถูก (ทำให้ผู้ฟังรู้สึกถูกลงโทษ) เช่น ถูกเชิญ (ควรเป็น..ได้รับเชิญ) หรือโดนตอบปัญหาฉับพลัน ฤดูหนาวที่กำลังจะเกิดขึ้น (ควรเป็น..ฤดูหนาวที่กำลังจะมาถึง) ขอคืนเวทีให้ (ควรเป็น..ขอเชิญ..ทำหน้าที่ต่อไป) ดิฉันหลังหาย (ควรเป็น..เนื้อช่วงหลังของดิฉันหายไป) เชิญ..ทบทวน (ควรเป็น..ทบทวน) พุดครบ 8 อย่าง (ควรใช้..พุดครบ)

8 ประเด็น) คำที่เป็นภาษาพูดแบบไม่เป็นทางการและไม่ควรใช้ เช่น “เอาใจดีกว่า..” “รักตัวเองน้อ” คำที่ฟังแล้วไม่เข้าใจ เช่น ปฏิคมแขก (ควรเป็น..ปฏิคมแนะนำแขก) การพูดโดยใช้คำย่อ เช่น ม.ปลาย ป.ตรี ควรพูดคำเต็ม คำที่ตัดสั้น เช่น ออกกรอบ (ควรเป็น..ออกกรอบเล่นกอล์ฟ) คำควบล้ำ เช่น กะปี้กะเป่า (กระป๋องกระเป่า)

★ ผลฝึกการพูดประจำสัปดาห์

♡ ผู้ตอบคำถามจับพลันดีเด่น : รางวัลปรบมือ พร้อมรับ POPULAR VOTE CARD : รศ.ทัศนาศัลยະนันท์

♡ ผู้ฝึกพูดแบบเตรียมตัว

บทที่	ผู้ฝึกพูด	ผลการฝึก	หมายเหตุ
1	คุณอรวรรณ ขอนรัก	ผ่าน	-
7	คุณโปร่งนภา อัครชิโนเรศ	ผ่าน	รางวัลปรบมือ

♡ ผู้ประเมินเฉพาะตัวดีเด่น : อ.ดารณี คงมั่น

★ ผู้รายงานคำพุ่มเพ็ญ โดย คุณรวีภาส ทิพย์รัตน์

★ ผู้รายงานการใช้เวลา โดย คุณหอม อาณาจักรทองคำ

★ ข้อคิดคำคมประจำสัปดาห์นี้ “ความสำเร็จ คือการก้าวเดินจากความล้มเหลวหนึ่งไปสู่อีกความล้มเหลวหนึ่งได้ โดยที่ไม่สูญเสียพลังศรัทธา และความเชื่อมั่น”

★ ปิดประชุม เวลา 17.39 น.

★ เรียบเรียง / รายงาน โดย คุณนิศยา ว่องกลกิจศิลป์

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

ข่าว และประชาสัมพันธ์

★ ขอเชิญชวนมิตร ศิษย์ ครู และกัลยาณมิตรทุกท่านเข้าไป กด Like กดแชร์ กดติดตามข่าวสาร รูปภาพและกิจกรรมของสโมสรฯได้ทางเพจเฟซบุ๊ก www.facebook.com/lannapublicspeakingclub และเข้าเยี่ยมชมติดตามข่าวสาร ข้อมูล รูปภาพ และรายการฝึกการพูดประจำสัปดาห์ ได้ที่เว็บไซต์อย่างเป็นทางการของสโมสรฯ <http://lannathaispeakingclub.com>