

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

กิจกรรมแนะแนว

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 

ใบงาน

เรื่อง คนเก่งในประชาคมอาเซียน

อภิปรายตามประเด็นดังนี้

1. ลักษณะของสังคมในประชาคมอาเซียน

.....

.....

.....

.....

2. การเข้าสู่ประชาคมอาเซียนส่งผลให้สภาพสังคมรอบตัวเรามีลักษณะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. การเตรียมพร้อมที่จะอยู่ในสังคมประชาคมอาเซียน

.....

.....

.....

.....

4. คนเก่งในประชาคมอาเซียน

.....

.....

.....

.....

5. วิธีการที่จะทำให้ฉันเป็นคนเก่งในประชาคมอาเซียน

.....

.....

.....

.....

ใบความรู้

เรื่อง คนเก่งในประชาคมอาเซียน

การเตรียมตัวของนักเรียน นักศึกษาที่จะเป็นบัณฑิต ในประชาคมอาเซียน ใน ค.ศ. 2015 หรือ พ.ศ. 2558 นี้แล้วที่ประเทศไทยจะร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มประชาคมอาเซียน คือใน 10 ประเทศในทวีปอาเซียน รอบ ๆ บ้านเรา ได้แก่ ไทย ลาว เวียดนาม กัมพูชา เมียนมา บรูไน สิงคโปร์ อินโดนีเซีย ฟิลิปปินส์ และมาเลเซีย 10 ประเทศนี้แหละที่จะเป็นกลุ่มประชาคมอาเซียน และมีสัญญาต่อกันหลายข้อที่สำคัญคือ คนทั้ง 10 ประเทศนี้มีสิทธิจะไปสมัครทำงานประเทศไหนก็ได้ใน 10 ประเทศ ที่เป็นสมาชิกอาเซียนด้วยกัน ข้อสำคัญประเทศไทยมีเงินเดือนสูงกว่าทุกประเทศในทุกระดับปริญญา ถ้าเป็นเช่นนี้เราก็จะมีคู่แข่งเพิ่มขึ้น เพียงในประเทศไทยของเราเอง ปีหนึ่ง ๆ ก็มีผู้สำเร็จปริญญาทุกระดับทุกมหาวิทยาลัย ทั้งรัฐและเอกชน นับเป็นแสนคนอยู่แล้ว ยังมีบัณฑิตจากเพื่อนกลุ่มประชาคมอาเซียนมาสมัครแข่งอีก ถ้าเป็นเช่นนี้ หากเราเป็นเจ้าของกิจการ เจ้าของบริษัท เจ้าขององค์กร แน่نونที่จะต้องเลือกเอาคนเก่งที่สุด อย่างน้อย เราคงจะคัดเลือกจาก

1. ใครพูดได้หลายภาษา...สื่อสารได้มากกว่ากัน
2. ใครมีวินัย (เช่น ตรงเวลา อดทน ขยัน อ่อนน้อม ซื่อสัตย์) ดีกว่ากัน
3. ใครมีบุคลิกลักษณะ (Personality) ดีกว่ากัน
4. ใครคล่องแคล่ว ว่องไว (Active) มากกว่ากัน
5. ใครมีความตื่นตัว (Alert) มีความพร้อมที่จะรับเหตุการณ์ในทุกสถานการณ์มากกว่ากัน
6. โดยเฉพาะ IT ใครใช้งานได้มากกว่ากัน

บทความ ความสุข...ความสำเร็จ

เรื่องมีอยู่ว่า อาจารย์ท่านหนึ่งลากเส้นตรงขึ้นมาเส้นหนึ่ง แล้วบอกให้นักเรียนลองทำให้เส้นตรง เส้นนี้สั้นลงโดยไม่ต้องลบ นักเรียนต่างหาวิธีทำให้เส้นตรงนั้นสั้นลงไม่ได้ เพราะทุกคนติดอยู่กับภาพลักษณ์ของการลบเส้นเดิมทิ้งไปเพื่อให้สั้นลง อาจารย์ท่านนั้นจึงขอให้นักเรียนคนหนึ่งเขียนเส้นตรงเส้นใหม่ที่ยาวกว่าเส้นเดิม ภายหลังจากที่นักเรียนลากเส้นตรงเส้นใหม่ที่ยาวกว่าเดิม แล้วอาจารย์ท่านนั้นอธิบายให้นักเรียนฟังว่า การที่มีคนลากเส้นตรงขึ้นมาเส้นหนึ่ง ไม่ว่าเส้นตรงที่ลากมาจะยาวแค่ไหนเราสามารถทำให้เส้นตรงนั้นสั้นลงไปได้โดยที่เราไม่จำเป็นต้องไปลบเส้นของคนอื่นให้สั้นลง เพียงแต่เราลากเส้นของเราให้ยาวขึ้น ยิ่งเราลากเส้นยาวออกไปมากเท่าไร เส้นเดิมที่ลากไว้ก็จะสั้นลงไปทุกที เปรียบเหมือนการที่ใครสักคนทำในสิ่งหนึ่งที่ติดอยู่ ประสบความสำเร็จอยู่ เราไม่ควรให้ความอิจฉาริษยามาก่อให้เกิดของเรารุ่มร้อน และหาทางกลั่นแกล้งคน ๆ นั้นด้วยการหาทางทำลายเหมือนกับการพยายามลบเส้นของคนอื่นให้สั้นลง ตรงกันข้ามควรจะยินดีกับความสำเร็จของคนอื่นเหมือนกับที่เรามองความยาวของเส้นตรงที่คนอื่นลากไว้ แต่เราหาทางพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นเรื่อย ๆ เหมือนกับการพยายามลากเส้นตรงเส้นใหม่ที่ให้ยาวขึ้น โดยไม่ไปลบเส้นของคนอื่น เส้นตรงที่เราลากก็จะยาวขึ้นเรื่อย ๆ ขณะที่เส้นเดิมที่คนอื่นลากไว้ก็จะสั้นลงไปเรื่อย ๆ โดยที่เราไม่จำเป็นต้องไปลบออกให้สั้นลง

การคิดในเชิงสร้างสรรค์แบบนี้ทำให้จิตใจของเราโปร่งสบาย ไม่รุ่มร้อนเพราะเรารู้สึกว่าเราไม่ได้แข่งกับใครแต่เราแข่งกับตัวของเราเองอยู่ตลอดเวลา และเราไม่ได้ไปสร้างศัตรูหรือไปก่อเวรกับคนอื่น ตรงกันข้ามการแข่งกันระหว่างกันเป็นไปในทางเกื้อกูลกัน ทำให้ระบบโดยรวมมีการเติบโตอยู่ตลอดเวลาไปในทางที่เป็นบวก คงไม่สำคัญว่าคุณต้องชนะคนทั้งหมด สิ่งสำคัญคงอยู่ที่คุณพยายามชนะตัวของตนเองอยู่ตลอดเวลาต่างหาก เพียงแต่เมื่อใดคุณสามารถชนะตัวของตนเองได้ชัยชนะที่ได้ก็จะมีผลและความหมายและทำให้คุณเกิดความภูมิใจ และถ้าคุณยังไม่หยุดพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง คุณก็จะชนะตัวคุณไปเรื่อย ๆ เมื่อคุณมองย้อนกลับมาเมื่อไหร่ คุณก็จะมีแต่ความภูมิใจในชัยชนะที่ขาวสะอาด ชัยชนะที่เป็นแรงผลักดันให้คุณพยายามพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นเรื่อย ๆ

การประสบความสำเร็จในชีวิตของแต่ละคนมีอยู่หลายวิธี บางครั้งผู้คนต่างพยายามเลียนแบบเส้นทางประสบความสำเร็จของผู้อื่น แต่เมื่อเดินตามเส้นทางนั้นกลับพบว่าไม่ประสบความสำเร็จเหมือนเขา ความสำเร็จในชีวิตของผู้คนคงไม่จำเป็นต้องมีรูปแบบอย่างเดียวกันเสมอไป และเส้นทางไปสู่ความสำเร็จก็ไม่จำเป็นต้องเป็นเส้นทางเดียวกันเสมอไป สิ่งสำคัญน่าจะอยู่ที่ความสุขใจที่ได้เลือกเส้นทางที่เหมาะสมกับตนเองมากที่สุดมากกว่า

จงอย่าพยายามเลียนแบบเส้นทางไปสู่ความสุขของผู้อื่น เพราะนิยามความสุขของผู้คนต่างกัน ความสุขที่เราเห็นผู้อื่นมีความสุขกันอยู่ ถ้าเราไปอยู่ในสถานะนั้นเราอาจจะไม่มีความสุขอย่างที่เรารู้สึกได้ สุขและทุกข์แท้จริงอยู่ที่ใจของเรากำหนดต่างหาก ลองมองทุกอย่างอย่างเป็นกลาง ๆ ไม่เอาความรัก ความโลภ ความโกรธ ความหลง อคติ มาครอบงำ แล้ววันหนึ่งเราอาจจะค้นพบความหมายของคำว่า ความสุขที่แท้จริงของตัวเอง

ใบงาน

เรื่อง ความสุขของข้าพเจ้า

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

1. เรื่องที่เป็นความสุข เรื่องที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. เรื่องที่เป็นความสุข เรื่องที่ 2

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. วิเคราะห์ความสุขของข้าพเจ้า

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงาน

เรื่อง วิธีสร้างสุข ไร้ทุกข์ของฉัน

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

1. วิธีการหาความสุขให้แก่ตนเองของข้าพเจ้า

1.1

1.2

1.3

1.4

1.5

2. วิธีการหาความสุขให้แก่ผู้อื่นของข้าพเจ้า

2.1

2.2

2.3

2.4

2.5

3. นักเรียนเลือกวิธีการสร้างความสุขให้แก่ตนเองและผู้อื่น

.....

.....

.....

.....

4. การปฏิบัติตามวิธีการสร้างความสุขที่เหมาะสมให้แก่ตนเองและผู้อื่นที่นักเรียนเลือก

.....

.....

.....

.....



บทกลอน ความสุขของชีวิต

ถ้าอยากให้ชีวิตนี้มีความสุข
มองตนเอง มีค่า กว่าทุกคน
มองดูคนรอบข้างอย่างเป็นมิตร
ความดีเขาทำให้เห็นเป็นประจำ
แล้วจงทำวันนี้ดีที่สุด
และอาจไม่สมหวังดังตั้งใจ
มองอนาคตสดใสมีความหวัง
ล้างล้างที่อ่อนล้าอย่าต่อเติม
ปรับจิตใจให้ยิ้มสู้อยู่เสมอ
ต้องหักปลงปลอบตนทนต่อไป
ถ้าทำได้ชีวิตนี้จะมีสุข
ไม่ต้องหาของขลังหวังเชิดชู

ก็ต้องปลุก ล้ำนี้ก่จิต คิดดีก่อน
ด้วยการย่อน เห็นความดี ที่เคยทำ
ด้วยน้ำจิตมิตรน้ำใจอย่าให้ล้า
ชั่วเขานั้นอย่าเอ่ยย้านำทิ้งไป
ไม่อาจพูดสุดที่ดีแค่ไหน
เริ่มต้นใหม่ให้มีค่ากว่าวันเดิม
ด้วยพลังความเชื่อมั่นมั่นส่งเสริม
และควรเพิ่มคุณธรรมประจำใจ
หากต้องเจอความผิดหวังตั้งรับได้
อย่าหวนไหวหาดีไว้ใคร่ครวญดู
ตัดความทุกข์กังวลใจไว้อดสู
ก็จะอยู่ดูโลกกว้างอย่างรื่นรมย์

ใบงาน

เรื่อง สังคมดี ต้องมีกฎ

ชื่อ-สกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

1. กฎ กติกาของสังคม หมายถึง

.....

.....

.....

.....

2. จงบอกกฎ กติกาของสังคม ที่นักเรียนรู้จักหรือเคยปฏิบัติ

.....

.....

.....

.....

3. จงบอกกฎ กติกาของสังคม ที่นักเรียนเคยพบเห็นว่ายังปฏิบัติไม่ถูกต้อง

.....

.....

.....

.....

4. บอกประโยชน์ในการเคารพกฎ กติกาของสังคม มา 10 ข้อ

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

5. ให้นักเรียนบอกวิธีการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

.....

.....

.....

.....

กรณีศึกษาที่ 1

ต้องซึ่งเป็นเพื่อนกับต้น ได้เล่าเรื่องของต้องที่เวลานี้ตนเองเริ่มติดยาโดยที่ยังไม่มีใครทราบแม้แต่เพื่อนสนิทอย่างต้น หลังจากเล่าเรื่องเสร็จแล้ว ต้องก็กำชับต้นไม่ให้บอกเรื่องนี้กับใคร เนื่องจากกลัวผู้อื่นจะรู้ โดยเฉพาะพ่อและแม่ พอทราบเรื่องแล้วต้นก็ไม่สบายใจในการกระทำของเพื่อน ต้นควรจะทำอย่างไรกับเรื่องนี้

กรณีศึกษาที่ 2

ส้มจิตได้มาเล่าเรื่องที่ตนเองท้องกับแฟนให้จอยฟัง พร้อมกับบอกว่าแฟนจะพาไปทำแท้งและขอให้จอยเก็บเป็นความลับอย่าบอกเรื่องนี้ให้ใครฟัง แต่จอยรู้ดีว่าการทำแท้งเป็นอันตราย กลัวว่าเพื่อนจะเป็นอันตราย จอยควรจะทำอย่างไรกับเรื่องนี้

กรณีศึกษาที่ 3

เจมส์แอบขโมยเงินพ่อแม่เพื่อนำไปซื้อเครื่องเล่นเกม และได้ชวนโจไปเป็นเพื่อนเพื่อช่วยเลือกซื้อเกม และยังบอกให้โจปิดเป็นความลับ ห้ามบอกพ่อแม่ของโจ แต่โจเห็นว่าฐานะพ่อแม่ของเจมส์ไม่ค่อยดีน่าสงสาร อีกทั้งเงินจำนวนนี้ก็ถือว่าไม่น้อยสำหรับพ่อแม่ของเจมส์ โจควรจะทำอย่างไรดี

กรณีศึกษาที่ 4

เอเล่ให้ออยฟังว่า แท้จริงแล้วเอไม่ได้เป็นลูกที่แท้จริงของพ่อกับแม่ที่เลี้ยงดูมา แต่เป็นลูกที่มีคนนำมาฝากให้เลี้ยงตอนเล็ก ตอนแรกแม่ที่แท้จริงก็มาหา พอตอนหลังก็หายเงียบไปไม่เคยไพล่หน้ามาหาอีกเลย ท่านก็เลยจำเป็นต้องรับเลี้ยงไปโดยปริยาย แต่ท่านทั้งสองก็เลี้ยงดูเอเหมือนกับลูกที่แท้จริง แต่ในความรู้สึกลึกๆ เอก็น้อยใจแม่ที่แท้จริงที่ทิ้งไป ทำให้รู้สึกมีปมด้อยที่ไม่เคยรู้จักพ่อแม่ที่แท้จริง และเอกำชับออยบอกว่าขอให้เก็บเรื่องนี้ไว้เป็นความลับไม่อย่าให้ใครรู้ ออยควรทำตามที่เขาขอร้องหรือไม่

ใบงาน

เรื่อง ลับแบบไหน ต้องไตร่ตรอง

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

1. ความลับ หมายถึง

.....

.....

.....

.....

2. บอกความลับที่เรามีและไม่อยากให้ใครรับรู้

.....

.....

.....

.....

3. บอกความลับที่เรามีและไม่อยากให้มีเพื่อนรับรู้

.....

.....

.....

.....

4. บอกความลับของเพื่อน ๆ ที่มักเล่าให้ฟัง

.....

.....

.....

.....

5. ถ้าเพื่อนของนักเรียนมีความลับมาเล่าให้ฟัง นักเรียนจะมีวิธีการอย่างไรในการเก็บรักษาความลับของเพื่อนไว้

.....

.....

.....

.....

6. ถ้าเพื่อนของนักเรียนมีความลับมาเล่าให้ฟัง แต่นักเรียนเห็นว่าความลับนี้เป็นเรื่องที่มีผลกระทบหรือมีอันตราย นักเรียนจะมีวิธีการอย่างไรในการใช้ดุลยพินิจในการเก็บรักษาความลับไว้

.....

.....

.....

.....