

หน่วยที่ 1.5  
ทักษะทางสังคม



## แผนการจัดกิจกรรมที่ 27

### “ไม่ตามใจเพื่อน”

**จุดประสงค์การเรียนรู้** ให้สมาชิกมีความรู้ความเข้าใจหลักการปฏิเสธและสามารถปฏิเสธการชวนที่ทำให้ประพฤติไม่เหมาะสมได้

**สาระสำคัญ** การปฏิเสธเป็นสิทธิของทุกคน การที่สามารถปฏิเสธการชวนของเพื่อนเพื่อไปทำในสิ่งที่ตนเองไม่เห็นด้วยได้ผลและเหมาะสมจะช่วยป้องกันการมีพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ได้

#### กิจกรรมการเรียนรู้

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
<b>1. ขั้นรู้ชัดเห็นจริง</b> <b>ประสบการณ์</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 5 นาที	1. นำเข้าสู่กิจกรรมโดยอ่านกรณีศึกษา เรื่อง “ไม่น่าเลย”	- กรณีศึกษาเรื่อง “ไม่น่าเลย”
<b>สะท้อนความคิด/อภิปราย</b> กลุ่ม 5-6 คน เวลา 10 นาที	2. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มพูดคุยถึงข้อดีและข้อเสียของการปฏิเสธและสิทธิของการปฏิเสธตามใบกิจกรรม 1	- ใบกิจกรรม 1
<b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 10 นาที	3. สุ่มตัวแทนประมาณ 2-3 กลุ่มรายงานและให้สมาชิกอื่นที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม	
<b>ประสบการณ์</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 5 นาที	4. ผู้นำกลุ่มสรุปเหตุผลและความจำเป็นของการปฏิเสธตามใบความรู้ 1 5. ผู้นำกลุ่มเลือกสมาชิกแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง “เพื่อนชวนไปดูหนังหนึ่งวันก่อนสอบ”	- ใบความรู้ 1 - สถานการณ์จำลอง “เพื่อนชวนดูหนังหนึ่งวันก่อนสอบ”

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
สะท้อนความคิด/อภิปราย กลุ่ม 5-6 คน เวลา 5 นาที	6. ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันคิดประโยชน์ปฏิเสธจาก บทบาทสถานการณ์จำลองตามใบกิจกรรม 2 7. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มเขียนประโยชน์ปฏิเสธบน กระดาษโปสเตอร์	- ใบกิจกรรม 2 - กระดาษโปสเตอร์ - ปากกาเมจิก
ความคิดรวบยอด กลุ่มใหญ่ เวลา 5 นาที	8. ผู้นำกลุ่มวิเคราะห์ประโยชน์ปฏิเสธที่เหมาะสม และไม่เหมาะสม 9. ผู้นำกลุ่มบรรยายหลักการปฏิเสธตาม ใบความรู้	- ใบความรู้
2. ขั้นลงมือกระทำ ประยุกต์แนวคิด กลุ่ม 5-6 คน เวลา 10 นาที	10. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแบ่งกลุ่มและมอบหมายงาน ให้ฝึกปฏิเสธตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ ตามใบกิจกรรม 3	- ใบกิจกรรม 3 - กระดาษ A4 - ปากกา/ดินสอ

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และให้สมาชิกแต่ละคนแนะนำตัว
2. นำเข้าสู่กิจกรรม โดยให้อาสาสมัครอ่าน กรณีศึกษาเรื่อง “ไม่น่าเลย”
3. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มพูดคุยถึงข้อดีและข้อเสียของการปฏิเสธ และวิธีการของการปฏิเสธ ตาม  
ใบกิจกรรม 1
4. สุ่มตัวแทนกลุ่มประมาณ 2-3 กลุ่มออกมารายงานผลงานกลุ่ม และให้สมาชิกที่มีความคิดเห็น  
แตกต่างกันนำเสนอเพิ่มเติม
5. ผู้นำกลุ่มสรุปเหตุผลและความจำเป็นของการปฏิเสธ ตามสถานการณ์ของสมาชิกกลุ่ม
6. แสดงบทบาทสมมติ ตามสถานการณ์จำลอง “เพื่อนชวนไปคูหนึ่งหนึ่งวันก่อนสอบ”
7. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม และช่วยกันคิดว่า ถ้าสมาชิกเป็นแดง จะปฏิเสธ เบี่ยง อย่างไร  
ตามรายละเอียดในใบกิจกรรม 2
8. สุ่มตัวแทนกลุ่มเขียนประโยชน์ปฏิเสธลงบนกระดาษโปสเตอร์
9. ผู้นำกลุ่มวิเคราะห์ประโยชน์ปฏิเสธที่ได้ผลและไม่ได้ผล
10. ผู้นำกลุ่มบรรยายหลักการปฏิเสธ ตามใบความรู้ “หลักการปฏิเสธ”
11. มอบหมายแต่ละกลุ่มฝึกปฏิเสธ ตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ตามใบกิจกรรม 3
12. ปิดกลุ่ม

**สื่อการจัดกิจกรรม**

1. กรณีศึกษาเรื่อง “ไม่น่าเลย”
2. สถานการณ์จำลอง “เพื่อนชวนไปดูหนังหนึ่งวันก่อนสอบ”
3. กระดาษโปสเตอร์
4. ปากกามจิก
5. ใบความรู้
6. ปากกา/ดินสอ
7. กระดาษ A4
8. ใบกิจกรรม 1, 2 และ 3

**การประเมินผล**

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก
3. ผลงานในแฟ้มส่วนตัวของสมาชิก

**กิจกรรมเสนอแนะ**

นำบทสนทนาตามสถานการณ์จำลองมาติดบอร์ด

## กรณีศึกษาเรื่อง “ไม่น่าเลย”

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 27 เรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน”)

ปรีชาเป็นเด็กหนุ่มจากชนบท ฐานะยากจน ปรีชามีน้องหลายคนที่ต้องเรียน เมื่อจบชั้น ป.6 ปรีชาในฐานะลูกคนโตจึงเข้าไปทำงานในกรุงเทพฯ เขาได้ทำงานในโรงงานแห่งหนึ่งแถบชานเมือง ปรีชามีที่พักในโรงงานนั้น

แม้จะได้เงินไม่มาก แต่ปรีชาใช้เงินอย่างประหยัด เขาจึงมีเงินพอเหลือเก็บไว้ใช้ส่วนตัว และส่งไปให้พ่อแม่ทุกเดือนไม่เคยขาด เขาหวังว่าเมื่อเก็บเงินได้จำนวนหนึ่งจะกลับไปเปิดร้านขายของชำเล็ก ๆ ในหมู่บ้าน ส่งให้น้องเรียนสูง ๆ จะได้ช่วยแบ่งเบาภาระพ่อแม่

หลังจากเลิกงาน คนงานส่วนใหญ่ชอบตั้งวงดื่มเหล้า ปรีชาเสียดายเงินเขาตั้งใจว่าจะไม่ยอมดื่มเหล้าอย่างเด็ดขาด ไม่ว่าจะถูกชวนอย่างไรเขาก็ไม่ใจอ่อน เงินทุกบาทมีความหมายสำหรับเขา

ตรุษจีนที่ผ่านมา คนงานได้รับเงินพิเศษ ปรีชาตั้งใจว่าจะเก็บเงินก้อนนี้ไว้ให้พ่อแม่ตอนกลับบ้าน ช่วงสงกรานต์ เพื่อน ๆ ของปรีชาไปหาซื้อเหล้าและชวนปรีชาดื่มด้วย แต่เขาปฏิเสธ เดชเพื่อนร่วมห้องพูดขึ้นว่า “ไอ้ขามันเป็นตุควะ เหล้าก็ไม่เคยกินผู้หญิงก็ไม่เคยเที่ยว.....” แล้วทุกคนก็หัวเราะ ปรีชาหน้าแดงด้วยความโกรธ เขารับแก้วเหล้ามาดื่มอย่างลึมดัว หลังจากดื่มไปเพียง 2 แก้ว ปรีชาก็คุมสติไม่อยู่ เขารู้สึกอีกครั้งในห้องแคบ ๆ กับผู้หญิงแปลกหน้า ปรีชารู้ทันทีว่าที่นั่นคือ ซ่องโสเภณี เมื่อหายเมา ปรีชาารู้สึกเสียดายเงินมาก เขาตั้งใจว่าต่อไปจะไม่ดื่มเหล้าอีกไม่ว่าเพื่อนจะชวนอย่างไร

หลายเดือนต่อมาโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้โรงงาน มารับบริจาคเลือด คนงานส่วนหนึ่งรวมทั้งปรีชาเห็นเป็นสิ่งดีจึงร่วมบริจาค เจ้าหน้าที่ซักประวัติแล้วจะเลือดเขาไป บอกว่าจะตรวจเลือดให้ด้วย ปรีชาไม่ได้คิดกลัวอะไรเพราะเขาแข็งแรงดี จากนั้นเพียงอาทิตย์เดียวเขาถูกตามตัวไปที่โรงพยาบาล หมอคุยกับเขาเรื่องเอดส์ การคิด อาการ และบอกว่าคนที่ติดเชื้อเอดส์นั้นถ้าดูแลตัวเองให้ดี ๆ ก็สามารถมีชีวิตอยู่ได้นาน ปรีชากังวลใจและกระสับกระส่าย หมอพูดกับเขาดีมาก และสุดท้ายก็บอกว่าเขาติดเชื้อเอดส์

นับแต่วันนั้น ปรีชากลุ่มใจมาก วิตกทุกซักร้อนไปหมด กลัวเพื่อนจะรังเกียจ กลัวถูกไล่ออกจากงาน กลัวว่าถ้าเจ็บป่วยจะเอาเงินที่ไหนรักษา พ่อแม่รู้จะผิดหวังในตัวเขาและรังเกียจเขาหรือไม่ เขารักพ่อแม่และหวังว่าจะดูแลท่านยามแก่เฒ่าแต่นี้เขากลับต้องเป็นฝ่ายให้พ่อแม่ดูแล และจะต้องตายตั้งแต่ยังหนุ่ม คนในหมู่บ้านก็คงจะรังเกียจเขาและครอบครัวแน่ ๆ เพราะมีตัวอย่างเห็นอยู่

ปรีชานึกโกรธทำไมคนอื่น ๆ ก็ไปเที่ยวผู้หญิงแต่กลับไม่มีใครติดเชื้อเอดส์ เขาไปเที่ยวแค่ครั้งเดียวเท่านั้นเอง

ปรีชาอดที่จะคิดซ้ำแล้วซ้ำอีกไม่ได้ว่าวันนั้นฉันไม่น่าไปกับเพื่อนเลย

**สถานการณ์จำลอง**

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 27 เรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน”)

คำแนะนำ : สำหรับผู้นำกลุ่ม สถานการณ์จำลองนี้ใช้สำหรับสมาชิกฝึกประโยคปฏิเสธ ครูควรเตรียมสมาชิกไว้ก่อนชั่วโมงทำกิจกรรม เพื่อฝึกซ้อมบทสนทนาให้คล่อง เมื่อถึงเวลาทำกิจกรรมผู้นำกลุ่มเล่าสถานการณ์ให้สมาชิกทั้งหมดฟัง แล้วเชิญสมาชิกที่เตรียมไว้ออกมาแสดงหน้าชั้น

ตัวละคร สมาชิก 2 คน แสดงเป็นเปี้ยกและแดง

เปี้ยก : เฮ้อ! เราเบื่อคู่มือข้อจ้งเลย คินนี้พวกเราไปคู่มือกันใหม่

แดง : พรงนี้สอบนี้นา นายลิมไปแล้วหรือ

เปี้ยก : เฮ้ย ไม่เป็นไรหรอก ถือว่าไปพักผ่อนสมองแล้วกัน

แดง : ..... (แสดงสีหน้าอึดอัด ไม่อยากไป)

**ใบกิจกรรม 1**

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 27 เรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน”)

จากกรณีเรื่อง “ไม่น่าเลย” ปรีชาติดอคตส์จากการค้มเหล้าและเที่ยวผู้หญิงบริการ ทั้งที่ไม่อยากไป แต่ทนการรบเร้าและสบประมาทจากเพื่อนไม่ได้

คำแนะนำ : ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มร่วมกันอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุปตามประเด็น

คำถามข้างล่าง แล้วส่งตัวแทนรายงาน

1. ถ้าสมาชิกเป็นปรีชา การปฏิเสธเพื่อนจะมีข้อดีและข้อเสียอย่างไร

.....  
 .....  
 .....

2. สมาชิกมีความคิดเห็นอย่างไรกับการปฏิเสธเพื่อน เมื่อถูกเพื่อนชวนไปทำกิจกรรมที่ไม่เห็นด้วยหรือไม่อยากไป

.....  
 .....  
 .....

กลุ่ม.....

(เวลา 10 นาที)

## ใบกิจกรรม 2

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 27 เรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน”)

จากสถานการณ์จำลองที่สมาชิกได้ดูไปแล้ว ให้สมาชิกรวมกลุ่มกัน 5-6 คน ช่วยกันคิดว่า ถ้าสมาชิกเป็นแดงจะพูดปฏิเสธเปียกอย่างไร ให้เขียนประโยคปฏิเสธ 1 ประโยค ที่สมาชิกคิดว่าจะปฏิเสธได้ผล

บทสนทนาเรื่อง “เพื่อนชวนไปดูหนังหนึ่งวันก่อนสอบ”

เปียก : เฮ้ย ! เราเบียดูหนังสิจ้ะ คีนี่พวกไปดูหนังกันไหม

แดง : พรุ่งนี้สอบนี่นา นายลืมไปแล้วหรือ

เปียก : เฮ้ย ไม่เป็นไรหรอก ถ้าวางใจไปพักผ่อนสมองแล้วกัน

แดง : ...(แสดงสีหน้าอึดอัด ไม่อยากไป)

ถ้าสมาชิกเป็นแดงให้สมาชิกเขียนประโยคปฏิเสธที่คิดว่าจะได้ผลคือ

.....  
 .....

กลุ่ม.....

(เวลา 10 นาที)

## ใบกิจกรรม 3

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 27 เรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน”)

คำแนะนำ

1. ให้สมาชิก 4 กลุ่ม ช่วยกันคิดบทสนทนาเพื่อปฏิเสธการชวนของเพื่อน ตามสถานการณ์ที่ผู้นำกลุ่มมอบหมาย โดยคิดบทสนทนาให้ครบทุกขั้นตอนตามที่ผู้นำกลุ่มได้แนะนำ
  2. เขียนบทสนทนาส่งผู้นำกลุ่ม
  3. เมื่อได้บทสนทนาแล้ว ให้จับคู่ฝึกปฏิเสธตามบทสนทนาที่คิดขึ้น โดยไม่ต้องดูบทจนครบทุกคน หลังการฝึกแต่ละคู่ให้สมาชิกกลุ่มช่วยเสนอแนะและวิจารณ์ว่าเพื่อนได้ฝึกสนทนาครบทุกขั้นตอนตามบทที่กลุ่มช่วยกันคิดหรือไม่ แต่ละขั้นตอนมีข้อบกพร่องและมีข้อเสนอแนะอย่างไร
- กลุ่มที่ 1 ปฏิเสธเพื่อนชวนไปลองชิมสุรา  
 กลุ่มที่ 2 ปฏิเสธเพื่อนชวนไปลองสูบบุหรี่  
 กลุ่มที่ 3 ปฏิเสธเพื่อนชวนไปเที่ยวกลางคืน  
 กลุ่มที่ 4 ปฏิเสธเพื่อนชวนไปนอนค้างที่บ้าน

## ใบความรู้ “หลักการปฏิเสธ”

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 27 เรื่อง “ไม่ตามใจเพื่อน”)

การปฏิเสธเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของทุกคน สมาชิกสามารถปฏิเสธเพื่อนได้ เมื่อเพื่อนชวนไปทำในสิ่งที่ไม่อยากทำหรือชวนไปทำในสิ่งที่ไม่ดี สมาชิกส่วนใหญ่ไม่กล้าปฏิเสธเพราะกลัวว่าเพื่อนจะโกรธ แต่ถ้าปฏิเสธได้ถูกต้องตามขั้นตอนก็จะทำให้ไม่เสียเพื่อน

การปฏิเสธที่ดีจะต้องปฏิเสธอย่างจริงจัง ทั้งท่าทาง และน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจที่จะปฏิเสธอย่างชัดเจน

### ขั้นตอนการปฏิเสธ

1. บอกความรู้สึกเป็นข้ออ้าง ประกอบเหตุผล เพราะการบอกความรู้สึกจะได้แย้งน้อยกว่าการบอกเหตุผลเพียงอย่างเดียว
2. การขอปฏิเสธ เป็นการบอกปฏิเสธอย่างชัดเจนด้วยคำพูด
3. การถามความเห็นชอบ เพื่อรักษาน้ำใจของผู้ชวน และควรขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับการปฏิเสธ

### ตัวอย่างประโยคปฏิเสธตามขั้นตอนการปฏิเสธ

สถานการณ์ “เพื่อนชวนเดินห้างสรรพสินค้าหลังโรงเรียนเลิก”

ขั้นตอน	ตัวอย่างประโยค
1. บอกความรู้สึก ประกอบเหตุผล	“ฉันไม่สบายใจที่จะต้องกลับบ้านมืดเวลากลับแล้วคุณแม่จะห่วง”
2. ขอปฏิเสธ	“ขอไม่ไปดีกว่า”
3. ถามความเห็น/ขอบคุณ ยอมรับ	“เธอคงไม่ว่าอะไรนะ....ขอบคุณเธอมากที่เข้าใจเรา”



## แผนการจัดกิจกรรมที่ 28

### “ทักษะการเตือน”

**จุดประสงค์การเรียนรู้** เพื่อให้สมาชิกมีทักษะการเตือนที่เหมาะสม

**สาระสำคัญ** การเตือนที่เหมาะสมจะช่วยให้ผู้ที่ได้รับการเตือนยอมรับได้ และนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยของผู้ที่ได้รับการเตือน

#### กิจกรรมการเรียนรู้

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
<b>1. ขั้นรู้ชัดเห็นจริง</b> <b>ประสบการณ์</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 10 นาที <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 10 นาที <b>สะท้อนความคิด/อภิปราย</b> กลุ่ม 5-6 คน เวลา 5 นาที	1. ผู้นำกลุ่มนำเสนอสนทนาโดยเริ่มต้นด้วยคำถาม “เท่าที่ผ่านมามีใครได้เตือนเพื่อนในเรื่องอะไรบ้าง เตือนอย่างไร” 2. เตรียมสมาชิกนำเข้าสู่ผู้นำกลุ่ม บรรยาย “ขั้นตอนการเตือน” ตามใบความรู้ 3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกดูบทสาธิต “รักเพื่อนจึงเตือนให้” 4. แบ่งกลุ่มทำกิจกรรมตามใบกิจกรรม 1 5. ผู้นำกลุ่มสุ่มถามสมาชิก 2-3 กลุ่ม กลุ่มที่เหลือเสริมสิ่งที่ขาดผู้นำกลุ่ม นำอภิปราย เพิ่มเติมสิ่งที่ขาด	- ใบความรู้ “ขั้นตอนการเตือน” - บทสาธิต “รักเพื่อนจึงเตือนให้”
<b>2. ขั้นลงมือกระทำ</b> <b>ประยุกต์แนวคิด</b> กลุ่ม 5-6 คน เวลา 15 นาที	6. แบ่งกลุ่มสมาชิกกลุ่มละ 5 – 6 คน ทำกิจกรรม ตามใบกิจกรรม 2 7. ผู้นำกลุ่มสุ่มสมาชิก 2-3 กลุ่มมาแสดงตามที่ได้ฝึกฝนตามใบกิจกรรมที่ 2 และให้ผู้สังเกตการกลุ่มมารายงานการสังเกตว่าเป็นไปตามขั้นตอนการเตือนหรือไม่ กลุ่มอื่นๆ เสริม ผู้นำกลุ่มสรุป	- ใบกิจกรรม 2

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และให้สมาชิกแต่ละคนแนะนำตัวแล้วนำเสนอเกี่ยวกับประสบการณ์การเตือนเพื่อนของสมาชิก
2. ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรมทักษะการเตือน ตามใบความรู้
3. ผู้นำกลุ่มเตรียมสมาชิกไว้ 2 คน ให้แสดงตามบทสาธิต “รักเพื่อนจึงเตือนให้” โดยให้คนหนึ่งแสดงเป็นปรีชา อีกคนแสดงเป็นสมชาย
4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มใหญ่ได้ดูบทสาธิต “รักเพื่อนจึงเตือนให้”
5. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม 5-6 คน ร่วมกันทำกิจกรรมตามใบกิจกรรม 1
6. ผู้นำกลุ่มสุ่มถามสมาชิก 2-3 กลุ่ม กลุ่มที่เหลือแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมในส่วนที่แตกต่าง และผู้นำกลุ่มร่วมอภิปรายเพิ่มเติมสิ่งที่ขาด
7. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม 5-6 คน ร่วมกันทำกิจกรรมตามใบกิจกรรม 2
8. ผู้นำกลุ่มสุ่มสมาชิก 2-3 กลุ่มมาแสดง ตามที่ได้ฝึกฝนตามใบกิจกรรม 2 ให้กลุ่มใหญ่ดู และให้ผู้สังเกต (C) มารายงานการสังเกตว่ากลุ่มของตนเองได้ฝึกปฏิบัติครบทุกขั้นตอนการเตือนหรือไม่ กลุ่มอื่นๆ เสริม ผู้นำกลุ่มสรุป
9. ผู้นำกลุ่มปิดกลุ่ม

### สื่อ/อุปกรณ์

1. ใบความรู้ “ขั้นตอนการเตือน”
2. ใบกิจกรรม 1,2
3. บทสาธิตเรื่อง “รักเพื่อนจึงเตือนให้”

### การประเมินผล

1. สังเกตการสนใจการมีส่วนร่วมของสมาชิก
2. การตอบคำถาม การประเมินของผู้สังเกตการณ์กลุ่ม และการแสดงบทบาทของสมาชิกตามใบกิจกรรมที่ถูกต้อง

### กิจกรรมเสนอแนะ

ให้สมาชิกเขียนเรื่องการเตือนมาส่ง คนละ 1 บท ในสถานการณ์ใด ๆ ก็ได้

## ใบความรู้

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 28 เรื่อง “ทักษะการเตือน”)

ในการเตือนมีแนวทางการปฏิบัติ 3 ขั้นตอนคือ

	ตัวอย่างประโยค
1. บอกความรู้สึกของตน	“ฉันรักเธอนะ” “ฉันเป็นที่รักของเธอ”
2. เตือน	“ฉันไม่อยากให้เธอไปเลย” “ฉันอยากให้เราไปอ่านหนังสือกันจัง”
3. ถามความคิดเห็นของอีกฝ่าย	“เธอคงเห็นใจฉันนะ” “เธอคงไม่ว่าอะไรฉันนะ” “ขอบคุณที่เห็นใจฉัน”

## ใบกิจกรรม 1

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 28 เรื่อง “ทักษะการเตือน”)

แบ่งกลุ่ม 5-6 คนที่นั่งใกล้กัน ร่วมกันอภิปรายเพื่อหาข้อสรุปถึงประเด็นทั่วไปที่ไว้วิเคราะห์การสนทนาตามขั้นตอนการเตือน ดังนี้

ขั้นตอนการเตือน	บทสนทนา (สาริต)
1. บอกความรู้สึกของตน	.....
2. เตือน	.....
3. ถามความเห็น	.....

(เวลา 5 นาที)

## ใบกิจกรรม 2

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 28 เรื่อง “ทักษะการเตือน”)

1. จัดกลุ่ม 3 คน ให้ A เป็นผู้เตือน  
B ผู้ถูกเตือน  
C ผู้สังเกตการณ์ ว่าเป็นไปตามขั้นตอนการเตือนหรือไม่
2. ฝึกเตือนเนื้อหาในสถานการณ์ต่อไปนี้ ใดอย่างหนึ่ง
  1. เตือนให้เข้าเรียน
  2. งดเที่ยวกลางคืน
  3. เลิกสูบบุหรี่
  4. ท่องหนังสือสอบ
  5. ประหยัดเงิน
3. เสร็จแล้วเตรียมสร้างบทบาทการเตือนตามที่ฝึกมาแสดงที่หน้าห้องเรียน แล้วผู้สังเกตการณ์ของกลุ่ม ประเมินไปตามเรื่องการเตือนหรือไม่

(เวลา 10 นาที)

### บทสารถี “รักเพื่อนจึงเตือนให้”

ที่สนามหน้าโรงเรียนสมชายกำลังเล่นกับเพื่อนอยู่ ปรีชาจึงเดินมาหาและพูดกับสมชายว่า

ปรีชา “ชายทำอะไรอยู่”

สมชาย “คุณเล่น มีไร”

ปรีชา “นายทำรายงานเสร็จหรือยัง”

สมชาย “ยังเลย เฮ้อ ๆ”

ปรีชา “เราเป็นหัวหน้านะ ไม่อยากให้ไม่มีชิ้นงานส่งครูอีก ไปทำรายงานกับเราเถอะ นายคงไม่ว่าเรายุ่งเกินไปนะ”

สมชาย “ไม่ว่าหรอก ขอบใจเพื่อนที่ห่วงเรา”

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 29

### “ทักษะการจัดการกับอารมณ์”

**จุดประสงค์การเรียนรู้** เพื่อให้สมาชิกสามารถอธิบายขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์ 4 ขั้นตอนได้ และสามารถใช้ทักษะการจัดการกับอารมณ์ในสถานการณ์จำลองต่าง ๆ ได้

**สาระสำคัญ** อารมณ์เป็นความรู้สึกอย่างหนึ่งซึ่งมีผลกระทบทั้งทางบวกและทางลบ การแสดงอารมณ์บางอย่างโดยปราศจากการควบคุมอาจก่อให้เกิดผลเสีย การควบคุมอารมณ์ เป็นทักษะที่เรียนรู้และฝึกฝนได้ ซึ่งมี 4 ขั้นตอน คือ สำรวจความรู้สึกที่เกิดขึ้น คาดการณ์ผลดี ผลเสียของการแสดงอารมณ์ ควบคุมอารมณ์ด้วยวิธีการต่าง ๆ สำรวจความรู้สึกและชื่นชมตนเอง เมื่อสามารถควบคุมอารมณ์ได้สำเร็จ

#### กิจกรรมการเรียนรู้

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
1. <b>ขั้นรู้ชัดเห็นจริง</b> <b>ประสบการณ์</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 5 นาที <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 5 นาที <b>ประสบการณ์</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 5 นาที	1. นำเข้าสู่การทำกิจกรรม สร้างสถานการณ์จำลอง โดยผู้นำกลุ่มดูสมาชิก (ให้สมจริง โดยไม่ต้องมีสาเหตุ) แล้วสุ่มถามความรู้สึก/อารมณ์เมื่อถูกดู โดยไม่มีเหตุผล	
<b>สะท้อนความคิด/อภิปราย</b> กลุ่ม 5-6 คน เวลา 10 นาที <b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 10 นาที	2. ผู้นำกลุ่มบรรยายสรุปการจัดการกับอารมณ์ตาม ใจความรู้ 3. ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “อารมณ์โกรธของแดน” 4. มอบหมายงานให้วิเคราะห์กรณีศึกษา “อารมณ์โกรธของแดน” ตามใบกิจกรรม 1 5. ให้ตัวแทนกลุ่มสรุปเพิ่มเติมการจัดการกับอารมณ์โกรธของแดน” 6. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมการจัดการกับอารมณ์ประยุกต์ใช้ตามใจความรู้เดิม	- ใบความรู้  - กรณีศึกษา “อารมณ์โกรธของแดน”  - ใบกิจกรรม 1 - ดินสอ/ปากกา

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
<p><b>2. ชั้นลงมือกระทำ</b></p> <p><b>ประยุกต์แนวคิด</b></p> <p>กลุ่ม 5-6 คน</p> <p>เวลา 10 นาที</p> <p><b>ความคิดรวบยอด</b></p> <p>กลุ่มใหญ่</p> <p>เวลา 10 นาที</p>	<p>7. แบ่งกลุ่มสมาชิกเป็น 4 กลุ่มและฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์จากกรณีศึกษาต่าง ๆ ตามใบกิจกรรม 2</p> <p>8. ตัวแทนกลุ่มรายงานผลการฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์</p> <p>9. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม</p>	<p>-ใบกิจกรรม 2</p>

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. นำเข้าสู่กิจกรรม โดยสร้างสถานการณ์จำลอง ให้ผู้นำกลุ่มดูสมาชิกให้สมจริง โดยไม่มีสาเหตุ
3. สุ่มถามความรู้สึก/อารมณ์ ของสมาชิกเมื่อถูกดูโดยไม่ทราบสาเหตุ
4. ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “อารมณ์โกรธของแดน”
5. แบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ 4 คน มอบหมายงานให้วิเคราะห์กรณีศึกษาเรื่อง “อารมณ์โกรธของแดน” ตามใบกิจกรรม 1
6. ให้ตัวแทนกลุ่มรายงานผลการวิเคราะห์กรณีศึกษา
7. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมการจัดการกับอารมณ์ โดยใช้ใบความรู้เดิม
8. แบ่งกลุ่มให้แต่ละกลุ่ม ให้ฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์จากกรณีศึกษาต่าง ๆ ตามใบกิจกรรม 2
9. ตัวแทนกลุ่มรายงานผลการฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์
10. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม
11. ปิดกลุ่ม

### สื่อการจัดกิจกรรม

1. ใบความรู้
2. ใบกิจกรรม 1,2
3. กรณีศึกษา เรื่อง “อารมณ์โกรธของแดน”
4. ดินสอ/ปากกา

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก
3. ผลงานในเพิ่มส่วนตัวของสมาชิก

### กิจกรรมเสนอแนะ

ให้สมาชิกไปฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์ให้กับผู้อื่น

### ใบความรู้

#### (แผนการจัดกิจกรรมที่ 29 เรื่อง “ทักษะการจัดการกับอารมณ์”)

อารมณ์เป็นความรู้สึกอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นจากผลกระทบต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอกอารมณ์ มีทั้งทางบวกและทางลบ การแสดงอารมณ์บางอย่างโดยปราศจากการควบคุมอาจก่อให้เกิดผลเสียได้ การจัดการหรือการควบคุมอารมณ์เป็นทักษะที่เรียนรู้และฝึกฝนได้ โดยมีขั้นตอน 4 ขั้นตอน คือ

1. สำรวจอารมณ์ หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะนั้น เช่น มือสั่น ใจสั่น ตัวสั่น กำมือ เป็นต้น
2. คาดการณ์ผลดีผลเสียของการแสดงอารมณ์นั้นออกมา
3. ควบคุมอารมณ์ด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น
  - 3.1 หายใจเข้าออกลึก ๆ
  - 3.2 นับเลข 1-10 ซ้ำ ๆ (หรือนับต่อไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะรู้สึกว่าการแสดงอารมณ์สงบลง)
  - 3.3 ขอเวลานอก โดยการหนีออกไปจากสถานการณ์นั้น ๆ ชั่วครว
  - 3.4 กำหนดลมหายใจ โดยให้สติอยู่ที่การหายใจเข้าออก
4. สำรวจความรู้สึกของตนเองอีกครั้ง และชื่นชมกับการที่ตนเองสามารถควบคุมอารมณ์ได้

## กรณีศึกษาเรื่อง “อารมณ์โกรธของแดน”

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 29 เรื่อง “ทักษะการจัดการกับอารมณ์”)

แดนมาถึงโรงเรียนสายมาก เขาวิ่งกระหืดกระหอบเข้าห้องเรียน พบว่าครูประจำชั้นกำลังอบรมเพื่อน ๆ อยู่ ทุกคนนั่งเงียบแล้วมองมาที่เขา แดนถูกครูที่กำลังโมโหทำโทษให้แดนยืนหน้าชั้น แล้วดุคำ อย่างรุนแรง แดนรู้สึกอับอาย และโกรธครูมากที่ไม่เปิดโอกาสให้เขาชี้แจง แดนพยายามควบคุมอารมณ์เพราะรู้ว่าผิด ถ้าแสดงออกครูจะยิ่งโกรธและอาจเป็นเรื่องใหญ่โตได้ ในที่สุดแดนก็สามารถควบคุมอารมณ์ได้โดยการนับ 1-10 ในใจ หลังจากครูดุคำแล้ว ครูอนุญาตให้แดนไปนั่งเรียนได้ แดนยกมือไหว้ครูแล้วไปนั่งที่

หลังเลิกเรียนแดนเข้าไปพบครูและบอกเหตุผลที่เข้ามาเรียนช้าว่าเป็นเพราะแม่ไม่สบาย ต้องพาแม่ไปส่งโรงพยาบาล เมื่อครูรู้ความจริงก็ยกโทษให้ และครูก็ได้ขอโทษแดนที่ไม่ได้ฟังเหตุผลของแดนก่อน แดนรู้สึกภูมิใจมากที่สามารถควบคุมอารมณ์ได้สำเร็จ และสามารถอธิบายให้ครูเข้าใจได้



## ใบกิจกรรม 1

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 29 เรื่อง “ทักษะการจัดการกับอารมณ์”)

ให้สมาชิก ร่วมกันวิเคราะห์ขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์โกรธของแดนจากกรณีศึกษา ใน 4 ประเด็นต่อไปนี้ (โดยใช้เวลา 5 นาที)

1. สืบหาอารมณ์ แดนมีความรู้สึก.....ที่ถูกครูดูหน้าชั้น
2. คาดการณ์ผลดี ผลเสียของการแสดงอารมณ์

**ผลดี**

**ผลเสีย**

ถ้าแดนแสดงอารมณ์.....

.....

.....

ถ้าแดนไม่แสดงอารมณ์.....

.....

.....

3. เลือกวิธีควบคุมอารมณ์ แดนควบคุมอารมณ์ด้วยวิธี.....

.....

4. สืบหาความรู้สึกครั้งสุดท้าย แดนรู้สึก.....

.....

กลุ่ม.....

## ใบกิจกรรม 2 (สำหรับกลุ่มที่ 1)

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 29 เรื่อง “ทักษะการจัดการกับอารมณ์”)

ร่วมกันฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์ จากสถานการณ์ที่กำหนดแล้วเขียนรายงานลงในแบบฟอร์มโดยวิเคราะห์เป็นขั้นตอนตามที่ได้เรียนมา (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานหน้าชั้น (กลุ่มละ 3 นาที)

กลุ่มที่ 1 แม่กลับบ้าน ชื้อของเล่นมาฝากน้อง แต่ไม่ได้ซื้อมาฝากคอน ดอนรู้สึกโกรธแม่ และอิจฉาน้องมาก เขย็นคู่น้องเล่นแล้วอยากเข้าไปแย่งของเล่นจากมือน้องมาทูปทำลาย

ถ้านักเรียนเป็นคอนในขณะนั้นจะทำอย่างไร

การวิเคราะห์ตามหลักทักษะการจัดการกับอารมณ์

1. การสำรวจอารมณ์.....  
.....  
.....
2. การคาดการณ์ผลดี ผลเสียของการแสดงอารมณ์  
ผลดี.....  
.....  
ผลเสีย.....  
.....
3. เลือกวิธีควบคุมอารมณ์.....  
.....  
.....
4. การสำรวจความรู้สึกครั้งสุดท้าย.....  
.....  
.....  
.....

## ใบกิจกรรม 2 (สำหรับกลุ่มที่ 2)

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 29 เรื่อง “ทักษะการจัดการกับอารมณ์”)

ให้สมาชิกกลุ่ม ร่วมกันฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์ จากสถานการณ์ที่กำหนดแล้วเขียนรายงานลงในแบบฟอร์มโดยวิเคราะห์เป็นขั้นตอนตามที่ได้เรียนมา (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานหน้าชั้น (กลุ่มละ 3 นาที)

กลุ่มที่ 2 อ้อมเป็นนักเรียนชั้น ม.3 ฐานะทางบ้านยากจน เธอแต่งตัวมาโรงเรียนด้วยเสื้อผ้าเก่า ๆ เพื่อนกลุ่มหนึ่งมีฐานะดีชอบล้อเลียนและพูดดูถูกเธอเสมอ วันหนึ่งอ้อมเดินผ่านเพื่อนกลุ่มนี้ได้ยินเสียงพูดลอยมาดัง ๆ ว่า “เหม็นสาบคนจน” อ้อมรู้สึกอับอายและโกรธอย่างมาก และอยากได้ตอบให้หายเจ็บใจ ถ้านักเรียนเป็นอ้อมจะทำอย่างไร

การวิเคราะห์ตามหลักทักษะการจัดการกับอารมณ์

1. การสำรวจอารมณ์.....  
.....  
.....  
.....
2. การคาดการณ์ผลดี ผลเสียของการแสดงอารมณ์  
ผลดี.....  
.....  
ผลเสีย.....  
.....
3. เลือกวิธีควบคุมอารมณ์.....  
.....  
.....
4. การสำรวจความรู้สึกครั้งสุดท้าย.....  
.....  
.....  
.....

## ใบกิจกรรม 2 (สำหรับกลุ่มที่ 3)

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 29 เรื่อง “ทักษะการจัดการกับอารมณ์”)

ให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์ จากสถานการณ์ที่กำหนดแล้วเขียนรายงานลงในแบบฟอร์มโดยวิเคราะห์เป็นขั้นตอนตามที่ได้เรียนมา (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานหน้าชั้น (กลุ่มละ 3 นาที)

กลุ่มที่ 3 พลุกับทัชเป็นคู่ปรับกัน พลุก็จัดงานวันเกิดที่บ้านเฮินนี้ พลุก็เชิญเพื่อนในห้องทุกคน ยกเว้นทัชกับเพื่อนสนิทของทัช 3-4 คน พลุก็ประกาศดั่ง ๆ ว่า ห้ามแก๊งของทัชโผล่ไปในงานเด็ดขาด ทัชรู้สึกเสียหน้าและเสียใจมาก วางแผนกับเพื่อนว่าคืนนี้จะเข้าไปก่อวุ่นในงาน ถ้านักเรียนเป็นทัชจะทำอย่างไร

### การวิเคราะห์ตามหลักทักษะการจัดการกับอารมณ์

1. การสำรวจอารมณ์.....  
.....  
.....
2. การคาดการณ์ผลดี ผลเสียของการแสดงอารมณ์  
ผลดี.....  
.....  
ผลเสีย.....  
.....
3. เลือกวิธีควบคุมอารมณ์.....  
.....  
.....
4. การสำรวจความรู้สึกครั้งสุดท้าย.....  
.....  
.....

## ใบกิจกรรม 2 (สำหรับกลุ่มที่ 4)

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 29 เรื่อง “ทักษะการจัดการกับอารมณ์”)

ให้สมาชิกกลุ่ม 5 คน ร่วมกันฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์ จากสถานการณ์ที่กำหนด แล้วเขียนรายงานลงในแบบฟอร์มโดยวิเคราะห์เป็นขั้นตอนตามที่ได้เรียนมา (เวลา 10 นาที) แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานหน้าชั้น (กลุ่มละ 3 นาที)

**กลุ่มที่ 4** เบิร์ดเป็นลูกกำพร้าพ่อตั้งแต่เด็กเบิร์ดอยู่กับแม่และน้องสาว 2 คน เพื่อน ๆ ชอบล้อเลียนเบิร์ดว่า เบิร์ดเป็นตุ๊ด วันหนึ่งเบิร์ดเดินไปกับเพื่อนผู้หญิงคนหนึ่ง ผ่านเพื่อนผู้ชายกลุ่มใหญ่เบิร์ดได้ยินเสียงพูดต้ง ๆ พร้อมเสียงหัวเราะว่า “เบิร์ดมีแฟนไวย” เบิร์ดจำได้ว่าเป็นเสียงป้อม เบิร์ดโกรธ ถ้านักเรียนเป็นเบิร์ดจะทำอย่างไร

### การวิเคราะห์ตามหลักทักษะการจัดการกับอารมณ์

1. การสำรวจอารมณ์.....  
.....  
.....
2. การคาดการณ์ผลดี ผลเสียของการแสดงอารมณ์  
ผลดี.....  
.....  
ผลเสีย.....  
.....
3. เลือกวิธีควบคุมอารมณ์.....  
.....  
.....
4. การสำรวจความรู้สึกครั้งสุดท้าย.....  
.....  
.....

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 30

### “ทักษะการตัดสินใจ”

**จุดประสงค์การเรียนรู้** เพื่อให้สมาชิกสามารถอธิบายขั้นตอนการตัดสินใจและสามารถตัดสินใจจากสถานการณ์ที่กำหนดได้เหมาะสม

**สาระสำคัญ** การตัดสินใจเป็นสิทธิส่วนบุคคลในการเลือกที่จะทำหรือไม่ทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง การตัดสินใจมีขั้นตอน 4 ขั้นตอน คือกำหนดทางเลือกที่จะตัดสินใจ วิเคราะห์ผลดีผลเสีย ของทางเลือก ตัดสินใจเลือก และการหาทางแก้ไขข้อเสียที่เกิดขึ้น

**กิจกรรมการเรียนรู้**

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
1. <b>ขั้นรู้ชัดเห็นจริง</b> <b>ประสบการณ์</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 5 นาที	1. ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรมกลุ่มโดยสนทนาถึงเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่ต้องตัดสินใจ	
<b>ความคิดรวบยอด</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 5 นาที	2. บรรยาย “ขั้นตอนการตัดสินใจ” ตามใบความรู้	- ใบความรู้
<b>ประสบการณ์</b> กลุ่มใหญ่ เวลา 5 นาที	3. ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “การตัดสินใจของแดง”	- กรณีศึกษา “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 1)
<b>สะท้อนความคิด/อภิปราย</b> กลุ่ม 5-6 คน เวลา 10 นาที	4. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มให้พูดคุยตามใบกิจกรรม 1 โดยวิเคราะห์กรณีศึกษา “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 1)	- ใบกิจกรรม 1 - ดินสอ/ปากกา

องค์ประกอบ/กลุ่ม/เวลา	กิจกรรม	เนื้อหา/สื่อ
<b>ความคิดรวบยอด</b> <b>กลุ่มใหญ่</b> <b>เวลา 10 นาที</b> <b>2. ชั้นลงมือกระทำ</b> <b>ประยุกต์แนวคิด</b> <b>กลุ่มย่อย</b> <b>เวลา 10 นาที</b>	5. ให้ตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานกลุ่ม 6. ผู้นำกลุ่มสรุปแนวทางทางตัดสินใจ จากกรณีศึกษา “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 2 )  7. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มตามใบชี้แจงมอบหมายงานให้ ฝึกทักษะการตัดสินใจ จากกรณีศึกษาตาม ใบกิจกรรม 2	- กรณีศึกษา “การตัดสินใจ ของแดง” (ตอน 2) - ใบชี้แจง - ใบกิจกรรม 2
<b>ความคิดรวบยอด</b> <b>กลุ่มใหญ่</b>  <b>เวลา 5 นาที</b>	8. ให้ตัวแทนกลุ่มรายงานผลงานกลุ่ม 9. ผู้นำกลุ่มสรุปขั้นตอนการตัดสินใจตามใบความรู้ เดิม	- ใบความรู้

### ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และให้สมาชิกทุกคนแนะนำตัว
2. ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรมโดยการสนทนาถึงเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่ต้องตัดสินใจ เช่น ถามจากสมาชิก 5-6 คน
3. ผู้นำกลุ่มบรรยาย “ขั้นตอนการตัดสินใจ” ตามใบความรู้
4. ผู้นำกลุ่มอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 1) ให้สมาชิกฟัง
5. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มแต่ละกลุ่ม ให้วิเคราะห์กรณีศึกษา “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 1) ตามใบกิจกรรม 1
6. ให้ตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานกลุ่ม
7. ผู้นำกลุ่มสรุปแนวทางการตัดสินใจจากกรณีศึกษา “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 2)
8. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มตามใบชี้แจงมอบหมายงานให้วิเคราะห์กรณีศึกษา ตามใบกิจกรรม 2 เพื่อฝึกทักษะการตัดสินใจจากกรณีศึกษา
9. ให้ตัวแทนกลุ่มรายงานผลงานกลุ่ม
10. ผู้นำกลุ่มสรุป “ขั้นตอนการตัดสินใจ” ตามใบความรู้เดิม
11. ปิดกลุ่ม

### สื่อจากการจัดกิจกรรม

1. ใบความรู้
2. กรณีศึกษา “เรื่องการตัดสินใจของแดง” ตอนที่ 1 และตอนที่ 2
3. ใบกิจกรรม 1 และ 2
4. ดินสอ/ปากกา
5. ใบชี้แจง

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก
3. ผลงานในเพิ่มส่วนตัวของสมาชิก

### กิจกรรมเสนอแนะ

นำผลงานของกลุ่มตามใบกิจกรรมมาติดบอร์ด



**กรณีศึกษาเรื่อง “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 1)**

**(แผนการจัดกิจกรรมที่ 30 เรื่อง “ทักษะการตัดสินใจ”)**

เพื่อนในกลุ่ม 4 คนของแดง ชวนแดงให้ไปลองสูบบุหรี่หลังโรงเรียนในตอนเย็นหลังเลิกเรียนแดงเกิดความกลัวตัดสินใจไม่ได้ว่าจะไปหรือไม่ไป ถ้าไปก็มีโอกาสติดบุหรี่ เพราะแดงรู้ว่าบุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพและอาจนำไปสู่การติดสารเสพติดอื่น ๆ ถ้าไม่ไปก็เกรงว่าเพื่อนจะโกรธ

**กรณีศึกษาเรื่อง “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 2)**

**(แผนการจัดกิจกรรมที่ 30 เรื่อง “ทักษะการตัดสินใจ”)**

เพื่อนในกลุ่ม 4 คนของแดง ชวนแดงให้ไปลองสูบบุหรี่หลังโรงเรียนในตอนเย็นหลังเลิกเรียนแดงเกิดความกลัวตัดสินใจไม่ได้ว่าจะไปหรือไม่ไป ถ้าไปก็มีโอกาสติดบุหรี่ เพราะแดงรู้ว่าบุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพและอาจนำไปสู่การติดสารเสพติดอื่น ๆ ถ้าไม่ไปก็เกรงว่าเพื่อนจะโกรธ

ในที่สุดแดงตัดสินใจที่จะต้องปฏิเสธไม่ไปสูบบุหรี่กับเพื่อน โดยใช้ทักษะการปฏิเสธ แดงบอกเพื่อนว่าเราไม่อยากสูบบุหรี่หรือเราไม่ชอบ ขอไม่ไปกับพวกนายนะ หวังว่านายคงเข้าใจนะ

**ใบความรู้****(แผนการจัดกิจกรรมที่ 30 เรื่อง “ทักษะการตัดสินใจ”)**

การตัดสินใจเป็นสิทธิส่วนบุคคลในการเลือกที่จะทำหรือไม่ทำอะไรสิ่งหนึ่ง  
การตัดสินใจมี 4 ขั้นตอนคือ

1. กำหนดทางเลือกที่จะตัดสินใจ เช่น ไป/ไม่ไป, เอา/ไม่เอา, ทำ/ไม่ทำ เป็นต้น
2. วิเคราะห์ผลดี ผลเสียของทางเลือกทั้ง 2 ทาง
3. ตัดสินใจเลือกทางเลือกหนึ่ง
4. หาทางแก้ไขข้อเสียที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจนั้น ๆ

## ใบกิจกรรม 1

(แผนการจัดกิจกรรมที่ 30 เรื่อง “ทักษะการตัดสินใจ”)

### คำแนะนำ

ให้สมาชิกรวมกลุ่ม 4 คน ช่วยกันวิเคราะห์ขั้นตอนการตัดสินใจของแดง จากการศึกษา “การตัดสินใจของแดง” (ตอนที่ 1) ใน 4 ประเด็น

### การตัดสินใจ

1. ถ้าไป

ผลดี.....

ผลเสีย.....

2. ถ้าไม่ไป

ผลดี.....

ผลเสีย.....

3. ขั้นตัดสินใจ

ผลดี.....

ผลเสีย.....

4. ขั้นหาทางแก้ไขผลเสียที่เกิดขึ้น

ผลดี.....

ผลเสีย.....

กลุ่ม .....

(เวลา 5 นาที)

**ใบชี้แจง****(แผนการจัดกิจกรรมที่ 30 เรื่อง “ทักษะการตัดสินใจ”)**

คำแนะนำ ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มๆ เป็น 3 กลุ่ม ร่วมกันฝึกทักษะการตัดสินใจ จากสถานการณ์ที่กำหนดให้กรณีศึกษาในใบกิจกรรม 2 โดยใช้เวลาวิเคราะห์กลุ่มละ 10 นาที และนำเสนอรายงาน

- กลุ่มที่ 1 วิเคราะห์กรณีศึกษา “ปัญหาของสมใจ”
- กลุ่มที่ 2 วิเคราะห์กรณีศึกษา “การตัดสินใจของอุไร”
- กลุ่มที่ 3 วิเคราะห์กรณีศึกษา “เรื่องของสมชาย”

**ใบกิจกรรม 2 สำหรับกลุ่ม 1 (กรณีศึกษา: เรื่อง “ปัญหาของสมใจ”  
(แผนการจัดกิจกรรมที่ 30 เรื่อง “ทักษะการตัดสินใจ”)**

สมใจเป็นนักเรียนชั้น ม. 3 ของโรงเรียนแห่งหนึ่ง สมใจอยู่กับแม่และน้องชายอีก 2 คนฐานะของครอบครัวอยู่ในระดับปานกลาง

สมใจอยากได้นาฬิกาเรือนหนึ่งเพราะเห็นเพื่อนที่ ร.ร. ใส่นาฬิกาเรือนนั้น 1,000 บาท สมใจไม่รู้จะหาเงินจากไหนซื้อ จะขอเงินแม่ก็ไม่กล้า เขาจึงหยิบเงินในกระเป๋าแม่ 1,000 บาท เพื่อไปซื้อนาฬิกาเรือนนั้นสมใจรู้สึกผิดและละอายใจมากที่ทำเช่นนั้น สมใจจะหาทางออกอย่างไร.....

การตัดสินใจ	ผลดี	ผลเสีย
1. ซื้อ		
2. ไม่ซื้อ		
3. ถ้าสมาชิกเป็นสมใจ จะตัดสินใจอย่างไร.....		
4. ถ้าสมาชิกเป็นสมใจ จะหาทางแก้ไขผลเสียที่เกิดขึ้นอย่างไร.....		

**ใบกิจกรรม 2 สำหรับกลุ่ม 2 (กรณีศึกษา : เรื่อง “การตัดสินใจของอุไร”)  
(แผนการจัดกิจกรรมที่ 30 เรื่อง “ทักษะการตัดสินใจ”)**

อุไรเป็นเด็กหญิงอายุ 16 ปี เรียนชั้นมัธยม 4 อุไรไปโรงเรียนทุกวัน อุไรมีเพื่อนหลายคน อุไรชอบที่ตนมีเพื่อนเยอะ วันหนึ่งขณะที่อุไรในโรงเรียนเพื่อนได้ชวนอุไรไปดูดนตรีในช่วงเวลาเรียน โดยไปกันหลาย ๆ คน อุไรตัดสินใจไม่ได้เพราะอยากไปมาก เป็นดนตรีที่อุไรชอบมากและไม่อยากขัดใจเพื่อนด้วยอีกใจหนึ่งไม่อยากจะหนีเรียน

การตัดสินใจ	ผลดี	ผลเสีย
1. ไป		
2. ไม่ไป		
3. ถ้าสมาชิกเป็นอุไร จะตัดสินใจอย่างไร.....		
4. ถ้าสมาชิกเป็นอุไร จะหาทางแก้ไขผลเสียที่เกิดขึ้นอย่างไร.....		

**ใบกิจกรรม 2 สำหรับกลุ่ม 3 (กรณีศึกษา: เรื่อง “ปัญหาของสมชาย”)  
(แผนการจัดกิจกรรมที่ 30 เรื่อง “ทักษะการตัดสินใจ”)**

สมชายมีพี่น้องทั้งหมด 3 คน สมชายเป็นลูกชายคนเดียวของครอบครัว พ่อ-แม่หย่าร้างกัน สมชายและพี่น้องอยู่กับแม่ แม่ต้องทำงานหนักมากเพราะต้องหาเงินเลี้ยงลูกจนไม่มีเวลาดูแลลูกอย่างใกล้ชิด ประกอบกับสมชายเป็นลูกคนเดียวเข้ากับพี่น้องไม่ค่อยได้ สมชายรู้สึกว่าเขาหันไปคบเพื่อนเพื่อนชานนที่โรงเรียนไปเที่ยว.....สมชายจะทำอย่างไร

การตัดสินใจ	ผลดี	ผลเสีย
1. หนีโรงเรียน		
2. ไม่หนีเรียน		
3. ถ้าสมชายเป็นสมชาย จะตัดสินใจอย่างไร.....		
4. ถ้าสมชายเป็นสมชาย จะหาทางแก้ไขผลเสียที่เกิดขึ้นอย่างไร..... ..... ..... .....		