ชื่อเรื่อง **กลุ่มเพื่อนของฉัน** (My Friendship Circle)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อทำความเข้าใจระดับความสัมพันธ์ฉันเพื่อนที่แตกต่างกัน
2. เพื่อช่วยให้คุณบอกเอกลักษณ์ของเพื่อนที่สนิทของคุณได้
3. เพื่อจะเข้าใจคุณค่าซึ่งอยู่เบื้องหลังการเลือกเพื่อนของคุณ

เวลาที่ใช้ ประมาณ 45 - 60 นาที

เครื่องมือและอุปกรณ์

1. ใบงานเรื่อง กลุ่มเพื่อนของฉัน สำหรับผู้ร่วมกิจกรรมทุกคน ๆ ละ 1 ชุด
2. ปากกาหรือดินสอ

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. กิจกรรมขั้นนำเข้าสู่เรื่อง

ผู้สอนเริ่มกิจกรรมด้วยการยกหัวข้อสนทนาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ฉันเพื่อน เช่น ความสำคัญของมิตรภาพ คุณค่าในมิตรภาพ การเลือกเพื่อน เป็นต้น แล้วจึงกล่าวให้เห็นว่า ความสัมพันธ์ฉันเพื่อนเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตที่เป็นสุข เพราะว่าสิ่งนี้มีส่วนทำให้เรามีวุฒิภาวะทางจิตใจและความสงบสุข อีกทั้งยังนำความสนุกสนานและความปลอดภัยมาสู่ชีวิตของเรา สำหรับเยาวชนแล้วความเป็นเพื่อนมีความสำคัญพิเศษทีเดียว เพราะเมื่อเป็นวัยรุ่นซึ่งต้องดิ้นรนเพื่อการเจริญเติบโต เขาจำเป็นต้องได้รับความสนับสนุนและความเข้าใจจากเพื่อนที่ดี ขณะที่เขาแสวงหาและพัฒนาบุคลิกของตนเอง เพื่อนคือบุคคลสำคัญที่จะสนับสนุนและช่วยเหลือเขาให้เจริญขึ้นและบรรลุศักยภาพสูงสุดของตน และหากว่าการสนับสนุน ความเข้าใจ และการเอาใจใส่เป็นจุดหมายแรกของความเป็นเพื่อนแล้ว ความสับสนในตัวเอง การแข่งขัน ความอิจฉา และความละอายใจ ก็เป็นอันตรายสำหรับความเป็นเพื่อน

สิ่งสำคัญที่ก่อให้เกิดความเป็นเพื่อน คือ พื้นฐานของความเคารพ การยอมรับ และคุณค่าสามัญ มิฉะนั้นความเป็นเพื่อนอาจจะทำลายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของบุคคลอย่างลับ ๆ ได้ จากการศึกษาของนิวคอมบ์ (Newcomb , 1962) เกี่ยวกับความเป็นเพื่อนในระดับวิทยาลัย แสดงให้เห็นคุณค่าสามัญ ซึ่งเป็นพื้นฐานของความเป็นเพื่อนที่ถาวรและลึกซึ้ง

2. งานสำหรับบุคคล

2.1 แจกใบงานเรื่อง กลุ่มเพื่อนของฉัน ให้ผู้ร่วมกิจกรรมทุกคน

2.2 แนะนำการทำกิจกรรมดังนี้

ในวงสังคมของคุณซึ่งหมายถึง บุคคลต่างๆ ที่คุณพบปะ ไม่ว่าจะด้วยความสัมพันธ์ทางการเรียนหรือการทำงานก็ตาม คุณมีระดับหรือฐานะของความเป็นเพื่อนที่ต่างกัน บ่อยครั้งที่คุณมักใช้คำว่า “ เพื่อน ” เป็นคำเรียกรวมๆ ถึงบุคคลเหล่านั้น แต่จริงๆ แล้ว คุณไม่ได้ให้ระดับความใกล้ชิดหรือเป็นเพื่อนสนิทกับทุกๆ คน

ดังนั้นในใบงานของคุณ ให้คุณเติมชื่อบุคคลในชีวิตของคุณ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับคุณตามลำดับชั้นของวงแหวน ดังนี้

ก) บุคคลในชีวิตของคุณซึ่งคุณสนิทสนมมากที่สุด ให้อยู่ในชั้นที่ 1

ข) บุคคลซึ่งคุณอาจจะเรียกว่า “ เพื่อน ” แต่ไม่ได้เป็นเช่นนั้นเสียทีเดียว คุณอาจจะเป็นเพื่อนด้วยแต่ไม่สนิทสนม ให้อยู่ในชั้นที่ 2

ค) บุคคลซึ่งคุณเพียงรู้จักเล็กน้อย อาจเป็นเพื่อนห่าง ๆ และชัดเจนว่ารายชื่อเหล่านี้ไม่ใช่บุคคลที่ต้องใส่ใจมากนัก ให้อยู่ในชั้นที่ 3

2.3 แนะนำให้เขาเขียนรายชื่อของเพื่อนที่สนิทสนม ซึ่งมีอยู่ในวงแหวนชั้นที่ 1 ในช่องว่างที่เตรียมไว้ให้ในใบงาน และจัดลำดับชื่อเหล่านั้นตามความชอบของคุณ

2.4 ในท้ายสุดให้เขาเขียนชื่อของเพื่อนที่สนิทสนม 2 คน จัดลำดับที่ 1 และ 2 ในดวงใจ 2 ดวง บนใบงาน และเขียนคุณลักษณะ ความกล้าหาญ และคุณค่าของบุคคลนั้นๆ ที่เขาชื่นชมมากที่สุด

3. กิจกรรมกลุ่มย่อย

เมื่อทุกคนทำงานของตนเองเสร็จแล้ว ขอให้ผู้ร่วมกิจกรรมรวมเป็นกลุ่มเล็ก ๆ กลุ่มละ 4 – 6 คน ให้อภิปรายถึงระดับความสัมพันธ์ของความเป็นเพื่อนที่หลากหลาย เพื่อนๆ ในแต่ละระดับ รายชื่อของเพื่อนสนิทที่เขาได้บันทึกไว้ รวมทั้งคุณลักษณะ ความกล้าหาญ และคุณค่าของบุคคลเหล่านั้นที่เขาชื่นชมมากที่สุด และเตือนให้เขาบอกเหตุผลที่สนับสนุนการตัดสินใจและการเลือกนั้นๆ ด้วย

4. การสนทนาซักถามเป็นกลุ่มใหญ่

หลังการแบ่งปันและการอภิปรายในกลุ่มย่อยแล้ว ให้ผู้ร่วมกิจกรรมทั้งหมดมารวมกัน อีกครั้งเพื่อการซักถาม ความชัดเจน และการพิจารณาทบทวน โดยอาศัยคำถามที่อาจจะใช้เป็นจุดเริ่มการสนทนาซักถามและพิจารณาทบทวนดังนี้

1. ในแต่ละชั้นของวงแหวนคุณเขียนรายชื่อไว้จำนวนเท่าไร และรวมจำนวนรายชื่อทั้งหมดได้เท่าไร
2. โดยทั่วไปแล้ว คนเราจะมีเพื่อนที่ใกล้ชิดสนิทสนมหลายคนได้จริงหรือ ให้บอกเหตุผลที่สนับสนุนความรู้สึกของคุณ
3. อะไรคือความแตกต่างที่เด่นชัดระหว่างระดับของความเป็นเพื่อนที่แตกต่างกัน
4. คุณคิดว่า การมีเพื่อนที่ใกล้ชิดสนิทสนมอย่างน้อยหนึ่งหรือสองคนเป็นสิ่งสำคัญหรือไม่
5. ทำไมบางคนจึงคิดว่าการมีเพื่อนสนิท และการรักษาความเป็นเพื่อนสนิทไว้เป็นเรื่องยาก จงอธิบาย
6. เพื่อนมีบทบาทอะไรในชีวิตของคุณ
7. ถ้าหากปราศจากเพื่อน คุณจะสูญเสียอะไรในชีวิต
8. อะไรคือสิ่งสำคัญที่คุณคาดหวังจากเพื่อน

9. คุณคิดอย่างไรกับวลีที่ว่า “ รู้จักคนได้จากเพื่อนที่เขาคบหา ”

10. อะไรคือบรรทัดฐาน หรือ คุณค่าซึ่งอยู่เบื้องหลังการเลือกเพื่อนของคุณ

11. ในปัจจุบันมีเพื่อนคนใดบ้างที่ทำลายความก้าวหน้า และความสุขของคุณ คุณควรจะเลิกเป็นเพื่อนกับเขาหรือไม่

5 . กิจกรรมขั้นสรุป

สรุปกิจกรรมกลุ่มโดยการขอให้ผู้ร่วมกิจกรรมเติมสิ่งต่อไปนี้ในใบงาน หลังการ-พิจารณาทบทวนเงียบๆ สักครู่

1. ฉันได้เรียนรู้อะไรจากแบบฝึกหัดนี้
2. ฉันได้ตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลง และดำเนินชีวิตต่อไปดังนี้

ใบงานเรื่อง กลุ่มเพื่อนของฉัน

คำชี้แจงการประกอบกิจกรรม

1. งานสำหรับบุคคล

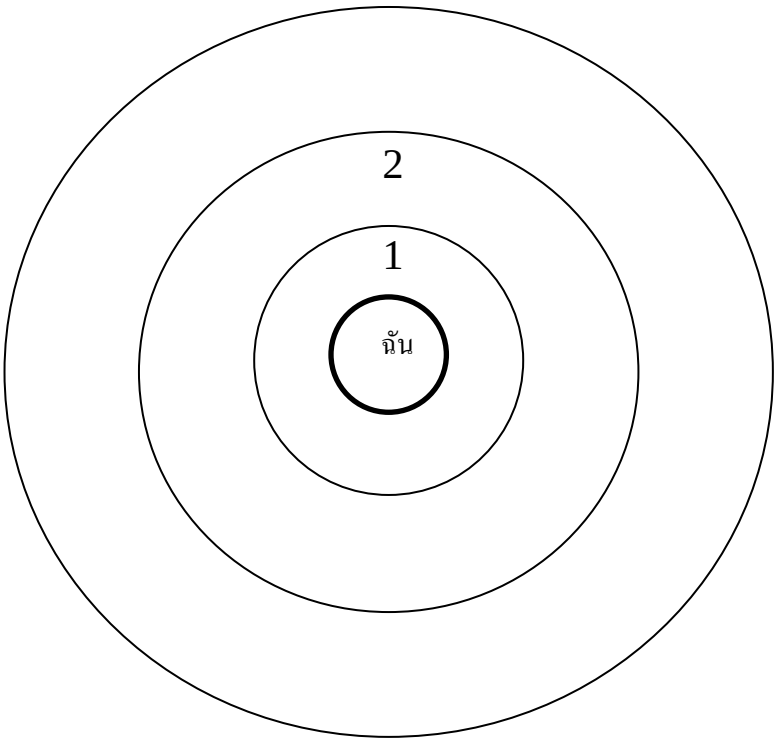
ในวงสังคมของคุณซึ่งหมายถึง บุคคลต่างๆ ที่คุณพบปะ ไม่ว่าจะด้วยความสัมพันธ์ทางการเรียนหรือการทำงานก็ตาม คุณมีระดับหรือฐานะของความเป็นเพื่อนที่ต่างกัน บ่อยครั้งที่คุณมักใช้คำว่า “ เพื่อน ” เป็นคำเรียกรวมๆ ถึงบุคคลเหล่านั้น แต่จริงๆ แล้ว คุณไม่ได้ให้ระดับความใกล้ชิดหรือเป็นเพื่อนสนิทกับทุกๆ คน

1.1 ใช้แผนภาพข้างล่างนี้ โดยเขียนชื่อบุคคลต่างๆ ซึ่งมีความสัมพันธ์ตามที่กำหนดในลำดับชั้นของวงแหวนดังนี้

ก)บุคคลในชีวิตของคุณซึ่งคุณสนิทสนมมากที่สุด ให้อยู่ในชั้นที่ 1

ข)บุคคลซึ่งคุณอาจจะเรียกว่า “ เพื่อน ” แต่ไม่ได้เป็นเช่นนั้นเสียทีเดียว คุณอาจจะเป็นเพื่อนด้วยแต่ไม่สนิทสนม ให้อยู่ในชั้นที่ 2

ค)บุคคลซึ่งคุณเพียงรู้จักเล็กน้อย อาจเป็นเพื่อนห่าง ๆ และชัดเจนว่ารายชื่อเหล่านี้ไม่ใช่บุคคลที่ต้องใส่ใจมากนัก ให้อยู่ในชั้นที่ 3



1.2 ให้เขียนรายชื่อเพื่อนที่สนิทสนม ซึ่งมีอยู่ในวงแหวนชั้นที่ 1 ในที่ว่างด้านล่างนี้ และจัดลำดับตามความชอบของคุณ

1.3 ให้เขียนรายชื่อเพื่อนที่คุณสนิทสนม 2 คน จัดลำดับที่ 1 และ 2 ในดวงใจ 2 ดวงด้านล่างนี้ และเขียนคุณลักษณะความกล้าหาญ และคุณค่าของเขาที่คุณชื่นชมมากที่สุด

2. กิจกรรมกลุ่มย่อย

ในกลุ่มเล็กๆ ของคุณให้คุณแบ่งปันและอธิบายถึงระดับความสัมพันธ์ของความเป็นเพื่อนที่หลาก-หลาย เพื่อนที่สนิทตามลำดับความชอบ และเพื่อนที่สนิทที่สุด 2 คน พร้อมทั้งคุณลักษณะ ความกล้าหาญ และคุณค่าของเขาที่คุณชื่นชมมากที่สุด

3. กิจกรรมขั้นสรุป

ในขั้นสุดท้ายของกิจกรรมกลุ่ม ให้แต่ละคนพิจารณาเงียบๆสักครู่ เพื่อเติมข้อความต่อไปนี้

ฉันได้เรียนรู้อะไรจากแบบฝึกหัดนี้

ฉันได้ตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงและดำเนินชีวิตต่อไปดังนี้