

ชื่อเรื่อง แต่งงานกับฉันนะ (Marry Me)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อจะได้ทราบถึงข้อดี พรสวรรค์ และความชำนาญของคุณมากขึ้น
2. เพื่อให้เข้าใจคุณค่า ความคาดหวัง และการจัดลำดับความสำคัญในเรื่องการแต่งงานของคุณได้ชัดเจนขึ้น
3. เพื่อจะได้ทราบว่าสมาชิกคนอื่นในกลุ่มของคุณคาดหวังสิ่งใดจากการแต่งงาน และให้คุณค่าแก่เรื่องใดในการแต่งงาน

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

เครื่องมือและอุปกรณ์

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

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. กิจกรรมขั้นนำเข้าสู่เรื่อง

ผู้นำกิจกรรมอาจจะเริ่มต้นด้วยการแนะนำสั้นๆ เช่น

เยาวชนมีความฝันสวยหรูเกี่ยวกับการแต่งงานอยู่มากมาย พวกเขาใช้เวลามากมายจินตนาการถึง “ ผู้ชายในฝัน ” หรือ ” ผู้หญิงในฝัน ” ที่พวกเขาต้องการแต่งงานด้วยบ่อยครั้งที่ความคาดหวังของพวกเขาไม่เป็นจริงและเกินจริง ในขั้นที่หนึ่งแบบฝึกหัดนี้จะช่วยให้คุณทราบถึงข้อดีและลักษณะทั้งหลายที่จะทำให้คุณเป็นสามีหรือภรรยาที่น่าชื่นชมและเหมาะสม ในขั้นที่สองจะเน้นที่ข้อดีและลักษณะซึ่งคุณคาดหวังในสามีหรือภรรยาในอนาคต และคุณยังมีโอกาสทราบถึงความคาดหวังและความฝันของเพื่อนซึ่งยึดมั่นเกี่ยวกับคู่แต่งงานของเขา

2. งานสำหรับบุคคล

2.1 แจกใบงานเรื่อง แต่งงานกับฉันนะ ให้ผู้ร่วมกิจกรรมทุกคน

2.2 แนะนำให้เขาทำแผ่นโฆษณา 2 แผ่น โดยแผ่นที่ 1 บอกข้อดี ลักษณะ พรสวรรค์ และความชำนาญของเขา และแผ่นที่ 2 บรรยายถึงสามีหรือภรรยาที่เขาต้องการบอกถึงข้อดี ลักษณะ พรสวรรค์ และความชำนาญที่เขาคาดหวังจากสามีหรือภรรยาในอนาคต

แผ่นที่ 1 สิ่งมีค่าและพรสวรรค์ของฉัน

แนะนำให้เขาบรรยายถึงสิ่งมีค่าและพรสวรรค์ซึ่งทำให้เขาเหมาะสมที่จะเป็นสามีหรือภรรยาในช่องว่างที่จัดไว้ในใบงาน บอกให้เขาทราบว่าไม่ต้องคิดถ่อมตัวเลย เขาสามารถเปิดเผยข้อดีของเขาได้อย่างเต็มที่

จากนั้นให้พิจารณาสิ่งมีค่าและพรสวรรค์ที่เขาบรรยายไว้อย่างสั้นๆ อีกครั้ง และแสดงให้เห็นถึงคุณค่าที่แฝงอยู่ แล้วจดไว้ในใบงานด้วย

แผ่นที่ 2 สามีหรือภรรยาที่ต้องการ

แนะนำให้เขาบรรยายถึงข้อดีและลักษณะของสามีหรือภรรยาในอนาคตอย่างสั้นๆ ซึ่งรวมถึงพรสวรรค์และความชำนาญด้วย

จากนั้นให้พิจารณาสิ่งที่ได้บรรยายไว้อีกครั้ง และแสดงให้เห็นถึงคุณค่าที่เกี่ยวข้อง แล้วจั่วไว้ในใบงานด้วย เช่น คุณคิดว่าเขาหรือเธอจะต้องเป็นคนที่หน้าตาดี มีเสน่ห์ เป็นต้น คุณค่าที่แฝงอยู่ คือ ความสวย

3. กิจกรรมกลุ่มย่อย

เมื่อผู้ร่วมกิจกรรมทำแผ่นโฆษณาทั้งสองแผ่นเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้เขาแบ่งเป็นกลุ่มย่อยๆ กลุ่มละ 4 – 6 คน เพื่อให้แต่ละคนแบ่งปันความคิดในการทำแผ่นโฆษณาทั้งสองและบอกคุณค่าที่แฝงอยู่ให้ผู้ร่วมกลุ่มทราบ สิ่งที่สำคัญประการหนึ่ง คือ เขาควรช่วยกันและกัน เพื่อให้ทุกคนได้ค้นพบคุณค่าในคำบรรยายถึงข้อดีและลักษณะต่างๆ อย่างสั้นๆ นั้น

4. การสนทนาซักถามเป็นกลุ่มใหญ่

หลังการแบ่งปันในกลุ่มย่อย ให้เขามารวมกลุ่มใหญ่อีกครั้งเพื่อการอภิปรายทั่วไปและเพื่อความชัดเจนยิ่งขึ้น

จากนั้นอาศัยคำถามต่อไปนี้เพื่อเริ่มการอภิปราย

1. คุณสนุกกับการทำแผ่นโฆษณาทั้งสองไหม
2. คุณคิดว่าสิ่งใดง่ายกว่ากัน เปรียบเทียบระหว่างการทำโฆษณาตัวเองกับการบรรยายความฝันเกี่ยวกับสามีหรือภรรยาของคุณ จงอธิบาย
3. คุณคิดว่าความคาดหวังเกี่ยวกับสามีหรือภรรยาในอนาคตของคุณเป็นอุดมคติเกินไปไหม
4. ความคาดหวังของคุณคล้ายกันหรือต่างกันอย่างไรเมื่อเทียบกับความคาดหวังของเพื่อนคุณ
5. คุณหวังว่าจะได้รับสิ่งมีค่าจากสามีหรือภรรยาในอนาคตมากกว่าสิ่งมีค่าที่คุณต้องให้หรือไม่
6. มีคุณค่าใดในคำบรรยายเกี่ยวกับข้อดีของคุณ และในคำบรรยายเกี่ยวกับข้อดีที่คุณคาดหวังจากสามีหรือภรรยาในฝัน (ให้จดบนกระดานดำ)
7. แผ่นโฆษณาทั้งสองแผ่นที่คุณได้ทำ แสดงให้เห็นคุณค่าและระบบคุณค่าของคุณอย่างไรบ้าง

5. กิจกรรมขั้นสรุป

สรุปกิจกรรมกลุ่มโดยการขอให้ผู้ร่วมกิจกรรมเดิมสิ่งต่อไปนี้ในใบงานหลังการ-พิจารณา ทบทวนเจียบๆ สักครู่

1. ฉันได้เรียนรู้อะไรจากแบบฝึกหัดนี้
2. ฉันได้ตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลง และดำเนินชีวิตต่อไปดังนี้

ใบงานเรื่อง แต่งงานกับฉันนะ

คำชี้แจงการประกอบกิจกรรม

1. งานสำหรับบุคคล

ให้คุณจินตนาการว่าคุณกำลังจะแต่งงานในอนาคตอันใกล้นี้ และคุณกำลังค้นหาสามีหรือภรรยาในอุดมคติอยู่ทุกหนทุกแห่ง คุณกำลังเตรียมแผนโฆษณาเกี่ยวกับการแต่งงาน 2 แผ่น โดยแผ่นที่ 1 บรรยายเกี่ยวกับตัวคุณ ได้แก่ สิ่งมีค่า ลักษณะ ข้อดี ความสามารถพิเศษและพรสวรรค์ของคุณ และแผ่นที่ 2 ประกาศถึงสิ่งมีค่า ลักษณะ พรสวรรค์ที่คุณคาดหวังในสามีหรือภรรยาของคุณ

แผ่นที่ 1 สิ่งมีค่าและพรสวรรค์ของฉัน

ให้คุณบันทึกสิ่งที่มีค่าที่สุด ลักษณะ พรสวรรค์ และความชำนาญซึ่งจะทำให้คุณเป็นภรรยาหรือสามีที่น่าชื่นชมและเหมาะสมในช่องด้านล่าง สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่คุณต้องการโฆษณาโดยไม่จำเป็นต้องถ่อมตัวเลย เพียงขอให้เป็นไปได้ด้วยความซื่อสัตย์และเปิดเผย และจำไว้เสมอว่าคุณต้องการทำให้ตัวคุณมีเสน่ห์และน่าชื่นชมมากที่สุด

หลังจากบันทึกสิ่งที่มีค่าและลักษณะที่ดีแล้ว ให้ใส่คุณค่าที่สอดคล้องลงในช่องว่างที่ติดกันด้วย เช่น ถ้าพูดว่า “ ฉันแข็งแรงและสมบูรณ์ ” คุณค่าที่แฝงอยู่คือ สุขภาพ

สิ่งที่มีค่าของฉัน		คุณค่า

แผ่นที่ 2 สามีหรือภรรยาที่ต้องการ

ให้คุณบรรยายสิ่งที่มีค่าที่สามีหรือภรรยาในฝันควรมีอย่างสั้นๆ ซึ่งควรประกอบด้วย ความชำนาญ พรสวรรค์ คุณลักษณะแห่งจิตใจ รูปร่าง เป็นต้น

และให้ใส่คุณค่าที่สอดคล้องกับสิ่งที่มีค่านั้นในช่องที่ติดกัน เช่น ถ้าพูดว่า “เขาหรือเธอควรเป็นคนมีเสน่ห์เพราะมีรูปร่างดีมาก ๆ ” คุณค่าที่แฝงอยู่คือ ความสวยและสุขภาพ และจำไว้ว่าสิ่งมีค่าเหล่านี้คือสิ่งที่คุณต้องการให้มีในสามีหรือภรรยาที่คุณต้องการ

สิ่งที่มีค่าในสามีหรือภรรยาที่ต้องการ		คุณค่า

2. กิจกรรมกลุ่มย่อย

ให้คุณแบ่งปันความคิดเกี่ยวกับแผ่นโฆษณาทั้งสองและคุณค่าที่แสดงไว้ และช่วยคนอื่นแยกแยะคุณค่าในคำบรรยายเกี่ยวกับสิ่งที่มีค่า ลักษณะ พรสวรรค์ และความชำนาญด้วย

3. กิจกรรมขั้นสรุป

ในขั้นสุดท้ายของกิจกรรมกลุ่ม ให้แต่ละคนพิจารณาเงียบๆสักครู่ เพื่อเติมข้อความต่อไปนี้

ฉันได้เรียนรู้อะไรจากแบบฝึกปฏิบัตินี้

ฉันได้ตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงและดำเนินชีวิตต่อไปดังนี้