ชื่อเรื่อง **ก่อนแต่งงาน** (Make Me a Match)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเข้าใจลักษณะและคุณค่าที่คุณคาดหวังในคู่ครองของคุณมากขึ้น
2. เพื่อสะท้อนให้เห็นคุณค่าและระบบคุณค่าของคุณ
3. เพื่อเปรียบเทียบคุณค่าของคุณ การจัดลำดับความสำคัญและความคาดหวังจากคู่ครองของคุณกับคุณค่าของเพื่อน การจัดลำดับความสำคัญและความคาดหวังจากคู่ครองของเพื่อนและผู้ปกครองของคุณ

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

เครื่องมือและอุปกรณ์

1. ใบงานเรื่อง ก่อนแต่งงาน สำหรับผู้ร่วมกิจกรรมทุกคน ๆ ละ 1 ชุด
2. กระดาษเปล่า 12 แผ่น
3. กระดาษกาว
4. ปากกาหรือดินสอ

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. กิจกรรมขั้นนำเข้าสู่เรื่อง

ผู้นำกิจกรรมด้วยการกล่าวนำสั้นๆ ดังนี้

เมื่อเราต้องเลือกคู่ครอง เรามักจะยึดตามอุดมคติอย่างมาก เนื่องจากเราต้องการสิ่งที่ดีที่สุดและถูกต้องด้วยสำหรับตัวเรา โดยเฉพาะการเลือกคู่สมรสซึ่งเป็นการตัดสินใจที่สำคัญที่สุดในชีวิต เพราะการเลือกนี้อาจจะนำมาซึ่งความสุขหรือความทุกข์สำหรับชีวิตที่เหลืออยู่ก็ได้ แบบฝึกหัดนี้จะช่วยให้คุณเห็นและเข้าใจความคาดหวังจากคู่ครองของคุณได้ โดยคุณจะต้องให้ความสนใจกับลักษณะเบื้องต้นและข้อดีที่คุณต้องการให้มีในคู่ครองก่อน

2. งานสำหรับบุคคล

2.1 แจกใบงานเรื่อง ก่อนแต่งงาน ให้ผู้ร่วมกิจกรรมทุกคน

2.2 แนะนำให้ผู้ร่วมกิจกรรมให้ความสนใจกับลักษณะต่างๆ และข้อดีทั้งหลายที่คนทั่วไปต้องการให้มีในคู่ครองของเขา เพราะสิ่งเหล่านี้ชี้ให้เห็นถึงคุณค่าและระบบคุณค่าของเขา จากนั้นให้ผู้ร่วมกิจกรรมแต่ละคน ศึกษารายการเกี่ยวกับคุณค่าที่ให้ไว้ในใบงานด้วยความรอบคอบ แล้วจัดลำดับตามความชอบจากลำดับที่ 1 ถึง 12 ลงในช่องที่กำหนดให้

3. กิจกรรมกลุ่มย่อย

3.1 หลังจากที่ทุกคนทำงานส่วนตัวเสร็จแล้วให้แบ่งเป็นกลุ่มย่อยๆ กลุ่มละ 4 – 6 คน เพื่อแบ่งปันเกี่ยวกับการจัดลำดับลักษณะต่างๆ ที่กำหนดไว้ พร้อมทั้งอธิบายเหตุผลด้วยว่าทำไมจึงจัดลำดับเช่นนั้น และทำไมจึงเลือกลำดับที่หนึ่งและที่สุดท้ายอย่างนั้น

3.2 ในขณะที่ผู้ร่วมกิจกรรมกำลังแบ่งปัน ให้ผู้นำเขียนลักษณะต่างๆ ลงในแผ่นกระดาษแผ่นละ 1 ลักษณะ และนำไปติดรอบๆ ห้องตำแหน่งละ 1 แผ่น เมื่อทุกคน

แบ่งปันในกลุ่มย่อยของเขาเสร็จแล้วให้แต่ละคนดูคุณค่าที่เขาจัดไว้เป็นลำดับที่ 1 จากนั้นให้เขาไปยืนที่ตำแหน่งซึ่งมีแผ่นกระดาษที่มีคุณค่านั้นเขียนไว้ เช่น ถ้าคนหนึ่งให้ค่ากับคำว่า “ ท่าทางดี ” เป็นลำดับที่ 1 ก็ให้คนนั้นไปยืนที่ที่มีแผ่นกระดาษซึ่งมีคำว่า “ ท่าทางดี ” และอีกคนหนึ่งให้ค่ากับคำว่า “ เมตตา ” เป็นลำดับที่ 1 ก็ให้คนนั้นไปยืนที่ที่มีแผ่นกระดาษซึ่งมีคำว่า “ เมตตา ” เป็นต้น

เมื่อผู้ร่วมกิจกรรมทุกคนยืนตามคุณค่าที่เขาเลือกแล้ว ให้ถามคำถามต่อไปนี้

♥ ใครยืนอยู่กับคุณบ้าง

♥ คุณรู้สึกและมีปฏิกิริยาอย่างไร

♥ คุณประหลาดใจไหมเมื่อเห็นการเลือกของเพื่อนบางคน

♥ การเลือกของเพื่อนคุณยืนยันว่าคุณเข้าใจเขาและคุณค่าของเขาหรือไม่

♥ ให้พูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกและปฏิกิริยาของคุณในกลุ่ม

3.3ในทางกลับกันให้ทุกคนได้เปลี่ยนไปยืนตรงตำแหน่งซึ่งมีคุณค่าเขียนไว้ตรงกับคุณค่าลำดับสุดท้ายของเขา

เมื่อผู้ร่วมกิจกรรมทุกคนยืนตามคุณค่าที่เขาเลือกแล้ว ให้ถามคำถามต่อไปนี้

♥ ใครยืนอยู่กับคุณบ้าง

♥ คุณรู้สึกและมีปฏิกิริยาอย่างไร

♥ ให้พูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกและปฏิกิริยาของคุณในกลุ่ม

3.4 จากนั้นให้แต่ละคนกลับที่เดิม และให้แนะนำดังนี้ ให้จินตนาการว่าคุณ คือผู้ปกครองคนหนึ่งของคุณ ให้คุณสวมจิตใจของคุณพ่อหรือคุณแม่และจัดลำดับลักษณะทั้ง12 ลักษณะในใบงานใหม่ตามที่คุณคิดว่าท่านควรทำ แล้วบันทึกในช่องว่างที่กำหนด

3.5 เมื่อทุกคนทำเสร็จแล้วให้เารวมกลุ่มย่อย เพื่อแบ่งปันการจัดลำดับครั้งที่สอง ซึ่งเขาสมมุติตัวเองเป็นผู้ปกครองของเขา แล้วพูดคุยถึงความคล้ายคลึงและความแตกต่างระหว่างการจัดลำดับทั้งสองครั้งกับเพื่อนในกลุ่ม โดยเฉพาะการเลือกลำดับที่หนึ่งและที่สุดท้าย

4. การสนทนาซักถามเป็นกลุ่มใหญ่

ให้ผู้ร่วมกิจกรรมทั้งหมดมารวมกันอีกครั้งเพื่อการซักถาม ความชัดเจนยิ่งขึ้น

จากนั้นอาศัยคำถามต่อไปนี้เพื่อเริ่มการอภิปราย

1. ลักษณะต่างๆ ที่ให้ไว้ในใบงานตรงกับความคาดหวังจากคู่ครองของคุณไหม คุณต้องการเพิ่มเติมสิ่งใดไหม ในกรณีที่ลักษณะที่คุณต้องการเป็นลำดับสุดท้ายไม่อยู่ในรายการที่ให้ไว้คุณต้องการเอาสิ่งใดออก
2. คุณคิดว่าการจัดลำดับลักษณะทั้ง 12 ลักษณะนั้น ยากหรือง่าย จงอธิบาย
3. เมื่อคุณรวมกลุ่มตามลำดับที่คุณจัด คุณรู้สึกประหลาดใจบ้างไหม การรับรู้ของคุณเกี่ยวกับเพื่อนๆ สอดคล้องกับการเลือกและการจัดลำดับของเขาไหม จงอธิบาย

4. การจัดลำดับของผู้ปกครองของคุณโดยการสมมุติตัวคุณแตกต่างกับการจัดลำดับของคุณมากไหม อย่างไร จงอธิบายเหตุผลที่ทำให้เป็นเช่นนั้น
5. ในประกายความคิดจากประสบการณ์ที่ผ่านมานี้ คุณอยากจะเปลี่ยนคุณค่าหรือการจัดลำดับคุณค่าของคุณบ้างไหม อะไรคือสิ่งที่คุณเห็นว่าควรเปลี่ยนแปลง จงให้เหตุผลสำหรับการตัดสินใจ

5. กิจกรรมขั้นสรุป

สรุปกิจกรรมกลุ่มโดยการขอให้ผู้ร่วมกิจกรรมเติมสิ่งต่อไปนี้ในใบงานหลังการ-พิจารณาทบทวนเงียบๆ สักครู่

1. ฉันได้เรียนรู้อะไรจากแบบฝึกหัดนี้
2. ฉันได้ตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลง และดำเนินชีวิตต่อไปดังนี้

กิจกรรมเสริม

ขอให้ผู้ร่วมกิจกรรม (กรณีที่เป็นนักศึกษา) นำใบงานนี้กลับบ้านและให้ผู้ปกครองช่วยจัดลำดับจริงๆ และนำกลับมาในการทำกิจกรรมครั้งถัดไป โดยการเข้าร่วมกลุ่มย่อยเดิมเพื่อเปรียบเทียบการจัดลำดับทั้ง 3 กรณี คือการจัดลำดับโดยผู้ร่วมกิจกรรมเอง การจัดลำดับที่ผู้ร่วมกิจกรรมสมมุติตัวเป็นผู้ปกครอง และการจัดลำดับโดยผู้ปกครองจริงๆ

ให้เขาแบ่งปันและพูดคุยถึงความแตกต่างและความคล้ายกันของการจัดลำดับทั้ง 3 กรณี และให้เขาลองจัดลำดับโดยตัวเองใหม่ หากมีการเปลี่ยนแปลงก็ให้เขาบอกเหตุผลด้วย

ใบงานเรื่อง ก่อนแต่งงาน

คำชี้แจงการประกอบกิจกรรม

1. งานสำหรับบุคคล

เราทุกคนมีความคาดหวังเกี่ยวกับลักษณะและข้อดีที่คู่ครองของเราควรมีด้วยกันทั้งนั้น ในตารางด้านล่างนี้แสดงความคาดหวังต่างๆ ซึ่งจะสะท้อนให้เห็นถึงคุณค่าของเรา ดังนั้นขอให้คุณศึกษาอย่างรอบคอบก่อนจัดลำดับความคาดหวังเหล่านี้ตามที่คุณเห็นว่าสำคัญ จากลำดับที่ 1 ถึง 12 ลงในช่องที่สอง

ลักษณะ	การจัดลำดับของคุณ	การจัดลำดับของ ผู้ปกครอง (สมมุติ)	การจัดลำดับของ ผู้ปกครอง (จริง)
รักษาคำพูด			
ทันสมัย			
ซื่อสัตย์			
มีความละอาย			
ท่าทางดี			
สุขภาพดี			
เปิดเผย			
มีอารมณ์ขัน			
มีเมตตา			
มีความรับผิดชอบ			
มีความเห็นอกเห็นใจ			
ร่ำรวย			

2. กิจกรรมกลุ่มย่อย

2.1 ให้คุณแบ่งปันและพูดคุยเกี่ยวกับการจัดลำดับของคุณ อธิบายว่าคุณจัดลำดับลักษณะต่างๆ อย่างไร ให้บอกเหตุผลการเลือกของคุณ

2.2 ให้คุณมองไปรอบๆ ห้องเพื่อหาแผ่นกระดาษที่เขียนลักษณะที่คุณเลือกเป็นลำดับที่หนึ่ง แล้วไปยืนที่ตำแหน่งนั้น เช่น ถ้าคุณเลือก “ ท่าทางดี ” เป็นลำดับที่ 1 ก็ให้คุณไปยืนตำแหน่งที่มีแผ่นกระดาษซึ่งมีคำว่า “ ท่าทางดี ” และคนที่เลือกลักษณะ “ ซื่อสัตย์ ” เป็นลำดับที่ 1 ก็ให้คุณไปยืนตำแหน่งที่มีแผ่นกระดาษซึ่งมีคำว่า “ ซื่อสัตย์ ” เป็นต้น

เมื่อคุณยืนในตำแหน่งที่ตรงกับการเลือกแล้วให้คุณสังเกตว่ามีใครยืนอยู่กับคุณบ้าง คุณรู้สึกและมีปฏิกิริยาอย่างไร คุณประหลาดใจไหมเมื่อเห็นการเลือกของเพื่อนบางคน การเลือกของเพื่อนของคุณยืนยันว่าคุณเข้าใจเขาและคุณค่าของเขาหรือไม่ คุณมีความสุขหรือไม่เมื่อคุณจัดลำดับเช่นนี้

ให้คุณอภิปรายเกี่ยวกับการเลือกและปฏิกิริยาของคุณภายในกลุ่ม

2.3 ในทางกลับกัน ให้คุณไปยืนในตำแหน่งที่มีแผ่นกระดาษเขียนไว้ตรงกับลักษณะที่คุณเลือกเป็นลำดับสุดท้าย

สังเกตคนที่อยู่รอบข้าง คุณมีปฏิกิริยาอย่างไร ให้คุณอภิปรายเกี่ยวกับความรู้สึกและปฏิกิริยาของคุณภายในกลุ่ม

2.4 จากนั้นให้คุณกลับที่เดิม จินตนาการว่าคุณเป็นผู้ปกครองของตัวคุณเอง และให้คุณสวมจิตใจของคุณพ่อหรือคุณแม่ (หรือทั้งคู่) แล้วจัดลำดับลักษณะทั้ง 12 ลักษณะ เสียใหม่ แล้วบันทึกในช่องที่กำหนด การเลือกลำดับที่หนึ่งและลำดับสุดท้ายของผู้ปกครองแตกต่างจากการเลือกของคุณอย่างไร แบ่งปันคำตอบและข้อคิดเห็นที่ได้ในกลุ่มย่อยนี้

2.5 คุณควรขอให้ผู้ปกครองของคุณช่วยจัดลำดับลักษณะทั้ง 12 ลักษณะตามที่เขาเห็นควรว่าลูกเขยหรือลูกสะใภ้ของเขาควรมีลักษณะอย่างไร

จากนั้นเปรียบเทียบการเลือกโดยผู้ปกครองที่จริงกับสิ่งที่คุณจินตนาการว่าท่านควรจะทำ และเปรียบเทียบการเลือกของคุณกับการเลือกของท่าน แล้วแบ่งปันปฏิกิริยาของคุณและข้อคิดเห็นที่ได้ในกลุ่มย่อยด้วย

3. กิจกรรมขั้นสรุป

ในขั้นสุดท้ายของกิจกรรมกลุ่ม ให้แต่ละคนพิจารณาเงียบๆสักครู่ เพื่อเติมข้อความต่อไปนี้

ฉันได้เรียนรู้อะไรจากแบบฝึกปฏิบัตินี้

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

ฉันได้ตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงและดำเนินชีวิตต่อไปดังนี้

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