



รายงานสังคมมิตร ศิษย์ ครู ฝึกการพูดครั้งที่ 2548 ประจำวันที่ 5 เดือนมกราคม พ.ศ.2568

- ★ **เปิดประชุม** เวลา 15.00 น. โดยนายสโมสรฯ ศ.คลินิก ทพ.วิรัช พัฒนาการณ์: เป็นการประชุมประจำสัปดาห์ของสโมสรฯ ครั้งแรกในปี พ.ศ.2568 ช่วงเทศกาลปีใหม่ สมาชิกฯ คงไปร่วมงานฉลองหลายแห่ง รวมถึงมีประชาชนมาเยือนเชียงใหม่ ทำให้มีผู้คนมากมายในที่ต่าง ๆ เช่น บริเวณสะพานนวรัตน์ และถนนท่าแพที่มีซุ้มประตูที่สวยงาม เป็นต้น
- ★ **พิธีกร** โดย รศ. ดร.ปราโมทย์ วนิตย์ธนาคม: วันนี้เป็นวันที่ดีเริ่มต้นการประชุมประจำสัปดาห์เป็นครั้งแรกของปี ผู้พูดทำหน้าที่พิธีกรเป็นคนแรกของปีด้วย สโมสรฯ ก่อตั้งวันที่ 1 เดือนสิงหาคม พ.ศ.2518 โดย อ.ไมตรี ขาติบุรุษ และคณะบุคคลหลากหลายอาชีพในเชียงใหม่ แต่เดิมมีการฝึกการพูดทุกวันพุธต่อมาจึงเปลี่ยนเป็นวันอาทิตย์ กล่าวถึงธรรมนูญสโมสรฯ ที่บอกถึงวัตถุประสงค์ แนะนำตราสัญลักษณ์สโมสรฯ ที่มีการปรับเปลี่ยนมาจนถึงปัจจุบัน ค้อนเปิด-ปิดการประชุมสโมสรฯ ถ้วยแก้วรางวัลสำหรับผู้ตอบคำถามฉับพลันดีเด่น และถ้วยไม้สักสำหรับผู้พูดเตรียมตัวดีเด่น หลักสูตรการฝึกการพูดในสโมสรฯ เจ้าจ้อสำหรับปรับผู้ที่ใช้คำฟุ่มเฟือย จากนั้นดำเนินการประชุมตามวาระ
- ★ **ประธานฝึกการพูดแบบฉับพลัน** โดย คุณโปรงนภา อัครชินเรศ: รายการตอบคำถามฉับพลันเป็นรายการที่ปรมาจารย์และเพื่อนสมาชิกในสโมสรฯ เห็นประโยชน์ในการนำไปใช้ เพราะในชีวิตจริงต้องตอบคำถามฉับพลันบ่อยครั้ง โดยเฉพาะในสโมสรฯ การตอบคำถามฉับพลันจะฝึกให้เรา รู้จักฟังอย่างจับประเด็น ฝึกการคิดและเลือกนำมาตอบ โดยใช้คำพูดที่ผู้ฟังเข้าใจได้ จึงรวมทักษะ “พูดได้ พูดดี และพูดเป็น” ในคราวเดียวกัน แจ้งกติกาเวลาและสัญญาณไฟ 2 นาที +/-30 วินาที ใ้ Popular vote สำหรับผู้ฟังในการลงคะแนนให้ผู้ตอบที่คิดว่า ตอบได้ตรงใจ สไลการพูดประทับใจ และครบตามประเด็นคำถาม พร้อมกำหนดรางวัลปรบมือหรือถ้วยแก้ว

คำถามที่ 1 “เวลาเที่ยงคืนของวันที่ 31 ธันวาคม 2567 ท่านทำอะไร อยู่ที่ไหน เพราะอะไร?” ผู้ตอบ **คุณสุรเดช คำปิ่น:** ผู้พูดกล่าวว่า วันที่ 31 ธันวาคม ลูกสาวนัดสมาชิกในครอบครัวปาร์ตี้กันทำให้มีความสุขเพราะได้ส่งท้ายปีเก่าได้พูดคุยกันในเรื่องต่าง ๆ พอเวลาประมาณ 4 ทุ่ม ผู้พูดรู้สึกง่วงนอนแล้วจึงกลับบ้านนอน ต่อมาตกใจตื่นเหมือนทุกปีจากเสียงพลุที่ดังตอนเที่ยงคืนพร้อมเสียงหัวเราะสนุกสนานของผู้คนและเสียงสุนัขเห่า และก็เป็นเช่นนี้ทุกปี

คำถามที่ 2 “ในปีเก่า อะไรเป็นสิ่งที่ท่านภาคภูมิใจหรือเป็นความเปลี่ยนแปลงที่ดีในชีวิตของท่าน?” ผู้ตอบ **คุณฐานิสร์ วงศ์ประเสริฐ:** ผู้พูดกล่าวว่ารู้สึกดีใจที่มาพบสมาชิกที่ไม่ได้พบกันเนิ่นนาน ความภาคภูมิใจคือการได้ทบทวนประวัติการทำวิจัยที่เคยทำมา และพบเรื่องเกี่ยวกับ “ชาวลิ๊ะ” ที่ตอยภูคา จ.น่าน ที่เป็นชนเผ่าที่ฉลาดมากไม่มีใครเทียบได้ในเรื่องของอาหารที่มาจากธรรมชาติล้วน ๆ ไม่มีการตัดแปด มีธรรมชาติที่สวยงาม ไม่มีการใช้เงินในชุมชน ซึ่งผู้พูดได้เคยรับประทานข้าวของชาวลิ๊ะที่มีความนุ่มและอร่อยมาก

คำถามที่ 3 “อะไรคือสิ่งที่ท่านตั้งเป้าหมายว่าอยากทำให้สำเร็จในปี 2568 นี้ และจะทำให้บรรลุเป้าหมายได้อย่างไร?” ผู้ตอบ **คุณรัตนภรณ์ ทรงกุล:** ในปีที่ผ่านมา ผู้พูดก็ตั้งเป้าหมายไว้หลายประการ ที่ประสบผลสำเร็จบ้างไม่ประสบผลสำเร็จบ้างจากภารกิจที่มากมาย ในปี 2568 ผู้พูดจะนำเป้าหมายเดิม คือ การออกกำลังกายเพื่อให้ตนเองมีร่างกายที่แข็งแรง เพื่อให้มีทั้งพลังกายและพลังใจในการไปดูแลผู้รับบริการในโรงพยาบาล และคุณป้าของตนเองด้วย

คำถามที่ 4 “ในปี 2568 มีการทำนายว่าจะเป็นปีที่เต็มไปด้วยเรื่องเลวร้ายทางการเงิน ภัยพิบัติ ท่านเชื่อหรือไม่ และถ้าหากเรื่องนี้เป็นจริง ท่านจะตั้งรับกับสิ่งนี้ได้อย่างไร?” ผู้ตอบ **คุณลัดดา อัครานุรักษ์**: ผู้พูดกล่าวว่า ถ้าเชื่อในพุทธศาสตร์จะไม่ห่วงหวาดกับเรื่องนี้ เพราะการเปลี่ยนแปลงก็เป็นเช่นนี้ แต่ละเรื่องมีขึ้น-ลงทั้งเศรษฐกิจ ธุรกิจ สังคมการเมือง ให้เราอยู่กับปัจจุบัน เรื่องเงิน-ทองที่ต้องรู้จักเก็บหอมรอมริบ ไม่ใช่เกินตัว เราห้ามการเปลี่ยนแปลงของสังคมไม่ได้แต่เราก็ไม่นำเข้ามาให้ชีวิตเราเครียด ดังนั้น ผู้พูดไม่เชื่อในเรื่องนี้ ในวิกฤตย่อมมีโอกาสเสมอ ถ้าเราเตรียมตัวและเตรียมใจให้พร้อม ไม่ประมาท ใช้ชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงยังงี้ก็เหลือกินเหลือใช้

★ **ผู้ประเมินการฝึกการพูดแบบฉับพลัน** โดย **ภก.กรกฎ ทิพย์รัตน์**: ผู้ประเมินกล่าวว่า การพูดแบบฉับพลันถูกใช้ในชีวิตประจำวันมากกว่าการพูดแบบเตรียมตัวซึ่งเราไม่สามารถเตรียมได้เลยว่าจะถูกถามอะไรบ้างในแต่ละวัน ดังนั้นทักษะการตอบแบบฉับพลันจึงเป็นสิ่งจำเป็น เพราะเมื่อพูดไปแล้วจะแก้ไขหรือนำกลับคืนมาไม่ได้ ในวันนี้ประธานฝึกการพูดแบบฉับพลันเป็นผู้ที่มีทักษะพร้อม การแต่งกายดี ทักที่ประชุมถูกต้อง ชี้แจงวัตถุประสงค์และกติกาครบถ้วน มีการเตรียมการดี คำถามจะเน้นเกี่ยวกับปีใหม่ส่วนใหญ่ซึ่งก็เหมาะกับโอกาส เลือกผู้ตอบได้ดี สำหรับผู้ตอบทั้ง 4 ท่านสามารถตอบได้ดี โดยเฉพาะผู้ตอบท่านที่ 4 คำตอบมีโครงสร้างครบและเป็นแบบอย่างได้ดี บางท่านมีข้อจำกัดเรื่องการได้ยินจึงทำให้ตอบไม่ตรงคำถามนักแต่ก็ให้ความรู้แก่ผู้ฟังได้ดี และบางท่านตอบไม่ครบประเด็นคำถาม โดยภาพรวมในวันนี้ผู้ฟังได้ประโยชน์จากรายการฝึกการพูดแบบฉับพลันพอสมควร

★ **5 นาที มีสาระดี ๆ มาฝาก** เรื่อง “ไทยใหญ่” โดย **คุณกรรณิการ์ แสงอำพันธ์**: ผู้พูดกล่าวว่าในสมัยอยุธยา มีอาณาจักรใหญ่ อยู่ 3 อาณาจักร คือ มอญ อังวะ และอยุธยา ต่อมาอังวะมาต่ออยุธยา สมเด็จพระนเรศวรทรงกู้เมืองกลับคืนได้ และอีกครั้งหนึ่งที่ต่อมาสมเด็จพระเจ้าตากสินทรงกู้กลับคืนมาได้ และอยุธยาเปลี่ยนมาเป็นธนบุรีและไทยจนถึงทุกวันนี้ ซึ่งในครั้งที่สมเด็จพระนเรศวรกู้เมืองนั้นทรงใช้กำลังพลจากชาวไทยใหญ่ที่เป็นกำลังพลที่จงรักภักดีและยินดีมาร่วมต่อสู้กับพระองค์ ปัจจุบันที่ อ.เวียงแหง จ.เชียงใหม่ บริเวณสุดชายแดนไทย-พม่ามีคลองกั้นระหว่าง 2 ประเทศ มีวัดอยู่ฝั่งไทยที่มีรูปถ่ายของเจ้านายชาวไทยใหญ่เป็นจำนวนมากที่ร่วมรบกับสมเด็จพระนเรศวร ในขณะที่มอญกลายเป็นชนกลุ่มน้อยของพม่า และมีส่วนหนึ่งหนีร้อนมาพึ่งเย็นในไทย และส่งต่อวัฒนธรรมประเพณีบางประเพณีในไทยด้วย

★ **3 นาที แห่งความหรรษา นำพาความสุข** เรื่อง “หน้าซิด” โดย **คุณทิพย์กานดา คันธวงศ์**: มีสาวสวยดาวสังคมในเชียงใหม่รู้สึกไม่สบาย จึงไปที่คลินิกหรรษาแห่งหนึ่ง หลังจากพยาบาลทักทายพูดคุยด้วย สาวสวยบอกว่ารู้สึกวุ่นวายตัวเอง บ้า ๆ เป๋อ ๆ ย้ำคิดย้ำทำ ไม่ค่อยสนใจอะไรแม้กระทั่งตนเอง จึงมาหาหมอ พยาบาลวัดไข้ ความดันเลือด ซีพจรและออกซิเจนในเลือดล้วนมีค่าปกติ เมื่อสาวสวยได้พบแพทย์ แพทย์ถามว่า เป็นมานานหรือยัง เพราะอ่านจากประวัติไม่พบความผิดปกติอะไร แต่ที่เห็นตอนนี้ดูคุณหน้าซิด ๆ ผีออก ๆ สาวสวยจึงบอกว่า คุณหมอคะ วันนี้ดิฉันไม่สนใจอะไรและลืมการแต่งหน้า ล้างหน้าเสร็จก็มาหาคุณหมอเลยคะ แพทย์จึงบอก..อ้อ..ง่ายนิดเดียว คุณกลับบ้านไป ก็ขยันแต่งหน้าให้สวยกว่าเดิมทุกวันนะ แล้วคนก็จะไม่คิดว่าคุณเป็นอะไรเลย...!!! 555..

★ **ปกิคมแนะนำผู้มาเยือน** โดย **คุณธัญวรัตน์ มณีพรรณ**: วันนี้ไม่มีผู้มาเยือนสโมสรฯ

พักการประชุม ตื่นน้ำ ชา กาแฟ พูดคุยตามอัธยาศัย (15 นาที) ขอขอบคุณผู้สนับสนุนอาหารว่างทุกท่าน

★ **รายการฝึกการพูดแบบเตรียมตัว:** มีผู้ฝึกขึ้นบทเตรียมตัว 2 ท่าน

♡ **บทที่ 6 การพูดให้ผู้ฟังเข้าใจความหมายอย่างชัดเจน** เรื่อง “องค์กรกษัณฑ์โรคร” โดย **คุณธัญญรัตน์ แสนสุริวงศ์:** ปัจจุบันมีโรคระบาดใหม่ ๆ เกิดขึ้นทำให้ประชาชนเจ็บป่วยและเสียชีวิต ปัจจัยที่จะทำให้เราลดความรุนแรงหรือปลอดภัยจากโรคระบาดคือ ระบบภูมิคุ้มกัน ซึ่งได้จาก 1) ร่างกายได้รับเชื้อโรคทำให้สร้างภูมิคุ้มกันขึ้นมาเอง 2) ได้รับจากวัคซีน ทั้งเชื้อโรคและวัคซีนทำให้ร่างกายสร้างเซลล์ความจำต่อเชื้อโรคนั้น ๆ ขึ้นมา สามารถตรวจจับและทำลายเชื้อโรคที่รุกรานเมื่อมันกลับมาอีกครั้ง และ 3) ภูมิคุ้มกันสำเร็จรูป เป็นเซลล์ความจำที่สกัดมาจากน้ำนมเหลืองของวัวและไข่ไก่ เรียกว่า Transfer Factor ที่สามารถรับประทานและตอบสนองต่อเชื้อโรคได้อย่างรวดเร็ว **ผู้ประเมินเฉพาะตัวโดย อ.ดารณี คงมัน**

♡ **บทที่ 10 การพูดปลุกใจ** เรื่อง “เมื่อไปไม่เปลี่ยนสี” โดย **คุณศุภัญญา เนียมลาภเนื่อง:** ผู้พูดพยายามศึกษาว่าประเทศญี่ปุ่นมีอะไรดีหลังบุตรสาวผู้พูดไปอยู่ที่ประเทศญี่ปุ่นเมื่อ 14 ปีที่แล้ว ได้พบว่าญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีสิ่งให้เรียนรู้มากมายที่หาได้ยากยิ่งจากที่อื่น และมีฤดูใบไม้เปลี่ยนสีหรือใบไม้แดงที่ไม่เพียงสวยงามตามธรรมชาติ แต่เป็นเสมือนฤดูแห่งการปฏิบัติธรรม ในวัดที่ญี่ปุ่นจะมีศาลเจ้าที่สามารถขอพรต่าง ๆ ได้ และผู้คนมักจะขอพรด้านปัญญาซึ่งเป็นเรื่องของ “การรู้จักจริง” ซึ่งแบ่งการรู้จักจริงเป็น 3 ระดับ คือ 1) รู้จำ เช่นเด็กจำหน้าแม่ได้ 2) รู้จริง เพื่อให้ดำรงชีวิตประจำวันได้ และ 3) รู้แจ้ง สามารถบอกได้ว่าเราคือใคร เกิดมาเพื่ออะไร จะอยู่อย่างไรในวิถีชีวิตขณะนี้ ซึ่งในประเทศญี่ปุ่นมีกระบวนการเหล่านี้หล่อหลอมเด็กตั้งแต่เยาว์วัยจนถึงเป็นผู้ใหญ่ และใบไม้ที่เปลี่ยนสีบอกเราว่าเมื่อเรายังมีชีวิตอยู่ให้ดำรงชีวิตอย่างงดงามจนถึงบั้นปลายของชีวิต **ผู้ประเมินเฉพาะตัวโดย รศ.ทัศนาศลัตถะนันท์**

★ **เล่าสู่กันฟัง** เรื่อง “เหรียญมีสองด้าน” โดย **คุณกัลยา ใหญ่ประสาน:** ผู้พูดเข้ามาเป็นสมาชิกสโมสรฯ เมื่อปี พ.ศ. 2546 การขึ้นพูดครั้งแรกไม่ผ่านเนื่องจากใช้เวลาเกิน และยังเสียค่าปรับค่าฟุ่มเฟือยหลายคำ แม้การทำหน้าที่ต่าง ๆ ก็ยังถูกปรับอยู่ ปัจจุบันผู้พูดรู้สึกขอบคุณการพูดครั้งนั้นเพราะตอนนี้เมื่อมีโอกาสไปอภิปรายในสภาฯ หรือการขอหารือเรื่องต่าง ๆ ในที่ประชุม มักได้รับคำชมว่า สว.กัลยาพูดไม่มีคำ เอ้อ.. อ้า.. เลย ผู้พูดได้บอกว่าตนเป็นสมาชิกสโมสรฝึกการพูดแห่งลานนาไทย เชียงใหม่ และยังได้นำเรื่องการใช้เทคโนโลยีเพื่อลดการใช้คำฟุ่มเฟือยไปหารือกับวุฒิสภาอีกด้วย ขณะนี้ สว.ที่อภิปรายทุกท่านมีพอยต์เตอร์ และสามารถจองการอภิปรายผ่านระบบออนไลน์ได้เลย พร้อมเล่าประสบการณ์การได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนวุฒิสภา ทำให้มีมุมมองต่อเพื่อนวุฒิสภา เปลี่ยนไปจากที่เห็นในครั้งแรกและเข้าใจมากขึ้น ดังนั้น การเปิดใจรับฟัง “เอาใจเขามาใส่ใจเรา” จะทำให้เรามีทัศนคติทางบวกที่มากขึ้นสำหรับก้าวเดินต่อไปโดยเฉพาะเพื่อการแก้ปัญหาและการพัฒนาต่าง ๆ

★ **ผู้ประเมินทั่วไป** โดย **รศ. ดร.นันทณี เสถียรศักดิ์พงศ์:** รายการเล่าสู่กันฟัง ผู้ฟังได้รับการแบ่งปันจากผู้เล่าในเรื่องการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งชมในความเสียสละและฝากความหวังของประเทศไปกับการทำหน้าที่ของ สว.กัลยา ด้วยเพื่อให้ประชาชนได้อยู่กันแบบเกื้อกูล สำหรับผู้พูดบทที่ 10 ทักษะพื้นฐานทำได้ดีมาก การพูดและนำเสนอเสียงมีจังหวะจะโคนดีมาก เรื่องที่พูดมีโครงสร้างครบและลำดับเรื่องดี เพียงแต่เนื้อหาที่พูดไม่ตรงกับวัตถุประสงค์ของบทที่ต้องเป็นการพูดปลุกใจ ผู้พูดบทที่ 6 บทที่พูดน่าสนใจและเนื้อหาการพูดมีโครงสร้างครบ แนะนำเพิ่มเติมพูดให้ช้าและชัดเจน เนื่องจากเป็นเรื่องที่ต้องทำความเข้าใจมาก รวมถึงการตัดเนื้อหาบางอย่างที่ทำให้ซับซ้อนขึ้น และการตั้งชื่อเรื่องให้เข้าใจได้ถูกต้องเช่นเดียวกัน ผู้พูดรายการ 3 นาที พรรษาฯ เล่าเรื่องได้หักมุม ทำให้หัวเราะได้ รายการ 5 นาที มีสาระฯ ผู้ฟังได้ประโยชน์มากจากการเรื่องที่นำมาพูด รวมถึงมีการใช้ภาษาไทยที่ดีด้วย พิธีกรเป็นผู้ที่ “ครบเครื่อง” เรื่องพิธีกร ทำให้ผู้ฟังมีความสุข มีเพียงการแนะนำผู้พูดมีติดขัดเล็กน้อยในบางช่วง นายกฯ เปิดประชุมตรงเวลา ในภาพรวมการฝึกการพูดในวันนี้ทำให้สมาชิกมีโอกาสทำหน้าที่และมีความสุขที่ได้พัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

★ ผลฝึกการพูดประจำสัปดาห์

♡ ผู้ตอบคำถามฉับพลันดีเด่น: รางวัลปรบมือ พร้อมรับ POPULAR VOTE CARD: คุณลัดดา อัครานุรักษ์

♡ ผู้ฝึกการพูดแบบเตรียมตัว

บทที่	ผู้ฝึกการพูด	ผลการฝึก	หมายเหตุ
6	คุณธัญญรัตน์ แสนสุริวงศ์	ผ่าน	-
10	คุณสุกัญญา เนียมลากเนือง	กรรมการขอฟังใหม่	เนื้อหาไม่ตรงวัตถุประสงค์ของบท

♡ ผู้พูดแบบเตรียมตัวดีเด่น: -

♡ ผู้ประเมินเฉพาะตัวดีเด่น: -

★ ผู้รายงานคำฟุ่มเฟือย โดย คุณดรุณี วงศ์รัตนธรรม

★ ผู้รายงานการใช้เวลา โดย คุณหอม อาณาจักรทองคำ

★ ข้อคิดคำคมประจำสัปดาห์นี้:

★ ปิดประชุม: เวลา 18.17 น.

★ เรียบเรียง / รายงาน โดย คุณนิตยา ว่องกลกิจศิลป์

****ขอขอบคุณผู้ทำหน้าที่ และผู้เข้าร่วมการประชุมทุก ๆ ท่าน****

ข่าวและประชาสัมพันธ์

★ ศ.คลินิก ทพ.วิรัช พัฒนาการณ์ แจ้ง และปรึกษาสมาชิกฯ ดังนี้

- โรงแรมเชียงใหม่ฮोटลจัดแจ้งขอขึ้นค่าใช้บริการในการประชุมประจำสัปดาห์ของสโมสรฯ เริ่มเดือนกุมภาพันธ์ เป็นต้นไป คุณดรุณี วงศ์รัตนธรรม จะประสานกับผู้แทนของโรงแรม และจะนำข้อสรุปมาแจ้งแก่สมาชิกฯ ต่อไป

- เชิญกรรมการสโมสรฯ สมัยที่ 50 เข้าร่วมประชุมในวันที่ 19 เดือนมกราคม พ.ศ.2568 เวลา 13.00 น. ที่ห้องประชุม โรงแรมเชียงใหม่ฮोटล

- เชิญชวนสมาชิกทำหน้าที่ในการประชุมสัปดาห์หน้า วันอาทิตย์ที่ 12 เดือนมกราคม พ.ศ.2568 สามารถสมัครผ่านเว็บไซต์ของสโมสรฯ หรือแจ้งที่เลขาฯ ได้

★ ขอเชิญชวน มิตร ศิษย์ ครู ทุกท่าน

♡ สามารถเข้าไปกด Like กดแชร์ กดติดตามข่าวสารและรูปของทางสโมสรฯ ได้ทางเพจ Facebook ของสโมสรฝึกการพูดแห่งลานนาไทย เชียงใหม่ ได้ที่ www.facebook.com/lannapublicspeakingclub

♡ และเข้าเยี่ยมชมติดตามข่าวสาร ข้อมูล รูปภาพ และรายการฝึกการพูดประจำสัปดาห์ได้ที่เว็บไซต์อย่างเป็นทางการของสโมสรฯ <https://lannathaispeakingclub.com>