

## แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้: "ชีวิตนี้ไม่มีฟรี... ราคาที่ต้องจ่ายด้วยศีล 5"

เวลา: 40 นาที

สมรรถนะหลัก: การคิดขั้นสูง, การบริหารจัดการตนเอง, และทักษะชีวิต

### 1. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจความหมายของคำว่า "ทุกอย่างมีราคาที่ต้องจ่าย" ผ่านบทเรียนในคลิปวิดีโอ
2. เพื่อให้ผู้เรียนเชื่อมโยงความสำคัญของการรักษาศีล 5 (กิจวัตรความดีข้อที่ 1) กับผลลัพธ์ในชีวิตจริง
3. เพื่อให้ผู้เรียนสะท้อนความคิด (Reflect) และวางแผนการปรับปรุงตนเองผ่านการบันทึกความดี

### 2. กระบวนการเรียนรู้ (40 นาที)

#### ขั้นที่ 1: Check-in & จูนใจ (5 นาที)

- กิจกรรม: "ประมุขความสำเร็จ"
- Facilitator: ตั้งคำถามชวนคิดว่า "ถ้าเป้าหมายชีวิตคือความรวย สุขภาพดี หรือเพื่อนเยอะ (ตามที่แต่ละวันในสมุดบันทึกถาม) นักเรียนคิดว่าต้องเอาอะไรไปแลก?"
- เชื่อมโยง: สรุปสั้นๆ ว่าโลกนี้ไม่มีอะไรได้มาฟรีๆ ทุกอย่างมีต้นทุนที่ต้องจ่าย

#### ขั้นที่ 2: รับชมสื่อหน้าปัญญา (10 นาที)

- ชมคลิปวิดีโอ "ราคาที่ต้องจ่าย : คิดให้รอบคอบว่าสิ่งที่ได้มาต้องเสียอะไรไป | ปัญญายุทธ์"  
<https://www.youtube.com/watch?v=Cb3kjPPdYGY&t=89s>
- Facilitator: ให้โจทย์นักเรียนก่อนดูว่า "สังเกตดูว่าตัวเองในเรื่อง 'จ่าย' อะไรไปบ้างในแต่ละช่วงวัย"

#### ขั้นที่ 3: Facilitation Dialogue - วงสนทนาหาความจริง (15 นาที)

ใช้คำถามปลายเปิดเพื่อกระตุ้นสมรรถนะการคิด

ในขั้นนี้ ครูควรจัดที่นั่งเป็นวงกลมเพื่อให้ทุกคนสบตากันได้ และใช้คำถามนำการสนทนาตามลำดับความลึกของความคิด ดังนี้:

##### 1. ถอดบทเรียนจากสื่อ (สิ่งที่เห็นและรู้สึก)

- คำถาม: "จากคลิปวิดีโอ นอกจากเงินทองแล้ว ตัวเองต้อง 'จ่าย' อะไรไปบ้างในแต่ละช่วงชีวิต?"
- ประเด็นชวนคุย: ให้นักเรียนช่วยกันสะท้อนว่าสิ่งที่เขาเสียไปคือ ความสัมพันธ์ (ลูกน้องลาออก), ความไวเนื้อเชื่อใจ (ลูกค้านี้) และ ความสงบสุขในใจ (ต้องอยู่อย่างหวาดกลัวผลกระทบ)

- **เทคนิค Facilitator:** เมื่อนักเรียนตอบ ให้ทวนคำพูดและขยายความ เช่น "ครูได้ยินว่าเธอเห็นเขาสูญเสียความไว้วางใจจากเพื่อนมนุษย์ ซึ่งเงินซื้อคืนไม่ได้... มีใครเห็นอย่างอื่นอีกไหม?"

## 2. วิเคราะห์ตรรกะ "จ่ายก่อน" vs "จ่ายทีหลัง"

- **คำถาม:** "นักพรตเงินบอกว่า 'ทำความดีต้องจ่ายก่อน ทำความชั่วจ่ายทีหลัง' นักเรียนเข้าใจคำนี้ในชีวิตจริงว่าอย่างไร?"
- **ประเด็นชวนคุย:**
  - **การทำความดี (จ่ายก่อน):** ต้องแลกด้วยความเหนื่อย ความลำบาก ความอดทนในตอนแรก แต่ไม่ต้องชดใช้ภายหลัง
  - **ทำความชั่ว (รับก่อน):** ดูเหมือนได้สิ่งที่ต้องการมาง่ายๆ แต่ต้องจ่ายคืนด้วยผลแห่งการกระทำที่ตามมา เช่น ถูกจับ, ถูกเกลียดชัง, หรือใช้ชีวิตอย่างกังวลใจ
- **คำถามเชื่อมโยง:** "ในห้องเรียนของเรา มีเรื่องอะไรบ้างที่ถ้าเรายอม 'จ่ายความลำบาก' ก่อนแล้วจะสบายทีหลัง?" (เช่น การตั้งใจอ่านหนังสือ, การรักษาระเบียบวินัย)

## 3. เชื่อมโยงสู่ "กิจวัตรความดีข้อที่ 1: รักษาศีล 5"

- **คำถาม:** "ถ้าตัวเอกในเรื่องมี 'ศีล 5' เป็นหลักประกันชีวิต เขาจะไม่ต้องเสียราคาที่แพงเหล่านั้นไปอย่างไรบ้าง?"
- **ประเด็นชวนคุย (เจาะลึกตามศีล):**
  - **ศีลข้อ 1 และ 4:** ถ้าเขาไม่โมโหร้าย (ไม่เบียดเบียนผู้อื่น) และพูดจาสุภาพ เขาจะรักษาลูกค้าและลูกน้องไว้ได้
  - **ศีลข้อ 2:** ถ้าเขาไม่ลักทรัพย์หรือคิดกินฟรี เขาไม่ต้องอยู่อย่างหวาดกลัวมือปราบหรือต้องไปทำงานชดใช้
  - **ศีลข้อ 5:** การมีสติจะช่วยให้เขาไม่ทำผิดข้ออื่นๆ ตามมา
- **ข้อสรุป:** ศีล 5 ไม่ใช่ข้อห้ามที่ล้าสมัย แต่เป็น "หลักประกันของความสุข" ที่ทำให้เราไม่ต้องจ่ายราคาแพงด้วยความทุกข์ในภายหลัง

## 4. สะท้อนกลับสู่ตัวเอง (Self-Reflection)

- **คำถาม:** "หากวันนี้เราเปรียบ 'ความฝัน' ของเราเป็นสินค้า (เช่น อยากรวย, อยากเพื่อนเยอะ, อยากสุขภาพดี) นักเรียนคิดว่าราคาที่ต้องจ่ายด้วย 'การรักษาศีล 5' คummค่าหรือไม่? เพราะอะไร?"
- **คำถามปิดท้าย:** "ถ้าเราอยากเป็นคน 'รุ่ง' แบบยั่งยืน เหมือนตอนจบของชายหนุ่มในคลิป เราจะเริ่ม 'จ่าย' ความดีข้อไหนก่อนดีในสมุดบันทึกความดีฉบับนี้?"

### เทคนิคพิเศษสำหรับ Facilitator (ครู):

- **Wait Time:** หลังจากตั้งคำถาม ให้รออย่างน้อย 5-10 วินาที ให้นักเรียน ได้ใช้สมรรถนะการคิดขั้นสูง ก่อนตอบ
- **No Wrong Answer:** ชื่นชมทุกคำตอบที่เชื่อมโยงกับเนื้อหา แม้นักเรียนจะยกตัวอย่างที่แปลกใหม่ เพื่อสร้างพื้นที่ปลอดภัยในการเรียนรู้
- **Link to Record Book:** อ้างถึงคำพูดของ พี่ Happy ในสมุดบันทึกว่า "การเขียนจะกระตุ้นให้เรามีสติมากขึ้นในการใช้ชีวิต" เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการจดบันทึกหลังจากจบวงสนทนา

### ขั้นที่ 4: เชื่อมโยงสู่กิจวัตรความดี (5 นาที)

- **Facilitator:** แนะนำ กิจวัตรความดีข้อที่ 1 (รักษาศีล 5) ในสมุดบันทึกความดี โดยย้ำว่าศีล 5 ไม่ใช่เรื่อง ลำบาก แต่เป็น "หลักประกันของความสุข"
- **สรุป:** การรักษาศีลคือการ "จ่ายด้วยความอดทนและสติ" เพื่อให้ได้มาซึ่ง "ชีวิตที่ราบรื่นและปลอดภัย"

### ขั้นที่ 5: Wrap-up & Goal Setting (5 นาที)

- ให้นักเรียนเปิดสมุดบันทึกความดีไปที่หน้า "เป้าหมายของฉัน"
- เขียนสิ่งที่ตั้งใจจะทำในสัปดาห์นี้เกี่ยวกับศีล 5 เพียง 1 ข้อที่สอดคล้องกับชีวิตจริง (เช่น จะไม่พูดคำหยาบกับเพื่อน เพื่อรักษา 'ราคา' ของมิตรภาพ)

## 3. การวัดและประเมินผล (อย่างง่าย)

1. **การสังเกต:** ความสนใจในการร่วมสนทนาและการตอบคำถามที่แสดงถึงความเข้าใจเรื่อง "ผลแห่งการกระทำ"
2. **ผลงาน:** การเขียนบันทึกความดีในกิจวัตรข้อที่ 1 และการตั้งเป้าหมายในสมุดบันทึก
3. **Self-Reflection:** นักเรียนสามารถบอกได้ว่าหากเขาทำผิดศีล 1 ข้อ เขาจะต้อง "จ่าย" อะไรคืนให้สังคมหรือตัวเองในอนาคต

### ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมสำหรับ Facilitator:

- เน้นสร้างบรรยากาศที่ปลอดภัย ไม่ตัดสิน (Non-judgmental) เพื่อให้นักเรียนกล้าแชร์ประสบการณ์จริงที่เคย "ทำพลาด" และ "ต้องจ่ายราคาแพง" ในชีวิต

- ใช้คำพูดของพี่ Happy ในสมุดบันทึกมาเสริมแรง เช่น "การเขียนจะกระตุ้นให้เรามีสติมากขึ้นในการใช้ชีวิตประจำวัน"