

## บทที่ 6

### ทักษะสังคมพหุวัฒนธรรม

เรียบเรียงโดย อาจารย์นิติไทย นัมคณิสร์  
ศูนย์วัฒนธรรม มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

#### สาระสำคัญของการเรียนรู้

สาระสำคัญของการเรียนรู้ประกอบด้วย 1) ความหมายของสังคมพหุวัฒนธรรม 2) ขอบเขตการเรียนรู้ทางสังคมพหุวัฒนธรรม ประกอบด้วย 2.1) มารยาทการแสดงออกทางกาย ได้แก่ การแสดงกิริยาอาการต่าง ๆ การแสดงความเคารพ การแต่งกาย การรับประทานอาหาร การเยี่ยมเยียน การใช้ของสาธารณะและการชมมหรสพ 2.2) ทักษะความรู้ในการอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรม

วัตถุประสงค์การเรียนรู้ เมื่อศึกษาบทเรียนนี้แล้ว นักศึกษาจะสามารถ

1. อธิบายความหมายของสังคมพหุวัฒนธรรมในด้านต่าง ๆ ได้
2. เข้าใจความแตกต่างและหลากหลายทางสังคมพหุวัฒนธรรม และสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตจริงได้

#### 6.1 ความหมายและความสำคัญของสังคมพหุวัฒนธรรม

##### 6.1.1 ความหมายของสังคมพหุวัฒนธรรม

สังคมพหุวัฒนธรรมหมายถึงกลุ่มคนที่มีความหลากหลายทั้งเชื้อชาติ เผ่าพันธุ์ วิถีชีวิต ความเชื่อ ศาสนา และประเพณีปฏิบัติที่มีความแตกต่างกัน เนื่องมาจากกระบวนการคิดและสัญลักษณ์ที่เกิดจากการสร้างของวัฒนธรรม ปัจจัยทางศาสนา เชื้อชาติ อายุ เพศ ชนชั้นทางสังคม และการศึกษาซึ่งเป็นตัวกำหนดให้บุคคลมีความคิดความเชื่อ ความรู้สึก และการกระทำในลักษณะที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโอกาสที่ประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่การร่วมมือกันในประชาคมของประชาคมอาเซียน ที่จะมีการปฏิสัมพันธ์กันในระหว่างประเทศสมาชิกมากขึ้น จึงมีความจำเป็นที่สมาชิกในสังคมต้องเรียนรู้ถึงระเบียบแบบแผนที่ควรประพฤติปฏิบัติหรือควรละเว้นตามมารยาทของกันและกันในแต่ละสังคม เพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้งที่จะเกิดขึ้นและนำมาซึ่งความสงบเรียบร้อยของการอยู่ร่วมกัน

##### 6.1.2 ความสำคัญของทักษะทางสังคมพหุวัฒนธรรม

จากคำกล่าวที่ว่ามนุษย์เป็นสัตว์สังคมจำเป็นต้องอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม ดังนั้นในแต่ละสังคมจึงต้องกำหนดให้มีระเบียบแบบแผนในการประพฤติและปฏิบัติเพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบเรียบร้อย และสวยงาม เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ปลูกฝังและถ่ายทอดจากรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง จนกลายเป็นเอกลักษณ์ของกลุ่มคนในแต่ละสังคม ดังนั้นทักษะทางสังคมจึงมีความสำคัญ ดังนี้

##### 6.1.2.1 เป็นการถ่ายทอดทางภูมิปัญญาขั้นสูงของคนในแต่ละสังคม

การแสดงออกทางมารยาทสังคมในประชาคมอาเซียนเป็นสังคมที่มีการให้

เกียรติก้นตามลำดับอาวุโสซึ่งจำแนกออกเป็นลักษณะต่างๆ เช่นเปรียบเทียบความมากน้อยกว่ากัน โดยอายุเรียกว่าวัยวุฒิ เปรียบเทียบความมากน้อยกว่ากันทางระดับชั้นของการศึกษา เรียกว่า คุณวุฒิ และเปรียบเทียบกันทางชาติกำเนิด เช่นเป็นสามัญชนหรือ มีฐานันดรศักดิ์เป็นเชื้อพระวงศ์ชั้นต่างๆที่กำหนดไว้ตามแบบแผนของแต่ละสังคมเรียกว่า ชาติวุฒิ

ดังนั้น ในการแสดงกิริยาอาการต่าง ๆ เช่น การเดิน การยืน การนั่ง และการนอน รวมถึง การทำความเคารพ การแต่งกาย การพูด ฯลฯ จึงมีข้อปฏิบัติที่บ่งชี้ไว้ชัดเจนแสดงถึงภูมิปัญญาที่ลึกซึ้งของบรรพชนของแต่ละชาติที่ควรแก่การเรียนรู้

#### 6.1.2.2 เป็นการรักษาจารีตและประเพณี

การปฏิบัติตนในทักษะสังคมด้านต่าง ๆ เป็นการเรียนรู้และถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง ปฏิบัติสืบต่อกันมาจนกลายเป็นวัฒนธรรมทางสังคม การปฏิบัติตนตามวิถีทางสังคมจึงถือได้ว่าเป็นการร่วมกันธำรงไว้ซึ่งจารีตและประเพณีที่เป็นเอกลักษณ์ของชาติซึ่งบรรพชนได้มีการสืบทอดต่อกันมาให้คงอยู่ต่อไป

#### 6.1.2.3 เป็นเครื่องแสดงออกถึงความเป็นผู้มีวัฒนธรรม

การเรียนรู้เรื่องทักษะทางสังคมพฤติกรรมและสามารถนำไปใช้ในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม เป็นการแสดงออกถึงการเป็นผู้ที่ได้รับการอบรมสั่งสอนมาเป็นอย่างดี ถือได้ว่าเป็นผู้ที่มีมารยาท ยามที่ต้องสมาคมกับผู้อื่นก็มีความมั่นใจ แสดงออกได้อย่างไม่เคอะเขินหรือ อับอาย ดังสำนวนไทยที่ว่า “ สำเนียงส่อภาษา กิริยาส่อสกุล ”

### 6.2 ขอบเขตการพัฒนาทักษะทางสังคมพฤติกรรม เกี่ยวข้องกับหัวข้อต่าง ๆ ดังนี้

#### 6.2.1 การแสดงกิริยาท่าทางต่าง ๆ เราแสดงกิริยาท่าทางได้ 4 ลักษณะ คือ

##### 6.2.1.1 การยืน แบ่งได้ 2 ลักษณะคือ

##### ก. การยืนตามลำพังคนเดียว มีข้อควรปฏิบัติดังนี้

ยืนในท่าที่สบาย ปล่อยแขนแนบลำตัวในท่าพัก ไม่ควรแสดงพฤติกรรมเหล่านี้คือ เอามือล้วงกระเป๋ากางเกง หรือแคะแกะเกาส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ยืนเท้าสะเอว หรือทำท่าหันรีหันขวาง ลูกลี้ลูกลอน ยืนฟังสิ่งต่าง ๆ เช่นกัมแพง ต้นไม้ หรือ ป้ายรถเมล์ หรือ ยืนกีดขวางทางสัญจรของผู้อื่น

##### ข. การยืนอยู่กับผู้อื่น มีข้อควรปฏิบัติดังนี้

ยืนตัวตรงมือทั้งสองประสานกันไว้ด้านหน้า หากเป็นผู้ที่มีความอาวุโสกว่ามากให้ค้อมตัวลงเล็กน้อย ไม่ควรยืนหันหลังให้ผู้ที่อาวุโสกว่าทั้งวัยวุฒิและคุณวุฒิ ไม่ควรยืนค้ำศีรษะผู้อื่น หรือยืนในที่ที่มีผู้อื่นนั่งอยู่ ไม่ควรยืนจับกลุ่มสนทนากันจนเป็นที่กีดขวางทางเดิน หรือยืนท้าวสะเอว ต่อหน้าผู้ใหญ่



ยืนหน้าผู้มีอาวุโสมาก



ยืนหน้าผู้ใหญ่

### 6.2.1.2 การเดิน แบ่งได้ 3 ลักษณะคือ

#### ก. การเดินตามลำพัง มีข้อควรปฏิบัติดังนี้

เดินด้วยก้าวอย่างที่เหมาะสมไม่เร็วหรือช้าจนเกินไป ไม่เอามือล้วงกระเป๋า กอดคอหรือเอามือไขว้หลัง เวลาเดินควรเดินชิดทางด้านขวาของถนน เพื่อไม่เป็นที่กีดขวางทางจราจรไม่เดินใจลอย หรือ ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่อันเป็นเหตุให้ประสบอุบัติเหตุได้

#### ข. การเดินกับผู้อื่น มีข้อควรปฏิบัติดังนี้

ไม่เดินช้าหรือเร็วกว่าผู้อื่นเกินไป ควรเดินให้อยู่ในกลุ่มเดียวกันผู้ที่มีอาวุโสหน่อย ควรเดินตามหลังผู้ใหญ่ โดยเอียงไปทางด้านขวาเพื่อสะดวกในการสนทนากัน หากเป็นการเดินเพื่อนำชมบางสิ่งบางอย่าง ให้เดินนำหน้าโดยเอียงไปด้านซ้ายเล็กน้อยเพื่อสะดวกในการชมและการตอบข้อคำถาม สำรวมกิริยาเวลาเดิน ระวังไม่ให้ชนคนที่เดินอยู่ด้านหน้า ไม่เดินหยอกล้อเล่นหัว หรือกอดคอกัน เพราะนอกจากจะกีดขวางทางเดินของผู้อื่นแล้วยังก่อให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย ไม่เดินตัดผ่านด้านหน้าที่ผู้อื่นกำลังประชุมกันอยู่ ถ้าจำเป็นต้องผ่านให้เดินอ้อมไปทางด้านหลัง



#### ค. การเดินผ่านผู้อื่น มีข้อควรปฏิบัติดังนี้

การเดินผ่านผู้ใหญ่ที่นั่งอยู่ที่พื้น ควรใช้วิธีการคุกเข่าแล้ว เดินเข้าผ่านไป หากเป็นผู้ที่มีอาวุโสกว่ามากต้องใช้วิธีการคลานเข้าแทน



การผ่านผู้ใหญ่ขณะที่นั่งกับพื้น

การเดินผ่านผู้ใหญ่ที่นั่งอยู่บนเก้าอี้ ให้ก้มหลัง ย่อตัวเล็กน้อยแต่  
ถ้าเป็นการเดินผ่านผู้ใหญ่ที่กำลังยืนอยู่ให้ค้อมตัวลงเล็กน้อยก่อนจะค่อย ๆ เดิน ผ่านไป



### 6.2.1.3 การนั่ง โดยทั่วไปในชีวิตประจำวันจะมีการนั่งอยู่ 2 ลักษณะคือ



#### ก. การนั่งคนเดียวตามลำพัง

ถ้านั่งกับพื้นเรียบ เช่น พื้นห้องหรือพื้นสนาม เป็นต้น ในสังคมไทยและประเทศเพื่อนบ้านเช่นเขมร ลาวและพม่าผู้หญิงนิยมนั่งพับเพียบ ส่วนผู้ชายสามารถนั่งขัดสมาธิได้ ในบางประเทศเช่นประเทศญี่ปุ่นทั้งชายและหญิงนิยมนั่งราบพับส้นเท้าทั้งสองข้าง ดังนั้นในการนั่งตามลำพังจึงสามารถนั่งในท่าที่สบายตามสมควรแต่ควรจะไม่ควรยกมือเท้าให้เรียบร้อยไม่ควรกางแข้งกางขาตามสบายจนเกินไป แต่ถ้าเป็นการนั่งบนเก้าอี้ หรือม้านั่งที่มีที่พิงหลังได้ก็สามารถเอนหลังพิงได้พอสมควร ไม่เอนเกินไปจนเป็นลักษณะกึ่งนอน ไม่ควรโยกโคลนเก้าอี้เล่นโดยการนั่งเก้าอี้ขาเดียว หรือหมุนเก้าอี้ไป - มา ไม่ควรนั่งไขว่ห้าง กระดิกเท้าหรือเขย่าขา เพราะจะทำให้เสียบุคลิก

#### ข. การนั่งอยู่ร่วมกับผู้อื่น

ถ้าเป็นการนั่งกับพื้นเรียบ เช่น พื้นห้องหรือพื้นสนาม เป็นต้น ควรจะนั่งพับเพียบเก็บมือเก็บเท้าให้เรียบร้อย ไม่ควรนั่งขัดสมาธิ หรือกางแข้งกางขาตามสบาย โดยเฉพาะถ้าเป็นการนั่งต่อหน้าผู้ที่มีอาวุโสกว่าเรามาก ควรจะประสานมือทั้งสองวางบนหน้าตัก ค้อมตัวลงเล็กน้อย วางข้อศอกบนเข่า ถ้าเป็นการนั่งต่อหน้าพระสงฆ์ควรจะประนมมือระหว่างการสนทนา หากเป็นการนั่งบนเก้าอี้ หรือม้านั่ง ควรนั่งด้วยท่าทางที่สุภาพเรียบร้อย ไม่นั่งไขว่ห้าง ถ้าเป็นการนั่งต่อหน้าผู้ใหญ่ควรวางมือประสานกันไว้บนหน้าตักค้อมตัวลงเล็กน้อย วางข้อศอกไว้บนหัวเข่า



6.2.1.4 การนอน หากเป็นการนอนคนเดียวตามลำพัง ก่อนนอนควรล้างหน้าแปรงฟันให้สะอาดก่อนเข้านอน แต่งกายด้วยเสื้อผ้าที่หลวม ๆ เพื่อให้นอนสบาย จัดที่นอนให้เรียบร้อยสำรวมจิตใจระลึกถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทางศาสนาที่ตนนับถือเพื่อขอพรให้นอนหลับฝันดี ไม่หันปลายเท้าไปยังทิศที่ตั้งของหิ้งพระ หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ประจำบ้าน ฝึกตัวเองอย่าให้นอนดิ้น นอนกรน นอนกัดฟัน นอนละเมอ หรือปัสสาวะรดที่นอน และ ควรจัดเวลาให้ตนเองได้พักผ่อนวันละ 6 – 8 ชั่วโมง

ถ้าจำเป็นต้องนอนรวมกันกับผู้อื่นหลายคน ควรนอนในส่วนของตน อย่างนอนสูงหรือต่ำกว่าผู้อื่นโดยไม่จำเป็น หันศีรษะไปทิศทางเดียวกับผู้ร่วมห้องคนอื่น ๆ ไม่หันปลายเท้าไปยังทิศที่ตั้งของหิ้งพระ หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ประจำบ้าน ระมัดระวังการทำกิจส่วนตัวไม่ให้ส่งเสียงดังรบกวนผู้อื่น มีน้ำใจแก่ผู้ร่วมห้องคนอื่น ๆ ไม่เห็นแก่ความสุขสบายส่วนตัวเพียงคนเดียว

## 6.2.2 การทำความเคารพ สามารถแสดงออกด้วยวิธีต่าง ๆ หลากหลายวิธี ดังนี้คือ

6.2.2.1 การไหว้ เป็นการทำความเคารพหรือทักทายที่ใช้กัน ในหลายประเทศเช่น ประเทศไทย เขมร ลาว พม่า โดยการประนมมือให้นิ้วเรียงชิดกันลักษณะคล้ายดอกบัวตูมในสังคมไทยสามารถจำแนกรายละเอียดได้ดังนี้



ก. ไหว้พระสงฆ์ ไหว้พระรัตนตรัย ไหว้ ปุชณียสถาน ปุชณียวัตถุ

ในกรณีที่กำล้งยืนสามารถทำได้โดยการประนมมือให้นิ้วทุกนิ้วชิด

ติดกัน ยกขึ้นไหว้ ก้มศีรษะ ลงรับมือให้นิ้วหัวแม่มืออยู่ที่ระหว่างคิ้ว ปลายนิ้วจรดตีนผม ยืนตรงค้อมตัวลงให้ต่ำ

ข. ไหว้ผู้มีอาวุโสมากกว่าใช้ไหว้ผู้มีพระคุณ เช่น พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย และผู้ที่มีวัยอาวุโสสูงกว่าเรา เช่น ครู อาจารย์ เพื่อนรุ่นพี่ เป็นต้น วิธีปฏิบัติคือประนมมือให้นิ้วทุกนิ้วชิดติดกัน ก้มศีรษะให้ หัวแม่มืออยู่ที่ปลายจมูก นิ้วชี้จรดระหว่างคิ้ว ยืนตรงค้อมตัวลง

ค. ไหว้ผู้ที่มีวัยใกล้เคียงกับเรา โดยการประนมมือให้นิ้วทุกนิ้วชิดติดกัน ก้มศีรษะให้ ปลายนิ้วชี้จรดปลายคาง ยืนตรงค้อมตัวลง

ง. การรับไหว้ ใช้รับไหว้ผู้ที่มีวัยอ่อนอาวุโสกว่า ซึ่งทำความเคารพเรา โดยประนมมืออยู่ระหว่างอก ก้มศีรษะพองาม



#### 6.2.2.2 การกราบ ใช้ทำความเคารพบุคคลและสถานที่ในกรณีที่เรานั่งกับพื้น แบ่งได้ดังนี้

ก. **กราบเบญจางคประดิษฐ์** ใช้ทำความเคารพ พระรัตนตรัยได้แก่ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ และปูชนียสถานทางพุทธศาสนาต่าง ๆ โดยการที่ให้อวัยวะ ทั้ง 5 คือ เข่าทั้งสอง ข้อศอกทั้งสอง และหน้าผากจรดพื้นในบางประเทศใช้วิธีกราบที่นอนราบไปกับพื้นเรียกว่า “ อัฐางคประดิษฐ์ ” แต่ในสังคมไทยใช้วิธีนั่งคุกเข่าเรียกว่า “ เบญจางคประดิษฐ์ ” มีวิธีการปฏิบัติ ดังนี้คือ

การ เตรียมกราบ **ชาย** นั่งคุกเข่าบนส้นเท้าทั้งสอง ตั้งส้นเท้าขึ้น เรียกท่า เทพบุตร ส่วน **หญิง** ปฏิบัติเช่นเดียวกับชายเพียงแต่นั่งบนส้นเท้าที่ราบไปกับพื้น เรียกว่า ท่า เทพธิดา

**กราบจังหวะที่ 1 (อัญชลี)** ประนมมือให้นิ้วทุกนิ้วเรียงชิดติดกัน ในระดับหน้าอก

**กราบจังหวะที่ 2 (วันทา)** ยกมือขึ้นไหว้ โดยก้มศีรษะ ลงรับมือ ให้ หัวแม่มืออยู่ที่ระหว่างคิ้ว

**กราบจังหวะที่ 3 (อภิวัต)** โนมตัวลงกราบลงกับพื้นโดยให้อวัยวะ 5 ส่วนของร่างกายคือฝ่ามือสองข้าง ข้อศอกทั้งสอง และหน้าผากสัมผัสกับพื้นปฏิบัติ 3 ครั้ง



การทำเตรียมกราบ



การกราบจังหวะที่ 1 (อัญชลี)



การกราบจังหวะที่ 2 (วันทา)



การกราบจังหวะที่ 3 (อภิวาท)

ข. การกราบบุคคล ใช้กราบผู้ใหญ่ที่มีอาวุโส รวมทั้งผู้มีพระคุณได้แก่ พ่อแม่ ครู อาจารย์ และผู้ที่เคารพ ที่มีชีวิตหรือเสียชีวิต ใช้กราบขณะที่ผู้ใหญ่นั่งกับพื้นหรือนั่งเก้าอี้ก็ได้

ทำเตรียมกราบ นั่งพับเพียบ มือทั้งสองประสานกันวางไว้ที่หน้าตัก การกราบ โนมตัวลงกราบลงกับพื้นโดยไม่ต้องแบมือ 1 ครั้ง แล้วดันตัวขึ้นกลับเข้าสู่การนั่งพับเพียบตามปกติ



ทำเตรียมกราบ



การกราบ

6.2.2.3 การถวายคำนับ / ถอนสายบัว ใช้แสดงความเคารพบุคคลในสถาบันพระมหากษัตริย์ และเชื้อพระวงศ์ที่มีฐานันดรศักดิ์ชั้นหม่อมเจ้าขึ้นไป วิธีปฏิบัติ คือ ขายถวายคำนับ วิธีปฏิบัติ ยืนตรง มือทั้งสองข้างปล่อยไว้แนบลำตัว ค้อมศีรษะและลำตัวลง สายตามองปลายเท้า

**หญิงถวายถอนสายบัว** วิธีปฏิบัติ ยืนตัวตรง ถอยเท้าด้านใดด้านหนึ่งไปด้านหลังตั้งส้นเท้าขึ้น ย่อตัวลงพร้อมกับก้มศีรษะเล็กน้อย มือประสานกันไว้ที่หน้าขา



การถวายคำนับ



การถวายถอนสายบัว

#### 6.2.2.4 การทำความเคารพด้วยวิธีอื่น ๆ

ก. การประดับ ธงสัญลักษณ์ ซึ่งเป็นธงประจำพระองค์ของพระมหากษัตริย์และพระบรมวงศานุวงศ์ เช่น ธงพื้นสีเหลือง มีอักษรย่อพระนามาภิไธยย่อ ภปร. หมายถึงพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ อักษรย่อ สก. หมายถึงสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ อักษรย่อ. สธ. หมายถึงสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ เป็นต้น

ข. การใช้เพลงสัญลักษณ์ ในการแสดงความเคารพ เช่น เพลงสรรเสริญพระบารมี ใช้แสดงความเคารพต่อพระมหากษัตริย์และสมเด็จพระบรมราชินีนาถ

เพลงมหาชัย ใช้ในการแสดงความเคารพพระบรมวงศานุวงศ์ชั้นสูงของไทย

เพลงมหาฤกษ์ ใช้ได้กับสามัญชนทั่วไปในการต้อนรับประธาน พิธีการเปิดงาน หรือประกอบพิธีการอันเป็นมงคลต่างๆ

ค. การถอดหมวก /ลดร่ม / การแต่งกาย ฯลฯ ใช้เพื่อเป็นการแสดงความเคารพต่ออาคาร สถานที่ต่าง ๆ เช่น วัด สถานที่ราชการ วัง หรือสถานที่สำคัญทางศาสนาอื่น ๆ เป็นต้น

ง. การจับมือเป็นการทักทายที่ใช้ในประเทศเพื่อนบ้านที่ได้รับวัฒนธรรมจากชาติตะวันตก วิธีปฏิบัติคือใช้มือขวาจับกัน หากเป็นเชื้อพระวงศ์ชั้นสูงควรให้เกียรติด้วยการถวายคำนับสำหรับเพศชายและถอนสายบัวสำหรับเพศหญิงในขณะที่กำลังจับมือ

ในศาสนาอิสลามก็ใช้วิธีการทักทายกันโดยการกุมมือกันทั้งสองข้างพร้อมกล่าวคำว่า “อัสลามูออลัยกุม” ผู้รับก็กล่าวตอบว่า “วาออลัยกุมมุสลาม” เรียกว่า การสลาม เป็นการทักทายที่ใช้ในหมู่ประเทศที่มีประชากรส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลามเช่นประเทศมาเลเซีย บรูไน เป็นต้น





การจับมือแบบชาวตะวันตก



การสลามของศาสนาอิสลาม

### 6.2.3 การแต่งกาย

6.2.3.1 ความสำคัญการแต่งกาย คือ เป็นเครื่องบ่งบอกถึงเชื้อชาติ / เผ่าพันธุ์อันเป็นเอกลักษณ์และภูมิปัญญาของคนในแต่ละเชื้อชาติเผ่าพันธุ์ ที่มีความคิดความเชื่อแตกต่างกัน การแต่งกายจึงเป็นการถ่ายทอดความคิด / ความเชื่อ / จารีตธรรมเนียมประเพณี และวิถีชีวิตของคนในสังคม อีกทั้งเป็นการยอมรับในกฎ กติกา / ค่านิยมของสังคม เช่น ประเพณีการใส่ห้วงคอของสตรี ผ้ากระเหรี่ยงคอยาว และสุดท้ายเป็นการถ่ายทอดทัศนคติ ค่านิยมของผู้สวมใส่

6.2.3.2 ประเภทของการแต่งกาย จำแนกได้ 3 กลุ่มดังนี้ คือ

ก. แบบไม่เป็นทางการ คือ การแต่งกายในโอกาสที่อยู่ในเวลาอิสระ เวลาหยุดหรือเวลาพักผ่อน เช่น ไปเดินเที่ยวห้างสรรพสินค้า ไปดูภาพยนตร์ เป็นต้น

ข. แบบ กึ่งทางการ คือ การแต่งกายที่มีรูปแบบกำหนดไว้กว้าง ๆ ทำให้พอนีกรูปแบบออก เช่น ชุดกีฬา ชุดราตรี ชุดทำงาน ชุดว่ายน้ำ เป็นต้น

ค. แบบเป็นทางการ คือ การแต่งกายที่มีรูปแบบและระเบียบ เงื่อนไขบ่งชี้ชัดเจน ว่ามีลักษณะและข้อบ่งชี้อย่างไร ผู้แต่งควรมีคุณสมบัติอย่างไร เช่น ชุดนักเรียน นักศึกษา ชุดอาจารย์ผู้สอน เครื่องแบบข้าราชการ ชุดประจำชาติ เป็นต้น



6.2.3.3 ข้อควรคำนึงถึงในการแต่งกาย มีข้อควรคำนึงถึงดังนี้ คือ

-สถานที่ ต้องระลึกอยู่เสมอว่าสถานที่ที่เราจะไปนั้นมีลักษณะเป็นเช่นไร เช่น เป็นพื้นที่ สาธารณะ อาทิ ตลาด สวนสาธารณะ ห้างสรรพสินค้า สถานที่กึ่งราชการ เช่น วัด หรือ ศาสนสถาน อื่น ๆ หรือเป็นสถานที่ราชการ เช่น สถานศึกษา สถานที่ราชการอื่น ๆ เราควรพิจารณาแต่งกายให้เหมาะสมกับสถานที่นั้น ๆ ไม่ถือเอาวิสาสะตามใจตนเอง

-วัน เวลา และ โอกาส ควรพิจารณาว่าเราจะแต่งกายเพื่อไปร่วมงาน ในวันสำคัญอย่างไร เป็นเวลากลางวันหรือกลางคืน จะได้เลือกชุดที่แต่งในเวลากลางวันหรือใส่ชุดราตรีในเวลากลางคืน โอกาสที่ใช้เป็นงานมงคลควรเลือกแต่งกายด้วยสีสดใส ร่าเริงมีชีวิตชีวา หรือแต่งชุดสีดำที่สุภาพในงานอวมงคล เป็นต้น

- บุคคล ที่เราจะไปพบนั้นเป็นใคร หากถ้ามีอาวุโสกว่าเรามากก็ต้องแต่งกายให้เรียบร้อยหรือถ้าเป็นการแต่งกายเพื่อรับเสด็จก็ควรแต่งชุดไทยพระราชนิยม หรือชุดสุภาพ เป็นต้น

- ศาสนา วัฒนธรรมและประเพณี ควรให้เกียรติแก่แต่ละความเชื่อโดยการแต่งกายให้เหมาะสมเรียบร้อย สุภาพสตรีควรสวมกระโปรงหรือผ้าซิ่น โดยเฉพาะการไปร่วมงาน พิธีกรรมต่างๆในกลุ่มผู้ที่นับถือศาสนาอิสลามซึ่งนิยมให้สุภาพสตรีแต่งกายให้มิดชิดจึงควรใส่เสื้อแขนยาวและกระโปรงหรือผ้าซิ่นที่มีความยาวรอมเท้า เพื่อเป็นการให้เกียรติและเหมาะสมกับวัฒนธรรมของศาสนา

- บุคลิกภาพและรสนิยม ซึ่งแตกต่างกันไปตามความชอบของแต่ละบุคคลควรคำนึงถึงลักษณะรูปร่างเช่นคนที่มีรูปร่างผอมควรใส่เสื้อสีอ่อน ลายทางขวาง มีดอกและลวดลายใหญ่ๆแบบไม่รัดรูปมีระบายพองๆ ส่วนคนที่มีรูปร่างอ้วนควรใส่เสื้อสีเข้ม ลายทางลง มีดอกเล็กๆแบบเข้ารูป ไม่ควรมีโบว์หรือระบายมากๆ เพื่ออำพรางสายตาให้ดูสมส่วนมากขึ้น

- แฟชั่น /สมัยนิยม ซึ่งเปลี่ยนแปลงไปตามกระแสของแฟชั่น ทั้งนี้ควรคำนึงถึงความเหมาะสมของอาชีพ เพศ วัย และรายได้ที่เหมาะสมกับตน ไม่ควรตามกระแสแฟชั่นมากเกินไป เพราะการเลือกซื้อเสื้อผ้าแบบเรียบๆทำให้สามารถสวมใส่ได้นานโดยไม่ล้าสมัย



#### 6.2.3.4 องค์ประกอบอื่นที่ใช้ในการแต่งกาย

- การสวมรองเท้ามีความสำคัญไม่แพ้ส่วนประกอบอื่น ๆ ของการแต่งกาย หากเป็นชุดลำลองควรเลือกสวมรองเท้าสาน หรือเปิดส้น ถ้าเป็นชุดทางการควรสวมรองเท้าหุ้มส้น ที่มีสีและแบบที่สุภาพ สีที่สามารถสวมใส่กับเสื้อผ้าที่หลากหลายคือสีดำ สีขาวและสีน้ำตาล

- กระเป๋าถือควรเป็นสีเดียวกันกับรองเท้า และมีหลักในการพิจารณาคัล้ายกัน คือ หากเป็นชุดลำลองอาจพิจารณากระเป๋าสานจากเชือกหรือกระเป๋าสะพายที่ทำจากผ้า หากเป็นชุดทางการควรเป็นกระเป๋าทรงสุภาพ และถ้าเป็นชุดราตรีอาจเลือกใช้กระเป๋าที่ประดับอัญมณีที่มีความแวววาว เป็นต้น

- เครื่องประดับอื่น ๆ เช่นสร้อยคอ แหวน นาฬิกา ต่างหูและอื่น ๆ ควรพิจารณาให้เหมาะสมกับเวลาและโอกาสไม่ควรใส่เครื่องประดับต่าง ๆ หลาย ๆ ชิ้นในเวลาเดียวกัน



สรุปได้ว่า สิ่งช่วยทำให้มีลักษณะเป็นผู้ที่แต่งกายดี ได้แก่

- ถูกสถานที่ / เวลา / โอกาส / บุคคล
- เหมาะสมกับบุคลิกภาพของเรา
- เข้ากับสถานการณ์ / เหตุการณ์ต่างๆ
- ทันสมัย / มีราคา การแต่งกายดีไม่จำเป็นต้องใช้ของที่ราคาแพง หรือผ่านการออกแบบจากดีไซเนอร์ที่มีชื่อเสียงหากแต่การเลือกส่วนประกอบของการแต่งกายที่ดีจะทำให้เสื้อผ้านั้นดูมีราคา ขณะที่เสื้อผ้าราคาแพงหากนำมาใช้ไม่เหมาะสมก็ทำให้ดูไม่มีราคาไปได้
- สะอาดตา / น่านั่ง สิ่งจำเป็นในการแต่งกายคือความสวยงามของผู้ที่สวมใส่ ความสบายใจของผู้มองที่ต้องไม่ดูสกปรก หรือสวมใส่เครื่องประดับต่างๆที่มากจนเกินไป
- สอดคล้องสัมพันธ์กัน เช่น สี/รูปแบบ / เครื่องประดับตกแต่งต่างๆ ฯลฯ ที่มีความสอดคล้องสัมพันธ์กันไม่ต่างกันดังสำนวนที่ว่า “หัวมังกู ท้ายมังกู”

หลักสำคัญในการแต่งกายคือส่งเสริมให้ผู้แต่งดูสวยขึ้นดังสำนวนที่ว่า “ไ่งามเพราะชน คนงามเพราะแต่ง” ดังนั้นจึงควรเรียนรู้ในทักษะต่างๆเพื่อให้เป็นผู้ที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้แต่งกายดีอยู่เสมอ

#### 6.3.4 มารยาทในการรับประทานอาหาร

ในการรับประทานอาหารในงานเลี้ยงต่าง ๆ เจ้าภาพมักจะระบุรูปแบบของการจัดงานให้ทราบในบัตรเชิญ เพื่อจะได้เตรียมตัวในการร่วมงานได้อย่างเหมาะสม รูปแบบของการจัดงานเลี้ยงมีหลายรูปแบบได้แก่

##### 6.3.4.1 งานเลี้ยงแบบ ค็อกเทล

เป็นงานเลี้ยงที่เน้นการแต่งกายที่หรูหรา สวยงามมีจุดมุ่งหมายให้ผู้ร่วมงานได้พบปะ เพื่อสนทนาแลกเปลี่ยนในเรื่องราวต่าง ๆ ที่สนใจร่วมกัน จึงไม่ควรยืนหลบมุมหรือยืนสนทนากับคนใดคนหนึ่งนาน ๆ ไม่ควรยืนปักหลักรับประทานอาหารเพียงอย่างเดียว ระวังการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์อย่าให้มึนเมาจนเสียกิริยา ก่อนกลับไม่ลืมขอบคุณและอำลาเจ้าภาพ

##### 6.3.4.2 งานเลี้ยงแบบบุปเฟ่ต์

เป็นงานเลี้ยงที่สบาย ๆ เป็นกันเอง เจ้าภาพจะเตรียมอาหารไว้ให้ โดย

ผู้ร่วมงานจะต้อง จัดบริการตักอาหารด้วยตนเอง จึงควรใช้จานหลักเพียงแคใบเดียว ตักให้เพียงพอ เฉพาะของตนแต่สามารถเติมอาหารที่รอบก็ได้ แต่ต้องรับประทานให้หมด ไม่ควรตักอาหารไปเผื่อผู้อื่น มีน้ำใจในการตักอาหาร ไม่แข่งคิวหรือแย่งกัน

### 6.3.4.3 งานเลี้ยงแบบนั่งโต๊ะ

เป็นงานเลี้ยงที่มีจุดมุ่งหมายให้ผู้ร่วมงานร่วมแสดงความยินดีในความสำเร็จ สิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่น ฉลองมงคลสมรส วันคล้ายวันเกิด หรือฉลองเทศกาลต่าง ๆ ผู้ร่วมงานจะถูกจัดที่นั่งรวมกันเป็นโต๊ะ ๆ โดยมีบริกรเป็นผู้นำอาหารมาบริการให้ มีหลายรูปแบบ เช่น

#### ก. งานเลี้ยงแบบพื้นบ้านของไทย

มักเป็นการรับประทานอาหารที่จัดให้ผู้ร่วมงานนั่งกับพื้นวิธีการนั่งทานอาหารแบบนี้ยังใช้ในหมู่ประเทศเพื่อนบ้านเช่น เขมร ลาว พม่า ฯลฯ จึงควรแต่งกายให้สะดวกในการนั่งและเหมาะสมกับบรรยากาศของงาน อาหารส่วนใหญ่มักรับประทานด้วยมือ เช่น ข้าวเหนียว แคบหมู ฯลฯ จึงควรฝึกเปิบข้าวด้วยมือ และไม่ควรถวมถุงมือ ระวังการล้างมือ ควรจุ่มเพียงปลายข้อนิ้ว ไม่ล้างทั้งฝ่ามือเพราะอาจทำภาชนะคว่ำลงได้

#### ข. งานเลี้ยงแบบโต๊ะจีน

เป็นงานเลี้ยงที่ใช้ ตะเกียบเป็นอุปกรณ์ จึงควรฝึกการใช้ตะเกียบในการหยิบอาหารไม่ควรตูดตะเกียบหรือทำตะเกียบเปื้อนกิน 2 นิ้วฟุต ใช้อุปกรณ์ที่จัดให้ตรงหน้าและทางขวามือของเรา เรียนรู้ลำดับของการเสิร์ฟอาหารและการจัดวางอุปกรณ์ดังนี้คือ

- 1) ลำดับอาหาร ออเดิร์ฟ - อาหารจานหลัก - ต้มยำ - ของหวาน
- 2) การจัดวางอุปกรณ์ จานส่วนตัว - ถ้วยน้ำจิ้ม - ถ้วยซุป - ช้อน - ตะเกียบ - จอกเหล้า - แก้วน้ำ - ผ้ากันเปื้อน



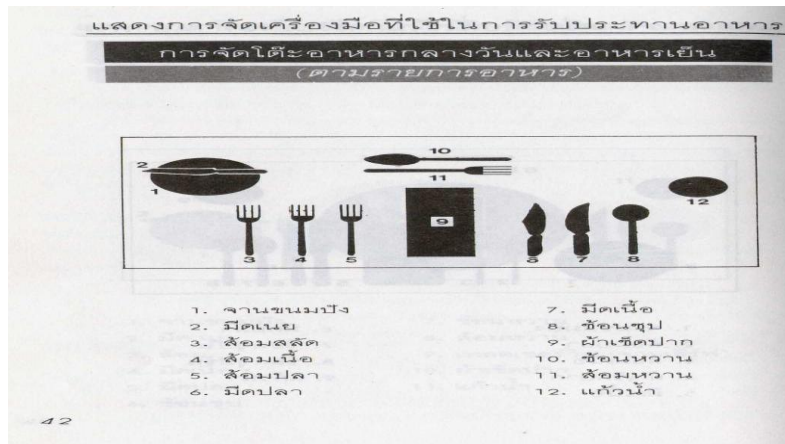
3) มารยาทในการรับประทานอาหารแบบโต๊ะจีน ใช้อุปกรณ์และแก้วน้ำที่วางด้านขวามือ ไม่กองเศษอาหารวางไว้บนโต๊ะ หากเป็นโต๊ะหมุนได้ให้หมุนไปตามเข็มนาฬิกา

#### ค. โต๊ะสากล

เป็นงานเลี้ยงที่นำแบบอย่างของชาวตะวันตกมาใช้ ทั้งรูปแบบ



และวิธีการ ดังนี้



ลำดับจัดวางอาหาร มีดังนี้ 1. ออเดิร์ฟ 2. ขนมปัง 3. ซุป  
4. อาหารจำพวกปลา 5. อาหารจำพวกเนื้อ 6. ไอศกรีม 7. อาหารจำพวกเนื้อ 8. สลัดผัก  
9. ผลไม้ 10. กาแฟ



การจัดโต๊ะอาหารแบบตะวันตก

อุปกรณ์บนโต๊ะ ประกอบด้วย 1. จานรอง 2. ผ้าเช็ดปาก 3. ช้อนซุป  
4. มีดออเดิร์ฟ 5. มีดหั่นปลา 6. มีดหั่นเนื้อ 7. ส้อมทานเนื้อ 8. ส้อมทานปลา 9. ส้อมทานออเดิร์ฟ  
10. จานใส่ขนมปัง 11. ช้อนกาแฟ 12. ส้อมทานผลไม้ 13. มีดหั่นไอศกรีม 14. ช้อนทานไอศกรีม  
15. ที่ทาเนย 16. มีดตัดเนย 17. จานรองเนย 18. แก้วน้ำ 19. แก้วแชมเปญ  
20. แก้วไวน์แดง 21. แก้วไวน์ขาว

มารยาทร่วมกันในการรับประทานอาหารแบบต่าง ๆ คือ ไปถึงงานตามเวลานัดหมาย การเข้านั่งโต๊ะตามที่เจ้าภาพจัดให้ ความมีน้ำใจ ใส่ใจเพื่อนร่วมโต๊ะ ไม่สร้างปัญหา อดทน และให้อภัยในความผิดพลาดและบกพร่องในกรณีต่าง ๆ ระวังกิริยาในการรับประทานอาหาร/ดื่ม ไม่ลืมน้ำใจ ขอบคุณและชมเชยเจ้าภาพ

### 6.3.5 การใช้ของสาธารณะ

สิ่งของสาธารณะ คือ ทรัพย์สินของที่ทุกคนมีส่วนร่วมในการเป็นเจ้าของเช่น

ก. ลิฟต์ ไม่ควรพูดคุยกันโดยไม่จำเป็น ผู้ที่ยืนใกล้ปุ่มควบคุมลิฟต์ควรมีน้ำใจกด  
ชั้นที่ต้องการให้ตนเองและผู้อื่น ไม่แย่งกันเข้า – ออกลิฟต์ มีน้ำใจแก่กันไม่ขีดเขียนหรือทำลาย ควร  
กล่าวคำขอบคุณเมื่อมีผู้อำนวยความสะดวกในการกดลิฟต์ให้แก่เรา

ข. ห้องน้ำ ควรช่วยกันรักษาความสะอาดเพื่อสุขอนามัยที่ดี ไม่ควรป็นขึ้นไปนั่ง  
บนฝาชักโครก หรือขีดเขียนบนผนัง

ค. สำนักบรรณสาร ไม่ควรส่งเสียงดัง ปิดเครื่องมือสื่อสารทุกครั้งที่ใช้บริการและไม่  
ควรฉีกหนังสือหรือขโมยหนังสือ ควรใช้บริการถ่ายเอกสารในข้อมูลที่ต้องการ

ง. พิเศษเซ็นเตอร์ สนามกีฬา โทรศัพท์สาธารณะ ห้องอินเทอร์เน็ต ฯลฯ ควร  
ใช้ด้วยความระมัดระวัง ไม่ทำลาย/ใช้เป็นที่ระบายอารมณ์ มีน้ำใจ ถ้อยที ถ้อยอาศัยกัน เกรงอก  
เกรงใจผู้อื่น ช่วยกันบำรุงรักษา ปลูกฝังให้คนในครอบครัว /ชุมชนมีใจรักหวงแหนสมบัติที่ตนเป็น  
เจ้าของร่วมกัน

จ. รถยนต์โดยสาร ไม่ควรแย่งกันขึ้นหรือลง ไม่ส่งตัวแทนขึ้นไปจับจองที่นั่งไว้ก่อน  
ควรให้เกียรติผู้โดยสารคนอื่น ๆ ไม่ทิ้งขยะหรือเศษอาหารไว้บนรถ

### 6.3.6 มารยาทในการเข้าชมมหรสพ

มหรสพหมายถึงการแสดงหรือการละเล่นรื่นเริงในเทศกาลต่าง ๆ มีทั้งในโรงละคร  
และกลางแจ้ง ซึ่งมีมารยาทร่วมกัน ดังนี้

เดินเข้าแถวเพื่อซื้อตั๋วตามลำดับก่อน – หลัง ไม่ควรแทรกหรือตัดแถวที่ผู้อื่นยืนอยู่  
ก่อนแล้ว ไม่ควรนำเด็กเล็ก ๆ เข้าชมมหรสพเพราะอาจส่งเสียงรบกวนผู้อื่น ทั้งยังขัดต่ออนามัย  
ที่ดีของเด็กอีกด้วย ไม่นำอาหารที่มีกลิ่นรุนแรงเข้าไปรับประทานในโรงมหรสพ และเมื่อรับประทาน  
เสร็จแล้วไม่ควรทิ้งเศษอาหารไว้เกลื่อนกลาด ไม่สร้างความรำคาญให้กับผู้อื่นด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น สูบ  
บุหรี่ยี่ห้อส่งเสียงดัง นั่งตามหมายเลขที่นั่งของตน ไม่กางแขนขาจนเกะกะขวางทางคนอื่น เมื่อจะ  
ลุกจากที่นั่งขณะที่ผู้อื่นยังชมมหรสพอยู่ ควรกล่าวขอโทษคนข้างเคียงเสียก่อน เมื่อเพลงสรรเสริญ  
พระบารมีดังขึ้น ต้องลุกขึ้นยืนถวายความเคารพ

### 6.3.7 มารยาทในการเยี่ยมเยียนต่าง ๆ

#### 6.3.7.1 โอกาสในการเยี่ยมเยียน

สังคมไทยนิยมเดินทางไปเยี่ยมเยียนกันในโอกาสต่าง ๆ เช่น เทศกาลประจำปี  
เทศกาลที่นิยมมากคือวันขึ้นปีใหม่ และวันสงกรานต์ ในโอกาสวันสำคัญต่าง ๆ ของชีวิตเช่นวันคล้าย  
วันเกิด วันสำเร็จการศึกษา วันแต่งงาน วันขึ้นบ้านใหม่ เจ็บป่วย หรือเสียชีวิต เป็นต้น

#### 6.3.7.2 มารยาทในการเยี่ยมเยียนในโอกาสต่าง ๆ ควรปฏิบัติดังนี้คือ

ควรมีการนัดหมายก่อนล่วงหน้า เพื่อเจ้าของบ้านจะได้มีเวลาในการเตรียมการ  
ต้อนรับอย่างสะดวกใจ ไม่ควรไปมือเปล่าควรหาของกำนัลเช่นผลไม้ตามฤดูกาล อาหาร เครื่องดื่ม  
หรือเสื้อผ้าพื้นเมือง เครื่องนุ่งห่ม ไปฝากแสดงน้ำใจ ไม่ควรไปในเวลาที่เจ้าของบ้านกำลังรับประทานอาหาร  
อาหาร เว้นแต่ได้นัดหมายไว้แล้ว หรือไปในยามที่เป็นเวลาพักผ่อน ไม่ถือวิสาสะ วิชาภักษ์วิจารณ์  
สิ่งของหรือเรื่องราวต่าง ๆ ของเจ้าของบ้าน ไม่อยู่นานจนเกินไป

### 6.3.7.3 มารยาทการเป็นเจ้าของบ้าน

เมื่อมีผู้มาเยี่ยมเยียน เจ้าของบ้านควรปฏิบัติดังนี้ คือ แสดงความยินดีที่มีผู้มาเยี่ยม แต่งกายให้เรียบร้อย ไม่ปล่อยตัวตามสบายเกินไป ให้ความเป็นกันเอง เตรียมผลไม้ / อาหารว่าง ไว้รับรองแขก ไม่ตำหนิ ดูว่า นินทา คนในบ้านต่อหน้าแขก หากมีธุระควรบอกไปตามตรง ไม่แสดงอาการกระสับกระส่าย มองนาฬิกาให้แขกเห็น กล่าวขอบคุณและเชื้อเชิญให้มาเยี่ยมใหม่ในโอกาสต่อไป

## 6.4 การพัฒนาทักษะมารยาททางวาจา

### 6.4.1 หลักการพูดในชีวิตประจำวัน

“ อันอ้อยตาลหวานลิ้นแล้วสิ้นซาก  
แม้เน้เจ็บอื่นหมื่นแสนจะแคลนคลาย

แต่ลมปากหวานหูไม่รู้หาย

เจ็บจนตายนั้นเพราะเหน็บให้เจ็บใจ”

พระยาศรีสุนทรโวหาร (สุนทรภู่) เพลงยาวถวายโอวาท

“ ถึงบางพูดพูดดีเป็นศรีศักดิ์  
แม้เน้พูดชั่วตัวตายทำลายมิตร

มีคนรักกรสถ้อยอร่อยจิต

จะชอบผิดในมนุษย์เพราะพูดจา

พระยาศรีสุนทรโวหาร (สุนทรภู่) นิราศภูเขาทอง

จากคำกลอนที่กล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นถึงความสำคัญในการพูดในชีวิตประจำวันว่ามีความสำคัญที่จะทำให้คนรักหรือเกลียดก็ได้ จะก่อให้เกิดมิตรหรือศัตรูก็ได้ การพูดจึงเป็นศิลปะข้อสำคัญที่ทุกศาสนาสอนให้คนระมัดระวัง เช่น ในศิลปะข้อที่ 4 ของพุทธศาสนา สอนให้ละเว้นจากการพูดที่เป็นคำโกหก เสียดสี เหน็บแนมแถมประชด เหลวไหล ไร้สาระ ตลกคคะนอง หยาบคาย หรือ ทะลึ่งลามก ต่าง ๆ

หลักการพูดที่ครองใจคน ควรประกอบด้วย คำพูดที่เป็นความจริง ไม่เสแสร้ง แกล้งทำ หรือแสวงหาผลประโยชน์ให้ตนเอง ไม่แกล้งใส่ร้ายป้ายสีคนอื่น มีความจริงใจ ใช้น้ำเสียงที่อ่อนโยน ไม่กระโชกโฮกฮาก หรือประชดประชัน เมื่ออยู่ในคนกลุ่มใหญ่ไม่ควรใช้ภาษาถิ่นที่สื่อสารกันเข้าใจเฉพาะในกลุ่ม ควรใช้ภาษากลางที่ผู้ฟังส่วนใหญ่ฟังรู้เรื่อง

### 6.4.2 การพูดต่อหน้าที่ชุมชน

#### 6.4.2.1 การเตรียมตัวก่อนการพูด

ก. ควรมีการวิเคราะห์ผู้ฟังว่าเป็นใคร มีอาชีพอะไร มีความรู้ในเรื่องที่จะพูดมากน้อยเพียงใด สถานที่จะไปพูดนั้นเป็นอย่างไรเพื่อจะได้แต่งกายได้สอดคล้องเหมาะสม วันเวลาที่จะไปพูด เป็นเวลาอะไร และบุคคลที่ร่วมพูดกับเรานั้นมีหรือไม่ เป็นใคร

ข. เรื่องที่พูดนั้นควรเป็นเรื่องที่ตรงตามความรู้ที่ตนชำนาญ หรือเชี่ยวชาญเป็นอย่างดี เพื่อความมั่นใจในการนำเสนอข้อมูลที่ต้องการและเป็นประโยชน์กับผู้ฟังอย่างแท้จริง

ค. ทำความเข้าใจวัตถุประสงค์ของการพูดในครั้งนั้นว่า ผู้จัดมีความ

ประสงค์ให้ผู้ฟังได้รับความรู้เรื่องอะไร หรือเกิดความเปลี่ยนแปลงในความคิด ทักษะใดอะไร เพื่อจะ  
ได้พูดได้ตรงตามวัตถุประสงค์ และโอกาสของงาน

- ง. เตรียมร่างกายให้มีสุขภาพสดใสแข็งแรง นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
- จ. เตรียมข้อมูลต่าง ๆ ในการนำเสนอ ฝึกซ้อมการพูดก่อนเพื่อให้เกิดความมั่นใจ ไม่ติดขัด
- ฉ. เตรียมเสื้อผ้า เครื่องแต่งกายต่าง ๆ สำนวณเส้นทางล่วงหน้า เพื่อเวลาไปถึงเพื่อการเตรียมตัวก่อน

#### 6.4.2.2 หลักการพูดที่ดีมีลำดับการพูดดังนี้

- ก. ทักทายผู้ฟัง ใช้คำทักทายให้เหมาะกับผู้ฟังเช่น กราบเรียน เรียน หรือ นมัสการพระคุณเจ้าในกรณีและผู้ฟังเป็นพระสงฆ์
- ข. เกริ่นนำหรือทำความเข้าใจเพื่อสร้างพื้นฐานความรู้ให้แก่ผู้ฟังถึงเรื่องที่จะพูด
- ค. เริ่มบรรยายโดยให้ความประทับใจที่ดีกับผู้ฟังเสมอ ด้วยการใช้ถ้อยคำที่สุภาพเรียบร้อยตามรูปแบบมาตรฐานของสังคม เข้าใจง่าย ตรงตามวัตถุประสงค์ ใช้ภาษาราชการ หลีกเลี่ยงคำแสลง ภาษาที่เข้าใจเฉพาะถิ่น ไม่กล่าวคำโกหก เพื่อเจ้อ หยาบคาย ว่าร้ายนินทา ฯลฯ
- ง. สบตากับผู้ฟังเป็นระยะ ไม่ล้วงแคะ แกะเกาส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ใช้ท่าทางประกอบความหมายในการพูดสอดคล้องที่สัมพันธ์กัน
- จ. เปิดโอกาสให้ผู้ฟังได้ซักถาม หรือแสดงความคิดเห็น
- ฉ. สรุปประเด็น
- ช. ข้อคิด – คำคม ที่ให้ความประทับใจที่ดีกับผู้ฟังเสมอ
- ซ. ขอบคุณ และอำลา

#### ข้อคิดสะกิดใจ

ไฟเพียงนิดเดียวอาจเผาป่าใหญ่ให้ไหม้ได้ และลึนนั้นก็เป็นไฟ ที่เป็นเหตุให้ทั้งกายมลทิน ไปทำให้วัฏฏะแห่งชีวิตเผาไหม้....

สัตว์เดรัจฉานทุกชนิด ทั้งนก สัตว์เลื้อยคลานและสัตว์ในทะเลก็เลี้ยงให้เชื่องได้ และมนุษย์ก็ได้เลี้ยงให้เชื่องแล้ว.....

แต่ลึนนั้นไม่มีมนุษย์คนใดสามารถทำให้เชื่อง ลึนเป็นลึนชั่วที่อยู่ไม่สุขและเต็มไปด้วยพิษร้ายถึงตาย

ที่มา : พระคัมภีร์ไบเบิล (คัมภีร์ใหม่) ยากอบ 3

### 6.5 ทักษะมารยาททางใจ

บุคคลที่จะมีความสุขในชีวิต คือบุคคลที่ยึดมั่นในหลักธรรมทางศาสนาที่ตนนับถืออยู่ เลื่อมใสศรัทธา เพราะทุกศาสนาต่างก็สอนให้ทุกคนเป็นคนดี มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน มีความรักและความศรัทธาในหน้าที่ที่ต้องทำ มีเหตุผลในการคิดและการตัดสินใจ ไม่เคร่งเครียด รู้จักอดกลั้น อดทนและรอคอย มีพลังคิดสร้างสรรค์ พยายามมุ่งมั่น มีอารมณ์ขัน มองโลกในแง่ดีทั้งที่ตัวเราและผู้อื่น ขึ้นชมความงามรอบข้าง เชื่อมั่นในคุณความดีที่ได้ทำ เมื่อมีเหตุการณ์ที่ไม่พึงพอใจเกิดขึ้นก็ไม่



ทุกขี้ใจมาก คิดว่าไม่มีใครในโลกนี้ที่จะได้สิ่งใดตั้งใจทุกอย่าง ต่างต้องสมหวังและผิดหวังควบคู่กันไป ดังนั้น สิ่งใดก็ตามที่เกิดขึ้นในชีวิตเราแล้วล้วนดีเสมอ เพียงแต่ต้องมีสติเป็นเครื่องกำกับให้ตนเองรู้จักคิด รู้จักพูด และรู้จักทำในสิ่งที่ดี เหมาะสมตามกาล และตามบทบาทหน้าที่ที่ตนเองเป็นอยู่ ขณะนั้น เราจึงจะเป็นผู้ที่มีความสุขทุกเวลา

### 6.5.1 ข้อเตือนใจในการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรม

6.5.1.1 แสวงหาความรู้ทางวิชาการและวิชาชีพอยู่เสมอ เนื่องจากสังคมมีการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยีต่างๆอย่างรวดเร็วจึงจำเป็นต้องมีนิสัยใฝ่เรียนรู้อยู่เสมอ

6.5.1.2 ความเป็นมิตร เอื้ออารีต่อคนรอบข้างโดยไม่หวังประโยชน์ ให้เกียรติบุคคลอื่นโดยการเรียนรู้ค่านิยม ประเพณี ศาสนาและธรรมเนียมปฏิบัติของคนในสังคมต่างๆ เพื่อที่จะสามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมไม่ขัดต่อหลักปฏิบัติอันนำมาซึ่งความขัดแย้ง

6.5.1.3 มีอารมณ์ขัน มองโลกในแง่ดีการอยู่ร่วมกันกับคนที่มาจากต่างสังคม ต่างสิ่งแวดล้อมและประเพณี บางครั้งอาจจะมีการกระทำที่ดูเป็นการไม่ให้เกียรติ หรือไม่สุภาพด้วยความไม่เข้าใจในวัฒนธรรม เช่นการถูกจับศรีชะโยกไปมาด้วยความไม่รู้ว่าประเพณีไทยถือเป็นเรื่องไม่ควรทำ จึงควรจะให้ถ้อยและมองเป็นเรื่องขำๆมากกว่าโกรธเคือง

6.5.1.4 มีคุณธรรม ในการอยู่ร่วมกันกับคนที่หลากหลายย่อมมีความคิด ความเชื่อ และการกระทำที่แตกต่างกันตามลักษณะที่แต่ละคนได้เรียนรู้มา การตั้งตนให้เป็นคนที่มีสติ ไม่หวั่นไหวในสิ่งยั่วต่างๆ พิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบคอบถึงผลได้ผลเสียก่อนตัดสินใจทำอะไร

6.5.1.5 เชื้อมั่นและศรัทธาในคุณความดี มีเป้าหมายในชีวิต ว่าตนเองต้องการสิ่งใดในชีวิต ความสุข ความสำเร็จหรือทรัพย์สินเงินทองควรได้มาด้วยความสามารถความพากเพียรพยายามที่ถูกต้องตามครรลองของกฎหมายและประเพณี

6.5.1.6 ความกล้าหาญ ทำในสิ่งที่ถูกต้องโดยไม่เกรงอิทธิพลใดใด รักษาเกียรติภูมิและศักดิ์ศรีของตนเอง ขณะเดียวกันก็ไม่เหยียดหยามดูแคลนผู้อื่น

### สรุปท้ายบท

การพัฒนาทักษะทางสังคมพหุวัฒนธรรมของบุคคลนั้น เป็นสิ่งที่มีความจำเป็นมากในการเตรียมตนเพื่อรองรับการเข้าสู่การเป็นประชาคมอาเซียนของประเทศไทย ในปีพ.ศ. 2558 นี้การเรียนรู้และภาคภูมิใจในวัฒนธรรมของชาติที่บรรพชนได้สั่งสมและสืบทอดมาทั้งกริยามารยาท และขนบธรรมเนียมจารีตประเพณีที่ลึกซึ้งอ่อนหวานสวยงามเป็นที่ชื่นชมของคนต่างชาติเป็นเอกลักษณ์ที่มีเฉพาะคนไทย ในการเปลี่ยนแปลงภายใต้กระแสสังคมที่จะมีสมาชิกจากประเทศต่างๆที่เดินทางไปมาค้าขายกันหลากหลายเชื้อชาติศาสนา จำเป็นต้องเรียนรู้และเข้าใจวัฒนธรรมของชาติตนที่ถูกต้องไม่หลงไหลไปตามกระแสนิยมวัฒนธรรมของชาติอื่น ขณะเดียวกันก็ต้องเรียนรู้และเข้าใจในความเชื่อและวิถีปฏิบัติของคนชาติอื่นๆเพื่อให้สามารถปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม เพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้งอันเกิดจากความไม่เข้าใจทางวัฒนธรรมของกันและกัน

ดังนั้น สิ่งที่ยาวชนรุ่นใหม่อต้องเรียนรู้และรักษาเอาไว้ให้ได้ก็คือ การเรียนรู้และรักษา

ความเป็นเอกลักษณ์ของชาติไทย เข้าใจในความเป็นเอกลักษณ์ของชาติอื่นเพื่อให้สามารถยืนหยัดอยู่ได้ในสังคมนี้อย่างมีศักดิ์ศรีและสง่างาม ขณะเดียวกันความพยายามเข้าใจในความแตกต่างของชาติอื่นทำให้เราสามารถรักษามิตรภาพในการดำรงอยู่ร่วมกันได้โดยสันติ ไม่เกิดความขัดแย้งและนำมาซึ่งสันติสุขในการอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีความแตกต่างและหลากหลายในอนาคต

#### เอกสารอ้างอิง

ชนากิต. (๒๕๔๓). **วัยรุ่นกับมารยาทสังคม**. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พีรามิต  
ศรีสว่าง ภิบาลแทน.(๒๕๒๙). **มารยาทไทย**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์รุ่งวัฒนา  
สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.(๒๕๕๑), **มารยาทไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๒  
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด

#### เว็บไซต์

<http://elc.psu.ac.th>

<http://kanchauapisek.or.th>

<http://pirun.ku.ac.th>

**แบบฝึกหัดท้ายบทที่ 6**  
**ทักษะสังคมพหุวัฒนธรรม**

1. การพัฒนาทักษะทางสังคมมีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตในสังคมยุคใหม่ของนักศึกษาอย่างไร

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

2. การพัฒนาทักษะทางกายที่มีความจำเป็นต่อนักศึกษาอย่างไรบ้าง และสามารถนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตได้อย่างไร

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

3. นักศึกษาได้รับประโยชน์และแง่คิดการเรียนรู้การพัฒนาทักษะทางวาจาแก่ตนเองอย่างไร

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

4. แนวคิดมารยาททางใจ สามารถใช้เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตให้มีความสุขในสังคมยุคใหม่ได้อย่างไร

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

5. จากการศึกษาเรื่องการพัฒนาทักษะทางสังคม นักศึกษายุคใหม่จำเป็นต้องเรียนรู้เรื่องใดเพิ่มเติมนอกเหนือจากในบทเรียนบ้าง

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