

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

ภาคผนวก



ที่ ศธ ๐๕๔๘.๐๒ / ๙๐

มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์
อ.เมือง จ.ฉะเชิงเทรา ๒๔๐๐๐

๒๖ มีนาคม ๒๕๔๘

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการศึกษาและเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดฉะเชิงเทรา

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม "การศึกษานุคลิกภาพและความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชน
ที่กระทำผิด" จำนวน ๑๐ ชุด

ด้วยนายนิกร น้อยรักษา นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขา
สังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา ภาคพิเศษ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง "การศึกษานุคลิกภาพและความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนที่กระทำผิด" ซึ่งขณะนี้อยู่ในขั้นตอน
การเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

สำนักงานประสานงานบัณฑิตศึกษา พิจารณาแล้วเห็นว่าหน่วยงานของท่านเป็นหน่วยงานที่ควร
แก่การศึกษา จึงขอความอนุเคราะห์ในการศึกษาและเก็บข้อมูลจากเยาวชนที่กระทำผิด (อายุเกิน ๑๔ ปี
บริบูรณ์ แต่ไม่ถึง ๑๘ ปีบริบูรณ์) เพื่อการวิจัยของนักศึกษาในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา สำนักงานประสานงานบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏ
ราชนครินทร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ดร.พัชรา ทิพยมหิงษ์)

ผู้ประสานงานบัณฑิตศึกษา

สำนักงานประสานงานบัณฑิตศึกษา

โทรศัพท์ ๐-๓๘๕๓-๕๔๓๐, ๐-๓๘๕๑-๑๐๑๐ ต่อ ๕๑๘๑

โทรสาร ๐-๓๘๕๓-๕๔๓๐

แบบทดสอบเพื่อการวิจัย

เรื่อง

การศึกษานุคลิกภาพและความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนที่กระทำผิด

คำอธิบาย

1. แบบทดสอบนี้เป็นแบบทดสอบเพื่อการวิจัย เรื่อง การศึกษานุคลิกภาพและความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนที่กระทำผิด ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์ต้องการทราบความรู้สึกและประสบการณ์บางอย่างในชีวิตจริงของท่าน แต่ละข้อไม่มีคำตอบถูกหรือผิด การตอบครั้งนี้จะไม่มีผลทางคดีแต่อย่างใด และจะไม่นำไปเผยแพร่เป็นรายบุคคล ดังนั้นจึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดตอบตามสภาพความเป็นจริงและขอให้ตอบทุกข้อ

2. แบบทดสอบ 1 ฉบับ แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1. ข้อมูลทั่วไปสำหรับผู้ตอบแบบทดสอบ

ตอนที่ 2. แบบทดสอบบุคลิกภาพ

ตอนที่ 3. แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับการอนุเคราะห์จากท่านในการตอบแบบทดสอบ และขอขอบคุณที่ให้ความอนุเคราะห์มา ณ โอกาสนี้ด้วย

นายนิกร น้อยรักษา

นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา

มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์

ตอนที่ 1

ข้อมูลทั่วไปสำหรับผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง ให้ท่านขีดเครื่องหมาย \surd ลงในช่อง หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

1. เพศ

- ชาย หญิง

2. อายุ.....ปี

3. การศึกษา

- ไม่จบระดับประถมศึกษา จบระดับประถมศึกษา
 จบมัธยมศึกษาปีที่ 3 จบมัธยมศึกษาปีที่ 6 หรือเทียบเท่า
 จบระดับอนุปริญญา หรือเทียบเท่า

4. อาชีพที่ประกอบก่อนถูกจับกุม

- นักเรียน/นักศึกษา ไม่ได้ประกอบอาชีพ
 รับจ้างทั่วไป ลูกจ้างบริษัทเอกชน
 ธุรกิจส่วนตัว อื่นๆ (ระบุ).....

5. สถานภาพครอบครัว

- บิดามารดาอยู่ด้วยกัน บิดามารดาแยกกันอยู่
 บิดามารดาหย่ากัน บิดามารดาถึงแก่กรรมทั้งคู่
 บิดาหรือมารดาถึงแก่กรรม บิดาแต่งงานใหม่
 มารดาแต่งงานใหม่ อื่นๆ (ระบุ).....

6. ก่อนการกระทำผิดพักอาศัยอยู่กับ

- บิดามารดา ญาติพี่น้อง
 ผู้ปกครองที่ไม่ใช่ญาติพี่น้อง เพื่อน
 อื่นๆ (ระบุ).....

7. สภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่มีลักษณะอย่างไร

- เขตชุมชนแออัด เขตโรงงานอุตสาหกรรม
 เขตร้านค้า เขตการเกษตรกรรม
 เขตที่พักอาศัย(หมู่บ้าน) อื่นๆ (ระบุ).....

ตอนที่ 2 แบบทดสอบวัดบุคลิกภาพ

คำชี้แจง

คำถามในแบบทดสอบนี้เป็นคำถามเพื่อความเข้าใจเกี่ยวกับทัศนคติและความเข้าใจของท่าน ในแต่ละคำถามมีคำตอบอยู่สามคำตอบ คือ ก. ข. ค. โปรดทำเครื่องหมายกากบาท (X) ช่องคำตอบที่ท่านต้องการเพียงคำตอบเดียวดังตัวอย่างต่อไปนี้

ตัวอย่าง 1. ข้าพเจ้าชอบเล่นกีฬาเป็นทีม

- | | | |
|--|--------------------------|----------------------|
| ก. ใช่ | ข. เป็นบางครั้งบางคราว | ค. ไม่ใช่ |
| 2. ข้าพเจ้าชอบคนที่ | | |
| ก. เกือบตัว | ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ข. | ค. เป็นมิตรกับคนง่าย |
| 3. เงินไม่สามารถบันดาลความสุข | | |
| ก. จริง | ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ข. | ค. ไม่จริง |
| 4. “ผู้ใหญ่” คู่กับ “เด็ก” เช่นเดียวกับ “แมว” คู่กับ | | |
| ก. ลูกแมว | ข. สุนัข | ค. ทารก |

ในตัวอย่างข้อ 4. คำตอบที่ถูกคือ ก. ลูกแมว แต่มีคำถามที่ต้องการคำตอบที่มีเหตุผลท่านอย่างน้อยมากในแบบทดสอบนี้

ในขณะที่ท่านตอบแบบทดสอบนี้ โปรดยึดหลัก 4 ประการ ดังนี้

1. ตอบในสิ่งที่จริงสำหรับท่าน วิธีที่ดีที่สุดคือ ตอบตามที่ท่านเคยปฏิบัติในชีวิตประจำวันของท่าน
2. โปรดอย่าใช้เวลาในการตอบนานเกินไป พยายามตอบทันทีที่ท่านอ่านคำถามและคำตอบเสร็จ แน่ใจว่าบางคำถามอาจสั้นเกินไป หรือให้ข้อมูลท่านน้อยเกินไป ให้เลือกคำตอบที่ใกล้เคียงหรือเข้ากับความคิดของท่านมากที่สุด
3. โปรดตอบทุกข้อ ไม่เว้นข้อใดข้อหนึ่ง
4. ท่านควรจะตอบข้อ ก. หรือ ค. ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ และตอบข้อ ข. เฉพาะเมื่อคำตอบในข้อ ก. และข้อ ข. เป็นคำตอบที่เป็นไปไม่ได้จริงๆ สำหรับท่าน

1. ข้าพเจ้ามีความเข้าใจในคำชี้แจงการทำแบบสอบถามเป็นอย่างดีแล้ว
ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่
2. ข้าพเจ้าเต็มใจที่จะตอบคำถามแต่ละข้ออย่างจริงใจที่สุดเท่าที่จะทำได้
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ค. กับ ค. ค. ไม่ใช่
3. ในวันหยุด ข้าพเจ้าพอใจที่จะเดินทางไปยัง
ก. เมืองตากอากาศที่มีคนคับคั่ง ข. อยู่ระหว่าง ค. กับ ค. ค. บ้านพักที่เงียบสงบซึ่งอยู่ห่างจากทางสัญจรไปมา
4. เมื่อข้าพเจ้าไปอยู่ที่ในที่คับแคบและแออัด เช่น ในลิฟท์ที่มีคนเต็ม ข้าพเจ้ามีความรู้สึก
อึดอัดคล้ายกับถูกกักขัง
ก. ไม่เคยเลย ข. แทบจะไม่เคย ค. เป็นบางครั้ง
5. ข้าพเจ้ามักจะคิดแล้วคิดอีกในเรื่องที่ไม่ สดักสำคัญอะไรและต้องใช้ความพยายามในการที่จะ
ขจัดมันออกไปจากความคิดของข้าพเจ้า
ก. จริง ข. เป็นบางครั้ง ค. ไม่จริง
6. ถ้าข้าพเจ้าทราบว่าแนวคิดในการหาเหตุผลของคน ๆ หนึ่งไม่ถูกต้อง ข้าพเจ้ามักจะ
ก. นิ่งเฉยเสีย ข. อยู่ระหว่าง ค. กับ ค. ค. พุดโพล่งออกไป
7. แนวคิดของข้าพเจ้าเป็นแนวคิดที่
ก. ล้ำยุคล้ำสมัย ข. ไม่แน่ใจ ค. ตามสมัย
8. ข้าพเจ้าไม่ได้รับพรสวรรค์ในการพูดตลก และการเล่าเรื่องขบขันมากนัก
ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ค. กับ ค. ไม่จริง
9. การใช้ชีวิตตามสบายไปจนแก่ตามเวลาอันสมควรคิดว่าจะต้องไปเหน็ดเหนื่อยเพราะงานบริการ
ชุมนุมของตน
ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ค. กับ ค. ค. ไม่จริง
10. ข้าพเจ้าเป็นผู้ดำเนินงานของสโมสรอย่างแท้จริง
ก. เคยบ่อย ข. เป็นบางครั้ง ค. ไม่เคย
11. ข้าพเจ้าอดไม่ได้ที่จะมีความรู้สึกผูกพัน ทางใจกับบางสิ่งบางอย่าง
ก. แบบจะไม่ใช่เป็นเช่นนั้นเลย ข. บางครั้ง ค. บ่อย
12. ข้าพเจ้าพอใจที่จะอ่านหนังสือในเรื่องเกี่ยวกับ
ก. คำสอนของศาสนาที่สำคัญ ข. ไม่แน่ใจ ค. การจัดระบบนโยบายการเมืองของ
ประเทศของเรา
13. เรื่องที่จะทำให้ข้าพเจ้าน้อยใจหรือหงุดหงิดมีน้อยมาก
ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง

14. ข้าพเจ้าเห็นว่าความสามารถและลักษณะที่ได้รับการถ่ายทอดจากบิดามารดามีความสำคัญ
ยิ่งกว่าที่คนส่วนมากยอมรับ
ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
15. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการประจำเป็นงานที่ต้องทำให้เสร็จเสมอ แม้ว่าถ้าได้ใช้จินตนาการเพียงเล็กน้อย
จะเห็นมันเป็นสิ่งที่ไม่จำเป็นอะไร
ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
16. การเล่าเรื่องตลกเกี่ยวกับความตายเป็นสิ่งที่ทำได้และตามปกติแล้วเป็นการแสดงถึงรสนิยมที่ดี
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
17. ข้าพเจ้าอยากจะมีคนบอกถึงวิธีที่ดีที่สุดในการทำสิ่งต่าง ๆ มากกว่าจะคิดด้วยตนเอง
ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่
18. ในบางครั้ง ความรู้สึกว่าเหว่และไร้ค่าจะเข้าครอบงำแม้ว่าข้าพเจ้าจะอยู่ในกลุ่มของผู้คนในงาน
สังคม
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
19. ความทรงจำของข้าพเจ้าไม่ได้เปลี่ยนแปลงมากนักแม้ว่าเวลาจะผ่านไป
ก. จริง ข. บางครั้งบางครั้ง ค. ไม่จริง
20. ข้าพเจ้าแน่ใจว่าควรจะบ่นกับคนเสิร์ฟอาหารหรือผู้จัดการ ถ้าหากข้าพเจ้าได้รับอาหารที่ไม่ดีใน
ภัตตาคาร
ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่
21. เพื่อเป็นการผ่อนคลายสิ่งที่ข้าพเจ้าชอบทำมากกว่าอย่างอื่น คือ
ก. เล่นกีฬา หรือเล่นเกม ข. ไม่แน่ใจ ค. ใต้วาทีและเล่นเกมที่ต้องใช้ความคิด
22. ถ้าเทียบกับผู้อื่นแล้ว ข้าพเจ้ามีส่วนร่วมใน
ก. งานในชุมชนและงานสังคมมากมาย ข. งานในชุมชนและงานสังคมมากพอ
ค. งานในชุมชนและงานสังคมมาเพียง 2-3 งานเท่านั้น
23. เมื่อข้าพเจ้าวางแผนงาน ข้าพเจ้ามักชอบปล่อยให้สิ่งต่าง ๆ ขึ้นอยู่กับโชค
ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
24. ไม่ว่าจะเป็นการเดินทางไปยังสถานที่ต่าง ๆ การกินการทำงาน ฯลฯ ข้าพเจ้า
ก. ดูเหมือนว่าจะต้องรีบร้อนทำสิ่งหนึ่งเพื่อที่จะทำไปอีกสิ่งหนึ่ง
ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ดำเนินไปอย่างรอบคอบและมีระบบแบบแผน
25. ข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวายราวกับว่าข้าพเจ้าต้องการอะไรสักอย่างหนึ่งแต่ไม่รู้ว่าสิ่งนั้นคืออะไร
ก. แทบจะไม่ใช่เช่นนี้เลย ข. บางครั้งบางครั้ง ค. เป็นบ่อยๆ

26. การทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม ข้าพเจ้าเห็นว่าหน้าที่ที่น่าสนใจกว่า คือ
ก. งานเกี่ยวกับเครื่องจักร ข. ไม่แน่ใจ ค. งานสัมภาษณ์และรับคนงาน
27. ข้าพเจ้าชอบอ่านหนังสือประเภท
ก. การท่องเที่ยวไปในอวกาศ ข. ไม่แน่ใจ ค. การศึกษาเรื่องภายในครอบครัว
28. คำต่อไปนี้คำไหนที่ไม่เป็นชนิดเดียวกับคำอื่น
ก. สุนัข ข. นก ค. วัว
29. ถ้าข้าพเจ้าย้อนกลับไปมีชีวิตใหม่ได้อีก ข้าพเจ้าจะ
ก. วางแผนชีวิตที่แตกต่างไปจากเดิม ข. ไม่แน่ใจ ค. ต้องการให้เหมือนเดิมให้มาก
30. การตัดสินใจในเรื่องของชีวิตและการทำงาน ข้าพเจ้าไม่เคยลำบากใจด้วยเรื่องการขาดความเข้าใจ
กันในครอบครัว
ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
31. ข้าพเจ้ามักหลีกเลี่ยงที่จะกล่าวถึงสิ่งที่ผิดปกติซึ่งทำให้คนอื่นอับอายขายหน้า
ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
32. ถ้าข้าพเจ้าถือปืนที่รู้ว่ามิถูกกระสุน ข้าพเจ้าจะรู้สึกตื่นเต้นหวาดเสียว จนกว่าจะได้เอาลูกออกแล้ว
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
33. ข้าพเจ้าสนุกสนานอย่างยิ่งที่จะทำตกแก่ลั้งคน เล่นสนุกๆ โดยไม่มีเจตนาร้ายเคลือบแฝงอยู่
ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
34. คนส่วนมากใช้เวลาว่างของตน ไปยุ่งเกี่ยวกับการช่วยเหลือเพื่อนบ้านและกิจกรรมในท้องถิ่น มาก
จนเกินไป
ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่
35. ในบางครั้งข้าพเจ้ารู้สึกว่าเข้าสังคมไม่ได้ดีเท่าที่ควร เพราะไม่แน่ใจตัวเอง
ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
36. ข้าพเจ้าสนุกสนานในการที่จะได้สนทนาและไม่ค่อยยอมพลาดโอกาสที่จะพูดคุยกับคนแปลกหน้า
ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
37. หัวข่าวหนังสือพิมพ์ที่ทำให้ข้าพเจ้าสนใจมากคือ
ก. ผู้นำทางศาสนาอภิปรายเรื่องการรวมลัทธิความเชื่อทางศาสนา ข. ไม่แน่ใจ
ค. การปรับปรุงผลผลิตและการตลาด
38. ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าในความซื่อตรงของคนที่แสดงตัวเป็นเพื่อนเกินกว่าที่ข้าพเจ้าคาดหวังว่าเขาจะ
แสดง
ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง

39. ข้อเสนอแนะของข้าพเจ้าสำหรับบุคคลทั่วไป คือ
 ก. เชิญทดลองได้เลยมันไม่เสียหายอะไร ข. อยู่ระหว่างข้อ ก. กับ ค.
 ค. คิดใคร่ครวญเสียก่อน อย่าทำอะไรโง่ ๆ
40. สิ่งที่มีความสำคัญสำหรับข้าพเจ้าก็คือ
 ก. การแสดงออกอย่างอิสระ ข. อยู่ระหว่างข้อ ก. กับ ค. ค. การที่มีสัมพันธภาพอันดีกับผู้อื่น
41. ข้าพเจ้ามีความสุขกับการฝึกกลางวัน
 ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
42. ข้าพเจ้าชอบงานที่ต้องใช้การตัดสินใจอย่างแยบยลมากกว่างานที่ตัดสินใจได้รวดเร็วและซ้ำซาก
 ธรรมดา
 ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
43. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกที่ว่าเพื่อน ไม่ต้องการข้าพเจ้ามากเท่ากับที่ข้าพเจ้าต้องการเขา
 ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
44. ถ้ามีคนนึกถึงข้าพเจ้าในแง่ไม่ดี ข้าพเจ้าจะรู้สึกกังวลกับเรื่องนี้
 ก. แทบจะไม่มีรู้สึกเลย ข. รู้สึกเป็นบางครั้งบางคราว ค. รู้สึกบ่อยทีเดียว
45. ข้าพเจ้าได้รับอุบัติเหตุ เพราะข้าพเจ้ามัวแต่ครุ่นคิดเพลิดเพลิด
 ก. แทบจะไม่เคยเลย ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. หลายครั้ง
46. ในหนังสือพิมพ์ข้าพเจ้าสนใจที่จะได้เห็นการอภิปรายปัญหาสังคมชั้นมูลฐานของ
 ก. โลกปัจจุบัน ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ควรเสนอเรื่องราวในท้องถิ่นอย่างละเอียด
47. ข้าพเจ้าพบว่าหนังสือให้ความเพลิดเพลินมาก
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
48. ไม่ว่าจะมียุโรปสรรคที่ขากลำบากและน่าเบื่อมาขัดขวาง ข้าพเจ้าก็ยืนยันที่จะไม่เปลี่ยนความ
 ตั้งใจเดิม
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
49. ประสาทของข้าพเจ้าตึกเครียดมากแม้กระทั่งเสียง “เอ๊ยค” ของบานประตูก็ทนไม่ได้และทำให้
 ข้าพเจ้ารู้สึก “เสียงสั้น”
 ก. บ่อย ๆ ข. บางครั้งบางคราว ค. ไม่เคย
50. ข้าพเจ้ารู้สึกค่อนข้างจะเหน็ดเหนื่อย เมื่อ ข้าพเจ้าตื่นนอนในเวลาเช้า
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
51. ถ้าเงินเดือนเท่ากัน ข้าพเจ้าพอใจมากกว่าถ้าจะ ได้เป็น
 ก. นักวิจัยเคมี ข. ไม่แน่ใจ ค. ผู้จัดการโรงแรม

52. การไปขายของที่โน่นที่นี้หรือหาทุนเพื่อจะ ช่วยเหลือในเหตุที่ข้าพเจ้าเชื่อว่าเป็นประโยชน์นั้น สำหรับข้าพเจ้าคิดว่า
- ก. นำผลิตผลเงินมาก ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. งานที่น่าเบื่อหน่าย
53. เลข 3 จำนวนต่อไปนี้ จำนวนไหนที่ไม่เป็น พวกเดียวกับจำนวนอื่น ๆ
- ก. 7 ข. 9 ค. 13
54. “สุนัข” ทำให้นึกถึง “กระดุก” แล้ว “วัว” ทำให้นึกถึงอะไร
- ก. น้านม ข. หญ้า ค. เกลือ
55. โดยทั่ว ๆ ไปการเปลี่ยนแปลงของดินฟ้าอากาศไม่กระทบกระเทือนต่อประสิทธิภาพและอารมณ์ของข้าพเจ้า
- ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
56. ในเมืองที่ไม่คุ้นเคย ข้าพเจ้ามักจะ
- ก. เดินไปที่ไหนก็ได้ที่ข้าพเจ้าอยากจะไป ข. ไม่แน่ใจ
- ค. หลีกเลียงทางที่ชาวเมืองบอกว่าเป็นอันตราย
57. สิ่งที่สำคัญมากกว่า คือ
- ก. เข้ากับบุคคลอื่นได้อย่างราบรื่น ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค.
- ค. นำเอาความคิดของท่านเองมาปฏิบัติ
58. ข้าพเจ้าเชื่อใน
- ก. คำกล่าวที่ว่า “จงหัวเราะและร่าเริง” ในโอกาสต่าง ๆ ให้มากที่สุด
- ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. เครื่องเคียวอย่างจริงจังกับธุรกิจประจำวัน
59. เมื่อได้ตั้งกฎเกณฑ์ขึ้น ข้าพเจ้าปฏิบัติตาม เมื่อข้าพเจ้าสะดวกที่จะทำเช่นนั้นมากกว่าที่จะปฏิบัติตามกาลเทศะตรงตามตัวอักษรเปรี๊ยะ
- ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
60. ในการติดต่อสัมพันธ์ทางสังคม บางครั้งข้าพเจ้าถูกรบกวนด้วยความรู้สึกว่ามีปมด้อยทั้งที่ไม่มีสาเหตุที่แท้จริง
- ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
61. ข้าพเจ้ารู้สึกเกือเงินเล็กน้อยในกลุ่มคนที่รู้จักและแสดงตัวไม่ได้ดีเท่าที่ควรจะเป็น
- ก. ใช่ ข. บางครั้ง ค. ไม่ใช่
62. ข้าพเจ้าชอบที่จะ
- ก. ทำงานที่มีคนจำนวนมากอยู่ภายใต้การควบคุมขอข้าพเจ้า ข. ไม่แน่ใจ
- ค. ทำงานร่วมเป็นคณะกรรมการ

63. แม้ว่าคนอื่นจะถูกตำหนิ คนส่วนมากก็ไม่ลำบากใจที่จะรับผิดชอบเสียเอง
ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
64. คงไม่มีใครแน่ ๆ ที่อยากเห็นข้าพเจ้าตกอยู่ในความลำบาก
ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
65. สิ่งสำคัญที่คนควรคิดพะวงมากกว่าคือ
ก. ความหมายที่แท้จริงของชีวิต ข. ไม่แน่ใจ ค. หารายได้ที่ดีให้แก่ครอบครัว
66. เมื่ออยู่ในห้องเป็นเวลานานไม่ได้รับอากาศบริสุทธิ์ภายนอก ทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกอ่อนเพลียละหี่ยใจ
ก. เสมอ ๆ ข. บางครั้ง ค. เกือบไม่เคยเลย
67. ข้าพเจ้ามีความคิดแปลก ๆ เกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ร้อยแปดจนมากเกินไปที่จะนำมาปฏิบัติได้
ก. จริง ข. บางครั้ง ค. ไม่จริง
68. โดยทั่วไปจิตใจของข้าพเจ้าเข้มแข็งอยู่เสมอไม่ว่าข้าพเจ้าจะเผชิญอุปสรรคหรือปัญหาเพียงไร
ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
69. ข้าพเจ้านอนไม่หลับเพราะความกังวลใจเกี่ยวกับเรื่องร้ายที่เกิดขึ้น
ก. บ่อย ๆ ข. บางครั้งบางครั้ง ค. เกือบไม่เคยเลย
70. ข้าพเจ้าชอบดู
ก. ภาพยนตร์หรือการแสดงที่ล้อเลียนสังคมในอนาคตอย่างฉลาด ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค.
ค. ภาพยนตร์ที่ดี ๆ ที่อิงประวัติของวีรบุรุษ
71. เพื่อนของข้าพเจ้าคงคิดว่า จะเข้าใจข้าพเจ้าอย่างแท้จริงได้ยาก
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
72. ข้าพเจ้าแก้ปัญหาได้ดีขึ้น โดย
ก. ศึกษาปัญหานั้นตามลำพัง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ถกปัญหานั้นกับคนอื่น
73. เมื่อข้าพเจ้าต้องตัดสินใจอย่างรวดเร็วของข้าพเจ้า
ก. อาศัยความเยือกเย็น สุขุมคัมภีร์ภาพ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค.
ค. เกิดความเครียดและตื่นเต้นทำให้ไม่สามารถที่จะคิดอย่างแจ่มชัด
74. บางครั้งข้าพเจ้ารู้สึกว่ามีความคิดและความจำ ที่ไร้สาระฟุ้งซ่านอยู่ในจิตใจ
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
75. ข้าพเจ้าไม่เคยรู้สึกโกรธจนไม่สามารถควบคุมเสียของตนเองได้ในขณะอภิปรายถกเถียงปัญหา
ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
76. เมื่อเดินทาง ข้าพเจ้าชอบมองทิวทัศน์มากกว่าสนทนากับคนอื่น
ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง

77. “สูญหาย” ตรงกันข้ามกับ “เปิดเผย” มากกว่า “ซุกซ่อน” หรือไม่
 ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่
78. “คำ” คู่กับ “เทา” เช่นเดียวกับ “ความเจ็บปวด” คู่กับ
 ก. เค็ล็ด ข. ปวด ค. คั้น
79. ข้าพเจ้าทนไม่ค่อยได้ที่จะได้รับคำปฏิเสธถึงแม้ข้าพเจ้าทราบดีว่าสิ่งที่ของรื่องนั้นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้
 ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ไม่จริง
80. ข้าพเจ้ามักรู้สึกเจ็บใจในอาภักภักิรยาและวิธีการที่คนพูดมากกว่าสิ่งที่เขาพูด
 ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ไม่จริง
81. ข้าพเจ้ารู้สึกขวยเขินที่จะมีคน รับใช้ข้าพเจ้า
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ไม่ใช่
82. ขณะที่เพื่อน ๆ สนทนากันอย่างสนุกสนานข้าพเจ้า
 ก. บางครั้งชอบที่จะเป็นผู้ฟังอย่างซิงไหวพริบ ข. อยู่ระหว่าง ก.กับ ค. แสดงความคิดเห็นมากกว่าคนอื่น
- 83.ข้าพเจ้าชอบที่จะอยู่ท่ามกลางของความตื่นเต้น
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ไม่ใช่
84. ในการทำงาน การทำตนให้รู้จักมักคุ้นกับคน ที่มีอิทธิพลสำคัญกว่าการตั้งหน้าตั้งตาทำงาน
 อย่างดีเยี่ยม
 ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ไม่จริง
85. ข้าพเจ้ารู้สึกเก้อเขินเล็กน้อย ถ้ามีคนบนถนนหรือในร้านค้าจ้องมองข้าพเจ้า
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ไม่ใช่
86. ข้าพเจ้าไม่สามารถจะแสดงความคิดเห็นออกมาเป็นคำพูดได้ง่าย ๆ ฉะนั้นข้าพเจ้าจึงไม่อาจพูด
 สอดแทรก ในขณะที่มีการสนทนาได้บ่อย ๆ เช่นคนอื่น ๆ
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ไม่ใช่
87. ข้าพเจ้าสนใจเครื่องยนต์กลไก เช่น รถยนต์ หรือเครื่องบิน อยู่เป็นนิจ
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ไม่ใช่
88. การกลัวถูกจับเป็นสาเหตุสำคัญ ที่ทำให้คนไม่กล้าประกอบอาชญากรรมหรือทำความผิด
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ไม่ใช่
89. โดยแท้จริงในโลกเรามีคนดีที่น่าคบมากกว่าคนที่น่ารังเกียจ
 ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่

90. คนที่พูดอะไรพล่อย ๆ โดยถือผิดว่า “สิ่งที่ดีที่สุดในชีวิตนั่นคือการที่ได้ของมาฟรี ๆ” มักจะไม่ค่อยทำงานที่ได้สาระประโยชน์อย่างแท้จริง
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
91. ในที่ประชุมคณะกรรมการ ถ้าสมาชิกมัวแต่ พูดไม่เข้าประเด็น ข้าพเจ้า
ก. เตือนให้เขาพูดเข้าสู่ประเด็น ข. ไม่แน่ใจ ค. ทำสิ่งที่เหมาะสมเพื่อรักษาความสามัคคี
92. บุคคลผู้ซึ่งความทะเยอทะยานของเขาทำความเจ็บช้ำและความเสียหายให้กับเพื่อนสนิทยังคงถือได้ว่าเป็นสุภาพชนธรรมดาคนหนึ่ง
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
93. เมื่อมีอุปสรรคเล็ก ๆ น้อย ๆ เกิดขึ้นอยู่เรื่อย ๆ ในขณะที่ปฏิบัติงาน ข้าพเจ้า
ก. ทำงานต่อไปตามปกติ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. รู้สึกหมดกำลังใจ
94. ข้าพเจ้าไม่สบายใจต่อความรู้สึกผิดหรือเสียใจในเหตุการณ์เล็ก ๆ น้อย ๆ
ก. ใช่, บ่อย ๆ ข. บางครั้ง ค. ไม่ใช่
95. จะเป็นการดีขึ้นถ้าทุก ๆ คนพร้อมใจกันสวมมนต์ร่วมกันเป็นประจำ
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
96. การกะการในการวางแผนจัดงานสังสรรค์
ก. ข้าพเจ้ารับว่าจะไปอย่างแน่นอน ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. บอกว่าจะไปแต่อาจจะเปลี่ยนใจได้ในภายหลัง
97. มีคนเป็นอันมากเล่าปัญหาของเขาและขอคำแนะนำจากข้าพเจ้าเมื่อเขาต้องการใครสักคนหนึ่งที่จะช่วย
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
98. ถ้าเพื่อนไม่เชิญข้าพเจ้าให้ร่วมในสิ่งที่เขากำลังทำกันอยู่ข้าพเจ้า
ก. ต่อว่าอย่างรุนแรง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ยอมรับอย่างสงบคิดว่าเขาคงมีเหตุผลบางอย่าง
99. ในบางอารมณ์ข้าพเจ้าจะละจากงานได้ง่าย ๆ เพราะมีสิ่งที่ทำให้เขาและมีการฝึนกลางวัน
ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
100. ข้าพเจ้าไม่คิดที่จะชอบหรือไม่ชอบใครทันที ที่ข้าพเจ้าพบในครั้งแรก
ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
101. ข้าพเจ้าพอใจที่จะเป็น
ก. ผู้จัดการสำนักงานธุรกิจ ข. ไม่แน่ใจ ค. สถาปนิก

102. “เมษายน” ไปด้วยกับ “มีนาคม” เช่นเดียวกับ “วันอังคาร” ไปด้วยกับ
 ก. วันพุธ ข. วันศุกร์ ค. วันจันทร์
103. คำต่อไปนี้ คำไหนไม่เข้ากับพวกกับคำอื่นๆ
 ก. ฉลาด ข. น่ารัก ค. เมตตา
104. ข้าพเจ้าข้ามถนนเพื่อเลี่ยงคนที่ข้าพเจ้าไม่ยอมพบ
 ก. ไม่เคย ข. นาน ๆ ครั้ง ค. บางครั้ง
105. ในวันหนึ่ง ๆ จำนวนปัญหาที่ข้าพเจ้าพบและไม่สามารถแก้ไขด้วยตนเองมีจำนวน
 ก. เกือบไม่เคยมีสักปัญหาเดียว ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. มากกว่าครึ่งโหล
106. ถ้าข้าพเจ้าไม่เห็นด้วยกับความคิดของผู้มีตำแหน่งสูงกว่า โดยปกติข้าพเจ้า
 ก. เก็บความเห็นนั้นไว้เป็นส่วนตัว ข. ไม่แน่ใจ ค. บอกเขาว่าข้าพเจ้ามีความเห็นแตกต่างไปจากเขา
107. ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยงที่จะไม่กล่าวถึงเรื่องที่ทำให้เคอะเขินในการสนทนากับเพศตรงข้าม
 ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
108. ข้าพเจ้าไม่ประสบความสำเร็จในการติดต่อ คบหาสมาคมกับคนทั่ว ๆ ไป
 ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
109. ข้าพเจ้าพอใจที่จะสละเวลาที่ดีที่สุดและกำลังกายให้แก่
 ก. บ้านของข้าพเจ้าและความต้องการอย่างแท้จริงของเพื่อน ๆ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค.
 ค. กิจกรรมทางสังคมและงานอดิเรกส่วนตัว
110. เมื่อข้าพเจ้าปรารถนาที่จะทำให้คนอื่นมีความประทับใจในทางที่ดีกับบุคลิกภาพของข้าพเจ้า
 ข้าพเจ้ามักจะ
 ก. ทำแล้วสำเร็จเกือบทุกครั้ง ข. ทำแล้วสำเร็จเป็นบางครั้ง
 ค. โดยทั่ว ๆ ไปแล้วไม่แน่ใจว่าจะทำได้สำเร็จ
111. ข้าพเจ้าพอใจที่จะมี
 ก. คนที่คุ้นเคยเป็นจำนวนมาก ข. ไม่แน่ใจ ค. เพื่อนแท้สองสามคน
112. การเป็นนักปราชญ์น่าสนใจกว่าจะเป็นวิศวกรช่างกล
 ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
113. ข้าพเจ้ามักจะวิจารณ์งานของผู้อื่น
 ก. ใช่ ข. บางครั้งบางครั้ง ค. ไม่ใช่
114. ข้าพเจ้าพอใจที่จะวางแผนอย่างรอบคอบเพื่อให้ผู้ร่วมงานช่วยให้ข้าพเจ้าบรรลุจุดมุ่งหมาย
 ปลายทาง
 ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง

115. ข้าพเจ้าคิดว่าข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความรู้สึกอ่อนไหวต่อความงดงามของสิ่งแวดล้อมมากกว่าคนส่วนใหญ่
- ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่
116. เพื่อน ๆ คิดว่าข้าพเจ้าเป็นคนใจลอย ช่างฝัน
- ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่
117. เมื่ออยู่ร่วมกับผู้ที่คุ้นเคย ข้าพเจ้าพอใจที่จะ
- ก. พูดถึงเหตุการณ์และเรื่องราวต่าง ๆ ที่ไม่เกี่ยวกับบุคคล ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค.
ข. คุยกันถึงเรื่องบุคคลและความรู้สึกของเขา
118. บางครั้งข้าพเจ้ามีความสุขมาก จนกลัวว่าความสุขนั้นจะไม่ยั่งยืน
- ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
119. ในบางโอกาสมีช่วงเวลาที่ข้าพเจ้ารู้สึกเศร้าซึม เป็นทุกข์และจิตใจเหนื่อยหน่ายอย่างไม่มีเหตุผล
- ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
120. ในการทำงานของข้าพเจ้า ความยุ่งยากส่วนมากเกิดจากบุคคลผู้ซึ่ง
- ก. เปลี่ยนแปลงวิธีการซึ่งใช้ได้ดีอยู่แล้วเรื่อย ๆ ข. ไม่แน่ใจ
ค. ปฏิเสธไม่ยอมใช้วิธีการที่ทันสมัย
121. ข้าพเจ้าชอบให้ผู้รู้จักคุ้นเคยถือว่าข้าพเจ้าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม
- ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
122. ขณะหาสถานที่แห่งหนึ่งในต่างถิ่น ข้าพเจ้ามักจะ
- ก. ถามคนอื่นทันทีว่าสถานที่นั้นอยู่ที่ไหน ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ทำแผนที่ติดตัวไปด้วย
123. บางครั้งข้าพเจ้าเข้าซื้อให้เพื่อนออกจากบ้านทั้งที่เขาบอกว่าเขาต้องการอยู่กับบ้าน
- ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่
124. เมื่อข้าพเจ้าถูกร่งให้ทำงานมากเกินไป ข้าพเจ้ามักจะเป็นโรคอาหารไม่ย่อยหรือท้องผูก
- ก. บางครั้งบางครั้ง ข. เกือบไม่เคยเลย ค. ไม่เคยเลย
125. ถ้าใครก็ตามมากวนใจข้าพเจ้า ข้าพเจ้า
- ก. สามารถเก็บความรู้สึกไว้ได้ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค.
ค. ต้องพูดกับใครสักคนหนึ่งเพื่อ ระบายอารมณ์
126. การเป็นนายหน้าหาประกัน น่าสนใจกว่าเป็นชานา
- ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
127. “รูปปั้น” คู่กับ “รูปร่าง” เช่นเดียวกับเพลงคู่กับ
- ก. ความงาม ข. โน้ตเพลง ค. ทำนองเพลง

128. คำต่อไปนี้ คำไหนไม่เข้าพวกกับคำอื่น ๆ
 ก. ฮัมเพลงในคอ ข. พุด ค. ผิวปาก
129. ในชีวิตสมัยใหม่ มีสิ่งที่ทำให้เกิดความคับข้องใจและมีสิ่งกีดขวางที่น่ารำคาญ หรือข้อจำกัด เสรีภาพ มากเกินไป
 ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
130. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าจะพร้อมที่จะเผชิญต่อชีวิตทั้งในเรื่องความสุขและน้ำตา
 ก. พร้อมเสมอ ข. เป็นบางครั้ง ค. เกือบจะไม่รู้สึกละเลย
131. ข้าพเจ้าคิดอย่างจริงจังว่า ข้าพเจ้ามีการวางแผนกำลังความสามารถและความทะเยอทะยาน มากกว่า คนอื่น ๆ ซึ่งอาจจะมีความสำเร็จเท่า ๆ กัน
 ก. ใช่ ข. เป็นบางครั้งบางคราว ค. ไม่ใช่
132. ข้าพเจ้ากระหายที่จะแสวงหาความตื่นเต้นเกือบเสมอ ๆ
 ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
133. น่าสนใจมากกว่าที่จะเป็น
 ก. นักแสดง ข. ไม่แน่ใจ ค. ช่างสร้างบ้าน
134. ข้าพเจ้าชอบที่จะวางแผนเพื่อหลีกเลี่ยงการเสียเวลาระหว่างการทำงาน
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
135. ในขณะที่อยู่ในหมู่คณะ ตามปกติ ข้าพเจ้ามักจะ
 ก. เข้าใจว่าใครคิดอะไรเป็นอย่างดี ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค.
 ค. หมกมุ่นอยู่กับความคิดของข้าพเจ้าเองหรือธุรกิจในขณะที่นั้น
136. ในการเข้าร่วมเป็นสมาชิกกับกลุ่มใหม่ดูเหมือนว่าข้าพเจ้าจะปรับตัวเข้ากับเขาได้ทันที
 ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่
137. ข้าพเจ้าพอใจอารมณ์ที่เผ็ดร้อนและการแสดงตลกโปกฮาในรายการโทรทัศน์บางรายการ
 อย่างยิ่ง
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
138. ข้าพเจ้าชอบที่จะอ่านหนังสือเกี่ยวกับ
 ก. การค้นพบวัตถุโบราณของขอม ข. ไม่แน่ใจ ค. การราวีของพวกเขมร
139. เมื่อประทับกับอุปสรรคธรรมดา ข้าพเจ้ามักจะคงความมุ่งหวังต่อไป
 ก. ใช่ ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่ใช่

151. ข้าพเจ้าอยากเป็นสมาชิก เพื่อทำงานอดิเรกที่น่าสนุก
 ก. ของสโมสรถ่ายภาพ ข. ยังไม่แน่ใจ ค. สมาคมไต้หวัน
152. “การผสม” ก็คือ “การคละ” เช่นเดียวกับ “ทีม” ก็คือ
 ก. ผุ่จน ข. กองทัพ ค. เกมส์
153. “นาฬิกา” คู่กับ “เวลา” “ช่างตัดเสื้อ” คู่กับ
 ก. สายวัดตัว ข. กรรไกร ค. ฟ้า
154. ข้าพเจ้ามีความลำบากในการเข้าใจสิ่งที่บางคนพยายามพูดโดยใช้คำธรรมดาให้แปลกออกไป
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
155. นักกฎหมายที่เป็นทนายของโจทก์ส่วนใหญ่สนใจใน
 ก. การกล่าวหาผู้อื่นโดยไม่คำนึงถึงบุคคลนั้น ข. ไม่แน่ใจ ค. ป้องกันผู้บริสุทธิ์
156. ในบางครั้งผู้คนมักจะให้นายข้าพเจ้าว่า “หนึ่งยโส”
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
157. การมีชีวิตอยู่อย่าง “ช่างพิมพ์” น่าสนใจกว่า “คนโฆษณาและส่งเสริมการขาย”
 ก. จริง ข. ไม่แน่ใจ ค. ไม่จริง
158. ข้าพเจ้ามักจะพูดก่อนข้างช้า
 ก. ใช่ ข. เป็นบางครั้งบางครั้ง ค. ไม่ใช่
159. เมื่อข้าพเจ้าทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ข้อที่ข้าพเจ้าระวังมากที่สุด คือ
 ก. เป็นสิ่งที่ข้าพเจ้าต้องการทำจริง ข. ไม่แน่ใจ
 ค. สิ่งนั้นจะต้องไม่เป็นผลร้ายต่อเพื่อนร่วมกัน
160. ข้าพเจ้ามีความเห็นว่า นวนิยายและภาพยนตร์ส่วนมากควรจะสอนศีลธรรมแก่เรา
 ก. จริง ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่จริง
161. การเริ่มต้นสนทนากับคนแปลกหน้า
 ก. เป็นเรื่องยากสำหรับข้าพเจ้า ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค.
 ค. ไม่เคยทำให้ข้าพเจ้าลำบากใจเลยแม้แต่หน่อย
162. การทำให้ครู ผู้พิพากษา และบุคคลที่ได้รับการศึกษาสูงต้องเสียเกียรติ ทำให้ข้าพเจ้า
 ขอบใจเสมอ
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
163. รายการโทรทัศน์ที่ข้าพเจ้าชอบ
 ก. การแสดงของนักดนตรีที่มีชื่อเสียง ข. ไม่แน่ใจ
 ค. รายการความรู้สารคดีที่เป็น ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับสิ่งประดิษฐ์ใหม่

177. “ความยุติธรรม” คู่กับ “กฎหมาย” เช่นเดียวกับ “ความคิด” คู่กับ
 ก. ถ้อยคำ ข. ความรู้สึก ค. ทฤษฎี
178. คำต่อไปนี้คำไหนที่ไม่ขึ้นอยู่กับคำอื่น
 ก. ครั้งที่สอง ข. ครั้งเดียว ค. โดดเดี่ยว
179. ข้าพเจ้าชอบที่จะดำรง
 ก. ชีวิตอย่างที่ข้าพเจ้าเป็นอยู่ขณะนี้ ข. ไม่แน่นอน ค. ชีวิตที่ได้รับการคุ้มครองมากขึ้น ต้องผจญกับอุปสรรคน้อยลง
180. ข้าพเจ้าเชื่อว่าสิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตก็คือได้ทำสิ่งที่ข้าพเจ้าชอบ
 ก. ใช่ ข. ไม่แน่นอน ค. ไม่ใช่
181. น้ำเสียงในการพูดของข้าพเจ้า
 ก. เข้มแข็งหนักแน่น ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. อ่อนเบา
182. ข้าพเจ้าชอบกระทำตามความรู้สึกที่ถูกกระตุ้นในขณะนั้น ถึงแม้ว่ามันจะทำให้ข้าพเจ้าได้รับความลำบากในตอนหลัง
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
183. ข้าพเจ้าได้รับฉายาว่าเป็นคนที่รักสนุก ทุกข์ไม่กลัว และไม่จริงจังต่อชีวิต
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
184. ข้าพเจ้ารู้สึกได้ว่า ไม่ชอบอย่างยิ่งเมื่อได้เห็นความไม่มีระเบียบ
 ก. จริง ข. ไม่แน่นอน ค. ไม่จริง
185. ข้าพเจ้ามักจะตรวจสอบสภาพของสิ่งของที่ขี้นมาก่อนจะเอาไปส่งคืน หรือสิ่งของที่ข้าพเจ้าได้รับคืนมาจากการให้ยืมอย่างละเอียดเสมอ
 ก. ใช่ ข. อยู่ระหว่าง ก. กับ ค. ค. ไม่ใช่
186. ข้าพเจ้ารู้สึกที่ราคาภูมิใจในความขี้อายของข้าพเจ้า อันเนื่องมาจากความระมัดระวังเกี่ยวกับตนเองมากเกินไป
 ก. ไม่เคยเลย ข. บางครั้งบางครั้ง ค. บ่อยๆ
187. ข้าพเจ้าแน่ใจว่าไม่มีคำตอบใดในแบบทดสอบนี้ที่ข้าพเจ้าไม่ได้ตอบอย่างเหมาะสม
 ก. ใช่ ข. ไม่แน่นอน ค. ไม่ใช่

ตอนที่ 3 แบบทดสอบวัดความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ฉบับนี้ มีความประสงค์จะถามเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก และการแสดงออกที่เกี่ยวกับตัวท่าน โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วระบุว่า ข้อความแต่ละข้อนั้น เป็นจริงมากน้อยเพียงใดสำหรับตัวท่าน แล้วให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่กำหนดให้ตรงกับตัวท่านตามความเป็นจริง

ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติจริงมาก หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของท่านมาก

ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติค่อนข้างจริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของท่าน
ค่อนข้างมาก

ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติจริงบางครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของท่าน
จริงบางครั้ง

ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติที่ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นท่านไม่เคยรู้สึกเช่นนั้นเลย

1. ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง(Self-awareness) หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความชอบและความสามารถของตนเอง

| ข้อที่ | ข้อความ | ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติ | | | |
|--------|--|-------------------------------|------------------|------------------|---------|
| | | จริง มาก | ค่อนข้าง จริง | จริง บางครั้ง | ไม่จริง |
| 1 | ฉันสามารถบอกได้ว่า ตัวเองมีอารมณ์อย่างไร | | | | |
| 2 | ฉันรู้สึกอย่างไร ฉันก็แสดงออกอย่างนั้น | | | | |
| 3 | ฉันรู้เท่าทันความคิดของฉัน | | | | |
| 4 | เมื่อนั้นโกรธหรือรู้สึกไม่พอใจ ฉันสามารถบอกให้คนที่ ฉันโกรธหรือไม่พอใจทราบได้ | | | | |
| 5 | ฉันรู้จักจุดเด่นและจุดด้อยของตัวเอง | | | | |
| 6 | เมื่อพิจารณาทั้งข้อดีและข้อเสียของตนเอง ฉันมีความรู้สึก ที่ดีต่อตนเอง | | | | |
| 7 | ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของตัวเองและพยายามหาทางแก้ไข | | | | |
| 8 | ฉันไม่รู้ว่าฉันสามารถทำอะไรได้ดี | | | | |
| 9 | ไม่ว่าจะทำอะไร ฉันมีความรู้สึกมั่นใจในสิ่งที่ทำ | | | | |
| 10 | ฉันเป็นคนที่กำลังคิด กำลังพูด กำลังทำ และกำลังตัดสินใจ | | | | |
| 11 | ฉันรู้ว่าตนเองเป็นคนประหม่าเมื่อเข้าสังคม | | | | |
| 12 | ฉันสามารถตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ด้วยความเด็ดเดี่ยว | | | | |

2. การจักระเบียบอารมณ์ของตน (Self-regulation) หมายถึง การจัดการกับอารมณ์ แรงกระตุ้นและความสามารถของตนได้อย่างเหมาะสม

| ข้อที่ | ข้อความ | ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติ | | | |
|--------|--|-------------------------------|------------------|------------------|---------|
| | | จริง มาก | ค่อนข้าง จริง | จริง บางครั้ง | ไม่จริง |
| 13 | เมื่อมีความเครียดฉันมีวิธีผ่อนคลายตนเองให้ดีขึ้นได้ | | | | |
| 14 | ฉันสามารถระงับอารมณ์ที่พลุ่งพล่านของตนให้สงบลงได้ | | | | |
| 15 | ฉันไม่สามารถระงับความตื่นเต้นได้ เมื่อต้องพูดต่อหน้าคนหลายๆ | | | | |
| 16 | ฉันรู้สึกเสียใจกับความผิดพลาดจนไม่มีสมาธิในการเรียนและการทำงาน | | | | |
| 17 | เมื่ออยู่ในสภาวะกดดันฉันจะคิดอะไรไม่ค่อยออก | | | | |
| 18 | ฉันจะทำหน้าที่อย่างดีที่สุดแม้ว่าจะไม่มีใครเห็น | | | | |
| 19 | ฉันชอบปฏิบัติตามคำแนะนำของคนอื่นที่ฉันไว้วางใจ | | | | |
| 20 | ถ้าเพื่อนมาขอยืมเงินฉันก็จะให้ความช่วยเหลือทันที | | | | |
| 21 | เมื่อฉันทำอะไรผิด ฉันสามารถบอกให้คนอื่นรับรู้ได้ | | | | |
| 22 | ในบางสถานการณ์ ถ้าฉันสามารถทำผิดกฎระเบียบได้ฉันก็จะทำ | | | | |
| 23 | ฉันสามารถให้คำปรึกษาแนะนำแก่เพื่อนๆ ได้ | | | | |
| 24 | ฉันคิดว่าทุกคนต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม | | | | |
| 25 | ฉันเป็นคนตรงต่อเวลา | | | | |
| 26 | ฉันจะทำงานในความรับผิดชอบอย่างละเอียดถี่ถ้วน | | | | |
| 27 | เมื่อฉันรับปากว่าจะทำอะไรแล้วฉันก็จะทำอย่างที่พูดไว้ | | | | |
| 28 | ฉันสามารถปรับอารมณ์ได้ตามสถานการณ์ | | | | |
| 29 | ฉันรู้สึกอึดอัดใจเมื่อต้องการแสดงออก | | | | |

3. ด้านการจูงใจตนเอง (Self - motivation) หมายถึง แนวโน้มของอารมณ์อันนำไปสู่เป้าหมาย

| ข้อที่ | ข้อความ | ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติ | | | |
|--------|--|-------------------------------|------------------|------------------|---------|
| | | จริง มาก | ค่อนข้าง จริง | จริง บางครั้ง | ไม่จริง |
| 30 | ฉันสามารถรอคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ฉันต้องการ | | | | |
| 31 | ฉันรู้สึกถึงคุณค่าในการพัฒนาตนเองเสมอ เพื่อให้ชีวิต ของตนเองมีความหมายมากที่สุด | | | | |
| 32 | ฉันมีวิธีให้กำลังใจตนเองเวลาที่ฉันรู้สึกท้อแท้ | | | | |
| 33 | แม้มีอุปสรรคฉันก็ยังคิดว่าสามารถทำงานต่อไปให้สำเร็จได้ | | | | |
| 34 | ฉันอยากสมหวังในชีวิต แต่ไม่ทราบว่าจะทำอย่างไร | | | | |

4. ด้านการร่วมรู้สึก (Empathy) หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความต้องการ และความหวังโยของผู้อื่น

| ข้อที่ | ข้อความ | ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติ | | | |
|--------|---|-------------------------------|------------------|------------------|---------|
| | | จริง มาก | ค่อนข้าง จริง | จริง บางครั้ง | ไม่จริง |
| 35 | ฉันสามารถช่วยให้คนอื่นรู้สึกดีขึ้นในยามที่เขาท้อแท้ หมดกำลังใจ | | | | |
| 36 | เมื่อมองคูสีหน้าคนอื่น ฉันสามารถรู้สึกได้ว่าเขากำลังมี อารมณ์อย่างไร | | | | |
| 37 | ฉันไม่ค่อยใส่ใจกับความรู้สึกของผู้อื่นนอกจากตัวเอง | | | | |
| 38 | ในเวลาที่ฉันรู้สึกเศร้า เสียใจ ฉัน ไม่อยากจะทำ สิ่งใดทั้งสิ้น | | | | |
| 39 | ฉันสามารถเข้าใจถึงความวิตกกังวลของผู้อื่น | | | | |
| 40 | ฉันรู้สึกว่า ฉันยังต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น | | | | |
| 41 | ฉันทนไม่ได้ที่เห็นคนอื่นทุกข์ยากลำบาก | | | | |
| 42 | ฉันพยายามจะไม่ทำให้คนอื่นเสียใจหรือไม่สบายใจ | | | | |
| 43 | ฉันไม่กล้าบอกให้คนอื่นรู้ว่าฉันหวังดีต่อเขา | | | | |
| 44 | เพื่อนๆ ไม่ค่อยเข้าใจความคิดของฉัน | | | | |
| 45 | ฉันรู้สึกทนไม่ได้ที่ต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่เลวร้ายในชีวิต ซ้ำแล้วซ้ำอีก | | | | |

| ข้อที่ | ข้อความ | ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติ | | | |
|--------|---|-------------------------------|------------------|------------------|---------|
| | | จริง มาก | ค่อนข้าง จริง | จริง บางครั้ง | ไม่จริง |
| 46 | ฉันทนไม่ได้ที่จะให้ใครมาเอาเปรียบ | | | | |
| 47 | เมื่อฉันเดินเข้าไปในห้อง ฉันสามารถรับรู้ได้ว่าเพื่อนในห้องกำลังมีอาการอย่างไร | | | | |
| 48 | ฉันจะคลายความทุกข์โศกได้ก็ต่อเมื่อมีคนมาปลอบฉัน | | | | |
| 49 | ฉันจะรู้สึกน้อยใจ เมื่อรู้ว่าสิ่งใดๆ ที่ฉันทำไปไม่ได้รับการชื่นชม | | | | |
| 50 | ฉันไม่สามารถให้คนอื่นเข้าใจถึงความรู้สึกที่แท้จริงของฉันได้ | | | | |

5. ด้านทักษะทางสังคม (Social skills) หมายถึง ความคล่องแคล่วในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการ โดยสามารถแสวงหาความร่วมมือจากผู้อื่นได้

| ข้อที่ | ข้อความ | ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติ | | | |
|--------|--|-------------------------------|------------------|------------------|---------|
| | | จริง มาก | ค่อนข้าง จริง | จริง บางครั้ง | ไม่จริง |
| 51 | ฉันสามารถกระตุ้นให้ผู้ร่วมงานเกิดความกระตือรือร้น | | | | |
| 52 | ฉันสามารถโน้มน้าวให้ผู้อื่นคล้อยตามได้ | | | | |
| 53 | ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้ตามมากกว่าผู้นำ | | | | |
| 54 | ฉันพร้อมที่จะรับฟังทั้งข่าวดีและข่าวร้าย | | | | |
| 55 | ฉันชอบอภิปรายถกเถียงปัญหาเพื่อหาแนวทางแก้ไข | | | | |
| 56 | ฉันสามารถบอกได้ว่าอะไรควรได้รับการเปลี่ยนแปลง | | | | |
| 57 | ในการแก้ปัญหาใดๆ ฉันรู้สึกว่าเป็นการยากที่จะตัดสินใจว่าคำตอบใดหรือทางออกใดจะเป็นคำตอบหรือทางออกที่ดีที่สุด | | | | |
| 58 | ฉันยินดีที่จะรู้จักและสร้างความสัมพันธ์กับคนใหม่ๆ | | | | |
| 59 | ฉันมีเพื่อนที่สามารถพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันได้ | | | | |
| 60 | ฉันสามารถวางแผนการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ | | | | |

| ข้อที่ | ข้อความ | ระดับความรู้สึกหรือการปฏิบัติ | | | |
|--------|--|-------------------------------|------------------|------------------|---------|
| | | จริง มาก | ค่อนข้าง จริง | จริง บางครั้ง | ไม่จริง |
| 61 | ฉันใช้เหตุผลในการตัดสินใจแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม | | | | |
| 62 | ฉันอดทนฟังผู้อื่นพูดจนจบได้เสมอ | | | | |
| 63 | ฉันพยายามถ่วงเวลาในการแก้ปัญหา จนกว่าจะมีเวลาที่จะคิดอย่างรอบคอบ | | | | |
| 64 | ฉันทำให้เพื่อนในกลุ่มรู้สึกสนุกสนานในการทำงาน | | | | |
| 65 | ฉันให้ความสำคัญกับคนและงานเท่าเทียมกัน | | | | |

ตารางคะแนนมาตรฐานปกติสภาพ

| Fac- tor | Sten Score | | | | | | | | | | Fac- tor | Mean | σ |
|----------------|------------|-----|-------|-------|-------|------------|-------|-------|-------|-------|----------------|-------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | | |
| A | 0-4 | 5 | 6-7 | 8-9 | 10 | 11-12 | 13-14 | 15 | 16-17 | 18-20 | A | 10.93 | 3.45 |
| B | 0-4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | B | 8.83 | 1.89 |
| C | 0-6 | 7-9 | 10-11 | 12-13 | 14-15 | 16-17 | 18-19 | 20 | 21-22 | 23-26 | C | 15.23 | 3.90 |
| E | 0-4 | 5-6 | 7-8 | 9-10 | 11-12 | 13-14 | 15-17 | 18-19 | 20-21 | 22-26 | E | 12.93 | 4.36 |
| F | 0-6 | 7-9 | 10-11 | 12-14 | 15-16 | 17-18 | 19-20 | 21-22 | 23 | 24-26 | F | 16.63 | 4.42 |
| G | 0-3 | 4-5 | 6-7 | 8-9 | 10-11 | 12-13 | 14-15 | 16-17 | 18 | 19-20 | G | 11.88 | 3.72 |
| H | 0-2 | 3-4 | 5-7 | 8-10 | 11-13 | 14-16 | 17-19 | 20-22 | 23 | 24-26 | H | 13.58 | 5.79 |
| I | 0-4 | 5-6 | 7 | 8-9 | 10-11 | 12-13 | 14 | 15-16 | 17 | 18-20 | I | 11.67 | 4.20 |
| L | 0-2 | 3 | 4 | 5-6 | 7-8 | 9 | 10-11 | 12-13 | 14 | 15-20 | L | 8.38 | 3.38 |
| M | 0-5 | 6-7 | 8-9 | 10 | 11-12 | 13-14 | 15-16 | 17-18 | 19 | 20-26 | M | 12.81 | 3.60 |
| N | 0-3 | 4 | 5 | 6-7 | 8 | 9-10 | 11 | 12 | 13 | 14-20 | N | 8.75 | 2.80 |
| O | 0-3 | 4 | 5-6 | 7-8 | 9-10 | 11-12 | 13-14 | 15-16 | 17-18 | 19-26 | O | 10.70 | 3.89 |
| Q ₁ | 0-2 | 3 | 4-5 | 6-7 | 8 | 9-10 | 11 | 12-13 | 14-15 | 16-20 | Q ₁ | 9.15 | 3.41 |
| Q ₂ | 0-2 | 3-4 | 5-6 | 7 | 8-9 | 10-11 | 12-13 | 14-15 | 16-17 | 18-20 | Q ₂ | 10.08 | 3.68 |
| Q ₃ | 0-4 | 5-6 | 7-8 | 9 | 10-11 | 12-13 | 14 | 15-16 | 17 | 18-20 | Q ₃ | 11.70 | 3.28 |
| Q ₄ | 0-3 | 4-5 | 6-8 | 9-10 | 11-13 | 14-15 | 16-18 | 19-20 | 21-22 | 23-26 | Q ₄ | 13.43 | 4.81 |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | | |
| | | | | | | Sten Score | | | | | | | |

โปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนที่กระทำผิด

หลักการและเหตุผล

เยาวชนเป็นอนาคตของชาติ เมื่อเติบโตใหญ่ก็จะเป็นพลเมืองที่ต้องรับผิดชอบต่อบ้านเมือง แต่ปัจจุบันปัญหาเยาวชนที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนและกระทำผิดกฎหมาย และเข้าสู่กระบวนการยุติธรรมมีปริมาณเพิ่มสูงขึ้น ทั้งปริมาณแล้ว ยังมีความซับซ้อนและทวีความรุนแรงในลักษณะพฤติกรรมแห่งการกระทำผิดมากและหลากหลายขึ้น ทั้งนี้เพราะสภาพทางด้านเศรษฐกิจ สังคมและการเมือง ปัญหาความยากจน การว่างงาน ปัญหายาเสพติด ปัญหาอาชญากรรม จนเป็นเหตุให้ครอบครัวล่มสลายได้ง่ายขึ้นและมากขึ้น เยาวชนที่กระทำผิดนั้น ส่วนใหญ่จะมีบุคลิกภาพที่ไม่เหมาะสม และมีความฉลาดทางอารมณ์ที่อยู่ในระดับต่ำเยาวชนที่กระทำผิดในคดีที่ไม่ร้ายแรงและศาลเห็นว่าน่าจะกลับตนเป็นพลเมืองดีได้จึงปล่อยตัวไป หรือศาลมีคำพิพากษาส่งตัวไปฝึกและอบรมเมื่อได้รับการปล่อยตัวกลับคืนสู่ครอบครัวแล้วไม่ได้รับการยอมรับจากครอบครัว เข้ากับบุคคลอื่นในสังคมไม่ได้ บางครั้งหวนกลับมากระทำความผิดอีก ดังนั้น สมควรนำเยาวชนที่กระทำผิดเข้าร่วมโครงการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เยาวชนที่กระทำผิดมีความรู้ ความเข้าใจในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
2. เพื่อให้เยาวชนที่กระทำผิด มีทัศนคตินำไปสู่สมมุติฐานที่ดีต่อการปฏิบัติตนให้มีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดี มีการรับรู้ในตนเอง การจัดระเบียบอารมณ์ของตน การจงใจตนเอง การร่วมรู้สึกและทักษะทางสังคม

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

เยาวชนที่กระทำผิดที่เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น

ผู้เข้าร่วมโปรแกรม

เป็นเยาวชนที่คัดเลือกจากกลุ่มตัวอย่างในชั้นตอนที่ 1 ที่มีผลวัดความฉลาดทางอารมณ์ มีคะแนนเรียงจากสูงสุดไปหาต่ำสุด และคัดเลือกผู้ที่มีคะแนนต่ำสุดขึ้นมา จำนวน 20 คน

วิธีดำเนินการ

1. คัดเลือกเยาวชนที่กระทำผิด(กลุ่มตัวอย่าง)เข้าร่วมกิจกรรม
2. มีจดหมายหรือติดต่อทางโทรศัพท์เพื่อเชิญเยาวชนเข้าร่วมกิจกรรม
3. จัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

ระยะเวลาดำเนินการ

| วัน / เดือน / ปี | การดำเนินการ |
|--------------------|---|
| 1-10 กรกฎาคม 2548 | คัดเลือกเยาวชนเข้าร่วมกิจกรรม |
| 10-20 กรกฎาคม 2548 | ติดต่อเชิญเยาวชนเข้าร่วมกิจกรรม |
| 2 สิงหาคม 2548 | จัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยให้มีกิจกรรมที่สอดคล้องกับองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ด้านที่พบจากการศึกษาในขั้นตอนที่ 1 และพบว่าไม่เหมาะสมและมีระดับต่ำ |

สถานที่

ห้องประชุมสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดละโว้

งบประมาณ

- | | |
|--|------------------------|
| 1. ค่าพาหนะสำหรับเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรม | จำนวน 2,000 บาท |
| 2. ค่าอาหารกลางวันและเครื่องดื่ม | จำนวน 3,000 บาท |
| 3. อื่นๆ | จำนวน 1,000 บาท |
| รวมทั้งสิ้น | จำนวน 6,000 บาท |

(งบประมาณส่วนตัวของผู้ทำวิจัย)

การประเมินผล

แบบทดสอบวัดความฉลาดทางอารมณ์ หลังเข้าร่วมกิจกรรม

ผู้รับผิดชอบ

นายนิกร น้อยรักษา (ผู้ทำวิจัย)

มหาวิทยาลัยราชภัฏราชบุรีนครินทร์

กำหนดการ

โปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เยาวชนที่กระทำผิด

วันอังคารที่ 2 สิงหาคม 2548

ณ ห้องประชุมสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดฉะเชิงเทรา

เวลา

| | |
|----------------|---|
| 08.00-08.30 น. | ลงทะเบียน |
| 08.45 น. | ผู้เข้าร่วมกิจกรรมพร้อมที่ห้องประชุม |
| 09.00 น. | พิธีเปิด (โดยผู้พิพากษาหัวหน้าศาลจังหวัดฉะเชิงเทราแผนกคดี เยาวชนและครอบครัว) |
| 09.15-10.00 น. | ปฐมนิเทศ และกิจกรรมละลายพฤติกรรม |
| 10.00-10.10 น. | พัก |
| 10.00-11.00 น. | คู่มือ(ภาพยนตร์การกระทำผิดของเยาวชน)และสรุปถึงต้นแบบ ที่ดีและต้นแบบที่ไม่ดี |
| 11.00-12.00 น. | กิจกรรมใจเขา ใจเรา |
| 12.00 น. | รับประทานอาหารกลางวัน |
| 13.00-14.00 น. | กิจกรรม การ์ดอารมณ์ |
| 14.00-14.50 น. | กิจกรรม ลูกโป่งคลายเครียด |
| 14.50-16.00 น. | พัก |
| 15.00-15.15 น. | สรุปกิจกรรมและผู้เข้าร่วมกิจกรรมตอบแบบทดสอบ |
| 15.45-16.00 น. | พิธีปิด |

หมายเหตุ กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

โปรแกรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

| ลำดับ | กิจกรรม | จุดมุ่งหมาย | หมายเหตุ |
|-------|--------------------------------------|--|----------|
| 1. | ปฐมนิเทศ และกิจกรรม ละลายพฤติกรรม | <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างวิทยากรกับเยาวชน 2. เพื่อให้เยาวชนทราบจุดมุ่งหมาย วิธีการ และแนวทางในการเข้าร่วมกิจกรรม 3. เพื่อให้เยาวชนมีพื้นฐานความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ 4. เพื่อให้เยาวชนเกิดความสนิทสนมและคุ้นเคยกัน | |
| 2. | คู่มือ(การกระทำผิดของ เยาวชน) | เพื่อให้เยาวชนได้เห็นถึงต้นแบบที่ดีและต้นแบบที่ไม่ดี และนำมาประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวัน | |
| 3. | กิจกรรมใจเขา ใจเรา | เพื่อให้เยาวชนเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเอง และผู้อื่น ได้ดียิ่งขึ้น | |
| 4. | กิจกรรม การ์ดอารมณ์ | เพื่อให้เยาวชนรู้เท่าทันของตนเองและ ผู้อื่น | |
| 5. | กิจกรรม ลูกโป่งคลาย เครียด | <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้เยาวชนได้ระบายความรู้สึกกับข้องใจ 2. เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ปัญหาของตนเองและผู้อื่น ทำให้เข้าใจตนเองดีขึ้น และนำไปสู่การแก้ปัญหาที่ถูกต้อง | |
| 6. | สรุปกิจกรรมและตอบแบบ ทดสอบ | <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้เยาวชนแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรม 2. เพื่อเยาวชนนำความรู้และการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน 3. เพื่อประเมินผลการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนหลังเข้าร่วมกิจกรรม | |

รายละเอียดโปรแกรม

กิจกรรม ลำดับ 1

| | |
|----------------------|---|
| เรื่อง | ปฐมนิเทศ และกิจกรรมละลายพฤติกรรม |
| วัตถุประสงค์ | <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างวิทยากรกับเยาวชน 2. เพื่อให้เยาวชนทราบจุดมุ่งหมาย วิธีการและแนวทางในการเข้าร่วมกิจกรรม 3. เพื่อให้เยาวชนมีพื้นฐานความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ 4. เพื่อให้เยาวชนเกิดความสนิทสนมและคุ้นเคยกัน |
| เวลา | 45 นาที |
| อุปกรณ์ | กระดาษเปล่าและปากกา |
| วิธีดำเนินการ | <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้วิจัย คณะวิทยากรแนะนำตนเองให้เยาวชนรู้จัก จากนั้นแจกกระดาษและปากกาให้แก่เยาวชนทุกคน 2. วิทยากรให้เยาวชนเขียนชื่อ นามสกุล และสิ่งที่ตนเองประทับใจไว้ด้านบนของกระดาษ 3. ให้เยาวชนส่งกระดาษของตนให้เพื่อน และให้เพื่อนเขียนถึงสิ่งที่ตนเองประทับใจโดยไม่ต้องลงชื่อ และเวียนไปเรื่อยๆ 4. ให้เยาวชนนำกระดาษของตนเองกลับคืนมา หลังจากนั้นให้เยาวชนไปพูดคุยกับเพื่อนว่าสิ่งที่ประทับใจที่เขียนต่อจากตนเองเป็นของใครและถามชื่อ นามสกุล และจดลงไว้ในกระดาษจนครบ 5. วิทยากรสุ่มถามเยาวชนถึงความรู้สึกในการทำกิจกรรมนี้ และวิทยากรสรุปเพิ่มเติมว่ากิจกรรมนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เยาวชนทำความรู้จักกันให้มากขึ้น 6. วิทยากรอภิปรายร่วมกับเยาวชนในเรื่องความหมายและความสำคัญของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และเปิดโอกาสให้เยาวชนซักถามข้อสงสัย |
| การประเมินผล | <ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตจากความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเยาวชน 2. สังเกตจากการซักถาม |

รายละเอียดโปรแกรม

กิจกรรม ลำดับ 2

เรื่อง คู่มือ (การกระทำผิดของเยาวชน)

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เยาวชน ได้เห็นถึงต้นแบบที่ดีและต้นแบบที่ไม่ดี และนำมาประยุกต์ใช้ใน
ชีวิตประจำวัน

เวลา 1 ชั่วโมง

อุปกรณ์ โทรทัศน์และเครื่องเล่นซีดี

วิธีดำเนินการ

1. วิทยากรเปิดคู่มือ (การกระทำผิด) ให้เยาวชนดู
2. วิทยากรสรุปถึงต้นแบบที่ดีและต้นแบบที่ไม่ดีจากภาพยนตร์ตลอดจนความสำคัญในการมี

ความฉลาดทางอารมณ์ สามารถรับรู้ถึงอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่นและนำไปประยุกต์ใช้ใน
ชีวิตประจำวัน

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเยาวชน
2. สังเกตจากการซักถาม

รายละเอียดโปรแกรม

กิจกรรม ลำดับ 3

| | |
|--------------|--|
| เรื่อง | กิจกรรม ใจเขาใจเรา |
| วัตถุประสงค์ | เพื่อให้เยาวชนเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น |
| สาระสำคัญ | ทุกชีวิตย่อมต้องประสบกับสิ่งที่ไม่ดี การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เห็นอกเห็นใจกันจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน |
| เวลา | 50-60 นาที |
| อุปกรณ์ | 1. ใบกิจกรรม 1 (บัตรคำ) เรื่องใจเขาใจเรา จำนวน 60 บัตรคำ 2. ใบกิจกรรม 2 วิธีแสดงการมีน้ำใจต่อเพื่อน |

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 1 ขั้นการสร้างความตระหนักและทำความเข้าใจ วิทยากรให้ข้อมูลและสาระความรู้ เรื่องใจเขาใจเรา ว่า “ธรรมชาติของคนเราย่อมต้องการสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับตนเอง แต่ในสภาพความเป็นจริงของชีวิตย่อมเป็นไปได้ที่เราจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ ทุกชีวิตต้องพบกับสิ่งที่ดี และสิ่งที่ไม่ดี บางอย่างทำให้เราพอใจ แต่สิ่งเหล่านี้ก็จะเกิดขึ้นกับคนอื่นเช่นเดียวกัน ฉะนั้นในบางคราวที่เพื่อนประสบกับสิ่งที่ไม่ดีในชีวิต เราจึงควรมีน้ำใจ แสดงความเข้าใจ และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือเท่าที่จะทำได้”

ขั้นที่ 2 ขั้นการปรับกระบวนการคิด โดยใช้กิจกรรม ใจเขาใจเรา ดังนี้

- 2.1 วิทยากรคละบัตรคำก่อนที่จะแจกให้เยาวชนเลือกคนละ 3 บัตรคำ
- 2.2 วิทยากรบอกให้เยาวชนไม่ให้เปิดเผยบัตรคำของตนเอง
- 2.3 ให้เยาวชนนำบัตรคำไปแลกกับเพื่อน ต้องโน้มน้าวให้เพื่อนยินดีแลกบัตรคำตนเอง และผู้ให้แลกควรมีน้ำใจที่จะยินดีแลกด้วย ให้เวลา 3-5 นาที

2.4 ให้เยาวชนพูดถึงวิธีการและความรู้สึกในการแลกบัตรคำกับเพื่อนและความรู้สึกของตนต่อบัตรคำที่มีอยู่ เพื่อเป็นการปรับกระบวนการคิดและความรู้สึกที่มีต่อบัตรคำที่เยาวชนได้รับ

ขั้นที่ 3 ขั้นการฝึกฝน วิทยากรให้เยาวชนหาวิธีการฝึกการเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเองและผู้อื่นด้วยการฟังความรู้สึกของเพื่อนที่มีต่อบัตรคำที่แต่ละคนได้รับ และนำไปฝึกฝนในชีวิตประจำวันจนเป็นนิสัยที่ติดตัวไปและนำไปใช้ในสังคมต่อไป

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุป วิทยากรให้ใบกิจกรรม 2 แก่เยาวชน และสุ่มให้เยาวชนพูดถึงวิธีแสดงการมีน้ำใจต่อเพื่อน (เวลา 5 นาที)

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล

- 5.1 วิทยากรสังเกตความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม
- 5.2 วิทยากรติดตามสอบถามถึงการนำกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ตัวอย่างใบกิจกรรม (บัตรคำ)

เรื่อง ใจเขา ใจเรา

บัตรคำ ขนาด 2X4 นิ้ว เพื่อเขียนคำต่างๆ ใช้ประกอบการทำกิจกรรม จำนวน 60 บัตรคำ

| | | | |
|--------------|-------------|------------|------------|
| เซย..ระเบิด | อันธพาล | จี๋มี้ | เฉื่อยชา |
| หล่อจั่ง | เท่ห้มาก | ยิ้มสวย | แน่นมาก |
| อารมณ์ดี | สวยจั่ง | ไหวพริบดี | เสน่ห์แรง |
| อ้วนอย่างหมู | ฉลาดจั่ง | ทันสมัย | สมองทึบ |
| จ๊าบ | เซ็กซี่ | น่ารัก | มาดแมน |
| ซึ้งมาก | หนีโรงเรียน | ก้าวร้าว | เกียจคร้าน |
| อ่อนแอ | ซึกฉั่ว | เห็นแก่ตัว | อารมณ์ร้อน |
| ขี้อาย | ชอบนิทาน | หลอกลวง | หงุดหงิด |

ใบความรู้
เรื่อง ใจเขา ใจเรา

ธรรมชาติคนเราย่อมต้องการสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับตนเอง แต่ในสภาพเป็นจริงของชีวิตย่อมเป็นไปไม่ได้ที่เราจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ ทุกชีวิตต้องพบสิ่งที่ดี และสิ่งไม่ดีบางอย่างทำให้เราพอใจ แต่สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นกับคนอื่นเช่นเดียวกัน ฉะนั้นในบางคราวที่เพื่อนประสบกับสิ่งที่ไม่ดีในชีวิต เราจึงควรมีน้ำใจ แสดงความเข้าใจ และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือเท่าที่จะทำได้

ใบกิจกรรม
เรื่อง ใจเขา ใจเรา

วิธีแสดงการมีน้ำใจต่อเพื่อน (เวลา 5 นาที)

1.
2.
3.
4.
5.

ชื่อ.....

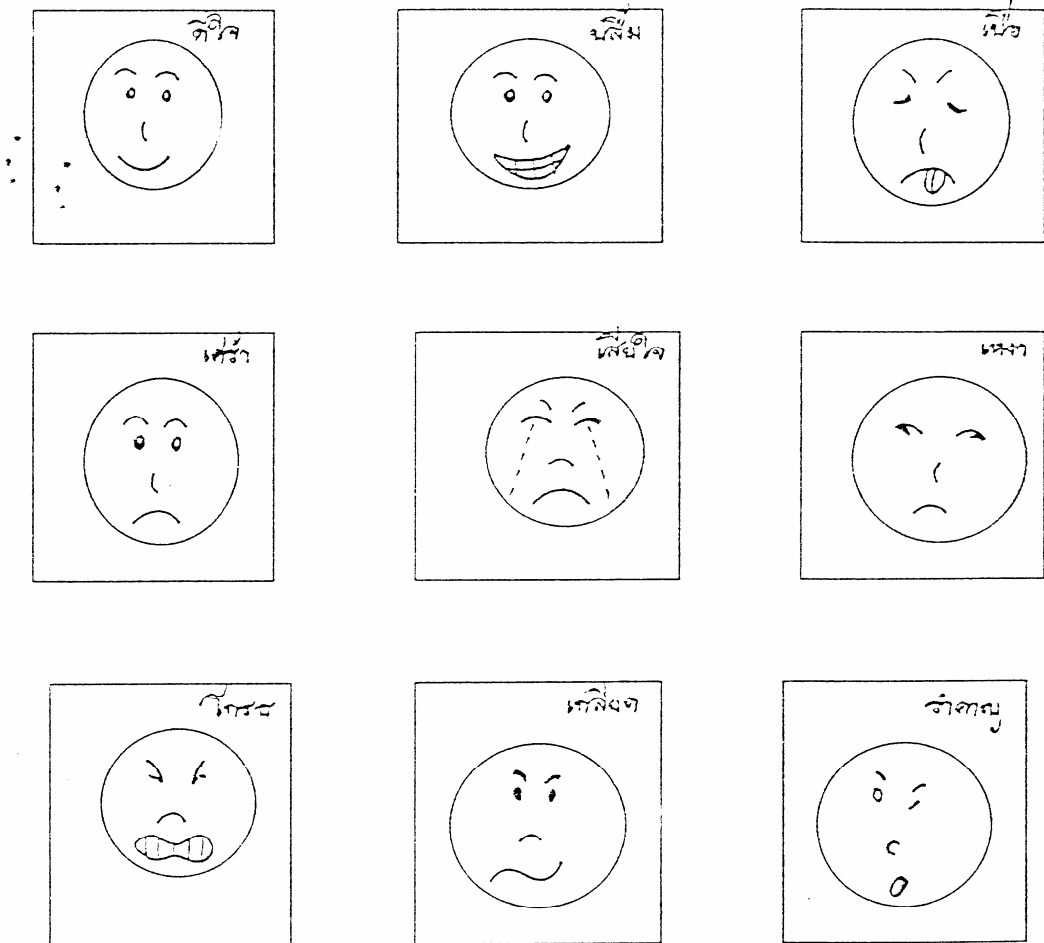
รายละเอียดโปรแกรม

กิจกรรม ลำดับ 4

- เรื่อง** กิจกรรม การ์ดอารมณ์
- วัตถุประสงค์** เพื่อให้เยาวชนรู้เท่าทันตนเองและผู้อื่น
- สาระสำคัญ** มนุษย์ทุกคนมีอารมณ์แตกต่างกัน แต่การแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม จะเกิดปัญหาทางสุขภาพกายและจิตใจ และส่งผลกระทบต่อคนอื่นที่อยู่ร่วมด้วยในสังคม ฉะนั้น จึงควรมีโอกาสได้สำรวจอารมณ์ของตนเองและสังเกตการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้อื่น เพื่อให้เกิดความเข้าใจและปรับตัวอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
- เวลา** 50-60 นาที
- อุปกรณ์** (1) การ์ดอารมณ์ (2) ใบกิจกรรม (3) ใบความรู้
- วิธีดำเนินการ** ใช้เทคนิคแม่แบบที่เป็นสัญลักษณ์ โดยมีขั้นตอนดังนี้
- ขั้น 1 ขั้นนำ วิทยากรพูดคุยและซักถามเยาวชนว่า “เคยมีอารมณ์เกิดขึ้นบ้างหรือไม่เมื่อ โกรธมีการแสดงออกอย่างไรบ้าง”
- ขั้น 2 ขั้นเสนอแม่แบบ
- 2.1 วิทยากรให้เยาวชนออกมาเลือกแบบอารมณ์ จากการ์ดอารมณ์คนละ 1 ใบ โดยไม่ให้คนอื่นเห็นว่าตนเลือกอะไร
 - 2.2 ให้เยาวชนแสดงลักษณะของอารมณ์ตามที่ตนเลือก แล้วให้เพื่อนทาย
 - 2.3 วิทยากรสังเกตว่าเยาวชนคนใดสามารถทายได้ถูกต้องบ้าง
- ขั้นที่ 3 ขั้นวิเคราะห์
- 3.1 วิทยากรให้เยาวชนแสดงความคิดเห็นจากตัวแบบที่เพื่อนแสดง พร้อมทั้งให้ดูภาพการ์ดอารมณ์ที่ได้รับและแสดงความคิดเห็นถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในสังคม ที่บุคคลจะแสดงอารมณ์เหมือนในภาพนี้ ช่วยกันวิเคราะห์ถึงผลดีและผลเสียของการแสดงอารมณ์จากการ์ดอารมณ์ในแต่ละภาพ
- ขั้นที่ 4 ขั้นสรุป
- 4.1 วิทยากรสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้
 - 4.2 วิทยากรให้เยาวชนเขียนถึงประโยชน์ของการรับรู้ถึงอารมณ์ที่ถูกต้องของผู้อื่นลงในใบกิจกรรม
 - 4.3 ให้ตัวแทนเยาวชนเสนอสรุปตามใบกิจกรรม
- ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมินผล
- การได้ร่วมแสดงความคิดเห็นของเยาวชน

ภาพตัวอย่าง

วิธีทำ : ตัดกระดาษเป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัสแล้ววาดหน้าการ์ตูนที่แสดงอารมณ์ต่างๆ ตามจำนวนเยาวชน
ที่เข้าร่วมกิจกรรม



มหาวิทยาลัย

ในแต่ละแผ่นทำอย่างละ 5 แผ่นใส่ลงในตะกร้าใบเดียวกัน

ใบความรู้

เรื่อง การจัดการอารมณ์

การที่คนเรามีความสามารถที่จะเข้าใจอารมณ์ของตนเองและพยายามที่จะศึกษาถึงอารมณ์ของคนอื่นๆ จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการพัฒนาตนเองและการจัดการกับอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของตนเอง ตลอดจนทำให้เกิดความเข้าใจเมื่อผู้อื่นแสดงอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมและจะทำให้สามารถที่จะปรับตัวอยู่ร่วมกันได้

ใบกิจกรรม

เรื่อง การจัดการอารมณ์

คำแนะนำ ให้เยาวชนเขียนถึงประโยชน์ของการรับรู้ถึงอารมณ์ของผู้อื่นลงในใบกิจกรรมนี้

.....

.....

.....

.....

.....

ชื่อ.....

รายละเอียดโปรแกรม

กิจกรรม ลำดับ 5

| | |
|-------------------------|---|
| เรื่อง | ลูกโป่งคลายเครียด |
| วัตถุประสงค์ | <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้เยาวชนได้ระบายความรู้สึกกับข้อใจ 2. เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ปัญหาของตนเองและผู้อื่น ทำให้เข้าใจตนเองดีขึ้นและนำไปสู่การแก้ไขปัญหาคือสิ่งที่ถูกต้อง |
| สาระสำคัญ | ความเครียดเป็นความรู้สึกที่ไม่สบายใจ การระบายปัญหาให้คนอื่นฟังเป็นวิธีแก้ปัญหาคือที่เหมาะสมวิธีหนึ่ง ผู้รับฟังปัญหาจะมีความรู้สึกว่าคุณอื่นก็มีปัญหาเช่นกันและจะเกิดความภาคภูมิใจที่มีคนไว้วางใจมาเล่าปัญหาให้ฟัง |
| เวลา | 50 นาที |
| อุปกรณ์ | <ol style="list-style-type: none"> 1. ใบความรู้ 1, 2 และ 3 2. ลูกโป่งเท่าจำนวนเยาวชน |
| วิธีการดำเนินการ | <p>วิทยากรใช้เทคนิค การสร้างอุปนิสัยใหม่ โดยมีขั้นตอนดังนี้</p> <p>ขั้นที่ 1 ขั้นการสร้างความตระหนักและทำความเข้าใจ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.1 วิทยากรขออาสาสมัคร 5 คน แล้วแจกลูกโป่งให้อาสาสมัคร แล้วให้เป่าลูกโป่งที่แจกให้จนแตก 1.2 ให้เยาวชนพูดคุยและแสดงความคิดเห็นถึงสาเหตุที่ทำให้ลูกโป่งแตก 1.3 แจกใบความรู้ที่ 1 เพื่อให้ นักเรียนทำความเข้าใจและสร้างความตระหนักจากกิจกรรมลูกโป่งคลายเครียด <p>ขั้นที่ 2 ขั้นการปรับกระบวนคิด</p> <ol style="list-style-type: none"> 2.1 วิทยากรสาธิตการเป่าลูกโป่งให้เยาวชนดู โดยเป่าให้ตึงเต็มที่ ผูกยางไว้สักครู่แล้วค่อยๆ ปล่อยลมออกเล็กน้อย 2.2 วิทยากรอธิบายว่า “ทำไมจึงทำเช่นนั้น” (จากใบความรู้ที่ 2) <p>ขั้นที่ 3 ขั้นการฝึกฝน</p> <ol style="list-style-type: none"> 3.1 ให้เยาวชนจับคู่ 2 คน ผลัดกันเล่าเรื่อง “ความไม่สบายใจของตนเองที่ผ่านมา” คนละ 1 เรื่อง ใช้เวลาคนละ 5 นาที 3.2 วิทยากรสุ่มถามเยาวชน 2 – 3 คู่ เกี่ยวกับความรู้สึกของ เยาวชนตามหัวข้อคำถาม ดังนี้ <ul style="list-style-type: none"> - ขณะที่เล่าปัญหามีความรู้สึกอย่างไร - เมื่อเล่าปัญหาจบแล้วมีความรู้สึกอย่างไร |

- เมื่อเห็นเพื่อนตั้งใจฟังมีความรู้สึกอย่างไร

(ผู้ฟัง) - เมื่อฟังเรื่องที่คุณเล่ารู้สึกอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นสรุป

วิทยากรให้ใบความรู้ที่ 3 แก่เยาวชนเป็นการสรุปเพิ่มเติม

ขั้นที่ 5 ขั้นการประเมิน

5.1 ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของเยาวชน

5.2 การมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นของเยาวชน

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรราชนครินทร์

ใบความรู้ที่ 1
เรื่อง “ลูกโป่งคลายเครียด”

จากกิจกรรมลูกโป่งคลายเครียด การเป่าลูกโป่ง ลมที่เป่าเข้าไปในลูกโป่งเปรียบเสมือนปัญหามากมายที่คนเราสะสมไว้เป็นเวลานาน วันแล้ววันเล่า จนกระทั่งทนไม่ไหวระเบิดออกมาเหมือนลูกโป่งที่แตก ตัวเราก็อันตรธาน เมื่อมีปัญหาทับถมมากมายและไม่สามารถแก้ไขได้ก่อให้เกิดผลกระทบทางจิตใจ เกิดความเครียด ความกดดัน ความคับข้องใจ และในที่สุดก็จะเกิดอาการเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย และจิตใจตามมาเหมือนลูกโป่งที่แตก

ใบความรู้ที่ 2
เรื่อง “ลูกโป่งคลายเครียด”

การที่เราปล่อยลมออกจากลูกโป่งเปรียบเสมือนวิธีการแก้ไขปัญหา ซึ่งเราได้ใช้วิธีการระบายปัญหา ก็คือการพูดคุยเรื่องที่เราไม่สบายใจ จะทำให้รู้สึกดีขึ้น ลดความอึดอัดลงได้

ใบความรู้ที่ 3
เรื่อง “ลูกโป่งคลายเครียด”

การระบายปัญหา โดยการพูดให้คนอื่นฟัง เป็นวิธีการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมวิธีหนึ่ง ผู้ที่รับฟังปัญหาจะมีความรู้สึกว่าคุณอื่นก็มีปัญหาเช่นกัน และจะเกิดความภาคภูมิใจที่มีคนไว้วางใจ มาเล่าปัญหาของเขาให้เราฟัง

ใบกิจกรรม
เรื่องลูกโป่งคลายเครียด

สาเหตุที่ลูกโป่งแตกเพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

ชื่อ.....

มหาวิทยาลัยราชภัฏ

ภาพกิจกรรมในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์



ภาพกิจกรรมในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (ต่อ)



ประวัติผู้วิจัย

| | |
|----------------------|---|
| ชื่อ – ชื่อสกุล | นายนิกร น้อยรักษา |
| วัน เดือน ปีเกิด | 31 กรกฎาคม 2510 |
| สถานที่เกิด | อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา |
| ที่อยู่ | 43/1 หมู่ 3 ตำบลหนองจอก อำเภอบางปะกง จังหวัดฉะเชิงเทรา |
| โทรศัพท์ | 0-3857-8449 0-1429-9718 |
| ตำแหน่งหน้าที่การงาน | นิติกร 5 กลุ่มงานส่งเสริมและวิชาการ |
| สถานที่ทำงาน | ศาลจังหวัดฉะเชิงเทราแผนกคดีเยาวชนและครอบครัว |
| ประวัติการศึกษา | นบ. มหาวิทยาลัยศรีปทุม วิทยาเขตชลบุรี พ.ศ. 2541 |

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี