

หน่วยที่ 3 ใบงานที่ 1

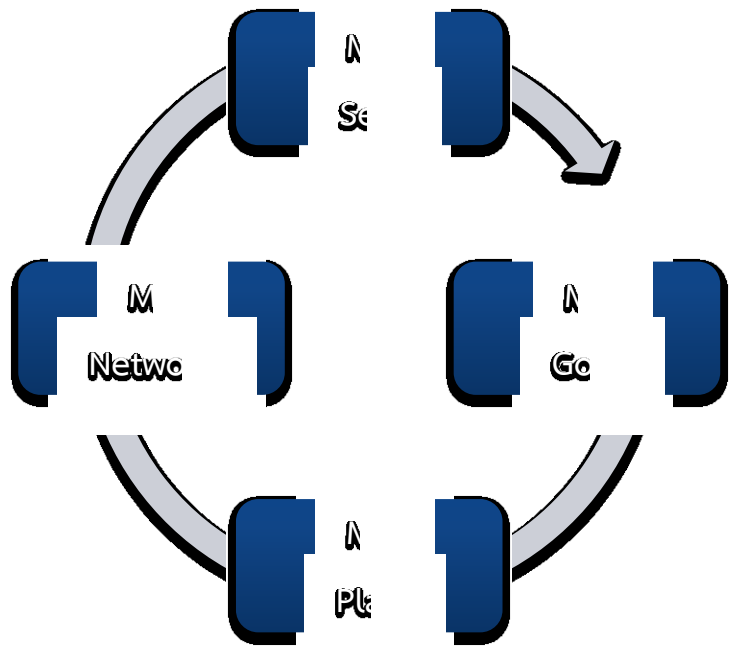
ชื่อ-สกุล.....รหัส.....สำนักวิชา.....

มารู้จักตัวเองกันเถอะ Self Discovery

ข้อเสนอแนะ

เคยถามตัวเองบ้างหรือไม่ว่า

- ...ฉันเป็นใคร...
- ...ฉันชอบอะไร...
- ...ฉันต้องการอะไรในชีวิต...
- ...ฉันมีความสามารถด้านใด...

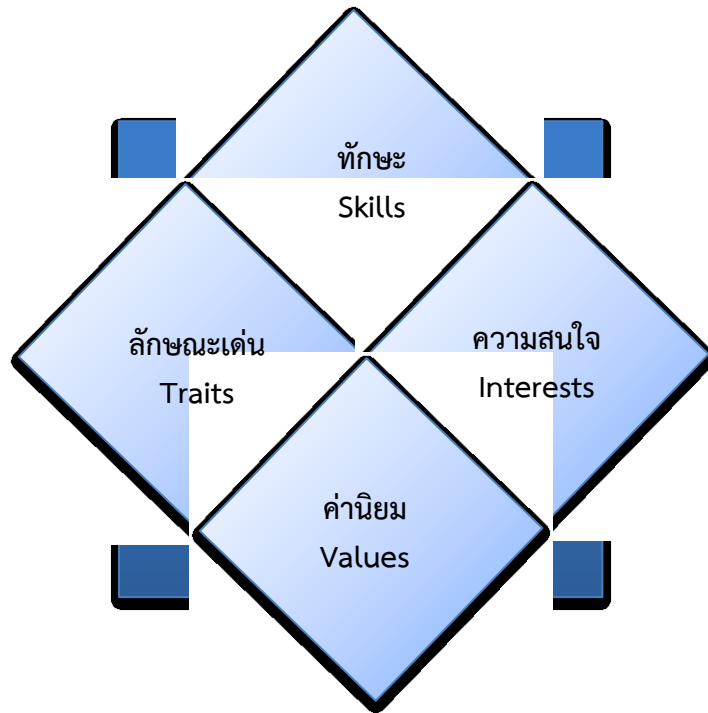


เชื่อได้เลยว่าบางครั้ง ความรู้สึกสับสน ความข้องใจต่าง ๆ ก็แวบเข้ามาในจิตใจของเราบ้าง เราอาจสงสัยว่าตัวเราเป็นใครกัน

ความสงสัย ความสับสนที่เกิดขึ้น คงไม่สำคัญไปกว่าการหาคำตอบหรือข้อสรุปที่ชัดเจนเกี่ยวกับตัวเอง

วิธีที่จะช่วยให้เราหาคำตอบต่าง ๆ ได้ คือการตั้งคำถามกับตัวเอง ตั้งใจคิดทบทวน คิทธิวิเคราะห์เจาะใจตัวเอง ใช้แบบทดสอบ ตอบให้ตรงใจจะช่วยให้เรารู้ตัวตนที่แท้จริงของเราได้มากขึ้น และเปิดใจรับฟังผู้อื่นด้วย

1
เกี่ยวกับตัวฉัน
My Self



ค้นหาตัวเอง

ลักษณะเด่น : สิ่งที่ยกกว่าเป็นฉัน
(Traits)

ค่านิยม : สิ่งที่ยกให้มีความสำคัญ
(Values)

ความสนใจ : สิ่งที่ยกชอบ
(Interests)

ทักษะ : สิ่งที่ยกเรียนรู้และทำได้ดี
(Skills)

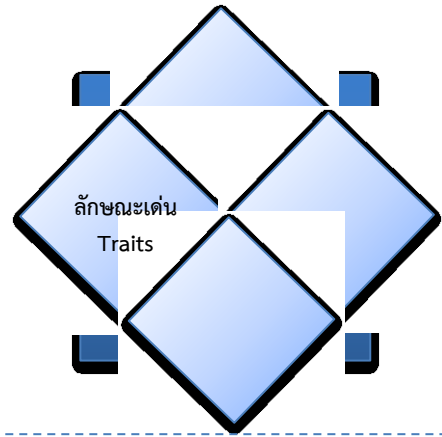
1.1

ลักษณะเด่นของฉันคืออะไร

What are my TRAITS ?

ข้อเสนอแนะ

อ่านคุณลักษณะเหล่านี้ทีละข้อความ และพิจารณาว่าคุณมีลักษณะดังกล่าวหรือไม่ ถ้ามีเขียน ลงหน้าข้อความเหล่านั้น และเลือกออกมา 5 ลักษณะ ที่คุณคิดว่าเป็นลักษณะเด่นที่เวลาใคร ๆ นึกถึงคุณก็จะพูดถึงลักษณะเหล่านี้



- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> สนใจใฝ่รู้ หาความรู้ทางวิชาการ | <input type="checkbox"/> ตื่นตัวอยู่เสมอ |
| <input type="checkbox"/> ปรับตัวง่าย | <input type="checkbox"/> ชอบความตื่นเต้นหรือผจญภัย |
| <input type="checkbox"/> ก้าวร้าว | <input type="checkbox"/> ทะเยอทะยาน |
| <input type="checkbox"/> กล้าพูดเพื่อสิทธิอันพึงได้ของตน | <input type="checkbox"/> ดึงดูดความสนใจ |
| <input type="checkbox"/> ยอมรับผู้อื่น ใจกว้าง | <input type="checkbox"/> คิดถึงต้นทุนกำไรอยู่เสมอ |
| <input type="checkbox"/> สามารถทำได้ | <input type="checkbox"/> ระมัดระวัง |
| <input type="checkbox"/> คิดทะลุปรุโปร่ง | <input type="checkbox"/> ฉลาด มีไหวพริบ |
| <input type="checkbox"/> เชื่อถือได้ | <input type="checkbox"/> ความรับผิดชอบสูง |
| <input type="checkbox"/> คิดถึงจิตใจผู้อื่น | <input type="checkbox"/> เย็นชา |
| <input type="checkbox"/> มีความคิดริเริ่ม | <input type="checkbox"/> ช่างสังเกต |
| <input type="checkbox"/> มีความเป็นประชาธิปไตย | <input type="checkbox"/> มีความเชื่อมั่นในตนเอง |
| <input type="checkbox"/> ชอบให้ผู้อื่นทำตามตน | <input type="checkbox"/> ง่าย ๆ สบาย ๆ |
| <input type="checkbox"/> อารมณ์มั่นคง | <input type="checkbox"/> หวังสูง |
| <input type="checkbox"/> ยุติธรรม | <input type="checkbox"/> มองการณ์ไกล |
| <input type="checkbox"/> มีอำนาจ | <input type="checkbox"/> เป็นการทำงาน |
| <input type="checkbox"/> เป็นกันเอง | <input type="checkbox"/> สุขภาพดี |
| <input type="checkbox"/> สุขภาพไม่ดี | <input type="checkbox"/> ช่วยเหลือผู้อื่น |
| <input type="checkbox"/> อารมณ์ขัน | <input type="checkbox"/> นึกฝัน |
| <input type="checkbox"/> เป็นตัวของตัวเองไม่พึ่งผู้อื่น | <input type="checkbox"/> มีโลกทัศน์ของตนเอง |
| <input type="checkbox"/> เมตตา | <input type="checkbox"/> ใครเห็นใครก็รัก |
| <input type="checkbox"/> มีความเป็นผู้ใหญ่สูง | <input type="checkbox"/> หัวไม่รุนแรง |
| <input type="checkbox"/> เป็นธรรมชาติ | <input type="checkbox"/> ชี้แจงใจ |

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> มองโลกในแง่ดี | <input type="checkbox"/> ละเอียดรอบคอบ |
| <input type="checkbox"/> หงุดหงิด | <input type="checkbox"/> ไม่มีความกล้า |
| <input type="checkbox"/> นำรึนรรมย์ | <input type="checkbox"/> สง่าผ่าเผย |
| <input type="checkbox"/> ทุกอย่างเป็นไปตามกฎ | <input type="checkbox"/> หัวก้าวหน้า |
| <input type="checkbox"/> มองโลกตามความเป็นจริง | <input type="checkbox"/> ไม่ใคร่เปิดเผยตนเอง |
| <input type="checkbox"/> อารมณ์อ่อนไหวง่าย | <input type="checkbox"/> เครื่องขริ้ม |
| <input type="checkbox"/> ทำอะไรไม่ค่อยผิดพลาด | <input type="checkbox"/> น่ารัก |
| <input type="checkbox"/> มีแววศิลปิน | <input type="checkbox"/> มีความกล้า |
| <input type="checkbox"/> สงบเสงี่ยม | <input type="checkbox"/> รึนเรง |
| <input type="checkbox"/> ชอบแข่งขัน | <input type="checkbox"/> หัวโบราณ |
| <input type="checkbox"/> ร่วมมือ | <input type="checkbox"/> พูดหวานผ่าซอก |
| <input type="checkbox"/> มีความภาคภูมิใจ | <input type="checkbox"/> มีประสิทธิภาพสูง |
| <input type="checkbox"/> บุกเบิก | <input type="checkbox"/> ถ่อมตน |
| <input type="checkbox"/> ยืดหยุ่นได้ | <input type="checkbox"/> นักฉวยโอกาส |
| <input type="checkbox"/> พูดตรงไปตรงมา | <input type="checkbox"/> ชอบสมาคมสังสรรค์ |
| <input type="checkbox"/> ใจดี | <input type="checkbox"/> จริงใจ |
| <input type="checkbox"/> ซื่อสัตย์ | <input type="checkbox"/> นอบน้อม |
| <input type="checkbox"/> มองภาพพจน์ออก | <input type="checkbox"/> เป็นคนเสียบ |
| <input type="checkbox"/> ทำงานหนัก | <input type="checkbox"/> บังคับตนเองดี |
| <input type="checkbox"/> คิดเป็น มีเหตุมีผล | <input type="checkbox"/> พูดทันคน |
| <input type="checkbox"/> ช่างสงสาร | <input type="checkbox"/> อบอุน |
| <input type="checkbox"/> อดทนสูง | <input type="checkbox"/> มีความเข้าใจสูง |
| <input type="checkbox"/> ช่างเจรจา | <input type="checkbox"/> โต้ตอบทันท้วงที่ |
| <input type="checkbox"/> ไม่หวั่นไหวง่าย | <input type="checkbox"/> ว่านอนสอนง่าย |
| <input type="checkbox"/> หุนหันพลันแล่น | <input type="checkbox"/> ไม่ตื่นเต้นง่าย ๆ |
| <input type="checkbox"/> มีวิธีการนิมนวล | <input type="checkbox"/> นักปราชญ์ |
| <input type="checkbox"/> เชื่อถือได้ | <input type="checkbox"/> มั่นคง |

ลักษณะดังกล่าวทั้งหมด มิได้มีการเรียงลำดับประการใด ดังนั้นคุณจึงไม่ต้องคำนึงถึงความถี่ห่างถึงคำตอบของคุณ กิจกรรมนี้เป็นเพียงความพยายามที่จะให้คุณได้เริ่มมองตนเองหลาย ๆ ด้าน ถึงลักษณะต่าง ๆ ที่จำเป็นในการเลือกอาชีพและวางแผนอนาคต

สรุป ลักษณะเด่นของฉัน 5 ประการ คือ (โดยเลือกออกมา 5 ลักษณะ)

1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____

1.2

ค่านิยมของฉันคืออะไร ?

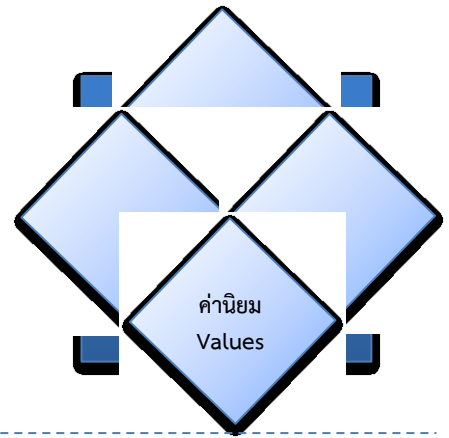
What are my Values ?

ข้อแนะนำ

แต่ละกลุ่มข้างล่างนี้ประกอบด้วยค่านิยม 5 ประการ
จงใส่หมายเลข 1-5 ในวงเล็บข้างหน้า

- 1 หมายถึง ค่านิยมที่คุณให้ค่าสูงสุดในกลุ่มนั้น
- 5 หมายถึง ค่านิยมต่ำสุดในกลุ่มนั้น

ทำวิธีเดียวกันจนครบ 21 กลุ่ม



1. () ผลสัมฤทธิ์
() ความไม่เห็นแก่ตัว
() ความยุติธรรม
() ความศรัทธาในศาสนา
() ความมั่นคง
2. () ความไม่เห็นแก่ตัว
() การมีอิสระแห่งตน
() ความจงรักภักดี
() อำนาจ
() เกียรติยศ
3. () ความคิดสร้างสรรค์
() ความรัก
() ความพึงพอใจ
() เกียรติยศ
() ความมั่งคั่ง
4. () การรักความสวยงาม
() ความยุติธรรม
() ความพึงพอใจ
() อำนาจ
() ความฉลาดสุขุม
5. () ความไม่เห็นแก่ตัว
() ความซื่อสัตย์
() ความรัก
() รูปร่างหน้าตา
() ความฉลาดสุขุม
6. () ผลสัมฤทธิ์
() การรักษาความสวยงาม
() สุขภาพ
() ความซื่อสัตย์
() เกียรติยศ
7. () ผลสัมฤทธิ์
() การมีอิสระแห่งตน
() รูปร่างหน้าตา
() ความพึงพอใจ
() ทักษะ
8. () การมีอิสระแห่งตน
() สุขภาพจิตที่ดี
() สุขภาพ
() ความมั่งคั่ง
() ความฉลาดสุขุม
9. () ความซื่อสัตย์
() ความรู้
() อำนาจ
() ทักษะ
() ความมั่งคั่ง
10. () ผลสัมฤทธิ์
() สุขภาพจิตที่ดี
() ความรัก
() ศีลธรรม
() อำนาจ

- | | |
|---|--|
| 11. () การรักความสวยงาม
() การมีอิสระแห่งตน
() ความรู้
() ความรัก
() ความศรัทธาในศาสนา | 12. () การรักความสวยงาม
() ความจงรักภักดี
() ศีลธรรม
() รูปร่างหน้าตา
() ความมั่งคั่ง |
| 13. () ความคิดสร้างสรรค์
() สุขภาพ
() รูปร่างหน้าตา
() อำนาจ
() ความศรัทธาในศาสนา | 14. () สุขภาพ
() ความยุติธรรม
() ความรัก
() ความจงรักภักดี
() ทักษะ |
| 15. () การรักษาความสวยงาม
() ความไม่เห็นแก่ตัว
() ความคิดสร้างสรรค์
() สุขภาพจิตที่ดี
() ทักษะ | 16. () สุขภาพจิตที่ดี
() ความยุติธรรม
() ความรู้
() รูปร่างหน้าตา
() เกียรติยศ |
| 17. () ความไม่เห็นแก่ตัว
() สุขภาพ
() ความรู้
() ศีลธรรม
() ความพึงพอใจ | 18. () ศีลธรรม
() เกียรติยศ
() ความศรัทธาในศาสนา
() ทักษะ
() ความฉลาดสุขุม |
| 19. () สุขภาพจิตที่ดี
() ความซื่อสัตย์
() ความจงรักภักดี
() ความพึงพอใจ
() ความศรัทธาในศาสนา | 20. () ผลสัมฤทธิ์
() ความคิดสร้างสรรค์
() ความรู้
() ความจงรักภักดี
() ความฉลาดสุขุม |
| 21. () การมีอิสระแห่งตน
() ความคิดสร้างสรรค์
() ความซื่อสัตย์
() ความยุติธรรม
() ศีลธรรม | |

สรุปรายการลำดับค่านิยม

เพื่อสรุปผลของแบบฝึกปฏิบัติที่ทำมาแล้ว ให้คุณนำหมายเลข 1 ถึง 5 ที่คุณบันทึกไว้ในแต่ละกลุ่มมากรอกลงในช่องที่ค่านิยมตรงกัน (อย่ากรอกในช่องที่เติมหมายเลขแล้ว) ค่านิยมแต่ละประการจะปรากฏ 5 ครั้ง เมื่อคุณกรอกครบหมดทั้ง 21 กลุ่มแล้ว ให้บอกจำนวนเลขทั้ง 5 ช่องไปตามแนวนอน ใส่ในช่องผลรวมค่าของผลรวมในแต่ละช่อง จะชี้บอกแนวทางบางประการให้รู้ว่าคุณได้น้ำหนักของค่านิยมต่าง ๆ เหล่านี้อย่างไรบ้าง ข้อควรจำคือ ถ้าได้ค่าของผลรวมต่ำในค่านิยมใด หมายความว่า คุณได้ให้ความสำคัญของค่านิยมนั้นสูง

ผลรวม

1. ผลสัมฤทธิ์						
2. การรักความสวยงาม						
3. ความไม่เห็นแก่ตัว						
4. การมีอิสระแห่งตน						
5. ความคิดสร้างสรรค์						
6. สุขภาพจิตที่ดี						
7. สุขภาพ						
8. ความซื่อสัตย์						
9. ความยุติธรรม						
10. ความรู้						
11. ความรัก						
12. ความจงรักภักดี						
13. ศีลธรรม						
14. รูปร่างหน้าตา						
15. ความพึงพอใจ						
16. อำนาจ						
17. เกียรติยศ						
18. ความศรัทธาในศาสนา						
19. ทักษะ						
20. ความมั่งคั่ง						
21. ความฉลาดสุขุม						

เมื่อคุณได้ทำเสร็จทั้ง 21 ข้อแล้ว ให้ตรวจดูในช่องผลรวม หาคะแนนที่ต่ำที่สุดมา 5 คะแนน จัดอันดับคะแนนทั้ง 5 จากต่ำสุดไปสูงสุด และตรวจดูว่าคะแนนเหล่านั้นตรงกับค่านิยมใด เมื่อได้แล้วคุณก็สามารถรู้ว่าตัวคุณยึดถือค่านิยมอะไรที่สำคัญ

สรุป ค่านิยมของฉัน คือ

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

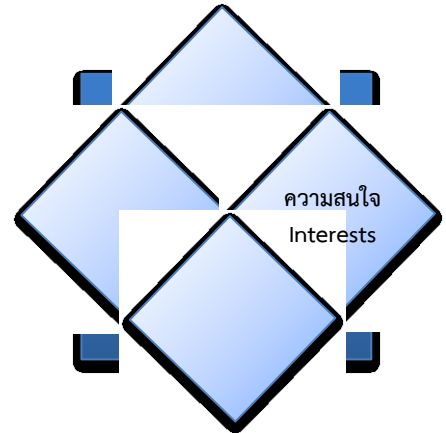
1.3

ความสนใจของฉัน ?

What are my interests ?

ข้อแนะนำ

สำรวจความรู้สึกของคุณที่มีต่ออาชีพต่าง ๆ 160 อาชีพ และตอบว่าชอบ/ไม่ชอบ โดยเขียน ลงในช่องจนครบ 160 อาชีพ จากนั้นให้รวมคะแนน โดยนับเฉพาะช่องที่ตอบว่าชอบตามกลุ่มอาชีพที่กำหนด



	ชอบ	ไม่ชอบ		ชอบ	ไม่ชอบ
1. นักบิน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	26. นักร้อง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. นักเคมี	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	27. คนงานรี้อาคารบ้านเรือน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. เลขานุการศูนย์เยาวชน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	28. ผู้ตรวจสอบยาเสพติด	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. สมุห์บัญชี	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	29. ครูโรงเรียนประถม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. พนักงานไปรษณีย์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	30. ครูใหญ่	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ผู้สื่อข่าว	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	31. ช่างเครื่องปั้นไฟฟ้า	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ช่างเทคนิคอิเล็กทรอนิกส์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	32. นักดาราศาสตร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. นักเขียนเรื่องซ้ำชั้น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	33. ครูพลศึกษา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ช่างถ่ายภาพ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	34. ผู้เชี่ยวชาญด้านยูวอาชญากรรม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. นักวิทยาศาสตร์อวกาศ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	35. นักค้าหุ้น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. ช่างเทคนิคประจำเครื่องบิน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	36. นักดนตรี	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. นักอุตุนิยมวิทยา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	37. นักมวยอาชีพ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. บรรณารักษ์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	38. นักการทูต	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. นักบัญชี	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	39. นักวิทยาศาสตร์ห้องทดลอง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. ผู้ประเมินภาษี	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	40. คนขับรถปั่นจั่น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. นักประพันธ์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	41. โปรแกรมเมอร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. นักดำน้ำลึก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	42. นักธรณีวิทยา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. บรรณาธิการหนังสือพิมพ์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	43. นักวาทบำบัด	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. ครูโรงเรียนอนุบาล	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	44. พนักงานพิสูจน์อักษร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. นักกฎหมาย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	45. ตัวแทนฝ่ายผลิต	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. นักประมง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	46. นักประพันธ์เพลง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. นักชีววิทยา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	47. พนักงานดับเพลิง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. ครูโรงเรียนมัธยม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	48. นายพล (ทหารบก)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. ผู้เชี่ยวชาญด้านควบคุมคุณภาพสินค้า	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	49. นักตกแต่งภายใน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. พนักงานฝ่ายจัดซื้อ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	50. นักการเมือง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	ชอบ	ไม่ชอบ		ชอบ	ไม่ชอบ
51. ช่างเครื่องทำความเย็น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	87. นักขี่มอเตอร์ไซด์แข่ง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52. นักมนุษยวิทยา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	88. ผู้พิพากษาศาลทหาร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53. ที่ปรึกษาการสมรส	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	89. ผู้ตัดสินกีฬา (มวย ฟุตบอล)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54. นักสถิติ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	90. กสิกรในฟาร์มใหญ่ ๆ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55. นักผลิตรายการโทรทัศน์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	91. ช่างซ่อมรถยนต์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
56. ประชาสัมพันธ์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	92. นักเขียนบทความทางวิชาการ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57. นักฝึกสัตว์ป่า	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	93. ครูสังคมศึกษา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
58. เจ้าหน้าที่ในองค์การสหประชาชาติ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	94. ผู้ดูแลสินค้าในสต็อก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59. ช่างปั้นเครื่องปั้นดินเผา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	95. ผู้ขายประกันชีวิต	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
60. ช่างซ่อมเครื่องบิน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	96. ผู้กำกับการแสดงละคร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
61. วิศวกรเหมืองแร่	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	97. เจ้าหน้าที่วัดถูระเบิด	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62. นักสัตววิทยา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	98. หมออดู	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63. ผู้ดูแลหอพัก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	99. ครูภาษาอังกฤษ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
64. พนักงานจัดคำให้การในศาล	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	100. ผู้จัดการฝ่ายขาย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
65. ผู้จัดการโรงแรม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	101. เจ้าหน้าที่ป่าไม้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66. นักเขียนนวนิยายลงนิตยสาร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	102. ครูสอนคณิตศาสตร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67. ตัวแสดงแทนดารารายการโทรทัศน์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	103. นักสังคมสงเคราะห์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
68. ตุลาการศาลรัฐธรรมนูญ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	104. ผู้ควบคุมเครื่องคอมพิวเตอร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
69. นักกีฬาอาชีพ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	105. พนักงานต้อนรับบนเครื่องบิน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
70. ช่างไม้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	106. ดาราละครโทรทัศน์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
71. ผู้ตรวจสอบการก่อสร้าง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	107. ตำรวจสันติบาล	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
72. เกษีกร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	108. ทนายความ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
73. ผู้ควบคุมและดูแลสนามเด็กเล่น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	109. หัวหน้าคนงานในโรงงานอุตสาหกรรม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
74. พนักงานธนาคาร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	110. อาจารย์มหาวิทยาลัย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
75. พนักงานขายสินค้า	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	111. ช่างก่อสร้าง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
76. สถาปนิก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	112. นักคอมพิวเตอร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
77. นักขี่ม้า (จ็อกกี้)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	113. ศึกษานิเทศก์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
78. นักพากย์ภาพยนตร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	114. พนักงานสินเชื่	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
79. นายทหาร (บก เรือ หรืออากาศ)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	115. นายหน้าขายที่ดิน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
80. นายธนาคาร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	116. นักแต่งเพลง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
81. ช่างควบคุมวิทยุ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	117. นักไต่เขา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
82. นักวิจัยทางวิทยาศาสตร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	118. ที่ปรึกษากฎหมายของนักการเมือง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
83. นักวิจัยวิทยุคลินิก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	119. จิตรกรวาดภาพเหมือน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
84. ผู้เชี่ยวชาญเรื่องภาษี	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	120. ช่างกลึงโลหะ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
85. บริกรในร้านอาหาร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	121. วิศวกรรถไฟ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
86. ครูสอนภาษา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	122. นักเศรษฐศาสตร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	ชอบ	ไม่ชอบ		ชอบ	ไม่ชอบ
123. ที่ปรึกษาปัญหาส่วนตัว	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	142. นักฟิสิกส์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
124. นักประเมินราคาที่ดิน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	143. นักแนะแนว	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
125. ที่ปรึกษาด้านอุตสาหกรรม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	144. ผู้ตรวจสอบบัญชี	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
126. ผู้กำกับเวทีละครโทรทัศน์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	145. พนักงานเดินตลาด	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
127. ช่างเจียรระโนเพชรพลอย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	146. นักเขียนการ์ตูน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
128. ผู้พิพากษาศาลฎีกา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	147. นักแข่งรถ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
129. ช่างเขียนแบบ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	148. พนักงานเซ็นเซอร์หนังสือ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
130. อัยการ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	149. พยาบาลจิตเวช	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
131. วิศวกรโยธา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	150. ช่างทำกุญแจ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
132. เจ้าหน้าที่ในการวิจัยทางวิทยาศาสตร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	151. ช่างซ่อมเครื่องคอมพิวเตอร์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
133. จิตแพทย์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	152. ทันตแพทย์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
134. พนักงานพิมพ์ดีด	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	153. ผู้จัดการร้านอาหาร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
135. นักจัดรายการกีฬา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	154. เสมียนรับ-ส่งของ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
136. นักเขียนบทละครโทรทัศน์	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	155. พนักงานรักษาความปลอดภัย	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
137. ผู้ช่วยนักบิน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	156. ครูสอนดนตรี	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
138. ผู้เชี่ยวชาญด้านอาชญากรรม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	157. ช่างตัดผม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
139. นักออกแบบเสื้อผ้า	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	158. คนเก็บเงิน (แคชเชียร์)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
140. คนขับรถบรรทุก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	159. ผู้ช่วยพยาบาล	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
141. ช่างไฟฟ้า	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	160. นักกายภาพบำบัด (นวด)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

รวมคะแนนเฉพาะช่องที่ตอบว่าชอบ

รวมคะแนนตามแนวนอนจากซ้าย → ขวา โดยนับเฉพาะข้อที่ตอบว่าชอบ ให้ 1 คะแนน

REALISTIC	R = (ข้อ 11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81, 91, 101, 111, 121 และ 131)	<input type="text"/>
INVESTIGATIVE	I = (ข้อ 12, 22, 32, 42, 52, 62, 72, 82, 92, 102, 112, 122 และ 132)	<input type="text"/>
SOCIAL	S = (ข้อ 13, 23, 33, 43, 53, 63, 73, 83, 93, 103, 113, 123 และ 133)	<input type="text"/>
CONVENTIONAL	C = (ข้อ 14, 24, 34, 44, 54, 64, 74, 84, 94, 104, 114, 124 และ 134)	<input type="text"/>
ENTERPRISING	E = (ข้อ 15, 25, 35, 45, 55, 65, 75, 85, 95, 105, 115, 125 และ 135)	<input type="text"/>
ARTISTIC	A = (ข้อ 16, 26, 36, 46, 56, 66, 76, 86, 96, 106, 116, 126 และ 136)	<input type="text"/>

จัดลำดับตัวอักษรที่ได้คะแนนมากที่สุดและรองลงมาดังนี้

อันดับ 1	<input type="text"/>
อันดับ 2	<input type="text"/>
อันดับ 3	<input type="text"/>

อาชีพที่น่าสนใจ

R = REALISTIC	คะแนน	<input type="text"/>
I = INVESTIGATIVE	คะแนน	<input type="text"/>
S = SOCIAL	คะแนน	<input type="text"/>
C = CONVENTIONAL	คะแนน	<input type="text"/>
E = ENTERPRISING	คะแนน	<input type="text"/>
A = ARTISTIC	คะแนน	<input type="text"/>

สรุป กลุ่มอาชีพที่ฉันสนใจคือ

อันดับ 1	<input type="text"/>
อันดับ 2	<input type="text"/>
อันดับ 3	<input type="text"/>

หากต้องการคำอธิบายเพิ่มเติม :
ติดต่อขอรับคำปรึกษาได้ที่ งานแนะแนวส่วนกิจการนักศึกษา ชั้น 2 อาคารไทยบุรี
วันจันทร์-วันศุกร์ ระหว่างเวลา 09.00-16.00 น. โทร. 3145, 3147

คำอธิบายบุคลิกภาพและลักษณะอาชีพจากแบบสำรวจความสนใจในอาชีพ
(Vocational Preference Inventory ของ John L Holland)

บุคคลที่มีความสนใจและบุคลิกภาพประเภทงานช่างฝีมือและงานกลางแจ้ง
REALISTIC (R)

บุคลิกภาพ

เป็นคนที่ชอบกิจกรรมเกี่ยวกับการควบคุมปฏิบัติการกับเครื่องยนต์กลไก ชอบแก้ไข ซ่อมแซม ชอบงานทางช่าง งานกลางแจ้ง เคลื่อนไหว ใช้ทักษะ เน้นลักษณะงานของผู้ชาย จริงจัง เลี่ยงกิจกรรมชนิดที่ต้องใช้วาจาอธิบาย จะขาดทักษะสังคม

อาชีพ

พนักงานป่าไม้ ครูสอนอุตสาหกรรมศิลป์ ผู้จัดการรายการวิทยุ วิศวกรเครื่องยนต์ วิศวกรช่างกล วิศวกรเหมืองแร่ วิศวกรโยธา ครูสอนวิชาเกษตรกรรม เกษตรกร ช่างเทคนิคอุตสาหกรรม ช่างเครื่องบิน ช่างเครื่องยนต์ ช่างฟิต ช่างไฟฟ้า ผู้ช่วยทันตแพทย์ ผู้ค้าเพชรพลอย ช่างซ่อมต่าง ๆ ช่างซ่อมเครื่องดนตรี ผู้ดูแลสวนหรือป่า ช่างเครื่องมือทางจักรกล ช่างกุญแจ ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเอกซเรย์ ช่างเครื่องทำความเย็น นักเดินเรือ ผู้คุมเครื่องไฟฟ้า ช่างไม้ ช่างตัดเสื้อ ช่างแก้เครื่องพิมพ์ คนขับรถ เป็นต้น

บุคคลที่มีความสนใจและบุคลิกภาพประเภทงานวิทยาศาสตร์และเทคนิค
INVESTIGATIVE (I)

บุคลิกภาพ

เป็นคนชอบการวิเคราะห์ ประเมิน อยากรู้อยากเห็น ชอบคิดค้น ชอบวิทยาศาสตร์ แก้ปัญหาค้นคว้าทดลองวิจัย แต่บุคคลประเภทนี้อาจจะขาดทักษะในการเป็นผู้นำ มุ่งงานเป็นใหญ่ สนใจสิ่งที่เป็นนามธรรมมากกว่าวัตถุ

อาชีพ

นักชีววิทยา นักเศรษฐศาสตร์ นักมนุษยวิทยา นักดาราศาสตร์ นักพยาธิศาสตร์ นักฟิสิกส์ นักเคมี นักวางแผนการผลิต ผู้ช่วยแพทย์ในห้องทดลอง ครูสอนคณิตศาสตร์ จักษุแพทย์ นักจิตวิทยา นักแบคทีเรีย นักวิจัย นักวิเคราะห์ ผู้จำหน่ายยา ผู้ควบคุมเครื่องคอมพิวเตอร์ นักสมุทรศาสตร์ นักสถิติหรือนักคำนวณ แพทย์ สัตวแพทย์ สัตวบาล ผู้ดูแลสวนสัตว์ นักภูมิศาสตร์ ทันตแพทย์ ผู้ช่วยทดลองทางเคมี นักอุตุนิยมวิทยา นักจุลชีววิทยา นักธรณีวิทยา เป็นต้น

บุคคลที่มีความสนใจและบุคลิกภาพประเภทงานบริการ การศึกษา และสังคม

SOCIAL (S)

บุคลิกภาพ

ชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น ช่วยเหลือ ชอบให้ความรู้ พบปะสังสรรค์ ร่วมกิจกรรมบันเทิง มีความสามารถในการพูด มีทักษะการติดต่อกับผู้อื่น ขาดทักษะเชิงจักรกล ขาดความสามารถในการวิเคราะห์

อาชีพ

ผู้อำนวยการทางสังคมสงเคราะห์ ผู้ดูแลหอพัก ผู้สัมภาษณ์ ผู้ประสานงาน ผู้บริหารการศึกษา ผู้อำนวยการฝึกงาน นักประวัติศาสตร์ ผู้ให้คำปรึกษา ผู้จัดการโรงแรม ผู้แทนนายจ้าง ผู้จัดการร้านอาหาร ผู้บริหารงานชุมชน ตัวแทนธุรกิจ ครูพลศึกษา ผู้ควบคุมงานก่อสร้าง จิตแพทย์ อาจารย์มหาวิทยาลัย นักรัฐศาสตร์ นักสังคมสงเคราะห์ พยาบาล ผู้ทำงานให้กับชุมชน ผู้อำนวยการด้านบุคลากร ผู้ตรวจสอบคุณภาพอาหารและยา ครู บรรณารักษ์ ผู้ดูแลนักเรียนในต่างประเทศ ครูสอนประวัติศาสตร์ เป็นต้น

บุคคลที่มีความสนใจและบุคลิกภาพประเภทงานสำนักงานและงานเสมียน

CONVENTIONAL (C)

บุคลิกภาพ

ชอบทำงานเกี่ยวกับตัวเลข คล้อยตามเชื่อฟังผู้อื่น เลี่ยงการโต้แย้ง จัดระเบียบงานเป็นหมวดหมู่ ทำงานตามเวลาที่กำหนดได้ ตรงต่อเวลาในการนัดหมาย ชอบเลี้ยงกิจกรรมที่ต้องใช้ความสามารถด้านศิลปะ

อาชีพ

สมุห์บัญชี ครูสอนวิชาบริหารธุรกิจ ผู้เชี่ยวชาญทางการเงิน ผู้จัดการฝ่ายกั๊ยม ผู้ประเมิน พนักงานโต้ตอบติดต่อทางการค้า เสมียนประจำสำนักงาน เสมียนจ่ายเงิน ผู้ดูแลเครื่องมือ คัดบัญชี เสมียนฝ่ายบุคลากร เสมียนไปรษณีย์ ตัวแทนฝ่ายขาย ตัวแทนฝ่ายอนุรักษ์ ผู้เบิกเงิน เลขานุการ เลขานุการทางการแพทย์ ผู้ช่วยบรรณารักษ์ พนักงานควบคุมเกี่ยวกับตัวเลข เลขานุการฝ่ายบุคลากร พิสูจน์อักษร

บุคคลที่มีความสนใจและบุคลิกภาพประเภทงานจัดการและการค้าขาย

ENTERPRISING (E)

บุคลิกภาพ

เป็นบุคคลที่ชอบกิจกรรมที่มีอิทธิพลเหนือผู้อื่น เป็นผู้นำ ชอบเสี่ยง ชอบถกเถียง อภิปราย ทำทนาย พูดจาตรงไปตรงมา มีความกระตือรือร้นมาก ไม่ชอบกิจกรรมที่ต้องใช้สำนวนภาษาหรือกิจกรรมที่เป็นระบบระเบียบ

อาชีพ

พนักงานเดินตลาด นายธนาคาร ผู้ขายประกันชีวิต นายหน้าซื้อขาย ผู้ดูแลสวนดอกไม้ วิศวกรทางอุตสาหกรรม ผู้ทำสัญญาซื้อขาย พนักงานขายสินค้า ทนายความ ผู้พิพากษา โฆษกสถานีวิทยุกระจายเสียง ผู้ช่วยฝ่ายบริหาร ผู้จัดการบริษัทประกันภัย ผู้จัดการร้านอาหาร ผู้จัดการสำนักงาน ผู้จัดการบริษัทห้างร้าน ผู้ประเมิน ผู้อำนวยการทางด้านบำเหน็จบำนาญ เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย ผู้จัดการสำนักงานจัดหางาน ผู้จัดการสำนักงานท่องเที่ยว เป็นต้น

บุคคลที่มีความสนใจและบุคลิกภาพประเภทงานศิลปะ ดนตรี และวรรณกรรม

ARTISTIC (A)

บุคลิกภาพ

เป็นบุคคลชอบแสดงออก มีความเป็นตัวของตัวเองสูง ไม่คล้อยตามผู้อื่น ริเริ่มสร้างสรรค์ ทำงานอิสระ ไม่ชอบสัมพันธ์เป็นส่วนตัวโดยตรงกับใคร บุคคลประเภทนี้อาจขาดทักษะทางงานสำนักงาน และไม่ชอบปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ใด ๆ

อาชีพ

ผู้กำกับการแสดงละคร ครูสอนภาษา ผู้สื่อข่าว ครูสอนนาฏศิลป์ ผู้แปลภาษาต่างประเทศ นักปรัชญา ครูสอนวรรณคดี ครูสอนดนตรี ผู้ทำงานทางโฆษณา นักแสดง นักประชาสัมพันธ์ นางแบบ นักเขียน ผู้ทำรายการวิทยุ ผู้ออกแบบเครื่องแต่งกาย ผู้ตกแต่งอาคารภายใน นักวิจารณ์ ผู้ออกแบบเครื่องเรือน สถาปนิก วิศวกร นักถ่ายภาพ ผู้พิมพ์ นักแต่งเพลง นักแต่งบทละคร นักเขียนบทภาพยนตร์ เป็นต้น

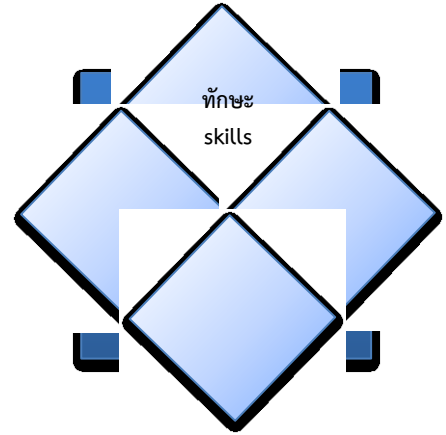
1.4

ทักษะของฉัน

What are my skills

ข้อเสนอแนะ

ในชีวิตที่ผ่านมาคุณมีประสบการณ์อะไรบ้างที่สำเร็จและภาคภูมิใจ
หยิบยกมา 5 เรื่อง พิจารณาทีละเรื่องว่าทำสำเร็จได้นั้น คุณได้ใช้
ทักษะใดบ้าง และทำเครื่องหมาย ลงในช่องทักษะนั้น ๆ พิจารณา
เช่นนี้ ให้ครบทั้ง 5 เรื่อง แล้วพิจารณาตามแนวนอนว่ามีทักษะใดบ้าง
ที่คุณใช้แทบจะทุกประสบการณ์ และหยิบยกมา 5 ทักษะ



ทักษะของข้าพเจ้า	ชื่อเรื่อง				
	เรื่องที่	เรื่องที่	เรื่องที่	เรื่องที่	เรื่องที่
	1	2	3	4	5
การตัดสินใจด้วยตนเอง					
ความจริงใจต่อกัน					
การเป็นผู้นำ					
การสื่อสาร เช่นเขียนหรือพูด					
การแสดงออกอย่างสร้างสรรค์					
ยอมรับผู้อื่นทุกประการ					
ช่วยเหลือรับใช้ผู้อื่น					
ผู้ฟังที่ดี					
ยืนหยัดในสิทธิ์อันพึงชอบของเรา					
มีเสน่ห์ดึงดูดผู้พบเห็น					
ประนีประนอม หรือต่อรอง					
สังเกต หรือวิเคราะห์ด้วยเหตุผล					
เข้าถึงจิตใจผู้อื่น					
ทักษะการเข้าสังคม					
อธิบาย ให้ความกระจ่าง					
จัดการและวางแผน					
ฝึกฝนผู้อื่น					
โน้มน้าวชักจูงให้ผู้อื่นคล้อยตาม					
แสดงออกหรือให้ความบันเทิง					
จัดระบบเป็นหมวดหมู่					

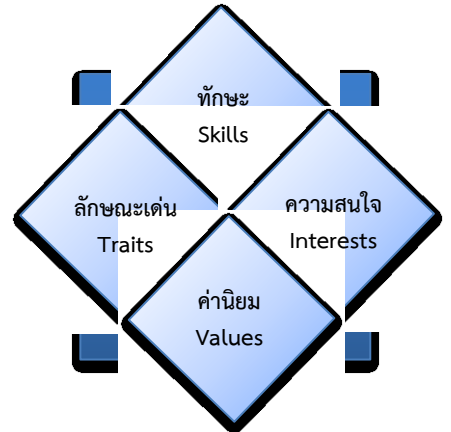
ทักษะของข้าพเจ้า	ชื่อเรื่อง				
	เรื่องที่ 1	เรื่องที่ 2	เรื่องที่ 3	เรื่องที่ 4	เรื่องที่ 5
ช่างสังเกตและเข้าใจ					
ทำงานได้ดีกับตัวเลข					
แนะแนว แนะนำ และให้คำปรึกษา					
จัดกำหนดการต่าง ๆ					
วิจัยและประเมินผล					
เคลื่อนไหวกล้ามเนื้ออย่างสัมพันธ์					
ควบคุมหรือดูแลรักษา					
สร้างความสัมพันธ์					
ทำเป็นรูปร่างอย่างเห็นได้ชัด					
ทำงานได้ดีตามที่ได้รับมอบหมายมา					
กล้าเปิดเผยตนเองหรือเผชิญหน้า					
มุ่งมั่น ทำงานได้เรียบร้อยตามกำหนด					



ฉันคือใคร Who Am I ?

ข้อแนะนำ

ให้นำข้อมูลทั้ง 4 ด้าน คือ ลักษณะเด่นหรือค่านิยม
ความสนใจและทักษะ ซึ่งได้จากการสำรวจมาข้างต้น
โดยเขียนลงตามหัวข้อต่อไปนี้



ลักษณะเด่นของฉัน :

My main Traits are :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ค่านิยมของฉัน :

My main Values are :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ความสนใจของฉัน :

My main Interests are :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ทักษะของฉัน :

My main Skills are :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

สรุปลifestyleที่ฉันคาดหวัง
My ideal future lifestyle



ชีวิตครอบครัว :

My Family:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

สุขภาพ :

My Healthy:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

การศึกษา:

My Education :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

อาชีพ/หน้าที่การงาน :

My Occupation and My Job:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

สมดุลชีวิต

การเรียนรู้

- ในห้องเรียน
- นอกห้องเรียน

ตัวฉัน

- สุขภาพ
- การบริโภค
- การพัฒนาตนเอง
- จิตวิญญาณ

เวลาว่าง

- การทำกิจกรรม
- มีส่วนร่วมกับประเพณีท้องถิ่น
- งานอดิเรก
- อ่านหนังสือ
- ท่องเที่ยว

สังคม

- เพื่อนฝูง
- ครอบครัว
- แฟน
- ญาติ

ชีวิตไม่ติดเบรค

FLOW

