

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

หนังสือ

ชัยพร วิชาวุธ. การวิจัยเชิงจิตวิทยา. กรุงเทพฯ : สารมวลชน, 2519.

ชุมพร ยงกิตติกุล. การวัดทางจิตวิทยา : เบื้องต้น. กรุงเทพฯ. : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.

ดวงเดือน พันธมนาวิน และจรรยา สุวรรณทัต. "จิตวิทยากับการศึกษา." ใน สังคมศาสตร์กับการศึกษา. กรุงเทพฯ : โครงการพัฒนาสังคมศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี, 2522.

อนันต์ ศรีโสภณ. การวัดและการประเมินผลการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2524.

เอกสารอื่น ๆ

เพียงใจ สินธุนาคร, "ผลของการฝึกความไวต่อการรับรู้ที่มีต่อทักษะและทัศนคติส่วนบุคคล." วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522.

วิฑิตา อัจฉริยะเสถียร. "กลุ่มพัฒนาตนเองมาราธอนกับการพัฒนา"ตน". วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.

สุปรียา อิศรางกูร ณ อยุธยา. "การเปรียบเทียบผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มในเรื่องความเข้าใจตนเองระหว่างแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทางกับแบบที่สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง" วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.

โสรัจ โปธิแก้ว. "กลุ่ม." บรรยาย ณ ห้องฝึกอบรมชั้น 6 บริษัทเชลล์แห่งประเทศไทย  
2 กรกฎาคม 2524. เวลา 17.00-20.00 น. กรุงเทพฯ: สมาคมการจัด  
การธุรกิจแห่งประเทศไทย อัดสำเนา.

#### BIBLIOGRAPHY

##### Books

Blank, Leonard; Gottsegen, Gloria B. and Gottsegen, Monroe G.  
Confrontation. New York: Macmillan Publishing, 1971.

Campbell, Donald T. and Stanley, Julian C. Experimental and  
Quasi-Experimental Designs for Research. Chicago: Rand  
McNally College Publishing, 1973.

Downie, N. M. and Health R. W. Basic Statistical Methods. New York:  
Harper and Row, 1970.

Dyer, Wayne W. and Vriend, John. Group Counseling for Personal Mastery.  
New York: Sovereign Books, 1980.

English, Horace B. and English, Ava Champney. A Comprehensive  
Dictionary of Psychological and Psychoanalytical Terms:  
a guide to usage. New York: David Mckay, 1968.

Fadiman, James and Frager, Robert. Personality and Personal Growth.  
New York: Harper and Row Publishing, 1976.

Johnson, David W. Reaching Out: interpersonal effectiveness and  
Self-actualization. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice  
Hall, 1972.

Jourard, Sidney M. Disclosing Man to Himself. New York: D. Van  
Nostrand, 1968.

- Healthy Personality: An Approach from the Viewpoint of Humanistic Psychology. New York: Macmillan Publishing, 1974.
- Lieberman, Morton A., Yalom, Irvin D. and Miles, Mathew B. Encounter Groups: First Facts. New York: Basic Books, 1973.
- Marram, Gwen D. The Group Approach: in Nursing Practice. St. Louis: C.V. Cosby, 1973.
- Maslow, Abraham H. The Further Reaches of Human Nature. Middlesex England: Penguin Books, 1978.
- Motivation and Personality. 2d ed. New York: Harper and Row Publishers, 1970.
- Toward a Psychology of Being. 2d ed. New York: D. Van Nostrand, 1968.
- Nikelly, Arthur G. Achieving Competence and Fulfilment. Monterey, California: Brooks/Cole Publishing, 1977.
- Ohlsen, Merle M. Group Counseling. 2d ed. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1977.
- Patterson, C.H. Relationship Counseling and Psychotherapy. New York: Harper and Row Publishers, 1974.
- Pfeiffer, William and Jones, John E. A Handbook of Structured Experiences for Human Relations Training. 2d ed. California: University Associates, 1974.

- Robinson, P.W. Fundamentals of Experimental Psychology: a comparative approach. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, 1976.
- Rogers, Carl R. Carl Rogers on Encounter Group. New York: Harper and Row Publishers, 1970.
- Rosenbaum, Max and Snodowsky, Alvin. The Intensive Group Experience. New York: The Free Press, 1976.
- Schultz, Duane P. Psychology in Use: An Introduction to Applied Psychology. New York: Macmillan Publishing, 1970.
- Theories of Personality. Monterey, California: Brooks/Cole Publishing Company, 1976.
- Trotzer, James P. The Counselor and the Group: Integrating Theory, Training, and Practice. Monterey, California: Brooks/ Colo Publishing, 1977.
- Verny, Thomas R. Inside Groups: A Practical Guide to Encounter Groups and Group Therapy. New York: McGraw-Hill Book Co., 1974.

#### Articles

- Chase, Lawrence George. "The Development of a Training Program to Facilitate the Self-Actualization of Teachers," Dissertation Abstract International 39 (June 1979): 7234-A.

- Counseling Center Staff, Counseling Center, University of Massachusetts. "Effects of Three Types of Sensitivity Groups on Changes in Measures of Self-Actualization." Journal of Counseling Psychology 19 (May 1972): 253-254.
- Denniston, Betty Ann. "An Experiment on the Effect of Various Training Models on Growth toward Self-Actualization." Dissertation Abstract International 36 (February 1976): 5038-A.
- Flaherty, Rollie Wheeler. "The Effect of Muscular Relaxation Training Upon the Self-Actualization of Encounter Group Participants." Dissertation Abstract International 35 (September 1974): 1443-A.
- Foulds, Melvin L., and Hannigan, Patricia S. "Effects of Gestalt Marathon Workshops on Measured Self-Actualization: A Replication and Follow-up Study." Journal of Counseling Psychology 23 (January 1976): 60-65.
- Hauman, Robert Theodore. "The Relationship of Group Counseling Models and Group Facilitator Personality Profile to Group Member Characteristics." Dissertation Abstract International 36 (March 1976): 5822-A.
- Johnson, Sarch and Johnson Norbert. "Effects of Various Group Approaches on Self-Actualization of Graduate Counseling Students." Journal of Counseling Psychology 26 (September 1979): 444-447.

- Maher, Michael Frederick. "Movement Exploration and Zen Meditation: A Comparison of Two Methods of Personal - Growth-Group Approaches on the Self-Actualization Potential of Counselor Candidates." Dissertation Abstract International 39 (March 1979): 5329-A.
- Owens, James Michael. "Personal Orientation Inventory Real-Ideal Response Set Measures of Self-Actualization and Congruency in an Encounter and Marathon Group." Dissertation Abstract International 33 (April 1979): 5498-A - 5499-A.
- Venino, William Kennedy. "A Comparison of Two Encounter Group Approaches in Promoting Personal Growth and Self-Actualization." Dissertation Abstract International 34 (May 1974): 6989-A - 6990-A.
- Warner, Steven Gordon. "The Effects of Human Potential Laboratory Groups on Self-Actualization, Self-Esteem and Anxiety." Dissertation Abstract International 40 (January 1980): 3794-A.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ การางแสดงกะแนณกิบ





สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

1. การหาความเที่ยงของแบบวัด ด้วยวิธีวิเคราะห์ความคงที่ภายใน  
(Internal Consistency) โดยใช้สูตร K-R<sub>20</sub>

$$r_{tt} = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum pq}{\sum x^2} \right)$$

- เมื่อ  $r_{tt}$  แทน ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง  
 $p$  แทน สัดส่วนของคำตอบที่ถูกต้องในแต่ละข้อ  
 $q$  แทน สัดส่วนของคำตอบที่ผิดในแต่ละข้อ  
 $\sum pq$  แทน ความแปรปรวนของข้อสองแต่ละข้อ  
 $\sum x^2$  แทน ความแปรปรวนของคะแนนรวม  
 $n$  แทน จำนวนข้อ

2. การหาความแม่นยำของแบบวัด ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ  
เพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient)  
โดยใช้สูตร

$$r = \frac{S_{1+2}^2 - S_1^2 - S_2^2}{2S_1S_2}$$

- เมื่อ  $r$  แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์  
 $S_{1+2}^2$  แทน ความแปรปรวนของคะแนนรวมของแบบสอบทั้งฉบับ  
กับคะแนนรวมของแบบสอบย่อยแต่ละลักษณะ  
 $S_1^2$  แทน ความแปรปรวนของคะแนนแบบสอบทั้งฉบับ  
 $S_2^2$  แทน ความแปรปรวนของคะแนนแบบสอบย่อยแต่ละลักษณะ  
 $S_1$  แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบทั้งฉบับ  
 $S_2$  แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบสอบย่อยแต่ละลักษณะ

3. การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนที่เพิ่มขึ้นของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{SS_a + SS_b}{(n_a - 1) + (n_b - 1)} \left( \frac{1}{n_a} + \frac{1}{n_b} \right)}}$$

ขั้นแห่งความเป็นอิสระ (df) =  $n_1 + n_2 - 2$

เมื่อ	t	แทน	กรณีนี้ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนที่เพิ่มขึ้นของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง
$\bar{X}_1, \bar{X}_2$		แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนนที่เพิ่มขึ้นหลังจากการเข้ากลุ่มของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม
$SS_a, SS_b$		แทน	ผลบวกของกำลังสองของคะแนนที่เพิ่มขึ้นหลังจากการเข้ากลุ่มควบคุมด้วยผลบวกของคะแนนที่เพิ่มขึ้นยกกำลังสอง ซึ่งถูกหารด้วยจำนวนคนในกลุ่ม $\left[ SS = \sum x^2 - \frac{(\sum X)^2}{n} \right]$ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
$n_1, n_2$		แทน	จำนวนคนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 4 แสดงคะแนนดิบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในการทดสอบก่อนและหลัง

การทดลอง

คนที่	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	คะแนนที่เพิ่มขึ้น	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	คะแนนที่เพิ่มขึ้น
1	53	65	12	65	70	5
2	61	93	32	72	76	4
3	63	73	10	87	87	0
4	74	72	-2	97	96	-1
5	78	102	24	102	101	-1
6	87	100	13	102	106	4
7	91	107	16	103	100	-3
8	93	115	22	110	114	4
9	99	111	12	112	111	-1
$\Sigma X$	699	838	139	850	861	11

ภาคผนวก ข.

แบบวัดลักษณะจัดการแข่งขัน

### แบบวัดลักษณะสัจการแห่งตน

#### คำชี้แจงในการทำแบบสอบถาม

แบบสอบถามนี้ต้องการให้ท่านประเมินลักษณะนิสัย ความคิด ความรู้สึกบางประการของท่านในด้านต่างๆ ว่าเคยประสบ หรือประพฤติกฎีปฏิบัติหรือไม่ แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด เพราะแต่ละคนย่อมมีลักษณะนิสัย หรือแนวในการประพฤติกฎีปฏิบัติไม่เหมือนกัน ดังนั้น คำตอบที่ดีที่สุด คือ คำตอบที่ตรงกับความรู้สึก ความคิด สภาพที่แท้จริงของท่าน ขอได้โปรดตอบตามความเป็นจริงของท่าน คำตอบตามความเป็นจริงของท่านจะเป็นประโยชน์อย่างมากแก่การค้นคว้าทางการศึกษา

#### การตอบแบบสอบถาม

1. ขอให้ท่านอ่านข้อความที่ละเอียดรอบคอบ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับสภาพที่แท้จริงของท่านหรือไม่
2. ขอให้พยายามและตัดสินใจว่าข้อความนั้นๆ "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" ลักษณะนิสัย ความคิด ความรู้สึกของท่าน แล้วกากบาท ( X ) ในช่องว่างใต้คำ "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" นั้น ในกระดาษคำตอบ
3. โปรดระวังขีดคำตอบให้ตรงกับข้อคำถาม
4. กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ
5. คำตอบของท่านจะไม่กระทบกระเทือนต่อท่านแต่อย่างใด ไม่ว่าทางตรงหรือทางอ้อม ฉะนั้นขอให้ท่านสบายใจที่จะตอบตามความเป็นจริง
6. กรุณาอย่า ชี้ต เขียน หรือ ทำเครื่องหมายใด ๆ ลงในแบบสอบถาม

ขอขอบคุณในความร่วมมือ

สุปราณี วัชรสันตชาติ

1. เมื่อเผชิญกับปัญหา ฉันยังคงยิ้มได้ หัวเราะออกสามารถต่อสู้ต่อไป
2. สิ่งใหม่ ๆ ท้าทายให้ฉันอยากจะทำ
3. ฉันให้อภัยข้อบกพร่องต่าง ๆ ของผู้อื่นโดยด้วยความรู้สึก รักเสมือนเกี่ยวข้องกับเป็นเครือญาติกัน
4. ฉันมักคาดหวังในสิ่งที่จะเป็นไปได้ ซึ่งทำให้ฉันขุ่นใจอยู่บ่อย ๆ
5. ชีวิตประจำวันของฉันเต็มไปด้วยสิ่งที่ฉันสนใจ
6. การตาย การเจ็บป่วย เป็นสิ่งที่ฉันหวาดกลัว
- ✓ 7. ฉันทนฟังคำตำหนิตัวฉันไม่ได้
- ✓ 8. ฉันเลือกเป็นตัวของฉันเอง
- ✓ 9. ฉันให้อภัยผู้อื่นด้วยอารมณ์ขัน
10. ฉันรู้สึกชื่นชมกับธรรมชาติรอบ ๆ ตัว
11. ฉันมีวิถีทางการแสดงออกเฉพาะตัว
12. ฉันรู้สึกว่าคุณอื่นทำอะไรไม่ค่อยถูกใจฉัน
13. เมื่อฉันพบ สิ่งที่เคยพบมาแล้ว ฉันจะทำความรู้จักกับสิ่งนั้นในทัศนะใหม่
14. ฉันสามารถทำใจจจอกับงานจนลืมสิ่งแวดล้อมภายนอกอันอึดอัดได้
15. ฉันชอบปฏิบัติตามขนบธรรมเนียมประเพณี และหลีกเลี่ยงสิ่งซึ่งคนที่ฉันนับถือเห็นว่าผิดประเพณีนิยม
- ✓ 16. ฉันกลัวอันตรายจากสิ่งที่ไม่มีความหมาย
17. ฉันใส่ใจฟังเรื่องราวอย่างถี่ถ้วนทุกครั้ง แม้ไม่เห็นด้วยกับสิ่งที่พูด
- ✓ 18. ฉันพูดตามที่ฉันคิด
19. เมื่อเหตุการณ์ไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง ฉันค้นหาสาเหตุของปัญหาโดยไม่ใช้อารมณ์
20. ฉันวิตกว่าสิ่งที่ฉันจะทำจะเกิดขึ้นเสมอ
21. ฉันไปดูภาพยนตร์เรื่องหนึ่งกับเพื่อน : ทั้งๆที่ใจจริงแล้วฉันอยากดูเรื่องอื่นมากกว่า
- ✓ 22. ฉันเชื่อความเท่าเทียมกันในความเป็นมนุษย์
23. ฉันเผชิญหน้ากับประสบการณ์ต่าง ๆ อย่างไม่มั่นใจ

(โปรดชออนุญาตก่อนนำไปใช้ ที่ อาจารย์ ดร.โสรัจ โพนิกแก้ว)

24. ฉันทำสิ่งที่เห็นสมควรด้วยความสบายใจ
25. ฉันกล้าเผชิญกับอุปสรรคอย่างไม่หวั่นเกรง
- ✓ 26. ฉันไม่เห็นอกเห็นใจผู้ที่ทำให้ฉันโกรธ
27. คนที่มีความสามารถสูงควรมาจากคนที่ได้รับการศึกษาสูง
- ✓ 28. ฉันพอใจในชีวิตประจำวันของฉัน
29. เวลาฉันทำอะไรผิด ฉันไม่กล้าบอกให้ใครรู้
30. ฉันมักจะไร้อารมณ์ตัดสินใจทำสิ่งต่าง ๆ
31. ฉันหวาดกลัวอันตรายที่คาดว่าจะเป็น
- ✓ 32. ฉันอาศัยผู้อื่นในการตัดสินใจ
33. นอกจากฉันจะรับรู้สภาพแวดล้อมของฉันโดยที่ไม่มีคเป็นแล้ว ฉันยังแสดงออกโดยเสรี
- ✓ 34. ฉันสามารถที่จะไม่ปฏิบัติตามประเพณี
- ✓ 35. ฉันคิดกิจกรรมต่าง ๆ แล้วลงมือทำด้วย
36. ฉันรู้สึกเจ็บใจ โกรธแค้น เมื่อทราบข่าวว่าเพื่อนของฉันไปนิมนต์ฉันให้ผู้อื่นฟัง
37. ฉันรู้สึกว่าฉันเป็นภาระสำหรับผู้อื่น
38. ฉันหัวงัวงายมากที่ต้องเผชิญกับความยุ่งยากทั้งหลาย
39. เวลาทำอะไร ฉันจะเริ่มที่ตัวเอง
40. ฉันคิดว่าการมีความคิดสร้างสรรค์มีเฉพาะในคนบางอาชีพเท่านั้น
41. ฉันปฏิบัติตามประเพณีเพราะเป็นสิ่งที่ไม่อาจจะเว้นได้
42. ฉันเคยมีประสบการณ์บางอย่างที่ทำให้รู้สึกเป็นอิสระอย่างไร้ขอบเขต
43. ส่วนใหญ่ฉันเชื่อข่าวที่อ่านพบในหน้าหนังสือพิมพ์ทุกประการ
44. ชีวิตของฉันมีความใหม่ตลอดเวลา
45. ฉันไม่กลัวการติดต่อกับคนแปลกหน้า
46. ฉันไม่ถือสาในการที่ต้องทำตามคำสั่งผู้อื่น
- ✓ 47. ฉันสามารถแยกแยะสิ่งที่ถูกต้องออกจากสิ่งที่ผิด
48. ฉันมีความคิดใหม่ ๆ

49. ฉันรู้สึกเศร้าใจที่ตนเองไม่สามารถเผชิญกับสถานการณ์ยุ่งยากต่างๆ ได้
50. ฉันเคยรู้สึกเป็นสุขมากจนสามารถเปิดใจกว้างรับรู้อุปสรรคต่างๆ ได้ด้วย  
ทัศนคติที่วางเปล่า
51. ฉันรับประทานอาหารคนเดียวได้โดยไม่รู้สึกลำบาก
52. แม้ว่าจะเป็นงานที่ฉันทำเป็นประจำ แต่ฉันสามารถทำให้เป็นงานที่สนุกน่าสนใจ
53. ฉันมองสิ่งต่าง ๆ ในมิติที่ลึกซึ้ง
54. ฉันเจริญอาหารและนอนหลับสนิท
55. ฉันรู้สึกความมนุษย์ชาติในโลกนี้เป็นเพียงครอบครัวเดียวกัน
56. ชีวิตของฉันมีความสุขสบาย
57. ฉันเข้ากับบุคคลอื่นได้
58. ฉันสามารถรวบรวมแนวคิดสิ่งต่างๆ ที่กระจัดกระจายมาเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้
59. ฉันลำบากใจในการพูดคุยกับคนที่เพิ่งรู้จัก
60. ฉันไม่พอใจที่เป็นอย่างที่ผมเป็นอยู่ขณะนี้
61. ฉันสามารถไขว่คว้าใจความใดที่ครบถ้วน
62. ในชีวิตประจำวันโดยทั่วไปฉันไม่รู้สึกสับสน ลังเลใจ หรือขัดแย้งเลยว่าได้ทำสิ่งที่  
ถูกหรือผิด ดีหรือเลว
63. เวลาพบกับผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นใคร ฉันรู้สึกเห็นเขาเป็นที่หนึ่ง
64. ฉันรู้สึกชีวิตว่างเปล่าเฉยๆ
65. เวลาทำอะไรก็ตามใจชอบ ฉันกังวลใจว่าคนอื่นจะคิดไม่ดีกับฉัน
66. ฉันชอบกวี คนตรี ปรัชญา และศาสนา มากกว่าการเปลี่ยนแปลงสังคมและการเมือง
67. ฉันไม่กลัวความผิดพลาด
68. ฉันสามารถพูดถึงความผิดพลาดในชีวิตมนุษย์ เช่น การหลงลืมที่เก็บสิ่งของให้กลายเป็นเรื่องตลกขบขันได้
69. ฉันใฝ่ฝันอยากพบแง่คิดใหม่ ๆ
70. ฉันอยู่อย่างสบายใจแม้จะมีรอบกพร่องส่วนตัวหลายอย่าง
- ✓ 71. เมื่อมีปัญหาคิดๆ ก็ตาม- กับจะตำหนิตนเอง



72. หากให้ฉันเลือกท่าระหว่างสิ่งที่คุ้นเคยอยู่แล้วกับสิ่งแปลกใหม่ที่ท้าทาย ฉันเลือกอยู่กับสิ่งที่ฉันคุ้นเคย
73. ฉันรับอารมณ์ต่างๆ ได้โดยจะไม่เสียอารมณ์และดิ๊กซิ่ง
74. ฉันชอบสถานการณ์ที่มีผู้อื่นคาดหวังให้ฉันปฏิบัติตามประเพณีนิยม
75. ฉันไม่ยอมให้กฎระเบียบในสังคมมายับยั้งการกระทำซึ่งฉันเห็นว่าสำคัญและถูกต้อง
76. ฉันปฏิบัติตามประเพณีโดยไม่ยึดถือประเพณีเป็นหลักสำคัญ
- ✓ 77. ฉันใกล้ชิดกับประสบการณ์ของความสุขและสงบยิ่ง
78. ฉันมีความสงสารให้แก่ทุกคน แม้กับผู้ที่ไม่เป็นมิตรกับฉัน
79. ฉันมักมีเรื่องทำให้ก่อกวนอยู่บ่อยๆ
80. ฉันมักคำนึงถึงผลมากกว่าวิธีการ เพื่อที่จะไปถึงผลนั้น
81. ฉันรู้สึกว่าฉันมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับมนุษยชาติ
82. คำพูดของฉันไม่เพียงแต่ทำให้เพื่อนรู้สึกชั้นเท่านั้น แต่ยังสามารถให้ชอกช้ำแก่เขาได้
83. ฉันไม่รังเกียจความประหลาดของคนโดยทั่วไป
84. ฉันเคยมีประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความสุขอย่างคัมภีร์ซึ่งที่สุด
- ✓ 85. ฉันปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ง่าย
86. ฉันยังสามารถสนใจบุคคลที่ทำในสิ่งที่ฉันไม่ชอบได้
87. ฉันหลับไม่คอยสนิท
88. ฉันรู้สึกอยู่เสมอว่าฉันเลือกเรียนผิดทาง
89. ฉันซื้อขายและประหม่าเมื่อเข้าสังคม
90. ฉันรับผิดชอบตัวเอง และทำตามจุดหมายของฉันทเอง
91. ในความเห็นของฉัน สิ่งที่ถูกมองไม่จำเป็นต้องเป็นไปตามมาตรฐานของสังคมเสมอไปเสมอไป
92. เมื่อเห็นใครตลกเลียนแบบลักษณะพิการของคน ฉันรู้สึกชั้น
93. ฉันแต่งกายตามที่ฉันเห็นว่าเหมาะสมมากกว่าตามสมัยนิยม
94. เวลาเกิดอุปสรรค ฉันจะถามว่าอะไรคือปัญหามากกว่าใครทำให้เกิดปัญหา

95. ฉันมีความตื่นตัวในการทำงาน
96. บางครั้งฉันจะอายใจในพฤติกรรมอันเป็นธรรมชาติของคน เช่น การสืบทอด การมีประจำเดือน การตั้งครรภ์ การขับถ่าย ฯลฯ
97. ฉันกล้าคิดในสิ่งที่สังคมไม่ยอมรับ
98. ฉันกลัวที่จะเผชิญกับอุปสรรคที่ไม่คาดคิด
99. ฉันมักคาดเหตุการณ์ล่วงหน้าได้ตรงกับที่เป็นจริง
100. ฉันมีความคิดว่าไม่ควรเป็นมิตรกับคนบางเชื้อชาติ
101. ฉันไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
102. ฉันมีความปรารถนา ความพยายามที่จะพัฒนาตนเองอยู่เสมอ
103. ชีวิตของฉันมีแต่สิ่งซ้ำๆ นานาเบื่อ
104. ความงามของธรรมชาติสร้างความประทับใจให้ฉันได้ทุกครั้งที่ได้เห็น
105. ฉันมีความอดทนต่อบุคคลอื่นๆ
106. ฉันทำให้ผู้อื่นยิ้มหรือหัวเราะได้โดยแทบกลืนใจแก่เขา
107. ฉันมีความคิดริเริ่ม
108. เวลาฉันจะตัดสินใจอะไร ฉันมักจะนึกถึงกฎเกณฑ์ต่างๆ ที่สังคมกำหนดเสมอ
109. ฉันมุ่งมั่นที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสังคม และได้ปฏิบัติอยู่อย่างเงิบๆ
110. ฉันประทับใจอย่างเต็มคำกับความงามยามพระอาทิตย์ตกดิน
111. ฉันชอบให้มีคนช่วยในการตัดสินใจ
112. ฉันมีความเข้มแข็ง สามารถตัดสินใจได้แม้ในปัญหาที่หนัก
113. เวลาจะทำอะไร ฉันกลัวว่าจะทำไม่ถูกใจผู้อื่น
114. ฉันพยายามปฏิบัติตามค่านิยม
115. ฉันกลัวการสอบที่ใกล้จะมาถึง
116. ฉันได้พบประสบการณ์ที่ทำให้รู้สึกซาบซ่านในจิตใจอย่างยิ่งและรู้สึกตัวเบาอย่างที่สุด
117. ฉันตัดสินใจโดยอาศัยกฎเกณฑ์ของสังคม
118. เมื่ออยู่คนเดียว ฉันรู้สึกว่าเหวอถูกทอดทิ้ง
119. ฉันให้ความรู้ผู้อื่นด้วยอารมณ์ฉัน

120. ฉันเชื่อว่าการทำงานมีค่าที่ตัวของมันเอง ไม่ใช่ที่ผลอันพึงจะได้รับ
121. ฉันมักจะเปรียบเทียบตนเองกับคนที่รู้จัก
122. ฉันเสียใจที่เกิดมาเป็นตัวฉัน
123. ฉันชอบคิดแคะกั้ววด
124. ฉันเป็นคนเมื่ออะไรไต่กายๆ แม้ในสิ่งทีฉันเคยชื่นชมอย่างมาก
125. เมื่อฉันตั้งใจจะซื้อของอย่างหนึ่ง แต่เพื่อนของฉันไม่เห็นด้วย ฉันจึงไม่ซื้อ
126. ความมั่งคั่งของฉันเกิดขึ้นเองในสภาพการณ์ โดยไม่ได้เตรียมการล่วงหน้า
127. การตัดสินใจว่าสิ่งใดถูกผิด ที่เวลานั้น มีกฎเกณฑ์ตายตัว โดยไม่มีการยกเว้น
128. ฉันรู้สึกภูมิใจในผลงานที่ฉันได้กระทำไป
129. ในการทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันชอบตัดสินใจด้วยตัวเองโดยไม่คำนึงว่าผู้อื่นจะคิดอย่างไร
130. ฉันยอมรับคุณสมบัติและข้อบกพร่องของตนเอง
131. ฉันตัดสินใจใดด้วยตนเอง โดยไม่ต้องมีใครสนับสนุน
132. ฉันกล้าแสดงความรู้สึกนึกคิดของฉัน
133. ฉันเป็นคนมีเสน่ห์มากจนอาจก้าวไควา ฉันมีเพื่อนและผู้นิยมนับถือฉันหรือผู้นายกยกย่องฉัน
134. ฉันทำอะไรต่างๆ ไต่ด้วยความรู้สึกเสรี

กระดาษคำตอบ

ข้อ

วัน เดือน ปี เกิด

เพศ

ข้อ	ใจ	ไม่ใจ
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		
33		
34		

ข้อ	ใจ	ไม่ใจ
35		
36		
37		
38		
39		
40		
41		
42		
43		
44		
45		
46		
47		
48		
49		
50		
51		
52		
53		
54		
55		
56		
57		
58		
59		
60		
61		
62		
63		
64		
65		
66		
67		
68		

ข้อ	ใจ	ไม่ใจ
69		
70		
71		
72		
73		
74		
75		
76		
77		
78		
79		
80		
81		
82		
83		
84		
85		
86		
87		
88		
89		
90		
91		
92		
93		
94		
95		
96		
97		
98		
99		
100		
101		
102		

ข้อ	ใจ	ไม่ใจ
103		
104		
105		
106		
107		
108		
109		
110		
111		
112		
113		
114		
115		
116		
117		
118		
119		
120		
121		
122		
123		
124		
125		
126		
127		
128		
129		
130		
131		
132		
133		
134		

ภาวณวก ก.

รายละเอียดกิจกรรมที่ได้ในการประชุมกลุ่ม

## รายละเอียดกิจกรรมที่ใช้ในการประชุมกลุ่ม

- กิจกรรมที่ 1      ทำความคุ้นเคย
- วัตถุประสงค์      เพื่อให้สมาชิกได้คุ้นเคยกัน และทำความรู้จักกัน
- เวลาที่ใช้        ประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที
- วิธีการ            แบ่งกิจกรรมออกเป็น 2 ช่วง
1. ช่วงแนะนำตนจากสองคนไปสี่คนและหกคนตามลำดับ กล่าวคือให้แต่ละคนจับคู่แล้วต่างผลัดกันแนะนำตนเอง แต่ละคนใช้เวลาประมาณ 5 นาที หลังจากนั้นจับคู่กับคู่ต่อไป โดยให้คู่เดิมผลัดกันแนะนำคู่ของตน
  2. ช่วงเกมบิงโก ให้สมาชิกแต่ละคนแข่งกันสัมภาษณ์เพื่อนสมาชิกที่ยังไม่รู้จักหรือที่ยังรู้จักน้อย โดยให้สัมภาษณ์คนละ 5 คำถาม และผู้ที่สัมภาษณ์เสร็จเร็วที่สุดนับเป็นผู้ชนะเกมบิงโกนี้ แล้วสมาชิกต่างบอกข้อมูลที่ได้รู้จักสมาชิกอื่นไปที่ละคนจนครบทุกคน
  3. สมาชิกกลุ่มอภิปรายถึงความรู้สึกที่ได้รับขณะนั้น

- กิจกรรมที่ 2      หน้าต่างใจของโจแฮรี (Johari Window)
- วัตถุประสงค์      1. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจตนเอง เรียนรู้จักลักษณะของตน
2. เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้ถึงวิธีการที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น
3. เพื่อให้สมาชิกเริ่มกล้าที่จะเปิดเผยตนเอง
- เวลาที่ใช้        ประมาณ 3 ชั่วโมง
- วิธีการ            มีขั้นตอนดังนี้
1. ให้สมาชิกแต่ละคนสำรวจว่า ตนเองรับรู้ว่าตนเองเป็นคนอย่างไร (ตอบคำถาม Who are you?) โดยบันทึกข้อความใส่ในกระดาษให้มากที่สุด ดังตัวอย่างเช่น ฉันรับรู้ว่าเป็นคนน่ารัก
  2. ให้สมาชิกแต่ละคนสำรวจตนเองว่า บุคคลอื่นที่รู้จักตน เช่น พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน ผู้ร่วมงาน เป็นต้น รับรู้ว่าเป็นคนอย่างไร โดยเขียนข้อความให้มากที่สุด ดังตัวอย่างเช่น ฉันรับรู้ว่าบุคคลอื่นรับรู้ว่าเป็นคนใจเย็น

3. ให้สมาชิกเขียนความประทับใจที่มีต่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่มแต่ละคน (ในแง่ดี) คนหนึ่งหรือสองลักษณะว่าเขาเป็นคนอย่างไร
4. สมาชิกกลุ่มได้รับทราบว่าเพื่อนสมาชิกที่รับรู้ตนเป็นคนอย่างไร
5. สมาชิกแบ่งปันความคิด ความรู้สึกที่เกิดขึ้น อภิปรายถึงลักษณะการรับรู้ทั้งสามลักษณะ เปรียบเทียบสิ่งที่ตนและผู้อื่นรับรู้ตรงกัน สิ่งที่รับรู้ไม่ตรงกัน สิ่งที่ตนไม่เคยรู้จัก ไม่เคยรู้ตัวว่าเป็น และสิ่งที่ตนรู้แต่ผู้อื่นไม่รู้
6. ผู้นำกลุ่มอธิบาย และสรุปความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ตามรูปหน้าต่างใจของโจแฮรี หลังจากสมาชิกอ่านเอกสาร เรื่องหน้าต่างใจของโจแฮรี

หน้าต่าง(หัว)ใจของโจแฮรี (The Johari Window)

สัมพันธภาพอันดีเป็นกุญแจสำคัญที่เราจะได้พบกับความต้องการพื้นฐาน และจะเป็นทางให้เราได้พัฒนาการเป็นตัวของตัวเอง และการรับรู้ตนเอง การได้ติดต่อสัมพันธ์กันเป็นกลวิธีที่เราจะพัฒนาการเจริญส่วนตัว (personal growth) ฉะนั้นเราจึงต้องเข้าใจว่าสัมพันธภาพเกิดขึ้นอย่างไร และสัมพันธภาพที่ดี (ทางบวก) แตกต่างจากสัมพันธภาพทางลบอย่างไร ความเข้าใจนี้เป็นสิ่งจำเป็น Luft (1970) ได้เสนอรูปแบบต่อไปนี้

KNOWN                      UNKNOWN  
TO SELF                      TO SELF

Known to Others	1 Open	3 Blind (Feedback)
	Risk	
Unknown to Others	2 Hidden (Self disclosure)	4 Unknown (potential)

ในการติดต่อสัมพันธ์กันไม่ว่าจะเป็นบุคคลต่อบุคคล หรือบุคคลต่อกัน มีทัศนะสองประการ คือ การมองตน และการมองผู้อื่น เมื่อเขียนการรู้จักตนในแนวดิ่งและการรู้จักผู้อื่นในแนวนอน และเพิ่มการรู้จักซึ่งกันและกันและการไม่รู้จักซึ่งกันและกัน หน้าตาความเข้าใจก็จะแบ่งเป็นสี่ส่วน และจากการได้สัมพันธ์กันติดต่อกันในตอนแรกๆ และการทำความคุ้นเคย (บริเวณเปิดเผยสี่เหลี่ยมเล็ก) ก็จะเพิ่มสายสัมพันธ์อันสนิทแน่นแน่นขึ้น (บริเวณเปิดเผยสี่เหลี่ยมใหญ่) จากตารางหน้าตาใจนี้เป็นเพียงเครื่องมือที่จะให้เราได้ศึกษาสัมพันธ์ภาพระหว่างกัน แต่มิได้กำหนดว่าจะให้สัมพันธ์ภาพในบริเวณเปิดเผยกว้างมากขึ้นเพียงใด ขอให้ท่านได้ประเมินการเจริญด้วยตัวของท่านเอง ความสัมพันธ์ของทุกคนจะดำเนินไปสู่บริเวณเปิดเผยตน แต่ไม่มีมนุษย์คนใดที่จะเปิดเผยตนเองอย่างเต็มที่สมบูรณ์

- บริเวณที่ 1 การเปิดเผย เป็นข้อมูลที่ตัวเองรู้และผู้อื่นรู้ การได้สัมพันธ์กัน จะเพิ่มขนาดบริเวณที่ว่างขยายออกได้โดยการแบ่งปัน แลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันให้รู้จัก
- บริเวณที่ 2 บริเวณซ่อนเร้น เป็นข้อมูลที่ตัวเองรู้แต่ผู้อื่นไม่รู้ บริเวณนี้เป็นบริเวณที่เราใคร่เกี่ยวกับตนเองจากประสบการณ์ส่วนตัวต่างๆ ที่สะสมมา ได้เรียนรู้มา กลไกการแบ่งปันส่วนนี้ที่เรารู้เกี่ยวกับตนเอง เรียกว่า การเปิดเผยตน (Self-disclosure)
- บริเวณที่ 3 จุดบอด เป็นข้อมูลที่ผู้อื่นรับรู้และรู้จักตัวของเรา แต่มิได้แบ่งปันแลกเปลี่ยนกับเรา กลไกการแบ่งปันความรู้ส่วนนี้ เรียกว่า การป้อนกลับ (feed back) การแบ่งปันข้อมูลส่วนนี้รวมถึงการรับรู้ของเราที่มีต่อผู้อื่น และแบ่งปันให้ผู้อื่นรู้ เนื่องจากเขาไม่รู้จักตัวเองในตอนนี้
- บริเวณที่ 4 บริเวณไม่รู้ และเป็นบริเวณที่แสดงถึงศักยภาพหรือความสามารถสูงสุดที่เราจะเจริญไปอย่างเต็มที่ ลักษณะนี้เป็นอีกส่วนหนึ่งในความสัมพันธ์ทั้งหมด ข้อมูลส่วนนี้เมื่อเกิดสัมพันธ์ภาพเพิ่มขึ้นทีละน้อย ๆ ก็จะพัฒนาขึ้น ข้อมูลส่วนนี้ไม่ได้เคลื่อนจากบริเวณไม่รู้ไปสู่การเปิดเผยทันที แต่มักจะผ่านบริเวณจุดบอดหรือบริเวณซ่อนเร้น

การเปิดเผยตนเองและการป้อนกลับที่เกิดขึ้นในสัมพันธ์ภาพ เป็นการเสี่ยง เป็นการเสี่ยงเปิดเผยตนเองบางสิ่งบางอย่างซึ่งเป็นที่ประจักษ์ของผู้อื่น หรือเป็นการป้อนกลับ ซึ่งบุคคลใดรู้จักคุ้นเคยกันมาแล้ว เมื่อได้แลกเปลี่ยนแบ่งปันกัน เกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว



มากขึ้น การเลี้ยงก็จะขยายเพิ่มขึ้น การเลี้ยงเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้มีภูมิเศษเราหรือเราอาจจะประสบกับการตอกกลับ ซึ่งเป็นผลจากสิ่งที่เราได้แบ่งปัน

ความสัมพันธ์ในชีวิตประจำวันและในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม การเลี้ยงจะลดน้อยลงเมื่อเราคิดต่อกันด้วยความไว้วางใจ การยอมรับ การเคารพนับถือ การสื่อสารต่อกัน และความเข้าใจกัน การเปิดเผยตนเองและการบ่อนักดัดก็จะเกิดขึ้นอย่างอิสระ และจะเป็นโอกาสให้เราใคร่รู้จักตนเอง ได้เพิ่มการเรียนรู้จักตนเองและการพัฒนาตน ในทำนองเดียวกัน การรู้จักตนเอง การพัฒนาตนเองจะทำให้เราเพิ่มความไว้วางใจ การยอมรับ การเคารพนับถือ การสื่อสารต่อกัน และการเข้าใจกันเพิ่มขึ้นด้วยเช่นกัน

ผู้วิจัยเรียบเรียงจาก The Counselor and the Group: Integrating

Theory, Training and Practice โดย James P. Trotzer

กิจกรรมที่ 3 อภิปรายกลุ่มย่อย (Shifting subgroup)

- วัตถุประสงค์
1. ให้สมาชิกได้ทำความรู้จักกันมากยิ่งขึ้น
  2. ให้สมาชิกได้สังเกตเห็นเรื่องราวที่เปลี่ยนไปเปลี่ยนมาของกลุ่มย่อย
  3. ให้สมาชิกได้เผชิญหน้ากันทั้งในทศนะที่เห็นพ้องกันและทศนะที่ไม่ตรงกัน
  4. ให้สมาชิกได้เปิดเผยประสบการณ์ของตน

เวลาที่ใช้ ประมาณ 2 ชั่วโมง

- วิธีการ
1. แบ่งกลุ่มตามหัวข้อย่อยที่สมาชิกเลือก 1 ใน 3 หัวข้อว่า เรื่องใดสำคัญมากที่สุด และเรื่องใดสำคัญน้อยที่สุด
  2. ให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นของตนในกลุ่มที่เลือกเรื่องที่สำคัญที่สุดตรงกัน และหากกลุ่มที่เลือกลำดับความสำคัญต่างกัน (ตรงข้ามกัน)
  3. หลังจากอภิปรายกันภายใน 5 นาที ก็เปลี่ยนหัวข้อใหม่ให้เลือกและแสดงความคิดเห็นต่อกัน ทำซ้ำวิธีการเดิมในหัวข้อต่อไป ดังนี้หัวข้อต่อไป
    - ครั้งที่หนึ่ง ก) การเข้าใจเพื่อน ข) การเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น และ ค) การเป็นนายของตนเอง
    - ครั้งที่สอง ก) การรับประทานอาหารมีฉู้ใหญ่กับเพื่อนสนิท
    - ข) การไปเที่ยวนอกบ้านในวันที่แสนสดชื่น และ ค) การพักผ่อนทำงานอดิเรกในมา
    - ครั้งที่สาม ก) บ้านอันแสนอบอุ่น ข) การแสวงหาความสุขตามใจ

ตัวเอง และ ค) ฉันทองการให้คนอื่นเข้าใจฉัน

4. แบ่งกลุ่มตามลำดับการเกิด (คนโต คนกลาง หรือคนเล็ก) ให้สำรวจประสบการณ์ต่างๆ ที่พบ บอกเล่าประสบการณ์ และความรู้สึกของตนต่อการอยู่ตำแหน่งนั้นๆ

5. อภิปรายแลกเปลี่ยนข้อคิด ความรู้สึกที่ได้รับในกลุ่มย่อยต่างๆ

กิจกรรมที่ 4  
วัตถุประสงค์  
ควยทาทาง

เกมรูปปั้น (Sculpturing)

1. เปิดโอกาสให้กลุ่มได้แสดงความรู้สึกของตนออกมาโดยใช้คำร่ำลือสาร

2. ส่งเสริมให้มีการป้อนกลับถึงพฤติกรรมของแต่ละคน

เวลาที่ใช้

ประมาณ 2 ชั่วโมง

วิธีการ

ให้สมาชิกจับคู่ คนหนึ่งเป็นปฏิมากร อีกคนเป็นดินเหนียว ขณะนั้นไม่มีการสื่อสารด้วยคำพูด เมื่อเรียบรอยแล้วเปลี่ยนหน้าที่กัน ภายหลังจากกิจกรรมให้มีการป้อนกลับถึงพฤติกรรมแต่ละคน สมาชิกได้บอกความคิด ความรู้สึกของตน

กิจกรรมที่ 5

Blind Walk

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สมาชิกได้พัฒนาความสามารถในการไว้วางใจกัน การสนิทสนมกัน

และกล้าเสี่ยง

เวลาที่ใช้

ประมาณ 2 ชั่วโมง

วิธีการ

1. ขอให้สมาชิกแต่ละคนคิดเลือกสมาชิกอีกคนเป็นคู่ โดยยึดถืออยากให้ผู้นั้นเป็นผู้นำและคนสักครู่หนึ่ง หรือไว้วางใจมากที่สุด

2. สมาชิกที่เลือกคู่ตรงกันจับคู่กัน ส่วนสมาชิกที่เลือกคู่ไม่ตรงกันให้เลือก

ใหม่อีกครั้ง

3. แลกเปลี่ยนข้อคิด ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการเลือก

4. แต่ละคู่ คนหนึ่งปิดตาหรือผูกผ้าปิดตา อีกคนหนึ่งจงพาเดินไปสัมผัสสิ่ง

ต่างๆ เน้นให้สังเกตประสบการณ์ที่ได้รับทั้งเสียง กลิ่น และสัมผัสใหม่มากที่สุดโดยไม่ใช้การสื่อสารด้วยคำพูดเลย

5. ประมาณ 15 นาที ผัดเปลี่ยนกันทำกิจกรรมซ้ำ
6. อภิปราย แลกเปลี่ยนข้อคิด ความรู้สึกที่ได้รับ

กิจกรรมที่ 6 การปะทะสัมพันธ์ทางกาย (Physical Contact)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเพิ่มการรู้ทันตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกสนิทสนมกันยิ่งขึ้น
3. เพื่อให้สมาชิกได้ข้อคิดการทำงานเป็นกลุ่มต้องมีความร่วมมือ และ

ความเห็นยวแน่นของกลุ่ม

4. เพื่อให้สมาชิกเปิดเผยตนเองมากขึ้น

เวลาที่ใช้

ประมาณ 2 ชั่วโมง

วิธีการ

ให้สมาชิกได้ออกกำลังกายโดยแบ่งเป็นกิจกรรมย่อยๆ ดังนี้

- ก. closeness-farness มีวิธีการดังนี้

1. ให้สมาชิกยืนล้อมวง เดินถอยหลังและเดินหน้าตามคำบอกของ

ผู้นำกลุ่ม

2. ให้สมาชิกประสานมือกันยืนเป็นวงกลม แล้วเดินถอยหลังให้ยืนห่างจากกันที่สุดเท่าที่มือยังยึดกันอยู่ และเดินกลับไปศูนย์กลางวงกลมให้ใกล้กันที่สุด โดยยังคงรักษาวงกลมไว้ ทำซ้ำๆ จากขวาไปเร็ว

ตลอดเวลาขณะทำกิจกรรมให้สมาชิกสังเกตความคิด ความรู้สึก

ของตน

- ข. การบุกเข้าและการบุกออก (Breaking in and Breaking out)

ให้สมาชิกฉีกกาวัดช่วยกันต้านทานการบุกเข้าวงกลม และการบุก

ออกจากวงกลม

- ค. บนตารางสองชุด

ให้สมาชิกพยายามยืนภายในตารางสี่เหลี่ยมที่ผู้นำกลุ่มสร้างขึ้นจากขนาดใหญ่ไปเล็ก จนกระทั่งเล็กเป็นตารางแคบสองชุด หากใครอยู่นอกตารางจะถูกทำโทษ

3. อภิปราย แลกเปลี่ยนข้อคิด ความรู้สึกที่ได้รับ

- กิจกรรมที่ 7      บนถนนชีวิต (Road of life)
- วัตถุประสงค์      ให้สมาชิกได้เล่าประสบการณ์ชีวิตของตน
- เวลาที่ใช้          ประมาณ 3 ชั่วโมง 30 นาที
- วิธีการ            1. ให้สมาชิกแต่ละคนวาดรูปถนนแสดงถึงอดีต ปัจจุบัน และอนาคตของ  
 ตน และเขียนสัญลักษณ์แทนอุปสรรค หรือ สิ่งที่เกิดขวางทางไปสู่เป้าหมาย
2. ให้สมาชิกแต่ละคนแสดงถนนของตนเมื่อวาดเรียบร้อยแล้ว และเล่า  
 ประสบการณ์บนถนนชีวิตของตนก่อนหรือหลังตามความสมัครใจ
3. ให้สมาชิกได้ซักถาม และอภิปรายจากถนนที่เห็น พร้อมทั้งเปิดเผย  
 ความคิด ความรู้ดีของตน
4. ผู้นำกลุ่มเน้นให้สมาชิกเห็นเอกลักษณ์ของแต่ละคน ให้เห็นความ  
 แตกต่างระหว่างบุคคล และความคล้ายคลึงของประสบการณ์ที่ต่างได้รับ

ภาคผนวก ๑

ตัวอย่างบทสนทนาในการประชุมกลุ่ม

ตัวอย่างบทสนทนาในการประชุมกลุ่มการเจริญส่วนบุคคลออกจากเพมบันทึกเสียง

(ผู้นำกลุ่ม : นางสาวสุปราณี วัสนันทชาติ , ผู้ช่วยนำกลุ่ม : นางสาวสุปรียา อิศรางกูร  
ณ อยุธยา ส่วนหรือสมาชิกเป็นชื่อสมมุติ)

ผู้นำกลุ่ม : เรารู้จักกันแล้ว ต่อไปเพื่ออยากให้เราลองรู้จักสำรวจตัวเราเองนะว่า  
เรารับรู้ตัวเราเองอย่างไรนะคะ ... จะเขียนเป็นลักษณะว่า ฉันคือใคร  
... ฉันเป็นใคร ....ลักษณะตัวเราจะเป็นลักษณะนิสัย ความชอบ  
ความอะไร ... เป็นคำสั้นๆ ... ก้อขอแจกกระดาษคนละ 1 แผ่น

ผู้ช่วยนำกลุ่ม : เขียนยาวแคไหนคะ

ผู้นำกลุ่ม : ก้อขอให้เป็นคำคุณสมบัตินะคะ ก้อ ... ฉันเป็นคนดี

ผู้ช่วยนำกลุ่ม : ฉันเป็นคนสวย เก่ง อย่างนี้ใช่ไหม

ผู้นำกลุ่ม : อย่างนี้ไม่เอาะคะ

ผู้ช่วยนำกลุ่ม : ก้อเรารับรู้

ผู้นำกลุ่ม : พุดเล่นนะ ให้รับรู้ส่วนที่เป็นพฤติกรรมรักเจนนิสัยคนนะคะ .... เอาเยอะๆ  
นะคะ สำหรับตัวเอง สัก 10 , 20 ลักษณะก็ได้ ... อันนี้ะคะสำหรับ  
แต่ละคน หันหลัง แควคิคของตัวเอง พิจารณาตัวเองดีๆ

เล็ก : ต้องเขียนรอบนกระดาษหรือเปล่าอะ

ผู้นำกลุ่ม : เอาไว้ที่ตัวเรานะคะ อันนี้ถึงยังงี้ก็ได้อยู่ที่นี้ ... ถึงมุมไหนก็ได้คะ

เล็ก : คอกันไดหรือเปล่าอะ ... (หัวเราะ)

ผู้นำกลุ่ม : พิจารณานะคะว่า เรารับรู้ตัวเราเองยังงี้ ไม่ใช่คนอื่นว่าเราเป็นยังงี้  
นะคะ

ตีก : แล้วแผนนี้จะเอามาอ่าน

ผู้นำกลุ่ม : คะ ... หลังจาก ... เราเสร็จแล้วเอามาอ่านด้วยกัน อยู่ที่เรา.....

.....  
.....

ชูน้ำกลม : .... ไบที่ 1 นะคะ ตัวเรารับรู้ว่าตัวเราเป็นคนยังงใจ ฉับรับรู้ว่าฉับเป็น  
 คน .... ไบที่ 2 ฉับมองว่า ชูน้ำกลมรับรู้ว่าฉับเป็นคน .... ไบที่ 3 เพื่อน  
 หรือว่าบุคคลอื่นรับรู้ว่าฉับเป็นคน ต่อไปนะคะ พี่ขอใ้หมองที่ไบแรกนะคะ  
 เปรียบเทียบกับไบที่ 3 ก่อนนะคะ เราลองสังเกตนะว่าตัวเรารับรู้ตัวเรา  
 เป็นคนยังงใจ ในขณะที่เพื่อนๆ รับรู้ว่าตัวเราเป็นคนยังงใจ ลองสังเกตนะ  
 คะว่า มีอะไรที่เหมือน ไม่เหมือน แตกต่างกันออกไป ..... เกี่ยวกับที่จะ  
 ดองยักตัวอย่างบางตัวอย่างที่พี่เห็นนะคะให้เรากู ..... อย่างเช่น  
 พี่รับรู้ว่า .... อ้อ..... พี่เป็นคนหัวเราะง่าย ... หลายๆ คนก็ได้  
 เขียนมาว่าเป็นคนราเวิง สนุกสนาน อันนี้ก็เป็นลักษณะที่พี่รับรู้ตัวพี่ก็ตรง  
 กับที่น้อง ๆ รับรู้ นะคะ ส่วนอีกหลายๆ ลักษณะที่น่ารักทั้งนั้น ที่พี่รู้สึกอวย  
 อยางนั้นเหมือนกันนะคะ .... (หัวเราะ) เออ .... อย่างที่พี่รับรู้ว่า  
 เป็นคนอ่อนโยน ก็มีบางคนเขียนมาว่า พี่นะคะ ไม่รู้จะอ่านคำไหนดี  
 นะคะ ... พุดจาเป็นกันเอง ... พุดเพราะ... ส่วนที่พี่รับรู้อีกหลาย  
 อย่างที่พี่รู้สึกว่าเป็นส่วนไม่ค่อยดี ก็ยังไม่มีการเขียนมา โอกาสหน้าก็คงจะ  
 ได้เห็น ส่วนที่พี่รู้สึกว่าเป็นดีหลาย ๆ อย่าง ก็มีอีกหลายคนที่ยังไม่ได้เขียน  
 มา (เสียงหัวเราะ) คือ ที่พี่รับรู้ คือ พี่รับรู้ว่า พี่เป็นคนอ่อนไหวนะคะ  
 ซาบซึ้งกับความงามตามธรรมชาติมาก อันนี้พี่คิดว่าเป็นสิ่งดี แล้วก็พี่อีก  
 หลายอย่าง เช่น พี่รักเด็กๆ นะคะ พวกเราก็ไม่มีโอกาสได้เห็นส่วนนี้  
 ไม่ทราบว่าจะของคนอื่นๆ จะเป็นยังงใจบ้าง ถ้ามีอะไรที่รู้สึกสงสัยก็ตามได้  
 ก็จะช่วยกัน เดี่ยวพี่อ่านให้ทั้งหมดก็ได้นะคะ เพราะมีแต่สิ่งดีๆ ทั้งนั้น  
 แล้วย่อยากฟังของคนอื่นด้วย ..... คำว่าน่ารักมาอันดับ 1 นะคะ ..  
 ... แล้วยังหัวเราะมาอันดับที่ 2 ... หัวเราะง่าย อะไรอย่างนี้ นะคะ  
 แล้วยังพุดเพราะ พุดเป็นกันเอง ราเวิง สนุกสนาน มนุษย์สัมพันธ์  
 เข้มแข็ง เอาจริงเอาจังในการทำงาน ... แล้วยังมีอย่างอื่น .... มาด  
 ฟอร์มขริมนี่แม่ไม่ออกแะว่า เป็นยังงใจมั้ง ส่วนที่ตัวเอง พี่รับรู้ว่าเป็นคน  
 อ่อนโยนนะคะ อ่อนไหวแต่ไม่อ่อนแอ ซาบซึ้งกับความงามในธรรมชาติมาก  
 .....

ดวงใจ

ผู้นำกลุ่ม

: ของน้อง ๆ มีใครที่สังเกตเห็นอะไรบางอย่างไม่คะ ลองมองนะคะ พิจารณา  
 เปรียบเทียบของตนเอง จะไม่พูดออกมาก็ได้ แต่เราเปรียบเทียบนะ  
 ว่าสิ่งที่เรารับรู้กับสิ่งที่เพื่อน ๆ ในกลุ่มรับรู้เรามันเป็นยังไง ใต้เวลา  
 ชัก....ก็นาทีที่ 2-3 นาทีแล้วกัน ลองคะแล้วเดี๋ยวเรากอไปอีก  
 เรื่องหนึ่ง....เรารับรู้ตัวเรา แล้วคนอื่นรับรู้ตัวเรา มีใครเห็นอะไร  
 สังเกตเห็นอะไรบ้าง ลองพิจารณาแล้วเห็นอะไร เกิดขึ้นบ้าง หรือว่าเห็น  
 อยู่ไปเดี๋ยวแล้วค่อย

ผู้นำกลุ่ม

: จากกา ทักคนอื่นที่รู้สึกว่าจะเป็นการ เห็นจากภายนอกนะคะ เป็นที่หน้าตา  
 ที่คำพูด ที่การกระทำนะคะ แต่ที่รับรู้ตัวตัวเองว่า อีกแง่หนึ่งว่าเป็น  
 คนใจร้อน เป็นคนขมมาก ชุกเร็ว ที่รับรู้พฤติกรรมนะคะ ที่มองให้ลึกก็พูด  
 เร็ว ที่รับรู้ว่าที่พูดเร็ว นะคะ แล้วก็อีกอันหนึ่งที่บอกว่า...บอกว่า  
 มีมนุษยสัมพันธ์นะคะ ที่เองก็คิดว่า ตัวตัวเองก็มีพอสมควรนะคะ ที่  
 คุย ๆ กับคนอื่นได้ แต่เท่า ๆ ที่ฟัง ก็บอกว่าจะเรียกว่าปรับตัวได้ เข้า  
 กับคนอื่นได้ง่าย เรื่องปรับตัวที่คิดว่าไม่มีปัญหาอะไร ส่วนอีกอันหนึ่ง  
 บอกว่า อย่างเป็นคนเอาจริงเอาจริงนี่ ที่เองก็รับรู้ว่าตัวพี่มีข้าง เอาจริง  
 เอาจริงในบางเรื่อง แต่บางเรื่องก็เฉื่อย จะเห็นได้ว่า ถาสันที่กันมาก  
 ขึ้นนะคะ จะได้เห็นนิสัยใจคออย่างแท้จริง จะได้ตรงกว่านี้ ถ้าใครจัก  
 กันมากขึ้น มีการพูดคุยกันมากขึ้น อยู่ร่วมกันมากขึ้น รู้จักกันยิ่งขึ้น

ผู้นำกลุ่ม

เซง

: คนอื่น ๆ ละคะ  
 : อย่างที่คนอื่นเขาเขียนเกี่ยวกับตัวผม....ก็เอาใหม่อีกครั้ง....  
 (หัวเราะ) เขียนมากรู้สึกว่าดี ๆ ก็คิดว่า เป็นความรู้สึกครั้งแรกที่ได้  
 เห็นหน้าตา หรือการกระทำ ซึ่งก็คงจะรู้จักกันไต่มาากกว่านี้ ก็เห็นกวย  
 กับที่หนอยที่ว่า ถ้าเราจะรู้จักกันไต่มาากขึ้น ก็คงมีการพูดคุยกันมากขึ้น  
 ที่เขียนมาก็เห็นว่า เป็นเพียงคำหนึ่ง คำหนึ่งที่เห็นได้ทั่วไป คำที่ลึกซึ้ง



ลงไปยังไม่เห็นชัดเจนนะเท่าไร ก็เป็นเพียงลักษณะผิวเฉิน ลักษณะ.....  
คือที่เขียนก็เป็นลักษณะของคนที่เขาแสดงออกมาเพียงผิวเฉิน ไม่ลึกซึ้ง  
ละเอียด ถึงความเป็นจริงว่าเขาเป็นยังไง ก็รู้สึกว่ามันไม่ตรงกับที่เรา  
เขียนเลย ที่เราเขียนถึงตัวเราเองมันไม่ตรง ไม่คอยตรงเท่าไร  
มีแต่เฉียด ๆ เฉียดไป เฉียดมา.....(หัวเราะ).....(จะบอกว่า  
รับรวาคี.....เสียงแทรก...)

ผู้นำกลุ่ม  
เซง  
ผู้นำกลุ่ม

: รับรวาคีอะไรนะคะ.....รู้สึกว่ายังรู้จักเราไม่คือพอ  
ยังไม่คือพอ ไม่ลึกซึ้งพอ  
ก็มองจากที่ผิว ก็ได้เห็นส่วนหนึ่งซึ่งตัวเราเองก็รับรู้ว่ามันก็เฉียด มัน  
ก็เกือบตรงนะคะ แต่ยังมีหลาย ๆ ส่วนที่เขายังไม่เห็นนะคะ.....  
คนอื่นละคะ..... น้องคนอื่นก็เห็นอะไรบ้างไมคะ

นอย  
ผู้นำกลุ่ม  
ใหญ่

:: ใหญ่ใจ  
: ใหญ่วาใจคะ  
: ฉมวที่เขาเขียน ๆ นานี้ โดยมากมักจะหยิบทั้งปมคอยและปมเคน...  
(หัวเราะ) ส่วนมากเลยนะ

ผู้นำกลุ่ม  
ใหญ่

: ไม่ใช่ส่วนที่ทั้งหมดใช่ไหมคะ  
: อย่างเช่นบอกว่า ตัวใหญ่ผมชื่อ.....กินจุ.....รักพวกพ้อง แล้วก็ชอบฟัง  
สำเนียงที่พูดเสียงเหนือ ๆ รู้สึกโดยมากจะเอาพวกปมที่เห็นไกองาย ๆ  
ปมเคน แล้วก็ปมคอย

ผู้นำกลุ่ม  
ใหญ่  
ผู้นำกลุ่ม  
ใหญ่

: แลดูเหมือนว่าเป็นสิ่งที่เคนในตัวเรา แล้วก็รับรู้  
: คิดว่า สำเนียงที่เห็นไกองายที่สุด คิดว่าไหนนะ  
: เห็นควย  
: แล้วก็อีกอย่างหนึ่ง ที่ว่า เป็นคนยึดหยุ่นตามสบาย.....(หัวเราะ) ยึดหยุ่น  
ตามสบาย ที่ว่าพูดเก่งนี่สงสัยแล้วห๊ะ ว่าพูดเก่งจริงหรือเปล่า รู้สึกว่า  
ตัวเองพูดไม่เก่ง

- ผู้นำกลุ่ม : ยังรู้สึกไม่
- ใหญ่ : อะ
- ผู้นำกลุ่ม : ใหญ่นี้รับรู้ว่าคุณไม่เก่ง แต่เพื่อนที่เขียนมามองว่าใหญ่พูดเก่ง
- ใหญ่ : แต่มีบางคนที่ยังกลัวขยับ
- นอย : จริง ๆ ควย....(หัวเราะ)
- ใหญ่ : แกรู้สึกว่า จริง ๆ ก็เป็นคน active
- คอย : ภาษาไทยซี
- ผู้นำกลุ่ม : คลองแกลง วอวไว ขยับ
- ใหญ่ : บางคนว่าเป็นมิตรดี เปิดเผย อันก็เรื่อย ๆ อะ เป็นบางคน ถ้าเป็นบางคนที่ไม่สนิท ก็ไม่มีโอกาสรับรู้อะไรทั้งสิ้น
- ผู้นำกลุ่ม : คือโอกาสที่จะได้รับรู้สิ่งเหล่านี้ จะคงเป็นเพื่อนที่สนิทหรืออะ ถึงจะให้เห็นลักษณะที่เห็น....ไหนไม่ทราบ....ที่จะขอตรวจสอบของใหญ่ซักนิดนะอะที่พี่ฟังไค
- นอย : แลว่าที่ฟังไม่ไคมีไค
- ผู้นำกลุ่ม : ที่อาจจะจับมาได้ไม่หมด คือใหญ่บอกว่า การเปิดเผยตัวเองกับคนสนิท เราจะเปิดเผยมากกว่า แล้วเขาก็จะได้รับรู้ส่วนเหล่านั้นไป กับคนที่ไม่สนิท โอกาสที่จะได้รับรู้ก็น้อย ซึ่งสิ่งเหล่านี้ก็คือลักษณะของเรา อาจจะแสดงออกได้น้อยสำหรับคนที่สนิทหน่อยนะอะ แล้วอีกส่วนหนึ่งคือตัวใหญ่รับรู้ตัวใหญ่นะอะว่า เป็นอย่างนั้น แล้วก็คนอื่นก็รับรู้ นะอะว่า ตัวใหญ่เป็นอย่างนั้น ซึ่งก็เป็นความเห็นที่ตรงกัน แล้วก็อีกหลายส่วนที่ใหญ่นะอะว่า ใหญ่นะอะ...ว่าปึก
- เสียงแทรก : ยึดหยุ่นตามสบาย อะโรอย่างนี้ละอะ
- ผู้นำกลุ่ม : หรือว่าพูดเก่งอะโรอย่างนี้ ซึ่งมันก็...เราก็ก็นั่งไม่รู้นะอะ เรารับรู้ว่าเป็นอีกอย่าง ซึ่งรับรู้ไม่ตรงกัน ซึ่งอาจจะเป็นส่วนซึ่ง...จริง ๆ เราเป็นอย่างนั้น แต่เราไม่รู้ว่าเราเป็น ก็อาจจะต้องรอดูก่อนไปนะอะ

- ๗ : คิดว่าถ้าเขารู้จักเรามากกว่านี้ เขาอาจจะไม่เขียนชม ชมอย่างที่ เขาเขียนมา ก็จริงอาจจะไม่เป็นอย่างนั้น
- ๗ : รู้ดีกว่าเขายังรับรู้ตลอดเกิดขึ้นนะฮะ
- ๗ : ฮะ เขียนก็เกินไป.....(หัวเราะ)
- เด็ก : เขายังคับให้เขียน ก็เขียน.....(หัวเราะ) ถ้าไม่บังคับก็ไม่
- ๗ : คือมองในแง่ดี ก็ทำให้เขียนขอเทียนนะฮะ เพราะคนเรามีสิ่งที่ ๆ ในตัวเขอะฮะ.....ก็ก็มองว่าดาสินผสมกันก็จะได้เห็นกันมากกว่านี้ซึ่งมันอาจจะ..... (ยังไม่ชัด)
- ๗ : ก็แสดงในระยะสั้น ๆ ก็อาจจะแบบแสดงแบบคนอื่นก็เห็นเป็นอีกอย่างหนึ่งทั้ง ๆ ที่ตัวเองไม่ใช่คนอย่างนั้น แบบเขามองว่า ดูก่อนหวาน...ไม่จริงฮะ.....(หัวเราะ) อย่างมันใจในตัวเอง ก็คิดว่าไม่จริงเลย
- ๗ : ดูเป็นคนโลเลมาก คงแตรเพื่อนฝูงว่าเขาจะคิด คิดว่าเราเป็นคนยังไง
- ๗ : นั่นเป็นสิ่งที่เพิ่มขึ้นฮะ
- ๗ : ฮะ
- ๗ : ผู้ก็เขาก็บอกว่าเขาโลเลนะ แล้วยังความอ่อนหวานนั่นที่ก็อยากบอกว่ามีจริง.....(หัวเราะ) มันอาจจะมีหลาย ๆ ส่วนนะฮะ ที่มันอาจจะบางขณะรับรู้ตรง บางขณะรับรู้ไม่ตรง แต่การที่เราอยู่ด้วยกัน สนิทด้วยกัน โอกาสที่จะรับรู้โดยมากขึ้น กว้างและลึกยิ่งขึ้น.....คนอื่น ๆ ละคะ ไครว่าใจละคะ
- ๗ : อานให้ฟังเลยนะฮะ
- ๗ : คิดว่าอยากอ่านเต็มที่.....(หัวเราะ)
- ๗ : นี่ไม่เคยรู้ฮะ ว่าตัวเองมีลักษณะอย่างนี้ คือเขามองว่ามีท่าเสียฉิบเทห.....(หัวเราะ) .....แล้วก็บอกว่าชอบสัตว์เหมือนกัน นี่ก็มองแบบเฉิน ๆ อีกนะฮะ คือตัวนี่ก็ไม่ได้ชอบทุกชนิดนะฮะ อย่างเด็ด

จรเข้ นี่ไม่ชอบเลย คงเห็นว่าเป็นสัตว์แพทย์ คงนึกว่าชอบสัตว์ทุกชนิด  
นะละ แล้วยกย่นก ฆ่าเหิง ก็ทั่วไปเหมือนกัน

ผู้นำกลุ่ม : คือว่ามีบางส่วนที่เราไม่รู้ตัวเลยนะละ ฟังมารทอนนี่ว่าทาเสียผมเทห  
เป็นยังงี้.....(หัวเราะ) แล้วยังหลายส่วนที่เราไม่รู้เลยแล้ว แล้วยังอื่น  
ก็รู้ แล้วยังส่วนที่เราไม่รู้...เอะ... เมื่ออีกส่วนหนึ่งที่เราไม่รู้ตรงกับ  
คนอื่นนะละ อีกส่วนหนึ่ง เรายังไม่รู้ตัวเรา...ที่จากทุก....เออ...  
ของเข้...คนอื่นมีอะไร เพิ่มเติมอีกไม่คะ.....นอย.....

เสียงแทรก : เอาใจดี

นอย : ก่าดังเลือกข้อดี ๆ อัย  
ส่วนมากก็เหมือนกับคนอื่น ๆ เพราะว่าเขาเขียนมาในส่วนดี ๆ แล  
รู้สึกว่าเป็นคนพูดจริง ๆ เขามองว่าเป็นคนพูดนอย ก็จริง ๆ ไม่ค่อย  
พูด แล้วยังเป็นตัวของตัวเอง นี่ก็รู้สึกว่าเป็นตัวของตัวเองจริง ๆ กว  
บางทีก็รู้สึกตัวมาจากเพื่อน ๆ เลย นี่ไม่ทราบว่าเรามองได้ยังไงว่าเป็น  
ตัวของตัวเอง ทั้ง ๆ ที่มองแปบเดียวก็รู้แล้ว รู้สึกแปลกใจ แล้วยัง  
บอกว่า...ที่สงสัยคือว่า....หัวเราะแล้วเอามีค มาก....(หัวเราะ)  
....อันนี้แน่ ความหมายไม่ออกกว่าความหมายทางบวกหรือทางลบ  
ก็มีแค่นี้

ผู้นำกลุ่ม : ก็ไต่เห็น เคยรูไม่ว่าเกยทำอย่างนั้น

นอย : ก็ไม่เข้าใจความหมาย ก็คิดว่าเป็นคนซื่อมากกว่า อันนี้เป็นความ  
จริง รู้สึกว่าเพื่อน ๆ เคยบอกว่าเป็นคนซื่อมากเลย

ผู้นำกลุ่ม : คิดว่าเป็นคนซื่ออะไรอะเปลวอะ

นอย : คิดอะ

ผู้นำกลุ่ม : คิดควยนะคะ....ความเห็นตรงกัน

นอย : ก็มีแค่นี้ ที่พอจะเอามาพูดได้ นอกจากนั้นก็...อย่างนั้น

.....  
.....

- มีเสียงคุยกันแทรกเข้ามา แลวก็หัวเราะคัง
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : "ขยับกันเข้ามาใกล้ ๆ อีกหน่อยหนึ่ง"  
(หัวเราะคังขึ้นอีก)
- ผู้นำกลุ่ม : "ต่อไปเราจะทำอะไรก็อีกนึกหนึ่งนะละ นึกก็อยากให้เราละละ เรา  
สัมผัสกิจกรรมนี้เองแล้วก็ เราละละ ขณะที่เราเป็นละละ ขณะที่เราเดิน  
กิจกรรมอันนี้ ขอให้เราช่วยสังเกตอีกนึกหนึ่ง สังเกตความคิด ความ  
รู้สึก ความรู้สึกของเราที่มีอยู่ในขณะนั้น พยายามให้รู้ตัวมากที่สุด คนเรา  
จะพัฒนาตนเองได้ก็ต่อจากรู้เท่าทันตนเอง ๆ ความรู้สึกของแยกแยะว่า อัน  
นี้เป็นความคิด ความรู้สึก เกิดขึ้นกับตัวเราละละ ลักษณะที่เราจะรู้เท่า  
ทันตัวเอง ถ้าหากเราใคร่ประสบการณ์จากบางอย่าง การรู้เท่าทันประสบ  
การณ์ แลวก็เป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนี้ ในปัจจุบันนี้ การนึกให้  
เรารู้จักกัน รู้เท่าทันตนเองกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ๆ ละละ  
มันจะทำให้เราพัฒนาขึ้น อันนี้ก็จะ...ตามความเชื่อของเขา ที่ก็คิดว่า  
เราก็จะ ลองดูจากประสบการณ์อันนี้ นอง ๆ จะสามารถรู้เท่าทัน  
ความคิด ความรู้สึกของตนเองได้ในแง่มุมใดบ้าง ก็ลองดู โดย ก็เลือก  
คนละคน ก็ขอให้เลือกคนที่เราไม่ค่อยรู้จักเขา อยากจะรู้จักเขามาก ๆ  
ขึ้น เลือกคนละคน อันนี้เล่นกัน 2 คน ลองเลือกดู ว่าเราจะเลือกใคร  
คนที่เราไม่ค่อยรู้จักเอาเลย ๆ "
- ใหญ่ : "คนที่ยังไม่ค่อยรู้จัก...อี"
- ผู้นำกลุ่ม : "กะ"
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : "มีใครคุยกับใครกะ"
- ผู้นำกลุ่ม : "ใครคิดใครแล้วเอ เลือกใครเลย (หัวเราะ) ยกเว้นที่หนอย พวกเรา  
10 คน จับคู่"
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : "ใครจะคุยกับใคร"
- เซง : "จับฉลากดีกว่า"

- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : "ใครคุยกับใคร เด็ดอกเอา ไม่ตองจับฉลากหรอก เด็ดอกเอง เอา  
สภาพบุรุษลูกซิ่นนี้ หรือจะให้หญิงสาวมาโคง" (เสียงหัวเราะคัง)
- ผู้นำกลุ่ม : "ไม่ตองถึงขั้นนั้นหรอก จับคู่ ชายคู่ ชายหญิงคู่หญิงก็ได้ เด็ดอกโดย  
นะคะ การที่เราอยากจะได้เรียนรูจักเขา"
- นอย : "พี่เข้มโคกหรือยัง ผมอยากคุยกับพี่ เมื่อเขายังจิตใจไม่หาย"
- ผู้นำกลุ่ม : "กิจกรรมนี้ไม่ไหวพวกเราทุกคน"
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : "จับคู่ เสียก่อน จับคู่ให้ใครก่อน"
- พร : "พินคนนี้ขออะไรคะ"
- เซง : "มีรูจักชื่ออย่างนั้นสมควรอย่างยิ่ง สมควรอย่างยิ่งจะจับคู่"
- นอย : "รีบ ๆ นอย"
- ผู้นำกลุ่ม : "ใครคุยกันหรือยัง"
- เด็ก : "งั้นเราก็กูกันใหญ่"
- ใหญ่ : "อะ ฮีฮี"
- ผู้นำกลุ่ม : "ใหญ่ เด็ก นี่เนี่ย"
- นอย : "น่าจะเปลี่ยนรูจักกันแล้ว ทั้งคั้นแล้ว"
- เด็ก : "เมื่อคั้น ไม่ใคร่พูดกันเท่าไร เขาหัดบัลล่เดี่ยว เราคุยกัน 3 คน"
- ผู้นำกลุ่ม : "โอ เก นะคะ ทอไปนะคะ เกมสนับพอดี้ ไคซอดิก เรามีปฏิมากร  
มาควย ก็เลยป็นรูปกัน"
- นอย : "ป็นรูป ปี่ หุ่น"
- เซง : "ป็นหุ่น"
- ผู้นำกลุ่ม : "คะ สมมุติว่า คนหนึ่งนะคะ เป็นดินเหนียว อีกคนก็เป็นรูปปั้น ขอให้ปล่อย  
ฝีมือว่าเราจะปั้นโกขนาดไหน สมมุติอย่าง พี่เป็นดินเหนียวนะคะ ทุก  
ก็ป็นนะอะ ป็นอย่างไรงี้ก็ได้ เอาอย่างที่เราคิดว่าสวยที่สุดในความคิด  
ของเรา เขาจะป็นอย่างไรก็ได้ เราจะป็นตามความคิดของเรา ปฏิมากร  
คิดเอาเองนะคะ จะป็นรูปอะไร ป็นตามความคิดเรานะคะ พี่ก็จะป็น

- ดินเหนียวนะคะ แลวตาเป็นไปได เกิดตาเขานันไมไคคังทาที่เรทา  
 เราก็อาจจะทาให้เขาถูกอน แลวกัจับคักไมคักมืออะไรก็ไคนะ (หัวเราะ)  
 หรือวาตาเกิดมันยากจริง ๆ ไมไคอย่างใจ เอาละสมมุทีนะคะ ขอให้  
 หลีกเดียงมากที่สุคภาษา ก็จำเป็นที่สุคจะไขค้ำสองค้ำก็ไค"
- พร : ไมให้พูคไขใหม่คะ  
 ผู้น่ากลม : อะ สมมุทีดินเหนียวังไมรูเรื่อง  
 คอย : แลวบันนี้ มันยังงใจคะ (หัวเราะ)  
 นอย : จับคักมือ คักปาก แลวกั  
 ผู้น่ากลม : คะ คักตามทีเราคองการ  
 เขง : เอาคังแต คาก ปาก ห  
 ผูช่วยน่ากลม : ออย่างเขนอยากให้ทูนเรา ยกมือขางนี้ เรากัยกมือขางนี้ แลวกัทูนคอง  
 คางอย่างนี้ เพราะเป็นกิบไขใหม่ คื่อให้คางเอาไว เรากัคักไปจนกวา  
 เราจะพอใจ พอใจที่สุด  
 +  
 คอย : เอาแกทาทาง  
 ผูช่วยน่ากลม : อะ ทาทาง และขณะทีป็นนะคะให้สังเกตุความรู้สีกของเรานะคะ ใน  
 ฐานะคนป็นและกัในฐานะคนถูกป็นวารูสิคองไร พยายามทาใจให้วาง  
 เปลา พยายามคักควย วารูสิคองไรในขณะนั้น  
 ผูน่ากลม : สำหรับเกมสนคองยาคือ นะคะ พยายามสังเกตุความคิด ความรูสีก  
 ขณะทีป็น คนทีป็นกัสังเกตุความรู้สีกขณะทีป็น ส่วนคนทีป็นดินเหนียวกั  
 สังเกตุความคิดความรู้สีกในขณะทีป็นดินเหนียว ไขเวลา  
 ๗  
 ทก : ไมรูจะป็นอะไร  
 เขง : คนหนึ่งนหรือเปลา (หัวเราะ)  
 ผูช่วยน่ากลม : เอาหรือยัง  
 เขง : ดินเหนียวพรอมแลว  
 ผูน่ากลม : ทานัง ทายัน เออ ป้มขาเคียวไมไค

- นอย : เอาทานั่ง ทายีนดี  
 ผู้นำกลุ่ม : ห้ามพูดกันควย  
 ผู้ช่วยนำกลุ่ม : ทุกคนเป็นทั้งนักปั้นและดินเหนียว จะได้โมเสย เปรียบยังไง  
 เด็ก : เอาใหญ่ปั้น  
 เชง : ห้ามพูด ๆ ๆ  
 นอย : เอา ฟัดองศาธิตก ศาธิต  
 ผู้นำกลุ่ม : ก็อย่างพี่หนอยพูด วิธีปั้นนะกะ เราอยากจะเป็นรูป น้อย่างก็ปั้นไป  
 จะให้เขายืน นั่ง แะคงทำอะไรก็ได้ ตามความคิดของเรา อยากจะทำ  
 กอนนี้ มันอยุ่ที่หัวเราทั้งหมดเลย เอาที่วามมา ถ้าพุกกัวย่าง เคียว  
 กั้ววามันไม่เป็นตัวเอง  
 เชง : ทาเด็ก ๆ (หัวเราะ) ไซ่สวนไหนก็ได้ไซ่ไหนอะ  
 ผู้นำกลุ่ม : ไค่ทกสวน จะให้ยืน นั่ง แวน ไค่คามสบาย  
 ผู้ช่วยนำกลุ่ม : ยืนควยขาข้างเดียว  
 เชง : อาปาก  
 ผู้ช่วยนำกลุ่ม : อาปาก ขยิบตาข้างหนึ่ง แลแล้วจะทำไค่หรือไมไค่เท่านั้น  
 เด็ก : กระจิกห  
 ผู้ช่วยนำกลุ่ม : อะไรไค่ทั้งนั้น  
 ผู้นำกลุ่ม : รูปปั้นกระจิกหไค่ควยหรือ หัวเราะ เขาใจใหม่กะ  
 มีเสียงของหลายคน บอกว่าเขาใจ ปั้นอะไรดีทวา

- ผู้นำกลุ่ม : ลองสำรวจตัวเองดูขณะที่เราทำเท่านั้น  
 ผู้นำกลุ่ม : กะ ทุกคนก็ไค่เป็นดินเหนียว พี่อยากจะถามคนปั้นก่อน กิดจะปั้นอย่างไร  
 ถึงออกมาเป็นรูปอย่างนี้ เราอยากไค่รูปอะไร รูจักอย่างไร คนที่ทำ



เข้ตแรกกอนนะคะ เรากักขังใจกอนนั้นอยากไครู้ปะอะไร แลวรู้ดีก  
ยังใจ

- เข้ม : คีถาเป็นนักร้งไทยเกิมจะร้งมาก เป็นคารายอดนียม  
ผู้นำกลุ่ม : พิจารณาจากคินเห็นยวแล้วอันนี้จะคี่ที่สคสำหรับเขา แลวคอบที่ท่ามี  
ความรดีกอะไรนอจากนี้ นอจากให้คินเห็นยวคี่ที่สค ตัวเองนี้ ความ  
รดีกที่เกิคขึ้นนอยกลอดเวลา  
เข้ม : กิรดีกสนุกคี่  
นอย : สมใจ  
เข้ม : ไซ สมใจที่ไคป็นให้เขาเห็นนอย่างนี้  
ผู้นำกลุ่ม : สมใจ พอใจ สนุกที่จจะไคเห็นรูปนอย่างนี้ คนอื่นตะคะ ปฏิมากรชुकแรก  
คะ  
ใหญ่ : คีถากอนแรกเห็นหน่งหิงฟายอชคคี่ คอนข้างเกลิม ๆ จะหัดบ โดย  
ให้เขาผอนแซน ผอนเขา แลวกทำท่าเหมือนคนคตาย งาย ๆ คี่ แลวก  
ใส่อาหารไปนคคหนึ่ง แลบด้นนอย กี่ไซค  
นอย : ใส่อารมณควย  
ใหญ่ : ใส่อารมณ  
ผู้นำกลุ่ม : ไมคองบ้นมาก  
ใหญ่ : สะ แกวาคีภาพที่นมพอใจมาก  
ผู้นำกลุ่ม : เราคองการเสนอะไรจากรูปนนี้  
ใหญ่ : กี่เสนอวา...คี่เป็นภาพคทกักำดั่งถูกบับคคตาย (เสียงหัวเราะ)  
แลบด้นมาหนอยหนึ่ง  
เล็ก : มิน่าบับคคเสียงแทมคคคัก (หัวเราะ)  
ใหญ่ : แลว ๆ เพื่อน ๆ มอญคแล้ว เหมือนภาพคคตายหรือเปลา  
เล็ก : เขามอกว่าเหมือนคนกคคยา (เสียงหัวเราะคัง)  
ใหญ่ : หัดบคตา แลบด้นควย

- ผู้นำกลุ่ม : อันนี้อยากให้เราทำ กอนโซ่เราวางที่พอใจ แล้วความรู้สึกที่ได้เห็นภาพ  
นี้ใจ มีความคิดอะไรกอนหรือเปล่า
- ใหญ่ : รู้สึกทำที่เขาทันที เหมือนภาพที่เราวาดไว้ในบรรยากาศ ที่ต้องการใช้  
หนังสือเป็น คือเราจับตัวเขานิดหน่อย ไซ้เป็นอย่างงี้ ๆ เขาก็สามารถ  
ทำได้
- ผู้นำกลุ่ม : คินเห็นยวว่างาย
- ใหญ่ : อะ
- ผู้นำกลุ่ม : เป็นคินเห็นยวที่ดี เป็นคินเห็นยวหรือคนคอนที่ปั้น
- ใหญ่ : คินเห็นยว
- ผู้นำกลุ่ม : คินเห็นยวนะละ กอนนะละ
- คอย : ก็เคยอ่านในหนังสืออะละ แล้วรู้สึกวภาพ Mardonna เป็นภาพที่  
สงบ แล้วก็เป็นภาพที่สวย พอก็มาเห็นคินเห็นยวก็รู้สึกว ปั้นเป็นภาพ  
นั้นได้ อย่างลักษณะของใบหน้า อะโรอย่างนี้
- ผู้นำกลุ่ม : แล้วกอนที่ปั้นคือมีภาพในใจแล้วก็มาเจอคินเห็นยวที่พอใจ กอนที่ปั้นรู้สึก  
ยากลำบากหรือไม่
- คอย : ก็กอนที่เห็นหน้าเขากอนแรก ๆ แล้วก็ไม่ได้อะไร
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : ทำเขาทำได้ตามภาพที่อยู่ในใจของเราหรือเปล่านั้น
- คอย : ก็คิดว่าไปได้
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : ไปได้กับเหมือนนี้ต่างกันมากไหม
- คอย : ก็ Madonna ที่เคยคิดนะละ เป็นภาพของหินอ่อนรูปปั้น แล้วก็  
มีอดงสงบ ๆ ยืนเฉย ๆ แทนทำให้เขานั่ง ไม่ได้ยืน
- ผู้นำกลุ่ม : อันนั้นก็ เป็นภาพในความคิด แล้วมีความรู้สึกยังงี้
- คอย : ก็สงบ
- ผู้นำกลุ่ม : สงบ รู้สึกว่าเขาเป็นคินเห็นยว กอนนะละ
- พร : ภาพ David

- ๖  
 ๗  
 ๘  
 ๙  
 ๑๐  
 ๑๑  
 ๑๒  
 ๑๓  
 ๑๔  
 ๑๕  
 ๑๖  
 ๑๗  
 ๑๘  
 ๑๙  
 ๒๐  
 ๒๑  
 ๒๒  
 ๒๓  
 ๒๔  
 ๒๕  
 ๒๖  
 ๒๗  
 ๒๘  
 ๒๙  
 ๓๐
- ๖ : ก่อนเป็นดินเหนียวจริง ๆ  
 ๗ : จริง ๆ ยั่งยืนเฉยเลย  
 ๘ : ของทุกท่าอะไร  
 ๙ : ท่าแบบนี้  
 ๑๐ : แบบนี้ ตอนที่ดำหริบของทุกท่าอะไร  
 ๑๑ : ทุกท่าลึกยังไง ตอนที่น้ำขึ้น  
 ๑๒ : รูตื้นงง ๆ ไม่รูจะปั่นอะไรก็  
 ๑๓ : คือมีความตื้นสน แฉกออกจากนั้นนะคะ รูใหม่ที่เราตื้นสน เราก็ดัก  
 ๑๔ : ก็ ไชคะ  
 ๑๕ : มีอะไรอีกไหม ไม่เคยปั่นอะไรไหม  
 ๑๖ : ไม่เคย  
 ๑๗ : เมื่อกี้อพยบายเป็นดินเหนียว ตอนที่ถูกปั่นที่พยายามเป็นดินเหนียวว่า  
 ๑๘ : จะเป็นยังไง ก็มีความรู้สึกว่าจะทำตามเขา พอเห็นปฏิมากรเขาดังเด  
 ๑๙ : ใจก็บอก ว่า ตามสบายเลย ไม่ทอแรงใจ รู้สึกว่าเขาไม่กล้า เขาก็  
 ๒๐ : ยังไม่อยากจะปั่น ยังอยู่ในลักษณะเดิม พอท้ายสุดทุกคนเสร็จ เขาก็ได้  
 ๒๑ : ทำที่กุ่มขมับ จริง ๆ นา ตอนนั้นรู้สึกจะเป็นภาพที่ฟุ้งคิดในใจ แต่ไม่ทราบ  
 ๒๒ : ว่าทุกคิดยังไง คือเป็นภาพที่เขาขมับ คิดว่าจะปั่นอะไรดีนะ อะไร  
 ๒๓ : อย่างนั้น แต่พอทุก ๆ คนแสดงท่าออกมาเป็นอีกท่าหนึ่ง ที่รู้สึกว่ามีอีก  
 ๒๔ : เป็นท่าอะไรนา เขาจะเอายังไงว่า เอาท่าไหนดี ตอนที่ยังแสดง  
 ๒๕ : ออกมา คิดว่า เอา ไม่ใช่ดินเหนียวอย่างเมื่อกี้แล้ว มีความรู้สึกที่  
 ๒๖ : เปลี่ยนไป มันเหมือนท่าถึงที่อะไรนา คือทำดินเหนียวแปลกใจ คือเรา  
 ๒๗ : อยากจะทอใจเขาใหม่มาก ๆ แต่เขา....คนอื่นไม่รู้เป็นดินเหนียวรู้สึก  
 ๒๘ : ยังไง ตอนเป็นดินเหนียว  
 ๒๙ : ก็เห็นเขาคังใจอยากปั่นก็พยายามทำตามเขา พอทำแล้วรู้สึกมันว่าง ๆ  
 ๓๐ : ถูกควบคุมไปหมด รู้สึกมันว่าง ๆ เหมือนไม่ได้เป็นตัวของตัวเอง

- ญาณาคอุม : รู้สึกวาง ๆ ไม่ใช่ตัวของตัวเอง สามารถทำใจเป็นดินเหนียวได้ไหม  
 ไก : ไค คือไม่ไคคิดอะไร คือมันง่าย ๆ ไม่รู้ตัว ใจเป็นดินเหนียว ทำยังไง  
 (หัวเราะคัง)
- ญาณาคอุม : ก็สงสัยมันวาง ๆ มันวางยังไง  
 ไก : คือไม่คิดอะไร
- ญาณาคอุม : ตอนไปของพระคะ ตอนที่ถูกเขาปั้นรู้สึกยังไง  
 เชง : รู้สึกสนุกที่ ก่อนแรกเขาก็บอกฉันคนที่จะปั้น แต่มันก็ไม่เคยเห็นว่ารูปที่เป็น  
 ینگัง เกิดความรู้สึก ว่า เขาปั้นมันเป็นยังไงนะ แล้วก็คิดว่าเขาคงจะ  
 ปั้นเราเป็นรูปตกลง ๆ หรือเปล่า
- ญาณาคอุม : คิดว่าตกลงไหม  
 เชง : ตกครับ แล้วสนุกด้วย อยากรู้ว่าเขาจะปั้นเราเป็นรูปอะไร ก็เขาบอก  
 ว่า David ก็อยากรู้อยากเห็นว่าเป็นยังไง
- ญาณาคอุม : เกิดความรู้สึกอยากรู้อยากเห็น แล้วความคิดที่ถูกปั้นแล้วละคะ ก่อนแรก  
 อยากรู้เห็น  
 เชง : พอแล้วก็ ก็รู้สึกว่าตาทางมันดี ทำท่ากรุ่นคิด รู้สึกว่าดี เหมือนกับรูปนี้  
 เป็นตาอย่างหนึ่งของมนุษย์ เป็นตาทางใจความคิด ซึ่งเป็นลักษณะที่เรารู้  
 เห็นได้
- ญาณาคอุม : เป็นรูปปั้นที่มีจิตใจ  
 เชง : รู้สึกชอบรูปนี้มาก (หัวเราะ)
- ญาณาคอุม : มิน่า ยืนไม่ยอมหยุด (หัวเราะคัง) เพียงรู้ว่าชอบมาก จะยืนท่าไหนก็  
 ยืนอยู่แค่นั้น เห็นว่าพอใจมาก จะให้ยืนท่าไหนก็ยืน ไม่มันเหนื่อย  
 เชง : คือทามันยืนแล้วไม่เมื่อย มีเท้าขา ก็ไม่รู้สึกว่าเหนื่อย ลำบากที่จะยืน  
 ญาณาคอุม : คนถูกปั้นไม่รู้สึก คนปั้นก็พอใจความที่มันมากด้วย เคี้ยวจะบอกว่าคุณ  
 รู้สึกยังไง (เสียงหัวเราะ) เอะกุไหนอีกนะ

นอย : ก่อนตกบัน คึกว่าเขาจะจับโยนแข่งโยนขา แกลงผู้ชาย เพราะเคยทำ  
มาอย่างนี้ แยกปรากฏเขาทำให้นั่งเรียบรอย เอาอะไร เขาคืออะไร  
อย่างนี้ ยังคิดไม่ออก จนวินาทีสุดท้าย เขามองว่าเป็นท่าอะไร ตอน  
ทรกบอกว่าเป็นหมอมรับน้ำตั้งช แต่ว่าทาร์รับน้ำตั้งชทำไมนั่งคนเดียว  
แปลกใจ (หัวเราะ) เขามองว่า ทานักรองเพลงไทยเดิม ก็คิดว่า  
ทำไมไม่หมอมมารองทวย ก็รู้สึกว้าสบกดี แต่ว่า เพียงคาดคิดว่าไม่ได้  
เป็นไปตามที่คาดไว้ ความหวังไว้อะ วาเขาจะทำอะไรตกลง ๆ จับโยน  
แข่งโยนขา

ผู้นำกลุ่ม : ไม่เป็นตามคิดของเรา แล้วเมื่อที่ผู้เป็นพอใจ ไซ้ใหม่ แต่เขามองว่าเอา

นอย : ไม่ทราบว่าเป็นท่าอะไร

ผู้นำกลุ่ม : ไม่ทราบ เป็นท่าอะไร เป็นความคิดหรือความรู้สึก ทอมคิดเอง

นอย : เริ่มความคิดมากกว่า คือคิดไม่ออกว่าเขาจะปั้นเราเป็นอะไร ที่เกาก็  
ไม่คิด

ผู้นำกลุ่ม : ดักขอะ เป็นคืนเห็นยวกักคิดว่าเขาจะปั้นเราเป็นอะไร

นอย : ฮะ คัดกอน

ผู้นำกลุ่ม : พอใจกับภาพที่ออกมาใหม่

นอย : รู้สึกมันเรียบรอยเกินไป

ผู้นำกลุ่ม : เรียบรอยเกินไป ที่รู้สึก ว่า นอยบอกวาคิดว่าเขาจะปั้นเราตกลง ๆ แต่  
กลับเป็นภาพเรียบรอย ดักขักที่คาดเอาไว้ อันนี้เกิดอะไรขึ้นหรือเปล่า  
ในช่วงที่ไค้เห็นรูป

นอย : ไม่ ก็แปลกใจ

ผู้นำกลุ่ม : ก็แค่แปลกใจ คือว่า เขาก็บอกว่าเป็นท่าไทยเดิม

นอย : ก็เห็นทวย เพราะวาท่าที่เขาั่ง ก็นั่งยั้งจริง ๆ แต่ก่อนเขาจะบอกก็  
ยังนึกไม่ออก

ผู้นำกลุ่ม : มีใครไม่ไค้พูดอีกอะ

- เด็ก : เขาจะปั่นให้เป็นอะไรผมก็เป็น จะปั่นอะไรตามใจ
- ผู้นำกลุ่ม : เออใช่ เมื่อก็บอกว่า ไม่รู้อะไรหักคอ (หัวเราะ)
- เด็ก : จะเอาใ้กายจริง ๆ
- ผู้นำกลุ่ม : ตอนนั้นรู้สึกยังงี้ ตอนที่ถูกหักคอ
- เด็ก : ก็เอาจใจแล้วว้า เขาคงจะทำให้ ตอนแรกจับหักคอ ผมเป็นกินเหนียว  
ก็ จับ ตอนแรกอยู่เฉย ๆ แทนไม่ได้กรองโอย เขาไม่ได้บอกแต่ผม  
ก็กะวาคนแก แกก็แถมดิ้นควาย ก็กะวาคนตาย
- ผู้นำกลุ่ม : คาคคะเนดูกว่าให้ทำอะไร แล้วความคิดคำนึงมีอะไรเกิดขึ้นตอนนั้น
- เด็ก : ไม่มี
- ผู้นำกลุ่ม : ความรู้สึก มีใครหักคอเมื่อไหร่ คาคหวังว่าเขาจะให้ปั่นอะไรหรือเปล่า
- เด็ก : ก็เอาจวาคนตายหรือคนเจ็บอย่างนี้

.....

.....

- โก : ตอนแรกเห็นคนส่วนใหญ่หน้าแล้ว เครียดกับงานมาก คิดว่าถ้ามีกินเหนียว  
จะลองทำภาพออกมา ภาพออกมามีมันไม่ค่อยจะเครียดนัก คือ เขามี  
หน้าตาเขาหวานเกินไป
- เสียงแหว : มีนามคขึ้นเต็ม
- ผู้ช่วยกลุ่ม : แล้วชื่อภาพอะไร
- โก : Pessgue
- ผู้นำกลุ่ม : ดองทำใหม่
- โก : ไม่ได้
- ผู้นำกลุ่ม : ออ น่าจะได้อาหารรูปไปดูเล่น มันเป็นอย่างไงภาพนั้น คือรู้สึกเขาเครียด
- โก : เขากำลังคิด ว่าอันนี้จะเอาไปทำอะไร วิเคราะห์ วิจัย ทำนองนั้น
- ผู้นำกลุ่ม : เป็นความคิดที่อยู่ในใจ แล้วเราว่ามันว่าอันนี้เป็นความคิด ที่จะปั่น  
รูปนี้แล้วความรู้สึกละ

- โก : รู้สึกว่ามันไม่เครียดอย่างที่เรารู้สึกไว้ ออกมาแล้วเขายิ้ม
- ผู้นำกลุ่ม : โคพยายามแล้ว
- โก : ไม่ว่างทำอะไร ไม่ว่างทำอะไร
- ผู้นำกลุ่ม : ไม่ว่างทำอะไร ไม่ว่างทำอะไร
- โก : อะ
- ผู้นำกลุ่ม : พยายามออกมารู้สึกไม่ได้อะไร
- โก : คิดว่า อะ ไม่ว่างทำอะไรอย่างที่เรารู้สึกไว้ กลายเป็นรูปอะไรที่ประหลาดๆ ไป
- ผู้นำกลุ่ม : รูปประหลาด ไม่ได้อะไร แล้วคิดอะไรอีก
- โก : ไม่มีอะไร
- ผู้นำกลุ่ม : แล้วทำอะไร
- คอย : รู้สึกว่าไม่ว่างทำอะไร เขายังไง แล้วรูปที่เขาจะปั้น ไม่ทราบความหมาย ไม่ว่างทำอะไรบ้าง มีความรู้สึกเป็นของตัวเอง ไม่ได้เป็นดินเหนียว
- ผู้นำกลุ่ม : รู้สึกว่าเป็นตัวเอง มันรู้สึกยังไง
- คอย : รู้สึกกลัว กลัวเขาให้เราทำอะไรที่ประหลาด ๆ คุ่มไม่ได้ ก็กลัว
- ผู้นำกลุ่ม : กลัว ไม่ว่างทำอะไร
- คอย : แล้ว ไม่ทราบความหมายด้วยว่ามันคืออะไร
- ผู้นำกลุ่ม : แล้วรู้สึกยังไง
- คอย : รู้สึกแปลก ๆ
- ผู้นำกลุ่ม : คือตอนเขาปั้น แล้วเกิดความคิดว่ามันแปลกเลยยิ้ม
- คอย : อะ

.....

.....

- ผู้นำกลุ่ม : เราก็คงไปสัมผัสกับธรรมชาติต่างๆ ได้สังเกตเห็นอะไรบ้างไหม ความคิด  
ความรู้สึกขณะที่เกิดขึ้น
- พร : เรา รู้สึกกลัวๆ กลัวจะล้ม แต่พอเขาช่วยก็ อย่างเช่น ทำสัญญาณให้รู้  
พอออกไปก็เฉย ๆ
- ผู้นำกลุ่ม : ตอนแรกก็กลัว
- เล็ก : เขาทำสัญญาณยังไง ก็เขาห้ามพูด
- พร : ก็เขาทำสัญญาณที่ขา
- เล็ก : จับ
- พร : ไม่นึกเขาขบที่ขา 2 ที่ที่รู้เลยว่าต้องลงหรือไม่วิ่งขึ้น เอาขาแยกดู
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : วาง coach กันก่อนหรือเปล่า
- พร : สื่อกันไ้ทางใจ
- โก : ตอนพาเขาไป รู้สึกว่าห่วงตัวเขามากกว่าตัวเรา กลัวเขาจะเจ็บ เรา  
เป็นยังไงก็ช่าง รู้สึกว่ามีภาระต้องเลี้ยงดู (หัวเราะ)
- ผู้นำกลุ่ม : คนให้เขาจูงรู้สึกยังไง ตอนแรกก็กลัวต่อไปก็มั่นใจไว้ใจเขา ก็บอกแล้วนี่  
เป็นห่วงเป็นใยกลัวเขาจะเจ็บมากกว่าตัวเรา ได้เห็นอะไรในความมีคบบ้าง  
ขณะหลับตา
- พร : เขาจูงไปไกลที่เขาขึ้นดิน แล้วเขาถามว่าไ้ยินเขาทำอะไรไหม
- ใหญ่ : เวลาบอกให้ถามนี้ เขาบอกยังไง
- โก : สะกิด ๆ
- เซ่ง : ค้างที่หู
- พร : ก็ไม่ไ้บอกว่าเป็นไม้ไ้หรือ ตอนแรกถามเฉย ๆ แล้วที่พูดถึงเมื่ออีก  
เขาก็ถามว่า ทำไมน้องเดินหลับตา
- โก : เขาหัวเราะเยาะค้าย
- ผู้นำกลุ่ม : ไ้สัมผัสทางเสียง ภาย ไ้พาไปสัมผัสบ้างเปล่า แล้วทางกายขณะที่หลับตา  
สัมผัสอะไรไ้หรือเปล่า
- โก : มีแสงมีคๆ สว่างๆ ลม ก็รับรู้ไ้ ไ้กลิ่นทะเล กลิ่นควาปลา



- ผู้นำกลุ่ม : นั่นแน่ หลังจากหลับตา ตอนลืมตาก็ธรรมดา พอหลับตาก็ได้กลิ่นทะเล  
ได้ยินเสียงซัด เขาทงนอมเราคือไหม
- ไก : ค่ะ
- ผู้นำกลุ่ม : ใครทงนอมไม่ตีช่องไค่นะ
- นอย : ดูกระซากลากจุง ตอนนั้นเขามีสระน้ำ เขาปลุกผักบุ้ง จะโยนลงไป
- พร : ช่องใหญ่เลย
- ผู้นำกลุ่ม : นี่ขนาดบอกว่าทงนอมนะ
- นอย : พอโคนน้ำคหนึ่ง รีบดื่มตามากูรู้ว่านี่หรือเพื่อนเรา อุตสาหัสไว้ใจ (หัวเราะ)
- ใหญ่ : ชั่งนะ ตอนแรกปิดตา เดิน ๆ ไปเขาพาเราไปนั่งแล้วเขาก็หนีไปไหนก็ไม่รู้  
ประมาณเกือบ 5 นาที (เสียงหัวเราะดัง) เขาก็เรียกเรา มานี่เว้ยพอแล้ว
- ผู้นำกลุ่ม : ออ พาไปนั่งตรงไหน แล้วก็หาย
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : พาไปทิ้งหรือเปล่า
- ใหญ่ : พาไปทิ้งที่โน่นๆ
- นอย : เห็นว่า 5 นาที แล้วอยากให้เราพักผ่อน
- ผู้นำกลุ่ม : (หัวเราะ) คาย นี่รู้สึกยังงัยบ้างตอนถูกทิ้ง
- ใหญ่ : รู้สึกแบบ ..... ตอนแรกๆ คิดว่าเขาพาเราไปนั่งพักผ่อน พออีกนานหน่อย  
เขาเรียกว่า มานี่ไวย์ หมดเวลาแล้ว
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : แล้วไม่สงสัยหรือว่าทำไมมันนานจัง นั่งคราวนี้
- ใหญ่ : ก็สงสัยตอน ... ว่า เรารู้สึกว่าเขาอยากให้เราพักผ่อน ตอนแรกมันเดิน  
ลัดแฉก พอถึงรม มันเย็น ๆ เขาก็จับไหล่ให้เรา นั่ง เขาก็หายตัวไปไหน  
ไม่รู้ ไม่รู้สึกมีอะไรมาสัมผัส
- เซง : เขาอาจจะอยู่ข้าง ๆ ก็ได้
- ใหญ่ : ไม่ใช่
- ผู้ช่วยนำกลุ่ม : รู้ใจว่าเขาไม่ได้อยู่ข้าง ๆ
- ใหญ่ : ก็ใจว่าเอา (เสียงหัวเราะดัง)
- ผู้นำกลุ่ม : เป็นไงตอนอยู่คนเดียว

- นอย : คงจะอ้างว้างนะ  
 ผู้นำกลุ่ม : รู้สึกอ้างว้างไหม  
 ใหญ่ : เป็นธรรมชาติของคน  
 ผู้นำกลุ่ม : รู้สึกอ้างว้าง จับหนุไปทิ้งไค้ไงนะ ใจค้ำจ้ง คือเขาอยากให้เราพักผ่อน  
 แดผลที่ไค้ไงนะคะ  
 นอย : กลายเป็นทอคทิ้งเขา  
 ใหญ่ : คงเข้าใจผิด  
 ผู้นำกลุ่ม : ตอนนี่ก็เข้าใจแลวนะ การหลับตา การสื่อสารก็จำเป็น บางอย่างมันก็สื่อสาร  
 กันหมดค แก้วใหม่หลังจากนี้ แลวเวลาเราพาเขาอะ  
 ใหญ่ : รู้สึกมันเขี้ยว (หัวเราะ)  
 ผู้ช่วยนำกลุ่ม : ห่าทางแกแค้นหรือเปลาคะ  
 ใหญ่ : ไช  
 ผู้นำกลุ่ม : ไครก่อนคุณนี่  
 ใหญ่ : ผมก่อน  
 นอย : เขาถอน  
 ใหญ่ : รู้สึกเขาไม่หลับตาเอาเคย  
 นอย : เอาไม่ไหว  
 ผู้ช่วยนำกลุ่ม : ไม่ว้ใจ (หัวเราะ)  
 ผู้นำกลุ่ม : เป็นใจคุณนี่  
 นอย : อาจจะเป็นเพราะทำกรรมไว้มาก เคยรู้จักใจมาก่อน  
 ผู้นำกลุ่ม : ตอนนั้นรู้สึกว่าเขาจะทนต์นอมเราไหม  
 นอย : ไม้อยู่แล้ว ธนกับไม้ก็มี  
 ผู้นำกลุ่ม : คุณแลอย่างนุ่มนวล (หัวเราะ)  
 นอย : ถิ่นะตอนธนกับไม้ เขาเอามือไปรองไว้ก่อน  
 ผู้ช่วยนำกลุ่ม : เขาเจอะจงให้ชนไหม  
 ใหญ่ : จับๆ นิคๆ เพื่อให้เขารู้จัก ใหญ่เรามีสิ่งกีดขวาง

ผู้ช่วยนำกลุ่ม : แต่ยังไง เราก็ไม่ให้เขาโดนเจ็บ ยังไงก็โดนเมื่อเราอยู่แล้ว แสดงว่าเราก็  
ระวังเขา นะคะ ก็หวังก็กับเขา

ใหญ่ : ใจ

น้อย : ขออย่าแกล้งเป็นไรก็ได้

ใหญ่ : เวลาเห็นใบไม้มีมด เราก็ไปส่นให้ตกบนหัวบ้าง เพื่อให้เขารู้ว่ามดมันกัด  
เจ็บนะ

เซ่ง : ออ ไม่รู้มดกัดเจ็บ แดงก็ลองให้กัดดู

ผู้ช่วยนำกลุ่ม : สังเกตไหม มดมันตัวเล็ก มันคงกัดไม่เจ็บ ไม่เป็นอันตราย เขาก็เลยให้เพื่อน  
นิมิตรมันดู ว่าเป็นยังไง แต่กับตนไม่ตาชนก็เจ็บ เขาก็มีความหวังดี  
เอามือมารองไว่ก่อน อย่างน้อยก็ไม่ตั้งใจให้โดนแน่ๆ

ผู้นำกลุ่ม : ถึงจะแกล้ง ก็แกล้งเบา ๆ พยายาม ทุรนทุนาม ยังหวังความปลอดภัยของเรา  
อยู่ยังพอไว้ใจได้นะ การได้ประสบการณ์ในช่วงคาบอด ไต่อะไรบ้างคะ

น้อย : รู้สึกว่าอะไรมันน่ากลัวไปหมด คือ อาจจะเป็นประสบการณ์เดิม เคยแกล้ง  
กันมาก่อนนานแล้ว ไม่ใช่วันนี้ก็คิดว่าเขากงจะทำนาดู และก็จริง ๆ ค่าย

ผู้นำกลุ่ม : รับรู้ว่าคุณเรานี่ แกล้งแน่ ๆ

น้อย : ไม่ พอเวลาหลับตาเดินไปมันน่ากลัวจริง ๆ มันไม่เห็นอะไรเลย

ผู้นำกลุ่ม : ใจหาย

น้อย : รู้สึกกลัวความสูง ๆ คำ ๆ ไม่รู้ว่าเขาจับโยนไปเมื่อไหร่

ผู้นำกลุ่ม : ความไม่ไว้ใจสร้างได้ยังไงนะ ความไว้ใจก็สร้างได้ ในขณะที่เดียวกันก็  
เกิดความระแวงระวัง

ผู้ช่วยนำกลุ่ม : อย่างที่น้องบอกว่า ตอนหลังไม่ไว้ใจแน่ แต่พอหลังจากที่เขาดูแลเราอย่างดี  
ไม่เป็นอะไร ในช่วงเวลา ในความมืด ความกลัวก็ลดลง ไม่เหมือนใน  
ตอนแรก

ผู้นำกลุ่ม : .....  
.....  
.....

- ผู้นำกลุ่ม : อยู่กันมาจนวันนี้ เราก็เหลือเวลาอีกนิดหนึ่งในช่วงเช้านี้ ก็เราเหลือเวลาประมาณอีกสองสามชั่วโมง พี่ก็อยากจะเปิดโอกาสนี้ ให้กับกลุ่มของเราว่าใครจะ ไขประโยชน์จากกลุ่มยังไง เปิดกว้างนะคะสำหรับทุกคน ที่ว่าเราจะไขประโยชน์จากกลุ่มไหนมากที่สุดในช่วงเวลาที่เหลืออยู่ ก็จะแล้วแต่ความต้องการของแต่ละคนว่าอยากจะไขประโยชน์จากกลุ่มยังไง ไขประโยชน์จากกลุ่มไหนมากที่สุด เท่าที่เรามีเวลาเหลือ 2 ชั่วโมง ใครถ้ามื้อไหนละ อยากรจะให้เพื่อน ๆ โค้ชช่วยเหลือเรา พี่คิดว่าอันนี้เป็นเวลาที่สะดวกสำหรับเราที่จะ โค้ชช่วยเหลือกันนะคะ
- เชง : ไม่ทราบมันจะเข้ากับพี่ที่กองการรี เปลา
- ผู้นำกลุ่ม : ก็เชิญเลยคะ
- เชง : อยากรให้เพื่อนลองพิจารณาว่าก่อนมานี้คิดอย่างไร อยากรทำอะไรก่อนมาแล้วที่มาแล้ว ผ่านไปแล้วที่จะผ่านไปมันสมหวังแค่ไหน จากประสบการณ์ที่ผ่านมาเสนออยากรให้ลอง ลองพิจารณาว่าคุณทำอะไรกลับปรี เปลา อยากรจะถามความเห็นของเพื่อน
- ใหญ่ : ผมขอเสนออีกข้อหนึ่ง เรามาที่ใจประสงค์จะให้ทราบว่าเราคือใคร ไขไม่ละ พี่ทั้งหัวขอ แฉงสองชั่วโมงสุดท้าย เราก็อยากจะทบทวน หรือสรุปให้เรารู้ว่าเราคือใคร ในทัศนะของเพื่อน ๆ ช่วย ๆ กัน ینگ ینگ พยายามให้
- ผู้นำกลุ่ม : ก็ถามเพื่อน ๆ เชิญเลยคะ ใครคิดอยากรจะรู้อะไรก็คุยกับเพื่อน ๆ ปล่อยอิสระให้เต็มที่นะละ วันที่สำหรับกลุ่ม
- นอย : คิดว่าใครมีอะไร เสนออีกเสนอก่อน
- เข้ม : เอาสาเหตุจากการเริ่มเข้ามาศึกษา เริ่มแรกเลยว่าทำไมถึงมาถึงสำหรับ... เรื่องพี่ก็ไล่แฉงความคืบเรื่องนั้น ถ้าไม่มีจุดเริ่มต้น ไปหาจุดตามไม่ไต่ คือเกินกว่าขึ้นไปบนชมรม เห็นป้ายประกาศบูมมันก็สะดุดตา ก็เลยดู ดูแล้วก็อ่าน แล้วก็อ่าน น่าสนใจ นี่ก็จุดเริ่มต้นนะ แล้วต่อไป

คือตัว...อะไรนะ...เราคือใคร ขอเสนอคืออยากจะให้แบบ เรา  
คือใครหรือ เราไม่ค่อยรู้ตัวเราเองนะอยากใหคนอื่นพูด ๆ นะ ซึ่ง  
เราจะคงทำใจ ตัวเราขายอมรับ และจะไม่โกรธคนที่บอก เราเรา  
(หัวเราะ) เมาเปล่าไม่ใช่เมาป่ะ เมาคงแบบเมื่อกันนี้ แบบ....  
คือเราจะคงทำใจว่า เราจะคงไม่โกรธเขาทำให้ใจเรา คือจะคง  
มีความไว้วางใจกันในคอมมูน ซึ่งกลุ่มเราเนี่ยเท่าที่ดูนะบางคนยังอาจ  
จะเกิดความยังไม่ ....ยังไม่ไว้วางใจเท่าที่ควรนะ ก็เลยอยากให  
เกิดความไว้วางใจ แล้วก็พูดออกมาเลย เมากันได แบบนั้นนะ คือ  
ว่าไง สนทนกันพอที่จะเมากันได้ (หัวเราะ)

- เล็ก : เมากันคำมันรุนแรงไป เมาแค่ขึ้นเซียง จับตึกว่า (หัวเราะ)
- เขม : เมาดับก็ได้ คือสำหรับตัวนี้ะ เออ สำหรับตัวเราเนะ บินตีมากที่จะให้  
คนอื่นมอง และจะไม่โกรธแล้วจะเก็บไว้วางใจไม่แรงใครต่อไป บอมรับ  
สำหรับถ้าใครจะมาทำอะไร มาอะไร แต่ขมนี่ไม่ค่อยชอบนะนะรู้สึก (หัวเราะ)  
จริง ๆ คือคนขมนะ เมาที่สังเกตนะ คือไม่จริงใจนะ ไม่...เค้าอาจ  
จะจริงใจแต่ความรู้สึกนะว่าคนที่จริงใจทอเราเน ๆ เลย คือเค้า  
กล้าที่จะทอเราได้ จริงรีเปล่าไม่รู้ ถ้าคนขมนี่ก็ฉิวเฉิบ รู้สึกนะถ้าคน  
กล้าทอได้เนี่ยเค้าจะคงจริงใจแล้ว สำหรับความคิดเห็นของตัวเองนะ  
คนอื่นอาจจะไม่เหมือนก็ได้ เมาเริ่มเมาได้
- เล็ก : เมาเป็นคนแรกเลย
- เขม : บินตี
- + คอย : คิดว่าช่วงเวลาแค่นี้จะเมาไปเมาไม่ได้เลย ต้องคบกันนานกว่านี้
- เขม : ออ...เอาเท่าเนี่ย เอาเท่าที่เห็นเนี่ยะ
- + คอย : เท่าที่เห็นเนี่ย เห็นไม่ชัด...อะไรงี้ใช่ไม
- เขม : พี่เห็นควยนะ อีหนึ่งก็พูดเร็วมาก พูดเร็วแต่ก็เค้ามีความมั่นใจในตัวเอง  
นะนะ แต่พูดเร็ว เร็ว เร็วทำให้ใจอะ ถ้าขาดง ก็ไม่รู้อี แต่เร็วเนะ

ค่อนข้าง ความรู้สึกนะ ว่าพูดเร็ว แต่ก็มีลักษณะคือสังเกตคนอื่นเรื่อง  
 ความกล้าใจเงี้ยะ ซึ่งมองข้าม ไม่เคยคิดเลยนะ จะไปสังเกตเค้า  
 เค้าพูด ร, ล อะไรเงี้ยะ...เอาเท่าที่เห็นนะ มันก็เป็นส่วนหนึ่งของการ  
 การรู้ตัวเองใช่ไหม เพราะเรา เราไม่รู้ตัวเองเท่าไรหรือ คาม  
 สบายนะ

- เด็ก : ผนังเห็นพี่เข้ม พูดเร็วว่ะ
- เข้ม : เออ ยอมรับ
- เด็ก : เร็ว เร็วมาก
- เข้ม : เร็ว ไม่ใช่แล้ว (หัวเราะ)
- คุณากุล : พอเข้มเสนอว่าเป็นการ เค้าเป็นการดี พวกเราจะไม่เห็นแก่ก็เปิด  
 พี่ว่าถ้าเป็นอะไรออกมา ก็คิดว่าจะพูดไถ่กายกวาง
- เข้ม : เห็นอะไรแล้วออกมา
- เด็ก : ไม่นองแต่ก็ไถ่
- เข้ม : เคี้ยวใหม่ (หัวเราะ) ก็อยากพูดอะไรพูดออกมาเลยนะ จะไม่มีการ  
 กิติใจอะไรทั้งสิ้น (เงิบ)
- ใหญ่ : คือว่าพี่เข้มมีความมั่นใจในตัวเองสูง ทำอะไรเชื่อมั่นในตัวเอง ไม่ค่อย  
 แกร์ใคร แล้วยังไม่ค่อยมีความดี แล้วยังรู้สึกเสียวิธีการที่เราประชาสัมพันธ์  
 ตัวเอง รู้จักว่าจะพูดไม่ว่าแนวนี้ก็ แนวนี้ก็ ถ้าจะให้เฝ้า ไม่ว่างจะเฝ้าอะไร  
 กิติ ๆ นะ (เงิบ)
- นอย : อย่างที่ใหญ่ทุกคน อีกร้อยอย่างนะ พี่เข้มยังมีลักษณะเป็นผู้นำที่ดี บางที่เรา  
 หนึ่ง ๆ พี่เข้มก็จะเริ่มก่อน ในความรู้สึกว่าพี่เข้มกับเขานี้จะมีลักษณะเป็น  
 ผู้นำที่ดีมาก คือทำให้กลุ่มนี้ไม่โศกหายไปเลย หนึ่ง....ถ้าตัดสินใจว่าทำ  
 อะไรก็ตัดสินใจไปเลย พูดเก่งด้วยแล้วรู้สึกก็กล้า ๆ กับที่ใหญ่พูด มี  
 มนุษย์สัมพันธ์ดี แล้วที่บอกว่าประชาสัมพันธ์ตัวเองนี่ยังมองไม่ออกว่า  
 ไทประโยชน์ไปมากน้อยเท่าไร

โก : พี่เข้มน้าทางเหมือนผู้ชายปนะระ ทอมบอยแบบเด็ก อาจจะเพราะมีพี่ชาย  
น้องชายนะระ ทาทางแบบขี้กโหด พูทอะไรรู้สึกอเมริกัน แต่แปลกอยู่อย่าง  
เวลาอยู่ไกล ๆ พี่ที่มีความรู้สึกบางทีคิดว่าเป็นที่เราเคารพ บางทีก็รู้สึก  
เป็นเพื่อนซี้ ไม่รู้สึกอะไร บางครั้งก็รู้สึกแปลก ๆ รู้สึกเป็นพี่ที่เป็นไก่อาย  
อย่างนะระ

เด็ก : หนาคาออนออน เด็ก นะ หนาคาเด็ก ๆ

พร : ก็พี่เข้มนะระ ทั้งหนาคาจะเด็กก็จริงแต่การที่พี่อยู่ไกล ๆ นะระก็รู้สึกว่า  
ผู้ใหญ่จริง ๆ นะระ ทำทำอะไรมีการรับผิดชอบ มีการเตรียมแผนอะไร  
รอบคอบมากเลย .....

เด็ก : ผมเดินผ่านแล้วก็คิด ใครทำไปสเตอร์แผ่นนี้ไม่อยากอ่าน ผมเดินผ่านก็จักรา  
ไปสเตอร์อื่นมันสวย มีสี มีทั้งหลายสี เดินผ่านแต่ผมไม่เคยอ่านเลยมันสวย  
มันสวยแต่ผมไม่อ่านเลยซักใบ ใบนี้ทุเรศจัง คำ ๆ ต้องไปอ่านซักหน่อย  
(หัวเราะ) รู้สึกมันละเอียด เจาะความทำให้มันเด่นขึ้นมาที่แปลก ก็มาคิด  
เออช่วงนี้มีวางพอดี้ ก็ดีเหมือนกัน อยากจะมา จริง ๆ แล้ว ที่อยากมา  
มันหลายเรื่องนะ ..... ส่วนที่คุยกัน มันก็ได แต่ที่พูดไม่ถูกว่าไดอะไร  
ไปห่าง แต่ที่ไต่ถามก็มันสะท้อน อย่างเมื่อคืนที่คุย ได้ศึกษาชีวิตคนหลาย ๆ  
แบบโดยเราไม่ต้องไปไขว่คว้า เขาก็มานั่งรวมกันที่นี้ ฟังแล้วก็เพลินดี  
คงไม่มีอะไร

(เงียบ)

เซง : เท่าที่คุนะ วันแรกนะมองหนามองตาก็คิดว่า คนนี้ไม่น่าจะมา (หัวเราะ)  
คือ คนนี้ไม่น่าจะมางานแบบนี้ คงชอบเล่น ชอบเที่ยว สนุกสนาน คงไม่ชอบ  
มานั่งคุยอะไร ก็แปลกกว่าทำไมมา แต่พอได้คุยกัน รู้สึกว่าเป็นแบบหนึ่งของ  
คนที่คุยสนุกสนานแต่เขาก็ชอบศึกษาหาความรู้ แลวกี่เรียนรู้อะไรต่าง ๆ รอบ  
ตัวมาก สนใจมาก ก็เห็นอย่างที่เขาให้ฟังว่าไปคุโนน คุนึ ไปคุย แลวกี่เป็น  
ตัวของตัวเองมาก คือ อะไร คือไม่ต้องขึ้นกับใคร อยากทำอะไรก็ทำ

ไม่แคร์คนมาก อย่างที่เมื่อวานรู้สึกก็เล่าให้ฟัง  
 ใหญ่ : พี่เล็กเป็นคนที่ว่า เล็กแต่ตัวก็จริงแท้มีอะไรที่ใหญ่ ๆ อยู่ในตัวพี่เล็กมาก  
 (หัวเราะ) เช่น ชอบช่วยตัวเองมากซึ่งหายากในสังคมคนไทย รู้สึกว่า  
 สามารถชี้คชีวิตรเรา ตัวเองโค่เลย แล้วยังอีกอย่าง พี่เล็กเป็นคนคนโค่  
 ไม่ใช่สตรีคอยก้มกฏเกณฑ์อะไรมากมาย รู้สึกว่า เป็นเด็กพริกขี้หน้ะสะ  
 พริกขี้หน้ะสะ แล้วยังเด็ก แล้วยังเด็ก แล้วยังเด็ก แล้วยังเด็ก  
 (หัวเราะ)

ผู้นำกลุ่ม : พริกหวาน (หัวเราะ)

ใหญ่ : คือโค่ทั้งเด็กและไม่เด็ก

เข้ม : เท้าที่มอง เท้าที่ฟังการคุยนะ คือ ไม่ใช่เป็นคนที่คุณโอ้ววุด แต่ว่าคุณ  
 ถอดคนนึกทนนอย คืออย่างที่ว่า ผมไม่เก่ง ผมอาศัยดวงเขาไปยั้งนั้น ยั้งนี้  
 แต่ตามใจจริงคิดว่า ถ้าไม่เก่งจริงสอบเขาไม่โค่หรอก ถึงแม้ว่าจะไปดู  
 เขาหรือใจ แต่ความรของตัวเองไม่มีนะ ไม่สามารถสอบเขาโค่หรอก  
 ขอใจจริง ๆ นะ ถึงแม้เราจะอาศัยดวงอะไร แต่ตัวเองไม่มี ไม่มี  
 ไอคิวที่คี่นะ ก็แบบว่า คง คงเรียนไม่โค่นะ

เล็ก : ไอคิว ซีโร มั้ง (หัวเราะ)

เข้ม : คืออันนี้ เค้าอาจจะไม่รู้ตัวหรือเค้าชอบพูดถ่อมคนก็ไมรู้อะ

เด็ก : คือ แต่ผมเรียนมาส่วนใหญ่ชอบโค่ที่โหด นอกจากตอน ป.1 ป.2 บางที  
 50 60 70 ส่วนใหญ่ 60

เข้ม : ข้อดีก็คือ ลักษณะของการตัดสินใจนะที่ดี ที่มั่นใจในตัวเอง

เด็ก : ไม่เห็นคุยขอเสีย

เข้ม : หมดแล้ว

โก : ตอนแรกที่ไถเห็นพี่เล็กนะสะ เห็นท่าทางเฉย ๆ เงียบ ๆ พอโท พอเล่า  
 ชีวิตแล้ว คนๆ นี้เค้ามีประสบการณ์อยู่มากมายเลยนะสะ โท เก่งมาก  
 เลย ชีวิตเข้มชน มีบางช่วงที่ผ่านมมาอย่างช่วงวัยรุ่น ไก่ก็มีความรู้สึก  
 อย่างนี้ แล้วยังเด็กจะทำนะสะ แต่ไม่ถึงขนาดนี้ แบบในห้องเรียนนี่หลาย



- คนที่ เป็นแบบนี้ แล้วก็พยายามจะชักจูงเราเข้าไปในกอด ก็รู้สึกว่ามันสนุกดี  
 และมันก็ประทับใจอะ เคมก็มีความคิดเหมือนกันว่า จะเข้านอนเอง  
 ช่วยเหลือตัวเอง แต่ทำไม่ได้ เพราะเป็นหญิงและรู้สึกทางบ้านเซมงวคควาย  
 นอย : ชอบที่เด็กที่เปิดเผยมาก มีอะไรก็บอกหมด และก็เรียกเสียงหัวเราะได้  
 จากคนตลอดเวลาเลย ตอนที่เดาเมื่อคืน อย่างผมนี้ทำไม่ได้และก็รู้สึกว่า  
 ไม่ค่อยคำนึงถึงเรื่องสูง ๆ อะไรอย่างนั้นกันเอง อย่างตอนที่นอนคุยกัน  
 รู้สึกประทับใจมาก แล้วก็รู้สึกเป็นคนที่มีความประทับใจที่นาสนใจมาก และไม่  
 คอยปิดบัง ให้รายละเอียดเพื่อนได้เต็มที่ ผมคิดว่า เป็นลักษณะที่ดีมาก  
 ส่วนในลักษณะที่เดี่ยยมองไม่เห็น ทองดู ๆ ไปก่อน ก็มีแค่นี้ละ  
 เด็ก : สำหรับตัวเราแล้ว บางทีเราทำผิดอะไร เราก็ขอโทษทางออกให้ตัวเอง  
 อย่างเพื่อน โตะไซควายกัน แหมทำไมทำรกะ ก็เซ็ด ๆ พอเราถ่มมา  
 เขาก็บอก แต่พอเราทำรกะ เขาก็บอกทำไมทำรกะ เซ็ด ๆ อะไรในนี้ ๆ  
 หัง ๆ ที่เราไม่ได้พูดเหมือนเมื่อกี้ เราก็จะบอกว่าคุยอย่างไอน์สไตน์ มูยง  
 ไทลุดี โตะยังรกเลย (หัวเราะ) แบบบางทีนะหรือว่ามันเป็นข้อเสีย คือ  
 ขอโทษทางออกให้ตัวเองเรื่อย ๆ คินไปได้เรื่อย ๆ ออกมันหาเหตุผลมา  
 อธิบายความผิดพลาด

## ประวัติผู้วิจัย

นางสาวสุปราณี วัสน์นตชาติ เกิดเมื่อวันที่ 9 พฤศจิกายน 2498  
ที่จังหวัดกรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี เมื่อปีการศึกษา 2520  
จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

