



## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กมล แสงทองศรีกมล. 6Q ความฉลาดที่อยากให้คุณมี. นิตยสารลูกรัก. (มกราคม 2548) : 22, 2548.
- กษมา บิลมาศ. ผลของจินตนาการเกี่ยวกับผลของการลดน้ำหนักที่มีต่อพฤติกรรมการลดน้ำหนักของสตรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.
- เก็จนก เชื้อวงศ์. ผลการปฏิบัติธรรมภายใต้การนำของสิริ กรินชัย ต่อภาวะสังขะแห่งตน. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. การพัฒนา EQ และ MQ ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส. ใน การศึกษานอกระบบโรงเรียน : แนวทางการศึกษาและกิจกรรมที่หลากหลาย, หน้า 112 - 128. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. การศึกษานอกระบบโรงเรียน : ทำไมต้องมีการศึกษานอกระบบโรงเรียนในปัจจุบัน. วารสารครุศาสตร์. 32(มีนาคม – มิถุนายน 2533): 72 - 81.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. คิด-ทำ-ด้านบวก. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2545.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. จากครูเป็นศูนย์กลางสู่ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ฉลาด เก่ง ดี และมีความสุข. ใน การศึกษานอกระบบโรงเรียนกับการปฏิรูปการศึกษา, หน้า 34 – 57. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. ฉลาด เก่ง ดี และมีความสุข. กรุงเทพฯ : ที.พี พรินท์, 2540.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. ชีวิตวิทยา. วารสารครุศาสตร์. 33 (กรกฎาคม – ตุลาคม 2547): 123 – 132.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. เด็ก โรงเรียนและความสุข โรงเรียนนีโอฮิวแมนนิส มิติใหม่แห่งการศึกษาสำหรับเด็ก. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2530.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. แต่คุณพ่อ คุณแม่ และคุณครูที่รัก. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2542.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. นีโอฮิวแมนนิส : เราทั้งผองคือพี่น้องกัน. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2535.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. นีโอฮิวแมนนิส ทางเลือกสุดท้ายของคนรุ่นใหม่. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2531.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. พลังแห่งความเชื่อมั่น. กรุงเทพฯ : ที.พี พรินท์, 2540.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. พ่อแม่ต้องสั่งสอน. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2547.

- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. เราทำได้. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2546.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. สมาธิ 2000. กรุงเทพฯ : ที.พี พรินท์, 2542.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. สอนให้เป็นอัจฉริยะตามแนวนีโอฮิวแมนนิส. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2546.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. อยู่กับเด็กๆ. กรุงเทพฯ : ที.พี พรินท์, 2544.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. อดดศึกษา : ศาสตร์แห่งการรู้จักตัวเอง. กรุงเทพฯ : ที.พี พรินท์, 2542.
- ชาญวุฒิ วงศ์เพ็ง. การเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กบ้านเบธานีโดยการฝึกจิตใจได้สำนึกตามทฤษฎีนีโอฮิวแมนนิส. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.
- ชูชีพ เปล่งอารมณ์. การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้วยวิธีสอนตามแนวปรัชญามนุษยนิยมของนักศึกษานอกโรงเรียนสายสามัญ ประเภทชั้นเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- ทีศนา เขมมณี. รูปแบบการเรียนการสอน : ทางเลือกที่หลากหลาย. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
- บุหงา วัฒนะ. การนำเสนอรูปแบบการจัดประสบการณ์วิชาชีพเพื่อส่งเสริมเจตคติทางบวกต่อวิชาชีพครูของนักศึกษาในวิทยาลัยครู. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- ปฐม นิคมานนท์. โครงสร้างระบบการศึกษาไทย. ใน เอกสารการสอนชุดวิชาการศึกษาดลอดชีวิตและการศึกษานอกระบบโรงเรียน หน่วยที่ 1 – 7. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช, 2544.
- ประคอง กรรณสุด. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542
- ประสงค์ ประสงค์อาสา. ปรัชญาชีวิต ศาสตร์แห่งความสำเร็จ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มังภาพย์, 2544.
- ประสงค์ ประสงค์อาสา. ปีแห่งความรุ่งโรจน์. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มังภาพย์, 2542.
- ประสงค์ ประสงค์อาสา. หัวใจแห่งความสำเร็จ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มังภาพย์, 2540.
- เยาวลักษณ์ โพธิสุทธิ. เจตคติต่อกิจกรรมการพัฒนาดตนเองของผู้ผ่านการอบรมหลักสูตรการเสริมสร้างพลังและความสำเร็จของชีวิตด้วยจิตวิทยานีโอฮิวแมนนิส ของสำนักเสริมศึกษาและบริการสังคม มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.

- รัตนา พุ่มไพศาล. หลักการจัดและบริหารการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.
- รัตนา พุ่มไพศาล. หลักการจัดและบริหารการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.
- วรรณวิภา จัตตชัช. รูปแบบโครงสร้างของลำดับชั้นการเรียนรู้ด้านพุทธิพิสัยในผลสัมฤทธิ์วิชา คณิตศาสตร์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- วัชรยุทธ บุญมา. การจัดการศึกษาแนวปรัชญามนุษยนิยมแนวใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาพื้นฐานการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542.
- วิไล องค์อนันต์คุณ. การวิเคราะห์แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเพื่อการพัฒนามนุษย์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- วิไลรัตน์ ยิ้มแจ้ง. การนำเสนอรูปแบบการจัดสภาพนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาขนาดเล็กใน ชนบท. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2527.
- วิวรรณ ศรีกุลลาภกุล. ผลของการจัดกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.
- วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสติเฟ้น อาร์ โควี สำหรับเยาวชนตอนปลาย โดยใช้แนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
- วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. ผลของการฝึกอาสาสมัครและสมาธิตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ต่อการเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเอง ของสตรีในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538.
- ศตพร วิไลรัตน์. การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของเด็กก่อนวัยเรียนโดยวิธีการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

- สมศักดิ์ กิจฉนวนวัฒน์. การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างภาวะผู้นำเชิงสร้างสรรค์สำหรับผู้ประกอบการธุรกิจขนาดย่อม โดยให้หลักการจัดกิจกรรมตามแนวมนุษยนิยมและการเพิ่มพลังศักยภาพของตนเองของแอนโทนี ร็อบบินส์. วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
- สมศักดิ์ เจริญศรี. ผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาชั้นนอกโรงเรียนแบบทางไกล. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. ยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพคนและการคุ้มครองทางสังคมในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545 – 2549). กรุงเทพฯ, 2544.
- สำนักนโยบายและแผนการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม. พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2542.
- สุภาพจิต, กรม. คู่มือการจัดกิจกรรม “ฝึกคิดแก้ปัญหา พัฒนา EQ” สำหรับศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : สำนักพัฒนาสุภาพจิต, 2547.
- สุภาพจิต, กรม. คู่มือการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาเด็กด้อยโอกาส. กรุงเทพฯ : โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์, 2544.
- สุภาพจิต, กรม. อีคิว : การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สุภาพจิต, 2546.
- สมาลี สังข์ศรี. การศึกษานอกโรงเรียนสำหรับแรงงานด้อยโอกาส โดยประยุกต์ใช้วิธีการศึกษาทางไกล. กรุงเทพฯ : เทคนิคพรินติ้ง, 2540.
- สมาลี สังข์ศรี. ความจำเป็นในการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนแก่ผู้ประกอบการอาชีพในสถานประกอบการ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รุ่งเรืองสาสน์, 2536.
- อมรวิทย์ นาคทรพร. ปมปฏิรูป. กรุงเทพฯ : พิมพ์ดี, 2545.
- อรวรรณ ปินตา. ประสิทธิผลของรูปแบบการพัฒนานิสัยทางสังคมอย่างเป็นระบบแก่นักเรียนเด็กเล็ก. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- อริยะ สุพรรณเภัชช. พัฒนา I.Q. E.Q. M.Q. และสมาธิด้วยคลื่นเสียงเพลง. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2545.
- อรุณศรี อึ้งประเสริฐ. การนำเสนอรูปแบบการสอนแทรกความรู้ด้านจริยธรรมในการเรียนการสอนคณิตศาสตร์ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชามัธยมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.

- อาชัญญา รัตนอุบล. กระบวนการการฝึกอบรมสำหรับการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- อาชัญญา รัตนอุบล. การจัดโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.
- อาชัญญา รัตนอุบล. การเรียนรู้และพัฒนาการของผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
- อารี แก้วสถิตย์วงศ์. การนำเสนอรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสมรรถภาพการทำงานเป็นกลุ่มให้แก่ประชาชนระดับหมู่บ้าน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาการศึกษา นวัตกรรม สาขาวิชาการศึกษา นวัตกรรม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- อารีย์ อัครานุภาพ. การนำเสนอรูปแบบพิพิธภัณฑ์ท้องถิ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาศิลปศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- อุ้นตา นพคุณ. กรอบแนวความคิดการพัฒนาโปรแกรมอย่างมีส่วนร่วมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์, 2546.
- อุ้นตา นพคุณ. การเรียนการสอนผู้ใหญ่เพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์กรุงสยามการพิมพ์, 2527.
- อุ้นตา นพคุณ. การศึกษานอกโรงเรียน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญผล, 2533.
- อุไรวรรณ ชมวัฒนา. ผลของการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการพัฒนาทักษะยิมนาสติกลีลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

## ภาษาอังกฤษ

- Bloom, B.S. Taxonomy of Educational Objectives. Handbook 2 : Affective Domain. New York : Mckay, 1956.
- Brodback, May. "Logic and Scientific Method in Research on Teaching", in Gage, N.L., ed. Handbook of Research on Teaching. Chicago : Rand Mc Nally and Company, 1962.
- Cauteua, J.R. Covert Condition. Newyork: Program Press, Inc., 1979.
- Christensen, A., and Rankin, D. Easy Does It Yoga. San Francisco: Harper & Row, Inc., 1975.
- Covey, Stephen R. The 7 Habits of Highly Effective People. New York : Fireside, 1990.
- Hill, Napoleon. Law of Success. Kuala Lumpur : Crescent News (KL) SDN.BHD., 1979.

- Knowles, Malcolm S. The Modern Practice of Adult Education. New York : Cambridge, The Adult Education Company, 1980.
- Robbins, Anthony. Unlimited Power Home Study Course Manual. Robbins Research International, 1991.
- Rogers, A. Teaching Adult. Milton Keynes : Open University Press, 1986.
- Thurstone, L.L. The Measurement of Values. Chicago: The University of Chicago Press, 1974.
- Waitley, Denis. The New Dynamics of Goal Setting. William Morrow & /co, 1996.
- Weiner, B. A Theory of Motivation for Some Classroom Experience. Journal of Educational Psychology 71, 1979.
- Weiner, B. An Attributional Theory of Motivation and Emotion. New York : Springer Verlag, 1986.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ



**รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ**  
**ตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**  
**ตรวจสอบรูปแบบ โปรแกรมและคู่มือ**  
**กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส**  
**เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์**

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1. รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ ปิตยานนท์ | คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย   |
| 2. คุณ สมโชค ไวยรัตน์                   | สมาคมไวด.ดับยู.ซี.เอ.               |
| 3. คุณประสงค์ ประสงค์อาสา               | ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับนโปเลียน ฮิลล์ |
| 4. ดร.ภัทรพล มหาพันธ์                   | คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร   |

ภาคผนวก ข  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบทดสอบการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์
2. แบบวัดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์
3. แบบสังเกตคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์
4. แบบประเมินผลโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์
5. แบบประเมินตนเองเพื่อใช้ประกอบคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์
6. แบบสัมภาษณ์เพื่อใช้ประกอบคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์



6. ท่านเรียนรู้ว่าความกระตือรือร้นเป็นสถานะอันหนึ่งของจิตใจที่กระตุ้นหรือเร่งเร้าคนเราให้ลงมือปฏิบัติต่องานเพื่อการบรรลุความสำเร็จ
- \_\_\_\_\_ คะแนน
7. ท่านเรียนรู้ว่าการควบคุมตนเองจะควบคุมความคิดและบังคับการกระทำไปสู่ทางสร้างสรรค์
- \_\_\_\_\_ คะแนน
8. ท่านเรียนรู้ว่าค่าตอบแทนของการทำงานเกินเงินเดือนหมายถึงทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับชีวิต เงิน ความสุข ความปรองดองกับคนอื่น ๆ ความอึดเอิบทางวิญญาณ ศรัทธา ความใจกว้าง ความอดทน หรือสิ่งมีค่าอย่างอื่นที่แสวงหา
- \_\_\_\_\_ คะแนน
9. ท่านเรียนรู้ว่านิสัยและการแสดงออกในทางสร้างสรรค์ถูกสร้างขึ้นมาจากความคิดจะแปรผันเป็นบุคลิกต้องตาต้องใจ
- \_\_\_\_\_ คะแนน
10. ท่านเรียนรู้ว่าความคิดถูกต้องเที่ยงตรงจะเป็นความคิดที่วางอยู่บนฐานของข้อเท็จจริงและจะต้องตั้งอยู่บนความคิดของตัวเอง
- \_\_\_\_\_ คะแนน
11. ท่านเรียนรู้ว่าการสำรวจจิตใจมุ่งสู่สิ่งที่ปรารถนาจนกระทั่งความปรารถนานั้นกลายเป็นความจริง เกิดจากความสามารถที่ได้จากการควบคุมความคิดและการกระทำไปสู่จุดหมายที่แน่นอน นั่นคือ ความใจจดใจจ่อ
- \_\_\_\_\_ คะแนน
12. ท่านเรียนรู้ว่าวิธีที่ความสามัคคีจะสร้างพลังอำนาจส่วนบุคคลขึ้นมานี้คือ ก้าวแรกของการสร้างพลังอำนาจที่จะได้มาจากการร่วมเป็นพันธมิตรกันหรือความสามัคคีที่อาจจะเรียกได้ว่าเป็นพลังกลุ่ม
- \_\_\_\_\_ คะแนน
13. ท่านเรียนรู้ว่าวัตถุประสงค์ของความสนใจในความล้มเหลวคือ ช่วยให้เข้าใจและรับประโยชน์จากความพ่ายแพ้ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นการทำให้เกิดการปรับการกระทำเสียใหม่ในเส้นทางที่ต้อง
- \_\_\_\_\_ คะแนน
14. ท่านเรียนรู้ว่าคนที่มีจิตใจที่เปิดกว้างเพื่อสร้างวิสัยทัศน์ให้กว้างไกลยิ่งขึ้น เรียกว่า เป็นคนที่มีความใจกว้าง
- \_\_\_\_\_ คะแนน



22. ความคิดเป็นสิ่งเดียวเท่านั้นที่สามารถควบคุมได้อย่างสิ้นเชิง ซึ่งการควบคุมความคิดเป็นสิ่งเดียวกันกับการควบคุมตนเอง
- \_\_\_\_\_ คะแนน
23. ความคิดของการทำงานเกินเงินเดือนคือ “แต่ละชั่วโมงที่อุทิศให้กับการทำงานหรือการรับใช้ที่มีได้ค่าตอบแทนสามารถทำให้ได้รับสิ่งตอบแทนมากกว่าที่ได้รับจากการทำงานตลอดวันเพียงเท่าที่จะต้องกระทำตามหน้าที่เท่านั้น”
- \_\_\_\_\_ คะแนน
24. ความคิดที่ว่า “ข้อจำกัดของท่านก็คือสิ่งเดียวเท่านั้นที่ท่านกำหนดขึ้นในใจของท่านเอง” เป็นข้อจำกัดที่สำคัญต่อบุคลิกต้องตาต้องใจ
- \_\_\_\_\_ คะแนน
25. ความคิดที่กล่าวถึงในความคิดถูกต้องเที่ยงตรงจะต้องเป็นความคิดสร้างสรรค์หรือความคิดทางบวกด้วย
- \_\_\_\_\_ คะแนน
26. อย่าเชื่อคำพูดที่ว่า “อย่าเอาใจทั้งหมดของท่านใส่ไว้ในตระกร้าใบเดียว” เพราะอันที่จริงแล้วจะต้องเอาใจทั้งหมดใส่ไว้ในตระกร้าใบเดียวเพื่อที่จะเอาใจใส่จดจ่อในการปกป้องรักษาตระกร้าใบนั้นให้ปลอดภัยที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับคุณลักษณะใจจดใจจ่อ
- \_\_\_\_\_ คะแนน
27. ความคิดที่ว่า “พลังอำนาจสามารถเกิดขึ้นมาได้เมื่อคนแต่ละคนมีส่วนร่วมอยู่ในกลุ่มผลประโยชน์ส่วนตัว และร่วมมือกับคนอื่นๆ ทั้งหมดด้วยความสมัครสามัคคีกันอย่างแท้จริง” จะทำให้เกิดพลังกลุ่ม
- \_\_\_\_\_ คะแนน
28. ไม่จำเป็นที่จะต้องคิดว่าความพ่ายแพ้เป็นความล้มเหลว เพราะไม่มีใครที่จะประสบความสำเร็จโดยมิได้พบกับความล้มเหลวบางอย่างมาก่อนในชีวิต
- \_\_\_\_\_ คะแนน
29. การมีจิตใจที่เปิดกว้างจะช่วยเสริมสร้างวิสัยทัศน์ให้กว้างไกลยิ่งขึ้นเป็นคุณลักษณะที่มีความสำคัญต่อการสร้างความก้าวหน้าในชีวิต
- \_\_\_\_\_ คะแนน
30. เมื่อมีสิ่งใดก็ตามที่คิดว่าคนอื่น ๆ จะปฏิบัติต่อท่าน นั่นคือสิ่งทั้งหมดที่ท่านควรจะปฏิบัติต่อเขา
- \_\_\_\_\_ คะแนน



37. ท่านควบคุมตนเองโดยการควบคุมอารมณ์ทำลายและเพิ่มอารมณ์สร้างสรรค์ เช่น ความรัก  
ความเห็นอกเห็นใจ การมองโลกในแง่ดี ด้วยการควบคุมความคิดรวมถึงการควบคุมการ  
กระทำ

 คะแนน

38. ท่านกระทำอย่างเอาจริงเอาจังด้วยการทำงานที่ดีกว่าและมากกว่าค่าจ้างที่ได้รับ ซึ่งก็คือ การ  
ปฏิบัติตามหลักการของการทำงานเกินเงินเดือน

 คะแนน

39. ท่านสร้างบุคลิกลักษณะที่มีเสน่ห์โดยฝึกฝนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่แสดงออก  
เป็นประจำ ซึ่งจะเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดลักษณะนิสัยในทางสร้างสรรค์สู่บุคลิกต้องตาต้องใจแก่  
บุคคลอื่น

 คะแนน

40. ท่านพัฒนาความคิดถูกต้องเที่ยงตรงโดยการแยกข้อเท็จจริงออกเป็นสำคัญและไม่สำคัญ  
หรืออยู่ในประเด็นและออกนอกประเด็น

 คะแนน

41. ท่านใจจดใจจ่อกับเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยการควบคุมความสนใจด้วยการตั้งความสนใจให้มี  
การกระทำที่แน่นอน

 คะแนน

42. ท่านมักรวมกลุ่มร่วมกันทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนได้รวดเร็วขึ้น

 คะแนน

43. การวิเคราะห์ผลลัพธ์ขั้นสุดท้าย จะทำให้เข้าใจว่า "ความล้มเหลวอันที่จริงแล้วบ่อยครั้งที่มัน  
เป็นเพียงความพ่ายแพ้ชั่วคราวเท่านั้นเอง" ดังนั้นท่านจึงต้องแยกคำว่าความล้มเหลวและ  
ความพ่ายแพ้ชั่วคราว

 คะแนน

44. ท่านต้องไม่ปิดกั้นตัวเอง ด้วยจิตใจที่เปิดรับแนวความคิดใหม่ๆ เพื่อจะได้รับประโยชน์จาก  
ประสบการณ์ชีวิตใหม่ๆ ที่ถือเป็นโอกาสของความก้าวหน้า

 คะแนน

45. ท่านกระทำต่อคนอื่นๆ ดังเช่นที่ท่านต้องการให้เขากระทำต่อท่าน ถ้าท่านเป็นเขา

 คะแนน



**แบบวัดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ของโปรแกรมการศึกษาในระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส  
เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับคุณลักษณะที่  
พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามความคิดของท่าน โดยตอบให้ตรงกับความรู้สึกของ  
ท่านที่เกิดขึ้นในทันที

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. ท่านกำหนดจุดมุ่งหมายที่เด่นชัดสำหรับชีวิตไว้หรือเปล่า		
2. ท่านกำหนดระยะเวลาในการไปให้ถึงจุดหมายนั้นหรือเปล่า		
3. ท่านมีแผนเฉพาะสำหรับจุดมุ่งหมายในชีวิตหรือเปล่า		
4. ท่านได้คาดคิดหรือเปล่าว่าจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้จะนำอะไรมาสู่ท่าน		
5. โดยทั่วๆ ไปท่านมีศรัทธาต่อผู้อื่นมากกว่าตัวเองหรือเปล่า		
6. ท่านปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ต่างๆ หรือเปล่า		
7. ท่านมีความเชื่อมั่นในความสามารถที่จะทำในสิ่งที่ตัดสินใจหรือไม่		
8. จากความกลัว 7 ประการ คือ กลัวความยากจน กลัวคำวิพากษ์วิจารณ์ กลัวสุขภาพทรุดโทรม กลัวสูญเสียความรัก กลัวสูญเสียอิสรภาพ กลัวความชรา และกลัวความตาย ท่านหลุดพ้นจากความกลัวทั้ง 7 ประการหรือเปล่า		
9. ท่านเก็บสะสมรายได้เป็นเปอร์เซ็นต์ที่แน่นอนหรือเปล่า		
10. ท่านใช้เงินโดยไม่คำนึงถึงอนาคตหรือเปล่า		
11. ท่านวางแผนงานของท่านไว้หรือเปล่า		
12. งานของท่านจะต้องมีผู้วางแผนให้หรือเปล่า		
13. ท่านมีลักษณะดีเด่นทางด้านการงานที่คนอื่นไม่มีอยู่ในครอบครองหรือเปล่า		
14. ท่านมีนิสัยยลัดวันประกันพรุ่งหรือไม่		
15. ท่านมีนิสัยที่พยายามกำหนดแผนที่ดีกว่าเดิมเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานหรือเปล่า		

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
16. ท่านใช้จินตนาการของท่านในทางสร้างสรรค์หรือเปล่า		
17. ท่านตัดสินใจด้วยตัวเองหรือเปล่า		
18. ผู้ที่ทำตามคำสั่งแต่อย่างเดียวนั้นจะดีกว่าผู้ที่มีแนวความคิดใหม่ๆ เสมอจริงหรือไม่		
19. ท่านสามารถประดิษฐ์สิ่งต่างๆ หรือเปล่า		
20. ท่านสร้างแนวความคิดมาใช้ในการงานหรือเปล่า		
21. เมื่อถึงคราวจำเป็นท่านแสวงหาคำตอบที่ดีหรือเปล่า		
22. ท่านเป็นคนกระตือรือร้นหรือเปล่า		
23. ท่านควบคุมความกระตือรือร้นของตัวเองให้ไปสู่การปฏิบัติเพื่อความสำเร็จในจุดมุ่งหมายหรือเปล่า		
24. ความอยากหรือความต้องการที่จะทำในสิ่งใดสิ่งหนึ่งมีอำนาจเหนือดุลพินิจของท่านหรือเปล่า		
25. เวลาโกรธ ท่านไม่ยอมพูดอะไรเลยหรือเปล่า		
26. ท่านคิดก่อนพูดหรือเปล่า		
27. ความอดทนของท่านหมดไปง่ายๆ หรือเปล่า		
28. อารมณ์ของท่านสม่ำเสมอหรือเปล่า		
29. ท่านปล่อยให้อารมณ์มีอำนาจเหนือเหตุผลหรือเปล่า		
30. ท่านมีนิสัยทำงานเกินกว่าค่าจ้างที่ได้รับหรือเปล่า		
31. ท่านทราบหรือไม่ว่าเมื่อไหร่พนักงานจะมีสิทธิ์ขึ้นเงินเดือน		
32. ท่านรู้จักใครบ้างไหมที่ได้รับความสำเร็จโดยไม่ทำงานหนัก		
33. ท่านเชื่อหรือไม่ว่าใครๆ ก็มีสิทธิ์ได้ขึ้นเงินเดือน โดยไม่ได้ทำงานเกินกว่าค่าของมัน		
34. ถ้าท่านเป็นนายจ้าง ท่านจะพอใจต่อการทำงานเกินกว่าเงินเดือนของพนักงานหรือไม่		
35. ท่านมีนิสัยก้าวร้าวหรือเปล่า		
36. ท่านมีนิสัยรักผู้อื่นเหมือนรักตัวเองหรือไม่		
37. ผู้อื่นชอบท่านหรือเปล่า		
38. ท่านสร้างความรำคาญแก่ผู้อื่นหรือเปล่า		
39. ท่านถือว่าการเรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับงานเป็นหน้าที่ของท่านหรือไม่		

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
40. เป็นนิสัยของท่านหรือเปล่าที่จะแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่ไม่รู้จักจริง		
41. ท่านรู้วิธีที่จะค้นหาข้อเท็จจริงเมื่อต้องการความรู้หรือไม่		
42. ท่านมีสมาธิอยู่กับสิ่งที่กำลังทำอยู่หรือเปล่า		
43. ท่านถูกชักจูงหรือโน้มน้าวใจให้เปลี่ยนแปลงหรือการตัดสินใจได้ง่ายๆ หรือเปล่า		
44. ท่านมีแนวโน้มที่จะยอมแพ้ต่ออุปสรรคที่ขวางกั้นแผนของท่านหรือเปล่า		
45. ท่านตั้งหน้าทำงานไปเรื่อยๆ โดยไม่คำนึงถึงสิ่งรบกวนใจ ซึ่งไม่มีทางหลีกเลี่ยงหรือเปล่า		
46. ท่านเข้ากันได้ดีกับคนอื่นหรือเปล่า		
47. ท่านขัดแย้งกับคนอื่นบ่อยๆ หรือเปล่า		
48. ความผิดพลาดเป็นสาเหตุที่ทำให้ท่านหมดความพยายามหรือเปล่า		
49. ถ้าท่านล้มเหลวในจุดมุ่งหมายอย่างหนึ่ง ท่านจะพยายามต่อไปหรือไม่		
50. ความผิดพลาดชั่วคราวเหมือนกับความล้มเหลวหรือไม่		
51. ท่านได้เรียนรู้อะไรจากความผิดพลาดบ้างไหม		
52. ท่านทราบวิธีแปลงความผิดพลาดให้เป็นบทเรียนเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จหรือเปล่า		
53. ท่านพยายามทำให้ผู้อื่นมาช่วยท่านเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายในชีวิตของท่านหรือเปล่า		
54. ท่านเชื่อไหมว่าคนเราสามารถบรรลุจุดมุ่งหมายโดยปราศจากความช่วยเหลือของผู้อื่น		
55. ท่านเชื่อหรือไม่ว่าบุคคลสามารถประสบความสำเร็จอย่างง่ายดายในอาชีพ แม้ว่าเขาจะถูกขัดขวางโดยคนในครอบครัวของเขา		
56. ถ้านายจ้างและพนักงานทำงานร่วมกันด้วยความสามัคคีจะเกิดประโยชน์ต่อการทำงานหรือไม่		
57. เมื่อที่ทำงานของท่านได้รับคำชมเชย ท่านภูมิใจหรือไม่		
58. ท่านให้ความช่วยเหลือแก่คนอื่นๆ เหมือนกับที่คนอื่นๆ ให้ความช่วยเหลือท่านหรือเปล่า		
59. มีผลดีเกิดขึ้นกับการทำงานร่วมกันฉันมิตรกับผู้อื่นหรือเปล่า		
60. ท่านคำนึงถึงความเสียหายที่เกิดจากการไม่ร่วมมือกับผู้อื่นหรือไม่		

**แบบสังเกตคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส  
เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมที่สอดคล้องกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. ตั้งเป้าหมายก่อนหรือระหว่างการทำกิจกรรม		
2. กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ กล้าแสดงออก		
3. ใช้วัสดุประกอบการทำกิจกรรมที่แจกให้ด้วยความเหมาะสม		
4. มีความคิดริเริ่มและมีความเป็นผู้นำ		
5. ผลจากการทำกิจกรรมแสดงออกถึงความสร้างสรรค์		
6. เข้าร่วมกิจกรรมด้วยความกระตือรือร้น		
7. ทำกิจกรรมตรงตามตารางเวลาที่กำหนดให้		
8. อุทิศตัวและเวลาในการทำกิจกรรมอย่างเต็มที่		
9. หน้าตายิ้มแย้มแจ่มใส		
10. จัดลำดับการทำกิจกรรมอย่างเป็นขั้นตอน		
11. ทำกิจกรรมด้วยความตั้งใจ		
12. ทำกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่นได้เป็นอย่างดี		
13. ยอมรับข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมหรือจากตัวบุคคล		
14. ให้ความช่วยเหลือหรือให้คำปรึกษาแก่บุคคลอื่น		
15. ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความเคารพ		
16. มีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วยการร่วมอภิปรายในทางบวก ทั้งทางกาย วาจา ใจ		
17. ตั้งใจเรียนเนื้อหาที่วิทยากรสอน ด้วยความรู้สึกที่ว่าตนเองมีคุณค่ามากเพียงพอที่จะสามารถพัฒนาให้มีคุณลักษณะดังกล่าวได้		
18. ทำสมาธิสมาธิ		
19. ทำอาสนะสมาธิ		
20. เดินเกาชิกสมาธิ		

**แบบประเมินผลโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส  
เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ข้อความ	ความเหมาะสม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความชัดเจนของวัตถุประสงค์					
2. ความเหมาะสมของหัวข้อที่ใช้ในโปรแกรม					
3. ความเหมาะสมของคุณสมบัติผู้เข้าร่วมโปรแกรม					
4. ความเหมาะสมของเนื้อหาสาระของโปรแกรม					
5. ความเหมาะสมของวิทยากรในโปรแกรม					
6. ความเหมาะสมของระยะเวลาการจัดโปรแกรม					
7. ความเหมาะสมของสถานที่ที่ใช้จัดโปรแกรม					
8. ความเหมาะสมของอุปกรณ์ที่ใช้ในโปรแกรม					
9. ความเหมาะสมของการประเมินผลการจัดโปรแกรม					
10. โปรแกรมสามารถพัฒนาให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จได้					
11. การได้รับประสบการณ์ใหม่จากโปรแกรม					
12. ลักษณะของโปรแกรมสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง					
13. ความสอดคล้องของหลักการกับผู้เข้าร่วมโปรแกรม					
14. ความสอดคล้องของเนื้อหาสาระกับการจัดกิจกรรมในโปรแกรม					

ข้อความ	ความเหมาะสม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15. ความเหมาะสมของการจัดกิจกรรมในโปรแกรม					
15.1 เป้าหมายของฉัน					
15.2 กิจกรรมตราประจำตัว					
15.3 กิจกรรมวางแผนประหยัดเงิน					
15.4 กิจกรรมตามล่าหาสมบัติ					
15.5 กิจกรรมนิทานล้อมวง					
15.6 กิจกรรมมุ่งสู่ความยาว					
15.7 กิจกรรมการควบคุมตนเอง					
15.8 กิจกรรมดีหรือไม่ดี					
15.9 กิจกรรมเพื่อน					
15.10 กิจกรรมคิดแบบไม่เครียด					
15.11 กิจกรรมทำงานร่วมกัน					
15.12 กิจกรรมตาบอดหาของ					
15.13 กิจกรรมเขียนด้วยมือที่ไม่ถนัด					
15.14 กิจกรรมค้นหาข้อดีของผู้อื่น					
15.15 กิจกรรมจะบอกให้ระบุว่าคิดอะไรอยู่					

**แบบประเมินตนเอง**

**เพื่อให้ประกอบคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส**

**เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**

**ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตามคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาชิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....





4. จากการปฏิบัติตามกิจกรรมในคู่มือของผู้เข้าร่วมโปรแกรม

ไม่พบปัญหา

พบปัญหา โปรดระบุ \_\_\_\_\_

หมายเหตุ \_\_\_\_\_

5. ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ 15 ประการ โดยเรียงลำดับจากคุณลักษณะที่เกิดการเปลี่ยนแปลงน้อยที่สุดด้วยการใส่หมายเลข 1 ไปสู่คุณลักษณะที่เกิดการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดด้วยการใส่หมายเลข 15

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน

บุคลิกต้องตาต้องใจ

ความเชื่อมั่นในตัวเอง

ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง

นิสัยประหยัดอดออม

ความใจจดใจจ่อ

ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ

ความสามัคคี

จินตนาการ

ความล้มเหลว

ความกระตือรือร้น

ความใจกว้าง

การควบคุมตนเอง

กฎทองคำ

นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน

หมายเหตุ \_\_\_\_\_

6. ข้อเสนอแนะ

ไม่ต้องเปลี่ยนแปลงกิจกรรม

ต้องการเพิ่มกิจกรรม โปรดระบุ \_\_\_\_\_

ต้องการตัดกิจกรรม โปรดระบุ \_\_\_\_\_

หมายเหตุ \_\_\_\_\_

ภาคผนวก ค

แนวทางในการใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษาในระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส  
เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

แนวทางในการใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ผู้ที่สนใจจะใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ตามรูปแบบที่เสนอแนะ จำเป็นต้องศึกษาวิธีการใช้กิจกรรมตามรูปแบบ 2 กิจกรรม ดังนี้

1. โปรแกรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ในลักษณะของค่ายพักแรม ประกอบด้วย หลักการและเหตุผล วัตถุประสงค์ หัวข้อของโปรแกรม คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมโปรแกรม ขั้นตอนการดำเนินงาน วิธีการ วิทยากร ระยะเวลา สถานที่ ผู้รับผิดชอบ การประเมินผล ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ กำหนดการของโปรแกรม และแผนกิจกรรมในโปรแกรม

แผนกิจกรรมในโปรแกรม ประกอบด้วย ชื่อกิจกรรม จุดมุ่งหมาย ขนาดของกลุ่ม เวลาที่ใช้ อุปกรณ์ที่ใช้ กระบวนการ การประเมินผล สรุปข้อคิด โดยคำอธิบายเกี่ยวกับหัวข้อต่างๆ ที่ปรากฏอยู่ในรายละเอียดของแต่ละแผนกิจกรรม มีดังนี้

- ชื่อกิจกรรม ประกอบไปด้วยส่วนสำคัญ 2 ส่วน ดังนี้ ส่วนแรกเป็นชื่อของกิจกรรม ส่วนที่สองที่อยู่ในวงเล็บเป็นส่วนที่อธิบายให้ทราบว่ากิจกรรมเป็นคุณลักษณะใด การที่ให้ชื่อแบ่งออกเป็น 2 ส่วนนั้น ก็เพื่อความสะดวกรวดเร็วในการนำไปใช้และเป็นประโยชน์แก่ผู้ใช้ในการนำไปใช้ได้ตรงตามคุณลักษณะที่ต้องการ

- จุดมุ่งหมาย จุดมุ่งหมายที่เขียนไว้ในแต่ละกิจกรรมนั้น เป็นจุดมุ่งหมายที่เป็นแก่นและหัวใจของกิจกรรมนั้น ผู้จัดกิจกรรมจำเป็นต้องพยายามดำเนินกิจกรรมให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้บรรลุตามจุดมุ่งหมายที่กล่าวไว้เป็นอย่างน้อย

- ขนาดของกลุ่ม กิจกรรมบางกิจกรรมเหมาะสำหรับเป็นกิจกรรมกลุ่มใหญ่ และบางกิจกรรมเหมาะสำหรับเป็นกิจกรรมกลุ่มย่อย ผู้จัดกิจกรรมจำเป็นต้องคำนวณเองว่าจะใช้สักกี่กลุ่ม โดยการคำนวณจากขนาดของกลุ่มย่อยที่กำหนดไว้ ซึ่งจำนวนของกลุ่มย่อยนี้ยืดหยุ่นได้ ขึ้นอยู่กับจำนวนของคนทั้งหมดที่มี

- เวลาที่ใช้ หมายถึง เวลาที่ใช้โดยประมาณในการดำเนินกิจกรรมทุกลำดับขั้นตอน อย่างไรก็ตาม ผู้จัดกิจกรรมมักจะพบว่ากลุ่มแต่ละกลุ่มมีปฏิริยาต่อการเรียนรู้ในแต่ละเรื่องไม่เท่ากัน ดังนั้น ผู้จัดกิจกรรมจำเป็นต้องพยายามยืดหยุ่นเวลาให้เหมาะสม

- อุปกรณ์ที่ใช้ หมายถึง เครื่องมือ เครื่องใช้ เอกสาร และวัสดุต่างๆ ที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมนั้นๆ ให้บรรลุเป้าหมาย โดยจะบอคนชนิดและจำนวนของอุปกรณ์ต่อ 1 กลุ่มย่อยไว้ ดังนั้น ผู้จัดกิจกรรมจะต้องเตรียมอุปกรณ์ไว้เป็นชุดให้พอกับจำนวนกลุ่มที่จัดแบ่งไว้

- กระบวนการ คือขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม ในขั้นนี้จะให้รายละเอียดในการนำผู้เข้าร่วมกิจกรรมสู่กิจกรรม รวมทั้งการดำเนินกิจกรรมที่เป็นขั้นตอนเรียงตามลำดับความเหมาะสม ในขั้นนี้ ผู้จัดกิจกรรมควรจะศึกษารายละเอียดให้เข้าใจเป็นอย่างดี และควรจะได้คำนึงถึงการจัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์ให้อยู่ในสภาพที่จะใช้ได้ง่ายและสะดวก ทั้งนี้ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดความขลุกขลักและความสับสนในการดำเนินกิจกรรม สิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งก็คือ ในขณะที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกำลังปฏิบัติกิจกรรมอยู่นั้น ผู้จัดกิจกรรมควรเอาใจใส่สังเกตปฏิกิริยา พฤติกรรม และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะสิ่งเหล่านี้จำเป็นต้องนำมาใช้ในการดำเนินกิจกรรมขั้นต่อไป

- การประเมินผล หลังจากผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ร่วมในกิจกรรมเฉพาะอย่างที่จัดให้เสร็จเรียบร้อยแล้ว ผู้จัดกิจกรรมจะต้องนำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้วิเคราะห์และอภิปรายสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในขณะที่ร่วมกิจกรรมอยู่ ผู้จัดกิจกรรมควรช่วยและกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ใช้ความคิด และแสดงความคิดเห็นอย่างกว้างขวาง โดยหลังจากที่กลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้อภิปรายกันจนได้ข้อยุติหรือข้อคิดเห็นเป็นที่พอใจแล้ว ผู้จัดกิจกรรมควรจะได้กระตุ้นให้ผู้เรียนได้ช่วยกันคิดและอภิปรายว่า จะสามารถนำความรู้ความเข้าใจที่ได้รับนั้นไปใช้ในชีวิตประจำวันของตนได้อย่างไร หลังจากนั้น ซึ่งจะเป็นการประยุกต์ใช้และสรุป

- สรุปข้อคิด เป็นส่วนที่สรุปข้อคิดที่เสนอในเชิงทฤษฎีที่เกิดจากการปฏิบัติตามกิจกรรม โดยผู้จัดกิจกรรมอาจจะช่วยสรุป หรือเพิ่มเติมตามข้อความที่เสนอแนะไว้หรือตามความเหมาะสม

2. คู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ประกอบการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมแล้ว ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องเรียนรู้ด้วยตนเองโดยเรียนจากคู่มือ ซึ่งจะมีกิจกรรมหลัก 4 กิจกรรม ดังนี้

- การฝึกอาสนะและการบริหารกายท่าเกาชิกิ
- การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง
- การฝึกสมาธิ
- กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะมีการเรียนรู้เกี่ยวกับกิจกรรมดังกล่าวทั้งหมดจากการเข้าร่วมโปรแกรมแล้ว ดังนั้น การทำกิจกรรมตามคู่มือจะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดการเรียนรู้มากขึ้นและ

ลึกยิ่งขึ้น ทั้งนี้เนื่องจาก กิจกรรมตามแนวคิดนี้โออิวิแมนนิสจะส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ได้ดีขึ้นและรวดเร็วขึ้น โดยในคู่มือจะมีกรณีตัวอย่างของบุคคลที่ประสบความสำเร็จเนื่องมาจากการที่บุคคลเหล่านั้นมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จในแต่ละคุณลักษณะ ซึ่งจะทำให้ผู้อ่านคู่มือเกิดความรู้และทัศนคติที่ดีต่อความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากการมีคุณลักษณะดังกล่าว และผู้อ่านคู่มือจะเกิดทักษะจากการปฏิบัติตามกิจกรรมรายบุคคลที่ให้เขียนถึงการเสริมสร้างคุณลักษณะดังกล่าวในตอนท้ายของกิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ เช่น การให้เขียนเกี่ยวกับตนเอง การให้ลงนามปฏิญาณตน

ดังนั้น แนวทางในการใช้รูปแบบกิจกรรมดังกล่าว สามารถนำกิจกรรมไปใช้ได้ตามรูปแบบที่กำหนดไว้ แต่อย่างไรก็ตาม รูปแบบกิจกรรมดังกล่าวที่ให้ไว้ นั้นถือเป็นแนวทาง ที่ผู้จัดกิจกรรมอาจนำปรับให้เหมาะสมกับระดับของผู้เข้าร่วมกิจกรรมและลักษณะของผู้เข้าร่วมกิจกรรมด้วย แต่การปรับดังกล่าวจะต้องเป็นการปรับที่อยู่บนพื้นฐานของรูปแบบที่กำหนดไว้

## ภาคผนวก ง

โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

**โปรแกรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส  
เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ตามกฎหมายแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์**

**หลักการและเหตุผล**

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545 – 2549) ได้กำหนดวัตถุประสงค์หลักไปที่การพัฒนาคุณภาพคนคือ เพื่อพัฒนาคนให้มีสุขภาพดี คิดเป็น ทำเป็น มีการเรียนรู้ตลอดชีวิต มีวิถีชีวิตอย่างมีเหตุผล มีคุณธรรม จริยธรรม ซื่อสัตย์สุจริตและรับผิดชอบต่อส่วนรวม โดยแผนพัฒนานี้จะช่วยให้นักบุคคลเกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี โดยการพัฒนานักบุคคลดังกล่าวสามารถทำได้โดยการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยผู้ที่พ้นจากการศึกษาภาคบังคับหรือการศึกษาในระบบโรงเรียนแล้วก็สามารถที่จะเรียนรู้ได้ โดยใช้การศึกษจากระบบโรงเรียน เนื่องจากการศึกษจากระบบโรงเรียนเป็นการศึกษาที่มีความยืดหยุ่น สามารถจัดได้ทุกเวลา และทุกสถานที่ ปราศจากเงื่อนไขในแง่อายุของผู้เรียน หรือความรู้พื้นฐานของผู้เรียน จึงเป็นระบบการศึกษาที่เหมาะสมอย่างยิ่งแก่ผู้ที่มีภาระรับผิดชอบมากมายอีกทั้งมีเวลาอันจำกัด

โดยการศึกษจากระบบโรงเรียนดังกล่าวจะเป็นการเรียนรู้แบบมนุษยนิยมแนวใหม่ หรือที่เรียกว่า นีโอฮิวแมนนิส ซึ่งมีความแตกต่างจากการศึกษาทั่วๆ ไปที่มักจะมุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้ด้านวิชาการหรือวิชาชีพต่างๆ และมีการพัฒนาเฉพาะร่างกายและจิตใจระดับแรกๆ เท่านั้น แต่การศึกษาแบบใหม่นี้จะมุ่งพัฒนาผู้เรียนทั้งด้านวิชาชีพ วิชาการ และในทุกๆ ส่วนประกอบชีวิตของผู้เรียน จึงเรียการศึกษาแบบนี้โอฮิวแมนนิสได้อีกอย่างหนึ่งว่า การศึกษาเพื่อพัฒนาคนให้สมบูรณ์ในทุกๆ ด้าน ดังนั้นการใช้แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจึงมีความเหมาะสมเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจะเน้นการพัฒนา EQ (Emotional Quotient) ซึ่งหมายถึง ความสามารถทางจิตใจ (อารมณ์) ที่ทำให้คนเรามีความสุขในชีวิตได้ง่าย สามารถอดทน รอคอย มุ่งมั่นในการกระทำจนบรรลุเป้าหมายที่ตัวเองตั้งไว้ได้อย่างมีความสุข และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขในทุกสถานการณ์ของชีวิต ดังนั้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จึงช่วยส่งเสริมคุณลักษณะของบุคคลให้เป็นที่ต้องการและสามารถประสบความสำเร็จในชีวิตได้อย่างง่ายดาย

ความสำเร็จดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นได้อย่างง่ายดาย โดย นโปเลียน ฮิลล์ ได้ศึกษาวิจัยและค้นคว้าชีวิตของผู้ที่ประสบความสำเร็จอย่างสูงกว่า 200 คน โดยใช้เวลากว่า 20 ปีในการศึกษา แล้วนำผลการศึกษาที่ได้มาประมวล วิเคราะห์ และสรุปเป็นปรัชญาและกฎเกณฑ์ในการทำงาน ซึ่งเป็นการค้นหาวิธีการที่จะทำให้มีความสามารถมากขึ้นในงานอาชีพที่จะทำให้มีพลังอำนาจยิ่งใหญ่ในอาชีพ โดยผลจากการศึกษาที่ประมวลและวิเคราะห์จำแนกแยกแยะออกมาเป็น

ปรัชญาชีวิต ศาสตร์แห่งความสำเร็จ ที่ได้เน้นถึงหลักการในการช่วยให้บุคคลสามารถประสบความสำเร็จได้อย่างง่ายดาย โดยคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ 15 ประการ มีดังนี้ เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน ความเชื่อมั่นในตัวเอง นิสัยประหยัดอดออม ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ จินตนาการ ความกระตือรือร้น การควบคุมตนเอง นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน บุคลิกต้องตาต้องใจ ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง ความใจจดใจจ่อ ความสามัคคี ความล้มเหลว ความใจกว้าง และกฎทองคำ ดังนั้น สิ่งต่างๆ เหล่านี้คือปรัชญาและกฎเกณฑ์ซึ่งทำให้ประสบความสำเร็จ

จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 9 ที่เน้นการพัฒนาคุณภาพคนทั้งกายและใจ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาและพัฒนาให้บุคคลมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ โดยเป็นแนวคิดที่ช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น และสามารถทำกิจกรรมเพื่อการพัฒนาตนเองและเกื้อกูลไปสู่ผู้อื่นได้ ด้วยการผสมผสานแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่เน้นการพัฒนามนุษย์เข้ากับหลักการจัดกิจกรรมการศึกษา นอกระบบโรงเรียนตามหลักการของไทเลอร์ เพื่อให้เป็นแนวทางในการที่จะช่วยให้บุคคลพัฒนาคุณลักษณะที่ทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิตและบุคคลเหล่านั้นจะกลายเป็นบุคคลที่มีคุณค่าของสังคมต่อไป ดังนั้นจึงทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

### วัตถุประสงค์

1. ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ
2. ผู้เข้าร่วมโปรแกรมได้แนวทางในการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

### หัวข้อของโปรแกรม

คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ 15 ประการดังนี้

1. เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน
2. ความเชื่อมั่นในตัวเอง
3. นิสัยประหยัดอดออม
4. ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ
5. จินตนาการ
6. ความกระตือรือร้น



7. การควบคุมตนเอง
8. นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน
9. บุคลิกต้องตาต้องใจ
10. ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง
11. ความใจจดใจจ่อ
12. ความสามัคคี
13. ความล้มเหลว (การเอาประโยชน์จากความล้มเหลว)
14. ความใจกว้าง
15. กฎทองคำ

### คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมโปรแกรม

นิสิตระดับปริญญาตรีที่ศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 4 คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ยินดีเข้าร่วมตลอดโปรแกรม

### ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. จัดเตรียมแผนในโปรแกรม
2. ประชาสัมพันธ์และรับสมัครผู้เข้าร่วมโปรแกรม
3. ดำเนินการตามโปรแกรม
4. ประเมินผลโปรแกรม

### วิธีการ

1. การเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ในลักษณะของค่ายพักแรม โดยมีวิธีการคือ

- 1.1 บรรยายให้ความรู้
- 1.2 อภิปรายเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
- 1.3 ฝึกปฏิบัติจริง
- 1.4 กิจกรรมส่วนบุคคลและกิจกรรมกลุ่ม

2. การเรียนรู้ด้วยตนเอง จากคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ โดยมีวิธีการคือ การเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านเนื้อหาและการปฏิบัติ

## วิทยากร

อาจารย์ วรรัตน์ อภินันท์กุล

## ระยะเวลา

1. โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ในวันที่ 30 กันยายน 2548 ถึง 2 ตุลาคม 2548 รวมเวลา 3 วัน 2 คืน ระหว่างเวลา 6.00 – 22.00 น. รวมเป็นเวลา 40 ชั่วโมง

2. การเรียนรู้ด้วยตนเองโดยเรียนจากคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ในวันที่ 3 – 17 ตุลาคม 2548 รวมเวลา 15 วัน วันละ 1 ชั่วโมง ในช่วงเช้าหรือช่วงเย็น รวมเป็นเวลา 15 ชั่วโมง

## สถานที่

1. โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ที่อาคารมงกุฎสนิท จ.นครนายก

2. การเรียนรู้ด้วยตนเองโดยเรียนจากคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ที่บ้านพักของแต่ละบุคคล

## ผู้รับผิดชอบ

อาจารย์ วรรัตน์ อภินันท์กุล

## การประเมินผล

1. ประเมินผู้เข้าร่วมโปรแกรมจากแบบวัดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

2. ประเมินพฤติกรรมที่สอดคล้องกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จจากแบบสังเกตคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จของโปรแกรมการศึกษานอก

ระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

3. ประเมินผลโปรแกรมโดยใช้แบบประเมินผลโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

4. ประเมินการเรียนรู้ด้วยตนเองจากแบบประเมินตนเองเพื่อใช้ประกอบคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

5. ประเมินผลจากแบบสัมภาษณ์เพื่อใช้ประกอบคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ช่วยพัฒนาการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จให้กับผู้เข้าร่วมโปรแกรม
2. ผู้เข้าร่วมโปรแกรมได้แนวทางในการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จของตนเอง
3. องค์กรและหน่วยงานต่างๆ ได้รูปแบบการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จที่สามารถนำไปปรับใช้ต่อไปได้

### กำหนดการของโปรแกรม

1. โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ในวันที่ 30 กันยายน ถึง 2 ตุลาคม 2548 ดังนี้

เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
	<b>วันที่ 1 วันศุกร์ที่ 30 กันยายน 2548</b>	
06.00 น.	พบกันณ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	
06.30 น.	ออกเดินทางจากคณะครุศาสตร์	
08.00 น.	ถึงอาศรมวงศ์สนิท จ.นครนายก / เก็บของเข้าที่พัก	
09.00 น.	ปฐมนิเทศ	
09.30 น.	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์	
10.00 น.	รับประทานอาหารว่าง	
10.15 น.	กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	
10.45 น.	เรียนรู้เนื้อหาพื้นฐานตามคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ / อภิจิต	
12.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 น.	กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	
13.30 น.	เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน	
15.00 น.	รับประทานอาหารว่าง	
15.15 น.	ความเชื่อมั่นในตัวเอง / นิสัยประหยัดอดออม / ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ	
17.00 น.	พักผ่อนตามอัธยาศัย	
19.00 น.	รับประทานอาหารเย็น	
20.30 น.	อภิปรายถึงโปรแกรมในวันนี้	
21.30 น.	ฝึกสมาธิ	ฝึกสมาธิด้วยการนั่งสมาธิ
22.00 น.	เข้านอน	และทำนอนตาย

เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
	<b>วันที่ 2 วันเสาร์ที่ 1 ตุลาคม 2548</b>	
06.00 น.	ตื่นนอน	
06.30 น.	ฝึกโยคะ สมาธิ	ฝึกโยคะและสมาธิตามลำดับดังนี้ 1) ฝึกโยคะ 20 นาที 2) เดินเกาซิกิ 5 นาที 3) นอนตาย 10 นาที 4) ทำคิรตาน 15 นาที 5) ทำสมาธิ 10 นาที
07.30 น.	พักผ่อนตามอัธยาศัย	
08.30 น.	รับประทานอาหารเช้า	
09.00 น.	กิจกรรมตามแนวคิดนี้โอฮิวแมนนิส	
09.30 น.	จินตนาการ	
10.00 น.	รับประทานอาหารว่าง	
10.15 น.	ความกระตือรือร้น / การควบคุมตนเอง / นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน	
12.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 น.	กิจกรรมตามแนวคิดนี้โอฮิวแมนนิส	
13.30 น.	บุคลิกต้องตาต้องใจ / ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง	
15.00 น.	รับประทานอาหารว่าง	
15.15 น.	ความใจจดใจจ่อ / ความสามัคคี	
17.00 น.	พักผ่อนตามอัธยาศัย	
19.00 น.	รับประทานอาหารเย็น	
20.30 น.	อภิปรายถึงโปรแกรมในวันนี้	
21.30 น.	ฝึกสมาธิ	ฝึกสมาธิด้วยการนั่งสมาธิ และท่านอนตาย
22.00 น.	เข้านอน	
	<b>วันที่ 3 วันอาทิตย์ที่ 2 ตุลาคม 2548</b>	
06.00 น.	ตื่นนอน	
06.30 น.	ฝึกโยคะ สมาธิ	ฝึกโยคะและสมาธิตามลำดับดังนี้ 1) ฝึกโยคะ 20 นาที 2) เดินเกาซิกิ 5 นาที 3) นอนตาย 10 นาที 4) ทำคิรตาน 15 นาที 5) ทำสมาธิ 10 นาที
07.30 น.	พักผ่อนตามอัธยาศัย	
08.30 น.	รับประทานอาหารเช้า	
09.00 น.	กิจกรรมตามแนวคิดนี้โอฮิวแมนนิส	
09.30 น.	ความล้มเหลว (การเอาประโยชน์จากความล้มเหลว)	
10.00 น.	รับประทานอาหารว่าง	
10.15 น.	ความใจกว้าง / กฎทองคำ	
12.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	

เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
13.00 น.	อภิปรายถึงโปรแกรมในวันนี้	
14.00 น.	ประเมินผลด้วยแบบทดสอบและแบบประเมิน	
14.30 น.	อธิบายถึงคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียน	
15.00 น.	รับประทานอาหารว่าง	
15.15 น.	เก็บของออกจากที่พัก	
15.30 น.	ออกเดินทางจากอาคารวงศ์สนธิ จ.นครนายก	
17.00 น.	ถึงคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	

2. การเรียนรู้ด้วยตนเองโดยเรียนจากคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ในวันที่ 3 ถึง 17 ตุลาคม 2548 วันละ 1 ชั่วโมง ดังนี้

คุณลักษณะที่พึงประสงค์ ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ	วันที่
1. เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน	3 ตุลาคม 2548
2. ความเชื่อมั่นในตัวเอง	4 ตุลาคม 2548
3. นิสัยประหยัดอดออม	5 ตุลาคม 2548
4. ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ	6 ตุลาคม 2548
5. จินตนาการ	7 ตุลาคม 2548
6. ความกระตือรือร้น	8 ตุลาคม 2548
7. การควบคุมตนเอง	9 ตุลาคม 2548
8. นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน	10 ตุลาคม 2548
9. บุคลิกต้องตาต้องใจ	11 ตุลาคม 2548
10. ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง	12 ตุลาคม 2548
11. ความใจจดใจจ่อ	13 ตุลาคม 2548
12. ความสามัคคี	14 ตุลาคม 2548
13. ความล้มเหลว (การเอาประโยชน์จากความล้มเหลว)	15 ตุลาคม 2548
14. ความใจกว้าง	16 ตุลาคม 2548
15. กฎทองคำ	17 ตุลาคม 2548

3. กิจกรรมการสัมภาษณ์ ในวันที่ 18 ตุลาคม 2548

ภาคผนวก จ

คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้  
เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จ  
ของนโปเลียน ฮิลล์ ประกอบการเรียนรู้ด้วยตนเอง

คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส  
เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ชื่อ-นามสกุล.....



วิธีการทำกิจกรรมในคู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส  
เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

หลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ครบทั้ง 3 วันแล้ว ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องเรียนรู้ด้วยตนเองโดยเรียนจากคู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

คู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ จะเริ่มต้นด้วยหลักการปฏิบัติที่เน้นกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ดังนี้ การฝึกอาสนะและการบริหารกายท่าเกาซิกิ การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดวงค์การรับรู้ด้วยเสียงเพลง และการฝึกสมาธิ เพื่อส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจิตได้นี้กให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ และตามด้วยกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ โดยจะเป็นกรณีตัวอย่างของบุคคลที่ประสบความสำเร็จเนื่องมาจากการที่บุคคลเหล่านั้นมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จในแต่ละคุณลักษณะ จากหนังสือ A Year of Growing Rich ที่เขียนขึ้นมาโดย ดร. นโปเลียน ฮิลล์ และแปลโดย ประสงค์ ประสงค์อาสา ซึ่งจะทำให้ผู้อ่านคู่มือเกิดความรู้และทัศนคติที่ดีต่อความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากการมีคุณลักษณะดังกล่าว และผู้อ่านคู่มือจะเกิดทักษะจากการปฏิบัติตามกิจกรรมรายบุคคลที่ให้เขียนถึงการเสริมสร้างคุณลักษณะดังกล่าวในตอนท้ายของกิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ เช่น การให้เขียนเกี่ยวกับตนเอง การให้ลงนามปฏิญาณตน โดยกำหนดการ มีดังนี้

กิจกรรม	ระยะเวลา
- การฝึกอาสนะและการบริหารกายท่าเกาซิกิ	20 นาที
- การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดวงค์การรับรู้ด้วยเสียงเพลง	10 นาที
- การฝึกสมาธิ	10 นาที
- กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ (1 วัน 1 คุณลักษณะ)	20 นาที

หมายเหตุ กิจกรรมการฝึกอาสนะและการบริหารกายท่าเกาชิกิ การผ่อนคลายเพื่อให้เกิด  
ภวังค์การรับรู้ด้วยเสียงเพลง และการฝึกสมาธิจะปฏิบัติเหมือนเดิมทั้ง 15 วัน แต่กิจกรรมการเสริม  
สร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จจะปฏิบัติตามคุณลักษณะที่กำหนดใน  
แต่ละวัน

คู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้  
เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน  
ฮิลล์ โดยการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านเนื้อหาและการปฏิบัติ ในวันที่ 3 – 17 ตุลาคม 2548 รวมเวลา  
15 วัน วันละ 1 ชั่วโมง ในช่วงเช้าหรือช่วงเย็น รวมเป็นเวลา 15 ชั่วโมง โดยใน 1 วันต้องเรียนรู้คุณ  
ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ 1 ประการ เมื่อครบ 15 วันก็เรียนรู้คุณลักษณะที่  
พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จครบ 15 ประการ ดังนี้

คุณลักษณะที่พึงประสงค์ ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ	วันที่
1. เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน	3 ตุลาคม 2548
2. ความเชื่อมั่นในตัวเอง	4 ตุลาคม 2548
3. นิสัยประหยัดอดออม	5 ตุลาคม 2548
4. ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ	6 ตุลาคม 2548
5. จินตนาการ	7 ตุลาคม 2548
6. ความกระตือรือร้น	8 ตุลาคม 2548
7. การควบคุมตนเอง	9 ตุลาคม 2548
8. นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน	10 ตุลาคม 2548
9. บุคลิกต้องตาต้องใจ	11 ตุลาคม 2548
10. ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง	12 ตุลาคม 2548
11. ความใจจดใจจ่อ	13 ตุลาคม 2548
12. ความสามัคคี	14 ตุลาคม 2548
13. ความล้มเหลว (การเอาประโยชน์จากความล้มเหลว)	15 ตุลาคม 2548
14. ความใจกว้าง	16 ตุลาคม 2548
15. กฎทองคำ	17 ตุลาคม 2548

หมายเหตุ หลังจากการเรียนรู้คู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมน  
นิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎ

แห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ครบทั้ง 15 วันแล้ว ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องส่งใบกิจกรรมจากคู่มือและแบบประเมินตนเองเพื่อใช้ประกอบคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎหมายแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ และต้องเข้าร่วมกิจกรรมการสัมมนา ในวันที่ 16 คือ วันที่ 18 ตุลาคม 2548

## กิจกรรม

### การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

#### วันที่ 1 : เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน

#### กระตุ้นตนเองเพื่อประสบความสำเร็จ

รางวัลที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของความสำเร็จก็คือความภาคภูมิใจ แม้ว่าคนส่วนใหญ่มักจะสมมุติว่าการสะสมความมั่งคั่งร่ำรวยเป็นเพียงสิ่งเดียวเท่านั้นที่วัดถึงความสำเร็จ มันเป็นเพียงเครื่องวัดอย่างหนึ่งเท่านั้น มันเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่ทำให้ความมั่นใจได้ แต่ความสำเร็จที่แท้จริงก็คือความพอใจที่ได้รู้ว่าท่านทำงานอย่างหนึ่งได้และทำได้ดี นั่นคือ ท่านได้ประสบความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ท่านได้ตั้งไว้

ยกตัวอย่างเช่น ไอน์สไตน์ไม่เคยได้รับความร่ำรวยมหาศาลในชั่วชีวิตของเขา แต่มีใครบอกได้ว่าเขามีได้ประสบความสำเร็จ ไอน์สไตน์ขึ้นถึงจุดสุดยอดในอาชีพของตนและเปลี่ยนแปลงโลก เพราะเขารู้ว่าเขาต้องการทำอะไรและมีแผนการที่จะทำมันให้สำเร็จ

ท่านจะสามารถกระตุ้นตนเองให้ประสบความสำเร็จได้อย่างไร คำตอบอยู่ที่การปฏิบัติตามวิธีที่ไอน์สไตน์และคนที่ประสบความสำเร็จคนอื่นๆ นับไม่ถ้วนได้ปฏิบัติมาแล้ว สร้างความต้องการอย่างรุ่มร้อนต่อบางสิ่งบางอย่างที่ท่านต้องการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่เหนือกว่าที่ท่านได้ตั้งไว้ให้กับตนเอง จงจำไว้ว่า มันแตกต่างกันระหว่างความอยากได้บางสิ่งบางอย่างกับการตัดสินใจอย่างเด็ดเดี่ยวว่าท่านจะเอามันมาให้ได้

เมื่อใดที่ท่านมีความต้องการอย่างรุ่มร้อน ท่านจะสร้างเป้าหมายที่เด่นชัด ซึ่งจะทำให้ท่านสามารถฟันฝ่าอุปสรรคที่ดูเหมือนจะไม่สามารถเอาชนะได้ไปได้ได้อย่างง่ายดาย ทุกสิ่งทุกอย่างยอมเป็นไปได้นั้นสำหรับคนที่เชื่อว่ามันเป็นไปได้

จงกำหนดเป้าหมายที่แน่นอนในชีวิตให้แก่ตัวท่านเอง จงเขียนมันลงไป หยิบยื่นมันให้แก่ความทรงจำ บังคับความคิดและพลังงานทั้งหมดของท่าน เพื่อให้มันกลายเป็นความจริง แทนที่จะปล่อยให้อุปสรรคเฉพาะหน้าเบี่ยงเบนออกนอกวิถีทาง จงค้นหาสิ่งที่มีประโยชน์เท่าเทียมกันที่แฝงอยู่ด้วย ซึ่งสามารถช่วยให้ท่านกลับเข้าสู่วิถีทางแห่งความสำเร็จตามเป้าหมายของท่านได้อีกครั้งหนึ่ง

เมื่อเฮนรี ฟอร์ด เริ่มต้นการผลิต "รถที่ไม่ต้องใช้ม้าลาก" คันแรกของเขานั้น คนที่มองไกลไม่เห็นอย่างเพื่อนบ้านและญาติพี่น้องของเขาต่างก็หัวเราะเยาะ บางคนเรียกเขาว่า "นักประดิษฐ์สติเฟื่อง"

สติเฟื่องหรือเปล่า แต่ฟอร์ดก็รู้ว่าเขาต้องการอะไร และเขาก็มีความต้องการอย่างรุ่มร้อนที่จะเอามันมาให้ได้ เขายังปฏิเสธที่จะยอมรับข้อจำกัดต่างๆ การที่เขาไม่ได้ผ่านการศึกษามาแบบ

แผนและไม่ได้รับการฝึกฝนมาเป็นช่างเครื่องยนต์ เขาก็เพียงแต่เรียนรู้เอาเองไม่มีอะไรจะขวางกั้นคนที่ตัดสินใจที่จะบรรลุจุดหมายแห่งชีวิตของตนได้

ฟอร์ด เปลี่ยนโฉมหน้าของอเมริกา การผลิตแบบมวลรวมของเขาได้ทำให้การคมนาคมกลายเป็นความสะดวกสำหรับครอบครัวสามัญชน แล้วเปิดประเทศออกไป อุตสาหกรรมทั้งหมดเกิดขึ้นรอบๆ รถยนต์ หากปราศจากความพิเรนทร์ของฟอร์ดแล้ว เราก็ไม่จำเป็นที่จะต้องสร้างทางหลวงเป็นร่างแห (และงานสร้างทาง) สถานีบริการน้ำมัน ร้านอาหารฟาส์ฟู้ด เครือข่าย และโรงแรม

ตัวอย่างที่สมบูรณ์แบบอีกอย่างหนึ่งก็คือ จอห์น วานาเมคเกอร์ ผู้เริ่มต้นทำงานเป็นเสมียนร้านขายของชำในฟิลาเดลเฟีย ที่แรกเขาตัดสินใจที่จะเป็นเจ้าของร้านชำขนาดนั้นสักร้านหนึ่งในสักวันหนึ่ง แต่พอเขาบอกเจ้านายของเขา เจ้าของร้านคนนั้นก็หัวเราะเยาะแล้วพูดว่า "จอห์นเอ๊ย เอ็งไม่มีเงินพอแม้แต่จะซื้อเสื้อผ้าสักชุดด้วยซ้ำไปมิใช่รี"

"ไม่มีครับ" เขาตอบ "แต่ผมอยากจะเป็นเจ้าของร้านแบบนี้ หรือใหญ่กว่านี้แล้วผมจะทำมันให้ได้"

เมื่อถึงจุดสุดยอดแห่งความสำเร็จของเขา วานาเมคเกอร์ได้เป็นเจ้าของร้านค้าที่ใหญ่ที่สุดร้านหนึ่งเท่าที่ประเทศนี้เคยรู้จัก

"ผมเรียนหนังสือน้อยนะ" วานาเมคเกอร์พูดในอีกหลายๆ ปีต่อมา "แต่ผมได้รับการศึกษาที่จำเป็นในแบบเดียวกันกับที่รถยนต์ต้องอาศัยน้ำ ผมดูดซับมันเข้ามาในขณะที่ผมบุกไปข้างหน้า"

จงจำไว้ว่า สิ่งใดก็ตามที่จิตใจของมนุษย์สามารถที่จะเข้าใจและเชื่อจิตใจของมนุษย์ย่อมสามารถประสบความสำเร็จได้ คนที่ตัดสินใจที่จะประสบความสำเร็จเริ่มต้นตรงจุดที่เขากำลังยืนอยู่ ใช้เครื่องมือเครื่องมือทุกอย่าง อย่างที่เขาได้อยู่ และได้รับสิ่งที่เขาจำเป็นต้องใช้ในระหว่างทาง จงเริ่มต้นตรงที่ท่านกำลังยืนอยู่ใน "วันนี้"

### เลือกเป้าหมายของท่าน

ท่านคงไม่คิดที่จะเดินทางไกลด้วยรถยนต์โดยที่ยังไม่รู้ว่าท่านจะไปที่ไหนและไม่มีแผนที่เส้นทางที่จะไป

แต่มีเพียงสองคนเท่านั้นในทุกๆ หนึ่งร้อยคนที่รู้อย่างลึกซึ้งชัดเจนว่าเขาต้องการอะไรจากชีวิต และมีแผนการที่มั่นใจได้ที่จะไปถึงจุดหมายนั้น ในทุกๆ สาขาอาชีพผู้ชายและหญิงที่เป็นผู้นำเป็นคนที่ประสบความสำเร็จสูงสุดที่ทำให้ชีวิตตอบสนองในสิ่งที่เขาต้องการ

เรื่องที่แปลกประหลาดที่สุดเกี่ยวกับคนเหล่านี้ก็คือ พวกเขาไม่ได้มีโอกาสมากกว่าคนอื่นๆ ที่ไม่เคยได้รับชัยชนะ

ถ้าหากท่านรู้อย่างชัดเจนว่าท่านต้องการอะไรและมีศรัทธาอย่างแน่วแน่ในความสามารถของท่านที่จะได้รับความสำเร็จ ท่านย่อมสามารถทำได้ แต่ถ้าหากท่านไม่แน่ใจว่าท่านต้องการ

อะไร จงเริ่มเสียแต่เดี๋ยวนี้ และตัดสินใจว่าอะไรแน่ที่ท่านต้องการ ท่านต้องการมากน้อยแค่ไหน และเมื่อใดที่ท่านต้องการได้มันมาอย่างสมบูรณ์

สูตรแห่งการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของท่านมีอยู่ 4 ข้อ

1. เขียนระบุออกมาอย่างชัดเจนว่าท่านต้องการอะไรมากที่สุด ทรัพย์สินหรือสิ่งแวดลอม ซึ่งเมื่อท่านได้มันมาแล้วตามความเห็นของท่านซึ่งว่าประสบความสำเร็จ
2. เขียนเค้าโครงของแผนการที่ชัดเจนที่ท่านตั้งใจว่าจะนำท่านไปสู่ความสำเร็จและสิ่งที่ท่านตั้งใจจะให้เพื่อเป็นการตอบแทน
3. กำหนดวันเวลาที่แน่นอนที่ท่านต้องการให้เป้าหมายของท่านเป็นความจริง
4. จดจำสิ่งที่ท่านได้เขียนไว้ นั้น แล้วย้ำมันวันละหลายๆ ครั้งอย่างเดียวกับการสวดวิงวอนติดตามด้วยการแสดงความขอบคุณที่ท่านได้รับในสิ่งที่ท่านต้องการตามแผนการอันนั้น

จงปฏิบัติตามสูตรนี้อย่างเคร่งครัด แล้วท่านจะประหลาดใจที่ชีวิตทั้งหมดของท่านช่างเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งที่ดีกว่าได้อย่างรวดเร็วสักเพียงไร สูตรนี้จะนำท่านไปสู่การเป็นพันธมิตรกับหุ้นส่วนที่มองไม่เห็นผู้ที่จะจัดปัดเป่าอุปสรรคต่างๆ ขวางหน้าเส้นทางของท่าน และดึงดูดโอกาสที่ท่านไม่เคยคาดคิดมาก่อน จงปฏิบัติตามสูตรนี้แล้วท่านจะไม่หวั่นไหวต่อความเห็นแวมของคนที่ไม่มีความเข้าใจต่อคุณค่าของกฎข้อนี้

จงจำไว้ว่า ไม่มีอะไรที่ "เพ็งจะเกิดขึ้น" ใครสักคนหนึ่งที่จะต้องทำให้มันเกิดขึ้นรวมทั้งความสำเร็จของคนหนึ่งๆ ความสำเร็จในทุกๆ อาชีพย่อมเป็นผลของการกระทำที่เฉพาะเจาะจง การวางแผนอย่างระมัดระวัง และการทำงานอย่างพากเพียร โดยคนที่กำหนดจิตใจของตนให้ประสบความสำเร็จและเชื่อว่าเขาทำได้

วอลเตอร์ พี โครสเลอร์ ลงทุนด้วยเงินเก็บออมมาตลอดชีวิตของตนเพื่อซื้อรถยนต์คันหนึ่ง เพราะว่าเขาดังใจว่าจะก้าวเข้าไปสู่อุตสาหกรรมการผลิตรถยนต์ และเขาจำเป็นที่จะต้องรู้จักรถยนต์ทุกแง่มุม เขาถอดรถยนต์คันนั้นออกเป็นชิ้นๆ และประกอบมันเข้านับเป็นสิบๆ ครั้ง จนทำให้เพื่อนๆ แปลกใจไปตามๆ กันว่าเขาทำอะไรจะประสาทเสีย อย่างไรก็ตามเขายืนหยัดต่อเป้าหมายของเขาแล้วมุ่งหน้าไปสู่นักอุตสาหกรรมที่ประสบความสำเร็จยิ่งใหญ่ผู้หนึ่งในยุคสมัยของเขา

เรื่องราวของโครสเลอร์น่าจะให้ความหวังแก่ท่าน เพราะท่านจะต้องตระหนักว่าการศึกษาเพียงเล็กน้อยและปราศจากเงินทุนไม่จำเป็นที่จะทำให้ท่านหวาดหวั่นต่อการที่จะเลือกเป้าหมายชีวิตที่ท่านต้องการ

แมรี คูรี ค้นพบความมีจริงของธาตุเรเดียมก่อนที่ใครๆ จะสามารถทำได้ และดร. อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ กฤษฎทางไปสู่เคล็ดลับของการแยกอะตอมเพื่อปลดปล่อยพลังงาน ซึ่งคนอื่นๆ ที่มีเป้าหมายที่แน่นอนน้อยกว่าเขาเชื่อว่ามันเป็นไปไม่ได้

เป้าหมายที่แน่นอนทำให้คำว่า "เป็นไปได้" ไม่มีความหมาย มันคือจุดเริ่มต้นของความสำเร็จทุกอย่าง มันเป็นทางที่มีไว้ให้แก่ท่านและคนทั้งปวงโดยไม่ต้องซื้อหาและไม่ต้องจ่ายราคาทั้งหมดที่ท่านต้องการก็คือความคิดริเริ่มของท่านที่จะหยิบมันมาใช้เท่านั้น

เว้นเสียแต่ท่านจะรู้แล้วว่าท่านต้องการอะไรจากชีวิตและได้ตัดสินใจแล้วว่าเอามันมาให้ได้ ท่านจะถูกบังคับให้ยอมรับเอาแต่เพียง "เศษๆ" ที่เหลือเดนจากคนอื่นที่รู้ว่าเขาจะไปทีใดและมีแผนที่จะไปถึงที่นั่นอยู่แล้ว

เพื่อให้สามารถมั่นใจต่อความสำเร็จ จงชะโลมจิตใจของท่านให้อึดแน่นด้วยจุดมุ่งหมายของท่าน คิดและวางแผนเกี่ยวกับสิ่งที่ท่านต้องการ กีดกันตัวท่านเองให้ห่างออกจากสิ่งที่ท่านไม่ต้องการ บัดนี้ ท่านได้สูตรที่ใช้การได้จริงซึ่งคนที่ประสบความสำเร็จทุกๆ คนจะต้องปฏิบัติตามอยู่ในมือของท่านแล้ว



## กิจกรรมเป้าหมายสำคัญที่แน่นอน

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนออกมาอย่างชัดเจน เช่น ในอีก 5 ปีข้างหน้าข้าพเจ้าจะเป็นอาจารย์ที่สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนเสร็จแล้วจงอ่านดังๆ กับตัวเองทุกวันอย่างน้อยวันละหนึ่งครั้ง ในตอนเช้าหรือก่อนเข้านอน

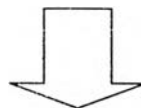
### เป้าหมายในชีวิตของข้าพเจ้า

ในปีนี้.....

ในอีก 5 ปีข้างหน้า.....

ในอีก 10 ปีข้างหน้า.....

ในอนาคตอันไกล.....



เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ข้าพเจ้าต้องการและจะต้องทำได้คือ



**แบบประเมินตนเอง**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 1 : เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ๕ ครั้ง	บ่อย ๕ ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ๕ ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมเป้าหมายสำคัญที่แน่นอน					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรม

### การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

#### วันที่ 2 : ความเชื่อมั่นในตนเอง

#### ความเชื่อมั่นในตนเอง

เมื่อโทมัส เอดิสัน มีความเชื่อว่าเขาได้ค้นพบหลักการของการที่เครื่องกลบันทึกและผลิตเสียงของมนุษย์ออกมาได้อีก เขาได้เรียกช่างจำลองแบบให้มาพบแล้วให้ภาพร่างเค้าโครงของเครื่องบันทึกเสียงที่เขาเขียนขึ้นด้วยดินสอตามความคิดของเขา แล้วสั่งให้ทำตามแบบที่เขาร่างให้

นี่

ช่างจำลองแบบมองที่ภาพร่างนั้นครู่หนึ่ง แล้วอุทานออกมาว่า "เป็นไปได้ คุณไม่มีวันทำให้ไอ้เจ้านี่ทำงานขึ้นมาได้หรอก"

"อะไรที่ทำให้คุณคิดว่ามันจะทำงานไม่ได้" เอดิสันถาม

"ก็เพราะว่า ยังไม่เคยมีใครทำเครื่องกลไกที่พูดได้ขึ้นมาอะซีครับ" เขาตอบ

เอดิสันควรที่จะยอมรับคำทำนายนั้น แล้วเลิกความคิดที่จะทำเครื่องกลพูดได้ขึ้นมา แต่จิตใจของเขามีได้ทำงานในแบบนี้

"ไปได้แล้ว และทำมันขึ้นมาเหมือนที่ผมร่างให้คุณ" เอดิสันออกคำสั่ง "แล้วปล่อยให้ผมทำงานส่วนที่เหลือเองถ้าหากว่ามันไม่ได้ผล"

บุคคลที่สนับสนุนความคิดและแผนการตนด้วยความเชื่อมั่นในตนเอง มักจะได้เปรียบคนที่เลิกลาเสียและหยุดเมื่อพบสัญญาณของความพ่ายแพ้

เมื่อเครื่องกลไกตามแบบทำสำเร็จ และสร้างความประหลาดใจอย่างใหญ่หลวงแก่ช่างจำลองแบบคนนั้นที่มันทำงานได้ผลในการทดลองครั้งแรก

ความสำเร็จไม่มีวันสวมมงกุฎให้แก่คนที่ถูกตัวเองด้วยการขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มันจะช่วยเหลือคนที่รู้ว่าเขาต้องการอะไร ตัดสินใจที่จะทำมันให้ได้ และปฏิเสธคำว่า "เป็นไปได้"

ผู้จัดการตัวแทนประกันภัยที่ประสบความสำเร็จสูงสุดในอเมริกาได้เรียกร้องให้ตัวแทนประกันภัยของเขาทุกคนให้ใช้เวลาห้านาทีอยู่หน้ากระจกในตอนเช้าก่อนที่จะออกไปทำงาน ด้วยการจ้องหน้าตนเองแล้วพูดออกมาว่า "คุณคือนักขายผู้ยิ่งใหญ่ที่สุดที่ยังมีชีวิตอยู่ และคุณกำลังจะออกไปพิสูจน์ตนเองในวันนี้ วันพรุ่งนี้ และวันต่อๆ ไป" และก่อนที่จะเตรียมตัวออกสนทนากับผู้จัดการคนนี้ คู่สมรสของนักขายแต่ละคนจะต้องเดินออกไปส่งเขาที่ประตูบ้านในตอนเช้าพร้อมกับพูดว่า "คุณเป็นนักขายที่ยิ่งใหญ่ที่สุดที่มีชีวิตอยู่ และคุณกำลังจะออกไปพิสูจน์ความจริงในวันนี้"

ความจริงก็คือนักขายเหล่านี้เป็นผู้นำของอาชีพนักขาย ประกันภัย ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นสินค้าที่จะต้องถูกขาย แต่ไม่เคยถูกขอซื้อด้วยความสมัครใจ

จิตใต้สำนึกของมนุษย์มีพลังอันไม่จำกัดที่คนเราแต่ละคนอาจจะนำออกมาและใช้มันไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตนต้องการได้ แม้ว่าวิธีการที่จะนำมันออกมาใช้นี้จะง่ายตายจนกระทั่งหลายๆ คนมองข้ามการใช้งานได้จริงๆ นี่ไปเสีย กล่าวอย่างสั้นๆ จิตใต้สำนึกสามารถที่จะบังคับได้ด้วยเพียงแต่พูดกับมัน และให้คำสั่งกับมัน รวากับว่ามันเป็นอีกคนหนึ่งที่ยืนรอพร้อมด้วยพลังและความเต็มใจที่จะทำตามสิ่งที่เราเรียกร้องกับมัน

จิตใต้สำนึกมีอุปนิสัยที่พิสดารอย่างหนึ่ง นั่นคือ มันเชื่อทุกสิ่งทุกอย่างที่คนทุกๆ คนบอกมัน และทำตามอย่างตรงไปตรงมา มันไม่เพียงแต่เชื่อฟังและทำตามคำพูดของเราเท่านั้น แต่ที่นำที่ก็คือมันเชื่อฟังและทำตามความคิดของเราด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อความคิดที่เรงเร้าด้วยอารมณ์ที่มีศรัทธาหรือความกลัวอยู่ด้วย

จิตใต้สำนึกยังรับฟังความคิดหรือคำพูดที่ซ้ำๆ ซากๆ อีกด้วย อุปนิสัยนี้นับว่าเป็นสิ่งที่ดี เพราะว่ามันทำให้ง่ายต่อการที่เราจะสั่งจิตใต้สำนึกของเราให้ทำงานแทนเราได้ตามเป้าหมายที่เราต้องการ มันยังอธิบายได้อีกว่าทำไมคนที่ปล่อยให้จิตใจของตนหมกมุ่นอยู่กับความคิดถึงความยากจน ความล้มเหลวและสุขภาพทรุดโทรม ตลอดจนถึงสิ่งที่ไม่ต้องการต่างๆ จึงมักจะถูกครอบงำด้วยสิ่งเหล่านั้นเสมอ

คนที่ประสบความสำเร็จทุกๆ คนมีระเบียบวินัยในการกำหนดสถานะจิตใจของตนให้ขยับเลียงจิตใต้สำนึกด้วยจุดหมายหรือวัตถุประสงค์ที่ตนเลือกและกระทำเช่นนั้นด้วยความตั้งใจจนกระทั่งไม่เปิดโอกาสให้มันดึงดูดสิ่งอื่นใดที่เขาไม่ต้องการได้ วิธีการที่ใช้นั้นไม่ใช่เรื่องสำคัญ トラบใดที่มันนำไปสู่จิตใต้สำนึกได้ ด้วยการทบทวนซ้ำๆ ถึงรายละเอียดที่ชัดเจนของสิ่งที่เราต้องการ

จงใช้จิตใต้สำนึกของท่านสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของท่าน แล้วท่านจะสามารถฝึกจิตใจของท่านให้ตอบสนองทุกๆ อย่างที่ท่านทำ

## กิจกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ (ในกิจกรรมวันที่ 1) แล้วอ่านดังๆ

### เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

อ่านและเซ็นชื่อในสูตรแห่งความเชื่อมั่นในตนเอง

#### สูตรแห่งความเชื่อมั่นในตนเอง

1. ข้าพเจ้าทราบว่าข้าพเจ้ามีสมรรถภาพที่จะบรรลุวัตถุประสงค์แห่ง "เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน" ของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าขอบังคับตนเองให้มุ่งมั่น รุดไปข้างหน้า และทำงานอย่างต่อเนื่องเพื่อทำมันให้สำเร็จ
2. ข้าพเจ้าตระหนักว่า ความคิดครอบงำจิตใจของข้าพเจ้าในที่สุดจะแสดงออกมาทางการกระทำของร่างกาย และจะค่อยๆ เปลี่ยนไปเป็นสิ่งที่มึนรูปร่าง ดังนั้น ข้าพเจ้าจะทำจิตใจให้มีสมาธิเป็นเวลาสามสิบนาทีทุกวัน เพื่อคิดถึงคนที่ข้าพเจ้าต้องการที่จะเป็น ด้วยการวาดภาพคนผู้นั้นขึ้นในจิตใจด้วยความตั้งใจที่จะเปลี่ยนภาพนั้นให้กลายเป็นความจริงด้วยการกระทำที่มีคุณค่า
3. ข้าพเจ้าทราบว่าอาศัยหลัก "ความเห็นชอบด้วยตนเอง" ความปรารถนาใดๆ ที่ข้าพเจ้าพากเพียรรักษาไว้ในจิตใจของข้าพเจ้าเสมอ ในที่สุดจะพบทางแสดงตัวออกมาทางการกระทำบางอย่างอันหมายถึงการที่มันจะกลายเป็นความจริงขึ้นมา ดังนั้น ข้าพเจ้าจะอุทิศเวลาสิบนาทีในแต่ละวันเพื่อที่จะบังคับตนเองให้สร้างองค์ประกอบที่ระบอบอยู่ในปรัชญาชีวิต ศาสตร์แห่งความสำเร็จ 15 ข้อนี้
4. ข้าพเจ้าได้วางแผนเอาไว้และได้เขียนระบุรายละเอียดของ "เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน" ในชีวิตของข้าพเจ้าสำหรับในอีกห้าปีที่จะมาถึงนี้ ข้าพเจ้าได้ตั้งรางวัลการกระทำของข้าพเจ้าในแต่ละช่วงห้าปี อันเป็นรางวัลที่ข้าพเจ้าตั้งใจที่จะ "ได้รับ" หรือ "หามาได้" ด้วยการถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัดตามหลักการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพและเป็นที่น่าพอใจ ซึ่งข้าพเจ้าจะให้ไปก่อน

5. ข้าพเจ้าสำนึกอย่างเต็มที่ว่า ไม่มีความมั่งคั่งร่ำรวยหรือตำแหน่งฐานะใดที่มั่นคงอยู่ได้ หากมิได้ตั้งอยู่บนฐานความเป็นจริงและความยุติธรรม เพราะฉะนั้นข้าพเจ้าจะไม่ร่วมกระทำการใดที่จะไม่ให้ประโยชน์ต่อทุกๆ คนที่เกี่ยวข้องอย่างยุติธรรม ข้าพเจ้าจะประสบความสำเร็จด้วยการชักนำเอาอำนาจที่ข้าพเจ้าต้องการมาสู่ข้าพเจ้าและเมื่อร่วมมือกับคนอื่นๆ ข้าพเจ้าจะกระตุ้นคนอื่นๆ ก่อน ข้าพเจ้าจะจับไล่ความเกลียดชัง ความอิจฉาริษยา ความเห็นแก่ตัว และการดูถูก ด้วยการสร้างความรักต่อเพื่อนมนุษย์ เพราะว่าข้าพเจ้าทราบว่าจะทำที่ในทางลบต่อคนอื่นๆ ไม่เคยนำความสำเร็จมาสู่ผู้ใด ข้าพเจ้าจะทำให้คนอื่นๆ เชื้อถือข้าพเจ้าด้วยการที่ข้าพเจ้าเชื้อถือในคนอื่นๆ และในตัวข้าพเจ้าเอง

ข้าพเจ้าลงชื่อรับเอาสูตรนี้ มอบให้แก่ความทรงจำและอ่านมันดังกๆ ด้วยศรัทธาอย่างเต็มที่วันละครั้ง จนมันมีอิทธิพลที่ละเอียดที่ละน้อยต่อชีวิตทั้งหมดของข้าพเจ้า เพื่อว่าข้าพเจ้าจะกลายเป็นคนทำงานที่บรรลุความสำเร็จ และมีความสุขในอาชีพของข้าพเจ้า

(ลงนาม) .....

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 2 : ความเชื่อมั่นในตนเอง**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ๕ ครั้ง	บ่อย ๕ ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ๕ ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาชิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

### กิจกรรม

## การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

### วันที่ 3 : นิสัยประหยัดอดออม

#### โชคดีที่มาสู่คนที่ม่เงินสะสม

นานมาแล้ว ชายหนุ่มคนหนึ่งมาจากชนบทของรัฐเพนซิลวาเนียได้มาที่เมืองฟิลาเดลเฟีย และได้ทำงานในโรงพิมพ์แห่งหนึ่ง เพื่อนร่วมงานของเขาคนหนึ่งมีหุ้นอยู่ในบริษัทบิวติงค์แอนโลน และมีนิสัยเก็บเงินสะสมสัปดาห์ละ 5 เหรียญ ได้ชักชวนให้เขาฝากเงินไว้กับบริษัทแห่งนี้ พอสิ้นปีที่สามเขามีเงินเก็บถึง 900 เหรียญ ครั้นโรงพิมพ์ที่เขาทำงานอยู่ด้วยประสบปัญหาทางการเงินจนแทบจะล้มจม เขายื่นมือเข้าช่วยด้วยเงิน 900 เหรียญนั้น และเพื่อเป็นการตอบแทน เขาได้มีหุ้นครึ่งหนึ่งของโรงพิมพ์แห่งนั้น

ด้วยการช่วยเหลืออย่างกันเองที่เขาติดต่อโรงพิมพ์ซึ่งทำให้สามารถชำระหนี้ได้ ปัจจุบันเขาได้กำไรจากกิจการนี้ไม่น้อยกว่าปีละ 25,000.00 เหรียญ

โชคดีเช่นนี้จะไม่มีวันเกิดขึ้นมาได้หรือเขาคงจะไม่สามารถขวยมันมาได้หากว่าเขาไม่ได้มีนิสัยสะสมเงินเอาไว้เลย

เมื่อบริษัทฟอร์ดเริ่มก่อร่างสร้างตัว เฮนรี ฟอร์ดต้องการเงินทุนเพื่อผลิตและจำหน่ายสินค้าของตน เขาได้หันไปหาเพื่อนฝูงบางคนที่เกิดออมเงินเอาไว้ได้คนละไม่กี่พันเหรียญ คนผู้หนึ่งคือ วุฒิสมาชิกคูเซ็นส์ เพื่อนทุกๆ คนช่วยเหลือเขาด้วยเงินไม่กี่พันนั้น และต่อมาถอนกำไรออกไปเป็นล้านเหรียญ

เมื่อวูลเวิร์ดเริ่มกิจการ “ห้าง 5 เซนต์ 10 เซนต์” เขาไม่มีทุนเลย แต่เขาหันไปหาเพื่อนของเขาไม่กี่คนที่มีเงินเก็บ ด้วยความประหยัดอดออมและเสียสละอย่างใหญ่หลวงเพียงไม่กี่พันเหรียญ เพื่อนเหล่านั้นยอมเสี่ยงกับเขา แล้วต่อมาเขาก็กำไรกลับคืนไปคนละหลายแสนเหรียญ

แวน ฮิวเซ็น คิดไอดีเดียวผลิตจำหน่ายปกเสื้อผู้ชายชนิดครึ่งอ่อนครึ่งแข็งขึ้นมาได้ ไอดีเดียวของเขามีเหตุผลดีแต่เขาไม่มีทุน เขาจึงหันไปพึ่งเพื่อนบางคนซึ่งได้ให้ยืมเงินที่เก็บออมเอาไว้ไม่กี่ร้อยเหรียญ ทำให้เขาสามารถเริ่มงานได้ และปกเสื้อนี้ก็ทำให้เพื่อนๆ ของเขาเหล่านั้นร่ำรวยไปตามๆ กัน

พวกนักธุรกิจผลิตบุหรี่ยี่ห้อ โปรดิงโต ชิการ์ มีเงินทุนเพียงเล็กน้อยและเงินเหล่านั้นก็ได้มาจากการเก็บออมเงินรายได้เล็กๆ น้อยๆ จากอาชีพทำชิการ์ พวกเขาไม่ไอดีดีๆ และรู้วิธีทำชิการ์ชั้นเลิศ แต่ไอดีเดียวเหล่านั้นคงจะต้อง “ตายทั้งเป็น” หากว่ามีได้เพียงเงินออมเล็กๆ น้อยๆ ของพวกเขา ด้วยการเริ่มธุรกิจด้วยทุนเพียงเล็กๆ น้อยๆ นี้ไม่กี่ปีพวกเขาขายกิจการของตนให้กับบริษัท อเมริกัน โทแบคโค ได้เงินถึงแปดล้านเหรียญ

เราจะพบว่าสิ่งที่อยู่เบื้องหลังความร่ำรวยอันมหาศาลในทุกหนทุกแห่งในตอนเริ่มต้นของ มันก็คือ นิสัยประหยัดอดออมที่เติบโตแล้วเป็นอย่างดี

จอห์น ดี. ร็อคกี้เฟลเลอร์ เป็นพนักงานบัญชีธรรมดาๆ คนหนึ่ง เขาคิดไอเดียที่จะตั้งธุรกิจ น้ำมันขึ้นมา ซึ่งในสมัยนั้นไม่มีใครคิดว่ามันจะทำเงิน เขาต้องการเงินทุน และจากการที่เขา มีนิสัย ประหยัดอดออมและพิสูจน์ได้ว่าเขาสามารถรักษาเงินของคนอื่นเอาไว้ได้ เขาจึงไม่ลำบากที่จะยืม เงินตามต้องการ

เป็นความจริงที่เดียวที่ว่า ความร่ำรวยของร็อคกี้เฟลเลอร์ ได้ถือกำเนิดขึ้นมาจากนิสัย ประหยัดอดออมที่เขาได้สร้างขึ้นมาขณะที่เป็นพนักงานบัญชีมีค่าจ้างเดือนละ 40 เหรียญ

เจมส์ เจ. ฮิลล์ เป็นชายหนุ่มที่ยากจน เขาทำงานเป็นพนักงานโทรเลขที่มีค่าจ้างเดือนละ 30 เหรียญ เขาคิดไอเดียที่จะสร้างทางรถไฟสายเกรท นอร์ธ เทอร์น เรลเวย์ ซิสเต็ม ขึ้นมาได้ แต่ไอเดียนี้ไม่เหมาะกับขนาดเงินในกระเป๋าของเขา อย่างไรก็ตามเขามีนิสัยประหยัดอดออมจากค่าจ้าง 30 เหรียญของเขา เงินทั้งหมดของเขามีเพียงพอสำหรับเดินทางไปยังชิคาโกเท่านั้น และนั่นเป็นที่ที่ แผนการของเขาเป็นที่สนใจแก่นักลงทุน ข้อเท็จจริงที่ว่า เขาเองได้เก็บเงินออมจากค่าจ้างเพียงเล็กน้อยได้รับการพิจารณาว่าเป็นหลักฐานที่ดีว่าเขาไว้ใจได้สำหรับเงินของคนอื่น

นักธุรกิจส่วนใหญ่จะไม่ไว้ใจให้เงินของตนอยู่กับคนผู้ใด เว้นแต่เขาจะสามารถแสดงให้เห็นว่าเขามีความสามารถที่จะระวังรักษาเงินของตนเอง และใช้มันอย่างฉลาดแล้วเท่านั้น การทดสอบนี้จะสร้างความอับอายให้แก่คนที่มิได้มีนิสัยประหยัดอดออมและวิธีนี้มักจะได้ผลเสมอ

ชายหนุ่มคนหนึ่งทำงานในโรงพิมพ์แห่งหนึ่งของชิคาโก เขาต้องการเปิดร้านขายหนังสือ เล็กๆ ขึ้นมาเพื่อทำกิจการเป็นของตนเอง เขาไปหาผู้จัดการฝ่ายขายของสำนักพิมพ์แห่งหนึ่งแล้ว แจ้งความจำเป็นของเขา เพื่อยืมสิ่งพิมพ์และอุปกรณ์อื่นๆ อีกบางอย่าง

คำถามแรกที่เขาได้รับก็คือ “คุณเก็บออมเงินไว้เพื่อตนเองบ้างไหม”

คำตอบแสดงว่าเขา มีเงินสะสมจากค่าจ้างสัปดาห์ละ 3 เหรียญ เขาเก็บไว้ได้สัปดาห์ละ 1.50 เหรียญอย่างสม่ำเสมอมาเป็นเวลาเกือบสี่ปี เขาจึงได้รับเครดิตตามต้องการ หลังจากนั้นเขา ได้รับเครดิตมากขึ้น จนในทุกวันนี้เขาได้สร้างโรงพิมพ์ที่ประสบความสำเร็จสูงสุดแห่งหนึ่งในนครชิคาโก ชื่อของเขา คือ ยอร์จ บี. วิลเลียม

มันมีโชคลาภมากมายรออยู่ที่หัวเลี้ยว แต่มันมีไว้ให้ก็แต่คนที่ มีเงินพร้อมอยู่แล้ว หรือสามารถควบคุมเงินไว้ได้เท่านั้น เพราะนิสัยประหยัดอดออมและคุณสมบัติอื่นๆ ที่ถูกสร้างขึ้น มาโดยนิสัยนี้ครั้งหนึ่ง เจ. พี. มอร์แกน เคยพูดว่า เขาเลือกที่จะให้ยืมเงินหนึ่งล้านเหรียญแก่คนที่มี อุปนิสัยไว้ใจได้ ซึ่งมีนิสัยประหยัดอดออม ยิ่งเสียกว่าให้ยืมเงินหนึ่งพันเหรียญแก่คนที่ไม่ถืออุปนิสัย เช่นนั้น ซึ่งเป็นคนสุรุ่ยสุร่าย

กล่าวโดยทั่วไป นี่คือการที่ของโลกต่อคนทุกคนที่เก็บออมเงิน



บ่อยครั้งที่เดียวที่เงินออมเพียง 200 – 300 เหรียญเพียงพอที่จะเริ่มต้นการเดินทางไปสู่เสรีภาพทางการเงิน ครั้งหนึ่งมีผู้คิดประดิษฐ์เครื่องใช้ในบ้านที่กระต๊าดและใช้ได้ดี เขามีอุปสรรคเช่นเดียวกับนักประดิษฐ์คนอื่นๆ คือไม่มีเงินที่จะลงทุนกับประดิษฐ์กรรมของตน ยิ่งกว่านั้นเขาไม่มีนิสัยเก็บออมเงินที่จะทำให้ได้ยืมเงินจากธนาคาร

เพื่อนร่วมห้องของเขาเป็นพ่อค้าหนุ่มที่มีเงินเก็บออมอยู่ 200 เหรียญ ได้ยื่นมือเข้ามาช่วยเหลือเขาด้วยเงินเพียงเล็กน้อยนี้ เขาทำประดิษฐ์กรรมต้นแบบนั้นขึ้นมาแล้วทั้งสองก็มุ่งหน้าออกไปเพื่อทำการเสนอขายแก่ทุกๆ ประตูบ้านและได้รับความสำเร็จ ดังนั้น เขาทั้งสองจึงผลิตมันขึ้นมาขายอีกจนกระทั่งสามารถรวบรวมเงินทุน และเครดิตที่เขาได้รับ พอที่จะซื้อเครื่องมือเครื่องใช้ในโรงงานสำหรับผลิตสินค้าของตน

หกปีต่อมา พ่อค้าหนุ่มชายหนุ่มของตนในกิจการนี้ได้เงินถึง 250,000.00 เหรียญ เขาจะไม่มีวันได้เงินจำนวนนี้ตลอดชีวิตของเขาหากเขาไม่ได้มีนิสัยประหยัดอดออม ซึ่งทำให้เขามีโอกาสช่วยเหลือเพื่อนนักประดิษฐ์ของเขาคนนี้

กรณีนี้อาจจะมีตัวเลขทวีคูณขึ้นเป็นพันเท่า ด้วยรายละเอียดที่แตกต่างกันเพียงเล็กน้อย หากจะกล่าวอธิบายถึงการเริ่มต้นของโซคลาหมอันมที่มาจากที่ถูกสร้างขึ้น และกำลังเติบโตอยู่ในสหรัฐทุกวันนี้

ดูเหมือนว่ามันจะเป็นข้อเท็จจริงที่น่าเศร้าและทราบดีใจ แต่มันก็เป็น "ความจริง" อยู่ นั่นเองว่า ถ้าหากท่านไม่มีเงินและมีได้มีนิสัยประหยัดอดออม ท่านย่อมจะ "อยู่นอกประเด็น" ของโซคลาหมที่จะให้โอกาสตัวท่านเองกอบโกยเงินทอง

มันมิได้เป็นผลเสียใดๆ เลยที่จะช้า อันที่จริงมันควรจะได้รับคำยกย่องแล้วครั้งแล้วครั้งเล่าว่า จุดเริ่มต้นที่แท้จริงของโซคลาหมเกือบทั้งหมด ไม่ว่าจะใหญ่โตหรือเล็กน้อย ก็คือการสร้างนิสัยประหยัดอดออม

จงปลุกฝังหลักการข้อนี้อย่างมั่นคงลงในจิตใจของท่าน แล้วท่านจะเริ่มเดินอย่างปลอดภัยไปบนเส้นทางสู่เสรีภาพทางการเงิน

มันเป็นภาพที่น่าเศร้าเมื่อได้เห็นคนผู้หนึ่งจมปลักอยู่ในงานที่น่าเบื่อหน่ายทั้งปีจนตลอดชีวิต เนื่องจากเพิกเฉยที่จะสร้างนิสัยเก็บเงินออม แน่ละ มีคนนับล้านที่เดียวที่เป็นเช่นนี้ในปัจจุบัน

สิ่งที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิตก็คือ เสรีภาพ

ไม่แปลกใจเลยที่อนุสาวรีย์ที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในนิวยอร์กคือ เทพีเสรีภาพ

มันไม่อาจมีเสรีภาพที่แท้จริงหากปราศจากเสรีภาพทางการเงินในระดับที่สมเหตุสมผล มันเป็นเรื่องน่ากลัวที่จะถูกบังคับให้อยู่ในที่จำกัด ทำงานเฉพาะอย่างที่ตนไม่ชอบ ด้วยชั่วโมงทำงานที่ตายตัว วันแล้ววันเล่าจนตลอดชีวิต ในบางลักษณะมันไม่ต่างอะไรกับการติดคุก เพราะทางเลือกของคนช่างจำกัดเสียเหลือเกิน จริงๆ แล้วมันก็มีได้ดีไปกว่าการติดคุกที่มีสิทธิพิเศษที่ได้

รับ “ความไว้วางใจ” และในบางขณะมันเร็วกว่ากันเสียอีก เนื่องจากคนที่อยู่ในคุกได้พ้นไปจากภาวะที่จะต้องรับผิดชอบต่อการหาที่ซุกหัวนอน เสื้อผ้าที่จะสวมใส่ และอาหารที่จะกิน

ความหวังเพียงประการเดียวที่หนีพ้นไปจากการทำงานหนักอยู่จนตลอดชีวิตอย่างไร้สรภาพก็คือ การสร้างนิสัยประหยัดดอดออมเงิน และมีชีวิตอยู่กับมัน แม้จะต้องเสียสละสักเพียงไรก็ตาม ไม่มีทางอื่นใดแล้วที่คนนับล้านจะหนีจากมันไปพ้น และเว้นแต่ท่านจะเป็นคนหนึ่งในจำนวนน้อยคน ซื่อเท็จจริงทั้งหมดเหล่านี้มุ่งมาที่ตัว “ท่าน” และใช้กับท่าน

กิจกรรมนิสัยประหยัดอดออม

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

ศึกษาตารางการแบ่งสัดส่วนรายได้ แล้วเขียนสัดส่วนที่เป็นจริงของท่าน โดยต้องให้ความสำคัญกับการแยกส่วนของเปอร์เซ็นต์จำนวนที่แน่นอนเอาไว้เพื่อเก็บออม แล้วจงวิเคราะห์การใช้จ่ายของท่านและเขียนแผนการออมเงินของท่าน

	การแบ่งสัดส่วน รายได้	สัดส่วนที่เป็นจริง ของท่าน
เงินออม	20%	
รายจ่ายจำเป็น (อาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่)	50%	
การศึกษา	10%	
การพักผ่อนหย่อนใจ	10%	
การประกันชีวิต	10%	
รวม	100%	

จากสัดส่วนเงินออมที่เป็นจริงของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าพบว่า

- ข้าพเจ้ามีสัดส่วนเงินออมที่เหมาะสม (20% ของรายได้)
- ข้าพเจ้ามีสัดส่วนเงินออมที่ไม่เหมาะสม ทั้งนี้เนื่องจากข้าพเจ้ามักจะใช้จ่ายเงินไปกับการ
- .....

ดังนั้น แผนการออมเงินของข้าพเจ้าในอนาคตจึงมีดังนี้

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 3 : นิสัยประหยัดอดออม**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ๕ ครั้ง	บ่อย ๕ ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ๕ ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาชิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดแรงบันดาลใจด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมนิสัยประหยัดอดออม					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรม

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

วันที่ 4 : ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ

จงใช้ความคิดริเริ่มด้วยตนเอง

ยากเสียเหลือเกินที่จะบอกได้ว่านิสัยเสียของมนุษย์อย่างไหนที่จะเลวร้ายไปกว่าการผัดวันประกันพรุ่ง ผลักภาระไปวันพรุ่งนี้ในสิ่งที่ท่านน่าจะทำได้ตั้งแต่สัปดาห์ที่แล้ว ความคิดริเริ่มส่วนตัว เป็นวิธีการผัดวันประกันพรุ่งวิธีเดียวเท่านั้น คนที่สำเร็จก็คือคนที่คิดและทำงานด้วยความคิดริเริ่มส่วนตัว การทำงานมีอยู่สองแบบ แบบหนึ่งคนเราเลือกที่จะทำและอีกแบบหนึ่งเราต้องทำ เพราะถูกบังคับให้ทำ

เราต่างก็อาศัยอยู่ในประเทศที่เต็มไปด้วยสิทธิและเสรีภาพส่วนบุคคลที่พอเพียงที่จะเป็น คนร่ำรวยเท่าๆ กับคนยากจน บางทีนี่คือองค์ประกอบที่สำคัญที่สุดของระบอบการค้ำเสรีของเรา

อภิสิทธิ์แห่งความคิดริเริ่มด้วยตนเองถือได้ว่าเป็นหลักประกันที่ยิ่งใหญ่ที่สุดสำหรับประชาชนตามรัฐธรรมนูญ และมันก็เป็นสิ่งที่มีคุณค่าอันยิ่งใหญ่ถึงขนาดที่ว่า ธุรกิจที่ดีทุกๆ แห่งจะต้อง รับรู้และให้รางวัลที่เหมาะสมแก่ใครก็ตามที่ใช้ความคิดริเริ่มของตนเองทำให้ธุรกิจดีขึ้น

เมื่อแอนดรู คาร์เนกี เป็นเสมียนหนุ่มในสำนักงานนายสถานีรถไฟของบริษัทรถไฟเพนซิลวาเนีย ที่เมืองพิทส์เบิร์ก เข้าวันหนึ่งเขามาที่ทำงานและได้พบว่ารถไฟขบวนหนึ่งตกรางอยู่ที่นอกเมือง เขาพยายามที่จะติดต่อกับนายสถานีแต่ไม่สำเร็จ

ในที่สุด เขาไม่มีทางเลือกนอกจากทำบางอย่างที่เขารู้ว่าเกินอำนาจหน้าที่ของเขาตามระเบียบที่เคร่งครัดของบริษัท แต่ด้วยการที่รู้ว่าการเสียเวลาแต่ละนาทีของรถไฟย่อมหมายถึงการสูญเสียรายได้ เขาจึงออกคำสั่งไปยังผู้ควบคุมรถไฟในนามของนายจ้างของเขาเอง

เมื่อนายสถานีมาถึงที่ทำงานในอีกหลายๆ ชั่วโมงต่อมา เขาพบหนังสือลาออกของคุณคาร์เนกีพร้อมด้วยคำอธิบายถึงสิ่งที่เขาได้กระทำ วันนั้นผ่านไปโดยไม่มีอะไรเกิดขึ้น วันต่อมา หนังสือลาออกของคุณคาร์เนกีถูกส่งกลับคืนมาโดยมีข้อความต่อไปนี้เขียนด้วยหมึกสีแดงพาดทับมาด้วย "การลาออกได้รับการปฏิเสธ"

หลายวันต่อมา นายจ้างของคุณคาร์เนกีเรียกตัวเขาไปพบแล้วพูดว่า "พ่อหนุ่มมีคนอื่นอยู่สองประเภทที่ไม่มีวันก้าวหน้าหรือไม่มีคุณค่าเอาเสียเลย คนประเภทหนึ่ง ก็คือคนที่จะไม่ทำตามคำสั่งที่ได้รับ และคนอีกประเภทหนึ่งก็คือคนที่จะไม่ทำอะไรนอกเหนือไปจากคำสั่งที่เขาได้รับเท่านั้น" สำหรับกรณีนี้นายจ้างของเขาพบว่า คุณคาร์เนกีมีคุณค่าสูงกว่านโยบายของบริษัทรถไฟเสียด้วยซ้ำ

หลายปีก่อน ยอร์ช สตีเฟ็ค ชาวซีกาโก กำลังพักฟื้นอยู่ในโรงพยาบาลทหารผ่านศึกแห่งหนึ่ง ขณะนอนอยู่บนเตียงคนไข้เขาเกิดความคิดอย่างหนึ่งขึ้นมา เป็นความคิดธรรมดาๆ ที่ใครๆ ก็คิดขึ้นมาได้ แต่ที่สำคัญก็คือสตีเฟ็คเอามันมาใช้ในทันทีที่เขาออกจากโรงพยาบาล ผลตอบแทนที่เขาได้รับนั้นน่าตื่นตาตื่นใจทีเดียว

สิ่งที่สตีเฟ็คทำก็คือเขาใช้แผ่นกระดาษแข็งที่ช่างซักรีดใช้รองเพื่อรีดเสื้อเชิ้ตให้แข็งให้เป็นประโยชน์ในอีกทางหนึ่ง สตีเฟ็คใช้พื้นที่โฆษณาบนแผ่นกระดาษแข็งรองรีดนั้น ผลที่ได้ก็คือ เขาสามารถขายแผ่นกระดาษรองรีดนี้ให้แก่ช่างซักรีดด้วยราคาที่ถูกลงถึงสามสิบเปอร์เซ็นต์ และทำให้สื่อโฆษณาอย่างใหม่ที่จะไปถึงผู้มุ่งหวังเกิดขึ้นมาได้ ยอร์ช สตีเฟ็คก่อตั้งบริษัท โฆษณาชื่ออเมริกันเช็ทบอร์ด ขึ้นจนกลายเป็นธุรกิจที่เจริญรุ่งเรือง

แคลเรนซ์ ซอนเดอร์ส ชาวเมืองเมมฟิส รัฐเทนเนสซี มองเห็นแถวประชาชนที่ต่อคิวกันเข้าซื้ออาหารในร้านอาหารแบบช่วยตัวเอง แล้วเขาก็ใช้จินตนาการของตนให้เป็นประโยชน์ด้วยการปรับปรุงแนวคิดอันนี้มาสู่ธุรกิจร้านขายของชำ

เมื่อเขาอธิบายแนวความคิดอันนี้ให้แก่ชายจ้างซึ่งเป็นเจ้าของร้านชำธรรมดาๆ คนหนึ่ง นายจ้างกลับตำหนิเขาว่าถูกจ้างมาเพื่อห่อของและส่งของเท่านั้น ดังนั้นจึงไม่ควรที่จะเสียเวลาในเรื่องโง่ๆ และใช้ไม่ได้ ซอนเดอร์สจึงลาออกจากงานแล้วเอาแผนการของเขาออกมาทำร้านขายของชำแบบพิคคิลี่วิคคิลี่ เขาหาเงินได้นับล้านจากแนวความคิดอันนี้แล้วกลายเป็นนักบุกเบิกธุรกิจร้านซูเปอร์มาร์เก็ตสมัยใหม่ในปัจจุบัน

ข้อแก้ตัวที่ถูกใช้จนเกินขอบเขตของคนที่ผัดวันประกันพรุ่งที่ว่า "ฉันไม่มีเวลา" บางทีอาจจะเป็นสาเหตุของความล้มเหลวมากมายเสียยิ่งกว่าจากข้อแก้ตัวประการอื่นๆ ทั้งหมดรวมเข้าด้วยกัน คนที่ก้มหน้าก้มตาทำงานและสร้างตัวขึ้นมาได้ด้วยการใช้ความคิดริเริ่มของตนเองในวิถีทางใดๆ ก็ตามที่มีหมายถึงความก้าวหน้าและผลประโยชน์ของตน มักจะหาเวลาได้เสมอ

### ตัวตนที่สร้างสรรค์ของท่าน

ทหารกองโยธาธิการในอะลาสกาต้องทำงานอย่างรีบเร่งเพื่อให้สะพานเสร็จทันเวลา เพราะว่าแม่น้ำเป็นน้ำแข็งและพวกเขาต้องใช้น้ำแข็งเพื่อหนุนตอหม้อกลาง หากไม่สามารถตั้งคานกลางได้ทันเวลาก่อนที่น้ำแข็งจะละลายก็จะเป็นความเสียหายอย่างใหญ่หลวงทีเดียว

คานเหล็กกลางถูกหล่อขึ้นมาจากโรงงานในรัฐเพนซิลวาเนีย นั้นหมายถึงการขนส่งผ่านเส้นทางอันยาวไกลกว่าจะมาถึงที่ตั้ง ที่ร้ายไปกว่านั้นก็คือสภาพอากาศที่เลวร้ายทำให้การขนส่งต้องล่าช้ากว่าเดิมจนทำให้วิศวกรมีเวลาเหลือเพียงไม่กี่วันเพื่อที่จะทำงานให้เสร็จ ในที่สุดคานเหล็กก็มาถึง เมื่อมันถูกชักลากขึ้นมาอยู่ในตำแหน่งที่ต้องการแล้ววางลงที่ตอหม้อ ก็ปรากฏว่ามันสั้นเกินไปแค่ไม่กี่นิ้วเท่านั้น

อากาศที่อบอุ่นกว่ากำลังจะมาถึงอย่างรวดเร็ว และโรงงานเหล็กกล้าก็ห่างไกลออกไปนับพันไมล์ สถานการณ์ดูเหมือนจะเป็นไปไม่ได้แล้ว แต่ไม่ใช่สำหรับนักคิดในทางสร้างสรรค์ที่มีความเป็นผู้นำ

ทหารโยธาธิการที่มีคุณสมบัติดังกล่าวรีบโทรศัพท์ไปที่โรงงานเหล็กกล้า แล้วเครื่องจักรก็เดินขึ้นเพื่อหล่อคานเหล็กที่มีขนาดที่ถูกต้องในทันที คนบางคนในโรงงานแห่งนั้นก็มีความเป็นผู้นำซึ่งทำให้คำว่าเป็นไปไม่ได้ไร้สาระเช่นกัน คานเหล็กถูกหล่อขึ้นภายในระยะเวลาอันสั้นเป็นพิเศษ แล้วส่งตัวไปสู่อะลาสก้าด้วยความเร็วพิเศษเป็นสองเท่าทั้งกลางวันและกลางคืน

คานเหล็กถูกกล้าเลี้ยงขึ้นบกที่อะลาสก้า แล้วติดตั้งตามตำแหน่งที่ต้องการอย่างแม่นยำ ก่อนหน้าที่น้ำแข็งจะเริ่มละลายเพียงแค่น้ำที่เท่านั้น นั่นคือ การทำงานที่ไม่เพียงแค่อุณหภูมิได้การดูแลของคนที่มีความตั้งใจเข้มแข็งเท่านั้น แต่ยังอยู่ภายใต้การดูแลของหุ่นยนต์ด้วย ผู้หนึ่งซึ่งมักจะมาช่วยคนที่รู้อย่างชัดเจนแจ่มแจ้งว่าเขาต้องการอะไร และได้ตัดสินใจแล้วว่าไม่เลือกอย่างอื่นมาแทน

มันมีพลังอย่างหนึ่งที่มีไว้สำหรับคนที่มีความหมายที่แน่นอนเท่านั้น พลังอันนี้จะให้ความช่วยเหลือแก่พวกเขาอย่างอัตโนมัติ ด้วยกฎที่ไม่มีข้อแม้ ซึ่งให้เป้าหมายที่มีระเบียบชัดเจนต่อเอกภพที่โลกของเราอยู่ด้วย

ความยิ่งใหญ่ของอับราฮัม ลินคอล์น ปรากฏให้เห็นอย่างชัดเจนเมื่อเขาต้องเผชิญกับความยุ่งยากที่น่าจะทำให้คนที่มีความตั้งใจดีอย่างล้นหลาม ความล้มเหลว ความพ่ายแพ้ และเคราะห์ร้ายในวัยเด็กของเขาถูกเปลี่ยนมาสู่ความเฉลียวฉลาดในระดับที่คนธรรมดาสามัญไม่มีวันรู้จัก ลินคอล์น มีอุปนิสัยที่หาได้ยากซึ่งส่งเสริมให้เขาสามารถมีความตั้งใจที่แน่วแน่ยิ่งขึ้นแทนที่จะล่าถอยเมื่อการก้าวไปข้างหน้าลำบากยิ่งขึ้นและความสำเร็จมองไม่เห็นแวบ

นั่นคือ อุปนิสัยที่สร้างคนที่ยิ่งใหญ่อย่างแท้จริง ใครๆ ต่างก็สามารถที่จะหยุดและเปลี่ยนใจด้วยการหันไปสนใจอย่างอื่นเสียเมื่อประสบกับความล้มเหลว ซึ่งย่อมเป็นเรื่องธรรมดาของคนส่วนใหญ่เมื่อพบกับสถานการณ์ที่ไม่ราบรื่น บางทีนี่คือเหตุผลสำคัญที่คนส่วนใหญ่ล้มเหลว และส่วนน้อยที่สุดประสบความสำเร็จในชีวิต

ท่านมิได้มองเห็นตัวตนที่แท้จริงของท่านด้วยการส่องกระจก ท่านมองเห็นก็แต่เพียงที่อาศัยของตัวตนที่แท้จริงของท่านเท่านั้น

ถ้าหากท่านทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จที่สูงส่งในชีวิต ท่านก็ควรจะคุ้นเคยกับตัวตนที่ยิ่งใหญ่ ทรงอำนาจ และ "สร้างสรรค์" ซึ่งอาศัยอยู่ในร่างกายของท่าน เขาสามารถที่จะเป็นผู้สร้างสรรค์ความสุขทั้งหมดที่ท่านต้องการ ความร่ำรวยทางวัตถุทุกประการที่ท่านปรารถนาเพื่อที่จะมีความสงบใจและความสุข และเขาสามารถที่จะทำให้ร่างกายของท่านเป็นอิสระจากความเจ็บไข้อีกด้วย



ตัวตนที่มองไม่เห็นที่อาศัยอยู่ภายในร่างกายของท่านนี้ สามารถปฏิบัติตามคำสั่งโดยละเอียดชัดแจ้งที่ท่านสั่งเขา ท่านเป็นหนึ่งในเสมอในสายตาของตัวตนสร้างสรรค์ของท่าน และท่านได้รับอภิสิทธิ์บังคับบัญชาเขาไปสู่จุดหมายที่ท่านต้องการ

"อัจฉริยะ" ผู้ทำสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ในแต่ละชั่วอายุคนไม่เคยที่จะมีอย่างดกตื้น แต่ที่ได้ก็ตามที่ท่านพบคนเช่นนั้น ท่านจะค้นพบคนบางคนที่ติดต่อกับตัวตนสร้างสรรค์ของคนผู้นั้นและบังคับมันไปสู่จุดหมายที่แน่นอนด้วยจิตใจที่มีศรัทธาอย่างสมบูรณ์

จงเป็นตัวตนที่สร้างสรรค์ของท่านแล้วท่านจะไปสู่กระแสแห่งความสำเร็จ ที่ท่านสามารถขับเคลื่อนไปได้อย่างผู้ชนะสู่ความสำเร็จอันสูงส่งใดๆ ก็ตามที่ท่านต้องการ

### คุณค่าของความคิดสร้างสรรค์

ทัศนคติในทางทำลายกำลังขัดขวางมิให้ท่านประสบความสำเร็จอยู่หรือเปล่า ถ้าใช่ มันก็ถึงเวลาแล้วที่จะเปลี่ยนแปลง

คนที่มีความตั้งใจในทางทำลายย่อมจะรับปัญหาและอุปสรรคใดๆ ว่าเป็นสิ่งที่แก้ไขมิได้ ส่วนคนที่มีความตั้งใจสร้างสรรค์ไม่เพียงแต่หาทางที่จะเอาชนะอุปสรรคเท่านั้น แต่ยังพยายามที่จะทำให้มันสนั่นสนุนเขาอีกด้วย

ในรัฐหลุยส์เซียน่า ที่ดินผืนใหญ่ผืนหนึ่งได้รับการประกาศขาย มีคนเพียงสองคนเท่านั้นที่ขอเข้าประมูลราคากัน คนหนึ่งเป็นเจ้าของที่ดินที่อยู่ติดกัน ซึ่งให้ราคาต่ำเพราะว่าที่ดินส่วนใหญ่ปกคลุมไปด้วยต้นไม้ที่เขาเห็นว่าเป็นเหตุให้ที่ดินไม่มีราคาเอาเสียเลย ส่วนผู้เข้าประมูลอีกผู้หนึ่งให้ราคาสูงเป็นสองเท่า เขาจึงได้ที่ดินผืนนั้นไป เจ้าของที่ดินคนใหม่จัดการตัดต้นไม้มาทำเป็นเบ็ดตกปลาขายจนได้เงินมากมายพอเป็นค่าที่ดินทั้งหมด

นั่นคือ จิตใจที่สร้างสรรค์ดึงดูดโอกาสแห่งความสำเร็จ ในขณะที่จิตใจทำลายผลักดันโอกาสนั้นไปจากตัว หรือแม้แต่ไม่ฉวยโอกาสเมื่อมันมาถึง

เอฟ.ดับบลิว.วูลเวิร์ด เริ่มทำงานเป็นเสมียนในร้านขายเครื่องเหล็ก การสำรวจสินค้าประจำปีแสดงให้เห็นว่าในร้านเต็มไปด้วยสินค้าหลายพันเหรียญที่ล้าสมัยและไม่มีประโยชน์เอาเสียเลย

"ขายลดราคาไปเสียเถอะครับ" เขาเสนอแก่เจ้าของร้าน " จะได้ขายสินค้าเก่าๆ พวกนี้ให้หมดๆ ไปเสียที"

แต่เจ้าของร้านปฏิเสธความคิดอันนี้ หากวูลเวิร์ดไม่ยอมที่จะหยุดอยู่กับที่เหมือนอย่างเช่นคนที่มีความคิดสร้างสรรค์มักจะเป็น เขาคอยรบเร้าจนเจ้าของร้านยอมรับว่าแผนการนี้น่าจะเอามาทดลองใช้กับสินค้าที่เก่าเก็บที่สุดดูสักหน่อย

โต๊ะยาวตัวหนึ่งถูกจัดไว้กลางร้านและวางไว้ด้วยสินค้าทุกชนิดที่จำหน่ายในราคาเพียงสิบเซ็นต์เท่านั้น สินค้าเหล่านั้นขายดีเป็นหน้าตาจนกระทั่งวูลเวิร์ดได้รับอนุญาตให้จัดการขายสินค้าเช่นนี้อีกเป็นครั้งที่สอง ซึ่งยังคงขายดีขยิบขยิบเช่นเดียวกัน

ดังนั้น เขาจึงเสนอเจ้าของร้านว่าให้มาร่วมหุ้นกันเปิดร้านขายของ "อะไรๆ ก็ห้าเซ็นต์สิบเซ็นต์" กันเถอะ โดยที่วูลเวิร์ดเป็นผู้ดำเนินธุรกิจและเจ้าของร้านเป็นผู้ลงทุน

"ไม่เอา" เจ้าของร้านตะโกนลั่น "แผนการอย่างนี้ไม่มีวันได้ผลหรอก เพราะว่าคุณไม่สามารถที่จะหาสินค้าอะไรมาขายในราคาเศษสตางค์ได้มากพอหรอก"

วูลเวิร์ด จึงต้องทำธุรกิจด้วยตนเองแล้วกอบโกยผลกำไรอันมามหาศาลจากร้านแบบลูกโซ่ภายใต้ชื่อของเขาเอง เมื่อพูดถึงธุรกิจของเขาในอีกหลายปีต่อมาเจ้านายเก่าของเขาก็พูดอย่างสิ้นหวังว่า "ถ้าคำนวณให้ใกล้เคียงที่สุดแล้วทุกๆ คำพูดที่ผมใช้หักล้างความคิดของคุณวูลเวิร์ดนั้นเท่ากับผมสูญเสียเงินหนึ่งล้านดอลลาร์ทีเดียว"

ทัศนคติในทางทำลายย่อมมาพร้อมกับอุปนิสัยที่เกี่ยวข้องกัน เช่น ความกลัว ความสงสัย การผัดวันประกันพรุ่ง ความหงุดหงิดฉุนเฉียว และความโกรธ ซึ่งขับไล่เพื่อนๆ และโอกาสดีๆ ไปเสียหมด ทัศนคติในทางสร้างสรรค์ย่อมมาพร้อมกับศรัทธา ความกระตือรือร้น ความคิดริเริ่ม การบังคับตนเอง จินตนาการ และเป้าหมายที่แน่นอน ซึ่งดึงดูดคนอื่นๆ และได้รับประโยชน์จากโอกาสดีๆ

แล้วคนเราจะสามารถรักษาทัศนคติในทางสร้างสรรค์ได้อย่างไรละ ด้วยการคิดและกระทำในแง่บวก "สามารถทำได้" ต่อแผนการหรือเป้าหมายทุกอย่าง และปฏิเสธที่จะยอมรับปัญหาหรืออุปสรรคที่ "ไม่สามารถทำได้" ว่าอาจพบได้ในงานเกือบทุกๆ อย่าง

### ค่าปรับไหมของการเป็นผู้นำ

ในทุกๆ อาชีพคนที่อยู่หัวแถวจะต้องอยู่ในสายตาของสาธารณชนไม่ว่าการเป็นผู้นำนั้นจะหมายถึงคนหรือผลิตภัณฑ์ การชิงดีชิงเด่นและความอิจฉาริษยาย่อมจะต้องมีอยู่เสมอ

ไม่ว่าจะเป็นศิลปิน วรณกรรม สังคีต อุตสาหกรรม หรืออาชีพอื่น รางวัลและค่าปรับไหมต่างก็มีด้วยกันทั้งนั้น รางวัลย่อมเป็นที่เลื่องลือไปไกล และค่าปรับไหมก็จะเป็นการถูกปฏิเสธอย่างรุนแรงและเป็นการสูญเสียอย่างย่อยยับ

เมื่อผลงานของคนผู้หนึ่งกลายเป็นที่ยอมรับของคนทั่วโลก มันก็จะกลายเป็นเป้าของคมหอกคมดาบของคนที่อิจฉาริษยา ถ้างานของเขาเป็นไปอย่างพึ่ๆ เขาจะถูกปล่อยให้อยู่อย่างโดดเดี่ยว แต่ถ้างานของเขาเป็นงานชิ้นเยี่ยมการครหานินทาจะผุดขึ้นมาเป็นดอกเห็ด

ไม่มีความอิจฉาริษยาสำหรับที่จะทีมแทงคนที่สร้างงานศิลปกรรมพึ่ๆ

ท่านจะเขียน วาดภาพ แสดงนาฏกรรม ร้องเพลง หรือก่อสร้างอะไรขึ้นมา จะไม่มีคนที่คอยขิงตีขิงเด่นหรือสบประมาท เว้นแต่ผลงานของท่านจะถูกตีตราว่า "อัจฉริยะ"

มันจะต้องใช้เวลานานทีเดียวหลังจากที่ผลงานอันดีเยี่ยม และยิ่งใหญ่ถูกสร้างขึ้นมา คนที่อัจฉริยะอย่างยิ่งจะยอมรับว่า "มันไม่น่าจะทำได้"

เสียงวิพากษ์วิจารณ์ในวงการศิลปะที่มุ่งร้ายได้โหมเข้าต่อต้านวิสต์เลอร์ (เจมส์ แอบบ็อตทท์ แม็คนีล 1834 – 1903 ผู้นำทางศิลปกรรมยุคใหม่ของอังกฤษและอเมริกา) เขาถูกหาว่าเป็นนักต้มมनुษย์ มันเป็นเวลาอันยาวนานก่อนที่โลกส่วนใหญ่จะได้ยอมรับว่าเขาเป็นอัจฉริยะผู้ยิ่งใหญ่ในทางศิลปะ

ฝูงชนหลังไหลมาจากทุกสารทิศสู่นครเบรุต เพื่อชื่นชมต่อมหาอุปการของวาร์คเนอร์ (ริชาร์ด วาร์คเนอร์ 1813 – 1883 กวีและนักอุปการชาวเยอรมัน) ขณะที่คนกลุ่มเล็กๆ กลุ่มหนึ่งพยายามขัดขวางด้วยความโกรธแค้น โดยหาว่าเขามีได้เป็นนักดนตรีเสียด้วยซ้ำไป

ชนกลุ่มน้อยประท้วงอย่างไม่สิ้นสุดว่า ฟุ่ตันไม่เคยสร้างเรือกลไฟ ขณะที่คนส่วนใหญ่แห่กันไปที่ท่าหน้าเพื่อดูเรือกลไฟของเขาแล่นผ่านไปมา

เสียงเล็กๆ ที่ทิ่มแทงตะโกนว่าเฮนรี่ ฟอร์ดจะต้องล่มจมในปีต่อไป แต่เหนือความไร้เดียงสาของพวกเขา ฟอร์ดเติบโตขึ้นมาอย่างเงียบๆ ในธุรกิจของเขา สร้างตนเองขึ้นมาอย่างร่ำรวยและมีอำนาจมากที่สุดในโลก

คนที่เป็นผู้นำจะต้องถูกต่อต้านเพราะว่าเขาเป็นผู้นำ และความพยายามที่จะหักล้างเขาเป็นเพียงสิ่งที่จะพิสูจน์การเป็นผู้นำของเขาเท่านั้นเอง

ความล้มเหลวที่จะดีเสมอ แข่งบารมี หรือความพยายามที่จะทำลาย หรือทำให้เขาเสียชื่อเสียงจะเป็นข้อพิสูจน์ความเหนือกว่าของเขาที่คนอื่นๆ พยายามที่จะแย่งเอาไป

ไม่มีอะไรใหม่ในเรื่องนี้

มันเก่าเท่าๆ กับโลกและกิเลสของมนุษย์ ความอัจฉริยะ ความโลภ ความใฝ่สูง และความต้องการที่จะดีเด่นกว่า

และสิ่งทั้งหมดนั้นล้วนแต่ไร้สาระ

ถ้าคนผู้นำเป็นผู้นำที่แท้จริง เขาก็คงเป็นผู้นำอยู่ดี!

กวี จิตรกร หรือคนงานชั้นนำล้วนแต่ต้องเผชิญกับความก้าวร้าว และยังคงความสำเร็จของตนได้ในทุกยุคทุกสมัย

ความดีหรือความยิ่งใหญ่ สร้างตัวของมันเองขึ้นมาจนเป็นที่ยอมรับแม้เสียงโห่ไล่จะดังลั่นสักเพียงไรก็ตาม

ผู้นำที่แท้จริงย่อมจะไม่หวั่นไหว เสื่อมเสีย หรือถูกทำลายให้ย่อยยับลงด้วยความโป๊ปดมดเท็จของคนที่อิจฉาริษยา เนื่องจากความพยายามเหล่านี้เท่ากับเป็นการเปิดทางให้กับความสามารถของเขา และความสามารถที่แท้จริงมักจะพบกับการต้อนรับอย่างกว้างขวางเสมอ

ความพยายามที่จะทำลายคนที่ เป็น "ผู้นำ" ที่แท้จริง เป็นความพยายามที่สูญเปล่า เนื่องจากผลของมันกลับเป็นการสร้างความยั่งยืนถาวรสืบไป!

## กิจกรรมความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

วิเคราะห์ตนเองถึงคุณลักษณะของความเป็นผู้นำ โดยการขีดเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

คุณสมบัติ 20 ประการของผู้นำ	สมบูรณ์	พอใช้	บกพร่อง
1. มีอำนาจควบคุมความกลัวพื้นฐานหกประการอย่างเด็ดขาด			
2. มีความเต็มใจที่จะสละประโยชน์ส่วนตัวเพื่อประโยชน์ของผู้ตาม สามารถชนะความเห็นแก่ตัวและความโลภของตนได้โดยสิ้นเชิง			
3. มีเป้าหมายเพียงประการเดียว และแผนที่แน่ชัดที่จะนำไปสู่เป้าหมายอันนั้นโดยสอดคล้องกับความจำเป็นของโอกาสหนึ่งๆ			
4. มีความเข้าใจและรู้จักใช้หลักแห่ง "จินตนาการ" เพื่อเปิดทางให้พลังอำนาจของความร่วมมือกันทำงานด้วยความสามัคคีกลมเกลียว			
5. มี "ความเชื่อมั่นในตนเอง" อย่างสูง			
6. มีสมรรถภาพในการบรรลุ "การตัดสินใจ" อย่างรวดเร็วและยึดมั่นในการตัดสินใจนั้นอย่างเหนียวแน่น			
7. มี "จินตนาการ" มากพอที่จะทำให้สามารถคะเนความต้องการในขณะนั้น และสร้างแผนให้สอดคล้องกับความต้องการเหล่านั้น			
8. มี "ความคิดริเริ่ม" ในแบบที่แยบยลที่สุด			
9. มี "ความกระตือรือร้น" และมีความสามารถที่จะถ่ายทอดมันให้กับผู้ตามของตน			
10. มี "การควบคุมตนเอง" อย่างมั่นคงที่สุด			

คุณสมบัติ 20 ประการของผู้ผู้นำ	สมบูรณ์	พอใช้	บกพร่อง
11. มีความเต็มใจที่จะ "ทำงานเกินเงินเดือน"			
12. มี "บุคลิกลักษณะต้องตาต้องใจ"			
13. มีสมรรถภาพแห่ง "ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง"			
14. มีความสามารถที่จะร่วมมือกับคนอื่น ๆ ได้อย่างกลมเกลียว			
15. มีความมุ่งมั่นที่จะเอาใจจดจ่อ และพากเพียรพยายามทำงานจนมันบรรลุผลโดยสมบูรณ์			
16. มีสมรรถภาพและ "การมองย้อนหลัง" เพื่อเรียนรู้จากความผิดพลาดและความล้มเหลว			
17. มี "ความใจกว้าง" ในแบบสูงสุด			
18. มี "ความปลอดภัยจากสิ่งมีนเมา" ทั้งปวง			
19. มี "เจตนาบริสุทธิ์" ทั้งเป้าหมายและการกระทำ			
20. การถือปฏิบัติตาม "กฎทองคำ" อย่างเคร่งครัดเป็นพื้นฐานในการปฏิบัติต่อคนอื่น ๆ			

วิเคราะห์ตนเองถึงคุณลักษณะของความเป็นผู้นำ โดยการให้คะแนน 5 (สมบูรณ์) 2.5 (พอใช้) และ 0 (บกพร่อง) แล้วรวมผล หากท่านได้คะแนนต่ำกว่า 75% แปลว่าท่านยังไม่มีคุณลักษณะของการเป็นผู้นำที่ดี

เมื่อทราบถึงระดับของคุณลักษณะที่มีอยู่ในตัวของท่านแล้ว จงอ่านและเซ็นชื่อในสูตรสร้าง "ความคิดริเริ่ม" และ "การเป็นผู้นำ"

### สูตรสร้าง "ความคิดริเริ่ม" และ "การเป็นผู้นำ"

โดยที่ข้าพเจ้าเลือก "เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน" ในชีวิตของข้าพเจ้าไว้แล้ว บัดนี้ข้าพเจ้าได้ตระหนักแล้วว่ามันเป็นหน้าที่ของข้าพเจ้าที่จะทำให้เป้าหมายอันนี้กลายเป็นความจริงขึ้นมา

ดังนั้น ข้าพเจ้าจะสร้างนิสัยทำ "สิ่งเฉพาะเจาะจง" บางอย่างในแต่ละวัน ซึ่งจะทำให้ข้าพเจ้าก้าวเข้าไปใกล้การบรรลุวัตถุประสงค์ตาม "เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน" ของข้าพเจ้า

ข้าพเจ้ารู้ว่า "การผลัดวันประกันพรุ่ง" เป็นศัตรูที่ร้ายกาจที่สุดสำหรับคนที่มุ่งประสบความสำเร็จที่เด่นในอาชีพใดๆ และข้าพเจ้าจะกำจัดนิสัยนี้ออกไปด้วยการ

1. กระทำสิ่งเฉพาะเจาะจงสักอย่างหนึ่งในแต่ละวัน ซึ่งควรจะได้กระทำโดยไม่ต้องมีใครมาบอก

2. มองหาอะไรสักอย่างหนึ่งที่ข้าพเจ้าสามารถกระทำได้แต่ยังมิได้กระทำเป็นนิสัย และมันเป็นสิ่งที่มีประโยชน์แก่คนอื่น ๆ โดยข้าพเจ้ามิได้หวังสิ่งใดเป็นการตอบแทน

3. บอกคนอื่นอย่างน้อยหนึ่งคนในแต่ละวัน ถึงคุณค่าของการทำบางสิ่งบางอย่างที่ควรจะทำโดยไม่ต้องมีใครมาบอก จนเป็นนิสัย

ข้าพเจ้าสามารถเห็นได้ว่า กล้ามเนื้อจะแข็งแรงขึ้นตามส่วนกับขนาดที่มันถูกใช้งาน นั่นคือ "นิสัยความคิดริเริ่ม" ก็จะมีมันคงเมื่อนำมาปฏิบัติมากครั้งด้วยเช่นกัน

ข้าพเจ้าตระหนักว่า จุดเริ่มต้นของการสร้าง "นิสัยความคิดริเริ่ม" ก็คือการเริ่มต้นด้วยสิ่งเล็กๆ น้อยๆ ธรรมดาสามัญที่เกี่ยวกับงานประจำวัน ดังนั้น ข้าพเจ้าจะมุ่งทำงานในแต่ละวันประหนึ่งเพื่อที่จะสร้าง "นิสัยความคิดริเริ่ม" อันจำเป็นนี้เพียงประการเดียวเท่านั้น

ข้าพเจ้าแน่ใจว่า ด้วยการถือปฏิบัติตาม "นิสัยความคิดริเริ่ม" ในงานประจำวันของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าไม่เพียงแต่ทำด้วยตนเองเท่านั้น แต่ยังคงดึงดูดความสนใจของคนอื่นๆ ให้เห็นคุณค่าของสิ่งที่ข้าพเจ้าทำ อันเป็นผลจากการกระทำนี้อีกด้วย

(ลงนาม).....

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 4 : ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตามคู่มือการศึกษาของระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสาสมัคร					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....



## กิจกรรม

### การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ วันที่ 5 : จินตนาการ

#### สร้างทัศนวิสัยสร้างสรรค์

พลังแห่งจินตนาการที่ท่านสามารถนำมาใช้ได้มีอยู่ด้วยกันสองแบบ แบบหนึ่งคือ จินตนาการสังเคราะห์ ซึ่งเกิดขึ้นจากการผสมผสานกันของอุดมการณ์ แนวความคิด แผนการ และ ข้อเท็จจริงที่รู้อยู่แล้วจัดรูปขึ้นมาในแนวใหม่ อีกแบบหนึ่งคือจินตนาการสร้างสรรค์ มันถูกสร้างขึ้นมาจากประสาทที่หกและถูกใช้เพื่อเปิดเผยให้เห็นข้อเท็จจริงและความคิดใหม่ๆ มันยังเป็นสื่อสำหรับความบันเทิงใจอีกด้วย

โทมัส เอดิสัน ใช้จินตนาการสังเคราะห์ในการประดิษฐ์หลอดไฟฟ้าด้วยการนำหลักความรู้สองประการซึ่งเป็นที่รู้จักกันดีมาใช้ร่วมกันในแนวใหม่ ก่อนหน้านั้นเรารู้กันมานานแล้วว่าแสงสว่างสามารถผลิตขึ้นมาได้ด้วยการผ่านกระแสไฟฟ้าเข้าไปในเส้นลวดแล้วทำให้เกิดการลัดวงจรขึ้นมา หากแต่ยังไม่มีใครรู้ว่าจะทำอย่างไรจึงจะไม่ทำให้โลหะเส้นนั้นไหม้หมดไปในทันทีทันใด

เอดิสัน นำหลักการที่ใช้ในการเผาถ่านไม้มาใช้ด้วย กล่าวคือเมื่อทำให้ไม้ติดไฟแล้วก็ปกคลุมไว้ด้วยสิ่งสกปรกเพื่อจำกัดออกซิเจนที่เข้าไปทำให้ไม้ไหม้ไฟเป็นขั้นๆ ด้วยการจับหลักการที่ว่าไม่มีอะไรที่ไหม้ไฟได้หากปราศจากออกซิเจน เอดิสันจึงบรรจุเส้นลวดเข้าไปในขวดแล้วดูดเอาอากาศออกให้หมด แล้วจากนั้นเขาก็ปล่อยกระแสไฟฟ้าเข้าไปในปลายเส้นลวด และทันใดนั้นหลอดไฟฟ้าก็เกิดขึ้น

ดร. เอิลเมอร์ อาร์ เกทส์ ชาวเมืองเซวี่ เซส รัฐแมริแลนด์ ให้ตัวอย่างที่ดีของจินตนาการสร้างสรรค์ เขาเป็นเจ้าของสิทธิบัตรมากกว่าเอดิสันเสียอีก ส่วนใหญ่นั้นถูกประดิษฐ์ขึ้นจากการใช้ประสาทที่หกของเขา ซึ่งเขาสร้างมันขึ้นมาใช้ได้ในระดับสูง

ด้วยการขังตัวเองอยู่ในห้องที่ปลอดเสียงรบกวนและปิดไฟมืดมืด ดร. เกทส์ ทำใจให้ปลอดจากสิ่งรบกวนทั้งปวงเพื่อให้เขาสามารถเอาใจจดจ่ออยู่กับการได้รับข่าวสารที่เขาต้องการ ทันทีที่เขาได้รับข่าวสารผ่านทางประสาทที่หกของเขา เขาจะเปิดไฟขึ้นแล้วรีบจดบันทึกลงไปทันที ที่น่าแปลกก็คือในบางครั้งความคิดบางอย่างก็วูบขึ้นมาเองโดยที่เขาไม่ได้ค้นคว้า กลายเป็นข้อเท็จจริงที่สำคัญสำหรับประดิษฐ์กรรมจำนวนมากที่เขาทำได้

ประสาทสัมผัสทั้งห้าของท่านเป็นสื่อสำหรับติดต่อกับโลกภายนอก ทำให้ท่านได้ใช้มันตามธรรมชาติและการทำงานของมัน แต่ประสาทที่หกซึ่งทำงานอยู่ในจิตใต้สำนึกของท่านนั้นจะทำให้ท่านสามารถติดต่อกับพลังอำนาจที่มองไม่เห็นของจักรวาล มันทำให้ท่านสามารถที่จะรู้ในสิ่งที่ท่านไม่สามารถรู้ได้โดยวิธีอื่นๆ

ทัศนวิสัยสร้างสรรค์ของประสาทที่หกจะเชื่อถือได้มากขึ้นด้วยการใช้อย่างมีระบบ สม่ำเสมอ ทำนองเดียวกับประสาทสัมผัสทั้งห้า ผู้ที่ประสบความสำเร็จอันยิ่งใหญ่ทั้งหมดล้วนแต่มีระบบกำหนดสภาพจิตใจของตนเองบางประการ บางคนกระทำไปโดยไม่รู้ตัว

มันเป็นเพราะทัศนวิสัยสร้างสรรค์แท้ๆ ที่นำไปสู่การก่อสร้างโรงแรมฟองเทนบโลที่หรูหราที่ชายหาดไมอามี

นักธุรกิจโรงแรม เบ็น โนแวก มาถึงเมืองไมอามีในปี ค.ศ. 1940 พร้อมด้วยเงินเพียงหนึ่งพันแปดร้อยเหรียญ และความใฝ่ฝันถึงโรงแรมตากอากาศที่มีชื่อเสียงระดับโลกในด้านความสะดวกสบายและการพักผ่อนหย่อนใจที่มีให้อย่างเต็มที่ ด้วยการลงทุนเงินที่มีอยู่อย่างระมัดระวัง และด้วยความกระตือรือร้นที่จะพลิกความใฝ่ฝันของเขาให้กลายเป็นความจริง โนแวกผลัดกันภาพฝันของเขาออกสู่การทำงานด้วยใจที่จดจ่ออยู่กับเป้าหมายที่แน่นอนจนกระทั่งภาพฝันของเขา กลายเป็นความจริง

แคลเรนซ์ เบิร์ตคอย นักล่าขนสัตว์ในแถบแลบราดอร์ ผู้ซึ่งเคยชิมกระหล่ำปลีที่เย็นจัดจนเป็นน้ำแข็งด้วยความบังเอิญ ได้นำประสบการณ์ครั้งนั้นมาสร้างสรรค์ขึ้นเป็นแผนการขายอาหารที่แช่แข็งภายในชั่วระยะเวลาสั้นๆ ภายใต้ชื่อเสียงของเขาเอง

แล้วท่านจะทำให้ภาพฝันของท่านทำอะไรให้แก่ท่านเหมือนอย่างเช่น เบ็น โนแวก และแคลเรนซ์ เบิร์ตคอย ได้ทำหรือเปล่า

วิธีที่มีประสิทธิภาพที่สุดวิธีหนึ่งในการใช้ประสาทที่หกให้เป็นประโยชน์ก็คือ การเขียนระบุออกมาอย่างชัดเจนและด้วยรายละเอียดที่แจ่มแจ้งของปัญหาที่ท่านต้องการแก้ไข หรือเป้าหมายที่ท่านต้องการที่จะไปให้ถึง อ่านบททวนมันละหลายๆ ครั้งในแบบของการสวดวิงวอน การสวดวิงวอนนั้นควรจะต้องอยู่บนศรัทธาที่มั่นคงและเข้มแข็งจนกระทั่งท่านสามารถมองเห็นภาพตัวท่านเองเมื่อเป็นเจ้าของเป้าหมายของท่านแล้วเรียบร้อยแล้ว

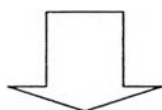
ถ้าหากวิธีนี้มีได้นำผลที่พึงปรารถนามาให้ในตอนแรก จงพยายามทำต่อไปในแต่ละครั้ง ขอให้ท่านแสดงความขอบคุณประหนึ่งว่าท่านได้รับในสิ่งที่ท่านต้องการนั้นแล้ว ถึงแม้ว่าในความเป็นจริงแล้วท่านยังไม่ได้รับมันก็ตาม

กุญแจมหัศจรรย์สู่ความสำเร็จนั้นขึ้นอยู่กับความสามารถของท่านที่จะเชื่อว่าท่านจะประสบความสำเร็จ จงจำไว้เสมอว่า สิ่งใดก็ตามที่จิตใจของท่านสามารถเข้าใจและเชื่อ จิตใจของท่านย่อมบันดาลความสำเร็จได้

### กิจกรรมจินตนาการ

นี่ภาพว่าท่านประสบความสำเร็จตามเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนตามที่วางแผนไว้ แล้ว  
นี่ถึงความสุขและข้อดีถึงการบรรลุเป้าหมายนั้น และเขียนสิ่งต่างๆ เหล่านั้นออกมา

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ



เมื่อข้าพเจ้าบรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอน ผลดีที่ตามมามีมากมาย ดังเช่น

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

และ .....

.....

.....

.....

.....

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 5 : จินตนาการ**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตามคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาชิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดแรงบันดาลใจการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมจินตนาการ					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรม

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

วันที่ 6 : ความกระตือรือร้น

### ความกระตือรือร้น

ราล์ฟ วอลโด อีเมอร์สัน กล่าวว่า "สิ่งที่ยิ่งใหญ่ไม่มีวันสร้างขึ้นมาได้โดยปราศจากความกระตือรือร้น"

ณ ศูนย์การประชุมใหญ่ของนิคมมอริมอนท์เมืองซอลท์เลคซิตี นักพูดเรื่งนามผู้หนึ่งได้รับมอบหมายให้พูดเป็นเวลาสี่สิบนาที แต่เขาพูดนานถึงสองชั่วโมง เมื่อเขาพูดจบผู้ฟังนับแสนคนต่างก็ลุกขึ้นยืนแล้วปรบมือให้เขาเป็นเวลาถึงห้านาที

นักพูดผู้นั้นทำอะไรจึงได้รับการชื่นชมยินดีถึงขนาดนี้ สิ่งที่เขาพูดนั้นไม่สำคัญเท่ากับวิธีที่เขาพูดมันออกมา ผู้ฟังได้รับการปลุกเร้าด้วยความกระตือรือร้นของเขา และส่วนใหญ่แล้วจำไม่ได้ด้วยซ้ำไปว่าเขาพูดอะไรบ้าง

หลุยส์ วิกเตอร์ เอตานส์ ถูกจำลिनจำคุกตลอดชีวิตในทัณฑสถานแห่งรัฐอะริโซนา เขาไม่มีเพื่อน ไม่มีทนาย และไม่มีเงิน แต่เขามีสิ่งหนึ่งนั่นคือความกระตือรือร้นที่เขาใช้อย่างมีประสิทธิภาพจนทำให้เขาได้รับอิสรภาพในที่สุด

เอตานส์ เขียนจดหมายฉบับหนึ่งไปยังบริษัทผลิตเครื่องพิมพ์ดีดเวมิงตัน เพื่อรับรองตัวเขาเองในการซื้อเครื่องพิมพ์ดีดหนึ่งเครื่องจากบริษัทเป็นเงินเชื่อบริษัททำดียิ่งกว่านั้นด้วยการยกเครื่องพิมพ์ดีดให้แก่เขาฟรีๆ

เขาเริ่มเขียนจดหมายธุรกิจ ด้วยการของสิ่งตีพิมพ์จากบริษัทห้างร้านต่างๆ หลังจากนั้นเขาจะปรับปรุงสิ่งตีพิมพ์ที่ได้มาให้ดีขึ้นแล้วส่งกลับคืนไป การปรับปรุงของเขาดีถึงขนาดที่ในไม่ช้าเขาก็มีเงินได้จากการตอบแทนด้วยความเต็มใจมากพอที่จะว่าจ้างทนายความผู้หนึ่ง อันที่จริง ผลงานของเขาเป็นที่ประทับใจของบริษัทโฆษณาที่ใหญ่ที่สุดบริษัทหนึ่งในนิวยอร์ก ซึ่งได้ช่วยทนายความของเขาในการขอภัยโทษให้แก่เขา ขณะที่เขาเดินทางประตู่ทัณฑสถานออกมานั้น ประธานบริษัทโฆษณาแห่งนั้นมารอรับเขาอยู่แล้ว และได้ทักทายเขาว่า "คุณ เอตานส์ ความกระตือรือร้นของคุณได้พิสูจน์ให้เห็นแล้วว่าพลังเหนือกว่าลูกกรงเหล็กของทัณฑสถาน"

ประธานบริษัทผู้นั้นมีงานรอเขาอยู่แล้ว

เรื่องซ้ำๆ ซากๆ มิได้ทำลายคุณค่าของสุขภาพจิตเก่าๆ ที่ว่า "ไม่มีอะไรที่จะติดต่อกันได้เร็วเท่ากับความกระตือรือร้น" ความกระตือรือร้นเป็นคลื่นความรู้สึกที่ท่านใช้ถ่ายทอดบุคลิกลักษณะของท่านไปสู่คนอื่น ๆ มันมีอำนาจยิ่งกว่าตรรกะ เหตุผล หรือวาทศิลป์ที่ท่านใช้เพื่อทำให้คนอื่น ๆ ยอมรับความคิดเห็นของท่าน

ผู้จัดการฝ่ายขายที่ประสบความสำเร็จอย่างสูงผู้หนึ่งกล่าวว่า ความกระตือรือร้นเป็นอุปนิสัยที่สำคัญที่สุดของนักเดินตลาดที่ดี ตราบเท่าที่เขามีความจริงใจและซื่อตรง "เมื่อท่านจับมือกับใคร จงเพิ่มเติมบางสิ่งบางอย่างลงไปด้วยเพื่อให้เขารู้สึกว่าท่านมีความสุขอย่างแท้จริงที่ได้พบกับเขา"

คำเตือนก็คือ ไม่มีอะไรที่จะนำคุณถอยไปกว่าความกระตือรือร้นผิดๆ ความลึกลับลึกลนจนเกินไป หรือการแสดงออกที่เกินพอดีซึ่งเป็นสิ่งที่ใครๆ ก็สังเกตเห็นได้และทุกๆ คนต่างก็ไม่เชื่อ

ตัวอย่างของความกระตือรือร้นที่สามารถนำท่านไปสู่ความสำเร็จอันยิ่งใหญ่ อยู่ในชีวิตและงานของเจนนิงส์ แรนดอล์ฟ หลังจากสำเร็จการศึกษาจากวิทยาลัยวอร์ริจเจอร์รี่ตะวันตก แล้วเขาก็ก้าวเข้าสู่วงการเมือง เขาเริ่มด้วยการรณรงค์เข้ารับการเลือกตั้งอย่างเข้มข้นถึงขนาดที่ได้รับการเลือกตั้งเป็นวุฒิสมาชิกด้วยชัยชนะอย่างท่วมท้นเหนือคู่แข่งที่อาวูโสกว่าและมีประสบการณ์มากกว่า ความสำเร็จของเขาในการจูงใจสมาชิกวุฒิสภาทำให้ประธานาธิบดีแฟรงคลิน ดี โรสเวลท์ เลือกให้เขาเป็นผู้ที่ยื่นร่างกฎหมายเกี่ยวกับสงครามให้แก่รัฐสภา

จากการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนโดยกลุ่มศาสตราจารย์ของมหาวิทยาลัยวอชิงตัน พบว่าโรสเวลท์และแรนดอล์ฟได้รับคะแนนเสียงเป็นเอกฉันท์ว่าเป็นผู้ที่มีบุคลิกที่ดีเด่นที่สุดในรัฐบาลยุคนั้น ในขณะที่แรนดอล์ฟได้คะแนนเสียงเหนือกว่าประธานาธิบดีในด้านความสามารถในการจูงใจคนด้วยความกระตือรือร้นอันไม่จำกัดของเขา หลังจากที่อยู่ในวุฒิสภาได้สิบสี่ปี แรนดอล์ฟก็ได้ตัดสินใจที่จะรับงานอันหนึ่งจากข้อเสนอมากมายของอุตสาหกรรมเอกชน

เขาได้เป็นผู้ช่วยของประธานบริษัทสายการบินแคปิตอลระหว่างที่บริษัทกำลังอยู่ในช่วงตกต่ำ ภายในสองปีเขาได้ใช้พลังอันหาผู้ใดเปรียบมิได้ยกระดับบริษัทสายการบินแห่งนี้ขึ้นเหนือบริษัทอื่นๆ ในด้านรายได้

เมื่อพูดถึงบุคลิกอันน่าชื่นชอบของคุณแรนดอล์ฟ ประธานบริษัทสายการบินแคปิตอลก็กล่าวว่า "เขาได้มากกว่าค่าจ้างที่เขาได้รับ ไม่ใช่สำหรับงานที่เขาทำด้วยตัวเองจริงๆ หากแต่மாகเป็นพิเศษสำหรับความกระตือรือร้นที่เขาผลักดันให้เกิดขึ้นกับสมาชิกคนอื่นๆ ของบริษัท"

ไม่มีใครเกิดขึ้นมาพร้อมด้วยความกระตือรือร้น มันเป็นอุปนิสัยที่จะต้องสร้างขึ้นทีหลัง ท่านเองก็สามารถสร้างมันขึ้นมาได้ด้วยเช่นกัน ขอให้จำไว้ว่าเกือบทุกขณะที่ท่านติดต่อกับคนอื่นๆ โดยนัยแล้ว ท่านกำลังขายบางสิ่งบางอย่างให้แก่เขา นั่นเป็นความจริง เว้นแต่ในความสัมพันธ์ที่ไร้สาระ ก่อนอื่นจงมีความมั่นใจต่อคุณค่าของความคิดของท่าน สินค้าของท่าน บริการของท่าน หรือตัวท่านเอง ตรวจสอบมันให้ดี ตรวจสอบตัวของท่านเองอย่างพิถีพิถัน จงเรียนรู้จุดบกพร่องในสิ่งที่ท่านพยายามที่จะขาย แล้วแก้ไขมันเสียให้ทันท่วงที จงมีความมั่นใจอย่างเต็มที่ในความถูกต้องของสินค้าหรือไอเดียของท่าน

เมื่อท่านมีความมั่นใจอยู่ในมือ พร้อมด้วยนิสัยคิดในทางสร้างสรรค์อย่างเข้มแข็ง และลงมือทำเต็มความสามารถ แล้วท่านจะพบว่า ความกระตือรือร้นถูกสร้างขึ้นมาจากภายในด้วยตัวของมันเองพร้อมด้วยความจริงใจที่แท้จริงในการช่วยให้ท่านหยิบยื่นมันให้แก่คนอื่นๆ

กิจกรรมความกระตือรือร้น

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ และอ่านเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนด้วยความกระตือรือร้นด้วยการเน้นทุกๆ คำด้วยเสียงดังฟังชัด โดยอ่านซ้ำๆ ทั้งหมด 10 ครั้ง

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

เมื่ออ่าน 1 ครั้ง จงทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่แสดงถึงจำนวนของการอ่าน

ครั้งที่ 1

ครั้งที่ 6

ครั้งที่ 2

ครั้งที่ 7

ครั้งที่ 3

ครั้งที่ 8

ครั้งที่ 4

ครั้งที่ 9

ครั้งที่ 5

ครั้งที่ 10



**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 6 : ความกระตือรือร้น**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตามคู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ๕ ครั้ง	บ่อย ๕ ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ๕ ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดมวังค์การรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมความกระตือรือร้น					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรม  
 การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
 วันที่ 7 : การควบคุมตนเอง

### การบังคับตนเองเพื่อความสำเร็จ

อดีตนายกรัฐมนตรีผู้ยิ่งใหญ่ของอังกฤษผู้หนึ่งคือ เบ็นจามิน ดิสเรลลี่ ได้ก้าวขึ้นไปสู่ความสำเร็จอันสูงส่งของตน ด้วยพลังแห่งความตั้งใจจริง ภายใต้การควบคุมบังคับของเป้าหมายที่แน่นอน เขาเริ่มต้นเลี้ยงชีพด้วยการเป็นนักประพันธ์แต่ประสบความสำเร็จไม่มากนัก เขามีพินหนังสือออกมาราวสิบกว่าเล่ม แต่ไม่มีเล่มใดที่เป็นที่ประทับใจต่อสาธารณชน ความล้มเหลวในอาชีพนี้ได้กลายเป็นการทำทนายสำหรับเขาในการทุ่มเทความพยายามมากขึ้นในอาชีพอื่นๆ ดังนั้น เขาจึงก้าวสู่อชีพการเมืองด้วยหัวใจที่มุ่งมั่นต่อการเป็นนายกรัฐมนตรีของจักรวรรดิอังกฤษอันยิ่งใหญ่

ในปีค.ศ. 1837 เขาได้รับเลือกตั้งให้เป็นสมาชิกรัฐสภาจากเมืองเมดสโตน แต่การพูดในรัฐสภาเป็นครั้งแรกของเขาได้รับการโห่และหัวเราะเยาะอย่างกว้างขวางว่าล้มเหลวอย่างสิ้นเชิง แต่เขากลับยอมรับความพ่ายแพ้อันนั้นว่าเป็นการทำทนายให้ใช้ความพยายามอีกครั้งหนึ่ง เขาต่อสู้ต่อไปโดยไม่มีความคิดที่จะยอมจำนน เขากลายเป็นผู้นำของสภาลามัญในปีค.ศ. 1859 และได้เป็นรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการคลังในเวลาต่อมา พอถึงปีค.ศ. 1868 เขาก็ประสบชัยชนะสูงสุดตามเป้าหมายที่แน่นอนของเขาด้วยการเป็นนายกรัฐมนตรี

แต่แล้วเขาก็พบกับ การต่อต้านอย่างรุนแรง (เวลาแห่งการทดสอบของเขามาถึงแล้ว) ผลก็คือเขาต้องลาออกจากตำแหน่ง แต่ห่างไกลเกินกว่าที่เขาจะยอมรับความพ่ายแพ้ชั่วคราวนี้เพียงความล้มเหลว เขายึดกลับมาสู้อีกครั้งหนึ่ง และได้รับเลือกให้เป็นนายกรัฐมนตรีอีกเป็นครั้งที่สอง แล้วในเวลาต่อมาเขาก็ได้กลายเป็นผู้ที่สร้างจักรวรรดิอันยิ่งใหญ่และขยายอิทธิพลของเขาไปสู่ทิศทางต่างๆ

เมื่อสถานการณ์คับขันอย่างที่สุด ดิสเรลลี่ จะดึงเอาพลังแห่งความตั้งใจของเขาออกมาใช้อย่างสุดฤทธิ์สุดเดช มันบังคับประคองเขาผ่านวิกฤตการณ์ของความพ่ายแพ้ชั่วคราวไปสู่ชัยชนะ เมื่อกล่าวถึงความสำเร็จของเขาด้วยถ้อยคำสั้นๆ เขากล่าวว่า "เคล็ดลับแห่งความสำเร็จก็คือ การยึดมั่นในเป้าหมายนั่นเอง"

คนส่วนใหญ่แล้ว มักจะหยุดเสียก่อนเมื่อการก้าวไปข้างหน้าเริ่มจะลำบาก บ่อยครั้งที่การก้าวไปข้างหน้าอีก "หนึ่งก้าว" น่าจะนำพวกเขาไปสู่ชัยชนะ มีกฎตายตัวอยู่ข้อหนึ่งในการเอาชนะความทุกข์ยากและความผิดหวัง นั่นคือ การแปรเปลี่ยนอารมณ์คับข้องใจเหล่านั้นด้วยการวางแผนที่เฉพาะเจาะจง มันเป็นกฎที่หาได้เปรียบมิได้ที่เดียว

นิสัยใช้ความคิดของท่านย่อมขึ้นอยู่กับ การควบคุมและการบังคับตนเองของท่านเสมอ มัน เป็นสภาวะการณ์เพียงประการเดียวเท่านั้นในชีวิตของท่านซึ่งท่านควบคุมได้อย่างสิ้นเชิง อภิลิทธิ ประการนี้ย่อมหมายถึงการรับผิดชอบอันสูงส่ง เนื่องจากมันเป็นอภิลิทธิที่จะตัดสินสถานภาพแห่ง ชีวิตของท่านยิ่งกว่าสิ่งอื่นใดทั้งสิ้น ถ้าหากอภิลิทธิประการนี้ถูกเพิกเฉยละเลยไปเสีย ด้วยการที่ ท่านไม่ยอมที่จะสร้างนิสัยที่ถูกต้องซึ่งจะนำไปสู่การบรรลุผลในจุดหมายที่แน่นอน ดังนั้น สภาพแวดล้อมของชีวิตที่อยู่ นอกเหนือจากการควบคุมของท่านก็จะใช้อภิลิทธินี้แทนท่าน และมันมักจะ เลือกทางที่น่าสมเพชที่สุดให้แก่ท่านเสมอ

ถ้าหากท่านทำให้นิสัยใช้ความคิดของท่านอยู่ในระเบียบวินัย มันจะนำท่านไปสู่การบรรลุ ผลสำเร็จในจุดหมายใดๆ ก็ตามที่ท่านต้องการ หรือมิฉะนั้นท่านก็สามารถที่จะปล่อยให้สภาพแวดล้อมที่ควบคุมมิได้ในชีวิตของท่านสร้างนิสัยใช้ความคิดนี้ให้แก่ท่าน และมันก็จะนำท่านไปสู่หุบ เหวแห่งความล้มเหลวในกระแสชีวิตอันกว้างใหญ่ไพศาล

จงใช้พลังแห่งความตั้งใจของท่านอย่างเต็มที่และควบคุมวิถีชีวิตของท่านอย่างเด็ดเดี่ยว จิตใจที่ท่านได้มานี้เป็นทาสที่จะทำตามที่ท่านต้องการในทุกๆ อย่าง ไม่มีใครที่จะสามารถเข้าแทรกแซงมันได้หรือมีอิทธิพลต่อมันได้แม้อย่างผิวเผินที่สุด โดยปราศจากความยินยอมและความร่วมมือ จากท่าน จงถือสิทธิบังคับบัญชาหลังอำนาจของมันแล้วใช้มันตามที่ท่านต้องการ

เสรีภาพแห่งร่างกายและจิตใจ อิศระภาพและสวัสดิภาพทางเศรษฐกิจย่อมเป็นผลจาก ความคิดริเริ่มด้วยตนเองที่แสดงออกทาง การมีระเบียบวินัยต่อตนเอง ความปรารถนาอันปราศจาก ขอบเขตนี้ไม่อาจที่จะรับประกันได้ด้วยวิธีอื่นใดได้อีกแล้ว

**กิจกรรมการควบคุมตนเอง**

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ใส่ลงในกระดาษที่สามารถพกติดตัวได้ และอ่านดั่งๆ ในทุกๆ วันนับจากวันนี้เป็นต้นไป โดยเพิ่มจากการอ่านวันละ 1 ครั้ง เป็นวันละ 2 ครั้ง หรือมากกว่านั้น

**เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ**

ข้อเสนอแนะ : ช่วงเวลาที่ดียิ่งที่สุดในการอ่านเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนคือ ในตอนเช้าและก่อนเข้านอน

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 7 : การควบคุมตนเอง**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมการควบคุมตนเอง					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรม

### การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ วันที่ 8 : นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน

#### วิธีที่คนผู้หนึ่งได้รับการเลื่อนตำแหน่ง

คารอน ดาวนส์ ลาออกจากการเป็นเลี่ยมธนาคารเพื่อเข้าทำงานกับดับลิว ซี ดูแรนท์ ซึ่งเพิ่งจะก่อตั้งบริษัทผลิตรถยนต์ขึ้นมาใหม่ๆ แต่ในเวลาต่อมาได้กลายเป็นบริษัทเจเนอรัลมอเตอร์ หลังจากทำงานไปได้หกเดือน ดาวนส์ก็ได้ตัดสินใจว่ามันถึงเวลาแล้วที่จะมองหาทางเลื่อนตำแหน่ง เขาตรงไปหาคุณดูแรนท์แล้วถามว่าเขาจะสามารถปรับปรุงงานของเขาให้แก่บริษัทได้อย่างไรบ้าง อะไรเป็นความผิดพลาดที่สำคัญของเขา และอะไรเป็นความดีของเขา แล้วในที่สุดเขาก็ถามว่า "ตำแหน่งอะไรที่สูงกว่าผมที่ผมสามารถจะทำได้"

คุณดูแรนท์ ขบขันต่อคำถามที่ตรงไปตรงมาของเขา เขาตอบคำถามสุดท้ายเพียงคำถามเดียวเท่านั้นด้วยการเขียนว่า "คุณได้รับการแต่งตั้งให้มาควบคุมการติดตั้งเครื่องจักรและอุปกรณ์ต่างๆ ในโรงงานใหม่ของเรา โดยที่ไม่มีการสัญญาใดๆ เลยว่าจะมีการเลื่อนตำแหน่งหรือขึ้นเงินเดือน"

พร้อมกันนั้นคุณดูแรนท์ก็ได้ให้พิมพ์เขียวชุดหนึ่งแก่ดาวนส์แสดงถึงตำแหน่งติดตั้งเครื่องจักร แล้วบอกว่า "นี่คือคำสั่งสำหรับคุณ ขอให้คอยดูว่าคุณจะสามารถทำอะไรกับมันได้บ้าง"

ดาวนส์ รับเอาพิมพ์เขียวนั้นมาและได้ค้นพบอย่างรวดเร็วว่าเขาอ่านมันไม่รู้เรื่องเนื่องจากเขาไม่เคยฝึกฝนมาทางด้านวิศวกรรมมาเลยแม้แต่น้อย ตรงนี้เองที่ทำให้เขาได้มีโอกาสแสดงให้เห็นคุณสมบัติของความเป็นผู้นำแทนที่จะยอมรับว่าเขาได้รับมอบหมายงานที่เกินปัญญาความสามารถ เขากลับก้าวออกไปหาคนที่เหมาะสมที่จะทำงานนี้ได้ นี่คือแก่นแท้ของผู้นำ

ดาวนส์ ได้ว่าจ้างบริษัทวิศวกรแห่งหนึ่งเพื่อมาทำการติดตั้งเครื่องจักรดังกล่าวภายใต้การควบคุมและด้วยค่าจ้างของเขาเอง ในตอนที่เขาเดินเข้าไปรายงานคุณดูแรนท์ว่างานที่สั่งไว้ นั้นสำเร็จลงแล้วก่อนกำหนดหนึ่งสัปดาห์ เขาได้เดินผ่านป้ายชื่อฝ่ายบริหารจำนวนหนึ่ง ป้ายหนึ่งสะดุดตาเขาด้วยคำว่า "คารอล ดาวนส์ ผู้จัดการทั่วไป"

คุณดูแรนท์ได้บอกเขาว่า เขาได้รับเลื่อนตำแหน่งดังกล่าวพร้อมด้วยเงินเดือนที่มากกว่าพอที่จะทำให้ตำแหน่งนี้มี ความหมาย

"ตอนที่ผมให้พิมพ์เขียวคุณนั้น ผมก็รู้อยู่แล้วว่าคุณอ่านมันไม่ออกหรอก" เขากล่าว "แต่ผมอยากรู้ว่าคุณจะแก้ปัญหาคงของคุณได้อย่างไร ความสามารถของคุณในการรู้จักหาคนที่จะมาทำงานนี้ได้ชี้ให้เห็นว่าคุณมีธาตุแท้ของนักบริหาร ถ้าหากคุณกลับมาหาผมพร้อมด้วยข้อแก้ตัวแทนที่จะเป็นผลงานแล้วละก็ ผมไล่คุณออกอย่างแน่นอน"

ดาวนัส ก้าวขึ้นสู่การเป็นมหาเศรษฐี จนเมื่อปลดเกษียณแล้ว เขายังคงเป็นที่ปรึกษาของบริษัทของสมาคมเข้าทั้เทอน กัฟเวอร์เนออร์ส ในฐานะคนที่รับเงินค่าจ้างเพียงปีละดอลลาร์ห้าเดียว ยังคงทำงานเกินเงินเดือนและมีความสุขสนานอย่างมากมายในการทำงานเช่นนี้

## กิจกรรมนิสัยการทำงานเกินเงินเดือน

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ

### เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

ศึกษาสูตรของการทำงานเกินเงินเดือน และเขียนวิเคราะห์ถึงประโยชน์ที่จะได้รับของนิสัยการทำงานเกินเงินเดือนที่จะช่วยส่งเสริมเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนให้บรรลุผลได้รวดเร็วขึ้น

### สูตรของการทำงานเกินเงินเดือน

$$Q^1 + Q^2 + MA = C$$

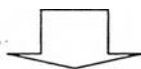
$Q^1$    คุณภาพของงาน (Quality)

$Q^2$    ปริมาณของงาน (Quantity)

MA   ทัศนคติที่ใช้ในการทำงาน (Mental Attitude)

C   ค่าตอบแทน (Compensation)

ค่าตอบแทนในที่นี้หมายถึงทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับชีวิต เงิน ความสุข ความปรองดองกับคนอื่น ๆ ความอึดเิบทางวิญญาณ ศรัทธา ความใจกว้าง ความอดทน หรือสิ่งมีค่าอย่างอื่นที่แสวงหา



ประโยชน์ของการทำงานเกินเงินเดือนที่ช่วยส่งเสริมเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้า มีดังนี้

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....



## แบบประเมิน

กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

วันที่ 8 : นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
คู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ๕ ครั้ง	บ่อย ๕ ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ๕ ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมนิสัยการทำงานเกินเงินเดือน					

หมายเหตุ.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## กิจกรรม

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

วันที่ 9 : บุคลิกต้องตาต้องใจ

### ใช้เสน่ห์ดึงดูดใจ

ถ้าหากท่านเป็นเช่นคนส่วนใหญ่ที่เคยพบกับคนบางคนที่ทำให้เกิดความรู้สึกประทับใจอย่างลึกซึ้งในครั้งแรกที่ได้พบ คนๆ นั้นท่านยอมรับได้ในทันทีว่าเป็นเพื่อนและไว้ใจได้ยิ่งกว่าคนอื่น ๆ ที่ท่านรู้จักอย่างฉาบฉวย พวกเราทุกคนต่างก็เป็นเจ้าของเสน่ห์ดึงดูดใจนี้ในบางระดับด้วยกันทั้งนั้น แม้ว่าบางคนจะมีมากกว่าคนอื่น ๆ

เสน่ห์ดึงดูดใจน่าจะเป็นมรดกทางร่างกายที่ตัดสินอารมณ์ความรู้สึกหลายๆ อย่าง เช่น ความกระตือรือร้น ความรัก และความสนุกสนาน ซึ่งเราสามารถกำหนด หรือแสดงออกมาด้วยคำพูดและการกระทำของเรา เราไม่สามารถที่จะเพิ่มปริมาณและคุณภาพของมรดกชิ้นนี้ได้ แต่เราสามารถที่จะปรับเปลี่ยนและบังคับมันช่วยให้เราไปถึงจุดมุ่งหมายที่เราต้องการได้ และใครก็ตามที่ได้เรียนรู้ที่จะกระทำเช่นนั้นได้อย่างคล่องแคล่วย่อมกลายเป็นผู้นำผู้ก่อตั้ง ผู้ริเริ่ม และผู้บุกเบิก ซึ่งช่วยผลักดันความก้าวหน้าของอารยธรรม

นั่นคือสิ่งที่มักจะเกิดขึ้นมาเสมอ แต่มันก็มีไข่กฏตายตัว สิ่งที่เกิดขึ้นบ่อยๆ ก็คือคนที่ไร้สาระเป็นเจ้าของพลังอันยิ่งใหญ่ในการชักจูงจิตใจของผู้อื่น ดังนั้น เราจึงจะต้องใช้ความพิถีพิถันเป็นพิเศษเมื่อติดต่อกับคนเช่นนี้จนกว่าเราจะแน่ใจในความตั้งใจและแรงบันดาลใจของเขา อย่างไรก็ตาม สิ่งที่สำคัญก็คือท่านสามารถนำเสน่ห์ดึงดูดใจของท่านมาใช้ในการประสบความสำเร็จ เพราะด้วยสิ่งนี้ท่านสามารถที่จะได้รับความร่วมมืออันมิตรจากผู้อื่นในการช่วยให้ท่านบรรลุจุดหมายสำคัญของท่าน

เสน่ห์ดึงดูดใจย่อมเปิดเผยให้เห็นด้วยน้ำเสียง สายตา และมีอันเป็นสื่อหลักที่เราใช้ติดต่อกับคนอื่น แต่กิริยาอาการและท่าทางของท่านก็มีบทบาทสำคัญอยู่เช่นกัน คำพูด จริงๆ แล้วอาจจะไม่มีความหมาย แต่น้ำเสียงและความหนักแน่นกระตือรือร้นที่ท่านพูดออกไปนั้นอาจจะมีน้ำหนักยิ่งเสียดกว่าตรรกะและวาทศิลป์ของคำพูดของท่าน

ด้วยเหตุนี้ คนที่มีเสน่ห์ดึงดูดใจอย่างสูงส่งอาจจะไม่จำเป็นต้องใช้คำพูดจูงใจคนตัวอย่างที่เด่นมากก็คือ สาธุคุณ บิลลี เกรแฮม เขาชักชวนคนให้เข้าหาพระเจ้าด้วยกิริยาท่าทางการใช้สายตา หรือคำพูดที่อ่อนโยนเท่านั้น แฟรงคลิน ดี โรสเวลท์ ก็มีพลังอย่างเดียวกันนี้ต่อคนอื่น ๆ ในแวดวงการเมือง แต่ฮิตเลอร์ มุสโสลินี และทรราชย์คนอื่น ๆ ในประวัติศาสตร์ก็สามารถทำได้เช่นเดียวกัน ขอให้ระวังคนที่ใช้เสน่ห์ดึงดูดใจของตนไปในทางทำลาย

ท่านสามารถที่จะใช้พลังอย่างเดียวกันนี้ให้เป็นประโยชน์ได้ ถ้าหากท่านเรียนรู้ที่จะใช้ความเชื่อมั่นในตนเอง ความเด็ดเดี่ยว และความสามารถ จงใช้ความพยายามที่จะประสานสายตากับคนอื่นๆ ตรงๆ มากขึ้น จับมือเขาอย่างมั่นคงหนักแน่นและอบอุ่น พุดด้วยน้ำเสียงที่ร่าเริงแจ่มใส ระดับเสียงมีความแตกต่างที่จะดึงดูดความสนใจของผู้ฟัง

จงเปิดเผยเสน่ห์ของท่าน แล้วคอยดูว่ามันจะทำอะไรให้แก่ท่านได้บ้าง

### ความอ่อนน้อมถ่อมตน

หลายคนคิดว่าความถ่อมตน ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของบุคลิกต้องตาต้องใจว่าเป็นสิ่งที่เสียหาย แต่เปล่าเลย มันเป็นการสร้างสรรค์ที่มีพลังอำนาจต่างหาก ความถ่อมตัวเป็นอำนาจที่ท่านสามารถนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ได้ ความก้าวหน้าที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของมนุษย์ ไม่ว่าจะอยู่ในด้านจิตใจ วัฒนธรรม หรือด้านวัตถุก็ตาม จะต้องตั้งอยู่บนสิ่งนี้ทั้งสิ้น

มันเป็นหลักพื้นฐานของปรัชญาและศาสนาที่แท้จริง ก็ด้วยความถ่อมตัวนี้แหละคานธีจึงทำให้อินเดียได้รับเอกราช และช่วยให้ดร.อัลเบิร์ต ชไวทเซอร์ สร้างโลกที่ดีกว่าให้แก่ชาวแอฟริกัน

ความถ่อมตัวเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดยอดสำหรับบุคลิกลักษณะที่ท่านต้องการเพื่อประสบความสำเร็จ ไม่ว่าจะจุดมุ่งหมายของท่านจะเป็นอะไรก็ตาม แล้วท่านก็จะพบว่ามันสำคัญยิ่งขึ้นเมื่อท่านขึ้นไปถึงจุดสุดยอดแล้ว หากปราศจากความถ่อมตัว ท่านจะไม่มีวันได้รับความเฉลียวฉลาด เนื่องจากอุปนิสัยที่สำคัญที่สุดของคนฉลาดก็คือการที่เขามีความสามารถที่จะพุดออกมาได้ว่า "ฉันผิด"

ปราศจากความถ่อมตัวเสียแล้ว ท่านจะไม่มีวันสามารถค้นพบสิ่งที่ข้าพเจ้าเรียกว่า "เมล็ดพันธุ์แห่งประโยชน์ที่เท่าเทียมกัน" ในเคราะห์กรรมและความพ่ายแพ้ การล่าถอยทุกครั้งจะให้บางอย่างแก่ท่านที่จะช่วยให้ท่านเอาชนะมันได้ หรือแม้แต่ข้ามผ่านมันไป ตัวอย่างเช่น อาร์. จี. เลอตูร์โน เริ่มธุรกิจด้วยการเปิดกิจการที่จอดรถ เขาล้มเหลว จึงไปทำธุรกิจรับเหมาก่อสร้าง เขามีส่วนร่วมในงานรับเหมาก่อสร้างเชื่อมฮูเวอร์ ซึ่งเขาเจอเข้ากับหินแข็งที่คาดไม่ถึง ความยุ่งยากและความล่าช้าในการเจาะผ่านชั้นหินแข็งทำให้เขาต้องสูญเสียทุกสิ่งทุกอย่าง

เลอตูร์โน มิได้โทษคนอื่นๆ หรือโอดครวญต่อเคราะห์ร้ายที่คุกคามเขาอย่างไม่ยุติธรรม ทั้งเขาก็มิได้โทษธรรมชาติต่อความสูญเสียของเขา เขารู้ว่าเป็นความรับผิดชอบของเขาเอง หลังจากใช้ความพยายามทุกๆ ทางแล้วไม่ได้ผลเขาจึงหาที่สงบๆ เพื่อสวดวิงวอน ระหว่างที่เขากำลังสวดวิงวอนเพื่อขอการนำทางอยู่นั้นเขาก็ค้นพบ "เมล็ดพันธุ์แห่งประโยชน์ที่เท่าเทียมกัน" จากความพ่ายแพ้ครั้งสุดท้ายของเขา เขาตัดสินใจที่จะจับธุรกิจผลิตเครื่องจักรที่สามารถเคลื่อนย้ายหินและดินทุกชนิด

ผลก็คือเครื่องจักรของเลอดูร์โนกลายเป็นสิ่งที่ถูกใช้กันอย่างแพร่หลายไปทั่วทุกมุมโลกในปัจจุบัน เลอดูร์โน มีโรงงานผลิตเครื่องจักรหลายแห่งและเขาส่งความร่ำรวยให้กับตนเองได้นับล้าน แต่เรื่องราวของความถ่อมตัวของเลอดูร์โนมิได้จบลงเพียงแค่นั้น การแสดงความขอบคุณต่อความช่วยเหลือที่เขาได้รับเพื่อเปลี่ยนความพ่ายแพ้มาสู่ชัยชนะได้ ทำให้เขาขยายได้ของเขาทั้งหมดให้แก่ศาสนา และอุทิศเวลาทั้งหมดของเขาให้แก่การเผยแพร่ศาสนา

ในบางครั้ง ความถ่อมตัวก็เปลี่ยนความพ่ายแพ้ไปสู่สิ่งที่มีคุณค่าในทางวิญญาณ คุณ ดีแบริกซ์ตัน นักธุรกิจและอดีตเทศมนตรีเมืองไวทิวิลล์ รัฐแคลิฟอร์เนีย ในวันที่เขาค้นพบว่าเขาได้ประสบกับการสูญเสียทางการเงินอย่างหนักเนื่องจากการละทิ้งของหุ้นส่วนธุรกิจผู้หนึ่งซึ่งเขาเคยไว้วางใจอย่างเต็มที่มาหลายปีแล้ว

"มีธุรกิจสักกี่แห่งครับที่คุณได้ก่อตั้งและดำเนินการจนประสบความสำเร็จ" นโปเลียน ฮิลล์ถามเขา

"ทั้งหมดก็สิบห้าแห่งครับ" คุณดีแบริกซ์ตันตอบ "รวมทั้งธนาคารเฟิร์สเนชั่นแนลแห่งเมืองไวทิวิลล์ด้วย และผมไม่เคยขาดทุนสักเก็ดเดียวมาก่อนนี้แหละที่ทำให้ผมสะเทือนใจอย่างยิ่ง มันทำร้ายความภาคภูมิใจของผมอย่างเจ็บแสบที่สุดเลยครับ"

"นั่นแหละดีแล้ว" นโปเลียน ฮิลล์บอกเขา "ที่คุณจะได้เรียนรู้ว่าคุณมีความเข้มแข็งสักเพียงไรในช่วงแห่งความล้มเหลวเมื่อเทียบกับช่วงแห่งความสำเร็จ ความสูญเสียของคุณอาจกลายเป็นสิ่งที่มีประโยชน์อย่างยิ่งที่สุด ถ้าหากคุณยังคงมีความถ่อมตนอยู่ในใจและสำนึกถึงความร่ำรวยเหล่านั้นที่คุณยังมีเหลืออยู่ ซึ่งด้วยสิ่งเหล่านี้คุณสามารถที่จะประสบความสำเร็จมากกว่าที่คุณเคยเป็น"

ใบหน้าของคุณดีแบริกซ์ตันแจ่มใสขึ้นมาด้วยรอยยิ้ม "ถูกแล้วครับ" เขากล่าว "ผมไม่เคยคิดมันในแบบนี้มาก่อนเลย"

หลายเดือนต่อมา นโปเลียน ฮิลล์ได้รับจดหมายจากคุณดีแบริกซ์ตัน เขาบอกมาว่ารายได้ของเขาเพิ่มขึ้นสูงสุด มากกว่าขนาดความสูญเสียที่เขาได้รับเสียอีก

ความถ่อมตัวเป็นพลังสร้างสรรค์ที่ไม่มีขอบเขตจำกัด

### จงมองโลกในแง่ดีอยู่เสมอ

การมองโลกในแง่ดีเป็นเรื่องนิสัยให้ความคิดจิตใจ ท่านสามารถเรียนรู้นิสัยมองโลกในแง่ดีแล้วเปิดโอกาสให้แก่ตนเองในการประสบความสำเร็จอย่างกว้างขวาง หรือมิฉะนั้นท่านก็สามารถปล่อยให้ตัวท่านเองจมปลักอยู่ในการมองโลกในแง่ร้ายและล้มเหลว

การมองโลกในแง่ดีเป็นอุปนิสัยที่สำคัญที่สุดของบุคลิกต้องตาต้องใจ แต่มันก็เป็นผลที่เกิดขึ้นมาจากอุปนิสัยอื่นๆ อย่างเช่น อารมณ์ขันที่ดี ความหวังเต็มเปี่ยม ความสามารถในการเอาชนะ

ความกลัว ความพอใจ ทศนคติในทางสร้างสรรค์ ความประนีประนอม ความกระตือรือร้น ศรัทธา และการตัดสินใจที่ดี

แทนที่จะเป็นทุกขวิรอนเกี่ยวกับสิ่งเลวร้ายต่างๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นกับท่าน จงใช้เวลาวันละไม่กี่นาทีครุ่นคิดถึงเหตุการณ์ที่ดีๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นในวันพรุ่งนี้ สัปดาห์หน้า เดือนหน้า ปีหน้า ด้วยการคิดถึงสิ่งเหล่านี้ท่านจะมองเห็นตัวท่านเองวางแผนเตรียมตัวเตรียมใจที่จะทำให้มันเกิดขึ้นจริงๆ ด้วยการกระทำดังกล่าวท่านจะติดนิสัยมองโลกในแง่ดี

ไม่มีผู้นำหรือผู้ที่ประสบความสำเร็จคนใดที่มาจากคนที่มองโลกในแง่ร้าย ผู้นำคนใดบ้างที่ให้สัญญากับผู้ตามของเขาว่าจะได้รับความผิดหวังและพ่ายแพ้ แม้ในช่วงที่เลวร้ายที่สุดของสงครามกลางเมือง ผู้นำของทั้งสองฝ่าย คนอย่างเช่น ลินคอล์น และนายพลลี ต่างก็อ้างศรัทธาแห่งวันเวลาที่ดีกว่าที่จะมาถึง

ความเป็นคนที่มองโลกในแง่ดีของประธานาธิบดีแฟรงคลิน ดี. โรสเวลท์ จิตลมหายใจแห่งความหวังที่มีชีวิตชีวาให้แก่ชาติที่เศร้าหมองในกันบั้งแห่งยุคเศรษฐกิจตกต่ำ แม้แต่ผู้นำที่ปราศจากชื่อเสียงที่ดี อย่างเช่น ฮิตเลอร์ มุสโสลินี สตาลิน และเมาเซตุง ต่างก็เร่งเร้าผู้ตามของเขาในทำนองว่า “โลกในอนาคต” “ไม่มีอะไรที่จะต้องสูญเสียนอกจากไซตรอนของท่าน”

แล้วท่านล่ะ ท่านที่ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมที่ดีที่สุด ระบบเศรษฐกิจและการเมืองที่ดีที่สุด ในประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติเช่นนี้ ยังจะสามารถมีการมองโลกในแง่ดีได้น้อยกว่าพวกผู้นำเหล่านั้นได้หรือ

จงจำไว้ว่า สิ่งที่เหมือนกันย่อมดึงดูดกัน ในสังคมมนุษย์ เช่นเดียวกับโลกในทางกายภาพ คนที่มองโลกในแง่ดีย่อมรวมอยู่กับคนที่มองโลกในแง่ดี เช่นเดียวกับความสำเร็จย่อมดึงดูดความสำเร็จมากขึ้น แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายแพร่กระจายความทุกขวิรอนและความยุ่งยากได้แม้โดยที่ไม่มีการพูดหรือการกระทำใดๆ เพราะว่าทศนคติในทางลบของพวกเขาเป็นแม่เหล็กที่สมบูรณ์แบบ

การมองโลกในแง่ดี ในตัวของมันเองแล้วเป็นชนิดหนึ่งของความสำเร็จ เพราะมันหมายความว่าท่านมีจิตใจที่แข็งแกร่ง สงบและสันโดษ คนที่มีความมั่งคั่งร่ำรวยมากจนเกินไปอาจจะเป็นคนที่มีสุขภาพย่ำแย่ ถ้าหากการมองโลกในแง่ร้ายของเขาทำให้เขาเป็นโรคมะเร็ง

การมองโลกในแง่ดีมิใช่สภาวะจิตที่โยนความรับผิดชอบไปให้แก่อิทธิพลของดวงดาว ด้วยความเชื่อว่าเหตุการณ์ในอนาคตย่อมดูแลตัวของมันเอง ทศนคติเช่นนั้นเป็นเรื่องของคนโง่เท่านั้น อย่างไรก็ตาม คนที่มองโลกในแง่ดีย่อมมีความเชื่ออย่างมั่นคงว่าท่านสามารถที่จะทำให้สิ่งต่างๆ ให้เกิดขึ้นด้วยการคิดล่วงหน้าไปก่อนและตัดสินใจแนวทางปฏิบัติที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของการตัดสินใจที่มีเหตุผล

ณ ช่วงที่เศรษฐกิจรุ่งเรืองสูงสุดในปีค.ศ. 1928 และในอีกบางช่วงหลังจากนั้น คนที่มองโลกในแง่ดีอย่างผิดๆ ปฏิเสธที่จะเชื่อว่าความรุ่งเรืองนั้นอาจจะมีวันพังทลายลงมาได้ พวกเขาเยาะเย้ยหมอดู "ที่มองโลกในแง่ร้าย" ที่เตือนว่าประเทศชาติกำลังก้าวเข้าไปสู่ความตกต่ำและล่มจมอย่างน่ากลัวอันตรายเป็นเหตุเกิดภาวะเศรษฐกิจตกต่ำขึ้นมาจริงๆ พวกคนที่ "มองโลกในแง่ดี" เกินไปก็เลยขวัญหนีดีฝ่อ หลายคนหมดกำลังใจที่จะค้นหาชัยชนะในความพ่ายแพ้แล้วเปลี่ยนไปเป็นคนมองโลกในแง่ร้าย ส่วนคนที่มองอนาคตอย่างไม่หวาดกลัวและซื่อสัตย์ก้าวขึ้นมาแทนที่ ด้วยการซื้อซื้อหุ้นราคาตกและสิ่งอื่นในทำนองเดียวกันเพื่อเป็นการสำเร็จโทษ พวกเขากลายเป็นคนที่มองโลกในแง่ดีอย่างแท้จริง

ท่านก็สามารถที่จะเป็นคนที่มองโลกในแง่ดีประเภทนั้น จงเรียนรู้ที่จะมองอนาคตอย่างอาจหาญ วิเคราะห์มัน ชั่งน้ำหนักองค์ประกอบต่างๆ ด้วยความพิถีพิถัน แล้วตัดสินใจแนวทางปฏิบัติของท่านเพื่อให้สิ่งต่างๆ ปรากฏผลออกมาอย่างที่ท่านต้องการ แล้วท่านจะพบว่าอนาคตมิได้มีอะไรที่ท่านจะต้องหวาดวิตกเลยแม้แต่น้อย

## กิจกรรมบุคลิกต้องตาต้องใจ

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ

### เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

อ่านหลักการของการสร้างบุคลิกต้องตาต้องใจ และเขียนวิเคราะห์ถึงคุณลักษณะบุคลิกต้องตาต้องใจตามที่ท่านต้องการ

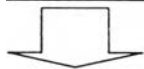
### หลักการของการสร้างบุคลิกต้องตาต้องใจ

ประการแรก เลือกบุคคลที่มีลักษณะนิสัยตรงตามที่ปรารถนาที่จะสร้างขึ้นในตัวเอง แล้วดำเนินการตามวิธีการสร้างลักษณะนิสัยจากหลักการความเห็นชอบด้วยตนเอง จงสร้างไต่ะที่ปรึกษาตัวหนึ่งขึ้นในจินตนาการ ประกอบด้วยบุคคลอันเป็นตัวแทนของลักษณะนิสัยแต่ละอย่างที่ต้องการ เริ่มต้นด้วยการเขียนระบุคุณลักษณะต่างๆ ที่ต้องการจากแต่ละคนอย่างแจ่มชัด จากนั้นสร้างความมั่นใจหรือเสนอแนะแก่ตัวเอง ด้วยการพูดออกเสียง ว่าท่านกำลังสร้างลักษณะนิสัยอันพึงปรารถนาขึ้นในตัวเอง ขณะที่พูดดังนี้ จงหลับตา และพยายามมองเห็นภาพของที่ปรึกษานั้นอยู่รอบๆ ไต่ะในจินตนาการ

ประการที่สอง จงควบคุมความคิดและรักษาจิตใจให้ตื่นตัวด้วยความคิดในทางสร้างสรรค์ จงให้ความคิดที่ครอบงำจิตใจมีภาพของบุคคลที่ต้องการที่จะเป็น บุคคลที่สร้างขึ้นด้วยความตั้งใจ โดยวิธีการอันนี้ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง เมื่อมีเวลาไม่กี่นาทีเป็นของตนเอง จงปิดตาแล้วรวบรวมความคิดถึงภาพของบุคคลที่เลือกให้นั่งไต่ะที่ปรึกษา แล้วรู้สึกด้วยศรัทธาซึ่งตระหนักว่าไม่มีข้อจำกัดว่ากำลังเริ่มที่จะมีลักษณะนิสัยคล้ายคลึงกับภาพที่เลือกไว้แล้วจริงๆ

ประการที่สาม จงแสวงหาบุคคลที่มีคุณลักษณะที่ดีบางประการอย่างน้อยหนึ่งคนในแต่ละวัน ซึ่งเป็นผู้ที่สมควรแก่การยกย่องสรรเสริญ แล้วจงยกย่องสรรเสริญคุณลักษณะเหล่านั้น อย่างไรก็ตามจงจำไว้ว่า การยกย่องนี้จะต้องไม่ใช่เป็นไปอย่างผ่านๆ ปราศจากความจริงใจ จงกล่าวคำยกย่องด้วยใจจริงเพื่อให้มันสร้างความประทับใจแก่คนที่ท่านยกย่อง แล้วจับตาดูซิว่าจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง อาจจะทำสิ่งที่มีคุณค่าอย่างแท้จริงให้กับคนที่ยกย่องก็เป็นได้ และอาจจะก้าว

หน้าขึ้นไปอีกชั้นหนึ่งในการสร้างนิสัยมองหาและแสวงหาคคุณสมบัติที่ดีในคนอื่นๆ ในไม่ช้านิสัยนี้ จะให้รางวัลด้วยความเคารพตนเอง และความเคารพจากบุคคลอื่นๆ ซึ่งจะส่งเสริมบุคลิกลักษณะ ทั้งหมด ณ ที่นี้



บุคลิกต้องตาต้องใจที่ข้าพเจ้าต้องการจะมีคือ.....

บุคคลที่มีบุคลิกดังกล่าวที่จะเป็นต้นแบบของข้าพเจ้าคือ.....

การปฏิบัติตัวให้มีบุคลิกดังกล่าวสามารถทำได้ดังนี้

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....



**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 9 : บุคลิกต้องตาต้องใจ**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ๕ ครั้ง	บ่อย ๕ ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ๕ ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมบุคลิกต้องตาต้องใจ					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรม

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

วันที่ 10 : ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง

### ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง

พลังความคิดของท่านเป็นสิ่งเดียวเท่านั้นที่ท่านสามารถควบคุมได้อย่างสมบูรณ์ การที่จะใช้พลังอำนาจนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพท่านต้องคิดอย่างถูกต้องเที่ยงตรง

คนที่มีความคิดที่ถูกต้องเที่ยงตรงจะไม่ยอมให้ใครมาคิดแทนเขา

คนที่ประสบความสำเร็จมีแบบแผนที่ชัดเจนที่ทำให้เขาสามารถตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง เขาจะรวบรวมข้อมูลและรับฟังความเห็นจากผู้อื่น แต่ในการวิเคราะห์ครั้งสุดท้ายแล้วพวกเขาจะส่งวนการใช้สิทธิในการตัดสินใจไว้กับตนเองเสมอ

ความคิดถูกต้องเที่ยงตรงย่อมตั้งอยู่บนพื้นฐานสองประการ หนึ่งคือ การใช้เหตุผลรูปที่ ตั้งอยู่บนข้อสันนิษฐานของข้อเท็จจริงที่ไม่รู้จักหรือทฤษฎีเมื่อข้อเท็จจริงไม่ปรากฏ และสองคือ การใช้เหตุผลเฉพาะที่ตั้งอยู่บนข้อเท็จจริงที่ปรากฏหรือสิ่งที่เชื่อว่าเป็นข้อเท็จจริง

คนที่มีความคิดถูกต้องเที่ยงตรงมักจะใช้หลักสำคัญสองขั้นตอนเสมอ ขั้นแรกเขาจะแยกแยะข้อเท็จจริงออกจากข่าวสารหรือคำเล่าลือที่ไม่สามารถตรวจสอบได้ ขั้นที่สองเขาจะแยกข้อเท็จจริงออกเป็นสองระดับคือ ข้อเท็จจริงที่สำคัญและข้อเท็จจริงที่ไม่สำคัญ ข้อเท็จจริงที่สำคัญก็คือสิ่งเดียวเท่านั้นที่สามารถใช้เป็นประโยชน์ในการบรรลุเป้าหมายของท่าน สิ่งอื่นนอกเหนือไปจากนี้ ย่อมไร้สาระ

สิ่งที่น่าเศร้าก็คือ คนส่วนใหญ่ใช้ความคิดของตนวนเวียนอยู่กับคำเล่าลือที่ไม่เป็นแก่นสาร และข้อเท็จจริงที่ไม่มีความสำคัญ ที่ได้แต่นำไปสู่ความทุกข์และความล้มเหลว คนที่มีความคิดถูกต้องเที่ยงตรงย่อมตระหนักว่า "ความคิดเห็น" บางอย่างที่คนอื่นแสดงออกมานั้นไร้สาระ หรือแม้แต่อันตราย ถ้าหากยอมรับเอาว่าเป็นความจริงเนื่องจากมันมักจะตั้งอยู่บนอคติ ความใจแคบ ความเห็นแก่ตัว ความกลัว และการเดาสุ่มสี่สุ่มห้า

คนที่มีความคิดถูกต้องเที่ยงตรงจะไม่ยอมรับฟังคนที่เริ่มต้นคำพูดด้วยคำว่า "เขาว่า..." เนื่องจากเขายอมรับว่าสิ่งที่ติดตามมานั้นจะไม่มีสาระอะไรเลย คนที่มีความคิดถูกต้องเที่ยงตรง ยอมรับว่า ไม่มีคนที่มีความรับผิดชอบคนไหนหรอกที่จะแสดงความคิดเห็นของตนในเรื่องใด โดยปราศจากข้อเท็จจริงที่เชื่อถือได้ กฎข้อนี้ยอมชี้ให้เห็นว่า สิ่งที่เรียกกันว่าเป็นความคิดของคนส่วนใหญ่ นั้นมักจะเชื่อถือไม่ได้

คนที่มีความคิดถูกต้องเที่ยงตรงย่อมรู้ดีว่า "คำแนะนำที่ให้เปล่า" จากความสมัครใจของเพื่อนและคนอื่น ๆ นั้น อาจจะไม่มีความควรแก่การรับฟัง ถ้าหากเขาต้องการคำแนะนำ เขาก็จะหันไป

พียงแหล่งที่เชื่อถือได้จริงๆ โดยยอมจ่ายค่าตอบแทนในทางใดทางหนึ่ง เขาย่อมรู้ว่าคำแนะนำย่อมไม่มีความหมายหากปราศจากการพิจารณาไตร่ตรองเสียก่อน

คนที่มีความคิดถูกต้องเที่ยงตรงย่อมรู้ว่าอารมณ์เป็นสิ่งที่เชื่อถือไม่ได้ พวกเขาจะปกป้องตนเองจากการใช้อารมณ์ด้วยการตรวจสอบอย่างละเอียดถี่ถ้วน และชั่งน้ำหนักด้วยเหตุผลและกฎแห่งตรรกศาสตร์

เจมส์ บี ดิค มิได้ผ่านการศึกษาระบบและไม่เคยเรียนวิธีเขียนหนังสือมาก่อน แต่เขาก็สร้างสำนักอันหลักแหลมของความถูกต้องเที่ยงตรงในความคิดขึ้นมาได้ ซึ่งทำให้เขากลายเป็นคนที่ร่ำรวยที่สุดในโลกผู้หนึ่ง เขาไม่ยอมเสียเวลาขัดแย้งกับตนเองในเรื่องข้อเท็จจริงที่ไร้สาระหรือไม่สำคัญ เขาจะตัดสินใจอย่างรวดเร็วหลังจากที่เขาได้รับข้อเท็จจริง

วันหนึ่งเขาได้พบกับเพื่อนเก่าคนหนึ่งซึ่งตกอกตกใจเมื่อได้ยินว่า ดิควางแผนที่จะเปิดร้านขายบุหรี่ยี่สิบสองพันแห่ง "ผมกับหุ้นส่วนมีปัญหามากพออยู่แล้วกับการเปิดร้านเพียงสองแห่งเท่านั้น" เพื่อนของเขากล่าว "แล้วคุณยังคิดที่จะเปิดร้านถึงสองพันแห่ง มันผิดพลาดนะดิค"

"ผิดพลาดอีกแล้ว" ดิคอุทาน "ผมทำผิดพลาดมาเสมอแหละตลอดชีวิตของผม และถ้าหากว่ามันจะมีอะไรสักอย่างที่คอยช่วยเหลือผมมาตลอดละก็มันจะต้องเป็นข้อเท็จจริงที่ว่าเมื่อผมทำผิดพลาดลงไปสักอย่างหนึ่ง ผมไม่เคยเสียเวลาที่จะหยุดพูดถึงมันเลย หากผมคงมุ่งหน้าต่อไปแล้วทำความผิดพลาดอีกบางอย่างต่อไปเรื่อยๆ นี่แหละ"

ด้วยเหตุนี้ดิคจึงมุ่งหน้าต่อไปกับร้านขายบุหรี่ยี่สิบสองพันแห่งของเขา ซึ่งในที่สุดมียอดธุรกิจสูงถึงสี่ปีดอลลาร์ละล้านดอลลาร์ทีเดียว เขาอุทิศเงินหลายล้านดอลลาร์สร้างมหาวิทยาลัยดิคขึ้นมา และนั่นก็เป็นเพียงส่วนเล็กๆ ของความมั่งคั่งร่ำรวยที่เขาแสวงหามาได้ด้วยความเต็มใจที่จะตัดสินใจอย่างรวดเร็วและถูกต้อง โดยบางอย่างก็ถูกต้องจริงๆ

เอิลเบิร์ต ฮับบาร์ด เคยให้คำจำกัดความของผู้บริหารว่า "คนผู้หนึ่งที่ตัดสินใจหลายๆ อย่างและบางอย่างก็ถูก"

สิ่งที่ชัดเจนก็คือ การมีความคิดถูกต้องเที่ยงตรงนั้นจะต้องมีการบังคับตนเองให้มีระเบียบวินัยระดับสูงสุดผูกพันอยู่ด้วยอย่างใกล้ชิด การตัดสินใจอย่างรวดเร็วและถูกต้องเป็นเสาเอกที่สำคัญที่สุดของความสำเร็จในทุกๆ อาชีพ อันเป็นสิ่งที่ไม่อาจจะมีได้โดยปราศจากการบังคับตนเองอย่างกล้าหาญและซื่อสัตย์

กิจกรรมความคิดถูกต้องเที่ยงตรง

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

จงคิดซ้ำๆ เป็นภาพถึงความสำเร็จเมื่อท่านบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ และวาดเป็นรูปภาพ  
ออกมา

ภาพแห่งความสำเร็จของข้าพเจ้าเมื่อบรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอน

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 10 : ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภวังค์การรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมความคิดถูกต้องเที่ยงตรง					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรม

### การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ วันที่ 11 : ความใจจดใจจ่อ

#### ความใจจดใจจ่อ

คนที่ประสบความสำเร็จนั้น ส่วนใหญ่แล้วมีนิสัยจดจ่ออยู่กับเรื่องใดเรื่องเดียวในขณะหนึ่งๆ แทนที่จะหว่านความพยายามของตนให้กับหลายสิ่งหลายอย่างพร้อมกัน

ถ้าท่านประสบกับความล้มเหลว จงเอาใจใส่อยู่กับการค้นหาสิ่งที่เป็นสาเหตุของมัน จงเผชิญหน้ากับข้อเท็จจริงอย่างซื่อสัตย์ แล้วท่านจะสามารถรับประกันตัวท่านเองว่าจะชนะสาเหตุนั้นได้

จงอย่าได้เอาใจใส่อยู่กับการสร้างข้อแก้ตัวเพื่อที่จะหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบต่อความล้มเหลวของท่าน หรือพยายามที่จะโยนความผิดให้คนอื่น ซึ่งการกระทำเช่นนั้นเท่ากับว่าท่านกำลังสวดวิงวอนขอความล้มเหลว เนื่องจากว่าท่านกำลังปล่อยให้ตัวท่านเองเปิดรับความล้มเหลวให้กลับมาอีก

ความใจจดใจจ่อจะช่วยให้คุณได้รับทุนทรัพย์อีกประการหนึ่ง นั่นคือความทรงจำที่เชื่อถือได้

นักเขียนผู้มีชื่อเสียงคนหนึ่งได้รับการว่าจ้างจากนิตยสารระดับชาติฉบับหนึ่งให้เขียนบทสัมภาษณ์ แฟรงค์ ลอยด์ ไรท์ การสัมภาษณ์ใช้เวลาถึงสองชั่วโมง แต่แล้วสถาปนิกผู้มีชื่อเสียงผู้นั้นกลับรู้สึกอึดอัดใจที่ผู้สัมภาษณ์ เขามีได้จับบันทึกอะไรไว้เสียเลย แล้วเขาก็ต้องการรู้คำตอบว่าทำไม

วันต่อมา ไรท์ได้ส่งบทสัมภาษณ์ที่ถูกต้องพร้อมด้วยรายละเอียดทุกอย่างในการสัมภาษณ์ให้เขา ด้วยความประหลาดใจเขามีได้แก้ไขอะไรเลยแม้แต่หน่อย

นิสัยใจจดใจจ่อไม่เพียงแต่ช่วยให้ท่านสามารถฟังได้ดีเท่านั้น แต่ท่านสามารถจดจำในสิ่งที่ท่านได้เห็นและได้ยินอีกด้วย สาเหตุสำคัญที่ทำให้เรามักจะลืมชื่อของคนอื่นก็คือ ภายในระยะเวลาสองสามนาทีแรกที่เราได้ยินชื่อของเขานั้นเราลืมเหลวที่จะใจจดใจจ่อต่อชื่อของเขาด้วยความสนใจนั่นเอง

เจมส์ เอ. ฟาร์เลย์ ได้ชื่อว่าเป็นคนที่มี ความทรงจำที่ดีเยี่ยมต่อชื่อของคนที่เขาได้รับการแนะนำให้รู้จัก เขาใช้ระบบจดจำอย่างหนึ่ง เมื่อเขาได้รับการแนะนำให้รู้จักกับคนใดคนหนึ่ง เขาจะขอร้องให้คนผู้นั้นกรรมาสะกดชื่อของตนให้ด้วยเสมอ หรือมิฉะนั้นตัวเขาเองก็จะสะกดชื่อและทบทวนชื่อของคนผู้นั้นในทันทีที่ได้ยิน แล้วถามเขาว่าถูกต้องหรือเปล่า

ดั่งที่ แอนดรู คาร์เนกี มักจะแนะนำว่า "จงใส่ไข่ทั้งหมดของคุณลงไว้ในตะกร้าใบเดียว แล้วจงระวังมิให้ใครมาเตะตะกร้าใบนั้นคว่ำเสีย" ด้วยความใจจดใจจ่อดังกล่าวนี้เองที่เขาสร้างบริษัทเหล็กกล้ายูไนเต็ด สเตท สตีล คอร์ปอเรชั่น ขึ้นมา

คนทุกคนที่ประสบความสำเร็จในระดับสูง มักจะออกจากจุดเริ่มต้นของตนด้วยการทุ่มเททุกสิ่งทุกอย่างที่ตนมีอยู่เพื่อเป้าหมายเพียงอย่างเดียวเท่านั้น พวกเขาเฝ้าติดอยู่กับเส้นทางของตนจนกระทั่งสร้างโชคลาภของตนขึ้นมาได้ หลังจากนั้นแล้วพวกเขาจึงจะแยกทางไปสู่เป้าหมายใหม่ๆ เพื่อตัวของเขาเอง

นิสัยใจจดใจจ่อของท่านเป็นอย่างไรบ้าง? ท่านรู้อย่างชัดเจนว่าท่านต้องการอะไรจากชีวิตหรือเปล่า? ท่านมีแผนการที่ชัดเจนที่จะประสบความสำเร็จในสิ่งนั้นบ้างไหม? ดังนั้น ก้าวต่อไปของท่านก็คือจดจ่ออยู่กับเป้าหมายและแผนการที่ท่านได้ตัดสินใจไว้แล้วว่าจะไม่ยอมให้อุปสรรคใดๆ มากีดขวางทางท่านไว้ได้

จงจำไว้ว่า ข้อจำกัดเพียงประการเดียวของท่านก็คือ สิ่งที่ท่านกำหนดไว้ให้แก่วิตใจของท่านเอง จงใจจดใจจ่ออยู่กับการเอาชนะมันแล้วจะไม่มีอะไรที่จะสามารถหยุดยั้งท่านไว้ได้

## กิจกรรมความใจจดใจจ่อ

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

อ่านกฎแห่งนิสัยที่ช่วยสร้างความใจจดใจจ่อ และเซ็นชื่อลงในสัญญาแห่งความใจจดใจจ่อ

### กฎแห่งนิสัยที่ช่วยสร้างความใจจดใจจ่อ

ประการแรก ให้แรงผลักดันและความกระตือรือร้นแก่การกระทำ จงให้ความรู้สึกตามสิ่งที่คิด ขอให้จำไว้ว่ากำลังเริ่มต้นที่จะสร้างจิตใจในทางใหม่ ซึ่งย่อมจะลำบากในตอนแรกๆ กว่าในตอนต่อๆ ไป จงทำให้เส้นทางนี้ชัดเจนและลึกเท่าที่จะสามารถทำได้ในตอนแรก เพื่อว่าจะพร้อมที่จะเห็นมันได้ง่ายเมื่อจะเดินในเส้นทางนี้อีกในคราวต่อไป

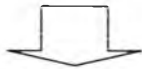
ประการที่สอง จงรักษาความสนใจให้ "จดจ่อ" อย่างมั่นคงในการสร้างทางใหม่ และหันจิตใจหนีออกจากเส้นทางสายเก่าโดยสิ้นเชิง จงลืมทุกอย่างเกี่ยวกับเส้นทางสายเก่าและผูกพันตัวเองกับเส้นทางสายใหม่ที่กำลังสร้างขึ้นเพื่อมุ่งไป

ประการที่สาม จงมุ่งหน้าไปตามเส้นทางสายใหม่ที่ทำบ่อยครั้งที่สุดเท่าที่สามารถทำได้ จงหาโอกาสที่จะทำเช่นนั้น โดยปราศจากการรอให้มันเป็นไปตามยถากรรม ถ้ายังเดินไปตามทางนี้บ่อยครั้งเพียงใด มันก็จะยิ่งเด่นชัดและง่ายที่จะใช้ทางนี้มากขึ้นเพียงนั้น จงวางแผนเพื่อที่จะผ่านทางสายนี้ นับแต่เริ่มต้นทีเดียว

ประการที่สี่ จงอดกลั้นต่อความยั่วยุที่จะทำตามทางสายเก่าซึ่งเป็นทางที่ง่ายกว่ากันเพราะใช้มันมาก่อน ทุกๆ ครั้งที่ต้องต่อต้านกับความยั่วยุได้ก็จะแข็งแกร่งมากขึ้น และมันจะง่ายขึ้นที่จะทำเช่นนี้อีกในคราวต่อไป แต่ทุกๆ ครั้งที่ยอมอ่อนข้อให้กับมันก็จะทำให้มันได้ง่ายขึ้นอีก และมันจะยากยิ่งขึ้นที่จะต่อต้านกับมันในตอนหลังและนี่คือช่วงวิกฤตการณ์



ประการที่ห้า จงเชื่อมั่นว่าได้วางแผนไว้แล้วอย่างถูกต้อง ในฐานะเป้าหมายสำคัญที่แน่นอน แล้วมุ่งไปข้างหน้าโดยปราศจากความสะทสะท้านและไม่ยอมปล่อยให้เกิดความสงสัย เลือจุดหมาย แล้วจงสร้างเส้นทางจิตใจให้ดี ลึกและกว้าง ตรงไปหามัน



### สัญญาแห่งความใจจดใจจ่อ

“ข้าพเจ้าต้องการที่จะบรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าซึ่งก็คือ.....

.....

เนื่องจากสิ่งนี้จะทำให้ข้าพเจ้าสามารถที่จะให้บริการที่มีประโยชน์แก่โลกได้ ข้าพเจ้าจะจดจ่อจิตใจของข้าพเจ้าต่อความปรารถนาอันนี้เป็นเวลาสิบนาที่ทุกๆ วัน ก่อนเข้านอนและหลังตื่นนอนด้วยวัตถุประสงค์ที่จะตกลงใจในวิธีการที่จะใช้เพื่อเปลี่ยนให้มันกลายเป็นความจริง ข้าพเจ้ารู้ว่าข้าพเจ้าสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนได้ ดังนั้น ข้าพเจ้าจะไม่ยอมให้สิ่งใดมาขัดขวาง”

(ลงนาม) .....

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 11 : ความใจจดใจจ่อ**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมความใจจดใจจ่อ					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรม

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

วันที่ 12 : ความสามัคคี

### ทำงานร่วมกับทีมงานของท่าน

ความสามัคคี เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อครอบครัวของท่าน งานของท่าน และชีวิตสังคมของท่าน มันเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับรัฐบาลในระบอบประชาธิปไตยและระบบการค้าเสรีของเรา

ความสามัคคีมีอยู่สองชนิด ชนิดที่หนึ่งเกิดขึ้นมาจากแรงกระตุ้นของความกลัวและความจำเป็น อีกชนิดหนึ่งเกิดขึ้นมาจากความเต็มใจที่จะเข้ามามีส่วนร่วม การร่วมงานกันเป็นทีมที่แท้จริงสามารถเกิดขึ้นมาได้ก็ด้วยการกระตุ้นที่เหมาะสมเพื่อให้เกิดการร่วมมือกันอย่างสามัคคี

ในหลายทศวรรษที่ผ่านมานับตั้งแต่ยุคที่แอนดรู คาร์เนกี เป็นผู้นำทางด้านอุตสาหกรรมของอเมริกา ยังไม่มีใครที่จะสามารถแก้ไขเปลี่ยนแปลงสูตรที่ใช้ในการสร้างแรงบันดาลใจต่อการร่วมทีมการทำงานของเขาได้เลย ระบบของเขามีอยู่ง่ายๆ ประการที่หนึ่ง เขากำหนดเงินรางวัลให้แก่การเลื่อนตำแหน่งและเงินโบนัสตามขนาดของการมีส่วนร่วมในงานของแต่ละคน ตามชนิดของงานที่เขาทำ ประการที่สอง เขาไม่เคยตำหนิลูกจ้างคนใดอย่างเปิดเผย แต่เขาจะทำให้ผู้นั้นรู้ด้วยตนเองด้วยการตอบคำถามอย่างตรงไปตรงมา ประการที่สาม เขาไม่เคยทำการตัดสินใจแทนผู้บริหารของเขา เขาให้กำลังใจเพื่อให้พวกเขาทำการตัดสินใจด้วยตนเองและรับผิดชอบต่อผลที่จะเกิดขึ้น

วิธีการของคุณคาร์เนกีส่งเสริมความสำเร็จของแต่ละคนในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของทีมงาน เพราะเขาเชื่อว่าความสำเร็จอันยิ่งใหญ่จะเกิดขึ้นมาได้ก็ด้วยการทำงานเป็นทีมเท่านั้น นี่หมายถึงการ "ให้" ความสามัคคีเท่าๆ กับการ "รับ" มัน ผู้นำที่เห็นแก่ตัวย่อมได้รับความสามัคคีเพียงเล็กๆ น้อยๆ จากลูกน้องของเขา เพราะว่าความสามัคคีก็เหมือนกับความรักในส่วนตัวคนเรา จะต้องให้ไปก่อนจึงจะได้รับมัน

นาวาเอกเอ็ดดี้ ริดเกินแบคเกอร์ ปลุกเร้าความสามัคคีภายในทีมงานในระหว่างสงครามโลกครั้งที่สองซึ่งเขาอยู่ในกองทัพอากาศ ในสงครามโลกครั้งที่หนึ่งเขายิงเครื่องบินข้าศึกตกถึงยี่สิบหกลำ และในระหว่างสงครามโลกครั้งที่สองตัวอย่างของเขาได้ส่งเสริมให้นักบินกลุ่มหนึ่งร่วมมือกันเป็นทีม ซึ่งทำให้พวกเขาสามารถฟันฝ่าการทดสอบด้วยการถูกลอยแพอยู่ในมหาสมุทรแปซิฟิกเป็นเวลาถึงหนึ่งเดือนมาได้อย่างปลอดภัย แบบฉบับการทำงานเป็นทีมของเขายังได้เป็นพื้นฐานของบริษัทฮิสเทอร์นแอร์ไลน์ที่เขาตั้งขึ้นอีกด้วย

นักปราชญ์ วิลเลียม เจมส์ เคยกล่าวว่า "ถ้าท่านสามารถจูงใจคนอื่น ๆ ให้ร่วมมือกับท่าน ด้วยน้ำใจไมตรีได้ ท่านก็สามารถที่จะทำอะไรก็ได้ตามที่ท่านต้องการอย่างง่ายดาย" นั่นเป็นคำกล่าวที่ตรงไปตรงมาที่สุด แต่เป็นความจริง

เมื่อท่านเข้าไปในหัวใจของบริษัทขนาดใหญ่ที่ประสบความสำเร็จบริษัทใดก็ตาม ท่านจะพบว่าจังหวะซีพจรทุกจังหวะเป็นที่มึนงงไปหมด โดยได้รับการกระตุ้นลงมาจากเบื้องบน เมื่อใดก็ตามที่ท่านพบทีมกีฬาที่ประสบความสำเร็จ ผลดีมิได้เกิดจากคนหนึ่งคนใด อาจจะเป็นวันที่โค้ชผู้กระตุ้นนักกีฬาของเขาให้ลดทิวิมานะของแต่ละคนลงให้แก่ความสำเร็จของทีม คณิต ร็อคเน่ แห่งทีมบาสเกตบอลได้กลายเป็นตำนานแห่งยุคก็เนื่องจากความสามารถในการกระตุ้นลูกทีมของเขานั่นเอง

ความพยายามใดๆ ที่จะแปรความบังดาลใจไปสู่การร่วมมือฉันมิตรใดๆ ก็จะต้องให้ความสนใจไปสู่บทสวดบนขุนเขา การได้รับความร่วมมือฉันมิตรไม่มีวิธีใดที่ดีไปกว่าการใช้ "กฎทองคำ"

กฎแห่งการตอบแทนซึ่งกันและกัน ก็มีความหมายทางด้านลบอยู่ด้วยคือ กฎแห่งการตอบโต้ ทั้งสองประการนี้มีอยู่ในส่วนลึกของธรรมชาติมนุษย์ ด้วยเหตุนี้ข้อความในคัมภีร์ไบเบิลที่ว่า "ผู้ใดเพาะปลูกอะไรไว้ย่อมเก็บเกี่ยวผลของสิ่งนั้น" จึงเป็นความจริงอย่างไม่ต้องสงสัย เนื่องจากว่าเป็นธรรมดาที่อะไรก็ตามที่ท่านทำต่อหรือเพื่อคนผู้ใดผู้หนึ่ง ท่านย่อมกระทำต่อหรือเพื่อตัวท่านเอง

จงร่วมมือกับทีมงานของท่านด้วยความสามัคคี แล้วทีมงานของท่านจะนำท่านไปสู่ความสำเร็จ

กิจกรรมความสามัคคี

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

นึกถึงบุคคลที่จะช่วยส่งเสริมให้ท่านบรรลุเป้าหมายนั้น แล้วเขียนถึงข้อดีและการสนับสนุน/ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันที่จะได้รับ

บุคคลที่จะช่วยให้ข้าพเจ้าบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

ชื่อ	ข้อดี	การสนับสนุน/ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันที่จะได้รับ

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 12 : ความสามัคคี**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ๕ ครั้ง	บ่อย ๕ ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ๕ ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาชิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมความสามัคคี					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรม

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

วันที่ 13 : ความล้มเหลว (การเอาประโยชน์จากความล้มเหลว)

### คุณค่าของความล้มเหลว

บางครั้งความล้มเหลวก็กลายเป็นสิ่งที่มีคุณค่า เมื่อมันเหนี่ยวรั้งคนไว้จากเป้าหมายที่มุ่งหวังซึ่งอาจจะนำไปสู่ความอับอายขายหน้า หรือแม้แต่ความเสียหายย่อยยับ ถ้าหากมันสำเร็จ มันมักจะเปิดเผยให้เห็นโอกาสใหม่ๆ และทำให้เราได้รับรู้บทเรียนพื้นฐานของความจริงแห่งชีวิต มันเปิดเผยให้เห็นข้อบกพร่องและความเหลวไหลที่จะต้องได้รับการแก้ไขให้กับผู้ที่หลงผิด

เมื่อ ลอร์ด คอรันวอลลิส ยอมจำนนต่อกองกำลังของชาวอาณานิคมอเมริกัน อังกฤษต้องได้รับความเสียหายอย่างใหญ่หลวงต่อความพ่ายแพ้และความล้มเหลวที่จะต้องให้เสรีภาพแก่ชาวอาณานิคมของตน แต่ถ้าหากปราศจากเสรีภาพเช่นนั้น อเมริกาก็จะไม่มีวันเข้มแข็งพอที่จะช่วยรักษาจักรวรรดิอังกฤษเอาไว้ได้จากความพินาศในสงครามโลกครั้งที่สอง

สงครามกลางเมืองได้เป็นเหตุให้มลรัฐทางใต้ต้องประสบกับภาวะยากจนอยู่หลายสิบปี แต่ในเวลาต่อมากฎแห่งการตอบแทนก็ได้ปรับสมดุลชดเชยความสูญเสียเหล่านั้น ด้วยความเคลื่อนย้ายโรงงานอุตสาหกรรมจากภาคเหนือลงสู่ภาคใต้อย่างรวดเร็ว จนประชาชนได้รับดอกเบี้ยทับต้นจากภาษีสงครามทั้งความภาคภูมิใจและทรัพย์สิน

เทพเจ้าแห่งการตอบแทนมีวงแขนที่ยาวและความทรงจำที่ศักดิ์สิทธิ์บวกด้วยระบบบัญชีที่มหัศจรรย์ในไม่ช้าก็ชำระหนี้สินทั้งหมดจะได้รับการชำระ และความผิดพลาดทั้งหมดจะได้รับการแก้ไขให้ถูกต้อง ในหมู่ชนเช่นเดียวกับในคนแต่ละคน

นโปเลียน ฮิลล์เจ้าเคยรู้สึกรู้ว่าเป็นความสูญเสียอย่างมหาศาลที่ไม่มีชื่อของเขาปรากฏอยู่ในพินัยกรรมของคุณทวดผู้ร่ำรวยซึ่งทิ้งมรดกไว้ให้แก่ญาติผู้ใกล้ชิดของท่าน แต่อันที่จริงมันมีสิ่งที่มีคุณค่าอันยิ่งใหญ่ที่แฝงมากับความพ่ายแพ้และความล้มเหลวของเขา การที่ไม่ได้รับมรดกใดๆ เลยได้เป็นสิ่งที่ยับยั้งให้เขาทำงานเพื่อสร้างฐานะทางเศรษฐกิจของตนเอง และด้วยการกระทำดังกล่าว เขาก็ได้ค้นพบวิถีทางสู่ความสำเร็จที่เป็นประโยชน์แก่คนทั่วโลก

ความล้มเหลวทางร่างกายบางครั้งก็หันเหความสนใจของคนเราไปสู่สมอง แล้วเผยให้เห็น "เจ้านาย" ที่แท้จริงของร่างกาย จิตใจ พร้อมกับเปิดทัศนวิสัยไปสู่โอกาสที่เกือบจะไม่มีวันได้รู้จัก

ตามปกติแล้ว ความล้มเหลวจะส่งผลกระทบต่อเราได้สองทาง มันอาจจะเป็นการทำทลายให้เราใช้ความพยายามยิ่งกว่าเดิม หรือมิฉะนั้นก็ทำให้คนสิ้นหวังและไม่กล้าที่จะใช้ความพยายามอีกต่อไป

คนส่วนใหญ่แล้วจะละทิ้งความหวังและหยุดเสียเมื่อเห็นสัญญาณแรกของความล้มเหลว แม้ก่อนที่พวกเขาจะประสบกับความล้มเหลวด้วยตนเองจริงๆ เสียด้วยซ้ำ และเปอร์เซ็นต์ส่วนใหญ่จะหยุดเมื่อประสบกับความล้มเหลวเพียงครั้งเดียว แม้จะเล็กๆ น้อยๆ เพียงใดก็ตาม ผู้นำที่มีศักยภาพจะไม่มีวันยอมจำนนต่อความล้มเหลวแต่จะทุ่มเทความพยายามมากยิ่งขึ้นอย่างน่าทึ่ง

จงสังเกตปฏิกิริยาของท่านต่อความล้มเหลว แล้วท่านจะรู้ว่าท่านมีศักยภาพของความเป็นผู้นำหรือไม่ ถ้าหากท่านยังคงใช้ความพยายามต่อไปอีกหลังจากประสบความล้มเหลวในงานนั้นมาแล้วถึงสามครั้ง ท่านอาจจะพิจารณาได้ว่าท่านเป็นผู้ที่สมควรที่จะได้เป็นผู้นำในอาชีพของท่านในปัจจุบัน ถ้าหากท่านสามารถใช้ความพยายามต่อไปอีกหลังจากความล้มเหลวนับสิบครั้งก็แสดงว่าเมล็ดพันธุ์แห่งอัจฉริยะกำลังงอกงามขึ้นมาแล้วภายในตัวของท่าน จงทำให้มันได้รับแสงสว่างแห่งความหวังและศรัทธา แล้วจงจับตามันเจริญเติบโตขึ้นไปสู่ความสำเร็จอันยิ่งใหญ่

คุณล้ายกับว่า ธรรมชาติจะคอยสะกดคนให้ล้มทรุดลงด้วยเคราะห์ร้าย เพื่อที่จะได้เห็นว่ามีใครบ้างที่จะลุกขึ้นมาทำการต่อสู้อีกครั้งหนึ่ง

โลกย่อมจะให้ภัยแก่เราอย่างใจกว้างต่อความผิดพลาดและความพ่ายแพ้ชั่วคราวของเรา ถ้าหากว่าเรายอมรับมันว่าเป็นการทำทนาย และใช้ความพยายามอีกครั้งหนึ่ง แต่โลกจะไม่มีวันให้ภัยต่อบาปของการหยุดใช้ความพยายามต่อไปเพียงเพราะว่ามองเห็นความยากลำบากเท่านั้น

### การเรียนรู้จากความพ่ายแพ้

เคราะห์กรรมทุกครั้ง ความล้มเหลวทุกครั้ง และประสบการณ์อันไม่น่ายินดีทุกครั้งจะนำเมล็ดพันธุ์แห่งประโยชน์ที่เท่าเทียมกันซึ่งสามารถพิสูจน์ได้ว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่ามาด้วยเสมอ

ความล้มเหลวและความพ่ายแพ้เป็นภาษาพื้นฐานของธรรมชาติที่พูดกับมนุษย์ทั้งปวง เพื่อให้พวกเขารู้จักความอ่อนน้อมถ่อมตนมากพอที่จะได้รับความเฉลียวฉลาดและความเข้าใจ

นักปราชญ์ท่านหนึ่งเคยกล่าวไว้ว่า มันเป็นไปได้เลยที่จะมีคนที่ไม่เคยล้มเหลวหรือพ่ายแพ้ในสิ่งที่เขาต้องการ เขายังค้นพบอีกว่า คนเราย่อมประสบความสำเร็จมากหรือน้อยตามสัดส่วนของอุปสรรคและความพ่ายแพ้ที่เขาได้ประสบและเอาชนะมาได้

และการค้นพบที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งของเขาก็คือ ความสำเร็จอันยิ่งใหญ่ที่แท้จริงมักจะเป็นของคนที่มียุ่ล่วงเข้าปีที่ห้าสิบมาแล้ว และเขามีความเห็นว่าเป็นปีที่สร้างสรรค์ที่สุดในชีวิตของคนเราที่เกี่ยวกับสมองจะอยู่ระหว่างอายุ 60 ถึง 70 ปี

อับราฮัม ลินคอล์น สูญเสียแม่บังเกิดเกล้าของท่านตั้งแต่เมื่อท่านยังเป็นเด็ก บางคนอาจจะบอกว่า "ไม่มีเมล็ดพันธุ์แห่งประโยชน์ที่เท่าเทียมกันอันใดแฝงมาด้วยเลย" แต่การสูญเสียของท่านนั้นได้นำแม่เลี้ยงมาให้ท่าน และอิทธิพลของเธอผู้นั้นได้ส่งเสริมให้ท่านมีความทะเยอทะยานที่จะแสวงหาการศึกษาและความรุ่งเรืองในชีวิตให้แก่ตัวของท่าน



มาร์แชล ฟิลด์ สูญเสียร้านขายของชำของเขาในระหว่างการเกิดอัคคีภัยครั้งใหญ่ในนครชิคาโกและนั่นหมายถึงเงินทั้งหมดของเขา แต่เขากลับชี้ที่กองเก้าอี้ที่เขาคูกรุ่นอยู่แล้วพูดขึ้นมาว่า "ตรงจุดนั้นผมจะสร้างร้านขายปลีกที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลกขึ้นมา" บริษัท มาร์แชล ฟิลด์ และเพื่อนที่ยิ่งใหญ่ซึ่งตั้งอยู่บนถนนสเตแอนด์เรนดอล์ฟของนครชิคาโก คือข้อพิสูจน์ว่ามีเมล็ดพันธุ์แห่งประโยชน์ที่เท่าเทียมกันในเคราะห์กรรมทุกครั้ง บางครั้งมันจะต้องอาศัยศรัทธา ความกล้าหาญ และจินตนาการ เพื่อที่จะค้นพบเมล็ดพันธุ์ดังกล่าวนี้ แล้วเพราะมันขึ้นมาให้เป็นดอกผลที่เจริญเต็มที่ แต่มันก็มักจะมียูที่นั่นเสมอ

จงพิจารณากรณีของมิชเชล แอล เบเนดัม เขาเป็นเจ้าของบ่อน้ำมันที่ยิ่งใหญ่ที่สุดและมีทรัพย์สินส่วนตัวหลายร้อยล้านในวัยแปดสิบหกปี

เมื่อถามถึงเคล็ดลับแห่งความสำเร็จของเขา ไมค์ เบเนดัม จะตอบว่า "ผมได้เรียนรู้ที่จะมุ่งไปข้างหน้าเสมอเมื่อมีสถานการณ์มีที่ทับซ้อน" ยกตัวอย่างเช่น เขาเกือบจะสูญเสียโชคกลางประการแรกของเขาไปเสีย เมื่อเขาได้รับฟังคำแนะนำที่ผิดพลาดบางอย่างจนต้องสิ้นเนื้อปะดาตัว

คุณเบเนดัม เปลี่ยนความพ่ายแพ้ให้กลายเป็นชัยชนะด้วยการเรียนรู้บทเรียนที่มีค่าว่า จงเชื่อถือการตัดสินใจของตนเองในเรื่องคอขาดบาดตาย ผลที่ติดตามมาก็คือ เขา "ยังคงมุ่งหน้าต่อไป" ในการค้นพบบ่อน้ำมันใหม่ๆ มากกว่าความต้องการใช้น้ำมันในประวัติศาสตร์ทั้งหมด

เคราะห์ร้ายได้โจมตีเขาอีกครั้งหนึ่งเมื่อเขาล้มเหลวที่จะพยายามเจาะบ่อน้ำมันในประเทศฟิลิปปินส์ คุณเบเนดัมยังคงพูดอย่างอาจหาญว่า "ทั้งหมดมันเป็นส่วนหนึ่งของเกม คุณไม่สามารถเจาะพบบ่อน้ำมันในทุกหนทุกแห่งได้ มิฉะนั้นการขุดบ่อน้ำมันก็คงไม่มี"

สังคมของเราเต็มไปด้วยตัวอย่างของคนที่ได้รับชื่อเสียงและความร่ำรวยด้วยการเอาชนะเคราะห์กรรม แม้แต่ความเจ็บไข้และความบกพร่องทางร่างกายก็ไม่จำเป็นที่จะต้องทำให้ท่านสิ้นหวัง อย่างเช่นกรณีของอดีตประธานาธิบดี แฟรงคลิน ดี โรสเวลท์, ธีโอดอร์ โรสเวลท์, เฮเลน เคลเลอร์ และโทมัส เอดิสัน เป็นต้น

จงเรียนรู้จากความพ่ายแพ้เหมือนอย่างเช่น ริชาร์ด เอ็ม เดวิส ชาวเมืองมอร์แกนทาวน์ มลรัฐเวอร์จิเนียตะวันตกได้กระทำ เขาฟันฝ่าสร้างตัวขึ้นมาในธุรกิจเหมืองถ่านหิน เพียงเพื่อที่จะสูญเสียทุกอย่างทุกอย่างไป รวมทั้งบ้านและทรัพย์สินทั้งหมดของเขาในช่วงเศรษฐกิจตกต่ำครั้งยิ่งใหญ่ เขาเรียนรู้ว่าชื่อเสียงของเขาซึ่งรักษาเอาไว้ได้ด้วยการที่เขาไม่ยอมที่จะเป็นคนล้มละลาย นั่นคือทุนทรัพย์ที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของเขา ด้วยทุนทรัพย์ดังกล่าวเพียงอย่างเดียว เขาสามารถเอาชนะการทำลายของเคราะห์กรรมและชำระหนี้สินทั้งหมดของเขา

คุณเดวิส ได้เป็นประธานบริษัทเหมืองแร่เดวิส-วิลสัน แห่งเมืองมอร์แกนทาวน์ และนอกจากเขาจะมีความร่ำรวยอย่างมหาศาลแล้วเขายังเป็นผู้นำที่มีชื่อเสียงในการต่อสู้เพื่อสันติภาพระหว่างประเทศอีกด้วย

ตัวท่านเองก็สามารถเป็นปายขึ้นไปสู่ความสำเร็จได้เช่นกัน ด้วยการเรียนรู้ที่จะค้นพบและสร้างตัวขึ้นมาจากเมล็ดพันธุ์แห่งประโยชน์ที่เท่าเทียมกันในความล่าถอยทุกครั้งของท่าน

ข้อเท็จจริงที่สำคัญของชีวิตสองประการที่ปรากฏอย่างเด่นชัดก็คือความล้มเหลวที่หนีไม่พ้นในบางประการยอมโจมตีเราทุกคนไม่มันใดก็วันหนึ่งเสมอ อีกประการหนึ่งก็คือ เคราะห์กรรม ย่อมนำมาด้วยซึ่งเมล็ดพันธุ์แห่งประโยชน์ที่เท่าเทียมกัน หรือมากกว่า แฝงมาด้วยเสมอ

ด้วยการวิเคราะห์ข้อเท็จจริงทั้งสองประการนั้น มันไม่ยากเลยที่ท่านจะตระหนักว่าพระเจ้า ตั้งใจที่จะให้ความเข้มแข็ง ความเข้าใจ และความเฉลียวฉลาดแก่เราโดยผ่านการต่อสู้เสมอ เคราะห์กรรมและความพ่ายแพ้เป็นสาเหตุที่ทำให้เราปรับปรุงปัญญาของเราเองเพื่อที่จะก้าวหน้าต่อไป

มันมักจะเป็นเรื่องยากสำหรับเราเสมอในการที่จะตระหนักถึงศักยภาพแห่งประโยชน์ที่เท่าเทียมกันที่มีอยู่ในเคราะห์กรรมของเรา ในขณะที่เรากำลังปวดร้าวระบบกับบาดแผลอยู่นั้น แต่วันเวลาซึ่งเป็นแพทย์ที่ยิ่งใหญ่ ย่อมจะเปิดเผยความจริงให้ปรากฏแก่คนที่แสวงหาอย่างซื่อสัตย์และเชื่อว่าเขาจะพบมัน



แบบประเมิน

กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
วันที่ 13 : ความล้มเหลว (การเอาประโยชน์จากความล้มเหลว)

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภาวะการรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมความล้มเหลว (การเอาประโยชน์จากความล้มเหลว)					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรม

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ  
วันที่ 14 : ความใจกว้าง

ความก้าวหน้าจะต้องใช้จิตใจที่เปิดกว้าง

จิตใจที่เปิดกว้างคือจิตใจที่มีเสรีภาพ

ถ้าหากท่านปิดกั้นจิตใจของท่านเองจากแนวคิดใหม่ๆ ความหมายใหม่ๆ เพื่อนฝูงใหม่ๆ นั้นเท่ากับว่าท่านได้ปิดประตูลงกลอนขังจิตใจของท่านเอาไว้

ความใจแคบก็คือเคียวที่มีสองคม ซึ่งคมหลังของมันนั้นจะตัดเฉือนโอกาสและเส้นทางแห่งการสื่อสารไปสิ้น เมื่อท่านเปิดจิตใจของท่านออกกว้าง ท่านย่อมจะให้จินตนาการของท่านมีอิสรภาพที่จะสร้างประโยชน์ให้แก่ท่าน นั่นคือ การปรับปรุงทัศนวิสัยของท่านนั่นเอง

เราแทบจะคิดไม่ถึงเลยว่า เมื่อไม่กี่ปีที่ผ่านมาผู้คนส่วนใหญ่เคยหัวเราะเยาะการทดลองของสองพี่น้องตระกูลไรท์ และอีกไม่นานหลังจากนั้น ลินเบิร์ก ต้องต่อสู้เพื่อหาผู้อุปการะในการทดลองขับเครื่องบินข้ามมหาสมุทรแอตแลนติก เมื่อคนที่มองการไกลทำนายว่าเราสามารถที่จะบินไปถึงดวงจันทร์ได้ น้อยคนที่เชื่อว่ามันจะสามารถทำได้สำเร็จ ปัจจุบันนี้คนที่เคยหัวเราะเยาะมาก่อนกลายเป็นคนที่ถูกหัวเราะเยาะทีหลัง

จิตใจที่ปิดเป็นเครื่องหมายของคนที่ยังตัวเอง มันปล่อยให้ความก้าวหน้าผ่านไปโดยไม่สามารถที่จะได้รับประโยชน์จากโอกาสที่จะก้าวหน้าต่อไปได้

เฉพาะเมื่อท่านมีจิตใจที่เปิดกว้างเท่านั้นที่ท่านจะสามารถได้รับความประทับใจอย่างเต็มที่จากกฎข้อแรกของศาสตร์แห่งความสำเร็จ นั่นคือ "สิ่งใดก็ตามที่จิตใจสามารถเข้าใจและเชื่อ จิตใจสามารถบันดาลความสำเร็จได้" คนที่มีคุณสมบัติของความใจกว้างย่อมมีความสามารถอันมหัศจรรย์ในทางธุรกิจอุตสาหกรรม และวิชาชีพทั้งปวง ในขณะที่คนโง่ซึ่งมีจิตใจอันปิดแคบยังคงตะโกนอยู่ว่า "เป็นไปไม่ได้"

ท่านย่อมสำรวจตัวท่านเองได้ว่าท่านเองได้ว่าท่านอยู่ในคนประเภทไหน ท่านอยู่ในกลุ่มคนที่พูดว่า "ฉันทำได้" และ "มันทำได้" หรือว่าท่านอยู่ในกลุ่มคนที่พูดว่า "ไม่มีใครทำได้" ในขณะที่คนใดคนหนึ่งกำลังประสบความสำเร็จในสิ่งนั้น

จิตใจที่เปิดกว้างจะต้องมีศรัทธา ในตัวของท่านเอง ในเพื่อนมนุษย์

ยุคสมัยของความโง่มงหายได้ผ่านพ้นไปแล้ว หากแต่เงามืดแห่งอคตินั้นยังคงมีติดอยู่เหมือนเดิม ท่านสามารถที่จะก้าวออกมาสู่แสงสว่างได้ด้วยการตรวจสอบบุคลิกลักษณะของตัวท่านเองอย่างละเอียดถี่ถ้วน ท่านทำการตัดลึนใจบนพื้นฐานของเหตุผลและตรรกวิทยายิ่งกว่าอารมณ์และ

อคติหรือเปล่า? ท่านรับฟังข้อโต้แย้งของคนอื่นๆ อย่างสนใจ ใกล้ชิด และใคร่ครวญพิจารณาหรือ  
เปล่า? ท่านแสวงหาข้อเท็จจริงแทนที่จะเป็นคำเล่าลือหรือเรื่องซุบซิบนินทาหรือเปล่า?

จิตใจของมนุษย์ย่อมจะเศร้าหมองลง เว้นเสียแต่จะได้รับการติดต่ออย่างสม่ำเสมอจากอิทธิ  
พลอันให้แรงบันดาลใจของความคิดที่สดชื่นแจ่มใส พวกนักล้างสมองในระหว่างสงครามรู้ว่า วิธีที่  
เร็วที่สุดในการทำลายความตั้งใจของมนุษย์ก็คือการแยกเขาให้อยู่อย่างโดดเดี่ยว ถูกตัดขาดจาก  
หนังสือ หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ และวิธีสื่อสารตามปกติที่เป็นสื่อความคิดอย่างอื่น ภายใต  
สภาวะการณ์ดังกล่าว ความเฉลียวฉลาดของคนจะตายไปเพราะการขาดอาหาร เว้นเสียแต่ความตั้งใจ  
ที่เด็ดเดี่ยวและศรัทธาที่บริสุทธิ์ที่สุดเท่านั้นที่จะสามารถเอาตัวรอดมาได้

เป็นไปได้หรือไม่ว่า ท่านกำลังจงใจจิตใจของท่านไว้ในค่ายกักกันทางสังคมและวัฒนธรรม  
ธรรม? ท่านได้ปล่อยให้ตัวท่านเองตกเป็นเหยื่อของการล้างสมองของตนเอง ด้วยการแยกตัวออก  
จากความคิดเห็นที่สามารถนำท่านไปสู่ความสำเร็จหรือเปล่า?

ถ้าใช่ มันก็ถึงเวลาแล้วที่ท่านจะต้องรื้อถอนลูกกรงแห่งอคติที่จงใจจำความเฉลียวฉลาด  
ของท่านไว้ จงเปิดใจของท่านให้มีเสรีภาพ

กิจกรรมความใจกว้าง

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

เมื่ออ่านเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านเขียนไว้แล้ว จงบอกผู้อื่นอย่างน้อย 1 คน ถึงเป้าหมายที่ท่านตั้งไว้ และทำให้ผู้นั้นเห็นถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนและทำให้เขาตั้งเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของตัวเอง

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของ..... คือ

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 14 : ความใจกว้าง**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาซิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดวงศ์การรับรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมความใจกว้าง					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....



## กิจกรรม

การเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ

วันที่ 15 : การใช้กฎทองคำ

### พลังแห่งศรัทธา

ความหมายที่ง่ายที่สุด ศรัทธาหมายถึงการกระทำ มันคือการใช้ศรัทธาของท่านในตัวเอง ในเพื่อร่วมโลกของท่าน ในโอกาสที่ท่านได้รับในดินแดนแห่งเสรีภาพ ไม่ว่าในสถานการณ์ใดๆ ก็ตาม

เป้าหมายของท่านยังมีคุณค่ามากเท่าใด การปฏิบัติตามหลักการแห่งความสำเร็จก็จะง่ายดายมากเท่านั้น มันเป็นไปได้เลยที่จะไม่เกิดความกระตือรือร้นและการทู่ทอที่ศดนให้กับการประสบความสำเร็จในเป้าหมายที่มีคุณค่าและเป็นที่ต้องการ

ถ้าหากท่านต้องการที่จะได้ข้อพิสูจน์สนับสนุนคุณค่าของกฎแห่งความสำเร็จเหล่านี้ ท่านอาจจะทำการพิสูจน์ได้ง่ายๆ ด้วยการทดสอบและทดลองใช้กฎเหล่านี้ด้วยตัวท่านเอง

หัวใจสำคัญของการใช้ศรัทธาก็คือการใช้กฎทองคำในชีวิตประจำวันของท่านนั่นเอง เพราะว่าเป็นเวลากว่าสี่พันปีมาแล้ว ที่มนุษยชาติได้สั่งสอนกันมาว่ากฎทองคำ เป็นข้อปฏิบัติต่อกันที่เหมาะสม แต่โชคไม่ดีก็คือมนุษย์ยอมรับเพียงถ้อยคำเท่านั้น หากปราศจากสำนึกที่แท้จริงต่อคำสั่งสอนที่เป็นสากลนี้ เราได้ยอมรับกฎทองคำว่าเป็นเพียงคำสอนทางจริยธรรมที่มีเหตุผลเท่านั้น แต่เราไม่อาจที่จะเข้าใจกฎข้อนี้อย่างลึกซึ้งถึงแก่น

กฎข้อนี้ก็คือ “เราได้รับในสิ่งที่เราได้ทำ” เมื่อท่านเลือกกฎแห่งการปฏิบัติตัวของท่านในการติดต่อกับคนอื่น ๆ ท่านย่อมจะซื่อตรงและมีความยุติธรรมถ้าหากท่านรู้ว่า ท่านกำลังส่งพลังอันหนึ่งซึ่งจะปรากฏขึ้นเป็นผลดีหรือผลเสียในชีวิตของคนอื่นๆ แล้วในที่สุดมันก็จะกลับมาช่วยหรือขัดขวางท่านตามคุณสมบัติของมัน

มันเป็นอภิสิทธิ์ของท่านที่จะปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างไม่เป็นธรรม แต่ถ้าท่านเข้าใจพื้นฐานของกฎทองคำ ท่านก็จะต้องรู้ว่าการกระทำที่ไม่เป็นธรรมของท่านย่อมจะกลับมาหาท่านเสมอ กฎข้อนี้มีได้มีความหมายเพียงการย้อนกลับของการกระทำที่ไม่เป็นธรรมและไม่กรุณาของท่านมาสู่ตัวท่านเท่านั้น หากแต่มันหมายรวมไปถึงผลจากความคิดทุกๆ อย่างที่ท่านส่งออกไปย่อมกลับคืนมาหาท่านเสมอ อีกด้วย

ด้วยเหตุนี้ นอกเหนือจากการแนะนำให้ท่าน “กระทำต่อผู้อื่นในสิ่งที่ท่านต้องการให้เขาปฏิบัติต่อท่าน” เท่านั้น แต่ท่านจะต้อง “คิดถึงคนอื่น ๆ อย่างที่ท่านต้องการให้เขาคิดถึงท่าน” อีกด้วย จึงจะทำให้ท่านได้รับประโยชน์อย่างเต็มที่จากกฎสากลอันยิ่งใหญ่ข้อนี้

อุปนิสัยของท่านคือผลรวมของความคิดและการกระทำทั้งหมดของท่าน ดังนั้น มันจึงเป็นไปได้เลยที่ท่านจะทำประโยชน์หรือกระทำด้วยความกรุณาต่อผู้อื่นได้โดยปราศจากการทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตัวท่านเอง มันเป็นไปได้เท่าๆ กันที่ท่านจะปล่อยตัวให้กับการกระทำหรือความคิดในทางทำลายโดยปราศจากการได้รับโทษทัณฑ์ความสูญเสียที่มีขนาดสมมูลในส่วนพลังอำนาจและความสงบใจของท่านเอง

ท่านคือแม่เหล็กมนุษย ท่านย่อมดึงดูดคนที่มีอุปนิสัยที่สอดคล้องกับอุปนิสัยของตัวเองเข้ามาหาตัว และผลักไสไล่ส่งคนที่แตกต่างไปสิ้น ถ้าท่านต้องการที่จะดึงดูดคนที่มีเหตุผลเมตตากรุณา ใจกว้าง และประสบความสำเร็จเข้ามาสู่ตัวท่าน ท่านก็ต้องเป็นคนประเภทนี้เสียก่อน การเลือกย่อมเป็นสิทธิของท่านแต่เพียงผู้เดียว

## กิจกรรมการใช้กฎทองคำ

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ท่านกำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของข้าพเจ้าคือ

เขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของเพื่อนของท่าน

เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของ..... คือ

ถ้าท่านคิดว่าเพื่อนของท่านมีเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนเหมือนหรือสอดคล้องกับของท่าน ท่านจะมีวิธีการอย่างไรที่จะช่วยส่งเสริมให้เพื่อนของท่านบรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอน

วิธีการที่ข้าพเจ้าจะช่วยส่งเสริมให้เขาบรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนตามที่ตั้งไว้คือ

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

ข้อเสนอแนะ : จงคิดและลงมือปฏิบัติตามที่คิด เพื่อให้ท่านและเพื่อนของท่านบรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอน กลายเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิต

**แบบประเมิน**  
**กิจกรรมการเสริมสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ**  
**วันที่ 15 : การใช้กฎทองคำ**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตาม  
 คู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณ  
 ลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

ประเด็น	การปฏิบัติ				
	ทุก ครั้ง	บ่อย ครั้ง	ทำ บ้าง	น้อย ครั้ง	ไม่ได้ ทำ
1. การฝึกอาสนะ					
2. การบริหารกายท่าเกาชิกิ					
3. การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดวงจรการเรียนรู้ด้วยเสียงเพลง					
4. การฝึกสมาธิ					
5. กิจกรรมการใช้กฎทองคำ					

หมายเหตุ .....

.....

.....

.....

.....

#### ภาคผนวก ฉ

ตัวอย่างผลการทำกิจกรรมจากคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ประกอบการเรียนรู้ด้วยตนเอง

ตัวอย่างผลการทำกิจกรรมจากคู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ประกอบการเรียนรู้ด้วยตนเอง

คู่มือการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ ประกอบการเรียนรู้ด้วยตนเอง มีกิจกรรม 15 กิจกรรมที่สอดคล้องกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ 15 ประการ โดยตัวอย่างผลจากการทำกิจกรรม มีดังนี้

1. กิจกรรมเป้าหมายสำคัญที่แน่นอน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนออกมาอย่างชัดเจน โดยสามารถวางเป้าหมายในชีวิตในปีนี้ ในอีก 5 ปีข้างหน้า ในอีก 10 ปีข้างหน้า ในอนาคตอันไกล และสามารถเลือกสิ่งที่สำคัญที่สุดมาเป็นเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ต้องการและจะต้องทำให้ได้ ซึ่งกิจกรรมนี้นับว่าเป็นกิจกรรมที่สำคัญที่สุด เนื่องจาก การกำหนดเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนจะเป็นการกำหนดจุดหมายปลายทางของการพัฒนาจึงทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถคิดและกระทำได้อย่างถูกทิศทาง ตัวอย่างเช่น เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่ต้องการและจะต้องทำให้ได้คือ การได้เป็นคุณครูภาษาไทย ดังนั้น เป้าหมายในปีนี้เป็น เรียนจบปริญญาตรีเกียรตินิยมอันดับ 1 เป้าหมายในอีก 5 ปีข้างหน้าคือ เรียนจบปริญญาโทวิชาเอกภาษาไทย เป้าหมายในอีก 10 ปีข้างหน้าคือ ทำงานเป็นคุณครูภาษาไทย เป้าหมายในอนาคตอันไกลคือ การเป็นคุณครูภาษาไทยดีเด่น ที่มีความเก่งและความชำนาญในการสอนภาษาไทยเป็นอย่างดี

2. กิจกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้แล้วอ่านดังๆ โดยกิจกรรมนี้จะต้องปฏิบัติทุกวันก่อนเริ่มทำกิจกรรมอื่นๆ เพื่อเป็นการย้ำเข้าไปในจิตใต้สำนึก แล้วต้องอ่าน สูตรแห่งความเชื่อมั่นในตนเอง โดยสูตรนี้จะทำให้บุคคลเกิดความเชื่อมั่นในตนเองที่จะบรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ และทำการเซ็นชื่อเพื่อการลงนามถึงการรับรู้ ซึ่งการอ่านจะช่วยทำให้ติดอยู่ในความทรงจำของบุคคลนั้นๆ จนเกิดเป็นความศรัทธาที่มีอิทธิพลต่อชีวิต

3. กิจกรรมนิสัยประหยัดอดออม ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ แล้วศึกษาตารางการแบ่งสัดส่วนรายได้ และเขียนสัดส่วนที่เป็นจริง โดยต้องให้ความสำคัญกับการแยกส่วนของเปอร์เซ็นต์จำนวนที่แน่นอนเอาไว้เพื่อเก็บออม แล้ววิเคราะห์การใช้จ่ายและเขียนแผนการออมเงินจากสัดส่วนที่เป็นจริง ซึ่งการแบ่งสัดส่วนเงินออมที่เหมาะสมคือ 20% ของรายได้ แต่ถ้ามีสัดส่วนเงินออมที่ไม่เหมาะสม ต้องวิเคราะห์ว่าเนื่องมาจากสาเหตุอะไร และจะมีแผนการออมเงินในอนาคตอย่างไร ตัวอย่างเช่น การมีสัดส่วนเงินออมที่ไม่

เหมาะสม ทั้งนี้เนื่องจากมักจะใช้จ่ายเงินไปกับการซื้อของ ดังนั้น แผนการออมเงินในอนาคตมีดังนี้ ลดซื้อของฟุ่มเฟือย ทำบัญชีรายรับรายจ่ายในแต่ละเดือน ทำงานพิเศษเพื่อหารายได้เพิ่ม

4. กิจกรรมความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้แล้วอ่านดังๆ และวิเคราะห์ตนเองถึงคุณลักษณะ 20 ประการของความเป็นผู้นำ เพื่อทำให้ทราบระดับของคุณลักษณะของการเป็นผู้นำที่ดีที่มีอยู่ในตัว แล้วอ่านสูตรสร้างความคิดริเริ่ม และการเป็นผู้นำ และทำการเซ็นชื่อเพื่อการลงนามถึงการรับรู้ เพื่อเป็นการเริ่มต้นของการสร้างนิสัยการทำสิ่งเฉพาะเจาะจงด้วยนิสัยความคิดริเริ่ม

5. กิจกรรมจินตนาการ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องนึกภาพว่าได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนตามที่วางแผนไว้ แล้วนึกถึงความสุขและข้อดีถึงการบรรลุเป้าหมายนั้น และเขียนสิ่งต่างๆ เหล่านั้นออกมา ตัวอย่างเช่น เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนคือ การได้เป็นคุณครูภาษาไทย ดังนั้น เมื่อได้บรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนแล้ว ผลดีที่ตามมาจะมีมากมาย ดังเช่น มีความสุขจากการทำงานที่ตนเองรักและมีความถนัด ได้พัฒนานักเรียนให้มีความสามารถทางด้านภาษาไทยมากขึ้น ได้อุทิศชีวิตความเป็นไทยด้วยการสอนภาษาไทย

6. กิจกรรมความกระตือรือร้น ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ และอ่านเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนด้วยความกระตือรือร้นด้วยการเน้นทุกๆ คำด้วยเสียงดังฟังชัด โดยอ่านซ้ำๆ ทั้งหมด 10 ครั้ง

7. กิจกรรมการควบคุมตนเอง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ใส่ลงในกระดาษที่สามารถพกติดตัวได้ และอ่านดังๆ ในทุกๆ วันนับจากวันนี้เป็นต้นไป โดยเพิ่มจากการอ่านวันละ 1 ครั้ง เป็นวันละ 2 ครั้ง หรือมากกว่านั้น

8. กิจกรรมนิสัยการทำงานเกินเงินเดือน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ และทำการศึกษาสูตรของการทำงานเกินเงินเดือน และเขียนวิเคราะห์ถึงประโยชน์ที่จะได้รับของนิสัยการทำงานเกินเงินเดือนที่จะช่วยส่งเสริมเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนให้บรรลุผลได้รวดเร็วขึ้น ตัวอย่างเช่น เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนคือ การได้เป็นคุณครูภาษาไทย ดังนั้น ประโยชน์ของการทำงานเกินเงินเดือนที่จะช่วยส่งเสริมเป้าหมายสำคัญที่แน่นอน มีดังนี้ ทำให้เกิดความเจริญก้าวหน้าในระยะยาว ทำให้นักเรียนเกิดการพัฒนาอย่างแท้จริง ทำให้เกิดความสุขและความอึดใจจากการกระทำ

9. กิจกรรมบุคลิกต้องตาต้องใจ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ และอ่านหลักการของการสร้างบุคลิกต้องตาต้องใจ และเขียนวิเคราะห์ถึงคุณลักษณะบุคลิกต้องตาต้องใจตามที่ต้องการ ตัวอย่างเช่น เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนคือ การได้เป็นคุณครูภาษาไทย ดังนั้น บุคลิกต้องตาต้องใจที่ต้องการจะมีคือ การพูดจาชัดถ้อยชัดคำ โดยบุคคลที่มีบุคลิกดังกล่าวที่จะเป็นต้นแบบคือ คุณแม่ ซึ่งเป็นคุณครูภาษาไทย โดยการปฏิบัติตัวให้

มีบุคลิกดังกล่าวสามารถทำได้ดังนี้ ทำตามต้นแบบ โดยการพยายามเลียนแบบคำพูดและหัดอ่านออกเสียงให้ถูกต้องเป็นประจำ

10. กิจกรรมความคิดถูกต้องเที่ยงตรง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ และคิดซ้ำๆ เป็นภาพถึงความสำเร็จเมื่อท่านบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ และวาดเป็นรูปภาพออกมา เนื่องจากภาพแห่งความสำเร็จเมื่อบรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนทำให้สามารถมองเห็นเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนเป็นรูปธรรม

11. กิจกรรมความใจจดใจจ่อ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ และอ่านกฎแห่งนิสัยที่ช่วยสร้างความใจจดใจจ่อ และเซ็นชื่อลงในสัญญาแห่งความใจจดใจจ่อ

12. กิจกรรมความสามัคคี ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ และให้นึกถึงบุคคลที่จะช่วยส่งเสริมให้ท่านบรรลุเป้าหมายนั้น แล้วเขียนถึงข้อดีและการสนับสนุน/ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันที่จะได้รับ ตัวอย่างเช่น เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนคือการได้เป็นคุณครูภาษาไทย ดังนั้น บุคคลที่จะช่วยให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ มีดังนี้ คุณแม่ซึ่งมีข้อดีคือชอบช่วยเหลือผู้อื่น ดังนั้นจึงให้คุณแม่ช่วยสอนในประเด็นที่ไม่เข้าใจ รวมถึงการเป็นผู้ให้กำลังใจ

13. กิจกรรมความล้มเหลว (การเอาประโยชน์จากความล้มเหลว) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ และให้คิดถึงความล้มเหลวที่เคยเกิดขึ้นในชีวิตของท่าน แล้วคิดถึงข้อดีของความล้มเหลว และทางแก้ไขความล้มเหลวนั้น ตัวอย่างเช่น เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนคือการได้เป็นคุณครูภาษาไทย ซึ่งความล้มเหลวที่เกิดขึ้นคือเคยสอบตกภาษาไทยตอนประถมศึกษาปีที่ 6 โดยข้อดีของความล้มเหลวคือทำให้ได้อ่านหนังสืออีกรอบในตอนสอบซ่อม ดังนั้น การแก้ไขความล้มเหลวสามารถทำได้โดยต้องตั้งใจเรียนและตั้งใจอ่านหนังสือสอบภาษาไทยมากขึ้น

14. กิจกรรมความใจกว้าง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ และเมื่ออ่านเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่เขียนไว้แล้ว จงบอกผู้อื่นอย่างน้อย 1 คนถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ และทำให้ผู้นั้นเห็นถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนและทำให้เขาตั้งเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของตัวเอง ตัวอย่างเช่น เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนคือการได้เป็นคุณครูภาษาไทย โดยเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของเพื่อนในวิชาเอกภาษาไทยคือ การได้เป็นคุณครูภาษาไทยเช่นเดียวกัน

15. กิจกรรมการใช้กฎทองคำ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนที่กำหนดไว้ แล้วอ่านดังๆ และเขียนเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนของเพื่อน ถ้าคิดว่าเพื่อนมีเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนเหมือนหรือสอดคล้องกับ จะมีวิธีการอย่างไรที่จะช่วยส่งเสริมให้เพื่อนบรรลุเป้า



หมายเหตุสำคัญที่แน่นอน ตัวอย่างเช่น เป้าหมายสำคัญที่แน่นอนคือ การได้เป็นคุณครูภาษาไทย วิธี  
การที่จะช่วยส่งเสริมให้เขาบรรลุเป้าหมายสำคัญที่แน่นอนตามที่ตั้งไว้คือ ช่วยทบทวนความรู้ให้แก  
กัน ร่วมหาข้อมูลและให้คำปรึกษาซึ่งกันและกัน ช่วยดูแลและให้กำลังใจกันตลอด

ภาคผนวก ช

กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

กิจกรรมที่จัดในโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ ตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์

คุณลักษณะที่พึงประสงค์ ของผู้ที่ประสบความสำเร็จ	กิจกรรมที่จัด
1. เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน	กิจกรรมเป้าหมายของฉัน
2. ความเชื่อมั่นในตัวเอง	กิจกรรมตราประจำตัว
3. นิสัยประหยัดอดออม	กิจกรรมวางแผนประหยัดเงิน
4. ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ	กิจกรรมตามล่าหาสมบัติ
5. จินตนาการ	กิจกรรมนิทานล้อมวง
6. ความกระตือรือร้น	กิจกรรมมุ่งสู่ความยาว
7. การควบคุมตนเอง	กิจกรรมการควบคุมตนเอง
8. นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน	กิจกรรมดีหรือไม่ดี
9. บุคลิกต้องตาต้องใจ	กิจกรรมเพื่อน
10. ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง	กิจกรรมคิดแบบไม่เครียด
11. ความใจจดใจจ่อ	กิจกรรมทำงานร่วมกัน
12. ความสามัคคี	กิจกรรมตาบอดหาของ
13. ความล้มเหลว	กิจกรรมเขียนด้วยมือที่ไม่ถนัด
14. ความใจกว้าง	กิจกรรมค้นหาข้อดีของผู้อื่น
15. กฎทองคำ	กิจกรรมจะบอกให้ณะว่าคิดอะไรอยู่

และในโปรแกรมยังมีกิจกรรมที่จัดอื่นๆ เช่น กิจกรรมสัญลักษณ์ของฉัน กิจกรรมเอกลักษณ์ของฉัน กิจกรรมนี่แหละ... ตัวฉัน กิจกรรมรู้จักตัวฉัน กิจกรรมแนะนำให้รู้จักกัน กิจกรรมมุมมอง กิจกรรมทุกคนมีค่า กิจกรรมจุดพิศواس กิจกรรมตบมือ กิจกรรมล่าลายเซ็น กิจกรรมคุณค่าแห่งตน กิจกรรมพลังคำพูด กิจกรรมเทคนิคการใช้คำพูดด้านบวก กิจกรรมพลังแห่งจินตนาการ

## กิจกรรมเป้าหมายของฉัน (เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน)

วัตถุประสงค์	เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจและกำหนดเป้าหมายที่ตนต้องการ
ขนาดของกลุ่ม	1 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	ใบกิจกรรม 1, 2
ขั้นตอนของกิจกรรม	

1. วิทยากรให้สมาชิกสำรวจเป้าหมายของตนเอง แล้วกรอกเป้าหมายในใบกิจกรรม 1

2. เพื่อให้บรรลุเป้าหมายให้กรอกสิ่งที่จะกระทำเช่น สมาชิกมีเป้าหมายอยากเรียนหนังสือ  
เก่งสิ่งที่จะกระทำได้แก่

- อ่านหนังสือเรียนให้มากขึ้น
- ค้นคว้าความรู้เพิ่มเติมจากห้องสมุด
- ทำการบ้านพร้อมกับเพื่อนๆ ที่เรียนเก่ง

3. ให้สมาชิกเลือกสิ่งที่จะกระทำนั้น ไปดำเนินการวางแผนตามใบกิจกรรม 2
4. ให้สมาชิกปฏิบัติตามแผนที่ทำไว้ พร้อมกับบันทึกผลการปฏิบัติ
5. ให้สมาชิกประเมินตนเองเป็นระยะๆ

### การประเมินผล

1. การอภิปรายถึงเป้าหมายของตน
2. ผลการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุความสำเร็จ
3. วิทยากรทำการสังเกตและสัมภาษณ์สมาชิกเป็นระยะ

### สรุปข้อคิด

ให้สมาชิกได้ตระหนักถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย โดยเป้าหมายที่ดีควรเป็นเป้าหมายเล็กๆ ที่เป็นประโยชน์ และเป็นไปเพื่อการพัฒนา และมีความเป็นไปได้

## ใบกิจกรรม 1 (เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน)

เป้าหมายของฉัน

ชื่อ .....

ให้สำรวจเป้าหมายของตนเอง และเพื่อให้บรรลุเป้าหมายจะต้องทำอะไร กรอกลงในแบบฟอร์ม

เป้าหมายของฉัน
เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ฉันจะทำดังนี้

## ใบกิจกรรม 2 (เป้าหมายสำคัญที่แน่นอน)

### เป้าหมายของฉัน

ชื่อ .....

การกระทำที่ฉันเลือก.....

วัน/เดือน/ปี เวลา	แผน	ผล		ข้อคิดเห็น
		ทำได้	หมายเหตุ	

หมายเหตุ ครั้งที่ 1 วันที่.....

ครั้งที่ 2 วันที่.....

ครั้งที่ 3 วันที่.....

## กิจกรรมตราประจำตัว (ความเชื่อมั่นในตนเอง)

วัตถุประสงค์	เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจตนเองในด้านต่างๆ และพร้อมที่จะเปิดเผยตัวเองด้วยความมั่นใจ
ขนาดของกลุ่ม	ประมาณ 5 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	ใบกิจกรรม 1 - 3

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. แจกใบกิจกรรม 1 (ตราประจำตัว) แก่สมาชิกทุกคน
2. ให้สมาชิกเขียนข้อความที่เกี่ยวข้องกับตนเองในช่องต่างๆ ตามหมายเลขที่ระบุไว้ในใบกิจกรรมตราประจำตัว
3. ให้สมาชิกแต่ละคนออกมาบรรยายตราประจำตัวของตนให้เพื่อนๆ ได้รับฟังทีละคน
4. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม 5 คน พุดคุยถึงประโยชน์ของกิจกรรมตราประจำตัวตามใบกิจกรรม 2
5. ให้สมาชิกส่งตัวแทนของกลุ่มมานำเสนอรายงานที่ได้จากการพุดคุยกันในกลุ่ม
6. วิทยากรสรุปเพิ่มเติมเชื่อมโยงความคิดเห็นของสมาชิก
7. ให้สมาชิกช่วยกันยกตัวอย่างความสามารถที่แตกต่างระหว่างบุคคลโดยเน้นไปที่บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตัวเองตามใบกิจกรรม 3

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

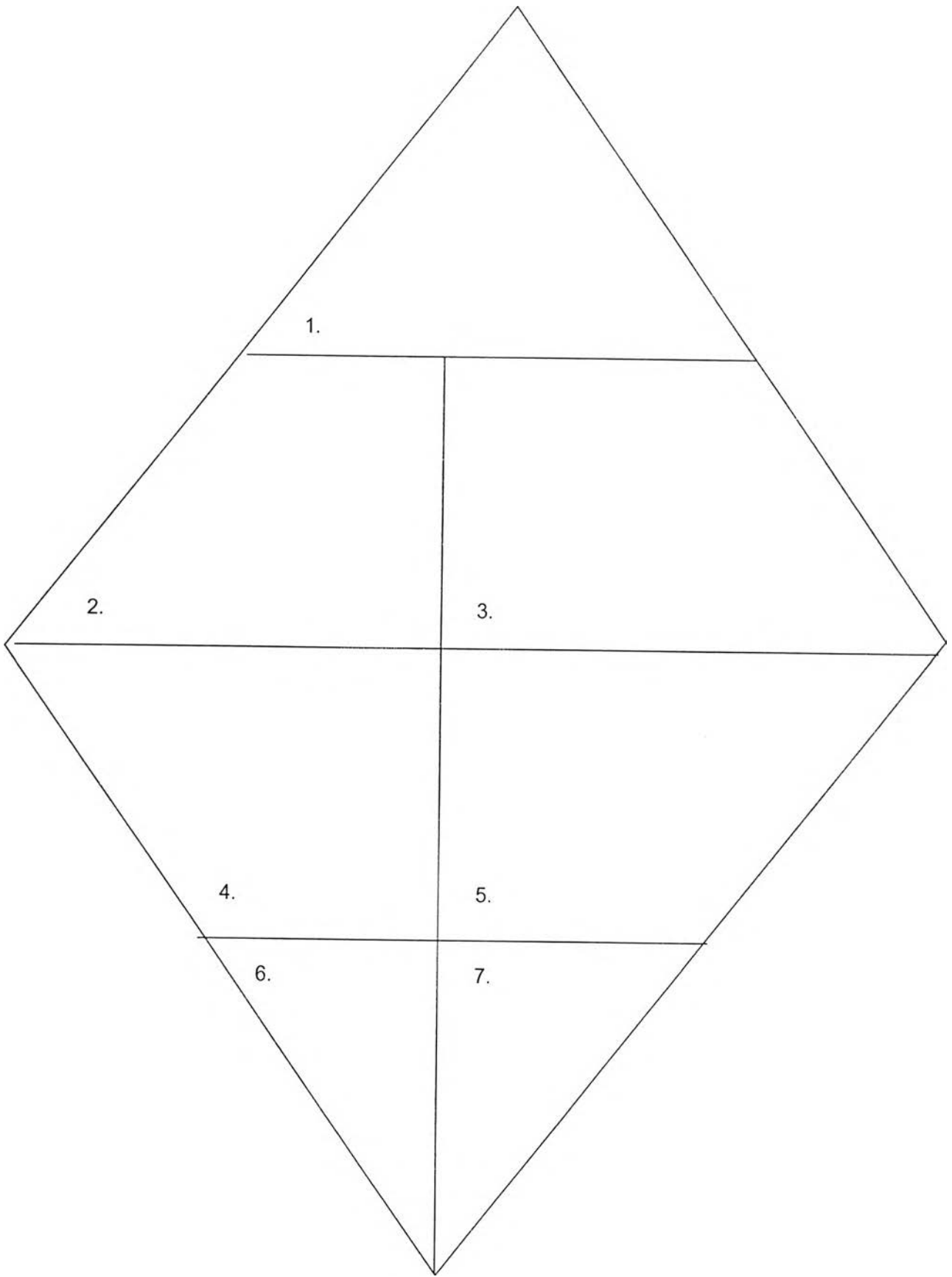
การที่เราเปิดเผยตัวเองมากเท่าไรก็จะยิ่งทำให้เราเรียนรู้ที่จะเข้าใจตัวเองและเข้าใจคนอื่นได้มากเท่านั้น เราจะพบว่ามึบางเรื่องที่คล้ายกันและก็มีอีกหลายๆ เรื่องที่แตกต่างกัน (ในด้านทัศนคติ ความคิด ความเชื่อ ประสบการณ์) ซึ่งสิ่งเหล่านี้เองที่ผลักดันให้เรามีพฤติกรรมหรือการแสดงออกต่างกัน เมื่อเราเข้าใจปัจจัยต่างๆ เหล่านี้ ก็จะทำให้เราเกิดการยอมรับตัวเอง ยอมรับและเข้าใจผู้อื่น พร้อมที่จะปรับตัวอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข รวมถึงการที่เราพร้อมที่จะเปิดเผยตัวเองในด้านต่างๆ ยังเป็นการแสดงถึงความเชื่อมั่นในตนเองอีกด้วย

## ใบกิจกรรม 1 (ความเชื่อมั่นในตนเอง)

คำแนะนำ : ให้สมาชิกเขียนข้อความเกี่ยวกับตนเอง ในประเด็นต่างๆ ที่กำหนดให้ลงในภาพตาม  
ช่องหมายเลขต่างๆ ลงในใบกิจกรรม (ตราประจำตัว) ดังนี้

- |           |   |
|-----------|---|
| ช่องที่ 1 | คติประจำใจ                              |
| ช่องที่ 2 | ความสำเร็จที่ตนได้รับ                   |
| ช่องที่ 3 | การกระทำของผู้อื่นที่ทำให้ตนเกิดความสุข |
| ช่องที่ 4 | ความสามารถพิเศษของตน                    |
| ช่องที่ 5 | เป้าหมายในชีวิต                         |
| ช่องที่ 6 | เหตุการณ์ที่ตนภูมิใจ                    |
| ช่องที่ 7 | สิ่งที่อยากให้ผู้อื่นพูดถึงตน           |





## ใบกิจกรรม 2 (ความเชื่อมั่นในตนเอง)

ประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมตราประจำตัว

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

## ใบกิจกรรม 3 (ความเชื่อมั่นในตนเอง)

ยกตัวอย่างความสามารถที่แตกต่างกันระหว่างบุคคล (โดยเน้นไปที่บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง)

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

### กิจกรรมวางแผนประหยัดเงิน (นิสัยประหยัดอดออม)

วัตถุประสงค์ เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจและวางแผนการออมเงิน

ขนาดของกลุ่ม ประมาณ 5 คน

เวลาที่ใช้ ประมาณ 30 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ ใบกิจกรรม

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. แจกใบกิจกรรมแก่สมาชิกทุกคน
2. ให้สมาชิกเขียนการแบ่งสัดส่วนการใช้เงินตามความเป็นจริงและการแบ่งสัดส่วนการใช้เงินตามที่ต้องการจะเป็น
3. ให้สมาชิกแต่ละคนออกมาเสนอสัดส่วนการใช้เงินตามความเป็นจริงและตามที่ต้องการจะเป็นให้เพื่อนๆ ได้รับฟังทีละคน
4. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่ม 5 คน พุดคุยถึงสัดส่วนการใช้เงินตามที่ต้องการจะเป็น โดยเน้นในเรื่องการแบ่งสัดส่วนของการออมเงิน
5. ให้สมาชิกส่งตัวแทนของกลุ่มออกมานำเสนอสิ่งที่ได้จากการพุดคุยกันในกลุ่ม
6. วิทยากรสรุปเพิ่มเติมเชื่อมโยงความคิดเห็นของสมาชิก

การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

สรุปข้อคิด

นิสัยประหยัดอดออม เป็นลักษณะนิสัยสำคัญที่บ่งบอกถึงความสามารถในการควบคุมตัวเอง โดยหลักการสำคัญสำหรับการประหยัดอดออมคือ การพยายามเก็บออมเงินอย่างมีระเบียบ ด้วยการกำหนดอัตราส่วนที่แน่นอนของการออมจากรายได้ทั้งหมดของตน

### ใบกิจกรรม (นิสัยประหยัดอดออม)

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความแต่ละข้อความ และให้ตอบการแบ่งสัดส่วนการใช้เงินตามความเป็นจริงจากการปฏิบัติจริงในชีวิตของท่าน และการแบ่งสัดส่วนการใช้เงินตามที่ดีควรจะเป็นตามความคิดของท่านและของกลุ่ม

ข้อความ	การแบ่งสัดส่วนการใช้เงินตามความเป็นจริง	การแบ่งสัดส่วนการใช้เงินตามที่ดีควรจะเป็น (ตามความคิดของท่าน)	การแบ่งสัดส่วนการใช้เงินตามที่ดีควรจะเป็น (ตามความคิดของกลุ่ม)
<b>เงินออม</b>			
รายจ่ายจำเป็น (อาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่ อาศัย ยารักษาโรค)			
การศึกษา			
การพักผ่อนหย่อนใจ			
อื่นๆ เช่น เครื่องประดับ ดูภาพยนตร์			
<b>รวม</b>	100%	100%	100%

## กิจกรรมตามล่าหาสมบัติ (ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ)

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้รู้จักการทำงานเป็นทีม โดยมีทั้งผู้นำและผู้ตาม
2. เพื่อให้รู้จักยอมรับและไว้วางใจซึ่งกันและกัน

ขนาดของกลุ่ม                      ประมาณ 5 คน

เวลาที่ใช้                                ประมาณ 30 นาที

### อุปกรณ์ที่ใช้

1. ใบกิจกรรม 1, 2
2. กระดาษแข็งขนาด 2 x 4 นิ้ว สำหรับทำป้ายชื่อ

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มๆ ละ 5 คน แล้วแจกกระดาษป้ายชื่อให้แต่ละคนเขียนชื่อและข้อดีของตนเอง
2. ให้สมาชิกแต่ละคนนำป้ายชื่อไปซ่อนไว้ในที่ใดก็ได้ ภายในบริเวณที่จัดกิจกรรม
3. ให้สมาชิกมารวมกลุ่มภายในกลุ่มย่อยของตนเอง แล้วจับมือกันเรียงเป็นแถวหน้ากระดาน
4. วิทยากรให้สัญญาณเริ่มค้นหา ซึ่งสมาชิกต้องค้นหาป้ายชื่อของสมาชิกในกลุ่มตนเอง ทุกคนที่ซ่อนไว้ได้ ห้ามพูดและไม่ให้มีมือหลุดออกจากกัน
5. ทีมใดหาป้ายชื่อได้ครบก่อนให้นั่งลงแล้วร้อง "เฮ้"
6. ให้สมาชิกพูดถึงข้อคิดที่ได้จากการทำกิจกรรมนี้ว่าสำเร็จได้เร็วเพราะเหตุใด สำเร็จช้าเพราะเหตุใด และผลของการหาป้ายชื่อตามใบกิจกรรม 1
7. ให้ตัวแทนของกลุ่มเสนอรายงานผลการพูดคุยในกลุ่ม
8. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม
9. ให้สมาชิกช่วยกันยกตัวอย่างการทำงานที่ต้องทำทั้งผู้นำและผู้ตาม บอกถึงหน้าที่ของผู้นำและผู้ตาม ตามใบกิจกรรม 2

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

การร่วมมือกันทำงานต้องอาศัยปัจจัยหลายๆ อย่าง ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งคือการยอมรับบทบาทหน้าที่และความสามารถของกันและกัน มีการประนีประนอม รับผิดชอบซึ่งกันและกัน จะทำให้การทำงานมีความราบรื่นและประสบความสำเร็จ

## ใบกิจกรรม 1 (ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ)

ข้อคิดเห็นที่ได้จากการทำกิจกรรมตามล่าหาสมบัติ (สำเร็จได้เร็วเพราะเหตุใด สำเร็จช้าเพราะเหตุใด และผลของการหาป้ายชื่อเป็นอย่างไร)

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

### ใบกิจกรรม 2 (ความคิดริเริ่มและการเป็นผู้นำ)

เขียนตัวอย่างที่ต้องมีทั้งผู้นำและผู้ตาม 1 อย่าง และบอกหน้าที่ของผู้นำและผู้ตาม

**ตัวอย่างงานที่ต้องมีผู้นำ และผู้ตาม**

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

**หน้าที่ของผู้นำ**

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

**หน้าที่ของผู้ตาม**

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

## กิจกรรมนิทานล้อมวง (จินตนาการ)

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์
2. เพื่อให้รู้จักการทำงานร่วมกัน

ขนาดของกลุ่ม           ประมาณ 5 คน

เวลาที่ใช้                   ประมาณ 30 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้             ใบกิจกรรม 1, 2

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ให้สมาชิกรั้งเป็นวงกลม
2. วิทยากรชี้แจงให้สมาชิกทราบว่า จะให้สมาชิกทุกคนช่วยกันแต่งนิทานล้อมวงขึ้นมาหนึ่งเรื่อง โดยมีอาสาสมัครเป็นผู้เริ่มต้นเล่านิทานด้วยประโยคที่ว่า "กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว มี..." จนจบประโยค โดยให้สมาชิกคนถัดไปเล่านิทานต่อคนละ 1 ประโยคจนมาถึงคนสุดท้ายให้เป็นคนจบนิทานล้อมวงพร้อมทั้งบอกคติประจำใจ เช่น นิทานเรื่องนี้สอนให้รู้ว่า...
3. วิทยากรขออาสาสมัคร 1 คน เพื่อเริ่มต้นเล่านิทานและให้สมาชิกคนอื่นๆ ไปช่วยเล่าจนจบแล้วบอกคติประจำใจ
4. วิทยากรสุ่มสมาชิกรั้ง 5 คน ให้พูดถึงความรู้สึกของตนเองในการเล่านิทาน
5. วิทยากรให้สมาชิกทุกคนประชุมปรึกษากันเพื่อจะได้เล่านิทานล้อมวงใหม่ 1 เรื่อง โดยให้เวลาในการประชุมปรึกษากัน 3 นาที
6. ให้สมาชิกเริ่มเล่านิทานล้อมวงเรื่องใหม่ โดยใช้กติกาเหมือนนิทานเรื่องแรก โดยให้สมาชิกที่จบการเล่านิทานเรื่องแรกเป็นผู้เริ่มต้นเล่านิทาน และผู้จบนิทานพร้อมทั้งบอกคติประจำใจ
7. วิทยากรให้สมาชิกแต่ละกลุ่ม พูดคุยถึงความรู้สึกและความแตกต่างของการเล่านิทานทั้ง 2 เรื่องตามใบกิจกรรม 1
8. สุ่มตัวแทนกลุ่ม 3 – 4 กลุ่มนำเสนอและให้กลุ่มที่มีความเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
9. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม
10. ให้สมาชิกยกตัวอย่างกิจกรรมที่ต้องใช้ความคิดสร้างสรรค์ตามใบกิจกรรม 2

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก



### สรุปข้อคิด

การทำงานในหลายๆ เรื่องต้องอาศัยการใช้ไหวพริบ ความคิดสร้างสรรค์ การมีสมาธิในการฟัง จับประเด็นที่น่าสนใจและต่อเติมเรื่องราวให้ได้รูปแบบที่สอดคล้องกันนั้น ถ้าขาดการวางแผนร่วมกันจะทำให้การดำเนินกิจกรรมขาดเป้าหมายและมีความยุ่งยาก ซึ่งก็เช่นเดียวกับการทำงาน ทั่วๆ ไป จะต้องมีการวางแผนและทำความเข้าใจร่วมกัน และแบ่งบทบาทหน้าที่ของแต่ละคน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน อันจะทำให้การทำงานมีความสอดคล้อง รวดรื่น และบรรลุเป้าหมายได้ตามวัตถุประสงค์ของงาน และยังเป็นแนวทางหนึ่งของการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ทำให้งานสำเร็จตามเป้าหมายได้

### ใบกิจกรรม 1 (จินตนาการ)

ข้อแตกต่างการเล่นิทานครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2

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

.....

### ใบกิจกรรม 2 (จินตนาการ)

ยกตัวอย่างกิจกรรมที่ใช้ความคิดสร้างสรรค์

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

## กิจกรรมมุ่งสู่ความยาว (ความกระตือรือร้น)

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้รู้จักการทำงานร่วมกันด้วยความกระตือรือร้น
2. เพื่อให้รู้จักความเสียสละและสร้างความสามัคคี

ขนาดของกลุ่ม           ประมาณ 5 คน

เวลาที่ใช้                   ประมาณ 30 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้             ใบกิจกรรม 1, 2

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรแบ่งสมาชิกในกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ 5 คน
2. วิทยากรชี้แจงวิธีการและกติกาในการเล่น
3. ขณะทำกิจกรรมนั้นวิทยากรจะต้องเปิดเพลงเร้าใจจนกว่าจะหมดเวลาที่ให้ไว้ทั้งหมด 5 นาที โดยวิธีการและกติกาในการเล่นกิจกรรมคือ ให้สมาชิกใช้อุปกรณ์ที่ติดตัวของสมาชิก เช่น เข็มขัด ปากกา เงิน ถูเท้า เสื้อ ฯลฯ มาต่อให้ยาวที่สุด ทีมใดต่อได้ยาวที่สุดเป็นฝ่ายชนะ
4. วิทยากรตัดสินการแข่งขัน
5. วิทยากรให้สมาชิกช่วยกันแสดงความคิดเห็นที่ได้จากการทำกิจกรรม ตามใบกิจกรรม 1
6. ให้ตัวแทนกลุ่มแต่ละกลุ่มออกมาสรุปผลการพูดคุยกันในกลุ่ม
7. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม
8. ให้สมาชิกแต่ละคนยกตัวอย่างงานอะไรก็ได้ที่ต้องอาศัยการทำงานด้วยความกระตือรือร้น ตามใบกิจกรรม 2

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

การทำงานร่วมกันเพื่อให้ได้ผลงานออกมามีประสิทธิภาพ นอกจากความสามัคคี การยอมรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกันแล้ว ยังต้องการความกระตือรือร้นประกอบกับความเสียสละช่วยเหลือซึ่งกันและกันด้วย ผลงานจึงจะออกมาดี

### ใบกิจกรรม 1 (ความกระตือรือร้น)

ข้อคิดเห็นที่ได้จากการทำกิจกรรมมุ่งสู่ความยาว

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

.....

### ใบกิจกรรม 2 (ความกระตือรือร้น)

ให้สมาชิกในกลุ่มยกตัวอย่างงานใดบ้างที่ต้องอาศัยการทำงานด้วยความกระตือรือร้น

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

### กิจกรรมการควบคุมตนเอง (การควบคุมตนเอง)

วัตถุประสงค์	เพื่อสำรวจการควบคุมอารมณ์ของตนเอง
ขนาดของกลุ่ม	1 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	แบบจัดอันดับการควบคุมอารมณ์ของตนเอง
ขั้นตอนของกิจกรรม	

1. วิทยากรให้สมาชิกทำแบบจัดอันดับการควบคุมอารมณ์ของตนเอง โดยลักษณะของแบบจัดอันดับจะประกอบด้วยข้อความที่มีทั้งทางบวกและทางลบ ให้สมาชิกเลือกข้อที่ตรงกับความรู้สึกหรือการปฏิบัติ

2. วิทยากรแปลผลการตรวจสอบให้สมาชิกทราบ

3. ให้สมาชิกแต่ละคนสรุปและเสนอแนวทางในการปรับปรุงการควบคุมตนเอง

4. สมาชิกช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนี้

#### การประเมินผล

วิทยากรให้สมาชิกสรุปด้วยตนเองว่ามีอะไรบ้างที่ควรจะต้องปรับปรุง และจะปรับปรุงอย่างไร เมื่อไร และวิทยากรตรวจผลการประเมิน และติดตามการพัฒนาการควบคุมตนเองสรุปข้อคิด

การควบคุมอารมณ์ของตนเองหมายถึง การควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนเองให้อยู่ในสภาพปกติ สามารถสะกดกลั้นอารมณ์ของตนเอง ยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น แสดงออกได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์ มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง ไม่หวั่นไหวต่อเหตุการณ์ต่างๆ จัดการกับอารมณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมและปรับอารมณ์ให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างดี มีวิธีการในการคลายเครียดได้อย่างเหมาะสม

### การวิเคราะห์แบบจัดอันดับการควบคุมตนเอง

ข้อความที่ให้พิจารณาจะมีทั้งข้อความทางบวกและข้อความทางลบ

- ถ้าเป็นข้อความทางบวก จะให้คะแนนดังนี้ ถ้าเลือก

4 เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกมากที่สุดหรือปฏิบัติตามข้อความนั้นบ่อยครั้งที่สุด ให้ 4 คะแนน

3 เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกมากหรือปฏิบัติตามข้อความนั้นบ่อยครั้ง ให้ 3

คะแนน

2 เมื่อข้อความนั้นไม่ค่อยตรงกับความรู้สึกหรือปฏิบัติตามข้อความนั้นนานๆ ครั้ง ให้ 2

คะแนน

1 เมื่อข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกหรือไม่เคยปฏิบัติตามข้อความนั้น ให้ 1 คะแนน

- ถ้าเป็นข้อความทางลบ จะให้คะแนนดังนี้ ถ้าเลือก

4 เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกมากที่สุดหรือปฏิบัติตามข้อความนั้นบ่อยครั้งที่สุด ให้ 4 คะแนน

3 เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกมากหรือปฏิบัติตามข้อความนั้นบ่อยครั้ง ให้ 3

คะแนน

2 เมื่อข้อความนั้นไม่ค่อยตรงกับความรู้สึกหรือปฏิบัติตามข้อความนั้นนานๆ ครั้ง ให้ 2

คะแนน

1 เมื่อข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกหรือไม่เคยปฏิบัติตามข้อความนั้น ให้ 1 คะแนน

ข้อ	ข้อความ	ข้อ	ข้อความ	ข้อ	ข้อความ
1.	บวก	11.	ลบ	21.	ลบ
2.	บวก	12.	บวก	22.	บวก
3.	บวก	13.	บวก	23.	บวก
4.	บวก	14.	ลบ	24.	ลบ
5.	ลบ	15.	บวก	25.	ลบ
6.	ลบ	16.	ลบ	26.	บวก
7.	บวก	17.	ลบ	27.	ลบ
8.	บวก	18.	ลบ	28.	บวก
9.	ลบ	19.	ลบ	29.	ลบ
10.	บวก	20.	บวก	30.	บวก

### การแปลความหมาย

นำคะแนนที่ได้ทุกข้อมารวมกัน

ถ้าได้คะแนนใกล้ 120 คะแนน แปลว่า มีการควบคุมกับอารมณ์ของตนเองสูงมาก

ถ้าได้คะแนนใกล้ 80 คะแนน แปลว่า มีการควบคุมกับอารมณ์ของตนเองปานกลาง

ถ้าได้คะแนนใกล้ 30 คะแนน แปลว่า มีการควบคุมกับอารมณ์ของตนเองต่ำมาก

## ใบกิจกรรม (การควบคุมตนเอง)

### แบบจัดอันดับการควบคุมตนเอง

คำชี้แจง ให้พิจารณาข้อความแต่ละข้อว่าตนเองเป็นคนเช่นนั้นจริงมากน้อยเพียงใด ให้เลือกข้อที่ตรงกับความรู้สึกหรือการปฏิบัติ

ข้อที่	ข้อความ	ระดับ			
		1 ไม่เคย เลย	2 นาน ๆ บ้าง	3 บ่อย	4 บ่อย ที่สุด
1.	ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ในขณะโกรธ				
2.	ฉันจะเก็บความรู้สึกของตนเองไว้ไม่แสดงออกให้ใครรู้				
3.	ฉันสามารถสงบนิ่งได้แม้ในขณะที่อารมณ์เสีย				
4.	ฉันสามารถห้ามตัวเองไม่ให้คิดในสิ่งที่ไม่ดีต่อคนอื่น				
5.	เมื่อทำอะไรผิดพลาดฉันจะอารมณ์เสียตลอดวัน				
6.	ถ้ามีใครทำให้ไม่พอใจ ฉันจะแสดงให้เขารู้ทันที				
7.	แม้จะถูกเพื่อนวิจารณ์ผลงาน ฉันยังคงรักษาสีหน้าให้เป็นปกติได้				
8.	ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองในขณะที่ติดตอสัมพันธ์กับผู้อื่น				
9.	ฉันจะแสดงอาการหงุดหงิดไม่พอใจถ้าต้องทำงานกับคนที่ไม่ชอบ				
10.	เมื่อมีเรื่องตื่นเต้นฉันสามารถรักษากิริยาอาการให้ดูสงบได้				
11.	เวลาที่อยู่ใกล้คนที่อารมณ์เสีย ฉันก็จะรู้สึกเครียดไปด้วย				
12.	ฉันรับฟังคำวิจารณ์จากเพื่อนได้ โดยไม่แสดงความโกรธ				
13.	เมื่อรู้สึกเครียด ฉันจะหากิจกรรมทำ				
14.	เมื่อต้องออกไปพูดกับคนจำนวนมาก ฉันจะตื่นเต้นจนพูดผิด ๆ ถูก ๆ				
15.	เมื่อฉันเสียใจบุคคลอื่นจะทราบความรู้สึกของฉันได้ยาก				
16.	ฉันต้องใช้เวลาในการขมอารมณ์ เมื่อไม่พอใจใครสักคน				
17.	ฉันรู้สึกอิจฉาเพื่อนที่ได้ดีกว่า				
18.	เวลาทะเลาะกับเพื่อน ฉันอยากจะทำให้เขาเจ็บกายหรือเจ็บใจ				
19.	เวลาฉันโกรธ ฉันจะขว้างปาสิ่งของเพื่อระบายอารมณ์				
20.	ฉันสามารถตั้งสมาธิเพื่อทำงานที่ยากได้				



ข้อที่	ข้อความ	ระดับ			
		1 ไม่เคย	2 นานๆ ครั้ง	3 บ่อย	4 บ่อย ที่สุด
21.	ฉันไม่สามารถควบคุมความตื่นเต้นได้เมื่อต้องแสดงออกต่อหน้าคนอื่น				
22.	แม้จะทำงานไม่ได้ ฉันก็ไม่เก็บไปกังวล				
23.	ฉันสามารถเล่นกีฬาต่อไปได้แม้จะถูกฝ่ายตรงข้ามยั่วโมโห				
24.	ฉันเคยตะโกนและกรี๊ดร้องเวลาโกรธ				
25.	เวลาได้เที่ยวกับเพื่อนๆ ฉันจะใช้อารมณ์อย่างเต็มที่				
26.	เมื่อฉันโกรธ ฉันจะเก็บความรู้สึกไว้ไม่แสดงออก				
27.	ฉันแสดงอาการไม่พอใจเมื่อมีใครพูดขัดกับความคิดเห็นของฉัน				
28.	ฉันสามารถปรับตัวเข้าได้กับคนทุกคน				
29.	เมื่อถูกตำหนิ ฉันจะเก็บมาเป็นกังวลเป็นเวลานาน				
30.	แม้ว่าอารมณ์ไม่ดี ฉันก็ยังสามารถพูดคุยได้เป็นปกติ				

### กิจกรรมดีหรือไม่ดี (นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน)

วัตถุประสงค์	เพื่อให้สมาชิกสามารถวิเคราะห์ถึงประโยชน์และข้อดีที่ได้รับจากการทำงานอย่างเต็มที่
ขนาดของกลุ่ม	ประมาณ 10 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	ใบกิจกรรม

#### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรแบ่งสมาชิกเป็นกลุ่มย่อย 2 กลุ่ม กลุ่มละประมาณ 10 คน ร่วมพูดคุยถึงพฤติกรรมการทำงานที่ผ่านมา
2. ให้ตัวแทนทั้ง 2 กลุ่ม จับฉลากเพื่อเลือกบทบาทสมมติ 2 แบบ คือ กลุ่มบุคคลที่มีนิสัยการทำงานอย่างเต็มที่ (ทำงานเกินเงินเดือน) และกลุ่มบุคคลที่มีนิสัยการทำงานแบบไม่เต็มที่ (ทำงานตามเงินเดือน)
3. แต่ละกลุ่มร่วมกันระดมความคิดเพื่อนำเสนอโดยการแสดงเป็นละคร และทำการแสดงละครตามบทบาทสมมติที่กลุ่มได้รับ
4. แต่ละกลุ่มร่วมกันพูดคุยกันถึงบทบาทสมมติว่าแบบไหนมีประโยชน์และข้อดีที่จะได้รับมากกว่ากัน และเขียนในใบกิจกรรม
5. ให้ตัวแทนกลุ่มนำเสนอความคิดตามใบกิจกรรม และให้สมาชิกกลุ่มที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
6. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม

#### การประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของสมาชิก
2. สังเกตจากการอภิปรายสรุปข้อคิดจากการร่วมกิจกรรมของสมาชิก

#### สรุปข้อคิด

เมื่อไหร่ก็ตามที่เราคิดว่า เราจะทำงานเท่าที่เรจะต้องทำตามค่าจ้างที่เราได้รับ มันก็จะไม่มีทางบังเกิดผลลัพธ์อันพึงปรารถนาที่เกินความคาดหมายของเราได้เลย เพราะว่าเราจะได้รับผลตอบแทนในสัดส่วนเท่าที่เราได้ทำลงไปเท่านั้น

### ใบกิจกรรม (นิสัยการทำงานเกินเงินเดือน)

ให้สมาชิกร่วมกันเขียนประโยชน์และข้อดีของกลุ่มบุคคลที่มีนิสัยการทำงานอย่างเต็มที่ (การทำงานเกินเงินเดือน)

- 1. ....
- 2. ....
- 3. ....
- 4. ....
- 5. ....

## กิจกรรมเพื่อน (บุคลิกต้องตาต้องใจ)

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้สมาชิกอธิบายคุณสมบัติรวมถึงบุคลิกของบุคคลที่คนทั่วไป  
อยากจะทำด้วย และรู้วิธีการพัฒนาหรือปรับปรุงตนเอง

**ขนาดของกลุ่ม** 1 คน

**เวลาที่ใช้** ประมาณ 30 นาที

**อุปกรณ์ที่ใช้** ใบกิจกรรม 1, 2

**ขั้นตอนของกิจกรรม**

1. ให้สมาชิกทุกคนเขียนคุณสมบัติของเพื่อนในอุดมคติที่สมาชิกต้องการลงในใบกิจกรรม  
1

2. ให้สมาชิกทุกคนเสนอ สรุป คุณสมบัติของเพื่อนในอุดมคติ

3. ให้สมาชิกแต่ละคนเขียนคุณสมบัติส่วนที่ต้องปรับปรุงและแนวทางในการปรับปรุงตนเองในใบกิจกรรม 2

4. สุ่มสมาชิก 5 – 6 คน ให้นำเสนอภาพในอุดมคติของฉัน เล่าถึงคุณสมบัติที่อยากมีและ  
วิธีการพัฒนาหรือปรับปรุงตนเองให้เพื่อนฟัง

5. สมาชิกช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนี้

**การประเมินผล**

1. สังเกตจากการบอกคุณสมบัติของเพื่อนในอุดมคติที่สมาชิกต้องการ

2. สังเกตจากการเขียนถึงภาพในอุดมคติของตนเองและแนวทางในการปรับปรุงตนเอง

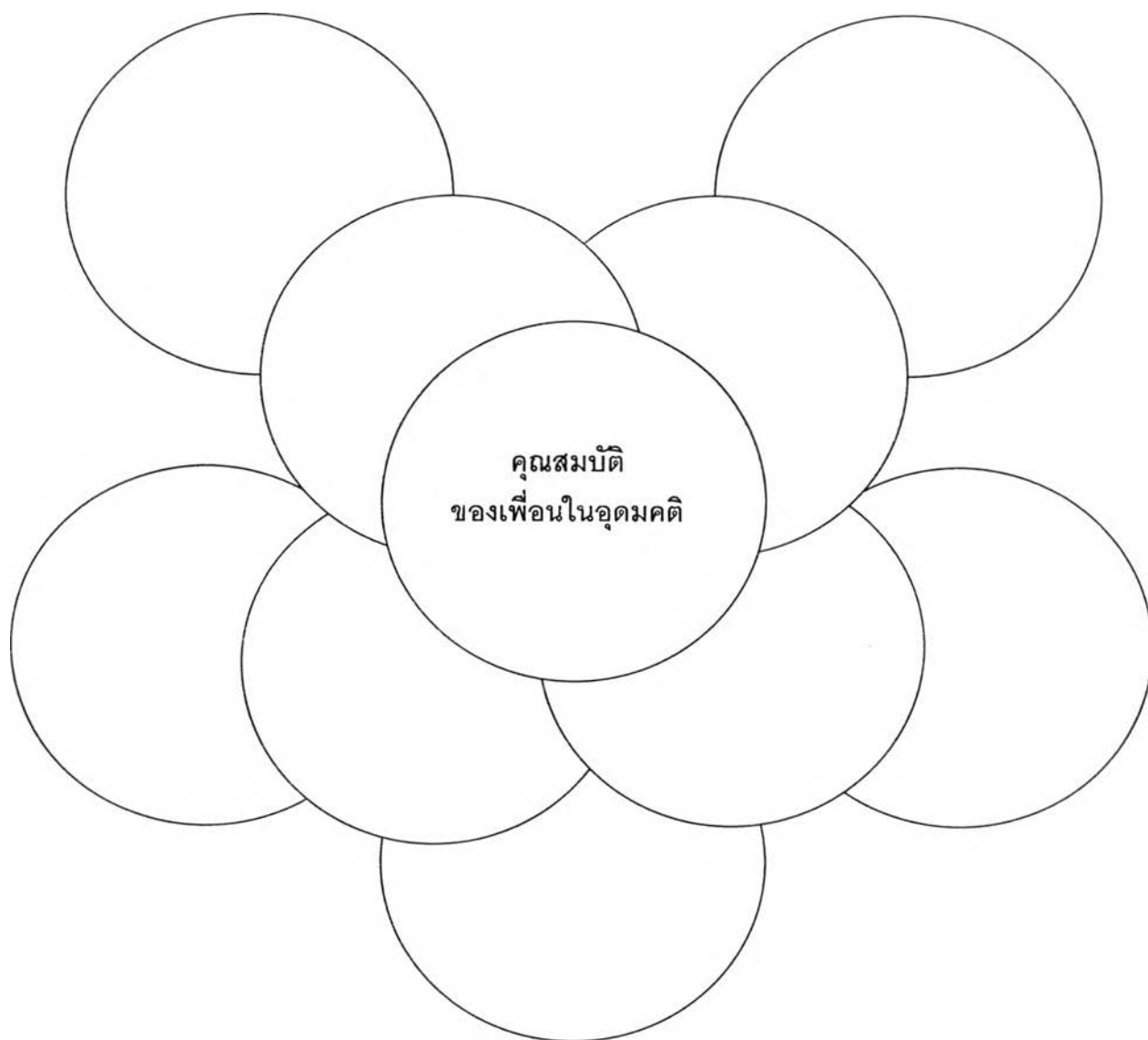
3. สังเกตจากการสรุปข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมของสมาชิก

**สรุปข้อคิด**

เพื่อนเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลต่อชีวิต ไม่มีใครอยากขาดเพื่อน นอกจากมีเพื่อนที่ดีแล้ว เรา  
คงอยากเป็นเพื่อนที่ดีของคนอื่นด้วย ดังนั้น เราจึงควรปรับปรุงตนเองในส่วนที่ต้องปรับปรุง เพื่อจะ  
สามารถเป็นเพื่อนที่ดีกับผู้อื่นได้ โดยส่วนที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การมีบุคลิกที่ดีที่เป็นที่ยอมรับ  
ของผู้อื่น

ใบกิจกรรม 1 (บุคลิกต้องตาต้องใจ)

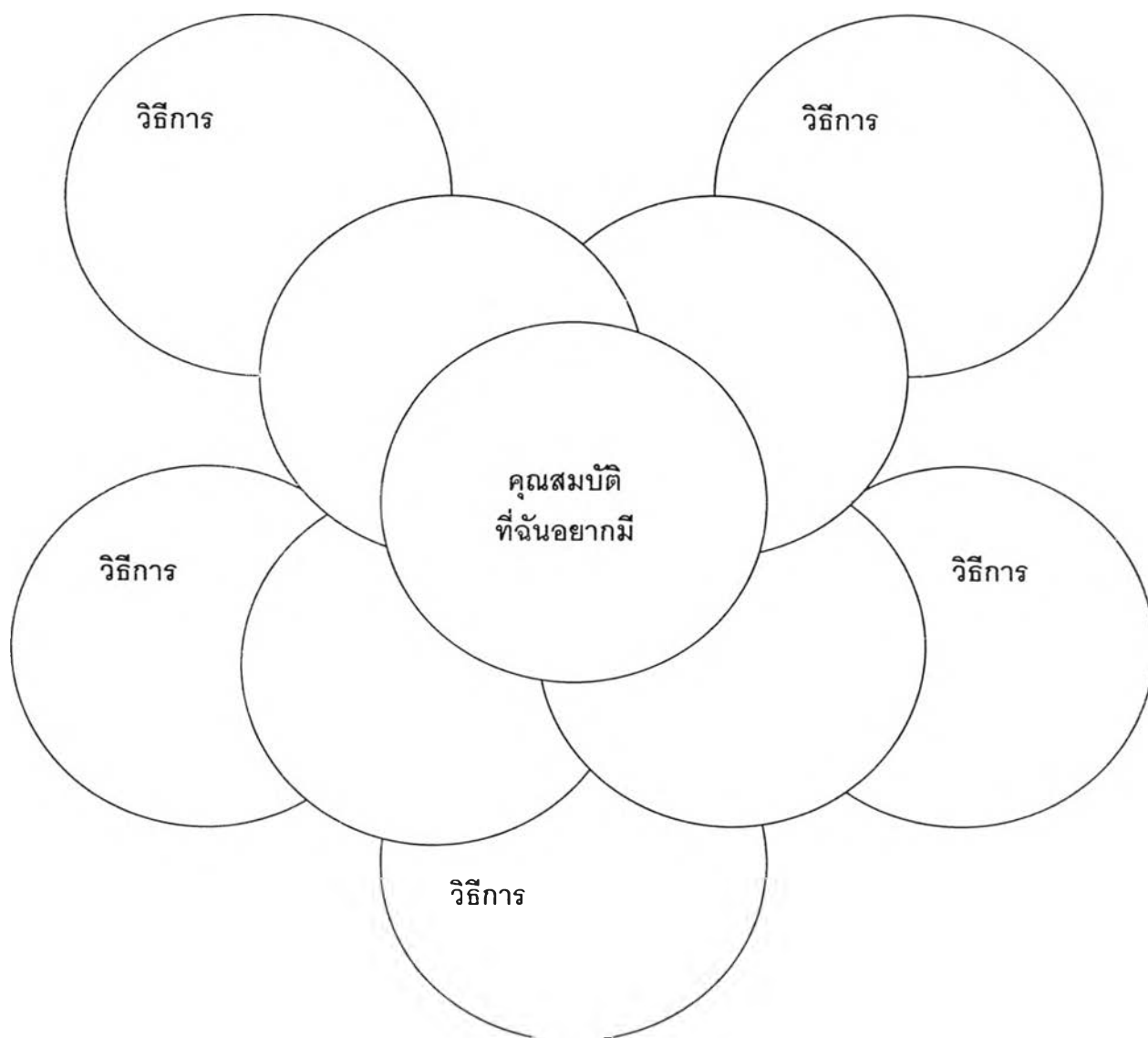
เพื่อนในอุดมคติของฉัน



## ใบกิจกรรม 2 (บุคลิกต้องตาต้องใจ)

### ภาพอุดมคติของฉัน

ให้สมาชิกทบทวนคุณสมบัติที่ตนอยากมี หรือต้องการปรับปรุงและบอกวิธีการพิจารณาหรือปรับปรุงตนเองให้มีภาพในอุดมคติอย่างที่ตนเองอยากเป็น และเป็นที่รักของเพื่อนๆ ให้ได้



### กิจกรรมคิดแบบไม่เครียด (ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง)

วัตถุประสงค์	เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีปรับเปลี่ยนความคิดให้เป็นไปในทางบวก
ขนาดของกลุ่ม	ประมาณ 5 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	ใบกิจกรรม 1, 2

#### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรมอบหมายงานให้สมาชิกทำตามใบกิจกรรม 1
2. วิทยากรสุ่มสมาชิก 5 คน ให้เสนอผลงานจากใบกิจกรรม 1 ของตัวเอง
3. แบ่งกลุ่มๆ ละ 5 กลุ่ม ร่วมพูดคุยกันถึง การคิดทางบวก และทางลบมีผลดี ผลเสียอย่างไร และเขียนตามใบกิจกรรม 2
4. ให้ตัวแทนกลุ่มประมาณ 2 – 3 กลุ่ม นำเสนอผลงานกลุ่ม และให้สมาชิกกลุ่มที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
5. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม
6. วิทยากรให้สมาชิกแต่ละคนวิเคราะห์ตัวเองในชีวิตที่ผ่านมาที่มีความคิดทางลบอะไรบ้าง และให้เปลี่ยนเป็นความคิดทางบวกตามใบกิจกรรม 3
7. ให้ตัวแทนสมาชิกรายงานผลการวิเคราะห์
8. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม

#### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

#### สรุปข้อคิด

ความคิดของเรามี 2 ทาง การคิดในทางบวกช่วยในการผ่อนคลาย ความเครียดและความคิดทางลบ ทำให้คนมีความเครียด แต่เราสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการคิดให้เป็นไปในทางบวกได้ เพื่อให้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### ใบกิจกรรม 1 (ความคิดถูกต้องเที่ยงตรง)

คำแนะนำ : ให้สมาชิกวิเคราะห์ประโยคในตาราง แล้วเขียนเครื่องหมายถูก ( / ) ลงในช่องเครียดหรือไม่เครียด ในกรณีที่ท่านเห็นว่าประโยคนั้นๆ แสดงถึงความเครียดให้แต่งประโยคใหม่ที่แสดงถึงความไม่เครียด

ประโยค	ไม่เครียด	เครียด	ประโยคแก้ไข
1. ฉันนี้แย่มาก			
2. ฉันทำได้สำเร็จ			
3. ฉันน่าทุเรศ			
4. ฉันโง่มาก			
5. ฉันภูมิใจมาก			
6. ฉันไม่น่าทำเลย			
7. ฉันทำไม่ได้			
8. ต้องต้องสอบผ่านแน่ๆ เลย			
9. อนาคตฉันช่างมืดมน			
10. ฉันท้อแท้ใจ			
11. ไม่มีใครรักฉันเลย			
12. ฉันดีใจที่ได้ทำความดี			



## ใบกิจกรรม 2 (ความคิดถูกต้องเพียงตรง)

### การคิดทางบวก

ผลดี

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

ผลเสีย

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

### การคิดทางลบ

ผลดี

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

ผลเสีย

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

### ใบกิจกรรม 3 (ความคิดถูกต้องเพียงตรง)

ในช่วงชีวิตที่ผ่านมาที่เคยมีความคิดในทางลบอย่างไรบ้าง ให้เปลี่ยนเป็นความคิดในทางบวก

ความคิดทางลบ	ความคิดทางบวก
1. ....	1. ....
2. ....	2. ....
3. ....	3. ....
4. ....	4. ....
5. ....	5. ....

## กิจกรรมทำงานร่วมกัน (ความใจจดใจจ่อ)

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้รู้จักการทำงานร่วมกันด้วยความใจจดใจจ่อ
2. เพื่อให้รู้จักการยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น

ขนาดของกลุ่ม           ประมาณ 5 คน

เวลาที่ใช้                 ประมาณ 30 นาที

### อุปกรณ์ที่ใช้

1. ใบกิจกรรม 1, 2
2. กระดาษโปสเตอร์
3. เทปกาว
4. กระดาษ A 4
5. ปากกา

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรแบ่งสมาชิกเป็นกลุ่มๆ ละ 5 คน
2. แจกกระดาษโปสเตอร์ ปากกา และเทปกาว ให้กลุ่มละ 1 ชุด
3. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มนำกระดาษโปสเตอร์ไปติดไว้ที่ผนังหรือกระดาน
4. ให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนผลัดกันออกไปลากเส้น 1 เส้น จะเป็นเส้นตรงหรือเส้นโค้งก็ได้

ในการลากเส้นให้แต่ละคนคิดไว้ในใจว่าตนเองต้องการจะให้ป็นรูปอะไร โดยจะลากเส้นบริเวณไหนของกระดาษก็ได้จะต่อเนื่องหรือไม่ก็ได้ เมื่อครบจำนวนสมาชิกแล้วให้วนกลับมาลากเส้นในแผ่นกระดาษเดิมอีกคนละเส้น ระหว่างที่สมาชิกแต่ละคนออกไปลากเส้นบนกระดาษอาจจะทำให้พอมองเห็นรูปที่อาจสมบูรณ์โดยรวมเป็นรูปใหญ่รูปเดียวหรือรูปเล็กหลายรูป ใช้เวลา 10 นาที

5. ให้สมาชิกแต่ละคนเขียนลงบนกระดาษ A4 ว่าตนเองต้องการวาดรูปอะไร
6. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มร่วมกันพูดคุยถึงรูปที่วาดว่าไม่เป็นไปตามที่ทุกคนตั้งใจ เป็นเพราะ

เหตุผลอะไรตามใบกิจกรรม 1

7. สุ่มตัวแทน 2 – 3 กลุ่ม นำเสนอ และกลุ่มที่มีความเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
8. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม
9. ให้สมาชิกแต่ละคนยกตัวอย่างงานที่ต้องทำร่วมกันและมีวิธีการอย่างไรที่ทำให้งานนั้น

บรรลุเป้าหมายตามใบกิจกรรม 2

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

การทำงานร่วมกันที่มีวางแผนร่วมกันย่อมทำให้งานประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมาย แต่ถ้าขาดการวางแผนร่วมกัน จะทำให้การทำงานมีอุปสรรคหรือข้อขัดแย้งจนทำให้งานล่าช้าหรือไม่ประสบความสำเร็จได้ และการทำงานให้ประสบความสำเร็จบุคคลแต่ละคนจะต้องมีความใจจดใจจ่อในการทำงานนั้นด้วย

ใบกิจกรรม 1 (ความใจจดใจจ่อ)

เพราะเหตุใดรูปภาพที่ได้ไม่เป็นไปตามความตั้งใจของแต่ละคน

- 1. ....
- 2. ....
- 3. ....
- 4. ....
- 5. ....

.....

ใบกิจกรรม 2 (ความใจจดใจจ่อ)

ตัวอย่างงานที่ต้องทำร่วมกับผู้อื่น

- 1. ....
- 2. ....
- 3. ....
- 4. ....
- 5. ....

วิธีการที่จะทำให้งานนั้นบรรลุเป้าหมาย

- 1. ....
- 2. ....
- 3. ....
- 4. ....
- 5. ....

## กิจกรรมตาบอดหาของ (ความสามัคคี)

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้ได้เรียนรู้ถึงความสำคัญของการเห็นใจและเข้าใจผู้อื่น โดยอยู่บนพื้นฐานของความสามัคคี

**ขนาดของกลุ่ม** ประมาณ 5 คน

**เวลาที่ใช้** ประมาณ 30 นาที

### อุปกรณ์ที่ใช้

1. ไบกิจกรรม 1, 2
2. สิ่งของ/เครื่องใช้ของตนเอง เช่น ปากกา ดินสอ หนังสือ ฯลฯ
3. ผ้าปิดตา

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรให้สมาชิกนำสิ่งของหรือของใช้ของตนเองมาคนละ 1 อย่าง เช่น ปากกา ดินสอ ฯลฯ แล้วนำไปซ่อนไว้ภายในห้องกิจกรรม

2. ให้สมาชิกทุกคนปิดตา แล้วหมุนรอบตัวเอง 2 รอบ แล้วกลับไปหาของที่ตนเองซ่อนไว้ แล้วกลับมานั่งที่เดิมภายในห้องกิจกรรม

3. วิทยากรให้สมาชิกจับคู่กันตามความสมัครใจโดยให้สมาชิกคนใดคนหนึ่งในแต่ละกลุ่มนำของไปซ่อนไว้แล้วกลับมาปิดตาตนเอง หลังจากนั้นให้คู่ของตนจูงมือไปหาของที่ซ่อนไว้แล้วจูงกลับมาที่เดิม

4. ผู้นำแบ่งกลุ่ม 5 คน พุดคุยถึงความแตกต่างของความรู้สึกที่ถูกปิดตา แล้วไปหาของที่ซ่อนด้วยตนเองกับการไปหาของที่ซ่อนไว้ โดยมีเพื่อนจูงไป ตามไบกิจกรรม 1

5. สุ่มตัวแทนแต่ละกลุ่ม ออกมารายงานผลการพุดคุยกันในกลุ่ม และให้สมาชิกที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม

6. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม

7. วิทยากรให้สมาชิกเขียนบรรยายความรู้สึกของตนเอง เมื่อประสบปัญหาและมีผู้มาให้ความช่วยเหลือตามไบกิจกรรม 2

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

คนเราทุกคนมีความแตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นรูปร่างหน้าตา บุคลิก ความสมบูรณ์ของร่างกายหรือฐานะทางสังคม ในการดำเนินชีวิต ทุกคนต้องการสิ่งดีๆ ให้กับตนเอง และคนที่เรารักด้วย

กันทั้งนั้น คนที่มีสภาพร่างกาย จิตใจ และสติปัญญาที่สมบูรณ์ นับว่าเป็นผู้ที่โชคดีแล้ว แต่มีบางคนที่เขามีความเข้มแข็ง บางคนอ่อนแอบางครั้งต้องการความช่วยเหลือ ต้องการที่จะพึ่งพาอาศัยคนอื่น ๆ ฉะนั้น การที่เราได้แสดงความเห็นอกเห็นใจ แสดงความเข้าใจ และการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน จะทำให้คนเราสามารถใช้ชีวิตร่วมกันอย่างมีความสุข





## กิจกรรมเขียนด้วยมือที่ไม่ถนัด (ความล้มเหลว)

วัตถุประสงค์	เพื่อเตรียมความพร้อมของสมาชิกให้ประสบความสำเร็จ
ขนาดของกลุ่ม	1 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	

1. ใบกิจกรรม 1, 2
2. กระดาษ A4
3. ดินสอ/ปากกา

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรแจกกระดาษ ดินสอให้สมาชิกทุกคนเขียนชื่อ/สกุลของตัวเองหรือเขียนข้อความง่ายๆ มา 1 ประโยค หรือวาดรูปลงในกระดาษด้วยมือข้างที่ไม่ถนัด เช่น ถนัดขวาให้ใช้มือซ้าย
2. ให้สมาชิกแต่ละคนพูดคุยถึงความรู้สึกและข้อคิดเห็นที่เกิดขึ้นขณะทำกิจกรรมและข้อคิดที่ได้จากการทำกิจกรรม ตามใบกิจกรรม 1
3. สุ่มตัวแทน 3 – 4 คนนำเสนอ และให้กลุ่มที่มีความเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
4. ให้สมาชิกยกตัวอย่างกิจกรรมที่ไม่ถนัด ตามใบกิจกรรม 2
5. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

การทำกิจกรรมที่เราไม่คุ้นเคยอาจทำให้รู้สึกวิตกกังวล ขาดความมั่นใจต่อผลงานที่ออกมา ซึ่งถ้าผลงานที่ออกมาไม่ตรงตามความคาดหวังไว้ก็ควรยอมรับผลงานที่เกิดขึ้นนั้น ทั้งนี้ได้หมายความว่าเราไม่มีความสามารถ แต่ถ้าเราทำกิจกรรมนั้นบ่อยๆ หรือฝึกจนเกิดความชำนาญก็สามารถพัฒนาผลงาน แล้วทำให้เกิดความรู้สึกรักหรือชอบงานนั้นได้

### ใบกิจกรรม 1 (ความล้มเหลว)

ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะทำกิจกรรมเขียนด้วยมือที่ไม่ถนัด

- 1. ....
- 2. ....
- 3. ....
- 4. ....
- 5. ....

ข้อคิดที่ได้จากการทำกิจกรรมนี้

- 1. ....
- 2. ....
- 3. ....
- 4. ....
- 5. ....

.....

### ใบกิจกรรม 2 (ความล้มเหลว)

ยกตัวอย่างกิจกรรมที่ไม่ถนัด

- 1. ....
- 2. ....
- 3. ....
- 4. ....
- 5. ....

## กิจกรรมค้นหาข้อดีของผู้อื่น (ความใจกว้าง)

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้ได้เรียนรู้การหาข้อดีของคนอื่นด้วยความใจกว้าง

**ขนาดของกลุ่ม** 2 คน

**เวลาที่ใช้** ประมาณ 30 นาที

### อุปกรณ์ที่ใช้

1. ใบกิจกรรม 1 - 3
2. บัตรหมายเลข

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรกำหนดหมายเลขประจำตัวให้สมาชิกแต่ละคน
2. คละบัตรหมายเลขแล้วหยิบขึ้นมาครั้งละ 2 หมายเลข ให้จับคู่กันตามหมายเลขที่หยิบขึ้นมาได้
3. ให้เวลา 5 นาที ในการเขียนข้อดีของแต่ละฝ่ายให้มากที่สุด ใบกิจกรรม 1 โดยไม่ต้องปรึกษากันแล้วนำมามอบให้แก่กัน พร้อมทั้งกล่าวคำขอบคุณซึ่งกันและกัน
4. ให้สมาชิกจับคู่พูดคุยความรู้สึกของแต่ละคนที่ได้รับการเขียนถึงข้อดีของตนเองจากเพื่อน
5. แบ่งกลุ่มๆ ละ 5 คน พูดคุยถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการทำกิจกรรมนี้และเขียนลงในใบกิจกรรม 2
6. สุ่มตัวแทนกลุ่มประมาณ 2 - 3 คน กลุ่มนำเสนอผลงานกลุ่ม และให้กลุ่มที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
7. วิทยากรสรุป
8. ให้สมาชิกแต่ละคนเขียนข้อดีของเพื่อนเพิ่มเติมให้มากที่สุด ตามใบกิจกรรม 3 แล้วแลกเปลี่ยนกันอ่าน

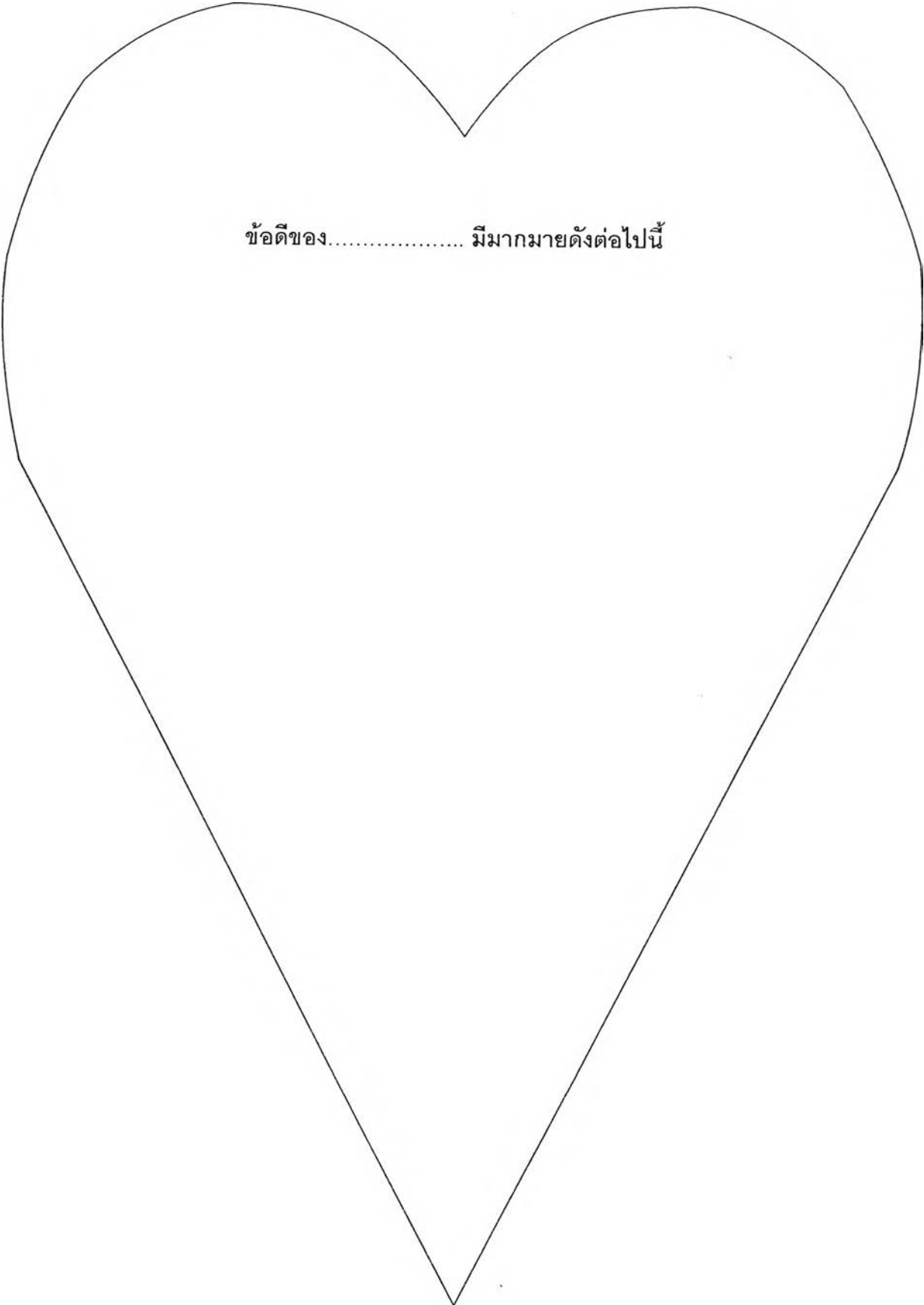
### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

คนทุกคนมีทั้งข้อดีและข้อเสีย ในการค้นหาข้อดีของผู้อื่นโดยเฉพาะคนที่ไม่คุ้นเคยหรือไม่ชอบกันจะมีความลำบาก เพราะฉะนั้นเราควรสนใจและใส่ใจซึ่งกันและกันในการค้นหาข้อดีของผู้อื่น จะก่อให้เกิดความสุขด้วยกันทั้งสองฝ่าย และเราจะต้องค้นหาข้อดีของผู้อื่นด้วยความใจกว้าง

## ใบกิจกรรม 1 (ความใจกว้าง)



ข้อดีของ..... มีมากมายดังต่อไปนี้

### ใบกิจกรรม 2 (ความใจกว้าง)

ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมนี้

- 1. ....
- 2. ....
- 3. ....
- 4. ....
- 5. ....

.....

### ใบกิจกรรม 3 (ความใจกว้าง)

ให้เขียนข้อดีของเพื่อนเพิ่มเติมจากที่ได้เขียนไปแล้ว ให้มากที่สุด (โดยอาจเขียนเพิ่มเติมในใบกิจกรรม 1)

- 1. ....
- 2. ....
- 3. ....
- 4. ....
- 5. ....

### กิจกรรมจะบอกให้ระบุว่าคิดอะไรอยู่ (กฎทองคำ)

วัตถุประสงค์	เพื่อให้สมาชิกมีทักษะในการแสดงความคิดและความรู้สึกของตนเอง
ขนาดของกลุ่ม	ประมาณ 5 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	ใบกิจกรรม 1, 2
ขั้นตอนของกิจกรรม	

1. วิทยากรให้สมาชิกยืนเป็นวงกลมซ้อนกัน 2 วง หันหน้าเข้าหากันและจับคู่กับเพื่อนที่อยู่ตรงข้าม
2. ให้สมาชิกที่อยู่ในวงเป็นผู้กล่าวประโยคในทางบวกกับคู่ของตน คนละ 1 ประโยค โดยขึ้นต้นประโยคว่า... เราอยากว่าเธอว่า... หรือ ... เราารู้สึกว่า...
3. วิทยากรให้สมาชิกวงนอกยืนอยู่กับที่ แต่สมาชิกวงในให้เลื่อนไปทางซ้ายเพื่อจับคู่กับสมาชิกวงนอกคนใหม่ และให้กล่าวประโยคในทางบวกเช่นเดิม
4. ให้สมาชิกทำเช่นนี้จนครบ จึงเปลี่ยนให้สมาชิกวงนอกเป็นผู้กล่าวประโยคในทางบวกบ้าง และเมื่อครบทุกคนจึงยุติ
5. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่ม (กลุ่มวงนอกและกลุ่มวงใน) พูดคุยถึงความคิดความรู้สึกและความแตกต่างระหว่างการเป็นผู้กล่าวประโยค และเป็นผู้รับฟัง ตามใบกิจกรรมที่ 1
6. ให้ตัวแทนทั้ง 2 กลุ่ม นำเสนอ และให้สมาชิกที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
7. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม
8. ให้สมาชิกยกตัวอย่างประโยคที่สามารถบอกความคิดความรู้สึกของเราที่เกิดขึ้น ตามใบกิจกรรมที่ 2

#### การประเมินผล

1. สมาชิกสนใจฟัง และร่วมแสดงความคิดเห็น
2. สมาชิกแสดงความคิดและความรู้สึกของตนเองต่อสมาชิกในกลุ่มได้

#### สรุปข้อคิด

การแสดงความคิดและความรู้สึกของบุคคล เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสาร การแลกเปลี่ยนความคิดและความรู้สึกของตนต่อสมาชิกในกลุ่มจะก่อให้เกิดการเรียนรู้ในการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นอีกด้วย ทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันมากขึ้น มีทักษะในการมองเรื่องราวต่างๆ กว้างขึ้น ใจกว้างที่จะรับฟังผู้อื่นมากขึ้น และนำไปสู่การสื่อสารระหว่างบุคคลที่มีประสิทธิภาพ

### ใบกิจกรรม 1 (กฎทองคำ)

ความแตกต่างของการเป็นผู้กล่าว และผู้ฟังประโยคในทางบวก

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

.....

### ใบกิจกรรม 2 (กฎทองคำ)

ยกตัวอย่างประโยคที่สามารถบอกความคิดความรู้สึกของเราที่เกิดขึ้น

**ประโยคบอกความคิด**

1. ฉันคิดว่า.....
2. ฉันคิดว่า.....
3. ฉันคิดว่า.....

**ประโยคบอกความรู้สึก**

1. ฉันรู้สึก.....
2. ฉันรู้สึก.....
3. ฉันรู้สึก.....

## กิจกรรมสัญลักษณ์ของฉันทัน

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกแสดงความคิด ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเอง

ขนาดของกลุ่ม 1 คน

เวลาที่ใช้ ประมาณ 30 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ กระดาษ A4

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรแจกกระดาษ A4 แก่สมาชิกคนละ 1 แผ่น
2. ให้สมาชิกคิดสัญลักษณ์แทนตัวเองซึ่งบ่งบอกถึงลักษณะนิสัยใจคอคนละ 1 ชนิด วาดลงในกระดาษที่แจกให้
3. เขียนอุดมการณ์ แนวคิด หรือคำขวัญ ประจำตัวลงใต้ภาพ
4. ให้นำเสนอหน้าห้องดังตัวอย่างนี้ทีละคน "สวัสดีครับผมชื่อ/ดิฉันชื่อ... สัญลักษณ์ของผม/ดิฉันคือ "พริกขี้หนู" เหตุที่เลือกพริกขี้หนู เพราะผมเป็นคนตัวเล็กแต่ใจไม่เล็ก ไม่ยอมใคร ผมสู้ยิบตา คำขวัญของผมคือ "เล็กแต่ร้อนแรง"
5. เมื่อครบทุกคนแล้ววิทยากรให้สมาชิกสรุปร่วมกันว่าได้ข้อคิดอะไรบ้างจากกิจกรรมนี้

### การประเมินผล

1. ตรวจสอบผลงานที่สมาชิกออกแบบ
2. สังเกตการถ่ายทอดความรู้สึกของสมาชิกต่อหน้าเพื่อนๆ

### สรุปข้อคิด

การได้สำรวจและสะท้อนความเป็นตัวตนของแต่ละบุคคลออกมานั้น ทำให้รู้จักตนเอง และได้รับความคิด ความรู้สึกของบุคคลอื่นมากขึ้น



## กิจกรรมเอกลักษณ์ของฉัน

วัตถุประสงค์	เพื่อให้สมาชิกบอกลักษณะนิสัยใจคอ ความชอบ ค่านิยมของตนเองและผู้อื่นได้
ขนาดของกลุ่ม	1 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	กระดาษ A4
ขั้นตอนของกิจกรรม	

1. วิทยากรสนทนากับสมาชิกว่าในอนาคตสมาชิกอยากเป็นคนอย่างไร หรือมีลักษณะนิสัยใจคอแบบใด เช่น เป็นคนที่มีความสามารถ มีบุคลิกดี มีรสนิยมในการแต่งกายเป็นอย่างไร ลองยกตัวอย่างบุคคลที่สมาชิกอยากเป็นหรืออยากเหมือน วิทยากรสุ่มถามสมาชิก 4 – 5 คน

2. วิทยากรแจกกระดาษ A4 คนละ 1 แผ่น ให้สมาชิกจินตนาการวาดภาพตนเองอย่างที่อยากเป็น ต่อเติมเสริมแต่งให้ดูดีสง่างามตามที่อยากเป็น

3. วิทยากรสุ่มให้สมาชิกบรรยายภาพของตนให้เพื่อนๆ ฟัง และแลกเปลี่ยนกันดูภาพจินตนาการของแต่ละคน

4. วิทยากรและสมาชิกร่วมกันอภิปรายสรุปว่าได้ข้อคิดอะไรจากการเข้าร่วมกิจกรรมนี้

### การประเมินผล

สังเกตจากภาพจินตนาการ การบรรยายภาพของตน และการแลกเปลี่ยนลักษณะของตนกับเพื่อน

### สรุปข้อคิด

คนเรามีลักษณะนิสัย ความชอบ และค่านิยม ที่อาจเหมือนกันหรือแตกต่างกันได้

## กิจกรรมนี้แหละ... ตัวฉัน

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้สมาชิกสำรวจบุคลิกภาพของตนเองทั้งในส่วนดีและส่วนที่  
ต้องการปรับปรุง

**ขนาดของกลุ่ม** 1 คน

**เวลาที่ใช้** ประมาณ 30 นาที

**อุปกรณ์ที่ใช้** ใบกิจกรรม

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรให้สมาชิกทำใบกิจกรรมที่แจกให้และเติมข้อความเกี่ยวกับลักษณะของตนเอง
2. สุ่มให้สมาชิกพูดสรุปความคิดที่มองตนเอง (ในใบกิจกรรมข้อที่ 4) ทีละคน
3. ให้สมาชิกสรุปร่วมกันว่าได้อะไรจากกิจกรรมนี้
4. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม

**การประเมินผล** พิจารณาจากคำตอบในใบกิจกรรม

### สรุปข้อคิด

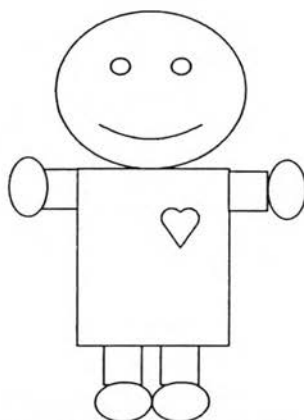
การมองตนเองเป็นการสำรวจบุคลิกภาพ ทำให้รู้จักและเข้าใจพฤติกรรมทั้งในส่วนดีและส่วนที่  
ต้องการปรับปรุง เป็นการรู้จักตนเองมากขึ้น ซึ่งเป็นบันไดขั้นแรกที่ทำให้คนเราสามารถตอบสนอง  
สนองความพอใจของตนเอง และเป็นการเติมเต็มให้ชีวิต นำพาให้ชีวิตมีคุณค่า

ใบกิจกรรม 1  
นี่แหละ...ตัวฉัน

นิสัยของฉัน

ความภูมิใจของฉัน

รูปตัวฉัน



ฉันมองตัวเองยังไงนะ?

สิ่งที่คนอื่นชมฉัน

## กิจกรรมรู้จักตัวฉัน

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกที่เพิ่งจะมาพบกันได้ทำความรู้จักชื่อของกันและกัน
2. เพื่อก่อให้เกิดความรู้จักคุ้นเคยกันของสมาชิกในเวลาอันรวดเร็ว
3. เพื่อก่อให้เกิดบรรยากาศที่เป็นกันเอง

ขนาดของกลุ่ม            ไม่จำกัดจำนวน

เวลาที่ใช้                    ประมาณ 30 นาที และสามารถยืดหยุ่นตามจำนวนสมาชิกของกลุ่ม

อุปกรณ์ที่ใช้              ไม่มี

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรจัดให้สมาชิกทั้งหมดยืนเป็นรูปวงกลม แล้วนับ 1 – 5 จนครบทุกคน
2. จัดให้สมาชิกแต่ละชุดที่นับ 1 – 5 ยืนแยกห่างกันเล็กน้อย
3. เริ่มจากชุดที่ 1 ให้สมาชิกคนแรกเอ่ยชื่อแรกของตนเองออกมาดังๆ ให้สมาชิกทุกคนได้

ยิน พร้อมกับบอกคุณลักษณะของตนเอง สมาชิกคนที่สองกล่าวชื่อสมาชิกคนแรกและคุณลักษณะพร้อมทั้งเพิ่มเติมชื่อของตนและคุณลักษณะของตนเอง และสมาชิกคนที่สามก็ทำเช่นเดียวกัน และต่อไปเรื่อยๆ จนครบ 5 คน คุณลักษณะที่สมาชิกแต่ละคนกล่าวนั้นจะเป็นคุณลักษณะประจำตัวที่ดีของตนเอง โดยเป็นคุณลักษณะภายนอกหรือภายในก็ได้เช่น ยิ้มสวย น่ารัก ว่องไว ปรารถนาปรียาว ใจดี ซื่อสัตย์ มีเมตตา เป็นต้น

### ประเมินผล

วิทยากรให้สมาชิกช่วยกันสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้ว่าได้รับอะไรบ้าง โดยให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายว่าได้ข้อคิดหรือประสบการณ์อย่างไรบ้างต่อกิจกรรมที่ผ่านมาไป

### สรุปข้อคิด

การที่สมาชิกแต่ละคนมาจากสถานที่แตกต่างกัน และต้องมาเข้ารับการอบรมร่วมกันในช่วงเวลาหนึ่ง บางคนอาจเกิดความรู้สึกขาดความมั่นใจ ว่าเหว่ อึดอัดใจ เมื่อมีโอกาสได้รู้จักเพื่อนใหม่ในเวลาอันรวดเร็ว ความรู้สึกที่ไม่ดีจะลดลงไป นอกจากนี้ในการที่เราจะทำความรู้จักคุ้นเคยกับผู้อื่นนั้น เราควรจะได้ทราบถึงคุณลักษณะประจำตัวของเขาด้วย เพื่อที่จะก่อให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันและนำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างอบอุ่น

## กิจกรรมแนะนำให้รู้จักกัน

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกที่เพิ่งจะมาพบกันได้ทำความรู้จักกันด้วยการพูดคุยสนทนากัน
2. เพื่อก่อให้เกิดความสนิทสนมคุ้นเคยกันของสมาชิกในเวลาอันรวดเร็ว
3. เพื่อก่อให้เกิดบรรยากาศที่เป็นกันเอง

ขนาดของกลุ่ม            2 คน

เวลาที่ใช้                    ประมาณ 30 นาที และสามารถยืดหยุ่นตามจำนวนสมาชิกของกลุ่ม

อุปกรณ์ที่ต้องใช้        ไม่มี

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรให้สมาชิกจับคู่กันแล้วนั่งคู่กัน
2. ให้อีกเวลาคู่ละ 5 นาที พุดคุยซักถามข้อมูลส่วนตัวของกันและกัน
3. เมื่อหมดเวลาให้หยุดและเรียกออกมาทีละคู่ แล้วแต่ว่าจะให้คู่ใดออกมาก่อนหรืออาจ

เรียกสลับกันบ้างแล้วให้แต่ละคนผลัดกันแนะนำคู่ของตนเอง

### ประเมินผล

วิทยากรให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็น แล้ววิทยากรสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรม

### สรุปข้อคิด

การที่ให้สมาชิกซึ่งไม่เคยรู้จักกันมาก่อนได้ทำความรู้จักกันเองและแนะนำให้เพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ ได้รู้จักด้วย เป็นการสร้างสัมพันธภาพเบื้องต้น และโดยธรรมชาติของคนเรานั้น มักจะเกิดความรู้สึกประหม่าที่ต้องแนะนำตัวเองให้คนอื่นรู้จัก แต่ถ้าผู้อื่นมาแนะนำแทนก็จะเกิดความสบายใจและมั่นใจยิ่งขึ้น

## กิจกรรมมุมมอง

วัตถุประสงค์	เพื่อให้รู้จักตนเอง
ขนาดของกลุ่ม	3 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	แบบสำรวจตนเอง

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรแบ่งสมาชิกเป็นกลุ่มละ 3 คน ให้แต่ละคนประเมินตนเองตามแบบสำรวจ
2. ให้สมาชิกอีก 2 คนประเมิน โดยทั้ง 3 คนประเมินซึ่งกันและกันตามแบบสำรวจเดิม
3. นำข้อที่เพื่อนเห็นแตกต่างกันมารวบรวมอภิปรายทั้ง 3 คน เพราะเหตุใดเพื่อนจึงคิดเช่นนั้น

และคุณลักษณะที่แท้จริงของเราคืออะไร

4. ให้แต่ละคนสรุปคุณลักษณะที่ดีและไม่ดีของตน พร้อมเสนอวิธีพัฒนาคุณลักษณะเหล่านั้น

### การประเมินผล

วิทยากรให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้ปฏิบัติว่าจะมีประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตอย่างไร และวิทยากรสังเกตการอภิปราย การสรุป และการนำเสนอ

### สรุปข้อคิด

การสำรวจตนเองจะทำให้เรารู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้น ทั้งในส่วนที่ดีและข้อบกพร่อง ทำให้เราเข้าใจถึงบุคลิกภาพ สติปัญญา ความสามารถ นิสัยใจคอของตน ในขณะเดียวกันถ้าเราเปิดโอกาสให้ผู้อื่นได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวเรา ก็จะทำให้ตนเองมองเห็นตนเองชัดเจนยิ่งขึ้น การรู้จักและเข้าใจตนเองอย่างถูกต้องจะทำให้เรารู้ถึงคุณลักษณะเกี่ยวกับตัวเราชัดเจนยิ่งขึ้น

## แบบสำรวจตนเอง

- คำชี้แจง 1. ให้ประเมินตนเองในช่องที่ 1 โดยเขียนเครื่องหมาย √ ในช่อง ใช่ หรือไม่ใช่
2. ให้เพื่อนคนที่ 1 ประเมินในช่องที่ 2 โดยเขียนเครื่องหมาย \* ในช่อง ใช่ หรือไม่ใช่
3. ให้เพื่อนคนที่ 2 ประเมินในช่องที่ 3 โดยเขียนเครื่องหมาย ♥ ในช่อง ใช่ หรือไม่ใช่

ข้อที่	คุณลักษณะ	ความคิดเห็น					
		ใช่			ไม่ใช่		
		ตนเอง	เพื่อน(1)	เพื่อน(2)	ตนเอง	เพื่อน(1)	เพื่อน(2)
1.	สนุกสนานร่าเริง						
2.	มีระเบียบวินัย						
3.	เป็นตัวของตัวเอง						
4.	มีเหตุผล						
5.	ซื่อสัตย์						
6.	พึ่งตนเองได้						
7.	รักษาสัมพันธภาพ						
8.	รักความก้าวหน้า						
9.	มีความสามารถ						
10.	มีความรับผิดชอบ						
11.	มีความอดทน						
12.	รู้จักให้						
13.	เห็นอกเห็นใจ						
14.	ควบคุมอารมณ์ได้						
15.	ชักจูงง่าย						
16.	ชอบให้คนสนใจ						
17.	มักแยกตัวจากผู้อื่น						
18.	ก้าวร้าว						
19.	น่าสงสาร						
20.	ขี้เกรงใจ						
21.	หงุดหงิดง่าย						
22.	ชอบเสี่ยง						
23.	ท้อแท้						

ให้สรุปคุณลักษณะที่ดีและไม่ดีของตนเอง พร้อมทั้งบอกวิธีพัฒนาคุณลักษณะเหล่านั้น

คุณลักษณะที่ดีของฉัน	ฉันจะต้องพัฒนาให้ดีขึ้นโดย
1. ....	.....
2. ....	.....
3. ....	.....
4. ....	.....
5. ....	.....

คุณลักษณะที่ไม่ดีของฉัน	ฉันจะปรับปรุงให้ดีขึ้นโดย
1. ....	.....
2. ....	.....
3. ....	.....
4. ....	.....
5. ....	.....



## กิจกรรมทุกคนมีค่า

วัตถุประสงค์	เพื่อพัฒนาความดีและความเก่งของตนเองและผู้อื่น
ขนาดของกลุ่ม	6 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	ไม่มี
ขั้นตอนของกิจกรรม	

1. วิทยากรสนทนากับสมาชิกถึงความดีของบุคคลต่างๆ ด้วยการยกตัวอย่าง
2. แบ่งสมาชิกเป็นกลุ่มๆ ละ 6 คน
3. ให้สมาชิกเลือกจับคู่กับเพื่อน แต่ละคนผลัดกันพูดถึงความดีของเพื่อน 2 นาที และความดีงามที่ตนเองมองเห็นในตนเอง 2 นาที ให้คนที่อยู่ในกลุ่มนั่งฟังผลัดกันพูดจนจบครบทุกคู่
4. แล้วเล่าให้คู่ฟังถึงกิจกรรมอะไรบ้างที่สมาชิกปฏิบัติแล้วรู้สึกภาคภูมิใจ ปราบปลื้มใจ จนอยากจะเล่าให้เพื่อนๆ ฟัง
5. ให้แต่ละคู่อภิปรายถึงความรู้สึกและประสบการณ์ในฐานะผู้พูดและผู้ฟัง

### การประเมินผล

วิทยากรให้สมาชิกร่วมกันสรุป การพูดถึงสิ่งดีงามของคนอื่นและของตนเองว่าจะมีผลอย่างไรบ้าง มีข้อดีอย่างไร และสมาชิกมีความรู้สึกอย่างไรที่ได้พูดถึงความดีงามของเพื่อน และวิทยากรสังเกตการให้เหตุผลในการพูด และการเข้าร่วมอภิปราย

### สรุปข้อคิด

ทุกคนต่างก็มีความดีงาม มีความเก่ง และมีคุณค่าอยู่ในตนเอง

## กิจกรรมจุดพิศวาส

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกรู้จักตัวเองและผู้อื่นมากขึ้น
2. เพื่อให้สมาชิกลดความมั่นใจในความคิดของตนเองมากเกินไป
3. เพื่อให้สมาชิกเกิดความตระหนักรู้ในการดำเนินชีวิตที่ยึดมั่นในทางสายกลาง

ขนาดของกลุ่ม      ไม่จำกัดจำนวน

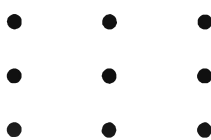
เวลาที่ใช้              ประมาณ 30 นาที

### อุปกรณ์ที่ต้องใช้

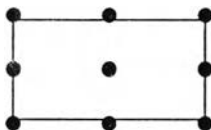
1. กระดาษขาวคนละแผ่น และปากกาหรือดินสอคนละแท่ง
2. แผ่นใส ปากกาเขียนแผ่นใส และเครื่องฉายภาพข้ามศีรษะ

### ขั้นตอนของกิจกรรม

วิทยากรวาดจุดเก้าจุดบนแผ่นใส โดยเว้นระยะห่างเท่าๆ กันของแต่ละจุด



2. ให้สมาชิกลากเส้นตรงสี่เส้นผ่านเก้าจุดนี้ โดยไม่ลากเส้นซ้ำหรือยกปากกาขึ้น โดยทำตัวอย่างที่ไม่ถูกต้องให้ดู ซึ่งจะไม่สามารถผ่านทั้งเก้าจุด

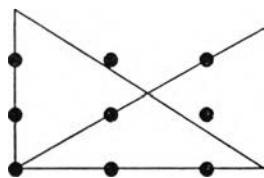


3. แจกกระดาษพร้อมปากกาหรือดินสอให้แก่สมาชิก และอธิบายวิธีการดังกล่าวให้สมาชิกฟังอีกครั้งหนึ่ง โดยสมาชิกจะเริ่มลากเส้นจากจุดไหนก่อนก็ได้ ถ้าทำไม่ได้ให้เขียนจุดใหม่และพยายามพลิกแพลงจนกว่าจะทำได้ โดยอย่าให้สมาชิกดูกัน

4. สมาชิกที่ทำเสร็จแล้ววิทยากรจะไปตรวจดูว่าทำถูกต้องหรือไม่ ถ้าทำไม่ถูกต้องให้ทำใหม่ ถ้าทำถูกต้องแล้วให้เก็บไว้ก่อนอย่าเพิ่งให้เพื่อดู

5. หลังจากเวลาผ่านไปประมาณ 5 นาที และส่วนใหญ่ก็ยังทำไม่ได้ วิทยากรแนะนำสมาชิกว่าไม่จำเป็นจะต้องลากเส้นอยู่ภายในเก้าจุด จะลากเลยจุดออกไปก็ได้

6. ให้เวลาสมาชิกทำต่ออีก 5 นาที ถ้าเห็นว่ายังมีอีกหลายคนยังทำไม่ได้ ให้สมาชิกที่ทำเสร็จแล้วและถูกต้องออกไปสาธิต



### ประเมินผล

วิทยากรให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายตามหัวข้อดังนี้

1. เพราะเหตุใดในตอนแรกๆ สมาชิกบางคนทำไม่ได้แต่บางคนทำได้
  2. ถ้ามองความรู้สึกของสมาชิกว่าเป็นอย่างไร
  3. ในชีวิตจริงของคนเรา อะไรเป็นอุปสรรคที่ทำให้เราไม่สามารถทำอะไรได้สำเร็จหรือไม่
- ก้าวหน้า
4. เราสามารถจะเอาชนะอุปสรรคหรือฝ่าฟันอุปสรรคที่ขัดขวางนั้นได้อย่างไร
  5. กิจกรรมนี้ให้ข้อคิดอะไรแก่เราบ้าง

### สรุปข้อคิด

กิจกรรมนี้มุ่งให้เรารู้จักตัวเอง เวลาที่เราลากเส้นสีเส้นให้ผ่านแก้วจุด เรามักลากอยู่ภายในสีเหลี่ยมแก้วจุดโดยอัตโนมัติ ซึ่งแสดงว่าตัวเรามีกลไกบังคับเราอยู่โดยที่เราไม่รู้สึกรู้ตัว ทั้งๆ ที่คำสั่งไม่ได้สั่งว่าจะต้องลากภายในแก้วจุดนี้ แต่เราก็ทำไปตามโดยอัตโนมัติ ซึ่งกลไกที่อยู่ภายในตัวเราที่เราได้รับมาแต่กำเนิดตามสภาพแวดล้อม ตามการอบรมเลี้ยงดู ตามขนบธรรมเนียมประเพณี ซึ่งเรียกได้ว่าเป็นกรอบหรือแบบแผนแห่งชีวิต เมื่อเราทำอะไรเราก็ทำตามระเบียบหรือกรอบอันนี้ และยึดเป็นหลักของชีวิตโดยอัตโนมัติซึ่งก็เป็นเรื่องปกติธรรมดา ดังนั้นถ้าหากว่าเราจะยึดกรอบหรือแบบแผนแห่งชีวิตของเราอย่างเดียว คงจะพบความเจริญก้าวหน้าได้ยาก การทำอะไรในกรอบหรือตามความเคยชินเป็นสิ่งที่ทำได้ง่าย สะดวก และปลอดภัยเพราะเราเคยทำมาก่อนแล้ว แต่เราจะพบความเจริญก้าวหน้าหรือพบสิ่งแปลกๆ ใหม่ๆ ไม่ได้ แต่การที่คนเราจะออกนอกกรอบของตัวเองก็เป็นการเสี่ยง และเราอาจไม่ทราบว่าจะเสี่ยงแล้วผลมันจะเป็นอย่างไร กระนั้นก็ดีเราก็ควรจะกล้าเสี่ยง ถ้าหากว่าการเสี่ยงนี้เราจะพบกับความก้าวหน้าทางด้านจิตใจด้วย เราก็ควรจะเสี่ยง แต่การเสี่ยงนั้นถึงแม้เป็นสิ่งที่ดีแต่ก็อย่าให้มากเกินไป ซึ่งจะประสบความสำเร็จหรือความก้าวหน้าจริงๆ ได้ยาก เช่นเดียวกับการลากเส้น ถ้าลากเส้นออกมามากเกินไปก็ไม่สำเร็จ แต่ก็อย่าให้น้อยเกินไปก็จะไม่สำเร็จเช่นเดียวกัน นั่นคืออย่าเป็นคนอนุรักษ์นิยมมากเกินไป เราควรทำให้อยู่ในความพอดี คือยึดถือทางสายกลาง

## กิจกรรมตบมือ

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและความสนุกสนาน
2. เพื่อสร้างความพร้อมเพรียงและความเป็นระเบียบ

ขนาดของกลุ่ม      กลุ่มใหญ่

เวลาที่ใช้            ประมาณ 10 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้      -

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรตบมือเป็นจังหวะพร้อมกับนับเลขจังหวะการตบมือให้สมาชิกฟัง ประกอบด้วย
  - 2 จังหวะต่อไปนี้
    - จังหวะที่ 1 คือ หนึ่ง สอง, หนึ่ง สอง สาม, หนึ่ง สอง, หนึ่ง สอง, หนึ่ง
    - จังหวะที่ 2 คือ หนึ่ง สอง, หนึ่ง สอง, หนึ่ง สอง, หนึ่ง
2. วิทยากรสอนให้สมาชิกตบมือตามจังหวะทั้ง 2 จังหวะ จนสามารถตบมือได้อย่างพร้อมเพรียงกัน โดยให้เรียงจังหวะที่ 1 และ 2 ตามลำดับ
3. วิทยากรให้สมาชิกตบมือตามจังหวะที่วิทยากรเป็นผู้กำหนด เพื่อสังเกตดูว่าสมาชิกสามารถทำได้อย่างถูกต้องและมีความพร้อมเพรียงมากน้อยเพียงใด

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

การทำกิจกรรมใดๆ ก็ตาม ถ้าหากเราปฏิบัติตามกฎและแบบแผนที่ถูกต้องก็สามารถทำให้เกิดความพร้อมเพรียงและควมมีระเบียบได้ในสังคม

## กิจกรรมล่าลายเซ็น

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความคุ้นเคย ความเป็นมิตรให้เกิดขึ้นในกลุ่ม
2. เพื่อให้สมาชิกรู้จักเพื่อนสมาชิกและเรียนรู้ทักษะทางสังคมอย่างง่าย ๆ

ขนาดของกลุ่ม      กลุ่มใหญ่

เวลาที่ใช้            ประมาณ 30 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้        ใบกิจกรรม 1 – 3

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรแจกใบกิจกรรม 1 แก่สมาชิกทุกคน
2. วิทยากรให้สมาชิกขอลายเซ็นของเพื่อนสมาชิกตามลักษณะใบกิจกรรม 1 ซึ่งในแต่ละลักษณะอาจมีลายเซ็นของเพื่อนหลายคนก็ได้ หรือเพื่อนคนเดียวอาจมีลักษณะตามใบกิจกรรม 1 หลายอย่างก็ได้
3. วิทยากรเก็บใบกิจกรรม 1 เมื่อครบกำหนดเวลา 10 นาที
4. วิทยากรให้สมาชิกแต่ละคนพูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นที่ถูกเลือกในลักษณะต่างๆ แล้วเขียนลงในใบกิจกรรม 2
5. วิทยากรสุ่มตัวแทนนำเสนอและให้คนที่มีความคิดเห็นแตกต่างนำเสนอเพิ่มเติม
6. วิทยากรสรุปเพิ่มเติม
7. วิทยากรให้สมาชิกยกตัวอย่างลักษณะของเพื่อนที่ดีเขียนลงในใบกิจกรรม 3

### การประเมินผล

1. ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

คนทุกคนย่อมมีทั้งส่วนดีและส่วนไม่ดีปะปนกันไปโดยธรรมชาติ เรามักเคยชินกับการบอกเล่าส่วนที่ไม่ดีของคนอื่นได้ง่ายกว่า ฉะนั้นการปรับความคิดที่จะมองผู้อื่นในทางที่ดีมากขึ้นเป็นการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อกันย่อมทำให้ผู้ที่อยู่ร่วมกับเรามีความสุข เป็นมิตร และสัมพันธ์ภาพที่ดี

## ใบกิจกรรม 1

คำชี้แจง : ให้ขอลายเซ็นของเพื่อนสมาชิกตามลักษณะที่กำหนด แต่ละคนอาจมีหลายลักษณะได้ และหนึ่งลักษณะอาจมีหลายคนได้

ลักษณะ	ลายเซ็น
1. สวยที่สุด	
2. หล่อที่สุด	
3. ยิ้มหวานที่สุด	
4. พุดแก่งที่สุด	
5. พุดเพราะที่สุด	
6. มนุษย์สัมพันธ์ดีที่สุด	
7. ใจดีที่สุด	
8. ซื่อสัตย์ที่สุด	
9. น่ารักที่สุด	
10. เท่ที่สุด	
11. ร้องเพลงแก่งที่สุด	
12. รับผิดชอบที่สุด	
13. เรียบร้อยที่สุด	
14. พุดน้อยที่สุด	
15. เสียงดังที่สุด	
16. ตลกที่สุด	

## ใบกิจกรรม 2

ความรู้สึก/ความคิดเห็นที่ถูกเลือกในลักษณะต่างๆ

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

.....

## ใบกิจกรรม 3

ลักษณะของเพื่อนที่ดี

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

## กิจกรรมคุณค่าแห่งตน

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกสำรวจการเห็นคุณค่าแห่งตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกมีแนวคิดในการพัฒนาตนเองให้เป็นผู้เห็นคุณค่าในตนเองได้

ขนาดของกลุ่ม            1 คน

เวลาที่ใช้                    ประมาณ 30 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้                แบบทดสอบ Rubin's Self Esteem Scale

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรอธิบายการทำแบบทดสอบเพื่อค้นหาระดับความรู้สึกรักและเห็นคุณค่าในตนเอง
2. วิทยากรและสมาชิกร่วมกันสรุป และแปลผลการทำแบบทดสอบ และนำผลจากการทำแบบทดสอบไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาความรู้สึกรักและเห็นคุณค่าในตนเองในสิ่งที่ตนยังขาดอยู่เพื่อให้สมาชิกเต็มเต็มในความรู้สึกรักและเห็นคุณค่าในตนเอง และดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความภาคภูมิใจต่อไป
3. สมาชิกและวิทยากรร่วมกันอภิปรายข้อคิดที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนี้

### การประเมินผล

1. พิจารณาจากคำตอบในใบกิจกรรม
2. สังเกตจากผลจากแบบทดสอบของสมาชิก
3. สังเกตจากการร่วมอภิปรายสรุปข้อคิดจากการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

การเห็นคุณค่า และความดีของตนเอง ย่อมทำให้ทุกคนมีกำลังใจที่จะก้าวต่อไปในชีวิต มองเห็นศักดิ์ศรีและค่าของตนเอง ในขณะที่เดียวกันผู้ที่มองเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ก็สามารที่จะพัฒนาคุณค่าในตนเอง โดยเริ่มมองจุดดีเล็กๆ และพัฒนาต่อไปเรื่อยๆ อย่างต่อเนื่อง



## แบบทดสอบ Rubin's Self Esteem Scale

คำชี้แจง แบบสอบถามทั้งหมดมี 3 ตอน โปรดอ่านคำชี้แจงแต่ละตอนอย่างถี่ถ้วน คำตอบไม่มีการตัดสินว่าถูกหรือผิด เพราะเป็นความรู้สึกของแต่ละคน ไม่จำเป็นจะต้องเหมือนกับผู้อื่น โปรดตอบทุกๆ ข้อ

ตอนที่ 1 โปรดอ่านแต่ละประโยคอย่างระมัดระวัง ถ้าประโยคไหนเหมือนตัวคุณเองก็ตอบว่า ใช่ ถ้าเห็นว่าไม่เหมือนก็ตอบว่า ไม่ใช่ โดยการกาเครื่องหมาย / ทับคำตอบนั้น

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. ฉันทำสิ่งที่ไม่ดีมามาก		
2. ฉันเป็นคนไม่เชื่อฟังเวลาที่อยู่ที่บ้าน		
3. ฉันเคยได้รับความลำบากเสมอ		
4. ฉันคิดไปในด้านอกุศลเสมอ		
5. ฉันเป็นคนที่ไม่ไว้ใจได้		
6. ฉันเป็นคนเรียนดี		
7. ฉันเป็นคนฉลาด		
8. ฉันไม่ค่อยจะรู้เรื่องอะไรเลย		
9. ฉันเป็นนักอ่านที่ดี		
10. ฉันเรียนอะไรแล้วก็ลืมหมด		
11. ฉันเป็นคนหน้าตาดี		
12. ฉันมีหน้าตาแจ่มใสเสมอ		
13. ฉันมีรูปร่างไม่ดี		
14. ฉันเป็นคนแข็งแรง		
15. ฉันเป็นผู้นำในการเล่นและการกีฬา		
16. ฉันร้องไห้เก่ง		
17. ฉันเป็นคนชอบวิตกกังวล		
18. ฉันหวาดกลัวบ่อยๆ		
19. ฉันจะว่าวุ่นใจเมื่อคนเรียกฉัน		
20. ฉันเป็นคนขี้ตกใจ		

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
21. คนมักเลือกฉันในการเล่นเกมนานๆ		
22. ฉันเป็นคนสุดท้ายที่ได้รับเลือกให้เล่นเกม		
23. ฉันลำบากใจที่จะเป็นเพื่อนกับใคร		
24. ฉันมีเพื่อนมาก		
25. ฉันเป็นคนที่ถูกล้อ		
26. ฉันเป็นคนที่มีความสุข		
27. ฉันเป็นคนที่ไม่มีความสุข		
28. ฉันพอใจในสภาพตัวเองขณะนี้		
29. ฉันอยากเป็นอย่างอื่นที่ไม่ใช่ตัวฉันตอนนี้		
30. ฉันเป็นคนร่าเริง		

ตอนที่ 2 โปรดอ่านแต่ละข้อต่อไปนี้อย่างระมัดระวัง แล้วทำเครื่องหมาย O ล้อมรอบ ข้อ ก. หรือ ข. หรือ ค. หรือ ง. ตามที่คุณเห็นว่าตรงกับความรู้สึกของคุณมากที่สุดเพียงข้อเดียว

ก. เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข. เห็นด้วย

ค. ไม่เห็นด้วย

ง. ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อความ	ก	ข	ค	ง
31. ฉันเป็นคนมีคุณค่าทัดเทียมกับผู้อื่น				
32. ฉันเป็นคนมีคุณสมบัติที่ดีหลายอย่าง				
33. ฉันรู้สึกว่าฉันทำอะไรไม่สำเร็จเลย				
34. ฉันมีความสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดีเท่าผู้อื่น				
35. ฉันมีความภาคภูมิใจในตนเองน้อยเหลือเกิน				
36. ฉันคิดถึงตัวเองในทางที่ดี				
37. โดยทั่วไปแล้วฉันมีความพอใจในตัวเอง				
38. ฉันหวังว่าฉันสามารถนับถือตัวเองได้มากกว่านี้				
39. ขณะนี้ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไร้ประโยชน์				
40. บางครั้งฉันคิดว่าฉันไม่มีอะไรดีเลย				

ตอนที่ 3 โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ตามลำดับอย่างถี่ถ้วน แล้วทำเครื่องหมาย O ล้อมรอบ ตัวเลข

1 หรือ 2 หรือ 3 หรือ 4 หรือ 5 ซึ่งตรงกับความรู้สึกของคุณมากที่สุดเพียงข้อเดียว

1. ไม่เคยเลย    2. ไม่บ่อยนัก    3. บางครั้ง  
4. บ่อยครั้ง    5. ตลอดมา

ข้อความ	1	2	3	4	5
41. ฉันเป็นเพื่อนกับทุกๆ คน					
42. ฉันมีความสุข					
43. ฉันมีความกรุณา					
44. ฉันเป็นคนกล้า					
45. ฉันเป็นคนซื่อสัตย์					
46. คนทุกๆ ไปชอบฉัน					
47. ฉันเป็นคนที่ไว้ใจได้					
48. ฉันเป็นคนดี					
49. ฉันภาคภูมิใจในตัวฉัน					
50. ฉันเป็นคนเกียจคร้าน					
51. ฉันให้ความร่วมมือกับทุกคนเสมอ					
52. ฉันเป็นคนร่าเริงแจ่มใส					
53. ฉันเป็นคนมีความคิด					
54. ฉันเป็นที่รู้จักของคนทั่วไป					
55. ฉันเป็นคนอ่อนโยน					
56. ฉันเป็นคนซื่อจรรยา					
57. ฉันเป็นคนไม่ดื้อดึง					
58. ฉันเป็นคนสุภาพ					
59. ฉันเป็นคนขี้อาย					
60. ฉันเป็นคนสะอาด					
61. ฉันเป็นคนมีประโยชน์ต่อผู้อื่น					
62. ฉันเป็นคนมีความกตัญญู					

### ลักษณะการตรวจ และการแปลผลแบบทดสอบ Rubin's Self Esteem Scale

แบบทดสอบนี้เป็นแบบวัดที่ให้รายงานตนเอง ประกอบด้วยข้อความ 62 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นข้อความเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ (Self Concept) จำนวน 30 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบรับหรือปฏิเสธ ตอบโดยกาเครื่องหมาย X (กากบาท) ทับคำว่า ใช่ หรือ ไม่ใช่ โดยในแต่ละข้อมีการตรวจให้คะแนนแตกต่างกันตามลักษณะของข้อความ ดังนี้

เมื่อข้อความมีลักษณะทางบวก

ได้แก่ ข้อ 5, 6, 7, 9, 11 12, 14, 15, 21, 24, 26, 28 และ 30

ถ้าตอบ ใช่ ได้ 2 คะแนน

ถ้าตอบ ไม่ใช่ ได้ 1 คะแนน

เมื่อข้อความมีลักษณะทางลบ

ได้แก่ ข้อ 1, 2, 3, 4, 8, 10, 13, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 25, 27 และ 29

ถ้าตอบ ใช่ ได้ 1 คะแนน

ถ้าตอบ ไม่ใช่ ได้ 2 คะแนน

ตอนที่ 2 เป็นแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem Scale) จำนวน 10 ข้อ เป็นแบบ Rating Scale 4 ระดับ (ก – ง) ตอบโดยการทำเครื่องหมาย O (วงกลม) ล้อมรอบตัวอักษรที่แสดงว่า เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย หรือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ในแต่ละข้อมีการตรวจให้คะแนนแตกต่างกันตามลักษณะของข้อความ ดังนี้

เมื่อข้อความมีลักษณะทางบวก

ได้แก่ข้อ 31, 32, 34, 36 และ 37

ถ้าตอบ ก หรือ ข ได้ 2 คะแนน

ถ้าตอบ ค และ ง ได้ 1 คะแนน

เมื่อข้อความมีลักษณะทางลบ

ได้แก่ข้อ 33, 35, 38, 39 และ 40

ถ้าตอบ ก หรือ ข ได้ 1 คะแนน

ถ้าตอบ ค และ ง ได้ 2 คะแนน

ตอนที่ 3 เป็นการประเมินอัตมโนทัศน์ (Self Concept Rating) จำนวน 22 ข้อ เป็นแบบ Rating Scale 5 ระดับ (1 – 5) ให้โดยการทำเครื่องหมาย O (วงกลม) ล้อมรอบตัวอักษรที่แสดงว่า ไม่เคยเลย ไม่บ่อยนัก บ่อยครั้ง หรือ ตลอดมา และในแต่ละข้อมีการตรวจให้คะแนนแตกต่างกันตามลักษณะของข้อความ ดังนี้

เมื่อข้อความมีลักษณะทางบวก

ได้แก่ข้อ 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 51, 52, 53, 54, 55, 57, 58, 60, 61 และ

62

ถ้าตอบ 1 จะได้ 1 คะแนน

ถ้าตอบ 2 จะได้ 2 คะแนน

ถ้าตอบ 3 จะได้ 3 คะแนน

ถ้าตอบ 4 จะได้ 4 คะแนน

ถ้าตอบ 5 จะได้ 5 คะแนน

เมื่อข้อความมีลักษณะทางลบ

ได้แก่ 50, 56 และ 59

ถ้าตอบ 1 จะได้ 5 คะแนน

ถ้าตอบ 2 จะได้ 4 คะแนน

ถ้าตอบ 3 จะได้ 3 คะแนน

ถ้าตอบ 4 จะได้ 2 คะแนน

ถ้าตอบ 5 จะได้ 1 คะแนน

#### การคิดคะแนนรวม

คะแนนรวมคิดโดยการรวมคะแนนทั้ง 62 ข้อ ของผู้ตอบแบบทดสอบเข้าด้วยกัน เป็นคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ตอบแบบทดสอบแต่ละคน ซึ่งมีช่วงคะแนนโดยทฤษฎี ตั้งแต่ 62 – 190 ในการแบ่งระดับของคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีเกณฑ์การแบ่งดังต่อไปนี้

ถ้าได้คะแนนตั้งแต่ 159 – 190 ถือว่าเป็นผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง

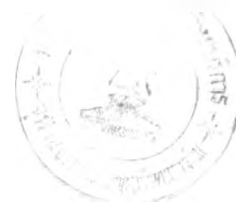
ถ้าได้คะแนนตั้งแต่ 95 – 158 ถือว่าเป็นผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในระดับปาน

กลาง

ถ้าได้คะแนนตั้งแต่ 62 – 94 ถือว่าเป็นผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในระดับต่ำ

## กิจกรรมพลังคำพูด

วัตถุประสงค์	เพื่อสร้างความเชื่อมั่นให้กับตนเอง
ขนาดของกลุ่ม	2 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 30 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	ไม่มี



### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรให้สมาชิกจับคู่กัน
2. วิทยากรให้สมาชิกคัดเลือกคำพูดด้านบวกตามที่ตนสนใจเช่น
  - เป็นคนที่ยอดเยี่ยม
  - เป็นคนที่น่ารัก เป็นคนที่ฉลาด
  - เป็นคนที่สมองดี
  - เป็นคนที่เรียนเก่ง
  - เป็นคนที่แข็งแรง
  - เป็นคนที่มีรูปร่างดี
  - เป็นคนที่เพื่อน ๆ รัก
3. ให้สมาชิกฝึกพูดคำพูดด้านบวกที่ตนเลือกซ้ำ 5 – 10 รอบ
4. ให้สมาชิกพูดคุยกัยถามถึงคำพูดด้านบวกที่คัดเลือกไว้ แล้วพูดคำพูดด้านบวกที่คัดเลือกซ้ำ 5 – 10 รอบ

### การประเมินผล

วิทยากรให้สมาชิกอภิปรายผลการปฏิบัติว่าสมาชิกมีความเชื่อมั่นในตนเองอย่างไร และวิทยากรสังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในเรื่องความเชื่อมั่นของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

สมองของคนเรามีความสามารถที่ยิ่งใหญ่ในการรับข้อมูล สะสมข้อมูล และส่งข้อมูลผ่านไปยังร่างกาย การใช้คำพูดดีๆ กับตัวเองและการรับฟังคำพูดดีๆ จากผู้อื่นสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตของตัวเองได้ สามารถสร้างความสำเร็จ มีสุขภาพที่ดี มีความสุข และความสงบของจิตใจได้จากการเปลี่ยนข้อมูลในจิตใต้สำนึกที่ไม่ดีได้

## กิจกรรมเทคนิคการใช้คำพูดด้านบวก

วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้มีความผ่อนคลาย และเพื่อฝึกตนเองในด้านจิตใจและอารมณ์ 2. เพื่อให้เกิดภาพพจน์ต่อตนเองทางบวก และเห็นคุณค่าในตนเอง
ขนาดของกลุ่ม	1 คนหรือมากกว่า 1 คน
เวลาที่ใช้	ประมาณ 10 นาที
อุปกรณ์ที่ใช้	วิทยุ เทปเพลง ผ้ารองนอน
ขั้นตอนของกิจกรรม	1. สมาชิกนอนในท่าควาสนะ 2. เปิดเพลงแล้วให้สมาชิกจินตนาการตามเทคนิคการใช้คำพูดด้านบวก
การประเมินผล	สังเกตจากท่าทางขณะทำกิจกรรมของสมาชิก
สรุปข้อคิด	

เทคนิคการใช้คำพูดด้านบวก ดังนี้ ชีวิตใหม่ของฉันเริ่มต้นตั้งแต่วันนี้ ฉันจะเริ่มต้นชีวิตใหม่ด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง ฉันรักตัวเอง รักทุกสิ่งทุกอย่างที่ประกอบขึ้นเป็นตัวฉัน อารมณ์ความรู้สึก อวัยวะทุกส่วนในร่างกายของฉัน ฉันรู้สึกได้ถึงความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่ที่มีอยู่ภายในจิตใจลึกลึกของฉันและของทุกๆ คน ... หายใจเข้า เอาพลังแห่งความรักความเมตตาเข้ามาในตัวเรา ... หายใจออก แม้ความรักความเมตตาให้กับตัวเอง ให้กับคนรอบข้างทุกๆ คน พลังแห่งความรักความเมตตาทำให้ฉันรู้สึกมั่นใจในตนเอง เห็นว่าตัวเองมีคุณค่า มีความสำคัญ เมื่อฉันมีความรักให้กับตนเอง ฉันรู้สึกได้ถึงความรักที่ฉันมีให้กับผู้อื่น พลังแห่งความรักความเมตตา ทำให้ฉันมีความสุขและอยากแบ่งปันความสุขนี้ให้กับคนทุกคน ฉันอยากทำให้คนทุกคนในโลกนี้มีความสุข และอยากมีส่วนทำให้โลกของเราเป็นโลกที่น่าอยู่ขึ้นเมื่อฉันมีความรักให้กับตัวเอง ฉันมีความสุขมากขึ้นทุกวัน และฉันอยากแบ่งปันความสุขนี้ให้กับคนทุกคน ฉันรู้แล้วว่าในโลกนี้ไม่มีใครอีกแล้วที่เหมือนฉัน และทำหน้าที่แทนฉันได้อย่างแท้จริง ฉันคือฉัน เธอคือเธอ เราทุกคนมีคุณค่าแตกต่างกัน ฉันเริ่มรู้สึกถึงความรู้สึกดีๆ ที่มีต่อตัวเอง และเริ่มขจัดความรู้สึกลบต่างๆ ออกจากจิตใจของฉัน แม้ว่าฉันจะยังไม่เป็นคนที่มีบุคลิกแบบในทุกๆ ด้าน และบางทีฉันก็อาจจะไม่มีวันได้เป็นคนที่มีบุคลิกแบบในทุกๆ ด้านในชีวิตนี้ แต่ฉันก็จะปรับปรุงตัวฉันให้ดีขึ้นทุกวัน ฉันเคยทำสิ่งที่ผิดพลาดมามากมาย และในอนาคตฉันก็อาจจะทำอะไรผิดพลาดขึ้นอีกโดยที่ฉันไม่ได้ตั้งใจ ฉันจะนำสิ่งที่ผิดพลาดเหล่านี้มาเป็นบทเรียนของชีวิตที่จะทำให้ฉันเข้มแข็ง ปรับปรุงตัวให้รวดเร็วขึ้น และช่วยเหลือคนรอบข้างได้มากขึ้น ไม่ว่าจะมီးอะไรเกิดขึ้นในชีวิต ฉันก็จะรักตัวเอง มีความรู้สึกที่ดีแก่ตัวเอง ฉันอยากเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง ถ้าฉันไม่เป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเองแล้ว ใครจะมาเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของฉัน ฉันรักตัวเองมากขึ้นทุกวัน มันเป็นความรู้สึกที่ยิ่งใหญ่ที่ฉันเริ่มสนใจตนเอง ขึ้นชอบตนเอง มีความรักให้แก่ตัวเอง ฉันเริ่มมีความรู้สึกเช่นเดียวกันนี้กับคนรอบข้าง ยิ่ง

ฉันมีความรักให้แก่ตนเองและคนรอบข้างมากขึ้นเท่าใด ฉันก็มีความสุขมากยิ่งขึ้นเท่านั้น ฉันมีความสุขมากจริงๆ ฉันเริ่มเห็นความดีงาม ความสามารถต่างๆ ที่มีอยู่ในตัวฉัน ยิ่งฉันย้อนกลับมาศึกษาตัวเองมากขึ้นเท่าใด ฉันก็พบความสามารถซ่อนเร้นอยู่ในตัวฉันมากขึ้นเท่านั้น ฉันแสดงออกถึงความสามารถต่างๆ เหล่านี้มากขึ้น ฉันพัฒนาความสามารถต่างๆ เหล่านี้พร้อมๆ กับนำความสามารถเหล่านี้มาช่วยเหลือผู้อื่น เมื่อฉันมองเข้าไปในจิตใจลึกๆ ของฉัน ฉันได้เห็นพลังแห่งความรักความเมตตาที่ซ่อนอยู่ในจิตใจลึกๆ ของฉัน ... หายใจเข้า เอาพลังแห่งความรักความเมตตาเข้ามาในตัวเรา ... หายใจออก แผ่ความรักความเมตตาให้กับตัวเอง ให้กับคนรอบข้างทุกคน ฉันรู้สึกถึงพลังแห่งความรักความเมตตาที่มีอยู่ในตัวฉันมากขึ้น มากขึ้น พลังนี้ทำให้ฉันเข้มแข็ง มีความรู้สึกด้านบวกให้กับตัวเองมากขึ้น ฉันพูด คิด และทำแต่สิ่งที่เป็นบวกแก่ตัวเองและผู้อื่น ฉันรู้จักให้อภัยตัวเองและผู้อื่น ฉันดีใจที่ได้เกิดมาเป็นตัวฉัน ฉันอยากบอกกับตัวเองในใจว่า ขอขอบคุณ ขอขอบคุณ ขอขอบคุณสำหรับการที่ฉันได้เกิดมาเป็นตัวฉัน ฉันจะเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเองตลอดไป



## กิจกรรมพลังแห่งจินตนาการ

วัตถุประสงค์ เพื่อฝึกจินตนาการ

ขนาดของกลุ่ม 1 คน

เวลาที่ใช้ ประมาณ 30 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ วิทยุ เทปเพลง

### ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรให้สมาชิกนั่งหลับตา สบายๆ ผ่อนคลายทุกส่วนของร่างกาย หายใจลึกๆ ซ้ำๆ เข้าออก 2 – 3 ครั้ง
2. ให้จินตนาการตามไป โดยมีเสียงเพลงบรรเลงประกอบการจินตนาการเช่น จินตนาการว่า
  - เราเดินอยู่บนชายหาด พบ... (สัมผัส/เห็น...)
  - เราเดินไปขึ้นรถ พบ... (สัมผัส/เห็น/ได้ยินเสียง...)
  - เราเดินเข้าไปในสวนดอกไม้ พบ...
  - เราเดินอยู่ในชนบท พบ...
3. ย้ำให้สมาชิกพยายามใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 เพื่อให้จินตนาการนั้นใกล้เคียงความจริง ดังนี้
  - ตา (เห็นภาพ...)
  - หู (ได้ยินเสียง...)
  - จมูก (ได้กลิ่น...)
  - ผิวหนัง (รู้สึก... กระแทบตัวเรา)
4. ให้สมาชิกลืมตาขึ้น โดยเมื่อสมาชิกลืมตาขึ้นมีความรู้สึกที่สงบ ผ่อนคลาย แสดงว่าเรามีพลังจินตนาการที่ดี

### การประเมินผล

วิทยากรให้สมาชิกอภิปรายผลการฝึกจินตนาการของสมาชิกแต่ละคนเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ให้อภิปรายสิ่งที่สมาชิกได้รับจากการฝึกจินตนาการว่ามีผลอย่างไรบ้างต่อจิตใจ และวิทยากรสังเกตผลการปฏิบัติและติดตามการปฏิบัติของสมาชิก

### สรุปข้อคิด

คำพูดที่ทำให้เห็นภาพหรือเกิดการจินตนาการเป็นสิ่งที่มียุทธพลที่ยิ่งใหญ่ต่อจิตใจมนุษย์ ไอสไตน์กล่าวว่า "จินตนาการมีคุณค่ากว่าความรู้มากนัก" ไตซารรี กล่าวว่า "จินตนาการของคน

เรามีความสัมพันธ์เป็นอย่างยิ่งกับการเปลี่ยนแปลงภาพพจน์ของตนเอง จึงควรฝึกออกกำลังสมอง ด้วยการจินตนาการให้มากพอๆ กับการออกกำลังกายในแต่ละวัน"



## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาววรรรัตน์ อภินันท์กุล เกิดวันที่ 28 สิงหาคม พ.ศ. 2519 ที่จังหวัดกรุงเทพฯ สำเร็จ การศึกษาปริญญาครุศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยม) สาขาวิชาการศึกษาจากระบบโรงเรียน ภาค วิชาการศึกษาจากระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2541 สำเร็จ การศึกษาปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาจากระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาจากระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2544 และเข้าศึกษา ต่อในหลักสูตรครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาจากระบบโรงเรียน ภาควิชา นโยบาย การจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีพ.ศ. 2545 โดยได้รับทุนการศึกษาระดับปริญญาเอกตามโครงการผลิตและพัฒนาอาจารย์ของทบวง มหาวิทยาลัย ในปีพ.ศ. 2547 และปัจจุบันทำงานเป็นอาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาจากระบบโรงเรียน ภาควิชา นโยบาย การจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย