

ชื่อ _____ นามสกุล _____

❖ แบบทดสอบแนวความคิดในเรื่อง “ทัศนคติ” ก่อน การฝึกอบรม

สวัสดิ์ศรีรับ กรุณาเลือกคำตอบที่คุณคิดว่าถูกต้องที่สุดในคำถามต่อไปนี้

1. คุณคิดว่า “การชมตัวเอง” เป็นเรื่องเช่นไร?
 - ก. ทำให้หลงตัวเอง
 - ข. ทำให้เชื่อมั่นในตัวเอง
 - ค. ทำให้ผู้อื่นหมั่นไส้
2. คุณคิดว่าคนส่วนใหญ่ใช้ “ศักยภาพ (ความสามารถ) ของตัวเองในการทำงาน”
 - ก. น้อยกว่า 80%
 - ข. น้อยกว่า 50%
 - ค. น้อยกว่า 10%
3. ทัศนคติเชิงบวก กับ ทัศนคติเชิงลบ เกิดขึ้นพร้อมกันหรือไม่
 - ก. พร้อมกันแน่นอน
 - ข. ไม่พร้อมกันหรือ
 - ค. ไม่แน่ใจ แล้วแต่เหตุการณ์
4. การมีทัศนคติเชิงบวก จะทำให้คุณมีความสุขกับตนเองและกับผู้อื่น มีความนับถือตนเอง ดังนั้นคนส่วนใหญ่จึงมี ทัศนคติเชิงบวก มากกว่า ทัศนคติเชิงลบ
 - ก. ถูกต้องอยู่แล้ว
 - ข. ผิดแน่นอน ชัวร์
 - ค. มีเท่าๆ กัน
5. การที่หัวหน้าเรียกเราไปว่ากล่าวตักเตือนในเรื่องที่เราทำผิด เรารู้สึกไม่พอใจหัวหน้าเป็นเพราะเหตุใด?
 - ก. เราเลือกไม่พอใจหัวหน้าเอง
 - ข. หัวหน้าทำให้เราไม่พอใจ
 - ค. เราคิดว่าเราไม่ผิด

6. การเรียกผู้ใดว่าเป็น “คนกล้าหาญ” เป็นเพราะเขาเป็นอย่างไร?
 - ก. สามารถทำในสิ่งที่คนส่วนใหญ่ไม่กล้าทำ
 - ข. สามารถแสดงออกได้มากกว่าคนอื่น
 - ค. สามารถเอาชนะความกลัวของตัวเอง

7. คนที่มีความกระตือรือร้นในการทำงานเป็นเพราะสาเหตุใด?
 - ก. มีแรงปรารถนาในการทำงานชิ้นนั้น
 - ข. หัวหน้าที่สั่งว่าต้องเสร็จ
 - ค. เขาเป็นคนที่กระตือรือร้นอยู่แล้ว

8. กลุ่มบุคคลใดที่มี “ทัศนคติเชิงบวก” มากกว่ากัน?
 - ก. เด็ก
 - ข. วัยรุ่น
 - ค. ผู้ใหญ่

9. ถ้าหากเราต้องการเปลี่ยน “อุปนิสัย” ของเราที่ไม่ดีบางอย่าง ต้องเริ่มต้นเปลี่ยนที่สิ่งใดก่อน?
 - ก. ความคิด
 - ข. การกระทำ
 - ค. ความรู้สึก

10. กรณีที่ต้องการให้เพื่อนมีความคิดเชิงบวกกับตัวเราให้มากขึ้น เราควรทำเช่นไร?
 - ก. ทำดีกับเพื่อนให้มากขึ้น
 - ข. บอกให้เพื่อนคิดเชิงบวกกับเราบ้าง
 - ค. เปลี่ยนความคิดของเราเป็นเชิงบวกกับเพื่อนก่อน

.....

คุณได้ทำแบบทดสอบจบแล้ว สนุกไหมครับ หรือ มีน้ๆ “ทัศนคติเชิงบวก” เป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด คุณสามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตัวคุณเอง และควรรักษาไว้ให้อยู่กับตัวเองให้นานที่สุด แล้วคุณจะประสบความสำเร็จครับ

ชื่อ _____ นามสกุล _____

❖ แบบทดสอบแนวความคิดในเรื่อง “ทัศนคติ” ให้ถึง การฝึกอบรม

สวัสดิ์ศรีรับ กรุณาเลือกคำตอบที่คุณคิดว่าถูกต้องที่สุดในคำถามต่อไปนี้

1. คุณคิดว่า “การชมตัวเอง” เป็นเรื่องเช่นไร?
 - ก. ทำให้หลงตัวเอง
 - ข. ทำให้เชื่อมั่นในตัวเอง
 - ค. ทำให้ผู้อื่นหมั่นไส้
2. คุณคิดว่าคนส่วนใหญ่ใช้ “ศักยภาพ (ความสามารถ) ของตัวเองในการทำงาน”
 - ก. น้อยกว่า 80%
 - ข. น้อยกว่า 50%
 - ค. น้อยกว่า 10%
3. ทัศนคติเชิงบวก กับ ทัศนคติเชิงลบ เกิดขึ้นพร้อมกันหรือไม่
 - ก. พร้อมกันแน่นอน
 - ข. ไม่พร้อมกันหรือ
 - ค. ไม่แน่ใจ แล้วแต่เหตุการณ์
4. การมีทัศนคติเชิงบวก จะทำให้คุณมีความสุขกับตนเองและกับผู้อื่น มีความนับถือตนเอง ดังนั้นคนส่วนใหญ่จึงมี ทัศนคติเชิงบวก มากกว่า ทัศนคติเชิงลบ
 - ก. ถูกต้องอยู่แล้ว
 - ข. ผิดแน่นอน ชัวร์
 - ค. มีเท่าๆ กัน
5. การที่หัวหน้าเรียกเราไปว่ากล่าวตักเตือนในเรื่องที่เราทำผิด เรารู้สึกไม่พอใจหัวหน้าเป็นเพราะเหตุใด?
 - ก. เราเลือกไม่พอใจหัวหน้าเอง
 - ข. หัวหน้าทำให้เราไม่พอใจ
 - ค. เราคิดว่าเราไม่ผิด

6. การเรียกผู้ใดว่าเป็น “คนกล้าหาญ” เป็นเพราะเขาเป็นคนที่อย่างไร?
 - ก. สามารถทำในสิ่งที่คนส่วนใหญ่ไม่กล้าทำ
 - ข. สามารถแสดงออกได้มากกว่าคนอื่น
 - ค. สามารถเอาชนะความกลัวของตัวเอง

7. คนที่มีความกระตือรือร้นในการทำงานเป็นเพราะสาเหตุใด?
 - ก. มีแรงปรารถนาในการทำงานชิ้นนั้น
 - ข. หัวหน้าที่สั่งว่าต้องเสร็จ
 - ค. เขาเป็นคนที่กระตือรือร้นอยู่แล้ว

8. กลุ่มบุคคลใดที่มี “ทัศนคติเชิงบวก” มากกว่ากัน?
 - ก. เด็ก
 - ข. วัยรุ่น
 - ค. ผู้ใหญ่

9. ถ้าหากเราต้องการเปลี่ยน “อุปนิสัย” ของเราที่ไม่ดีบางอย่าง ต้องเริ่มต้นเปลี่ยนที่สิ่งใดก่อน?
 - ก. ความคิด
 - ข. การกระทำ
 - ค. ความรู้สึก

10. กรณีที่ต้องการให้เพื่อนมีความคิดเชิงบวกกับตัวเราให้มากขึ้น เราควรทำเช่นไร?
 - ก. ทำดีกับเพื่อนให้มากขึ้น
 - ข. บอกให้เพื่อนคิดเชิงบวกกับเราบ้าง
 - ค. เปลี่ยนความคิดของเราเป็นเชิงบวกกับเพื่อนก่อน

.....

คุณได้ทำแบบทดสอบจบแล้ว สนุกไหมครับ หรือ มีน้ๆ “ทัศนคติเชิงบวก” เป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด คุณสามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตัวคุณเอง และควรรักษาไว้ให้อยู่กับตัวเองให้นานที่สุด แล้วคุณจะประสบความสำเร็จครับ