

ผนวก ง

แบบสอบถามฉบับจริง

เรียน ท่านผู้ตอบแบบสอบถาม

ดิฉัน นางสาว ทัดติกา เทพสุริวงศ์ นักศึกษาปริญญาโทสาขาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มีความประสงค์จะทำงานวิจัยส่วนบุคคลเรื่อง “ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการทำงาน ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค และความสุขในการทำงาน ศึกษาเฉพาะกรณี พยาบาล โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการทำงาน ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค และความสุขในการทำงาน เพื่อสร้างสมการทำนายความสุขในการทำงานของพยาบาล โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง จากตัวแปรปัจจัยด้านการทำงาน และความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค

ท่านเป็นผู้หนึ่งที่ได้รับเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง ข้อมูลที่ได้จากท่านอย่างครบถ้วนตามความเป็นจริงมากที่สุดจะช่วยให้ผลการวิจัยที่ได้รับมีความถูกต้องและสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการทำงาน ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค และความสุขในการทำงานต่อไป ดังนั้นดิฉันจึงใคร่ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม โดยคำตอบของท่านจะไม่มีการเปิดเผยให้เกิดผลเสียต่อท่านทั้งทางด้านหน้าที่การงานและส่วนตัว การเสนอข้อมูลจะเสนอโดยภาพรวมเพื่อประโยชน์ในเชิงวิชาการเท่านั้น ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

นางสาว ทัดติกา เทพสุริวงศ์

ผู้วิจัย

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลลักษณะส่วนบุคคล

โปรดตอบคำถามต่อไปนี้โดยการทำเครื่องหมายกากบาท ✓ ลงในช่อง () ที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

1. อายุ

() 20 -25 ปี () 26 -30 ปี

() 31 -35 ปี () 36 ปีขึ้นไป

2. สถานภาพสมรส

() โสด () แต่งงาน

3. ระดับการศึกษา

() ปริญญาตรี () ปริญญาโท

4. ประสบการณ์การทำงาน

() 0 – 3 ปี () 4 – 6 ปี

() มากกว่า 7 ปีขึ้นไป

5. ฝ่ายการพยาบาล

ฝ่ายการพยาบาล
() 1.งานการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์
() 2.งานการพยาบาลศัลยศาสตร์
() 3.งานการพยาบาลอายุรศาสตร์
() 4.งานการพยาบาลตรวจผู้ป่วยนอก

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามด้านปัจจัยการทำงาน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหลังข้อความที่ตรงตามความรู้สึกที่เป็นจริงต่อ

สถานการณ์ที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติงานของท่านมากที่สุด

ระดับความคิดเห็น 1 หมายถึง น้อยที่สุด

ระดับความคิดเห็น 2 หมายถึง น้อย

ระดับความคิดเห็น 3 หมายถึง ปานกลาง

ระดับความคิดเห็น 4 หมายถึง มาก

ระดับความคิดเห็น 5 หมายถึง มากที่สุด

ข้อความ	1	2	3	4	5
1. ท่านต้องทำงานแข่งกับเวลาอยู่เสมอ					
2. ท่านสามารถปฏิบัติงานได้เรียบร้อยทันเวลา					
3. ปริมาณงานในความรับผิดชอบของท่านมีความเหมาะสม.					
4. ท่านรู้สึกเมื่อยล้าหลังปฏิบัติงานเสมอ					
5. ในการทำงานท่านต้องเผชิญต่อความเป็นความตายของผู้ป่วยอยู่เสมอ					
6. ในการทำงานท่านต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดหรือฉุกเฉินที่ต้องตัดสินใจเกิดขึ้นเสมอ					
7. งานที่ท่านทำเหมาะสมกับความสามารถของท่าน					
8. งานที่ท่านทำส่วนใหญ่เป็นงานเกี่ยวกับเครื่องมือ					
9. ท่านมีความรู้ในการใช้เครื่องมืออย่างถูกต้อง					
10. ท่านมีเวลาสำหรับการพยาบาลผู้ป่วย					
11. งานที่ท่านทำจำเจ ซ้ำซากน่าเบื่อหน่าย					
12. ท่านทำงานในหน้าที่ของผู้ช่วยแพทย์อยู่เสมอ					
13. ท่านมีเวลาเตรียมตัวน้อยจากการที่แพทย์รับการรักษาผู้ป่วยเพิ่มขึ้นจากกำหนดเดิม..					
14. ท่านมีเวลาสำหรับรับประทานอาหารและพักผ่อนเพียงพอในขณะทำงาน					
15. ท่านอยู่เวรนอกเวลาราชการต่อเดือนมากเกินไป					
16. ท่านมีโอกาสติดโรคจากการปฏิบัติงาน					
17. ท่านมีโอกาสเจ็บป่วยเกี่ยวกับความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ					
18. สถานที่ทำงานมีขนาดเหมาะสม(ไม่กว้างหรือแคบเกินไป)					
19. แสงสว่างภายในสถานที่ทำงานมีความเหมาะสม					
20. เพียงผู้ป่วยสามารถปรับได้ตามที่ต้องการ					
21. อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ไม่เพียงพอกับปริมาณงาน					

ข้อความ	1	2	3	4	5
22. อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ มีสภาพดี พร้อมใช้งาน					
23. อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ทันสมัย					
24. ถึงขยะที่ใช้เป็นสัดส่วนและมีเพียงพอ					
25. การกำจัดขยะแห้ง ขยะเปียก ขยะติดเชื้อของที่ทำงานมีความเหมาะสม					
26. มีการควบคุมเรื่องความสะอาดและการป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรคได้ดี					
27. เพลิดเพลินผู้ป่วยมีสภาพดีและเพียงพอ					
28. ห้องพักผ่อนของเจ้าหน้าที่ในหน่วยงานมีน้อย					
29. ห้องนอนมีความเหมาะสม					
30. ห้องแต่งตัวคับแคบ ไม่เป็นสัดส่วน					
31. มีผู้เก็บของส่วนตัวเป็นสัดส่วนและปลอดภัย					
32. ห้องน้ำ ห้องส้วม สะอาดและเหมาะสมกับจำนวนเจ้าหน้าที่					
35. ท่านและเพื่อนร่วมงานร่วมกันปฏิบัติงานด้วยความเต็มใจ					
36. เพื่อนร่วมงานในทีมการพยาบาลเต็มใจจะให้ความรู้และความช่วยเหลือในงานที่เขาชำนาญเป็นพิเศษแก่ท่าน					
37. สัมพันธภาพระหว่างท่านกับบุคลากรทางการแพทย์อื่นๆเป็นไปด้วยดี					
38. สัมพันธภาพระหว่างท่านกับเพื่อนร่วมงานในทีมการพยาบาลเป็นไปด้วยดี.					
39. สัมพันธภาพระหว่างท่านกับหัวหน้าเป็นไปด้วยดี					
40. เพื่อนร่วมงานในทีมการพยาบาลยอมรับการทำงานของท่าน					
41. เพื่อนร่วมงานยอมรับการทำงานของท่าน					
42. เมื่อมีปัญหาในการปฏิบัติงานท่านและเพื่อนร่วมงานจะให้ความร่วมมือในการหาสาเหตุและแก้ไขปัญหาอย่างจริงจังทุกครั้ง					
43. ท่านมักถูกวิพากษ์วิจารณ์จากเพื่อนร่วมงานในทางไม่สร้างสรรค์เสมอ					
44. ท่านไม่สามารถขอลาหยุดหรือแลกเปลี่ยนวันหยุดกับเพื่อนร่วมงานได้เมื่อมีความจำเป็น					
45. ท่านพอใจที่ได้ปฏิบัติงานร่วมกับเพื่อนร่วมงานส่วนใหญ่					
46. ผู้บังคับบัญชาให้ความสนใจผู้ใต้บังคับบัญชาทั่วถึง					
47. ผู้บังคับบัญชายอมรับฟังความคิดเห็นของท่าน					
48. ผู้บังคับบัญชามีความยุติธรรมการประเมินผลงานเพื่อเลื่อนระดับให้สูงขึ้น					
49. การประเมินผลการปฏิบัติงานในหน่วยงานของท่านไม่มีหลักเกณฑ์ที่แน่นอน					

ข้อความ	1	2	3	4	5
50.ผู้บังคับบัญชาให้อิสระในการทำงานและการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับงาน					
51.การจัดอัตรากำลัง บุคลากรมีความเหมาะสม					
52.การจัดหมุนเวียนอัตรากำลังมีความเหมาะสม					
53.หน่วยงานของท่านมีกฎระเบียบที่เคร่งครัดมากเกินไป					
54.ท่านไม่มีอำนาจในการตัดสินใจแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า					
55.ผู้บังคับบัญชาส่งเสริมให้ท่านมีโอกาสพัฒนาตนเองในด้านการฝึกอบรมดูงานหรือการศึกษาต่อ					
56.หน่วยงานของท่านมีประชุมประจำเดือนเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในการทำงาน					
57.ผู้บังคับบัญชามีหลายระดับทำให้เกิดความล่าช้าในการปฏิบัติงาน					
58.ท่านได้รับเงินค่าตอบแทนการปฏิบัติงานล่วงเวลาไม่เหมาะสม					
59.ผู้บังคับบัญชาให้ความสนใจในการจัดสวัสดิการด้านห้องพักผ่อน อาหารว่างและสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ					
60.ผู้บังคับบัญชามีการแจ้งข่าวสารต่างๆที่เกี่ยวข้องกับงานอย่างสม่ำเสมอ					

ส่วนที่ 3 : แบบสอบถามความสุขในการทำงาน

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย (✓) ลงในช่องว่างที่ตรงกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงกับท่านเพียงคำตอบเดียว (กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ) โดยมีเกณฑ์การเลือกดังนี้

ความหมายของระดับความสุขในการทำงาน

- 5 หมายถึง เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นตลอดเวลา
- 4 หมายถึง เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบ่อยมาก
- 3 หมายถึง เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบ่อย
- 2 หมายถึง เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นบางครั้ง
- 1 หมายถึง ไม่มีเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเลย

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		5	4	3	2	1
1	ท่านมีความสุขในการทำงาน					
2	ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จและความก้าวหน้าในชีวิต					
3	ท่านรู้สึกชีวิตของท่านมีความสุขสงบ (ความสงบสุขในจิตใจ)					
4	ท่านรู้สึกพึงพอใจกับฐานะความเป็นอยู่ของท่าน					
5	ท่านรู้สึกยินดีกับความสำเร็จของคนอื่น.					
6	ท่านได้ทำงานที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม					
7	ท่านมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน (ทำงานร่วมกับคนอื่น)					
8	ท่านพึงพอใจกับความสามารถของตนเอง					
9	ท่านมีเพื่อนคอยช่วยเหลือท่านในยามที่ต้องการ					
10	ท่านพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับบุคคลอื่น					
11	ท่านรู้สึกสนุกสนานกับการทำงาน					
12	ท่านรู้สึกสบายใจที่ได้ทำงาน					
13	ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง					
14	ท่านรู้สึกสดชื่นเบิกบานใจ					
15	ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส					
16	ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายท้อแท้กับการดำเนินชีวิตประจำวัน					
17	ท่านรู้สึกผิดหวังในตัวเอง					
18	ท่านรู้สึกว่าชีวิตท่านมีแต่ความทุกข์					
19	ท่านรู้สึกกังวลใจ					
20	ท่านรู้สึกเศร้าโดยไม่ทราบสาเหตุ.					

ส่วนที่ 4 แบบทดสอบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค (AQ)

คำชี้แจง

- 1) โปรดกากบาท (x) เลือกระดับ 1, 2, 3, 4, หรือ 5 ที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดหลังจากที่อ่านสถานการณ์สมมติของข้อคำถามแต่ละข้อ โดยในแต่ละข้อมีเพียงคำตอบเดียว

ระดับที่ 1 ความรู้สึกจะอยู่ใกล้เคียงกับข้อคำตอบทางซ้ายมือมากที่สุด

ระดับที่ 2 ความรู้สึกจะอยู่ใกล้เคียงกับข้อคำตอบทางซ้ายรองลงมา

ระดับที่ 3 ความรู้สึกจะอยู่ในระดับปานกลางเท่าๆกัน ระหว่างข้อคำตอบทางซ้ายมือและขวามือ

ระดับที่ 4 ความรู้สึกจะอยู่ใกล้เคียงกับข้อคำตอบทางขวามือรองลงมา

ระดับที่ 5 ความรู้สึกจะอยู่ใกล้เคียงกับข้อคำตอบทางขวามือมากที่สุด

- 2) โปรดทำให้ครบทุกข้อ แม้บางข้ออาจไม่เกิดขึ้นจริงๆกับท่านก็ตาม แต่ให้จินตนาการสมมติว่าเกิดเหตุการณ์ขึ้นกับท่าน ท่านจะคิดและตอบสนองต่อเหตุการณ์นั้นอย่างไร

1. ผู้เข้าร่วมประชุมส่วนใหญ่ไม่เห็นด้วยกับข้อเสนอของคุณ ในการช่วยกันร่วมมือประหยัดน้ำ - ไฟของบริษัท
ในช่วงที่บริษัท ประสบภาวะวิกฤติอยู่ในขณะนี้ คุณจะ.....

หยุดและยอมตามความเห็นของที่ประชุม 1 2 3 4 5 พยายามเสนอข้อมูลให้
ทราบว่าจะถ้าไม่ช่วยประหยัด
บริษัทจะอยู่ต่อไปไม่ได้

2. เมื่อคุณตั้งใจทำงานกันอย่างเต็มที่แล้ว แต่ยังคงต่าหนีจากหัวหน้า คุณจะ.....

ไม่พอใจอย่างมาก และจะไม่ตั้งใจทำงานอีกต่อไป	1	2	3	4	5	ขอบคุณหัวหน้าที่ ดักเตือนและจะตั้งใจ ทำงานต่อไป
---	---	---	---	---	---	---

3. ในวันนี้คุณได้สัญญาว่าจะมาร่วมงานวันเกิดของลูกสาวคุณที่เจอกันนาน ๆ ครั้ง แต่ในขณะที่คุณได้รับมอบงานสำคัญที่หัวหน้าอยากให้เสร็จภายในวันนี้เช่นกัน คุณจะ.....

ยกเลิกสัญญาด้านใดด้านหนึ่ง	1	2	3	4	5	พยายามหาทางสำเร็จให้ได้ทั้ง 2 อย่าง
----------------------------	---	---	---	---	---	-------------------------------------

4. คุณถูกสั่งห้ามจากแพทย์ให้ลดอาหารที่มีไขมันเพราะคอเลสเตอรอลในเลือดสูง แต่คุณมักจะต้องเดินผ่านร้านข้าวขาหมูเจ้าโปรดเป็นประจำ คุณ.....

เข้าไปทานข้าวขาหมูตามปกติ	1	2	3	4	5	เดินผ่านไปโดยไม่เข้าไปทาน
---------------------------	---	---	---	---	---	---------------------------

5. คุณไม่ได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง ในการเปลี่ยนงานใหม่ที่คุณรู้สึกชอบและเป็นงานที่คุณถนัดมากกว่างานในปัจจุบันคุณ.....

ยกเลิกความคิด และทำงานที่เดิมต่อไป	1	2	3	4	5	เปลี่ยนไปทำงานที่ตนเองชอบและถนัดมากกว่าเพื่อพิสูจน์ให้พวกเขาเข้าใจ
------------------------------------	---	---	---	---	---	--

6. ธุรกิจที่คุณลงทุนไว้ประสบภาวะขาดทุน เป็นหนี้สินจำนวนมาก คุณ.....

เซ็ดแล้วไม่ยากลงทุนทำธุรกิจอีก	1	2	3	4	5	คิดว่าเป็นประสบการณ์เงินทองเป็นของนอกกายไม่ตายก็หาใหม่ได้
--------------------------------	---	---	---	---	---	---

7. คุณถูกเลิกจ้างเพราะบริษัทอยู่ในภาวะขาดทุนต้องลดจำนวนพนักงาน ในขณะที่ท่านทำงานมาที่นี่มากกว่า 15 ปี และคุณเป็นถึงหัวหน้าแผนกแล้ว คุณจะ.....

เสียใจและนอนทำใจอยู่ที่บ้าน โดยให้เงินชดเชยใช้จ่ายไปก่อน	1	2	3	4	5	ตั้งสติ และพยายามคิดหางานทำใหม่ต่อไปทันที
--	---	---	---	---	---	---

8. คุณได้เลี้ยงกับเพื่อนร่วมงาน เพื่อนคนนั้นได้พยายามยั่วโทษ คุณคุมอารมณ์ไม่อยู่ปาที่หนีบกระดาษเกือบไปโดนหัวของเขา ต่อมาเมื่อพบเขาคุณจะมีปฏิกิริยา

ทำตัวไม่ถูก ไม่กล้าสู้หน้า	1	2	3	4	5	เสียใจ เข้าไปขอโทษ
----------------------------	---	---	---	---	---	--------------------

9. บ้านที่คุณเพิ่งซื้อถูกเวนคืนที่ดินไปทำทางด่วนและได้ค่าชดเชยแสนถูก โดยท่านเก็บเงินซื้อบ้านนี้มากกว่า 10 ปี คุณจะ.....

ทุกข์ใจ และตัดสินใจจะไม่ซื้อบ้านอีกต่อไป	1	2	3	4	5	คิดว่าชักรวันต้องเก็บเงินซื้อบ้านให้ได้ โดยตั้งใจทำงานต่อไป
--	---	---	---	---	---	---

15. เมื่อเอกสารสำคัญถูกส่งไปยังผู้บริหารล่าช้าและถูกตำหนิ ทั้งที่คุณทำเอกสารดังกล่าวเสร็จแล้วและส่งไปให้หัวหน้าฝ่ายของคุณเช่นตั้งแต่ 2 สัปดาห์ก่อน คุณจะ.....

คิดว่าหัวหน้าแผนกเป็นคนที่ต้องรับผิดชอบ	1	2	3	4	5	คิดว่าเป็นความรับผิดชอบของตนด้วยที่ไม่ติดตามงาน
---	---	---	---	---	---	---

16. เพื่อนร่วมงานในแผนกของคุณทะเลาะกัน ทำให้ปริมาณพนักงานไม่เพียงพอที่จะดูแลคนไข้ คุณจะ.....

เข้าไปช่วยไกล่เกลี่ยเพื่อให้เพื่อนกลับมาช่วยดูแลคนไข้	1	2	3	4	5	ไม่สนใจเพราะไม่ใช่ปัญหาของคุณ
---	---	---	---	---	---	-------------------------------

17. วัตถุดิบที่ฝ่ายผลิตของคุณสั่งฝ่ายจัดซื้อให้ส่งเข้ามายังไม่มี เพราะวัตถุดิบขาดตลาด บริษัทอาจเสียหายได้เพราะงานหยุดชะงัก ในฐานะที่คุณเป็นพนักงานฝ่ายผลิตคนหนึ่ง คุณจะ.....

รอฝ่ายจัดซื้อให้แก้ไขปัญหาไปเอง	1	2	3	4	5	ลองหาวัตถุดิบที่นำมาใช้แทนก่อนได้และเสนอแนะฝ่ายจัดซื้อ
---------------------------------	---	---	---	---	---	--

18. ท่านในฐานะพยาบาลได้ตั้งใจดูแลผู้ป่วยอย่างเต็มที่แล้ว แต่ญาติผู้ป่วยยังต่อว่าท่านอีกในเรื่องความสะอาดของผู้ป่วย ท่านจะ.....

คิดว่าญาติเรื่องมากและคิดว่าเพราะผู้ช่วยพยาบาลที่ทำให้ท่านถูกต่อว่า	1	2	3	4	5	คิดว่าตนเองผิดพลาดที่ไม่ถามถึงสิ่งที่ลูกค้านำมาสั่ง และต้องทำให้ดีขึ้นในครั้งต่อไป
---	---	---	---	---	---	--

19. คุณเห็นไฟทางเดินในซอยของคุณดับหลายดวงในขณะที่คุณกำลังขับรถเข้าบ้านซึ่งมองดูแล้วมืดและเปลี่ยวมาก คุณ.....

ไม่ต้องสนใจไม่ใช่เรื่องของเรา เราก็ขับรถไม่ลำบากอะไร	1	2	3	4	5	รีบแจ้งการไฟฟ้ามาซ่อมไฟเพราะไม่อยากให้เกิดเหตุร้ายกับทุกคน
--	---	---	---	---	---	--

20. คุณขอความร่วมมือในการช่วยกันประหยัดไฟจากลูกน้องของคุณ แต่ไม่ได้รับความร่วมมืออย่างเต็มที่ คุณ
จะ.....

ปล่อยไป เพราะคุณก็ได้ทำ หน้าที่แล้ว	1 2 3 4 5	ขอความร่วมมือต่อไป เพราะเป็นหน้าที่ของคุณที่ จะหาทางให้พนักงานของ คุณประหยัดไฟ
--	-----------------------	---

21. โรงพยาบาลของคุณถูกยกเลิกสัญญาจากบริษัทใหญ่ที่ทำประกันสังคมกับโรงพยาบาลทำให้โรงพยาบาลเกิด
ความเสียหาย คุณคิดว่า

แย่มาก บริษัทต้องได้รับผลกระทบ ไปอีกนาน สงสัยว่าปีนี้จะไม่ได้โบนัส แน่ ๆ	1 2 3 4 5	ไม่เป็นไร ยังมีบริษัท รายอื่นที่เราจะติดต่อ มาเป็นลูกค้าได้อีก
--	-----------------------	--

22. คุณพลาดโอกาสในการสัมภาษณ์งานในบริษัทยักษ์ใหญ่และมั่นคงแห่งหนึ่ง ซึ่งเป็นที่ที่คุณอยากเข้าทำงาน
มากคุณจึงรู้สึกว่.....

เสียใจจัง คงไม่มีโอกาสหางาน ดี ๆ อย่างนี้อีกแล้ว	1 2 3 4 5	ยังมีโอกาสอื่นอีก ยังมี บริษัทดี ๆ ที่จะรับคุณ เข้าทำงานต่อ
---	-----------------------	---

23. ถ้าโรงพยาบาลของคุณประสบปัญหาขาดทุนอย่างหนักจนล้มละลาย และคุณถูกปลดออกจากการงาน คุณจะ
.....

รู้สึกตกใจ ทำใจไม่ได้ คิดว่าคง อดตายแน่ ๆ ยิ่งตอนนี้หางานลำบากอยู่	1 2 3 4 5	สู้ต่อไป อย่งไรก็ยังมี เงินสดเซยในไม่ช้าต้อง หางานใหม่ได้
---	-----------------------	---

24. รัฐบาลสั่งยกเลิกงบประมาณที่โรงพยาบาลของคุณได้ไป เพราะมีข่าวว่ามีการฉ้อราษฎร์
คุณรู้สึกว่.....

โรงพยาบาลต้องเสียชื่อแน่ ๆ ต่อไป จะมีใครกล้ามารักษาที่โรงพยาบาลเราอีก	1 2 3 4 5	เชื่อมั่นในความโปร่งใส ของโรงพยาบาลและเมื่อ ความจริงถูกสอบสวนทุก คนจะเข้าใจ
--	-----------------------	--

25. หัวหน้าของคุณสั่งให้ยกเลิกงานสำคัญที่คุณกำลังรับผิดชอบอยู่ แต่โอนงานไปให้คนอื่นทำแทน และไม่ยอมให้เหตุผล เหตุการณ์ดังกล่าว คุณคิดว่า.....

หัวหน้าไม่ยุติธรรมและคงไม่พอใจ	1	2	3	4	5	หัวหน้าคงมีเหตุผล
ณ อนาคตการทำงานของผุ้คง						บางอย่าง และคงจะ
ไม่เจริญก้าวหน้า						มอบหมายงานอื่นที่เรา
						ถนัดมากกว่าให้ทำแทน

26. คุณมาทำงานที่โรงพยาบาลไม่ทันเพราะรถคุณเกิดเสียสายกะทันหัน โทรศัพท์ก็ติดต่อกับใครไม่ได้ และจะขอความช่วยเหลือจากคนแถวนั้นก็ไม่มีใคร คุณจะรู้สึกที่.....

รู้สึกที่ชีวิตมีอุปสรรคมากมาย	1	2	3	4	5	มันก็แค่ความผิดพลาดครั้ง
เหลือเกิน ทำอะไรก็พลาดไปหมด						หนึ่งเท่านั้นและทุกปัญหา
ต้องถูกตำหนิจากหัวหน้าแน่นอน						ต้องมีทางแก้ไข

27. หมอประจำตัวแจ้งผลการตรวจสุขภาพของคุณว่ามีไขมันในเลือดสูง คุณเสี่ยงต่อการที่จะเป็นโรคหัวใจและอัมพฤกษ์มาก คุณคิดว่า.....

ตัวเองเคราะห์ร้ายเหลือเกิน เป็น	1	2	3	4	5	รู้สึกที่โรคภัยไข้เจ็บ
โรคภัยไข้เจ็บ อายุคงไม่ยืนยาวแน่						นั้นเป็นเรื่องธรรมดา
						เป็นได้ก็รักษาได้ ไม่
						ต้องวิตกกังวล

28. ในวันนี้ไม่มีใครมางานวันเกิดของคุณเลย ทั้งๆ ที่คุณอີเมลล์ไปชวนเพื่อนให้มางานหลายคนคุณคิดว่า.....

เพื่อน ๆ คงไม่ชอบคุณแน่ ๆ ไม่มีใคร	1	2	3	4	5	เป็นไปได้ว่าเพื่อนของ
โทรติดต่อมาบอกเลยว่าไม่ว่าง						คุณอาจยังไม่ได้รับ
						อีเมลล์หรืออาจติด
						ภารกิจสำคัญจริง ๆ

29. คุณเพิ่งถูกแฟนที่คบกันมานานขอเลิก ซึ่งคุณเคยตั้งใจว่าคนนี้จะแหละที่คุณจะแต่งงานด้วย คุณจะรู้สึก
ว่า.....

ความหวังในชีวิตทั้งหมดพังทลาย	1	2	3	4	5	เธออาจไม่ใช่เนื้อคู่ของ
ชาตินี้จะหาแฟนใหม่ไม่ได้อีกแล้ว						เรา แต่ไม่เป็นไรอกหัก
						เพียงครั้งยังไม่ตาย

30. ในสภาวะที่น้ำมันแพงขึ้นทุกวัน คุณคิดว่า.....

ต่อไปจะอย่างไรดี เดียวของใช้ก็	1	2	3	4	5	ไม่เป็นไรหรอกถ้า
ต้องขึ้นราคา ค่าใช้จ่ายก็ต้องเพิ่มขึ้น						ประหยัดหน่อยก็คงอยู่
และเงินเดือนคงจะไม่พอใช้จ่ายแน่ ๆ						ได้ เลิกขับรถหันมาขึ้น
						รถเมล์แทนก็ได้

31. คุณโชคร้ายถูกเพื่อนร่วมงานโกงเงินเป็นจำนวนมาก คุณเสียใจมาก คุณเชื่อว่าปีนี้คุณดวงตกทำอะไรก็ไม่
ค่อยประสบความสำเร็จและคุณคิดว่า.....

คุณคิดว่าคุณคงต้องโชคร้ายไปอีก	1	2	3	4	5	ไม่นานความโชคร้ายก็
นานตลอดปี และปีหน้าดวงก็คงตกเหมือนเดิม						จะผ่านพ้นไปและเรา
						ต้องยืนหยัดไม่ยอมแพ้

32. คุณได้รับการตำหนิอย่างรุนแรงจากหัวหน้าในระยะหลังจนทำให้คุณเชื่อว่า
.....

คุณคงต้องได้รับคำตำหนิเช่นนี้	1	2	3	4	5	คุณคงไม่ถูกตำหนิจาก
จากหัวหน้าของคุณตลอดไป						หัวหน้าเช่นนี้ตลอดไป

33. ไก่ในฟาร์มของคุณตายเพราะโรคไข้หวัดนกทั้งหมด ทำให้คุณต้องขาดทุนจำนวนมาก และยังไม่มียาที่ทราบว่าโรค
จะหยุดระบาดคุณคิดว่า.....

ขาดทุนหมดตัวกัน โรคไข้หวัดนก	1	2	3	4	5	ไม่นานก็คงจะมีแนวทางใน
ไม่มีทางหยุดระบาดแน่ ๆ						การป้องกันโรคไข้หวัดนกได้
						ต้องเตรียมพร้อมเพื่อจะ
						เลี้ยงไก่หลังจากที่โรคหยุด
						ระบาด

34. คุณถูกตรวจพบว่ามีผลเลือดเป็นบวก (เป็นเอดส์) คุณจะใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างไร.....

หมดอาลัยตายอยาก ชีวิตที่เหลือ	1	2	3	4	5	ทำจิตใจให้เข้มแข็ง ถ้า
คงต้องทรมาน ตายดีกว่า						ใส่ใจในสุขภาพก็จะมี
						ชีวิตต่อไปอีกยาวนาน

35. รุ่่น้องในที่ทำงานได้เลื่อนตำแหน่งแซงคุณไป โดยคุณคิดว่าตนน่าจะมีคุณสมบัติกับตำแหน่งนั้นมากกว่า คุณรู้สึกผิดหวังและคุณคิดว่า.....

คงไม่มีโอกาสได้เลื่อนตำแหน่ง	1	2	3	4	5	ตั้งใจทำงานและพัฒนา
ตลอดไปเพราะหัวหน้าอาจไม่ชอบเรา						ความสามารถตนเองไม่
						นานหัวหน้าต้องเห็น
						ความสามารถของเรา

36. คุณทำงานดีมาตลอดและเป็นที่ชื่นชมของหัวหน้างาน แต่คุณประสบความล้มเหลวในงานสำคัญที่ได้รับมอบหมาย ทำให้ได้รับคำตำหนิ คุณเชื่อว่า.....

คงไม่ได้รับความเชื่อถือจากหัวหน้า	1	2	3	4	5	การได้รับคำตำหนิ
อีกต่อไปแล้ว เพราะเหตุการณ์ครั้งนี้						เช่นนี้คงมีเฉพาะครั้งนี้
ถือว่ารุนแรงที่สุด						ตราบที่ฉันยังทำงาน
						ที่นี่ ยังมีโอกาสที่จะ
						ได้รับความชื่นชมอีก

37. ถ้าคุณลงทุนซื้อหุ้นเป็นจำนวนมาก และต่อมาตลาดหุ้นตกทำให้คุณขาดทุน คุณจะ.....

ยอมขาดทุนแค่นี้ ขายหุ้นทิ้งให้	1	2	3	4	5	หุ้นมีลงก็ต้องมีขึ้น ถ้าขาย
หมดดีกว่า และสัญญาว่าจะไม่						ทิ้งตอนนี้ก็มีแต่ขาดทุน
เล่นหุ้นอีกต่อไป						อดทนรออีกหน่อยให้ราคา
						หุ้นกลับขึ้นมาแล้วค่อยขาย
						ดีกว่า

38. ข้อเสนอแนะของคุณในที่ประชุมได้รับการคัดค้านและสับสนอย่างหนักจากหัวหน้า ทั้ง ๆ ที่คุณได้
ทำการศึกษาอย่างดีแล้วว่าแนวทางดังกล่าวจะช่วยเพิ่มกำไรให้บริษัทได้ คุณรู้สึกเสียใจ คุณจะ.....

ล้มเลิกความพยายาม และสูญเสีย	1	2	3	4	5	อดทนรอว่าสักวันหนึ่ง
ความมั่นใจตลอดไป						หัวหน้าต้องเข้าใจแนวคิด
						ของเรา เมื่อท่านได้รับ
						ข้อมูลเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

39. คุณทำธุรกิจผิดพลาดทำให้หมดตัว ทรัพย์สินถูกยึดทั้งหมด คุณเสียใจอย่างมาก เพราะแต่ก่อนคุณเคยเป็น
คนร่ำรวย และมีแต่คนชื่นชมในความสามารถอย่างมาก คุณคิดจะ.....

ทุกข์ทรมานไปอีกนาน เพราะยอม	1	2	3	4	5	อดทนสู้ชีวิตต่อไป ไม่
รับความเป็นจริงไม่ได้ อยากหลบ						ว่าจะต้องทำงานเป็น
ผู้คนไปให้พ้น ๆ						ลูกจ้างก็ตาม ไม่นาน
						เราก็จะฟื้นตัวได้ด้วย
						ความสามารถของเรา

40. คุณเป็นนักมวยทีมชาติที่เป็นความหวังว่าจะคว้าเหรียญทองโอลิมปิก แต่คุณพลาดตกรอบแรกโดยไม่ได้รับ
เหรียญใด ๆ เลย คุณรู้สึกเสียใจและได้รับคำถากถางมากมาย คุณจะ.....

ท้อแท้ ขาดความมั่นใจ และจะ	1	2	3	4	5	มุ่งมั่นฝึกซ้อมต่อไป
เลิก						พยายามสร้างความ
						มั่นใจให้กลับมาอีก
						ครั้ง ตั้งใจว่าสักวันต้อง
						คว้าเหรียญให้ได้