



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved



ที่ ศธ 0515(07)

คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
239 ถนนห้วยแก้ว อำเภอเมือง
จังหวัดเชียงใหม่ 50200

ฉันวาคม 2549

เรื่อง ขออนุญาตให้นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนลำปางกัลยาณี

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงร่างการวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ 1 เล่ม

ด้วยคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ภาควิชาจิตวิทยา ได้รับแจ้งจาก นางสาวพูนพ เดชะนัคดา รหัสประจำตัว 4581457 นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขา จิตวิทยาการปรึกษา ภาควิชาพิเศษ ว่ามีความประสงค์จะขอเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระในหัวข้อเรื่อง “การรับรู้ความสามารถของตนเองกับความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคของนักเรียนมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำปาง (Self-Efficacy and Adversity Quotient of High School and Vocational Students in Amphoe Mueang Changwat Lampang)” โดยนำเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยซึ่งเป็น แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเอง และแบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค กับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และ 6 จำนวน 200 คน ตามรายละเอียดโครงร่างการวิจัยฯ ดังแนบ ทั้งนี้ นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อประสานงานวันและเวลาที่สะดวกในการเก็บข้อมูลครั้งนี้โดยตรงกับผู้ที่เกี่ยวข้องของโรงเรียนลำปางกัลยาณีต่อไป โดยมี รองศาสตราจารย์สงคราม เขาวนศิลป์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระของนักศึกษาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาต่อไปด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

โทรศัพท์ : 0 5394 3232 – 7 ต่อ 103

โทรสาร : 0 5394 3232 - 7 ต่อ 102



ที่ ศธ 0515(07)

คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
239 ถนนห้วยแก้ว อำเภอเมือง
จังหวัดเชียงใหม่ 50200

วันวาคม 2549

เรื่อง ขออนุญาตให้นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการท้าวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานประกันคุณภาพ โรงเรียนลำปางพณิชยการและเทคโนโลยี
สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงร่างการท้าวิจัยเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ I เล่ม

ด้วยคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ภาควิชาจิตวิทยา ได้รับแจ้งจาก นางสาวชนพูนุช เตชะนัคดา รหัสประจำตัว 4581457 นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขา จิตวิทยาการปรึกษา ภาควิชา ภาควิชา มีความประสงค์จะขอเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระในหัวข้อเรื่อง “การรับรู้ความสามารถของตนเองกับความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคของนักเรียนมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษาในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำปาง (Self-Efficacy and Adversity Quotient of High School and Vocational Students in Amphoe Mueang Changwat Lampang)” โดยนำเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยซึ่งเป็น แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเอง และแบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค กับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนนักเรียนระดับ ปวช. 2 และ ปวช. 3 จำนวน 200 คน ตามรายละเอียดโครงร่างการวิจัยฯ ดังแนบ ทั้งนี้ นักศึกษาจะเป็นผู้ติดต่อประสานงานวันและเวลาที่สะดวกในการเก็บข้อมูลครั้งนี้โดยตรงกับผู้ที่เกี่ยวข้องของสำนักงานประกันคุณภาพ โรงเรียนลำปางพณิชยการและเทคโนโลยีต่อไป โดยมีรองศาสตราจารย์สงครม เขาวนศิลป์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระของนักศึกษาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาต่อไปด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

โทรศัพท์ : 0 5394 3232 – 7 ต่อ 103

โทรสาร : 0 5394 3232 - 7 ต่อ 102



ภาคผนวก ข.
แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

แบบสอบถาม

คำชี้แจง : แบบสอบถามชุดนี้มีทั้งหมด 3 ตอน โดยก่อนที่จะเริ่มตอบแบบสอบถามในแต่ละตอนนั้น กรุณาอ่านคำอธิบายให้เข้าใจโดยละเอียด และกรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ เพราะคำตอบทุกข้อของท่านจะเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการวิเคราะห์ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน () และเติมคำลงในช่องว่างตามความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ

() ชาย

() หญิง

2. ขณะนี้ท่านกำลังศึกษาอยู่ชั้น

() ม.4

() ปวช.1

() ม.5

() ปวช.2

() ม. 6

() ปวช.3

3. ผลการเรียน (GPA) ของท่านในภาคเรียนที่ผ่านมา (โปรดระบุ)

4. กิจกรรมที่ท่านทำในวันหยุดหรือเวลาว่างจากการเรียน (ตอบได้ไม่เกิน 3 ข้อ)

() อ่านหนังสือเรียน

() เกี่ยวกับเพื่อน

() อ่านหนังสือการ์ตูน/นวนิยาย

() เล่นดนตรี (โปรดระบุ)

() ฟังเพลง

() เล่นกีฬา (โปรดระบุ)

() ดูโทรทัศน์

() เรียนพิเศษ (โปรดระบุ)

() ดูภาพยนตร์

() ทำงานพิเศษ (โปรดระบุ)

() เล่นอินเทอร์เน็ต/คอมพิวเตอร์

() อื่นๆ (โปรดระบุ)

() เล่นวิดีโอเกม

5. ปัจจุบันท่านพักอาศัยอยู่กับ

() บิดา

() ญาติ

() มารดา

() อาศัยอยู่หอพัก

() บิดามารดา

() อื่นๆ (โปรดระบุ)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเอง

คำชี้แจง ข้อความต่อไปนี้นี้มีทั้งผู้ที่เห็นด้วยและไม่เห็นด้วย กรุณาอ่านแต่ละข้อความและทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับลักษณะของตัวท่านมากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. เมื่อฉันวางแผนการว่าจะทำอะไรแล้ว ฉันมั่นใจว่าฉันสามารถทำได้ตามแผน					
2. ปัญหาหนึ่งของฉันคือไม่สามารถเริ่มต้นทำงานได้ทั้งๆ ที่ควรจะทำให้					
3. ถ้าฉันไม่สามารถทำงานได้สำเร็จในครั้งแรก ฉันจะพยายามทำจนกว่าจะทำได้					
4. ฉันมักจะทำงานไม่สำเร็จตามเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้					
5. ฉันมักจะล้มเลิกการทำอะไร ก่อนที่จะทำได้สำเร็จ					
6. ฉันหลีกเลี่ยงการเผชิญกับความยุ่งยากต่างๆ					
7. ถ้าหากเห็นว่าสิ่งนั้นยุ่งยากสับสนเกินไป ฉันจะไม่พยายามที่จะทำอีกเลย					
8. เมื่อฉันต้องทำอะไรที่ไม่น่าพึงพอใจ ฉันก็จะทำจนกว่าจะสำเร็จ					
9. เมื่อฉันตัดสินใจที่จะทำอะไรแล้ว ฉันจะลงมือทำทันที					
10. เมื่อฉันพยายามที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ฉันจะเลิกทันทีถ้าฉันไม่ประสบความสำเร็จตั้งแต่แรก					
11. เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด ฉันมักไม่สามารถจัดการได้ด้วยดี					
12. ฉันหลีกเลี่ยงที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ที่ฉันเห็นว่ามันยากเกินไป					
13. ความล้มเหลวทำให้ฉันมีความพยายามมากขึ้น					
14. ฉันรู้สึกไม่มั่นใจในความสามารถของฉันที่จะทำสิ่งต่างๆ					
15. ฉันเป็นคนที่พึ่งพาตนเอง					
16. ฉันยอมแพ้ง่ายๆ					
17. ฉันไม่สามารถจัดการกับปัญหาส่วนใหญ่ที่เข้ามาในชีวิตของฉันได้					
18. มันยากสำหรับฉันที่จะมีเพื่อนใหม่					

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
19. ถ้าฉันมองเห็นคนที่ฉันอยากจะพบ ฉันจะเป็นฝ่าย เข้าไปหาเขาแทนที่จะรอให้เขามาหาฉัน					
20. ถ้าฉันพบคนที่น่าสนใจ แต่เขาเป็นคนที่ ทำความคุ้นเคยด้วยยาก ฉันจะหยุดความพยายาม ที่จะเป็นเพื่อนกับเขาทันที					
21. เมื่อฉันพยายามที่จะเป็นเพื่อนกับคนที่ดูเหมือนว่า เขาไม่น่าสนใจในครั้งแรก ฉันก็จะไม่ท้อถอยง่ายๆ					
22. ฉันไม่สามารถวางตัวได้ถูกต้องเหมาะสม เมื่ออยู่ใน กลุ่มคนจำนวนมาก					
23. ฉันมีเพื่อนโดยใช้ความสามารถของตนเองใน การผูกมิตร					

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ตอนที่ 3 แบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค (AQ)

คำชี้แจง 1. โปรดทำเครื่องหมายกากบาท (X) เลือกระดับ 1 – 5 ที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุดหลังจากอ่านข้อคำถามแต่ละข้อ โดยมีคำถามทั้งหมด 30 ข้อใหญ่ และในแต่ละข้อจะมีคำถามย่อย 2 ข้อ

ระดับในการเลือกตอบจะเป็นดังนี้

ระดับ 1 จะอยู่ใกล้เคียงกับข้อคำตอบทางซ้ายมือมากที่สุด

ระดับ 2 จะอยู่รองลงมาจากระดับ 1

ระดับ 3 จะอยู่ในระดับปานกลางเท่าๆ กันจากข้อคำตอบทางซ้ายและขวามือ

ระดับ 4 จะอยู่รองลงมาจากระดับ 5

ระดับ 5 จะอยู่ใกล้เคียงกับข้อคำตอบทางขวามือมากที่สุด

2. โปรดอ่านข้อคำถามแต่ละข้อ และตอบด้วยความคิด / ความรู้สึกครั้งแรกของคุณ ซึ่งจะถือว่าเป็นคำตอบที่เชื่อถือได้

3. โปรดทำให้ครบทุกข้อคำถาม แม้บางครั้งเหตุการณ์นั้นจะไม่เกิดขึ้นจริงๆ กับท่านก็ตาม แต่ให้สมมติว่าถ้าเกิดเหตุการณ์เหล่านั้นขึ้นกับท่าน ท่านจะอย่างไร

ข้อคำถาม

1. เพื่อนร่วมงานไม่รับฟังความคิดเห็น หรือข้อเสนอของคุณ

เหตุที่ทำให้เพื่อนร่วมงานของฉันทันไม่รับฟังความคิดเห็น หรือข้อเสนอของฉันทัน เป็นเรื่องที่

ฉันทันไม่สามารถควบคุม / จัดการ ได้

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

ฉันทันสามารถควบคุม / จัดการ ได้

เหตุที่ทำให้เพื่อนร่วมงาน ไม่ยอมรับในความคิดเห็น หรือข้อเสนอของตัวเองจริงๆ แล้วมาจาก

ตัวฉันทันเอง

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

คนอื่น / ปัจจัยอื่น

2. หากในที่ประชุมไม่มีการตอบรับในข้อเสนอของคุณเลย

เหตุที่ไม่มีการยอมรับในข้อเสนอของฉันทัน เป็นเพราะ

ตัวฉันทันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุที่ไม่มีการยอมรับในข้อเสนอของฉันทัน จะ

เกิดขึ้นกับฉันทันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันทันอีกเลย

3. หากคุณสามารถหาเงินได้จำนวนมากจากการลงทุน

เหตุที่ทำให้ฉันสามารถหาเงินได้มาก เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

สถานการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

4. หากคุณและคนรักต้องแยกจากกัน และมีแนวโน้มว่าต้องเลิกรากัน

เหตุที่ทำให้ฉันต้องแยกจากกัน และมีแนวโน้มว่าต้องเลิกรากัน เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

สถานการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

5. หากผู้ที่คุณให้ความเคารพมาขอคำแนะนำจากคุณ

เหตุที่เขามาขอคำแนะนำจากฉัน เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

สถานการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

6. หากคุณมีปากเสียงอย่างรุนแรงกับคู่สมรสของคุณ หรือคนที่คุณให้ความสำคัญอย่างมาก

เหตุที่ทำให้มีปากเสียงรุนแรง เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

ผลจากเหตุการณ์นี้ทำให้ฉันรู้สึก

ไม่ต้องรับผิดชอบ

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

ต้องรับผิดชอบอย่างเต็มที่

7. หากคุณต้องถูกย้ายงานเพื่อที่จะไม่ต้องถูกไล่ออก

เหตุที่ฉันถูกย้าย เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

สถานการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

8. หากเพื่อนรักของคุณไม่ได้โทรศัพท์มาอวยพรวันเกิดให้กับคุณ
เหตุที่เพื่อนไม่โทรมาอวยพรวันเกิดให้คุณ เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการ ได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการ ได้

การที่เพื่อนไม่โทรมาอวยพรวันเกิดฉัน เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

คนอื่น / ปัจจัยอื่น

9. หากเพื่อนสนิทของคุณป่วยหนัก
เหตุที่เพื่อนของฉันป่วยหนักเช่นนี้ เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการ ได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการ ได้

ผลจากเหตุการณ์นี้ทำให้ฉันรู้สึก

ไม่ต้องรับผิดชอบ

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

ต้องรับผิดชอบอย่างเต็มที่

10. หากคุณได้รับเชิญให้ไปร่วมงานที่สำคัญงานหนึ่ง
เหตุที่ฉันได้รับเชิญ เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการ ได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการ ได้

การที่ฉันได้รับเชิญ เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

คนอื่น / ปัจจัยอื่น

11. หากคุณได้รับการปฏิเสธไม่ให้ทำงานที่สำคัญชิ้นหนึ่ง
เหตุที่ฉันได้รับการปฏิเสธ เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

12. หากคุณได้รับการบอกเล่าในด้านลบเกี่ยวกับตัวคุณจากเพื่อนร่วมงานที่ไว้วางใจได้
เหตุที่ฉันได้รับการบอกเล่าเช่นนั้น เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

13. หากคุณได้รับค่าจ้างเพิ่มขึ้น
การที่ฉันได้รับค่าจ้างเพิ่ม เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

การที่ฉันได้ค่าจ้างเพิ่ม เกิดจาก

ตัวฉันเอง

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

คนอื่น / ปัจจัยอื่น

14. หากคนใกล้ชิดของคุณได้รับการตรวจวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็ง

การที่เขาป่วยเป็นมะเร็ง เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

สาเหตุที่ทำให้เขาเป็นมะเร็งจะ

เกิดขึ้นเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นอีกเลย

15. หากคุณเลือกกลยุทธ์ในการลงทุนครั้งล่าสุดผิดพลาดไป

เหตุที่เกิดดังกล่าว เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

16. หากคุณพลาดเที่ยวบินที่จองตัวเอาไว้แล้ว

เหตุที่ทำให้ฉันพลาดการเดินทาง เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

การที่ฉันพลาดเครื่องบินเที่ยวนี้ เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

คนอื่น / ปัจจัยอื่น

17. หากคุณได้รับเลือกให้ทำโครงการที่สำคัญมาก

การที่คุณได้รับเลือกให้ทำโครงการนี้ เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

ผลจากเหตุการณ์นี้ทำให้ฉันรู้สึก

ไม่ต้องรับผิดชอบ

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

ต้องรับผิดชอบอย่างเต็มที่

18. หากโครงการที่คุณรับผิดชอบล้มเหลว

เหตุที่โครงการนี้ล้มเหลว เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

ผลจากเหตุการณ์นี้ทำให้ฉันรู้สึก

ไม่ต้องรับผิดชอบ

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

ต้องรับผิดชอบอย่างเต็มที่

19. หากนายจ้างขอลดเงินเดือนลงจากเดิม 30% เพื่อแลกกับการได้ทำงานในบริษัทต่อไป

เหตุที่ฉันถูกขอให้ลดเงินเดือนเช่นนี้ เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

เหตุที่ฉันต้องถูกขอลดเงินเดือนเกิดจาก

ตัวฉันเอง

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

คนอื่น / ปัจจัยอื่น

20. หากคุณได้รับของขวัญวันเกิดโดยไม่คาดคิด

เหตุที่ได้รับของขวัญวันเกิด เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

21. หากรถของคุณเสียในขณะที่กำลังเดินทางไปยังที่นัดหมาย

เหตุของรถเสียเกิดขึ้น เพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

22. หากหมอแจ้งกับคุณว่า คุณมีระดับคอเลสเตอรอลสูงมาก

เหตุที่ฉันมีระดับคอเลสเตอรอลสูงมาก เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

23. หากคุณได้รับเลือกให้เป็นผู้นำในโครงการที่สำคัญมากของบริษัท

เหตุที่ฉันได้รับเลือก เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

การที่ได้รับเลือกครั้งนี้ เกิดจาก

ตัวฉันเอง

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

คนอื่น / ปัจจัยอื่น

24. หากคุณได้พยายามโทรติดต่อเพื่อนๆ หลายครั้งแล้ว แต่ไม่มีใครโทรกลับมาหาคุณเลย

เหตุที่เพื่อนไม่โทรกลับมาหาฉัน เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

25. หากผลงานของคุณได้รับการยกย่องต่อสาธารณชน

เหตุที่ฉันได้รับการยกย่อง เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

26. จากการตรวจร่างกายของคุณ หมอเตือนให้คุณระวังเรื่องสุขภาพ

การที่หมอเตือนคุณเรื่องนี้เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

ผลจากการเตือนของหมอทำให้ฉันรู้สึก

ไม่ต้องรับผิดชอบ

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

ต้องรับผิดชอบอย่างเต็มที่

27. หากผู้ที่คุณให้ความเคารพกล่าวชมเชยคุณ

การที่ได้รับชมครั้งนี้ เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

ผลจากการได้รับคำชมทำให้ฉันรู้สึก

ไม่ต้องรับผิดชอบ

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

ต้องรับผิดชอบอย่างเต็มที่

28. หากคุณทราบว่าการประเมินผลการปฏิบัติงานของคุณไม่ดี หรือไม่เป็นที่น่าพอใจ การที่ได้ทราบว่าผลการประเมินผลงานของคุณ ไม่ดีครั้งนี้ เป็นเรื่องที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

ผลจากการประเมินนี้ทำให้ฉันรู้สึกว่

ไม่ต้องรับผิดชอบ

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

ต้องรับผิดชอบอย่างเต็มที่

29. หากคุณไม่ได้รับการเลื่อนตำแหน่งดังที่หวังไว้

สาเหตุที่ทำให้ฉันไม่ได้รับการเลื่อนตำแหน่งครั้งนี้ เป็นสิ่งที่

ฉันไม่สามารถควบคุม / จัดการได้

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

ฉันสามารถควบคุม / จัดการได้

เหตุที่ฉันไม่ได้เลื่อนตำแหน่งเป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

คนอื่น / ปัจจัยอื่น

30. หากคุณได้รับการคัดเลือกจากเพื่อนให้เป็นผู้ดำเนินโครงการที่มีความสำคัญ

เหตุที่ฉันได้รับคัดเลือก เป็นเพราะ

ตัวฉันเอง

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

สถานการณ์ในตอนนั้น

เหตุการณ์เช่นนี้จะ

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ

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

ไม่เกิดขึ้นกับฉันอีกเลย

ขอขอบพระคุณในความร่วมมืออย่างดียิ่งกับการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

นางสาวชมพูนุช เตชะนัคดา

นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ

นางสาวชมพูนุช เตะะนัดดา

วัน เดือน ปีเกิด

6 กรกฎาคม 2519

ประวัติการศึกษา

สำเร็จการศึกษาปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิตสาขาจิตวิทยา
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2541

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved