

ตะลุยโจทย์ ม.ปลาย
เพื่อเตรียมสอบ GAT-PAT มี.ศ.58

เดลินิวส์
ร่วมกับ

นักเรียน ปริศนา

วิชา GAT : ส่วนความคิดเชื่อมโยง
ชุดที่ 3 (ตอนที่ 1/4)



โดยช่วงตั้งแต่ 10 ก.พ. - 6 มี.ค. 58 ท่านสามารถติดตามได้ดังนี้ ตะลุยโจทย์ ม.ปลาย วิชา GAT (วันอังคาร), วิชา PAT1 (วันพุธ), วิชา PAT2 (วันพฤหัสบดี) และตะลุยโจทย์ ป.6 (วันศุกร์)

ความสามารถในการอ่าน เขียน คิดเชิงวิเคราะห์ และการแก้ปัญหา
คำสั่ง อ่านบทความเรื่อง “เคล็ดลับง่ายๆ สำหรับไขปัญหาชีวิต” ในบทความนี้มีข้อความที่กำหนดซึ่งพิมพ์ด้วยอักษรตัวพิมพ์ใหญ่ 10 ข้อความ ท้ายบทความจะมีตารางสรุปข้อความที่กำหนด ซึ่งแต่ละข้อความมีตัวเลข 2 หลักกำกับตั้งแต่เลข 01 ถึง 10 แล้วสรุปความสัมพันธ์ของข้อความที่กำหนดแต่ละข้อความกับข้อความอื่นๆ ที่เหลือให้สอดคล้องกับเนื้อหาในบทความ และเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด

- เกณฑ์ที่กำหนด ได้แก่**
- ถ้าข้อความที่กำหนดมีข้อความอื่น (ซึ่งอาจมีได้หลายข้อความ) เป็นผลโดยตรงหรือที่เกิดขึ้นในลำดับถัดมา ให้ระบยตัวเลข 2 หลักหน้าข้อความที่เป็นผลโดยตรงหรือที่เกิดขึ้นในลำดับถัดมา แล้วตามด้วยตัวอักษร “A”
 - ถ้าข้อความที่กำหนดมีข้อความอื่น (ซึ่งอาจมีได้หลายข้อความ) เป็นส่วนประกอบ / องค์ประกอบ / ความหมาย ให้ระบยตัวเลข 2 หลักหน้าข้อความที่เป็นส่วนประกอบ / องค์ประกอบ / ความหมาย แล้วตามด้วยตัวอักษร “D”
 - ถ้าข้อความที่กำหนดมีผลทำให้ข้อความอื่น (ซึ่งอาจมีได้หลายข้อความ) ถูกลด / ยับยั้ง / ป้องกัน / ห้าม / ขัดขวาง ให้ระบยตัวเลข 2 หลักหน้าข้อความที่ถูกลด / ยับยั้ง / ป้องกัน / ห้าม / ขัดขวางนั้น แล้วตามด้วยตัวอักษร “F”
 - ถ้าข้อความที่กำหนดไม่มีข้อความอื่นที่เป็นผลโดยตรงหรือที่เกิดขึ้นในลำดับถัดมา หรือที่เป็นส่วนประกอบ / องค์ประกอบ / ความหมาย หรือที่ถูกลด / ยับยั้ง / ป้องกัน / ห้าม / ขัดขวาง ดังกล่าวข้างต้น ให้ระบยคำตอบเป็นตัวเลข “99” แล้วตามด้วยตัวอักษร “H”

ทั้งนี้ให้ใช้เลขกำกับข้อความที่กำหนด 01, 02, 03, ..., 10 เป็นเลขข้อ 1, 2, 3, ..., 10 ในกระดาษคำตอบ

ข้อสอบแต่ละข้ออาจมีได้หลายคำตอบ หากตอบผิดจะถูกหักคะแนนคำตอบที่ผิดคำตอบละ 4 คะแนน โดยหักจากคะแนนรวมของข้อสอบข้อนั้นๆ (ไม่หักคะแนนข้ามข้อ) ดังนั้นถ้าไม่แน่ใจ อย่าเดา

บทความ

เคล็ดลับง่ายๆ สำหรับไขปัญหาชีวิต

วันนี้หลายคนคงยอมรับว่าสภาวะการรอบตัวเราล้วนแต่เป็นแรงบีบคั้น และแรงกดดัน ให้คนเราต้องพบกับภาวะวิกฤตของชีวิต บางรายเกิดความเครียดเกิดความคับข้องใจจนกลายเป็นปัญหาสุขภาพจิต ส่งผลให้ชีวิตต้องขาดความสุขและไม่สามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างปกติสุขต่อไป หลายคนพยายามแสวงหาทางออกเพื่อที่จะแก้ไขปัญหาคือชีวิตที่เกิดขึ้นด้วยวิธีการต่างๆ ซึ่งบางครั้ง อาจผิดพลาดและไม่เหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นการหันเข้าหาหาเสพติด การแสดงพฤติกรรมต่อต้านสังคม หรือการหลีกเลี่ยงหนีสังคม การเข้าร่วมกลุ่มมั่วสุมกับอบายมุขรูปแบบต่างๆ บางรายถึงกับเลือกทางออกด้วยการฆ่าตัวตายเพื่อหลีกเลี่ยงหนีจากปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ก็มี

คำถามที่น่าสนใจก็คือ เพราะเหตุใดบุคคลเหล่านี้จึงหาทางออกให้กับปัญหาชีวิตที่เกิดขึ้นด้วยวิธีการดังกล่าว อะไรคือปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้คนเราเลือกวิธีการแก้ปัญหาด้วยการสร้างปัญหาเพิ่มขึ้นให้กับตนเองเข้าไปอีก จะมีหนทางใดที่จะช่วยลดปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้ให้หมดไป และแก้ไขปัญหาคือชีวิตเหล่านี้ได้อย่างไร

ปัจจัยเสี่ยงในการแก้ไขปัญหาคือชีวิตที่ไม่เหมาะสมที่คนเรามักเลือกใช้ เพื่อหาทางออกให้กับตนเองในเวลาที่กำลังเผชิญปัญหาชีวิต มีอยู่ 2 ประการ ได้แก่ การขาดภูมิคุ้มกันในชีวิต โดยเริ่มต้นจากครอบครัวที่มีรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่ไม่เหมาะสม เช่น การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกดดันมากเกินไป การปิดกั้นโอกาสในการเผชิญปัญหาและแก้ไขปัญหาคือชีวิตด้วยตนเองจนทำให้ขาดประสบการณ์ และ

บทเรียนที่สำคัญของชีวิตที่ควรจะได้รับ นอกจากนั้นยังพบว่าไม่รู้จักรับรู้การลดความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตว่าควรปฏิบัติอย่างไร ยังส่งผลให้บางรายประสบความเครียดไวจนไม่สามารถแบกรับกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ส่วนอีกปัจจัยเสี่ยงหนึ่งก็คือการขาดทักษะในการจัดการแก้ไขปัญหาคือชีวิตที่เกิดขึ้น เนื่องจากขาดความสามารถในการพิจารณาปัญหาที่ระบยไม่ได้หาทางออกได้อย่างเหมาะสม ดังนั้นปัจจัยเสี่ยงไม่จำเป็นการขาดภูมิคุ้มกันในชีวิตหรือขาดทักษะดังกล่าวจึงเป็นต้นเหตุสำคัญที่ทำให้คนเราหาทางออกในการแก้ไขปัญหาคือชีวิตด้วยวิธีการที่ไม่เหมาะสมในรูปแบบต่างๆ จนกลายเป็นการสร้างปัญหาชีวิตให้เพิ่มมากขึ้นกว่าที่เป็นอยู่เดิม

นักจิตวิทยาได้เสนอเคล็ดลับในการแก้ไขปัญหาคือชีวิตแบบง่ายๆ โดยนำแนวคิดของ John Dewey นักการศึกษาชื่อดังมาเป็นแนวทางสำคัญในการเสนอกระบวนการในการแก้ไขปัญหาคือชีวิตซึ่งมีองค์ประกอบสำคัญดังต่อไปนี้

ขั้นแรกคือต้องรู้เท่าทันปัญหาให้ชัดเจนเสียก่อนว่าอะไรคือปัญหาแท้จริงที่เรา กำลังเผชิญอยู่ และมีอะไรเป็นสาเหตุสำคัญที่เราต้องเครียดต่อทุกข์ ชั้นที่สองคือการแสวงหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาคือชีวิต โดยเราจะต้องมองแนวทางที่จะทำให้อุปสรรคที่เกิดขึ้นหมดไปหรือยุติลงได้สัก 2-3 แนวทาง โดยพิจารณาว่าปัญหานั้นน่าจะมีทางออกได้กี่วิธี อะไรบ้าง ทั้งนี้เพื่อความหลากหลายและประสิทธิภาพในการแก้ไข ชั้นที่สามคือการประเมินทางเลือกที่เหมาะสม ชั้นตอนนั้นต้องชั่งน้ำหนักดูถึงผลได้ผลเสีย รวมถึงความเป็นไปได้ของแต่ละแนวทางที่จะนำมาใช้ เพื่อให้ได้แนวทางที่ดีที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดในการแก้ไขปัญหาคือชีวิต ชั้นสุดท้ายคือการทดลองนำไปปฏิบัติจริง ซึ่งต้องทำอย่างจริงจังและเคร่งครัดตามแผนที่วางไว้ ต้องไม่ล้มเลิกความตั้งใจในการปฏิบัติ เพราะบางครั้งเราอาจจะต้องอดทนและต้องใช้ระยะเวลาพอสมควรกับบางปัญหาที่เรารู้สึกหนักหนาเป็นระยะเวลายาวนานกว่าจะแก้ไขให้ลุล่วงลงไปได้

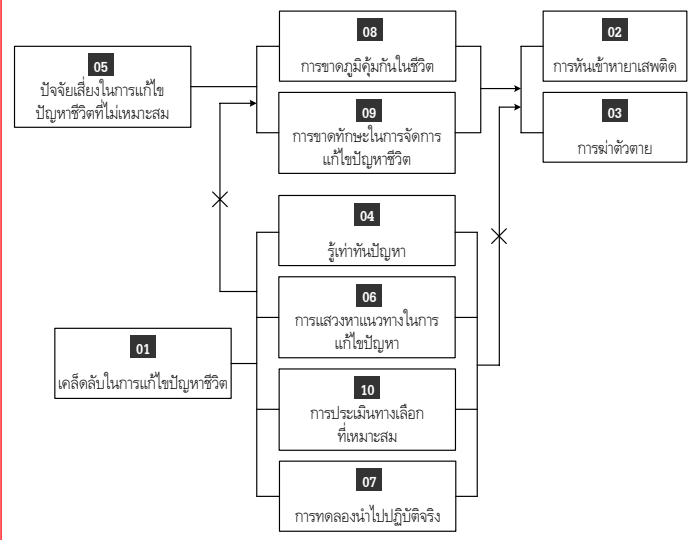
การปฏิบัติตามเคล็ดลับในการแก้ไขปัญหาคือชีวิตดังกล่าวนี้น่าจะช่วยลดปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดปัญหาคือชีวิตที่ไม่พึงประสงค์ให้หมดไปได้ และในขณะที่เดียวกันจะช่วยหยุดยั้งหรือป้องกันการเลือกทางออกในการแก้ไขปัญหาคือชีวิตที่ไม่เหมาะสมในรูปแบบต่างๆ ให้หมดไปได้ขอเพียงแต่เราต้องมีความเชื่อมั่น และเห็นคุณค่าในตนเองว่าทุกปัญหาสามารถแก้ไขและหาทางออกได้ด้วยตัวของเราเองเท่านั้น ไม่ช้าเราก็คจะเป็นผู้ชนะที่ยิ่งใหญ่สามารถแก้ไขปัญหาคือชีวิตที่เกิดขึ้นให้ลุล่วงลงไปได้ในที่สุด

ตารางสรุปข้อความที่กำหนดและเลขกำกับบทความ และที่ว่างสำหรับร่างหาคำตอบ

| เลขกำกับ | ข้อความที่กำหนด | ที่ว่างสำหรับร่างหาคำตอบ |
|----------|--|--------------------------|
| 01 | เคล็ดลับในการแก้ไขปัญหาคือชีวิต | |
| 02 | การหันเข้าหาหาเสพติด | |
| 03 | การฆ่าตัวตาย | |
| 04 | รู้เท่าทันปัญหา | |
| 05 | ปัจจัยเสี่ยงในการแก้ไขปัญหาคือชีวิตที่ไม่เหมาะสม | |
| 06 | การแสวงหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาคือชีวิต | |
| 07 | การทดลองนำไปปฏิบัติจริง | |
| 08 | การขาดภูมิคุ้มกันในชีวิต | |
| 09 | การขาดทักษะในการจัดการแก้ไขปัญหาคือชีวิต | |
| 10 | การประเมินทางเลือกที่เหมาะสม | |

เฉลย

แผนภูมิบทความ เคล็ดลับง่ายๆ สำหรับไขปัญหาชีวิต



จากแผนภูมิการคิดวิเคราะห์บทความ สามารถอธิบายได้ว่า

1. ปัจจัยเสี่ยงในการแก้ไขปัญหาคือชีวิตที่ไม่เหมาะสม (05) ประกอบด้วย การขาดภูมิคุ้มกันในชีวิต (08) และการขาดทักษะในการจัดการแก้ไขปัญหาคือชีวิต (09)
2. ทั้งการขาดภูมิคุ้มกันในชีวิต (08) และการขาดทักษะในการจัดการแก้ไขปัญหาคือชีวิต (09) ล้วนส่งผลให้เกิดปัญหาการหันเข้าหาหาเสพติด (02) และปัญหาการฆ่าตัวตาย (03)
3. เคล็ดลับในการแก้ไขปัญหาคือชีวิต (01) ประกอบด้วยวิธีการต่างๆ คือ รู้เท่าทันปัญหา (04) การแสวงหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาคือชีวิต (06) การประเมินทางเลือกที่เหมาะสม (10) และการทดลองนำไปปฏิบัติจริง (07)
4. และหากเราได้ดำเนินการตามวิธีการทั้ง 4 ขั้นตอนแล้ว จะช่วยป้องกันหรือยับยั้งปัจจัยเสี่ยง 2 ประการคือ การขาดภูมิคุ้มกันในชีวิต (08) และการขาดทักษะในการจัดการแก้ไขปัญหาคือชีวิต (09) ตลอดจนยังสามารถหยุดยั้งการเกิดปัญหาการหันเข้าหาหาเสพติด (02) และการฆ่าตัวตาย (03) ได้อีกด้วย

ตารางสรุปข้อความที่กำหนดและเลขกำกับบทความ และที่ว่างสำหรับร่างหาคำตอบ

| เลขกำกับ | ข้อความที่กำหนด | ที่ว่างสำหรับร่างหาคำตอบ |
|----------|--|--------------------------|
| 01 | เคล็ดลับในการแก้ไขปัญหาคือชีวิต | 04D 06D 07D 10D |
| 02 | การหันเข้าหาหาเสพติด | 99H |
| 03 | การฆ่าตัวตาย | 99H |
| 04 | รู้เท่าทันปัญหา | 02F 03F 08F 09F |
| 05 | ปัจจัยเสี่ยงในการแก้ไขปัญหาคือชีวิตที่ไม่เหมาะสม | 08D 09D |
| 06 | การแสวงหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาคือชีวิต | 02F 03F 08F 09F |
| 07 | การทดลองนำไปปฏิบัติจริง | 02F 03F 08F 09F |
| 08 | การขาดภูมิคุ้มกันในชีวิต | 02A 03A |
| 09 | การขาดทักษะในการจัดการแก้ไขปัญหาคือชีวิต | 02A 03A |
| 10 | การประเมินทางเลือกที่เหมาะสม | 02F 03F 08F 09F |

นักเรียนสามารถเข้าไปดูข้อมูลย้อนหลังได้ที่
www.bunditnaenew.com