

แนวทางการอ่านคนจากกีฬาและงานอดิเรก
จากผลวิจัยเรื่อง
กีฬาและงานอดิเรกฝึกฝนความสามารถของบุคลากรในด้านใดบ้าง

© 2010 Top Gun Co. Ltd. All Rights Reserved.
No part of this article may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form, or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without permission.
For commercial use please contact us :
Tel. (662) 711-1685(17 lines) Fax. (662) 711-1038 [E-mail : customerservice@topgunthailand.com](mailto:customerservice@topgunthailand.com)

คำนำ

การรับเลือกบุคคลเข้าทำงาน นอกจากจะคัดกรองจากความรู้และทักษะในการทำงานแล้ว ปัจจุบันสิ่งที่เริ่มได้รับความสนใจมากขึ้นเรื่อยๆคือการคัดคนโดยดูจาก Hidden competencies หรือความสามารถซ่อนเร้น เพราะนอกจากบริษัทจะต้องการคนที่มีความสามารถเหมาะกับตำแหน่งนั้นๆแล้ว ก็ยังต้องการคนที่มีความสามารถซ่อนเร้นของผู้สมัครผ่านการอ่านข้อมูลกีฬาและงานอดิเรกซึ่งสามารถสะท้อนให้เห็นตัวตนของแต่ละคนได้ จึงเป็นประเด็นที่น่าสนใจมาก

การอ่านความสามารถซ่อนเร้นจากกีฬาและงานอดิเรกอาจดูเป็นเรื่องธรรมดาที่ทราบกันมานานแล้ว แต่ในความเป็นจริง ยังไม่เคยมีใครนำความรู้ใหม่นี้มาศึกษาและประมวลผลออกมาให้มีความเป็นวิทยาศาสตร์จนสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในกระบวนการคัดคนเข้าทำงานได้จริง

ตั้งแต่ปี 2550 เป็นต้นมา Super Resume ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวอย่างเป็นทางการ โดยส่งแบบสอบถามในหัวข้อ “กีฬาและงานอดิเรกช่วยพัฒนาคุณในด้านใดบ้าง” ครั้งที่ 1 ครั้งที่ 2 ออกไปให้สมาชิกกว่า 3 แสนคน* ที่มีข้อมูลกีฬาและงานอดิเรกใน Super Resume เพื่อสอบถามว่ากีฬาหรืองานอดิเรกที่เขาเลือกเล่นอยู่นั้น ช่วยพัฒนาความสามารถหรือบุคลิกด้านอื่นอย่างไรบ้าง

จากการสรุปผลแบบสอบถาม ทำให้ได้เห็นว่า กีฬาและงานอดิเรกทุกชนิด ต่างก็ช่วยฝึกคนในด้านต่างๆ ขึ้นอยู่กับมุมมองของผู้เรียนรู่ว่าจะเลือกด้านใด

ในหนังสือ แนวทางการอ่านคนจากกีฬาและงานอดิเรก จากผลวิจัยเรื่อง กีฬาและงานอดิเรกฝึกฝนความสามารถของบุคลากรในด้านใดบ้าง เล่มนี้ เป็นการรวบรวมผลตอบแบบสอบถามจากการวิจัยครั้งที่ 1 และ 2 โดยแยกออกเป็นกีฬาและงานอดิเรกประเภทต่างๆ ทั้งหมด 78 ประเภท

ทั้งนี้ถึงแม้ว่าการอ่านคนจากกีฬาและงานอดิเรกนี้อาจไม่สามารถใช้ตัดสินคนได้ทุกแง่มุม แต่อย่างน้อยก็อาจเป็นการช่วยให้ฝ่ายบุคคลมีแนวทางในการตั้งคำถามผู้สมัครในขั้นตอนการสัมภาษณ์มากขึ้น

ทางผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่าการรวบรวมผลงานวิจัยเรื่องกีฬาและงานอดิเรกช่วยฝึกฝนความสามารถของบุคลากรเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อทั้งผู้สนใจและผู้ที่อยู่ในวงการทรัพยากรบุคคลไม่มากนัก้อย

ผู้จัดทำ

สารบัญ

	หน้า
1. กีฬา.....	1
1.1 กอล์ฟ.....	1
1.2 กีฬารถ.....	3
1.3 กีฬาสู่ลาน.....	6
1.4 ขี่ม้า.....	7
1.5 ซอฟต์บอล.....	9
1.6 เต้นรำ.....	11
1.7 เทนนิส.....	14
1.8 บาสเกตบอล.....	17
1.9 เบสบอล.....	19
1.10 แบดมินตัน.....	21
1.11 โบว์ลิ่ง.....	24
1.12 ปิงปอง.....	26
1.13 ฟุตบอล.....	29
1.14 มวย.....	32
1.15 ยิงปืน.....	34
1.16 โยคะ.....	37
1.17 รักบี้.....	40
1.18 วอลเลย์บอล.....	42
1.19 วายน้ำ.....	45
1.20 วิ่ง.....	48
1.21 ศิลปะต่อสู้ป้องกันตัว.....	50
1.22 สควอช.....	53
2. กิจกรรมกลางแจ้ง.....	55
2.1 เคนเบิลสกี.....	55
2.2 จักรยาน.....	57
2.3 จักรยานเสือภูเขา.....	60
2.4 เจ็ตสกี.....	62
2.5 ดำน้ำ.....	64
2.6 ดำน้ำผิวหน้า.....	67
2.7 ดูกาว.....	69
2.8 ดูนก.....	71
2.9 เดินขึ้นเขา.....	73
2.10 เดินทางไกล/ ออกแคมป์.....	75

2.11 ตกปลา.....	78
2.12 ปีนเขา / ปีนผา.....	81
2.13 พายเรือ.....	83
2.14 เรือแคนู.....	85
2.15 เรือใบ.....	88
2.16 สเกตน้ำแข็ง.....	90
3. เครื่องดนตรี.....	93
3.1 เครื่องดนตรีสากล.....	93
3.1.1 กลอง.....	93
3.1.2 กีตาร์.....	95
3.1.3 คีย์บอร์ด.....	98
3.1.4 เครื่องทองเหลือง.....	100
3.1.5 เครื่องเป่า.....	102
3.1.6 เบส.....	104
3.1.7 เปียโน.....	106
3.1.8 ไวโอลิน/ เชลโล.....	109
3.2 เครื่องดนตรีไทย.....	111
3.2.1 กรับ.....	111
3.2.2 กลองยาว.....	114
3.2.3 ขลุ่ย.....	116
3.2.4 ขิม.....	118
3.2.5 จะเข้.....	121
3.2.6 ฉาบ.....	124
3.2.7 ฉิ่ง.....	126
3.2.8 ซออู้.....	128
3.2.9 ระนาดเอก.....	131
3.2.10 อังกะลุง.....	133
4. งานอดิเรกอื่นๆ.....	135
4.1 เขียนโปรแกรม.....	135
4.2 งานเขียน.....	138
4.3 ตัดเก็บข่าวและเรื่องราว.....	141
4.4 ถักไหมพรม.....	144
4.5 ถ่ายภาพ.....	147
4.6 ท่องเที่ยว.....	149
4.7 ทำสวน.....	151
4.8 ทำอาหาร.....	154

4.9 ฟีดเนส.....	157
4.10 เย็บผ้า.....	160
4.11 ร้องเพลง.....	163
4.12 ละครเวที.....	166
4.13 เล่นเกม.....	168
4.14 เล่นอินเทอร์เน็ต.....	171
4.15 เลี้ยงสัตว์.....	174
4.16 วาดรูป.....	176
4.17 ศิลปะประดิษฐ์.....	178
4.18 สะสมแสตมป์.....	181
4.19 หมากรุก.....	184
4.20 หมากล้อม (โกะ)	187
4.21 อ่านหนังสือ.....	189
4.22 แอโรบิก.....	192

1. กีฬา

1.1 กอล์ฟ

ผลจากงานวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	27.14%
2. เก่งในการวางแผน	18.09%
3. รอบคอบ	15.89%
4. กล้าตัดสินใจ	14.18%
5. อุดทน	13.45%
6. นักวิเคราะห์	10.27%
7. รับมือได้กับทุกปัญหา	9.05%
8. ซื่อสัตย์สุจริต	8.07%
9. มีเครือข่ายในการทำงาน/รู้จักคนมาก	7.58%
10. เป็นนักคิดในเชิงกลยุทธ์	7.58%
+ชอบความท้าทาย	5.62%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	5.38%
+มีวินัย	6.6%
+ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	6.11%

1. สุขุมเยือกเย็น

ต้องควบคุมอารมณ์ เนื่องจากหากดีเสียแล้วไม่ควบคุมอารมณ์จะยิ่งทำให้ดีเสียมากขึ้น ดังนั้นต้องลิ้ม ชี้อัตที่ ดีเสียให้เร็วที่สุดเพื่อปรับตัวรับกับสถานการณ์ใหม่ที่กำลังจะเกิดขึ้น

2. เก่งในการวางแผน

ในการเล่นแต่ละหลุม ต้องรู้รายละเอียดของสนามในแต่ละหลุมนั้นว่ามีอุปสรรคใดบ้างที่อยู่ข้างหน้า ควร เล็งไปที่จุดใดเพื่อความปลอดภัยและหลีกเลี่ยงอุปสรรคดังกล่าว ควรตีด้วยระยะใดถึงจะไปอยู่ ณ จุดนั้น และวางแผนข้าม ไปจนถึงการเล่นช็อตต่อไปข้างหน้าอีกว่าจะเหลือระยะเท่าใด และระยะนั้นเป็นระยะที่เรานัด/แม่นยำหรือไม่ ฯลฯ ทั้งหมดนั้นก็คือการวางแผนการเล่นนั่นเอง ซึ่งถือได้ว่าจะช่วยในการพัฒนาตนเองในการเล่นได้ดี

3. รอบคอบ

กีฬาอล์ฟเป็นกีฬาที่มีโอกาสสัมผัสลูกเพียงไม่กี่ครั้งในแต่ละสนาม และสนาม กอล์ฟจะมีพื้นที่ใหญ่และมี รายละเอียดกว่ากีฬาประเภทอื่นมาก ด้วยรายละเอียดเหล่านี้ทำให้การเล่นแต่ละช็อต ต้องมีความรอบคอบทุกครั้ง

4. กล้าตัดสินใจ

ตลอดเวลาในการเล่นกอล์ฟนั้น ต้องใช้การตัดสินใจในการใช้ไม้ตีแต่ละครั้ง เพราะในการตีแต่ละครั้งนั้น ต้องวางแผนและวิเคราะห์ทั้งสภาพ ระยะที่จะตีให้ไปถึง สภาพลม สภาพอุปสรรค แล้วตัดสินใจเลือกไม้ที่จะใช้ตี จึงเป็น กีฬาที่ฝึกฝนการตัดสินใจ และกล้าตัดสินใจ

5. อุตุน

กีฬาอล์ฟถือว่าเป็นกีฬากลางแจ้ง ในการที่จะออกรอบแต่ละครั้งก็ต้องโดนแดด และต้องเดินมาก ใน บางครั้งก็ต้องพบกับอุปสรรคต่าง ๆ ที่ไม่คาดคิด ดังนั้นผู้ที่เล่นกีฬานี้ทุกคนต้องมีความอุตุน

6. นักวิเคราะห์

เนื่องจากแต่ละหลุมมีการวางรูปแบบต่างกัน มีอุปสรรคต่างกัน ดังนั้นต้องเป็นนักวิเคราะห์และวางแผนที่ดีว่า แต่ละช็อตจะใช้เหล็กอะไร จะตีไปวางที่ใดสำหรับช็อตต่อไป และเมื่อขึ้นบนกรีน ก็ต้องวิเคราะห์ว่ากรีนเร็ว และมีslopeทางใด

7. รับมือได้กับทุกปัญหา

กอล์ฟเป็นกีฬาที่คุณไม่สามารถที่จะคาดเดาได้เลยว่าในแต่ละวันที่คุณเล่นคุณจะต้องพบกับอะไรบ้างทั้ง สภาพของสนาม ผู้ร่วมก๊วน สภาพดินฟ้าอากาศ ดังนั้นเราจะต้องเตรียมตัวให้พร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งต่างๆเหล่านี้ และแก้ไข เพื่อที่จะผ่านพ้นไปได้ด้วยดี

8. ชื่อสัตย์ สุจริต

เนื่องจากกอล์ฟเป็นกีฬาของสุภาพบุรุษ ไม่ว่าจะในสภาพการแข่งขันระดับอาชีพ หรือนักกีฬาสมัครเล่น ออกรอบสนุกสนานในหมู่เพื่อนฝูง แม้แต่เข้าร่วมการแข่งขันในระดับใด ๆ ก็ตาม กีฬาอล์ฟจะต้องอาศัยความซื่อสัตย์ของผู้เล่นต่อเกมการแข่งขัน เพราะการทำแค้นและนับคะแนนที่เกิดขึ้น ผู้เล่นจะต้องซื่อสัตย์ต่อตนเอง และผู้ร่วมแข่งขันเสมอ เพราะตนเองเท่านั้นเป็นผู้บันทึกแค้นที่เกิดขึ้น ผู้อื่นไม่สามารถจะทราบได้หากทำการบันทึกแค้นที่ไม่เกิดขึ้นจริง หรือบันทึกผลให้ดีกว่าความเป็นจริง ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า การพัฒนากีฬาอล์ฟ จะต้องกระทำควบคู่ไปกับการพัฒนาจิตใจขั้นพื้นฐานของผู้เล่น ในส่วนของ " ชื่อสัตย์ สุจริต " เป็นสำคัญ

9. มีเครือข่ายในการทำงาน / รู้จักคนมาก

การไปออกรอบ จะได้ออกรอบกับบุคคลต่างๆมากมายหลากหลายสาขาอาชีพ ซึ่งในระหว่างการออกรอบ ก็จะมีการสนทนา และทำความรู้จักกันไปตลอดเวลาประมาณ 4-5 ชม.ของการออกรอบ

10. เป็นนักคิดเชิงกลยุทธ์

ต้องวางแผนก่อนการเล่น ตัวเรามีความสามารถตีได้ระยะเท่าไรในแต่ละหัวไม้ หรือเหล็กเบอร์ต่างๆ หลุมที่เล่นเป็นหลุมพาร์อะไร Layoutของ Fairway เป็นอย่างไร อุปสรรคมีอย่างไร ตรงไหน ระยะเท่าไร ต้องวางแผนในการเล่น แค้นที่จะชนะต้องเป็นเท่าไร คู่แข่งเป็นอย่างไร หรือต้องการเป็นแชมป์ของการแข่งขัน ต้องคิดในเชิงกลยุทธ์ และ ดำเนินการตามแผนให้ได้

+ ขอบความท้าทาย

กอล์ฟเป็นกีฬาที่ไม่สามารถกำหนดได้ว่า เมื่อคุณซ้อมดีคุณจะสามารถแข่งขันได้ดี หรือแม้กระทั่งว่า วันนี้คุณตีได้ดี ก็ ไม่ได้หมายความว่าพรุ่งนี้คุณจะตีได้ดีอีก และการพัฒนาต่างๆ ของผู้เล่นแต่ละคน ก็เป็นสิ่งที่ไม่มีวันสิ้นสุด สามารถพัฒนาได้เรื่อยๆ ตั้งแต่เด็กจนถึงอายุมากๆ ไม่เหมือนกีฬาชนิดอื่น ซึ่ง สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นความท้าทายในตัวเองที่เกิดขึ้นสำหรับนักกอล์ฟทุกคน

+ มีความยืดหยุ่นปรับตัวเก่ง

ในการออกรอบนั้น เราจะได้เจอทั้งฝนตก แดดออก สนามเปียก สนามแห้ง กรีนเร็ว กรีนฝืด ทำให้เราต้องมีการปรับสภาพตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นสมาธิ ความคิด การวางแผน การปรับตัวเพื่อให้อารมณ์กับสถานการณ์ต่างๆ รวมถึงอารมณ์ความรู้สึก ของตัวเอง ที่มีกับก๊วน หรือ จิตใจของตัวเองด้วย

+ มีวินัย

การเล่นกีฬา กอล์ฟ เป็นกีฬาที่ต้องมีวินัย รักษากฎ กติกา มารยาทในการเล่นของตน และระหว่างเพื่อนร่วมกลุ่ม และระหว่างกลุ่ม ไม่มีการเอาัดเอาเปรียบ ซื่อสัตย์ในการจดแต้ม เล่นตามก่อนและหลัง และต้องมีมารยา ทในการเล่นที่ดี เพื่อให้การเล่นทั้งของเรา และของผู้อื่นเป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนดไว้

+ ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

กอล์ฟถูกมองว่าเป็นกีฬาสำหรับกลุ่มคนระดับสูง ระดับผู้บริหาร ผู้นำ จึงเป็นแรงดึงดูดให้อยากเล่น อยากรประสบความสำเร็จเหมือนกับนักบริหาร

1.2 กีฬารถ

ผลจากการวิจัย	%
1.กล้าตัดสินใจ	13.23%
2.ฉลาดมีไหวพริบ	7.12%
3.ทำงานภายใต้ความกดดัน ได้ดี	6.11%
4.กล้าเสี่ยง	3.31%
5.ชอบความท้าทาย	3.05%
6.เก่งในการวางแผน	2.54%
7.รอบคอบ	2.54%
8.ชอบการแข่งขัน	2.54%
9.คิดอย่างมีหลักการ	2.54%
10.สุขุมเยือกเย็น	2.29%
+อดทน	2.29%
+เรียนรู้เร็ว	0.51%

1. กล้าตัดสินใจ

ในการขับรถ การตัดสินใจถือว่าเป็นสิ่งสำคัญ ไม่ว่าข้างหน้าจะเกิดอะไรขึ้นต้องตัดสินใจอย่างเด็ดขาด ความปลอดภัยของผู้โดยสารขึ้นอยู่กับ การตัดสินใจของคนขับ การทำงานที่เช่นกันงานบางอย่างต้องรีบตัดสินใจ บางงานไม่จำเป็นต้องรีบแต่ต้องรอบคอบในการตัดสินใจ

2. ฉลาดมีไหวพริบ

การขับรถแข่งนั้น ไหวพริบถือเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการแข่งขัน นอกจากต้องใช้ความเร็วในการขับแข่งกันแล้ว ยังต้องใช้สายตาและสติอย่างมาก ยิ่งขับเร็วเท่าไร อะครีนาลีนจะยิ่งถูกสูบฉีดออกมา เวลานั้นเองที่ผู้ขับจะต้องใช้ไหวพริบมากที่สุด การเลี้ยวโค้งเข้าโค้งต้องระวังคู่แข่งที่อาจเกิดอุบัติเหตุขึ้นข้างหน้า การหลบหลีกให้ตัวรอดและตัวผู้ขับที่ปลอดภัย เป็นต้น

กีฬาประเภทนี้ต้องใช้ไหวพริบในการแข่งขันอย่างสูง หากขาดซึ่งไหวพริบแล้ว เราก็ตกไปอยู่ในสถานการณ์ที่ยากลำบาก เช่นตกไปอยู่ในแผนของฝ่ายตรงข้าม หรือถ้าเราตกอยู่ในแผนของฝ่ายตรงข้าม แล้วเราจะทำอย่างไร ให้สามารถพลิกสถานการณ์นั้นๆ ให้เรากลับมาเป็นฝ่ายได้เปรียบอีกครั้ง

3. ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี

เนื่องจากกีฬารถนั้นเป็นกีฬาที่จะต้องแข่งขันกับผู้อื่น ซึ่งจะมีความกดดันในเรื่องของคู่แข่ง เรื่องของการแข่งกับเวลา และคนที่ร่วมทีมกับเราก็คาดหวังในตัวเราทำให้เราเกิดความกดดัน แต่ถ้าเราสามารถทำงานภายใต้ความกดดันนั้นได้และผ่านสิ่งเหล่านี้มาได้ ก็จะทำให้เราสามารถทำงานอื่นๆที่มีความกดดันอย่างนี้ได้ดี

การแข่งขัน ลำดับของตำแหน่งระหว่างการแข่งขันมักถูกเปลี่ยนเสมอ เช่น ในเส้นสตาร์ทเราอาจอยู่อันดับท้ายตอนปล่อยตัว นั่นก็เป็นการสร้างแรงกดดันอย่างหนึ่ง ว่าเราสามารถแข่งรถที่อยู่ข้างหน้าได้หรือไม่ หรือแม้กระทั่งเราอยู่ที่หนึ่ง ถ้าหากเราสามารถเอาชนะแรงกดดันนั้นได้ ชัยชนะด้านการขับหรือด้านการทำงานนั้นไม่ใช่เรื่องยากเลย

4. กล้าเสี่ยง

กีฬาจำเป็นต้องมีความกล้าที่จะเสี่ยง เช่น บางครั้งเราจำเป็นต้องเสี่ยงในเรื่องที่ไม่มีในทฤษฎี เราอาจจะต้องใช้ความรู้สึกและสัญชาตญาณเข้ามามีบทบาท เพราะนั่นอาจจะมาสู่ความสำเร็จได้ การแข่งรถนั้นบางจังหวะที่เราจะต้องแข่งหรือเปลี่ยนคลัตช์นั้น เปรียบเสมือนเรากำลังอยู่บนด้ายบางๆ เพราะหากเราทำอะไรผิดไปแม้แต่นิดเดียวอาจจะไปสู่ความล้มเหลวได้ หากเราไม่มีความกล้าที่จะเสี่ยงเราก็จะข้ามจุดนี้ไปไม่ได้

5. ชอบความท้าทาย

กีฬาทางรถ เป็นกีฬาที่มีความท้าทายเป็นอย่างมาก ผู้ที่เล่นกีฬานี้จะต้องใจกล้า กีฬานี้เป็นกีฬาที่เหมาะสมกับผู้ที่ชอบความท้าทาย แต่ในความท้าทายนั้นก็ต้องมีสมาธิและระวังตลอดเวลา

6. เก่งในการแข่งขัน

กีฬาสามารถทำให้เราพัฒนาด้านการวางแผนได้ เนื่องจากการขับหรือการแข่งขันนั้นจำเป็นต้องวางแผนว่าเราควรจะทำอย่างไร แข่งตรงจุดไหนที่เร็ว ดี และปลอดภัย การแข่งรถนั้นเราจำเป็นต้องสำรวจเส้นทาง เพราะการสำรวจเส้นทางทำให้เราคิดและวางแผนนั้นๆ หากบวกกับ การรู้จักความสามารถของตัวเองแล้วนั้นยังเป็นการวางแผนที่ดีและรอบคอบ

เพราะในกีฬารถมีรายละเอียดมากมาย การวางแผนที่ดีในการจัดการรายละเอียด และขั้นตอนในการลำดับความสำคัญต่างๆ มีผลเป็นอย่างมากที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ เช่น การวางแผนในการพัฒนาตัวนักแข่ง การวางแผนในการจัดการกับตัวรถแข่ง แผนทางการตลาด การหาผู้สนับสนุน แผนในการฝึกซ้อมและเทคนิคต่างๆ รวมถึงรายละเอียดของทุกๆ สนาม

7. รอบคอบ

ต้องหมั่นตรวจสอบระบบการทำงานของรถอย่างรอบคอบ ให้รถอยู่ในสภาพที่ดียู่เสมอ เพื่อจะได้ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเอง ผู้อื่น และสังคม

ความรอบคอบเป็นสิ่งจำเป็นมากสำหรับการขับรถ ถ้าเราไม่รอบคอบไม่มีการตรวจเช็คสภาพรถก่อนออกเดินทาง ถ้าเกิดมีปัญหากลางทาง แล้วไม่สามารถหาคนช่วยเหลือได้ เราก็จะลำบาก ฉะนั้นความรอบคอบจึงเป็นสิ่งที่นักขับทุกคนพึงมีและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับงานต่างๆ ได้เช่นกัน

8. ขอบการแข่งขัน

คำว่ากีฬาข่อมหมายถึงการแข่งขัน คนที่ขอมรถอย่างเดียวอาจจะไม่ชอบการแข่งขันก็เป็นได้ แต่กีฬาข่อมหมายถึงการแข่งขันของรถ เป็นที่แน่นอนอยู่แล้วว่าคนที่ชอบกีฬารถ ข่อมชอบการแข่งขันอยู่แล้ว ทั้งแข่งขันกับตัวเองและกับคู่แข่ง

9. คิดอย่างหลักการ

การคิดแบบมีหลักการกับการกีฬารถนั้นสำคัญยิ่ง เพราะเราต้องรู้ว่าข้างหน้าเราเป็นอย่างไรจะต้องทำอย่างไรถึงจะผ่านจุดนั้นไปได้ ก็เหมือนกับการทำงานต้องรู้ว่างานเราต้องดำเนินไปอย่างไร

การแข่งขัน ต้องใช้การวางแผนร่วมกันอย่างเข้าใจ ไม่ว่าจะวางแผนที่จะเร่งความเร็วถึงจุดใด ก็จะเข้าโค้งด้วยความเร็ว เกียร์ และ โคลน์ไหน การเวะเดิมน้ำมัน เปลี่ยนยางที่รอบเท่าใด เพื่อให้สามารถชนะการแข่งขันได้ร่วมกัน ก็เหมือนการทำงาน คนเราไม่สามารถสำเร็จหากไม่มีการวางแผนที่ดี

10. สุขุมเยือกเย็น

ถึงแม้หากดูจากภายนอก กีฬามอเตอร์สปอร์ต อาจดูเหมือนกีฬาที่เน้นความเร็วเป็นสำคัญ แต่แท้จริงแล้วผู้ขับขี่จะต้องมีความเยือกเย็น ซึ่งมีคำกล่าวในวงการว่า ยิ่งรถร้อนแรง คนขับต้องยิ่งเยือกเย็น เนื่องด้วยหากผู้ขับขี่ ขับรถที่มีกำลังสูงๆ โดยใช้อารมณ์ร้อนหรือวู่วาม ข่อมเกิดอุบัติเหตุโดยง่าย รวมถึงการทำเวลาที่จะไม่ดี ด้วยเพราะสูญเสียเวลาไปกับการควบคุมรถที่ผิดพลาด

การขับเร็ว ใจว่าต้องใจร้อน ยิ่งเร็วเพียงใด ความระมัดระวังและความสุขุม ก็ต้องมีมากขึ้น เพื่อให้สามารถหลุดไปทางอื่นในขณะที่มีความเร็วสูง

ในระหว่างการแข่งขัน ผู้ขับขี่จำเป็นที่จะต้องมีความสุขในการที่จะตัดสินใจทำสิ่งต่างๆ ในการแข่งขันนั้น ทำให้ทั้งการแข่งขันเกิดความปลอดภัยและสามารถเอาชนะคู่แข่งได้ในการแข่งขัน

1.3 กีฬาลูก-ลาน

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	11.32%
2.มีวินัย	8.18%
3.ชอบการแข่งขัน	5.03%
4.มีพัฒนาการในตนเองสูง	3.77%
5.กล้าตัดสินใจ	3.77%
6.ขยัน	3.77%
7.มีความรับผิดชอบสูง	3.14%
8.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	2.52%
9.จิตใจดี	2.52%
10.กระตือรือร้น	2.52%
+ฉลาดมีไหวพริบ	2.52%
+ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	1.89%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	1.26%
+ชอบความท้าทาย	1.26%

1. อดทน

เนื่องจากกีฬาประเภทลูก-ลาน เป็นกีฬากลางแจ้ง ต้องตากแดดเวลาฝึกซ้อม และต้องฝึกซ้อมเป็นประจำและสม่ำเสมอ เพราะบางประเภทต้องใช้ความสามารถเฉพาะตัว ต้องอาศัยความอดทนในการฝึกซ้อม ผู้ที่เป็นนักกีฬาประเภทลูก-ลานต้องใช้ความอดทนในการฝึกซ้อมเพื่อให้ตนเองพัฒนาอยู่เสมอ และหากต้องการเล่นให้ดี ก็ต้องฝึกฝน อย่างสม่ำเสมอ ซึ่งต้องใช้ความอดทนเป็นอย่างมาก

2. มีวินัย

ทำให้เราเป็นคนมีวินัย เพราะเราจะต้องฝึกซ้อมอยู่เสมอ กีฬาประเภทลูก-ลาน บางประเภท เวลาซ้อมจะต้องฝึกซ้อมเป็นเวลาแน่นอน ดังนั้นผู้เล่นจึงต้องมีความตรงต่อเวลาในการซ้อมเป็นอย่างมาก จึงเป็นการสร้างระเบียบวินัยให้แก่ นักกีฬาในการฝึกฝน ซึ่งต้องกระทำเป็นประจำและกระทำอย่างต่อเนื่อง

3. ชอบการแข่งขัน

กีฬาลูก-ลานเป็นกีฬาที่มีการเก็บสถิติเข้ามาเกี่ยวข้องเป็นอย่างมาก คนที่เล่นกีฬาประเภทนี้จึงต้องมีการแข่งขันทั้งกับตนเองและผู้เล่นคนอื่นๆ คือ ต้องพยายามทำให้สถิติของตนเองดีขึ้นเรื่อยๆ เดือนที่แล้วทำได้ระดับหนึ่ง เดือนถัดๆ ไป ก็ต้องทำสถิติให้ดีขึ้นกว่าเดิมให้ได้ หรือไม่ก็ต้องแข่งขันทำลายสถิติกับผู้เล่นคนอื่นเพื่อให้ตนเองเป็นผู้ชนะ

4. มีพัฒนาการในตนเองสูง

กีฬาถูกลาน เป็นกีฬาที่ต้องแข่งขันกับผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา จึงทำให้ผู้เล่นมีการพัฒนาตนเองตลอดไม่หยุดนิ่ง ถ้าหยุดคนอื่นก็จะแซงเรา คนที่อยู่เหนือเราก็ยิ่งหนีห่างออกไป

5. กล้าตัดสินใจ

บางครั้งการเล่นกีฬาถูกลาน อาจต้องมีการวางแผนในการเล่นเพื่อให้ได้ผลที่ดีที่สุด ซึ่งวิถีทางที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬาประเภทนี้อาจมีหลายช่องทาง ซึ่งผู้เล่นจะต้องกล้าตัดสินใจที่จะลองเสี่ยงตามวิธีนั้น โดยที่ไม่รู้ว่าการตัดสินใจของตัวเองจะผิด หรือถูก ทั้งนี้เพื่อนำมาสู่การพัฒนาตนเองในอนาคต

6. ขยัน

ผู้เล่นกีฬาประเภทถูกลาน จะต้องมีความขยันจึงจะประสบความสำเร็จ คือต้องขยันฝึกซ้อมกีฬาที่ตนเองเล่น เพื่อให้มีการพัฒนาอยู่เสมอ นอกจากนี้ผู้เล่นกีฬาบางท่านอาจมีหน้าที่อย่างอื่นด้วย เช่น เป็นนักเรียน นักศึกษา พนักงานบริษัท ดังนั้นจึงทำให้ผู้เล่นท่านนั้นต้องมีความขยันเพิ่มขึ้น ที่จะต้องขยันฝึกซ้อมกีฬา และขยันเรียนหรือทำงานไปพร้อมกัน

7. มีความรับผิดชอบสูง

ผู้เล่นกีฬาถูกลานนอกจากจะต้องมีความรับผิดชอบในการฝึกซ้อมอย่างสม่ำเสมอแล้ว ยังจำเป็นต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเองด้วย นั่นคือการดูแลร่างกายให้แข็งแรงพร้อมกับการแข่งขันอยู่เสมอ ถ้าผู้เล่นดูแลร่างกายตนเองไม่ดีจนเกิดป่วย หรือบาดเจ็บขึ้นมา ก็อาจจะหมดโอกาสในการเข้าแข่งขันได้

การเล่นกีฬาถูกลานให้ได้ดีต้องอาศัยการฝึกซ้อมอย่างสม่ำเสมอ ผู้เล่นต้องมีความรับผิดชอบในการซ้อมตามตารางฝึกที่ได้รับมอบหมายมา เพื่อให้สามารถพัฒนาศักยภาพขึ้นไปเรื่อยๆ

8. มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย

การฝึกฝนในการกีฬาหรือการงานต้องมีเป้าหมายในการวิ่ง เช่น วันนี้จะวิ่งเป็นระยะทางเท่าใด ซึ่งจะต้องมีกำหนดเป้าหมายให้เหมาะสม และจำเป็นจะต้องมีความมุ่งมั่น

9. จิตใจดี

การเล่นกีฬาถูกลานทำให้ผู้เล่นรู้แพ้ รู้ชนะ ถ้าเราแข่งขันแล้วแพ้ก็ต้องยอมรับผลการตัดสินใจ

10. กระตือรือร้น

กีฬาถูกลานเป็นกีฬาที่ต้องเล่นกลางแจ้ง ทำให้ผู้เล่นต้องมีความ กระฉับกระเฉง และกระตือรือร้นตลอดเวลาที่เล่น

1.4 ชีพชีวะ

ผลจากงานวิจัย	%
1.ชอบความท้าทาย	28%
2.บุคลิกดี	24%
3.มีวินัย	20%
4.เก่งในการควบคุมดูแล	20%
5.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	16%

6.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	16%
7.อดทน	16%
8.รับมือได้กับทุกปัญหา	16%
9.กล้าตัดสินใจ	16%
10.มีพัฒนาการในตนเองสูง	12%
+มีความเป็นผู้นำ	8%

1. ชอบความท้าทาย

ความกล้าที่จะกระโดดขึ้นไปนั่งบนหลังม้า คือ ความกล้าที่จะฝ่าความท้าทายที่รออยู่ตรงหน้า ทั้งความไม่รู้ ความกลัว ความไม่แน่นอน ฯลฯ ถ้าผ่านด่านความท้าทายไปได้ การขี่ม้าไม่ใช่เรื่องน่ากลัวอะไรเลย

กีฬาทุกประเภทมีความท้าทายในตัวของมันเอง ทำให้สนุกในการเล่น อย่างเช่น การเริ่มต้นขี่ม้าท้าทายความสามารถที่เราสามารถบังคับตัวเองให้อยู่บนหลังม้าโดยไม่ตกลงมา และขี่ม้าไปในทิศทางที่ต้องการได้ เป็นหนึ่งในการท้าทายความสามารถของตัวเอง ทั้งนี้ กีฬานี้ทำให้พัฒนาทักษะ ในการท้าทายความสามารถของตัวเอง และสามารถทำกิจกรรม หรืองานที่ได้รับมอบหมาย ให้สำเร็จไปได้ด้วยดี

กีฬาขี่ม้า ถือว่าเป็นกีฬาที่ท้าทายความสามารถมาก ทั้งแบบแข่งความเร็ว และการแข่งควบคุมม้า ผู้ที่ขี่ม้าจึงมีจิตใจที่ชอบความท้าทาย ในการเจอกับสิ่งใหม่ๆ ได้

2. บุคลิกดี

สิ่งสำคัญที่สุดของการขี่ม้า คือ ทำนั่งม้าที่ถูกต้อง ซึ่งจะต้องนั่งหลังตรงอยู่ตลอดเวลา จุดนี้จะช่วยให้เรามีบุคลิกภาพดีขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการเดิน หรือการนั่ง ฉะนั้นการขี่ม้าช่วยให้ผู้อื่นรู้สึกว่เรามีบุคลิกภาพที่ดี

3. มีวินัย

ทุกครั้งที่ขี่ม้าจะต้องมีวินัยในตัวเองสูง เพราะถ้าเราไม่ตั้งใจหรือไม่มีวินัยในตัวเอง ผลเสียจะเกิดที่ม้า ซึ่งม้าอาจจะสับสนและทำให้ความสามารถลดลง ฉะนั้นกีฬาขี่ม้าจำเป็นต้องมีวินัยในตัวเองสูงในการที่จะบังคับตัวเองไม่ให้เกียจขမ်းขี้ และต้องมีความสม่ำเสมอในการมาขี่ม้าด้วย เพราะม้าเป็นสัตว์ที่ต้องการการออกกำลังกาย

4. เก่งในการควบคุมดูแล

การขี่ม้าทำให้เราเก่งในการควบคุม เนื่องจากเราขึ้นหลังม้าแล้ว เราต้องพยายามบังคับมันให้ไปตามที่เราต้องการให้ได้ซึ่งก็เป็นสิ่งที่ยากมากกว่าเราจะควบคุมมันได้ แต่เมื่อใดที่เราอยู่บนหลังม้าแล้ว เราต้องคุมมันให้ได้ เพราะหากให้ม้ามานำทางตัวเรา ย่อมก่อให้เกิดอันตรายได้ในที่สุด ฉะนั้นเราจึงนำส่วนนี้มาพัฒนาในด้านการฝึกความสามารถของบุคคลได้ เพราะต้องใช้ความใจเย็นด้วย

5. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

เมื่อเราอดทนจากการฝึกมาแล้ว เริ่มขี้นมันได้เราจะมีความสุขที่ได้ขี้น เราจะรู้ดีกว่าเราอยากจะทำขี้นกว่านี้ เพื่อให้ขี้นมันได้เร็วขี้น ควบคุมมันได้ขี้น เราต้องการที่จะทำให้ขี้นเรื่อยๆ เหมือนกับเราพยายามที่จะให้มันประสบความสำเร็จนั่นเอง

6. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

ผู้ที่ขี้นมันนอกจากการใช้คำสั่งต่างๆกับม้าได้แล้ว จะต้องมีความยืดหยุ่น และปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆได้เป็นอย่างดี จึงจะสามารถควบคุมม้าให้ทำตามคำสั่งได้

7. อดทน

การขี้นมันต้องใช้ความอดทนในการฝึก ต้องจับตัว หากไม่มีความอดทน และยอมเหนื่อยในการฝึกซ้อมแล้วนั้น เราจะไม่สามารถขี้นมันได้อย่างแน่นอน เพราะเป็นกีฬาที่ต้องอดทนต่อความเหนื่อยอย่างต่อเนื่อง และต้องมีสมาธิสูง

8. รับมือได้กับทุกปัญหา

เนื่องจากการขี้นมันไม่เหมือนการขับรถหรือขี่มอเตอร์ไซด์ เพราะว่ามันเป็นสิ่งมีชีวิต มีการตัดสินใจเช่นเดียวกับคน การรู้จักม้าที่กำลังขี้น จึงเป็นสิ่งจำเป็น เช่นเดียวกับหัวหน้ารู้จักลูกน้อง ตามคำพูดของขุนวุธ เราสู้รบครั้ง ชนะร้อยครั้ง การรู้จักกับม้าที่กำลังขี้น ไม่ว่าจะป็นด้านนิสัย อารมณ์ ซึ่งต้องเกิดจากความช่างสังเกต และประเมินตลอดเวลา จะทำให้เราได้รู้ล่วงหน้า ว่าปัญหาจะเกิดเมื่อใด และจะรับมือกับปัญหาต่างๆได้อย่างไร

9. กล้าตัดสินใจ

หากเรากำลังนั่งอยู่บนหลังมันนั้นเราไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นข้างหน้า เพราะฉะนั้นเมื่อเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นก็ตามเราต้องกล้าตัดสินใจ เพื่อให้ทุกอย่างดำเนินการต่อไปได้ด้วยดี เช่น หากม้าที่เราขี้นกำลังตกใจ พยศ เราต้องมีสติตัดสินใจว่าจะทำอย่างไรต่อไป เพื่อให้ม้าสงบ เราก็จะไม่ตกจากหลังม้าทันที หรือตกลงมาโดยวิธีที่ไม่บาดเจ็บ

10. มีพัฒนาการในตนเองสูง

กีฬาขี้นมัน เป็นกีฬาที่ต้องพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา ต้องรู้จักรับฟัง เพื่อแก้ไขปัญหา หรือข้อผิดพลาด เนื่องจากเป็นกีฬาที่ต้องเสี่ยงอันตราย ทำให้ต้องรู้จักวิเคราะห์อย่างรอบคอบ ต้องพัฒนาข้อดีของตนเองตลอดเวลา เพื่อลดอัตราการเสี่ยง และพัฒนาข้อดีให้ขี้นขึ้น เพื่อสร้างแรงจูงใจ และความมั่นใจในการพัฒนาไปสู่ขั้นอื่นต่อไป

+มีความเป็นผู้นำ

การจะได้ชัยชนะผู้ขี้นมันจะต้องมีความสามารถนำม้า/ควบคุมม้าไปถึงเส้นชัย เราต้องเป็นผู้นำตนเองและม้า เพื่อให้ก้าวเดินไปด้วยกันอย่างมั่นคง

1.5 ขอฟต์บอล

ผลจากการวิจัย	%
1.กล้าตัดสินใจ	9.44%
2.รู้จักบทบาทหน้าที่	6.67%

3.ให้ความร่วมมือในการทำงาน	5.56%
4.กระจายความรับผิดชอบได้ดี	5.56%
5.ฉลาดมีไหวพริบ	5.56%
6.ทำงานเป็นระบบ	5.56%
7.เก่งในการสร้างทีม	5%
8.มีวินัย	4.44%
9.ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี	3.89%
10.เก่งในการวางแผน	3.33%
+อดทน	2.22 %
+กล้าเสี่ยง	1.11%
+กระตือรือร้น	1.67%

1. กล้าตัดสินใจ

การเล่นซอฟต์บอลต้องอาศัยความเร็ว พร้อมทั้งความกล้าที่จะตัดสินใจของคนในทีมที่จะประสานกันว่าจะทำอะไร ดังนั้น หากเราตัดสินใจช้าแม้เพียงวินาทีเดียวก็มึผลต่อความแพ้ชนะของทีม ดังนั้น เราต้องตัดสินใจในภาวะฉับพลัน และต้องเข้าใจถึงสถานการณ์ในขณะนั้นด้วย

2. รู้จักบทบาทหน้าที่

ในแต่ละตำแหน่งของการเล่นซอฟต์บอล ทุกคนจะมีตำแหน่งมีหน้าที่ของตนเอง ดังนั้นทุกคนต้องรู้จักหน้าที่ของตนเองว่าตนเองทำหน้าที่อะไร จึงจะทำให้ทีมประสบความสำเร็จได้

ในการแข่งขันซอฟต์บอล ผู้เล่นเมื่อลงสนามในกรณีเป็นฝ่ายรับต้องรู้จักพื้นที่ๆเป็นความรับผิดชอบของตน และหน้าที่ของตนหากเกิดเหตุการณ์ต่างๆ ทำให้ทุกคนต้องรู้จักหน้าที่ของตัวเองและปฏิบัติหน้าที่ของตนเต็มความสามารถเมื่อเกิดเหตุการณ์ต่างๆขึ้น

3. ให้ความร่วมมือในการทำงาน

ในการเล่นซอฟต์บอลต้องช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และสื่อสารกันตลอดเวลา ช่วยให้เกิดพัฒนาทางด้านนี้นักกีฬาแต่ละคนอาจมีความถนัดหรือจุดอ่อนที่แตกต่างกันออกไป การร่วมมือในการทำงานจะช่วยส่งเสริมความถนัดของกันและกัน และช่วยแก้ไขจุดอ่อนของกันและกันด้วย

4. กระจายความรับผิดชอบได้ดี

การเล่นซอฟต์บอลต้องเล่นเป็นกลุ่ม ดังนั้นจึงต้องมีการบริหารแบ่งปันบุคคล ที่จะมาทำหน้าที่ให้ชัดเจนตามที่ตนถนัด ซึ่งเป็นการจัดสรร และกระจายความรับผิดชอบให้แต่ละคนได้ดี เป็นการประยุกต์ใช้ความสามารถให้เหมาะสมกับตำแหน่ง

5.ฉลาดมีไหวพริบ

เพราะว่าเวลาที่เราร่วมเป็นทั้งฝ่ายรุกและฝ่ายรับ เราจะต้องคิดว่าคู่แข่งเราจะตีลูก หรือจะไปรับลูกทางไหน

6.ทำงานเป็นระบบ

ซอฟต์บอลเป็นกีฬาที่ทุกคนในทีมมีโอกาสเท่ากัน เวลาบุกได้ ตีคนละครั้ง หมุนเวียนกันไปเรื่อย ผู้เล่นที่เก่งมักจะโดนฝ่ายตรงข้ามใช้กติกาบีบให้หมดโอกาสเล่น (เช่น give a wake) เวลาตั้งรับโดยมากเป็นการสุ่ม คาดคะเนได้ยากกว่าลูกจะไปตกบริเวณไหน ดังนั้นในทีมถ้ามีผู้เล่นเก่งๆคนเดียว แต่คนอื่นฝีมือฝึกหัด จะไม่มีค่าเท่าผู้เล่นในทีมที่ส่วนใหญ่ฝีมือปานกลาง การตระหนักถึงและการมองให้ออกว่าทีมมีจุดอ่อน และ จุดแข็งอย่างไร จะนำไปสู่วิธีการปรับปรุงแก้ไข เป็นทักษะพื้นฐานในการสร้างทีมที่ดีทุกชนิด

7.เก่งในการสร้างทีม

ซอฟต์บอลเป็นกีฬาที่ต้องเล่นเป็นทีมจึงจะประสบความสำเร็จ มีการแบ่งหน้าที่ตามตำแหน่งของตนและฝึกซ้อมเฉพาะในตำแหน่งที่ตนเลือกหรือถนัด แล้วจึงนำผลของการฝึกซ้อมนั้นมาใช้จริงในสนามแข่ง

8.มีวินัย

ในการฝึกซ้อมกีฬาต่างๆไม่ว่าจะเป็นซอล์ฟบอลเองหรือกีฬานิดอื่นก็ตาม ย่อมต้องอาศัยความมีวินัยทั้งสิ้น เนื่องจากการเล่นกีฬานั้น โดยเฉพาะซอล์ฟบอลที่ต้องเล่นกันเป็นทีม หากคนใดคนหนึ่งไม่เคารพกฎ ไม่มีระเบียบวินัยก็จะทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่คนส่วนรวมได้

9.ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี

เนื่องจากการแข่งขันซอฟต์บอล เป็นการแข่งขันประเภททีม เวลาเล่นนอกจากจะทำให้ทีมฝ่ายตรงข้ามเอาทีแล้ว ภายในทีมเราต้องมีความสามัคคี แต่หากเราทำผิดพลาดไป หรือว่าอยู่ในภาวะกดดันที่เราเป็นตัวตัดสินว่าจะทำให้ทีมแพ้หรือชนะ จะทำให้เรามีความกดดันที่สูงมาก หากเราไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ นอกจากจะทำให้เล่นต่อไม่ได้แล้ว ยังจะทำให้คนในทีมเป็นห่วงและเป็นตัวถ่วงของทีมอีกด้วย ดังนั้น จึงฝึกให้เราอดทนต่อภาวะที่กดดันได้ดี

10.เก่งในการวางแผน

กีฬาซอล์ฟบอล เป็นกีฬาที่มีกฎกติกาละเอียดซับซ้อน มีการใช้แทคติค่านกติกาค่อนข้างมาก สภาพเกมการเล่นก็จะรวดเร็ว จับพลัน และหยุดเวลาบ่อย ในช่วงเวลาฉุกเฉินทุก ความซับซ้อนของกติกาบวกกับเวลาอันสั้นทำให้วิเคราะห์ไม่ทัน หรือไม่รอบคอบ และเกิดความผิดพลาดขึ้นได้ ผู้เล่นจะต้องวิเคราะห์แบบแผนการเล่นเป็นกรณีๆไป แยกแยะและฝึกซ้อมทีละกรณี เพื่อให้เกิดไหวพริบและปฏิกิริยาโต้ตอบได้อย่างรวดเร็ว และเหมาะสมกับสถานการณ์ การที่จะแยกแยะรูปแบบการเล่นให้ได้หลากหลายกรณีนั้น ผู้ที่ทำได้ถือว่าเป็นนักวางแผนที่มอง เกมได้ทะลุปรุโปร่งมาก ในทำนองกลับกัน ผู้ที่เล่นกีฬาประเภทนี้ก็จะมีโอกาสฝึกฝนการวางแผนอย่างเป็นระบบ และมองโจทย์ให้ครอบคลุมทุกกรณี

1.6 เต้นรำ

ผลจากงานวิจัย	%
1.บุคลิกดี	42.4%
2.ชอบเข้าสังคม	20.74%

3.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	17.05%
4.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	16.13%
5.มีความคิดสร้างสรรค์	14.29%
6.มีความสามารถในการนำเสนอ	9.68%
7.กระตือรือร้น	9.68%
8.เป็นตัวของตัวเอง	9.22%
9.มีพัฒนาการในตนเองสูง	8.29%
10.ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น ได้ดี	7.83%
+มีอิทธิพลดี	5.99%
+อดทน	7.83%
+เรียนรู้เร็ว	6.45%

1.บุคลิกดี

ฝึกการวางท่าทางและร่างกายให้ดูสง่าเวลาเดินบนเวที เพื่อให้คนดูสนใจในสิ่งที่เราแสดง นอกจากนี้ยังทำให้ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี เป็นสิ่งที่เสริมบุคลิกภาพให้ดีขึ้นด้วย เนื่องจากการเดินรำนั้นไม่ว่าจะเป็นแบบใด ก็ต้องมีท่วงท่าลีลาที่สง่างาม จะต้องหลังตรง ไหล่ผาย เซ็ดหน้าเล็กน้อย ดังนั้นเมื่อเราเดินรำบ่อยๆ ก็จะทำให้เรามีบุคลิกที่ดีและสง่างามไปโดยปริยาย

2. ชอบเข้าสังคม

เพราะการเดินรำต้องพบปะกับผู้คนไม่ว่าจะเดินที่สถานบันเทิง เดินในงานเลี้ยงสังสรรค์ หรือเดินที่ไหน ก็ต้องทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น เดินกับคนหลาย ๆ คน หรือกับเพื่อนของเรา หรือกับคนที่ไม่รู้จักกันมาก่อนเลย ก็เป็นการปฏิสัมพันธ์ที่ดี ที่ไม่มีอะไรแอบแฝงเหมือนการฟังเพลงที่ไม่มีชนชั้นหรือลำดับกัน ไม่ต้องมีมาตรฐานใด

การเดินรำต้องอาศัยการแสดงออก หากมีการฝึกฝนไปเรื่อยๆก็จะเกิดความเคยชิน ไม่รู้สึกเงินเวลาต้องอยู่ต่อหน้าคนอื่น หรือทำกิจกรรมต่อหน้าคนอื่น เนื่องจากความกล้าแสดงออกได้มาจากการฝึกฝนและทำงานเคยชินในกิจกรรมเดินรำ เพราะการเดินรำต้องใช้ความคิด และความมั่นใจถึงจะสามารถคิดว่าจะทำท่าทางแบบไหนเพื่อแสดงออกมา แสดงว่าคนกลุ่มนี้ต้องชอบเข้าสังคมอย่างแน่นอน เพราะมีความพร้อม และความมั่นใจเต็มเปี่ยม

3.มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การเดินรำ จะมีผู้ร่วมเดินรำมากกว่า 2 คน ทำให้มีเพื่อนเพิ่มขึ้น สามารถพูดคุย ปฏิสัมพันธ์กับทุกคนได้อย่างดี เพราะการเดินรำช่วยให้เราต้องใช้ความสัมพันธ์ในการทำกิจกรรมร่วมกัน

4. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

ท่าเต้นมีหลากหลายสไตล์ หลากหลายแนวแตกต่างกันไป หากจะเต้นแนวอื่นก็ต้องมีการปรับลักษณะ แนวหรือสไตล์ไปตามรูปแบบนั้น ๆ การเดินรำจะต้องเต้นประกอบกับเสียงเพลง ขณะที่เต้นอยู่หากเกิดความผิดพลาดขึ้น เพลงจะไม่หยุด และนักเดินรำก็จะหยุดไม่ได้ จะต้องแก้ไขสถานการณ์ให้ได้อย่างสวยงาม และกลับเข้าสู่ท่วงท่าที่ได้ซ้อมเอาไว้

5. มีความคิดสร้างสรรค์

เพลงหนึ่งเพลงไม่จำเป็นต้องเล่นเหมือนเดิมทุกครั้ง เราสามารถปรับประยุกต์เพลงต่างๆ ให้ไพเราะมากขึ้นตามสไตล์ของเราได้ หรือแต่งเพลงใหม่ด้วยตัวเองได้

การเต้นเราต้องรู้จักนำความรู้เดิมที่มีอยู่แล้วมาประยุกต์ใช้ให้เข้ากับความรู้ใหม่ และสิ่งแวดล้อมใหม่ เพราะการเต้นเราไม่จำเป็นต้องยึดติดกับหลักเดิมๆเก่าๆก็ได้

การเต้นรำ ไม่มีกรอบของความคิด ทำท่าง การแสดงออก สามารถคิดงาน ทำท่าง ออกแบบท่าเต้นได้ไม่จำกัด ยิ่งเต้น ยิ่งคิดท่าเต้นใหม่ ยิ่งพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ เห็นสิ่งที่มีอยู่ ยิ่งนำมาประยุกต์ใหม่

6. มีความสามารถในการนำเสนอ

การเต้นรำ เป็นการแสดงท่วงท่าให้ออกมาดูดี ทำให้ผู้ชมรู้สึกสนุก ชื่นชมและตื่นตะลึงไปกับการแสดง การเต้นรำทำให้มีความมั่นใจ กล้าแสดงออกต่อหน้าสาธารณชนมากขึ้น ได้กำลังใจจากเสียงปรบมือ คนเข้ามาเต้นรำด้วยให้ดอกไม้เป็นกำลังใจให้อยากเต้นและฝึกฝนต่อไป และได้การแนะนำจากเพื่อนๆและอาจารย์เห็นว่ามีแนวทางด้านนี้ให้ไปเรียนเต้น ทำให้เต้นได้ดีขึ้น เต้นได้ทุกสไตล์ มีความมั่นใจในการนำเสนอมากขึ้น เต้นได้เหมือนศิลปินนักร้องมากขึ้น และได้แสดงจริงในคอร์สเรียนเต้นทำให้ไม่เงินอาย กล้าแสดงออก

7. กระตือรือร้น

การเต้นเป็นกีฬาที่ท้าทาย ต้องคิดสร้างสรรค์ ค้ท่าเต้นที่เหมาะสม และเข้ากับจังหวะเพลง จึงต้องขวนขวายตลอด ทำให้เรารู้สึกว่าตัวเองต้องกระตือรือร้นเสมอที่จะทำงานให้สำเร็จ

การเต้นรำทำให้เรารู้สึกกระปรี้กระเปร่า ตื่นตัว สดชื่นสดใส อยู่ตลอด และทำให้เรารู้สึกกระฉับกระเฉงอยู่ตลอดเวลาด้วย

8. เป็นตัวของตัวเอง

การเต้นรำเป็นการปลดปล่อยตัวเองในรูปแบบของท่าท่างอย่างอิสระเวลาที่ได้เต้นรำเหมือนเป็นการปลดปล่อยอารมณ์ ความรู้สึกที่เราที่อยู่จริง ณ ขณะนั้น โดยไม่จำเป็นต้องแคร์ว่าคนอื่นจะมองเราอย่างไร เพราะว่าขณะที่ได้เต้นรำ ฟลอร์ทั้งฟลอร์เป็นของเรา

9. มีพัฒนาการในตนเองสูง

คนที่เริ่มเต้นแรกๆ อาจจะไม่รู้พื้นฐานการเต้น เมื่อได้เรียนรู้พื้นฐานแล้ว จึงสามารถที่จะพัฒนารูปแบบการเต้น ท่าท่างการเต้น การจับจังหวะของเพลง ทำให้ทุกอย่างเข้ากันและเกิดความน่าดูได้มากกว่าเดิม และเก่งขึ้นกว่าเดิม

การได้ขยับ และเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะดนตรี เป็นการฝึกฝนประสาทสัมผัสและสมาธิ และยังฝึกให้เป็นคนคล่องแคล่วองไว ไม่เฉื่อยและ ทำให้สมองและร่างกายมีประสิทธิภาพในการเต้นได้ดีขึ้น

10. คิดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้ดี

การเต้นรำเป็นการฝึกฝนในเรื่องการสื่อสาร เพราะการเต้นรำ เช่น ลีลาศเป็นการเต้นของคนสองคน เพราะฉะนั้นถ้าเราไม่รู้จักการสื่อสาร การเคลื่อนไหวก็จะไม่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน ทำให้เรารู้จักที่จะเข้าใจ และศึกษาการสื่อสารของผู้อื่นว่าการรับและส่งอารมณ์ ด้วยบุคลิกท่าท่างต่างๆมีความหมายว่าอย่างไร

+ มีอรรถยาศัยดี

การเดินร่าทำให้อารมณ์ดี และส่งผลให้เราเป็นคนอารมณ์ดี เมื่อต้องพบปะกับผู้อื่นก็จะทำให้มีบรรยากาศที่ดีได้

+ อดทน

การเดินร่าให้เข้ากับจังหวะเพลงต้องหมั่นฝึกฝนอย่างหนัก และต้องสามารถจดจำจังหวะเพลงได้ หากขาดความอดทน ก็ไม่ประสบความสำเร็จในท่าเดินร่า นั้น ๆ

+ เรียนรู้เร็ว

การเคลื่อนไหวตามจังหวะดนตรีน่าจะมีส่วนช่วยพัฒนาการเรียนรู้ นำเอาการเคลื่อนไหวร่างกายให้สอดคล้องกับจังหวะของดนตรี มาปรับใช้กับการจดจำ เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ดีกว่าเดิม รวมถึงการออกกำลังกาย น่าจะมีส่วนช่วยพัฒนาสมอง ให้สามารถเรียนรู้เรื่องต่างๆ ได้ดียิ่งขึ้น

เนื่องจากการเดินร่าต้องใช้ประสาทสัมผัสเกือบทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็น หู(เพื่อจับจังหวะเพลงในการเดินร่า) ตา(เพื่อมองดูเพื่อนที่เดินใกล้เคียงกัน จะได้ระวังไม่ให้เดินไปโดนคนอื่น) สมอง (ใช้สั่งการร่างกายให้แสดงท่าทางให้ตรงจังหวะ) จึงทำให้สมองมีการทำงานอยู่เสมอมีการเรียนรู้อยู่เสมอ ทำให้สามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ได้อย่างรวดเร็ว

1.7 เทคนิส

ผลจากงานวิจัย	%
1.กล้าตัดสินใจ	21.95%
2.อดทน	19.27%
3.สุขุมเยือกเย็น	14.88%
4.เก่งในการวางแผน	13.17%
5.กระตือรือร้น	10.49%
6.รับมือได้กับทุกปัญหา	10%
7.มุ่งสร้างชัยชนะ	10%
8.มีวินัย	10%
9.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	8.78%
10.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	8.78%
+ชอบการแข่งขัน	6.1%
+กล้าได้กล้าเสีย	4.63%
+รอบคอบ	4.88%
+ชอบความท้าทาย	5.37%

1. กล้าตัดสินใจ

กีฬาเทนนิสเป็นกีฬาที่ต้องอาศัยความเร็วในการตีลูก เราจะต้องกล้าตัดสินใจที่จะเล่นลูกในขณะนั้น ไม่สามารถลังเลได้ เพราะช่วงที่เกิดความลังเล อาจจะทำให้เราตีลูกพลาดได้ และบางครั้งเราจะต้องกล้าที่จะเล่นลูกแบบเสี่ยง ๆ คู เพื่อจะได้ทราบว่าเราสามารถทำสิ่งที่ยากได้ และทำให้คู่ต่อสู้คาดไม่ถึงกับการตัดสินใจอย่างนั้น แต่ทั้งนี้การกล้าตัดสินใจ ทำ อาจก่อให้เกิดความผิดพลาด เราก็ต้องยอมรับความผิดพลาดที่เกิดขึ้นด้วย

ในการเล่นเทนนิสนั้น เราต้องตัดสินใจรวดเร็วและเด็ดขาด หากเราไม่เร็ว ไม่เด็ดขาด จะเป็นจุดอ่อนที่จะทำให้คู่ต่อสู้สามารถที่จะโจมตีเราได้สะดวกมากยิ่งขึ้น นักกีฬาเทนนิสจึงต้องเป็นคนทีกล้าตัดสินใจอย่างรวดเร็ว เพื่อปกปิดจุดอ่อนของเราจากการโจมตีของคู่ต่อสู้

2. อดทน

กีฬาเทนนิสจะต้องใช้ความอดทนในการแข่งขัน และอดทนต่อแรงกดดันสูงมาก เพราะกว่าจะได้แต่ละคะแนนจะต้องใช้เวลาในการแข่งขันที่ค่อนข้างนาน จึงมีส่วนในการช่วยให้นักกีฬาเทนนิสต้องใช้ความอดทนอย่างมาก และความอดทนนี้ยังช่วยพัฒนาให้นักกีฬาสามารถควบคุมเกมการแข่งขันได้ดีอีกด้วย

การเล่นกีฬาเทนนิส หรือกีฬาใดก็แล้วแต่ มักเกิดอาการที่ว่า เราไม่สามารถทำได้อย่างที่ตั้งใจ เช่น เล่นไม่ดี ตีเสีย แต่ทุกอย่างจะต้องอยู่ที่การควบคุมอารมณ์ของเราให้อดทนต่อสิ่งที่เกิดขึ้นให้ได้ ต้องอย่าเก็บเรื่องที่ท้อเสีย (ตีเสีย) มาคิดในข้อต่อไป

3. สุขุมเยือกเย็น

ถ้าเราไม่ใจเย็นเราจะไม่สามารถวิเคราะห์เกมและแก้ไขสิ่งที่เราพลาดได้ เราจึงต้องทำให้สงบ และค่อยๆคิดวิเคราะห์ว่าเราควรจะทำอย่างไรดี ถ้าเราเล่นอย่างใจเย็น ผลของงานก็จะออกมาดี ดีกว่าเล่นอย่างใจร้อนรีบร้อน ในการแข่งขันไม่ว่ารูปแบบการแข่งขัน หรือผลระหว่างการแข่งขันจะเป็นอย่างไรหรือแม้แต่ว่าในสภาวะที่คู่แข่งช่วยๆให้เราไม่สามารถควบคุมอารมณ์หรือสมาธิ หากเราสามารถควบคุมอารมณ์ได้ เราจะสามารถพลิกสถานการณ์ได้

4. เก่งในการวางแผน

เราจะต้องมองเกมว่าจะเป็นอย่างไรต่อไป และต้องดูว่าคู่แข่งเก่ง และอ่อนลูกแนวไหน เราก็จะวางแผนในการเล่นเกมออก เปรียบกับการทำงาน หรือกิจกรรมต่างๆก็คือ เราต้องมีการวางแผนในสิ่งต่างๆ อย่างเช่น การดำเนินชีวิตเรายังจะต้องวางแผนว่าอนาคตเราจะเป็นอย่างไง วางแผนครอบครัว วางแผนการทำงานในแต่ละไตรมาส ในแต่ละเดือน แต่ละวันว่าเราจะทำอะไรบ้าง เมื่อเรามีการวางแผนที่ดีทุกอย่างก็จะเป็นระบบ

ในการแข่งขันนั้นต้องมีการวางแผนการเล่นซึ่งจะแตกต่างกันไปตามสถานการณ์ ทั้งเรื่องคู่แข่ง สภาพสนาม สภาพอากาศ และปัจจัยแวดล้อมอื่นๆ และแม้ว่าจะวางแผนในการแข่งขันนั้นดีไปไว้แล้ว แต่ในขณะที่แข่งจริงหากมีปัญหาใดๆเกิดขึ้นและมีผลกระทบต่อแผนที่วางไว้ ก็ต้องมีการปรับเปลี่ยนการเล่นให้เหมาะสมกับสถานการณ์เพื่อให้ประสบความสำเร็จได้มากที่สุด

5. กระตือรือร้น

เพราะเป็นกีฬาที่ต้องวิ่งให้เร็ว จับทิศทางให้ได้ ไม่สามารถเล่นอยู่กับที่ได้ ผู้เล่นต้องเป็นคนว่องไว ไม่อยู่กับที่พร้อมที่จะวิ่งได้เสมอ เป็นการสร้างทักษะให้ตัวเองมีความกระตือรือร้นในการทำงานให้พร้อมเสมอเหมือนกับการเล่นเทนนิส

6. รับมือได้ทุกปัญหา

หากเปรียบเทียบการเล่นเทนนิสเหมือนการทำงาน โดยเปรียบเทียบปัญหาในการทำงานเหมือนกับช็อตที่เล่นเทนนิส ผู้เล่นต้องคิดและแก้ปัญหาในเวลาจำกัด อาจมีบ้างที่ต้องขอรับความช่วยเหลือเมื่อปัญหานั้นไม่สามารถแก้ได้ แต่อย่างไรก็ตามผู้เล่นก็พร้อมที่จะเริ่มใหม่ในแต้มต่อไป เพราะว่าการตีลูกให้ได้แทบทุกลูกนั้นก็เปรียบเหมือนกับการรับมือกับทุกปัญหา ลูกจะมาทิศทางใด ก็สามารถรับได้ ทำให้คิดคำนวณ มองการณ์ไกล และจะมีส่วนช่วยในการทำให้รับมือกับปัญหาใด ๆ ได้ไม่มากนักน้อย

7. มุ่งสร้างชัยชนะ

การเล่นเทนนิส หรือกีฬาอื่นๆ มีส่วนช่วยให้เรารู้จักการเล่นในเกมในกติกา และไม่ยอมแพ้ต่อเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่างๆ เพื่อให้เข้าถึงชัยชนะของเกม (อาจจะเป็นการชนะในเกม หรือความสนุกสนานความสุขที่ได้ได้รับ) ทำให้เป็นคนที่ไม่ยอมแพ้ มีความอดทน และฝ่าอุปสรรคที่เกิดขึ้น และจะต้องทำให้เกิดผลสำเร็จขึ้นมาให้ได้ เช่น ในการแข่งขันเทนนิสเราจะต้องอดทนในการตี เพื่อให้เราได้ชัยชนะ

8. มีวินัย

กีฬาเทนนิสเป็นกีฬาที่ต้องอาศัยวินัยในการฝึกฝนอย่างจริงจัง ดังที่เราสามารถเห็นตัวอย่างได้จากนักเทนนิสระดับโลกชื่อดังหลายท่าน การมีวินัยในตนเอง จะเป็นพื้นฐานที่ช่วยให้เรารู้จักวางแผน และทำสิ่งต่างๆตามแผนที่วางไว้ เพื่อบรรลุสู่เป้าหมายของเราต่อไป

นักกีฬาจะสามารถเก่งได้ต้องอาศัยการฝึกซ้อม การใช้ชีวิตที่มีระเบียบแบบแผนไม่ออกนอกกลุ่มออกทางเพราะจะทำให้เสียสมาธิ และก่อให้เกิดสิ่งกวนใจมากมายอันจะส่งผลกระทบต่อการแข่งขันในสนาม ความมีวินัยเป็นปัจจัยหลักที่จะเป็นกรอบสำหรับนักกีฬาให้ระลึกถึงสิ่งที่ควร และไม่ควรถ้า เพื่อผลักดันให้ตนเองไปสู่ความสำเร็จในอนาคต

9. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

สถานการณ์ในแต่ละครั้งไม่เหมือนกัน ซึ่งแต่ละ แมตช์เราจะต้องปรับเปลี่ยนสไตล์การเล่นของเราเพื่อบรรลุเป้าหมาย นั่นก็คือชัยชนะแห่งความสำเร็จ

เทนนิสเป็นกีฬาที่ต้องใช้ทั้งกำลังกาย และกำลังสมอง ต้องรู้เขารู้เรา กล่าวคือ ต้องศึกษานิสัยใจคอ ลักษณะการเล่นของคู่ต่อสู้ แต่เราจะมีเวลาไม่มากนัก หากศึกษาไปพร้อมการแข่งขัน ถ้าเรารู้จักการยืดหยุ่นปรับตัวให้เข้ากับการเล่นในเกมนั้น ก็จะสามารถแก้ปัญหาและไปสู่ความสำเร็จได้ ไม่ว่าจะคู่แข่งจะมาในรูปแบบไหน ขอให้เรารู้จักปรับตัว ไม่ยึดติดกับรูปแบบเดิมๆของตัวเอง ก็อาจทำให้ยังสนุกกับการเล่นมากขึ้น แพ้ชนะเป็นเรื่องผลของเกมแต่สิ่งที่เราปรับตัว กิถรูปแบบการเล่นใหม่ๆให้กับตัวเอง ก็นับว่าได้มีการฝึกฝนตนเองไปในตัว การยืดหยุ่นและการปรับตัวเป็นพื้นฐานในการแข่งขันครั้งต่อไป อย่างมุ่งแต่เอาชนะอย่างเดียว

10. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การเล่นเทนนิส ไม่ได้เป็นการเล่นอยู่คนเดียว แน่แน่นอนว่าต้องมีฝ่ายตรงข้าม หรือมีการเล่นคู่ การเล่นเทนนิสทำให้มีสังคมมากขึ้น รู้จักคนมากขึ้น เราคงปฏิเสธไม่ได้ว่า เมื่อเกมจบก็จบไป แน่แน่นอนว่าต้องมีการสร้างสายสัมพันธ์ที่ดีเกิดขึ้น รู้จักฝ่ายตรงข้ามและคู่เล่นร่วมกับเรามากขึ้น นำไปสู่การพัฒนาทักษะตัวเองในเรื่องการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อคนรอบข้าง สามารถเล่นเทนนิสได้แบบพัฒนาตัวเอง ไม่ได้มุ่งหวังในการเอาชนะแต่เพียงอย่างเดียว หากเราแพ้ เราสามารถพูดคุยเพื่อขอเทคนิคต่างๆ จากคู่แข่งได้ด้วย

+ ขอบการแข่งขัน

เทนนิสเป็นกีฬาที่ต้องแข่งขัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนที่เล่นกีฬานี้ จะชอบการแข่งขัน เพราะเหมือนเป็นเป้าหมายอย่างหนึ่ง แต่ก็ไม่ใช่ทุกคนที่จะมุ่งมั่นแต่การแข่งขันเพื่อชัยชนะอย่างเดียวเท่านั้น นักกีฬาก็จำนวนมาก ชอบการแข่งขันเพราะได้แสดงออกถึงความสามารถ และเป็นการพบปะเพื่อนฝูงที่มีใจชอบในกีฬาเดียวกันด้วย

เมื่อตีเทนนิสบ่อยๆ ก็จะเกิดความชำนาญ ทำให้อยากที่จะหาคู่ตีที่เก่งขึ้นไปเรื่อยๆ เปรียบดังในชีวิตการทำงาน เมื่อมีความชำนาญในหน้าที่หนึ่งๆ ก็จะทำให้เบื่อและอยากหางานที่ต่างออกไป แต่หากเป็นคนที่ใช้ชีวิตไปวันๆ ก็จะไม่รู้สึกอะไรกับหน้าที่ที่มีความชำนาญถึงแม้เขาจะมีความชำนาญในหน้าที่นั้นจนถึงขีดสุดแล้วก็ตาม (เนื่องจากในงานหนึ่งๆต้องการทักษะแค่เพียงระดับหนึ่งเท่านั้น)

+ กล้าได้กล้าเสีย

เวลาเล่นต้องกล้าที่จะยิงทำแต้มโดยไม่ลังเล เปรียบเหมือนกับการตัดสินใจในการทำอะไรมากๆสักอย่างในชีวิตของเราโดยไม่ต้องลังเล

+ รอบคอบ

เนื่องจากการเล่นเทนนิสมักถูกตีถามมากมาย ทำให้คนที่เล่นกีฬานี้ต้องมีความรอบคอบ คิดคำนวณสิ่งต่างๆ เป็นอย่างดี ก่อนที่ลงมือตีลูกในแต่ละลูก ถ้าขาดความรอบคอบแล้ว ก็ย่อมที่จะก่อให้เกิดความผิดพลาดได้มากทีเดียว

1.8 บาทเกดบอล

ผลจากงานวิจัย	%
1. รู้จักบทบาทหน้าที่	19.71%
2. กล้าตัดสินใจ	18.24%
3. ทำงานเป็นระบบ	17.21%
4. เก่งในการวางแผน	13.09%
5. เก่งในการสร้างทีม	11.32%
6. ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้ดี	11.18%
7. มีวินัย	10.59%
8. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	10.15%
9. มีมนุษยสัมพันธ์ดี	9.41%
10. มุ่งสร้างชัยชนะ	8.97%
+อดทน	8.24%
+กระตือรือร้น	6.03%

1. รู้จักบทบาทหน้าที่

ในการเล่นบาสเกตบอล เราต้องรู้จักหน้าที่ในตำแหน่งของเราว่าต้องทำอะไรบ้าง จะเล่นเกมรุกหรือเกมรับ ดีกว่า หรือว่าควรที่จะอยู่ในจุดไหน ณ เวลานั้นๆ ที่จะเป็นประโยชน์ต่อทีมมากที่สุด เหมือนกับในการทำงานเราต้องรู้ว่าเราควรทำอะไร เวลาไหน เพื่อที่จะทำให้งานออกมาดีที่สุด

บาสจะมีผู้เล่นอยู่ 5 คน แต่ละคนจะมีหน้าที่ในการบุกและรับที่แตกต่างกัน แต่ละคนได้รับให้ดูแลพื้นที่ เพื่อป้องกันไม่ให้ฝ่ายตรงข้ามเข้ามาทำคะแนน ดังนั้นทุกคนต้องรู้หน้าที่ของตนเอง ทำหน้าที่ของเราเพื่อไม่ให้ฝ่ายตรงข้ามเข้ามาทำคะแนนได้

2. กล้าตัดสินใจ

ในการเล่นบาสเกตบอล บางครั้งเมื่อใกล้จะหมดเวลา แล้วคุณได้ครองบอลอยู่ คุณจะต้องตัดสินใจว่าจะส่งให้เพื่อนชู้ต หรือคุณจะทำชู้ตเอง เมื่อนำมาใช้ในการทำงาน หรือชีวิตประจำวันเราก็จะสามารถใช้การตัดสินใจได้ไม่ต่างกัน ในการแข่งบาสเกตบอลจะมีตัวจ่ายลูกที่ต้องมีความกล้าตัดสินใจ ในการจ่ายลูกให้แก่เพื่อนร่วมทีม แต่ละคน จะจ่ายลูกแบบลังเลไม่ได้ ต้องมีความเด็ดขาด แต่ในความเด็ดขาดนั้น ต้องมีความรอบคอบไว้ด้วย

3. ทำงานเป็นระบบ

บาสเกตบอลเป็นกีฬาเป็นทีม เพราะฉะนั้นการส่งลูกบาสจึงมีความสำคัญในการแข่งขันมากเพราะถ้าเราไม่มีการปรึกษาทีมให้เรียบร้อย เราก็ไม่สามารถที่จะส่งลูกหรือโยนลูกคนเดียวได้ เราจึงต้องทำงานให้เป็นระบบ เพื่อที่ทีมเราจะได้มีความพร้อมในการแข่งขัน เกมบาสเกตบอลต้องร่วมมือกันในการรุกรับเป็นทีม ไม่สามารถนำเดี่ยวคนเดียวได้ ซึ่งในเกม จะทำให้เราสังเกต และเข้าใจในระบบเกม และเพื่อนร่วมทีม ซึ่งต้องดำเนินไปด้วยกัน

4. เก่งในการวางแผน

การเล่นบาสเกตบอลนั้นต้องรู้จักการวางแผนที่ดี ใช้ทักษะและวิธีการที่แบบเนียน เช่น วิธีการส่งลูกโดยการไม่มองลูก แต่เป็นการนัดหมายตามแผนการเล่นว่าเมื่อมาถึงจุดนี้ต้องยื่นตรงไหนและควรทำอะไรก่อนหลัง ดังนั้นจึงทำให้เรารู้จักการวางแผนงานต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันว่าสิ่งใดสำคัญก่อนหลังเพื่อให้งานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

5. เก่งในการสร้างทีม

บาสเกตบอล เป็นกีฬาที่ต้องเล่นเป็นทีม และผู้เล่นในทีมต้องรู้จักกัน พร้อมเข้าไปช่วยเหลือกันในยามคับขัน รู้ว่าผู้เล่นคนไหนถนัดการเล่นอย่างไร และปรับแผนการเล่นให้เหมาะกับทีม สิ่งสำคัญอันดับแรกในการการเล่นบาสเกตบอลสิ่งแรกเลยก็คือ Teamwork เพราะการเล่นกีฬานี้ต้องก้าวไปข้างหน้าพร้อมกัน การส่งลูกบาสก็เหมือนกับการช่วยกันทำงาน ส่งงานกันทำไปจนตลอดรอดฝั่ง ถ้าก้าวถอยหลังก็ต้องถอยอย่างระมัดระวัง ป้องกันไม่ให้ฝ่ายตรงข้ามมาทำคะแนน ต้องช่วยกันประคับประคองงาน เวลาเพื่อนส่งลูกบาสให้ชู้ตทำคะแนนก็ต้องมีสมาธิรำลึกอยู่เสมอว่าเพื่อนให้โอกาสเรา ถ้าชู้ตลงก็ประสบความสำเร็จด้วยกัน แต่ถ้าไม่ลงก็ต้องไม่ย่อท้อ รู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน

6. ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้ดี

การเล่นบาสเกตบอลนั้นต้องเล่นเป็นทีม ดังนั้นต้องมีการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น ไม่ใช่แต่เพียงคำพูดเท่านั้น แต่บางทีเราก็ต้องใช้ท่าทาง สายตา เพื่อที่จะทำให้ทีมรู้ว่าเราต้องการสื่อสารอะไร

บางครั้งต้องใช้การสบตาหรือกลอกตาให้กับผู้เล่นทีมของตนเพื่อส่งสัญญาณ หรือ ต้องรับสัญญาณบางอย่างจากเพื่อนร่วมทีมที่ส่งมาได้ ดังนั้นต้องมีการสื่อสารแลกเปลี่ยนกันเป็นประจำ

7. มีวินัย

การฝึกซ้อมเป็นเรื่องสำคัญสำหรับกีฬาบาสเกตบอล เราจะฝึกซ้อมอย่างสม่ำเสมอ ตรงต่อเวลาในการมาซ้อม และกฎในการแข่งขันก็สำคัญ ทุกคนจะต้องเรียนรู้กฎระเบียบวินัยก่อนแข่งขันเสมอ ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องกฎกติกา มารยาท หรือการแต่งกายต่างๆก็มีความสำคัญทั้งสิ้น

นอกจากนี้ยังต้องมีวินัยกับตัวเอง เพราะเราต้องซ้อมต้องเล่นกันเป็นทีม หากขาดไปคนหนึ่งคนอื่นก็จะถูกกระทบไปด้วย ต้องทำตามโค้ชสั่ง โดยซ้อมและเล่นตามที่บอก

8. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การเล่นกีฬาบาสเกตบอลต้องเล่นกันเป็นทีม และมีตำแหน่ง ทุกคนจึงต้องฝึกฝนและเปลี่ยนตำแหน่งกัน เพื่อที่เวลาผู้เล่นคนอื่นบาดเจ็บ หรือขาดใคร ผู้เล่นคนอื่นสามารถจะลงมาเล่นได้ทุกตำแหน่ง

บาสเกตบอลเป็นกีฬาที่เล่นค่อนข้างเร็ว ฉะนั้นต้องปรับตัวให้ทันกับเกม ถ้าเพิ่งมาอ่านเกมของฝ่ายตรงข้าม ออกในเวลาใกล้เคียงกัน จะไม่ทันกาล ต้องสังเกตการเล่นของฝ่ายตรงข้าม และรีบปรับการรับมืออย่างทันทีทันใด ซึ่งความสามารถนี้จะนำไปใช้ขณะเจอกับลูกค้าย ในลักษณะที่รับมือได้ยาก แต่ก็สามารถคุยกับเขาได้อย่างราบรื่น

9. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

เมื่อเรามีการแข่งขันในทัวร์นาเมนต์ต่างๆอยู่เสมอจะทำให้เรามีสังคมกว้างขึ้นไปเรื่อยๆ และทำให้เรามีเพื่อนมากกว่ามีศัตรู เลยทำให้เราเป็นคนเข้ากับคนอื่นได้ง่าย และช่วยให้เราทำงานได้สะดวกขึ้นมีผู้ร่วมงานที่สามารถแบ่งเบารภาระของเราได้มากขึ้น

10. มุ่งสร้างชัยชนะ

หากได้ลงแข่งขันแล้ว ทุกคนย่อมพยายามพัฒนาตน และฝึกฝนเพื่อที่จะให้ได้ชัยชนะมา ถึงแม้ว่าจะแพ้สักกี่ครั้งก็ตาม ก็จะมุ่งมั่นคว้าชัยชนะมาให้ได้ตามวิสัยของนักกีฬา เจกเช่นเดียวกับการทำงาน ถึงแม้ว่าจะก้าวพลาดสักกี่ครั้ง หากแต่มีความมุ่งมั่น ก็จะประสบความสำเร็จไปถึงเป้าหมายที่ต้องการได้

+ อดทน

การเล่นบาสเกตบอลนั้นเราต้องรู้จักอดทนกับแรงกดดันต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นกับคู่แข่ง คนดูในสนาม หรือแม้แต่กับตัวเองว่าจะทำได้ดีหรือเปล่า ต้องรู้จักควบคุมอารมณ์ให้มีสติอยู่ตลอดเวลา ควบคุมตัวเองถ้าเกิดถูกขู่ขอรรมณ์

นอกจากนี้บาสเกตบอลเป็นกีฬาที่ต้องมีการปะทะ และต้องใช้พลังมาก รวมถึงต้องใช้ความอดทนในการเล่นเป็นทีมซึ่งอาจมีการกระทบกระทั่งกันทั้งในทีมและทีมตรงข้าม ดังนั้นการเล่นบาสเกตบอลจะทำให้พัฒนาทั้งด้านความอดทนของร่างกายและจิตใจ

+ กระตือรือร้น

บาสเกตบอลเป็นกีฬาที่ดำเนินเกมค่อนข้างรวดเร็ว ดังนั้นจะเห็นว่านักกีฬาจะขยับ วิ่งไปวิ่งมา เพื่อให้ได้อยู่ในจุด หรือตำแหน่งที่ได้เปรียบในการทำแต้ม

1.9 เบบอล

ผลจากการวิจัย	%
---------------	---

1.กล้าตัดสินใจ	9.72%
2.กล้าเสี่ยง	6.94%
3.ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี	6.94%
4.ฉลาดมีไหวพริบ	6.94%
5.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	5.56%
6.เก่งในการสร้างทีม	5.56%
7.รู้จักบทบาทหน้าที่	5.56%
8.ชอบการแข่งขัน	4.17%
9.ทำงานเป็นระบบ	2.78%
10.เก่งในการคำนวณ	2.78%
+กระตือรือร้น	1.39%
+กระจายความรับผิดชอบได้ดี	2.78%
+มีวินัย	2.78%
+ชอบความท้าทาย	1.39%

1. กล้าตัดสินใจ

การเล่นเบสบอล ผู้เล่นต้องมีความกล้าตัดสินใจและตัดสินใจไว จึงจะทำให้ตีลูกได้ดี เพราะฉะนั้นการเล่นเบสบอลจะทำให้เรากล้าที่จะตัดสินใจ ได้อย่างมั่นใจ

2. กล้าเสี่ยง

การเสี่ยงเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับกีฬาเบสบอล เนื่องจากผู้เล่นต้องมีไหวพริบในการเล่น และเสี่ยงที่จะทำงานบางอย่างเพื่อให้ได้คะแนนโดยไม่ผิดพลาด

3. ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี

กีฬาเบสบอลเป็นกีฬาที่ผู้เล่นต้องแข่งขันกับตัวเอง นักกีฬาทุกคนต้องเตรียมตัวมาอย่างดีทุกคน เพียงแต่ว่าใครจะมีประสิทธิภาพในการแข่งขันและสามารถควบคุมตัวเองภายใต้สภาวะการกดดันทั้งจากคู่แข่งและความคาดหวังของตัวเองมากที่สุดก็จะสามารถทำผลงานออกมาได้ดี

4. ฉลาดมีไหวพริบ

เบสบอลเป็นกีฬาที่ใช้ไหวพริบ และความคิด เนื่องจากผู้เล่นในสนามทั้งฝ่ายรุกและฝ่ายรับสามารถกดดันฝ่ายตรงข้ามได้เสมอในสนามแข่ง ผู้ที่มีไหวพริบมากกว่า ก็จะในการเล่นพลิกแพลง หรือรับมือกับฝ่ายตรงข้ามได้ดีและมีผลต่อผลการแข่งขัน

5. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

ในเกมเบสบอล มีการผลัดกันเป็นฝ่ายรับ และฝ่ายรุกเป็นรอบๆ เพราะฉะนั้นไม่ว่าจะถูกนำไปกี่แต้ม ก็ยังมีหวังที่จะพลิกกลับมาชนะได้เสมอ ในส่วนนี้จึงทำให้นักกีฬาทุกคนต้องไม่ล้มเลิกความตั้งใจที่จะชนะ เพราะทุกคนรู้ว่า คว้าแต้มที่ยังไม่ยอมแพ้ก็ยังมีสิทธิ์ชนะเสมอ

6. เก่งในการสร้างทีม

เนื่องจากกีฬาชนิดนี้เน้นการเล่นเป็นทีมเป็นหลัก สิ่งสำคัญที่สุดของกีฬานี้คือ ต้องสร้างทีมได้ ทำงานเป็นทีมได้ การเก่งคนเดียวไม่อาจทำให้ทีมชนะได้เหมือนอย่างฟุตบอล หรือตะกร้อสิ่งที่ทำให้ทีมชนะได้คือการทำหน้าที่ตัวเองให้ดีที่สุด แล้วเชื่อมั่นว่าเพื่อนร่วมทีมก็จะรักษาหน้าที่ตัวเองให้ดีที่สุดเช่นกัน งานต้องทำแบบ All for One ไม่ใช่ One for All ทุกคนในทีมจำเป็นต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จึงจะสามารถไปถึงเป้าหมายได้ ดังนั้นนักกีฬาที่ดีทุกคน จึงต้องมีความสามารถในการสร้างทีม และสามารถทำงานเป็นทีมได้ดี

7. รู้จักบทบาทหน้าที่

การเล่นเบสบอลแต่ละคนมีหน้าที่ที่แตกต่างกัน มีความรับผิดชอบต่างกัน ดังนั้น ผู้ที่ได้ฝึกเล่นเบสบอล จะต้องทำงานตามที่ได้รับมอบหมายให้ดีที่สุด

8. ขอบการแข่งขัน

เบสบอลจะมีความสุขในตัวของมันเอง ดังนั้นเมื่อเราเล่นแล้ว ก็จะรู้จักการแข่งขันแบบทีม ทั้งแข่งขันเพื่อให้ได้ชัยชนะ และการแข่งขันกับขีดจำกัดของความสามารถของตัวเอง

9. ทำงานเป็นระบบ

การวางระบบทีมที่ดีจะทำให้ทีมเล่นกันอย่างเป็นทีม ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สามัคคี และนำมาซึ่งชัยชนะในที่สุด แต่ละคนต้องรับผิดชอบในตำแหน่งของตัวเอง การเล่นเกมเบสบอลจึงต้องอาศัยการร่วมมือ และการกระจายหน้าที่อย่างเป็นระบบแบบแผน

10. เก่งในการคำนวณ

การมองเกมให้ทะลุปรุโปร่งนั้นจะช่วยให้เรามองเห็นชัยชนะได้ง่ายขึ้น และชัยชนะจะเกิดขึ้นไม่ได้หากเรากำหนดการเล่นไม่เป็น เราจึงต้องฝึกฝนการคำนวณการเล่นให้ดี ไม่ว่าจะคำนวณเวลา หรือทิศทางบอลนั้นมีความสำคัญเสมอ

1.10 แบดมินตัน

ผลจากงานวิจัย	%
1.กลัวตัดสินใจ	24.69%
2.กระตือรือร้น	14.94%
3.เก่งในการวางแผน	14.73%
4.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	14.52%
5.อดทน	13.9%
6.สุขุมเยือกเย็น	11%

7.รับมือได้กับทุกปัญหา	10.37%
8.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	9.96%
9.มีพัฒนาการในตนเองสูง	9.13%
10.มุ่งสร้างชัยชนะ	8.3%
+รอบคอบ	4.98%
+กล้าได้กล้าเสีย	4.36%
+มีวินัย	7.26%

1. กล้าตัดสินใจ

การตีแบดมินตันแต่ละครั้งต้องใช้ความกล้าของตัวเองที่จะตัดสินใจว่าเราจะเลือกตีไปในทิศทางใด ความแรงเท่าใด อยู่ที่เรานั้นจะต้องตัดสินใจเอง เพื่อให้คู่แข่งรับลูกของเราไม่ได้ ดังนั้นเพื่อชัยชนะ เราต้องกล้าตัดสินใจด้วยตัวเอง ในการตีลูก หรือ ตบ เราต้องตัดสินใจว่าจะเล่นในจังหวะไหน ถึงทำให้คู่แข่งรับลูกเราไม่ได้ หรือการเล่นแบบหยอดหรือจะตบ จะเลือกแบบไหนเราจำเป็นต้องตัดสินใจ กีฬานี้เป็นกีฬาที่ต้องใช้ความเร็ว เช่น ความเร็วของลูกที่ตีได้ไปมารวมทั้งการเคลื่อนที่ ดังนั้นจึงมีเวลาที่จะคิดน้อยมาก การที่จะทำอะไรจึงต้องตัดสินใจในเวลาอันสั้น

2. กระตือรือร้น

เพราะลักษณะกีฬาประเภทนี้ต้องใช้การเคลื่อนไหวที่ว่องไว ต้องมี movement ตลอดเวลา จึงทำให้ต้องมี ความกระตือรือร้นเสมอ กีฬาแบดมินตัน เป็นกีฬาที่เล่นเร็ว ฉะนั้นผู้เล่นจึงต้องมีความกระตือรือร้นตลอดเวลา ซึ่งเมื่อทำบ่อยๆก็จะคิดเป็นนิสัยกลายเป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้นในเรื่องต่างๆ

3. เก่งในการวางแผน

ในกรณีที่คู่แข่งมีฝีมือสูงสักคน เราจะต้องพยายามสังเกตจุดอ่อนของคู่แข่ง และวางแผนเพื่อที่จะสามารถเอาชนะได้ในเวลาไม่นาน เช่น คู่ต่อสู้อ่อนในเรื่องของแบ็คแฮนด์เราก็ควรตีไปที่แบ็คแฮนด์ของเขา เพื่อให้เขาพลาดได้ง่ายขึ้น การที่เราจะชนะการแข่งขันได้เราต้องมีการวางแผนที่ดี และต้องรู้จักสังเกตคู่แข่งเพื่อที่ในเกมเราจะได้วางแผนได้ว่าเราควรเล่นลูกไกล หรือใกล้ต้องตบตอนไหน หยอดเมื่อไหร่ รู้จักวางแผนเกมก็จะง่ายขึ้น

4. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

ขั้นตอนในการแข่งขัน มีลูกเร็ว ลูกช้า ลูกซ้าย ลูกขวา ต้องยืดหยุ่น และปรับตัวตลอดเวลาในการแข่งขันเสมอ ต้องฟุตเวิร์คอยู่ตลอดเวลา ไม่หยุดนิ่ง การวิ่งไปข้างหน้าหยอดลูกหน้าเน็ต ถอยหลังรับลูกตบ ต้องรู้ทันคู่แข่ง และตั้งรับทันที ปรับตัวแก้เกมกับคู่แข่ง รู้จักการรุก และการตั้งรับ การเปลี่ยนแผนถ้าคู่แข่งมีสไตล์การเล่นที่เราไม่เคยรู้มาก่อน จะต้องปรับตัวแก้เกมได้

5. อดทน

กีฬาแบดมินตันเป็นกีฬาที่เล่นในอิมซึ่งก็มีอากาศร้อนอยู่แล้ว บวกกับต้องวิ่ง ขยับตัวในการตีตลอดเวลา ทำให้เหนื่อยเร็วก่อนที่เกมจะจบเสียอีก ทำให้เราต้องอดทนที่จะเล่นต่อเพื่อให้จบเกม แบดมินตันเป็นกีฬาที่ต้องเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา และจะเหนื่อยมากสำหรับคนที่เริ่มเล่น ดังนั้นจึงต้องอดทนที่จะเล่นพอสมควร

6. สุขุมเยือกเย็น

ความสุขุมเยือกเย็นจะช่วยให้เรามีสมาธิในการตีลูกไม่ว่าจะส่ง หรือรับ จิตใจเราจะแน่วแน่อยู่กับลูก ไม่วอกแวกกับเสียงอื่นใดที่เข้ามารบกวน จิตใจเราก็จะมุ่งมั่นกับการเล่น เพราะถ้าจิตใจเราไม่อยู่กับลูกที่ดีแล้วก็จะทำให้เราตีลูกได้ไม่ดีเท่าที่ควร ดังนั้นความสุขุมเยือกเย็นของผู้เล่นจะทำให้ผู้เล่นมีสมาธิในการเล่นมากขึ้น

เพราะว่าการเล่นแบดมินตันจะต้องใช้ความเยือกเย็นจะต้องมีสติคอยอยู่กับลูกชนไม่ว่าจะมาทางไหน จะต้องใช้ใจจดจ่ออยู่กับลูก เมื่อเล่นบ่อยๆ จะทำให้เป็นคนมีสมาธิมีสติ และจะทำงานทุกอย่างอย่างรอบคอบมีความสุขุมเยือกเย็น

7. รับมือได้กับทุกปัญหา

กีฬาแบดมินตัน มีทักษะการเล่นหลายรูปแบบ เพราะฉะนั้นเราต้องรับลูกแบบใดก็ได้ทุกรูปแบบ ไม่ว่าจะแรงมาหรือเบา

8. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การเล่นกีฬาแบดมินตันเป็นการเล่นแบบที่เล่นคนเดียวไม่ได้ ต้องหากคนไปเล่นด้วย การจูงสนาม ทำให้รู้จักคนเยอะขึ้น และต้องมีการสื่อสารกับผู้ร่วมเล่น รวมไปถึงมีการแข่งขัน เมื่อเล่นเสร็จแล้วไม่ว่าจะแพ้หรือชนะ ต้องรักษาหัวใจคนที่เล่นด้วย

การเล่นแบดมินตันต้องเล่นเป็นคู่ หรือสี่คน ทำให้ต้องเล่นกับเพื่อนๆ และอาจจะเล่นกับคนอื่นที่อยู่คอร์ทข้างๆด้วย ทำให้ได้รู้จัก และได้รู้จักนิสัยใจคอซึ่งกันและกัน

9. มีพัฒนาการในตนเองสูง

การเล่นแบดมินตันทำให้เราได้เจอกับผู้เล่นหลายระดับทั้งเก่ง และไม่เก่ง ทำให้เราต้องพัฒนาตัวเองเพื่อจะได้เล่นได้สนุก และจะไม่ทำให้ผู้ร่วมเล่นกับเราเบื่อ ซึ่งข้อนี้สามารถนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อจะได้ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์

10. มุ่งสร้างชัยชนะ

การเล่นโต้ตอบกันก็ต้องเน้นผู้ชนะ ทำให้ผู้เล่นพยายามโต้ตอบให้ได้ลูกมากที่สุด จะได้ไม่ต้องเสียคะแนนเป็นการเน้นการสร้างชัยชนะ

+ รอบคอบ

การที่เราเล่นแบดมินตันช่วยทำให้เราพัฒนาในด้านความรอบคอบ เพราะเวลาเราเล่นสายตาเราจะต้องมองลูกแบดว่าควรจะไปทางไหนดี เพื่อที่ให้เราตีลูกเราไม่ได้ การเพิ่มน้ำหนักในการตี ว่าควรตีเบาหรือแรง จึงทำให้เราเกิดความรอบคอบในการคิดครั้งนี้ด้วย

+ กล้าได้กล้าเสีย

เมื่อเรากล้าที่จะตัดสินใจแล้วในการตีลูกแต่ละครั้ง เราก็ต้องบังคับทิศทางของลูกพร้อมทั้งออกแรงในการตี ดังนั้นแต่ละครั้งที่ตัดสินใจตีลูก เราก็ต้องกล้าได้ กล้าเสียเหมือนกัน

+ มีวินัย

เนื่องจากการเล่นกีฬามีกฎและกติกาที่แน่นอน ผู้เล่นทุกคนจึงต้องมีวินัยในการที่จะรักษากฎกติกา เพื่อให้การแข่งขันเป็นไปอย่างยุติธรรม และความมีวินัยนี้ก็สามารถพัฒนาไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ เพื่อให้การดำเนินชีวิตเป็นไปตามเป้าหมายที่วางไว้

1.11 โบว์ลิ่ง

ผลจากงานวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	30.64%
2. นักวิเคราะห์	13.25%
3. กล้าตัดสินใจ	13.04%
4. กล้าที่จะลองผิดลองถูก	12.01%
5. เก่งในการวางแผน	11.8%
6. ชอบการแข่งขัน	9.52%
7. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	9.11%
8. มุ่งสร้างชัยชนะ	8.9%
9. รอบคอบ	8.28%
10. มีพัฒนาการในตนเองสูง	8.28%
+อดทน	6.42%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	6%
+ชอบความท้าทาย	6.21%
+กล้าได้กล้าเสีย	5.8%

1. สุขุมเยือกเย็น

การเล่นโบว์ลิ่งต้องใช้สมาธิในการดูว่าควรจะโยนลูกไปอย่างไร เหวี่ยงแขน อย่างไร ผู้เล่นต้องมีสมาธิและมีจิตใจที่นิ่ง เมื่อเล่นบ่อยๆจะทำให้เป็นคนใจเย็น สุขุมเยือกเย็น เป็นผลดีต่อการนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

โบว์ลิ่งฝึกให้เราฝึกคิด ไตร่ตรอง ก่อนที่จะโยนลูกด้วยความมีสติ บางครั้งอาจต้องโยนแรง หรือบางครั้งปล่อยลูกไปเบา ๆ ก็ สไตรค์ ได้ มันช่วยทำให้เราได้อะไรจุกจิกก่อน และไม่รีบร้อนจนเกินไปในการโยน ซึ่งในการใช้ชีวิตในปัจจุบัน จำเป็นต้องมีสติ และสุขุมเยือกเย็นในทุก ๆ ด้าน ไม่เร่งจนทำให้ปัญหาที่อยู่เบื้องหน้าพุ่งไปจนต่อไม่ติด และไม่อ่อนจนเกินความพอดีที่จะทำให้ชีวิตขาดความสุขได้

2. กล้าตัดสินใจ

การเก็บสเปิร์ ทำให้เราต้องกล้าที่จะตัดสินใจในสิ่งที่เลือก เลือกแล้วเราก็ต้องยอมรับในสิ่งที่เลือกด้วยเช่นกัน หากเราแม้แต่สองจิตสองใจอยู่ อาจทำให้เราไม่ได้เต็มอรรถประโยชน์ได้ ในสถานการณ์บางอย่างในการทำงาน เราต้องกล้าที่จะตัดสินใจเลือกเพื่อให้อีกฝ่ายนั้นผ่านพ้นไปได้

ในการเล่นโบว์ลิ่งนั้น เราสามารถโยนได้ สองครั้ง ครั้งแรกหากพิ นล้มไม่หมด เราก็สามารถที่จะเก็บที่เหลือได้อีกในครั้งที่สอง บางครั้งพินอาจจะล้มแค่ตรงกลาง ซึ่งเราไม่สามารถที่จะเก็บพินด้านซ้ายขวาได้ภายในครั้งเดียว คนส่วนใหญ่มักจะเลือกโยนด้านที่มีพินเยอะกว่าอีกด้านเสมอ ซึ่งก็คือเรากล้าที่จะตัดสินใจว่าเราเลือกส่วนมาก เพื่อให้ได้คะแนนมากที่สุด ดังเช่นการทำงาน หากงานที่เราต้องตัดสินใจบางอย่าง ซึ่งอาจเกี่ยวกับความอยู่รอดของบริษัท เราต้องกล้าที่จะคิดและตัดสินใจเพื่อให้อำนาจดำเนินกิจการต่อไป หรือเพื่อให้บริษัทประสบความสำเร็จมากขึ้น

3. ขอบการแข่งขัน

คนที่ชอบเล่นกีฬาส่วนใหญ่ชอบการแข่งขัน การทำงานก็ต้องแข่งขันกับคนอื่น และตัวเองด้วย แต่ที่สำคัญที่สุด คือการแข่งขันกับตนเองและเราเองที่ได้รับชัยชนะ การเล่นโบว์ลิ่งต้องมีการแข่งขันไม่ว่าจะแข่งกับตัวเองหรือแข่งกับผู้อื่น ซึ่งจะช่วยพัฒนาตัวเองให้มีความกระตือรือร้นและแข่งขันในการทำงานตลอดเวลา

4. อดทน

กีฬาโบว์ลิ่ง เป็นกีฬาที่ต้องใช้สมาธิ ดังนั้นคนเล่นต้องเป็นบุคคลที่ใจเย็น มีความอดทนสูง รู้จักการคิดวิเคราะห์ก่อนการเล่น และต้องเล่นให้ดี เหมือนกับการพัฒนาตนเอง การทำงานต้องมีความอดทนเพื่อรอจังหวะในสิ่งที่ใช่ และกำลังจะมาถึง แล้วเราจะเป็นผู้ชนะได้อย่างสวยงาม

เราจะต้องตั้งใจฝึกฝนอดทนซ้อมโบว์ลิ่งให้เป็นบุคคลที่เก่งในวันข้างหน้าให้ได้ ซึ่งมีส่วนช่วยพัฒนาให้เรา มีความอดทนต่อสิ่งที่เรามุ่งมั่นอย่างจริงจัง

5. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

เวลาแข่งขันเดี่ยว หรือเป็นทีมเราจะต้องปรับปรุงวิธีการเล่นตลอดเวลา เพราะต้องคอยดูคู่ต่อสู้ด้วยว่าเขามีคะแนน และวิธีการเล่นแบบไหน แล้วเอามาปรับปรุงกับทีมของเรา ใช้ในงานโดยขยันหาความรู้ใส่ตัวตลอดเวลา เนื่องจากงานจะมี memo สำคัญๆ ปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานตลอดเวลา ต้องเรียนรู้วิธีการทำงานและปรับตัวกับงานตลอดเพื่อให้งานออกมาถูกต้อง และดีที่สุด

ในการเล่นโบว์ลิ่งนั้น ทำให้เรามีความยืดหยุ่น และปรับตัวเก่ง เพราะแม้ว่าจะวิเคราะห์ และวางแผนในการเล่น ทิศทางในการโยน หรือน้ำหนักของลูกที่จะโยนแล้ว แต่อาจไม่ได้เป็นไปตามที่เราวางแผนไว้ ดังนั้นในการเล่นเกมต่อไปจะทำให้เรารู้จักยืดหยุ่นและปรับตัวได้เก่ง เพราะพินที่เหลือ อาจไม่ได้เหลืออย่างที่เรวางแผนไว้

6. ขอบความท้าทาย

การโยนโบว์ลิ่งเป็นงานที่ท้าทาย ทุกครั้งที่เราเห็นเลนส์ข้างๆ สไตรค์ ทำให้เราก็ต้องการสไตรค์บ้าง และในขณะเดียวกัน เมื่อเกิดความท้าทายอยากเป็นแบบเขา ก็จะทำให้เราเริ่มที่จะสังเกต และนำมาปรับใช้กับตัวเอง ซึ่งถือเป็นความท้าทายที่สามารถพัฒนาตัวเองด้านอื่นๆ ได้ด้วย ความท้าวยนั้นจะทำให้เราสนุกกับเกม หรือการทำงานนั้นๆ เกิดทัศนคติที่ดีในการเล่น หรือการทำงาน

7. เป็นนักวิเคราะห์

การจะทำให้ลูกสไตรค์ต้องวางแผน การโยนเบา หรือโยนแรงก็ให้ผลต่างกัน โยนจะตำแหน่งที่ไปกระทบพินอื่น เช่นเดียวกับการทำงานต้องมีการวิเคราะห์ สิ่งที่เรากระทำไป จะมีผลอะไรตามมา เป็นต้น

การเล่นโบว์ลิ่งเกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์ปัญหา การวางลูกพินลักษณะนี้ควรโยนลูกไปในทางทิศใดจึงจะสไตรค์ได้ การทำงานก็เช่นกัน หากเราพบปัญหาไม่ว่าจะในด้านใดก็ตาม เราก็สามารถวิเคราะห์ปัญหานั้น และตั้งประเด็นการแก้ปัญหา รวมทั้งขั้นตอนการแก้ไขปัญหาคำตามลำดับขั้นตอน เชื่อว่าจะเป็นนักวิเคราะห์และวางแผนทำงานสำเร็จได้

8. มุ่งสร้างชัยชนะ

โบว์ลิ่ง คือการแข่งขัน ต้องมีแพ้ชนะ ดังนั้นการแข่งขัน ต้องมุ่งหวังถึงการชนะ รวมไปถึงการทำในสิ่งต่างๆ ในชีวิตประจำวัน

9. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

เนื่องจากการแข่งขันทั้งกับผู้อื่น และกับสถิติของตนเอง จึงสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องมีความทะเยอทะยาน และความมุ่งมั่นที่จะทำให้การแข่งขันนั้นประสบความสำเร็จ เพื่อเป็นการวัดระดับความสามารถและพัฒนาการ ครั้งแรกที่เราเล่นโบว์ลิ่งอาจจะล้างท่อ พินไม่ ล้มเลย แต่เมื่อเราอยากชนะเราก็จะฝึกฝนมากขึ้น โดยใช้สมาธิ และวิเคราะห์ในการโยนลูก การทำงานถ้าเรามีความทะเยอทะยานที่อยากประสบความสำเร็จ เราก็จะหมั่นฝึกฝน เรียเรียนรู้ เพื่อให้ผลงานออกมามีนำมาซึ่งความสำเร็จ ความสามารถอยู่เสมอ

10. เก่งในการวางแผน

การเล่นโบว์ลิ่ง หรือการปฏิบัติกรใดๆ ให้ประสบความสำเร็จ หรือสู่เป้าหมายได้ จะต้องมีการวางแผนล่วงหน้า ก่อนที่จะมีการปฏิบัติจริง เพื่อค้นหาจุดอ่อน หรือความเสี่ยงที่จะทำให้เราไม่ประสบความสำเร็จ หรือไม่ปฏิบัติตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

นอกจากนี้ยังต้องคาดการณ์ทิศทางของลูกว่าจะต้องใช้เทคนิคใด เพื่อบังคับให้ลูกสามารถไปได้ในทิศทางที่ตนเองต้องการ ซึ่งเปรียบเสมือนการวางแผนงานในการทำงานอยู่เสมอ เพื่อจะสามารถคาดเดาผลลัพธ์ที่จะออกมาได้อย่างแม่นยำ

1.12 ปิงปอง

ผลจากการวิจัย	%
1.ฉลาดมีไหวพริบ	12.38%
2.กล้าตัดสินใจ	10.80%
3.ชอบการแข่งขัน	4.74%
4.สุขุมเยือกเย็น	4.22%
5.มุ่งสร้างชัยชนะ	4.08%
6.กระตือรือร้น	3.69%
7.ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี	3.29%
8.เก่งในการวางแผน	3.16%

9.อดทน	2.90%
10.กล้าเสี่ยง	2.77%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	2.50%
+ชอบความท้าทาย	2.50%
+กล้าที่จะลองผิดลองถูก	2.50%

1. กล้ามมีไหวพริบ

ปิงปองเป็นกีฬานิกหนึ่งที่ช่วยพัฒนาความฉลาดมีไหวพริบได้เป็นอย่างดี เพราะปิงปองเป็นกีฬาที่ต้องเล่นกันสองคน จะต้องคิดถึงคู่ต่อสู้ว่า เขาจะเล่นมาแบบไหน คิดถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้น เป็นการฝึกความมีไหวพริบในการตอบสนอง และคิดอย่างฉับไว เพราะในเกมส์การเล่นปิงปองนั้น จะเป็นกีฬาที่ใช้ความไวในการตอบสนองสิ่งต่างๆมาก ต้องใช้สายตา ความคิดและร่างกาย

ในเกมการแข่งขัน เราจะต้องใช้ไหวพริบในการที่จะเอาชนะคู่ต่อสู้เป็นอย่างมาก เราจะต้องคาดการณ์ล่วงหน้าและคิดว่าจะต้องทำอะไร ถ้าคู่ต่อสู้เล่นรูปแบบนี้ หรือถ้าเราคิดผิด เราจะแก้ไขสถานการณ์กับขั้นนี้อย่างไร ซึ่งมันจะช่วยให้เรามีการคิด และแก้ไขปัญหายุ่งยากตลอดเวลา

2. กล้าตัดสินใจ

ปิงปองเป็นกีฬาที่ต้องใช้ความคิด และสมาธิเป็นหลัก กล้าตัดสินใจในการตีให้ได้เต็ม หากจุดบอดของคู่ต่อสู้ และกล้าที่จะเล่นแบบไม่กั๊ก กล้าตัดสินใจตีไปในตำแหน่งที่เสี่ยง แต่ต้องมีการตัดสินใจที่ดี ตาไว สมองไว ตัดสินใจเร็ว ซึ่งเป็นสิ่งที่นักปิงปองที่ดีควรมี

ปิงปองเป็นกีฬาที่ใช้ความไวในการตอบสนองสิ่งต่างๆมาก ต้องใช้สายตา ความคิด ร่างกาย ดังนั้นสิ่งต่างๆ อาจเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว จึงต้องกล้าที่จะตัดสินใจอย่างรวดเร็วว่าจะทำอะไรต่อไป

3. ชอบการแข่งขัน

เนื่องจากปิงปองเป็นกีฬาที่เล่นคนเดียวไม่ได้ ต้องแข่งกับผู้อื่น จึงต้องเป็นคนที่ชอบการแข่งขัน ชอบเล่นเพื่อเอาชนะ ทั้งเอาชนะคู่ต่อสู้และการเอาชนะตัวเอง

4. สุขุมเยือกเย็น

การเล่นปิงปองต้องอาศัยความอดทน สุขุมเยือกเย็น ถ้าฝ่ายใดมีสมาธิดีกว่า อารมณ์เยือกเย็นกว่าสามารถได้กับคู่ต่อสู้ได้นานกว่า ก็อาจมีชัยชนะเหนือคู่แข่งได้มากกว่า

การเล่นปิงปองนั้นเคลื่อนไหวที่ไม้มาก แต่สายตาต้องจ้องอยู่ที่ลูกเสมอ เพราะลูกจะถูกตีกลับไปมาไวมาก ต้อง สุขุม และมีสติเท่านั้น จึงจะสามารถตอบโต้ลูกที่คู่แข่งตีมาได้อย่างถูกต้อง ไม่ว่าจะตดที่อปสปิน ปั่นโค้ง ก็มีวิธีตอบโต้ที่ถูกต้อง หากใจร้อน ควบคุมความตื่นเต้นไม่ได้ จะไม่สามารถตอบโต้ลูกอย่างถูกต้องเพื่อสร้างโอกาสแห่งชัยชนะได้

5. มุ่งสร้างชัยชนะ

เพราะปิงปองต้องใช้กลยุทธ์ต่างๆเพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะในเกม ดังนั้นจึงไม่น่าแปลกใจที่เห็นใครหลายคน ที่เล่นกีฬานิกนี้ไม่เคยละสายตาออกไปจากลูกปิงปอง และโต๊ะเลขแม้แต่วันที่เดียว ในการเล่นปิงปอง บางครั้งก็ต้อง

แข่งขันกับฝ่ายตรงข้าม ซึ่งเมื่อมีการแข่งขันก็จะทำให้เรามุ่งที่จะเอาชนะฝ่ายตรงข้ามได้ คล้ายกับเป็นการตัดคู่แข่งในเชิงธุรกิจ

6. กระตือรือร้น

ป้องกันเป็นกีฬาที่ผู้เล่นจะต้องมีความคล่องตัวสูง ถ้าเชื่องช้าจะไม่สามารถเล่นกีฬานี้ได้ดี หากคนที่ไม่มีความคล่องตัวทำอะไรก็เชื่องช้า มาฝึกเล่นป้องกันบ่อยๆ ก็จะช่วยให้เป็นคนที่มีความกระตือรือร้น และความคล่องตัวมากขึ้น การเล่นป้องกันได้ออกกำลังกายทุกส่วน กล้ามเนื้อทุกส่วนตื่นตัว รวมทั้งสมองก็ตื่นตัวตลอดเวลาที่เล่น ต้องใช้ความคิด ทั้งการตั้งรับและรุกตอบโต้ ส่งผลให้เกิดความกระตือรือร้นตลอดการเล่น

7. ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี

กีฬาป้องกันเป็นกีฬาที่ต้องใช้สมาธิอย่างสูงและมีความกดดันตลอดเวลา เพราะสถานการณ์สามารถพลิกผันได้ตลอด ถ้าหากเราไม่มีสมาธิเพียงพอ ทำให้บางครั้งเกิดความกดดันในตัวเองแต่เราต้องควบคุมให้ได้เพื่อที่จะได้มีสมาธิ และสามารถชนะคู่แข่งได้

การเล่นป้องกันต้องมีความกดดันบ้าง ไม่ว่าจะกรณีใดก็ตาม เช่น คะแนนตามหลังฝ่ายตรงข้าม ฝ่ายตรงข้ามเล่นช่วยๆ เป็นต้น จุดนี้ทำให้กีฬาป้องกันช่วยได้

8. เก่งในการวางแผน

ต้องรู้จักวางแผนในการตีกับคู่แข่งหลายๆคน เพราะคู่แข่งแต่ละคนมีไหวพริบ ท่าทาง ลีลาการตบ หรือการหยอดลูก ตลอดจนเทคนิคต่างๆ ที่แตกต่างกัน เมื่อตีไปได้สักเกม เราจะ เริ่มเห็นเทคนิคของคู่แข่ง ทำให้คิด และวางแผนตลอดเวลาในการแก้เกม คมเกมให้สามารถเอาชนะคู่แข่งคนนั้นได้ และเมื่อเป็นผู้ชนะต้องคิดวางแผนในการที่จะรักษาแชมป์ต่อไป

ในการเล่นป้องกัน ผู้เล่นจะต้องมีการคิด และวางแผนในการเล่นแต่ละครั้ง ดังสุภาษิต “รู้เขา รู้เรา รบร้อยครั้ง ชนะร้อยครั้ง” เพื่อไม่ให้เกิดความผิดพลาด หรือผิดพลาดน้อยที่สุดในการเล่น เพราะในการเล่นแต่ละเกมใช้ระยะเวลาสั้น

9. อุตุน

กีฬาทุกประเภทฝึกความอดทน ไม่เว้นป้องกันซึ่งเป็นกีฬาที่เล่นได้ไม่ยาก มีตั้งแต่ระดับแค่พยายามประคองสติลูกให้ลงบนโต๊ะของอีกฝั่ง ไปจนถึงระดับตีลูกให้อีกฝั่งรับได้ยาก และเป็นกีฬาที่ต้องมีคู่แข่ง ระดับฝีมือที่ต่างกัน ก่อให้เกิดความอดทนหลายระดับ ในระดับสูงผู้เล่นต้องอดทนที่จะรอจังหวะเหมาะเพื่อพิชิตเกม อดทนต่อคำเหยียดหยันจากคู่แข่งที่อาจเกิดขึ้นได้ อดทนต่อความเหนื่อยและขาดความต่อเนื่องที่ต้องวิ่งเก็บลูก อดทนกับรอยฟกช้ำหลัง โดนลูกตบกระทบหน้าขา เมื่อเจอคู่แข่งที่มีความสามารถดีกว่า ก็ต้องอดทนที่จะต้องอ้อมมือให้ ทั้งที่เป็นจังหวะเหมาะที่จะพิชิตเกม ต้องอดทนต่อแรงกดดันที่ต้องเล่นกับคนที่เก่งกว่า หรือบางครั้งต้องอดทนกับเกมที่จืดชืด เพราะลูกกระดอนไปกระดอนมาเป็นเวลานาน

10. กล้าเสี่ยง

ป้องกันเป็นกีฬาอีกชนิดหนึ่ง ที่ช่วยฝึกเรื่องความกล้าเสี่ยง เพราะป้องกันเป็นกีฬาที่ใช้ความไวในการตอบสนองสิ่งต่างๆ ในบางเวลาที่ต้องใช้ความกล้าเสี่ยงที่จะตอบโต้ เพื่อให้ได้มาซึ่งคะแนน ถ้าไม่เสี่ยงตั้งรับฝ่ายเดียว ก็อาจทำให้แพ้ได้ บางครั้งการที่เราจะบุกคู่แข่ง เราต้องอาศัยความกล้าหาญที่จะเป็นฝ่ายเปิดเกมบุก ตั้งแต่แรกของการเสิร์ฟลูก บางครั้งเราอาจจะรู้อยู่เต็มอกว่าโอกาสที่ทำได้ไปนั้นมันเสี่ยง แต่เราก็ต้องกล้าที่จะเสี่ยงดู มันอาจจะคุ้มที่เราทำลงไป

+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

ในขณะที่เรากำลังเล่นปิงปองอยู่นั้น เราต้องคิดเสมอว่าเราจะทำอย่างไรที่จะทำให้ชนะคู่แข่งให้ได้ ดังนั้นเราจึงต้องมีความยืดหยุ่นในการเล่นเพื่อที่จะแก้ปัญหาเฉพาะหน้า นอกจากนี้เรายังต้องมีการปรับตัวขณะเล่นด้วยเช่นกัน ทำให้เรามีความยืดหยุ่นและปรับตัวได้เร็ว

ปิงปองเป็นกีฬาที่ต้องมีการปรับเปลี่ยนการเล่นไปตามสถานการณ์ ทำให้เรารู้จักการปรับตัวมากขึ้นตามแต่สถานการณ์ ที่อาจจะเกิดขึ้นกับเราได้ถูกต้อง

+ ชอบความท้าทาย

คนส่วนใหญ่ที่เล่นปิงปองจะรู้สึกสนุกสะใจเมื่อสามารถตบลูกแรงๆ ให้ตกบนฝั่งตรงข้ามได้ ซึ่งต้องอาศัยความเร็ว มุมของไม้ตี และระดับของลูกปิงปองแน่นอนว่าการควบคุมมุมของไม้ตีในขณะที่ควัดแขนอย่างรวดเร็ว ต้องอาศัยจินตนาการการเคลื่อนไหวของผู้เล่น และโอกาสที่จะตบลูกแรงๆ ก็ไม่ได้มีบ่อยๆ สิ่งนี้คือความท้าทายที่สัมผัสได้และประสบความสำเร็จบ้าง ปลูกฝั่งทำให้ชอบที่จะเอาชนะสิ่งที่มองเห็นว่าจะทำได้ หรือสิ่งที่วางแผนเอาไว้แล้ว

+ กล้าที่จะลองผิดลองถูก

การเล่นปิงปองบางครั้งก็ไม่สามารถเดา ความคิดของฝ่ายตรงข้ามได้ว่าจะเล่นกลยุทธ์ไหน จึงต้องมีการลองผิดลองถูกในกลยุทธ์ที่ได้ตอบกลับ ไปยังฝ่ายตรงข้ามบ้าง แต่การลองผิดลองถูกนั้นก็ทำให้ได้ประสบการณ์กลับมาเสมอ

1.13 ฟุตบอล

ผลจากงานวิจัย	%
1.ทำงานเป็นระบบ	21.02%
2.รู้จักบทบาทหน้าที่	20.14%
3.มีวินัย	17.67%
4.กล้าตัดสินใจ	12.72%
5.เก่งในการวางแผน	11.48%
6.มุ่งสร้างชัยชนะ	11.13%
7.อดทน	10.25%
8.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	10.25%
9.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	9.54%
10.เก่งในการสร้างทีม	9.01%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	6.89%
+ชอบการแข่งขัน	7.6%
+กระตือรือร้น	3.89%

1. ทำงานเป็นระบบ

การเล่นฟุตบอลต้องเล่นเป็นทีม ทั้งทีมต้องเล่นตามแผนที่ตั้งไว้ หรืออาจมีการเปลี่ยนแปลง แต่ทุกอย่างต้องเป็นระบบตามที่โค้ช หรือผู้จัดการทีมวางเอาไว้ เพื่อที่จะบรรลุจุดหมายเดียวกัน

ทุกคนในทีมฟุตบอลมีหน้าที่เป็นของตัวเอง กองหน้าต้องยิงประตู กองกลางต้องสร้างสรรค์เกมรุก กองหลังต้องรักษาพื้นที่ ประตูต้องรักษาประตูไม่ให้ถูกยิง ก็เหมือนกับการทำงานเป็นทีม ทุกคนมีหน้าที่เป็นของตัวเอง หากทำงานนอกเหนือหน้าที่ อาจทำให้งานเสียหายได้ เปรียบเช่นฟุตบอลเสียประตู

2. รู้จักบทบาทหน้าที่

การเล่นฟุตบอล ผู้เล่นจะมีตำแหน่งประจำของตนเอง ว่าเป็นผู้รักษาประตู กองหน้า หรือ กองหลัง เป็นต้น และมักจะทำหน้าที่ว่าจะต้องประกบคู่ต่อสู้คนไหน ในการทำงานก็เช่นกัน ทุกคนก็จะมีตำแหน่งในการทำงานอยู่แล้วและทราบของคนอื่นด้วย หากทุกคนรักษา และปฏิบัติอย่างเหมาะสม ก็จะบรรลุเป้าหมายได้เช่นกัน

3. มีวินัย

เป็นกีฬาที่ต้องฝึกซ้อมเพื่อความเข้าใจในเกมการรุก และรับ หากขาดความมีวินัยในการฝึกซ้อม การลงแข่งขันจริงก็จะเล่นเข้ากับเพื่อนร่วมทีมไม่ได้และขาดความเข้าใจในแผนการเล่นของทีม การเล่นฟุตบอลต้องมีวินัยในการเล่น ต้องเคารพกฎกติกาการเล่น ไม่เล่นนอกเกม การมีวินัยยังมีผลต่อการเคารพต่อสิทธิของผู้เล่นคนอื่น ทั้งในทีมเราเอง และทีมคู่แข่งอีกด้วย สิ่งเหล่านี้ช่วยสร้างให้เราเป็นคนมีระเบียบวินัย และรู้จักเคารพในสิทธิของผู้อื่นด้วย

4. กล้าตัดสินใจ

ฟุตบอลเป็นกีฬาที่รวดเร็ว เวลาในการตัดสินใจที่น้อยทำให้ผู้เล่นต้องเด็ดเดี่ยว แน่วแน่ในการเลือกที่จะทำอย่างไรต่อไปกับลูกฟุตบอล จะส่ง ยิง หรือเลี้ยงบอลต่อไปข้างหน้า ทั้งหมดต้องตัดสินใจในเวลาน้อยนิดเท่านั้น

5. เก่งในการวางแผน

การเล่นฟุตบอลหากเราอยู่ในฐานะผู้จัดการทีม เราต้องรู้จักการเตรียมผู้เล่น และแผนการเล่น แต่ถ้าหากเป็นนักเตะเราต้องรู้จักการวางแผนที่จะปรับเปลี่ยน หรือพลิกแพลงลบทบาทในการเล่นในสนาม

ผู้ที่เล่นฟุตบอลจนได้เป็นผู้จัดการทีม ทำให้รู้จักการวางแผนทีมว่าจะต้องทำอะไรบ้างก่อนแข่ง ซ้อมอะไร ปรับความสามารถของผู้เล่นอย่างไร ใครมีความสามารถอะไรบ้าง วางตัวผู้เล่นให้เป็น คุณคนไหนออก แล้วเวลาแข่งต้องคุมทีมตรงข้ามเราว่าเป็นอย่างไร เราจะเลือกแผนอะไรลงไปแข่งสู้กับทีมตรงข้าม

6. มุ่งสร้างชัยชนะ

เพราะฟุตบอลไม่มีทีมไหนที่ลงแข่งแล้วจะมุ่งหวังเพื่อเสมอ หรือแพ้ แต่ฟุตบอลจะมุ่งสร้างให้เกิดชัยชนะทั้งในสนาม และนอกสนาม มีน้ำใจซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ทำให้ฟุตบอลมีเสน่ห์ ทุกคนที่เล่นฟุตบอลมีความมุ่งมั่นที่จะชนะฝ่ายตรงข้าม หรือคู่แข่ง แต่การที่เราแพ้ก็ไม่ได้แปลว่าเราไม่ได้รับชัยชนะ แต่การที่เราเล่นได้อย่างเต็มที่และไม่เล่นขี้โกง นั่นก็หมายถึงเราชนะใจตัวเอง และก็ชนะใจคนดูแล้ว

7. อดทน

การเล่นฟุตบอลเป็นการฝึกความอดทนอย่างหนึ่ง เพราะการที่คน 22 คน วิ่งไล่ลูกกลม ๆ เพียงลูกเดียวมันเป็นเรื่องยาก ซึ่งทั้งเกมการแข่งขันเราอาจจะได้ถูกลูกเพียงไม่กี่ครั้งก็ได้ ถือว่าต้องอดทนอย่างมากในการที่เราจะต้องพยายามครองลูกให้ได้

8. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

กีฬาฟุตบอลนั้นจะต้องเล่นเป็นทีม ดังนั้นการพูดคุย การรู้จักสมาชิกในทีม การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นนั้น เป็นสิ่งที่เลี่ยงไม่ได้ ผลที่ได้ตามมามีมิตรภาพระหว่างผู้เล่น กีฬาฟุตบอลนี้อาจเรียกได้ว่า เป็นกีฬาแห่งมิตรภาพก็ว่าได้ กล่าวคือเราใช้ลูกฟุตบอลเพียงลูกเดียวเป็นจุดศูนย์กลางของคนทั้งสองทีมให้มาประกอบกิจกรรมร่วมกัน แม้ว่าอาจมีการกระทบกระทั่งกันบ้าง แต่ถึงกระนั้นก็มีกาให้อภัยกัน ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน ทำให้สามารถมีเพื่อนใหม่มีมิตรภาพใหม่เข้ามา

9. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

กีฬาฟุตบอล เป็นกีฬาที่เป็นที่นิยม ทั้งนี้จะสามารถทำให้ผู้เล่นมีความตั้งใจ และทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ เช่น นักกีฬาฟุตบอลทีมชาติ กว่าจะเป็น 11 คนแรกจะต้องถูกคัดเลือกจากคนทั้งประเทศ ให้เหลือ 22 - 25 คน และถูกคัดอีกครึ่งเหลือ 11 คนแรก จะเห็นว่าเป็นกีฬาที่สอตน และฝึกให้ผู้เล่นมีความทะเยอทะยานจริง ๆ

เวลาที่เล่นฟุตบอลก็จะคิดอยู่เสมอว่า ต้องชนะ ต้องเล่นให้ดี โขว์ฟอร์มให้ดี ยิงประตูให้ได้ หรือจ่ายบอลให้เพื่อนทำประตู ซึ่งความมุ่งมั่นเหล่านี้จะเป็นแรงใจให้ประสบความสำเร็จในจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

10. เก่งในการสร้างทีม

ทีมเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องช่วยกัน ไม่มีใครเก่งได้โดยคนเดียว เราต้องรู้จักผู้เล่นในทีม และหาจุดเด่นจุดด้อยเพื่อวางผู้เล่นให้เหมาะกับตำแหน่ง จึง จะเกิดประโยชน์สูงสุด ฟุตบอลเล่นเป็นทีม แต่ละตำแหน่งต้องใช้ทักษะที่แตกต่างกัน ฉะนั้นจะจัดการทีมให้เล่นอย่างมีประสิทธิภาพ ต้องมองทักษะเพื่อนร่วมทีมให้ออก แล้ววางตัวในตำแหน่งที่เหมาะสมที่สุด เพื่อดึงศักยภาพของเพื่อนร่วมทีมให้แสดงออกมาได้เต็มที่

+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

เมื่อนักฟุตบอลลงสนามแข่ง เวลานั้นไม่สามารถจะรู้ได้ล่วงหน้าว่าจะเกิดอะไรขึ้นในสนาม จึงต้องมีความยืดหยุ่น และสามารถปรับตัว ให้เข้ากับเกม ไม่ว่าจะเป็ด้าน อารมณ์ หรือ ต่อเพื่อนร่วมทีมเดียวกัน

ต้องพยายามปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป เพราะบางครั้งการวางแผนก่อนเล่นอาจจะต้องการบุก แต่เมื่อมาเจอการโต้ตอบจากคู่แข่งขันอาจจะต้องแก้เกม และปรับเปลี่ยนรูปแบบการเล่นใหม่ทันทีทันใด เพื่อให้เกิดผลสำเร็จตามเป้าหมาย ฟุตบอลมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาทั้งใน และนอกสนาม ทำให้ผู้เล่นต้องคอยปรับตัวให้ทันต่อเกมการแข่งขันในสนาม รวมถึงปรับตัวต่อกฎกติกาใหม่ๆ และปรับตัวต่ออุปกรณ์การเล่นที่มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

+ ขอบการแข่งขัน

ฟุตบอลนอกจากเป็นกีฬาที่สร้างความเป็นทีมแล้ว ยังทำให้ขอบการแข่งขัน แข่งขันเพื่อให้ได้ชัยชนะ ถ้าเจอคู่แข่งที่เก่งและแกร่งกว่าเรา ก็ทำให้เราอยากจะทำฝึคนตัวเองและทีมให้เก่ง และแกร่งกว่าคู่แข่งเพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะ และความสำเร็จ การเล่นฟุตบอลจะต้องมีการแข่งขันเพื่อทำประตูคู่แข่ง เมื่อมาทำงานคุณจะเป็นคนขอบการแข่งขัน เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ออกมาในทางที่ดีที่สุด

+ กระตือรือร้น

ในการเล่นฟุตบอล เราจำเป็นต้องตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา มีความพร้อมที่จะเล่น และเล่นอย่างเต็มที่ในแบบของเรา ถ้าตัวเราเองขาดความกระตือรือร้นที่จะเล่นแล้ว ก็จะมีรู้สึกลัวว่าไม่สนุก

1.14 มวย

ผลจากงานวิจัย	%
1.มีวินัย	13.36%
2.ฉลาดมีไหวพริบ	11.98%
3.อดทน	11.52%
4.กล้าตัดสินใจ	3.69%
5.ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี	3.69%
6.กล้าเสี่ยง	3.23%
7.สุขุมเยือกเย็น	3.23%
8.เหตุผลอยู่เหนืออารมณ์	3.23%
9.จิตใจดี	2.3%
10.เป็นมืออาชีพ	2.3%
+ขยัน	2.3%
+ชอบความท้าทาย	0.92%
+เอาตัวรอดได้	1.38%

1. มีวินัย

การฝึกซ้อมของกีฬามวยก็จะทำซ้ำๆกันทุกวันในเวลาที่แน่นอนด้วยความตั้งใจ และร่างกายพร้อมที่จะซ้อม นี่คือนิสัยที่เป็นการฝึกวินัยให้กับตัวเอง ต้องทำงานทุกวัน โดยไม่มีคนมาคอยสั่ง กีฬามวยสามารถสร้างเสริมวินัยได้เป็นอย่างดี กีฬามวยหรือกีฬาประเภทอื่นๆ สามารถสร้างวินัยให้กับตัวเองได้เป็นอย่างดี เช่น รู้จักการแบ่งเวลาในการฝึกซ้อม มีความตรงต่อเวลา ฯลฯ เพราะถ้าหากว่าเราไม่มีวินัยในตัวเองก็จะทำให้เราไม่ประสบความสำเร็จในเรื่องนั้นๆ แต่กีฬามวยจะสอนระบบในการจัดการของตัวเองโดยอัตโนมัติทำให้เรามีวินัยไปในตัว

2. ฉลาดมีไหวพริบ

กีฬามวยเป็นกีฬาที่ต้องใช้ทักษะในหลายๆด้าน ไม่ว่าจะเป็นร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา จะเห็นได้จากหลายการแข่งขันที่ผู้ชนะจะต้องมีหมดทั้งสามอย่างนี้ควบคู่กันไป กีฬามวยจะสามารถปลูกฝังให้มีวิถีคิดที่จะสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดีมาก

3. อดทน

กีฬาประเภทนี้ถ้าขาดความอดทนแล้ว จะไม่สามารถเล่นได้เลย โดยเฉพาะเรื่องของการฝึกซ้อม ที่วันหนึ่งๆ ต้องซ้อมหนักมาก เพราะกีฬาชนิดนี้ต้องการร่างกายในแบบที่พร้อมถึงขีดสุด หากขาดการฟิตซ้อมนั้นก็หมายถึงปัจจัยทุกอย่างที่ทำให้ล้มเหลว แถมยังมีผลต่อร่างกายอีกด้วย ถ้าความฟิตไม่สมบูรณ์จริงๆ

การเป็นนักมวยต้องมีความอดทนในการฝึกซ้อม หากพูดถึงการฝึกมวยเพื่อการแข่งขัน และเพื่อความเป็นเลิศ นักมวยทุกคนจะต้องอยู่ค่ายมวย และต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ เช่น การอยู่ร่วมกับคนอื่น ต้องคอยถูกหัวหน้าหรือแฟน

มวยต่อว่าเมื่อเวลาซ้อม หรือหลังจากการแข่งขันไม่ว่าผลจะแพ้หรือชนะก็ตาม ดังสุภายติภาษามวยที่ว่า “ชนะคือเทวดา แพ้ลงมาเหมือนหมาตัวหนึ่ง” สิ่งเหล่านี้คือสิ่งที่จะได้จากมวย นั่นคืออดทนเป็นอันดับแรก หรือไม่ว่าจะเป็นเพียงการฝึกซ้อมเพื่อป้องกันตัว เพื่อการออกกำลังกายก็ตาม ล้วนแต่ต้องใช้ความอดทนเท่านั้น จึงจะประสบความสำเร็จในด้านกีฬามวย แม้กระทั่งกีฬาประเภทต่างๆ ก็ต้องใช้ความอดทนมาก่อนเหมือนกัน

4. กล้าตัดสินใจ

ก่อนชกนั้นเราอาจจะวางแผนการชกไว้อย่างหนึ่ง แต่เมื่อขึ้นชกจริง เราอาจชกไม่ได้อย่างที่วางแผนไว้ เนื่องจากคู่ต่อสู้ของเราอาจเตรียมรับมือไว้แล้ว ทำให้เราต้องตัดสินใจที่จะเปลี่ยนรูปแบบการชกทันที ฉะนั้นการกล้าที่จะตัดสินใจเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมวย เพื่อให้เราจะมีโอกาสชนะคู่ต่อสู้

5. ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี

เมื่อขึ้นเวทีสังเวียนจริง นักมวยต้องช่วยเหลือตนเอง ไม่สามารถที่จะพึ่งพิงพี่เลี้ยงได้อีกต่อไป บนเวทีมีคู่ต่อสู้ประจันหน้าอยู่ตลอดเวลา เปรียบเสมือนแรงกดดันที่นักมวยต้องแบกรับอยู่ตลอดเวลา นักมวยต้องทำงาน คือชกมวยตามแผนที่ตนวางไว้ภายใต้แรงกดดันนี้ นอกจากนี้ยังมีเสียงเชียร์ทั้งจากฝ่ายที่สนับสนุน และฝ่ายที่อยากให้แพ้ การที่ต้องเผชิญหน้ากับแรงกดดันทั้งภายในจิตใจของตนเอง และภายนอกนี้ ช่วยสร้างให้นักมวยมีความแข็งแกร่งและสามารถเผชิญหน้ากับแรงกดดันได้ดี

6. กล้าเสี่ยง

นักมวยไม่ได้ชกคนเดียว ต้องชกกับคู่ต่อสู้ และมีเวลากำหนดไว้แน่นอน ดังนั้นหากนักมวยไม่กล้าชกออกไปตามทิศทางที่ได้วางแผนเอาไว้ ก็เท่ากับว่า เป็นฝ่ายรับอย่างเดียว ไม่มีทางชนะได้แน่นอน

ในการที่จะชกมวย จะมีอยู่บางช่วงเวลาที่เราต้องเสี่ยงว่าจะต่อหมัดหนัก หรือว่าจะแย็บเบิกทาง เหมือนกับที่เวลาจะติดต่อประสานงาน ซื่อขาย หรือทำสิ่งต่างๆกับใครเมื่อหมดหนทางแล้ว เราจะประนีประนอมต่อหรือว่าจะแรงใส่เลย ก็เป็นการเสี่ยงอย่างหนึ่ง

7. สุขุมเยือกเย็น

เมื่อขึ้นไปบนเวทีแล้วสิ่งที่จะช่วยให้เอาชนะได้ คือ ความสุขุมเยือกเย็นที่จะตัดสินใจวิเคราะห์ว่าคู่ต่อสู้จะทำอะไร แล้วเราควรจะทำอะไร เพื่อให้ได้วิธีที่ถูกต้องรัดกุมที่สุด จึงต้องมีความสุขุมเยือกเย็นเป็นอย่างมาก

8. เหตุผลอยู่เหนืออารมณ์

หากใช้แต่อารมณ์มากกว่า ก็จะทำให้ไม่สามารถควบคุมเกมที่เราวางเอาไว้ได้ เมื่อไม่สามารถควบคุมได้โอกาสก็ตกไปเป็นของคู่แข่ง เมื่อโอกาสเป็นของคู่แข่ง ก็มีสิทธิ์ที่จะพ่ายแพ้ไม่ว่าจะซ้อมมามากเพียงใดก็ตาม

9. จิตใจดี

มวยนั้นเป็นกีฬาที่ต้องปะทะกันโดยตรง ฉะนั้นการเป็นคนที่มีน้ำใจ ไม่ดูถูก หรือเหยียดหยามผู้แพ้เป็นสิ่งสำคัญ เราต้องยอมรับให้เกียรติคู่แข่ง กีฬามีแพ้ชนะ ไม่มีใครจะชนะตลอดเวลา สำคัญคือยอมรับความผิดหวัง และชื่นชมให้แก่ผู้ที่ชนะเราในวันนั้นได้ และให้คิดว่าในวันหน้ายังมีโอกาส

กีฬาทุกชนิดต่างสร้างคนให้รู้จักการแพ้ การชนะ และการให้อภัย กีฬามวยเป็นกีฬาอีกประเภทที่ต้องมีการกระทบกระทั่งอย่างรุนแรงทั้งร่างกาย และอารมณ์ แต่เมื่อการแข่งขันจบลง จำเป็นจะต้องมีผู้แพ้ และผู้ชนะ แต่ด้วยความ

เป็นนักกีฬา และมีน้ำใจนักกีฬา รวมถึง ความเป็นสุภาพบุรุษ ก็ พร้อมทั้งจะยอมรับผลการแข่งขัน และยินดีที่จะสร้างมิตร สหายมากกว่าศัตรู

10. เป็นมืออาชีพ

การเป็นมืออาชีพ คือ การแข่งขันด้วยความเป็นนักกีฬาอย่างแท้จริง นักมวยต้องขยันฝึกซ้อม ทุ่มเทให้กับการ แข่งขัน และแม้ว่าจะแพ้ หรือชนะก็ต้องยอมรับในผลที่จะเกิดขึ้น นักกีฬามวยต้องมีความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ของตนเอง อย่าง นี้จึงเรียกได้ว่าเป็นนักมวยที่มีความเป็นมืออาชีพได้

+ ขยัน

เราต้องอดทนซ้อมเพื่อไม่ให้ร่างกายเราอ่อนแอ ดังนั้นการนำเอามาใช้นอกสนามมวย ก็จะมีประโยชน์มาก เพราะต้องมีความขยัน และอดทนกับงานที่เราทำ เพื่ออนาคตที่เราตั้งเป้าไว้

ถึงแม้ว่าเราจะเก่งในด้านการบริหารเวลา และมีความอดทนแล้ว ถ้าพูดถึงเรื่องขยันก็มีความสำคัญไม่แพ้ กัน เช่น ต่อให้เราไม่ประสบความสำเร็จมากเท่าไร ผ่านร้อนผ่านหนาวมากแค่ไหน ถ้าเราไม่มีความขยัน ทุกอย่างที่เราเก่งก็ ไม่ได้ช่วยอะไรเราเลย

1.15 ยิงปืน

ผลจากงานวิจัย	%
1.สุขุมเยือกเย็น	55.36%
2.รอบคอบ	25%
3.กล้าตัดสินใจ	22.02%
4.อดทน	16.07%
5.มีวินัย	13.1%
6.เหตุผลอยู่นิ่งอารมณ์	8.93%
7.หวังผลเลิศ	7.74%
8.ชอบทำงานภายใต้ความกดดัน	7.74%
9.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	7.14%
10.เน้นผลของงาน	6.55%
+ชอบความท้าทาย	4.76%
+เป็นตัวของตัวเอง	4.17%
+กล้าได้กล้าเสีย	4.76%

1. สุขุมเยือกเย็น

เวลาชิงปิ่นเราต้องใช้สมาธิอย่างมาก ดังนั้นการชิงปิ่นจึงพัฒนาให้เราเป็นคนสุขุมเยือกเย็น เพราะเราต้องใช้สมาธิในการเล็งเป้าหมาย ถ้าเราไม่มีสมาธิ ไม่สุขุม และใช้อารมณ์ เราจะมีโอกาสพลาดเป้าสูง เพราะการที่เราจะเล่นกีฬานี้ได้ เราต้องมีสมาธิ ซึ่งก่อให้เกิดความสุขุมเยือกเย็นตามมา

ในการเล่นกีฬายิงปิ่นนั้นต้องมีสมาธิที่แน่วแน่ และสุขุมเยือกเย็นที่จะยิงไปยังเป้าหมาย ในการยิงแต่ละนัดนั้นบางครั้งอาจนานกว่าที่คิด เพราะต้องใช้สมาธิสูงในการเล็งเป้าหมาย และยังคงต้องรอจังหวะที่คิดว่าเมื่อลั่นไกแล้ว ลูกกระสุนนั้นจะวิ่งไปที่เป้าหมายได้อย่างแม่นยำ

2. รอบคอบ

การชิงปิ่นนั้นต้องขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง โดยเฉพาะสิ่งแวดล้อมทั้งภายนอก และภายในตัวเราเอง ดังนั้นการที่จะเหนี่ยวไกในแต่ละนัดต้องมีการวางแผนคิดคำนวณอย่างรอบคอบ เพื่อให้ผลที่ออกมาเป็นไปตามที่คาดหวัง เริ่มจากก่อนที่จะจับปิ่นต้องมีสติก่อน และควรพึงระลึกไว้เสมอว่า ปิ่นที่เรากำลังจับอยู่มีลูกกระสุนปิ่นบรรจุอยู่ ถึงแม้ว่าเราอาจจะเคยเอากระสุนออกแล้วก็ตาม แต่ก่อนที่เราจะหยิบปิ่นนั้นเราอาจไม่ทราบมาก่อนว่ามีใครเอากระสุนปิ่นมาใส่ไว้โดยที่เราไม่รู้ก็ได้ ดังนั้นจึงควรพึงระลึกไว้เสมอว่าปิ่นที่เราถืออยู่มีกระสุนบรรจุอยู่แล้ว จึงทำการตรวจสอบความถูกต้องก่อนยิงปิ่น ทำให้เรามีความรอบคอบในการทำสิ่งต่างๆ เพราะไม่ใช่ทุกสิ่งที่สามารถแก้ไขได้ เหมือนกับปิ่นที่ลั่นไปแล้ว

3. กล้าตัดสินใจ

การยิงให้โดนเป้าหมาย ถ้าเราเล็งนานไปอาจจะเกิดความเมื่อยล้า และทำให้กำลังแขนลดลง ดังนั้นเราต้องเล็งอย่างมั่นใจ รวดเร็ว และกล้าที่จะตัดสินใจลั่นไกออกไป หมั่นฝึกฝนบ่อยๆก็จะดีขึ้น ในการลั่นไกแต่ละครั้งต้องไม่มีความลังเล ถ้าเราได้ทำขั้นตอนทุกอย่างถูกต้องแล้วถึงแม้ผลที่ออกมาจะไม่ดี เราก็ต้องทำใจยอมรับในข้อนี้ ผู้เล่นจะได้ฝึกการตัดสินใจโดยไม่กลัวว่าผลที่ออกมาจะไม่ดี

4. อดทน

การฝึกฝนที่ยาวนาน และยากจะทำให้เรามีความอดทนอดกลั้น และต้องขยันที่จะฝึกฝน เพื่อที่จะประสบผลสำเร็จในอนาคต เพราะในการฝึกซ้อมนั้นต้องใช้ความอดทนอย่างมาก เนื่องจากตนเองยิงปิ่นยาว มีชุดที่ต้องใส่ มีอุปกรณ์เยอะ เวลาชิงจึงต้องอดทน ใจเย็น เพราะกีฬายิงปิ่นต้องอาศัยการฝึกฝน แม้จะเป็นกีฬาที่ดูง่าย แต่ภายใต้แรงกดดันนอกจากนี้ขั้นตอนก่อนการฝึกยิงปิ่นนั้นมีมาก จึงทำให้มีความอดทนเพิ่มมากขึ้น อดทนกับการชิงปิ่น กว่าที่จะยิงให้ตรงป่านั้นจะต้องใช้เวลาในการฝึกซ้อมนาน ฉะนั้นจะต้องใช้ความอดทนสูงมาก ใจร้อนไม่ได้ แต่การอดทนทำให้คนเรารู้ว่าความอดทนนั้นทำให้ได้มาซึ่งความสำเร็จ

5. มีวินัย

การชิงปิ่นต้องมีวินัยตั้งแต่การบรรจุลูกกระสุน ขึ้นลำ เหนี่ยวไก ทุกอย่างต้องเป็นไปตามขั้นตอนมิฉะนั้นอาจอันตรายได้ เราสามารถพัฒนาตรงนี้ให้เข้ากับการทำงานได้เพราะเรารู้ว่าอะไรสำคัญก่อนหลังทำให้ประสบความสำเร็จได้ในระดับหนึ่ง

การชิงปิ่นต้องอาศัยการมีวินัยในตัวเองในการเก็บรักษา และตรวจสอบความพร้อมของปิ่นทุกครั้งก่อนยิง และหลังยิง ไม่ว่าจะเป็นการปลดเซฟ การเช็กกระสุน ดูนกสับไกว่าพร้อมใช้งานหรือไม่

6. เหตุผลอยู่เหนืออารมณ์

นักยิงปืนจะควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี จิตใจต้องเข้มแข็ง และสมาธิต้องนิ่ง การซ้อมยิงปืนที่ดี มีการกำหนดสมาธิ และลมหายใจ สามารถประยุกต์กับงานได้ เวลาอารมณ์หงุดหงิดตอนทำงาน จะควบคุมตัวเองได้ดี

คนที่จะใช้ปืนจะต้องได้เรียนรู้วิธีการใช้ปืนก่อนจะนำมาใช้ เพราะสิ่งที่สำคัญของการใช้ปืน คือ อารมณ์ของผู้ใช้นั่นเอง มิฉะนั้นถ้าไม่รู้จักระดับอารมณ์ตนเอง คงมีการฆ่ากันตายเคลื่อนบ้าน เคลื่อนเมือง ฉะนั้นการใช้เหตุผลในการแก้ปัญหาแต่ละอย่างโดยไม่ใช้อารมณ์ จึงเป็นสิ่งที่ดี

7. หวังผลเลิศ

ก่อนที่จะตัดสินใจยิงกระสุนสู่เป้าหมายในแต่ละครั้ง จะต้องมั่นใจว่ากระสุนที่ยิงไปจะเข้าเป้า และเข้าสู่เป้าหมายที่ตั้งใจที่จะยิงจริงๆ ไม่ใช่แค่ยิงให้เข้าเป้าอย่างเดียว เหมือนกับการคิด ตัดสินใจทำงานแต่ละอย่าง ไม่ใช่แค่ให้ทำได้ แต่ต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ด้วย

เป้าหมายของกีฬายิงปืน คือ การหวังผลเพื่อให้ได้มาซึ่งความสำเร็จ ซึ่งเหมือนกับการลงมือกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดเพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะ และความสำเร็จที่เรามุ่งหวังไว้ เพราะฉะนั้นกีฬายิงปืนจึงมีความสำคัญในการฝึกเรื่องการหวังผลเป็นเลิศ และเราสามารถนำมาใช้พัฒนาในการลงมือกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามที่เราหวังไว้ได้เป็นอย่างดี

8. ขอบทำงานภายใต้ความกดดัน

ความกดดันมีตลอดเวลา เพราะกีฬาปืนสามารถเกิดอันตรายต่อคนรอบข้าง และตนเองได้ตลอดเวลา โดยเฉพาะเวลาลั่นไก ทุกอย่างต้องนิ่งที่สุด และมีสมาธิมากๆ เล็งไปที่เป้าแล้วตั้งใจให้มากที่สุด

กีฬายิงปืนเป็นกีฬาที่ต้องใช้สมาธิในการเล่นสูง ทำให้เวลายิงต้องใช้สมาธิ จะมีอะไรมารบกวนไม่ได้ ไม่ว่าจะเป็นเสียงรบกวน คนรอบข้าง และความตั้งใจของผู้เล่นเอง เพื่อที่เล่นแล้วผลงานจะได้ออกมาดี ทำให้เกิดความกดดัน เสมือนว่าตัวผู้เล่นเองอยู่ในภาวะกดดันทั้งจากตัวเอง และสิ่งแวดล้อม

9. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

ในการยิงปืนนั้น สิ่งสำคัญสิ่งหนึ่งก่อนการยิง คือ การตรวจสอบความพร้อมของปืนก่อนการใช้ ว่าอยู่ในสภาพสมบูรณ์หรือไม่ ตรวจสอบกระสุนว่าอยู่ในสภาพใด รวมทั้งต้องทำความสะอาดให้พร้อมสำหรับการใช้งาน จากนั้นจึงลงสนาม ตรวจสอบสภาพสนามว่าพร้อมหรือไม่ มีสิ่งใดกีดขวางอยู่หรือไม่ ตรวจสอบเป้ายิงว่าเรียบร้อยหรือไม่ เป็นต้น

10. เน้นผลของงาน

กีฬาประเภทนี้มีเป้าหมายที่แน่นอน และส่วนใหญ่ทุกคนก็ต้องการยิงให้เข้าเป้ามากที่สุด หมายความว่า สิ่งนี้เป็นการเน้นถึงผลของงานที่จะเกิดขึ้น ซึ่งโดยรวมก็ต้องตั้งเป้า หรือตั้งมั่นว่าจะต้องเข้าเป้า หรือตรงจุดให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ทั้งนี้การฝึกฝนก็เป็นส่วนสำคัญ การเล่นกีฬายิงปืนต้องยิงให้เข้าเป้า เพื่อให้ได้คะแนนสูงๆ เหมือนกับการทำงานที่ต้องเน้นผลของงาน

+ ขอบความท้าทาย

การยิงปืนเป็นการท้าทายให้เอาชนะตัวเอง เอาชนะความกลัว ความหวาดระแวง ความกลัว และให้รู้จักพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น เป็นการเรียนรู้ในด้านที่ไม่ใช่ทุกคน จะสามารถมีโอกาสได้เข้ามาสัมผัส ไม่ว่าจะเป้าหมายเป็นรูปแบบใด ก็พยายามไปถึงยังจุดที่ต้องการได้

+ เป็นตัวของตัวเอง

ยิงปืนเป็นกีฬาที่เล่นคนเดียว และทุกอย่างขึ้นอยู่กับตัวเราเท่านั้น การตัดสินใจทุกอย่างจะต้องอาศัยตนเองไม่สามารถพึ่งใครได้ มีความเป็นตัวของตัวเองสูง เนื่องจากคนที่ชอบกีฬาประเภทนี้จิตใจต้องแข็ง และกล้าที่จะตัดสินใจยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่นแต่ไม่ใช่ทุกเรื่องไป

+ กล้าได้กล้าเสีย

ถ้าเราไม่กล้าที่จะเหยียดไกปืนออกไป เพราะกลัวอะไรบางอย่าง เช่น อาจกลัวปืนลั่น หรือกลัวเสียงปืนดัง ก็มั่นใจได้เลยว่า ลูกกระสุนจะไม่ถูกเป้าแน่นอน เหมือนเราตั้งใจจะทำงานสักชิ้นหนึ่ง แต่เรายังไม่ได้ลงมือทำ ก็ไม่มีวันทำงานนั้นจะสำเร็จได้ ต้องกล้าที่จะยิงกระสุนออกไปก่อน แต่ยังไม่ต้องสนใจว่าลูกกระสุนจะเข้าเป้าหรือไม่ ถ้าหัดยิงบ่อยๆ ก็ชำนาญขึ้น เก่งขึ้น เหมือนงานที่ทำบ่อยๆ จะเกิดความชำนาญเก่งขึ้นได้เอง

1.16 โยคะ

ผลจากงานวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	55.05%
2. บุคลิกดี	43.43%
3. อุดทน	35.35%
4. จิตใจดี	12.63%
5. มีวินัย	12.63%
6. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	12.12%
7. มีพัฒนาการในตนเองสูง	9.6%
8. เหตุผลอยู่เหนืออารมณ์	6.57%
9. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	5.56%
10. มองโลกในแง่ดี	5.05%
+ รอบคอบ	5.05%
+ เป็นตัวของตัวเอง	3.03%

1. สุขุมเยือกเย็น

การเล่นโยคะต้องควบคุมการหายใจให้เข้า-ออกอย่างเป็นจังหวะ สอดคล้องกับท่าทางที่กำลังทำอยู่ คล้ายกับเป็นการตั้งมั่นสมาธิไปที่ลมหายใจ และการเคลื่อนไหวของร่างกาย การที่ฝึกเช่นนี้บ่อยๆ จะทำให้รู้เท่าทันความรู้สึกและอารมณ์ของตัวเองได้ จึงสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีนั่นเอง

2. บุคลิกดี

การเล่นโยคะเป็นการออกกำลังกายแบบยืดตัว และทำให้ทุกส่วนของร่างกายได้มีการเคลื่อนไหว ร่างกายจะเกิดสมดุล ทำให้เรามีรูปร่างดีขึ้น บุคลิกก็จะดีตามไปด้วย การฝึกโยคะเป็นการปรับบุคลิกภาพของผู้ฝึก เช่น จากเดิมเป็นคนชอบทำหลังงอ แต่การฝึกโยคะนั้นเราจำเป็นต้องทำหลังตรงอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้ท่าทางการฝึกฝนเกิดความถูกต้อง และไม่เป็นอันตรายต่อร่างกาย เมื่อฝึกฝนอย่างต่อเนื่องจะทำให้ผู้ฝึกยืดหลังตรง บุคลิกก็ดูดีขึ้น

3. อุดทน

ในการฝึกเล่นโยคะนั้นต้องใช้ความอดทนเป็นอย่างมาก เพราะแต่ละท่านั้นจะมีความยากง่ายแตกต่างกันออกไป จึงต้องค่อยๆ ฝึกไปที่ละท่า จะฝึกความอดทนของเราได้มากยิ่งขึ้น

โยคะช่วยฝึกความอดทน เนื่องจากแต่ละท่าทางในการเล่น อาศัยการยืดหยุ่นร่างกาย แม้ร่างกายของแต่ละคนจะมีความยืดหยุ่นไม่เท่ากัน แต่สามารถช่วยให้ค่อยๆ พยายามเล่น พยายามทำการยืดตัวเหยียดตัวให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ในแต่ละท่าโดยไม่ฝืนร่างกาย หากใครทำไม่ได้ ก็สามารถพัฒนาได้อีกในคราวต่อไปโดยอาศัยความอดทน และตั้งใจจริง

4. จิตใจดี

การฝึกโยคะเป็นหนึ่งในการทำจิตใจให้สงบ ถ้าเรามีจิตใจที่ไม่สงบล่ะก็ การฝึกโยคะก็จะไม่สำเร็จเพราะต้องอาศัยความสงบของจิตใจเป็นหลัก เมื่อจิตใจสงบเราก็จะได้รับความสงบทำให้ไม่คิดร้าย มีความเอื้อกันต่อสิ่งต่างๆ อาสนะทุกอาสนะของโยคะนั้น เราต้องทำในลักษณะที่ผ่อนคลายทั้งร่างกายและจิตใจ เพื่อส่งผลให้ได้รับประโยชน์จากอาสนะต่างๆ ได้อย่างเต็มที่ การเล่นโยคะนั้นจะค่อยๆ ปรับสมดุลทางด้านอารมณ์ ให้ค่อยๆ เป็นคนที่มีจิตใจดี มองโลกในแง่ดีมากขึ้นเรื่อยๆ แบบอัตโนมัติ

5. มีวินัย

ในการฝึกโยคะต้องมีวินัยในตัวเอง ต้องฝึกซ้อมทุกวัน เพื่อความชำนาญในท่วงท่าและลีลา เหมือนกับการทำงาน เราต้องมีวินัยในตัวเองจึงจะทำงานให้สำเร็จได้ การฝึกโยคะต้องมีวินัยในตัวเอง คือ ก่อนการฝึกต้องเตรียมตัวล่วงหน้าอย่างไร ตารางการเข้าเรียน เวลาที่ใช้ในการเรียนต้องตรงเวลาทั้งเข้า และออกจากคลาส รวมถึงการฝึกด้วยตนเองก็ต้องกำหนดเวลาให้พอดี และต้องสม่ำเสมอ จึงจะพัฒนาสูงขึ้นได้ หากฝึกไม่สม่ำเสมอจะต้องกลับมาเริ่มใหม่ ทำให้ได้แนวคิดไปปรับใช้ในการทำงานให้เรามีวินัย ตรงต่อเวลา รักษาเวลา และปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาการทำงานให้สูงขึ้นต่อไป

6. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

ในการดำเนินชีวิตก็เหมือนกับการเล่นโยคะ อาจจะมีการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ มีท่าทางที่ยากมากในการเล่น แต่เราก็พยายามเล่น ปรับวิธีการเล่นให้สอดคล้องกับตัวเอง อาจจะไม่ต้องฝืนตัวเองแต่ค่อยๆ ปรับตัวไปที่ละเล็กทีละน้อย นานวันเข้าก็จะชำนาญไปเอง

โยคะเป็นการฝึกความยืดหยุ่นให้กับร่างกาย เปรียบเหมือนการทำงานที่ต้องมีความยืดหยุ่น สามารถปรับเปลี่ยนตามสถานการณ์ เพื่อให้งานประสบความสำเร็จ

7. มีพัฒนาการในตนเองสูง

เมื่อเริ่มเล่น โยคะ ตัว เราอาจแข็ง ร่างกา ขาดความยืดหยุ่น จึงต้องมีการพัฒนาจากท่าง่ายๆ จากยึดได้น้อยๆ วันละเล็กน้อย จนยึดได้มาก ทำท่าที่ยากขึ้นได้ โดยต้องไม่รีบร้อน ค่อยเป็นค่อยไป เป็นการพัฒนาตนเองไปเรื่อยๆ ด้วยความสุขุม และมีวินัย โดยไม่หวังผลสูงหรือผลเร็ว

8. เหตุผลอยู่เหนืออารมณ์

การฝึก โยคะ เป็นการฝึกจิต กำหนดลมหายใจเข้า-ออก เพื่อให้ผสานกับท่าทางที่ปฏิบัติ แต่ละท่าทางที่ฝึกจะมีเหตุและผลในการฝึกเสมอ ถ้าเรารู้สึกโกรธ หรือหงุดหงิดกับอะไรก็ตามแต่ เราต้องกำหนดลมหายใจเข้า-ออกช้า ๆ เพื่อฝึกจิต ไม่นานอารมณ์ที่เราารู้สึกเมื่อสักครู่ ก็จะหายไป

9. ไม่เคຍล้มเลิกความตั้งใจ

สำหรับคนที่เริ่มต้นฝึกโยคะใหม่ๆ แม้จะเริ่มต้นจากท่าต่างๆ แต่ว่าการทำสมาธิให้อยู่กับลมหายใจไปพร้อมกับการยืดร่างกายไปตามท่าต่างๆ ซึ่งอาจทำให้เราต้องฝืนทนกับทั้งความเหนื่อยจากการหักหายใจแบบโยคะ และความเมื่อยล้าจากการยืดร่างกายในส่วนต่างๆ ส่งผลให้ผู้ที่จะเล่นโยคะได้ต่อเนืองนั้น จะต้องเริ่มต้นจากที่เป็นคนไม่ทอดทิ้งกับความตั้งใจของตนเอง ถึงแม้ว่าสิ่งนั้นจะยากเพียงใดก็ตาม

อาสนะต่างๆของโยคะนั้น จะมีทั้งยาก และง่ายแตกต่างกันไป แต่ทุกๆท่า ถ้าเราไม่มีโรคประจำตัวที่ส่งผลเสียต่อการทำอาสนะนั้นๆแล้ว เราก็สามารถฝึกได้ทุกท่า ถ้าหากว่าเรามีความพยายาม และไม่ล้มเลิกความตั้งใจไปเสียก่อน ทุกๆอย่างจะค่อยเป็นค่อยไป ร่างกายเราจะค่อยๆปรับตัวให้ยึดได้มากขึ้น ไม่มีอะไรที่จะได้มาง่ายๆ หากไม่ตั้งใจฝึกฝน

10. มองโลกในแง่ดี

ผู้ที่เล่นโยคะน่าจะมีวิสัยทัศน์ทางด้านมองโลกในแง่ดี เพราะว่าการเริ่มเล่นโยคะนั้น คนส่วนใหญ่จะพบว่า มีหลายสิ่งหลายอย่างที่เรายังไม่สามารถทำได้ เช่น เอมืออับปลายเท้า เป็นต้น ดังนั้นผู้ที่เล่นต้องใจเย็น และเชื่อมั่นว่าตนเองทำได้ โดยไม่ย่อท้อ หรือเลิกเล่นกลางคัน

+ รอบคอบ

โยคะมีส่วนช่วยให้ผู้ที่ฝึกปฏิบัติเป็นผู้ที่รอบคอบได้ เพราะการเล่นโยคะทำให้เรามีสติ สมาธิ เมื่อเราจะทำอะไรก็ตาม จะทำด้วยความรอบคอบ และได้รับการไตร่ตรองมาแล้วทั้งสิ้น

+ เป็นตัวของตัวเอง

โยคะสอนให้สติอยู่กับตัว การเล่นจะมองเฉพาะตัวเอง เอาใจไว้ที่ตัวเอง พยายามด้วยตัวเอง ขณะตัวเอง รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร รู้ว่าตัวเองผิดพลาดตรงไหน รู้ว่าตัวเองต้องปรับปรุงอะไร เคยมีบางคนบอกให้เราใช้เวลาสัก10นาทึ่ใน 1 วัน คิดถึงความถูกต้อง ความดี ความไม่ใคร่ของตน เพื่อปรับปรุง โยคะก็เช่นกัน ในการเล่นโยคะเราจะได้สังเกตตนเองอยู่ตลอดเวลาผ่านกระจกด้านหน้า เพื่อรู้ความต้องการของตัวเอง ไม่ใช่เพื่อเปรียบเทียบกับใคร ตัวเองเคยคิดว่าการที่มนุษย์ทำงานวุ่นวายเหลือเกินนั้น เป็นเพราะแต่ละวันเอาแต่เฝ้ามองคนอื่น นินทาคนอื่นบ้าง แต่แท้จริงแล้ว สิ่งที่เราควรทำ คือมองตัวเองในแต่ละวันให้มากกว่ามองคนอื่น นั่นคือ จงเป็นตัวของตัวเอง และอย่าเอาเวลาดีๆที่มีค่าไปยุ่งแต่เรื่องของคนอื่นให้เขาว่าวุ่นใจ

1.17 รักบี้

ผลจากงานวิจัย	%
1.มีวินัย	10%
2.อดทน	7.33%
3.ทำงานเป็นระบบ	6%
4.ฉลาดมีไหวพริบ	6%
5.กล้าเสี่ยง	4.67%
6.ให้ความร่วมมือในการทำงาน	4%
7.กล้าตัดสินใจ	4%
8.รู้จักบทบาทหน้าที่	3.33%
9.เก่งในการสร้างทีม	3.33%
10.กระจายความรับผิดชอบได้ดี	3.33%
+ชอบความท้าทาย	2%
+ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี	2%
+มีความเป็นผู้นำ	2%

1. มีวินัย

รักบี้เป็นกีฬาที่ต้องใช้ผู้เล่นทั้งตัวจริง และตัวสำรองมากถึงสามสิบกว่าคน และการจะเป็นทีมรักบี้ได้นั้นทุกคนจะต้องมาร่วมซ้อมกันอย่างพร้อมเพรียง เพราะในกีฬารักบี้ทุกคนมีความสำคัญเท่าเทียมกันหมด หากทีมมีคนขาดซ้อมไป การซ้อมก็จะเกิดอุปสรรคขึ้น เพราะด้วยรูปแบบการเล่นที่จะต้องใช้การประสานงานระหว่างผู้เล่นทุกคน ทุกตำแหน่ง ทีมถึงจะก้าวไปข้างหน้าได้ ถึงแม้วันใดไม่มีการซ้อม นักรักบี้ก็ต้องไปออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้สมรรถภาพของร่างกายอ่อนแอลง นักรักบี้ต้องรักษาสภาพร่างกายให้สมบูรณ์แข็งแรง พร้อมเล่นได้ทุกเมื่อ เพราะการสร้างเสริมร่างกายให้ดีขึ้น ไม่ได้สร้างกันภายในวันสองวัน หากแต่ต้องสร้างสมมานานนับปี ดังนั้นโดยพื้นฐานที่สำคัญ คือทุกคนจะต้องมีวินัยเป็นลำดับแรกสุด

2. อดทน

การเล่นกีฬานี้ต้องมีความอดทนสูง ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย หรือจิตใจ ต้องอดทนต่อการเจ็บปวด เนื่องจากการเล่นกีฬาประเภทนี้มีการปะทะกัน ต้องมีร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ เนื่องจากต้องมีการวิ่ง การแท็ก การหลบหลีกที่ดี ความอดทนทางด้านร่างกายเกิดก่อนการเล่น เพราะต้องวอร์มให้ร่างกายพร้อมเสมอ ความอดทนทางด้านจิตใจเพิ่มเข้ามาอีก ในระหว่างการเล่น เพราะมันเป็นการต่อสู้กับร่างกายที่อ่อนล้า และจิตใจที่ต้องอีกหมอบอยู่เสมอ

3. ทำงานเป็นระบบ

กีฬารักบี้เป็นกีฬาที่ต้องเล่นเป็นทีม โดยต้องอาศัยการร่วมมือกันเป็นอย่างมาก คนที่ไม่รู้จักกีฬารักบี้ดีนั้น มักมองว่าเป็นกีฬาคนชนคน แต่แท้จริงแล้วมีอะไรซ่อนอยู่มากกว่านั้น ซึ่งสิ่งที่ถือเป็นหัวใจสำคัญในการช่วยทำให้ทีม

ประสบความสำเร็จได้คือการทำงานที่เป็นระบบ เพราะกีฬารักบี้เป็นการเล่นอยู่คนเดียว ไม่สนใจแผนที่ได้วางไว้ ก็จะทำให้ทีมแพ้ได้ ดังนั้นจึงต้องอาศัยการวางแผนอย่างเป็นระบบในการที่จะดึงความสามารถในด้านที่โดดเด่นของผู้เล่นแต่ละคนออกมาเพื่อนำพาชัยชนะมาสู่ทีม

4. ฉลาดมีไหวพริบ

ในเกมนักกีฬารักบี้แต่ละครั้งนั้น จะมีผู้เล่นอยู่ในสนามรวมแล้วสามสิบคน เมื่อผู้เล่นคนใดเป็นผู้ครองบอลก็เป็นหน้าที่ของเขาที่จะต้องวิ่งฝ่าคนอีกยี่สิบเก้าคนในสนาม เพื่อที่จะทำให้ทีมของตนชนะ การวิ่งฝ่าคนยี่สิบเก้าคนนี้ มีใช้เรื่องง่าย เพราะกีฬารักบี้เป็นการหยุดผู้เล่นด้วยการแทคเคิล คือการเข้าปะทะด้วยลำตัว หรือแม้กระทั่งการดึงเสื้อ ดึงกางเกง จับทุ่ม เหวี่ยง ผลัก ดัน ฯลฯ สามารถทำได้ทั้งนั้น และผู้เล่นที่ครองบอลสามารถเลือกวิธีที่ดีที่สุด เพื่อที่จะทำให้ทีมของตนประสบความสำเร็จ ไม่ว่าจะด้วยการส่งบอล เตะกินแดน เตะครีโอล เพื่อทำประตูหรือแม้กระทั่งการใช้ทักษะเฉพาะตัวในการวิ่งหลบหลีกผู้เล่นทั้งสนาม แล้วเข้าไปวาง TRY ด้วยตัวเอง สิ่งต่างๆเหล่านี้เกิดขึ้นกับผู้เล่นทุกคนในทันทีที่เขาครองบอล วินาทีที่ผู้เล่นคนนั้นถือบอล สมอของเขาคือต้องวิเคราะห์สถานการณ์ของฝ่ายตน และฝ่ายตรงข้าม และหาวิธีการเล่นที่จะทำให้ทีมของตนได้เปรียบที่สุด ซึ่งข้อนี้ถือเป็นจุดเด่นของกีฬารักบี้

5. กล้าเสี่ยง

ในการแข่งขันมีบ่อยครั้งที่คู่แข่งตัวใหญ่ และมีกำลังเหนือกว่าเรามาก ถ้าเรากลัวเสียตั้งแต่แรก การได้รับชัยชนะก็แทบเป็นไปได้เลย เราจึงต้องกล้าเสี่ยงที่จะวิ่งเข้าไปใส่ ใช้วิธีที่ได้เรียนรู้มาโจมตีจุดอ่อน เพื่อที่จะเอาชนะอย่างสง่างาม

6. ให้ความร่วมมือในการทำงาน

การเล่นรักบี้ วิ่งคนเดียว ชนคนเดียว ไม่มีทางชนะ ทุกคนต้องช่วยกันเล่น ถึงจะเป็นทีมเหมือนการทำงานเก่งคนเดียว ทำคนเดียว อาจไม่มีทางสำเร็จ ต้องแบ่งงาน แบ่งหน้าที่ แล้วร่วมกันทำงาน งานที่ได้ก็จะสำเร็จ รักบี้เป็นกีฬาที่ต้องเล่นเป็นทีมทั้งกองหน้า และกองหลังต้องทำงานประสานกันทั้งเกม ซึ่งในการทำงานจริงต้องทำงานเป็นทีมเช่นกัน เพราะหากขาดคนใดคนหนึ่ง แผนกใดแผนกหนึ่งงานจะสำเร็จได้ยาก

7. กล้าตัดสินใจ

เมื่อได้รับมอบหมายงานมาแล้วต้องดำเนินงานตามที่ได้รับมอบหมาย เพื่อจะก้าวไปสู่เป้าหมาย ในบางครั้งการตัดสินใจก็เป็นส่วนที่จะชี้ว่า ในการดำเนินการนั้นจะประสบผลหรือไม่ ในการเล่นรักบี้ต้องการการตัดสินใจในช่วงเวลาอันสั้น เพราะการเล่นจะต้องรวดเร็ว คุณดั้น และเข้าไปทำแต้มให้ได้ รักบี้จึงเป็นกีฬาที่ต้องการการตัดสินใจ และความเข้าใจของคนในทีม เพื่อรุกเข้าไปทำแต้มจากคู่แข่ง หากตัดสินใจพลาดอาจทำให้ทีมเป็นรองได้

8. รู้จักบทบาทหน้าที่

ในกีฬารักบี้ แต่ละคนต้องรับผิดชอบในแต่ละตำแหน่งการเล่นตามที่ผู้ควบคุมทีมกำหนด เช่น คนที่เล่นสตรัมฮาล์ฟ ต้องคอยวิ่งตามไปเก็บลูกเพื่อส่งให้คนอื่นตลอด ผู้ที่เล่นฟลายฮาล์ฟ ต้องคอยส่งให้แผงกองหลังตั้งแถวเพื่อรอรับลูก เป็นต้น ในแต่ละตำแหน่งของผู้เล่นก็มีหน้าที่ที่แตกต่างกันออกไป การที่เราได้รับมอบหมายให้เล่นในตำแหน่งนั้นก็ย่อมมีผลกระทบต่อทีมโดยตรง คือ การรักษาหน้าที่ต่างๆที่ได้รับมาจากแผนการเล่นทำให้เราต้องรู้หน้าที่ของตัวเอง

9. เก่งในการสร้างทีม

เพราะรักบี้เป็นกีฬาที่ไม่สามารถเล่นคนเดียวได้อย่างแน่นอน ต้องอาศัยทีมเวิร์คจึงจะพาทีมไปสู่ชัยชนะได้ ดังนั้นหากไม่สามารถสร้างทีมที่แข็งแกร่ง เป้าหมายก็ย่อมจะเลื่อนกลาง หรือแทบจะมองไม่เห็นเลย การจะผ่านคู่ต่อสู้ที่มี

มากมาย ในบางครั้งอาจไม่สามารถไปได้ด้วยตัวเองคนเดียว จึงจำเป็นต้องมีเพื่อนร่วมทีมที่คอยช่วยเหลือในหลายด้าน เพื่อให้ฝ่าอุปสรรคไปได้

10. กระจายความรับผิดชอบได้ดี

การแบ่งสัดส่วนการรับผิดชอบให้แก่งูๆคนในทีมต้องเป็นไปอย่างดีเยี่ยม และไม่ปล่อยปะละเลยในเขตรับผิดชอบ

+ ขอบความท้าทาย

เป็นกีฬาที่ขึ้นอยู่กับใจไม่ใช่เพียงร่างกาย ผู้เล่นต้องกล้าที่จะพุ่งเข้าชน หรือต้องกล้าที่จะทนรับกับการปะทะ ต้องท้าทายความสามารถ และไหวพริบของตนเองเพื่อให้ทำคะแนนให้ได้

+ ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี

ในการแข่งขันรักบี้แต่ละครั้ง ผู้เล่นฝ่ายรุกจะต้องคอยสนับสนุนซึ่งกันและกัน เพื่อชิงแดนฝ่ายตรงข้ามขึ้นไปเรื่อยๆ การวิ่งไปข้างหน้าเพียงหนึ่งก้าวก็มีค่ามากมายมหาศาล แต่การชิงแดนนั้นไม่ใช่เรื่องง่ายๆ เพราะทันทีที่ผู้เล่นคนใดเป็นผู้ครอบบอล ก็จะตกเป็นเป้าหมายในการเข้าปะทะทันที ซึ่งก็เป็นปัญหาที่ฝ่ายรุกจะต้องคอยวางแผนในวินาทีนั้นว่าจะทำเช่นไรเพื่อให้ฝ่ายของตนสามารถนำบอลไปวาง TRY ได้ หลายๆครั้งที่เกมหยุดอยู่ ณ จุดใดจุดหนึ่งของสนามนานหลายนาที เพราะฝ่ายรับต่างก็ป้องกันตนเองอย่างเต็มที่ ดังนั้นความเหนียวล้า ความกดดัน และความท้อแท้ย่อมเป็นสิ่งที่นักกีฬารักบี้ทุกคนต้องเผชิญอยู่เสมอๆ แต่นักกีฬารักบี้ทุกคนถูกสอนมาว่าอย่าท้อถอยจนวินาทีสุดท้าย เพราะกีฬาไม่ใช่กีฬาของผู้อ่อนแอ นักกีฬาทุกคนต้องมัดเกลียวให้เหนียวแน่นแล้วพร้อมใจกันผลักดันทีมให้ก้าวไปข้างหน้า เป็นความรู้สึกลูกทีมที่กดดันแต่แฝงไปด้วยข้อคิดที่ดีๆมากมาย

ในเกมรักบี้ มีรูปแบบของเกมที่รุก และรับสลับกันไปมา เมื่อครั้งที่เจอทีมที่ใหญ่กว่า เก่งกว่า แรงปะทะแรงกดดันทั้งในสนาม และนอกสนามเยอะมาก เรา ก็ต้องอยู่กับมันทั้งเกม ซึ่งสิ่งที่ได้รับจากเกม คือในชีวิตจริงไม่ว่าเราจะถูกกดดันสักแค่ไหน เราสามารถอยู่กับมันและต้องเอาชนะแรงกดดันให้ได้

1.18 วอลเลย์บอล

ผลจากงานวิจัย	%
1.กล้าตัดสินใจ	17.61%
2.รู้จักบทบาทหน้าที่	15.97%
3.มีวินัย	14.99%
4.ให้ความร่วมมือในการทำงาน	14.44%
5.ทำงานเป็นระบบ	14%
6.อดทน	13.24%
7.เก่งในการสร้างทีม	12.8%
8.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	11.05%
9.เก่งในการวางแผน	10.83%

10.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	10.07%
+กระตือรือร้น	6.24%
+ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้ดี	7.66%

1. กล้าตัดสินใจ

กีฬาโอลิมปิกมีส่วนในการช่วยพัฒนา และส่งเสริมการตัดสินใจ เพราะในช่วงของการเล่นกีฬาชนิดนี้ต้องอาศัยผู้เล่นในการดำเนินเกม ซึ่งต้องมีสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจตลอดการเล่นว่า ผู้เล่นอยู่ในตำแหน่งใดควรจะทำหน้าที่อะไร การตอบโต้เกมกับฝ่ายตรงข้าม และการแก้สถานการณ์เฉพาะหน้า ต้องอาศัยการตัดสินใจในการเล่นของผู้เล่น

ในการเล่นวอลเลย์บอล ต้องกล้าตัดสินใจ เพราะหากมัวลังเลอยู่ก็จะทำให้ทีมแพ้ได้ เหมือนกับการทำงาน เราต้องทำงานร่วมกับผู้อื่น บางครั้งอาจต้องมีการตัดสินใจเองโดยด่วน ซึ่งไม่สามารถถามความเห็นเพื่อนร่วมงานได้ทัน ดังนั้นจึงต้องกล้าตัดสินใจ โดยคำนึงถึงบริษัทเป็นหลัก

2. รู้จักบทบาทหน้าที่

กีฬาโอลิมปิกเล่นเป็นทีม ลงครั้งละ 6 คน แต่ละคนต้องเตรียมไว้ให้ดีกว่า จะทำหน้าที่ใด และขณะใดอีกด้วย เพราะการเล่นจะต้องหมุนวน จากคนเสิร์ฟ โยกมาเป็นคนรับ ผู้ที่อยู่หน้าเน็ตก็มีหน้าที่เซต หรือตบ เป็นต้น หากไม่รู้จักหน้าที่ของตนเองในขณะนั้น ก็ยากที่จะแข่งขันได้ เพราะอาจขัดกันเอง กลายเป็นไม่สามัคคีกัน

เมื่ออยู่ในสนามจะมีตำแหน่งในการลงเล่นอยู่แล้ว ตัวเราเองก็ต้องรู้ด้วยว่าตอนนี้เรากำลังทำอะไร อยู่ในตำแหน่งไหน จะต้องทำอย่างไรบ้างในการรับมือกับทีมตรงข้าม เมื่อเราเข้าใจดีแล้ว ชัยชนะก็อยู่แค่เอื้อม เหมือนในชีวิตประจำวันถ้าเรารู้ว่าปัจจุบันเราทำอะไรอยู่ บทบาทหน้าที่ของเราคืออะไรบ้าง ชีวิตเราก็จะประสบความสำเร็จในที่สุด

3. มีวินัย

ในการเล่นวอลเลย์บอล ถ้าผู้เล่นในทีมไม่มีระเบียบวินัย ความสามัคคีก็จะไม่เกิด ความเป็นหนึ่งเดียวกันหรือความเข้าใจที่ไปในทิศทางเดียวกันก็จะไม่เกิดขึ้น ซึ่งถ้าฝึกตรงจุดนี้ เมื่อไปทำงานก็จะเคารพกฎเกณฑ์ขององค์กร แต่งกายถูกระเบียบ ไม่นอกนอกทาง มุ่งทำประโยชน์ให้องค์กร และเข้ากับคนหมู่มาก และผู้ใหญ่ได้ดี

การเล่นกีฬาประเภทนี้ต้องมีวินัยในตนเองสูง ต้องหมั่นฝึกฝน เรียนรู้ อยู่เป็นประจำ จึงจะสามารถทำได้ดี การมีวินัยครอบคลุมในทุกๆเรื่อง วินัยคือการรู้จักบริหารตนเอง บริหารเวลา เคารพในกฎ กติกาเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และที่สำคัญการเล่นกีฬาประเภทนี้ไม่สามารถเล่นเพียงคนเดียวได้ จะต้องเล่นเป็นทีม จึงต้องรักษาวินัยอย่างยิ่งเพื่อตนเอง และผู้อื่น ในทีมจะประสบความสำเร็จไปพร้อมกัน

4. ให้ความร่วมมือในการทำงาน

การให้ความร่วมมือในการทำงานมีส่วนพัฒนานุคนได้มากในเรื่องการทำงานเป็นทีม จากพื้นฐานคำว่าเราไม่ได้อยู่ตัวคนเดียวในโลก และการมองว่าตัวเองก็เป็นคนสำคัญ หากขาดความร่วมมือจากคนใดคนหนึ่ง ก็จะทำให้งานนั้นๆ ไม่สำเร็จบรรลุเป้าหมายได้ การมีส่วนร่วมช่วยให้เราเรียนรู้ถึงการรับฟังความเห็นของผู้อื่น

วอลเลย์บอลเป็นกีฬาที่ต้องใช้ความสามัคคีร่วมกัน ตั้งแต่ร่วมมือกันฝึกฝนการประสานเป็นอันหนึ่งอันเดียวในการร่วมกันเป็นทีม เพื่อให้ทีมประสบความสำเร็จ ไม่ใช่จะเก่งคนเดียว แต่ไม่ยอมให้ความร่วมมือให้การฝึกฝนถ้าใน

ทีมเกิดปัญหาเหล่านี้ก็ไม่สามารถเอาชนะจากทีมคู่แข่งได้ เพราะฉะนั้นการทำงานกันเป็นทีมจึงมีความสำคัญมากกับกีฬาประเภทนี้

การเล่นวอลเลย์บอลจะต้องอาศัยการทำงานเป็นทีม และต้องช่วยกันเล่นไม่ยืนขาตายอยู่กับที่ จะต้องมองว่าลูกอยู่ที่ใกล้จุดตำแหน่งของเราที่ต้องเล่น โดยที่จะต้องมองเพื่อนด้วยว่าเขาจะเล่นหรือเปล่า เพราะถ้าแย่งกันก็ทำให้เสียลูกได้ เพราะฉะนั้นต้องร่วมมือกันจึงจะชนะ

5. ทำงานเป็นระบบ

การทำงานเป็นระบบเปรียบเสมือนกับการเป็นทีมเวิร์คของทีมวอลเลย์บอล ฉะนั้นหากทีมเป็นทีมที่ดี มีระบบที่ดี การที่เราจะชนะคู่แข่งนั้นก็เป็นไปได้สูง เปรียบเสมือนกับการทำงาน หา กรวางทุกอย่าง และบริหารงานให้เป็นระบบองค์กรนั้น หรืองานของเราที่วางไว้ ก็จะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายได้ง่าย

การเล่นวอลเลย์บอลไม่ใช่กีฬาที่จะเล่นคนเดียวได้จึงเป็นจะต้องมีทีม และการมีทีมนี้ก็ต้องอาศัยการทำงานที่เป็นระบบ มีการแบ่งหน้าที่กันทำ แบ่งกันรับผิดชอบ มีการแชร์ความคิดจึงจะประสบความสำเร็จได้

6. อดทน

ต้องอดทนต่อสภาพความกดดันต่อคะแนนที่ตามหลังอยู่ หรือถ้าเรานำก็ต้องอดทนอย่าให้คู่แข่งทำแต้มไล่ทัน จนชนะเราไป ต้องอดทนต่อเสียงเชียร์ ความอดทนจะทำให้คู่แข่งยากแก่การทำแต้มได้ในแต้มต่อแต้ม และเป็นฝ่ายพ่ายไปในที่สุด ยิ่งไปกว่านี้เรายังกับมีกำลังใจในการเล่นเกมของเรา ต่อเมื่อเราอดทนจนเกมเข้าข้างเรา

กว่าที่จะพัฒนาตนเองทางด้านทักษะต่างๆ แล้วนั้นต้องอดทนอย่างมาก เพราะ ต้องพร้อมที่จะรับกับทุกสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว อดทนทั้งทุกสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่ รวมทั้งอดทนกับความกดดันที่มีทั้งภายนอกสนามและทั้งภายในสนาม และยิ่งกว่านั้น ยังต้องสร้างกำลังใจที่จะอดทน เพื่อฝ่าฟันกับอุปสรรคต่างๆ

7. เก่งในการสร้างทีม

ทุกคนทุกตำแหน่งมีความสำคัญที่แตกต่างกันไป เราสร้างทีมของเราจากลูกทีม โดยวางคนให้ถูกตำแหน่ง หรือ put the right man at the right position (job) คนเหล่านี้จึงทำงานที่ตนถนัด ทำให้ผลของงานออกมาดีทั้งด้านคุณภาพและปริมาณ

วอลเลย์บอลนั้นเป็นกีฬาที่ต้องเล่นเป็นทีม ใช้ความสามัคคีในทีมจึงจะทำให้ทีมได้รับชัยชนะ ดังนั้นจึงมีส่วนช่วยในการพัฒนาการทำงานที่เราต้องทำงานเป็นทีม จึงจะบรรลุเป้าหมายของงานได้ ซึ่งต้องมีการติดต่อสื่อสารกับพนักงานในหน่วยงานของเรา และสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน เพื่อให้งานดำเนินไปอย่างราบรื่น และมีประสิทธิภาพ

8. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

กีฬา วอลเลย์บอลเป็นกีฬาที่ต้องเล่นเป็นทีม จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการสื่อสารที่ดี เข้าใจสัญญาณที่ส่งผ่านไปยังเพื่อนร่วมทีม สามารถกระตุ้น และให้กำลังใจเพื่อนในทีมกันได้เป็นอย่างดี

การเล่นกีฬานั้นก็มีทั้งแพ้ และชนะมันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นปกติอยู่แล้ว แต่การเล่นกีฬาเป็นทีมอย่างวอลเลย์บอลนั้นจะมีผู้ร่วมทีม และคู่แข่งซึ่งมีผู้เข้าเล่นหลายคน ทำให้เราได้ศึกษาศักยภาพการทำงานของแต่ละคนได้ ทำให้เราปรับตัวให้เข้ากับทุกคนได้ สิ่งที่เกิดก็คือการมีมนุษยสัมพันธ์ต่อกัน ต่อการแข่งขัน ซึ่งจะทำให้ทุกคนมีความเข้าใจกันมากขึ้น และจะทำให้เกมสนุกไม่น่าเบื่อ

9. เก่งในการวางแผน

การเล่นวอลเลย์บอลนั้นต้องมีทักษะด้านการวางแผนอย่างดี เพื่อรู้ช่องทางในการต่อสู้ และหาโอกาสในการโจมตี รวมถึงรู้ถึงจุดแข็ง-จุดอ่อนของคู่ต่อสู้ว่าเป็นอย่างไร ทำให้เราสามารถคาดการณ์ และนำวิธีการต่อสู้ที่คู่ต่อสู้คาดไม่ถึงมาใช้ ทำให้เรามีโอกาสชนะ

การที่เราจะชนะคู่ต่อสู้ได้ จุดเริ่มต้นคือ เราต้องรู้จักรูปแบบของเกม และคู่ต่อสู้ คือเราต้องรู้จักการวางแผน ถ้าเรามีเป้าหมายที่ชัดเจน การแข่งขันก็จะง่ายขึ้น การทำงานก็เช่นกัน คือเริ่มจากการวางแผนไปจนถึงสิ้นสุดกระบวนการตามแผนจนจบเหมือนกัน

10. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การเล่นวอลเลย์บอลไม่มีอะไรตายตัว ต้องพยายามปรับตัวให้เป็นที่ไปตามเกม โดยมีผู้นำในการคิดแผนการเล่นว่า ช่วงนี้เราจะเล่นเร็ว เราก็ต้องเล่นเร็วให้เป็น ช่วงนี้จะเล่นช้า เราจะต้องเล่นช้าให้เป็น จะหยอดหรือตบทำเต็มเราต้องรู้จักในการปรับให้เข้ากับแผนนั้น ๆ สามารถเปลี่ยนตำแหน่ง หรือจุดที่ตนยืนอยู่ได้ตลอดเวลา คือสามารถปรับตัวได้ โยกย้ายเปลี่ยนตำแหน่งได้ตลอด

+ กระทือหรือร้อน

การเล่นวอลเลย์บอลทำให้เราต้องกระทือหรือร้อนตลอดเวลา เพราะเราไม่รู้ว่าลูกจะมาทางด้านไหน เราจะต้องสังเกต และสนใจตลอดเวลา ซึ่งทำให้เราตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา เพื่อจะได้ตั้งรับได้ถูก รวมทั้งต้องคาดการณ์ว่าฝ่ายตรงข้ามจะเล่นมาแบบไหน ในการเล่นวอลเลย์บอล เราจะต้องกระทือหรือร้อนอยู่ตลอดเวลา ตาต้องไว สมองต้องคิด ร่างกายเราจะต้องเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา ส่งผลให้เราเป็นคนกระทือหรือร้อนอยู่เสมอ

+ ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้ดี

การเล่นวอลเลย์บอลช่วยพัฒนาให้ตนเองสามารถติดต่อประสานงานกับบุคคลอื่นได้ดี เมื่อเจอปัญหาความรู้ความสามารถ และความชำนาญในการติดต่อ จะช่วยให้ประสบผลสำเร็จต่อการดำเนินงาน คือ การติดต่อสื่อสารกับผู้เล่นในทีม หากมีการพลาดพลังเสียลูกไป ต้องใช้การสื่อสารในขณะนั้นว่าจะทำอย่างไร ให้ดีเสมอ หรือนำคะแนนได้

1.19 วัยรุ่น

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	30.31%
2.บุคลิกดี	25.78%
3.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	13.75%
4.สุขุมเยือกเย็น	13.59%
5.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	12.03%
6.มีวินัย	10.78%
7.มีพัฒนาการในตนเองสูง	10.62%

8. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	10%
9. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	9.53%
10. กระตือรือร้น	9.38%
+ เป็นตัวของตัวเอง	6.41%
+ กล้าตัดสินใจ	7.19%
+ ขอบความท้าทาย	5%

1. อดทน

ว่ายน้ำเป็นกีฬาที่ต้องใช้ความอดทนอย่างมากในการว่ายน้ำให้ถึงจุดหมายปลายทางที่เรากำหนดไว้ เราไม่สามารถที่จะหยุดกลางทางได้ เพราะถ้าเราหยุด นั่นหมายถึงเราจะจมน้ำทันที เราต้องพยายามไปให้ถึงจุดหมายให้ได้ เนื่องจาก เมื่อว่ายน้ำไปสักพักหนึ่ง เราจะรู้สึกเหนื่อย เราจำเป็นต้องมีความพยายาม และความอดทนในการว่ายน้ำต่อไปเพื่อให้ถึงจุดหมายปลายทาง เปรียบเหมือนการทำงาน หรือการใช้ชีวิตที่เมื่อมีอุปสรรคเข้ามาในชีวิต เราจะต้องอดทนและมีความพยายามในการแก้ปัญหาและดำเนินชีวิตต่อไป

2. บุคลิกดี

เนื่องจากกีฬาว่ายน้ำทำให้เราได้ออกกำลังกาย ซึ่งจะส่งผลให้ร่างกายทุกส่วนได้รับการบริหาร ทำให้มีสรีระที่สมส่วน และสวยงาม จึงส่งผลต่อการมีบุคลิกภาพที่ดี อีกทั้งยังทำให้ร่างกายแข็งแรงโดยไม่เน้นส่วนใดส่วนหนึ่งจนเกินไป

การว่ายน้ำจะช่วยให้เราเป็นคนมีบุคลิกดี เพราะการว่ายน้ำในท่าต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น ท่าฟรีสไตล์ หรือท่ากบ เราจะต้องจัดทำกรว่ายน้ำให้ถูกต้อง ซึ่งจะส่งผลมาถึงการใช้ชีวิตประจำวัน เราจะกลายเป็นคนที่มีบุคลิกดี

3. มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย

เนื่องจากผู้ว่ายน้ำจะต้องว่ายน้ำไปให้ถึงอีกฝั่งของสระ ซึ่งผู้ว่ายน้ำจะต้องทำให้สำเร็จ ไม่สามารถหยุดกลางคันได้ถึงแม้ว่าจะเหนื่อยมากเพียงใดก็ตาม เมื่อนำมาเปรียบเทียบกับการทำงาน ก็ย่อมเป็นผู้ที่ตั้งใจทำงาน และพร้อมที่จะทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมาย ไม่หยุดกลางคัน ส่งผลให้งานประสบความสำเร็จ

การว่ายน้ำจะมีการตั้งเป้าให้ว่ายน้ำได้ ระยะทางเท่าไร หรือนานแค่ไหน เป็นต้น เป็นส่วนหนึ่งในการเสริมสร้างลักษณะทางด้านนี้ให้ชัดเจนขึ้น

4. สุขุมเยือกเย็น

ว่ายน้ำเป็นกีฬาที่ต้องใช้สติควบคุมอารมณ์ไม่ให้แปรปรวน เพราะการว่ายน้ำต้องว่ายน้ำอย่างค่อยเป็นค่อยไปถ้าไปโหมหนักในช่วงแรกๆ พอช่วงท้ายๆ เราจะเหนื่อย เวลาว่ายน้ำเราจะรู้สึกผ่อนคลาย บวกกับน้ำเย็นๆทำให้เราจิตใจเย็นและสงบไปด้วย

5. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การว่ายน้ำช่วยในเรื่องร่างกาย กล้ามเนื้อ ความแข็งแรง การทรงตัว และการหายใจเข้าออกในระดับน้ำลึก-น้ำตื้น ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ เวลาว่ายน้ำจะทำตัวแข็งแรงไม่ได้ ต้องผ่อนคลายตัว ปรับลักษณะตัว ให้เข้ากับน้ำเราจึงจะสามารถว่ายน้ำอยู่ในน้ำได้ ก็เหมือนกับการอยู่ในสังคม เราต้องรู้จักปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมให้ได้ จะต้องมีการปรับ

สภาพตัวเองให้พลั่วไปดำตามสายน้ำ เพื่อให้เกิดแรงต้านให้น้อยที่สุด

6. มีวินัย

ในการที่จะต้องบังคับตัวเองให้ไปว่ายน้ำ และทำตามที่ตัวเองตั้งใจไว้ ทำให้คิดว่าเป็นการฝืนฝืน ซึ่ง ทำให้ตัวเองมีวินัยในการที่จะไปเล่นกีฬานี้ เพราะว่ามันขึ้นอยู่กับตัวเอง

นักกีฬาว่ายน้ำต้องมีวินัยในตนเองอย่างมาก ต้องปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ และแผนการซ้อมอย่างเคร่งครัด ไม่ว่าจะฝึกซ้อมอยู่ควมหรือไม่ก็ตาม ต้องมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองอย่างสูง

7. มีพัฒนาการในตนเองสูง

เพราะการว่ายน้ำไม่ได้ติดตัวของมนุษย์มาแต่กำเนิด ทุกคนเกิดมาไม่ได้หมายความว่าต้องว่ายน้ำเป็นทุกคน ว่ายน้ำเป็นกีฬาที่ต้องการการฝึกฝน ฝึกหัด การทำกิจกรรมเดียวกันไปเรื่อยๆจะทำให้คนเราเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ด้วยตัวเอง จึงทำให้เป็นบ่อเกิดของการพัฒนาตนเองไปเรื่อยๆ

จากเท่าที่เราคิดว่าจะถนัด (จะทำให้เราคิดว่าแล้วทำอันละ) ทำไม่เราไม่ทำให้ทำอันๆเก่งเท่าฟรีสโตน และทำกับ เช่น ทำผีเสื้อ และกรรเชียงที่ตัวเองไม่ถนัด ถ้าเราว่ายน้ำได้ทุกท่าก็จะดี เพราะเมื่ออยู่ในน้ำทุกท่าที่เขาใช้กัน เราก็ทำได้หมด ในการทำงานก็เช่นเดียวกัน งานแต่ละอย่างอาจใช้ทักษะและความสามารถต่างกันทำให้เราต้องพัฒนาตัวเองในด้านอื่นๆ เพื่อเตรียมความพร้อมตัวเองไว้ เมื่อต้องการใช้เมื่อไหร่ก็หยิบใช้ได้ทันที

8. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

การว่ายน้ำเหมือนการที่เราพยายามที่จะพุ่งไปข้างหน้าให้ได้ไกลที่สุดเท่าที่จะทำได้ ต้องใช้ทั้งแขน ลำตัว ขา ว่ายน้ำ ถ้าเปรียบกับข้อนี้แล้ว เหมือนการที่เราทะยานไปข้างหน้าเพื่อความสำเร็จที่รออยู่ตรงขอบสระนั่นเอง กีฬาว่ายน้ำ เป็นกีฬาที่เป็นจุดสร้างความทะเยอทะยานให้ประสบความสำเร็จ เพราะมีเป้าหมายข้างหน้าว่าเราต้องไปให้ถึงจุดนั้น และทำอย่างไรถึงจะไปถึงจุดนั้นได้เร็ว และไม่อันตรายต่อสภาพร่างกาย และในกรณีที่คนที่ว่ายน้ำไม่เป็นก็มีจุดมุ่งหมายว่าจะต้องว่ายน้ำให้เป็น แต่จะอย่างไรถ้าไม่มีความทะเยอทะยานที่จะเอาชนะการที่ว่ายน้ำไม่เป็น เพราะการที่ว่ายน้ำเป็นก็เริ่มจากจุดที่เริ่มคิดว่าอยากว่ายน้ำให้เป็น ถ้าไม่คิดเช่นนั้นก็ไม่ได้เริ่มฝึกว่ายน้ำสักที

9. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

ทุกครั้งที่ว่ายน้ำ มักจะเป็นสระที่ลึกมากกว่าความสูงของตัวเองเสมอ ดังนั้น การหยุดว่ายน้ำที่กลางสระเป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ แม้ว่าจะตะคริวขึ้น หรืออะไรจะเกิดขึ้น เราต้องเข้าหาฝั่งให้ได้ นั่นคือความพยายามที่ไม่อาจจะล้มเลิกได้ ซึ่งอาจจะเชื่อมโยงกับการเอาตัวรอด เพราะการที่จะว่ายน้ำไปถึงฝั่งนั้น เราต้องพยายามว่ายน้ำอย่างเดียว ถ้าหยุดเราก็จะต่างกับกีฬาอื่นที่สามารถหยุดเล่นกลางครันได้ เช่น วิ่ง ถ้าเหนื่อยก็เดินได้ ดังนั้น คนที่ชอบว่ายน้ำจึงมักเป็นคนที่มีความพยายามไม่ล้มเลิกกับสิ่งที่ทำง่าย ๆ

10. กระตือรือร้น

การว่ายน้ำทำให้เรารู้สึกว่า เราจะหยุดนิ่ง หรือหยุดอยู่กับที่ไม่ได้ พอได้ว่ายน้ำแล้วรู้สึกอยากว่ายน้ำไปเรื่อยๆ มีความสุขกับสิ่งที่ทำอยู่ มีความกระตือรือร้นที่จะทำ

หากเราว่ายน้ำเพื่อการแข่งขัน เราต้องสร้างความตื่นตัวเพื่อเอาชนะแรงต้านน้ำที่อยู่รอบๆตัว เพื่อให้ได้ความเร็วมากขึ้น คนที่ชอบว่ายน้ำส่วนมากจะมีความกระตือรือร้น เนื่องมาจากการเคลื่อนไหวทั้งร่างกาย ถ้าหากเอื่อยเฉื่อย ก็จะทำให้

ให้เคลื่อนตัวในน้ำไปได้ช้า อุ่นภูมิในสระน้ำจะปรับให้เย็นกว่าปกติ เพื่อที่จะทำให้น้ำที่เคลื่อนไหวนั้นไปอย่างรวดเร็ว เพราะฉะนั้นการที่มีความกระตือรือร้นจะทำให้บุคคลากร ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อจะให้งานบรรลุผลสำเร็จ

+ เป็นตัวของตัวเอง

กีฬาว่ายน้ำไม่ใช่กีฬาที่เล่นเป็นทีม คนที่ชอบว่ายน้ำ ส่วนใหญ่ก็จะว่ายน้ำคนเดียว จึงเป็นคนที่เป็นตัวของตัวเอง เลือกลงในสิ่งที่ตนเองชอบ

การว่ายน้ำเป็นช่วงเวลาที่เราได้อยู่กับตัวเองมากที่สุด ได้ปล่อยอารมณ์ และคิดถึงตัวเองมากที่สุด เป็นเวลาที่สมองและจิตใจปลอดโปร่ง เป็นอิสระ จึงมีเวลาที่หันมาสนใจและเข้าใจตัวเองมากเวลาหนึ่ง การว่ายน้ำจะทำให้เราเป็นตัวของตัวเอง เพราะเราสามารถที่จะว่ายน้ำทำอะไรก็ได้ จะว่ายช้า หรือเร็วก็ได้ ตามแต่ความต้องการของเรา

+ กล้าตัดสินใจ

เมื่อเวลาว่ายน้ำนั้น เราใช้กำลังของเราคนเดียว เท่ากับว่าถ้าเราเจออะไรข้างหน้า เราต้องตัดสินใจเองว่าเราจะว่ายน้ำไปทางไหน จึงทำให้เรากล้าที่จะตัดสินใจ เนื่องจากเราอยู่ในน้ำ ถ้าเกิดอุบัติเหตุ หรือเหตุอะไร เราต้องกล้าที่จะตัดสินใจแก้ปัญหา เพราะถ้าช้า หรือไม่กล้าตัดสินใจเราก็อาจจมน้ำตาย

+ ขอบความท้าทาย

เนื่องจากการว่ายน้ำนั้น เรามักจะเปรียบเทียบกับระยะทาง และเวลา เมื่อเราว่าย 50 ม.ได้ในเวลา 5 นาที ต่อไปเราจะเริ่มอยากว่ายน้ำให้เวลาเร็วขึ้นในระยะทางเท่าเดิม จะรู้สึกว่ายว่ายหากว่าเราสามารถที่จะว่ายน้ำได้ไกลขึ้นระยะเวลาเท่าเดิม หรือระยะทางเท่าเดิมแต่เวลาเร็วขึ้น มันเป็นการแข่งกับตัวเองท้าทายตัวเองว่า จะสามารถทำได้ไหม เหมือนการทำงานเราจะรู้สึกตื่นตัว หากได้รับงานที่ใครๆคิดว่าจะประสบความสำเร็จน้อย เนื่องจากกีฬาว่ายน้ำ สามารถทำให้บุคคลที่เพิ่งเริ่มต้นรู้สึกหวาดกลัว ไม่กล้าเผชิญปัญหา ไม่กล้าตัดสินใจปัญหาต่างๆ ก็เหมือนกับบุคคลที่ยังไม่เคยได้ลองสัมผัสกับกีฬาชนิดนี้ ครั้งแรกอาจจะรู้สึกหวาดกลัว กลัวจมน้ำ กลัวหายใจไม่ออก สำนัดน้ำบ้างแต่เมื่อได้ฝึกฝนเป็นประจำแล้ว จะเกิดความรู้สึกที่ดี และกล้ามากขึ้น ซึ่งถือว่ากีฬาว่ายน้ำเป็นกีฬาที่สร้างความท้าทายให้กับตนเองเป็นอย่างมาก

1.20 วัง

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	48.36%
2.บุคลิกดี	20.08%
3.กระตือรือร้น	17.62%
4.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	17.21%
5.มีวินัย	15.57%
6.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	13.11%
7.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	9.43%
8.มีพัฒนาการในตนเองสูง	7.79%
9.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	7.38%

10.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	6.56%
+ขยัน	5.33%
+เป็นตัวของตัวเอง	5.74%
+จิตใจดี	4.51%

1. อดทน

ส่วนมากคนที่ต้องการจะออกกำลังกาย จะเริ่มต้นด้วยการวิ่ง เพราะเป็นกีฬาที่ง่ายที่สุด จากที่วิ่งได้ระยะทางไกล ๆ ในช่วงแรก จะช่วยกระตุ้นให้คนที่วิ่ง ต้องการที่จะวิ่งให้ได้ในระยะไกลขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งถ้าจะทำในจุดนี้ให้ได้ ก็ต้องอาศัยความอดทนของผู้วิ่ง เพราะไม่ใช่ว่าวิ่งกันไม่กี่ครั้ง ก็จะสามารถวิ่งให้ได้ไกล ดังนั้นความสม่ำเสมอในการวิ่งก็ต้องการอาศัยความอดทนด้วยเช่นกัน

การวิ่งเป็นการออกกำลังกายที่ค่อนข้างต้องใช้ความอดทน เพื่อให้วิ่งได้ระยะทางไกลขึ้น วิ่งได้นานขึ้น ความเหนื่อยเมื่อขาล้าก็ย่อมมากขึ้นตามไปด้วย ดังนั้นหากผู้วิ่ง ไม่มีความอดทน ก็คงไม่สามารถวิ่งได้ระยะทางตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ ดังนั้นการวิ่งจึงช่วยฝึกความอดทนของร่างกาย และจิตใจให้กับผู้วิ่งได้เป็นอย่างดี

2. บุคลิกดี

ทำให้สภาพร่างกายในแต่ละวันมีความคล่องแคล่ว ไม่แสดงอาการโรคภัยหรือเหี่ยวออกมาภายนอกโดยไม่รู้ตัว การวิ่งเป็นประจำทำให้เกิดความสมดุลของร่างกาย การเดิน การวิ่ง ช่วยสร้างบุคลิกภาพของเราได้อย่างดีเยี่ยม ทำให้เรามีบุคลิกดี ซึ่งจำเป็นมากในการทำงานเนื่องจากก่อนที่จะได้รับเลือกให้เป็นส่วนหนึ่งขององค์กรใดองค์กรหนึ่ง การที่มีบุคลิกดี ก็มีชัยไปกว่าครึ่ง

3. กระตือรือร้น

หากเรามีความกระตือรือร้นแล้วก็เปรียบเหมือนกับการวิ่ง ตรงที่เราสามารถเพิ่มความเร็วในการวิ่งไประดับต่าง ๆ ได้เรื่อยๆ จากที่เราวิ่งผ่อนเบา ๆ ก็เพิ่มความเร็วขึ้น เหมือนกับตัวเราหากเรามีความกระตือรือร้น เราก็พยายามให้มากขึ้น เหมือนเราเพิ่มความเร็วในการวิ่งนั่นเอง การวิ่งทำให้คนกระตือรือร้นอยู่ตลอดเวลา ร่างกายต้องขยับอยู่ตลอดเวลา ส่งผลต่อชีวิตประจำวัน ทำให้เป็นคนที่มีกระตือรือร้นอยู่ตลอดเวลา ทำให้มีแรงในการทำงาน

4. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

เมื่อมีเป้าหมาย หรือรู้ว่าเส้นชัยอยู่ที่ไหน สิ่งนั้นจะเป็นแรงผลักดันให้นักวิ่งวิ่งไปถึงจุดนั้นอย่างรวดเร็วที่สุด ในการวิ่งนั้น ขณะออกกำลังกาย เราจะคิดถึงจุดมุ่งหมายเสมอ เช่น เราต้องวิ่งให้ได้ 10 รอบ วิ่งติดต่อกันให้ได้ 30 นาที เป็นต้น ทำให้เราต้องเป็นคนที่พยายามฝ่าฟันอุปสรรค(ความเหนื่อยอ่อนล้า) แล้วพยายามให้ถึงจุดมุ่งหมายไปให้ได้ (เป้าหมายที่เราตั้งไว้) ในการทำงานก็เช่นกัน เราสามารถนำการวิ่งมาปรับใช้ได้ เราต้องมีเป้าหมายไว้ เช่น อีก 5 ปีข้างหน้า เราต้องเป็นหัวหน้าในสายงานให้ได้ เราจึงต้องพยายามขยัน ตั้งใจทำงานเพิ่มมากขึ้น เพื่อบรรลุเป้าหมายที่เราวางไว้

5. มีวินัย

การวิ่งต้องมีวินัย หากไม่มีวินัยแล้ว ก็จะไม่สามารถที่จะชนะการแข่งขันได้(ซุ่มตามโปรแกรมที่วางแผนไว้สำหรับวิ่งแข่งขัน) สำหรับการวิ่งเพื่อสุขภาพต้องมีวินัย โดยต้องวิ่งในครบตามระยะทางที่กำหนดไว้ เช่น ต้องวิ่งอย่างน้อยวันละไม่ต่ำกว่า 5.0 กม.นับได้ว่าการวิ่งเป็นการสร้างความมีวินัยให้คนชนิดหนึ่ง เนื่องจากต้องวิ่งอย่างต่อเนื่องเป็น

ประจำวันจึงจะเกิดผลดีกับร่างกาย จึงต้องมีวินัยในการออกกำลังกาย ไม่ฝัดวันประกันพรุ่ง การมีวินัยจะช่วยให้เกิดความเคยชิน และความท้าทายใหม่ๆเมื่อร่างกายเริ่มสามารถออกกำลังกายได้มากขึ้น ทำให้เราอยากออกไปวิ่งเป็นประจำ

6. มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย

ปกติแล้วตัวเองจะวิ่งครั้งละ 40 นาทีต่อเนื่อง ซึ่งต้องใช้ความมุ่งมั่นอย่างยิ่ง ในการวิ่งให้ได้ตามเป้าหมาย ความรู้สึกตรงนี้หลายครั้งได้นำมาใช้กับงาน ในการแข่งขัน ถึงแม้ว่าเรารู้ตัวว่าเราจะแพ้แล้วแต่เราจำเป็นต้องวิ่งให้ถึงเส้นชัย เปรียบเหมือนกับการทำงานถึงแม้ว่าเวลาจะเหลืออีกไม่กี่ชั่วโมง เราต้องทำให้เสร็จตามเป้าหมายที่เราวางไว้

7. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

ในการจะวิ่งให้ได้ตามรอบที่ตั้งใจไว้ ต้องใช้ความพยายาม และความตั้งใจ หากเหนื่อยแต่ยังวิ่งได้ไม่ครบรอบก็อาจจะเลิกไป แต่ถ้าไม่ล้มเลิกความตั้งใจที่จะวิ่งแต่แรก ก็จะวิ่งได้ตามรอบที่ได้ตั้งใจไว้ เพราะว่าถึงแม้ว่าเราจะวิ่งได้เวลาที่ไม่น้อยคืน แต่นักวิ่งทุกคนก็มีความตั้งใจที่เหมือนกันคือ อย่างน้อยที่สุดก็ต้องวิ่งไปถึงเส้นชัยให้ได้

8. มีพัฒนาการในตนเองสูง

การวิ่งในลู่วิ่งเป็นการวิ่งที่เราจะต้องแข่งกับเวลา เพื่อที่จะทำเวลาให้ดีที่สุด จึงทำให้เราจะต้องมีการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ตอนที่เรารับวิ่งในช่วงแรก เราอาจจะเริ่มวิ่งรอบสวนสาธารณะ 1 รอบในครั้งแรก ต่อมาเมื่อเริ่มชิน ก็เพิ่มเป็น 2 รอบ และเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ถึงแม้ว่าจะไม่มากนัก แต่ก็ทำให้ทราบว่า คนเรานั้นไม่ควรหยุดนิ่งที่จะพัฒนาตัวเอง ควรหาสิ่งใหม่ๆ เรียนรู้ และลงมือปฏิบัติ

9. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การวิ่งออกกำลังกายตามสวนสาธารณะต่าง ๆ ทำให้ได้รู้จักผู้คนมากมาย เริ่มจากการยิ้ม ทักทาย และ ทำความรู้จัก ซึ่งเป็นจุดเริ่มของการสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ถึงแม้การวิ่งนั้นเราจะวิ่งคนเดียวก็ตาม แต่บรรยากาศ หรือสถานที่ที่เราวิ่งนั้นจะมีคนร่วมวิ่งอยู่ด้วย แล้วส่วนใหญ่ก็จะเริ่มต้นจากการทักทายพูดคุย นำไปสู่การสร้างมิตรภาพหรือมนุษยสัมพันธ์นั่นเอง เพราะพื้นฐานของการออกกำลังกายนอกจากเพื่อสุขภาพแล้ว ยังมีส่วนในเรื่องของการพัฒนาอารมณ์อีกด้วย

10. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การวิ่งเปรียบเสมือนการเคลื่อนไหว ทำให้รู้สึกถึงความไม่อยู่กับที่ มีความยืดหยุ่น และปรับตัวเก่ง ให้เข้ากับสภาพแวดล้อม หรือสถานการณ์ต่างๆได้ การวิ่งเป็นการออกกำลังกายกับร่างกายครบทุกส่วน จึงมีผลทำให้สภาพจิตใจยืดหยุ่น และปรับตัวให้เข้ากับสภาวะใหม่ๆได้รวดเร็วด้วย

1.21 ศิลปะต่อสู้ป้องกันตัว

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	23.93%
2.สุขุมเยือกเย็น	21.37%
3.กล้าตัดสินใจ	20.51%
4.มีวินัย	17.09%
5.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	12.82%

6.กระตือรือร้น	9.4%
7.นักวิเคราะห์	8.55%
8.รับมือได้กับทุกปัญหา	8.55%
9.มีความเคารพผู้อื่น	7.69%
10.มีพัฒนาการในตนเองสูง	7.69%
+กล้าได้กล้าเสีย	5.98%
+รอบคอบ	6.84%
+ชอบความท้าทาย	5.13%

1. อุดทน

อุดทนต่อการที่จะต้องเจอกับคู่ต่อสู้ที่ไม่รู้ว่าจะมาแบบไหน และอุดทนในการต่อสู้กัน โดยต้องมีผู้แพ้ และผู้ชนะ ซึ่งการฝึกศิลปะการต่อสู้แบบป้องกันตัวนั้นต้องฝึกอย่างมีความอดทน เมื่อใจรักศิลปะการต่อสู้แล้ว อุปสรรคใด ๆ ไม่สามารถกั้นกลางได้ ความอดทนเท่านั้นจะนำพาเพื่อความสำเร็จของการใช้ทักษะในศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวได้

ยามเราสู้เราขมต้องเจ็บปวดแต่ต้องอดทนเก็บอาการ เพื่อไม่ให้คู่ต่อสู้รู้ เช่นเดียวกับการอยู่ในสังคมสามารถเอามาประยุกต์ใช้ได้ แม้อยู่ในสถานการณ์ต่างๆที่ถูกกดดันจากคนรอบตัว แต่เราขมคิดได้ว่ามันเป็นเพียงคำพูด ไม่ได้เจ็บกาย เท้ายามเราสู้

2. สุขุมเยือกเย็น

ในการฝึกวิชาป้องกันตัวท่านอาจารย์ทั้งหลายไม่ได้สอนศาสตร์เหล่านั้นเพื่อการไปรุกรานผู้อื่น แต่สอนเพื่อปกป้องตัวเอง และบุคคลอื่น ไม่เน้นการที่จะเข้าไปรุก แต่เน้นการรับมากกว่า และเน้นการอดกลั้นที่จะไม่ตอบโต้จนถึงที่สุด และถ้าจะตอบโต้ก็ต้องให้ได้ผลมากที่สุดด้วย จึงเป็นผลให้ผู้ที่ฝึกวิชาป้องกันตัวเป็นผู้ที่สุขุมเยือกเย็น และได้ตรงเสมอ ก่อนที่จะทำอะไรลงไป จะทำอะไรต้องมีแผน ถ้าสู้มึ่มสู้มึ่มห่าเข้าไปคือๆ ก็ถูกคู่ต่อสู้หนีออก หรือไม่ก็จับทางเราไม่ได้ ต้องเยือกเย็นรอจังหวะ ศึกษาคู่ต่อสู้ บุคลิกให้ตรงจุด เร็ว และแรง ไม่ต่างกับการทำงาน ถ้ามีว่แกปัญหาสู้มึ่มไปเรื่อยๆ อาจทำให้เกิดผลเสียมากขึ้น ต้องศึกษาอย่างรอบคอบ แล้วแก้ให้ตรงจุด

3. กล้าตัดสินใจ

การมีความรู้ในด้านศิลปะต่อสู้ป้องกันตัว เมื่อเกิดเหตุคับขัน สิ่งเดียวที่ต้องทำในยามนั้น คือการกล้าตัดสินใจ การเรียนรู้ในด้านนี้เป็นสิ่งที่สอนให้รู้จักกล้าตัดสินใจที่จะทำหรือไม่ทำ จึงมีผลกับการทำงาน ที่เมื่อถึงเวลาทำงานคุณต้องกล้าที่จะตัดสินใจที่จะลงมือทำสิ่งนั้น ๆ ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี การต่อสู้ทุกวินาทีมีค่า หากเห็นช่องทางในการเอาชนะ ช่องทางในการเอาตัวรอดจะต้องตัดสินใจทันที จึงเป็นการฝึกให้บุคคลกล้าที่จะตัดสินใจในเรื่องต่างๆ โดยอาศัยผลของการวิเคราะห์ที่จับไว กล้าเสี่ยงเมื่อเห็นหนทางที่ดีกว่า

4. มีวินัย

การจะเป็นนักกีฬาต้องมีการซ้อม การฝึกฝน คนเก่งผู้คนที่ขยันไม่ได้ การที่เราขยันฝึกซ้อม ซ้อมอย่างสม่ำเสมอ เป็นเพราะเราสามารถควบคุมตนเองได้ มีวินัยในตนเอง ซึ่งสามารถมาพัฒนา และประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี การฝึกศิลปะป้องกันตัว จำเป็นต้องหมั่นฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ เพื่อที่จะสามารถจดจำท่าทางท่า และมีความคล่องตัวอยู่ตลอดเวลา การบังคับตัวเองให้หมั่นฝึกฝน คือการสร้างวินัยอย่างหนึ่ง

5. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การมีทักษะป้องกันตัวก็เหมือนกับเรามีความรู้คิดตัว เมื่อเราต้องเจอคู่ต่อสู้ เราก็ใช้วิชาที่เราเมื่อนั้นจัดการคู่ต่อสู้ แต่ถ้าฝ่ายตรงข้ามไม่เป็นอย่างที่เราระวังมือได้ เราก็สามารถที่จะปรับประยุกต์ทำทางอื่นๆ ที่จะสามารถจัดการกับฝ่ายตรงข้ามได้ เหมือนกับการทำงานที่ว่า เราไม่จำเป็นต้องทำงานให้ตรงตามทฤษฎีก็ได้ แต่เราสามารถที่จะนำทฤษฎีมาดัดแปลงกับงานนั้นๆ ให้เสร็จก่อนเวลา แต่ผลงานที่ออกมามีค่าเท่ากัน

ในวิชาศิลปะการต่อสู้เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ในแต่ละวันที่เราจะต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ มากมายที่เราอาจจะไม่ได้คาดคิด เช่น เราต้องมีวิธีรับมือกับคู่ต่อสู้ฝ่ายตรงข้ามอย่างไรเราถึงจะไม่ ได้รับบาดเจ็บ เหมือนกับปัญหาที่เราจะต้องเจอ ก็ต้องรู้จักวิธีปรับตัวตามสถานการณ์ เพื่อให้เราสามารถอยู่ในสังคมต่อไปได้

6. กระตือรือร้น

ความกระตือรือร้นที่จะซ้อมกีฬานั้นๆ ทำให้ร่างกายได้ฟิตเต็มที่ เปรียบกับการพัฒนาตน คือการมีความกระตือรือร้นในการศึกษาสิ่งที่เราอยากรู้ให้มากๆ เพื่อที่เราจะมีความรู้ความสามารถในสิ่งนั้นได้อย่างดีเยี่ยม

ศิลปะต่อสู้ป้องกันตัว จำเป็นต้องอาศัยความกระตือรือร้นในการใฝ่หาความรู้เพิ่มเติม เพื่อเสริมสร้างทักษะในการฝึกฝนตนเอง เพื่อความสำเร็จของการศึกษา และการทำงานนั้น ๆ

7. เป็นนักวิเคราะห์

เนื่องจากการต่อสู้ในแต่ละครั้ง เราจะต้องวิเคราะห์คู่ต่อสู้ และประเมินสถานการณ์ให้ได้ก่อนจึงจะสามารถดำเนินการต่อไปได้ ดังนั้นศิลปะการต่อสู้ทำให้เรารู้จักสังเกตบุคคลรอบข้าง สังเกตสีหน้า และท่าทาง รวมทั้งสถานการณ์ต่างๆ รอบตัว รู้จักวิเคราะห์สถานการณ์ต่างๆ ได้ดี รวมถึงการสังเกตสิ่งรอบข้างอยู่เสมอจะช่วยให้เรามีข้อมูล และมีการวิเคราะห์สถานการณ์อยู่ตลอดเวลา ซึ่งเป็นการฝึกฝนทักษะนี้โดยเฉพาะ

ก่อนที่จะใช้ศิลปะต่อสู้ป้องกันตัวแต่ละครั้ง เราต้องมีการวิเคราะห์ คู่ต่อสู้ก่อน ว่าเขาจะเข้ามาแบบไหน เมื่อวิเคราะห์และจับทางคู่ต่อสู้ได้แล้ว เราก็จะสามารถใช้ศิลปะต่อสู้ป้องกันตัวได้อย่างถูกวิธี และด้วยเหตุนี้เอง จึงทำให้ ผู้ที่ใช้เรื่องของศิลปะต่อสู้ป้องกันตัว คิดวิเคราะห์ เรื่องราวต่างๆ อยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องรอบตัว หรือในการทำงาน

8. รับมือได้กับทุกปัญหา

เราต้องคิด วางแผน และคาดการณ์ล่วงหน้าว่าคู่ต่อสู้จะโจมตีเราแบบไหน ทางไหน ทำให้ต้องเตรียมพร้อมรับมือและป้องกัน ฝึกให้เรารับมือกับปัญหาต่างๆ ได้ดี

9. มีความเคารพ เกรงใจผู้อื่น

ในการเรียนรู้ศิลปะการต่อสู้ขั้นสูง อาจารย์มักจะสอดแทรกปรัชญาการวางตัว และการนำวิชาที่เรียนรู้ไปใช้วิธีต่อสู้กับปัญหาที่ดีที่สุด คือ พยายามหลีกเลี่ยงที่จะต่อสู้ นั่นคือให้พยายามแก้ปัญหาคความขัดแย้งด้วยสติปัญญาจนถึงที่สุดเสียก่อน หรืออีกนัยหนึ่งคือการให้ความเคารพต่อทุกคน มิใช่ว่ามั่นใจว่ามีฝีมือมากกว่าผู้อื่น ก็นำวิชาที่มีนั้นไปข่ม

เหงเขา ศิลปะการต่อสู้ทุกแขนง นอกจากจะสอนให้ผู้ฝึกมีความเคารพในตนเองแล้ว ยังต้องมีความเคารพในสิทธิ์ของผู้อื่นอีกด้วย เพราะศิลปะป้องกันตัวไม่ได้มีไว้เพื่อรุกราน แต่มีไว้เพื่อป้องกันตัวเองและคนที่รัก

10. มีพัฒนาการในตนเองสูง

ศิลปะป้องกันตัวเป็นศาสตร์ที่ทำให้เราพัฒนาร่างกายและจิตใจ ฝึกให้เราสามารถมากขึ้น ศิลปะป้องกันตัวนั้นมีลักษณะเฉพาะตามแบบและลักษณะบุคคล ผู้ที่ฝึกในทางด้านศิลปะการต่อสู้ จึงชอบแข่งขัน และหาประสบการณ์ใหม่ๆ ให้ตัวเองอยู่เสมอ

+ กล้าเสี่ยง

กล้าได้กล้าเสีย ในการเล่นกีฬาต้องคิดเสมอว่ามีแพ้ ข้อมมิชนะ เปรียบกับการพัฒนาตนเอง คือต้องกล้าที่ท้าทายความก้าวหน้า และเตรียมรับมือกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นและเข้ามาเสมอ

+ รอบคอบ

การฝึกมวยไท้เก๊ก ในขณะที่ร่ายมนต์ ถ้าไม่มีสติอยู่ตลอดเวลา ใจจดจ่อกับท่าที่จะรำ จะทำให้รำผิด กระบวนท่าไป ดังนั้น การฝึก ศิลปะการต่อสู้ต้องอาศัยสมาธิอย่างมาก และเป็นการฝึกความรอบคอบในชีวิตประจำวันให้มากขึ้น

+ ชอบความท้าทาย

ศิลปะการต่อสู้จำเป็นต้องมีการฝึกซ้อม และนำท่วงท่ามาประยุกต์ใช้จริง ในศิลปะการต่อสู้แต่ละแขนงนั้น จะแฝงปรัชญาต่าง ๆ ไว้ทำให้ผู้ฝึกไม่ย่อท้อ และกระตุ้นให้เกิดการชอบความท้าทาย

1.22 สกวอช

ผลจากงานวิจัย	%
1.กล้าตัดสินใจ	31.71%
2.กระตือรือร้น	24.39%
3.รับมือได้กับทุกปัญหา	21.95%
4.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	14.63%
5.ชอบความท้าทาย	14.63%
6.อดทน	12.2%
7.ชอบการแข่งขัน	12.2%
8.มุ่งสร้างชัยชนะ	12.2%
9.เก่งในการคำนวณ	9.76%
10.เก่งในการวางแผน	9.76%
+กล้าได้กล้าเสีย	2.44%
+เรียนรู้เร็ว	

1. กล้าตัดสินใจ

กีฬาสควอช เป็นกีฬาประเภทที่ต้องใช้ความว่องไวในการเล่น และในการตัดสินใจดีถูก ต้องใช้การตัดสินใจ เรื่องน้ำหนักการตี ทิศทางการตี และตำแหน่งกับผู้อื่นต้องมีสายตาไว และการตัดสินใจที่ถูกต้องในการตัดสินใจดีแต่ถูก ทุกครั้ง เวลาเล่นสควอชเราต้องตัดสินใจเดี๋ยวนั้นเลยว่าเราจะดีถูกอย่างไรให้ดีที่สุด ดังนั้นสควอชจึงช่วยให้ผมมีความ กล้าที่จะตัดสินใจในสิ่งที่ต้องการความรวดเร็วในทันที

2. กระตือรือร้น

เนื่องจากสควอชเป็นกีฬาที่ต้องแข่งกับเวลา โดยลูกที่ตีออกไปจะสวนกลับมาค่อนข้างเร็ว อาจเป็นส่วนหนึ่ง ที่ช่วยให้ผู้เล่นสควอชบ่อย ๆ มีความกระตือรือร้น สควอชเป็นกีฬาที่ต้องใช้ร่างกายทุกส่วนช่วยในการเล่น ผู้เล่น จะต้องตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นผู้เล่นจึงจำเป็นต้อง กระฉับกระเฉงอยู่ตลอดเวลาในเกม และแม้จะไม่ได้เล่นก็จะต้อง ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ร่างกายมีความพร้อม

3. รับมือได้กับทุกปัญหา

เมื่อคู่ต่อสู้วางลูกมา เราก็ต้องใช้ความสามารถที่มีอยู่ แก่ไขลูกโต้กลับของคู่ต่อสู้ นั่นก็คือ สามารถรับมือได้ กับทุกปัญหานั้นเอง

4. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

สควอชเป็นกีฬาที่อาศัยทักษะความยืดหยุ่นมาก ต้องปรับตัว ไวต่อการเปลี่ยนแปลง ต้องปรับเปลี่ยนการเล่น อยู่เสมอ ตามสถานการณ์ ทั้งรับและรุก

5. ขอบความท้าทาย

กีฬาสควอช เป็นกีฬาประเภทใช้ความว่องไวของร่างกาย สายตา และการตัดสินใจ และลูกบอลของกีฬา ชนิดนี้มีความพิเศษ ซึ่งการกระดอนของลูกบอลชนิดนี้เร็วกว่าลูกบอลกีฬาชนิดอื่นๆ ฉะนั้นความไวของลูกในกีฬา ชนิดนี้เป็นความท้าทายทางร่างกาย สายตา และทักษะการกีฬาของผู้เล่นอย่างหนึ่ง

ถึงแม้จะเป็นกีฬาที่เล่นในพื้นที่จำกัดในห้องสี่เหลี่ยมเล็กๆ แต่มันกลับกลายเป็นความท้าทายอย่างไม่น่าเชื่อ ที่จะคำนวณทั้งทิศทาง และแรงในการตีลูกในแต่ละองศาที่ลูกกระดอนมา

6. อดทน

การเล่นสควอช เป็นกีฬาที่ใช้ความอดทนในการเล่นเป็นอย่างยิ่ง อยู่ในห้องสี่เหลี่ยมที่ไม่ใหญ่มากนัก ต้องใช้ ความรวดเร็ว ความกระฉับกระเฉง รวมถึงความอดทน

7. ขอบการแข่งขัน

เมื่อตกอยู่ในภาวะที่ต้องแข่งขัน เราต้องสู้ให้เต็มที่ในห้องเล็กๆ เปรียบได้กับการแข่งขันที่ในการทำงาน เรา ต้องทำงานได้ดีกว่าปกติ ภาวะบีบคั้นทำให้เรามีแรงสู้

8. มุ่งสร้างชัยชนะ

ไม่ว่าจะเล่นคนเดียวหรือว่าเป็นทีม ก็ต้องเอาชนะให้ได้ หากเล่นคนเดียวก็ต้องตั้งเป้า แล้วก็ต้องเอาชนะเป้า หรือ บรรลุเป้าหมายให้ได้ หากเล่นสองคน ก็ต้องแข่งกัน เกิดการแข่งขันเพื่อเอาชนะ

9. เก่งในการคำนวณ

การตีศกวอชให้ดี นอกจากการวางแผนการเล่นที่ดีแล้ว สิ่งสำคัญลำดับต่อไป คือ การคำนวณทิศทางการตีศกกลับของลูก เพื่อที่จะได้วางแผนการรับลูกได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเหนือคู่แข่ง เช่นเดียวกับการทำงาน ถ้าหากเรามีการวางแผนที่ดีแล้ว เรายังจำเป็นต้องคิดเร็ว เพื่อให้บริการลูกค้ำ (ลูกค้ำ ในที่นี้ หมายถึงรวมถึง ลูกค้ำทั้งภายในและภายนอก) และต้องคิดทันลูกค้ำ เพื่อสามารถตอบสนองความต้องการได้ทันต่อสถานการณ์

10. เก่งในการวางแผน

การจะสามารถเล่นศกวอช(หรือ จะทำงาน)ได้ดี ต้องมีการวางแผนในการเล่น(หรือการทำงาน) อย่างดี ถึงจะทำให้สามารถก้าวไปสู่ชัยชนะในการแข่งขัน(หรือการทำงาน) กล่าวคือ ถ้าผู้เล่น มีการวางแผนการเล่นศกวอชล่วงหน้า หรือ มีการศึกษาเกี่ยวกับความสามารถของผู้ร่วมเล่น หรือ ผู้แข่งขัน ล่วงหน้า เพื่อที่จะได้นำข้อมูลมาใช้ในการวางแผนการเล่น จะส่งผลให้การเล่น หรือการแข่งขันมีความสุขและท้าทายความสามารถที่ผู้เล่นจำเป็นต้องพัฒนาความสามารถของตนให้ดียิ่งขึ้น

2. กิจกรรมกลางแจ้ง

2.1 เคนเบิลสกี

ผลจากงานวิจัย	%
1.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	40%
2.ชอบความท้าทาย	35%
3.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	25%
4.กล้าที่จะลองผิดลองถูก	25%
5.อดทน	20%
6.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	20%
7.กล้าตัดสินใจ	20%
8.กล้าได้กล้าเสีย	10%
9.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	10%
10.เรียนรู้เร็ว	5%
+ชอบการแข่งขัน	5%
+บุคลิกดี	5%
+เอาตัวรอดได้	5%

1. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

ต้องมีความพยายามที่จะฝึกฝน และแข่งกับตัวเองในการพัฒนาท่าใหม่ ๆ เมื่อเราสามารถนั่งบนเวคบอร์ดได้ ขั้นต่อไปคือการขึ้น เราจะพัฒนาการในแต่ละช่วง จนสุดท้ายเมื่อเราสามารถขึ้นบนขาสกีที่ใส่เข้าที่ละข้างพร้อมๆกับการบังคับทิศทางของเคเบิลได้แล้ว นั่น จึงเปรียบเสมือนกับการทำงานที่เรามีความพยายาม ทะเยอทะยานที่จะทำให้สำเร็จนั่นเอง

2. ขอบความท้าทาย

แน่นอนการเล่นเคเบิลเป็นความท้าทายมาก ๆ เพราะเป็นกีฬาที่ค่อนข้างเสี่ยงกับการบาดเจ็บสูง เหมือนการทำงานที่ท้าทายความสามารถของเราเป็นอะไรที่ทำให้เราได้พัฒนาทั้งทางด้านความคิด และการกระทำได้เป็นอย่างดี

กีฬานี้เป็นกีฬาที่ท้าทาย เนื่องจากเป็นกีฬาที่ต้องใช้ทักษะ และ ไหวพริบ เพื่อที่จะทรงตัวได้ ซึ่งพอทำได้แล้ว จะรู้สึกว่าการท้าทายมากๆ และภูมิใจที่ได้ทำ

3. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การทรงตัวและการเล่นจำเป็นต้องใช้ทักษะ สามารถปรับตัวเพื่อรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเล็ก หรือเรื่องใหญ่ เหมือนตอนเจอคลื่นมากระทบตอนเรากำลังเล่น (รู้จักผ่อนหนักเบา เมื่อเข้าโค้ง)

4. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

ไม่มีสนามซ้อม มีแต่สนามจริง เรียนทฤษฎีกับลงไปเล่นจริงมันต่างกัน ฉะนั้นเราต้องลองผิดลองถูกไป จนกว่าเราจะมีความเข้าใจไปเอง เปรียบเหมือนการทำงาน เมื่อเริ่มเล่นได้แล้ว ขึ้นได้ไม่ล้มบ่อย ทีนี้ก็พัฒนามาเป็นความกล้าที่จะเล่นท่ายากขึ้น เช่น กระโดด แต่ต้องอยู่บนพื้นฐานของทฤษฎีจึงจะดีที่สุด เพราะถ้าโศกไม่ถูกวิธีจะเจ็บมากเวลาล้ม

5. ออดทน

ความอดทนมาเป็นอันดับแรก ๆ ของการเล่นเคเบิลสกี เพราะกว่าจะเล่นได้ ก็ต้องล้มลุกคลุกคลาน ตกน้ำ กระแทกน้ำ การทำงานก็เหมือนกันเราต้องมีความอดทนที่จะให้งานนั้น ๆ สำเร็จลุล่วงไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากตอนที่เริ่มเล่นนั้นไม่มีความรู้ทางด้านนี้มาก่อน แต่ความต้องการที่จะเล่นให้เป็น ทำให้มีความอดทนในการล้มไม่รู้กี่ล้มไปก็ร้องคร่ำครวญว่าจะขึ้นได้ จึงน่าจะช่วยพัฒนาเราด้านความอดทนเป็นอันดับแรก

6. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

เพราะเป็นกีฬาที่เล่นยาก ไม่มีสนามซ้อมมีแต่สนามจริง หากพลาดตกน้ำบ่อยๆ และไม่พยายามที่จะเล่นให้ได้ ก็จะไม่สามารถเล่นกีฬานี้ได้เลย

เคเบิลเป็นกีฬาที่มีขั้นตอนในการเล่น เริ่มจากการนั่งบนเวคบอร์ดก่อน ซึ่งแรกๆ เรายังบังคับทิศทางการไปไม่ได้ เรายังจะล้ม และต้องกลับไปเริ่มใหม่ ซึ่งในจุดนี้ทำให้เรามองเห็นว่า ถ้าเราไม่ล้มเลิกความตั้งใจ หรือท้อแท้เสียก่อน เราจะสามารถขึ้นได้อย่างมั่นคงนั่นเอง

7. กล้าตัดสินใจ

เมื่อมีความผิดพลาดเกิดขึ้นขณะเล่น ทำให้เราต้องแก้สถานการณ์เฉพาะหน้า ไม่ว่าจะเป็นปล่อยมือจากเคเบิลเลย หรือ กระโดดลงจากบอร์ด ซึ่งทำให้เรากล้าทำในส่วนนี้มากขึ้น

8. กล้าได้กล้าเสีย

ต้องกล้าที่จะลองในการเริ่มหัดทำใหม่ๆ เพราะต้องมีการผิดพลาดในช่วงแรกๆเสมอ และแม้จะทำนั้นๆได้คล่องแล้ว การเล่นแต่ละครั้งก็ยังมีโอกาสพลาดอยู่

9. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การเล่นเวทบอร์ดทำให้เราได้เจอกับเพื่อนใหม่มากมาย และสานสัมพันธ์กัน โดยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในด้านต่างๆเทคนิคการเล่น การทำงาน การใช้ชีวิต

10. เรียนรู้เร็ว

ต้องเรียนรู้ไว ถึงจะเล่นเป็นไว

+ ชอบการแข่งขัน

เป็นกีฬาที่ทำทาย เนื่องจากไม่ใช่เรื่องง่ายที่จะขึ้นบนบอร์ด และทรงตัวบนน้ำ จึงต้องแข่งขันกับตนเอง

+ บุคลิกดี

ทำให้เรามีบุคลิกที่ดี น่าเชื่อถือ กับคนรอบข้าง

+ เอาตัวรอดได้

เป็นกีฬาที่ต้องเอาตัวให้รอดจากสถานการณ์ เพราะเวลาที่เรายูบบนน้ำ เราไม่สามารถควบคุมคลื่นได้ และเวทบอร์ดเป็นกีฬาที่ต้องอาศัยความเร็ว จึงสามารถเกิดอันตรายได้ทุกเมื่อ

2.2 จักรยาน

ผลจากการวิจัย	%
1.อดทน	8.19%
2.กล้าตัดสินใจ	7.73%
3.ชอบความท้าทาย	7.44%
4.ฉลาดมีไหวพริบ	4.24%
5.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	3.53%
6.รอบคอบ	3.11%
7.กระตือรือร้น	3.07%
8.กล้าเสี่ยง	2.88%
9.ชอบการแข่งขัน	2.52%
10.มีวินัย	2.36%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	2.1%
+เป็นตัวของตัวเอง	1.75%

1. อุดทน

จักรยานสามารถฝึกความอดทน คือในการที่เราปั่นจักรยานไปไหนก็ตาม ถึงแม้ระยะจะไกลหลายกิโลเมตร ความอดทนจะทำให้เราสามารถไปถึงที่เราต้องการได้ ฉะนั้นจึงเป็นการช่วยฝึกฝนทำให้เราเป็นคนอดทน และมีความมานะ มากๆ

การฝึกจักรยานต้องมีความพยายามและอดทน ตั้งแต่การบังคับ และการเลี้ยวโค้ง แม้กระทั่งอดทนต่อการ ฝึกฝน ความอดทน เป็นพื้นฐานของการพัฒนาทางด้านจิตใจ ซึ่งส่งผลต่อการทำงานร่วมกับผู้อื่นในสังคม เพราะจะสามารถ อดทนต่อความลำบาก และการอยู่ร่วมกันในสังคมได้

2. กล้าตัดสินใจ

การขี่จักรยานในสถานที่ต่างๆ ในสภาวะต่างๆ จะต้องมีกล้าที่จะตัดสินใจในทางใดทางหนึ่ง เพื่อให้เกิดความ ปลอดภัย และไม่เกิดความเสียหายต่อตนเองและผู้อื่น การขี่จักรยานจึงเป็นการฝึกให้เรากล้าตัดสินใจเลือกทางใดทางหนึ่ง ที่ เกิดประโยชน์สูงสุด

คนที่สามารถขี่จักรยานได้นั้น จะสามารถกล้าตัดสินใจได้ดี เพราะว่าการจะขี่จักรยานได้นั้นต้องอาศัยการ ตัดสินใจ ไม่ว่าจะเรื่องของระยะทาง การบังคับ เส้นทางของการขี่ จากการคิดกระทำในส่วนนี้จะทำให้ จิตใจเข้มแข็ง และ นำไปใช้กับทุกๆ สิ่งที่ผ่านมาไม่ว่าจะเป็นเรื่องใดก็ตาม

3. ขอบความท้าทาย

ปกติการใช้จักรยานในการเดินทางไปทำงานอาจต้องออกถนนใหญ่ จึงต้องใช้ความกล้าค่อนข้างมากในการขี่ จักรยานออกถนนใหญ่วิ่งคู่กับรถบนถนน เพราะหากไม่กล้าพอก็จะไม่กล้าขี่จักรยานออกถนนใหญ่ที่มีรถมาก โดยเฉพาะ เวลาเร่งด่วน เมื่อขี่จักรยานเราต้องเตรียมพร้อมแล้วว่าเส้นทางที่เราไปนั้นอาจไม่ราบเรียบเสมอ บางครั้งต้องเจอทางโค้ง ทางขรุขระอันตรายบ้าง ผู้ที่ชอบขี่จักรยานมักจะพร้อมเสมอที่ต้องเจอกับเส้นทางหลากหลายรูปแบบ

4. ฉลาดมีไหวพริบ

การขี่จักรยานในสถานที่ และสถานการณ์ต่างๆ อาจต้องเจอกับเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝัน นอกจากจะต้อง ตัดสินใจเร็วแล้ว ผู้ขี่ต้องมีไหวพริบ ประเมินได้อย่างรวดเร็วว่าจะตัดสินใจอย่างไรจึงจะปลอดภัยที่สุด กีฬาจักรยานจึงฝึก ให้ผู้ขี่รู้จักใช้ไหวพริบเพื่อเอาตัวรอดได้

5. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

ตอนที่ฝึกขี่จักรยานครั้งแรก อาจเป็นเรื่องที่ยาก และหลายคนอาจท้อแท้ ซึ่งถ้าเราไม่ล้มเลิกความตั้งใจ เราก็ จะสามารถขี่จักรยานจนได้ เช่นเดียวกับการทำงานเราก็สามารถที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตได้

Road Race เป็นการแข่งขันทางไกลซึ่งจะต้องมีความอดทน และการวางแผนเตรียมตัว เพราะการที่จะ ออกไปที่ระยะทางอย่างน้อย 50 กิโลเมตรขึ้นไปถึง 100 กิโลเมตร ต่อครั้งนั้น นักจักรยานจะต้องมีการเตรียมตัว ทั้ง การพักผ่อน อาหารระหว่างทาง และศึกษาเส้นทาง ซึ่งเมื่อคุณขึ้นบนยานและเริ่มปั่นออกไปจะต้องไม่มีความย่อท้อ มิเช่นนั้นก็จะไม่มีทางถึงจุดหมาย

6. รอบคอบ

เนื่องจากการขี่จักรยาน ต้องใช้การประสานกันของประสาทสัมผัสต่างๆ ให้เข้ากันอย่างเป็นระบบ เพื่อที่จะสามารถทำให้จักรยานสามารถเคลื่อนที่ไปข้างหน้าได้อย่างมั่นคง ตามที่กล่าวมา จักรยานยังช่วยพัฒนาใน

ด้านความรอบคอบ ในการคิดไตร่ตรอง เพราะจักรยานไม่ได้เป็นกีฬาที่อยู่นิ่งๆกับที่ ดังนั้นในการขี่จักรยานสิ่งเบื้องหน้า หรือสิ่งต่างๆอาจเกิดขึ้นมาอย่างไม่ตั้งใจ อย่างเช่นการขี่จักรยานในที่ที่มีอุปสรรคต่างๆ การขี่ข้ามถนน ผู้ขี่จักรยานจะต้องมีการคิดไตร่ตรองถึงสิ่งที่อาจเกิดขึ้นมา เพื่อให้ตัวเองหลีกเลี่ยงอุปสรรคอันตรายที่อาจเกิดขึ้นมาได้ ดังนั้นจักรยานช่วยพัฒนาด้านความรอบคอบของบุคคลนั้นๆได้

7. กระตือรือร้น

Bicycling เป็นกีฬาที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนที่และความเร็ว ดังนั้นจึงมีส่วนในการพัฒนาผู้เล่นให้มีความกระตือรือร้น ไม่เป็นคนที่ชอบนั่งอยู่กับที่ แต่ชอบที่จะเคลื่อนไปอยู่ตลอดเวลา เมื่อกระทำการงานใดๆ ก็อยากที่จะให้งานเดินหน้า เมื่อได้รับการกิจใดๆก็อยากจะทำให้ลุล่วงไป เหมือนที่คนนั้นชอบที่จะให้งานเดินหน้าอยากจะทำให้ลุล่วงไป เหมือนที่ชอบที่จะให้คนเคลื่อนที่ไปพร้อมจักรยานด้วยความเร็ว นั่น

ความกระตือรือร้นเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งในการทำงาน และการทำกิจกรรมทุกประเภทรวมถึงการแข่งขัน ถ้าไม่มีความกระตือรือร้น ความขยันในการซ้อมจักรยาน อาจไม่ชนะการแข่งขันได้ เช่นเดียวกับการทำงาน ถ้าไม่ขยันทำงาน และกระตือรือร้น ความขยันในการซ้อมจักรยาน อาจไม่ชนะการแข่งขันได้ เช่นเดียวกับการทำงานถ้าไม่ขยันทำงาน และกระตือรือร้นในการทำงาน อาจไม่ประสบความสำเร็จในการทำงานได้

8. กล้าเสี่ยง

เส้นทางที่เดินหรือขี่จักรยานไปในบางครั้ง เราอาจจะไม่รู้ว่าจะเป็นอย่างไรมีอุปสรรคอะไรที่จะต้องฝ่าฟันไปบ้าง แต่เราจะต้องไปเพื่อให้ถึงที่หมาย ดังนั้นการเดินหรือขี่จักรยานจะต้องกล้าเสี่ยง ระหว่างขี่ต้องทรงตัวดีๆ เมื่อมีอุปสรรคก็ควางต้องตัดสินใจกล้าเสี่ยงที่จะข้ามไป และต้องมีสมาธิในการทรงตัว เมื่อสามารถผ่านสิ่งกีดขวางไปได้แล้วจะทำให้เพิ่มความมั่นใจ และกล้าที่จะเสี่ยงมากขึ้นต่อไปอีก

9. ขอบการแข่งขัน

จักรยานเป็นยานพาหนะรูปแบบหนึ่งเช่นเดียวกับมอเตอร์ไซค์ หรือรถยนต์ ซึ่ง สามารถจัดการแข่งขันจักรยานขึ้นสำหรับทุกเพศทุกวัย หากสังเกตดีๆ เวลาเล่นขี่จักรยานกัน ก็มีขี่จักรยานแข่งกัน ยิ่งผู้ชายเกือบทุกคนที่มีเพื่อนรุ่นเดียวกันจะขี่จักรยานเล่นแข่งกัน เรื่องการแข่งขันวัดความเร็วเป็นเรื่องปกติของมนุษย์ อาจเพราะต้องการรู้ระดับความสามารถของตนเอง หรือต้องการความตื่นเต้นเร้าใจจากการแข่งขัน

10. มีวินัย

การขี่จักรยานก็เหมือนกับการขับขี่ยานพาหนะต่างๆ คนเราจะต้องมีวินัยในการขับขี่อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เคารพและปฏิบัติตามกฎไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนจากการที่เรากำลังขี่อยู่

+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

จักรยานสามารถทำให้ทุกคนมีความยืดหยุ่น และปรับตัวเก่ง เพราะการปั่นจักรยานในที่ต่างๆจะไม่เหมือนกัน ดังนั้นจึงมีความยืดหยุ่นในทุกๆ สถานการณ์ได้ และสามารถปรับตัวได้คืออีกด้วย

เส้นทางในการขับขี่ ไม่ใช่จะเหมือนเคยทุกครั้ง แม้กระทั่งสถานที่เดิม แต่หากว่าสภาพอากาศ เพื่อนร่วมทาง หรือปัจจัยแวดล้อมอื่นๆเปลี่ยนไป การขับขี่ย่อมแตกต่างกัน เหมือนกับการทำงานในชีวิตจริงที่ย่อมมีการเปลี่ยนแปลง และยืดหยุ่นไปตามตัวแปรต่างๆเช่นกัน

+ เป็นตัวของตัวเอง

การที่จักรยานไม่มีกฎตายตัวในขั้นตอนการเริ่มต้นขี่ครั้งแรก จากที่ขี่ไม่เป็นเลย เคยมีบางคนบอกว่าต้องเริ่มแบบนั้นแบบนี้ แต่ถ้ามั่นไม่เหมาะกับตัวของเรามันก็จะได้ผลที่ไม่ดีเท่าที่ควรหรืออาจจะไม่ได้เลย นั่นหมายความว่าเราก็จะขี่เป็นช้าขึ้น แต่ถ้าเรารู้ว่าเราถนัดที่จะเริ่มแบบไหน แล้วเราก็หัดในแบบของเรา จะทำให้เราได้เรียนรู้ถึงความแตกต่างที่ได้ผลลัพธ์แบบเดียวกันคือ “ขี่จักรยาน” เป็น และนั่นคือการรู้จักตัวเอง

2.3 จักรยานเสือภูเขา

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	39.37%
2.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	21.26%
3.ชอบความท้าทาย	18.9%
4.กล้าตัดสินใจ	14.96%
5.รับมือได้กับทุกปัญหา	13.39%
6.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	11.81%
7.เป็นนักบุกเบิก	11.02%
8.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	7.87%
9.กระตือรือร้น	7.09%
10.มุ่งสร้างชัยชนะ	6.3%
+ชอบการแข่งขัน	3.15%
+รอบคอบ	6.3%

1. อดทน

ตอนแรกๆ การขี่จักรยานเสือภูเขา สำหรับคนที่ยังไม่เป็น จะยากมาก แต่เราก็อดทนจนสามารถขี่จักรยานเสือภูเขาได้ ถึงจะยังไม่เก่งมาก แต่ก็อดทนพยายามต่อไป การเล่นต้องอาศัยทั้งร่างกาย และแรงใจสูง อดทนต่อเส้นทางและความเหน็ดเหนื่อยเพื่อให้ถึงเส้นชัย

2. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

การขี่จักรยานเสือภูเขาไม่ใช่เรื่องง่าย ต้องเจอกับอุปสรรคต่าง ๆ รอบตัว ถ้าเรามุ่งมั่นที่จะขี่ไปถึงเป้าหมาย ก็จรรวมหมายถึงตัวเราที่ต้องการจะก้าวไปสู่จุดหมาย เพื่อที่จะประสบความสำเร็จ เพราะว่าการบินจักรยานนั้นถ้าเป็นการแข่งขันก็ต้องมีความรู้สึกรู้สึกว่าอยากจะได้ถึงเส้นชัยเป็นคนแรก และถ้าบินเป็นการออกกำลังกายก็ต้องมีการตั้งไว้ว่าต้องปั่นให้ถึงกี่รอบ และความรู้สึกลึกซึ้งนั้นจะมาเป็นส่วนหนึ่งของนิสัยที่ใช้ในการทำงาน จะมีความทะเยอทะยานที่จะทำงานให้ประสบความสำเร็จได้

3. ขอบความท้าทาย

สิ่งที่บ่งบอกถึงบุคลิกของคนที่ชอบปั่นจักรยานเสือภูเขาได้อย่างชัดเจน คือ ขอบความท้าทาย เพราะเป็นกีฬาที่นักผจญภัย และผู้ที่รักธรรมชาติให้ความสนใจ เพราะกีฬาชนิดนี้เป็นกีฬาที่ต้องอาศัยสถานที่ซึ่งเป็นภูเขา มีธรรมชาติรายล้อมเหมาะแก่การปั่นจักรยาน โดยที่ผู้ปั่นอาจทราบ หรือไม่ทราบก็ได้ว่าหนทางข้างหน้าจะมีอะไรบ้าง จะต้องเจออุปสรรคมากมายแค่ไหน ดังนั้นจึงเป็นความท้าทายอย่างหนึ่งว่าผู้ปั่นจะสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่อาจเกิดขึ้นได้ดีเพียงใด ซึ่งก็เป็นความท้าทายสำหรับนักผจญภัยได้อย่างดีเยี่ยมเลย

ความท้าทายที่สุดของจักรยานเสือภูเขา คือ เรามักจะชอบไปในเส้นทางที่แปลกๆ เราไม่รู้เลยว่า เส้นทางเป็นอย่างไร ถ้าไปแล้วจะเจอกับอะไรบ้าง รู้แค่ว่ามีทางให้ไปก็แค่นั้น อีกอย่างเมื่อคุณอยู่หลังแฮนด์จักรยานแล้ว คุณจะต้องรับผิดชอบทุกอย่าง โดยเฉพาะกับชีวิตของตนเอง ถ้าคุณพลาด บางครั้งนั้นหมายถึง อุบัติเหตุถึงชีวิต ค่ะทีเดียว คุณจะต้องอ่านเส้นทางที่คุณเพิ่งเห็นให้ออก ว่าจะต้องทำอะไรบ้าง วิ่งสายไหน จะเบรก หรือจะลุย เรามีความสามารถควบคุมรถได้ไหม ใช้เทคนิคอะไร ทุกอย่างจะต้องใช้หมด ที่สำคัญที่สุด คุณต้องมั่นใจว่าคุณทำได้ ถ้าคุณลงเขา ด้วยความเร็วมากกว่า 80 กม./ชม. ถ้าคุณตัดสินใจเข้าไปเพียงเสี้ยววินาที นั้นอาจหมายถึงชีวิตก็ได้

4. กล้าตัดสินใจ

การขี่จักรยานเสือภูเขา ต้องวิเคราะห์พื้นผิว และเส้นทางว่าสามารถไปทางใดได้บ้าง จากนั้นนำทางที่วิเคราะห์ได้เหล่านั้นมาตัดสินใจอย่างรวดเร็วว่าจะมุ่งไปทางไหน หรือจะผ่านอุปสรรคไปอย่างไร เป็นการฝึกความกล้าตัดสินใจ และ ตัดสินใจอย่างรวดเร็ว

เพราะการเล่นกีฬาประเภทนี้เราต้องควบคุมจักรยานให้เป็นไปในทิศทางต่างๆ ซึ่งในบางเส้นทางเราต้องตัดสินใจในขณะที่นั้นทันทีว่าจะเลือกไปทางใด เพราะถ้าหากไม่กล้าที่จะตัดสินใจว่าจะเลือกไปทางใด อาจทำให้จักรยานเสียหลัก และอาจทำให้ได้รับบาดเจ็บได้

5. รับมือได้กับทุกปัญหา

การขี่จักรยานเสือภูเขานั้น เราอาจจะเจออุปสรรคมากมาย ทั้งเรื่องสภาพอากาศ เรื่องสภาพแวดล้อมในที่นั้นๆ ฯลฯ ซึ่งเราจะรับมือ และ แก้ปัญหา ได้ทุกๆปัญหาที่เกิดขึ้น จึงจะสามารถไปถึงเส้นชัย หรือถึงจุดหมายได้ การเล่นกีฬาจักรยานเสือภูเขานั้น ผู้ขับจะต้องมีไหวพริบรู้จักแก้ปัญหาเฉพาะหน้าทุกเรื่อง เช่น ยางรั่ว ยางแตกกลางป่าหรือแม้กระทั่งหลงทางหรือต้องเผชิญกับเส้นทางที่ไม่รู้จัก

6. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

จักรยานเสือภูเขามีกิ่งช่วงที่ต้องเร่ง และลดความเร็ว มีทั้งทางเรียบ และทางลาดชันขรุขระ ซึ่งก็เหมือนปัญหาหลายๆด้านที่จะแก้ได้ ต้องหัดผ่อนสั้น ผ่อนยาว ปรับตัวทั้งหนัก และเบา สามารถใช้การปรับตัวตามสภาพที่ถูกที่ควร แก้ปัญหานั้นๆ ได้ สภาพแวดล้อม และเส้นทางก็เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ต้องทำตัวให้กลมกลืนกับเส้นทางที่ขรุขระ เราจะต้องรู้ว่าเส้นทางข้างหน้าได้อย่างไร ให้เร็วที่สุด ต้องอ่านทางให้ออก รู้ว่าเร็วแรงที่เรามีพอไหม จะต้องใช้เกียร์อะไร อุปกรณ์อะไร จึงจะสมดุลกับสภาพเส้นทาง ทุกครั้งที่เปลี่ยนเกียร์ ทุกครั้งที่เบรก ทุกครั้งที่ส่งแรงไปที่บันได ช่วยฝึกเราในการตัดสินใจ การปรับตัวตามสภาพแวดล้อม ตามความสามารถของเรา

7. เป็นนักบุกเบิก

ด้วยประสิทธิภาพของจักรยานเสือภูเขา จึงทำให้ผู้ขี่จักรยานประเภทนี้ชอบ บุกเบิกหาสถานที่ใหม่ๆ ในการขี่จักรยานให้สนุกและท้าทาย จึงส่งผลให้เป็นคนที่ชอบทำงานที่ท้าทายต้องบุกเบิกใหม่ๆ เพราะไม่ชอบที่จะผ่านเส้นทางแบบเดิมๆ ทำให้กล้าเสี่ยงเหมือนเกมที่ยิ่งมันยิ่งดี

8. มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย

การขี่จักรยานนั้น จุดมุ่งหมายคือไปสู่ จุดหมายที่เราต้องการ ให้ไปถึง เรื่องแพ้หรือชนะไม่สำคัญ แต่ความสำคัญคือเราสามารถพาตัวเองไปถึงจุดหมายที่ตั้งใจไว้ได้หรือไม่ เนื่องจากการขี่จักรยานเสือภูเขานั้นจะมีจุดหมายปลายทางเป็นตัวกำหนด ดังนั้นจะต้องทำให้เป็นไปตามเป้าหมาย และให้เสร็จตามเวลาที่กำหนดไว้

9. กระทือร้อน

ต้องตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา เพราะต้องเร่งรีบที่จะไปให้ถึงเส้นชัยให้เร็วที่สุด การขี่จักรยานเสือภูเขาจึงทำให้เราตื่นตัวอยู่เสมอ ไม่เฉื่อยชา หรือเซื่องซึม

10. มุ่งสร้างชัยชนะ

เราต้องมุ่งขี่จักรยาน ไปให้ถึงเส้นชัยให้ได้ ไม่ว่าจะเจอกับปัญหาหรืออุปสรรคเราต้องพยายาม ประคับประคองรถให้ถึงเส้นชัยให้ได้ ซึ่งเหมือนกับการทำงานไม่ว่าเราทำอะไรเราต้องรู้ว่าเป้าหมายที่เราทำคืออะไรทำเพื่ออะไร ทำเสร็จแล้วได้อะไร ก็เหมือนกับการแข่งจักรยานเสือภูเขา จุดประสงค์ของการแข่งคือ ต้องเข้าเส้นชัยเป็นที่ 1 ให้ได้ ดังนั้นเราจึงต้องพยายามขี่ให้เข้าเส้นชัยก่อนใคร และนำมาใช้กับการพัฒนาตนเองในการทำงานว่างานที่เราทำต้องทำให้เสร็จและตรงตามกำหนดที่ได้รับมอบหมาย เช่นเดียวกับการแข่งจักรยานเสือภูเขา เหตุผลหลักก็คือ ชัยชนะและความสำเร็จ

+ ขอบการแข่งขัน

กีฬาจักรยานเสือภูเขาเมื่อนักกีฬามีสมาธิและฝึกฝนแบบจริงจังๆ และฝีมือมีการพัฒนาแล้ว ก็ย่อมส่งผลให้นักกีฬายกที่จะแสดงออกถึงความสามารถที่ตนมี ให้ผู้อื่นได้เห็น ยกให้คนอื่นชื่นชมความสามารถ ฉะนั้นอาจส่งผลให้ลงแข่งขันในสนามได้ เมื่อการแข่งขันไปได้ดี จึงทำให้เรามีความมั่นใจมากขึ้น กล้าที่จะแข่งขันกับผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นสนามใดๆก็ตาม

+ รอบคอบ

ก่อนที่เราจะขี่จักรยานเสือภูเขา เราต้องกำหนดเส้นทางที่จะขี่เพื่อความปลอดภัย ทำให้ฝึกให้เราเป็นคนรอบคอบ จะต้องมีการวางแผนคาดการณ์ล่วงหน้าและตัดสินใจรวดเร็ว โดยอยู่ในพื้นฐานของความถูกต้อง เพราะถ้าพลาดก็อาจหมายถึงความไม่สำเร็จ หรือ ชีวิต

2.4 เจ็ดสถิติ

ผลจากงานวิจัย	%
1.ชอบความท้าทาย	32.65%
2.กล้าตัดสินใจ	26.53%

3.เรียนรู้เร็ว	14.29%
4.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	14.29%
5.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	12.24%
6.เอาตัวรอดได้	12.24%
7.มีพัฒนาการในตนเองสูง	12.24%
8.ชอบการแข่งขัน	12.24%
9.อดทน	10.2%
10.เป็นตัวของตัวเอง	8.16%
+กล้าได้กล้าเสีย	6.12%
+กล้าที่จะลองผิดลองถูก	6.12%

1. ชอบความท้าทาย

เจ็ตสกีเป็นกีฬาผาดโผน และต้องใช้พลังกำลังมากในการเล่น อีกทั้งยังต้องเล่นกลางสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยคลื่น ลม แดด ที่แรงซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยภายนอกที่ยากจะควบคุม ซึ่งความยากตรงนี้เป็นสิ่งที่ท้าทายคนที่ชอบเล่นเจ็ตสกีให้เอาชนะให้ตนไปถึงจุดมุ่งหมายให้ได้ เจ็ตสกีจึงเป็นกีฬาที่ช่วยให้คนกล้าที่จะทำอะไรยากๆ ท้าทายความสามารถตนเอง และเอาชนะสิ่งที่ยากนั้นให้ได้

2. กล้าตัดสินใจ

เนื่องจากเจ็ตสกีมีเครื่องยนต์และในการเล่นต้องใช้ความเร็วสูง ประกอบกับการควบคุมเจ็ตสกีทำได้ยากเมื่อเทียบกับรถยนต์ เมื่อเกิดเหตุการณ์ไม่คาดฝันในการเล่นเจ็ตสกี ผู้เล่นต้องกล้าตัดสินใจทันทีโดยวิเคราะห์ข้อมูลจากประสบการณ์ของตนเองหรือจากที่ได้รับฟังประสบการณ์ของผู้เล่นคนอื่น และจากสภาพการณ์ในขณะนั้น เพื่อให้เกิดอันตรายกับตนเองน้อยที่สุด

3. เรียนรู้เร็ว

ผู้เล่นเจ็ตสกีต้องเป็นผู้ที่หมั่นสังเกต และเรียนรู้ในการเตรียมความพร้อมของเครื่องยนต์ สังเกตลักษณะของลมฟ้าอากาศเพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจในการเล่น และปรับตัวให้เข้ากับสภาพของสิ่งแวดล้อมในขณะนั้น

4. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

เราต้องปรับตัวไปตามคลื่นที่วิ่งเข้ามาว่าจะประคองเจ็ตสกีไปทางไหน หลบคลื่นอย่างไร ไม่ให้เจ็ตสกีคว่ำ ยืดหยุ่น เช่น เราอยากขับเจ็ตสกีไปทางนี้ แต่ดูจากคลื่นแล้วว่า ต้องเลี้ยวหลบคลื่น เราก็ต้องเปลี่ยนทาง เพราะถ้ามุ่งจะไปแต่ทางที่อยากไป อาจทำให้เกิดอันตรายได้

5. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

เมื่อเราเจอคลื่นแล้วอยากจะพุ่งเอาชนะเหนือคลื่นให้ได้ อยากที่จะมุ่งให้ถึงเส้นชัย ไม่ว่าจะเป็นที่หนึ่งหรือไม่ก็ตาม ขอให้ถึงเส้นชัยในแต่ละรอบ โดยไม่คว่ำ และไม่ชน

6. เอาตัวรอดได้

จากที่อธิบายในข้อที่ 1 เนื่องจากเป็นกีฬาที่ใช้ความเร็ว และเสี่ยงต่อการบาดเจ็บสูง ดังนั้นเจ็ตสกีจึงฝึกให้ผู้เล่นมีปฏิภาณไหวพริบ และต้องมีทักษะในการเอาตัวรอด เมื่อเครื่องยนต์มีปัญหาในขณะที่อยู่ห่างฝั่ง ผู้เล่นต้องหาวิธีประคองให้สามารถกลับเข้าสู่ฝั่งได้อย่างปลอดภัย ในการขี่แต่ละครั้งเราไม่ว่าจะลื่นจะมาทางไหน จะเกิดอะไรขึ้นบ้าง ทำให้ต้องปรับตัวและเอาตัวรอดในสถานการณ์ต่างๆ

7. มีพัฒนาการในตนเองสูง

ผู้ที่เล่นเจ็ตสกีจำเป็นต้องพัฒนาทักษะในการเล่นอยู่เสมอ นอกจากพัฒนาความพร้อมทางด้านร่างกายแล้ว ยังต้องพัฒนาความรู้ในเรื่องเครื่องยนต์ วิธีการใช้เครื่องเล่นให้สัมพันธ์กับผู้เล่น เพื่อให้ผู้เล่นไปสู่เป้าหมาย ทำให้ผู้ที่เล่นเจ็ตสกีมีพัฒนาการในตนเองสูง

8. ชอบการแข่งขัน

เจ็ตสกีเป็นกีฬาที่ต้องใช้ทักษะการควบคุมและความเร็วเป็นสิ่งตัดสินผลการแข่งขัน เพราะฉะนั้นกีฬาเจ็ตสกีจึงมีส่วนช่วยกระตุ้นจิตวิญญาณนักแข่งที่ชอบการแข่งขัน

9. อดทน

บางครั้งร้อน บางครั้งเหนียว ขับไปไกล ๆ ก็ต้องอดทน ต้องมีความมานะ และอดทนกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นระหว่างทาง

10. เป็นตัวของตัวเอง

เจ็ตสกีเวลาที่เราร่อนต้องมีทั้งเพิ่มและลดความเร็ว แต่ละคนจะมีสไตล์การเล่นเป็นของตัวเอง ส่วนนี้จึงเป็นส่วนส่งเสริมให้เราเป็นตัวของตัวเอง เวลาร่อนเจ็ตสกี ส่วนมากจะเล่นเพื่อความสนุก ไม่ได้มีการแข่งขันอะไร ทำให้ไม่มีข้อจำกัดในการเล่น มีแค่ทะเลกว้างๆ กับเจ็ตสกีลำนี้ อยากไปไหนก็ไป อยากเลี้ยวก็เลี้ยว อยากเร่งความเร็วก็เร่งได้ ไม่มีข้อจำกัดในการแสดงออกซึ่งความคิด ความเป็นตัวเอง

+ ถ้าได้ก็กล้าเสีย

กลุ่มนี้ ชอบที่จะ กล้าเสี่ยง เพราะ ว่า ไม่มีทางรู้หรือกว่า ถ้าแข่งคู่แข่งจุดนี้แล้ว ว่าจะ ได้หรือไม่ ชนะหรือไม่ ต้องมีการวัดผล และ เสีย เพื่อที่จะให้ได้มาในสิ่งที่ตนเองหวัง ซึ่งก็เปรียบได้ดั่งกับ การลงทุน ต้องมีความกล้าที่จะเสี่ยงในการลงทุนเหมือนเล่นเกม ซึ่งจะดีหรือแยก็ไม่รู้ แต่ต้องวัดก่อน ถ้า ดีก็ จะประสบความสำเร็จได้โดยที่เดียว

+ กล้าที่จะลองผิดลองถูก

ตอนแรกที่เล่น ขับไม่เป็น ไม่รู้ว่าต้องเลี้ยวอย่างไร ให้น้ำกระเด็นขึ้นมาเท่ๆ เหมือนคนที่เล่นเป็น เราต้องฝึกลองเลี้ยว ต้องลองผิดลองถูกหลาย ๆ ครั้ง บางทีก็เกือบคว่ำ แต่หลังจากลองผิดลองถูกหลายที ก็ จะทำได้ แล้วก็ลองขึ้นขับดูเป็นขั้นต่อไป

2.5 คำนำ

ผลจากงานวิจัย	%
1.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	25.93%

2.ทำงานเป็นระบบ	22.22%
3.สุขุมเยือกเย็น	14.81%
4.ตรงต่อเวลา	14.81%
5.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	14.81%
6.อดทน	11.11%
7.เก่งในการบริหารเวลา	11.11%
8.มีพัฒนาการในตนเองสูง	11.11%
9.ชอบความท้าทาย	11.11%
10.รอบคอบ	11.11%
+ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	7.41%
+เรียนรู้เร็ว	3.7%
+รับมือได้กับทุกปัญหา	3.7%

1. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

การดำน้ำถือเป็นกีฬาที่ต้องการความละเอียดรอบคอบสูง เนื่องจากเป็นกีฬาที่ค่อนข้างอันตราย ดังนั้นการมีความรอบคอบในตัวเองก่อนที่จะดำน้ำถือเป็นสิ่งจำเป็นที่สุด เพราะถ้าเกิดอุปกรณ์ผิดพลาดขึ้นมาเวลาเราอยู่ในน้ำอาจจะทำให้เราเกิดอุบัติเหตุหรืออาจเสียชีวิตได้ ดังนั้นการดำน้ำจึงเป็นการพัฒนาให้คนมีความรอบคอบสูงใส่ไว้ในรายละเอียดต่างๆเป็นอย่างดี

ชีวิตได้น้ำเป็นชีวิตที่เสี่ยงและอันตราย ถ้าเราไม่ตรวจสอบอุปกรณ์ดำน้ำของเราให้พร้อมเช็คทุกรายละเอียดของอุปกรณ์ ทำให้การดำน้ำครั้งนั้นของเราเป็นการนำชีวิตไปทิ้งได้

2. ทำงานเป็นระบบ

การดำน้ำ เป็นกิจกรรมที่มีระบบ มีขั้นตอนที่ละเอียดรอบคอบ สามารถนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน การทำงานเริ่มจาก 1. การเตรียมตัวหรือเตรียมความพร้อม ในเรื่องสุขภาพ เรื่องอุปกรณ์ เสื้อผ้า การเดินทาง สภาพอากาศ ฯลฯ 2. การดำน้ำ ทำตามกำหนดเวลา กำหนดสถานที่หรือจุดดำน้ำ การตรวจสอบอุปกรณ์อย่าง ละเอียดระมัดระวัง มีการเตรียมเรื่องการสื่อสารใต้น้ำ การแก้ไขปัญหาต่างๆ ใต้น้ำ เช่น การขอความช่วยเหลือ เมื่ออากาศหมด หน้ากากหลุด ฯลฯ 3. หลังจากดำน้ำ การเก็บทำความสะอาดอุปกรณ์ การรักษาระเบียบของการอยู่ร่วมกันบน เรือ การรักษาเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ฯลฯ

3. สุขุมเยือกเย็น

หากเกิดเหตุการณ์ไม่คาดฝันใต้น้ำขึ้น จะต้องมีความสุขุมเยือกเย็น ค่อยๆ คิดและตัดสินใจ ห้ามตกใจโดยเด็ดขาด

4. ตรงต่อเวลา

การดำน้ำต้องเคารพกติกาที่วางไว้โดยยึดเวลาเป็นอันดับแรก เพราะเป็นเรื่องที่จะทำให้เราปลอดภัยจากการเล่นกีฬา เมื่อเทียบกับการทำงานแล้วหากเราตรงเวลา เราก็เป็นผู้ที่รับผิดชอบเคารพกติกาที่ตกลงกันไว้ เพราะการที่จะดำน้ำต้องมีการเตรียมตัวว่าควรจะใช้เวลาอยู่ในน้ำได้กี่นาทีต้องพักนานเท่าไร

5. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

ต้องสามารถปรับตัวให้ได้กับทุกสถานการณ์ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ เพราะเมื่ออยู่ใต้ทะเลแล้ว สิ่งที่ไม่คาดคิดอาจเกิดขึ้นได้เสมอ ผู้ที่เล่นกีฬาประเภทนี้จึงต้องมีความยืดหยุ่นและปรับตัวได้ดี เพื่อรองรับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา

6. อดทน

การดำน้ำไม่ใช่เรื่องง่ายๆ ต้องผ่านการฝึกซ้อม และใช้อุปกรณ์อย่างถูกต้อง เพราะมนุษย์ไม่สามารถหายใจใต้น้ำได้ เราต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ และการดำลงไปใต้น้ำต้องพบกับแรงดัน อุปกรณ์ก็หนัก ซึ่งร่างกายของแต่ละคนไม่เหมือนกัน เราจึงต้องใช้ความอดทนในการดำน้ำ

7. เก่งในการบริหารเวลา

เนื่องจากเราไม่สามารถที่จะอยู่ในน้ำได้นานเพราะมีกฎข้อบังคับต่างๆ ที่เราจำเป็นต้องปฏิบัติตาม ดังนั้นการบริหารเวลาจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่ง เพราะถ้าเราสามารถบริหารเวลาได้เป็นอย่างดีนั้นก็จะสามารถทำให้การดำน้ำนั้นปลอดภัย และก็จะสามารถเชื่อมโยงไปถึงการวางแผนในการลงดำน้ำได้ด้วย

กีฬาชนิดนี้จะมีเวลาเข้ามากำหนดทุกครั้ง ซึ่งจะกำหนดตามระดับของความลึก เพราะฉะนั้นการบริหารเวลาจะจำเป็นอย่างยิ่งหากเกินเวลาที่กำหนดเด็ดขาด มิฉะนั้นอาจส่งผลกระทบต่อการเล่นครั้งต่อไป รวมถึงอาจมีอันตรายถึงชีวิต เวลาในการดำน้ำมีจำกัดเนื่องจากอากาศที่บรรจุอยู่ในถัง ดังนั้นต้องมีการบริหารเวลาให้ดี

8. มีพัฒนาการในตนเองสูง

กีฬาดำน้ำนั้นจะว่าไปแล้วก็เป็นกีฬาที่ต้องการการพัฒนาตนเองอย่างสูงเหมือนกีฬาชนิดอื่น ถึงจะไม่มีการแข่งขัน แต่การดำน้ำให้สนุกและปลอดภัยนั้นจำเป็นที่จะต้องอาศัยพัฒนาการของตนเองให้สูงด้วย ไม่มีใครเก่งมาตั้งแต่แรก ดังนั้น เวลาที่เราไปดำน้ำแล้วเห็นคนอื่นทำได้ดีกว่า สนุกกว่าเวลาอยู่ในน้ำนั้นก็เป็แรงผลักดันให้คนมีความต้องการที่จะพัฒนาตัวเองเพื่อที่จะได้ดำน้ำได้ดีไม่แพ้คนอื่นเหมือนกัน

9. ขอบความท้าทาย

เนื่องจากกีฬา ชนิดนี้มักจะมีขึ้นอยู่กับสถานที่ ที่ ดำน้ำ แล้วอาจจะเกิด เหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดมาก่อน เพราะฉะนั้น ผู้ที่เลือกเล่นกีฬาประเภทนี้ จะต้องขอบความท้าทาย กล้าเสี่ยง ดังนั้นมีส่วนช่วยให้สามารถพัฒนา ในด้านความชอบการท้าทาย และความเสี่ยง จึงเป็นนักตัดสินใจที่ดี และค่อนข้างรวดเร็ว เพราะว่าการอยู่ในน้ำไม่เหมือนกับอยู่บนพื้นดิน เราไม่สามารถรู้ได้ว่าเมื่อไรจะเจอกับฉลาม หรือว่าเกิดอุบัติเหตุเกี่ยวกับการหายใจ

10. รอบคอบ

ทำให้เราเรียนรู้ว่าการจะทำสิ่งใดแต่ละอย่างต้องมีการเตรียมตัวให้รอบคอบเพื่อให้เกิดความสำเร็จให้ถึงจุดมุ่งหมาย

+ ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

ดำเนินลงไป เพราะ ความเพลิดเพลิน และ แสวงหาสิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ ไม่ว่าจะในแง่ลบ หรือแง่บวก เห็นวิวัฒนาการของธรรมชาติ ท้องทะเล การเกิดขึ้นและตายไปของปะการัง เป็นต้น

+ เรียนรู้เร็ว

ถ้าเราปรับตัวได้เร็วแล้วจะทำให้เรียนรู้ได้เร็วขึ้นในการดำเนิน

+ รับมือได้กับทุกปัญหา

คนที่ผ่านการดำเนินมาแล้วจะรู้ว่า การจะทำอะไรสักอย่าง นั้นต้องมีสติ ไม่ใช่ทำอะไรไปอย่างนั้น ดังนั้น คนที่มีสติ ย่อมต้องทำอะไรอย่างมีสติ และสามารถจัดการกับทุกอย่างได้ดี รวมถึงปัญหาอีกด้วย

2.6 คำนำผิวน้ำ

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	17.92%
2.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	17.34%
3.ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	15.61%
4.สุขุมเยือกเย็น	14.45%
5.รอบคอบ	13.87%
6.ชอบความท้าทาย	13.87%
7.มองโลกในแง่ดี	11.56%
8.เป็นตัวของตัวเอง	10.4%
9.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	8.67%
10.จิตใจดี	8.67%
+กล้าตัดสินใจ	6.94%
+เอาตัวรอดได้	8.09%
+รับมือได้กับทุกปัญหา	6.36%

1. อดทน

การดำเนินน้ำต้องใช้ความอดทนในการดำเนินน้ำโดยเฉพาะเวลาที่เราน้ำว่ายทวนคลื่นไปจะยากมาก และต้องใช้ความอดทนมากการดำเนินน้ำไม่ใช่แค่สนุกอย่างเดียวทำให้เราเหนื่อยด้วย ฉะนั้นเราต้องมีการอดทนในการดำเนินน้ำ กีฬาดำน้ำนั้นนอกจากจะช่วยในเรื่องสุขภาพแล้วยังช่วยในการพัฒนาจิตใจเราฝึกเราในเรื่องของความอดทนด้วย

2. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การปรับตัวเพื่อความอยู่รอดในโลกได้นี้ ต้องอาศัยการปรับตัวและยืดหยุ่น เพื่อความปลอดภัย เช่นเดียวกับ เหตุผลด้านบน นั่นคือ เมื่อพฤติกรรมนี้ได้รับการ ตอกย้ำความสามารถและพฤติกรรมนี้แก่ผู้ดำน้ำ จะ ส่งผลให้เราสามารถ นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างดีโดยอัตโนมัติจากการเรียนรู้ และตอกย้ำบ่อยๆ ทำให้ทุกอย่างเป็นเรื่องง่ายในที่สุด

3. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

การดำผิวน้ำนั้นเราทราบแต่เพียงว่าในแต่ละบริเวณที่จะดำน้ำนั้น มีสิ่งสวยงามซ่อนอยู่ ต้องออกไปดู ไปเห็น ความคุ้มค่าจะเกิดจากการที่ค่อยๆ คว้าเราบออะไรบ้าง และยังคงกระตุ้นให้เราอยากจะไปยังที่อื่นๆ อีก

4. สุขุมเยือกเย็น

การที่เราลอยตัวอยู่บนผิวน้ำ และมองไปได้น้ำรอบๆ ตัว เพื่อชมความงามของปลา และปะการัง การเคลื่อนตัวไปช้าๆ บนผิวน้ำและความเงียบสงบของท้องทะเล ทำให้เราเป็นคนสุขุมเยือกเย็นได้

5. รอบคอบ

ความรอบคอบเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการเตรียมตัวก่อนการดำผิวน้ำ เนื่องจากเมื่อผู้ดำน้ำลงไปใต้น้ำแล้ว เกิดปัญหาขึ้นกับหน้ากาก ตัวผู้ดำเองอาจไม่สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ในขณะนั้นได้ เช่นเดียวกับความรอบคอบของการวางแผนเตรียมงานก่อนการปฏิบัติการจริง

6. ชอบความท้าทาย

เราไม่รู้ว่าเวลาดำน้ำนั้นข้างหน้าจะมีอะไร แต่เรายังว่ายต่อไป โดยไม่มีจุดหมาย เป็นสิ่งที่ทำให้เราได้ตื่นตื่นเสมอว่าข้างหน้าเราจะเจอกับอะไร เหมือนชีวิตการทำงานที่เราได้ทำอะไรที่เราไม่เคย และได้ลงทำดูและเกิดความสำเร็จ นั่นคือความท้าทายของชีวิต

7. มองโลกในแง่ดี

สิ่งหนึ่งที่ได้จากการดำน้ำคือการมองโลกในแง่ดี การที่เราได้เห็นสัตว์น้ำสวยงามมากมายในท้องทะเลเห็น สิ่งที่เราไม่เคยเห็นก็ทำให้เราคิดได้ว่าเหมือนกับคนที่มั่งคั่งด้านจิตใจและไม่รวยด้านจิตใจ การดำน้ำมีส่วนพัฒนาจิตใจเราให้มองโลกนี้ในแง่ดีขึ้น เพราะในโลกนี้มีทั้งดีและไม่ดีเราไม่เห็นท้องทะเลสวยงามและก็เห็นคนที่สวยงามไปด้วย

8. เป็นตัวของตัวเอง

การดำน้ำ เราชอบเป็นอิสระ เพราะสามารถไป ในที่ที่ต้องการ ซึ่งการทำงานประจำ จะมีผู้บังคับบัญชา คอยควบคุม ดูแล บริหารองค์กรในภาพรวม ดังนั้น ชอบต้องมีกฎและระเบียบ เพราะเราต้องอยู่กับเพื่อนร่วมงานคนอื่นด้วยการดำน้ำทำให้เราเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งความเป็นตัวของตัวเอง สามารถนำมาประยุกต์ ปรับใช้กับการทำงานได้ในการที่จะกล้าแสดงความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมงานหรือเจ้านายนั่นเอง

9. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

เมื่อเปรียบเทียบกับดำผิวน้ำก็คือ ก่อนที่จะเตรียมตัวดำน้ำต้องจัดเตรียมหน้ากากสำหรับสวมป้องกันน้ำเข้าไปในหน้า และหลอดอากาศสำหรับหายใจทดลองสวมใส่ ชะปรับปรับสายให้พอเหมาะกับใบหน้า ใส่เสื้อชูชีพให้เรียบร้อย ตรวจสอบผูกเชือกให้ครบถ้วนเพื่อความปลอดภัยในการลอยตัว ถ้าหากเปรียบเทียบกับการทำงานคือการทำงานทุกชิ้น

นั่นจะต้องมีการตรวจสอบรายละเอียดทุกขั้นตอน เพื่อความถูกต้องของเอกสารนั้น ๆ ก่อนที่จะนำเสนอเจ้านายหรือส่งไปยังหน่วยงานภายนอก เช่น การพิมพ์จดหมายโต้ตอบไปยังลูกค้าก็ต้องมีการตรวจสอบที่อยู่ ชื่อผู้รับส่งจดหมาย ความถูกต้องขอเนื้อความตัวละครเป็นต้น

10. จิตใจดี

การคำพิวน้ำ ถือเป็นการพักผ่อนร่างกายและจิตใจ การได้เห็นสิ่งสวยงามและธรรมชาติช่วยให้ ตนเองมีจิตใจดีและมีความคิดบวกในเรื่องอื่นๆด้วย

+ กล้าตัดสินใจ

เมื่อเจอกับแต่ละสถานการณ์ ต้องกล้าที่จะตัดสินใจว่าจะต้องปฏิบัติตัวอย่างไรให้เกิดความปลอดภัยกับตัวคุณและผู้อื่น

+ เอาตัวรอดได้

เมื่อเราลงไปอยู่ในทะเลแล้ว จะไม่สามารถรู้ได้เลยว่าเราจะเจออะไรได้น้ำบ้าง ซึ่งในบางครั้งเราอาจจะเจอกับสัตว์มีพิษ หรือพบสิ่งที่ไม่ได้คาดฝัน ดังนั้นคนที่สามารถคำพิวน้ำได้ จะต้องมีความรู้รอบตัวสูง และต้องเอาตัวรอดในสถานการณ์ฉุกเฉินได้ดังนั้นกิจกรรมนี้จึงสามารถฝึกทักษะเหล่านี้ให้เราได้

+ รับมือได้กับทุกปัญหา

รับมือได้กับทุกปัญหา คือต้องมีการเตรียมพร้อม รับกับคลื่นลมแรง กระแสน้ำเชี่ยว ผนตน ควรจะท้ออย่างไร เมื่อมองโดยรวมแล้วก็จะสามารถเปรียบเทียบได้กับการทำงานว่าจะต้องมีการปรับตัว เปลี่ยนแปลงไปตามสิ่งแวดล้อมหรือคนรอบข้าง ถ้าหากมีปัญหาเกิดขึ้นต้องมองถึงปัญหานั้น ๆ ให้รอบครอบแล้วจึงค่อยแก้ไขไปทีละขั้นตอน

2.7 ดูดาว

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	25.81%
2.ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	22.58%
3.เป็นนักวิเคราะห์	22.58%
4.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	19.35%
5.มีความคิดสร้างสรรค์	16.13%
6.สุขุมเยือกเย็น	16.13%
7.มีวิสัยทัศน์	9.68%
8.มองโลกในแง่ดี	9.68%
9.เป็นนักบุกเบิก	9.68%
10.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	9.68%
+รอบคอบ	3.23%

1. อดทน

การดูดาวต้องใช้เวลาในกิจกรรมค่อนข้างนาน และช่วงเวลาดูดาวนั้น เป็นช่วงดี และต้องรอให้ฟ้าโปร่งถึงจะสามารถดูดาวได้ตามที่ตั้งใจ และในเมื่อเราไม่สามารถกำหนดลมฟ้าอากาศได้ การอดทนที่จะรอว่าคืนนี้ จะได้ดูดาวตามที่ตั้งใจหรือไม่นั้น เป็นการอดทนที่จะทำกิจกรรมนี้มาก บางสิ่งบางอย่างในโลกไม่ได้มาง่ายๆ การดูดาวก็เช่นกัน ใช้นานก็อยากจะถูกก็สามารถเห็นดาวที่เราต้องการดู บางครั้งทัศนวิสัยไม่ดีก็ไม่ได้เห็น เราต้องอดทนรอบางที่ที่ต้องใช้เวลานาน

2. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

มีความอยากรู้ในสิ่งใหม่ๆ เพราะว่าการดูดาวแต่ละดวงนั้นเราต้องเรียนรู้เกี่ยวกับดาวดวงนั้น ชื่ออะไร ลักษณะเป็นอย่างไร จึงเป็นบทเริ่มต้นในการศึกษาหาความรู้ใหม่ๆ เรื่องของจักรวาลเป็นความรู้ที่ไม่รู้จักสิ้นสุด การทำงานก็คือการค้นหาคำตอบที่ไม่มีวันจบเช่นกัน

3. เป็นนักวิเคราะห์

การดูดาวทำให้เราเป็นคนชอบสังเกตลักษณะการเปลี่ยนแปลง มีจินตนาการ ในการหาเหตุผลไม่ยึดติด

4. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

แม้จะเป็นงานอดิเรก แต่ก็เป็งานที่ต้องใช้ความมุ่งมั่นสูง การที่เราไม่ล้มเลิกความตั้งใจนั้นเราต้องใช้ความอดทนอย่างสูง ต้องเฝ้ารอคอยสังเกตการเปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ หากเราท้อหรือล้มเลิกความตั้งใจไปก่อน เราก็อาจจะไม่มีทางได้พบกับสิ่งแปลกใหม่ได้

5. มีความคิดสร้างสรรค์

การดูดาว คือค้นหาคำตอบ ในท้องฟ้า ทำให้เป็นคนที่มีความคิดบุกเบิกสร้างสรรค์ ในการคิดค้นหาทิศทางของดาว รวมถึงจินตนาการ การเป็นคนช่างสังเกต

6. สุขุมเยือกเย็น

การดูดาวทำให้จิตใจเราสุขุมเยือกเย็น เนื่องจากเวลาที่เราดูดาวทำให้เราได้ใช้เวลากับตนเอง ได้คิดไตร่ตรองสิ่งต่างๆ ซึ่งชมความสวยงามของดวงดาวบนท้องฟ้า โดยที่ไม่ต้องรีบร้อน เราจึงมีความสุขุมเยือกเย็นมากขึ้นในการใช้ชีวิต ซึ่งส่งผลต่อการเรียน และการทำงาน

7. มีวิสัยทัศน์

การมองอะไรเป็นภาพกว้างๆ จะส่งผลให้วิสัยทัศน์ของเรากว้างขึ้นตามไปด้วย ซึ่ง การดูดาวนั้น จะทำให้เรามองเห็นอะไรๆ ในชีวิตได้มากขึ้น

8. มองโลกในแง่ดี

การดูดาว ทำให้จิตใจสงบ และมีความคิดดีๆ เกิดขึ้นมากมาย ถ้าใครได้ลองมองท้องฟ้า มองดวงดาวบ่อยๆ จะรู้สึกเช่นนี้เหมือนกัน

9. เป็นนักบุกเบิก

คนที่ชอบดูดาวมักมีจินตนาการสูง จึงสามารถคิดอะไรใหม่ๆที่ไม่เคยมีใครคิดมาก่อน หรือที่คนอื่นคิดไม่ถึง

10. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

เราต้องพิจารณาถึงกลุ่มดาวโดยอาศัยละติจูด ลองจิจูดที่แม่นยำ หากเราคำนวณผิดพลาดเราขอมไม่สามารถ
 เห็นดวงดาวหรือกลุ่มดาวที่เราสนใจและอาจให้ข้อมูลที่ผิดพลาดได้

2.8 ดูนก

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	40.54%
2.สุขุมเยือกเย็น	22.97%
3.นักวิเคราะห์	17.57%
4.ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	16.22%
5.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	16.22%
6.จิตใจดี	14.86%
7.เรียนรู้เร็ว	9.46%
8.มองโลกในแง่ดี	6.76%
9.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	6.76%
10.มีเครือข่ายในการทำงาน / รู้จักคนมาก	5.41%
+เป็นนักอนุรักษ์นิยม	4.05%
+รอบคอบ	2.7%
+ชอบความท้าทาย	2.7%

1.อดทน

การดูนกให้เจอกับนกหลายพันธุ์นั้น ก็จะต้องเข้าไปในป่าที่มีความอุดมสมบูรณ์สูง ดังนั้นจึงเป็นป่าที่ค่อนข้าง
 ห่างไกลความเจริญ และความสะดวกสบาย และหากสิ่งแวดล้อมไม่อำนวยด้วยแล้ว อาจจะต้องเดินครึ่งวันและเจอแค่นก
 ไม่กี่ชนิด ดังนั้นการดูนกต้องมีความใจเย็น ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ และมีความอดทนสูง
 สอนให้เรามีความอดทน เนื่องจากการใช้เวลาดูนกนั้น ต้องใช้เวลาค่อนข้างนาน กว่าเราจะรู้ว่านกชนิดนั้นเป็นนกอะไร
 วิธีนี้จะสามารถช่วยฝึกให้เรามีความอดทน

2.สุขุมเยือกเย็น

การดูนกเป็นงานอดิเรกที่ต้องอาศัยความใจเย็นอย่างยิ่ง เพราะเราจะไม่รู้ว่านกที่เรากำลังไปดูนั้นจะออกมาให้
 เราเห็นได้เมื่อไหร่ ความอดทนและสุขุมเยือกเย็นจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นและฝึกได้จากงานอดิเรกนี้ การดูนกต้องใจเย็น
 อดทนรอ บางครั้งต้องนั่งอยู่อย่างเงียบๆ และนั่งเพื่อให้นกที่ต้องการออกมา เพราะว่าสัตว์ป่าจะไม่คุ้นเคยกับมนุษย์ จึงมี
 ความระมัดระวังตัวสูง

3.นักวิเคราะห์

การดูนกนั้นการวิเคราะห์จะช่วยในการประมวลผลถึงชนิดนั้น ๆ ว่าในนกที่เรากำลังมองหาอยู่หรือไม่ เพราะนกบางชนิดจะมีความคล้ายกันอยู่ ฉะนั้น การวิเคราะห์จึงมีส่วนสำคัญต่อการตัดสินใจของเราว่าในนกที่เรากำลังมองหาอยู่หรือไม่ และการวิเคราะห์นั้นจะสามารถนำมาใช้เพื่อที่จะช่วยให้เราวิเคราะห์ปัญหาต่าง ๆ และสิ่งต่าง ๆ ได้ เมื่อพบนกเราจะต้องสังเกตลักษณะต่างๆ ที่เราพบ เช่น สี เสียง เพศ แล้วนำมาวิเคราะห์ว่านกที่เราพบนั้นเป็นชนิดไหน มีชื่ออย่างไร

4.ใฝ่หาความรู้ใหม่

ธรรมชาติของนักดูนก จะชอบใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ อยู่เสมอ เช่น เมื่อเจอนกที่ไม่มีใครเคยรู้จักมาก่อน ก็จะกลับมาค้นหาข้อมูลเพิ่มเติม สอบถามผู้ที่มีประสบการณ์ เมื่อได้ข้อมูลที่ถูกต้องแล้ว ก็จะแสวงหากนแปลกๆ ใหม่ๆ อย่างไม่มีที่สิ้นสุด เปรียบเหมือนคนทำงานที่มีนิสัยชอบใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ จะเป็นคนที่มีพัฒนาการอย่างต่อเนื่อง เพราะความรู้ไม่มีที่สิ้นสุด มิแล้วก็มีเพิ่มได้อีก ยิ่งรู้มาก รู้จริง ก็ถือเป็นประโยชน์แก่ตัวเอง และองค์กร การดูนก เราได้พบนกหลายชนิด เจอชนิดนี้แล้วก็อยากจะหาข้อมูลเพิ่มเติมถึงการใช้ชีวิต ถิ่นกำเนิด เป็นต้น จนขยายไปสู่การใฝ่หาดูนกอีกหลายๆ ชนิด

5.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

การดูนกนั้นต้องอาศัยความรู้เรื่องนกมากพอสมควร เพราะนกมีหลายชนิดที่คล้ายกันแต่มีรายละเอียดเล็กน้อยที่แตกต่างกัน การดูนกจึงเปรียบเสมือนการได้ฝึกทักษะการตรวจสอบรายละเอียดของสิ่งต่างๆ ไปในตัวด้วย คนที่ดูนก เมื่อเจอนกที่อาจไม่เคยเจอมาก่อน หรือเป็นนกที่อยู่ในช่วงที่ไม่ใช่ช่วงปกติ (เช่น ช่วงผสมพันธุ์ ช่วงเลี้ยงลูกอ่อน ฯลฯ) การที่เราจะแน่ใจว่าเป็นชนิดใด ต้องอาศัยการตรวจสอบรายละเอียด ตามตำรา หรือคู่มือ ตลอดจนจากผู้มีประสบการณ์ หรือจากโดยประสบการณ์ของเราเอง การตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียดนี้ ทำให้เราสามารถบอกได้ว่าเป็นชนิดใด ในช่วงชีวิตใด เปรียบเหมือนการทำงาน ที่ต้องมีการตรวจสอบผลงาน ว่าตรงตามที่เรามุ่งหวังหรือไม่ มีความผิดพลาด ตกหล่นตรงไหน คนที่มีการตรวจสอบ อยู่เป็นประจำ จะมีความละเอียดในการทำงานสูง ทำให้งานที่ออกมามีข้อผิดพลาดน้อยที่สุด หรืออาจไม่มีเลย

6.จิตใจดี

การดูนกทำให้เราเป็นคนจิตใจดี เนื่องจากได้ท่องเที่ยวไปตามธรรมชาติ เจอต้นไม้และนกที่มีลักษณะแตกต่างกันออกไป ทำให้รู้จักความเมตตาคุณกับสิ่งมีชีวิตและสัตว์โลก

เนื่องจากเราต้องออกธรรมชาติสิ่งนี้จะทำให้เรามีจิตใจที่ดี สุขุม และกลายเป็นคนที่มีมนุษยสัมพันธ์ดีตามไปด้วย

7.เรียนรู้เร็ว

เนื่องจากการดูนกไม่มีการ Training การดูนกเป็นการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง นักดูนกต้องรู้จักสังเกต เรียนรู้ให้เร็วจากกลุ่มดูนกด้วยกัน ไม่เช่นนั้นผู้ดูนกเองจะรู้สึกไม่สนุกและไม่เห็นนกหายากต่างๆ เพราะนกแต่ละชนิดเห็นได้ไม่ยากและจะอยู่นิ่งๆ ให้เห็นในช่วงเวลาไม่มากนัก นักดูนกจะต้องเก็บรายละเอียดไม่ว่าจะเป็นสี ลักษณะลำตัว ลักษณะปาก ปีก หาง อย่างรวดเร็วเพื่อจะได้ระบุให้ได้ว่านกที่เราเห็นนั้นเป็นชนิดใด และเกิดความบันเทิงจากการได้เห็นนกในธรรมชาติซึ่งมีสีสันสวยงามมากๆ

เมื่อมีการฝึกหาความรู้แล้วการคุณก็ควรใช้ความสามารถในการจดจำ ชนิด สีประเภทของนกแต่ละชนิด รูปแบบการบิน ถิ่นที่อยู่ สิ่งเรานี้ต้องจดจำเรียนรู้อยู่ในใจอย่างรวดเร็ว เพราะนกแต่ละชนิดมีจำนวนมาก เราไม่สามารถเปิดตำราออกมาดูระหว่างที่เรากำลังดูนกได้ทันทั่วทั้งที่ สิ่งเหล่านี้ช่วยเราในชีวิตประจำวันด้วยการทำให้เป็นคนไข้ใจ ข้อมูลได้รวดเร็วขึ้น

8.มองโลกในแง่ดี

การได้เห็นการใช้ชีวิตของนก การสัมผัสอยู่กับธรรมชาติ ทำให้เรามองเห็นเฉพาะในด้านดี ของการใช้ชีวิต และรวมไปถึงการทำงานด้วย

9.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย

การที่จะคอยเฝ้าดูนกนั้นเราต้องใช้ความอดทนอย่างมากในการเฝ้าดูหรือออกเดินตามหาเพราะนกอาจจะกลัวคนทำให้ไม่ยอมบินออกมา เราจึงต้องอดทนรอ หรือออกตามหาเอง จนได้เห็นนก

10.มีเครือข่ายในการทำงาน / รู้จักคนมาก

การดูนกเป็นเรื่องของการท่องเที่ยวเป็นกลุ่มแลกเปลี่ยนความรู้กัน จากคนที่ไม่รู้รู้จักกันได้แลกเปลี่ยนทัศนคติ และความรู้ทำให้สามารถสร้างเครือข่ายและรู้จักคนในสายของการดูนกมากขึ้น

+ เป็นนักอนุรักษ์นิยม

การได้เห็นธรรมชาติที่สวยงาม ทำให้เกิดความคิดที่ไม่อยากทำลายธรรมชาติ อยากให้ธรรมชาติคงอยู่ตลอดไป ได้เข้าถึงธรรมชาติ อย่างแท้จริง ทำให้เห็นความสำคัญของสิ่งแวดล้อม

+ ชอบความท้าทาย

ต้องไปในสถานที่ที่มีนก ซึ่งอาจอยู่ในป่า และบางครั้งอาจไม่พบนกที่ต้องการเป็นการท้าทายให้ทำในสิ่งที่อาจจะไม่ประสบความสำเร็จก็ได้

2.9 เงินขึ้นเขา

ผลจากการวิจัย	%
1.ชอบความท้าทาย	9.93%
2.อดทน	9.27%
3.กล้าเสี่ยง	8.61%
4.กล้าตัดสินใจ	7.95%
5.รอบคอบ	6.62%
6.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	4.64%
7.คิดอย่างมีหลักการ	3.97%
8.ฉลาดมีไหวพริบ	3.97%
9.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	3.31%

10.เป็นนักบุกเบิก	1.99%
+ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี	1.99%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	0.66%

1. ขอบความท้าทาย

การเดินขึ้นเขา เราไม่สามารถทราบได้ล่วงหน้าว่าเส้นทางที่เราจะเดินไปมีอุปสรรคอะไรบ้าง การเดินทางในที่ที่ไม่คุ้นเคย ผู้เดินต้องขอการทำทายความสามารถและไหวพริบของตนเองอยู่แล้ว

2. อดทน

ระยะทางและความเหนื่อยล้าเป็นตัวกระตุ้นให้อายากยอมแพ้ แต่จุดหมายปลายทาง ภาพความงดงามของธรรมชาติเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความอดทน ที่จะต่อสู้กับร่างกายตัวเอง กีฬาเดินขึ้นเขา ช่วยฝึกให้เราเป็นคนมีความอดทนอย่างมาก เพราะถ้าหากไม่มีความอดทน เราก็ไม่สามารถไปถึงจุดหมายปลายทางที่ได้ตั้งใจไว้ได้

3. กล้าเสี่ยง

การเดินขึ้นเขานั้นค่อนข้างที่จะมีอันตรายสูง หากพลาดพลั้งอาจถึงแก่ชีวิตได้ นักปีนเขาจึงต้องกล้าเสี่ยงในสถานะที่อันตรายดังกล่าว กีฬาการเดินขึ้นเขาเป็นกีฬาที่อันตรายระดับหนึ่ง แต่เราก็สามารถทำได้ สอนให้เรารู้จักคำว่าเสี่ยง ถ้าไม่เสี่ยงเราก็ไม่ค้นพบความสำเร็จ

4. กล้าตัดสินใจ

การเดินขึ้นเขาอยู่ในความเสี่ยง หากตัดสินใจไม่ดีหรือรอบคอบ ก็อาจเกิดอุบัติเหตุได้ เพราะฉะนั้นในการทำงานก็ต้องดูความเป็นไปได้ของงาน และรู้จักที่จะตัดสินใจเพื่อให้งานออกมาดีที่สุด

5. รอบคอบ

การเดินขึ้นเขาต้องใช้ความรอบคอบในการเล่น หากขาดความระมัดระวังจะทำให้พลาดได้ ดังนั้นการเดินขึ้นเขาจึงสร้างการรอบคอบระมัดระวังให้เรามากขึ้น ต้องมีความรอบคอบในการเดินขึ้นเขาแต่ละครั้ง อุปกรณ์เครื่องมือต่างๆ ระดับการเดิน รวมทั้งศึกษาสภาพของเขาก่อนการเดินแต่ละครั้ง เพื่อที่ตนจะได้มีความปลอดภัยมากที่สุด

6. ไม่ล้มเลิกความตั้งใจ

เมื่อเราตัดสินใจแล้วว่าเดินขึ้นเขา ย่อมหมายความว่าเราต้องแน่ใจว่าไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น เราต้องไปให้ถึงยอดเขาให้ได้ หากไม่มีความตั้งใจที่จะเอาชนะ ก็ไม่จำเป็นต้องคิดแม้จะเริ่มเดิน

7. คิดอย่างมีหลักการ

ความมีหลักการเป็นสิ่งสำคัญต่อการเดินขึ้นเขา เพราะถือว่าเป็นการวางแผนเดินทางอย่างเป็นขั้นเป็นตอนอย่างมีเหตุผล เพื่อความปลอดภัยในการเดินขึ้นเขา

8. ฉลาดมีไหวพริบ

การเดินขึ้นเขาเป็นการฝึกการสังเกตสิ่งที่อยู่รอบตัวอีกอย่างหนึ่ง ซึ่งจะช่วยให้เราเป็นคนที่มีไหวพริบในการดำรงชีวิตประจำวัน

9. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

การเดินขึ้นเขาเป็นอะไรที่ยากลำบาก ต้องมีใจรักจริง ต้องมุ่งมั่นที่จะเอาชนะ ต้องไม่ท้อต่อปัญหาข้างหน้าที่จะเผชิญ คิดอยู่เพียงอย่างเดียวว่าจะประสบความสำเร็จ ต้องกล้าที่จะเปลี่ยนเพื่อสิ่งที่ดีกว่า ถึงแม้ว่าจะลำบากเท่าไรก็ตามแต่ ต้องไปถึงจุดหมายที่ตั้งไว้ให้จงได้

10. เป็นนักบุกเบิก

มีความเป็นนักบุกเบิก กล้าคิดกล้าลองในสิ่งใหม่ๆ กล้าที่จะไปในสถานที่ที่คนอื่นยังไม่กล้าหรือนึกไม่ถึง + ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี

การที่เราไปจนถึงจุดมุ่งหมายที่วางไว้ จุดหมายปลายทางย่อมมีอุปสรรคที่หนักกว่าและยากกว่า ทำให้การที่จะก้าวต่อไปหรือป็นต่อไปมีทั้งความเสี่ยงและแรงกดดันที่จะเอาตัวเองไปให้ถึงเป้าหมายที่เราวางไว้ได้ และเราจะถึงจุดหมายในที่สุด

+ ความยืดหยุ่น

การเดินขึ้นเขาทำให้เราพบเจออุปสรรคมากมาย จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรู้จักการยืดหยุ่นทั้งต่อตนเองและต่อเพื่อนร่วมทีม ที่สำคัญทำให้เราปรับตัวเก่งเนื่องจากปัญหาที่สามารถเกิดขึ้นได้ทุกเมื่อ

2.10 เส้นทางไกล/ ออกแคมป์

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	34.88%
2.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	16.86%
3.รับมือได้กับทุกปัญหา	15.12%
4.มีความเป็นผู้นำ	11.05%
5.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	11.05%
6.ชอบความท้าทาย	10.47%
7.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	9.3%
8.รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น	8.72%
9.เก่งในการวางแผน	8.14%
10.กล้าตัดสินใจ	7.56%
+มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	6.98%
+เอาตัวรอดได้	5.81%
+รอบคอบ	5.23%

1.อดทน

ในการออกตั้งแคมป์ ย่อมมีอุปสรรคที่เราไม่คาดคิดเกิดขึ้นอยู่เสมอ ซึ่งบางครั้งก่อให้เกิดความลำบาก ความท้อแท้ เข้ามาทดสอบสภาพจิตใจเราอยู่เสมอ ซึ่งหากเรารู้ที่จะตั้งแคมป์แล้ว เราจำเป็นต้องมีความอดทนต่ออุปสรรคต่างๆที่เข้ามาให้ได้ ช่วยฝึกให้เราอดทนในที่สุด

ความอดทน การเดินทางไกลหรือออกแคมป์ นั้นต้องเหนื่อยและใช้เวลานาน ดังนั้นความอดทนจึงจำเป็น หากมีการฝึกความอดทนได้แล้ว ไม่ว่าจะงานอื่นนั้นจะยากหรือง่ายย่อมสำเร็จลงได้

2.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การออกนอกสถานที่แต่ละแห่ง จะแตกต่างกันทั้ง ภูมิประเทศ ภูมิอากาศ คนในพื้นที่ หรือกลุ่มของเราที่ไปด้วยกัน เพราะฝึกให้เราจัดการปรับตัว ให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมต่างๆได้ดีขึ้น การเดินทางแบบนี้เราต้องไปกันเป็นหมู่คณะ ทุกครั้งเราก็จะได้พบเจอเพื่อนใหม่ๆต่างเพศต่างวัย การใช้ชีวิตร่วมกันโดยที่ไม่มีความสะดวกสบายใดๆนั้น ทุกคนล้วนต้องปรับตัวเข้าหากัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อไปให้ถึงจุดหมายร่วมกัน

3.รับมือได้กับทุกปัญหา

การเดินทางไกลหรือแคมป์ เป็นสิ่งที่ต้องเตรียมการวางแผนล่วงหน้า และอันตราย จากภัยธรรมชาติ หรือภัยอื่น อาจเกิดขึ้นได้เสมอ ดังนั้น หากผ่านการรับมือกับปัญหาบางอย่างก็จะเกิดประสบการณ์ ที่สามารถนำมาปรับใช้ได้

การเดินทางไกล ตั้งแคมป์เป็นเรื่องท้าทายต่อปัญหาที่ไม่ทราบมาก่อนซึ่งพร้อมจะเกิดกับเราและบริวารได้ทุกเมื่อ ฉะนั้นปัญหาต่างๆที่เกิดให้แก้ไขจะฝึกฝนให้ผู้เดินทางแกร่งพร้อมรับมือได้ทุกปัญหา

4.มีความเป็นผู้นำ

ความเป็นผู้นำช่วยในการสร้างความเชื่อมั่นให้กับลูกน้องที่ร่วมเดินทางไกล ออกแคมป์ ซึ่งจะช่วยให้ประสบความสำเร็จที่ตั้งเป้าหมายเอาไว้ได้ " สถานการณ์สร้างวีรบุรุษ" ในการเดินทางไกล ออกแคมป์ เมื่อเกิดปัญหาขึ้น มักจะต้องมีบุคคลใดบุคคลหนึ่งก้าวขึ้นมาให้กำลังใจหรือหาทางออกเพื่อตัวของเขาเองและเพื่อกลุ่มของเขา เป็นการเปิดโอกาสให้เราเป็นผู้นำในสภาวะคับขัน คนอื่นขาดสติแต่เรายังมีสติเราก็จะมีความเป็นผู้นำในการแก้ปัญหา

5.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

เพราะการที่เราจะเดินทางไกล ออกแคมป์ นั้น เรามีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงจุดหมายให้ได้ เป็นจุดเริ่มต้นที่จะสร้างให้เราแข็งแรงผลักดัน ทำให้เรามีความทะเยอทะยานที่จะไปให้ถึงจุดที่ฝันให้ได้ จึงคิดว่าความทะเยอทะยานเป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จ

การเดินทาง คือหัวใจของคนที่ค้นหาสิ่งที่ดีอยู่เสมอ มักจะอยู่กับคนที่หัวใจของนักสู้ บางครั้งต้องอาศัยความสามารถทั้งทางด้านความอดทนและความคิดในการแก้ปัญหา แล้วพัฒนาเพื่อให้ตัวเองไปสู่จุดหมายต่างๆได้

6.ชอบความท้าทาย

การที่เดินทางไกล ออกแคมป์นั้นเป็นงานอดิเรกส่วนหนึ่งเลยก็ว่าได้ เพราะการที่เราได้เดินทางไกล ออกแคมป์นั้นไม่ใช่ทำคนเดียว จะต้องไปเป็นทีม มันท้าทายกับการที่เราได้ออกไปในโลกันกว้างนี้ การไปเดินทางไกล ออกแคมป์ ทำให้รู้สึกกระตือรือร้น ตื่นตัว เพราะไม่ใช่เรื่องเดิมๆที่เกิดขึ้นในการทำงาน ช่วยให้เรา รู้สึกท้าทายที่จะได้ทำ ไม่เอื่อย เฉื่อย เพราะว่าการไปแคมป์เป็นเหมือนการไปเปิดสิ่งใหม่ที่เรายังไม่เคยรู้ ไม่เคยสัมผัสไป เป็นหมู่คณะไม่รู้ว่าจะแคมป์ที่ไปอากาศจะอย่างไร จะดีหรือจะร้าย และแต่ละที่ที่ไม่มีคามยากง่ายต่างกันทำให้ดูท้าทายมาก

7. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การที่เราไปเดินทางไกลนั้นส่วนใหญ่แล้วมักจะไปเป็นกลุ่มทำให้เราได้ไปพบปะกับเพื่อน ได้ใช้เวลาช่วงนั้นร่วมกัน ทำกิจกรรมต่างๆด้วยกัน ทำให้เรามีสังคมและมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีด้วย ในการเดินทางไกลหรือ ออกแคมป์ เราอาจต้องเดินทางไปพร้อมกับเพื่อนร่วมทางของเรา หรืออาจพบเจอผู้คนระหว่างทาง ดังนั้นการมีมนุษยสัมพันธ์ดีจะช่วยให้เราสามารถทำงานเป็นทีมร่วมกับผู้อื่นได้ง่าย และบางครั้งที่เราประสบปัญหา เช่น หลงทาง เราก็สามารถขอความช่วยเหลือกับผู้ที่อาศัยอยู่แถวนั้นได้

8. รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น

จากการที่ได้ออกแคมป์ร่วมกันหรือจะเป็นการเดินทางไกล ทำให้เราได้เข้าไปอยู่กับคนหมู่มาก ทำให้รู้ว่าแต่ละคนก็มีความคิดเห็นแตกต่างกันไปในทางที่ไม่เหมือนกันเป็นส่วนใหญ่บางความคิดเห็นอาจจะไม่ตรงกับเราหรืออาจจะเหมือนกับเราบ้าง แต่การที่เราได้เข้ามาอยู่กับคนอื่นแบบนี้ก็จะ ทำให้เรารู้สึกตัวเองได้มากเพื่อที่จะรับฟังความคิดเห็นของคนอื่นบ้าง

กิจกรรมดังกล่าวมีใช้กิจกรรมที่ปฏิบัติเพียงคนเดียว ดังนั้น ความเห็นของคนอื่น หรืออีกนัยหนึ่งคือ เพื่อน ๆ ในทีมของเราจำเป็นต้องรับฟังความคิดเห็นซึ่งกัน และกันเพื่อการพัฒนาด้านการแก้ปัญหา และพัฒนาการทำงานเป็นทีม

9. เก่งในการวางแผน

การเดินทางไกลไม่ว่าจะไปที่ไหนก็ต้องมีการวางแผนเพื่อให้การเดินทางเป็นระบบจะได้ไม่เกิดปัญหาตามมาทีหลังเช่น การหลงทาง ไม่ว่าเราจะทำกิจกรรมใดๆถ้ารู้จักวางแผนผลที่ออกมาแล้วจะมีประสิทธิภาพมากที่สุด

การเดินทางไกล ต้องมีการวางแผนชีวิต เช่น การจัดการเคลียร์งานและภารกิจส่วนตัวเพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการเดินทาง, การวางแผนการเดินทาง ตารางกิจกรรมที่ต้องทำในการเดินทางเพื่อจัดสรรให้คุ้มค่ากับการเดินทาง การออกแคมป์ เป็นการฝึกวางแผนในการทำกิจกรรมที่จะดำเนินการต่อไป วางแผนการทำงาน การแบ่งหน้าที่รับผิดชอบ การเดินทางไกลผู้เดินทางจะต้องมีความรู้ด้านการวางแผนเรื่องเส้นทาง เรื่องเวลา เรื่องยานพาหนะ เรื่องงบประมาณ เรื่องความปลอดภัยตนเอง และบริวาร ตลอดจนวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นและอื่นๆ

10. กล้าตัดสินใจ

บางสถานการณ์มีปัญหาให้ต้องตัดสินใจด่วน คนที่ออกแคมป์ต้องกล้าที่จะตัดสินใจและยอมรับผลที่จะตามมาไม่ว่าจะดีหรือร้ายก็ตาม อุปสรรคในการออกค่ายเป็นสิ่งท้าทายในการตัดสินใจแก้ปัญหา ผิดถูกอยู่ที่การตัดสินใจเพียงครั้งเดียว

+มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

การเดินทางไกลออกแคมป์จะต้องเจอกับความลำบากแบบที่ไม่เจอในชีวิตประจำวัน ทุกคนจึงต้องมีความช่วยเหลือซึ่งกันและกันตลอดเวลาท่ามกลางความยากลำบาก ดังนั้นการเห็นอกเห็นใจกันก็ได้ถูกนำมาใช้มากในกิจกรรมนี้ การเดินทางไกลและการออกแคมป์ สภาพร่างกายของแต่ละคนไม่เหมือนกันบางคนก็เหนื่อยเร็ว และได้รับบาดเจ็บ ทำให้เราต้องเข้าไปช่วยเหลือ การทำงานก็เช่นกันถ้าพบผู้ร่วมงานมีปัญหาที่ควรช่วยกันแก้ไข

+ เอาตัวรอดได้

การเดินทางไกล ออกแคมป์ โดยเฉพาะในพื้นที่ป่าเขา หรือพื้นที่ที่ไม่ค่อยมีการเดินทางมากนัก เป็นการท้าทายความสามารถ และต้องใช้ความสามารถและความรู้ที่มีอยู่มาปรับใช้ให้สามารถเดินทางไปสู่จุดหมายได้ ยิ่งถ้าทีมงานหรือผู้ร่วมเดินทางมีน้อย หรือมีเพียงคนเดียว (ในกรณีที่หลงทางในป่า) จะต้องหาทางเอาตัวรอดให้ได้

+ ครอบคลุม

ต้องครอบคลุมในการเตรียมสิ่งของ และศึกษาเส้นทางการเดินทางการตั้งแคมป์ ศึกษาคนที่ออกเดินทางไปกับเราด้วยความครอบคลุม เพราะในการออกแคมป์แต่ละครั้ง จะต้องเตรียมอุปกรณ์ไปให้พร้อม ฉะนั้นเราควรที่จะมีความครอบคลุมในการเตรียมสิ่งของเหล่านั้น เพราะหากเราลืมแต่อย่างเดียว อาจทำให้เราต้องเสียเวลาได้

2.11 ตกปลา

ผลจากการวิจัย	%
1.อดทน	18.56%
2.สุขุมเยือกเย็น	11.74%
3.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	6.77%
4.ชอบความท้าทาย	4.29%
5.กล้าที่จะลองผิดลองถูก	4.10%
6.กล้าตัดสินใจ	3.24%
7.ทำงานจำใจได้	2.77%
8.ฉลาดมีไหวพริบ	2.58%
9.กล้าเสี่ยง	2.10%
10.คิดอย่างมีหลักการ	2.00%
+ครอบคลุม	1.91%
+ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	1.62%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	1.34%

1.อดทน

การตกปลาตามอ่างเก็บน้ำ หรือเขื่อนต่างๆ ต้องใช้ความอดทน รอเวลาให้ปลาขึ้นมากินเหยื่อ และอดทนต่อสภาพอากาศที่ร้อน หรือภูมิทำเลของสถานที่ ส่วนแต่ต้องอดทนทั้งนั้น

ไม่ว่าจะเป็นการตกปลา การศึกษาเล่าเรียน การทำงาน การต่อสู้ การประดิษฐ์คิดค้นหรือการใดๆ ทั้งสิ้น เราจะประสบความสำเร็จได้ ก็ต้องอาศัยความขยันหมั่นเพียร และมานะอดทนเป็นที่ตั้ง ถ้ายากก็ต้องใช้ความเพียรและ

ความอดทนมาก ง่ายก็ใช้น้อย ยกตัวอย่าง การตกปลาซึ่งต้องนั่งคอยอยู่นานๆ บางที่เป็นชั่วโมงๆ กว่าปลาจะมากินเบ็ด นี้เพียงแต่การตกปลาซึ่งเป็นของง่ายๆ ก็ต้องใช้ความเพียร และความอดทน

2. สุขุมเยือกเย็น

นอกจากความอดทนแล้ว สุขุมก็สำคัญ เพราะถ้าเกิดใจร้อนมุ่งแต่เอาชนะ ไม่ผ่อนปรนบ้างสุดท้ายมาก็อาจเกิดการสูญเสียตามมา เช่นในกรณีที่ปลากินเหยื่อ ถ้ารีบดึงขึ้นมา แรงของปลาอาจจะดึงให้เอ็นขาด และเสียปลาค่านั้นไป แต่หากใจเย็น มีการผ่อนเบรคสลับกับดึงเข้า นานไปปลาจะหมดแรงก็สามารถดึงขึ้นได้ไม่ยาก

การตกปลาจะต้องมีความสุขุมเยือกเย็น หากใจร้อน ลูกลึกลูกกลน ก็จะไม่ได้ปลา เพราะปลาจะไม่กินเหยื่อ ต้องรู้จักรอคอย อดทนด้วยความสุขุมเยือกเย็น แล้วจะได้ผลดังที่ตั้งใจ อีกอย่างคือสอนให้รู้ว่า ไม่มีอะไรที่ได้มา โดยง่ายคาย

3. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

ถ้าเราตั้งใจที่จะตกปลาแล้วหากเราล้มเลิกกลางคัน เราก็จะไม่ได้อะไรเลยทั้งปลาและเสียเวลา แต่หากเราไม่คิดที่จะล้มเลิกความตั้งใจ เราก็จะได้ทุกอย่างที่เราต้องการถึงจะช้าหน่อย แต่ก็คุ้มค่าที่รอ เมื่อทำทุกอย่างแล้วก็ยังตกปลาไม่ได้สักที นักตกปลาจะไม่มีความยอมย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ ง่ายๆ แน่แน่นอน ต้องมีสักทางที่จะพิชิตเป้าหมายให้ได้ เปรียบกับการทำงานปัญหาและอุปสรรคต่างๆ มีแน่นอน แต่การไม่ล้มเลิกความตั้งใจที่จะพิชิตปัญหานั้นๆ ให้ได้ อยู่ในคุณสมบัติของนักตกปลาทุกคน

4. ชอบความท้าทาย

การตกปลาจำเป็นที่จะต้องหาแหล่งปลาใหม่ๆ เสมอ เพราะปัจจุบันก็พาดปลาแพร่หลายไปทุกที่ทุกวัย ทำให้แหล่งปลาต่างๆ มีคนอยู่มาก เราจึงจำเป็นที่จะต้องออกหาพื้นที่ใหม่ๆ โดยที่เราไม่สามารถรู้ได้เลยว่าที่แห ล่งนั้นจะมีปลาอยู่เยอะ ตามที่คิดหรือปลาจะกินเหยื่อที่เราหามาหรือไม่

การตกปลาเป็นการท้าทาย เพราะเราต้องท้าทายกับแสงแดดและเวลาที่นานๆ กว่าจะได้ปลามาเหมือนกับการใช้ชีวิตและการทำงาน เราต้องมีความท้าทาย เพื่อให้ประสบความสำเร็จ

5. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

เมื่อเราเห็นแหล่งน้ำ แล้วมองดูสภาพแวดล้อมข้างๆ บวกกับคิดถึงหลักการเหตุผล และความน่าจะเป็นเพื่อวิเคราะห์ว่าน่าจะมีปลาชนิดใด บริเวณไหนของน้ำ แล้วทดลองตกปลาดูตามที่ได้คิดไว้ เมื่อไม่ได้ก็ลองเหยื่อใหม่ เปลี่ยนนมมใหม่ การลองผิดลองถูก ช่วยให้เรามีทางเลือกมากกว่าหนึ่งทาง หากปลาไม่กินเหยื่อชนิดที่ 1 ก็ลองเหยื่อชนิดที่ 2 หรือ 3 หรือ 4 ซึ่งหากไม่ลองดูก็อาจไม่รู้ ว่าปลานั้นชอบเหยื่อแบบไหน เช่นเดียวกับการทำงานหากไม่กล้าที่จะลองผิดลองถูก จะเป็นการปิดกั้นทางความคิด ไม่ลองคิดหาทางเลือกในการแก้ไขปัญหาของงานเพราะงานแต่ละอย่างไม่สามารถใช้วิธีแก้ไขปัญหาแบบเดียวกันได้ ฉะนั้นเพื่อสามารถแก้ปัญหานั้นให้ตรงจุดที่สุด ควรลองเลือกวิธีแก้ที่ 2 และ 3

6. กล้าตัดสินใจ

บางเวลาที่ปลาทอดเหยื่อ บางเวลาอาจกินเหยื่อ เราต้องกล้าที่จะวัดคันเบ็ดขึ้นมาเพื่อให้เบ็ดได้เกี่ยวปากปลา และสู้ปลาเพื่อที่จะนำขึ้นมาจากน้ำ แต่ถ้าเรายังลังเลที่จะวัดคันเบ็ดหรือไม่วัดคันเบ็ด ปลาค่านั้นอาจจอดอกกินเหยื่อของเราหมดเกลี้ยงไปแล้วก็ได้

การตกปลาในแหล่งธรรมชาติ มีอุปสรรคมากมายรออยู่ เนื่องจากในแหล่งน้ำนั้นๆ อาจมีทั้งก้อนหินขนาดใหญ่ ต้นไม้ที่จมอยู่ และสิ่งกีดขวางอีกต่างหาก รวมไปถึงการต่อสู้ของปลาที่แตกต่างกันไป ดังนั้นผู้เล่นกีฬาชนิดนี้ จึงต้องมีการตัดสินใจที่ดีพอ เพื่อที่จะทำเป้าหมายให้สำเร็จให้ได้

7. ทำงานจำใจได้

การตกปลานอกจากจะต้องใช้ความอดทนแล้ว ต้องยอมรับว่าการตกปลาเป็นกีฬาที่ต้องเฝ้ารอ ต้องมีสมาธิ และเป็นสิ่งที่ต้องอยู่กับที่นานๆ ทำอะไรซ้ำๆ ซึ่งเปรียบเสมือนเราทำงานอะไรแบบเดิมๆทุกวัน เป็นการทำงานแบบจำใจ จะดีสำหรับคนที่ต้องทำงานในรูปแบบเดิม

8. ฉลาดมีไหวพริบ

ในการตกปลาถ้าเรามีไหวพริบปฏิภาณ เราต้องคิดว่าทำอย่างไรเราจึงจะตกปลาได้มากเพราะว่าปลาจะติดเบ็ดได้ เราต้องรู้ว่าปลาชนิดไหนกินเหยื่ออะไร ถ้าไม่คิดเราต้องแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ ว่าควรจะเปลี่ยนกลยุทธ์ในการตกใหม่อย่างไร

9. กล้าเสี่ยง

บางครั้งต้องเสี่ยงไปหาแหล่งตกปลาที่คิดว่าน่าจะมีปลาเยอะ แต่บางครั้งสถานที่นั้นๆ อาจจะไม่เอื้ออำนวยเท่าที่ควร หรืออาจจะอันตรายถ้าไม่ระมัดระวัง การตกปลาเป็นงานที่ไม่มีแน่นอน เราจะไม่รู้เลยว่าในน้ำนั้นจะมีปลาหรือไม่ การตกปลาจึงเป็นการเสี่ยงอย่างหนึ่งว่าจะได้ปลาไหมแล้วปลาที่ได้จะเป็นปลาอะไร

10. คิดอย่างมีหลักการ

การตกปลาเป็นเรื่องที่จะต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็นอากาศ อุณหภูมิ หรือแม้กระทั่งสีของน้ำ ถ้าหากคิดอย่างมีหลักการ บวกประสบการณ์ก็จะหาทำเลหรือช่วงเวลาที่จะตกปลาได้ดีที่สุด พิถีพิถันตั้งแต่การกำหนดว่าตั้งใจจะตกปลาชนิดใด ต้องเลือกเหยื่อแบบไหนถึงจะเหมาะ ต้องไปที่ไหน ต้องไปเวลาใด ทุกอย่างมีเหตุผลต้องรู้นิสัย รู้พฤติกรรมของปลา และสามารถวิเคราะห์เพื่อให้ได้ประสิทธิผลมากที่สุด

+ รอบคอบ

การที่เราจะออกไปตกปลาแต่ละครั้งนั้น เราต้องมีการตรวจเช็คอุปกรณ์ต่างๆ ในการที่เราจะใช้งานไม่ว่าจะเป็นคันเบ็ด รอก สายเอ็น หรือแม้แต่เหยื่อตกปลา หรืออุปกรณ์ร่วมอื่นๆ ก็ตาม ต้องมีการตรวจสอบก่อนที่จะไปตกปลาอย่างสม่ำเสมอ เพราะอุปกรณ์ทุกอย่างมีความสำคัญด้วยกันทั้งสิ้นไม่ควรที่จะขาดหรือลืมสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

+ ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

อุปกรณ์มีหลากหลายมากมาย เช่น การตกแบบเหยื่อปลอม การออกทะเล การตกตามฟิชซิงปาร์ก ถ้าเราไม่หาความรู้เราก็จะใช้อุปกรณ์ที่ไม่ตรงกับงาน หรือใช้ของที่แพงเกินความจำเป็น การผูกเงื่อนมีมากมายหลายแบบถ้าไม่ศึกษามาให้ดีก็จะผูกไม่ได้ อุปกรณ์ก็ต้องมีปัญหา ถ้าเราแก้ปัญหาขั้นต้นเองได้จากการหาความรู้ ก็จะไม่ต้องเสียเงินในการซ่อมหรือโดนหลอก

+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

ในการตกปลาต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสภาพของสิ่งแวดล้อมรอบด้านสถานที่ที่เราไปตกปลา เพื่อให้สามารถกลมกลืนกับธรรมชาติ เพื่อไม่ให้ปลาตกใจ ความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่งที่ได้จากการเล่นกีฬาตกปลาคือ การที่ปลากินเหยื่อแล้วยอมเกิดมีแรงดึงด้วยกันทั้งสองฝ่าย ฝ่ายหนึ่งคือคนก็ต้องการดึงให้ปลาเข้ามาหาฝั่งโดยเร็ว อีกฝ่ายหนึ่งคือปลา

ก็ต้องการว่ายน้ำหนีออกไปอย่างสุดแรง ถ้าฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดไม่มีการยืดหยุ่น หรือผ่อนปรนบ้างก็ทำให้เอ็นที่อยู่ตรงกลางระหว่างทั้งสองฝ่ายขาดได้ เหมือนกับชีวิตจริงถ้าคนในสังคมไม่มีความยืดหยุ่น หรือปรับตัวเข้าหากันบ้างก็ก่อให้เกิดความแตกแยกในสังคมได้

2.12 ปีนเขา / ปีนผา

ผลจากการวิจัย	%
1.ชอบความท้าทาย	12.38%
2.อดทน	10.80%
3.กล้าตัดสินใจ	4.74%
4.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	4.22%
5.กล้าเสี่ยง	4.08%
6.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	3.69%
7.รอบคอบ	3.29%
8.คิดอย่างมีหลักการ	3.16%
9.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	2.90%
10.เก่งในการวางแผน	2.77%
+ฉลาดมีไหวพริบ	2.50%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	2.50%
+เอาตัวรอดได้	2.50%

1. ชอบความท้าทาย

เวลาจะเริ่มปีนเขา สิ่งหนึ่งที่มีคือ ความท้าทาย ความสามารถว่าเราจะไปถึงจุดหมายได้หรือไม่ ถ้าเราไม่กล้าและไม่ชอบความท้าทายก็คงไม่ตัดสินใจเริ่มต้นปีนเขา ต้องเป็นคนที่ชอบความท้าทาย เพราะการปีนเขา ต้องมีไหวพริบและความกล้าในตัวเองจึงจะทำได้ ช่วยให้พัฒนาทั้งสติปัญญาและร่างกายให้แข็งแรงอีกด้วย เพราะเป็นคนที่ไม่ยึดติดกับสิ่งเดิมๆ เปิดโลก ทัศนคติให้กับตัวเองอยู่เสมอ ทำให้มีมุมมองที่แตกต่างกับคนอื่น ที่ใช้ชีวิตอยู่แต่เมืองอย่างเดียว

2. อดทน

ปีนเขาหรือปีนหน้าผาเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้ความอดทนมาก ในการที่จะปีนขึ้นไปให้ถึงยอดเขาหรือผา ซึ่งถ้าเราไม่มีความอดทนที่เพียงพอแล้ว เราก็จะไปไม่ถึงยอดเขาหรือผานั้นได้ สิ่งนี้เองช่วยในการพัฒนาบุคลากรในการทำงานให้ประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้นในเรื่องความอดทนในการทำงาน

การปีนเขาเป็นกีฬาที่ค่อนข้างหนักพอสมควร ดังนั้นจึงเป็นกีฬาที่ทำให้เรามีความอดทนที่จะทำ และเพิ่มความอดทนต่อการเหน็ดเหนื่อยได้มากพอควร เราต้องมีความอดทนและใจเย็นเพราะก้าวแต่ละก้าวล้วนมีความสำคัญ หากขาข้างหนึ่งไม่มั่นคง แขน มือ ที่จับ ไม่มั่นคง เราจะต้องถอยกลับไป ลดก้าวเดิม ฉะนั้น เราต้องใจเย็นกับทุกสภาวะ อดทนต่อแรงกดดัน แต่ละก้าวเลือกหนทางอย่างมีสติ ฉะนั้นการอดทนจึงเป็นสิ่งสำคัญในการทำงานการประสานงาน

3. กล้าตัดสินใจ

การเลือกเส้นทางปีนเขาเป็นปัจจัยที่ทำให้ปีนสำเร็จ แต่เมื่อถึงสถานการณ์ที่แรงจะหมด บางครั้งต้องตัดสินใจที่จะเปลี่ยนเป้าที่จะจับ หรือเปลี่ยนจุดเหยียบและทำให้ไปต่อง่ายขึ้น

การปีนเขาเป็นกีฬาที่ต้องใช้ความกล้าเพื่อหาทางไปสู่จุดสูงสุดของเขา และการขึ้นไปยังจุดสูงสุดของเขานั้นแน่นอนว่า ไม่ได้มีบันไดไว้ให้สำหรับเดินขึ้นไป แต่ต้องใช้การปีนการไต่ขึ้นไป โดยต้องตัดสินใจเลือกว่าจะจับหินก้อนไหนเพื่อปีนขึ้นไป หรือจะเหยียบหินก้อนไหนเพื่อปีนขึ้นไปให้ถึงจุดหมาย ดังนั้นการปีนเขาจึงช่วยให้เรากล้าตัดสินใจ และช่วยเพิ่มความสามารถในการแก้ปัญหาต่างๆ ได้

4. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

เมื่อตั้งใจที่จะทำงานใดๆ แล้วก็ต้องทำงานนั้นให้สำเร็จ ลุ่ล่งโดยใช้แรงจูงใจของผลสำเร็จของงาน นั้นๆ มาเป็นแรงผลักดัน เหมือนกับการปีนหน้าผา ซึ่งบางครั้งบางเส้นทางที่เลือกปีนนั้นมีความยากลำบาก เป็นอุปสรรคมากมาย แต่ทุกครั้งที่ยปีนสำเร็จได้ก็เพราะแรงจูงใจของความสวยงามของธรรมชาติจากมุมสูงที่ไม่ใช่ทุกคนสามารถจะมองเห็นได้ เหมือนเป็นการฝึกให้เราสู้จักตัวเองจะทำงานให้สำเร็จได้ตามเป้าหมายไม่ล้มเลิกกลางทางเหมือนกับการปีนผานั้น ถ้าเราล้มเลิกกลางทางเราก็อาจจะก้าวพลาดร่วงลงมาได้

5. กล้าเสี่ยง

เพราะการปีนเขาในบางที่ค่อนข้างจะอันตราย ถ้า เรากล้าไปแปลว่าเรากล้าที่จะเสี่ยงแม้ว่าจะหมายถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้นต่อชีวิตของเรา เนื่องจากเป็นกีฬาที่ต้องปีนขึ้นไปบนยอดสูง ทำให้ต้องกล้ารับความเสี่ยงกับการที่จะเกิดอุบัติเหตุอันตราย ดังนั้นจึงทำให้ผู้เล่นต้องระมัดระวังเป็นอย่างมาก ช่วยพัฒนาจุดแข็งคือ กล้าเสี่ยง แต่ละเอียร์รอบคอบ

6. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

ถ้าเราขาดความทะเยอทะยานที่จะไปให้ถึงยอดเขาหรือผาแล้ว ก็ยากที่จะไปถึงจุดมุ่งหมาย การปีนเขาหรือผาจึงทำให้เป็นตัวช่วยพัฒนาจุดแข็งนี้ได้ และทำให้ประสบความสำเร็จในการทำงานในที่สุด

จุดมุ่งหมายของการปีนเขาก็คือการไปสู่ยอดเขา ความทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ นั้นเปรียบเสมือนแรงส่งที่ทำให้เราได้ไปสู่จุดมุ่งหมายของเรา ยิ่งสูงก็ยิ่งยาก แต่การที่จะไปถึงเป้าหมายต้องมีความทะเยอทะยานต้องการไปให้ถึงจุดมุ่งหมาย เพราะถ้าเริ่มใหม่ต้องปีนฝามากกว่าเดิม เหนื่อยกว่าเดิม เพราะฉะนั้นต้องทำให้ได้ตามความตั้งใจ

7. รอบคอบ

ความรอบคอบต้องมากพอ เพราะการปีนเขาหรือปีนหน้าผานั้น เป็นกีฬาที่โลดโผนและอันตรายมาก ถ้าพลาดก็อาจหมายถึงชีวิตของเรา ถึงแม้จะมีระบบป้องกันอยู่ก็ตาม แต่ความรอบคอบก็ต้องมี ไม่ว่าจะด้วยเรื่องการตัดสินใจจะปีนไปทางไหน ยกตัวขึ้นอย่างไร ตรงไหนควรที่จะปีนขึ้นไป มีผา หิน ที่พอจะรับน้ำหนักเราได้หรือไม่ เราจะต้องใช้ความรอบคอบ พร้อมกับการตัดสินใจที่ถูกต้องถึงจะไปถึงจุดหมายปลายทางได้อย่างปลอดภัย ปลอดภัยต้องมาก่อนเสมอ

8. คิดอย่างมีหลักการ

ก่อนที่จะก้าวขาไปยังจุดต่อไปสำหรับการปีนผา ก็เหมือนกับการทำงาน ต้องผ่านกระบวนการคิดก่อนว่าจะทำอะไรก่อน และสิ่งใดที่ควรทำลำดับต่อมา รู้จักวางแผนในการก้าวเดินอย่างมีระบบจึงจะประสบผลสำเร็จ

9. มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย

เมื่อเราตัดสินใจจะเริ่มปีนเขา และมีจุดมุ่งหมายที่จะไปถึงบนสุด นั่นคือเรามีเป้าหมายและเราต้องพยายามทำให้ถึงจุดหมายของเราแม้มันจะยากและเหนื่อย ก็ต้องพยายามทำให้สำเร็จ การที่เราจะทำอะไรสักอย่าง เหมือนปีนเขาปีนผา เราต้องมีความมุ่งมั่นว่าเราต้องทำงานให้ได้ มีเป้าหมายว่าเราต้องไปให้ถึงจุดหมาย เหมือนเราทำงานเราต้องให้สำเร็จตามเป้าหมาย

10. เก่งในการวางแผน

การปีนเขา เราก็ควรที่จะรู้จักวางแผนว่าสิ่งไหน อยู่ก่อนอยู่หลัง แล้วสิ่งที่ได้จะทำให้เรารู้จักวางแผนในเรื่องต่างๆ ที่เราเองก็ประสบความสำเร็จได้เช่นกัน

+ ฉลาดมีไหวพริบ

แต่ละก้าวที่เราจะขึ้นไปให้ถึงจุดสูงสุดของภูเขานั้น ต้องใช้ ความฉลาด ความมีไหวพริบ อยู่เสมอในการก้าวขาแต่ละขาว่าจะจับหรือว่าจะเหยียบตรงไหนของหินหรือดินในบริเวณนั้นๆ ถ้าไม่มีความฉลาดความมีไหวพริบนั้น อาจก่อให้เกิดความสูญเสีย หรืออุบัติเหตุถึงชีวิตได้

+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

เราต้องมีความยืดหยุ่น เพราะการปีนเขาไม่ใช่การเปิดตำราแล้วทำตามเป๊ะๆ เพราะอะไรที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้นได้เสมอ เราจึงต้องเรียนรู้การนำทฤษฎีและปัญหาที่เกิดขึ้นมาประยุกต์หาทางออกที่ดีที่สุด

2.13 พายเรือ

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	8.42 %
2.ฉลาดมีไหวพริบ	6.32 %
3.ชอบความท้าทาย	5.26 %
4.กล้าตัดสินใจ	5.26 %
5.เอาตัวรอดได้	4.21 %
6.ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี	3.16 %
7.รอบคอบ	3.16 %
8.กล้าเสี่ยง	3.16 %
9.ขยัน	3.16 %
10.มีวินัย	3.16 %

+มีความเป็นผู้นำ	1.05 %
+มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	1.05 %

1. อุดทน

การพายเรือบางทีก็มีคลื่นลมแรง บางทีก็สงบนิ่ง และบางครั้งภายใต้ผิวน้ำที่สงบนิ่งก็มีน้ำเชี่ยวกราดอยู่ ซึ่งเราจะต้องใช้ความอดทน ทั้งกาย และใจ ในการพายเรือให้ถึงจุดหมายที่วางไว้ ถึงแม้จะเหนื่อยหรือเมื่อยล้าแค่ไหนก็ตาม เมื่อเราลงเรือและนำเรือออกไปจากฝั่ง อย่างแรกเราต้องอดทนในการบังคับและควบคุมเรือให้ แล่นออกไปได้อย่างราบเรียบ ความอดทนเป็นอย่างหนึ่งที่จะได้ เพราะในการพายเรือออกไปแต่ละครั้ง ถ้าเราไม่คิดจะอยากพายหรือล้ากับการที่ต้องใช้ไม้พายเรือ เรือของเราก็จะนิ่งอยู่กับที่ไม่อาจไปข้างหน้าหรือถอยหลังได้ตามที่เราต้องการได้ และยิ่งเมื่อเราไร้ความอดทนในการควบคุม ไม่นานเรือของเราอาจจะล่มได้ เป็นแนวคิดที่เอามาปรับใช้ได้ ทั้งในชีวิตประจำวัน การทำงาน และสิ่งต่างๆที่เราต้องกระทำเพื่อมุ่งสู่ความสำเร็จ

2. ฉลาดมีไหวพริบ

การพายเรือ เราไม่รู้ว่าจะเจอสถานการณ์อย่างไร และจำเป็นที่จะต้องแก้สถานการณ์ที่เจอนั้นๆให้ผ่านไปได้นอกจากจะต้องมีสติรอบคอบแล้ว สิ่งสำคัญคือจะต้อง ฉลาด มีไหวพริบ คิดแก้ไขตามสถานการณ์ได้

3. ชอบความท้าทาย

กีฬาพายเรือถือเป็นกีฬาหนึ่งที่ทำทลายความสามารถของเรา ดังนั้นถ้ามีความสามารถในระดับหนึ่งทางด้านกีฬาแล้วในชีวิตจริงบางอย่างที่เป็นงานที่ทำทลายเราจะสามารถทำได้ การพายเรือเป็นกีฬาที่มีความเสี่ยงในระดับหนึ่ง ดังนั้นต้องเป็นผู้ชอบความท้าทาย

4. กล้าตัดสินใจ

กล้าตัดสินใจเป็นสิ่งที่ได้จากการพายเรือ การที่จะให้เรือแล่นออกไปได้นั้น เราต้องกล้าตัดสินใจว่าจะควบคุมทิศทางของเรือที่เราพายนั่นไปในทิศทางใด ด้วยความเร็วเท่าใดจึงจะเหมาะ การทำอะไรเรือของเราถึงจะปลอดภัย ขณะที่เรือออกจากท่าเรือหรือในขณะที่กำลังอยู่ระหว่างแล่นบนผิวน้ำ ในยามวิฤตติ หรือฉุกเฉิน กล้าตัดสินใจในการทำสิ่งที่ดี ในบางอย่างเราจำต้องเสี่ยงที่จะตัดสินใจเพื่อให้ได้ซึ่งประโยชน์สูงสุด ภายใต้ความละเอียดรอบคอบและหลักการของเหตุผล

5. เอาตัวรอดได้

หมายความว่า การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า เพราะการที่เราอยู่ในเรือหากมีปัญหาใดๆเกิดขึ้นระหว่างอยู่กลางแม่น้ำ เราต้องทำทุกอย่างให้รอดเพื่อให้เรือถึงฝั่ง ดังนั้นเปรียบกับการทำงาน ก็คือการเอาตัวรอดหรือการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น

6. ทำงานภายใต้ความกดดันได้ดี

เนื่องจากกีฬาประเภทนี้ค่อนข้างเป็นกีฬาที่มีข้อจำกัดสูง จำเป็นต้องใช้ทักษะเฉพาะตัวสูงและต้องมีความอดทนเป็นอย่างมาก รวมถึงต้องรับภาวะกดดันในรูปแบบต่างๆ ได้อย่างดีด้วย ไม่ว่าจะเป็นภาวะความกดดันด้านพื้นที่ ด้านสภาวะแวดล้อมต่างๆ และด้านข้อจำกัดของตนเองอีกด้วย ฉะนั้นผู้เล่นจะได้รับภาวะความกดดันที่สูงมาก จึงทำให้ผู้เล่นสามารถทำงานภายใต้ภาวะความกดดันในรูปแบบต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

7. รอบคอบ

ขั้นตอนแรกของการพายเรือคือ เราต้องเช็คว่าอุปกรณ์ทุกอย่างว่าอยู่ในสภาพใช้งานหรือไม่ หากใบพายชำรุด อาจทำให้ไปถึงจุดหมายช้า มีความลำบากมากขึ้นในเรื่องของการควบคุมทิศทางของเรือ และต้องไม่ประมาทขณะนั่งตัวเกินไปจนไม่สวมเสื้อชูชีพ ซึ่งความประมาทอาจส่งผลเสียร้ายแรงต่อชีวิตและทรัพย์สิน เช่นเดียวกับการทำงานคือถ้าประมาทหรือทะนงตัวเกินไป อาจทำให้งานผิดพลาดต้องแก้ไขบ่อยๆหรือถ้าร้ายกว่านั้น ความประมาทอาจหมายถึงชีวิตก็ได้ ดังนั้นให้เห็นกันอยู่บ่อยๆตามหน้าหนังสือพิมพ์ เช่นช่างกลึงเหล็กประมาทไม่สวมถุงมือ เป็นเหตุให้ต้องเสียมือไป

8. กล้าเสี่ยง

การพายเรือในน้ำเชี่ยวๆ เป็นเรื่องน่าตื่นเต้น ต้องกล้าที่จะเผชิญกับทุกสถานการณ์ ไม่ว่าน้ำจะแรงหรือเชี่ยวขนาดไหน

9. ขยัน

เราต้องมีความขยัน มีมานะ เพื่อสร้างความแข็งแกร่งให้กับตัวเอง ต้องขยันซ้อมและฝึกฝนร่างกายให้แข็งแรง อยู่เสมอๆ การขยันฝึกพายจะทำให้เรามีความแข็งแกร่งและพายได้นานโดยไม่เหนื่อยง่าย

10. มีวินัย

การมีวินัยในการพายเรือ ไม่ต่างจากการมีวินัยในการทำตามสิ่งต่างๆ เมื่อใดที่เราขาดวินัยที่ดี ก็จะทำให้เกิดการขาดวินัย และไม่นานก็อาจทำให้งานหรือสิ่งนั้นๆ ล่มสลายได้ การพายเรือก็เช่นกัน ควรพายไปในท่าที่ถูกต้อง วินัยในการปฏิบัติเป็นสิ่งที่ควรกระทำ แต่เมื่อใดที่วินัยแล้ว อาจจะนำมาสู่ความไม่สมดุลหรือมีความคิดแปลกไป วินัยกระทำได้ แม้จะเป็นเพียงงานอดิเรก แต่นั่นจะคิดตัวเราในการกระทำตามวินัย วินัยถือเป็นแนวทางอย่างหนึ่งที่เราควรทำตาม

+ มีความเป็นผู้นำ

หากในเรือมีมากกว่า 1 คน ทุกคนต้องมีความสามัคคีเมื่อลงเรือลำเดียวกัน และจะต้องมีผู้นำในการค้ำพายเรือ ก็ต้องพายเรือให้ถึงจุดหมาย โดยลูกเรือทุกคนต้องฟังนายท้าย

+ มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย

เปรียบเสมือนการพายเรือไปข้างหน้าสู่จุดหมาย กีฬาพายเรือ ผู้พายย่อมมีเส้นชัยหรือจุดมุ่งหมายของตนเอง อยู่แล้ว ไม่ว่าหนทางจะเป็นอย่างไรผู้พายก็ต้องพายไปให้ถึง

2.14 เรือแคนู

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	30.68%
2.ชอบความท้าทาย	25%
3.กล้าตัดสินใจ	19.32%
4.รับมือได้กับทุกปัญหา	18.18%
5.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	15.91%
6.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	12.5%
7.เป็นนักบุกเบิก	7.95%

8.มีความเป็นผู้นำ	7.95%
9.ทำงานเป็นระบบ	6.82%
10.ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	5.68%
+กระตือรือร้น	4.55%
+เอาตัวรอดได้	1.25%

1. อดทน

การพายเรือเป็นการออกกำลังกายที่ต้องใช้ความอดทนและพยายาม เนื่องจากต้องอยู่ท่ามกลางแสงแดดและความร้อน เหมือนกับการทำงานที่ต้องอยู่ท่ามกลางความเครียด และความกดดัน ทำให้เราผ่านเหตุการณ์นั้นไปได้ การพายเรือแคนู เป็นการฝึกความอดทนต่อความเหนื่อย เพื่อที่จะพายไปให้ถึงจุดหมาย เพื่อช่วยให้รู้จักระลึกรอคอย หรืออดทนต่ออุปสรรคที่เข้ามาระหว่างงานที่ทำอยู่ เพื่อให้งานนั้นเสร็จตามเป้าหมาย

2. ชอบความท้าทาย

อย่างที่เราราบกันดีว่าการพายเรือแคนูนั้น เป็นกีฬาที่เล่นบนผิวน้ำ ซึ่งไม่มีความราบเรียบแน่นอน การทำกิจกรรมที่อยู่บนพื้นฐานของความเคลื่อนไหวนั้น เราไม่ทราบหรือกว่ามันจะมีอะไรที่เราจะต้องพบเจอบ้าง ถ้าพื้นฐานของคนไม่ชอบความท้าทายแล้วก็ไม่รู้ว่าจะทำไปทำไม เช่นเดียวกับการทำงานหรือการพัฒนาคนนั้น หากคนใดทำงานหรือทำกิจกรรมที่ราบเรียบชีวิตก็จะไร้รสชาติ และพัฒนาการทางสมองก็จะไม่เกิดขึ้น เพราะเราไม่ได้คิดที่จะรับมือกับสิ่งนั้น และไม่รู้จักวิธีแก้ปัญหา ถ้าคนเราชอบท้าทายก็เท่ากับว่าสิ่งที่เกิดข้างหน้า เราก็จะรู้ว่าเหมือนกับสายน้ำที่ไม่ราบเรียบ และมีอะไรอีกมากมายที่เรายังไม่เจอ

3. กล้าตัดสินใจ

การทำงานทุกอย่างเราหวังอยู่แล้วว่าจะต้องทำงานให้ดีที่สุด กล้าที่จะตัดสินใจในงานที่เราทำ หรือที่ได้รับมอบหมายนั้น เหมือนกับการพายเรือ เราต้องดูทิศทางลม กระแสน้ำว่าเราต้องพายไปทางใดจึงจะไปถึงจุดหมายได้

4. รับมือได้กับทุกปัญหา

เนื่องจากการพายเรือแคนูนั้น เป็นกีฬาทางน้ำ ดินฟ้าอากาศก็เป็นปัจจัยสำคัญ ที่เราไม่สามารถคาดเดาอะไรได้มากนัก เพราะว่ากระแสน้ำ ทิศทางลมจะเปลี่ยนไปตลอดตามฤดูกาล และดินฟ้าอากาศเป็นสำคัญ ลักษณะของการเล่นกีฬาประเภทนี้จึงขึ้นอยู่กับทักษะ และความเชี่ยวชาญจากการฝึกฝนของตนเอง อีกส่วนหนึ่งก็คือสติ ปัญญา ปฏิภาณ และไหวพริบที่จะพลิกแพลงต่อสู้กับกระแสน้ำที่เรากำลังเผชิญอยู่ตรงหน้า จึงไม่ผิดนักหากจะกล่าวว่าการพายเรือแคนูนี้ ก็เหมือนกับการฝึกให้เราสามารถรับมือกับปัญหาทุกปัญหาที่ผ่านเข้ามา

การเล่นเพียงลำพัง หรือมีผู้ช่วยเพียงแค่นั่ง คน และมีอุปกรณ์ช่วยน้อย และสนามที่เล่นก็ไม่อาจควบคุมได้ เนื่องจากขึ้นอยู่กับลม ฟ้า อากาศ จึงทำให้ผู้ที่เล่นแคนูมีบุคลิกที่ต้องใช้ความสามารถรอบด้านกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้น หรือเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา นั่นคือ ไม่ว่าจะเวลาที่พายเรือไป ฝนจะตก แดดออกเบรียงแคไหน หรือคลื่นลมจะแรงอย่างไรก็หาทางที่เผชิญ หรือพายฝ่าไปให้ได้ เปรียบได้กับคนที่สามารถพร้อมจะเผชิญกับปัญหา และฟันฝ่าอุปสรรคไปได้

5. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การพายเรือแคนูทำให้เราต้องรู้จักการยืดหยุ่น และปรับตัวเข้าเข้ากับทุกสถานการณ์กับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นทะเล แม่น้ำ หรือลำคลองต่าง ๆ ลักษณะก็จะไม่เหมือนกัน อีกทั้งในแต่ละเส้นทางที่เราพายไปก็ไม่เหมือนกันด้วย ต้องมีวิธีการพายที่แตกต่างออกไป

การพายยามพายเรือเพื่อรักษาทิศทาง และตรงค้ำผู้จุดหมายที่มุ่งหวังไว้ต้องอาศัยความพยายามอย่างมาก และการเจอกับอุปสรรคที่ทำให้ใจว้าวเวิวเปรียบเสมือนการรักษาฝีพายให้ยืดหยุ่นเหมาะสมกับอุปสรรคที่เจอ

6. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

การพายเรือแคนูนั้น เราไม่สามารถหยุดพายได้จนกว่าจะถึงจุดหมายปลายทาง อาจมีบ้างที่จะหยุดพักผ่อนตามรายทาง แต่ท้ายที่สุด เราก็คงไปให้ถึงปลายทางสายน้ำอันเป็นเป้าหมายของการพายเรือแคนูเดินทางในครั้งนี้ ซึ่งสิ่งนั้นกลายเป็นเป้าหมายที่ฝึกให้เราเป็นคนที่ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจอะไรง่าย ๆ เมื่อตั้งใจไว้แล้ว ก็ต้องไปให้ถึงให้ได้ แม้ว่าจะล่าช้า หรืออาจจะต้องใช้เวลามากกว่าคนอื่นบ้าง แต่ถ้าเราไม่ล้มเลิกความตั้งใจ สุดท้ายก็จะถึงที่หมายที่ตั้งใจแน่นอน

7. เป็นนักบุกเบิก

เนื่องจากกีฬาชนิดนี้ เป็นกีฬาที่ต้องผจญภัย และพบเจอสิ่งใหม่ๆ ดังนั้นจึงฝึกให้เป็นนักบุกเบิก ผจญภัยกับสิ่งใหม่เสมอ

8. มีความเป็นผู้นำ

การเล่นเรือแคนู ผู้เล่นมีแค่หนึ่งหรือแค่สองคนต่อเรือหนึ่งลำ ที่ต้องประคองทั้งตัวเอง พาร์ทเนอร์ และเรือหนึ่งลำ ด้วยแขนเพียงสองข้าง ดังนั้นการเล่นเรือไปต้องช่วยเหลือตัวเองให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ต้องควบคุมเรือและตัวเองให้ไปสู่ทิศทางหรือเป้าหมายเอง หากเล่นในทะเล แล้วเป็นช่วงที่มีคลื่นหรือลมแรงก็ต้องใช้ทั้งพลังกายที่แข็งแกร่ง และพลังใจที่จะฝ่าไปโดยไม่ย้อนกลับ เปรียบกับลักษณะของผู้นำก็คือ ความเด็ดเดี่ยวในการต่อสู้กับปัญหา ต้องอาศัยทั้งร่างกายที่แข็งแรง และจิตใจที่เข้มแข็ง เป็นที่พึ่งของตัวเอง พร้อมกันนั้นก็ต้องเป็นที่พึ่งให้พาร์ทเนอร์ได้เช่นกัน นอกจากนี้การพายเรือฝ่าคลื่นหรือฟาลมมรสุม ที่เกิดขึ้นตลอดเวลาในทะเลก็เหมือนกับการต่อสู้ฝ่าฟันอุปสรรค ที่ผู้นำต้องประสบในทุกสถานะ ไม่ว่าจะเป็นผู้นำครอบครัว ผู้นำองค์กร ผู้นำกลุ่มสมาคม การเป็นที่คนโต หรือผู้นำอื่นใดก็ตาม

9. ทำงานเป็นระบบ

การพายเรือแคนูสอนให้รู้จักทำงานกับสมาชิกร่วมทีมอย่างเป็นระบบ เพื่อที่ชนะการแข่งขัน หรือ ไปให้ถึงจุดหมายแม้ว่าคลื่นจะสูงก็ตาม

10. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

ความทะเยอทะยานที่จะทำงานก็เหมือนกับการพายเรือ คือถ้าเรายังพายเรือเท่าไรก็ประสบผลสำเร็จไปถึงจุดหมายเร็วเท่านั้น แต่เราต้องมีการผ่อนไม่พายบ้าง และรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนร่วมงานด้วย

+ กระทู้หรืออีรัน

วางแผน ประเมิน สุดท้ายก็ขึ้นอยู่กับเราเองว่าจะเอาตัวรอดได้หรือป่าว

2.15 เรือใบ

ผลจากงานวิจัย	%
1.รับมือได้กับทุกปัญหา	23.08%
2.กล้าตัดสินใจ	23.08%
3.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	19.23%
4.อดทน	19.23%
5.ชอบความท้าทาย	19.23%
6.นักวิเคราะห์	15.38%
7.รอบคอบ	11.54%
8.คิดอย่างมีหลักการ	11.54%
9.ทำงานเป็นระบบ	7.69%
10.เก่งในการควบคุมดูแล	7.69%
+สุขุมเยือกเย็น	7.69%
+ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	3.85%
+เป็นตัวของตัวเอง	7.69%

1. รับมือได้กับทุกปัญหา

เพราะว่าการเล่นเรือใบ ต้องเล่นในทะเล และต้องแก้ปัญหาให้ได้ โดยการตัดสินใจที่แม่นยำ ไม่ว่าจะลม คลื่น หรือ สภาพของเรือใบเมื่อออกทะเลแล้ว ต้องควบคุมการทำงานให้สัมพันธ์กันทั้งคนบังคับและอุปกรณ์ รวมทั้งต้องปรับให้เข้าสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนด้วยความรวดเร็ว จึงเปรียบเสมือนต้องรับมือกับทุกปัญหาเมื่อเราได้เล่นเรือใบออกไปแล้ว เพราะการเล่นเรือใบนั้นต้องเจอกับปัญหาหลายอย่างอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ว่าจะเป็น สภาพลม อากาศ ในขณะนั้น และ อาจจะเกิดขึ้นกับร่างกายของเราเองด้วย ซึ่ง นักเล่นเรือ ต้องสามารถ คิด และ แก้ไขปัญหาต่างๆเหล่านั้น ให้ได้ จึงจะไปถึงจุดหมาย

2. กล้าตัดสินใจ

อย่างที่กล่าวไปข้างแล้วในข้อแรก ต้องกล้าตัดสินใจเพราะการควบคุมเรือใบนั้น สถานการณ์ลม ฟ้า อากาศ เป็นปัจจัยธรรมชาติที่ไม่สามารถควบคุมได้ แต่ที่ควบคุมได้คือเรือใบที่เราเป็นคนบังคับ การตัดสินใจแต่ละครั้ง จะบ่งบอกถึงการควบคุมและ ผ่านอุปสรรคที่ควบคุมไม่ได้ ทำให้กล้าตัดสินใจในช่วงพริบตา กระบวนการคิดจะถูกพัฒนาให้ตัดสินใจอย่างรวดเร็ว การตัดสินใจที่แน่วแน่ทำให้นำไปสู่จุดหมายที่แน่นอน

3. ขอบความท้าทาย

เรือใบเป็นกีฬาที่ต้องต่อสู้ ทั้งกับนักแล่นใบด้วยกัน และปัจจัยทางธรรมชาติ (คลื่น , ลม , แดด) ทำให้ต้องคิดวางแผนอยู่ตลอดเวลา ซึ่งเป็นสิ่งที่ท้าทายและน่าตื่นเต้นทุกครั้งที่ได้ออกรือ กีฬาเรือใบเป็นกีฬาที่ท้าทาย ทำให้ผู้ที่เล่นเรือใบมีความกล้าที่จะเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น

4. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

เนื่องจากการแล่นเรือใบ ต้องพบกับการโต้คลื่นระดับต่างๆ ดังนั้นจึงต้องมีกรผ่อนแรง จึงฝ่าใบให้เหมาะสมกับความเร็วลมและการโต้คลื่น เพื่อประคองตัวให้แล่นอยู่ได้ ดังนั้นจึงต้องมีความยืดหยุ่นและปรับตัวได้เสมอ เราต้องผ่อนใบเพื่อให้รับลมมากเวลาที่ลมเบา และต้องปรับใบให้ตั้ง หรือลดใบเมื่อลมแรงก็เหมือนการทำงานที่ต้องปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่ทำงาน

5. อดทน

กีฬากลางแจ้งทุกชนิด ผู้เล่นจะต้องมีความอดทนมากๆ ทั้งร้อน ทั้งเหนียว ทั้งต้องรอจังหวะต่างๆ ในชีวิตก็ไม่ต่างกันนัก มีบางครั้งที่เป็นอย่างที่ว่า ก็ต้องทน และหาหนทางแก้ไขไปให้ได้ รอกกระแสม พาไปสู่เส้นชัย

6. เป็นนักวิเคราะห์

เรือใบ เป็นกีฬาที่ต้องใช้การวิเคราะห์ทั้งภายในและภายนอก ภายนอกสภาพแวดล้อมขณะออกไปเล่นกีฬาเป็นอย่างไร มีฝน มีคลื่นสูงไหม กล่าวคือ ต้องดูสภาพอากาศที่เหมาะสมในการเล่น มิฉะนั้นอาจเป็นอันตรายได้ และดูสภาพของเรือใบที่จะออกไปได้คลื่นว่าเป็นอย่างไร มีความสมบูรณ์ของเชือก ฝ่าใบ มากน้อยเพียงไร เพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นได้ ภายใน วิเคราะห์ถึงสภาพร่างกายและจิตใจ ว่ามีความพร้อมในการเล่นเพียงใด

ในขณะที่แล่นเรือใบ มีปัจจัยหลายอย่างที่จะทำให้เรื่อนั้นไปได้ในทิศทางที่ต้องการ เช่น ทิศของลม กระแสน้ำ ตำแหน่งของใบเรือ หางเสือ จึงจำเป็นที่ต้อง คำนึงถึงข้อมูลทุกอย่างพร้อมๆกัน การเป็นนักวิเคราะห์ที่ดีจึงทำให้สามารถแล่นเรือได้อย่างราบรื่น

7. รอบคอบ

ต้องรอบคอบเพราะว่าต้องพิจารณา ในรายละเอียดต่างๆของอุปกรณ์ และข้อมูลทั้งก่อน ระหว่างก่อน และหลังของการแล่นเรือใบ เพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดอุบัติเหตุ สร้างความปลอดภัย และ เล่นอย่างมีวินัย การจะเล่นกีฬานี้ ต้องมีการเตรียมอุปกรณ์ และตรวจสอบก่อนทำการประกอบ แล้วลงเล่นในทะเล เพราะถ้าหากอุปกรณ์เสียกลางทะเล ก็ จะเป็นอันตราย ต้องรอบคอบเสมอ ทำให้ต้องเตรียมอุปกรณ์ให้พร้อมก่อนทุกครั้ง

8. คิดอย่างมีหลักการ

วิเคราะห์หาหลักการ ทำอย่างไรให้ไปถึงเส้นชัยเร็วที่สุด การที่จะให้เรือเคลื่อนที่ไปยังจุดหมายได้ จะต้องดูองค์ประกอบโดยรวมมากมาย ทั้ง ลม น้ำ ทิศทางที่จะไป สิ่งเหล่านี้เป็นเงื่อนไข ที่จะต้องคิดวิธีการในการไปถึงจุดหมาย

9. ทำงานเป็นระบบ

ในการเล่นเรือใบ เราต้องมีลำดับความคิดที่จะควบคุมเรือใบให้ไปสู่จุดหมายตามที่เรที่ตั้งใจ ซึ่งจะต้องควบคุมทั้งตั้งใบเรือ และหางเสือ ได้อย่างมีระบบอยู่ตลอดเวลาที่เราเล่น การแล่นเรือมีส่วนที่ต้องควบคุมมากมาย การปรับแต่งแต่ละส่วนทำให้ได้ผลลัพธ์ออกมาต่างกัน ฉะนั้นเมื่อต้องการบังคับเรือไปทางหนึ่งจำเป็นต้องปรับแต่งส่วนควบคุมต่างๆเช่น ตำแหน่งของเรือ ใบเรือ หางเสือ อย่างเป็นระบบ

10. เก่งในการควบคุมดูแล

ต้องควบคุมเรือให้เดินทางภายใต้ทิศทางลม ต้องมีทักษะและควบคุมเรือใบได้เป็นอย่างดี มีความรู้เรื่องทิศทางลมและช่างสังเกต

+ สุขุมเยือกเย็น

จากการเป็นนักวิเคราะห์และมีความยืดหยุ่นและการปรับตัวเก่งแล้ว จะทำให้เรามีความสุขรอบคอบ ในการปฏิบัติงาน เมื่อเจอปัญหาก็สามารถวิเคราะห์และทำการแก้ไขปัญหาได้ การเล่นเกมทำให้ได้อยู่กับธรรมชาติ การอยู่ในทะเลที่มีแต่ท้องฟ้ากับน้ำทะเล และต้องสังเกตลม และกระแสน้ำตลอดเวลา ทำให้มีสมาธิมากขึ้น ไม่จำเป็นต้องรีบร้อน แต่ต้องตัดสินใจ และปฏิบัติให้ทันต่อสถานการณ์

+ เป็นตัวของตัวเอง

เป็นกีฬาที่แข่งคนเดียว ต้องอาศัยความคิด กำลังกาย ของตนเองให้ได้มากที่สุด และสามารถแสดงออกมาได้ โดยที่ไม่ต้องรับฟังความคิดเห็นผู้อื่น

2.16 สเตคน้ำแข็ง

ผลจากการวิจัย	%
1.ชอบความท้าทาย	10.11%
2.กล้าเสี่ยง	7.65%
3.กล้าตัดสินใจ	7.10%
4.ไม่ล้มเลิกความตั้งใจ	6.83%
5.อดทน	6.28%
6.กล้าที่จะลองผิดลองถูก	4.64%
7.มีพัฒนาการในตนเองสูง	3.83%
8.ชอบเข้าสังคม	3.01%
9.ชอบช่วยเหลือผู้อื่น	3.01%
10.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	3.01%
+ฉลาดมีไหวพริบ	2.73%
+เรียนรู้เร็ว	1.37%
+เอาตัวรอดได้	1.64%

1.ชอบความท้าทาย

กีฬานี้เป็นกีฬาหนึ่งที่มีความท้าทายผู้เล่น นอกจากการสเกตไปตามลานน้ำแข็งธรรมดาๆแล้ว ยังมีรูปแบบการเล่นในลักษณะของการโชว์ท่าทางสวยงาม ซึ่งในการฝึกซ้อมนั้นถือเป็นความท้าทายความสามารถเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้นเมื่อเราทำงานอย่างอื่นจึงมีความชอบสิ่งต่างๆที่เข้ามาท้าทายความสามารถของเรา การที่เราเล่นอยู่บนคมมีด ถ้าใจเราไม่

กล้าพอ ก็คงเล่น ไม่ได้และแต่ละคนที่เล่นก็มีความสามารถสูงมาก แต่บางคนก็เล่นอ่อนมาก แต่ก็พยายามเล่น ซึ่งจริงๆ แล้วก็ป็นอันตรายกับคนอื่นไม่น้อย ที่ดีควรมีครูฝึกสอนก่อนจะดีมาก ดังนั้นเรารู้สึกว่าทำทายน่าลอง เพราะถ้าทำได้จะเป็นกีฬาที่มีความสวยงามมาก

2. กล้าเสี่ยง

เพื่อให้ได้คะแนนที่ดีจะต้องรู้จักการใช้ท่าที่ยากขึ้น และท่ายากจะต้องมีความเสี่ยงที่จะเกิดความผิดพลาดและได้รับบาดเจ็บ ผู้ที่มีความมั่นใจและความเชื่อมั่นที่จะเสี่ยงเท่านั้น จึงจะประสบความสำเร็จ การเล่นสเกตน้ำแข็ง ผู้เล่นจะต้องกล้าที่จะเสี่ยง กล้าที่จะลอง เพราะการเล่นสเกตน้ำแข็งซึ่งลื่น อาจจะทำให้เกิดการล้มได้ง่าย ผู้เล่นจึงกล้าที่จะเสี่ยงไม่กลัวที่จะล้มหรือพลาด ถ้าต้องการที่จะเก่ง เพราะเป็นกีฬาที่ต้องเล่นบนพื้นน้ำแข็งที่ทั้งหนาวและแข็ง และอุปกรณ์การเล่นก็ค่อนข้างอันตราย ซึ่งอาจทำให้ได้รับอันตรายได้ง่าย ถ้าประมาท ดังนั้นถ้าผู้เล่นไม่กล้าที่จะเสี่ยงกับความเจ็บปวดหรืออันตรายก็จะไม่สามารถเล่นกีฬาประเภทนี้ได้

3. กล้าตัดสินใจ

การเล่นสเกตน้ำแข็ง ต้องสามารถกล้าตัดสินใจได้อย่างรวดเร็วว่าจะต้องวิ่งไปในทิศทางใด เนื่องจากมีผู้เล่นมากมาย ต้องหาทางวิ่งที่จะไม่ชนใคร ก็เหมือนกับการทำงานก็ต้องกล้าตัดสินใจ และยอมรับผลของการตัดสินใจเพราะกีฬาประเภทนี้จำเป็นที่จะใช้ความกล้าตัดสินใจที่จะกระโดดขึ้น หมุนตัว และในการฝึกฝนขั้นต้นมีโอกาสผิดพลาดได้ง่าย ดังนั้นถ้าหากไม่มีความกล้าตัดสินใจแล้วนั้น จะทำให้ไม่ประสบความสำเร็จในกีฬาประเภทนี้

4. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

การเริ่มเล่นสเกตน้ำแข็งในช่วงแรก อาจจะล้มลุกคลุกคลานไปบ้าง แต่ถ้าเราล้มแล้วลุก ไม่นานเราจะต้องเล่นสเกตได้ ก็เหมือนกับชีวิตของเราที่อาจจะต้องเจออุปสรรคอยู่ที่ทำให้เราหกล้ม แต่ถ้าเราไม่ท้อและมุ่งมั่นต่อไป ไม่นานเราจะข้ามผ่านทุกๆ อุปสรรคไปได้ เป็นกีฬาที่ฝึกให้มีความอดทนและไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ เพื่อให้เอาชนะใจตัวเอง ฝึกให้มีจิตใจที่เข้มแข็งและไม่ยอมแพ้ง่ายๆ ไม่ว่าจะหกล้มหรือบาดเจ็บเท่าไร ก็ต้องลุกขึ้นเล่นใหม่และเอาชนะให้ได้ เพราะคนเราไม่มีอะไรเป็นมาตั้งแต่เกิด การที่จะยืนบนพื้นลื่นๆ ได้นั้นก็ต้องอาศัยความตั้งใจ ไม่ย่อท้อหรือล้มเลิกความตั้งใจง่ายๆ

5. อดทน

ในการเล่นสเกตน้ำแข็งต้องใช้ความอดทนของผู้เล่น เพราะกว่าจะเล่นเก่งได้ต้องอาศัยการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ และมีปัญหาที่ต้องเจอ เช่น การล้มทำให้เจ็บ การฝึกฝนในท่าต่างๆ กีฬาประเภทนี้ต้องอาศัยความอดทนสูงในการที่จะเล่นให้เก่ง หากไม่มีความอดทนแล้วก็เป็นการเล่นไม่ได้ เพราะเพียงแค่การยืนบนน้ำแข็งก็ยากแล้ว หากเราต้องการฝึกฝนจนสามารถเดิน วิ่งและสามารถไสลลาลงไปได้ ต้องอาศัยความอดทนอย่างสูง ช่วยพัฒนาทักษะทางด้านนี้ได้เป็นอย่างดี

6. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

ในการเล่นสเกตน้ำแข็งจะเล่นเก่งขึ้นก็ต่อเมื่อกล้าลองผิดลองถูก ไม่ว่าจะลองเดินแบบถอยหลังหรือเร่งความเร็วในการวิ่ง ล้วนแต่ต้องปฏิบัติโดยการลองผิดลองถูก เพื่อให้รู้ถึงลักษณะท่าทาง และจังหวะในการเล่นเท่านั้น

7. มีพัฒนาการในตนเองสูง

ในช่วงแรกผู้เล่นจะยังทรงตัวได้ไม่ดีนัก อาจจะมีการลื่นล้มบ้าง ดังนั้นเพื่อการเล่นที่ดีขึ้น ผู้เล่นจะต้องพัฒนาตนเองเพื่อให้เดินและวิ่งในลานได้อย่างปลอดภัย และคนส่วนใหญ่ที่จะเล่นจะมีพัฒนาการที่เร็วเพราะอยากเล่นให้เป็นเร็ว ๆ เมื่อเริ่มยืนบนรองเท้าสเกตได้ ลำดับต่อมาที่พัฒนาโดยการเริ่มเดิน เริ่มวิ่ง จนกระทั่งเล่นได้ เปรียบกับการทำงาน เมื่อเริ่มปรับตัวได้แล้ว เราก็ศึกษาระบบงาน เดินหน้าทำเต็มที่ เมื่อทุกอย่างเข้าที่ก็เริ่มใช้ความรู้และประสบการณ์เพื่อทำประโยชน์ให้บริษัทก้าวหน้า เหมือนการวิ่งไปข้างหน้า

8. ขอบเข้าสังคม

การเล่นสเกตน้ำแข็งเราต้องไปเล่นที่มีคนเล่นเยอะๆ ดังนั้นการพูดคุยกับคนอื่นที่ไม่รู้จักก็เป็นการดีเพราะเราต้องแลกเปลี่ยนความรู้กัน

9. ชอบช่วยเหลือผู้อื่น

เมื่อกีฬาชนิดนี้มีความเสี่ยงก็ย่อมมีคนบาดเจ็บ หรือมีคนที่ยากจะลงเสียง คนที่ยังเล่นไม่เป็นและอยากจะทำลงเล่น เราก็ต้องพร้อมที่จะช่วยเหลือเขาเมื่อเขาเจอปัญหา พอช่วยเหลือแล้วมิตรภาพและหลายๆสิ่งหลายๆอย่างในมุมมองอื่นๆ ก็จะตามมา

10. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

เมื่อเริ่มเล่นสเกตน้ำแข็ง ก็เปรียบเสมือนเริ่มการทำงาน เราต้องมีการฝึกฝนความยืดหยุ่นให้กับร่างกาย สร้างความสมดุลในการยืน การทำงานเช่นกัน เมื่อเริ่มเข้าไปอยู่ที่ใหม่เราต้องเริ่มปรับตัวให้กับบรรยากาศ เพื่อร่วมงาน สถานที่ ความกดดัน ซึ่งจะเป็นบันไดแรกในการเริ่มตัวเหมือนการอบอุ่นร่างกาย

+ ฉลาดมีไหวพริบ

การเล่นสเกตไม่ได้มีเราคนเดียวในสนาม แต่มีผู้เล่นคนอื่นมากมาย หากเราเดินๆอยู่แล้วมีคนวิ่งเข้ามาใกล้ เราจะหลบเขาอย่างไร ทำอย่างไรไม่ให้ชนเขา และไม่ไปชนคนอื่นที่อยู่ใกล้ นั่นต้องมีความฉลาดมีไหวพริบที่ดี การเล่นสเกตน้ำแข็งนั้น ถ้าจะให้ประสบความสำเร็จได้เร็วยิ่งขึ้นนั้น ทางที่ดีควรที่จะรู้จักสังเกต ฉลาดมีไหวพริบในการดูบุคคลอื่นๆที่เล่นเป็นตัวอย่าง สังเกตดูว่าเขามีเทคนิคอย่างไรแล้วนำมาปรับปรุงใช้กับตนเอง

+ เรียนรู้เร็ว

การเล่นสเกตน้ำแข็งจำเป็นต้องใช้ทักษะความสามารถพอสมควร จึงจะเล่นได้สนุกสนาน ซึ่งการจะไปถึงขั้นนั้นได้ ต้องเล่นก่อนข้างบ่อยซึ่งจะทำให้เราเรียนรู้ได้เร็ว

+ เอาตัวรอดได้

การเล่นสเกตน้ำแข็งก็มีอันตรายอยู่พอสมควร จึงทำให้เราฝึกฝนมากขึ้น จนสามารถเอาตัวรอดได้

3. เครื่องดนตรี

3.1 เครื่องดนตรีสากล

3.1.1 กลอง

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	16.48%
2.มีความเป็นผู้นำ	12.64%
3.มีความคิดสร้างสรรค์	12.64%
4.ทำงานเป็นระบบ	12.09%
5.เป็นศิลปิน	11.54%
6.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	10.99%
7.เก่งในการควบคุมดูแล	8.79%
8.มีวินัย	8.24%
9.ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	7.14%
10.เรียนรู้เร็ว	6.59%
+กล้าตัดสินใจ	6.04%
+เป็นตัวของตัวเอง	4.4%
+กระตือรือร้น	5.49%

1. อดทน

การเล่นกลองต้องใช้ประสาทหลายส่วนกว่าเครื่องดนตรีหลายๆ ชิ้น เนื่องจาก การใช้งานของอุปกรณ์กลองแต่ละชิ้นไม่เหมือนกัน ไม่ว่าจะเป็น High Hat, Snare, แฉ , กระเดื่อง เป็นต้น และต้องแยกประสาทอวัยวะแต่ละส่วนด้วย เช่น แยกประสาทมือ ประสาทเท้า ประสาทหู ประสาทตา หากไม่มีความอดทนจริงก็ไม่สามารถใช้เครื่องดนตรีประเภทนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. มีความเป็นผู้นำ

กลองเป็นเครื่องดนตรีประเภทกระทบให้จังหวะในแต่ละเพลง ที่จะกำกับจังหวะให้เครื่องดนตรีชิ้นอื่นๆ โดยมีคนตีเพียงไม่กี่แนวที่ไม่ใช่กลองในการเล่น แม้จะไม่ใช่กลองแต่บางครั้งก็ต้องใช้ชิ้นส่วนอื่นๆ ของกลองนั้นๆ ให้จังหวะแทน เพื่อให้ดนตรีชิ้นอื่นๆ ให้บรรเลงเป็นเพลงที่สมบูรณ์ได้ กลองจะเป็นตัวควบคุมจังหวะทั้งหมดของวงดนตรี ยิ่งเวลาเล่นในฟับท่ามกลางเสียงอึกทัก จะเป็นเครื่องดนตรีที่ได้ยินชัดที่สุด ดังนั้น การเป็นผู้นำในเรื่องของจังหวะเราต้องแม่น สม่่าเสมอ รวมถึงการขึ้นเพลง ต่อเพลง ควบคุมความต่อเนื่องของการเล่นทั้งหมด กลองจะเป็นตัวนำ

3. มีความคิดสร้างสรรค์

การจะสร้างสรรค์จังหวะทำนองใหม่ๆถือเป็นเรื่องท้าทาย สำหรับมือกลองอย่างมากด้วยข้อจำกัดในด้านอุปกรณ์ที่มีรูปแบบค่อนข้างมาตรฐานการจะนำเสนอต้องมีความคิดสร้างสรรค์อย่างสูง

4. ทำงานเป็นระบบ

การเล่นกลองมีส่วนช่วยพัฒนาให้เราทำงานเป็นระบบ เพราะว่าการเล่นต้องใช้ประสาทสัมผัสพร้อมกันหลายอย่างเช่นมือต้องตีหูต้องฟัง เท้าเคาะจังหวะ บางครั้งก็ต้องสลับกันตีและบางตั้งต้องตีพร้อมกัน กลอง 1 ใบ ตี 1 ครั้งเสียง 1 เสียง ตี 2 ครั้งแต่น้ำหนักต่างกันก็ คนละเสียงอีกเช่นกัน เพราะฉะนั้น ต้องสร้างระบบหรือจังหวะการตีกลองให้เป็นระบบ เพื่อให้ได้เสียงที่แตกต่างแต่กลมกลืนและสร้างสรรค์ให้เสียงของกลองที่นำเสนอให้ผู้ฟัง รู้สึกเพลิดเพลินไปกับกลองที่เราตี

5. เป็นศิลปิน

การเล่น กลองก็เหมือนเป็น ศิลปิน คนหนึ่ง ที่ต้องแบกรับภาระในการจัดท่วงทำนองให้สอดคล้องเข้ากับงานเพลงที่เล่น

6. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

สามารถปรับเปลี่ยน วิธี จังหวะ ในการเล่นต่างๆ ให้เข้ากับพวกหรือทีมงานได้ที่เล่นด้วยกันได้ และสามารถปรับจังหวะให้เป็นไปตามสถานการณ์ต่างๆ ได้ กลองเป็นเครื่องดนตรีที่ต้องเล่นกับวงดนตรี จึงจะเกิดศักยภาพสูงสุด เมื่อต้องเล่นกับบุคคลอื่นๆ การปรับตัวและยืดหยุ่นต่อความคิดเห็นต่างๆจึงเป็นสิ่งสำคัญ เช่น เพลงนี้ควรตีด้วยความเร็วแค่ไหน ดัง เบา แคไหน ตรงนี้ส่งจังหวะมากน้อยเพียงใดจึงจะพอดี ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความคิดเห็นของทุกคนในวงด้วยเช่นกัน

7. เก่งในการควบคุมดูแล

เพราะว่ากลองเป็นเสมือนผู้บริหารจังหวะ ที่จะควบคุมทำนองของเครื่องดนตรีต่างๆให้เป็นจังหวะที่เราใจหรือหนักแน่นได้ และต้องคอยช่วยพยุงจังหวะในภาวะที่เครื่องดนตรีอื่นๆเริ่มสะดุดหรือว่าจังหวะเพี้ยนไปให้กลับเข้ามาในทำนองที่ถูกต้องได้ โดย ทักษะทางกลองอันนี้จะมีประโยชน์เสมือนว่าเป็นผู้บริหารที่ต้องคอยเป็นผู้นำและคอนโทรลการทำงานของคนอื่นๆพร้อมที่จะเป็นทั้งผู้นำ และแม้แต่จะคล้อยตามความเห็นของผู้อื่นได้เพื่อให้งานบรรลุผลสำเร็จช่วยให้เป็นคนช่างสังเกต รับรู้ถึงอารมณ์ของผู้อื่นได้ดี ทำให้สามารถเข้าถึงบุคคลต่างๆและปรับเปลี่ยนความดัง แรงของจังหวะที่เล่นเพื่อให้เพลงที่เล่นออกมาไพเราะยิ่งขึ้น

8. มีวินัย

การตีกลองต้องไม่อยู่นอกกรอบของเพลง และจังหวะในการเล่นดนตรี เพราะถ้าเล่นอย่างไร้กรอบแล้วจะพาให้วงเสียหายได้ จึงเป็นการฝึกวินัยที่ดีที่สุดสำหรับการตีกลองแก่ผู้เล่นได้อย่างแท้จริง หากต้องการเล่นกลองได้อย่างมีประสิทธิภาพแล้วนั้น จำเป็นต้องมีการวางตารางเวลาในการซ้อมกลอง (รวมไปถึงเครื่องดนตรีประเภทอื่น ๆ ด้วย)และสิ่งที่สำคัญไม่แพ้กับตารางเวลาคือการมีวินัย เช่น วันนี้ซ้อม 8 ชม. และทิ้งช่วงไปอาทิตย์หน้า ก็ทำให้ขาดความต่อเนื่องไม่เก่งซักที ตารางเวลาช่วยในเรื่องการจัดการในงานนั้น ๆ แต่หากขาดวินัยแล้ว ตารางเวลาก็แค่กระดาษเปล่าๆที่ไม่มีค่าอะไร

9. ฝึกหาความรู้ใหม่ๆ

การตีกลองถ้าจะให้เก่งต้อง รู้จักหาเทคนิคใหม่ๆมาลองฝึกอยู่เสมอ เพื่อการตีที่ทำให้เราชำนาญขึ้น และทำให้ รู้จักการตีหลายๆแบบ ทั้งจังหวะช้าและเร็ว

10. เรียนรู้เร็ว

การเรียนรู้การตีกลองทำให้เรามีสมาธิมากขึ้น เราจำเป็นต้องเรียนรู้ให้เร็ว เพื่อที่จะฝึกฝนให้คล่องมือ ท่องจำ จังหวะให้ขึ้นใจ ช่วยให้เราต้องกระตุ้นตัวเองเป็นการกระตุ้นให้เรียนรู้ได้เร็วยิ่งขึ้น การตีกลอง สำคัญจะต้องฟังและ แยกแยะเสียงในการถอดmelody และการฟังline กลองจะยากมาก จะต้องฟังเร็วและแยกเสียงให้ถูกในแต่ละจังหวะ

+ กล้าตัดสินใจ

การกล้าตัดสินใจเกี่ยวกับการเล่นกลองคือ เวลาที่เราตีกลองต้องตีให้ถูกจังหวะ ทำให้เราต้องตัดสินใจ ในทันทีว่าจะตีกลองไปไหน กลอง ถือเป็นเครื่องดนตรี ที่ให้จังหวะ ทุก ๆ ขึ้นต้องฟังจังหวะ จากกลอง เพราะฉะนั้น เรา จะเล่นแนวไหน ช้าหรือเร็ว หยุดตอนไหน เริ่มตอนไหน เราต้องกล้าที่จะตัดสินใจเพราะ ทุกคนก็ต่าง หวังไว้ที่เรา

+ เป็นตัวของตัวเอง

กลองเป็นสิ่งที่สามารถแสดงตัวตนที่แท้จริงออกมาได้ชัดเจนอย่างหนึ่ง สามารถเล่นเพลงช้า หรือจะเป็น เพลงเร็วระบายนามณ์ จะเห็นได้ชัดว่า นั่นคือตัวตนของเราในตอนนั้น การตีกลองเป็นการแสดงออกของคนแต่ละคน ยิ่งคนนั้นเข้าถึงดนตรีมากเท่าไร ก็จะทำให้เค้าแสดงความเป็นตัวของตัวเองออกมาอย่างมากที่สุด

+ กระทือร้อน

เล่นกลองจะต้องเล่นให้ได้ก่อนเพื่อนๆ ในวง เพราะถ้าเค้าได้ช้า bass ก็จะเล่นตามไม่ได้ ก็ดาร์ก็ไม่ได้แต่ลงcord แต่ยังไม่เล่นเป็นband ไม่ได้ กลองจึงสำคัญมาก จึงฝึกให้กระทือร้อนมากกว่าใครๆในวง

3.1.2 กีตาร์

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	20.83%
2.เป็นศิลปิน	19.17%
3.มีมนุษย์สัมพันธ์ดี	15.56%
4.มีความคิดสร้างสรรค์	15.56%
5.สุขุมเยือกเย็น	11.94%
6.จิตใจดี	10.83%
7.ฝึกหาความรู้ใหม่ๆ	10.28%
8.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	10.28%
9.เป็นตัวของตัวเอง	9.72%
10.มีอัธยาศัยดี	8.61%
+มีความสามารถในการนำเสนอ	6.67%

1. อดทน

เพราะกว่าที่เราจะเล่นเป็นจะต้อง อดทนต่อการเจ็บนิ้ว อดทนต่อผู้กับการฝึกฝน ให้เกิดความสำเร็จ เปรียบเสมือนกับการที่บุคคลแต่ละบุคคล ที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตได้จะต้องอดทนต่อผู้ฝ่าฝืนอุปสรรคต่าง ๆ นานา จึงมักมีที่มาที่ไปของบุคคลในแวดวงที่ประสบความสำเร็จในชีวิตออกมา ให้ได้รับรู้หรือได้อ่านให้เห็นเป็นประจำ ๆ จึงถือได้ว่าความอดทนจะช่วยพัฒนาจิตใจ และร่างกายให้มีความเข้มแข็งต่อสู้ให้ได้มาด้วยความสำเร็จ

การเล่นกีตาร์ซึ่งเป็นเครื่องดนตรีอย่างหนึ่งนั้น ต้องใช้ความอดทนในการฝึกฝนนาน และต้องมีความตั้งใจ เนื่องจากไม่สามารถหัดเล่นได้ในเวลาอันสั้นนอกจากจะต้องใช้ความอดทนในการหัดเล่นแล้วยังต้องอดทนต่อเสียงรอบข้าง(กรณีมีคนไม่สนับสนุนหรือเห็นด้วย) ซึ่งมีส่วนช่วยให้เราสามารถทนกับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ดีทั้งในสภาพแวดล้อมที่ต่าง ๆ กันไป

2. เป็นศิลปิน

ละเมียดละไมในทุกรายละเอียด กีตาร์ทำให้เราอยู่ใน โลกแห่งจินตนาการที่ไม่มีจุดสิ้นสุด ทำท่ายให้คิดค้น พัฒนาแนวทางการเล่นได้อย่างไม่จบสิ้น เป็นโลกแห่งสุนทรียภาพอย่างแท้จริง และทำให้จิตใจอ่อนโยน มีสมาธิ ในการนำเสนอเพลงๆหนึ่งด้วยกีตาร์ ถ้าเราสามารถเล่น ได้อย่างถูกต้องไม่ผิดเพี้ยน แต่ไม่ได้ใส่อารมณ์เข้าไปด้วยในเพลงที่กำลังนำเสนอ ความน่าสนใจก็ไม่เกิดขึ้น ผู้ฟังไม่ค่อยตาม แสดงให้เห็นถึงว่า เราทำตามกฎเกณฑ์ หรืองานที่ได้รับมอบหมาย เฉยๆ แต่ไม่ได้มีความรักในงานที่จะทำเลย เพราะฉะนั้นในการทำงานต้องมีใจรักในงานที่ทำด้วย

3. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การเล่นกีตาร์ทำให้เราเป็นคนที่ยิ้มกับคนอื่นง่าย เนื่องจากทำให้เราใจเย็นขึ้น และคนที่แวดล้อมเราอยู่ก็จะรู้สึกสบายไปกับเราด้วย เพราะดนตรีทำให้เราได้พบปะผู้คนมากมาย และทำให้เราเข้ากับคนอื่น ได้ดีจึงนำเอาสิ่งนี้มาใช้กับงานได้ในการประสานงานกับคนอื่นการเล่นดนตรี เช่น กีตาร์ ทำให้คนเล่นมีสมาธิ และมีอารมณ์สุขุม เพราะเสียงดนตรีทำให้ผ่อนคลาย และทำให้คนรอบข้างรู้สึกดีกับเรา จึงทำให้เป็นผลพลอยได้ของคนเล่นมีสุขภาพจิตดี การกระทำที่ดี เมื่ออยู่ร่วมกับคนอื่นทำให้เรามีมนุษยสัมพันธ์ดีด้วย

4. มีความคิดสร้างสรรค์

ในการเล่นกีตาร์นั้นต้องมีความคิดสร้างสรรค์โดยพยายามหาคอร์ดใหม่ๆในการเล่น เพลงเดิมที่มีคอร์ดเก่าอยู่แล้ว เพื่อให้เพลงที่เล่นมีความไพเราะและเป็นแบบฉบับของตนเองมากขึ้น การเล่นกีตาร์ช่วยเสริมสร้างบุคคลให้มีความคิดสร้างสรรค์การทำงานบางงานอาศัยทั้ง ระเบียบแบบแผนที่มีอยู่แล้ว แต่บางทีก็ไม่สามารถเอามาใช้ได้ในงานเสมอไป จำต้องอาศัยความคิดสร้างสรรค์ของคนทำงานเข้ามาประยุกต์ใช้ เพื่อให้งานบรรลุเป้าหมาย เหมือนกับการเล่นกีตาร์ ถ้าเล่นตามคอร์ดที่มีอยู่แล้วมันก็จะเกิดเป็นเพลง เพลงเดิมแต่ถ้าลองพลิกคอร์ดที่มีเป็นคอร์ดอื่นๆที่มีโน้ตเสียงใกล้เคียงกันนั้น ก็จะเกิดเป็นทำนองดนตรีใหม่ขึ้นมา

5. สุขุมเยือกเย็น

การเล่นกีตาร์มีผลให้เรามีความสุขุมเยือกเย็นได้ เนื่องจากการเล่นกีตาร์นั้นต้องอาศัยสมาธิพอสมควรไม่ได้อาศัยแต่ความชำนาญเพียงอย่างเดียวซึ่งมีผลมาจากความมุ่งมั่น และอุทิศให้กับกีตาร์ จะทำให้เกิดสมาธิ และทำให้เกิดความสุขุมเยือกเย็นตามมาอีกด้วย

ดนตรีสร้างความเอื้อกันให้กับบุคคลอย่างไม่ต้องสงสัย บุคคลใดที่มีดนตรีในหัวใจ เชื่อได้เลยว่า บุคคลนั้นย่อมทำงานด้วยความสุขุมเอื้อกัน เพราะการเล่นกีตาร์ในบางทำนอง ต้องอาศัยอารมณ์ที่เอื้อกัน ไม่ร้อนจนเกินไป ผลงานที่ออกมานั้น ก็คือ บทเพลงที่ไพเราะ หากนำมาปรับใช้กับการทำงานก็คือการที่รู้จักคิดให้รอบคอบใช้ความสุขุมผลงานที่ออกมาก็จะเหมือนกับบทเพลงนั่นเอง

6. จิตใจดี

การเล่นกีตาร์มีส่วนในการพัฒนาทางด้านจิตใจ คือการเล่นกีตาร์สามารถขัดเกลาให้คนมีความอ่อนโยนและไม่แข็งกระด้างอย่างเพลงบางเพลงที่เราเล่นสามารถปลอบใจคนฟังหรือให้กำลังใจคนฟังได้ ดนตรีนั้นจะเป็นสิ่งที่ช่วยในการส่งเสริมจิตใจของผู้คนดังจะเห็นได้จาก คำกล่าวในหนังสือต่างๆที่ว่าดนตรีนั้นสามารถที่จะช่วยพัฒนาจิตใจของคนได้ เนื่องจากกีตาร์ก็เป็นการเล่นดนตรีในรูปแบบหนึ่ง ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมจิตใจของผู้เล่นให้ดียิ่งขึ้น

7. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

หลังจากทำให้นิ้วเคยชิน(ด้าน)กับกีตาร์ได้แล้ว ต่อมาเราก็ต้องมาเรียนรู้คอร์คต่างๆ เพื่อจดจำและสร้างสรรค์เล่นให้เป็นเพลง เริ่มหาเพลงแนวต่างๆมาฟัง แล้วลองเล่นตามเพลงที่ฟัง ในปัจจุบันก็จะมีเพลงใหม่ๆออกมาให้เราฟังเรื่อยๆมีหลากหลายแนวมีการเปลี่ยนแปลงอยู่บ่อยๆตามยุคสมัย เรายังก็ต้องใฝ่หาความรู้ใหม่ๆฟังเพลงเยอะๆฝึกฝนมากๆเพื่อพัฒนาฝีมือและไม่ตกยุค

คนเล่นกีตาร์ส่วนใหญ่ต้องหมั่นหาความรู้ในการเล่นเพลงใหม่ๆ เมื่อมีเพลงใหม่ออกมาก็อยากจะเล่นให้ได้ตามเพลงนั้นๆทำให้ต้องหมั่นฝึกซ้อม และหาความรู้ในการแกะเพลงอยู่เสมอการเล่นกีตาร์ทำให้เรามีความพยายามที่จะสรรหาเทคนิคการเล่นใหม่ๆเพื่อเอามาประยุกต์ใช้ให้เข้ากับลักษณะการเล่นของเราซึ่งทำให้ได้เทคนิคใหม่ๆเพิ่มเข้ามาเป็นการเพิ่มสีสันให้กับการเล่นของเราตลอดเวลา

8. ใฝ่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

การเล่นกีตาร์ต้องใช้ความตั้งใจ มุ่งมั่น อดทน มีสมาธิและให้เวลาในการฝึกฝนเพราะกว่าจะจับคอร์คกีตาร์ได้แต่ละคอร์คต้องทั้งออกแรงนิ้วกดสายกีตาร์บางที่อาจโดนสายบาดนิ้วเป็นแผลต้องทนฝึกเล่นจนนิ้วด้านอย่าหยุดพอผ่านจุดนี้แล้วหลายอย่างก็ง่ายขึ้นแต่ถ้าหากเราหยุดเพราะว่าทนเจ็บไม่ได้ หรือว่ากลัวเป็นผู้หญิงนิ้วด้าน เราก็จะเล่นกีตาร์ไม่เป็นซักที

ในช่วงเล่นกีตาร์ช่วงแรกๆ ทุกคนต้องเคยประสบปัญหาเกี่ยวกับนิ้วที่แตกด้านตามสายกีตาร์ แต่พอเล่นฝึกไปได้สักระยะก็จะดีขึ้นและรอยด้านก็จะจางลง พอวันหนึ่งเรากลับมามองนิ้วมือของเรา เราจะรู้สึกว่ามันภูมิใจนะที่ตอนนั้นนิ้วเป็นอย่างนั้นแล้ว เราไม่ได้เลิกซะก่อนทนมาได้จนเล่นเป็นทุกวันนี้โดยส่วนตัวเวลามองนิ้วมือแล้วก็จะนึกถึงตอนที่ฝึกกีตาร์แรกๆเมื่อสิบกว่าปีก่อน ดังนั้นจึงทำให้รู้สึกว่าการที่ผ่านช่วงเวลาต่างๆที่ผ่านมาไม่ว่าเรื่องงานหรือเรื่องส่วนตัวย่อมมีปัญหาแต่ถ้าพอเราผ่านไปได้นะเราจะรู้สึกดีที่ตอนนั้นเราทนมาได้ในทางกลับกันถ้าเราล้มเลิกไปซะก่อนเราคงไม่ได้เห็นความภูมิใจในตอนนี้

9. เป็นตัวของตัวเอง

การเล่นกีตาร์ ก็เหมือนการได้ปลดปล่อยตัวเอง ได้ใช้เวลากับตัวเองมากขึ้น ได้คิด ได้สร้างสรรค์ผลงานด้วยตัวเองไปกับเพลงนั้นๆที่บรรเลงขึ้นมาจะนั้นการทำงานนอกจากรู้จักทำงานเป็นทีมแล้ว ต้องรู้จักตัวเองด้วย ทำงานตามที่ตัวเองเป็นแล้วประยุกต์ใช้กับงาน เพื่อนร่วมงาน ให้เกิดผลดีมากที่สุด

การเล่นกีตาร์ นั้นถือว่าเป็นการเล่นเครื่องดนตรีอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้เราถ่ายทอดความเป็นตัวของ ตัวเองออกมา ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ ความรู้สึกต่างๆ การเล่นดนตรีทำให้เราปลดปล่อยความรู้สึกออกมา ซึ่งช่วยให้เรารู้สึก ผ่อนคลายและอารมณ์ดีขึ้น เป็นสิ่งที่ดีอย่างยิ่ง ถ้าเราหันมาสนใจการเล่นดนตรีไม่ว่าจะเล่นอะไรก็ได้ ทุกอย่างให้ ประโยชน์กับเราทั้งสิ้น

10. มีอัยยาศัยดี

การเล่นกีตาร์ทำให้เราเป็นคนมีความมั่นใจในตัวเองว่าเรามีความสามารถ ทำให้เรามีเรื่องพูดคุยกับเพื่อนๆ และคนอื่นๆมากขึ้น ทำให้มีเพื่อนๆเยอะ และมีคนรู้จักเพิ่มขึ้น เราก็ได้เรียนรู้ลักษณะนิสัยของคนที่หลากหลาย เข้ากับคน ได้ง่าย บางครั้งก็มีเพื่อนมาปรับทุกข์ด้วยบ่อยๆ เราก็เลยเป็นผู้ฟังที่ดีให้กับเพื่อนๆ ในการทำงานจะรับฟังความคิดเห็นของ ผู้อื่นเพื่อปรับปรุงตัวเอง มีความยืดหยุ่นในการทำงาน จะได้ไม่มีปัญหาให้กับเพื่อนร่วมงาน ผลงานที่ออกมาก็จะมี ประสิทธิภาพด้วย

+ มีความสามารถในการนำเสนอ

เพลงแต่ละเพลงมีรูปแบบการนำเสนออารมณ์เดียวกันได้ต่างมุมมอง ต่างอารมณ์ ทำให้คนที่เล่นกีตาร์และ รู้จักสังเกต จะสามารถนำมาปรับใช้ในการนำเสนอต่างๆ ได้ เมื่อเล่นกีตาร์ได้แล้ว ต้องมีการเล่นต่อหน้าสาธารณะชนบ้าง บางครั้ง หากบุคคลเล่นกีตาร์ต่อหน้าสาธารณะชนได้ดี แล้วการนำเสนอผลงานของคนก็คงจะไม่ใช่ว่าเรื่องยากอะไร

3.1.3 คีย์บอร์ด

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	23.33%
2.สุขุมเยือกเย็น	19.17%
3.มีความคิดสร้างสรรค์	16.67%
4.จิตใจดี	11.67%
5.เป็นศิลปิน	10.83%
6.เรียนรู้เร็ว	10%
7.ทำงานเป็นระบบ	9.17%
8.สามารถสร้างสรรค์ทุกอย่างได้	8.33%
9.ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	7.5%
10.เป็นตัวของตัวเอง	7.5%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	4.17%
+มองโลกในแง่ดี	4.17%

1. อดทน

การเล่นดนตรีเป็นการฝึกความอดทนในอีกด้านหนึ่ง เมื่อเราต้องการเล่นดนตรีชิ้นหนึ่งที่เรารอบแล้ว เราต้องพยายามที่จะฝึกฝนจนเราเล่นเครื่องดนตรีชิ้นนั้นได้ แต่ก็ยังไม่พอเพราะเราจะยิ่งอยากจะเล่นเครื่องดนตรีชิ้นนั้นให้ได้เก่ง สิ่งนั้นก็มีความสุขอย่างหนึ่ง เช่น เมื่อเราเจอเนื้อเพลงบางเพลงที่เราชอบมากๆ เราก็จะพยายามที่จะเล่นเพลงนั้นให้ได้ มันเป็นการสร้างความอดทนในอีกรูปแบบหนึ่งเช่นกัน เพราะมันไม่มีอะไรที่ได้มาง่ายๆเลย

2. สุขุมเยือกเย็น

เป็นที่รู้กันดีว่าดนตรีเป็นตัวช่วยให้เรามีสมาธิ ช่วยจรรโลงใจ จึงทำให้เราเป็นคนสุขุมเยือกเย็น ทำอะไรก็จะมึสติ คิดก่อนทำ การเล่นดนตรี ช่วยเสริมสร้างสมาธิให้กับผู้เล่น ทำให้มีสติ สุขุมเยือกเย็น พร้อมรับมือกับปัญหาต่างๆ ได้ดี

3. มีความคิดสร้างสรรค์

บางครั้งเมื่อเราเล่นเพลงของคนอื่นมาเยอะจนชำนาญ หรือ พอจะมีความรู้มากขึ้น ก็ทำให้เรามีความคิดที่จะเริ่มสร้างสรรค์เพลงของเราเอง ในแบบที่เราชอบ

คีย์บอร์ดคือเครื่องดนตรีชนิดหนึ่ง ซึ่งสามารถสร้างสรรค์เพลงได้หลากหลาย ดังนั้นการเล่นคีย์บอร์ดจึงไม่จำกัดว่าเราจะต้องเล่นตามโน้ตเพลงที่มีอยู่เพียงอย่างเดียว แต่เราสามารถสร้างสรรค์เพลงตามใจเราได้หากเรามีความคิดที่ดีๆ ดังนั้นการที่เรามีความคิดสร้างสรรค์ก็จะทำให้เรามีแนวทางเป็นของตัวเอง และสามารถสร้างสรรค์งานใหม่ๆ ขึ้นมาได้ด้วย

4. จิตใจดี

ดนตรีสามารถช่วยผ่อนคลายความเครียดได้ทำให้จิตใจสบายไม่วุ่นวาย และผู้ที่เล่นคีย์บอร์ดเป็นผู้ที่ต้องการถ่ายทอดอารมณ์ ความรู้สึกจากผู้เล่นไปสู่ผู้ฟัง ซึ่งเพลงที่เล่นนั้นจะมีความไพเราะมากน้อยเพียงใดนั้น นอกจากจะขึ้นอยู่กับฝีมือของผู้เล่นแล้ว จิตใจและอารมณ์ที่ดีจะเสริมสร้างพลังให้เพลงนั้นๆ มีชีวิตชีวา มากยิ่งขึ้น

5. เป็นศิลปิน

ดนตรีเป็นศิลปะอันสุนทรีย์ เป็นความชอบและพรสวรรค์ของแต่ละคนที่จะเลือกเครื่องดนตรีชิ้นใดให้กับตัวเอง ทำให้เราสามารถรู้ใจตนเอง และรู้ว่าอะไรคือจุดอ่อนจุดแข็งของเรา ช่วยพัฒนา ลบหรือลดจุดอ่อนและเสริมสร้างจุดแข็งยิ่งขึ้นไป

6. เรียนรู้เร็ว

การเล่นดนตรีต้องอาศัยการจำ จึงช่วยพัฒนาทักษะในการเรียนรู้ให้เป็นคน que เรียนรู้เร็วขึ้น

7. ทำงานเป็นระบบ

การเล่นที่สามารถเล่นเป็นเพลงได้ คือการทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบของสมอง และมีมือ

8. สามารถสร้างสรรค์ทุกอย่างได้

สามารถสร้างสรรค์ทุกอย่างได้ คือสามารถ ทำให้ทุกคนมีความสุข และสนุกสนานกับเสียงเพลง ถ้านำคีย์บอร์ดเล่นกับเครื่องดนตรีชนิดอื่น ก็จะทำให้เพลงที่เล่นออกมามีความสุข และ ไพเราะมากยิ่งขึ้น

9. ฝึกหาความรู้ใหม่ๆ

นักดนตรีที่ดี ต้องเล่นเพลงได้หลากหลายสไตล์ไม่ว่าจะเป็นเพลงใหม่, เพลงเก่า, เพลงสากล เป็นต้น ดังนั้น คนตรีจะสอนให้ผู้เล่นต้องหมั่นศึกษาและฝึกฝนในการเล่นเพลงใหม่ๆ อยู่เสมอ เพลงมีใหม่เรื่อยๆ การเล่นคีย์บอร์ด ก็ทำให้เรารู้จักการแสวงหาสิ่งใหม่ๆ เทคนิคใหม่ๆ เพลงใหม่ๆ เพื่อนำมาใช้ปรับเทคนิคและทักษะของตัวเอง

10. เป็นตัวของตัวเอง

เวลาเล่นดนตรี แล้วเราจะเล่นเพลงที่เราชอบ แนวที่เราชอบ เราก็จะแสดงออกได้ดี ดังนั้น การเล่นดนตรีก็จะทำให้เรารู้จักตัวตนของเรามากขึ้น คนที่ชอบเล่นดนตรี หรือรักในเสียงดนตรี เขาจะรู้สึกผ่อนคลาย เป็นตัวของตัวเอง และมีความสุขกับการที่ได้ใช้เวลาไปกับสิ่งที่ตนเองรัก

+ มองโลกในแง่ดี

ดนตรีช่วยพัฒนาจิตใจของคนเราให้เรามองโลกในแง่ดีขึ้น เวลาที่เล่นคีย์บอร์ดเรารู้สึกมีความสุขเวลาที่เห็นคนอื่นเขามีความสุขเมื่อได้ฟังเพลงที่เราเล่น รู้สึกว่าดนตรีนี้ช่วยพัฒนาจิตใจของเรามากทำให้เรามองคนอื่นในแง่ดีไม่มองเขาในแง่ร้าย หรือคิดร้ายกับคนอื่นจะเห็นได้ว่าดนตรีไม่ว่าประเภทใดมีส่วนช่วยพัฒนาจิตใจ และพัฒนาบุคลิกภาพของคนเราด้วยการที่เรามีนิสัยการชอบเล่นดนตรีสามารถช่วยให้ชีวิตประจำวันเรดีขึ้นมองโลกในแง่ดีขึ้นเพราะเราได้ฝึกฝนดนตรีที่ช่วยพัฒนาจิตใจเรามาแล้ว

3.1.4 เครื่องทองเหลือง

ผลจากงานวิจัย	%
1. รู้จักบทบาทหน้าที่	23.53%
2. มีความคิดสร้างสรรค์	17.65%
3.อดทน	17.65%
4.มีวินัย	17.65%
5.เรียนรู้เร็ว	11.76%
6. ฝึกหาความรู้ใหม่ๆ	11.76%
7.รอบคอบ	11.76%
8.มีพัฒนาการในตนเองสูง	11.76%
9.เป็นผู้ฟังที่ดี	11.76%
10.รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น	11.76%
+เป็นนักปฏิบัติ	5.88%
+สุขุมเยือกเย็น	11.76%
+มองโลกในแง่ดี	11.76%
+ขยัน	5.88%

+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	
-------------------------------	--

1. รู้จักบทบาทหน้าที่

ในการปฏิบัติเครื่องดนตรีนั้นเมื่อจะเล่นเพลงสักเพลงเราไม่สามารถเล่นคนเดียวให้ไพเราะได้ จึงต้องบรรเลงร่วมกับผู้อื่น ซึ่งแต่ละคนก็มีเครื่องดนตรีของแต่ละคนที่ต่างกัน ดังนั้นเพื่อให้เพลงออกมาไพเราะจึงต้องให้ทุกคนเล่นเครื่องดนตรีใน โน้ตของตนเอง จึงเปรียบเสมือนการทำงานร่วมกันที่แต่ละคนก็มีหน้าที่ของตนเอง ถ้าเราไม่รู้จักบทบาทของหน้าที่ของตนก็จะปฏิบัติหน้าที่ได้ไม่ดี แต่ละเพลงประกอบไปด้วยเครื่องดนตรีหลายชิ้น แต่ละชิ้นมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ต่างมีความสำคัญต่างรู้ว่าขาดใครไม่ได้ ถึงเวลาต้องเล่นก็ไม่อาย เวลาเสริมคนอื่นก็ไม่รู้สึกด้อย เพราะจะดูที่ภาพรวมเป็นหลัก

2. มีความคิดสร้างสรรค์

การเล่นเครื่องดนตรีชิ้นหนึ่ง จำเป็นจะต้องใช้อารมณ์จินตนาการ เป็นอย่างยิ่ง ไม่ใช่แค่เล่นๆโดยไม่สนใจอะไร แต่ต้องมีความคิดสร้างสรรค์เพื่อผลักดันอารมณ์ให้หลุดลอยไปตามเสียงเพลง และบรรเลงออกมาได้ตั้งใจ

3. อดทน

การเล่นเครื่องเป่า จำเป็นต้องมีความอดทนสูง ตั้งแต่การเริ่มเรียนรู้ที่จะเล่น จนถึงการพัฒนาฝีมือการเล่นเครื่องเป่า ต้องมีความอดทนในการฝึกซ้อมอย่างมากจึงจะสามารถสร้างเสียงที่ดีได้

4. มีวินัย

เครื่องเป่าทองเหลืองเป็นเครื่องดนตรีที่ไม่ใช่ใครก็สามารถเป็นกันได้ง่ายๆ ต้องอาศัยความขยันในการฝึกฝนฝึกซ้อมอยู่เป็นประจำนั่นก็คือต้องมีวินัยในการฝึกซ้อม

5. เรียนรู้เร็ว

ถ้าเราสนใจและอยากที่จะทำให้ได้เร็วก็จะมีผลประโยชน์ในการเรียนรู้มากยิ่งขึ้น

6. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

เครื่องเป่าทองเหลืองเป็นเรื่องที่เราไม่ค่อยได้เรียนรู้ ดังนั้นความรู้ใหม่ๆที่จะได้รับจะทำให้สร้างความคุ้นเคยกับเรามากขึ้น

7. รอบคอบ

การเล่นเครื่องเป่าต้องมีการอ่านโน้ต ซึ่งมีเครื่องหมายในการเล่นมากมาย เป็นการฝึกให้มีความรอบคอบต่อเครื่องหมายต่างๆในตัวโน้ต

8. มีพัฒนาการในตนเองสูง

เครื่องทองเหลืองสามารถเป็นทั้งเครื่องเล่นเดี่ยว และเครื่องเล่นในวง การที่ผู้เล่นมีความสามารถในการเล่นที่ดีจึงจำเป็นอย่างยิ่งดังนั้นจึงก่อให้เกิดความพยายามในการพัฒนาตนเองให้เชี่ยวชาญ

9. เป็นผู้ฟังที่ดี

การเล่นเครื่องทองเหลืองทำให้มีการหัดฟังเสียง เพื่อให้เสียงที่เป่าออกมามีความนิ่ง เพราะ ทำให้พัฒนาการหัดฟัง

10. รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น

ในทางดนตรีความดั่งเบาของเสียงแต่ละเครื่องดนตรีถือเป็นเรื่องสำคัญ ฉะนั้นในการบรรเลงเพลงผู้เล่นต้องฟังเครื่องดนตรีอื่นและเข้าใจด้วยว่าท่อนใดเครื่องดนตรีใด มีความดั่งเบาเท่าไร เมื่อถึงคราวคนอื่นดั่งเราก็ต้องเบา ถึงคราวตัวเองดั่งก็ต้องดั่งแต่ไม่ดั่งจนกลบคนอื่นฯ ฉะนั้นการรับฟังผู้อื่นจึงเป็นเหมือนกฎพื้นฐานของการเล่นเลขที่เดียว

+ เป็นนักปฏิบัติ

ในการศึกษาเครื่องดนตรีแต่ละชิ้นมีสองส่วนคือภาคทฤษฎีและปฏิบัติ จำเป็นอย่างยิ่งที่เมื่อรู้ภาคทฤษฎีแล้วต้องนำไปซ้อมให้ชำนาญ ไม่ใช่สิ่งที่บอกกว่าเล่นเพลงนี้ได้แล้วครั้งเดียวพอ แต่เป็นร้อยเป็นพันครั้ง เมื่อได้รับแนวเพลงแต่ละครั้งก็ต้องนำมาลองเล่น ไม่มีงานไหนที่ออกไปโชว์โดยที่ไม่ซ้อม จะต้องดีทุกครั้งที่ต้องออกไปแสดง

+ สุขุมเยือกเย็น

การเล่นเครื่องเป่าให้ดีต้องมีการฝึกฝนซ้ำๆเป็นเวลานานๆ ใช้เวลาการเป่าเสียงลากยาวเพื่อสร้างเสียงที่นิ่งและมีคุณภาพทำให้เป็นคนสุขุมเยือกเย็น

+ มองโลกในแง่ดี

ใครที่ได้ฟังดนตรีไพเราะเสนาะหู ก็จะเกิดความเพลิดเพลิน ความอึดอ้อมใจ ทำให้รู้สึกปลดปล่อย รู้สึกสบายและทำให้เราเป็นคนมองโลกในแง่ดีนั่นเอง

3.1.5 เครื่องเป่า

ผลจากงานวิจัย	%
1. มีพัฒนาการในตนเองสูง	19.35%
2. อุดทน	16.13%
3. บุคลิกดี	16.13%
4. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	12.9%
5. รู้จักบทบาทหน้าที่	12.9%
6. ขยัน	12.9%
7. สุขุมเยือกเย็น	9.68%
8. มีมนุษยสัมพันธ์ดี	9.68%
9. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	9.68%
10. มุ่งสร้างชัยชนะ	9.68%
+ รอบคอบ	3.23%
+ เป็นนักปฏิบัติ	
+ เรียนรู้เร็ว	6.45%
+ กระตือรือร้น	
+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	3.23%

1. มีพัฒนาการในตนเองสูง

เพราะความขยันซ้อม ทำให้มีการพัฒนาตนเองได้ดีขึ้น ทั้งในด้านทักษะของตนเอง และการพัฒนาของทีมด้วย

2. อุดทน

การเล่นกีฬาประเภทนี้ในช่วงแรกต้องใช้ความอดทนสูง และในการเล่นท่าใหม่จึงช่วยให้เรามีความอดทนมากขึ้น

3. บุคลิกดี

สิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับการเล่นเครื่องเป่าทุกชนิดจะต้องมีบุคลิกที่ดี เนื่องจากต้องนั่งหลังตรง เพื่อที่กระบังลมจะได้ขยายตัวเต็มที่ ทำให้เราสามารถเป่าเครื่องดนตรีได้อย่างดี เพราะฉะนั้นการเล่นดนตรีก็ทำให้มีบุคลิกที่ดีได้

4. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

เมื่อเราได้เริ่มเรียนรู้แล้ว ทุกคนย่อมมีเป้าหมายเป็นของตัวเอง ทำให้เรารู้สึกอยากไปถึงจุดนั้นได้ด้วยตัวเรา และฝีมือของเราเองและไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

5. รู้จักบทบาทหน้าที่

การเล่นเครื่องเล่นชนิดนั้นไม่สามารถเล่นคนเดียวได้ต้องอาศัยเพื่อนร่วมวงที่จะมาเล่นในแต่ละทำนองเพื่อให้ได้งานเพลงออกมาที่สมบูรณ์ ดังนั้นการเล่นเครื่องเล่นชนิดนี้จึงช่วยให้เรารู้จักบทบาทหน้าที่และขอบเขตของตนเองที่จะทำให้งานออกมาดีได้

6. ขยัน

การเล่นดนตรี สิ่งสำคัญคือต้องขยันซ้อม ถ้าเราไม่ขยันก็จะตามคนอื่นไม่ทัน และจะเป็นตัวถ่วงของคนอื่น เพราะเราต้องทำงานเป็นทีมเล่นเป็นวง

7. สุขุมเยือกเย็น

การเล่นดนตรีจะทำให้ใจเย็นขึ้นมีสมาธิมากขึ้นเพราะต้องใช้สมาธิในการเล่น ทำให้จิตใจสุขุมเยือกเย็นขึ้น

8. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การบรรเลงเป็นวงดนตรีต้องอาศัยผู้บรรเลงเครื่องดนตรีอื่นด้วยจึงจะทำให้เกิดเพลงได้ซึ่งการจะเล่นให้ได้เป็นวงต้องอาศัยความสัมพันธ์ระหว่างคนในวง นักดนตรีจึงต้องรู้จักกันดีในระดับหนึ่ง

9. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

การเล่นโน้ตเพลงแต่ละครั้งไม่ใช่เรื่องง่าย การที่ต้องการให้ได้ความสำเร็จต้องอาศัยความอดทน ถ้าเลิกก่อนที่ จะสำเร็จก็อาจจะเล่นเพลงนั้นไม่ได้

10. มุ่งสร้างชัยชนะ

สร้างความตั้งใจเพื่อมุ่งเอาชัยชนะ

+ รอบคอบ

สามารถมาประยุกต์ใช้ได้ในการดำเนินชีวิต

+ เรียนรู้เร็ว

เนื่องจากกีฬาที่ยังไม่แพร่หลายจึงทำให้คนที่สามารถเล่นได้มีน้อย บางอย่างต้องเรียนรู้ด้วยตนเอง ทำให้เป็นคน que เรียนรู้ได้เร็วด้วยตนเอง

+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

สามารถมาประยุกต์ใช้ได้ในการดำเนินชีวิต

3.1.6 เบท

ผลจากการวิจัย	%
1. มีความคิดสร้างสรรค์	8.71%
2. ความเป็นศิลปิน	6.97%
3. รู้จักบทบาทหน้าที่	4.88%
4. อดทน	4.53%
5. ชอบเข้าสังคม	3.14%
6. ขยัน	3.14%
7. สุขุมเยือกเย็น	3.14%
8. ให้ความร่วมมือในการทำงาน	2.79%
9. ทำงานเป็นระบบ	2.44%
10. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	2.44%
+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	2.44%
+ กล้าที่จะลองผิดลองถูก	2.44%
+ ฉลาดมีไหวพริบ	1.74%

1. มีความคิดสร้างสรรค์

ต้องใช้ความคิดในการสร้างสรรค์งาน การสร้าง Melody เพื่อให้เกิดความไพเราะและเข้ากับเนื้อหาทำนองเพลง เมื่อเรามีการใช้ความคิดสร้างสรรค์บ่อยๆเป็นการฝึกฝนไปในตัว ก็สามารถนำความคิดสร้างสรรค์ไปใช้ในงานอื่นๆได้อีกด้วย การเล่นเบส โดยเฉพาะเพลงแจ๊ส ทำให้เรามองเห็นภาพนอกกรอบ ไม่เพียงแต่เล่น Bass root ของแต่ละคอร์ดในเพลง แต่สามารถนำโน้ตตัวอื่นๆ มาผสมผสานเข้ากับบทเพลง และส่งเสริมเครื่องดนตรีชิ้นอื่นๆ ทำให้ภาพรวมของดนตรีในเพลงนั้นดูมีมิติมากขึ้น

2. มีความเป็นศิลปิน

ต้องไม่ยึดติดกับหลักการและเหตุผลมากเกินไป เพราะจะทำให้เพลงที่เล่นออกมาแข็งๆ ไม่เป็นธรรมชาติ และทักษะการเล่นดนตรีนั้น สามารถพลิกเพลงได้ไม่จำเป็นต้องยึดติด

3. รู้จักบทบาทหน้าที่

ถ้าเบสเป็นสมาชิกที่สำคัญในการบรรเลงบทเพลงนั้น คนที่ทำหน้าที่ตรงจุดนี้ต้องรู้จักหน้าที่และบทบาทของตนเองว่าตรงไหนคือหน้าที่ที่เราจำเป็นต้องทำ หากบกพร่องก็จะทำให้คนอื่นๆ พอลอยได้รับผลไปด้วย นอกจากนี้ยังต้องพิจารณาด้วยว่า ณ เวลาใดที่ควรจะหนักและเวลาใดที่เบา เพื่อไม่ให้ไปทับ Line ของผู้ร่วมงาน ดังนั้นการเล่นเบสนั้นจะเป็นสิ่งที่ฝึกตรงจุดนี้ได้ดี

4. อดทน

ในการฝึกฝนนั้นก็มิอุปสรรค ปัญหาในการเล่น เช่นไม่สามารถเล่นได้ทันจังหวะเพลงที่เร็วๆ กดคอร์คบางอันไม่ได้ ก็จะเกิดความเหนื่อย ท้อแท้ หากอยากเล่นให้เก่ง มีความชำนาญจำเป็นต้องใช้ความอดทนอย่างมากในการฝึกฝน ปฏิบัติ การได้มาซึ่งบทเพลงที่สมบูรณ์ได้นั้น ต้องมีการอดทนในการฝึกซ้อม เพื่อที่จะสร้างความสามารถที่เทียบพร้อมสำหรับการประยุกต์ใช้ในการสร้างสรรค์งานทางดนตรี ประกอบกับความคิดสร้างสรรค์ในลำดับถัดไป จึงก่อให้เกิดผลผลิตหรือบทเพลงที่สมบูรณ์ออกมาได้

5. ขอบเข้าสังคม

เบสเป็นเครื่องดนตรีที่น้อยคนนักจะนำมาเล่นคนเดียว เครื่องดนตรีชิ้นนี้จะเน้นในเรื่องจังหวะ มากกว่าเมโลดี้ซึ่งสิ่งที่ทำให้คนเล่นเบส มักจะต้องมีวงเป็นของตัวเอง เพื่อเติมเต็มในส่วนที่ขาดหายไป สิ่งนี้จึงทำให้คนที่เล่นเบสมักจะชอบเข้าสังคม และฝึกฝนตัวเองให้อยู่ร่วมกับคนในสังคมอยู่เสมอ

6. ขยัน

การเล่นเบส ต้องอาศัยความขยันอดทนในการฝึกซ้อมอย่างมาก โดยเฉพาะต้องซ้อมร่วมกับคนอื่นเพื่อให้สามารถรวมวงกันได้อย่างสมบูรณ์แบบ หากไม่ขยันซ้อมก็จะไม่สามารถเล่นได้อย่างลงตัว ผลก็คือเพลงที่ออกมาก็จะไม่ไพเราะ

7. สุขุมเยือกเย็น

เนื่องจากการเล่นเป็นการคุมจังหวะ ผู้เล่นต้องใจเย็น และสุขุมรอบคอบวอกแวกไม่ได้ แต่ถ้ามีความชำนาญแล้ว อารมณ์เพลงก็จะพาไปเอง และทำให้เกิดสมาธิที่ดี ก่อให้เกิดสติก่อนทำ

8. ให้ความร่วมมือในการทำงาน

การฝึกเล่น การแสดงร่วมวงบ่อยๆ จะทำให้รู้ว่าการร่วมมือของทุกคนจำเป็นมากๆ และจะทำให้เป็นนิสัยที่จะติดตัวไปในเรื่องการให้ความช่วยเหลือกันและกัน

9. ทำงานเป็นระบบ

การเล่นเบส จะมีการทำกรบ้านเรื่องจังหวะอย่างดี ต้องมีการคิดอย่างเป็นระบบ เพราะถ้าเล่นออกมาไม่เป็นระบบก็จะทำให้วงสะดุดได้

10. ฝ่าหาความรู้ใหม่ๆ

การเล่นดนตรีนั้นในเริ่มแรกไม่มีใครเก่งมาตั้งแต่เกิด จำเป็นต้องอาศัยการลอกเลียนแบบเทคนิคในการเล่นต่างๆ การเล่น เบสก็เหมือนกัน ผู้เล่นที่เก่งนั้นส่วนมากก็มีความใฝ่รู้อยู่ทุกคน ดังนั้นการเล่นเบสทำให้พัฒนาความสามารถด้านนี้

+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

เบสเป็นเครื่องดนตรีที่ช่วยควบคุมจังหวะ คล้ายกลอง แต่การเล่นเบสสามารถพลิกแพลงไปได้ตามตัวโน้ตต่างๆ แล้วกลับมาเข้าคีย์ได้เหมือนเดิม ทำให้เมโลดี้มากขึ้น เพลงเพราะขึ้น ไม่ได้ถูกจำกัดให้เล่นแต่คีย์เดียวตามโน้ตที่กำหนด

+ กล้าที่จะลองผิดลองถูก

เบสมี 4 สาย 21 ช่อง สร้างเสียงได้ 88 เสียง เพราะฉะนั้นมันจึงไม่มีกฎเกณฑ์ที่ตายตัว ไม่มีสูตรสำเร็จในการสร้างงานดนตรี เสียง 88 เสียง หากนำมาจัดเรียงให้ตรงกับจังหวะที่เราต้องการ ก็สามารถที่จะสร้างเพลงใหม่ๆ ได้ แต่การที่เราจะสร้างเพลงใหม่ๆ ได้ เราต้องกล้าที่จะทดลองเพื่อเกิดงานดนตรีใหม่ๆ

3.1.7 เปียโน

ผลจากงานวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	29.81%
2. เป็นศิลปิน	24.22%
3. มีความคิดสร้างสรรค์	18.63%
4. อุดทน	18.01%
5. บุคลิกดี	13.66%
6. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	13.66%
7. จิตใจดี	11.18%
8. มีวินัย	10.56%
9. มีพัฒนาการในตนเองสูง	9.94%
10. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	9.32%
+ เป็นตัวของตัวเอง	8.07%
+ เป็นผู้ฟังที่ดี	4.97%
+ เรียนรู้เร็ว	7.45%

1. สุขุมเยือกเย็น

การเล่นเปียโนเป็นวิธีการฝึกสมาธิอย่างหนึ่ง เพราะเราต้องอ่าน และเล่นตามจังหวะของเพลงนั้นๆ ได้ เพลงที่เล่นถึงจะออกมาดีตรงตามจังหวะ ไม่ว่าจะมือ ขา หรือว่าสายตา จะต้องสัมพันธ์ไปทางเดียวกันทั้งหมด จะขาดส่วนใดส่วนหนึ่งไม่ได้ เพราะฉะนั้น เราต้องมีความใจเย็นในการบังคับทุกๆ ส่วนให้เล่นสัมพันธ์กัน ไม่อย่างนั้นเพลงอันไพเราะจะไม่เกิดขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้เรามีสมาธิ รู้จักที่จะอดทน และใจเย็นในการฝึกซ้อม และค่อยๆ เรียนรู้ไป

2. เป็นศิลปิน

การเล่นเปียโน ในเพลงเดียวกันมีทั้งเร็ว-ช้า หนัก-เบา หากจะเล่นได้ดี อารมณ์ต้องเคลื่อนไหวตามทำนองเพลง เราถือว่านักเปียโนเป็นศิลปินคนหนึ่ง เพราะเป็นผู้สร้างสรรค์ผลงานทั้งด้านศิลปะความบันเทิง ด้านอารมณ์ ความสนุกสนานต่อทุกคนที่ได้รับการชมและฟัง การเล่น เปียโนสามารถสื่อเรื่องราวด้วยบทเพลงบรรเลงไปสู่ห้วงอารมณ์ของแต่ละคนได้อย่างไม่อาจศิลปินในแขนงอื่นๆ

การเล่นเปียโน ทำให้เรารักในเสียงดนตรี เวลาเล่นเปียโน ก็ต้องแสดงอารมณ์ที่มีต่อเพลงนั้นๆ ออกมาด้วยเสียงเพลงเป็นศิลปะแขนงหนึ่ง เปียโน ก็ถือว่าเป็นเครื่องดนตรีสากล สามารถเล่นได้ทุกเพศทุกวัย และสามารถช่วยขัดเกลาจิตใจของผู้เล่น แล้วสร้างสมาธิให้ผู้เล่นไม่แพ้ศิลปะแขนงอื่นๆ จิตใจจะมีความอ่อนโยน สามารถนำศาสตร์และศิลป์มารวมเข้าด้วยกัน ได้เป็นอย่างดี

3. มีความคิดสร้างสรรค์

การเล่นเปียโนเป็นการฝึกสมองอย่างหนึ่ง ในขณะที่เล่นสมองได้เรียงจากการฟังดนตรี ไอเดียใหม่ๆ ก็มักจะเกิดหลังจากการเล่น รวมทั้งคลายเครียดจากการทำงานด้วย ถึงแม้การเล่นเปียโน จะมีโน้ตแล้วให้เราเล่นตามก็จริง แต่ในการจะเล่นเพลงสักหนึ่งเพลงให้เพราะดีคุณฟัง ต้องอาศัยความคิดสร้างสรรค์ในการ Improvise ตัวโน้ตหรือการทำให้ตัวโน้ตลื่นไหล ฟังแล้วไม่สะดุดเหมือนเด็กหัดคิดโน้ต รู้จักสรรคหาวิธีการใหม่ๆ ในการเปลี่ยนนิ้ว ในการแปลงจังหวะ ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้อัจฉริยะสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ ในการทำงาน เพื่อนำมาปรับปรุงงานที่ได้อยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้น

เนื่องจากการเล่นเปียโนต้องอาศัยความคิดที่จะต้องเรียบเรียงตัวโน้ต ให้บรรเลงออกมาพร้อมกันอย่างไรเพราะน่าฟัง จึงทำให้ผู้เล่นต้องมีจินตนาการที่ดี ซึ่งจินตนาการก็คือความคิดสร้างสรรค์ของนักดนตรีนั่นเอง เมื่อเริ่มเล่นเป็นเพลงในระดับหนึ่งแล้ว จะเริ่มคิดแล้วว่า จะแต่งเพลงมาแนวไหนดี จะเสริมลูกเล่นต่างๆ ในเพลงแบบไหนได้บ้าง มีความคิดที่จะเสริมแต่งเพลงให้ไปในทางที่ตัวเองชอบ เราสามารถใช้ตัวโน้ตบนเปียโนบอกเรื่องราว ความคิด อารมณ์ และอีกมากมายออกมาในรูปแบบของดนตรี ซึ่งดนตรีจะต่างจากการอ่านหนังสือตรงที่ว่าไม่มีคำจำกัดความหมาย จึงทำให้คนที่ฟังสามารถคล้อยตาม หรือคิดตามดนตรีว่าบอกหรือสื่อถึงอะไร ทำให้คนเราได้คิด หรือพูดง่าย ๆ ว่า ไม่มีกรอบมาครอบความคิดของเรา ทำให้เรามีความคิดที่สร้างสรรค์

4. อดทน

การเล่นเปียโน(จะต้องฝึกฝน เพื่อให้การเล่นพัฒนาขึ้น)สัมพันธ์กับการอ่านโน้ต ซึ่งจะต้องใช้ความอดทนในการฝึกฝน การเล่นเปียโนสร้างความอดทนให้กับผู้เล่น ซึ่งการเล่นเปียโนไม่ใช่ใครจะเล่นก็เล่นได้ ต้องใช้การฝึกฝนและความอดทนเป็นอย่างสูงจึงสามารถประสบความสำเร็จได้

การจะเล่นเปียโนแต่ละเพลงได้ ต้องอาศัยความอดทนในการฝึกซ้อม และบังคับนิ้วของเราให้เล่นได้ทั้งสองมือ ตามจังหวะและทำนอง อดทนในการที่จะพยายามทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้ประสบความสำเร็จ

5. บุคลิกดี

การเล่นดนตรี โดยเฉพาะเปียโน จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เล่นมีบุคลิกภาพที่ดี จะได้รับการฝึกฝน ให้ต้องนั่งอย่าง ถูกวิธี และ ถูกต้อง หลังตรง ยืดออก สว่างผ่าเผย ฝึกฝนให้มีบุคลิกภาพที่ดีทั้งจากภายนอกและภายใน

บุคลิกและท่าทางที่ดีอาจไม่ได้ส่งผลโดยตรงกับการเล่นเปียโนได้ไพละ แต่นักเปียโนที่ดีจะได้รับการฝึกฝน เรื่องท่าทางในการเล่นเปียโนด้วย นับตั้งแต่การวางมือให้ถูกต้อง ซึ่งส่งผลถึงพลังในการควบคุมนิ้วมือ และการลงน้ำหนัก ในแต่ละตัวโน้ต รวมไปถึงท่าทางการนั่ง และการถ่ายทอดอารมณ์ ในมุมมองและภาพในจินตนาการของหลายๆคน นักเปียโนเป็นผู้ที่สง่างาม อ่อนโยน สูงศักดิ์ ซึ่งนั่นเป็นบุคลิกในอุดมคติของนักเปียโน และเป็นเหตุผลว่า ทำไมการเล่นเปียโนจึงช่วยพัฒนาบุคลิกภาพ

6. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

การที่จะเล่นเปียโนได้ดีต้องเข้าใจในรายละเอียดและความหมายของเครื่องหมายต่างๆ ในเพลงนั้นๆ ถึงจะสามารถสื่อสารออกมาได้ดีสามารถถ่ายทอดความรู้สึกออกมาให้คนอื่นฟัง การที่เล่นเปียโนตั้งแต่เด็กๆ ส่งผลให้ตัวเองใส่ใจในรายละเอียดเล็กๆ น้อยๆ ของงานที่คนทั่วไปมักจะมองข้ามไป

การเล่นเปียโนนั้นต้องใช้ความละเอียด เพราะในเพลงแต่ละเพลงมีรายละเอียดเยอะ ไม่ว่าจะเป็นความดังเบา ของเพลง การเน้นเสียง ความนุ่มนวล ซึ่งมีส่วนช่วยพัฒนา และฝึกให้เราเป็นคนละเอียดรอบคอบ

7. จิตใจดี

การเล่นเปียโนเป็นการฝึกฝนจิตใจ เพราะเสียงเปียโนจะช่วยขับกล่อมจิตใจ ช่วยให้จิตใจสงบ ผ่อนคลายได้ และคนที่มีการมีสุนทรียในการเล่นดนตรี ย่อมเป็นคนที่มีจิตใจดี ถือว่าเป็นการพัฒนาจิตใจทางหนึ่ง คนที่เล่นเปียโนเป็นประจำ มักจะเป็นคนมีจิตใจดี สุขุมเยือกเย็น มีเหตุผล ไม่หุนหันพลันแล่น ไม่เกรี้ยวกราดโมโหร้าย และไม่ใช้อารมณ์กับผู้อื่น คนตรีช่วยกล่อมเกล้าให้มีจิตใจอ่อนโยน

8. มีวินัย

เพราะต้องฝึกซ้อมให้สม่ำเสมอ เป็นประจำทุกวัน วันละกี่ชั่วโมง เมื่ออาจารย์มาสอนในครั้งต่อไป เราจะต้องเล่นเพลงที่สอนไปเมื่อครั้งที่แล้วให้ได้ อย่างคล่องแคล่ว จึงต้องอาศัยความมีวินัยในการฝึกซ้อม เพราะการเล่นเปียโนให้ได้ดี ต้องมีการฝึกซ้อมอยู่สม่ำเสมอ ต้องแบ่งเวลาและหน้าที่ต่างๆ มีวินัยในการซ้อม ถ้ายังเล่นตั้งแต่เด็ก ก็จะเป็นการฝึกฝนไปในตัวตั้งแต่เด็กๆ เพื่อให้รู้จักความมีระเบียบวินัยตั้งแต่นั้นๆ

9. มีพัฒนาการในตนเองสูง

การที่จะพัฒนาทักษะต่างๆ ให้ดียิ่งขึ้นไปจะต้องอาศัยความอดทนเป็นอย่างมาก และต้องฝึกซ้อมหลายๆ ชั่วโมงเพื่อที่จะสอบให้ผ่านเกรดแต่ละชั้น ดังนั้นในส่วนนี้ทำให้ตัวเองต้องการที่จะพัฒนาตลอดเวลา เพื่อให้มีความรู้และทักษะเพิ่มขึ้นในงานที่ตนเองทำหรือรับผิดชอบ

การเล่นเปียโนต้องเข้าใจตัวโน้ตและวิธีที่ถูกต้องในการเล่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับบางคนมาสามารถอ่านโน้ตไปเล่นไปได้ จึงต้องใช้วิธีการจำวิธีเล่นและตัวโน้ตที่ถูกต้อง จึงถือได้ว่าเป็นการพัฒนาตัวเองค่อนข้างสูงในเรื่องของการจัดระเบียบความจำ

10. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

แน่นอนว่ากว่าจะเล่นได้แต่ละเพลงให้สมบูรณ์ที่สุดนั้น บ่อยครั้งที่ต้องอาศัยการซ้อม โดยผู้เล่นเองจะไม่ว่าที่ฝึกเล่นไปนั้นใช้เวลานานมากเพราะจะเพลิน และมีความรู้สึกว่าจะต้องเล่นออกมาให้ดีที่สุด บางครั้งฝึกไปเป็นร้อยเที่ยวโดยไม่รู้ตัว ทำให้เมื่อเราจะทำอะไรในชีวิตจริง เราต้องทำให้ดีที่สุด และไม่ล้มเลิกความตั้งใจ กว่าที่จะเล่นเปียโนซักรเพลงได้อย่างคล่องแคล่วต้องอาศัยการฝึกฝน พอเราเล่นได้ดีขึ้นจากเดิม เราก็จะเห็นผลจากเพลงที่เพราะขึ้นๆ ทำให้เราอยากเล่นได้อย่างไม่ผิดเพี้ยน เราจึงต้องพยายามทำให้สำเร็จโดยไม่คิดจะเลิก

+ เป็นตัวของตัวเอง

เมื่อได้เล่นไปในระยะแรก ทุกคนต่างต้องเรียนในแบบที่เหมือน ๆ กัน แต่พอเรียนไปสักระยะ เมื่อต้องเรียนทฤษฎีต่าง ๆ เข้าไปช่วยในการคิดนั้น จะทำให้หลาย ๆ คน ค้นพบความเป็นตัวของตัวเองอย่างชัดเจนขึ้น เนื่องจาก การเรียนดนตรีนั้นเป็นศาสตร์ชนิดหนึ่ง แต่ละบุคคลควรที่จะค้นพบแนวทางการเล่นที่เป็นของตนเอง ซึ่งอาจจะเหมือนหรือมีต้นแบบจากศิลปินคนใดมาเป็นต้นแบบก็ได้ ซึ่งจะทำให้เราารู้ได้ลึกซึ้ง และพยายามพัฒนาเพื่อไปให้ถึงจุดนั้น

+ เป็นผู้ฟังที่ดี

นักดนตรีที่ประสบความสำเร็จหลายๆท่าน ต้องมีทักษะในการฟัง เพราะการฟังทำให้นักดนตรีสามารถบรรเลงเพลงได้ไพเราะ ถึงแม้ว่านักดนตรีจะพิการทางสายตา แต่ก็สามารถเล่นดนตรีได้ ตามที่ปรากฏให้เห็นทั่วไป ดังนั้น การเป็นผู้ฟังที่ดี จึงเป็นคุณสมบัติของนักดนตรีด้วย

การจะเล่นเปียโนให้ได้ดี เราจะต้องรู้จักฟังเพลงเหล่านั้น จำและจับจังหวะทำนองว่าเป็นอย่างไร จากนั้นฟังผู้สอนเพื่อมาเล่นเอง และพัฒนาฝีมือตนเองเรื่อยๆ ตามคำแนะนำ หรือเพลงต้นฉบับไปเรื่อยๆ ซึ่งถ้าไม่รู้จักและไม่มีความรู้การฟังแล้ว ก็จะเป็นนักเปียโน หรือเล่นเพื่อเป็นงานอดิเรกได้ยาก เพราะถ้าไม่เริ่มจากการฟังที่ดีแล้ว ก็จะหาจุดเริ่มต้นของเปียโนได้ยากทีเดียว

+ เรียนรู้เร็ว

เนื่องจากการเล่นเปียโนต้องใช้ทักษะหลายอย่าง โดยเฉพาะเมื่อมีโน้ตมาวางอยู่ตรงหน้าแล้วต้องเล่นได้เลย โหนดจะต้องดูทั้งตัวโน้ต จังหวะ และสัญลักษณ์ต่างๆ ซึ่งต้องใช้ความสามารถสูง และต้องตัดสินใจเร็ว เป็นการฝึกให้เราต้องเรียนรู้เร็วไปในตัว ดังจะเห็นได้ว่า ผู้ที่เล่นเปียโนส่วนใหญ่จะเรียนหนังสือดี

3.1.8 ไวโอลิน/เชลโล

ผลจากงานวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	37.5%
2. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	25%
3. อดทน	25%
4. เป็นศิลปิน	25%
5. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ	12.5%

6.มีความคิดสร้างสรรค์	12.5%
7.ขยัน	12.5%
8.มีพัฒนาการในตนเองสูง	12.5%
9.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	12.5%
10.มีความสามารถในการนำเสนอ	12.5%
+จิตใจดี	12.5%
+มองโลกในแง่ดี	6.25%
+บุคลิกดี	6.25%
+มีอัธยาศัยดี	6.25%

1. สุขุมเยือกเย็น

การเล่นดนตรี จะทำให้มีอารมณ์ที่ละเอียดละไม ซึ่งนอกจากจะทำให้เข้าใจความรู้สึกได้ดีแล้ว ยังทำให้เป็นคนที่มีจิตใจเยือกเย็น รอบคอบ และสุขุม ในการคิดตรองปัญหาต่างๆ

2. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

หลายจุดยากที่จะผ่านไปได้ ต้องใช้ความตั้งใจสูง จึงจะบรรลุ หากล้มเลิกก็ไม่อาจทำสำเร็จได้ การเล่นจึงสอนถึงความมุ่งมั่น และมุมมองในการปรับไปใช้กับสิ่งอื่น

3. อดทน

ต้องมีการฝึกซ้อมเพื่อให้เล่น ได้เป็นเพลง และมีความไพเราะ ต้องใช้เวลากับตัวเองในการพัฒนาไปในระดับสูงขึ้น เพราะเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นค่อนข้างยาก

4. เป็นศิลปิน

การเล่นดนตรีชนิดนี้ต้องมีอารมณ์สุนทรีย์ในการเล่นให้ได้อารมณ์และเข้าถึงเนื้อเพลงและความหมายอย่างแท้จริง อีกทั้งยังสามารถส่งอารมณ์จากการเล่นดนตรีชนิดนี้ไปถึงผู้ฟังได้อย่างกินใจ

5. ทะเยอทะยานที่จะประสบความสำเร็จ

สอนให้เรามองว่าอยากไปให้ถึง อย่างน้อยที่เราสามารถทำได้อยู่ที่จุดใด และต้องกระตุ้นตัวเองว่าต้องทำให้ได้มากกว่าที่เราตั้งเป้าหมายการเล่นดนตรีชนิดนี้ สร้างแรงผลักดันให้ตัวเองเสมอที่จะประสบความสำเร็จถึงจุดที่หวังไว้

6. มีความคิดสร้างสรรค์

เมื่อเราสามารถเล่นได้ดีในระดับหนึ่ง เราสามารถคิดทำนองเพลงได้จากความคิดสร้างสรรค์จากอารมณ์ของเรา ซึ่งอาจเป็นทำนองใหม่ๆ ที่ไม่ค่อยมีคนได้เล่น

7. ขยัน

ดนตรีชนิดนี้ต้องขยันซ้อมเป็นอย่างมาก เพราะเป็นดนตรีที่เล่นค่อนข้างยาก ซึ่งอาจต้องใช้เวลาในการจับตัวโน้ตและทำนองเพลง เพื่อไม่ให้เกิดขึ้นเพี้ยน

8. มีพัฒนาการในตนเองสูง

ไวโอลินสามารถทำให้เราได้เรียนรู้ตั้งแต่ต้นจากที่เล่นแล้วมีผลิตภัณฑ์หรือเพื่อน ซึ่งจะทำให้เราได้รู้ตัวเอง ทำให้เรามีความพยายามในการฝึกซ้อมเพื่อที่สามารถเข้าไปเล่นรวมเป็นวงดนตรีใหญ่ ๆ ได้

9. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

ไวโอลินสามารถฝึกเราให้เป็นคนใจเย็น และเมื่อเราได้รวมเล่นกับผู้อื่นในวงดนตรี ก็สามารถทำให้เราได้เข้าใจถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้เป็นอย่างดี สิ่งนี้สามารถทำให้เราพูดคุยกับผู้อื่น ได้ง่ายขึ้น

10. มีความสามารถในการนำเสนอ

ผู้ที่เล่นไวโอลินสามารถเล่นสื่ออารมณ์ที่เป็นเอกลักษณ์ของเครื่องดนตรีชนิดนี้ ผู้เล่นต้องสามารถสื่อสารอารมณ์ผ่านไวโอลินให้ผู้ฟังได้เข้าใจถึงความหมายของเพลงนั้น ๆ ได้อย่างลึกซึ้ง

+ จิตใจดี

การเล่นดนตรีชนิดนี้สามารถทำให้เรามีอารมณ์ดี เพราะได้ปลดปล่อยความรู้สึกผ่านบทเพลงต่าง ๆ ทำให้เราลืมเรื่องราวต่าง ๆ ที่ไม่ดีได้

+ มองโลกในแง่ดี

ไวโอลินมีเสียงที่ละเอียดอ่อน สามารถสอนให้เรามองสิ่งต่าง ๆ ที่คนอื่นอาจคิดว่าไม่ดี เราก็มองเห็นจุดเล็ก ๆ นั้นว่ามันก็มีสิ่งดีได้ซึ่งเป็นสิ่งที่คนอื่นอาจมองไม่เห็น

+ บุคลิกดี

เวลาที่เรารับไวโอลินร่างกายของเราจะเคลื่อนไหวไปตามจังหวะเพลงที่เราเล่น ทำให้ดูแล้วรู้สึกถึงพลังและความสง่าในการเล่นดนตรีชนิดนี้ได้เป็นอย่างดี

+ มีอริยาศยดี

เมื่อเราได้เล่นร่วมกับคนอื่น ก็ทำให้เราได้รู้จักคนที่เล่นดนตรีชนิดเดียวกัน หรือต่างกัน สามารถได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในด้านของดนตรี และอื่น ๆ ทำให้รู้จักคนได้มากขึ้น

3.2 เครื่องดนตรีไทย

3.2.1 กรับ

ผลจากการวิจัย	%
1.อดทน	6.84%
2.ทำงานจำใจได้	4.74%
3.สุขุมเยือกเย็น	4.21%
4.เป็นผู้ฟังที่ดี	3.68%
5.ทำงานเป็นระบบ	3.68%

6.กล้าตัดสินใจ	3.68%
7.ฉลาดมีไหวพริบ	3.16%
8.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	3.16%
9.มีบุคลิกที่เข้ากับคนอื่นได้ง่าย	3.16%
10.มีวินัย	3.16%
+ให้ความร่วมมือในการทำงาน	2.63%
+รู้จักบทบาทหน้าที่	3.16%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	3.16%

1. ออดทน

“กรับ” เป็นเครื่องดนตรีที่ทำจากไม้ที่มีลักษณะแข็ง แน่น มีน้ำหนักพอสมควร และมีเสียงที่ค่อนข้างหนักแน่นด้วย หากผู้เล่นเล่นผิดพลาด อาจมีการตกหล่นใส่เท้าหรือเกิดหนีบมือได้ ผู้เล่นจึงต้องอาศัยความอดทนและความมีสติในการเล่น เปรียบเหมือนการทำงานที่ต้องอาศัยความอดทน อดทนกับความเหนื่อยยาก ปริมาณงานที่มาก เพื่อให้งานบรรลุผลสำเร็จได้ดังใจหวัง จึงเชื่อว่า “กรับ” สามารถพัฒนาตัวเราได้ในด้านความอดทน

เนื่องจากกรับเป็นเครื่องดนตรีไทยชนิดหนึ่งที่คุณเล่นนั้นต้องมีความอดทนฝึกฝนให้แม่นยำ อาศัยการจดจำ และฝึกซ้อมบ่อยๆ ให้เก่ง จนถึงขั้นชำนาญ ถ้าหากเราไม่จดจำจังหวะ ทำนองของดนตรี เราก็คงไม่สามารถตีกรับให้เข้ากับจังหวะดนตรีไทยได้ เปรียบเสมือนการทำงานของคน ถ้าหากเราไม่มีความอดทนที่จะทำให้สิ่งที่เรามุ่งหวัง สิ่งเหล่านั้นก็จะไม่ทำให้เราประสบความสำเร็จในชีวิตของเราได้

2. ทำงานจำใจได้

กรับเป็นเครื่องประกอบจังหวะที่มีวิธีการบรรเลง คือต้องตีเป็นจังหวะแบบซ้ำๆตามทำนองจนจบเพลง ผู้บรรเลงกรับจะต้องบรรเลงในแบบเดิมๆ ได้ตลอดด้วยจังหวะที่สม่ำเสมอ เพราะกรับเป็นเครื่องดนตรีที่พลิกแพลงอะไรมาไม่ได้ ต้องตีอยู่แบบเดิมๆตลอด คนที่ชอบเล่นกรับจึงถือว่าเป็นคนที่ทำงานจำใจได้ ทำอะไรเดิมๆ ได้โดยไม่รู้จักคำว่าเบื่อหน่าย

3. สุขุมเยือกเย็น

การเล่นกรับต้องรอจังหวะ และเวลาในการตีแต่ละครั้ง จึงต้องอาศัยความ สุขุมเยือกเย็น และการรอคอย อีกทั้งในการตีแต่ละครั้งนั้นต้องซ้ำและหนักแน่นจึงจะได้เสียงดัง คนที่จะตีกรับในเพลงซ้ำๆ ให้ได้โดยไม่ตีคร่อมจังหวะ หาได้ยาก เพราะคนที่สามารถตีกรับได้จังหวะอย่างสม่ำเสมอจะต้องเป็นคนที่มีความ สุขุมเยือกเย็น จี จะสามารถทำให้ตีลงจังหวะของเพลงพอดีไม่ผิดเพี้ยน

4. เป็นผู้ฟังที่ดี

ถึงแม้ผู้ที่เล่นกรับจะมีความสามารถสูง แต่ก็ยังต้องรับฟังเสียงและทำนองของเครื่องดนตรีอื่นๆ เพราะยังต้องรักษาภาพรวมของความเป็น “ดนตรี” อยู่ ในการทำงานก็เช่นกัน ถึงแม้เราจะมั่นใจว่าเรามีความสามารถมาก แต่นั่นก็ไม่สามารถที่จะอนุโลมได้ว่าเราไม่จำเป็นต้องฟังผู้อื่นผู้ใด เพราะตราบไคที่เรายังทำงานท่ามกลางการติดต่อสื่อสาร ทั้งในสังคม

และบริษัท ภาพรวมนั้นมีความสำคัญมากกว่าสิ่งปลีกย่อย เนื่องจากกรับ เป็นเครื่องดนตรีที่ต้องอาศัยถึงเป็นหัวหน้า เพราะกรับจะตีพร้อมกับเสียงฉิ่งของถึงเท่านั้น การตีกรับ จึงจำเป็นต้องเป็นผู้ฟังที่ดีในการบรรเลงดนตรีด้วย

5. ทำงานเป็นระบบ

การเล่นกรับไม่สามารถเล่นเดี่ยวๆได้ แล้วจะฟังได้ไพละ อย่างน้อยก็ต้องมีเสียงร้องกำกับเช่นการขับเสภา ฉะนั้นการเล่นกรับก็จะสอนให้คนเล่นรู้จักที่จะเล่นร่วมกับผู้อื่น รู้ว่าหน้าที่ของตนอยู่ตรงไหน ต้องเล่น ต้องทำ อย่างไร ทำให้คนเล่นได้รู้จักว่าการทำงานเป็นระบบเพื่อที่จะเล่นเพลงซึกเพลงได้นั้นต้องดำเนินการอย่างไร ให้ประสบความสำเร็จ เนื่องจากกรับเป็นเครื่องดนตรีที่ต้องเล่นร่วมกับวงดนตรีขนาดใหญ่หรือเล่นประกอบ การขับเสภาทุกๆคนในวงดนตรีย่อมมีบทบาทหน้าที่เป็นของตัวเองและเมื่อเครื่องดนตรีทุกชนิดรวมตัวกันเพื่อการแสดง ย่อมเป็นที่แน่ชัดว่าจะต้องมีการทำงานอย่างเป็นระบบเพื่อให้ได้การแสดงที่สมบูรณ์ที่สุดเท่าที่ทุกคนจะช่วยกันทำให้เกิดขึ้นได้ แม้แต่การขับเสภาเองที่มีกรับเป็นเครื่องดนตรีเพียงชนิดเดียว แต่ทว่าผู้ขับเสภาจำเป็นต้องจัดระบบให้ได้ว่าเวลาใดควรขับร้องและเวลาใดควรใช้กรับ เพื่อให้ผู้ฟังได้รรถรสการรับชมที่สมบูรณ์

6. กล้าตัดสินใจ

กรับเป็นสิ่งที่ใช้ในการควบคุมจังหวะ การที่เราใช้กรับในการควบคุมจังหวะให้ดี ไม่ผิดพลาด ต้องกล้าที่จะตัดสินใจในการตีกรับแต่ละครั้ง ถ้าเรามีความมั่นใจ กล้าตัดสินใจก็ทำให้จังหวะในการตีกรับสมบูรณ์และถูกต้อง

7. ฉลาดมีไหวพริบ

หากมีเครื่องดนตรีอื่นเล่นเพื่อนไป ผู้เล่นกรับจะต้องไวในการให้สัญญาณเพื่อให้ผู้อื่นจับจังหวะได้คล้อยกันกับฉิ่ง ผู้เล่นกรับจึงต้องไวและมีไหวพริบเพื่อให้เครื่องดนตรีต่างๆเล่นได้ร่วมกัน โดยไม่ผิดพลาด ในการเล่นกรับนั้น วงดนตรีที่เราเล่นนั้นจะต้องมีการเปลี่ยนเพลงโดยที่ไม่ได้นัดแนะล่วงหน้า ซึ่งผู้ที่เล่นกรับจะต้องมีไหวพริบในการจับจังหวะของเพลงๆนั้นให้ได้ เพื่อที่จะสามารถเล่นกรับให้เข้าวงดนตรีของเราได้ ในบางเพลงมีจังหวะเร็วและจังหวะช้า สลับกันไป ทำให้เราต้องใช้ความฉลาดในการเปลี่ยนจังหวะเข้าไปเร็ว เร็วไปช้า อย่างไร ให้ผู้ฟังไม่แสดงหู จะต้องใช้ความฉลาด และไหวพริบของดนตรีกรับในการเปลี่ยนจังหวะ จึงจะประสบความสำเร็จในการตีกรับ

8. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การเล่นดนตรีไทยต้องเล่นเป็นวง เพลงจึงจะสมบูรณ์ได้ การเล่นกรับ จึงฝึกให้เราเข้ากับผู้อื่นได้ง่ายขึ้นจากการตีกรับที่เล่นเป็นวงปี่พาทย์ โดยร่วมกับเครื่องดนตรีชิ้นต่างๆ ภายในวง สามารถทำให้เรามีมนุษยสัมพันธ์ต่อผู้อื่น และมีบุคลิกที่เข้ากับคนอื่นๆ ในวงได้ดี

9. มีบุคลิกที่เข้ากับคนอื่นได้ง่าย

กรับเป็นเครื่องดนตรีที่ให้จังหวะ ถ้าเข้าจังหวะกับเครื่องดนตรีชนิดอื่น ไม่ได้เพลงที่บรรเลงก็จะไม่ไพละ รื่นหู จึงต้องคอยสังเกตและปรับจังหวะให้เข้ากับวง

10. มีวินัย

เนื่องจาก “กรับ” จะมีจังหวะการรับและส่งที่ชัดเจนและแน่นอน ดังนั้นผู้เล่นจะต้องมีสมาธิ มีวินัยในการเล่น เพื่อไม่ให้เกิดการคร่อมจังหวะ เพราะอาจทำให้เกิดความผิดพลาดของเสียงและจังหวะดนตรีที่เล่นประสานได้ ดังนั้น เมื่อนำมาเป็นข้อคิดในเรื่องของการพัฒนา “กรับ” จะช่วยเสริมสร้างจุดแข็งในเรื่องของการจัดวินัยของตัวเอง และสามารถนำมาพัฒนาเป็นวินัยในการทำงานได้

+ ให้ความร่วมมือในการทำงาน

การทำงานต้องร่วมมือกัน เพราะไม่เช่นนั้นความพร้อมหรืองานที่ออกมาจะไม่สัมพันธ์กัน เช่นเดียวกับการเล่นกรับซึ่งต้องตีหรือเคาะจังหวะ ให้เข้ากับดนตรีชนิดอื่นๆ ที่ร่วมบรรเลงเพลง แล้วเพลงจะออกมาไพเราะ กรับก็เป็นส่วนหนึ่งของเครื่องดนตรีประเภทให้จังหวะ ซึ่งก็ต้องอาศัยเครื่องดนตรีอื่นๆ พอบรรเลงร่วมกันก็เกิดเป็นเพลงที่ดีและไพเราะ การเล่นดนตรี เช่นเดียวกับการทำงานร่วมกัน เพราะการเล่นดนตรี ก็ต้องอาศัยทีมเวิร์ค การร่วมมือกันของทุกคน ซึ่งจะทำให้งานนั้นๆ หรือเพลงนั้นๆ ประสบผลสำเร็จไปได้ด้วยดี

+ รู้จักบทบาทหน้าที่

การเล่นกรับ ไม่ว่าจะเล่นประกอบกับวงดนตรีพื้นบ้าน หรือเล่นกรับประกอบการขับเสภาอัน สิ่งที่สำคัญคือการรู้จักบทบาทหน้าที่ของตัวเองที่ต้องรับผิดชอบ ถึงแม้ว่ากรับเป็นเครื่องดนตรีชิ้นเล็กๆ ที่คนหลายคน อาจมองข้าม แต่เมื่ออยู่ในวงดนตรีไทย กรับจะเป็นเครื่องดนตรีที่มีจังหวะเป็นของตัวเองไม่ว่า จะเล่นเพลงใดๆ ก็ตาม การที่คนเล่นกรับรู้จักบทบาทหน้าที่ของตัวเองดีแล้ว ก็จะทำให้การแสดงออกมาราบรื่น ไม่ทำให้ผู้ฟังรู้สึกขัดหู

กรับ มีหน้าที่เฉพาะเจาะจงของตนเอง ซึ่งถ้าไม่ถูกเล่นให้อยู่ในบทบาทหน้าที่ของตัวเองก็จะหมดความหมายไปทันที ในการทำงานก็เช่นกัน หากแต่ละตำแหน่งงานถูกมอบหมายให้ทำในสิ่งที่อยู่ในบริบทของบทบาทหน้าที่ของตนเอง องค์กรก็จะขับเคลื่อนไปได้เร็วและมีประสิทธิภาพ

+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

จังหวะในเพลงไทย มักจะไม่ค่อยคงที่แน่นอนอย่างเพลงตะวันตก อีกทั้งยังมีลูกเล่นในการบรรเลงของเครื่องดำเนินทำนองอีกด้วย ทำให้ทำนองยืด หรือสั้นกว่าจังหวะ ผู้บรรเลงเครื่องประกอบจังหวะจะต้องมีไหวพริบ ในการบรรเลงว่าตรงไหนควรยืดหรือยืดจังหวะไว้ ในขณะที่เพลงบรรเลงอยู่นั้น กรับ เป็นเครื่องดนตรี ชนิดเดียวที่มีความเป็นตัวของตัวเอง สูง ยืดหยุ่น และปรับตัวไปกับทำนองเพลงได้แบบไม่มีจังหวะลูกเล่นที่ตายตัวนัก

3.2.2 กลองยาว

ผลจากการวิจัย	%
1.มีวินัย	8.57%
2.มีความเป็นศิลปิน	7.14%
3.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	5.71%
4.เก่งในการสร้างทีม	5.71%
5.อดทน	5.71%
6.ทำงานเป็นระบบ	5.71%
7.มีความเป็นผู้นำ	4.29%
8.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	4.29%
9.เป็นนักสื่อสารที่ดี	2.86%
10.มีบุคลิกที่เข้ากับคนอื่นได้ง่าย	2.86%

+จิตใจดี	2.86%
+ชอบเข้าสังคม	1.43%
+ฉลาดมีไหวพริบ	2.86%
+มีอัธยาศัยดี	1.43%
+มีอารมณ์ขัน	1.43%

1. มีวินัย

การเล่นกลองยาว ผู้เล่นจะต้องเคารพในสิทธิของผู้อื่นด้วย หากจะต้องร่วมบรรเลงเพลงด้วยกัน และต้องมีความตรงต่อเวลา รู้จักกาลเทศะ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความอดทนขยันหมั่นเพียรในการฝึกซ้อมด้วยตนเองหรือร่วมผู้อื่น จึงต้องมีวินัยในตัวเอง ไม่ตีให้หน้าหน้าหรือเข้าไป มีวินัยในการคุมจังหวะ ดังนั้นผู้เล่นกลองยาว จึงเป็นผู้มีระเบียบมีวินัย เพราะต้องปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของวงในการประสานงาน

2. มีความเป็นศิลปิน

ศิลปิน คือ ผู้ที่ทำให้ผู้อื่นมีความบันเทิง มีความสุขในการได้เห็น ได้ดู ได้ฟัง ได้ยิน ดังนั้นผู้เล่นกลองยาวจึงถือว่าเป็นศิลปินด้านดนตรีอย่างแท้จริง เพราะกลองยาวสามารถตีได้หลายจังหวะ แต่ละจังหวะให้ความรู้สึกแตกต่างกันไปตามท่วงทำนองเพลง นอกจากนี้ผู้เล่นกลองยาวส่วนมากยังมีลีลา ในการเล่นที่แสดงถึงความสนุกสนาน ทำให้ผู้ที่ได้เห็น ได้ฟังมีความสุขไปด้วย

3. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

คนที่เล่นดนตรีไม่ว่าจะประเภทไหน มักจะเป็นคนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี กับคนรอบข้าง เนื่องจากเขาอยู่กับความสุนทรีย์ ของเสียงดนตรีประจำ ส่งผลให้การทำงานเป็นได้ด้วยดี การเล่นกลองยาวไม่สามารถเล่นคนเดียวได้ต้องเล่นคนเดียวได้ต้องเล่นเป็นทีมจึงจะเกิดความไพเราะน่าฟังรวมถึงคนรำก็น่าชม

4. เก่งในการสร้างทีม

การเล่นกลองยาวจะต้องมีการประสานกันของผู้เล่นทั้งหมด เพื่อให้เสียงเพลงและท่วงทำนองในการรำหรือเต้นเป็นไปอย่างสนุกสนานสอดประสานเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ผู้เล่นทุกคนจะต้องเล่นตามระดับและเข้าใจหลักการของการเล่นจนจบการแสดง

5. อดทน

การจะเล่นให้เข้ากับคนอื่นได้ดีจะต้องมีการฝึกฝนซึ่งต้องใช้ความอดทนในการเล่นเพื่อให้การแสดงออกมาดี

6. ทำงานเป็นระบบ

กลองยาวเป็นเครื่องดนตรีที่ต้องเล่นไปพร้อมกับเครื่องดนตรีชนิดอื่น ดังนั้นทำให้การเล่นกลองยาวต้องเล่นให้พร้อมไปกับผู้อื่นด้วย ให้เป็นระบบ ไม่เช่นนั้นอาจทำให้วงล่มได้

7. มีความเป็นผู้นำ

กลองยาวเป็นเครื่องดนตรีที่ควบคุมจังหวะหลักของวง หากกลองยาวเล่นนำได้ถูกต้อง จังหวะลงตัว เครื่องดนตรีอื่นก็จะเล่นตามได้อย่างลงตัวเช่นกัน การตีกลองยาวจึงพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำของผู้เล่นได้ หากผู้นำนำทีมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทีมงานก็จะมีประสิทธิภาพตามไปด้วย

8. ไม่ล้มเลิกความตั้งใจ

การเล่นกลองยาวต้องมีความตั้งใจในการฝึกฝน เนื่องจากการเล่นกลองยาวมีความยากและต้องเป็นเสียงหลักของวง และยังต้องฟังผู้อื่นเล่นอีกด้วย การตั้งใจฝึกฝนอย่างเต็มที่ที่จะทำให้เล่นได้ดี

9. เป็นนักสื่อสารที่ดี

การแสดงที่ออกมาต้องสามารถให้ผู้ชมเข้าใจได้ง่ายว่าเราต้องการสื่อให้ผู้ชมรับทราบถึงความหมายนั้นคืออะไร

10. มีบุคลิกที่เข้ากับคนอื่นได้ง่าย

การจะเล่นให้ได้ดีต้องอาศัยการแสดงที่มีความสามัคคีของคนในทีม เนื่องจากการแสดงที่พร้อมเพรียงกันจะทำให้การแสดงที่ออกมาดี

3.2.3 ขลุ่ย

ผลจากการวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	11.03%
2. มีความเป็นศิลปิน	9.96%
3. อุดทน	6.64%
4. มีความคิดสร้างสรรค์	6.05%
5. จิตใจดี	5.1%
6. ขยัน	2.73%
7. มีวินัย	2.73%
8. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	2.25%
9. กล้าที่จะลองผิดลองถูก	2.25%
10. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	2.25%
+มองโลกในแง่ดี	2.02%
+มีอิทธิพล	1.03%

1. สุขุมเยือกเย็น

ขลุ่ยเป็นเครื่องดนตรีไทย ซึ่งการบรรเลงดนตรีไทยไม่ได้เล่นได้ตามใจ ต้องเล่นตามโน้ต และตามระดับความเร็วของเพลงที่แบ่งเป็นชั้น ถ้าเร็วกว่าจังหวะเพลง หรือช้ากว่าจังหวะเพลง เครื่องดนตรีอื่นจะเกิดความสับสน หรือถ้าเล่นคนเดียวก็ทำให้เพลง ไม่เป็นไปตามแบบของมัน ดังนั้นต้องใจเย็นและมีสมาธิ เล่นตามโน้ตและฟังเครื่องกับจังหวะ การเป่าขลุ่ยเป็นการเล่นเครื่องดนตรีที่ต้องมีความใจเย็น เพราะไม่สามารถเป่าด้วยลมที่แรงได้ ดังนั้นหากเราจะเป่าขลุ่ยเราก็ต้องมีสมาธิและสติเพื่อเป่าโน้ตให้ออกมาเป็นเพลงได้

2. มีความเป็นศิลปิน

กลุ่มมีเสน่ห์ของความเป็นไทยอยู่สูงมาก ทุกครั้งที่เล่นเพลงด้วยขลุ่ยนั้น ถ้าจะเล่นให้เพลงออกมาเพราะและฟังรื่นหู เราจะต้องเล่นด้วยใจไปต่อใจไปตามอารมณ์ของแต่ละเพลงที่เล่น จะทำให้เพลงนั้นๆ ออกมาไพเราะ และสื่ออารมณ์ไปยังผู้ฟังได้ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ศิลปินทุกคนต้องทำให้ได้

3. ออดทน

การเล่นขลุ่ยถ้าปีครุขลุ่ยไม่สนิทก็จะทำให้เสียงเพี้ยน เพราะฉะนั้นผู้ที่เล่นขลุ่ยจะต้องมีความอดทนที่จะฝึกซ้อมมากๆ เพื่อให้สามารถเล่นขลุ่ยได้อย่างไพเราะ ช่วงเวลาที่หัดเป่าขลุ่ย เราต้องมีความอดทน และพยายามในการฝึกฝน เพราะเราจะต้องแยกประสาทสัมผัส จดจำท่วงทำนอง ตัวโน้ตเพื่อให้เป่าออกมาเป็นเพลง

4. มีความคิดสร้างสรรค์

เมื่อเราเล่นขลุ่ยได้ชำนาญแล้ว ก็จะเริ่มมีความคิดสร้างสรรค์ในการเป่าเพลงหรือแต่งเพลงและทำนองที่เป็นเอกลักษณ์ของเราขึ้นมาใหม่ ทำนองเพลง (Melody) ที่เล่น ช่วยในการระบายความรู้สึกส่วนลึกของจิตใจ ทำให้เกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และลดความวิตกกังวล

5. จิตใจดี

การเล่นขลุ่ยหรือฟังเสียงขลุ่ย ซึ่งเป็นดนตรีที่ให้เสียงค่อนข้างนุ่มนวล เยือกเย็น แต่ไพเราะ ส่งผลให้ผู้ฟังหรือผู้เล่นรู้สึกผ่อนคลาย มีจิตใจที่ปลอดโปร่งแจ่มใส ไม่ขุ่นมัว

6. ขยัน

เนื่องจากต้องใช้ความขยันในการฝึกฝน ซ้อมทั้งตอนเป่าขลุ่ยคนเดียว และการเป่าให้ขลุ่ยเข้ากับเพื่อนร่วมวง จึงเป็นส่วนหนึ่งที่ต้องใช้ความขยัน และสามารถปรับใช้กับการทำงานได้ การที่จะเล่นดนตรีชนิดนี้ แม้ว่าจะไม่ขยันเท่าไรนัก แต่เราต้องมีการฝึกฝนจนชำนาญจึงสามารถเล่นให้เสียงเพลงรื่นหู ไม่ติดขัด และไม่ต้องมานั่งดูโน้ตและคิดว่าต้องปิดหรือต้องเปิดตรงไหน ฉะนั้นต้องมีความขยันเป็นอันดับแรก ในการฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้เป่าขลุ่ยได้อย่างชำนาญและไพเราะ

7. มีวินัย

การหัดเป่าขลุ่ยนั้น ถ้าเราหยุดซ้อมเป่าขลุ่ย อาจทำให้เราต้องเริ่มฝึกกันใหม่ ดังนั้นการที่จะหัดเป่าขลุ่ยได้นั้น ต้องมีวินัยในตนเองที่จะฝึกซ้อมอยู่เสมอ ขลุ่ยช่วยทำให้มีระเบียบวินัยมากขึ้น เพราะในการฝึกซ้อมการเล่นขลุ่ยจะต้องมีใจรักบังคับตัวเองให้ทำตามกฎกติกาการซ้อมได้ จึงจะสามารถเป็นนักเป่าขลุ่ยที่ดีและเก่งได้

8. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

การเล่นขลุ่ยไม่จำกัดว่าจะเล่นได้เพราะเพลงไทยเดิมหรือเพลงลูกทุ่งเท่านั้น แต่หากผู้เล่นรู้จักฝึกฝนและหาวิธีประยุกต์ที่หลากหลายแล้ว ขลุ่ยน่าจะเป็นเครื่องดนตรีที่สามารถเล่นได้กับแนวเพลงที่หลากหลาย เช่นเดียวกับการทำงาน หากรู้จักพลิกแพลงหรือยืดหยุ่น และลองฝึกฝน ทดลองและเรียนรู้สิ่งใหม่ๆแล้ว แน่ใจว่าจะทำให้เกิดสิ่งใหม่ๆ ในการทำงาน การเล่นดนตรีเช่นขลุ่ย จะทำให้คนเล่นมีความสามารถในการคิดแปลง และเสาะแสวงหาข้อมูลและวิธีการเล่น การเป่า เทคนิคความสามารถใหม่ๆ มาใช้เพื่อการเล่นดนตรีหรือการเป่าขลุ่ย เพื่อเสริมทักษะความสามารถทางดนตรี

9. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

การเป่าขลุ่ยนั้น ก็เป็นการลองผิดลองถูกอย่างหนึ่ง ถึงแม้จะเป็นคนที่มีพื้นฐานทางนี้มาบ้างแล้ว แต่ถ้าหากเราไม่กล้าที่จะลองเป่าและใช้นิ้วปิดรูตัวโน้ตนั้นไป ก็ไม่รู้ว่่าสิ่งที่เรากำลังทำอยู่นั้นผิดหรือถูกอย่างไร แต่ถ้าหากเรากล้าที่จะลองเป่าดู ก็จะรู้ว่าสิ่งที่ทำนั้น ผิดหรือถูกอย่างไร และสามารถนำกลับมา แก้ไขให้ได้ดีกว่าเดิมยิ่งขึ้นไป

การฝึกเป่าขลุ่ยในตอนแรกก็จะต้องมีการลองผิดลองถูกในการหัดเป่าเสมือนการกระทำอะไรก็แล้วแต่ ย่อมมีการผิดพลาดบ้างเป็นของธรรมดา เป็นการฝึกฝนไปในตัวเพื่อหาแนวทางที่ถูกต้องที่ดีที่สุด

10. ไม่เคยเลิกล้มความตั้งใจ

การเป่าขลุ่ยนั้นจำเป็นต้องหมั่นฝึกฝนและมีความตั้งใจในการฝึกฝน ซึ่งความตั้งใจในการฝึกฝนเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง หากมีความมุ่งมั่นและตั้งใจ ก็จะเป็นสิ่งที่พาไปสู่พัฒนาการระดับสูง การคิดที่จะเริ่มต้นทำอะไรสักอย่างอย่างจริงจัง แล้วสามารถผ่านจุดนั้นมาได้ต้องอาศัยการฝึกฝน ในการฝึกเล่นดนตรีโดยเฉพาะขลุ่ยนี้ อาจจะมองดูเหมือนเล่นง่าย แต่แท้จริงแล้ว การที่จะเล่นให้ได้ดีและต่อเนื่องต้องมีทั้งอารมณ์ที่ต้องเข้าใจบทเพลงและความสามารถที่ได้จากการฝึกฝน อุตสาหะ พยายาม อย่างตั้งใจ

+ มองโลกในแง่ดี

การเป่าขลุ่ยนั้น เหมือนเป็นการผ่อนคลายจิตใจ มันทำให้ดิ้นหายจากภาวะกดดันได้ และมีความผ่อนคลาย ส่งผลถึงความคิด ทำให้คิดในมุมที่ดีๆ ผู้ที่ชอบเล่นขลุ่ยจะรักดนตรีกันทุกคน แล้วผู้คนที่เล่นนั้นก็จะมีอารมณ์ดีและมอง โลกในแง่ดี

+ มีอัธยาศัยดี

เพราะเวลาเป่าขลุ่ยช่วยในการผ่อนคลายได้ ช่วยพัฒนาอารมณ์และจิตใจ เมื่ออารมณ์ดีจิตใจดี การแสดงออกภายนอกก็จะดีตามมาด้วย ไม่ว่าจะพูดคุย หรือกิริยาอาการ รวมไปถึงความคิดด้วย

3.2.4 ชิม

ผลจากการวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	15.1%
2. อุดทน	9.11%
3. มีความเป็นศิลปิน	5.73%
4. มีวินัย	3.91%
5. ขยัน	3.65%
6. ฉลาดมีไหวพริบ	3.65%
7. มีความคิดสร้างสรรค์	3.65%
8. มีพัฒนาการในตนเองสูง	3.39%
9. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	3.12%

10.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	2.86%
+จิตใจดี	2.86%
+เป็นผู้ที่ดูดี มีเสน่ห์	2.86%
+มองโลกในแง่ดี	2.34%

1. สุขุมเยือกเย็น

การเล่นจิม สามารถฝึกสมาธิได้เพราะต้องจำตัวโน้ตและจำตำแหน่งของตัวโน้ตในจิมได้ การตีและการควบคุมจังหวะในเวลาเดียวกัน ดังนั้นต้องใช้สมาธิสูง และช่วยฝึกให้ใจเย็นขึ้น การเล่นจิมจะฝึกให้เราเป็นผู้ที่มีความสุขุมเยือกเย็น เพราะในการเล่นนั้น จิมตัวหนึ่งเล่นได้คนเดียว ผู้เล่นต้องใช้เวลาและสมาธิกับการเล่นจิมตรงหน้า ยิ่งถ้าได้เล่นเป็นวงแล้ว ยิ่งต้องใช้สมาธิมากยิ่งขึ้น ทำให้เป็นคนที่มีความสุขุมยิ่งขึ้น ยิ่งเล่นผิดยิ่งต้องทำอารมณ์ให้นิ่งและกลับมามีสมาธิกับสิ่งที่อยู่ตรงหน้าไม่ใช่เล่นไม่ได้ เล่นผิยแล้วอารมณ์ไม่ดี จะกลายเป็นเสียสมาธิในการเล่นต่อไป

จิมทำให้ผู้ตีเป็นคนมีสติ นิ่ง และสุขุมเยือกเย็นมากกว่าเดิม ทำให้เป็นคนมองโลกในแง่ดี อารมณ์ดีขึ้น เวลาที่ต้องเจอกับเรื่องเครียดๆ ก็มักจะมีสติในการคิดทบทวนหาทางแก้ไขกับปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น

2. อดทน

การฝึกเล่นเครื่องดนตรีแต่ละอย่างต้องใช้ความอดทนเป็นที่ตั้ง ซึ่งจิมถือเป็นเครื่องดนตรีไทยชนิดหนึ่งที่ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ชอบ การหัดตีจิมนั้นอาจยากพอๆกับเครื่องดนตรีประเภทอื่น แต่ผู้เล่นจิมต้องใช้ความละเอียดอ่อน อดทนในการฝึกนี้ว่าเริ่มแรกนั้นผู้เล่นจะบรรเลงเพลงได้ตามใจชอบได้ แต่ผู้เล่นต้องหัดรอ หัดอ่านโน้ต จับจังหวะ หัดขยี้ในเพลงหนึ่งเพลงกว่าที่จะเล่นได้ต้องใช้เวลาฝึกอยู่นาน ความอดทนจึงเป็นหนทางสู่ความสำเร็จ พรสวรรค์นั้นเป็นส่วนหนึ่งเท่านั้น พรแสวงและความอดทนนั้นก็สำคัญไม่แพ้กัน

จิมเป็นเครื่องดนตรีไทยที่มีสายเยอะมาก และต้องจดจำตัวโน้ต ประกอบกับต้องนั่งพับเพียบตลอดเวลาในการเล่น ดังนั้นต้องอาศัยความอดทน ยิ่งเวลาที่ต้องเล่นร่วมในวงแล้ว ต้องอาศัยการฝึกซ้อมและความพร้อมเพรียง จึงทำให้เรามีความอดทน เวลานั้นนานๆ หรืออะไรก็ตามที่ต้องใช้เวลารอคอยนานๆ

3. มีความเป็นศิลปิน

จิมเป็นเครื่องดนตรีที่ทำให้เราสามารถเรียนรู้ท่วงทำนองของเสียงและตัวโน้ตได้อย่างลึกซึ้ง ทำให้เราซาบซึ้งในความมีสุนทรียภาพของเครื่องดนตรีไทย

4. มีวินัย

การเล่นจิมนั้นเราต้องมีวินัยกับตัวเองค่อนข้างสูง เพราะว่าจิมจำเป็นต้องอาศัยการฝึกซ้อม หากไม่ฝึกก็เล่นไม่ได้ หากเล่นได้แล้วแต่ไม่ซ้อม นานไปก็ลืม เพราะฉะนั้นเราต้องมีวินัย ในการเล่นจิมแต่ละครั้ง เราจะต้องมีการฝึกซ้อมมาก่อน ดังนั้นเราต้องมีวินัยในการรู้จักฝึกซ้อม ใช้เวลาในการเล่น การฝึก ดังนั้น จึงทำให้เราสามารถนำมาใช้ในชีวิตของเราได้ ช่วยในการปรับให้เรา มีวินัยมากขึ้น

5. ขยัน

เมื่อผู้เล่นต้องอดทนฝึกซ้อม และฝึกเทคนิคต่างๆจนเชี่ยวชาญ ผู้เล่นมักผลอเราว่าตนเก่งแล้ว จนเริ่มละเลยการฝึกซ้อม ฝึกปรือฝีมือให้พัฒนาขึ้น จุดนี้ความขยันจะหาย ซึ่งเป็นเรื่องที่ผู้เล่นจิมไม่ควรพึงกระทำอย่างมาก เพียงแค่

ผู้เล่นหยุดซ้อมแค่อาทิตย์เดียว จะประสพภาวะนี้แข็ง ทำให้กรอเสียงได้ไม่เพราะ ราวกับเด็กหัดใหม่ก็ไม่ปาน ดังนั้น ผู้เล่นต้องมีความขยันหมั่นเพียร ฝึกซ้อมสม่ำเสมอ

การฝึกตีจิมนั้นต้องใช้ความขยันในการฝึกมาก เพื่อให้เกิดความเชี่ยวชาญและป้องกันความผิดพลาดที่จะเกิดขึ้นในระหว่างที่เราไปแข่งขันหรือแสดงตามงานต่างๆ ยิ่งฝึกมากเท่าไรก็จะเกิดความเชี่ยวชาญหรือความแม่นยำมากขึ้น ทำให้เรามีความมั่นใจในการเล่น เพราะฉะนั้นจิมจึงมีส่วนช่วยให้เราพัฒนาความขยันมากที่สุด

6. ฉลาดมีไหวพริบ

การที่เล่นจิมได้ก็ต้องใช้ไหวพริบเพราะโน้ตของจิมแต่ละตัวบางครั้งก็สามารถเล่นแทนกันได้ ซึ่งแต่ละคนก็มีการเล่นที่แตกต่างกันออกไป อย่างคนที่เล่นจิมเป็นก็จะติดตามไปว่า เมื่อได้ยินเสียงเพลงๆนี้ เขาใช้ตัวโน้ตตัวไหนเล่น และถ้าเราจะเล่นบ้างเราจะใช้เสียงไหนที่อาจจะดูเพราะกว่าอะไรทำนองนี้

การเล่นจิม แต่ละเพลงนั้นต้องใช้ทักษะการเล่นเป็นอย่างมาก และต้องมีเทคนิคเฉพาะของการเล่นจึงทำให้บทเพลงนั้นไพเราะและแตกต่าง เมื่อผู้เล่นบรรเลงและต้องใช้เทคนิคมากมาย บางครั้งตีพลาดจึงต้องแก้ทางให้ถูก ในช่วงพริบตาตัวเอง ผู้เล่นจะเปลี่ยนวิกฤติให้เป็นโอกาสนั้น และพาให้วงดนตรีถึงฝั่ง ผู้เล่นต้องมีตาที่ไว มีหูที่จับเสียงได้ชัดเจน และมีสมองที่คอยสั่งหรือแก้ไขให้ทำตาม แต่ในระยะเวลาสั้นๆ นั้น ทำอย่างไรจึงจะสำเร็จ ผู้เล่นต้องฝึกให้มาก และเมื่อเชี่ยวชาญจึงสามารถนำความรู้ที่นำมาประยุกต์กับชีวิตคนได้ในที่สุด

7. มีความคิดสร้างสรรค์

การเล่นจิม หรือดนตรีต่างๆสามารถปรับใช้ร่วมกับกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างมากมาย ซึ่งแล้วแต่ทัศนคติและความคิดสร้างสรรค์ของแต่ละคน การเล่นจิมนั้นมีเทคนิคการเล่นมากมาย การเร่งจังหวะในบางช่วง ล้วนแล้วแต่ฝึกความคิดสร้างสรรค์ทั้งนั้น

8. มีพัฒนาการในตนเองสูง

จิมช่วยในการพัฒนาตนเองคือในการเล่นดนตรีต่างๆ ซึ่งจะเกิดความไพเราะยิ่งขึ้นก็ต่อเมื่อเล่นกันเป็นวง ซึ่งในการเล่นเป็นวง เราต้องรับฟังจังหวะและทำนองจากผู้อื่นและทำนองจากผู้อื่น เป็นการพัฒนาการทำงานร่วมกับผู้อื่น เป็นผู้ฟังที่ดี เป็นนักสื่อสารที่ดี เกรงใจผู้อื่น และมีวินัย เพราะการทำงานเป็นทีมต้องเคารพและให้เกียรติผู้อื่น และเรายังต้องการพัฒนาศักยภาพของเราให้เท่าเทียมกับผู้อื่น รวมทั้งต้องใจเย็นเพราะเราไม่ได้รีบที่จะเล่น แต่เราเล่นเพื่อความไพเราะ ซึ่งจะช่วยให้ใจเย็นและฝึกการทำงานอย่างประณีต

การเล่นดนตรีชนิดนี้ต้องใช้ความสามารถสูง เนื่องจากการใช้มือทั้ง 2 ข้างตีไปพร้อมๆกัน ทั้งยังต้องจำว่าโน้ตเสียงนี้อยู่ตรงไหนบนจิม มันต้องแยกส่วนประสาทให้ออก เพราะอย่างคนที่เก่งๆแล้วมีพัฒนาการที่สูงการเล่นก็ไม่จำเป็นต้องมองไปบนจิม สามารถกระยะ คำนวณเส้นสายของเสียงได้ ถ้าเป็นคนที่ไม่เคยเลยแล้วจะเล่นก็บอกได้ว่ายากมากถ้าจะเล่นให้ไพเราะ ยิ่งถ้าได้เล่นไปนานๆ สามารถที่จะฝึกสมาธิ ความอดทน ความมีไหวพริบและอีกหลายๆอย่างได้

9. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

การเล่นต้องใช้ความตั้งใจ ด้วยความยากที่ต้องหมั่นฝึกฝนเป็นประจำเพื่อความชำนาญ ยิ่งสำหรับบุคคลที่เพิ่งหัดเล่นใหม่ ไม่ว่าจะเป็นการใช้มือในการตี การใช้สายตาในการมองสายที่ดีเพราะสายของจิมมีหลายเส้น การที่จะพัฒนาตนให้เก่งและร่วมเล่นกับผู้อื่นได้ต้องอาศัยความตั้งใจมากขึ้นไปอีก สิ่งนี้เองจะเป็นการฝึกฝนให้เราเป็นคนที่ไม่ล้มเลิกความตั้งใจ เพื่อให้ได้มาซึ่งความสำเร็จในวันข้างหน้าแน่นอน

ซิมเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นแล้วน่าเบื่อ แต่ว่าถ้าสามารถเล่นจนจบเพลง หรือว่าหัดเล่นเพลงแต่ละเพลงได้นั้น ต้องใช้ความอดทนมาก และถ้าสามารถเล่นได้ก็แสดงว่าเราสามารถเอาชนะตัวเองได้และไม่ล้มเลิกอะไรง่ายๆ

10. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

คนที่เล่นดนตรีไทยเดิมส่วนมากจะเป็นคนใจเย็น สุขุม เรียบร้อย จิตใจที่ดี สิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้ที่ได้คุยหรือได้พบเจอ แล้วเป็นคนที่น่าคุย เสมือนมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี คิดดี ทำดี และปรารถนาดี การเล่นซิมนั้น ซึ่งเป็นดนตรีไทย จะต้องมีการเล่นเครื่องดนตรีชนิดต่างๆ เล่นไปพร้อมๆกัน ซึ่งการเล่นเป็นวงหรือเล่นซิมนั้นจึงจะไพเราะ น่าฟัง จึงก่อให้เกิดการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีได้ ซึ่งเป็นการพัฒนาคนอีกด้านหนึ่ง

+ จิตใจดี

การเล่นซิม เป็นการบำบัดโดยใช้ดนตรี ทำให้การเคร่งเครียดกับงานน้อยลง ซิมเป็นดนตรีไทยที่มีใช้เล่นเพลงส่วนใหญ่เป็นทำนองไทยเดิม ผู้ซึ่งได้สัมผัสจะต้องเป็นคนอ่อนโยนและจิตใจดี

+ เป็นผู้ที่ดี มีเสน่ห์

ผู้เล่นได้ฝึกทำนองที่ถูกต้องในการเล่น ซึ่งเป็นการเสริมสร้างบุคลิกให้ผู้เล่นเป็นผู้มีบุคลิกชวนมอง การเล่นซิมฝึกบุคลิกภาพของเราไปด้วย เช่น การนั่งตัวตรง การวางมือ เป็นต้น ซึ่งทำให้ผู้ที่เล่นปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพให้ดูดี มีเสน่ห์ไปด้วยนั่นเอง เพราะการจะเล่นซิมได้ดี และเสียงออกมาไพเราะนั้นต้องอาศัยการนั่งที่ถูกวิธี การวางมือและใช้มือในการตี เป็นต้น

+ มองโลกในแง่ดี

การเล่นซิมทำให้เราเป็นคนที่มีจิตใจเยือกเย็น และมองโลกในแง่ดี เพราะดนตรีสามารถบำบัดจิตใจเราได้ เสียงเพลงที่ผ่านมามีการบรรเลงจากซิม มีความไพเราะ ช่วยให้ผู้เล่นและผู้ฟังผ่อนคลาย เรียกว่าเล่นแล้วจรรโลงใจ ส่งผลให้สภาพจิตใจดีขึ้นบาน และส่งผลให้สมองโล่ง อารมณ์ดี มองโลกในแง่ดี

3.2.5 จะเข้

ผลจากการวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	10.98%
2. อดทน	9.85%
3. ขยัน	4.92%
4. มีวินัย	4.55%
5. มีความคิดสร้างสรรค์	3.79%
6. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	3.79%
7. ฉลาดมีไหวพริบ	3.79%
8. มีความรับผิดชอบสูง	3.41%
9. เป็นผู้ที่ดี มีเสน่ห์	3.41%

10.มีพัฒนาการในตนเองสูง	3.03%
+มีความเป็นศิลปิน	1.52%
+จิตใจดี	1.89%
+เรียนรู้เร็ว	1.52%
+ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	6.65%

1. สุขุมเยือกเย็น

เนื่องจากการเล่นจะเข้ จะต้องตั้งสมาธิอยู่ที่โน้ตเพลง อยู่ที่การกดและตีคอร์ดและตีคอร์ดแต่ละเส้น เพื่อให้เกิดเพลงที่ไพเราะ ในจังหวะที่เหมาะสม จึงเสมือนเป็นการฝึกสมาธิแก่เรา ส่งผลให้เรามีความสุขุมเยือกเย็นมากขึ้น เพราะมีสติและสมาธิในการไตร่ตรองสถานการณ์ต่างๆมากขึ้น

2. อุตทน

จะเข้เป็นเครื่องดนตรีที่ต้องขอมจับข้อมือและนิ้วในช่วงที่หัดเล่นแรกๆ เพราะข้อมือต้องมีการเสียดสีกับตัวจะเข้ นิ้วมือต้องถูกมัดกับไม้ค้ำจะเข้ จึงต้องอดทนต่อการเจ็บ ถ้าใครที่มีความอดทนต่ำก็ไม่สามารถเล่นได้ เนื่องจากจะเข้เป็นเครื่องดนตรีไทยที่ต้องใช้ความละเอียดอ่อนในการเล่น ต้องอดทนฝึกซ้อมเพลง เพื่อให้เล่นเข้ากับวงดนตรีได้ ต้องตั้งใจและอดทนเพื่อพัฒนาฝีมือตัวเอง ให้เล่นได้ไพเราะ นุ่มนวล มีจังหวะในการตีที่ทำให้สะกดผู้ฟังได้ โดยเฉพาะการเล่นเดี่ยวที่ต้องใช้สมาธิ และฝีมืออย่างมาก

3. ขยัน

จะเข้ ก็เช่นเดียวกับเครื่องดนตรีค้ำเนินทำนองอื่นๆ ต้องมีความขยันในการฝึกซ้อม เพื่อความอยู่ตัวของกำลังนิ้ว และแขน หากขาดการฝึกซ้อมแล้ว กำลังก็จะลดลงไป เนื่องจากคนตรีไทยต้องมีการฝึกหัดอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เกิดความชำนาญในการเล่น จึงทำให้ความขยันในการฝึกซ้อมกลายเป็นนิสัยในการดำรงชีวิต เป็นพฤติกรรมที่ดีในการปฏิบัติต่อหน้าที่การงานปัจจุบัน

4. มีวินัย

การเล่นจะเข้ช่วยทำให้มีวินัยในการบริหารเวลาการฝึกซ้อมว่าเวลาไหนควรทำอะไร ต้องใช้เวลาและความมีวินัยในการอดทนการฝึกซ้อม

5. มีความคิดสร้างสรรค์

เมื่อเล่นเครื่องดนตรีจะเข้ ผู้เล่นข้อมือทราบดีว่าโน้ตและเสียงดนตรีของสายจะเข้แต่ละเส้น ซึ่งหากผู้เล่นสามารถเล่นเครื่องดนตรีจะเข้ได้จนมีความชำนาญแล้ว ข้อมือเกิดความรู้สึกอยากแต่งเพลงจึงทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ ผลงานที่เราเร้าออกมา จึงเป็นส่วนช่วยพัฒนาระบบความคิดสร้างสรรค์ของเรามากยิ่งขึ้น ไปด้วย

6. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

ในการฝึกฝนดนตรีต่างๆหรือจะเข้ขึ้นต้องใช้ความอดทนและความมุ่งมั่นที่สูง ดังนั้นจึงแสดงให้เห็นว่าต้องใช้ความตั้งใจในการฝึกฝนสูงซึ่งผลให้มีความอดทนต่อสิ่งต่างๆได้ดี และจะไม่ล้มเลิกและมีความพยายามในการจะทำการต่างๆได้ดี มีความตั้งใจในการฝึกซ้อม ในการหัดเล่นเพราะจะเข้ขึ้นนั้นยากพอควรและยังต้องทนความเจ็บถึงการเสียดสีในการฝึกซ้อม ซึ่งต้องใช้ความพยายามและการตั้งใจสูงมาก

7. ฉลาดมีไหวพริบ

เนื่องจากการเล่นจะเข้ต้องมีความจำที่ดีเยี่ยม และข้ต้องมึไหวพริบที่คึในการเล่นลูกเล่นเสริมเข้าไปในเพลงที่เล่นด้วย และต้องสามารถเล่นร่วมกับเครื่องดนตรีในวงได้ ทำให้ผู้เล่นมีความฉลาดทางอารมณ์ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ได้คึมีความจำที่คึ จะเข้เป็นเครื่องดนตรีที่สามารถบรรเลงเดี่ยว หรือบรรเลงเป็นเครื่องนำของวงเครื่องสาย หรือวงมโหรีก็ได้ จึงจำเป็นต้องอาศัยความฉลาดมีไหวพริบของผู้เล่นที่คอยสังเกตการณ์โดยรอบว่าต้องบรรเลงอย่างไรให้เหมาะสม พอคึ กับสถานการณ์ หรือหากบรรเลงรายละเอียดคึแล้วจะแก้สถานการณ์อย่างไรให้ผู้ฟังไม่รู้สึกระคายหู และข้ถูกต้องตามโครงสร้างของเพลง

8. มีความรับผิดชอบ

การเล่นจะเข้จำเป็นจะต้องฝึกฝนเป็นประจำเพื่อให้เกิดความชำนาญในการเล่น ดังนั้นักจะเข้ทุกคนจำเป็นจะต้องฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง เพื่อไม่ให้ลืมเพลงและลูกเล่นของเพลง การฝึกฝนเป็นประจำน้เอง ทำให้นักเล่นจะเข้ทุกคนกลายเป็นคนที่มีความรับผิดชอบต่อกิจกรรมต่างๆที่คึเข้าไปมีส่วนร่วม

9. เป็นผู้ที่ดี มีเสน่ห์

ท่าทางในการเล่นจะเข้้นั้นจะต้องดูสง่างามเพราะเป็นเครื่องดนตรีที่เมื่อเล่นกันเป็นวงใหญ่มักจะถูกอยู่แถวคึๆของวงดนตรีไทย ทำให้ระหว่างที่เล่นจะเข้้นั้นจะช่วยฝึกท่าทางน้การเล่นจะเข้ต้องดูคึเสมอ เป็นการส่งเสริมให้ผู้เล่นมีบุคลิกภาพที่คึ การที่เราเล่นจะเข้ต้องนั่งตัวตรง พับเพียบ สวยงาม เป็นการฝึกบุคลิกภาพไปในตัว และข้เล่นเก่งเท่าไหร่ คึข้ไฟเพราะและคึมีเสน่ห์มากเวลาน้คิดจะเข้ เหมือนการทำงาน ถ้าเรามีบุคลิกภาพที่คึก็ทำให้เราคึมีเสน่ห์ในการทำงาน

10. มีพัฒนาการในตนเองสูง

การเล่นจะเข้ให้เก่งนั้น นอกจากจะข้ต้องใช้ความอดทนแล้ว ยังจะต้องมีพัฒนาการในตนเองสูงด้วย ต้องหมั่นฝึกซ้อมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่เราตั้งไว้ เพราะการเล่นมันมีทั้งระดับที่เล่นง่ายจนมีไปถึงระดับการฝึกฝนที่ยากมาก เพราะฉะนั้นเราคึจะต้องพัฒนาการในตนเองสูงเช่นกัน ทำให้เรารู้จักที่จะพัฒนาฝีมือให้ก้าวหน้าข้ขึ้น เพราะว่เมื่อเราสามารถเริ่มคึเล่นจะเข้เป็นแล้ว เราคึจะมีความกระตือรือร้นที่จะฝึกฝนให้ข้เชี่ยวชาญข้ขึ้น

+ มีความเป็นศิลปิน

ผู้เล่นสามารถแสดงทักษะทางด้านดนตรีได้มากผ่านการเล่นจะเข้ได้มาก ผู้เล่นจะต้องมีอารมณ์ร่วมเฉกเช่นศิลปินที่คึต้องใช้ทักษะทางศิลปะ โดยจะเข้เป็นอีกน้หนึ่งทักษะที่จะช่วยพัฒนาให้บุคลิกรวมไปถึงจิตใจของผู้เล่นมีความเป็นศิลปินในตัว

+ จิตใจคึ

การเล่นจะเข้ช่วยให้เรามีอารมณ์แจ่มใส หากเราเครียด เสียงดนตรีจะทำให้เราผ่อนคลาย ขณะเดียวกันเวลาเล่น หรือ ฟัง เราจะมึสมาธิมากขึ้นไปคึด้วย

+ เรียนรู้เร็ว

เพราะความยากและต้องใช้ความอดทนน้พับเพียบนานๆ ถ้าสามารถเรียนรู้ได้เร็ว จะทำให้สนุกกับการฝึกและเล่นได้สนุก เนื่องจากว่ต้องมึการต่อเพลงใหม่อยู่เรื่อยๆ ทำให้ต้องมึการเรียนรู้ตัวโน้ตและทำนองได้รวดเร็ว

+ ฝึกหาความรู้ใหม่ๆ

ในการเรียนรู้เพลงมีหลายเพลงที่ต้องฝึกฝน ถึงแม้จะเป็นเพลงเดียวกันแต่สามารถเล่นได้หลายทาง จึงต้องมีการฝึกหาว่าแต่ละทางเล่นอย่างไร เพื่อเอามาปรับใช้เป็นทางของเราเอง

3.2.6 ภาพ

ผลจากการวิจัย	%
1. รู้จักบทบาทหน้าที่	6.43%
2. ออดทน	4.82%
3. ทำงานจำใจได้	4.02%
4. ชอบเข้าสังคม	3.61%
5. มีความเป็นศิลปิน	3.61%
6. ให้ความร่วมมือในการทำงาน	3.61%
7. ทำงานเป็นระบบ	3.21%
8. กล้าตัดสินใจ	3.21%
9. ฉลาดมีไหวพริบ	2.81%
10. เก่งในการควบคุมดูแล	2.41%
+ มีมนุษยสัมพันธ์ดี	2.01%
+ ตรงต่อเวลา	2.41%
+ เป็นตัวของตัวเอง	2.01%

1. รู้จักบทบาทหน้าที่

เป็นเครื่องดนตรีที่ให้จังหวะที่มีเสียงดัง ดังนั้นจึงเป็นเครื่องดนตรีที่ต้องมีความถูกต้องและแม่นยำสูง ตัวผู้เล่นจะต้องรู้ว่าหน้าที่ตนเองอยู่ตอนไหนแล้วทำให้ถูกเสมอด้วย การบรรเลงฉาบนั้น ผู้บรรเลงจะต้องรู้บทบาทของตัวเองว่า ควรบรรเลงให้เสียงอยู่ในระดับไหน ถ้าบรรเลงเสียงดังเกินไปก็จะทำให้เสียงเด่นออกมา และกลบเสียงผู้อื่น จึงจำเป็นต้องรู้จักบทบาทของตัวเองในวงดนตรี ฉาบเป็นเครื่องดนตรีที่ใช้ประกอบและควบคุมจังหวะร่วมกับกลองและจึงคนที่เล่นฉาบจะต้องรับผิดชอบในบทบาทหน้าที่ในการตีฉาบเพื่อให้เสียงดนตรีที่เล่นออกมานั้นมีทิศทางเดียวกัน เปรียบเสมือนงานที่ออกมาตามที่กำหนดไว้ในรูปแบบเดียวกัน

2. ออดทน

การเล่นฉาบในขั้นแรกอาจจะคิดว่าง่าย แต่หากลองเล่น สักครั้ง จะทราบได้ว่ากว่าที่เราจะตีฉาบให้เข้ากับจังหวะของวงดนตรี เข้ากับจังหวะของเพลงได้นั้น ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย ดังนั้นเราต้องพยายามอดทน และต้องพยายามฝึกฝนพัฒนาความสามารถของตนเองให้ดีขึ้นเรื่อยๆให้ได้ การเล่นเป็นดนตรี สิ่งสำคัญคือ ความอดทน และความเข้าใจ

ในตัวของเราเอง รู้จักยอมรับข้อผิดพลาดของคน และต้องรู้จักการพัฒนาตน เพราะจะต้องคอยฟังเพลงอยู่ตลอดเวลาว่า เพลงบรรเลงมาถึงไหนแล้ว และเราต้องตีคอร์ดไหน มันคือความอดทนที่ต้องสนใจเพลงอยู่ตลอดเวลา ไม่เหมือนกับเครื่องดนตรีอื่นที่มีโน้ตให้เล่นเยอะ แต่ถ้ามมีโน้ตน้อยมาก แต่ถ้าไม่มีมาอยู่ในเพลงก็จะไม่เป็นเพลง ดังนั้นคนที่เล่นถาบได้ ต้องมีความอดทนสูงเพื่อให้งานออกมาดีที่สุด

3. ทำงานจำใจได้

ถาบเป็นเครื่องดนตรีประกอบจังหวะ ที่ทำให้บทเพลงมีความครึกครื้นขึ้น แต่กระนั้นก็เป็นการเล่นแบบซ้ำๆ ไม่มีลูกเล่นมากนัก ผู้ที่ตีถาบ จะต้องสามารถบรรเลงในแบบเดิมได้ แม้เพลงจะยาวเพียงไหนก็ตาม เนื่องจากถาบเป็นดนตรีที่เล่นง่ายไม่ซับซ้อนมีเพียงจังหวะเดียว จะเล่นกี่ครั้งก็แค่ครั้งเดียวแต่ก็เป็นสิ่งที่ดีไม่น่าเบื่อ เพราะอย่างน้อยเราก็คือส่วนหนึ่งที่จะทำให้วงดนตรีสมบูรณ์ได้ จึงเป็นสิ่งที่ช่วยให้เราสามารถทำงานที่จำใจได้โดยไม่เบื่อ

4. ชอบเข้าสังคม

เนื่องจากเครื่องดนตรีถาบไม่ใช่เครื่องดนตรีที่เหมาะสมจะเล่นเพียงคนเดียว ดังนั้นจึงจะต้องเล่นร่วมกับเครื่องดนตรีอื่นๆถึงจะฟังเป็นเพลงได้ ดังนั้นเมื่ออยู่กับเครื่องดนตรีอื่นเราก็ต้องรู้จักที่จะพูดคุยกับผู้อื่นเพื่อทำความเข้าใจกับเพลงที่จะบรรเลงว่าจะต้องเล่นอย่างไรจึงจะเข้าจังหวะกัน เล่นแบบไหนจึงจะไพเราะ การเล่นถาบต้องเล่นประกอบกับเครื่องดนตรีประเภทอื่น จึงจะเกิดความไพเราะของบทเพลง ดังนั้นจึงถือว่าการเข้าสังคมอีกประเภทหนึ่ง

5. มีความเป็นศิลปิน

ถาบเป็นส่วนหนึ่งของดนตรี คือเป็นเครื่องดนตรีชนิดหนึ่ง เพราะฉะนั้นคนที่เล่นถาบคือคนที่ชอบหรือรักในเสียงเพลง คือมีความเป็นศิลปินในตัวเอง และถาบก็เป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยเสริมสร้างความเป็นศิลปินในตัวเราด้วย

6. ให้ความร่วมมือในการทำงาน

มีวินัยในตนเองการมีความรับผิดชอบมากขึ้นในการฝึกซ้อม การมีวินัยคือการมาซ้อมอย่างพร้อมเพรียงกัน ไม่มีใครเป็นตัวถ่วงใครการร่วมมือกันทำงานจะสามารถทำความฝันให้เป็นจริงได้ เพราะการตีถาบนั้นจะต้องเล่นกับดนตรีอื่นๆเพื่อให้เกิดจังหวะทำนอง จึงบอกได้ว่าเป็นการให้ความร่วมมือ ถ้าเปรียบการทำงานก็คือให้ความร่วมมือในการทำงาน

7. ทำงานเป็นระบบ

ช่วยให้รู้ว่ามีการทำงานเป็นทีม ทำให้เรารู้ว่าสิ่งไหนต้องทำอะไรก่อนหลัง ดังนั้นถาบจึงเป็นจุดแรกที่ทำให้ทราบถึงหน้าที่และทำงานอย่างเป็นระบบ

8. กล้าตัดสินใจ

เพลงบางเพลงถาบจะมีตัวโน้ตที่ต้อง SOLO เพียงคนเดียวหรือเครื่องมือเดียวและจะเป็นช่วงที่เสียงถาบดังกว่าเครื่องมืออื่นๆทั้งหมด การตัดสินใจที่จะ SOLO จะต้องแม่นยำที่สำคัญต้องมั่นใจที่จะเล่นกล้าตัดสินใจที่จะ SOLO มันอาจจะถูกหรือผิดก็ได้ ถาบเป็นเครื่องดนตรีชนิดหนึ่งที่ทำให้จังหวะกับทั้งวง ถ้าถาบไม่กล้าตัดสินใจที่จะเป็นคนนำวงดนตรีวงนั้นก็ไม่มีสีสัน ในวงดนตรีมีคนที่ดีถาบเพียงคนเดียว ดังนั้นถ้าหากตีผิดก็จะทำให้เพลงที่เล่นนั้นฟังดูแปลกไป ดังนั้นคนที่ตีถาบต้องกล้าตัดสินใจที่จะตีในจังหวะนั้นๆ

9. ฉลาดมีไหวพริบ

การตีถาบจะฝึกความมีไหวพริบของสมองต้องคอยตีให้ได้จังหวะตามเพลงที่บรรเลงอยู่

10. เก่งในการควบคุมดูแล

การเล่นดนตรีนั้น จังหวะถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญมาก และเป็นตัวควบคุมความไพเราะ ความพร้อมเพรียงกันของเครื่องดนตรีและฉาบก็เป็นเครื่องดนตรีที่ให้จังหวะ และควบคุมจังหวะชนิดหนึ่ง การเล่นฉาบจึงสามารถช่วยผู้เล่นนั้น รู้จักการควบคุมดูแลให้จังหวะนั้นไม่ช้าหรือเร็วจนเกินไป

+ มีมนุษยสัมพันธ์ดี

ฉาบเป็นเครื่องดนตรีที่ใช้ประกอบและควบคุมจังหวะร่วมกับกรองและฉิ่ง ดังนั้นผู้เล่นจะต้องเป็นคนที่มีมนุษยสัมพันธ์ดีด้วย เพราะต้องเล่นควบคุมดูแลคอยประสานร่วมกับผู้เล่นคนอื่นๆ ถ้าเล่น ไม่สอดคล้องกันก็จะทำให้เสียงดนตรีที่ออกมาไม่มีความผิดเพี้ยนเหมือนงานที่ขาดการร่วมมือที่ดี

3.2.7 อื่น

ผลจากการวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	10.98%
2. มีความเป็นศิลปิน	9.85%
3. ฉลาดมีไหวพริบ	4.92%
4. ทำงานจำใจได้	4.55%
5. อุตุน	3.79%
6. มีความเป็นผู้นำ	3.79%
7. ทำงานเป็นระบบ	3.79%
8. รู้จักบทบาทหน้าที่	3.41%
9. มีมนุษยสัมพันธ์ดี	3.41%
10. มีวินัย	3.03%
+ ให้ความร่วมมือในการทำงาน	1.52%
+ มีอริยาศาสตร์ดี	1.89%
+ กล้าตัดสินใจ	1.52%

1. สุขุมเยือกเย็น

การฝึกตั้งช่วยพัฒนาให้เรามีจิตใจสุขุมเยือกเย็นเพราะการเล่นดนตรีหรือการจะทำสิ่งใดก็ตามก็ต้องมีสมาธิ และควบคุมจิตใจให้สุขุมอยู่ตลอด ถ้าหากเราไม่สามารถควบคุมสิ่งนี้ได้ จะทำให้เกิดจิตฟุ้งซ่านและใจร้อน อาจเกิดการพลาดพลั้งได้ จึงทำให้เรามีบุคลิกภาพที่สุขุมเยือกเย็นได้ เพราะเป็นเครื่องดนตรีที่ต้องคอยจังหวะที่เหมาะสม ถึงจะดีได้ถูกจังหวะ และทำให้การบรรเลงโดยรวมมีความไพเราะ ดังนั้นจึงจึงเป็นเครื่องดนตรีที่ช่วยเสริมสร้างความสุขุมเยือกเย็นให้กับเราได้

2. มีความเป็นศิลปิน

ศิลปินทางดนตรีคือผู้ที่มีความรู้ความสามารถในเรื่องดนตรีหรือเล่นดนตรี ไม่ว่าจะเป็นผู้ถ่ายทอดออกมาทางด้านบรรเลงด้วยเครื่องดนตรีหรือทางการขับร้อง ซึ่งทำให้ผู้ที่ได้เห็น ได้ฟังมีความสุขหรือบันเทิงใจ ดังนั้นผู้ที่เล่นจึงจึงถือเป็นศิลปินทางด้านดนตรีประเภทหนึ่ง เพราะเป็นผู้ถ่ายทอดความบันเทิงจริงใจแก่ผู้ที่ได้เห็น ได้ฟัง

3. ฉลาดมีไหวพริบ

เนื่องจากฉิ่งเป็นตัวควบคุมจังหวะ เมื่อฉิ่งเกิดผิดพลาดทำให้เสียจังหวะ คนที่เล่นฉิ่งจะต้องมีไหวพริบในการแก้ปัญหา เพื่อให้จังหวะกลับมาเป็นปกติ เพราะการเล่นดนตรีแต่ละครั้งจะเล่นในสถานที่หรือในโอกาสต่างๆที่แตกต่างกันไป เพราะฉะนั้นอาจจะได้พบกับการเล่นดนตรีที่ต้องการให้จบเพลงโดยเร็ว หรืออาจจะให้เล่นเพลงต่อไปเพื่อรอบางสิ่งบางอย่าง คนที่เล่นฉิ่งต้องมีไหวพริบในการควบคุมให้นักดนตรีเล่นจังหวะเร็วหรือช้าได้ในสถานการณ์นั้นๆต้องคอยสังเกตสภาพหรือบรรยากาศรอบข้าง

4. ทำงานจำใจได้

การเล่นฉิ่งนั้นเป็นการเล่นเครื่องดนตรีซึ่งเป็นเครื่องดนตรีไทยที่ถือว่าง่ายที่สุดแล้ว จังหวะมีเพียงไม่กี่จังหวะ ซึ่งอาจทำให้เกิดความน่าเบื่อหน่ายได้ แต่สำหรับคนที่มิใช่รักเครื่องดนตรีนี้แล้วจะเล่นได้ไม่รู้จักเบื่อ การเล่นดนตรีชนิดนี้ต้องมีการฝึกฝนในการเล่น แม้จะมีเพียงเสียง ฉิ่ง – ฉับ ช้า ไปช้ามา แต่เมื่อเข้าเล่นกับเครื่องดนตรีชนิดอื่นก็เกิดความไพเราะได้เกิดการฝึกฝนในการเล่นจะต้องเล่นดนตรีช้าไปช้ามาอยู่หลายรอบ เพื่อให้เกิดความเคยชินและพร้อมเพรียงกัน ผู้เล่นจึงต้องมีความอดทนต่อความซ้ำซากจำเจ ฉิ่งจึงช่วยพัฒนาฝึกฝนความสามารถของบุคคลทางด้าน การทำงานจำใจ

5. อดทน

เนื่องจากฉิ่งเป็นเครื่องดนตรีที่พลิกแพลงไม่ได้มาก แล้วก็ต้องตีควบคุมจังหวะไปจนกว่าจะจบเพลงทำให้คนที่เล่นฉิ่งนั้นจะต้องมีความอดทนมาก การจะตีฉิ่งได้แต่ละครั้งต้องคอยจังหวะ เพราะฉิ่งถือว่าเป็นเครื่องดนตรีประกอบ แต่ก็มีบทบาทสำคัญที่จะช่วยให้บทเพลงที่บรรเลงไพเราะได้ ดังนั้น ผู้เล่นต้องมีความอดทน ต้องรู้จักฟังจังหวะบรรเลงให้ถูกต้อง ต้องรอคอยนาน

6. มีความเป็นผู้นำ

ฉิ่งเป็นเครื่องดนตรีไทยชนิดหนึ่งที่เป็นตัวหลักก็ว่าได้ เพราะในวงดนตรีไทยจะขาดฉิ่งไม่ได้เลย ฉิ่งเป็นส่วนหนึ่งในการแบ่งห้องของดนตรีให้จังหวะในวงดนตรีจะเป็นจังหวะเร็วหรือช้าก็ขึ้นอยู่กับฉิ่งที่เป็นตัวนำทาง เพราะในวงมีเครื่องดนตรีไทยหลายชนิดประกอบกันแต่เครื่องดนตรีทุกชนิดประกอบกันแต่เครื่องดนตรีทุกชิ้นจะต้องฟังเสียงฉิ่งเป็นหลัก ฉิ่งจึงเป็นเครื่องดนตรีชนิดหนึ่งที่สามารถฝึกทักษะในด้านการเป็นผู้นำได้เป็นอย่างดีมาก ทำให้เราเห็นค่าของการเป็นผู้นำที่ดี

7. ทำงานเป็นระบบ

ช่วยพัฒนาด้านการวางแผนการทำงาน เช่น ฉิ่งเป็นเครื่องดนตรีที่ต้องเล่นกับเครื่องดนตรีชนิดอื่น ซึ่งเครื่องดนตรีแต่ละชนิดก็จะมีแนวเสียงและหน้าที่ที่แตกต่างกันออกไป การรับส่งทำนองระหว่างเครื่องดนตรีแต่ละชิ้นจึงต้องทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบ ฉิ่งก็เช่นกัน ต้องประสานกับเครื่องดนตรีชนิดอื่นและต้องคอยควบคุมจังหวะของเพลงให้เป็นไปอย่างราบรื่น

8. รู้จักบทบาทหน้าที่

เนื่องจากกีฬิงเป็นเครื่องดนตรีที่ใช้เสริมหรือประกอบกับเครื่องดนตรีอื่นๆเพื่อใช้เป็นจังหวะช่วยให้การเล่นดนตรีมีความไพเราะมากขึ้น ซึ่งทำให้ผู้เล่นเครื่องดนตรีแต่ละชิ้นต้องรู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเองเพื่อที่เมื่อนำเครื่องดนตรีแต่ละชิ้นมาเล่นรวมกันจะได้เกิดความไพเราะ

9. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การเล่นดนตรีไทยต้องเล่นร่วมกันเป็นวงมีเครื่องดนตรีหลายๆอย่างประกอบกัน จึงจะออกมาเป็นเพลงที่ไพเราะจะให้ถึงที่อยู่เพียงลำพัง ก็จะมีแต่เสียง กิ่ง ฉับ กิ่ง ฉับ ก็ไม่เป็นเพลงไม่ไพเราะ การที่เราเล่นถึงซึ่งอยู่ในวงดนตรีไทยก็ทำให้เราเปิดรับเครื่องดนตรีชนิดอื่นมารวมวงเป็นวงดนตรีที่ไพเราะก็เป็นการฝึกทักษะให้เรารู้จักเปิดโลกกว้างที่จะพบปะเพื่อนใหม่ๆมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น เหมือนถึงที่มีเพื่อนร่วมวงมากมาย

10. มีวินัย

การเล่นเครื่องดนตรีคือ กิ่ง โดยปกติแล้วจะร่วมเล่นเป็นวง คือต้องร่วมบรรเลงพร้อมกับเครื่องดนตรีอย่างอื่นด้วย ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ผู้เล่นต้องมีวินัยในตนเอง เพราะต้องมีการฝึกซ้อมร่วมกับผู้อื่น ซึ่งจะต้องรู้จักหน้าที่ที่มีความรับผิดชอบในภาระที่ตัวเองได้รับมอบหมายหรือในตำแหน่งหน้าที่ที่เรารับผิดชอบ กล่าวคือต้องเล่นให้เข้าจังหวะหรือสร้างจังหวะให้เป็นไปตามเพลงที่เล่น จะตีตามใจชอบไม่ได้ เพราะถ้าส่งจังหวะผิดอาจจะทำให้เพลงที่บรรเลงอยู่ผิดเพี้ยนไปหมด ซึ่งผู้เล่นถึงจึงต้องเป็นคนที่มีวินัยมากๆ

+ ให้ความร่วมมือในการทำงาน

การเล่นดนตรีชนิดนี้ ต้องเล่นเป็นกลุ่ม เพื่อให้เล่นกับเครื่องดนตรีชนิดอื่นๆ ผู้เล่นจึงต้องฝึกฝนตนเองในการเล่นเป็นทีมเพื่อให้ดนตรีเกิดความไพเราะและสมบูรณ์ หากขาดการร่วมมือ ดนตรีไม่อาจเกิดความไพเราะหรือเป็นท่วงทำนองได้ ถึงจึงช่วยพัฒนาฝึกฝนความสามารถของบุคคลทางด้านการทำงานร่วมกันอย่างหนึ่ง

กีฬิงเป็นเครื่องดนตรีที่ต้องเล่นประกอบกับเครื่องดนตรีอื่นจึงให้ความไพเราะ เช่นเดียวกับการทำงานต้องมีบุคลากรหลายฝ่ายให้ความร่วมมือกันจึงสำเร็จ

3.2.8 ซอฮู้

ผลจากการวิจัย	%
1. สุขุมเยือกเย็น	12.56%
2. อดทน	8.37%
3. มีความเป็นศิลปิน	5.35%
4. มีพัฒนาการในตนเองสูง	4.65%
5. มีวินัย	4.42%
6. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	3.72%
7. มีความคิดสร้างสรรค์	3.49%
8. มองโลกในแง่ดี	2.79%

9. รู้จักบทบาทหน้าที่	2.79%
10. ขยัน	2.56%
+จิตใจดี	2.09%
+มีมนุษยสัมพันธ์ดี	1.40%
+มีอัธยาศัยดี	0.93%

1. สุขุมเยือกเย็น

เนื่องจากก่อนที่จะหัดเล่นให้เป็นเพลงนั้น จะต้องนำคันทักชอมาฝึกสกีให้เกิดเป็นเสียงที่ไพเราะก่อน โดยทำได้เพียงแค่สีกันทักเข้าและออกให้เป็นเสียง โด และซอล ซึ่งต้องใช้เวลาในการฝึกฝนหลายชั่วโมงหรือหลายวัน กว่าจะมีเสียงไพเราะเกิดขึ้น ดังนั้นถ้าเราหงุดหงิดไม่ยอมฝึกฝน หรือทำแบบผ่านไป ก็จะทำให้ได้เสียงที่ไม่ไพเราะน่าฟังและจะมีพื้นฐานที่ไม่ดี พอเล่นเป็นเพลงก็ฟังแล้วไม่ไพเราะ ดังนั้นเราจึงต้องสุขุมและเยือกเย็น ให้ทุกอย่างเป็นไปตามขั้นตอน ไม่ใจร้อน ไม่ข้ามขั้น การเล่นดนตรี โดยเฉพาะซออยู่นั้น ทำให้คนอารมณ์เย็นลงได้ เพราะต้องค่อยๆ ฝึกค่อยๆ เรียงลำดับ และมีสติในการเล่นเสมอ ส่งผลให้ผู้เล่นเป็นคนสุขุมเยือกเย็น

2. อดทน

การเล่นซออู้จะต้องนั่งพับเพียบเล่น เราต้องมีความอดทนในการนั่งท่าเดิมนานๆ ตลอดการบรรเลงเพลง นอกจากนี้ยังต้องอดทนในการวางมือจับซออู้ ให้อยู่ในตำแหน่งที่ถูกต้องตลอดเวลา เพื่อให้เสียงเพี้ยน รวมทั้งบุคลิกภาพอื่นๆ และที่สำคัญต้องอดทนในการฝึก

3. มีความเป็นศิลปิน

ซออู้แสดงความเป็นตัวของตัวเองและแสดงให้เห็นถึงศิลปะการบรรเลงอย่างเป็นเอกลักษณ์ เป็นการปล่อยให้ผู้เล่นได้ปล่อยอารมณ์สุนทรีย์และเป็นอิสระ นอกจากมีการท่องจำตัวโน้ตแล้ว ในการเล่นเครื่องดนตรีผู้เล่นจำเป็นต้องเพิ่มความไพเราะ ด้วยการใช้เทคนิค และความสามารถต่างๆ เพื่อให้เสียงที่ออกมาจากเครื่องดนตรี มีเอกลักษณ์เฉพาะของตัวผู้เล่น จึงต้องใช้ความเป็นศิลปินไม่มากนัก้อยู่ในตัวสร้าง สรรค์ความไพเราะนั้น

4. มีพัฒนาการในตนเองสูง

ในการขับซออู้จำเป็นต้องอย่างยิ่งที่ผู้เล่นจะต้องมีความสามารถในการจดจำโน้ต และก็ย้แต่ละตัวบนซออู้ ดังนั้นผู้เล่นจะต้องมีการพัฒนาตนเอง ในการจดจำสูงจึงสามารถขับซออู้ให้เป็นเพลงได้อย่างไพเราะ

5. มีวินัย

วินัยเป็นสิ่งที่สำคัญที่ทุกคนต้องมีในตัวเอง ความมีวินัยในตัวเองนั้นเป็นบทบาทขั้นพื้นฐานที่จะทำให้ผู้คนภายนอกได้รู้และได้เห็นในตัวคนที่แท้จริงของเรา ความมีวินัยถือว่าเป็นการบังคับและควบคุมตนเองไปในตัวซึ่งจะทำให้ตนเองมีระเบียบ ไม่ออกนอกกรอบ และรู้จักยั้งคิดยังทำและมีสติอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นจะให้อธิบายถึงซออู้มีส่วนช่วยพัฒนาจุดแข็งในการมีวินัยได้ก็คือในการที่จะเล่นหรือเรียนซออู้ให้ได้และได้ดีนั้นผู้เล่นต้องมีวินัย ในการฝึกฝนไม่ย่อท้อ รู้จักจัดวินัยให้ตนเองเพื่อใช้เวลาฝึกฝน ไม่เกียจคร้านในการฝึกฝน ซึ่งวินัยนี้จะนำมาซึ่งความสำเร็จในการเล่นซออู้อย่างมืออาชีพต่อไป

6. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

เนื่องจากการเล่นซอู้ต้องใช้การฝึกฝน และต้องไม่ละความตั้งใจที่จะเล่นให้เป็น และเล่นให้ดี จากนิสัยเหล่านี้ ทำให้ช่วยเวลาทำงาน ในกรณีทำงานนั้นไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน ก็ทำให้เรามุ่งมั่นที่จะทำงานให้สำเร็จ เหมือนตอนที่เรารับซอู้ไม่เป็น แต่ก็พยายามไม่ล้มเลิกความตั้งใจทำให้เล่นเป็นและเล่นได้ดี สุดท้ายการทำงานที่เราไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อนก็ทำได้สำเร็จสมความตั้งใจ หากเพลงที่เกะนั้นมันยาก หรือไม่สามารแยกเสียงซอให้ชัดเจน เมื่อจุ่มงหมายของคือต้องการแกะเพลงนั้นเพื่อไปเล่น ก็จะต้องพยายามทำให้ถึงที่สุดโดย ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจไปง่าย ๆ

7. มีความคิดสร้างสรรค์

การมีความคิดสร้างสรรค์สำคัญมากสำหรับคนที่เล่นซอู้ หากขาดสิ่งนี้ไปแล้ว ซอู้ย่อมขาดชีวิต การบรรเลงซอู้ต้องมีความคิดที่จะประดิษฐ์ทำนองให้พิสดาร ตกขบขัน หยอกล้อไปกับเครื่องดนตรีอื่นๆ การจะมีความคิดสร้างสรรค์ได้นั้น จะต้องมีความแตกฉานในทางเพลงซึ่งมาจากความขยันในการฝึกซ้อมนั่นเอง

ซอู้เป็นเครื่องดนตรีที่คอยเติมเต็มสอดแทรกท่วงทำนอง เข้าไปในบทเพลง เพื่อให้เพลงมีความสมบูรณ์ขึ้น ซึ่งต้องอาศัยความคิดสร้างสรรค์ร่วมกับการนำความรู้ที่ผ่านการมาปรับใช้ได้ดี จึงจะเกิดเพลงที่มีความสมบูรณ์ขึ้น

8. มองโลกในแง่ดี

การเล่นดนตรีอาจมีผิดหรือพลาดกันได้แต่ก็เป็นการฝึกให้เราได้มองโลกในแง่ดีว่าผิดตอนนี้ดีกว่าผิดตอนที่ไปสอบต่อหน้าอาจารย์ หรือเล่นผิดต่อหน้าคนอื่น ดังนั้น เมื่อเรารู้ว่าเราผิดตรงจุดใดก็สามารถแก้ไขได้ เวลาเราเล่นดนตรีก็จะรู้สึกผ่อนคลายแล้วก็จะสบายใจ ก็จะมองโลกในแง่ดี เช่นวันนี้เรายังเล่นไม่ได้ หรือเล่นไม่ดีเราก็จะคิดว่า พรุ่งนี้ยังมีให้เราแก้ไขเสมอ ขอแค่เราไม่ท้อแท้ก็พอ คนตรีไทยมีเสน่ห์ในตัวเองอยู่แล้ว การเล่นดนตรีไทยทำให้อารมณ์ดีมีสมาธิ ส่งผลให้เป็นมองโลกในแง่ดี ไม่คิดร้ายกับผู้อื่นชิงชัง

9. รู้จักบทบาทหน้าที่

เราต้องรู้ว่าหน้าที่ของเรานั้นทำอะไร และรับผิดชอบหน้าที่ตรงนั้น เพื่อไม่ให้เกิดผลเสียหายต่อส่วนรวม คือถ้าเราเล่นซอู้ร่วมกับเครื่องดนตรีชนิดอื่นๆ รวมเป็นวงดนตรีนั้น เราต้องรู้ว่าเรามีหน้าที่เล่นซอู้และเล่นให้ดีที่สุด

10. ขยัน

ผู้บรรเลงซอู้ต้องเป็นผู้ที่มีความขยันในการฝึกซ้อมเล่นเพลงต่างๆ ให้มาก เพื่อความแตกฉานในการบรรเลง หากขาดความขยันแล้ว ย่อมจะเป็นผู้บรรเลงที่ดีไม่ได้

การเล่นซอู้มีส่วนช่วยในการทำงาน คือต้องขยันฝึกซ้อมเพื่อที่จะเล่นให้ได้ดีเช่นเดียว กับการทำงานต้องขยันเพื่อให้งานที่อยู่ในความรับผิดชอบออกมาดี

+ จิตใจดี

เสียงของซอู้สั้น นุ่ม นุ่ม น่าฟัง เป็นเสียงต่ำ เป็นเครื่องตาม คือเวลาที่มีการเล่นเป็นวง ถ้าเกิดมีการเล่นล่อกัน เครื่องนำจะเล่นก่อน แล้วตามด้วยเครื่องตามซึ่งซอู้ก็เป็นหนึ่งในนั้น เวลาที่เราเล่นดนตรีหรือฟังดนตรี โดยเฉพาะคนตรีไทย ก็จะช่วยให้จิตใจให้อ่อนโยน ทำให้เราเป็นคนอ่อนน้อม คนตรีจะกล่อมเกลาคจิตใจของเราให้เป็นคนมีเมตตา บางจังหวะก็สนุกสนานเร้าใจ บ้างก็เศร้าโศก บ้างก็ฟังแล้วเคลิบเคลิ้ม เปรียบเหมือนช่วงชีวิตของคนที่มีทุกข์ มีสุข แต่ถึงอย่างไร เราก็ยังเป็นเราไม่ว่าเหตุการณ์จะเปลี่ยนไปอย่างไร แต่เราสามารถถ่ายทอดความมีเมตตาไมตรีจิตให้แก่ผู้อื่นได้ทุกเมื่อเหมือนซอู้สั้นเป็นครูสอนจริยธรรมให้แก่เรา

+ มีมนุษยสัมพันธ์ดี

เนื่องจากการเล่นซอู้ นอกจากเล่นเป็นเพลงในเครื่องดนตรีชิ้นนี้แล้ว ยังต้องเล่นกับเครื่องดนตรีชิ้นอื่น เพื่อให้ครบวงดนตรี จึงทำให้ผู้เล่นต้องมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี กับคนในวงดนตรีที่เล่นด้วยกัน การเล่นวงดนตรีเดียวกัน ต้องอาศัยความพร้อมเพรียงและรู้จังหวะในบรรเลงดนตรี ด้วยเหตุนี้จึงทำให้การสร้างควมมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีจากการเล่นซอู้ มาปรับใช้ในการทำงานกับเพื่อนร่วมงาน เพื่อนร่วมโครงการ เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ภาพและผลงานที่มีคุณภาพ

การเล่นซอู้คือ การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เริ่มแรกจากการมีมนุษยสัมพันธ์กับผู้ฝึกสอน และเพื่อนร่วมชั้นเรียน หากมีการพัฒนาในขั้นที่สามารถเล่นซอู้ร่วมกับผู้อื่น ได้ก็จำเป็น ต้องมีมนุษยสัมพันธ์กับผู้ร่วมวง อันก่อให้เกิดการฝึกฝนการเข้าร่วมสังคัมกับผู้อื่น ได้เป็นอย่างดี

3.2.9 ระเบิดอก

ผลจากงานวิจัย	%
1.มีความเป็นผู้นำ	7.97%
2.อดทน	7.64%
3.สุขุมเยือกเย็น	6.64%
4.ฉลาดมีไหวพริบ	4.98%
5.มีวินัย	4.65%
6.ขยัน	3.99%
7.มีความคิดสร้างสรรค์	3.65%
8.จิตใจดี	2.99%
9.ทำงานเป็นระบบ	2.66%
10.มีความเป็นศิลปิน	2.66%
+เรียนรู้เร็ว	1.33%

1.มีความเป็นผู้นำ

เนื่องจากผู้ที่เล่นระเบิดอกจะเป็นผู้เริ่มบรรเลงในแต่ละเพลง จะต้องมีความมั่นใจ และจะต้องบรรเลงเพลงในตอนแรกให้ถูกต้อง เพื่อให้ผู้อื่นที่อยู่ภายในวง สามารถที่จะบรรเลงร่วมกัน และรู้ว่ากำลังบรรเลงเพลงอะไร หากผู้เล่นระเบิดอกเริ่มผิดหรือเล่นผิดใจตอนต้น ผู้ที่เล่นอยู่ในวงก็ไม่สามารถจะเล่นต่อได้ เนื่องจากระเบิดอก ถือเป็นเครื่องดนตรีชิ้นสำคัญของวง และถือเป็นหัวหน้าวง ต้องคอยนำวงดนตรีของตนให้เป็นไปตามจังหวะที่ต้องการ สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามเครื่องดนตรีชิ้นอื่น ถ้าเห็นสมควรเหมาะสมลงตัว เพื่อให้หวังของคนไปคู่เป้าหมาย แต่ต้องอยู่ภายใต้การนำของเครื่องดนตรีชิ้นเอกชิ้นนี้ ก็เหมือนผู้นำที่ต้องดูแลลูกน้องที่ตนดูแลอยู่ให้สำเร็จลุล่วงตามเป้าหมาย

2.อดทน

เวลาที่ฝึกหัดตีระนาดเอกแรกๆอาจจะยากหน่อย เพราะไม่มีใครที่เก่งได้ในทันที ต้องฝึกฝนกันก่อน และต้องอาศัยความอดทนค่อนข้างมากกว่าที่เราจะเล่นออกมาเป็นเพลง หรือจำคู่เสียงได้ทุกคีย์ก็จำเป็นที่จะต้องใช้เวลาพอสมควร แต่เมื่อเราสามารถเล่นมันได้เป็นเพลงแล้วที่นี้เราก็จะรู้สึกภูมิใจว่าเราเล่นได้แล้ว ทำให้อยากที่จะฝึกฝนให้คล่องขึ้นกว่าเดิม เพื่อจะเล่นเพลงใหม่ๆ หรืออาจพัฒนาไปสู่ระดับที่สูงขึ้นกว่าเดิม ทำให้เกิดความอดทนเพราะว่าเวลาที่เราจะเล่นเพลงสักเพลงให้จบและเพราะพริ้งได้นั้น เราจะต้องเริ่มจากการที่ต้องนั่งตัวตรงให้สง่าผ่าเผย มือทั้งสองจับไม้ระนาดให้กระชับ และมั่งคั่งแต่ไม่แน่นจนเกินไปและกว่าที่จะเล่นให้จบเพลงก็ต้องใช้เวลาทำให้เราต้องนั่งจนขาแข็งและเกิดตะคริว ดังนั้นจึงต้องใช้ความอดทนอย่างมากถึงจะสามารถเล่นเพลงได้จบ

3.สุขุมเยือกเย็น

ดนตรีสร้างความเยือกเย็นให้กับบุคคลอย่างไม่ต้องสงสัย บุคคลใดที่มีดนตรีในหัวใจ เชื่อได้เลยว่าบุคคลนั้นย่อมทำงานด้วยความสุขุมเยือกเย็น เพราะการเล่นระนาดเอกในบางท่า -นองต้องอาศัยอารมณ์ที่เยือกเย็น ผลงานที่ออกมานั้นก็คือบทเพลงที่ไพเราะ หากนำมาปรับใช้กับการทำงานการที่รู้จักคิดให้รอบคอบ ใช้ความสุขุม ผลงานที่ออกมาจะเหมือนกับบทเพลงนั่นเอง

การเล่นดนตรีไทยไม่ว่าจะประเภทใดก็ตาม เราต้องใช้ความอดทนสูง ไม่ใช่เพียงแต่ระนาดเอกตัวเดียวที่จะเล่นได้ แต่เราต้องรอร้องดนตรีทั้งวงเล่นพร้อมๆกัน เอาเครื่องทุกอย่างมาเล่นรวมกันและซ้อมทีละหลายครั้ง เพราะฉะนั้นเราจะไม่ว่างไม่ได้เวลาคนๆ หนึ่งเล่นไม่ได้ แต่ต้องรอแล้วรออีก ซ้อมแล้วซ้อมอีก ต้องมีการซ้อมอารมณ์หากมีอะไรที่ไม่ได้ตั้งใจเรา

4.ฉลาดมีไหวพริบ

ระนาดเอกต้องตีเก็บเยอะซึ่งจะเป็นทางเฉพาะของระนาดเอกเท่านั้น เมื่อเวลาที่เราคิดหรือหลุดออกจากเพลงเราจะต้องไม่หยุดเล่น แต่ในขณะที่เดียวกันเราต้องกลับเข้าไปในเพลงที่เรากำลังบรรเลงอยู่ให้เร็วที่สุด โดยที่ไม่ให้ผู้ฟังรับรู้ได้ถึงสิ่งที่เราเล่นหลุดโน้ตไป ซึ่งมันเป็นการแสดงให้เห็นถึงความมีไหวพริบเฉพาะตัวของแต่ละคน การที่ระนาดเอกเป็นเครื่องนำที่กำหนดทิศทางจังหวะ การขึ้นลงของวง จำเป็นต้องอาศัยความฉลาดมีไหวพริบของผู้เล่นที่คอยสังเกตเหตุการณ์โดยรอบว่าต้องบรรเลงอย่างไรให้เหมาะสม พอเหมาะพอดีกับสถานการณ์ เช่นเล่นให้พอเหมาะกับการรำ การครอบครู ไหว้ครู การแสดงโขน

5.มีวินัย

การที่จะเล่นดนตรีไม่ว่าจะชนิดใดๆ สิ่งแรกที่ต้องเรียนทุกคนควรจะมีก็คือ ความมีระเบียบวินัยในตัวเอง เพราะ การเล่นดนตรีได้นั้น หากเราไม่ขยันซ้อม ขยันทบทวนบทเรียนไปนั้น เราก็จะไม่สามารถเล่นเครื่องดนตรีนั้นออกมาได้ดีได้เลย ระนาดเอกก็เช่นเดียวกัน ที่ดูแล้วอาจจะเครื่องดนตรีที่สามารถเล่นได้ง่ายๆ ไม่ต้องซ้อมมาก แต่ความจริงแล้ว เพราะความที่มันสามารถเล่นให้ฟังเป็นเพลงได้ง่ายนี่เอง ที่ทำให้คนส่วนมากมักจะล้มตัวและคิดว่าตนเองเล่นได้แล้ว จนในที่สุดก็ปล่อยปะละเลยการซ้อมไปในที่สุด ดังนั้นการเรียนระนาดเอกจึงเป็นตัวช่วยที่ดีในการพัฒนาความมีระเบียบวินัยในตัวเอง ให้รู้จักเตือนตัวเองถึงบทบาทและหน้าที่ในการเป็นทั้งผู้เรียนที่ดีและเป็นผู้เล่นดนตรีที่ดี ซึ่งสิ่งนี้ส่งผลทำให้กลายเป็นคนที่มีวินัยในตัวเองและรู้จักรับผิดชอบต่อน้ำที่ที่ตนได้รับมอบหมายมาเสมอ

6. ขยัน

ใครก็ตามที่เป็นนักดนตรีระดับมืออาชีพจะต้องมีความขยันอย่างยิ่งในการซ้อม ระยะเวลาที่ซ้อม เครื่องดนตรีที่ใช้ พละกำลังในการบรรเลงสูง หากไม่มีความขยันในการฝึกซ้อมแล้ว ก็คงไม่มีกำลังที่จะบรรเลงบทเพลงยาวๆ ได้ ผู้ที่เป็นนักดนตรีที่มีฝีมือนั้น มักจะได้รับความขยันหมั่นเพียรในการฝึกซ้อมติดมาใช้ในการทำงานอย่างอื่นด้วยเสมอ

7. มีความคิดสร้างสรรค์

การเล่นระนาดเอก ไม่ได้เล่นไปตามตัวโน้ตที่มีในเพลงเสมอไป แต่ระนาดสามารถเพิ่มลูกเล่นให้กับเพลงนั้นๆ ได้ ด้วยความคิดสร้างสรรค์ของนักดนตรี จะเพิ่มลูกเล่นของตัวโน้ตหรือแม้กระทั่งลีลาในการนำเสนอต่อผู้ชม เพื่อให้ผลงานด้านเสียงเพลงเป็นที่ประทับใจของผู้ฟัง นักดนตรีระนาดเอกจำเป็นต้องมีความคิดสร้างสรรค์ในการพลิกแพลงประดิษฐ์แนวทางการบรรเลงให้วิจิตรพิสดารแปลกไปจากผู้อื่น การที่จะมีความคิดสร้างสรรค์ได้นั้นจะต้องมีรากฐานมาจากการใฝ่รู้ใฝ่เรียนได้เพลงมาก ขยันอดทน หมั่นฝึกซ้อมและเป็นนักดนตรีที่สามารถแยกแยะวิเคราะห์ความดีงามถูกต้องของการบรรเลงของผู้อื่นได้ จึงจะเป็นผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์ในการบรรเลงได้อย่างงดงามเหมาะสมและถูกต้อง

8. จิตใจดี

การเล่นดนตรีช่วยผ่อนคลายความเครียด และทำให้จิตใจสงบมากขึ้น เมื่อจิตใจสงบก็จะมองแต่สิ่งที่ดี มองโลกในแง่ดีขึ้น สบายใจคิดแต่เรื่องที่ดี

9. ทำงานเป็นระบบ

การเล่นระนาดเอกได้นั้นจะช่วยทำงานให้เป็นระบบขึ้น เพราะการตีระนาดเอกได้จะต้องประสานมือทั้งสองข้างให้เป็นหนึ่งเดียว และตีเป็นจังหวะพร้อมๆ กัน ถ้าตีอย่างไม่เป็นระบบ จะทำให้เกิดการสับสน และผิดพลาดขึ้นได้ ระนาดเอกเป็นเครื่องดนตรีที่มีลักษณะเป็นเครื่องนำที่จะคอย ล้อ/ขัด เครื่องตาม ซึ่งต้องอาศัยการทำงานอย่างเป็นระบบของทั้งวง ที่จะรู้ว่าเมื่อใด จังหวะใด ควรทำอะไร ควรบรรเลงแค่ไหน หากระนาดเอกลื้อแบบนี้ เครื่องตามจะรับอย่างไร ทั้งนี้เพื่อให้เพลงโดยรวมจบลงตามความมุ่งหมาย

10. มีความเป็นศิลปิน

เนื่องจากการเล่นระนาดนั้นถือว่าเป็นดนตรีชนิดหนึ่ง ผู้ที่เล่นจึงได้เป็นศิลปินด้วยนอกจากนั้นเสียงบรรเลงของระนาดก็ยังสร้างความสุนทรีย์ภาพแก่โสตประสาทของผู้ฟังได้ เช่นเดียวกับความคิดสร้างสรรค์ ผู้ที่เป็นนักดนตรีที่ดีต้องมีความเป็นศิลปิน กล่าวที่จะสำแดงพลังของงานดนตรีให้ออกมาในรูปแบบของตนเองซึ่งมีความงดงามและถูกต้อง

+ เรียนรู้เร็ว

ผู้ที่เล่นดนตรีทุกคนไม่ว่าจะเป็นระนาดเอกหรือเครื่องดนตรีชนิดไหนก็ตาม จำเป็นจะต้องเรียนรู้จังหวะดนตรีต่างๆ นั้น ให้รวดเร็วและต้องจดจำได้ดี สามารถแยกแยะบทเพลงนั้น ออกเป็นท่วงทำนองได้อย่างถูกต้อง ดังนั้น ระนาดเอกหรือเครื่องดนตรีอื่นๆ จะช่วยพัฒนาศักยภาพทางการเรียนรู้ให้กับผู้ที่เล่นดนตรีขึ้นนั้นด้วย

3.2.10 อังกฤษ

ผลงานวิจัย	%
1. รู้จักบทบาทหน้าที่	10.79%

2.ให้ความร่วมมือในการทำงาน	7.19%
3.กระจายความรับผิดชอบได้ดี	6.47%
4.มีความรับผิดชอบสูง	5.76%
5.ทำงานเป็นระบบ	5.04%
6.ฉลาดมีไหวพริบ	4.32%
7.เก่งในการสร้างทีม	4.32%
8.มีความเป็นศิลปิน	4.32%
9.จิตใจดี	4.32%
10.ตรงต่อเวลา	4.32%
+มีมนุษยสัมพันธ์ดี	2.16%

1. รู้จักบทบาทหน้าที่

การเล่นอังกะลุงเป็นการเล่นดนตรีที่มีการร่วมวงกับผู้เล่น โน้ตตัวอื่นๆด้วยกันเป็นวง จึงสามารถเล่นเป็นวงได้ ผู้เล่นหนึ่งคนจะถืออังกะลุงที่เป็นตัว โน้ตสองตัว เมื่อถึงจังหวะของตัวเองจึงจะทำหน้าที่ในการเล่นเพราะฉะนั้นในการเล่นอังกะลุงจึงต้องเป็นผู้ที่รู้บทบาทหน้าที่ของตน เมื่อถึงจังหวะที่ตนเองเล่นก็ต้องเล่น เมื่อถึงจังหวะของผู้อื่นก็ต้องรู้จักรอและตั้งใจรอจังหวะของตัวเองต่อไป เพลงจึงมีท่วงทำนองที่สมบูรณ์

2. ให้ความร่วมมือในการทำงาน

การเล่นอังกะลุงนั้น ถ้าเล่นผู้เดียวก็อาจจะไม่เพราะเท่าไร แต่ถ้ามีเครื่องดนตรีอื่นๆมาเล่นประกอบด้วย จะทำให้เกิดความเพราะมากขึ้น และเมื่อมีการเล่นดนตรีในลักษณะของวงดนตรีแล้ว ทุกคนในวงก็ต้องให้ความร่วมมือ ไม่แบ่งแยกกัน มีความสามัคคีในหมู่คณะ ถ้ามีความสามัคคีในหมู่คณะแล้ว ทุกสิ่งที่ทำร่วมกัน ย่อมประสบความสำเร็จได้ง่ายกว่าการทำคนเดียว ดังคำกล่าวที่ว่า “ความสามัคคีคือพลัง”

ในการเล่นอังกะลุงต้องเล่นกันหลายคน จึงจะสามารถสร้างเสียงเพลงที่ไพเราะได้ เพราะฉะนั้นเราจะต้องมีความร่วมมือในการสร้างสรรค์เสียงเพลงให้เสียงเพลงที่ไพเราะและถูกต้อง เพราะถ้าขาดการร่วมมือกันแล้วเพลงๆหนึ่งจะไม่เกิดขึ้นได้

3. การกระจายความรับผิดชอบที่ดี

เพราะการเล่นอังกะลุง เป็นการเล่นร่วมกันหลายๆคน แต่ละคนมีหน้าที่ในการคอยเล่นอังกะลุงในโน้ตที่ตัวเองรับผิดชอบ การเล่นอังกะลุงจึงช่วยการกระจายในเรื่องของการกระจายความรับผิดชอบได้ดี อังกะลุงจะใช้ผู้เล่นหลายคนแต่ละคนจะถือโน้ตที่แตกต่างกันไปต้องนำโน้ตหลายๆตัวมากประกอบมาเป็นเพลง 1 เพลงหน้าที่และควมรับผิดชอบจึงกระจายในแต่ละคนที่ถือโน้ตนั้นๆดังนั้นผู้เล่นจะต้องรู้ว่าในบทเพลงที่มีเล่นมีโน้ตของตัวเองอยู่ช่วงไหนในบทเพลงนั้นๆดังนั้นผู้เล่นต้องมีความรับผิดชอบตัวโน้ตที่ตนเองถืออยู่

4. มีความรับผิดชอบสูง

ในการที่เราจะแสดงบทบาทของเราให้มีคุณภาพได้ เราก็ควรที่จะมีความรับผิดชอบให้สูงในหน้าที่ของเรา หรือก็คือเราต้องรับผิดชอบการเขย่าโน้ตของเรา เราจะต้องรู้จังหวะไหน เขย่าเบาดังแก่ไหน และเขย่าหนักที่ห้องเสียง

ไม่อย่างนั้นเพลงที่ออกมาจะไม่เพราะเท่าที่ควร นั่นก็ไม่ต่างผลงานของเราออกมาไม่ดี เพราะทุกคนต้องรู้จักหน้าที่และความรับผิดชอบของตัวเองว่าตนเองได้รับหน้าที่ถือตัวโน้ตตัวใด เมื่อทุกคนรับรู้ถึงหน้าที่และความรับผิดชอบของตัวเอง และทำหน้าที่ของตนเองให้ดี ก็จะเกิดทีมอังกะลุงที่สมบูรณ์แบบ

5. ทำงานเป็นระบบ

ผู้เล่นอังกะลุงจะสามารถทำงานเป็นระบบได้ดี เนื่องด้วยการเล่นอังกะลุงจะเป็นการเล่นดนตรีแบบมีหลายผู้เล่น และต้องรอจังหวะเสียงของผู้เล่นหลายๆคนมาประกอบเป็นทำนองดนตรีของเพลงหนึ่งๆ เพราะต้องมีการแบ่งหน้าที่ต่างๆว่าแต่ละคนต้องทำหน้าที่ใดและทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด เมื่อทุกคนรู้จักการทำงานที่เป็นระบบ ก็เกิดเสียงที่ไพเราะ

6. ฉลาดมีไหวพริบ

การเล่นอังกะลุงจะต้องจำเนื้อเพลงและเสียงของตัวเองได้ และแยกประสาทสัมผัสมือได้

7. เก่งในการสร้างทีม

การเล่นสมาชิกในทีมต้องมีความสามัคคีสูง รอบคอบ การเล่นถึงจะเข้ากันได้ดี ถ้าต่างคนต่างไป คนละทิศคนละทางก็จะทำให้จังหวะดนตรีเพี้ยนได้ สร้างการทำงานเป็นทีม เพราะจะขาดใครคนใดคนหนึ่งไม่ได้ เหมือนอังกะลุงถ้าขาดโน้ตตัวใดตัวหนึ่งก็เล่นไม่เป็นเพลงได้

8. มีความเป็นศิลปิน

การเล่นอังกะลุงนั้น ต้องมีอารมณ์ในการเล่น ถ้าเราอารมณ์ดี เวลาที่เราเล่นเสียงอังกะลุงก็จะไพเราะ แต่ถ้าอารมณ์ไม่ดีแล้วมาเล่นดนตรี ก็จะทำให้ความไพเราะดนตรีลดน้อยลง

9. จิตใจดี

เพลงส่วนใหญ่ที่เล่นจะเป็นทำนองไทยเดิม ผู้ซึ่งได้สัมผัสจะต้องเป็นคนอ่อนโยนและจิตใจดี และสามารถผ่อนคลายความเครียดได้ซึ่งเมื่อเล่นไปเรื่อยๆ อังกะลุงก็ยิ่งช่วยให้จิตใจเบิกบาน

10. ตรงต่อเวลา

สอนให้เป็นคนรู้จักรักษาเวลา ตรงต่อเวลาเหมือนกับอังกะลุง ถึงเวลาเล่นก็ต้องเล่น อังกะลุงต้องเล่นเป็นวง ไม่อย่างนั้นไม่สามารถเล่นให้เป็นเพลงได้ เพราะฉะนั้นต้องตรงต่อเวลา เพื่อให้ไม่ทำให้ผู้ร่วมวงคนอื่นต้องมารอเรา

4. งานอดิเรกอื่นๆ

4.1 เขียนโปรแกรม

ผลจากการวิจัย	%
1. คิดอย่างมีหลักการ	6.84%
2. ทำงานเป็นระบบ	4.74%
3. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	4.21%
4. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	3.68%
5. กล้าที่จะลองผิดลองถูก	3.68%

6.เป็นนักวิเคราะห์	3.68%
7.เป็นนักวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา	3.16%
8.มีความคิดสร้างสรรค์	3.16%
9.รอบคอบ	3.16%
10.เก่งในการวางแผน	3.16%
+ฉลาดมีไหวพริบ	2.63%
+เรียนรู้เร็ว	3.16%

1.คิดอย่างมีหลักการ

การเขียนโปรแกรมนั้น เราจะต้องรู้จักการคิดอย่างรอบคอบ เริ่มตั้งแต่ การทำ Flow Chart และวางแผนว่า ต้องทำสิ่งใดก่อนหลัง หากว่าเราเริ่มทางเดินของการเขียนที่ไม่ดี แน่แน่นอนว่า ก้าวต่อไปของการเขียนนั้น ต้องพบปัญหา อย่างแน่นอน ดังนั้นขั้นตอนแรกต้องพยายามมองเกมให้ขาดว่าต้องเป็นอย่างไร

การเขียนโปรแกรมจำเป็นต้องคิดเชิงวิเคราะห์ จากนั้นจึงต้องเรียงลำดับกระบวนการอย่างมีหลักการมีเหตุผล โดยอาศัยความเป็นจริงที่เกิดขึ้น จึงสามารถวางแผนและทำงานลุล่วง หากไม่มีพื้นฐานการคิดที่มีหลักการ การเขียนโปรแกรมก็จะเกิดการผิดพลาดทาง Logic อันนำไปสู่การผิดพลาดของการทำงานของโปรแกรมได้

2.ทำงานเป็นระบบ

เนื่องจากการเขียนโปรแกรม เป็นงานที่ต้องการการทำงานที่เป็นขั้นเป็นตอน ข้ามขั้นตอนใดไป อาจทำให้ งานนั้นเกิด Bug หรือ error ได้ การทำงานจึงต้องทำให้เป็นระบบ ในทุกๆส่วนของการเขียนโปรแกรมเราต้องทำงานเป็น ระบบ ต้องทราบเสมอว่าบรรทัดที่เราเขียนเงื่อนไขโปรแกรมนั้นจะส่งผลกระทบต่ออะไรในภายหน้าบ้าง และต้องมีลำดับของ การสร้างเงื่อนไขก่อนหลัง ซึ่งจุดนี้เองจะทำให้โปรแกรมมีปัญหา น้อยลง และการพัฒนาโปรแกรมขนาดใหญ่ก็ต้องมีการ แบ่งส่วนการเริ่มใช้งานเพื่อให้มีการแก้ปัญหาที่ละส่วน ดังนั้นการเขียนโปรแกรมจึงต้องมีการวางแผนอย่างเป็นระบบที่ดี เพื่อไม่ให้เสียเวลาในการพัฒนาเพิ่มหรือแก้ไขในคราวต่อไป

3.ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

เนื่องจากการพัฒนาโปรแกรมในปัจจุบันมีอยู่หลายทาง แต่ที่จะกล่าวคือ การพัฒนาโปรแกรมที่มีอยู่แล้ว กับ การพัฒนาสิ่งที่ไม่เคยเกิดขึ้น การพัฒนาสิ่งที่มีอยู่แล้วนั้น ต้องพัฒนาอย่างไรให้มีประโยชน์ หรือความสามารถมากกว่าเดิม การพัฒนาในสิ่งที่ยังไม่มีมาก่อน ต้องพัฒนาอย่างไรให้โปรแกรมมีประโยชน์และนำไปใช้ได้จริง ดังนั้น การใฝ่หาความรู้ ใหม่ๆจึงสำคัญสุด เนื่องจากถ้าเราไม่ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ ก็จะกลายเป็นผู้ตามเสมอไป และจะไม่มีทางพัฒนาอะไรที่เหนือ คู่แข่งได้

4. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

โปรแกรมคอมพิวเตอร์มีความละเอียดอ่อนในแต่ละขั้นตอนของการเขียนโปรแกรม ถ้าขั้นตอนใดหรือส่วน ใดส่วนหนึ่งของโปรแกรมเกิดผิดพลาด จะทำให้ระบบเกิดข้อผิดพลาดหรือทำให้ระบบล่มได้ทั้งระบบ ซึ่งไม่ว่าระบบนั้น จะเล็กหรือใหญ่เพียงใด ข้อผิดพลาดเพียงนิดเดียวก็ทำให้เกิดการสูญเสียได้มากมาย ดังนั้นผู้เขียนโปรแกรมจึงต้องใส่ใจทุก

รายละเอียด มั่นตรวสอบโปรแกรมในแต่ละขั้นตอน แต่ละส่วนอย่างละเอียดรอบคอบก่อนที่จะส่งให้ลูกค้า หรือผู้อื่นนำไปใช้

การตรวจสอบความถูกต้องในการเขียนโปรแกรมนั้น ผู้เขียนย่อมมีทักษะในการจดจำรายละเอียด และถูกฝึกให้เป็นที่มีการสังเกตการณ์ได้ดี แม้บางครั้งเป็นเรื่องเป็นรายละเอียดเพียงเล็กน้อย หากแต่นักเขียนโปรแกรมนั้นก็สามารถจะมองเห็นความแตกต่าง และความผิดปกติ ที่คนอื่นมองข้ามไป

5. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

ในการเขียนโปรแกรมแต่ละครั้ง บางครั้งโจทย์ที่เหมือนกันจะมีวิธีการคิดได้หลายอย่าง เพื่อให้ได้คำตอบตัวกัน สิ่งที่เราคิดว่าถูก เมื่อนำไปเขียนในโปรแกรม ก็อาจจะผิดได้ ก่อนที่จะได้โปรแกรมอย่างง่ายแต่ละครั้งจึงต้องทำการลองผิดลองถูกหลายครั้งจนกว่าจะได้โปรแกรมที่เราต้องการ

เสมือนการลองใช้ตัวแปรในแบบต่างๆ เพื่อที่จะดูว่าแบบใดให้ประสิทธิภาพที่ดีที่สุด หรือ การวางโครงสร้างใหม่ๆ ที่ช่วยทำให้โปรแกรมมีโครงสร้างสวยงาม เข้าใจง่ายและถูกต้อง ซึ่งการเขียนโปรแกรม เราสามารถใช้ความรู้ความเข้าใจที่มี มาลองใช้ได้อย่างอิสระนั่นเอง

6. เป็นนักวิเคราะห์

ในการโปรแกรมมิ่ง เราต้องรู้ว่าโปรแกรมที่จะทำนั้นเริ่มต้นและสิ้นสุดการทำงานอย่างไร มีขั้นตอนในการทำงานอย่างไรในแต่ละฟังก์ชัน ควรจะใช้วิธีการกับข้อมูลให้มีประสิทธิภาพ ภาพสูงสุดเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ตามที่ต้องการ โดยใช้ทรัพยากรในการทำงานน้อยที่สุด

เนื่องจากการเขียนโปรแกรมต้องใช้ทั้งความรู้ และทฤษฎี รวมถึงตรรกะทางเหตุและผล และวิเคราะห์สาเหตุ หรือปัญหาออกมาเป็นโจทย์สำหรับการเขียนโปรแกรมให้ได้ ยิ่งได้เรียนรู้มากขึ้นเท่าไร ยิ่งเจอปัญหาหรือโจทย์มากยิ่งขึ้นเท่าไรยิ่งทำให้พัฒนาการเป็นนักวิเคราะห์ก็ยิ่งขึ้น เหมือน Career path ของ Programmer -> Senior Programmer เมื่อเชี่ยวชาญในระดับหนึ่งแล้วก็จะกลายเป็น System analyst หรือ นักวิเคราะห์ระบบนั่นเอง

7. เป็นนักวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา

คล้ายกับการวางแผน แต่จะลงลึกในเรื่องของการวิเคราะห์ปัญหา การเขียนโปรแกรมที่ดีต้องเข้าใจปัญหาของลูกค้าก่อนว่ามีรายละเอียดอย่างไร รวมถึงความต้องการเบื้องต้นของลูกค้าที่มีต่อโปรแกรม หากไม่สามารถวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาได้ ก็ไม่สามารถหาวิธีแก้ปัญหาก็ได้ การเขียนโปรแกรมต้องเผชิญกับสิ่งเหล่านี้ตลอดเวลา ซึ่งช่วยในการพัฒนาทักษะด้านนี้อย่างสูง

จุดเด่นของโปรแกรมเมอร์ส่วนใหญ่ก็คือการแก้ปัญหา นั่นเอง เพราะในการเขียนโปรแกรมย่อมเจอกับปัญหาต่างๆมากมาย จึงจำเป็นต้องใช้เทคนิคและวิธีการของตัวเองในการแก้ปัญหา แต่ในการแก้ปัญหานั้น ก็ต้องมีการวิเคราะห์ปัญหาด้วยเช่นกัน ทำให้มีการฝึกฝนการวิเคราะห์ปัญหาและนำมาซึ่งวิธีการแก้ปัญหาที่ดีและมีประสิทธิภาพ

8. มีความคิดสร้างสรรค์

การเขียนโปรแกรมนั้น ช่วยส่งเสริมให้เราที่มีความคิดสร้างสรรค์อย่างมากมาย เนื่องจากต้องจินตนาการอยู่ตลอดเวลาอยากให้โปรแกรมออกมาเป็นอย่างไร เมื่อเขียนโปรแกรมหนึ่งสำเร็จ อาจเพื่อนำมาใช้งานก็จะพัฒนาโปรแกรมนั้นให้ใช้ง่ายขึ้นและตอบสนองกับ user ได้มากยิ่งขึ้นไปอีก

สิ่งที่โปรแกรมเมอร์ส่วนใหญ่จำเป็นต้องมีคือความคิดสร้างสรรค์ เพราะในยุค IT นี้ ความรู้นั้นมีมากมายและไม่หยุดนิ่ง ในการที่เราเป็นโปรแกรมเมอร์คนนึง ถือว่าอยู่ในกลุ่มของผู้พัฒนาเทคนิคหรือนวัตกรรมใหม่ๆให้เกิดขึ้น ดังนั้นในการพัฒนาโปรแกรมต่างๆ ย่อมได้ใช้สมองส่วนของความคิดสร้างสรรค์อยู่เสมอ

9. รอบคอบ

การเขียนโปรแกรมให้สำเร็จให้สามารถใช้งานได้สมบูรณ์ โดยไม่เกิดข้อผิดพลาดจะต้องมีการตรวจสอบในแต่ละขั้นตอนของการทำงานว่าจะไม่เกิดข้อผิดพลาดหรือกรณีผิดพลาด ทำให้ฝึกความมีระเบียบในการคิด และความรอบคอบ

การเขียนโปรแกรมต้องการความถูกต้องของวากยสัมพันธ์ของภาษา ที่ต้องทำการเขียน เพื่อให้โปรแกรมสามารถทำงานได้ถูกต้องตามที่ตั้งใจ จึงต้องอาศัยความรอบคอบอย่างมากเพื่อให้ตัวโปรแกรมสามารถทำงานตามที่ตั้งใจไว้ โดยไม่ละเลยข้อผิดพลาดที่อาจจะเกิดขึ้นได้ ต้องอาศัยการคิดที่เป็นระบบรอบคอบวางแผนการจัดการข้อผิดพลาดและการทำงานให้ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์

10. เก่งในการวางแผน

ก่อนลงมือเขียนโปรแกรม จะต้องมีการศึกษาคุณสมบัติของโปรแกรมเหล่านั้น และจุด ประสงค์ผลลัพธ์ของโปรแกรมที่เราต้องการ รวมถึงระยะเวลาในการเขียนโปรแกรมนั้นๆ ให้เสร็จตามกำหนดเวลาดังนั้นจึงต้องมีการประเมินปัจจัยแวดล้อมต่างๆวางแผนงานต่างๆ ให้เสร็จลุล่วงตามเป้าหมาย

การเขียนโปรแกรมที่ดีต้องการวางแผนอย่างดี เริ่มจากวิเคราะห์ความต้องการที่มีต่อโปรแกรม หรือวิเคราะห์ถึงปัญหาที่ต้องการโปรแกรมเข้าไปช่วยเหลือ วางกรอบและโครงสร้างของโปรแกรม กำหนดกรอบและขอบเขตโปรแกรมย่อยต่างๆ กำหนดความ สัมพันธ์ระหว่างโปรแกรมต่างๆ กำหนดเวลาในการพัฒนาแต่ละโปรแกรมย่อย วางแผนการทดสอบระบบย่อยและระบบรวม วางแผนประเมินความคืบหน้า เป็นต้น ทั้งหมดจะต้องวางแผนอย่างดี มิฉะนั้นจะสามารถทำงานล่าช้าหรือเสียหายได้

+ ฉลาดมีไหวพริบ

การที่เราเขียนโปรแกรมบ่อยๆ จะทำให้เรามีตรรกะการคิด ทำให้พัฒนาสมองของเราได้ อีกทั้งนักเขียนโปรแกรมทั้งหลาย ต่างก็ต้องมีไหวพริบในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเช่นกัน ทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ในรูปแบบใหม่ๆ เพราะสามารถประยุกต์ความรู้ทางการเขียนโปรแกรมไปใช้ในงานต่างๆ ได้หลากหลาย ซึ่งขึ้นกับผู้นำไปปฏิบัติว่ามีความสร้างสรรค์และไหวพริบมากน้อยแค่ไหน

+ เรียนรู้เร็ว

โปรแกรมนั้นเขียนจากภาษามากมาย ซึ่งโปรแกรมเมอร์ไม่สามารถจำได้ทุกภาษา แต่โปรแกรมเมอร์มีพื้นฐานการเขียนโปรแกรม เมื่อเจองานการเขียนโปรแกรมจากภาษาที่ไม่ถนัด โปรแกรมเมอร์จะเรียนรู้ได้เร็วกว่าใครๆและพื้นฐานการเรียนรู้ได้เร็วนี้ ทำให้โปรแกรมเมอร์สามารถเรียนรู้งานอื่นๆได้เร็วเช่นกัน

4.2 งานเขียน

ผลจากการวิจัย	%
1.มีความคิดสร้างสรรค์	12.64%

2.คิดอย่างมีหลักการ	7.9%
3.ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	6.09%
4.เป็นนักสื่อสารที่ดี	5.42%
5.รอบรู้	4.97%
6.มีความสามารถในการนำเสนอ	4.74%
7.รอบคอบ	3.16%
8.รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น	2.71%
9.เป็นตัวของตัวเอง	2.48%
10.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	2.48%
+มีความเป็นศิลปิน	2.03%
+มีวิจรรย์ญาณที่ดี	0.9%

1. มีความคิดสร้างสรรค์

การที่จะเป็นนักเขียนนิยายได้นั้น หากไม่มีความคิดในเชิงสร้างสรรค์ก็ไม่สามารถที่จะผลิตผลงานออกมาได้ ดังนั้นคนที่ทำงานในด้านนี้จะต้องเป็นคนที่มีความคิดสร้างสรรค์เป็นทุนเดิม ชอบที่จะสร้างสิ่งแปลกๆ ใหม่ๆ ขึ้นมาเพื่อดึงดูดผู้อ่าน เช่นการสร้างตัวละครที่มีบุคลิกโดดเด่นจดจำได้ง่าย การสร้างพล็อตเรื่องที่ น่าสนใจและดูน่าติดตาม ทั้งนี้ทั้งนั้นจะต้องเป็นผลงานที่เกิดขึ้นมาจากความคิดของตนเองทั้งสิ้น ห้ามไปลอกเลียนแบบหรือคัดแปลงมาจากงานเขียนของผู้อื่น โดยเด็ดขาด

2. คิดอย่างมีหลักการ

ในการจะเขียนเรื่องใดเรื่องหนึ่ง สมองจะต้องประมวลผลเกี่ยวกับข้อมูลของเรื่องนั้นๆ ที่เรามีอยู่ นำมาจัดเรียงตามอันดับก่อนหลัง และคิดได้ว่าผลที่ได้เกิดจากเหตุอะไร หรือเหตุที่มีจะทำให้เกิดผลที่ตามมาอย่างไร เมื่อเราเขียนมากขึ้นทักษะทางด้านดังกล่าวก็就会被พัฒนาให้ดีขึ้น โดยอัตโนมัติ ไม่ว่าจะพบเจอเรื่องใดๆ สมองก็จะถูกใช้ให้คิดอย่างมีหลักการ

การเขียนนิยาย ยิ่งในการเขียนเรื่องราวที่เป็นแนวปกติทั่วไปแล้ว ส่วนใหญ่เราจะต้องอาศัยการคิดอย่างมีหลักการเข้ามาผสมผสานในการแต่งนิยายด้วย หมายความว่าเนื้อหาของเรื่อง ตัวเอก ตัวร้าย จุดจบของเรื่อง จะต้องมีความสัมพันธ์กันและกัน เช่นเราจะวางพล็อตให้คนร้ายเป็นคนใกล้ชิดตัวของพระเอก เราจะต้องหาเหตุผลที่สมควรพอว่าทำไมเขาจึงต้องทำแบบนั้น ตัวละครตัวนั้นมีความจำเป็นอะไรที่จะต้องทำร้ายพระเอก อาจเพื่อแก้แค้น อาจเพื่อหวังสุขสมบัติ เราก็ต้องวางพล็อตที่มีเหตุผลสมควรพอแก่การกระทำของตัวละครนั้นๆ และในการดำเนินเรื่อง เราก็จำเป็นต้องหาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา เพื่อใช้อ้างอิงในการแต่ง เช่น เราจะแต่งให้ตัวเอกเป็นตำรวจ เราก็ต้องหาข้อมูลทางด้านนี้ ทั้งเรื่องยศตำแหน่ง ตัวอย่างคดีที่น่าสนใจ วิธีการวางแผนจับกุมคนร้าย หรือแม้กระทั่งชื่อรุ่นของปืนที่ตำรวจนิยมใช้ ทั้งหมดนี้ก็เพื่อให้นิยายเรื่องนั้นๆ มีความสมจริงมากขึ้น แต่ถ้าหากเป็นนวนิยายเหนือมนุษย์หรือแฟนตาซี เราก็ไม่จำเป็นต้องพูดถึงหลักการมากนัก และหันไปใช้ข้อ 1 ความคิดสร้างสรรค์เป็นหัวใจหลักในการแต่งงานแทน

3. ไล่หาความรู้ใหม่

การเป็นนักเขียนที่ดีได้นั้น ต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ในหลายๆด้านหลายๆแขนง และในการจะเขียนเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ต้องศึกษาหาข้อมูลในเรื่องนั้นๆ เพราะงานเขียนที่ไม่มีพื้นฐานมาจากข้อมูลที่แท้จริง ก็จะไม่ได้รับการยอมรับ และถูกตำหนิได้ ดังนั้นความรู้ใหม่ๆจึงเป็นสิ่งสำคัญในงานเขียน ดังนั้นงานเขียนจึงช่วยพัฒนาให้เป็นผู้ที่ไล่หาความรู้ใหม่ๆ การฝึกฝนการเขียนให้เกิิดงานที่มีคุณภาพและสามารถยอมรับได้ จำเป็นต้องหาข้อมูลต่างๆ เพื่อนำมาใช้ประกอบได้อย่างรัดกุม และถูกต้อง ในกรณีที่เป็นบทความทางวิชาการ หรือบทความที่ต้องมีการอ้างอิงข้อมูลมาจากแหล่งอื่นๆ ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้ผู้เขียนที่จะต้องหาความรู้ใหม่ๆและแง่มุมของความรู้ที่ต่างกันออกไปในหลายๆด้าน ทำให้ผู้เขียนมีความรู้รอบ และสามารถนำไปใช้ประโยชน์เพื่อพัฒนาตนเองในด้านต่างๆได้อีกด้วย

4 .เป็นนักสื่อสารที่ดี

หากเรามีข้อมูลแต่สื่อสารออกไปไม่ได้ ไม่โดนใจคนอ่าน ไม่ถูกใจคนอ่านส่วนมาก เราก็จะไม่ประสบความสำเร็จในการเขียน แม้เนื้อหาข้อมูลจะดีเพียงใดก็ตาม ดังนั้นการสื่อสารต้องขึ้นอยู่กับเราที่เป็นผู้ส่งสารจะกำหนดเป้าหมายว่าจะส่งสารแบบใดไปยังผู้อ่าน เพื่อให้ได้ลูกค้าที่ตรงมาก ไม่มีคู่แข่ง หรือมีน้อย และติดตลาดได้นาน เนื่องจากการเป็นนักเขียนต้องอาศัยทักษะทางการอ่าน การพูดคุยพบปะกับผู้ที่มีความเชี่ยวชาญในด้านต่างๆและนำมาเสนอข้อมูลที่ได้มาประกอบการเขียนเพื่อสื่อสารให้คนอ่านได้เข้าใจได้อย่างถูกต้อง ดังนั้นการเป็นนักเขียนจะต้องเป็นนักสื่อสารที่ดีเป็นการสื่อสาร 2 ทาง

5. รอบรู้

นิสัยอีกอย่างหนึ่งที่มักมาพร้อมกับผู้ที่รักการเขียนคือการรักการอ่านและเมื่อเราจะเขียนเกี่ยวกับเรื่องอะไรซักเรื่อง เราควรรู้จักเรื่องเกี่ยวกับเรื่องนั้นๆ ยังต้องสืบเสาะค้นหาหาข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องที่จะเขียนเพราะฉะนั้นยิ่งเขียนบ่อยๆ ยิ่งทำให้เรามีความรู้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น เนื่องจกงานเขียนเป็นงานที่ต้องใช้ความรู้ต่างๆ มาประกอบในการเขียนเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องและมีเอกสารอ้างอิงให้เกิดความน่าเชื่อถือ ดังนั้นผู้ที่ทำงานเขียน ได้ดีจะต้องเป็นผู้ที่มีความรอบรู้ อ่านมาก รู้มาก

6. มีความสามารถในการนำเสนอ

การเขียนเป็นการสื่อสารอย่างหนึ่ง การเขียนที่ดีผู้อ่านหรือผู้รับสารจะต้องเข้าใจได้อย่างไม่ยากว่าเราพยายามจะสื่อถึงอะไร มีลำดับการนำเสนอที่เป็นขั้นเป็นตอน และเป็นเหตุเป็นผล หากเราฝึกเขียนบ่อยๆ ทักษะทางการเสนอก็จะดีขึ้นตามลำดับ เมื่อคิดอย่างมีหลักการและได้ข้อมูลหรือเนื้อหาที่ผ่านกระบวนการแห่งความคิดแล้ว ผู้เขียน จะต้องมีความสามารถในการนำเสนองานเขียนให้ผู้อื่นเข้าใจ ในสิ่งที่เราเขียน ไม่ใช่เราเขียนเข้าใจอยู่แต่เพียงผู้เดียว ผู้เขียนต้องมีเทคนิคและความสามารถในการนำเสนอด้วย

7. รอบคอบ

ความรอบคอบนั้นเป็นสิ่งที่ผู้เขียนจะต้องมี เป็นสิ่งที่โดยส่วนตัวแล้วคิดว่าสำคัญมาก ยกตัวอย่างเช่นการเขียนนิยาย เคยอ่านพบในเว็บไซต์เกี่ยวกับการพัฒนางานเขียนเล่าว่ามีผู้เขียนท่านหนึ่งเขียนนิยายส่งสำนักพิมพ์ให้พิจารณาปรากฏว่าบรรณาธิการอ่านแล้วก็เห็นเป็นเรื่องน่าขันเพราะชื่อพระเอกตอนต้นเป็นชื่อหนึ่ง ตอนท้ายอ่านไปกลับพบว่าป็นอีกชื่อหนึ่งด้วยเพราะผู้เขียนไม่รอบคอบ ซึ่งภายหลังได้อ่านบทความนี้ ตนเองก็ตระหนักว่าต่อไปถ้าคิดจะเขียนงานสักเรื่องต้องรอบคอบให้มาก ไม่เฉพาะแค่เรื่องนี้ แต่คำทุกคำที่เราเขียนจำเป็นต้องระมัดระวัง อ่านทวนซ้ำเรื่อยๆเพื่อ

ปรับเปลี่ยนคำให้เหมาะสมกับสิ่งที่คิดจะสื่อ รวมถึงการสะกดคำว่าถูกต้องหรือไม่ ซึ่งเป็นคุณสมบัติขั้นต้นที่สำคัญที่ผู้เขียนแต่ละคนควรมี

8. รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น

งานเขียนจะพัฒนาได้ต่อเมื่อ เรารู้จักรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น งานเขียนจะดีหรือไม่ดีนั้น ไม่ใช่เพียงขึ้นอยู่กับความพึงพอใจของผู้เขียนเพียงเท่านั้น การได้รับการยอมรับจากผู้อื่นก็สำคัญเช่นกัน ดังนั้นการที่จะทำให้งานเขียนดีได้คือรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นที่มีต่องานเขียนของตน แล้วคิดตรองเพื่อนำไปใช้ในการเขียนงานในครั้งต่อไป

9. เป็นตัวของตัวเอง

งานเขียน เป็นอะไรที่บ่งบอกความเป็นตัวของตัวเอง สิ่งที่เราคิด สิ่งที่เรอยากถ่ายทอดออกมา เราสามารถทำได้โดยผ่านงานเขียน ผ่านทางตัวหนังสือเป็นร้อยเป็นพัน สุดท้ายมันก็กลายเป็นตัวของเราเป็นงานเขียนของเรา ทำให้เรารู้ว่าตัวเราเป็นอย่างไร เราชอบแบบไหน ตัวของตัวเองเป็นอย่างไร หากมองผ่านงานเขียน

10. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

การเขียนต้องอาศัยความละเอียดและรอบคอบ เพราะการเขียนผิดการสะกดคำที่ผิดหรือการเว้นวรรคคำที่ผิด บางครั้งก็จะก่อให้เกิดความเสียหายต่องานนั้นๆ ได้ ดังนั้นคนที่เก่งเรื่องการเขียนย่อมจะเป็นคนที่ละเอียดรอบคอบ และต้องตรวจสอบความถูกต้องของชิ้น งานในทุกรายละเอียดเช่นกัน เป็นที่แน่นอนว่างานเขียนเป็นงานที่อยู่กับตัวอักษรจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญสิ่งหนึ่งของงานเขียน

+ มีความเป็นศิลปิน

เป็นการฝึกความคิดและจินตนาการ นำเอาประสบการณ์และอารมณ์ผสมผสานออกมาเป็นเรื่องราว ทำให้เรามีความเป็นศิลปินมากขึ้น รวมทั้งทำให้มีจิตใจอ่อนโยนด้วย งานเขียนไม่ว่าจะเป็นงานเขียนประเภทบทความ ใดอารี หรืออื่นๆ อีกมากมาย ล้วนเกิดจากการมีอารมณ์ มีจินตนาการ มีความรู้สึก ซึ่งงานเขียนสามารถทำให้เราเขียนจินตนาการในสิ่งที่เป็นไปได้ไม่ได้ให้ เป็นไปได้ในงานเขียน

+ มีวิจารณ์ญาติที่ดี

งานเขียนด้านที่ต้องเสนอความคิดเห็นที่เป็นกลางนี้สำคัญมาก คนอ่านสามารถรู้ได้ทันทีว่าผู้เขียนเจตนาที่จะใส่อารมณ์ของตนเองมากหรือน้อยที่แตกต่างกันออกไป

4.3 ตัดเก็บข่าวและเรื่องราว

ผลจากงานวิจัย	%
1. ทันยุคสมัย	8.05%
2. มีวิสัยทัศน์	6.90%
3. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	6.90%
4. รอบรู้	5.75%

5.มีความคิดสร้างสรรค์	5.75%
6.เป็นนักวิเคราะห์	5.75%
7.ขยัน	4.60%
8.นำความรู้มาปรับใช้ได้ดี	4.60%
9.กระตือรือร้น	3.45%
10.มีความสามารถในการนำเสนอ	3.45%
+ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	1.15%
+คิดอย่างมีหลักการ	3.45%

1. ทันยุคทันสมัย

การติดตามข่าวสารเป็นประจำจะทำให้ผู้อ่านรับรู้ข้อมูล ข่าวสารเหตุการณ์ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันที่ทันสมัย สามารถนำข่าวและเรื่องราวมาแลกเปลี่ยน พูดคุย กับเพื่อนร่วมงานหรือหัวหน้าได้สะท้อนให้เห็นความทันสมัย ความทันเหตุการณ์ได้เป็นอย่างดี การที่เราต้องตัดเก็บข่าวทุกวันทำให้เราจำเป็นต้องอ่านข่าวทุกวันและทุกหน้า ดังนั้นเราจึงทันต่อเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในแต่ละวันในทุกข่าว

2. มีวิสัยทัศน์

การตัดเก็บข่าวและเรื่องราวทำให้เราเป็นคนมีความรู้รอบตัวเพิ่มมากขึ้น และที่สำคัญนั่นคือการทำให้เรามีวิสัยทัศน์กว้างไกลเข้าใจงานได้ดี ได้เปิดโลกทัศน์ที่กว้างขึ้นโดยการได้รู้ข่าวสารใหม่ๆ และนำบอกเล่าสู่เพื่อนๆหรือบุคคลที่เรารู้จักด้วย

3. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

ข่าวและเรื่องราวที่ตัดเก็บไว้จะช่วยพัฒนาความรู้ ที่ตนเองมีอยู่ตลอดจนแสดงให้เห็น ถึงความกระตือรือร้นในการใฝ่พัฒนา ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆให้กับตัวเองอยู่เสมอ แสดงให้เห็นถึงการเป็นคนใฝ่เรียน รักการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เป็นการพัฒนาบุคลิกภาพที่ดีและเป็นแบบอย่างแก่นักศึกษารุ่นในองค์กร

4. รอบรู้

ข่าวในหนังสือพิมพ์มีหลากหลายมากถ้าเราไม่เจาะจงอ่านเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เพราะ ฉะนั้นหนังสือพิมพ์หนึ่งฉบับย่อมให้เรามากกว่าหนึ่งด้านเสมอ

5. มีความคิดสร้างสรรค์

การตัดข่าวและเรื่องราวไม่ได้จบเพียงแค่ว่าตัดออกมาแล้วนำไปวางเก็บแบบตามใจฉัน แต่เมื่อตัดข่าวมาแล้วเราต้องนำมาจัดเก็บในแฟ้มหรือรูปแบบอื่นๆ ตามที่ถนัด ซึ่งในการจัดเก็บนี้เองที่เราจะได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์ว่าจะจัดวางอย่างไรให้น่าสนใจ อาจจะมีการตกแต่ง วาดภาพประกอบเพิ่มเติม หรือจะเป็นการแบ่งกลุ่มเรื่องราวต่างๆ ให้เป็นหมวดหมู่ เพื่อให้จัดเก็บและอ่านได้ง่าย

6. เป็นนักวิเคราะห์

เมื่อคนเรารู้จักที่จะอ่าน รู้จักที่จะอยากรู้ อยากเห็น อยากเป็น ก็สามารถทำให้เราเป็นนักวิเคราะห์เรื่องราวได้ เพราะนักวิเคราะห์ต้องเริ่มด้วยความอยากรู้ อยากเห็น เมื่อไม่รู้ต้องสืบ ต้องค้น ต้องขยันทำการบ้านถึงจะทำสิ่งที่ต้องการได้

1. พิจารณารูปแบบของสารว่าเป็นรูปแบบใด ได้แก่ บทความ บทละคร ร้อยแก้ว ร้อยกรอง เรื่องสั้น หรือนวนิยาย เป็นต้น

2. แยกเนื้อเรื่องออกเป็นส่วนๆ ให้เห็นว่า ใคร ทำอะไร ที่ไหน อย่างไร

3. พิจารณารายละเอียดว่ามืองค์ประกอบอะไรบ้าง

4. พิจารณาวิธีการนำเสนอเรื่องนั้นๆ ในการวิเคราะห์สารทุกชนิดจะต้องพิจารณาถึงความเหมาะสมของการใช้ภาษาที่ระดับและประเภทของงานเขียนด้วย การอ่านวิเคราะห์นี้รวมไปถึง การตีความ จินตนาการภาพ การเล่นคำและภาพพจน์ด้วย เพราะมีความสัมพันธ์กันการตีความ ก็คือการอ่านบทประพันธ์หรือข้อความให้ละเอียด และจับใจความให้ได้ว่ามีสาระ มีน้ำเสียง มีแนวคิดอย่างไร

7. ขยั้น

การตัดเก็บข่าวและเรื่องราวมีส่วนในการช่วยพัฒนาจุดแข็งในเรื่องของความขยัน เพราะการตัดเก็บข่าวต้องมีการหาความรู้การจัดเรียงเนื้อหาที่จัดเก็บ ดังนั้นถ้าเรามีความขยันเราก็จะสามารถดำเนินกิจกรรมให้ลุล่วงไปด้วยดี ในการตัดเก็บข่าวนั้นจะสร้างให้เกิดความขยัน เพราะต้องอ่านหนังสือพิมพ์ทุกวันและจะตัดเก็บข่าวที่เราต้องรู้

8. นำความรู้มาปรับใช้ได้ดี

ความรู้ที่ได้จากข่าวและเรื่องราวต่างๆ แบบนำมารวบรวม จัดระเบียบ จะทำให้เห็นความสัมพันธ์ของเรื่องราวที่มีอยู่และสามารถนำความรู้นั้นมาใช้ได้อย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งความรู้จากข่าวและเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับองค์กรและการทำงานของตนเอง สามารถนำมาปรับใช้ซึ่งจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานให้พัฒนาได้ดียิ่งขึ้น บทความและแนวคิดความรู้ใหม่ๆ สามารถนำความรู้มาปรับใช้กับการทำงานได้เป็นอย่างดี เช่น บทความและเนื้อหาจะนำมาพุดจัดในรายการวิทยุ เสียงตามสายที่ใช้งานอยู่ เชียงจิตวิทยา

9. กระทือร้อน

ผู้ที่ตัดเก็บข่าวและเรื่องราวเป็นงานอดิเรกจะต้องชอบติดตามข่าวสาร พอมีข่าวหรือเรื่องราวอะไรที่น่าสนใจและอยากจะทำตัดเก็บเอาไว้ก็อาจจะต้องกระทือร้อนหาข้อมูลเพิ่มเติมจากสื่ออื่นๆ ด้วย เช่น ตอนแรกได้ข่าวจากที่เพื่อนเล่าให้ฟัง แล้วเราสนใจขึ้นมาก็ต้องรีบเข้าไปหาข้อมูลจากหนังสือพิมพ์ นิตยสาร หรืออินเทอร์เน็ต

10. มีความสามารถในการนำเสนอ

เมื่อเราชอบการตัดเก็บข่าวและเรื่องราวก็จะทำให้เราได้ดู ได้ฟังข่าวบ่อยๆ ทำให้เราได้เห็นตัวอย่างของการนำเสนอที่ดี ไม่ว่าจะเป็นการนำเสนอโดยการพุด ซึ่งได้มาจากกรฟังข่าวทางโทรทัศน์ วิทยุ หรือการนำเสนอโดยการเขียน ซึ่งได้จากการอ่าน

+ ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

บางครั้งข่าวสารเรื่องเดียวกัน แต่มาจากคนละที่ก็กลายเป็นคนละเรื่องไปได้ จึงต้องตรวจสอบที่มาที่ไปของข่าวสารก่อนตัดเก็บทุกครั้ง

+ คิดอย่างมีหลักการ

การตัดเก็บข่าวและเรื่องราวเอาไว้เหมือนเป็นการหาข้อมูลในการคิดและเพิ่มความระมัดระวัง และความรอบคอบ ตั้งแต่ขั้นตอนแรกของการหาข่าว เลือกข่าว ตัดข่าวและวิธีการเก็บสะสมข่าว ทุกขั้นตอนต้องมีหลักการเพื่อกำหนดเป้าหมายและขั้นตอนการทำ เช่น การเลือกข่าวที่มีความสำคัญต่อสังคม หรือคนหมู่มากในยุคนั้นๆเพื่อเป็นเครื่อง

เดือนความจำ หรือวิธีการเก็บรักษาข่าวหรือเรื่องราวให้เป็นระบบ ค้นหาง่าย และทนทาน ทุกขั้นตอนล้วนต้องการหลักการ เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติ

4.4 ถักไหมพรม

ผลจากการวิจัย	%
1.อดทน	15.63%
2.มีความคิดสร้างสรรค์	8.65%
3.สุขุมเยือกเย็น	7.74%
4.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	6.07%
5.รอบคอบ	5.61%
6.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	5.61%
7.ขยัน	5.01%
8.ไม่เคยลี้ภัยความตั้งใจ	4.70%
9.ทำงานจำใจได้	4.40%
10.สามารถทำทุกอย่างให้สำเร็จลุล่วงได้	2.88%
+กล้าที่จะลองผิดลองถูก	2.73%

1.อดทน

ในการถักงานชิ้นงานสำเร็จจำเป็นต้องมีความอดทน คือไม่รีบร้อนที่จะเอาชิ้นงานสุดท้ายแต่ระหว่างการได้มาของชิ้นงานนั้นฝึกให้เราอดทน บางทีถักผิดเช่นนับขาดไปหนึ่งช่อง ก็ต้องเริ่มใหม่ ทำให้เราไม่ย่อท้อถึงแม้จะผิดพลาดก็ตาม เพราะการถักมีหลายแบบ อาจจะเป็นการถักสลับกันไปมา ซึ่งอาศัยความอดทนในการคุมฝงลายเพื่อไม่ให้ถักผิด และบางชิ้นงานเป็นงานชิ้นใหญ่ ซึ่งอาจจะต้องใช้เวลาพอสมควร สำหรับผู้ที่ไม่ชำนาญ ดังนั้นอาจจะต้องมีการแก้ไขบ่อยๆ หากถักผิด จึงต้องอาศัยความอดทนในการทำงานชิ้นนี้ มิฉะนั้นอาจท้อเสียก่อนที่จะทำสำเร็จ

2. มีความคิดสร้างสรรค์

การถักไหมพรมนั้นเราจะได้ฝึกความคิดสร้างสรรค์ใหม่ เพื่อทำในสิ่งที่แตกต่างจากเดิม การพัฒนาออกแบบ ลวดลายและรูปทรงใหม่ๆ ตามจินตนาการของเรา เมื่อเราคิดจะสร้างผลงานจากการถักไหมพรมสักชิ้น เมื่อเกิดความชำนาญมากขึ้น เราก็จะเริ่มคิดนอกกรอบไปจากแบบเดิมๆ คิดลายขึ้นมาเอง ออกแบบชิ้นงานขึ้นมาเอง เช่นอยากถักของชิ้นหนึ่งให้คนพิเศษ เราก็จะเริ่มคิดว่า เขาเหมาะกับอะไร ใช้ในงานอะไร คิดว่าให้เหมาะกับเขาที่สุด ถักด้วยความคิดสร้างสรรค์

การถักไหมพรม มีการถักที่มีรูปแบบหลากหลาย หลากหลาย และเราเองก็สามารถที่จะออกแบบลวดลายใหม่ๆได้ และรวมไปถึงเรื่องการใช้สีสัณให้เหมาะกับชิ้นงาน สิ่งเหล่านี้น่าจะมีส่วนในการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของบุคคลที่ชอบการถักไหมพรม

3. สุขุมเยือกเย็น

การถักไหมพรมเป็นงานที่ละเอียดอ่อนขึ้นตอนเยอะ ผู้ถักที่สามารถถักไหมพรมได้จะเป็นคนที่มีความสุขุมเยือกเย็น เพราะเป็นงานที่ต้องค่อยๆ สร้างขึ้นจากการถักแต่ละครั้ง หากผู้ถักใจร้อนก็ยากที่จะทำให้งานสำเร็จอย่างสวยงามได้ การถักไหมพรมทำให้เรามีสติมีสมาธิมากขึ้นทำให้ใจเรานิ่ง พอใจเรานิ่งแล้วก็จะทำให้เราเป็นคนสุขุมเยือกเย็นมากขึ้น จะตัดสินใจอะไรก็คิดไตร่ตรองให้ดีก่อน ไม่เอาอารมณ์มาเป็นที่ตั้ง

4. มุ่งทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมาย

งานไหมพรมเป็นงานที่ใช้เวลา ใช้ความอดทนสูง โดยเฉพาะการทำงานชิ้นใหญ่ๆ เช่นถักเสื้อกันหนาว หรือผ้าคลุมเตียง กรณีที่คุณมีงานประจำทำอยู่แล้ว ต้องหาเวลาว่างมานั่งถักไหมพรมให้เสร็จ ดังนั้นการทำงานไหมพรมจึงต้องมีความมุ่งมั่น ตั้งเป้าหมายแล้วทำให้สำเร็จ ทำด้วยใจรัก ก็จะไม่น่าเบื่อเกินไป

การถักไหมพรมให้ได้สักชิ้นต้องใช้เวลาค่อนข้างเยอะ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความชำนาญและความตั้งใจรวมถึงระยะเวลาที่ว่างด้วย เราไม่สามารถถักแบบครึ่งๆกลางๆได้ ถักไหมพรมเสร็จหนึ่งชิ้นเป็นเรื่องของความมุ่งมั่นตั้งใจจะเห็นผลงานของเราออกมาเสร็จสมบูรณ์และนำไปใช้ประโยชน์ได้

5. รอบคอบ

งานถักไหมพรมแม้จะเป็นงานที่ซ้ำซากจำเจ แต่ก็ต้องใช้ความละเอียดรอบคอบสูง เพราะถ้าผิดพลาดหมายถึงอาจจะต้องแกะใหม่ทั้งแถวหรือต้องกลับไปเริ่มถักอีกหลายแถว ถ้าตรวจสอบว่าถักขาดหรือเกินหรือซ้ำเกินไป ซึ่งตรงจุดนี้การถักไหมพรม จะช่วยให้เราระวังและรอบคอบมากขึ้น การทำงานก็เช่นเดียวกัน ทักษะความละเอียดรอบคอบสำหรับงานบางประเภทนั้นจำเป็นมาก ดังนั้นการถักไหมพรมจะช่วยพัฒนาจุดนี้ให้รู้จักระวังละเอียดรอบคอบและระวังมากขึ้นในการตัดสินใจ และลงมือทำสิ่งต่างๆ เพราะงานถักไหมพรมโดยมาก ชิ้นงานต้องถักตามแบบหรือแพทเทิร์นที่กำหนดไว้ ดังนั้นเพื่อให้ได้ชิ้นงานที่สมบูรณ์แบบทั้งขนาดและรูปทรงที่ต้องการ จะต้องถักตามแบบ อย่างเคร่งครัด หากขาดหรือเกินไปหนึ่งห่วง หนึ่งโซ่ในช่วงขึ้นตอนใด ก็จะทำให้การถักในรอบถัดไปเกิดความผิดพลาด ชิ้นงานนั้นไม่อาจเสร็จได้ จึงต้องใส่ใจและมีสมาธิต่องานที่ถักอยู่ให้เป็นไปตามแบบ ไม่ขาด ไม่เกิน และมีขนาดการถักที่สม่ำเสมอ ทั้งนี้จะได้ไม่ต้องเสียเวลาในการต้องรื้อชิ้นงานใหม่ ถักใหม่ ซึ่งทำให้เสียเวลาในการถักชิ้นนานมากกว่าเดิม

6. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

เนื่องจากงานถักไหมพรมเป็นงานที่ละเอียดลออ ความผิดพลาดอาจทำให้ต้องแก้งานใหม่ซึ่งเสียเวลากว่าการตรวจสอบความถูกต้องในขั้นตอนการทำ และถ้าทำผิดแล้วก็ต้องแก้งานให้ถูกต้อง ไม่เช่นนั้นงานที่ออกมาจะไม่สวยงาม การถักไหมพรมแต่ละลายนั้น จะมีแพทเทิร์นในการถักที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งความถูกต้องในรายละเอียดนั้นสำคัญมาก เนื่องจากหากทำผิดแม้เพียงจุดเดียวก็จะทำให้ลายจุดนั้นสะดุดไป และดูไม่เรียบเนียน

7. ขยัน

ทุกงานจะสำเร็จได้ต้องมาจากความขยัน เพราะการถักไหมพรมหากไม่ขยันในการถักก็จะไม่ประสบความสำเร็จ หรือ ไม่ได้งานที่สำเร็จตามเป้าหมาย ดังนั้นการถักไหมพรมจึงมีส่วนช่วยพัฒนาความขยันได้ดีอีกเช่นกัน ทั้งนี้

หากได้รับการพัฒนาให้เป็นคนขยันแล้ว ไม่ว่าจะเป็นการศึกษาเล่าเรียน การงานหรืออื่นๆ เรามีความขยันที่จะทำสิ่งต่างๆ เหล่านี้ ก็จะประสบความสำเร็จได้อย่างดีทีเดียว

การดักโหมพรมไม่ใช่เรื่องง่าย โหมพรมมีทั้งดักแบบโครเซ ดักแบบนิตติ้ง ซึ่งต้องอาศัย ความขยันอดทน จึงจะสามารถดักงานให้ออกมาสำเร็จเป็นชิ้นเป็นอันได้ คนที่สามารถดักเสร็จเป็นผลงานหนึ่งชิ้นจะทำให้พัฒนาความขยันอดทนขึ้นได้

8. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

ผู้ดักทุกคนต้องมีความมุ่งมั่นที่จะทำชิ้นงานให้สำเร็จ และจะไม่ล้มเลิกความตั้งใจก่อน เพราะชิ้นงานที่เลือกมาทำจะต้องเป็นงานที่ชอบและอยากทำ งานดักลักษณะนี้ถ้าล้มเลิกกลางคันก็จะต้องทิ้งงานชิ้นนั้นไปเลย งานดักโหมพรมในตอนแรกนั้นค่อนข้างยากสำหรับผู้ที่ไม่เคยทำมาก่อนเลย จึงต้องอาศัยความตั้งใจเป็นอย่างมาก ลองผิดลองถูกไปเรื่อยๆ ครั้งแรกผลงานอาจจะออกมาไม่ได้ งานไม่เสร็จเป็นชิ้นเป็นอันเลยสักอย่าง ถ้าเราตั้งใจและมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ งานดักทุกอย่างไม่ว่าจะยากเย็นแค่ไหน เราก็สามารถที่จะเอาชนะและประสบความสำเร็จได้

9. ทำงานจำใจได้

งานดักโหมพรมแม้จะดูเป็นเรื่องง่าย แต่จริงๆ แล้วไม่ง่ายเลย การที่จะได้ดักแบบเดิมๆ ซ้ำๆ กันเป็นแถวเป็นจำนวนมาก หลายหรือสืออาจจะเปลี่ยนไปบ้างตามที่เราจะทำ แต่อย่างไรก็ตามขั้นตอนในการดักก็เป็นรูปแบบเดิมอยู่ตลอด หลายคนต่างกล่าวว่าเป็นเสียงเดียวกันว่าน่าเบื่อและยกให้เป็นหน้าที่ของคอมพิวเตอร์หรือเครื่องจักรเสียดีกว่าหากจะต้องทำงานที่ซ้ำๆ กัน

10. สามารถทำทุกอย่างให้สำเร็จลุล่วงได้เสมอๆ

จากการสละเวลาในการดักโหมพรมนั้น หากสามารถดักได้สำเร็จอยู่เสมอๆ แสดงถึงว่าเป็นคนที่มีความตั้งใจและสมาธิมาก ดังนั้นหากลงมือปฏิบัติงานอะไรแล้วมักจะสำเร็จลุล่วง เพราะการดักโหมพรมเราต้องอาศัยความเพียรพยายาม ความละเอียดรอบคอบ ความเอาใจใส่ ความประณีต ในการทำชิ้นงาน ตั้งแต่เริ่มต้นดักโหมพรมจนสำเร็จเป็นชิ้นเป็นอัน เมื่อดักโหมพรมได้สำเร็จแล้ว ก็แสดงให้เห็นว่าคุณคนนั้น เมื่อได้เริ่มทำสิ่งใดแล้ว ก็จะพยายามที่จะทำสิ่งๆ นั้นต่อไปให้สำเร็จ

+ กล้าที่จะลองผิดลองถูก

การดักโหมพรมเป็นงานศิลปะแขนงหนึ่งที่สามารถใช้จินตนาการของผู้ทำในการออกแบบชิ้นงาน หรือลวดลายตามต้องการ หากผู้ทำต้องการผลงานที่ไม่เหมือนหรือซ้ำของใคร ก็ต้องกล้าที่จะลองทำผลงานตามทักษะพื้นฐานของแต่ละคน เพราะความคิดสร้างสรรค์เกิดจากการกล้าที่จะลองผิดลองถูก ผู้ที่เริ่มดักโหมพรมครั้งแรก ถ้าเริ่มหัดจากสื่อต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นหนังสือ หรือตามเว็บไซต์ ก็จะเริ่มมีความคิดว่า จะจับไม่อย่างไร จะจับโหมอย่างไรดี แล้วต่อไปจะดักแบบไหนนะ นี่ก็เป็นการเริ่มต้น ที่จะต้องลองผิดลองถูกดูกันไปก่อน ก็เหมือนกับการทำทุกอย่างที่จะต้องลงมือทำ มันก็จะเป็นก้าวแรกของการเริ่มทำทุกอย่าง

การดักโหมพรมต้องกล้าลองผิดลองถูก หมายความว่า เช่นมีลายใหม่ๆ ที่เราไม่แน่ใจว่าจะดักออกมาแล้วเป็นตามแบบหรือเปล่า ซึ่งอาจจะเป็นลายที่เราไม่เคยทำ บางครั้งเราก็ต้องลองทำตามแบบ ซึ่งหากเราไม่ลองทำหรือไม่กล้าลอง เราอาจจะไม่ได้เรียนรู้ลายใหม่ๆ การที่เราทำผิดแล้วหรือทำใหม่บางทีก็ทำให้เราได้งานที่ดี เพราะเมื่อแก้ไขแล้วทำให้เรารู้ว่าทำผิดตรงไหนและยังได้งานที่ถูกต้องอีกด้วย

4.5 ถ่ายภาพ

ผลจากงานวิจัย	%
1. มีความคิดสร้างสรรค์	41.51%
2. เป็นศิลปิน	30.19%
3. มีทักษะเรื่องสี	16.98%
4. สุขุมเยือกเย็น	15.09%
5. เป็นตัวของตัวเอง	15.09%
6. อุตุน	15.09%
7. สามารถสร้างสรรค์ทุกอย่างได้	11.32%
8. มีวิสัยทัศน์	9.43%
9. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	9.43%
10. รอบคอบ	9.43%
+มีความสามารถในการนำเสนอ	7.55%
+เน้นผลของงาน	3.77%

1. มีความคิดสร้างสรรค์

เนื่องจากในระยะแรกที่เริ่มสนใจการถ่ายภาพ ผู้ถ่ายจะพยายามถ่ายหลายแบบ เช่น ภาพชีวิต ภาพบุคคล ภาพทิวทัศน์ เพื่อหาแนวทางที่ตนเองถนัดที่สุด และเมื่อเจอแล้วก็จะพยายามหามุมมอง หรือสไตล์ของตัวเองเพื่อให้แตกต่างจากคนอื่น จึงต้องมีความคิดสร้างสรรค์ เพื่อจะสร้างผลงานได้ การถ่ายภาพฝึกฝนให้เรามีความคิดใหม่ ๆ มากขึ้น เพราะในการถ่ายภาพเราต้องสร้างสรรค์ไม่ว่าจะเป็นเรื่องมุมกล้อง แสง หรือ องค์ประกอบต่าง ๆ เพื่อให้ภาพดูดี

2. เป็นศิลปิน

คนที่รักการถ่ายภาพ จะสามารถมองทุกอย่างให้สวยงามหรือเป็นเรื่องราวได้ และสามารถถ่ายภาพที่สื่อสารถึงเรื่องราวที่ตนเองมองให้ผู้อื่นเข้าใจได้ ซึ่งเป็นคุณสมบัติของศิลปินเช่นกัน ภาพ หนึ่งภาพ อาจบอกเล่าเรื่องราวได้ดีกว่าการบรรยายเป็นตัวหนังสือ ศิลปินสามารถใช้ภาพบอกเล่าถึงเรื่องราว และความรู้สึกที่ต้องการจะสื่อถึงผู้ชมได้ การถ่ายภาพจึงเป็นศาสตร์หนึ่งของศิลปะ ผู้ที่สามารถถ่ายทอดเรื่องราวด้วยภาพได้ดี จึงนับว่าเป็นศิลปินคนหนึ่ง

3. มีทักษะเรื่องสี

การถ่ายภาพเป็นการบันทึกเรื่องราวขณะนั้น คล้ายกับการวาดภาพ ดังนั้น ผู้ที่ถ่ายภาพก็จะมีผู้เชี่ยวชาญในเรื่องการใช้สี เพื่อแสดงความเป็นธรรมชาติ หรือแสดงอารมณ์ของภาพนั้น ให้เป็นที่ประทับใจของผู้พบเห็น

ส่วนสำคัญส่วนหนึ่งที่จะทำให้ภาพสามารถสื่อถึงเรื่องราวได้ดี คือ สีของภาพ สีของภาพสามารถบอกถึงอารมณ์ของภาพได้ และภาพสามารถบอกเล่าเรื่องราวได้เช่นเดียวกับตัวหนังสือ การถ่ายภาพจึงเป็นการฝึกทักษะเรื่องสีไปด้วยอย่างหนึ่ง

4. สุขุมเยือกเย็น

เพราะการที่จะถ่ายรูปในแต่ละช็อตที่เราตั้งใจได้นั้น ในบางครั้งอาจต้องใช้เวลานานพอสมควรที่จะรอวัตถุบางอย่างเข้ามาในเฟรมที่เราต้องการ เช่น การรอคนเดินผ่านในจุดที่ต้องการ หรือการรอสภาพแสงที่ดี ตามที่เราต้องการ หรือเหมาะสม เป็นต้น โดยสำหรับการรอ คอย ถ้าเป็นคนใจร้อน หรือ ไม่มีความสุขุมที่จะรอ ก็อาจได้ภาพที่อีกแบบหนึ่ง ซึ่งส่วนใหญ่ก็จะมานึกเสียดายในภายหลังว่าถ้าอดทน หรือใจเย็น รออีกสักนิด อาจได้ภาพที่ดีกว่านี้

5. เป็นตัวของตัวเอง

ถ้าหากถ่ายภาพบ่อยๆ เราจะมีมุกกล้องหรือแนวของตัวเองที่คนดูสามารถรู้สึกได้ว่า ภาพนี้เป็นภาพที่เราถ่าย เป็นการแสดงถึงความเป็นตัวของตัวเองออกมาด้วยภาพถ่าย เนื่องจากการถ่ายภาพนั้นสามารถทำงานได้ทั้งเป็นทีมและคนเดียวได้ ภาพถ่ายที่นั้นสามารถถ่ายทอดลักษณะของเจ้าของภาพได้ แต่บางครั้งก็สามารถทำให้สามารถปรับตัวให้เข้ากับคนอื่นได้เช่นกัน

6. อดทน

การเฝ้ารอคอยเพื่อให้ได้ภาพถ่ายหรือการจัดการองค์ประกอบของภาพเพียงภาพเดียว ต้องเตรียมตัวและสร้างองค์ประกอบจากปัจจัยหลายๆอย่าง การถ่ายภาพต้องอาศัยความอดทน เพราะภาพที่ดีไม่ได้เกิดขึ้นตลอดเวลา การอดทนเฝ้ารอเวลาที่จะเหมาะแก่การถ่ายภาพ หรือเฝ้ารอจังหวะเวลา ดีที่สุด และจับจังหวะนั้นๆออกมา ต้องใช้ความอดทนสูง

7. สามารถสร้างสรรค์ทุกอย่างได้

ภาพ เปรียบเสมือนเครื่องหยุดเวลา ที่เราสามารถเก็บความทรงจำนั้นๆไว้ ครอบงำที่เราต้องการ นักถ่ายภาพที่ดี ควรสื่อความหมายจากภาพที่ถูกถ่ายออกมา โดยใช้จินตนาการสร้างสรรค์ภาพ ที่ทำให้ผู้ชมสามารถรับรู้ถึงความหมายของภาพนั้นๆ ได้อย่างลึกซึ้ง โดยไม่ต้องมีคำอธิบายมาประกอบเลย

การถ่ายภาพทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างมาก เพราะเรามักจะหามุมมอง มุมกล้องที่แปลกไปจากเดิมๆ อยู่เรื่อยๆ เพื่อให้ภาพถ่ายมีความหมาย มีค่า ไม่น่าเบื่อ เสมือนเป็นภาพวาดกับมือ

ภาพ 1 ภาพ แทนคำพูดได้ 1 พันคำ สถานที่ 1 ที่ ให้ 100 คนมาถ่ายก็ได้ 100 แบบ เราจึงต้องสร้างสรรค์สิ่งธรรมดาทุกอย่างรอบตัวในสายตาคนทั่วไปออกมาให้สวยงามที่สุด

8. มีวิสัยทัศน์

ภาพถ่ายที่ดีต้องสามารถสื่อสารกับบุคคลอื่นได้ ทำให้คนถ่ายต้องมีวิสัยทัศน์ในการวิเคราะห์ความหมายของรูปภาพที่จะถ่ายทอดออกมา ดังนั้นการถ่ายภาพจะสามารถบริหารการมีวิสัยทัศน์ของเราได้ ทำให้สามารถนำมาปรับปรุงในเรื่องต่างๆ ได้ เช่นเรื่องการทำงาน เป็นต้น

9. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

ผู้ที่ถ่ายภาพจำเป็นต้องเรียนรู้สิ่งใหม่ๆตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นเทคนิคการถ่ายภาพ อุปกรณ์หรือซอฟต์แวร์ใหม่ๆ รวมถึงแนวคิดในการถ่ายภาพใหม่ๆ สิ่งเหล่านี้ได้เกิดขึ้น และเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา นักถ่ายภาพก็จำเป็นต้องเรียนรู้เพื่อก้าวทันสิ่งต่างๆเหล่านี้ด้วย

เป็นธรรมดาที่คนเล่นกล้องหลายๆคนแสวงหามุมมองใหม่ๆ เทคนิคใหม่ๆ ทฤษฎีแสงใหม่ สิ่งเหล่านี้ถือว่าเป็นความรู้ อาจแสดงออกได้ในหลายๆรูปแบบ เช่น การออกไปถ่ายรูปในโอกาสต่างๆบ่อย การหาโปรแกรมแต่งรูปใหม่ๆเพื่อที่จะได้รูปออกมาในสไตล์ที่แปลกใหม่

10. รอบคอบ

ในการถ่ายรูปแต่ละครั้ง หากเป็นการถ่ายรูปอย่างมี อารมณ์ จะมีรายละเอียดมาก เมื่อแสงเปลี่ยน มุมมองเปลี่ยน การตั้งค่ากล้อง ต่างๆก็ต้องปรับเปลี่ยนไปตลอดเวลา ซึ่งมีหลายอย่างที่ควรตั้งใหม่ก่อนจะถ่ายแต่ละครั้ง จึงทำให้มีความรอบคอบก่อนจะทำงานอะไร หรือก่อนจะถ่ายรูปแต่ละรูป ไม่เช่นนั้น ภาพที่ถ่ายก็จะไม่ได้ตามที่ตั้งใจไว้ และบางครั้งอาจจะไม่สามารถถ่ายได้ใหม่ หรือแก้ไขได้อีก จึงจำเป็นมากที่ต้องฝึกตัวเองให้รอบคอบ เมื่อจะลงมือถ่ายภาพให้ได้สวยงาม เราต้องมีความรอบคอบในเรื่องการจัดภาพ แสง ให้ดีไม่งั้นเราก็จะเสียภาพที่ดีๆไป เสียโอกาส ณ ขณะนั้น หรือจังหวะนั้นไป

+ มีความสามารถในการนำเสนอ

เราต้องเลือกมุม และจัดองค์ประกอบภายในภาพให้ดี เพื่อให้ได้ภาพที่ออกมาสวย ก็เปรียบได้กับการเลือกวิธีเลือกมุมมองที่ต้องการนำเสนอให้ผู้อื่นได้เห็น และคิดตามที่เราต้องการ การถ่ายภาพต้องสามารถนำเสนอและสื่ออารมณ์ของภาพให้ผู้ชมได้รู้สึกถึงความมีชีวิตของภาพที่ถ่าย

+ เน้นผลของงาน

หากไม่เน้นในผลของการถ่ายในแต่ละครั้ง รูปที่ได้ก็จะไม่ดี

4.6 ท้องเที่ยว

ผลจากงานวิจัย	%
1. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	21.2%
2. มีมนุษยสัมพันธ์ดี	19.29%
3. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	19.29%
4. ชอบความท้าทาย	14.67%
5. มีวิสัยทัศน์	11.41%
6. เอาตัวรอดได้	9.24%
7. มีความคิดสร้างสรรค์	8.97%
8. รอบรู้	8.97%
9. เก่งในการวางแผน	8.42%
10. อดทน	7.34%
+ มีอิทธิพลดี	6.79%
+ ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น ได้ดี	7.34%
+ มองโลกในแง่ดี	4.62%

1. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

ในการท่องเที่ยวไปในที่ต่าง ๆ ส่วนใหญ่น่าจะเป็นสถานที่ใหม่ ๆ ซึ่งก็จะเจอในสิ่งที่แตกต่างกันไป ไม่ว่าจะเป็นสภาพแวดล้อม ผู้คน สัตว์ สิ่งของ รวมถึงบรรยากาศ อากาศที่แปรปรวน หรือแม้กระทั่งสิ่งที่ไม่เคยเห็นมาก่อน สิ่งเหล่านี้แหละจะเพิ่มเติมในส่วนที่ขาดหายหรือเพิ่มเติมสิ่งใหม่ ๆ ให้กับชีวิต เรียนรู้กับสิ่งใหม่ ๆ นั้น ปรับตัวเข้ากับสิ่งใหม่ ๆ ให้ได้ เมื่อไปอยู่ ณ จุดจุดนั้น

2. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การท่องเที่ยวเป็นการพบปะผู้คนมากหน้าหลายตา ทำให้เราได้ติดต่อสื่อสารหรือเกี่ยวข้องกับ ปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างได้ดี ส่งผลให้เป็นคนที่มีมนุษยสัมพันธ์กับผู้คนรอบข้าง

3. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

ในการเดินทางอาจมีสถานการณ์บางอย่างที่ไม่เป็นไปตามแผน เนื่องจากเป็นสถานที่แห่งใหม่หรือต้องพบปะบุคคลต่างวัฒนธรรมที่เราไม่คุ้นเคย ซึ่งการเผชิญกับสิ่งเหล่านี้บ่อยครั้งจะทำให้เรารู้จักปรับตัวเข้ากับอะไรแปลกใหม่ได้ดียิ่งขึ้น

4. ขอบความท้าทาย

การท่องเที่ยวเป็นความท้าทายอย่างหนึ่ง เหมือนกับเราออกไปเปิดโลกทัศน์ใหม่ๆ ให้กับตัวเอง ทำให้เราได้ท้าทายกับสิ่งใหม่ๆ อยู่ตลอดเวลา เราไม่อาจรู้ได้เลยว่า ระหว่างการท่องเที่ยวเราจะเจออะไรบ้าง ซึ่งเป็นการทดสอบอะไรใหม่ๆ ที่เราอาจไม่เคยเจอมาก่อน ท้าทายให้เราลองเผชิญกับสิ่งใหม่ๆ เหล่านี้ และถ้าเราทำได้สำเร็จ ก็จะทำให้เรามีความสุขกับการท่องเที่ยวและได้เผชิญสิ่งใหม่ๆ ที่ไม่จำเจ เป็นประสบการณ์ชีวิตที่ดีที่บางคนอาจจะไม่เคยได้รับตรงนี้เลย

5. มีวิสัยทัศน์

การได้เดินทางเสมือนได้ประสบการณ์เข้ามาในชีวิต อาจจะดีหรือไม่ดีย่อมเป็นสิ่งที่ช่วยในการพัฒนาวิสัยทัศน์ให้กับตนเอง ได้เปิดมุมมองให้กับชีวิตได้กว้างขึ้น

6. เอาตัวรอดได้

การท่องเที่ยวไปในที่ต่าง ๆ ทำให้เราเจอกับอุปสรรค และปัญหา ทำให้เราเกิดพัฒนาตัวเอง สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี สามารถเอาตัวรอดได้ในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดียิ่งขึ้น

7. มีความคิดสร้างสรรค์

สิ่งที่เราได้พบจากการท่องเที่ยว นั้น จะนำมาซึ่งไอเดียใหม่ๆ อยู่เสมอ เหมือนเราได้เปิดโลกกว้างให้กับสิ่งต่างๆ ที่เปลี่ยนไปจากความจำเจเดิมๆ ของเรา ช่วยให้สมองของเราได้เปิดให้กับความคิดใหม่ๆ ที่จะเข้ามา ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการทำงานอย่างมาก เพราะในการทำงานนั้น เราจำเป็นจะต้องแสวงหาไอเดียใหม่ๆ เพื่อนำเสนอเป็นผลงานของเราเพื่อความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน

8. รอบรู้

การท่องเที่ยวทำให้เราเห็นสิ่งใหม่ๆ ทำให้เราเรียนรู้ได้เร็ว และเข้าใจอะไรต่างๆ ได้ง่าย ทำให้เรารอบรู้เรื่องต่างๆ ได้มากขึ้น

9. เก่งในการวางแผน

เวลาไปท่องเที่ยวที่ได้ก็ทำตามต้องมีการวางแผนที่ดีก่อน คือต้องวางแผนว่าไปที่ไหน ไปอย่างไร เส้นทางไหน ไกล และประหยัดที่สุด พักที่ไหน ฯลฯ การท่องเที่ยวจึงเป็นการช่วยให้ผู้รักการท่องเที่ยวรู้จักการวางแผน การท่องเที่ยวจึงจะเป็นไปอย่างสะดวกราบรื่น และมีความสุข

10. อดทน

บางครั้งมีความยากลำบากในการเดินทาง อาจทำให้เราอ่อนล้า หมดความตั้งใจ การทำงานก็เหมือนกัน เพราะบางครั้งเราอาจจะเจออุปสรรคในการทำงาน ได้งานอาจจะยาก อาจจะเยอะ แต่เราก็ตั้งมีความอดทน เพื่อที่จะทำสิ่งนั้นให้สำเร็จให้ได้

+ มีอัธยาศัยดี

การท่องเที่ยว จะนำเราไปสู่สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ พบปะผู้คนใหม่ๆ เราจึงต้องอาศัยความมีอัธยาศัยที่ดีในการเข้ากลุ่ม เราไม่สามารถบอกได้ว่าตัวเราเองมีอัธยาศัยที่ดีในระดับใด จนกว่าเราจะได้นำไปใช้ และรอรับผลจากการใช้นั้นๆ ถ้าผลออกมาดีเราได้รับการตอบรับที่ดี ก็เป็นสัญญาณที่ดีว่าเรามีอัธยาศัยดีพอที่บุคคลอื่นอยากจะมีปฏิสัมพันธ์ด้วย

+ ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้ดี

การท่องเที่ยวต้องพบเจอผู้คนมากมายในระหว่างทาง การผูกมิตรกับผู้อื่นที่พบเจอ ทำให้ได้เพื่อนใหม่ ได้แลกเปลี่ยนเรื่องราวการเดินทางกัน และในบางครั้งยังทำให้ได้รับความช่วยเหลือต่างๆ การท่องเที่ยวจึงช่วยพัฒนาทักษะการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้

+ มองโลกในแง่ดี

การท่องเที่ยวทำให้มีประสบการณ์หลากหลาย และเห็นความแตกต่างในหลายๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นคน สถานที่ สังคม วัฒนธรรม สภาพภูมิอากาศ หรือสภาพแวดล้อมก็ตาม ทั้งหมดนี้เป็นความจริงที่หนีไม่ได้ ซึ่งความรู้สึกละเอียดนี้ก็ไม่แตกต่างกับการทำงานซึ่งจะต้องพบกับคน วิธีการ วัฒนธรรม ระบบสังคม และสภาพแวดล้อมที่หลากหลาย และหลายๆ อย่างที่เราไม่สามารถควบคุมได้ด้วยตนเองทั้งหมด จึงจำเป็นต้องอาศัยการมองโลกในแง่ดีและจะปรับตัวปรับใจให้ทำงานอย่างมีความสุขได้

4.7 ทำสวน

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	29.78%
2.สุขุมเยือกเย็น	24.16%
3.มีความคิดสร้างสรรค์	23.03%
4.จิตใจดี	14.04%
5.เป็นนักปฏิบัติ	12.36
6.ขยัน	9.55%
7.รู้ความสำคัญก่อนหลัง	8.99%

8.นำความรู้มาปรับใช้ได้ดี	8.99%
9.มองโลกในแง่ดี	8.43%
10.เก่งในการวางแผน	7.87%
+ ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	6.74%
+ มีอริยาศัยดี	0.56%
+ ทำงานเป็นระบบ	6.18%

1. อดทน

การทำสวน สิ่งสำคัญที่สุดคือความอดทน เพราะคนเราไม่สามารถบังคับให้พืชพรรณทั้งหลายเป็นไปได้อย่างต้องการ โดยไม่ต้องอาศัยเวลา ในการประสบความสำเร็จที่มุ่งหวัง การทำงานหรือแก้ปัญหาบางอย่างอาจต้องใช้ความอดทนสูง เมื่อเรามีจิตใจที่สุขุมเยือกเย็นแล้วสิ่งที่ตามมาคือเราก็จะมีความอดทนตามมาด้วย มันจะมากู้กันเสมอ งานที่ยากๆ หรือใช้เวลานานๆเราก็สามารถแก้ไขได้อย่างมีสติ การทำสวนสอนให้เรารู้จักอดทนต่อการทำงานที่เหน็ดและร้อน เป็นการฝึกให้มีความสุขุมเยือกเย็นและอดทนต่อการทำงานต่างๆได้ดี การทำสวนนั้นมีหลายปัจจัยที่อาจจะไม่แน่นอน ถ้าผู้ดูแลสวนไม่มีความอดทนก็ไม่อาจจะดูแลสวนให้ดีได้ เช่น ต้นไม้มันอาจจะเกิดโรค หรือบางสิ่งในสวนอาจมีปัญหาขึ้น โดยที่ไม่เลือกเวลา ฉะนั้นความอดทนจะช่วยให้ความพยายามในการแก้ปัญหาต่างๆได้ดียิ่งขึ้น

2. สุขุมเยือกเย็น

งานทำสวนเป็นงานที่ต้องอาศัยใจรัก ในการที่จะต้องทำอะไรก็ตามอย่างใจรักเพื่อที่งานออกมาจะได้สวยงาม งานสวนมีส่วนช่วยให้เรามีจิตใจที่อ่อนโยน เพราะสีเขียวของต้นไม้ เป็นสีเขียวที่แห่งความสดชื่น รวมถึงดอกไม้ที่ปลูกสร้างให้เราเป็นคนใจเย็น ต้นไม้บางชนิดกว่าที่จะติดดอกออกผลก็จำเป็นต้องใช้เวลา ทำให้คนที่ดูแลต้องเอาใจใส่พิถีพิถัน ในการบำรุง และคอยดูแลจนกว่าจะถึงเวลา การทำสวนจึงช่วยให้เรามีจิตใจดี อ่อนโยน

3. มีความคิดสร้างสรรค์

การทำสวนหรือตกแต่งสวนย่อมต้องอาศัยความคิด จินตนาการ ออกแบบสวนซึ่งจะช่วยพัฒนาด้านความคิดสร้างสรรค์ เราสามารถจัดสวนได้ตามใจเราอยากให้ออกมาเป็นแบบไหนก็ได้แล้วแต่เราชอบ ซึ่งในการจัดสวนต้องอาศัยความคิดสร้างสรรค์ ศิลปะ นำต้นไม้ต่างๆ รวมทั้งของประดับส่วนมาประยุกต์ใช้ ฝึกสมองด้านความคิดสร้างสรรค์ การคิดวิธีการรดน้ำ ให้ปุ๋ย แบบไหน ถึงจะเติบโตเร็ว และสวยงาม ใจ ความคิดไม่หยุดนิ่ง และเป็นการทำอย่างต่อเนื่องด้วย นอกจากนี้แล้วยังได้ความสนุกสนาน สามารถประยุกต์ใช้ในการทำงานในชีวิตประจำวันด้วย

4. จิตใจดี

งานทำสวนเป็นงานที่ต้องอาศัยใจรัก ในการที่จะต้องทำอะไรก็ตามอย่างใจรักเพื่อที่งานออกมาจะได้สวยงาม งานสวนมีส่วนช่วยให้เรามีจิตใจที่อ่อนโยน เพราะสีเขียวของต้นไม้ เป็นสีเขียวที่แห่งความสดชื่น รวมถึงดอกไม้ที่ปลูกสร้างให้เราเป็นคนใจเย็น ต้นไม้บางชนิดกว่าที่จะติดดอกออกผลก็จำเป็นต้องใช้เวลา ทำให้คนที่ดูแลต้องเอาใจใส่พิถีพิถัน ในการบำรุง และคอยดูแลจนกว่าจะถึงเวลา การทำสวนจึงช่วยให้เรามีจิตใจดี อ่อนโยน ฝึกฝนทักษะการออกแบบ จินตนาการ การใช้สมาธิ และใกล้ชิดกับธรรมชาติ ทำให้พื้นฐานอารมณ์ของคนทำงานเป็นคนมุ่งมั่น มีสมาธิ มีเหตุผลและมองโลกในแง่ดีและความยืดหยุ่นในการทำงานสูง

5. เป็นนักปฏิบัติ

การทำสวนจะสำเร็จได้ถ้ารู้จักปฏิบัติอย่างจริงจัง เปรียบเสมือนการทำงานต้องลงมือปฏิบัติด้วยตนเองจะทำให้ทราบปัญหาและมีความชำนาญในการทำงานด้านนั้นๆ เมื่อมีโอกาสบริหารงานหรือทีมงานก็จะสามารถกำหนดขั้นตอนการปฏิบัติงานและระยะเวลาในการดำเนินการได้มีประสิทธิภาพ การทำสวนเอง ทำให้เราได้รู้จักทำงานเอง เรียนรู้ ศึกษา ต้นไม้แต่ละชนิดว่าต้นไม้ประเภทนี้ชอบธรรมชาติแบบไหน ได้ลงมือทำและรอชื่นชมผลงานว่าต้นไม้ที่เราปลูกจะเจริญงอกงามไหม ดอกไม้ที่เราปลูกจะออกดอกไหม และรู้จักสังเกตและศึกษาถึงปัญหาว่าต้นไม้ที่เราปลูกไม่เจริญเติบโตอย่างที่มีมันควรจะเป็น และรู้จักที่จะแก้ไขปัญหา

6. ขยัน

การทำสวนช่วยพัฒนาในด้านความขยันได้มาก เพราะว่าเวลาเราปลูกต้นไม้ของเราลงไปในวันเราก็ต้องการที่จะดูแลผลผลิตที่เราได้ลงมือไป เราต้องขยันรดน้ำต้นไม้ของเรา หมั่นเอาใจใส่ พรวันคืน ใ้ปุ๋ย ถ้าเราไม่ขยันต้นไม้ของเราก็จะไม่สวยงาม ไม่เจริญเติบโตและไม่ให้ผลผลิตเท่าที่ควร

การทำสวนไม่ใช่เรื่องง่ายที่ทุกคนจะทำได้ ก่อนอื่นคนที่ชอบจัดสวนจะต้องมีใจรักในต้นไม้ดอกไม้และธรรมชาติ แต่สิ่งที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งก็คือความขยัน เพราะการปลูกต้นไม้ต้องใช้ความขยันและความกระตือรือร้นด้วย เพราะว่าถ้าคนขี้เกียจก็จะไม่มีทางที่จะปลูกต้นไม้หรือจัดสวนได้สำเร็จ เพราะในการจัดสวนหรือปลูกต้นไม้แต่ละครั้งต้องใช้เวลาและความอดทนเช่นกันถ้าไม่ขยันไม่มีทางทำได้สำเร็จแน่ๆ

7. รู้ความสำคัญก่อนหลัง

ก่อนที่เราจะจัดสวนได้นั้น เราต้องเรียงลำดับความสำคัญก่อนหลังก่อนว่า เราควรจะทำอะไรก่อน เพื่อที่จะได้ไม่ต้องจัดแล้วรีอทิ้ง ซึ่งเป็นการเสียเวลา และสิ้นเปลืองโดยใช่เหตุ การทำสวน ต้องรู้ลำดับขั้นตอนว่าควรทำอะไรก่อนหลัง เพราะแต่ละขั้นตอนจะใช้เวลาในการเตรียมและลงมือทำค่อนข้างเยอะ ถ้าไม่มีการเรียงลำดับงาน อาจเกิดผลเสียทำให้ต้องมีการรีอทำใหม่ เสียทั้งเวลาและทรัพยากร

8. นำความรู้มาปรับใช้ได้ดี

คนทำสวนจะต้องมีความรอบรู้ในข้อมูลของต้นไม้แต่ละประเภท แล้วนำความรู้นั้นมาปรับใช้ให้เข้ากับสถานการณ์ ที่เกิดขึ้น จึงต้องเป็นคนช่างศึกษาและนำมาปรับใช้ให้ได้ ในการทำสวน ผู้ที่จะทำสวนได้ดีต้องหมั่นศึกษาหาความรู้ว่าต้นไม้แต่ละชนิด ต้องดูแลรักษาเช่นไร และนำความรู้นั้น ๆ มาประยุกต์ใช้กับต้นไม้ชนิดต่าง ๆ ที่เราปลูก

9. มองโลกในแง่ดี

เมื่อเราทำสวน หรือปลูกไม้ดอกไม้ประดับ เมื่อมองไปยังผลงานที่เราทำมาอยู่รอบตัวเราก็มีแต่สิ่งสวยงาม ทำให้เรามีจิตใจดี และมองโลกในแง่ดี เพราะมีแต่สิ่งที่สวยงามอยู่รอบตัวเรา การทำสวนจะต้องเกี่ยวกับต้นไม้ ธรรมชาติ คนทำสวนต้องเป็นคนที่มีธรรมชาติ ชอบต้นไม้ใบหญ้า ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะทำให้รู้สึกสดชื่น ไม่เครียด หักสนคิดในการมองโลกด้านอื่นๆ จะเป็นด้านบวก

10. เก่งในการวางแผน

จะตกแต่งงาน ก็ต้องมีการวางแผน การทำงานก็ต้องมีการวางแผนเช่นเดียวกัน ก่อนที่เราจะเริ่มต้นทำอะไรสักอย่าง ซึ่งเป็นสิ่งที่ใครๆ ก็ทำได้ แม้แต่เรื่องการจัดสวน ดูแลสวน ก็เป็นสิ่งที่เราควรวางแผนก่อนว่า เราจะเริ่มต้นจัดสวนอย่างไร ต้องเตรียมอุปกรณ์อะไรบ้าง มีเนื้อที่สวนมากน้อยเท่าไร ควรใช้ต้นไม้เล็กหรือใหญ่ จำนวนเท่าไร นี่คือปัจจัยหลักที่คิดค้นให้ความสำคัญเสมอ เพราะมันจะทำให้เราจัดสวนได้โดยไม่มีปัญหา หรือเจออุปสรรค

+ ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

ทุกอย่างที่ทำ ต้องหาความรู้ความเข้าใจ การผสมผสานพันธุ์ไม้ การดูแล การเอาใจใส่ในรายละเอียดของสวน การให้น้ำ การรดน้ำ อายุการเก็บเกี่ยว รวมทั้งออกดอก ต้องอาศัยความรู้ทั้งสิ้น ทำให้เราต้องหาความรู้ใส่ตัวเพิ่มมากขึ้น นอกจากจะได้ความรู้จากต้นไม้ที่เราปลูก หรือทำสวนแล้ว เรายังได้ความรู้จากต้นไม้อื่นๆ ต้นไม้แปลกๆ เพราะทุกครั้งที่เราหาความรู้ใหม่ๆ เราก็จะได้ความรู้ใกล้เคียงเพิ่มเติมด้วย การใฝ่หาความรู้ใหม่ ๆ นั้นก็จำเป็นเพราะการทำสวนนั้นก็ต้องใช้เทคโนโลยีที่ทันสมัย ผู้ที่ทำสวนนั้นก็ต้องใฝ่หาความรู้ทั้งด้านเทคโนโลยีและวิธีการต่าง ๆ ในการทำสวน

+ มีอริยาศยดี

การปลูกสวน เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ทำให้เป็นคนมีอริยาศยดี การทำสวนเป็นการทำให้คนเกิดความรู้สึกผ่อนคลาย และส่งผลถึงอารมณ์ ความรู้สึกรวมทั้งทำให้จิตใจอ่อนโยน และมีอริยาศยดี

+ ทำงานเป็นระบบ

การทำงานโดยมีการวางแผนก่อนแล้วค่อยปฏิบัติตาม ฝึกให้คนทำงานเป็นระบบ ทำให้รู้ว่าควรจัดการขั้นตอนในการทำอะไรในการจัดสวน ซึ่งเริ่มตั้งแต่การเตรียมพื้นที่ การเตรียมดิน การจัดวางต้นไม้เป็นต้น จึงต้องมีการจัดระบบก่อนหลังที่จะทำก่อนทำสวน

4.8 ทำอาหาร

ผลจากงานวิจัย	%
1. มีความคิดสร้างสรรค์	62.73%
2. กล้าที่จะลองผิดลองถูก	50.62%
3. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	49.38%
4. อดทน	49.07%
5. สามารถสร้างสรรค์ทุกอย่างได้	40.06%
6. ให้ความสำคัญก่อนหลัง	38.20%
7. นำความรู้มาปรับใช้ได้ดี	35.09%
8. มีความสามารถในการนำเสนอ	34.78%
9. รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น	32.92%
10. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	32.30%
+ รักการบริการ	5.91%

+รอบคอบ	3.38%
+เป็นตัวของตัวเอง	3.8%

1. มีความคิดสร้างสรรค์

การมีความคิดสร้างสรรค์แล้วก็สามารถพูดได้ว่ามีส่วนเกี่ยวเนื่องเป็นอย่างมากในการพัฒนาคน ผู้คนที่จะสามารถคิดสูตรอาหาร เมนูอาหาร หรือวิธีการทำอาหารในแบบใหม่ๆ ขึ้นมาได้ ถือว่าเป็นผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์อยู่ในตัวเองระดับหนึ่ง อย่างการทำอาหารทานเอง เราอาจจะใส่ความคิดสร้างสรรค์ของเราออกมาในแบบต่างๆ หากเราใช้ความคิดสร้างสรรค์กับสิ่งใกล้ตัวแล้วจะทำให้เรากล้าที่จะแสดงความคิดของเราในเรื่องต่างๆ อีกด้วย

2. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

การประกอบอาหาร เราจะต้องตัดสินใจในการลงมือเลือกส่วนผสม ใส่เครื่องปรุง ปรับเปลี่ยนเทคนิคการทำเพื่อให้ได้สิ่งใหม่ๆ ที่ดีกว่าเดิม หากเปรียบเทียบกับการทำงาน ถ้าไม่ลองลงมือทำด้วยตัวเองก็จะไม่รู้ว่าคุณเองสามารถทำงานนั้นได้หรือไม่ หรือผลลัพธ์จะออกมาเป็นอย่างไร

3. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

เนื่องจากการใฝ่หาความรู้ต้องมีความรอบคอบ และสุขุมมากพอสมควร งานใดๆหรือการทำอาหารใดๆหยุดอยู่ที่เดิมอาหารนั้นก็เหมือนงานชิ้นหนึ่ง ทำอาหารรสชาติเดิมถึงแม้จะอร่อยแล้วแต่ก็อย่ามั่นใจว่าคนอื่นจะทำได้เหมือนเราควรรักษาไว้อย่าให้ตกหล่น และทำให้อร่อยยิ่งขึ้น โดยอาจจะเพิ่มสีสันทันเข้าไปในอาหารชวนให้น่ากินพร้อมทั้งอร่อยอยู่แล้วทำให้คำบรรยายของคำว่าร่อยนั้นหาคำมาแทน และหาข้อเปรียบเทียบยากนัก เช่นเดียวกับการทำงาน ถ้าทำงานแบบเดิมๆคนอื่นก็สามารถทำได้ควรจะเปลี่ยนแนวคิดเป็นผู้เริ่มบุกเบิกบ้างอาจจะเดิมแต่แต่งการทำงานทำให้ผลงานที่ได้ออกมาดูดีกว่าเดิม เพื่อนร่วมงานทำงานกันในรูปแบบใหม่ๆลองจัดการเปลี่ยนแปลง ถ้าเปลี่ยนไม่ได้ก็ให้ปรุงแต่งทดลองเพื่อความแปลกใหม่ อาหารที่แปลกใหม่ต่างๆที่อร่อยอยู่แล้วต้องมีคนชอบมากกว่าแน่นอน เหมือนกับงานที่ดีอยู่แล้วนำมาดัดแปลง ใฝ่หาความรู้มาดัดแปลงเพิ่มเติมเข้าไปก็อาจทำให้งานที่ออกมานั้นดี และหาผู้ใดหรือสิ่งใดมาเทียบยาก

4. อดทน

การทำอาหารต้องใช้ความอดทนสูงทั้งขณะทำหรือแม้แต่เมื่อทำเสร็จแล้ว ทำครั้งแรกอาจจะไม่อร่อยเราก็ต้องอดทนและปรับปรุงรสชาติเราไปเรื่อย มีการลองผิดลองถูกไปเรื่อยๆ ตรงนี้เราก็เอามาใช้กับการทำงานได้ ไม่ว่าจะงานใดๆ เราก็ต้องใช้ความอดทนกันแทบทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็ความอดทนจากความเหน็ดเหนื่อย ความอดทนจากการรอดูความก้าวหน้าของตัวเอง เป็นต้น

5.สามารถสร้างสรรค์ทุกอย่างได้

การทำอาหารเป็นศิลปะอย่างหนึ่งที่อาศัยความชำนาญ ุรสนิยม และจินตนาการ ผู้ที่ชอบทำอาหารจึงสามารถสร้างสรรค์ส่วนประกอบต่างๆให้มารวมกันได้อย่างลงตัว ทั้งหน้าตา และรสชาติ

6.รู้ความสำคัญก่อนหลัง

การทำอาหารนั้นถ้าเราไม่รู้หรือให้ความสำคัญกับลำดับก่อนหลัง ในการผสมผสานเครื่องปรุงและส่วนประกอบต่างๆ ที่ทำให้กลายเป็นอาหารจานเด็ดรสเลิศ ขึ้นมาให้ทุกคนได้ชิมกัน หากแต่ว่ามีอะไรๆ ก็ใส่ลงไปให้มันผสมกันเอง นั้นแสดงถึงความไม่เอาใจใส่ในอาหารที่ทำและแสดงถึงความมั่งง่ายของผู้ประกอบอาหารไม่มีการวางแผน

ถ้าเปรียบกับการทำงานต่างๆ นั่นก็หมายถึงว่าการทำงานของคุณไม่มีการกำหนดลำดับว่าควรทำอะไรก่อนอะไรหลัง หรือไม่รู้จักรางแผน ก็ยอมทำให้งานนั้นๆ ไม่ประสบความสำเร็จ

7. นำความรู้มาปรับใช้ได้ดี

เมื่อมีการอ่านตำราการทำอาหารหรือการดูรายการทำอาหาร ก็จะนำมาฝึกทำเอง และตรวจสอบรสชาติให้เหมาะกับตัวเอง เมื่อเปรียบเทียบกับการทำงานก็จะนำความรู้ความสามารถ ความคิดพลาดของผู้อื่น และของตนมาปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น

8. มีความสามารถในการนำเสนอ

การทำอาหารจะต้องมีความคิดสร้างสรรค์ ที่จะนำเสนอผลงานของตนเองในรูปแบบที่แปลกใหม่ และผลงานออกมาเป็นที่ยอมรับของคนส่วนใหญ่

9. รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น

การทำอาหารแต่ละครั้งก็ต้องให้ผู้อื่นได้ลองชิมรสชาติดูบ้าง ซึ่งก็จะได้รับทั้งคำติ และคำชม สิ่งเหล่านี้ก็จะทำให้ผู้ทำอาหารนั้น ได้รู้ถึงความคิดเห็นของคนอื่นต่ออาหารงานนั้นๆ เพื่อจะได้นำมาปรับปรุงรสชาติให้ดีขึ้น เช่นเดียวกับการทำงาน ถ้าเรายอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นก็จะทำให้เรารู้จักพัฒนาตนเอง แก้ไขข้อบกพร่องของตัวเอง

10. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

การทำอาหารไม่สามารถทำสำเร็จหรือทำให้อร่อยได้เพียงครั้งเดียว คนที่จะทำอาหารเป็น หรืออร่อยได้นั้น จะต้องใช้ความตั้งใจในการทำมากกว่า 1 ครั้ง เพื่อให้ได้รสชาติที่ผู้บริโภคร้องการ เปรียบได้กับความพยายามในการทำงานใด ๆ ครั้งแรกอาจจะออกมาได้ไม่ดีที่สุด แต่ถ้าหากมีความตั้งใจ ฝึกทำหลาย ๆ ครั้งก็จะได้ผลลัพธ์ที่ดีที่สุดออกมา

+ รักการบริการ

คนที่ชอบทำอาหารมักไม่ได้ทำทานเองคนเดียว แต่มักจะทำให้คนอื่นได้ชิมฝีมือตนเองด้วย และอยากจะได้รับคำชมว่าอาหารที่ตนทำนั้นอร่อย จึงพยายามทำออกมาอย่างสุดความสามารถ และคอยบริการอย่างเต็มที่

+ รอบคอบ

การทำอาหารนั้นทำง่าย คิดว่าใครๆก็สามารถทำได้แต่ถ้าจะทำอาหารให้อร่อย และมีคุณภาพนอกจากจะถูกใจผู้ทำแล้วยังเป็นที่ชื่นชอบของผู้รับประทาน เพราะฉะนั้นความรอบคอบเป็นอย่างแรกเพราะเครื่องปรุงทุกชนิดมีรสชาติต่างกันไปการที่จะใส่เข้าไป เพื่อคลุกเคล้าให้เข้ากันได้กลมกล่อมนั้นจะต้องอาศัยการฝึกฝน การลองผิดลองถูก และความรอบคอบนี้ทำให้การปรุงอาหารทำอย่างมีสมาธิ ปริมาณของเครื่องที่ใช้ในการปรุงหรือการใส่สิ่งไหนก่อน อย่างเช่น ใส่ผักก่อนดีหรือไม่ ใส่น้ำปลาก่อนหรือใส่กระเทียมทีหลังดี สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ต้องมีความรอบคอบและชำนาญพอสมควร เพราะฉะนั้น เครื่องปรุงก็เปรียบเสมือนคนเราทั่วไปที่มีบุคลิกภาพต่างกัน คนหนึ่งอารมณ์ร้อนก็เหมือนพริก คนหนึ่งห้ามๆก็ดูเปรี้ยวเหมือนมะนาว การที่จะทำงานต้องอาศัยหลายสิ่งนอกจากความรู้แล้วต้องมีผู้ร่วมงานที่สามารถทำงานด้วยกันได้แล้วผลของงานจะออกมาเป็นอย่างดี การที่จะเป็นหัวหน้าคนได้ต้องเข้าใจลูกน้องทุกคนอย่างดี นำจุดเด่นของแต่ละคนมารวมกันคลุกเคล้าให้เข้ากันดังเช่นทำอาหารจานหนึ่งให้ได้ผลออกมา ถูกใจทั้งคนทานและคนทำ

+ เป็นตัวของตัวเอง

การทำอาหาร ซอรสชาติไหน ก็ต้องเป็นตัวของเราเอง และปรุงตามรสชาติที่ตนเองถนัด เพื่อให้รับประทานอาหารได้อร่อยมากขึ้น การอยู่ในโลกใบนี้ก็เช่นกัน ต้องมีจุดยืน และเป็นตัวของตัวเอง เพราะหากเปรียบเราเป็นต้นไม้และไม่มีรากแข็งแรง ต้นไม้ต้นนั้นจะต้องโอนเอนไปตามกระแสลม และในที่สุดก็ต้องปลิวไปตามลม ดังนั้นเราต้องมีจุดยืนที่ดี เพราะถึงแม้ว่าเราจะเป็นต้นไม้ที่เล็ก แต่หากมีรากฐานที่มั่นคง (จุดยืนที่แข็งแกร่ง) หากลมพัดแรงเพียงใด ต้นไม้ก็จะยังคงยืนหยัดอยู่ได้ แต่คำว่าเป็นตัวของตัวเอง ไม่ได้หมายความว่า เป็นคนที่มีจิตใจ ในบางครั้ง บางเวลา ก็ต้องโอนอ่อน หรือบางเวลาก็ต้องแข็งแรง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์นั้น ๆ

4.9 ฟิตเนส

ผลจากงานวิจัย	%
1.มีวินัย	10.23 %
2.อดทน	8.18 %
3.เป็นผู้ที่ดูดีมีเสน่ห์	5.75 %
4.กระตือรือร้น	5.53 %
5.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	4.02 %
6.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	3.93 %
7.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	3.45 %
8.มีพัฒนาการในตนเองสูง	3.16 %
9.เก่งในการบริหารเวลา	2.93 %
10.ชอบเข้าสังคม	2.56 %
+ขยัน	2.16 %
+ตรงต่อเวลา	2.33 %
+ชอบความท้าทาย	2.31 %

1.วินัย

หากต้องการทำให้ร่างกายแข็งแรงหรือมีส่วนตามเป้าหมายที่เราต้องการจากฟิตเนสนั้น เราต้องมีวินัยในการฝึกอย่างสม่ำเสมอ ไม่โกหกตัวเอง เหนื่อยก็พัก ถ้าไหวก็ทำต่อ หากมีวินัยแล้วนั้นจะทำให้เราสามารถฝึกฝนได้อย่างสม่ำเสมอ ไม่เกิดอันตรายต่อร่างกาย ฟิตเนสจึงเป็นส่วนหนึ่งในการฝึกความมีวินัยได้ โดยผู้ฝึกสอนต้องคอยควบคุมให้ดีในช่วงแรกจนนักกีฬามีวินัยในตนเองในที่สุด

การเล่นฟิตเนสฝึกให้มีวินัยได้เพราะการเล่นฟิตเนสไม่ว่าจะออกกำลังกายเล่นเครื่องออกกำลังกายขึ้นไหนก็เล่น เพราะในการเล่นฟิตเนสในครั้งแรกเราก็จะมีเทรนเนอร์มาช่วยฝึกและบอกเราว่าอุปกรณ์ชิ้นไหนใช้เพื่อสร้างกล้ามเนื้อส่วน

ไหนในข้ออย่างไร อันไหนควรเล่นก่อนหลัง ซึ่งก็เป็นการฝึกทักษะอีกทางหนึ่งให้เราเป็นคนมีวินัยทำอะไรอย่างมีขั้นตอนก่อนหลัง ไม่ใช่ทำอะไรก่อนก็ได้ โดยไม่มีวินัยในตัวเอง

2. อดทน

การเล่นฟิตเนสใช้ความอดทนสูงมาก เพราะเหนื่อย แต่สิ่งที่เราอดทนเหนียวนั้นก็เพื่อร่างกายที่สวยงาม เราจึงอดทนที่จะเล่นฟิตเนส ดังนั้นจึงเป็นการฝึกทักษะให้เรารู้จักอดทนขนาดกายที่เหนื่อยเรายังทนได้ ดังนั้นการที่เราต้องทำงานร่วมกับผู้อื่นหรือทำอะไรที่ยากที่ลำบาก เราต้องอดทนให้ได้ เพราะหลังจากสิ่งที่เราอดทนนั้นให้คิดไว้เสมอว่าจะมีสิ่งดีตามมาเสมอ

การเล่นฟิตเนสต้องอาศัยความมุ่งมั่นและความตั้งใจจริงที่จะเล่น เพื่อที่จะให้ผลของการเล่นออกมามีประสิทธิภาพที่สุด ตามที่เรามุ่งหวังหรือตั้งใจเอาไว้ว่า เล่นฟิตเนสเพื่ออะไร และระยะเวลาที่เล่นนั้นใช้เวลานานเท่าไร ถึงจะเห็นผล ทำให้รู้ได้ว่าแต่ละคนนั้นมีความอดทนมากน้อยแค่ไหนไหนที่จะเล่นเพราะว่าการเล่นฟิตเนสต้องเริ่มต้นจากขั้นพื้นฐานก่อน ทำให้เราได้ฝึกความอดทนด้วย

3. เป็นผู้ที่ดี มีเสน่ห์

การออกกำลังกายทำให้เรารู้สึกว่าเรามีความมั่นใจในตัวเองมากขึ้น รู้สึกว่าร่างกายเราดูดี เป็นที่น่าสนใจ ทำให้เรามีบุคลิกภาพที่ดูดีมาก

การออกกำลังกายทำให้เราเป็นคนที่ดี โดยเฉพาะการเล่นฟิตเนสนั้นสามารถช่วยให้เรามีรูปร่างที่ดีได้ เมื่อเรามีรูปร่างที่ดี แข็งแรง ก็จะสามารเสริมให้เราดูมีเสน่ห์ และเมื่อเราดูดีแล้ว ก็น่าจะเป็นพื้นฐานส่วนหนึ่งในการเสริมสร้างความมั่นใจในตัวเอง และเมื่อคนเรามั่นใจในตัวเองเมื่อไหร่แล้วการทำสิ่งต่างๆก็จะออกมาอย่างเต็มศักยภาพ

4. กระตือรือร้น

การออกกำลังกายเป็นการกระตุ้นให้ร่างกายตื่นตัว เนื่องมาจากอวัยวะต่างๆได้เคลื่อนไหว กล้ามเนื้อเกิดการยืดหยุ่น และเส้นเลือดก็สูบฉีดเลือด และออกซิเจนไปทั่วร่างกาย จึงทำให้ร่างกายและจิตใจของเรากระปรี้กระเปร่า ยิ่งถ้าเราได้เล่นฟิตเนสที่รองรับการออกกำลังกายได้ทุกส่วนอย่างเป็นประจำ ร่างกายและจิตใจของเราก็จะกระตือรือร้นอยู่ตลอดเวลา สมองก็ปลอดโปร่งสดชื่นพร้อมที่จะทำงานต่างๆ

การเล่นฟิตเนสช่วยในด้านความกระตือรือร้นที่จะปฏิบัติเป็นกิจวัตรและไม่ละเลยในการออกกำลังกายและแบ่งเวลาในการดูแลตัวเอง และส่งผลให้ร่างกายเคยชินไม่เฉื่อยชา กระตือรือร้นในการทำกิจกรรมต่างๆมากขึ้น

5. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

กีฬาเป็นสื่อที่ดีอย่างหนึ่งที่ทำให้เรามีเครือข่ายกับผู้อื่น นอกจากจะได้พบปะกับผู้อื่นที่แปลกแตกต่างออกไปจากที่เคยเจอในแต่ละวัน เราก็อาจจะได้เพื่อนใหม่ๆ จากการเล่นกีฬา เกิดการแลกเปลี่ยนในหลายๆด้าน เกิดการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ทำให้เราพัฒนาและมองโลกในมุมที่กว้างออกไปอีก

ฟิตเนสเป็นสังคมอีกสังคมหนึ่งที่มีผู้รักและใส่ใจสุขภาพมารวมตัวกันเพื่อดูแลตัวเอง การที่เข้าฟิตเนส ทำให้รู้จักคนที่มีความหมายเดียวกัน ทำให้ง่ายต่อการทักทายหรือพูดคุย เพราะอย่างน้อยก็คุยเรื่องเดียวกัน อีกอย่างหนึ่งคือจะค่อยๆ ทำให้เรากล้าที่จะพูดที่จะคุยกับคนอื่นมากขึ้น คุยตัวอย่างง่ายๆ อย่างการเล่นเวทเป็นประจำ บางทีเราใช้น้ำหนักมากขึ้น ก็ต้องหาเพื่อนมาช่วยกันระวังเพื่อความปลอดภัย ทำให้เราได้ทำความรู้จักกับคนอื่นๆ ภายในฟิตเนสได้ง่ายขึ้น ความเคยชินนี้จะส่งผลให้เรากล้าที่จะพูดคุยกับสังคมภายนอกได้อีกด้วย

6. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

เป้าหมายในการออกกำลังกายและตั้งใจทำให้สำเร็จกับเป้าหมายที่วางไว้ โดยไม่ล้มเลิกความตั้งใจ แม้ว่าเหนื่อยหรือล้ามากขนาดไหนก็ตาม เช่นกำหนดเวลาในการวิ่งก็ต้องทำให้ได้ตามที่ตัวเองตั้งใจไว้ โดยไม่หยุดกลางคัน เป็นต้น

7. มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย

การที่มีการตั้งเป้าหมายของคนแต่ละคนในการเล่นฟิตเนส เช่น เล่นเพื่อสร้างกล้ามเนื้อ เล่นเพื่อลดน้ำหนัก หรือเล่นเพื่อให้มีความสุขดี เมื่อมีเป้าหมายแล้วก็จะเกิดแรงบันดาลใจในการเล่น เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ เมื่อผู้ที่ได้เล่นฟิตเนสเล่นอย่างจริงจังและมีเป้าหมายเป็นประจำ จะสร้างให้เกิดวินัยกับตัวเองในการที่จะทำงานใดๆให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

การเล่นฟิตเนสก็มีเป้าหมายในการเล่นคือ ได้ร่างกายที่แข็งแรงมีรูปร่างที่สวยงาม เมื่อเรามีเป้าหมายก็จะทำให้เราทำอะไรได้สำเร็จโดยง่ายและตรงตามจุดประสงค์ ผลที่ออกมาคืออย่างที่ตั้งใจ ถ้าเราทำอะไรโดยไม่มีเป้าหมาย มันก็ยากที่จะเห็นความสำเร็จของสิ่งนั้น เพราะเรายังไม่รู้ว่าจะทำไปเพื่ออะไร การเล่นฟิตเนสจึงเป็นการฝึกให้เราเป็นคนทำงานให้เสร็จตามเป้าหมายได้ เพราะการออกกำลังกายก็คือเป้าหมายให้รูปร่างดูดี คือหัดให้เราทำอะไรอย่างมีเป้าหมาย

8. มีพัฒนาการในตนเองสูง

สามารถพัฒนาตนเอง โดยเล่นเครื่องออกกำลังกายได้มากขึ้น หลากหลายชนิดขึ้น และพัฒนาไปเรื่อยๆเพื่อให้เล่นได้นานและเล่นได้ได้อย่างถูกวิธี เพื่อประโยชน์ต่อร่างกาย และจะส่งผลต่อการทำงานที่จะสามารถพัฒนาตนเอง เรียนรู้สิ่งใหม่ๆเพิ่มขึ้นนั่นเอง

9. เก่งในการบริหารเวลา

โดยปกติเวลาหลังเลิกเรียนหรือเลิกงานหลายคนมักจะรู้สึกเหน็ดเหนื่อยไม่อยากจะทำอะไรต่อ จนไม่คิดที่จะทำอะไรนอกจากทานอาหารและพักผ่อน ดังนั้นผู้ที่มีการบริหารเวลาที่ดีก็จะสามารถแบ่งสรรเวลาสำหรับการออกกำลังกายได้ ในการออกกำลังกายส่วนใหญ่เราจะต้องตั้งเป้าหมาย แล้วเรายังจะต้องกำหนดเวลาที่จะต้องทำให้สำเร็จ ตลอดจนการที่จะกำหนดเวลาในการออกกำลังกาย เพราะในชีวิตไม่ได้มีเพียงแต่การออกกำลังกายเท่านั้น เรายังต้องมีความรับผิดชอบอื่นๆด้วย เพราะฉะนั้น เราจะต้องรู้จักที่จะบริหารเวลาให้เป็นสัดส่วน และให้ได้ตามที่ได้กำหนดไว้

10. ชอบเข้าสังคม

การที่เราไปออกกำลังกายที่ฟิตเนสบ่อยๆ ทำให้เราได้พบปะผู้คนที่ชอบทำกิจกรรมเหมือนกัน เราสามารถพูดคุยกับคนที่เราไม่เคยรู้จักได้ และยังสร้างความสนิทสนมเพิ่มมากขึ้นได้ ทำให้เราอยากเข้าสังคม และไม่ปิดกั้นตัวเอง

ในการเล่นฟิตเนสแน่นอนจะต้องพบกับผู้คนมากมาย นั่นเป็นสิ่งที่ทำให้เรารู้จักการขอเข้าสังคม เมื่อรู้จักที่จะเข้าสังคมทำให้รู้จักปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้ แล้วจะทำให้พัฒนาในสิ่งต่างๆตามมา รวมถึงการที่ทำให้มีอวัยวะที่ดีด้วย

+ ขยัน

การเล่นฟิตเนสต้องมีความขยันจึงจะประสบความสำเร็จในการออกกำลังกาย เปรียบได้กับวิถีการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน คนขยันก็จะได้พบกับอะไรๆ มากมาย ทั้งด้านดีและร้าย ทำให้สามารถผ่านพ้นอุปสรรคต่างๆได้หากขยันทำงาน

นั่น การเล่นฟิตเนสเพื่อให้ได้สิ่งที่เราต้องการเช่น กล้าม น้ำหนัก ลด ฯลฯ ต้องใช้ความอดทนอย่างมากเพราะมันไม่สามารถเกิดขึ้นภายในวันเดียว เราต้องขยันไปฟิตเนสสม่ำเสมอ

+ ตรงต่อเวลา

การออกกำลังกายบางครั้งก็เป็นเรื่องยาก เพราะกิจกรรมการทำงานในแต่ละวันนั้นไม่เอื้อต่อการออกกำลังกาย เช่น เลิกงานดึก รถติด แต่หากเราไปออกกำลังกายที่ฟิตเนส ต้องตัดใจกับทุกเรื่องที่จะเข้ามา และทำให้กำหนดเวลาที่แน่นอนและตรงต่อเวลาในการไปฟิตเนสทุกครั้ง

การเล่นฟิตเนส จะต้องมีเวลาตรงต่อเวลา ถ้าหากเล่นฟิตเนสแบบไม่ตรงต่อเวลา เช่น เล่นเครื่องนี้นานเกินไป อาจจะทำให้เกิดผลเสียมากกว่าผลดีก็เป็นได้ หรือเล่นเครื่องเล่นนี้น้อยเกินไป ก็อาจจะไม่ได้ผลต่อการออกกำลังกายก็เป็นได้ ดังนั้นการเล่นฟิตเนส จะช่วยให้เสริมสร้างทักษะในเรื่องของการตรงต่อเวลาได้

+ ขอบความท้าทาย

ในการเล่นฟิตเนส มันท้าทายความสามารถว่าเราสามารถเล่นได้ไหม ครั้งนี้เล่นได้ ต่อไปเราก็พัฒนาระดับของเราในขั้นต่อไปว่า ขั้นต่อไปนี้จะทำได้เหมือนคนอื่นไหม เราก็ต้องพยายามทำให้ได้ คนอื่นทำได้ เราก็ต้องทำได้เหมือนกัน เป็นการท้าทายความสามารถของเราไปเรื่อยๆ เพื่อเป็นการพัฒนาความรู้ความสามารถของเรา ให้อยู่ดีขึ้น ซึ่งนำมาใช้ในการปฏิบัติงานเช่นเดียวกัน สิ่งไหนเราทำไม่ได้ เราก็ต้องพยายามทำให้ได้ มันท้าทายความสามารถของเรา

การเล่นฟิตเนสไประยะเวลาหนึ่ง ถ้าร่างกายเคยชินกับการฝึกในระดับน้ำหนักที่เล่นประจำแล้ว ควรเพิ่มความท้าทายโดยการเพิ่มน้ำหนักและเล่นในระดับที่ท้าทายขึ้น เพื่อให้เกิดความท้าทายใหม่ จะได้ไม่จำเจและน่าเบื่อ เปรียบกับการทำงานถ้าเป็นการทำงานเดิมๆ ไปเรื่อยๆ ในระยะเวลาหนึ่งจะเกิดความเบื่อหน่าย ขาดความกระตือรือร้น งานที่ได้ก็จะขาดความคิดสร้างสรรค์ไปในที่สุด

4.10 เย็บผ้า

ผลจากงานวิจัย	%
1.อดทน	10.47%
2.สุขุมเยือกเย็น	9.42%
3.มีความคิดสร้างสรรค์	7.85%
4.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	5.24%
5.คิดอย่างมีหลักการ	4.71%
6.กล้าที่จะลองผิดลองถูก	4.71%
7.รอบคอบ	4.71%
8.มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย	4.71%
9.ทำงานเป็นระบบ	3.66%
10.สามารถทำทุกอย่างให้สำเร็จลุล่วงได้	2.62%

+ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	2.09%
+ขยัน	2.62%
+เป็นนักลงมือปฏิบัติ	2.09%

1. อดทน

อดทนในการต้องนั่งทำให้เสร็จ และการเย็บผ้าที่มีหลายแบบ เช่นการด้น การสอย การเย็บแบบสก็อตติส ฯลฯ การที่เย็บหลายแบบนี้ซึ่งมีคุณสมบัติต่างกัน ดังนั้นเมื่อเราทำเสื้อ 1 ตัว เราจะต้องเย็บเนาก่อนแล้วมาเย็บคัน แล้วจึงสอยชาย บางทีอาจจะเย็บแบบสก็อตติส เพื่อตกแต่งดังนั้นจึงเป็นเรื่องที่วุ่นวายมาก ถ้าเราไม่มีความอดทนเราก็จะเย็บผ้าไม่ได้ บาง ครั้งต้องทนต่ออาการเข็มทิ่มมือ ค่ายบาดมือ ซึ่งก็เป็นเรื่องธรรมดาของการเย็บผ้า

2. สุขุมเยือกเย็น

การเย็บผ้าต้องมีความใจเย็น เพราะการจะทำงานแต่ละชิ้นจะต้องใช้เวลา บางอย่างอาจต้องเริ่มต้นจากผ้าชิ้นเดียว กว่าที่จะออกมาเป็นชิ้นงานหนึ่งนั้นต้องผ่านขั้นตอน ทั้งการร่างแบบ ตัดผ้า และเย็บ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ต้องอาศัยความ สุขุม แม้กระทั่งขั้นตอนการเย็บเอง หากเกิดข้อผิดพลาดอาจต้องมานั่งแก้ตรงจุดๆนั้นใหม่ ถ้าไม่ใช่คนที่มีความสุขุมเยือกเย็นก็อาจจะทำให้งานออกมาไม่ได้ หรือได้ไม่ดี

การใช้เวลาว่างกับการเย็บผ้า ได้ใช้ความคิดของเราสร้างสรรค์งานชิ้นหนึ่งๆขึ้นมา ทำให้อยู่กับมันได้ไม่รู้เบื่อ ไม่สนใจอะไรที่วุ่นวายใจเรา ทำให้เกิดสมาธิขึ้น อย่างที่ปกติจะเป็นสมาธิสั้น การได้อยู่กับการเย็บผ้า หรือแม้แต่ได้ลงมือซ่อมแซมเสื้อผ้าด้วยมือของเราเองบ่อยๆ จึงน่าจะส่งผลต่อสมาธิและจิตใจของเราได้ดีขึ้น

3. มีความคิดสร้างสรรค์

การเย็บผ้าต้องใช้จินตนาการในตัวเราถ่ายทอดออกมาให้เป็นชิ้นงานที่สามารถใช้ได้จริง บวกกับทักษะความรู้ความสามารถในด้านการเย็บผ้า เมื่อเรามีทั้งจินตนาการบวกกับความรู้แล้ว เราจะสามารถสร้างสรรค์ผลงานต่างๆ ออกมาได้ดี ดังนั้นในการเย็บผ้าเราต้องใช้ความคิดสร้างสรรค์เพื่อที่จะได้ผลงานที่หลากหลายมากขึ้น

เราสามารถที่จะทดลองทำอะไรก็ได้ในสิ่งที่เราต้องการจะทำหรืออยากให้เป็น โดยเราสามารถที่จะพัฒนา งานใหม่ๆออกมาได้โดยที่ไม่ซ้ำกับผู้อื่น และสามารถทำอะไรได้หลายๆอย่าง นอกเหนือจากเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย เช่น อาจจะทำกระเป๋าผ้า ตุ๊กตา พวงกุญแจ รองเท้าหรือสิ่งประดิษฐ์อีกหลายๆอย่างที่มาจากผ้า

4. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

และเมื่อทำการเย็บผ้าอย่างเป็นระบบแล้วนั้น ก็จะมีการตรวจสอบความถูกต้อง หลังจากการเย็บผ้า ซึ่งก็เหมือนการตรวจทานความถูกต้องของการทำงาน ถ้ามีข้อผิดพลาดก็จะนำมาแก้ไข และปรับปรุง ซึ่งทั้งหมดนี้ยังสามารถทำให้เกิดการพัฒนาตนเองในด้านอื่นๆมากมาย

การเย็บผ้า เป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ตั้งแต่เริ่มก็คือวัดตัวผู้สวมใส่ วัดแบบ วัดแบบบนผืนผ้า การตัดผ้า รวมถึงการเย็บประกอบเป็นชิ้นงานขึ้นมา ทุกขั้นตอนล้วนต้องอาศัยความเอาใจใส่ในรายละเอียด ทุกขั้นตอนเพราะถ้าพลาดแม้เล็กน้อย เสื้อผ้าที่ออกมาก็จะไม่เป็นอย่างที่ร่างแบบไว้ และผลเสียก็คือผู้สวมใส่ใส่ไม่ได้ หรือถ้าใส่ได้ก็อาจจะไม่พอดี

5. คิดอย่างมีหลักการ

เมื่อเราต้องการตัดเสื้อหนึ่งตัว ก่อนอื่นเราต้องคิดถึงวัตถุประสงค์ก่อนว่า เราต้องการจะใช้เสื้อตัวนั้นกับงานอะไร จะต้องคิดถึงการออกแบบที่เหมาะสมกับงานนั้นๆ นอกจากนี้ยังต้องพิจารณาเรื่อง เนื้อผ้า สีผ้า ราคาและองค์ประกอบอื่นๆ ที่จะใช้กับเสื้อตัวใหม่ เช่น จะใส่กับกางเกงหรือกระโปรงตัวไหน รองเท้า เข็มขัด กระเป๋า สร้อย ฯลฯ หลังจากที่ได้แบบเสื้อและวัสดุที่จะใช้แล้ว ก็ใช้ความรู้ทางคณิตศาสตร์นิดหน่อยในการสร้างแพทเทิร์น การวางผ้าให้ประหยัดเนื้อผ้ามากที่สุด วางแผนในการเย็บจะเริ่มจากชิ้นไหนก่อน ระหว่างการทำงานต้องมีการตรวจสอบผลงานเป็นระยะ เมื่อคิดพลาดจะได้แก้ไขได้ทัน เวลา พอเสร็จเป็นตัว ให้ลองใส่ดูก่อนว่าพอดีไหม ถ้าไม่ต้องแก้ไขแล้ว ก็เก็บรายละเอียดเป็นอันเสร็จ สรุปได้ว่า การเย็บผ้าสามารถคิดเป็นหลักการได้ดังนี้ 1. กำหนดวัตถุประสงค์ของงาน 2. ดำเนินการตามวัตถุประสงค์ 3. ประเมินผลงาน

การเย็บผ้าเบื้องต้นต้องเริ่มจากการสร้างแบบก่อนและต้องคำนวณค่าต่างๆ ตั้งแต่สัดส่วน ผู้สวมใส่และสัดส่วนของผ้า เพราะถ้าคำนวณผิดเมื่อวางแบบลงที่ผ้าก็อาจจะทำให้เสียรูป ทรง และผลเสียที่ตามมาคือไม่สามารถสวมใส่ได้ เพราะฉะนั้นต้องคิดอย่างเป็นหลักการ และต้องคำนวณให้ถูกต้องมากที่สุด

6. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

ในการเย็บผ้า เราสามารถลองผิดลองถูกในการเย็บได้ เพื่อที่จะค้นหาวิธีการเย็บที่สะดวก ง่ายที่สุดและดีที่สุดสำหรับตนเอง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างชิ้นงานชิ้นต่อไปได้ ดังนั้นในการเย็บผ้า ทำให้เกิดการกล้าที่จะลองผิดลองถูก เพราะเมื่อทำผิดแล้วเราจะหาวิธีแก้สิ่งผิดพลาดนั้น เพื่อให้เกิดความถูกต้องในอนาคต

ในการเย็บผ้านั้น บางคนอาจจะไม่ต้องเรียนที่สถาบัน ก็สามารถที่จะลองผิดลองถูกเอง แล้วนำมาปรับปรุงให้ได้รูปแบบที่เราต้องการได้ และจะช่วยพัฒนาด้านความคิด การจดจำและการแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ และอาจได้ชิ้นงานใหม่ๆ ออกมาด้วย

7. รอบคอบ

การเย็บผ้าให้เสร็จทันเวลาจะต้องดูรวมไปถึงความเรียบร้อยของชิ้นงานนั้นๆ ว่าสมบูรณ์หรือไม่ ต้องตรวจสอบความเรียบร้อยว่าตะเข็บเรียบร้อยหรือไม่ มีเข็มค้างอยู่ที่ผ้าหรือไม่ และต้องมีความรอบคอบก่อนนำส่งชิ้นงานให้แก่ลูกค้า หรือก่อนนำมาสวมใส่ เพื่อมิให้เกิดผลเสียตามมา การเย็บผ้าพัฒนาทักษะด้านนี้เป็นอย่างมากเพราะการเย็บผ้าต้องใช้ความละเอียดรอบคอบมาก เพราะถ้าไม่ละเอียดรอบคอบแล้วอาจจะทำให้งานเสียได้ หรืออาจจะบาดเจ็บจากอุปกรณ์เย็บได้

8. มุ่งทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย

การเย็บผ้านั้นบางส่วนอาจจะต้องใช้เวลาต่างกันไป บางชิ้นงานอาจต้องใช้เวลาเยอะ ซึ่งถ้าคนไม่ชอบที่จะเย็บผ้าอาจเกิดความเบื่อหน่ายว่าเมื่อไรงานจะออกมาเป็นรูปร่างให้เห็น และก็อาจจะล้มเลิกความพยายามไป ส่วนคนที่ชอบเย็บผ้านั้น อาจจะต้องมีความมุ่งมั่น มุ่งมั่นที่จะให้งานออกมาตามที่คาดหวังหรือตามแบบที่เราวางไว้ การพัฒนาตนเองในด้านการมุ่งมั่นมีความพยายาม และอดทนแม้สิ่งที่ต้องการนั้นอาจจะได้มาด้วยความยากเย็น

9. ทำงานเป็นระบบ

การกำหนดขั้นตอนในการเย็บผ้าเป็นเรื่องสำคัญมากในโรงงานเย็บผ้าจะแยกเป็นแผนก แต่ละแผนกก็เย็บเพียงส่วนเดียว ดังนั้นขั้นตอนในการเย็บอาจไม่สำคัญเท่าไร แต่ถ้าเราเย็บเองทั้งตัว เราต้องรู้ว่าควรจะเริ่มจากตรงไหนก่อน จึงจะทำให้การทำงานง่ายขึ้น และชิ้นงานออกมาดูเรียบร้อย สวยงาม

10. สามารถทำทุกอย่างให้สำเร็จลุล่วงได้

การเย็บผ้าให้ได้สำเร็งนั้นต้องใช้ความพยายามอดทนในการนั่งเย็บ และตัดผ้าประกอบให้เป็นชิ้นซึ่งก็ทำให้เห็นว่าถ้าสามารถเย็บผ้าให้สำเร็จได้ก็น่าจะสามารถทำทุกอย่างได้สำเร็จลุล่วงได้

การเย็บผ้า ต้องใช้วิธีการเย็บผ้าหลากหลายชนิด ต้องใช้วิธีการเย็บเหล่านั้นมารวมกันจึงสามารถทำให้งานลุล่วง ฉะนั้นคนที่ชอบเย็บผ้าจึงสามารถทำงานทุกอย่างให้ลุล่วงได้

+ ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

การเย็บผ้าทำให้เราเป็นคนที่ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ เพราะการเย็บผ้าต้องเย็บให้เสร็จ ถ้าไม่เสร็จงานนั้น ก็จะไม่สมบูรณ์และไม่สามารถนำไปต่อยอดอีกต่อไปได้

+ ขยัน

การเย็บผ้าจะต้องมีความขยัน เพื่อให้งานออกมาตามที่ตั้งใจไว้ ถ้าไม่ขยันก็จะไม่สามารถที่จะทำให้สำเร็จได้

+ เป็นนักลงมือปฏิบัติ

หากไม่ลงมือปฏิบัติ Idea ที่คิดไว้ก็จะไม่เป็นรูปเป็นร่าง ต้องลงมือทำจริงถึงผลออกมาไม่ดี ก็ยังดีกว่ายังไม่ได้สิ่งของที่เป็นรูปเป็นร่าง การเย็บผ้าเน้นการลงมือปฏิบัติมากกว่าการวางแผน เพราะสามารถทำตามแบบได้ จึงจะได้ผลของงานออกมา

4.11 รื่องเพลง

ผลจากงานวิจัย	%
1.เป็นตัวของตัวเอง	9.33%
2.มีความเป็นศิลปิน	8.67%
3.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	8.00%
4.จิตใจดี	5.33%
5.เป็นนักสื่อสารที่ดี	5.33%
6.เป็นผู้ที่คู่คิด มีเสน่ห์	5.33%
7.ชอบเข้าสังคม	5.33%
8.มีอารมณ์ขัน	4.67%
9.มองโลกในแง่ดี	4.00%
10.มีพัฒนาการในตนเองสูง	3.33%

+มีอิทธิพล	3.33%
+มีความคิดสร้างสรรค์	3.33%

1. เป็นตัวของตัวเอง

การร้องเพลงจะต้องเป็นของตัวเอง ไม่ใช่เป็นตัวแทนร้องที่เรากำลังร้อง เราควรร้องออกมาในสไตล์ของตัวเอง ดังนั้นการที่จะร้องเพลงที่ดีคิดว่าจะต้องเป็นคนที่มีความเป็นตัวของตัวเองสูงพอสมควร เท่ากับว่าเราก็จะได้พัฒนาความเป็นตัวเองในการใช้ชีวิตในสังคมนี้ได้เป็นอย่างดี

คนเราจะชอบอะไรไม่เหมือนกัน บางคนชอบร้องเพลงเร็วชอบความสนุกสนาน บางคนชอบเพลงช้าเพราะฟังสบายๆ ศิลปินทุกคนเขาจะมีความเป็นตัวของตัวเองอยู่ การร้องเพลงก็เป็นการแสดงความเป็นตัวเองอย่างหนึ่ง ว่าเราเป็นอย่างไร ชอบแนวไหน เป็นคนแบบไหน

2. มีความเป็นศิลปิน

การร้องเพลงก็ทำให้เราเป็นศิลปินที่ดีได้ เพราะการร้องเพลงทำให้เราเป็นคนที่มีอารมณ์อ่อนไหว ไม่แข็งกระด้าง สุขุมเยือกเย็นเป็นคนที่มีความคิดในเชิงสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี มีความคิดใหม่ๆ ที่ไม่เหมือนใครอยู่เสมอ เพราะเป็นคนที่ชอบกล้าเสี่ยงกล้าได้กล้าเสีย ชอบลองทำอะไรใหม่ๆ ตลอดเวลา ไม่ชอบเหมือนใคร มีความเป็นตัวของตัวเอง นอกจากนั้นแล้ว ยังจะต้องเป็นคนที่ไม่ยอมตกยุค คือเป็นคนที่ยังทันสมัยทันสมัยตลอดเพราะการร้องเพลงจะมามีร้องแต่เพลงเก่าๆ เดิมๆ แนวเพลงเดิมๆ ตลอดนั้นไม่ได้แล้ว เพลงแต่ละเพลงเดี๋ยวนี้ออกมาตามยุคสมัย ฉะนั้นเราก็ต้องเป็นคนทันสมัย

การที่เราร้องเพลงทุกวัน จะเป็นการช่วยผ่อนคลายความเครียดได้ การร้องเพลงก็เหมือนการระบายอารมณ์อย่างหนึ่ง เวลาเรารู้สึกเศร้าเราก็จะร้องเพลงเศร้า เวลาเราสนุกเราก็จะร้องเพลงสนุกสนาน ซึ่งสื่อถึงความเป็นศิลปินอย่างหนึ่ง คนที่แสดงอารมณ์ออกมาได้เพลงคือที่มีความเป็นศิลปินในตัวเอง เมื่อได้รับการฝึกฝนบ่อยและถูกวิธี บางคนอาจจะเอาดีทางด้านนี้ ยกตัวอย่างเช่น ไปประกวดร้องเพลงตามเวทีหรือรายการต่างๆ เพื่ออยากที่จะเป็นศิลปิน

3. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

การร้องเพลงหรือไปคาราโอเกะเป็นส่วนหนึ่งของการเชื่อมสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน หลายคนชอบเสียงเพลงเมื่อมีความชอบเหมือนกันยอมทำให้พูดคุยกันถูกคอซึ่งถือเป็นการสร้างสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน และบางครั้งเพลงยังเป็นหัวข้อสนทนาที่ใ้มน้าวให้คนอื่นๆ เริ่มเปิดใจที่จะคุยกับคนที่ไม่รู้จักอีกด้วย

การร้องเพลง จะร้องให้คนอื่นเดาไม่ได้ อาจต้องมีอะไรหลายๆ อย่างช่วยให้การร้องเพลงดูสนุกครึกครื้น ไม่ว่าจะเพื่อนร่วมวง นักดนตรีหรือไปร้องคาราโอเกะ เราจะต้องมีเพื่อนไปด้วย ดังนั้นการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีนั้นสำคัญ

4. จิตใจดี

การร้องเพลงนั้นเป็นอีกหนึ่งกิจกรรมที่ช่วยให้เราผ่อนคลาย และคลายเครียดได้ ไม่ว่าจะเกิดจากหน้าที่การงานหรือแม้กระทั่งชีวิตประจำวัน ซึ่งจะทำให้เรากลับมาทำงานได้ดียิ่งขึ้น การร้องเพลงเป็นการผ่อนคลายอย่างหนึ่ง ถือเป็นกิจกรรมที่เมื่อปฏิบัติแล้ว สามารถบำบัดอารมณ์ได้อย่างน้อยที่สุด คือสามารถทำให้อารมณ์ที่ตึงเครียดคลคลายลงได้ เมื่อใดที่สามารถร้องเพลงได้เป็นอย่างดีและมีความสุข หมายถึง ช่วงเวลานั้นเป็นช่วงที่อารมณ์และจิตใจรู้สึกดีที่สุดใน

5. เป็นนักสื่อสารที่ดี

การร้องเพลงเป็นการร้องเพื่อให้ผู้อื่นได้ฟัง ซึ่งจะเป็นการฝึกทักษะการสื่อสารที่ดีอีกทางหนึ่ง คือในการร้องเพลงจะต้องร้องออกมาให้ผู้ฟังรับรู้ได้ถึงอารมณ์ของเพลงที่เรากำลังร้องว่าเพลงนั้น เสร้าอย่างไร สนุกอย่างไร ให้ผู้ฟังสนุกกับการฟัง ก็เหมือนกับที่เราเล่าเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เราต้องสื่อสารให้ผู้ฟังสนใจอยากฟังสิ่งที่เราพูดออกมา

6. เป็นผู้ที่ดี มีเสน่ห์

การร้องเพลงทำให้เราเป็นผู้ที่ดูดีมีเสน่ห์ได้ เพราะเมื่อเราร้องเพลงด้วยน้ำเสียงที่ไพเราะ เข้าถึงอารมณ์ของเพลงนั้นๆ แล้ว ทำให้จับใจผู้ฟังที่กำลังฟังจนเคลิ้ม นั่น อาจจะทำให้เราเป็นคนที่ดีมีเสน่ห์ต่อคนทั่วไป นักร้องบางคนหน้าตาไม่ได้ดีเท่าไร แต่เมื่อร้องเพลงแล้ว อาจจะทำให้หลายๆคนคลั่งไคล้ชื่นชอบได้มากก็ได้

การร้องเพลงช่วยเรื่องภาพลักษณ์ หรือบุคลิกภายนอกของเราด้วย การที่เราแสดงออกถึงความสามารถที่มีอยู่ในทางที่ดี และการร้องเพลงเป็นสิ่งที่ช่วยทำให้คนฟังรู้สึกเข้าถึงอารมณ์เพลงได้ง่าย คนที่ทั่วไปทุกคนจึงชอบฟังเพลง และถ้าเราเป็นตัวกลางในการสื่อสารเพลงได้ ก็จะเป็นเสน่ห์อีกอย่างหนึ่งคิดตัว

7. ขอบเข้าสังคม

ดนตรีและเพลงเป็นส่วนประกอบสำคัญในทุกๆสิ่งทุกอย่าง รวมไปถึงงานรื่นเริง หรือ पार्टीต่างๆ ผู้ที่ชื่นชอบในการร้องเพลงจึงมักจะมีคุณลักษณะของการเป็นคนชอบเข้าสังคมไปด้วย การร้องเพลงแต่ละครั้งต้องไปกันเป็นกลุ่ม ทำให้เรามีการเข้าสังคม เรียนรู้การอยู่กับคนหมู่มาก รู้จักการปรับตัว

8. มีอารมณ์ขัน

การร้องเพลงทำให้เรามีอารมณ์ขัน สนุกสนาน เฮฮา อารมณ์ดี ทำให้อารมณ์ดีได้ปลดปล่อยความรู้สึก

9. มองโลกในแง่ดี

เวลาที่คนเรามีความนึกคิดในสิ่งดีๆ มองโลกในแง่ดีๆ อยากร้องเพลงไหนออกมาอย่างไร ถึงเรารู้ว่าอาจจะไม่เพราะเหมือนนักร้อง แต่ก็ออกมาจากความตั้งใจจริงที่อยากจะร้องเพลง หรือแค่อยากจะทำให้คนรอบข้างมีความสุข เสียงเพลงจากเรานั้นคงทำให้ยิ้มได้บ้าง การร้องเพลงเป็นสิ่งที่ทำให้เราสามารถมองโลกในแง่ดีได้ เพราะการร้องเพลงเป็นการผ่อนคลายจากที่เราคิดแต่เรื่องร้ายๆ เครียดจากสิ่งต่างๆแต่เมื่อได้ร้องเพลงแล้ว มันเหมือนกับได้ปลดปล่อย ซึ่งจะทำให้เรารู้สึกผ่อนคลายและทำให้เรามองโลกในแง่ดีในที่สุด

10. มีพัฒนาการในตนเองสูง

เพลงในตอนนี้ มีแนวเพลง และเนื้อหาที่หลากหลาย และเทคนิคในการร้องหลายแนว และถ้าเราจะร้องเพลงให้สนุกก็ต้องร้องให้ถูกต้อง ดังนั้นคนที่ชอบร้องเพลงก็ต้องมีการฝึกฝน และพัฒนาตัวเองเรื่อยๆ

+ มีอัยยาศัยดี

ถ้าหากเราสามารถดึงคนมาร่วมร้องเพลง มีเพื่อนเยอะ มีผู้คนที่ต้องการจะร่วมทำกิจกรรมร้องเพลงกับเรานั้นก็แสดงถึงตัวเราว่ามีอัยยาศัยที่ดี

+ มีความคิดสร้างสรรค์

ความคิดสร้างสรรค์ คือเพลงที่เราเล่นไม่จำเป็นต้องตรงตามต้นฉบับ เสมอไปเพราะการเล่นการร้องจะมีลูกเล่นมากมายต่างกัน แล้วแต่ว่าจะเล่นแบบไหน บางครั้งอาจจะคิดเนื้อเพลงใหม่ๆได้ อาจแต่งเป็นเพลงของตัวเอง มีความคิดสร้างสรรค์

4.12 ละครเวที

ผลจากงานวิจัย	%
1.มีความคิดสร้างสรรค์	6.41%
2.ฉลาดมีไหวพริบ	6.41%
3.มีความรับผิดชอบสูง	6.41%
4.รู้จักบทบาทหน้าที่	6.41%
5.มีความเป็นศิลปิน	5.77%
6.ตรงต่อเวลา	5.13%
7.รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น	5.13%
8.มีวินัย	4.49%
9.เป็นนักสื่อสารที่ดี	3.85%
10.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	3.85%
+มีความสามารถในการนำเสนอ	2.56%
+มีพัฒนาการในตนเองสูง	1.92%
+ให้ความร่วมมือในการทำงาน	2.56%

1. มีความคิดสร้างสรรค์

ทุกคนล้วนมีความคิดที่แตกต่างกัน ละครเวทีสามารถเชื่อมโยงเรื่องราวให้ผู้ชมสามารถเข้าใจเรื่องราวให้ไปในทิศทางเดียวกัน ด้วยการใช้ประสบการณ์ร่วม แต่ท้ายที่สุด ภาพที่อยู่ในมโนภาพของแต่ละคนย่อมแตกต่างกัน เพราะทุกคนจะนึกและคิดตาม ช่วยสร้างสรรค์ให้สมองพัฒนา เกิดสิ่งแปลกใหม่อยู่เสมอ

ในหลายๆครั้ง ผู้แสดงละครเวทีมักจะมีเทคนิค หรือรูปแบบการแสดงที่เป็นเอกลักษณ์ ซึ่งทั้งหมดต้องมาจากความคิดสร้างสรรค์ ดังนั้นละครเวทีจึงเป็นการพัฒนาความคิดสร้าง สรรค์อีกทางหนึ่ง

2. ฉลาดมีไหวพริบ

การแสดงละครเวที เป็นการแสดงต่อหน้าผู้คน ดังนั้นหากเกิดความผิดพลาด ต้องมีทักษะที่จะแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ ซึ่งจะฝึกฝนให้เราเป็นคนมีไหวพริบ เนื่องจากการแสดงละครเวที เป็นการแสดงสด ในฐานะนักแสดงต้องแม่นยำทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นบทหรือคิวแสดง ฉะนั้นหากมีความผิดพลาดเกิดขึ้นไม่ว่าเรื่องใดก็ตาม เมื่อเราอยู่บนเวที The Show must go on เราต้องสามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี ไม่ให้อารมณ์ของละครสะดุด จึงมีความเห็นว่าหากเราไม่มีไหวพริบเพียงพอ ละครก็จะสะดุด คนดูก็จะไม่เห็นว่าเป็นมืออาชีพ การมีไหวพริบและฉลาดในการแก้ปัญหาจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง

3. มีความรับผิดชอบสูง

เนื่องจากการเล่นละครเวทีต้องมีการฝึกซ้อมกับคนอื่นๆเพื่อให้ได้ผลการแสดงที่ดีที่สุด เพราะฉะนั้นผู้เล่นจึงต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเอง และต่อผู้ร่วมแสดงสูง เพราะหากขาดผู้เล่นไปหรือเล่นได้ไม่ดี ก็จะทำให้ละครเวทีเรื่อง

นั้นไม่สมบูรณ์ได้ เพราะต้องมาซ้อมให้ตรงเวลา การแสดงเป็นทีมเมื่อคนใดคนหนึ่งมาไม่ตรงเวลา ก็ไม่สามารถฝึกซ้อมได้ จึงต้องมีความรับผิดชอบ มาให้ตรงเวลา และจำบทของตนให้ได้

4. รู้จักบทบาทหน้าที่

ละครเวทีต่างจากละครอื่นๆ คือความสด (Live) ดังนั้นไม่ว่า เราจะอยู่ในฐานะผู้สร้าง วรรณกรรมหรือผู้เสพ ต่างก็จะสอนให้ เรา รู้จักหน้าที่ของตนอย่างชัดเจน ว่าควรจะทำหน้าที่ตนอย่างไรให้เหมาะสม เช่น เมื่อ เราเป็นผู้ชมหน้าที่ของคุณก็คือ การตรงต่อเวลาในการรับชม และการเคารพข้อปฏิบัติที่กำหนดไว้รวมถึงการแต่งกายที่เหมาะสมกับการรับชม ให้เกียรติสถานที่และทีมงาน

แต่ละบทบาทย่อมมีความสำคัญของตัวเอง และมีความเฉพาะในตัว ซึ่งเราต้องมีความรับผิดชอบในส่วนที่เราดูแล ซึ่งสามารถนำมาปรับใช้ในการทำงานได้เป็นอย่างดี เพราะทำให้เรา รู้จักหน้าที่และขอบเขตการทำงานของตนเอง รู้ว่าต้องทำอะไร รับผิดชอบอะไรแค่ไหน แต่ที่สำคัญหากเราสามารถที่จะช่วยเหลือทีมหรือผู้ร่วมงานได้โดยที่ไม่กระทบต่องานของตัวเอง ก็จะเป็นสิ่งที่ดียิ่งขึ้น

5. มีความเป็นศิลปิน

การเล่นละครเวทีเป็นศิลปะแขนงหนึ่งซึ่งต้องใช้ความทุ่มเท และสมาธิอย่างมากในการ สร้างสรรค์ผลงาน ดังนั้นผู้ เล่นละครเวทีจะต้องมีความเป็นศิลปินในขณะที่แสดง เพื่อที่จะถ่ายทอดศิลปะการแสดงออกมาให้ผู้ชมรับรู้ได้

6. ตรงต่อเวลา

การเล่นละครเวทีในแต่ละครั้งจะต้องมีการฝึกซ้อมก่อนเป็นเวลาหลายครั้ง ดังนั้นผู้เล่นจะถูกฝึกให้เป็นคนตรงต่อเวลาเพื่อรับผิดชอบต่อคณะแสดง ละครเวทีเป็นการทำงานกับคนส่วนมากตรงต่อเวลาจึงมีความหมาย เพราะงานจะสำเร็จไปด้วยดีหรือไม่เวลาก็เป็นสิ่งสำคัญ

7. รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น

เนื่องจากการเล่นละครเวที เราจะต้องแสดงเพื่อให้เข้าถึงแก่ผู้ชม ดังนั้นเราจะมาคิดเอาที่ตัวเองคนเดียวไม่ได้ นอกจากนั้นยังต้องมีกับในการแสดงของเราให้ เป็นไปตามที่ผู้กำกับต้องการและยังต้องรับฟังเรื่องราวของละครที่เราเล่น เพื่อให้เราเข้าถึงตัวละครตัวนั้น และถ่ายทอดออกมาเพราะถ้าไม่เข้าใจไม่รับฟัง แล้วสิ่งที่ถ่ายทอดออกมานั้นจะมาจากไหน

การแสดงละครเวที หากเราเป็นนักแสดงต้องหัดฟังเสียงคนรอบข้างว่าการแสดงของเรามั่นแข็งไปหรือที่ไป หรือเล่นได้คืออยู่แล้ว เราจะเอาตนเองเป็นที่ตั้งในการแสดงไม่ได้ แม้กระทั่งคนที่อยู่เบื้องหลัง เช่นพวกจัดแสง จัดฉาก เราต้องเปิดหูเปิดตาให้มาก ฟังความคิดเห็นคนอื่นเยอะๆ เพื่อที่สามารถจัดเวทีให้ออกมาดูดีและงดงาม เหมาะสมกับเนื้อเรื่องมากที่สุด เช่น เดียวกันกับงานเบื้องหลังก็ไม่สามารถเอาตนเองเป็นบรรทัดฐานคนเดียวได้ ต้องประชุม แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันอย่างสม่ำเสมอ

8. มีวินัย

นักแสดงจะต้องมีวินัยสำหรับการเป็นนักแสดง เพราะสิ่งสำคัญสำหรับนักแสดงละครเวที ก็คือร่างกาย และเสียง ซึ่งจะต้องบริหารให้มีความแข็งแรงอยู่เสมอ ดูแลเสียงให้ดีอยู่เสมอ และหมั่นฝึกฝนทักษะต่างๆอยู่ตลอดเวลา เพื่อพัฒนาตนเองให้เป็นนักแสดงที่ดีด้วย การเล่นละครเวที นักแสดงจะต้องมีวินัยในตัวเองสูงมาก เพราะเวลาแสดงจริงๆแล้ว จะเป็นการแสดงสดที่ผิดพลาดไม่ได้ หรือผิดพลาดได้แต่ต้องน้อยที่สุด

9. เป็นนักสื่อสารที่ดี

เนื่องจากการแสดงละครเวที ต้องนำเสนอให้ผู้ชมเข้าใจและรู้สึกร่วมไปกับเนื้อหา รวมถึงอารมณ์ที่ต้องการจะสื่อ ดังนั้นจุดนี้จึงสามารถนำมาปรับใช้ในการทำงานได้เป็นอย่างดี ในเรื่องของการสื่อสาร ทำอย่างไรเมื่อแสดงละครเวทีให้คนดูรู้ว่าเราแสดงเป็นตัวอะไร เราต้องสื่อสารออกไปให้ได้ว่าเราแสดงเป็นคนๆนั้นอยู่ เหมือนกับการใช้ชีวิตซึ่งเราต้องทำการสื่อสารตลอดเวลา ทำอย่างไรให้กับคนที่เราสื่อสารด้วยเข้าใจว่า เราสื่อสารอะไรออกไปให้คนดูรู้

10. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การทำละครเวทีจะต้องมีความยืดหยุ่น เพราะต้องทำงานกับคนอื่น ต้องปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ในเวลาต่างๆที่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ และสามารถปรับตัวกับปัญหาที่เกิดขึ้นกระทันหัน เนื่องจากละครเวทีเป็นการทำงานเป็นทีมเป็นส่วนใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นการทำงานร่วมกันกับนักแสดงด้วยกันเอง หรือ เป็นทีมงานในส่วนต่างๆ การปรับตัวและการมีมนุษยสัมพันธ์ ทำให้การทำงานเป็นไปอย่างราบรื่นและสัมฤทธิ์ผล ส่งผลให้เป็นพื้นฐานในการทำงานชิ้นอื่นๆต่อไป เพราะการทำละครเวทีต้องอาศัยแรงงานคนเยอะ ทำให้ได้พบเจอคนหลายแบบ ซึ่งส่วนใหญ่ล้วนเป็นศิลปินที่มีความเป็นตัวตนของตนเองสูง ทำให้เราต้องเรียนรู้เรื่องการปรับตัว เพื่อให้สามารถเข้ากับคนอื่นๆและร่วมมือกันทำงานให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี

+ มีความสามารถในการนำเสนอ

ในการแสดงจะต้องอาศัยทั้งคำพูดและท่าทางในการสื่อให้ผู้ชมคล้อยตามไปกับบทที่เล่น ผู้แสดงจึงต้องมีทักษะในการนำเสนอให้น่าสนใจ ไม่น่าเบื่อ ละครเวทีจะต้องสื่ออารมณ์ให้คนดูรับรู้ได้

+ มีพัฒนาการในตนเองสูง

ทำให้ต้องปรับตัวเองให้ได้ตามมาตรฐานที่ทีมงานต้องการ ในทุกๆด้าน เช่น การตรงต่อเวลา ความเป็นกันเอง การพัฒนาความสามารถทางด้านการแสดง จัดแสง เสียง ฯลฯ

+ ให้ความร่วมมือในการทำงาน

งานละครเวที มีหลายฝ่ายที่ต้องทำงานร่วมกัน หากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งทำงานไม่สำเร็จตามเวลาที่กำหนด ก็จะต้องดึงให้งานฝ่ายอื่นๆเข้ามาช่วยด้วย ดังนั้นจะต้องรับผิดชอบต่องานของตัวเองให้เต็มที่ และไม่ไขว่เพียงงานของตัวเอง เพราะว่าเป็นการทำงานร่วมกัน หากทีมงานคนใดเกิดปัญหาและต้องการความช่วยเหลือก็ต้องเข้าไปช่วยแก้ไข เพื่อให้งานลุล่วงด้วยดี

การทำละครเวทีจำเป็นต้องมาจากความร่วมมือของคนทุกฝ่าย ดังนั้นการทำละครเวทีจึงสามารถพัฒนาเรื่องทีมเวิร์คมาก เพราะถ้าขาดฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไป ละครเวทีก็จะขาดความสมบูรณ์ หรืออาจถึงขั้นที่สามารแสดงได้

4.13 เล่นเกม

ผลจากงานวิจัย	%
1.ฉลาดมีไหวพริบ	9.28%

2.เก่งในการวางแผน	6.29%
3.กล้าตัดสินใจ	4.88%
4.ชอบการแข่งขัน	4.84%
5.คิดอย่างมีหลักการ	4.57%
6.มุ่งชัยชนะ	4.31%
7.ชอบความท้าทาย	3.67%
8.กล้าที่จะลองผิดลองถูก	3.43%
9.มีความคิดสร้างสรรค์	3.13%
10.อดทน	3.06%
+กล้าเสี่ยง	1.58%
+เรียนรู้เร็ว	2.35%

1. กล้ามมีไหวพริบ

ที่กล่าวว่าเล่นเกมทำให้กล้ามมีไหวพริบนั้นเป็นเรื่องจริง เพราะคนที่เล่นเกมนั้น จะต้องมีความคิดที่เป็นของตัวเองช่างสังเกต เป็นคนละเอียดเพราะการเล่นเกมให้แก่นั้น อันดับแรกเราต้องเป็นคนช่างสังเกตใช้ไหวพริบในการเล่น การหลบหลีก เทคนิคต่างๆที่เราต้องเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมถึงการฝึกฝนเช่นเดียวกับการทำงานถ้าเราเป็นคนช่างสังเกตละเอียด งานก็จะออกมาดี รวมถึงมีไหวพริบในการที่จะแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดีด้วย

การเล่นเกมต้องใช้ไหวพริบในเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเกมนั้นๆ เพื่อให้มีพัฒนาการต่อเกมนั้นๆ การจะไปต่อในด่านถัดๆ ไปจะต้องผ่านจากด่านก่อนหน้ามาได้ และต้องฉลาดที่จะนำเอาสิ่งที่ผ่านมาแล้วมาใช้เป็นบทเรียน ดังเช่นการต่อยอดความรู้ในชีวิตการเรียน หรือการทำงานเป็นต้น เพื่อให้ไปสู่ผลสำเร็จตามแผนที่วางไว้

2. เก่งในการวางแผน

การเล่นเกมต้องใช้ทักษะในการวางแผนการเล่นเพื่อให้ไปสู่จุดหมายปลายทางได้ ภายใต้เงื่อนไขต่างๆ ที่เกมกำหนดไว้ ซึ่งช่วยฝึกให้เรารู้จักวางแผนชีวิต ไม่ว่าจะเรื่องการเรียน ทำงาน ใช้เงิน เป็นต้น เกมส์ที่เล่นนั้นเป็นเกมส์ชนิดวางแผนแบบยาว หนึ่งเกมส์อาจยาวถึงหนึ่งคืน ซึ่งความสำเร็จไม่ได้เกิดจากการฝึกฝนเสมอไปเพราะว่าเงื่อนไขที่เปลี่ยนไปเรื่อยๆ เช่นแผนที่และคู่ต่อสู้ที่เปลี่ยนไปเรื่อยๆ ทำให้ทุกครั้งที่เราเริ่มเกมส์ใหม่จะต้องมีการคิดวางแผนเพื่อให้ประสบความสำเร็จในตอนท้ายของเกมส์

3. กล้าตัดสินใจ

ในการเล่นเกมนั้นเราต้องใช้การตัดสินใจในการเลือกที่จะทำอะไรอย่างหนึ่ง ซึ่งบางครั้งการตัดสินใจนั้น อาจจะทำให้เราชนะ หรือแพ้ไปเลยก็ได้ เพราะฉะนั้นเราจึงต้องฝึกให้เป็นคนที่กล้าตัดสินใจไม่กลัวต่อสิ่งที่เผชิญอยู่ จะเล่นเกมให้ชนะต้องเจอทางเลือก การประเมินสถานการณ์ตามเหตุและผลจะทำให้เราตัดสินใจไม่พลาดเมื่อเล่นเกมบ่อยๆ ก็จะมีทางเลือกให้ตัดสินใจบ่อยๆ จึงทำให้การตัดสินใจค่อนข้างแม่นยำขึ้นและกล้าตัดสินใจมากขึ้น

4. ขอบการแข่งขัน

การเล่นเกมที่เปรียบได้ถึงการแข่งขัน เพียงแต่แข่งกันกับตัวเอง ว่าตัวเราจะสามารถเอาชนะเกมที่เล่นอยู่ได้หรือไม่ ถ้าเราไม่ชนะ เราก็ต้องหาทางทำให้ชนะได้เปรียบเหมือนชีวิตการทำงาน เราจะต้องหาทางทำให้ชนะอุปสรรคที่เรามีอยู่ในระหว่างทำงานให้ได้

เกมทุกเกมจะมีจุดมุ่งหมาย อย่างเช่นเล่นให้จบเนื้อเรื่อง เล่นให้ได้คะแนนสูงสุด หรือเล่นเพื่อเอาชนะฝ่ายตรงข้าม ซึ่งการที่เราเล่นเพื่อพยายามไปให้ถึงจุดมุ่งหมายเหล่านี้ เป็นการฝึกฝนให้เราแข่งขันไม่ว่าจะกับสถานการณ์ต่างๆ ภายในเกม หรือผู้เล่นคนอื่นๆ ในกรณีที่เกมสามารถมีผู้เล่นได้หลายคน

5. คิดอย่างมีหลักการ

ในที่นี้ เกมก็มีหลากหลายประเภท การคิดอย่างมีหลักการจะช่วยสนับสนุนการวางแผน เช่น ถ้าเล่นเกมสัปดาห์วางแผน เมื่อวางแผนการรบแล้วว่าจะเป็นไปในทิศทางไหน เราก็ต้องมาคิดอย่างมีหลักการว่าจะโจมตีข้าศึกด้านใดได้เร็วและเสียเปรียบน้อยที่สุด ซึ่งหากคนคิดวางแผนแล้ว ถ้าไม่คิดถึงผลที่จะตามมา ก็เหมือนกับการก่อสร้างการวางแผนเป็นหัวใจสำคัญ แต่การก่อสร้างทุกโครงการย่อมมีอุปสรรคตามมา เราจึงต้องคิดอย่างมีหลักการว่าจะแก้ไขสถานการณ์ที่ไม่ได้เกิดจากการวางแผนแต่แรกอย่างไร เพื่อให้งานเสร็จตามเป้าหมาย โดยสูญเสียเงินและเวลาน้อยที่สุด หากเกิดความล่าช้า ดังนั้นเกมสัปดาห์หากคนที่เล่นคิดและนำมาปรับปรุงใช้ในชีวิตประจำวัน จะมีประโยชน์อย่างยิ่งในการทำงานหรือบริหารโครงการ

6. มุ่งสร้างชัยชนะ

ผู้สร้างเกมต้องสร้างเกมขึ้นเพื่อจุดหมายใดจุดหมายหนึ่ง ในโลกของเกมอาจเรียกได้ว่ามีแค่แพ้ หรือชนะเท่านั้น และเพื่อเป้าหมายสูงสุด ผู้เล่นก็แทบไม่มีสิทธิ์เลือกที่จะแพ้ ดังนั้นการเล่นเกมที่ฝึกฝนและสร้างทัศนคติเรื่องชัยชนะได้เป็นอย่างดี

7. ขอบความท้าทาย

ความท้าทายในการเล่น เกม และการทำงานก็มีความท้าทายที่แตกต่างกัน แต่จะเหมือนกันตรงที่จะต้องเจอความท้าทายนั้น ซึ่งในการเล่นจะมีเกมที่เราจะต้องทำภารกิจเพื่อเลื่อนระดับ หรือให้ได้ของที่หายากภายในเกมนั้น ซึ่งจะต้องเจอความท้าทายในแต่ละภารกิจที่เราจะต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย และในการทำงานเราจะต้องเจอกับความท้าทายในงานที่เราได้รับจากหัวหน้า หรือความท้าทายจากสภาวะแวดล้อมภายนอกที่เราต้องเจอในการทำงาน เช่นเรามีหน้าที่ต้องสำรวจตลาดเพื่อให้ได้ข้อมูลในการที่จะผลิตสินค้าใหม่ ว่าเราสามารถติดตามที่ใดได้บ้าง หรือติดตามสินค้าใหม่กับกลุ่มเป้าหมายใดเป็นต้น ซึ่งการเล่นจะต้องมีความกล้าที่จะเจอกับสิ่งที่ท้าทายความสามารถเรา และจุดนี้จะช่วยให้เราที่จะเจอกับสิ่งที่ท้าทายในการทำงาน

8. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

กล้าที่จะลองทำสิ่งต่างๆ เพราะนี่คือเกมที่เราสามารถกลับมาเริ่มใหม่ตอนไหนก็ได้ เมื่อลองทำแล้วเกิดผิดพลาดก็ต้องกลับมาคิดทบทวนว่าเราพลาดตรงไหน ในส่วนนี้จะช่วยเพิ่มประสบการณ์ในการคิดวิเคราะห์ด้วยนั่นเอง

9. มีความคิดสร้างสรรค์

การเล่นเกมที่ให้เราฝึกฝนการมีความคิดสร้างสรรค์ เช่น หากเราไม่สามารถผ่านด่านไปได้ เราก็ต้องพิจารณาว่าเรามีวิธีการอื่นหรือไม่ที่จะผ่านด่านไปได้ การเล่นเกมทำให้เกิดการสร้างจินตนาการไปกับเนื้อเรื่อง ตัว

ละคร หรือเนื้อหาของเกมนั้นๆ ทำให้เกิดความคิดนอกกรอบ คิดในเรื่องที่ดีและสร้างสรรค์ขึ้นอยู่กับวุฒิภาวะ และ
 วิจารณ์งานของผู้เล่นเกมแต่ละคน

10. อดทน

การเล่นเกมต้องอาศัยความอดทนและความพยายาม เพื่อไปถึงจุดหมาย นั่นคือการเอาชนะเกมหรือ
 การเป็นที่หนึ่ง แต่กว่าที่เราจะเอาชนะหรือไปถึงจุดหมายนั้น ย่อมมีทั้งอุปสรรคต่างๆที่ต้องคอยแก้ ทั้งยังต้องอาศัย
 เวลาที่จะสั่งสมประสบการณ์ให้เราพัฒนาในการเล่นเกมนั้นๆ ฉะนั้นกว่าจะถึงจุดหมายคือความเป็นที่หนึ่งหรือการ
 เอาชนะเกมนั้นได้ ต้องอาศัยความอดทน ความพยายามอย่างมาก ซึ่งบางคนเล่นเกมได้ไม่เท่าไรก็ห่อหรือยอมแพ้ไป
 แต่คนที่ชนะได้ย่อมมีความอดทน อดกลั้นและความพยายามเพื่อให้ถึงจุด หมายนั้น

+ กล้าเสี่ยง

เกมทุกเกมส่วนใหญ่ต้องมีด่าน มีตัวหัวหน้า มีฉากยากที่ทำให้เราต้องกล้าเสี่ยงที่จะเผชิญหน้ากับมัน
 ทำให้เรากล้าที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาต่างๆที่เข้ามาในชีวิต โดยที่ไม่ยอมแพ้

+ เรียนรู้เร็ว

ผู้ที่ผ่านการเล่นเกมมาแล้วส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่เรียนรู้ได้เร็ว เนื่องจากในการเล่นเกมนั้น สิ่งสำคัญคือ
 ต้องเรียนรู้ ว่าเนื้อหาเป็นอย่างไร บังคับตัวละครอย่างไร มีอะไรที่พิเศษบ้าง ซึ่งจะทำให้เรามีความกระตือรือร้นที่อยากจะ
 เรียนรู้ เมื่อเล่นเกมสับบ่อยๆแล้ว จะทำให้เกิดทักษะการเรียนรู้ การแก้ไขปัญหา เพื่อที่จะนำมาซึ่งชัยชนะ ดังนั้นคนที่เล่น
 เกมบ่อยๆจะมีความสามารถในการเรียนรู้ได้เร็ว

4.14 เล่นอินเทอร์เน็ต

ผลจากงานวิจัย	%
1.ทันยุคสมัย	15.5%
2.ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	11.96%
3.รอบรู้	9.93%
4.นำความรู้มาปรับใช้ได้ดี	6.41%
5.มีเครือข่ายในการทำงาน / รู้จักคนมาก	4.87%
6.มีความคิดสร้างสรรค์	3.95%
7.มีพัฒนาการในตนเองสูง	3.30%
8.เรียนรู้เร็ว	2.96%
9.ชอบเข้าสังคม	2.70%
10.กล้าที่จะลองผิดลองถูก	2.58%
+ฉลาดมีไหวพริบ	2.26%

1. ทักษะสมัย

ปัจจุบัน โลกของเราได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว โลกของอินเทอร์เน็ตก็เช่นกัน การเล่นอินเทอร์เน็ตทำให้เราได้รู้ว่าการเปลี่ยนแปลงของโลกเราในปัจจุบันนี้เป็นไปอย่างรวดเร็วมาก ดังนั้นจึงทำให้เราสามารถทันสมัยได้ โลกของอินเทอร์เน็ตเป็นแหล่งข้อมูลที่สำคัญในการสืบค้นสิ่งที่เราสนใจ เพราะฉะนั้นข้อมูลในอินเทอร์เน็ตจะต้องทันสมัยอยู่เสมอ

2. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

อินเทอร์เน็ตเปรียบเป็นประเทศที่มีคนอาศัยอยู่มากที่สุดในโลก ดังนั้นในประเทศที่มีความหลากหลายชาติพันธุ์มากมายนี้ ย่อมมีความหลากหลายขององค์ความรู้ที่ไม่สามารถเรียนรู้ได้หมดคนในช่วงชีวิตเดียว ดังนั้นมันจึงช่วยให้เราเป็นใฝ่รู้ แต่การใฝ่รู้ไม่ได้เกิดจากการที่มีเรื่องราวมากมายที่เราไม่รู้ หากเกิดจากความใฝ่รู้ในตัวเองมากกว่า ดังนั้นหากเราเป็นคนที่กระหายในความรู้ใหม่ ซึ่งเป็นเรื่องที่ทำนายที่จะช่วยเปิดมุมมองและโลกทัศน์ของเราให้กว้างไกล อินเทอร์เน็ต ก็เปรียบเสมือนหนังสือเล่มใหญ่ที่เราสามารถเปิดอ่านได้ทุกที่ทั่วโลก และทำให้เราเรียนรู้สิ่งใหม่ๆที่เกิดขึ้นมากมาย แม้เราไม่มีวันอ่านหนังสือเล่มนี้ได้จบก็ตาม

3. รอบรู้

จากการที่เราชอบใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ จากการเล่นอินเทอร์เน็ต ก็จะเป็นส่วนช่วยให้เรามีความรอบรู้ในเรื่องต่างๆ ได้มากขึ้น เพราะการเล่นอินเทอร์เน็ตนั้นหากเราอยากรู้เรื่องใด ก็สามารถค้นหาได้ง่ายรวดเร็ว แหล่งข้อมูลมีมาก ทำให้เราสามารถศึกษาเรื่องนั้นๆ ได้ตรงตามความต้องการของเรา เพราะอินเทอร์เน็ตในปัจจุบันนี้ค่อนข้างครอบคลุมคนส่วนมาก และผู้คนส่วนมากก็อยากนำเสนอผลงานของตัวเองลงอินเทอร์เน็ต ดังนั้นตัวอินเทอร์เน็ตนั้นเปรียบเสมือนห้องสมุดขนาดใหญ่ ดังนั้นผู้ที่ใช้อินเทอร์เน็ตส่วนมากมักจะมีความรู้ในด้านต่างๆ หรือในด้านที่ตัวเองสนใจ

4. นำความรู้มาปรับใช้ได้ดี

เราสามารถสืบค้นหาคำราคาความรู้จากการเล่นอินเทอร์เน็ตได้ อย่างเช่น เราอยากได้วิธีการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ หรือสำหรับเด็ก เพียงแค่เราพิมพ์คำค้นหาเราก็จะได้คำที่เราค้นหาออกมาเพียงแค่นี้ เรายังได้ความรู้ใหม่ๆ จากการเล่นอินเทอร์เน็ตมาใช้ได้ในชีวิตประจำวัน หรือไม่เราสามารถนำความรู้ที่ได้ไปบอกต่อกับญาติพี่น้องหรือคนรู้จักรับทราบ

อินเทอร์เน็ตเป็นแหล่งความรู้มหาศาล เราสามารถรู้ข้อมูลบางอย่างเช่น ธุรกิจต่างๆ เรียนรู้จากอินเทอร์เน็ต แล้วนำมาปรับใช้หรือประยุกต์ใช้ในการบริหารธุรกิจของเราได้ หรือความคิดใหม่ๆ จากอินเทอร์เน็ต เราสามารถนำมาใช้งานได้

5. มีเครือข่ายในการทำงาน / รู้จักคนมาก

การเล่นอินเทอร์เน็ตเป็นการขยายเครือข่ายในการทำงานทั่วโลก เพราะเราสามารถสานความสัมพันธ์กับเพื่อนๆ มากมายที่เราอยากรู้จัก ซึ่งทำให้เรารู้จักคนเพิ่มมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นคนในประเทศหรือว่าต่างประเทศ

ในการใช้อินเทอร์เน็ตนอกจากจะพัฒนาตัวเองแล้วยังเป็นการสร้างเครือข่ายที่ดีให้กับการทำงานแบบตัวเรามากที่สุด เพราะนอกจากเราไม่ต้องเดินทางรอบโลกแล้ว เราสามารถที่ใช้อินเทอร์เน็ตในการสื่อสารกับคนทั่วโลกได้ คิดต่อสื่อสารกันได้ รู้จักคนมากขึ้น ซึ่งนับว่าเป็นประโยชน์ของเราในการใช้อินเทอร์เน็ต

6. มีความคิดสร้างสรรค์

ในอินเทอร์เน็ตเราสามารถค้นหาทุกสิ่งที่เราอยากรู้ และมีข้อมูลที่เรายังไม่รู้อีกมากมาย จึงเป็นส่วนช่วยในการพัฒนาเราให้มีความคิดสร้างสรรค์ใหม่ๆ ได้เพิ่มขึ้นมากยิ่งขึ้น ความคิดสร้างสรรค์ที่เราได้จากการเล่นอินเทอร์เน็ต เรียกว่ามีมากมายเพราะอินเทอร์เน็ตนั้น มีทั้งผลงานและวิธีการ เทคนิคต่างๆมากมาย ทำให้เราสามารถทดลองและใช้ผลงานหรือเทคนิคนั้นๆเป็นต้นแบบ เพื่อสร้างสรรค์ผลงานใหม่ๆให้เกิดขึ้น เกิดการพัฒนาทั้งตัวเราและผลงานของเราเอง เนื่องจากข้อมูลในเรื่องเดียวกัน แต่ละข้อมูลจากหลากหลายแหล่ง หลายมุมมองจากคนอาชีพหลายอาชีพ ต่างสถานะ ทำให้เราได้มุมมองอื่นๆที่ต่างไป แล้วนำมาปรับใช้เพื่อทำงาน หรือแนวคิดใหม่ๆได้

7. มีพัฒนาการในตนเองสูง

การรับสื่อและสารประเภทต่างๆมากขึ้นเรื่อยๆ ทำให้เกิดการพัฒนารูปแบบของการซึมซับ เช่น หากผู้ใช้บริการไม่เก่งภาษาอังกฤษ แต่ชื่นชอบฟังเพลงสากล และมีความกระตือรือร้นในการที่จะหัดร้อง อยากรู้ความหมาย ก็จะทำให้สามารถซึมซับภาษาอังกฤษได้ดีขึ้นเรื่อยๆ หรือหากไม่เคยเรียนรู้ด้านเทคโนโลยีต่างๆ แต่มีความชื่นชอบเป็นการส่วนตัว ก็จะสามารถที่จะค้นคว้า หาข้อมูลจนเกิดเป็นความสามารถอย่างใหม่ให้กับตัวเอง

คนเรามีพัฒนาการกันทุกคน แต่ละตัวบุคคลว่าจะพัฒนาได้ครบทุกด้านไหม การพัฒนาการจะเป็นไปตามเวลา พร้อมกับสิ่งกระตุ้น แล้วอินเทอร์เน็ตเป็นสิ่งกระตุ้นอีกอย่างหนึ่ง ที่ช่วยในการพัฒนาตนเองเกือบจะทุกด้าน อินเทอร์เน็ตจะให้ความรู้ที่ต้องการ ได้คิด ได้วิเคราะห์ วางแผน จะทำให้เราสามารถปรับตัว เปลี่ยนแปลง พร้อมทั้งจะเจอสิ่งใหม่ๆที่จะเกิดขึ้น

8. เรียนรู้เร็ว

อินเทอร์เน็ตทำให้คนสามารถหาความรู้ใหม่ๆได้ตลอดเวลา อย่างเช่นบางครั้ง เราต้องการสูตรอาหารสำหรับทำอาหารสักอย่าง ไม่ว่าจะทำขายหรือทำ รับประทานเองกับครอบครัว เราก็สามารถเปิดอินเทอร์เน็ตในการหาสูตรได้เลย ไม่จำเป็นต้องไปซื้อหนังสือมาทั้งเล่ม เพื่อต้องการสูตรอาหารเพียงสูตรเดียว ประหยัดทั้งเวลาและเงินในมือ เพราะอินเทอร์เน็ตเป็นอุปกรณ์ในการหาความรู้ มีคนต่างๆมากมายเข้ามาเสนอความคิดเห็นที่ขัดแย้งกัน ทำให้ได้รับความรู้ในหลายมุมมอง หลายรูปแบบมากกว่าการศึกษาจากหนังสือ

9. ชอบเข้าสังคม

ในสังคมของคนที่เล่นอินเทอร์เน็ตก็คล้ายๆกับสังคมในโลกแห่งความจริง มีสังคมหลากหลายให้ได้ลองเข้าไปสัมผัส และหากเข้าไปแล้วไม่ชอบก็ออกมาได้อย่างง่ายดาย ทำให้เป็นคน que เรียนรู้สังคมได้ดีกว่าคนที่ไม่ชอบเล่นเน็ต

10. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

การลองผิดลองถูกในอินเทอร์เน็ตนั้น ไม่ก่อให้เกิดความเสียหายแก่งาน เราจึงกล้าที่จะลองผิดลองถูกได้มากขึ้น แล้วทำให้เราได้เรียนรู้สมมติฐานใหม่ๆได้มากขึ้น และนำมาใช้กับงานที่ทำได้ด้วย การค้นคว้าหาคำตอบไม่ว่าจะเป็นงานวิจัย การศึกษาหาความรู้รอบตัว จำเป็นที่จะต้องลองผิดลองถูกค้นหาคำ เพื่อสืบค้นข้อมูล การกล้าที่จะเข้าร่วมในการแลกเปลี่ยนความรู้กับผู้รู้ในเว็บคอมมิวนิตีเป็นต้น

+ ฉลาดมีไหวพริบ

คนที่เล่นอินเทอร์เน็ตเป็นประจำส่วนใหญ่จะฉลาดมีไหวพริบ เนื่องจากต้องเรียนรู้สังเกตสิ่งผิดปกติหรือสิ่งใหม่ๆที่เกิดขึ้นกับคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต และต้องแก้ปัญหาหรือโต้ตอบกับสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นอยู่ตลอดเวลา เนื่องจากปัจจุบันมีสิ่งต่างๆเกิดขึ้นมากมายทำให้เราต้องทำความรู้จักกับสิ่งต่างๆและสิ่งแปลกใหม่เพิ่มมากขึ้น ทั้งในแง่บวกและแง่ลบ ซึ่งการเล่นอินเทอร์เน็ตก็จะทำให้เปิดมุมมอง แก้ไขปัญหาได้มากกว่า

4.15 เลี้ยงสัตว์

ผลจากงานวิจัย	%
1.จิตใจดี	48.3%
2.อดทน	19.84%
3.ชอบช่วยเหลือผู้อื่น	15.93%
4.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	14.1%
5.มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	13.32%
6.มีอารมณ์ขัน	11.75%
7.มองโลกในแง่ดี	9.66%
8.มีอัธยาศัยดี	7.31%
9.เก่งในการควบคุมดูแล	6.79%
10.มีศีลธรรม	6.79%
+มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	4.7%

1. จิตใจดี

การเลี้ยงสัตว์เลี้ยง จะช่วยพัฒนาในด้านของจิตใจอย่างเห็นได้ชัด หากเราเป็นคนอารมณ์ร้อน เราลองใช้เวลาอยู่กับสัตว์เลี้ยงของเราดู แล้วจะทำให้เรายิ้มอย่างไม่มีเหตุผล ดังนั้น เราจะมีจิตใจที่ดี และให้โอกาสผู้อื่น และจะมีความเอื้ออาทรสูงขึ้น ซึ่งสังคมในปัจจุบันมีการแข่งขันกันสูงไม่ว่าจะเรื่องของการทำงาน และการดำรงชีวิต ทุกคนในสังคมเมืองต่างมองคนอื่นเป็นคนแปลกหน้า หากเราได้เลี้ยงสัตว์เลี้ยง เราจะมีจิตใจที่อ่อนโยนลง โดยจะเข้าใจเพื่อนร่วมโลกมากขึ้น และก็จะมีความเมตตาต่อผู้อื่นมากขึ้นด้วย

2. อดทน

การเลี้ยงสัตว์ใช้ในการพัฒนาทักษะทางด้านนี้มากเช่นกัน ทั้งนี้การที่เราจะสามารถทำให้อื่นเชื่อฟังคำสั่งจากเรา สอนให้คนอื่นทำสิ่งต่าง ๆ ที่ถูกต้องตามที่เรต้องการ ตัวอย่าง เราเลี้ยงสุนัข ถ้าเราจะสอนให้สุนัขขยับถ่ายเป็นที่ เป็นทาง สอนให้มีความอ่อนน้อม และอื่น ๆ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ตัวเราเองต้องใช้ความอดทนในการที่จะฝึกและอบรมสุนัข ซึ่งกว่าที่จะสามารถทำตามคำสั่งหรือตามที่เราต้องการได้ก็ต้องใช้เวลาบ้าง ใช้ความอดทนในการฝึกสอนของเราเป็นอย่างมาก ซึ่งสิ่งนี้เป็นสิ่งที่ช่วยพัฒนาทักษะทางด้านนี้ได้เป็นอย่างดี ในการนำมาใช้ในวิถีการทำงานเราได้ ซึ่งการที่

จะทำงานสิ่งใดให้สำเร็จได้ต้องมีความมานะอดทนและความเอาใจใส่เป็นอย่างดี จึงจะทำให้งานนั้นออกมาเป็นผลสำเร็จได้

3. ช่วยเหลือผู้อื่น

โดยทั่วไปแล้วคนที่ชอบเลี้ยงสัตว์ ส่วนมากจะเป็นคนที่จิตใจดี มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เมื่อเห็นคนอื่นได้รับความเดือดร้อนก็จะมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ ถ้ามีสิ่งใดที่สามารถช่วยคนนั้นได้ เขาก็พร้อมที่จะช่วยเหลือ โดยการช่วยเหลือผู้อื่นนั้นก็ต้องมีเหตุผล ช่วยในทางที่ถูกต้อง

4. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

เมื่อมีสัตว์เลี้ยง ทำให้เรามีเพื่อนเพิ่มขึ้นจากกลุ่มคนที่สนใจเลี้ยงสัตว์เช่นเดียวกับเรา ดังนั้น จึงเป็นการสร้างสังคมของเราให้กว้างขึ้น เราสามารถมีเรื่องสนทนากับคนที่สนใจ และเลี้ยงสัตว์เหมือนกับเรา ทำให้เราได้เพื่อนใหม่เพิ่มมากขึ้น ทำให้พัฒนาด้านมนุษยสัมพันธ์ได้เป็นอย่างดี

5. มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

เมื่อเรามีสัตว์เลี้ยงของเรา เราารู้สึกว่าเวลาที่เราไม่มีใครเราสามารถคุยกับสัตว์เลี้ยงได้ทุกเรื่อง ซึ่งจะอยู่ฟังเราตลอด แสดงถึงว่าสัตว์เลี้ยงเห็นใจเรา ว่าเราอยากมีใครสักคนแต่เมื่อไม่มีใครเลยสัตว์เลี้ยงก็จะอยู่กับเรา จะทำให้เราพัฒนาว่าเมื่อใครที่เขาคือต้องการความช่วยเหลือจากเรา เขาก็ควรที่จะอยู่กับเขา ถึงแม้ว่าเราจะช่วยอะไรเขาไม่ได้มาก แต่อย่างน้อยเราก็เป็นผู้ฟังที่ดีได้

6. มีอารมณ์ขัน

สัตว์เลี้ยงทำให้เรามีความสุข ในยามที่เหน็ดเหนื่อยจากการทำงานกลับมา เขาจะทำให้เราหัวเราะได้เสมอ แต่ว่าเราไม่ได้เลี้ยงเขาไว้เพื่อให้เขามอบความสุขให้เราเพียงอย่างเดียว แต่เป็นการแบ่งปันความสุขซึ่งกันและกัน ถึงแม้การเลี้ยงสัตว์จะเพิ่มภาระประจำวันหลาย ๆ อย่าง แต่หากเราแบ่งเวลาให้เป็น เราจะได้รู้ว่า การมีสัตว์เลี้ยงเป็นเพื่อน ทำให้เรามีความสุขได้มากแค่ไหน

7. มองโลกในแง่ดี

การเลี้ยงสัตว์เราต้องดูแลเขาให้ดี เราต้องมีทัศนคติที่ดี มองโลกในแง่ดี สัตว์เลี้ยงสามารถทำให้เรามองโลกในแง่ดีได้ เพราะเวลาเราเลี้ยงสัตว์เราต้องเอาใจเขามาใส่ใจเราทำให้เราเป็นคนใจเย็นเข้าใจผู้อื่น

8. มีอริยาศัยดี

ในการเลี้ยงสัตว์ทำให้เราได้ฝึกการเป็นคนที่อารมณ์ดี เพราะการเลี้ยงสัตว์ช่วยให้เราผ่อนคลายได้ ทำให้เรากลายเป็นคนที่มีอริยาศัยดีด้วย

9. เก่งในการควบคุมดูแล

การเลี้ยงสัตว์ สามารถช่วยพัฒนาการควบคุมดูแลสิ่งรอบตัวไม่ว่าเป็นเรื่องงาน เรื่องครอบครัว หรือสังคม เพราะเมื่อเราสามารถดูแลเอาใจใส่สัตว์เลี้ยงของเราได้โดยสมบูรณ์แบบในทุกเรื่องของเขา นั่นแสดงว่าเราใส่ใจในรายละเอียดซึ่งแสดงว่าเราก็สามารถเป็นผู้ที่เก่งในการควบคุมดูแล

10. มีศีลธรรม

สัตว์ที่เราเลี้ยงเขาก็มีจิตใจจิตใจ ถ้าเขาพูดได้เขาก็คงมีเรื่องหลายอย่างที่อยากจะบอกเรา ดังนั้นเวลาเราจะทำอะไร เราก็จะมองเห็นเขาเปรียบเสมือนคนที่มีจิตใจคนหนึ่ง ไม่ทำร้าย ไม่รังแก จะให้ความรักความอบอุ่นมากเท่าที่เขาอยากจะได้เหมือนคนปกติ

+ มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

อะไรที่ตึงหรือหย่อนเกินไป มักไม่ค่อยจะดี ทั้งการทำงานและการเลี้ยงสัตว์ก็เหมือนกัน ถ้าลองสังเกตดูๆ การที่เราทำใจให้กว้าง มองโลกในแง่ดี และรู้จักปลงกับบางเรื่องที่ไม่ใช่เรื่องคอขาดบาดตาย อาจจะช่วยทำให้เรามีความสุขกับการทำงานและการเลี้ยงเจ้าตูบได้มากขึ้น ลองคิดเล่นๆทำไม่จึงจกจึงเปลี่ยนสีไปตามสภาพแวดล้อมที่อยู่เพื่อความอยู่รอดโดยการปรับตัวแบบที่สามารถทำได้ คนเราก็เหมือนกัน ถ้ารู้จักปรับตัวก็สามารถอยู่ได้อย่างมีความสุขไม่ว่าจะในสภาพแวดล้อมแบบไหน เจ้าตูบเองก็ต้องปรับตัวเหมือนกันเวลาที่ต้องย้ายมาอยู่กับเราทั้งเวลากิน เวลาลเล่น เวลานอน

4.16 วาดรูป

ผลจากงานวิจัย	%
1.มีความคิดสร้างสรรค์	53.19%
2.สุขุมเยือกเย็น	30.85%
3.เป็นตัวของตัวเอง	17.55%
4.เป็นศิลปิน	15.43%
5.อดทน	14.36%
6.สามารถสร้างสรรค์ทุกอย่างได้	13.3%
7.จิตใจดี	12.23%
8.มีทักษะเรื่องสี	11.7%
9.มีพัฒนาการในตนเองสูง	9.57%
10.มีความสามารถในการนำเสนอ	8.51%
+มองโลกในแง่ดี	7.98%
+มีวิสัยทัศน์	5.32%

1. มีความคิดสร้างสรรค์

การวาดรูปนั้นเราต้องเสาะหาสิ่งใหม่ๆอยู่เสมอ เทคนิคใหม่ๆ เอาของเก่ามาประยุกต์ใหม่ ก็เหมือนกับการทำงานเราต้องพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของเราให้สดใหม่ตลอดเวลา ไม่ย่ำอยู่กับที่ ประยุกต์เพื่อให้แตกต่างไม่เช่นนั้นเราก็จะเป็นผู้ตาม และไม่มีเอกลักษณ์เป็นของตัวเอง การวาดรูปนั้นต้องใช้ความคิดสร้างสรรค์มาก ไม่เช่นนั้น รูปที่ออกมาจะเป็นรูปที่ไม่มีความหมาย ไม่สามารถสื่อให้บุคคลอื่นทราบได้ ว่าผู้วาดต้องการสื่ออะไรในรูปวาดนั้นๆ

จะวาดภาพออกมาอย่างไรแล้วแต่มุมมอง ความคิดที่จะถ่ายทอดออกมา ซึ่งโจทย์หนึ่งอาจวาดออกมาได้หลายแบบ เช่นมีโจทย์ให้วาดรูปมือ อาจถ่ายทอดออกมาเป็นมือที่กางออกทั้ง 5 นิ้ว หรือ อาจเป็น รูปมือที่จับแก้วน้ำอยู่ หรือใช้กรวยค้ำให้ดูเป็นรูปมือ ทำให้เกิดแนวคิดได้หลายแบบ ช่วยในด้านมีความคิดสร้างสรรค์ มุมมองใหม่ๆ

2. สุขุมเยือกเย็น

การวาดรูปต้องใช้เวลาและมีความเป็นขั้นตอน ผู้วาดจะต้องใจเย็น ไม่ใจร้อน ไม่เช่นนั้นจะทำให้รูปเสร็จอย่างลวกๆ ขาดรายละเอียดอย่างที่ผู้วาดต้องการ

การจะวาดภาพได้ ต้องมีความ สุขุมเยือกเย็น ถ้าอยู่ในภาวะที่อารมณ์ร้อน หรือวุ่นวายใจอยู่ก็จะไม่สามารถสร้างภาพที่สวยงามได้ เพราะการวาดภาพคือการเอาสิ่งที่อยู่ในจิตใจระบายใส่กระดาษหรือผืนผ้าใบที่อยู่ตรงหน้า ถ้าวาดด้วยความเยือกเย็นภาพก็จะดูสวยงาม อบอุ่น แต่ถ้าวาดด้วยอารมณ์ที่ขุ่นมัว ภาพก็จะไม่น่ามอง อาจจะทำให้ภาพนั้นไม่เป็นที่ต้องการของใครเลยก็ได้ เหมือนกับการทำงาน ถ้าเรามีความสุขุมเยือกเย็น งานที่ออกมาก็จะมีคุณภาพ เพราะเราได้มองอย่างละเอียดถี่ถ้วนแล้ว และถ้าเราไม่มีความสุขุมเยือกเย็น งานที่ทำก็อาจจะผิดพลาดใหญ่หลวง ซึ่งจะทำให้เสียทั้งบริษัท และเราเองก็อาจจะต้องเสียนงาน

3. เป็นตัวของตัวเอง

การวาดภาพเป็นงานที่เป็นการแสดงจินตนาการของเราออกมาทางการวาดภาพในสิ่งที่เราคิดในใจ เป็นการแสดงออกถึงอารมณ์ของตัวเอง การวาดภาพเป็นการแสดงออกถึงตัวตนที่แท้จริงของเรา ศิลปะทำให้เรามีความคิดเป็นของตัวเอง เป็นการสร้างสรรค์จากตัวของตัวเอง แสดงความเป็นตัวตนที่แท้จริงของผู้วาดรูปที่แสดงออกมาในผลงาน ไม่ว่าจะ เป็นจังหวะการระบายสี น้ำหนักที่ใช้ลงบนภาพวาด การวาดภาพสะท้อนลักษณะของบุคคลออกมา จากสีและเส้นที่ใช้ การเลือกองค์ประกอบ ทุกอย่างเป็นการแสดงความเป็นตัวของตัวเองออกมา และยังได้ใช้เวลาอยู่กับตนเอง เพื่อเข้าใจตนเอง ได้มากขึ้น

4. เป็นศิลปิน

การวาดรูปเสมือนเป็นการฝึกความอดทน และจินตนาการรวมถึงการเข้าใจถึงอารมณ์ของภาพที่ต้องการจะวาดภาพนั้นๆ หากไม่มีอารมณ์ในการวาดรูปแล้วเราก็จะไม่มีความสุขในการวาดภาพเลย มีโลกเป็นส่วนตัว กล้าแสดงออกในสิ่งที่ตนเองชอบ

5. อดทน

ภาพบางภาพกว่าจะเสร็จสมบูรณ์ อาจต้องใช้เวลาหลายชั่วโมง หรือเป็นวัน บางทีถ้าผิดพลาดไปเพียงนิดเดียว หากไม่สามารถแก้ไขได้ ก็ต้องเริ่มต้นใหม่ จึงต้องใช้ความอดทน และมีความมุมานะที่จะทำให้ภาพนั้นออกมาอย่างที่ ต้องการได้ การวาดรูปนั้นต้องใช้ความอดทนสูง เพื่อที่จะให้ใคร่รูปร่างออกมาอย่างสวยงาม และสมบูรณ์ที่สุดในทุกๆ รายละเอียด และจะเป็นนิสัยที่ติดตัวไปโดยปริยาย

6. สามารถสร้างสรรค์ทุกอย่างได้

ทุกอย่างขึ้นอยู่กับอารมณ์ ความคิด สถานการณ์ เหตุการณ์เฉพาะหน้า และทุกอย่างที่กล่าวมาทั้งหมดขึ้นอยู่กับปลายพู่กันที่อาจจะวิจิตรบรรจงได้อย่างงดงาม การวาดรูปช่วยเติมแต่งและเติมเต็มจินตนาการ สามารถวาดอะไรก็ได้ที่ ใจนึกคิดอย่างไม่ฝืดจำกัด สามารถทำให้สิ่งที่ไม่มีในโลกเกิดขึ้นจริงในสมุดวาดเขียนได้ ดึงจินตนาการที่อธิบายลำบากออกมาได้

7. จิตใจดี

ส่วนใหญ่การวาดภาพจะช่วยให้คนมีจิตใจดี มีความเมตตา ไม่คิดร้ายกับผู้อื่น เพราะการวาดภาพเป็นการสร้างนิสัยอย่างหนึ่งให้คนมีความอ่อนโยน อ่อนหวาน มีจิตใจที่ดีไม่คิดร้ายผู้อื่น ความงามของศิลปะทำให้มนุษย์ทุกคนมีจิตใจที่มีความสุข เมื่อเราได้ระบายถึงความรู้สึกดีๆ ที่มีต่อสิ่งที่คิดลงในผลงานย่อมทำให้ผู้อื่นได้ทราบถึงความคิดนั้นๆ

8. มีทักษะเรื่องสี

จะวาดรูปให้สวยงามได้ จำเป็นต้องมีทักษะเรื่องสีเป็นหลัก เพื่อใช้ในการถ่ายทอดออกมาแล้วรู้สึกได้ว่าภาพของเราดูมีตัวตน พลิ้วไหว มีชีวิตชีวา เราสามารถเยะเยะ แต่งเติม หรือผสม สร้างสรรค์ สรรพสีต่าง ๆ ที่มีอยู่ในโลกนี้ได้ตามจินตนาการและความพอใจ ในขณะที่สีที่มีอยู่จริง ๆ ในชีวิตประจำวันอาจจะแตกต่าง จากสีสันทันที่เราสร้างขึ้นมา

9. มีพัฒนาการในตนเองสูง

ในการวาดรูปแต่ละครั้งหรือในแต่ละภาพ สิ่งที่จะสะท้อนออกมานั้นคือ สภาพจิตใจ สภาพอารมณ์ รวมถึงความสามารถที่มีอยู่ในตนเองในขณะนั้น โดยจะมีลำดับขั้นของพัฒนาการของตนเองอย่างต่อเนื่อง หากเรารู้จักคิด และวิเคราะห์ผลงานของเราอย่างจริงจัง ทำให้เรารู้จักตนเอง แก่ใจตนเอง และสุดท้ายนั้นก็คือพัฒนาการของตัวเองเราเองตามมา

การวาดรูปช่วยให้เราสามารถปลดปล่อยความคิดได้อย่างอิสระ ทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ต่างๆ เกิดการพัฒนาที่แม้แต่ตัวเองยังคาดไม่ถึงได้

10. มีความสามารถในการนำเสนอ

การวาดรูปเป็นการฝึกการจัดวางองค์ประกอบของภาพ คนที่วาดรูปเก่งจะสามารถวางองค์ประกอบต่างๆ ได้ดีสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับงานได้ เพราะจะทำให้สามารถนำเสนองานให้ออกมาดูเข้าใจง่าย น่าอ่าน ดึงดูดผู้อื่นได้

+ มองโลกในแง่ดี

การวาดภาพแล้วมนุษย์เรามองทิวทัศน์เพื่อนำสิ่งที่ประทับใจในทิวทัศน์นั้นลงไปบนผืนผ้าใบ ซึ่งส่วนน้อยมากที่มองทิวทัศน์ที่สวยงาม แล้วจะนำสิ่งที่เป็นด้านตรงข้ามวาดลงไปบนผืนผ้าใบ เช่น เจาะจงกองขยะกองใหญ่ที่เป็นจุดเล็กน้อยและอาจจะอยู่ข้างๆ ทิวทัศน์นั้นๆ

+ มีวิสัยทัศน์

รูปที่วาดออกมาเราต้องมีเป้าหมายชัดเจนว่าต้องการสื่อถึงอะไร บ่งบอกถึงความคิดของผู้วาดว่าเป็นอย่างไร หากสื่ออะไรไม่ได้ก็ไม่จำเป็นว่าเป็นภาพที่ดี

4.17 ศิลปะประดิษฐ์

ผลจากงานวิจัย	%
1.มีความคิดสร้างสรรค์	14.16%
2.คิดอย่างมีหลักการ	5.20%
3.กล้าที่จะลองผิดลองถูก	4.62%
4.สุขุมเยือกเย็น	3.34%

5.มีความเป็นศิลปิน	3.34%
6.อดทน	3.76%
7.ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	3.47%
8.ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	3.18%
9.มีพัฒนาการในตนเองสูง	2.89%
10.มีมนุษยสัมพันธ์ดี	2.89%
+ฉลาดมีไหวพริบ	2.89%
+มีทักษะเรื่องดี	1.73%
+เป็นตัวของตัวเอง	2.31%

1. มีความคิดสร้างสรรค์

ศิลปะประดิษฐ์สามารถช่วยเปิดกรอบความคิดที่จำเจ และเลขจีน เพิ่มทักษะในการเปิดใช้ความคิดสร้างสรรค์ผ่านการใช้งาน องค์ประกอบที่เชื่อมขวางกัน เช่น ความสนุก สี สัน เสียง บรรยากาศที่เป็นมิตรเหล่านี้จึงเชื่อเชิญเราให้กล้าที่จะลองผิดลองถูก โดยไม่ถูกจำกัดโดยกฎเกณฑ์ ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้ใช้ความคิดสร้างสรรค์สิ่งที่เราอาจจะไม่เคยคิดว่าเราจะทำได้มาก่อน

ในการทำงานศิลปะประดิษฐ์ คล้ายกับการทำงานศิลปะ คือมักจะมียุโรปแบบหรือแบบแผนพื้นฐานเพื่อให้เราเริ่มที่จะทำเป็น และนำรูปแบบต่างๆเหล่านั้นมาปรับเปลี่ยน มาสร้าง สรรค์ตามจินตนาการ หรือสิ่งที่อยู่รอบตัวเราให้เกิดเป็นผลงานที่แปลกใหม่มีเอกลักษณ์ มีความน่าสนใจเฉพาะแต่ละชิ้นงาน

2. คิดอย่างมีหลักการ

เพื่อสร้างสรรค์ผลงานอย่างชำนาญทางด้านนี้ ก็ต้องเริ่มจากหลักการง่ายๆทางงาน ออกแบบ หรือศิลปะเองก่อน หรือแม้กระทั่งได้คลุกคลีเลขจีนอยู่กับศิลปะประดิษฐ์เหล่านี้ หากได้จับสังเกตของผลงานต่างๆ ก็เป็นการสร้างทักษะทางหลักการ เมื่อเรียนรู้จากหลัก การที่เหลือก็คือต้องพัฒนาโดยอาศัยหลักการเหล่านี้

3. กล้าที่จะลองผิดลองถูก

การทำงานประดิษฐ์เหล่านี้ล้วนมีหลากหลายวัสดุ – อุปกรณ์ และแต่ละวัสดุอุปกรณ์ก็มีข้อดีข้อเสียต่างกัน ถ้าเราใช้สิ่งของแบบเดิมๆ ผลที่ได้ก็จะแบบเดิม แต่ถ้าเราลองที่จะใช้สิ่งของแปลกใหม่ ผลที่ได้อาจจะมั่งคั่งยิ่งขึ้นหรือแย่ง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้เราเรียนรู้มากขึ้น นำมาใช้เป็นประโยชน์ภายหลังได้บางครั้งงานประเภทนี้ ไม่มีคำว่าสวยหรือไม่สวย เพราะมันขึ้นอยู่กับมุมมองของคนที่มาชมและคนที่ต้องการมัน

ทุกคนเกิดมาพร้อมมีศิลปะติดตัวออกมาตั้งแต่กำเนิด แต่ศิลปะแต่ละคนนั้นแตกต่างกันออกไป และต้องใช้เวลาในการฝึกฝนควบคู่กันไป ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลจะฝึกได้ถึงขนาดไหน ในขณะที่ฝึกฝนอยู่นั้นย่อมมีการทดลอง สิ่งต่างๆด้วยว่าทำแบบนี้แล้วออกมาในรูปแบบไหน เช่นการปรับเปลี่ยนวัสดุเหลือใช้ต่างๆมาประยุกต์ และชิ้นงานที่ออกมา นั้น จะเป็นที่ชื่นชอบของคนที่คุณหรือเปล่า เพราะฉะนั้นศิลปะประดิษฐ์จึงทำให้เรากล้าที่จะลองผิดลองถูก และที่สำคัญยังช่วยให้เรามีความคิดสร้างสรรค์สิ่งต่างๆใหม่ๆอยู่เสมอ

4. สุขุมเยือกเย็น

ในการทำงานศิลปะประดิษฐ์ เป็นงานที่ต้องอาศัยใจรัก ความอดทน มุมานะ ซึ่งในการสร้างสรรค์ผลงานแต่ละชิ้นนั้น ต้องอาศัยทั้งประสบการณ์ เวลา ความคิดสร้างสรรค์ เพื่อให้เกิดชิ้นงานแต่ละชิ้น ซึ่งความละเอียดอ่อนในทุกๆขั้นตอน ทุกๆกระบวนการ ช่วยให้เราเกิดสติ สมาธิในการสร้างสรรค์ผลงาน และยังส่งผลต่อปฏิกิริยาต่างๆของเราด้วย คือ ทำให้เป็นคน สุขุมมากขึ้น เพราะมีสติ ในทุกๆเรื่องและมีสมาธิในทุกๆการกระทำมากขึ้นเรื่อยๆ

5. มีความเป็นศิลปิน

การออกแบบประดิษฐ์ต่างๆ ต้องอาศัยความคิดมุมมองทางศิลปะ ซึ่งเป็นคุณสมบัติเบื้องต้น ของศิลปิน มีความคิดสร้างสรรค์ผลงานใหม่ๆ อยู่เสมอ และเป็นในแบบของตัวเอง ไม่ซ้ำใคร มีความเป็นเอกเทศของตนเอง

6. อดทน

การทำศิลปะประดิษฐ์เป็นการฝึกความอดทนได้ดี เพราะว่างานแต่ละงานต้องใช้ความประณีตในการทำ ซึ่งต้องควบคู่ไปกับความอดทนด้วย จะสังเกตได้ว่าคนที่ทำงานหรือคลุกคลีกับงานด้านนี้ จะมีบุคลิกภาพ ใจเย็น ละเอียดอ่อนโยน เพราะงานศิลปะประดิษฐ์ มีส่วนช่วยในการฝึกความอดทนฝึกความละเอียด ความใจเย็น การทำงานศิลปะประดิษฐ์เป็นงานที่ต้องใช้ฝีมือ ความอดทนในการประดิษฐ์ชิ้นงาน ชิ้นงานแต่ละชิ้น อาจใช้เวลาในการทำนานเป็นสัปดาห์ เป็นเดือนหรือเป็นปี เป็นการฝึกความอดทนได้ดี

7. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ

ต้องผ่านกระบวนการมากมายกว่าจะได้ชิ้นงานที่สมบูรณ์ บางขั้นตอนต้องอาศัยเทคนิควิธีการต่างๆเพื่อให้ทำได้ง่ายขึ้น ใช้เวลาน้อยลง เทคนิคเหล่านี้อาจได้จากการลงมือทำด้วยตัวเอง หรือจากผู้ที่เคยทำมาก่อนหรือจากเว็บไซต์เว็บบอร์ดต่างๆ ยิ่งรู้มากขึ้น ก็ยิ่งทำให้เราทำงานสะดวกและรวดเร็วยิ่งขึ้น

เนื่องจากต้องมีการเรียนรู้ที่จะออกแบบลายใหม่ๆ หรือประดิษฐ์สิ่งใหม่ๆ เพื่อให้สิ่งที่ทำมีความสวยงาม หรือมีความทันสมัยมากยิ่งขึ้น ดังนั้นจึงต้องหมั่นค้นคว้าและติดตามว่ามีลายอะไรออกใหม่บ้าง หรืออาจจะเปลี่ยนสิ่งอื่นที่เราสามารถนำมาประยุกต์กับงานที่เราทำได้

8. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ

งานศิลปะบางอย่างมีขั้นตอนการทำมากมาย สลับซับซ้อน หลายขั้นตอน บางครั้งก็ทำให้เกิดความท้อแต่ไม่เคยล้มเลิก เพราะผลงานสำเร็จนั้นช่างสวยงามและเป็นสิ่งที่น่าภูมิใจ

9. มีพัฒนาการในตนเองสูง

พอลงมือทำแล้ว การพัฒนาทักษะต่างๆ จะเพิ่มขึ้นมาด้วย เพราะศิลปะประดิษฐ์จะช่วยให้คนเรามีการพัฒนาในทุกๆด้าน เช่นในเรื่องของความคิด การเข้าสังคม บุคลิกภาพ หรือลักษณะอุปนิสัยใจคอ ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น มีความเป็นผู้ใหญ่ขึ้นและรู้จักคิดอย่างเป็นระบบมากขึ้น

10. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

ในส่วนนี้เป็นผลพลอยได้จากการที่เราเข้าร่วมในกิจกรรมหรือกลุ่มที่รวมตัวกัน และพัฒนาเป็นการปรับตัวเข้าหาสังคมและเรียนรู้การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีได้ด้วยตนเอง มีหลายกิจกรรมที่เน้นการทำงานเป็นทีม กิจกรรมพวกนี้เปิดโอกาสให้เราได้เจอคนใหม่ๆ ได้ฝึกการเข้าสังคม

+ ฉลาดมีไหวพริบ

จะทำให้ฉลาดมีไหวพริบจากศิลปะประดิษฐ์ เช่น อาจจะต้องทำอะไรมากขึ้น มุมมองหลายๆแง่ Adapt สิ่งเก่าๆให้เป็นสิ่งแปลกใหม่ได้ คัดแปลงสิ่งที่มีอยู่ให้ใช้งานได้เหมาะสมกับสถานการณ์ สร้างสรรค์สิ่งที่คุณคนอื่นไม่เห็น ประโยชน์ให้สิ่งที่มีประโยชน์ เรียกว่าฉลาดมีไหวพริบ

+ มีทักษะเรื่องสี

ในงานศิลปะแทบทุกชิ้นต้องมีเรื่องสีเข้ามาเกี่ยวข้อง เมื่อสร้างสรรค์งานศิลปะมากขึ้นเรื่อยๆ จะทำให้มีประสบการณ์ในการเลือกใช้สี ความเข้ากันได้แต่ละสี เรื่องสีเป็นองค์ประกอบสำคัญในงานศิลปะ บางครั้งผลงานรูปแบบเดียวกันแต่ใช้สีต่างกัน เมื่อสำเร็จออกมาก็มีความแตกต่างกัน ดังนั้นการจะทำศิลปะประดิษฐ์สักชิ้นย่อมต้องใช้ทักษะเรื่องสี และเมื่อได้ทำผลงานมากขึ้นขึ้น ก็จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในทักษะเรื่องสีของเราให้ดียิ่งขึ้นด้วย

+ เป็นตัวของตัวเอง

การที่จะนำสิ่งต่างๆมาประดิษฐ์ใหม่หรือประดิษฐ์เข้าด้วยกัน มักจะเกิดจากความคิดของตนเองเป็นหลักทั้งในการพิจารณา การริเริ่ม บวกกับการสร้างสรรค์ ต้องอาศัยความเป็นตัวของตัวเองเป็นหลัก หากไม่มั่นใจในความคิดของตนเองแล้ว คงจะไม่กล้าเริ่มลงมือทำ

4.18 สะสมแต้มปี

ผลจากงานวิจัย	%
1. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	21.91%
2. อดทน	20.43%
3. สุขุมเยือกเย็น	14.58%
4. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	13.37%
5. รอบรู้	11.33%
6. มีความคิดสร้างสรรค์	10.96%
7. ทำงานเป็นระบบ	9.94%
8. ไม่เคยล้มเลิกความตั้งใจ	9.66%
9. มีมนุษยสัมพันธ์ดี	7.71%
10. มีเครือข่ายในการทำงาน / รู้จักคนมาก	7.24%
+ รอบคอบ	6.04%
+ เป็นตัวของตัวเอง	5.94%

1. ฝึกหาความรู้ใหม่ๆ

การสะสมแสตมป์ จะช่วยให้เราขยันที่จะติดตามแสตมป์ที่ออกมาใหม่ๆ อยู่เสมอ เป็นเหมือนการกระตุ้นตัวเราให้รู้จักค้นคว้าหาความรู้ หรือสิ่งที่เรารู้สึกว่ากำลังขาดเพิ่มเติมอยู่ตลอดเวลา มีผลในการทำงานมาก เพราะในการทำงานคนเราควรมั่นค้นคว้าหาความรู้ใหม่ๆ มาพัฒนาตนเองและการทำงานอยู่เสมอ คนเราจึงจะก้าวหน้าได้และไม่ย่ำอยู่กับที่

2. อดทน

ผู้ที่ประสบความสำเร็จในการสะสมแสตมป์นั้น ต้องอดทนในการเสาะหาและรอคอยโอกาสอยู่เสมอ จะตั้งเป้าว่าอยากได้แสตมป์ดวงไหน และจะเฝ้ารอเวลาเพื่อที่ให้ได้มาอย่างอดทนอดกลั้นอย่างไม่มีวันลดละ ดังนั้น ความอดทนจึงน่าจะเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้รักการสะสมแสตมป์มากที่สุด

การสะสมแสตมป์ทำให้เรามีความอดทนที่จะรอ ยิ่งหากเป็นแสตมป์ที่มีความสวยงามทำให้เรามีความอดทนรอจนกว่าแสตมป์จะออก หรือการเสาะหาแสตมป์ที่มีคุณค่าย่อมต้องใช้ความอดทนในการเสาะแสวงหา เมื่อนำมาใช้กับงานทำให้เรามีความอดทนที่จะรอคอยโอกาสที่เหมาะสมในการนำแผนงานไปสู่การปฏิบัติ

3. สุขุมเยือกเย็น

เมื่อเราต้องสะสมอะไรสักอย่าง หรือทำอะไรสักอย่างโดยที่ไม่ต้องจำกัดว่าต้องเป็นแสตมป์ เมื่อเราทำ ณ.เวลานั้นเราจะใช้เวลาอยู่กับตัวเอง ปล่อยให้ตัวเองคำดิ่งลงไปสู่สิ่งๆ หนึ่งโดยที่เราไม่ต้องวอกแวกไปคิดถึงเรื่องใด เมื่อเราได้ฝึกบ่อยๆ ตรงจุดนี้จะทำให้เราได้ฝึกสมาธิ ฝึกความนิ่ง ฝึกความมีสติ เมื่อไปประยุกต์เข้ากับงานที่ทำ ก็จะส่งผลให้บุคลิกภาพของเรานั้น ดูนิ่งขึ้น สงบขึ้น มีความรอบคอบในการตัดสินใจ และการแก้ปัญหาต่างๆ ได้

การสะสมแสตมป์ได้ต้องเป็นคนใจเย็น ทั้งนี้เพราะแสตมป์เป็นแค่กระดาษเล็กๆบางๆเท่านั้น ต้องอาศัยเวลาในการจัดเก็บรักษา แสตมป์ใหม่ และแสตมป์ใช้แล้ว ขั้นตอนในการเก็บรักษาย่อมต่างกันไป แสตมป์ใหม่นั้นได้มาก็เก็บลงสมุดระวังไม่ให้ขาด แต่แสตมป์ที่ผ่านการใช้แล้ว ต้องผ่านกระบวนการแยกแสตมป์กับกระดาษจดหมายเพื่อรักษาสภาพให้สมบูรณ์ที่สุด แม้กระบวนการเก็บรักษาจะยากกว่า แต่นำมาซึ่งคุณค่าทางใจที่มากกว่าเช่นกัน

4. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

แสตมป์มีรายละเอียดมาก เพราะฉะนั้นในการสะสมสิ่งหนึ่งที่ต้องเรียนรู้คือเหตุผลในการจัดทำ ศิลปิน (กรณีที่เป็นภาพวาด) รวมทั้งรายละเอียดปลีกย่อยอีกมาก จึงเป็นเหตุผลทำให้ การสะสมแสตมป์มีส่วนในการพัฒนาในด้านของการตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

สำหรับการสะสมแสตมป์ เท่าที่ได้เรียนรู้มา เราจะต้องดูและสังเกตรายละเอียดของแสตมป์ให้ดี ไม่ว่าจะเป็นเรื่องลักษณะของกระดาษ สี ลวดลาย รูปภาพ รูปร่าง และลักษณะของตัวอักษร ทำให้เราเป็นคนละเอียด เป็นคนที่ต้องคอยตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียดของแสตมป์ที่เราจะซื้อหรือหาเก็บไว้เพื่อสะสมอยู่เสมอ ส่งผลให้ในการทำงานของเราทุกครั้ง เราก็จะคอยตรวจทานงานของเรา แม้บางครั้งอาจไม่มีอะไรผิด แต่ก็เหมือนการทบทวนงานของเรา เพื่อว่าจะมีความคิดใหม่ๆ เกิดขึ้นมาจากการทบทวนของเรา

5. รอบรู้

จากการที่นักสะสมแสตมป์ ต้องคอยติดตาม อัปเดตคอลเลกชันของแสตมป์ที่ออกมาอยู่ตลอดเวลา นั้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ตลอดเวลา ซึ่งความรู้ก็จะตามมา จากการที่ติดตามข่าวสาร ข้อมูลของแสตมป์ใหม่ๆ ที่จะออกมานี้ จะเพิ่มพูนทั้งทักษะในหลายด้าน ตลอดจนองค์ความรู้ที่เพิ่มขึ้นจากการศึกษาที่นำไปของแสตมป์ที่สะสมนั่นเอง

6. มีความคิดสร้างสรรค์

ในแสดมปีแต่ละดวงจะมีลวดลายที่แตกต่างกัน ซึ่งเราจะเห็นความคิดสร้างสรรค์ต่างๆของผู้ออกแบบจากผลงานของพวกเขา และหลายๆที่ที่ลวดลายในแสดมปีที่ข้าพเจ้าสะสมนั้น จะคลอให้ข้าพเจ้ามีความคิดสร้างสรรค์ ออกแบบสิ่งใหม่ๆได้เป็นอย่างดี ทำให้งานที่ข้าพเจ้าได้รับมอบหมายนั้นสำเร็จลุล่วง และยังได้ไอเดียต่างๆ จากแสดมปีอีกด้วย

การสะสมแสดมปี ส่วนหนึ่งจะเห็นรูปร่างหน้าตาของแสดมปีมากมาย ทั้งแสดมปีเก่าแสดมปีใหม่ จึงสามารถทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ตามจินตนาการสร้างสรรค์ที่ออกมาเป็นแสดมปี และบางครั้งก็จะใช้ความคิดสร้างสรรค์ที่ตนเองมีในการจัดเรียงแสดมปีเพื่อให้เกิดความน่าสนใจในการแสดงให้ผู้ชื่นชม

7. ทำงานเป็นระบบ

คนที่สะสมแสดมปีนั้นจะเก็บแสดมปีรุ่นต่างๆ โดยอาจเรียงตามพ.ศ. ตามราคาของ แสดมปี หรือต่างความหายากของแสดมปีรุ่นนั้นๆ เป็นปกติอยู่แล้ว ดังนั้นจึงเป็นการฝึกเรื่องความเป็นระเบียบ การจัดระบบต่างๆ ก็จะดีไปด้วย ซึ่งย่อมส่งผลให้มีความคิดที่เป็นระเบียบ การทำงานก็ย่อมเป็นระบบที่ดีไปด้วย

8. ไม่เคยลี้มเลิกความตั้งใจ

การที่จะเก็บสะสมแสดมปีต้องอาศัยความตั้งใจในการหาแสดมปีที่หายากด้วยแล้วความตั้งใจที่จะไม่ลี้มเลิกหาชิ้นสำคัญซึ่งเช่นเดียวกับการทำงานถ้างานที่เราทำนั้นยากหรือกว่าจะได้มาซึ่งผลงานที่เป็นที่น่าพอใจนั้น อาจทำให้คนเราหลายๆคนหมดกำลังใจ และท้อแท้กับงานนั้นๆแต่ถ้าท้อแท้แล้วไม่เคยคิดที่จะลี้มเลิกความตั้งใจนั้นอีกไม่นานเราก็จะได้พบกับผลสำเร็จของตัวงานหรือผลสำเร็จของสิ่งที่เราไม่เคยคิดที่จะท้อแท้หรือลี้มเลิกความตั้งใจ

การสะสมแสดมปีนั้น จะไม่มีวันจบสิ้น เพราะผู้ผลิตจะผลิตแสดมปีใหม่ๆอยู่เสมอ ถึงแม้ว่าข้าพเจ้าจะไม่ใช่นักสะสมที่เก่ง แต่ก็พยายามทำไปเรื่อยๆ เป็นการฝึกตัวเองให้ไม่ลี้มเลิกอะไรง่ายๆ เปรียบได้กับงานที่ทำ มักจะมีสิ่งใหม่ๆมาท้าทายอยู่เสมอทั้งยากและง่าย แต่ข้าพเจ้าจะไม่ลี้มเลิกความตั้งใจที่จะทำมัน

9. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

สิ่งของที่เรารอบ ก็เชื่อว่าผู้อื่นจะไม่ชอบเหมือนกับเรา เมื่อเราต้องหาแสดมปีดวงใดดวงหนึ่งที่ยังไม่มี เราก็สามารถมาเจอกันกับคนที่ชอบเหมือนกับเราได้และสอบถามพูดคุยกัน ก็อาจจะทำให้เราได้สิ่งที่เราต้องการ และผลพลอยได้ของเราก็คือ ทำให้เราได้มีเพื่อนเพิ่มขึ้นอีกด้วย และนั่นเองก็จะเป็นส่วนหนึ่งในการฝึกมนุษยสัมพันธ์ของเราความมีมนุษยสัมพันธ์ดี นับว่าเป็นสิ่งจำเป็นกับการสะสมแสดมปี เพราะบางครั้งรูปแบบที่เราสะสมอยู่ ก็ไม่ได้ครบสมบูรณ์เหมือนคนอื่น ๆ หากเราอยากได้ในสิ่งที่เราไม่มี ก็ต้องติดต่อกับบุคคลอื่นซึ่งมีความชอบในแบบเดียวกัน หากเรามีมนุษยสัมพันธ์ไม่ดี ก็คงไม่สามารถแลกเปลี่ยนหรือขอเข้ามาได้แน่นอน

10. มีเครือข่ายในการทำงาน / รู้จักคนมาก

ในการสะสมแสดมปีนั้นมีสิ่งหนึ่งที่เป็นกันมา คือการแลกเปลี่ยนแสดมปี คือจะมีการพูดคุยในวงการผู้ที่สะสมแสดมปีด้วยกัน และผู้ที่ชอบในการสะสมแสดมปีนั้นก็จะมีอาชีพต่าง ๆ กันออกไป ฉะนั้นการพบปะพูดคุยกันบ่อย ๆ ก็จะทำให้เรารู้จักคนมาก การติดต่อสื่อสารก็กระจายมากขึ้น และจะกว้างขึ้นเมื่อเรารู้จักคนหนึ่งแล้ว ก็จะมีการแนะนำให้เราจักคนอื่น ๆ ต่อ ๆ ไป ได้อีกเราก็จะรู้จักคนมากหน้าหลายตา และให้ความรู้เรามากขึ้น ไม่ใช่แต่เรื่องของแสดมปีอย่างเดียว เนื่องมาจากเราที่ต้องเป็นผู้รอบรู้ ในการติดตามข้อมูล ข่าวสาร จากสื่อต่างๆ จากเอกสารเผยแพร่ต่างๆ ฯลฯ จึงทำให้ผู้ที่

สะสมแต้มปี ส่วนใหญ่มักจะมีเครือข่าย มีกลุ่มคนที่อยู่ในแวดวงเดียวกัน รู้จักคนที่ชอบสะสมปีเหมือนกัน มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น แลกเปลี่ยนสะสมปีกันบ้าง เกิดเป็นเครือข่ายขนาดใหญ่ เปรียบเหมือนกับการทำงาน ถ้าเรามีเครือข่าย รู้จักคนมากขึ้น การสอบถาม แลกเปลี่ยนข้อมูล การขอความช่วยเหลือ ตลอดจนอื่นๆ ที่เครือข่ายเรามีให้ จะทำให้เราได้เปรียบในการแข่งขันได้

+ รอบคอบ

การดูรายละเอียดของสะสมปีต้องมีความรอบคอบว่ามันสมบูรณ์แค่ไหน มีรายละเอียดใดๆบ้างเป็นของจริงของปลอมในกรณีที่ไม่ได้ซื้อที่สำนักงาน ไปรษณีย์โดยตรงต้องเป็นนักวิเคราะห์ที่ดีในทุกรายละเอียดที่ได้มา สีสัน วันเดือนปี ชื่อผู้ออกแบบ ทุกอย่าง เพื่อเป็นข้อมูลในการเก็บรักษาต่อไป

4.19 หมากกรุก

ผลจากงานวิจัย	%
1.เก่งในการวางแผน	42.5%
2.รอบคอบ	35.96%
3.นักวิเคราะห์	24.42%
4.เป็นนักคิดในเชิงกลยุทธ์	23.27%
5.สุขุมเยือกเย็น	18.46%
6.กล้าตัดสินใจ	15%
7.คิดอย่างมีหลักการ	15%
8.กล้าได้กล้าเสีย	10%
9.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	7.69%
10.อดทน	7.5%

1. เก่งในการวางแผน

ช่วยฝึกให้เป็นคนที่คิดสิ่งต่างๆ ได้ละเอียดขึ้น การวางแผนที่ซับซ้อน จะช่วยให้เราเป็นคนช่างคิด ช่างวางแผน ในสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้น หมากกรุกนั้นต้องมีการวางแผนก่อนที่จะเดินหมาก ซึ่งจะช่วยให้เรารู้จักการวางแผนการทำงานให้เป็นขั้นเป็นตอน

2. รอบคอบ

การเดินหมากแต่ละครั้งต้องคิดอย่างละเอียดถี่ถ้วน การเดินพลาดเพียง 1 ครั้ง อาจนำไปสู่ความพ่ายแพ้ได้ การเดินหมากแต่ละครั้ง จะต้องดูให้ถี่ถ้วนถี่ว่า จะไปตกตาของหมากตัวใดหรือไม่ หมากแต่ละตัวจะต้องผูกกันเองตลอด ต้องรอบครอบและคิดเสมอว่า คู่แข่งจะมาไม่ไหน

ในส่วนของความรอบคอบ อาจจะรวมไปถึงความสุขุมเยือกเย็นด้วย เนื่องจากหมากรุกเป็นกีฬาที่ต้องอาศัยความอดทน การวางแผนทุกจังหวะ จะมีผลต่อการเดินในจังหวะถัดๆ ไป ดังนั้นทุกๆ จังหวะการเดินหมาก จะต้องมีความรอบคอบและสุขุม การวางแผนจะต้องมีการคิดในเชิงรับและเชิงรุก และเพื่อให้การเดินหมากเป็นไปตามเกมส์ที่เราได้วางแผนไว้

3. เป็นนักวิเคราะห์

การเล่นหมากรุก ช่วยพัฒนาเราในด้านการวิเคราะห์ให้ได้เป็นอย่างดี เช่น เราต้องวิเคราะห์ แยกแยะในแต่ละทางที่เราจะเลือกเดินไป ว่าเราจะเดินตัวไหน ทางไหนได้บ้าง แล้วแต่ละตัว แต่ละทางเดิน จะเดินไปแล้วจะเป็นอย่างไร มีผลอย่างไรบ้าง การเป็นนักวิเคราะห์นั้นเป็นการประเมินสถานการณ์ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นเป็นอย่างไร เราควรมีการทำความเข้าใจกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น โดยการวิเคราะห์นั้นจะเอาผลจากอดีตมาทำการประเมิน ว่าสิ่งที่จะเกิดขึ้นมาในอนาคตจะเป็นอย่างไร ตัวอย่างการเล่นหมากรุก ถ้าเราเคยเล่นหมากรุกกับเพื่อนคนหนึ่งเป็นประจำ เราจะทราบว่าลักษณะการเดินหมากนั้นเป็นอย่างไร เราควรจะเดินอย่างไร ให้ชนะได้ เป็นเรื่องไม่ยาก ในการเป็นนักวิเคราะห์ที่ดีควมวิเคราะห์ให้ครอบคลุมทุกแง่มุม ถ้าครอบคลุมหมดก็ดี เพราะจะทำให้ลดความเสี่ยง ความเสียหายต่างๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นมา

ในการเดินหมากในแต่ละกระดาน นอกจากจะเดินของตนเองแล้ว เราต้องวิเคราะห์สถานการณ์ของกลุ่มต่อสู้ด้วย ว่าลักษณะการเดินเป็นเช่นไร และเมื่อเดินตัวหนึ่งแล้วฝ่ายตรงข้ามจะเดินอย่างไรต่อ ซึ่งทำให้เราคิดรอบคอบมากขึ้นในการจะเดินตัวต่อไป และช่วยให้มีการวางแผนของเกมส์ยิ่งขึ้น

4. เป็นนักคิดในเชิงกลยุทธ์

ต้องทำการวางแผนในการเล่นในแต่ละเกม ซึ่งในการวางแผนแต่ละดานนั้น ต้องวิเคราะห์กลุ่มต่อสู้ด้วยว่า จะมีแผนการหรือมีลักษณะการเล่นอย่างไร และต้องทำการปรับเปลี่ยนกลยุทธ์ในการเล่น ให้เป็นไปตามสภาวะการณ์ ณ ขณะนั้นว่าจะต้องรุกต่อไป หรือคอยตั้งรับแล้วหาทางสวนกลับ ฯลฯ

การวางแผนที่ดี ต้องเป็นแผนที่มิกกลยุทธ์ นั่นคือ ไม่ยึดติด เปลี่ยนแปลงได้เสมอ ตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป ดังนั้น คนที่เป็นนักคิดนักวางแผนต้องมีความคิดเชิงกลยุทธ์ สามารถพลิกแพลงแผนการได้ตลอดเวลาตามสถานการณ์ที่เผชิญ การเล่นหมากรุกนอกจากเราจะต้องวางแผนแล้ว เรายังต้องมีกลยุทธ์ในการเล่นเพราะบางครั้งคู่แข่งของเราก็มีการเดินหมาก ในรูปแบบที่เราไม่คาดคิดเหมือนกัน ดังนั้นการเล่นหมากรุก ก็เท่ากับเป็นการฝึกเราในการคิดเชิงกลยุทธ์ด้วย

5. สุขุมเยือกเย็น

เพราะจะเดินหมากด้วยอารมณ์ไม่ได้ต้องมีการคิด และตัดสินใจอย่างรอบคอบก่อนและจะต้องไม่เปิดเผยอารมณ์ของตัวเองออกมาผ่านเกมหมากรุก เพราะจะทำให้คู่แข่งสามารถอ่านแผนการที่ตั้งไว้ได้ถ้าใช้อารมณ์ การเล่นหมากรุกต้องมีความสุขรอบคอบในการเดินหมากในแต่ละครั้ง เพราะในแต่ละครั้งของการเดินหมาก หมายถึงการเพิ่มหรือการลดโอกาสในการที่จะแพ้หรือชนะคู่แข่ง

6. กล้าตัดสินใจ

การกล้าตัดสินใจของกีฬาหมากรุก เพราะว่า ในบางครั้ง เราคิดอยู่ฝ่ายเดียวว่า เราจะเดินตัวนี้ แล้วเขาจะเดินตัวนั้น ซึ่งเป็นการคิดอยู่ฝ่ายเดียว ในเชิงลักษณะทฤษฎีเกมส์ ถ้าเขาคิดเหมือนที่เราคิด เราจะมีผลในด้านงานนั้น แต่ถ้าการตัดสินใจของเราไม่ได้เป็นไปอย่างที่เราคิด มันก็อาจจะทำให้เกิดการเสียผลประโยชน์ได้ ดังนั้นเราจึงต้องกล้าตัดสินใจ

ในการวางหมากแต่ละเกมนั้น ต้องมีการตัดสินใจสำคัญๆ หลายครั้ง ซึ่งถ้าหากทำการตัดสินใจผิด จากที่กำลังได้เปรียบก็กลับเป็นเสียเปรียบได้ แต่ถ้าหากตัดสินใจได้ถูกต้อง และสามารถควบคุมให้คู่แข่งเล่นอยู่ในเกมของเรา เราก็มีโอกาสที่จะชนะสูง ซึ่งในการเล่นหมากกรุกนี้จำเป็นจะต้องมีการตัดสินใจตลอดทั้งเกม ไม่ว่าเราจะกำลังได้เปรียบหรือกำลังเสียเปรียบอยู่ที่ตาม

7. คิดอย่างมีหลักการ

ถ้าหากเราเล่นหมากกรุกอย่างไม่มีหลักการแล้ว เราก็จะเดินหมากอย่างสะเปะสะปะ ไม่สามารถควบคุมการเล่นของกลุ่มเราได้ เราจะต้องรู้ว่าหมากแต่ละตัว ควรจะเดินอย่างไร เพื่อให้มีประโยชน์สูงสุดตามแต่ละสถานการณ์ ซึ่งหลักการในการเล่นของแต่ละคน ไม่จำเป็นจะต้องเหมือนกัน

เพราะว่าตัวหมากกรุกมีหน้าที่ และการเดินที่ต่างกัน การเล่นหมากกรุกต้องมีการคิดการวางแผนก่อนที่จะเดิน การคิด และการวางแผนที่ดีส่งผลให้ก้าวไปข้างหน้าได้อย่างมั่นคง และผิดพลาดน้อยที่สุดหมากกรุกเป็นกีฬาที่ใช้ความคิด ผู้เล่นต้องมีทักษะและต้องวางแผนอยู่ตลอดเวลาที่รูปเกมส์ที่อาจจะเปลี่ยนแปลงเสมอ ซึ่งทำให้ช่วยในการพัฒนาความสามารถของผู้ที่เล่นให้สามารถคิดหาวิธีการต่างๆ ที่จะสามารถเอาชนะได้โดยจะเป็นการวางแผนการเล่นอย่างมีหลักการซึ่งจะนำไปสู่ชัยชนะของผู้เล่น

8. ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด

เน้นการเดินหมากอย่างละเอียด ค่อยๆ เดินอย่างถูกต้อง โดยอยู่ในความละเอียดรอบคอบ ว่าสิ่งที่เดินออกไปนั้นเป็นสิ่งที่จะเป็นประโยชน์มากที่สุด หรือไม่บ่มบ่าม กระทั่งลงไปอย่างเร่งรีบ หรือใจร้อนจนอาจทำให้เกิดสิ่งที่ผิดพลาดขึ้นได้

การตรวจสอบความถูกต้องก่อนที่ก้าวไปแต่ละก้าวนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมาก อันดับแรกที่ต้องคือต้องเดินบนพื้นที่แข็งแรงจริงๆ ที่ปราศจากการลวดตา หรือ ความเป็นไปได้ที่เสียหายในอนาคต รวมถึงการเป็นฝ่ายรุกที่ปราศจากช่องโหว่ หากทุกอย่างได้รับการตรวจสอบอย่างละเอียดแล้ว การประสบความสำเร็จในเกม หรือ งานนั้นๆ ก็ไม่ใช่เรื่องที่ยากอะไร

9. อุดหนุน

นอกจากการวางแผน และความรอบคอบแล้ว หากในการแข่งขันต่างฝ่ายต่างก็วางแผนมาเป็นอย่างดี ในที่สุดแล้วก็ต้องวัดกันที่ความอดทนว่าใครจะมีมากกว่ากัน หากใครที่มีความอดทนน้อยก็จะเป็นไปได้สูงที่จะต้องเดินเข้าไปติดกับของฝ่ายตรงข้าม บางครั้งการทำงาน หรือเล่นกีฬา แม้กระทั่งสงคราม ก็จำเป็นที่จะต้องมีการรอเพื่อคาดเดาเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นด้วยเหมือนกัน ดังนั้น ความอดทน และอดกลั้นก็เป็นสิ่งจำเป็นจะต้องมีด้วยในภาวะผู้นำ มิเช่นนั้น บางครั้งศัตรูวางกลอุบาย หลอกล่อให้เราไปติดกับ ก็มีผลเสียต่อส่วนรวม หรือบริษัท รวมทั้งตัวเราด้วย

10. กล้าเสี่ยง

การเล่นหมากกรุกก็เหมือนการวางแผนอย่างหนึ่งต้องกล้าได้กล้าเสีย บางที่ต้องเสียเบี้ยหนึ่งตัวที่จะเดินต่อก็เหมือนการทำงานถ้ามีหนทางที่ดีกว่าก็จำเป็นต้องกล้าแลกที่จะทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด

ในการเดินหมากกรุกบางทีต้องมีการสละหมาก บางตัวหรือหลายตัวเพื่อที่จะได้กินหมากตัวที่สำคัญกว่าจากฝ่ายตรงข้าม เปรียบเหมือนการทำงานที่อาจจะต้องขาดทุนก่อนเพื่อที่จะได้มาซึ่งลูกค้าที่เชื่อใจ ไว้ใจ และภักดีกับสินค้า หรือ ขอมที่จะปรับเปลี่ยนองค์กร(ลดคนงาน,เพิ่มเครื่องจักร,ปรับเปลี่ยนตำแหน่ง,อื่นๆ) เพื่อที่จะให้อนาคตข้างหน้าองค์กรมีความแข็งแกร่งมากขึ้นมีอำนาจต่อรองมากขึ้น

4.20 หมากล้อม (โกะ)

ผลจากงานวิจัย	%
1.เก่งในการวางแผน	41.86%
2.นักวิเคราะห์	32.56%
3.รอบคอบ	26.36%
4.เป็นนักคิดในเชิงกลยุทธ์	23.26%
5.สุขุมเยือกเย็น	23.26%
6.รู้ความสำคัญก่อนหลัง	13.95%
7.คิดอย่างมีหลักการ	13.95%
8.กล้าตัดสินใจ	10.08%
9.มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	7.75%
10.ตรวจสอบความถูกต้องในทุกรายละเอียด	7.75%
+มีวิสัยทัศน์	5.43%

1. เป็นนักวิเคราะห์

ต้องใช้การวิเคราะห์สูงมาก เนื่องจากเป็นกีฬาที่ต้องการวางแผนในการล้อมเมือง เปรียบเหมือนกับการสร้างเมืองขึ้นมาโดยใครมีพื้นที่มากที่สุด จึงเป็นผู้ชนะ เพราะฉะนั้นการวิเคราะห์คู่แข่งจึงเป็นสิ่งที่สำคัญมากในการแข่งขันกีฬาชนิดนี้ เนื่องจากโกะ เป็นเกมที่ต้องใช้สติวิเคราะห์ทุก ๆ ก้าวที่จะเดินไป เพื่อให้ได้มาซึ่งดินแดนที่กว้างใหญ่และสวยงาม ดังนั้น ในทุก ๆ วินาทีที่กำลังเดินหมากอยู่นั้น จะต้องใช้ความคิดพินิจวิเคราะห์ทุกขั้นทุกตอน การเล่นโกะจึงกลายเป็นเครื่องมือชั้นยอดในการฝึกฝนการคิดวิเคราะห์ ซึ่งช่วยในการทำงานของเราให้เต็มไปด้วยการคิดวิเคราะห์อยู่เสมอ

2. รอบคอบ

ช่วยให้เราเป็นคนรอบคอบขึ้น คิดอย่างถี่ถ้วน ทำให้ไม่พลาดเดินหมากผิด เพราะถ้าเราวางพลาดไป 1 ตา อาจส่งผลเสียทำให้เราแพ้ทั้งกระดาน ก็เหมือนในชีวิตจริง เราทำอะไรต้องรอบคอบ คิดอย่างถี่ถ้วนแล้วว่าจะไม่ทำให้เกิดผลเสียทั้งกับเราและผู้อื่นในวันข้างหน้า

การที่คนคิดรอบคอบในกีฬาโกะ มีความสำคัญอย่างมากคล้ายคลึงกับการคิดอย่างมีหลักการ แต่ต่างกันตรงที่ว่า เป็นการเน้นย้ำว่า การที่คิดอย่างมีหลักการแล้วนั้น ถูกต้องมากน้อย เหมาะสมเพียงใด นั่นก็คือการคิดรอบคอบอย่างหนึ่ง ซึ่งนำมาปลูกฝังเพื่อพัฒนาบุคลากรให้มีความรอบคอบในการทำงานว่า งานที่ทำอยู่หรือกำลังตัดสินใจที่จะทำนั้น ใช้ความรู้ความสามารถ พินิจ วิเคราะห์ซ้ำแล้วซ้ำอีก คิดเปรียบเทียบข้อผิข้อถูกว่า เหมาะสมเพียงใด

3. สุขุมเยือกเย็น

เป็นการฝึกให้ผู้เล่นมีความสุขุมเยือกเย็น เนื่องจากการต่อสู้กันทางความคิด ไม่ได้ต่อสู้ด้วยการใช้กำลัง ซึ่งต้องใช้ความสงบ และต้องใช้สมาธิมาก จึงทำให้โกะ ฝึกให้ผู้เล่นมีความสุขุมเยือกเย็นมากขึ้น

ในการเล่นโกะนั้น จำเป็นจะต้องใช้ความสุขุมเยือกเย็นในการเดินหมากอยู่ตลอดเวลา ต้องไม่หลงกลฝ่ายตรงข้าม จนเปลี่ยงพล้ำ เดินหมากพลาด มีคำกล่าวของจีนที่พูดว่า "ผู้คิดหมากห้ามพูดจา" (อันนี้จริงๆ แล้วพูดถึงคนดูไม่ได้พูดถึงคนเล่น) ซึ่งสังเกตเห็นได้ว่า การเล่นหมากล้อมนั้นเล่นกันอยู่ในความสงบ เงียบ ๆ พุดคุยกันด้วยเสียงวางเม็ดหมาก และก้าวอย่างที่เขาจะฉลาด ซึ่งด้วยบรรยากาศอย่างนี้เอง ที่ช่วยให้เกิดความสงบ ทำให้เราได้ฝึกฝนความสุขุมเยือกเย็นไปด้วยในตัว

4. เก่งในการวางแผน

การเล่นโกะต้องใช้ความคิดในการวางกลยุทธ์และประเมินคู่ต่อสู้ รวมทั้งคาดคะเนลูกไม้ของคู่ต่อสู้ เพื่อเตรียมรับมือ กล่าวกันว่าการเล่นหมากล้อมนั้นมีความสำคัญตั้งแต่การรู้ฝีมือและรูปแบบการเล่นของคู่ต่อสู้ เพื่อที่จะวางแผนตั้งแต่ต้น และแม้เป็นเพียงหมากเม็ดแรกที่วางก็เป็นตัวสำคัญมากเช่นกัน ดังนั้นผู้เล่นโกะ หรือแม้แต่เพียงหัด ก็จะได้พัฒนาความคิดและความสามารถในการวางแผนทั้งสิ้น

5. กล้าตัดสินใจ

โกะต้องใช้การตัดสินใจที่มั่นคงและรอบคอบ การตัดสินใจหนึ่งครั้งสามารถนำสาซึ่งความสูญเสียมากมาย และอาจหมายถึงชัยชนะ หรือปราชัย การวางหมาก 1 ตัว จะมีผลต่อหมากทุกตัวในกระดาน มีผลต่อวิธีการเล่นของคู่แข่ง การวางหมาก 1 ครั้งจะมีทั้งได้และเสียไม่เท่ากัน ดังนั้น จึงต้องการการกล้าตัดสินใจที่จะเลือกวางหมากในจุดที่ดีที่สุด เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจ ก็จุกดูรอบข้างว่าการตัดสินใจนี้จะกระทบกับอะไรบ้าง แล้วจึงเลือกตัดสินใจทางที่มีผลเสียน้อยที่สุด

6. สามารถแยกแยะความสำคัญก่อนหลังได้ดี

โกะจะต้องรู้ว่าหมากตัวไหนไม่สามารถรอได้เนื่องจากอาจถูกจับกินทำให้เสียพื้นที่ได้ ซึ่งเปรียบได้กับการทำงานจะต้องรู้ว่าปัญหาไหนที่สำคัญและจะต้องแก้ไขปัญหาก่อนหรือหลังเพื่อให้เกิดความเสียหายน้อยที่สุดหรือไม่เกิดความเสียหายเลย

การเล่นหมากล้อมจะทำให้เข้าใจว่า ในบางสถานการณ์ที่คับขัน ผู้เล่นจะต้องแก้เกมให้ได้ เพื่อไม่ให้หมากถูกจับกิน หรือบางครั้งอาจต้องยอมเสียหมากจำนวนหนึ่ง เพื่อแลกกับการยึดครองพื้นที่ส่วนใหญ่ที่ตนตั้งเป้าหมายไว้ ดังนั้น ผู้เล่นก็จะได้ฝึกการให้ความสำคัญกับงานไปด้วย

7. เป็นนักคิดในเชิงกลยุทธ์

ในการเล่นโกะ ผู้เล่นจะต้องมีการวางแผนการเดิน วิเคราะห์สถานการณ์ รู้จักรูกรู้จักตั้งรับ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการทำงานได้ ทำให้เป็นคนที่มีใจคิด วางแผนได้อย่างรอบคอบ เก่งในด้านกาวิเคราะห์สถานการณ์ แล้วนำมาสร้างเป็นกลยุทธ์ที่มีประสิทธิภาพ รู้ว่าสถานการณ์ไหนควรจะใช้กลยุทธ์อย่างไร

โกะเป็นกีฬาที่ขุดเขี่ยมแห่งยุคเลยก็ว่าได้ กลยุทธ์ คือวิธีการที่ทำให้คู่แข่งตกอยู่ในสถานการณ์ที่เสียเปรียบ สิ่งนี้สามารถนำไปใช้ในการบริหารธุรกิจได้อย่างดีเยี่ยม โกะจึงเป็นเครื่องมือในการสร้างวิสัยทัศน์ใหม่ ๆ ในการบริหารงานให้ประสบความสำเร็จ

8. คิดอย่างมีหลักการ

ในการเล่นโกะ การคิดอย่างมีหลักการมีความจำเป็นมาก เนื่องจากถ้าทำการเดินหมากแบบสุ่มสี่สุ่มห้าเข้าไป แล้วอาจทำให้หมากเสียเปรียบทั้งกระดาน หรือหมากนั้นถูกล้อมและกินในที่สุด เพราะฉะนั้นการคิดอย่างมีหลักการช่วยให้พิจารณาถึงความเหมาะสมเปรียบเทียบกับหลักการ หรือความรู้ที่ตนมีอยู่ว่าเหมาะสมเพียงใดในการเดินหมากไปยัง

ตำแหน่งนั้นๆ ถ้าจะเปรียบเทียบกับก็นำมาพัฒนาบุคลากรก็จะเป็นการที่ปลูกจิตสำนึกให้บุคลากรใช้ความรู้ความสามารถของตนมาประยุกต์ใช้กับงานที่ตัวเองทำอยู่โดยให้เหมาะสมกับหลักการเพื่อความผิดพลาดน้อยที่สุด

9. เก่งในการบริหารเวลา

โกะมีการกำหนดเวลาไว้ว่ากระดานหนึ่งเราจะมีเวลาคิดเท่าไร เหมือนกับการทำงานที่มักมีเวลาจำกัดการบริหารเวลาจึงเป็นสิ่งสำคัญ ต้องคิดให้เร็วและรอบคอบ

10. มีความเคารพ เกรงใจผู้อื่น

การเล่นหมากล้อม นั้นจะทำให้ผู้เล่นนั้นมีความเคารพผู้อื่นเนื่องจาก การเล่นหมากล้อมนั้นก่อนเล่นจะมีการทักทายกันและมีการขอคำแนะนำจากผู้อื่นเพื่อพัฒนาตนเองทำให้ผู้เล่นนั้นมีความเคารพในผู้อื่น เพื่อที่จะศึกษาและพัฒนาตนเองต่อไป

4.21 อ่านหนังสือ

ผลจากงานวิจัย	%
1. รอบรู้	36.31%
2. ใฝ่หาความรู้ใหม่ๆ	34.39%
3. นำความรู้มาปรับใช้ได้ดี	24.52%
4. มีวิสัยทัศน์	21.66%
5. มีความคิดสร้างสรรค์	18.15%
6. คิดอย่างมีหลักการ	12.74%
7. ทันยุคสมัย	10.83%
8. ฉลาดอย่างทันสมัย	10.83%
9. นักวิเคราะห์	10.19%
10. มีพัฒนาการในตนเองสูง	9.87%
+เรียนรู้เร็ว	5.73%
+รอบคอบ	3.5%

1. รอบรู้

การอ่านหนังสือทำให้เราได้ความรู้ที่หลากหลาย มีแง่มุมที่แตกต่าง หลายอย่างที่เราไม่เคยเรียนรู้มาก่อนและไม่สามารถได้รับจากการเรียนในห้องเรียน โลกในปัจจุบันเป็นโลกแห่งข้อมูลข่าวสาร การอ่านหนังสือทำให้เรามีข้อมูลนำมาวิเคราะห์ ซึ่งจะช่วยในการตัดสินใจ แม้การอ่านหนังสือบางเล่มจะเป็นเรื่องที่ไกลตัว ก็สามารถนำมาประยุกต์ให้เหมาะสมกับการปฏิบัติหรือให้มุมมองที่กว้างขึ้นได้ การอ่านหนังสือทำให้เราเกิดความรู้ในเรื่องนั้นๆ ทำให้เรามีข้อมูล ที่

สามารถนำไปพัฒนาตัวเองได้อย่างถูกต้อง จากเนื้อหาของหนังสือนั้น และยังเป็นข้อมูลที่สามารถนำไปสอน บอกกล่าว เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นได้อีกด้วย

2. ฝึกหาความรู้ใหม่ๆ

การอ่านหนังสือสามารถเปิดโลกทัศน์ให้กว้างขึ้น การฝึกหาความรู้ใหม่ๆ เหมือนการสนใจหนังสือสักเล่ม และได้อ่าน ทำให้เราทราบถึงเนื้อหาที่หนังสือต้องการสื่อให้เราได้รับรู้ รวมถึงเป็นการต่อยอดจากสิ่งที่เราสนใจให้มาเป็นคลังข้อมูลในการพัฒนาตนเอง เนื่องจากการอ่านหนังสือ ไม่ว่าจะ เป็นประเภทใดก็ตาม เราจะได้รับรู้เกี่ยวกับมุมมองของผู้เขียนที่แตกต่างออกไป สิ่งที่ได้อ่านอาจจะเป็นอะไรที่เราไม่เคยรู้มาก่อน ซึ่งก็เปรียบได้กับการฝึกหาความรู้ใหม่ๆ ซึ่งก็หมายความว่า การเรียนรู้สามารถเกิดขึ้นได้ตลอด ไม่จำเป็นต้องต้องมีครูสอน หรือต้องไปเรียนหนังสือ เพียงแค่อ่านหนังสือก็สามารถเพิ่มพูนความรู้ได้

3. ความรู้มาปรับใช้ได้ดี

ความรู้รอบตัวต่างๆ สามารถค้นหาได้โดยการอ่านและทำความเข้าใจ เมื่อทราบถึงแก่นแท้ของเนื้อหาหรือสาระสำคัญของเรื่องแล้ว ก็จะเกิดความคิด การจินตนาการต่างๆ เพื่อนำมาปรับใช้ในการทำงาน การทำธุรกิจ รวมตลอดจนในชีวิตประจำวันได้

การอ่านหนังสือเหมือนเป็นการย่อประสบการณ์ และเวลาในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ จากทุกตัวอักษรในหนังสือ บางครั้งคนเราจะอ่านหนังสือเมื่อต้องการรู้หรือเพื่อต้องการค้นคว้าหาข้อมูลบางอย่าง แต่จริงๆ แล้วการอ่านเป็นการพัฒนาทักษะหลายด้าน และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมในชีวิตประจำวัน

4. มีวิสัยทัศน์

บางครั้งการอ่านทำให้เราต้องมีการคิดตามไปด้วย การอ่านหนังสือสามารถเปิดวิสัยทัศน์ของผู้อ่าน ทำให้ผู้อ่านมีวิสัยทัศน์ที่กว้าง เห็นโลกในมุมมองต่าง ๆ ได้อย่างดีขึ้น

เมื่อเราอ่านหนังสือแล้ว ทำให้เราได้ความรู้เพิ่มเติมมากขึ้น ไม่ว่าจะ เป็นเรื่องที่เรารู้แล้ว หรือว่าจะเป็นเรื่องที่เราไม่เคยรู้มาก่อน ก็จะช่วยให้เรามีมุมมองที่กว้างขึ้น ดูว่ามุมมองความคิดของคนอื่นเป็นอย่างไร แล้วความคิดของเราเป็นอย่างไร วิถีแบบไหนดีและเหมาะสมมากกว่ากัน เมื่อเรานำมาเปรียบเทียบกับกันแล้วจะทำให้เราได้รู้ถึงแนวคิดใหม่ๆ ที่เราอาจจะไม่เคยคิด นึกถึงมาก่อน ทำให้เรามีวิสัยทัศน์ที่กว้างขึ้น ไม่ใช่คิดแต่ในมุมมองของตัวเองอย่างเดียว

5. ความคิดสร้างสรรค์

การอ่านหนังสือไม่่ว่าประเภทไหน ก็กระตุ้นให้ผู้อ่านเกิดจินตนาการ และจินตนาการนำมาซึ่งความคิดสร้างสรรค์ โดยเฉพาะหนังสือที่ไม่มีภาพ แต่อาศัยการบรรยาย การอ่านหนังสือมาก ก่อให้เกิดความรู้ในหลายๆด้าน ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการทำงานได้ ก่อให้เกิดเป็นความคิดใหม่ๆ ที่สร้างสรรค์ สามารถนำไปใช้แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และช่วยสร้างสิ่งใหม่ๆ ให้เกิดขึ้นในองค์กร เป็นการสร้างนวัตกรรมให้เกิดขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะช่วยนำพาองค์กรให้มีความได้เปรียบในการแข่งขัน

6. คิดอย่างมีหลักการ

เวลาที่อ่านหนังสือ ไม่จำเป็นต้องเสมอไปที่เราจะต้องเชื่อในทุกสิ่งที่ผู้เขียนได้เขียนไว้ แต่เราจะต้องคิดอย่างมีหลักการว่าสิ่งที่ผู้เขียนได้เขียนไปนั้นมีความเป็นไปได้มากแค่ไหน มีเหตุผลเพียงพอและน่าเชื่อถือหรือไม่ ซึ่งการคิดจะต้อง

คิดอย่างมีหลักการ มีประโยชน์ต่อการทำงานก็คือช่วยลดความผิดพลาดของการทำงาน เพราะงานที่ทำนั้นผ่านการคิดอย่างมีหลักการแล้ว

การอ่านหนังสือก็เหมือนการจัดระบบความคิดของสมอง ผู้ที่จะอ่านหนังสือได้เข้าใจจะต้องมีสมาธิเพื่อให้สามารถอ่านหนังสือแล้วรู้เรื่อง เพราะฉะนั้นการที่เราอ่านหนังสือมาก ๆ ก็เป็นการฝึกให้สมองรู้จักคิดตามและเรียบเรียงจัดเก็บข้อมูลได้อย่างเป็นระบบ เมื่อเราต้องคิดอะไรก็ตาม ก็จะมีหลักการมาค้ำจุน (ตามที่สมองได้ถูกฝึกมาซึ่งอ่านหนังสือมาก และหลายประเภทก็จะทำให้สมองคิดอย่างมีหลักการมากขึ้น)

7. ทักษะสมัย

ปัจจุบันเป็นยุคที่เรียกได้ว่าข้อมูลข่าวสารมีความสำคัญเป็นอย่างมาก ในการทำงานข้อมูลบางอย่างถ้าเราไม่รู้ซ้กว่าคู่แข่งเราอาจเสียโอกาสในหลายๆด้านตามมา จึงควรที่จะอัปเดตข้อมูลความรู้ที่มีอยู่ให้ทันสมัยตลอดเวลา

ความรู้ที่ได้จากหนังสือทำให้เราทันต่อเหตุการณ์ ความเป็นไปของการดำเนินชีวิต ทำให้ทันสมัยช่วยในการปรับตัวในการดำเนินชีวิต มีวิสัยทัศน์ มองเหตุการณ์ได้อย่างกว้างขวาง

8. ฉลาดอย่างทันสมัย

หนังสือเป็นสื่อหนึ่งที่ทำให้คนเรารอบรู้ไม่ว่าจะเรื่องอะไรก็ตาม คนอ่านมากย่อมได้เปรียบ โดยเฉพาะเรื่องข่าวสาร และเทคโนโลยี อย่างน้อยถ้าอ่านมากเราก็รู้มากกว่าคนที่ไม่ได้อ่าน นอกจากนี้สิ่งที่เรารู้ยังนำไปปรับใช้ทำให้ชีวิตเราทันสมัยขึ้นได้

แน่นอนว่านิสัยรักการอ่านทำให้ได้ความรู้ติดตัวไปกับผู้อ่านอยู่แล้ว คนที่รักการอ่านจริงๆ คงจะอ่านหมดทั้งหนังสือแนวฮอลลีวูดและแนวร่วมสมัย การอ่านข่าวสารต่างๆ ตามหน้าหนังสือพิมพ์หรือ เว็บไซต์ ทำให้เราทันข่าวสารมากกว่าคนที่ไม่ได้อ่าน เวลาที่มีการพูดถึงเรื่องที่เป็นประเด็นอยู่คนที่อ่านมาหรือทราบมาบ้างก็ต้องพอรู้เรื่องราวในปัจจุบัน

9. นักวิเคราะห์

การอ่านหนังสือจะต้องทำการวิเคราะห์เนื้อหาของหนังสือที่ได้อ่าน ทั้งในเรื่องปัญหาหลัก หรือแม้แต่องค์ประกอบที่ทำให้เกิดปัญหาขึ้น อาจเกิดจากตัวเอง หรือจากคนรอบข้างทำให้เกิดขึ้น และถึงจะบ่งบอกได้ว่าปัญหานั้นเกิดขึ้นจากอะไร และจะแก้ไขปัญหานั้นอย่างไรดี ซึ่งอาจจะตรงกันหรือไม่ก็ได้กับแนวทางการแก้ปัญหาที่หนังสือได้แนะนำไว้ แต่อย่างน้อยก็ได้มีทางเลือกไขปัญหามากกว่าหนึ่งวิธี ถ้าเกิดปัญหาขึ้นจริง

การอ่านหนังสืออื่น มีหลายประเภท แต่ละประเภท จะใช้การดำเนินเรื่อง เนื้อหา และวิธีการนำเสนอที่แตกต่างกัน เพราะฉะนั้น ผู้ที่ชอบอ่านหนังสือจึงจำเป็นต้องวิเคราะห์วิธีการต่างๆ ที่ใช้ในการสื่อสารของหนังสือ เพื่อที่จะได้เข้าใจในตัวเนื้อหามากยิ่งขึ้น

10. มีพัฒนาการในตนเองสูง

การอ่านหนังสือทำให้เรามีความต้องการที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ และต้องการพัฒนาตนเองเพิ่มขึ้น มีพัฒนาการในตนเองสูง นั่นก็เพราะว่าการอ่านหนังสือทำให้เรารู้ทันโลกที่กำลังเปลี่ยนแปลงไป และยังสามารถนำความรู้ที่เราได้มาใช้ในการพัฒนาตนเองให้มีประสิทธิภาพในการดำเนินชีวิตหรือใช้ในการทำงานในชีวิตประจำวัน

+ เรียนรู้เร็ว

การอ่านหนังสือทำให้เราได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ บางอย่างรู้แล้วก็เพิ่มมากขึ้น บางอย่างไม่รู้ก็จะได้รู้ ทำให้เราเป็นคนการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ และช่วยพัฒนาการเรียนรู้ให้ดีขึ้น การเรียนรู้เร็วสามารถช่วยให้เราสามารถไล่ตาม

โลกที่หมุนเร็วนี้ได้ เพราะหนังสือเป็นแหล่งเปิดโลกความรู้ให้แก่เรา ถ้าเราสามารถเข้าใจเนื้อหาในหนังสือ ได้อย่างรวดเร็วก็จะทำให้สามารถไปได้เร็วเช่นกัน

+ รอบคอบ

เนื่องจากการที่ผู้แต่งได้ให้ข้อมูลมานั้น ย่อมมีความสำคัญต่อตัวเรื่องไม่มากก็น้อย จึงควรอ่านด้วยความรอบคอบและสังเกต เพราะจุดเล็กๆ ที่มองข้ามได้ง่าย มักจะเป็นจุดที่ทำให้การดำเนินเรื่องเป็นไปอย่างคาดไม่ถึง และยังเป็น การสร้างความน่าสนใจในตัวหนังสืองานนั้นๆ อีกด้วย ดังนั้น จึงไม่ควรมองข้ามรายละเอียดปลีกย่อย จึงจำเป็นต้องอ่านให้รอบคอบมากยิ่งขึ้นด้วย

4.22 แอโรบิก

ผลจากงานวิจัย	%
1. บุคลิกดี	34.98%
2. กระตือรือร้น	22.57%
3. อดทน	20.73%
4. มีมนุษยสัมพันธ์ดี	17.63%
5. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง	14.39%
6. เรียนรู้เร็ว	11.71%
7. ชอบเข้าสังคม	9.17%
8. มีพัฒนาการในตนเองสูง	9.17%
9. ตรงต่อเวลา	8.18%
10. มีเครือข่ายในการทำงาน / รู้จักคนมาก	8.04%
+ มีนิสัยดี	5.5%
+ มีวินัย	6.77%
+ จิตใจดี	5.08%

1. บุคลิกดี

แอโรบิกเป็นการออกกำลังกายประเภทหนึ่ง ที่สนุกและ ทำให้ร่างกายได้เผาผลาญ อีกทั้งแอโรบิกยังช่วยให้ผู้เล่นเคลื่อนไหวทุกส่วน ดังนั้นร่างกายทุกส่วนได้ถูกบริหาร เราจะ รู้สึกสดชื่น ร่างกายจะกระฉับกระเฉง มีความคล่องตัว มั่นใจมากขึ้น และส่วนช่วยให้บุคลิกดีขึ้น

การออกกำลังกายโดย การเดินแอโรบิก เป็นการสร้างบุคลิกภาพที่ดีให้กับคนที่ ต้น เพราะได้วอร์มร่างกาย ทำให้กล้ามเนื้อได้มีการยืดหด และคลายตัว และยังเป็น การสร้างความมั่นใจในรูปร่างของตัวเอง จึงเป็นการเสริมสร้างบุคลิกให้ดูดี การเดินแอโรบิกเป็นการออกกำลังกายที่ช่วยสร้างบุคลิกภาพให้กับผู้ออกกำลังกาย เนื่องจากมีท่าทางที่ต้องการความทะมัดทะเมาะและถูกต้อง ตามจังหวะของเพลง และผู้ร่วมเดินคนอื่นๆ จึงเป็นการพัฒนาบุคลิกภาพอีกทางหนึ่ง

2. ภาวะต่อรื้อรัน

การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างต่อเนื่อง พร้อมกับการใช้ความคิด จะทำให้อวัยวะต่างๆในร่างกายทำงานเป็นระบบ ทำให้การเผาผลาญพลังงานดี จิตใจสดชื่น พร้อมทั้งจะเผชิญสิ่งต่างๆ จึงเป็นการพัฒนาความกะตือรือร้นในการดำรงชีวิต การที่ได้ เต้นแอโรบิก เป็นการเพิ่มแรงบีบตัวของหัวใจ เลือดสูบฉีดไปเลี้ยงทั่วร่างกายอย่างเพียงพอ รู้สึกว่าร่างกายกระฉับกระเฉงขึ้น จากการบริหารร่างกายที่ต้องขยับร่างกายไปตามจังหวะเพลง ทำให้อวัยวะกระฉับกระเฉง มีแรงพอทำบ่อยๆ ทำให้กลายเป็นคนกระตือรือร้นอยู่เสมอ

3. อุดทน

การที่เราเต้นแอโรบิกข้อมือที่จะมีความเหน็ดเหนื่อยและล้าได้ แต่โดยส่วนมากแล้วเราก็มักที่เต้นจนจบเพลงนั้นแสดงว่าแอโรบิกก็จะช่วยทำให้เราเป็นคนที่มีความอดทน และพยายามที่จะทำอะไรก็ตามให้บรรลุเป้าหมาย โดยไม่เลิกกลางคันง่ายๆ การ เต้นแอโรบิกแต่ละครั้งอย่างน้อยมักใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง ซึ่งคนส่วนใหญ่ที่เพิ่งเล่นครั้งแรกๆมักเหนื่อยและอาจเล่นได้ไม่ครบเวลา จึงต้องอาศัยความอดทนค่อนข้างมาก หากเราทนได้จะสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับนิสัยการทำงานได้อย่างสบาย

4. มีมนุษยสัมพันธ์ดี

ทำให้เป็นคนที่มีอารมณ์ดี ชี้แจงแจ่มใสอยู่ตลอดเวลา เวลาทำงานในภาวะที่กดดันมากๆ มันจะช่วยให้เราผ่อนคลายความรู้สึกว่าเรากำลังทำงานที่เหนื่อยและน่าเบื่อหน่ายนั้นมันดีขึ้น เพื่อนๆ ร่วมงานก็รู้สึกดีกับเรา

แอโรบิกช่วยให้เราสุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง ยังช่วยให้เรามีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีอีกด้วย เนื่องจากได้พบปะผู้คนมากมายที่ไปเต้นแอโรบิกด้วยกัน ได้แลกเปลี่ยนทัศนคติที่ดี ได้เจอทั้งเด็กและผู้ใหญ่ในเวลาเดียวกัน สื่อสารแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้ รู้ใจเขาใจเรา

5. มีความยืดหยุ่นและปรับตัวเก่ง

การเต้นแอโรบิกจะมีการเพิ่มท่าใหม่อยู่เสมอ หรือมีการปรับเปลี่ยนท่า ทำให้เราต้องมีการปรับตัวให้เรียนรู้ได้เร็ว จะได้เต้นได้ทันและถูกต้อง

แอโรบิกทำให้ร่างกายมีการยืดหยุ่น เพราะร่างกายมีการขยับและเคลื่อนไหวร่างกายไปตามเสียงเพลง และจังหวะของการเต้น จึงทำให้ร่างกายมีความยืดหยุ่นและปรับตัวได้ดีขึ้น การเต้นแอโรบิก มีทั้ง ท่ายาก และ ง่าย เพราะฉะนั้นการเต้น ต้อง มีการยืดหยุ่น และปรับตัวให้ คัดกับท่าใหม่ ๆ และ ยกขึ้นเป็นสเต็ป

6. เรียนรู้เร็ว

แรก ๆ อาจจะเต้นไม่ทัน เนื่องจากร่างกายยังเคลื่อนไหว ไม่รวดเร็ว แต่เต้นไปสัก 2-3 ครั้งก็จะให้สามารถเปลี่ยนแปลงไปทำอันได้ง่าย แอโรบิกมีท่าเต้นที่แตกต่างกัน ถ้าไม่สามารถเรียนรู้ท่าเต้นต่างๆได้อย่างรวดเร็ว ก็จะเดินผิดและไปชนคนอื่น การเข้าคลาสแต่ละครั้งทำให้เราได้เรียนรู้ท่าใหม่ๆ และเคยชินกับการเรียนรู้และจดจำอย่างรวดเร็วจนเป็นนิสัย

การเต้นต้องใช้ทักษะ การมอง การดู จังหวะต่างๆ ทำให้ต้องเก็บรายละเอียด จดจำและทำตาม ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่เร็วขึ้น เมื่อทำติดต่อกันเป็นเวลานานก็จะคล่องขึ้น สามารถปรับใช้กับการทำงานอื่นๆ ได้

7. ขอบเข้างสังคม

การเดินแอโรบิคส่วนใหญ่จะเดินกันเป็นกลุ่มใหญ่ เป็นการฝึกฝนให้ตัวเรามีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง รู้จักที่จะเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือ หรือแก้กักตายนคนรอบข้างที่เดินอยู่ข้างๆเรา เป็นการฝึกให้ตัวเรามีอรรถาสนัยกับคนรอบข้าง และจะนำไปสู่การเข้างสังคมที่ใหญ่กว่าได้เป็นอย่างดี แอโรบิคทำให้เราได้รวมกลุ่มทำกิจกรรมกับผู้อื่น ทำให้เราได้พบปะคนใหม่ๆ และจะทำให้เรารู้สึกสนุกกับการได้ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นที่มีความสนใจเหมือนกันกับเรา

8. มีพัฒนาการในตนเองสูง

เราสามารถเดินตามอาจารย์ได้อย่างถูกต้องวิธี ซึ่งผู้ที่เคยเดินแอโรบิคจะทราบว่าเมื่อครั้งแรกที่เราเดิน เรามักจะเดินตามอาจารย์ไม่ทัน ขาพันกัน ทำไมตนทำไม่ได้ แต่เมื่อเราทำการฝึกเป็นประจำเราก็จะทำได้ จนทำได้ดี ไม่ผิดเพี้ยน ถึงแม้ว่าอาจารย์ผู้สอนจะพลิกแพลงเราก็ยังสามารถทำตามได้ ซึ่งสิ่งนี้บอกให้เราทราบถึงพัฒนาการของตัวเอง เริ่มแรกอาจจะเดินไม่ค่อยเป็น แต่เมื่อเวลาผ่านไป 1 เดือน 3 เดือน คนแต่ละคนก็ต้องมีการพัฒนาขึ้น แต่จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับบุคลิกของแต่ละคน เริ่มแรกใครก็มักจะไม่รู้จักทำเอง จังหวะ และเพื่อนร่วมเดินแอโรบิค ดังนั้นหากมีการมาเดินอยู่เรื่อยๆก็จะทำให้เราฝึกพัฒนาตนเองไปเรื่อยๆจนกระทั่งเราทำได้

9. ตรงต่อเวลา

ถ้าต้องการเดินแอโรบิคจะต้องไปร่วมตามเวลา จึงจะได้เดินพร้อมๆกับผู้อื่น ถ้าไปสายก็ถือว่าไม่ได้ปฏิบัติตามครบทุกขั้นตอน อาจจะไม่ได้เสียผลาญพลังงานหรือออกกำลังกายทุกขั้นตอนจนสมบูรณ์

การเดินแอโรบิคสร้างให้เราเป็นคนตรงต่อเวลา เนื่องจากเป็นกีฬาที่ต้องร่วมกับคนมากหน้าหลายตา และเป็นกีฬาที่กำหนดเวลาเริ่มต้นและจบ ทำให้ผู้เล่นต้องมาให้ทัน ไม่เช่นนั้นอาจไม่ได้วอร์มอัพร่างกายทำให้ร่างกายเกิดอาการบาดเจ็บได้ ในการเริ่มต้นจะมีการวอร์มอัพ ซึ่งต้องใช้เวลาพอสมควร ดังนั้นผู้เดินต้องมาให้ตรงเวลาเพื่อจะได้อุ่นเครื่องก่อน และในระหว่างการเดินนั้นแต่ละท่าจะมีเวลาจำกัดไว้เพื่อให้ผู้เดินไม่เหนื่อยเกินไป สุดท้ายก่อนจะวอร์มดาวน์ เราต้องกำหนดเวลาว่าเห็นสมควรแล้วที่ร่างกายจะหยุดพัก ในการทำงานก็เช่นกัน เราต้องรู้จักกำหนดเวลา และต้องตรงต่อเวลาบริหารเวลาให้ถูกต้อง

10. มีเครือข่ายในการทำงาน / รู้จักคนมาก

แอโรบิคเป็นการออกกำลังกายที่ต้องทำร่วมกับผู้อื่นเป็นกลุ่ม จึงช่วยให้ผู้เดินมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง เพื่อสร้างความสนุกสนานในการเล่นมากขึ้นและทำให้ตัวผู้เล่นเองรู้จักคนอื่นๆเป็นการเปิดสังคมให้กับตัวเองอีกวิธีหนึ่งด้วย การเดินแอโรบิค จะเดินพร้อมกันหลายคน ทำให้เกิดการมีสังคมกลุ่มเพื่อนใหม่ ที่มีความสนใจอย่างเดียวกัน คือใส่ใจในสุขภาพร่างกายของตน

+ มีอรรถาสนัยดี

ในการเข้าร่วมกลุ่มแอโรบิคแต่ละครั้ง ทำให้เราได้รู้จักเพื่อนร่วมทีมในอีกแง่มุมหนึ่ง ซึ่งอาจจะไม่เคยเห็นในที่ทำงาน และยังได้เจอกลุ่มบุคคลใหม่ๆอีกด้วย ดังนั้นจึงทำให้มีเพื่อนเพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้มีอรรถาสนัยมากขึ้นตามลำดับ (เพราะต้องปรับตัวให้เข้ากับทุกคนในกลุ่ม)

แอโรบิค เป็นการออกกำลังกายชนิดที่มีผู้เข้าร่วมมาก ยิ่งมากยิ่งสนุก ดังนั้นการที่เราเจอผู้คนมากหน้าหลายตาทำให้เรารู้จักที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นเป็นการฝึกให้เราเข้างสังคมและนำไปสู่การมีอรรถาสนัยดี

+ มีวินัย

ในการเดินแอโรบิกเพื่อให้มีผลดีต่อสุขภาพนั้น จำเป็นที่จะต้องเล่นอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง ดังนั้นแอโรบิกจึงฝึกให้ผู้ที่เล่นเป็นผู้ที่มีวินัยในตัวเอง ซึ่งสามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันในด้านอื่น ๆ ได้ การเดินแอโรบิกนั้นส่วนใหญ่จะเดินกันทุกวัน ซึ่งเราต้องมีวินัยในตัวเองที่จะต้องไปเดินทุกวัน เพื่อให้เห็นผลที่เปลี่ยนแปลงในร่างกาย เช่น ถ้าต้องการลดน้ำหนักก็ต้องไปเดินทุกวันเป็นการออกกำลังกาย ไม่อย่างนั้นก็จะไม่เห็นผล ถือเป็น การฝึกวินัยไปในตัว เวลาทำงานก็จะเป็นคนที่มีระเบียบวินัยในการทำงานตามไปด้วย เพราะมีวินัยต่อตนเองก่อนแล้ว

+ จิตใจดี

ทำให้อารมณ์ดี เพราะการเดินแอโรบิกต้องมีเสียงเพลงประกอบ เราได้ฟังเพลงทุกๆ วันก็ทำให้ซึมซับความไพเราะของเพลง และทำให้เราไม่เครียด และทำให้มีจิตใจดีตามมา