

SBI – V1

ชื่อ _____ อายุ _____ ปี เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง วันที่ทำแบบสอบถาม _____ code -

โปรดขีดเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ☐ ที่ตรงกับลักษณะของท่านมากที่สุดในแต่ละหัวข้อทั้ง 10 หัวข้อ ในแต่ละหัวข้อ โปรดเลือกเพียง คำตอบเดียว ที่ท่านรู้สึกว่าจะตรงกับของตนเองมากที่สุด

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
การรักษาสัญญา	ความขยัน	การตัดสินใจ	เมื่อมีคนมาขอให้ช่วย ...	คุณธรรม ๕ ประการ	กำหนดจิต การทำ / สมาธิ	เมื่อพบกับความผิดหวัง หรือ ยั่วอารมณ์	เมื่อพบกับความ สูญเสีย ...พลัดพราก /	การตั้งเป้าหมาย / เป้าหมายในชีวิต	เมื่อพบกับผู้ที่ เดือดร้อน...
☐ เป็นเรื่องยากที่ ข้าพเจ้าจะรักษา สัญญาได้	☐ ข้าพเจ้ารู้สึกว่า ตนเองไม่ใช่คนขยัน เลย	☐ ข้าพเจ้ามักจะ ด่วนตัดสินใจ โดยไม่ทันได้ ใคร่ครวญให้ดี	☐ ข้าพเจ้ามักจะไม ช่วยเหลือ โดยถือคติ ว่าคนเราต้องช่วย ตนเอง	☐ การรักษาคุณธรรม ๕ ประการ ไม่อยู่ใน ความคิดของข้าพเจ้า	☐ ข้าพเจ้าไม่ค่อยทำ สมาธิ หรือ ไม่ได้ทำ สมาธิเป็นกิจลักษณะ เลย	☐ บางครั้งข้าพเจ้าตอบได้ โดยใช้กำลัง	☐ ปกติแล้วข้าพเจ้าทำ ใจไม่ได้ เคยถึงขั้นคิด สั้น หรือ ถึงขั้นเข้า โรงพยาบาล	☐ ข้าพเจ้าไม่เคยมี เป้าหมายในชีวิต	☐ บอกตามตรง ข้าพเจ้ารู้สึกเฉย ๆ คิด ว่าเป็นธรรมดาของ โลก
☐ ข้าพเจ้ารักษา สัญญาได้ แต่ขึ้นอยู่กับ บุคคล โอกาส และ สถานการณ์	☐ ข้าพเจ้าเป็นคนขยัน บ้าง ขึ้นอยู่กับ อารมณ์	☐ ข้าพเจ้าคิด ใคร่ครวญก่อน ตัดสินใจบ้าง เหมือนกัน แต่ก็ เป็นส่วนน้อย	☐ ข้าพเจ้าจะพิจารณา ก่อนว่าควรจะช่วย หรือไม่ควรจะช่วยดี	☐ เป็นเรื่องยากที่ ข้าพเจ้าจะรักษา คุณธรรม ๕ ประการ ให้ครบทุกข้อ	☐ ข้าพเจ้าพยายามทำ สมาธิในบางโอกาส	☐ ข้าพเจ้าไม่ใช้กำลัง แต่ แสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง และ คำพูด	☐ ข้าพเจ้าเป็นคนทำ ใจได้ยาก แม้ไม่ถึงขั้น เข้าโรงพยาบาลแต่ก็ ทำให้เกิดอาการทาง กาย หรือ ทางจิตใจ	☐ ข้าพเจ้าเคยนึกถึง เป้าหมายในชีวิต เหมือนกันแต่ไม่เคย ตั้งเป้าหมายอย่าง จริงจัง	☐ ข้าพเจ้ารู้สึกสงสาร เหมือนกัน แต่ก็ ไม่ เสมอไป
☐ ข้าพเจ้ามักจะรักษา สัญญา ในเรื่องสำคัญ ๆ หรือ มีผลกระทบ มาก	☐ ข้าพเจ้ารู้สึกว่าแม้ ตนเองจะขี้เกียจบ้าง แต่ก็ขยันเป็นส่วนใหญ่	☐ ข้าพเจ้ามักจะ คิดใคร่ครวญก่อน ตัดสินใจแต่ก็ไม่ ทุกครั้ง	☐ ข้าพเจ้าจะ ช่วยเหลือเพื่อตัด รำคาญ หรือ เพื่อเป็น การป้องกันไม่ให้เขา มาขออีก	☐ ข้าพเจ้าตั้งใจรักษา คุณธรรม ๕ ประการ แต่ก็ ทำได้บ้างไม่ได้ บ้าง	☐ ข้าพเจ้าทำสมาธิ เป็นประจำแต่ไม่ได้ทำ ทุกวัน	☐ ข้าพเจ้าไม่ใช้กำลัง ไม่ แสดงทางคำพูด แต่ก็ แสดงออกทางสีหน้า ท่าทางให้รับรู้	☐ ข้าพเจ้าเป็นคนทำ ใจได้ยาก ต้องใช้ เวลานานมาก เมื่อ เทียบกับคนอื่น ๆ	☐ ข้าพเจ้าตั้งเป้าหมาย ในชีวิตบ้าง เป็น บางครั้งบางคราว	☐ ข้าพเจ้ารู้สึกสงสาร เสมอ หากบุคคล เหล่านั้นเป็นคนที่ ข้าพเจ้ารู้จัก
☐ ข้าพเจ้ารักษา สัญญาเป็นประจำ แม้เรื่องไม่ใหญ่หรือไม่ มีผลกระทบมาก	☐ ข้าพเจ้ารู้สึกว่า ตนเองขยัน ชันแข็ง ตามหน้าที่ หรือ ตามที่ ได้รับมอบหมาย	☐ ข้าพเจ้าคิด ใคร่ครวญก่อน ตัดสินใจแทบจะ ทุกครั้ง	☐ ข้าพเจ้ามักจะ ช่วยเหลือถ้าสามารถ ทำได้ และ ไม่เกินวิสัย ของตนเอง	☐ ข้าพเจ้ารักษา คุณธรรม ๕ ประการ ได้ แต่บางครั้งก็จะ ละเมิดบ้าง	☐ ข้าพเจ้าทำสมาธิทุก วัน ณ เวลาใดเวลา หนึ่ง	☐ ข้าพเจ้าไม่พูดและ พยายามแสดงสีหน้า ท่าทางให้เป็นปกติ แม้ว่า จะรู้สึกอึดอัดข้างในก็ตาม	☐ ข้าพเจ้าทำได้แม้ จะใช้เวลาบ้าง แต่ เทียบไปแล้วก็ไม่ต่าง กับคนอื่น ๆ	☐ ข้าพเจ้ามีเป้าหมาย ชีวิตและตั้งเป้าหมาย ในเรื่องต่างๆที่ทำเป็น ส่วนใหญ่	☐ ข้าพเจ้ามักจะรู้สึก สงสารเสมอ แม้ว่าจะ ไม่รู้จักบุคคลนั้นมา ก่อนก็ตาม
☐ ข้าพเจ้ารักษา สัญญาเป็นประจำ แล้วจะทำตามนั้นให้ ได้เสมอแม้จะเกิด ผลกระทบต่อตนเองก็ ตาม	☐ ข้าพเจ้ารู้สึกว่า ตนเองเป็นคนขยัน ชันแข็ง และทำงาน เกินกว่าที่กำหนด เสมอ	☐ ข้าพเจ้าคิด ใคร่ครวญก่อน ตัดสินใจทุก ๆ ครั้ง	☐ ข้าพเจ้าจะ ช่วยเหลือเสมอและถ้า เกินวิสัยตนเองก็จะ พยายามหาช่องทาง หรือ วิธีอื่น	☐ ข้าพเจ้ารักษา คุณธรรม ๕ ประการ ได้เป็นปกติ เท่าที่จำ ได้ไม่เคยละเมิดโดย เจตนาเลย	☐ ข้าพเจ้าทำสมาธิทุก วัน ณ เวลาใดเวลา หนึ่ง รวมทั้ง เวลาอื่น ๆ ที่มีโอกาส	☐ ข้าพเจ้าพยายามแสดงสี หน้า ท่าทาง คำพูดให้เป็น ปกติและเพื่อให้ทุกอย่าง ดำเนินต่อไปได้	☐ ข้าพเจ้าทำได้และ คิดว่าใช้เวลาทำใจ น้อยกว่าคนอื่น ๆ	☐ ข้าพเจ้ามีเป้าหมาย ชีวิตและตั้งเป้าหมาย ในทุกๆเรื่องที่ทำ	☐ ข้าพเจ้ารู้สึกสงสาร แม้จะเป็นบุคคลที่ ข้าพเจ้าไม่ชอบมา ก่อนก็ตาม

* คุณธรรม ๕ ประการ ได้แก่ ๑) ไม่ฆ่า ๒) ไม่ลักทรัพย์ ๓) ไม่มีความสัมพันธ์ชู้สาวกับบุคคลโดยไม่ได้รับอนุญาตจากผู้ปกครอง ๔) ไม่โกหกทำให้เขาเสียประโยชน์ ๕) ไม่ดื่มสุรา สิ่งมึนเมา ยาเสพติด