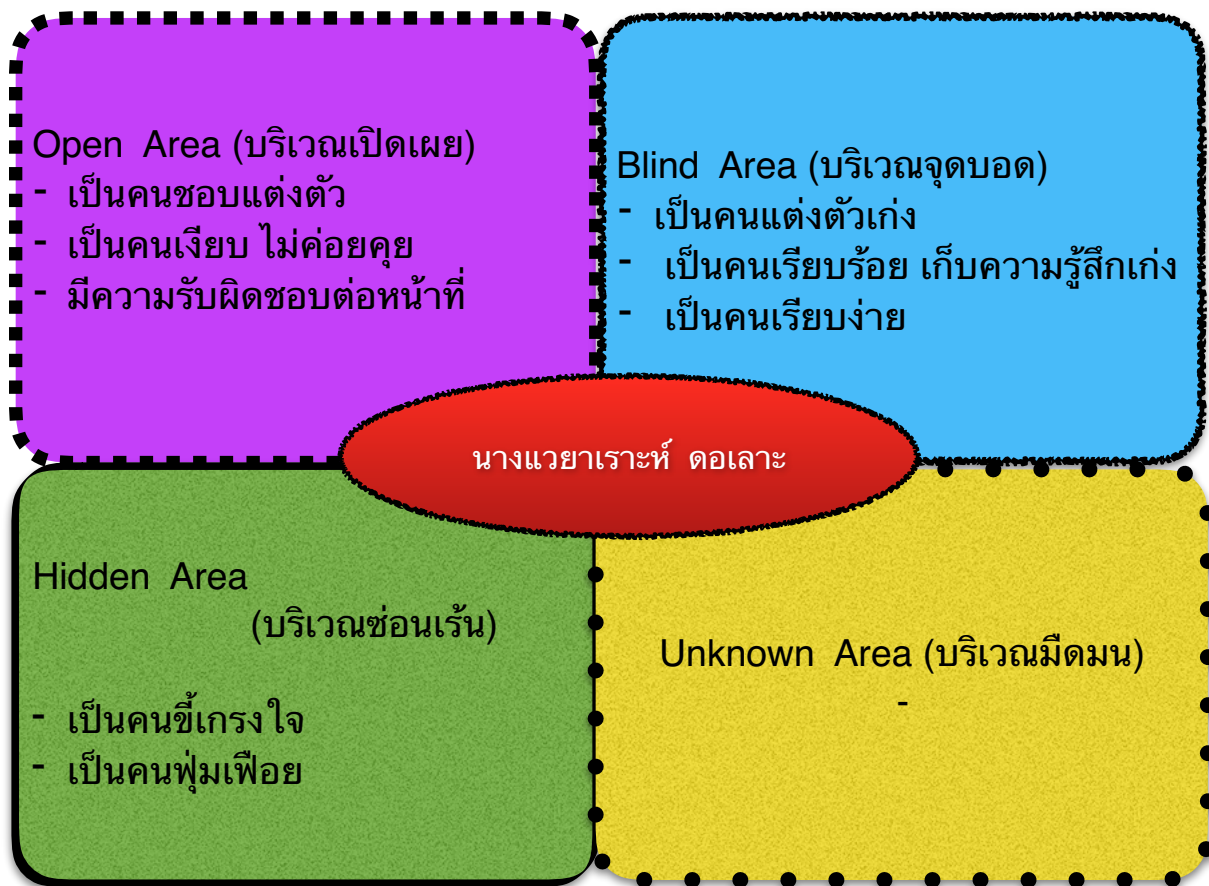


สัปดาห์ที่ 5 : งานเดี่ยวขั้นที่ 1 กิจกรรมรู้จักตนเอง :ทฤษฎีโจฮารีวินโดว์

กิจกรรมที่ 2.2 รู้จักตนเอง:ทฤษฎีโจฮารี และเทคนิคการเข้าใจตนเอง

จุดประสงค์ เพื่อให้ นักศึกษาสามารถปฏิบัติการวิเคราะห์ตนเอง ตามหลักการ โจฮารี วินโดว์

คำชี้แจง เพื่อให้ นักศึกษาสามารถหาเทคนิคการเข้าใจตนเอง
ให้นักศึกษาจับคู่กับเพื่อนแล้ววิเคราะห์ตนเองและเพื่อน "โจฮารี วินโดว์"แล้วหาเทคนิคการเข้าใจตนเอง



เทคนิคการเข้าใจตนเอง

1. สนใจในงานที่ทำอย่างสม่ำเสมอ และฝึกจนเป็นนิสัย
2. รู้จักตนเองและผู้อื่นเชิงบวก
3. มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น
4. ยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นและพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหา