

ใบงานกิจกรรมที่ 5.2

คำชี้แจง:

- 1) เขียนคำว่า "ฉัน" ไว้ตรงกลางวงกลม
- 2) เขียนชื่อบุคคลหรือแหล่งสนับสนุนที่สำคัญในชีวิตของท่านลงในวงกลม
- 3) จัดวางชื่อบุคคลตามระดับความใกล้ชิดและความรู้สึกว่าคุณสามารถขอความช่วยเหลือได้
- 4) ยิ่งอยู่ใกล้จุดศูนย์กลางมาก แสดงว่าคุณรู้สึกไว้วางใจและเข้าถึงบุคคลนั้นได้มาก
- 5) ยิ่งอยู่ไกลจากจุดศูนย์กลาง แสดงว่าคุณเข้าถึงบุคคลนั้นได้น้อยกว่า หรือยังไม่เคยขอความช่วยเหลือจากบุคคลนั้นมาก่อน

ความหมายของแต่ละวง

- วงที่ 1 คนที่ฉันไว้วางใจมากที่สุด บุคคลที่ฉันสามารถพูดคุย ขอคำปรึกษา หรือขอความช่วยเหลือได้อย่างสบายใจ
- วงที่ 2 คนที่ฉันรู้สึกใกล้ชิด บุคคลที่ฉันสามารถขอคำแนะนำหรือกำลังใจได้ในบางสถานการณ์
- วงที่ 3 คนที่สามารถช่วยเหลือฉันได้ บุคคลที่ฉันสามารถติดต่อได้เมื่อจำเป็น แต่ยังไม่ค่อยสนิทหรือไม่ค่อยได้ติดต่อ
- วงที่ 4 แหล่งสนับสนุนที่ฉันอาจเข้าถึงได้ บุคคลหรือหน่วยงานที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้ แต่ฉันยังไม่เคยหรือไม่ค่อยใช้บริการ

