

การฟัง

ทักษะการฟังเป็นทักษะทางการสื่อสารที่อยู่ในประเภทของการรับสาร และยังเป็นทักษะการใช้ภาษาที่ใช้มากที่สุดในชีวิตประจำวัน กล่าวได้ว่าทักษะการฟังนั้นเกิดขึ้นก่อนการพูด การอ่าน และการเขียน เพราะทักษะการฟังเกิดขึ้นตามธรรมชาติ ตั้งแต่แรกเกิด หลายคนจึงเข้าใจว่าทักษะการฟังนั้นไม่จำเป็นต้องมีการฝึกฝนเพราะทุกคนมีความสามารถในการฟัง แต่ที่จริงแล้วทักษะการฟังก็เหมือนกับทักษะอื่นๆ ที่ต้องได้รับการฝึกฝนพัฒนาอยู่เสมอจึงจะใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด และไม่เป็นเพียงแค่การได้ยินเสียงเท่านั้น

ความหมายของการฟัง

การฟัง หมายถึง พฤติกรรมการรับสารผ่านโสตประสาทอย่างตั้งใจเชื่อมโยงกับกระบวนการคิดในสมอง โดยสมองแปลความหมายของเสียงจนเกิดความเข้าใจและมีปฏิกิริยาตอบสนอง การฟังจึงเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล

การฟังนั้นต่างจากการได้ยิน เนื่องจากการฟังต้องอาศัยโสตประสาทที่อยู่ในหูเป็นเครื่องมือรับเสียง จากนั้นเมื่อเสียงผ่านโสตประสาทแล้วจะเข้าสู่กระบวนการทำงานของสมอง ส่วนการได้ยินเป็นกลไกอัตโนมัติของโสตประสาทในการรับเสียงแต่ไม่ได้เชื่อมโยงกับกระบวนการทางสมองเพื่อตีความในการทำความเข้าใจเสียงนั้น เป็นที่น่าสังเกตว่า ลักษณะการฟังนั้นจะต้องเริ่มมาจากการตั้งใจหรือตั้งใจที่จะฟัง ส่วนการได้ยินจะไม่ได้เริ่มมาจากการตั้งใจฟัง

ความสำคัญของการฟัง

การฟังมีความสำคัญมากต่อการติดต่อสื่อสารของมนุษย์ในชีวิตประจำวัน ดังจะเห็นว่ามนุษย์ใช้เวลาไปกับการฟังมากที่สุดหากเปรียบเทียบกับ การพูด การอ่าน และการเขียน การฟังจึงมีความสำคัญในการกำหนดความล้มเหลวหรือความสำเร็จของการสื่อสารอย่างมาก ความสำคัญของการฟัง สรุปได้ดังนี้

1. การฟังทำให้ได้รับความรู้ เพราะการฟังเป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้ เช่น การฟังบรรยายของอาจารย์ในชั้นเรียน ฟังวิธีทำขนมไทย ฟังวิธีปลูกไม้ดอก เป็นต้น
2. การฟังทำให้รู้ข้อมูลข่าวสารต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ทำให้รู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงของคนและสังคม
3. การฟังเป็นกระบวนการเรียนรู้อย่างหนึ่งของมนุษย์ ทั้งที่เกิดจากการฟังจากบุคคลโดยตรงหรือฟังผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์
4. การฟังช่วยยกระดับจิตใจ ทำให้เข้าใจความเป็นมนุษย์หรือการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขได้ เช่น การฟังธรรมเทศนา การฟังโอวาท เป็นต้น
5. การฟังทำให้ได้รับความบันเทิง ช่วยผ่อนคลายความเครียด
6. การฟังช่วยพัฒนาทักษะการพูดให้มีประสิทธิภาพได้ กล่าวคือ การฟังช่วยให้ผู้ฟังได้เรียนรู้วิธีการพูด เนื้อหาสาระของสาร วิธีการนำเสนอสาร บุคลิกภาพ ฯลฯ ซึ่งสามารถนำมาปรับใช้กับวิธีการพูดของตน ทำให้เกิดความมั่นใจขณะพูด และทำให้การพูดของตนมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
7. การฟังอย่างมีประสิทธิภาพสามารถสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างคนในสังคม
8. การฟังเป็นเครื่องมือช่วยสืบทอดความงามทางวรรณศิลป์และฉันทลักษณ์ของไทย เช่น การฟังบทร้อยกรอง บทกวี บทสวดมนต์ เพลงไทยเดิม เป็นต้น

ระดับของการฟัง

การฟังสามารถจำแนกได้หลายระดับ โดยระดับของการฟังที่มักใช้ในชีวิตประจำวันสรุปได้เป็น ๓ ระดับ ดังต่อไปนี้

๑. ระดับการได้ยิน การได้ยินเป็นกระบวนการขั้นแรกของการฟัง เป็นการรับรู้โดยใช้ อวัยวะในการรับรู้หรือการได้ยิน คือ หูและอวัยวะภายในหู เมื่อหูรับคลื่นเสียงแล้วก็จะส่งไปยังสมอง สมองจะรับรู้ว่าเป็นเรื่องที่ได้ยินนั้นคืออะไรโดยไม่มี การแสดง ปฏิกริยาตอบสนอง

๒. ระดับการฟังตามปกติ เป็นระดับการได้ยินที่สูงขึ้นต่อจากการได้ยิน ผู้ฟังต้องใช้สมรรถภาพทางสมองเชื่อมโยงเสียง ที่ได้ยินกับประสบการณ์และความรู้เกี่ยวกับความหมายของเสียง เพื่อให้เกิดการแปลความและตีความเสียงนั้น จนเข้าใจสารที่ ฟังและแสดงปฏิกริยาตอบสนองสารนั้นอย่างถูกต้องและเหมาะสม

๓. ระดับการฟังอย่างมีวิจารณญาณ เป็นระดับการฟังที่สูงขึ้นอีกต้องอาศัยสมรรถภาพทางด้านการคิดวิเคราะห์ การ ประเมินค่า การวินิจฉัย และการนำไปใช้ในชีวิตจริงได้ การฟังระดับนี้ต้องอาศัยการฝึกฝนและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง หากสามารถ พัฒนาจนเกิดทักษะแล้ว ผู้ฟังจะได้ประโยชน์สูงสุดจากการฟังสารนั้นๆ

ลักษณะการฟังแบบต่างๆ

การฟังสามารถแบ่งได้หลากหลายลักษณะ สรุปได้ดังนี้

๑. การฟังอย่างเข้าใจ เป็นการฟังขั้นพื้นฐานที่ใช้ได้ทุกสถานการณ์ เช่น ฟังเพื่อให้สามารถรับรู้เข้าใจเรื่องราว เข้าใจ ความคิดของบุคคล เข้าใจความหมายของสารแล้วสามารถนำสิ่งที่ได้ฟังไปปฏิบัติได้ ฯลฯ การฟังลักษณะนี้ผู้ฟังควรฟังโดยตลอด ใช้ความคิดพิจารณาด้วยใจที่เป็นกลางและยอมรับความรู้ความคิดหรือมุมมองต่างๆ ของผู้ส่งสาร อาจมีการจดบันทึกประเด็น สำคัญไปด้วยก็ได้

๒. การฟังอย่างมีจุดมุ่งหมาย เป็นการฟังที่ผู้ฟังตั้งวัตถุประสงค์ไว้ล่วงหน้า เช่น ต้องการฟังเพื่อ ความรู้ เพื่อความบันเทิง เพื่อการตัดสินใจ เป็นต้น การฟังอย่างไม่ได้ตั้งจุดมุ่งหมายจัดว่าเป็นการฟังแบบผ่านๆ ผู้ฟังจะไม่ได้ ประโยชน์จากสิ่งที่ได้ฟัง การฟังอย่างมีจุดมุ่งหมายจึงเป็นพื้นฐานสำคัญของการฟังอย่างมีประสิทธิภาพ

๓. การฟังอย่างมีวิจารณญาณ จัดเป็นการฟังที่ต้องใช้ความคิดวิเคราะห์สารที่ได้ฟัง มักดำเนินควบคู่ไปกับการ วิเคราะห์สาร จัดเป็นการฟังขั้นสูง ผู้ฟังต้องจับประเด็นว่าจุดมุ่งหมายของผู้พูดคืออะไร และแยกแยะว่าส่วนใดที่เป็นข้อเท็จจริง และเป็นข้อคิดเห็น โดยใช้กระบวนการคิดใคร่ครวญด้วยเหตุผล จนนำไปสู่การตอบสนองที่ถูกต้องเหมาะสม การฟังอย่างมี วิจารณญาณจะทำให้ผู้ฟังได้รับประโยชน์และได้ข้อมูลที่เป็นจริง

๔. การฟังอย่างประเมินคุณค่า เป็นการฟังในระดับสูงต่อมาจากการฟังอย่างมีวิจารณญาณ เป็นการฟังที่ผู้ฟังต้อง ประเมินหรือตัดสินคุณค่าของสารที่ฟังว่าดีหรือไม่ มีประโยชน์หรือไม่ เหมาะแก่การนำไปปฏิบัติหรือไม่ ผู้ฟังควรฟังอย่างตั้งใจ และสามารถวิพากษ์วิจารณ์สิ่งที่ฟังได้อย่างมีเหตุผลน่าเชื่อถือ การฟังอย่างประเมินคุณค่าทำให้ผู้ฟังตระหนักได้ว่าข้อมูลนั้น น่าเชื่อถือมากน้อยเพียงใด

จุดมุ่งหมายของการฟัง

การฟังที่ดีผู้ฟังจะต้องฝึกฝนและพัฒนาทักษะการฟังของตนอยู่เสมอ เพื่อให้สามารถทำความเข้าใจสิ่งที่ได้ฟังอย่าง ถ่องแท้ การฟังโดยที่มีการตั้งจุดมุ่งหมายในการฟังไว้ล่วงหน้าเป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาทักษะการฟัง จุดมุ่งหมายของการฟัง สรุปได้ดังนี้

๑. ฟังเพื่อให้เกิดความรู้ นักเรียนนักศึกษาเป็นกลุ่มที่ใช้วัตถุประสงค์นี้โดยตรง ผู้เรียนจะต้องฟังบรรยายของครู อาจารย์ ฟังวิทยากร ฟังเสวนา ฟังอภิปรายและฟังการรายงานของเพื่อน นอกจากการฟังเพื่อให้เกิดความรู้โดยตรงแล้ว ยังมี การ

ฟังอีกลักษณะหนึ่งที่ทำให้ผู้ฟังเกิดความรู้โดยอ้อม คือการฟังสารประเภทข่าวสาร เหตุการณ์บ้านเมือง เศรษฐกิจ สังคม ฟังสารคดี ฟังการสัมภาษณ์บุคคลสำคัญ ฟังรายการสนทนาต่างๆ ฟังรายการที่เป็นสารประโยชน์ เช่น การดูแลสุขภาพให้แข็งแรง การกำหนดจิตให้มีสมาธิ หรือรายการแนะนำสถานที่ท่องเที่ยว เป็นต้น การฟังเพื่อให้เกิดความรู้โดยอ้อมนี้จะทำให้ผู้ฟังเป็นคนที่มีความรู้กว้างขวาง เป็นผู้รอบรู้ในเรื่องต่างๆ ความรอบรู้นี้สามารถนำไปปรับใช้กับการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน ทำให้การดำเนินชีวิตมีคุณภาพและเกิดความสงบสุขได้

๒. ฟังเพื่อความบันเทิงและผ่อนคลาย เป็นการฟังเพื่อให้เกิดเพลิดเพลิน ความสนุกสนาน ผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน ภาวะแวดล้อม ความวิตกกังวลจากการดำเนินชีวิตในสังคม เช่น การฟังเพลง ฟังและชมการแสดงดนตรี ฟังเรื่องเบาสมอง ฟังการอ่านทำนองเสนาะ รวมไปถึงฟังเสียงธรรมชาติ เช่น น้ำตก นกร้อง คลื่นในทะเล ฯลฯ เป็นที่น่าสังเกตว่า ในปัจจุบันลักษณะการฟังเพื่อความบันเทิงและผ่อนคลายยังมีความแตกต่างจากในอดีต ทั้งนี้เพราะเทคโนโลยีที่มีความเจริญก้าวหน้า ดังจะเห็นว่าการฟังในสมัยอดีตจะมีลักษณะเป็นการฟังระหว่างบุคคลหรือระหว่างกลุ่มชนกลุ่มเล็กๆ และมักจะมีการนัดหมายล่วงหน้า ซึ่งมักจะเป็นการร้องหรือพูดปากเปล่าที่ผู้ร้องหรือพูดอยู่ไม่ไกลจากผู้ฟัง เช่น การฟังเพลง ฟังขับเสภา การดูโขน ฯลฯ แต่ในปัจจุบันมีการพัฒนาสื่อและเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ทำให้ผู้ฟังสามารถฟังเพลงหรือสิ่งที่ต้องการได้ในทุกขณะและผู้ฟังกับผู้ร้องหรือพูดไม่จำเป็นต้องอยู่ใกล้กันเพราะสามารถใช้เครื่องขยายเสียงได้ เช่น ฟังจากเครื่องเล่นเทป-ซีดีแบบพกพา เครื่องเล่นเอ็มพีโทไรส์ที่มีมือถือ iPad เป็นต้น

๓. ฟังเพื่อให้เกิดความคิดและการตัดสินใจ อาทิเช่น การฟังปราศรัยหาเสียง ฟังโฆษณาสินค้า ฟังการขอร้อง วิงวอน ฯลฯ การฟังลักษณะนี้ผู้ฟังจะต้องใช้วิจารณญาณในการฟังมากที่สุด และต้องประเมินค่าสิ่งที่ได้ฟังว่ามีเหตุมีผลน่าเชื่อถือหรือไม่เพื่อการตัดสินใจอย่างถูกต้อง เช่น ฟังการปราศรัยหาเสียง ผู้ฟังควรตั้งใจฟังและหาสาระสำคัญจากสิ่งที่ได้ฟัง พยายามแยกแยะข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริงกับข้อคิดเห็นหรือถ้อยคำที่มีลักษณะชักจูงใจ ชวนเชื่อออกจากกัน ใช้วิจารณญาณพิจารณาไตร่ตรองข้อมูลที่เป็นไปได้จริงและประโยชน์ที่จะได้รับ เป็นต้น

๔. ฟังเพื่อสร้างความเข้าใจ เป็นการฟังความคิดเห็น ความรู้สึกของผู้อื่น เพื่อเข้าใจบุคคลหรือเรื่องนั้นๆ เป็นการสร้างความเข้าใจร่วมกันและลดความขัดแย้งต่างๆ การฟังเพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกันเกิดขึ้นได้ในทุกระดับชั้น ตั้งแต่ระดับครอบครัวจนถึงระดับชาติและนานาชาติ เป็นที่น่าสังเกตว่า ลักษณะการฟังเพื่อสร้างความเข้าใจนี้ ส่วนใหญ่มักมีปัญหาหรือเกิดความขัดแย้งขึ้นเสียก่อนจึงมีการตกลงสร้างความเข้าใจร่วมกัน โดยปัญหาหรือความขัดแย้งนั้นเกิดได้จากหลากหลายสาเหตุ เช่น สาเหตุทางการเมือง สาเหตุทางเศรษฐกิจ สาเหตุทางสังคม สาเหตุทางความคิดและทัศนคติที่แตกต่างกัน ฯลฯ การฟังเพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกันจะเป็นแนวทางช่วยลดปัญหาหรือความขัดแย้งต่างๆ ได้ แต่ทั้งนี้ผู้ฟังและผู้พูดต้องมีใจเป็นกลางและยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างด้วย

๕. การฟังเพื่อแสดงความคิดเห็น การฟังเพื่อแสดงความคิดเห็นนั้นเป็นการฟัง ที่ต้องเกิดจากความตั้งใจและการคิดพิจารณาเพื่อประกอบการแสดงความคิดเห็น โดยการแสดงความคิดเห็นเป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการประเมินคุณค่าของสาร ฉะนั้น ผู้ฟังจึงต้องไตร่ตรองอย่างรอบคอบและพิจารณาถึงความเหมาะสมในการถ่ายทอดความคิดเห็นนั้นเป็นภาษาพูดหรือภาษาเขียนด้วย การฟังเพื่อแสดงความคิดเห็นนี้มักปรากฏในการฟังการสัมมนา การเสวนา การอภิปราย เป็นต้น

๖. ฟังเพื่อให้ได้คติชีวิตหรือความจรรโลงใจ เป็นการฟังที่ก่อให้เกิดสติปัญญาและวิจารณญาณ ยกกระดับจิตใจ คำพูดจิตใจให้สูงขึ้นและประณีตขึ้น การฟังประเภทนี้มีลักษณะคล้ายกับการฟังเพื่อความบันเทิงแต่ต่างกันตรงที่การฟังเพื่อให้ได้คติชีวิตหรือความจรรโลงใจจะมีลักษณะลึกซึ้งและละเอียดอ่อนกว่า มุ่งพัฒนาจิตวิญญาณมิใช่เพียงอารมณ์หรือความรู้สึก เช่น การฟังธรรมะ ฟังเทศน์ ฟังสุนทรพจน์ ฟังโอวาท เป็นต้น

๗. ฟังเพื่อพัฒนาสมองและรักษาสุขภาพจิต เป็นการฟังที่มีลักษณะเฉพาะเจาะจงเพื่อพัฒนาสมองและรักษาสุขภาพจิต อาทิเช่น ให้ทารกในครรภ์ฟังเสียงเพลงเชื่อว่าเป็นการพัฒนาสมอง การฟังเสียงตามธรรมชาติ เช่น เสียงนกร้อง เสียงน้ำตก ฯลฯ เชื่อว่าจะบำบัดอาการเครียด การซึมเศร้า และคนไข้จิตเวชได้

การตั้งจุดมุ่งหมายการฟังเป็นขั้นตอนพื้นฐานของการพัฒนาทักษะการฟังให้มีประสิทธิภาพ ผู้ฟังที่ดีต้องตั้งจุดมุ่งหมายของการฟังทุกครั้งเพื่อสร้างแนวทางในการฟังเรื่องราวต่างๆ ซึ่งจะทำให้ผู้ฟังสามารถเตรียมความพร้อมก่อนฟังเพื่อให้เกิดความเข้าใจเนื้อหาสาระ ประโยชน์และสามารถประเมินค่าสิ่งที่ได้ฟังได้ง่ายขึ้น

อุปสรรคและปัญหาในการฟัง

อุปสรรคและปัญหาในการฟังเกิดได้จากหลายสาเหตุ แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ล้วนส่งผลให้การสื่อสารไม่สัมฤทธิ์ผล เกิดความเข้าใจคลาดเคลื่อนระหว่างผู้พูดกับผู้ฟัง และอาจทำให้ผู้ฟังไม่สามารถวิเคราะห์สิ่งที่ฟังได้ สาเหตุของอุปสรรคและปัญหาที่ทำให้การฟังไม่สัมฤทธิ์ผลสรุปได้ ๕ สาเหตุใหญ่ๆ ดังนี้

๑. สาเหตุจากผู้ฟัง สาเหตุจากผู้ฟังส่วนใหญ่เกิดมาจากการขาดความพร้อมของผู้ฟังและนิสัยการฟังที่ไม่ดี เช่น ทนฟังนานๆ ไม่ได้ ขาดสมาธิ เชื่อคนง่าย ไม่มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องที่ฟัง ขาดทักษะการจับใจความสำคัญ ไม่ชอบบันทึกข้อมูล มีปัญหาสุขภาพ เป็นต้น ผู้ฟังที่ดีควรเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและนิสัยดังกล่าว และพยายามพัฒนาทักษะการฟังอยู่เสมอ อุปสรรคและปัญหาเหล่านี้ ผู้ฟังสามารถปรับให้ดีขึ้นได้เพราะเกิดมาจากตัวผู้ฟังเอง

นอกจากนิสัยการฟังแล้ว ปัญหาในการฟังอาจเกิดมาจากการที่ผู้ฟังไม่รู้จักรูปแบบการฟังที่ถูกต้อง อาทิเช่น ผู้ฟังบางคนฟังไม่ถูกวิธี เช่น เข้ามาฟังอาจารย์บรรยายในชั้นเรียนแต่กลับฟังแบบสบายๆ เหมือนการพักผ่อนแทนที่จะมีการจดบันทึกและคิดตามหรือบางคนชอบฟังผ่านๆ ไม่ใช้กระบวนการคิดทำให้ความรู้ที่ได้รับมีลักษณะผิวเผิน หรือบางคนชอบประเมินค่าสิ่งที่ได้ฟังตลอดเวลาไม่ว่าจะเป็นการวิเคราะห์สาร วิเคราะห์หลักวิธีพูดและบุคลิกภาพของผู้พูด ซึ่งอาจทำให้ผู้ฟังเข้าใจความหมายหรือเข้าใจสารผิดพลาดประสงค์ เช่น ผู้พูดส่งสารที่ตกลงขบขันเพื่อสร้างบรรยากาศที่สนุกสนาน แต่ผู้ฟังเอาแต่ประเมินค่าสารอยู่จนอาจไม่ได้รับสาระบันเทิงดังกล่าวก็ได้

๒. สาเหตุจากผู้พูด ผู้พูดเป็นอีกฝ่ายหนึ่งที่มีส่วนสำคัญต่อกระบวนการฟังที่มีประสิทธิภาพ การฟังที่มีประสิทธิภาพนอกจากผู้ฟังจะต้องมีทักษะการฟังที่ดีแล้ว ผู้พูดควรมีทักษะการพูดที่ดีด้วยเช่นกัน หากผู้พูดมีข้อบกพร่องเกี่ยวกับวิธีการพูด การนำเสนอสาร หรือบุคลิกภาพอาจจะทำให้ผู้ฟังเข้าใจประเด็นผิด ไม่เชื่อถือ และไม่สนใจฟังก็เป็นได้ สาเหตุจากผู้พูดพอสรุปได้ดังนี้

๒.๑ ผู้พูดขาดทักษะการส่งสาร เช่น ไม่สามารถถ่ายทอดความคิดหรือความรู้เป็นคำพูดได้ ไม่คุ้นเคยต่อการนำเสนอต่อหน้าที่ประชุมชน ฯลฯ

๒.๒ ผู้พูดรู้สึกประหม่า ตื่นเต้น หรือกลัวจนพูดไม่ออกหรือพูดติดขัด ซึ่งอาจทำให้ฟังแล้วเข้าใจยากและอาจทำให้ไม่อยากฟัง

๒.๓ ผู้พูดกังวลเรื่องเนื้อหาที่จะพูดยังไม่สมบูรณ์ ปัญหานี้อาจทำให้ผู้พูดขาดความมั่นใจจนทำให้การถ่ายทอดสารขาดประสิทธิภาพ ส่วนผู้ฟังจะได้รับสารไม่ครบถ้วนหรืออาจเข้าใจสารผิดไปได้

๒.๔ ขาดบุคลิกภาพที่ดีขณะพูด บุคลิกภาพที่ดีจะช่วยสร้างความน่าเชื่อถือให้แก่ผู้พูดได้ การขาดบุคลิกภาพจะทำให้ผู้ฟังรู้สึกสงสัยและไม่เชื่อถือสิ่งที่ผู้พูดพูด

๓. สาเหตุจากสาร สาเหตุจากสารส่วนใหญ่มักเกิดจากการที่ผู้ฟังไม่เข้าใจสาร โดยเกิดได้จากหลายสาเหตุ พอสรุปสาเหตุจากสารคร่าว ๆ เป็น ๒ ลักษณะ ดังนี้

๓.๑ สาเหตุจากเนื้อหา ส่วนใหญ่แล้วปัญหาที่มาจากเนื้อหาของสารมักจะเกิดจากสารที่เข้าใจยาก สารที่มีความซับซ้อนและลึกซึ้งมาก หรือมีตาราง แผนภูมิ กราฟที่เข้าใจยาก ซึ่งปัญหาเหล่านี้อาจทำให้ฟังไม่เข้าใจหรือเข้าใจสารผิดก็ได้

๓.๒ สาเหตุจากภาษา ภาษาที่ปรากฏในสารนั้นอาจทำให้เกิดปัญหาได้ โดยสารนั้นมีคำศัพท์เฉพาะมากเกินไป เป็นศัพท์ที่ไม่ได้ใช้อยู่ทั่วไป หรือใช้ศัพท์ภาษาต่างประเทศมากเกินไปหรือบทกวีที่เข้าใจยากซึ่งอาจทำให้ผู้ฟังไม่เข้าใจสาร เกิดความรู้สึกงุนงงก็เป็นได้

ปัญหาการฟังที่มีสาเหตุมาจากสารข้างต้นนี้ ส่งผลให้ผู้ฟังไม่สามารถจับประเด็นหรือเข้าใจเรื่องที่ฟังได้ทั้งหมด และอาจทำให้ผู้ฟังรู้สึกเบื่อหน่ายได้อีกด้วย

๔. สาเหตุจากสื่อ สื่อ คือ วิธีทางหรือช่องทางการนำเสนอสารของผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร สื่อมีหลายประเภท เช่น สื่อที่เป็นบุคคล สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สื่อทางธรรมชาติ เป็นต้น หากสื่อเกิดขัดข้องหรือด้อยคุณภาพ เช่น ไมโครโฟนเสียงขาดหายเป็นช่วงๆ หรือโทรทัศน์พร่ามัว สัญญาณไม่ดี หรือบุคคลที่ฝากสารไปส่งต่อเข้าใจสารผิด ฯลฯ จะทำให้ผู้ฟังหรือผู้รับสารไม่เข้าใจสาร ส่งผลให้การสื่อสารขาดประสิทธิภาพ

๕. สาเหตุจากสภาพแวดล้อม สภาพแวดล้อมเป็นส่วนที่ช่วยสร้างบรรยากาศในการฟัง แต่หากสภาพแวดล้อมไม่เอื้ออำนวยอาจเป็นอุปสรรคต่อการฟังได้ เช่น แสงสว่างน้อยเกินไป อยู่ในบริเวณที่มีเสียงดังเกินไป ร้อนหรือหนาวเกินไป เป็นต้น

อุปสรรคและปัญหาในการฟังข้างต้น อาจทำให้ประสิทธิภาพในการฟังลดน้อยลง ทั้งนี้ปัญหาบางปัญหาไม่ได้เกิดมาจากผู้ฟัง ทว่าผู้ฟังควรเตรียมความพร้อมในทุกสถานการณ์ อย่างไรก็ตาม ปัญหาของการฟังที่มาจากผู้ฟังเอง เป็นสิ่งที่ผู้ฟังควรแก้ไขและเป็นสิ่งที่แก้ไขได้เพราะเกิดจากตัวผู้ฟังเอง

มารยาทในการฟัง

มารยาทในการฟัง ถือเป็นวัฒนธรรมประจำชาติอย่างหนึ่งที่คุณผู้ฟังควรยึดถือและปฏิบัติให้ถูกต้องเหมาะสม การมีมารยาทในการฟังที่ดี ถือเป็นการให้เกียรติต่อผู้พูด ให้เกียรติต่อสถานที่และให้เกียรติต่อชุมชน มารยาทเหล่านี้จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่ทุกคนควรยึดถือและปฏิบัติโดยเคร่งครัด

ผู้มีมารยาทในการฟังควรปฏิบัติตน ดังนี้

- ๑) เมื่อฟังอยู่เฉพาะหน้าผู้ใหญ่ ควรฟังโดยสำรวมกิริยามารยาท ฟังด้วยความสุภาพเรียบร้อย และตั้งใจฟัง
- ๒) การฟังในที่ประชุม ควรเข้าไปนั่งก่อนผู้พูดเริ่มพูด โดยนั่งที่ด้านหน้าให้เต็มก่อนและควรตั้งใจฟังจนจบเรื่อง
- ๓) ให้เกียรติผู้พูดด้วยการปรบมือ เมื่อมีการแนะนำตัวผู้พูดหรือขอบคุณผู้พูด
- ๔) หากมีข้อสงสัยเก็บไว้ถามเมื่อมีโอกาสและถามด้วยกิริยาสุภาพ เมื่อจะซักถามต้องเลือกโอกาสที่ผู้พูดเปิดโอกาสให้ถาม ถามด้วยถ้อยคำสุภาพและไม่ถามนอกเรื่อง
- ๕) ระหว่างการพูดดำเนินอยู่ควรรักษาความสงบเรียบร้อยด้วยการฟังอย่างสงบสุขุม ไม่ทำเสียงรบกวนผู้อื่น ไม่เคาะโต๊ะ ไม่ส่งเสียงโห่ฮา เป่าปาก สั่นขา กระแทบเท้า ไม่ลุกไปมาบ่อยๆ หากมีความจำเป็นต้องลุกจากเก้าอี้ควรแสดงความเคารพผู้พูดหรือประธานเสียก่อน หากเดินเข้าไปในที่ประชุมขณะที่ผู้พูดอยู่ควรแสดงความเคารพผู้พูดก่อนเข้าไปนั่ง
- ๖) มีปฏิริยาตอบสนองผู้พูดอย่างเหมาะสม ไม่แสดงสีหน้าหรือกิริยาก้าวร้าว เบื่อหน่าย หรือลุกออกจากที่นั่งโดยไม่จำเป็นขณะฟัง
- ๗) ฟังด้วยความอดทน แม้มีความคิดเห็นขัดแย้งกับผู้พูดก็ควรมีใจกว้างรับฟังอย่างสงบ
- ๘) ไม่แอบฟังการสนทนาของผู้อื่น

หลักปฏิบัติในการฟังตามสถานการณ์ต่างๆ

หลักปฏิบัติในการฟังตามสถานการณ์ต่างๆ สรุปได้ ดังนี้

๑. การนั่งฟัง ผู้ฟังควรนั่งฟังด้วยความสุภาพเรียบร้อย ไม่เหยียดขาออกมา ไม่นั่งไขว่ห้าง หากนั่งกับพื้นควรนั่งพับเพียบ โดยเฉพาะเมื่ออยู่ต่อหน้าพระสงฆ์หรือผู้ใหญ่ ในขณะที่ฟังเทศน์ควรพนมมือขณะฟังด้วย นั่งมีอวางซ้อนกันบนตัก ไม่ควรฟังพนัก ตามองผู้พูด ลักษณะเช่นนี้เป็นสิ่งที่ผู้ฟังควรฝึกปฏิบัติให้เคยชิน

๒. การยืนฟัง ขณะยืนฟังควรยืนตัวตรง สันเท้าชิด มือกุมประสานกันยกมือขึ้นเล็กน้อย ตามองผู้พูด ไม่ยืนอย่างสบายเกินไป ไม่เท้าสะเอว เท้าแขนบนโต๊ะ หรือยื่นค้ำศีรษะผู้ใหญ่

๓. การฟังการสนทนาหรือฟังผู้ใหญ่พูดขณะเดิน ควรเดินเอียงไปทางด้านหลังผู้ใหญ่ด้านใดด้านหนึ่งเล็กน้อย ไม่เปลี่ยนด้านไปมา เดินด้วยความสำรวม และตั้งใจฟัง

หลักการฟังที่กล่าวไปทั้งหมดข้างต้น เป็นสิ่งที่ผู้ฟังต้องฝึกฝนและพัฒนาเพื่อการฟังอย่างมีประสิทธิภาพ เพราะการฟังที่มีประสิทธิภาพเป็นเรื่องสำคัญต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยสามารถทำให้ชีวิตดำเนินไปได้อย่างมีคุณภาพและปกติสุขได้

สำนวนสุภาษิตเกี่ยวกับการฟัง

สังคมไทยสมัยก่อนเป็นสังคมมุขปาฐะ ที่มีการสื่อสารด้วยปากต่อปาก แม้จนมีการคิดประดิษฐ์อักษรขึ้นใช้ก็ยังคงใช้กันในวงแคบ ๆ ชาวบ้านส่วนใหญ่ยังไม่รู้หนังสือมากนัก การพูดและการฟังจึงยังเป็นการสื่อสารที่มีอิทธิพลสูงในสังคมไทยส่วนมาก มีสำนวนไทยที่เตือนสติ ให้ข้อคิดเกี่ยวกับการฟังหลายสำนวน เช่น

- ฟังหูไว้หู, พกหินดีกว่าพกนุ่น, พกหินเป็นคุณพกนุ่นถอยศรี
 - หมายถึงให้หนักแน่น ไม่ให้เชื่อไปตามที่ได้ฟังโดยไม่ไตร่ตรอง
- ตักน้ำรดหัวตอ, สีซอให้ควายฟัง, เข้าหูซ้ายทะลุหูขวา
 - เป็นการเปรียบเทียบคนที่ไม่รู้จักฟัง หรือฟังอะไรเข้าใจยาก ถึงจะพูดอะไรให้ฟังก็เสียเวลาเปล่า
- ฟังไม้ค้ำพท์ จับมากระเดียด
 - หมายถึงการฟังอะไรไม่เข้าใจ แล้วยังคิดเตาเอาเองผิด ๆ
- ไปไหนมาสามวาสองศอก
 - หมายถึงถามอย่างหนึ่ง ตอบไปอีกอย่างหนึ่งเพราะสื่อสารไม่ตรงกัน เป็นความบกพร่องจากการฟัง

นอกจากนี้ยังมีสำนวนอีกหลายสำนวนที่สอนเกี่ยวกับการพูดแบบต่างๆ ซึ่งนักเรียนก็ควรได้เรียนรู้ไว้เป็นส่วนประกอบเพื่อให้ระมัดระวังในการฟังลักษณะการพูดประเภทนั้นๆ เช่น

- ปากปราศรัยน้ำใจเชือดคอ, ปากหวานกันเปรี้ยว, ปากไม่ตรงกับใจ, ปากว่าตาขยิบ
 - หมายถึงให้ระมัดระวังคนที่ปากพูดอย่างหนึ่งแต่ใจอาจคิดอีกอย่างหนึ่ง

การฝึกทักษะการฟัง

การฟัง ต่างจากการได้ยินเสียง โดยเฉพาะในด้านของการรับรู้ข้อมูลหรือสารที่ได้ฟัง ดังนั้นการฟังจึงเป็นทักษะที่จำเป็นต้องได้รับการฝึกฝน ดังขั้นตอนต่อไปนี้

๑. **การกำหนดวัตถุประสงค์ในการฟัง** ผู้ฟังควรกำหนดวัตถุประสงค์ในการฟังเพื่อให้มีเป้าหมาย หรือจุดสังเกตในการรับสารนั้นๆ รวมทั้งผู้ส่งสารเองก็ควรแสดงวัตถุประสงค์ของสารนั้นให้ชัดเจน เพื่อให้ผู้ฟังจะได้ตั้งวัตถุประสงค์ในการฟังเช่นกัน เมื่อได้รับฟังสารนั้นแล้ว ผู้ฟังจะต้องทำอะไร ได้รับอะไร รู้สึกอย่างไร เป็นต้น ทั้งนี้วัตถุประสงค์ของการฟังมีหลายประการ เช่น

- การฟังให้รับรู้สาร หรือข้อมูล แล้วสามารถตอบคำถามได้ ปฏิบัติตามได้
- การฟังให้สรุปวัตถุประสงค์ของผู้พูดได้ เช่น ผู้พูดต้องการโน้มน้าวใจ ชี้แจง จรรโลงใจ เป็นต้น
- การฟังให้จับใจความสำคัญ จำแนกเนื้อหาที่ฟังเป็นหัวข้อต่างๆ ได้ ย่อความ สรุปความได้
- การฟังให้แยกแยะข้อเท็จจริงและความคิดเห็นได้
- การฟังที่สามารถรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกจากสารได้ เช่น ตลก เสียดยดี ประชดประชัน โศกเศร้า เป็นต้น
- การฟังที่จำแนกได้ว่าผู้ส่งสารแสดงความคิดเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยต่อเรื่องใด อย่างไร เพราะเหตุใด
- การฟังที่รับรู้บรรยากาศที่เกิดขึ้นได้ว่าเป็นแบบสนุกสนาน ผ่อนคลาย เคร่งเครียด หรือเป็นทางการ
- การฟังให้เข้าใจสำนวน ถ้อยคำ ทั้งความหมายโดยตรง ความหมายโดยนัย ถ้อยคำเสียดยดี ประชดประชัน เข้าใจความหมายจากน้ำเสียงหรืออวัจนภาษาได้
- การฟังแล้วสามารถวิเคราะห์เรื่องที่ฟังในประเด็นต่างๆ ได้
- การฟังเพื่อให้ประเมินค่าของสารเรื่องนั้นๆ ได้

๒. **การตั้งใจและมีสมาธิในการฟัง** รับสารอย่างต่อเนื่องทั้งอวัจนภาษาและอวัจนภาษา ผู้ฟังควรมีสมาธิจดจ่อกับสารที่ฟัง ควบคุมความคิดและความสนใจให้อยู่ในขอบเขตของสารที่กำลังรับ และเตรียมตั้งสติคิดพร้อมที่จะรับสารต่อไปเป็นลำดับ

๓. **จดบันทึกข้อความสำคัญหรือข้อความที่น่าสนใจอย่างรวดเร็ว** แต่ต้องระมัดระวังไม่เสียเวลากับการจดบันทึกมากเกินไปจนการฟังขาดช่วง ทำให้ไม่สามารถปะติดปะต่อเนื้อหาสาระจากการฟังได้ การจดบันทึกจะมีส่วนช่วยในการเรียบเรียงลำดับเนื้อหา จดจำข้อความสำคัญของสารที่ฟังได้ด้วย

๔. **จดบันทึกข้อสงสัย หรือคำถามที่เกิดขึ้นในขณะที่ฟัง** ทั้งนี้ในขณะที่ฟัง ผู้ฟังมีการคิดตาม ทำความเข้าใจกับสารที่ฟัง อาจทำให้เกิดข้อสงสัยในบางช่วงบางตอนของสารได้ การจดบันทึกคำถามเพื่อถามผู้พูดในภายหลังจะช่วยให้ผู้ฟังไม่ลืมประเด็นที่สงสัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อฟังเนื้อหาที่ค่อนข้างยาว

๕. **ฟังโดยปราศจากอคติและความลำเอียง** ให้ผู้ฟังรับสารอย่างตรงไปตรงมา เปิดใจ ไม่อคติทั้งต่อตัวผู้พูด และต่อสารที่ได้รับฟัง ไม่ตั้งอยู่บนพื้นฐานความพึงพอใจ ต่อต้าน คัดค้าน หรือความเชื่อถือศรัทธา เป็นต้น

๖. **เมื่อจบการฟังผู้ฟังควรสรุปได้ว่าสารที่ได้รับฟังนั้นสอดคล้อง ตอบโจทย์ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่** สามารถจับใจความ ตอบคำถาม ปฏิบัติตาม หรือเกิดอารมณ์ความรู้สึกตามวัตถุประสงค์ของสารและผู้ส่งสารหรือไม่ อย่างไร

แบบฝึกทักษะการฟัง ชุดที่ ๑
การฟังเพื่อรับสาร จับใจความ และปฏิบัติตาม

คำชี้แจง: ให้นักเรียนฟังข้อความต่อไปนี้ แล้วปฏิบัติตามขั้นตอนตามที่ได้ฟังลงในพื้นที่กรอบสี่เหลี่ยมด้านล่าง



(พื้นที่จดบันทึกจากการฟัง)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรคที่พบจากการฟัง

1.
2.
3.
4.
5.

แบบฝึกทักษะการฟัง ชุดที่ ๒
การฟังเพื่อรับสาร จับใจความ และตอบคำถาม

คำชี้แจง: ให้นักเรียนฟังข้อความจากเรื่อง “ฉันอยู่ที่ใด” ประกอบแผนที่การเดินทาง จากนั้นตอบคำถามให้ถูกต้อง



คำถามข้อที่ ๑ บันทึก..... ตอบ

คำถามข้อที่ ๒ บันทึก..... ตอบ

คำถามข้อที่ ๓ บันทึก..... ตอบ

คำถามข้อที่ ๔ บันทึก..... ตอบ

คำถามข้อที่ ๕ บันทึก..... ตอบ

รวมคะแนนเต็ม ๕ ได้.....

แบบฝึกทักษะการฟัง ชุดที่ ๓
การฟังเพื่อรับสาร จับใจความ และตอบคำถาม

คำชี้แจง: ให้นักเรียนฟังข้อความแล้วตอบคำถามต่อไปนี้ให้ถูกต้อง คะแนนเต็ม ๒๐ คะแนน

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๑ - ๓

๑. การยิ้มให้คุณค่าสูงสุดอย่างไร
- | | |
|------------------------------|--|
| ก. เป็นของขวัญอันสุดวิเศษ | ข. เป็นการผูกมิตรที่ดีเยี่ยม |
| ค. เป็นการผ่อนคลายความเครียด | ง. เป็นการทำให้ตัวเองและคนรอบข้างมีความสุข |
๒. ผู้เขียนข้อความนี้มีจุดมุ่งหมายใด
- | | |
|---------------------------|----------------------------|
| ก. ให้ความรู้ ความเข้าใจ | ข. ให้คติในการดำเนินชีวิต |
| ค. โน้มน้าวใจ ให้คล้อยตาม | ง. จรรโลงใจ ให้ความบันเทิง |
๓. ข้อใดไม่ใช่ความสำคัญของการยิ้มที่ผู้พูดกล่าวถึง
- | | |
|--|--------------------------------------|
| ก. เป็นการทักทาย ผูกมิตร | ข. เป็นการรักษาโรคทางกายและทางจิต |
| ค. เป็นการมอบของขวัญอันสุดวิเศษให้แก่กัน | ง. เป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อบนใบหน้า |

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๔ - ๕

๔. ผู้เขียนมีเจตนาอย่างไร
- | | |
|--------------------------------------|---|
| ก. ให้เข้าใจธรรมชาติของชีวิต | ข. ให้ระมัดระวังภัยที่อาจเกิดขึ้น |
| ค. ให้เตรียมพร้อมเพื่อรับปัญหาต่าง ๆ | ง. ให้เข้าใจความเป็นจริงและไม่ปล่อยให้เกิดปัญหา |
๕. เพราะอะไร วัยรุ่น จึงเป็นช่วงเวลาพิเศษที่สุดของชีวิต
- | | |
|--|---|
| ก. มีการเปลี่ยนแปลงทางกายและจิตใจมากที่สุด | ข. เป็นช่วงต่อระหว่างความเป็นเด็กและผู้ใหญ่ |
| ค. จิตใจเกิดความสับสน วิดกกังวลและเครียด | ง. มีโอกาสเช่นนี้เพียงครั้งเดียวในชีวิต |

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๖

๖. จากเรื่องนี้ให้ข้อคิดอย่างไร
- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| ก. การทำงานไม่ควรใช้แรงมาก | ข. งานบางอย่างเหมาะกับบางคน |
| ค. แต่ละคนถนัดต่างกัน | ง. ทำอะไรต้องพอดี |

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๗ - ๙

๗. คำว่า “ชีวิตเสรี” ในข้อความนี้น่าจะมีสภาพเป็นอย่างไร
- | | | | |
|--------------|------------------|----------------------|-------------------|
| ก. มีความสุข | ข. มีความปลอดภัย | ค. มีความอุดมสมบูรณ์ | ง. มีความสนุกสนาน |
|--------------|------------------|----------------------|-------------------|
๘. ผู้ที่กล่าวข้อความนี้มีลักษณะนิสัยอย่างไร
- | | | | |
|------------------|----------------|---------------------|----------------------|
| ก. รักเสียงดนตรี | ข. รักธรรมชาติ | ค. รักความอิสระเสรี | ง. รักต้นไม้และสัตว์ |
|------------------|----------------|---------------------|----------------------|
๙. นักเรียนคิดว่าสถานที่ใดเหมาะสมกับข้อความข้างต้น
- | | | | |
|-------------|-----------|-------------|---------|
| ก. สวนสัตว์ | ข. ป่าไม้ | ค. วนอุทยาน | ง. ชนบท |
|-------------|-----------|-------------|---------|

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๑๐ - ๑๒

๑๐. ข้อความนี้กล่าวถึงเรื่องใดเป็นสำคัญ

ก. การสร้างชื่อเสียง

ข. คุณค่าของความเพียร

ค. แนวทางการประกอบอาชีพ

ง. ความเกียจคร้านเป็นสิ่งไม่ดี

๑๑. ผู้เขียนมีจุดมุ่งหมายอย่างไรในการกล่าวข้อความนี้

ก. ให้แง่คิด

ข. แนะนำ

ค. ชักชวน

ง. ตักเตือน

๑๒. ข้อใดเป็นผลจากความเพียร

ก. สมศรีได้รับรางวัลแม่ดีเด่น

ข. อนงค์ได้รับรางวัลจากเจ้าของเงิน

ค. นุชจรีได้รับทุนไปเรียนต่อต่างประเทศ

ง. รุ่งเรืองได้รับความสำเร็จจากการขายที่ดิน

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๑๓ - ๑๔

๑๓. คำว่า “พิช” มีความหมายแฝงถึงอะไร

ก. ความมัวเมา

ข. ความลุ่มหลง

ค. มีคนเอาใจ

ง. อำนาจ

๑๔. ข้อความนี้ให้แง่คิดอะไรที่สำคัญที่สุด

ก. คนเรามักจะถือความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นใหญ่

ข. คนเรามักจะเห็นว่าตัวเองพิเศษกว่าผู้อื่นเสมอ

ค. คนเราพอมีอำนาจแล้วชอบแสดงอำนาจ

ง. คนเราชอบรวบอำนาจไว้กับตนเอง

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๑๕

๑๕. ข้อใดเป็นข้อคิดสำคัญจากเรื่องนี้

ก. ไม่ควรเอาอย่างผู้อื่น

ข. ไม่ควรทำตามคนที่ต่ำต้อยกว่า

ค. ควรมีความคิดริเริ่ม

ง. ควรทำในสิ่งที่เหมาะสมกับวัย

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๑๖

๑๖. ข้อความนี้มุ่งให้เห็นความสำคัญของสิ่งใด

ก. การศึกษาเล่าเรียน

ข. การประกอบอาชีพ

ค. ความทันสมัย

ง. สมรรถภาพ

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๑๗

๑๗. พฤติกรรมใดที่ถือว่าเป็น “ความนิยมไทย”

ก. ฟังเพลงไทย เพราะฟังรู้เรื่อง

ข. ใช้ผ้าไทย เพราะผลิตได้เอง

ค. ใช้ภาษาไทย เพราะมีความเคยชิน

ง. กินอาหารไทย เพราะอร่อย มีคุณค่า

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๑๘

๑๘. เจตนาของผู้พูดคืออะไร

ก. ให้ความรู้ความเข้าใจ

ข. ให้เปลี่ยนพฤติกรรม

ค. ให้ความสนุก ขบขัน

ง. ให้ข้อคิดในการดำเนินชีวิต

ฟังข้อความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามข้อ ๑๙ - ๒๐

๑๙. ทรัพยากร หรือพลังงานชนิดใดที่ข้อความนี้มีได้กล่าวถึง

- ก. น้ำ ข. ไฟฟ้า ค. ป่าไม้ ง. แร่ธาตุ

๒๐. บุคคลใดในเรื่องนี้ที่ไม่ประหยัดทรัพยากร

- ก. อาม่า ข. พี่แว่น ค. พี่อ้วน ง. ญาติ

#####

รายการเอกสารอ้างอิง

- กองทัพ เคลือบพิษกุล. (๒๕๔๒). **การใช้ภาษาไทย**. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- กอบกาญจน์ วงศ์วิสิทธิ์. (๒๕๕๑). **ทักษะภาษาเพื่อการสื่อสาร**. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- กุสุมา รักษมณี. (๒๕๓๖). **ทักษะการสื่อสาร**. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- นิพนธ์ ศศิธร. (๒๕๒๔). **หลักการพูดต่อชุมชน**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (๒๕๔๖). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ฉบับพ.ศ. ๒๕๔๒**. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์.
- วัฒนะ บุญจับ. (๒๕๔๑). **ศาสตร์แห่งการใช้ภาษา**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มิตรสยาม.
- อภิรักษ์ อนุษะมาน. (๒๕๔๙). **ศิลปะการใช้ภาษาไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.