



รางวัลหนังสือเด็กยอดเยี่ยม



รางวัลหนังสือสร้างสรรค์ยอดเยี่ยม



หนังสืออ่านเสริม
ระดับความฉลาด

ทางอารมณ์

[ภาคการสร้างความสัมพันธ์ในสังคม]



2

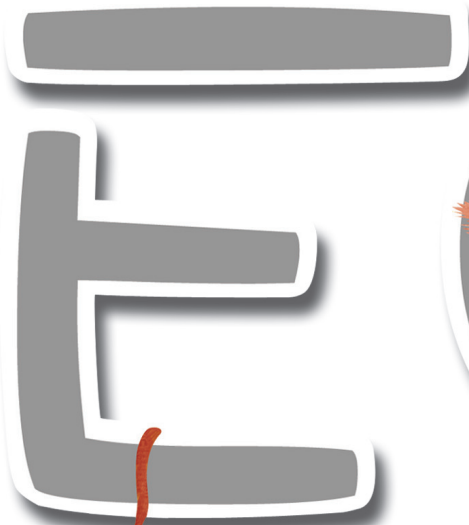
ตอน “ร่วมแรงร่วมใจ”

ค้นพบรหัสสู่ความสำเร็จ,
ประกาศการสิ้นสุดของยุคสมัยที่ “สติปัญญามีความสำคัญเป็นอันดับหนึ่ง”
EQ ทำให้เด็กๆ กลายเป็นผู้ที่เข้มแข็งในอนาคต



同心出版社

ดวงกลมพับลิชชิ่ง
นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า



หนังสืออ่านเสริม
ระดับความฉลาด

ทางอารมณ์

[ภาคการสร้างความสัมพันธ์ในสังคม]



2

ตอน “ร่วมแรงร่วมใจ”

เรียบเรียง : อวี๋เกียน

แปล : ไอริน เป

“คำนำ”



“จากผู้เรียบเรียง”

EQ เป็นคำศัพท์ทางจิตวิทยาที่เริ่มใช้กันแพร่หลายไปทั่วโลกมาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1995 คำว่า EQ ซึ่งย่อมาจาก Emotional Quotient และมีความหมายที่แปลเป็นภาษาไทยว่าความฉลาดทางอารมณ์นั้นเป็นแนวคิดที่สอดคล้องกับความฉลาดทางเชาวน์ปัญญา (IQ) โดยทั่วไป EQ จะหมายถึงลักษณะของอารมณ์, ความรู้สึก, ความมุ่งมั่น, ความอดทนต่อความกดดันและความล้มเหลว ฯลฯ

ตำรา <<EQ>> ซึ่งเขียนโดย Daniel Goleman นักจิตวิทยาชื่อดังแห่งมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดได้รับการขนานนามว่าเป็นจุดกำเนิดของทฤษฎี EQ Goleman กล่าวว่า ในการคาดคะเนความสำเร็จในอนาคตของคนๆ หนึ่งนั้น IQ เป็นปัจจัยที่สามารถใช้คาดคะเนได้อย่างมากเพียง 20% ส่วนอีก 80% ที่เหลือขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่นๆ ซึ่งในจำนวนนี้ EQ ถือว่าเป็นกุญแจที่มีความสำคัญที่สุด คนที่มี “EQ” สูงมักจะเข้าใจตนเองและรู้จักอารมณ์ความรู้สึกของตนเองอย่างชัดเจน, รับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างจับใจและสามารถตอบโต้อารมณ์ความรู้สึกนั้นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ, สามารถยืนอยู่ในจุดที่ได้เปรียบทั้งในด้านเวลา, สถานที่ และความสัมพันธ์ระหว่าง





บุคคล ฯลฯ คนเหล่านี้นักจะมีชีวิตความเป็นอยู่ที่มีประสิทธิภาพเหนือกว่าผู้อื่น, รู้สึกพึงพอใจง่ายกว่าผู้อื่น และสามารถใช้สติปัญญาของตนนำมาซึ่งผลสำเร็จได้มากกว่าผู้อื่น

จากประเด็นข้างต้นนี้จะเห็นได้ว่า EQ เป็นพลังที่เราใช้ในการควบคุมอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและปรับเปลี่ยนความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทั้งยังเป็น ‘ปัจจัยสำคัญ’ ที่จะนำพาเด็กๆ ไปสู่ความสำเร็จในอนาคต ถ้าอย่างนั้น EQ สามารถปลูกฝังขึ้นในภายหลังได้หรือไม่? คำตอบก็คือ ‘ได้’

ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า EQ ไม่ใช่สิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด แต่สามารถปลูกฝังและทำให้แข็งแกร่งขึ้นได้ตั้งแต่วัยเด็ก ด้วยเหตุนี้ เราจึงเรียบเรียงหนังสือชุด <<หนังสืออ่านเสริมสร้างระดับความฉลาดทางอารมณ์>> ขึ้น เพื่อช่วยให้เด็กๆ สามารถพัฒนา EQ ของตนเองได้ผ่านตัวอักษรและภาพประกอบที่สวยงาม

หนังสือชุดนี้แบ่งออกเป็นสองภาค โดยเนื้อหาของแต่ละเล่มจะอธิบายถึงด้านต่างๆ ของ EQ จากแง่มุมที่ต่างกัน โดยเริ่มต้นจากการทำความเข้าใจในตนเองและการสร้างความสัมพันธ์ในสังคม ทั้งนี้ หนังสือแต่ละเล่มจะประกอบด้วยเรื่องราวเหตุการณ์และนิทานต่างๆ 90 เรื่อง แบ่งออกเป็น 3 ตอนใหญ่ๆ โดยในช่วงต้นของแต่ละตอนจะมีบทนำก่อนเริ่มอ่านอยู่ ทำให้เด็กๆ เข้าใจเนื้อหาคร่าวๆ ของแต่ละตอนได้ก่อนที่จะเริ่มต้นอ่าน นอกจากนี้ ระหว่างเรื่องราวต่างๆ แต่ละเรื่องยังมีเนื้อหาในส่วนของ “จุดประกาย EQ” เชื่อมโยงเข้าด้วยกัน เพื่อช่วยให้เด็กๆ เข้าใจในเนื้อหาของเรื่องราวแต่ละเรื่องได้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

สุดท้ายนี้ เราขออวยพรให้เด็กๆ ทุกคนมี EQ และ IQ ที่เหนือกว่าผู้อื่น และสามารถเดินไปบนเส้นทางแห่งความสำเร็จได้อย่างราบรื่น

ภาค
การสร้าง
ความ
สัมพันธ์
ในสังคม



EQ ใช้เนื้อหาทั้งดงามที่สุดจุดประกายเด็กๆ ให้กลายเป็นผู้เข้มแข็งในอนาคต

ตอน “ร่วมแรงร่วมใจ”

ก่อนเริ่มอ่าน 10

ท่อนไม้ที่แข็งแรง 12

ห่านป่าบินสูง 14

หลวงจีนสามรูปเรื่องใหม่ 17

ลูกสุนัขล่าม้าลาย 20

หีบสองใบ 22

ในยามที่หลงทาง 24

มดผู้ดับไฟ 26

มดข้ามแม่น้ำ 28



“สารบัญ”

พลังของความสัมพันธ์ 30

สิ่งผู้ร่วมแรงร่วมใจ 32

น้ำหนึ่งใจเดียว 34

มดแทนคุณ 36

หิ่งห้อย 38

หางของละมั่ง 40

การแข่งขัน 42

ปลาน้อยกับแห 44

ชะตากรรมของต้นไม้ใหญ่ 46



EQ ใช้นิทานทั้งดงามที่สุดจุดประกายเด็กๆ ให้กลายเป็นผู้เข้มแข็งในอนาคต

หนูนสามตัวขโมยน้ำมัน 48

ชะตากรรมของปู 51

กวางผู้โชคดี 53

กั๋บดัก 56

ทะเลทรายกับทะเล 58

แขนขากับกระเพาะ 60

หงส์, ปลา และปู 62

กางเกงไหมตัวหนึ่ง 64

เรื่องราวของลากับม้า 66



“สารบัญ”

เครื่องแก้วบนให้คนอื่น 68

พายุหิมะ 70

เบ็ดตกปลา กับ ปลา 72

สวรรค์ กับ นรก 74





ตอน

“ร่วมแรงร่วมใจ”



“ก่อนเริ่มอ่าน”

ดูเผินๆ แล้วคำว่า ‘ร่วมแรงร่วมใจ’ หมายถึงการให้ความร่วมมือในการทำงาน แต่ความหมายในเชิงลึกนั้นหมายรวมถึงความร่วมมือในการทำงาน, การเรียน และกิจกรรมต่างๆ ด้วย โดยในตอนแรก ทั้งสองฝ่ายจะมีหน้าที่ของตนเองและต่างคนต่างรับผิดชอบหน้าที่ของตนเอง แต่ในขั้นต่อมา ทั้งสองฝ่ายจะหันมาร่วมมือกัน, ชดเชยข้อด้อยของกันและกัน และร่วมมือกันทำงานให้เสร็จสิ้น

ความเป็นตัวของตัวเองอาจเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เด็กๆ เติบโตเป็นผู้ใหญ่, ออกจากครอบครัว และก้าวเดินเข้าสู่สังคมได้อย่างราบรื่น แต่หากอยากประสบความสำเร็จ, ปรับตัวเข้ากับครอบครัวและสังคมได้อย่างเป็นสุข และรักษาสภาพจิตใจที่ดีเอาไว้ได้ ก็จำเป็นจะต้องอาศัยการร่วมแรงร่วมใจกัน

สถิติระบุว่า ในบรรดาผู้ที่ได้รับรางวัลโนเบลนั้น มีผู้ที่ประสบความสำเร็จเพราะความร่วมแรงร่วมใจมากกว่า 2 ใน 3 โดยในช่วง 25 ปีแรกนับแต่มีการก่อตั้งรางวัลโนเบลเป็นต้นมา มีผู้ที่ได้รับรางวัลเพราะการร่วมแรงร่วมใจมากถึง 41% และในปัจจุบันก็มีจำนวนเพิ่มขึ้นถึง 80% เลยทีเดียว

การที่คนๆ หนึ่งไม่มีความเป็นตัวของตัวเองย่อมเป็นเรื่องไม่สมควร แต่หากเอาแต่สอนให้เด็กๆ รู้จักพึ่งตนเองเพียงอย่างเดียวโดยไม่สอนให้รู้จักร่วมมือกับผู้อื่น เด็กคนนั้นก็จะกลายเป็นคนที่เชื่อมั่นว่าตนเองเป็นฝ่ายถูกต้องเสมอ, ทำอะไรตามใจตนเอง และไม่อาจสร้างความสัมพันธ์ที่ดีหรือยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นได้ เมื่อเป็นเช่นนี้เขาก็ย่อมไม่คิดที่จะเรียนรู้จากความคิดหรือประสบการณ์ของผู้อื่น ส่งผลให้ยากที่จะประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานตามไปด้วย





เมื่อดูเผินๆ แล้ว ความเป็นตัวของตัวเองและการร่วมแรงร่วมใจกับผู้อื่นอาจดูเหมือนขัดแย้งกัน แต่ในความเป็นจริงแล้วนิสัยทั้งสองอย่างนี้ไม่ได้ขัดแย้งกันแต่อย่างใด เพราะต่างก็เป็นปัจจัยที่ช่วยให้เด็กๆ สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมและยกระดับคุณสมบัติในด้านต่างๆ ได้ อย่างไรก็ตาม ความเป็นตัวของตัวเองและการร่วมแรงร่วมใจกับผู้อื่นก็ยังคงมีความแตกต่างกันอยู่บ้าง โดยการให้ความสำคัญกับความเป็นตัวของตัวเองเป็นการสอนให้เด็กๆ รู้จักคิดด้วยตนเอง และทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง เพื่อกระตุ้นให้สติปัญญาเจริญเติบโต ส่วนการให้ความสำคัญกับการร่วมแรงร่วมใจกับผู้อื่นนั้น เป็นการบ่มเพาะนิสัยที่ดีในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น และเสริมสร้างความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกัน ทั้งนี้ ในขั้นตอนการอยู่ร่วมกับผู้อื่นนั้น จะต้องมีการเพิ่มพูนความรู้, รู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น, ปรับเปลี่ยนความสัมพันธให้เป็นไปในทางที่ดี และเสริมสร้างความสามารถในการแสวงหาความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันท่ามกลางความขัดแย้ง ซึ่งการจะทำเช่นนั้นได้ย่อมมีปัญหาทรงในด้านวิธีการ, อุปนิสัย และสติปัญญาด้วย

เรื่องราวเหตุการณ์และนิทานต่างๆ 30 เรื่องต่อไปนี้ จะมีเนื้อหาเกี่ยวกับความร่วมมือและความสามัคคีเป็นสำคัญ เด็กๆ จะได้สัมผัสกับความสุขและความสำเร็จจากการร่วมแรงร่วมใจกับผู้อื่นผ่านนิทานสุภาษิตซึ่งแฝงไปด้วยปรัชญาอันลึกซึ้งและนิทานสำหรับเด็กที่เปี่ยมไปด้วยอารมณ์ขัน เรื่องราวเหล่านี้ ไม่เพียงแต่จะกระตุ้นให้เด็กๆ เกิดความต้องการที่จะสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นเท่านั้น แต่ยังจะช่วยยกระดับความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้คนในสังคม ส่งผลให้เด็กๆ สามารถยืนหยัดอยู่ในสังคมอันสับสนวุ่นวายได้อย่างมั่นคงอีกด้วย



“ท่อนไม้ที่แข็งแรง”

วันหนึ่ง บิดาเรียกลูกทั้งสามคนเข้ามาพบแล้วกล่าวว่า “พวกเจ้าหยิบท่อนไม้ขึ้นมาคนละท่อนแล้วลองหักดูซิ”

“ง่ายมากครับ!”

บุตรชายทั้งสามออกแรงไม่มากนักก็สามารถหักท่อนไม้ได้

“คราวนี้ลองหักนี้ดู!”

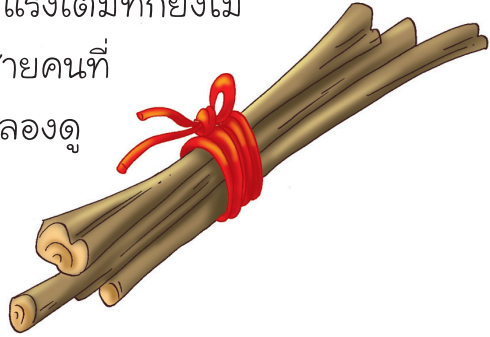
บิดาหยิบไม้สามท่อน
มามัดเข้าด้วยกันแล้วส่งให้
บุตรชายคนโต

“ลองหักดูอีกที!”

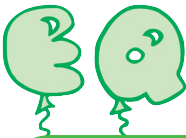




ครั้งนี้ บุตรชายคนโตออกแรงเต็มที่ก็ยังไม่
สามารถหักท่อนไม้มัดนี้ได้ บุตรชายคนที่
สองและบุตรชายคนเล็กต่างก็ขอลองดู
บ้าง แต่ก็ไม่มีใครหักได้เช่นกัน



บิดาเห็นดังนั้นจึงกล่าว
ขึ้นว่า “ลูกรัก พวกเจ้าดูสิ
ท่อนไม้ท่อนเดียวนั้นเปราะบางนัก แต่พอนำท่อนไม้สามท่อนมามัด
เข้าด้วยกัน พวกมันก็แข็งแรงขึ้น ดังนั้น ขอเพียงแต่พวกเจ้าร่วมแรง
ร่วมใจกัน ก็จะไม่มีความใดที่พวกเจ้าทำไม่ได้อย่างแน่นอน”



จุดประกาย EQ

เพราะอะไรท่อนไม้หนึ่งท่อนจึงถูกหักได้ง่าย แต่ท่อนไม้สาม
ท่อนกลับไม่มีใครหักได้? คำตอบนั้นอยู่ในคำพูดของผู้เป็นพ่อแล้ว
ว่า ความสามัคคีและความร่วมแรงร่วมใจคือสาเหตุสำคัญที่ทำให้
ไม่มีใครหักท่อนไม้สามท่อนได้ ในทำนองเดียวกัน หากเด็กๆ สามัคคี
และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เด็กๆ ก็จะไม่มีความพ่ายแพ้ต่อผลที่กำลัง
ใดๆ เรามาอ่านเรื่องต่อไปกันดูซิว่า ห่านป่าบินกันอย่างไร



“ห่านป่าบินสูง”

ห่านป่ามีสัญชาตญาณในการร่วมมือกัน ในตอนที่พวกมันบินนั้น พวกมันจะบินเรียงกันเป็นรูปตัว ‘V’ โดยเปลี่ยนผู้นำในการบินไปเรื่อยๆ เพราะตัวที่อยู่หน้าสุดจะต้องทำหน้าที่เบิกทาง ช่วยต้านกระแสลม ให้แก่ห่านตัวอื่นๆ





ในขณะเดียวกัน เมื่อห่านป่าทุกตัวกางปีกบินขึ้นสู่ท้องฟ้านั้น พวกมันจะช่วยสร้าง ‘กระแสนลม’ หนุนส่งเพื่อนที่อยู่ด้านหลัง หากห่านป่าตัวใดบินแยกออกจากแถว มันจะพบว่าการบินเพียงลำพังเป็นเรื่องที่ยากลำบากและกินแรงมาก ดังนั้นมันก็จะรีบบินกลับเข้าไปในขบวนทันที นอกจากนี้ ห่านป่าที่บินอยู่ในขบวนจะส่งเสียงร้องไปด้วย เพื่อให้กำลังใจห่านป่าที่บินอยู่ด้านหน้าให้รักษาระดับความเร็วเอาไว้ ดังนั้น จึงไม่มีห่านป่าที่พลัดหลงออกจากขบวนแม้แต่ตัวเดียว

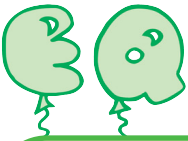
นักวิทยาศาสตร์พบว่า การบินในลักษณะขบวนรูปตัว ‘V’ เช่นนี้ทำให้ห่านป่าสามารถบินได้ไกลกว่าการบินเพียงลำพัง 12% แต่เนื่องจากพวกมันต่างก็ ‘รักษากฎ’ ในการจัดขบวนเป็นรูปตัว ‘V’ ทั้งยังขยับปีกพร้อมกัน กระแสอากาศบนท้องฟ้าจึงช่วยผลักดันให้พวกมันบินไปข้างหน้าได้โดยประหยัดแรงมากขึ้น

ยังมีประเด็นอีกประเด็นหนึ่งคือ เมื่อห่านป่าบินอยู่บนท้องฟ้า พวกมันมักจะพบสัตว์ปีกที่ดุร้ายอยู่เสมอ มีแต่การจับกลุ่มและเคลื่อนไหวพร้อมกันในลักษณะขบวนที่เป็นระเบียบเท่านั้นที่จะทำให้สัตว์ดุร้ายอย่างนกเหยี่ยวไม่กล้ารังแกพวกมัน สุภาษิตกล่าวไว้ว่า “สามัคคีคือพลัง!”





เนื่องจากเหล่าห่านป่ามีความสามัคคี, ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน พวกมันจึงสามารถบินผ่านหนทางอันยาวไกลและยากลำบากไปถึงจุดหมายได้อย่างราบรื่น



จุดประกาย EQ

ความสามัคคีร่วมแรงร่วมใจกันทำให้ห่านป่าสามารถบินผ่านหนทางอันยากลำบากไปถึงจุดหมายปลายทางได้อย่างราบรื่น เรื่องนี้กล่าวได้ว่าเป็นเรื่องมหัศจรรย์ในโลกของสัตว์เลยทีเดียว! ลองคิดดูสิว่า ห่านป่าเพียงตัวเดียวจะเดินทางผ่านการเดินทางที่ยากลำบากเช่นนี้ได้หรือไม่? คำตอบคือไม่ได้อย่างแน่นอน ตอนนี้เรามาดูนิทานเรื่องต่อไปกันบ้าง เด็กๆ คงเคยได้ยินนิทานเรื่อง ‘หลวงจีนสามรูปไม่มีน้ำดื่ม’ กันมาก่อน แต่ในนิทานเวอร์ชันใหม่ต่อไปนี้ เด็กๆ จะได้เห็นว่าหลวงจีนทั้งสามรูปทำอะไรถึงมีน้ำดื่มกัน





หนังสืออ่านเสริม
ระดับความฉลาด

ทางอารมณ์

[ภาคการสร้างความสัมพันธ์ในสังคม]



2



"อารมณ์ขัน"



"ร่วมแรงร่วมใจ"



"จิตใจที่กว้างขวาง"



ดวงกลมพับลิชชิ่ง
นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า

ISBN 978-616-511-070-9



9 786165 110709