



GAT 54

อ.ปิง เจริญศิริวัฒน์

ความสัมพันธ์ระหว่างข้อความ

1. เป็นเหตุผล หรือ สิ่งที่เกิดในเวลาต่อมา
2. ลด ยับยั้ง ป้องกัน ห้าม ขัดขวาง
3. เป็นส่วนประกอบ องค์ประกอบ ความหมาย
4. ไม่เกี่ยวข้องกับข้อความอื่น

1. เป็นเหตุผล หรือ สิ่งที่เกิดในเวลาต่อมา

เช่น เรามาโรงเรียนสาย ถูกคุณครูทำโทษ
ทางการออกหลักสูตรตามความคิดของนักวิชาการ ไม่ตรงตามใจนักเรียน
ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ร่างกายแข็งแรง
พูดมากตลอดเวลา คนฟังเบื่อ
คบเพื่อนดี อนาคตสดใส
สะอาดกาย เจริญวัย
อาจารย์คนนี้ชอบวางอำนาจ เด็กนักเรียนไม่ชอบ
เลือกคณะไม่เป็น แอดมิชชันไม่ติด
พูดจาอ่อนน้อมถ่อมตน เป็นที่รักใคร่ของเพื่อนๆ

2. ลด ยับยั้ง ป้องกัน ห้าม ขัดขวาง

เช่น เล่นเกมทั้งวัน มีเวลาอ่านหนังสือ
รู้จักเก็บเงิน มีปัญหาเรื่องเงิน
คบคนไม่ดี อนาคตสดใส
คิดพินิจงอมแงม เก็บเงินอยู่
ดูแลตัวเอง แก่เร็วเกินกำหนด
พูดจาก้าวร้าว เป็นที่เอ็นดูของผู้ใหญ่
ทำบุญเอาหน้า ได้บุญกุศลอย่างแท้จริง
ไม่จริงใจกับเพื่อน เพื่อนไวใจและรัก
ราคาน้ำมันโลกพุ่ง ราคาน้ำมันประเทศไทยลด

3. เป็นส่วนประกอบ องค์ประกอบ ความหมาย

เช่น สัตว์ปีก ไก่
สัตว์เลื้อยคลาน งู
ปลา ตะเพียน
น้ำ ออกซิเจน
น้ำ ไฮโดรเจน
เบญจกัลยาณี ฟินสว
เบญจกัลยาณี ผิวสว
เบญจกัลยาณี ผมสว
ภาษาไทย พยัญชนะ
ภาษาไทย สระ
ภาษาไทย วรรณยุกต์
ความซื่อสัตย์ มีความจริงใจต่อสิ่งนั้นๆ
ความกตัญญู รู้บุญคุณ

4. ไม่เกี่ยวข้องกับข้อความอื่น

เช่น กินข้าวทุกวัน คุณอนเสิร์ตดงบังฉินกิ
ได้ที่อปวิชาสังคม ไข่หวัด 2009
คิดเล็กคติน้อย อยู่กับเด็กอนุบาล
ดวงอาทิตย์เป็นศูนย์กลางของจักรวาล หลินฮุ่ยคลอดลูก
ช่วงช่วงชอบกินไผ่ ยีราฟคอยาว
นกเพนกวินเดินปัดไปปัดมา เซเวนเปิด 24 ชั่วโมง
คนเนรคุณเป็นคนน่ารังเกียจ การเป็นที่รู้จักของคนในสังคม

บทความที่ 1

10 พฤติกรรมที่ทำให้สมองเสื่อม

1. ไม่ทานอาหารเช้า หลายคนคิดว่าไม่ทานอาหารเช้า แล้วจะทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำ แต่นี่จะเป็นสาเหตุให้สารอาหารไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ ทำให้สมองเสื่อม
2. กินอาหารมากเกินไป การกินมากเกินไปจะทำให้หลอดเลือดแดงในสมองแข็งตัว เป็นสาเหตุให้เกิดโรคความจำสั้น
3. การสูบบุหรี่ เป็นสาเหตุที่ทำให้เป็นโรคสมองฝ่อและโรคอัลไซเมอร์
4. ทานของหวานมากเกินไป จะไปขัดขวางการดูดกลืนโปรตีนและสารอาหารที่เป็นประโยชน์ เป็นสาเหตุของการขาดสารอาหารและขัดขวางการพัฒนาของสมอง
5. มลภาวะสมองเป็นส่วนที่ใช้พลังงานมากที่สุดในร่างกาย การสูดเอาอากาศที่เป็นมลภาวะเข้าไปจะทำให้ออกซิเจนในสมองมีน้อยส่งผลให้ประสิทธิภาพของสมองลดลง
6. การอดนอน การนอนหลับจะทำให้สมองได้พักผ่อน การอดนอนเป็นเวลานานจะทำให้เซลล์สมองตายได้
7. นอนคลุมโปง จะเป็นการเพิ่มคาร์บอนไดออกไซด์ให้มากขึ้นและลดออกซิเจนให้น้อยลงส่งผลต่อประสิทธิภาพการทำงานของสมอง
8. ใช้สมองในขณะที่ไม่สบาย การทำงานหรือเรียนขณะที่กำลังป่วย จะทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของสมองลดลงเหมือนกับการทำร้ายสมองไปในตัว
9. ขาดการใช้ความคิด การคิดเป็นสิ่งที่ดีที่สุดในการฝึกสมอง การขาดการใช้ความคิดจะทำให้สมองฝ่อ
10. เป็นคนไม่ค่อยพูด ทักษะทางการพูดจะเป็นตัวแสดงถึงประสิทธิภาพของสมอง รู้แบบนี้แล้วก็หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่กล่าวมาจะดีกว่า เพื่อจะได้มีสมองที่ดี

ที่มา วิชาการดอทคอม

1. ไม่ทานอาหารเช้า - สารอาหารไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ
2. สารอาหารไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ - สมองเสื่อม
3. การกินมากเกินไป - หลอดเลือดแดงในสมองแข็งตัว - โรคความจำสั้น
4. การสูบบุหรี่ - โรคสมองฝ่อและโรคอัลไซเมอร์
5. ทานของหวานมากเกินไป - การดูดกลืนโปรตีนและสารอาหารที่เป็นประโยชน์
6. การสูดเอาอากาศที่เป็นมลภาวะเข้าไป - ออกซิเจนในสมองมีน้อย - ให้ประสิทธิภาพของสมองลดลง
7. การนอนหลับ - สมองได้พักผ่อน
8. การอดนอนเป็นเวลานาน - เซลล์สมองตายได้
9. นอนคลุมโปง - การเพิ่มคาร์บอนไดออกไซด์ให้มากขึ้น - ประสิทธิภาพการทำงานของสมอง
10. นอนคลุมโปง - ลดออกซิเจนให้น้อยลง - ประสิทธิภาพการทำงานของสมอง
11. การทำงานหรือเรียนขณะที่กำลังป่วย - ประสิทธิภาพการทำงานของสมองลดลง
12. การขาดการใช้ความคิด - สมองฝ่อ

บทความที่ 2 อาหารขยะ

การบริโภคอาหารขยะเป็นสาเหตุให้ร่างกายขาดสารอาหาร โปรตีน วิตามินและเกลือแร่ ที่จำเป็นต่อการทำงานของร่างกาย เสี่ยงต่อภาวะการเกิดโรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคไขข้อ และโรคอ้วน ซึ่งส่งผลเสียต่อประสิทธิภาพการทำงานของสมองด้วย เช่น ปัญหาด้านความจำของผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวาน หรือคนที่ชอบบริโภคอาหารประเภทไขมันสูง ทำให้มีปริมาณคอเลสเตอรอลชนิดไม่ดี หรือ Low Density Lipoprotein (LDL) และปริมาณไตรกลีเซอไรด์สูง จากงานวิจัยของ จอห์น มอร์เลย์และคณะ แห่งมหาวิทยาลัยเซนต์หลุยส์ รัฐมิสซูรี พบว่าในหนูที่กินอาหารไขมันสูง จะมีปริมาณไตรกลีเซอไรด์สูง ซึ่งปริมาณไตรกลีเซอไรด์ที่เพิ่มขึ้นนี้เป็นสาเหตุทำให้เสียความทรงจำ โดยศึกษาทดลองให้หนูกินยาที่มีผลลดปริมาณไตรกลีเซอไรด์ แต่ไม่มีผลให้น้ำหนักตัวลด พบว่าผลทดสอบด้านความจำดีขึ้น

นอกจากนี้อาหารขยะยังเป็นสารก่อภูมิแพ้ (allergen) ที่ถูกมองข้าม เนื่องจากอาหารขยะมีการดัดแปลงและปรุงแต่งโดยมีการใช้สารในกลุ่มสารแต่งสีอาหาร เช่น ทาร์ตราซีน (tartrazine) ให้สีเหลือง อะมาเรนต์ (amaranth) ให้สีแดง เป็นต้น ซึ่งพบได้ในขนมและน้ำอัดลมต่างๆ ที่มีสีสังเคราะห์ กลุ่มสารกันบูด เช่น กรดเบนโซอิก (benzoic acid) โซเดียมเบนโซเอต (sodium benzoate) ซึ่งมักพบในอาหารกึ่งสำเร็จรูปทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นขนมปัง ขนมกรุบกรอบ กลุ่มสารกันเหี่ยว ได้แก่ สารบิวทิลเลตไฮดรอกซีอะนิโซล (butylated hydroxyanisole) ซึ่งมักพบในอาหารประเภททอด ขนมกรุบกรอบ ไอศกรีม มาการีน เป็นต้น กลุ่มสารเพิ่มเนื้อและสารที่ทำให้แข็ง เพื่อให้ปริมาณดูมากขึ้น ได้แก่ วุ้น (agar) คาร์ราจีแนน (carrageenan) ซึ่งมักพบในอาหารประเภทไอศกรีม เยลลี่ ครีมแต่งหน้าเค้ก เนยแข็ง กลุ่มผงชูรส ซึ่งเป็นตัวการทำให้เกิดอาการผื่นแดงและอักเสบของผิวหนัง สำหรับคนที่มีแนวโน้มแพ้ได้ง่าย สารในกลุ่มเหล่านี้ถูกนำมาใช้เป็นส่วนประกอบในการปรุงแต่งอาหารขยะซึ่งเป็นสารก่อภูมิแพ้

ที่มา วิชาการดอทคอม

1. การบริโภคอาหารขยะ - ร่างกายขาดสารอาหาร โปรตีน วิตามินและเกลือแร่
2. การบริโภคอาหารขยะ - โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคไขข้อ และโรคอ้วน
3. โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคไขข้อ และโรคอ้วน - ประสิทธิภาพการทำงานของสมอง
4. กลุ่มสารแต่งสีอาหาร - ทาร์ตราซีน (tartrazine)
5. กลุ่มสารแต่งสีอาหาร - อะมาเรนต์ (amaranth)

บทความที่ 3

มาตรการป้องกันโรคไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009

เนื่องจากสถานการณ์ไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 กำลังระบาดอย่างต่อเนื่องในขณะนี้ ทางกระทรวงสาธารณสุขจึงแนะนำให้สถานศึกษาทุกแห่งมีมาตรการป้องกันเชื้อไข้หวัดดังกล่าว และขอความร่วมมือจากผู้ปกครองในการดูแลนักเรียนอย่างไร เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดมากกว่านี้

มาตรการจากทางโรงเรียน

1. ตรวจคัดกรองนักเรียน ที่มีอาการ ไอ จาม น้ำมูก เป็นไข้ และส่งตัวกลับบ้านไปรักษาตัวที่บ้านทันที โดยระหว่างรอผู้ปกครองมารับนักเรียนกลับ จะให้นักเรียนพักในบริเวณที่โล่งแจ้ง มีอากาศถ่ายเท
2. รมรงค์ให้นักเรียนล้างมือก่อนเข้าเรียนห้องคอมพิวเตอร์ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อภายในชั้นเรียน
3. ทำความสะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรค หลังทำความสะอาดชั้นเรียนเสร็จในตอนเย็นหลังเลิกเรียน รวมถึงภายในบริเวณห้องน้ำ
4. เพิ่มสบู่และน้ำยาล้างมือที่บริเวณอ่างล้างมือ และในห้องน้ำทุกอาคารเรียน
5. รมรงค์ให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนและวิธีการป้องกัน ผ่านทางโปสเตอร์ แผ่นพับ ประชาสัมพันธ์ผ่านทางเว็บไซต์โรงเรียน และเสียงตามสาย กิจกรรมยามเช้า โฮมรูม ประสานงานกับสาธารณสุขอย่างสม่ำเสมอ
6. กรณีที่มีนักเรียนในห้องเรียนป่วย ทางโรงเรียนจะพิจารณาคัดกรองหยุดเป็นรายห้อง ตามความเหมาะสม

ขอขอบคุณข้อมูลจาก โรงเรียนชลประทานวิทยา และ วิชาการดอทคอม

1. มาตรการป้องกันโรคไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 - ตรวจคัดกรองนักเรียน ที่มีอาการ ไอ จาม น้ำมูก เป็นไข้ และส่งตัวกลับบ้านไปรักษาตัวที่บ้านทันที
2. มาตรการป้องกันโรคไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 - รมรงค์ให้นักเรียนล้างมือก่อนเข้าเรียนห้องคอมพิวเตอร์ - การแพร่กระจายเชื้อภายในชั้นเรียน
3. มาตรการป้องกันโรคไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 - ทำความสะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรค
4. มาตรการป้องกันโรคไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 - เพิ่มสบู่และน้ำยาล้างมือที่บริเวณอ่างล้างมือ และในห้องน้ำทุกอาคารเรียน
5. มาตรการป้องกันโรคไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 – รมรงค์ให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนและวิธีการป้องกัน ผ่านทางโปสเตอร์ แผ่นพับ ประชาสัมพันธ์ผ่านทางเว็บไซต์โรงเรียน และเสียงตามสาย
6. มาตรการป้องกันโรคไข้หวัดสายพันธุ์ใหม่ 2009 - กรณีที่มีนักเรียนในห้องเรียนป่วย ทางโรงเรียนจะพิจารณาคัดกรองหยุดเป็นรายห้อง ตามความเหมาะสม

บทความที่ 4

เหตุผลที่ควรเลือกใช้พลังงานสะอาด

1. ช่วยลดการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ เพื่อแก้ปัญหาการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ
2. เพื่อสนับสนุนให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืนในทางปฏิบัติ
3. เพื่อเป็นการสนับสนุนการผลิตไฟฟ้าจากโรงไฟฟ้าขนาดเล็ก ซึ่งลดมลพิษ
4. ช่วยให้อุณหภูมิอากาศในชุมชนบริเวณโรงไฟฟ้าดีขึ้น
5. ช่วยสร้างงานในภาคพลังงานหมุนเวียนและภาคอุตสาหกรรมที่เกี่ยวข้องกับการใช้พลังงานอย่างมีประสิทธิภาพ

ที่มา เอกสารเผยแพร่ กรมทรัพยากรน้ำ และวิชาการคอตคอม

1. พลังงานสะอาด - การปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์
2. พลังงานสะอาด - การพัฒนาอย่างยั่งยืนในทางปฏิบัติ
3. พลังงานสะอาด – การผลิตไฟฟ้าจากโรงไฟฟ้าขนาดเล็ก - มลพิษ
4. พลังงานสะอาด - อุณหภูมิอากาศในชุมชนบริเวณโรงไฟฟ้าดีขึ้น
5. พลังงานสะอาด - สร้างงานในภาคพลังงานหมุนเวียนและภาคอุตสาหกรรม

บทความที่ 5

อัลตราไวโอเลตในแสงแดดประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

1. รังสีอัลตราไวโอเลต –A (ความยาวคลื่น 320–400 nm) รังสีชนิดนี้มีผลทำให้สีผิวคล้ำลง ผิวหนังเหี่ยวย่น และเป็นสาเหตุของโรคมะเร็งผิวหนัง เมื่อเปรียบเทียบกับรังสีอัลตราไวโอเลต – B รังสีชนิดนี้จะมีพลังงานต่ำกว่า แต่กลับสามารถผ่านเข้าไปในชั้นลึกของลูกตาได้มากกว่า
2. รังสีอัลตราไวโอเลต –B (ความยาวคลื่น 280–320 nm) รังสีชนิดนี้มีผลทำให้ผิวไหม้ และก่อให้เกิดโรคมะเร็งผิวหนังได้ รังสีชนิดนี้มีพลังงานสูงกว่า และมีผลเสียมากกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับรังสีชนิดแรก ส่วนผลที่จะเกิดต่อดวงตาก็คือรังสีนี้จะถูกดูดซึม และทำให้เกิดอันตรายต่อกระจกตาและเลนส์แก้วตา แต่มักไม่มีผลต่อจอประสาทตา

ที่มา วิชาการดอทคอม

1. อัลตราไวโอเลตในแสงแดด - รังสีอัลตราไวโอเลต –A
2. อัลตราไวโอเลตในแสงแดด - รังสีอัลตราไวโอเลต –B
3. รังสีอัลตราไวโอเลต –A - สีผิวคล้ำลง ผิวหนังเหี่ยวย่น
4. รังสีอัลตราไวโอเลต –B - ผิวไหม้
5. รังสีอัลตราไวโอเลต –B - อันตรายต่อกระจกตาและเลนส์แก้วตา

บทความที่ 6

การป้องกันดวงตาจากอันตรายของรังสีอัลตราไวโอเล็ต

สามารถทำได้ง่ายๆ คือ

1. สวมแว่นกันแดดในขณะที่ย่ออกกลางแจ้ง เป็นทางเลือกที่ดีที่สุดทางหนึ่งในการป้องกันรังสีอัลตราไวโอเล็ต ควรเลือกแว่นกันแดดที่กันรังสีอัลตราไวโอเล็ตได้ 99-100% และกรองแสงได้ 80% แต่ไม่ควรเกิน 90-92% เพราะจะทำให้มองเห็นไม่ชัด อย่าคิดว่าแว่นราคาแพง หรือแว่นที่มีสีดำเข้มจะป้องกันรังสีอัลตราไวโอเล็ตได้จริง ควรตรวจสอบดูให้ดี สำหรับผู้ใช้คอนแทคเลนส์ที่กันรังสีอัลตราไวโอเล็ตได้ก็ควรสวมแว่นกันแดดด้วย ส่วนเด็กๆ ก็ควรใส่แว่นกันแดดจริงๆ ไม่ใช่แว่นกันแดดของเล่น โดยสามารถเลือกใช้เลนส์พลาสติกเพื่อป้องกันอันตรายจากการแตกหัก การเลือกแว่นกันแดดควรเลือกแบบที่มีที่ครอบด้านข้างเพื่อป้องกันรังสีอัลตราไวโอเล็ตที่เข้ามาจากด้านข้างได้
2. สวมหมวก โดยเลือกหมวกที่มีส่วนยื่นกันแดดออกมาอย่างน้อย 3 นิ้ว จะช่วยป้องกันรังสีอัลตราไวโอเล็ตได้ 50%

ที่มา วิชาการดอทคอม

1. สวมแว่นกันแดดในขณะที่ย่ออกกลางแจ้ง - อันตรายของรังสีอัลตราไวโอเล็ต
2. สวมหมวก - อันตรายของรังสีอัลตราไวโอเล็ต

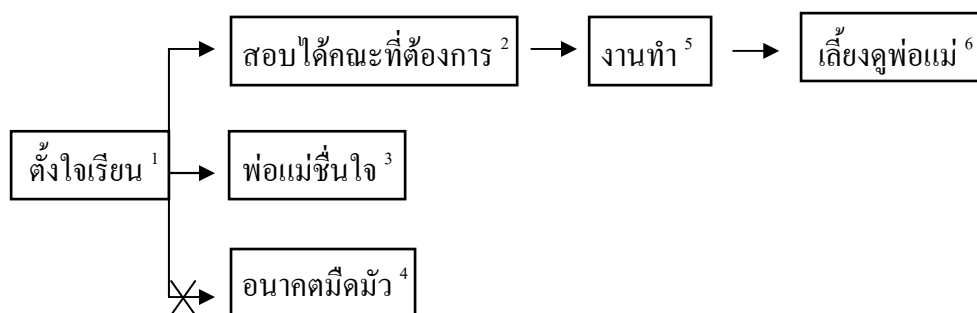
วิธีการทำข้อสอบเชื่อมโยงทั้งบทความ

1. อ่านคำสั่ง เพื่อมีอะไรเปลี่ยนแปลง
2. ความสัมพันธ์ของข้อความต้องเป็นไปตามบทความนั้นกำหนด ห้ามคิดไปเองเด็ดขาด
3. เริ่มตั้งต้นจากคำแรกที่เค้าให้มา แล้วเขียนโยงความสัมพันธ์ไปเรื่อยๆ

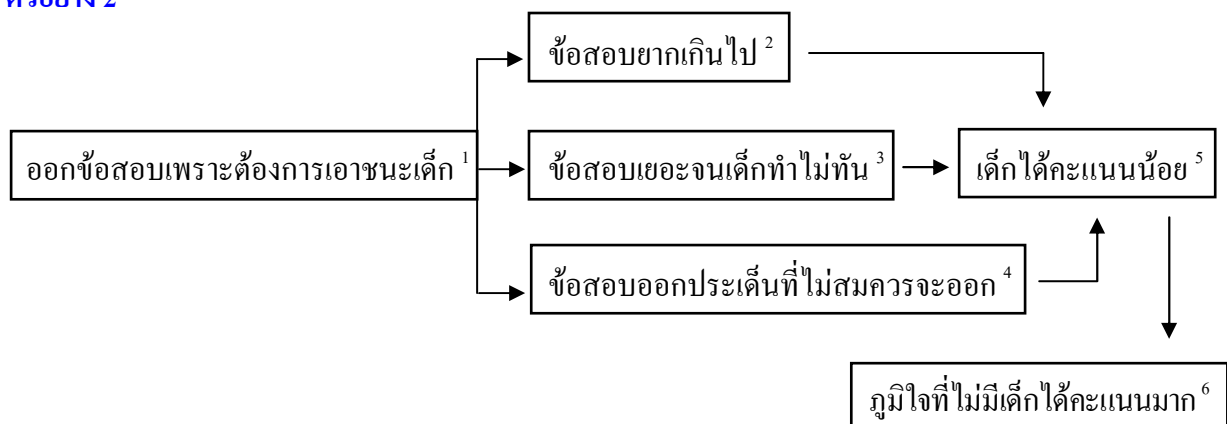
อย่าลืมว่า ความสัมพันธ์ระหว่างข้อความ มี 3 แบบ

1. เป็นเหตุผล หรือ สิ่งที่เกิดในเวลาต่อมา (A)
2. ลด ยับยั้ง ป้องกัน ห้าม ขัดขวาง (F)
3. เป็นส่วนประกอบ องค์ประกอบ ความหมาย (D)
4. ถ้าเจอข้อความไหนซ้ำกับข้อความที่เราเขียนความสัมพันธ์ไปแล้ว จับไปโยงไปอันเก่า
5. ข้อความปิดท้ายที่ไม่มีอะไรไปเกี่ยวข้องหรือจบ ไร้รหัส

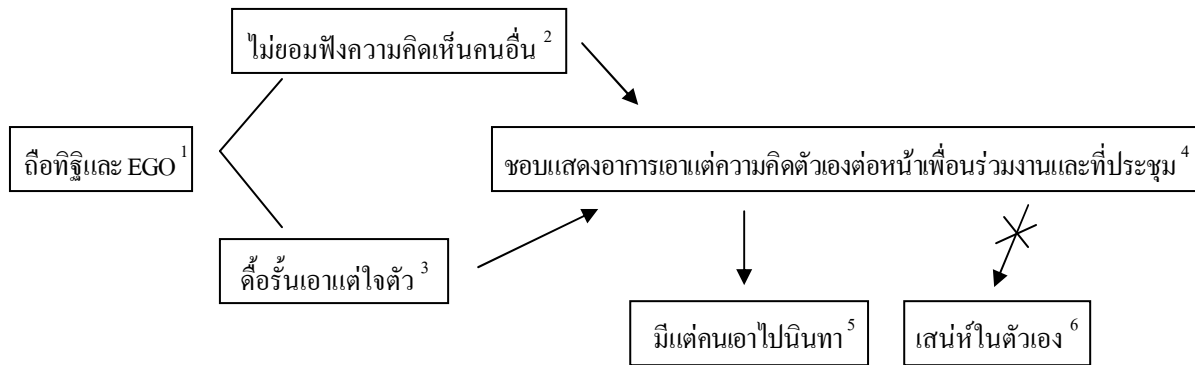
ตัวอย่าง 1



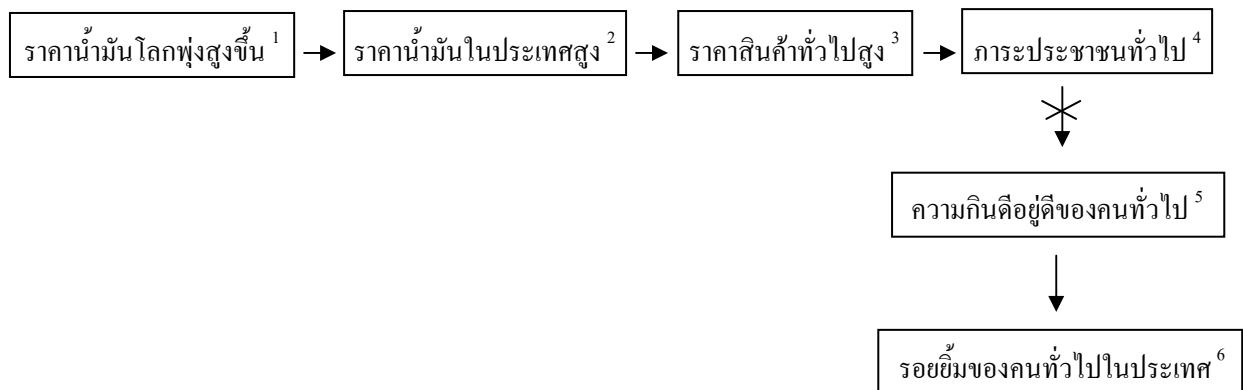
ตัวอย่าง 2



ตัวอย่าง 3



ตัวอย่าง 4



บทความที่ 7

สิว

การอดนอนจัดเป็นความเครียดอย่างหนึ่ง อาจส่งผลให้เกิดสิวได้ เพราะความเครียดส่งผลต่อระบบต่างๆ ของร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงระดับฮอร์โมนซึ่งส่งผลให้เกิดการเห่อของสิวได้ สังเกตได้ว่าเด็กวัยรุ่นหลายคนพอใกล้สอบจะมีสิวก่อขึ้น ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากความเครียดนั่นเอง

นอกจากนั้นการเป็นสิเองก็ก่อให้เกิดความเครียดได้เช่นกัน อีกทั้งวัยรุ่นที่ต้องดูหนังสื่อสอบก็มักเป็นวัยรุ่นที่มักเป็นสิวอยู่แล้ว

ที่มา วิชาการดอทคอม

ตารางสรุปข้อความที่กำหนดและเลขกำกับบทความที่ 7 และที่ว่างสำหรับร่างรหัสคำตอบ

เลขกำกับ	ข้อความที่กำหนด	ที่ว่างสำหรับร่างรหัสคำตอบ				
01	ความเครียด					
02	ระบบต่างๆ ของร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงระดับฮอร์โมน					
03	สิว					

บทความที่ 8

สิ่งที่อยู่ในถังขยะ...อาจไม่ใช่ “ขยะ” ทั้งหมด

หากลองสำรวจกันดูแล้วจะพบว่าสิ่งที่เป็นขยะจริงๆ มีเพียง “3%” เท่านั้น นั่นคือ ขยะมีพิษหรือขยะอันตรายที่ควรจัดการอย่างระมัดระวัง ส่วนที่เหลือในถังขยะสามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้ถ้าใส่ใจกันจริงๆ โดยแบ่งออกได้ดังนี้

- 46% เป็นสิ่งที่ย่อยสลายได้ เช่น เศษอาหารนำไปเป็นอาหารสัตว์หรือทำปุ๋ยหมัก
- 42% เป็นสิ่งของรีไซเคิลได้ เช่น ขวดพลาสติก เมื่อนำกลับมาใช้ใหม่ไม่ได้แล้ว จึงคัดแยกประเภทเพื่อส่งรีไซเคิล
- 9% เป็นของที่ย่อยสลายยาก เช่น ถ่านไฟฉาย ต้องส่งต่อให้กับเทศบาล ส่งให้โรงเผาปูน หรือหน่วยงานบางแห่งรับไปเผาเป็นเชื้อเพลิงทดแทน

ที่มา วิชาการดอทคอม

ตารางสรุปข้อความที่กำหนดและเลขกำกับบทความที่ 8 และที่ว่างสำหรับร่างรหัสคำตอบ

เลขกำกับ	ข้อความที่กำหนด	ที่ว่างสำหรับร่างรหัสคำตอบ				
01	สิ่งที่อยู่ในถังขยะ					
02	ขยะ					
03	สิ่งที่ย่อยสลายได้					
04	สิ่งของรีไซเคิลได้					
05	ของที่ย่อยสลายยาก					
06	เศษอาหาร					
07	ขวดพลาสติก					
08	ถ่านไฟฉาย					

บทความที่ 9

เรื่อง การพัฒนาที่ยั่งยืน ทางออกของการพัฒนาประเทศ

การพัฒนาของประเทศไทยที่ผ่านมาได้รับชื่อว่าเป็นการพัฒนาที่ดีด้านเสียด้าน เป็นการพัฒนาด้านวัตถุ และเน้นแต่ตัวเลข เพื่อให้รัฐบาล สื่อ และประชาชนชื่นชมเท่านั้น ยังเป็นการพัฒนาที่มีช่องว่างมากมาย

นอกจากการพัฒนาที่ผ่านมา จะเน้นแต่ตัวเลขและวัตถุ ยังเป็นการพัฒนาที่เร่งรัดเท่าที่จะเร่งได้ สร้างถนน ไฟฟ้า และระบบสาธารณูปโภค ขึ้นมาแทนที่ท้องทุ่งเขียวขจีที่เราเคยมีในอดีต

การที่รัฐส่งเสริมการพัฒนาย่างที่ผ่านมาซึ่งมุ่งเน้นวัตถุ มุ่งไปที่ตัวเลขเป็นหลัก และเร่งรัดการพัฒนา ได้ส่งผลให้เกิดปัญหาทั้งด้านสิ่งแวดล้อมซึ่งถูกทำลายลง ปัญหาความตึงเครียดทางจิตใจ ปัญหาความเสื่อมโทรมทางศีลธรรม และปัญหาอาชญากรรม

การที่รัฐบาลพัฒนาโดยเร่งสนใจแต่วัตถุและตัวเลขเป็นสำคัญ จึงเป็นที่มาของปัญหาสิ่งแวดล้อมที่เสื่อมโทรมลง ที่เห็นได้ชัดคือ พื้นที่ป่าไม้และท้องทุ่งของไทยหายไปอย่างน่าใจหาย

มลพิษจากโรงงานและควันรถยนต์ที่เพิ่มขึ้น ก็เกิดจากการพัฒนาที่เกินความพอดี

ตามที่กล่าวมาแล้วว่าการพัฒนาที่ผ่านมา เน้นเร่งรัด สร้างตัวเลขและวัตถุ จึงทำให้ผู้คนสนใจทางด้านวัตถุ และ ศีลธรรมเสื่อมโทรม

ผู้คนพากันเร่งสร้างฐานะ แล้ววัดกันที่ฐานะใครเหนือกว่า ใครมีบ้านที่สร้างได้หรูหรา รถรุ่นที่ออกแบบสวย ทันสมัย มีมือถือที่ล้ำหน้า มีเทคโนโลยีที่ก้าวไกลและรวดเร็ว โดยไม่ได้หันมาสนใจว่าใครคือคนที่ดีกว่า เสียสละมากกว่า

และเมื่อสังคมพากันยกย่องวัตถุ คนจึงมุ่งหาวัตถุกันตัวเป็นเกลียว พวกที่หาได้ก็ไต่ไป พวกไม่ได้และอยากไต่จนละเลยศีลธรรม ก็ปล้น ชิง วังราว ลักขโมย น้อโกง น้อฉลทุกวิธี

เกิดอะไรขึ้นกับการพัฒนาที่ผ่านมา? มีทางออกให้การพัฒนาประเทศหรือไม่?

และแล้วเราก็มากับคำตอบที่ควรจะเป็นของการพัฒนาประเทศว่า ควรยึดหลักการพัฒนาที่ยั่งยืน การพัฒนาที่ยั่งยืนไม่ใช่ได้ผลชั่วคราว หรือเกิดผลดีด้าน เสียด้าน แต่เป็นการพัฒนาที่ให้ผลมั่นคง และเกิดผลดีแก่สังคมทั้งในปัจจุบันและอนาคต

หลักการสำคัญของการพัฒนาที่ยั่งยืน คือ การพัฒนาคน โดยให้การศึกษา เพื่อให้คนได้รู้และเข้าใจถึงการพัฒนาที่พอเพียง ไม่ใช่บ้าดีเดือดแต่การเอาชนะ เอาตัวเลข เพื่อโอ้อวดและประชันกัน

การพัฒนาที่ยั่งยืนยังเป็นการพัฒนาที่ให้ความสำคัญด้านจิตใจด้วย

นอกจากนี้หลักการสำคัญอีกประการหนึ่งของการพัฒนาที่ยั่งยืนคือ การรักษาทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมที่ดี เพื่อส่งต่อให้ลูกหลานของเราได้มีไว้ใช้ตลอดไป

ซึ่งถ้าการพัฒนาคนตามหลักการพัฒนาที่ยั่งยืนสำเร็จ ปัญหาต่างๆ ที่เกิดจากการพัฒนาที่ผ่านมาทั้งเรื่องวัตถุนิยม ความเสื่อมโทรมทางศีลธรรม อาชญากรรม ความเครียดของจิตใจ และการทำลายสิ่งแวดล้อมก็จะลดลงไป และหมดไปในที่สุด

นอกจากนี้การให้ความสำคัญด้านจิตใจ ยังทำให้ความเครียดของจิตใจลดลง และศีลธรรมกลับมาเฟื่องฟู

ส่วนหลักการรักษาทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมตามหลักการพัฒนาที่ยั่งยืน ส่งผลให้หยุดการทำลายสิ่งแวดล้อมให้เสื่อมโทรม เพื่อคนรุ่นหน้า

วันที่พวกเราคิดฝันว่าจะมีแต่ความสุข ผู้คนมีน้ำใจต่อกัน ในยุคพระศรีอาริย์ จะเกิดก็เมื่อมีการพัฒนาที่ยั่งยืนนี้แหละ

ตารางสรุปข้อความที่กำหนดและเลขกำกับของบทความที่ 9 และที่ว่างสำหรับร่างคำตอบ

เลขกำกับ	ข้อความที่กำหนด	ที่ว่างสำหรับร่างคำตอบ			
01	การพัฒนาที่ยั่งยืน				
02	สิ่งแวดล้อมที่เสื่อมโทรมลง				
03	ความตึงเครียดทางจิตใจ				
04	ศีลธรรมเสื่อมโทรม				
05	การพัฒนาคน				
06	เน้นวัตถุ				
07	รักษาทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม				
08	การพัฒนาที่ผ่านมา				
09	พัฒนาที่เร่งรัด				
10	การให้ความสำคัญด้านจิตใจ				