

เคล็ดลับ การเรียนเก่ง ...สร้างได้ (ไม่ใช่สมองดีอย่างเดียว)

นำเสนอเมื่อ : 26 พ.ค. 2552

เคล็ดลับ การเรียนเก่ง

1. คมเวลาดึ้นนอนให้ได้ทุกวันก่อนครับ.

เช่น ตื่น 6 โมงเช้านอน 4 ทุ่ม ซัก 1 เดือนติดต่อกัน
ให้ไดกอนคยอมมาว่าจะอ่านหนังสือครับ.
เพราะจะเป็นการจัดระบบมันสมองได้อย่างดีเยี่ยม
และจะรู้สึกว่ามีพลังใน**การ**รับรูครับ.
ถ้าทำข้อนี้ไม่ได้ อยาคิดว่าจะ**เรียน**ให้ดีโดยยากครับ.

2. หลักการอ่านหนังสือใด ๆ ไม่จำเป็นต้องอ่านทีละหน้า ๆ ครับ.

เช่นตั้งไว้ว่า วันหนึ่ง เราจะ อ่านซัก 1 - 2 ชม.ก็เกินพอครับ.
แต่สำคัญอยู่ที่ความต่อเนื่องครับ. ถ้ายิ่งบังคับตัวเองไม่อยู่ ขอ 1. ก็เป็นการฝึกบังคับอย่างหนึ่งแล้ว
ต้องอ่านทุกวัน ไม่มีวันหยุดครับ.

3. ที่ว่า 1 -2 ชม.นั้นต้องรู้ว่าตัวเองเราสามารถรับได้ครั้งละเท่าไรครับ.

อย่างเช่นที่จะ อ่านวันละ 2 ชม. แต่แบ่ง เป็น 4 ยกครับ. ครั้งละ 25 - 30 นาที
และพัก 5- 10 นาที

4. อ่านจบวันหนึ่ง ๆ ต้องมีสรุปแบบเล่มยาว ๆ เลยนะครับ.

สรุปสั้น ๆ ว่าวันนี้ได้อะไรบ้าง สรุปอะไร ๆ หรือความเข้าใจอะไร

5. ถึงตอนนอนให้หั่งสมาธิซัก 5 นาทีพอรู้สึกใจเริ่มนิ่ง ให้นึกที่เราสรุปไว้ เมื่อกี้ครับ.

ถ้านึกไม่ออกแสดงว่าสมาธิตอนอ่านหนังสือไม่ดี
ให้เปิดไฟ ลูกออกไปดูที่สรุปใหม่ แลวนึกใหม่ครับ.

6. ต้องรู้ว่า**เรียน**ในแต่ละวิชาครับ.

เช่น คณิต + ฟิสิกส์ เน้นความเข้าใจเป็นอันดับ 1
เคมี เน้น เข้าใจ + ท่องจำบางอย่าง เช่น ตารางธาตุ ถ้าท่องยังไม่ได้แสดงว่าไม่เข้าใจว่ามันจำเป็นต้องจำ
อังกฤษ เป็นเรื่องทักษะ ต้องใช้บ่อย ๆ ครับ.
เวลาจะทำอะไรก็มักเป็นภาษาอังกฤษบ้าง
เช่นนึกจะทักเพื่อนหาไปไหน ก็นึกว่า
where do you go .? อะไรเป็นต้น
แล้วก็ต้องเข้าใจ เป็นภาษาตางตาวยังมีคำหรือส่วนที่เราไม่เข้าใจอีกเยอะ
ดังนั้นเรื่องศัพท์พอรู้อยู่ ๆ เวลาจะไปดูหนัง Entertain กันทั้งที
ก็เลือกดูเรื่องที่เขามีแค่ sub title เป็นภาษาอังกฤษ

7. วิธี**เรียน**พวกวิชาที่ใช้ความเข้าใจ

อันดับแรกต้องรีบศึกษาเนื้อหาทั้งหมดให้จบอย่างรวดเร็วครับ.

ตามวอานจากไหน, อยามองไกลครับ.

แบบ**เรียน**นั้นละ อยาเพิ่งไปมองพวกคู่มือ

ถ้าเราอ่านแบบ**เรียน**ไม่รูเรื่อง ก็อย่าไปหวังจะดูตำราอื่นเลยครับ.

จากนั้นโหริบหา แบบฝึกหัด มาทำในแบบ**เรียน**นั้นละไปไหนหมดก่อน

จากนั้นค่อย เสาะหาตำราคู่มือที่คิดว่าเราดี อ่านแล้เราเข้าใจซักเล่มหนึ่งมา

อ่านเนื้อหาใหญ่ๆ อีกที แล้วทำแบบฝึกหัดในเล่มนั้นให้จบหมด .

สำคัญคือความตั้งใจนะครับ.

ต้องเข้าใจว่าเรามีความรู้ในบทนั้น ๆ จบแล้ว

ทำไม่ยังทำใจทยอยขอมได้ พยายามคิด

สุดท้ายไม่ออก ก็ดูเฉลย แล้วต้องดูบทตัวเอง

ให้ดูว่าเราใจตรงไหน ทำไม่ทำไม่ได้

ใจหยาบนั้น ๆ เป็นเทคนิคเฉพาะหรือเปล่า

ต่อไป ก็ไล่หาพวกข้อสอบต่าง ๆ มาทำเยอะที่สุดเท่าที่จะทำได้ แล้ว ก็ ทำ ๆ ๆ จนเกิดรู้สึกว่า

บรรจ !!! ในเรื่องนั้น ๆ มันเป็นความรู้สึกคล้าย ๆ สำเร็จเป็นผู้เษอะไรทำนองนั้น หรือฝึกวิชายุทธสำเร็จแบบนั้น

มองใจหยาบๆ จะเกิดความคิด แบบนี้ ๆ ขึ้นมานึกออกทะลุหมด

เมื่อนั้นรู้สึกแบบนั้นเมื่อไร ให้รีบสรุปเนื้อหาบทนั้น ๆ ออกมา

ในกระดาษขนาดประมาณ 2,5 นิ้ว ดูน 4 - 5 นิ้วครับ.

ใช้หน้าหลังเขียนให้พอได้ใน 1 บทต่อ 1 แผ่น อาจจะมียกเว้นบางบท

เช่น สถิติ อาจใช้ถึง 6 แผ่น หรือตรีโกณ 3 แผ่น ส่วนใหญ่ไม่เกินหกครับ.

จากนั้นนำตำราบทนั้น ๆ ทิ้งไปเลยครับ

8. สิ่งที่สำคัญที่สุดใน**การ**ทำอะไรก็ตามที่

คือ ต้องมีความรู้สึกดีสมอง สามารถหยิบมาใช้**การ**ใดที่ครับ. ถ้าคิดจะ**เรียน**เพื่อสอบนั้นก็แสดงว่า

กำลังคิดผิดอย่างใหญ่หลวงครับ. เด็กสมัยใหม่ชอบคิดว่า**เรียน** ๆ ไปเพื่อสอบ สอบเสร็จก็เลิก

นั่นเป็นเพราะผลพวงของระบบ ข่งใน**การ**ศึกษาของไทยเราครับ. เด็กต้องสอบ Entrance เราต่อ

ทำให้ไม่เกิดความรู้สึกใน**การ**ใ้รู้

ต้องเข้าใจว่าเรา**เรียน**หนังสือ ต้องถือว่ามีใครมาบังคับเรา

เรา**เรียน**เพื่อตัวเอง เพื่อพัฒนาสมองเราเอง พัฒนา มุมมองความคิดต่าง ๆ

เพื่อให้เราเป็นยอดคนเอง สามารถที่จะพึ่งตัวเองได้ทุกเมื่อ

ไม่ว่าจะยังอยู่ในความดูแลของผูกครองหรือหลุดจากอ้อมแขน ก็ดูมารดาเมื่อไร

ต้องสามารถที่จะกล้าคิดและทำ พึ่งตัวเอง ยังชีพตัวเองในสังคมนี้ได้ครับ.

ดังนั้น จากข้อ 7. เราต้องบันทึกความรู้ที่เราเจอแล้ว

ให้เป็นความรู้อย่างน่าติดตาม

โดยทำดังต่อไปนี้ครับ.

- โหนึก ! ในตอนที่เราสรุปเอง อาทิแต่ละบท, ติดต่อกัน ซัก 1 ุติอนหรือ 4 อาทิตย์

ฝึกนะครับ. ไม่ใช่เปิดตำราที่ไม่ออก แสดงว่าไม่ได้สรุปเองแล้วละเปิดหนังสือ แล้วสรุปตามแง ๆ

จากนั้นให้ทิ้งห่างเป็น นึก 1 เดือนต่อครั้ง

จนเริ่มรู้สึกเมื่อ เพราะนึกทะลุปรุไปทั้งหมดแล้ว

ให้เลิกครับ. โกล่สอบดูยาวกว่าอีกที

กระบวนการที่วานี้ตั้งแต่ 1 อาทิตย์จนเลิกนี้

คาดว่ามีต่ำกว่า 3 เดือนนะครับ.

ใครนอยกว่านี้ แสดงว่าโกหกตัวเองชั่ว

9. กระบวนการสุดท้าย เป็นการเพิ่มพลังความมั่นใจในตัวซึ่งต้องกระทำติดต่อกันบ่อย ๆ เรื่อย ๆ คือกระบวนการสอบแข่งขันครับ.

ตรงนี้สำคัญมาก ถ้าเป็นไปได้สอบแข่งซะแต่

ม.1 จนจบ ม.6 เลย จะทำให้เรารู้อันดับตัวเอง

เมื่อเทียบกับคนอื่น ๆ ครับ. เช่นเราอาจจะ**เรียน**ได้เกรดดี แต่พอสอบแข่ง จริง ๆ ละ รู้เขาได้ไหม

ทักษะใน**การ**ทำข้อสอบ มีใหม่

เขาเองก็เดินหน้าลุยทำแต่ขอแ่กยั้นข้อสุดท้ายเลยหรือเปล่า

ก็พวก สมาคม โอลิมปิก หรืออะไรก็ตามที่ ทั้งสอบแข่งใน**เรียน**

เช่น โรงเรียนจัดเอง หรือสัปดาห์ต่าง เช่น สัปดาห์วิทยาศาสตร์

ภาษาอังกฤษ โคงงานวิทยาศาสตร์ ตอบปัญหาภาษาไทย อังกฤษ ฯลฯ

สุดท้ายทั้งหมดที่ว่ามา ถวนองคนไหนทำไ้ในระดับ ซัก 1 - 2 ปี สู้ผล

ที่รับรองได้ 100 % เลยว่าอย่างน้อยต้องอยู่ในอันดับ 1 - 3 ของชั้น แนนอน อันดับระดับประเทศ ก็ไม่เกิน 50 อย่างมาก

อ้อ ลืมบอกไปครับ. สิ่งสำคัญคือ**การ**อ่านล่วงหน้าครับ.

ช่วงปิดเทอม ก็อ่านของเทอมหน้าหรือ อยู่ ม.4 จะอ่านของ ม.6 ก็ไ้นะไม่ผิด

