

ความลับการเรียนรู้ที่คุณมองข้าม

โดย Dr. POP 18 พ.ย. 2558 10:37

ผมมีวิธีเด็ดๆ ที่สามารถทำให้คุณจำแม่นขึ้น และเรียนดีขึ้น ได้อย่างผิดหูผิดตา ไม่ต้องเรียนพิเศษ ไม่ต้องแหกตา อ่านหนังสือข้ามคืน ผมลองใช้วิธีนี้มากับตัวเองจนได้คะแนนดีมาก มันทำให้ผมสามารถจำบทพูดเป็นหลายสิบหน้าได้ และหลายคนก็เอาวิธีนี้ไปใช้ก็สอบติดเอนท์ติดมากมาย มันเป็นวิธีที่ผมได้จากการอ่าน การสังเกตเหล่าคนเรียนดี การสัมภาษณ์ และลองทำด้วยตัวเอง

ตั้งใจอ่านทุกบรรทัดอย่างช้าๆ นี่คือ 3 กฎแห่งความลับของการเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนชีวิตคุณ

1. รู้

ผมสอบถามเด็กที่เรียนได้ 4.00 รวมทั้งพวกได้คะแนนสูงมาหลายคน ผมพบว่าพวกเขาส่วนมากทำบางสิ่งต่างจากคนทั่วไป นั่นคือ “เขาตั้งใจรับรู้จริงๆ”

คำว่า รู้ ในที่นี้หมายถึง ฟัง และ ดูอย่างตั้งใจ

หูของเขาจะเปิดฟังสิ่งที่ออกจากปากผู้พูด ขณะที่สายตาจะจ้องกับสิ่งที่ปรากฏบนสื่ออย่างเต็มที่ ซึ่งผมค้นพบว่าตำแหน่งในการเรียนที่ดีที่สุด คือ “นั่งแถวหน้า” เพราะเมื่อนั่งแถวหน้า สายตาเราจะถูกบังคับให้จับจ้องที่ผู้พูด และสื่อการสอนเป็นส่วนใหญ่

เนื่องจากสัมมนาที่เราถูกปลูกฝัง ความเกรงอกเกรงใจจะบังคับสัญชาตญาณให้เรา “ตั้งใจเรียนกว่าเพื่อน” เพราะหากเราขยุก ขอบหลับ หรือเล่นมือถือ มันจะเป็นเป้ายิงให้ถูกชอล์กปาหัวได้

อนึ่งการนั่งหน้ายังส่งผลต่อจิตวิทยามนุษย์ในเรื่อง “การสวมบทเป็นผู้นำ” ด้วย

สังเกตสิครับ เวลาออกงานใหญ่ เหล่าผู้มีอำนาจจะนั่งแถวหน้าทั้งนั้น และพวกเขาก็จะถูกใส่บทบาทให้ต้องคอยจับตามองคนบนเวทีอย่างจ้องโดยหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ว่าจะเพื่อรักษามารยาทหรือรักษาเกียรติตัวเองก็ตาม ดังนั้นเด็กที่นั่งหน้าห้องจึงมีเปอร์เซ็นต์เรียนรู้ได้รู้เรื่องกว่า ฟังได้ชัดกว่า เห็นได้ชัดกว่า มีสมาธิได้มากกว่า ส่งผลต่อโอกาสการเรียนรู้ที่ดีกว่าเช่นกัน

ที่สำคัญคุณจะไม่เห็นหัวของเพื่อนที่คอยพงกๆ ก้มๆ เงยๆ ให้เสียสมาธิ

2. คิด

ทักษะอย่างหนึ่งทำให้หลายคนจำเก่งกว่าคนอื่นคือ “การคิดอย่างเห็นภาพ”

สมองคนจำดีจะประมวลสิ่งที่ “รู้” (ตามข้อ 1) ให้เป็นภาพในหัวแทบจะในทันที เช่น เมื่อคุณพูดถึง คำว่า “บั้งไฟ มนุษย์ต่างดาว ซุปเปอร์ หมาวกานดำ ชาเขียว” สมองคนทั่วไปจะรีบจดจำเป็น “ตัวหนังสือ” แล้วก็นั่งท่องวนไปวนมา ผลก็คือจำได้ในระยะสั้น แต่สูญเสียมันในระยะยาว ทว่าสมองของคนที่จำเก่งจะเปลี่ยนคำเหล่านี้ให้เป็นภาพแล้วผูกเรื่องในจินตนาการ

ซึ่งข่าวดิก็คือ “คุณสามารถฝึกวิธีแบบนี้ได้เช่นกัน”



ยกตัวอย่าง 5 คำเบื้องต้น คุณจะลองคิดถึงภาพบั้งไฟก่อนก็ได้ มันหน้าตาเป็นไง? เหมือนอะไร? มีเสียงแบบไหน กลิ่นแบบไหน โอเคได้ มาแล้ว หนึ่งคน จากนั้นคิดถึงภาพมนุษย์ต่างดาวต่อ แต่ละคนมีจินตนาการต่างกัน คุณคิดเลย ผมใช้เวลา 5 วิ

ห้า สี สาม สอง หนึ่ง...หมดเวลา

จากนั้น “เชื่อมคำให้เกิดภาพตลกๆ” ให้ได้ เนื่องจากสมองเรามีเปอร์เซ็นต์จะจำสิ่งที่แปลกประหลาด หรือมีอารมณ์ขันได้มากกว่าข้อมูลทั่วไป (คุณจำมุกตลกพีโน๊ต อุดมได้มากกว่าบทบรรยายชีวิตะเน่ๆ ผมเชื่อ) เช่น คำว่า “บั้งไฟ” กับ “มนุษย์ต่างดาว” ก็ลองคิดภาพ “บั้งไฟมีมนุษย์ต่างดาวล้อมอยู่” แล้วทำแบบนี้กับคำต่อๆ ไป -บั้ง

ไฟมีมนุษย์ต่างดาวคร่อมอยู่ มนุษย์ต่างดาวโดนซัปป์ยัสหอมแก้ม ซัปป์ยัสสวมหมวกซานตาคลอส หมวกซานตาคลอสกลืนซาเขียว

ลองหลับตานึกภาพเหล่านั้นในหัวคุณดู

ลองพูดชื่อพวกมันจากหน้าไปหลัง หลังไปหน้าดู

คุณจำ 5 คำนี้แบบเรียงลำดับได้แล้วใช่ไหมครับ?

นี่คือวิธีการจำอันทรงพลังจาก เอริน ครัทซ์ ผู้คิดค้นหลักสูตร Mega Mind ซึ่งเน้นเทคนิคการจำขั้นสุดยอด ชายคนนี้จำเก่งจึงได้รับการยกย่องจากกินเนสส์ บุก ให้เป็น “ผู้ที่มีความจำเป็นเลิศ” มาแล้ว และเขาก็ใช้หลักการจากเปลี่ยนตัวหนังสือเป็นภาพ ตามที่คุณได้เห็นในข้อสองนี้แหละ

3. ทำ

คุณไม่มีทางจะเก่งอะไรได้ หากไม่ลงมือทำ

แค่ลอง “ทำ” สองอย่างนี้ ก็ช่วยให้คุณเรียนเก่งขึ้นได้แล้ว - อย่างแรกคือ “จด” สองคือ “พูด”

จดสิ่งที่คุณคิดเป็นนามธรรมในหัวให้ออกมาเป็นรูปธรรมบนสื่ออะไรก็ได้ อ่านพวกมันซ้ำๆ เข้าสู่กระบวนการรู้ (ตามข้อ 1) แล้วคิดวนไปเรื่อยๆ จนกว่าคุณจะเห็นภาพที่ชัดขึ้นๆ (ตามข้อ 2) จากนั้นทำโดยการจดย่อให้สั้นที่สุด สรุปเนื้อหาให้เหลือจำนวนหน้าทีน้อยที่สุด

จากนั้น “พูดออกมา”

ไปสอนคนอื่น ไปติวให้เพื่อน ยิ่งพูดเยอะ คุณจะยิ่งเข้าใจได้เยอะ ยกตัวอย่าง ประโยคคลาสสิกที่ฝังลงในหัวข้ามชาติ สองหนึ่งสอง สองสองสี่ สองสามหก - กอเอี้ยก๊อไก๋ ขอไข่ในเล้า ขอขวดของเรา - หลายสิ่งหลายอย่างที่คุณจำได้ เพราะคุณพูด และทุกครั้งที่คุณพูด จงพูดอย่าง “เข้าใจ” พูดอย่างคนที่จำภาพ จำเรื่องราวปะติดปะต่อในหัวได้ ยิ่งพูดเยอะ คุณจะเล่าเรื่องเก่งขึ้น คุณจะยิ่งเห็นภาพทุกอย่างชัดเจนขึ้น

จำเวลาที่พูดถึงบอลนัดสำคัญ หรือ ภาพยนตร์ที่คุณชอบกับเพื่อนได้ไหม?

คุณพูดอย่างเข้าใจ คุณอินกับมัน นั่นแหละตัวอย่างของการเข้าใจอย่างถ่องแท้

ผมแนะนำให้คุณ “พูด” ในสิ่งที่ “รู้” และ “คิด” อย่างน้อย 5 รอบ

จะเป็นการเรียน การเตรียม หรือ สุนทรพจน์ก็เถอะ ก่อนทำการแสดงทุกครั้งผมจะพูดมันจนกว่าจะไม่ต้องดู
สคริปต์ได้ หากคุณสามารถพูดได้แล้วนี่ก็ได้อะไรอยู่ตรงไหนของกระดาษ นั้นแหละแปลว่า คุณประสบความสำเร็จในการจำแล้ว



“ทุกคนล้วนเริ่มจากศูนย์เหมือนกัน
ไม่มีคำว่าสายไป ถ้าเริ่มทำวันนี้
มันก็เก่งขึ้นชาตินี้
ไม่ต้องรอชาติหน้า”

Dr. POP

#คนเก่งนั่งเขียน
www.thairath.co.th

รู้ คิด ทำ คือ 3 กระบวนการง่ายๆ ที่จะเปลี่ยนคุณให้เรียนเก่งขึ้นอย่างผิดหูผิดตาได้จริงๆ

การรู้ คิด ทำอยู่คู่สัญชาตญาณมนุษย์ตั้งแต่เกิด ทุกคนสามารถทำสิ่งเหล่านี้ได้ดีด้วยการฝึกฝนเป็นนิสัยติดต่อกัน
21 วัน นั่งแถวหน้า ฟัง อ่าน คิดเป็นภาพ จด และพูดออกมาทุกวัน ไม่ต้องเรียนพิเศษก็รู้เรื่อง ก่อนสอบก็ไม่ต้อง
อ่านเยอะก็ทำได้ นั่นเพราะคุณฝึกสมองบ่อยจนมันฝังแล้ว ทุกคนล้วนเริ่มจากศูนย์เหมือนกัน ไม่มีคำว่าสายไป
ถ้าเริ่มทำวันนี้ มันก็เก่งขึ้นชาตินี้ ไม่ต้องรอชาติหน้า

การที่บางคนจำไม่เก่ง ไม่ใช่เพราะว่าเขาโง่แต่อย่างใด เขาแค่ไม่พยายามจำก็เท่านั้น

Dr.Pop Facebook : www.facebook.com/drpopworld Dr.Pop Twitter : @drpoppop

Ig, Line : @drpoppop ข้อมูลและภาพประกอบจาก <http://www.thairath.co.th/content/540175>