


แบบฟอร์มส่งงาน-1.2 วิเคราะห์การทำงานของสมอง

6551010793@rumail.ru.ac.th [สลับบัญชี](#)

 บันทึกฉบับร่างแล้ว

* ระบุว่าเป็นคำถามที่จำเป็น

รหัสนักศึกษา *

6551010793

คำนำหน้านาม *

เช่น นาย , นาง ,นางสาว , ร้อยตรี , นายแพทย์ ฯลฯ

นาย

ชื่อ(ภาษาไทย) *

อิมรอน

นามสกุล(ภาษาไทย) *

เจ๊ะละ

Firstname (ชื่อภาษาอังกฤษ) *

Imron

Lastname (นามสกุลภาษาอังกฤษ) *

Jehleh

ปัจจุบันนักศึกษามีวิธีในการเรียนรู้และจดจำสิ่งต่าง ๆ อย่างไร ตอบตามความคิดเห็นของนักศึกษาได้อย่างอิสระ

ปกติผมใช้ชีวิตประจำวันจะไม่ใช้วิธีการท่องจำ แต่จะใช้การทำความเข้าใจกับเรื่องที่เราเรียนอยู่แทน พยายามคลุกคลีกับมันอยู่บ่อยๆ สุดท้ายมันจะทำให้เอง ผมใช้เทคนิคนี้กับความรู้ที่ผมสนใจ อย่างภาษาอังกฤษ ผมจะใช้การดูช่อง Youtube เป็นภาษาอังกฤษเอา เวลาค้นคว้าผมก็ค้นให้เป็นภาษาอังกฤษ เวลาจะจดบันทึกเอาเดีย ผมก็จะพยายามจดบันทึกเป็นภาษาอังกฤษ ผมเรียนรู้โดยที่ไม่ได้ท่องจำด้วยซ้ำ หากเป็นการคำนวณที่ต้องใช้สูตร ผมยอมรับจริงๆ ว่าผมจำไม่ได้ จำเป็นต้องเปิดหนังสือดู ผมรู้ดีว่าตัวเองเป็นคนจำอะไรไม่ค่อยได้ ผมจึงเน้นใช้วิธีดังกล่าว

เมื่อนักศึกษาได้ดูวิดีโอ 11 เคล็ดลับในการจดจำสิ่งต่างๆ ได้เร็วกว่าคนอื่น นักศึกษาได้เรียนรู้อะไรบ้าง จากวิดีโอนี้

ข้อสังเกต:

1. การจะให้เกิดความจำที่ฝังแน่นกว่าปกติ จำเป็นต้องใช้ความรู้นั้นบ่อยๆ

2. การจำระยะสั้น จะใช้การกระตุ้นในช่วงเวลาสั้นๆ บ่อยๆ ส่วนการจำระยะยาว จะเน้นกระตุ้นความจำในคาบเวลาทีนานกว่าหน่อย

3. ความจำจะเหมือนกับรัศมี รัศมีบางประเภทต้องการการกระตุ้นซ้ำ แต่รัศมีบางประเภทก็อยู่ได้ตลอดชีวิต (ข้อนี้เป็นข้อสังเกตที่นักขึ้นเอง)

4. การใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ร่วมด้วย จะทำให้จำได้ง่ายขึ้น

เคล็ดลับ:

1. ทำความเข้าใจเนื้อหา

2. เลือกจำส่วนสำคัญก่อน

3. ใช้เทคนิคการเขียนเรียงความ: เขียนใจความสำคัญที่ต้นและท้ายย่อหน้าเสมอ (แบบเดียวกันในวิชา THA2102 การพัฒนาทักษะการเขียน ของมหาวิทยาลัยรามคำแหง ส่วนกลาง)

4. ทฤษฎีการรวมกวน - ใช้การเบี่ยงเบนความสนใจ

5. การเรียนรู้เป็นคู่ๆ

6. การทำ mapping ระหว่างความรู้กับสถานที่

7. การเชื่อมโยงสิ่งที่เกี่ยวเนื่องกัน

8. แต่งเป็นเรื่องราว

9. ใช้เครื่องอัดเสียง

10. ใช้ภาษากาย

11. เลือกวิธีเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตัวเอง (ในคลิปบอกว่าอย่าไปยึดติดกับหนังสือ เปลี่ยนไปค้นคว้าทางออนไลน์เถอะ ผมไม่เห็นด้วย หนังสือยังคงมีคุณค่าในสิ่งที่การค้นคว้าบนอินเทอร์เน็ตทดแทนไม่ได้ ผมมองว่าควรเลือกเครื่องมือให้ถูกกับเรื่อง และเลือกเครื่องมือให้ถูกกับคนมากกว่า)

โดยรวม ผมมองว่าอาจจำเป็นต้องค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับเรื่องดังกล่าว ให้ต้องการค้นคว้าให้ลึกขึ้น ผมมองว่าคลิปวิดีโอนี้มีความน่าเชื่อถือค่า ต้องการการอ้างอิงและการพิสูจน์เพิ่มเติม

เทคนิคในการเรียนรู้และจดจำของนักศึกษาที่ใช้ในปัจจุบัน มีส่วนไหนที่ใกล้เคียงกับข้อมูลที่ได้อ่านวิดีโอ นี้บ้างครับ ช่วยอธิบายให้ทราบด้วยครับว่าเทคนิคส่วนไหนที่คล้ายกัน สำหรับนักศึกษาที่ใช้เทคนิคที่ไม่ใกล้เคียงกับวิดีโอนี้ โปรดช่วยอธิบายให้ทราบด้วยครับว่านักศึกษาใช้เทคนิคใดอยู่ในปัจจุบัน หรือนักศึกษามีเทคนิคส่วนตัวยังใงบ้างช่วยบอกเล่าให้ทราบหน่อย

หลายๆ ข้อผมรู้อยู่แล้ว

เรื่องท่องจำระยะสั้น-ระยะยาว มองโดยผิวเผินอาจจะไม่ค่อยน่าเชื่อถือเท่าไร แต่ผมสงสัยลงไป มันก็ดูเป็นเหตุเป็นผลอยู่ โดยเฉพาะกับการจำระยะยาว ผมใช้วิธีดูช่อง Youtube ที่เป็นช่อง edutainment (ช่องเกี่ยวกับการศึกษาที่ออกแบบให้ดูคล้ายการแสดง เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มผู้ชมมากขึ้น จะไม่น่าเบื่อเหมือนคลิป lecture หรือ documentary) เวลานึกถึงอะไรออกก็จะกลับไปดูซ้ำ ซึ่งมีลักษณะค่อนข้างคล้ายกัน แต่แตกต่างกันเชิงวิธีการ

ในส่วนของเคล็ดลับ

1. ปกติผมทำแบบนี้อยู่แล้ว

2. ปกติผมจำในสิ่งที่น่าสนใจ ก็คงจะคล้ายในระดับหนึ่งนั้ง แต่ก็ไม่เหมือนกันซักทีเดียว

3. อันนี้ผมเคยคาดการณ์ไว้ว่าน่าจะมีอะไรแปลกๆ บางทีผมก็เขียนย้ำเพื่อเน้นให้จำแม่นขึ้น ถึงแม้ว่าโดยไม่ได้ตั้งใจก็เถอะ รูปแบบนี้ผมอาจจะทำไปบ่อยขึ้นก็ได้

4. การเบี่ยงเบนความสนใจอย่างฉับพลัน... ผมคิดว่าวิธีนี้ไม่เหมาะกับผม ผมมีภาวะทางจิต คือภาวะสมาธิสั้นในผู้ใหญ่ (ADHD) อาการนี้ทำให้ผมโฟกัสหรือละเลยบางสิ่งบางอย่างจนเกินไป ผมไม่สามารถเปลี่ยนโฟกัสโดยฉับพลันได้ และการเปลี่ยนโฟกัสโดยฉับพลันจะทำให้ผมจำไม่ได้ด้วย เหมือนกับที่ผมกำลังบันทึกข้อมูลจาก RAM ลง HDD แล้วไฟดับระหว่างที่บันทึก ปริมาณนั้นเลยครับ

5. ผมมักเห็นอยู่บ่อยๆ แต่ผมเลือกที่จะไม่ทำตามวิธีนี้ -- ผมมองว่าวิธีนี้แล้วยุ่งยาก ผมจำไม่ค่อยได้

6. ผมเคยอ่านเจอมาอยู่ แต่ผมก็ไม่คิดจะใช้วิธีนี้เช่นกัน รู้สึกว่ายุ่งยากเกินไป แค่มองจำเส้นทางจากบ้านกลับไปที่บ้าน บางทีผมยังหลงๆ ลืมๆ อยู่เลย

7. บางครั้งผมมักจะทำถ้าผมเชื่อมโยงกันได้ แต่ก็ไม่เหมือนกับในคลิปเสียทีเดียว ของผมจะ advance กว่า ตรงที่ผมจะเชื่อมโยงข้ามวิชา ข้ามเนื้อหา หรือข้ามประสบการณ์กันได้ด้วย หากตรงไหนเชื่อมโยงกันได้ก็จะรับมาเชื่อมโยงหมด (อย่างในกรณีเคล็ดลับที่ 5 ผมก็ใช้เทคนิคเชื่อมโยงข้ามไปวิชาภาษาไทยได้) ผมมองว่า จริงๆ ความรู้มีจุดที่เชื่อมโยงกันอยู่แล้ว ขึ้นอยู่กับว่าคุณจะมองมันไหน บางทีผมมองต่างมุมกันเกินไปเราจะหาจุดร่วมไม่ออก แล้วจะมองไปว่าทั้ง 2 อย่างไม่เกี่ยวข้องกันโดยสิ้นเชิง ทั้งๆ ที่มันอาจจะเป็นเรื่องเดียวกัน แต่มองต่างมุมก็ได้ การจะใช้เทคนิคนี้จำเป็นต้องรู้ในความรู้ในหลากหลายแขนง ยิ่งรู้เยอะยิ่งดี

8. ผมเคยทำ อาจจะต้องลองกลับไปทำใหม่บ้างแล้ว

9. ผมอัดเสียงอยู่นะ แต่ปกติผมไม่เคยเปิดฟังซ้ำเลย ผมบันทึกไว้เพื่อบันทึกไว้เป็นความทรงจำ ไม่เชิงในด้านการทวนความจำเท่าไร ปกติผมจะเปิดดูจากช่องทางอื่นมากกว่า ดูจากช่องทางอื่นจะได้เห็นเรื่องเดียวกันในหลายๆ มุม แต่ผมอาจต้องลองเปิดฟังบ้างแล้วละ

10. บางทีผมก็มีใช้ภาษากายอยู่ แต่วิธีนี้ยุ่งยาก เพราะเราต้องเข้าใจว่า ถ้าเราทำท่างี้ จะเปลวาแบบนี้ ซึ่งบางทีความรู้จะดีกับเอง ถ้าจะใช้เทคนิคนี้ อาจใช้เทคนิคสอดแทรกประสบการณ์ร่วมเข้าไป อาจจะดีมากกว่า (สอดแทรกประสบการณ์ร่วม คือ เมื่อได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ให้ทำท่าทางบางอย่างประกอบด้วย เช่น เคาระดินสอ กลิ้งดินสอ เสี่ยงดินสอตก เสี่ยงกรรอง ไฟดับ ฟังอาจารย์ไม่ทัน...)

11. ข้อนี้ ผมอยากเน้นว่าให้เห็นเป็นวิธีการที่เหมาะสมกับตัวเองที่สุด บางคนการขีดเขียนบนกระดาน อาจจะดีกว่า บางคนใช้บัน tablet อาจจะสะดวกกว่า บางคนอาจจะวาด mind map บางคนอาจจะค้นคว้าจากหนังสือ... ให้เลือกวิธีการที่เหมาะสมที่สุดกับตัวเอง และสถานการณ์ในขณะนั้นครับ

ผมยังคงเชื่อว่าการอ่านหนังสือที่เป็นรูปเล่ม ก็ยังไม่เหมือนกับอ่านบนอุปกรณ์อยู่ดี แค่เสี่ยงพลิกกระดาน กลืนกระดาษ สัมผัสกระดาษ ของพวกนี้ก็ส่งผลกระทบแตกต่างกันแล้ว แต่ผมไม่สามารถบอกได้ว่าแบบไหนดีกว่ากันครับ คุณจะต้องเลือกวิธีที่เหมาะสมเอง

ผมมีเทคนิคเพิ่มเติมอีกอย่างคือการมองเป็นภาพให้ออก วิธีนี้จะเหมาะมากกับวิชาตระกูลแคลคูลัสที่หากมองเป็นภาพออกจะช่วยให้มาก การใช้โปรแกรมช่วยจำลองภาพ 3 มิติออกมา ก็อาจจะช่วยให้เช่นกันครับ

ถัดไป

ล้างแบบฟอร์ม

ห้ามส่งรหัสผ่านใน Google ฟอร์ม

แบบฟอร์มนี้ถูกสร้างขึ้นภายใน Ramkhamhaeng University รายงานการละเมิด

Google ฟอร์ม