



บทความออนไลน์

5 เทคนิคเพื่อความสำเร็จในการเรียนรู้

เรามักจะได้ยินคำกล่าวที่ว่า การเรียนรู้ เป็นสิ่งที่เราจะต้องทำไปตลอดชีวิต ซึ่งนั่นก็มีความเกี่ยวข้องกับหลักการทางวิทยาศาสตร์ ที่ว่า เราต้องใช้สมองบ่อย ๆ เพื่อป้องกันไม่ให้สมองเสื่อม แต่ทั้งนี้ บางคนก็เรียนรู้ได้เร็ว ในขณะที่อีกหลาย ๆ คนไม่เป็นเช่นนั้น คนที่ถูกจัดว่าเป็นคนฉลาดมักจะแสดงความสามารถในเชิงสร้างสรรค์และคิดนวัตกรรม แถมยังเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ได้เร็วอีกด้วย เพื่อที่จะช่วยให้การเรียนรู้เป็นเรื่องง่าย เราจะต้องรู้เทคนิคพื้นฐานที่จะทำให้เราสามารถใช้เวลาและพลังงานในการเรียนรู้และพัฒนาทักษะได้อย่างคุ้มค่า และเทคนิคทั้ง 5 มีดังต่อไปนี้

1. คิดถึงผลที่จะได้รับ หลาย ๆ คนเรียน ๆ ไปเพื่อให้ได้รับใบประกาศ แต่คนที่ประสบความสำเร็จ เขาจะเรียนอย่างมีเป้าหมาย การที่เราทราบว่าตัวเองต้องการอะไร จะเป็นการช่วยผลักดันให้เกิดความสำเร็จอย่างรวดเร็ว ยกตัวอย่างเช่น เมื่อคุณตั้งใจที่จะเรียนรู้ในทักษะใหม่ ๆ เรียนรู้ในเรื่องใหม่ ๆ คุณต้องมองเห็นเป้าหมายข้างหน้าว่า เรียนแล้วจะมีอะไรเปลี่ยนแปลง การทำงาน ชีวิตความเป็นอยู่ จะดีขึ้นอย่างไร เช่น ไปเรียนภาษาต่างชาติ เพื่อเปิดตลาดลูกค้าในต่างประเทศ เรียนรู้การใช้ซอฟต์แวร์ใหม่ เพื่อพัฒนางาน หรืออาจจะลองนึกถึงปัญหาที่คุณต้องแก้ไข และการไปเรียนนั้น จะนำมาใช้แก้ไขปัญหาของคุณได้อย่างไร เป็นต้น
2. คิดถึงข้อมูลเป็นจุดเริ่มต้น คนส่วนมากจะพยายามจดจำสาระสำคัญในตำราเรียน แต่เมื่อมันมากเกินไป ก็ทำให้สมองเบลอได้ แต่หากเราคิดว่า สิ่งที่เราเรียนรู้นั้นเป็นข้อมูลประกอบอย่างหนึ่งในพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูล เมื่อเรามีข้อมูลแล้วขั้นต่อไปก็นำออกมาทดลองหรือต่อยอด อาจจะมีนั่งสนทนา



กับผู้เชี่ยวชาญหรือคนอื่น ๆ เพื่อที่จะสามารถประยุกต์ใช้ข้อมูลอย่างไรบ้าง หนังสือ เป็นเสมือนที่เก็บข้อมูล แต่ก็ต้องนำข้อมูลออกมาใช้ในสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วย เพื่อที่จะดูว่า ข้อมูล หรือทักษะที่เรียนมานั้น ใช้ได้ในสถานการณ์จริงหรือไม่



3. เรียนรู้ด้วยภาษาของตนเอง สมองของคนมีวิธีรับข้อมูล บางคน รับข้อมูลได้ดีจากการวาดออกมาเป็นภาพ บางคนก็รับได้ดีด้วยการออกเสียงออกมาดัง ๆ แต่ละคนก็มีวิธีที่เหมาะสมสำหรับตัวเอง ดังนั้น จึงจำเป็นต้องทำให้เจอว่า การรับรู้แบบไหนเป็นไปได้ดีที่สุดสำหรับตัวเรา หากเรียนรู้ด้วยการเห็น ก็บันทึกเป็นทางกราฟ จากการฟัง ก็ใช้วิธีบันทึกเสียง อ่านออกมาดัง ๆ หรือพูดคุยแลกเปลี่ยนกับคนอื่น ๆ คนที่ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ จะต้องทราบก่อนว่า ตนเองรับและจดจำข้อมูลได้ดีด้วยวิธีไหน

4. คิดเสียว่า ความล้มเหลวเป็นเรื่องตลก แม้หลาย ๆ คนจะเรียนรู้จากการความสำเร็จ แต่ทั้งนี้ การเรียนรู้ที่แท้จริง ก็สามารถมาจากข้อจำกัดและความล้มเหลวได้เช่นกัน เพราะมันช่วยให้เราเข้าใจว่าอะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ แต่แน่นอนว่า ไม่มีใครชอบความล้มเหลว ไม่มีใครอยากดูเป็นคนโง่ แต่ทั้งนี้ หากเกิดความผิดพลาดขึ้น เราก็ไม่ควรเสียความเชื่อมั่น หากเราสามารถคิดได้ และเห็นว่ามันเป็นเรื่องตลก พุดคุยกับเพื่อนและครอบครัว ด้วยความสนุกสนานหัวเราะไปกับมัน และพยายามต่อไป ผลสำเร็จก็จะปรากฏออกมาให้เห็นในที่สุด



5. ยินดีที่จะรับผิดชอบ คนเราจะทำงานหนักขึ้น ตั้งใจมากขึ้น เมื่อต้องรับผิดชอบ เช่น เมื่อใกล้สอบเราจะขยันมากขึ้น เมื่อใกล้เวลาแข่งขันเราจะซ้อมหนักขึ้น คนที่ประสบความสำเร็จ เขาจะทำให้ตัวเองมีความรับผิดชอบ ด้วยการตั้งเป้าหมาย กำหนดเวลา และหาโอกาสที่จะแสดงทักษะ หรือความรู้ เพื่อผลักดันตัวเองให้ไปถึงจุดของความสำเร็จที่ตั้งเอาไว้

ที่มา <http://campus.sanook.com/1382997/>

