



1 นาที อาหารสมองคลาส

Life Alignment by Dr. Wasit Prombutr

TRANSFORM YOUR WORKLIFE INTEGRATION

ฝันให้ไกล ไปให้ถึง ใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่

กฎของธรรมชาติ มีอยู่ว่า ... 'ทุกอย่างก้าวที่เดินไปข้างหน้า
ทำให้ระยะทางสู่เป้าหมายเหลือน้อยลง'

สวัสดิ์ดีครับวันนี้ ขอแลกเปลี่ยนสาระที่ทำให้เกิดความใฝ่รู้...อัน
เป็นรากฐานของการรักการอ่าน และการพัฒนาตนเอง
จุดเริ่มต้นสำคัญคือ... **'การอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีความ
ใฝ่รู้ในครอบครัว โดยการล้อมกล่มาจากพ่อ - แม่ เป็น
สิ่งสำคัญ หากพ่อ - แม่อ่านหนังสือให้ลูกเห็น ลูกก็จะมี
นิสัยรักการอ่านเหมือนพ่อ - แม่'**

ในหนังสือของ ศ.ดร.ลิขิต ธีรเวคิน ชื่อ **'คนไทยในอุดมคติ'**
.....ท่านอาจารย์ได้นำเสนอการอ่านหนังสือ โดยใช้หลัก **๗ RS**

Read : การรับรู้ข้อมูลผ่านการอ่าน และฟัง

React : การได้รับข้อมูลข่าวสารที่ผิดเพี้ยนออกไปจากที่
เป็นจริง หรือถูกต้อง ต้องมีปฏิกิริยาโต้ตอบ เช่น การหยุด คิด
ตั้งข้อสังเกต

Reflect : หาเหตุผลว่าเพราะอะไรจึงเป็นเช่นนี้ เป็นอย่างไร
อื่นได้หรือไม่

ทั้ง ๓ **Rs** คือการอ่านอย่างมีปฏิกิริยา และวิเคราะห์ แต่จะ
ก่อให้เกิดประโยชน์เป็นอย่างมาก จะต้องมียี่ **๔ Rs**

Research : การวิจัยหาข้อมูลมาเสริมให้ผลสรุปจาก
การ **Reflect** มีความน่าเชื่อถือ ตามหลักวิชาการ

Realize : ภายหลังจากการวิจัยหลายๆครั้ง ก็จะทำให้
เกิดความเข้าใจในประเด็นข้อสงสัยอย่างถ่องแท้ เกิดเป็น
ความมั่นใจ

Rule : เมื่อ **Realize** ได้ก็จะพัฒนา ต่อยอดเป็นกรอบ
ความคิด กฎ ทฤษฎี ตัวแบบ (**Model**)

Recommend : เมื่อมีสิ่งที่พัฒนา ต่อยอดเป็นกรอบ
ความคิด กฎ ทฤษฎี ตัวแบบ (**Model**) ก็จะง่ายต่อการ
อ้างอิง นำเสนอ เสนอแนะแนวทางสำหรับแก้ไขปัญหา ที่
โอกาสใหม่ๆ

ทั้ง **๗RS** สอดคล้องกับ **๔ES** อันเป็นวงจรการเรียนรู้ ได้แก่

Exploring : สำรวจสืบค้น

Experimenting : ทดลองปฏิบัติ

Experiencing : สร้างเสริมประสบการณ์

Exchanging : แลกเปลี่ยนและแบ่งปัน
สำหรับตัวผมเองสรุปเรื่องทั้งหมดข้างให้เป็นค่านิยมส่วนตัว

.....**เร่งเรียนรู้สู่การคิด - ทำ - ปรับ รับความสำเร็จสูงสุดยอด
... เยี่ยม'**