

## บทความพิเศษ

### การแสวงหาความรู้ด้วยการอ่าน

ดร. จริยาวัตร คมพัยค์ษ์\*

Kompayak, J.

Knowledge acquiring from reading comprehension.

Thai Journal of Nursing, 62(3), 67-71, 2013.

Key Words: Knowledge Acquiring, Reading Comprehension.

การแสวงหาความรู้มีหลายวิธีการ การอ่านเป็นวิธีการหนึ่งที่สำคัญ ปัจจุบันสามารถอ่านจากต้นเรื่องหรืออ่านผ่านสื่อที่รวมสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ผู้อ่านอาจใช้หลายวิธีเพื่อให้ได้ความรู้ที่ต้องการเพราะแต่ละวิธีมีเป้าหมายและกระบวนการให้ได้ความรู้ที่แตกต่างกัน การอ่านที่มีคุณภาพคือการอ่านที่ได้เนื้อหาใจความสำคัญแต่กะทัดรัดในเวลาอันน้อย การพัฒนาสมรรถนะการอ่านใช้การฝึกฝนตนเองที่เริ่มจากการคิด การฝึกจิต และการใช้เทคนิคต่างๆ จะช่วยให้ได้ความรู้ที่ต้องการโดยไม่ต้องใช้เวลา "การอ่าน" เป็นทั้งกระบวนการแสวงหาความรู้และกระบวนการเรียนรู้ในเชิงวิทยาศาสตร์และศิลปศาสตร์ที่เป็นจุดเริ่มต้นของบุคคลนำไปสู่การแสวงหาความรู้ด้วยวิธีการอื่นๆ การอ่านมีจุดมุ่งหมายที่หลากหลาย ขึ้นอยู่กับผู้อ่าน ผู้มอบหมายให้อ่าน และผลที่เกิดจากการอ่าน เช่น อ่านเพื่อเข้าใจ คือการติดตามตามข้อความแต่ละย่อหน้าให้เข้าใจ อ่านเพื่อย่อความ คืออ่านหาคำกฎเกณฑ์ในแต่ละย่อหน้าและเรียบเรียงใจความให้กระชับโดยคงสาระสำคัญไว้ซึ่งแตกต่างจากการเรียงความที่ต้องเรียบเรียงเนื้อหาทุกส่วน และอ่านเพื่อสรุปคือ เมื่ออ่านแล้วสามารถบอกได้ว่าเรื่องที่อ่านให้อะไร

เป็นสิ่งสำคัญ เช่น แนวคิด สิ่งที่รวบรวม สรรหา ประสพการณ์ ความแตกต่าง ความคิด ปัญญา และการใช้ภาษา ดังนั้น การอ่านจึงจำเป็นต้องมีการเรียนรู้

ปัจจุบันเทคโนโลยีทางการสื่อสารมีความเจริญอย่างก้าวกระโดดทั้งแนวดิ่ง และแนวราบ เกิดช่องทางการสื่อสารที่รวดเร็วและสามารถเลือกได้ตามความพอใจและความสามารถในการเข้าถึง ทำให้การอ่าน หนังสือ ตำรา วารสารน้อยลง อย่างไรก็ตามการใช้อิเล็กทรอนิกส์ในการสื่อสารด้วยการอ่าน e-book ก็ยังต้องใช้การอ่านเพื่อให้ได้สาระสำคัญและนำมาใช้ประโยชน์ได้ตามที่ผู้อ่านต้องการเช่นกัน โดยเฉพาะเมื่อได้รับการมอบหมายให้อ่านเพื่อ การสอบ การเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง หรือการเป็นผู้บรรยาย เป็นต้น

การพัฒนาสมรรถนะการอ่านเริ่มด้วยการสำรวจตนเองโดยตอบคำถามต่อไปนี้ 1) ท่านมีปัญหาใน "การอ่าน" หรือไม่? ถ้ามี คืออะไร ถ้าไม่มีเพราะอะไร 2) เมื่อมีปัญหา ท่านแก้ไขอย่างไร? มีขั้นตอนหรือไม่? 3) เมื่อแก้ไขแล้ว ปัญหาหายไปหรือไม่? หรือมีปัญหาเพิ่มขึ้นอีก หรือปัญหาเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่น แล้วแก้ไขอย่างไรต่อไป 4) มีใครช่วย

\* รองศาสตราจารย์ อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

แก้ไขปัญหาให้หรือไม่? เขาช่วยเองหรือขอให้ช่วย 5) เคยบอกวิธีการแก้ไขหรือช่วยคนอื่นแก้ไขหรือไม่? ผลเป็นอย่างไร และ 6) เคยศึกษาเรื่อง “การอ่าน” มาก่อนหรือไม่? ถ้าเคยได้นำส่วนใดมาปฏิบัติ แต่ถ้าไม่เคย ควรอ่านบทความนี้ อย่างเอาใจใส่และตั้งใจ!

**ปัญหาการอ่าน** ลองพิจารณาดูว่าท่านมีปัญห การอ่านต่อไปนี้หรือไม่ หรือเป็นปัญหาของใครหรือเกี่ยวข้องกับอะไร ลองอ่านข้อเสนองานแนวทางแก้ไข

1. ไม่อ่าน เพราะท่านไม่สนใจสิ่งใดๆ...แล้วใครจะแก้?
2. อ่านไม่ออก ให้แก้ไขด้วยการเรียน การศึกษา และเมื่อมีโอกาสแล้วจงขยันหมั่นเรียน
3. ไม่มีหนังสืออ่าน ให้หาได้จากห้องสมุด โรงเรียน ร้านกาแฟ ร้านเสริมสวย สถานที่ราชการ ร้านแผงหนังสือ หอสมุดแห่งชาติ หอสมุดประชาชน และวัด เป็นต้น
4. ไม่มีเวลาอ่าน เป็นข้อแก้ตัวให้บริหารเวลา จงหาเวลาที่หายไปให้พบ
5. ไม่มีที่อ่าน เป็นคล้ายๆ แก้วตัวเช่นกัน ต้องพยายามหาที่อ่านโดยอย่าตามใจตัวว่าต้องอย่างนี้ ต้องอย่างโน้น ไม่มีอนตึกว่า?
6. อ่านช้าๆ ให้อ่านให้สม่ำเสมอเป็นนิสัย อ่านอยู่เป็นประจำ เป็นปกติ ในชีวิตประจำวัน
7. อ่านไม่เข้าใจ สาเหตุจากผู้เขียน ผู้แปลใช้ภาษา ยากเกินไป ข้อความวกวน ความหมายซับซ้อน มีศัพท์ เฉพาะทางวิชาการ มีคำศัพท์ภาษาต่างประเทศ ไม่เรียบเรียง จากง่ายไปยาก สาเหตุจากผู้ผลิตใช้ตัวพิมพ์ขนาดเล็กเกินไป บางเกินไป ลักษณะรูปเล่มไม่น่าอ่าน ต้องแก้ไขทั้ง ผู้เขียน ผู้แปลและผู้ผลิต
8. อ่านแล้วไม่เกิดประโยชน์ (ลองอ่านหรือยัง ?) เพราะการอ่านควรช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหบางอย่างได้ เช่น รู้ว่าในผักและผลไม้ อาจมีสารพิษ ตกค้างก่อนกินควร ทำอย่างไร หากบังเอิญกินแล้วเกิดอาการเป็นพิษจะแก้ อย่างไร การอ่านยังให้ประโยชน์หลายประการ อาทิ ช่วย พัฒนาจิตใจให้เจริญงอกงาม เช่น อ่านหนังสือธรรมะ ช่วยให้

เกิดเมตตาจิต อ่านหนังสือเกี่ยวกับธรรมชาติ ช่วยให้รัก ธรรมชาติ ช่วยให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ เช่น เด็กรู้วิธี ประดิษฐ์ของเล่น หรือเครื่องใช้ง่ายๆ ได้เองโดยใช้วัสดุ เหลือใช้ ช่วยอำนวยความสะดวกในชีวิต เช่น ก่อนไปหาซื้อของบางอย่าง อาจตรวจหา แหล่งผลิตหรือจำหน่ายได้ จากการใช้โทรศัพท์หาข้อมูล ช่วยพัฒนาอาชีพ สำหรับผู้ที่ ยังไม่มีอาชีพ ที่อ่านพบตัวอย่างบุคคลผู้พัฒนาอาชีพของตนด้วยวิธีต่างๆ จึงเกิดแนวคิดในการเลือกอาชีพที่ตนถนัด หรือสามารถสร้างอาชีพใหม่ขึ้นให้ประสบความสำเร็จได้ ส่วนผู้ที่มีอาชีพแล้วอาจได้แนวทางจากการอ่านไปพัฒนา อาชีพให้ดียิ่งขึ้น เสริมสร้างให้ตนเองเจริญก้าวหน้า อีกทั้ง ช่วยเหลือสังคมให้เจริญยิ่งขึ้นด้วย

**บันไดเก้าขั้นสำหรับการอ่านให้เก่ง** ใช้ในการ พัฒนาสมรรถนะการอ่าน ตามบันไดเก้าขั้นดังนี้

**บันไดขั้นที่ 1 มีสมองไว้คิด** การคิดเป็นปัจจัย เบื้องต้นของการเข้าใจ เป็นปฏิกริยาของผู้อ่านต่อสารที่ เข้ามา อาจโดยการเห็นและ/หรือการฟัง เช่น ดูโฆษณา สินค้าทางโทรทัศน์ก็เกิดรู้สึกชอบ หรือไม่ชอบ เกิดอารมณ์ ตามไปและคิดว่าจริงหรือไม่จริง การหลับในห้องเรียน เป็น เพราะไม่ได้คิดตาม หรือไม่ได้คิดค้านถ้อยคำที่ได้ยินหรือ ได้ฟัง ดังนั้นการคิดและตั้งคำถามจึงเป็นวิธีแก้กังวลใน ชั้นเรียนได้ดีมาก

**บันไดขั้นที่ 2 ทำจิตให้แจ่มใส** การจะ “คิด” ได้ดี เมื่อมีจิตใจแจ่มใส ความแจ่มใสทำให้เกิดสมาธิซึ่งเป็น ปัจจัยสำคัญในการอ่านให้เข้าใจ จำได้แม่นยำ และทำ โจทย์หรือแก้ปัญหาก็ถูกต้อง การอ่านตำราต้องตั้งใจมาก เป็นพิเศษสำหรับตำราวิชาที่ไม่คุ้นเคย การคิดไปจดไปเป็น วิธีหนึ่งที่จะช่วยสร้างสมาธิ เพราะสมอง สายตา และมือทำงาน ประสานกัน การเขียนเป็นตัวช่วยให้ต้องกลั่นกรองข้อมูล ในสมองก่อนเรียบเรียงถ้อยคำให้กระชับรัดกุม แล้วจึงจด แบบสรุป

เทคนิคการทำจิตให้แจ่มใสบางประการคือ ถ้าหิว ต้องกินอาหารก่อน พักสักครู่ค่อยอ่านใหม่ ถ้าง่วงนอนอย่าง ช่วยไม่ได้ จงนอน อย่าฝืนอ่านต่อไปเพราะเป็นการทรมาน

สมองและสายตาไม่ได้ประโยชน์ใดๆ แต่ถ้าไม่ต้องการหลับ ควรทำให้ตื่นด้วยวิธีต่างๆ เช่น ลูกขึ้นเดิน ล้างหน้า บริหารร่างกาย และบริหารกล้ามเนื้อตา อมลูกอม บ้วนเค็ม อย่าน่านหนังสือบนเตียงนอน เว้นแต่ตั้งใจอ่านหนังสือก่อนนอน และผลการนอนอ่านหนังสือคือสายตาเอียงซึ่งแก้ไขยากกว่าสายตาสั้น อย่าน่านหนังสือไปพร้อมกับดูโทรทัศน์ เนื่องจากทำให้เสียสมาธิและเสียสายตาเพราะสายตาต้องปรับระยะใกล้กับระยะไกลอย่างรวดเร็วตลอดเวลาจะมีสายตาเร็วและหลับไปในที่สุด อย่าน่านในที่มืดหรือสว่างเกินไป เพราะจะทำให้ตาพร่า เพียงประมาณ 10 นาที ก็รู้สึกได้ โดยตาจะเริ่มแห้ง มองอักษรเลอะเลือน ทำให้ต้องพยายามเพ่งตัวอักษรเกิดความไม่สบายตา สำหรับผู้ที่สายตาสั้น สายตาเอียงแล้วไม่ใส่แว่น จะมีอาการมากขึ้น การสร้างบรรยากาศทั้งภายในและภายนอกจิตใจให้น่านให้เกิดสมาธิได้นานพอควรนั้นจึงอยู่ที่ตัวเองเป็นส่วนใหญ่ นักอ่านย่อมไม่โทษว่าอากาศร้อนไปอากาศหนาวไป แต่จะหาทางบรรเทาปัญหานั้นเพื่อจะได้อ่านอย่างสบายๆ

**บันไดขั้นที่ 3 สนใจอ่านทุกหนังสือ** แต่ละคนมีความสนใจสิ่งต่างๆ ต่างกัน หนังสือก็เช่นกัน ทำให้ห้องสมุดร้านค้าหนังสือ ต้องมีหนังสือหลายชนิดให้เลือกอ่าน เมื่อถามว่าอ่านไปทำไม บางคนตอบว่าครูให้อ่าน แม่บังคับ บางคนบอกว่าเพลินดี/สนุก หลายคนบอกว่าได้ความรู้/ความคิดใหม่ๆ หลายคนนำไปปฏิบัติเป็นอาชีพ นำไปคุยกับคนอื่น แต่บางคนบอกว่าอ่านเพราะอยากอ่าน ยิ่งอ่านก็ยิ่งอยาก การสร้างความสนใจให้เกิดการรักการอ่านอยู่ที่ตนเองต้องสร้างความสนใจในการอ่านโดยตั้งใจหรือคาดหวังว่าจะได้ผลอะไรตอบแทน แล้วสัญญากับตัวเองเพื่อให้ได้ลงมืออ่านจนสำเร็จ อย่าน่านแต่ตำราเรียนอย่างเดียว ควรอ่านให้หลากหลายเพื่อเป็นความรู้รอบตัว และนำไปถ่ายทอดสู่ผู้อื่นต่อไปได้

**บันไดขั้นที่ 4 อย่าน่าน “ดิด” เป็นคัมภีร์** ดิดชันนารี หรือพจนานุกรม ปทานุกรม อักษรานุกรม ซึ่งอธิบายคำศัพท์ทั้งภาษาของตนเองและภาษาที่แตกต่างจากตน ปัจจุบันมีหลายรูปแบบหลายช่องทาง ทั้งในรูปแบบสิ่งตีพิมพ์

และอิเล็กทรอนิกส์

ความสามารถพื้นฐานสำหรับการใช้ดิดชันนารีที่เป็นเล่มให้ถูกวิธีคือ **รู้จักลำดับอักษร** ก-ฮ A-Z หรืออักษรต้น-อักษรสุดท้ายของภาษาอื่นๆ ให้แม่นยำ จะหาคำที่ต้องการได้รวดเร็วไม่เบื่อหน่าย เสียเวลา **รู้หน้าที่ของคำ** เช่น คำนาม คำกริยา คำวิเศษณ์ จะได้เลือกความหมายไปใช้ได้ถูกต้อง หากคำที่ต้องการแปลได้หลายความหมาย ควรเลือกคำแปลที่ตรงกับแนวเรื่องที่กำลังอ่านโดยใช้สามัญสำนึกก่อน แล้วลองอ่านทั้งประโยคหรือส่วนของประโยคที่มีคำๆ นั้นอยู่ว่าความหมายของคำสมกันหรือไม่หรือไม่กับความหมายของประโยค ถ้ายังไม่เข้ากับเรื่องก็ต้องเลือกความหมายอื่นมาลองสวมดู จนกว่าจะเหมาะสมแล้วจึงจดคำแปลตามความเข้าใจลงข้างคำศัพท์นั้นกันลิ้ม อย่าน่านคำศัพท์ตัวต่อตัวติดต่อกันให้อ่านข้อความให้ตลอดก่อนอย่างน้อยหนึ่งย่อหน้าหรือหนึ่งข้อความก็สามารถเข้าใจความหมายของคำแปลนั้นๆ ได้ เนื่องจากมีคำแวดล้อมที่รู้จักมาก่อน ช่วยสร้างความเข้าใจให้โดยอัตโนมัติ อย่าน่าน “ดิด” ไปจดคำแปลไป เพราะถ้าเลือกคำแปลผิดอาจจะอ่านไปคนละเรื่องหรือต้องกลับมาเปิด “ดิด” ใหม่ ถ้ายังไม่แน่ใจ อาจหา “ดิด” ฉบับอื่นด้วย หากพยายามด้วยตนเองทุกวิถีทางแล้วยังไม่ทราบความหมายควรถามผู้รู้

**บันไดขั้นที่ 5 อย่าน่านจับเป็นคำๆ** ลักษณะการอ่านควรมีพัฒนาการไปตามวัย เช่น เด็กเล็ก มักอ่านหนังสือโดยโคลงสี่รชปะไปพลาง ใช้นิ้วหรือดินสอจิ้มไปที่ละคำ ทำปากขมุขมิมหรือส่งเสียงเจี๊วแจ้ว แต่ไม่เข้าใจความหมายเมื่อโตขึ้นมักใช้ไม้บรรทัดพาดหน้ากระดาษเปิดอ่านทีละบรรทัด สี่รชปะและสายตาส่ายไป-กลับๆ ผู้ใหญ่อ่านอย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ ต้องอ่านแบบกวาดสายตา หรืออ่านเป็นหน่วยข้อความ และหยุดสายตาเมื่อได้ความหมายจากการอ่านข้อความช่วงหนึ่งแล้ว ช่วงข้อความที่มีความหมายนั้นอาจสั้นเพียงคำเดียวหรืออาจยาวกว่าหนึ่งบรรทัดก็ได้ การฝึกอ่านเร็วควรจับหนังสือให้ถูกท่า ถ้าจะอ่านไปเรื่อยๆ มากกว่าหนึ่งหน้าให้ใช้นิ้วชี้ขวาสอดใต้หน้าขวาเตรียมไว้ก่อน เพื่อให้พลิกได้ทันที ฝึกอ่านโดยกวาดสายตาทีละข้อ

ความสั้นๆ ตอนแรกอาจไม่แน่ใจว่าเข้าใจข้อความที่กำลังจะผ่านไปหรือยัง ต้องตั้งใจอ่านต่อไปก่อน การหยุดเป็นช่วงๆ ควรหยุดเมื่อได้ความหมายจากการอ่านบ้างไม่มากก็น้อย จะรู้ว่าพอเข้าใจหรือไม่ หากตั้งคำถามไปพลางว่าใคร, ทำอะไรหรือพูดว่าอย่างไร กับใคร, ที่ไหน, เมื่อไร, อย่างไร, ผลเป็นอย่างไร, แล้วอย่างไรต่อไป ขณะอ่านก็ตอบตัวเองไป ถ้ายังตอบไม่ได้ ก็ฝากไว้ก่อน อ่านต่อไปอีก เมื่อจบข้อความก็ประเมินได้ว่ารู้เรื่องราวหรือ ครบถ้วนหรือยัง หากจะอ่านเอาความคิดหรือจุดเน้นค่อยมาเจาะอ่านทีละคำ วลี หรือประโยคอีกครึ่งหนึ่ง แต่ต้องพยายามอ่านรวดเดียวให้จบเรื่องก่อน การหยุดได้ถูกที่จะช่วยให้อ่านเข้าใจข้อความได้ดีขึ้น ควรฝึกให้อ่านได้เร็วขึ้น จะสามารถอ่านเรื่องที่ยาวให้เข้าใจได้อย่างรวดเร็วโดยใช้เวลาน้อยลง

ในทุกภาษามีคำหรือวลีหรือข้อความประเภทหนึ่งที่ทำหน้าที่ช่วยชี้ข้อความยังไม่ครบถ้วน และช่วยกำหนดว่าข้อความมีความหมายไปทิศทางใด จึงไม่ควรอ่านข้ามไปเพราะอาจได้ความหมายที่ผิด เช่น ได้แก่, คือ, ตัวอย่างเช่น, เป็นต้นว่า, ดังเช่น, ดังตัวอย่างต่อไปนี้ ต้องตามด้วยตัวอย่างประกอบเนื้อหานั้น ส่วน คำว่า แต่, ถึงอย่างไร, ถึงกระนั้น, ถึงกระนั้นก็ตาม(กิติ), ทว่า, หากแต่(ว่า), เพียงแต่(ว่า) ต้องต่อด้วยข้อความที่ค้านกับข้อความที่กล่าวมาก่อน คำว่า ดังนั้น, เพราะฉะนั้น, เพราะเหตุนี้(นี้), ดังกล่าวข้างต้น, ดังได้อธิบายมา ต้องต่อด้วยข้อความที่สอดคล้องกับข้อความที่กล่าวมาก่อน นอกจากนี้ยังมีเครื่องหมาย เช่น , . ; : ๗ ฯลฯ / % ? ! ยิ่งไม่ควรอ่านข้ามเพราะเครื่องหมายเหล่านี้ช่วยย้ำความหมายและความรู้สึกที่ผู้เขียนต้องการสื่อได้ชัดเจนยิ่งขึ้น ข้อความบางอย่าง ผู้เขียนได้แยกแยะความคิดออกมาเป็นข้อๆ เรียบร้อยแล้ว โดยอาจใส่หมายเลขหรือตัวอักษรกำกับข้อหรืออาจใช้เครื่องหมายยัติภังค์ กำกับหน้าข้อความแทน

**บันไดขั้นที่ 6 ฝึกการจำความย่อๆ** “จำความย่อๆ” หมายถึงจำข้อความที่สั้นที่สุดแต่ครอบคลุมเนื้อหาสาระให้ได้มากที่สุด ถ้าอ่านได้เร็ว และเข้าใจตลอดตามวิธีที่แนะนำมา แต่เมื่ออ่านเสร็จแล้วลืมหรือจำได้ลางๆ หรือจำ

แบบสับสน จำเกร็ดย่อยแทนประเด็นสำคัญ การอ่านนั้นก็ไม่มีประโยชน์ หรือถ้าอ่านไปจดไปอย่างไม่มีระบบ เมื่อปิดหนังสือก็ลืมไปว่าได้อ่านที่อะไรไว้บ้าง การฝึกการจำความย่อๆ ปฏิบัติดังนี้

1. ทำเครื่องหมาย โดยเลือกอุปกรณ์ตามสะดวก และเหมาะสม เช่น ดินสอ ดินสอสี ปากกา ปากกาเมจิก ปากกาสะท้อนแสง ใช้วิธีขีดเส้นใต้ขีดทับคำหรือข้อความเขียนสัญลักษณ์เลขดาว ดอกจัน กามัดหรือถูกลงที่คำสำคัญ ประโยคใจความสำคัญ คำจำกัดความหรือชื่อบุคคลสำคัญ ควรอ่านอย่างน้อย 1 รอบ ก่อนทำเครื่องหมาย มิฉะนั้นอาจเห็นแต่เครื่องหมายไม่เห็นสาระ

2. ทำบันทึกสรุปแนวคิดหลักของแต่ละย่อหน้าหรือแต่ละข้อความ เพื่อไม่ต้องย้อนมาอ่านใหม่อีก ควรบันทึกเมื่อเข้าใจเนื้อหาส่วนใหญ่แล้ว ข้อความใดที่คิดว่าสำคัญแต่ไม่แน่ใจว่าหมายความว่าอย่างไร ควรใส่เครื่องหมายคำถามหรืออาจเขียนคำวิจารณ์ไว้ข้างข้อความนั้น แล้วพยายามหาคำตอบที่ถูกต้อง เมื่อบันทึกแนวคิดหลักแล้วลองอ่านเฉพาะแนวคิดนั้นแล้วอธิบายรายละเอียดหรือความสำคัญเองโดยการ “พูดออกมา” คือการอธิบายตามความเข้าใจด้วยภาษาของตนเองให้สั้นที่สุดแต่ได้ใจความมากที่สุด แล้วกลับไปอ่านทวนอีกครั้ง สอบทานว่าแนวคิดที่สรุปไว้นั้นตรงและครอบคลุมเรื่องที่อ่านจริง สูตรร์ที่ต้องฝึกให้ “ใช้เป็น” แนวคิดหลักไม่ใช่เนื้อเรื่องย่อ แต่อาจเป็นประโยคที่ระบุนใจความสำคัญในส่วนใดของข้อความก็ได้

3. สร้างแผนภูมิซึ่งเป็นการบันทึกที่สั้น ครอบคลุมเนื้อหาได้มากที่สุด และง่ายที่สุด เมื่อฝึกฝนให้ทำได้คล่องจะพัฒนาระบบการคิดที่ให้ข้อมูลที่ต้องการได้ทันทีและเชื่อมโยงให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างเนื้อหาหรือประเด็นย่อยกับประเด็นใหญ่ได้อย่างมีระบบอีกด้วย

**บันไดขั้นที่ 7 รู้จักขอความช่วยเหลือ** หากอ่านไม่รู้เรื่อง ไม่เข้าใจ ควรฝึกตนเองตามวิธีที่กล่าวมาก่อน หากจะปรึกษาตัวเองในการอ่านเรื่องราวที่ต่างกันออกไปวิธีที่ดีที่สุดคือ ตั้งคำถาม 3 ข้อนี้

1. จะอ่านสิ่งนี้ไปเพื่ออะไร? นั่นคือ ต้องสร้าง

วัตถุประสงค์ก่อน เช่น อ่านเพื่อเรียน เพื่อสอบ เพื่อหา คำตอบ เพื่อความบันเทิงเพื่อเอาไปคุย เพื่อแก้ปัญหา เพื่อ จะได้อ่านเก่งๆ ขึ้นไปอีก

**2. อ่านอะไร?** ควรเลือกหนังสือให้ตรงกับ วัตถุประสงค์ก่อน วิธีการ คือดูชื่อหนังสือ ชื่อผู้แต่ง สารบัญ บทคัดย่อ (ถ้ามี) คำนำ อาจจะทำอ่านบทแรก (บทนำ) บทสุดท้าย (บทสรุป) เปิดอ่าน “ดัชนี” เป็นต้น

**3. จะอ่านวิธีใด?** อ่านคร่าวๆ เช่น เมื่อจะตัดสินใจ ยืมหรือซื้อ อ่านเพียงบางบทเพราะบทอื่นไม่เกี่ยวกับ สารที่ต้องการ อ่านละเอียดเพราะรายละเอียดสำคัญ อ่าน เพื่อบันทึกย่อไว้เตรียมสอบ และอ่านผ่านๆ เพื่อให้รู้เรื่อง หรือเพื่อความบันเทิง อ่านอย่างพินิจหรืออ่านเชิงวิจารณ์ เพราะเนื้อหาหลักซึ่ง มีประเด็นที่ต้องตีความ เมื่อกำหนดวิธีการอ่านได้แล้ว จึงลงมืออ่าน ถ้าอ่านแล้วมีปัญหาให้ปรึกษา ผู้รู้ ครู หรือจับกลุ่มคุย หรือมีการ “อ่านเสริม” จากหนังสือ ตำรา หรือเรื่องเดียวกันในเล่มอื่น แหล่ง “อ่านเสริม” ได้ จาก “เอกสารอ้างอิง” หรือ “บรรณานุกรม” ท้ายเล่ม จะ ทำให้การแสวงหาความรู้ กว้างขวางและทันสมัยยิ่งขึ้น

**บันไดขั้นที่ 8 อ่านไม่เบื่อทุกวิชา/ทุกเล่ม/ทุกเรื่อง** ลองตั้งวัตถุประสงค์ของการอ่าน หรือทบทวนว่า “จะอ่าน สิ่งนี้ไปเพื่ออะไร” เมื่อตอบได้แล้วให้อ่านตามบันไดขั้นที่ 1 – 7

**บันไดขั้นที่ 9 ชีวิตมีค่าและประสบความสำเร็จ** การอ่านที่ดีไม่ได้ใช้ในการเรียนเท่านั้น แต่ยังทำให้เกิดการพัฒนาความสามารถของตนเอง และมีโอกาสช่วยผู้อื่นที่มีปัญหาการอ่านได้เป็นอย่างดี

การอ่านที่พึงประสงค์ สมควรฝึกไว้เป็นพื้นฐาน ได้แก่ การอ่านจับใจความสำคัญ และการอ่านเร็ว

**1. การอ่านจับใจความสำคัญ** ช่วยให้เข้าใจเรื่อง ที่อ่านได้อย่างรวดเร็ว ผู้อ่านต้องรู้จักองค์ประกอบ 5 ประการ

ของข้อความ ได้แก่ 1) **คำ** ต้องรู้จักคำและความหมายของ คำที่หลากหลายในบริบทต่างๆ แยกแยะได้ว่าคำใดเป็นคำ สำคัญหลักที่เป็นคำกุญแจ (Key Word) คำใดใช้ประกอบการ เรียบเรียงและคำใดเป็นคำฟุ่มเฟือย 2) **การเรียงคำ** 3) **ประโยคใจความสำคัญ** ที่อาจปรากฏอยู่ส่วนต้น ส่วนกลางหรือส่วนท้ายของย่อหน้าตามรูปแบบการเขียน ของผู้เขียน 4) **รายละเอียด** ที่เป็นส่วนขยายความเข้าใจ เช่นข้อความอธิบาย ข้อมูลสนับสนุน และตัวอย่าง ~~และ~~ 5) **แนวคิดหลัก** ซึ่งเป็นเสมือนหัวใจของเรื่อง ผู้อ่านฝึก วิเคราะห์หาแต่ละองค์ประกอบและความสัมพันธ์ระหว่าง กันให้ได้ เมื่อจับส่วนที่เป็นใจความสำคัญและรวบรวม แนวคิดหลักของข้อความแต่ละตอนมาสร้างข้อความใหม่ เป็นแนวคิดหลักของทั้งเรื่องที่มีเนื้อหาสาระไว้มากที่สุด และกระชับรัด

**2. การอ่านเร็ว** ได้แก่ การอ่านเก็บ (Skimming) และการอ่านกวาด (Scanning) การอ่านเก็บเป็นการอ่าน เพียงบางส่วนของข้อความเพื่อเก็บประเด็นหรือรายละเอียด ที่สำคัญเพื่อนำมาสรุป ตัดสินใจปัญหา หรือตัดสินใจว่า จะอ่านต่อไปหรือไม่ โดยอ่านประโยคแรกและประโยค สุดท้ายของย่อหน้า หรืออ่านเพียงย่อหน้าแรกกับย่อหน้า สุดท้ายให้ทราบความนำและส่วนสรุป หรือหาคำหรือวลี สำคัญแล้วรวบรวมเป็นความคิดรวบยอดขึ้นมา **ส่วนการ อ่านกวาด**เป็นการอ่านที่ต้องการหาข้อความ ข้อมูล หรือ คำตอบเฉพาะ โดยมีจุดหมายแน่นอน เช่น การค้นหาราย ชื่อในสมุดโทรศัพท์ หาคำและความหมายในพจนานุกรม

การอ่านเป็นกระบวนการทางวิทยาศาสตร์และ ศิลปศาสตร์ที่ต้องฝึกฝนเพื่อให้อ่านได้สาระที่จำเป็น ถูก ต้อง ใช้เวลาไม่มาก การฝึกฝนต้องทำอย่างเป็นระบบและ ฝึกด้วยตนเองจนกลายเป็นทักษะประจำ

## บรรณานุกรม

ถนอมวงศ์ ล้ำยอดมรรตผล. (2544). *การอ่านให้เก่ง*. กรุงเทพมหานคร: ภาพพิมพ์.