

การอบรม “บันทึกอภัสมอง” ประจำปี ๒๕๕๙



“เหลาดินสอจึงฝนข้อสอบได้ เหลาความคิดจึงทำข้อสอบได้
อภัสเกิดด้วยความตั้งใจไม่พอ ต้องอภัสมองให้ได้ตั้งใจ”

“บันทึกอภัสมอง” หลักสูตรการอบรมพิเศษ สำหรับเยาวชนที่สนใจการพัฒนาความคิด ทักษะในการคิด เพื่อ
พัฒนาการเรียนรู้ผ่านเทคนิคการบันทึกและกิจกรรมฝึกสมองสองซีกและปัญญาสามฐานที่เกี่ยวข้อง

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติม http://youngawakening.org/write4life/?page_id=3406

ลงทะเบียนสมัคร <http://goo.gl/forms/1xXIKv7BENWk5Cbo1>

ความสำคัญ

ทักษะการคิดถือเป็นทักษะสำคัญในการเรียนรู้ทั้งในและนอกห้องเรียน อีกทั้งยังเป็นเครื่องมือสำหรับการทำงานและ
การแก้ไขปัญหาชีวิต กล่าวได้ว่า ทักษะการคิดถือเป็นวิชาที่ต้องใช้ตลอดทั้งชีวิตของเรา

ความสามารถในการคิดนั้นมีประโยชน์ต่อการตัดสินใจเรื่องสำคัญต่างๆ ในชีวิต ตั้งแต่การเลือกคำตอบข้อสอบ จนถึง
ทางแยกที่ท้าทายซึ่งกำหนดอนาคต การคิดที่ดีนำมาสู่การพัฒนาการเรียนรู้ทั้งความจำ ความเข้าใจ การวิเคราะห์และ
การเชื่อมโยง

หลักสูตร “เขียนเปลี่ยนชีวิต” ของสถาบันฯ เป็นการอบรมเพื่อนำการเขียนมาใช้พัฒนาชีวิตในหลากหลายประเด็น
โดย “บันทึกอภัสมอง” ถือเป็นหลักสูตรแรกที่มุ่งเน้นกลุ่มเยาวชนที่ต้องการพัฒนาการเรียนรู้ ผ่านการฝึกฝนความ
คิด และต้องการเครื่องมือนำไปใช้ในการพัฒนาตนเอง

ทักษะการคิดที่ได้ฝึกฝน

การอบรม บันทึกอภัสมอง ผู้เรียนจะได้ฝึกอภัสมองความคิด ผ่านกิจกรรมบันทึกและกิจกรรมอื่นๆ โดยได้พัฒนา
ทักษะการคิด ดังต่อไปนี้

๑. การคิดสร้างสรรค์

๒. การจับประเด็นวิเคราะห์

๓. การคิดด้วยหัวใจ

๔. การประยุกต์และการต่อยอด

๕. การตั้งคำถาม

๖. การทบทวน

๗. การคิดเป็นภาพ/จินตภาพ

๘. ความจำ

๙. สมาธิ และการโฟกัส

ลักษณะของกิจกรรม

การอบรมประกอบด้วย ๒ กิจกรรมหลักได้แก่ การบันทึก และ กิจกรรมอื่น ๆ โดยอยู่บนพื้นฐานความรู้เรื่องสมอง สามชั้นหรือปัญญาสามฐาน ให้ผู้เรียนได้ฝึกการคิด การตัดสินใจ การทบทวนความรู้ และพัฒนาการเรียนรู้โดยใช้ ศักยภาพการคิดทั้งสามแบบ เพื่อฝึกทักษะการคิดที่สามารถนำมาใช้ได้ทั้งการเรียน การสอบ และชีวิต

การเขียนบันทึกนั้น จะมีเครื่องมือเฉพาะให้ผู้เรียนได้ฝึกลงมือทำ ซึ่งมีลักษณะแตกต่างกันและสามารถประยุกต์ ดัดแปลงได้ตามเอกลักษณ์ของผู้เรียน โดยการเขียนบันทึกนี้จะไม่ใช่เพียงการบันทึกจดจำจากเนื้อหาที่ครูสอน เหมือนดังในห้องเรียน แต่จะเป็นบันทึกเพื่อพัฒนาการคิดและการเรียนรู้ด้วยตัวผู้เขียนเอง

กิจกรรมอื่น ๆ นั้นประกอบด้วยการเล่นเกมที่ฝึกการตัดสินใจ เรียนรู้เรื่องสมอง และพัฒนาการคิด แนะนำเทคนิค การฝึก

การอบรมมีการฝึกสมาธิควบคู่ และพูดคุยทบทวนบทเรียนร่วมกับเพื่อน ความรู้ที่จะเกิดขึ้นในการอบรมจึงเป็นความรู้ที่เกิดขึ้นผ่านการลงมือปฏิบัติและการทบทวนแลกเปลี่ยนกับเพื่อน

เทคนิคที่ได้ฝึกฝน

จดบันทึกอย่างไรให้ได้มากกว่าฟังบรรยายในห้องเรียน

ฝึกฝนความจำอย่างไรให้จำได้แม่นยำ

ประยุกต์ใช้แผนผังความคิดก่อนสอบ

การตั้งคำถามเพื่อช่วยในการต่อยอดเนื้อหา / เตรียมสอบ / ทบทวนบทเรียน

การอ่านตนเองเพื่อช่วยในการเรียน

การคาดคะเนเพื่อเตรียมอ่านสอบ

แก้ไขการขาดความเชื่อมั่นในการเรียนวิชาหนึ่ง

การคิดเปรียบเทียบพัฒนาการคิดสร้างสรรค์
การคิดแบบเห็นภาพ จินตภาพสร้างความสำเร็จ
การสร้างสมาธิและปลุกพลังในการเรียนด้วยตนเอง
บันทึกกำกับชีวิตด้วยเทคนิคออกแบบตาราง
อาวุธพิชิตทุกสนามคือการจับประเด็น

คุณสมบัติผู้เรียน
อายุ ๑๓ ถึง ๑๙ ปี สนุกใจเข้าร่วมการอบรมด้วยตนเอง
สามารถอบรมได้เต็มเวลา ทั้งสองวัน
รับจำนวนจำกัดไม่เกิน ๒๔ คน

ค่าใช้จ่าย
บริจาค คนละ ๕๐๐ ถึง ๒,๑๐๐ บาท ราคาตามกำลังทรัพย์
โดยให้นำอาหารกลางวันมาทานหรือรับประทานอาหารในบริเวณที่อบรม