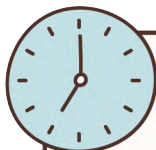


직장인 공부법



แค่รู้เทคนิค
เรียนลัด
จัดเต็ม วันละ
ชั่วโมงได้จบพอ
อรร่าอนาคตสดใสเห็นๆ



inspiration starts here



อีฮบีองแด จาก Seoul National University มหาวิทยาลัยอันดับ 1 โลกเกาหลีใต้
ผู้สอบได้ใบอนุญาตประกอบวิชาชีพกว่า 10 สาขา
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิรินาถ ศิริรัตน์ แปล

เรียนรู้เทคนิคเรียนลัด จัดเต็มวันละชั่วโมงเดียวพอ ออว่าอนาคตสดใสเห็น ๆ

เขียนโดย อีฮย็องแจ

แปลโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิรินาถ ศิริรัตน์

ราคา 189 บาท

Change+ สำนักพิมพ์ เซนจ์พลัส

สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย โดย บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)
ห้ามคัดลอก ลอกเลียน ดัดแปลง ทำซ้ำ จัดพิมพ์เนื้อหาและภาพประกอบ
หรือกระทำการใด ๆ โดยวิธีการใด ๆ ในรูปแบบใด ไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้
เพื่อเผยแพร่ในสื่อทุกประเภท หรือเพื่อวัตถุประสงค์ใดๆ นอกจากได้รับอนุญาต

The Way To Study for Workers

By LEE, HYUNG JAE

Copyright © LEE, HYUNG JAE, 2019

All rights reserved.

This Thai language edition was published by SE-EDUCATION PUBLIC COMPANY LIMITED in 2024
by arrangement with Book21 Publishing Group through KL Management, Seoul, Korea

1 1 2 - 4 0 4 - 1 6 1
2 7 6 6 5 4 3 2 1 0 9 8 7

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

อีฮย็องแจ.

เรียนรู้เทคนิคเรียนลัด จัดเต็มวันละชั่วโมงเดียวพอ ออว่าอนาคตสดใสเห็น ๆ. -- กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดดูเคชั่น, 2567.
224 หน้า.

1. ความสำเร็จ. I. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิรินาถ ศิริรัตน์, ผู้แปล II. ชื่อเรื่อง.

158

ISBN (e-book) 978-616-08-5287-1

จัดจำหน่ายโดย



บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)
SE-EDUCATION PUBLIC COMPANY LIMITED

เลขที่ 1858/87-90 ถนนเทพรัตน แขวงบางนาใต้ เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260

โทร. 0-2826-8000 สายงานการผลิต โทร. 0-2826-8333 โทรสาร 0-2826-8589

inspiration starts here

ประวัติผู้เขียน

อีฮย็องแจ (Lee Hyung Jae) บรรณารักษ์ด้านการสอบ เขาจบเกียรตินิยมจากคณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยแห่งชาติโซล (Seoul National University) และเคยสอบผ่านเป็นข้าราชการทางการเงินก่อนจบมหาวิทยาลัย เขาเรียนหลักสูตรต่าง ๆ ตั้งแต่อายุยังน้อยเพื่อส่งเสริมหน้าที่การงาน และยังคงศึกษาต่อเพื่ออนาคตของตนเองมาเป็นเวลา 13 ปีแล้ว ด้วยเหตุนี้เขาจึงสอบผ่านกว่า 10 สาขา เช่น ผู้สอบบัญชีรับอนุญาตแห่งสหรัฐอเมริกา สอบผ่านคุณวุฒิทางด้านวิชาชีพการเงินและการลงทุนระดับสากล ผู้จัดการความเสี่ยงทางการเงินระหว่างประเทศ ผู้สอบบัญชีรับอนุญาต การบริหารงานภาครัฐที่ได้รับการรับรอง ฯลฯ ปัจจุบันเขาทำงานเป็นเจ้าหน้าที่ธุรการที่ศาลาภาษีอากรของสำนักงานประสานงานนโยบายภาครัฐ และได้รับรางวัล Presidential Citation (ค.ศ. 2013) อีกทั้งยังมีผลงานโดดเด่นจนได้รับรางวัลพนักงานดีเด่นประจำศาลาภาษี (ค.ศ. 2017-2018) อีกด้วย นอกจากนี้ผู้เขียนยังแบ่งปันเทคนิคการเรียนและมุมมองหลากหลายให้กับผู้อ่านบนเว็บไซต์ brunch.co.kr เขาเคยเขียนหนังสือชื่อ *เทคนิคการสอบของอีฮย็องแจ* ที่ช่วยฝึกฝนทักษะให้ผู้สอบแต่ในเล่มนี้เขาอยากแบ่งปันเทคนิคการเตรียมตัวสอบให้กับคนทำงานที่มีเวลาไม่มากให้เรียนน้อยลงแต่สอบผ่านได้ในเวลาอันรวดเร็ว โดยหวังว่า ผู้อ่านทุกท่านจะมีอนาคตทางการเรียนที่สดใสและประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

Instagram : HYUNGJAE.LEE.7

YouTube : www.youtube.com/@studying4v

บทนำ

การเรียนรู้ครั้งที่ 2 ในชีวิตของผม ทำงานไปด้วยเรียนไปด้วย

ช่วงเวลาที่ผมตัดสินใจแน่วแน่แล้วว่าทำงานไปด้วยเรียนไปด้วยก็ตอนที่ผมทำงานได้รับเงินเดือนประมาณ 2 ล้านวอน (ราว 6 หมื่นบาท) ต้องเลิกงานดึกเป็นประจำ ตอนนั้นผมออกไปทำงานแต่เช้าแล้วกลับถึงบ้านดึกตื่นทุกวี่วัน เวลาสะสางงานในแต่ละวันก็ช่างสิ้นเปลือง หลังได้งานทำที่บริษัทแล้วผมก็หมดความทะเยอทะยานไม่อยากจะอยากมีอะไรอีก ต่อให้ขยันทำงานแค่ไหนก็ต้องอาศัยอยู่ในห้องเช่าเล็กๆ ของกรุงโซล (Seoul) อยู่ดี เปรียบเหมือนการใช้ชีวิตอยู่ในประเทศที่ห่างไกลความเจริญทางเศรษฐกิจนั้นแหละครับ ผมรู้ว่าการลาออกไม่ใช่วิธีแก้ปัญหาระยะสั้น และไม่ใช่หนทางที่จะสลัดวันคืนแห่งความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าให้หมดไปได้ ผมจึงตัดสินใจที่จะหันไปหาการเรียนอีกครั้ง

และจากการตัดสินใจครั้งนั้นทำให้ผมเรียนไปพร้อมกับทำงานประจำมาเป็นเวลานานกว่า 10 ปีแล้ว ผมสอบผ่านเป็นผู้สอบบัญชีรับอนุญาตแห่งสหรัฐอเมริกา (American Institute of Certified Public Accountants: AICPA) และคุณวุฒิทางด้านวิชาชีพการเงินและการลงทุนระดับสากล (Chartered Financial Analyst: CFA)* ผมตั้งใจเรียนเพื่อพัฒนาศักยภาพการทำงาน

* Chartered Financial Analyst หรือ CFA เป็นหลักสูตรคุณวุฒิขั้นสูงของผู้ที่ทำงานด้านการเงินและการลงทุนที่ได้รับการยอมรับทั่วโลก เช่น ผู้วิเคราะห์หลักทรัพย์ ผู้จัดการกองทุน

ในปัจจุบันให้ดีขึ้น

นอกจากนั้น ผมยังสอบผ่านเป็นตัวแทนซื้อขายอสังหาริมทรัพย์ (Real Estate Agent) ที่เตรียมไว้สำหรับอนาคตข้างหน้าด้วยเช่นกัน การสอบครั้งนี้ทำให้ผมรู้สึกถึงศักยภาพตัวเองที่เพิ่มขึ้นได้เป็นครั้งแรกในชีวิต ผมรู้สึกว่าตัวเองบรรลุผลทางการเรียนแล้วครับ ผมได้รับการมอบหมายให้รับผิดชอบหน้าที่ในบริษัทเพิ่มขึ้น เริ่มได้รับการยอมรับจากองค์กร และยังมีทางเลือกในอนาคตเพิ่มขึ้นอีกเส้นทางหนึ่งด้วย

สุดท้ายแล้วการเรียนของพนักงานออฟฟิศต้องมุ่งเป้าไปที่ตัวเองอยู่ครับ การเรียนจะช่วยให้คุณได้รับการยอมรับในองค์กร ทั้งยังมีโอกาสย้ายงานได้อย่างที่หวัง หรือบางทีอาจจะช่วยวางแผนอะไรใหม่ๆ ที่ไม่เคยนึกฝันมาก่อน สิ่งที่ผมรู้สึกได้ขณะเรียนมาเป็นระยะเวลานานก็คือ “การเรียนเพื่อให้สังคมยอมรับ” กับ “การเรียนที่ทำให้ตัวเองมีความสุข” นั้นคนละเรื่องเลยครับ สำหรับพนักงานออฟฟิศแล้ว ก็ควรเรียนเพื่อให้ตัวเองมีความสุขไม่ใช่หรือครับ และหากเป็นไปได้ ก็ควรจะเรียนให้น้อยเข้าไว้เพราะหากเรียนมากเกินไปอาจเหมือนเพิ่มภาระจนเกิดความเครียดในที่สวด

ดังนั้น หลังจากตัดสินใจที่จะเรียนและตั้งเป้าหมายไว้แล้ว คุณต้องเลิกกังวล เพราะมนุษย์เรามักต้องการประสบความสำเร็จตามแผนที่วางไว้ในระยะเวลาอันสั้น จนทำลายความพากเพียรอดทน พนักงานออฟฟิศไม่ใช่คนเรียน ไม่ต้องเตรียมตัวทบทวนทำ ไม่มีข้อจำกัดทางเวลาว่าจะต้องสอบให้ผ่านภายในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง จึงไม่ต้องห่วงเกรงว่าตนจะหลุดออกมาจากการแข่งขันอันดุเดือดเช่นนั้น

ยิ่งไปกว่านั้น “การมีเงินเดือนเข้ามาในบัญชีอย่างสม่ำเสมอ” นับว่าเป็นข้อดีที่สุดสำหรับพนักงานออฟฟิศ หากไม่ติดเงื่อนไขเกี่ยวกับคุณสมบัติหรือลักษณะที่ต้องการ หรือหากไม่ได้ต้องการความมั่นคงทางด้านการเงินอย่างเร่งด่วนแล้ว พนักงานออฟฟิศก็อยู่ในสถานะที่พร้อมจะเรียนอย่างบากบั่นเพื่อ

พัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างแท้จริง แม้ว่าหากมองในระยะใกล้แล้วอาจจะดูซ้ำ แต่จะก้าวเดินไปข้างหน้าอย่างมั่นคงได้ในทุกวันครับ

ในหนังสือเล่มนี้ผมได้ร้อยเรียงประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ช่วยให้ผมประสบความสำเร็จทั้งการเรียนแล้วการทำงานเป็นพนักงานออฟฟิศมาเป็นเวลามากกว่า 10 ปี ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดเป้าหมาย หรือการจัดสรรเวลาให้ทำงานไปด้วย เรียนไปด้วยได้ ผมตั้งใจจะแบ่งปัน “เทคนิคเรียนตามชีวิตจริงของพนักงานออฟฟิศ” แก่ผู้อ่านทุกท่าน

บทที่ 1 เคล็ดลับสำหรับผู้ที่ยังไม่มีทิศทางชีวิตเพราะมัวแต่ยึดติดอยู่กับการทำงานในบริษัท ว่าทำอย่างไรจึงจะค้นพบการเรียนรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของคุณ วิเคราะห์กันว่าเป้าหมายแบบใดและการวางแผนชีวิตแบบไหนที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตของคุณได้

บทที่ 2 แนะนำวิธีที่ช่วยให้พนักงานออฟฟิศเข้าถึงการเรียนได้ง่ายขึ้น พนักงานออฟฟิศที่มีชีวิตอันแสนวุ่นวายในแต่ละวันประสบความสำเร็จในการเรียนแตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับบริหารจัดการเวลาของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการแบ่งเวลาเรียน การเลือกสถานที่เรียน วิธีเรียนในช่วงวันหยุด วิธีจัดสรรเวลาเรียนช่วงหลังเลิกงาน ฯลฯ ผมรวบรวมหา (How-to) มากมายไว้ในบทนี้แล้ว

บทที่ 3 เป็นเรื่องราวเกี่ยวกับเทคนิคเรียนให้ประสบความสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพโดยไม่รู้สึกว่าการเรียนเป็นภาระ

วิธีเพิ่มปริมาณการเรียนรู้ได้พื้นฐานของการเรียนไปด้วยทำงานไปด้วย ในมุมมองเชิงอัตวิสัยและเชิงปรวิสัย การเรียบเรียงวิธีการจัดสรรชีวิตประจำวันเพื่อสร้างลักษณะนิสัยในการทำงาน การมีวิธีเรียนที่มีประสิทธิภาพที่เรียนเพียงวันละชั่วโมงเดียว แต่ให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

บทที่ 4 อธิบายกลวิธีที่จำเป็นสำหรับพนักงานออฟฟิศที่กำลังเตรียมสอบ
ทำความเข้าใจกับแนวทางที่ช่วยให้สอบผ่านได้ง่ายที่สุดโดยไม่ต้องใช้เวลาเรียนเยอะ

บทที่ 5 กล่าวถึงทัศนคติต่อการเรียนของพนักงานออฟฟิศ พนักงาน
ออฟฟิศควรมีแนวความคิดอย่างไรจึงจะเกิดความพึงพอใจสูง อีกทั้งรวบรวม
สิ่งที่คาดว่าผู้เรียนจะรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียนไว้ให้บทนี้แล้วครับ

แม้ว่าวิธีที่ผมใช้จะไม่ใช่วิธีที่สมบูรณ์แบบที่สุด แต่สำหรับพนักงานออฟฟิศ
ที่ตัดสินใจจะเรียนเพิ่มเติมแล้วนั้น หนังสือเล่มนี้จะช่วยให้คุณเริ่มต้นใหม่ได้
เป็นอย่างดี โดยไม่ต้องเผชิญกับความงัวเงลาหรือความเข้าใจผิดอย่างที่ตัวผม
เคยพบเจอมาก่อน ผมมั่นใจว่าผลลัพธ์ที่ได้จากการเรียนครั้งนี้ จะก่อให้เกิด
การเปลี่ยนแปลงที่ช่วยให้ชีวิตของทุกคนมีความสุขขึ้นอย่างแน่นอน หวังว่า
หนังสือเล่มนี้จะช่วยให้คุณทุกคนที่มุ่งหมายจะศึกษาหาความรู้อีกครั้งประสบความสำเร็จดังที่หวังและตั้งใจนะครับ

SE-ED
inspiration starts here

สารบัญ

บทนำ

การเรียนรู้ครั้งที่ 2 ในชีวิตของผม ทำงานไปด้วยเรียนไปด้วย 4

บทที่ 1 เริ่มเรียนอีกครั้ง 12

- 3 ขั้นตอนก่อนเรียนของมนุษย์เงินเดือน 14
 - แยกแยะความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เป็นของคุณจริงๆ กับสิ่งที่ไม่ใช่ของคุณ 18
 - วิธีตั้งเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ 22
 - เลือกเส้นทางการเรียนด้วยกฎ 3 ประการ 28
 - เรียนน้อยแต่ได้มาก (Minimalism) 34
 - มนุษย์ออฟฟิศต้องเริ่มเรียนตั้งแต่ตอนนี้ 37
 - ☆ เหตุผล 4 ประการที่พนักงานออฟฟิศล้มเหลว 41
- เรื่องการเรียน

SE-ED

inspiration starts here

บทที่ 2 มนุษย์ออฟฟิศมักหาเวลาเรียนได้ 44

ในวันหยุด

- เทคนิคช่วยให้เรียนสำเร็จแม้ไม่ชอบเรียน 46
- จำนวนเวลาที่ใช้เรียนสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างเต็มที่ 50
- วันหยุดสุดสัปดาห์ได้เรียนอย่างเต็มที่ 57
- ☆ วิธีทำให้วันหยุดสุดสัปดาห์เป็นเวลาแห่งการเรียนรู้ 61

•	หากจะเรียนในวันธรรมดา ต้องแบ่งเวลา 1 ชั่วโมงหลังเลิกงานไว้	63
•	เทคนิคจัดสรรเวลาโดยวิเคราะห์สภาพแวดล้อมการทำงาน	68
☆	หาเวลาเรียนด้วยเคล็ดลับ 3 ข้อ	71
•	วิธีหาที่นั่งเรียนเหมาะๆ	73

บทที่ 3 วิธีเรียนหนังสือสำหรับ 78 มนุษย์เงินเดือนที่ไม่มีเวลา

•	เทคนิคเพิ่มปริมาณการเรียนรู้	80
•	อย่าท่องจำแบบไม่มีหลักการ	86
•	เทคนิคท่องจำที่มีประสิทธิภาพสำหรับพนักงานออฟฟิศที่งานยุ่ง	91
☆	วิธีเรียนรู้งานใหม่อย่างรวดเร็วใน 3 ขั้นตอน	97
•	จะรู้สึกอยากเรียนได้อย่างไรเมื่อใจไม่อยากเรียน	101
•	เทคนิคการอ่านช่วยประหยัดเวลาเรียน	105
•	เคล็ดลับพัฒนาศักยภาพด้วยวิธีเอาชนะขีดจำกัดของคุณ	109
•	สร้างนิสัยอ่านหนังสือสำหรับมนุษย์ออฟฟิศ	114
☆	ควรปิดเรื่องเรียนเป็นความลับ ไม่บอกคนที่บริษัทหรือไม่	118

บทที่ 4 เทคนิคเตรียมตัวที่ช่วยให้ สอบผ่านโดยไม่ต้องอ่านเยอะ

121

- ตั้งใจเรียนกว่าคนอื่น แต่ทำไมยังสอบตก 123
- เรื่องเข้าใจผิดเกี่ยวกับการสอบ 128
- สาเหตุที่คะแนนไม่เพิ่มขึ้น แม้จะตั้งใจเรียน 132
- ผู้ที่สอบผ่าน VS ผู้ที่สอบไม่ผ่าน 137
- สาเหตุสำคัญที่ทำให้การเรียนล้มเหลว 143
- การสร้างแรงกระตุ้นมุ่งสอบผ่าน 147
- ไม่ต้องอ่านเยอะก็สอบผ่านได้ 151
- วิธีการอ่านหนังสือสำหรับข้อสอบปรนัย 156
- วิธีทำข้อสอบอัตนัยให้ได้เพิ่ม 1 คะแนน 160
- ทำอย่างไรไม่ให้หลงทิศทางขณะอ่านหนังสือคนเดียว 164
- ☆ คิดทบทวนให้ดีหากอยากเรียนเพื่อล่าใบประกาศนียบัตร 169

บทที่ 5 มาปรับ Mindset ให้เรียนรอด สอบผ่านกันเถอะ

172

inspiration starts here

- 3 สิ่งที่ต้องใคร่ครวญให้ดีสำหรับมนุษย์ออฟฟิศที่คิดจะเรียน 174
- คุณมีศักยภาพดีพอที่จะพัฒนาตนเอง 177
- ความรู้สึกตกต่ำเกิดขึ้นจากเราเอง 182
- อย่าผิตหวังกับความล้มเหลว 186
- ☆ รับมือความล้มเหลวอย่างชาญฉลาด 190
- คำนึงถึงผลข้างเคียงจากการเรียน 193

• หลุมพรางของคำแนะนำที่ฟังดูดี	197
☆ ทำอย่างไรจึงจะไม่หวั่นไหวไปกับคำแนะนำที่ไร้ประโยชน์	201
• วิธีทำสมาธิให้จดจ่ออยู่กับการเรียน ในสภาวะที่เหนื่อยล้าทางอารมณ์	203
• ช่างเป็นวัยที่เหมาะสมต่อการเรียนจริงๆ	208
• ถ้ารู้วิธีขึ้น ก็ต้องรู้วิธีลง	211
บทส่งท้าย ขอขอบคุณที่มอบโอกาสให้ผมได้พยายาม	216

SE-ED

inspiration starts here

บทที่ 1

เริ่มเรียนอีกครั้ง



SEED

inspiration starts here

SE-ED

inspiration starts here



INTRO

3 ขั้นตอนอุ่นเครื่องก่อนเรียน ของมนุษย์เงินเดือน

ทุกวันนี้มีพนักงานออฟฟิศหลายคนเรียนเสริมเพื่ออนาคตของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นด้วยเหตุผลใดก็ตาม เช่น โยกย้ายงาน ลาออกจากบริษัท หรือ เตรียมตัวหลังเกษียณ ไม่ใช่คุณเพียงคนเดียว แต่ยังมีพนักงานออฟฟิศอีกไม่น้อยที่ยอมทุ่มเททั้งเงินและเวลาเพื่อการเรียนรู้ครับ

ถ้าอย่างนั้น มีพนักงานออฟฟิศที่ประสบความสำเร็จในการเรียนมากแค่ไหนกันนะ ผมลองสังเกตจากคนรอบตัวที่ไปเรียนภาษาอังกฤษ ณ สถาบันสอนภาษาได้ไม่นาน แล้วจู่ๆ ก็เลิกไป การจะเรียนหนังสือไม่ใช่เรื่องยาก แต่จะเรียนให้ประสบความสำเร็จจริงๆ ไม่ง่ายเลย หากเริ่มต้นโดยไม่คิดให้ดีกว่าจะเรียนอะไร “จะตั้งเป้าหมายอย่างไร” ก็ต้องเสียเวลาลองผิดลองถูกจนยากที่จะประสบความสำเร็จได้ครับ

SE-ED

inspiration starts here

เหตุผลที่การเรียนของคุณล้มเหลวไม่เป็นท่า

เพื่อนพนักงานออฟฟิศของผมคนหนึ่งทุ่มเททั้งการเรียนและการสอบภาษาอังกฤษเพื่อให้ได้รับใบประกาศนียบัตรเคยบ่นให้ผมฟังว่า

“ฉันรู้สึกเสียดายที่ต้องใช้ชีวิตเป็นมนุษย์เงินเดือนเฉยๆ แต่จะลาออกตอนนี้ก็ได้ เพราะยังมีภาระ ต้องมีเงินเดือนไว้ใช้จ่าย ได้แต่กังวลว่าวันข้างหน้าจะเป็นอย่างไร ฉันคงทนไม่ได้ถ้าไม่เรียนอะไรสักอย่าง”

บรรดาพนักงานออฟฟิศในยุคนี้คงไม่มีใครที่ไม่เห็นด้วยกับคำกล่าวนี้นะ พนักงานออฟฟิศที่ต้องดำรงชีวิตอยู่ในยุคที่ไร้สเถียรภาพทางการจ้างงาน ภายใต้สถานการณ์ที่อัตราการเติบโตทางเศรษฐกิจตกต่ำอย่างต่อเนื่อง ทำให้พนักงานออฟฟิศหลายคนหาทางเรียนเพิ่มอย่างหาตัวจับ แต่พอเรียนแล้วก็รู้สึกจับจุดไม่ถูก การเรียนที่ไร้เป้าหมายจะลดทอนความตั้งใจที่จะเรียนออกไปจนหมดครับ

ตอนที่ผมเรียนไปด้วยทำงานไปด้วย ผมจะพยายามทำงานให้ผิดพลาดน้อยที่สุดและตั้งใจที่จะเพิ่มศักยภาพอีกทั้งความเชี่ยวชาญของตัวเองให้สูงขึ้น ด้วยการจบหลักสูตร CFA ซึ่งเป็นคุณสมบัติทางด้านวิชาชีพการเงินและการลงทุนที่ได้รับการยอมรับทั่วโลก ผมเริ่มต้นจากการเรียนเพื่อสอบใบประกาศนียบัตรยากๆ เช่น ผู้จัดการความเสี่ยงทางการเงินระหว่างประเทศ (International Financial Risk Manager: FRM) ไปจนถึงการสอบอีกมากมายหลายครั้ง เพื่อให้มีความรู้ความสามารถตามระดับพื้นฐานของนักศึกษามหาวิทยาลัย เช่น ความสามารถในการใช้คอมพิวเตอร์ระดับ 1 (Microsoft Office Word: Level 1) นอกจากนั้นผมยังตั้งใจเรียนเพื่อให้สอบผ่าน ยิ่งรู้สึกว่าการงานไม่ประสบความสำเร็จและรู้สึกเหนื่อยล้ามากเท่าไร ก็ยิ่งต้องสอบให้ได้ใบประกาศนียบัตรมากเท่านั้น ผมบ้าเรียนเพราะยังไม่พอใจชีวิตและอยากหลุดพ้นจากการเป็นมนุษย์ออฟฟิศ ผมจึงยึดติดอยู่กับการเรียนโดยใช้การวางแผน

inspiration starts here

แม้จะรู้วิธีเรียนอย่างมีประสิทธิภาพที่ช่วยให้สอบผ่านในทุกสาขาที่เรียน แต่ชีวิตของผมก็ไม่มีอะไรแตกต่างจากเดิมเลย ต่อให้สอบใบประกาศนียบัตรที่ยากหฤโหดแค่ไหน แต่ใช้ว่าจะหาเงินก้อนใหญ่ได้ทันทีทันใด แม้จะมีใบประกาศนียบัตรในครอบครองมากมาย ก็ใช้ว่าจะใช้ประโยชน์จากมันได้ทั้งหมด เมื่อผมวิตกกังวลว่าจะต้องเรียนอะไรสักอย่างแต่ไม่สัมฤทธิ์ผลอย่างที่ต้องการจะเป็น การเรียนอาจทำให้ความนับถือตนเองของผมลดลงไปอีกก็เป็นได้ครับ

ในที่สุดผมก็ตระหนักได้ว่า การตั้งเป้าหมายในการเรียนมีส่วนสำคัญที่ช่วยผลักดันชีวิตให้สูงขึ้น แต่ต้องพิจารณาตัวตนของเราก่อนเป็นอันดับแรก จึงจะกำหนดเป้าหมายที่ต้องการทำให้สำเร็จชัดเจนขึ้นได้ครับ

3 ขั้นตอนอุปกรณ์ก่อนเรียน

“การเรียนเป็นประโยชน์ต่อชีวิตเราอย่างไร” ถ้าตอบคำถามนี้ได้ คุณจะหาสิ่งที่ตั้งใจให้สำเร็จลงได้มากที่สุด เป้าหมายที่ตั้งไว้ควรเป็นสิ่งที่คุณสนใจในชีวิต ลองถามตัวเองว่าคุณต้องการศึกษาเรื่องอะไร ทำไมต้องเป็นเรื่องนี้ คุณเลือกเรียนด้านนี้เพราะครอบครัวข้างใช้หรือไม่

หากจะเรียนให้มีความสุขต้อง “อ่านเครื่องก่อนเรียน” การไปเรียนที่สถาบันกวดวิชาตั้งแต่รุ่งเช้าเชื่อว่าเรียนได้ดีและชีวิตมีความสุขเสมอไป คุณจะเรียนอย่างสุขใจก็ต่อเมื่อมั่นใจว่าการเรียนนั้นเป็นประโยชน์ ยิ่งเรียนด้วยวิธีที่มีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จแล้ว คุณจะรู้สึกเรียนสนุกไปเอง

ก็เหมือนเราต้องอ่านเครื่องยนต์ก่อนจะขับรถออกไปในช่วงที่อากาศหนาว เพื่อให้เครื่องยนต์ไม่ทำงานหนักเกินไป การเรียนก็ไม่ต่างกันครับ

การอ่านเครื่องก่อนเรียนแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ ① **ต้องรู้จักตัวเอง** ณ ขณะนี้ สิ่งที่คุณทุ่มเททำในปัจจุบันจะสะท้อนให้เห็นอนาคตในวันข้างหน้า ② **สร้างแรงจูงใจในการเรียน** มนุษย์ทำงานอย่างเร่ร่อนเห็นเหนื่อยเมื่อไหร่ก็ต้องเรียนหลังเลิกงานหรือในวันหยุด พอเรียนได้เพียงเดือนสองเดือนก็ถอดใจเลิกเรียน และกลับมาเรียนอีกครั้งเมื่อเริ่มต้นปีใหม่ทำให้สูญเสียทั้งเงิน เสียทั้งเวลา เพื่อให้ความพยายามเกิดผลสำเร็จคุณต้องข้ามผ่านอุปสรรคหรือที่เรียกว่าจุดวิกฤติให้ได้ แต่ความปรารถนาอันแรงกล้าเพียงอย่างเดียวอาจไม่ช่วยให้บรรลุเป้าหมายได้เช่นกัน สุดท้ายแล้วคุณต้องรู้จักวิธีเรียนที่มีประสิทธิภาพ ในบทนี้จะกล่าวถึงขั้นตอนแรกและขั้นตอนที่สองของการอ่านเครื่องเรียน นั่นคือ การตั้งเป้าหมาย และ เต็มไฟให้ตัวเอง

สาเหตุที่มนุษย์ออฟฟิศไม่ประสบความสำเร็จทางการเรียน
เพราะไม่อาจข้ามผ่านจุดวิกฤติได้



SE-ED
inspiration starts here

กำหนดเป้าหมาย 

แยกแยะความแตกต่างระหว่าง สิ่งที่เป็นของคุณจริง ๆ กับสิ่งที่ ไม่ใช่ของคุณ

คุณจะได้รู้อย่างไรว่าจริง ๆ แล้วคุณอยากทำอะไร ก่อนอื่นคุณต้องแยกแยะ “สิ่งที่เป็นของคุณ” กับ “สิ่งที่ไม่ใช่ของคุณ” ออกจากกันเสียก่อน คุณต้องรู้ให้แน่ชัดว่าคุณมีอะไร จึงจะรู้ว่าคุณยังขาดอะไร และคุณอยากจะทำอะไรบ้าง คุณจะแยกแยะได้ก็ต้องอาศัยองค์ประกอบ 3 ประการ ดังนี้ครับ

① อาชีพในปัจจุบันไม่ใช่ความสามารถที่แท้จริงของคุณ

ตำแหน่งที่ได้รับมอบหมายอยู่ตอนนี้ยังไม่ใช่ของเราจริง ๆ ยิ่งอยู่ในตำแหน่งที่มีอำนาจมากเท่าไร เรามักจะเข้าใจผิดคิดว่าอำนาจและสิทธิที่ได้จากตำแหน่งนั้นเป็นของตนเอง ซึ่งแท้จริงแล้วเป็นเพียงสิ่งที่ยืมมาชั่วคราวเท่านั้น เมื่อเสร็จสิ้นภาระหน้าที่ก็ต้องคืนอำนาจและสิทธิทั้งหมดที่มีไป

ภาพลักษณ์ของพนักงานออฟฟิศในปัจจุบันผสมผสานกันอยู่ระหว่าง “ตำแหน่งในองค์กร” กับ “ตัวตนจริง ๆ ที่เป็น” ตำแหน่งจะหายไปพร้อมกับ การเปลี่ยนแปลงในองค์กร ดังนั้นต่อให้คุณเปลี่ยนแปลงตำแหน่ง โยกย้าย หรือออกจากงานไปแล้วแต่สิ่งที่ยังคงอยู่กับคุณจริง ๆ ก็คือตัวตนของคุณครับ

คุณคงเคยได้ยินคำพูดเช่นว่า “ไม่รู้หรอกว่าผมเป็นใคร.... เห็นว่าผมออกจากงานแล้วเลยปฏิบัติกับผมอย่างนี้แหละ” นี่คือนิยามของคนที่เข้าใจผิด

คิดว่า “สิ่งที่ไม่ใช่ของคุณ” เป็น “ของคุณ” ถ้าเมื่อใดก็ตามที่เข้าใจผิดคิดว่าตำแหน่งที่ได้มาเพียงชั่วคราวเป็นของคุณ แสดงว่าคุณประเมินความสามารถของตัวเองสูงเกินไป คุณก็ลองคิดสิว่าทำไมคนอื่น ๆ ถึงทำดีกับคุณนัก เพราะวันที่ที่คุณคืนตำแหน่งที่ไม่จริงยั่งยืนนั้นกลับไป ทำที่ของผู้คนเหล่านั้นก็จะเปลี่ยนไปด้วยครับ

② วัฒนธรรมขององค์กรไม่ใช่ของคุณ

ส่วนใหญ่เราใช้เวลาในแต่ละวันอยู่ที่ทำงาน ก็เลยหลงอยู่ในวิถีปฏิบัติขององค์กรจนลืมปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เพราะมัวแต่จัดการปัญหาที่อยู่ตรงหน้า ไม่ว่าจะเป็นการได้รับการยอมรับ การเลื่อนขั้น หรือการได้รับคำชมเชยจากหัวหน้า

แม้องค์กรจะยอมรับคุณแต่ก็ใช่ว่าจะรับประกันอนาคตของคุณได้ แม้แต่อาชีพข้าราชการที่มั่นคงก็เช่นเดียวกัน จากข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (National Statistical Office) ระบุว่าใน ค.ศ. 1970 อายุขัย* โดยเฉลี่ยของชาวเกาหลีใต้คือ 62.3 ปี และ ณ ตอนนั้นอายุเกษียณราชการคือ 65 ปี แต่ปัจจุบันนี้อายุเกษียณราชการคือ 60 ปี และในค.ศ. 2016 อายุขัยโดยเฉลี่ยคือ 82.4 ปี ซึ่งหมายความว่าแม้จะออกจากงานแล้วก็ยังต้องใช้ชีวิตต่อไปอีก 20 กว่าปี

inspiration starts here

ต่อให้ทำงานจนถึงวันเกษียณอายุ คุณก็ต้องหางานทำหลังปลดเกษียณอยู่ดี ไม่อย่างนั้นจะเป็นการทำงานเพื่อความสุขของตัวเอง หรือเพื่อชีวิตที่สุขสบายขึ้นก็ตาม ขนาดข้าราชการยังต้องเตรียมตัวเช่นนี้ พนักงานบริษัทอย่างเราจึงต้องคิดเกี่ยวกับชีวิตหลังเกษียณเสียยิ่งกว่า ลองคิดถึงดูเถิดว่าหากคุณยึด

* ปกติแล้วประเทศเกาหลีใต้เริ่มนับอายุตั้งแต่ทารกอยู่ในครรภ์มารดา วันที่คลอดออกมาถือว่า มีอายุ 1 ขวบ แต่โดยกติกากฎนี้ตั้งแต่เดือน มิ.ย. ค.ศ. 2023 และใช้วิธีนับอายุแบบสากล

ติดอยู่กับวิถีปฏิบัติขององค์กร มัวแต่ไล่ล่าตามหาสิ่งที่ไม่ยั่งยืน ลองนึกถึงวันที่ต้องเดินออกมาจากองค์กรแห่งนั้นดูสิ คุณจะใช้ชีวิตที่เหลืออย่างไรครับ บางทีคุณอาจจะรู้สึกมีดমনจนไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไรในวันข้างหน้าก็ได้ ถึงตอนนั้นองค์กรก็ไม่ได้สนใจเราแล้ว

องค์กรที่เราสังกัดอยู่ไม่ใช่ของเรา ตำแหน่งหน้าที่การงานก็เช่นเดียวกัน เมื่อเราออกจากงานทุกอย่างก็จบ มีเพียงแค่เราเท่านั้นที่ต้องเผชิญหน้าปัญหาทุกอย่างด้วยตัวเอง

③ ความสำเร็จที่ผ่านมาเป็นเพียงอดีตเท่านั้น

“ยินดีด้วยนะที่สอบผ่าน” วินาทีที่คุณสอบผ่านจะรู้สึกใจหวิว ๆ ตื่นเต้นทุกครั้ง เพราะเป็นเวลาที่ได้ประจักษ์ผลลัพธ์แห่งความความพยายามของตนเอง คุณมักคิดว่าทุกคนยกย่องเชิดชู ตอนนั้นคุณก็จะคิดว่าทำสำเร็จได้ทุกอย่าง แต่ไม่นานคุณต้องเตรียมตัวสอบครั้งใหม่อีก ความสำเร็จที่เคยประสบก่อนหน้านี้จึงเป็นเพียงอดีตเท่านั้นเอง

หากคุณประเมินความสำเร็จในอดีตสูงเกินไป เช่นได้เลื่อนขั้นไปสู่ตำแหน่งที่สูงกว่าอยู่เสมอ ทำให้รู้สึกว่าตนทำงานเก่ง จนพจนคิดว่าจะได้รับการโยกย้ายงานด้วยเงื่อนไขที่ดีอยู่เสมอไม่ว่าเมื่อไหร่ก็ตาม เมื่อเป็นเช่นนี้ก็มักคาดหวังจะมีชีวิตที่สุขสบายหากทำงานในบริษัทแห่งใดแห่งหนึ่งจนถึงเวลาเกษียณอายุงานใช้ใหม่ครับ

แต่เป้าหมายก็เป็นเพียงเป้าหมายเท่านั้น トラバディยังไม่บรรลุเป้าหมายสิ่งนั้นก็ยังไม่ใช่ของคุณโดยสมบูรณ์ แม้แต่การสอบที่คิดว่าน่าจะผ่านฉลุยได้ง่าย ๆ ก็เช่นกัน พอเรียนจริงจังก็มักจะรู้สึกว่ายากกว่าที่คิด แถมยังคาดหวังลม ๆ แล้ง ๆ ว่าเมื่อก่อนทำได้ คราวนี้นักน่าจะทำได้ดีด้วยจนกลายเป็นอุปสรรคที่ขัดขวางการพัฒนาตัวเองเสียก่อน ดังนั้น หากตั้งใจจะเริ่มทำอะไรใหม่อีกครั้ง ต้องล้มความสำเร็จในอดีตแล้วตั้งต้นใหม่ ไม่ว่าจะเป็นการอ่านหนังสือ

เตรียมสอบเพื่อใบประกาศนียบัตร เตรียมโยกย้ายงาน เรียนภาษาที่สอง แต่ไม่ว่าจะเริ่มต้นทำอะไร คุณก็ต้องประเมินความสามารถของคุณด้วยมุมมองที่อยู่บนข้อเท็จจริงที่ทุกคนเห็นเหมือนๆ กัน คุณจะเจริญก้าวหน้าได้ก็ต้องรู้ว่าสิ่งที่เป็นของคุณเองจริง ๆ มีอะไรบ้าง

ลองพิจารณาว่า “สิ่งที่คุณมีอยู่” คืออะไร ลองแยกแยะความแตกต่างดูว่า สิ่งใดบ้างที่เป็นของคุณ และสิ่งใดบ้างไม่ใช่ของคุณ การระบุให้ชัดเจนนี้ จะช่วยประเมินตัวคุณเองในตอนนี้ได้ครับ

สิ่งที่เป็นของคุณ	สิ่งที่ไม่ใช่ของคุณ
☺ ประสบการณ์ในอาชีพและสายงาน	☺ ตำแหน่งปัจจุบันภายในองค์กร (เช่น นักธุรการระดับ 5)
☺ ความรู้จากการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง	☺ ผลงานในองค์กรตามหน้าที่ (รายงาน, ผลการปฏิบัติงาน)
☺ ใบอนุญาตประกอบวิชาชีพ (เช่น ใบอนุญาตตัวแทนอสังหาริมทรัพย์)	☺ สอบเลื่อนขั้นผ่าน (ไร้ประโยชน์เมื่อลาออกจากองค์กร)
☺ ผู้ที่สนับสนุนคุณ (ครอบครัว, เพื่อนร่วมงาน)	☺ ผู้ที่ติดต่อกันตามหน้าที่ (พนักงานที่ติดต่อธุรกิจด้วยกัน)

inspiration starts here

รวมชุดบอดเทคนิการทำข้อสอบ สำหรับคนมีเวลาเตรียมตัวน้อย...



จากผู้เขียนแห่งเกาหลีใต้ที่ได้ชื่อว่าประเทศที่มีการแข่งขัน
ด้านการเรียนและการสอบที่โหดที่สุด!

- 🎯 กลยุทธ์เรียนน้อยแต่ได้มาก (Minimalism)
- 🎯 เคล็ดลับ 4 ข้อกระตุ้นไฟแห่งการเรียนรู้ให้ลุกโชน
- 🎯 รู้จัก Saladent มนุษย์เงินเดือนที่เรียนเพื่อพัฒนาตนเองไม่หยุดั้ง
- 🎯 บริหารตารางเวลาชีวิตให้เรียน ทำงานและพักผ่อนอย่างมีความสุข
- 🎯 วิธีเรียนรู้งานใหม่อย่างรวดเร็วใน 3 ขั้นตอน
- 🎯 เทคนิคที่ช่วยให้สอบผ่านใบอนุญาตประกอบวิชาชีพต่างๆ
- 🎯 ฯลฯ

SE-ED

inspiration starts here



พร้อมจำหน่ายในรูปแบบ

- ☒ e-book ☐ audio CD / MP3 ☐ audiobook
☒ ปกอ่อน ☐ LARGE PRINT (ตัวอักษรขนาดใหญ่)



www.se-ed.com



SE-ED Publisher



Change+



ไอไลต์เล่มนี้
สแกนเลย!

printed with
SoyInk

ISBN 978-616-08-5287-1



9 786160 852871

189 บาท

แต่รู้เทคนิคเรียนดี๊ดี จัดเต็มวันละชั่วโมงเดียวพอ
อย่าอ่านคสสไปเห็นๆ

หมวด : จัดวิทยานิพนธ์มาเอง