

howto

知識を操る超読書術

หายไปแล้ว  
กว่า 1 แสนเล่ม  
ในตู้ปุ๊น!

เทคนิค  
การอ่าน  
ให้เอามา  
ใช้งาน  
ได้เลย



Mentalist  
DaiGo

เขียน

ราลิณี โพธิ์อุบล  
แปล

เทคนิคการอ่านด้วยระบบคิดใหม่  
ให้คุณจับประเด็นเร็วและเอาไปใช้งานได้ทันที  
ไม่ว่าจะโน้มน้าวใจ ถ่ายทอดต่อ หรือเปลี่ยนแปลงตัวเอง  
โดยนักเขียนแนวจิตวิทยาอันดับ 1 ของญี่ปุ่น ที่อ่านหนังสือวันละ 20 เล่ม!

พิมพ์  
ครั้งที่

1

howto

# เทคนิคการอ่าน ให้อ่านมาใช้งานได้เลย

Mentalist DaiGo

เขียน

ธาสินี โพธิ์อุบล

แปล

ก า ร อ่ า น คื อ ร า ก ฐ า น ที่ ส ำ ค ัญ

หากได้เจอกับหนังสือเล่มที่ช่วยแก้ปัญหาของคุณได้  
คุณก็คาดหวังผลตอบแทนจากการลงทุนนั้นได้เลย

– Mentalist DaiGo

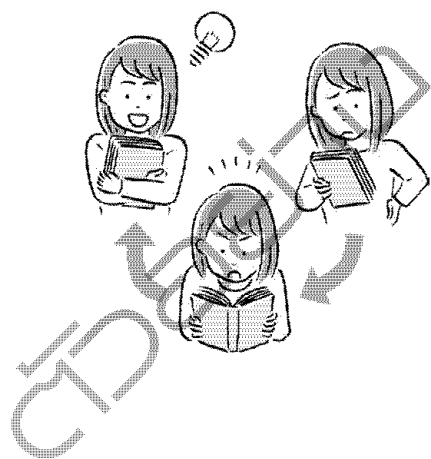


หนังสือคุณภาพ  
โดยอมรินทร์กรุ๊ป

เทคนิคการอ่านให้เอามาใช้งานได้เลย

## howto

ในเครือบริษัทอมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)  
378 ถนนรัชดาภิเษก (บรมราชชนนี) เขตคลองสาน กรุงเทพฯ 10170  
โทรศัพท์ 0-2422-9999 ต่อ 4964, 4969 E-mail: info@amarin.co.th  
[www.amarinbooks.com](http://www.amarinbooks.com)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          



# คำนำสำนักพิมพ์

เมื่อหยิบหนังสือขึ้นมาหนึ่งเล่ม หลายคนคงมีสไตล์การอ่านแตกต่างกันไป บางคนแค่ดูชื่อเรื่อง อ่านไปรยปรก ก็ตัดสินใจได้แล้วว่าจะอ่านหนังสือเล่มนั้นต่อไหม บางคนอาจพลิกดูสารบัญแล้วเลือกอ่านเฉพาะบทที่สนใจ ขณะที่บางคนอาจพลิกไปอ่านตอนจบเพื่อสอยล์เนื้อหาก่อนเลยก็เป็นได้ และหลายคนก็จะปีละวันอ่านหนังสือแต่ละเล่มให้จบให้ได้

เชื่อว่าหลายคนคงสงสัยว่าอ่านแบบไหนจะเวิร์คที่สุด โดยเฉพาะในการจดจำและนำสิ่งที่ได้รู้ไปใช้ในชีวิตร ไม่ว่าจะให้กับตัวเองหรือคนอื่น ไม่ว่าคุณจะเป็นนักเรียน นักพูด หรือนักธุรกิจ

แล้วต้องอ่านแบบไหนกันนะที่จะทำให้เวลาในการอ่านที่มีไม่มากของเราทุกคนในทุกวันนี้ได้ประโยชน์มากที่สุด

แน่นอนว่าไม่ใช่หนังสือทุกเล่มที่คุณจะเอาไปใช้งาน แต่ถ้านำมาใช้จุดประสงค์ของคุณ เล่มนี้ตอบโจทย์ที่สุด ๆ

ไม่ว่าตลอดชีวิตที่ผ่านมาคุณจะใช้เทคนิคการอ่านแบบไหน  
ในหนังสือเล่มนี้คุณจะพบกับสุดยอดเคล็ดลับที่ทำให้ Mentalist  
DaiGo ที่ถือเป็นอัจฉริยะอ่านใจและนักเขียนแนวจิตวิทยา  
อันดับ 1 ของญี่ปุ่น อ่านหนังสือได้เร็วกว่าวันละ 20 เล่ม  
(ย้ำอีกครั้งว่า 20 เล่ม!!) ด้วยเทคนิคการอ่านที่เข้าใจกลไก  
การทำงานของสมองและจิตใจที่พิสูจน์แล้วจากการทดลอง  
ของมหาวิทยาลัยชื่อดังทั่วโลก ช่วยให้จับประเด็นสำคัญได้เร็ว  
และดึงความรู้ไปใช้ประโยชน์ได้ โดยไม่ต้องอ่านทุกตัวอักษร  
ตั้งแต่หน้าแรกไปจนถึงหน้าสุดท้าย

นอกจากนี้ ยังมีเคล็ดลับอีกมากมายที่ช่วยเปิดโลกการอ่าน  
ของคุณ และทำให้เกิดเป็นภูมิรู้จากการอ่านที่สมบูรณ์แบบยิ่งขึ้น  
เมื่อคุณหยิบหนังสือเล่มถัดไป

ถ้าอยากรู้ว่าหนังสือหนึ่งเล่มจะเปลี่ยนชีวิตคุณได้มาก  
แค่ไหน ลองเริ่มจากพลิกอ่านหน้าต่อไปดูเลย

howto

# สารบัญ

|                                                         |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| บทนำ                                                    | 1 |
| เทคนิคที่ช่วยให้ประสิทธิภาพการอ่าน<br>เพิ่มขึ้น 50 เท่า | 2 |
| หนังสือที่เปลี่ยนชีวิตผม                                | 4 |
| เริ่มอ่านจากบทที่อยากรู้                                | 7 |

## บทที่ 1 3 เรื่องหลอกลวงเกี่ยวกับการอ่าน

|                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------|----|
| เทคนิคการอ่านหนังสือ<br>ตามหลักวิทยาศาสตร์                | 12 |
| <b>เรื่องหลอกลวง 1 หลอกให้ “อ่านเร็ว”</b>                 | 14 |
| ● แม้แต่งงานวิจัยระดับโลก<br>ก็ยังปฏิเสธเรื่องการอ่านเร็ว | 15 |
| ● ทักษะที่สำคัญกว่าการอ่านเร็ว                            | 18 |
| ● หาหนังสือหนึ่งเล่มที่ควรอ่าน<br>จากกองหนังสือทั้งหมด    | 20 |
| ● กล้าที่จะโยนหนังสือเล่มที่ไม่ใช่ทิ้งไป                  | 22 |
| ● อ่าน “ส่วนเกริ่นนำและสรุป”<br>เพื่อเข้าใจภาพรวมแต่ละบท  | 24 |
| ● ความรู้พื้นฐานจะช่วยให้อ่านได้เร็วขึ้น                  | 26 |
| ● บทสรุปเรื่อง “การอ่านเร็ว”                              | 28 |

## เรื่องหลอกลวง 2 หลอกให้ “อ่านเยอะ” 30

- ทำไม “การเตรียมตัว”  
จึงช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการอ่าน 32
- เมื่อมีพื้นฐานความรู้แล้ว  
ก็ควรอ่านหนังสือให้หลากหลาย 34
- เมื่อหลายเรื่องหลอกประหลาดมาผสมกัน  
ก็เกิดเป็นไอเดีย 36

## เรื่องหลอกลวง 3 หลอกให้ “เลือกอ่าน” 38

- อ่านหนังสือดีให้เป็นเหมือนตำรา  
ใช้หนังสือไม่ดีให้เป็นเหมือนหนังสือ  
รวมโจทย์ปัญหา 39

### เทคนิคการอ่าน

ที่ช่วยให้ นำความรู้ไปใช้ได้จริง 43

### สรุปท้ายบท

เทคนิคการอ่านที่ช่วยให้จำได้ไม่ลืม 46

- ถึงจะทบทวนในตอนที่ยังจำได้  
ก็ไม่ค่อยได้ผลนัก 47
- เทคนิคช่วยให้จำแม่นในตอน “นึกออก” 48
- การอ่านทวนแบบเว้นระยะ 50



## บทที่ 2 3 วิธีเตรียมตัวที่ช่วยให้ประสิทธิภาพ การอ่านดีขึ้น

อ่านหนังสือแล้วไม่ได้ผลเพราะไม่รู้  
กลไกการทำงานของสมองและจิตใจ 54

**การเตรียมตัว 1** แผนก่ความคิด 56

- 3 คำถามกระตุ้นแรงจูงใจในการอ่าน 58
- หาจุดมุ่งหมายในการอ่านจากสารบัญ 59
- เทคนิคที่ช่วยให้อ่านหนังสือหนาๆ ยากๆ  
ได้อย่างสบาย 62
- “แผนที่ความคิด”  
กับกลไกการทำงานของสมอง 63

**การเตรียมตัว 2**

- ช่องว่างของความอยากรู้อยากเห็น 65
- กระตุ้นความสงสัยเพื่อให้จำได้แม่นยำขึ้น 66
  - เปิดสวิตช์สมองด้วยการเขียน  
“สิ่งที่รู้” และ “ไม่รู้” 68
  - อ่านหนังสือโดยจินตนาการ  
ถึงคาแร็กเตอร์ของผู้เขียน 70

**การเตรียมตัว 3** การทดสอบตัวเอง 73

- 10 วิธีรับมือที่ช่วยให้อ่านหนังสือได้  
แบบไม่เครียด 75

**สรุปท้ายบท** ฝึกฝนเวิร์กกิ้งเมโมรี 81

## บทที่ 3 5 เคล็ดลับการอ่านที่ช่วยให้เข้าใจ และจดจำไม่ลืม

ถึงจะเป็นหนังสืออ่านยาก  
ก็ไม่ต้องอ่านซ้ำหลายครั้ง 88

ก่อนและหลังอ่าน อ่านแบบ “คาดคะเน” 91

- อ่านเข้าใจแน่นอนเพราะมีเป้าหมายชัดเจน  
ว่าอยากรู้อะไร 94
- เข้าใจเนื้อหาด้วยการเปรียบเทียบ  
“สิ่งที่คาดคะเน” กับ “ผลลัพธ์” 97

ระหว่างอ่าน อ่านแบบ “เห็นภาพ” 99

- ความลับอยู่ที่การเปลี่ยนตัวหนังสือ  
ให้กลายเป็นภาพ 102
- หา “คำหลัก” ที่ซ่อนอยู่ให้เจอ 105

ระหว่างอ่าน อ่านแบบ “เชื่อมโยง” 107

- ควรอ่านหนังสือที่เป็นภาคต่อ  
แบบเชื่อมโยงความสัมพันธ์ 109
- เชื่อมโยงหนังสือที่อ่านเข้ากับ  
ประสบการณ์ของตัวเอง 111
- หนังสือที่ดีคือหนังสือที่ทำให้เรา  
มีมุมมองใหม่ๆ 113

ระหว่างอ่าน อ่านแบบ “จับประเด็น” 116

- การสรุปเนื้อหาช่วยให้รู้ว่าตัวเอง  
สนใจเรื่องอะไร 118
- เทคนิคการจดโน้ตด้วย  
“คำพูดของตัวเอง” 120

### หลังอ่าน อ่านแบบ “ตั้งคำถาม” 122

- การหาคำตอบระหว่างอ่านช่วยให้จำแม่น 125
- ฝึกตั้งข้อสงสัยเพื่อให้จำได้ไม่ลืม 128

### สรุปท้ายบท

- เทคนิคการนอนเพื่อช่วยให้จำแม่น 134
- การนอนหลับช่วยลดเวลาเรียนรู้  
ลงได้ครึ่งหนึ่ง 136
- แค่นอนหลับก็ช่วยให้จำแม่นขึ้น  
ถึง 10 เปอร์เซ็นต์ 140

## บทที่ 4 3 เทคนิคที่ทำให้ความรู้ยู่ติดตัว

- สมองจะดีหรือไม่กำหนดได้ด้วย  
ความสามารถในการอธิบาย 146

### การถ่ายทอดความรู้ 1

- จับใจคนฟังด้วยศัพท์เทคนิค 149
- เล่าให้คนอื่นฟังโดยใช้ศัพท์เทคนิค 150

- การเพิ่มแหล่งอ้างอิง  
ช่วยให้หน้าเชื่อถือมากขึ้น 152
- ยิ่งอธิบายคนอื่นได้มากเท่าไร  
ก็ยิ่งทำให้จำได้แม่นยำขึ้นเท่านั้น 154

## การถ่ายทอดความรู้ 2

- เพิ่มทักษะการอธิบายด้วย SPICE 157
- 5 เทคนิคการโน้มน้าวให้ชนะใจคนฟัง 158
- เทคนิคที่ช่วยให้โน้มน้าวใจคน  
ได้สำเร็จถึง 82 เปอร์เซ็นต์ 166

## การถ่ายทอดความรู้ 3

- อ่านทั้งหนังสือที่ให้ข้อคิด  
และหนังสือวิทยาศาสตร์ 169
- บรรดาหนังสือที่ช่วยฝึกฝนตัวผม 171
- 3 วิธีดีสนิทกับหนังสือคลาสสิกยากๆ 174

## สรุปท้ายบท

- ทำไมผมถึงเดินไปอ่านหนังสือไป 177

- เกี่ยวกับผู้เขียน 179

Copyrighted material

# บทนำ

“อยากเป็นคนอ่านหนังสือเก่ง”

“อยากอ่านหนังสือให้ได้มากกว่าเดิม”

“อยากรู้วิธีทำให้อ่านแล้วไม่ลืม”

เพราะแบบนี้คุณจึงถือหนังสือเล่มนี้อยู่ในมือใช่ไหม

เชื่อว่าหลายคนคงเคยอ่านหนังสือเกี่ยวกับ “การอ่าน” กันมาก่อน ไม่ว่าจะเป็น...

- เทคนิคการอ่านเร็ว
- เทคนิคการอ่านให้จำได้ไม่ลืม
- เทคนิคการอ่านเพื่อจำเป็นภาพ

แล้วหลังจากอ่านจบ คุณได้อะไรจากเทคนิคเหล่านั้นบ้างมั้ย ถ้าคำตอบคือ “ไม่” ผมสัญญาว่าจะทำให้คุณได้เจอกับสิ่งที่ต้องการเสียที

ในทางกลับกัน หากคำตอบของคุณคือ “ใช่” หนังสือเล่มนี้จะช่วยเติมเต็มประสบการณ์การอ่านของคุณให้สมบูรณ์แบบยิ่งขึ้น ด้วยเทคนิคที่ไม่เคยปรากฏในหนังสือเล่มไหนมาก่อน

ผมเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาโดยนึกภาพของคนที่กำลังมีปัญหาดังต่อไปนี้

- ไม่ว่าจะป็นหนังสือการ์ตูนหรือนิยายก็อ่านได้จนจบ แต่พออ่านหนังสือความรู้ที่โรกลับอ่านไม่จบทุกที
- อ่านแล้วแต่เนื้อหาไม่เข้าหัว พอวันถัดไปก็ลืมหมด
- ทั้งๆที่อ่านเยอะแต่กลับเล่าเรื่องที่อ่านให้คนอื่นฟังไม่ได้

ที่เป็นแบบนี้เพราะ “ความสามารถในการอ่านหนังสือ” กับ “การนำความรู้ที่ได้จากการอ่าน” มาใช้ในชีวิตจริงนั้นเป็นคนละเรื่องกัน นอกจากการอ่านเพื่อสอบแล้ว เราไม่เคยถูกสอนให้อ่านหนังสือเพื่อใช้ประโยชน์จากมันจริงๆ เลยสักครั้ง

## ● เทคนิคที่ช่วยให้ประสิทธิภาพการอ่านเพิ่มขึ้น 50 เท่า

เมื่อผมบอกว่าอ่านหนังสือวันละ 10-20 เล่ม คนส่วนใหญ่ก็พากันตกใจ

“กว่าจะอ่านให้จบเล่มหนึ่งก็แทบแย่ อ่านยังงี้ให้ได้วันละ 20 เล่ม”

“อ่านหนังสือประเภทไหน”

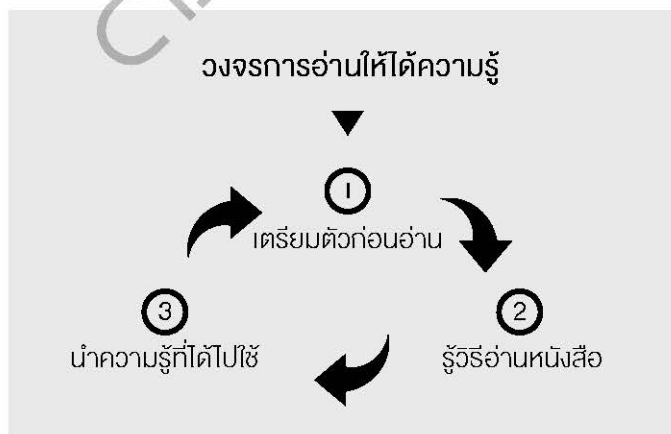
“ใช้เทคนิคการอ่านเร็ววากับใช้เวทมนตร์อย่างนั้นหรือ”

เหล่านี้คือคำถามที่ผมได้ยินเป็นประจำ แต่ที่ผมทำได้ไม่ใช่เพราะเวทมนตร์แต่อย่างใด หากเป็นเพราะผมเรียนรู้เทคนิคการอ่านที่มีหลักวิทยาศาสตร์มารองรับและใช้ประโยชน์จากการอ่านในแนวทางของตัวเอง

เมื่อก่อนผมก็ไม่ใช่คนที่อ่านหนังสือเร็วหรือเข้าใจเรื่องที่อ่านได้ดีกว่าคนอื่นสักเท่าไร ดังนั้นจึงใช้เวลานานกว่าจะค้นพบเทคนิคนี้ ผมเป็นคนชอบอ่านจึงมีความสุขเมื่อได้อยู่กับหนังสือและอยากจะ "นำความรู้ที่ได้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด"

จากสถิติแล้วคนวัยทำงานในญี่ปุ่นอ่านหนังสือเฉลี่ยเดือนละไม่ถึง 3 เล่ม ผมเชื่อว่าหากคุณนำเทคนิคที่แนะนำไปฝึกใช้จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการอ่านได้ถึง 50 เท่า ไม่ว่าใครก็อ่านได้ไม่ต่ำกว่าวันละ 5 - 10 เล่ม

หากสรุป "วิธีอ่านหนังสือ" ที่ผมใช้เป็นประจำ จะได้เป็นวงจรดังต่อไปนี้





พูดง่าย ๆ คือ “การเตรียมตัวก่อนอ่าน” ส่งผลต่อประสิทธิภาพการอ่านมากกว่า 70 เปอร์เซ็นต์ เพราะคนส่วนใหญ่ไม่รู้ว่าจะต้องเตรียมตัวอ่านหนังสืออย่างไร

ตัวอย่างเช่น คนที่ยืมหนังสือขึ้นมาแล้วคิดว่าต้องไล่อ่านตั้งแต่หน้าแรกไปจนถึงหน้าสุดท้ายกับคนที่ตั้งเป้าหมายก่อนว่า “ทำไมถึงอ่านเล่มนี้” และ “อยากได้อะไรจากการอ่าน” ทั้งสองคนย่อมได้รับประสบการณ์การอ่านที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง

นอกจากการเตรียมตัวก่อนอ่านแล้ว คุณยังต้อง “รู้วิธีอ่าน” และ “การนำความรู้ที่ได้ไปใช้” ด้วย หากทำแบบนี้ได้ โอกาสที่จะได้เจอหนังสือที่เปลี่ยนชีวิตคุณก็จะเพิ่มขึ้น

## ● หนังสือก็เปลี่ยนชีวิตผม

การอ่านหนังสือหนึ่งเล่มช่วยให้ชีวิตคุณเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นได้จริง ๆ ครับ

รู้ไหมว่ามีวิธีออกกำลังกายเพื่อเพิ่มพลังสมองด้วยหนังสือเล่มนี้ที่ผมอ่านเขียนโดยอาจารย์จากคณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ทำให้เข้าใจว่า “เราควรฝึกสมองอย่างไร” โดยอ้างอิงผ่านงานวิจัยต่าง ๆ หนังสือเล่มนี้จึงเป็นแรงบันดาลใจที่ทำให้ผมเริ่มบริหารสมองและออกกำลังกาย

ในเล่มอธิบายตามหลักวิทยาศาสตร์ว่า “การออกกำลังกายแบบแอโรบิกจะทำให้เลือดไหลเวียนไปเลี้ยงสมองได้ดีขึ้น และ

สารกระตุ้นสมองที่ชื่อว่า BDNF (Brain-Derived Neurotrophic Factor) จะหลั่งออกมา ซึ่งช่วยฟื้นฟูและเพิ่มเซลล์สมองโดยไม่คำนึงว่าจะอายุเท่าไร ทั้งยังช่วยชะลอความชรา (Anti-Aging) ได้อีกด้วย”

ก่อนหน้านี้ผมจะอ่านหนังสือเล่มนี้ ผมเคยตั้งข้อสงสัย คนที่เข้าฟิตเนส คนที่ไปวิ่งเป็นประจำ คนที่ไปเล่นเบสบอล หรือเทนนิสทุกสัปดาห์ หรือคนที่จ้างเทรนเนอร์ส่วนตัวมาตลอดว่า “ทำไมเขาถึงไปออกกำลังกายกัน” และ “เล่นกีฬาแล้วมันสนุกตรงไหน”

ผมไม่ชอบเคลื่อนไหวร่างกายและเกลียดการเล่นกีฬามาตั้งแต่เด็ก แต่พออ่านหนังสือเล่มนี้จบ ผมก็ไปสมัครสมาชิกฟิตเนสเลยทันที ทั้งเพื่อที่จะอ่านหนังสือได้อย่างเพลิดเพลินในอนาคต และเพื่อเป้าหมายของชีวิตที่ตั้งใจไว้ว่า “จะใช้ความรู้ความสามารถให้เกิดประโยชน์สูงสุด” ดังนั้นการรักษาสุขภาพสมองให้อยู่ในสภาพดีจึงเป็นสิ่งสำคัญ

ด้วยเหตุนี้ผมจึงหันมาออกกำลังกายเป็นประจำ จากเดิมที่ไม่ค่อยได้ทำเลยตั้งแต่สมัยมัธยม หลังจากนั้นก็เกิดความเปลี่ยนแปลงอย่างมหาศาล หลายคนติดตามผมทางยูทูป คงทราบดีว่าทุกวันนี้การออกกำลังกายแบบแอโรบิกกลายเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในชีวิตผมไปแล้ว

ผมสัมผัสได้อย่างชัดเจนว่าการเริ่มออกกำลังกายอย่างจริงจังทำให้มีพลังในการทำสิ่งต่างๆ และสมรรถดีขึ้น ความกังวลใจลดลงเนื่องจากร่างกายหลั่งคอร์ติซอล (Cortisol)

ซึ่งเป็นฮอร์โมนความเครียดน้อยลง ขณะที่ปริมาณฮอร์โมนเทสโทสเทอโรน (Testosterone) ที่ทำให้มีพลังกลับเพิ่มขึ้น

**นี่คือตัวอย่างของหนังสือเพียงหนึ่งเล่มที่ทำให้ข้อจำกัดในชีวิตผมเปลี่ยนไปอย่างสิ้นเชิงและเห็นผลในทางที่ดีขึ้นอย่างน่าอัศจรรย์**

การเตรียมตัวของผมก่อนอ่านหนังสือเล่มดังกล่าวคือตั้งเป้าหมายว่า “อยากรักษาสุขภาพสมองที่ดีไว้” และ “อยากรู้วิธีฝึกสมอง” หลังจากนั้นจึงทำตาม “วงจรการอ่าน” ที่กล่าวไปข้างต้นพร้อมกับนำความรู้ที่ได้มาใช้อย่างจริงจัง หากคุณสามารถเจอกับหนังสือสักเล่มที่ช่วยแก้ปัญหาของคุณได้ คุณก็คาดหวังผลตอบแทนจากการลงทุนนั้นได้เลย

ที่สำคัญ วงจรการอ่านนี้ยังใช้ได้ตลอดชีวิต เช่นเดียวกับการที่คุณรู้วิธีปรับลดคุณค่าที่เมื่อทำได้ครั้งหนึ่งแล้วก็จะไม่ลืมตลอดไป

- ขั้นตอนที่ 1 เตรียมตัวอ่านหนังสือ
- ขั้นตอนที่ 2 รู้วิธีอ่านหนังสือ
- ขั้นตอนที่ 3 ถ่ายทอดความรู้ที่ได้จากหนังสือ

ทั้ง 3 ขั้นตอนนี้ใช้ได้กับหนังสือทุกประเภท ไม่ว่าจะเป็นหนังสือธุรกิจ หนังสือพัฒนาตนเอง หนังสือความรู้เฉพาะทางไปจนถึงหนังสืออื่นๆ

“อยากเป็นคนอ่านหนังสือเก่ง”

“อยากอ่านได้มากกว่าที่เป็นอยู่ตอนนี้”

“อยากให้สิ่งที่ได้รู้เปลี่ยนแปลงตัวเองและคนอื่นได้จริง”

Mentalist DaiGo นักเขียนแนวจิตวิทยาอันดับ 1 ของญี่ปุ่นและนักอ่านตัวยง  
จะเผย “เคล็ดลับการอ่าน” ที่สำคัญยิ่งต่องาน การเรียน และชีวิตของคุณ  
ด้วยวิธีการอ่านแบบ เห็นภาพ + เชื่อมโยง + คาดคะเน + จับประเด็น + ตั้งคำถาม  
พร้อมวิธีคิดและสุดยอดเทคนิค ไม่ว่าจะเป็น

- 3 เรื่องหลอกลวงเกี่ยวกับการอ่านหนังสือ
- 3 วิธีเตรียมตัวที่เพิ่มคุณภาพการอ่านได้ถึง 70%
- 5 เคล็ดลับการอ่านที่ช่วยให้เข้าใจและจดจำไม่ลืม
- 3 วิธีในการตีสนิทกับหนังสือคลาสสิกยากๆ
- 3 เทคนิคที่ทำให้ความรู้อยู่ติดตัวและใช้ประโยชน์กับตัวคุณและคนอื่นๆ ได้ทันที

หมวดจิตวิทยาพัฒนาตนเอง

ISBN 978-616-18-4509-4



9 786161 845094

Cover Design: Play@work

225 บาท