

อุปสติกติยอดขายกว่า 300,000 เล่มที่ญี่ปุ่น!

「考える技術」と「地頭力」がいつきに身につく 東大思考

คิด แบบ โตโต

THE UNIVERSITY OF TOKYO THINKING TECHNIQUES

สุดยอดเทคนิคการคิด

จากนักศึกษาระดับท็อป 1% ของญี่ปุ่น

นิซโอกะ ฮิซาชิ เขียน

WE
LEARN

คิด แบบ โตโด

「考える技術」と「地頭力」がいつきに身につく 東大思考



บิชโอะ อีสเซ



สารบัญ

บทนำ

- แค่เปลี่ยนวิธีคิดก็สามารถสอบติดโทได้ได้ 16
- ไม่ว่าใครก็สามารถเป็นคนหัวดีแบบนักศึกษาโทได้ได้ 19
- วิธีคิด 5 แบบที่ช่วยให้ “หัวดี” แบบนักศึกษาโทได้ 21

ส่วนที่
1

การคิดแบบโทได้ในชีวิตประจำวัน จะช่วยเพิ่ม “ไหวพริบ” อย่างรวดเร็ว

บทที่
0

“หัวดีแบบนักศึกษาโทได้”

ด้วยการฝึกฝนในชีวิตประจำวัน.....24

- “ทักษะการสังเกตในชีวิตประจำวัน”
คือสิ่งที่ช่วยขัดเกลาไหวพริบของนักศึกษาโทได้ 24
- วิธีเพิ่ม “ทักษะการสังเกตในชีวิตประจำวัน”
ซึ่งช่วยให้ “หัวดีแบบนักศึกษาโทได้” 29

การคิดพิจารณามูลเหตุจะช่วย “จำข้อมูลได้คราวละมาก ๆ”

นักศึกษาโทโดจะ “จำข้อมูลเท่าที่จำเป็น”.....35

- ① นักศึกษาโทโดจะ “ปรับเปลี่ยนความรู้” ก่อนจำ
 - “ทักษะการจำ” ของนักศึกษาโทโด
ไม่ได้แตกต่างจากคนทั่วไป 36
 - คนหัวดีจำแม่นเพราะมี “มุมมอง” ต่างจากคนอื่น 40
 - คนหัวดีมักจะ “จัดเก็บ” ข้อมูลได้ดี 45
- ② ค้นหาสาเหตุเพื่อให้ “จำได้” โดยไม่ต้องท่องจำ :
การคิดพิจารณามูลเหตุ ①
 - ทุกเรื่องย่อมมี “มูลเหตุ” เสมอ 48
 - 5 ขั้นตอนในการ “ค้นหามูลเหตุ” 55
- ③ เพิ่มความเชื่อมโยงเพื่อให้ “ไม่ลืม” :
การคิดพิจารณามูลเหตุ ②
 - จัดระเบียบข้อมูลด้วยการ “เพิ่มความเชื่อมโยง” 63
 - 5 ขั้นตอนในการ “เพิ่มความเชื่อมโยง” 69

การคิดพิจารณาต้นน้ำจะช่วยให้ “สรุปเรื่องยาก ๆ ให้เข้าใจง่ายได้”

นักศึกษาโทโดจะตรวจสอบ “ภูมิหลัง”
ของเรื่องที่ต้องการสรุปก่อนเสมอ.....76

- ① นักศึกษาโทโดจะตรวจสอบ “ภูมิหลัง” ก่อนสรุป
 - คนหัวดีมัก “จัดระเบียบข้อมูล” ได้ดี 76
 - นักศึกษาโทโดจะคิดพิจารณา
“จุดเริ่มต้น” อยู่เสมอ 81
- ② ฝึกฝน “ทักษะการสรุปให้เข้าใจง่าย”
ด้วยการค้นหากระแส : การคิดพิจารณาต้นน้ำ ①
 - เรื่องราวที่เห็นอยู่ตรงหน้าย่อมมี “ต้นน้ำ” เสมอ 87
 - 4 ขั้นตอนในการ “ค้นหากระแส” 91
- ③ ฝึกฝน “ทักษะการโน้มน้าวใจ
ที่ทำให้ทุกคนเห็นด้วย” ด้วยการสรุป :
การคิดพิจารณาต้นน้ำ ②
 - เชื่อมโยงต้นน้ำกับปลายน้ำด้วย “การสรุป” 100
 - 4 ขั้นตอนในการ “สรุป” 105

การคิดพิจารณาเป้าหมายจะช่วยให้ “อธิบายให้ทุกคนเข้าใจได้”

นักศึกษาโทโดจะรู้อย่างชัดเจนว่า
อธิบาย “เพื่ออะไร”115

- ① นักศึกษาโทโดจะ “ปรับการอธิบาย
ให้เหมาะสมกับอีกฝ่าย” โดยอัตโนมัติ
 - คนหัวดีมักจะมี “ทักษะการอธิบาย” ที่ยอดเยี่ยม 116
 - คนหัวดีจะเชื่อมโยงสิ่งที่พูดให้เข้ากับ
“สิ่งที่อีกฝ่ายรู้จัก” 117
 - คนที่อธิบายเก่งมักจะมี “ทักษะในการ
เปรียบเทียบ” สูง 121
- ② รู้อย่างชัดเจนว่า “ควรจะพูดอะไร”
ด้วยการค้นหาเป้าหมาย : การคิดพิจารณาเป้าหมาย ①
 - สิ่งสำคัญในการอธิบายไม่ใช่วิธีการ
แต่เป็น “เป้าหมาย” 128
 - ไม่ว่าจะทำอะไรต้องมี “เป้าหมาย” เสมอ 133
 - 4 ขั้นตอนในการ “ค้นหาเป้าหมาย” 137
- ③ เลือกวิธีการที่ “อีกฝ่ายเข้าใจได้ง่ายที่สุด” :
การคิดพิจารณาเป้าหมาย ②
 - “เลือกวิธีการ” ในการเชื่อมโยงเป้าหมาย
เข้ากับสิ่งที่อีกฝ่ายรู้จัก 144
 - 4 ขั้นตอนในการ “เลือกวิธีการ” 150

บทที่ 4

การคิดพิจารณาเบื้องหลังจะช่วยให้ “คิดไฉนเดียวที่คนอื่นนึกไม่ถึงได้”

นักศึกษาโทโดมักคิดด้วย

“มุมมองที่หลากหลาย”157

- ① นักศึกษาโทโด “ไดยินแค่หนึ่งก็รู้ถึงสิบ”
 - ถึงแม้ไม่ได้สมองดีเลิศ แต่ก็มีทักษะการคิดไฉนเดียวที่ยอดเยี่ยมได้ 158
 - คนที่มีทักษะการคิดไฉนเดียวจะมี “มุมมอง” หลายแบบ 161
 - คนหัวดีจะทำความเข้าใจ “มุมมองที่ขัดแย้งกัน” 165
- ② หา “มุมมองใหม่ ๆ” ด้วยการค้นหาเบื้องหลัง : การคิดพิจารณาเบื้องหลัง ①
 - คนหัวดีจะคิดพิจารณา “ความคิดเห็นในทางตรงข้าม” 171
 - 5 ขั้นตอนในการ “ค้นหาเบื้องหลัง” 175
- ③ ฝึกให้มี “มุมมองที่หลากหลาย” ด้วยการค้นหามุมมอง : การคิดพิจารณาเบื้องหลัง ②
 - ทำให้ไฉนเดียวลึกซึ้งยิ่งขึ้นด้วยการ “ค้นหามุมมอง” 183
 - “ค้นหามุมมอง” ด้วยการถกเถียงกับตัวเอง 186
 - 4 ขั้นตอนในการ “ค้นหามุมมอง” 189

การคิดพิจารณาแก่นแท้จะช่วยให้ “แก้ไขปัญหามากกว่าอย่างได้ราบรื่น”

นักศึกษาโกโดจะมองทั้ง “ภาพเล็ก”

และ “ภาพใหญ่”196

- ① นักศึกษาโกโดมี “ทักษะการแก้ปัญหา” ที่ยอดเยี่ยม
 - สิ่งสำคัญในการแก้ไขปัญหาคือ
“ความสามารถในการค้นหาเบาะแส” 197
 - “มุมมองแบบภาพเล็ก”
และ “มุมมองแบบภาพใหญ่” 201
 - คนหัวดีจะสับเปลี่ยน “มุมมองแบบภาพเล็ก”
และ “มุมมองแบบภาพใหญ่” ได้อย่างอิสระ 207
- ② คัดเลือก “เรื่องที่สำคัญมากที่สุด”
ด้วยการค้นหาแก่นแท้ : การคิดพิจารณาแก่นแท้ ①
 - คนที่เข้าใจแก่นแท้คือคนหัวดี 214
 - 3 ขั้นตอนในการ “ค้นหาแก่นแท้” 221
- ③ นำแก่นแท้ไปประยุกต์ใช้กับเรื่องต่าง ๆ
ด้วยการเชื่อมโยงแก่นแท้ :
การคิดพิจารณาแก่นแท้ ②
 - วิธีค้นหาแก่นแท้ที่เร็วที่สุด 234
 - 4 ขั้นตอนในการ “เชื่อมโยงแก่นแท้” 240

ส่วนที่
2

“คนหัวดี” เขาคิดกันแบบนี้

“การคิดแบบโทโด” ภาคปฏิบัติ

กรณีศึกษา
0

การคิดแบบโทโดสามารถ นำไปใช้ได้ “ตลอดชีวิต” กับ “ทุก ๆ สถานการณ์”250

- เมื่อ “เข้าใจ” แล้ว ก็ต้อง “ลงมือทำ” ด้วย 250
- การคิดแบบโทโดเริ่มตั้งแต่ “ตื่นนอน” 251

กรณีศึกษา
1

“การคิดพิจารณามูลเหตุ” ของคนที่ทำให้รู้สึกท้อที่ว่า “จำเรื่องแบบนั้นได้ด้วยเหรอเนี่ย!”253

- ① คนที่ไม่เคยลืมเรื่องงานที่คุยกัน
หรือเนื้อหาการประชุม 253
- ② “การคิดพิจารณามูลเหตุ”
จะช่วยให้จำได้ไม่ลืม เพราะเข้าใจว่า
“ทำไมถึงเป็นเช่นนั้น” 256

กรณีศึกษา
2

“การคิดพิจารณาต้นน้ำ”
ของคนที่ได้รับคำชื่นชมว่า
“นำเสนอได้ยอดเยี่ยมมาก!”261

- ① คนที่นำเสนอได้เข้าใจง่ายแบบสุดๆ 261
- ② “การคิดพิจารณาต้นน้ำ” จะช่วยให้
ทุกคนเข้าใจตรงกัน เพราะใช้วิธีอธิบาย
จาก “จุดเริ่มต้น” 264

กรณีศึกษา
3

“การคิดพิจารณาเป้าหมาย”
ของคนที่ได้รับการยกย่องว่า
“ออกคำสั่งได้เข้าใจง่ายมาก!”269

- ① คนที่ออกคำสั่งได้ชัดเจนอีกฝ่าย
ไม่มีทางเข้าใจผิด 269
- ② “การคิดพิจารณาเป้าหมาย”
จะช่วยให้สื่อสารได้อย่างชัดเจน
เพราะบอกทั้ง “เป้าหมาย” และ “วิธีการ” 272

กรณี
4

**“การคิดพิจารณาเบื้องหลัง”
ของคนที่ทำให้รู้สึกถึงว่า
“นึกเรื่องแบบนั้นออกได้อย่างไร”276**

- ① คนที่คิดโอเคดีมากมาได้อย่างต่อเนื่อง 276
- ② “การคิดพิจารณาเบื้องหลัง”
จะช่วยให้คิดโอเคได้มากมาย
ด้วยการเปลี่ยน “มุมมอง” 277

กรณี
5

**“การคิดพิจารณาแก่นแท้”
ของคนที่ได้รับคำชื่นชมว่า
“มอบหมายงานให้คนนี้
แล้วรู้สึกหายห่วง!”283**

- ① คนที่แก้ไขปัญหาทุกอย่างได้อย่างรวดเร็ว 283
- ② “การคิดพิจารณาแก่นแท้” จะช่วยให้
แก้ไขปัญหาได้ด้วยการระบุแก่นแท้
ของปัญหา 285

ภาคผนวก
รวมวิธีคิดแบบโทได
เอาไว้ในที่เดียว!

มาฝึกฝน “ทักษะการคิด” และ “ไหวพริบ”
อย่างรวดเร็วทันใจอะ.....293

บทส่งท้าย	299
ประวัติผู้เขียน	303