

ทุกอย่างในชีวิต เริ่มจากความคิด ที่เป็นระเบียบ

พจนานุกรม เขียน
ภัททิรา จิตต์เกษม แปล

พิมพ์
ครั้งที่
2

ทุกอย่างในชีวิตเริ่มจากความคิดที่เป็นระเบียบ

BF 441 พ 111 พ 2562 ก 2



Barcode *10049351*

ห้องสมุดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์.

คิด



13 เครื่องมือ
สร้างสมอง
ที่ยอดเยี่ยม
ให้คุณจัดการทุกเรื่อง
ได้อย่างทรงพลัง

생각 정리 스킴

สารบัญ

คำนำสำนักพิมพ์	(7)
คำนำผู้เขียน	(9)
บทนำ : สำหรับคุณ ผู้ที่ในหัวยุ่งเหยิงจนถึงทุกวันนี้	1
บทที่ 1 การค้นพบครั้งใหม่ของการจัดระเบียบความคิดที่เราไม่เคยรู้	6
01 การจัดระเบียบความคิดจำเป็นสำหรับใคร	7
02 ลักษณะเด่นของคนที่มีทักษะการจัดระเบียบความคิด	12
03 การจัดระเบียบความคิดคือเทคนิค	14
บทที่ 2 เหตุผลที่คุณจัดระเบียบความคิดไม่ได้	18
01 เทคนิคการจัดระเบียบความคิด	19
02 จงมองความคิดให้เห็นเป็นรูปธรรม	21
03 จงใช้เครื่องมือจัดระเบียบความคิด	24
04 จงใช้หลักการจัดระเบียบความคิดให้เป็นประโยชน์	28
บทที่ 3 วิธีจัดการความคิดที่ซับซ้อนอย่างชาญฉลาด	37
01 แผนกลยุทธ์ทักษะการจัดการความคิด	38
02 Mandala Art	44
03 Mind Map	53
04 Logic Tree 3	60
บทที่ 4 วิธีนำความคิดง่ายๆมาวางแผนเป็นไอเดีย	74
01 การวางแผนคือการจัดระเบียบความคิด	75
02 หลักของแผนงานคือการแก้ปัญหา	82
03 Brainstorming	88

04 Brainwriting	93
05 Question Map	97
06 วิธีเขียนแผนงานในหน้าเดียว	111
บทที่ 5 ทักษะจัดระเบียบการอ่านให้จดจำได้นาน	113
01 ทักษะจัดระเบียบการอ่าน 3 ขั้นตอน	114
02 การอ่านก่อนการอ่าน	117
03 การอ่านระหว่างการอ่าน	125
04 การอ่านหลังการอ่าน	134
บทที่ 6 ถ้าจัดระเบียบความคิดได้ จะได้ทักษะการพูดเป็นของแถม!	141
01 แต่คุณผู้กลัวการพูดต่อหน้าผู้อื่น	142
02 ความจำเป็นของการจัดระเบียบความคิด ก่อนพูดต่อหน้าสาธารณชน	144
03 การพูดต่อหน้าสาธารณชนเก่งนั้น เริ่มต้นจากการจัดระเบียบความคิด	149
04 กระบวนการจัดระเบียบความคิด เพื่อการพูดต่อหน้าสาธารณชน 5 ขั้นตอน	155
บทที่ 7 พลังการจัดระเบียบความคิดช่วยเปลี่ยนชีวิต	172
01 ทักษะการจัดระเบียบชีวิต 3 อย่าง	173
02 การเขียนไดอะรี่	175
03 กราฟชีวิต	189
04 Bucket List	194
ภาคผนวก 1 เทคนิคจัดระเบียบความคิดด้วยโปรแกรม ALMind	201
ภาคผนวก 2 แผ่นจัดระเบียบความคิด	217
ประวัติผู้เขียน	232