

บทที่ 3

การอ่านจับใจความสำคัญ



อุภาวรรณ นามศิริ

หัวข้อเนื้อหาประจำบท

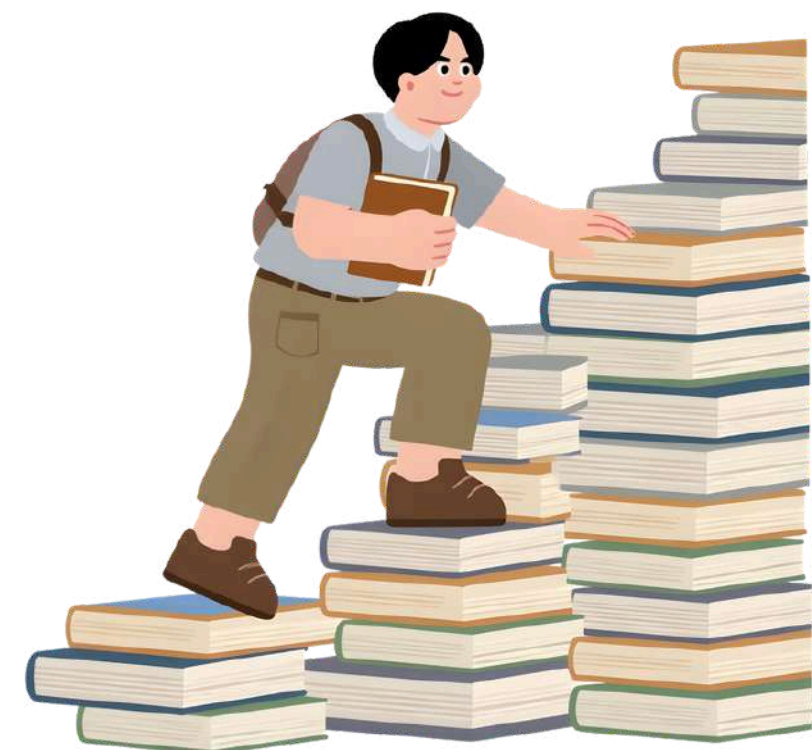
ความหมายและปัจจัย - ความหมายของการอ่านจับใจความ และ ปัจจัยที่มีผลต่อการอ่าน

ระดับความสามารถ - ความสามารถในการอ่านจับใจความระดับต่างๆ

วิธีการอ่าน - การหาใจความสำคัญ และ วิธีค้นหาประโยคสำคัญ

การสรุปความ - การอ่านจับใจความสำคัญด้วยการสรุปความ

การปฏิบัติตน - การปฏิบัติตนเพื่อการอ่านจับใจความสำคัญที่ถูกต้อง



วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม



อธิบายความหมาย

สามารถอธิบายความหมายของ
การอ่านจับใจความและองค์ประกอบ
ที่เกี่ยวข้องได้ชัดเจน



เข้าใจหลักการ

สามารถอธิบายหลักและขั้นตอน
ของการอ่านจับใจความได้อย่าง
ถูกต้อง



สรุปความได้

สามารถจับใจความสำคัญด้วย
การสรุปความจากเรื่องที่ได้อ่านได้
ด้วยตนเอง

วิธีสอน สื่อ และการประเมินผล

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ทดสอบก่อนเรียน
2. บรรยาย อธิบายทฤษฎีตามบทเรียน
3. ฝึกปฏิบัติจับใจความสำคัญ
4. ทดสอบหลังเรียน และทำแบบฝึกหัด

สื่อและการวัดผล

สื่อ: เอกสารประกอบการสอน และพาวเวอร์พอยต์

การวัดผล: ประเมินจากการทำกิจกรรมในชั้นเรียน และ
แบบฝึกหัดท้ายบท

ความสำคัญของการอ่าน

หัวใจสำคัญของการอ่าน

การอ่านจับใจความมีความสำคัญต่อการพัฒนาการศึกษา
เศรษฐกิจ และสังคม ช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น

ในยุคที่เข้าถึงข้อมูลได้รวดเร็ว ผู้อ่านต้องใช้ทักษะการอ่าน
อย่างเหมาะสม เพื่อค้นหาสารที่ผู้เขียนต้องการสื่อ ถือเป็น
หัวใจสำคัญของการอ่าน



ความหมายของการอ่านจับใจความ

นิยามและแนวคิดจากนักวิชาการที่สำคัญ



นิยามความหมาย (ส่วนที่ 1)

Block, Gambrell & Pressley กระบวนการสร้างความหมายที่ผู้อ่านมีส่วนร่วมกับข้อความ และเชื่อมโยงข้อความเพื่อประยุกต์ใช้ในชีวิต

ผกาศรี เย็นบุตร การอ่านเพื่อเก็บสาระสำคัญของเรื่อง เช่น จุดมุ่งหมาย เนื้อเรื่อง แนวคิด หรือทัศนคติของผู้เขียน

บางครั้งผู้เขียนบอกตรง ๆ แต่บางครั้งต้องใช้การตีความและวิจารณ์ประกอบ



นิยามความหมาย (ส่วนที่ 2)

สมบัติ จำปาเงิน และ สำเนียง มณีกาญจน์ การอ่านที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้จับใจ
ความสำคัญในย่อหน้าได้อย่างรวดเร็วและแม่นยำ

แวมยุรา เหมือนนิล การค้นหาสาระสำคัญของเรื่องได้อย่างถูกต้อง เข้าใจความคิด
และเจตจำนงของผู้เขียน

ใจความสำคัญคือข้อความที่ครอบคลุมเนื้อหาทั้งหมด ส่วนที่เหลือคือรายละเอียด
ขยายความ



ลำดับขั้นตอนการอ่านในใจ

1

แปลความของสัญลักษณ์
ที่ปรากฏในสาร

2

ทำความเข้าใจความหมาย
ของคำ ประโยค และ
ข้อความ

3

จับใจความสำคัญและ
แนวคิดของผู้เขียน

4

กระบวนการคิดที่เกิดขึ้น
ขณะทำความเข้าใจ



สรุปความหมาย

“

การอ่านจับใจความสำคัญ หมายถึง
การจับประเด็นหลัก หรือเก็บสาระสำคัญของเรื่อง
ว่าผู้เขียนต้องการสื่อข้อคิดสำคัญใดแก่ผู้อ่าน

”

ปัจจัยที่มีผลต่อการอ่านจับใจความ

องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้ผู้รับสารจับใจความ
ได้อย่างมีประสิทธิภาพ



ประสบการณ์ 4 ด้านของผู้อ่าน



ด้านการอ่าน

นิสัยรักการอ่านช่วย
พัฒนาทักษะการจับ
ประเด็นและความคิด
อย่างสม่ำเสมอ



ด้านเรื่องราวและ ข้อมูล

ความรู้เดิมช่วยให้เข้าใจ
เรื่องที่กำลังอ่านได้ง่าย
และรวดเร็วขึ้น



ด้านภาษา

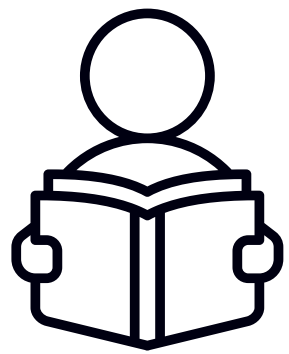
ความเข้าใจในคำศัพท์
สำนวน และหลักภาษา
ช่วยให้ตีความได้ตรง
ประเด็น



ด้านความคิด

ความคิดที่กว้างไกล
ช่วยแยกแยะใจความ
สำคัญและใจความรอง
ได้ชัดเจน

ระดับความสามารถในการอ่าน (Boer & Dallman)



ระดับตัวอักษร

การรับรู้ความหมายแท้จริงที่
แสดงออกตามข้อความที่ปรากฏ



ระดับนัยยะ

ความเข้าใจความหมายที่ซ่อนอยู่
โดยอาศัยการตีความของผู้อ่าน



ระดับนำไปใช้

การเชื่อมโยงแนวคิดของผู้เขียน
กับประสบการณ์เดิมเพื่อนำไป
ประยุกต์



วิธีการหาใจความสำคัญ

เทคนิคการจับใจความในระดับประโยคและย่อหน้า

ส่วนที่ 1

การจับใจความสำคัญจากประโยค

การวิเคราะห์หาแก่นของประโยคว่ากล่าวถึงใคร

ทำอะไร หรือเป็นอย่างไ

ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค สุนัขเป็นสัตว์เลี้ยงที่ซื่อสัตย์ต่อเจ้าของมาก

ใจความสำคัญ_____



ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค สุนัขเป็นสัตว์เลี้ยงที่ซื่อสัตย์ต่อเจ้าของมาก
ใจความสำคัญ สุนัขซื่อสัตย์ต่อเจ้าของ

ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค การดื่มน้ำวันละ 8 แก้วช่วยให้ผิวพรรณสดใสและสุขภาพดี
ใจความสำคัญ_____

ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค การดื่มน้ำวันละ 8 แก้วช่วยให้ผิวพรรณสดใสและสุขภาพดี
ใจความสำคัญ การดื่มน้ำมีประโยชน์ต่อร่างกาย



ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค กรุงเทพมหานครเป็นเมืองหลวงที่มีรถติดมากที่สุดในโลก
ใจความสำคัญ_____

ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค กรุงเทพมหานครเป็นเมืองหลวงที่มีรถติดมากที่สุดในโลก
ใจความสำคัญ กรุงเทพฯ มีปัญหาจราจรติดขัดมาก

ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค พ่อแม่ทุกคนย่อมรักและหวังดีต่อลูกเสมอไม่ว่าลูกจะเป็นอย่างไร
ใจความสำคัญ_____

ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค พ่อแม่ทุกคนย่อมรักและหวังดีต่อลูกเสมอไม่ว่าลูกจะเป็นอย่างไร
ใจความสำคัญ ความรักของพ่อแม่ที่มีต่อลูก

ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเป็นยาวิเศษที่สามารถป้องกันได้สารพัดโรค
ใจความสำคัญ_____

ตัวอย่างการจับใจความจากประโยค

ประโยค การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเป็นยาวิเศษที่สามารถป้องกันได้สารพัดโรค
ใจความสำคัญ การออกกำลังกายช่วยป้องกันโรค

ประโยค: ตัวอย่างที่ 1

“การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศโลกเป็นภัยคุกคามที่รุนแรงที่สุดต่อความมั่นคงทางอาหารของมนุษยชาติในศตวรรษนี้”

“การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศโลกเป็นภัยคุกคามที่รุนแรงที่สุดต่อความมั่นคงทางอาหารของมนุษยชาติในศตวรรษนี้”

ใจความสำคัญ: การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศคุกคาม
ความมั่นคงทางอาหาร

“แม้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์จะพัฒนาไปอย่างก้าว
กระโดด แต่ก็ยังไม่สามารถทดแทนความเห็นอกเห็นใจซึ่ง
เป็นพื้นฐานของความเป็นมนุษย์ได้”

“แม้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์จะพัฒนาไปอย่างก้าว
กระโดด แต่ก็ยังไม่สามารถทดแทนความเห็นอกเห็นใจซึ่ง
เป็นพื้นฐานของความเป็นมนุษย์ได้”

ใจความสำคัญ ปัญญาประดิษฐ์ไม่สามารถทดแทนความ
เห็นอกเห็นใจของมนุษย์ได้

“วิกฤตเศรษฐกิจที่ยืดเยื้อส่งผลให้ความเหลื่อมล้ำทางสังคมขยายวงกว้างมากขึ้นจนยากที่จะเยียวยาในระยะเวลานี้”

“วิกฤตเศรษฐกิจที่ยืดเยื้อส่งผลให้ความเหลื่อมล้ำทางสังคมขยายวงกว้างมากขึ้นจนยากที่จะเยียวยาในระยะเวลานี้”

ใจความสำคัญ วิกฤตเศรษฐกิจทำให้ความเหลื่อมล้ำทางสังคมเพิ่มมากขึ้น

“การตระหนักรู้ในตนเองอย่างถ่องแท้เป็นก้าวแรกที่สำคัญที่สุดในการพัฒนาศักยภาพความเป็นผู้นำที่ยั่งยืน”

ใจความสำคัญ การตระหนักรู้ในตนเองเป็นพื้นฐานสำคัญ
ของผู้นำที่ยั่งยืน

ประโยค: ตัวอย่างที่ 5

“พฤติกรรมการบริโภคที่เน้นความสะดวกสบายมักแลกมาด้วยต้นทุนทางสิ่งแวดล้อมที่ประเมินค่าไม่ได้ในระยะยาว”

ประโยค: ตัวอย่างที่ 5

“พฤติกรรมการบริโภคที่เน้นความสะดวกสบายมักแลกมาด้วยต้นทุนทางสิ่งแวดล้อมที่ประเมินค่าไม่ได้ในระยะยาว”

ใจความสำคัญ: ความสะดวกสบายในการบริโภคสร้างความเสียหายต่อสิ่งแวดล้อม

จะเห็นได้ว่าประโยคใจความสำคัญ คือ
ส่วนที่เป็น **สาระหลัก** โดยตัดส่วนขยายและรายละเอียดปลีกย่อยออกไป

ส่วนที่ 2

การจับใจความสำคัญจากย่อหน้า

วิเคราะห์ตำแหน่งของใจความสำคัญในรูปแบบต่าง ๆ 5 รูปแบบ

ตำแหน่งประโยคใจความสำคัญ (ที่ชัดเจน)

↑ **ตอนต้นย่อหน้า** วิธีที่ง่ายที่สุด ผู้อ่านทราบความคิดหลักทันที มักพบได้บ่อย

↔ **ตอนกลางย่อหน้า** เริ่มด้วยส่วนขยายรายละเอียดก่อน ตามด้วยใจความสำคัญ แล้วขยายต่อ

↓ **ตอนท้ายย่อหน้า** เริ่มด้วยส่วนขยายเป็นลำดับ เน้นสรุปใจความสำคัญให้ชัดเจนในตอนท้าย

↕ **ทั้งตอนต้นและตอนท้าย** ย้ำความสำคัญให้ชัดเจน มักใช้ในข้อความยาวๆ ป้องกันผู้อ่านลืมประเด็น

การหาใจความสำคัญที่แฝงอยู่

เมื่อผู้เขียนไม่ได้ระบุชัดเจน

ผู้อ่านต้องค้นหาและสรุปเองจากรายละเอียด โดยการตั้งคำถาม

1. ย่อหน้านี้กล่าวถึงใคร หรือสิ่งใด?

2. บุคคลนั้นทำอะไร หรือสิ่งนั้นเป็นอย่างไร?

นำคำตอบมาเรียบเรียง จะได้ประโยคใจความสำคัญที่ถูกต้อง



5 ขั้นตอนวิธีค้นหาประโยคสำคัญ

- 1 **อ่านสำรวจ** ตรวจสอบคำที่มีเครื่องหมาย (เช่น ขีดเส้นใต้ ตัวหนา) ซึ่งอาจเป็นคำสำคัญ
- 2 **อ่านละเอียด & คิด** ทำความเข้าใจเนื้อเรื่อง ค้นหาประโยคสำคัญ โดยใช้วิเคราะห์ สังเคราะห์
- 3 **บันทึกประโยค** จดประโยคสำคัญของแต่ละย่อหน้าลงในสมุด
- 4 **อ่านคร่าวๆ ตรวจสอบ** ตรวจสอบความเข้าใจและประเมินว่าประโยคที่เลือกถูกต้องหรือไม่
- 5 **ตรวจทานความถูกต้อง** ตรวจสอบการเขียน การสะกดคำ และการเว้นวรรคให้สมบูรณ์

1. ใจความอยู่ตอนต้นย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 1 วรรณคดีไทย

ตัวละครในวรรณคดีถูกสร้างขึ้นโดยการจำลองโลกทัศน์ทางสังคม ซึ่งมีพื้นฐาน
จากระบบความเชื่อและวัฒนธรรม รวมถึงบทบาทสำคัญของตัวละครหญิง

ใจความสำคัญ_____

1. ใจความอยู่ตอนต้นย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 1 วรรณคดีไทย

ตัวละครในวรรณคดีถูกสร้างขึ้นโดยการจำลองโลกทัศน์ทางสังคม ซึ่งมีพื้นฐาน
จากระบบความเชื่อและวัฒนธรรม รวมถึงบทบาทสำคัญของตัวละครหญิง

ใจความสำคัญ ตัวละครในวรรณคดีเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่ถูกสร้างขึ้น
โดยการจำลองโลกทัศน์ทางสังคม

1. ใจความอยู่ตอนต้นย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 2 นิยายออนไลน์

นิยายออนไลน์เป็นนิยายที่เขียนเป็นตอนๆ เรียกร้องให้คนอ่านติดตาม เช่นเดียวกับ
นวนิยายในนิตยสาร แต่ไม่มีกำหนดแน่นอนและมักเขียนไม่จบ

ใจความสำคัญ_____

1. ใจความอยู่ตอนต้นย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 2 นิยายออนไลน์

นิยายออนไลน์เป็นนิยายที่เขียนเป็นตอนๆ เรียกร้องให้คนอ่านติดตาม เช่นเดียวกับ
นวนิยายในนิตยสาร แต่ไม่มีกำหนดแน่นอนและมักเขียนไม่จบ

ใจความสำคัญ นิยายออนไลน์เป็นนิยายที่เขียนเป็นตอนๆ เรียกร้องให้คนอ่าน
ติดตาม

1. ใจความอยู่ตอนต้นย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 3 การนอนหลับ

การนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอเป็นสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับวัยรุ่น ในช่วงวัยนี้ร่างกายต้องการการเจริญเติบโต ฮอร์โมนต่างๆ จะทำงานได้ดีในขณะที่หลับสนิท

ใจความสำคัญ_____

1. ใจความอยู่ตอนต้นย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 3 การนอนหลับ

การนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอเป็นสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับวัยรุ่น ในช่วงวัยนี้ ร่างกายต้องการการเจริญเติบโต ฮอร์โมนต่างๆ จะทำงานได้ดีในขณะหลับสนิท

ใจความสำคัญ การนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอเป็นสิ่งสำคัญที่สุด
สำหรับวัยรุ่น

2. ใจความอยู่ตอนกลางย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 1 การดื่มชา

แม้ว่าคนยุคใหม่จะหันมาสนใจเครื่องดื่มใหม่ ๆ อย่างกาแฟ น้ำอัดลมและเครื่องดื่มอื่น ๆ แต่ผู้คนส่วนใหญ่ก็ยังคงดื่มชาในชีวิตประจำวัน เนื่องจากการดื่มชามีประโยชน์ต่อสุขภาพ ช่วยทำให้ร่างกายสดชื่นแข็งแรง เพราะมีการกระตุ้นกระบวนการขับถ่ายสารพิษ

ใจความสำคัญ_____

2. ใจความอยู่ตอนกลางย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 1 การดื่มชา

แม้ว่าคนยุคใหม่จะหันมาสนใจเครื่องดื่มใหม่ ๆ อย่างกาแฟ น้ำอัดลมและเครื่องดื่มอื่น ๆ แต่ผู้คนส่วนใหญ่ก็ยังคงดื่มชาในชีวิตประจำวัน เนื่องจากการดื่มชามีประโยชน์ต่อสุขภาพ ช่วยทำให้ร่างกายสดชื่นแข็งแรง เพราะมีการกระตุ้นกระบวนการขับถ่ายสารพิษ

ใจความสำคัญ การดื่มชามีประโยชน์ต่อสุขภาพ ช่วยทำให้ร่างกายสดชื่นแข็งแรง

2. ใจความอยู่ตอนกลางย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 2 การใช้คำ

บางคนใช้คำออกดื้อ... “การลดความหมายของคำ” นี้ ไม่ได้แปลว่าบิดเบือนความจริง แต่เป็นการทำให้ความจริงบางอย่างลดความรุนแรงลง ลองพิจารณาคำว่าคนแก่...

ใจความสำคัญ_____

2. ใจความอยู่ตอนกลางย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 2 การใช้คำ

บางคนใช้คำออกด้ออื่น... “การลดความหมายของคำ” นี้ ไม่ได้แปลว่าบิดเบือนความจริง แต่เป็นการทำให้ความจริงบางอย่างลดความรุนแรงลง ลองพิจารณาคำว่าคนแก่...

ใจความสำคัญ การลดความหมายของคำไม่ได้แปลว่า
บิดเบือนความจริง แต่ทำให้ลดความรุนแรงลง

2. ใจความอยู่ตอนกลางย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 3 น้ำดื่ม

หลายคนชอบดื่มน้ำอัดลมเวลาอากาศร้อนๆ แต่แท้จริงแล้ว การดื่มน้ำ
เปล่าที่สะอาดคือวิธีดับกระหายและดีต่อสุขภาพมากที่สุด น้ำเปล่าไม่มี
น้ำตาลที่ทำให้เกิดโรคอ้วน

ใจความสำคัญ_____

2. ใจความอยู่ตอนกลางย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 3 น้ำดื่ม

หลายคนชอบดื่มน้ำอัดลมเวลาอากาศร้อนๆ แต่แท้จริงแล้ว การดื่มน้ำเปล่าที่สะอาดคือวิธีดับกระหายและดีต่อสุขภาพมากที่สุด น้ำเปล่าไม่มีน้ำตาลที่ทำให้เกิดโรคอ้วน

ใจความสำคัญ การดื่มน้ำเปล่าที่สะอาดคือวิธีดับกระหายและดีต่อสุขภาพมากที่สุด

3. ใจความอยู่ตอนท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 1 หนังสือบุญคุณ

บุญคุณใช้หนี้กันอย่างการยืมเงินไม่ได้ เช่น เมื่อเราอดใจอดใจตาย มีคนเอาอาหารมาให้เรากิน... ค่าของอาหารนั้นจึงหาอะไรทดแทนไม่ได้... ความสัมพันธ์ทางใจในเรื่องบุญคุณของไทยจึงเป็นเรื่องละเอียดลึกซึ้ง

ใจความสำคัญ_____

3. ใจความอยู่ตอนท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 2 สื่อมวลชน

สื่อมวลชนเป็นแหล่งสร้างคนที่สำคัญ... ถ้าสื่อมวลชนไม่ระมัดระวังก็
จะเป็นเครื่องมือทำลาย... ผู้ที่จะผลิตรายการออกทางสื่อมวลชนจึง
ควรคิดให้รอบคอบ เพราะมีความรับผิดชอบยิ่งใหญ่

ใจความสำคัญ_____

3. ใจความอยู่ตอนท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 2 สื่อมวลชน

สื่อมวลชนเป็นแหล่งสร้างคนที่สำคัญ... ถ้าสื่อมวลชนไม่ระมัดระวังก็
จะเป็นเครื่องมือทำลาย... ผู้ที่จะผลิตรายการออกทางสื่อมวลชนจึง
ควรคิดให้รอบคอบ เพราะมีความรับผิดชอบยิ่งใหญ่

ใจความสำคัญ ผู้ที่จะผลิตรายการออกทางสื่อมวลชนจึงควร
คิดให้รอบคอบ

3. ใจความอยู่ตอนท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 3 ขยะพลาสติก

ขยะพลาสติกใช้เวลาในการย่อยสลายนานนับร้อยปี สัตว์ทะเลจำนวนมากต้องตายลง สารเคมียังปนเปื้อน ด้วยเหตุนี้เราจึงควรร่วมมือกันลดการใช้พลาสติกแบบใช้ครั้งเดียวทิ้งอย่างจริงจัง

ใจความสำคัญ_____

3. ใจความอยู่ตอนท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 3 ขยะพลาสติก

ขยะพลาสติกใช้เวลาในการย่อยสลายนานนับร้อยปี สัตว์ทะเลจำนวนมากต้องตายลง สารเคมียังปนเปื้อน ด้วยเหตุนี้เราจึงควรร่วมมือกันลดการใช้พลาสติกแบบใช้ครั้งเดียวทิ้งอย่างจริงจัง

ใจความสำคัญ เราควรร่วมมือกันลดการใช้พลาสติกแบบใช้ครั้งเดียวทิ้งอย่างจริงจัง

4. ใจความอยู่ทั้งต้นและท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 1 การมีสติ

“สติ” ไม่เพียงช่วยป้องกันความกลัว แต่ยังสามารถป้องกันเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย
ด้วย เพราะเรียกร้องให้เรามีความสุขนึ้สัใหม่... การจะยั้งมือได้ทันจะต้องมีสติตื่นรู้
ตั้งนั้นในการสร้างสุขนึ้สัใหม่ สติจึงสำคัญมาก

ใจความสำคัญ_____

4. ใจความอยู่ทั้งต้นและท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 1 การมีสติ

“สติ” ไม่เพียงช่วยป้องกันความกลัว แต่ยังสามารถป้องกันเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย
ด้วย เพราะเรียกร้องให้เรามีความสุขใหม่... การจะยังมือได้ทันจะต้องมีสติตื่นรู้
ดังนั้นในการสร้างสุขใหม่ สติจึงสำคัญมาก

ใจความสำคัญ สติช่วยป้องกันเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย และเป็นสิ่งสำคัญมาก
ในการสร้างสุขใหม่

4. ใจความอยู่ทั้งต้นและท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 2 ความไม่ประมาท

ความไม่ประมาทคือความตระหนักเสมอว่า ทุกสิ่งพร้อมแปรผัน... ถ้าตระหนัก
เราก็ออยู่เฉยไม่ได้ ต้องขวนขวาย... ฉะนั้น ไม่ประมาทจึงมีความหมายระดับ
จิตใจว่าสิ่งต่างๆ ไม่เที่ยง และระดับการกระทำคือมีความขยัน

ใจความสำคัญ_____

4. ใจความอยู่ทั้งต้นและท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 2 ความไม่ประมาท

ความไม่ประมาทคือความตระหนักเสมอว่า ทุกสิ่งพร้อมแปรผัน... ถ้าตระหนัก
เราก็คืออยู่เฉยไม่ได้ ต้องขวนขวาย... ฉะนั้น ไม่ประมาทจึงมีความหมายระดับ
จิตใจว่าสิ่งต่างๆ ไม่เที่ยง และระดับการกระทำคือมีความขยัน

ใจความสำคัญ ความไม่ประมาทคือการตระหนักว่าทุกสิ่งแปรผัน
และหมายถึงความขยันหมั่นเพียร

4. ใจความอยู่ทั้งต้นและท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 3 การรักการอ่าน

การอ่านหนังสือช่วยเปิดโลกทัศน์ให้กว้างไกล พาเราไปรู้จักสถานที่ที่ไม่เคยไปและเรียนรู้อดีต... ดังนั้นการรักการอ่านจึงเป็นกุญแจสำคัญสู่การขยายมุมมองชีวิต

ใจความสำคัญ_____

4. ใจความอยู่ทั้งต้นและท้ายย่อหน้า

ตัวอย่างที่ 3 การรักการอ่าน

การอ่านหนังสือช่วยเปิดโลกทัศน์ให้กว้างไกล พาเราไปรู้จักสถานที่ที่ไม่เคยไปและเรียนรู้อดีต... ดังนั้นการรักการอ่านจึงเป็นกุญแจสำคัญสู่การขยายมุมมองชีวิต

ใจความสำคัญ การอ่านหนังสือช่วยเปิดโลกทัศน์และขยายมุมมองชีวิต

5. ไม่ปรากฏประโยชน์ใจความสำคัญ

ตัวอย่างที่ 1 การทำบุญยุคใหม่

เรื่องการจ้างคนมาทำบุญไม่ใช่เรื่องใหม่ อาจได้ยื่นช่วงโควิด มีคนรับจ้างใส่บาตร ถวายสังฆทาน เพราะออกบ้านไม่สะดวก อยากได้บุญแต่ไม่สะดวก ก็มีคนรับจ้างเตรียมของให้พร้อม อันนี้เป็นความสะดวกสบาย

ความคิดสำคัญ_____

ใจความสำคัญที่สรุปได้_____

5. ไม่ปรากฏประโยคใจความสำคัญ

ตัวอย่างที่ 1 การทำบุญยุคใหม่

เรื่องการจ้างคนมาทำบุญไม่ใช่เรื่องใหม่ อาจได้ยินช่วงโควิด มีคนรับจ้างใส่บาตร ถวายสังฆทาน เพราะออกบ้านไม่สะดวก อยากได้บุญแต่ไม่สะดวก ก็มีคนรับจ้างเตรียมของให้พร้อม อันนี้เป็นความสะดวกสบาย

ความคิดสำคัญ การจ้างคนมาทำบุญ

ใจความสำคัญที่สรุปได้ การจ้างคนมาทำบุญในปัจจุบันเป็นไปเพื่อความ
สะดวกสบาย

5. ไม่ปรากฏประโยชน์ใจความสำคัญ

ตัวอย่างที่ 2 ความรักของแม่

แม่ตื่นเช้าตรู่มาเตรียมอาหาร จัดกระเป๋า รีดชุดนักเรียน พอสายหน่อย
ก็ขับรถไปส่งลูกที่หน้าโรงเรียน ก่อนจะรีบขับรถฝ่ารถติดไปให้ทันเวลา
เข้างานที่ออฟฟิศ

ใจความสำคัญ_____

5. ไม่ปรากฏประโยคใจความสำคัญ

ตัวอย่างที่ 2 ความรักของแม่

แม่ตื่นเช้าตรู่มาเตรียมอาหาร จัดกระเป๋า รีดชุดนักเรียน พอสายหน่อย
ก็ขับรถไปส่งลูกที่หน้าโรงเรียน ก่อนจะรีบขับรถฝ่ารถติดไปให้ทันเวลา
เข้างานที่ออฟฟิศ

ใจความสำคัญที่สรุปได้ แม่ทำหน้าที่ดูแลลูกอย่าง
เหน็ดเหนื่อยด้วยความรักและความเสียสละ

2.5 ไม่ปรากฏประโยชน์ใจความสำคัญ (ต่อ)

ตัวอย่างที่ 3 สภาพอากาศ

ท้องฟ้าวันนี้มีแดดจ้า ลมพัดแรงจนต้นไม้เอน ผึ้งนกพากันบินกลับรัง มดดำ
เดินเรียงแถวขนไข่ขึ้นที่สูง ผู้คนบนถนนต่างเร่งฝีเท้าเพื่อหาที่หลบ

ใจความสำคัญ_____

2.5 ไม่ปรากฏประโยชน์ใจความสำคัญ (ต่อ)

ตัวอย่างที่ 3 สภาพอากาศ

ท้องฟ้าวันนี้มีแดดจ้า ลมพัดแรงจนต้นไม้เอน ผึ้งนกพากันบินกลับรัง มดดำ
เดินเรียงแถวขนไข่ขึ้นที่สูง ผู้คนบนถนนต่างเร่งฝีเท้าเพื่อหาที่หลบ

ใจความสำคัญที่สรุปได้ สภาพแวดล้อมที่บ่งบอกว่าพายุฝนกำลัง

จะตกหนัก