

การสร้างภาพในใจ (Mental Model)

- ใคร ?
- อะไร ?
- ที่ไหน ?
- อย่างไร ?
- เมื่อใด ?

คำถามที่ต้องตอบ
(Questions)



ภาพในใจ
(Mental Model)

- สิ่งที่จะอยากเห็น
- สิ่งที่จะอยากได้
- สิ่งควรจะเป็น
- สิ่งที่น่าจะเป็น
- สิ่งที่ไม่อยากเห็น
- สิ่งที่ไม่อยากเป็น
- สิ่งที่ไม่อยากได้

สุขภาพของตัวเองในอีก 2 ปี ข้างหน้า

ใครจะเกี่ยวข้องบ้าง

ปัจจัยอะไรบ้างที่เกี่ยวข้อง

ฝึกปฏิบัติการ
สร้างภาพฝัน



จากภาพในใจ
สู่การปฏิบัติการ
(Practical
Mental Model)

ความหมาย (Meaning)

ภาพที่อยากเห็นแต่เป็นขนาดเล็ก
(Mental Scale)

- แปลงสู่การปฏิบัติ
- นำไปแลกเปลี่ยน
- เรียนรู้ในเวที
- มองภาพรวม

การใช้ประโยชน์
(Usage)



วิธีการสร้างภาพฝัน
(Mental Modelling)

- เขียนข้อความ
- วาดภาพ
- แสดงความเชื่อมโยง
- เน้นจุดสำคัญ