

Master of One Page Summary

สรุปเรื่องยากให้เข้าใจง่ายด้วยกระดาดใบเดียว ด้วย 3P Model — ภาพใหญ่ · ใส่กรอบครอบหัวข้อ · ร้องอ้อใน 3 5

1 WHY ทำไมทักษะสรุปถึงสำคัญ



“ความเก่งจะหมดความหมาย ถ้าอธิบายไม่เข้าใจ”

สื่อสาร → เข้าใจ → ผลลัพธ์

← หนังสือประจำหลักสูตร

เราสื่อสารเพราะต้องการผลลัพธ์ จึงต้องทำให้คนอื่นเข้าใจก่อน

อาการที่เจอบ่อย	ประโยชน์ที่จะได้
ถูกแก้เอกสารบ่อย	→ เรียงความคิดเป็นระบบ
อธิบายยาก ใช้เวลาเกิน	→ สื่อสารครบ จบตรงเวลา
เอกสารไม่น่าอ่าน	→ ผู้บริหารตัดสินใจง่าย

30–50% ประหยัดเวลา ทำเอกสาร	12 นาที สื่อสารจบ ต่อ 1 เรื่อง	ใครก็ทำได้ เป็นทักษะ ที่ฝึกฝนได้
-----------------------------	--------------------------------	----------------------------------

2 WHAT อะไรคือทักษะสรุป

ทักษะ = กระบวนการ * เทคนิค
ถูก ผลลัพธ์ถูก ดี ผลลัพธ์ดี

เหมือนหุงข้าว ทำครบขั้นตอนก็ได้ข้าวสวย ส่วนเทคนิคอย่างตวง น้ำให้พอดี ทำให้อร่อยทุกครั้ง

3P Model	ทำอาหาร	สรุปรายงาน
1 ภาพใหญ่ PLANNING	เลือกเมนู ถูกใจคนกิน	เลือกเรื่อง ถูกใจผู้รับสาร
2 ใส่กรอบ กรอบหัวข้อ PRIORITIZING	ปรุงให้อร่อย	อธิบายให้รู้เรื่อง
3 ร้องอ้อใน 3 5 PACKAGING	จัดจานให้น่ากิน	จัดเอกสารให้น่าอ่าน
คนสรุป 1 → 2 → 3	เริ่มจากใจผู้รับสาร	
คนอ่าน 3 → 2 → 1	เห็นหน้าตาเอกสารก่อนเสมอ	

3 HOW กระบวนการของทักษะสรุป 3P * 3 ขั้นตอน = 9 ขั้นตอน

1 ภาพใหญ่ PLANNING คิดในมุมผู้รับสาร เรื่องนี้เขาอยากรู้อะไรมากที่สุด
เหมือน GPS ที่ใช้ภาพรวมเส้นทางก่อน แล้วค่อยบอกให้เลี้ยว

1.1 เขียนให้ใคร

เรื่องเดียวกัน คนอยากได้ต่างกัน

A Approver → ตัดสินใจ หัวข้อครบถ้วนแต่สั้น

S Supporter → สนับสนุน เฉพาะที่เกี่ยวข้องกับงานเขา

U User → รู้และทำตาม สั้น ๆ เท้าที่จำเป็น

1.2 ใส่ใจข้อ

ข้อกำหนดความคาดหวัง ต้องทำให้ “รู้” และ “อยากรู้”

Keyword + กรอบเวลา +

เขียน/อนุมัติโดย

X อัปเดตแผนงบประมาณ

✓ อัปเดตแผนงบประมาณ ฝ่ายการตลาดครั้งสุดท้าย ไตรมาส 1/2023

1.3 ยึดถือประโยชน์สำคัญ



จุดทับซ้อน = ประโยชน์สำคัญ

อะไร + ประโยชน์ + ขนาด

“โครงการ 5ส ลดต้นทุน 7 ล้านบาท/ปี”

2 ใส่กรอบครอบหัวข้อ PRIORITIZING วางโครงเนื้อหา ไม่ขาด ไม่เกิน ไม่ยาว ไม่่ง

เหมือนวางแผนบ้าน: ชื่อบ้าน = ชื่อเอกสาร · ห้อง = หัวข้อย่อย · เฟอร์นิเจอร์ = ข้อมูล

2.1 ตีห้องแบ่งกรอบ

หาหัวข้อย่อยที่จำเป็น โดยเอาเวลานำเสนอเป็นตัวตั้ง



2.2 ตรวจสอบสมดุล

ให้พื้นที่ตามความสำคัญ เช่น ขออนุมัติโครงการ 5ส

สรุป	10%
วัตถุประสงค์	20%
หลักการ 5ส	10%
วิธีทำให้ยั่งยืน	25%
แผนงาน	10%
ตัวชี้วัด	15%
มูลค่า vs ค่าใช้จ่าย	10%

2.3 เกื้อหนุนลำดับ

เรียงหัวข้อให้ตรงจริตผู้รับสาร (4S)

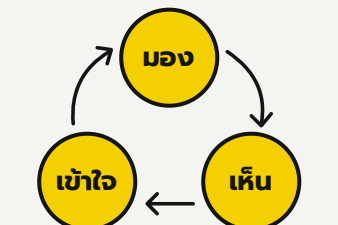
Summary บอกผลก่อน	Story เล่าที่มาก่อน
Structure ข้อมูลละเอียด	Satisfaction บรรยายภาคดี

ไม่รู้จริต? ต่อยอดจากเอกสารที่ต้องคัดกรอง

3 ร้องอ้อใน 3 5 PACKAGING ทำให้น่าอ่าน เห็นแล้วเข้าใจในเวลาสั้น ๆ

กะเพราจานเดียวกัน ใส่กล่องสวยขายได้แพงกว่ากล่องโคม

3.1 มองก่อนเห็น



เอกสารดีต้องมีจุดให้มอง และจุดที่มองต้องมีความหมาย

3.2 เปลี่ยนงงเป็นง่าย

1 สากล ใครก็เข้าใจ	2 ตัวเลข ส่วนใหญ่ → 66%
3 แผนภาพ แทนข้อความ	4 เรียบเรียง+เลขข้อ
5 พอดีพอดีกรอบ	6 พอนต์ ใช้ 1-2 แบบ

แผนภาพ > ตาราง > Bullet > ย่อความ > คำเขียน

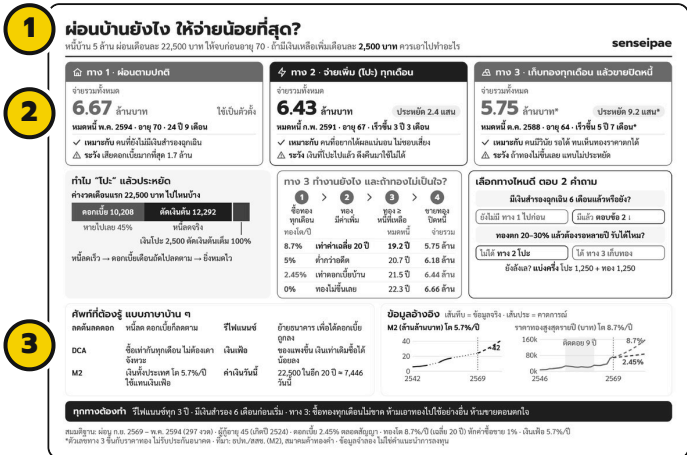
3.3 เข้าใจตรงกัน

F Fact ข้อเท็จจริงที่ยืนยันแล้ว
O Opinion แสร้งมมมองให้เข้าใจตรงกัน
I Inspire สื่อสารเชิงบวก ให้อยากทำ

“มนุษย์ทำงานด้วยเหตุผล แต่ขับเคลื่อนด้วยความรู้สึก”

4 EXAMPLE ตัวอย่างงานจริง

ผ่อนบ้านยังไ้ ให้จ่ายน้อยที่สุด?



1 ภาพใหญ่ ชื่อเป็นคำถามที่ผู้อ่านอยากรู้ พร้อมโจทย์ชัด: หนี้ 5 ล้าน มีเงินเหลือเดือนละ 2,500

2 ใส่กรอบ 3 ทางเลือกวางเทียบกันบนสุด → เหตุผล → วิธีเลือก → ข้อมูลอ้างอิง

3 ร้องอ้อ ตัวเลขใหญ่ 6.67 · 6.43 · 5.75 ล้าน กราฟ และผังตัดสินใจ 2 คำถาม

5 COURSE ตารางอบรม 1 วัน

SLOT 1 9:00–10:30	ทำไมต้องสื่อสารดี + ภาพใหญ่ พื้นฐานทักษะสื่อสาร · 3P Model 1.1 เขียนให้ใคร: แยกกลุ่มเป้าหมาย
SLOT 2 10:45–12:00	ภาพใหญ่ (ต่อ) Workshop 1.2 ใส่ใจข้อ: ตั้งชื่อให้น่าสนใจ 1.3 ประโยชน์สำคัญ: ให้อ่านจนจบ
SLOT 3 13:00–14:30	ใส่กรอบครอบหัวข้อ Workshop ออกแบบหัวข้อย่อย สมดุลข้อมูล และลำดับการเล่าให้พอดีเวลา
SLOT 4 14:45–16:00	ร้องอ้อใน 3 5 Workshop 3.1 มองก่อนเห็น · 3.2 เปลี่ยนงงเป็นง่าย Bonus: ใช้ AI ช่วยสรุปตามหลัก 3P

ตัวอย่างกิจกรรม

ฝึกสรุป ใน 1 นาที	สร้าง One Page ผ่านแผนบ้าน	Workshop โจทย์จริง
-------------------	----------------------------	--------------------