

× 阅读内容



这节课，跟大家分享的是怎么听课。

这节课跟大家分享的是一些阅读的方法。如果让我选择学习中最重要能力，那就是阅读理解能力，因为阅读理解能力是其他能力的基础。它决定了你怎么理解知识、理解信息、理解世界，同时，怎么理解也关乎怎么记忆、表达。

一、为什么阅读很重要

因为阅读提供了背景知识。背景知识越多，学习的越快。

1.增加词汇

阅读面太窄，提到一些词就没有背景知识储备，无法和阅读面广的人对话。

2.背景知识能帮你补充一些省略的逻辑

例如小孩问妈妈在做什么，妈妈可能回答是在打字，但如果孩子的爸爸问妈妈在做什么，妈妈就会告诉丈夫她在制作财务表格，你会发现，由于对象不同，给出的答案不同。阅读提供背景知识，背景知识提供省略逻辑。能帮你听懂、看懂别人说的话、写的东西。

3.背景知识可以帮助你找到知识之间的联系，并且合并它们

例如，下面这些字母：C，N，N，C，B，S，A，P，P，L，E，扫一眼，你能记住多少？显然，对于一个不经常阅读英语新闻的人，记住一半就不错了，但是有英语阅读习惯的，很快就能记住这是CNN、CBS、APPLE，背景知识可以让你对信息打包、分组。

4.可以帮助你用已有的知识去解释新东西

理解新的概念其实是让正确的已有概念进入工作记忆，并重新加以组合的过程，没有人可以把新的概念直接灌输给学生，任何新的概念都应该建立在已有的知识基础上。类比是从已知通向未知的有效途径，当你在想向别人解释一个新的概念时，可以多尝试用比喻的方法，因为类比的过程就是在调用你的背景知识帮助你思考和理解。移情能力：比如小时候看李白的思乡，不理解内容知识背，长大自己离开家乡，因为思乡引起了共鸣，才理解了这首诗的涵义，但已经很晚了，如果能多阅读一些这类文章，就可以早一些理解，不用等这么久，所以更多的阅读可以加速理解。

以上是读过很多的书对于认知能力

5.对思考和记忆有帮助

批判性思考并且逻辑缜密，没有足够的背景知识，是不可能实现的。首先，一个人看起来进行逻辑思考，实际上知识进行记忆检索，例如象棋选手，围墙九段选手和业余选手同样完成一个围墙残局，但只有20秒时间，显然，没有时间思考，但九段胜率更高。即使一个典型的思考游戏，比如国际象棋，背景知识也是决定性的，心理学家估计，那些顶尖象棋选手在长期记忆中存有5万个定式。

当我们遇到问题，求助记忆是第一个手段。事实上，人们借助记忆来解决问题的频率超过你的想象，没有背景知识，批判性和逻辑性思考不可能发生。

阅读对于增强记忆的帮助，很容易理解，阅读理解之后才能加深记忆。

小结：

阅读是一切学习的基础。

提高阅读能力是终生的任务。

阅读对于大脑的作用就像锻炼身体一样，越练越好用。

二、我们的阅读出了什么问题

1.读完后记不得书里的内容，也不太能理解书里的内容

很多人有这样的体会和想法：“虽然是本好书，但是读过以后没什么深刻的感受”、“刚读完书，却觉得已经快要忘记书里讲过什么了”、“读完以后并不是完全记不住，书中的精髓一定会对我产生影响”。

很多人都会这样想：100%的内容只要记得住1%或2%就好了，至于剩下的那99%，反正已经在脑子里过了一遍，以后用到的时候自然会想起来的。到时候灵光一现，就能想起大概来，“说到这个，我以前好像在书里读到过”、“我觉得我好像听说过这件事”。但是，人类是健忘的生物，就连昨天吃过的饭都需要认真回忆才能想起来。我们有什么理由去相信自己可以“理解书的精髓”呢？我们看书并不是为了只记住其中1%或2%，你一定更希望记住100%或是90%的内容，最起码也要记住10%—30%左右。

2.碎片化的阅读

一段一段、一章一章读书的方式，会少了对整本书内容的把握。

3.看不出背后意思

有些人存在理解能力的问题，只能看懂文字内容表面的意思，看不懂背后的意思，会把书读得非常浅、或根本读不懂。

4.找不到重点

一段文字读下来后，好像很画出来了很多重点横线标记，但其实找不到重点。

三、好的阅读方法

（一）三遍阅读法——翻一翻、做记号、做笔记

1.翻一翻

拿到书本先查看书名、目录、大纲、序言，知道是什么文体，例如小说、说明类的书、历史类的书等。接下来，确定阅读目的，确定作者的目的和你阅读的目的，把自己的目的同作者的目的协调起来，和作者一同去思考，追求同一个目标，心里会更清楚。

2.做记号

在做记号这边我们要注意的是：不要乱画，画线的过

X 阅读内容



在做记号这边我们要注意的是：不要乱画，画线的过程会带来误解，以为自己画出来就等于记住了。指的是顺序编号、重点符号、问题记录，不要总去查资料，耐心的继续看下去，也许答案就在后面。**做记号的三个步骤：**

- ◆ 段落的结构和布局；
- ◆ 找出段落的核心句；
- ◆ 找出描述和论证核心的结构。

结构很多，例如比较对照、举例论证、因果关系；或者是从一个事情的各个方面论证的，那各个方面之间的关系是并列的还是有序等的。

这个方法可以帮助大家集中精力：每一个读者首先面临的的就是眼睛和大脑的协调问题。大脑接收信息的速度要比眼睛接收、传送信息的速度快得多。所以，大脑就容易因为无事可做而精力不集中。如果不学会控制自己的思想，它就会偷偷溜掉。

3.做笔记

不推荐边看边记，因为这样会带来逗留与倒退，影响阅读速度，浪费脑力。

推荐结束之后记笔记，写出关键词，标注关键词之间的逻辑关系，最后形成一张图。

不推荐在书上做笔记，因为这是在原作者写的基础上附和，太被动，如果自己拿一张纸把整个文章逻辑重点记一遍，可以更好理解作者思想，形成自己的思考。原则：记在同一个地方；读传统纸质书籍记笔记不需要逐字摘抄，可以标注出来重点。

（二）三问阅读法

1.中心观是什么？

每个章节和每本书结束之后，作者会有自己想表达的观点，你需要整理出书中的重点。

2.逻辑结构是什么？

将书中重要篇章列举出来，说明它们如何按照顺序组成一个整体的架构。

3.我的看法是什么？

该问题集中在阅读材料与我之间的联系，不仅仅是总结作者写了什么，一是问问自己的看法是什么，二是与自己的关系是什么、有没有纠正自己的某些想法、对自己未来的帮助是什么，三是这些内容与自己之前知道的有什么关系等。

————→ 总结 ←————

这节课，给大家介绍了提高阅读理解的方法，三遍阅读法要求大家翻一翻、做记号、做笔记；三问阅读法要求大家问中心观点、逻辑结构、我的看法，这样就可以理解书中所讲，让阅读成为你的利器，提高了阅读能力，学习能力就不发愁了。

————→ 预告 ←————

下节课，给大家讲克服偏科的问题，即怎么学好不擅长的东西。

- E N D -

全部评论 (15)

发表评论...



欢喜

2018.07.05

受益匪浅