正しい本の読み方

わざわざ、時間を割いて本を読んだ所で、読んだ内容を覚えていなかったら読んだ意味が無いですよね？

もちろん本を読むと言う行為だけでストレス軽減などの効果はあったりしますが、本の内容を理解し、覚えて、何かしら人生に活かしてナンボですよね？

今回の動画では、正しい本の読み方についてご紹介して行きたいと思います、

１．どんな本を読むべきか？

まず、本を選ぶ前に、今のあなたに

どんな本が必要なのか？

を考えてみましょう。本を読む目的が不明確なまま、ただただ友達におススメされたから読んでみよう！では時間を無駄にする可能性が出てきます。

本を選ぶ際は、今の自分にはこう言う理由でこんな本が必要で、この本なら自分に必要な情報が手に入る。それは「何故かと言うと」と言うように追求しましょう。

２．本の選定方法

・本のサマリーを読む

さて、

「何故、この本に自分の必要な情報が入っているのか？」と言う部分を明確にするたには、まずは本のサマリーを読んでみましょう。それこそ、アマゾンのレビューでも良いですし、インターネットで検索すれば何か出てくるでしょう。

・本の帯、見開き、目次などを読む

本を入手した後、もしくは本屋等で本が閲覧できる場合、本の帯、見開き、目次などに目を通してみて「本当に読むべきか？」と言う最終確認を行いましょう。

普段は飛ばしがちな情報ですが、本を読むまでの助走となり、よりスムーズに本の内容に移る事が出来るようになるでしょう。

３．本を読もう！

この本は読む価値があると感じて初めて、本の内容を読み進めるべきです。そして、本の内容の記憶定着率を高めるために、章など区切りが良い所で、紙なりを取出し、箇条書きで良いので読んだ内容を自分で要約してみましょう。

４．他の本を読んでみよう！

役に立つ知識を蓄えるために、追求したい分野と似たような題材の本を読んでみましょう。既に読んだ本の内容と照らし合わせ、相違点などに気がつく事があるでしょう。その時に初めて、あなた自身の題材に対する意見を持てるようになります。「この本ではこう書いてあるけど、前　読んだ本ではこう書いてあって、私はこう言う理由でこっちの方が良いと思う」と言うように自分の理解の成長が感じられるようになるはずです。

https://www.farnamstreetblog.com/2014/05/remembering-what-you-read/