**三、抓住重点（6个步骤之3）**

|  |  |
| --- | --- |
| **1、抓住重点练习**  **2、如何记住重要内容** | **1、抓住重点练习**  1）阅读、记录、写笔记时要将**重点**和**普通的辅助细节**区分开。  2）提取一篇文章或一种思想的要点，并以书面形式加以说明 **。**  **2、如何记住重要内容**  1）最好的方法**不是摘录**，而是**做笔记**，就是对所**阅读的文本**进行**浓缩重写**。能够**训练**人们把**注意力**转移到**文本的框架、模式和类别**中来，或者是转移到**文本的条件或假设**上面，这样的**表述**就会变得**与之前不同**。有效的办法是在阅读过程中时刻谨记**以下问题**：当文章中**提出某个主张时**，作者想要**说明的是什么**，想要**排除的又是什么**？  2）**辨别模式**、**质疑所用框架**，并发现不同作品间差异的能力，是进行**批判性思考**并**审视文本或谈话**背后**观点**的先决条件。  3）多**思考理解**知识，**主动提取**知识将其与**新的想法**联系到一起，成为线索。 |
| 1）**简要描述**文本的**主要观点**，而**不是**收集引文，并在**不同的语境**下**联系其他想法**，提出作者未提出的内容。 | |

**三、记卡片盒笔记（6个步骤之4）**

|  |  |
| --- | --- |
| **1、做笔记**  **2、将永久笔记添加到卡片盒** | **1、做笔记：**  1）做文献笔记是**刻意练习**，通过反馈知道自己是否理解了它们，而努力**用自己的语言**来**表达一件事**的**要点**，是**理解所读内容**的最好方法。  2）写**永久笔记**，**不要**简单**复制**，是**转化**，从一个语境到另一个语境，从一种形式到另一种形式的转化。  3）记卡片盒文献笔记只是第一步。下一步是将**这些想法**转移到我们**自己的思想网络**中，也就是卡片盒中的**理论、概念和思维模式的网格**中。之后，在**不同的上下文中**阐述这些思想，并将它们**与其他想法**永久地**联系起来**，这会将我们的**思维**带入更**高的层次**。  4）记笔记，并将其**整理到卡片盒**中，是为了理解某件事情**背后蕴含**着的更广泛的意义。卡片盒使我们**提出阐述性的问题**：它意味着什么？它与某事有什么联系？它与某事有什么区别？它与什么相似？使我们**去阐述，去理解，去联系，**从而去认真学习，从而学到更多知识。  **2、将永久笔记添加到卡片盒**  1）在卡片盒中**添加笔记**，可以添加到你在该笔记中**直接提及的笔记后面**。没有所提及的**笔记**，将其添加到**最后一条笔**记后面。编上连续的号码。  2）将**笔记链接**添加到其他**已有笔记上**，或将**已有笔记**链接到**新笔记上**。  3.**确保**可以**从索引中**找到**新添加**的笔记，必要时在**索引中添加一个条目**，或者从与**索引相连的笔记**中**引用索引**。  4.构建心理模型的**网格结构**。 |
| 1）**写作和学习不在于去学**，而**在于理解**，**第一步**是对当前内容进行**足够的思考**，然后我们才能写下它（**详细阐述**），第二步则是思考它**对其他语境的意义**。  2）真正有帮助的是**将一条信息**与**尽可能多的**有意义的**上下文联系**起来，刻意地建立这些联系意味着建立了一个由**相互联系的想法和事实**组成的自我**支持的网络**，这些思想和**事实互为线索**，**相互提示**。 | |