

Как читать книгу, v4.0

Мичиганский университет, школа

ИНФОРМАЦИИ

Пол Н. Эдвардс

Школа информации

Мичиганского университета

www.si.umich.edu/~pne/

*Эта статья может свободно распространяться в любых некоммерческих целях,
при условии, что ничего не будет добавлено или удалено,
в том числе и данное уведомление об авторском праве.*

Коммерческое использование данного материала запрещено.

Квази-постоянная ссылка: pne.people.si.umich.edu/PDF/howtoread.pdf

АВТОРСКОЕ ПРАВО 2000-2008 ПОЛ Н. ЭДВАРДС. ВСЕ ПРАВА ЗАЩИЩЕНЫ.

Перевод 2012 Nikoterm.

Все права на материал принадлежат автору.

Как вы сможете изучить больше из книги, или любого другого материала - когда вы читаете ради информации, или ради удовольствия?

Так хорошо начать с самого начала и читать прямо до самого конца. Некоторые книги, например романы, и *должны* читаться таким образом, так как основной принцип художественной литературы – держать читателя в напряжении. Вся ваша цель при чтении художественной литературы это следовать за писателем, позволяя ему разворачивать историю шаг за шагом.

Но многие из книг, статей и других документов, которые вы будете читать за годы бакалаврского обучения и магистратуры, а скорее всего, и в течение остальной части вашей профессиональной жизни, не будут романами. Скорее наоборот, это будет нехудожественная литература: учебники, учебные пособия, журнальные статьи, истории, научные исследования, и так далее.

Целью чтения таких материалов является извлечение и удержание в памяти информации. Здесь узнать что происходит - так быстро и легко, как это возможно - ваша главная цель. Так что, если только вы не застряли в тюрьме и вам больше нечего делать, то НИКОГДА не читайте нехудожественные научно-популярные книги или статьи от начала до конца.

Вместо этого, когда вы читаете ради информации, ВСЕГДА старайтесь забегать вперед, пропускать маловажное и использовать все имеющиеся стратегии, чтобы **обнаружить**, затем **понять**, и наконец **запомнить** то, что хотел сообщить автор. Так вы получите максимальную выгоду из книги за наименьшее время.

Используя описанные здесь методы, вы будете способны прочитать 300-страничную книгу за шесть-восемь часов. Конечно, чем больше времени вы потратите, тем больше вы узнаете и тем лучше поймете книгу. Но ваше время ограничено.

Здесь даны некоторые стратегии, которые помогут вам читать эффективно. Большинство из них можно применять не только к книгам, но и к любому другому виду нехудожественного чтения, от статей до веб-сайтов. В таблице 1 на следующей странице кратко изложены данные методы, а на последующих страницах они объясняются более подробно.

Таблица 1. Резюме стратегий и методов чтения

<i>Стратегии и методы</i>	<i>Объяснение</i>
<i>Читайте в целом, основное</i>	Основные аргументы и доказательства более важны, чем детали. Важнее схватить основную структуру, целое, общую суть, чем читать каждое слово.
<i>Решите, сколько времени вы потратите</i>	Реальное время ограничено. Если вы точно знаете, сколько времени вы можете потратить на чтение, то вы сможете планировать, сколько времени посвятить каждому пункту.
<i>Имейте цель и стратегию</i>	Вы получите больше удовольствия от чтения и лучше запомните, если будете точно знать, для чего вы читаете.
<i>Читайте активно</i>	Никогда не полагайтесь только лишь на структуру автора. Перемещайтесь по тексту, следуя своим собственным целям.
<i>Читайте три раза</i>	Первый раз для обзора и быстрого просмотра. Второй раз для подробностей и понимания. Третий раз для конспектирования своими словами.
<i>Сосредоточьтесь на частях с высоким содержанием информации</i>	Оглавления, рисунки, диаграммы, заголовки и другие элементы содержат больше информации, чем основной текст.
<i>Используйте PTML (personal text markup language) (личный язык разметки текста)</i>	Делайте свои собственные пометки во время чтения. Это поможет вам изучать, а также поможет позже найти важные места.
<i>Знайте автора (авторов) и организации</i>	Авторы – люди с окружением и предубеждениями. Они работают в организациях, которые дают им контекст и глубину.
<i>Знайте интеллектуальный контекст</i>	Большинство научной литературы является частью постоянной интеллектуальной беседы, с дебатами, ключевыми фигурами и парадигматическими идеями.
<i>Используйте ваше подсознание</i>	Оставляйте промежутки времени между сеансами чтения, чтобы ваш разум перерабатывал материал.
<i>Повторяйте и используйте различные режимы</i>	Разговор, визуализация или запись о том, что вы читали, поможет вам запомнить.

Читайте в целом, основное!

При чтении для изучения, вашей целью всегда должно быть полностью справиться с заданием. Гораздо важнее иметь общее понимание аргументов, гипотез, доказательств и выводов, чем понимать каждую подробность. На самом деле, не важно, насколько тщательно вы читаете, в любом случае вы не запомните большинства деталей.

Что вы можете сделать, так это запомнить *и зафиксировать* основные моменты. А если вы помните их, то вы знаете достаточно, чтобы снова найти материал, если вам действительно когда-нибудь понадобится вспомнить подробности.

Решите, сколько времени вы потратите

Если вы заранее знаете, что у вас есть только шесть часов для чтения, то вам будет легче задавать себе темп. Помните, что вы собираетесь прочитать целую книгу (или целое задание).

В самом деле, чем более прямо и реалистично вы справляетесь со своими временными лимитами, тем более эффективными вы будете практически во всём. Установка ограничений по времени и их соблюдение (при достижении собственных целей) является одним из важнейших жизненных навыков, которому вы можете научиться. Так что никогда не начинайте читать не имея плана, когда закончить.

Имейте цель и стратегию

Прежде чем начать, выясните, **почему** вы читаете именно эту конкретную книгу, и **как** вы собираетесь её читать. Если у вас нету своих собственных причин и стратегий, а не только вашего преподавателя, то вы и не изучите достаточно много.

Как только вы начнете читать, постарайтесь выяснить такие четыре вещи:

- Кто автор?
- Какие аргументы приводятся в книге?
- Какие есть доказательства в поддержку данных аргументов?
- Каковы выводы книги?

Как только вы справитесь с этим, попытайтесь определить:

- Каковы слабые стороны данных аргументов, доказательств и выводов?
- Что вы думаете по поводу аргументов, доказательств и выводов?
- Как автор отвечает (или как бы мог ответить) на эти недостатки и на вашу критику?

Продолжайте возвращаться к этим вопросам, пока читаете. К тому времени, как вы закончите, вы должны быть способны ответить на них. Вот три хороших способа, как можно думать об этом:

- а) Представьте, что вы собираетесь сделать обзор книги для журнала.
- б) Представьте, что у вас будет обсуждение, или даже формальная дискуссия с автором.

в) Представьте экзамен по этой книге. Какими бы были вопросы, и как бы вы на них ответили?

Читайте активно

Не ждите, что автор вобьёт вам это всё в голову. Вместо этого, с самого начала постоянно генерируйте гипотезы ("Основная суть книги в том, что ...») и вопросы («Как автор знает, что ...?») по книге.

Создание кратких заметок об этом может помочь. Пока вы читаете, попытайтесь подтвердить свои гипотезы и ответить на свои вопросы. После того как вы закончите, проверьте их.

Читайте три раза

Это ключевая техника. Вы получите максимальную отдачу от книги, если будете читать её три раза - каждый раз с разной целью.

а) Обзор: просмотр (5-10 процентов от общего времени)

На этом этапе вам надо читать очень быстро, следуя принципу (который описан ниже) чтения и просмотра частей с высоким содержанием информации. Ваша цель – **просмотр** книги. Здесь вам нужно быстро и просто сложить общее представление о целях писателя, его методах и выводах.

Помечать, *не читая внимательно*, можно заголовки, отрывки и фразы, которые кажутся важными (вы будете читать их более тщательно во второй раз). Формируйте вопросы, чтобы ответить на них во время второго чтения: что означает термин или фраза X? Почему автор не охватывает тему Y? Кто такой Z?

б) Подробное чтение: понимание (60-70 процентов от общего времени)

Прочитайте книгу во второй раз, в рамках ваших временных ограничений. На этот раз, ваша цель состоит в понимании: внимательно, критично и вдумчиво понять ключевые моменты, а также оценить авторские доказательства его/её точек зрения.

Особенно сосредоточьтесь на начале и конце глав, и основных разделов. Обратите особое внимание на места, которые вы отметили при первом просмотре. Попробуйте ответить на любые вопросы, сформировавшиеся у вас при первом чтении.

в) Заметки: вспоминание и конспектирование (20-30 процентов от общего времени)

Целью вашего третьего, окончательного чтения является закрепление в памяти наиболее важных элементов книги. На этот раз сделайте краткие заметки об аргументах, доказательствах и выводах. *Это вовсе не то же самое, что и разметка текста*; здесь ваша цель – переработать материал, переведя его в вашу собственную ментальную структуру, что подразумевает как можно большее использование своих собственных слов. Вырезание и вставка сегментов текста из книги не делает

для вас так много, как очень короткое обобщение своими словами. Включайте минимум деталей, чтобы вы могли помнить и снова найти наиболее важные вещи. 3-5 страниц заметок на 100 страниц текста, это хорошая цель, которой можно добиться, больше этого часто бывает слишком много. Используйте некоторую систему, которая позволит вам легко найти место в книге (например, начинайте каждую заметку с номера страницы.)

Тетради, печатные страницы, рукописные листы, вставленные в книгу, так же могут работать. Тем не менее, заметки будут бесполезны, если вы не сможете легко найти их снова. Очень хорошая система, которую я использую, это вести заметки непосредственно в виде библиографических ссылок, используя такие программы, как Endnote или Bookends (для Mac). Таким образом, заметки и цитируемая информация всегда будут оставаться вместе; со временем, как вы накопите библиотеку заметок, вам будет легко обращаться за справками, даже если ваши бумажные документы будут далеко. Вы можете также хранить URL-адреса и PDF-файлы в этих программах.

О времени и его распределении. Во-первых, так как человеческое внимание снижается примерно через час, то вы получите больше от трех одночасовых чтений, чем могли бы получить от одного трехчасового чтения. Но будьте осторожны: чтобы получить один полный час эффективного чтения, необходимо выделить по крайней мере, один час и пятнадцать минут, так как отвлечения неизбежны в начале (приспосабливание) и в конце (новое возбуждение для следующего задания) любого периода чтения.

Во-вторых, создайте реалистичный план, включающий в себя, сколько времени вы посвятите каждому из трех этапов чтения. На 250-страничную книгу я бы мог потратить 15 минут на обзор, 4 часа на подробное чтение и 1 час на создание заметок, но я бы регулировать эти периоды вверх или вниз в зависимости от того, насколько труден текст, как он важен для меня и сколько у меня есть времени.

Сосредоточьтесь на частях с высоким содержанием информации

Научно-популярные нехудожественные книги очень часто имеют структуру "песочных часов", которая повторяется на нескольких уровнях организации. Более общая (более широкая) информация, как правило, представлена на начале и в конце:

- книги или статьи в целом (аннотация, введение, заключение)
- каждой главы
- каждого раздела в главе
- каждого пункта

Более конкретная (узкая) информация (подтверждающие доказательства, детали и т.д.) появляется в середине песочных часов.



Структура информации по типу песочных часов

Теперь, когда вы это знаете, вы можете организовать структуру своей работы. Сосредоточьтесь на следующих элементах, в более или менее следующем порядке:

- **Обложка**
- **Содержание**
- **Алфавитный указатель:** просканируйте его, чтобы увидеть, каковы наиболее важные термины
- **Библиография:** скажет вам об источниках книги и её интеллектуальном контексте
- **Предисловие и/или Введение и/или Аннотация**
- **Заключение, выводы**
- **Картинки, графики, таблицы, рисунки:** изображения содержат больше информации, чем текст
- **Заголовки разделов:** помогут вам понять структуру книги
- **Специальный шрифт или разметка:** жирный текст, курсив, пронумерованные пункты, списки

Используйте RTML (личный язык разметки текста)

Всегда размечайте чтение. Подчеркивание и создание пометок на полях является очень важной частью активного чтения. Делайте это с самого начала, даже при первом, обзорном чтении. Когда вы вернётесь к книге позже, ваши пометки уменьшат количество того, что вам нужно будет просмотреть и помогут вам видеть, что является более важным.

Не помечайте слишком много. Это подрывает саму цель разметки; когда вы обратитесь к пометкам позже, то вам придется перечитывать неважную информацию. Как правило, вам следует делать в среднем не более двух-трех коротких пометок на страницу. Вместо того, чтобы подчеркивать целые предложения, подчеркивайте слова или короткие фразы, которые фиксируют то, что вам больше всего нужно помнить. Смысл этого упражнения состоит в том, чтобы очистить, уменьшить и исключить ненужное. Записывайте на полях слова или

фразы, которые скажут вам, о чём пункт или раздел. Используйте свои собственные слова.

Страница против экрана

Печатный материал имеет гораздо более высокое разрешение (~600 dpi (точек на дюйм)), чем даже самый лучший экран компьютера (~ 72 dpi). По этой причине вы будете читать более аккуратно и с меньшей усталостью, если будете работать с бумажной версией. Тем не менее, преимущества портативности и больших объемов хранения означают, что сейчас мы неизбежно читаем гораздо больше экранного материала.

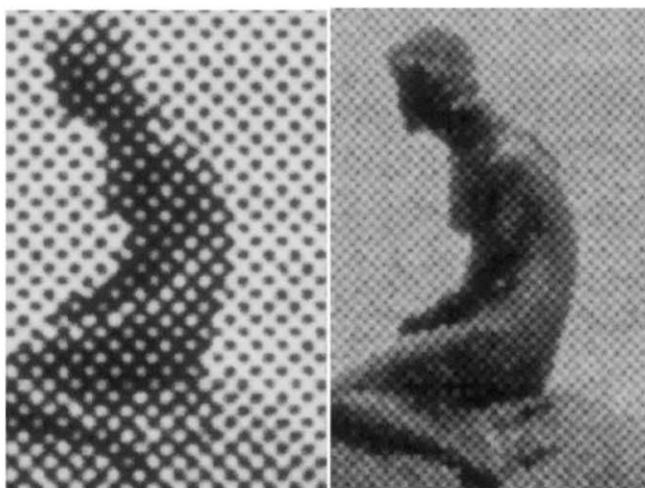


Рисунок 1. 300 dpi (слева) против 600 dpi (справа).

Использование HTML на экране: Всё еще довольно трудно эффективно пометать экранные материалы; лишние действия часто отвлекают и искушают прекратить чтение, чтобы проверить электронную почту или заняться веб-серфингом. Однако если вы дисциплинированы, то самые последние версии Adobe Acrobat, Apple Preview и некоторые условно-бесплатные PDF обработчики, такие как PDFpen, позволяют добавлять комментарии и выделения в PDF файлы. Если вы не хотите всё распечатывать, то я предлагаю инвестировать в программное обеспечение (дорогое) Acrobat, но оно еще далеко от совершенства. Например, даже до сих пор (2008 г.) Acrobat не позволит вам напечатать ваш размеченный текст любым действительно удобным для использования способом.

Гораздо легче остается размечать печатную копию. Неудобным, но приемлемым решением может быть такое: распечатать материал, сделать пометки текста на бумаге, а затем отсканировать его обратно.

Конспектирование на экране: При конспектировании того, о чем вы читаете (в отличие от разметки текста), вы будете склонны вырезать и вставить исходный текст вместо создания собственных заметок своими словами. Вырезание и вставление *иногда может* хорошо работать, особенно для вещей, которые вы можете позже процитировать. **Тем не менее:** в общем, это приводит к провалу двух основных целей создания заметок: (а) обучение и запоминание (с помощью перефразирования собственными выражениями), и (б) сжатие в очень краткую форму. То же самое касается гиперссылок: хотя это полезно для хранения пути к источнику, сохранение URL-ссылки *само по себе* не поможет вам вспомнить или понять, что там, даже если вам так кажется.

Знайте автора (авторов) и организации

Знание того, кто написал книгу, позволяет судить о её качестве и понимать её полную значимость.

Авторы являются людьми. Как у любого человека, их взгляды сформированы их образованием, работой, ранней жизнью и всем их опытом. Также как и у всех остальных, у них есть свои предрассудки, слабости, отчаянные моменты, недостатки, и желания, – также как и понимание, яркость, объективность и успехи. Обратите внимание на все это.

Большинство авторов принадлежат к организациям: университетам, корпорациям, правительствам, газетам, журналам. Все эти организации имеют свои культуры, иерархии власти и социальные нормы. Организации определяют и то, как написана работа, и её содержание. Например, ожидается, что профессора университетов пишут книги и/или статьи для журналов, чтобы получать должности. Эти работы должны соответствовать определенным стандартам качества, установленным, главным образом, другими профессорами; для них обычно содержание более важно, чем хорошее написание. Журналисты, напротив, часто обусловлены сроками и необходимостью угодить широкой аудитории. В связи с этим, их стандарты качества часто больше направлены на четкое и привлекательное написание, чем на безупречное содержание; их источники, как правило, устные, а не письменные.

Чем больше вы знаете об авторе и его/её организации, тем лучше вы сможете оценить, что вы читаете. Попробуйте ответить на такие вопросы: Что сформировало интеллектуальную точку зрения автора? Какова его или её профессия? Является ли автор ученым, журналистом, специалистом (врачом, юристом, промышленным ученым и т.д.)? Какова его компетентность? Каковы его другие книги и статьи? Есть ли принадлежность к интеллектуальной сети(ям)? Каков его пол? Раса? Класс? Политическая принадлежность? Почему автор решил написать эту книгу? Когда? Для какой аудитории(ий)? Кто заплатил за научно-исследовательскую работу (частные фонды, государственные учреждения грантов, промышленные спонсоры и т.д.)? Кто написал "обложечную рекламу" в поддержку книги?

О многом из этого вы часто (хотя и не всегда) можете узнать из слов признательности, библиографии и биографии автора.

Знайте интеллектуальный контекст

Знание автора и его/её организации также поможет понять интеллектуальный контекст книги. Он включает в себя академическую дисциплину(ы), из которой(ых) его получают, школы мысли в этой дисциплине, и тех, кто согласен или не согласен с точкой зрения автора.

Книга почти всегда является частичным ответом другим авторам, так что вы поймете книгу гораздо лучше, если сможете выяснить, на что и кому она *отвечает*. Обратите особое внимание на пункты, где автор говорит вам прямо, что он/она не соглашается с другими: "Известная мудрость гласит, что X, но я напротив, утверждаю что Y." (Действительно ли X является общепринятой мудростью? Среди какой группы людей?) "Известная ученый Джейн говорит, что X, а я покажу, что Y." (Кто эта знаменитая Джейн, и почему другие люди верят ей? Насколько правдоподобными являются X и Y? Старания автора направлены на то, чтобы найти, что сказать оригинального, или чтобы искренне убедить вас, что знаменитая Джейн не права?) Не менее важны люди и источники, на которых автор ссылается в поддержку своих аргументов.

Используйте ваше подсознание

Ужасно много мыслительных и умственных процессов происходит тогда, когда вы этого не осознаете. Так же, как для написания или любой другой творческой мыслительной деятельности, для полного понимания книги нужно много времени, чтобы оно развилось.

Как и тело, ум страдает от усталости, когда занимается лишь одним делом в течение многих часов. Ваша способность понимать и удерживать в памяти то, что вы читаете, резко падает через час или около того. *Таким образом, вам следует читать книгу за несколько коротких сеансов от одного до двух часов за раз, а не за один длинный марафон.*

Между сеансами ваше подсознание будет обрабатывать часть того, что вы прочитали. Когда вы вернетесь к следующей сессии, сначала спросите себя, что вы помните из предыдущего чтения, что из того вы знаете, а что еще нужно изучить.

Повторяйте и используйте различные режимы

Чтение похоже на боевые искусства, бейсбол или приготовления пищи в том смысле, что **обучение и запоминание в решающей степени зависят от повторения, отработки.**

Итак, после того, как вы прочитали книгу, повторите, отработайте то, что вы изучили. Проверьте себя по её содержанию. Подискутируйте, поспорьте с автором. Представьте, как бы вы защищали позицию автора в собственной работе.

Чтение, письмо, говорение, слушание и визуализация – все они занимают различные части мозга. Поэтому лучшей формой повторения и отработки является использование **различных режимов** мышления и действия. Не только обдумывайте в частном порядке. Вместо этого, поговорите о книге с другими. Принесите её на занятия. Напишите о ней. Визуализируйте всё, что можно визуализировать из её содержания. Всё это помогает закрепить вашу память и интегрировать новые познания в остальную часть ваших знаний.

Держитесь!

Когда я даю презентации этих идей, студенты часто говорят мне через несколько недель, что они "пробовали несколько раз, и это просто не получилось", поэтому они остановились. **Вам придется применять** эти методы в течение продолжительного времени – по крайней мере, в течение нескольких месяцев, пока они не станут для вас естественными; и они никогда не будут проще, чем комфортный, пассивный способ, с помощью которого мы все читали в течение многих лет.

Но держитесь. Вознаграждения от этих методов являются большими. Обучение такому чтению может быть ключом к успешной карьере в качестве студента, ученого или профессионала практически в любой области.