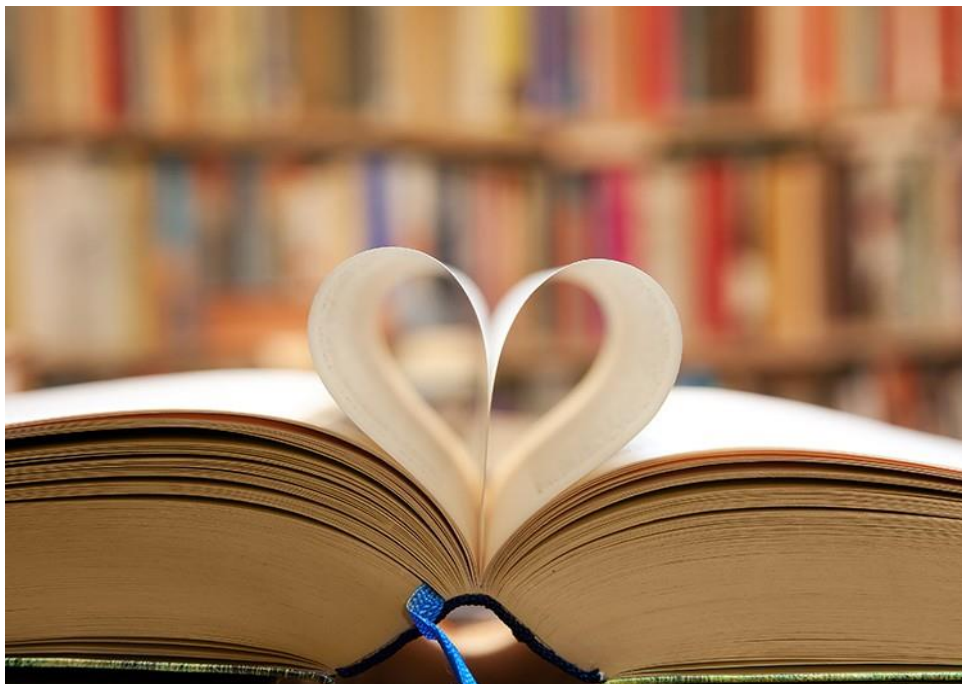


Читаємо книги правильно. 10 порад для ефективного читання.



1. Читайте лише ті книги, що вам подобаються.

Якщо вам дуже рекомендують книгу, а вона ніяк не читається, це не ваша книга, її прочитання не дасть вам нічого, крім насильства над собою і витраченого даремно часу.

Якщо вам потрібно прочитати книгу на якусь конкретну тему для роботи, ви завжди можете вибрати у бібліотеці книгу, що легко читається. Тоді читання буде приємним і корисним.

2. Виділяйте час для читання.

Якщо чекати моменту "коли буде час", ви ніколи не почнете читати. Ви можете читати в транспорті, але, як правило, суєта мегаполісу не дає зосередитися на читаному. Виділяйте конкретний час для читання книг. Найкраще в спокійній атмосфері, де ви зможете розслабитися і насолодитися читанням.

Наприклад, ввечері вдома відмовтеся від читання статусів в соціальних мережах і присвятіть вечір читанню книги. Хороша книга принесе вам набагато більше користі, ніж поглинання інформації з інтернету або ТБ.

3. Не відволікайтеся під час читання

Читання - це складний процес отримання і засвоєння інформації. Якщо вам важливо винести з книги максимум знань і нових думок, зосередьтеся на процесі читання і не відволікайтеся на сторонні думки і справи.

4. Читання - це спорт

Читання - це не просто процес отримання інформації. Під час читання ваш мозок працює набагато активніше, ніж при перегляді фільмів. Адже в кіно все вже показано, залишається тільки дивитися. А в процесі читання мозок постійно конструює і візуалізує нові картини і світи.

За рахунок такої активної роботи після книги залишається більше знань, думок та ідей. Читання - це спорт для свідомості, що розвиває з людини особистість.

5. Зробіть читання звичкою

Звичка - це сформований спосіб поведінки, це одна з кращих звичок, що може бути у людини. Чим більше ви будете читати, тим більше ви будете розвиватися як особистість.



6. Знайдіть свого книжкового гуру

Всім нам потрібні вчителі, які допомагають нам уникнути помилок і рухатися вперед. В читанні вам теж потрібен гуру, який буде з вами на одній хвилі і буде постачати вас цікавими і правильними книжками. Крім того, він допоможе вам глибше зрозуміти сенс прочитаного. Зверніться у бібліотеку!

7. Опануйте швидкочитання

Швидкочитання - це не тільки процес швидкого читання. В першу чергу, цей навик спрямований на краще засвоєння і розуміння матеріалу. А потім вже на швидкість його сприйняття.

8. Читайте одночасно одну книгу

Чим більше книг ви читаєте одночасно, тим менше ваша увага зосереджена на кожній книзі окремо. Таким чином, це стає читанням заради читання. Читання однієї книги дозволить вам максимально зосередитися на ній, і в короткий термін перейти до нової.

9. Читайте з блокнотом

Якщо ви читаєте серйозну книгу, тобто займаєтеся аналітичним читанням, вам необхідний блокнот. Випишуйте основні ідеї, тези і цитати. У пам'яті найкраще відкладуться моменти, записані в блокнот, а завдяки ним і додаткова інформація. Поглянувши згодом в блокнот, ви зможете згадати всі необхідні деталі.

10. Змішуйте стилі

Намагайтеся міняти стилі популярних книг, інакше читання швидко вам набридне. Після прочитання серйозної книги виберіть щось легке. Як в навчанні, після математики повинна бути література, потім фізика, а потім біологія.

