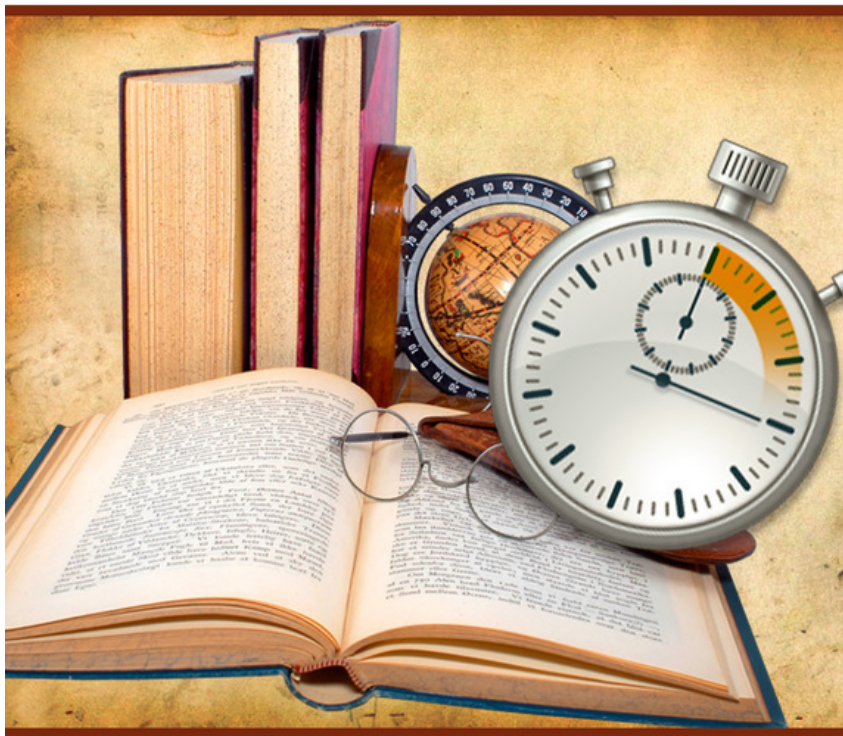


# СКОРОЧТЕНИЕ



# Геннадий Быстров

## Скорочтение

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=9022274](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9022274)*

*Скорочтение / Г.Быстров.: АВ Publishing, Креатив джоб; Москва; 2013*

### **Аннотация**

Ежедневно каждый из нас сталкивается с огромным количеством разной информации. Как успеть прочитать все, что интересно, и при этом не упустить ни капли смысла прочитанного? Об этом расскажет новая аудиокнига издательства АВPublishing. Слушатели узнают, как повысить скорость чтения, значительно улучшить качество усвоения содержания, развить мышление, память, внимание. Они научатся работать так, что каждый раз при чтении текста мозг будет экономно и точно отбирать самое полезное и нужное из потока воспринимаемой информации.

# Содержание

Вступление	4
Глава 1. Почему мы так медленно читаем	7
Скорость чтения: проверь себя	7
Подробнее о причинах	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Геннадий Быстров

## Скорочтение

### Вступление

Наверняка в вашем окружении есть люди, которые за пару дней способны прочесть целую книгу, а за неделю и вовсе справиться с увесистым фолиантом, и при этом запомнить все основное содержание прочитанного. Скорее всего, вы думаете, что эти невероятные способности даются от природы лишь избранным, а вам даже мечтать о таком не стоит. На самом деле скорочтение – это всего лишь результат применения некоторых приемов, которыми может овладеть и пользоваться любой желающий. Если, конечно, при этом он готов потратить на освоение соответствующих «секретов» и «фокусов» определенное время.

Но прежде чем говорить об этом подробнее, давайте разберемся, что представляет из себя чтение вообще. Самое распространенное определение следующее: чтение – это процесс использования наших глаз и сознания для понимания как буквального, так и скрытого смысла текста. Но это определение – слишком простое для такого сложного интеллектуального явления, как чтение. Его многочисленные аспекты все еще продолжают изучать. Не зря гениальный

немецкий поэт Гете писал: «Эти добрые люди и не подозревают, каких трудов и времени стоит научиться читать. Я сам на это употребил 80 лет и все еще не могу сказать, что вполне достиг цели».

Не овладев чтением, мы не смогли бы учиться и познавать окружающий мир. И пусть технический прогресс бежит вперед все быстрее – ни радио, ни кино, ни телевидение не способны заменить собой чтение.

Более того, его значение только возрастает в век информации – а именно таким справедливо можно назвать XXI век. Ученые давно прогнозировали информационный взрыв, свидетелями которого мы стали. Сейчас количество информации огромно, но и оно удваивается каждые 10–15 лет.

Чтобы идти в ногу со временем и развивать профессиональные навыки, специалистам почти всех областей приходится читать все больше. Огромное значение имеет техника чтения в школе. Проведенные исследования показывают, что успеваемость учащихся напрямую зависит от скорости чтения. Та же связь прослеживается и во время учебы в ВУЗах.

Человеческий мозг сформировался в то время, когда объем информации был несравнимо меньше. Спустя тысячелетия большинство людей просто не могут воспринимать нескончаемые потоки разнообразной информации. Однако ресурсы головного мозга далеко не исчерпаны. Совсем другое дело, что их нужно научиться эффективно использовать.

В то время как объемы памяти компьютеров растут от года к году, человек продолжает читать с такой же скоростью, как и 100 лет назад: в минуту – всего 600–900 знаков. Поэтому скорочтение приобретает такую важную роль в нашем обществе.

# **Глава 1. Почему мы так медленно читаем**

## **Скорость чтения: проверь себя**

Перенасыщение информацией, характерное для нашего времени, можно победить только одним способом: отсеивать лишнее, выбирать существенно новое. Здесь мы подбираемся к самой сути быстрого чтения. Быстрое чтение – это чтение, которое выполняется нетрадиционными методами, но при этом обеспечивает полное и качественное усвоение прочитанного. Это не «скачки по верхам», а активный процесс, во время которого читатель сопоставляет и анализирует факты и приобретает новые знания. А в процессе обучения скорочтению нужно не только получить навыки управления речевыми, слуховыми, зрительными анализаторами, но и усвоить целую систему специальных алгоритмов – то есть научиться извлекать и обрабатывать лишь ту информацию, которая действительно необходима читателю.

Неудивительно, что быстрое чтение гарантирует еще и более высокое качество запоминания прочитанного, в отличие от медленного чтения.

Обучившись скорочтению один раз, вы не потеряете это

навык никогда. Здесь можно провести параллель с любым другим умением. Например, если в детстве вы научились ездить на велосипеде, то найдете общий язык с двухколесным другом, даже если последний раз катались десять лет назад. Так же и со скорочтением: освоив этот метод, вы сможете читать быстро всегда. Но при этом, естественно, сами будете регулировать скорость чтения в зависимости от вида текста и поставленных целей.

Несколько слов о том, какое чтение считается быстрым, а какое – медленным. Вы вполне можете определить свою технику чтения, воспользовавшись секундомером. Если спустя минуту оказалось, что вы прочитали около 900 знаков, то эта скорость – очень медленная. Средней считается скорость 1500 знаков в минуту, а быстрой – 3000 знаков в минуту. Такая скорость позволяет прочитать за час около 100 страниц книги среднего формата. Однако есть и те, кто способен читать еще быстрее, даже 10000 знаков в минуту!

Следуя нашим советам, вы измерили свою скорость чтения, и о ужас! – она оказалась очень низкой. Не стоит расстраиваться: так читают почти все ваши знакомые, а кто-то из них, возможно, и еще медленнее. Настало время разобраться, почему же мы так читаем.

## Подробнее о причинах

Причины связаны с особенностями чтения, которые характерны для всех обычных читателей. Первая из них – регрессии. Название устрашающее, но на самом деле оно не означает какие-то отклонения. Наоборот, это явление вполне нормальное. Оно заключается в том, что при чтении наши глаза периодически возвращаются к тексту, чтобы прочитать его повторно. Это самая частая причина замедления чтения. Ведь некоторые люди даже не отдают себе отчета в том, что читают какой-либо текст два раза подряд, вне зависимости от степени его сложности! Они как будто опасаются, что с первого раза не усвоили ту или иную мысль и возвращаются к ней снова. При низкой скорости чтения число регрессий составляет от 10 до 15 для маленького текста объемом в 100 слов! Разумеется, такие частые возвратные движения глаз существенно снижают скорость чтения.

Интересно, что почти все люди с одной и той же скоростью читают и сложные, и простые тексты. Будь то квартальный отчет для налоговой, статья в научном журнале о последних достижениях в сфере нанотехнологий или любовный роман. Несмотря на то, что подход к каждому из этих текстов совершенно разный – например, отчет необязательно читать целиком, самое важное – увидеть цифры.

Следовательно, скорость чтения, его техника прежде все-

го должны зависеть от целей и задач читателя, которые он ставит перед собой в данный момент. Нужно выработать несколько программ умственных действий, довести их до автоматизма, чтобы в нужный момент воспользоваться соответствующей из них и прочитать текст максимально быстро.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.