

Учимся по методу фоточтения



Быстрое чтение

Илья Мельников

Учимся по методу фоточтения

«Мельников И.В.»

Мельников И. В.

Учимся по методу фоточтения / И. В. Мельников — «Мельников И.В.», — (Быстрое чтение)

Современный человек уже не может полностью охватить весь объем информации, который ежедневно на него обрушивается. Поэтому навыком скорочтения сегодня хотят обладать все. Ни один из нас не откажется провести свое время с пользой, не затрачивая много усилий. Эта книга содержит комплекс упражнений, которые пригодятся каждому: от школьника до крупного руководителя.

© Мельников И. В.

© Мельников И.В.

Содержание

Фоточтение	6
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Илья Мельников

Учимся по методу фоточтения

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

Фоточтение

Фоточтение – это ментальное чтение, а именно, фотографирование книг или чтение книг со скоростью двадцать пять тысяч слов в минуту. И основная сложность, с которой сталкиваются люди, решив изучить этот метод – это научиться использовать заложенные природой в человеке различные возможности. А также заставить себя преодолеть заложенный еще с детства стереотип чтения, что читать – это значит, начинать с первого слова книги и двигаться постепенно к самому концу, чтобы понимать о чем говорится в тексте, надо концентрироваться на этом.

Некоторые способы обучения фоточтению, покажутся несколько экзотическими и необычными. Например, если необходимо запомнить большое количество материала, вы повышаете скорость чтения, но при этом снижается уровень восприятия и усвояемости нового материала. Затем скорость чтения снижается и автоматически перегружается ваше сознательное мышление.

Иногда многое из нового, кажется диковинным и необычным. Чтобы овладеть техникой фоточтения необходимо отбросить всякие сомнения и вспомнить, что весь прогресс продвигался через отрицание. Надо перестать:

1. Нервничать.
2. Занижать свою самооценку.
3. Не верить в заложенные в вас от природы способности.
4. Перестать не доверять бессознательному мышлению и интуиции.
5. Не бояться начать обучение сначала.
6. Отбросить все сомнения и неуверенность в своих силах.
7. Отказаться от желания получить все с первой же попытки.
8. Отбросить негативное отношение к фоточтению. Негативное отношение и неуверенность в своих силах, препятствует достижению положительных результатов, попытки.
9. ии.
- 10.

Прежде всего, надо усвоить, что эффективное чтение начинается только после того, как вы будете знать цель для чего вам это нужно. Цель способствует достижению желаемых результатов и служит дополнительным стимулом.

Определившись с целью, читатель переходит на уровень ускоренного обучения, на котором полностью отсутствует лень, скука и беспокойство. Если он прилагает какие-то усилия, то не волнуется о результате. Такой уровень можно назвать уровнем расслабленной бдительности.

Идея определения и постановки цели не новая, еще в шестнадцатом веке Френсис Бэкон говорил: «Некоторые книги предназначены для поверхностного просмотра, другие – для полного поглощения, третьи – для осмысления и усвоения информации. То есть, одни книги нужно читать не полностью, другие целиком, но, особо не вдумываясь в содержание, а некоторые нужно читать до конца внимательно и с осмыслением».

Какое бы не было чтение, оно по – любому преследует какую-то цель. Если цель точно определена, то вероятность ее достичь вырастает в много раз и сопровождается чувством целеустремленности. Читатели у которых четко поставлена цель, по – новому относятся к чтению, они приобретают в процессе новые ощущения.

Установить цель могут помочь наводящие вопросы:

1. Я хочу получить удовольствие от чтения данного текста или просто мне надо скоротать время, расслабиться?
2. Мне надо понять только основные тезисы, изложенные в этом докладе, или мне надо знать все содержание доклада?

3. Насколько важен для меня будет для меня прочитанный материал и где я могу его применить?

4. Как много времени я могу потратить на чтение этого материала?

Если читатель не определяется с целью чтения, то очень часто такое чтение является напрасной тратой времени.

В век огромных потоков информации, планирование своего времени и установка цели – это братья – близнецы. Невозможно читать всю информацию с одинаковой скоростью и одинаковым уровнем восприятия, некоторые материалы стоит читать и изучать подробно, а некоторые не стоит читать вообще.

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.