

〔美〕戴维思 / 著

这样学习最有效3

戴维思的超效阅读法

信息浩瀚如海，文件堆积如山，
知识爆炸的时代，怎样游刃有余？

戴维思的超效阅读法

让你一目十行、过目成诵！

10分钟

一切搞定

戴维思的超效阅读法

这样学习最有效3

〔美〕戴维思/著

南海出版公司
2003·海口

图书在版编目(CIP)数据

这样学习最有效.3, 戴维思的超效阅读法 / [美]

戴维思著. - 海口: 南海出版公司, 2003.12

ISBN 7-5442-2640-9

I. 这… II. 戴… III. 读书方法

IV. G792

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 101233 号

著作权合同登记号 图字: 30-2003-149

Davis' Study Learning 3

Copyright © 2003 by Davis Yin Woo

Chinese edition copyright © 2003

by Nanhai Publishing Corporation (南海出版公司)

All rights reserved

ZHEYANG XUEXI ZUI YOUXIAO 3

这样学习最有效 3 —— 戴维思的超效阅读法

-
- | | |
|------|-------------------------------------|
| 作 者 | [美] 戴维思 |
| 内文插图 | Lucy Lu |
| 特邀编辑 | 林妮娜 |
| 责任编辑 | 陈明俊 李 昕 |
| 策划编辑 | 陈明俊 季晟康 |
| 装帧设计 | 严 冬 封面摄影 陈柏林 |
| 出版发行 | 南海出版公司 电话 (0898)65350227 |
| 社 址 | 海口市蓝天路友利园大厦 B 座 3 楼 邮编 570203 |
| 电子邮箱 | nhcbgs@0898.net |
| 经 销 | 新华书店 |
| 印 刷 | 北京迪鑫印刷厂 |
| 开 本 | 850 毫米 × 1168 毫米 1/32 |
| 印 张 | 10.125 |
| 字 数 | 169 千 |
| 版 次 | 2003 年 12 月第 1 版 2003 年 12 月第 1 次印刷 |
| 书 号 | ISBN 7-5442-2640-9 |
| 定 价 | 20.00 元 |
-

南海版图书 版权所有 盗版必究

目 录

自序	(1)
第一章 总论	(5)
开场白	(6)
学习“如何学习”	(8)
“阅读”是学习之钥	(11)
阅读学问大	(14)
阅读的层次	(15)
有效阅读的指针	(17)
影响阅读的因素	(26)
第二章 有效阅读靠锻炼	(35)
飞行员会速读	(37)
朗读,视情况而用	(40)
浅谈“视野宽度”	(43)
何谓眼球定点移动	(50)
练习题	(55)
第三章 什么是 SQ4R	(73)

环境和心态决定成败	(74)
所谓 S、Q 以及许多 R	(76)
第四章 加速马力高效率阅读	(155)
还有许多好用的 R	(156)
要重复正确的步骤	(163)
正确有效率的方法	(168)
突破高效阅读的瓶颈	(171)
给自己机会别以偏概全	(178)
阅读习惯大译码	(180)
好习惯扩大阅读效益	(190)
好用的阅读周边技巧	(192)
管用的方法最好用	(201)
第五章 阅读方法巧应用	(203)
读书策略巧规划	(204)
应付考试的目标阅读法	(208)
充实背景知识的专业阅读法	(219)
把握重点的论文阅读法	(224)
储存记忆的图像阅读法	(226)
加深加广的时事阅读法	(232)
畅行无阻的网络阅读法	(241)
花招百出的数字阅读法	(242)
有条不紊的法律条文阅读法	(256)

第六章 名人阅读经验分享	(265)
杰夫谈阅读:阅读障碍大,方法来帮忙	(266)
汪季良谈阅读:阅读方法因时变,因事变	(276)
张朝凯谈阅读:喜欢的科目学得好,方法多 ...	(282)
刘荣凯谈阅读:文字阅读难,图像阅读易	(288)
石班瑜谈阅读:记得很快,忘得也很快	(294)
林伟贤谈阅读:锁定目标,有效阅读	(300)
第七章 结论	(309)
何谓有效阅读	(310)
如何检验作者的公正性	(313)
作者立场的思考法	(315)

自序

之所以出版本书,主要是因为我在前面出版《这样学习最有效》一书后,一直有读者来信请教更细部的学习技巧,使我觉得有必要再更进一步,剖析每一个学习步骤的实用技巧,帮助更多的学习者以最适合自己的方式进入阅读学习的领域。

简单来说,《这样学习最有效》一书中,已张起学习的大伞,也剖析所谓学习金三角——心态、环境、方法,及学习的内涵:阅读、聆听、笔记、记忆、应用等方面。之后,我又出了《这样学习最有效2——戴维思的超效记忆法》一书,补充快速记忆的秘诀。

接下来,就是本书《这样学习最有效3——戴维思的超效阅读法》,采用系统的方法,帮助读者更有效地训练自己的阅读能力。同时,本书也举出许多实例,纵向、横向剖析阅读技巧,希望能作为加强记忆能力的辅助力量。

毕竟,在信息爆炸的时代,大家都希望能更有效率地学习和阅读。我在多年的教学中,看到过许多学生,因为学会了更快速的阅读和记忆技巧,记忆资料、整编资

料及吸收资料的速度,比过去快了三倍到十几倍,可谓进步神速。

但在此,我必须提醒读者的是,要提升阅读及记忆的效率,绝不能只从某一方面加快脚步,而必须在每一个分解的步骤中,都确实做到加强加快,让每一个步骤都更有效率,才有可能快速而有效地提升整体的阅读效率。

常有人问我:阅读是不是主要靠天分?天生看文字的习惯很慢,是否无法改善?没兴趣的资料读得慢、感兴趣的资料读得快,是正常的事吗?看书时老是无法掌握重点,怎么办?各式各样的疑问,其实都系于一个关键——阅读技巧,所以我才决定要写这么一本书,希望能帮助读者了解阅读的大蓝图,能从宏观的角度来看待“阅读”一事。

此外,本书也希望让读者清楚了解“阅读”在整个学习过程中的位置,并知道依不同的阅读目的,采用不同的阅读方式及阅读技巧,达到最舒适、愉快,最能被接受,消极来说,也足以“应付”或“过关”。

而一切可以采取的阅读策略,至少包括:朗读、默读、速读、视野宽度、勾勒重点、扩充阅读、目标的设定及改变、一边读一边思考、一边读一边做笔记,或运用其他技巧阅读……都可在勾勒出一个广泛阅读的大蓝

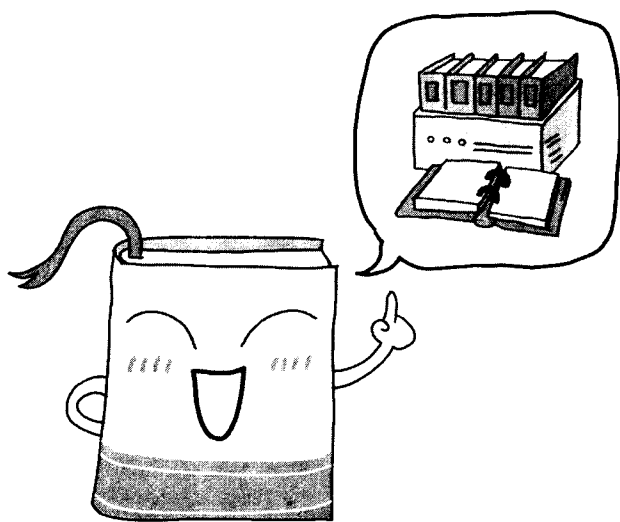
自序

图后,设定深入的阅读框架,并快速有效地完成事先设定的阅读目标。

我相信读者在读完本书之后,将可以更有效地进行阅读,也更有策略地提高阅读的效率。“这样学习最有效”系列将帮助更多的人在最短的时间内变得更聪明,并因此而成为成功的人。

第一章

总 论



开场白

在学习如何阅读之前，首先我希望能先和大家谈一谈“阅读方法”在学习领域中，究竟占着多么重要的地位？

不论做什么事，都讲究方法和技巧，而各式各样的方法、技巧中，有比较好的，也有不太好的。这就像是在舞台上表演连续翻筋斗，事先一定要学会基本动作，再勤加练习，如果一些基本动作没学会，不但不可能轻轻松松连翻几个筋斗，甚至有可能跌得鼻青脸肿、伤筋动骨。



数维思的超效阅读法

第一章 总论

这好比学骑自行车时,一定要先学会平衡,如果学不会平衡,不但无法享受迎风招展的骑车乐趣,而且还要跌上几跤。同样,要享受阅读的乐趣,或者体会有效阅读的好处,最好是针对阅读技巧,做一些调整和改进,才能事半功倍,真正体会到“开卷有益”。

平心而论,只有很少数的人,生下来就热爱读书。绝大多数的人,是懵懵懂懂进了学校,跟着老师摇头晃脑地学习,才从中逐渐体会出读书求学的乐趣。也有一些人,因为以往学习的体验不好,让读书考试破坏了信心和兴趣,导致对读书求学一事感觉无奈而痛苦。

其实,只要找对读书的方法,学习正确的读书技巧,慢慢恢复读书的信心和成就感,找回读书的趣味,并非难事。

这也是为什么许多人随着年龄增加——往往快到中年——才突然一改过去讨厌读书的习惯,重拾书本,找回乐趣,甚至比过去更加用功。原因无他,一部分人是觉得需要,更多的人是因为经过一番历练,学会许多解决问题的方法,使读书学习不再是一件难事。

因此,目前急欲突破阅读障碍的人,需要看这本书;目前虽未在阅读上遇到瓶颈,却自觉理解速度过慢的人,也需要看这本书;尤其是日后需要大量阅读的青年学子,更需要借由本书,建立正确的阅读心态和阅读技

巧,让“阅读”这件事,不但成为快速吸收资料的来源,更早早成为一生中最享受的事。

老话说:“影响人生五大事,一命、二运、三风水、四积福报、五读书。”命运、风水之说,虽不可恃,但历史殷鉴告诉我们,读书的确是足以改变性格、改变命运、改变人生的重要大事,这也是为什么本书会一再强调:最好每个人都能从小(越早越好)开始,建立正确的读书观念,从中激发出阅读的乐趣,打造灿烂的未来。

学习“如何学习”

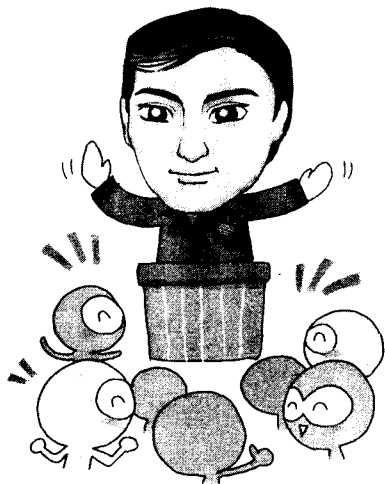
8

我常被传媒称为“学习大师”、“学习专家”,近年的著作包括:《这样学习最有效——戴维思的思达迪学习法》、《这样学习最有效2——戴维思的超效记忆法》、《一天英语开口说》、《赚钱英语开口说》。这些著述都是先从分析整体概念(也就是我常说的学习大蓝图)的角度切入,再针对其中的主支、分支,进行剖析及说明。所以在此,我会先说明整个学习的蓝图,再来详谈“阅读”在其中扮演的角色,这样一来才会取得“见林又见木”的效果。

或许有读者会认为:只要多学习技巧,必能提高阅读能力。但我要澄清的是,如果不能理解阅读既是学习

第一章 总论

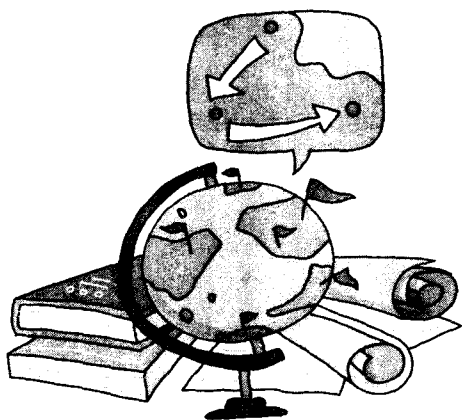
之钥,也是打开智能之眼的一扇门,就不可能认真、严肃地看待阅读这件事,并从心态上重视和阅读相关的学说、理论。



同时,所谓“勤能补拙”或“努力有成”,必须在正确的方向、正确的方法下进行。如果努力的目标缺乏蓝图,努力的方向有所偏差,努力的方法大有错误,那么就有可能越努力距离目标越远,越不可能达到心中的理想。

这就像是小时候,我曾经立志要在30岁前游五大洲,40岁前造访100个国家,50岁前环游世界。当我进行旅游计划前,必须先看看地球仪或世界地图,决定要去

哪里旅行；接着再收集打算前往的国家或地区的资料，进行详读和规划，决定每一次旅行的路线；再着手准备，如此才逐步完成周游世界各国的目标。



再如，到餐厅吃西式或日式自助餐时，进餐前最好先把所有菜色浏览一遍，知道当天有几道主菜，各有什么特色，配菜的种类有多少，汤和面、寿司、饭、点心和水果在哪里，甚至自己当天的胃口如何……再决定是先喝汤还是取哪几样食物吃，或者先吃点心和水果，再吃面包和沙拉。这样才不至于等到快吃饱了，才发现还有许多好菜事先没注意到，或只吃了一堆有热量、没营养的食物，却忘了吃地道的佳肴美食。

第一章 总论

投资理财的道理也相同，必须先对所有投资环境、投资方式有全面的了解，选定自己熟悉的投资方式，再进行实际投资，才能确保拥有最大的成功机会。

学习的道理和制定旅游计划、吃自助餐、投资理财大同小异，都必须先看看大地图（大蓝图），确立好学习方向，再仔细规划“如何进行学习”，接着才实际去学习。

这正是所谓“工欲善其事，必先利其器”，在正式学习前，最好先了解各种必备的学习技巧，再分别加以磨炼，才能对整体学习产生正向加分的效果。毕竟，先学会各种学习技巧，再来学习各种学问和才艺，绝对有助于提高学习的速度和效率。

11

“阅读”是学习之钥

有人说，21世纪是信息爆炸的时代，再也无法“以不变应万变”了！

事实上，随着新世纪的到来，日新月异、千变万化、数量惊人、无所不在的信息，单单使用“爆炸”二字，绝不足以充分形容。每个人每天眼睛看的、耳朵听的、嘴上说的、手上拿的，全部都是新信息、新书、新杂志……若不能快速吸收、消化，一下子就会觉得自己“跟不上时代、和时代脱轨了”。