

<<快速阅读力训练手册>>

图书基本信息

书名：<<快速阅读力训练手册>>

13位ISBN编号：9787800878695

10位ISBN编号：7800878694

出版时间：2005-11

出版时间：中国发展出版社

作者：沃尔特·皮特金

页数：242

译者：王燕平

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<快速阅读力训练手册>>

内容概要

你阅读完下面这段文字，要花费多长时间？
是30秒钟还是3分钟呢？

无论你的阅读速度如何，《快速阅读力训练手册》都堪称一本能够帮助你从阅读中受益匪浅的好书。如果你的阅读速度较慢，本书专门为你提供了提高阅读速度的练习。

如果你的阅读速度较快，本书为你提供了可帮助你从书中汲取更多知识的方法。

无论你遇到了什么阅读问题，本书作者皮特金教授都为你准备了解决的良法。

本书有的章节分析了阅读能力较差的原因、提高阅读能力的窍门，以及如何略读。

与此同时，本书还提供了内容丰富的阅读练习，这些练习既有读起来轻松愉快的小说，又有罗列大量事实的商业报告。

这是一本对每个人来说都可谓开卷有益的书，人人都可从中找得到自己所需要的东西。

无论你平日只阅读一些报纸，无论你是一家出版社的编辑，你都可以从阅读此书中得到启迪。

它将帮助你读破万卷书，获得渊博的知识。

正如本书作者，美国哥伦比亚大学著名教授沃尔特·皮特金教授所言：“本书主要写给那些整天忙忙碌碌，一年到头读不了几篇文章，而自己又因此很不满意、觉得自己读书太少的成年人。

”尽管我们每个人从小就开始接受如何读书的训导，但真正来讲，并不是每个人都会读书。

本书作者根据读物的不同类型，阐述了一些高效阅读的策略和技巧。

如：
· 通读，不要只读局部；读长句子，不要只读字词。

先了解最广泛的含义，如果有必要的话再去细读。

· 阅读是一种方式，因此，它应当遵循学习规律，这便是这些规律中的首要规律。

· 快速而有效地阅读，就是用一种快速而有把握的方式去掌握书面符号所表达的意思。

在把握这些意思时，你必须首先形成将它们与印刷符号联系起来的习惯。

而要做到这一点，你必须知道一个已知符号在各种不同情境下会有的所有重要意义。

· 你的词汇越丰富，阅读能力就越强，不过丰富的词汇量并不仅仅意味着只掌握一些词就行了，还要弄清楚这些词在特殊的上下文中所具有的各种含义。

· 只阅读那些对你日常工作中最为紧迫的任务有重要影响的材料。

不要一古脑儿什么都读，学会在优秀的著作、杂志和参考书中查找资料。

<<快速阅读力训练手册>>

作者简介

沃尔特·皮特金，曾任美国哥伦比亚大学新闻学教授，为美国著名心理学家、记者与作家，毕业于柏林大学，后从事心理学和新闻学的教学工作，还担任过《大英百科全书》的编辑。他一生写下了大量实用而有指导性的畅销之作，帮助人们适应当时的社会环境，改变自己的生活，如《人生40才开始》、《如何有效地阅读》、《放松的艺术》等。

14岁那年，沃尔特·B·皮特金就开始靠放牛、为底特律的一家干货店送货来谋生。16岁至18岁期间，他帮助有关部门在底特律的波兰人居住区进行在校生情况调查，从而赚到了足以让自己跨进大学校门的钱。

随后，他通过向学生卖小商品、给报纸投稿，以及参与其他一些勤工俭学活动，赚到了足够的学费，保证自己顺利完成大学学业。

他的学习了希腊语、拉丁语、法语、德语、语、希伯莱语、阿拉伯语，以及哲学和心理学。

22岁至27岁期间，他在欧洲学习了先进的语言及心理学。

回到美国后，他就职于哥伦比亚大学。

沃尔特·B·皮特金并没有为这些令人羡慕的头衔陶醉，他恰到好处地设立了奖学金，极大地调动起数千莘莘学子的学习热情。

此外，他还在人类行为方式的研究领域，展现出自己独有的才华。

<<快速阅读力训练手册>>

书籍目录

前言第1章“读什么”和“怎样读”我们很多人是根据自己的愿望和心理特点在选择书籍阅读，是根据已经形成的习惯和外部环境的影响在进行阅读。

而且我们觉得读得还不错嘛！

其实不然，这种做法多半是错误的。

阅读是一种艺术阅读的基本规则阅读目的阅读方法阅读标准学习的主要任务学习的两个基本目的读书应在什么上面下工夫阅读技能与书籍的研读第2章学会正确阅读首要而必要的条件是具备精力集中和全神贯注地读书的能力。

没有这种能力的人，就不能正确地阅读。

当然，为了记住和理解所读的内容，记忆力也是必要的。

正确阅读的必要条件自学选书一般准则预先熟悉书的浏览第3章造成阅读能力较差的原因说起来也就是，快而准的阅读就是用一种快速而有把握的方式去掌握书面上符号所指的意思。

要把握这些意思，你必须先养成将它们与印刷符号联系起来习惯：而要做到这一点，你必须知道一个已知符号在各种不同情境下会有的所有重要意义。

你的阅读兴趣你的习惯当时的阅读条件当时的身体状况当时的思维状况第4章如何提高你的眼力一些书浅尝辄止，一些书囫圇吞枣般阅读即可，而一小部分则需要慢慢咀嚼和消化。

也就是说，一些书只部分阅读即可，一些书马马虎虎读一下就行了，而一小部分书则需要勤勉、认真地整个阅读。

快速阅读短语练习你看到并记住了多少如何评估你所掌握的程度第5章如何浏览记住要浏览10篇每篇1000字的文章比浏览10000字的文章难度大得多。

每换一个主题，你都必须重新调整思路，熟悉新的含义，然后逐步深入。

用报刊来测试你的阅读和浏览能力浏览报纸浏览练习用眼睛快速游览第6章用作训练的练习制定时间表时，注意不要过于严格。

最好制定一个容易实现的时间表，不要过于雄心勃勃，因为那样你肯定会实现不了的。

阅读预算附录 阅读进程表

<<快速阅读力训练手册>>

章节摘录

阅读是讲究技巧的。

通常情况下我们怎样阅读呢？

有人说：“愿意怎么读，就怎么读吧。”

因此，我们很多人是根据自己的愿望和心理特点在选择书籍阅读，是根据已经形成的习惯和外部环境的影响在进行阅读。

而且我们觉得读得还不错嘛！

其实不然，这种做法多半是错误的。

据说，有的歌唱家有一副“天生的好嗓子”。

但这种“天生的”毕竟是罕见的例外。

一般人都必须“正确地练嗓子”。

同样，偶尔也发现自发地形成的正确的阅读，但这也是极其罕见的现象。

通常情况下，我们很多人在阅读方面都有许多缺点，而且有时做得很不好。

这样的阅读不仅会得到益处，反而会有害处。

由于不会读书，我们失掉了会读书之人所能得到的许多好处，这不仅对我们非常不利，而且还能带来其他害处。

要仔细探讨阅读这个问题，我们可以从下列两个方面着手：应当读什么和应当怎样读。

因为在这两个方面，阅读都可能成为有害的东西。

毫无疑问，有一些非常坏的书，它们会带来极大的害处。

例如，那些腐蚀灵魂的黄色书籍就是属于这一类的。

除了内容以外，阅读方法本身也同样能带来害处，既有身体方面的，也有精神方面的害处。

急忙地“贪阅”各种书籍的习惯能引起头痛。

这种习惯会使神经官能症、神经衰弱和其他神经系统的病症有所发展；由于破坏了神经系统的正常活动，也是产生身体上各种病痛的原因之一。

不会读书有时会妨碍天分的正常发展，甚至往往会损害这种天分，譬如，削弱注意力集中的能力，造成记忆力减退等等。

它还能使意志松懈并能削弱思维能力。

还有一种情况也并非不重要，不会读书往往有助于培养两种不欢迎的人：爱说漂亮空话的人和“脑袋里一团糟的人”。

爱说漂亮空话的人是指那些爱讲“豪言壮语”，而实际上心口不一的人。

自己的讲话所表示的思想、感情，对他来讲是完全没有关系的。

他的生活和行为完全由相反的，即他的“真正的”思想和感情来支配的。

“脑袋里一团糟”的人从各处胡乱引用各种知识的片断，而且所引的内容是一些彼此互不联系的（或者完全是虚构的“联系”），没有系统的，一知半解的，甚至是完全没有消化的东西。

当然，这种人的世界观缺乏起码的严整性，所以同这种人谈话简直是受罪。

讲起话来，引文、引句总是那么气壮山河、滔滔不绝，但要琢磨出其总的涵义是徒劳的，而且他从这些材料所引的莫名其妙的结论使人感到惊奇。

这种事谁碰到也会目瞪口呆的。

“脑袋里一团糟”的人是假装博学多闻的结果，是由于不懂得读书、死记硬背和缺乏逻辑训练使他如此的。

假如我们讲不出和阅读方法不正确也有关系的另一种危险性，那就说明我们对阅读的方法不好所造成的有害后果的概括可能很不完全。

这里指的是书本和生活、理论和实践的关系问题。

二者之间的脱节在革命前的知识分子中是一种非常普遍的现象，从而产生了像“书呆子气十足的人”和“泛泛空谈家”之类的有害人物。

这种现象过去在社会科学领域和道德方面尤为普遍。

<<快速阅读力训练手册>>

而且现在也依然存在。

认为革命会自动地、永远彻底消除产生这些有害人物的可能性，是一种过于天真的想法。

农作物中的杂草永远是富有生命力的，锄掉之后如对它们不加注意的时候，它们就又悄悄地、密密麻麻地重新生长出来了。

<<快速阅读力训练手册>>

编辑推荐

你阅读完下面这段文字，要花费多长时间？
是30秒钟还是3分钟呢？

无论你的阅读速度如何，《快速阅读力训练手册》都堪称一本能够帮助你从阅读中受益匪浅的好书。

如果你的阅读速度较慢，本书专门为你提供了提高阅读速度的练习。

如果你的阅读速度较快，本书为你提供了可帮助你从书中汲取更多知识的方法。

无论你遇到了什么阅读问题，本书作者皮特金教授都为你准备了解决的良法。

本书有的章节分析了阅读能力较差的原因、提高阅读能力的窍门，以及如何略读。

与此同时，本书还提供了内容丰富的阅读练习，这些练习既有读起来轻松愉快的小说，又有罗列大量事实的商业报告。

这是一本对每个人来说都可谓开卷有益的书，人人都可从中找得到自己所需要的东西。

无论你平日只阅读一些报纸，无论你是一家出版社的编辑，你都可以从阅读此书中得到启迪。

它将帮助你读破万卷书，获得渊博的知识。

<<快速阅读力训练手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>