

Paweł Sygnowski

# Tajemnice szybkiego czytania

bonus

Niniejszy ebook jest własnością prywatną.

Został dołączony jako bonus do zakupionego ebooka  
pt. link do ebooka/ w serwisie [ZloteMysli.pl](http://ZloteMysli.pl)

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z [regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli](#).

© Copyright for Polish edition by [ZloteMysli.pl](http://ZloteMysli.pl)

Data: 20.07.2006

Tytuł: Tajemnice szybkiego czytania

Autor: Paweł Sygnowski

Korekta: Sylwia Fortuna

Skład: Anna Popis-Witkowska

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z [regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli](#).

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli

Złote Myśli s.c.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: [www.ZloteMysli.pl](http://www.ZloteMysli.pl)

EMAIL: [kontakt@zlotemysli.pl](mailto:kontakt@zlotemysli.pl)

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

## SPIS TREŚCI

<u>WSTĘP</u> .....	4
<u>CO TO JEST SZYBKIE CZYTANIE?</u> .....	6
<u>WEWNĘTRZNE I ZEWNĘTRZNE CZYNNIKI WPŁYWAJĄCE NA SZYBKOŚĆ CZYTANIA</u> .....	14
<u>ZACZYNAMY SZYBKO CZYTAĆ</u> .....	16
<u>JAK OD ZARAZ CZYTAĆ SZYBCIEJ?</u> .....	22
<u>PRZYDATNE TECHNIKI SZYBKIEGO CZYTANIA</u> .....	25
<u>ZAKOŃCZENIE</u> .....	33

## Wstęp

Zdawałoby się, że czytać każdy potrafi. Jednakże pytanie powinno brzmieć nie „czy”, ale „jak?”. Doświadczenia, które swoje źródło znajdują w codziennej obserwacji ludzi czytających, prowadzą do wcale niewesołych wniosków. Coraz więcej ludzi skarży się na trudności napotymane w czasie czytania. Mogą być one dwojakiego charakteru: wewnętrznego lub zewnętrznego. Co ciekawsze, duża część czytelników nawet nie zdaje sobie sprawy z popełnianych błędów. Stąd właśnie bierze się negowanie możliwości zwiększenia szybkości czytania do np. ponad 500 słów na minutę. Komuś, kto czyta 200 słów na minutę - co można uznać za przeciętną prędkość czytania - zwiększenie swojej prędkości o ponad 200% może wydawać się być czynem bez precedensu. Bo i co to znaczy, że ktoś szybko czyta? Czy mamy tutaj na myśli, że ktoś potrafi szybko „przemykać” wzrokiem po kartce papieru, czy mamy tu na myśli pewne połączenie dwóch umiejętności: szybkiego „przemykania” oraz rozumienia czytanego tekstu? W końcu, co Ci z tego, że szybko „czytasz”, skoro nic z tego nie rozumiesz? Śledząc klasyczne definicje czytania, widać wyraźnie, że nie obejmują one obu tych elementów razem. Dopiero nowa definicja czytania, oparta na tych elementach, zdaje się być bliższa prawdy. W istocie nie jest ważna znajomość tych definicji, co ich praktycznego znaczenia. Dlatego właśnie tak ważne jest zapoznanie się z tak

popularnymi błędami popełnianymi w czasie czytania. Można to potraktować jako pierwszy krok w nauce szybkiego czytania. I tak jest rzeczywiście. Wystarczy prześledzić kilka książek o szybkim czytaniu, aby przekonać się nie tyle o słuszności, a raczej o popularności takiego podejścia do problemu. Co wynika z tych błędów? Ich uświadomienie pozwoli w jeszcze większym niż dotychczas stopniu docenić wagę czynników wpływających bezpośrednio na sam proces czytania. Dopiero bogatsi o te informacje, możemy zagłębić się w samą istotę praktyczną tematu.

## Co to jest szybkie czytanie?

Na odpowiedź na to pytanie w 90% procent przypadków będzie się składał co najmniej jeden z następujących elementów:

- prędkość czytania;
- rozumienie czytanego tekstu;
- zapamiętanie przeczytanego tekstu.

Dla większości osób szybkie czytanie to czytanie z prędkością co najmniej 1 tysiąca słów na minutę (skrót SNM). Przeciętny Polak czyta z prędkością 200 SNM. Jak ma się jedno do drugiego? Załóżmy, że masz przeczytać 100-stronicową książkę. Jedna strona to przeciętnie 40 wersów, po 8 słów w każdym. A więc na jednej stronie znajduje się 320 słów (40 razy 8). Na 100 stronach jest ich 32000. Przeciętny Polak przeczyta to w 160 minut. Szybki czytelnik czytający 1 tys. SNM w 32 minuty, a więc w 20% czasu przeciętnego Polaka. Widzisz już tę różnicę?

Co się tyczy rozumienia, to jest ono sprawdzane poprzez udzielnie odpowiedzi na pytania co do treści przeczytanego tekstu albo przez samodzielne streszczenie tekstu. Innymi słowy, ktoś kto czyta co najmniej 1 tys. SNM i potrafi odpowiedzieć na pytania do treści tekstu albo sam streścić tę treść, to właśnie szybki czytelnik.

Ale co nam z takiego czytania, z którego nic nie będziemy pamiętać? Problem jest tutaj na tyle istotny i złożony, że napisałem o nim osobną publikację pt. „Szybka nauka dla wytrwałych”, której darmowy fragment możesz pobrać ze strony: [www.szybkanauka.zlotemysli.pl](http://www.szybkanauka.zlotemysli.pl)

Pokrótkę scharakteryzowałem przymioty szybkiego czytania, tak że już wiesz, że szybki czytelnik to ktoś, kto:

- czyta co najmniej kilkaset SNM [tak od 500 SNM wzwyż - średnia wartość to 1 000 SNM];
- rozumie, co czyta [niekoniecznie wszystko, ale to, co najważniejsze];
- pamięta na drugi dzień to, co wczoraj przeczytał.

Jeżeli Ty nie jesteś szybkim czytelnikiem, to znaczy, że nie posiadasz tych cech. Dlaczego?

## **PRĘDKOŚĆ**

Problem z prędkością jest bardzo prosty. Czytasz te swoje 200 SNM i wydaje Ci się, że szybciej nie możesz, bo:

### **TAK CIĘ NAUCZYLI W SZKOLE/PRZEDSZKOLU**

Innymi słowy, masz wykształcone złe nawyki. Rozumiesz o czym piszę? Jeśli nie, to przeczytaj poniższy tekst.

## PODSTAWOWE BŁĘDY SZKOŁY W NAUCE CZYTANIA

Zobaczmy, jak to wyglądało. Miłeś 5 czy 6 lat i w przedszkolu uczyli Cię alfabetu i wymowy poszczególnych liter. Potem musiałeś czytać jakieś historyjki napisane bardzo dużymi literami i artykułować poszczególne litery. A więc miałeś słowa, nauczyłeś się, jak się je pisze, jak wymawia, potem nauczyłeś się jak się je mówi i - na koniec - co ono znaczy. Potem stawałeś przed całą klasą i na cały głos czytałeś to słowo. Czy tak było?

A teraz przypomnij sobie, co się działo, jeśli się pomyliłeś i powiedziałeś jakieś słowo źle - może przekręciłeś jakąś literę albo zgubiłeś? Jeśli byłeś w podobnej do mojej klasie, to usłyszałeś jeden wielki chichot. Nie tylko dzieci, ale także często i nauczyciela. Ja wtedy naprawdę nie chciałem powtarzać tego słowa jeszcze raz, ale nauczyciel kazał...

Pomyśl przez chwilę, co się stało w tamtym momencie. Wykształciło się skojarzenie w Twoim umyśle. Skojarzenie, że czytanie jest czymś złym i stresującym, no bo w końcu jak czułeś się przed tymi wszystkimi dziećmi, nie mogąc wypowiedzieć tego przeklętego słowa? Nieudacznik jest tu chyba dobrym słowem, prawda?

Ale następnego dnia poszedłeś znowu do szkoły i cała historia się powtórzyła. Pojutrze znowu i na następny dzień znowu. A więc już wiesz na całe życie, że czytanie równa się stres. Słowem



wykształciłeś w sobie bardzo, bardzo, ale to bardzo negatywny nawyk.

Wszyscy się zgadzamy, że 5, 6-latki są niesamowicie żywe, inteligentne i ciekawe świata. Ich perspektywy są nieograniczone. Mają bardzo szerokie spojrzenie. Chcą wiedzieć wszystko o wszystkim. A co się dzieje w szkole? Przeliteruj mi ten wyraz. Powoli, głośno i wyraźnie. Zrobiłeś błąd, to jeszcze raz od nowa. I jeszcze raz, i jeszcze raz. W ten sposób uczy się te dzieci artykułować. Zostaje to na całe życie. Czytasz i w głowie powtarzasz sobie to, co czytasz. Litera po literze - na początek, a potem wyraz po wyrazie i zdanie po zdaniu. Non stop. Bez przerwy - przez całe życie.

To nie jedyny zły nawyk wykształcany przez szkołę. Dzieci pomagają sobie w czytaniu placami, długopisem czy ołówkiem, ale przecież nie wolno, bo to źle. Dlaczego? No bo przecież zmniejsza to szybkość czytania. Było tak, czy nie? Co mamy wtedy zrobić? Artykułujemy sobie literki bez pomagania sobie paluszkami. Robimy to dzień potem dwa, trzy, aż wykształca się nawyk na całe życie i potem dziwimy się, dlaczego tak wolno czytamy.

To tyle odnośnie problemów z prędkością. Można je określić jednym słowem - złe nawyki. Ale to nie koniec. Może by i dało się jakoś przeboleć to wolne czytanie, gdybyśmy byli w stanie zrozumieć to, co czytamy. A z tym są wielkie problemy, prawda? Chcesz poznać przyczyny? Jeśli tak, to proszę bardzo.

## ROZUMIENIE

Najpopularniejsze przyczyny nierozumienia czytanego tekstu to:

1. Słaba koncentracja.
2. Ubogie słownictwo. Spotykasz nieznane sobie słowo i zrozumienie całego wywodu szlag trafił.
3. Brak zainteresowania czytany tekst. Ciekawe, prawda? Często czytamy albo jesteśmy zmuszeni czytać coś, co nas kompletnie nie interesuje. Efekt wtedy może być tylko jeden: zero zrozumienia i zapamiętania tekstu.
4. Brak motywacji do zrozumienia. Po prostu nie chce nam się skupić nad czytany tekst, lepiej szybko przelecieć oczami tekst i potem powiedzieć, że się go przeczytało.
5. Nadmierna ambicja. To też ciekawe, prawda? Często zabieramy się do tekstu, którego i tak nie mamy szans zrozumieć, bo np. jest tak przepętniony żargonem naukowym, że na zwykłe słowa nie zostaje już miejsca.

## ZAPAMIĘTYWANIE

A co z zapamiętywaniem? Powtarzam jeszcze raz, że w tej kwestii problem jest tak złożony, że napisałem o tym osobnego ebooka pt. „Szybka nauka dla wytrwałych”, którego darmowy fragment możesz pobrać ze strony: [www.szybkanauka.zlotemysli.pl](http://www.szybkanauka.zlotemysli.pl)

Poznałeś już atrybuty szybkiego czytelnika i powody, dla których nie jesteś nim. Wiesz, czego Ci brakuje. Ponadto wiesz, skąd te braki się wzięły. Mam nadzieję, że nie zdołowałem Cię zanadto. Jeśli tak, to uśmiechnij się, gdyż teraz będzie jeszcze gorzej. Powiemy sobie o wszystkich (znanych, nieznanach, ukrytych i nie ukrytych) błędach i przeszkodach na drodze do zostania szybkim czytelnikiem.

Gotowy??? Jeśli tak, to zaczynamy wymieniać po kolei:

- słaby wzrok
- mała szybkość
- słabe zrozumienie treści
- mało / dużo czasu na czytanie
- duża objętość tekstu
- otoczenie
- nieumiejętność koncentracji
- małe zdolności zapamiętywania
- wiek
- lęk przed szybkim czytaniem
- zmęczenie
- lenistwo
- znudzenie
- brak zainteresowania
- słaba motywacja do szybkiego czytania
- błędna ocena tekstu i okoliczności jego lektury

- nieumiejętność zorganizowanie środowiska czytania
- regresja
- niecierpliwość
- wąski zasób słownictwa
- bezgłośnie wymawianie słów w czasie czytania

Czy coś z tej listy nie brzmi dla Ciebie znajomo? Jestem przekonany, że tak w istocie jest. Wystarczy zastosować elementarne prawa logiki, aby dojść do wniosku, iż należy wyeliminować błędy popełniane w czasie czytania, aby zacząć wreszcie czytać szybko i sprawnie.

Nie jestem jasnowidzem, dlatego też wcale nie twierdzę, że powyższa lista wyczerpuje problem. Z pewnością nie. Ja tylko wymieniam te najpopularniejsze problemy, gdyż daje mi to największą szansę na udzielenie Ci jak najdalej idącej pomocy. Dlatego też, jeśli osobiście masz jakiś problem, o którym tutaj nie piszę, nie wahaj się zwrócić do mnie bezpośrednio na adres: [P.Sygnowski@zlotemysli.pl](mailto:P.Sygnowski@zlotemysli.pl)

Koniec dołowania. Koniec wymieniania. Nadszedł czas działania.

Wiadomo już, jakie są problemy. Wiadomo skąd się wzięły. Pytanie teraz: **jak je zwalczyć?**

Można to zrobić na dwa sposoby. Pierwszy zajmie Ci dosłownie 5 minut. Jest bardzo szybki, konkretny i daje od razu wspaniałe

rezultaty, ale ma jedną wadę. Nie wyczerpuje tematu. Likwiduje pewne przyczyny, ale szkopuł w tym, że nie wszystkie. Dlatego też drugi sposób zajmie Ci czas od kilku tygodni, miesięcy, a może nawet lat, ale ma tę zaletę, że eliminuje praktycznie wszystko.

O tym pierwszym sposobie piszę w tej publikacji. Drugi sposób już znasz, gdyż właściwy ebook, dla którego ta publikacja jest „tylko” dodatkiem, traktuje właśnie o nim.

Moja propozycja dla Ciebie jest następująca. Zapoznaj się z pierwszym sposobem. Jak tylko sam stwierdzisz poprawę u siebie, to uwierzysz w to wszystko i w tym łatwiej weźmiesz się za bary z drugim sposobem, który, nie ukrywam, jest tylko dla wytrwałych twardzieli - ale to już wiesz, prawda?

Co Ty na to? Jeśli Ci to odpowiada, to zaczynamy, ale najpierw dwa słowa o:

## Wewnętrzne i zewnętrzne czynniki wpływające na szybkość czytania

Zaczniemy od wymienienia najważniejszych warunków zewnętrznych:

1. Umiejscowienie i intensywność światła. Najlepsze do nauki jest światło dzienne, a więc Twoje biurko powinno stać przy oknie. Gdy jest to nie możliwe, źródło światła powinno znajdować się za ramieniem, naprzeciwko ręki, którą piszesz; pozwoli Ci to uniknąć cienia i oślepienia blaskiem światła. Światło musi być na tyle jasne, aby oświetlić czytany materiał, ale nie na tyle mocne, by tworzyć ostry kontrast z jego natężeniem w pozostałej części pomieszczenia.
2. Dostępność materiałów. Aby móc spokojnie zabrać się do czytania, musisz zgromadzić pod ręką i wygodnie ułożyć wszystkie materiały, jakie będą Ci potrzebne.
3. Wysokość fotela i biurka. Fotel ma być na tyle wysoki, aby Twoje uda były ułożone równolegle do podłogi lub nieznacznie wyżej. Obie stopy muszą płasko spoczywać na podłodze. Plecy wyprostowane, mięśnie lekko rozciągnięte. Najlepiej, jeśli Twój fotel nie jest ani zbyt twardy, ani zbyt miękki. Biurko powinno mieć od 73 do 81 cm wysokości; jego blat winien być około 20 cm wyżej niż siedzenie.

4. Odległość oczu od czytanego tekstu. Odległość oczu do czytanego tekstu powinna wynosić mniej więcej 50 cm. Utrzymywanie tekstu w tej odległości sprawia, że oczom łatwiej jest wykonywać swoją pracę.
5. Otoczenie. Miejsce, w którym czytasz, powinno być jasne, przestronne oraz urządzone w taki sposób, abyś lubił w nim przebywać.

Z kolei najważniejszej warunki wewnętrzne, to:

1. Właściwy moment. Pora potrafi sprawić, że ten sam materiał może zostać w pełni zrozumiany lub nie zrozumiany wcale. Każdy z nas przechodzi w ciągu doby przez kilka szczytów i załamań „formy” - warto wiedzieć, kiedy najlepiej nam się czyta i czytać właśnie wtedy.
2. Zakłócanie pracy. Gdy odczuwasz jakąkolwiek formę fizycznego lub psychicznego dyskomfortu, zrozumienie czytanego tekstu może na tym bardzo ucierpieć. Rozwiązaniem jest uczynienie z miejsca czytania swego rodzaju „swojego miejsca na świecie”, do którego dostęp masz tylko Ty.
3. Problemy zdrowotne. Nawet tak drobne schorzenia jak przeziębienia czy ból głowy, bardzo obniżają sprawność intelektualną, co strasznie utrudnia jakiegokolwiek czytanie.

To tyle tytułem warunków umożliwiających szybkie czytanie.

## Zaczynamy szybko czytać

Do **rozpoczęcia** nauki szybkiego czytania potrzebujesz kilku rzeczy:

1. Jakiś drukowany tekst, który jest dla Ciebie łatwy i interesujący. Najlepiej, żeby to było coś, co już kiedyś czytałeś.
2. Zaostrzony ołówek.
3. **Sekret numer 1:** od dzisiaj czytaj zawsze z ołówkiem w ręce, który będzie Ci służyć jako wskaźnik. Sprawa jest bardzo prosta. Tak, jak kiedyś wskazywałeś sobie w przedszkolu czy w szkole paluszkiem tę linię tekstu, którą teraz czytasz, tak teraz wróć do tej tradycji, ale stosuj zamiast paluszka ołówek czy długopis. Wiadomo, że na początku będzie Ci się trudno przyzwyczaić, ale nie martw się. Zacznij od podkreślenia każdego słowa w zdaniu. Każdego, a nie co trzeciego. Podkreślaj każde słowo. Wbrew pozorom zwiększy to na starcie szybkość Twojego czytania o 50% oraz podniesie Twój poziom koncentracji i zapamiętania o 10%. Ten sekret korzysta ze starej prawdy mówiącej, iż oczy podążają za przewodnikiem. Tym przewodnikiem jest tutaj właśnie Twój ołówek.
4. **Sekret numer 2:** Koniec obijania się przed komputerem. Od dzisiaj kontynuujesz naukę szybkiego czytania także na komputerze. Jak? Bardzo prosto. Robisz dokładnie to samo,



o czym napisałem wyżej? Jak? Czytasz wszelakiego rodzaju teksty na komputerze, ale zamiast ołówka stosujesz wskaźnik w postaci kursora myszy. Na początek przeskakujesz kursorem z jednego słowa na następne. Nie robisz żadnych odstępów. Już wiesz, że to zwiększy Twoją prędkość czytania o jakieś 50% i dołoży kolejne 10% do poziomu Twojej koncentracji na czytanych tekście.

Proste? Według mnie bardzo, bardzo proste. Ale to nie wszystko. To było na sam początek, teraz przejdziemy do ćwiczeń z prawdziwego zdarzenia i od razu bardzo pozytywna wiadomość dla tych, którzy narzekają na brak czasu.

**Jak długo trzeba robić poszczególne ćwiczenia?** To wydaje się zaskakujące, ale żeby zwiększyć szybkość czytania wystarczą 2 minuty dziennie.

Bez zbędnych wyjaśnień - zaczynamy!

Pierwsze przedstawione tutaj ćwiczenia uczą rytmiki czytania, czyli zachowania stałego tempa czytania. Te ćwiczenia mają spełniać podstawowe zadanie: wyrobienie automatycznych ruchów Twoich gałek ocznych. Najważniejszym elementem tych ćwiczeń jest zachowywanie stałego rytmu, dlatego potrzebne jest Ci początkowo coś, co będzie ten rytm nadawać, może to być np. bardzo cicho puszczona rytmiczna muzyka.

Teraz przeczytaj 1 lub 2 akapity swojego tekstu w czasie nie dłuższym niż jedna minuta. Pamiętaj o zachowaniu stałego tempa czytania. Zaczynij powoli czytać jedno słowo co sekundę (spójniki i inne krótkie słowa możesz łączyć razem). Czytając każde słowo wskazuj je ołówkiem i odczytaj w myśli. **Prawda, że to mało efektywny sposób czytania?** I do tego strasznie powolny, ale w ten sposób (oczywiście pomijając ołówek) czyta większość ludzi na całym świecie.

A teraz drugie ćwiczenie, które bardziej wprowadzi Cię do nauki szybkiego czytania.

Przeczytaj 1 lub 2 akapity tekstu w czasie nie dłuższym niż jedna minuta. Zachowaj stałe tempo i czytaj dokładnie tak samo jak w powyższym ćwiczeniu, lecz tym razem czytaj kolejno po 2 słowa, a ołówkiem wskazuj pomiędzy nimi podczas czytania (gdzieś około podstawy liter, czyli na dole).

Twoje oczy powoli zaczynają się przyzwyczajać do rytmicznego ogarniania tekstu. Możesz więc przejść do ćwiczeń, które pewnie z początku będą sprawiały wrażenie, że rozumiesz z czytanego tekstu coraz mniej i w ogóle nie mają one sensu, ale zachowaj trochę cierpliwości. Wszystko się wyjaśni już po kilku dniach, kiedy zauważysz, że zapamiętujesz znacznie więcej niż podczas czytania, zanim stosowałeś przedstawione tutaj techniki. Pamiętaj, że Twój mózg musi mieć trochę czasu na oswojenie się z nowymi umiejętnościami.

A teraz czas na kolejne ćwiczenie, które będzie przypominało 2 poprzednie.

Przeczytaj 2 do 4 akapitów swojego tekstu w czasie nie dłuższym niż 2 minuty. Zachowaj stałe tempo, lecz tym razem postaraj się czytać po 3 słowa naraz. Jeśli Ci się to uda, to mając taki kąt i szerokość spojrzenia, powinieneś móc przeczytać jeden wiersz z danego tekstu w gazecie, "stosując" tylko 2 spojrzenia. Jeśli masz problem z objęciem wzrokiem trzech słów naraz, nie przejmuj się. Teraz najważniejsze jest, abyś nabył rytm czytania, więc przesuwaj wzrok co trzy słowa i wskazuj je wskaźnikiem (nieco pod środkowym słowem). Nie bój się i nie miej kompleksów, że nie potrafisz do końca prawidłowo wykonać tego ćwiczenia, jeśli nie widzisz całych słów, nie szkodzi, najważniejsze to rytmiczne przesuwanie wzroku po tekście i to jest Twoim głównym celem teraz.

**UWAGA!:** Nie zapomnij przy każdym czytaniu trzech wyrazów wskazać ołówkiem miejsca pod środkowym słowem! Nie przesadzaj z powolnością czytania, chodzi o to, by tempo było na tyle szybkie, byś nie miał czasu przeczytać tych trzech słów zatrzymując wzrok na każdym z nich z osobna. Pamiętaj: jedno spojrzenie = 3 słowa. Jeśli dany wiersz składa się np. z niepodzielnej ilości wyrazów (przez 3, czyli np. 5) to możesz je rozbić na 2 spojrzenia (jedno na 3 słowa drugie na 2), nie staraj się na siłę czytać po 3 słowa (a już na pewno nie czytaj 2 słów z jednej linii tekstu i trzeciego z następnej).

Jeśli czytanie danego tekstu w ten sposób (z jego zrozumieniem) sprawia Ci jakieś problemy, to po prostu powtarzaj to ćwiczenie kilka razy, by dojść do wprawy (początki są zawsze trudne). Nie wolno Ci nigdy zapomnieć o stałym tempie czytania, to bardzo ważne. Opanowanie tej umiejętności będzie procentowało w przyszłości. Nie czytaj też zbyt wolno, ale także nie czytaj zbyt szybko. Jeśli opanujesz już czytanie po trzy słowa ze zrozumieniem, to przejdź do następnego ćwiczenia.

Ostatnie ćwiczenie z tej serii, którego zadaniem jest poszerzenie pola Twojego spojrzenia podczas czytania tekstu. Wykonuj je nie dłużej niż 2 lub 3 minuty.

Pamiętając o zachowaniu stałego tempa czytania, postaraj się przeczytać kilka tekstów (pamiętaj, by nie były Ci one wcześniej znane) zatrzymując swój wzrok tylko raz na każdej linii tekstu. W tym ćwiczeniu ważne jest też coś jeszcze. Nie zatrzymuj wzroku ciągle w tym samym miejscu (na środku), ale zacznij od lewej, a potem przesuwaj swój wzrok z każdą linią trochę w prawo i potem wracaj. Chodzi o to, byś w miał w polu widzenia oczu więcej tekstu. Może jeszcze tego nie wiesz, ale Twój mózg rejestruje nie tylko to, na co bezpośrednio patrzysz (i czemu się przyglądasz), ale też to, co znajduje się po lewej, prawej, nieco do góry i też na dole.

Teraz Cię pewnie zaskoczę, ale... **to już wszystko!**

Z własnego doświadczenia mogę śmiało powiedzieć, że jeśli będziesz powtarzał ćwiczenia z tekstem dość systematycznie, to będziesz w stanie czytać dobrze ponad 500 słów na minutę. A to co najpiękniejsze w tej metodzie szybkiego czytania, to z pewnością krótki czas nauki i w ogóle mała ilość czasu poświęcanego na treningi.

## Jak od zaraz czytać szybciej?

Poniżej znajdziesz szereg wskazówek, których zastosowanie przyniesie efekt w postaci natychmiastowego zwiększenia Twojej prędkości czytania. Zwróć jednak szczególną uwagę na to, do jakiego rodzaju lektury stosują się dane wskazówki. Jedne nadają się do czytania książek, a inne do czytania prasy.

### Jak czytać publikacje?

- Zaczynij od błyskawicznego przejrzenia czytanego tekstu tak, aby zorientować się, co w nim w ogóle jest. Nie koncentruj się na szczegółach, ale zwracaj uwagę na jakieś wyróżniające się elementy.
- Przeczytaj tytuł, nagłówki, tytuły poszczególnych rozdziałów czy sekcji. Przeczytaj pierwsze i ostatnie zdanie na każdej stronie, zwróć też uwagę na wyrażenia wydrukowane pogrubioną czcionką lub wyróżniające się w inny sposób. Poświęć chwilę uwagi na każdy wykres i rysunek.
- W czasie przeglądu zwróć uwagę na te części, które są dla Ciebie szczególnie ważne. Pamiętaj, że absolutną większość tekstów, z dowolnej dziedziny, można w jakiś sposób powiązać z własnymi zainteresowaniami, a przez to skorzystać na ich lekturze. Kiedy już znajdziesz coś interesującego, pomyśl, jak możesz to wykorzystać. Zadaj sobie pytanie, czy to jest to,

czego szukasz? Jeśli nie, zostaw ten tekst i znajdź inny. Jeśli tak, to czy już wiesz wystarczająco dużo? Jeśli nie - przejrzyj raz jeszcze tekst, tym razem wolniej i dokładniej.

- Po zakończeniu przeglądu czekającej Cię lektury, określ, ile czasu zamierzasz poświęcić na wydobywanie z niego wszystkich potrzebnych informacji. I staraj się tego trzymać!
- Korzystaj z powyższych wskazówek - prawie natychmiast przekonasz się, że aktywne czytanie, ukierunkowane na znajdowanie określonych informacji, jest dużo łatwiejsze, szybsze i przyjemniejsze od normalnego czytania.
- Zatrzymaj najważniejsze teksty. Wykorzystaj je powtórnie. Jeśli uznałeś je za ważne, postaraj się powrócić do nich za jakiś czas - powtórne przejrzanie treści, nawet pobieżne, sprawi, że będziesz pamiętał ich treść wielokrotnie dłużej.

### **Jak czytać prasę?**

- Generalna zasada: omijaj wszystko, co już wiesz lub / i Cię nie interesuje; koncentruj się tylko na tym, czego szukasz. Pod żadnym pozorem nie czytaj prasy w całości, czyli od deski do deski, chyba że nie masz co zrobić z wolnym czasem. Określ, czego chcesz się dowiedzieć z dzisiejszej prasy - to może być ogólne stwierdzenie w stylu: „Chcę się dowiedzieć, co nowego w polityce”, albo konkretnie „Chcę wiedzieć, dlaczego akcje firmy XYZ spadły o 40% w porównaniu do stanu z dnia 24 - 5 - 1983 roku”. Im bardziej konkretnie sformułujesz to, czego

szukasz, tym lepiej. Jasny cel zwiększa szybkość czytania, zdolność do znalezienia interesujących Cię informacji oraz stopień ich zapamiętania i zrozumienia.

- Czytaj pod naturalną lub sztuczną presją czasową. Daj sobie na przeczytanie porannej prasy nie więcej niż 10 - 20 minut. Pozwoli Ci to nie tylko podnieść stopień koncentracji, ale także i szybkość czytania [rozumianą tutaj jako szybkość znajdowania interesujących Cię informacji]. Jeśli znajdziesz jakiś długi tekst / artykuł, który wydaje Ci się, że warto przeczytać w całości, to odpowiednio go sobie zaznacz i zostaw do wieczora. Prawdopodobnie wtedy okaże się, że ten tekst nie jest wart nawet kilku sekund Twojej uwagi.
- Nie czytaj nigdy w całości żadnego tekstu prasowego. Czytaj tylko sam nagłówek, pierwszy oraz ostatni akapit. Całą resztę pomiń. Dziennikarze zawierają zwykle 80% informacji właśnie w tych elementach artykułu, a w pozostałej części zwyczajnie „leją wodę”, czyli piszą niby na temat, ale tylko po to, aby sam artykuł był dłuższy, a nie żeby przekazać jakieś istotne informacje. Nie daj się wpuścić w maliny i nie czytaj tego, czego nie trzeba. Sam nagłówek artykułu traktuj jako swoiste kryterium wyboru, czy zatrzymywać się nad tym tekstem, czy nie. Jeśli tak, to przeczytaj pierwszy i ostatni akapit tegoż tekstu. Jeśli nie, to przejdź do następnego artykułu.



## Przydatne techniki szybkiego czytania

Poniżej znajdziesz zbiór technik szybkiego czytania. Niektóre z nich poznałeś już z wcześniejszej lektury samego ebooka, a także tego bonusu. W tym miejscu następuje ujęcie ich w określone ramy, co powinno ułatwić Ci zapoznanie się z nimi oraz ich przyswojenie.

Wszystkie techniki zostały podzielone na dwie kategorie: przed i w trakcie. W kategorii „przed”, znajduje się wybór technik, które należy stosować przed rozpoczęciem samego czytania. Za to kategoria „w trakcie”, zawiera techniki oraz umiejętności, których wartość docenimy dopiero w trakcie samej lektury.

### Kategoria przed:

#### *a) Cel czytania.*

Podstawowa zasada szybkiego czytania to czytanie tylko i wyłącznie z określonym celem. Im bardziej konkretny jest ten cel, tym lepiej dla efektywności oraz szybkości czytania. Dlaczego? Dzięki określeniu tych informacji, których szukasz w danym tekście, możesz celowo i świadomie pomijać wszystkie pozostałe informacje, które nie są Ci potrzebne. Niejednokrotnie może to oznaczać, że ze 100-stronicowej książki będziesz musiał przeczytać

tylko 10 stron albo jeszcze mniej. Czytając dowolny tekst musisz mieć świadomość, że niepotrzebne Ci jest pełne 100% zawartych w nim informacji. Przecież i tak tego wszystkie nie zapamiętasz, a absolutna większość tekstu to popularne „łanie wody”, które nijak ma się do praktycznego zastosowania. Dlatego też szybkie i umiejętnie czytanie to nic innego, jak wyselekcjonowanie tego, co w danym tekście najważniejsze [z punktu widzenia Twojego celu], zrozumienie tych wybranych informacji, a następnie wykorzystanie ich w postaci np. sformułowanych zadań do zrobienia.

Rozpatrzmy teraz kilka celów, jakie mogą przyświecać czytaniu określonych rodzajów tekstów. Dla ułatwienia prześledzimy to na przykładach tekstów prasowych:

- Wiadomości. Przeważnie w zwięzłej, skrótowej formie, bez komentarzy, odpowiadają na podstawowe pytania w rodzaju: co, gdzie, kiedy, jak, z kim, za ile? itp. Czytać wiadomości możesz, aby dowiedzieć się co zrobić w danej sytuacji [np. zadzwonić, pójść, wejść na określoną stronę www itp.] lub aby poznać informacje, w oparciu o które podejmiesz jakąś decyzję [np. czy kupić, czy sprzedać akcje firmy XYZ i ile jednorazowo? Czy zainwestować w tę branżę, czy w jakąś inną?].
- Techniczne [branżowe] artykuły. Przeważnie lektura takich artykułów jest związana z wykonywanym przez Ciebie zawodem, a więc czytasz artykuły, z których chcesz dowiedzieć się czegoś nowego o tym, czym zajmujesz się zawodowo, aby

ulepszyć swój sposób postępowania. Schemat czytania takiego artykułu jest banalnie prosty. Z pewnością masz już solidne podstawy wiedzy związanej z danym zagadnieniem, a więc jedyne co robisz, to wyszukujesz w danym tekście tylko to, czego nie wiesz [np. nowe fakty, techniki, zasady, opinie itp.], a pomijasz całą resztę. Im bardziej jesteś zaawansowany, a więc im więcej już wiesz, tym więcej tekstu będziesz mógł sobie podarować.

- Swobodne artykuły. Jak sama nazwa wskazuje, tego typu teksty są swobodne, a więc charakteryzują się bardzo dowolną strukturą. Mogą być podzielone na rozdziały, ale niekoniecznie. W zależności od tego, kto jest autorem danego artykułu, należy podejść do niego w zupełnie inny sposób. Jeśli autorem jest ktoś nie bardzo znany, to taki artykuł można potraktować jako spojrzenie kogoś obcego z boku na dany temat. Z kolei, jeśli autorem jest ktoś znany, np. światowej sławy ekspert z danej dziedziny, to można założyć, że wyrażone przez niego opinie w danym tekście na dane zagadnienie, zostaną przyjęte przez większą część społeczeństwa i potraktowane jako swoje. W takim wypadku mamy do czynienia z autorem oraz tekstem opiniotwórczym. Praktyczne jego wykorzystanie sprowadza się do ustalenia o co chodzi autorowi, jaka jest jego opinia na dany temat [to wcale nie musi zostać wyrażone dosłownie, ale zwykle można to wyczytać „między wersami”] oraz co z tej opinii [która - zakładamy - stanie się opinią większości społeczeństwa] wynika dla Ciebie. W zależności od stopnia trudności danego

tekstu, czytanie takich rzeczy sprowadza się do szybkiego przebiegania po tekście, sformułowanie tego, co według autora jest ważne oraz sposobu wykorzystania tego na swoje potrzeby. To wszystko.

### ***b) Przegląd.***

Im więcej wiesz o tym, co Cię czeka, tym lepiej dla Ciebie. To stwierdzenie ma zastosowanie praktycznie w każdym aspekcie życia, także w czytaniu. Robiąc wstępny kilkunastominutowy przegląd tekstu, zdobywasz bardzo wiele pożytecznych informacji. Dzięki temu poznajesz w ogólnym zarysie jego strukturę, wiesz, na jakich fragmentach się skoncentrować, a jakie zupełnie pominąć.

O sposobach dokonywania przeglądu szczegółowe informacje znajdziesz w ebooku, do którego bonus właśnie czytasz. Teraz powiemy sobie generalnie, że przegląd to nic innego, jak: przekartkowanie książki [można przeczytać pierwsze zdanie na każdej stronie i / lub ostatnie], zapoznanie się ze spisem treści, przeczytanie indeksu i bibliografii, zapoznanie się z informacjami wydawniczymi, zlokalizowanie wszystkich tabel, wykresów, grafik itp.; zebranie posiadanych już informacji o zagadnieniu, którego dotyczy dany tekst; sformułowanie celu czytania danego tekstu; ustalenie, które części tekstu czytamy, a które pomijamy [i dlaczego]; przygotowanie pytań, na które odpowiedzi poszukasz w tekście. Zebrawszy taki ogrom informacji można w zupełnie inny

sposób podejść do lektury danego tekstu. Nie czytać go w całości, ale zaledwie w 10%, a zdobyć wszystkie potrzebne Ci informacje.

W zrozumieniu sensowności dokonywania przeglądu pomoże Ci przypomnienie sobie o zasadzie 20 na 80. W myśl tej zasady można powiedzieć, że w 20% tekstu znajduje się 80% zawartych w nim informacji. Przegląd to nic innego, jak znalezienie tych 20% tekstu oraz ominięcie pozostałych 80%, w których znaleźć można tylko 20% informacji.

### **Kategoria w trakcie:**

#### *a) Struktura akapitów w danym tekście.*

Znajomość struktury akapitów w tekście stanowi istotny element ułatwiający oraz przyspieszający czytanie. Możemy wyróżnić:

- akapity objaśniające, są to akapity wyjaśniające jakieś „coś”. Może to być określony pogląd, opinia, przykład itp. Przeważnie już początkowe zdania w akapicie objaśniającym dają ogólne pojęcie o tym, czego dotyczy wyjaśnienie lub omówienie, zaś końcowe zdania zawierają wynik lub wniosek, natomiast w środku akapitu znajdują się szczegóły.
- akapity łączące - jak sama nazwa wskazuje - łączą różne części danego tekstu. Z tego powodu są bardzo ważne dla zrozumienia całego tekstu, gdyż stanowią podsumowanie tego, o czym już była mowa w tekście oraz są swego rodzaju „zajawką” [inaczej

można to nazwać darmowym fragmentem] tego, co czeka w dalszej części tekstu. Zwróć na tego typu akapity szczególną uwagę w czasie dokonywania przeglądu.

- akapity opisowe. Tego typu akapity stanowią rozwinięcie wcześniej przedstawionej ogólnej myśli lub zagadnienia. Służą one przeważnie jako ozdobniki, które wydłużają tekst, dlatego zazwyczaj nadają się do pominięcia, ale niekiedy taki opis może stanowić kluczowy czynnik zrozumienia przedstawionego zagadnienia i wtedy należy go uważnie przeczytać.

Należy pamiętać, że w gazetowych artykułach w większości wypadków wystarczy przeczytać kilka pierwszych i ostatnich akapitów, aby zdobyć większość przekazywanych przez dany tekst informacji. Jednakże niektórzy autorzy traktują początkowe akapity jako swego rodzaju wstęp, w którym zapowiadają, o czym będzie mowa w dalszej części, a konkretne informacje zaczynają przekazywać dopiero w środkowej części tekstu.

#### *b) Co czytać, a czego nie czytać?*

Jak już wiesz, niektóre elementy tekstu, który czytasz, możesz [a wręcz powinieneś] pominąć, a inne elementy musisz przeczytać choćby dwukrotnie. Ponadto wiesz już, że dokonywanie wyboru tego, czego będziesz czytał, a co sobie odpuścisz dokonuje się w oparciu o swój, własny cel, czyli odpowiedź na pytanie: po co w ogóle zabierasz się do czytania tego tekstu?

Nie istnieje jakaś magiczna formuła, w oparciu o którą można zawsze i w każdym przypadku stwierdzić, które części danego tekstu warto przeczytać, a które nie. Jednakże w każdym tekście możemy wyróżnić pewne elementy konstrukcyjne, których budowa wymaga zastosowania przez autora określonej strategii pisania. Dzięki temu można uogólniając przewidzieć co w jakim fragmencie tekstu można znaleźć, a z taką wiedzą już tylko krok dzieli nas od stwierdzenia, co czytać, a czego nie.

Przeanalizujmy najbardziej popularne elementy konstrukcyjne tekstów. Są to:

- **Wstęp** jest przeważnie określonym sparafrazowaniem tytułu samego tekstu oraz zawiera jakieś ogólne informacje o danym temacie. Jeśli dany temat nie jest Ci obcy, to takiego wstępu nie ma nawet co czytać. Można jednak spotkać takie wstępy, które zawierają bardzo istotne informacje, np. na temat struktury tekstu, jego zawartości, sposobu wykorzystania itp. Taki wstęp - oczywiście - już należy przeczytać.
- **Informacja.** To esencja tekstu, tego, czego w nim szukasz. Rzecz jasna tekst może zawierać bardzo różne informacje. Czytaj uważnie tylko te, których poszukujesz. Całą resztę pomini.
- **Przykład.** Stanowi objaśnienie abstrakcyjnej informacji. Jeśli sama czysta informacja w postaci stwierdzenia, równania itp. jest dla Ciebie zrozumiała, to tłumaczący go przykład możesz

sobie odpuścić. W przeciwnym wypadku to właśnie dzięki obrazowemu przykładowi opatrzonemu np. ilustracją czy grafiką, będziesz w stanie zrozumieć abstrakcyjną tezę, a więc w takim wypadku należy przeczytać uważnie cały podany przykład.

- Argumenty autora. Często autor, w celu przekonania Cię do swojego punktu widzenia, uzupełnia tekst o elementy świadczące na korzyść przedstawionych przez niego tez. Zwykle tego typu rzeczy nie wnoszą nic nowego do tematu, a jedynie pełnią rolę wypełniacza miejsca, a więc można je pominąć.
- Zakończenie ma na celu podsumowanie przedstawionych w tekście informacji. Jeśli odbywa się to na zasadzie przekroju przedstawionych informacji wraz z wyływającym z tego wnioskiem, to dla celów przypomnienia można przeczytać takie zakończenie. Jeśli autor traktuje zakończenie jako klasyczny wypełniacz miejsca, powtarzając swoje argumenty za czymś lub przeciw czemuś, to należy pominąć takie zakończenie. Z kolei, jeśli cały tekst został skonstruowany w ten sposób, że najpierw autor opisuje dane zagadnienie, a dopiero na samym końcu, w zakończeniu, przedstawiona zostaje jakaś hipoteza, teza, która była udowadniania przez cały artykuł, to na takie zakończenie należy zwrócić baczną uwagę i przeczytać go ze dwa razy.



## Zakończenie

Ta krótka publikacja miała wymiar czysto praktyczny z małą domieszką teorii. W głównym kursie skoncentrowałem się na programie szybkiego czytania, tj. wypełnianiu jego poszczególnych części, czyli zwalczania wszystkich zadawnionych błędów, często popełnianych nieświadomie w czasie czytania. Tutaj za to miałem okazję pokazać inne, krótsze, łatwiejsze i przyjemniejsze podejście do tematu. Rzecz jasna oba te podejścia nie wykluczają się wzajemnie, a uzupełniają. Jeśli uznałeś, że program zaprezentowany w głównym kursie nie jest jeszcze dla Ciebie, że nie masz tyle wytrwałości, siły woli, to m.in. właśnie po to została napisana ta część, abyś mógł wystartować korzystając z zawartych tu rad, a dopiero następnie, po osiągnięciu pierwszych sukcesów uderzyć w główny program. Jeśli jednak przerobiłeś cały program z głównego kursu, to znajdziesz tutaj nowe informacje, które tylko i wyłącznie pomogą Ci utrwalić oraz pogłębić znajomość tematu szybkiego czytania. Słowem - jakby nie licząc, zawsze jesteś na plusie. I to jest odpowiednie podejście.

Napisałem tę publikację jak najprostszym językiem, ale nie jestem cudotwórcą, więc jeśli czegoś nie rozumiesz, masz w stosunku do czegoś jakieś wątpliwości, to nie wahaj się pisać bezpośrednio do mnie na adres: [P.Sygnowski@zlotemysli.pl](mailto:P.Sygnowski@zlotemysli.pl)