

Hãy bắt đầu ngay hôm nay, bạn sẽ đọc được nhanh hơn ít nhất 30% sau một tuần – nghĩa là bạn sẽ đọc được 40 trang trong khoảng thời gian bỏ ra để đọc 30 trang. Không sử dụng máy móc hay thiết bị dưới bất kỳ hình thức nào. Bạn sẽ bắt đầu đến với các bài luyện tập phá vỡ kỷ lục đã giúp hàng trăm nghìn người đạt tốc độ đọc gấp hai và ba lần chỉ trong vài ngày.

LUYỆN ĐỌC SIÊU TỐC*

Hoàng Thị Phương dịch

HỌC CÁCH **ĐỌC NHANH GẤP 3 LẦN** CÙNG VỚI KHẢ NĂNG HIỂU TỐT HƠN, NHỚ ĐƯỢC NHIỀU HƠN VÀ CẢI THIỆN KHẢ NĂNG GHI NHỚ – NGAY TẠI NHÀ – **CHỈ TRONG 6 TUẦN** NGẮN NGŨI.

(*) **BREAKTHROUGH RAPID READING**

Mục lục

Luyện đọc siêu tốc có ý nghĩa như nào với bạn

1. Để tiết kiệm thời gian, hãy bắt đầu ngay hôm nay
2. Kiểm tra tốc độ đọc hiện tại của bạn
3. Bắt đầu sử dụng công cụ đọc có sẵn của bạn
4. Loại bỏ kiểu đọc nháy lại và tăng tốc độ đọc
5. Tăng tốc độ đọc bằng tập luyện
6. Với câu hỏi đơn giản này, bạn sẽ hiểu tốt hơn
7. Đừng chỉ đọc suông

8. Trở thành một trong những người đọc nhanh nhất thế giới
9. Sử dụng dòng chữ kỳ diệu tăng khả năng đọc nhớ tốt hơn
10. Nâng tốc độ đọc bằng một bài luyện khác
11. Nắm được kỹ thuật viết của tác giả và tự cứu mình
12. Đứng để việc sang trang hạn chế tốc độ đọc
13. Biến khó thành dễ
14. Làm thế nào để đọc thật nhanh?
15. Học cách đọc nhanh như khả năng suy nghĩ
16. Cách hiểu ở tốc độ đọc cao

17. Đọc không phát âm từ và không thành tiếng
18. Bạn đã tiến bộ ở mức nào?
19. Nắm được các dấu hiệu đọc giúp bạn tăng tốc
20. Không chỉ có một phương pháp “đọc”
21. Hệ thống giúp bạn đọc hiểu
22. Thay đổi thái độ và tăng tốc độ đọc
23. Đánh giá trước thể loại tiểu thuyết hư cấu thường rất nhanh
24. Thay đổi kiểu di chuyển tay, có thể thay đổi khả năng hiểu
25. Biến việc đọc nghiên cứu thành một trò chơi

26. Xác định mục đích đọc
27. “Lên chương trình” đọc để học hiệu quả hơn
28. Tạo ra các mô hình trực quan giúp bạn ghi nhớ
29. Bằng các kỹ thuật đã được kiểm chứng
30. Phương pháp đơn giản làm sáng tỏ những đoạn văn khó
31. Tăng cường tốc độ đọc nhanh với các bài luyện đặc biệt
32. Đọc báo ngay
33. Đừng lãng phí thời giờ khi đọc thư
34. Tạo thói quen đọc một cuốn sách mỗi ngày
35. Duy trì việc đọc tạp chí và tin tức

36. Xác định tốc độ đọc của bạn tại thời điểm này

Lời cảm ơn

LUYỆN ĐỌC SIÊU TỐC CÓ Ý NGHĨA NHƯ NÀO VỚI BẠN

Học cách đọc nhanh gấp 3 lần
cùng với khả năng hiểu tốt
hơn,

nhớ được nhiều hơn và cải
thiện khả năng ghi nhớ

- ngay tại nhà - chỉ trong 6
tuần ngắn ngủi

Không khó để một người bình thường chạy hết 1 dặm trong vòng 8 phút. Nhưng người chạy nhanh nhất thế giới lại có thể hoàn thành việc này chỉ với nửa thời gian đó.

Nếu theo dõi một nhà vô địch bơi lội trong cuộc đua cự ly 100m, bạn có thể dễ dàng nhận thấy người đó không thể bơi nhanh gấp hai lần so với bạn - cho dù bạn chỉ bơi ở tốc độ vừa phải.

Tuy nhiên, nhiều người lại có thể đọc nhanh gấp ba, gấp năm, thậm chí gấp mười lần so với bạn. Thực tế, với sách giấy, chỉ có vài người - không nhiều - có thể đọc được ở tốc độ đáng kinh ngạc - đọc hết nhiều

cuốn sách với tốc độ chóng mặt.

Có thể bạn biết John F. Kennedy được nhớ đến là một trong số những người sở hữu kỹ năng đọc nhanh này. Khi còn ở Nhà Trắng, Theodore Roosevelt thường đọc một cuốn sách mỗi ngày, vào trước bữa sáng. Còn Oliver Wendell Holmes chỉ cần liếc qua các trang sách trên đường đi bộ đến Tòa án Tối cao là có thể trả lời cực kỳ chi tiết các câu hỏi liên quan đến tài liệu sau đó. Đây chỉ là một vài người nổi tiếng có khả năng đọc nhanh được biết đến. Tuy nhiên, vẫn còn rất nhiều người bình thường khác cũng có khả năng đọc lướt qua sách và tạp chí “với vận tốc của gió”.

Luyện đọc siêu tốc

Phải đến những năm 1940, chúng ta mới có bước đột phá quan trọng đầu tiên về việc đọc nhanh. Một giáo viên trường Salt Lake City đã khám phá ra cách giúp người đọc ở tốc độ trung bình trở thành những người đọc siêu nhanh. Từ đó đến nay, hàng nghìn người đã học và thực hành thành công, tốc độ đọc của họ tăng lên tối thiểu ba lần cùng với việc cải thiện khả năng nhận thức. Tuy nhiên, phương pháp này chỉ có thể được dạy trên lớp và học viên phải trả hàng trăm đô-la để được hướng dẫn.

Giờ đây, tất cả những kỹ thuật mang tính cách mạng này đã

có sẵn để bạn tự học cùng những bài tập dễ thực hiện. Chúng tôi đã mất 4 năm xây dựng, nghiên cứu và thử nghiệm để đưa những phương pháp tự học này đến tay bạn. Giờ đây, bạn có thể học ngay tại nhà vào bất cứ lúc nào rảnh rỗi. Mọi chủ đề và kiến thức của toàn nhân loại sẽ nằm trong tay bạn.

Bằng những phương pháp mới này, bạn sẽ tìm ra cách để có thể trở thành một trong những người đọc nhanh nhất thế giới.

Một số kỹ năng đột phá bạn sẽ học được

Bạn sẽ khám phá ra phương pháp đọc tinh nhanh và hiệu quả hơn. Tinh nhanh hơn

nghĩa là bạn sẽ đọc nhanh một tài liệu nào đó ngang bằng với khả năng suy nghĩ về nó. Bạn sẽ biết khi nào phải tăng tốc và khi nào phải đọc chậm lại. Bạn sẽ học được tất cả “mẹo” của những người đọc tốt. Bạn sẽ lĩnh hội được thông tin với tốc độ mà bạn chưa từng nghĩ đến. Và cả những phương thức tích cực khác.

Bạn sẽ tìm ra cách nhớ những điều mình đã đọc. Sự tập trung chính là bản năng thứ hai trong việc đọc. Bạn sẽ bắt đầu suy nghĩ rõ ràng hơn và sắp xếp việc đọc hằng ngày. Điều này giúp bạn có nhiều thời gian rảnh rỗi dành cho những mối quan tâm bên ngoài. Bạn sẽ trở nên thú vị hơn trong mắt bạn bè, gia đình, và khi có

thêm sự hiểu biết, bạn cũng sẽ tự tin hơn vào chính mình.

Hãy bắt đầu ngay hôm nay, bạn sẽ đọc được nhanh hơn ít nhất 30% sau một tuần - nghĩa là trong cùng một khoảng thời gian, thay vì chỉ đọc được 30 trang thì nay bạn sẽ đọc được 40 trang mà không phải sử dụng máy móc hay bất kỳ thiết bị hỗ trợ nào. Bạn sẽ bắt đầu đến với các bài luyện đột phá, thứ đã giúp hàng trăm nghìn người đạt tốc độ đọc gấp hai và ba lần chỉ trong vài ngày.

Bạn sẽ khám phá ra lối hành văn của người viết, từ đó bạn có thể đọc nhanh hơn nữa. Bạn sẽ bắt đầu với lối viết trừu tượng - lối viết khó nhất. Và

bạn cũng sẽ tìm hiểu nhiều phương pháp đọc khác nhau – đúng vậy, bạn sẽ biết nhiều hơn một cách đọc.

Ngay cả thái độ cũng có thể ảnh hưởng đến tốc độ đọc, và bạn sẽ tìm hiểu xem mình có thể làm gì. Bốn chương được dành để học đọc nhanh – cách học hiệu quả và nhanh hơn, bằng tất cả các phương pháp mới nhất, giúp nhiều sinh viên đạt được điểm số cao mà chỉ mất một nửa thời gian người khác đã bỏ ra. Học cách đọc báo “ngay lập tức” sẽ giúp bạn có thể đọc được nhiều hơn một tờ báo mỗi ngày hoặc nhiều hơn hai cuốn tạp chí mỗi tuần. Và còn nhiều, nhiều hơn thế.

Tôi đã trở thành người đọc

nhANH NHƯ THẾ NÀO?

Tôi sẽ chia sẻ với bạn cách tôi trở thành người đọc nhanh. Năm 1966, tôi đã rất lo lắng về khả năng đọc của mình sau đại học. Khi đó, trên ti vi chiếu đoạn quảng cáo về một người đàn ông trẻ đang lướt ngón tay trên một trang sách và đọc được hàng nghìn từ mỗi phút. Ngay lập tức, tôi đã điện đến Học viện Evelyn Wood Reading Dynamics và đăng ký lớp học vào sáng thứ Bảy. Chỉ trong vài tuần, khóa học thú vị này đã giúp tôi đọc nhanh hơn gấp năm lần. Việc duy trì khả năng đọc như vậy ở trường trở nên dễ dàng một cách khó tin. Trên thực tế, tôi đã vừa duy trì việc nghiên cứu của mình, vừa tiếp tục làm một công việc

toàn thời gian mà vẫn có thể hoàn thành việc tốt nghiệp.

Năm 1967, tôi đã gặp Evelyn Wood, một người phụ nữ tuyệt vời và tận tụy, cô ấy đã dành cả cuộc đời để giúp người khác thay đổi cuộc sống bằng việc đọc sách. Và tôi còn học được từ cô ấy cách tư duy bắt đầu với khả năng lĩnh hội thật nhanh tài liệu giấy. Vài năm sau, tôi không chỉ dạy kỹ năng tuyệt vời này cho nhân viên Nhà Trắng, mà còn trở thành Giám đốc Quốc gia về Giáo dục cho Học viện Evelyn Wood Reading Dynamics – theo yêu cầu của riêng Evelyn Wood.

Sau khi rời Học viện, tôi đã quyết tâm tìm ra một phương pháp giúp mọi người tự học

những kỹ thuật này và đem chúng đến với hàng trăm nghìn người khác – những người không có điều kiện tham gia các lớp học đắt đỏ. Luyện đọc siêu tốc miêu tả một cách toàn diện phương thức tự học mới, bao gồm bài tập dành riêng cho những người tự học. Bạn sẽ tìm thấy toàn bộ lý thuyết và kỹ thuật tốt nhất được dạy trong các khóa đọc nhanh cùng với các kỹ thuật mới tôi đã xây dựng cho lớp học của mình – những thứ không thể tìm thấy ở nơi khác.

Lần đầu tiên, những bí quyết đọc nhanh, đọc siêu tốc được “bày sẵn” cho tất cả mọi người. Ai cũng có thể cầm cuốn sách này và tìm hiểu các nguyên lý,

cũng như kỹ năng cần thiết để trở thành người đọc nhanh và hiệu quả. Thậm chí, cả những người đã hoàn thành các khóa đọc nhanh muốn tiếp tục cải thiện, rèn giũa các kỹ năng hoặc tìm hiểu sâu hơn các vấn đề, đều có thể sử dụng.

Với cuốn sách này, bạn không chỉ học được những kỹ năng đột phá mà còn có thể áp dụng chúng sau một khoảng thời gian cực kỳ ngắn.

Cuốn sách Luyện đọc siêu tốc đang nằm trong tay bạn. Bạn sẽ thay đổi được khả năng đọc của chính mình, và bằng cách đó, cuộc đời bạn cũng sẽ đổi khác.

Peter Kump

1

**ĐỂ TIẾT
KIỆM THỜI
GIAN, HÃY
BẮT ĐẦU
NGAY HÔM
NAY**

Mọi người thường nói rằng họ cần một khóa học đọc nhanh nhưng lại không có thời gian bởi họ

vốn đã phải đọc rất nhiều thứ, từ tờ báo buổi sáng cho đến những e-mail dài dòng. Nhiều người trong chúng ta đang chìm ngập trong biển thông tin. Nếu cho rằng, việc đọc quá nhiều cản trở bạn trở thành người đọc nhanh thì có lẽ bạn nên xét lại. Mặc dù việc rèn luyện trong một hoặc hai tuần đầu có thể “ngốn” của bạn thêm nhiều thời gian, nhưng bạn nên đọc thật nhanh, không chỉ để luyện tập mà còn để đọc hoặc nghiên cứu tài liệu của mình. Nếu không có thời gian cho cả hai thì giờ là lúc bạn nên học cách tiết kiệm khoảng thời gian này.

Việc học kỹ năng đọc hiệu quả tương đối đơn giản. Mỗi lần đọc một chương trong cuốn

sách này, bạn hãy thực hành các bài tập ngắn trước khi chuyển sang chương tiếp theo. Trung bình mỗi phần luyện tập cần khoảng 20 phút, nhưng thường sẽ mất ít thời gian hơn thế. Sau 6 bài học đầu tiên là phần bài tập đặc biệt. Trong thời gian hoàn thành 6 bài học tiếp theo, bạn vẫn phải song song thực hành các bài tập này hằng ngày. Thời gian dành để thực hành bài tập có thể khác nhau, tùy thuộc vào việc bạn muốn kỹ năng đọc của mình được cải thiện đến mức nào. 6 bài học là 6 bí quyết, mỗi bí quyết lại có một phần bài tập riêng.

Tuần đầu tiên sẽ trôi qua rất nhanh. Bạn sẽ học một số thứ liên quan đến cách đọc nhanh,

sau đó hãy tự kiểm tra khả năng đọc hiện tại của mình và bắt đầu quá trình cải thiện tốc độ đọc. Đến cuối tuần này, bạn sẽ đọc nhanh hơn ít nhất 10%, thậm chí còn có thể hơn thế. Tất nhiên, trong khi học đọc nhanh, bạn cũng sẽ đọc cuốn sách này nhanh hơn.

Đọc tinh nhanh là một kỹ năng

Đọc tinh nhanh không phải là một kỹ năng khó học. Đa số việc học của người lớn là học các khái niệm, hoàn toàn khác so với việc phát triển một kỹ năng. Học khái niệm chủ yếu là quá trình phát triển hiểu biết về một vấn đề, có thể đạt được qua việc nghe hoặc đọc. Đây chính là kiến thức ban

đầu. Phát triển kỹ năng cũng cần có kiến thức, nhưng những kiến thức này phải được kết hợp với sự rèn luyện những điều bạn đang học. Đôi khi bạn phải rèn luyện mà không có lý thuyết, vì chỉ khi nào thực hiện được điều đó thì bạn mới có kiến thức.

Có một khác biệt nữa giữa việc học lý thuyết và việc phát triển một kỹ năng. Đôi khi, các lý thuyết có thể học được rất nhanh, đặc biệt với người lớn. Nhưng học một kỹ năng phức tạp như kỹ năng đọc, rất khó có thể đạt được ngay. Bạn phải nắm vững từng khía cạnh của kỹ năng đó trước khi chuyển sang khía cạnh tiếp theo. Đọc trọn cuốn sách này trong một buổi tối và chỉ hiểu về nó thôi

thì chưa đủ.

Cách học kỹ năng thành công

Nhìn chung, trong việc học các kỹ năng mới, việc thực hành mỗi ngày một chút là tốt nhất. Nếu cố học tất cả trong một lúc, bạn có thể hiểu rất nhanh cách thực hiện nhưng lại không thể thực hành tốt. Để nắm được hết nội dung cuốn sách và tiến bộ nhanh nhất, bạn hãy lên kế hoạch mỗi ngày hoàn thành một chương.

Bắt đầu học một kỹ năng mới thường rất khó khăn. Mọi người thường có xu hướng gác lại vào cuối ngày, đặc biệt là khi học lần đầu. Do vậy, một khoảng thời gian kiên định mỗi ngày là điều bắt buộc.

Buổi sáng thường là khoảng thời gian tốt nhất vì những việc khác vẫn có thể hoãn lại đến tối. Trước khi bắt đầu học đọc nhanh, bạn hãy xác định thời gian dành cho việc này mỗi ngày. Nếu đưa việc học vào thời gian biểu hằng ngày, bạn sẽ thấy mình tiến bộ rõ rệt.

Một “học viên” lớn tuổi đã làm được việc đó

Arthur, một trong những học viên lớn tuổi của tôi, là nhân sự cao cấp mới về hưu của một trong những hãng môi giới danh tiếng nhất phố Wall. Ông đã quyết định tiếp tục học tập và phát triển bản thân sau khi nghỉ hưu với một kế hoạch và sự quyết tâm cao độ. Ông cảm

thấy một khóa học đọc hiểu quả sẽ là khởi đầu thú vị.

Có khá nhiều bằng chứng đề cập tới việc “tre già khó uốn” và khi đã bước qua tuổi 60, việc cố học thói quen đọc mới không phải là một việc dễ dàng. Sau bước khởi đầu chậm chạp dưới mức trung bình, giờ đây, Arthur đã đọc được nhanh hơn gấp ba lần, đồng thời nâng cao khả năng hiểu của mình. Nhưng với tôi, việc Arthur khẳng định ông có khả năng đọc hiểu được nhiều hơn và có thể sử dụng tốt các kiến thức đã tiếp thu còn quan trọng hơn bất kỳ con số thống kê nào.

Lưu ý: Không được đọc hết cuốn sách rồi quay lại thực

hành, vì nhiều bài tập sẽ không còn tác dụng khi bạn đã biết phần tiếp theo. Hãy nắm vững từng khái niệm và làm bài tập trước khi chuyển sang chương mới. Nếu làm được như vậy, tôi đảm bảo bạn sẽ cải thiện được kỹ năng đọc của mình.

Một người đọc tốt là một người đọc linh hoạt

Học đọc siêu tốc không đơn thuần là tăng tốc độ đọc. Bạn sẽ học đọc theo một cách hoàn toàn mới. Khi mọi người hỏi làm thế nào tôi đọc được nhanh, tôi không thể trả lời bằng số từ đọc được mỗi phút. Cũng như việc bạn hỏi một tài xế xem anh ta có thể lái xe nhanh ra sao. Anh ta thường

sẽ trả lời rằng, điều đó còn phụ thuộc vào tình trạng xe, điều kiện đường sá, thời tiết, giao thông, mức độ quen thuộc với con đường và mức độ hấp dẫn của việc đi được đến đích.

Tương tự tài xế, một người đọc hiệu quả thay đổi tốc độ tùy thuộc vào mức độ khó của tài liệu, cách tổ chức văn bản, hiểu biết về đề tài và mục đích đọc. Vì vậy, thay vì đọc mọi thứ theo cùng một phương pháp, hãy bắt đầu từ đầu và đọc từng từ cho đến hết, bạn sẽ học được nhiều cách đọc khác nhau, cách điều chỉnh cho phù hợp với mỗi tài liệu để đáp ứng mục đích cụ thể của mình.

Bạn mong đợi học được điều gì?

Đối với thể loại khó đọc nhất như tài liệu kỹ thuật và tài liệu nghiên cứu, sinh viên trung bình có thể giảm bớt từ $\frac{1}{3}$ đến $\frac{1}{2}$ lượng thời gian nghiên cứu của mình và nắm được nội dung tài liệu tốt hơn. Các chuyên gia và doanh nhân có thể đọc được các báo cáo, e-mail, thư từ thông thường và các tạp chí chuyên ngành nhanh gấp 2-4 lần so với hiện tại. Nếu chỉ đọc với mục đích giải trí, cùng hầu hết các thể loại tiểu thuyết và tài liệu dễ đọc, bạn có thể đạt tốc độ nhanh gấp 5-10 lần.

Bạn sẽ không chỉ học để đọc tinh nhanh hơn mà còn học cách đọc hiệu quả hơn. Chẳng hạn, cách hiểu tài liệu nhanh hơn, cách nhớ được những gì

mình đọc, cách xác định mục đích đọc các loại tài liệu khác nhau và cách tập trung tốt hơn. Đọc là một kỹ năng cực kỳ phức tạp và có rất nhiều điều mới mẻ để tìm hiểu về nó. Bất kể nhu cầu đọc của bạn là gì, nếu đặt mình vào các bài học trong cuốn sách này, bạn sẽ bắt đầu cải thiện ngay lập tức, không những trở thành người đọc nhanh hơn mà còn là người đọc hiệu quả hơn chỉ trong 6 tuần.

Sherri Weisman là một học viên nghiêm túc và chăm chỉ của khóa học đọc hiệu quả, cô ấy không chỉ trở thành người đọc nhanh nhất trong nhiều tuần của khóa học mà còn đạt được những thành tích đáng kinh ngạc, khiến nhiều người

sửng sốt, thậm chí hoài nghi. Một lần, tại trường trung học nơi cô ấy đang theo học, giáo viên dành cho học sinh 15 phút cuối giờ để đọc một cuốn sách đã được chỉ định từ đầu giờ. Cô ấy đã hoàn thành nó trong vài phút và loay hoay làm một việc gì đó, khiến giáo viên cho rằng cô ấy đã không tập trung đọc sách như các bạn khác. Khi bị nhắc nhở, cô ấy nói rằng mình đã đọc xong rồi. Giáo viên không tin, liền yêu cầu cô ấy lên đứng trước lớp và nói xem nội dung cuốn sách viết về những vấn đề gì. Cô ấy đã trả lời chính xác nhưng giáo viên vẫn tiếp tục nghi ngờ và một mực cho rằng, cô ấy đã đọc cuốn sách này từ trước khi tới lớp.

Bắt đầu như thế nào?

Việc đầu tiên bạn nên làm là tự kiểm tra và đánh giá khả năng đọc của mình. Điều này có nghĩa là bạn phải xác lập tốc độ đọc khởi điểm và kiểm tra xem mình có thể nhớ được bao nhiêu từ từ những gì đã đọc. Chương tiếp theo sẽ nói về chủ đề này. Trước tiên hãy làm một bài tập ngắn.

Hãy thu thập một số tài liệu sau khi hoàn thành.

Bài tập đầu tiên này là bước chuẩn bị để làm các bài tập khác trong khóa học - và sẽ chỉ tốn tối đa 5 phút. Bạn cần sử dụng bảng theo dõi sự tiến bộ (mẫu ở cuối sách, sẽ sử dụng trong nhiều bài tập và bài thực hành xuyên suốt cuốn

sách này).

BÀI TẬP SỐ 1

Tài liệu: Bảng theo dõi sự tiến bộ (ở cuối sách). Dùng bút mực hoặc bút chì (hoặc có thể sử dụng phần mềm xử lý yêu thích trên máy tính cá nhân. Hãy tạo một tệp riêng cho mục đích này).

Phần thứ nhất: Nếu chỉ còn sống được 6 tháng và có thể đọc 10 cuốn sách trong khoảng thời gian đó, bạn sẽ chọn những cuốn sách nào? Trong 3 phút, hãy liệt kê vào bảng theo dõi sự tiến bộ. Không phải những cuốn bạn cảm thấy mình nên đọc, mà là những cuốn bạn thực sự muốn đọc.

Phần thứ hai: Dành tối đa 2 phút để viết ra bất cứ chủ đề hoặc vấn đề nào bạn muốn tìm hiểu thêm nếu có thời gian.

Sau khi hoàn thành bài tập này, bạn nên thu thập một số tài liệu cần thiết cho chương tiếp theo. Tôi đã nghiệm ra rằng, nếu sinh viên thực hành đọc bằng tài liệu của chính mình - hay các tài liệu mà họ thực sự quan tâm - những khó khăn liên quan đến việc đọc sẽ được giảm đi một cách dễ dàng và họ cũng sẽ tiến bộ nhanh hơn trong khóa học. Tài liệu bạn cần có thể được tìm thấy ngay trong nhà, ở nơi làm việc, trong các hiệu sách, quầy sách hoặc qua các nguồn trực tuyến. Chúng đơn giản là những cuốn sách bạn hay đọc,

những tờ báo và tạp chí mà bạn đặt mua hoặc tài liệu giấy từ các bài báo chọn lọc trực tuyến. Hãy tập hợp lại để sẵn sàng cho việc tự kiểm tra vào ngày mai.

Dụng cụ, tài liệu bạn cần trong tuần đầu

- Bút chì hoặc bút mực.
- Một thiết bị định giờ. Có thể dùng một trong những thứ sau: đồng hồ đeo tay hoặc đồng hồ treo tường/đế bàn có kim giây chuyển động quét, đồng hồ bấm giờ, máy ghi âm băng từ hoặc bất kỳ thiết bị bấm giờ nào đặt được một phút. Nếu muốn, bạn có thể dùng đồng hồ trên máy tính.
- Một cuốn sách để bạn tự kiểm

tra. Đây phải là cuốn sách bạn chưa từng đọc, một cuốn sách có chủ đề phổ biến hoặc một cuốn tiểu sử sẽ là lựa chọn tốt nhất. Tránh các cuốn tiểu thuyết và sách hướng dẫn. Tạp chí thường không phù hợp cho việc kiểm tra vì phần lớn các bài viết không đủ dài.

- Chọn tùy ý một cuốn sách khác. Có thể là cuốn bạn thường đọc giải trí. Không nên chọn sách quá khó và cũng có thể sử dụng cuốn bạn đã đọc từ trước.

- Giấy, khổ A4. (Có thể tạo một tệp trên máy tính để theo dõi sự tiến bộ)

Trong khi tập hợp những vật dụng cần thiết ở trên, bạn cũng nên tìm kiếm những

cuốn sách liệt kê trong bài tập số 1. Mặc dù bài tập đặt giả định rằng, bạn có 6 tháng để đọc những cuốn sách này, nhưng nhiều khả năng bạn có thể đọc hết chúng trong 6 tuần tới. Trường hợp không có sẵn, hãy lên kế hoạch tìm kiếm trong thư viện địa phương, tiệm sách gần nhà hoặc đặt mua trực tuyến. Không nhất thiết phải có tất cả các cuốn sách này cùng một lúc, nhưng bạn phải có chúng khi cần.

Ngay khi có được tài liệu cho tuần này, bạn đã sẵn sàng bắt đầu chương tiếp theo. Hãy xác định mốc thời gian đều đặn hàng ngày để đọc các chương sách, và lên kế hoạch bắt đầu vào thời điểm đó trong ngày mai.

2

KIỂM TRA TỐC ĐỘ ĐỌC HIỆN TẠI CỦA BẠN

Nhiều người cảm thấy mình đọc quá chậm – nhưng lại không biết thực sự mình đang đọc ở mức độ nào. Bây giờ, bạn sẽ tìm hiểu cách thức tự kiểm tra tốc độ đọc và cách đo lường khả năng nhớ những gì đã đọc.

Việc tự kiểm tra sẽ chính xác hơn nếu bạn sử dụng các loại tài liệu thường xuyên đọc như: bài viết về các sự kiện, các văn bản, báo cáo kinh doanh, tiểu thuyết hư cấu, v.v...

Nếu muốn có một bức tranh khái quát hơn về kỹ năng đọc của mình, bạn nên đặt ra kế hoạch tự kiểm tra với ít nhất một cuốn sách. Trong trường hợp này, thể loại của cuốn sách thứ hai nên khác hẳn cuốn thứ nhất: nếu cuốn đầu tiên thuộc thể loại sự kiện thì cuốn thứ hai nên là tiểu thuyết hư cấu hoặc tiểu sử. Bằng việc tự kiểm tra qua một số cuốn sách, bạn có thể thấy được sự thay đổi trong khả năng đọc của mình. Bởi phần lớn chúng ta thường hiểu biết về lĩnh vực này hơn

lĩnh vực kia và sự thay đổi này luôn được thể hiện qua tốc độ đọc.

Tự tính giờ

Để tự kiểm tra, bạn sẽ đọc trong 3 phút và phải tự biết khi nào hết giờ. Việc tự tính giờ không hề khó. Nếu dùng một chiếc đồng hồ bấm giờ, bạn chỉ cần bấm khi bắt đầu, rồi thi thoảng liếc nhìn cho đến khi hết 3 phút.

Nếu dùng máy ghi âm băng từ, bạn hãy ghi âm khoảng thời gian 3 phút theo cách sau:

Thu vào máy: *“Sẵn sàng chưa? Bắt đầu đọc”*.

Giữ im lặng trong 3 phút.

Tiếp đó, ghi vào băng: *"Dừng lại"*.

Nếu dùng đồng hồ đeo tay hoặc đồng hồ để bàn/treo tường có kim giây chuyển động quét, chỉ cần đặt chiếc đồng hồ ở nơi bạn dễ quan sát. Bạn bắt đầu đọc khi kim giây chỉ đến số "12". Thỉnh thoảng liếc nhìn đồng hồ cho tới khi hết giờ. Đừng lo nếu bạn vượt quá thời gian cho phép một chút hoặc chưa đạt mốc thời gian. Một vài giây không tạo ra sự khác biệt lớn và bạn sẽ nhận thấy việc này khá dễ thực hiện. Có thể tìm một người giúp bạn tính giờ, nhưng cách này không thực tế lắm nếu muốn thực hiện nhiều lần.

Thậm chí sẽ còn tiện hơn nếu bạn có máy tính cá nhân và sử dụng đồng hồ trong máy tính.

Tự kiểm tra

Khi đã chuẩn bị đầy đủ sách, bút chì/bút mực, và một thiết bị tính giờ, bạn đã sẵn sàng tự kiểm tra. Khi đọc sách để tự kiểm tra, hãy cố gắng đọc với tốc độ như bạn thường đọc loại sách này. Đừng đọc lướt một cuốn sách giáo khoa như cách đọc một cuốn tiểu thuyết, cũng đừng đọc một cuốn tiểu thuyết như đang học để làm bài kiểm tra.

Để tự kiểm tra, chỉ cần làm theo những bước sau:

Đánh giá khả năng đọc khởi đầu

Hướng dẫn: *Đọc cẩn thận bốn bước. Khi đã nắm rõ các bước, hãy trở lại bước thứ nhất và bắt đầu.*

- Chọn một phần trong cuốn sách kiểm tra, khoảng 10 trang mà bạn chưa từng đọc.

- Trong 3 phút, hãy đọc càng nhiều càng tốt. Sử dụng thiết bị tính giờ.

- Hết 3 phút, đánh dấu bằng bút chì/bút mực chỗ bạn vừa dừng, sau đó gấp sách lại.

- Chuẩn bị một tờ giấy khác cho việc đánh giá khả năng nhớ bằng cách đánh số từ 1-20 ở lề trái. Viết tất cả những gì bạn nhớ được vào tờ giấy này mà không nhìn vào phần đã chọn đọc. Nếu đã tạo một tệp

trong máy tính, bạn hãy làm tương tự như vậy. Việc viết lại này có thể mất đến 6 phút, vì vậy, hãy sử dụng thiết bị tính giờ. (Nếu dùng máy ghi âm băng từ, trước khi tiến hành kiểm tra, hãy ghi âm khoảng thời gian 6 phút này ngay khi hết 3 phút)

Trước khi đọc tiếp hãy thực hiện việc đánh giá khả năng đọc theo các bước trên.

Tính tốc độ đọc

Việc tính tốc độ đọc dựa vào số từ đọc được mỗi phút tương đối dễ dàng nếu bạn làm theo bốn bước sau đây:

Trước tiên, xác định số từ trung bình của mỗi dòng trong cuốn sách. Để làm được việc này,

bạn hãy đếm số từ của 3 dòng kín chữ bất kỳ và chia tổng này cho 3. Ví dụ, nếu đếm được 33 từ trong 3 dòng, số từ trung bình sẽ là 11 từ một dòng. Nhưng nếu 3 dòng này chỉ có 31 hoặc 32 từ, bạn nên tính là 10 từ một dòng, vì khi xác định tốc độ đọc, làm tròn xuống sẽ chính xác hơn.

Thứ hai, đếm số dòng đã đọc trong khoảng thời gian đã cho. Chắc chắn bạn sẽ gặp những dòng ít từ. Trong trường hợp này, hai nửa dòng được tính là một dòng; có thể bỏ qua những dòng chỉ có 1 hoặc 2 từ, và nếu dòng chỉ có 1 từ và có thêm 2 dòng ngắn thì tính là một dòng đầy đủ.

Thứ ba, nhân số dòng đã đọc với

số từ trung bình của mỗi dòng.
Đây sẽ là tổng số từ bạn đã đọc.

Thứ tư, chia đáp số ở bước ba cho số phút dành để đọc, trong trường hợp này là 3 phút, để xác định tốc độ đọc dựa trên số từ mỗi phút. Đáp án sẽ là tốc độ đọc của bạn hoặc số từ mỗi phút.

Xác định tốc độ đọc

1. Trước tiên, xác định số từ trung bình mỗi dòng:

(a) _____ từ mỗi dòng

2. Đếm tổng số dòng đã đọc:

(b) _____

3. Nhân “a” với “b” ra tổng số từ bạn đọc: (c) _____

4. Chia “c” cho số phút bạn đã

đọc: _____ từ mỗi phút

Buổi học đầu tiên trong các khóa học, tôi thường đề nghị mọi người mang theo một cuốn sách để đọc và đọc với tốc độ nhanh nhất trong 1 phút. Rất hiếm người đạt trên 400 từ mỗi phút dù không bị ràng buộc bởi trách nhiệm đọc để kiểm tra, báo cáo, v.v... Rõ ràng, những biểu hiện trên khuôn mặt dễ dàng cho thấy họ đang cố gắng hết sức. Trong một số bài học, tốc độ đọc tương tự này thường là tốc độ thấp nhất - tốc độ đọc nghiên cứu - và đến cuối khóa học khi chúng tôi lặp lại cùng "bài kiểm tra" này, mọi người đều kinh ngạc - không phải họ đã đạt đến tốc độ siêu nhanh, mà so với lúc này, tốc độ đọc tối đa ban đầu

là quá chậm.

Đánh giá khả năng nhớ

Để đánh giá khả năng nhớ ban đầu, hãy đếm tổng số mục liệt kê trong bảng “Đánh giá khả năng đọc ban đầu” mà bạn có thể nhớ. Con số này cho biết mức độ ghi nhớ tài liệu của bạn. Bằng cách đánh giá không chính thức này, bạn có được một phương pháp theo dõi tiến độ tuyệt vời. Bất kỳ lúc nào muốn biết khả năng của mình, bạn chỉ cần làm lại bài kiểm tra này bằng cách sử dụng cùng một cuốn sách nhưng với một đoạn văn khác.

Bài kiểm tra này không nhằm đánh giá khả năng hiểu của bạn, rất khó để có thể đánh giá chính xác khả năng này. Hầu

hết các bài kiểm tra khả năng hiểu đều chỉ là những gì mà người ra đề mong muốn người đọc có thể hiểu theo cách mà họ hiểu. Vì vậy, bạn không nhất thiết phải hiểu theo những gì mà họ muốn. Thực tế, có nhiều nội dung kiểm tra mà ngay chính những người ra đề cũng hiểu không đúng.

Để đánh giá khả năng hiểu của mình thì việc dễ dàng và nên làm nhất là đọc lại hết tài liệu rồi ghi chú từng ý hoặc những chi tiết bạn thấy cần phải hiểu, ghi nhớ. Sau đó, kiểm tra lại tờ giấy để xem bạn có nhớ được nhiều như đã nghĩ không. Tự xếp loại ở mức đáp ứng được (tốt) hoặc cần cải thiện. Đừng tỏ ra chán nản nếu bạn quên nhiều, ban đầu, đa số mọi

người đều như vậy và không ai có thể tự mình nhớ được hết. Khả năng ghi nhớ đầy đủ thông tin từ bộ não là bài kiểm tra khả năng hiểu khó nhất, như bạn đã nỗ lực thực hiện ở đây.

Duy trì bảng theo dõi sự tiến bộ

Khi đã tính được tốc độ đọc và đánh giá khả năng hiểu của mình, bạn hãy ghi lại các con số vào bảng theo dõi sự tiến bộ cho từng chương và bài kiểm tra tương ứng. Nếu cứ tiếp tục ghi chép tất cả các điểm số và tốc độ đọc, bạn sẽ có một bức tranh thú vị về sự tiến bộ của mình khi cải thiện các kỹ năng. (Xem bảng ghi chép ở cuối sách)

Đánh giá kỹ năng hiện tại của mình

Biết được khả năng đọc của người này liên quan đến những người khác như thế nào là điều thú vị, đặc biệt khi bắt đầu khóa học đọc nhanh. Bảng ở trang sau tuy chưa thể đánh giá được một cách cặn kẽ và tỉ mỉ, nhưng nó có thể đưa ra một vài đánh giá chung tương đối tốt.

Đảm bảo bạn đã sẵn sàng khởi động

Nếu thấy tốc độ đọc của mình đạt dưới 120 từ mỗi phút, có thể bạn chưa sẵn sàng bắt đầu khóa học này. Cuốn sách này không gây khó khăn cho bạn, nhưng có thể bạn sẽ nản chí nếu chưa sẵn sàng cho khóa

luyện đọc nhanh. Có nhiều lý do giải thích tại sao bạn chưa sẵn sàng cho khóa học này.

Nếu bạn là người lớn và tốc độ đọc đạt dưới 120 từ mỗi phút, có thể cuốn sách tự kiểm tra của bạn quá khó. Trong trường hợp đó, hãy tự kiểm tra lần nữa bằng tài liệu dễ hơn.

Nếu bạn dưới 15 tuổi, bạn có thể thử đọc thường xuyên một cuốn sách hoặc tài liệu nào mà mình thích, mỗi ngày bỏ ra 30 phút hoặc nhiều hơn, sau một hoặc hai tháng hãy tự kiểm tra lại xem mình đã sẵn sàng chưa.

Nếu đọc bằng ngôn ngữ thứ hai và tốc độ đọc đạt 150 từ mỗi phút hoặc ít hơn, có thể bạn cần phải đọc thêm bằng

thứ ngôn ngữ bạn muốn đọc nhanh để nâng cao vốn từ vựng. Nếu quyết định bắt đầu khóa học này, bạn hãy tham gia từng bước cùng với việc thực hành và đọc thêm thật nhiều.

NẾU TỐC ĐỘ ĐỌC CỦA BẠN:	VÀ KHẢ NĂNG NHỚ CỦA BẠN:
<p><i>Dưới 120 từ mỗi phút:</i> Bạn là người đọc dưới mức trung bình.</p>	<p><i>Đáp ứng hoặc cần cải thiện:</i> Có lẽ bạn nên hỏi ý kiến chuyên gia hướng dẫn đọc nhanh tại một trường đại học hoặc một phòng đọc ở địa phương. Nếu bạn dưới 15 tuổi, cuốn sách này sẽ rất có ích cho bạn. Sau bảng này là phần giải thích đầy đủ hơn.</p>
<p><i>120-180 từ mỗi phút:</i> Tốc độ đọc của bạn đạt dưới mức trung bình nếu bạn trên 16 tuổi.</p>	<p><i>Đáp ứng:</i> Một trong những vấn đề lớn nhất có thể là do bạn đọc chưa đủ. Hãy lên kế hoạch dành thêm ít nhất 30 phút mỗi ngày để đọc sách hoặc tạp chí mà bạn yêu thích.</p> <p><i>Cần cải thiện:</i> Ngoài việc cần thêm thời gian đọc hằng ngày, bạn phải lên kế hoạch dành ra ít nhất 60 phút mỗi ngày làm bài luyện tập, chú trọng vào các bài luyện hiểu.</p>
<p><i>180-240 từ mỗi phút:</i> Bạn là người đọc ở mức trung bình.</p>	<p><i>Đáp ứng:</i> Áp dụng theo cuốn sách này thật cẩn thận sẽ rất có lợi cho bạn.</p> <p><i>Cần cải thiện:</i> Bạn nên làm các bài luyện đọc hiểu và khả năng ghi nhớ thật chăm chỉ. Khoảng thời dành thêm hằng ngày sẽ rất có giá trị, hãy sử dụng những tài liệu bạn thích.</p>

<p><i>240-350 từ mỗi phút:</i> Bạn đạt mức đọc trung bình của bậc Đại học.</p>	<p><i>Đáp ứng:</i> Với việc thực hành thường xuyên, bạn sẽ thấy mình cải thiện nhiều và nhanh chóng.</p> <p><i>Cần cải thiện:</i> Bạn có xu hướng lơ đãng việc đọc, đây có thể là kết quả của những thói quen xấu. Cần thận với các bài tập đọc hiểu sẽ giúp bạn loại bỏ vấn đề này.</p>
<p><i>350-500 từ mỗi phút:</i> Bạn là người đọc trên mức trung bình.</p>	<p><i>Đáp ứng:</i> Bạn sẽ cải thiện tốc độ nhanh chóng. Một số bài tập ban đầu có thể dễ, nhưng hãy làm thật cẩn thận để có được một nền tảng vững chắc.</p> <p><i>Cần cải thiện:</i> Bạn không kiểm soát tốt việc đọc của mình. Bạn cần biết khi nào nên đọc chậm lại. Đặc biệt cần phải chú ý tới bố cục của nội dung tài liệu.</p>
<p><i>Trên 500 từ mỗi phút:</i> Bạn là người đọc xuất sắc.</p>	<p><i>Đáp ứng:</i> Một số kỹ thuật ban đầu có thể khiến cho tốc độ đọc của bạn chậm lại. Hãy kiên nhẫn và bạn sẽ sớm thấy được sự cải thiện.</p> <p><i>Cần cải thiện:</i> Bạn phải chú ý đọc chậm lại và học cách đọc thân trọng khi cần thiết. Sẽ có nhiều thời gian để tăng tốc độ đọc, vì vậy đừng lo về sự giảm tốc độ đọc ban đầu. Chú ý học cách điều chỉnh tốc độ theo mục đích.</p>

Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào về vấn đề này, bạn có thể kiểm tra bằng cách đọc to một bài báo cho ai đó nghe. Nếu cứ 10 từ bạn bị vấp hoặc mắc một từ thì tốt hơn hết bạn hãy tìm đến sự giúp đỡ của chuyên gia.

Giả sử, bạn đã sẵn sàng khởi động. Hãy xác định tốc độ đọc ban đầu của mình, biết cách tính tốc độ đọc theo số từ trong một phút, biết rõ khả năng ghi nhớ những gì đã đọc. Giờ là lúc bắt đầu cải thiện điều đó.

Vài điều về đôi mắt

Nếu gặp trở ngại liên quan đến khả năng nhìn hoặc bị mỏi mắt trong lúc đọc nhiều hơn vài phút một lần, hoặc nếu chưa đi khám mắt trong một hoặc hai năm trở lại đây, thì bạn nên làm việc đó càng sớm càng tốt. Điều này sẽ mang lại hiệu quả tối đa cho thị lực của bạn và bảo đảm sự căng thẳng sinh lý ở mức tối thiểu.

Trong các lớp tôi dạy tại Viện

mắt Pennsylvania ở Pittsburgh, tất cả học viên đều được kiểm tra thị lực. Hơn 30% học viên cần phải chăm sóc mắt. Họ được tư vấn đeo kính, ít nhất để đọc nếu họ chưa có kính. Trường hợp đã đeo kính thường được đề nghị điều chỉnh theo chỉ định hoặc làm các bài tập về mắt.

Các nghề nghiệp liên quan đến mắt có thể gây nhầm lẫn. Dưới đây là chìa khóa giúp bạn vượt qua.

OCULIST: Từ cổ, thường có nghĩa là bác sĩ chuyên khoa mắt.

OPTICIAN: Chuyên gia chế tạo hoặc buôn bán kính mắt nhưng không được cấp phép chỉ định dùng kính hay các bài

luyện tập.

OPHTALMOLOGIST: Bác sĩ chuyên phẫu thuật và điều trị các bệnh về mắt. Người này có thể chỉ định dùng kính cũng như hướng dẫn các bài luyện tập về mắt.

OPTOMETRIST: Chuyên gia được đào tạo chuyên biệt để kiểm tra, đo và điều trị những khiếm khuyết thị lực bằng kính chuyên dụng cùng các phương pháp khác, ví dụ các bài luyện tập về mắt. Các chuyên gia này không được phép thực hiện phẫu thuật. Tại một số nước, họ có thể sử dụng thuốc trong chẩn đoán cũng như phục vụ các mục đích điều trị.

3

BẮT ĐẦU SỬ DỤNG CÔNG CỤ ĐỌC CÓ SẴN CỦA BẠN

Có thể bạn sẽ ngạc nhiên khi biết mình vốn sở hữu “máy đọc” tuyệt vời nhất, chưa từng được khám phá: Đôi bàn tay. Hàng trăm nghìn đô-la được chi cho

những cái máy bắt mắt để tăng tốc độ đọc, thậm chí cả các phần mềm máy tính, nhưng không thiết bị nào có thể giúp đạt được tốc độ như bàn tay.

Mắt làm gì khi bạn đọc?

Trước khi học đọc bằng tay, bạn nên biết tại sao mình đọc chậm. Và trước tiên, bạn phải hiểu đôi điều về hoạt động của mắt khi đọc. Đôi mắt liên tục đảo quanh với những chuyển động rung giật nhẹ. Để nhìn một thứ gì đó, mắt cần phải dừng lại và tập trung vào mục tiêu trong chốc lát để ghi nhận hình ảnh. Hiện tượng này phần nào tương tự như chụp hình bằng máy ảnh.

Chúng ta được dạy cách đọc từng từ một, tức là đạt tốc độ

khoảng 240 từ mỗi phút. Bởi mắt cần $\frac{1}{4}$ giây để tập trung vào một mục tiêu. Do vậy, nếu đọc từng từ theo cách đã học thì cứ $\frac{1}{4}$ giây bạn đọc được một từ. Với cách tính đơn giản, chúng ta đọc được 4 từ mỗi giây hay tốc độ đạt 240 từ mỗi phút.

Đọc nháy lại làm giảm tốc độ một cách đáng kể

Có nhiều khả năng bạn đọc được ít hơn 240 từ mỗi phút. Người có tốc độ đọc trung bình thường mắc chứng đọc nháy lại, quay lại và nhìn từ, cứ đọc được 100 từ thì quay lại khoảng 10 tới 11 lần. Điều này có nghĩa là tốc độ đọc trung bình chỉ đạt khoảng 215 từ mỗi phút.

Có hai kiểu đọc nháy lại, có ý thức và không có ý thức. Đôi khi bạn thấy mình không hiểu rõ một vấn đề nào đó, bạn quyết định quay lại và đọc lại lần nữa. Cách đọc này được gọi là đọc nháy lại có ý thức và không có gì sai cả. Dù không phải là cách nắm nội dung tài liệu hiệu quả nhất, nhưng chắc chắn đó cũng là một cách hữu dụng.

Kiểu đọc nháy lại không có ý thức là do những thói quen xấu hình thành từ khi bắt đầu học đọc. Điều này xảy ra khi mắt bạn quay lại nhìn từ một cách vô thức. Bạn sẽ học được cách loại bỏ thói quen này ngay lập tức và nhờ đó, tốc độ đọc của bạn sẽ tăng lên. Dù đang đọc nhanh hơn mức 240

từ mỗi phút, rất có thể bạn cũng mắc chứng đọc nháy lại. Để đọc nhanh hơn, bước đầu tiên bạn phải học cách loại bỏ thói quen này.

Đôi điều bạn nên biết về điều kiện đọc

Hai vấn đề bạn nên biết về điều kiện đọc sách là ánh sáng và vị trí ngồi/tư thế đọc thích hợp.

Có bao giờ mẹ bạn nói: “Chỗ này không đủ ánh sáng, con sẽ làm hỏng mắt mình mất thôi!” khi bạn đang say sưa đọc một thứ gì đó không? Có thể chính mẹ bạn cũng sai vì người Mỹ có xu hướng bị thừa ánh sáng. Bạn nên đọc trong điều kiện ánh sáng vừa phải, quá chói hay quá mờ đều khiến mắt bạn

bị căng thẳng.

Ánh sáng phù hợp cho việc đọc sách là ánh sáng khuếch tán - ánh sáng không chiếu trực tiếp từ nguồn sáng đến mà qua trung gian của nhiều vật khác hấp thụ năng lượng sáng rồi phát lại, không gây ra hiện tượng lóa trên trang giấy. Khi bạn đọc tài liệu mà mắt không bị mệt mỏi hay căng thẳng thì có lẽ môi trường đó đủ ánh sáng. Một bài kiểm tra thú vị là đặt bàn tay phía trên, cách trang sách nửa mét. Nếu có bóng đậm và sắc nét, tức là quá sáng. Tốt nhất là không có bóng. Các loại đèn nhỏ có cường độ mạnh cũng không phù hợp.

Tư thế đọc

Nhiều người không cảm thấy thích thú khi phát hiện ra tư thế đọc thích hợp nhất là ngồi thẳng, dựa lưng vào tựa ghế. Kiểu ngồi thông thượt, nằm và các tư thế khác đơn giản không phải tư thế đọc tốt nhất.

Đôi khi việc điều chỉnh tư thế ban đầu khiến bạn không thoải mái, nhưng nếu thực sự quan tâm đến tính hiệu quả, bạn sẽ có thể biến nó thành thói quen lâu dài.



Hình 1. Tư thế đọc hiệu quả nhất

Sách được đặt nghiêng tạo góc 400 so với mắt như Hình 1. Đặt sách kiểu này giúp mắt không phải điều chỉnh góc nhìn liên tục. Kết quả là mắt không phải làm việc nhiều và do đó bạn sẽ bớt mệt mỏi. Mọi việc sẽ trở nên dễ dàng hơn nếu bạn dùng một cuốn sách hoặc một tấm bìa dày từ 5-7cm, đặt dưới cuốn sách đang đọc để tạo ra góc 450 - một vị trí thoải mái nhất.

Luôn có những sinh viên hỏi tôi về tư thế đọc trên giường. Tôi thường trả lời bằng cách chỉ cho họ thấy, nếu muốn học đọc nhanh, họ phải quan tâm đến tính hiệu quả. Tất nhiên, bạn có thể đọc trên giường, nhưng đó không phải là nơi được ưu tiên để tăng tốc độ

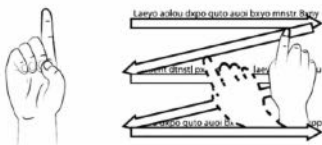
đọc. Bản thân tôi thường đọc rất chậm khi ở trên giường bởi thường xuyên bị chìm vào giấc ngủ.

Cách dùng tay đọc sách

Sử dụng bàn tay để tăng tốc độ đọc của mình, bắt đầu bằng cách chỉ ngón trỏ như ở Hình 2. Sau đó, di đầu ngón tay theo mỗi dòng chữ, ngay dưới những chữ bạn đang đọc. Ngón tay di chuyển đến đâu, bạn đọc theo tới đó. Khi chạy ngón tay đến cuối dòng, hãy nhấc lên khoảng 1cm, nhanh chóng quay lại dòng tiếp theo và bắt đầu lại quy trình đó.

Có thể ban đầu bạn thấy hơi lúng túng, nhưng bạn sẽ quen ngay. Và ngay khi bắt đầu dùng tay đọc, tốc độ đọc của

bạn bắt đầu tăng lên. Đó là bởi nó đã giúp bạn loại bỏ được kiểu đọc nháy lại không có ý thức. Trên thực tế, chỉ cần làm như vậy cũng có thể giúp người đọc trung bình tăng tốc độ từ 10-20%. Nhưng để có được kết quả đó, bạn cần phải rèn luyện. Sau đây là một số bài tập giúp bạn khởi động.



Hình 2. Dùng ngón trỏ làm vật dẫn đường

BÀI TẬP SỐ 2

Tài liệu: *Cuốn sách này.*

Mục đích: *Học kiểu di chuyển tay đầu tiên một cách tự nhiên*

và nhẹ nhàng.

1. Thực hành cách di chuyển tay đầu tiên (dùng ngón trỏ gạch dưới dòng chữ) trong vài phút trên một đoạn văn vô nghĩa trong bài tập này.

2. Đưa ngón trỏ ra, di chuyển tay phía dưới mỗi dòng trong khoảng 1 giây. Đếm to “một” khi di chuyển dưới mỗi dòng chữ.

3. Đến cuối dòng, nhấc ngón tay lên và nhanh chóng trở lại. Cứ tiếp tục với tất cả các dòng chữ, mỗi lần di chuyển như vậy lại đếm “một”.

4. Khi hoàn thành, hãy bắt đầu lại từ đầu. Cứ tiếp tục cho đến khi việc di chuyển ngón tay trở nên nhẹ nhàng, tự nhiên và

không bị giật cục. Bạn không cần phải hiểu những gì mình đọc, chỉ cần nhìn vào những con chữ vô nghĩa.

THỰC HÀNH TRÊN ĐOẠN TÀI LIỆU VÔ NGHĨA

XXXXXX XXX XXXXX XXXX
XXXXXX XXX XXXX XXX
XXXXXX XXXX XX

BB BBBB BBBBBB BBB BBBB BBB
BBBBBBB BBBB BBBBBB BBB
BBBBB

XXXXXX XXX XXXXX XXXX
XXXXXX XXX XXXX XXX
XXXXXX XXXX XX

BB BBBB BBBBBB BBB BBBB BBB
BBBBBBB BBBB BBBBBB BBB
BBBBB

XXXXXX XXX XXXXX XXXX
XXXXXX XXX XXXX XXX
XXXXXX XXXX XX

BB BBBB BBBBBB BBB BBBB BBB
BBBBBBB BBBB BBBBBB BBB
BBBBB

XXXXXX XXX XXXXX XXXX
XXXXXX XXX XXXX XXX
XXXXXX XXXX XX

BB BBBB BBBBBB BBB BBBB BBB
BBBBBBB BBBB BBBBBB BBB
BBBBB

XXXXXX XXX XXXXX XXXX
XXXXXX XXX XXXX XXX
XXXXXX XXXX XX

BB BBBB BBBBBB BBB BBBB BBB
BBBBBBB BBBB BBBBBB BBB
BBBBB

XXXXXX XXX XXXXX XXXX
XXXXXX XXX XXXX XXX
XXXXXX XXXX XX

BB BBBB BBBBBB BBB BBBB BBB
BBBBBBB BBBB BBBBBB BBB
BBBBB

XXXXXX XXX XXXXX XXXX
XXXXXX XXX XXXX XXX
XXXXXX XXXX XX

BB BBBB BBBBBB BBB BBBB BBB
BBBBBBB BBBB BBBBBB BBB
BBBBB

XXXXXX XXX XXXXX XXXX
XXXXXX XXX XXXX XXX
XXXXXX XXXX XX

BB BBBB BBBBBB BBB BBBB BBB
BBBBBBB BBBB BBBBBB BBB
BBBBB

Khi đã dành vài phút làm Bài tập số 2, bạn phải sẵn sàng dùng tay đọc sách. Trong thời gian học và rèn luyện kỹ năng này, đây là bước vô cùng quan trọng bởi từ lúc này việc dùng tay (*làm vật dẫn đường*) đọc sách là tùy thuộc ở bạn. Việc biến bàn tay trở thành bản năng thứ hai khi đọc góp phần vô cùng quan trọng vào sự thành công của bạn.

Bằng cách sử dụng tay làm vật dẫn đường, tốc độ đọc của bạn sẽ tăng lên nhanh chóng, ngay cả bạn cũng sẽ bất ngờ. Gần đây, tôi đã tiếp nhận một học viên trẻ. Cô bé tên Daisy, và đang là học sinh lớp 6. Vì sinh cùng năm, nên em gái Daisy cũng học chung lớp với cô bé. Daisy đã nhiều lần bị nhắc nhở

trực tiếp hoặc gián tiếp về tốc độ đọc, cô bé là một trong những học sinh đọc chậm nhất lớp. Thậm chí, em gái cô bé còn có thể đọc nhanh hơn. Daisy chia sẻ với tôi rằng, một lần trong thư viện, thủ thư đã hỏi cô ấy rằng, cô ấy đang “mân mê” gì cuốn sách vậy. Khi tôi tiến hành kiểm tra, tôi thấy rằng, tốc độ đọc của cô bé hơi thấp hơn một chút so với mức trung bình. Thực ra, điều đó không quá quan trọng, nhưng cô bé bị chú ý bởi bên cạnh cô bé là những học sinh vô cùng xuất sắc. Cũng chính vì vậy mà cô bé luôn cảm thấy tồi tệ mỗi khi đề cập tới việc đọc. Chúng tôi quyết định sẽ cùng nhau tập luyện để thay đổi điều này.

Sau mỗi buổi học, Daisy đều tiến bộ hơn rất nhiều, và giờ đây, cô bé đã có thể bắt kịp được với các bạn cùng lớp. Tôi ước các bạn có thể nhìn thấy sự thay đổi tích cực đó, cô bé đã thực sự rất cố gắng trong suốt một thời gian dài. Hiện tại, tốc độ đọc của cô bé đã được cải thiện một cách diệu kỳ. Và tôi chắc chắn một điều rằng, cô bé sẽ không bao giờ quên sử dụng công cụ “bí mật” của mình - đó là bàn tay - mỗi khi cô bé muốn tăng tốc độ đọc.

BÀI TẬP SỐ 3

Tài liệu: *Một cuốn sách dễ đọc, không phải cuốn sách dùng để kiểm tra.*

Dụng cụ: *Thiết bị định giờ.*

(Đồng hồ đeo tay hoặc đồng hồ trên máy tính đều được)

Mục đích: *Học cách loại bỏ kiểu đọc nháy lại bằng cách dùng tay làm vật dẫn đường.*

1. Mở trang sách bạn muốn bắt đầu đọc. Trong 3 phút, hãy thực hành chạy ngón tay dưới các dòng chữ trong một trang, đếm “một” mỗi khi ngón tay chạy dưới 1 dòng trong 1 giây. Dùng thiết bị định giờ để đảm bảo thực hành phần này trong 3 phút.

2. Trong cùng một cuốn sách, mở đến phần bạn chưa bao giờ đọc, dùng tay để đọc trong 3 phút nữa. Đánh dấu điểm bắt đầu và kết thúc.

3. Tính tốc độ đọc trong 3

phút.

Để thực hiện, bạn hãy làm theo các bước sau:

- Tìm số từ trung bình mỗi dòng (lấy tổng số từ của 3 dòng chia cho 3).
- Đếm tổng số từ ở các dòng đã đọc.
- Tìm tổng số từ đã đọc, lấy “a” nhân với “b”
- Lấy “c” chia cho 3 (3 phút) để tìm ra số từ đọc được trong mỗi phút.

4. Khi biết tốc độ dựa trên số từ đọc được mỗi phút, ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ. 5. Lặp lại từ bước 2 đến bước 4, đọc một đoạn mới và tính tốc độ

đọc.

Sau khi hoàn thành, hãy so sánh với tốc độ đọc ban đầu mà bạn đã ghi lại ở lần tự kiểm tra đầu tiên sau khi hoàn thành. Bạn đã đọc nhanh hơn chưa? Nhiều người đọc được nhanh hơn, trong khi số khác mất thời gian hơn một chút để quen với việc dùng tay làm vật dẫn đường. Trên thực tế, vài người khi bắt đầu dùng tay tiến bộ chậm hơn, nhưng không cần phải lo lắng. Điều quan trọng là phải quen với việc dùng tay.

Ở những bài tập này, bạn đã biết cách dùng tay làm vật dẫn đường. Bạn đang hình thành sự phối hợp mắt-tay: mắt đang học dõi theo tay, tay chỉ đường

cho mắt. Có thể phải mất vài ngày, bạn mới cảm thấy dễ dàng và thoải mái, hoặc không phải để tâm đến những gì mình đang làm.

Hãy cố gắng dùng tay đọc càng nhiều càng tốt trước khi bắt đầu chương tiếp theo. Ronald Vivio, một giáo viên thường làm việc với tôi, khi nhấn mạnh tầm quan trọng của việc đọc được mọi thứ bằng cách dùng tay làm vật dẫn đường, anh nói với sinh viên của mình rằng, không có trường hợp nào ngoại lệ: khi đang lái xe và gặp một biển hiệu dừng, họ phải đọc biển báo bằng tay; khi xem một bộ phim bằng tiếng nước ngoài, anh ấy mong chờ những bàn tay giơ lên, di chuyển theo các dòng phụ đề! Ngày nay,

bạn có thể đưa thêm màn hình máy tính vào danh sách đó - nếu bạn có thể giữ sạch nó. Và những ý tưởng này hoàn toàn không cường điệu chút nào. Những sinh viên dùng tay một cách nghiêm túc khi đọc đang vững vàng trên con đường trở thành người đọc nhanh và hiệu quả.

4

LOẠI BỎ KIỂU ĐỌC NHÁY LẠI VÀ TĂNG TỐC ĐỘ ĐỌC

Nhiều người nổi tiếng có khả năng đọc siêu nhanh. Người ta kể rằng, Samuel Johnson có thể đọc nhanh ngang ngửa với việc ông nhìn vào các trang

sách. Trong khi đó, ở Nhà Trắng, mỗi ngày Tổng thống Theodore Roosevelt thường đọc 1 cuốn sách trước bữa sáng và thỉnh thoảng ông đọc 1 cuốn một ngày. John F. Kennedy được biết đến là người có khả năng đọc được 1.200 từ mỗi phút. Đây chỉ là một trong số rất ít người nổi tiếng có năng khiếu đọc nhanh và chắc hẳn phải có hàng nghìn người khác chưa được biết đến.

Jeanne Leone là người vốn có năng khiếu đọc nhanh ở trong lớp học đầu tiên tôi dạy. Thật ngạc nhiên, trong khi các học viên còn lại của lớp đọc ở tốc độ 400-500 từ mỗi phút thì cô ấy đã vượt mức 5.000 từ mỗi phút ngay từ buổi học thứ hai.

Khi trò chuyện với Leone, tôi phát hiện ra cô ấy thường đọc 1 cuốn sách mỗi ngày trong khoảng một giờ đồng hồ - khi chờ chồng đi làm về. Cô ấy không cho rằng mình là người đặc biệt và hầu hết những người có năng khiếu đọc nhanh tôi từng gặp đều cảm thấy như vậy.

Có thể bạn đã nhận thấy một số học viên khác có khả năng đọc và nhớ thông tin tốt hơn mình. Hồi học lớp 10, tôi có một người bạn có thể đọc một chương được giao trong lớp tiếng Anh mà chỉ mất $\frac{1}{3}$ thời gian đọc của tôi. Cô ấy cũng có thể nhớ được nhiều hơn tôi. Hiện nay, cô ấy đang làm một công việc bán thời gian, cô ấy đã kết hôn và đang là mẹ của

ba đứa con, nhưng vẫn duy trì thói quen đọc khoảng 6 cuốn sách mỗi tuần. Rõ ràng, cô ấy không thể đọc được nhiều sách đến vậy nếu đọc theo cách mà bạn và tôi vẫn thường được dạy.

Mọi người đọc nhanh như thế nào?

Lần đầu học đọc, có lẽ bạn đã nhìn thấy một nhóm các nét chữ riêng lẻ. Bạn nhìn vào từng nét chữ, “L”, rồi “O”, rồi “O” nữa, và cuối cùng là “K”. Nếu nhớ lại chương trước, chỉ mất $\frac{1}{4}$ giây để mắt tập trung vào mục tiêu, bạn có thể dễ dàng tìm ra tốc độ đọc ban đầu của một người. Nếu người này dành $\frac{1}{4}$ giây cho mỗi chữ cái, thì sẽ mất 1 giây để đọc được

một từ có 4 chữ cái. Giả sử trong những cuốn sách ban đầu, trung bình mỗi từ gồm 4 chữ cái, người bắt đầu học đọc sẽ đạt được 60 từ mỗi phút hay 1 từ mỗi giây.

Bước tiếp theo là khi người bắt đầu học đọc nhận ra cả nhóm chữ cái mỗi lần. Bạn có thể thực hành với tên của mình trước. Với những từ dài, có thể bạn phải nhìn tới nửa từ. Khi bắt đầu có khả năng nhận ra nhiều chữ một cách đầy đủ hơn, tốc độ đọc của bạn tăng từ 60 từ mỗi phút lên khoảng 175 từ. Tốc độ đọc của bạn tiếp tục cải thiện từ từ khi bạn đọc nhiều hơn, có thể lên đến 240 từ mỗi phút.

Bước quan trọng tiếp theo

Cách duy nhất đọc được nhanh hơn 240 từ mỗi phút là mỗi lần bạn phải nhìn vào một từ trở lên. Nếu mỗi lần tập trung, mắt bạn nhìn được hai từ thì bạn có thể đọc được 480 từ mỗi phút. Mỗi lần tập trung, với tốc độ nhìn hai từ trở lên, mắt bạn còn có thể đọc được nhanh hơn thế. Khi học được cách nhìn cả từ thay vì các chữ cái riêng lẻ, bạn đã hoàn thành bước thứ nhất. Học cách phản ứng với các cụm từ chỉ là vấn đề thực hành bằng việc lặp đi lặp lại nhiều lần và làm đúng theo các bài luyện tập.

Loại bỏ kiểu đọc nháy lại

Nếu dùng tay để đọc, tức là bạn đã bước đầu loại bỏ được thói quen đọc nháy. Bạn cũng

đang hình thành sự phối hợp chuyển động của mắt với chuyển động của tay. Giờ là lúc nên làm thêm một số bài tập liên quan đến việc loại bỏ kiểu đọc nháy lại và bắt đầu nhìn được nhiều từ hơn mỗi lần. Phần này gồm bài tập đọc đi đọc lại một đoạn văn. Luyện bằng cách đọc lại sẽ giúp bạn giảm hiện tượng đọc nháy lại nhanh hơn, bởi đầu óc có thể thư giãn và không phải nghĩ đến việc đã bỏ qua nội dung gì: vì đã từng đọc nên bạn biết cách tăng tốc độ dễ dàng. Khi biết mình không bỏ qua nội dung gì, bạn có thể tiến hành luyện để mắt chỉ nhìn vào các từ một lần khi đọc.

BÀI TẬP SỐ 4

Tài liệu: Một cuốn sách dễ đọc.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ. (Đồng hồ đeo tay hoặc đồng hồ máy tính đều được)

Mục đích: Học đọc nhanh hơn bằng cách loại bỏ kiểu đọc nháy lại.

1. Mở tới trang bạn muốn bắt đầu. Trong 3 phút, dùng tay đọc càng nhiều càng tốt. Ghi số "1" chỗ bạn dừng lại.

2. Quay lại từ đầu và đọc lại đoạn đó trong 3 phút. Cố gắng đọc nhanh hơn một chút và vượt qua điểm số "1". Đánh dấu mới bằng số "2" nếu bạn đọc được nhiều hơn.

3. Quay lại và đọc lại đoạn đó

trong 3 phút, cố gắng nhanh hơn nữa. Bạn đã thấy những con chữ này rồi, do vậy bạn phải di chuyển nhanh hơn. Hết 3 phút, đánh dấu bằng số “3” nếu bạn đọc được nhiều hơn.

4. Đọc lại đoạn đó một lần nữa, vẫn trong 3 phút cố gắng đọc nhanh hơn. Đánh dấu bằng số “4” nếu bạn đọc được nhiều hơn nữa.

5. Cuối cùng, trong 3 phút hãy đọc một đoạn mới (từ điểm đánh dấu số “4” nếu bạn thích). Phải luôn dùng tay. Khi đọc xong, đánh dấu bằng số “5”.

6. Tính tốc độ cho phần đọc 3 phút sau cùng, từ “4” đến “5”. Để thực hiện, hãy làm theo các

bước sau:

- Tìm số từ trung bình mỗi dòng.

- Đếm tổng số dòng đã đọc.

- Lấy "a" nhân với "b" để tìm tổng số từ đã đọc.

- Lấy "c" chia cho 3 để tìm tốc độ đọc theo số từ đọc được mỗi phút.

7. Khi tự tính được tốc độ đọc, hãy ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

Luôn dùng tay

Vẫn thường có những sinh viên cố học kỹ năng này mà không dùng tay. Có lẽ họ cảm thấy phiền toái hoặc chỉ vì lười. Đôi khi, tôi cảm thấy họ

cho rằng mình vẫn có thể làm tốt hơn mà không cần dùng tay.

Theo tôi, việc học đọc nhanh hơn mà không dùng tay chẳng khác nào cố gắng gõ nhanh hơn mà không cần đến máy tính. Tất nhiên bạn có thể học gõ nhanh mà không cần máy tính, nhưng với một người đã học cách sử dụng máy tính thì họ sẽ cảm thấy dễ dàng hơn nhiều. Cái hay của việc dùng tay để đọc nhanh hơn ở chỗ: nó luôn là “công cụ” sẵn có ở cạnh bạn.

Tôi hy vọng bạn không gặp khó khăn gì trong việc sử dụng tay. Hầu hết mọi người quen dùng tay chỉ sau vài ngày. Nếu áp dụng ngay kỹ năng này vào

tất cả các bài đọc hằng ngày khi đang tham gia khóa học thì chắc chắn bạn sẽ không thể không dùng tay để đọc.

Trước khi chuyển sang bài tiếp theo, hãy dành một giờ đồng hồ đọc bằng cách dùng tay. Có thể đọc một cuốn tạp chí hoặc sách, báo, tài liệu in ra từ Internet, hoặc bất kể thứ gì bạn muốn, nhưng hãy thực hành bằng tay.

Sự tiến bộ

Một số sinh viên hỏi rằng họ phải làm thế nào để chỉ cần làm các bài tập mà vẫn tiến bộ hơn hẳn. Đối với phần lớn các kỹ năng, điều quan trọng nhất bạn có thể làm là thực hành hằng ngày, thậm chí bạn còn phải tiếp tục thực hành ngoài

thời gian yêu cầu. Chú ý - đôi khi bạn sẽ thấy nản nếu giờ thứ hai không cải thiện nhiều hơn so với giờ thứ nhất; có thể đó là một trải nghiệm rất tệ của bạn. Nhưng vào thời điểm này, việc thực hành thêm có thể có giá trị. Nếu bạn có thêm thời gian và muốn tiến bộ trước khi chuyển sang bài tiếp theo, hãy thực hiện theo các bước sau:

- Trong cuốn sách mà bạn thích đọc, làm Bài tập số 4 trong chương này.

- Ngay sau khi làm bài tập, tiếp tục dùng tay đọc sách và trong 10 phút hãy cố gắng đọc được càng nhiều càng tốt.

- Làm lại Bài tập số 4 trong một tài liệu mới.

- Ngay khi hoàn thành bài tập, tiếp tục đọc thật nhanh trong vòng 10 phút. Nếu có thời gian, hãy làm lại nhiều lần trong khoảng 90 phút. Việc này sẽ rất có lợi cho bạn. Làm được như vậy, có thể bạn sẽ ngạc nhiên khi thấy tốc độ đọc của mình bắt đầu tăng lên. Việc loại bỏ kiểu đọc nháy lại mới chỉ là bước đầu và bạn sẽ nhanh chóng nhận ra mình có thể có khả năng đọc được nhanh hơn.

Có nhiều lý do khiến những kỹ thuật này luôn mang lại thành công nhanh chóng. Thứ nhất, đây là phương pháp tự nhiên, xuất phát từ việc quan sát những người vốn đọc nhanh chứ không phải trên cơ sở lý thuyết. Thứ hai, đa phần một

người ban đầu không đọc được không phải vì họ không thể làm được, mà vấn đề là công cụ, cơ thể và não bộ của họ chưa sẵn sàng. Nếu sẵn sàng và có một cơ hội khác, họ sẽ học được một cách dễ dàng.

Joana là một học sinh phổ thông, hiện đang tham gia vào một trong những “lớp dành cho trẻ em” của tôi, cô bé đã rất can đảm đăng ký và học cùng với học sinh lớp 3. Chắc chắn cô bé sẽ nhanh chóng nhận thấy việc tham gia lớp học này là một quyết định sáng suốt. Chỉ với vài buổi học ngắn ngủi, cô bé đã đọc được trên mức trình độ vốn có. Ban đầu, khả năng đọc của cô bé tương đương với trình độ của học sinh lớp 6. Khi tự nhận thấy sự

tiến bộ nhanh chóng, cô bé bắt đầu thực hành nhiều hơn và tất nhiên, cô bé còn tiến bộ nhanh hơn. Kết thúc khóa học, cô bé là một trong những học viên thành công nhất. Tôi chắc chắn rằng, khả năng theo kịp và sự tiến bộ ở trường là phần thưởng tuyệt vời nhất dành cho cô bé.

5

TĂNG TỐC ĐỘ ĐỌC BẰNG TẬP LUYỆN

Ngoài kiểu đọc nháy lại, nguyên nhân khác khiến bạn đọc chậm là đọc nhầm từ. Đây là vấn đề chưa được biết đến rộng rãi, nhưng về cơ bản đó là đọc trong tâm trí, xu hướng nói ra một từ với chính mình. Đọc

nhằm không thực sự phát ra âm thanh, mà là ghi nhớ âm thanh của từ.

Vì chúng ta được dạy đọc to nên hầu như mọi người đều nhằm từ. Sau khi giáo viên biết học sinh đã nắm được các ký tự chính thông qua việc phát âm, họ yêu cầu học sinh tự đọc cho chính mình và hiện tượng đọc nhằm bắt nguồn từ đó.

Mẹo của những người có năng khiếu đọc nhanh thực sự rất dễ hiểu. Hầu hết, mọi người hiểu những từ họ đọc được qua việc nhìn từ, cũng như nói ra những từ đó với chính mình - nói thầm. Những người vốn có khả năng đọc nhanh, bằng cách nào đó, đã phát triển được khả năng chỉ nhìn và

hiểu, do vậy, họ có thể đọc nhanh ngang với khả năng nhìn từ. Mọi người đều làm như vậy khi nhìn vào tranh ảnh hoặc các hình minh họa. Nhưng đối với những người còn lại, chúng ta chỉ đọc nhanh khi đọc bằng tốc độ nói ra các từ với chính mình.

Ba giai đoạn nhẩm từ

Nhẩm từ có thể trải qua một số giai đoạn. Ban đầu những bạn đọc nhỏ tuổi có thể chuyển động môi khi đọc, nhưng không phát ra bất kỳ âm thanh nào. Không khó để kiểm soát vấn đề này. Nếu gặp tình trạng như vậy, bạn hãy đặt chiếc bút chì giữa hai hàm răng khi đọc, hoặc tập tạo ra âm thanh kiểu tiếng huýt sáo, giống tiếng reo

của ấm đun nước, cho tới khi bạn bỏ được thói quen đó thì thôi. Để sửa tật này, bạn thường phải mất vài ngày.

Ở giai đoạn tiếp theo, người đọc không chuyển động môi, mà chuyển động thanh quản, hoặc yết hầu (ở nam giới) mỗi khi nói chuyện. Vấn đề này có thể được ngăn chặn thông qua việc tập luyện về liên hệ phản hồi sinh học.

Giai đoạn cuối cùng, tự nói ra các từ trong tâm trí mà không dùng bất kỳ chuyển động cơ thể nào - nói thầm. Dù có nhận thức được điều này hay không, rất có thể bạn đã làm vậy.

Dạy một người không đọc nhẩm là một việc bất khả thi, mặc dù một số giáo viên quả

quyết họ có thể làm được điều này. Tôi nhận thấy rằng nếu một người có thói quen đọc nhẩm từ, họ thường hiểu được ít sau khi đọc xong, trừ việc có thể nhận thức mình có nhẩm từ hay không. Khi mới bắt đầu học đọc nhanh, mặc dù chưa ghi nhớ được nhiều nhưng bạn sẽ học được cách đọc nhanh hơn tốc độ nhẩm từ vốn có của bạn.

Bí quyết là thực hành đúng

Phần lớn các kỹ năng được phát triển dần dần, cải thiện từng chút một. Điều đó giải thích tại sao hầu hết giáo viên dạy kỹ năng đều theo cùng một phương pháp – từng bước một. Tuy nhiên, đối với việc học đọc nhanh, bạn phải làm

ngược lại. Để luyện đúng, bạn không được nâng tốc độ tương đương với khả năng mình có thể đọc. Thực tế, bạn không chỉ đọc nhanh bằng khả năng của mình mà phải thực hành nhanh hơn nhiều. Mục tiêu của chương này là hiểu được cách luyện tập đúng. Điều quan trọng nhất là bạn phải nắm rõ vấn đề này bởi khả năng thực hành đúng chính là chìa khóa dẫn đến thành công.

Học cách nhận biết thông tin nhanh hơn

Tai của bạn và tai của một người khiếm thị cùng tiếp nhận những âm thanh như nhau. So với bạn, một người khiếm thị có thể nhận biết nhiều thông tin hơn từ những

âm thanh này. Ở nơi bạn chỉ có thể nghe được tiếng bước chân, người khiếm thị sẽ đưa ra đánh giá về tính cách, cũng giống như khi bạn nhìn bao quát một người nào đó. Để học cách nhận biết được nhiều thông tin hơn từ những âm thanh nghe được, có lẽ bạn phải đeo bịt mắt trong một hoặc hai tháng. Khi đó, khả năng nghe của bạn sẽ nhạy bén hơn nhiều.

Để học đọc nhanh hơn, bạn phải làm tương tự. Tại thời điểm này, mắt bạn đang nhìn vào trang sách, bạn nhìn thấy đúng những gì tôi nhìn thấy. Còn tôi có thể “đọc” được những từ đó nhanh hơn bạn nhiều. Nói cách khác, từ những từ ngữ đó, tôi tiếp nhận

được nhiều thông tin hơn trong khoảng thời gian ít hơn. Nếu bạn cũng nhìn vào những chữ đó trong khoảng thời gian ngắn như tôi thì bạn sẽ không thể tiếp nhận được nhiều thông tin như vậy.

Để luyện khả năng tiếp nhận thông tin nhanh hơn, bạn phải đeo “bịt mắt”, duy nhất trong trường hợp này được thay bằng “bịt lỗ tai”. Tất nhiên, không phải là bịt lỗ tai thật vì bạn sẽ không nghe thấy âm thanh thực sự. Khi đọc, bạn chỉ nhớ lại âm thanh của các từ trong tâm trí mình. Bí quyết để thực hành hiệu quả là đọc nhanh hơn khả năng bạn có thể nói những từ đó trong tâm trí, nhưng bạn vẫn phải nhìn thấy tất cả những từ đó.

Bài tập sau đây sẽ giúp bạn học cách thực hành đúng. Bạn phải đặt thiết bị định giờ cho các khoảng thời gian giảm dần. Bạn sẽ bắt đầu đọc trong 3 phút, sau đó giảm xuống 2 phút, rồi 1 phút. Thiết bị định giờ dễ sử dụng nhất cho bài thực hành này là máy ghi âm băng từ. Bạn chỉ cần ghi âm, “Sẵn sàng chưa? Bắt đầu”, và giữ im lặng 3 phút, sau đó nói “Dừng lại”. Sau vài giây lại ghi, “Sẵn sàng chưa? Bắt đầu”, sau đó giữ im lặng 2 phút và cứ tiếp tục như vậy. Tương tự những bài tập khác, bạn có thể dùng bất kỳ loại đồng hồ nào, chỉ cần có kim giây chuyển động quét như trong bài tập này hoặc dùng thiết bị định giờ trên máy tính đều được.

BÀI TẬP SỐ 5

Tài liệu: Chọn một cuốn sách dễ đọc.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ, tốt nhất là máy ghi âm băng từ.

Mục đích: Học cách thực hành nhìn được nhiều hơn một từ mỗi lần bằng việc học cách đạt mục tiêu đề ra.

1. Dùng tay đọc một tài liệu mới trong 3 phút.

Đánh dấu chỗ bạn dừng đọc.

Không bắt buộc: tính tốc độ đọc của bạn.

2. Đọc lại đoạn đó trong 3 phút. Nếu xong trước khi hết thời gian, hãy quay lại điểm xuất phát và bắt đầu lại.

3. Vẫn đoạn văn đó, tập đọc trong 2 phút; đảm bảo đạt được mục tiêu đề ra. Tại thời điểm này, có thể bạn không đọc được hết mọi từ, nhưng đừng lo lắng. Trong 2 phút này, chỉ cần giữ ngón tay di chuyển nhanh nhất có thể trên toàn bộ đoạn văn đã chọn và cố gắng để mắt dõi kịp theo ngón tay.

4. Vẫn đoạn văn đó, thực hành đọc trong 1 phút. Hãy luôn nhớ phải đạt được mục tiêu trong khoảng thời gian đặt ra.

Lưu ý: Qua việc đạt mục tiêu trong 1 phút, bạn đọc được nhanh gấp ba lần so với khả năng của mình có thể đọc được. Cách này được gọi là luyện đọc.

5. Đọc đoạn tài liệu mới trong 1 phút, tính từ điểm kết thúc đoạn vừa thực hành. Đánh dấu chỗ bạn dừng đọc và tính tốc độ đọc:

- Tìm số từ trung bình mỗi dòng.

- Đếm tổng số dòng đã đọc.

- Nhân “a” với “b” để tìm ra số từ đọc được mỗi phút. (Đây là cách tính đọc trong 1 phút nên không cần lấy “c” chia cho số nào khác)

6. Khi đã biết tốc độ đọc, bạn hãy ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

Nếu bạn thấy không căng thẳng và đạt được mục tiêu một cách dễ dàng, thì có thể

bạn sẽ nghĩ mình làm sai điều gì đó. Nhưng thực sự việc này rất dễ. Trong trường hợp bạn không đạt được mục tiêu thì nguyên nhân là bạn đang ráng “đọc”. Vì thế, bạn phải học cách đọc nhanh hơn khả năng của mình, đó mới là ý nghĩa của việc “tập luyện”.

Thông thường, bạn “đọc” các bước đầu cùng bước cuối của các bài tập và thực hành, nhưng hầu như không bao giờ đọc phần giữa. Các bước ở phần giữa thường là bài luyện tập, không phải bài đọc, và điều quan trọng hơn cả là bạn phải đạt được mục tiêu bằng tay. Không nhìn được hết các chữ cũng không phải là vấn đề. Phải bỏ từ hoặc nhảy dòng cũng không quan trọng. Điều

quan trọng là phải đạt được mục tiêu. Ai cũng có thể làm được một cách dễ dàng, bạn chỉ cần di chuyển tay thật nhanh.

Có những học viên nói với tôi rằng, họ không thể di chuyển tay nhanh hơn được. Tôi thường yêu cầu họ giơ tay lên và hươ đi hươ lại thật nhanh. Sau đó, yêu cầu họ làm như vậy dưới các dòng chữ trong khi vẫn mở mắt để nhìn vào những gì họ có thể quan sát được. Với một chút kiên nhẫn, tôi chưa bao giờ có những học viên không đạt tiêu chuẩn.

Đối với bất kỳ kỹ năng nào, việc học cách luyện tập đúng là vô cùng quan trọng. Câu tục ngữ “có công mài sắt có ngày

nên kim” chỉ đúng khi luyện tập đúng cách. Bài tập cuối cùng rất quan trọng, do vậy bạn hãy làm lại ít nhất một lần. Lần này thực hiện nhanh hơn!

BÀI TẬP SỐ 6

Tài liệu, dụng cụ: Như bài tập số 5.

Mục đích: Như bài tập số 5.

- Trong 1 phút, hãy đọc thật nhanh và càng nhiều càng tốt. Đánh dấu điểm dừng đọc.

- Thực hành đọc đoạn văn đó trong 45 giây. Đánh dấu điểm dừng đọc. Nếu bạn về đích sớm, hãy quay lại và bắt đầu đọc lại lần nữa.

- Vẫn cùng đoạn đó, thực hành đọc trong 35 giây.

- Tiếp tục thực hành đọc đoạn văn đó trong vòng 25 giây. Đánh dấu và cố gắng đọc trong khoảng thời gian phù hợp, bởi đọc quá nhanh cũng có thể nảy sinh vấn đề.

- Đọc một đoạn văn mới trong vòng 1 phút. Đánh dấu điểm dừng đọc. Tính tốc độ đọc và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

Thông thường, sau hàng loạt các bài thực hành đọc, bạn sẽ nhận thấy tốc độ đọc tăng lên. Ngay khi bắt đầu luyện đúng cách, nghĩa là luôn đạt được mục tiêu một cách dễ dàng, bạn bắt đầu cải thiện được khả năng đọc nhiều hơn một chữ

mỗi lần. Làm được như vậy, tốc độ đọc của bạn sẽ bắt đầu tăng lên một cách tự nhiên và nhanh chóng.

Sự tiến bộ

Nếu có nhiều thời gian, hãy dành để đọc thêm sách trước khi bước sang bài học tiếp theo, tất nhiên bạn phải dùng tay. Bạn có thể làm lại bài tập cuối cùng trong chương này và sau đó đọc 30 phút. Hãy nhớ càng dùng tay nhiều, tự ép mình đọc nhanh tương đương với khả năng hiểu thì bạn càng tiến bộ và khả năng đọc cũng nhanh hơn.

6

VỚI CÂU HỎI ĐƠN GIẢN NÀY, BẠN SẼ HIỂU TỐT HƠN

Phát triển khả năng đọc hiểu tốt thực chất là phát triển khả năng tư duy tốt. Không ai có thể dạy bạn cách cải thiện tư duy sau một đêm, nhưng bạn có thể

thực hiện một số bước giúp cải thiện nhanh hơn nhiều so với những gì bạn nghĩ.

Từ “hiểu” có hàm ý rất rộng, mà gần như không có chuyên gia nào định nghĩa giống nhau về nó. Với mục đích của cuốn sách này, đọc hiểu có nghĩa là hiểu hoặc nắm được những gì bạn đang đọc. Trong bài kiểm tra sau, nếu bạn không nhớ được định nghĩa này, thì chỉ có thể do bạn không ghi nhớ được thông tin. Khả năng ghi nhớ cũng rất quan trọng, nhưng chúng ta sẽ đề cập vấn đề này trong các chương khác. Bài kiểm tra đọc hiểu thực sự là một bài kiểm tra được mở sách. Chỉ cách đó mới có thể biết được bạn có hiểu tài liệu mình đang đọc không.

Khi bạn không hiểu

Nếu bạn không hiểu một đoạn văn, thường có hai lý do để giải thích cho điều này. Có thể bạn không có đủ vốn từ vựng. Có thể bạn đang đọc một cuốn sách y khoa hoặc cuốn sách về ngôn ngữ lập trình máy tính và đơn giản là có quá nhiều từ chuyên ngành - những từ mà bạn chưa hề có khái niệm. Rõ ràng, đây là nguyên nhân khiến bạn hiểu không đầy đủ về tài liệu. Trong một số trường hợp, có thể gần giống như đọc một ngoại ngữ. Giải pháp hiệu quả nhất cho vấn đề này là bắt đầu bằng những cuốn sách dễ đọc với cùng một chủ đề và dần tiến bộ khi bạn có nhiều kiến thức cũng như nắm nhiều từ vựng về chủ đề

đó hơn. Nếu phải đọc một cuốn sách khó như vậy, bạn vừa phải tìm kiếm, vừa phải ghi nhớ hết những từ mới và khó.

Tuy nhiên, cũng có thể do đoạn văn bạn đọc quá dở hoặc lối viết quá khó hiểu. Một số tác giả cố tình viết những câu văn dài dòng và phức tạp. Đáng tiếc là có không ít người lại cho rằng, những câu văn rườm rà và từ ngữ “ẩn dụ” là một cách viết tốt. Đôi khi đó là do cách tổ chức tài liệu không hợp lý. Nếu bạn gặp phải một trong những vấn đề trên, một số kỹ thuật trong cuốn sách này sẽ giúp bạn khắc phục và học cách hiểu dễ dàng hơn.

Đoạn văn chính là chìa

khóa đầu tiên để hiểu tài liệu

Trong văn viết, mục đích của các đoạn là tổ chức một nhóm các câu thành một đoạn. Do đó, tất cả các câu trong đoạn phải liên quan đến một chủ đề. Bởi đây là khóa học đọc nhanh, và cuốn sách này được coi như là cẩm nang giúp bạn có thể đọc và hiểu hầu hết những gì có trên bàn làm việc của mình, nên chúng tôi sẽ không đề cập đến vấn đề từ vựng nữa.

Bước đầu tiên trong việc phát triển khả năng hiểu là thực hành xác định chủ đề đoạn văn. Thông thường, bạn hiểu vấn đề này mà không hề nghĩ đến nó. Nhưng việc thực hành là cần thiết để bạn có thể xử lý

được mỗi khi gặp những đoạn văn khó. Hãy thử làm bài tập đơn giản này và xem bạn có thể làm nhanh như thế nào:

BÀI TẬP SỐ 7

Tài liệu: Cuốn sách này.

Dụng cụ: Giấy, bút chì.

Mục đích: Học cách xác định chủ đề đoạn văn.

1. Dùng tay làm vật dẫn đường đọc lần lượt từng câu hoặc đoạn văn dưới đây càng nhanh càng tốt và xác định nội dung.

2. Trong một tờ giấy có các chữ từ “A” đến “F”. Sau khi bạn đọc câu hoặc đoạn văn một lần, hãy nhìn vào chỗ khác và viết ngắn gọn nội dung của đoạn

vấn vào giấy.

Chú ý: Điều quan trọng là mỗi đoạn chỉ được đọc một lần! Cố gắng không nhìn lại.

A. Hầu hết các cây có màu xanh.

B. Vào mùa đông, nhiều loài chim bay về phương Nam.

C. John rửa bát, vợ anh bảo anh làm.

D. Bill thích chơi bóng đá. Cậu hy vọng một ngày nào đó sẽ được chơi bóng chuyên nghiệp.

E. Spinoza là triết gia nổi tiếng của Ba Lan. Ông là người Do Thái.

F. Masi là một phụ nữ duyên

dáng có mái tóc ngắn màu đen. Cái tên đặc biệt của cô là một biệt danh. Cha mẹ cô gốc Nhật Bản.

Có thể bạn không gặp khó khăn gì với những đoạn văn đơn giản ở Bài tập số 7. Bạn có để ý thấy chủ đề của mỗi đoạn luôn nằm ở câu đầu tiên không? Đây là trường hợp thường gặp trong mọi bài viết. Trên thực tế, trong các đoạn văn, gần như 95% chủ đề được trình bày ở câu đầu tiên. Đây cũng chính là lý do tại sao câu đầu tiên thường được gọi là câu chủ đề.

Hãy chuyển sang một bài tập khác, sử dụng tất cả những nguyên tắc này và làm thêm một bước nữa. Sau đây là

những đoạn văn dài hơn. Bạn vẫn chỉ cần xác định nội dung của đoạn. Thực tế đó là toàn bộ công việc bạn phải làm và làm càng nhanh càng tốt. Trong hầu hết các trường hợp, chủ đề nằm ngay ở câu đầu, hãy đọc kỹ câu đầu tiên để xác định nội dung của đoạn. Nếu đã xác định được nghĩa của đoạn, tức là bạn đã đáp ứng được yêu cầu tôi đưa ra. Nhưng cũng có khả năng, dù rất nhỏ (có thể dưới 5%), là chủ đề thực sự lại nằm ở chỗ khác trong đoạn văn. Vì thế, bạn phải tiếp tục đọc để xem liệu mọi thông tin có liên quan đến chủ đề bạn đã tìm được hay không. Tất nhiên, lúc này bạn phải đọc nhanh hơn nhiều.

BÀI TẬP SỐ 8

Tài liệu: Cuốn sách này.

Dụng cụ: Giấy, bút chì.

Mục đích: Xác định thật nhanh nội dung của từng đoạn, chỉ được đọc một lần và phải dùng tay.

1. Trong một tờ giấy có các chữ thứ tự từ “G” đến “M”.

2. Đọc thật nhanh một lần duy nhất từng đoạn văn, chỉ để xác định nội dung. Dùng tay che đi phần đã đọc để bạn không nhìn lại.

3. Nhìn vào chỗ khác và viết ngắn gọn nội dung của đoạn văn vào giấy.

G. Mọi vật nuôi trong nông trại đều khá thoải mái. Những chú

bò đang thong thả gặm cỏ một cách thích thú, những chú ngựa chạy quanh bãi cỏ, và đàn gà đang bới tìm thức ăn khắp mọi nơi.

H. Một trong những vị vua cuối cùng của Bavaria là Ludwig II. Ông bị cho là mất trí và bị hạ bệ. Ông đã cho xây dựng một số tòa lâu đài khiến ngân khố hoàng gia gần như bị cạn kiệt. Ngày nay, những cung điện này là một trong những điểm thu hút khách du lịch của Bavaria.

I. Trừ một học sinh còn lại, tất cả các em đều ra sân chơi bóng rổ. Một cậu bé ở lại trong lớp. Cậu bị tàn tật và không thể chơi bóng. Đôi khi, cậu bị các bạn khác chế giễu.

J. Ông nội là một người rất nghiêm khắc. Ông hiếm khi đến thăm nhưng Rachel vẫn không thích ông. Dù đó là ông nội của mình nhưng cô bé vẫn cho rằng ông quá nghiêm khắc. Sự cứng nhắc của ông đôi khi cũng khiến bố cô bé phải khó chịu.

K. Bên trong và xung quanh ao có nhiều loài động vật, côn trùng và cá. Trong số này, có một loài ban đầu bơi như cá nhưng sau đó trở thành động vật thích ăn côn trùng. Nó thường ngồi trên lá súng và bị cho là lừa biếng.

L. Diane đến khu mua sắm. Corinne và Brenda đã có mặt ở đó. Sarah dù không muốn nhưng cuối cùng cô cũng đi.

Khi gặp nhau ở đó, họ đã có khoảng thời gian vui vẻ bên nhau ở một nhà hàng Thái.

M. John đi vắt sữa bò. Mẹ nướng bánh. Bố thu hoạch khoai tây. Em trai John cũng phải làm việc khi về nhà. Cuộc sống ở nông trại không dễ dàng chút nào.

Câu trả lời:

A: Cây; B: Chim; C: John; D: Bill; E: Spinoza; F: Masi; G: Động vật ở trang trại; H: Ludwig; I: Cậu bé tàn tật; J: Ông nội; K:Ếch; L: Khu mua sắm; M: Cuộc sống ở nông trại.

Có thể bạn nhận thấy trong số những đoạn văn này, có nhiều đoạn khá đơn giản. Nhưng bạn có thấy đoạn I khó không? Chủ

đề được nhắc đến gián tiếp ở câu đầu. Trong đoạn văn K, có thể bạn không luận ra đó là con ếch. Nhưng có khả năng là tôi mặc định bạn phải nhận ra điều đó. Ngoài ra, đoạn M khó vì câu chủ đề là câu cuối cùng, là dạng mà bạn ít gặp.

Khả năng hiểu và tốc độ đọc

Đôi khi quá chú trọng vào đọc hiểu sẽ khiến bạn dễ quên đi tốc độ đọc. Đó là điều bình thường. Với phương pháp đọc nhanh này, tăng cường tốc độ đọc ở mức độ nhất định nhưng không phụ thuộc vào khả năng hiểu của bạn. Nói cách khác, bạn sẽ thực hiện hai việc này tách biệt nhau. Sau đây, bạn sẽ bắt đầu tiến hành đồng

thời hai việc một lúc. Đọc hiểu thường ảnh hưởng đến tốc độ, trừ khi đang thực hành, vì rõ ràng đọc mà không hiểu thì không thể gọi là đọc.

Khi phát triển kỹ năng nhận biết nhanh các từ, chúng ta không quan tâm đến mức độ hiểu như đã được giải thích; khi đề cập về việc luyện đọc, tương tự, khi thực hiện các bài tập đọc hiểu thì tốc độ không phải là mối quan tâm hàng đầu. Tuy nhiên, khi đọc với một mục đích cụ thể đã được xác định, ví dụ chỉ cần tìm nội dung đoạn văn, tất nhiên bạn phải đọc nhanh hơn. Khi đã xác định được nội dung, bạn không tiếp tục đọc nữa và phải phân tích những phần khác trong đoạn với mục đích tương

tự. Đọc lướt nhanh chỉ để kiểm tra những phần đó có liên quan đến chủ đề của đoạn mà bạn đã xác định không. Phần này bạn phải đi khá nhanh, không chú trọng nhiều vào mục đích luyện.

Sự tiến bộ

Nếu bạn muốn thực hiện đọc hiểu nhiều hơn thì cũng không có gì khó khăn. Chọn một cuốn sách, dùng một mảnh giấy và bút chì, tự kiểm tra xem bạn có thể xác định được chủ đề của bao nhiêu đoạn văn trong vòng 5 phút. Mỗi phút, bạn phải xác định được 5 chủ đề mà không được chú trọng nhiều vào việc luyện tập. Chỉ cần chọn một đoạn ngẫu nhiên, đọc thật nhanh

một lần để xác định nội dung. Không được nhìn lại và ghi vào giấy nội dung của đoạn. Sau đó, chuyển sang đoạn khác (Lưu ý: Không phải đoạn ngay sau đó). Kiểu này khó hơn nhiều. Tiếp tục xem bạn có thể làm được bao nhiêu đoạn. Khả năng xác định nhanh chủ đề đoạn văn rất có lợi cho bạn trong những bước tiếp theo để phát triển khả năng đọc hiểu tốt.

CÁC BÀI LUYỆN TUẦN 2

Hôm nay, bạn không nên đọc thêm chương nào mà chỉ nên dành nhiều thời gian làm các bài luyện tập sau đây. Ngày mai, bạn hãy tiếp tục với Chương 7 và dành một chút thời gian để thực hành lại các

bài luyện tập này. Trong những ngày sau, hãy đọc các chương tiếp theo, làm lại những bài luyện tập này khi có thời gian. Xác định chính xác lượng thời gian dành làm các bài luyện liên quan trực tiếp đến tốc độ đọc của bạn sau khi học xong cuốn sách này. Giả sử, khi bắt đầu học khóa học này, bạn đang ở mức đọc trung bình (đọc được khoảng 200 từ mỗi phút), và bạn thực hành theo hướng dẫn, bảng sau đây cho biết bạn có thể mong đợi đạt được kết quả gì:

NẾU MỖI NGÀY BẠN LUYỆN:	TRONG 6 TUẦN BẠN PHẢI CÓ KHẢ NĂNG ĐỌC* KHOẢNG:
20 phút	400-800 từ mỗi phút hoặc gấp đôi tốc độ 300 từ mỗi phút hoặc ít hơn.
40 phút	600-1.200 từ mỗi phút.
60 phút	800-1.500 từ mỗi phút.
90 phút	1.200-2.000 từ mỗi phút.
120 phút	Trên 2.000 từ mỗi phút.
(Hơn 90 phút nên chia làm hai phần)	

* Vì tốc độ đọc thay đổi tùy thuộc vào loại tài liệu, mục đích, và các yếu tố khác. Điều này cho thấy tài liệu dễ đọc cho tốc độ đọc khá cao.

Tốt nhất là bắt đầu thực hành ngay sau khi học xong một chương và sau đó tiến hành làm các bài luyện trong phần này. Làm các bài luyện tập theo đúng thứ tự đã cho. Nếu một ngày bạn chỉ thực hành 20 phút thì mỗi ngày bạn chỉ làm bài luyện đầu tiên. Nếu mỗi ngày thực hành 40 phút thì bạn làm bài luyện đầu tiên, sau đó làm tiếp bài thứ hai,

V.V...

Một số bài luyện có thể được làm lại, làm ngay sau đó hoặc khi đã làm xong các bài luyện tiếp theo. Điều này thường được chỉ dẫn trong bài luyện. Nếu bạn không hoàn thành tốt mục tiêu của bài luyện, hãy làm lại chừng nào đạt được mục tiêu. Các mục tiêu không hề khó. Nếu không đạt được mục tiêu thì có thể bạn đang kỳ vọng vào mình quá nhiều. Bạn có thể đang đặt ra tiêu chuẩn cao hơn mức mong đợi của mình, ví dụ mong mình hiểu về tài liệu hơn mục đích đọc.

Mỗi bài luyện được trình bày dưới dạng biểu đồ và đoạn văn. Hầu hết các bài luyện đã được

nói kỹ trong chương trước; những bài còn lại tương tự như vậy. Ban đầu, có thể bạn thấy phần giải thích bài luyện dưới dạng văn bản dễ hơn. Khi làm lại, khả năng bạn thấy luyện theo dạng biểu đồ sẽ nhanh hơn.

Để sử dụng các biểu đồ, bạn cần biết (1) đường thẳng đứng luôn cho biết điểm bạn bắt đầu đọc trong sách, (2) các mũi tên chỉ số lượng tài liệu bạn đọc hoặc đọc được bao nhiêu, và (3) các biểu đồ được đọc hoặc theo dõi từ trên xuống; nói cách khác bạn làm bài đầu tiên theo các hướng dẫn ở mũi tên cao nhất, sau đó bạn làm bài theo hướng dẫn trên mũi tên tiếp theo và cứ tiếp tục như vậy.

Tài liệu, dụng cụ cần cho bài luyện tuần này

- Một thiết bị định giờ: Bạn cần đặt các khoảng thời gian cách nhau 1 phút, 2 phút và 3 phút.
- Bút mực hoặc bút chì.
- Giấy. Tốt nhất nên dùng giấy không có dòng kẻ, khổ giấy A4, cỡ giấy in.
- Một hoặc hai cuốn sách. Những cuốn sách thông dụng dạng tiểu thuyết hư cấu, tiểu sử hoặc văn xuôi không quá khó đọc, viết về các sự kiện.
- Một cuốn sách hoặc nhiều hơn trong danh sách ở bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 1

Tài liệu, dụng cụ: Danh sách cơ bản.

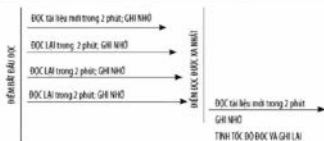
Mục đích: Bắt đầu giảm kiểu đọc nháy lại.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục tiêu: Đọc 1 hoặc 2 dòng, sau đó đọc lại.

BÀI LUYỆN NÀY CÓ THỂ ĐƯỢC LÀM LẠI ĐẾN KHI ĐẠT TỐC ĐỘ 400 TỪ MỖI PHÚT. TRƯỚC KHI TIẾN HÀNH LÀM BÀI LUYỆN SỐ 2

SƠ ĐỒ



Giải thích:

1. Đọc tài liệu mới trong 2 phút.

Đánh dấu điểm dừng lại bằng số “2”.

Bắt đầu viết tóm tắt, không nhìn lại đoạn văn, ghi lại ngắn gọn nội dung của đoạn.

Không bắt buộc: Tính tốc độ đọc ban đầu trong ngày.

2. Đọc lại tài liệu đó trong 2 phút, cố gắng đọc nhiều hơn nữa.

Đánh dấu bằng số “3”, nếu bạn đọc được nhiều hơn.

Không nhìn lại đoạn văn, hãy viết thêm vào bản tóm tắt.

3. Vẫn đoạn đó đọc lại trong 2 phút, cố gắng đọc nhiều hơn nữa.

Đánh dấu số “4” nếu bạn đọc

được nhiều hơn.

Viết vào bản tóm tắt.

4. Đọc lại đoạn đó trong 2 phút, cố gắng đọc nhiều hơn nữa.

Đánh dấu số “5” nếu bạn đọc được nhiều hơn.

Viết vào bản tóm tắt.

5. Đọc đoạn mới từ số “5”, đọc nhanh nhất có thể trong 2 phút.

Đánh dấu điểm dừng bằng chữ “X”

Viết thêm vào bản tóm tắt hoặc bắt đầu một bản mới.

Tính tốc độ đọc từ “5” đến “X” và ghi vào bản theo dõi sự tiến

bộ.

Chú ý: Luôn dùng tay làm vật dẫn đường khi đọc.

BÀI LUYỆN SỐ 2

Tài liệu, dụng cụ: Danh sách cơ bản.

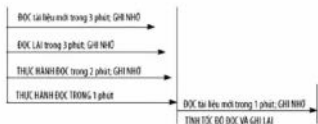
Mục đích: Tăng tốc độ đọc hiểu.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục tiêu: Luôn đạt mục tiêu.

BÀI LUYỆN NÀY CÓ THỂ ĐƯỢC LÀM LẠI

SƠ ĐỒ:



Giải thích:

1. Đọc tài liệu mới trong 3 phút.

Đánh dấu điểm dừng bằng số “2”.

Viết tóm tắt và ghi nhớ ngắn gọn.

2. Vẫn đọc cùng tài liệu đó trong 3 phút. Cố gắng đọc nhiều hơn.

Nếu đọc được nhiều hơn, đánh dấu số “3”.

Nếu có thể, hãy bổ sung ngắn gọn vào phần tóm tắt.

3. Thực hành đọc đoạn dài nhất trong 2 phút.

Bạn hãy bổ sung vào phần tóm tắt, nếu có thể

Không được giảm tốc độ xuống để ghi nhớ - bạn phải đạt được mục tiêu.

4. Thực hành đọc cả đoạn trong 1 phút. Đạt mục tiêu. Tiến hành ngay bước tiếp theo không cần ghi nhớ.

Ghi nhớ: Nếu chưa đạt được mục tiêu trong khoảng thời gian đặt ra, hãy tiếp tục thực hành đọc lại toàn bộ trong 1 phút cho đến khi đạt yêu cầu. Cần nhớ rằng, không phải là đọc mà không cần thiết phải nhìn tất cả các từ, thậm chí nhìn hết các dòng, nhưng hãy cố gắng làm như vậy.

5. Đọc một tài liệu mới trong 1 phút.

Đánh dấu điểm dừng bằng chữ

“X”.

Bổ sung ngắn gọn vào phần tóm tắt, nếu có thể.

Tính tốc độ đọc từ “3” đến “X” và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 3

Tài liệu: Một cuốn sách trong số 10 cuốn bạn đã chuẩn bị.

Mục đích: Thực hành kỹ phương pháp mới trong điều kiện đọc bình thường.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục tiêu: Đặt ra và bám sát mục tiêu.

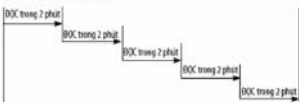
BÀI LUYỆN NÀY CÓ THỂ ĐƯỢC LÀM LẠI

SƠ ĐỒ:

Tìm tốc độ đọc cao nhất x 10 = _____ từ

Lấy phần có _____ từ

CHIA THÀNH 5 PHẦN BẰNG NHAU (3)



TÍNH VÀ GHI LẠI một phần đọc trong 2 phút

GIẢI THÍCH:

1. Xác định tốc độ đọc cao nhất của các bài luyện số 1, 2 hoặc 3.

Nhân tốc độ này với “10”.

Chọn ra một cuốn từ danh sách bạn đã tập hợp trong Bài tập số 1, lấy một đoạn bằng độ dài bạn vừa xác định.

Chia đoạn này thành 5 phần bằng nhau.

2. Dùng tay làm vật dẫn đường, đọc phần đầu tiên trong 5 phút.

3. Đọc phần thứ 2 trong 2 phút.

4. Tiếp tục, đọc mỗi phần trong 2 phút hoặc ít hơn.

5. Tính tốc độ đọc của một phần và ghi lại trong bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 4

Dụng cụ, tài liệu: Theo danh sách cơ bản.

Thời gian dự kiến: 5 phút.

Mục đích: Hình thành nhận thức về đoạn văn.

Mục tiêu: Kiểm tra khả năng

bạn có thể xác định nhanh nội dung của đoạn như thế nào.

MỖI PHÁN THỰC HÀNH LÀM BÀI LUYỆN NÀY MỘT LẦN
SƠ ĐỒ:



GIẢI THÍCH

1. Trong một cuốn sách, hãy chọn ra một đoạn ngẫu nhiên.

Dùng tay làm vật dẫn đường và đọc thật nhanh để xác định nội dung.

2. Trong một mảnh giấy viết ngắn gọn nội dung của đoạn. Không được nhìn lại đoạn văn.

3. Chọn một đoạn ngẫu nhiên khác trong sách và tiếp tục bài

luyện này.

- Cố gắng tăng số đoạn bạn đọc được trong 5 phút.

- Luôn nhớ rằng chỉ đọc để xác định nội dung.

- Ghi lại số đoạn đã đọc được trong 5 phút vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

7

ĐỪNG CHỈ ĐỌC SÔNG

Từ khi việc hướng dẫn đọc dừng lại vào năm lớp 6 đã có ba quan niệm sai lầm được định hình, ảnh hưởng đến khả năng đọc của bạn. Thầy giáo không cố ý làm bạn hiểu sai; có khả năng không có giáo viên hoặc không có cuốn sách nào dạy thêm cho bạn về kỹ năng này. Do đó, họ cứ ngầm hiểu bạn đã biết đọc và những gì cần biết đều đã được học.

Quan niệm sai lầm thứ nhất

Quan niệm sai lầm đầu tiên là đọc mọi thứ bằng phương pháp đọc từng từ một. Dù đang đọc báo, tiểu thuyết, bản giấy in từ Internet hay sách giáo khoa vật lý thì hãy ngầm hiểu rằng bạn phải bắt đầu từ đầu đến cuối sách và đọc hết trong một lần. Đây là một sự lãng phí thời gian và có thể là một thói quen xấu mà bạn phải loại bỏ trong quá trình trở thành người đọc hiệu quả.

Quan điểm sai lầm thứ hai

Quan điểm sai lầm thứ hai liên quan đến khả năng hiểu. Do bạn không được dạy thêm gì khác nên bạn phải hiểu được tài liệu nếu sử dụng phương

pháp đọc một lần này. Tất nhiên, bạn biết rằng, nhiều lần bạn không hiểu nổi một đoạn dù đã đọc theo phương pháp được dạy. Vậy bạn đã được trang bị những kỹ thuật nào để áp dụng khi gặp một đoạn văn khó? Có lẽ là chưa.

Quan điểm sai lầm thứ ba

Nếu đọc từ đầu đến cuối đoạn văn, không những bạn phải hiểu được nó mà còn phải nhớ điều gì là quan trọng. Đã bao nhiêu lần bạn được giao một bài kiểm tra có các đoạn văn mà sau khi đọc hết một lượt, bạn thấy mình không nhớ nổi những gì cần phải nhớ? Có thể cô giáo đã yêu cầu bạn phải “học” chăm chỉ hơn trong lần tới. Nhưng bạn đọc lại một

lượt nữa để làm gì?

Đọc một lần không đủ

Chúng ta đều được dạy phải đọc mọi thứ theo phương pháp đọc từng từ mà không cần biết mình đang đọc gì. Phương pháp này thường dẫn đến kết cục là đọc cho vui hoặc để rèn luyện phương pháp đọc từng từ mà chúng ta được dạy. Bài tập ngắn tiếp theo sẽ giúp bạn hiểu rõ tại sao phương pháp cũ này không còn mấy hiệu quả.

BÀI TẬP SỐ 9

Tài liệu: Một cuốn sách dễ đọc.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ,

Bút chì hoặc bút,

Giấy.

(Hoặc có thể sử dụng chương trình xử lý văn bản mà bạn thích)

1. Mở một phần chưa đọc trong sách. Trong 1 phút, hãy đọc hiểu thật tốt, đọc chậm tùy ý, nhưng nhất định phải dùng tay. Hết 1 phút, đánh dấu điểm dừng. Không nhìn lại sách, từ phần đã đọc hãy viết ra giấy những gì mình nhớ được. Chỉ cần viết các cụm từ hoặc từ đơn lẻ là đủ; không cần viết một câu hoàn chỉnh. Nếu muốn, bạn cũng có thể dùng chương trình xử lý văn bản ghi lại thông tin.

2. Trong 1 phút, đọc lại đoạn văn đó, cố gắng nắm thêm thông tin hoặc hiểu tài liệu tốt

hơn. Không nhìn vào sách, bổ sung vào giấy hoặc chương trình xử lý văn bản những gì bạn nhớ được.

3. Đọc lại đoạn văn đó trong 1 phút. Tìm những thông tin bị bỏ sót hoặc quên. Không nhìn vào sách để kiểm tra xem bạn có bổ sung thêm được gì không.

Thực ra bài tập này khá đơn giản. Bạn có phát hiện ra điều gì về khả năng đọc của bản thân không? Chắc chắn, bạn sẽ hiểu hơn sau mỗi lần đọc lại, trừ khi đoạn văn có nội dung đại loại như “Mary có một chú cừu con”, bạn hiểu hết nhưng lại không nhớ được. Sau 3 lần đọc, bạn nghĩ mình có thể tìm thêm được thông tin gì từ

đoạn đó nếu đọc lại lần nữa không? Có thể có. Tôi hy vọng bạn sẽ nghĩ mình “hiểu toàn bộ” chỉ qua một lần đọc.

Câu trả lời cho vấn đề không thể hiểu hết nội dung bài đọc chỉ qua một lần đọc là để phát triển cũng như tiếp cận một phương pháp đọc mới. Trên thực tế, cuốn sách này là những kỹ năng đọc tối ưu, thay thế cho phương pháp đọc thông thường. Một phương pháp đọc hiệu quả sẽ giúp bạn tiếp cận với nội dung tài liệu dễ dàng hơn, dù mục đích đọc của bạn là gì. Điều đó đã được khẳng định trong thực tiễn, nhưng hầu hết chúng ta đã từng trải qua nhiều lần đọc tài liệu không thành công bởi chúng ta không xác định được

rõ ràng mục đích đọc và cũng chưa bao giờ bản khoản hay suy nghĩ nghiêm túc về sự thất bại đó.

Về cơ bản, bạn phải học cách xác định mục đích đọc tài liệu khi được giao, sau đó sử dụng các kỹ thuật nhằm thỏa mãn mục đích đó một cách hiệu quả nhất. Đây là một ví dụ về cách đọc dễ dàng khi tiến hành đọc với mục đích cụ thể:

BÀI TẬP SỐ 10

Dụng cụ: Thiết bị định giờ.

Bạn có tối đa 10 giây để xác định xem từ “mèo” xuất hiện bao nhiêu lần trong đoạn văn sau. Đừng quên dùng tay!

CON MÈO

Con mèo ngồi trên ngưỡng cửa sổ dưới cái nắng ấm áp. Dù có vẻ như đang ngủ, nhưng một mắt của nó luôn để ý đến một con chim nhỏ màu xanh trắng trong chiếc lồng bằng đồng. Khi con chim cất tiếng hót líu lo đầy vui vẻ, con mèo vẫn dõi theo và chờ cơ hội. Có lẽ con mèo nghĩ rằng con chim có thể bay ra khỏi chiếc lồng, nên cứ chờ cho cánh cửa mở ra. Bất kể điều gì đang diễn ra trong tâm trí con mèo thì một điều hiển nhiên là sớm hay muộn nó cũng sẽ bắt con chim. Theo dõi con mèo là một bài học tuyệt vời về sự kiên nhẫn.

Thực ra, câu trả lời của bạn có chính xác hay không không quan trọng. Điều quan trọng là với một mục đích cụ thể, bạn

có thể đọc tài liệu hiệu quả hơn, nhanh hơn và “nắm được” thông tin mình cần. Có thể bạn đã thấy từ “mèo” xuất hiện 5 lần (không tính tiêu đề).

Đặt ra mục đích cụ thể

Đặt ra một mục đích cụ thể không phải lúc nào cũng dễ dàng như tôi đã giới thiệu với bạn trong bài luyện trước. Có thể bạn đang đọc một chương trong sách kinh doanh bởi người hướng dẫn yêu cầu bạn phải nghiên cứu nó. Hoặc có thể bạn đang đọc cuốn tiểu thuyết để giải trí, hoặc có thể là một tác phẩm văn học mà bạn phải đọc cẩn thận. Đây chính là các mục đích đọc nhưng lại là những ví dụ xác định mục đích rất dở. Chúng

sẽ không giúp ích gì nhiều cho việc đọc của bạn. Mục đích càng cụ thể thì bạn càng dễ đọc.

Một số sinh viên luôn muốn mình phải hiểu hết sau một lần đọc. Thực ra họ đang muốn giải thích tại sao “phải” đọc chậm. Có thể họ thực hành chưa đủ và cố biện hộ cho sự tiến bộ chậm chạp của mình. Nhưng lý do tốt nhất để xác định mục đích đọc là phải hiểu hết được nó. Bởi bạn chỉ có hai lựa chọn: để đảm bảo hiểu hết, bạn phải đọc một thứ gì đó nhiều lần hoặc xác định mục đích đọc và dùng các kỹ thuật nhằm đạt được mục đích đặt ra cũng như nắm được thông tin mình cần.

Biết mục đích đọc, bạn sẽ thấy nhẹ nhàng

Tôi từng có một học viên rất khắt khe với việc đọc của mình. Cô ấy luôn muốn bản thân phải hiểu hết những gì đã đọc. Cô ấy dành nhiều giờ mỗi ngày để học – khoảng 15 tiếng – cố gắng nắm hết các bài được giao. Khi tôi nói rằng, không một giáo viên nào có thể chờ đợi học sinh hiểu được hết mọi vấn đề trong bài được giao thì cô ấy nhìn tôi với vẻ hoài nghi.

Trong buổi học của tuần tiếp theo, cô ấy giơ tay phát biểu. Cô ấy phát biểu trước lớp rằng thực ra tôi đã đúng khi nói giáo viên không mong học sinh phải nắm được mọi vấn đề trong bài tập được giao.

Nhận thức này không nhất thiết giải thích cho vấn đề phải đưa ra mục đích. Nếu giáo viên không mong đợi bạn nắm được hết các nội dung được giao thì làm sao bạn biết họ muốn bạn học được điều gì? Khả năng này sẽ được hình thành qua kinh nghiệm và trong khóa học này.

Sử dụng những câu hỏi này để đặt ra mục đích

Đọc mọi thứ nhiều lần không phải là việc nên làm và cũng sẽ ngốn của bạn rất nhiều thời gian. Để đưa ra mục đích cụ thể, bạn còn có cách khác. Bạn có thể tự đặt ra hai câu hỏi nhằm xác định mục đích đọc của mình.

Thứ nhất: Về mặt tổng thể, tài

liệu bạn đọc có quan trọng không? Sau khi trả lời được câu hỏi này, hãy cố gắng thu hẹp mục đích của mình.

Thứ hai: Trong tài liệu sắp đọc, tôi muốn hoặc cần nhớ cái gì? Càng cụ thể càng tốt.

Nếu trả lời được câu hỏi thứ nhất thì bạn sẽ dễ dàng đưa ra câu trả lời cho câu hỏi thứ hai. Ví dụ, bạn đang đọc một tờ báo. Bạn chọn một bài. Mức độ quan trọng của bài đó ra sao? Có phải đó là bài viết về một vụ tai nạn ô tô sẽ chìm vào quên lãng sau vài tuần không? Hay đó là một bài viết về công nghệ mới giúp cải thiện cuộc sống của hàng triệu người? Hay đó là một bài viết về thời trang hoặc xu hướng sẽ bị lỗi

thời sau vài tuần lễ? Hãy đặt ra câu hỏi đơn giản – về lâu dài, những điều đang đọc có quan trọng với tôi không? – để tự đánh giá tầm quan trọng của tài liệu.

Cách làm này có thể áp dụng với mọi thứ. Nếu bạn đang đọc một cuốn sách giáo khoa, liệu về lâu dài nó có giá trị gì với bạn không, hay đó chỉ là một phần yêu cầu của khóa học – một khóa học mà bạn không quan tâm nhiều? Bạn đọc một trang thể thao trên báo chỉ để xem một số bàn thắng hoặc bạn là nghiên cứu sinh đang tìm hiểu về trí tuệ nhân tạo?

Trả lời được câu hỏi thứ nhất bạn có thể giải quyết được câu hỏi thứ hai. Tôi sẽ sử dụng các

ví dụ giống nhau và theo đến cùng: Với dạng bài tin tức về một vụ tai nạn, bạn muốn biết và ghi nhớ điều gì? Phải chăng bạn có người bạn nào liên quan? Bạn chỉ muốn biết chuyện gì đã xảy ra hay chỉ đọc trong lúc chờ xe buýt? Bạn có muốn nhớ tên của nạn nhân không? Chỉ cần vài giây để bạn đưa ra những câu hỏi này, nhưng câu trả lời sẽ quyết định tốc độ đọc nhanh hay chậm và mức độ thận trọng của bạn.

Với tin bài về công nghệ mới hoặc thời trang và xu hướng, có phải bạn chỉ muốn xem những điểm chính? Bạn muốn mình phải nhớ những điểm mấu chốt ư? Đối với sách giáo khoa, bạn có cần nắm được nhiều thông tin và chi tiết để

vượt qua một bài kiểm tra kỹ lưỡng hay chỉ cần một vài ý tưởng cho bài kiểm tra ngắn? Có thể bạn chỉ muốn biết khi cần, mình phải tìm thông tin ở đâu, hay bạn có cần phải nhớ được các bước nhất định? Có thể bạn chỉ cần đưa ra những điểm chính của một số chương trong một hội thảo.

Phải có mục đích cho mọi thứ mà bạn đọc

Hãy bắt đầu đưa ra mục đích đối với từng câu hỏi, dù chỉ là đọc mặt sau của hộp ngũ cốc trong lúc ăn sáng. Trong hầu hết các trường hợp, chỉ mất 1 giây để bạn làm việc này, nhưng đó là một thói quen tốt cần phát huy. Nếu có thể bắt đầu ngay, bạn sẽ tự giúp mình

được rất nhiều.

Khi trả lời được hai câu hỏi về những thứ chuẩn bị đọc tức là bạn đã sẵn sàng áp dụng các kỹ thuật hiện có để đạt được mục đích đặt ra. Điều đó có nghĩa là bạn sẽ đọc nhanh hay chậm hơn, hoặc có thể là đọc thứ gì đó nhiều lần. Đây mới chỉ là bước đầu của một nhóm các kỹ thuật bạn sắp được học và có thể được sử dụng.

Trong các bài luyện tập của tuần tới, mỗi bài đọc đều đem đến một mục đích, ngoại trừ các bài luyện đọc hiểu. Ban đầu thường là những mục đích tối thiểu. Thực hành đọc tức là nói đến một mục đích giới hạn với tốc độ cực nhanh. Và bạn không thể “nhớ” hoặc “hiểu

hết” khi mục đích ở đây là tăng tốc độ. Một số học viên cho biết, họ chưa bao giờ đưa ra mục đích nhẹ nhàng như vậy khi tôi giao các bài luyện tốc độ. Tôi giải thích rằng, nếu bạn muốn đọc tốt và nhanh hơn, bạn phải làm nhiều bài thực hành đọc nhanh với mục đích tối thiểu. Sau khi tăng tốc với mục đích tối thiểu, bạn có thể bắt đầu tăng mục đích đọc của mình.

Đừng lãng phí thời gian luyện những gì mình đã làm được, hãy đọc chậm rãi. Trong tất cả các bài thực hành, cố gắng đẩy tốc độ tới mức cao nhất có thể. Nghĩa là giới hạn mục đích, bạn chỉ cần bám sát cốt truyện khi đọc ở khóa học này và bắt đầu với thói quen tốt là xác

định mục đích đối với mọi thứ khác ngoài khóa học này. Bây giờ, hãy trở lại với các bài luyện và làm càng nhiều càng tốt để hoàn thành bài của ngày hôm nay.

8

**TRỞ THÀNH
MỘT TRONG
NHỮNG
NGƯỜI ĐỌC
NHANH
NHẤT THẾ
GIỚI**

Nếu tôi nói rất có khả năng bạn đã nằm trong số những người đọc nhanh nhất thế giới thì bạn có ngạc nhiên không? Nếu bạn đã nằm trong số 1% cao nhất, bạn có nghĩ là mình giỏi không? Ồ, có thể có, và nếu không thì bạn sẽ sớm được như vậy. Bởi vì chỉ dưới 1% số người Mỹ có khả năng đọc hơn 400 từ mỗi phút. Bạn không tin ư? Đó là sự thật. Rất có thể bạn đã đọc hoặc ít nhất cũng đã thực hành với tốc độ nhanh như thế. Và chẳng bao lâu, bạn sẽ thấy đó là một tốc độ rất nhẹ nhàng.

Dựa vào khả năng chỉ nhìn một từ và hiểu từ đó, bạn có thể đọc nhanh hơn. Bạn có thể làm được điều này bởi để hiểu

nghĩa của một từ, bạn không cần phải nghe thấy từ đó. Khi nhìn vào một bức tranh, bạn không hề tự “nói” ra với mình về ý nghĩa của bức tranh đó. Thật ra, bạn chỉ cần quan sát và hiểu nó. Khi nhìn vào một chiếc đồng hồ, bạn đâu cần phải đọc tất cả các con số trên mặt đồng hồ để xem giờ. Bạn nhìn thấy tất cả các con số cùng một lúc. Bạn không hề nghĩ xem kim giờ và kim giây đang chỉ vào đâu.

Như đã đề cập ở chương trước, trong việc học đọc nhanh, bạn sẽ học cách đọc nhanh hơn mức nhẩm từ. Nhưng có thể bạn thường sẽ nhẩm một số từ. Có thể bạn thắc mắc tại sao vấn đề nhẩm từ lại được nêu ra nếu chúng ta chẳng thể xử lý

được. Dù tôi có nhắc đến hay không, thì nhiều khả năng bạn có thể nhận ra được điều đó. Khi bắt đầu đọc nhanh hơn, có thể bạn cảm thấy mình không “đọc” hết mọi từ. Thậm chí, bạn cảm thấy mình không “nhìn thấy” một số từ. Đây là nhận thức đầu tiên của bạn về vấn đề thiếu sự phát âm, điều mà rất cuộc bạn phải quen.

“Bí quyết” đọc tốc độ

Khi một học viên trong lớp giơ tay và hỏi khoe rằng cô ấy đã phát hiện ra bí quyết đọc nhanh. Tất nhiên, tôi cũng muốn biết điều đó để có thể chia sẻ với các học viên khác. Cô ấy hé lộ bí quyết là không đọc hết mọi từ, đặc biệt những từ không quan trọng như:

“một”, “của”, v.v... Tôi chỉ đồng ý với cô ấy một phần. Tôi hỏi rằng, làm thế nào để xác định được những từ không đọc thì cô ấy không thể diễn giải cụ thể được. Tất nhiên, cô ấy phải nhìn từ và biết chúng là từ nào trước khi quyết định không “đọc”.

Lần đầu tiên, có một học viên hiểu được từ chỉ bằng cách nhìn nó mà không cần phải phát ra âm thanh. Điều này hết sức thú vị. Chúng ta đều có thể làm thế và điều đó làm tăng tốc độ đọc của chúng ta. Nhưng bạn không phải cố, bởi vì nếu dùng tay dẫn đường khi đọc, hay làm các bài luyện thì khả năng này sẽ đến một cách tự nhiên. Và chừng nào bạn bắt đầu đọc hơn 200-300 từ

mỗi phút, bạn sẽ ít phát âm hơn. Điều này đồng nghĩa với việc bạn sẽ “bỏ qua” những từ không cần thiết.

Một bài luyện mới có thể tăng tốc độ đọc của bạn hơn nữa

Bây giờ, khi đã thực hành kỹ thuật cơ bản, bạn có thể bắt đầu đẩy mạnh và tăng tốc độ đọc nhanh hơn nhiều. Đây là một bài luyện mới, có một khái niệm hơi khác so với những bài bạn đã làm. Chỉ khác – hoặc “mới” – thì không có nghĩa là khó hơn. Chỉ cần hiểu khái niệm đọc thực hành – chừng nào bạn có thể làm được và đạt được mục đích đặt ra thì bạn sẽ không gặp bất kỳ khó khăn gì với những bài

luyện này.

BÀI TẬP SỐ 11 (BÀI LUYỆN MỞ RỘNG)

Tài liệu: Một cuốn sách dễ đọc.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ,
Bút chì.

1. Đọc tài liệu mới trong 1 phút, dùng bút chì đánh dấu bằng số “1” và “2” tại điểm bắt đầu và kết thúc.

Không bắt buộc: Tính tốc độ đọc.

2. Đọc lại phần đó trong 1 phút, cố gắng đọc nhiều hơn.

Nếu có thể đọc nhiều hơn, ghi số “3” ở điểm dừng mới.

3. Tiếp tục đọc lại phần đó trong 1 phút, vẫn cố gắng đọc nhiều hơn.

Nếu có thể đọc nhiều hơn nữa, đánh số “4” ở điểm dừng mới.

4. Đếm số dòng từ điểm số “2” đến điểm số “4”.

Viết số “5” trước điểm số “4” bất kể bạn tính được bao nhiêu dòng từ điểm số “2” đến “4”, nhưng không được ít hơn 5 dòng.

5. Trong 1 phút, thực hành đọc từ điểm số “1” đến “5”.

Bạn phải đạt được mục tiêu!

6. Tạo điểm số “6” bằng số dòng đứng trước điểm số “5”, điểm “5” lại trước điểm “4”.

Trong 1 phút, thực hành đọc từ điểm số “1” đến “6”.

7. Từ điểm số “6”, dùng tay đọc nhanh trong 1 phút cho đến khi bạn có thể hiểu được tài liệu.

Đánh dấu X ở điểm bạn dừng.

Tính tốc độ đọc (điểm số “6” đến “X” và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ).

Bạn có nhận ra sự khác nhau giữa bài luyện này và các bài luyện trước không? Trước đó, bạn thường đọc cùng một đoạn. Cố gắng đọc nhiều hơn một chút, đọc lại đoạn đó một lần nữa, mỗi lần đọc nhanh hơn một chút. Nhưng trong bài luyện này, bạn phải đọc tài liệu mà mình chưa bao giờ

nhìn thấy. Chính yêu cầu đó khiến cho bài tập khó hơn, nhưng cũng mang lại kết quả rất tuyệt vời. Lần đầu tiên bạn học đọc nhanh hơn rất nhiều bằng tài liệu không quen thuộc. Có thể bạn không hiểu được hết, nhưng hãy cứ thực hành. Tránh căng thẳng khi làm bài luyện và đạt mục tiêu một cách dễ dàng.

Đẩy nhanh tốc độ ngay cả khi “đang đọc”

Trong tất cả những bài luyện này, bạn được yêu cầu “đọc” đoạn đầu và cuối. Tất nhiên, đó là khi đọc với tốc độ của chính mình, sau đó, bạn nên đẩy tốc độ đọc càng nhanh càng tốt. Thời gian dành cho việc “đọc” nhanh hơn càng

nhiều, nghĩa là bạn sử dụng kỹ năng thoải mái và hiểu tốt hơn. Bất cứ khi nào tôi yêu cầu “đọc” thì một số học viên lại muốn quay về tốc độ đọc ban đầu của mình bởi đó là tốc độ mà họ cảm thấy thoải mái. Nhưng họ chỉ đang trì hoãn cái điều chắc chắn sẽ xảy ra. Thực tế, họ chỉ muốn tranh thủ lúc thực hành để đọc chậm rãi.

Đạt được mục tiêu là điều quan trọng hơn cả. Trong những phần luyện đó, bạn hiểu được chừng nào không quan trọng. Về cơ bản, bạn chỉ cần nhớ phải thực hành “nhìn” nhiều hơn một chữ mỗi lần. Đôi khi, bạn sẽ cảm thấy mình không thể nhìn hết mọi chữ, nhưng không sao. Chỉ cần đạt được mục tiêu! Bạn cũng đang

tránh được hiện tượng phát âm; bạn đâu có thời gian để “nói” ra tất cả các chữ.

Dưới đây là một dạng bài luyện mở rộng khác – bài luyện bạn vừa làm. Nhưng với dạng bài này, bạn còn đọc được nhanh hơn nữa. Bạn hãy làm hết khả năng của mình, quan trọng hơn cả là tránh căng thẳng và phải cảm thấy thích thú. Trạng thái căng thẳng chẳng giúp ích gì cho bạn.

BÀI TẬP SỐ 12

Tài liệu: Một cuốn sách dễ đọc.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ,

Bút chì.

1. Dừng tay, đọc tài liệu mới trong vòng 1 phút.

Đánh số “1” và “2” ở điểm bắt đầu và kết thúc.

2. Đọc lại phần đó trong 1 phút, cố gắng đọc nhiều hơn.

Đánh số “3” ở điểm dừng mới.

3. Vẫn trong 1 phút, đọc lại phần đó, đọc nhiều hơn một chút nữa.

Đánh số “4” ở điểm dừng mới.

4. Đánh số “5” sau số “4” nửa trang.

Trong 1 phút, thực hành đọc từ số “1” đến số “5”.

5. Đánh số “6” sau số “5” nửa trang.

Trong 1 phút, thực hành đọc từ số “1” đến số “6”.

Bạn phải đạt được mục tiêu!

6. Từ điểm số “4” hãy đọc thật nhanh trong vòng 1 phút.

Đánh chữ “X” vào điểm dừng cuối cùng.

Tính tốc độ đọc sau cùng (từ số “4” đến “X” và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ).

Bạn có theo kịp và đạt được mục tiêu không? Một lần nữa, hãy nhớ rằng, khi thực hành đọc, bạn không đọc thực sự mà chỉ đang thực hành nhìn mặt chữ mà thôi. Cứ làm như vậy cho đến khi tay bạn đạt yêu cầu. Nếu chưa chắc chắn, hãy thử huơ tay qua lại trên không

càng nhanh càng tốt. Tôi đã làm được 4.000 từ mỗi phút. Bạn sẽ thấy mình có thể làm được như vậy – đạt được mục tiêu của mình luôn là việc dễ dàng. Nếu gặp bất cứ trở ngại gì, bạn chỉ cần làm lại bài luyện này cho đến khi thực hiện được một cách dễ dàng.

Đạt được mục tiêu không hề khó

Bạn là người may mắn nhất nếu đang sử dụng máy ghi âm băng từ bởi thậm chí bạn có thể tự giúp mình nhiều hơn. Nếu ghi âm các bài luyện, bạn sẽ thấy dễ dàng thực hiện. Bạn cũng có bổ sung phần trợ giúp này: trong các phần của bài luyện, với những chỗ phải đạt mục tiêu, hãy ghi vào băng khi

còn lại 20 giây, sau đó là 10 giây. Bằng cách này, khi nghe thấy tín hiệu báo 20 giây, bạn có thể nhanh chóng ước tính xem mình sẽ đọc được nhiều hơn bao nhiêu và có phải tăng tốc không. Các chương trình trên máy tính cũng đem lại hiệu quả tương tự, cho phép bạn ghi lại giọng của mình và phát lại.

Nếu tôi đang luyện cho bạn trên lớp và bạn ghi âm lời của tôi, kết quả đại loại thế này:

Chuẩn bị đọc hiểu một tài liệu mới. Sẵn sàng chưa? Bắt đầu.

(1 phút im lặng)

Dừng lại! Viết số "2" chỗ bạn dừng lại và đọc lại đoạn đó từ đầu. Sẵn sàng chưa? Bắt đầu.

(1 phút im lặng)

Dừng lại! Ghi số "3" chỗ bạn dừng lại và đọc lại từ đầu đoạn đó một lần nữa. Sẵn sàng chưa? Bắt đầu.

(1 phút im lặng)

Dừng lại! Viết số "4" chỗ bạn dừng và viết số "5" sau số "4" nửa trang. Sau đó, quay lại từ đầu và chờ để bắt đầu thực hành đọc.

(10 giây im lặng)

Sẵn sàng chưa? Bây giờ thực hành đọc từ đầu đến số "5". Bắt đầu.

(40 giây im lặng)

Còn 20 giây, bạn gần đạt mục tiêu.

(10 giây im lặng)

Còn lại 10 giây, gần đạt mục tiêu!

(10 giây im lặng)

Dừng lại! Bây giờ viết số "6" sau số "5" nửa trang. Sau đó, quay lại từ đầu và đợi để bắt đầu thực hành đọc.

(10 giây im lặng)

Sẵn sàng chưa? Bây giờ thực hành đọc từ đầu đến số "6". Sẵn sàng chưa? Bắt đầu.

(40 giây im lặng)

Còn 20 giây, gần đạt mục tiêu!

(10 giây im lặng)

Còn lại 10 giây, đạt mục tiêu

hoặc đọc qua!

(10 giây im lặng)

Dừng lại! Bây giờ quay lại điểm số "4", đọc nhanh hết khả năng để hiểu.

Bạn sẵn sàng chưa? Bắt đầu đọc.

(1 phút im lặng)

Dừng lại! Đánh dấu "X" chỗ bạn dừng đọc, sau đó tính tốc độ đọc.

Nếu không có máy ghi âm băng từ hoặc chương trình ghi âm trên máy tính, bạn có thể nhờ một người bạn của mình tính giùm (hạn chế cách này vì không khả thi nếu muốn thực hành nhiều lần). Nếu không, bạn phải căn giờ rất thành thạo với chiếc đồng hồ treo

tường hoặc đồng hồ để bàn. Khi học đọc nhanh, tôi có duy nhất chiếc đồng hồ kim giây chuyển động quét. Chỉ cần đặt nó cạnh cuốn sách, tôi đã phát huy được khả năng liếc nhìn khi đang đọc, sau đó tăng tốc nếu tôi chưa đến gần mục tiêu. Dù không có thiết bị định giờ, bạn vẫn có thể học kỹ năng này. Nhưng nó sẽ không được chính xác hoàn toàn bởi việc tính toán chỉ chính xác hơn khi bạn thấy được sự cải thiện của mình. Tuy nhiên, bạn chỉ cần làm theo các nguyên tắc cơ bản mà thôi.

Tại thời điểm này, bạn nên tiến hành khởi động và sẵn sàng làm thêm vài bài luyện nữa. Trở lại với Bài luyện cho tuần 2 và làm bài luyện trong ngày.

Bạn phải đạt được tốc độ nhanh hơn, như kết quả xuất sắc của bài khởi động.

9

**SỬ DỤNG
DÒNG CHỮ
KỲ DIỆU
TĂNG KHẢ
NĂNG ĐỌC
NHỚ TỐT
HƠN**

Khả năng hiểu và ghi nhớ thông tin, tức là khả năng nhớ lại, có liên quan chặt chẽ với nhau. Chúng có hai điểm khác nhau cơ bản là: khả năng hiểu diễn ra ngay khi đang đọc một đoạn và việc ghi nhớ thông tin lại xảy ra sau đó, thường đến sau một chút. Mặc dù cả hai đều dựa vào tư duy, nhưng sự khác nhau cơ bản là về thời gian.

Hiểu được một số lượng tài liệu nhất định là một chuyện nhưng có khả năng nhớ lại lại là chuyện khác. Thực tế, để nhớ lại tài liệu không dễ dàng bởi bạn phải hồi tưởng lại từ não bộ mà không có tín hiệu nào hỗ trợ. Trong khi não bộ là một thứ giống như “chiếc máy

tính”, nó không thể nhớ lại hết mọi thứ. Ngược lại, khả năng xác định một nhận định đúng hay sai là một ví dụ về khả năng nhận ra thông tin đúng. So với việc phải nhớ lại thì điều đó còn dễ hơn nhiều.

Thử thách “cam go” về khả năng đọc hiểu

Nhớ lại có thể được gọi là thử thách đọc hiểu khó nhất. Đó là một trong những lý do chúng tôi sử dụng nó rất nhiều trong việc tăng khả năng đọc hiểu. Bởi hai khả năng này liên quan mật thiết với nhau, thường thông tin tự động được ghi nhớ khi bạn đang đọc hiểu.

Bước đầu tiên trong việc phát triển khả năng ghi nhớ và nhớ lại là hình thành thói quen

nhớ lại ngay lập tức thông tin bạn vừa đọc. Điều này khá dễ thực hiện và khi kết hợp với câu hỏi đọc hiểu (“Nội dung nói về cái gì?”), bạn bắt đầu phát triển đồng thời các kỹ năng này một cách dễ dàng.

Dòng chữ kỳ diệu

Cụm từ dòng chữ kỳ diệu được nhắc đến trong tựa đề của chương này có những đặc tính thần kỳ chỉ khi bạn dùng nó. Thực ra, đó chỉ là một đường chéo đơn giản với các từ hoặc cụm từ được viết ra để miêu tả nội dung của đoạn. Chúng ta bắt đầu với các đường chéo và cuối cùng đi đến các mô hình trực quan là các cách thức để nhớ thông tin. Cách này khiến việc ghi nhớ thông tin dễ dàng

hơn nhiều so với khi thông tin chỉ được viết ra, như một đoạn văn xuôi bình thường hoặc có thể là một đề cương. “Công cụ” này được gọi là một mô hình ghi nhớ.

Sau đây là cách sử dụng mô hình ghi nhớ: hãy kẻ một đường chéo trên tờ giấy trắng khi bắt đầu đọc một đoạn văn. Ngay khi đọc xong, hãy viết nội dung của đoạn văn lên đường kẻ chéo. Không nhìn lại đoạn văn. Viết lên đường kẻ chéo càng ngắn gọn càng tốt. Một vài từ là đạt yêu cầu. Có lẽ một từ là đủ. Nếu bạn bắt đầu một mô hình ghi nhớ cho giai điệu trẻ thơ Humpty Dumpty, hãy xem cách thể hiện ở Hình 3.

Tuy nhiên, đây là phần đơn giản vì bạn đã thực hành cách xác định nội dung rồi. Tiếp sau đó, bạn đưa thêm các chi tiết lên đường kẻ chéo, trên các đường nhánh chạy lên, như một cái cây đang phát triển. Hình 4 cho thấy cách lập mô hình ghi nhớ giai điệu bài Humpty Dumpty. Đọc từ dưới lên. Mô hình ghi nhớ ngay thông tin như thế này đơn thuần là dừng lại ở phần cuối bài đọc và cố nhớ hết những gì có thể. Bạn không phải sắp xếp. Việc đó sẽ được làm sau. Lúc này, hãy xem bạn có thể viết ra được bao nhiêu mà không cần phải nhìn lại đoạn văn. Kỹ năng này sẽ được cải thiện nhanh chóng, và càng làm nhiều bạn sẽ càng có khả năng nhớ bất kỳ lúc nào phải

đọc. Bằng cách này, bạn bắt đầu phát triển khả năng đọc nhớ của mình. Những bài sau sẽ đề cập đến cách ghi nhớ thông tin. Bài luyện tiếp theo được thiết kế để tăng cường khả năng nhớ lại ngay lập tức của bạn. Nó cũng giúp phát triển khả năng hiểu.

HUMPTY - DUMPTY

Hình 3: Cách bắt đầu một mô hình ghi nhớ

NGỰA CỦA VUA GIÚP ĐỠ
NGƯỜI CỦA VUA KHÔNG SỬA ĐƯỢC
HUMPTY - DUMPTY
NGÃ XUỐNG KHỎI TƯỜNG

Hình 4. Mô hình ghi nhớ được phát triển rộng hơn

BÀI TẬP SỐ 13

Dụng cụ: Bút chì hoặc bút mực,

Giấy.

- Sau khi đọc xong đoạn văn dưới đây, hãy dùng tay che đi.

- Trong một mảnh giấy khác, vẽ một đường chéo và viết ra nội dung của đoạn, càng ngắn gọn càng tốt. Trên các đường nhánh, thực hiện lần lượt từng đường kẻ từ dưới lên, trong khả năng bạn có thể nhớ được, hãy viết ra những chi tiết khác, càng nhiều càng tốt. Hình 5 là một ví dụ.

Có nhiều sóc sống trong rừng.

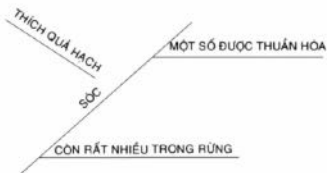
Chúng thích ăn quả hạch.

Trong đó, một vài con được

thuần hóa hoàn toàn.

- Đường chân trời Manhattan là một thẳng cảnh cực kỳ hấp dẫn. Nó là một trong những bộ sưu tập tòa tháp cao hơn bất kỳ nơi nào khác trên thế giới.

- San Francisco được nhiều người biết đến là thành phố đẹp nhất Hoa Kỳ. Ba phía được bao quanh bởi nước, phía còn lại dựa vào bảy ngọn đồi, như thành Rome. Phần lớn các tòa nhà đều khá mới, vì trận động đất và vụ cháy sau đó vào năm 1906 đã phá hủy gần hết thành phố.



Hình 5

- New Orleans là một trong những thành phố du lịch nổi tiếng nhất nước Mỹ. Kiến trúc Pháp và Tây Ban Nha của khu French Quarter hấp dẫn nhất. Thành phố cũng gây ấn tượng bởi một số món ăn ngon nhất ở Mỹ. Một số người du lịch đến New Orleans để ăn uống.

- Seattle được coi là một trong những thành phố triển vọng nhất nước Mỹ. Tọa lạc ở phía Tây Bắc Thái Bình Dương của Mỹ, thành phố này trở thành điểm thu hút đối với các công

ty công nghệ tiên tiến. Nó cũng là nơi sản xuất máy bay cỡ lớn và nằm gần Vancouver, cũng là một điểm du lịch ăn khách.

- Miami đang trở thành cửa ngõ giữa Mỹ và Mỹ Latinh. Là quê hương của hàng triệu người Mỹ gốc Cuba và những người dân khác đến từ Mỹ Latinh, thành phố có một nét riêng biệt của người Latino. Nó cũng là một điểm đến nổi tiếng dành cho khách du lịch và các hãng kinh doanh cho những người đến từ Nam Mỹ.

Điều quan trọng nhất phải nhớ là đừng bao giờ nhìn lại đoạn văn khi đang thực hành nhớ. Coi khả năng ghi nhớ như một loại cơ bắp: càng thực hành

nhiều thì nó càng nhanh và khỏe. Nếu nhìn lại đoạn đang đọc tức là bạn đang thực hành sao chép, chứ không phải nhớ lại tài liệu. Bạn phải đưa ra quyết định muốn học kiểu nào.

Khả năng hiểu và tốc độ

Khi học đọc nhanh, điều quan trọng cần hiểu là bạn phải tăng tốc độ đọc tách biệt với khả năng hiểu. Bạn học cách rèn từng kỹ năng riêng rẽ. Khi hai kỹ năng đạt đến một mức độ nhất định, bạn sẽ nhận thấy mình có thể kết hợp chúng lại với nhau – vừa đọc nhanh hơn, vừa hiểu tốt hơn. Cố gắng đừng nhầm lẫn hai kỹ năng. Khi luyện hiểu và nhớ lại, bạn đừng cố đọc nhanh.

Nhưng phải nhớ mục đích của bạn là gì và đọc thật nhanh để đạt được mục tiêu một cách nhẹ nhàng.

Sau đây là một bài tập thực hành khả năng hiểu và nhớ lại trong khi phải ghi nhớ một mục đích đơn giản. Nếu nhớ được mục đích của mình, bạn có thể thực hành tương đối nhanh và thỏa mãn mục đích đặt ra.

BÀI TẬP SỐ 14

Tài liệu: Một cuốn sách dễ đọc.

Dụng cụ: Bút chì hoặc bút mực,

Giấy

- Trong một tờ giấy, đánh số từ 1 đến 5 vào một mặt và đánh số từ 6 đến 10 vào mặt còn lại. Viết các số cách nhau để có nhiều khoảng trống.

- Mở sách đến phần tài liệu mới, chọn đoạn dài nhất ở ngay trang đầu. Đọc thật nhanh với mục đích xác định nội dung của đoạn.

- Không nhìn lại trang đó, kẻ một đường chéo trên tờ giấy bên dưới số 1, sau đó viết thật vắn tắt nội dung chính của đoạn đã đọc. Nếu nhớ thêm gì, hãy viết vào các dòng kẻ nhánh xếp so le từ dưới lên.

Lưu ý: Nếu nhớ được nhiều hơn nội dung thực tế của đoạn, có thể bạn đã đọc quá chậm. Hãy đọc thật nhanh để

đạt được mục tiêu đã đặt ra.

4. Làm lại bước 2 và 3 với 9 trang nữa, chọn đoạn dài nhất của mỗi trang.

Mỗi lớp thường có “một” người là ví dụ về những điều không nên làm. Tất nhiên, không bao giờ có duy nhất “một” người mắc tất cả các lỗi, và hầu như ai cũng mắc một vài lỗi trong số đó. Về khả năng nhớ lại, thường có một số người phản đối việc sử dụng mô hình nhớ lại, khẳng khái đòi viết hết ra. Những người này thường nhấn mạnh rằng, họ muốn học cách cải thiện trí nhớ.

Sử dụng các mô hình nhớ lại không phải là cách duy nhất để cải thiện khả năng đọc nhớ, nhưng đó là phương pháp hiệu

quả đã được chứng minh với hàng nghìn học viên. Cho đến khi có thể tìm ra cách nhớ lại hiệu quả hơn, có lẽ cứ luyện thành thạo phương pháp này sẽ là một quyết định khôn ngoan. Hãy thử nhiều cách, sau đó xác định phương pháp của riêng bạn. Những cách học nửa vời sẽ chỉ làm mất thì giờ của bạn mà thôi. Tương tự như việc dùng tay để đọc nhanh hơn, nếu bạn nghiêm túc muốn cải thiện khả năng nhớ, thì hãy bắt đầu ngay với những mô hình đơn giản này. Nó sẽ trở thành một trong những phương pháp hay nhất bạn từng biết.

Sự tiến bộ

Rốt cuộc, bạn sẽ sử dụng mô

hình nhớ lại ở hai nơi: trong các bài luyện đọc hiểu với các đoạn văn và trong các bài luyện và bài tập đọc. Bất kể mục đích là gì, bạn hãy kẻ một đường chéo khi đọc xong đoạn văn. Nhớ lại nội dung của đoạn. Nếu nhớ được thêm các chi tiết, hãy viết vào các dòng kẻ nhánh.

Luôn nhớ phải viết thật vắn tắt (vừa đủ để bạn có thể nhớ được) và không bao giờ nhìn lại đoạn đã đọc. Bây giờ, hãy thực hiện các bài luyện theo ngày – và vẽ ra một số mô hình nhớ lại.

Mở lại các bài luyện tập tuần 2 để hoàn thiện bài ngày hôm nay.

10

NÂNG TỐC ĐỘ ĐỌC BẰNG MỘT BÀI LUYỆN KHÁC

Nếu bạn vẫn đang thường xuyên làm bài luyện theo ngày, chắc chắn tốc độ đọc của bạn sẽ bắt đầu nhanh hơn. Việc dùng tay làm vật dẫn đường có thể đã

trở thành bản năng thứ hai. Cuối tuần này, bạn sẽ có một số bài luyện mới. Chương này sẽ đề cập đến những bài luyện đó.

Cho đến thời điểm này, chúng ta mới chỉ tập trung vào việc đọc theo dòng. Đọc theo dòng là kiểu đọc bạn được học ở trường. Đó là cách đọc từng dòng, theo thứ tự chữ bình thường. Đọc theo dòng được áp dụng ở hầu hết các nội dung mà chúng ta đọc và đó chính là căn nguyên của mọi vướng mắc khi đọc, kể cả đọc nghiên cứu.

Phạm vi đọc theo dòng hiệu quả

Với kiểu đọc theo dòng, bạn có thể đạt tốc độ đọc cao nhất vào

khoảng 1.200 từ mỗi phút. Và đó là tốc độ khá nhanh. Tôi nói “khoảng” vì nó còn phụ thuộc vào một số yếu tố. Tùy vào những yếu tố này, gồm có mức độ khó của tài liệu và lượng kiến thức vốn có của bạn, tốc độ đọc theo dòng có thể dao động từ 500 đến 1.200 từ mỗi phút.

Rất có thể bạn đã trải qua tốc độ đọc trong phạm vi này. Thậm chí, có thể bạn còn đọc nhanh hơn, trên 1.200 từ mỗi phút. Trong tuần tiếp theo, nếu bạn đã đọc nhanh hơn 1.200 từ thì đừng ép mình thêm nữa. Hãy dành thời gian này để củng cố lại. Sau này, bạn còn nhiều thời gian thực hành đọc tốc độ cao. Nếu bạn chưa đạt mức 500 từ mỗi phút,

đừng vội lo lắng. Ở thời điểm này, phần lớn mọi người không đạt được mức 500 từ mỗi phút. Mỗi người sẽ tiến bộ theo các mức độ khác nhau và vẫn có nhiều sinh viên không đạt chất lượng đọc ở mức 500 từ mỗi phút sau một tuần.

Tốc độ đọc của bạn sẽ thay đổi

Đừng chờ đợi mình phải đạt được một tốc độ đọc nào đó, chẳng hạn 500 từ mỗi phút, và sau đó có thể đọc mọi thứ ở tốc độ đó. Bạn cũng không nên mong đợi tốc độ đọc của mình được cải thiện từng ngày. Khi phát triển các kỹ năng đọc theo dòng, bạn sẽ thấy tốc độ đọc của mình dao động trong phạm vi đỉnh điểm là 500 từ

mỗi phút hoặc 500 đến 1.000 từ mỗi phút. Tốc độ có thể thay đổi phụ thuộc vào một số yếu tố nhất định, chẳng hạn tâm trạng của bạn trong ngày, mức độ khó của cuốn sách, mức độ đọc của bạn (thông thường bạn đọc càng nhiều thì tốc độ càng nhanh, giống như đánh máy vậy). Thay đổi là dấu hiệu tốt của sự tiến bộ. Vì chúng ta đã được dạy cách đọc mọi thứ theo cùng một tốc độ, đọc từng từ một, do đó, bắt đầu loại bỏ thói quen này là dấu hiệu tích cực để trở thành người đọc hiệu quả.

Bài luyện đọc tăng gấp hai/ba lần

Bài luyện mới này thực sự sẽ khiến bạn phải kinh ngạc; kết

quả đạt được từ việc thực hiện đúng cách sẽ cho bạn thấy tốc độ đọc kỳ diệu. Bài luyện này đưa ra một khái niệm hơi khác so với các bài luyện đã làm từ trước. Dù vậy, bạn cũng đừng nghĩ rằng nó khó hơn. Một khi hiểu được khái niệm của bài luyện (đạt mục tiêu), bạn sẽ khắc phục được mọi khó khăn trong bài luyện mới này.

Trong bài luyện này, trước tiên bạn phải đọc lại một đoạn văn hai lần, sau đó thực hành đọc gấp đôi phần đã đọc. Tiếp đến thực hành đọc gấp ba lần đoạn đã đọc, sau đó đọc lại lần cuối để hiểu. Khi làm bài luyện hai/ba lần, bạn sẽ thấy nó tương đối dễ.

BÀI TẬP SỐ 15

(BÀI LUYỆN ĐỌC GẤP HAI/BA
LẦN)

Tài liệu: Một cuốn sách dễ đọc.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ,
Bút chì hoặc bút mực.

1. Ghi số “1” chỗ bạn bắt đầu đọc.

Dùng tay đọc tài liệu mới trong vòng 1 phút.

Ghi số “2” ở điểm bạn dừng đọc.

Không bắt buộc: Tính tốc độ đọc.

2. Đọc lại đoạn đó trong 1 phút, cố gắng đọc nhanh hơn và nhiều hơn.

Đánh dấu bằng số “3” nếu bạn đọc được nhiều hơn.

Xác định xem bạn đã đọc được khoảng bao nhiêu, chẳng hạn 1 ¼ trang, 2 - trang, v.v... từ điểm số “1” đến “3”.

3. Đánh dấu đoạn mới từ điểm số “3” trở đi và kết thúc ở điểm số “4”, xấp xỉ bằng đoạn từ điểm số “1” đến số “3”.

Thực hành đọc trong 1 phút từ điểm số “1” đến số “4”.

Lưu ý: Bây giờ, bạn đang thực hành đọc gấp đôi đoạn bạn đã đọc lần ba. Để làm được điều này, trong vòng 30 giây, bạn phải di chuyển hết nửa đầu của đoạn tài liệu. Nếu dùng máy ghi âm băng từ hoặc một thiết bị ghi âm trên máy tính,

hãy ghi vào băng hoặc chương trình máy tính từ “Chú ý” trước khi hết 30 giây để bạn biết mình phải đến số “3” - và nếu không đạt được, bạn phải di chuyển nhanh hơn.

4. Đánh dấu đoạn mới từ điểm số “4” và kết thúc ở điểm số “5” trở đi, xấp xỉ bằng đoạn từ “3” đến “4”.

Thực hành đọc từ điểm số “1” đến “5” trong vòng 1 phút.

Chú ý: Bây giờ, bạn đang thực hành đọc gấp ba lần so với khối lượng đọc ban đầu. Trong 20 giây tiếp theo, bạn phải di chuyển hết - phần tài liệu. Nếu dùng máy ghi âm băng từ hoặc thiết bị khác, ghi vào băng “Chú ý” khi hết 20 giây và 40 giây để bạn biết mình sẽ phải

lần lượt đến điểm số “4” và “5”.

5. Từ điểm số “5” đọc thật nhanh trong vòng 1 phút.

Đánh dấu “X” ở điểm bạn dừng đọc.

Tính tốc độ đọc, từ “5” đến “X”, và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

Trong bài luyện này, bạn phải đọc nhiều tài liệu mới. Điều đó khiến cho những bài luyện lúc đầu có phần khó hơn, nhưng nó sẽ mang lại những kết quả khả quan hơn nhiều. Lần đầu tiên học đọc nhanh hơn với một tài liệu mới có thể khiến bạn không hiểu, nhưng đừng lo lắng, vì cuối cùng bạn sẽ hiểu hết. Cố gắng thư giãn khi làm bài luyện và phải đạt được

mục tiêu đặt ra. Hãy nhớ đây chỉ là bài đọc thực hành mà thôi.

Đọc và đọc thực hành

Trong tất cả các bài luyện, bạn được yêu cầu “đọc” phần đầu và phần cuối bài luyện. Đây là lúc đọc với tốc độ của chính mình, kể cả sau đó bạn luôn phải đẩy tốc độ lên tối đa. Mỗi khi tôi yêu cầu “đọc”, một vài học viên có xu hướng đọc chậm lại. Rõ ràng, họ muốn thực hành đọc chậm lại, dừng lại để nghe từng chữ khi đọc. Nên nhớ rằng bạn đang muốn học đọc nhanh hơn. Ban đầu, khả năng hiểu không được như trước khi đọc nhanh hơn. Nhưng vấn đề chủ yếu ở đây là thói quen. Nếu giảm tốc độ đọc

xuống theo cách bạn vẫn làm, thì tất cả những gì bạn đang thực hiện chỉ là thực hành những thứ đã làm được. Càng thực hành đọc nhanh hơn, bạn sẽ càng sớm thấy nó nhẹ nhàng hơn.

Nó có thể giúp bạn nhớ được mục đích của mình. Trong tất cả các bài luyện, mục đích đọc duy nhất của bạn là hiểu câu chuyện khi đang đọc. Khi đã tăng tốc độ, chúng ta sẽ bắt đầu tập trung vào những mục đích lớn hơn. Nếu làm theo hướng dẫn của tôi, thì bạn nên học nội dung này thật nhanh. Nếu làm theo cách khác, có thể bạn sẽ mất nhiều thời gian hơn để học nó. Có thể bạn sẽ thấy mệt mỏi với cách làm của chính mình chừng nào phát

hiện nó chẳng giúp ích gì, sau đó hãy quay lại và làm theo phương pháp của tôi. Sự lựa chọn là ở bạn.

Nên nhớ rằng, tiền đề của việc học đọc nhanh là phải tách riêng khả năng hiểu và cải thiện tốc độ. Bạn phải làm được điều này khi thực hành – và nếu luôn ghi nhớ mục đích đọc trong đầu, thì có thể bạn sẽ thấy dễ dàng hơn.

Bạn có đạt được mục tiêu đặt ra không?

Trong bài luyện này, bạn sẽ phải tiến hành đọc thật nhanh ít nhất một tuần nữa. Vì thế, nếu chưa đạt được mục tiêu, bạn vẫn còn nhiều cơ hội học để làm được điều đó. Nhưng phải luôn nhớ, bạn không

được đọc thực sự khi đang thực hành đọc: Ban đầu, bạn thực hành chỉ để nhìn được mặt chữ. Đừng nghĩ mình không “nhìn” thấy tất cả các chữ. Lật ngược cuốn sách và nhìn vào toàn bộ trang sách. Bạn có thể nhìn được hết, nhưng không thể nhận biết được toàn bộ chữ đó. Nhiều người đôi khi nhầm lẫn giữa việc nhìn và hiểu. Chúng hoàn toàn khác nhau. Bạn có thể nhìn được chữ của một ngoại ngữ nhưng không có nghĩa là bạn hiểu chúng. Tương tự như vậy khi thực hành đọc: chỉ cần thư giãn, di chuyển tay thật nhanh, và chỉ nhìn vào mặt chữ như thể bạn đang kiểm tra chữ của một ngôn ngữ khác. Nhìn toàn bộ - bạn không cần phải hiểu từng chữ.

Cách di chuyển tay nhanh hơn

Chúng ta đã đề cập đến vấn đề di chuyển tay rồi. Đôi khi, có vài học viên nói rằng, họ không thể di chuyển tay đủ nhanh. Nếu bạn gặp khó khăn với vấn đề đó, hãy thử di chuyển từ cổ tay trở xuống, thay vì dùng cả cánh tay. Di chuyển cả cánh tay có thể khiến bạn nhanh bị mỏi. Tương tự như khi bạn vẫy tay tạm biệt ai đó vậy. Tôi đạt mức “trung bình” 4.000 từ mỗi phút. Nếu bạn đang thực hành đọc theo dòng chữ, dưới 1.200 từ mỗi phút nghĩa là luyện đọc nhanh gấp ba lần, hay 3.600 từ mỗi phút. Nếu cần, hãy đọc hai hoặc ba dòng một lúc để đạt được mục tiêu. Nhưng cố gắng

dành chút thời gian cho tất cả các dòng bởi càng di chuyển nhiều càng tốt.

Chương này thực sự là một chương đầy đủ. Học được cách làm bài luyện này là bạn đã có một thành tích đáng kể. Khi đã làm được bài luyện này thì những bài luyện khác sẽ tương đối đơn giản. Bạn hãy quay lại làm bài luyện này lần nữa khi có thời gian. Và không chuyển sang chương tiếp theo cho đến khi bạn thấy mình có thể thành thạo được các bài luyện. Phải luôn đạt được mục tiêu!

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 2 ĐỂ HOÀN THIỆN BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

11

NẮM ĐƯỢC KỸ THUẬT VIẾT CỦA TÁC GIẢ VÀ TỰ CỨU MÌNH

Nếu nắm được cách viết của tác giả, đặc biệt là cách tổ chức bài viết của họ, bạn có thể hiểu ý chính

của tài liệu khi nó khớp với mục đích của bạn. Trên thực tế, khi mục đích được xác định rõ từ trước và bạn biết cách xác định vị trí mà tác giả viết phần mình cần, bạn có thể tiết kiệm được rất nhiều thời gian. Cách này thường có thể tiết kiệm được hơn một nửa thời gian đọc, thậm chí còn hơn thế nữa.

Thật may là các tác giả thường tổ chức bài viết theo một số cách viết phổ biến. Phần lớn những thứ bạn đọc rơi vào một trong ba dạng cơ bản: tin tức, phi hư cấu và hư cấu - thể loại khó nhất. Trong chương này, chúng tôi sẽ đề cập đến hai cách viết đó.

Hình thức cơ bản của thể loại phi hư cấu

Một bài báo đặc biệt - phần lớn các bài xã luận, các bài luận và dạng bài bình luận khác như: các cuốn sách viết cung cấp thông tin chung và sách giáo khoa - dùng lối viết đơn giản. Dạng bài bình luận thường có ba phần chính: mở bài, thân bài và kết luận. Và phần kết luận thường quan trọng nhất.

Trong khoảng thời gian có hạn, một người đọc năng suất sẽ đọc phần đầu và phần kết thúc của một tài liệu phi hư cấu đầu tiên. Họ làm như vậy vì biết rằng phần quan trọng nhất của tài liệu thường nằm ở những chỗ đó. Phần thân bài ít quan trọng nhất. Bài viết thường được phát triển như sau: tác giả nêu điểm chính trong phần mở bài - cho bạn

biết họ sẽ tiếp tục ra sao - hoặc có thể đưa ra câu hỏi. Sau đó, họ phát triển các ý, đưa ra lập luận đằng sau các ý kiến của mình. Sau cùng, bạn sẽ được dẫn dắt đến phần kết luận.

Trong một cuốn sách giáo khoa hoặc tài liệu nào đó dài hơn nhiều so với một bài báo, bạn thường thấy cách viết cơ bản này lặp lại nhiều lần. Ví dụ, tác giả của cuốn sách sẽ sử dụng phần giới thiệu hoặc chương đầu tiên, trình bày ý chính hoặc luận điểm của bài viết. Chương này được viết theo cách tương tự: giới thiệu điểm chính, phát triển và sau đó kết luận. Các chương tiếp theo đều có ý chính và được sắp xếp tương ứng với các phần phát triển ý chính của cả

cuốn sách. Chương cuối cùng, lời bạt hay còn gọi là phần kết, thường được dùng như một cách kết nối tất cả các ý chính của tác giả.

Hãy làm các bài tập sau và tự tìm hiểu cách thực hiện.

BÀI TẬP SỐ 16

Tài liệu: Một cuốn sách thuộc thể loại phi hư cấu, văn xuôi, một bài phóng sự được tải về từ Internet, hoặc một tạp chí có các bài viết dài (không phải truyện ngắn). Tùy sự lựa chọn của bạn.

Dụng cụ: Bút chì hoặc bút mực (hoặc máy tính, nếu bạn muốn),

Giấy.

Mục đích: Thực hành xác định cách tổ chức bài viết dạng phi hư cấu.

1. Chọn một chương hoặc bài ngắn để đọc. Chắc chắn phải thuộc dạng phi hư cấu.

2. Đọc 2-4 đoạn đầu tiên (đủ để nắm ý chính), sau đó chuyển qua đọc 2-4 đoạn cuối của phần cuối (phải có lời kết tổng hợp các ý).

Không nhìn lại đoạn văn, hãy lập mô hình ghi nhớ. Cố gắng viết ra nội dung của đoạn, điểm chính và bất kỳ nội dung gì bạn nhớ được, chỉ dùng từ hoặc cụm từ khóa.

3. Đọc từ đầu đến cuối chương hoặc bài báo. Không nhìn lại mô hình ghi nhớ đầu tiên, viết

ra phần bạn nhớ được vào mặt giấy kia hoặc một bản mới.

So sánh lượng thông tin bạn thu được giữa việc đọc cả chương với việc chỉ đọc phần đầu và phần cuối chương. Lưu ý khoảng thời gian sử dụng khác nhau.

Chắc chắn khi bạn đọc cả đoạn, thông tin thu được sẽ nhiều hơn so với đọc phần đầu và phần cuối. Nếu không phải như vậy thì nhất định biên tập viên đã cắt hết những đoạn giữa đó. Quan trọng hơn là không thể khái quát hóa cho các cuốn sách khác nhau. Đôi khi phần thân bài là những minh họa và ví dụ không mấy quan trọng; nhưng cũng có những lúc tác giả thận trọng

phát triển từng điểm của những ý khó.

Nếu thời gian có hạn hoặc nếu mục đích chỉ để nắm được ý chính, bạn có dành thời gian đọc cả đoạn – theo thời gian cho phép – hoặc đọc đoạn đầu và đoạn cuối không? Là một người được học đọc bài bản, có lẽ bạn cũng đã từng tăng tốc độ ở những đoạn ít quan trọng và giảm tốc độ khi gặp những ý khó hơn. Đây là điều có thể bạn cũng phải bắt đầu thực hiện.

Việc dành ra một vài giây xác định cách sắp xếp tài liệu để lên kế hoạch đọc cũng quan trọng không kém so với việc bắt đầu hình thành thói quen xác định mục đích trước khi

đọc một tài liệu nào đó. Nói cách khác, bạn đang học cách xác định và nắm bắt thông tin muốn biết từ tài liệu.

Hình thức cơ bản của thể loại hư cấu

Cách thức sắp xếp của thể loại hư cấu khó hơn. Một số người cho rằng thể loại hư cấu là dễ nhất. Ở một khía cạnh nào đó, điều này là đúng. Hầu hết mọi người đều có thể hiểu được vì nó dựa vào trải nghiệm chung của con người. *Life of the Monkeys on Gibraltar* (tạm dịch: Cuộc sống của những chú khỉ ở Gibraltar) có thể không khiến bạn quan tâm và có thể bạn biết rất ít về loài khỉ. Nhưng mọi người đều biết về những cảm xúc cơ bản của

con người. Do vậy, kể cả những nhân vật ở những vùng đất lạ, có phong tục và lối sống khác nhau, vẫn có thể lôi cuốn bạn.

Mặc dù, hình thức bên ngoài tưởng chừng đơn giản, nhưng cấu trúc và cách sắp xếp của thể loại hư cấu thường khó. Trong khi bài bình luận là một hình thức trao đổi thông tin, thì thể loại hư cấu lại là một loại hình nghệ thuật. Và đó là một phần kỹ thuật che giấu bố cục của hầu hết các tác giả. Mục đích cơ bản của thể loại này không phải để thông báo hay cung cấp tin tức mà đúng hơn là lôi cuốn tâm trí bạn. Mọi thứ dường như còn phức tạp hơn, các hình thức tổ chức bài viết có thể nhiều ngang bằng số lượng tác giả.

Lời đề nghị hay và đơn giản nhất tôi từng nghe từ vợ của Walter Pitkin quá cố, tác giả của nhiều cuốn sách bán chạy, trong đó có cuốn sách nổi tiếng *Life Begins at Forty* (tạm dịch: Cuộc đời bắt đầu ở tuổi tứ tuần) và một trong những cuốn sách đầu tiên về đọc nhanh. Katharine và Walter là những người bạn rất tuyệt vời và thân thiết với gia đình tôi. Katharine đã làm việc với Walter trong nhiều năm, giúp biên tập các cuốn sách của ông. Cô đã đưa ra lời khuyên này khi tôi 14 tuổi và đang chật vật để viết một truyện ngắn cho lớp Tiếng Anh. “Chỉ đơn giản là câu chuyện về một nhân vật lâm vào cảnh bế tắc và bắt đầu tìm cách thoát khỏi nó”. Ý tưởng đơn giản đó giúp

tôi thoát khỏi sự bế tắc của mình và hoàn thành câu chuyện đó. Nhiều năm sau, khi tôi bắt đầu dạy kỹ năng đọc nhanh, sự sáng suốt của lời khuyên đó càng trở nên rõ ràng hơn với tôi.

Kết cấu cơ bản của hầu hết các tác phẩm hư cấu chỉ đơn giản là chúng ta giới thiệu một hoặc nhiều hơn một nhân vật đang cố làm điều gì đó ban đầu. Sau đó, câu chuyện thường trở nên phức tạp, chẳng hạn như bị mắc kẹt, cuối cùng mọi việc được giải quyết. Bạn sẽ thấy lối viết này lặp lại nhiều lần không chỉ trong các truyện ngắn, mà trong cả tiểu thuyết. Bạn có thể nhận ra lối viết này ngay trong phạm vi của một chương, hoặc có thể đan xen

với các nhân vật khác, một nhân vật rơi vào cảnh khó khăn, một nhân vật khác lại rơi vào hoàn cảnh khó khăn khác.

Bằng việc áp dụng thận trọng, nhận thức về các lối viết khác nhau sẽ giúp bạn ngay lập tức đọc năng suất hơn. Đừng thất vọng nếu kiến thức mới này làm hạn chế tốc độ của bạn một chút ngay ở lần đầu tiên. Điều đó vẫn thường xảy ra khi ta tiếp nhận một kỹ thuật mới, ngay cả đó là kỹ thuật nhằm giúp bạn đọc nhanh hơn.

Trong một vài chương, khi bạn bắt đầu sử dụng tốc độ đọc cao hơn, đưa ra các mục đích khác nhau cho những tình huống đọc khác nhau, đồng thời nắm

được các kỹ thuật khác nhau, bạn sẽ thấy hiệu quả đọc của mình tăng lên nhanh chóng, giống như quả bóng tuyết càng lăn càng lớn.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TUẦN
TUẦN 2 ĐỂ HOÀN THIỆN BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

12

ĐỪNG ĐỂ VIỆC SANG TRANG HẠN CHẾ TỐC ĐỘ ĐỌC

Trong khi làm các bài luyện, có thể bạn ước giá như có cách sử dụng tay dễ dàng hơn để đạt được mục tiêu của mình. Thực tế, có nhiều cách để làm được

điều đó và giờ là lúc chúng ta tìm hiểu một số phương pháp mới. Trong chương này, bạn sẽ được học kiểu di chuyển tay và cách sang trang tiếp theo. Cả hai kỹ năng này thậm chí sẽ còn giúp bạn làm các bài luyện nhanh hơn, cũng như sớm đọc được với tốc độ nhanh hơn.

Phương pháp “quét”

Kiểu di chuyển tay đầu tiên bạn được học là di chuyển gạch dưới dòng chữ. Kiểu di chuyển tay thứ hai hơi khác một chút, được gọi là “quét”, bởi cách di chuyển phần nào giống như việc quét các dòng chữ trên trang sách. Cách thực hiện như sau: đặt cả bàn tay ngay dưới dòng chữ đầu tiên, ngón tay giữa được đặt ở

khoảng giữa dòng. Thả lỏng bàn tay và tạo ra những khoảng trống giữa các ngón tay. Bây giờ, bạn hãy bắt đầu quét các ngón tay thật nhanh từ bên này sang bên kia, từ lên bên này sang lên bên giống như đang xóa chữ. Trong quá trình quét, từ từ kéo bàn tay di chuyển dọc xuống phía dưới trang.

Kỹ thuật quét được sử dụng đầu tiên là khi thực hành đọc tốc độ gấp đôi/gấp ba. Nói cách khác, nó được dùng để thực hành đọc chứ không dùng cho mục đích đọc thực sự. Để biết mức độ hiệu quả của phương pháp này, bạn hãy duỗi thẳng tay ra trước một vật gì đó, chẳng hạn như chiếc bút chì. Bắt đầu quét thật nhanh trên

đồ vật. Khi quét nhanh, bạn có thể nhìn “xuyên qua” các ngón tay và nhìn thấy nội dung tương đối rõ. Nếu quét chậm, sẽ rất khó để nhìn thấy. Hình 6 minh họa cách thực hiện khi bạn dùng kỹ thuật này để luyện.

Chắc chắn bạn phải thực hành kiểu di chuyển tay này trong sách của mình trước khi áp dụng vào bài tập tiếp theo. Mở đến một trang bất kỳ và làm theo những hướng dẫn sau đây. Lưu ý rằng, làm như vậy không có nghĩa là bạn đang đọc đâu nhé.



Vị trí tay ban đầu



Quan sát cách
quét tay

Hình 6. Kiểu di chuyển tay quét

- Đặt lòng bàn tay xuống, thả lỏng để các ngón tay hơi xòe ra, bên dưới dòng chữ trên cùng.
- Bắt đầu quét dòng chữ, di chuyển bàn tay từ phần cổ tay (không phải cánh tay), dịch chuyển nhanh từ lề trái sang lề phải và quay lại. Phải đảm bảo bàn tay di chuyển đi tới, đi lui. Phải thực hiện liên tục và nhịp nhàng.
- Trong quá trình quét, từ từ kéo cánh tay di chuyển xuống phía dưới để có thể “quét” được cả trang. Quét toàn bộ trang

trong vòng 10 giây hoặc ít hơn. Có thể bạn muốn đếm “1, 2, 3...” đến 10, chừng nào bạn có thể thực hiện dễ dàng. Sau khi thực hành một vài trang, bạn nên sẵn sàng sử dụng phương pháp di chuyển tay này trong bài luyện tăng tốc độ gấp đôi/gấp ba lần.

BÀI TẬP SỐ 17

Tài liệu: Một cuốn sách dễ đọc.

Dụng cụ: Bút chì hoặc bút mực,

Thiết bị định giờ.

1. Viết số “1” chỗ bạn bắt đầu đọc.

Dùng tay, đọc trong 1 phút.

Viết số “2” chỗ bạn dừng đọc.

Không bắt buộc: Tính tốc độ đọc của bạn

2. Đọc lại đoạn văn đó trong vòng 1 phút, cố gắng đọc nhanh hơn và nhiều hơn nữa.

Đánh dấu điểm dừng đọc bằng số “3”.

3. Xác định xem mình đọc được khoảng bao nhiêu từ điểm số “1” đến số “3”; lập một đoạn mới từ điểm số “3” và kết thúc ở điểm số “4”.

Thực hành đọc từ điểm số “1” đến “4” trong 1 phút, sử dụng kỹ thuật quét. Chú ý không di chuyển quá nhanh!

Cố gắng đạt được mục tiêu đã

đề ra

4. Lập một đoạn khác xấp xỉ bằng đoạn từ điểm “3” đến điểm “4”, kết thúc ở điểm số “5”.

Thực hành đọc từ điểm số “1” đến số “5” trong 1 phút, dùng kỹ thuật quét.

5. Từ điểm số “5”, đọc thật nhanh trong vòng 1 phút.

Sử dụng kiểu di chuyển tay gạch dưới dòng chữ.

Đánh dấu điểm bạn dừng đọc bằng chữ “X”

Tính tốc độ đọc, từ điểm số “5” đến “X”, và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

Bạn có thấy dễ dàng đạt mục

tiêu hơn không? Có lẽ bạn đang tự hỏi tại sao kỹ thuật này không được giới thiệu ngay từ đầu cho bài luyện đọc tăng tốc độ gấp hai/gấp ba lần. Lý do thật đơn giản: chừng nào tăng tốc độ đọc gấp hai/gấp ba lần mà bạn vẫn chưa hiểu được và chưa nắm được khái niệm luyện đúng, thì bạn chưa sẵn sàng sử dụng kỹ thuật này. Nói cách khác, khi đang thực hành đọc, việc đầu tiên là bạn phải hoàn thành mục tiêu trong khoảng thời gian đặt ra và việc hiểu hay không không quan trọng. Nhưng bạn phải đồng thời cố gắng nắm được điều gì đó trong tài liệu. Điều này đơn thuần giúp bạn đạt được mục tiêu dễ dàng hơn.

Câu chuyện về một tên gọi

khác của phương pháp “gạt nước trên kính chắn gió”

Chuyển động tay theo phương pháp này đã dần có nhiều cách gọi, ví dụ như: gạt nước trên kính chắn gió, cầm chổi quét, đánh răng... Trong thời gian giảng dạy tại Pittsburgh, tôi đã chứng kiến một việc mà tôi không bao giờ có thể quên được. Đó là khi trợ lý giáo viên mau chóng dẫn tôi tới quan sát một sinh viên nổi tiếng trong một buổi đọc sách. Cậu ấy được nhiều người biết đến bởi cậu ấy khá đặc biệt: một sinh viên chăm chỉ, đã đạt được nhiều kết quả trong học tập, và cậu ấy đã từng mô tả các phương pháp của chúng tôi một cách thành thực theo đúng nghĩa đen. Lúc này đây,

cậu ấy đang bận rộn với việc thực hiện phương pháp “gạt nước trên kính chắn gió” trên một cuốn sách: ngón tay trỏ của cậu ấy di chuyển tới cuối lông mày - sát gần tai, bắt chợt, bàn tay của cậu ấy vung lên và hạ xuống như chuyển động của một chiếc gạt nước trên kính chắn gió. Tới trang kế tiếp, cậu ấy lại tiếp tục chuyển động tay như vậy, song song với chuyển động của mắt. Để cậu ấy diễn lại động tác này một cách chi tiết, tôi buộc phải đặt cho động tác này một cái tên mới - theo yêu cầu của cậu ấy. Tôi quyết định gọi nó là “lau bụi”. Và nó chính là một trong những phương thức hữu hiệu giúp cho các học viên phát triển tốc độ đọc của mình.

Xử lý một số vấn đề ngoài kỹ năng đọc

Có thể bạn đang gặp một vài trở ngại trong việc sang trang sách. Nếu đọc sách bìa mềm, có thể bạn cảm thấy khó giữ phẳng các trang sách. Nếu đọc sách bìa cứng, có thể bạn thấy mình phải dừng lại sang trang ngay giữa bài luyện – làm mất thời gian quý giá của bạn. Cả hai vấn đề này đều có những giải pháp riêng và giờ là lúc tìm hiểu về chúng.

Đầu tiên, bạn phải biết cách làm cho cuốn sách được “thư giãn”, bởi nếu sách cứng và mới thì các trang không được bằng phẳng theo ý bạn. Sách phải tương đối phẳng mới dễ sang trang và thực hiện các

chuyển động tay. Giải pháp thật đơn giản, hãy làm theo hướng dẫn cùng với minh họa ở Hình 7.

Đặt gáy sách trên một mặt phẳng và dùng hai tay giữ theo hướng thẳng đứng. (Hình 7A)

Lật bìa trước và bìa sau, dùng hai ngón cái vuốt trang sách lên xuống, càng sát với bìa càng tốt. (Hình 7B)

Lật vài trang đầu và vài trang cuối sách, dùng ngón cái miết lên xuống theo bìa sách. Cứ tiếp tục làm như vậy, mỗi lần vài trang cho đến khi cuốn sách được chia thành hai nửa bằng nhau. (Hình 7C)

Lặp lại vài lần chuỗi thao tác trên với tất cả các trang sách

để khiến chúng mềm mại hơn. (Hình 7D) Vài điều lưu ý khi bạn “thư giãn” một cuốn sách. Hãy thận trọng, đừng lật ngay đến phần giữa trang sách và vuốt lên xuống theo gáy sách. Cách này có thể làm gãy gáy sách, đặc biệt với loại bìa mềm, thường chỉ được dán bằng keo và cần phải gìn giữ cẩn thận. Luôn thực hiện từ ngoài vào trong.



Hình 7A



Hình 7B



Hình 7C



Hình 7D

Hình 7. Bốn bước “thư giãn” một cuốn sách

Thậm chí, bạn phải rất cẩn

thận vì một số sách bìa mềm được làm chỉ với mục đích chạy theo lợi nhuận (dán quá ít keo), rất khó có thể giữ cho gáy sách được “thư giãn” mà không bị gãy.

Cách sang trang nhanh

Trong Chương 3, bạn đã biết vị trí đặt cuốn sách tốt nhất là tạo thành góc 45^o so với mặt bàn. Để làm được điều này, cách dễ nhất là đặt một cuốn sách dày 5-7,5cm phía sau và bên dưới cuốn sách đang đọc, như Hình 8.

Cách sang trang dễ nhất là sử dụng bàn tay mà bạn không dùng làm vật dẫn đường. Người thuận tay phải sẽ dùng tay trái, người thuận tay trái sẽ dùng tay phải. Ban đầu có vẻ

hơi ngưng, nhưng bạn sẽ cảm thấy dễ dàng hơn nhiều khi thực hành được một lúc. Đừng nghĩ việc học kỹ thuật này chẳng để làm gì. Nếu muốn tăng tốc độ đọc thì việc thực hành là vô cùng quan trọng. Tốt nhất bạn nên học ngay từ bây giờ và hình thành thói quen. Khi đã sẵn sàng tiếp tục, bạn chỉ cần tập trung vào các kỹ năng đọc chứ không đơn thuần chỉ là những kỹ năng cơ học nữa.

Để sang trang theo kiểu mới này, bạn hãy làm theo hướng dẫn cùng với phần minh họa ở Hình 9.

Người thuận tay phải dùng tay trái nắm phần trung tâm của gáy sách, cánh tay vòng lên

quanh cuốn sách.

Trong khi tay phải dẫn xuống phía dưới trang bên trái, tay trái đặt ở phần góc trang bên phải để sẵn sàng sang trang.

Khi tay phải dẫn xuống gần hết trang bên phải, tay trái bắt đầu sang trang.

Tiếp tục làm như vậy, tay trái sang trang và tay phải trở về trang bên trái, bắt đầu dẫn đường trang mới (bên trái). Với cách sang trang này, rõ ràng người thuận tay trái có lợi thế hơn. Người đó có thể dùng tay phải sang trang khi tay trái dẫn đường, có lẽ đó là cách họ thường làm. Người thuận tay trái thực hiện tất cả các động tác theo trình tự ngược lại. Với kỹ thuật sang trang, bạn có thể

(chỉ trong trường hợp bạn thuận tay trái) lật từ cuối hoặc đầu trang đều được, miễn sao bạn cảm thấy dễ dàng hơn.



Hình 8. Vị trí đặt sách tốt nhất



Hình 9A



Hình 9B



Hình 9C



Hình 9D

Hình 9: Lật trang nhanh

Để thực hành sang trang, cách dễ nhất là thực hiện như một phần của bài luyện. Dưới đây là bài luyện sang trang bạn có

thể thực hiện cùng với kiểu di chuyển tay quét, như vậy bạn đã thực hành được cả hai kỹ năng.

BÀI TẬP SỐ 18

BÀI TẬP SỐ 18

Tài liệu: *Một cuốn sách bất kỳ.*

1. "Thu giãn" cuốn sách để đảm bảo các trang nằm bằng phẳng.

Bắt đầu từ ngoài vào trong và làm như vậy đến phần giữa cuốn sách, sau đó lật qua lật lại các trang.

2. Đặt gáy sách lên một cuốn khác tạo thành một góc 45° , dùng tay trái giữ cho cuốn sách được mở (người thuận tay phải) và đặt bàn tay dẫn đường lên trang bên trái.

3. Trong vòng 10 giây, quét xuống phía dưới trang bên trái.

Vừa quét vừa đếm đến 10, đếm nhắm hoặc đếm to đều được.

Tay trái chuẩn bị sang trang bằng cách lật một chút phía góc.

4. Trong vòng 10 giây, quét xuống phía dưới trang bên phải.

Khi quét gần đến cuối trang, dùng tay trái sang trang.

Tay phải quay trở lại trang bên trái "mới" và ngay lập tức quét xuống phía dưới trang đó.

5. Tiếp tục thực hiện các bước này với một vài trang khác cho đến khi bạn có thể thao tác dễ dàng.

Khi nắm vững được các kỹ năng cơ học này - thường mất vài ngày thực hành - bạn đã sẵn sàng đến với phần tiếp theo.

Sự tiến bộ

Nếu muốn mình thật thành thạo những kỹ năng cơ học này và chuẩn bị đầy đủ cho phần luyện tập phía trước, bạn phải thực hành lật trang và quét chữ với sự thay đổi như sau: sau khi làm thạo Bài tập số 18 ở mức 10 giây mỗi trang, hãy thực hiện giảm xuống 8 giây mỗi trang, 6 giây mỗi trang, cuối cùng còn 2 giây mỗi trang. Chứng nào bạn có thể làm như vậy một cách dễ dàng, sang trang mà không lỡ nhịp nào, tức là bạn đã nắm vững được các kỹ năng cơ học này.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN
TẬP TUẦN 2 ĐỂ HOÀN
THIỆN BÀI NGÀY HÔM**

NAY.

BÀI LUYỆN TUẦN 3

Ngay khi hoàn thành từ Chương 1 đến Chương 12, hãy dành ra sáu ngày làm tập hợp các bài luyện đầu tiên. Trước tiên, hãy dành cả buổi làm phần bài luyện mới này. Trong những ngày tiếp theo, mỗi ngày bạn đọc một chương mới, bắt đầu từ Chương 13, và theo sau là nhắc lại những bài luyện này, hoặc ít nhất bạn hãy luyện tập chừng nào có thể.

Luôn làm các bài luyện theo thứ tự, tốt nhất là sau khi đọc xong chương của ngày hôm đó. Cũng như trước đây, nếu thực hành 20 phút một ngày thì bạn chỉ phải làm bài luyện đầu tiên. Nếu thực hành 40

phút một ngày, thì bạn phải làm bài luyện thứ nhất rồi thứ hai, v.v...

Nếu mỗi ngày thực hành hơn 60 phút, bạn có thể phải chia phần thực hành ra. Chẳng hạn, một học viên muốn đạt tốc độ cao và thực hành 2-3 tiếng mỗi ngày, nên chia phần thực hành thành hai buổi khác nhau, mỗi buổi tối đa 90 phút.

Tài liệu, dụng cụ cần thiết cho bài luyện tuần này

Một hoặc hai cuốn sách lấy từ danh sách ban đầu,

Một thiết bị định giờ,

Bút mực hoặc bút chì,

Giấy. (Tốt nhất là giấy không

có dòng kẻ, khổ A4)

BÀI LUYỆN SỐ 5

BÀI LUYỆN SỐ 5

Tài liệu: *Danh sách cơ bản.*

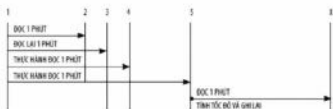
Mục đích: *Tăng gấp đôi tốc độ đọc.*

Thời gian dự kiến: *20 phút.*

Mục tiêu: *Để đảm bảo đạt mục tiêu.*

BÀI LUYỆN NÀY CÓ THỂ ĐƯỢC LÀM LẠI BA LẦN TRONG MỖI BUỔI HỌC

Sơ đồ:



Giải thích:

1. Đánh dấu bằng số "1" tại điểm bắt đầu đọc.

Dùng tay, đọc trong 1 phút.

Đánh dấu bằng số "2" tại điểm dừng đọc.

Không bắt buộc: tính tốc độ đọc.

Mục đích đọc: *Hiểu được câu chuyện trong khi đọc.*

Để đạt được mục đích này, bạn không nhất thiết phải

nhớ gì cả. Hãy xem khả năng đạt được mục đích của bạn như thế nào.

2. Đọc lại đoạn văn đó trong 1 phút, nhanh hơn và nhiều hơn.

Đánh dấu điểm dừng mới bằng số "3".

3. Đánh dấu đoạn mới từ số "3" đến số "4" xấp xỉ bằng đoạn từ "1" đến "3". Trong 1 phút, hãy thực hành đọc từ "1" đến "4".

4. Đánh dấu đoạn mới từ số "4" đến điểm mới, số "5", xấp xỉ bằng đoạn từ "3" đến "4". Trong 1 phút, hãy thực hành đọc từ "1" đến "5".

Ghi chú: Trước khi chuyển sang bước 5, làm lại bước 4 cho đến khi đạt được mục tiêu thực hành đọc.

5. Trong 1 phút, hãy đọc thật nhanh từ điểm số "5". Đánh dấu bằng chữ "X" chỗ bạn dừng đọc. Tính tốc độ đọc, từ "5" đến "X" và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 6

BÀI LUYỆN SỐ 6

Tài liệu, dụng cụ: Danh sách cơ bản.

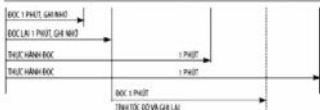
Mục đích: Tăng gấp đôi tốc độ đọc.

Thời gian dự kiến: 25 phút.

Mục tiêu: Dễ dàng đạt mục tiêu.

Ghi chú: Đây là dạng biến tấu của bài luyện số 5, tập trung vào khả năng hiểu và ghi nhớ.

Sơ đồ:



Giải thích:

1. Đánh dấu bằng số "1" tại điểm dừng đọc.
Từ điểm số "1", đọc càng nhiều càng tốt trong 1 phút. Đánh dấu điểm dừng bằng số "2".
Bắt đầu mô hình ghi nhớ, đầu tiên viết ra nội dung trên đường kẻ chéo.
2. Đọc lại đoạn văn trên nhanh hơn và nhiều hơn.
Đánh dấu điểm dừng mới bằng số "3".
Bổ sung vào phần ghi nhớ.
3. Đánh dấu đoạn mới từ số "3" đến điểm mới, số "4", xấp xỉ bằng đoạn từ "1" đến "3".
Trong 1 phút, thực hành đọc từ "1" đến "4".
4. Đánh dấu đoạn mới từ số "4" đến điểm mới, số "5", xấp xỉ bằng đoạn từ "3" đến "4".
Thực hành đọc từ "1" đến "5" trong 1 phút.
5. Quay về "3" và đọc thật nhanh trong 1 phút. Đánh dấu điểm dừng đọc bằng chữ "X". Bổ sung vào phần ghi nhớ hoặc bắt đầu phần ghi nhớ mới trong khoảng thời gian tối đa 1 phút. Tính tốc độ đọc từ "3" đến "X" và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 7

BÀI LUYỆN SỐ 7

Tài liệu, dụng cụ: *Danh sách cơ bản.*

Mục đích: *Học cách xác định nhanh nội dung của đoạn.*

Thời gian dự kiến: *10 phút.*

Mục tiêu: *Tính số đoạn bạn có thể xác định được nội dung trong 5 phút.*

1. Chọn một đoạn tài liệu mới trong một cuốn sách của bạn. Nếu có thể, hãy chọn các đoạn có độ dài 4-10 dòng.
2. Dùng tay đọc thật nhanh một đoạn, luôn nhớ mục đích đọc trong đầu.

Mục đích đọc: Chỉ xác định nội dung của đoạn.

3. Không nhìn lại đoạn văn, hãy kẻ một đường chéo ngắn trên một tờ giấy. Phải kẻ được ít nhất 6 đường chéo trên một mặt giấy. Viết lên đường kẻ chéo những gì bạn nhớ được từ đoạn văn. Chỉ cần một từ hoặc một cụm từ ngắn.
4. Nếu nhớ thêm được gì nữa, hãy viết những chi tiết đó lên các dòng nhánh, viết lần lượt vào các dòng xen kẻ từ dưới lên.

Chú ý: Mục đích đọc của bạn **KHÔNG PHẢI** để nhớ các chi tiết, mà chỉ cần nắm được nội dung của đoạn.

5. Ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ số đoạn bạn đọc được trong 5 phút. Bạn phải đọc được nhiều hơn mỗi ngày nếu thực hành trên cùng một cuốn sách hoặc với những cuốn sách có nội dung khó tương tự.

BÀI LUYỆN SỐ 8

BÀI LUYỆN SỐ 8

Tài liệu, dụng cụ: Danh sách cơ sở.

Mục đích: Tích lũy kinh nghiệm áp dụng kỹ thuật mới trong việc đọc hằng ngày.

Thời gian dự kiến: 10 phút.

Mục tiêu: Duy trì tốc độ đọc nhanh hơn tốc độ ban đầu.

BÀI LUYỆN NÀY CÓ THỂ ĐƯỢC LÀM LẠI, NHƯNG TỐT NHẤT HÃY LÀM SAU BÀI LUYỆN SỐ 5 HOẶC 6

Sơ đồ:

MỘT PHẦN DÀI KHOẢNG 10 TRANG	
THỰC HÀNH ĐỌC 10 giây/trang: Dùng kỹ thuật "QUÉT"	→
THỰC HÀNH ĐỌC 5 giây/trang: Dùng kỹ thuật "QUÉT"	→
ĐỌC: Dùng kỹ thuật "GẠCH DƯỚI DÒNG KẼ" và theo dõi mục đích	→

13

BIẾN KHÓ THÀNH DỄ

Nhìn chung, khi đọc sách, bạn không phải lo lắng liệu mình có hiểu được đoạn văn không. Tuy vậy, vẫn có những trường hợp ngoại lệ. Có thể bạn là một sinh viên, được giao đọc một đoạn tài liệu rất khó. Có thể bạn hiểu được từng từ trong một đoạn, nhưng lại không thể hiểu được nội dung cả đoạn bởi lối hành văn của tác giả khá trừu tượng.

Ảnh hưởng của lối viết trừu tượng đến khả năng hiểu của bạn

Khi đọc sách viết theo lối trừu tượng, chúng ta thường cảm thấy khó đọc và mất thời gian nhiều hơn so với lối viết cụ thể hoặc chi tiết. Bởi bạn thường phải dừng lại và hình thành một mô hình trong đầu để hiểu được nó. Ví dụ, nếu tôi đề cập đến “thuyết tương đối”, để hiểu được cụm từ đó, bạn phải nhớ lại xem thuyết đó là gì (nếu bạn biết). Nhưng nếu tôi nói “hai quả táo với hai quả táo là bốn quả táo”, thì bạn sẽ dễ dàng hiểu được ý tôi.

Tương tự, nếu một tác giả đề cập đến một cái “bình đựng đồ uống có màu”, bạn phải tìm

hiểu ý của tác giả là gì. Từ “màu” không cụ thể, nó có thể là nhiều màu khác nhau. “Đồ uống” cũng có nhiều loại, cũng như “bình đựng” có thể là một cái bình thủy tinh, bình chứa hoặc một hộp sữa. Nhưng nếu tác giả viết một “ly cà phê đỏ” bạn sẽ hiểu ngay họ định nói đến cái gì.

Việc đọc hiểu sẽ trở nên khó khăn hơn nhiều khi tác giả viết theo lối trừu tượng. Thật may là đã có một số cách thức để khắc phục những vấn đề đọc này. Một điều chỉ mới được phát hiện ra gần đây là tất cả mọi người đều viết và nói theo một cách thức nhất định. Khi biết được lối viết của tác giả, bạn hoàn toàn có thể phân tích được những bài viết hóc búa

và tìm ra ý nghĩa của chúng. Cách này giúp ích rất nhiều trong việc tăng cường khả năng đọc hiểu tốt hơn.

Mọi người viết và nói như thế nào?

Khi mọi người viết hoặc nói xung quanh một quan điểm nào đó, họ cũng làm tương tự với “các đoạn văn” hoặc các nhóm câu. Họ thường bắt đầu bằng cách giới thiệu với bạn vấn đề chuẩn bị viết và chỉ cần giải thích thêm về vấn đề đó. Điều này giúp bạn nhận biết được lối viết “trừu tượng” khi chủ đề hoặc nội dung được giới thiệu lần đầu. Đây thường là điểm mấu chốt mỗi khi bạn gặp khó khăn trong việc hiểu tài liệu.

Khi người viết hoặc người nói tiếp tục “đoạn” của mình, họ sẽ đi vào chi tiết và cụ thể hơn, do đó bạn sẽ dễ hiểu hơn. Bởi phần còn lại của “đoạn” đưa ra các ví dụ hoặc những lời lẽ giải thích cho phần đầu. Các ví dụ hoặc lý giải trở lên cụ thể và dễ hiểu hơn. Trong khi xử lý các đoạn văn khó, nếu không hiểu phần nào đó, thường bạn vẫn có thể hiểu được một phần khác. Nếu nắm được mối liên hệ giữa phần này với phần kia, bạn sẽ hiểu được những đoạn khó dễ dàng hơn nhiều.

Các mức độ khái quát

Trong một câu, ít nhiều đều có tính trừu tượng, bao quát hoặc cụ thể, nên chúng ta có thể gắn cho nó một “cấp”, cho biết mức

độ trừu tượng. Tăng cường nhận thức về vấn đề này là điểm mấu chốt để hiểu được các đoạn văn khó. Thật may là cách thực hiện lại khá dễ dàng.

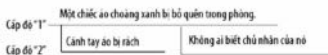
Có lẽ, 95% câu chủ đề - câu đầu tiên của một đoạn - đại diện cho cấp độ "1" - cấp độ bao quát nhất. Câu có nội dung cụ thể hơn (dễ hiểu hơn) có cấp độ lớn hơn. Điều này được xác định dễ dàng bởi một câu chỉ có hai nhiệm vụ. Nó cho bạn biết thêm về câu chủ đề hoặc giải thích thêm về câu đứng ngay trước nó.

Thông thường, chỉ có ba lối viết và chúng đều dễ xác định. Sau đây là một trong số những lối viết này:

Một chiếc áo choàng xanh bị

bỏ lại trong phòng gửi đồ. Cánh tay áo bị rách. Không ai biết chủ nhân của nó là ai.

Trong trường hợp này, câu đầu tiên cho biết nội dung của đoạn văn, do đó nó ở cấp độ “1”. Đó là câu khái quát nhất. Câu thứ hai, “Ổng tay áo bị rách”, cho biết thêm về chiếc “áo choàng xanh”. Vì câu này cung cấp thông tin cụ thể hơn nên chúng ta xếp nó ở cấp độ “2”. Câu thứ ba có vai trò tương tự. “Nó” ý nói đến câu chủ đề, nhưng lại không cung cấp thêm thông tin gì về cánh tay áo. Do vậy, câu này cũng được xếp ở cấp độ “2”. Sau đây là cách vẽ sơ đồ đoạn văn:

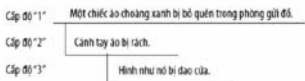


Cách thứ hai cũng dễ xác định như cách thứ nhất. Theo cách thứ hai, mỗi câu cho biết thêm về câu ngay trước nó. Thay đổi đoạn văn trên một chút khiến nó dễ hiểu hơn:

Một chiếc áo choàng màu xanh bị bỏ quên trong phòng gửi đồ. Ống tay áo bị rách. Hình như nó bị dao cứa.

Một lần nữa câu đầu tiên nhận cấp độ “1” vì nó vẫn là câu khái quát nhất (và là câu chủ đề). Câu thứ hai vẫn giữ vai trò tương tự, bổ sung cho câu thứ nhất. Do đó, câu này nhận cấp độ “2”. Câu thứ ba mới đưa vào các thông tin khác. Khác với đoạn đầu tiên, nó không liên quan trực tiếp đến câu chủ đề. Nó làm rõ thêm câu đứng ngay

phía trước. Vì câu này mang nội dung cụ thể hơn nên xếp ở cấp độ “3”. Sau đây là cách thể hiện trên sơ đồ.



Khá đơn giản. Tất cả những gì một câu có thể đảm nhiệm là cung cấp thêm thông tin về câu đứng trước, hoặc câu đứng sau, thường là câu chủ đề. Tất nhiên, bạn có thể có một kiểu biến thể của hai loại hình cơ bản này hoặc một sự pha trộn của cả hai hình thức để có một cách viết thứ ba:

Một chiếc áo choàng bị bỏ quên trong phòng gửi đồ. Cánh tay áo bị rách. Hình như nó bị

dao cửa. Không ai biết chủ nhân của nó là ai.

Trong trường hợp này, các nội dung được sắp xếp như trong ví dụ thứ hai:

Cấp độ "1"	Một chiếc áo choàng xanh bị bỏ quên trong phòng giữ đồ.
Cấp độ "2"	Cánh tay áo bị rách.
Cấp độ "3"	Hình như nó bị dao cửa.

Câu cuối cùng hơi lắt léo. “Không ai biết chủ nhân của nó là ai” không giải thích thêm gì về câu đứng trước, nhưng đề cập lại câu chủ đề. Do đó, nó lại quay về cấp độ “2”.

Nếu hiểu được những cách thức đơn giản này, bạn sẽ biết lối viết văn của tác giả và cách nói của diễn giả. Mọi người thường bắt đầu bằng một câu khái quát, sau đó quay lại diễn

giải cụ thể hơn về câu chủ đề. Đôi khi họ diễn giải trước và khái quát lại sau.

Câu hỏi “kiểm tra”

Để xác định một câu có bị lặp không, bạn chỉ cần tự đặt câu hỏi về nội dung của nó. Nếu không chắc chắn (có thể nó đề cập đến điều gì đó ở một trong hai câu), hãy đặt câu hỏi rằng trong hai câu, câu nào nhắc đến nội dung đó nhiều hơn. Đôi khi từ ngữ trong hai câu được sử dụng như nhau. Trong nhiều trường hợp, đại từ (“nó”) trong câu sau nhắc lại danh từ (“áo choàng”) ở câu trước. Từ đồng nghĩa (từ có cùng nghĩa) hoặc cụm từ có thể nhắc lại duy nhất một từ. Đôi khi, bạn có thể gặp khó khăn nhưng lúc

nào cũng có vài từ hoặc cụm từ nhắc lại một từ hoặc cụm từ khác giúp bạn có manh mối. Bây giờ, hãy xem bạn có thể xác định được bao nhiêu.

BÀI TẬP SỐ 19

Dụng cụ: Giấy,

Bút mực hoặc bút chì.

1. Trong các đoạn văn sau, hãy xác định câu thứ 3 thuộc cấp độ “2” hay “3” (cho biết thêm thông tin về câu thứ nhất hoặc thứ hai). Vẽ sơ đồ trên giấy.

Ví dụ: Mary Jones sống ở Bethesda, Maryland. Cô thích chơi thể thao. Trong tất cả các môn thể thao, cô thích trượt patin nhất.

1 Mary Jones sống ở Bethesda, Maryland

2 Cô thích chơi thể thao

3 Thích nhất là trượt patin

- Tom Moody không vui vẻ. Cậu ấy trượt bài kiểm tra môn marketing. Cậu ấy không học bài môn đó.

- Frank North sống ở New York. Cậu ấy thích lướt web. Cậu ấy cũng là một sinh viên giỏi.

- Polly Rankin đến từ Cleveland, Ohio. Cô ấy là một sinh viên giỏi. Cô ấy cũng là thành viên của nhiều câu lạc bộ.

- Ronald Bricke thích thiết kế. Anh ấy thiết kế nội thất gia đình và văn phòng. Đôi khi anh ấy còn thiết kế trên vải và

giấy dán tường.

- Lori Mammen đến từ Florida. Cô ấy thường sống tại Toronto, Canada. Giờ đây, cô ấy thích khí hậu ấm áp ở Florida hơn Toronto.

- Simone Beck là một bà nội trợ sáng tạo. Cô xoay sở để cân bằng giữa công việc và cuộc sống gia đình, đồng thời vẫn đem đến những bữa ăn tuyệt vời. Chồng cô nói cô nên thử bán đồ ăn.

- Sarah Bridges, một sinh viên thông minh, mơ ước được học tại một trường trong danh sách những trường tư thục ưu tú và lâu đời nhất nước Mỹ (Ivy League). Cô ấy nằm trong danh sách danh dự và năng động trong nhiều hoạt động ngoại

khóa. Cô ấy được bầu là “người có khả năng thành công nhất”.

- Doug Wood là người có tính tình vui vẻ nhất mà tôi từng biết. Ngay cả khi bị ốm, cậu ấy vẫn làm trò mua vui cho mọi người. Khuôn mặt cậu ấy lúc nào cũng hiện diện nụ cười.

- Verla Nielsen là một giáo viên tuyệt vời. Một trong những phẩm chất tuyệt vời nhất của cô ấy là tính kiên nhẫn. Cô ấy có thể dạy tốt cho cả người lớn và trẻ em.

- Anne là một vận động viên rất giỏi. Bóng đá là một trong những môn thể thao cô yêu thích nhất. Cô ấy thích nhất chơi theo lối phòng ngự.

Nếu bạn không chắc chắn về

câu trả lời cho những đoạn văn này, hãy kiểm tra phần cuối chương. Nhưng đầu tiên, hãy kiểm tra xem mình có tự làm được không. Những gì bạn phải làm là xác định câu thứ ba nhắc nhiều hơn đến câu thứ nhất hay câu thứ hai. Và luôn có những từ hoặc cụm từ nhắc lại một từ khác trong câu có liên quan.

Nếu đã làm tốt các đoạn văn có ba câu, bạn hãy thử làm một số ví dụ có bốn câu. Trong trường hợp này, câu đầu tiên là câu chủ đề và cho biết nội dung của đoạn. Trong tất cả các đoạn văn sau đây, câu thứ hai hạ xuống cấp độ “2”, giải thích thêm cho câu thứ nhất. Câu thứ ba có thể giải thích thêm về câu thứ nhất hoặc câu thứ

hai, do vậy có thể xếp ở cấp độ “2” hoặc “3”. Câu thứ tư, tùy thuộc vào câu đứng trước nó, có thể là cấp độ “2”, “3” hoặc “4”. Chúc bạn may mắn!

BÀI TẬP SỐ 20

Dụng cụ: Giấy,

Bút mực hoặc bút chì.

- Trong các đoạn văn dưới đây, xác định câu thứ ba thuộc cấp độ “2” hay cấp độ “3” và vẽ sơ đồ ra giấy.

- Sau đó, xác định câu thứ tư thuộc cấp độ “2” (giải thích thêm về câu thứ nhất), cấp độ “3” (giải thích thêm về câu thứ hai), hoặc cấp độ “4” (giải thích thêm về câu thứ ba) và đưa vào sơ đồ.

Ví dụ

Mary Jones sống ở Bethesda, Maryland. Cô thích chơi thể thao. Cô cũng là một sinh viên giỏi. Cô thích nhất môn toán.

1 Mary Jones sống ở Bethesda, Maryland.

2 Cô thích thể thao

Cũng là một sinh viên giỏi

3 Thích môn toán

- John Franklyn sống ở Tempe, Arizona. Anh ấy thích chơi thể thao. Anh ấy là đội trưởng đội bóng bầu dục. Nhưng đó không phải là môn thể thao yêu thích của anh ấy.

- Alan Bell sống ở New York. Anh ấy thích cả nông thôn và thành thị. Vermont là vùng nông thôn yêu thích của anh ấy. Anh ấy thích trượt tuyết ở Vermont.

- Bonnie Raston sống ở Los Angeles. Cô ấy yêu trường lớp. Quản trị kinh doanh là môn yêu thích của cô ấy. Cô ấy cũng thích thể thao.

- Mark Temple sống ở Tiburon, California. Nhà của anh ấy nằm trên một quả đồi cao. Anh ấy vừa là một vận động viên giỏi vừa là sinh viên giỏi. Anh ấy thường chơi ở Little League.

- Steve Huder sống tại Tempe, Arizona. Anh ấy thích chơi thể thao. Anh ấy là đội trưởng đội bóng rổ. Môn thể thao ưa thích nhất của anh là bóng quần.

Có thể bạn cần chút thời gian làm chủ khả năng của mình để xác định nhanh xem một câu văn đang co lại hay phát triển rộng ra. Học được kỹ năng này

cũng rất bổ ích. Bởi một khi làm được như vậy, bạn sẽ thấy mình có thể phân tích gần như tất cả những đoạn văn khó. Sau đó, khi không hiểu bất kỳ phần nào trong đoạn, thường là phần khái quát nhất, bạn chỉ cần lùi xuống phần chi tiết hơn. Luôn có một phần “cụ thể” giúp bạn hiểu được. Khi đã hiểu được một phần, bạn có thể hiểu được những phần khó hơn. Nắm được các kỹ thuật đọc sẽ biến những phần khó đọc trở nên dễ dàng hơn. Thực sự, nó là một dạng thể thao trí tuệ.

Trước khi bắt đầu bài luyện theo ngày, dưới đây là phần giải thích của các đoạn văn khác nhau, nếu bạn muốn biết:

ĐÁP ÁN CHO BÀI TẬP SỐ

19: Đầu tiên là các cấp độ được xếp tương ứng với tất cả các câu trong mỗi đoạn, tiếp đến là từ hoặc cụm từ liên quan đến từ/cụm từ trong câu khác.

A: “1”/“2”/“3” (“nó” nói rõ hơn về “bài kiểm tra marketing”)

B: “1”/“2”/“2” (“sinh viên giỏi” nói rõ hơn về “Frank”, không giải thích thêm gì về “lướt web”)

C: “1”/“2”/“2” (“thành viên các câu lạc bộ” nói rõ hơn về “Polly”, không nói gì về “sinh viên”)

D: “1”/“2”/“2” (“các loại vải... giấy dán tường” nói rõ thêm về “Ronald”, không phải về “nội thất”)

E: “1”/“2”/“2” (thích hơn... khí hậu) cho biết thêm về “Lori”, không nhiều như nói về “Toronto”)

F: “1”/“2”/“3” (“cân bằng” cho biết thêm về “Simone”, không đề cập đến “nấu nướng”)

G: “1”/“2”/“2” (“sống” cho biết thêm về “Sarah”, không nói gì về “danh sách danh dự”)

H: “1”/“2”/“2” (“cười” cho biết thêm về “Doug”, không nói gì về “ôm” hoặc “làm trò mua vui”)

I: “1”/“2”/“2” (“dạy... tốt” cho biết thêm về “Verla”, không nói gì về “tính kiên nhẫn”)

J: “1”/“2”/“3” (“Phòng thủ” nhắc lại “bóng đá” hơn là về

“thể thao”)

ĐÁP ÁN CHO BÀI TẬP 20:

Đầu tiên là các cấp độ được xếp tương ứng với tất cả các câu trong mỗi đoạn, tiếp đến là các từ có liên quan đến câu thứ ba và thứ tư.

A: “1”/“2”/“3”/“4” (“đội bóng bầu dục” ý nhắc đến từ “thể thao”, “nó không phải...” ý nói “bóng bầu dục”)

B: “1”/“2”/“3”/“4” (“vùng nông thôn” ý nói đến “nông thôn”, “Vermont” ý nói đến “Vermont”)

C: “1”/“2”/“3”/“2” (“môn yêu thích” liên quan đến “trường học”, “thích thể thao” ý nói đến Bonnie vì nó không cho biết thêm gì về “Quản trị Kinh

doanh” hoặc “trường học”)

D: “1”/“2”/“2”/“3” (“chơi thể thao giỏi và sinh viên” ý nói đến “Mark” vì chúng không cho ta biết gì về “nhà”, “Little League” giải thích thêm về “thể thao”)

E: “1”/“2”/“3”/“3” (“đội bóng rổ” ý nói đến “thể thao”, “bóng quần” cũng đề cập đến “thể thao”, không cho biết thêm gì về “bóng rổ”)

MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN Tập TUẦN 3 ĐỂ HOÀN THIỆN BÀI NGÀY HÔM NAY.

14

LÀM THẾ NÀO ĐỂ ĐỌC THẬT NHANH?

Nỗ lực nhằm tăng tốc độ đọc là một hiện tượng xảy ra gần đây, do số lượng tài liệu giấy và tài liệu điện tử được xuất bản gia tăng mạnh mẽ, và bởi lẽ trong thế giới hiện đại của chúng ta, nhu cầu về thời gian ngày càng cao.

Những cuốn tiểu thuyết dài một thời được ưa thích vì mọi người có những buổi tối yên tĩnh ở nhà mà không có sự xuất hiện của ti vi, Internet, radio, e-mail, phim, đĩa CD, điện thoại, máy tính xách tay, thậm chí xe hơi. Nhưng những ngày “yên tĩnh” đó mãi mãi không còn nữa.

Ban đầu, những nỗ lực nhằm tăng tốc độ đọc đòi hỏi bạn phải sử dụng các thiết bị khác nhau, ví dụ một thiết bị được gọi là máy thử trí nhớ và các thiết bị dẫn đường khác. Những loại máy móc này thường đem lại cho học viên kết quả tốt khi sử dụng, nhưng tốc độ đọc lại có xu hướng giảm đi khi họ không sử dụng chúng nữa.

Phát hiện đơn giản và đặc biệt của Evelyn Wood

Cách đây hơn 50 năm, Evelyn Wood - cố vấn kiêm giáo viên dạy đọc tại một trường tiểu học ngoại thành Salt Lake City - bắt đầu nghiên cứu về đọc nhanh. Cô nhận thấy một số người có thể đọc nhanh hơn nhiều so với khả năng họ nghĩ là mình đọc được. Khi đó, việc học bằng lý thuyết không thể giúp bất kỳ ai đọc được nhanh hơn 400 từ mỗi phút. Nhưng một người bạn và cũng là một giáo viên của cô, Tiến sĩ Lowell Lees thuộc trường Đại học Utah lại đọc nhanh một cách đáng kinh ngạc. Dưới sự kiểm tra của Evelyn Wood, anh ấy đọc được hơn 6.000 từ mỗi phút cùng với khả năng hiểu

tuyệt vời. Không có gì đáng ngạc nhiên khi anh ấy được biết đến như là một “bộ sách giáo khoa biết đi”.

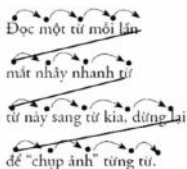
Evelyn Wood đã tìm đến những người khác và cũng tìm ra được hơn 100 người có khả năng đọc nhanh hơn 1.500 từ mỗi phút. Cô chọn con số đó làm tốc độ tối thiểu và tìm hiểu xem bằng cách nào mà họ có thể làm được điều đó. Nhiều người trong số này không nhận ra họ có khả năng đọc “khác biệt”. Họ tự nhiên làm được như thế.

Bước tiếp theo, cô ấy cố gắng tự dạy mình đọc nhanh. Cô ấy nói với tôi rằng đó là một quá trình đầy gian nan và gây nản chí. Cô ấy thường thực hành

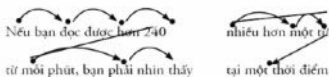
vào mùa hè cùng chồng nơi căn nhà gỗ nhỏ nằm trong một hẻm núi ở ngoại thành Salt Lake City. Một lần, trong khi đang thực hành với cuốn *Green Mansions* (tạm dịch: Những lâu đài xanh), cô đã rất tức giận với chính mình vì không thể đọc nhanh, đến nỗi ném cuốn sách vào một xó. Sau khi bình tĩnh lại, tìm nhặt cuốn sách lên và phủ bụi trên các trang sách, cô nhận ra rằng, chuyển động tay đã giúp cô nhìn thấy và đọc được nhiều hơn một chữ một lần. Do đó, cô đã phát hiện ra khả năng dùng tay làm vật dẫn đường cho việc đọc sách.

Sự khác nhau giữa người đọc nhanh và người đọc chậm

Sự khác nhau giữa những người vốn đọc nhanh và những người khác mà chúng ta có thể quan sát được chính là sự khác biệt trong các chuyển động mắt. Như bạn đã biết, để có thể nhìn được, mắt phải dừng lại trong giây lát để ghi lại hình ảnh, giống như chụp ảnh. Tốc độ trung bình của mắt người đọc có phần giống như con trỏ chạy trên màn hình máy tính: quét từ chữ này đến chữ kia, quay nhanh lại về trái ở cuối dòng rồi bắt đầu lại từ đầu. Sơ đồ chuyển động mắt như sau:



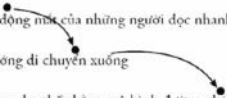
Khi Evelyn Wood tìm hiểu mắt của người đọc nhanh, cô phát hiện ra một chuyển động khác biệt. Mắt họ nghỉ ít hơn, điều này cho thấy họ nhìn được nhiều hơn một từ mỗi lần. Thực tế, bất kỳ ai đọc được hơn 240 từ mỗi phút đều làm như vậy. Các chuyển động mắt đó được minh họa như sau:



Nhưng những người đọc cực

nhanh lại có hai điểm khác biệt hơn xảy ra. Thay vì di chuyển theo dòng chữ, mắt họ có xu hướng di chuyển xuống theo một đường chéo, như thế này:

Chuyển động mắt của những người đọc nhanh hơn
có xu hướng di chuyển xuống
theo dòng, cho thấy bằng mô hình đường chéo



Thay vì quay trở lại lề bên trái như mắt của đa số những người đọc bình thường khác, mắt họ còn nghỉ khi quét trở lại. Điều này chứng tỏ đôi khi họ đọc giật lùi. Bất kể họ làm như thế nào, kiểu chuyển động mắt được minh họa như sau:

Điều ngạc nhiên về di chuyển mắt
của những người vốn đọc nhanh
là họ thường đọc đi xuống
theo đường chéo hình zigzag, và
dừng lại kể cả khi đi từ
trái sang phải cũng như từ phải
sang trái

Kiểu đọc này không có gì khó hiểu cả. Thực ra, đó là cách hoàn toàn tự nhiên. Với một tấm hình hoặc một bức tranh, bạn cũng nhìn tương tự như vậy. Mắt bạn quét qua toàn bộ. Chúng không chỉ nhìn vào một điểm, cũng không di chuyển từ điểm này đến điểm khác theo cách bạn được dạy đọc. Thực tế, cách làm này thật ngớ ngẩn. Hãy tưởng tượng bạn nhìn vào một bức hình

tường gạch và nhìn vào từng viên gạch, từ trái qua phải, bắt đầu từ hàng trên cùng và di chuyển xuống phía dưới.

Cách quan sát chuyển động mắt

Có thể bạn đang tự hỏi làm thế nào để quan sát cử động mắt. Điều đó thực sự không khó và nó còn có phần thú vị nữa. Hãy đề nghị một người ngồi vào bàn đọc một thứ gì đó, bạn đầu yêu cầu họ đọc chậm. Nếu bạn ngồi hoặc cúi xuống đối diện, quan sát mắt họ, bạn sẽ thấy ngay chuyển động rung giật nhẹ của mắt dừng lại để “nhìn” chữ. Rất dễ dàng quan sát chuyển động quét trở lại để bắt đầu dòng tiếp theo.

Dù không gian hay ánh sáng bị

hạn chế tới đâu thì chuyển động quét của mắt vẫn có thể quan sát được. Việc nhìn được chuyển động quét của mắt ở người bị sụp mí mắt dường như là một điều bất khả thi, nhưng với một người quan sát cẩn thận và tỉ mỉ, thì vẫn có thể nhìn thấy được những cử động của mắt “thông qua” mí mắt. Thực tế, nếu có một chút kinh nghiệm thì bạn sẽ thấy việc này khá dễ dàng.

Phạm vi quan sát của mắt là bao nhiêu?

Chúng ta thường cho rằng mỗi lần mình chỉ nhìn thấy một hoặc hai từ. Nhưng không phải vậy. Mắt nhìn theo một vòng tròn, không phải theo một “đường”, và chúng có thể quan

sát khá rõ trong phạm vi bằng nửa tờ đô-la. Vì vậy, dù biết hay không, bạn thường nhìn được nhiều hơn một từ mỗi lần. Thực tế, không thể xảy ra trường hợp chỉ nhìn được một từ mỗi lần. Bạn hãy tự nhìn xem. Nhìn từ “Bob” ở giữa đoạn văn sau đây. Để xem bạn có thể chỉ nhìn được từ “Bob” không nhé:

Phía xa dọc theo bờ sông, có một túp lều nhỏ. Ít nhất trông nó cũng giống một túp lều. Tôi có thể nhìn thấy một luồng khói nhỏ bay lên từ một vật có vẻ là ống khói. Bob cũng thấy khói. Chúng tôi hơi lo lắng vì người gác rừng nói không có ai xuất hiện trong vùng này nhiều tháng nay.

Có lẽ bạn đã nhanh chóng nhận ra mình không thể chỉ nhìn từ “Bob”, mà còn nhìn thấy các chữ khác từ hai phía của “Bob”, các chữ bên trên và bên dưới – có thể còn nhiều hơn nữa. Khi nhìn vào một bức tranh, mắt phát huy hết khả năng nhìn: mắt chuyển động quanh và thu nhận toàn bộ. Nhưng khi đọc, bạn đọc từng từ, tự nói ra từng từ, vờ như thể bạn không thấy những từ khác. Giờ đây, bạn biết mình có thể nhìn được nhiều hơn một từ mỗi lần.

Tại sao bạn không hiểu được nhiều chữ cùng một lúc?

Chắc bạn phải lấy làm lạ là tại sao mình không thể hiểu tất cả

những từ này cho dù nhìn thấy chúng. Có thể việc cố gắng hiểu các chữ khi chúng không tuân theo một trình tự với bạn ắt hẳn rất khó khăn, chữ này nằm phía trên chữ kia, v.v... Về cơ bản, bạn không thể hiểu những từ khác bởi bạn được dạy cách hiểu một từ khi nhìn thấy nó và tự phát âm từ đó. Bây giờ, bạn phải học cách hiểu nhóm từ. Nhưng bạn đừng lo. Nó không khó như bạn nghĩ đâu (và vẫn cần phải thực hành). Thực tế, bạn đã làm được điều đó ở mức thấp.

Lần đầu tiên đọc có thể bạn đã nhìn vào từng nét chữ một. Nhưng sau đó, bạn bắt đầu nhìn được các nhóm nét chữ, có thể là các âm tiết đầu, hoặc các phần của từ, sau đó là cả

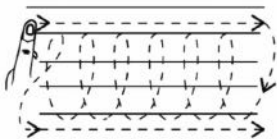
từ. Lúc này khi nhìn vào một từ, ví dụ từ “khó”, bạn không nhìn vào từng nét chữ. Bạn nhìn thấy toàn bộ các nét chữ. Và bạn không ý thức được việc “đọc” các nét chữ từ trái qua phải hay từ phải qua trái – bạn chỉ nhìn vào nghĩa của từ. Đây chính là cách dùng “cảm giác” để đọc nhóm từ trong cùng một lúc.

Thực hiện bước đầu tiên

Bước đầu tiên là một động tác di chuyển tay mới. Bước này không khó nhưng bạn phải thực hiện thật nhanh. Mục đích là để thực hành nhìn từng cụm từ một – không đọc – vì đó là bước đầu tiên trong quá trình học đọc thật nhanh.

Kiểu di chuyển tay mới được

gọi là “xoay tròn” vì đó là cách bạn tạo ra thật nhiều vòng tròn nhỏ khi di chuyển từ bên này qua bên kia trong một đoạn chữ trên giấy. Dùng ngón trỏ, làm theo cách mô tả trong Hình 10, đi từ phía bên này sang bên kia trong một dòng, sau đó kéo xuống 3 dòng hoặc hơn và xoay tròn thật nhanh khi ngón tay quay lại từ phải qua trái.



Hình 10. Di chuyển tay xoay tròn

Thực hiện di chuyển xoay tròn thật nhanh rất quan trọng. Khi di chuyển nhanh, chuyển động

nhanh thu hút mắt, bạn nhìn “xuyên qua” các ngón tay và có thể nhìn thấy tất cả các từ thuộc các vòng tròn mà bạn đang xoay quanh, 3 dòng chữ hoặc hơn.

Bạn đừng mong đọc được những chữ này. Nếu thực hiện các di chuyển xoay tròn chậm thì chữ sẽ bị che đi và bạn không đọc được gì cả. Ban đầu bạn nên vừa di chuyển vừa đếm (1, 2, 3, 1, v.v...) và mất tối đa không quá 3 giây gạch dưới dòng chữ và quay về thực hiện di chuyển xoay tròn. Sử dụng bài tập dưới đây để thực hành, nhờ đó bạn sẽ sẵn sàng cho bước tiếp theo vào ngày mai. Trước khi tiếp tục, bạn phải chắc chắn làm xong phần luyện tập hôm nay.

BÀI TẬP SỐ 21

Tài liệu: Bất kỳ cuốn sách nào.

1. Bắt đầu từ đầu một chương.

Thực hành xoay tròn bằng cách dùng ngón trỏ chạy dưới dòng đầu tiên của đoạn văn; sau đó kéo xuống 3 dòng hoặc hơn và thực hiện các di chuyển xoay tròn quay trở về từ phải qua trái, dịch xuống một dòng và bắt đầu lại.

2. Bạn phải nhìn được tất cả các chữ (không đọc!): chỉ cần nhận ra tất cả những từ bạn nhìn thấy khi đọc là từ tiếng Anh hay là một ngôn ngữ khác.

3. Thực hành trong 5 phút

hoặc chứng nào bạn thấy di chuyển tay trở nên dễ dàng và thoải mái. Bạn có thể làm lại chương này bao nhiêu lần tùy thích.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 3 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

15

HỌC CÁCH ĐỌC NHANH NHƯ KHẢ NĂNG SUY NGHĨ

Rất nhiều người có thể đọc nhanh với tốc độ khoảng vài nghìn từ mỗi phút cùng với khả năng hiểu tốt. Trong khi đó, cũng có nhiều người đọc tương đối

chậm và khả năng hiểu không được tốt. Và có những người đọc rất nhanh nhưng khả năng hiểu lại rất kém. Hoặc có những người đọc chậm nhưng có khả năng hiểu tuyệt vời.

Bạn có thể thấy một số “chuyên gia” đọc nói rằng, bạn không đọc nhanh hơn tốc độ đó được đâu (tôi đã đọc hoặc nghe tranh luận là “không thể” đọc nhanh hơn 400 từ mỗi phút, dù vậy “các chuyên gia” thừa nhận tốc độ đọc có thể lên tới khoảng 1.200 từ mỗi phút), đa số giáo viên dạy đọc hiệu quả đều đồng ý rằng bạn có thể học đọc nhanh hơn gấp hai hoặc ba lần so với hiện tại một cách dễ dàng. Và những trường hợp đọc nhanh hơn năm đến mười lần cũng không

phải là hiếm.

Sự bất đồng quan điểm về khả năng đọc nhanh của mọi người có vẻ tập trung vào định nghĩa của từ “đọc”. Theo mục đích của chúng ta, tôi định nghĩa “đọc” là nhìn vào các chữ in và nắm được nghĩa những chữ này để đạt mục đích của bạn. Tìm một cái tên trong danh bạ điện thoại là đọc, tương tự như đọc một cuốn tiểu thuyết hoặc nghiên cứu một cuốn sách giáo khoa. Mục đích, tốc độ, điều bạn hiểu và lĩnh hội được cũng khác nhau.

Những “chuyên gia” cho rằng không thể đọc được hơn 400 từ mỗi phút nghĩ rằng “đọc” nghĩa là đọc từng từ một và

phát âm từ trong tâm trí. Nếu đồng ý với định nghĩa này, bạn phải chấp nhận tốc độ đọc bị hạn chế. Khi đó nếu muốn đọc lướt các cuốn tiểu thuyết với tốc độ trên 1.000 từ mỗi phút, bạn sẽ phải bỏ kiểu nhìn một hoặc hai từ một lần và phát âm từng từ trong tâm trí.

Để đạt tới tốc độ đọc như vậy, cần phải có khả năng tập trung cao. Nếu trong lúc đọc, tâm trí lại “lang thang đâu đó” thì mãi mãi không thể thành công.

Cảm giác khác biệt khi “đọc” ở tốc độ cao

Khi đọc ở tốc độ cao, cảm giác rất khác biệt. Có lẽ bạn đã có chút kinh nghiệm. Việc phát âm trong đầu đã giảm đi nhiều (có thể không bao giờ loại bỏ

được hoàn toàn), vì thế bạn sẽ có cảm giác rất lạ ban đầu. Một số người cảm thấy “trống rỗng”, một số người khác cảm thấy không chắc chắn. Phải thực hành thật nhiều để tăng cảm giác thoải mái và an toàn, nhưng học hầu hết các kỹ năng là việc làm hoàn toàn đúng đắn.

Có thể bạn đã trải qua cảm giác “trống rỗng” khi làm bài luyện đọc nhanh gấp hai/gấp ba lần. Chúng ta sẽ ôn lại những nội dung đang học, và nó sẽ giúp bạn hiểu rõ giá trị về những việc mình đang làm. Lần đầu học đọc, cô giáo yêu cầu bạn đọc to để họ biết rằng bạn đã hiểu được các từ. Sau đó, họ yêu cầu bạn tự đọc. Khi “tự đọc”, bạn hiểu theo cách sau:

“tín hiệu” thị giác được gửi về não vì những từ bạn nhìn thấy, nhưng đồng thời cũng có một “tín hiệu” âm thanh được gửi đến não vì bạn đang ghi nhớ âm thanh từng từ trong não bộ. Hình 11 mô tả quá trình này.

Khi đọc từng từ, bạn hiểu được từ đó bằng cách gửi cả thông điệp thị giác và âm thanh đến não vì bạn nhớ lại âm thanh của từ khi nhìn thấy nó.

Khi đọc được nhiều hơn một chữ mỗi lần, bạn phải nắm được nghĩa của nó, chủ yếu từ việc nhìn thấy chúng vì bạn không thể phát âm tất cả các từ trong tâm trí khi đọc quá nhanh.

Khi đang thực hành đọc “gấp

hai” và “gấp ba”, bạn đọc nhanh hơn tốc độ phát âm ra tất cả các từ trong não. Do đó, bạn đang phần nào thực hành đưa tín hiệu thị giác đến não. Não bộ được “ra lệnh” chỉ cần nhìn thấy từ, không cần phải nghe. Và có vẻ bộ não chấp nhận mệnh lệnh này. Sau đó, khi làm xong bài luyện với phần đọc hiểu cuối cùng, có thể bạn nhận thấy tốc độ đọc của mình tăng vọt lên (điều này thường chỉ xảy ra nếu bạn đạt mục tiêu khi thực hành đọc tăng tốc độ “gấp hai” và “gấp ba” lần). Nếu bạn là một trong số ít người may mắn, có thể tốc độ đọc của bạn tăng lên cùng với khả năng hiểu tốt. Một số người cảm thấy tốt hơn nhiều so với trước. Nhưng phần lớn lại thấy khả năng

hiểu kém hơn so với trước đây một chút hoặc có thể họ biết mình đang đọc gì trong lúc đọc, nhưng lại không thể nhớ được gì khi dừng lại.



Hình 11A



Hình 11B

Hình 11. Não nhận thức như thế nào khi đang đọc?

Khi đọc từng từ, bạn hiểu nghĩa từ đó bằng cách gửi thông điệp thị giác và thính giác về não, vì bạn nhớ lại âm thanh của từ khi nhìn thấy nó. (Hình 11A)

Khi đọc nhiều hơn một từ mỗi lần, bạn nắm được nghĩa của từ chủ yếu bằng quan sát bởi

vì đọc quá nhanh khiến bạn không thể tự nói ra hết các từ. (Hình 11B)

Lý do rất rõ ràng. Nếu tốc độ đọc tăng lên, có thể nhanh hơn 50 hoặc 100 từ mỗi phút, thậm chí hơn thế, thì chắc chắn bạn nhầm từ ít hơn. Càng thực hành nhiều ở tốc độ cao, bộ não của bạn càng nhanh quen với việc đó. Chẳng bao lâu bạn sẽ cảm thấy nhẹ nhàng và nhớ được những gì mình đọc. Giờ đây, bạn đã hiểu tại sao phần bài luyện đọc tốc độ gấp đôi và gấp ba là phần quan trọng nhất.

Làm thế nào để hiểu được ở tốc độ cao?

Từ khi bắt đầu thực hành di chuyển tay xoay tròn, chắc bạn

muốn biết làm thế nào mình có thể hiểu được khi đang nhìn vào quá nhiều từ cùng một lúc. Không chỉ có thế, có lẽ bạn còn muốn biết làm sao mình có thể hiểu được khi ban đầu bạn đọc theo một chiều, sau đó lại đọc theo chiều khác (giật lùi) từ bên này sang bên kia trang sách. Câu trả lời là việc bạn không muốn đọc có thể xảy ra trong lúc thực hành. Còn khi đã hiểu được cơ sở của nó, bạn có thể thực hiện dễ dàng hơn.

Khi bắt đầu học đọc, nhiều khả năng bạn nhìn vào từng nét chữ một. Có lẽ tên của mình là từ đầu tiên bạn nhìn được cả chữ và nắm được nghĩa. Nhưng sau đó, bạn dần dần nhìn được hầu hết mọi từ trọn vẹn chứ không chỉ nhìn vào

từng phần của từ nữa. Giờ đây, khi nhìn vào một từ bạn không còn nhận biết các nét chữ đơn lẻ nữa. Bạn chỉ nhận biết cả từ và ý nghĩa của từ đó. Nếu một từ bị sai cơ bản, ví dụ “birthday”, bạn sẽ nhìn ra ngay nét chữ bị sai. Bạn không nhìn vào các nét chữ theo chiều xuôi hoặc ngược mà phải nhìn cả chữ. Bạn hiểu được nghĩa và các lỗi mắc phải quá rõ ràng. Đây là kiểu đọc bằng mắt: nhìn và nắm được nghĩa của từng nhóm từ một.

Không phải mọi từ đều có nghĩa

Một lý do khiến bạn đọc được nhiều từ một lúc vì nghĩa của đoạn thực ra chỉ nằm ở một số ít các từ. Trong tiếng Anh, có

khoảng hơn 600.000 từ vựng khác nhau, khoảng 400 từ kết cấu (những từ gắn kết các câu, các cụm từ với nhau nhưng lại không có nghĩa gì) được sử dụng trong khoảng 65% thời gian.

Một nghiên cứu thú vị về tần suất sử dụng từ được thực hiện tại trường Đại học Brown. Trong một cuốn sách in, có trên 134.000 từ, 122 từ xuất hiện thường xuyên nhất. Trong số này chỉ có 20 từ có “nội dung” hoặc từ có nghĩa và 102 từ kết cấu. Từ “cái” xuất hiện 20.172 lần và từ “của” xuất hiện 10.427 lần. Thật dễ hiểu tại sao bạn có thể học cách phản ứng với nhiều từ cùng một lúc, như một tổ hợp từ, khi mà rất nhiều từ trong

số đó chẳng có nghĩa gì và còn lặp lại nhiều lần nữa.

Bạn có thể đọc không theo trình tự

Trước thời Evelyn Wood, ít nhất là tôi được biết, mọi nỗ lực nhằm tăng tốc độ giúp người đọc có thể đọc được nhiều hơn một chữ trên một dòng mỗi lần. Tuy nhiên, Evelyn Wood thấy những người vốn có khả năng đọc nhanh nhìn vào các nhóm từ bao gồm tất cả từ trong một dòng nằm phía trên và dưới từ định trước, cũng như tất cả từ nằm ở cả hai bên từ đó. Cô phát hiện ra mọi người có thể đọc không theo thứ tự.

Nhưng làm thế nào bạn có thể đọc các từ ngữ khi chúng

không theo bất cứ một trình tự nào? Tôi sẽ giải thích một cách dễ hiểu, sau đó chúng ta sẽ cùng thực hiện. Nó tương tự như khi nhìn vào một bức tranh. Khi nhìn vào một bức tranh, bạn thường tập trung vào từng phần một và trí nhớ của bạn gắn các phần với nhau. Khi nhìn vào một cụm từ, bạn sẽ nhìn cả cụm, tập trung vào một số từ, sau đó là các từ khác để tìm ra nghĩa và ý của nhóm từ chứ không phải của từng từ một.

Hãy bắt đầu trang x (chó chó) – không được liếc nhìn hoặc là bạn sẽ phá hỏng trải nghiệm của mình – là một loạt các “đoạn văn” mà bạn phải “đọc” bằng cách dùng kiểu di chuyển tay xoay tròn. Mỗi “đoạn” có ít

nhất năm dòng, vì thế bạn chỉ phải dùng tay chạy từ trái qua phải ở dòng đầu tiên, kéo xuống và xoay tròn từ phải qua trái ở cả bốn dòng cuối cùng. Sau đó, hãy tìm thật nhanh. Đây là việc làm quan trọng nhất hoặc nếu không bạn sẽ vẫn cứ nhìn vào đoạn văn và đọc theo cách cũ.

Bạn cũng cần một thứ gì đó để che “các đoạn” trước khi “đọc”. Ban đầu che cả trang, sau đó dịch chuyển miếng che (tốt nhất là một tờ giấy) xuống cho đến khi lộ ra “đoạn” đầu tiên. Sau đó, dùng kiểu di chuyển tay xoay tròn “đọc” thật nhanh. Tìm xem đoạn đó “nói” gì. Đó là tất cả những việc phải làm.

BÀI TẬP SỐ 22

Dụng cụ: Một tờ giấy hoặc tấm bìa cứng dùng để che các đoạn ở trang tiếp theo,

Bút mực hoặc bút chì.

- Che toàn bộ các đoạn ở trang tiếp theo, lưu ý không được nhìn vào những đoạn văn đó trước khi làm bài.

- Trượt tờ giấy xuống để lộ ra đoạn đầu tiên.

- Di chuyển tay xoay tròn thật nhanh, nhìn vào đoạn đầu tiên, di chuyển tay từ trái qua phải ở dòng đầu tiên, sau đó kéo xuống và xoay tròn từ phải qua trái.

- Xác định thật nhanh và viết

ra giấy những gì bạn nhìn được.

Bạn thấy sao? Có dễ dàng không? Bạn có đọc đến những chữ bị che khuất trong đoạn D không? (“Con ngựa” xuất hiện giữa chó và mèo.) Tất nhiên, phần này không quá khó nhưng nó giúp bạn “cảm nhận” xem khi đọc với tốc độ thật nhanh thì khả năng hiểu của bạn như thế nào. Và mặc dù hầu hết hoặc toàn bộ từ của mỗi đoạn giống nhau nhưng bạn vẫn phải nhìn - và phải hiểu được - nó là cái gì. Rõ ràng, sẽ thật khó khăn với bạn khi hầu hết các từ không giống nhau, nhưng qua thực hành bạn cũng sẽ biết cách hiểu ở những tình huống đó.

A. _____

chó chó chó chó chó chó chó
chó chó

chó chó chó chó chó chó chó
chó chó

chó chó chó chó chó chó chó
chó chó

chó chó chó chó chó chó chó
chó chó

chó chó chó chó chó chó chó
chó chó

B. _____

mèò mèò mèò mèò mèò mèò mèò
mèò mèò mèò mèò mèò

mèò mèò mèò mèò mèò mèò mèò
mèò mèò mèò mèò mèò

mèo mèo mèo mèo mèo mèo
mèo mèo mèo mèo mèo

mèo mèo mèo mèo mèo mèo
mèo mèo mèo mèo mèo

mèo mèo mèo mèo mèo mèo
mèo mèo mèo mèo mèo

C. _____

ngựa bò ngựa bò ngựa bò ngựa
bò

bò ngựa bò ngựa bò ngựa bò
ngựa

ngựa bò ngựa bò ngựa bò ngựa
bò

bò ngựa bò ngựa bò ngựa bò
ngựa

ngựa bò ngựa bò ngựa bò ngựa
bò

D. _____

mèo và chó và mèo và chó và
mèo và chó

và mèo và chó và mèo và chó
và mèo và

chó và mèo và chó và mèo và
chó và mèo

và chó và mèo và chó và mèo
và chó và

mèo và ngựa và chó và mèo và
chó

E. _____

con ngựa và bò và chó và mèo
con ngựa

và bò và chó và mèo con ngựa
và bò

và chó và mèo con ngựa và bò
và chó

và mèo con ngựa và bò và chó
và mèo

con ngựa và bò và chó và mèo
con ngựa

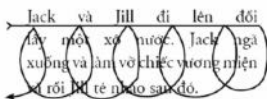
Áp dụng di chuyển tay vào đoạn văn

Bạn phải thường xuyên áp dụng di chuyển tay xoay tròn trong các đoạn văn. Điều đó sẽ giúp bạn bắt đầu cải thiện khả năng hiểu. Vì đoạn văn là thứ tư duy đầu tiên, cũng như tất cả các câu trong đoạn giúp hình thành từng ý riêng, đây là bộ phận đầu tiên của một trang mà chúng ta phải chú ý khi đọc nhanh.

Vì trong một đoạn văn câu đầu tiên luôn chứa nội dung của đoạn nên chúng ta sẽ bắt đầu bằng việc đọc dòng đầu tiên của đoạn, dùng kiểu di chuyển tay chạy dưới dòng chữ, sau đó kéo xuống hai dòng hoặc nhiều hơn và bắt đầu xoay tròn phần còn lại của đoạn.

Cố gắng mỗi lần làm một đoạn. Nếu đoạn văn quá dài, hãy lặp lại di chuyển tay xoay tròn thêm hai hoặc ba lần nữa. Nếu chỉ có một hoặc hai dòng, bạn chỉ cần sử dụng kiểu di chuyển tay chạy dưới dòng chữ theo cả hai chiều. Một lần nữa bạn cần thực hành kỹ thuật này một chút trước khi sử dụng. Trước khi luyện tập, hãy dùng kỹ thuật này làm bài tập dưới đây; khi đó bạn mới sẵn sàng cho

bài tập ngày mai.



BÀI TẬP SỐ 23

Tài liệu: Một cuốn sách bất kỳ.

1. Bắt đầu từ đầu của một chương

Dùng tay chạy dưới dòng đầu tiên mỗi đoạn (với những dòng thoại đơn, bạn chỉ được gạch dưới chúng).

Đến cuối dòng, kéo xuống tối thiểu ba dòng và thực hiện các di chuyển xoay tròn thật nhanh quay trở lại từ trái qua

phải.

Dừng chuyển động xoay tròn
chừng nào kết thúc đoạn văn.

2. Tiếp tục thực hiện kiểu di
chuyển tay mới trong khoảng
10 trang nữa. Làm lại một
hoặc hai lần 10 trang này
trong thời gian cho phép.

Chú ý: Dành tối đa không quá
hai giây khi xoay tròn. Càng ít
thời gian càng tốt. Đừng quên
đọc dòng mà bạn dùng tay
gạch dưới và chỉ nhìn vào
những chữ trong phạm vi xoay
tròn.

Trong khi làm Bài tập số 23,
đừng hy vọng mình sẽ hiểu
được nhiều – có thể bạn sẽ
chẳng hiểu được gì. Lúc này,
bạn chỉ cần thực hành các di

chuyển tay sao cho trôi chảy, thậm chí là chuyển động vô thức. Nếu việc bỏ qua quá nhiều nội dung khiến bạn cảm thấy khó chịu, hãy đặt úp sách xuống và thực hiện trên các trang sách để bạn không thể đọc được gì. Sau đó, làm tốt một số bài thực hành để sẵn sàng thực hiện bước tiếp theo trong việc hiểu ở tốc độ cao.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 3 ĐỂ HOÀN THIỆN BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

16

CÁCH HIỂU Ở TỐC ĐỘ ĐỌC CAO

Có ba nguyên tắc cơ bản ảnh hưởng đến khả năng đọc và hiểu một đoạn văn. Ất hẳn bạn đã quá rõ những nguyên tắc này vì bạn đã trải qua chặng đường hình thành nhận thức và kỹ năng đọc hiệu quả. Các nguyên tắc này sẽ giúp bạn hiểu được quy trình sẽ trải qua trong vài tuần

tới khi học đọc bằng mắt.

Ba nguyên tắc ảnh hưởng đến khả năng hiểu

*NGUYÊN TẮC THỨ NHẤT:
Trong một đoạn văn, càng có nhiều từ trừu tượng càng khó đọc nhanh.*

Điều này là hiển nhiên vì bạn dễ dàng nhận ra rằng bạn có thể “hiểu” những điều cụ thể, ví dụ như “chú chó nâu” hoặc “người phụ nữ có mái tóc đỏ”, dễ dàng hơn so với những câu mang nghĩa trừu tượng như “Sự phức tạp của nhịp điệu não cản trở khả năng duy trì tư duy của con người”. Do đó, tốt nhất hãy bắt đầu với những tài liệu bạn có thể hiểu được khi mới học đọc ở tốc độ cao – Loại tài liệu không được viết ở mức

độ phức tạp.

NGUYÊN TẮC THỨ HAI: Đoạn văn càng có ít ý càng dễ đọc nhanh và cũng dễ hiểu hơn.

Nhưng nhiều người không nhận ra một số đoạn văn trình bày các ý và quan điểm khác nhau nhanh hơn khi nhận biết những đoạn văn khác. Ví dụ trong 100 chữ, càng có ít ý thì càng nhiều từ kết cấu – đây là những chữ rất dễ nhận ra và có thể đọc nhanh. Và có lẽ càng có nhiều ý trong 100 chữ thì bạn càng phải đọc chậm lại để nắm được nghĩa của chúng.

NGUYÊN TẮC THỨ BA: Có sẵn kiến thức về chủ đề tác giả trình bày trong đoạn văn thì bạn càng dễ dàng đọc nhanh.

Nếu bạn là một nhà vật lý hạt nhân, bạn có thể đọc sách trong lĩnh vực này thật dễ dàng. Nếu là tôi thì tôi sẽ gặp rất nhiều khó khăn khi phải đọc những cuốn sách đó và sẽ phải đọc (tương đối) chậm. Bởi có nhiều từ tôi không biết nghĩa và các ý tưởng đều mới mẻ với tôi. Đồng thời, điều đó khiến chủ đề khó “hiểu”. Rất nhiều người bị ảnh hưởng bởi nguyên tắc này.

Khi tôi dạy kỹ năng đọc nhanh cho các bác sĩ, tôi thường sử dụng các tạp chí y khoa làm bài luyện tập cho họ. Để khi kết thúc khóa học, họ tiếp cận lại với những sách chuyên ngành Y tế, họ cũng vẫn sẽ cảm thấy thoải mái khi đọc chúng. Tuy nhiên, do trải qua

nhiều năm học tập và làm việc chuyên sâu nên vốn từ vựng cũng như những khái niệm y học đã trở thành “bản chất thứ hai” của họ. Những thuật ngữ chuyên ngành, nếu chúng ta mới nghe lần đầu thì sẽ cảm thấy rất trừu tượng, khó hiểu, thậm chí là không thể hiểu được, nhưng với họ thì không. Do vậy, họ chỉ cần được đào tạo các kỹ năng đọc nhanh để có thể mau chóng tiếp thu những tài liệu nghiên cứu mới.

Đối với những sinh viên y khoa năm đầu, việc nắm bắt các kiến thức này có phần nan giải hơn. Cá nhân tôi cho rằng, nó giống như việc đọc ngoại ngữ. Rất khó khăn để đọc nhanh nếu như bạn chưa hiểu được ý nghĩa của các từ, các

khái niệm. Nhưng nếu chịu khó trau dồi kiến thức và thực hành đọc nhiều thì một sinh viên bình thường cũng có thể tăng tốc độ đọc hiểu của mình, ít nhất là - 50-100%. Và khi dành nhiều thời gian học tập thì đó sẽ là những kiến thức “để dành” rất hữu dụng cho quá trình làm việc sau này.

Trở về lớp một

Khi bắt đầu học đọc bằng mắt nghĩa là bạn đang đặt mình quay trở về lớp một. Đầu tiên, bạn phải học đọc và hiểu qua các tài liệu chứa ít từ trừu tượng, có ít ý trong 100 từ ở mức độ dễ nhất, và tốt nhất là thuộc các lĩnh vực mà bạn am hiểu. Khi hiểu được ở cấp độ đơn giản, hãy bắt đầu tăng dần

lên cho đến khi bạn có thể hiểu ở cấp độ mong muốn. Tất nhiên, để làm được như vậy, bạn phải thực hành rất nhiều.

Để chuẩn bị thực hành đọc bằng mắt, hãy tìm cho mình vài cuốn sách dễ đọc ngay từ cuối tuần này. Mượn của con cái hoặc cháu. Hoặc nếu cần, bạn hãy đến hiệu sách và tìm vài cuốn viết cho giới trẻ. Có nhiều sách hay viết về tiểu sử (bạn còn nhớ cuốn Young Thomas Jefferson (tạm dịch: Thời trẻ của Thomas Jefferson) và những cuốn thuộc thể loại đó chứ?) cùng những truyện thú vị khác. Một giải pháp khác là dùng những cuốn sách dễ mà bạn từng đọc cách đây một hoặc hai năm. Dù sách được lấy từ đâu, thì hãy cứ tập

hợp lại để thực hành vì bạn sẽ cần đến chúng trong vài ngày tới.

Thực hành thật nhiều

Bạn đã có vài phút thực hành với sự biến tấu của vòng tròn, đọc dòng đầu của các đoạn văn bằng cách di chuyển tay dưới dòng chữ và sau đó xoay tròn phần còn lại của đoạn và chỉ nhìn vào mặt chữ. Trong bài tập tiếp theo, sẽ có thêm một số đoạn để thực hành. Lưu ý rằng, bạn không được nhìn trước. Bạn phải che các đoạn văn, sau đó sử dụng kiểu di chuyển tay mới “đọc” từng đoạn một.

Khi thực hành đọc bằng mắt, không bao giờ được quay trở lại và đọc theo “cách cũ”, đọc

theo từng dòng chữ hoặc dùng tay chạy dưới dòng (trừ dòng đầu tiên của đoạn). Điều quan trọng hơn cả là bạn phải đọc hết một lượt, xác định thật nhanh xem đoạn văn nói gì. Sau đó, bạn có thể quay lại và chỉ “đọc” theo cách mới.

Nếu quay lại và đọc lại đoạn văn theo cách cũ, chắc chắn bạn sẽ thấy mình chẳng hiểu được gì nhiều từ các đoạn văn hoặc những gì bạn hiểu chưa được chính xác. Và đó chính là điều tôi muốn. Bạn phải mắc nhiều lỗi, cũng giống như lần đầu tập đi, và càng sớm mắc lỗi bạn càng học được nhanh. Nhưng nếu cứ khẳng khẳng rằng mình không thể làm được thì bạn sẽ không thể tiến bộ nhanh. Vì vậy, đừng bận tâm

đến việc kiểm tra. Cứ tiếp tục đọc những tài liệu thật dễ hoặc tài liệu bạn đã từng đọc. Bằng cách đó, bạn sẽ không phải chú ý nhiều và nó cũng không khiến bạn phải bận tâm. Nhưng lúc này, điều quan trọng nhất là thực hành và kiên nhẫn. Vì vậy, hãy đọc những hướng dẫn dưới đây; sau đó sang trang tiếp theo và làm bài tập.

BÀI TẬP SỐ 24

Dụng cụ: Một tờ giấy hoặc tấm bìa cứng để che các đoạn văn ở trang sau,

Bút mực hoặc bút chì.

- Che toàn bộ các đoạn ở trang sau, không được xem trước khi làm bài tập này.

- Trượt tờ giấy xuống để lộ ra đoạn đầu tiên.

- Dùng tay chạy thật nhanh dưới dòng đầu tiên và đọc, sau đó kéo xuống đến cuối đoạn và xoay tròn quay trở lại từ phải qua trái.

- Xác định thật nhanh và viết ra giấy “ý nghĩa” của đoạn văn.

“Đáp án” cho các đoạn văn này đều rất chung chung. Bạn không phải nhớ từng từ; không bao giờ bạn làm được như vậy dù đọc ở tốc độ nào. Nhưng bạn phải “nhìn” thấy tất cả các chữ và nhận thấy chúng đều có một ý riêng. Trong đoạn A, “Herbert đi ra vườn và hái rất nhiều rau” là tất cả những gì muốn nói. Và trong đoạn B, “Gloria đi đến

cửa hàng và mua thật nhiều đồ tạp phẩm”.

Sử dụng kiểu di chuyển tay mới, “đọc” câu chuyện một vài lần. Phải đọc thật nhanh, dành ít nhất một giây gạch dưới mỗi dòng đầu của một đoạn, và ít nhất ba giây (cố gắng trong hai giây) khi xoay tròn. Bạn có thể quay trở lại và “đọc lại” câu chuyện bao nhiêu lần tùy ý, miễn là bạn phải đọc theo cách mới. Đừng quay trở lại và đọc theo cách cũ.

A.

Herbert đi ra vườn thay mẹ và hái thật nhiều rau, gồm có đậu hà lan, rau xà lách, cà chua, dưa chuột, cà rốt, khoai tây, đậu

xanh, quả cà tím, quả bí, mùi tây, hành tây, cải bó xôi, ngô và đậu lima.

B.

Gloria đi đến cửa hàng tạp hóa để mua sữa tươi, bơ, kem, trứng, pho mát, táo, lê, đào, nho và hạt đóng hộp, hai quả chuối, ngũ cốc, bánh mì, pizza đông lạnh, vani và kem sô-cô-la, một cái bánh ngọt, bỏng ngô, Coca-cola và nước sô-đa cam.

C.

Raymond đưa cháu trai và cháu gái của mình đi sở thú, lũ trẻ rất thích thú khi được xem nhiều

loại động vật. Một số loài yêu thích của chúng là ngựa vằn, khỉ, hươu cao cổ, linh dương, voi, hổ, trâu nước, nai, tê giác, khỉ đột, gấu, sư tử, báo sư tử Mỹ, báo đốm Mỹ.

D.

Susan thuộc típ người thích thể thao, cô thích xem và chơi nhiều môn thể thao. Cô tham gia đội bơi và cũng thích lặn; cô chơi quần vợt, bóng ném, khúc côn cầu và điền kinh. Cô cũng thích cưỡi trên lưng ngựa. Thực sự, cô thích tất cả các môn thể thao.

E.

Mùa thu là thời điểm tuyệt vời ở Vermont. Trong hai tuần của tháng Mười, không nơi nào không có những chiếc lá nhiều màu tươi sáng. Chúng trải qua một số thay đổi và trở nên vàng óng, đỏ rực, hổ phách, vàng kim, tím đậm và biến thành vùng rực rỡ sắc màu.

BÀI TẬP SỐ 25

Tài liệu: Cuốn sách này.

1. Dùng ngón tay chạy dưới dòng đầu của mỗi đoạn, bắt đầu ở trang sau; sau đó kéo xuống đến cuối đoạn và trở lại với các di chuyển xoay tròn.
2. Nhanh chóng làm tiếp ở đoạn tiếp theo.
3. Cố gắng bám sát cốt truyện.

Có thể bạn chỉ hiểu một chút hoặc vài phần của câu chuyện, đó là điều bình thường.

CHÚ BÁO CON

Mark Purdy quỳ trên cỏ, đặt mỗi sớng vào những chiếc hộp trắng. Đó là buổi chiều thứ Bảy và cậu có rất nhiều việc phải làm.

Mark lắng nghe âm thanh từ chiếc xuống máy của cha cậu. Bố của Mark là một người dẫn đường. Buổi sáng hôm đó, ông đã đưa hai thợ săn ra ngoài bằng chiếc xuống. Mark nhìn theo hướng con lạch và thấy cha cậu đang lái chiếc xuống vào.

Mark chạy vội ra bến đón cha và cột chặt chiếc xuống. Sau

đó, cậu để ý thấy một cái bọc nhỏ đặt gần chân của một người thợ săn. Đó là một con thú. Dưới ánh mặt trời, lông của nó trông sáng bóng. “Chúng ta đã tìm được một chú báo con”, cha của Mark nói. “Làm thế nào bố bắt được nó ra khỏi mẹ nó?”, Mark hỏi.

“Mẹ nó không có ở đó”, cha của Mark trả lời. “Chúng ta không thể mặc nó chết nên đã mang nó về”.

Hai người thợ săn bước ra khỏi xuống. Cha của Mark xách chú báo con theo sau.

“Chúng ta chẳng bắt được gì”, một người thợ săn nói. “Nhưng ông là người dẫn đường cừ đấy, Purdy ạ”.

Hai người thợ săn nhắc súng lên và đi khỏi.

Mark chạy trước cha, đi vào nhà. “Mẹ hãy lại xem này! Cha mang về cho chúng ta một con báo nhỏ”.

Mẹ Mark bước tới cửa. “Sao?”, bà nói, “trông nó giống một con mèo tuyệt đẹp. Con vật đáng thương chắc phải đói lắm đây. Mẹ sẽ hâm cho nó ít sữa ấm”.

Bà Purdy đi vào bếp. Bà trở lại với một đĩa sữa. Bà đặt đĩa sữa gần báo con. Nhưng nó không hề nhúc nhích. Mark nhúng ngón tay vào sữa. Sau đó, cậu bé chấm nhẹ sữa vào môi con vật. Báo con liếm môi.

“Nó còn rất bé”, bà Purdy nói.

“Chúng ta phải kiếm cho nó cái bình sữa”.

Bà Purdy tìm được một cái chai và rót sữa ấm vào đó. Giờ thì báo con đã biết phải làm gì. Nó uống sữa, sau đó nhẹ nhàng lúi lại và ngủ.

Mark vuốt nhẹ lông của nó. “Mày thật là bụ bẫm”, cậu nói. “Chắc hẳn mẹ mày rất chăm mày”.

“Thế mẹ của nó?”, bà Purdy hỏi, “Mẹ nó đâu?”

“Chắc nó bị thương đâu đó ở Everglades”, ông Purdy trả lời. “Không người mẹ nào lại bỏ con lâu thế nếu nó còn có thể đi được”.

Báo con lớn nhanh từng ngày.

Nó bắt đầu theo Mark đi khắp khu trại. Mark gọi nó là Sleek.

Vào một buổi sáng trước bữa điểm tâm, Mark đi xuống cái lạch. Sleek đi ngay đằng sau. Mark ngồi trên bờ. Những con chim trắng tuyệt đẹp bay là xuống trên đám cỏ cao hoặc đậu trên bờ. Tiếng hàng trăm con ếch cất lên âm ã. Chim chóc hót véo von. Everaglates đã tỉnh dậy.

Sleek vui đùa cắn ngón chân Mark và cậu la mắng báo con bằng một cái vuốt nhẹ lên mũi nó. “Không được cắn, Sleek”, cậu nói.

Có tiếng gì gầm gừ quanh đó và Mark nhìn lên. Cách chừng 10 mét, cậu thấy một con báo nâu to lớn. Nó đến một cách

nhẹ nhàng tới mức Mark chẳng nghe thấy gì. Nó vẫn đứng đó nhìn cậu bé và báo con. Mark cảm giác đó chắc chắn là báo mẹ. Cậu không hề nhúc nhích. “Mark ơi, Mark!”, tiếng cha cậu gọi. “Vào ăn sáng đi con”.

Mark sợ phải quay đầu lại. “Bố nhìn xuống bờ kênh đi” cậu nhẹ nhàng nói. “Con nghĩ đó chính là báo mẹ”.

“Đừng cử động, con trai. Bố đi lấy súng”, người cha nói nhỏ.

Mark chờ, không động đậy trong khi báo mẹ bước rón rén đến gần hơn. Sleek không nhìn thấy mẹ nó. Nó đang chơi đùa với ngón chân Mark.

Tiếng cửa trước cọt két và

Mark biết cha đang cầm súng đi ra.

Báo mẹ tiến đến chỗ báo con. Một con ruồi đậu vào mặt Mark nhưng cậu chỉ có thể giật giật cái mũi. Cậu biết mình không được cử động.

Báo mẹ ngửi ngửi. Ban đầu, nó có vẻ không biết đó là con mình. Mùi của báo con rất khác. Sau đó, báo mẹ bắt đầu liếm lông báo con. Sleek cọ sát vào báo mẹ một cách thích thú. Báo mẹ quay lại và đi đến chỗ bụi cây rậm rạp. Nó biết là báo con sẽ đi theo. Quả đúng như vậy.

Sau đó, cha của Mark đi đến từ phía sau cậu.

“Con trai, con thật dũng cảm”,

ông nói, “Bố không muốn bản trừ khi buộc phải làm thế. Bố hy vọng con đứng im và con đã làm như vậy”.

“Con sẽ rất nhớ Sleek”, Mark nói, “Chúng con vừa mới bắt đầu trở thành bạn tốt của nhau”.

“Dù sớm hay muộn điều đó sẽ xảy ra”, cha của Mark nói, “Chúng ta sẽ phải thả Sleek về Everglades khi nó lớn hơn. Nhưng”, ông nói thêm, “một ngày nào đó con sẽ gặp lại nó”.

Mark biết thế nào điều đó cũng sẽ xảy ra. Cậu sẽ chèo xuồng xuôi theo con lạch, khi đó cậu sẽ nhìn thấy Sleek. Sleek sẽ nhìn bằng ánh mắt màu vàng và nhớ ra cậu. Và chúng luôn là những người hàng xóm. Cả hai

đều là một phần của thế giới hoang dã đẹp đẽ vùng Everglades.

Sau khi đọc câu chuyện này vài lần, bạn phải nắm được điều gì đã xảy ra. Đừng bao giờ nghĩ hoặc cho là nó giống như cách đọc khác. Nhưng tất nhiên, nhờ thực hành và tăng cường các kỹ năng, bạn sẽ hiểu và có được sự tự tin mà bạn cần.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 3 ĐỂ HOÀN THIỆN BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

17

ĐỌC KHÔNG PHÁT ÂM TỪ VÀ KHÔNG THÀNH TIẾNG

Nếu thực hành nghiêm túc và có khả năng đọc hiểu khoảng 500 từ mỗi phút, thì bạn đã sẵn sàng chuyển sang bước học đọc nhanh tiếp theo. Nếu chưa đạt

tốc độ 500 từ mỗi phút thì bạn nên nghỉ ngơi, ít nhất là dừng đọc cuốn sách này, nhưng không được bỏ phần bài luyện. Điều quan trọng là bạn có khả năng đọc hiểu khá tốt với tốc độ 500 từ mỗi phút hoặc nhanh hơn trước khi bước vào những tốc độ cao hơn (dù điều này không có nghĩa là bạn có thể đọc mọi thứ ở tốc độ đó).

Phải chắc chắn bạn đã sẵn sàng đi tiếp

Trong trường hợp luyện tập đều đặn mà vẫn chỉ đạt dưới 500 từ mỗi phút thì trước khi chuyển sang bài tiếp theo bạn hãy dành ra một tuần để tiếp tục làm các bài luyện của tuần trước. Dành thêm thời gian riêng cho việc đọc bằng tay

cũng rất tốt, bạn sẽ cảm thấy thoải mái ở tốc độ 500 từ trở lên. Trong giai đoạn này, một số người bỏ ra vài tuần để củng cố những nỗ lực của mình trước khi tiếp tục. Đôi khi, tôi tư vấn cho học viên của mình bỏ ngang khóa học, tiếp tục luyện tập và đọc bằng tay, dùng kiểu di chuyển tay chạy dưới dòng chữ trong khoảng sáu tuần trước khi quay trở lại và tiếp tục học. Cách này thường áp dụng cho những ai sử dụng tiếng Anh là ngôn ngữ thứ hai bởi vốn từ tiếng Anh của họ chưa được tích lũy đủ. Cũng vì lý do này, những người sử dụng tiếng Anh là ngôn ngữ chính, nhưng lại có những khó khăn đáng kể trong việc đọc, cũng có thể áp dụng được. Đừng cố tiếp tục nếu bạn

chưa thực sự sẵn sàng. Bạn sẽ không sớm biết đọc nhanh hoặc đọc tốt hơn được chút nào. Trên thực tế, nó có thể làm giảm sự tiến bộ của bạn nữa.

“Phân đoạn”: kiểu di chuyển tay mới

Trước khi bắt đầu thực hành đọc bằng mắt ở tốc độ cao, bạn cần một kiểu di chuyển tay mới. Thực ra, đây chỉ là một sự biến tấu từ kiểu di chuyển tay xoay tròn mà bạn đã được học. Như bạn đã biết, điều đầu tiên phải nắm được trong một đoạn văn chỉ là “nhìn” được toàn bộ chữ. Bạn phải nhận ra được những chữ mình đang đọc là tiếng Anh hay là một ngôn ngữ khác. Những cái tên

riêng và chữ in nghiêng chắc chắn sẽ đập vào mắt bạn. Cách này rất dễ thực hiện nếu dùng chuyển động tay xoay tròn, dạng biến thể của kiểu chạy dưới dòng chữ và xoay tròn. Lần này, có lẽ mắt bạn biết phải làm gì. Vì vậy, bạn không cần thực hiện các chuyển động xoay tròn để thu hút mắt vào phần bên phải của trang nữa.

Kiểu di chuyển tay phân đoạn được thực hiện bằng ngón trỏ và đúng như những gì bạn đang làm, chỉ có điều nó không tạo các đường tròn. Ngón trỏ chạy dưới dòng chữ đầu tiên của đoạn, sau đó kéo xuống ít nhất ba dòng và quay trở về lề trái của trang. Nếu đoạn văn còn nhiều dòng chữ, bạn lại tiếp tục kéo xuống và

chạy dưới một dòng từ bên này sang bên kia, kéo xuống ít nhất ba dòng, v.v...

- Kiểu di chuyển tay phân đoạn được thực hiện bằng ngón trỏ và dùng như những gì bạn đang làm, chỉ có điều không tạo các đường tròn. Ngón trỏ chạy dưới dòng chữ đầu tiên của đoạn sau đó kéo xuống ít nhất ba dòng và quay trở về lề trái của trang.
- Nếu đoạn văn còn nhiều dòng chữ, bạn lại tiếp tục kéo xuống và chạy dưới một dòng từ bên này sang bên kia, kéo xuống và lấy

Điều quan trọng là ngón tay phải kéo xuống ít nhất ba dòng ở bên lề. Mắt được dùng để “nhảy” về phía lề trái của dòng chữ và di chuyển ngón tay kéo xuống là cần thiết để giữ mắt ở phía lề đó. Khi ngón trỏ quay trở về lề trái, trong khoảng một giây, mắt quét qua ba

dòng chữ và nhìn được hết các chữ.

Hai vấn đề khó nhất cho học viên khi thực hiện là phải đảm bảo tay kéo xuống mỗi lễ và không được cắt ngang các dòng chữ; đồng thời di chuyển tay từ trái qua phải và quay về từ phải qua trái thật nhanh, chừng một giây cho mỗi lần quét. Bạn đã biết lý do phải thật cẩn thận khi dịch chuyển kéo xuống bên lễ và không được cắt ngang dòng chữ, nhưng tại sao phải di chuyển nhanh, điều này cần được giải thích đầy đủ hơn.

“Đeo nút bịt lỗ tai” khi thực hành

Bạn còn nhớ câu chuyện về người đàn ông khiếm thính có

khả năng thu nhận nhiều thông tin hơn người khác khi cùng nghe những âm thanh như nhau không? Lúc đó tôi có chỉ ra một cách để thu nhận được nhiều thông tin hơn từ những âm thanh bạn đã nghe là đeo nút bịt lỗ tai trong vòng một tháng hoặc hơn. Đó chính xác là những việc bạn phải làm để đọc “bằng mắt”, ngoại trừ việc bạn phải đeo “bịt lỗ tai”.

Tất nhiên, bạn không phải đeo bịt lỗ tai thật, chỉ là bạn đừng có nghe những âm thanh bên ngoài. Bạn chỉ ghi nhớ âm thanh của các từ trong tâm trí mình. Nhưng để học cách thu nhận thông tin từ những gì nhìn thấy, chứ không phải nghe thấy, bạn phải đọc nhanh hơn tốc độ phát âm từ trong

tâm trí, nghĩa là khoảng 1.700 hoặc 1.800 từ mỗi phút. Điều đó có làm bạn hoang mang không? Tôi yêu cầu lớp học của mình đọc tối thiểu 2.000 từ mỗi phút vì đó là con số chuẩn đẹp và dễ nhớ.

Bạn có thể nhớ lại cách đọc theo dòng chữ có khả năng đạt từ 500 đến khoảng 1.200 từ mỗi phút. Ở mức 1.200 từ mỗi phút, việc đọc theo dòng chữ không đột nhiên dừng lại và bạn bắt đầu đọc bằng mắt, mà bạn càng đọc nhanh thì số từ đọc nhầm được trong tâm thức càng ít. Trong khoảng 1.200 từ mỗi phút, bạn đang đọc quá nhanh do đó phần lớn từ được đọc bằng mắt. Nhưng với một bài thực hành tốt thì tốc độ này chưa đủ nhanh. Bởi

bạn vẫn phát âm quá nhiều từ, và có thể bạn phụ thuộc vào số ít từ đó, cố hiểu được chừng nào hay chừng ấy.

Tôi nhận ra rằng những học viên có khả năng học những kỹ năng này nhanh nhất đều làm vậy bằng cách thực hiện các bài thực hành đọc (đọc bằng mắt) với tốc độ 2.000 từ mỗi phút hoặc nhanh hơn. Điều tương tự cũng xảy ra với những học viên thực hành ở tốc độ chậm. Kể cả theo cách đọc cũ hay mới, họ vẫn không hiểu hết. Họ thực sự nản và không tiến bộ được nhiều.

Hai vấn đề then chốt cho một bài thực hành thành công

Giờ đây, bạn đã biết cách chọn

tài liệu thực hành phù hợp nhất (Chương 16), bạn biết cách di chuyển tay đúng, và biết lý do phải thực hành thật nhanh. (Để đọc đủ nhanh, cách đơn giản là dành tối đa một giây để đọc từ lề bên này sang lề bên kia trang) Năm được điểm này là bạn đã sẵn sàng bắt đầu và chỉ còn hai vấn đề nữa bạn phải quan tâm. Muốn thành công bạn cần (1) thực hành ở tốc độ đủ nhanh và làm thật nhiều, (2) làm lại nhiều lần trên cùng một tài liệu. Với cách này, bạn có thể hiểu được tài liệu ở tốc độ cao, tương tự như khi loại bỏ tật đọc nháy lại ở tốc độ chậm hơn.

BÀI TẬP SỐ 26

Tài liệu: Bất kỳ cuốn sách

nào.

Mở đến một chương bất kỳ.

- Thực hành kiểu di chuyển tay đoạn văn với ít nhất 10 trang của chương đó. Đừng quên dùng ngón tay chạy dưới dòng đầu tiên của từng đoạn, sau đó kéo xuống ít nhất ba dòng rồi đi tới đi lui chừng nào bạn nhìn hết các đoạn văn.

- Làm lại phần đó để cử động tay được nhịp nhàng và di chuyển vô thức (Không rung giật! Lưu ý khi kéo xuống hai bên lề).

Bạn là người cá độ lý tưởng nhất của chính mình

Tin vào bản thân và sẵn sàng nắm bắt cơ hội là điều quan

trọng nhất trong quá trình học đọc nhanh. Trong vài bài học ngắn ngủi, một trong những học viên của tôi đọc được gấp mười lần so với tốc độ đọc ban đầu. Khi bắt đầu, cậu ấy cũng là một người đọc “trung bình”, thực hành theo yêu cầu và điều khác biệt duy nhất giữa cậu ấy và các bạn học viên khác – ngoài tốc độ đọc nhanh hơn nhiều vào cuối khóa học – là vẻ mặt phấn khởi và tin tưởng ở bản thân. Tôi cho rằng điều quan trọng phải hiểu là những yếu tố như thái độ có thể thay đổi việc áp dụng các kỹ năng khác nhau.

Bài luyện tiếp theo sẽ là phần quan trọng trong bài luyện tập của tuần tới, kết hợp tất cả những yếu tố cần thiết để thực

hành hiệu quả. Nhưng bạn phải đảm bảo tài liệu thực hành phù hợp và bạn phải đọc đủ nhanh.

Bạn sẽ làm bài luyện trong một chương của cuốn sách, hoặc một phần khoảng 10 trang. Tốt nhất bạn nên chọn sách dễ đọc, trình độ dành cho học sinh lớp bảy. Bước đầu tiên là sử dụng phương pháp quét, mỗi trang ba giây cho đến hết chương hoặc phần tài liệu. Đây là bước khởi động rất tốt, chuẩn bị để bạn làm một số bài thực hành nhanh. Trong khi làm việc này, bạn cũng nên quan sát nhanh cả chương và xác định nội dung của nó.

Khi đọc nhanh, điều đầu tiên bạn thường quan sát được là

đoạn văn có lời thoại không. Dấu ngoặc kép và khoảng cách thụt đầu dòng thường rất nổi bật. Hoặc bạn có thể nhận thấy đó là đoạn văn miêu tả hay giải thích một vấn đề gì đó. Trường hợp tài liệu thuộc thể loại hư cấu hoặc tiểu sử, chắc chắn trong lúc quét qua cả chương, bạn sẽ để ý thấy tên riêng. Khi thực hiện xong, bạn dừng lại và viết vào mô hình ghi nhớ những gì mình nhớ được. Đa số mọi người nhớ được rất ít. Nhưng đó mới chỉ là bước khởi đầu thôi.

Sau bước này, bạn chỉ cần dùng kiểu di chuyển tay phân đoạn hai hoặc ba lần, hãy dừng lại sau mỗi lần và cố nhớ những gì mình vừa đọc. Ban đầu, bạn chỉ mong rằng mình

nhớ được một chút những thông tin lặt vặt của câu chuyện và có thể bạn sẽ phải đối mặt với những khó khăn trong việc cố nhớ được điều gì đó ngay khi dừng lại! Bạn có thể chấp nhận mình chỉ hiểu được rất ít sau một tuần lễ hoặc hơn không? Nếu muốn học kỹ năng này, bạn phải chấp nhận. Nhưng một khi nắm được kỹ năng này, bạn sẽ nhìn lại và nhận thấy nó diễn ra thật nhanh.

BÀI TẬP SỐ 27

Tài liệu: Một cuốn sách dễ đọc hoặc bạn đã từng đọc.

Dụng cụ: Giấy,

Bút chì (hoặc máy tính cá nhân),

Thiết bị tính giờ.

1. Chọn một chương hoặc một đoạn khoảng 10 trang.

Dùng kỹ thuật quét, quét bàn tay từ lề bên này sang lề bên kia, kéo bàn tay di chuyển dọc xuống phía dưới trang, khoảng hai hoặc ba giây cho mỗi trang.

Dừng ở cuối phần tài liệu và không nhìn lại phần đã đọc, lập mô hình ghi nhớ, kẻ một đường chéo, ghi lại bất cứ điều gì bạn nhớ hoặc nghĩ là mình nhớ được. Nếu muốn, bạn có thể ghi lại trong chương trình xử lý văn bản.

2. Từ đầu phần tài liệu, dùng kiểu di chuyển tay phân đoạn, thực hành đọc cả đoạn, dành tối thiểu một giây cho lượt đi

và một giây lướt về cùng với chuyển dịch tay.

Dừng lại ở cuối phần tài liệu và không nhìn lại phần đã đọc, hãy bổ sung vào mô hình ghi nhớ những gì bạn có thể nhớ thêm.

3. Một lần nữa, thực hành đọc cả đoạn từ đầu, sử dụng kiểu di chuyển tay phân đoạn.

Tính thời gian cần để đọc cả đoạn.

Sau khi ghi lại lượng thời gian phải bỏ ra, bổ sung vào mô hình ghi nhớ.

4. Tính tốc độ “đọc” và ghi vào bản theo dõi sự tiến bộ. Đầu tiên là tính tổng số chữ đã đọc.

Có được số chữ trung bình mỗi dòng.

- Tính tổng số dòng của cả trang.

- Nhân "A" với "B" ra số chữ trung bình của một trang. Làm tròn xuống, ví dụ: 277 thành 270.

- Nhân số chữ trung bình một trang ("C") với số trang đã đọc, ví dụ, $270 \times 8,5 = 2295$.

- Chia tổng số chữ đã đọc ("D") cho tổng thời gian, ví dụ, $2295 / 1,5 \text{ phút} = 1530$ từ mỗi phút.

Không bắt buộc: Thực hành đọc lại cả đoạn văn, dừng lại sau mỗi lần đọc để ghi nhớ, chừng nào bạn cảm thấy hài

lòng hơn.

Lưu ý: Không được quay lại và đọc theo cách cũ!

Bạn đã được giới thiệu đầy đủ về những bí quyết của việc đọc bằng mắt, bây giờ bạn cần tập trung vào khả năng hiểu và phải thực hành càng nhiều càng tốt. Ngay sau đây là các kỹ thuật hiểu tài liệu. Tất nhiên, phần thực hành là tùy thuộc vào bạn. Chúc may mắn!

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 3 ĐỂ HOÀN THIỆN BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

18

BẠN ĐÃ TIẾN BỘ Ở MỨC NÀO?

Tôi thường nhận thấy có một điều lạ ở những học viên tham gia khóa học đọc nhanh này. Học viên của những khóa học khác có thể cũng dành thời gian nhiều tương đương, thậm chí nhiều hơn, và họ đều cảm thấy thỏa mãn với tốc độ tăng lên 50, 100 hoặc 200 từ mỗi phút.

Song, trong khóa học kiểu này, nhiều sinh viên đã tăng gấp đôi tốc độ tại thời điểm đó. Dường như họ chưa hài lòng với kết quả ấy. Bởi vì họ bắt đầu nhận ra mình có thể tiến bộ hơn nữa.

Một điều quan trọng luôn phải ghi nhớ là bạn chỉ ganh đua với chính mình. Khi học kỹ năng này và hầu hết những kỹ năng khác, chỉ có một sự cạnh tranh thực sự là bản thân bạn. Bởi lẽ mỗi người trong chúng ta đều học những thứ khác nhau với tốc độ khác nhau và theo cách của riêng mình. Trong khi với một vài người, sự cạnh tranh lành mạnh thường thúc đẩy họ phải nỗ lực hơn, thì vấn đề khó nhất với một người khi học trong

một nhóm là họ thường nhận thấy người khác tiến bộ nhanh hơn chứ không phải họ là người chậm hiểu. Có thể, và chỉ có thể, họ học không tốt một kỹ năng cụ thể nào đó hoặc một phần của kỹ năng.

Tại thời điểm này, tốc độ đọc của bạn phải cao hơn đáng kể so với lúc khởi điểm; có thể gấp đôi tốc độ đọc ban đầu. Và bạn đã lĩnh hội được những gì tôi hướng dẫn về cách đọc theo dòng. Nhưng không có nghĩa rằng bạn sẽ không tiếp tục cải thiện bằng những bài thực hành và bài luyện tập nữa. Trong phần luyện tập tuần tới, phần lớn công việc của chúng ta là tập trung vào phương pháp đọc bằng mắt được học ở những chương trước.

Chúng ta đã đi được nửa chặng đường của khóa học, giờ là lúc xác định mức độ tiến bộ của bạn. Điều này sẽ quyết định bạn phải tiếp tục làm các bài luyện tập tuần vừa qua hay làm bài mới. Hãy cùng khám phá nhé!

Tự đánh giá lại

Tương tự như trong Chương 2, tập hợp những tài liệu cần thiết cho việc tự kiểm tra để so sánh mức độ tiến bộ của bạn so với lúc khởi điểm. Bạn cần có sách kiểm tra và các dụng cụ thường dùng khác.

Đánh giá giữa kỳ

Hướng dẫn: Đọc cẩn thận cả bốn bước. Khi đã hiểu hết, quay lại bước một và bắt đầu.

- Chọn một đoạn trong sách dành để kiểm tra, khoảng 30 trang chưa từng đọc.

- Trong vòng 3 phút, đọc càng nhiều càng tốt. Dùng thiết bị tính giờ, máy ghi băng từ hoặc chương trình ghi âm trên máy tính.

- Đánh dấu chỗ bạn dừng đọc khi hết 3 phút; sau đó gấp sách lại.

- Viết lại tất cả những gì bạn nhớ được vào một tờ giấy sau khi đọc, mà không nhìn lại phần đã chọn đọc.

Hãy ghi số thứ tự khi viết, ghi một số cho mỗi ý chính hoặc mỗi chi tiết. Có thể bạn sẽ phải mất đến sáu phút; dùng thiết bị tính giờ.

5. Tính tốc độ đọc và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ của bạn.

Bây giờ, hãy so sánh kết quả với đánh giá đầu khóa học. Bạn có ngạc nhiên không? Tốc độ của bạn có tăng vọt không? Khả năng nhớ thông tin cải thiện được chút nào không? Tất nhiên không phải ai cũng làm được. Một số người bị “cơn sốt kiểm tra” và hết sốt ngay khi biết mình được kiểm tra. Số người lại trải qua một ngày tồi tệ. Nếu điều này xảy ra với bạn thì hãy tự kiểm tra một lần nữa trong một ngày hoặc hơn bằng một đoạn văn mới. Nhưng bạn đừng nản chí. Mọi người đều có thể tiến bộ, nếu họ sẵn sàng đối diện với nó.

Đây cũng là thời điểm để kiểm tra xem bạn đã nắm tốt các khái niệm cũng như những kỹ năng khác mà khóa học này yêu cầu chưa. Đọc hết danh sách sách sau đây và kiểm tra xem bạn nắm được những vấn đề gì. Nếu không chắc chắn một điểm nào đó, bạn hãy mở lại các trang có đề cập đến nội dung đó và xem lại.

Ôn tập giữa khóa học

Bạn có biết cách tính tốc độ đọc không?

Bạn có đọc được bằng kiểu di chuyển tay chạy dưới dòng chữ không?

Bạn có đọc được một đoạn văn và xác định nội dung của nó không?

Bạn có lập được mô hình ghi nhớ không?

Bạn có biết tư thế đọc nào là tốt nhất không?

Bạn có biết cách kiểm tra ánh sáng không?

Bạn đã học được cách đọc không nháy lại chưa?

Bạn có thường xuyên đánh dấu khi đọc không?

Bạn có đánh giá được mức độ quan trọng của tài liệu đọc đối với mình không?

Bạn có biết lối viết cơ bản của thể loại phi hư cấu không?

Bạn có biết lối viết cơ bản của thể loại hư cấu không?

Bạn có biết cách mở sách đúng không?

Bạn có dùng tay làm vật dẫn đường không?

Bạn có sang trang theo cách mới (dùng tay không dùng làm vật dẫn đường) được không?

Bạn có làm được bài luyện đọc tăng gấp hai/gấp ba lần không?

Bạn có nắm được cách viết của tác giả không, từ tổng quát đến cụ thể?

Bạn có biết rằng không phải từ nào cũng có nghĩa không?

Bạn có thực hiện được kiểu di chuyển tay xoay tròn không?

Bạn có di chuyển tay phân

đoạn được không?

Khi thực hành đọc, bạn có cố gắng hiểu nội dung gì đó không?

Bạn có biết tại sao một số đoạn văn lại khó đọc hơn những đoạn khác không?

Bạn có biết rằng chúng ta không bỏ được kiểu nhầm từ và thậm chí cũng không cố gắng bỏ được điều đó (và tại sao) không?

Bạn sẵn sàng để tiếp tục chưa?

Rất dễ xác định bạn đã sẵn sàng học tiếp phần sau của khóa học hay chưa. Bạn phải đọc được và đôi lúc phải nắm được khá tốt những gì mình quan tâm ở tốc độ hơn 500 từ

mỗi phút.

Nếu làm được như vậy, thì bạn hãy tiếp tục, kể cả không nắm được hoặc không nhớ hết các nội dung ôn tập giữa khóa học. Nếu không nhớ được hết, hãy xem lại những vấn đề đó một lần nữa. Nếu chưa đạt tốc độ 500 từ mỗi phút, ít nhất thỉnh thoảng cũng phải đạt được tốc độ này, thì bạn chưa nên đi tiếp phần sau. Việc bạn nên làm là tiếp tục các bài luyện tập tuần trước cho đến khi đạt được tốc độ này. Có thể phải thực hành thêm ít nhất một tuần nữa. Với một số người, có thể phải mất hai hoặc ba tháng. Điều này tùy thuộc hoàn toàn vào kỹ năng đọc của bạn khi bắt đầu học theo cuốn sách này.

Trong thời gian tham gia giảng dạy tại Học viện Evelyn Wood Reading Dynamics, tôi đã từng yêu cầu một học viên nên nghỉ học sau hai, ba buổi học đầu tiên. Không phải là do tôi muốn “thoát khỏi” học viên đó, nhưng tôi đã làm hết khả năng của mình. (Thời điểm này, học viên có thể nghỉ học và trở lại mà không phải trả thêm chi phí) Tôi đã hướng dẫn cho anh ấy một kỹ năng đọc “quét” cơ bản và khuyên anh ấy nên dành ra ít nhất nửa giờ mỗi ngày để đọc sách. Nếu kiên trì, trong vòng 6 tháng, anh ấy có thể đọc nhanh gấp đôi/gấp ba lần so với khả năng bây giờ. Cũng giống như bất kỳ môn thể thao nào, bản chất của việc đọc sách cũng là một kỹ năng, và bạn càng thực

hành nhiều thì kỹ năng này càng phát triển. Sau 6 tháng, anh ấy đã trở lại và hoàn thành nốt khóa học.

Khi tôi đang giảng dạy tại Pittsburgh, Tom là một học viên có tốc độ đọc rất chậm. Tôi đã nhìn thấy điều này ngay trong buổi học đầu tiên và tôi khuyên anh ấy hãy kiên trì, đừng bỏ dở khóa học. Trước khi tham gia khóa học, anh ấy đã thử một vài biện pháp để khắc phục nhược điểm này, nhưng tất cả đều thất bại và khiến anh ấy trở nên bực bội. Rồi anh ấy đến với chúng tôi như một giải pháp cuối cùng, và thật khó để từ chối giúp một người có lòng quyết tâm cao như vậy.

Vào cuối buổi học đầu tiên, Tom đã khá bối rối trước những cách đọc mới, cũng như những cách tính tỷ lệ, tỷ giá. Sau khi buổi học kết thúc, tôi đã nán lại trò chuyện cùng anh ấy, và giúp anh ấy sáng tỏ những vấn đề vừa học. Nhưng trong buổi học thứ hai, anh ấy lại càng tiếp thu chậm hơn, và trong buổi học thứ ba thì phải gọi anh ấy là trường hợp bất khả thi.

Theo kinh nghiệm của tôi, nếu anh ấy vẫn cứ tiếp tục tham gia khóa học, sự nản lòng sẽ ăn mòn sự quyết tâm ban đầu của anh ấy và anh ấy sẽ không bao giờ có thể thành công trong việc luyện đọc nhanh. May mắn thay, anh ấy đã đồng ý bỏ ra 6 tháng để thực hiện lời tư

vấn cũng như kế hoạch tương tự mà tôi đã chỉ ra ở phần trên. Do chỉ mới hoàn thành bậc Trung học nên cả một thời gian rất dài, anh ấy không mấy khi đọc tài liệu hay chủ động tìm đọc sách. Tôi gợi ý rằng, anh ấy nên bắt đầu tìm đọc bất kỳ những vấn đề gì mà anh ấy quan tâm, hoặc cảm thấy hứng thú. Mấu chốt vấn đề là phải chịu khó đọc. Nhưng tôi đã rất ngạc nhiên khi nghe anh ấy chia sẻ một cách thành thật rằng, anh ấy sẽ cố gắng tìm thời gian phù hợp để thực hiện việc đó, bởi hiện tại, anh ấy đang làm đêm tại bưu điện và có một công việc khác tại một nhà hàng vào ban ngày. Nhưng bằng cách nào đó, anh ấy vẫn sắp xếp được thời gian để luyện tập.

Chỉ 5 tháng sau, anh ấy đã trở lại. Lần này, anh ấy đã hoàn thành phần đầu tiên của khóa học một cách dễ dàng. Anh ấy đã rất vui mừng (và tôi cũng vậy) khi tên của anh ấy lọt vào danh sách những người đọc nhanh và tốt nhất của khóa học. Anh ấy chắc hẳn đã phải rất kiên trì. Còn tôi, khi thấy học viên nào ngay từ đầu đã gặp rắc rối với chương trình định sẵn của khóa học, tôi sẽ yêu cầu người đó theo cách mà tôi đã thử nghiệm thành công với Tom. Và tôi cũng nghĩ rằng, đây rất có thể là lần đầu tiên anh ấy hoàn thành tốt trong việc học tập.

Còn đối với Tom, tuy anh ấy không phải là học viên đầu tiên hoàn thành khóa học,

nhưng anh ấy lại thuộc nhóm có kết quả đúng đầu. Sau đó, anh ấy trở nên thích đọc tới nỗi anh ấy còn mong rằng có thể quay trở lại thời điểm cách đây 6 tháng để được bắt đầu lại từ đầu. Đáng tiếc, vào thời gian đó, tôi lại phải rời Pittsburgh để đi New York, vì vậy, tôi không biết những gì đã xảy ra. Nhưng tôi hy vọng sẽ sớm được gặp lại anh ấy, bởi anh ấy chính là minh chứng tuyệt vời nhất cho việc: nếu có quyết tâm và thực sự nỗ lực, thì dù đang ở vạch xuất phát thấp nhất, bạn vẫn có thể về đích.

Tự kiểm tra lại

Khi tự dạy cho mình một kỹ năng, ví dụ kỹ năng này, bạn vừa phải là học sinh và vừa là

giáo viên. Điều đó khiến công việc này trở lên khó khăn hơn. Nếu bạn quyết định mình cần luyện thêm, hãy lập một thời khóa biểu. Nếu sẵn sàng đi tiếp, trước tiên bạn hãy hoàn thành các bài luyện tập ngày hôm nay và chuyển sang các bài tiếp theo vào ngày mai.

MỞ LẠI các BÀI LUYỆN TẬP TUẦN 3 ĐỂ HOÀN THIỆN BÀI NGÀY HÔM NAY.

BÀI LUYỆN TẬP TUẦN 4

Ngay khi hoàn thành từ Chương 13 đến Chương 18 và bỏ ra sáu ngày làm một loạt bài luyện tập thứ hai, nếu đạt ít nhất 500 từ mỗi phút ở một số bài đọc hiểu thì bạn nên bắt đầu với loạt bài luyện tiếp theo này trong bảy ngày tới. Ngày

đầu tiên, bạn chỉ nên làm các bài luyện tập này. Từ ngày thứ hai, hãy đọc một chương mới trước tiên, bắt đầu với Chương 19, sau đó làm lại các bài luyện tập.

Các bài luyện luôn phải làm tuần tự sau khi học xong một chương của ngày. Nếu bạn chỉ thực hành 20 phút một ngày, hãy làm bài luyện thứ nhất; nếu thực hành 40 phút một ngày, hãy làm bài luyện thứ nhất rồi thứ hai, v.v... Không được làm lại một bài luyện thuộc bất kỳ phần thực hành nào cho đến khi làm hết những bài đã cho. Tiếp theo, bạn có thể làm lại bất cứ bài nào mình muốn.

Tài liệu, dụng cụ cần cho bài

luyện tuần này

- Một thiết bị định giờ,
- Bút mực hoặc bút chì (hoặc máy tính cá nhân),
- Giấy (Tốt nhất là loại giấy không dòng kẻ, khổ giấy A4),
- Một số sách trong danh sách ở Chương 1,
- Kẹp giấy hoặc mẫu giấy nhỏ để đánh dấu.

Các cấp độ hiểu khi đọc ở tốc độ cao

Như đã đề cập từ đầu cuốn sách này, trong việc học một số kỹ năng, thực hành còn quan trọng hơn cả khả năng hiểu. Có những lúc khả năng hiểu chỉ đứng sau khả năng

thực hiện kỹ năng. Nói rộng ra, điều này đúng trong trường hợp bạn đạt tốc độ hơn 1.200 từ mỗi phút. Và khi bắt đầu thực hành những kỹ năng này – tôi đã yêu cầu bạn thực hành ở mức trên 1.800 từ mỗi phút để có hiệu quả tốt nhất – đôi khi thật khó giữ được sự cam kết.

Dưới đây là biểu đồ mô tả các bước khác nhau mà bạn sẽ trải qua khi phát triển khả năng tiếp nhận ngày càng nhiều thông tin với sự quan sát từ ngữ ở tốc độ cao. Quan sát biểu đồ thật kỹ và cố ghi nhớ vì bạn phải thực hành hằng ngày. Nếu bạn thấy nản chí, hãy nhìn lại biểu đồ để xem mình đang ở bước nào. Nếu sau vài ngày thực hành, bạn thấy

mình cần hiểu được nhiều hơn, hãy chọn những sách dễ đọc để thực hành. Khi có thể hiểu được ở tốc độ cao, bạn hãy bắt đầu đến với những tài liệu khó hơn.

Các mức độ hiểu khi đọc ở tốc độ cao

Khi phát triển khả năng tiếp nhận thông tin ở tốc độ cao, có thể bạn phải trải qua những cấp độ sau đây:

1. TỪ NGỮ. Bạn có thể nhìn được tất cả các chữ và nhận ra thứ ngôn ngữ mình đang đọc là Tiếng Anh – hay một ngôn ngữ khác.

2. CỤM TỪ BIỆT LẬP. Các từ và nhóm từ dường như “đập vào mắt” bạn nhưng bạn lại chẳng

biết nó đang nhắc đến cái gì.

3. LÚC CÓ NGHĨA LÚC KHÔNG. Nếu bạn đang thực hành với thể loại hư cấu, thỉnh thoảng bạn nắm được nội dung diễn ra tiếp theo; nếu đó là thể loại phi hư cấu, bạn sẽ biết chắc nội dung của nó.

4. CỐT TRUYỆN: KẾT NỐI Ý NGHĨA. Bạn có thể dõi theo cốt truyện (hư cấu) hoặc thường dõi theo những điểm chính (phi hư cấu) nhưng bỏ qua nhiều nội dung.

5. ĐỌC. Biết mình đang đọc gì dù không nhớ những gì vừa đọc (cần phải thực hành nhiều).

BÀI LUYỆN SỐ 9

Dụng cụ: Danh sách cơ sở.

Mục đích: Học cách xác định nhanh “cấp độ” của câu thứ ba trong đoạn.

Thời gian dự kiến: 10 phút.

Mục tiêu: Tính số đoạn văn bạn có thể phân tích trong 6 phút.

Làm bài luyện này một lần mỗi khi thực hành

1. Chọn một đoạn văn có ít nhất ba câu. Dùng tay đọc thật nhanh để xác định nội dung của đoạn.

Kể một đường ghi nhớ, không nhìn lại, hãy viết ra nội dung của đoạn văn. Không được thêm bất cứ chi tiết nào.

2. Nhìn lại đoạn văn và phân tích ba câu đầu tiên.

Hoàn thiện mô hình ghi nhớ theo đường kẻ thể hiện các cấp độ hiểu của ba câu đầu. Xem ví dụ dưới đây:

VÍ DỤ: (a) Wordsworth cho rằng ai cũng có thể đạt tới sự thực chứng về niềm vui và sự hòa hợp của cuộc sống trong tự nhiên _ điều mà ông cho rằng sẽ chuyển hóa toàn bộ sự tồn tại của con người. (b) Spurgeon gọi thơ của ông là một loạt những ghi chú và điều tra nhằm lý giải một cách thực tế và chi tiết cách đạt tới trạng thái thực chứng này. (c) Những miêu tả của Wordsworth về phương pháp đạt tới trạng thái này nhấn

manh đến việc thực hành một thái độ thụ động.

Cấp độ 1	Lòng tin của Wordsworth về con người
Cấp độ 2	Surgeon: Lý giải bằng thơ về trạng thái thực chứng
Cấp độ 3	Trạng thái này

Hoặc để tiết kiệm thời gian:

	a
b	
c	

3. Tiếp tục phân tích ba câu đầu của các đoạn văn khác nhau (không phải các đoạn liên tiếp). Tính số đoạn bạn phân tích được trong 6 phút. Ghi vào bản theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 10

Tài liệu: Những cuốn sách dễ đọc.

Mục đích: Thực hành đọc bằng mắt ở tốc độ cao.

Thời gian dự kiến: 10 phút.

Mục tiêu: Cố gắng bám sát mọi cốt truyện, chí ít cũng nắm được những điểm lặt vặt khi đọc ở tốc độ cao.

BÀI LUYỆN NÀY CÓ THỂ ĐƯỢC LÀM LẠI

Sơ đồ:



Giải thích:

- Chọn một chương hoặc một phần trong một chương dài chừng 10 trang; nên chọn trong một cuốn sách dễ đọc hoặc một cuốn sách đã từng

đọc.

- Sử dụng di chuyển tay quét, quét xuống phía dưới trang, dành tối đa 3 giây cho mỗi trang (ban đầu có thể bạn muốn đếm: một, hai, ba, v.v...) Lập mô hình ghi nhớ đường kẻ chéo. Ghi lại bất cứ điều gì bạn nhớ hoặc kể cả nghĩ là mình nhớ. Có thể, bạn chẳng nhớ được gì nhiều ngoài những cái tên riêng.

- Sử dụng di chuyển tay xoay tròn, lặp lại với cả phần được chọn, dùng ngón tay chạy dưới một dòng, sau đó kéo xuống và xoay tròn ít nhất 3 dòng và trở lại từ phải qua trái, dành tối đa 20 giây mỗi trang (7 nhịp di chuyển tay trọn vẹn mỗi trang). Bổ sung những gì bạn

nhớ được vào mô hình ghi nhớ.

- Sử dụng kiểu di chuyển tay phân đoạn, lặp lại cả đoạn, dùng tay chạy dưới một dòng, sau đó kéo xuống ít nhất ba dòng và quay trở lại từ phải qua trái, tối đa 12 giây mỗi trang (khoảng 6 nhịp di chuyển tay trọn vẹn mỗi trang).

Mục đích đọc: Cố gắng bám cốt truyện, thông tin phụ, lúc có lúc không, đồng thời duy trì tốc độ đọc bằng mắt (1.600 từ trở lên).

5. Tính tốc độ đọc thực hành ở bước 4, ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ. Tìm tổng số từ trong đoạn hoặc chương, trước tiên tìm số chữ trung bình của một trang đầy đủ, sau đó nhân

với số trang: ví dụ, 240
tờ/trang x 8,5 trang = 2040 tờ.
Lấy tổng số chữ chia cho lượng
thời gian bỏ ra: ví dụ, 2040
tờ/1,5 phút = 1360 tờ mỗi
phút.

Lưu ý: Đảm bảo duy trì tốc độ
đọc thực hành ở bước 4 đạt
1.600 tờ mỗi phút trở lên (con
số đưa ra trong ví dụ chưa đủ
cao!)

BÀI LUYỆN SỐ 11

Tài liệu: Những cuốn sách dễ
đọc.

Mục đích: Thực hành đọc bằng
mắt ở tốc độ cao.

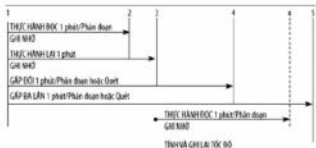
Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục tiêu: Đạt được mục tiêu

khi thực hành đọc.

CÓ THỂ LÀM LẠI BÀI LUYỆN NÀY

Sơ đồ:



Giải thích:

1. Ghi số “1” tại điểm bắt đầu dùng di chuyển tay phân đoạn.

Thực hành đọc từ điểm số “1” trong 1 giây, không chậm hơn 6 nhịp di chuyển tay mỗi trang.

Đánh dấu điểm dừng bằng số “2”. Bắt đầu mô hình ghi nhớ, viết ra “nội dung” trên đường kẻ chéo.

2. Thực hành đọc lại đoạn văn trên, đọc nhanh hơn và nhiều hơn. Đánh dấu điểm dừng mới bằng số “3”. Bổ sung vào mô hình ghi nhớ.

3. Đánh dấu đoạn mới từ số “3” đến điểm mới số “4”, xấp xỉ bằng đoạn từ “1” đến “3”.

Thực hành đọc từ “1” đến “4” trong 1 phút, dùng di chuyển tay phân đoạn hoặc quét.

4. Đánh dấu đoạn mới từ số “4” đến số “5”, gần bằng đoạn từ “3” đến “4”.

Thực hành đọc từ “1” đến “5” trong vòng 1 phút.

5. Quay trở lại số “3” và dùng phân đoạn, thực hành đọc thật nhanh đồng thời cố gắng bám

sát cốt truyện trong 1 phút (nhưng không nhất thiết lúc nào cũng phải bắt kịp).

Đánh dấu “X” ở điểm dừng đọc. Bổ sung vào mô hình ghi nhớ.

Tính tốc độ đọc, từ “3” đến “X”, ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 12

Dụng cụ, tài liệu: danh sách cơ sở và sách yêu cầu trong Chương 1.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục đích: Thực hành đọc ở tốc độ gấp ba lần so với tốc độ ban đầu.

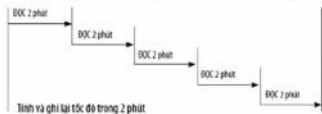
Mục tiêu: Duy trì tốc độ đọc

gấp ba lần tốc độ ban đầu với một chút nhận thức.

BÀI LUYỆN NÀY CÓ THỂ ĐƯỢC LÀM LẠI

Sơ đồ: Tìm tốc độ đọc ban đầu và làm tròn số xuống hàng chục gần nhất.

Chọn ra 5 phần trong 6 lần, mỗi phần có độ dài như trên.



Giải thích:

1. Lấy tốc độ đọc ban đầu ở Chương 2: ví dụ, 248 từ mỗi phút. Làm tròn số này xuống hàng chục gần nhất: ví dụ, 240 từ mỗi phút. Lấy kết quả này nhân với 6: $6 \times 240 = 1440$ từ. Chọn ra 5 đoạn có số từ gần bằng con số cuối. Dùng kẹp giấy hoặc mẫu giấy nhỏ để đánh dấu điểm cuối của đoạn, để lộ ra khỏi trang sách.

2. Dùng tay làm vật dẫn đường, cố gắng đọc đoạn đầu tiên trong vòng 2 phút. Có thể dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào bạn muốn.

Mục đích đọc: Chỉ cần bám sát cốt truyện, đạt mục tiêu đề ra dù không hiểu được.

3. Tiếp tục đọc mỗi phần trong 2 phút hoặc ít hơn. Đảm bảo đạt mục tiêu đặt ra!

4. Tính tốc độ đọc của một phần và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

19

NẮM ĐƯỢC CÁC DẤU HIỆU ĐỌC GIÚP BẠN TĂNG TỐC

Có hai cách viết chúng ta thường gặp là cách viết dưới dạng tiểu thuyết hư cấu và phi hư cấu. Phần lớn dạng kể chuyện (hư cấu) được viết ở cấp độ để người đọc có

thể hiểu ngay. Nhiều bài viết dưới dạng phi hư cấu, ví dụ các bản tin, cũng được viết theo lối này. Nhưng nếu đọc tiểu sử về John Locke, John Stuart Mill, hay một người nào khác, được viết ở cấp độ tương đối trừu tượng, bạn sẽ thấy không phải lúc nào người viết cũng dùng những từ ngữ hoặc ý tứ cụ thể để độc giả có thể hiểu được một cách dễ dàng.

Để hiểu được bài viết thuộc thể loại trừu tượng, bạn cần nhận biết được các từ nối. Những từ này báo hiệu người viết chuẩn bị chuyển ý hoặc rẽ sang một hướng khác so với vấn đề đang đề cập. Có thể họ chuẩn bị đưa ra một ví dụ cho nội dung vừa trình bày, hoặc có thể họ viết “bên cạnh đó” và chuyển ý. Tác

giả có thể viết “kết quả là” hoặc “thứ hai là” và trình bày một ý mới. Bằng nhiều cách khác nhau, tác giả có thể báo cho bạn biết họ chuẩn bị chuyển ý. Người viết đưa ra các dấu hiệu vì họ muốn bạn tiếp tục chuyển sang ý khác. Khi nhận ra những từ này, bạn sẽ để ý đến chúng thường xuyên hơn, nhất là khi gặp bài viết khó đọc.

Lý do khiến các từ nối giúp bạn hiểu được

Từ nối giúp bạn đoán trước có điều gì đó sắp xảy ra. Bạn nhìn thấy từ nối, biết trước có điều gì đó sắp xảy đến và dành riêng một “khoảng” để đón nhận nó. Sau đó, bạn nhận thấy điều sắp diễn ra chỉ rơi

vào khoảng dành trước. Đọc quan sát trong âm nhạc có phần tương tự như vậy. Khi một nhạc sĩ đọc nhạc, họ thường chỉ nhìn quá phần đang chơi một chút. Nhìn quá về phía trước đồng nghĩa rằng họ hình thành âm sớm cho phần sắp chơi tiếp theo. Đọc sách cũng tương tự như vậy và các từ nối rất có ích khi bạn gặp bài viết khó đọc.

Có nhiều loại từ nối

Có một số loại từ nối khác nhau. Một nhóm từ bạn đã biết đó là loại từ chỉ thời gian. Loại từ này liên kết các phần trong đoạn, có liên quan đến thời gian diễn ra sự kiện. Trong bài tập ngắn sau đây, hãy xem bạn có nhanh chóng nhận ra các từ

nổi chỉ thời gian không nhé.

BÀI TẬP SỐ 28

Hướng dẫn: Tìm những từ nổi chỉ thời gian trong các đoạn văn sau.

- Khi Janelle bước vào kinh doanh nhà hàng, nhiều bạn bè của cô đã rất ngạc nhiên. Trước đây, cô từng là một người phụ trách quảng cáo.

- Trong mùa dâu tây, Terry bị bong gân cổ tay. Từ đó, anh ấy không bao giờ hái được nhiều dâu tây như thế nữa.

- Ban đầu, các tay thợ săn không mong chờ tuyết rơi. Họ không có giày đi trên tuyết hay đồ trang bị phù hợp với thời tiết lạnh. Họ trử nhiên liệu rất

hạn chế. Chẳng mấy chốc, họ hết thực phẩm. Sau đó, họ quyết định trở về.

- New York được nhiều người biết đến với các cuộc diễu hành. Cuộc diễu hành Ngày Thánh Patrick là một trong những sự kiện ồn ào nhất. Cuộc diễu hành Ngày Puerto Rican diễn ra vào cuối năm. Sau cùng là cuộc diễu hành Ngày lễ Tạ ơn.

- Trước lúc chuông cửa reo, Lori khoác lên người chiếc áo choàng. Sau đó, cô bắt đầu tìm chiếc túi xách bị mất. Trước đó, cô để lạc mất chiếc túi. Giờ cô chẳng còn tâm trí nào để đi mua sắm cùng bạn nữa.

Bạn có nhận ra ngay được hầu hết các từ nối không? Trong

đoạn văn đầu tiên, những từ đó là “khi” và “trước đây”; ở đoạn thứ hai là “trong” và “từ đó”, ở đoạn thứ ba là “ban đầu”, “chẳng mấy chốc” và “sau đó”; trong đoạn thứ tư là “cuối” và “sau cùng”; và ở đoạn thứ năm là “trước lúc”, “sau đó”, “trước đó” và “giờ”.

Một dạng từ nối khác mà người viết sử dụng khi họ muốn bạn quan tâm cả hai khía cạnh của một tình huống. Bạn có xác định được những từ này trong các đoạn văn dưới đây không?

BÀI TẬP SỐ 29

Hướng dẫn: Tìm các từ hoặc các từ tín hiệu cho thấy bạn phải quan tâm đến cả hai khía cạnh của một tình huống.

- Một số người rất háo hức với chuyến đi đầu tiên bằng máy bay. Nhưng khi máy bay cất cánh họ lại ước mình vẫn đang ở trên mặt đất.

- Nước Mỹ thường được nhắc đến là mảnh đất của những cơ hội vàng. Song, cơ hội lại hiếm khi đến với những ai chỉ biết ngồi và đợi.

- Emily thực sự là một phụ nữ trẻ quyến rũ. Mặt khác, cô ấy không phải là típ người hư hỏng.

- Paul cho rằng có một chú chó cảnh có thể rất vui. Ngược lại, cậu thấy việc phải dắt chó đi dạo thường xuyên có thể hơi phiền toái.

Những từ báo hiệu bạn nên

chú ý đến khía cạnh khác là “tuy nhiên” trong đoạn thứ nhất; “song” trong đoạn thứ hai; “mặt khác” trong đoạn thứ ba; và “Ngược lại” trong đoạn thứ 4.

Những từ thể hiện người viết muốn nói thêm về một chủ đề thường rất rõ ràng. Hãy làm bài tập dưới đây nhé!

BÀI TẬP SỐ 30

Hướng dẫn: Xác định từ hoặc các từ tín hiệu cho thấy người viết muốn trình bày thêm.

- Jo là một phụ nữ khác thường. Cô chơi rất giỏi các môn thể thao. Cô đã đứng đầu cuộc thi Olympic bơi lội và chạy bộ vào năm 14 tuổi. Ngoài ra, cô còn là một sinh

viên giỏi.

- Chính quyền thành phố gần như vỡ nợ. Các dịch vụ xã hội hầu như bị chấm dứt. Ví dụ, chương trình y tế cộng đồng đã phải cắt giảm từ mười lao động xuống còn một người.

- Bà Henry có rất nhiều vật nuôi. Bà nuôi hàng tá vẹt đuôi dài và vài con mèo. Bà chỉ có một chú chó nhưng lại có những bầy con cá vàng. Bà còn có một con chồn sương.

- Marget không hiểu sao điểm số của cô không khá hơn được. Cô dành rất nhiều thời gian cho việc học và đọc sách. Ngoài ra, cô còn nhớ tất cả các cuộc hẹn, kể cả những cuộc hẹn không quan trọng.

- Dennis rất thích viết. Cậu đã giành được một số phần thưởng cho các vở kịch và truyện của mình. Hơn thế, cậu còn viết kịch bản phim và duy trì website để đẩy mạnh công việc của mình.

- Karen làm việc rất chăm chỉ. Cô đến trước 8 giờ sáng và thường rời chỗ làm lúc 5 giờ chiều. Ngoài ra, cô còn thỉnh thoảng đi làm thứ Bảy và làm việc từ xa.

Các từ ngữ tín hiệu trong Bài tập số 30 là “ngoài ra” trong đoạn thứ nhất; “ví dụ” trong đoạn thứ hai; “còn” trong đoạn thứ ba; “ngoài ra” trong đoạn thứ tư; “hơn thế” trong đoạn thứ năm; và “ngoài ra” trong đoạn thứ sáu.

Các từ ngữ tín hiệu chỉ thứ tự cũng rất phổ biến, ví dụ thứ nhất, thứ hai, sau cùng, v.v... Những từ này rất dễ xác định và giúp bạn biết phải chờ đợi điều gì. Chúng cũng có thể giúp bạn tổ chức phần đang đọc. Chẳng hạn, trong một đoạn dài bạn có thể chọn ra các từ nối giúp chia đoạn văn thành nhiều phần. Cách này giúp bạn phân loại và hiểu tài liệu dễ hơn. Hãy đọc đoạn văn sau đây:

Khi Tiến sĩ Locusi vào phòng thí nghiệm, ông cẩn thận kiểm tra toàn bộ các dụng cụ và thiết bị; sau đó bắt đầu công việc hằng ngày của mình. Đầu tiên, ông chạy một thử nghiệm về gen. Ông cố tìm xem tóc xoắn có tính trội hay lặn. Ông

xác nhận đó là đặc tính trội. Tiếp theo, ông làm một số xét nghiệm giúp một người bạn bị bệnh. Đây là những xét nghiệm máu thông thường trên một số loài chuột. Các xét nghiệm được thực hiện hằng ngày. Đó là một phần trong một số nghiên cứu về ung thư. Sau khi thực hiện xong, ông gửi kết quả xét nghiệm qua thư điện tử cho bạn. Sau cùng, ông quay sang một xét nghiệm khác mà ông đang tiến hành. Nó là một phần trong nghiên cứu hướng điều trị bệnh Parkinsons.

Nếu xác định được các từ ngữ tín hiệu về trình tự, bạn có thể “chia” đoạn thành bốn phần: phần giới thiệu bắt đầu bằng “khi”, và những phần tiếp theo

bắt đầu bằng “đầu tiên”, “tiếp theo” và “sau cùng”.

Một tập hợp từ ngữ tín hiệu khác thường gặp cho bạn biết tác giả chuẩn bị tóm tắt hoặc rút ra kết luận. Những từ này không khó xác định và chúng cho bạn biết trước phần kết cục. Hãy xác định từ ngữ tín hiệu trong đoạn văn sau đây:

Hawaii có rất nhiều điều để giới thiệu với du khách. Nơi đây thường có khi hậu ấm áp và dễ chịu, không quá nóng cũng không quá lạnh. Nó tạo ra cơ hội tuyệt vời cho lướt sóng, bơi lội và các môn thể thao khác. Đó cũng là một địa điểm lý tưởng chỉ phơi mình trên bãi biển và tắm nắng. Cũng có thể bạn chỉ muốn thư

giãn trong khách sạn và đọc sách hoặc nghe nhạc pop trong đĩa CD. Con người thân thiện khiến phần lớn du khách đều cảm thấy được chào đón. Như bạn thấy đấy, đây là một địa điểm nghỉ mát hoàn hảo dù bạn 18 hay 80 tuổi.

Một số từ ngữ tín hiệu cho biết phần tóm lược là “nói ngắn gọn,” “do đó”, “vì lý do này”, và trong đoạn văn trên là “như bạn thấy đấy”.

Đọc nhanh hơn với các tài liệu khó

Bạn có thể học đọc rất nhanh các cuốn tiểu thuyết, nhưng sẽ khó hơn khi đọc một cuốn sách giáo khoa. Nếu đọc sách triết lý và trừu tượng thì việc tìm ra các từ tín hiệu thường là

bắt buộc nhằm đoán trước được điều sẽ diễn ra tiếp theo. Trong việc hình thành được dự đoán này, người đọc giỏi thường có thể duy trì tốc độ đọc khá nhanh đối với thể loại trừu tượng. Nhưng chỉ bằng cách duy trì nhận thức về điều này, bạn có thể mong đợi mình hiểu được các tài liệu khó ở tốc độ cao. Hãy nhớ rằng khi đọc ở tốc độ trên 1.000 từ mỗi phút bạn bắt đầu đọc không theo trình tự mong đợi. Ở tốc độ này, bạn phải phản ứng với các từ ngữ và vấn đề gần như là vô thức. Thay vì hiểu từng từ ngữ đơn lẻ, bạn để ý hơn đến các ý tưởng tổng thể và hoàn chỉnh các sự việc. Điều này tương tự như khả năng hiện tại của bạn là nhận ra một từ trọn vẹn thay vì từng nét chữ đơn lẻ.

Các từ ngữ trở nên giống các biểu tượng hoặc các bức tranh.

Với tốc độ đọc bằng mắt trên 1.000 từ mỗi phút, rõ ràng bạn không thể dừng lại và phân tích. Vì vậy đừng chờ đợi đọc một cuốn sách với tốc độ trên 1.000 từ mỗi phút, viết về các vấn đề trừu tượng có những ý tưởng mới đối với bạn. Nếu có thể đạt tốc độ đó đối với những tài liệu khó này thì bạn biết mình là một người đọc sách tài năng. Đối với những tài liệu như vậy, tốc độ 500 hoặc 600 từ mỗi phút đã là xuất sắc lắm rồi. Với các tài liệu khó, đừng nghĩ rằng mình không thể đọc nhanh hơn tốc độ trước đây với tài liệu khó. Chắc chắn bạn có thể làm được.

Thực hành đọc ở tốc độ cao có thể hữu ích cho việc đọc ở tốc độ thấp hơn

Chắc chắn bạn còn nhớ chúng ta đã thực hiện riêng rẽ giữa khả năng hiểu và tăng tốc độ đọc, bạn cũng nên hiểu rằng để cải thiện tốc độ đọc đang ở mức chậm, bạn cần phải thực hành ở tốc độ đọc nhanh với những tài liệu dễ hơn. Tăng cường khả năng nhận biết nhanh các từ ngữ và khái niệm tốt nhất phải được thực hiện ở tốc độ cao với những tài liệu dễ đọc. Khi khả năng đọc tài liệu dễ ngày một nhanh hơn, bạn sẽ thấy khả năng đọc các tài liệu thật khó cũng được cải thiện.

Phần lớn chúng ta thường gặp

hai thể loại đọc. Một số sách bao hàm những từ ngữ và ý tưởng rất đơn giản. Những cuốn sách này có thể được đọc rất nhanh. Một số sách khác chứa đựng những từ ngữ và vấn đề khó và trừu tượng. Loại sách này thường đòi hỏi cách đọc phân tích để có thể hiểu được. Vừa đọc và phân tích có thể khó thực hiện. Vì vậy, bạn đừng cho rằng mình phải làm được điều này khi được yêu cầu tăng tốc độ đọc trong một bài tập hoặc bài luyện. Nhưng bạn phải thực hành đủ để khi biết cách xử lý khi gặp tài liệu khó đọc. Cách duy nhất là đọc chậm lại. Nhận ra các từ nối lại là một vấn đề nữa. Nhận ra được cách chuyển của người viết từ khái quát đến cụ thể là vấn đề thứ ba.

Đây mới chỉ là một số cách để cải thiện khả năng đọc hiểu của bạn. Tiếp theo, bạn sẽ được học những phương pháp khác. Nhưng cũng tương tự như các kỹ năng khác, hãy nắm thật vững kỹ năng này vì nó là cơ sở để học tiếp các kỹ thuật khó hơn.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 4 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

20

KHÔNG CHỈ CÓ MỘT PHƯƠNG PHÁP “ĐỌC”

G iờ đây, bạn đã biết cách đọc theo các phương pháp mới - những cách mà bạn không được dạy ở trường. Điều quan trọng là bạn đã biết có những phương pháp đọc khác. Có nhiều hơn một cách đọc và bạn nên biết tất cả.

Trong chương này, chúng ta sẽ tìm hiểu một số lựa chọn cho bạn.

Ở trường học, có thể bạn nghĩ đọc sách nghĩa là cầm một cuốn sách, hay bất cứ thứ gì muốn đọc, và bắt đầu đọc từng từ một. Nếu ngay từ đầu, bạn đã mở đến phần cuối sách thì có thể bạn cảm thấy mình đang “ăn gian”. Hy vọng vào thời điểm này, tôi đã thuyết phục được bạn rằng, đọc nghĩa là đáp ứng được mục đích của bạn khi nhìn mặt chữ trong một cuốn sách hoặc những tài liệu đọc khác.

Đọc tốc độ kiểu cũ

Trước đây, các trường học thường dạy học sinh cách đọc lướt. Đây là một phương pháp

cổ điển, giúp người đọc hiểu cuốn sách nhanh hơn. Thật đáng tiếc khi một kỹ năng giá trị như vậy nay không còn được dạy nữa. Tôi sẽ hướng dẫn bạn cách thực hiện và đó sẽ là một trong những phương pháp đọc khác của bạn.

Đọc lướt đơn giản là cách đọc theo dòng chữ có chọn lọc. Nói cách khác, đó là cách đọc dựa trên cơ sở từng từ một, từng dòng một, nhưng không đọc từng chữ. Khi học cách đọc lướt, bạn thường được dạy đọc dòng đầu tiên của mỗi đoạn. Có thể đây là cách tốt để nắm được ý của một câu chuyện hoặc bài báo, nhưng rõ ràng nó cũng có một số mặt hạn chế - chắc chắn không đầy đủ và đôi khi đi lệch hướng.

Cách tốt nhất để đọc lướt một chương là đọc một hoặc hai đoạn đầu, sau đó bắt đầu đọc thật nhanh các câu chủ đề của tất cả các đoạn. Dùng kiểu di chuyển tay chạy dưới dòng chữ. Hãy thử áp dụng vào bài tập sau đây nhằm định hình cách thực hiện trong tâm trí bạn.

BÀI TẬP SỐ 31

Hướng dẫn: Đọc lướt phần được chọn sau đây bằng cách dùng tay chạy dưới dòng chữ. Sau đó, quay lại và đọc cả đoạn (dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào) để kiểm tra xem cảm nhận của bạn về tài liệu đó có đúng không.

“Khi chiếc xe tải chuyển bánh và bạn đứng trên hiên quan sát

món tài sản của mình, bạn chột nghĩ... “Mình sẽ làm gì với dải cát bao quanh đây?”.

Trong nhiều trường hợp, chiếc xe tải lăn bánh sẽ đem đi đồng tiền cuối cùng của bạn. Khi nhiều người trong chúng ta chuyển về một căn nhà mới, chúng ta phải sử dụng gần hết số tiền tiết kiệm. Hơn nữa, vào thời điểm phải thanh toán trước, các chi phí giấy tờ (không ai có thể tính được), tiền ga, nước, điện thoại, đường điện và những khoản nhỏ cần cho nhu cầu cá nhân. Nếu còn có thể mua được một ổ bánh mì và một chai sữa thì bạn quả là người may mắn. Vì có tiếng là xây dựng khu dân cư mới, bạn đã quyết định trồng một bãi cỏ. Bạn sẽ bắt

đầu từ đâu và làm gì?

Bạn thường bắt đầu bằng việc chửi rửa chủ thầu xây dựng, dù sao bạn cũng không thích anh ta bởi vì bạn đã kỳ vọng vào ngôi nhà giống như Taj Mahal và anh ta đã xây cho bạn ngôi nhà chắc chắn không tốt bằng trụ sở câu lạc bộ mà bạn đã xây ở sân sau khi mới 12 tuổi. Và giờ đây, khi cầm cái xẻng trên tay, bạn bắt đầu đào và nhận thấy ắt hẳn anh ta đã thỏa thuận với phòng môi trường thành phố để đổ toàn bộ rác rưởi vào sân của bạn nhằm tạo ra cái mà anh ta gọi là “mặt bằng đã hoàn thiện”.

Nhưng nó là của bạn, toàn bộ là của bạn để làm những gì bạn muốn. Và ngược lại với sự tin

tưởng của nhiều người, bạn có thể có một sân cỏ xanh tốt, xum xuê mà không cần quan tâm đến chất đất, trừ khi có hóa chất trong đó. Để chắc chắn không phải như thế, hãy ngửi đất ở các khu vực khác nhau trong sân. Nếu có mùi lạ mà bạn không thể xác định được hoặc có mùi giống như dầu hỏa, hãy đến gặp người trông vườn ươm để nhờ họ làm xét nghiệm đất cho bạn.

Giả sử mọi thứ đều tốt, hãy tiến hành. Đặt cái xẻng xuống. Bạn sẽ không cần đến nó trong một hoặc hai ngày. Bắt đầu bằng việc nhặt hết những mảnh vụn bạn nhìn thấy và sờ thấy: đá, gạch, giấy tẩm nhựa đường, gỗ xẻ, các mảnh gỗ và thủy tinh. Đừng bỏ qua bất kỳ

thứ gì. Nếu có thứ gì đó trong tầm mắt, hãy moi nó ra khỏi đất, bằng không nó sẽ ám ảnh bạn sau đó.

Chừng nào chắc chắn đã nhặt hết đá, sỏi, hãy nhờ vợ và mẹ vợ kiểm tra một lượt. Với quan sát của họ, bạn sẽ phải ngạc nhiên về những gì mình bỏ sót. Sau đó, tôi muốn bạn rải 22kg vôi thạch cao hiệu Grand Prize Garden Gypsum trên khoảng 300m² mặt nền. Cuối cùng, rải thêm 22kg chất bón vườn hàm lượng nitơ thấp – 4:12:4 hoặc 5:10:5 là lý tưởng nhất. Không cần thăm cỏ phải lớn nhanh, bạn chỉ cần có những cây cỏ tốt với những bộ rễ cứng cáp.

Giờ là lúc bạn phải tính toán

ngân sách và thuê một máy xới đất để làm tơi đất cùng những chất rải trên mặt. Chôn tất cả những thứ này xuống, sâu từ 15-25cm. Bừa theo hàng dọc, sau đó bừa đan chéo. Kiểm tra theo đường đan chéo và các góc sau khi hoàn tất. Hãy làm cho đất thật nhỏ để tiết kiệm nhiều thời gian làm bằng tay cho bạn.

Trước khi chuyển sang việc khác, hãy trả lại máy xới đất để tiết kiệm tiền. Bởi thời gian thuê vẫn tiếp tục dù bạn có sử dụng nó hay không”.

Sau khi đọc lướt, bạn có biết đoạn văn đề cập đến nội dung gì không? Trong nhiều trường hợp, bạn phải nắm được nội dung nhưng trong những

trường hợp khác bạn lại chẳng có ấn tượng gì. Điều này không có nghĩa rằng việc đọc lướt không có tác dụng. Nhưng chắc chắn đó không phải là một cách đọc thay thế.

Đọc quét là một lựa chọn khác

Đôi khi cụm từ đọc lướt và đọc quét có thể được dùng thay thế cho nhau. Hầu hết mọi người không chắc chắn về nghĩa của một trong hai từ. Ngay cả các chuyên gia đọc cũng chưa thống nhất được nghĩa của những từ này. Vì thế, tôi sẽ đưa ra định nghĩa về những từ này theo cách tôi sử dụng.

Đọc quét là một quy trình hoàn toàn khác. Khi đọc quét một tài liệu, bạn thường đang

tìm kiếm điều gì đó. Do đó, bạn phải nhìn bao quát mọi thứ để xem điều mình cần có ở đó không. Tìm một cái tên trong danh bạ điện thoại là ví dụ điển hình về việc đọc quét. Bạn đang tìm một cái tên cụ thể khiến việc đọc trở nên dễ dàng. Nhưng bạn cũng phải quan sát toàn bộ tên để chắc chắn đó không phải là thứ bạn đang cố tìm kiếm.

Như vậy, đọc quét phần nào giống với đọc bằng mắt. Bạn quan sát toàn bộ mặt chữ. Tất nhiên, không nhất thiết phải biết trước điều mình mong đợi khi đọc bằng mắt và bạn muốn dõi theo toàn bộ câu chuyện chứ không chỉ tìm một hoặc hai mục. Điều bạn đang tìm càng cụ thể thì việc đọc quét

càng dễ dàng. Bài tập sau đây là một ví dụ về đọc quét.

BÀI TẬP SỐ 32

Hướng dẫn: Tìm thật nhanh các nhân vật trong câu chuyện, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào bạn muốn.

“Một buổi sáng sớm, người thợ mỏ Neil O’Dea bước vào hầm mỏ St. Vincent. Anh chú ý cúi thấp người. Không khí lạnh chạy quanh tai khi anh tụt xuống hầm lò được làm bằng gỗ ở độ sâu 150m. Anh ra khỏi hầm lò và bước vào trạm mỏ khi ở đó còn vắng tanh. Trời vẫn còn sớm.

Những người đàn ông làm ca đêm đang di chuyển chậm chạp xuống đường Bermuda.

Những người đàn ông làm ca ngày đang nuốt nốt miếng cháo và cà phê. Chẳng mấy chốc họ sẽ tràn ra như đoàn diễu hành lên dốc để làm việc ở Bermuda, Never Sweat và St. Vincent.

Bermuda thống trị đỉnh của sườn phía Nam. Theo như tên gọi phổ biến của nó, 'Sweat' hơi dốc xuống vùng phía Tây và St. Lawrence dốc xuống về phía Đông. Bermuda và St. Vincent nằm sát mặt đất trong một mê cung với các tầng và những con đường tắt lắt léo.

Thấp một cây nến, O'Dea đi vào cửa đường ngang tối om. Đi chừng 30m, anh dừng lại và hít vào một cách đầy lo lắng. Hình như anh ngửi thấy mùi

khói.

Anh vội tiến về phía trước, tìm anh đập nhanh hơn. Với người thợ mỏ, mối đe dọa của lửa và nổ khí ga trong lòng đất là điều khiến họ sợ nhất. Nhưng có lẽ đó chỉ là những cái giẻ tẩm dầu bị cháy bởi ai đó đã bất cẩn làm rơi que diêm đang cháy vào đó lúc tan ca.

O'Dea bước tiếp. Bóng tối dần chuyển sang ánh sáng đỏ lập lòe. Sau đó, anh ta nghe thấy những tiếng lách tách. Quá hoảng hốt, anh nhìn thấy những ngọn lửa đang thiêu cháy bức tường gỗ phía trước. Ngay cả chiếc mũ đội đầu của anh cũng bốc cháy.

Thay vì thoát ra để đảm bảo an toàn, O'Dea xé tan cái áo. Thật

may cho anh, phần lớn đám khói hút theo hướng Bermuda. Anh dùng áo đập vào đám lửa, nhưng chúng còn bốc mạnh hơn. Khói bốc cuộn cuộn trên đầu. Khí lưu huỳnh tỏa ra từ những tảng đá bị nung nóng khiến anh nghẹt thở.

Anh loạng choạng quay lại trạm mỏ. Một vài thợ mỏ vừa bước ra khỏi hầm. “Có lửa ở đường ngang!”, anh vừa thở hổn hển vừa nói.

Mọi người quăng hộp cơm trưa và vội chộp lấy cuộn ống to làm bằng vải bạt. Kéo mạnh đường ống xuống đường ngang. Họ cắm nó vào cột lấy nước. Sau khi thấm đẫm nước vào những miếng vải để úp vào mặt, họ đi theo O’Dea đến

chỗ đám cháy. Cuộc chiến bắt đầu”.

Ắt hẳn, bạn có thể hoàn thành bài tập này rất nhanh bằng cách di chuyển tay theo mắt (phân đoạn hoặc quét) và phát hiện chỉ có một nhân vật chính đó là Neil O'Dea. Ngoài ra, phần cuối có đề cập đến “những người thợ mỏ” khác.

Bốn phương pháp đọc

Có bốn phương pháp đọc là:

- Đọc theo dòng kẻ: Đọc từng chữ và theo từng dòng, theo cách truyền thống mà bạn được học. Đây là phương pháp đọc hiệu quả đối với những tài liệu khó và với tốc độ đọc lên đến 800 từ mỗi phút.

- Đọc lướt. Đọc theo dòng có chọn lọc, đọc các đoạn văn đã được chọn từ trước hoặc dòng đầu tiên của các đoạn.

- Đọc quét. Đọc bao quát cả tài liệu để tìm ra thông tin cụ thể, chẳng hạn một cái tên hoặc con số.

- Đọc bằng mắt. Đọc cả nhóm từ, không theo trình tự nào, từ trái qua phải rồi từ phải qua trái, dịch chuyển xuống phía dưới. Bằng việc thực hành, đây sẽ là một phương pháp hiệu quả để đọc những tài liệu có mức độ khó vừa phải - tài liệu dễ và cho tốc độ đọc trên 1.000 từ mỗi phút.

Đối với một người đọc tốt, tất cả những phương pháp này phải là một phần trong các kỹ

thuật của họ. Và có lẽ bạn sẽ thấy mình sử dụng hầu hết những kỹ năng đó trong nhiều hoàn cảnh khác nhau. Chương tiếp theo sẽ đề cập đến nội dung này.

Gạt cảm giác tội lỗi ra sau!

Mặc dù các trường học không còn dạy về cách đọc lướt, nhưng nhiều người cho rằng, ai cũng có thể sử dụng phương pháp này. Nhưng khi phỏng vấn các học viên của mình, tôi lại không thấy như vậy. Khi được hỏi về cách đọc lướt, đã có khá nhiều câu trả lời được đưa ra và đa số chỉ là phỏng đoán.

Vấn đề khó nhất khi học đọc lướt, đọc quét hoặc đọc với một mục đích cụ thể là biết khi

nào đạt được mục đích và dừng lại. Học viên học các kỹ thuật đọc nhanh thường xuyên cảm thấy tội lỗi bởi họ không “đọc” được mọi thứ. Điều này không thực tế chút nào, chưa kể sự thiếu khả năng, thiếu sự nghiêm túc. Và họ sẽ phải khắc phục nếu thực sự muốn trở thành người đọc nhanh hiệu quả.

Giá sách của bạn ắt hẳn chật cứng những cuốn sách đã đọc, bạn đọc theo dòng, có thể rất chậm và phải dành nhiều giờ cho chúng. Hãy xem và chọn ra một số cuốn mà bạn đã phải bỏ ra 15-30 giờ đồng hồ để đọc. Giờ đây, sau nhiều tháng hoặc nhiều năm, bạn còn nhớ được bao nhiêu?

Tất nhiên, không bao giờ bạn nhớ được hết và nếu cố nhớ lại một cuốn sách, ngay cả khi mới đọc được vài tháng, bạn cũng không thể nhớ được nhiều. Điều quan trọng trước tiên là xác định mục đích đọc, bạn muốn nhớ thông tin gì từ cuốn sách, sau đó dùng một hệ thống lấy thông tin thật nhanh từ cuốn sách cho dù việc này mất bao nhiêu thời gian đi nữa. Đạt mục đích nghĩa là bạn đã đọc xong cuốn sách đó. Khi học được kỹ thuật để thực hiện điều này, bạn phải học cách cảm thấy “vô tội” khi sử dụng nó.

Bây giờ, khi đã hiểu về đọc lướt và đọc quét, bạn đã sẵn sàng đi tiếp và học cách sử dụng tất cả những kỹ thuật mới này để bắt

tay vào đọc các tài liệu. Đây là nội dung của chương tiếp theo. Nhưng trước khi tiếp tục, bạn phải đảm bảo rằng, sẽ dành thời gian thực hành thật hiệu quả.

MỞ lại các BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 4 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.

21

HỆ THỐNG GIÚP BẠN ĐỌC HIỂU

Trong khi viết và nói là hoạt động chủ động thì đọc và nghe thường được coi là những hoạt động giao tiếp thụ động. Một trong những bí quyết của việc đọc nhanh và hiệu quả là học đọc chủ động. Trên thực tế, chúng ta được học đọc theo kiểu “tiếp thu”, đơn giản là đọc từ đầu

đến cuối tài liệu và lĩnh hội những vấn đề đưa ra một cách thụ động. Đa số việc đọc nhanh là học cách đọc tích cực hơn theo phương pháp của bạn.

“Hệ thống trước” là cụm từ chính xác chỉ quá trình lên kế hoạch trước khi đọc. Mục đích là tăng khả năng hiểu và ghi nhớ thông tin mà bạn sẽ đọc. Hệ thống trước còn có cách gọi phổ biến hơn là “xem trước”, “tổng quan” hoặc “nghiên cứu trước”.

Bạn có thể dễ dàng nhận ra tại sao hệ thống trước có thể giúp bạn trong việc đọc hiểu. Xem bản đồ trước khi lái xe vào một thành phố mới sẽ khiến bạn cảm thấy dễ dàng hơn và biết

mình sẽ phải chờ đợi điều gì. Nếu biết trước tuyến đường sẽ chia làm nhiều ngã rẽ và biết mình sẽ đi theo hướng nào thì bạn có thể tiết kiệm thời gian. Việc đọc sách cũng vậy. Nếu biết trước điều gì tiếp theo thì việc đọc của bạn sẽ nhanh và dễ dàng hơn rất nhiều.

Thực hiện hệ thống trước còn có lợi ở nhiều mặt. Nếu xem trước rồi mới đọc thì bạn sẽ đọc đoạn đó nhiều hơn một lần. Một người đọc hai lần chắc chắn sẽ hiểu tốt hơn so với việc đọc một lần. Tất nhiên, cách này chỉ có tác dụng với người đọc nhanh, có thể đọc tài liệu từ hai lần trở lên mà chỉ tốn ít nhất $\frac{1}{3}$ thời gian của người đọc chậm. Hãy nhớ rằng, phương pháp đọc nhiều

lần là một phần không thể thiếu để một người đọc nhanh thu nhận thông tin tốt hơn người đọc chậm.

Đọc một đoạn nhiều hơn một lần mang lại những lợi ích rõ ràng và việc bạn đọc trọn tài liệu mình đang học cũng rất quan trọng. Bạn không chỉ đọc lại một thứ gì đó hai lần. Đúng như cái tên của nó (đọc hai lần), bạn phải cố gắng hệ thống tài liệu. Càng làm tốt bước này, bạn càng có khả năng đọc tài liệu nhanh hơn.

Từ tổng thể đến chi tiết

Xem bản đồ trước khi khởi hành một chuyến đi sẽ giúp bạn hình dung toàn bộ hành trình. Khi lái xe, bạn phải xem chi tiết cả địa hình. Chẳng hạn,

bạn xem bản đồ vệ tinh của thành phố và thấy được các tuyến đường mình sẽ đi. Khi bắt đầu lái xe, bạn sẽ nhìn thấy nhiều hơn. Và bạn có thể liên hệ một cách dễ dàng với toàn bộ tuyến đường mình đang đi: Bạn sẽ biết mọi thứ “thuộc” về đâu trong mối liên hệ với tổng thể.

Khi đọc sách, bạn phải cố gắng làm tương tự. Bạn xem qua toàn bộ tài liệu, cố xác định xem mình đang ở đâu và bạn sẽ nắm được gì từ tài liệu, sau đó bắt đầu cuộc hành trình và tìm ra tất cả các chi tiết. Đọc trọn tài liệu nhiều hơn một lần và cố gắng hệ thống chúng qua cách tiếp cận của bản thân là cách giúp bạn hiểu tốt hơn. Hai lý do không thể phủ nhận

để giúp bạn hiểu tốt hơn là bạn sẽ đọc từ đầu đến cuối tài liệu nhiều hơn một lần và bạn đang cố gắng hệ thống tài liệu thông qua cách tiếp cận của riêng mình.

Tìm ra “chỉ dẫn” của tác giả

Nếu nhận thức được việc hệ thống trước giúp bạn hiểu tài liệu tốt hơn, chắc chắn bạn sẽ muốn biết cách thực hiện nó. Thật tiếc là các tác giả không đưa ra “chỉ dẫn” thực sự cho những cuốn sách của mình. Họ thường đưa ra nhiều dấu hiệu để bạn có thể bắt đầu cuộc hành trình của mình. Dù tác giả không chỉ dẫn thì vẫn có các công cụ để bạn sử dụng nhằm sắp xếp trước tài liệu. Đôi khi, bạn phải nỗ lực hơn

một chút, nhưng cũng không quá khó để làm tốt điều đó. Khi thực hiện được dễ dàng, bạn sẽ thấy nó mang lại lợi ích rất lớn cho việc đọc của mình.

Sách khó thường là cuốn dễ đọc nhất

Những cuốn sách được cho là khó nhất phần lớn được tác giả cung cấp “chỉ dẫn” kèm theo. Những “con đường” chính được chỉ ra thông qua các dấu hiệu được gọi là các tiêu đề phụ hoặc các tiêu đề chữ in đậm. Thông thường, mỗi tiêu đề phụ lại có một tiêu đề phụ cấp hai. Tất nhiên, những tiêu đề phụ này cũng chỉ ra những “con đường” nhỏ hơn. Trong một cuốn sách giáo khoa, một chương có thể được trình bày

như sau:

CUỘC SỐNG Ở THÀNH PHỐ NEW YORK	Tiêu đề chương
THÀNH PHỐ ĐÃ THỰC SỰ THAY ĐỔI	Tiêu đề phụ
Tỷ lệ tội phạm hiện nay thấp hơn bạn nghĩ	Tiêu đề nhỏ cấp hai
Một số khu vực an toàn hơn so với những khu vực khác	Tiêu đề nhỏ cấp hai
SỐNG THOẢI MÁI HƠN CHƠI	Tiêu đề phụ
Cuộc sống của khách du lịch có thể rất sôi động	Tiêu đề phụ cấp hai
Các dịch vụ của thành phố khiến cuộc sống trở nên dễ dàng	Tiêu đề phụ cấp hai

Giao thông công cộng dày đặc giúp giảm bớt nhu cầu lái xe	Tiêu đề phụ cấp ba
NHIỀU LỢI THẾ VỀ VĂN HÓA VÀ XÃ HỘI	Tiêu đề phụ
Nhiều nhà hát và rạp chiếu phim	Tiêu đề phụ cấp hai
Quảng trường Thời Đại hiện nay đang là một địa điểm đắt giá	Tiêu đề phụ cấp hai
Các cơ hội về âm nhạc, giáo dục, xã hội	Tiêu đề phụ cấp hai
Những lợi thế về thể thao và giải trí	Tiêu đề phụ cấp hai

Nếu chỉ đọc các tiêu đề phụ trong ví dụ này, bạn sẽ biết tác giả đang dẫn mình “đi” đâu và

nội dung sẽ đọc là gì.

Xem trước thể loại phi hư cấu

Mục đích của việc “xem trước” – bước đầu tiên trong một quá trình đọc gồm nhiều bước – là để hệ thống trước. Nếu được cung cấp trước một “chỉ dẫn” rõ ràng như phần minh họa trên đây, bạn đã sẵn sàng thực hiện bước tiếp theo – tìm hiểu thêm về tài liệu. Như đã nhận xét, bước này khá dễ thực hiện và rõ ràng. Như đã đề cập trong Chương 11 về thể loại phi hư cấu, thông tin chính có xu hướng nằm ở phần đầu và phần cuối.

Để xem trước thể loại phi hư cấu, bạn phải xem qua tài liệu để xác định xem nó được sắp

xếp ra sao (chia làm nhiều phần khác nhau) trước tiên. Sau đó, xác định những điểm chính bằng cách đọc lướt phần đầu và phần cuối. Để đọc lướt hiệu quả một đoạn văn thuộc thể loại phi hư cấu, bạn hãy đọc theo dòng một số đoạn đầu của chương và tìm ra nội dung mà tác giả muốn đề cập đến trong chương. Đừng quên liên hệ với tiêu đề chương. Rất cuộc, nó phải làm nổi bật ý chính của chương. Mục đích của thể loại phi hư cấu thường là để truyền tải thông tin và hầu như tác giả thể hiện điều này ở ngay tiêu đề chương.

Khi hoàn thành bước này, bạn có hai lựa chọn. Bạn có thể bỏ (vâng, bỏ!) đến phần cuối chương và tìm những đoạn

tóm tắt. Đây có thể là đoạn cuối hoặc có thể là một vài đoạn trước khi kết thúc. Các từ ngữ tín hiệu như: “tóm lại”, “do vậy”, “do đó”, “bạn có thể thấy”, thậm chí là “tổng kết lại”, thường mách nước cho bạn. Đôi khi, bạn vẫn nhận ra nội dung mà tác giả muốn đề cập khi không có đoạn tóm tắt.

Nếu các tiêu đề được chia nhỏ thì bạn có thể sử dụng lựa chọn thứ hai. Bạn hãy đọc từ đầu đến cuối tài liệu, đọc phần đầu và phần cuối các đoạn chính của chương. Việc này giúp bạn nắm được ý đồ triển khai của tác giả.

Sau khi bạn đã hệ thống phần được chọn nhờ kiểu xem trước này, bạn đã sẵn sàng đọc.

Khi không có “chỉ dẫn” rõ ràng

Không phải lúc nào bạn cũng dễ dàng tìm ra chỉ dẫn của tác giả. Nhưng khi đã nắm được cách viết của thể loại phi hư cấu, bạn luôn phải đi tìm phần đầu, phần cuối và bất kỳ dấu hiệu sắp xếp rõ ràng nào khác. Thông thường có những đoạn văn cho biết dấu hiệu sắp xếp ngay từ đầu. Đôi khi là một khoảng rộng giữa các chương. Điều này báo hiệu sẽ có sự chuyển ý hoặc ngắt ý, và bạn phải để ý những khoảng cách này.

Khả năng hình dung ra cách sắp xếp tài liệu sẽ giúp bạn hiểu và nhớ được nội dung. Khả năng hiểu thậm chí có thể

được coi là việc tổ chức và phân loại trong đầu. Khi bộ não tiếp nhận thông tin, nó kiểm tra dựa vào những thông tin đã lưu trữ. Nếu tài liệu hoàn toàn mới thì việc quan trọng là phải tạo các “ổ đựng thông tin” mới. Nếu không có những khoảng trống mới chứa đựng thông tin mới, mọi thứ sẽ là một mớ lộn xộn. Càng ý thức được việc sắp xếp thông tin thì bạn càng nhớ tốt hơn.

Bây giờ, hãy thực hiện kỹ thuật xem trước trong phần được chọn sau đây trong bài tập số 33.

BÀI TẬP SỐ 33

Hướng dẫn: Xem trước phần được chọn (từ You, Inc. của Peter Weaver) bằng cách (1)

xem qua cả chương chỉ để tìm ra cách sắp xếp (có những phần nào?), (2) đọc lướt phần đầu và phần cuối các đoạn thuộc các phần lớn (trường hợp có nhiều hơn một phần), cố gắng tìm ra nội dung mà chương sẽ đề cập.

Sau khi hoàn thành, hãy quay trở lại, đọc bằng cách dùng kiểu di chuyển tay phân đoạn và xác định xem những gì bạn chờ đợi sau khi xem trước có đúng với nội dung mà tác giả đề cập không. Bạn có thể đọc hai lần nếu muốn, nhưng chỉ được sử dụng kiểu di chuyển tay phân đoạn mà thôi.

Tại sao thôi việc?

Tại sao người ta lại né tránh môi trường làm việc an toàn

trong một tổ chức - một công ty hoặc một cơ quan chính phủ - để đổi lấy sự bấp bênh khi làm bên ngoài?

Đó luôn là câu hỏi đầu tiên được đặt ra bởi những người hiện vẫn đang làm trong một tổ chức. Thông thường, họ cố lý giải những cảm nhận mơ hồ về vấn đề không được nghỉ ngơi hoặc không mấy hài lòng với thực tế rằng họ “biết rõ khoản tiền lương tiếp theo đến từ đâu” và họ biết tất cả những “phụ cấp ngoài lương” đó. Họ được lo cho từ lúc sinh ra đến khi qua đời. “Đó có thể không phải là môi trường tuyệt vời nhất”, họ nói, “nhưng an toàn”.

Liệu có an toàn không? Hôm nay có thể có. Nhưng còn ngày

mai? Hãy hỏi một số kỹ sư hàng không và những người bị mất việc để biết cảm giác của họ khi được ru ngủ vào cảm giác an toàn giả tạo bằng những dòng tiền từ các hợp đồng của chính phủ. Như bạn thấy đấy, giờ thì không. Chính phủ cho và rồi họ lại lấy đi. Và bạn đột nhiên bị đẩy ra đường trong trạng thái hoang mang.

Nếu không phải là sự cắt giảm chi tiêu của chính phủ, thì đó là tình trạng suy thoái hoặc sáp nhập. “Xin lỗi, bạn biết rồi đấy... nhưng chúng tôi đang từng bước loại bỏ phận của bạn”. Vâng, bạn biết thế nghĩa là thế nào rồi đấy. Bạn biết mình bị mất việc và tất cả những kế hoạch khám sức khỏe hấp dẫn đó, cùng chế độ

ngỉ ốm, trợ cấp lương hưu chẳng còn nghĩa lý gì nữa.

Sau đó là vấn đề “tụt hậu về nhân lực”. Có thể bạn rất tận tụy với công việc và nhận ra “họ không cần mình nữa”. Tại sao ư? Bởi những thứ bạn được học ở trường trung học hay đại học là những điều cũ rích, không còn hợp thời. Họ cần những kỹ thuật mới và những kẻ trơ tráo mà họ thuê gần đây dường như nắm được mọi thứ. “Không thể xảy ra với tôi”, bạn đang nói thế đúng không? Hừm! Hãy lắng nghe những điều Tiến sĩ James Schulz, nhà kinh tế học trường Đại học Brandeis chia sẻ dưới đây:

“Công nghệ đang thay đổi rất nhanh. Hiện nay, người ta

đang nói về những kỹ sư dân bị tụt hậu ở tuổi 35. Họ nói rằng kỹ sư hết thời rồi. Kiến thức của họ trở nên lỗi thời trước công nghệ mới. Một số người bị rơi vào ngõ cụt hoặc giống như những bóng điện cháy bị tháo bỏ và vứt đi”.

Tiến sĩ Schulz không phải là người duy nhất lên tiếng trước những nguy cơ được nói lỏng. Tiến sĩ Harry Levinson, nhà tâm lý học tại Đại học Harvard và Đại học Boston nói:

“Bám lấy một tổ chức quá lâu là điều rất nguy hiểm. Việc giảm bớt nhân sự diễn ra hàng ngày. Việc loanh quanh trong một tổ chức khiến cho con người bị tụt hậu. Một số nhân viên bị đánh giá thấp vì ngày

càng già đi, khó có thể tiếp thu những kiến thức mới ngay từ đầu”.

Levinson còn nói: “Có một hội chúng được gọi là cây chổi mới”. Ý của ông là một người chủ mới không thích kiểu rẽ tóc của bạn và bạn bị loại ra.

Sự “an toàn” của một công việc ổn định, làm việc cho một tổ chức không phải là tất cả những gì có thể đảm bảo được. Bạn phải chuẩn bị tinh thần rời bỏ công việc trước khi tình trạng “nới lỏng” diễn ra. Bạn hãy đưa ra nhiều quyết định hơn và đừng để các ông chủ ra quyết định về cuộc đời bạn, những người luôn nói: “Anh/chị biết rồi đấy”, khi họ đưa cho bạn tờ quyết định.

Trong cuốn sách *Excutive Stress* (tạm dịch: Áp lực điều hành), Levinson nói: “Những người có đầu óc sáng suốt sử dụng các nguồn lực vì lợi ích của chính mình và của người khác... Họ chịu trách nhiệm về các hoạt động của mình, những hoạt động không thuộc chuyên trách của họ... Nếu một người không tự lo liệu được cuộc sống của mình thì anh ta sẽ bị người khác kiểm soát... Cuộc đời bạn là của bạn. Bạn phải có trách nhiệm với nó, lo liệu cho nó và chịu trách nhiệm về nó”.

Từ trước tới nay, chúng ta chủ yếu nói về những lý do kinh tế và công nghệ - tại sao bạn nên, ít nhất, cân nhắc bỏ một công việc ổn định một cách nghiêm

túc để ra ngoài đương đầu với cuộc sống bên ngoài. Thậm chí, có những lý do quan trọng hơn trong việc rời bỏ một tổ chức. Những lý do này được miêu tả thuộc về “tâm lý”. Một nhà nghiên cứu về khoa học nhân văn coi những lý do đó là “tâm trí”.

Tâm trí bạn bị dính sẹo và hơi nhăn nheo một chút mỗi khi bạn bị sai bảo làm cái này, không làm cái kia và khi nào làm, khiến trí óc của bạn trở nên khô héo. Điều đó “dẫn dắt” bạn tới những sai lầm.

Peter Nagan, hiện đang vận hành rất thành công công ty của mình, chia sẻ rằng điều tương tự đã xảy ra với anh ấy trước khi bắt đầu tự kinh

doanh bên ngoài. Anh nói: “Khi tôi còn làm trong một công ty lớn, quản lý trực tiếp của tôi là một người có năng lực, nhưng tôi cảm thấy anh ta không có quyền được sắp đặt cuộc đời tôi. Tôi trình bày một ý kiến sau khi đã cân nhắc kỹ lưỡng và - với một cái nhún vai - anh ta đã hạ tôi”.

Tôi cho rằng điều đang làm chúng ta phải tức giận chính là sự thiếu tự do. Với sự an toàn không quá rõ ràng mà tổ chức đưa ra, chúng ta phải từ bỏ nhiều quyền tự do trí tuệ. Con người - kể cả động vật - không muốn từ bỏ quyền tự do của mình. Vì thế, các tổ chức mua chuộc và tiếp tục tăng lương mỗi khi bạn hoặc đồng nghiệp của bạn làm cao và dọa bỏ việc.

Những kiểu mua chuộc này đôi khi được gọi là “tăng lương”, “tài khoản chi”, thậm chí là “khu vực đồ xe tự do”.

Vì vậy, bạn quyết định ở lại thêm một thời gian và tự hỏi tại sao mình lại bị một cái nhọt, cần nhần với gia đình và bạn bè hoặc mất ngủ về đêm. Bạn không ưa bản thân mình. Chẳng có ai như vậy khi phải chấp nhận một sự mua chuộc. Hãy lắng nghe cách phân tích về tình trạng việc làm hiện nay trong lĩnh vực lao động của chuyên gia Sam Zagoria, tác giả cuốn *Public Workers and Public Unions* (tạm dịch: *Người lao động trong khu vực quốc doanh và các hiệp hội công*): “Người lao động Mỹ - dù là nam hay nữ, da đen hay

da trắng, làm việc chân tay, làm văn phòng, làm kỹ thuật hoặc quản lý, già hay trẻ - đều mắc chứng phiền muộn... Một số ông chủ khó chịu do năng suất thấp hơn, tình trạng nghỉ làm nhiều hơn, đôi khi còn có tình trạng cố ý phá hỏng đồ trong nhà máy và thậm chí là nghiện ma túy, cũng thừa nhận rằng, bên dưới vẻ bề ngoài là một thực tế - ngày càng có nhiều người lao động nhận ra mình đã tham gia vào những việc buồn tẻ, vô lương tâm”.

Chuyển từ một công việc ổn định sang một công việc khác không phải lúc nào cũng thực hiện được. Sự mua chuộc có thể lớn hơn. Điều kiện làm việc ban đầu có thể dễ dàng hơn.

Nhưng chỉ sau một khoảng thời gian, những “công việc nhàm chán, vô lương tâm” đó dường như tiếp tục quay về với bạn.

Đôi khi bạn là người may mắn. Bạn có được một công việc thực sự tốt. Bạn được tự do làm những gì mình muốn. Ông chủ là một hoàng tử và mọi thứ trông rất sáng sủa. “Cái gì, tôi khó chịu không à?” bạn nói. “Tôi ký hợp đồng rồi... Họ trả tiền để tôi làm những thứ mà tôi thích nhất”. Tôi ghét sự nhàm chán nhưng mọi thứ không phải lúc nào cũng đi lên. Bạn còn nhớ những thảm họa kinh tế chứ? Toàn bộ các nền công nghiệp, các thành phố bị tàn phá bởi những kế hoạch bốc đồng của

chính phủ hoặc một vài thay đổi về công nghệ.

Dù đang có được công việc yêu thích và có những lợi thế chống lại bất kỳ chuyển biến kinh tế nào, bạn vẫn nên cân nhắc đặt cược phụ cho một hoạt động kinh doanh nhỏ của chính mình mà chỉ mất một phần thời gian của bạn.

“Bắt tay vào dự án trên đây, bạn sẽ trở thành người tốt hơn ngay trong công việc đang làm”. Giáo sư Richard Beckard, trường Quản trị Sloan, M.I.T. nói. Beckard phải biết. Ông ấy đã khởi sự một công việc phụ là công ty tư vấn của riêng mình và nói rằng nó giúp ông trở thành một giáo viên giỏi hơn, giúp ông giữ các mối liên

hệ nhiều hơn với thế giới thực. Ông khuyến khích mô hình tự quản lý để tiến tới tham gia vào các dự án ngoài nhằm nâng cao các kỹ năng cho một tiền đồ tốt hơn.

Thực hiện một dự án riêng ngoài tổ chức đang làm đem lại nhiều sự hài lòng. Chẳng hạn như gieo một hạt, tưới nước cho nó và theo dõi sự phát triển của nó. Mỗi liên hệ về những nỗ lực sáng tạo này của một người thường trở nên không rõ ràng bên trong một tổ chức lớn. Hơn nữa, khi bạn có một dự án riêng đang hoạt động và đó là một thành công - không nhất thiết phải là một thành công lớn - bạn có được sự tự tin ở chính mình. Sự tự tin này được phản ánh trong

công việc bên trong một tổ chức. Tôi biết, tôi đã làm tốt hơn sau khi bắt tay vào các mục tin tức bên lề đầu tiên của mình. Tôi tháo vát hơn. Ít phụ thuộc vào tổ chức hơn và dễ chịu hơn một chút.

Theo Tiến sĩ Levinson: “Mọi người cần đa dạng hơn các nguồn thu khác nhau. Bạn không thể bỏ toàn bộ trứng vào một giỏ. Nếu làm rơi cái giỏ, bạn sẽ có món trứng bác”.

Một người đàn ông trẻ tuổi đang làm trong một công ty lớn, chia sẻ về kinh nghiệm của mình: “Tôi thấy mình chịu đựng được hơn trong các cuộc họp. Khi có điều gì đó sai, tôi sẽ nói như vậy dù biết đó không phải điều mà cấp trên muốn

nghe”.

Ở một mặt nào đó, công ty của người đàn ông này đang được lợi từ sự tự tin mà anh ta có được bằng cách khởi động một công việc kinh doanh nhỏ bên ngoài bức tường công ty. Bất kỳ tổ chức nào cũng có lợi khi nghe được sự thật chứ không phải chỉ ở những gì mà một số ông chủ muốn nghe.

Trước khi chúng ta ngừng nói về “lý do” khởi sự công việc kinh doanh nhỏ của chính mình, đừng quên tai họa cuối cùng mà mọi người ở tất cả các tổ chức phải đối mặt. Tôi gọi đó là “phát súng cuối cùng”. Họ gọi là “nghỉ hưu”. Có thể bạn cực kỳ vui với công việc của mình. Ngày trôi qua. Năm

tháng trôi qua và sau đó họ thết đãi bạn một bữa trưa nho nhỏ, có thể là một món quà nhỏ, và chúc bạn mọi điều tốt đẹp với khoảng “thời gian rỗi” mới này. Họ cắt đứt với bạn. Với nhiều người, sự cắt đứt này xảy đến như một thảm họa kinh tế. Khi háo hức xem lại khoản phúc lợi xã hội và trợ cấp lương hưu, bạn thấy rất ít. Với phần lớn người lao động, nghỉ hưu đồng nghĩa với sự tụt giảm đột ngột thu nhập hàng năm.

Bất kỳ một bác sĩ giỏi nào cũng sẽ cho bạn biết khi một người đàn ông hoặc một người phụ nữ thôi không làm việc nữa, họ thường bắt đầu bị suy sụp. Con cái không còn phụ thuộc vào họ nữa. Bây giờ, tổ chức

cũng không cần họ nữa. Vì một lý do nào đó, nỗi đau nhỏ dường như biến thành những trận ốm nặng.

Nếu bạn đã có một hoạt động nào đó bên ngoài, khi nghỉ hưu bạn có thể dành nhiều thời gian hơn cho nó và thúc đẩy nó phát triển. Hoạt động kinh doanh nhỏ cần bạn. Những người mua các sản phẩm hoặc dịch vụ cũng cần bạn như những người đang làm cho bạn vậy.

Vì vậy, nếu bạn đang vui vẻ với công việc hiện tại, hãy nghĩ đến một công việc kinh doanh phụ như một dạng “xuồng cứu sinh”. Dù biển lặng cùng chiếc tàu to và mạnh mẽ, người thuyền trưởng cũng không

bao giờ căng buồm trừ khi biết chắc mình đã có đủ xuồng cứu sinh và tất cả đều hoạt động tốt. Thậm chí, anh ta còn thực hiện các “bài tập luyện” về phao cứu sinh để sẵn sàng hành động khi thảm họa ập đến.

Bạn cũng nên làm điều tương tự. Tạo dựng một công việc kinh doanh nhỏ - một chiếc xuồng cứu sinh nhỏ. Trang bị cho nó. Thực hiện các bài tập luyện định kỳ để chắc chắn khi nào cần (hoặc nếu cần) đến thì nó vận hành tốt. Thậm chí có thể bạn sẽ thấy thú vị hơn khi tự chịu trách nhiệm với chiếc xuồng của mình thay vì chỉ là một thành viên trong một tổ trên tàu.

Ban đầu, khi xem qua toàn bộ chương, bạn có nhận ra chỗ ngắt thể hiện ở khoảng cách rộng hơn giữa hai đoạn cuối và đầu, trang 245-246 không? Điều này thể hiện là chương có hai phần. Bạn có thấy đoạn tóm lược ở phần cuối chương không? Bắt đầu bằng từ tín hiệu “Vì vậy”, và là đoạn thứ hai từ dưới lên.

Đọc hai hoặc ba đoạn đầu tiên, đoạn cuối ngay trước chỗ ngắt ở trang 246, đoạn đầu tiên sau điểm ngắt, và hai đoạn cuối chương, sau đó xem kỹ chương. Khi trở lại và “đọc” cả chương, hãy sử dụng kiểu di chuyển phân đoạn, bạn có thấy tác giả chỉ minh họa và triển khai những điểm chính không?

Tất nhiên, khi đọc chương này mức độ đọc cẩn thận tùy thuộc vào mục đích. Nếu đọc sách để tìm ra những điểm chính thì có lẽ chỉ cần “đọc” chương này là đủ. Nhưng nếu bạn là sinh viên và phải trích dẫn các ví dụ và minh họa khác nhau thì phải “đọc” cẩn thận hơn. Vì vậy, mục đích luôn quyết định kỹ thuật đọc, và việc thực hành giúp bạn sử dụng các kỹ thuật này thành thạo hơn và nhanh hơn.

**MỞ lại các BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 4 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

THAY ĐỔI THÁI ĐỘ VÀ TĂNG TỐC ĐỘ ĐỌC

Tại thời điểm này, bạn đã vượt qua hơn nửa khóa học. Nếu thực hiện các bài luyện theo đúng hướng dẫn, bạn chắc chắn đã có được một sự tiến bộ nhất định. Thậm chí, bạn có thể đọc được hơn 1.000 từ mỗi phút,

cùng với khả năng hiểu tương đối tốt. Chắc hẳn bạn đã thực hành đọc ở tốc độ rất cao. Bạn có ngạc nhiên về khả năng thực hành ở tốc độ cao như vậy không? Hay bạn cảm thấy mình chỉ sang trang và nhìn vào mặt chữ mà chẳng hiểu chút gì cả?

Phần lớn học viên khi học đến phần này của khóa học đều tiến bộ ngang nhau. Một số học viên phấn khởi về sự tiến bộ của mình trong khi số khác thì nản chí. Ở vị trí của người hướng dẫn, khi chúng kiến hai kiểu người có những cảm nhận rất khác nhau tại cùng một thời điểm, đôi khi bạn sẽ tự hỏi tại sao. Bạn sẽ biết người nào làm tốt và người nào làm không tốt dựa vào thái độ của

họ.

Tình huống có phần hơi giống với cốc nước đựng một nửa: nó đầy một nửa hay vơi một nửa? Học viên nào nghĩ rằng cốc nước đầy một nửa rõ ràng có cảm nhận tích cực về nó, còn người nào nghĩ nó vơi một nửa thì có xu hướng nhìn nhận mọi thứ hơi tiêu cực. Bằng kinh nghiệm của mình, giáo viên nhanh chóng nhận ra lợi ích của thái độ tích cực và lạc quan với học viên. Chúng ta biết được điều đó qua sự từng trải: những sinh viên nhìn nhận công việc của mình theo hướng tích cực thường học tốt hơn.

Cuộc thử nghiệm bóng rổ đã cho tôi một bài học

Tôi đã phát hiện ra nguyên nhân dẫn đến điều này khi đọc cuốn Psycho-Cybernetics của bác sĩ phẫu thuật nổi tiếng Maxwell Maltz cách đây vài năm. Ông miêu tả một thí nghiệm với một đội bóng rổ được chia ngẫu nhiên. Tất cả các thành viên trong nhóm được thử thách xem họ có thể ném được bao nhiêu trái bóng từ một điểm nhất định. Sau đó là phần thú vị của cuộc thử nghiệm. Trong vòng hai tuần, một nửa đội mỗi ngày thực hành một tiếng, ném bóng vào rổ trong hai tuần. Số còn lại được hướng dẫn nằm trên võng mỗi ngày 10 phút trong vòng hai tuần. Nhưng nửa thứ hai cũng được giao một việc đơn giản: hãy hình dung mình đá vào rổ thành công.

Sau hai tuần, cả hai nhóm được thử thách lần nữa. Không có cầu thủ nào giống Michael Jordan, nhưng kết quả thật đáng kinh ngạc. Theo những gì tôi nhớ, nửa thực hành thực sự đã tăng 25%; nửa kia thực hành theo trí tưởng tượng tăng 24%.

Vấn đề ở đây là tiếp tục làm bài luyện và bắt đầu tưởng tượng mình đọc được nhanh hơn. Ngược lại, vấn đề của thử nghiệm đúng đắn này là, điều mà bạn hình dung trong tâm trí thực sự là một dạng thực hành. Dù có thể nó không hiệu quả như thực hành thật. Để hiểu đầy đủ về vấn đề này, bạn phải đọc cuốn sách rất thú vị đó của Maltz. Với mục đích khiến chúng ta hiểu rõ rằng

một thái độ tiêu cực ý nói hình dung ra nhược điểm của mình. Và việc tưởng tượng ra khuyết điểm của mình là một kiểu thực hành thất bại. Nếu bạn phát hiện mình đang làm như vậy thì tốt hơn hết hãy dừng lại một lúc, chứ đừng tiếp tục kiểu “thực hành” này.

Điều quan trọng là bạn phải tin rằng mình sẽ sớm đọc được nhanh hơn. Ngoài ra, bạn phải tưởng tượng ra mình có thể đọc lướt từ đầu đến cuối cuốn sách, học hiệu quả hơn và thành công hơn. Nỗ lực để thực hiện điều này một cách có ý thức không khó. Nếu cho rằng mình đang ngầm có một thái độ tiêu cực thì bạn phải có kế hoạch thay đổi ngay. Ít nhất dành ra vài phút mỗi ngày để

nhìn nhận có ý thức về tốc độ đọc thành công của mình. Và bất cứ khi nào cảm thấy mình không tin vào sự tiến bộ của bản thân thì hãy tưởng tượng ra thành công của mình.

Làm thế nào để tiến bộ khi tốc độ đọc không thay đổi - thậm chí giảm xuống?

Khi học một kỹ năng mới, chẳng hạn như kỹ năng đọc nhanh, bạn phải trải qua nhiều giai đoạn. Một số phần khởi vì thấy mình tiến bộ nhiều, ngược lại, một số khác có thể cảm thấy chán nản do mọi thứ không mấy tiến triển. Những người này đôi khi được gọi là người học tụt lùi. Tức là họ đã có một vài tiến bộ, sau đó có vẻ tạm ngưng một thời gian và có

thể cảm thấy mình bị tụt lại sau! Mặc dù tình trạng đó thường khiến bạn bị nản chí nhưng nếu bạn hiểu rõ thì chúng lại rất có ích.

Trái ngược với cảm nhận, đây là giai đoạn quan trọng trong sự phát triển của bạn. Ở giai đoạn này, bạn đang củng cố lại những kết quả đạt được và chuẩn bị đi tiếp. Với những tiến triển đã đạt được, bạn phải dành một khoảng thời gian để làm quen với những thay đổi lớn.

Trên thực tế, một số người có thể tăng gấp đôi tốc độ đọc chỉ sau một đêm và cảm thấy không thỏa mãn bởi không thể duy trì được tốc độ đó. Nhưng đó là do bạn đã quen đọc bằng

một nửa tốc độ này, và bởi bộ não của bạn thường xử lý chậm những thông tin trên tài liệu giấy. Hãy cho nó cơ hội để theo kịp. Chắc chắn bộ não có khả năng xử lý nhanh hơn. Vì vậy, hãy thư giãn và vui vẻ ngay cả trong những giai đoạn “không tiến bộ” hoặc giậm chân tại chỗ; những giai đoạn này cũng quan trọng không kém so với khi tốc độ đọc của bạn đột nhiên tăng vọt.

Ghi nhớ giá trị của việc đọc thực hành

Bạn đã bỏ ra hơn hai tuần để thực hành đọc bằng mắt. Nhìn nhận lại những việc đang làm và lý do làm những việc đó đôi khi rất cần thiết. Đối với một số người, việc học đọc bằng

mắt có thể phải thật nỗ lực. Bạn có thể cảm thấy mình chỉ “sang trang” hoặc chỉ “nhìn vào mặt chữ” và không hiểu gì hết. Nhưng chỉ cần bạn cố gắng, chắc chắn điều gì đó tích cực sẽ đến với bạn.

Như đã giải thích trong phần trước của cuốn sách, học đọc bằng mắt phần nào giống như việc đột nhiên phải học theo kiểu của người khiếm thị – chỉ tiếp nhận thông tin bằng khả năng nghe. Tại thời điểm này, mắt bạn có thể nhìn thấy mọi thứ mà tôi nhìn thấy trên trang sách nhưng không tiếp nhận được nhiều thông tin trong lúc đang thực hành đọc tốc độ cao – thậm chí rất ít vào thời điểm này.

Chìa khóa dẫn đến thành công là kiên trì thực hành. Nếu muốn học cách thu nhận nhiều thông tin hơn bằng khả năng nghe, bạn phải bịt mắt trong một thời gian, có thể một tháng hoặc hơn. Nếu muốn học cách tiếp nhận được nhiều thông tin hơn bằng mắt và không “nghe” một chút nào, bạn phải đeo “bịt lỗ tai” ít nhất một tháng. Đừng vội mua bịt lỗ tai thật; chúng sẽ chẳng giúp gì được cho bạn đâu. Tất cả những gì cần thiết là thực hành ở tốc độ cao.

Thực hành đọc tốc độ cao, tốt nhất là trên 2.000 từ mỗi phút, buộc bạn phải nhờ vào tín hiệu của thị giác – gửi thông tin đến não để tiếp nhận. Khi đọc ở tốc độ trung bình, việc đọc cần

phải gửi đến não cả tín hiệu thị giác lẫn thính giác bởi bạn đang “đọc ra” các từ ngữ trong tâm trí khi nhìn vào mặt chữ. Bạn biết rằng chỉ cần nhìn mặt chữ (hoặc các biểu tượng) bạn cũng có thể hiểu được chúng mà không cần phải đọc nhẩm trong đầu. Rõ ràng, cách tốt nhất để học hiệu quả hơn là thực hành đọc thật nhanh và buộc não phải nhờ vào tín hiệu thị giác này.

Việc này có thể diễn ra ở bất cứ giai đoạn nào, từ 10-70 tuổi. Bạn chắc chắn không thể mong não bộ điều chỉnh được điều gì đó mới mẻ chỉ sau một đêm. Thực tế, thực hành đọc tốc độ cao có thể mất một hoặc hai tháng. Người đọc có thể mất thêm vài tháng để sử

dụng thành thạo kỹ năng mới. Nhưng không được để chúng khiến bạn chán nản. Dù nỗ lực đến đâu và thực hành ở mức độ nào, bạn đều có thể gặt hái được thành quả. Chỉ cần mỗi phút bạn đọc nhanh hơn được 50 từ tức là mỗi giờ bạn sẽ đọc nhanh hơn được 3.000 từ hoặc khoảng 10 trang tiểu thuyết.

Duy trì thực hành hàng ngày

Khi học những kỹ năng này, điều quan trọng là bạn phải bắt đầu một ngày với tinh thần quyết tâm cao. Để học một kỹ năng mới, đòi hỏi bạn phải có sự quyết tâm và tính kỷ luật. Một thái độ tích cực cũng rất cần thiết và quan trọng trong việc hình thành một thói quen

mới, bởi việc thực hành những kỹ năng này có thể phải kéo dài trong vòng một tháng hoặc hơn.

Thời điểm phù hợp nhất để thực hành một điều mới là khi vừa ngủ dậy. Nếu bạn không thu xếp để thực hành lúc đó thì chí ít bạn cũng phải có suy nghĩ trong đầu là mình định thực hành trong ngày như thế nào và khi nào. Trước khi đi ngủ, bạn nên suy ngẫm một lần nữa về bài thực hành thành công trong ngày hôm sau. Hãy xác định thời gian bạn có thể thực hành, lên kế hoạch cụ thể bạn sẽ làm gì và theo dõi sát sao việc thực hành của bản thân.

Đây là những kỹ thuật đơn

giản nhưng đã được kiểm chứng tính hiệu quả. Nếu bạn gặp bất kỳ khó khăn gì, chỉ cần làm theo những gợi ý của tôi. Tôi cũng từng phải rất nỗ lực khi tự học và giúp hàng nghìn người khác như bạn học kỹ năng đó. Rất cuộc, bạn chẳng mất gì khi làm theo những hướng dẫn của tôi, ngoài việc học được cách đọc hiệu quả hơn.

BÀI TẬP SỐ 34

1. Trước khi đi ngủ, bạn hãy dành vài phút hình dung ra ngày hôm sau.
2. Nhắm mắt và tưởng tượng ra một màn hình chiếu phim cỡ lớn. Hãy lên kế hoạch thời gian thực hành ngày mai. Hãy tưởng tượng ra một chiếc đồng

hồ lớn và xoay kim đến giờ bạn muốn bắt đầu thực hành. Sau đó, hãy thận trọng ngồi vào bàn và bắt đầu thực hành.

3. Tiếp tục tưởng tượng mình đang sử dụng các kỹ năng mới. Tự “theo dõi” việc đọc bằng tay, theo dõi mình đọc vài cuốn sách khác nhau bản thân thật nhanh khi đọc báo và tạp chí.

Càng thường xuyên tưởng tượng mình đang thực hành và sử dụng thành công các kỹ năng này thì bạn càng dễ dàng và nhanh chóng đạt được điều đó.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 4 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

23

**ĐÁNH GIÁ
TRƯỚC THỂ
LOẠI TIỂU
THUYẾT HƯ
CẦU
THƯỜNG
RẤT NHANH**

Phần lớn mọi người cho rằng tiểu thuyết là loại sách dễ đọc nhất.

Nhưng bạn thường không tìm ra được một “biểu đồ”. Không có mục lục, thậm chí không có cả tiêu đề chương. Và nhiều khả năng bạn không tìm được các tiêu đề phụ trong một tác phẩm tiểu thuyết hư cấu.

Tiểu thuyết hư cấu là một thể loại tương đối khác so với thể loại phi hư cấu. Nếu mục đích của thể loại phi hư cấu thường là truyền tải thông tin thì mục đích của tiểu thuyết hư cấu là thu hút độc giả bằng một câu chuyện và đem đến cho họ một trải nghiệm đầy cảm xúc và ý nghĩa. Cấu trúc hoặc cách sắp xếp của thể loại này

thường bị ẩn đi. Trên thực tế, số lượng các thể loại hư cấu cũng nhiều tương đương số lượng tác giả.

Như đã đề cập trong Chương 11, một lỗi viết chung trong các tiểu thuyết hư cấu là giới thiệu về một nhân vật hoặc các nhân vật và thường những nhân vật này sắp làm điều gì đó. Một vấn đề nhanh chóng nảy sinh, sau đó được giải quyết.

Nếu mục đích của việc xem trước là chuẩn bị trước thì cách này khá khó áp dụng với tiểu thuyết hư cấu. Bằng cách xem trước thể loại phi hư cấu, đôi khi bạn có thể tìm thấy tất cả những thông tin mình cần và hoàn thành mục đích đọc.

Nhưng điều này hiếm khi xảy ra với thể loại hư cấu. Có lẽ phần lớn thông tin bạn có thể nắm được qua việc xem trước tiểu thuyết hư cấu là các yếu tố cơ bản của truyện. Những yếu tố này là các nhân vật chính, thời gian và nơi diễn ra câu chuyện. Đôi khi, bạn phải tìm hiểu chuyện gì đang diễn ra nhưng nếu đã biết nhiều như vậy thì rõ ràng bạn đang đọc truyện rồi.

Dùng phương pháp quét để xem trước tiểu thuyết hư cấu

Nếu giới hạn mục đích đọc là xem trước để xác định các yếu tố cơ bản trong truyện như nhân vật, kết cấu và thời gian thì nhiệm vụ đọc khá cụ thể.

Để có được những thông tin này, chúng ta thường có thể xác định bằng phương pháp quét.

Dùng kiểu xem trước mà chúng ta áp dụng cho thể loại phi hư cấu, đọc lướt phần đầu và phần cuối những đoạn quan trọng, thường không có nhiều thông tin được đưa ra trong truyền thuyết. Chúng ta có thể xác định được kết cấu của truyện và thời gian. Bởi đơn giản các tác giả không nêu những điểm chính của truyện, đặt một phần tóm tắt riêng ở ngay phần đầu hoặc phần kết thúc, trừ khi bạn đọc cuốn gì đó đại loại như *Aesop's Fables* (Truyện ngụ ngôn Aesop).

Để xem trước một tác phẩm hư

cấu, hãy xem qua toàn bộ cuốn sách để nắm bắt nội dung của mạch câu chuyện. Kể cả việc bạn phải đọc kỹ bìa ngoài của sách, phần giới thiệu, bài phê bình, các thông tin trực tuyến, v.v... Sau đó, hãy xem qua toàn bộ tác phẩm để tìm những tín hiệu trợ giúp, ví dụ như tiêu đề chương hoặc cách sắp xếp các phần.

Sau bước sơ bộ này, dùng kiểu di chuyển tay quét đọc thật nhanh từ đầu đến cuối tài liệu. Bạn phải di chuyển với tốc độ từ 2-3 giây mỗi trang chỉ để xác định nhân vật, kết cấu và thời gian. Nếu phải đọc nhiều trang, có thể bạn còn phải đánh giá mức độ khó của tài liệu, để xem có bao nhiêu đoạn hội thoại hoặc phần bình luận,

thậm chí bạn có thể cảm nhận về lỗi hành văn.

Đọc để giải trí

Sau khi xem trước tài liệu, bạn nên tiến hành đọc và đọc để hòa mình vào câu chuyện bởi đó là điều tác giả mong muốn. Tốc độ đọc phụ thuộc vào các yếu tố, trước tiên là kỹ năng hiện tại của bạn (thay đổi theo việc thực hành hàng ngày) và mức độ khó của tài liệu. Vì hầu hết các tiểu thuyết hư cấu đều viết về trải nghiệm của con người, và mỗi chúng ta đều có thông tin cơ bản về vấn đề này, cũng như kinh nghiệm để xác định và suy nghĩ nhanh về tác phẩm. Khi đã cải thiện được các kỹ năng đọc thì đây thường là cách hỗ trợ đọc khá

nhanh.

Phải thật thận trọng khi đọc để nắm được thông tin cơ sở ở đầu mỗi đoạn văn mới một cách tốt nhất. Một khía cạnh mới của câu chuyện sẽ bắt đầu bằng một chương mới hoặc chỗ ngắt. Các tác giả viết tiểu thuyết thường dùng khoảng cách giữa các chương như một ý đồ sắp đặt. Phải hết sức chú ý đến những khoảng cách đó và đọc chậm lại khi gặp một phần mới. Khi nắm được điều gì đang diễn ra, bạn có thể tăng tốc độ đọc của mình. Nhìn chung, bạn có thể tăng tốc hoặc đọc chậm lại tùy vào diễn biến câu chuyện. Những đoạn miêu tả và đối thoại thường dễ đọc nhanh hơn. Nhưng bạn phải đọc chậm lại để nắm được

các chi tiết, đôi khi xuất hiện những điểm đặc biệt tinh vi. Bằng kinh nghiệm của mình, bạn có thể làm được điều này một cách dễ dàng và tự nhiên.

Nhận biết các vấn đề khi đọc

Các vấn đề chủ yếu mà người đọc tiểu thuyết thường gặp phải chính là các nhân vật. Đây là vấn đề thường gặp trong các tác phẩm tiểu thuyết của nước Nga, khi một nhân vật được gọi bằng một vài tên khác nhau, điều mà những ai thông thạo ngôn ngữ này đều biết rõ. Nhưng với người phương Tây, khi thấy một cái tên khác xuất hiện, họ có thể nghĩ rằng mình đang đọc về một nhân vật khác. Do đó,

điều quan trọng khi xem trước là phải tập trung xem nhân vật chính là ai và họ còn mang những cái tên nào khác.

Có thể bạn sẽ tìm ra nhiều vấn đề khác ở những cuốn sách khác, hy vọng những vấn đề này đều trở nên rõ ràng khi xem trước. Ngay khi xác định được vấn đề, hãy cố gắng xử lý chúng trước khi bắt tay vào đọc sách. Nếu làm được như vậy, nhớ rõ tên toàn bộ các nhân vật chẳng hạn, thì bạn sẽ dễ dàng đọc cuốn sách này thật nhanh và “hệ thống” được trong lúc đọc.

Xem lại bước ba

Trong một quy trình đọc có nhiều bước, bước cuối cùng là xem lại toàn bộ tài liệu một lần

nữa để đánh giá chung. Bước này giúp hoàn tất quá trình chuẩn bị đọc tài liệu phi hư cấu. Bạn bắt đầu bằng việc xem toàn bộ tài liệu; sau đó đọc qua các phần; cuối cùng “dừng lại” và đánh giá toàn bộ, một lần nữa ráp thật nhanh mọi thứ lại với nhau trong tâm trí.

Thật thú vị, bước đánh giá lại khi đọc tiểu thuyết hư cấu chính là thời điểm phân tích tài liệu. Điều này hoàn toàn đối lập với cách thức sử dụng cho thể loại phi hư cấu. Trong thể loại phi hư cấu, cách sắp xếp thường rõ ràng ngay ở bước xem trước. Nhưng trong tiểu thuyết hư cấu, cách sắp xếp lại không được rõ ràng như vậy. Do vậy, khi xác định

được những yếu tố cơ bản của truyện ở bước xem trước, sau đó đọc và bám theo cốt truyện cho đến phần kết, bạn có thể phân tích cuốn sách hoặc câu chuyện khi đánh giá lại để xem điều này có phù hợp với mục đích của mình không. Đối với hầu hết mọi người, bước này không quan trọng bởi họ chỉ đọc tiểu thuyết hư cấu để giải trí. Nhưng nếu bạn là một sinh viên ngành văn học, để đánh giá đúng việc phải làm, bạn nên lập kế hoạch xem trước, đọc và sau đó đánh giá tài liệu một cách thận trọng. Hãy áp dụng những kỹ thuật này vào câu chuyện dưới đây.

BÀI TẬP SỐ 35

Hướng dẫn: Xem trước câu

chuyện này bằng cách quét thật nhanh toàn bộ, khoảng 3 giây mỗi trang, để tìm ra nhân vật chính, kết cấu, thời điểm diễn ra, lối viết và khó khăn mà nhân vật chính gặp phải trong tác phẩm.

Sau khi xem trước, hãy quay trở lại và đọc thật nhanh. Cố gắng di chuyển tay phân đoạn thật nhanh, bám vào cốt truyện, tăng tốc và chậm lại.

Cuối cùng, hãy đánh giá lại câu chuyện, đồng thời phân tích vấn đề chủ yếu và cách giải quyết nếu muốn.

TÊN CỐM VÀ BẢN THÁNH CA

Soapy trần trọc trên chiếc ghế ở công viên Quảng trường

Madison, khi những con ngỗng trời văng vẳng kêu lúc nửa đêm, khi những người đàn bà không có áo da hải cẩu trở nên dịu dàng với các ông chồng, và bạn có thể nhận ra mùa đông đang đến gần.

Một chiếc lá vàng rơi vào lòng Soapy. Đó là tấm danh thiếp của Thần Rét. Thần rất tốt đối với những khách trọ thường xuyên của công viên Quảng trường Madison và thẳng thắn báo trước cho họ cuộc viếng thăm hằng năm của mình. Tại các ngã tư, thần đã trao tấm danh thiếp của mình cho Gió Bắc, gia nhân của lâu đài Ngoài Trời, để những người trọ ở lâu đài có thể chuẩn bị sẵn sàng.

Soapy nhận thấy đã đến lúc

phải lập ra ủy ban một thành viên để tìm ra biện pháp và phương tiện chống cái rét sắp tới. Vì thế, anh cứ trần trọc mãi trên ghế.

Những tham vọng tránh rét của Soapy không có gì cao xa lắm. Anh ta không hề tư tưởng đến những chuyến du lịch trên Địa Trung Hải, đến bầu trời ru ngủ của miền Nam hay những cuộc du thuyền lên đên trên vịnh Vesuvian. Tất cả sự khao khát của lòng anh là được sống ba tháng ở Khám Đảo (nhà giam). Ba tháng chắc chắn có cơm ăn, giường ngủ và bạn đồng cảnh thoát khỏi gió bắc và bọn cảnh sát đối với Soapy, có vẻ là cái tinh túy của những điều đáng thèm muốn. Bao năm nay, Blackwell mền khách

đã là nơi trú ngụ của Soapy về mùa đông y như những người dân New York giàu có hơn, mua vé đi bãi biển Palm và Riviera mỗi khi đông tới thì Soapy cũng khiêm tốn thu xếp cho chuyến đi hàng năm tới Khám Đảo. Và giờ thời điểm đã đến. Đêm qua, Soapy ngủ trên ghế gần bộ nước phun, trong công viên cổ kính này, ba tờ báo ra ngày Chủ nhật lót dưới áo, đắp trên cổ chân và trên bụng đã không còn chống nổi cái rét nữa. Vì thế trong tâm trí Soapy, Khám Đảo lù lù hiện ra đúng lúc. Anh vốn coi khinh những thức ăn người ta lấy danh nghĩa làm phúc ban cho dân nghèo của thành phố. Theo quan niệm của Soapy, pháp luật còn dễ chịu hơn lòng từ thiện, anh có thể đến đó và

được cho ăn, cho ngủ, một cách đạm bạc và đơn sơ. Nhưng với một tâm hồn đầy tự hào như Soapy thì những của làm phúc ấy thật nặng nề. Mọi thứ nhận được của bàn tay từ thiện, nếu không phải bằng tiền thì phải trả bằng sự nhục nhã về tinh thần. Tựa như Caesaer có Brutus, mỗi chỗ ngủ làm phúc đều phải trả giá bằng một sự tằm gọi, mỗi miếng bánh đều phải bù lại bằng một sự soi mói vào đời tư cá nhân. Cho nên thà làm khách của pháp luật còn hơn, tuy có bị luật lệ câu thúc thật đấy nhưng pháp luật không vô cớ xen vào những việc riêng của một người lịch sự.

Sau khi quyết định sẽ ra Khám Đảo, Soapy bắt tay ngay vào

việc thực hiện nguyện vọng của mình. Cố nhiên, cách dễ dàng để làm việc đó là ăn một bữa thật sang tại một khách sạn đắt tiền, tuyên bố không có tiền trả sau khi ăn xong và sẽ được người ta lạng lẽ trao cho cảnh sát. Một vị quan tòa dễ tính sẽ làm nốt những việc còn lại.

Soapy rời ghế, lưng thưng ra khỏi công viên và đi ngang qua con đường nhựa phẳng lì, nơi đại lộ Broadway và đại lộ Thứ Năm cùng đổ về. Đến Broadway, Soapy rẽ và dừng lại trước một quán cà phê lộng lẫy, nơi đây hàng đêm tập trung những sản phẩm chọn lọc nhất từ nhỏ, tầm và chất nguyên sinh.

Soapy cảm thấy tự tin. Râu anh cạo nhẵn nhụi, áo chỉnh tề và chiếc nơ đen thắt sẵn gọn gàng là quà của một giáo sĩ tặng anh nhân Ngày lễ Tạ ơn. Nếu anh ngồi được vào một bàn trong hàng ăn mà không bị nghi ngờ thì anh đã thành công. Phần nửa thân trên lộ ra trên mặt bàn sẽ không làm gã hầu bàn nghi ngờ gì cả. Soapy nghĩ bụng: có lẽ là nên ăn một chút vịt trời quay với một chai vang trắng Sabli, pho mát Camembert, một tách cà phê và một miếng xì gà. Thứ xì gà 1 đô-la là được rồi. Tổng số tiền sẽ không quá lớn khiến chủ hiệu phải dùng đến hành động trả thù cao nhất của quán. Còn thức ăn sẽ làm anh no nê, hả hê cho cuộc hành trình tới nơi trú ẩn mùa đông của mình.

Nhưng Soapy vừa đặt chân vào bên trong cửa tiệm thì cặp mắt của lão bồi bàn trưởng đã hướng đến chiếc quần sờn gấu và đôi giày cà tàng của anh. Những bàn tay khỏe mạnh, nhanh nhẹn đã xoay Soapy lại, lặng lẽ và chóng vánh tổng anh ra vỉ hè, cứu chú vịt trời thoát khỏi số phận hẩm hiu.

Soapy rời khỏi đại lộ Broadway. Con đường của anh đến Khám Đảo có vẻ không phải là một con đường đầy vui vẻ. Cần phải nghĩ ra một cách khác để vào tù.

Tại một góc phố của đại lộ Thứ Sáu, ánh đèn điện và những hàng hóa bày biện khéo léo sau tấm kính dày khiến cửa hiệu nọ nổi bật lên. Soapy nhặt một

hòn đá cuội choang vào cửa kính. Mọi người đổ xô đến góc phố, dẫn đầu là một viên cảnh sát. Soapy đứng im tại chỗ, hai tay đút túi quần và mỉm cười khi trông thấy những chiếc khuy đồng. Viên cảnh sát hỏi dồn:

- Đứa làm chuyện này đâu rồi?

- Thế ông không nghĩ rằng tôi có thể liên quan đến chuyện ấy hay sao? - Soapy thân mật nói như đón chào một vận may có đôi chút châm biếm.

Đầu óc viên cảnh sát không chịu tin lời Soapy dù chỉ xem đó là một manh mối. Nhưng kẻ đập vỡ tủ kính không bao giờ đứng lại để hội đàm với người của pháp luật. Chúng ù té bỏ chạy ngay, thoáng thấy ở

giữa phố có một người đàn ông đang chạy theo một chiếc xe buýt, viên cảnh sát liền rút dùi cui đuổi theo. Chán ngán sau hai thất bại, Soapy lững thững bước đi.

Bên kia đường có một quán ăn không mấy sang trọng. Quán ăn này phục vụ những cái dạ dày to mà túi tiền lại nhỏ. Không khí trong quán đặc sệt nhưng súp thì loãng và khăn trải bàn lại mỏng dính. Soapy lê đôi giày tổ giác và chiếc quần lộ tẩy của mình vào quán, mà không gặp trở ngại gì. Anh ngồi vào bàn, xơi bít tết, bánh nướng, bánh rán và bánh pie. Ăn xong, anh tiết lộ cho gã hầu bàn biết là một đồng xu nhỏ và bản thân anh không quen biết gì nhau.

- Bây giờ hãy nhanh nhẩu lên, đi gọi một tên cớm lại đây - Soapy nói - và đừng để một người lịch sự phải chờ lâu.

- Không cần phải gọi cớm với cái thứ như mày - gã hầu bàn đáp, giọng như bánh ga tô phết bơ mà mắt thì cứ long lên như quả anh đào trong cốc rượu cocktail kiểu Manhattan - Này, đồ lừa bịp kia.

Hai gã hầu bàn quẳng Soapy ra cửa, mang tai trái của anh đập xuống vỉa hè gỗ ghề. Soapy cố nhắc từng khớp xương đứng dậy, như mở một cái thước thợ mộc, rồi phủ bụi quần áo. Việc bị bắt hình như chỉ là một giấc mộng vàng. Khám Đảo xem ra xa vời quá. Một viên cảnh sát đứng trước một cửa hiệu tạp

hoá cách đó hai nhà, cười phá lên rồi đi xuống cuối phố.

Qua năm dẫy nhà, lòng can đảm của Soapy mới cho phép anh mơ tưởng đến chuyện bị bắt. Lần này, vận may đem đến một cơ hội mà anh ngốc nghếch cho là “điều chắc chắn”. Một phụ nữ trẻ tuổi ăn mặc nhã nhặn, ưa nhìn, đứng trước một cửa hàng, thích thú ngắm những chiếc cốc đựng xà phòng cạo râu và lọ mực bày trong tủ kính, và một viên cảnh sát to lớn với bộ dạng nghiêm nghị đang đứng tựa vào một cái vòi nước cách đây hai thước.

Soapy định sẽ đóng vai một gã “gheo gái” khốn nạn và đáng khinh bỉ. Về mặt lịch sự và

thanh tú của nạn nhân, cùng với sự gần gũi của viên cảnh sát đầy tinh thần trách nhiệm khiến anh tin chắc rằng chỉ lát nữa thôi anh sẽ cảm thấy bàn tay êm dịu của Nhà nước nắm chặt cánh tay mình, đảm bảo anh có được nơi trú ngụ qua mùa đông trên hòn đảo nhỏ ấm cúng kia.

Soapy chỉnh lại cái nơ ở cổ, kéo hai cổ tay áo sơ mi nhăn nhúm thò ra ngoài, hất lệch cái mũ để trông thật “càn” rồi sán gần đến người phụ nữ trẻ tuổi. Anh đưa mắt liếc nhìn cô ta, hết ho lại “e hèm”, cười nụ, cười duyên và trơ tráo, đồng thời giở đủ trò thô bỉ và đáng ghét của tên “gheo gái”. Soapy liếc mắt thấy tên cảnh sát đang chăm chú theo dõi mình.

Người phụ nữ trẻ tuổi nhích ra xa mấy bước rồi lại chăm chú nhìn những chiếc cốc đựng xà phòng cạo râu. Soapy đi theo, mạnh bạo bước lại cạnh cô ta, nhấc mũ chào và nói:

- Ô kìa, Bedelia! Em có muốn đến chơi ở sân nhà anh không?

Viên cảnh sát vẫn nhìn theo. Người phụ nữ trẻ tuổi bị chòng ghẹo chỉ cần vẫy một ngón tay là Soapy sẽ thực sự lên đường, tới nơi trú ngụ trên Khám Đảo. Anh tưởng tượng ra không khí ấm áp, dễ chịu của đồn cảnh sát. Người phụ nữ trẻ tuổi quay lại nhìn anh và đưa tay ra nắm lấy tay áo Soapy:

- Có chứ, anh Mike - cô ta vui vẻ trả lời - nếu anh thết đãi em một châu rượu. Đáng lẽ em nói

với anh từ nãy kia, nhưng tên
cớm đang theo dõi.

Sánh vai cùng người phụ nữ
trẻ tuổi đang diễn cái trò dây
bìm bìm bám vào cây sồi,
Soapy rầu rĩ đi ngang qua mặt
viên cảnh sát. Hình như số
mệnh buộc anh cứ phải sống
tự do.

Đến góc phố gần đấy, Soapy
vùng tay ra khỏi cô bạn và bỏ
chạy. Anh dừng lại trong một
khu phố ban đêm có những
con đường sáng nhất, những
cô gái nhẹ dạ nhất, những lời
thề chónq quên nhất và những
vở kịch hời hợt nhất. Đàn bà
mặc áo lông thú, đàn ông
khoác áo choàng vui vẻ bước
đi trong không khí giá lạnh.
Soapy bỗng lo sợ khi cảm thấy

có một phép lạ kinh khủng nào đó khiến anh không thể bị bắt. Ý nghĩ ấy khiến anh hốt hoảng. Và khi gặp một viên cảnh sát khác đang bộ vệ đi dạo trước cửa một rạp hát rực rỡ ánh đèn, anh như người sắp chết đuối, vội làm rối loạn trật tự.

Trên vỉa hè, Soapy gân cổ, giọng khàn khàn gào toáng lên những câu nhố nhăng như say rượu. Anh nhảy nhót la hét, nói năng luyên thuyên như hóa rồ, làm đủ các trò vánh trời khác.

Viên cảnh sát múa tít cái dùi cui, quay đi hướng khác và nói với mọi người qua đường:

- Một sinh viên trường Yale đấy mà, họ ăn mừng vì họ vừa

mới cho trường Hartford ăn trứng ngỗng (thua trận bóng đá). Ổn một chút nhưng vô hại. Chúng tôi đã được lệnh để mặc họ.

Vô cùng thất vọng, Soapy chấm dứt cái trò huyên não vô ích. Cảnh sát sẽ không bao giờ rờ đến anh. Trong trí tưởng tượng của anh, Khám Đảo hiện ra như một cảnh bồng lai không thể với tới được. Anh cài lại chiếc khuy áo mỏng để chống lại cơn gió buốt.

Trong một hiệu bán thuốc lá, Soapy thấy một người đàn ông ăn mặc sang trọng đang châm điếu xì gà với một ngọn lửa chập chờn. Khi vào cửa hàng, ông ta dựng cái ô lụa bên cạnh cửa. Soapy bám vào, cầm lấy

cái ô và thong thả bước ra. Người đang chằm xì gà vội vàng chạy theo. Ông ta nghiêm nghị nói:

- Cái ô của tôi.

- Ô, thế à? - Soapy cười chế nhạo, vừa ăn cắp vừa khiêu khích - Tốt thôi, thế sao anh không gọi cảnh sát? Tôi lấy đấy. Ô của ông! Sao ông không gọi cớm đến? Có một tên đứng ở góc phố kia kìa.

Người có ô đi chậm lại. Soapy cũng đi chậm lại và linh cảm thấy mình lại không gặp may rồi. Viên cảnh sát tò mò nhìn hai người.

- Tất nhiên - Người có ô đáp ứng
- Ông cũng biết những chuyện nhảm lẫn như thế thường xảy

ra như thế nào... Tôi... nếu đó là ô của ông, mong ông thứ lỗi cho... Sáng nay tôi nhặt được nó ở một tiệm ăn... Nếu ông nhận ra là ô của mình, vâng... tôi mong ông sẽ...

- Dĩ nhiên đây là ô của tôi - Soapy nói một cách đều đặn.

Người trước đó có cái ô bèn rút lui, còn viên cảnh sát thì vội vã chạy tới giúp một cô gái tóc vàng cao dong dỏng, mặc áo choàng đi xem ca kịch đang sang đường cùng lúc một chiếc xe buýt cách đây hai dãy nhà lao tới.

Soapy đi về phía đông, qua một con phố đang bị đào bởi ngổn ngang. Anh giận dữ quăng chiếc ô vào một cái hố. Anh lăm lăm rửa rửa bọt người

đội mũ sắt, mang dùi cui. Anh rõ ràng muốn rơi vào nanh vuốt của họ còn họ có vẻ cứ coi anh như một ông vua không bao giờ làm cái gì sai cả.

Cuối cùng, Soapy đến một trong những đại lộ ở phía đông thành phố, nơi ánh đèn và tiếng ồn ào đều yếu ớt. Anh đã quay về đây, hướng về phía công viên Madison. Dù tổ ấm chỉ là một chiếc ghế ở công viên thì cái bản năng trở về tổ ấm vẫn tồn tại.

Tới một góc phố tĩnh mịch lạ thường, Soapy bỗng đứng sững lại. Nơi đây, có một ngôi nhà thờ cổ kính, kiến trúc lạ mắt. Một ánh sáng dịu chiếu qua khung cửa kính màu tím. Chắc hẳn người chơi đàn ống

bên trong đang nhẹ tay lướt trên phím đàn, ông luyện thêm bản thánh ca cho ngày Chủ nhật sắp tới. Tiếng nhạc du dương bay ra, lọt vào tai Soapy, trói chặt anh vào những hình uốn lượn của hàng rào sắt.

Trăng đã lên cao, rục rờ, thanh bình. Xe cộ và khách bộ hành đã vãn, bầy chim sẻ mơ màng líu ríu dưới các mái hiên - cảnh vật tựa hồ như một nghĩa trang nơi thôn dã. Bản thánh ca người nhạc công đang chơi như trói chặt Soapy vào hàng rào sắt, gợi anh nhớ lại thời còn mẹ, hoa hồng, ước mơ và bạn bè. Những ý nghĩ trong sáng và những chiếc cổ áo trắng tinh.

Tâm hồn nhạy cảm của Soapy, cùng với ảnh hưởng của ngôi nhà thờ cổ kính lúc ấy khiến tâm trạng anh bỗng thay đổi một cách đột ngột và kỳ lạ. Đột nhiên, anh kinh hoàng, nhìn thấy vực sâu anh từng rơi xuống, những thèm khát thấp hèn, những hoài vọng đã chết, những khả năng bị hủy hoại và những động cơ đê tiện đã tạo nên cuộc đời anh.

Trong chốc lát, trái tim anh rung động đáp lại tâm trạng mới lạ ấy. Một xúc động mạnh mẽ đột ngột thôi thúc anh chiến đấu chống lại số phận tuyệt vọng của mình. Anh sẽ tự kéo mình ra khỏi vũng bùn, anh sẽ chiến thắng cái xấu đang chiếm lĩnh bản thân mình. Vẫn còn kịp, anh còn

tương đối trẻ. Anh sẽ làm sống lại những ước mơ hăng hái ngày trước và sẽ theo đuổi chúng mà không hề nao núng. Những nốt nhạc đàn ống trang nghiêm mà êm dịu kia đã đẩy lên những thay đổi trong lòng anh. Ngày mai anh sẽ tới khu buôn bán ồn ào, náo nhiệt của thành phố để tìm việc. Một nhà nhập khẩu lông thú từng mời anh làm lái xe. Ngày mai, anh sẽ tìm ông ta để xin việc. Anh sẽ như những người chân chính khác. Anh sẽ...

Soapy cảm thấy có một bàn tay đặt lên cánh tay mình. Anh vội quay lại và nhìn thấy bộ mặt phèn phẹt của một viên cảnh sát.

- Mà làm gì ở đây? - Viên cảnh

sát hỏi.

- Không, tôi chẳng làm gì cả -
Soapy trả lời.

- Vậy thì đi theo tao! - Viên
cảnh sát nói.

Sáng hôm sau, tại tòa án xử
những vụ vi cảnh, quan toà
tuyên bố: “Ba tháng tù ở Khám
Đảo!”.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 4 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

24

**THAY ĐỔI
KIỂU DI
CHUYỂN
TAY, CÓ THỂ
THAY ĐỔI
KHẢ NĂNG
HIỂU**

Có thể bạn sẽ có cảm giác hơi lạ về kiểu thực hành đọc bằng mắt sau vài ngày (giả sử bạn làm đúng theo hướng dẫn). Có thể bạn sẽ tự hỏi còn vấn đề gì thiếu sót hay mình đang làm điều gì chưa đúng. Tôi sẽ giới thiệu những kiểu di chuyển tay mới bởi có vẻ những kiểu trước đây vẫn chưa đủ. Có thể chương này không giúp chấm dứt những cảm giác hiện tại của bạn nhưng tôi đảm bảo nó sẽ rất hữu ích.

Hầu hết sinh viên cần 2 đến 3 tuần, đôi khi nhiều hơn để quyết định thực hành đọc bằng mắt trước khi hiểu ra tầm quan trọng của nó. Tôi hy vọng bạn có thể đòi hỏi ở bản

thân nhiều như thế vì kết quả thu được sẽ hoàn toàn xứng đáng với nỗ lực bạn bỏ ra. Trong chương này, tôi muốn giới thiệu một số kiểu di chuyển tay nữa và đưa ra một vài bài luyện để áp dụng. Có thể những kiểu di chuyển tay này không giải quyết hoàn toàn mọi vấn đề nhưng chúng sẽ mang lại một số lợi ích và khiến bài luyện của bạn trở nên đa dạng hơn. Trên hết, chúng sẽ giúp bạn hiểu tốt hơn một chút. Và có lẽ đó là điều quan trọng nhất với bạn lúc này.

Tại sao phải có các kiểu di chuyển tay mới?

Ngoài một thực tế là các kiểu di chuyển tay khác nhau có thể

khiến bài luyện trở nên thú vị hơn, còn có một lý do rõ ràng khiến bạn nên biết và sử dụng các di chuyển tay khác nhau khi đọc. Chúng tôi nhận thấy trong cùng một đoạn văn được chọn khi dạy đọc nhanh, việc thay đổi các kiểu di chuyển tay có thể giúp mọi người hiểu nhiều hơn. Nói cách khác, trong một đoạn văn nào đó, hai người có thể dùng hai kiểu di chuyển tay khác nhau sao cho phù hợp nhất với bản thân. Và trong một đoạn văn khó được chọn, việc thay đổi kiểu di chuyển tay bạn quen dùng sang một kiểu di chuyển tay khác sẽ rất có ích. Vào những thời điểm khác, có thể bạn nhận thấy kiểu di chuyển mình thích không còn hiệu quả và ngay lập tức bạn sẽ thấy

khả năng đọc hiểu của mình tốt hơn nhiều khi thay đổi.

Điều quan trọng là bạn phải biết ít nhất một số kiểu di chuyển tay khác nhau. Để làm được như vậy, bạn phải sử dụng mỗi kiểu di chuyển vài lần. Khi nào một kiểu di chuyển tay trở nên vô thức (tức là khi bạn không còn quan tâm đến chuyển động của các ngón tay nữa) thì bạn mới có thể “đọc” bằng kiểu di chuyển tay đó.

Hai kiểu di chuyển tay

Có hai kiểu di chuyển tay là di chuyển với các ngón tay không chuyển động và di chuyển với các ngón tay liên tục thay đổi. Di chuyển tay chạy dưới dòng chữ là một ví dụ cho kiểu thứ

nhất: di chuyển cả bàn tay, các ngón tay không chuyển động. Một kiểu di chuyển “cả bàn tay” nữa là di chuyển quét; mặc dù bạn dùng tất cả các ngón tay và cả bàn tay di chuyển tới lui thật nhanh, nhưng các ngón tay riêng rẽ không chuyển động. Di chuyển phân đoạn cũng là kiểu di chuyển cả bàn tay. Kiểu di chuyển bàn tay với các ngón chuyển động sẽ được đề cập đến trong chương này.

Luôn phải ghi nhớ tầm quan trọng của việc dùng tay làm vật dẫn đường. Nó giúp bạn duy trì sự tập trung, thu hút sự chú ý của mắt vào trang sách và tránh đọc nháy lại.

Nhìn chung, bạn di chuyển tay

càng nhiều thì di chuyển của mắt càng ít đi. Theo kinh nghiệm của tôi, di chuyển tay vừa tăng tốc độ vừa tăng khả năng hiểu tốt hơn. Đó là lý do để sử dụng các kiểu di chuyển tay với các ngón tay chuyển động.

Bạn sẽ thấy các di chuyển tay dùng hai ngón thật dễ dàng và thoải mái sau nhiều lần sử dụng. Làm theo ví dụ minh họa Hình 12, dùng ngón giữa, sau đó là ngón trỏ. Làm đi làm lại nhiều lần cho tới khi bạn cảm thấy đơn giản, thoải mái và có thể thực hiện vô thức.

Dùng hai ngón tay “chạy dưới dòng chữ”

Khi quen với việc thay đổi các ngón tay, hãy cố gắng đọc một

trang theo cách này. Khi có thể thay đổi các ngón tay đọc theo dòng chữ, bạn đã sẵn sàng học các di chuyển tay mới để đọc bằng mắt.



Hình 12. Dùng hai ngón tay chụm dưới dòng chữ

Một điều rất dễ nhớ là trong toàn bộ các kiểu di chuyển tay này ngón giữa luôn chạy từ trái qua phải. Sau khi đổi ngón tay, ngón trỏ luôn chạy từ phải qua trái.

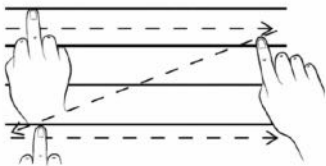
Di chuyển tay vạch chéo

Có hai kiểu di chuyển tay mới bạn phải học. Kiểu thứ nhất là vạch chéo và đây là kiểu dễ học

nhất. Khi vạch chéo, bạn di chuyển ngón giữa từ trái sang phải, sau đó chuyển sang ngón trỏ và vạch đường kẻ chéo xuống phía dưới từ phải sang trái, kéo xuống khoảng 4 đến 5 dòng, và nhìn vào tất cả những chữ bạn “vạch chéo”. Tương tự như di chuyển phân đoạn, bạn phải chú ý đến các đoạn, thường là đầu một đoạn mới, bằng cách đi từ trái qua phải. Kiểu vạch chéo nhìn hơi giống chữ “Z” và với cách liên hệ đó bạn sẽ thấy tương đối dễ nhớ. Chạy các ngón tay nhiều lần theo ví dụ minh họa Hình 13 cho đến khi bạn có thể thực hiện thật dễ dàng và gần như không phải suy nghĩ đến nó.

Trước khi chuyển sang kiểu di chuyển tay tiếp theo, thực

hành vạch chéo một số trang trong tài liệu đọc một cách thành thạo. Hãy nhớ rằng bạn phải thực hành di chuyển tay vài lần để có phản xạ vô thức, kể cả trước khi bạn nghĩ đến việc dùng di chuyển tay đó để đọc sách. Vì thế, hãy thực hành một số trang, sau đó quay trở lại và chuyển sang kiểu di chuyển tay tiếp theo.



Hình 13. Di chuyển tay vạch chéo

Di chuyển tay kiểu đan chéo

Ngón tay giữa một lần nữa sẽ

di chuyển từ trái sang phải, nhưng nó sẽ bắt đầu di chuyển xuống một số dòng. Đây là lần đầu tiên bạn không di chuyển theo dòng từ bên này sang bên kia khi chạy từ trái sang phải. Một lần nữa, bạn lại di chuyển ngón tay nhiều lần theo ví dụ minh họa (Hình 15) cho đến khi có được sự “nhạy cảm” về kiểu di chuyển tay đan chéo. Đừng quên chuyển ngón tay ở hai bên lề. Khum bàn tay thành hình cái chén như Hình 14 sẽ giúp bạn luôn ở tư thế chuyển ngón tay dễ dàng.

Bây giờ, hãy thực hành di chuyển tay đan chéo.

“Đan chéo”

Trước khi làm bài tập, bạn đừng quên thực hành đan

chéo một số trang sách để không phải bận tâm đến chuyển động của các ngón tay. Theo kiểu di chuyển tay này, hãy thử bắt đầu với những đoạn mới. Vì di chuyển tay kiểu này thường đi xuống phía dưới, nên bạn có xu hướng không đi theo đoạn và tập trung hơn vào toàn bộ trang sách.

Hãy áp dụng hai kiểu di chuyển tay mới này vào Bài luyện tập số 36 sau đây.



"Khum" bàn tay khi đổi ngón tay



Lưu ý gập các ngón tay không sử dụng trong lòng bàn tay

Hình 14. Tư thế bàn tay để thay đổi các di chuyển của ngón tay



Bây giờ, hãy thực hành di chuyển tay đan chéo

Hình 15. Di chuyển tay kiểu đan chéo

BÀI TẬP SỐ 36

Tài liệu: Sách.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ.

1. Chọn một cuốn sách dễ đọc, phù hợp để luyện đọc tốc độ cao. Dùng kiểu di chuyển tay xoay tròn hoặc kiểu phân

đoạn, “đọc” thật nhanh trong 1 phút. Đánh dấu “X” vào chỗ bạn dừng đọc. Tính tốc độ đọc.

Trong bảng dưới đây, hãy xác định số trang (hoặc phần của trang) theo tốc độ bạn vừa tính được để dùng trong bài luyện sau đây:

NẾU TỐC ĐỘ ĐỌC CỦA BẠN LÀ:	THÌ ĐÂY LÀ SỐ LƯỢNG TRANG BẠN DỪNG
Dưới 500 từ mỗi phút	$\frac{1}{2}$ trang
500-800 từ mỗi phút	$\frac{2}{3}$ trang
800-1.200 từ mỗi phút	1 trang
1.200-1.800 từ mỗi phút	2 trang
Trên 1.800 từ mỗi phút	3 trang

2. Di chuyển tay kiểu phân đoạn, trong 1 phút hãy thực hành đọc toàn bộ phần đã đọc ở Bước 1, cộng thêm một lần số lượng trang (số lượng trang theo kết quả tốc độ đọc ở bảng trên). Đảm bảo đạt mục tiêu

đặt ra.

3. Di chuyển tay vạch chéo, trong 1 phút hãy thực hành đọc toàn bộ phần đã đọc trong Bước 1, cộng với hai lần số lượng trang.

4. Di chuyển tay đan chéo, trong 1 phút hãy thực hành đọc toàn bộ phần đã đọc trong Bước 1, cộng với ba lần số lượng trang.

5. Dùng cả di chuyển tay phân đoạn, vạch chéo hoặc đan chéo, trong 1 phút hãy thực hành đọc toàn bộ phần đã đọc trong Bước 1, cộng với bốn lần số lượng trang.

6. Quay lại điểm đánh dấu “X” chỗ bạn dừng đọc lần thứ nhất ở Bước 1. Dùng bất kỳ kiểu di

chuyển tay nào, trừ kiểu chạy dưới dòng chữ, đọc thật nhanh từ điểm đánh dấu đó trong 1 phút.

7. Tính tốc độ đọc đạt được ở bước 6 bằng cách tìm tổng số chữ trong phần đọc sau cùng.

Ghi lại số này vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

Ngay khi hoàn thành bài luyện này, trở lại với các bài luyện của tuần và làm càng nhiều càng tốt. Trong khi làm bài, bạn cũng có thể muốn di chuyển tay kiểu phân đoạn bằng hai ngón: ngón giữa chạy dòng trên cùng của đoạn văn từ trái sang, sau đó đổi sang ngón trỏ khi kéo xuống và vòng quanh phần còn lại của đoạn. Đừng quên đổi về ngón

giữa khi bắt đầu kéo sang dòng tiếp theo từ trái sang phải.

Và tại sao không kéo thẳng xuống phía dưới trang?

Nhiều bạn học viên muốn biết tại sao tôi không dạy họ di chuyển tay thẳng xuống dưới trang và một số bạn đã thử tự làm cách này. Có một lý do hợp lý để giải thích cho điều này. Nếu bạn kéo thẳng xuống phía dưới trang thì bạn sẽ có xu hướng tạo ra các kiểu di chuyển mắt không đúng. Có thể bạn sẽ tự dạy cho mình cách nắm bắt các cụm từ nằm giữa mỗi dòng. Với cách này, bạn sẽ hiểu được một chút và có thể nghĩ rằng mình đang học kỹ năng đọc bằng mắt. Di chuyển tay đi tới đi lui từ bên

này sang bên kia trang sách khiến mắt phải dõi theo tay và quan sát toàn bộ các chữ. Đây là cách di chuyển mắt của người đọc với tốc độ tự nhiên và chỉ có cách này bạn mới có thể chắc chắn mình nhìn thấy tất cả các từ và không chỉ đọc lướt. Như bạn đã biết, mặc dù đọc lướt cũng rất hữu ích nhưng nó không phải là một cách đọc thay thế.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 4 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

BÀI LUYỆN TẬP TUẦN 5

Ngay khi hoàn thành từ Chương 19 đến Chương 24 và bỏ ra ít nhất sáu ngày hoàn thành các bài luyện thứ ba, bạn đã sẵn sàng làm loạt bài

tiếp theo này. Tương tự như trước đó, bạn hãy dành một ngày trọn vẹn chỉ tập làm những bài luyện này và không làm một chương nào khác. Ngày tiếp theo đọc Chương 25 và làm lại các bài luyện tiếp sau đó. Cứ tiếp tục như vậy, mỗi ngày đọc một chương và làm lại các bài luyện.

Luôn làm các bài luyện theo đúng trình tự sau khi hoàn thành chương của ngày. Nếu bạn chỉ thực hành trong khoảng thời gian ngắn, hãy làm bài luyện thứ nhất; nếu bạn thực hành lâu hơn, hãy làm bài thứ nhất rồi thứ hai và cứ tiếp tục như vậy. Không được làm lại bài luyện nào, cho đến khi hoàn thành tất cả các bài này. Tuy nhiên, bạn có thể

chỉ làm bài thứ nhất hoặc bài thứ nhất và thứ hai trong một ngày và làm bài thứ ba vào ngày tiếp theo.

Tài liệu, dụng cụ cần để làm bài luyện tuần này

- Thiết bị định giờ,

- Bút,

- Giấy. (Tốt nhất là giấy không có dòng kẻ, khổ A4)

- Danh sách cơ sở.

BÀI LUYỆN SỐ 13

Tài liệu, dụng cụ: Sách thuộc thể loại phi hư cấu có mức độ khó vừa phải, bút, giấy.

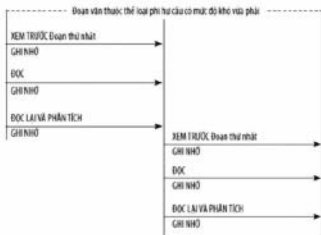
Mục đích: Phát triển khả năng phân tích nhanh đoạn văn.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục tiêu: Cố gắng đọc được nhiều đoạn văn hơn mỗi ngày trong cùng một khoảng thời gian.

Làm bài luyện này một lần ở mỗi phần thực hành

Làm bài luyện này một lần ở mỗi phần thực hành



Giải thích:

- Chọn một phần và bắt đầu đoạn đầu tiên.

- Dùng tay xem trước đoạn đầu tiên chỉ để xác định nội dung của đoạn. Kẻ một đường chéo ghi nhớ và không nhìn lại đoạn văn, hãy viết ra nội dung của đoạn.

- Dùng bất cứ kiểu di chuyển tay nào bạn muốn, đọc lại đoạn văn đó thật cẩn thận với mục đích hiểu kỹ đoạn văn. Không nhìn lại đoạn văn, bổ sung vào đường ghi nhớ.

- Đọc lại đoạn văn đó một lần nữa, dùng kiểu di chuyển tay chạy dưới dòng chữ và bắt đầu với câu thứ ba để xác định xem liệu câu này có liên quan gì với câu đứng ngay trước nó hoặc có liên quan đến câu thứ nhất hoặc thứ hai không.

- Không cần vẽ sơ đồ đoạn văn

(trừ khi bạn muốn)

- Không nhìn lại đoạn văn, bổ sung bất cứ nội dung gì bạn nhớ được vào đường ghi nhớ.

- Tiếp tục làm như vậy hết đoạn này đến đoạn khác, đọc càng nhiều đoạn càng tốt trong vòng 15 phút. Ghi lại số đoạn văn đọc được vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 14

Dụng cụ: Danh sách cơ bản.

Mục đích: Thực hành sử dụng các kiểu di chuyển tay khác nhau.

Thời gian dự kiến: 12 phút.

Mục tiêu: Thực hiện di chuyển tay trong khoảng thời gian yêu

câu.

Có thể làm lại bài luyện này

CÓ THỂ LÀM LẠI BÀI LUYỆN NÀY

Một chương hoặc phần dài khoảng 12 trang

DI CHUYỂN TAY QUÉT	3 giây/trang
GHI LẠI bất kỳ nội dung gì vào mô hình đường chéo ghi nhớ	
DI CHUYỂN TAY KIỂU PHẦN ĐOẠN	12 giây/trang
GHI NHỚ	
DI CHUYỂN TAY VẠCH CHÉO	10 giây/trang
GHI NHỚ	
DI CHUYỂN TAY ĐẠN CHÉO	8 giây/trang
GHI NHỚ	
TÍNH VÀ GHI LẠI tốc độ đan chéo	

Giải thích

1. Chọn một chương hoặc một phần của chương dài khoảng 12 trang.

2. Dùng kiểu di chuyển tay quét, di chuyển xuống phía dưới từng trang, dành tối đa 3 giây cho mỗi trang (để duy trì tốc độ đọc chuẩn xác, bạn có thể đếm nếu muốn).

Vẽ một đường chéo ghi nhớ. Ghi lại bất cứ nội dung gì bạn có thể nhớ (có thể là rất ít).

3. Dùng kiểu di chuyển tay phân đoạn, lặp lại cả phần, dành tối đa 12 giây cho mỗi trang (khoảng sáu lần di chuyển trọn vẹn cho mỗi trang).

Mục đích đọc: Cố gắng bám theo cốt truyện sơ lược nhất. Bổ sung bất cứ nội dung gì bạn nhớ được vào đường ghi nhớ.

4. Dùng kiểu di chuyển tay vạch chéo, lặp lại cả phần, dành tối đa 10 giây mỗi trang (khoảng năm lần di chuyển tay hoàn chỉnh cho mỗi trang).

Bổ sung vào đường ghi nhớ.

Tự tính giờ (bạn mất bao nhiêu thời gian để thực hiện toàn bộ bước này).

5. Dùng di chuyển tay đan chéo để tập làm lại cả phần, dành tối đa 8 giây mỗi trang (khoảng bốn lần di chuyển tay hoàn chỉnh cho mỗi trang).

6. Bổ sung vào đường ghi nhớ.

Tính tốc độ đọc thực hành ở bước 5 (đan chéo). Tìm tổng số từ của cả phần, sau đó chia cho số phút thực hiện di chuyển đan chéo cả phần tài liệu.

Lưu ý: Đảm bảo duy trì tốc độ đọc thực hành ở bước 5 trên mức 1.800 từ mỗi phút. Ghi lại tốc độ đọc của bạn vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 15

Tài liệu: Sách các loại.

Dụng cụ: Giấy và bút,

Thiết bị tính giờ.

Mục đích: Tăng tính tự tin trong việc sử dụng các kỹ thuật đọc nhanh ở các tài liệu khác nhau.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục tiêu: Điều chỉnh kỹ thuật cho phù hợp với tài liệu và mục đích đọc của bạn.

CÓ THỂ LÀM LẠI BÀI LUYỆN NÀY

----- Một chương hoặc phần dài khoảng 6-10 trang -----

XEM TRƯỚC (tùy vào thể loại)	
GHI NHỚ	
THỰC HÀNH ĐỌC (kiểu phân đoạn văn, vạch chéo, đan chéo)	10-12 giây/trang
GHI NHỚ	
ĐỌC (tự chọn kiểu di chuyển tay) tự tình giờ	
GHI NHỚ	
TÍNH VÀ GHI LẠI tốc độ đan chéo	6 giây/trang
GHI NHỚ	
ĐÁNH GIÁ (kiểu phân đoạn, vạch chéo, đan chéo)	

Giải thích:

- Chọn một chương hoặc một phần của chương dài khoảng 6 đến 10 trang. Mỗi ngày sử dụng một loại sách khác nhau, xen kẽ thể loại hư cấu, phi hư cấu và tiểu sử.

- Xem trước toàn bộ phần tài liệu tùy theo thể loại: (1) phi hư cấu, đọc lướt phần đầu và phần cuối các đoạn, (2) hư cấu, đọc quét cả phần tài liệu - dùng di chuyển tay quét, (3) tiểu sử, được coi là một tài liệu

hư cấu.

Mục đích đọc: (1) Thể loại phi hư cấu: xác định điểm chính của đoạn, (2) Thể loại hư cấu hoặc (3) Tiểu sử: xác định nhân vật, thời điểm chung, địa điểm hoặc nội dung.

Lập mô hình ghi nhớ.

3. Thực hành đọc toàn bộ phần tài liệu, dùng các di chuyển tay kiểu phân đoạn, vạch chéo hoặc đan chéo và dành tối đa 10 giây cho mỗi trang (khoảng năm lần di chuyển tay hoàn chỉnh mỗi trang). Bổ sung vào đường ghi nhớ.

4. Đọc thật nhanh toàn bộ phần tài liệu, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào (có thể dùng kiểu chạy dưới dòng chữ). Tự

tính giờ cho phần tài liệu này.

Mục đích đọc: Bám theo cốt truyện một cách sơ bộ. Bổ sung vào đường ghi nhớ.

5. XEM LẠI toàn bộ phần tài liệu, dùng các kiểu di chuyển tay phân đoạn, vạch chéo hoặc đan chéo và dành tối đa 6 giây mỗi trang (khoảng ba lần di chuyển tay hoàn chỉnh mỗi trang hoặc nhiều hơn ba lần nếu dành ít hơn 2 giây cho phần đó).

6. Tính tốc độ đọc ở bước 4. Tìm ra tổng số từ ở toàn bộ phần tài liệu, sau đó chia cho số phút thực hiện phần đó.

Ghi lại tốc độ đọc vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 16

Tài liệu: Sách các loại.

Dụng cụ: Thiết bị tính giờ.

Mục đích: Nới dần tốc độ đọc tùy vào mức độ hiểu hiện tại.

Thời gian dự kiến: 10 phút.

Mục tiêu: Đạt được mỗi mục tiêu đặt ra trong 1 phút.

NẾU TỐC ĐỘ ĐỌC BAN ĐẦU CỦA BẠN LÀ:	THÌ DỪNG SỐ LƯỢNG TRANG NÀY:
Dưới 500 từ mỗi phút	$\frac{1}{3}$ trang
500-800 từ mỗi phút	$\frac{1}{2}$ trang
800-1.200 từ mỗi phút	1 trang
1.200-1.800 từ mỗi phút	2 trang
Trên 1.800 từ mỗi phút	3 trang

CÓ THỂ LÀM LẠI BÀI LUYỆN NÀY

Sơ đồ:

ĐỌC 1 phút	
TÍNH TỐC ĐỘ	
Xác định số lượng trang đọc được theo bảng trên	
THỰC HÀNH ĐỌC 1 phút (kiểu phân đoạn)	+ 1 lần số lượng trang
THỰC HÀNH ĐỌC 1 phút (kiểu vạch chéo)	+ 2 lần số lượng trang
THỰC HÀNH ĐỌC 1 phút (kiểu đan chéo)	+ 3 lần số lượng trang
THỰC HÀNH ĐỌC 1 phút (tự chọn kiểu di chuyển tay)	+ 4 lần số lượng trang
	ĐỌC thật nhanh trong vòng 1 phút
	TÍNH VÀ GHI LẠI tốc độ

Giải thích:

1. Đọc thật nhanh một tài liệu dễ trong 1 phút, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào. Đánh dấu "X" ở điểm dừng đọc. Tính tốc độ đọc.

2. Trong sơ đồ trên, xác định

số trang bạn phải đưa vào mỗi phần thực hành đọc. Chẳng hạn, nếu đọc được trên 500 từ và dưới 800 từ mỗi phút, bạn sẽ đưa vào con số $\frac{1}{2}$ trang cho mỗi phần thực hành.

3. Dùng kiểu di chuyển tay phân đoạn, thực hành đọc cả phần tài liệu, cộng với một lần số lượng trang mà bạn phải tính thêm, đọc trong 1 phút.

4. Dùng kiểu di chuyển tay vạch chéo, thực hành đọc cả phần tài liệu, cộng với hai lần số lượng trang mà bạn phải tính thêm, đọc trong 1 phút.

5. Dùng kiểu di chuyển tay đan chéo, thực hành đọc cả phần tài liệu, cộng với ba lần số lượng trang mà bạn phải tính thêm, đọc trong 1 phút.

6. Dùng kiểu di chuyển tay bạn tự chọn, thực hành đọc cả phần tài liệu, cộng với bốn lần số lượng trang mà bạn phải tính thêm, trong 1 phút.

7. Từ điểm "X" bạn dùng đọc lần đầu ở bước 1, đọc tiếp thật nhanh trong 1 phút, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào đã dùng trong bài luyện này.

8. Tính tốc độ đọc cuối cùng bằng cách tìm tổng số chữ trong phần đọc sau cùng. Ghi lại tốc độ đọc trong bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 17

Tài liệu: Các đầu sách liệt kê ở Chương 1.

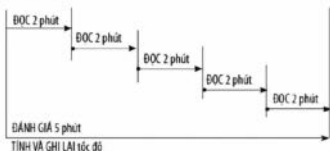
Dụng cụ: Thiết bị tính giờ.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục tiêu: Duy trì tốc độ đọc gấp bốn lần ban đầu cùng với khả năng hiểu.

CÓ THỂ LÀM LẠI BÀI LUYỆN NÀY

Sơ đồ:



Xác định tốc độ đọc ban đầu và làm tròn xuống hàng chục gần nhất. Nhân kết quả này với 8.

Chọn ra 5 phần, mỗi phần có số lượng chữ gần bằng kết quả tính sau cùng.

Giải thích:

1. Lấy tốc độ đọc ban đầu của

bạn ở Chương 1.

Làm tròn số này xuống hàng chục gần nhất. Lấy kết quả này nhân với 8.

Chọn ra 5 phần tài liệu có số chữ xấp xỉ bằng tổng số cuối cùng.

Cuối mỗi phần tài liệu đánh dấu bằng kẹp giấy hoặc mẫu giấy.

2. Dùng tay làm vật dẫn đường, cố đọc phần đầu tiên trong 1 phút. Bạn có thể chọn bất kỳ kiểu di chuyển tay nào mình muốn.

Mục đích đọc: Cố gắng bám sát cốt truyện. Đạt mục tiêu đề ra ngay cả khi không hiểu.

3. Đọc mỗi phần trong 2 phút hoặc ít hơn.

4. Xem lại toàn bộ trong 5 phút hoặc ít hơn.

5. Tính tốc độ đọc bất kỳ phần nào và ghi vào bản theo dõi sự tiến bộ.

25

**BIẾN VIỆC
ĐỌC
NGHIÊN
CỨU THÀNH
MỘT TRÒ
CHƠI**

Đọc nghiên cứu thực sự chỉ là một môn thể thao trí tuệ nếu bạn nắm được các nguyên tắc học

tập. Điều luôn làm tôi phải ngạc nhiên là chúng ta yêu cầu mọi người phải đi học trong 12 năm, tiếp tục 4 năm nữa, tiến đến học sau đại học và trong toàn bộ thời gian này ít khi họ được dạy cách học. Trong chương này, bạn sẽ tìm hiểu một số nguyên tắc học cơ bản.

Có thể bạn sẽ ngạc nhiên với một số nguyên tắc, nhưng chúng sẽ khiến bạn thích thú và nhất định bạn sẽ tìm ra một số cách học nhanh trong khi đọc. Không phải cứ ở trong lớp mới là học. Mỗi lần bạn gặp ai đó và nhớ tên họ, khi xem thời sự trên ti vi và kể lại cho ai đó nghe sau đó hay khi nắm được một chương trình máy tính – đây đều là những ví dụ về học tập. Chúng ta đều là những

người học tốt và dễ dàng tập trung vào một số lĩnh vực: một môn thể thao yêu thích, một sở thích nào đó, có thể là một chủ đề thuộc về trí tuệ. Mục đích ở đây là tìm hiểu lý do tại sao bạn là một người học tốt trong mọi tình huống và cách bạn đã học, từ đó xác định cách áp dụng vào những tình huống khác và trở nên hiệu quả hơn.

Điều gì xảy ra khi học

Để học một thứ gì đó, đầu tiên chúng ta phải nắm được thông tin về nó. Đó có thể là những thông tin mà chúng ta nhìn thấy, nghe thấy, sờ thấy, ngửi thấy hoặc thưởng thức. Đó là cách nhận thông tin thông thường và tất cả đều được

truyền qua các giác quan khác nhau trước, giống như một sự kích thích đến các dây thần kinh.

Theo một nghĩa nào đó, học là một quá trình xử lý nhiều sự kích thích khác nhau. Và bạn liên tục nhận được nhiều tác nhân kích thích từ các nguồn khác nhau.

Hiện tại, bạn “cảm nhận” được bao nhiêu thứ? Sự tiếp xúc của quần áo, nền nhà bạn đang đứng (bạn cũng có thể cảm nhận được qua đôi giày và tất), chiếc bút đang cầm, cái bàn mà bạn đang đặt tay trên đó, không khí ấm áp hoặc mát mẻ, và còn nhiều điều nữa. Bạn còn nghe được nhiều âm thanh – giao thông bên ngoài,

tiếng thở, tiếng lạch cạch của bàn phím, tiếng kêu cọt két trong một tòa nhà, tiếng kêu rền của máy in, loáng thoáng nghe thấy tiếng mọi người nói chuyện ở phòng bên. Ở một thời điểm nào đó, chúng ta nhận được rất nhiều các tác nhân kích thích nhưng rất khó có thể liệt kê ra.

Tâm trí không thể xử lý mọi thông tin nhận được

Ngay cả khi thư giãn và cố gắng nhận ra tất cả những tác nhân kích thích khác nhau mà bạn đang nghe thấy, tiếp xúc, thưởng thức và ngửi thấy thì bạn sẽ sớm nhận ra rằng, không phải lúc nào bạn cũng xử lý hết những tác nhân đó. Bạn đang điều chỉnh phần lớn

các tác nhân đó và chỉ chú ý đến một vài thứ. Thực tế, chúng ta không thể quan tâm đến tất cả các tác nhân này cùng một lúc. Chúng ta có xu hướng lựa chọn vô thức các tác nhân mình quan tâm. Ví dụ, khi nhắc tay cầm của chiếc chảo nóng ra khỏi bếp lò, nếu nghĩ rằng nó không nóng, ngay lập tức bạn sẽ xử lý những cảm nhận đó. Thực tế, bạn đang “học” những thông tin này.

Điều quan trọng phải nhận ra được là không bao giờ bạn có thể hoặc có khả năng tiếp nhận 100% thông tin mình đang xử lý. Theo cách học không chính thức, gần như bạn lựa chọn một cách vô thức các tác nhân kích thích. Trong

một điều kiện học chính thức hơn, bạn phải học cách lựa chọn những gì mình muốn học.

Bí quyết nằm ở sự tập trung

Sau khi tách bạch những nội dung cụ thể phải học, bạn phải tập trung vào những nội dung đó. Sự tập trung là cụm từ thường được sử dụng để nhắc chúng ta về một việc gì đó mà hiện tại không được làm. Trên thực tế, chúng ta luôn tập trung vào một thứ gì đó, trừ lúc ngủ hoặc trong trạng thái nửa tỉnh nửa mê. Sự tập trung đơn giản là dồn hết tâm trí vào một điều gì đó. Sinh viên “mất tập trung” trong lớp học, mơ mộng hoặc nhìn ra cửa sổ,

nhưng nhất định họ đang tập trung vào một thứ gì đó. Họ bị cuốn hoàn toàn vào những suy nghĩ của mình hay một hoạt động nào đó bên ngoài.

Cách tập trung có chủ ý vào một thứ gì đó là tìm ra những cách đơn giản thu hút bạn vào mục tiêu. Cố gắng sử dụng mọi kênh tiếp nhận tác nhân kích thích: tiếp xúc, âm thanh, nhìn, nếm, ngửi. Ở hầu hết các trường hợp, khả năng nhìn, tiếp xúc và âm thanh đều là những tác nhân thực tế. Để thu hút tâm trí mình, bạn phải xác định những việc phải làm. Ví dụ, nếu muốn tập trung vào một bức tranh, bạn có thể xác định được bao nhiêu gam màu đã được sử dụng hoặc đếm số người được vẽ trong một đám

đông. Những hoạt động như vậy cho phép bạn tiếp tục bị thu hút. Điều đó chắc chắn hơn nhiều so với việc nhú mày và nhìn chăm chăm vào bức tranh.

Trong việc tập trung và tiếp nhận thông tin bằng lời, bạn cũng phải học cách chủ động tìm ra một hoạt động giúp mình tập trung để sử dụng những thông tin này.

Hai nguyên tắc học tập

Thứ nhất, đặt ra mục đích giúp bạn tách biệt điều mình muốn học. Mục đích càng cụ thể, càng dễ thực hiện. Thứ hai, bạn phải biết cách đặt tâm trí vào điều mình muốn học. Vấn đề con gà hay quả trứng có trước có thể được lý giải thuyết

phục nhất khi thông tin được học phải được định nghĩa rõ ràng.

Biết xác định mục đích đọc có lẽ là phần khó học nhất. Nó đòi hỏi bạn phải biết cách phân tách điều mình muốn học. Vấn đề này sẽ được đề cập chi tiết trong chương sau.

Các phương pháp tăng tính tập trung

Để thu hút sự chú ý của bạn vào thông tin trên giấy, điều quan trọng là đừng để bản thân bị nhấn chìm bởi chủ đề có nội dung rộng lớn. Nếu bạn đang nghiên cứu một chương khó có độ dài 30 trang, hãy ngắt thành nhiều phần để dễ xử lý. Độ dài của các đoạn tùy thuộc vào mức độ khó của tài

liệu, cũng như mục đích đọc. Nếu tác giả không đưa ra các tiêu đề phụ hoặc các dấu hiệu trợ giúp dễ dàng khác để tách, chia ngẫu nhiên thành 5, 6 hoặc 10 phần, thì bạn luôn có thể điều chỉnh “các phần” khi đọc bằng cách đặt chúng vào những chỗ hợp lý.

Bước quan trọng tiếp theo là đưa ra các hoạt động để sử dụng thông tin liên quan đến càng nhiều giác quan càng tốt. Đây là kiểu bầy của sự tập trung, nếu nhiều kênh tiếp nhận thông tin cùng góp mặt vào một chủ đề nào đó, bạn sẽ ít bị phân tán tư tưởng. Trong khi đọc, bạn vừa phải nhìn vừa phải di chuyển bàn tay. Nói cách khác, việc sử dụng bàn tay chắc chắn sẽ giúp tăng khả

năng tập trung của bạn.

Kết quả học thực sự

Nhớ lại là dấu hiệu duy nhất cho thấy bạn đã học được điều gì đó. Nó nhận thông tin từ sách, hoặc chí ít là thông qua bạn. Các hình thức gạch chân và sao chép chỉ khiến việc học bị hạn chế. Về cơ bản, việc gạch chân lưu lại thông tin trong sách. Nhớ lại, không động đến sách, là những gì nhớ được theo cách của riêng bạn, giúp bạn học tập hiệu quả. Có thể, đó là cách tốt nhất để biết bạn học được gì.

Độc tích cực

William James, nhà tâm lý học thực hiện nhiều nghiên cứu về trí nhớ, đã viết: “Mọi cải thiện

trí nhớ là sự cải thiện về phương pháp ghi lại những sự việc quen thuộc của một người". Đó là một khẳng định quan trọng khiến chúng ta phải suy ngẫm nhiều. Điều đó ám chỉ rằng bạn phải chủ động đọc, biết cách tổ chức thông tin trong khi đọc và làm bất cứ điều gì góp phần tăng khả năng ghi nhớ hoặc tiếp nhận thông tin ban đầu. Đọc thụ động thường mất gấp đôi thời gian để nắm bắt thông tin. Đọc để ghi nhớ và đọc để hệ thống thông tin là những bước đi thiết thực giúp bạn học hiệu quả hơn.

“Sử dụng” thông tin hợp lý

Cách duy nhất để bạn bị cuốn vào những thông tin mình

muốn biết là sử dụng chúng ở mức độ nào đó. Về cơ bản, bạn có rất ít lựa chọn: từ việc sao chép thông tin, sau đó hệ thống thông tin có nghĩa hoặc tổng hợp chúng lại. Ban đầu, một số thông tin không được rõ ràng, nhưng chúng lại là những kiến thức rất thú vị sau này.

Đầu tiên, bạn phải xem qua toàn bộ, sau đó chia nhỏ thành nhiều phần. Khi chia thành các phần, bạn bắt đầu đọc và ghi nhớ từng phần một. Để hiệu quả hơn, bạn nên sắp xếp theo các bước: xem trước và ghi nhớ để xác định điểm chính, sau đó tiến hành đọc và ghi nhớ để xác định thêm. Cuối cùng, bạn có thể xem lại và ghi nhớ để tự kiểm tra. Tất

nhiên, mức độ đọc kỹ từng bước sẽ tùy thuộc vào mục đích đọc của bạn. Biết đâu bạn có thể đạt mục đích của mình ngay từ bước xem trước thì sao?

Có nhiều cách để tập trung vào tài liệu, nhưng để làm được như vậy, bạn phải đảm bảo các đoạn tài liệu đó đủ ngắn. Trong bài tập tiếp theo này, giả sử mục đích đã được đặt ra và tài liệu đã được chia nhỏ. Giờ là lúc bạn phải thực hành các kỹ thuật để thu hút sự tập trung của chính mình.

BÀI TẬP SỐ 37

Dụng cụ: Giấy và bút hoặc chương trình xử lý văn bản trên máy tính.

Hướng dẫn: Khi tìm hiểu những đoạn văn khó, mọi người thường phải nghiên cứu từng đoạn. Giả sử những đoạn văn sau đây khó đối với bạn. Hãy xem trước thật nhanh một đoạn để xác định nội dung cơ bản; che đoạn văn lại và bắt đầu ghi nhớ. Sau đó, đọc để hiểu đoạn văn; che đoạn văn lại và xem bạn có thể ghi nhớ được bao nhiêu. Nếu bạn cảm thấy cần phải hiểu thêm, hoặc phần ghi nhớ chưa đủ, hãy lặp lại các bước trên.

- Tâm lý học có nguồn gốc từ hai chữ trong tiếng Hy Lạp là psyche (linh hồn) và logos (tiếng nói). Theo các thuật ngữ cổ xưa, tâm lý học là một nhóm các từ về linh hồn hoặc tinh thần. Người Hy Lạp thích

phân biệt giữa khía cạnh vật chất - cơ thể của con người - và trí tuệ hoặc tinh thần.

- Thuyết nhị nguyên cổ này đã dẫn đến nỗi ám ảnh gây rắc rối nhất chưa từng có cho một ngành khoa học, đó là vấn đề tinh thần và thể xác. Liệu tinh thần có ảnh hưởng đến hành vi của cơ thể hoặc ngược lại không? Ngày nay, tâm lý học vẫn chưa làm sáng tỏ hoàn toàn thuyết nhị nguyên này.

- Cuốn *The Trying Twenties* (tạm dịch: Sự cố gắng ở tuổi 20) đặt chúng ta đối mặt với câu hỏi về cách hòa mình vào thế giới người lớn. Trọng tâm của chúng ta chuyển từ những xáo trộn nội tâm ở giai đoạn chớm bước vào tuổi trưởng

thành - “Mình là ai?” “Sự thật là gì?” - và chúng ta gần như để tâm hoàn toàn đến việc khám phá thế giới bên ngoài. “Tôi biến những khát vọng của mình thành hiện thực như thế nào?” “Cách bắt đầu tốt nhất là gì?” “Tôi sẽ đi đâu?” “Ai có thể giúp tôi?” “Bạn đã làm thế nào?” So với giai đoạn trước đó, giai đoạn này kéo dài và ổn định hơn. Các nhiệm vụ cũng lớn lao hơn cùng với sự hào hứng: để định hình một giấc mơ mà tầm nhìn của chính chúng ta sẽ tạo ra nghị lực, giá trị cuộc sống và niềm hy vọng. Để chuẩn bị cho sự nghiệp của cả cuộc đời. Để tìm người cố vấn, nếu có thể. Và để hình thành năng lực bản thân mà không mất đi những gì chúng ta đạt được trong quá trình đó.

Việc định hình thử thách đầu tiên phải được xây dựng dựa trên những thứ xung quanh mà chúng ta chọn để phấn đấu.

- Mặc dù một trong những nỗ lực mạnh mẽ của con người là nhu cầu của bản thân cho tình yêu, nhưng bản thân anh ta vẫn có nhiều cảm xúc khác chưa được bộc lộ rõ ràng ra bên ngoài, cho đến khi xuất hiện những hành động bạo lực và sự thù địch gần đây. Có lẽ những cảm xúc này có ảnh hưởng lớn hơn nhiều đến hành vi và thể chất lẫn tinh thần của con người hơn cả nỗ lực cho yêu thương.

- Quan niệm của Carl Rogers về tính cách và bệnh học tâm lý

cùng với các kỹ thuật điều trị của ông ở Mỹ. Đầu tiên, Roger phát triển kỹ thuật điều trị. Sau một thời gian, ông tiến đến phát triển một lý thuyết lồng ghép, bao gồm cả tính cách và bệnh học tâm lý. Ban đầu, Rogers đặt giả thiết rằng bản chất của con người khi sinh ra là tốt và tự nhiên trở thành người tốt, biết quan tâm, thân thiện và tạo được ấn tượng trong quá trình biến bản chất của bản thân thành hiện thực, trừ khi chệch hướng so với sự phát triển bình thường của bản thân.

- Ánh sáng chiếu đến mắt được hội tụ trên võng mạc, nơi ánh sáng phản chiếu ra những phản ứng thần kinh phức tạp. Ánh sáng trước tiên đi qua giác

mạc, thủy dịch, đồng tử, thủy tinh thể và dịch thủy tinh trước khi đến võng mạc. Thủy tinh thể dày lên để tập trung vào những đồ vật ở gần và quay về dạng phẳng để tập trung vào những vật thể ở xa (khoảng 6m hoặc xa hơn). Người cận thị không có khả năng nhận ra những vật ở xa một cách rõ ràng bởi thủy tinh thể không đủ dày để hội tụ các tia sáng trên võng mạc. Tất cận thị thường không phải là khiếm khuyết của thủy tinh thể; võng mạc nằm quá xa thủy tinh thể, do đó đồ vật ở xa được hội tụ trên mặt tinh thể trước võng mạc và hình ảnh võng mạc bị mờ.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 5 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI**

NGÀY HÔM NAY.

26

XÁC ĐỊNH MỤC ĐÍCH ĐỌC

Hy vọng tại thời điểm này, bạn không còn nghĩ rằng mình phải quan tâm đến từng chữ trong những tài liệu phải đọc nữa. Có rất nhiều lý do để đọc, nhưng một số người thay đổi cách đọc sao cho phù hợp với mục đích của mình. Mọi vấn đề cho đến thời điểm này là tìm hiểu lý do

phải xác định mục đích đọc. Chương này sẽ hướng dẫn bạn cách đặt ra các mục tiêu khác nhau, từ đó có thể lên kế hoạch cho các kỹ thuật đọc và trở thành người đọc hiệu quả hơn.

Mục đích đọc đa dạng

Nếu bạn là một sinh viên thì mục đích đọc có thể thay đổi nhiều, và có lẽ sinh viên là đối tượng phải đọc nghiêm túc nhất. Chẳng hạn, bạn được giao đọc một chương trong sách quản trị kinh doanh dài khoảng 20 trang; bạn biết cuối tuần sẽ có một bài kiểm tra với 20 câu hỏi, bạn nhận ra rằng, thầy giáo chờ đợi bạn nắm được từ mới và các khái niệm, các ví dụ cùng những phần thảo luận – thậm chí phải ghi

nhớ tất cả những thứ đó. Trong quãng đời sinh viên hoặc ở bất kỳ thời điểm nào, đọc luôn là một nhiệm vụ mà bạn được yêu cầu.

Giả sử bạn trở thành thành viên của một nhóm nghiên cứu chuyên đề sau đại học. Trong một kỳ, bạn được giao 15 cuốn sách và mỗi tuần phải thảo luận một cuốn. Chắc chắn người hướng dẫn không yêu cầu bạn phải đọc từng chương như giáo sư. Lần này, bạn phải đọc để xác định chủ đề của sách, xem cách chủ đề đó được triển khai xuyên suốt cuốn sách, nắm được một số ý chính của các chương khác nhau. Tóm lại, nó đòi hỏi một khả năng đọc tài liệu thật tốt và linh hoạt.

Mục đích đọc giải trí

Chắc chắn mục đích của bạn khi đọc một cuốn tiểu thuyết hoặc cuốn truyện trinh thám không phải để làm một bài kiểm tra mà chỉ để giải trí. Bạn không cần phải nhớ nó nếu không muốn.

Tương tự như vậy khi bạn xem lại các báo cáo, đọc e-mail khách hàng gửi đến, đọc nhiều đầu sách và các tạp san để tìm kiếm quan điểm hỗ trợ cho những vấn đề sẽ trình bày trong một bài phát biểu hoặc bài báo.

Một nhà môi giới chứng khoán phát hiện ra mình không chỉ tăng tốc độ đọc

Trong một lớp học tại một

hãng môi giới phát đạt thuộc Donaldson, Lufkin và Jenrette, nơi tôi từng tập huấn cho khoảng 30 nhà điều hành, John đã nói với tôi rằng anh đánh giá cao những gì mình học được. Trong những lớp học theo nhóm kiểu này, tôi không yêu cầu những người làm kinh doanh và làm công việc chuyên môn phải thực hành thêm ngoài giờ bởi họ quá bận rộn. Do vậy, tôi dạy một kiểu đọc nhanh rất thực tế chỉ để tăng gấp đôi tốc độ đọc, trong việc đọc hết tài liệu liên quan đến công việc của họ.

Mặc dù thành đạt trong sự nghiệp và có trình độ học vấn nổi bật, John thấy việc học để xác định mục đích đọc và phát hiện ra mình không “phải” đọc

mọi thứ theo cùng một cách, là một cuộc cách mạng. Ngoài việc có thể đọc được gấp đôi tốc độ đọc ban đầu chỉ sau vài buổi học trên lớp, anh còn có thể tiết kiệm được một lượng thời gian tương đương nhờ xác định rõ mục đích đọc. Điều này mang lại kết quả “đọc” gần gấp năm lần tốc độ ban đầu của anh.

Đọc nhanh và hiệu quả hơn

Điều quan trọng phải hiểu đọc tốt không phải chỉ là đọc nhanh hơn, mà còn là đọc hiệu quả hơn – biết khi nào phải tăng tốc, khi nào phải đọc chậm lại, phải đọc gì và không phải đọc gì, cũng như phải biết tất cả những “mẹo” hay khác mà một người đọc hiệu quả sử

dụng.

Xác định mục đích đọc càng cụ thể thì hiệu quả đọc càng cao. Việc này đôi khi thật đơn giản. Mục đích đọc một tác phẩm trình thám chỉ để giải trí khiến bạn đọc một cách thoải mái nhất, dành nhiều hay ít thời gian cho nó là tùy ở bạn. Đôi khi, giáo viên có thể giao bài đọc mà không nói rõ mục đích, khi đó bạn phải tự đặt ra mục đích.

Đừng xem nhẹ việc xác định mục đích đọc

Trong trường hợp chưa xác định được mục đích đọc cụ thể, đừng bỏ cuộc ngay từ đầu mà hãy cứ “đọc”. Bạn sẽ đạt được điều mình muốn nếu có phương pháp và một mục đích

được xác định từ trước. Cứ xác định mục đích ngay cả khi chẳng để làm gì. Đó sẽ là một lựa chọn, phỏng đoán sáng suốt hoặc chẳng là gì cả.

Các cấp độ đọc và nghiên cứu

Đây là một cách tiếp cận với những thông tin chung và sách chỉ dẫn mà có thể bạn sẽ thấy hữu ích. Hãy xác định trước hoặc nhanh nhất có thể cấp độ thông tin bạn muốn nắm được trong khi đọc.

Với bất kỳ một tài liệu nào, cấp độ thông tin đầu tiên chính là chủ đề, ý chính hoặc những điểm chính của tài liệu. Tất nhiên, nếu đó là tất cả những gì bạn muốn biết thì có lẽ bạn cứ tiến hành xem trước thật kỹ

toàn bộ tài liệu.

Cấp độ thông tin tiếp theo là nắm được ý chính của từng chương hoặc từng bài trong sách. Cấp độ thứ ba là nắm được điểm chính của các phần trong chương, v.v... Hiếm khi cần cấp độ học thuộc thứ năm. Sinh viên y khoa năm thứ nhất chắc chắn phải dành nhiều thời gian nghiên cứu thông tin ở cấp độ này. Khi mục đích học yêu cầu khắt khe thì việc “đọc” sẽ rất khó đạt được tốc độ cao. Tuy nhiên, những sinh viên chăm chỉ thường giảm được một nửa thời gian học bằng cách học cả kỹ năng đọc nhanh và các kỹ thuật nghiên cứu.

Các cấp độ đọc thông tin

1. Chủ đề hoặc ý chính
2. Điểm chính của từng chương
3. Điểm chính của từng phần trong chương
4. Điểm chính của phần lớn các đoạn văn
5. Các chi tiết trong mỗi đoạn văn (học thuộc)

Một điều quan trọng nữa phải nhận thức được là, cấp độ thông tin hợp lý khi đọc một cuốn sách là để nắm được phạm vi của chủ đề trong sách – nói cách khác, sách có những thông tin về một chủ đề cụ thể mà bạn đang tìm kiếm. Bạn không thể nắm toàn bộ những gì đã đọc và cũng đừng mong

mình có thể làm được như vậy. Đặt ra mục đích đọc trong bất kỳ hoàn cảnh nào đôi khi chỉ để xác định thông tin bạn muốn biết hay nội dung của chương sách.

Cách xác định mục đích khi học

Xem lại ví dụ đầu tiên của chương này khi một sinh viên được giao đọc 20 trang sách giáo khoa quản trị kinh doanh. Đây không phải lần đầu tiên anh ấy được giao nhiệm vụ này. Trước đó, mỗi tuần anh ấy đều có bài kiểm tra cho phần đọc.

Nếu có phần tóm tắt chương, phần từ vựng, hoặc câu hỏi ở cuối chương thì bạn nên đọc trước và sử dụng nó như một

phần chỉ dẫn của chương. Xét cho cùng, đây chính là phần tác giả chỉ cho bạn biết thông tin quan trọng. Một số người cho rằng, xem trước phần cuối sách không phải là cách đọc hay, nhưng điều đó không có cơ sở. Mục đích của bạn là học, do đó hãy sử dụng bất kỳ phương pháp hiệu quả.

Nếu không có phần tóm tắt chương hay các câu hỏi thì có một số cách thức khác. Hãy suy nghĩ về bài kiểm tra từ góc độ yêu cầu của giáo viên: giáo viên đưa ra dạng câu hỏi nào? Loại câu hỏi liên quan đến các chi tiết, khái niệm, giải quyết vấn đề hay từ vựng? Bạn sẽ làm bài kiểm tra viết như thế nào? Có thể bạn sẽ tìm ra một câu hỏi phù hợp cho từng

trang (20 trang với 20 câu hỏi hoặc xác định số câu hỏi phù hợp). Chương đó có thể bao gồm 5 phần chính, có độ dài bằng nhau hoặc không bằng nhau. Có thể bạn cố tìm những ý chính hoặc điểm chính trong mỗi phần. Đây chính là lúc quyết định cấp độ thông tin mà bạn cần đọc và nghiên cứu.

Khi không biết chắc chắn

Bạn có thể trao đổi với giáo viên để biết nội dung họ muốn bạn nắm được là gì – trong bài giảng, sách giáo khoa hoặc trong bất cứ điều gì. Tất nhiên, có thể giáo viên không nói cho bạn biết. Có thể bạn ngại hỏi bởi nó là nhiệm vụ đầu tiên. Khi đó, bạn phải bám theo một số suy luận và đoán ra mục

đích. Hãy nhớ rằng cách tiếp cận nghiêm túc tốt hơn nhiều so với cách tiếp cận hời hợt. Nó không chỉ thể hiện ở kết quả học tập (điểm số) tốt hơn mà còn giúp bạn tiết kiệm được thời gian học tập.

Nếu phải đọc một phần có 10 đoạn dài bằng nhau và bạn vẫn không thể xác định được nhiệm vụ đọc tài liệu của mình sau khi đã hỏi người hướng dẫn, bạn vẫn phải đặt ra mục đích. Nếu đọc từng đoạn, bạn có thể nhớ lại được bao nhiêu sau khi đọc xong? 5 chi tiết, 8 hay 10 chi tiết? Và chừng đó đã đủ chưa?

Hãy xác định trước mức độ bạn cho là đủ: 2 đến 3 chi tiết mỗi đoạn, 2 đến 3 đoạn chỉ có

một chi tiết. Tùy theo mức độ mà bạn quyết định, hãy chia tài liệu theo mục đích xác định trước. Nếu cảm thấy mỗi đoạn mình có thể nhớ lại được 2 đến 3 chi tiết, hãy chia phần đó thành nhiều đoạn.

Nếu cảm thấy trong 2 đến 3 đoạn chỉ cần nhớ một chi tiết thì hãy chia tài liệu thành các phần gồm từ 2 đến 3 đoạn.

Vẽ trước mô hình ghi nhớ

Hãy vẽ trước mô hình ghi nhớ, mỗi nhánh tương đương với một mẫu thông tin xác định trước rằng mình phải ghi nhớ khi học thêm phương pháp này lần đầu. Điều này giúp bạn hình dung khối lượng phải nhớ được và khi nào thì nắm được đủ thông tin trong đoạn.

Cách nắm thông tin chuẩn xác

Khi xác định được mục đích đọc cho một đoạn, có thể bạn tự hỏi: Làm thế nào có được thông tin mong muốn? Bạn đã học các kỹ thuật này rồi và chỉ cần áp dụng để đạt được các mục đích vừa xác định. Nếu tài liệu được chia thành 5 phần, hãy bắt đầu xem trước phần đầu tiên. Dừng đọc và ghi nhớ điểm chính của phần đó. Quay lại và đọc phần này thật cẩn thận, tiếp tục dừng ở điểm cuối để nhớ lại những gì mình có thể nhớ được. Khi nhớ lại được các ý và các điểm chính của phần này, bạn đã sẵn sàng chuyển sang đoạn tiếp theo. Nhưng bạn phải đọc nhiều lần cho đến khi đạt được mục

đích. Có thể bạn chỉ đọc lại để xác định một điểm nào đó hoặc xem lại, nhưng hãy tiếp tục cho đến khi đạt được mục đích của mình: bạn có thể ghi nhớ càng nhiều chi tiết đặt ra theo một cách riêng càng tốt.

Nếu bạn là một sinh viên đã đăng ký hội thảo chuyên đề, thì mục đích có thể khác. Có thể chẳng có bài thi hay bài kiểm tra nào cả, bạn chỉ thảo luận về những cuốn sách đã đọc mà thôi. Cũng có thể bạn được đề nghị viết một hoặc hai bài cho khóa học. Trong trường hợp này, bước đầu tiên bạn phải xem trước toàn bộ cuốn sách để tìm ra luận điểm chính, sau đó dừng lại và ghi nhớ. Bạn có thể đạt được mục đích ngay từ bước này.

Thực tế, chỉ cần xem trước khoảng 20 đến 30 phút để có thể đạt được mục đích đặt ra. Hoặc bạn có thể tiếp tục và xem trước từng chương, hoặc đọc chương đầu, chương cuối trước và xem trước phần còn lại. Tôi không thể đưa ra một công thức chuẩn mực cho từng loại sách – bạn phải tự xác định thôi. Tôi chỉ có thể đưa ra các kỹ thuật sử dụng để đạt được các mục tiêu và giải quyết các vấn đề đọc của bạn.

Đọc đúng là cách học hiệu quả nhất

Có thể bạn cho rằng điều này không công bằng. Bạn nhận thấy thực sự mình nên đọc cuốn sách, toàn bộ cuốn sách. Tôi muốn chia sẻ với bạn một

trong nhiều kinh nghiệm của tôi. Một lớp học chuyên đề mà tôi tham dự có khoảng 10 người. Mỗi tuần, chúng tôi được giao đọc một cuốn sách. Tôi dành 30 phút trước khi vào lớp để “đọc” nó. Tôi xem trước thật nghiêm túc, hoàn thiện nhanh mô hình ghi nhớ và vào lớp. Tôi quan sát trong số 10 người chỉ có một người “đọc” sách (một người chăm chỉ, có nhiều thời gian – có thể dành ra khoảng 15 giờ cho việc này). Số khác dự định đọc sách và đã đọc được 1 đến 2 chương. Một số người không đọc gì cả, thậm chí không cố gắng. Kết quả là cuộc thảo luận thường tập trung vào ba hướng giữa người hướng dẫn, người chăm chỉ và tôi. Đáng tiếc là những người chỉ đọc 1 đến 2 chương

(thường bắt đầu từ đầu và đọc tiếp từng từ) chỉ có một chút ý tưởng trong phạm vi kiến thức của cuốn sách và tham gia thảo luận một cách khiên cưỡng.

Và trong những bối cảnh khác – kinh doanh, nghiên cứu hoặc tự học – bạn phải áp dụng các kỹ thuật đọc sao cho phù hợp với mục đích. Đây là bài luyện giúp bạn khởi động.

BÀI TẬP SỐ 38

Dụng cụ: Giấy và bút hoặc một chương trình xử lý văn bản trên máy tính.

Hướng dẫn: Trong một trang giấy, kẻ một mô hình ghi nhớ cho mỗi tình huống đọc được đưa ra dưới đây. Đầu tiên, xem

vấn đề hoặc tình huống ở đây là gì, sau đó xem cả đoạn. Từ hai điều kiện đó, hãy xác định: (1) bạn sẽ chia phần tài liệu như thế nào, bằng cách vẽ mô hình ghi nhớ có một nhánh chính cho mỗi phần như thế nào; (2) Bạn có thể ghi nhớ được bao nhiêu mục trong mỗi phần, sau đó đưa các nhánh phụ vào mô hình ghi nhớ.

VẤN ĐỀ A: Bạn là sinh viên y khoa năm nhất. Bạn được giao một bài kiểm tra về tài liệu này vào ngày mai. Đây là toàn bộ tài liệu được giao. Bài kiểm tra thường có 5 câu hỏi.

Chẩn đoán khác nhau về các tình trạng suy yếu xảy ra bất thường và tình trạng ngất xỉu nhưng không bị

mất ý thức

RỐI LOẠN LO ÂU VÀ TRIỆU CHỨNG THỞ NHANH. Chứng rối loạn lo âu thường được giải thích là một cảm giác choáng váng mà không bị rơi vào trạng thái mất ý thức. Những triệu chứng đó thường kèm theo vẻ mặt xanh xao và không có dấu hiệu thuyên giảm khi nằm xuống. Chẩn đoán được thực hiện dựa trên triệu chứng liên quan và một phần của rối loạn lo âu có thể được sinh ra do chứng thở nhanh. Có hai cơ chế được biết đến có liên quan đến chứng lo âu là hiện tượng giảm carbon dioxide, nguyên nhân dẫn đến chứng thở nhanh và giải phóng adrenalin. Chứng thở nhanh dẫn đến hiện tượng

nồng độ carbon dioxide cao bất thường trong máu, chứng nhiễm kiềm, tăng khả năng đột quy và giảm lưu lượng máu trong não.

HẠ ĐƯỜNG HUYẾT. Ở thể nặng, chứng hạ đường huyết thường dẫn đến nhiều bệnh nghiêm trọng, chẳng hạn bệnh gan hay xuất hiện khối u bắt nguồn từ cụm các tế bào nội tiết (Đảo tụy Langerhans - Islets of Langerhans) hoặc thượng thận, tuyến yên. Hình ảnh lâm sàng cho thấy một trong những rối loạn, thậm chí là mất ý thức. Ở thể nhẹ thường gặp, hiện tượng giảm đường huyết là một kiểu phản ứng, xảy ra sau khi ăn từ 2 đến 5 tiếng, và thường không liên quan đến sự xáo trộn về ý

thức. Việc chẩn đoán phụ thuộc vào tiền sử của bệnh, giấy tờ liên quan đến việc giảm lượng đường trong máu trong một lần bị rối loạn lo âu và tái sản sinh bằng cách tiêm một liều insulin của triệu chứng phức hợp, hoàn toàn tương tự với hiện tượng xảy ra trong những chứng rối loạn lo âu tự phát.

XUẤT HUYẾT CẤP TÍNH. Xuất huyết cấp tính, thường xảy ra trong đường tiêu hóa, là nguyên nhân gây ngất xỉu bất chợt. Vì không đau và không nôn ra máu nên nguyên nhân của tình trạng sức khỏe yếu, choáng váng, thậm chí bất tỉnh, có thể vẫn khó phát hiện cho đến khi chuyển sang giai đoạn phân đen.

CƠN THIẾU MÁU CỤC BỘ. Hiện tượng này xảy ra ở một số bệnh nhân hẹp động mạch hoặc tắc nghẽn nhánh động mạch não. Các triệu chứng chính khác nhau giữa bệnh nhân này với bệnh nhân khác bao gồm nhìn mờ, liệt nửa người, tê một bên người, chóng mặt, nói không rõ ràng và nhận thức kém. Ở bất kỳ bệnh nhân nào, mọi cơn thiếu máu đều giống nhau và cho thấy sự thiếu hụt chức năng tạm thời ở một vùng nào đó trong não do lượng máu lưu thông không đủ.

NGẮT XỈU GIẢ. Ngất xỉu giả xảy ra khá thường xuyên trong những tình huống kịch tính. Tình trạng ngất xỉu này không mấy ai có thể phòng tránh

được, bởi nó không hề có bất kỳ triệu chứng nào được bộc lộ ra. Để phân biệt với ngất do trụy mạch, ngất xỉu giả không có sự thay đổi về nhịp tim, huyết áp hoặc màu da và màng nhầy. Chẩn đoán được dựa trên sự quan sát chung về bản chất kỳ lạ, về những đặc điểm hành vi ở nhiều trường hợp mắc phải hiện tượng ngất xỉu tạm thời.

BÀI TẬP SỐ 38 (TIẾP)

VẤN ĐỀ B. Bạn đang học để trở thành y tá. Bạn cũng được giao đọc đoạn văn trên. Ngày mai bạn sẽ làm bài kiểm tra về tài liệu. Đây chỉ là một trong năm đoạn được giao. Bài kiểm tra thường có 5 câu hỏi.

VẤN ĐỀ C. Bạn là một khách

du lịch đang thăm thành phố New York. Hôm nay bạn phải đưa một người quan trọng đi ăn tối. Bạn muốn kiểm tra một nhà hàng nào đó và nhận được một gợi ý. Đoạn văn dưới đây là bài phê bình một trong những nhà hàng này.

Monello II xứng đáng với sự khen ngợi của Michelin

Người viết: Peter Kump

Bữa trưa mới đây ở Monello II tại trung tâm phía đông Thượng Manhattan gợi cho tôi về những bữa ăn vừa ý vào những buổi chiều yên tĩnh ở Ý. Từ tấm khăn trải bàn ăn bằng vải lanh màu trắng cho đến anh phục vụ người Ý vui vẻ. Trên thực tế, với những chiếc ghế băng dài màu đỏ thoải

mái, những bức tường đóng ván ô ẩm áp cho đến những chai rượu trưng bày, nhà hàng này hấp dẫn hơn nhiều so với nhiều nhà hàng khác ở Ý.

Tại Monello II, với sự chọn lựa cẩn thận, bạn có thể thưởng thức một trong những món ăn ngon nhất của Ý ở New York. Thực đơn giới thiệu đa dạng các món ăn Ý, còn giá cả tương đối đắt đỏ.

Monello II giới thiệu đủ các loại pasta và chúng tôi bắt đầu bằng việc lấy mẫu đặc sản của quán, Fettucini Monello. Tôi được bảo đảm rằng nó giống như món Fettucine Alfredo nổi tiếng. Mới đây tôi ăn tại Alfredo, Rome, quê hương của món ăn này, và nước sốt của

Monello II vẫn giữ được vị ngon. Nhưng rõ ràng đầu bếp đã nhận ra điều đó và dùng thêm sốt để phủ lên món mì trứng mềm.

Những loại mì khác được lấy mẫu theo cách tương tự, mì xoắn kiểu mới. Mì được phủ nước sốt đẹp mắt, mặc dù hơi nhiều - nhưng không phải nước sốt thật. Món mì Spaghetti Carbonara, đặc sản nổi tiếng của người La Mã, có nước sốt tuyệt ngon theo kiểu sốt kem phô mai, nhưng cà chua có vai trò gì trong đó? Và còn hương vị tuyệt vời của thịt xông khói kiểu Ý (Pancetta/xúc xích khô) ở đâu rồi? Còn sốt Pesto của Monello II, tôi rất buồn phải nói đó là nỗi thất vọng ghê gớm.

Có lẽ sốt Pesto là nguồn cảm hứng ẩm thực tuyệt vời nhất của Ý, những hương vị mạnh được ban tặng của vùng Địa Trung Hải. Nguyên liệu chủ đạo của loại sốt này là húng quế - một công thức cho bốn người thường bắt đầu với hai cốc đầy lá húng quế tươi. Pesto của Monello II là sốt tỏi và húng tây, nhưng nếu có chút húng quế thì đó chỉ là mấy cái lá khô.

Thật may, các món khai vị lại ngon hơn nhiều. Các món làm từ thịt bê rất ngon - thịt tươi, được nấu kỹ, sốt ngon. Vị của món gà cũng rất tuyệt vời. Bạn có thể chọn bất kỳ món bê hoặc gà nào theo kiểu nước sốt mình thích; chỉ cần tránh món nào có atisô vì chúng thường

bị ướp và đóng hộp nhiều. Đặc biệt, phải nhắc đến là món thịt hầm ngon tuyệt vào ngày thứ Sáu. Món này được đưa vào thực đơn (vì không có cùng loại cá), dù không giống hệt với món tôi ăn ở Livorno nhưng cũng khá nổi bật.

Món bí ngòi chiên rất ngon và là món rau đại diện độc đáo người Ý có thể làm. Món rau trộn Rugola rất thú vị, còn có món rau xanh trộn có nước sốt kiểu Pháp đóng chai, thêm một chút đường.

Các món tráng miệng cũng tạm ổn; một chiếc bánh Mousse pie sô-cô-la khá to, một bánh ngọt tráng miệng Gateau St. Honore được biết đến từ những ngày đầu, và

món bánh tráng miệng của Ý - món Ý theo kiểu của Anh, pha thêm chút rượu rum. Nhưng cũng như người Ý, tôi vẫn trung thành với hoa quả tươi và pho mát - trừ khi không có pho mát. Cà phê có vỏ chanh được phục vụ kiểu Mỹ. Ở Ý điều đó có nghĩa là bạn đang không được khỏe.

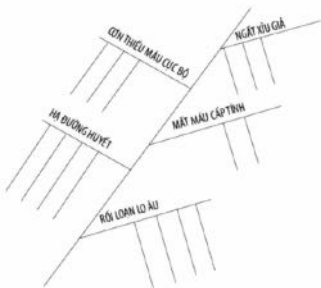
Nếu những người làm việc cho Michelin có sách hướng dẫn các nhà hàng New York, tôi sẽ đề nghị đưa Monello II vào danh sách và là ứng cử viên cho ngôi sao đầu tiên, cho đến khi cải thiện được món pasta. Tờ New York Times, hiện là nơi phê bình rất khắt khe trong việc đánh giá sao, đã rất hào phóng cấp cho nhà hàng này ba sao. Tôi thấy tò mò về điều

này, mặc dù họ rất thân thiện nhưng lại không có sự nhất quán trong các món pasta và dịch vụ, những người phục vụ cũng vừa đặt các món ăn vừa nói chuyện với nhau ngay tại bàn. Nhưng tôi sẽ giới thiệu nó. Và tôi đang mong chờ một chuyến quay lại để thưởng thức món cá hầm.

Bạn có tò mò muốn biết những câu trả lời chuẩn xác của bài tập không? Sau đây là những lựa chọn của tôi:

1. Tôi sẽ chia 5 đoạn thành 5 phần, vẽ mô hình ghi nhớ có 5 nhánh lớn. Vì đây là tài liệu khó và bài kiểm tra được trình bày chi tiết. Tôi sẽ cố gắng ghi nhớ khoảng 3 lần cho mỗi phần trong số 5 phần: ý chính

và thêm ít nhất hai điểm nữa (Hình 16A).



Hình 16A.

2. Với mục đích này, trên cùng đoạn văn, tôi sẽ đọc cả đoạn và nghiên cứu toàn bộ thay vì chia thành 5 phần. Tôi sẽ cố gắng ghi nhớ điểm chính của mỗi phần. Mỗi điểm chính này cộng với các điểm của 4 đoạn khác là đủ. (Hình 16B)



Hình 16B.

3. Mục đích là để xác định liệu nhà hàng này có phải là một “ứng cử viên” không. Do đó, chỉ cần một mô hình ghi nhớ thật đơn giản có 1 nhánh cho từng nhà hàng đã cân nhắc (ở đây chỉ cho một nhà hàng), và có thể từ 1 đến 3 điểm: có hoặc không (nếu chấp nhận được). Nếu có thì có lẽ là một số đặc điểm hoặc những lời giới thiệu đáng chú ý. Một lần xem trước

hiệu quả có thể có được thông tin này. (Hình 16C)



Hình 16C.

Hình 16. Đáp án mô hình ghi nhớ

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 5 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

27

**“LÊN
CHƯƠNG
TRÌNH” ĐỌC
ĐỂ HỌC
HIỆU QUẢ
HƠN**

B í quyết của những tài liệu được lên chương trình sẵn giúp sinh viên học tập hiệu quả hơn thật

đơn giản. Một khối lượng lớn tài liệu được chia thành nhiều phần nhỏ. Sau đó, bạn hãy sử dụng từng mẫu thông tin nhiều lần. Về mặt khái niệm, cách này tuân thủ nhiều nguyên tắc học tập. Việc sử dụng các kỹ thuật học tập hiệu quả trong quá trình học chỉ là vấn đề học cách tự “lên chương trình”.

Bỏ ít thời gian hơn để học được nhiều hơn

Trước khi đi vào một chương trình cụ thể, giờ là lúc đưa ra một nguyên lý khác, đó là sự “hồi tưởng”. Điều này có nghĩa là bộ não sẽ làm việc không có ý thức đối với thông tin, thậm chí giải quyết các vấn đề nếu biết sử dụng một cách đúng

đầu. Để đưa thông tin vào não bộ, bạn hãy cho nó chút thời gian để xử lý, nó sẽ xử lý và phản ứng lại thông tin tương tự như một chiếc máy tính. Một ví dụ thú vị là nếu bạn từng cố nhớ một cái tên và thấy mình không thể làm được điều đó, thì bạn đang gửi đến não một câu hỏi. Bạn ắt hẳn đã gặp trường hợp cái tên hiện lại trong tâm trí sau khoảng 30 đến 60 phút. Bộ não xử lý vấn đề một cách không có ý thức. Về cơ bản đây là nguyên lý hoạt động của sự hồi tưởng.

Yếu tố quan trọng để nhớ ở đây chính là thời gian. Bạn cần thời gian để nắm được hầu hết các vấn đề. Các vấn đề càng hướng đến sự kiện, ví dụ phải nhớ từ vựng, thì càng cần

nhiều thời gian hơn. Các loại tài liệu dựa trên khái niệm thường thích hợp với những đợt nghiên cứu chuyên sâu kéo dài, nhưng bạn sẽ vượt qua sau vài ngày. Thực tế đã chứng minh rằng 8 tiếng đồng hồ nhồi nhét thường không hiệu quả bằng 4 giờ học tỉnh táo. Bởi trí nhớ đang hồi tưởng lại thông tin đã nghiên cứu giữa các giai đoạn học tập. Do đó, dù những kỹ thuật nghiên cứu này có thể giúp bạn làm việc hiệu quả hơn, thì những sinh viên có kế hoạch trước và học hằng ngày (thường mất ít thời gian hơn) luôn dành lợi thế.

Phương pháp đọc hiệu quả nhất

Nhiều nghiên cứu đã chứng

minh rằng hiệu quả của việc đọc được cải thiện rõ rệt khi việc cố gắng nhớ lại thông tin sau một lần đọc, bằng văn bản hoặc bằng lời. Một nghiên cứu chia ngẫu nhiên một nhóm người và giao cho tất cả đọc cùng một đoạn văn trong một khoảng thời gian như nhau. Một nửa số đó được hướng dẫn chia đều thời gian cho việc đọc và ghi nhớ thông tin, trong khi nửa kia dành toàn bộ thời gian để đọc. Kết quả là nửa dành thời gian ngang nhau cho việc đọc và ghi nhớ làm bài tốt hơn.

Thông tin này cho biết một nghịch lý thú vị với học viên. Mặc dù bạn có 20 phút đọc một đoạn văn nào đó, nhưng bạn lại cảm thấy mình chỉ đủ thời gian đọc và chẳng đủ thời

gian để ghi nhớ. Qua khóa học này, có thể bạn đã nhận ra rằng việc ghi nhớ thậm chí còn mất nhiều thời gian hơn việc đọc.

Tuy nhiên, những sinh viên nhanh trí sẽ hiểu rằng dành toàn bộ 20 phút để đọc khiến họ nhớ được ít hơn là chỉ dành 10 phút đọc và 10 phút ghi nhớ – dù họ có thể không đọc hết cả tài liệu hoặc đọc qua. Đây là điều quan trọng cần phải nắm được, tới mức tôi phải đề nghị bạn đọc lại đoạn này và ghi nhớ.

Kế hoạch học tập

Kế hoạch học tập hiệu quả nhất là dành thời gian ngang nhau cho việc đọc và ghi nhớ từng chủ đề một, các khoảng

thời gian từ 60 đến 120 phút chia đều cho vài ngày. Sau đây là các bước bắt đầu đọc:

1. Biết mục đích tổng thể hoặc cố xác định mục đích. Đọc để lấy các ý chính ư? Bạn có cần phải nắm nhiều chi tiết không?

2. Nghiên cứu tài liệu phải đọc. Tìm các dấu hiệu trợ giúp, ví dụ các tiêu đề in đậm, khoảng cách rộng giữa các đoạn, từ ngữ tín hiệu (“thứ nhất”, “thứ hai”, v.v...), phần giới thiệu, tóm tắt, câu hỏi ở cuối tài liệu. Trong lúc làm việc này, hãy xác định cách chia tài liệu. Bạn sẽ vừa đọc - vừa nghiên cứu từng đoạn chứ? Từng trang một? Hay bạn có thể đọc cả chương hoặc cả phần? Đây là

bước “lên chương trình” và có lẽ là bước quan trọng nhất. Có thể bạn cần xem lại sơ đồ về “Các cấp độ thông tin đọc” để xác định mục đích.

3. Vẽ mô hình ghi nhớ. Đưa vào mô hình cách sắp xếp mà tác giả sử dụng, ví dụ, một nhánh chính đại diện cho mỗi phần chính. Sau đó, kẻ thêm các đường nhánh phụ cho biết mức độ mong đợi mình có thể ghi nhớ từ mỗi đoạn hoặc phần tài liệu.

4. Sau đó, thực hiện từng đoạn một (xử lý hết từng phần trước khi chuyển sang phần tiếp theo), theo các bước sau:

- Xem trước phần tài liệu để xác định nội dung. Ghi nhớ thông tin này theo những gì

bạn biết và không được nhìn vào tài liệu.

- Đọc cẩn thận để hiểu thật kỹ phần tài liệu. Cố gắng ghi nhớ càng nhiều càng tốt. Bạn có ghi nhớ đủ thông tin không? Bạn có điền được hết các nhánh thể hiện mình đã nắm được đủ thông tin của phần đó không? Nếu không, đọc lại phần tài liệu và ghi nhớ. Lặp lại cho đến khi đạt được mục đích của mình.

5. Xem lại toàn bộ phần tài liệu. Cố gắng xem toàn bộ tài liệu một lần nữa, ráp tất cả các phần nhỏ đã nghiên cứu lại với nhau thành tài liệu tổng thể.

Đừng đọc để nhớ

Nhiều sinh viên đã gặp phải

vấn đề này trong lần đầu học những kỹ thuật đọc theo trình tự để hiểu. Không bao giờ, đừng bao giờ đọc để nhớ! Nếu đọc để nhớ thì bạn sẽ không nhớ được nhiều như đọc để hiểu. Đọc để nhớ không khác gì việc hái táo. Bạn hái được vài quả, với thêm mấy quả, một số quả bị rơi, v.v... Nhưng nếu đọc với mục đích để hiểu thì bạn phải xác định được bố cục của tài liệu và xem mọi thứ liên quan đến nhau như thế nào. Khi làm được như vậy, bạn sẽ hiểu và nhớ được nhiều hơn.

Trong bài tập tiếp theo, bạn phải áp dụng các kỹ thuật này vào một đoạn văn đơn giản trong cuốn sách lớp 5. Tôi muốn bạn bắt đầu ở cấp độ này

để hiểu đầy đủ về các kỹ thuật, sau đó sẵn sàng áp dụng vào tài liệu của mình.

BÀI TẬP SỐ 39

Dụng cụ: Giấy và bút hoặc chương trình xử lý văn bản trên máy tính.

- Giống như một học sinh lớp 5, bạn được giao đọc một chương có tiêu đề “Không khí” trong sách khoa học vật lý. Ngày hôm sau, bạn được giao một bài kiểm tra có 5 câu hỏi. Mục đích là học đọc thật kỹ cả chương để vượt qua bài kiểm tra.

- Nghiên cứu tài liệu phải đọc. Quyết định cách chia tài liệu để học đọc theo mục đích đặt ra.

- Vẽ mô hình ghi nhớ. Mỗi nhánh tương ứng với một phần tác giả đưa ra. Ngoài ra, vẽ thêm các nhánh xuống phía dưới thể hiện mức độ phải ghi nhớ từ mỗi phần mà bạn đã xác định để đạt được mục đích đặt ra.

- Tiến hành với từng phần, đầu tiên là xem trước và ghi nhớ theo ý hiểu, sau đó đọc và ghi nhớ theo ý hiểu, cho đến khi điền được vào tất cả các nhánh đã xác định trước trong mô hình ghi nhớ.

- Khi hoàn thành cả phần tài liệu, hãy nhanh chóng kiểm tra lại.

Lưu ý: Lưu lại mô hình ghi nhớ này để dùng trong Bài tập số 40.

Khi vẽ được mô hình ghi nhớ, hãy kiểm tra xem bạn có thể điền thật nhanh vào mô hình này bằng cách xem trước và ghi nhớ không, sau đó đọc và ghi nhớ từng phần. Đây là những công việc biến học tập thành một môn thể thao trí tuệ. Phần khó khăn nhất là xác định mục đích và chia tài liệu. “Học tập” trở thành một kỹ năng, mà qua đó bạn sẽ tiến bộ hơn mỗi ngày.

“KHÔNG KHÍ”

Bạn có nhìn thấy không khí không?

Bạn biết gì về bầu không khí mình đang sống? Bạn có hít thở không? Bạn có nhìn thấy nó không? Bạn có cảm nhận được khi nó di chuyển không?

Câu trả lời là có. Nhưng để hình dung ra thứ gì đó mà bạn không thể nhìn thấy thì thật khó. Khó có thể tin một thứ gì đó có thật nếu bạn không nhìn và sờ thấy nó. Làm thế nào để biết không khí có thực?

Không khí có choán không gian không?

Bạn hãy thử lật úp chiếc cốc thủy tinh và ấn xuống một bát nước. Cái gì ngăn không cho nước lấp đầy cốc? Bạn nghĩ chiếc cốc trống không. Nó không chứa cái gì để uống, nhưng thực tế nó là chiếc cốc đầy. Chiếc cốc đầy không khí. Chỉ những thứ có thực mới choán không gian. Không thể chứa thêm không khí và nước trong cùng một chiếc cốc

giống như việc bạn và một người khác cùng lúc không thể chui vào một bộ quần áo. Nước không thể tràn vào cốc trừ khi bạn nghiêng nó sang một bên và để không khí thoát ra ngoài.

Không khí có thực không?

Tiếp theo, hãy thử thổi một quả bóng bay. Khi bóp nhẹ quả bóng, bạn thấy có gì bên trong không? Thứ duy nhất bạn đã thổi vào quả bóng là không khí. Hẳn là bạn cảm nhận được không khí. Vậy thì không khí có thực.

Bạn có thể nén không khí không?

Bơm căng một quả bóng rổ đồng nghĩa rằng bạn đang nén không khí. Nếu dùng ngón tay

bịt chặt đầu bơm thì bạn sẽ khó ấn tay cầm xuống hơn, nhưng ít nhất bạn cũng có thể ép xuống phần nào.

Không khí có nặng không?

Không khí nặng chừng nào? Điều này tùy thuộc vào việc bạn đo khi nào và ở đâu. Không khí trong phòng khách có thể nặng bằng bạn. Ngay lúc này, một cột không khí cao vài trăm kilomet nén xuống đầu và vai bạn. Nó nặng vài chục kilogram. Làm thế nào bạn chịu được sức nặng đó? Bạn không thể chịu được nếu sức ép không khí tương tự trong cơ thể không đẩy lại. Thí nghiệm mô tả dưới đây giúp lý giải điều này.

Không khí có đẩy ra mọi

hướng không?

Hãy nhờ một ai đó dùng hai tay giữ một tờ giấy mỏng. Bây giờ, bạn hãy dùng ngón tay chọc ngược lại mặt kia tờ giấy. Bạn đã chọc thủng một lỗ. Hãy lấy một tờ giấy khác. Lần này mỗi bàn tay dùng một ngón. Chọc vào cùng một điểm trên mỗi mặt giấy. Không có gì xảy ra. Sức ép vào hai mặt tờ giấy ngang nhau. Như vậy, sức ép của không khí trong cơ thể bạn cũng bằng sức ép của lượng không khí ép trên đầu và vai bạn.

Bạn có thể nén nước không?

Cột không khí cao đè xuống đầu bạn như một cột nước cao ép một thợ lặn sâu xuống dưới biển. Nhưng có một khác biệt

lớn giữa những cột nước này. Bạn không thể nén nước như nén không khí.

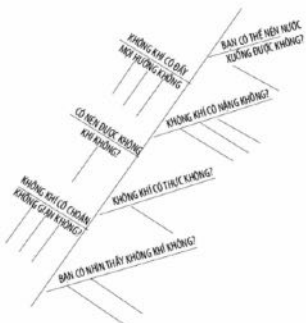
Bạn đã làm thế nào? Với bài học đọc như thế, để xác định được mục đích của mình, trước tiên tôi nhận thấy chương này có 7 đoạn. Bài kiểm tra được giao có 5 câu hỏi, có thể trong 5 câu sẽ có một câu trong 7 đoạn. Điều đó có nghĩa là ít nhất tôi phải nắm được điểm chính của mỗi phần và để chắc chắn thì tôi phải nắm được hai điểm từ mỗi phần. Vì có một số phần rất ngắn, nên tôi sẽ điều chỉnh và nắm 3 điểm ở những đoạn dài và 1 điểm ở những đoạn ngắn. Do vậy, mô hình ghi nhớ tôi đưa ra tương tự như Hình 17. Bước sau cùng là điền vào

những chỗ trống bằng cách xem trước-và-nhớ lại, sau đó đọc-và-nhớ lại từng phần cho tới khi hoàn thành.

Có thể, bạn thấy nguyên lý B.E.M rất hữu ích. Nó chứng minh một thực tế rằng chúng ta có xu hướng nhớ tốt nhất những cái “đầu tiên” của mọi thứ, kế đến là “kết thúc”, và trí nhớ thường sẽ bị kẹt với phần “giữa”. Để nắm được điều này, chắc chắn bạn phải lưu ý đặc biệt đến những đoạn giữa mà mình đang học. Đừng quên dành thêm thời gian vừa đọc vừa ghi nhớ chúng.

Phương pháp này áp dụng cho bất cứ điều gì bạn muốn nắm được. Có thể bạn đang đọc một chương chỉ để tìm ra một hoặc

hai điểm, và có thể chỉ với một lần xem trước, bạn đã có được tất cả những gì mình muốn biết. Hay khi đang đọc một bài viết trong tạp chí để giải trí, bạn tình cờ muốn nhớ một điểm nào đó. Nếu không thể ghi nhớ được hết, thì phải rất lâu bạn mới nắm được những thông tin đó.



Hình 17. Mô hình ghi nhớ cho phần không khí

MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 5 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.

28

TẠO RA CÁC MÔ HÌNH TRỰC QUAN GIÚP BẠN GHI NHỚ

Nếu bạn quan tâm đến khả năng nhớ thông tin trong một thời gian dài thì bạn phải thực hiện một bước nữa trong tiến trình đọc-nghiên cứu-nhớ. Điều mà

chúng ta quan tâm hiện giờ là đọc gần và nắm được thông tin. Trong chương này, chúng ta sẽ đề cập đến cách ghi nhớ thông tin trong một thời gian dài (một ngày trở lên) qua việc sử dụng một mô hình ghi nhớ mới.

Từ đầu cuốn sách, bạn chủ yếu sử dụng một kiểu mô hình ghi nhớ cho một mục đích. Đây là đường chéo ghi nhớ với mục đích phản hồi ngay hoặc nhắc lại thông tin vừa đọc, và cũng là một trong những bước quan trọng nhất bạn học được từ cuốn sách này. Mỗi lần đọc một thứ gì đó, giống như những gì bạn đang thực hiện trong nhiều bài luyện của cuốn sách này, bạn bắt nhịp với nó bằng cách tạo ra mô

hình ghi nhớ, từ đó khả năng đọc của bạn đang tăng lên. Nhờ đó, bạn có thể nhớ nhiều và lâu hơn.

Nếu một học viên không học được nhiều từ khóa học này, ngoài cách sử dụng tay làm vật dẫn đường và học cách ghi nhớ khi đọc để nắm được điều mong muốn, thì liệu khóa học có xứng đáng với đồng tiền và những thời gian thực hành họ phải bỏ ra không. Chỉ bằng hai kỹ năng đó, chắc chắn bạn có thể đọc nhanh gấp hai lần tốc độ ban đầu và đạt được hiệu quả gấp đôi.

Giá trị của mô hình ghi nhớ so với một dàn ý

Mô hình ghi nhớ trực quan rất hữu ích trong việc nhớ lại

thông tin bởi ngoài thông tin bằng lời mà bạn đang lưu giữ trong não bộ, nó đưa ra một hình vẽ trực quan. Mô hình ghi nhớ là một phương tiện trực quan mô tả bố cục và các mối liên hệ (sự kết hợp) của thông tin bằng lời. Ngoài ra, nó còn là một phương pháp hiệu quả để ghi lại thông tin. Một dàn ý không có được những lợi thế rõ ràng của một mô hình trực quan.

Có thể một mô hình ghi nhớ khi bạn tiến hành lại dẫn đến sự rối mắt. Ở một khía cạnh nào đó, bạn chỉ đang thực hành thông tin mà mình cố gắng hiểu được mà thôi. Và những mô hình này có khuynh hướng rất rối. Điều đó chắc chắn khiến mọi người

suy nghĩ sai lệch về giá trị to lớn trong việc cải thiện khả năng đọc của mô hình ghi nhớ.

Thực hiện bước thứ hai

Khi muốn nhớ thông tin trong thời gian dài và đã hoàn thành các bước đầu tiên về đọc và ghi nhớ thì bạn đã sẵn sàng chuyển sang bước tiếp theo. Giai đoạn thứ hai là sắp xếp lại mô hình ghi nhớ, không được nhìn lại sách. Càng sắp xếp thông tin sáng tạo, bạn càng nhớ được lâu hơn. Bước đầu tiên trong việc sắp xếp lại một mô hình ghi nhớ và cố gắng tạo ra cách sắp xếp mô hình của riêng mình (nếu có thể, cố gắng không sử dụng cách sắp xếp của tác giả) là sử dụng một kiểu mô hình ghi nhớ khác.

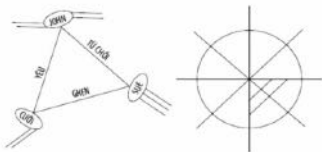
Để dàng chứng minh được càng sáng tạo trong quá trình sắp xếp thông tin thì bạn càng học nhanh và nhớ thông tin được lâu hơn. Bạn nên cố gắng sắp xếp lại mô hình ghi nhớ bị rối bằng cách (1) loại bỏ bất cứ thông tin hiện tại nếu thấy không cần thiết, (2) tạo ra các mối liên hệ của những thông tin mới không có trong sách và (3) cố gắng đưa ra cách sắp xếp của chính mình theo mô hình mới.

Các mô hình ghi nhớ có thể thay đổi

Ngoài mô hình đường chéo còn có một số mô hình khác thường được sử dụng.

Mô hình vòng tròn có thể rất có ích đối với một số loại tài

liệu, ví dụ như thể loại hư cấu. Hình 18 minh họa hai cách dùng khác nhau.



Hình 18

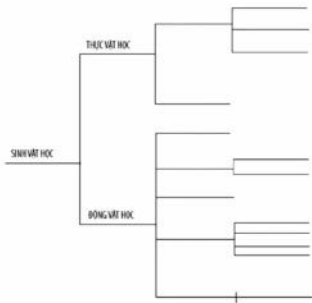
Theo mô hình đầu tiên, các chữ có mối “liên hệ” với nhau bằng các đường nối. Kiểu này có xu thế phù hợp nhất đối với thể loại hư cấu. Những thông tin thích hợp sẽ được bổ sung vào chỗ liên quan ở các đường kẻ khác nhau. Mô hình thứ hai tương tự như hình mặt trời hoặc tấm bia, thậm chí có thể là một chiếc bánh ngọt. Có lẽ mô hình này phù hợp hơn với

thể loại phi hư cấu.

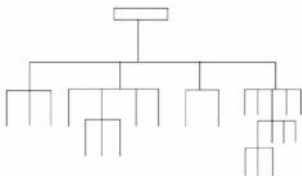
Có thể mô hình mà bạn thường dùng nhất là mô hình đường kẻ. Biểu đồ dòng chảy là một ví dụ của mô hình này, đôi khi kiểu hình chóp được dùng trong các lớp Tiếng Anh để biểu thị các cấu trúc đoạn. Mô hình này có xu hướng phù hợp nhất với các tài liệu khoa học và tài liệu kinh doanh. Hai ví dụ về các mô hình này được minh họa trong Hình 19A và 19B.

Một số người thích thử mô hình bằng hình ảnh. Trên thực tế, đây là một mô hình đại diện cho vài khía cạnh thông tin liên quan. Tôi đã thấy học viên đưa ra đề xuất đó cho việc ghi nhớ tác phẩm kinh điển

Gulliver du ký, vốn là một bức tranh của Gulliver dày đặc những người tí hon Lilliput, tất nhiên là toàn bộ bằng chữ và các cụm từ; cho đến bức tranh về một cây cầu được dựng lên bằng chữ, mô tả thông tin từ một cuốn sách giáo khoa về kỹ thuật. Hình 20A và 20B là hai ví dụ thông thường mang đến cho bạn một ý niệm rõ ràng trong trường hợp muốn sử dụng mô hình này.



Hình 19A



Hình 19B

Kiểu cuối cùng là mô hình của chính bạn, một mô hình ngẫu nhiên. Đây là mô hình thú vị nhất vì bạn đang ngày càng

sáng tạo và càng sáng tạo trong việc sắp xếp thông tin thì bạn càng có khả năng nhớ được nhiều thông tin hơn.

Thông thường, một mô hình ghi nhớ được phát triển theo hai giai đoạn khác nhau. Ban đầu, có thể sử dụng mô hình đường chéo. Nếu có thể, bạn hãy cố gắng sử dụng cách sắp xếp của tác giả. Ví dụ, hãy xem đoạn văn sau đây:

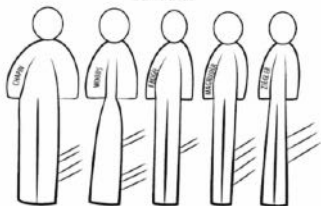
Trượt tuyết: môn thể thao dành cho tất cả mọi người

Trượt tuyết là môn thể thao mang lại thú vị đó thực sự cho mọi người. Phần lớn mọi người chỉ nghĩ đến trượt tuyết từ trên đồi xuống hoặc ở dãy Alpine (thuộc dãy Alps). Còn loại trượt tuyết trên các cánh

đồng kiểu này hơi khác một chút. Cả hai kiểu trượt tuyết đều là những bài tập tốt để tạo ra trải nghiệm. Trượt tuyết trên cánh đồng dễ học hơn nhiều và phù hợp cho những người nghĩ mình không hợp với thể thao.



Hình 20A



Hình 20B

Trượt tuyết ở dãy Alpine

Khi nói đến trượt tuyết, phần lớn mọi người nghĩ đến trượt tuyết trên núi cao, trượt xuống sườn đồi bằng cách điều khiển hai ván gắn ở bàn chân. Có thể đó là một trải nghiệm ly kỳ nếu bạn sẵn sàng dành chút thời gian để học. Hầu hết mọi người cần phải học một vài buổi. Tốc độ đạt được có thể khá cao, cũng như khi trải nghiệm với nhiều loại địa hình. Các loại tuyết khác nhau mang lại những trải nghiệm khác nhau.

Trượt tuyết trên các cánh đồng

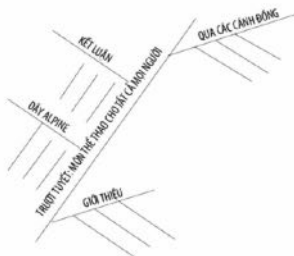
Gần đây, trượt tuyết trên các cánh đồng trở thành một môn thể thao được ưa chuộng. Mặc

dù bạn gắn “tấm ván” vào bàn chân để điều khiển khi trượt trên bề mặt tuyết, nhưng mục đích lại nghiêng về du lịch hơn – thường đi qua các cánh đồng bằng phẳng – thay vì trượt trên sườn đồi như ban đầu. Quả là một sự tự do tuyệt vời khi được khám phá những con đường mòn. Chỉ cần một chút hướng dẫn là bạn có thể thực hiện được, vì nó giống như đi bộ. Bất kỳ ai yêu thích hoạt động ngoài trời thì nên biết một kiểu trượt tuyết. Cả hai kiểu trượt tuyết đều là những môn thể thao phù hợp ở mọi lứa tuổi. Trên thực tế, cả gia đình có thể trượt tuyết cùng nhau. Ở tuổi 70, có thể bạn không muốn chọn kiểu trượt tuyết trên núi cao, nhưng chắc chắn bạn có thể học trượt

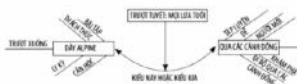
tuyết trên cánh đồng. Trượt tuyết chắc chắn là một môn thể thao cho tất cả mọi người.

Sử dụng cách sắp xếp của tác giả có thể đưa đến một mô hình ghi nhớ thể hiện trong Hình 21.

Với mô hình này, bạn có thể bắt đầu xem trước và ghi nhớ, sau đó đọc và ghi nhớ. Nó như một tờ giấy theo dõi việc nắm bắt thông tin thông qua việc đọc và “ghi lại” thông tin qua việc ghi nhớ bằng văn bản.



Hình 21. Mô hình đường chéo ghi nhớ cho phần trượt tuyết



Hình 22. Mô hình ghi nhớ ngẫu nhiên cho phần trượt tuyết

Ở giai đoạn hai, bạn có thể tiếp tục và lập mô hình ghi nhớ thông tin của riêng mình, một mô hình hoàn toàn khác và sáng tạo hơn. Hình 22 là một ví dụ về những thông tin tương tự được sắp xếp vào một

mô hình ngẫu nhiên.

Kiểu này không nhất thiết phải sắp xếp “đúng” cách vì không có chuyện đúng hay sai ở đây. Cách sắp xếp của bạn luôn là tốt nhất, vì khi sắp xếp theo cách của mình, bạn sẽ nhớ lâu hơn nhiều.

BÀI TẬP SỐ 40

Dụng cụ: Bút và giấy,

Mô hình ghi nhớ của bạn từ bài tập số 39.

- Chỉ thực hiện trên mô hình của bạn (không xem lại đoạn văn), sắp xếp lại mô hình ghi nhớ bằng cách (1) viết vào một mô hình mới thay vì mô hình đường chéo, (2) cố gắng tạo sự khác biệt hoặc tạo ra các mối

quan hệ thông tin mới, (3) loại bỏ những gì không cần thiết, kể cả những chữ thừa để có thể nhớ được thông tin.

- Khi thực hiện xong mô hình ghi nhớ mới, lấy một tờ giấy khác, không nhìn lại một trong hai mô hình đầu tiên, cố gắng lặp lại mô hình ghi nhớ mới của bạn. Đầu tiên hãy nhớ lại và vẽ các đường thẳng, sau đó điền càng nhiều thông tin bằng lời càng tốt.

- Khi thực hiện xong, kiểm tra lại mô hình ghi nhớ mới so với mô hình bạn đang cố làm lại. Kiểm tra xem bạn có thể nhớ được bao nhiêu thông tin.

Bài tập này thường rất quan trọng đối với học viên bởi hai lý do. Thứ nhất, vì họ ngạc

nhiên khi có thể nhớ được nhiều như vậy (thường là 100%); thứ hai, việc “nắm bắt” thông tin không cần phải nỗ lực nhiều và có thể còn thú vị nữa.

Nếu gặp khó khăn trong việc nhớ lại mô hình ghi nhớ thì lý do rất đơn giản. Rất có thể bạn chưa đủ sáng tạo khi sắp xếp lại từ mô hình đầu tiên. Bạn phải đảm bảo sử dụng các đường kẻ cho tất cả các mẫu thông tin vì các đường kẻ tạo ra mô hình trực quan. Bạn phải đảm bảo mình đã cố gắng sắp xếp lại tài liệu, vẽ ra các mối liên hệ thông tin mới nếu có thể. Dù chưa thành công trong việc xác định kiểu sắp xếp mới, sự cố gắng để làm việc này chính là bổ sung năng

lực cho trí nhớ.

Ở chương sau, chúng ta sẽ tìm hiểu thêm các phương pháp tăng khả năng nhớ những điều mình đã đọc và sắp xếp các mô hình ghi nhớ theo những cách mới. Nhưng trước tiên hãy làm tốt các bài luyện.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 5 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

29

BẰNG CÁC KỸ THUẬT ĐÃ ĐƯỢC KIỂM CHỨNG

Bạn có thể nhớ được nhiều hơn từ những gì đã đọc

Phần lớn chúng ta không nhớ được là do bản thân không quyết

định nhớ nó vào thời điểm thích hợp. Thời điểm quan trọng là khi bạn tiếp cận với thông tin. Khi quyết định cần nhớ điều gì chính là lúc bạn nhận ra mình chẳng thể nhớ được nó.

Ví dụ đơn giản nhất là về những cái tên, thứ mà nhiều người không thể nhớ tốt như mong muốn. Những người này quyết định phải nhớ tên một ai đó vào lúc họ cố gắng nhớ lại. Trong khi, thời điểm đưa ra quyết định đó phải là lúc bạn được giới thiệu. Bạn có thể tự nhắc lại ngay lập tức với bản thân tên của người đó vài lần, đồng thời tìm cơ hội nói ra ít nhất một lần trong cuộc trò chuyện với người đó, dù chỉ là “Thật vui khi được nói chuyện

với bạn, Lenore” hoặc “Tên của anh được viết như thế nào, anh Zeitgeist?”

Các nguyên tắc áp dụng để nhớ tên cũng phù hợp để nhớ những gì bạn đã đọc. Để nhớ được những gì đã đọc một cách hiệu quả, bạn bắt buộc phải quyết định nhớ trước khi đọc. Tức là bạn cũng phải lựa chọn. “Quyết định” nhớ toàn bộ cuốn sách trước khi đọc sẽ hơi khó. Ngay cả bộ nhớ tuyệt vời nhất cũng khó có thể ghi nhớ toàn bộ cuốn sách – vả lại, tại sao chúng ta phải lo ngại điều đó nhỉ?

Ba bước cải thiện khả năng nhớ

Có ba bước cơ bản giúp cải thiện kỹ năng ghi nhớ hay khả

năng nhớ của bạn. Đầu tiên là học cách quyết định nhớ một điều gì đó và lựa chọn những gì mình cần nhớ. Tất nhiên, điều đó tương tự như việc xác định mục đích.

Khi đã xác định được điều muốn nhớ, hãy sắp xếp nó một cách sáng tạo. Khi thông tin được ghi chép, tổ chức và sắp xếp hợp lý thì bạn sẽ dễ dàng tìm kiếm hơn nhiều.

Để sắp xếp thông tin, đầu tiên bạn phải nắm được “vấn đề được đề cập trong tài liệu”. Điều này giúp xác định điểm trọng tâm, chủ đề chính hoặc vị trí mà bạn sẽ sắp xếp chúng. Nếu có hàng loạt các vấn đề được đưa ra thì bạn phải xem xét thật kỹ lưỡng. Nhớ được

nhiều chi tiết trong cùng một “loại” rất khó – thường 4 đến 5 chi tiết là đủ. Nếu tình cờ bạn có 11 chi tiết cùng loại thì hãy tìm cách chia nhỏ chúng. Luôn có cách chia nhỏ các chi tiết, dù đó chỉ là sắp xếp theo thứ tự chữ cái hay theo con số.

Một danh sách mua sắm là ví dụ điển hình về cách sắp xếp. Một danh sách có khoảng 19 hạng mục có thể hơi khó nhớ:

Cá thu đóng hộp	Súp lơ xanh	Giâm bông nấu nhặt
Sữa	Thịt ba chỉ	Xà phòng giặt
Đậu Hà Lan	Màng bọc thực phẩm	Nước rửa kính
Hamburger	Kem sô cô la	Trứng
Bơ	Chất tẩy rửa	Nước cam
Đậu xanh	Lườn cá bơn	Thịt lợn xông khói
Thịt gà		

Nhưng phân loại theo loại thực phẩm và sắp xếp danh

sách thì có vẻ chúng không còn là điều khủng khiếp nữa:

SỮA	RAU	CÁ
Sữa	Đậu Hà Lan	Cá thu đóng hộp
Bơ	Đậu xanh	Lườn cá bơn
Trứng	Súp lơ xanh	THỊT

ĐỒ ĐÔNG LẠNH	KHÁC	Hamburger
Nước cam	Màng bọc thực phẩm	Thịt ba chỉ
Kem sô cô la	Chất tẩy rửa	Giảm bông nấu nhát
	Xà phòng giặt	Thịt lợn xông khói
	Nước rửa kính	Gà

Chắc chắn đây không phải là cách chia duy nhất. Kem có thể nằm trong sữa, sữa tươi và nước cam có thể được xếp trong loại “đồ uống”. Điều quan trọng là một danh sách dài các hạng mục đã được sắp xếp và chia thành các phần để quản lý. Khi muốn nhớ thông

tin mình đang đọc, bạn nên (1) chọn ra điều mình muốn nhớ và (2) sắp xếp.

Nếu bạn sử dụng phương pháp đọc đã đưa ra để đọc tài liệu quan trọng thì rõ ràng nó sẽ giúp bạn sắp xếp. Xem trước giúp bạn xác định nội dung và một vài điểm chính, đọc sẽ giúp bạn xác định thêm thông tin, và xem lại giúp bạn kiểm tra lại toàn bộ thông tin.

Liên hệ thông tin thật nhanh

Bước thứ ba trong việc ghi nhớ thông tin là biết cách liên hệ thông tin hoặc liên hệ nó với những gì mình đã biết. Đây có thể là bước quan trọng nhất trong tất cả các bước vì càng liên hệ chặt chẽ với những

điều mình đã biết và với những gì quan trọng thì bạn càng dễ nhớ.

Một ví dụ điển hình cho trường hợp này là hỏi một người nào đó xem họ đã làm gì vào một ngày bất kỳ - 11 tháng 3 năm 1996 chẳng hạn. Có thể họ không có một chút ý niệm nào, trừ khi đó là ngày sinh nhật của họ hoặc một ngày đặc biệt nào khác. Nếu bạn hỏi họ đã làm gì vào ngày xảy ra một sự kiện lịch sử đau buồn - ví dụ khi Tổng thống Kennedy bị ám sát hoặc khi Tổng thống Ronald Reagan bị đe dọa tới tính mạng - có thể từng dòng ký ức của họ sẽ ùa về. Nếu bạn có thể nắm lấy thông tin và liên hệ một cách ý nghĩa, nó sẽ giúp bạn rất nhiều

trong việc ghi nhớ. Thực tế, việc liên hệ thông tin càng có ý nghĩa thì bạn càng dễ nhớ.

So sánh và đối chiếu

Cách bắt đầu liên hệ thông tin là so sánh và đối chiếu với những gì mình đã biết, để kết nối nó ở mức độ nào đó hoặc cố gắng kết nối với bất kỳ trải nghiệm nào từ trước. Nếu bạn muốn nhớ một cái tên, ngoài việc tự nhắc lại và tìm cách nói to, hãy so sánh và đối chiếu nó. Tự hỏi cái tên “Jane Doe” này có gợi cho bạn nhớ về một người khác cũng tên là Jane mà bạn biết không. Có thể là không. Có thể bạn chưa bao giờ biết một “Jane” nào khác. Cái tên “Jane” này có gợi cho bạn nhớ về một người nào khác

không? Cô ấy có gầy như em gái bạn không? Màu quần áo có giống cô của bạn không? Đầu tròn như chú Harry không? Bằng cách nào đó, bạn có thể liên hệ với cô ấy qua việc so sánh và đối chiếu.

Thêm các mẹo “ghi chép”

Cải thiện trí nhớ chính là cải thiện cách “ghi chép” thông tin (khi nhận được). Tất nhiên điều đó ảnh hưởng đến các kỹ thuật vừa học vừa đọc của bạn, nhưng các bí quyết “ghi chép” thông tin cũng rất hữu ích khi bạn tách nhỏ những thông tin muốn ghi nhớ, được lấy ra từ sách hoặc trong mô hình ghi nhớ và sẵn sàng sắp xếp lại.

Các nhóm có số lượng lẻ chắc

chấn dễ nhớ hơn. Do vậy, khi chia các hạng mục, bạn nên chia thành các nhóm có số lẻ – 3, 5, v.v... – nếu khả thi. 5 thứ cùng loại sẽ dễ nhớ hơn 7 thứ. Do đó, hãy tìm cách chia nhỏ một danh sách có nhiều hơn 5 hạng mục.

Bảng liệt kê cũng hỗ trợ rất nhiều trong việc nhớ lại thông tin và chỉ mất một giây để khiến kỹ năng này trở thành một trong những kỹ thuật sắp xếp của bạn. Ví dụ, một nhánh trên mô hình ghi nhớ ghi “các phương pháp thực hiện một việc gì đó”, bạn đừng quên đếm xem có bao nhiêu phương pháp và bổ sung vào đầu mục. Có ít nhất một mối liên hệ sẽ giúp bạn nhớ lại số lượng phương pháp.

Các thiết bị hỗ trợ trí nhớ đều rất hữu ích và các mô hình ghi nhớ được sắp xếp hợp lý chính là một ví dụ. Thiết bị hỗ trợ trí nhớ là một hệ thống ghi nhớ thông tin có liên quan rất ít hoặc không liên quan đến thông tin đó. Chẳng hạn, từ gieo vần “30 ngày có tháng Chín, tháng Tư, tháng Sáu và tháng Mười một; những tháng còn lại có 31 trừ...” là một ví dụ dễ hiểu. Cách gieo vần giúp chúng ta nhớ được thông tin, nhưng bản thân nó lại không liên quan đến thông tin.

Các thiết bị hỗ trợ trí nhớ luôn là nguồn gốc của tất cả các hệ thống ghi nhớ hiệu quả. Nếu được xây dựng một cách sáng tạo, một mô hình ghi nhớ sẽ trở thành thiết bị hỗ trợ trí

nhớ và giá trị của nó cũng bắt nguồn từ đó. Nếu bạn không sắp xếp thì giá trị của mô hình ghi nhớ sẽ giảm đi nhiều. Điều quan trọng cần nhớ rằng thiết bị hỗ trợ trí nhớ tốt nhất chính là những mô hình do bạn tạo ra. Tính sáng tạo và sự mới mẻ trong nỗ lực sắp xếp và tổng hợp thông tin giúp bạn ghi nhớ hiệu quả, thậm chí tốt hơn bất kỳ mô hình nào khác.

Lý do chính của việc sắp xếp lại một mô hình ghi nhớ sang một mô hình mới là để bạn sáng tạo hơn với thông tin. Và luôn có cách. Ví dụ, bạn được cho một hệ thống tệp tài liệu, mỗi chữ cái được viết ra tương ứng với từng vị trí của mỗi người, tệp tài liệu của ông Brown, cô Clark, cô Davis, v.v...

Bạn có thể “sắp xếp lại” hệ thống này bằng cách tổ chức thông tin theo ngày được ghi. Tất cả những chữ được viết vào ngày 28 tháng Ba, những chữ được viết vào ngày 29 tháng Ba, v.v... chẳng hạn.

Bạn đã có trong đầu những ý tưởng về cách sắp xếp mới này, hãy làm bài tập sau đây và làm theo một quy trình hoàn chỉnh, chú trọng vào việc sắp xếp lại mô hình ghi nhớ. Hãy nhớ rằng việc sắp xếp càng khéo léo thì bạn càng dễ nhớ.

BÀI TẬP SỐ 41

Dụng cụ: Giấy và bút.

Giai đoạn một

- Là một học sinh mới trong

lớp sinh học tại trường đại học, bạn được giao đọc một phần về nhiệt độ cơ thể. (Phần được chọn dưới đây). Bạn được giao một bài kiểm tra có 5 câu hỏi vào ngày tiếp theo. Mục đích của bạn là vừa nghiên cứu vừa đọc thật kỹ cả chương để hoàn thành bài kiểm tra.

- Nghiên cứu tài liệu phải đọc. Quyết định cách chia tài liệu để vừa nghiên cứu vừa đọc theo mục đích của mình. Tham khảo biểu đồ “Các cấp độ...” và quyết định lượng thông tin bạn phải ghi nhớ - cấp độ thông tin nào - để đạt được mục đích dựa vào từng phần hoặc từng đoạn.

- Lập một mô hình ghi nhớ. Mỗi nhánh tương ứng với một

phần để dễ nắm bắt. Ngoài ra, vẽ thêm các nhánh để nắm được mức độ thông tin bạn quyết định phải ghi nhớ theo từng phần nhằm đáp ứng mục đích của mình.

- Thực hiện từng phần. Hãy xem trước và nhớ lại theo ý hiểu của mình, sau đó đọc và nhớ lại theo ý hiểu của mình cho đến khi bạn điền được vào toàn bộ các nhánh đã xác định trước trong mô hình ghi nhớ.

- Sau khi hoàn thành, hãy xem lại thật nhanh toàn bộ tài liệu.

Nhiệt độ cơ thể

Một số người mặc áo choàng làm bằng lông thú “để giữ ấm” vào mùa đông, nhưng số khác lại cho rằng lông thú thực sự

chẳng thể giữ ấm. Nó không làm cho cơ thể chúng ta ấm lên mà chỉ giữ ấm cho chúng ta. Tại sao chúng ta cần áo choàng mùa đông nhưng chim sẻ và thằn lằn lại không cần? Nguồn nhiệt nằm ở chính cơ thể chúng ta chứ không phải lông thú. Nhiệt được sinh ra trong quá trình ôxy hóa chậm, còn gọi là hô hấp tế bào. Lông thú đặc biệt thích hợp để giữ nhiệt và ngăn không cho nhiệt tỏa ra môi trường lạnh xung quanh. Không ai nghĩ rằng mình có thể giữ ấm bằng cách khoác lên người một chiếc áo choàng mỏng manh hoặc mặc áo giáp của một hiệp sĩ. Bởi kim loại vốn là một chất dẫn nhiệt tốt và giữ nhiệt kém. Khi đặt chiếc chảo rán trên bếp lửa, chúng ta đều biết cán chảo

bằng sắt dẫn nhiệt rất tốt và tuyệt đối không được chạm vào. Chúng ta thích chiếc chảo rán có cán gỗ hơn vì gỗ là chất dẫn nhiệt kém. Nước dẫn nhiệt nhanh hơn không khí. Do đó, trong một căn phòng có nhiệt độ 250C, chúng ta thấy khá dễ chịu dù chỉ mặc một bộ đồ bơi, trong khi nước tắm có cùng nhiệt độ lại lạnh. Nước hấp thụ nhiệt của cơ thể nhanh hơn nhiều so với không khí. Một chất dẫn nhiệt kém khác là chất sừng của móng tay. Một vật rất nóng không được tiếp xúc với tay hoặc môi lâu hơn một phần của giây nhưng lại có thể chạm vào móng tay một thời gian tương đối trước khi nhiệt truyền đến lớp bên dưới móng tay. Tóc và da có cùng một chất sừng giống như

móng tay. Chúng cũng là những chất dẫn nhiệt kém và giữ nhiệt rất tốt. Tác dụng dẫn nhiệt và giữ nhiệt này được tăng lên nhờ lớp không khí ở bên trong. Điều này giải thích tại sao chim sẻ, ngỗng, thỏ rừng và gấu ở Siberia không cần “áo choàng” đặc biệt cho mùa đông. Tạo hóa ban cho chúng một bộ lông ngay trên lớp da. Con người từ thời xa xưa đã săn bắt động vật để lấy lông, dùng những tấm chăn lông và chăn lông vịt để đắp. Duy chỉ có động vật có vú và chim có lông và da bảo vệ. Tất cả những loài động vật có xương sống khác như thằn lằn, ếch và cá, cùng những loài không có xương sống như cua, ốc và sâu lại có lớp da trần. Thân nhiệt của một con thằn

lần thay đổi theo nhiệt độ môi trường. Có một sự tương quan kỳ lạ ở đây: một con thằn lằn rất sống động dưới nắng nóng, trong khi ở điều kiện mát mẻ nó trở nên lười biếng, và sẽ cứng đơ vào những đêm lạnh giá hoặc mùa đông. Mặc dù nhiệt được sinh ra bởi quá trình ôxy hóa trong cơ thể nhưng chúng không thể giữ được nhiệt và phụ thuộc nhiều vào nhiệt độ môi trường. Tất cả loài bò sát, lưỡng cư, cá, côn trùng và động vật bậc thấp đều thay đổi thân nhiệt của chúng. Người ta gọi chúng là loài máu lạnh. Tuy nhiên, máu của thằn lằn có nhiệt độ cao hơn thân nhiệt của con người dưới nắng nóng mặt trời. Chúng có thể thay đổi để giữ ấm. Chim và động vật có vú là

những loài máu ấm. Chúng giữ nhiệt độ xấp xỉ nhau vào mùa hè và mùa đông, ban ngày và ban đêm, dưới ánh nắng mặt trời và dưới trời mưa. Điều này tạo ra sự trao đổi chất và giúp toàn bộ các chức năng của cơ thể không phụ thuộc vào môi trường. Tuy nhiên, cần có lớp bảo vệ ngăn không làm tỏa nhiệt của cơ thể ra môi trường xung quanh. Một trong những lớp bảo vệ quan trọng nhất là bộ lông hoặc da. Thân nhiệt của con người xấp xỉ 37°C, vì thế chúng ta phải mặc quần áo để giữ nhiệt độ cơ thể ổn định trong mọi điều kiện thời tiết. Ngăn tỏa nhiệt không giải thích cách giữ nhiệt độ cơ thể ổn định khi nhiệt độ môi trường thay đổi. Có các biện pháp đặc biệt được dùng để bù

vào lượng nhiệt mất đi hoặc tăng thêm. Điều chỉnh nhiệt độ cơ thể. Khi trời lạnh, chúng ta mặc quần áo ấm hơn. Cũng như quần áo, bộ lông của động vật mọc dày hơn vào mùa đông và rụng vào mùa xuân chỉ để điều chỉnh nhiệt độ. Khi cơ thể ấm lên, các mạch máu dưới da giãn ra, mặt ửng đỏ và cơ thể chúng ta tỏa nhiệt. Đồng thời, quá trình ôxy hóa trong cơ thể giảm tối thiểu và ít nhiệt được sản sinh khi chúng ta dừng tất cả các chuyển động mạnh. Hơn nữa, các tuyến mồ hôi hoạt động tích cực và bắt đầu chảy đầm đìa, đồng thời toàn bộ nhiệt được sử dụng toàn bộ để làm ráo mồ hôi. Quá trình này cũng giúp làm mát cơ thể. Chó không có tuyến mồ hôi. Thay

vào đó nó thè lưỡi, thở hỗn hển rất mạnh, đồng thời dùng lưỡi và phổi để làm mát cơ thể. Khi cơ thể mát hơn, máu được rút từ da truyền đến các bộ phận khác, làm giảm sự mất nhiệt. Nếu không có đủ nhiệt, chúng ta sẽ lạnh run. Điều này có nghĩa là các cơ bắp của chúng ta chuyển động vô thức, từ đó sản sinh ra nhiệt. Vào mùa hè và mùa đông, cơ chế điều chỉnh này chính xác tới mức thân nhiệt chỉ tăng khi bệnh tật làm đảo lộn sự cân bằng. Số ít động vật có vú có thân nhiệt thấp hơn thân nhiệt của con người. Thân nhiệt trung bình của chim lên đến 42°C, trong khi con người không bao giờ chạm ngưỡng đó, trừ khi bị một cơn sốt chí tử. Mặt khác, thân nhiệt của những loài côn

trùng sống thành đàn phụ thuộc vào môi trường. Vào một ngày nóng bức, người ta có thể thấy bầy ong bận rộn bay qua lại từ tổ đến vũng nước gần đó. Tổ của ong bắp cày mở, thường được xây trên đá, thân cây, hoặc cành cây và nhô ra ngoài. Chúng chứa đầy nước trong dạ dày, đem về và phun vào đường ống, chỗ tổ được gắn vào. Sau đó, chúng đậu lên và dùng cánh quạt thật mạnh. Nước bay hơi nhanh chóng và tổ được làm mát. Nhưng khi bị lạnh, chúng vây quanh tổ và cố giảm sự mất nhiệt bằng cách dùng cơ thể để che đậy. Chúng ta thấy sự điều chỉnh nhiệt hoàn hảo nhất là ở tổ ong, nơi các tế bào con giữ nhiệt ổn định (35°C) cả ngày lẫn đêm.

Cũng giống như ong bắp cày, các chú ong mật lấy nước, tưới vô số các vũng nước nhỏ lên các lỗ tổ ong và quạt khi mọi thứ quá nóng. Sự phối hợp nhanh chóng và nhịp nhàng của nhiều cá thể khiến cho cái điều hòa không khí này trở nên hiệu quả hơn. Khi nhiệt độ giảm, chúng làm ấm tổ bằng cách tập hợp dày đặc hàng nghìn cá thể quanh tổ. Ong mật không thuộc loài máu nóng nhưng chúng có thể tăng nhiệt độ cơ thể lên khoảng 7,50C - cao hơn nhiệt độ môi trường xung quanh - bằng cách thúc đẩy quá trình trao đổi chất. Một con ong không thể làm nên chuyện, nhưng khi có hàng nghìn "cái lò sưởi tí hon" đang cháy chụm lại quanh tổ thì sẽ hiệu quả hơn

rất nhiều.

Trong những điều kiện tương tự, các sinh vật khác, thậm chí cây cối, cũng sinh ra nhiệt. Để tạo ra mạch nha, một lượng hạt lúa mạch được cho nảy mầm, nhiệt độ gần lượng lúa mạch đó có thể tăng lên từ 3,70C đến 7,50C so với nhiệt độ phòng. Đối với cây cối, sự khuếch tán nhiệt thường được che đậy bởi các phản ứng tiêu thụ nhiệt, ví dụ như quang hợp. Tuy nhiên, trong các bông hoa, nhiệt độ do hô hấp của cây đo được có thể cao hơn. Côn trùng thường lấy đài hoa làm nơi trú ngụ về đêm, đó không chỉ là nơi an toàn mà còn là một căn phòng nhỏ ấm áp và dễ chịu. Nhiều cây trên núi cao nở hoa trên bờ của một

đông tuyết, dùng hơi ấm của mình làm tan chảy tuyết, tạo thành lối đi qua những lớp đá cứng và bằng cách đó vươn tới ánh sáng và cái ấm áp của mặt trời.

BÀI TẬP SỐ 41 (TIẾP)

Giai đoạn hai

- Chỉ thực hiện trên mô hình ghi nhớ của bạn (không xem lại đoạn văn), sắp xếp lại mô hình ghi nhớ bằng cách điền vào mô hình mới, cố gắng tạo ra sự khác biệt hoặc những mối liên hệ thông tin mới, đồng thời bỏ đi những gì có vẻ không mấy quan trọng.

- Khi hoàn thành mô hình ghi nhớ mới, không xem lại một trong hai mô hình đầu tiên,

hãy cố gắng làm lại mô hình ghi nhớ mới vào một tờ giấy khác. Ghi nhớ và vẽ mô hình các đường kẻ, sau đó điền càng nhiều thông tin bằng lời càng tốt.

- Khi hoàn thành, kiểm tra lại mô hình ghi nhớ mới với mô hình mà bạn làm lại. Kiểm tra lượng thông tin bạn có thể nhớ được. Nếu bạn muốn xem lại sau này, hãy bắt đầu bằng cách xem qua mô hình ghi nhớ và cố gắng xây dựng lại một lần nữa bằng trí nhớ của mình.

Bây giờ, hãy tự áp dụng các kỹ thuật

Thỉnh thoảng, có vài học viên trong lớp phàn nàn với tôi về phần này của khóa học. Họ đã ra trường, chẳng có gì để học

và thực sự không muốn “học” nữa. Tôi cố gắng chỉ cho họ thấy họ không cần phải học như một sinh viên Y khoa năm nhất. Thực tế, việc này lại khá thú vị với những ai không phải là sinh viên. Hãy ghi nhớ bước thứ nhất – xác định mục đích. Trong các bài luyện “học” cho phần thực hành tuần tiếp theo, những ai không phải sinh viên nên lựa chọn cuốn sách thuộc thể loại văn xuôi về chủ đề mà họ muốn tìm hiểu thêm: lặn với bình khí, du lịch nước ngoài, phát triển nghề nghiệp hay đầu tư chẳng hạn. Sau đó, hãy xác định mục đích đọc một chương – có thể chỉ để nắm được ý chính. Tất nhiên, nếu bạn có thể đáp ứng được mục đích sau bước xem trước thì bạn đã hoàn thành.

Nếu muốn nhớ điều gì đó trong vài cuốn sách hoặc tài liệu đã đọc thì đây là lúc bạn lập mô hình ghi nhớ và làm theo các kỹ thuật.

Lời kết

Nếu bạn cảm thấy học theo phương pháp này mất quá nhiều thời gian, có thể vấn đề của bạn nằm ở việc xác định mục đích. Trước tiên, nếu đoạn văn phải đọc có độ dài nhất định, bạn nên biết rằng (chắc chắn đã được chứng minh trong nhiều nghiên cứu) dành bao nhiêu thời gian để đọc không quan trọng. Nếu bạn dành một phần thời gian đó vừa đọc vừa nhớ lại thì bạn sẽ nắm được tài liệu nhiều hơn cách đọc đơn thuần.

Thứ hai, bạn nên dành thời gian nghiên cứu trước bố cục của đoạn văn để đánh giá tổng quát được vấn đề mà đoạn văn muốn đề cập, thay vì cứ mãi miết đọc mà không có định hướng rõ ràng.

Thứ ba, vấn đề không phải là thời gian. Những thói quen cũ có thể hạn chế bạn, còn các kỹ thuật mới hơn rất cuộc lại không mất nhiều thời gian. Một khi đã thực hành các kỹ thuật đó, thời gian học của bạn có thể được giảm đáng kể.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 5 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

30

**PHƯƠNG
PHÁP ĐƠN
GIẢN LÀM
SÁNG TỎ
NHỮNG
ĐOẠN VĂN
KHÓ**

Nếu chưa từng vượt qua những đoạn văn khó, những đoạn mà bạn đã đọc và vẫn không chắc hiểu được sau khi xem lại thì có lẽ bạn nên bỏ qua chương này. Nhưng nếu thỉnh thoảng phải đọc những cuốn sách hoặc bài báo khó, có thể bạn muốn sử dụng cách thức này để hiểu tài liệu. Các kỹ thuật cũng rất giá trị cho những bài kiểm tra chuẩn hóa bao hàm những đoạn văn khó đọc và sau đó phải trả lời các câu hỏi. Vì thế, nếu nội dung này giá trị với bạn, vậy hãy bắt đầu thôi.

Như đã đề cập ở Chương 13, lý do khiến các đoạn văn khó hiểu thường là do chúng được viết ở mức độ khái quát. Nói

cách khác, những tài liệu đó sử dụng từ ngữ trừu tượng. Tất nhiên, một đoạn văn đề cập những ý tưởng mới, thuộc lĩnh vực mới cũng có thể khó đối với bạn. Hoặc đôi khi vì bài viết không tốt. Nếu không nhớ những khái niệm này thì bạn hãy xem lại Chương 13 trước khi tiếp tục chương này.

Khi đọc một lĩnh vực mới

Đối với những tài liệu khó đọc do bạn có ít thông tin về lĩnh vực đó và những ý tưởng đó còn mới mẻ, hãy đọc thật nhiều tài liệu liên quan. Bạn cần nhiều thời gian để lĩnh hội những ý tưởng mới. Não bộ của bạn cũng cần thời gian để nhớ lại. Vì vậy, hãy lên kế hoạch với những khoảng thời

gian ngắn (khoảng 60 phút) trong một thời gian dài. Nếu phải lĩnh hội nhanh một lĩnh vực mới, đôi khi bạn phải vừa học vừa đọc trong vòng vài giờ, sau đó chợp mắt 30 phút để não có thời gian hồi tưởng lại và sẵn sàng tiếp thu tài liệu mới, đọc thêm 60 phút hoặc khoảng đó, rồi chợp mắt một lúc.

Một điều quan trọng nữa là phải nhận thức được sự cần thiết của việc tiếp thu từ từ khi tiếp cận một lĩnh vực và khái niệm mới. Với một mục đích giới hạn, hãy cẩn thận khi chia tài liệu thành nhiều phần nhỏ, xem trước/nhớ, sau đó đọc/nhớ. Học tập là một quá trình tích lũy và khi đã có chút kiến thức cơ sở thì xây dựng

một cách có hệ thống là cách hiệu quả nhất. Mỗi lần học một chút và bổ sung dần trong quá trình học. Cố giải quyết mọi vấn đề cùng lúc là cách vội vàng nhất.

Khi bài viết thuộc thể loại trừu tượng

Khi gặp bài viết thuộc thể trừu tượng, để hiểu được nó, bạn phải áp dụng kiến thức về từ ngữ tín hiệu và các mức độ bao quát của tài liệu. Tức là bạn phải phân tích bài viết khi đọc. Ban đầu, việc này có vẻ khó và có thể làm giảm tốc độ của bạn, nhưng bạn sẽ tương đối thành thạo sau nhiều lần thực hành. Một người đọc giỏi có khả năng xử lý được những tài liệu khó ở tốc độ đọc khoảng

1.000 từ mỗi phút. Nếu vậy, bạn đừng hy vọng có thể vừa đọc vừa phân tích ở tốc độ trên 400 từ mỗi phút ngay từ đầu.

Khi đọc, bạn phải nhận biết được mối liên hệ của câu này với câu kia. Nội dung này cũng tương tự như ở Chương 13. Bạn sẽ tự hỏi câu này có liên quan gì đến câu trước nó, hoặc câu này có liên quan với câu đầu tiên của đoạn không (câu chủ đề)? Nói cách khác, bạn phải có xu hướng liên hệ ngược về trước (khó) và những câu ở phía sau của tác giả (cụ thể và dễ hơn).

Bạn cũng phải tăng cường nhận thức về các từ chuyển tiếp, bởi chúng liên hệ các ý khác nhau, và phát hiện ra cấu

trúc cũng như cách sắp xếp của bài viết. Khi nắm được bố cục của đoạn văn, bạn có thể bắt kịp và hiểu bài viết. Cách này còn giúp bạn dễ nhớ hơn. Bài tập số 42 tương tự như bài tôi thực hiện ở các lớp. Đoạn văn mà chúng ta sử dụng nằm ở cuối phần tài liệu. Hãy làm theo các bước trong bài tập và phần giải thích dưới từ “Thảo luận”.

Thành công không có nghĩa là 100%

Tôi từng nghe nói rằng có một số người thiên về đọc bằng thị giác, số khác đọc bằng thính giác và còn lại nằm giữa hai nhóm này. Những người có xu hướng đọc bằng thị giác thường cảm thấy dễ dàng khi

học những kỹ năng này, những người nằm giữa hai nhóm này gặp một chút khó khăn, nhưng số người có xu hướng đọc bằng thính giác có thể gặp nhiều trở ngại nhất. Nếu cảm thấy mình thuộc nhóm sau thì bạn đừng vội thất vọng. Chỉ cần bạn thực sự muốn học những kỹ năng này và thật kiên trì thì bạn hoàn toàn có thể học được. Dù không thể bỏ qua việc nghe âm thanh của những từ mà mình muốn nghe, bạn vẫn có thể đọc nhanh hơn bằng cách chỉ dùng tay (đảm bảo tăng tối thiểu 10% và thường ít nhất là 30%) và áp dụng các phương pháp đọc linh hoạt cho tất cả các bài đọc. Bằng cách đó, bạn có thể dễ dàng tiết kiệm được 50% thời gian đọc. Nhờ vậy,

bạn sẽ nhanh chóng đạt được tốc độ đọc gấp hai lần trong cùng một khoảng thời gian.

Một bác sĩ xuất sắc trong công tác điều trị ung thư tại Bệnh viện Sloane Kettering Memorial nổi tiếng của New York tới gặp tôi với tư cách cá nhân sau khi đã tham gia 2 khóa học Reading Dynamics. Thật đáng ngưỡng mộ, mặc dù đã đạt thành tích tốt tại cả 2 khóa học, nhưng cô ấy vẫn không cảm thấy hài lòng, cô ấy muốn tăng tốc hơn nữa, và thực sự quyết tâm để có thể đạt được tốc độ đọc mà mình mong muốn. Cô ấy cho rằng, khả năng tập trung của cô ấy không tốt, đặc biệt là mỗi khi đọc những văn bản y tế cụ thể.

Sau khi tiến hành kiểm tra bằng những bài báo, tạp chí chuyên ngành ưa thích của cô ấy, tôi nhận thấy cô ấy thực sự đã rất tập trung rồi. Điều đó biểu hiện qua việc cô ấy nhớ rất rõ những gì đã đọc. Tuy nhiên, tới khi được hướng dẫn phương pháp sử dụng bàn tay để đọc, kết quả mà cô ấy đạt được thật sự rất bất ngờ. Cô ấy đã có thể đọc hiểu những tài liệu khó hơn rất nhiều với tốc độ gấp đôi tốc độ ban đầu. Và chúng tôi vẫn tiếp tục thực hành những bài luyện tập ngày một nâng cao hơn, cùng với một mức học phí cũng cao hơn.

Bạn đọc nhanh mức nào?

Bây giờ, bạn đã biết khả năng

đọc nhanh của mình phụ thuộc vào nhiều yếu tố. Khi đọc không theo trình tự với tốc độ trên 1.000 từ mỗi phút, khả năng suy nghĩ của bạn về tài liệu phải thật nhanh. Ở tốc độ này, rõ ràng bạn không thể vừa xử lý các ý mới vừa phân tích các đoạn văn. Nhưng bằng việc thực hành, bạn có thể đọc được loại tài liệu khó này với tốc độ từ 600-1.200 từ mỗi phút.

Bạn nên thực hành cách đọc này. Hãy đọc các tài liệu khó và áp dụng kiến thức mới của bản thân. Mỗi khi gặp đoạn văn khó, bạn phải “sang số” và quay về tốc độ chậm hơn - đọc phân tích. Điều đó đồng nghĩa với việc bạn luôn phải di chuyển tay chạy dưới dòng

chữ ở hầu hết các tài liệu. Đừng chần chừ thực hiện di chuyển tay nhanh hơn khi gặp những ví dụ dễ hơn.

Khi đọc các tài liệu kiểm tra

Khi đọc những đoạn văn ngắn trong các bài kiểm tra được chuẩn hóa, đặc biệt khi phải trả lời các câu hỏi mà không được xem lại đoạn văn, hãy sử dụng những kỹ thuật này nếu thời gian cho phép. Đầu tiên, xem trước thật nhanh toàn bộ đoạn văn để xác định nội dung và nó sẽ “đi” đến đâu. Sau đó, đọc toàn bộ đoạn văn để nắm bắt đầy đủ về tài liệu. Tiếp theo, quay trở lại và vừa phân tích vừa đọc đoạn văn; chú ý các từ ngữ tín hiệu, mối liên

trước và sau giữa câu này với câu kia ở các mức độ bao quát. Cuối cùng, xem lại cả đoạn, gộp tất cả các phần lại với nhau và cố gắng tìm ra mối quan hệ tổng thể.

Bạn hãy cố gắng phân định bố cục của toàn bộ đoạn văn theo khả năng của mình, nhằm hệ thống lại nội dung để khiến việc nhớ nó trở nên dễ dàng hơn. Tuy bạn không nhất thiết phải làm như vậy, nhưng nếu sử dụng biện pháp này thường xuyên, bạn sẽ thấy khả năng ghi nhớ tài liệu của mình được tăng lên đáng kể.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 5 ĐỂ HOÀN THIỆN BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

BÀI TẬP SỐ 42

Dụng cụ: Giấy,

Thiết bị định giờ.

Dùng một tờ giấy che phần “Thảo luận” có trong mỗi bước của bài tập này cho đến khi bạn đọc xong phần hướng dẫn trước nó.

- Đặt thiết bị hẹn giờ 1 phút và dành khoảng thời gian này xem toàn bộ phần có tựa đề “Quá trình hình thành biểu tượng” ở cuối chương này.

- Đọc thật nhanh đoạn đầu tiên (từ dòng 1 đến 7) để xác định nội dung của đoạn. Dành bao nhiêu thời gian là tùy thuộc ở bạn, nhưng hãy cố gắng đọc một lần từ đầu đến cuối.

Thảo luận: Nếu bạn để ý đến tựa đề (trong một đoạn văn xuôi, mọi thông tin đều bổ sung và đem lại ý nghĩa cho tựa đề của nó), có thể bạn đã phát hiện ra đoạn đầu tiên nói về sự vật lộn với các biểu tượng. Nội dung này có thể được nhấn mạnh dưới nhiều hình thức hoặc các sắc thái khác nhau.

3. Đọc lại đoạn đầu tiên, chú ý đặc biệt ở câu thứ hai. Xác định mối quan hệ của câu thứ hai với câu thứ nhất.

Thảo luận: Mức độ bao quát ở câu thứ hai được hạ xuống một cấp, dễ hơn và giải thích cho câu đầu tiên. Nếu bạn không nhận ra thì hãy quay lại và đọc một lần nữa. Điều quan

trọng phải hiểu rằng phần đầu tiên trong một đoạn văn thường trừu tượng và khó hiểu nhất. Chỉ khi nào các câu văn cụ thể hơn thì các đoạn văn mới có xu hướng đi theo cùng một mạch.

Mọi người thường bị tắc ở đoạn đầu tiên. Sau đó, họ cho rằng mình không thể hiểu được phần còn lại, không chú ý kỹ và thường bỏ cuộc. Với người đọc có kinh nghiệm, họ nhận ra vướng mắc ở phần đầu và đọc thật kỹ những nội dung khó này. Bởi họ biết chúng sẽ nhanh chóng được lý giải và được sáng tỏ ở những phần sau bằng ngôn từ dễ hiểu hơn.

4. Tiếp theo, hãy đọc hai câu

đầu của đoạn thứ hai, từ dòng 8 đến dòng 11 và xem ở cấp độ viết câu thứ hai liên hệ với câu thứ nhất như thế nào.

Thảo luận: Câu thứ hai cụ thể và dễ hiểu hơn, đưa ra một ví dụ, do vậy nó làm sáng tỏ câu khó đầu tiên. Nó giảm xuống một cấp, cấp độ 2.

5. Đọc câu thứ ba của đoạn văn thứ hai, từ dòng 11 đến 13. Lưu ý các từ ngữ tín hiệu. Sau những từ đó là gì?

Thảo luận: Những từ ngữ tín hiệu “ví dụ” thực ra được khẳng định lại bằng ví dụ rất dễ hiểu về hai ký hiệu “X” và “Y”. Vì câu này giải thích cho câu đứng trước nó nên giảm xuống một cấp nữa, cấp độ 3.

6. Đọc câu tiếp theo, câu số 4, từ dòng 14 đến 16 và xác định cấp độ. Câu này liên quan thế nào với câu đứng trước?

Thảo luận: Câu này đưa ra các ví dụ, tất cả đều cụ thể và dễ hiểu. Mức độ bao quát của câu này được giảm xuống cấp độ 4.

Điều quan trọng là phải nhận ra rằng bạn thường có thể tăng tốc độ khi đọc các ví dụ cụ thể và dễ hiểu. Người có kinh nghiệm thường đọc chậm lại khi phải “suy nghĩ” về các ý và chỉ đọc nhanh hơn khi nhận ra các chi tiết một cách dễ dàng.

7. Đọc câu tiếp theo, câu số 5, từ dòng số 17 đến 18 và cố gắng xác định xem câu này giảm một cấp hay tăng một cấp.

Thảo luận: Câu này khó hơn, thể hiện bằng sự dịch chuyển ngược về trước. Nó liên quan trở lại câu số một, dòng số 8 và 9, vì nó giải thích thêm về những điều con người có thể làm, đưa ra ví dụ. Do đó, nó lại quay về cấp độ 2.

8. Đọc câu tiếp theo, câu số 6, dòng 18 và 19, đồng thời xem liệu câu này có làm cho câu đứng trước nó dễ hiểu không.

Thảo luận: Nó làm sáng tỏ được phần nào. Câu giảm xuống cấp độ 3. Giải thích thêm về các ký hiệu.

9. Đọc câu tiếp theo, câu số 7, từ dòng 19 đến 22, và xem câu này có giải thích gì không. Tìm các từ ngữ tín hiệu.

Thảo luận: Từ ngữ tín hiệu “chẳng hạn” cho thấy chuẩn bị có ví dụ, do đó câu này lại giảm xuống một cấp, dễ hiểu hơn.

10. Đọc câu tiếp theo, câu số 8, dòng 22 và 23, đồng thời xem câu này có chức năng gì.

Thảo luận: Từ tín hiệu “tiếp theo” ngụ ý sắp có thêm các ví dụ.

11. Sau cùng, đọc câu cuối cùng, câu số 9, từ dòng 23 đến 25. Điều gì xảy ra trong câu này?

Thảo luận: Câu này khái quát hơn, lại di chuyển ngược về trước, trở về cấp độ 2 hoặc 1. Về cơ bản, đó là câu tóm lược và câu tóm lược là cấp độ 1 hoặc cấp độ 2, thường có thể

được thảo luận. Câu trả lời như thế nào không quan trọng: điều duy nhất cần phải nhận ra là câu này di chuyển ngược về trước và có xu hướng trừu tượng hơn. Có thể câu đó rất dễ hiểu vì bạn đã được giải thích nhiều về tài liệu.

12. Chuyển sang đoạn văn tiếp theo và đọc câu đầu tiên. Bạn chờ đợi điều gì trong đoạn văn này?

Thảo luận: Rõ ràng, bạn chờ đợi hàng loạt các ví dụ.

13. Đọc phần còn lại của đoạn văn và tìm hiểu xem tác giả có thực hiện lời hứa đưa ra các ví dụ không.

Thảo luận: Nhìn chung, tác giả có làm điều này. Về điểm

này, bạn phải bám sát lý lẽ của đoạn văn vì bạn được dẫn dắt từ phần đầu trừu tượng và khó, hiểu được tài liệu, cho đến những phần dễ hơn.

14. Cố gắng đọc xong toàn bộ đoạn văn, tiếp tục phân tích, lưu ý di chuyển lên-xuống của tác giả, lưu ý các từ ngữ tín hiệu kết nối thông tin như thế nào.

15. Sau cùng, quay lại và đọc lại đoạn đầu tiên.

Thảo luận: Lúc này, đoạn văn đầu tiên chắc phải dễ hiểu hơn nhiều vì bạn đã đọc hết phần còn lại của tài liệu và đã hiểu. Lưu ý rằng đoạn mở đầu và kết thúc là phần giới thiệu và tóm tắt. Chúng cho biết ý chính/chủ đề của tài liệu;

nhưng trong trường hợp này nếu không đọc những câu phát triển ý được đưa ra trong đoạn văn thì khó có thể hiểu được.

Quá trình hình thành biểu tượng

1. Động vật tranh giành nhau thức ăn hoặc quyền chỉ huy,
2. nhưng không như con người, chúng không tranh nhau vì những thứ tượng trưng cho thức ăn hoặc
3. sự lãnh đạo: những biểu tượng bằng giấy nhưng lại là tượng trưng của sự giàu có (tiền, trái phiếu,
4. tước hiệu), phù hiệu cấp bậc đeo trên áo, biển số xe thấp được một số người

5. cho là tượng trưng của sự ưu tiên trong xã hội. Với động vật,

6. trong các mối quan hệ có những thứ đại diện cho những thứ khác

7. không tồn tại ngoại trừ dưới dạng rất thô sơ.

8. Quá trình mà con người có thể tùy ý làm

9. một số thứ nhất định đại diện cho những thứ khác có thể được gọi là quá trình tượng trưng.

10. Khi hai người trở lên có thể giao tiếp với nhau,

11. qua thỏa thuận họ có thể làm cho cái này tượng trưng cho cái khác. Ví dụ,

12. dưới đây là hai biểu tượng:

13. X Y

14. Chúng ta đồng ý để X đại diện cho cúc áo và Y đại diện cho những cái nơ; sau đó chúng ta có thể

15. thoả mái trao đổi thỏa thuận của mình và để X đại diện cho Chicago White Sox và

16. Y đại diện cho Cincinnati Res; hoặc để X đại diện cho Chaucer và Y đại diện cho Shakespeare.

17. ...Là con người, chúng ta là những người duy nhất được tự do sản xuất và trao tủng

18. và ấn định các giá trị cho các biểu tượng như mình

muốn. Thực ra, chúng ta có thể tiến xa hơn

19. bằng cách tạo ra các biểu tượng đại diện cho các biểu tượng. Chẳng hạn, ta có thể

20. lấy biểu tượng M đại diện cho tất cả những thứ thuộc về X trong ví dụ trên (cúc áo, White

21. Sox, Chaucer, v.v...) và lấy N đại diện cho những thứ thuộc về Y (những cái bát, Cincinnati Reds,

22. Shakespeare, v.v...) Sau đó chúng ta có thể tạo ra một biểu tượng khác, T đại diện cho M

23. và N, như thế sẽ là trường hợp một biểu tượng của các biểu tượng của các biểu tượng.

Đây là

24. quyền tự do tạo ra các biểu tượng cho bất kỳ một giá trị nào được ấn định và tạo ra các biểu tượng

25. đại diện cho các biểu tượng là rất cần thiết cho điều mà chúng ta gọi là quá trình tượng trưng.

26. Mọi nơi ta đến, chúng ta đều thấy quá trình tượng trưng tại nơi làm việc. Những cái lông

27. gắn trên đầu hay sọc trên tay áo có thể được tạo ra để tượng trưng cho

28. chức vụ trong quân đội; những cái vỏ ốc, nhãn đồng hoặc những tờ giấy có thể

tượng trưng cho sự giàu có;

29. cây thánh giá có thể tượng trưng cho hàng loạt các tín ngưỡng tôn giáo; cúc áo, nai sừng tấm,

30. dải ruy băng, kiểu tóc hoặc hình xăm đặc biệt có thể tượng trưng cho

31. mối quan hệ xã hội. Quá trình mang tính biểu tượng thấm vào đời sống của con người khi còn

32. thô sơ nhất và ở thời đại văn minh nhất là như nhau. Các chiến binh, thầy thuốc,

33. cảnh sát, người gác cổng, y tá, giáo chủ hồng y, và những ông vua mặc trang phục

34. tượng trưng cho nghề của họ. Người Vaiking thu lượm áo giáp của nạn nhân và

35. sinh viên đại học sưu tầm thẻ hội viên trong xã hội danh dự để tượng trưng cho

36. chiến thắng trong lĩnh vực riêng của mình. Có một số điều mà nam giới làm hoặc

37. muốn làm, sở hữu hoặc muốn sở hữu ngoài giá trị cơ học

38. hoặc sinh học của họ không phải là giá trị tượng trưng.

39. Tất cả quần áo thời trang, theo như Thorsten Veblen đã nêu ra trong

40. Theory of the Leisure class (1899) (tạm dịch: Lý thuyết về giai cấp nhàn rỗi (1899)), đều có biểu tượng quý phái; loại vải, cách cắt, và

41. trang trí chỉ được đòi hỏi ở mức độ qua loa do phải tính đến sự ấm áp,

42. thoải mái hoặc tính thực tiễn. Khi chúng ta mặc những bộ quần áo càng cầu kỳ thì chúng ta càng

43. hạn chế vận động. Nhưng với hàng thêu ren tinh tế,

44. vải dễ bẩn, áo sơ mi hồ, giày cao gót, móng tay dài và nhọn hoắt, và

45. những thứ khác thì phải từ bỏ sự thoải mái, trong số

những thứ khác những tầng lớp giàu có phải xoay sở

46. để tượng trưng cho thực tế là họ không phải lao động vì kế sinh nhai.

47. Mặt khác, những người không giàu có gì cho lắm, bằng cách bắt chước những biểu tượng của sự giàu có này,

48. tượng trưng niềm tin của họ là dù không lao động vì kế sinh nhai, họ cũng chỉ

49. khá như những người khác thôi.

50. Với những thay đổi trong cuộc sống của người Mỹ từ thời Veblen, nhiều thay đổi

51. đã diễn ra theo các cách

thức tượng trưng địa vị xã hội.
Trong làng thời trang

52. đã có những thay đổi quan trọng, hiện nay những kiểu dáng hoa mỹ và màu sắc nổi bật

53. trở nên thịnh hành, chúng được tạo ra một phần bởi những thanh niên hippy, pop art và các chuẩn mực về

54. giới tính.

55. Vào thời Veblen, một làn da rám nắng cho thấy cuộc sống

56. ở nông thôn và các công việc ngoài trời khác, và phụ nữ thời đó đã phải chú trọng nhiều

57. trong việc tự bảo vệ làn da

khỏi ánh nắng mặt trời bằng ô,
mũ rộng vành

58. và tay áo dài. Tuy nhiên,
ngày nay nước da xanh xao
cho thấy sự giam cầm

59. trong các văn phòng và
nhà máy, trong khi một làn da
rám nắng lại chứng tỏ một
cuộc sống nhàn rỗi

60. với những chuyến đi đến
Florida, Thung lũng Mặt Trời
và đảo Hawaii. Do đó,

61. làn da đen do cháy nắng
một thời bị cho là xấu vì nó
tượng trưng cho lao động

62. thì nay lại được cho là đẹp
vì nó tượng trưng cho sự nhàn
rỗi. Và những người có nước da
xanh xao

63. ở New York, Chicago và Toronto không thể thực hiện những chuyến đi nghỉ giữa mùa đông đến vùng

64. phía tây Ấn Độ và những vùng lân cận tìm cách tự an ủi bản thân bằng những giải pháp râm nắng

65. tại các hiệu thuốc.

66. Thực phẩm cũng là một thứ có tính biểu tượng cao. Những quy tắc về chế độ ăn uống theo tôn giáo như

67. của người theo đạo Thiên Chúa, người Do Thái và người theo đạo Hồi được quan sát nhằm

68. tượng trưng hóa sự tôn trọng đối với tôn giáo của một

người. Những loại thức ăn cụ thể được dùng để

69. tượng trưng cho những lễ hội riêng và sự tuân thủ ở hầu hết mọi quốc gia - ví dụ, bánh pie

70. quả anh đào vào ngày sinh của George Washington và món Haggis vào ngày sinh của Robert Burns.

71. Và trong lịch sử lâu đời của loài người, việc ăn uống cùng nhau là một hoạt động mang tính biểu tượng cao:

72. “bầu bạn” có nghĩa là một người mà bạn chia cho chiếc bánh mì của mình.

73. Chúng ta lựa chọn nội thất để thỏa mãn những biểu

tượng bằng mắt theo sở thích của mình, sự giàu có

74. và địa vị xã hội của chúng ta. Chúng ta thường chọn nơi ở dựa trên cơ sở về

75. sự cảm nhận “trông ổn” để có một “địa chỉ tốt”. Chúng ta mua sắm

76. những chiếc xe hơi cực tốt có kiểu dáng đời mới không phải để được đi lại thuận lợi hơn mà để đưa ra

77. một bằng chứng cho những người xung quanh thấy ta có khả năng mua được nó.

78. Hành vi phức tạp và có vẻ thái quá đó khiến

79. các triết gia, kể cả những

người không có kinh nghiệm
đều lặp đi lặp lại một câu hỏi,

80. “Tại sao con người không
sống một cuộc sống đơn giản
và tự nhiên?” Đôi khi sự rắc rối
trong cuộc sống

81. của con người khiến chúng
ta nhìn vào cuộc sống thật đơn
giản

82. của những chú chó và
những chú mèo đó mà thêm
khát. Nhưng quá trình mang
tính tượng trưng tạo ra

83. những vô lý trong hành vi
của con người, nó cũng tạo ra
ngôn ngữ khả thi

84. và do đó tất cả những
thành tựu của con người phụ
thuộc vào ngôn ngữ. Thực tế,

85. xe ô tô có nhiều thứ có thể bị hỏng hơn so với xe cút kít nhưng đó không phải

86. là lý do để quay trở về với xe cút kít. Tương tự,

87. quá trình mang tính tượng trưng tạo ra những hành động điên rồ có thể xảy ra không phải

88. là lý do để quay trở về tồn tại như chó hay mèo. Một giải pháp tốt hơn là phải nắm được quy trình

89. mang tính biểu tượng để thay vì là nạn nhân, chúng ta trở thành những người kiểm soát nó

**ít nhất trong chừng mực
nào đó.**

BÀI LUYỆN TẬP TUẦN 6

Ngay khi hoàn thành từ Chương 25 đến Chương 30 và dành ra ít nhất 6 ngày làm loạt bài luyện tập thứ tư thì bạn đã sẵn sàng học tiếp. Bỏ ra 6 ngày làm 6 chương cuối, hôm nay làm loạt bài luyện tập này, và ngày mai lại bắt đầu làm mỗi ngày một chương trước khi tiến hành làm các bài luyện.

Bài luyện đầu tiên là dạng bài vừa học-vừa đọc, nếu bạn là sinh viên thì có thể áp dụng ngay với sách giáo khoa của mình. Dù không phải là sinh viên thì đây vẫn là một bài luyện hữu ích: chọn bất cứ tài liệu nào bạn sẽ đọc bao hàm những thông tin mà bạn phải biết hoặc muốn biết. Có thể

bạn không muốn nghiên cứu kỹ như một sinh viên phải trải qua bài kiểm tra về chủ đề này, vì thế khi xác định mục đích đọc hãy lưu ý điều này. Khi chia nhỏ tài liệu, chọn những phần dài hơn, thậm chí cả chương. Mục đích thường quyết định phương pháp và kiểu đọc.

Phần khó nhất trong bài luyện vừa học vừa đọc là xác định mục đích một cách chính xác. Rất nhiều học viên cảm thấy mình phải nắm “mọi thông tin”; tất nhiên họ thực sự không muốn bỏ ra nhiều thời gian như thế. Nếu bạn có thể xác định mục đích trước và nắm được các kỹ thuật đơn giản về cách vừa học vừa đọc từng phần, thì bạn sẽ nhanh

chóng hiểu cách học và có thể làm tốt và nhanh hơn nhiều so với trước đây. Nhưng việc thực hành các kỹ thuật cần phải có thời gian và ban đầu có vẻ sẽ chậm hơn so với trước đó. Nhưng bằng sự kiên nhẫn và thực hành, nó sẽ hiệu quả hơn nhiều.

Tài liệu, dụng cụ cần cho bài luyện tuần này

1. Thiết bị định giờ,
2. Bút mực hoặc bút chì,
3. Giấy. (Tốt nhất là giấy không có dòng kẻ, khổ A4)
4. Sách giáo khoa hoặc sách thuộc thể loại phi hư cấu mà bạn muốn học hoặc muốn biết một điều gì đó,

5. 4-6 cuốn sách, thuộc thể loại phi hư cấu và hư cấu.

BÀI LUYỆN SỐ 18

Tài liệu: Sách giáo khoa hoặc sách thuộc thể loại phi hư cấu.

Dụng cụ: Bút và giấy,

Thiết bị định giờ.

Mục đích: Nắm được các kỹ thuật đọc tài liệu đòi hỏi trách nhiệm cao, ví dụ như, nghiên cứu, báo cáo.

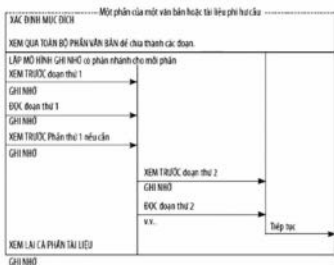
Thời gian dự kiến: 30 phút.

Mục tiêu: Chọn được một phần có thể nghiên cứu trong vòng 30 phút và thực hiện theo các kỹ thuật mới.

Mỗi phần thực hành chỉ làm

bài luyện này một lần

Sơ đồ:



Giải thích:

1. Lựa chọn một phần hoặc một chương trong cuốn sách thuộc thể loại phi hư cấu để bạn có thể hoàn thành trong 30 phút.

Xác định mục đích đọc: Khi đọc xong bạn phải ghi nhớ được bao nhiêu? Trong mỗi đoạn? Chỉ từ tiêu đề phụ?

Những ý chính của cả phần hoặc chương?

Xem bao quát cả phần đã chọn đọc để kiểm tra xem bạn sẽ chia theo mục đích đã đặt ra như thế nào: chia thành các đoạn, trang, phần hoặc cả chương?

Lập một mô hình ghi nhớ cho thấy những điều bạn quyết định học hoặc nắm được trước trong tài liệu: mỗi “nhánh” hoặc dòng tương ứng với mỗi thông tin bạn nắm được.

(Nên nhớ, mô hình này có thể được điều chỉnh khi bạn bắt tay vào đọc tài liệu)

2. Với mỗi phần tài liệu, dù là một đoạn hay cả chương:

Xem trước để xác định nội dung hoặc điểm chính.

Ghi nhớ, không xem lại tài liệu.

Đọc lại đoạn văn đó để hiểu kỹ theo yêu cầu của mục đích đặt ra.

Bổ sung vào phần ghi nhớ. Sau đó tự hỏi liệu có nhớ được nhiều như mức mình cần phải nhớ liên quan đến mục đích không? **NẾU KHÔNG THÌ:**

Đọc lại đoạn văn đó.

Bổ sung vào phần ghi nhớ. Khi nào có thể nhớ được nhiều như mình muốn, chuyển sang phần tiếp theo và lặp lại các bước này cho đến khi thực hiện hết các phần hoặc đến khi

gần hết 30 phút thực hành.

3. Xem lại thật nhanh tất cả các phần. Cố gắng quan sát thật kỹ sự ăn nhập của toàn bộ các phần đã đọc để hiểu cách cấu thành một phần tổng thể.

Bổ sung vào mô hình ghi nhớ nếu bạn muốn.

BÀI LUYỆN SỐ 19

Tài liệu: Sách các loại.

Dụng cụ: Bút và giấy,

Thiết bị định giờ.

Mục đích: Thực hành đọc bằng mắt ở tốc độ cao.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục tiêu: Bám theo cốt truyện

đồng thời duy trì tốc độ yêu cầu.

Có thể làm lại bài luyện này

Sơ đồ:

.....Một chương hoặc phần tài liệu dài khoảng 15 trang

Di chuyển tay QUÉT	3 giây/trang
GHI NHỚ bất cứ thông tin gì vào mô hình ghi nhớ đường chéo	
Di chuyển tay (HỆ)	6 giây/trang
GHI NHỚ	
Di chuyển tay trên ĐOẠN VẤN hoặc VẠCH CHÉO	10 giây/trang
GHI NHỚ	
Di chuyển tay QUÉT	1-2 giây/trang
GHI NHỚ	

TÍNH VÀ GHI LẠI tốc độ đọc theo đoạn văn hoặc vạch chéo

Giải thích:

1. Chọn một chương hoặc một phần của chương dài chừng 15 trang.

2. Dùng kiểu di chuyển tay quét, “quét” xuống từng trang, dành tối đa 3 giây mỗi trang (tự đếm nếu bạn muốn).

Lập mô hình ghi nhớ đường

chéo và viết ra những gì bạn có thể nhớ được.

3. Dùng di chuyển tay chéo, lặp lại cả phần tài liệu, dành tối đa 6 giây mỗi trang (khoảng 3 nhịp di chuyển tay trọn vẹn mỗi trang). Bổ sung vào phần ghi nhớ.

4. Dùng kiểu di chuyển tay phân đoạn hoặc vạch chéo, lặp lại toàn bộ phần tài liệu, dành tối đa 10 giây mỗi trang (khoảng 5 nhịp di chuyển tay trọn vẹn mỗi trang).

Mục đích đọc: Cố gắng kết nối cốt truyện khi đọc. Bổ sung vào phần ghi nhớ.

5. Dùng kiểu di chuyển tay quét, lặp lại với cả phần tài liệu, dành tối đa 2 giây mỗi

trang, tốt nhất chỉ 1 giây.

Bổ sung vào phần ghi nhớ.

6. Tính tốc độ đọc thực hành ở bước 4; ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ. Tìm tổng số chữ trong cả phần tài liệu, sau đó chia cho số phút thực hiện kiểu di chuyển tay phân đoạn hoặc vạch chéo từ đầu đến cuối tài liệu.

Lưu ý: Đảm bảo duy trì tốc độ đọc thực hành ở bước 4 trên 1.800 từ mỗi phút.

BÀI LUYỆN SỐ 20

Tài liệu: Sách các loại.

Dụng cụ: Giấy và bút chì,

Thiết bị định giờ.

Mục đích: Thực hành các kỹ thuật đọc nhanh và điều chỉnh các kỹ thuật theo thể loại và mục đích.

Thời gian dự kiến: 12 phút.

Mục tiêu: Hiểu được phần nào qua việc đọc bằng mắt.

Có thể làm lại bài luyện này

Sơ đồ:



Giải thích:

1. Chọn một chương hoặc phần của chương dài khoảng

từ 8 đến 12 trang. Mỗi ngày dùng một loại sách khác, thể loại hư cấu, phi hư cấu hoặc tiểu sử.

2. Xem trước cả phần tài liệu tùy theo thể loại: nếu (1) phi hư cấu, đọc lướt phần mở đầu và kết thúc để xác định nội dung; nếu (2) hư cấu hoặc (3) tiểu sử, đọc lướt toàn bộ phần tài liệu và tìm nhân vật, kết cấu và thời điểm câu chuyện diễn ra. Bắt đầu mô hình ghi nhớ đường chéo.

3. Đọc cả phần tài liệu, dùng kiểu di chuyển tay mà bạn chọn. Cố gắng dùng xen kẽ di chuyển tay phân đoạn, vạch chéo hoặc đan chéo nếu cần.

Mục đích đọc: Chỉ bám theo câu chuyện hoặc cốt truyện.

Bổ sung vào mô hình ghi nhớ.

4. Xem lại toàn bộ phần tài liệu, cố gắng xem nhanh hơn tốc độ đọc của bạn. Bổ sung vào mô hình ghi nhớ.

5. Tính tốc độ đọc ở bước 3 và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

BÀI LUYỆN SỐ 21

Tài liệu: Sách liệt kê trong Chương 1.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ.

Mục đích: Thực hành đọc gấp 5 lần tốc độ ban đầu.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

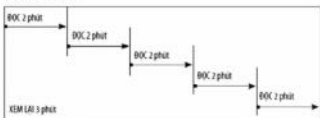
Mục tiêu: Duy trì tốc độ đọc cao gấp 5 lần so với tốc độ đọc

ban đầu, hiểu được phần nào.

Có thể làm lại bài luyện này

Sơ đồ:

THỰC HÀNH ĐỌC 3 phút



TÍNH VÀ GHI LẠI BẤT CỨ TỐC ĐỘ NÀO

Tìm tốc độ đọc ban đầu và làm tròn số xuống hàng chục gần nhất

Chọn ra 5 phần, mỗi phần có số chữ gấp 10 lần con số vừa tính ở trên.

Giải thích:

1. Lấy tốc độ đọc ban đầu ở Chương 2. Làm tròn số này xuống hàng chục gần nhất.

Lấy kết quả này nhân với 10.

Lập ra 5 phần tài liệu có số chữ xấp xỉ bằng số cuối cùng.

Cuối mỗi phần được đánh dấu bằng kẹp giấy hoặc mẫu giấy để chìa ra khỏi trang.

2. Dùng tay làm vật dẫn đường, thực hành đọc toàn bộ phần tài liệu trong vòng 3 phút.

3. Dùng tay làm vật dẫn đường, cố gắng đọc phần đầu tiên trong 2 phút. Bạn có thể dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay bạn muốn.

Mục đích đọc: Cố gắng bám sát cốt truyện. Đạt mục tiêu đặt ra kể cả khi không hiểu.

4. Tiếp tục, đọc mỗi phần tối đa 2 phút.

5. Xem lại toàn bộ tối đa trong vòng 3 phút.

6. Tính tốc độ đọc của bất kỳ phần nào và ghi vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

31

**TĂNG
CƯỜNG TỐC
ĐỘ ĐỌC
NHANH VỚI
CÁC BÀI
LUYỆN ĐẶC
BIỆT**

Chỉ tập trung vào tốc độ, một số học viên cố gắng hết sức học đọc với tốc độ ngày một nhanh hơn. Tôi phát hiện ra rằng, việc thúc đẩy bản thân tăng tốc hết mức, rồi tiếp tục tăng từ từ sẽ mang lại kết quả tốt nhất.

Thư giãn rất có lợi

Thành công trong việc tăng tốc độ đọc phần lớn được quyết định nhờ khả năng thư giãn và duy trì tốc độ thực hành theo yêu cầu. Trước khi hiểu được các kỹ năng, học viên thường cảm thấy khó hiểu trước những kỹ thuật mà người hướng dẫn áp dụng. Trong lớp học, tôi thường phải dùng mọi khả năng của mình để yêu cầu những học viên tiếp

thu chậm có thể thực hành ở tốc độ đủ nhanh. Tôi mong là bạn có tất cả những điều kiện cần thiết để đạt được tốc độ đó.

Hãy nhớ rằng, bạn không thể tri thức hóa kỹ năng này. Chỉ biết cách làm không có nghĩa là bạn có thể làm được. Và nó cũng không giúp việc học trở nên dễ dàng hơn chút nào.

Trước khi tham gia giảng dạy tại Học viện Evelyn Wood Reading Dynamics, tôi đã dạy kỹ năng đọc nhanh trong một khóa học dành cho những người trưởng thành ở một khu ngoại ô của Pittsburgh. Khi đó, có một cô y tá trẻ đã làm rất tốt. Cô ấy đã luyện tập chăm chỉ, luôn cầu tiến, và luôn tỏ ra phấn khởi trước bất kỳ tiến bộ

nào được ghi nhận. Đôi lúc, việc tập luyện chưa đạt được kết quả như mong muốn, cô ấy lại tự tạo áp lực với bản thân và tiếp tục chuyên tâm tập luyện. Khi tôi đưa kết quả giữa kỳ của khóa học, người quản lý khóa học đã tới gặp tôi. Cô ấy là một phụ nữ giỏi giang, là một Ph.D, và là một quản trị viên xuất sắc. Cô ấy khẳng định rằng học viên trẻ này không thể đọc được nhanh như cô ấy (vài nghìn từ một phút) vì cô ấy cho rằng học viên thường là những người không có đủ “tố chất”. Tôi phải đảm bảo với cô ấy rằng, kết quả đó không phải là một kết quả nhầm lẫn, và học viên đó thực sự là một người dồn hết sự tích cực cũng như sự siêng năng vào luyện tập.

Một sinh viên khác cũng để lại ấn tượng với tôi, đó là một Tiến sĩ giảng dạy trong một trường đại học tại Pittsburgh. Anh ấy tham gia khóa học kéo dài 8 tuần, nhưng khi mới trải qua được 6 tuần, anh ấy đã tới văn phòng của tôi trong nước mắt. Trong quá trình tập luyện, anh ấy đã làm không tốt, anh ấy lo sợ việc đó sẽ khiến anh ấy bị “mất điểm” khi quay trở về trường. Anh ấy còn quả quyết với tôi, anh ấy là một học viên tích cực, ngụ ý rằng anh ấy sẽ làm tốt việc đọc nhanh. Nhưng anh ấy lại không muốn nghe những lời khuyên của tôi, rằng anh ấy cần phải nghỉ ngơi, rồi sau đó tiến hành tập luyện với một thái độ tích cực, và cố gắng đạt được khả năng đọc nhanh thực

sự. Tuy nhiên, thực tế lại cho thấy, một số người xa rời chuyện học hành đã lâu, tới nỗi họ không còn biết cách học như thế nào. Thậm chí họ còn cảm thấy không thoải mái khi phải trau dồi lại những kỹ năng mà lâu nay không sử dụng tới. Cuối cùng, học viên này cũng qua được khóa luyện đọc nhanh, nhưng lại luôn gặp khó khăn mỗi khi phải thực sự tiến hành việc đọc.

Giáo viên khác nhau, kết quả khác nhau

Khi tôi trở thành Giám đốc Giáo dục Quốc gia của Học viện Evelyn Wood Reading Dynamics, tôi đã rất ngạc nhiên và thắc mắc khi nhận được những báo cáo có sự

chênh lệch rất lớn từ các học viện khác nhau tại Mỹ, Canada, và châu Âu - ở khắp nơi mà chúng tôi đặt trụ sở. Trong các chuyến đi thị sát tại khắp các trụ sở, tôi đã tiến hành làm việc cụ thể với các giáo viên, cũng như trực tiếp kiểm tra lại hồ sơ của các học viên đã và đang theo học. Tôi đã tìm ra câu trả lời cho những thắc mắc của mình. Trong một số trường hợp, theo ý kiến chủ quan của tôi, các giáo viên không thực sự thông thạo về các kỹ năng, và một số dường như không tin tưởng vào những gì họ đã giảng dạy. Vì vậy, kết quả không tốt là điều đương nhiên. Trên thực tế, những báo cáo này luôn phản ánh chân thực về các kỹ năng của giáo viên. Tuy nhiên, tôi

vẫn cảm thấy hài lòng bởi kết quả mà chúng tôi nỗ lực đạt được luôn là kết quả tốt nhất, và tại Học viện Evelyn Wood Dynamics ở Salt Lake City, cũng luôn có những giáo viên giỏi nhất, nhiệt tình nhất.

Những giáo viên tự tin nhất về kỹ năng của mình và có học viên đạt tốc độ đọc cao nhất, thường là những người nỗ lực nhất. Sau đây là một số bài luyện giúp bạn đạt được tốc độ cao hơn nếu cố gắng và theo kịp. Đạt “mục tiêu” đặt ra trong một bài luyện thường chỉ phụ thuộc vào các yếu tố (1) “thư giãn”, (2) di chuyển tay và lật trang thật nhanh, (3) cố gắng tìm ra một vài thông tin, đọc nhanh mức nào không quan trọng. Lý do duy nhất

khiến bạn không thể đọc nhanh là (1) lật trang không đủ nhanh, hoặc (2) không đồng ý chỉ “nhìn” mặt chữ trong thời gian cho phép, thậm chí chỉ 1 giây mỗi trang, và cố “đọc”.

Hầu hết mọi người đều có thể lật trang nhanh mà không cần phải thực hành nhiều và cũng có thể di chuyển tay xuống phía dưới trang thật nhanh. Do đó lý do duy nhất khiến bạn không thể đạt “mục tiêu” là vì bạn không muốn.

Chiếc cốc rỗng một nửa hay đầy một nửa?

Khi bắt đầu dạy cho Học viện Evelyn Wood Dynamic Readings, tôi được nghe một câu chuyện về Evelyn Wood.

Tôi chưa bao giờ hỏi cô ấy rằng câu chuyện có thật không, nhưng dù không có thật thì với trải nghiệm của mình, tôi luôn tin nó có thật. Vào một thời điểm trong khóa học Evelyn, cô hỏi một học viên cách đạt mức 2.000 từ mỗi phút – đây là tốc độ được yêu cầu thực hành. Với câu trả lời của học viên, cô có thể đoán khá chính xác không những về khả năng họ sẽ học tốt mà còn dự đoán mức độ khó dễ khi hướng dẫn học viên đó.

Nếu một học viên trả lời rằng, việc đọc quá nhanh khiến anh ấy vô cùng nản bởi anh ấy chỉ hiểu được chút ít ở tốc độ đó, sau đó anh ấy sẽ phải học tập chăm chỉ và kết quả có thể chỉ dưới mức trung bình một

chút. Nhưng nếu câu trả lời hàm ý là “Tôi rất ngạc nhiên về mức độ thông tin mình có thể nắm được ở tốc độ đó”, thì mọi chuyện sẽ trở nên dễ dàng. Điều khiến tôi ấn tượng nhất là tại thời điểm này cả hai trường hợp này đều có thể “nắm” được lượng thông tin như nhau.

Ngày nay, tôi chú trọng nhiều hơn vào các kỹ thuật hiểu, kỹ thuật nghiên cứu và kỹ thuật ghi nhớ khi dạy đọc nhanh. Tôi đã dành vài năm gần đây để nghiên cứu thêm về những kỹ thuật này. Khi học đọc nhanh, ban đầu tôi chú trọng vào tốc độ cao. Ngay từ đầu, chúng tôi đã phải cố gắng không ngừng. Những người không theo kịp sẽ nhanh chóng bị rớt lại phía

sau. Tôi nghĩ bạn sẽ thích thú với một số bài luyện tốc độ cao đặc biệt trong chương này. Hãy thoải mái, đừng lo mình không hiểu điều gì đó và tự kiểm tra xem bạn có thể nắm được những gì. Chúng ta sẽ bắt đầu với bài luyện nhanh nhất trong số tất cả các bài.

BÀI TẬP SỐ 43

Tài liệu, dụng cụ: Danh sách sách cơ bản.

1. Chọn một cuốn tiểu thuyết, tiểu sử hoặc một cuốn thuộc thể loại văn xuôi, đừng quá khó và không quá dài (khoảng 120 đến 150 trang là tốt nhất).

Xem qua bìa sau, mặt trong bìa sách (nếu có), bảng mục lục và bất kỳ chỗ nào khác ngoài

phần chính của cuốn sách để tìm thông tin liên quan đến nội dung sách.

2. “Quét” toàn bộ cuốn sách bằng cách nhìn vào mỗi trang trong khoảng 1 giây. Không cần sử dụng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào vì việc sang trang đóng vai trò như dụng cụ dẫn đường.

Kiểm tra xem cuốn sách có bao nhiêu trang và cố gắng kiểm tra từ đầu đến cuối trong ngân đó giây.

3. Trong một tờ giấy, bắt đầu mô hình ghi nhớ. Lập mô hình ghi nhớ cho cả cuốn sách, viết rành mạch những đặc điểm chính của sách. Ghi nhớ bất kỳ thông tin tổng quát nào về cuốn sách, kể cả sự “phỏng

đoán”, trong quá trình đọc nhanh các trang sách.

4. Sử dụng một nhịp di chuyển tay vạch chéo hoặc đan chéo mỗi trang, đọc cả cuốn sách ở tốc độ khoảng 2 giây mỗi trang.

5. Bổ sung vào mô hình ghi nhớ bất kỳ thông tin gì khác của cuốn sách.

6. Sử dụng hai nhịp di chuyển tay vạch chéo hoặc đan chéo mỗi trang, đọc toàn bộ tài liệu ở tốc độ khoảng 4 giây mỗi trang.

7. Bổ sung vào mô hình ghi nhớ bất kỳ thông tin gì khác mà bạn có thể nhớ.

Không bắt buộc: Bắt đầu từ

đầu và đọc thật nhanh, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào và sau đó tính tốc độ đọc của bạn trong vòng 1 phút. Ghi lại tốc độ này vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

Đôi khi, rất khó để hình dung về các giá trị mà những bài luyện đọc tốc độ cao này sẽ mang lại. Nếu thực hiện thường xuyên và có thời gian thực hành hợp lý (30 đến 60 phút) thì bạn sẽ đạt được kết quả tốt nhất. Những bài luyện này sẽ giúp tăng phạm vi tốc độ đọc lên cao nhất, vì thế tốt nhất bạn hãy thực hành với những tài liệu dễ. Giá trị của việc tăng phạm vi tốc độ đọc rất đơn giản. Nó cũng giúp nâng phạm vi tốc độ đọc thấp nhất lên. Do vậy, nỗ lực tăng

tốc độ kể cả ở những cuốn sách dễ cũng sẽ giúp đẩy tốc độ thấp ở những tài liệu khó lên. Bởi nó sẽ giúp bạn dễ dàng nhận ra các nhóm từ nhanh hơn.

BÀI TẬP SỐ 44

Tài liệu: Một cuốn sách dễ đọc.

1. Đọc trong 1 phút, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào, đánh dấu điểm bạn dừng bằng chữ "X".

Không bắt buộc: Tính tốc độ đọc.

2. Đánh dấu sau 1 trang tính từ điểm bạn dừng đọc ở bước 1.

Thực hành đọc đến điểm đánh

dấu mới, trong vòng 30 giây, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào.

3. Đánh dấu 3 trang tính từ điểm bạn dừng ở bước 1.

Thực hành đọc đến điểm đánh dấu mới, trong 30 giây, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào.

4. Đánh dấu 6 trang tính từ điểm bạn dừng đọc ở bước 1.

Thực hành đọc đến điểm đánh dấu mới, trong vòng 30 giây, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào.

5. Đánh dấu 10 trang tính từ điểm dừng đọc ở bước 1.

Thực hành đọc đến điểm đánh dấu mới, trong vòng 30 giây,

dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào

6. Quay lại điểm “X”, chỗ bạn dừng đọc ở bước 1.

Đọc trong vòng 1 phút từ điểm này, dùng bất kỳ kiểu di chuyển tay nào.

Đánh dấu điểm dừng đọc bằng chữ “Y”.

Tính tốc độ đọc của bạn. Ghi lại tốc độ đọc này vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

7. Không bắt buộc: Làm lại bài luyện, ghi nhớ sau mỗi lần đọc thực hành.

Thỉnh thoảng, hãy dành ra một tiếng chỉ để thực hành đọc ở tốc độ cao sẽ rất tốt cho

bạn. Tất nhiên, nếu bạn thấy phiền toái và khó, thì cứ duy trì bài luyện ở tốc độ thấp hơn, nhưng phải đảm bảo duy trì việc thực hành ở tốc độ có lợi cho bạn.

Thực hành đọc nhanh gấp 3 lần tốc độ hiện có của bạn

Một nguyên tắc thực hành chung được rút ra từ kinh nghiệm là nếu bạn muốn đọc ở một tốc độ nào đó thì bạn phải thực hành gấp 3 lần tốc độ đó. Chẳng hạn, nếu muốn đọc được 1.200 từ mỗi phút đối với thể loại tiểu thuyết và tài liệu có nội dung nhẹ nhàng, bạn phải lên kế hoạch dành một khoảng thời gian hợp lý thực hành trong khoảng 3.000 và 4.000 từ mỗi phút. Sau đó, bạn

có thể bắt đầu hiểu ra giá trị của các bài luyện tốc độ cao. Nếu bạn muốn đọc thật nhanh thì yêu cầu phải thực hành thật nhanh.

Tất nhiên ở khía cạnh nào đó, bạn phải tiến dần đến thực hành tốc độ cao. Trước khi việc thực hành tốc độ cao có hiệu quả, bạn phải có khả năng đọc tốt trong phạm vi đọc theo dòng chữ ở tốc độ cao. Ví dụ, nếu bạn cảm thấy khó hiểu đầy đủ ở tốc độ 200 từ mỗi phút thì bạn chưa sẵn sàng thực hành đọc bằng mắt tốc độ cao. Bạn phải hiểu thật tốt ở tốc độ khoảng 600 từ mỗi phút đọc theo dòng chữ trước khi tiến đến tốc độ thật cao.

MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP

TUẦN 5 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.

ĐỌC BÁO NGAY

Tờ nhật báo của bạn có một mục đích quan trọng hơn cả, để truyền tải tin tức mới và dư luận liên quan trực tiếp đến các sự kiện diễn ra gần đây. Đáng tiếc là tôi được biết nhiều người cảm thấy buộc phải đọc hết tờ báo như thể đang chuẩn bị cho một bài kiểm tra, thường dành lại một phần (để so sánh với những bài khác từ những ngày trước) để đọc tiếp khi có thời

gian. Giờ là lúc phải học cách đọc báo trong khoảng thời gian mà bạn có thể dành cho nó hoặc muốn dành cho nó.

Thực hành kỹ thuật mới với những chỗ bạn thấy dễ

Báo chí là tài liệu tuyệt vời để thực hành các kỹ thuật đọc nhanh. Có một số lý do giải thích cho nhận định này. Trước tiên, chiều ngang của các mục báo giúp độc giả đọc dễ dàng và nhanh hơn. Khi các cột báo tương đối hẹp và gọn (10cm là lý tưởng nhất), bạn có thể nhìn thấy tối đa số lượng chữ liên quan đến nhau. Dòng chữ dàn thẳng từ bên này sang bên kia khổ giấy A4 được cho là không phù hợp. Những chữ nằm trên và dưới

các từ ở phía lề của trang sách có thể không liên quan gì đến những chữ nằm ở giữa trang sách. Do đó, những từ nằm phía ngoài mà bạn nhìn thấy gần như chẳng giúp ích được gì. Nếu chữ được in theo một cột quá hẹp cũng có tác động tiêu cực tương tự. Một nghiên cứu đã được thực hiện bởi một trong những tờ báo hàng đầu quốc gia nhằm xác định chiều ngang phù hợp của một dòng chữ. Con số được tìm ra là 10cm. Và con số này rất tốt đối với cả người đọc theo dòng chữ và người đọc nhanh. Đó cũng là lý do tại sao sách bìa mềm có khuynh hướng dễ đọc hơn. Chiều ngang cột của những cuốn sách đó hẹp hơn so với sách có bìa cứng trung bình.

Đọc nhanh hơn với chủ đề quen thuộc

Lý do thứ hai khiến báo chí dễ đọc và là tài liệu lý tưởng để thực hành các kỹ thuật đọc mới là kiến thức cần thiết để hiểu vấn đề. Nguyên tắc đã được trình bày từ trước và đặc biệt phù hợp cho phần này:

Người đọc càng có kiến thức từ trước về chủ đề của một đoạn văn thì càng đọc được nhanh hơn.

Nhiều bài báo cung cấp hầu hết thông tin mà bạn đã biết rõ. Khi theo dõi một câu chuyện hàng ngày, bạn tích lũy được nhiều kiến thức cần thiết. Dù câu chuyện có mới thì nó vẫn thường có một chủ đề quen thuộc: một vụ ầm ĩ về

chính trị, một vụ cháy, kỷ niệm 50 năm ngày cưới.

Lý do thứ ba khiến báo chí dễ đọc là ở hình thức đơn giản. Nhiều bài báo được viết kiểu bài “đỉnh” (có thể nhận ra từ dòng đầu tiên hoặc cuối cùng của bài báo). Những bài này và các bài xã luận dùng văn phong kiểu thể loại văn xuôi có kết cấu phần mở đầu và kết thúc rõ ràng. Điều này khiến cho bài báo dễ đọc một cách hiệu quả. Nhưng đây không phải cách viết duy nhất trong một tờ báo. Bạn còn gặp nhiều chuyên mục và bản tin.

Các phóng viên phụ trách chuyên mục có thể tạo ra một vài rắc rối cho bạn. Nhiều người trong số họ dùng kiểu

viết luận, tương tự định dạng thể loại văn xuôi. Nhưng một số khác, thường là các phóng viên chuyên mục lượm lặt lại viết các mẫu tin ngắn. Những mẫu tin này được gọi là “mục”. Những bài này rất khó đọc nhanh vì quá ngắn và các ý thay đổi quá đột ngột.

Các bản tin có hình thức dễ đọc nhất

Hình thức cơ bản nhất được sử dụng trong một tờ báo là bản tin. Đây là những bài báo thường xuất hiện trên trang tin tức và các trang đầu thuộc các chuyên mục khác nhau. Những bài báo này chứa đựng tin tức, nghĩa là sẽ bị lỗi thời nay mai. Bài phóng sự giống kiểu bài viết trên tạp chí hơn.

Nó cũng có thể được đưa tin đúng lúc, nhưng thường vẫn có thể lùi lại một hoặc hai ngày, thậm chí có thể cả tuần.

Mọi sinh viên báo chí đều biết rõ về kiểu bài phóng sự. Cấu trúc dạng bài này giống như một kim tự tháp đảo ngược vì những thông tin quan trọng nhất nằm ở phần đầu và sau đó là những thông tin ít quan trọng hơn. Đây là cách viết đảm bảo thu hút sự chú ý của người đọc. Ngoài ra, trong trường hợp có một tin nóng quan trọng hơn nhiều thì thường có thể cắt bất kỳ bản tin nào từ dưới lên. Trên thực tế có thể cắt bất kỳ điểm nào miễn là phải kết thúc một câu và dành chỗ bị cắt cho một bài báo khác. Một số tờ báo cũng

tận dụng lợi thế này để chèn các mục quảng cáo vào.

Nắm được thông tin này, nếu hạn hẹp về thời gian, bạn có thể chỉ đọc những đoạn đầu của bản tin và nắm ý chính của bài báo. Thực tế, cách đây một vài năm, một tờ báo nổi tiếng có đăng một bài trình bày ấn tượng về sự so sánh giữa lượng tin tức bạn nắm được từ ti vi và từ báo chí. Kết quả là chỉ vài đoạn đầu của mỗi bài báo được sử dụng để giới thiệu trên ti vi.

Phải rất thận trọng khi so sánh dạng bài tin tức với một bài phóng sự hoặc bài xã luận sử dụng kết cấu dạng văn xuôi gồm có phần mở đầu, phần thân bài và phần kết. Những

dạng bài này gần như đối lập hoàn toàn. Trong một bản tin, bạn có thể hoàn toàn yên tâm khi chỉ cần đọc phần giới thiệu hoặc phần mở đầu. Trong thể loại văn xuôi, phần kết thúc cũng quan trọng như phần mở đầu, đôi khi còn quan trọng hơn. Việc chú ý đến thể loại văn bản trở nên hết sức cần thiết dù bạn chỉ mất một vài giây để xác định.

Phương pháp mới để đọc báo

Để đọc báo hiệu quả cần phải có một phương pháp đọc bao quát. Có thể bạn muốn đọc các tiêu đề trên trang nhất trước hoặc trang thể thao. Thật khó mà bác bỏ điều đó vì báo chí được viết theo lối này để thu

hút sự chú ý của người đọc. Do vậy, hãy xem qua trang tin tức.

Nếu tờ báo có phần tổng hợp hằng ngày như tờ New York Times, Wall Street Journal thì đây chính là phần bạn nên mở đến tiếp theo. Các biên tập viên làm công việc biên tập kỹ càng và đã xem trước cho bạn rồi, vì thế hãy tận dụng tối đa lợi thế đó. Trong bất cứ khoảng thời gian nào mà bạn có, hãy đọc toàn bộ phần tổng hợp và xác định nội dung bạn cần đọc. Sau đó đọc phần mình vừa xác định. Nếu eo hẹp về thời gian thì bạn chỉ cần xem trước.

Nếu tờ báo bạn đọc không có phần tổng hợp ngày thì bạn hãy tự đưa ra cách của riêng

mình. Đọc thật nhanh toàn bộ tờ báo. Đọc tiêu đề và các câu đầu nếu cần thiết để xác định nội dung và xem nó có đáng đọc không. Dùng bút đánh dấu “X” vào những bài mình sẽ đọc, rồi đọc theo cách sau đây.

Cách hay nhất là dò từ trên xuống từng mục một, chỉ đọc những bài thú vị. Đừng bận tâm đến việc sang trang để tìm phần còn lại của bài báo. Phần quan trọng nhất đã đọc rồi và nếu muốn bạn có thể đọc phần còn lại sau. Ban đầu có vẻ sẽ hơi bị ngắt quãng và có thể phải mất vài bài mới quen được, nhưng bạn sẽ thấy hiệu quả hơn nhiều. Chắc chắn bạn sẽ phải ngạc nhiên về khả năng nhớ tốt của mình. Nếu đang đọc một bài báo còn được

tiếp tục ở trang khác, dù phải ngắt tính liên tục của bài báo đó do phải đọc những bài khác để kết thúc trang báo và đọc các trang khác trước khi tiếp tục lại bài báo đó, nếu đáng để đọc và nhớ thì bạn sẽ ghi nhớ những điều cần nhớ. Và việc thực hành chút ít, có thể trong một tuần, bạn sẽ quen với cách đọc này và hài lòng với khoảng thời gian tiết kiệm được.

Các kiểu di chuyển tay trên mục có bề ngang hẹp

Hầu hết các mục báo đều khá hẹp, thường kém chiều rộng lý tưởng (10cm) một chút. Với những mục hẹp, đơn giản nhất là dùng kiểu di chuyển một ngón tay. Hai kiểu di chuyển tay đặc biệt thích hợp với các

mục hẹp được thể hiện trong Hình 23. Hãy thực hành cả hai và xem cách nào phù hợp với bạn hơn.

Giờ bạn đã hiểu được cách sắp xếp cơ bản của các bản tin, điều quan trọng là phải sử dụng kiến thức này. Trong bài tập tiếp theo, hãy áp dụng các kỹ thuật mới đã được học, ngoài ra còn sử dụng các kiểu di chuyển tay mới. Tất nhiên khi xem trước hai hoặc ba đoạn đầu của một bản tin, bạn có thể sử dụng kiểu di chuyển chạy dưới dòng chữ hoặc kiểu di chuyển hình zigzag.



Hình 23. Di chuyển tay trên mực bẹp

BÀI TẬP SỐ 45

Tài liệu: Một tờ báo mà bạn chưa đọc.

Dụng cụ: Bút chì và bút mực, hoặc hai cái bút có màu mực khác nhau,

Giấy,

Thiết bị định giờ.

1. Chọn đọc một bản tin bất kỳ. Đảm bảo không phải là bài báo đặc biệt (một bài báo đặc biệt có thể được đăng trong một số

ngày cũng như cả ngày hôm nay, một bản tin chỉ đưa tin tức hôm nay).

Sử dụng kiểu di chuyển tay chạy dưới dòng chữ hoặc hình zigzag, xem trước bài báo bằng cách chỉ đọc 2 hoặc 3 đoạn đầu tiên. Hãy tự tính giờ.

2. Bắt đầu mô hình ghi nhớ viết ra nội dung của bài báo.

Các nhà báo cố gắng cung cấp ngay cho bạn các thông tin “ai, cái gì, ở đâu, khi nào và tại sao hoặc như thế nào”. Bạn có thể sắp xếp mô hình ghi nhớ tương tự như vậy.

Ghi lại thời gian xem trước vào bảng theo dõi sự tiến bộ.

3. Đọc toàn bộ tin tức hoặc

phần được in trên trang báo.

Bạn tự tính giờ.

4. Bổ sung vào mô hình ghi nhớ, sử dụng màu mực khác.

Ghi lại thời gian đọc của bạn.

6. Làm lại từ bước 1 đến 4 ở trên với ba bài báo khác.

Khi hoàn thành, hãy so sánh lượng thông tin nắm được qua việc xem trước bài báo và những thông tin có được sau khi đọc toàn bộ bài báo. Đảm bảo phải tính đến các khoảng thời gian khác nhau đã sử dụng.

Bạn có để ý thấy sau vài đoạn đầu thông tin trở nên ít quan trọng hơn không? Bạn có nhận

thấy ngày càng xuất hiện nhiều “phần lấp chỗ trống” không liên quan đến những vấn đề đang đề cập, được đưa vào gần cuối bài báo không?

Về mục đích đọc, mức độ quan tâm của bạn đối với những bài báo tin tức này ra sao? Sau khi xem trước bạn có tiếp tục đọc không? Sau khi xem trước bạn có tăng tốc độ đọc của mình lên không? Tất cả những câu hỏi này là một phần tất yếu khi đọc báo. Biết được không đọc cái gì, khi nào phải tăng tốc độ đọc và khi nào đọc chậm lại đều là những khía cạnh quan trọng để trở thành một người đọc tốt.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 5 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI**

NGÀY HÔM NAY.

ĐỪNG LÃNG PHÍ THỜI GIỜ KHI ĐỌC THƯ

Với nhiều người, chỉ riêng việc đọc hết lượng thư từ hàng ngày đã bao gồm phần lớn việc đọc mà họ phải thực hiện. Một vài nhà quản lý bỏ ra khoảng 4 tiếng hoặc nhiều hơn mỗi ngày để đọc. Một nghiên cứu

được thực hiện bởi Trường Kinh doanh Harvard chỉ ra rằng người quản lý càng ở vị trí cao hơn càng phải đọc nhiều hơn.

Thư từ hằng ngày – bao gồm thư, báo, tạp chí, báo cáo và e-mail – đặt ra thách thức lớn bởi có rất nhiều mẫu tin ngắn trong số những loại thư từ đó; những mẫu tin ngắn thường là những tin khó đọc nhanh nhất. Bạn phải rất thận trọng để phòng khả năng nghĩ rằng mình có thể đọc thật nhanh mà không cần đến những kỹ thuật mới, chỉ vì những tài liệu đó ngắn. Đúng, nếu chỉ cần đọc một bức thư thì việc dùng tay hay không không quan trọng. Nhưng nếu có 10 lá thư, hoặc một lượng thư từ

khá lớn thì chắc chắn việc sử dụng tất cả các kỹ thuật đọc nhanh sẽ có lợi cho bạn.

Mỗi ngày chúng ta đều có một khoảng thời gian như nhau và cách sử dụng nó ảnh hưởng lớn đến khả năng thành công trong cuộc sống, theo bất kỳ cách định nghĩa nào về sự thành công. Để đạt được hiệu suất tối đa, bạn phải sử dụng nhiều kỹ thuật khác nhau. Kỹ thuật tăng tốc độ đọc mới học chỉ là một trong số đó.

Nguyên tắc thứ nhất: xử lý mọi thứ một lần duy nhất

Khi đọc bức thư lần đầu, bạn hãy viết ngay cách giải quyết của mình vào bức thư đó. Nếu bạn không tự mình xử lý bức thư, người trợ lý có thể trả lời

thư theo chỉ đạo của bạn; hoặc nếu tự mình viết thư trả lời trên máy tính, bạn sẽ biết phải viết gì. Đừng mắc lỗi đọc thư, kiểu như: gọi người trợ lý vào và đọc lại bức thư đó để viết ra hướng giải quyết, cũng như câu trả lời. Thay vào đó, hãy lập tức đưa ra quyết định rồi viết luôn vào bức thư nội dung trả lời.

Nguyên tắc thứ hai: đánh giá ngay tầm quan trọng của bức thư

Đặt cho mỗi bức thư một giá trị (1) ưu tiên hàng đầu, (2) quan trọng hoặc (3) có thể hoãn lại. Nếu bức thư thuộc số (1) – phải được trả lời ngay và vô cùng quan trọng, bạn hãy viết ra câu trả lời hoặc cách

giải quyết và để sẵn cho thư ký ngay khi đọc xong bức thư. Bức thư nào thuộc số (2) – khá quan trọng, bạn cũng phải viết ngay nội dung trả lời hoặc có thể chỉ dẫn ngay cho ai đó có thể trả lời thay bạn. Bức thư nào thuộc số (3) – có thể để lại sau, và nếu chưa muốn trả lời ngay thì thôi. Hãy giữ lại những bức thư này cho đến khi bạn có “nhiều thời gian hơn”.

Một số bức thư tự động phân thành các thể loại nhất định. Đơn đặt hàng thuộc số (1), trong khi thư cảm ơn thuộc số (3) và phần lớn các lời rao hàng thuộc số (3). Một đề nghị cung cấp thông tin có thể thuộc số (2), hầu hết các báo cáo cũng thuộc số (2) và phải

đọc thật nhanh, ngay tức thì. Bắt đầu có thói quen phân loại và ấn định giá trị cho các bức thư ngay khi đọc, đồng thời xử lý ngay lập tức từng mục để sau đó bạn không phải đụng đến nó nữa.

Luôn dùng tay khi đọc thư. Các bức thư tuy ngắn nhưng nếu phải đọc một lượng thư từ lớn thì chẳng bao lâu thời gian bạn tiết kiệm được từ việc dùng tay để đọc sẽ tăng lên. Luôn để ý đến các con số, những ngày quan trọng, chi phí hoặc có thể là những con số quan trọng khác chẳng hạn. Chúng thường dẫn dắt bạn đến những phần quan trọng của bức thư. Nhanh chóng nhận ra các phần chuẩn mực của bức thư như phần giới thiệu

chung, những đoạn kết và hiểu được ngay những đoạn này.

BÀI TẬP SỐ 46

Dụng cụ: Thiết bị định giờ, đặt 20 giây và 40 giây,

Bút chì và giấy.

1. Trong một tờ giấy, viết số thứ tự từ “1” đến “6”. Đọc hết các “bức thư” sau đây, đọc từng cái một, đầu tiên là xem trước bức thư trong 20 giây. Cố gắng xác định thể loại của bức thư - báo cáo, lời rao hàng, thư cảm ơn hoặc bất cứ thể loại nào khác.

2. Sau khi xem trước bức thư đầu tiên, viết ra thể loại bức thư. Nếu có thể, bạn hãy xác định giá trị cho bức thư thuộc

số (1), (2) hoặc (3).

Nếu trả lời được bức thư ngay sau phần xem trước, hãy viết ra giấy nội dung trả lời hoặc hướng giải quyết.

3. Nếu bạn cần phải đọc bức thư đầu tiên, hãy tăng thời gian lên đến 40 giây. Sau khi đọc, viết ra giấy nội dung trả lời hoặc cách xử lý của bạn.

4. Tiếp tục các bước từ 1 đến 3 với các bức thư còn lại.

KARBON KOPIERS

1234 Đại lộ Duluth Thành phố
Iowa, Hawaii

(786) 123-4567

Ông Thomas

Công ty Maurice Deer

4545, Đại lộ Charlotte
Tuscaloosa, Kentucky

Tommy thân mến,

Thật tuyệt vời được gặp lại anh trong chuyến trở về Mỹ của chúng tôi. Chỉ tiếc là cả Jane và tôi đều không biết anh đến thăm đảo để có thể đón tiếp.

Như đã trao đổi trên máy bay, chắc chắn Karbon Kopiers có thể tiết kiệm được tiền nhờ công việc nhân bản với số lượng lớn của anh. Cái giá mà hiện giờ anh đang trả cho Thiết bị Nhân bản Chuẩn mực có thể giảm được, thậm chí nhiều hơn thế. Chúng ta có thể thực hiện việc này bởi đây là một hệ thống mới duy nhất

được bán trên thị trường, cho phép anh dùng bất kỳ loại giấy nào và còn đem lại chi phí sản xuất thấp hơn.

Cứ cho tôi biết nếu anh muốn người của chúng tôi liên lạc với anh. Thiết bị mới mang đến sự thành công để rồi chúng ta sẽ có hàng dãy các đơn đặt hàng. Tuy nhiên, chúng tôi luôn dành ra một số cái cho bạn bè và những khách hàng đặc biệt. Nếu anh quan tâm, tôi đảm bảo rằng người đại diện của chúng tôi trên địa bàn của anh hiểu được tình hình.

Xin hãy nhắn với Irene là chúng tôi sẽ sớm gửi cho cô ấy nước hoa gừng và vài lọ hạt mắc-ca cho anh! Một lần nữa,

tôi hy vọng chúng ta sẽ gặp nhau ở đây hoặc trên đất liền trong năm tới. Xin gửi lời chúc tốt đẹp nhất của tôi mọi người trong gia đình.

Trân trọng!

Roland David

Chủ tịch

LUMINESCENCE, INC. 340

Đại lộ Shadyside

Cupertino, California

Kính gửi Quý khách hàng, Có nhiều cách để khắc phục vấn đề chi phí sinh hoạt cao. Và đối với những người mua lẻ như quý khách thì một trong những cách hiệu quả nhất là đặt mua số lượng lớn ở mọi nơi

để tận dụng lợi thế giảm giá theo số lượng. Hãy để chúng tôi phân tích xem điều này ảnh hưởng đến quý khách như thế nào trong năm qua nhé. Các số liệu của chúng tôi cho thấy quý khách đã mua 710 tá bóng đèn các loại trong năm vừa qua. Sau khi phân loại, chúng tôi thấy con số này gồm có 105 tá bóng 40W, 300 tá bóng 60W và 305 tá bóng 100W. Do mỗi lần đặt hàng, quý khách không bao giờ mua nhiều hơn 10 tá mỗi loại trong số đó và chúng tôi đã phải xử lý 40 đơn đặt hàng riêng rẽ để phục vụ quý khách. Trong tất cả các trường hợp, quý khách đều mua với giá cao nhất vì chương trình giảm giá áp dụng với mức khởi điểm là 25 tá. Với những lô 25 tá cho một đơn hàng, quý

khách có thể giảm tổng chi phí mua hàng xuống 625 đô-la một năm. 625 đô-la quý khách đem về chính là lợi nhuận tăng thêm! Và nếu đã đặt mua lô 50 tá, quý khách có thể được thêm 500 đô-la lợi nhuận nữa. Xin lưu ý, nếu có bất kỳ câu hỏi nào về các điều khoản, chúng tôi luôn sẵn sàng và vui lòng hợp tác với quý khách, những người đã tin tưởng chúng tôi. Với chúng tôi, khách hàng là trên hết. Vậy tại sao quý khách không dành cho chúng tôi một cuộc hẹn ngay trong tuần sau để lập một hệ thống cho năm nay, giúp quý khách thu về những phần tiền giảm giá lớn nhất có thể?

Hy vọng nhận được hồi âm sớm của quý khách.

Trân trọng!

R. Bronson

Phó Giám đốc Kinh doanh

ĐẠI HỌC CÔNG ĐOÀN

Pikesville, California

VĂN PHÒNG HIỆU TRƯỞNG

Tháng 3, 1997

Ông Ronald Fouts 3487 Đường
Biscayne, Oxford,
Mississippi Ron thân mến, Cách
đây gần 5 năm, trường đại học
đã khởi xướng một trong
những nỗ lực gây quỹ tham
vọng nhất trong lịch sử giáo
dục của đại học tư nhân, Chiến
dịch 300 triệu đô-la cho Công
đoàn. Hôm nay, với sự ủng hộ
của hơn 45.000 cựu sinh viên

và bạn bè, chúng tôi đã đạt 95% mục tiêu của Chiến dịch đó. Thay mặt cho ông Recharđ R. Godden, đồng Chủ tịch Chiến dịch, các ủy viên Ban Quản trị và hàng loạt tình nguyện viên, tôi muốn nói rằng chúng tôi vô cùng hài lòng về tiến độ của chiến dịch cho đến thời điểm này. Tôi nhận ra rằng các bạn là những người ủng hộ trung thành của Công đoàn thông qua những món quà đối với Quỹ hàng năm và tôi rất cảm ơn các bạn vì sự ủng hộ đó. Điều mà lúc này tôi muốn đề nghị các bạn, cũng giống như những gì chúng tôi đã đề nghị những người ủng hộ khác của Công đoàn, các cựu sinh viên và những người không phải cựu sinh viên. Đó là làm một món

quà đặc biệt cho Chiến dịch - một đầu tư cho tương lai của trường đại học, hơn cả những món quà hằng năm của bạn. Thời hạn để hoàn thành chiến dịch là vào cuối mùa xuân này. Một chiến dịch thành công còn tiến xa nhằm đảm bảo một số vấn đề quan trọng đối với một trường đại học: giáo dục chất lượng cao được thực hiện bởi đội ngũ giảng viên có uy tín; hỗ trợ học bổng cho những sinh viên có thành tích xuất sắc, nhiều sinh viên đã dùng thu nhập của mình để chi trả chi phí cao cho một nền giáo dục Công đoàn; các tòa nhà phục vụ học tập như các cơ sở thư viện và các phòng thí nghiệm hiện đại, thiết bị máy tính hiện đại; thêm vào đó sự ủng hộ là nền tảng thực sự về

tính độc lập của một trường đại học tư. Nói tóm lại, điều đó đồng nghĩa với một sự cam kết tuyệt vời. Tôi đề nghị các bạn thực hiện lời cam kết đó ngay bây giờ và thông qua việc làm này để tham gia cùng tất cả những người đã thực hiện cam kết đó. Với những gì đã đạt được, Công đoàn đang tiến rất gần đến mục tiêu của Chiến dịch, bạn có sẵn lòng ủng hộ Chiến dịch không?

Trân trọng!
J.B. Bernson

Hiệu trưởng

NGÂN HÀNG COLUMBUS

65 Đường East Fifth

Columbus, Maryland

James O'Conner Phó Chủ tịch Ông Chin Ho 870 Đường Born Columbus, Maryland Ông Ho thân mến, Ông có đi du lịch, giải trí cùng bạn bè và thỉnh thoảng gặp được những thỏa thuận mua bán ngoài mong đợi không? Một khoản tiền bảo đảm có sẵn có đem đến cho ông sự linh hoạt về tài chính không? Nếu vậy, chúng tôi có một dịch vụ đặc biệt mà một người sáng suốt như ông sẽ hiểu rõ... 2.000 đến 5.000 đô-la tiền mặt dự phòng, cộng với thẻ vàng đặc biệt của Ngân hàng Columbus. Với thẻ vàng đặc biệt, ông sẽ có những đặc quyền về tài khoản ghi nợ tại hàng nghìn chi nhánh trên toàn thế giới, cộng với sự tiện ích và quyền mua sắm chưa từng có. Dù ông kinh doanh

hay giải trí ở đâu không quan trọng - tấm thẻ vàng mở ra các cánh cửa và nhận diện ông là một khách hàng ưu tiên của ngân hàng chúng tôi. Ngay khi được chấp thuận và tài khoản của ông được kích hoạt, khoản Dự trữ tiền mặt (tối thiểu 2.000 đô-la) là của ông, để tùy ý sử dụng trong trường hợp khẩn cấp. Chỉ đơn giản thế thôi! Sẽ không có nạn quan liêu giấy tờ, không có những chuyến ghé thăm của ngân hàng hay bất kỳ câu hỏi nào cả! Dịch vụ đặc biệt của chúng tôi được thiết kế riêng nhằm mang đến cho ông sự thoải mái mọi lúc mọi nơi. Tờ giới thiệu kèm theo bao gồm các thông tin chi tiết và một lá đơn của ông. Chúng tôi thiết nghĩ dịch vụ có một không hai, sự

an toàn và tiện ích mở ra sẽ
tăng những lợi ích giá trị cho
kế hoạch tài chính của ông.
Hãy chấp nhận lời mời của
chúng tôi. Hãy làm đơn ngay
hôm nay!

Trân trọng!
Jim O'Conner

Tái bút: Khi chúng tôi kích
hoạt tài khoản mới cho ông,
ông sẽ nhận được một món
quà MIỄN PHÍ vô cùng đặc
biệt... Phiền ông xem tờ giới
thiệu đính kèm.

Charles Dwyer, Chủ tịch

Benton & Dwyer

3400 Đại lộ Rennsbury

Pittsburgh, PA.

Kính gửi ông Dwyer, Cách đây 2 tháng, khi tôi không còn làm việc cho ông, tôi đã quên không nhờ ông viết một bức thư giới thiệu. Hiện giờ, tôi đang được cân nhắc vào một vị trí trong một hãng luật có tiếng tại San Francisco và tôi muốn hỏi liệu ông có thể viết cho tôi một bức thư giới thiệu không? Người chủ sắp tới của tôi muốn biết rõ hơn trách nhiệm của tôi với Benton & Dwyer, vì thế tôi sẽ rất cảm kích nếu ông có thể cung cấp cho ông ấy một số thông tin về tôi. Ông có thể gửi trực tiếp thư giới thiệu đến ông Wadsworth Adams tại Adams & Niece, 22 Park Place, San Francisco, California được không? Cảm ơn ông về sự giúp đỡ!

Kính thư!

Christopher O'Brien

Ông Arvin Ardmore

123 Phố Tây

Peoria, III.

Kính gửi ông Ardmore, Cách đây 2 tuần, khi chúng ta đã dành cả ngày cùng nhau tìm hiểu các khoảng đất khác nhau trong khu buôn bán Syracuse, tôi nghĩ ông thực sự quan tâm đến dải đất rộng ở góc đại lộ Tracy và Skidmore. Nếu xúc tiến nhanh, chúng ta có thể tiến tới thỏa thuận cho mảnh đất đó ít hơn 24.000 đô-la so với giá tôi đã nêu. Bởi người sở hữu đang cần tiền ngay. Tất nhiên, khu đất ở mức giá mới này sẽ hấp dẫn nhiều người khác và tôi tin nó sẽ được bán

rất nhanh. Từ thực tế đó, tôi có một đối tác khác cũng quan tâm, nhưng tôi thấy trước tiên nên có sự từ chối của ông. Tuy vậy, tôi không thể kéo dài việc này. Những gì tôi có thể làm là chờ ông trong vòng 5 ngày, nghĩa là ông phải đi đến quyết định vào thứ Sáu, ngày 19 tháng 9. Do đó, tôi đề nghị ông hãy liên lạc ngay với tôi. Tôi đảm bảo địa điểm này lý tưởng với mục đích mà ông đang dự định trong đầu. Ông biết đấy, trong tầm tiền này không có nhiều lựa chọn tại những vị trí đắc địa như vậy đâu. Hãy cho tôi biết quan điểm của ông nhé, ông Ardmore!

Trân trọng!

GuiD. Gold

Nếu bạn mua báo hoặc tạp chí chuyên đề dài hạn, hãy dùng các kỹ thuật được mô tả trong Chương 35. Đừng quên giữ lại một số tờ ở nhà và một số ở văn phòng để “đọc” bất cứ khi nào có từ 5 tới 10 phút. Bạn có thể đọc thêm được nhiều tài liệu kiểu này bằng cách sử dụng thời gian thường bị “mất”. Hầu hết các tạp chí và bản tin rơi vào loại số (2) hoặc (3), và thường được xử lý trong một hoặc hai ngày, hoặc sẽ chẳng được ngó ngàng đến, vì thế, hãy cứ đặt ở chỗ nào bạn có thể sẵn sàng đọc trong vài phút rảnh rỗi.

Áp dụng tương tự với e-mail. Tôi không khuyên bạn dùng các kiểu di chuyển tay trên màn hình. Nhưng in ra các e-

mail, sau đó dùng các kỹ thuật tương tự mà bạn sử dụng với các bức thư cũng là một cách hợp lý.

Nếu bạn xác định mục đích và ngay lập tức đánh giá các tài liệu, thì hãy cố gắng xử lý hầu hết thư từ một lần, dùng tay làm vật dẫn đường để đọc – bạn sẽ tiết kiệm được nhiều thời gian dùng để đọc thư.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 6 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

TẠO THÓI QUEN ĐỌC MỘT CUỐN SÁCH MỖI NGÀY

Tổng thống Theodore Roosevelt được biết đến là người có khả năng đọc một cuốn sách mỗi ngày vào trước bữa sáng. Cách đây nhiều năm, tôi được nghe kể

lại rằng nguyên Thượng nghị sĩ William Proxmire, bang Wisconsin, một trong những người đã học tại Học viện Evelyn Wood Reading Dynamics, mỗi ngày đọc một cuốn sách vào giờ ăn trưa. Nếu muốn tạo thói quen quý giá này, hãy bắt đầu bằng một bài thực hành. Bạn thực sự sẽ đọc được nhanh hơn mình tưởng đấy.

Một trong những khoảnh khắc thú vị nhất của tôi khi học đọc tốc độ là lần đầu tiên chúng tôi đọc được hết một cuốn tiểu thuyết chỉ trong một tiết học. Thực tế, chúng tôi “đọc” hết cuốn tiểu thuyết trong khoảng 20 phút. Khi đó là bài đọc thực hành, nhưng không lâu sau nó đã trở thành hiện thực.

Thực hành đọc hết cả cuốn tiểu thuyết có thể là một trải nghiệm giá trị, đặc biệt nếu nó được thực hiện nhiều lần. Dễ dàng nhất là đọc những cuốn tiểu thuyết ngắn, rồi dần dần chuyển sang những cuốn dài và khó hơn. Cách này đặc biệt hữu ích vì nó có thể giúp bạn trong việc hình thành thói quen đọc nhiều sách hơn trong suốt cuộc đời.

Alan Lakein đã viết trong cuốn sách của mình có tựa đề *How to get control of your time and your life* (tạm dịch: Cách quản lý thời gian và cuộc sống của bạn) rằng ai cũng có thể đọc được rất nhiều nếu biết tận dụng 10-15 phút bị mất khi phải chờ xe buýt, taxi hoặc trong bất kỳ việc gì khác. Nếu

luôn có sẵn một cuốn sách mà bạn định đọc, những khoảnh khắc ngắn này là vô giá nhằm chia nhỏ những mục tiêu lớn, chẳng hạn như đọc một cuốn sách hay.

Lakein cũng gợi ý nhiều cách học để xếp thứ tự ưu tiên và giảm bớt việc đọc không cần thiết. Dù không phải là người ủng hộ việc đọc tốc độ (ông viết rằng mình thích đọc to cùng với vợ), nhưng những kỹ thuật tuyệt vời của ông chắc chắn có cơ sở và là một phần không thể thiếu của bất kỳ cách tiếp cận thông minh nào nhằm giúp mọi người có thể đọc được nhiều hơn.

Xác định những thứ mình muốn đọc trước tiên

Phần lớn chúng ta tốn nhiều thì giờ đọc tài liệu nhưng cuối cùng nó chẳng mang lại ý nghĩa gì cho chính bạn, không giúp ích cho công việc, bản thân bạn cũng không hài lòng. Học cách quyết định thứ mình muốn đọc là cả một bài học. Ở phần đầu sách, tôi đã đề nghị bạn lập một danh sách 10 cuốn mà bạn muốn đọc nhất nếu chỉ còn sống được vài tháng. Đây là một cách thú vị để tiến hành lập kế hoạch. Nếu có thể làm như vậy 6 tháng một lần, bạn sẽ phải ngạc nhiên rằng mình bắt đầu đọc thêm được nhiều thứ mong muốn với tốc độ thật nhanh.

Sinh nhật là thời điểm tốt nhất để liệt kê danh sách đọc trong 6 tháng, sau đó là một ngày

của 6 tháng tiếp theo. Đây là những thời điểm tốt nhất vì nó rất dễ nhớ. Rà soát lại những thứ bạn muốn đọc nhất và lập danh sách khoảng 6 cuốn hoặc nhiều hơn. Đừng đưa ra một danh sách ngập đầu. Khi hoàn thành nhóm thứ nhất, bạn có thể lập một danh sách mới.

Mortimer Adler, trong cuốn sách của mình – có tựa đề *How to read a book* (tạm dịch: *Đọc sách như một nghệ thuật*), đã gợi ý một danh sách các cuốn sách giá trị trên thế giới. Nếu bạn theo đuổi thử thách đó bằng cách cố gắng đọc thật nhiều sách hay, bạn sẽ thấy hầu hết những cuốn sách giá trị này đều có sẵn các phiên bản bìa mềm giá rẻ. Khi lập được một danh sách, bạn đã

sẵn sàng để bắt đầu hoàn thành nhiệm vụ đọc của mình.

Cách đọc được nhiều sách hơn

Tương tự như thực hành khóa học này, nếu bạn muốn đọc được nhiều sách hơn thì điều quan trọng là bạn phải hình thành thói quen đọc. Trong hai tuần tới, hãy bắt đầu dành thời gian hằng ngày hoặc cách ngày để đọc sách. Như đã gợi ý trong chương trước, khi cố gắng hình thành những thói quen mới, tốt nhất bạn hãy bắt đầu vào buổi sáng. Sau đó, bạn chuyển sang một khung thời gian khác dù chỉ là 10 phút trong ngày. Một cách tiếp cận khác là luôn mang theo một cuốn sách và tranh thủ những

khoảng thời gian nhỏ có vẻ dành cho bạn: chờ một người bạn, trong nhà tắm, giữa các cuộc hẹn, chờ tải một thứ gì đó trên máy tính hoặc bất kỳ lúc nào khác.

Phương pháp mỗi ngày một cuốn sách

Nếu bạn muốn bắt đầu thói quen đọc một cuốn sách mỗi ngày hoặc đọc được một cuốn mỗi lần ngồi xuống, hãy bắt đầu bằng việc tập hợp những cuốn sách bạn định đọc. Bạn sẽ có xu hướng vừa thực hành vừa đọc ở lần đầu tiên, nhưng bạn sẽ nhanh chóng chuyển sang giai đoạn đọc thực sự. Ban đầu, có thể bạn cảm thấy mình chẳng nắm được gì nhiều từ các cuốn sách, nhưng

hãy cứ tiếp tục đọc ít nhất một tháng.

Một trong những cách tốt nhất để bắt đầu là tập hợp các cuốn sách có cùng tác giả. Khi đã quen với cách viết của tác giả, bạn sẽ thấy dễ dàng đọc sách của tác giả đó. Hemingway có thể là một tác giả thú vị, và một vài cuốn tiểu thuyết ngắn của ông sẽ là những cuốn sách hay để bạn khởi động. John Steinbek luôn nổi tiếng với các khóa đọc nhanh bởi lẽ nhiều sách của ông như *The Pearl* (tạm dịch: Viên trân châu) và *Of Mice and men* (tạm dịch: Của Chuột và Người) thích hợp để đọc trong khoảng thời gian ngắn. Trung bình những cuốn sách này có khoảng 120 trang, độ dài phù hợp để bắt đầu.

Đây cũng là thời điểm tốt để đọc lại những cuốn bạn từng đọc trước đây. Không bao giờ là kết thúc với một cuốn sách hay vì bạn sẽ có thêm kinh nghiệm và kiến thức cần thiết để sử dụng cuốn sách đó khi trưởng thành. Bạn sẽ phát hiện ra nhiều điều mới mẻ nếu đọc lại một cuốn sách sau nhiều năm. Do vậy, đọc lại các cuốn sách vào thời điểm này không những tốt cho việc thực hành mà còn là một bài tập thú vị và bổ ích.

Đây cũng là thời điểm tốt để đọc lại những cuốn sách mà bạn đã từng đọc trong quá khứ. Một cuốn sách thực sự có giá trị là không bao giờ có kết thúc, bởi khi bạn trưởng thành - bạn có nhiều trải nghiệm hơn

- bạn sẽ lại có những cảm nhận khác về cuốn sách. Vì vậy, bạn sẽ khám phá ra rằng, nếu bạn đọc lại một cuốn sách sau nhiều năm, bạn vẫn sẽ nhìn thấy nhiều điều mới mẻ từ nó. Có thể nói, việc đọc lại sách không chỉ có ích cho việc thực hành, mà còn mang đến những cảm nhận thú vị và bổ ích.

Patrick Buchanan đọc 3 cuốn sách trong vòng hai chuyến bay

Những năm trước, khi tôi đang giảng dạy cho các nhân viên của Tổng thống Nixon tại Nhà Trắng, những học viên của tôi đã có rất nhiều tài liệu để luyện đọc, nhưng họ lại không có nhiều thời gian để thực

hành. Và có một vấn đề nhỏ đã xảy ra: Họ dần trở nên chán nản trong việc cải thiện tốc độ đọc, mặc dù lúc mới đầu, họ đều rất háo hức. Họ đã sớm kết thúc khóa học, do không được thực hành nhiều, nên kết quả cũng không khả quan hơn một lớp học trung bình. Tuy nhiên, vẫn có những học viên đạt được kết quả ngoài sức tưởng tượng, Patrick Buchanan là một trong số đó, thậm chí, ông còn được xem như là học viên giỏi nhất. Sau này, ông trở thành một nhà văn nổi tiếng dưới thời Tổng thống Nixon, tiếp đó là Ứng cử viên Tổng thống. Sau khi trải qua 4 buổi học (trong đó có 1 buổi ông bị bỏ lỡ do phải tham gia vào chuyến bay khẩn cấp tới Hawaii, để chào đón các phi

hành gia trở về từ chuyến bay Apollo 13 nổi tiếng), Pat đã đặc biệt hài lòng trước sự tiến bộ rõ rệt của mình. Ông báo cáo rằng ông đã có thể hoàn thành 3 cuốn sách trong chuyến bay vừa qua. Điều này hoàn toàn là một thành quả bất ngờ, bởi với vị trí là một trong những trợ lý đặc biệt của Tổng thống, ông hầu như không có thời gian để đọc sách, kể cả trong lúc ngồi trên máy bay.

Nếu bạn kiên trì và tích cực rèn luyện theo các bài tập của khóa học này, có thể bạn cũng sẽ sở hữu kỹ năng đọc “tuyệt đỉnh” như Patrick Buchanan.

Thể loại hư cấu

Trong chương trước, tôi đã đề cập đến thể loại tiểu thuyết hư

cấu, nhưng việc ôn lại ở phần này sẽ rất tốt cho bạn. Ngoài các chương (thường không có đầu đề) và những khoảng trống giữa các đoạn thì kết cấu và cách tổ chức của bài viết thường không thể hiện rõ đó là thể loại hư cấu. Hình thức thể loại được che đậy và tác giả cố lôi cuốn bạn vào câu chuyện của họ.

Xem trước một cuốn tiểu thuyết nhằm xác định các yếu tố quan trọng diễn ra trong câu chuyện. Đó cũng là lúc khởi động. Vì đọc là một kỹ năng, giống như không diễn viên múa hoặc vận động viên nào có thể mơ tưởng đem đến một tiết mục trình diễn tuyệt vời mà không có màn khởi động. Bạn cũng đừng hy vọng

mình có thể đọc nhanh mà không chuẩn bị trước.

Xem trước thật nhanh ít nhất 50 trang sách sẽ rất tốt cho bạn, tốt nhất là dùng kiểu di chuyển tay quét trong khoảng 3 giây mỗi trang. Cố gắng xác định nhân vật chính là ai, địa điểm và thời gian câu chuyện diễn ra. Bên cạnh đó, hãy chú ý mức độ khó của ngôn ngữ, có bao nhiêu phần miêu tả và bao nhiêu cuộc đối thoại. Khi đó bạn hãy khởi động, đồng thời nắm một số ý về những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Với thể loại hư cấu, tài liệu đều đều thường cho phép bạn đọc ở tốc độ cao khi đã hòa mình vào câu chuyện. Điều quan trọng nhất là đọc chậm ở

những phần đầu của các đoạn nhằm “lôi cuốn” chính mình vào câu chuyện. Khi đã hoàn mình vào câu chuyện, bạn sẽ thấy việc tăng tốc khá đơn giản. Tăng tốc độ đọc ở những đoạn miêu tả cũng rất dễ; đôi khi những đoạn văn kể, miêu tả hành động, đòi hỏi bạn phải đọc chậm hơn để không bỏ sót những chi tiết quan trọng. Phần hội thoại thường hỗ trợ tốc độ đọc nhanh khá tốt.

Nếu bạn muốn phân tích câu chuyện thì hãy thực hiện trong lúc xem lại. Xem hết tài liệu một lần nữa, tìm ra các yếu tố kết cấu. Nhận biết cách một hoặc nhiều hơn một nhân vật đang cố gắng thực hiện hoặc muốn thực hiện điều gì đó; điều này thường phức tạp,

nhưng cuối cùng vấn đề cũng được giải quyết. Đây thường là “hình thức” cơ bản của thể loại hư cấu. Ở mỗi chương hoặc các phần trong chương, thường có những “vấn đề” nhỏ; khi mọi thứ đến hồi gay cấn, những vấn đề này được chia ra bởi các khoảng trắng giữa các đoạn. Bám theo điểm gây chú ý nhất, câu chuyện sẽ đi đến hồi kết.

Thói quen phân tích một câu chuyện thường chỉ xuất hiện ở những sinh viên/học sinh ham học hoặc những độc giả nghiêm túc. Tuy nhiên, nếu bạn muốn theo đuổi việc này, tôi khuyên bạn hãy tìm đọc cuốn sách *How to read a book* (tạm dịch: *Đọc sách như một nghệ thuật*) của tác giả Mortimer J. Adler. Cuốn sách

tựa cảm nang những cách thức tiếp cận mọi nội dung một cách chi tiết nhất. Sau đó, bạn có thể thực hành phân tích luôn truyện ngắn Tên cớm và bản Thánh ca ở trang 266.

Xem lại kết cấu của truyện Tên cớm và bản thánh ca

Truyện ngắn này rõ ràng nói về Soapy và nó diễn ra ở thành phố New York, có lẽ trong khoảng thời gian chuyển giao giữa hai thế kỷ. Sau khi lưu ý đến những yếu tố là bối cảnh cần thiết khi câu chuyện xảy ra, bạn phải cố gắng tìm hiểu bối cảnh cơ bản: nhân vật chính đang cố làm điều gì? O. Henry đưa ra nội dung này rõ ràng từ đầu: mùa đông đang đến và Soapy muốn thoát khỏi

nó.

Trong khi xem lại với mục đích phân tích, bạn phải xác định xem Soapy muốn làm gì để tránh mùa đông và kết cục như thế nào trước tiên. Kế hoạch thường lệ của cậu là khiến mình bị bắt và dành 3 tháng mùa đông “trên Khảm Đảo” hoặc trong nhà giam. Cậu cố làm điều này tới 6 lần nhưng đều thất bại. Những kế hoạch này gồm có (1) Soapy bắt lức bước vào nhà hàng ưa thích để gọi món ăn mà không có tiền trả, (2) Soapy trâng tráo làm vỡ cửa sổ của cửa hàng và tự giao mình cho cảnh sát, nhưng vẫn không bị bắt, v.v... Có thể bạn muốn quay lại và xem 4 kế hoạch kia là gì.

Sau tất cả những thất bại này, Soapy thấy mình đứng trước một nhà thờ và hy vọng những những kỷ niệm đẹp thuở ấu thơ lần lượt ùa về khiến anh quyết định sẽ giải quyết vấn đề theo cách mới. Anh quyết định thử một chiến thuật mới và tìm một công việc tử tế. Đúng lúc này, khi đang đứng trước nhà thờ, rõ ràng Soapy chẳng làm gì nhưng anh lại bị bắt. Phần ngắn này (“Mày đang làm gì ở đây thế?”) là tình thế “bế tắc” gây rắc rối thêm cho những nỗ lực mới của anh – và đó cũng là đỉnh điểm của câu chuyện.

Phần kết của truyện hoặc đoạn kết thường phải ngắn vì hiếm khi có điều gì mới hoặc bất ngờ ở phần này. Trong trường hợp

này, tất cả nằm ở câu cuối cùng: “Ba tháng tù ở Khám Đảo”, quan tòa nói trong phiên tòa sáng ngày hôm sau.

Việc xác định kết cấu của truyện sẽ trở nên dễ nhớ hơn vì bạn đã “khám phá” ra cách sắp xếp và “kế hoạch” của tác giả. Bài tập sau đây sẽ chú trọng vào thực hành tốc độ cao nhiều hơn.

BÀI TẬP SỐ 47

Tài liệu, dụng cụ: Danh sách ban đầu.

1. Đặt thiết bị hẹn giờ hoặc máy ghi âm băng từ trong 5 phút. Nếu dùng máy ghi âm băng từ, ghi lời nhắc 1 phút sau mỗi phút (còn lại 4 phút, còn lại 3 phút, v.v...)

2. “Lướt” cả cuốn sách, chỉ lật trang; làm như vậy cho đến hết cuốn sách, khoảng 1 giây mỗi trang. Thư giãn và chỉ “nhìn” vào cả trang, cố gắng xác định những thông tin xem trước như đã phác thảo ở trên. Bắt đầu mô hình ghi nhớ, viết ra những nét nổi bật về kết cấu của cuốn sách (nếu có), nhân vật chính, bố cục và thời điểm.

3. Dùng kiểu di chuyển tay quét, đọc càng nhiều càng tốt trong 5 phút, một lần nữa tìm thông tin xem trước. Cố gắng dành không quá 3 giây cho mỗi trang. Kiểm tra xem bạn có thể đọc được bao nhiêu trang trong 5 phút và bám lấy con số đó. Bổ sung thêm thông tin vào mô hình ghi nhớ.

4. Chia cuốn sách thành các phần có 7.500 từ.

Đọc mỗi phần trong 5 phút.

Cứ sau 5 phút đọc, bổ sung thật ngắn gọn vào mô hình ghi nhớ.

5. Xem lại toàn bộ cuốn sách trong 5 phút.

Bổ sung vào mô hình ghi nhớ.

Vấn đề có thể là ở tên riêng

Khi đọc một cuốn tiểu thuyết, sau lần xem trước ban đầu, hãy cố gắng tìm hiểu xem có vấn đề gì lớn liên quan đến việc đọc không. Một vấn đề thường gặp là những thông tin lặt vặt hay những cái tên lạ. Bạn sẽ gặp vấn đề này thường xuyên

trong các tiểu thuyết nước ngoài, đặc biệt là các tác phẩm của Nga với những cái tên không quen thuộc với đa số chúng ta.

Để có được cấu trúc nhất định về mối liên hệ của thông tin, hãy viết ra tên các nhân vật xuất hiện thường xuyên nhất khi xem trước khoảng 50 trang đầu. Nếu tên nhân vật nào xuất hiện thêm thì hãy bổ sung vào danh sách. Tên các địa danh có thể cũng quan trọng, vì thế bạn phải lưu ý cả những cái tên đó nữa. Sau khi xem trước, hãy xem qua những cái tên vài lần nữa.

Tại sao lại đọc tiểu thuyết?

Không có cách nào tốt hơn để hiểu chính mình bằng việc đọc

tiểu thuyết và cảm nhận về những trải nghiệm của người khác một cách đầy đủ. Đó là một nơi cực kỳ riêng tư để các tác giả gửi gắm những suy nghĩ, sự ham muốn và những cảm nhận trong thâm tâm mình qua các nhân vật mà họ tạo ra. Không có cách nào khác có thể mang đến cho bạn nhiều kinh nghiệm nhanh đến như vậy. Nhiều bậc vĩ nhân có được kiến thức thông qua việc đọc những tiểu thuyết hay, và thật may là nhiều người chia sẻ với chúng ta những món quà quý giá ấy qua những cuốn tiểu thuyết. Đó là một thế giới của niềm vui và sự đam mê tuyệt đỉnh, một thế giới không cần lời giải thích. Đọc một vài cuốn tiểu thuyết hay và bạn sẽ sớm hiểu thêm

về chính mình. Thực sự đó là những đặc ân tuyệt vời mà chỉ con người mới có thể hiểu được. Nó được dành cho tất cả chúng ta.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 6 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI
NGÀY HÔM NAY.**

35

DUY TRÌ VIỆC ĐỌC TẠP CHÍ VÀ TIN TỨC

Lối viết phi hư cấu trong các tạp chí, báo và các cuốn sách về những chủ đề chung mang đến cho bạn một cơ hội tuyệt vời để vững vàng trong lĩnh vực của mình, để có được những hiểu biết mới mẻ và kích thích

những ý tưởng mới. Thật đáng tiếc, nhiều người trong chúng ta lại chất đống những cuốn tạp chí và sách cần đọc bên cạnh giường ở nhà và trong ô đưng tài liệu riêng tại nơi làm việc. Khối lượng những tài liệu chưa được đọc đến ắt hẳn đã lên đến con số chóng mặt. Với tư cách là một người đọc nhanh, bạn có thể xử lý được những tài liệu này một cách nhẹ nhàng.

Karen Reidel là một bác sĩ chuyên khoa điều trị cho những người khuyết tật về ngôn ngữ bằng phương pháp đặc biệt, đã đặt một chồng tạp chí chuyên đề gần bàn làm việc của mình sau khi tham gia khóa học. Trong vài phút giữa những lần tiếp bệnh

nhân, cô xem qua mỗi cuốn tạp chí một lượt. Dù không đọc hết nhưng cô thấy việc làm này khá hiệu quả để có thể cập nhật về lĩnh vực của mình bởi cô biết phải tìm thông tin ở đâu khi cần. Nhiều đồng nghiệp cảm thấy cô giống như một kho thông tin khổng lồ. Họ không thể theo kịp dòng thông tin được xuất bản, vì vậy, họ thường đến gặp cô mỗi khi có vấn đề không giải quyết được hoặc không biết phải tìm hiểu thông tin ở chỗ nào.

Trong lúc đọc, việc ghi nhớ lại những đường dẫn thông tin cụ thể, chính xác cũng rất quan trọng. Kiến thức là vô cùng, không ai có thể nhớ được hết, nhưng nếu có được những thông tin chỉ dẫn tỉ mỉ thì khi

được hỏi tới, ta sẽ không làm cho người hỏi cảm thấy thất vọng, hoặc trong những lúc cấp bách, ta cũng không bị mất quá nhiều thời gian vào việc mày mò tìm kiếm giữa bạt ngàn thông tin.

Sử dụng thời gian một cách khôn khéo

Luôn có những người đọc nhanh bị tụt lại phía sau vì sử dụng thời gian không hợp lý. Một người bạn của tôi luôn sử dụng rất tốt thời gian của mình, cùng việc học thêm kỹ năng đọc nhanh, cô vẫn duy trì được thời gian hợp lý một cách đáng khâm phục. Cô đọc trước, phát hiện những ý mới và những thông tin hữu ích. Khi có bài báo nào mà cô đặc

biệt quan tâm, cô sẽ đọc lại
thận trọng hơn.

Áp dụng phương pháp này với
tạp chí là một cách tiết kiệm
thời gian tuyệt vời. Khi nhận
được tạp chí, bạn phải đọc hết
ngay. Tôi thường đọc từ đầu
đến cuối cuốn tạp chí coi như
một cách thực hành, dành
khoảng 5 phút cho mỗi mẫu
tin. Đầu tiên, hãy xem qua
phần phụ lục để nhận biết
những đặc điểm quan trọng.
Thứ hai, xem trước toàn bộ tạp
chí, xem qua tất cả các bài. Nếu
bạn không quan tâm đến tạp
chí thì đáng lẽ bạn đừng đặt
mua nó. Khả năng là bạn sẽ
tìm được thông tin mình quan
tâm, dù có thể bạn không nghĩ
vậy khi đọc qua một số tiêu đề.

Bạn sẽ phải bất ngờ về lượng thông tin mình có thể thu được từ một cuốn tạp chí, tập san hay chuyên đề trong một khoảng thời gian rất ngắn. Tương tự như bài luyện đọc tiểu thuyết ở chương trước, có thể bạn không nghĩ rằng mình hiểu được nhiều khi đọc nhanh cuốn tạp chí. Nhưng bạn sẽ thấy mình có thể nhớ những điểm quan trọng và các chi tiết mới mẻ trong các cuộc trò chuyện hoặc trong những tình huống khi bạn cần thông tin. Điều quan trọng nhất, bạn biết phải tìm các thông tin chi tiết ở chỗ nào.

Trong thời gian đầu, bạn phải lừa chính mình. Đọc thật nhanh từ đầu đến cuối cuốn tạp chí hoặc báo, tự nói với

mình rằng làm như vậy chỉ để phục vụ mục đích thực hành đọc, rồi quay lại và đọc lại khi có thời gian. Vì bạn sẽ đọc lại nên bây giờ bạn có thể nỗ lực đọc nhanh hơn chút nữa.

Ngừng đọc bắt buộc!

Cách đây không lâu, một người bạn đã tham gia lớp học của tôi và gặp rất nhiều khó khăn trong việc thực hành. Anh ấy vô cùng chán nản với phần thực hành đọc, tới mức bỏ phần đó sau khi cân nhắc kỹ và tham khảo ý kiến. Tuy nhiên anh ấy vẫn tiếp tục đến lớp, học tập chăm chỉ và áp dụng tất cả các nguyên tắc để đọc khối lượng tài liệu khổng lồ của mình.

Tôi lo ngại rằng anh ấy không

lĩnh hội được nhiều từ khóa học như tôi tưởng. Khi được hỏi về điều này, anh ấy chia sẻ rằng mình học được rất nhiều từ các buổi học. Dù chỉ tăng được gấp đôi tốc độ đọc, nhưng với anh ấy, thành quả lớn nhất chính là khả năng không đọc những thứ nhất định.

Anh ấy nói rằng, anh ấy luôn cảm thấy bị bắt buộc phải đọc mọi thứ trước mắt, ví dụ như ngoài những cuốn sách chuyên ngành, anh ấy còn phải đọc New York Times cùng vô vàn các báo cáo và thư từ trên bàn suốt cả ngày Chủ nhật. Bây giờ, khi đã học được cách xác định mục đích đọc, anh có khả năng không đọc nhiều thứ, chỉ xem trước một số tin tức và dành đủ thời gian

để đọc cẩn thận những tài liệu quan trọng nhất.

Một trong những lý do tôi cho rằng câu chuyện trên là một ví dụ tuyệt vời, bởi anh ấy là một cá nhân cực kỳ nổi bật - đã tốt nghiệp Đại học Harvard, và đạt được nhiều thành công trong lĩnh vực mà anh ấy đang theo đuổi. Trong khi đó, nhiều học viên lại luôn mặc định rằng: họ không đủ thông minh, hoặc do bị áp lực nên họ mới đọc chậm... Ở họ luôn tồn tại những suy nghĩ tiêu cực và thiếu cần. Để tránh rơi vào tình trạng đó, ngay từ lúc bắt đầu, bạn hãy xác định rõ ràng mục đích đọc của mình, cũng như nên chọn những gì cần đọc/thích đọc - đó là những việc cần và nên làm để có thể

phát triển tốt các kỹ năng đọc.

Khi phát hiện mình đọc chậm lại

Mới đây, một học viên đã chia sẻ kinh nghiệm quý báu mà tôi cho rằng nó có thể hữu ích với bạn. Đôi khi, mọi người nhận thấy tốc độ đọc của mình bị chậm lại khi đọc một tờ báo, tạp chí hoặc một cuốn sách. Học viên này đã áp dụng một “trò” mới được khám phá khi điều này xảy ra. Cậu lập tức mở sang một bài khác hoặc một phần khác của cuốn sách và làm một vài bài thực hành đọc nhanh trong khoảng 1 phút. Khi quay lại phần đang đọc dở, cậu thấy dễ dàng duy trì tốc độ đọc nhanh hơn nhiều.

Hãy thử ngay với cuốn tạp chí

bạn thường đọc mà chưa có thời gian để đọc.

BÀI TẬP SỐ 48

Tài liệu: Một tạp chí bạn hay đọc.

Dụng cụ: Một thiết bị định giờ.

1. Đọc trang bìa trước để nhận biết bài bạn đặc biệt quan tâm.

Mở đến phần mục lục và đọc.

Tự đặt những câu hỏi sau: Bài nào bạn phải đọc? Bài nào bạn nên đọc? Bạn muốn đọc bài gì?

Trong phần mục lục, bài nào thuộc loại thứ nhất ghi số (1), loại thứ hai ghi số (2) và loại thứ ba ghi số (3).

2. Dành 20 phút để “đọc” tạp

chí.

Đọc toàn bộ tạp chí trong vòng 10 phút, dùng kiểu di chuyển tay phân đoạn, vạch chéo, đan chéo hoặc bất kỳ kiểu di chuyển tay tốc độ nhanh nào khác.

Khi đọc đến bài nào có ghi số (1) - gần như rất khó đọc, hãy di chuyển với tốc độ chậm hơn, xem trước và đọc cẩn thận.

3. Trở lại phần mục lục và sửa đổi phần đánh giá của mình: có thể một vài số (2), có thể bạn đánh giá chưa chính xác một vài số (3), có thể có thêm nhiều hoặc ít hơn bài bạn quan tâm.

Trong 10 phút còn lại, hãy đọc

lại thật kỹ những bài số (2) trong khoảng thời gian cho phép. Nếu còn thừa thời gian, hãy quay lại đọc những bài số (3).

Tùy theo phạm vi, mức độ khó và tầm quan trọng của tạp chí, bài luyện này có thể được điều chỉnh thời gian lên tới 30 phút hoặc giảm xuống còn 10 phút. Dù bạn làm thế nào thì các nguyên tắc của bài luyện vẫn không thay đổi. Điều quan trọng là biết mục đích và chọn ra những gì cần nhất cho bạn. Và quan trọng nhất là đọc hết cuốn tạp chí.

Tôi có một nguyên tắc là những chiếc quần áo không được mặc đến trong vòng 2 năm sẽ được quyên góp cho Tổ

chức Từ thiện Woodwill hoặc Tổ chức Cứu thế quân (Salvation Army) dù tôi nghĩ rằng mình sẽ mặc nó vào một ngày nào đó. Mỗi năm một lần tôi kiểm tra kỹ lại, cho mỗi món đồ một cơ hội thứ hai. Tôi cũng áp dụng như vậy với việc đọc của mình. Đọc nhanh một tạp chí ngay khi nhận được – có thể chỉ trong 5 phút – còn tốt hơn nhiều so với việc xếp nó vào một góc. Một trong những thói quen tốt nhất là cố gắng xử lý một lần duy nhất mọi thư từ, tạp chí hoặc sách thuộc thể loại hư cấu.

Xử lý các cuốn sách phi hư cấu theo cùng một cách

Có rất nhiều cuốn sách hay và thú vị thuộc thể loại phi hư

cấu liên tiếp xuất hiện trong các hiệu sách. Nhiều người ngại mua chúng vì biết mình sẽ lại chất đống và không đọc đến. Nhưng đôi khi bạn có thể xử lý những cuốn sách này theo cách tương tự đã làm với thư và tạp chí: ngay lập tức.

Những cuốn sách phổ thông có chung một chủ đề hoặc một ý chính, thường chứa rất nhiều chuyện vặt, những trải nghiệm từ góc nhìn của người viết, các ví dụ và nhiều vấn đề nhằm “thuyết phục” bạn về ý tưởng của họ và buộc bạn phải mua sách. Khi nhận biết được điều này và nắm được cách sắp xếp của những tài liệu phi hư cấu đó, người đọc tốc độ sẽ dễ dàng “đọc” những cuốn sách này trong một khoảng thời

gian rất ngắn.

Làm thử bài luyện của Chamberlain

Đồng nghiệp của tôi, anh John Chamberlain, một giáo viên rất sáng tạo, đã giao cho lớp đọc nhanh của mình một bài luyện đặc biệt mà theo tôi nó rất hữu ích. Anh đề nghị học sinh đi đến quầy sách hoặc các nhà sách có bán sách bìa mềm gần đó. Họ phải ở đó nửa tiếng đồng hồ và “đọc” hai cuốn sách thuộc thể loại phi hư cấu. Một mẹo hay là họ không được phép mua sách. Họ phải đọc mỗi cuốn trong khoảng 15 phút. Với tư thế đứng cùng sự để mắt liên tục của chủ cửa hàng, điều này khiến họ bắt buộc phải tăng tốc. Đó là một

bài luyện giá trị và là một phương pháp để đọc được nhiều sách. Tôi sẽ mô tả cách làm bài luyện đó trong bài tập sau để bạn có thể thử khi có thời gian.

BÀI TẬP SỐ 49

Tài liệu: Các cuốn sách thuộc thể loại phi hư cấu.

Đến một cửa hàng có bán sách bìa mềm mà bạn có thể “đọc lướt” một cách thoải mái.

Chọn một cuốn sách thuộc thể loại phi hư cấu về một chủ đề phổ thông mà bạn quan tâm. Cố gắng tìm cuốn sách có khoảng 120-200 trang.

Bạn có 15 phút để thực hiện các bước sau:

1. Đọc trang bìa trước, trang bìa sau và bất kỳ phần giới thiệu nào bên trong bìa sách có thể giúp bạn nắm được điều gì đó về cuốn sách - bất kỳ thông tin gì nằm ngoài phần chính của tài liệu.

2. Xem kỹ phần mục lục. Cố gắng tìm xem có phần giới hiệu hoặc chương đầu nào có thể cho bạn biết ý chính của cuốn sách. Lưu ý, ý đồ trong những phần giới thiệu chỉ để bán được sách.

3. Cố tìm xem có chương tóm tắt nào gắn kết các điểm chính trong sách lại với nhau không.

Tìm các chương chủ chốt khác có thể cung cấp cho bạn những điểm chính của chủ đề: cách thực hiện, các kỹ thuật hoặc

các ý tưởng. Xác định những chương chỉ có mục đích lấp chỗ trống hoặc không mấy quan trọng.

4. Xem trước thật kỹ phần mở đầu và kết thúc của cuốn sách có chứa các thông tin chủ chốt, tránh những phần mời chào mua sách.

5. Xem trước và đọc các chương chủ chốt mà bạn đã chọn, HOẶC đọc thật nhanh cả cuốn sách, xem lướt các chương và sử dụng kiểu di chuyển tay ở tốc độ cao.

Lưu ý: Hãy đảm bảo bạn đọc đến hết cuốn sách trong khoảng thời gian cho phép! Trong thể loại phi hư cấu, đôi khi những thông tin quan trọng nhất lại nằm ở phần kết.

Tránh bị cuốn theo những chi tiết thú vị nhưng không cần thiết.

Có lẽ điều khó nhất trong quá trình học đọc nhanh là phải tăng tốc và bỏ qua những thông tin không thực sự thiết thực với bạn. Có vẻ hầu hết chúng ta đã được dạy để trở thành những người đọc bắt buộc, nghĩa là đọc mọi thứ chứ không phải chỉ đọc những gì mình thực sự cần. Những bài luyện này sẽ giúp khắc phục hiện tượng đọc bắt buộc vẫn còn ngấm trong bạn và đó là những cách thức xử lý hiệu quả đối với tài liệu bạn vẫn thường gặp phải.

**MỞ LẠI CÁC BÀI LUYỆN TẬP
TUẦN 6 ĐỂ HOÀN THÀNH BÀI**

NGÀY HÔM NAY.

XÁC ĐỊNH TỐC ĐỘ ĐỌC CỦA BẠN TẠI THỜI ĐIỂM NÀY

Mặc dù bạn đã đến phần cuối của khóa học này, nhưng trên thực tế bạn mới chỉ đến đoạn cuối của phần mở đầu. Nếu làm hết các bài tập trong sách

thì bạn đã hoàn thành một khối lượng công việc lớn, và nếu làm theo các phần có bài luyện thì chắc chắn kỹ năng đọc của bạn sẽ được cải thiện nhiều. Thách thức lớn nhất – duy trì và phát triển những kết quả đã đạt được – còn nằm ở phía trước.

Bây giờ, bạn phải lên kế hoạch và thực hành để tạo ra những thói quen suốt đời, đảm bảo bạn có thể duy trì tốc độ và tiếp tục đọc được càng nhiều càng tốt theo nhu cầu. Bạn đã có các kỹ thuật trong tay, nhưng giờ là lúc bạn phải áp dụng những kỹ thuật này theo những cách hơi khác nhau. Đó là lý do khiến bạn vẫn phải làm một phần bài luyện khác.

Phần bài luyện này rất cần thiết bởi hai lý do. Thứ nhất, có thể bạn vẫn cần thực hành thêm việc đọc tốc độ cao. Những bài luyện này giúp bạn làm được điều đó. Thứ hai, bạn cần những bài luyện để sẵn sàng áp dụng trong nhiều tình huống hằng ngày. Những bài luyện này cũng được kỳ vọng là sẽ thỏa mãn những nhu cầu đó. Trong thực tế, đây là những bài luyện thêm, do vậy các bạn có thể thực hành chừng nào mình muốn.

Lập kế hoạch 6 tháng

Lên kế hoạch 6 tháng tại thời điểm này là rất thích hợp để đảm bảo bạn hình thành được những thói quen cần thiết nhằm củng cố những phương

pháp mới này. Có thể là một tuần 3 lần, mỗi lần nửa tiếng, hoặc hơn. Nếu không khả thi, bạn hãy lên kế hoạch tận dụng 15 phút rảnh rỗi và đem theo tài liệu bên mình.

Nếu đã biết thời điểm bạn sẽ đọc, thì tiếp theo bạn phải lên kế hoạch đọc cái gì. Hãy lập một danh sách những cuốn sách bạn muốn đọc. Hoặc xếp theo thứ tự ưu tiên nếu có nhiều thứ và bắt đầu với 6 đầu sách đầu tiên.

Lập kế hoạch làm một số bài luyện trong 6 tháng tiếp theo. Bài luyện kiểu “bắt buộc” như các bài trong phần bài luyện cuối cùng rất hữu ích. Chúng sẽ giúp bạn bắt đầu thói quen đọc một cuốn sách hoặc mỗi

lần ngồi xuống phải đọc được nhiều phần trong cuốn sách. Ban đầu những bài luyện này là bài đọc thực hành, nhưng bạn sẽ nhanh chóng nhận ra mình đang đọc thực sự.

Thomas Wolfe đã trở thành người đọc nhanh như thế nào?

Khi tác giả nổi tiếng Thomas Wolfe lớn lên, ông đã phát hiện ra những điều thú vị trong thư viện của địa phương, đồng thời nảy ra ý tưởng điên rồ rằng, ông muốn đọc hết tất cả cuốn sách trong đó. Ông bắt đầu tiến hành việc đó, đặt mục tiêu đọc hết 2 cuốn mỗi ngày và không quan tâm mình hiểu được gì. Cuối cùng, ông đã trở thành một người đọc cực

nhanh, sử dụng các kỹ thuật quan trọng để thực hiện điều đó: thực hành thật nhanh và liên tiếp đặt ra các mục tiêu để đọc được nhiều hơn.

Giờ đây, đọc nhanh đã trở thành một kỹ năng quan trọng. Hy vọng cuốn sách này và việc thực hành chăm chỉ của bạn sẽ giúp bạn trở thành một người đọc siêu nhanh mà không tốn quá nhiều sức lực, cũng như không làm bạn phải thất vọng.

Vài lời khuyên

Luôn nhớ một điều là bạn phải xác định mục đích trước khi đọc bất cứ tài liệu gì. Đây là thói quen quan trọng phải hình thành để trở thành một người đọc hiệu quả. Phải thật

nghiêm khắc trong việc đánh giá những thứ mình đáng đọc. Không gì có thể thay thế được thời gian quý giá của bạn; đừng lãng phí thì giờ vào những tài liệu mà rốt cuộc nó không mang lại cho bạn niềm vui hoặc không thỏa mãn được các yêu cầu, dù bạn là một sinh viên hay một người làm kinh doanh. Biết không đọc gì thường quan trọng không kém so với việc biết nên đọc gì.

Luôn dùng tay làm vật dẫn đường. Có vẻ nhiều người tìm cách tránh phương pháp này. Tuy nhiên, mọi nghiên cứu đều chỉ ra rằng, tốc độ đọc có xu hướng giảm đi khi không có thiết bị dẫn đường.

Hãy cố gắng dùng tay thường xuyên để đọc một vài thứ mỗi ngày nhằm duy trì kỹ năng. Đó là tất cả những gì bạn phải làm. Nếu đang ở nơi công cộng, bạn có thể dùng chiếc bút chì làm công cụ.

Bạn đừng nghĩ rằng mọi thứ sẽ biến mất nếu ngừng sử dụng tay. Nhiều phương pháp trong cuốn sách này sẽ không bao giờ mất đi một khi đã học được. Một nghiên cứu cho thấy những người ngừng sử dụng tay khi học xong vẫn lấy lại được tốc độ của mình khi bắt đầu dùng tay trở lại - dù không được nhanh như những người dùng tay liên tục. Nói cách khác, một khi bạn đã có kỹ năng thì chúng chỉ có thể bị mai một chứ không bao giờ

mất đi.

Khi muốn nhớ một điều gì đó, đừng quên thực hiện mô hình ghi nhớ bằng cách viết ra sau khi đọc. Việc làm này vô cùng dễ dàng và hiệu quả. Có những khóa học mà chúng ta chẳng còn nhớ được gì trong vòng vài năm. Nếu bạn chỉ dùng tay khi muốn đọc nhanh và ghi nhớ khi muốn nhớ thì tôi tin rằng bạn sẽ nhận thấy thời gian và công sức của mình được sử dụng hiệu quả.

Bây giờ, bạn hãy làm bài kiểm tra cuối kỳ và sẵn sàng làm các bài luyện mới của mình.

Đánh giá đọc cuối kỳ

Dụng cụ: Bút chì hoặc bút mực,

Thiết bị định giờ.

Tài liệu: Sách kiểm tra, cùng cuốn sách bạn đã dùng trong Chương 2, nhưng chọn một phần khác mà bạn chưa đọc.

- Chọn một phần chưa từng đọc trong sách kiểm tra dài khoảng 40 trang.

- Trong 3 phút, đọc được càng nhiều càng tốt. Dùng thiết bị định giờ.

- Đánh dấu điểm bạn dừng khi hết 3 phút, sau đó gấp sách lại.

- Trong một tờ giấy, viết tất cả những gì bạn nhớ được sau khi đọc mà không nhìn lại phần đã chọn đọc. Đánh số các chi tiết khi viết ra.

- Có thể bạn phải mất đến 6 phút, hãy sử dụng thiết bị định giờ.

- Tính tốc độ đọc và ghi lại trong bảng theo dõi sự tiến bộ.

CÁC BÀI LUYỆN TẬP ĐỂ DUY TRÌ

Giờ đây, bạn đã học xong cuốn sách này, tiến tới một khởi đầu mới: bạn phải thật chăm chỉ để duy trì những kết quả đã đạt được và tiến bộ hơn nữa nếu muốn. Vài tháng tới đây là thời điểm rất quan trọng trong việc hình thành những thói quen đọc hiệu quả và sử dụng những kỹ năng mới một cách dễ dàng. Cách duy nhất để làm được điều này là phải sử dụng nó thường xuyên.

Nếu có thể, hãy tiếp tục thực hành ít nhất 20 phút mỗi ngày trong 6 tuần tiếp theo, dần dần thay đổi theo “Kế hoạch đọc cả đời”. Khi những thói quen được hình thành, bạn có thể giảm dần việc thực hành, bất cứ lúc nào thấy tốc độ đọc bắt đầu trượt dốc, bạn chỉ cần làm một bài luyện và kéo tốc độ trở lại.

Những bài luyện tiếp theo sẽ được sử dụng trong tuần cuối cùng của khóa học ở trên lớp. Chúng sẽ rất có ích kể cả bạn sử dụng trong tuần thực hành cuối cùng hay khi thực hành bài 20 phút mỗi ngày trong 6 tuần tới. Tất nhiên, bạn có thể quay lại và làm bất kỳ bài luyện nào khác trong sách mà bạn thấy đặc biệt hữu ích.

Tài liệu, dụng cụ cần cho những bài luyện này

- Thiết bị định giờ.

- Bút mực hoặc bút chì.

- Giấy hoặc chương trình xử lý văn bản trên máy tính.

- Sách các loại thuộc phi hư cấu, tiểu sử và hư cấu.

- Tờ nhật báo.

BÀI LUYỆN SỐ 22

Tài liệu: Sách các loại.

Dụng cụ: Bút chì và giấy,

Thiết bị định giờ.

Mục đích: Tăng cường tốc độ đọc.

Thời gian dự kiến: 15 phút.

Mục tiêu: Đạt được mức độ hiểu tối thiểu ở tốc độ tối đa.

Sơ đồ:

Một chương hoặc phần dài chừng 20 trang	
Dùng kiểu di chuyển tay QUÉT (CHI NH)	2-3 giây/trang
Kiểu di chuyển tay TỰ CHỌN (CHI NH)	8-10 giây/trang
Kiểu di chuyển tay QUÉT (CHI NH)	1-2 giây/trang
TINH VÀ CHI LẠI tốc độ đọc	

Giải thích:

1. Chọn một chương hoặc một phần của chương dài khoảng 20 trang. Nếu bạn thấy tài liệu khó hiểu, hãy lựa chọn một cuốn sách dễ đọc.

2. Dùng kiểu di chuyển tay quét, “quét” xuống từng trang, dành tối đa 2 hoặc 3 giây mỗi trang. Luôn chọn tốc độ nhanh hơn nếu bạn đang cố gắng đạt tốc độ cao.

Vẽ mô hình đường chéo ghi nhớ và viết ra những gì bạn có thể nhớ.

3. Dùng kiểu di chuyển tay tự chọn (trừ kiểu chạy dưới dòng chữ), lặp lại với toàn bộ phần được chọn, dành tối đa 8 hoặc 10 giây mỗi trang (4 hoặc 5 nhịp di chuyển tay).

Nếu bạn hiểu được ít, hãy lặp lại bước này, tốt nhất dùng một kiểu di chuyển tay khác.

4. Dùng kiểu di chuyển tay quét, lặp lại với toàn bộ phần được chọn, dành không quá 1 hoặc 2 giây mỗi trang.

Bổ sung vào mô hình ghi nhớ.

5. Tính tốc độ đọc thực hành ở Bước 3.

Tìm tổng số từ của cả phần, sau đó lấy số đó chia cho số phút đã thực hành.

Chú ý: Hãy duy trì tốc độ đọc thực hành trên 2.000 từ mỗi phút ở bước 3.

BÀI LUYỆN SỐ 23

Tài liệu: Sách thuộc thể loại tiểu thuyết hoặc tiểu sử.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ.

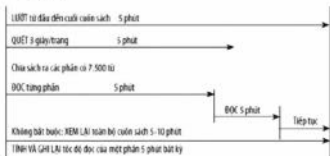
Mục đích: Duy trì tốc độ đọc nhanh trong cả cuốn sách.

Thời gian dự kiến: 30-60 phút.

Mục tiêu: Duy trì tốc độ đọc xác định trước cùng với khả năng hiểu.

CÓ THỂ LÀM LẠI BÀI LUYỆN NÀY

Sơ đồ:



1. Chọn thể loại tiểu thuyết hoặc tiểu sử. Nếu sử dụng tiểu thuyết, một tập hợp những cuốn sách có cùng tác giả sẽ rất hiệu quả. Nếu có thể hãy sắp xếp theo thứ tự từ cuốn ngắn nhất đến dài nhất hoặc dễ nhất đến khó nhất để đánh giá trước khi đọc.

Lên kế hoạch đọc cả cuốn sách hoặc nhiều phần trong cuốn sách.

2. Dùng kỹ thuật đọc lướt, đọc từ đầu đến cuối cuốn sách

trong vòng 5 phút.

Nếu gặp bất kỳ “vấn đề” gì, chẳng hạn phân vai các nhân vật, hãy dừng lại và lập một “bảng phân vai” để bạn có thể tiếp tục đọc một mạch.

3. Sử dụng kiểu di chuyển tay quét và di chuyển với tốc độ khoảng 3 giây mỗi trang, đọc càng nhiều càng tốt trong vòng 5 phút.

4. Chia sách ra các phần có 7.500 từ.

Đọc mỗi phần trong 5 phút. Nếu dùng máy ghi âm băng từ, ghi lại sau mỗi lần hết 1 phút để giúp bạn duy trì tốc độ.

5. Không bắt buộc: Xem lại toàn bộ cuốn sách trong vòng

từ 5 đến 10 phút. Trong một tuần, mỗi ngày dùng một cuốn sách mới; nếu không hiểu được hết sau đó, bạn có thể dùng lại một cuốn sách đã thực hành trước đây.

6. Trong 5 phút bất kỳ, tính và ghi lại tốc độ đọc vào bảng theo dõi sự tiến bộ của bạn.

BÀI LUYỆN SỐ 24

Tài liệu: Tờ nhật báo.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ.

Mục đích: Học được cách đọc báo hiệu quả hơn.

Thời gian dự kiến: Sẽ được xác định trong bài luyện.

Mục tiêu: Đọc được nhiều báo hơn mỗi ngày trong cùng một

khoảng thời gian.

CÓ THỂ LÀM LẠI BÀI LUYỆN NÀY

- Hằng ngày, bạn đọc báo trong khoảng thời gian 10, 15 hoặc 20 phút. Duy trì khoảng thời gian đó trong cả tuần.

- Tự tính giờ khi bạn bắt đầu đọc báo. Khi hết thời gian, hãy dừng đọc. Không quay lại phần đọc đó sau này. Ép bản thân để đọc báo trong khoảng thời gian đã đặt ra.

- Đọc trang đầu, sau đó đọc đến phần tóm tắt tin tức, nếu có. Nếu không có phần tóm tắt tin tức, đọc thật nhanh toàn bộ tờ báo, rà soát những bài bạn sẽ đọc. Dành không quá 1 phút.

- Đọc các bài bạn đã chọn. Đọc thật nhanh từng mục trong những bài này. Nếu không có nhiều thời gian, bạn chỉ cần xem trước các bài và điều chỉnh việc xem trước theo thể loại bài viết (dạng bài tin tức hay phi hư cấu).

- Ghi lại thời gian và số lượng bài báo bạn đọc được. Cố gắng đọc được càng nhiều càng tốt theo nhu cầu của bạn trong một khoảng thời gian. Cố gắng đọc được nhiều hơn mỗi ngày.

BÀI LUYỆN SỐ 25

Tài liệu: Sách thể loại phi hư cấu có tính chất phổ biến.

Dụng cụ: Thiết bị định giờ.

Mục đích: “Đọc” sách phi hư

cấu trong khoảng thời gian ngắn hơn.

Thời gian dự kiến: 30 phút.

Mục tiêu: Nắm đầy đủ các điểm chính của sách.

Sơ đồ:

Một chương hoặc phần dài khoảng 10 – 200 trang	
XEM QUA trang bìa trước và bìa sau, phần mục lục	5 phút
XEM TRƯỚC phần đầu và phần cuối hoặc phần chứa đựng các ý chính	10 phút
XEM TRƯỚC VÀ ĐỌC các chương chủ chốt HOẶC	15 phút
ĐỌC lướt toàn bộ cuốn sách	15 phút

Giải thích:

- Chọn một cuốn sách hoặc một phần của sách.(100-200 trang về một chủ đề phổ biến mà bạn thích. Nếu khó hiểu, hãy dùng những cuốn sách khác có cùng chủ đề trong tuần, bắt đầu từ cuốn sách dễ nhất).

- Xem nhanh trang bìa trước, bìa sau và tất cả những thông tin khác ngoài phần chính của tài liệu để nhận biết điều gì đó về sách, gồm cả phần mục lục. Cố gắng tìm chương giới thiệu, tóm tắt và bất kỳ chương nào khác chứa thông tin chủ chốt trong vòng 5 phút.

- Trong 10 phút, xem trước phần mở đầu và phần cuối sách - nơi trình bày các ý chính - một cách cẩn thận.

- Xem trước và đọc các chương chủ chốt mà bạn đã chọn HOẶC đọc thật nhanh từ đầu đến cuối sách, lướt qua các chương, trong vòng 15 phút.

LỜI CẢM ƠN

Tôi xin gửi lời cảm ơn tới toàn thể sinh viên của tôi, tôi đã học được rất nhiều từ họ. Tôi cũng chân thành cảm ơn: thầy giáo Thurston Smith, Tiến sĩ Harry Wachs, Pat Cafferate, ngài George Webster, Adele Rosenstein, Karen Riedel, Connie Fisher, Chip Chapin, Dan Theodocion, Lori Mammen, Charles Durakis, Martha White, Vicki Morgan, và Charlotte, Georgie Reynolds, Mary Gussman, Verla Nielsen, Judy Loughman, Marianne Hayes, Bob Boles, Pat

Lynch, Hilda Takeyama, Bernie Kelly, Max Cohen, John Kilgo, Art Kramer, Lou Kohn, Doug Hall, Revetta Young, Lockwood Smith, Margaret Walsh, cũng như hàng trăm giáo viên tôi đã cùng làm việc và đào tạo trong suốt nhiều năm ròng.

Đặc biệt, tôi chân thành gửi lời cảm ơn đến Jo Guttadauro, David Ross, cha mẹ, Denny Modiglian, Arthur Abelman, Margaret Paul và Janet Cohn, Carlos Madrid.