

УДК 159.98

Скорочтение как инструмент развития личности

Ангелина М. Билая

Донской государственный технический университет, г. Ростов-на-Дону,
Российская Федерация

E-mail: angelinka_k@inbox.ru

Аннотация

В статье представлен обзор теоретических подходов к скорочтению в отечественной и зарубежной науке, рассмотрены практические методы увеличения скорости чтения, а также проведен анализ влияния скорочтения на личность в целом. Во **Введении** автором раскрывается актуальность темы, которая определяется социальным запросом на инновационные методы обучения в целом и методы эффективного чтения в частности. В **Теоретическом обосновании** автором рассматриваются работы российских и зарубежных авторов, посвященные вопросам: исследования феномена скорочтения как приобретенного навыка, способов развития этого навыка и помехам, затрудняющим обучение, анализу чтения как психофизиологического процесса, его технической и смысловой составляющих, а также влиянию чтения на личность. Успешность применения обучающих инструментов развития скорости и качества чтения зависит от точности и глубины теоретического понимания психологических механизмов, лежащих в основе овладения навыком скорочтения. Чтение является сложнейшим когнитивным навыком. Овладение навыком быстрого чтения без потери качества усвоения прочитанного требует особой организации обучающего процесса с учетом понимания когнитивных механизмов, лежащих в основе скорочтения, с одной стороны, и мотивационно-смыслового компонента личности обучающегося, с другой. Новизна исследования заключается в синтезе научных знаний в области развития когнитивных навыков и смыслодидактического подхода в организации процесса обучения скорочтению. В **Обсуждении результатов** автор обосновывает, что при вышеизложенном подходе к пониманию компетенции скорочтения, оно способно стать не только методом оптимизации и повышения эффективности интеллектуального труда, но и способом совершенствования и развития личности в целом.

Ключевые слова

скорочтение, развитие личности, быстрое чтение, артикуляция, регрессии, обучение, обучающиеся

Speed reading as a tool for personality development

Angelina M. Bilaya

Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russian Federation

E-mail: angelinka_k@inbox.ru

Abstract

The article provides an overview of theoretical approaches to speed reading in Russian and foreign science, discusses practical methods for increasing reading speed, and analyzes the impact of reading speed on the individual. In the introduction, the author reveals the relevance of the topic, which is determined by the social demand for innovative teaching methods in general and effective reading methods. In the theoretical background the author considers the works of Russian and foreign authors devoted to the study of the phenomenon of speed reading as an acquired skill, ways of developing this skill and hindrances that hinder learning, analysis of reading as a psychophysiological process, its technical and semantic components, as well as the impact of reading on the individual. The success of using training tools to develop speed and quality of reading depends on the accuracy and depth of theoretical understanding of the psychological mechanisms underlying based on mastering the speed reading skill. Reading is a complex cognitive skill. Mastering the skill of rapid reading without losing the quality of learning requires a special organization of the learning process, taking into account the understanding of the cognitive mechanisms underlying speed reading, on the one hand, and the motivational and semantic component of the student's personality, on the other. The novelty of the research lies in the synthesis of scientific knowledge in the field of cognitive skills development and a semantic-didactic approach to the organization of the speed reading learning process. In **Discussion**, the author proves that with the above approach to understanding the competence of speed reading, it can become not only a method of optimizing and improving the efficiency of intellectual labor, but also a way to improve and develop the individual as a whole.

Keywords

speed reading, personality development, fast reading, articulation, regressions, learning, students

Введение

Человеческий вид за миллионы лет своего существования прошел длинный путь эволюционных изменений. К моменту появления вида *Homo Sapiens* мозг человека обрел многие уникальные функции и навыки в сфере интеллекта.

ПСИХОЛОГИЯ

Путем постепенных и незначительных усовершенствований нейронных сетей и связей, мозг человека менял свой объем и структуру, позволяя осваивать все более сложные умственные операции.

Но все эти многовековые модификации не сравнимы со взрывообразным развитием, произошедшим за последние 50000 лет. Ключевые мозговые структуры претерпели такие изменения, что новые сочетания уже имеющихся функций стали основой для развития интеллектуальных способностей, присущих только человеку.

«Мы прошли через психический фазовый переход. Все старые составляющие остались на месте, но начали совместную работу совершенно новыми способами, которые были чем-то большим, нежели сумма отдельных составляющих. Этот переход подарил нам такие особенности, как полноценный человеческий язык, художественное и религиозное чувства, а также сознание и самосознание... Наша генетическая эволюция в большей или меньшей степени завершилась, но при этом началась намного – намного! – более быстрая форма эволюции, завязанная уже не на генах, а на культуре» (Рамачандран, 2014, с. 14).

Эти качественные изменения структуры и функций головного мозга изменили быт и жизнь как отдельного человека, так и всего человечества. Мы живем в мире науки, культуры, высоких технологий. Эти факторы оказывают на мозг современного человека гораздо большее влияние, чем биологические.

На сегодняшний день человечество столкнулось с последствиями своего стремительного умственного развития и влияния на окружающий мир. Уровень технических достижений подчас сильно опережает способность правильно оценить и справиться с последствиями их использования и повсеместного внедрения.

Количество текстовой и визуальной информации, хранящейся на серверах мировой сети, настолько велико, что человеческой жизни не хватит на знакомство хотя бы с ее малой частью. Международная исследовательская и консалтинговая компания IDC прогнозировала увеличение объема данных с 2009 по 2020 год в 44 раза. Теперь этот показатель скорректирован до 55 раз и составляет 44 зеттабайт информации. Каждые два года количество данных в сети удваивается, и мы наблюдаем экспоненциальный рост.

Принимая во внимание выдвинутый нами в начале статьи тезис о том, что главной движущей силой эволюции человечества на данный момент является культура, мы должны правильно оценить современные возможности и форму передачи культурного наследия и найти ответ на вопрос: как сориентироваться и не утонуть в океане информации? Как осваивать возрастающий объем данных, не отставая от современных темпов развития мира?

Еще одной проблемой нынешнего времени является то, что при невероятном количестве печатной, визуальной и аудио информации, стало трудно гарантировать ее качество. Проблемой стала не доступность знаний – сейчас их в избытке, а их достоверность, адекватность.

В данной статье будет рассмотрена проблема взаимодействия человека с текстовой информацией.

В отличие от видео и аудио носителей, книги имеют многовековую историю и остаются важнейшим средством передачи знаний от поколения к поколению.

Трудно подсчитать, какое количество часов нужно потратить современному человеку, чтобы освоить хотя бы небольшой объем мирового литературного наследия, при этом успевая отслеживать и воспринимать поток современной учебной, научной, развивающей и художественной литературы.

Чтение было и остается одним из важнейших способов получения знаний. Весь образовательный процесс от начальной школы до высших его ступеней построен на взаимодействии с текстовой информацией. И то, насколько успешно владеет человек навыком чтения, во многом определяет и его достижения в сфере обучения, профессионализации и саморазвития.

Современные условия бросают вызов нашим навыкам чтения, становится востребованной способность справляться с большими объемами информации.

Запрос на повышение читательской компетенции отражен также в «Национальной программе развития и поддержки чтения», составленной на 2007–2020 гг.: «Чтение – это важнейший способ освоения базовой социально значимой информации – профессионального и бытового знания, культурных ценностей прошлого и настоящего, сведений об исторически непреходящих и текущих событиях, нормативных представлений, – составляющей основу, системное ядро многонациональной и многослойной российской культуры» (Национальная программа..., 2007). Также отмечается, что в области сформированности навыков чтения «требования, предъявляемые к специалистам, не находят отражения на более ранних ступенях образования» (Национальная программа..., 2007).

Таким образом, мы можем констатировать социальный запрос на повышение читательских навыков и компетенции, умение работать с всевозрастающими объемами печатной информации, не теряя при этом качества ее усвоения. Необходимость и востребованность чтения в современном обществе дополняется запросом на способность аналитически обрабатывать, усваивать и оценивать на достоверность многие мегабайты текстов. Такой новой компетенцией может стать навык скорочтения, популярность которого за последние десятилетия значительно возросла.

Скорочтение – форма чтения, сочетающая в себе высокую скорость функционирования двух основных составляющих чтения – технической и смысловой. Скорочтение позволяет прочитывать большое количество знаков в единицу времени с высоким качеством понимания и усвоения прочитанного.

Перед тем, как перейти к обзору существующих на данный момент методик и подходов к скорочтению, следует обратить внимание на большое количество практической литературы по этой тематике и существенный недостаток

ПСИХОЛОГИЯ

серьезных научных исследований этой темы. На сегодняшний день наблюдается недостаток исследований психологических механизмов, лежащих в основе этой компетенции, не предлагается методика их оценки и учета в процессе обучения скорочтению.

Теоретическое обоснование

Обзор существующих подходов к феномену скорочтения

Первые упоминания о попытках систематически развивать навык скорочтения относятся к началу 20 века.

В 1945 году американская учительница и социальный педагог Эвелин Вуд создала практические курсы по увеличению скорости чтения. В предисловии к своей работе она рассказывает, что обратила внимание на то, как поразительно быстро мог читать ее друг и учитель, доктор Лоуэлл Лис из Университета Юты (со скоростью более 6000 слов в минуту) и при этом великолепно понимать прочитанное.

Эвелин Вуд утверждала, что изучила более 100 человек с аналогичными способностями, которые могли читать со скоростью свыше 1500 слов в минуту (она установила эту скорость в качестве минимальной планки). Изучая движения глаз тех, кто читает с высокой скоростью, она обнаружила отличие. Их глаза делают меньше остановок. Это свидетельствует о том, что они видят больше одного слова за раз. И вместо того, чтобы двигаться горизонтально вдоль строк, их взгляд обычно двигался вниз по диагонали. Кроме того, за одну фиксацию они считывают целую группу слов и практически никогда не возвращаются к прочитанному (отсутствие регрессии).

На основе своих исследований Эвелин Вуд разработала систему, получившую 12 лет спустя название "Динамическое чтение". С помощью "Динамического чтения" вышеуказанным техникам мог научиться любой желающий. Книга об этой системе вышла в свет в 1959 году (Камп, 2016).

Со временем, на основе системы "Динамическое чтение" возникли другие методики обучения.

Учеником и популяризатором системы Эвелин Вуд стал Питер Камп. В 1979 году он написал и опубликовал книгу-самоучитель, в которой предлагает переосмыслить знакомый с детства процесс с помощью его рекомендаций и упражнений, призванных улучшить процессы обработки и усвоения новой информации. Автор уделяет внимание правилам понимания текста, считая, что эффективное скорочтение включает в себя и высокую скорость, и верную интерпретацию (Камп, 2016).

В российской науке 20 века проблема увеличения скорости чтения упоминается как необходимая для исследования, но малоизученная. Часто приводится цитата из работы Льва Семеновича Выготского, где он говорит о том,

что увеличение скорости чтения влечет за собой усовершенствование системы восприятия и обработки текстовой информации: «Обычно думают..., что понимание лучше при медленном чтении, однако... при быстром чтении понимание идет лучше, ибо... сама скорость понимания отвечает более быстрому темпу чтения». Однако, продолжает автор, чтение до сих пор исследовалось «как сложный сенсомоторный навык, а не как психический процесс очень сложного порядка... Работа зрительного механизма является до известной степени подчиненной процессам понимания» (Выготский, 1996, с. 169). Далее конкретизирует: «Чтение – сложнейший психофизиологический процесс, в котором непосредственное участие принимают высшие психические функции в части мышления, и развитое и недоразвитое чтение имеют ближайшие причины в развитии мышления ребенка... Понимание текста предполагает сохранение соответствующего пропорционального веса слов или изменение пропорций, пока они не дадут результата, удовлетворяющего цели чтения. Понимание рассказа подобно решению задачи в математике. Оно состоит в отборе правильных элементов ситуации и в соединении их в правильных соотношениях, а также в придавании каждому из них правильного веса, влияния и степени важности... Процесс чтения, обучение чтению теснейшим образом связаны с развитием внутренней речи...» (Выготский, 1996, с. 169).

Следует отметить, что термины «медленное» и «быстрое» чтение не конкретизируются цифровыми значениями количества прочитанных знаков/слов в минуту.

В области практических рекомендаций по увеличению скорости чтения, можно упомянуть О. А. Андреева и Л. Н. Хромова. Они разработали и внедрили программу обучения скорочтению, которая включает в себя элементы интеллектуального развития (тренировка внимания, памяти) и методы аутотренинга, релаксации, медитации (Андреев, Хромов, 1991).

Авторы предлагают воспринимать текст комплексно, используя для этого интегральный алгоритм чтения. Данный алгоритм в схематичном виде содержит в себе указания на то, какие компоненты текста требуется запомнить. Помимо этого, в зависимости от того, какие цели стоят перед читателем, авторы определяют несколько видов чтения (Андреев, Хромов, 1991):

- 1) Углубленное чтение. В этом виде чтения особое внимание уделяется деталям, их анализу и оценке.
- 2) Панорамное быстрое чтение. Данный вид чтения является результатом усовершенствованной техники быстрого чтения.
- 3) Выборочное чтение. Является одним из видов быстрого чтения. Его отличие состоит в том, что читается не весь текст, а только его определенные фрагменты. Читающий самостоятельно определяет, какие аспекты информации ему необходимы и сосредотачивается исключительно на них.

ПСИХОЛОГИЯ

Остальной текст он также читает, но не фокусируется на его содержании.

- 4) Чтение-просмотр. Такой вид чтения используется для того, чтобы предварительно ознакомиться с книгой.
- 5) Сканирование – быстрый поиск в тексте необходимого факта: имени, даты, определения.

Авторы заявляют, что их обучающие программы способны увеличить скорость чтения до 20000 знаков в минуту (Андреев, Хромов, 1991). Если сопоставить это со средней длиной слова в русском языке (статистически его длина колеблется от 5.28 до 6.9 знаков на слово в научной, художественной и деловой литературе), то получится скорость, равная примерно 3000 слов в минуту.

Другой российский автор, М. А. Зиганов, основатель школы рационального чтения, рассматривает скорочтение как навык, безусловно приобретенный, и отдельно рассматривает механизмы мышления, внимания, памяти. В основу быстрого чтения М. А. Зиганов положил 4 основные стратегии чтения (Зиганов, 2012):

- просмотрную;
- поисковую;
- аналитическую;
- выборочную.

С. Е. Михайлов представляет в своем сборнике ряд методик и упражнений, нацеленных на отсеечение при чтении бесполезных «украшательств», которые, по мнению С. Е. Михайлова, присутствуют в среднестатистических текстах в избытке (Михайлов, 2007).

Принципиально отличный подход к пониманию скорочтения изложен в книге Пауля Р. Шелли «Фоточтение как система целостного мышления». В своей работе автор предлагает использовать предложенные им упражнения для того, чтобы активировать правое полушарие. При согласованной работе левого и правого полушария, предполагает Пауль Р. Шелли, обеспечивается целостное чтение. Далее следует подключать аналитические способности головного мозга, тем самым достигая более эффективного восприятия и полного усвоения информации (Шелли, 2017).

Все вышеперечисленные авторы отмечают, что скорость чтения можно развить, усовершенствовав навыки восприятия и переработки информации. Овладев компетенцией эффективного и быстрого чтения, по их мнению, можно значительно повысить не только скорость, но и качество усвоения текста.

На основе анализа общих положений практических пособий вышеназванных авторов можно выделить следующие помехи быстрому чтению:

1. Внутренняя артикуляция (проговаривание слов)
2. Возвратные движения глаз (регрессии)
3. Большое количество фиксаций на строке (захват в поле зрения одного слова или его фрагмента)

Для преодоления данных помех они советуют применять упражнения, призванные расширить поле зрения, сократить количество регрессий, а также освоить навык чтения без субвокализации (внутреннего проговаривания).

Также многие авторы практических пособий уделяют внимание и работе со смысловой составляющей текста, предлагают структурировать и анализировать прочитанную информацию с помощью специальных алгоритмов. (Андреев, Хромов, 1991)

Объемное исследование 2016 года современных зарубежных ученых К. Rayner, E. R. Schotter, M. E. J. Masson, M. C. Potter, R. Treiman ставит под сомнение заявляемое курсами скорочтения и самоучителями увеличение скорости чтения до нескольких тысяч слов в минуту (Rayner, Schotter, Masson, Potter, Treiman, 2016).

Основная гипотеза исследования заключается в том, что радикальное увеличение скорости чтения невозможно без потери качества усвоения прочитанного.

Нормальной средней скоростью чтения исследователи называют показатель в 200–400 слов в минуту (при чтении англоязычного текста).

По мнению авторов, основными факторами, влияющими на повышение скорости чтения с сохранением высокого уровня понимания, являются языковые навыки (высокий уровень владения языком, на котором написан текст) и скорость узнавания/распознавания слов.

Техническая сторона чтения – оптимальная зрительная позиция (optimal visual position – OVP), зрительный диапазон (visual span), количество и длина саккад – какой бы важной она ни была, все равно остается частью, подконтрольной когнитивным функциям. Делать упор на совершенствование только этой стороны чтения авторы считают нецелесообразным. Также ставится под сомнение необходимость подавления внутренней артикуляции. Она заявляется как необходимая составляющая чтения с хорошим уровнем понимания.

Эффективным способом улучшения читательских навыков авторы считают развитие именно этой стороны чтения – совершенствование скорости восприятия и распознавания слов, их значений, умение ориентироваться в контексте. Иными словами, первостепенно, по мнению исследователей, быть более искусными во владении языком и в навыке быстрого восприятия и обработки информации.

Также в современных иностранных исследованиях, посвященных скорочтению, рассматриваются следующие вопросы:

1. Возможность улучшения скорости периферического восприятия посредством специфичных для чтения тренирующих стимулов (Bernard, Arunkumar, Chung, 2012).
2. Эффективность применения тренинговых программ по развитию скорости чтения в высших учебных заведениях (Alarfaj, Alshumaimeri, 2012; Amir, 2018; Wardani, 2014).

ПСИХОЛОГИЯ

3. Экстенсивное чтение: стратегия варьирования скорости чтения в зависимости от стоящих перед читателем задач (Bell, 2001).

Нормативы техники чтения

Необходимо разобраться в том, какие нормы скорости чтения установлены для разного возраста обучающихся и какую скорость считать высокой.

Для начальной школы установлены нормативы техники чтения по ФГОС НОО (ФГОС НОО в ред. 2015), представленные в Таблице 1.

Таблица 1.				
Нормативы техники чтения по ФГОС НОО для начальной школы				
Оценка	Учебные четверти			
	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1 класс				
«5»		Больше 20 слов	Больше 35 слов	Больше 40 слов
«4»		16–20 слов	26–35 слов	31–40 слов
«3»		10–15 слов	20–25 слов	25–30 слов
«2»		Меньше 10 слов	Меньше 20 слов	Меньше 25 слов
2 класс				
«5»	Больше 45 слов	Больше 55 слов	Больше 65 слов	Больше 70 слов
«4»	35–45 слов	40–55 слов	50–65 слов	55–70 слов
«3»	25–34 слова	25–39 слов	35–49 слов	40–54 слов
«2»	Меньше 25 слов	Меньше 25 слов	Меньше 35 слов	Меньше 40 слов

Таблица 1. Нормативы техники чтения по ФГОС НОО для начальной школы				
3 класс				
«5»	Больше 70 слов	Больше 75 слов	Больше 85 слов	Больше 90 слов
«4»	55–70 слов	60–75 слов	70–85 слов	75–90 слов
«3»	40–54 слова	45–59 слов	55–69 слов	60–74 слова
«2»	Меньше 40 слов	Меньше 45 слов	Меньше 55 слов	Меньше 60 слов
4 класс				
«5»	Больше 90 слов	Больше 100 слов	Больше 110 слов	Больше 120 слов
«4»	75–90 слов	85–100 слов	95–110 слов	105–120 слов
«3»	65–74 слова	70–84 слова	80–94 слова	90–104 слова
«2»	Меньше 65 слов	Меньше 70 слов	Меньше 80 слов	Меньше 90 слов

Нормативов скорости чтения для учащихся средней и старшей школы, а также для взрослых в методических и дидактических материалах образовательного стандарта нет.

Чтение как психофизиологический процесс

Чтение представляет собой сложный психофизиологический процесс. При чтении в процесс включаются когнитивные, зрительные, речедвигательные и речеслуховые анализаторы.

На начальном этапе чтение состоит из зрительного восприятия, распознавания и узнавания букв. Затем буквы соотносятся со звуками, им соответствующими. Осуществляется формирование образа слова. Далее, за счет озвучивания слов, складывается понимание конкретных слов и их сочетаний.

Чтение, таким образом, состоит из двух основных компонентов: технического и смыслового. Технический компонент чтения включает в себя восприятие зрительного образа букв, потом целых слов, их вокализацию. А смысловой компонент подразумевает понимание смысла прочитанного текста, в чем, по сути, и состоит

ПСИХОЛОГИЯ

основная цель чтения. Отметим, что понимание «осуществляется на основе звуковой формы слова, с которой связано его значение» (Эльконин, 1956, с. 39).

Чтение является многокомпонентным приобретенным навыком. Для того, чтобы им овладеть, требуется длительный и трудоемкий процесс обучения. В формировании навыка чтения выделяют несколько этапов. Так, Т. Г. Егоров разделяет процесс обучения чтению на 4 ступени (Егоров, 1953):

- 1) Овладение звукобуквенными обозначениями;
- 2) Послоговое чтение;
- 3) Ступень становления синтетических приемов чтения;
- 4) Ступень синтетического чтения.

Предполагается, что к моменту достижения 4-го этапа, синтетического чтения, учащийся способен читать со скоростью не менее 120 слов в минуту. Этот уровень означает завершение овладения непосредственно технической стороной чтения. Далее, в среднем и старшем звене школы, актуальными становятся беглость и выразительность чтения, умение работать с его структурой и смыслами.

Высокая скорость чтения на этом этапе зависит от степени автоматизированности технической стороны чтения – скорости считывания графических знаков, способности сочетать ее с продуктивной работой по раскрытию смыслов, заложенных автором, а также по порождению собственных смыслов, инициируемых читаемым текстом/произведением.

Скорочтение как метод развития личности

Как мы смогли убедиться, в основе чтения, и, в частности, скорочтения, лежат сложные когнитивные процессы. Уровень их развитости влияет как на степень автоматизации навыка, так и на скорость/эффективность интеллектуальной обработки получаемой посредством чтения информации.

Иными словами, тренировка навыка быстрого чтения является одной из форм тренировки и развития интеллекта человека в целом.

Необходимо разобраться в том, что современная психологическая наука понимает под интеллектом и на какие его аспекты влияет развитие техники быстрого чтения.

«Интеллект – это система психических механизмов, которые обуславливают возможность построения «внутри» индивидуума субъективной картины происходящего» (Холодная, 2002, с. 9). В своих высших формах такая картина может быть разумной, то есть воплощать в себе, по словам К. Маркса, ту «универсальную независимость мысли, которая относится ко всякой вещи так, как того требует сущность самой вещи» (Маркс, 1955, с. 8).

Разумность, способность формировать ментальную «картину мира» и действовать адекватно ей – важнейшее основание прогрессивного развития как человека в частности, так и общества в целом.

А. Печчеи, исследуя вызовы, брошенные современному человечеству, в своей работе «Человеческие качества» отмечает: «... мы должны знать, как нам лучше использовать свои умственные способности, причем чтобы не только противостоять новым переменам, но и для того, чтобы поставить их под контроль и извлекать из них пользу» (Печчеи, 1980, с. 268).

«Работа интеллекта», – пишет исследователь психологии интеллекта М. А. Холодная – «это гарантия личной свободы человека и самодостаточности его индивидуальной судьбы. Философская формула «свобода есть познанная необходимость» верна и в психологическом плане: человек может вести себя независимо от ситуации, только если имеет полное и адекватное представление об этой ситуации» (Холодная, 2002, с. 10).

Значит, интеллектуальный потенциал населения должен стать важной составляющей прогрессивного развития общества наряду с экономическим, технологическим и пр. Одной из форм и способов его развития может стать тренировка навыка скоротечения. Эта компетенция, наряду с совершенствованием общих психических функций – памяти, внимания, логического мышления, воображения – способствует, посредством погружения в большие объемы текстов, освоению жизненно значимой информации, интеграции личности в национальную и мировую культуру, знакомству с системами мировоззрения и ценностей.

На успешное формирование данной компетенции будут влиять следующие факторы:

- когнитивные задатки и уровень их развития;
- интенсивность обучения;
- мотивация.

Когнитивные задатки

Уровень умственного развития человека связан с тем, как он воспринимает, понимает и объясняет происходящее. Насколько развиты его понятийные структуры, конвергентные и дивергентные способности. «Интеллектуальные достижения «эксперта» в своей области являются следствием особой формы организации его индивидуальных знаний – как декларативных (знаний о том, **что**), так и процедурных (знаний о том, **как**). Их ментальный опыт характеризуется большим количеством единиц знания, наличием обширного числа разнонаправленных связей между ними, высокой избирательностью этих связей и высокой степенью их иерархичности» (Холодная, 2002, с. 175).

Исходя из вышесказанного, можно заключить, что результатом освоения навыка скоротечения может стать не просто усвоение нормативных знаний (из области математики, истории, географии и т. д. – продуктивный аспект интеллекта), но расширение и усложнение репертуара интеллектуальной деятельности личности средствами разных областей знаний (процессуальный аспект).

ПСИХОЛОГИЯ

Поясняя изложенное, можно сказать, что печатный текст как целое, как гештальт, является одновременно и источником нормативных знаний – в нем содержится большое число фактов, позволяющих формировать и дополнять ментальную картину человека новыми элементами – знание о том, *что*. Но для понимания текста, раскрытия заложенных в нем смыслов и порождения в результате взаимодействия с ним своих собственных, требуется совершенствование процессуального механизма работы интеллекта – знание о том, *как* встроить новые данные в структуру существующих и определить им место в системе имеющихся знаний.

Интенсивность обучения

По мере усвоения и совершенствования любого навыка, он переходит в автоматический режим. Так, побуквенное чтение переходит в послоговое, послоговое – в чтение целыми словами. Далее чтение становится фразовым.

При улучшении навыка чтения – увеличении скорости распознавания слов и их значений, увеличении длины саккад и сокращении длительности их фиксации, снижении избыточных регрессий, появлении способности понимать контекст и предугадывать написанное далее – за единицу времени человек способен считывать гораздо большие блоки текстовой информации, чем менее опытный читатель. Данные блоки, а не отдельные слова, будут восприниматься и обрабатываться как смысловые единицы. Таким образом, элементы, которыми оперирует когнитивная система, становятся более крупными и сложными. Справиться с такой задачей возможно только в том случае, когда все включенные в данный когнитивный процесс психические механизмы развиты в достаточной мере и работают системно, скоординированно.

Задачей обучения становится систематическое и планомерное развитие:

1) технической стороны процесса чтения – это упражнения, направленные на увеличение скорости зрительного восприятия печатных знаков, автоматизацию операции перевода печатного слова в образ, а затем в систему образов и т. д.;

2) процесса восприятия и переработки читаемого текста. Для этого необходимы упражнения и задания, призванные тренировать и развивать основные функции интеллекта – операции анализа, синтеза, категоризации, соотнесения, установления связей, расширение словарного запаса и пр.

Скорочтение, таким образом, это эволюционная форма чтения, требующая особой организации процессуальных и продуктивных функций интеллекта.

Скорочтение позволяет выбирать темп чтения в зависимости от задачи, стоящей перед читателем.

Однако, никакое обучение не будет иметь достойного результата без высокой личной заинтересованности и вовлеченности обучающегося. Одним из важнейших принципов методики и системы обучения скорочтению должна быть нацеленность на индивидуальные особенности когнитивных и личностно-смысловых

компонентов личности (Абакумова, 2008).

Можно сказать, что обычное чтение – это преимущественно установление звуко-буквенных и смысловых связей. Скорочтение же предполагает более интенсивное использование таких сложных когнитивных навыков, как антиципация – способность прогнозировать, предугадывать развертывающийся текст, свернутый анализ прочитанного материала на основе имеющейся у человека когнитивной базы.

На первый план выходят восприятие и понимание текста. Читатель конструирует собственную модель читаемого, включающую в себя не только смысловое содержание, но и личное понимание и интерпретацию, эмоциональные и логические ассоциации, соотнесённость с наличествующим опытом, индивидуальную оценку и ценность. В связи с тем, что это делается в очень сжатые по времени сроки, такая задача требует достаточно высокой концентрации внимания, напряжения всех интеллектуальных, эмоциональных и волевых ресурсов личности.

«Благодаря освоению вербально-логических средств интеллектуальной деятельности, индивидуальный опыт через значения слов и логические рассуждения оказывается погруженным в общечеловеческий опыт, разумеется, при этом качественно расширяется интеллектуальный мир отдельного человека» (Холодная, 2002, с. 48).

Обсуждение результатов

Таким образом, мы можем уверенно говорить о том, что при вышеизложенном подходе к пониманию компетенции скорочтения, оно способно стать не только методом оптимизации и повышения эффективности интеллектуального труда, но и способом совершенствования и развития личности в целом.

Этот навык позволяет не столько ускорить, сколько усовершенствовать процесс чтения. Скорочтение активизирует внимание, мобилизует память, включает интенсивное мышление, позволяет глубже понимать и прочнее усваивать прочитанное. Но самым главным приобретением становится драгоценное время, за единицу которого человек сможет узнать, понять и обдумать гораздо больше, чем при традиционном чтении. А значит, больше замечательных книг и времени на их осмысление получит тот, кто обладает этим инновационным, но необходимым в наши дни навыком.

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Литература

Абакумова И. В. Смыслодидактика. Учебник для магистров педагогики и психологии. М.: КРЕДО, 2008. 386 с.

ПСИХОЛОГИЯ

Андреев О. А., Хромов Л. Н. Учитесь быстро читать. Краснодар: Просвещение, 1991. 170 с.

Асмус В. Ф. Чтение как труд и творчество. М.: РОССПЭН, 2010. 431 с.

Браже Т. Г. Чтение взрослых как фактор влияния на развитие личности. СПб.: Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования, 2010. 112 с.

Бруева Е. Ф. Иконичность языка в отношении к проблеме скорочтения // Инновационные технологии в науке и образовании: Сборник статей VI Международной научно-практической конференции: в 2 частях. Пенза, 2017. С. 243–246.

Выготский Л. С. Выготский: [Сборник]. М.: Амонашвили, 1996. 222 с.

Егоров Т. Г. Психология овладения навыком чтения. М.: Издательство академии педагогических наук РСФСР, 1953. 264 с.

Ермаков П. Н., Абакумова И. В., Осипова А. А. Смысловые барьеры в обучении: дидактическое содержание и технологии преодоления: монография. М.: КРЕДО, 2016. 273 с.

Зиганов М. А. Скорочтение. Уникальный курс по развитию навыков рационального чтения. М.: Эксмо, 2012. 224 с.

Леонтьев Д. А. Основы психолингвистики. М.: Смысл, 1997. 287 с.

Маркс К. Заметки о новейшей прусской цензурной инструкции // Маркс К., Энгельс Ф. Сочинения. 2-е изд. М.: Государственное издательство политической литературы, 1955. Т. 1. С. 3–27.

Михайлов С. Е. Лучше, чем скорочтение: Как научиться читать быстрее. Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. 255 с.

Национальная программа поддержки и развития чтения, 2007. URL: http://www.library.ru/1/act/doc.php?o_doc=1122&o_s

Камп П. Скорочтение: как запоминать больше, читая в 8 раз быстрее. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016. 305 с.

Печчеи А. Человеческие качества. М.: Прогресс, 1980. 302 с.

Рамачандран В. С. Мозг рассказывает: что делает нас людьми. М.: Карьера Пресс, 2014. 394 с.

Холодная М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. СПб.: Питер, 2002. 272 с.

Шелли Р. П. Фоточтение. Самиздат, 2017. 157 с.

Эльконин Д. Б. Некоторые вопросы психологии усвоения грамоты // Вопросы психологии. 1956. № 5. С. 38–53.

Alarfaj A., Alshumaimeri Y. The effect of a suggested training program on reading speed and comprehension of Saudi female university students // Procedia – Social and behavioral science. 2012. Vol. 31. P. 612–628. doi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.12.114>

Amril A. The effect of reading strategies and speed reading on students' reading comprehension skill in higher education. // *Advances in social science, education and humanities research*, Seventh International Conference on Languages and Arts. Vol. 301. P. 409–412

Bell I. T. Extensive reading: speed and comprehension // *The reading matrix*. 2001. Vol. 1, Issue 1.

Bernard J. B., Arunkumar A., Chung S. T. L. Can reading-specific training stimuli improve the effect of perceptual learning on peripheral reading speed? // *Vision research*. 2012. Vol. 66. P. 17–25. doi: <https://doi.org/10.1016/j.visres.2012.06.012>

Rayner K., Schotter E. R., Masson M. E. J., Potter M. C., Treiman R. So Much to Read, So Little Time: How Do We Read, and Can Speed Reading Help? // *Psychological Science in the Public Interest*. 2016. Vol. 17, Issue 1. P. 4–34. doi: <https://doi.org/10.1177/1529100615623267>

Wardani S. Using speed reading and extensive reading activities to improve students' reading fluency // *Journal Pendidikan Humaniora*. 2014. Vol. 2, Issue 3. P. 219–227.

References

Abakumova, I. V. (2008). *Meaning didactics: Textbook for Masters of Education and Psychology degree*. Moscow: CREDO. (in Russ.).

Alarfaj, A., & Alshumaimeri, Y. (2012). The effect of a suggested training program on reading speed and comprehension of Saudi female university students. *Procedia – Social and behavioral science*. 31. 612–628. doi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.12.114>

Amril, A. (2018). The effect of reading strategies and speed reading on students' reading comprehension skill in higher education. In *Advances in social science, education and humanities research*, Seventh International Conference on Languages and Arts (pp. 409–412).

Andreev, O. A., & Khromov, L. N. (1991). *Learn how to read quickly*. Krasnodar: Education. (in Russ.).

Asmus, V. F. (2010). *Reading as a process of labour and creativity*. Moscow: ROSSPEN. (in Russ.).

Bell, I. T. (2001). Extensive reading: speed and comprehension. *The reading matrix*, 1(1).

Bernard, J. B., Arunkumar, A., & Chung, S. T. L. (2012). Can reading-specific training stimuli improve the effect of perceptual learning on peripheral reading speed? *Vision research*, 66, 17–25. doi: <https://doi.org/10.1016/j.visres.2012.06.012>

Brazhe, T. G. (2010). *Adults' reading as a factor of influence on personality development*. St. Petersburg: St. Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education. (in Russ.).

Brueva, E. F. (2017). Language's iconicity in relation to the problem of speed reading. In *Innovative technologies in science and education. Collection of articles of the VI International Scientific and Practical Conference: in 2 parts.* (pp. 243–246). Penza: Science and Education.

Egorov, T. G. (1953). *The psychology of mastering the reading skill.* Moscow: Publishing House of the Academy of Pedagogical Sciences of the RSFSR. (in Russ.).

Elkonin, D. B. (1956). Some questions of the psychology of learning literacy. *Psychology issues*, 5, 38–53.

Ermakov, P. N., Abakumova, I. V., & Osipova, A. A. (2016). *Meaning barriers in learning: didactic content and overcoming technologies: monograph.* Moscow: CREDO. (in Russ.).

Holodnaya, M. A. (2002). *Psychology of intelligence: Paradoxes of research.* St. Petersburg: Piter. (in Russ.).

Kamp, P. (2016). *Speed reading: How to memorize more by reading 8 times faster.* Moscow: Mann, Ivanov i Ferber. (in Russ.).

Leont'ev, D. A. (1997). *Basics of psycholinguistics.* Moscow: Smysl. (in Russ.).

Marx K. (1955). Notes on the latest Prussian censorship instruction. In K. Marx, F. Engels Works. 2nd ed (pp. 3–27). Moscow: State publishing house of political literature. (in Russ.)

Mikhailov, S. E. (2007). *It's better than speed reading: How to learn to read faster.* Rostov-on-Don: Feniks. (in Russ.).

National Program for the Support and Development of Reading, 2007. URL: http://www.library.ru/1/act/doc.php?o_doc=1122&o_s

Pechchei, A. (1980). *Human qualities.* Moscow: Progress. (in Russ.).

Ramachandran, V. S. (2014). *The brain tells: what makes us human.* Moscow: Kar'era Press. (in Russ.).

Rayner, K., Schotter, E. R., Masson, M. E. J., Potter, M. C., & Treiman, R. (2016). So Much to Read, So Little Time: How Do We Read, and Can Speed Reading Help? *Psychological Science in the Public Interest*, 17(1), 4–34. doi: <https://doi.org/10.1177/1529100615623267>

SHelli, R. P. (2017). *PhotoReading.* Publisher: Samizdat.

Vygotskiy, L. S. (1996). *Vygotskiy: [Collection].* Moscow: Amonashvili. (in Russ.).

Wardani, S. (2014). Using speed reading and extensive reading activities to improve students' reading fluency. *Journal Pendidikan Humaniora*, 2(3), 219–227.

Ziganov, M. A. (2012). *Speed reading: The unique course to develop rational reading skills.* Moscow: Eksmo. (in Russ.).