

# 有效讀書方法—SQ3R



有些人讀書能事半功倍，有些人讀書卻事倍功半，其差別，主要在於是否能掌握讀書方法，現介紹羅賓遜(F. P. Robinson)所設計的一套有效讀書方法—SQ3R 法。其步驟為：1. 概覽(Survey)，2. 發問(Question)，3. 精讀(Read)，4. 背誦(Recite)，5. 複習(Review)。希望同學能善加利用，以提昇學習的成效。

## (一)概覽(Survey)

所謂概覽是指先將我們要研讀的範圍迅速、概略地瀏覽一遍。概覽時注意書名、作者、出版日期、前文、序言、目錄、附錄、參考書目、索引等以瞭解全書的大要。然後迅速略讀內容，注意其章節的分法，如每章有簡介或總結，更不可忽略。如此可獲得對該書的粗淺印象。此外，注意它的圖表與標題，從其大標題、小標題、正體字、粗體字的不同來區分它們的重要等級。再者，注意閱讀第一段及最後一段。因為第一段通常會說明全篇的主旨，最後一段通常是全篇的摘要或總結。



## (二)發問(Question)

當你概覽之後，試著自發的提出問題，把篇名、章節標題、及其他關鍵字轉變成基本問題。你可以用「誰」、「什麼」、「何時」、「何處」、或「為何」等疑問詞來自我發問。設文章第一個標題為「權力的本質」，你就自問「什麼是權力的本質」。

## (三)精讀(Read)

在發問之後，你必須透過主動的、批判的閱讀，試著找出它的答案。當你碰到某細節或段落裡的主要概念，有助於解答你所提出的問題，你可以劃重點、做眉批、或用螢光筆做記號以加強印象。以下是劃重點的原則：



(1)讀完一個段落後再劃重點。假如邊讀邊劃重點，你後來會發現有些重點其實並不重要。

- (2)不要劃太多重點。在書上劃太多重點，反而看不出重點所在。原則上每頁所劃的重點不能超過該頁資訊的百分之二十。
- (3)劃重點有助於你做讀書筆記。
- (4)用雙線、曲線或黃色螢光筆把最主要的概念劃出來，每段只劃一個最主要的概念，並且只在其關鍵點劃線即可。假如主要概念分散在數段，可用 1, 2, 3 等數字加以標示，以利記憶。
- (5)用單線劃重要細節。通常每段不要劃兩個以上的重要細節，而且只在其關鍵點劃線即可。
- (6)對於最重要的概念可在書中空白處用星處「\*」加以標示，以利於複習。
- (7)重要的學術名詞的定義可用圓圈註記。
- (8)重要的細節如舉例、因果、步驟、特徵等可在書中邊緣處用「例」、「因」、「果」、「步驟」、「特徵」等字詞加以註記，以利查考。



#### (四)背誦(Recite)

在你讀完每一節後，暫時離開書本，試著向自己背誦教材的重點。用你自己的話或文字，將文中有關的問題的答案背誦出來。背誦時如有困難可以回頭重讀，一直到能背誦出重點為止。背誦時不妨大聲唸出來或寫在筆記上，如此可加深印象，有助於長期記憶。筆記的形式可依問題一一解答，或依綱要、圖表等形式來撰寫。在完成一節之背誦後，你可依此法繼續進行後面的章節。當全部完成後再重讀原文一次，以檢查筆記有無疏漏。



#### (五)複習(Review)

當你依上述步驟完成整篇的學習之後，可以開始作總複習。複習時包括你的課文眉批、重點、筆記、綱要與圖表。複習最好在平時定期進行，不要到考前才臨時抱佛腳。複習的步驟，首先重讀每章標題，試著回憶重點，然後參照筆記，將記憶模糊、未理解的部份，對照原書，再重讀一次。其次，複習每一節，就自己的筆記、書中標題與摘要迅速複習。