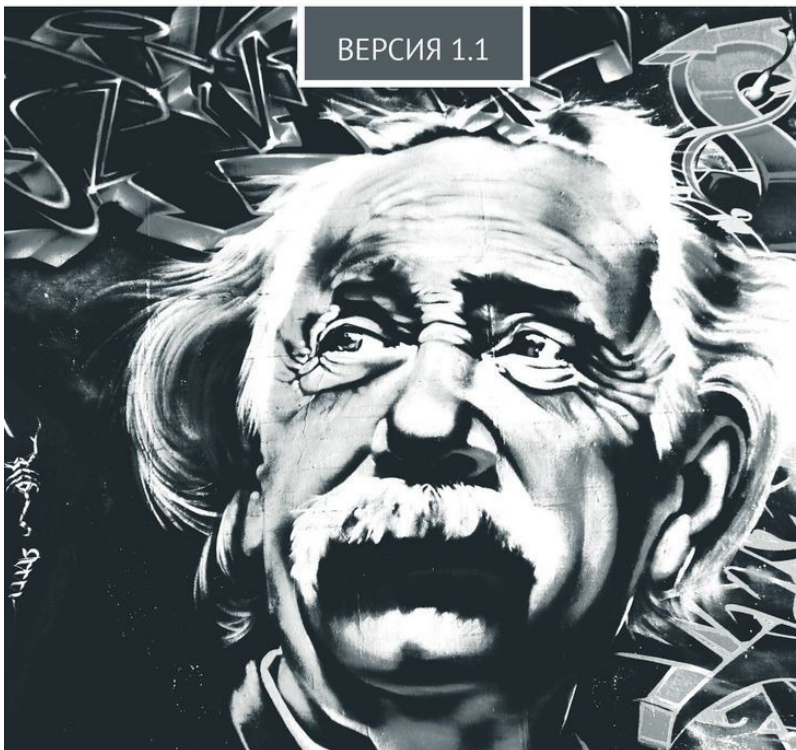


12+

АЛЕКСАНДР ЧАЦКИЙ

Шпаргалка по самообучению

ВЕРСИЯ 1.1



Александр Чацкий

Шпаргалка

по самообучению. Версия 1.1

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63178227
ISBN 9785005179043*

Аннотация

Все мы в школе писали шпаргалки. Эта книга – тоже шпаргалка: внутри подсказки для тех, кто хочет усовершенствовать себя, прокачать свою память, научиться структурировать информацию и мотивировать себя на действия. Короткие главы тем не менее содержат список литературы, которая поможет вам стать еще чуть более совершенным.

Содержание

Введение	5
Как пользоваться книгой	8
Карты на стол	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Шпаргалка по самообучению Версия 1.1

Александр Чацкий

Редактор Ольга Рыбина

Корректор Мария Черноок

© Александр Чацкий, 2025

ISBN 978-5-0051-7904-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

В этой книге собраны научно обоснованные методы для начального саморазвития, стоящие того, чтобы на них обратить внимание. Они не противоречат науке и жизнеописанию великих людей, так как талантами не рождаются, а становятся. Авторы постарались рассказать все таким простым языком и так коротко, что книгу вы прочтете довольно быстро, а текст будет понятен даже ученику младших классов.

Содержание книги даст вам, начинающему в самосовершенствовании, легкий старт в начале пути. И что важно – самостоятельно, без посторонней помощи, без волшебника, который все расскажет и покажет. Из этой книги вы также узнаете, что нам мешает развиваться.

В некоторых литературных произведениях рассказано так красочно, как главный герой без посторонней помощи, не посещая учебные заведения и в короткий срок смог получить диплом. Только явился на экзамен, чтобы сдать на отлично. И тут, конечно, возникают сомнения в его методологии. Но кроме того, что он смог сосредоточиться на своем желании, с большим трудом собрать весь интересующий учебной материал и упорядочить его для методичного изучения. Этот метод полного погружения очень часто использует в своей книге «Суперобучение» Янг Скотт. Такой подход мне напомнил Шелдона Купера с уникальной памятью

из сериала «Теория большого взрыва». Множество подобных мотивационных книг вроде «Думай как математик. Как решать любые задачи быстрее и эффективнее», «Как научиться учиться: Навыки осознанного усвоения знаний», «поток» и т. п. ничего конкретного не предлагают взамен классической зубрежке.

Жажда познания мира и самого себя – это и есть зуд человеческого интеллекта. И потому все, что существует, абсолютно познаваемо и доступно здравому человеческому разуму. А чтобы познание и развитие человека не были так мучительны и скучны, существует на сегодняшний момент немало проверенных методик.

Наверное, у вас возник вопрос: почему такое громкое заявление, а книга такая тонкая? Все-таки это шпаргалка или конспект теории саморазвития человека, книга наподобие «Эмоции и чувства» Евгения Павловича Ильина. Он в своей работе коротко и простым языком изложил научные изыскания ученых и разложил все по порядку со ссылками на проводимые исследования и литературу, как подобает хорошей учебной или научно-популярной литературе. К стилю подачи материала Ильина я добавлю советы из книги «Пиши, сокращай» Максима Ильяхова и Людмилы Сарычевой.

Но я решил пойти еще дальше: не приводить никаких цитат для важности и солидности текста, так как большинство читающих на них не обращают никакого внимания. Не буду писать заумные слова из терминологии науки. И нет смыс-

ла приводить тезисы из работ других авторов, так как они лучше и проще все сделали сами. Я только немного добавляю из своего опыта.

Все книги, приведенные выше в плане подачи информации схожи с известными трудами Ричарда Фейнмана. Вкратце о его трехэтапном методе: объяснить сложную науку так, чтобы было понятно и ребенку, если не можешь этого сделать, значит, ты не знаешь свой предмет.

Как пользоваться книгой

В своей шпаргалке я ссылаюсь на те или иные книги, а рядом вы найдете порядковый номер – этот номер и обозначает последовательность изучения. Если значок номера без цифры, то эту полезную книгу вы можете прочесть по желанию, а главы – для логического понимания.

Карты на стол

Здесь мы разберемся с человеческой природой. Для того чтобы заняться саморазвитием, нужно понять себя и овладеть методами постижения окружающего мира.

Любой человек может быть гением и уникальным в какой-то области. Об этом говорит не только когнитивная психология: люди талантливыми или гениями не рождаются, они таковыми становятся. И тут нужно побороть в себе бич 21-го века – клиповое мышление.

Если отнестись критически к биографиям великих и отмести весь вымысел, то ничего такого сложного и сверхъестественного вы в них не найдете. И по здравому размышлению возникает сам собой вопрос: как и откуда эти таланты или гении появились со своим даром?

Джефф Колвин в своей книге «Талант ни при чем! Что на самом деле отличает выдающихся людей» (№11) тоже задался таким вопросом.

Кстати, про критическое мышление. В большинстве случаев в саморазвитии мешает клиповое мышление и предрасудки, чем является недостаток навыка критического мышления, даже простого навыка задаться вопросом и ответить на него, как было показано выше. В этом нам поможет книга «Психология критического мышления» Дайаны Халперн (№5). Она в своей книге рассказывает обо всех науках и ис-

следованиях, связанных с мышлением. Будь у нас не шпаргалка, а большое руководство к действию, я содержимое книги Дайаны Халперн вставил сюда, в свою книгу, но немного обновил бы исследованиями из когнитивной науки и социальной психологии.

Дайану Халперн хорошо дополняют учебники по когнитивным наукам, например, три самые распространенные на нынешнее время. Прочсть можно одну из книг, по возможности или по желанию. Первая очень простая и маленькая книжечка «Мозг всемогущий. Путеводитель по самому незамечному органу нашего тела» Кайи Норденген (№10).

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.