

「學習達人」經驗分享活動

基本資料			
學院	教育暨應用語文學院	班級	應用英語學系 四年級 乙班
姓名	陳俞峯	學號	05421395
學習經驗分享內容(請與學習相關)			
主題	筆記方法之分享		
<p>我從小就不是一個很會讀書的人，老師在上課時，我時常會分神。高中時，我英文的成績曾經是全班倒數第一名，其他的科目也好不到哪裡去，有幾次還考過全班倒數之名次。之後是因為準備考大學跟其他原因，才開始想「努力」讀書，雖然我讀得很認真，但成績還是不盡理想。上大學後，為了不讓任何一科被當掉，我花更多時間在讀書上，當課業遇到問題時，也會去問老師，但成績還是很普通，我花費的精力跟結果不成正比，直到大二才慢慢掌握到學習之技巧。</p> <p>現在回想起來，除了認真聽課，讀書最關鍵的元素是「做筆記」，作筆記除了提升讀書效率，也會提升理解力及記憶力，但前提是你做的筆記，而不是借來的筆記，如果你是那種常常跟其他人借筆記的人，或許會發生看不懂筆記的情形，或是有看懂，但沒讀進到腦袋，導致考試考不好，其中的原因是因為每個人的思考邏輯不相同，我舉個跟筆記相關的思考邏輯的例子，甲在跨文化溝通的筆記本上寫 individualistic → dominating，請問你會知道甲在寫什麼嗎？沒認真上課的人一定不知道，有認真上課的人也未必知道，所以自己做筆記還是上上策。</p> <p>做筆記固然是好，但筆記的內容寫太多，有筆記跟沒筆記是一樣的，因為內容太多，自己會懶得看，而且會有一種好像什麼都懂的錯覺，我之前也是這樣，做筆記做到最後都在佛系讀書，但如何做筆記呢？就我的經驗而言，目前下列四點是我認為最重要的：</p> <p>一、用活頁紙 二、康乃爾筆記法 三、只寫不會的或重要的內容 四、筆記條列式或表格化</p> <p>但還是因人而異，自己還是要把不合你的事物改良成屬於你自己的，盡量不要硬套在自己身上，能適應就算了，不能的話，可能會很容易放棄做筆記。我來解釋一下為什麼我會認為上述四點是最重要的：</p> <p>一、用活頁紙的目的其實很簡單，可以自由地排序紙張，不像定頁筆記本，做個筆記還需要想這頁要不要空著給下一章節。</p> <p>二、康乃爾筆記法(Cornell Method)是由康乃爾大學 Walter Pauk 教授設計出來的，右為其示意圖：</p> <p>主要分成三個部分，左上為問題及其內容之關鍵字，右上為內容，下方為總結，雖有研究顯示此方法與成績顯著並無明顯差異，但對我或還不太會寫筆記的人而言，這方法還滿好用的。不過，一開始我用這方法的時候，不是很習慣，後來改良成自己合適的方法，我把下面的總結拿掉，左上的部分看情況決定要不要寫，期中考及期末考前一兩個禮拜，筆記還沒寫就不寫左上的部分。康乃爾筆記法不是唯一的筆記法，其他的還有心智圖(Mind Mapping)跟大綱式筆記法(Outline Method)，還可以把不同的筆記法結合在一起，我目前是用康乃爾筆記法</p>			

問題及關鍵字	內容
總結	

備註：本表單蒐集之個人資料，僅限於教務管理及校務分析使用，非經當事人同意，不轉做其他用途，亦不會公佈任何資訊，並遵循本校資料保存與安全控管辦理。

加大綱式筆記法，且各是筆記法都可以依狀況彈性使用。

三、只寫不會的或重要的內容，這我就不用多做贅述，真的就是這樣，不需要每個章節都寫一遍，你寫你懂的內容是要幹嘛？

四、為什麼要筆記條列式或表格化呢？理由很簡單，因為人類是視覺動物。這裡的筆記條列式是大綱式筆記法，如：

I. 標題

A. 重點

1. 說明/例子

2. 說明/例子

B. 重點

其內容盡量精簡化，非必要不要用完整的句子寫筆記。

總而言之，這四點是我現在慣用的模式，你未必合適，即使用活頁紙、康乃爾筆記法、筆記內容重點化，以及條列式或表格化之筆記。參考使用別人的筆記方法前，請考慮你的個性，且要改良成你適用的，不然會半途而廢。