

Hvordan læser man aktivt?

Jeg synes der er gode svar på spørgsmålet i den psykologiske litteratur. Studier viser at populære studieteknikker som overstregning og genlæsning, er mindre effektive end 'retrieval practice' (Penn, 2019). Retrieval practice er at man løbende forsøger at genkalde sig det man lige har læst. Særligt retrieval practice hjælper med at lagre det læste i langtidshukommelsen (Roediger & Butler, 2011).

Derfor kunne en studieteknik til aktiv læsning være **3-R-metoden** (som præsenteres i det første link i litteraturlisten): Det første R står for *read*, det andet for *recite* og tredje for *review*. Først læser man en del af en tekst, så lægger man teksten til side og forsøger at genkalde det læste (gerne ved at tage noter), og vender tilbage til teksten for at genlæse, det man har glemt, eller for at få svar på noget man er tvivl om.

Ud over 3-R-metoden kan man også benytte '**interrogative questioning**' som en aktiv læseteknik. Her stiller man teksten nogle spørgsmål, som man skal svare på. Hvis man ikke stiller teksten nogle spørgsmål, kan den ikke give noget svar, skriver Penn (2019). AAU-studievejledning anbefaler at stille en tekst spørgsmål ved at omskrive tekstens over- og underoverskrifter til spørgsmål. Fra deres hjemmeside er der dette eksempel: Eksempelvis laver du "Toulmins argumentationsmodel" om til "Hvad er Toulmins argumentationsmodel og hvordan kan den anvendes?".

Jeg håber det giver nogenlunde mening. Er ikke nogen ekspert på dette område, og mine forslag skal ses i det lys – men når det er sagt, synes jeg alligevel de nævnte teknikker er letforståelige og konkrete bud på, hvordan man læser aktivt.

Litteraturliste

Penn, P. (2019). *The psychology of effective studying: How to succeed in your degree*. Routledge. <https://psyche.co/guides/how-research-from-psychology-can-help-you-study-effectively> (Hurtig indføring i hovedpointerne fra ovenstående bog kan findes i dette link)

Roediger III, H. L., & Butler, A. C. (2011). The critical role of retrieval practice in long-term retention. *Trends in cognitive sciences*, 15(1), 20-27. (En gennemgang af studierne inden for retrieval practice og effekten af selvsamme, hvis du er interesseret)

AAU's studievejledning ift. studieteknikker:

<https://www.aau.dk/uddannelser/studievejledning/vejledning/studieteknik/laeseteknik/#271039>