

# 《悦读者—用拆书法高效阅读》

主讲：邓世超/拆书帮智行分舵舵主/三级拆书&最具人气教练

## ■ 课程背景：

这个时代：

信息变多、思考变浅，  
机会变多、竞争跨界，  
随时干扰、永远在线。

每一个个体都在与外界的持续交换中，感受到能力进阶的压力与焦虑。

于是，报名了各种大咖们的线上课程；我们购买了各种在线听书；我们关注了 N 多个公众号；我们购买了各种书籍…我们投入了大量的时间、精力、财力、物力在其中，可结果收效甚微，反而变得越来越焦虑？还是摆脱不了“听了那么多道理，却过不好一生”的梦魇？有没有什么方法，能够减缓我们的知识焦虑？有没有什么方法，可以让我们把读过的书学以致用达到高效阅读？

让我们相遇《悦读者—用拆书法高效阅读》课程，它将会给你带来一种全新的阅读体验！这是一种全国百万+学习者都认可的阅读法；这是一种可以帮助你打通“阅读的任督二脉”、摆脱知识焦虑的阅读法；这是一种可以帮助你构建知识体系的阅读法。

## ■ 课程时间：

总时长为 1 天版

## ■ 授课对象：

对阅读感兴趣的人，想提高阅读效率的人，看书看不懂、记不住的人，中/高层管理者，培训组织者，

## ■ 授课方式：

主要授课方式为：示范+演练+通关，让学员彻底掌握如何拆书

## ■ 课程收益：

解决成人学习的  
3 大核心问题

3 大

3 张充满魔力  
的拆书便签神技

3 张

一套阅读的正确

1 套

## ■ 课程结构：

<b>单元一</b> <b>成人学习的问题</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 没时间，没进来</li><li>• 看不懂，记不住</li><li>• 无目的，看不下</li></ul>	<b>单元二</b> <b>什么是拆书法</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 拆书不是撕书</li><li>• 拆书法是阅读法</li><li>• 拆书法也叫RIA</li></ul>	<b>单元三</b> <b>如何运用拆书法</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• R：阅读原文</li><li>• I：引导促进</li><li>• A：拆为己用</li></ul>	<b>单元四</b> <b>拆书帮3大武器</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 个人便签阅读法</li><li>• RIA现场学习法</li><li>• 组织学习法</li></ul>
--	---	---	---

## ■ 课程大纲：

### 一、成人学习的问题

1. 课堂调查：你是否会遇到以下阅读和学习问题
2. 成人阅读3大问题=成人学习三伤
  - 没时间，没精力
  - 看不懂，记不住
  - 无目的，看不下
3. “全民阅读”数据统计反思
4. 小组讨论：成人教育与学校教育的区别
5. 成人学习5大公理
6. 好的学习方法要符合5大公里

### 二、什么是“拆书法”

1. 拆书法是撕书吗？
2. 拆书法与市面上所谓的拆书稿是一样吗
3. 真正的拆书法=RIA 便签阅读法=高效阅读法
4. 拆书法如何解决成人学习的“三大问题”
5. 拆书法与“库伯学习圈”
6. 真正的高效阅读是“功利性阅读”，带着目的性阅读

### 三、如何运用拆书法

1. R=Read，阅读原文片段
  - 拆书法中的R与以往读书的R有什么区别
  - R的正确打开方式
2. I=Interpretation 引导促进

- 示范：《高效能人士 7 个习惯》片段 1 的“I”该如何写
  - 演练：请写出《高效能人士 7 个习惯》片段 2 的“I”
  - 总结：好的 I 的要符合 4 大标准
  - 演练与点评：重新修正你的“I”
3. A=Appropriation 拆为己用，分为 A1 和 A2
- A1：联结过去经验**
- 示范讲解：《高效能人士 7 个习惯》片段 1 的“A1”该如何写
  - 演练：请写出《高效能人士 7 个习惯》片段 2 的“A1”
  - 好的 A1 的要符合 4 大标准
  - 演练与点评：重新修正你的“A1”
- A2：规划未来行动**
- 示范讲解：《高效能人士 7 个习惯》片段 1 的“A2”该如何写
  - 演练：请写出《高效能人士 7 个习惯》片段 2 的“A2”
  - 好的 A2 的要符合 4 大标准
  - 演练与点评：重新修正你的“A2”

#### 4. 运用拆书法如何构建知识体系

### 四、拆书帮三大武器

1. 什么是拆书帮
2. 拆书帮的三大武器
3. 武器 1：RIA 便签个人读书法
4. 武器 2：拆书帮现场学习法
  - 什么是拆书帮现场学习
  - 示范现场学习法：《高效能人士 7 个习惯》片段 3，片段 4 现场拆解
  - 现场学习与个人学习有什么不同
5. 武器 3：拆书帮俱乐部与组织学习法
  - 小米集团、华为拆书帮分舵是如何建立的
  - 如何打造一种阅读文化的学习型组织
  - 如何用拆书法做经验萃取
6. 拆书课和培训的价值区隔
  - 图书=核心知识+书面知识
  - 培训=核心知识+口头表达+X
  - X=参与+关联+启发+演练+点评
  - 案例对比：《高效能人士七个习惯》的书籍与培训

### 四、如何成为拆书家？

1. 拆书家的三个阶段：一级、二级、三级
2. 拆书家的核心技能：拆书手册
3. 选书、读书、用书技能
4. 引导、催化、教练的技能

研讨：作为管理者如何带领团队拆书？

书籍选取：提前调研选取书籍

**作业：完成课后实践反思报告**  
现场问答（Q & A）；