노트필기 전략 Ⅰ

- 지식을 자기화하는 효과적인 노트필기 전략 -

여러분은 배운 지식을 진짜 자신의 것으로 만들기 위해
어떤 노력을 하고 있나요?
교재 반복해서 읽기, 문제 풀기, 요점 정리하기... 등등
각자의 방법이 있을 텐데요,

지금부터 효과적으로 지식을 자기화 할 수 있는 방법 중,
"노트필기 전략"에 대해 알아보도록 하겠습니다.

한국항공대학교 교수학습센터
KAU Center For Teaching & Learning

1. 문장 재구성해서 쓰기

우리가 노트필기를 하는 가장 큰 이유는, 학습내용을 오랫동안 기억하고 이를 통해 학업능률을 높이기 위해서입니다. 그렇다면 많은 양의 학습내용을 오랫동안 기억하기 위한 가장 좋은 필기 방법은 무엇일까요?

그것은 바로 **"압축"**입니다. 단순히 생각해도 긴 글보다는 짧은 글이 더 잘 외워지는 것은 당연한 일이지요. 그러나 압축은 요약과는 조금 다른 개념입니다. 여기서 압축이란 **자기만의 방식으로 재구성**하는 것을 의미합니다.

미국 켄트 주립대학교 케일라 모어헤드 교수팀의 연구에 따르면, 학생들이 노트북으로 타이핑을 하며 강의내용을 정리하는 것보다 **직접 손으로 필기를 한 학생들의 학습효과가 더 높았다**고 합니다. 이는 단순히 강의 내용을 문자 그대로 기록하는 것보다 **손으로 필기를 하며 중요한 부분만 발췌해 적는다거나 그때그때 기호나 그림으로 대체하는** 등 자신만의 방식으로 정리했기 때문이지요.

즉 수업 중 필기를 하거나 교재 내용을 노트에 옮겨 적을 때는, 전체 내용을 있는 그대로 옮기는 것이 아닌 **본인이 이해한 말로 다시 풀어 쓰면서 문장을 재구성**하는 것이 기억력과 학업성취에 훨씬 효과적이라는 것입니다.

다음 예문을 읽고 내용을 간단하게 재구성해 봅시다.

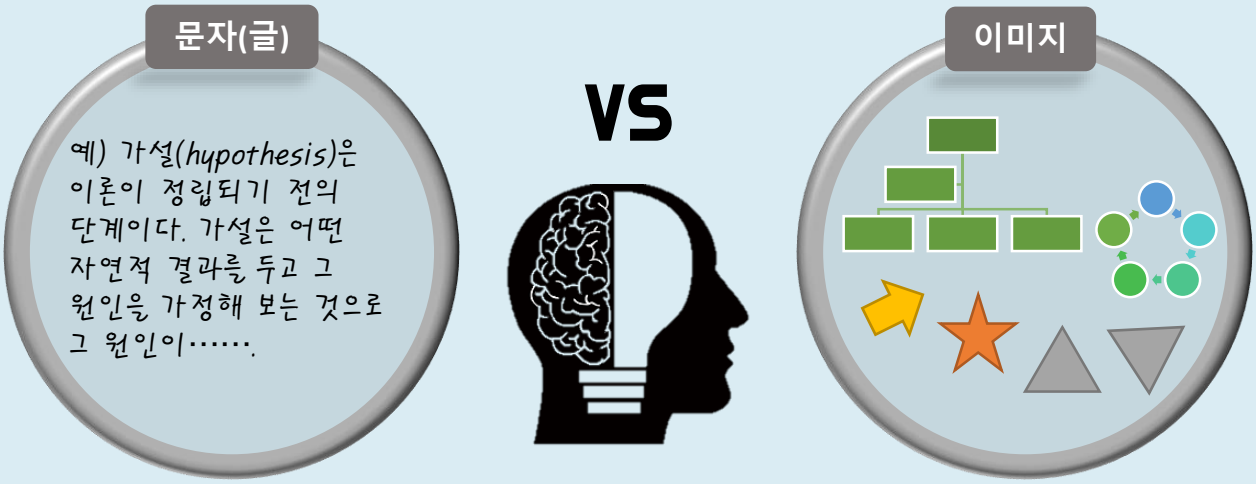
<예문> 가설(hypothesis)은 이론이 정립되기 전의 단계이다. 가설은 어떤 자연적 결과를 두고 그 원인을 가정해 보는 것으로 그 원인이 실험을 통해 증명되기 전까지의 상태를 말한다. 따라서 여러 오류가 존재하는 가설이 있을 수 있다. 이론은 가설과 처음에는 비슷하다. 가설을 세우고 실험과 자료 분석을 통해 그것이 맞다고 최종적으로 확인되면 그 가설을 비로소 이론이라고 정정해 부른다. 오류(fallacy)는 겉으로는 그럴듯하게 보이지만 실제로는 잘못된 추리를 말한다.

(-네이버 지식백과 '시장의 흐름이 보이는 경제 법칙' 中)

▶ **문장 재구성(예) :** 가설은 어떤 결과에 대한 원인을 가정하는 것! 아직 확정된 것이 아니므로 오류가 있을 수 있으며 실험을 통해 증명이 되면 이론이 됨!

2. 나만의 기호, 도식으로 바꾸기

우리 뇌는 어떤 형태를 더 잘 기억할까?



우리 뇌는 문자(글)로 된 형태보다 **기호나 표, 그림과 같은 도식으로 시각화 한 형태를 더 잘 기억**한다고 합니다. 한 편의 글을 읽는 것보다 한 편의 그림이나 영상을 볼 때 더 오랫동안 기억되는 것이 그 때문이지요.

따라서 노트필기를 할 때에도 무조건 글로만 정리하기보다는 **자기만의 기호, 약어를 만들어 사용**하거나 **도식을 사용**해서 **압축**한다면 기억력에 큰 도움이 될 수 있습니다.

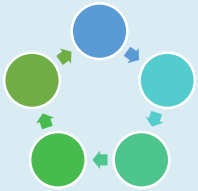
특히 구조화된 도식을 사용하면 문단의 전체적인 맥락을 파악하는 데도 도움이 됩니다.

■ **노트 필기에 주로 사용되는 기호, 약어(예)**

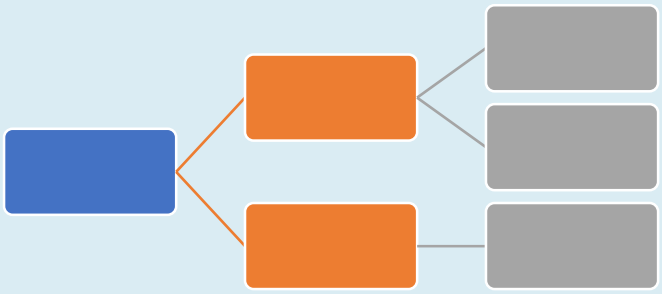
↑	상승, 증가	∴	그러므로
↓	하강, 감소	∵	왜냐하면
≒	동의어, 유의어	Cf.	비교, 참조
↔	반의어, 대조	→	이로 인한 결과
Ex.	사례	←	어떤 결과로써

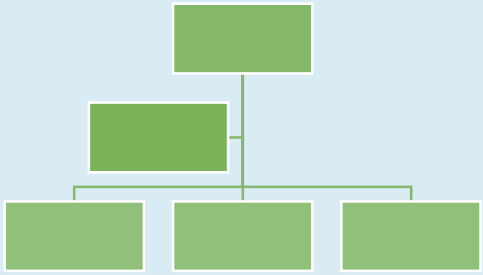
■ 도식화 방법 (예)

(1) 과정, 흐름

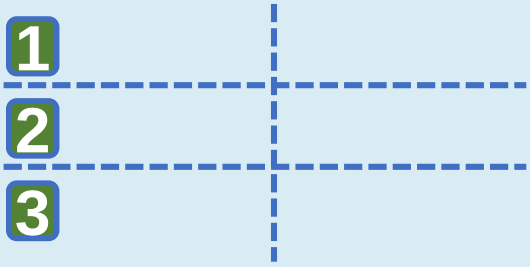


(2) 분석, 분류

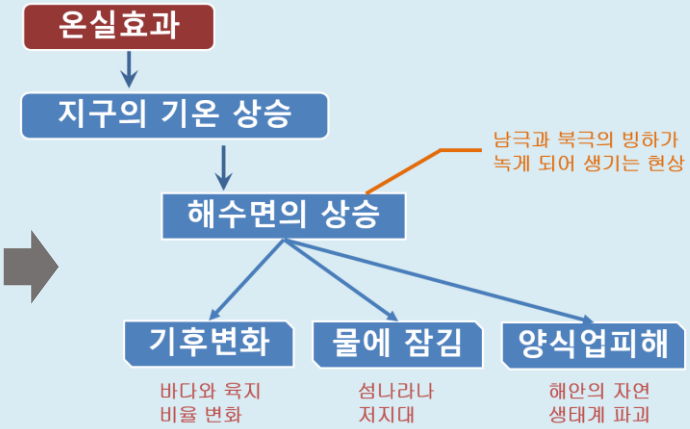




(3) 비교, 대조



(4) 인과(원인과 결과)

※ 글을 도식으로 바꾸어 필기한 예

<예문> 온실 효과로 인해 지구의 기온이 상승할 때, 가장 심각한 영향은 해수면의 상승이다. 해수면의 상승은 남극과 북극의 빙하가 녹게 되어 생기는 현상이다. 이러한 현상은 바다와 육지의 비율을 변화시켜 엄청난 기후 변화를 초래하며, 게다가 섬나라나 저지대는 온통 물에 잠기게 된다. 일단 물이 차오르면 해안의 자연 생태계가 파괴되어 어패류 양식 등 수산 양식업에 뜻밖의 큰 해를 가져올 수 있음은 물론이다.