



■打开本书=芝麻开门！

■学会考试，你手里就有了打开人生关键之门的“金钥匙”！

■考试仅仅是一个人们刻意制造出来的筛选器，如果你一不小心被当稗谷筛出来，千万别以为自己真的是稗谷。

追寻 **考试** 成功

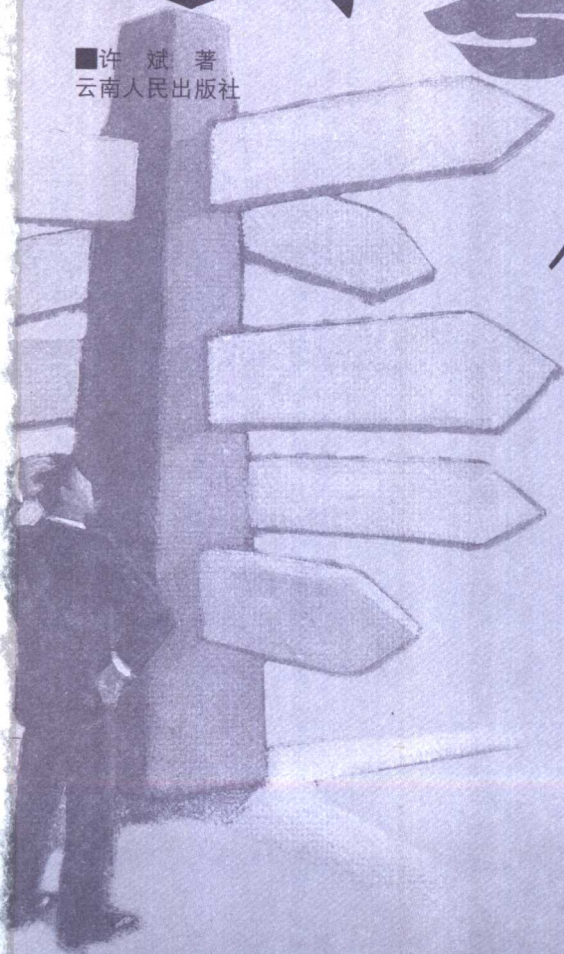
■许 斌 著
云南人民出版社

人生导航丛书

主编◎郑杭生

追寻考试成功

■许斌 著
云南人民出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

追寻考试成功/许斌著. —昆明: 云南人民出版社, 2005.1

(人生导航丛书/郑杭生主编)

ISBN 7-222-04321-7

I. 追... II. 许... III. 考试方法 IV. G424.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 142289 号

责任编辑: 杨云宝

装帧设计: 袁亚雄 王睿韬

漫 画: 杨奇威

责任印制: 刘伟能

书 名 | 追寻考试成功

作 者 | 许 斌 著

出 版 | 云南人民出版社

发 行 | 云南人民出版社

社 址 | 昆明市环城西路 609 号

邮 编 | 650034

网 址 | ynm. peoplespace. net

E-mail | rmszbs@public. km. yn. cn

开 本 | 850 × 1168mm 1/32

印 张 | 6.75

字 数 | 122 千

版 次 | 2005 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印 数 | 1 - 5000 册

制 版 | 云南里程制版印务有限公司

印 刷 | 云南新华印刷三厂

书 号 | ISBN 7-222-04321-7

定 价 | 14.00 元

尊敬的读者: 若你购买的我社图书存在印装质量问题, 请与我社发行部联系调换。

发行部电话: (0871) 4194864 4191604 4107628 (邮购)

序 言

——年多前，云南人民出版社与我商量，准备编写出版一套“人生导航丛书”，拟请我做主编。因为事情太多，担心完不成任务，推托再三。但经不住杨云宝编审的有力劝说，也考虑到这件事情的意义，最后还是答应了下来。现在，经过编辑、作者的共同努力，这一套丛书的第一批书终于和读者见面了！这一套丛书的初衷是力求对读者探索健康的人生之路、实现自己的人生价值有所帮助，故名为“人生导航丛书”。它以青年群体为主要对象，但对其他群体也不无启发；在写法上，则力求深入浅出，通俗易懂，在注重可读性时，不忘探索性。细心的读者可以发现，各本书中有些事例有举一反三之效。当然，这套丛书的实际情况是不是这样，不应由我来说，还要由读者是否真正受益来判断。

对于组织编写这一套丛书的意义和价值，我想着重阐释这样三个方面。

一、在竞争加剧的现代社会中，个人特别是青年要积极回应，掌握人生的主动

当今的我国社会，是一个处在巨大变化中的社会，

用社会学的术语来说，就是处在社会转型加速期中的社会。这种以社会转型形式出现的社会巨大变化，可以说是表现在社会生活的各个方面。人们看到，我国社会的利益格局、社会关系、次级制度、价值观念、生活方式、求职形式、话语系统、文化模式、社会控制机制、社会承受能力等等，在改革开放 20 多年的发展过程中，都发生了前所未有的变化。拿我国的职业体系从传统型向现代型的转变来说，它突出地表现为职业地位的兴衰沉浮，上岗下岗的交替，一些新型职业出现了，一些旧式职业则被淘汰了。

这种种变化离我们每个人并不远。生活在我国社会中的每一个成员，都可以根据自己的切身经验，真实地感受和体会到这种激烈而深刻的社会变化。他们可以真真切切地感受到自己、自己的家庭、自己的亲朋好友，以及周围的人在经济收入、政治权力和社会声望方面的种种分化。实实在在地体会到，自己在变动中或受益了并且受益很多，或受益不多，或甚至受损了。他们亲眼看到，有的社会成员在这种变化中，进入了主流社会，而有的社会成员则被边缘化了，还有的社会成员甚至不得不从主流社会溃退出来。这种种不同是如此巨大，以至于人们常常感叹：人比人气死人！

一位法国社会学家，曾经用马拉松长跑来比喻现代化进程对社会结构、对不同社会成员的影响。在马拉松比赛中，我们常看到这样的电视画面：经过一段时间的比赛，选手们明显地处在不同的集团，领先的是第一集

团，后面依次是第二、第三、第四集团。随着比赛的进行，有人从后面的集团跃进到领先集团，有人从领先集团降到后面的集团，有的甚至被淘汰出局。这种被淘汰出局的人，已经不处在主流社会的结构之中，而是被边缘化了。现代化进程也如马拉松比赛一样，有它无情和残酷的一面。这表明，现代化进程带来的巨大变化，不能不这样或那样地影响到每个社会成员生活轨迹和人生道路，而且对不同的社会成员的影响是非常不同的。

现代化进程带来的巨大变化，既给每个社会成员带来人生的机遇，也带来人生的风险。机遇是指这些变化给社会成员，特别是青年，提供了多种多样的机会，例如，受教育渠道的增多，大学的扩招，终身教育的实施，各种新职业的涌现，竞争上岗、双向选择的推行，等等，为社会成员提升自己的阶层地位创造了广阔的可能。但与此同时，我们也进入了一个高风险社会，人们做出的选择往往具有风险选择的性质，人生迈出的每一步都有可能包含或大或小的风险。例如，如果你不去主动应对，而只是被动适应，那么，你就有可能失去机会，面临被边缘化的风险；如果你只是想主动应对，但并不付诸实践，做出相应的努力，结果仍然不妙；如果你做出了努力，但这种努力大部分是无用功，并不真正有效，也还是不行。所以，要能够真正抓住人生机遇，降低和化解人生风险，在社会巨大变化面前主动应对，逐步做到应对自如，并不是一件十分容易的事。

对个人特别是青年来说，面对现代化进程的加速，

社会变迁的加快，各种竞争的加剧，如何积极回应，掌握人生的主动，是一个必须自觉思考的问题。“人生导航丛书”的一个重要目的，就是启发青年朋友认真思考这个人生的重大问题，积极应对现实变迁的社会。

二、只有不断学习的人，才能抓住人生的机遇，减少和化解人生风险，成为一个成功的人

要积极回应时代和社会的要求，关键是要不断学习、不断从各方面提高自己的素质。

现代社会与传统社会一个显著的不同是，社会运行的节奏明显加快，知识更新的速度也急剧加快，对此，人们常常用“知识爆炸”来形容。因此，现代社会要保持有序、良性、持续的运行，必须是一个全民学习、终身学习的学习型社会。而作为社会主体的社会成员，必须是一个不断学习、终身学习的学习型人员。

学习贵在勤勉，贵在坚持。20世纪80年代初，我在英国留学进修时，听到一个关于“三P精神”的提法，很受启发，也适用于学习。“三P精神”中的“三P”，指英文Patience（忍耐）、Persistence（坚持）、Permanence（永久），为了对称，我把它们翻译成“三心”：耐心、长心和恒心。所谓“三P精神”是指，首先要有耐心，但一次几次耐心是不够的，所以要坚持，要有长心；同理，一次几次坚持也是不够的，还要坚持再坚

持，坚持到底，直到永久，要有恒心。简言之，“三 P 精神”就是忍耐、坚持到永久；耐心、长心加恒心。浅尝辄止、半途而废，都不符合“三 P 精神”，是有效学习的大敌。

不断学习、终身学习的目的是为了不断从各方面提高素质。素质十分重要。素质好，干一行像一行，素质不好，干一行不像一行。素质好是获得成功的必要条件。

什么叫素质好？在我看来，下述几个方面十分重要：

第一，要有正确的人生方向。当代中国社会处在一种复杂的国际国内环境中，要在这样复杂的环境中，经得起各种诱惑，站住脚跟，取得成功，就要能够把握得住自己，正确定位自己。为此，就要学习为国为民的精神，始终把国家和人民的利益放在第一位，把握住正确的人生方向。有正确的人生方向，是一种首要的素质，是在我们的社会中站住脚跟、取得成功的前提条件。我们在实际生活中几乎天天可以看到，一些人，由于在人生方向上把握不住自己，结果失足跌倒，甚至断送了自己的美好青春。

第二，要有良好的人品。在社会中，我们天天要和他人打交道，时时在处理着人我关系。在这方面，为什么有的人，会人见人厌，不愿跟他打交道，而有的人，则人见人喜，愿意跟他有来有往？归根到底是前者人品有问题，在追求自己利益时，只顾自己，不顾他人，甚至不择手段，做了不符合道德规范的“缺德”事，久而久之，便人见人厌。在社会学上，这叫做角色扮演的失

败。在博弈论中，这又叫做“零和游戏”。这是不可取的。后者则相反，有良好的人品，不只为自己着想，也为别人着想，有一种双赢互利的理念，能够取之有道，取之合法。要培养良好的人品，就要学习道德和法律，学习合作精神，学会良性竞争，善于换位思考。有良好的人品，是一种基本素质，也是在我们的社会中站住脚跟、取得成功的前提条件。一个人人不愿与之合作的人，是很难在社会上站住脚，并取得成功的。

第三，要有扎实的钻研精神。由于现代社会的分工，每个社会成员一般都在一个职业、一个岗位上工作。做好本职工作，是每个社会成员的天职。真正做好本职工作并不容易，它要求有刻苦的钻研精神，积极的向上精神。我们看到，一些在本职工作中作出成绩的人，都有这种精神。如劳动模范、杰出青年等，如果做一天和尚撞一天钟，是绝然做不到的。刻苦的钻研精神，积极的向上精神，是一种实质素质，是在社会上站住脚，并取得成功的实在途径。

第四，要有健康的身体。健康的身体，是正确的人生方向、良好的人品、刻苦的钻研精神的物质承担者。没有健康的身体，人生方向再正确，人品再良好，钻研精神再扎实，也失去了支撑。所以人们说，健康是1，其他是0，只有在1后面加0，数字才会越来越大，才有意义。如果身体不好，健康趋向于0，那么在0后面加多少个0，结果仍然是0。这里要注意，按照世界卫生组织的健康定义，现代健康包括生理、心理和社会三

要素，这就是生理上无病，心理上健全，与社会协调。现代社会的事实越来越表明，只是生理上无病，而心理上有缺憾，与社会很难协调的人，不能说是一个健康的人。有健康的身体，是最基础的素质。要有健康的身体，仍然离不开学习——在生理健康上，每个人都要学习总结一套适合自己实际情况的锻炼方法；在心理健康上，要学会心理的自我调节，保持乐观的情绪；在与社会协调上，要学会与人为善，宽容豁达。

通过学习，不断提高自己的素质，是抓住人生的机遇，掌握人生主动的必经之途，是减少和化解人生的风险，成为一个成功的人的必要条件。“人生导航丛书”的第二个重要目的，就是启发青年朋友通过学习，不断地提高自己的素质。

三、人有选择能力，是有能动性的，要有成功的人生就要付出，就要有效地付出

我国当今社会与改革开放前相比的一个重大变化，就是在价值观上，已经从过去的以平等为主，转变为以公平为主。平等强调以相同的标准来衡量不同的人 and 事，它强调“同”；似乎同是平等的，不同是不平等的。公平则以差别为前提，认为没有差别就没有公平，认为公平就是合理的差别，强调“异”。因此不同的付出，得到不同的结果，是公平的；差别过大过小都是不公平

的。这样的社会环境，为每个社会成员发挥自己的才能创造了良好的氛围。

对生活在社会中，有能动性的人来说，事实上，都面临着一种选择：付出还是不付出，付出的大还是付出的小。无数案例表明，成功的人生与超过常人的付出之间有着正相关的联系。勤劳致富、奋斗成才，说的就是成功来自于付出，通常是来自于超常的付出。懒惰与成功无缘。坐享其成，是特例，而非通例，没有普遍性。

选择超常的付出，对成功来说是绝对必要的，但还不够，如果在超常的付出中，做了很多无效功，仍然达不到目标。所以，要敢于付出，还要善于付出，要讲究方法，讲究效率。这套“人生导航丛书”也为青年朋友的有效付出提供一些生动的建议，希望在善于付出方面也给青年朋友某种启发。

这套丛书的第一批书基本上都是博士生写的。他们应该说是青年中的高素质的成功者，他们在写作中，不能不这样那样地加入了他们某一方面的切身体验和对人生的领会、感悟，故对读者来说是有参考意义的。我真诚地希望，读者们特别是青年朋友们，能够从中受益。

郑杭生

2004年10月于中国人民大学

社会学理论与方法研究中心

(郑杭生教授为中国社会学学会会长)

目 录

前 言 / 1

第一篇 开幕曲

——事事求“试” / 4

1. 考试的含义 / 5
2. 考试的渊源 / 6
3. 为什么要考试 / 10
4. 考试敲开成功之门 / 13

第二篇 考试三部曲之第一部

——考试之前 / 19

1. 态度决定一切——做一个和自己赛跑的人 / 20
2. 早起的鸟儿有虫吃——靠勤奋积攒实力 / 41
3. 掌握好时间的方向盘——计划的制定与实施 / 62
4. 磨刀不误砍柴工——提高复习效率的方法与技巧 / 89

第三篇 考试三部曲之第二部

——考试之中 / 122

1. 有本钱，还得会用本钱——考试之中状态的调整 / 123
2. 考场应试小三步——微笑、沉着、“糊涂” / 136
3. “巧”字当头——笔试、面试技巧谈 / 149
4. 可怜天下父母心——献给与考生一同奋战的亲人 / 171

第四篇 考试三部曲之第三部

——考试之后 / 178

1. “不以物喜，不以己悲”——考试之后的心态谈 / 179
2. 让经历一定成为经验财富——正确归因 / 186
3. 相信自己，热爱自己——苏格拉底的遗憾 / 192

第五篇 谢幕曲

——在考试中共生存 / 199

后 记 / 203

前 言

——“我一到考试就把学到的东西全忘掉了，气死我也！”

——“我平时考得挺好，可是一到了关键性的考试就会砸锅，奇哉怪哉！”

——“考试，考试，还是考试，考试让我欢喜让我忧。”

你是不是常常听到这些透露着焦虑、无奈的抱怨？

在当今这个多“考”之秋的时代，这样的抱怨早就让你耳朵生茧了。

——“哎，有的人平日未见其死命用功，可一考就比别人考得好。神！”

——“好机会都让那些会考试的人给占去了，咱只有羡慕了。”

——“有的人说他一到考试就来了精神，会超水平发挥。真有其事？”

你是不是也常常听到这些充溢着羡慕、渴望的议论呢？

在当今这个要由考试来决定你的选择的时代，这样

的本领怎会不让人妒忌呢！

考试的确是一种能力！

有人曾经这样比喻考试。考试就像一艘载满应试者的船，在远航中，它突然触礁，船体出现了一个大洞。结果，很多人掉在海里淹死了，只有少部分人生存下来。

考试这么残酷？

在这个激烈竞争的社会，考试作为一种竞争手段，就是这么残酷！

考试对于现代人，已经不仅仅意味着升学、就业和升职，它还意味着能力，一种在压力下沉着应战的能力。

莱勒说过：“大学文凭并不意味着你受教育了。正相反，它意味着你已走进永久的无知，所以要用一生去追求更多——更多的想法，更多的知识，更多的好思想，更多的挑战，任何事物都知道更多。”

我想，考试同样如此。每经历一次考试，你都经历了一次对智商、情商的检验和锻炼。在这个考试含义不断外延的年代，通过考试，就赋予了自己“追求更多”的权力。

因此，你一定要学会怎样考试！

这本书将帮助你揭开“会考试的人”的面纱，让你了解会考试的内幕，进而也学会考试。

你也许会问：“是不是读了这本书，我很快就能在某种考试中大获全胜？”这你就错了。我没有能力教会

你在某种具体的考试中答些什么，我想没有任何人会有这种能力。

也没有一个适合于任何考试的通用技巧。不同科目有不同的应试技巧，不同类型的考试有不同的窍门。适合于数学考试的技巧，不会在语文考试中也应用自如；在笔试中行之有效的技巧，面试时就难以发挥它的作用。况且，某个人觉着很实用的技巧，对另一个人却是水中捞月。因此，你一定要掌握考试的方法，学会考试。

本书将考试谱成三部曲：考试之前、考试之中、考试之后。每一部曲都有它的组曲。在这些组曲里，我将告诉你，哪些是应该注意的重音符，哪些是需要着重处理的关键音调，等等。以助你学会考试，演奏好考试之曲。

读完本书，你会发现，考试过程实质上是一个不断挑战自我的过程，学会考试的过程也是一个磨炼自我意志，克服多种困难，树立主体信心的过程。如果将考试的含义扩大，人生处处是考场，不再是一句空话。学会考试，也将有助于你在人生考场上取得成功，从而把握住人生的关键。

会考试，是一种在压力下能够表现出良好状态的能力，是一种后天可以习得的能力。

会考试的人是自信的人，是永不言败的人，是能把握住人生关键，进而打开人生关键之门的人。

学会考试，做一个会考试的人，是你继续阅读本书之前应树立的目标！

第一篇 开幕曲

——事事求“试”

想 一想：
当代社会总共有多少种考试？

有哪几种行业不需要考试？

你的一生中要经历多少次考试？

你能够回避考试吗？

——中国人有一句见面问候语：“吃了吗？”而在考试大行其道的今天，越来越多的人们见面打招呼的第一句话也许是：“今天，你考得怎样？”

当今社会，一个人究竟要经历多少次考试？说不清。哪个行业或领域不需要考试？也难以说清。当你暗自庆幸：“考试与我之缘终告结束！”没准考试明天就找上了门。除了传统意义上学校的各种大小考试，英语等级考试、计算机等级考试、艺术类等级考试、各种资格证书考试、出国考试、公务员考试、职称考试等等充斥在你的周围。考试已存在于社会的各个行业中，和每个人都有着千丝万缕的联系，成为社会生活中使用频率相