

大学校园题材丛书

○ 胡玲莉/主编

和清华才子

HEQINGHUACAIZI

TANXIN

谈心

考清华不得不用的学习方法



中国所有望子成龙的
家长大概都希望自己的孩
子将来能够进入一所比较
著名的高等学府学习，尤
其是进入清华大学。聪明
的家长应该怎样帮孩子圆
这个清华梦呢？

中国商业出版社

和清华才子谈心

——考清华不得不用的学习方法

主编 胡玲莉 副主编 梁革兵

11432/04

中国商业出版社

大学校园题材丛书

□ 胡玲莉 / 主编



和清华才子 谈心

——考清华不得不用的学习方法

中 国 商 业 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

和清华才子谈心/胡玲莉主编. —北京: 中国商业出版社, 2002.2

ISBN 7-5044-4475-8

I. 和 ... II. 胡 ... III. ①学习方法—高中②高等学校—入学考试—经验—中国 IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 083039 号

责任编辑: 王志强

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京鑫洪源印刷厂印刷

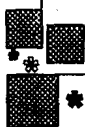
850×1168 毫米 32 开 11.8 印张 220 千字

2002 年 2 月第 1 版 2002 年 2 月第 1 次印刷

定价: 22.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)



序 言

序

言

清华，你听我说

耳畔还回响着七月那千军万马过独木桥的号角，伴着九月的秋阳，我们怀着新奇、带着对未来的憧憬，踏进了大学校园。

那是曾经魂牵梦绕的依山傍水、草坪如画的校园，那是记载着民族的成长与腾飞的学堂，那是我们十年寒窗苦读时，心中一盏不灭的希望之灯，那是我们所景仰的科学家、学者的摇篮。

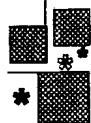
走进清华，走进这书香氤氲的校园，走进我们多年的梦想的殿堂。清华学堂草坪前的日晷石激励着我们分秒必争，清香四溢的荷塘记录了校园的寒来暑往；与我们同行的是来自全国各地的优秀学子，给我们指路的是声名享誉海外的著名学者。在这样的校园里，我们想拼搏，我们想奋斗。

清华，请听我说……

走进校园，仿佛走进岁月的纪念碑，它记载着时代的脚印，清华，你是否能承载我们年轻的希望？

无数的科学家、学者从这里走出，这是一个包孕着智慧的学府，这是一支向科学高峰进军的队伍，清华，我是否能

①



成为你的优秀的一员？

教学楼、图书馆、实验楼，处处都是忙碌而充满朝气的学生，宿舍、操场、树下，休息的同学也没忘记随身携带钟爱的书。清华，我怎样才能把握你前进的步伐，跟随你遨游广袤的知识宇宙？

学生活动中心里贴满了各种咨询服务的广告，出国深造的捷径、学生创业的探索、参加科研的机遇，无数条道路摆在我们面前，每条路都有一个美好的前景，清华，告诉我，怎样才能找到最适合自己的道路？

我们观察着，我们思索着，我们探寻着，我们成长着。清华，请听我说……

我们周末的生活被各种精彩的讲座充实着，有资深的院士讲他的治学研究的道路，有年轻的科研工作者介绍他们最前沿的学术成果，这里是心与心的交流，这里是你和我的碰撞……清华，以她先进的知识武装着我们。

课堂内外，在学习、科研中，教授、院士们执着严谨的治学态度潜移默化地改造了我们，他们待人真诚，淡泊名利的人生态度感染着我们，他们的关怀和爱护激励着我们，清华，在你敞开的怀抱里，我们学会如何治学，如何做人。

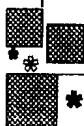
每当我们想念亲朋，思念家乡时，你用热情的歌声感染我、你用精彩的节目吸引我，你用师生情谊感动我，你让同学的友谊包围我，清华，你让我们每个人都融入你相亲相爱的大家庭。

荷塘再度清香四溢，学生们沿着荷塘唱起了离别的歌，又一批学生毕业了，他们浸染了水木清华的学风，点染了清华的灵秀，他们要飞向四面八方。桃李不言，其下自成蹊。

遍布海内外的清华学子为你捧回世界各地的赞誉，清华，你总是笑而不语。

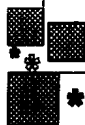
计算机前的冥思苦想、实验室里的废寝忘食、图书馆里的孜孜不倦，在清华，我们付出了很多；科研的突破、理论的创新，新产品的发明，清华，我们收获了很多；有付出、有收获、有汗水、有笑声，在清华，我们懂得了很多。

清华，你听我说……



序

言



目 录

目

录

第一章 做好上清华的人生规划 / 1

中国所有望子成龙的家长大概都希望自己的孩子将来能够进入一所比较著名的高等学府学习，尤其是进入清华大学。聪明的家长应该怎样帮孩子圆这个清华梦呢？父母应主动地帮助自己的孩子去“接触”清华大学，这是为孩子今后能够顺利地进入清华大学铺筑的第一块铺路石。

- 让孩子早点上清华 / 1
- 相信每一个孩子都能成大器 / 2
- 促进孩子成才的因素 / 5
- 早期教育中挖掘孩子的潜能 / 10
- 学习是一种综合的能力 / 15
- 怎样诱导孩子的学习兴趣 / 21
- 学会激发孩子的学习智慧 / 28
- 千万不要“搭救”孩子 / 32
- 一路同行是最大的帮助 / 35
- 做好考清华的人生规划 / 39

第二章 考清华——从入学开始培养 / 43

清华才子认为，学校一出现在孩子的眼中，就对他产生了非常重要的影响。父母最好能掌握孩子学习的最佳年纪，并且根据孩子的生长发育、兴趣及爱好的具体情形，充分利用家庭及社会的有利条件，有选择地加以辅导和培养，使孩子的聪明才智得到全面发展。

- 当你的孩子入学校之后 / 43
- 为孩子准备好“教科书” / 50
- 帮助孩子适应学习生活 / 57
- 培养孩子的口才和认字能力 / 61
- 培养孩子良好的学习习惯 / 64
- 教导孩子自己多动手的习惯 / 68
- 正面确立孩子的学习观 / 72
- 不断地提高学习效率的方法 / 77
- 学会辅导孩子的学习 / 81
- 诱发孩子潜能的最佳方式 / 84
- 望子成龙：选择有效的教育方法 / 89

第三章 突破孩子的学习瓶颈 / 92

清华才子认为，学习本身不是单一的可以剥离的东西。作为父母，该如何辅导自己的孩子呢？各位家长应引导孩子走向积极主动的学习及生活道路。据清华才子的调查显示，
② 孩子的学习成绩差，不是个别现象，形成的原因也各不相

同。孩子的学习跟不上，首先要了解分析情况，然后再对症下药，才能药到病除。

- 孩子的学习跟不上怎么办 / 92
- 提高孩子的成绩重在方法 / 102
- 影响学习的三大瓶颈 / 107
- 突破孩子的学习瓶颈 / 113
- 注意学习疲劳的问题 / 117
- 掌握克服学习疲劳的方法 / 120
- 关心你的孩子的情绪 / 123
- 呵护身体——健康情绪必备 / 127
- 选择真我：谦和与高傲的背后 / 138
- 控制——装上情绪“阀门” / 142
- 学会消释和克服不良情绪 / 147
- 发挥个人的主观能动性 / 157

第四章 和清华才子谈智商 / 161

通常，我们说智力发育好，学习比较轻松，效率又高的孩子“聪明”或“智商高”，否则，就是“弱智”或“智商低”。清华才子指出，一个人的成功最关键因素是一种感情上的智慧，一个人怎么样处理情感，关系到他会怎样使用自己的智慧，因此，一些科学家提出了情感智力比纯粹智力更为重要的说法，所以家长也不要再沉溺智商的误区中。

- 通过早期教育提高智商 / 161
- 对孩子进行智商启蒙 / 173
- 通向孩子的智商世界 / 176

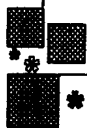
- 从孩子的智商到智力 / 182
- 培养孩子的观察能力 / 184
- 培养孩子的注意能力 / 186
- 培养孩子的记忆能力 / 187
- 培养孩子的思维能力 / 189
- 培养孩子的想像能力 / 192
- 培养孩子的创造能力 / 194
- 家长要正确对待孩子智力 / 195
- 促进孩子心智能力的成长 / 198
- 学会挖掘孩子的智能 / 200
- 怎样培养出聪明的孩子 / 203
- 注重全面发展你的孩子 / 207

第五章 和清华才子谈观察 / 211

清华才子认为，观察能力的培养，小时候看来是在解决学习问题，长大了就要解决人生的各个方面。所以，一定要注意培养孩子的观察能力。清华才子指出，在上学以前就要注意培养孩子的观察能力。一个好的学生，就是在有关学习方面：情况、环境、条件和主观因素是一个出色的观察家。一个学生假若能够做出这种观察，就一定能安排好自己的学习。

- 孩子都是小观察家 / 211
- 通过观察认识世界 / 213
- 正确分辨观察的误区 / 216
- 细说观察的品性问题 / 218

- 发现观察的黄金期 / 220
- 如何培养孩子的观察能力 / 223
- 培养孩子会观察的眼睛 / 225
- 培养观察的心理品质 / 230
- 教给孩子观察的方法 / 233
- 如何进行观察的训练 / 235
- 打开观察与创造之门 / 238



第六章 和清华才子谈思维 / 242

孔子说过一句名言：学而不思则罔，思而不学则殆。意思是：只学习，不思考，就会迷茫无知，得不出结果；只思考，不学习，就会疑惑不解，得不出个结论。一只鸟儿，只有空气和翅膀是不能扶摇直上，远飞万里的，还必须有一套飞行的方法。清华才子认为，智力就好比一只鸟儿，孩子要运用和发展智力，就必须运用思维力。

- 激活孩子的思维之花 / 242
- 思维与心智操作能力 / 244
- 通向孩子的思维世界 / 247
- 发现思维的发展趋势 / 250
- 学会培养孩子的思维能力 / 254
- 培养孩子的发散思维 / 257
- 培养孩子的聚合思维 / 259
- 培养孩子的逆向思维 / 260
- 培养孩子的侧向思维 / 261
- 培养孩子的科学思维 / 262

●如何冲破思维的定势 / 264

●培养良好的思维习惯 / 265

第七章 和清华才子谈想像 / 271

据一些科学研究表明，一个人如果小时候没有丰富的想像力，孩子们不仅不能成为诗人、画家、小说家、雕刻家，也不可能成为建筑家、法律学家、科学家、数学家。虽然一些人认为当数学家和科学家根本不用想像，可这并不符合实际的情况。想像对于所有人都有必要。清华才子指出，对孩子们来说，百万家财也没有想像重要。

●找点时间去梦想 / 271

●正确对待孩子的想像问题 / 275

●想像使孩子走向成功 / 278

●破译孩子的想像之谜 / 281

●如何培养孩子的想像能力 / 285

●掌握培养孩子想像的方法 / 289

●让孩子进行合理的想像 / 293

●运用想像创造成功 / 295

●进行“异想天开”的训练 / 301

第八章 和清华才子谈听课 / 311

清华才子指出，听课的第一个目的就是捕捉必要的信息；听课的第二个目的就是处理信息；听课的第三个目的就是做出恰当的反应。清华才子认为，在听课的时候应该使大

脑处在高度兴奋的状态，应该有强烈的求知欲和兴趣，紧紧地跟着老师讲课的思路走，对老师的讲解要积极地思考。在课堂上遇到不懂的问题是非常正常的。如果有不懂的地方，就要发问。提问在学习中是非常重要的。

- 紧跟老师的讲课思路 / 311
- 抓住老师讲课的重点 / 313
- 注意和老师进行交流 / 314
- 解决孩子精神不集中的问题 / 316
- 教孩子耐心地听别人讲话 / 319
- 怎样提高孩子听的能力 / 320
- 清华才子预习的方法 / 322
- 清华才子做笔记的方法 / 325
- 和清华才子谈学习 / 327

第九章 和清华才子谈解题 / 331

解题过程就是解题者对自己的解题前景不断地进行估价的过程。需要估价的内容包括：解题者走向目标的步伐；目前和目标接近的程度；影响解题者解题前景的各种变化等。清华才子指出，每个解题者对自己解题的过程都有一定的感觉，一个好的解题者会把这种潜意识的感觉提升到有意识地把握。

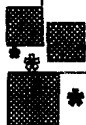
- 从确定问题开始 / 331
- 从提出问题到解决问题 / 334
- 做好解题的心理准备 / 337
- 选择解题的途径 / 338

- 选择解题的方法 / 339
- 培养解题的能力 / 341
- 培养考场解题的能力 / 344
- 解题中的阅读问题 / 347

第十章 和清华才子谈考试 / 349

清华才子认为,从某种程度上来说,学习就是学习,考试就是考试,两者虽然有关联,但也是相对独立的。清华才子指出,良好的考试信念只有一个,那就是:恰如其分地展示自己的知识水平。首先应该有知识水平,然后才可能有展示的问题。套用一句老话,知识水平是第一位的,而展示水平是第二位的。清华才子指出,必须要先有知识,然后才有展示的可能,不要期望有“超水平发挥”那样的奇迹。

- 处理好学习与考试的关系 / 349
- 正确对待孩子的考试 / 350
- 高考前家长应做的准备 / 353
- 采用正确的考前辅导方式 / 355
- 考前所要做的心理调适 / 357
- 高考前调整焦虑的方法 / 358
- 临场发挥的心理对策 / 359
- 清华才子的考场经验 / 361
- 如何面对高考失败 / 362



第一章 做好上清华的人生规划

● 让孩子早点上清华

中国所有望子成龙的家长大概都希望自己的孩子将来能够进入一所比较著名的高等学府学习,尤其是进入清华大学。

聪明的家长应该怎样帮孩子圆这个清华梦呢?

首先,家长要帮助孩子确定一个对他来说更加远大的理想,即清华梦想。一定要让孩子懂得中学阶段是进入高等教育的第一步和将来获取更好的工作、更好地完善自己、培养自己在某一个领域、某一个行业具有更大的成功的机会。

其次,尽早向孩子灌输“清华大学”这个概念也是很有必要的。你应该什么时候开始往孩子的脑子里灌输清华大学这一概念呢?也许从孩子出生时就应该开始。

当你们全家进行家庭度假时,如果来北京或途中路过清华大学,你们可以停下来在这所大学餐厅、快餐部坐下来好好地吃点东西,将参观清华大学纳入你们的旅程之中。

当你的孩子想去清华大学里游玩的时候,应立即鼓励他去,也可以陪他去。

当他进入了高中时,可以给他弄来一些清华大学的简介、简章,还要不断鼓励他把自己看作是整个中学里十分杰出的一个人物,以便让他有胆量,有机会选择自己以后进入清华大学的机会。



你还要经常让孩子注视清华大学毕业的成功者,当你什么时候听到类似的消息后,一定要设法引起孩子的注意。如果在某种介绍中提到了清华大学的一个名人,你可以把他记下来,然后告诉你的孩子。

在这样的努力下,你的孩子将会逐渐在他自己的头脑中形成一种印象:成功往往都是与清华大学良好的高等教育的经历紧密联系在一起。

每个孩子在他的中学时期就应该开始具有一个超过他所处时期的比较大的目标,那么他也一定会去认真对待他整个的中学阶段的各科的学习。这类学生往往会努力学习,而且力争学得更多,即使他们有的后来没有能够继续进入清华大学去念书。

当然,最好的消息肯定是,那些刚刚进入十几岁时就开始梦想上清华大学的孩子最后能够进入清华大学的校门!

总之,父母应主动地帮助自己的孩子去“接触”清华大学,这是为孩子今后能够顺利地进入清华大学铺筑的第一块铺路石。

●相信每一个孩子都能成大器

“你是个非常聪明的好孩子。”这是卡尔·威特在对小卡尔的教育时用得最多的话。每当儿子遇到困难和挫折,他总用这样一句话帮小卡尔来摆脱内心的苦恼。

孩子只有充满信心,才能在未来的人生竞争中坦然面对挑战,也才能拥有幸福的人生。

信心从何而来?来自家长的夸奖。因为孩子需要夸奖,也需要鼓励。“夸”不仅表明了家长的信心,同时也可以坚定孩子的信心。只有让孩子对自己充满信心,家长才能培养出