

学习的王道



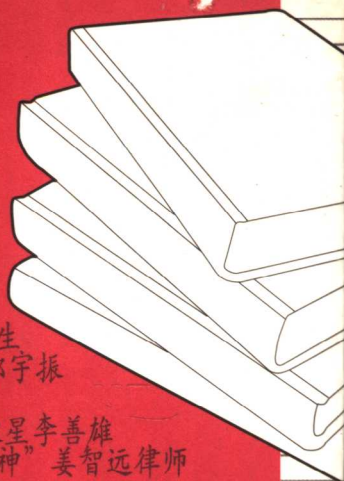
(韩) 成基善 著
佟晓莉 译

借鉴成功人士的学习秘诀，使之为我所用

主动的学习习惯使我们终生受益。

“授之与鱼”，不如“授之与渔”。

学习的“王道”，正是开启成功人生的秘诀。



把全世界当成大舞台的17岁少年朴元姬
跨越环境阻隔的真正的胜者徐珍葵女士
世界权威的的心脏专家宋明根医生
将想象付诸现实的机器人工学博士郑宇振
毕业于斯坦福大学的高材生金训静
哈佛大学的Rap歌星李善雄
青少年“守护神”姜智远律师

云南人民出版社

学习的王道

借鉴成功人士的学习秘诀为我所用

成基善(韩) 著

佟晓莉 译

云南人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

学习的王道/(韩)成基善著;佟晓莉译. —昆明:云南人民出版社,2005. 5
ISBN 7-222-04423-X

I. 学... II. ①成...②佟... III. 学习方法 IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 047311 号

著作权合同登记号:图字 23-2004-084

Copyright © 2004 by Ki-Sun Sung

Simplified Chinese translation copyright © 2005 YUNNAN PEOPLE'S PUBLISHING
HOUSE

This translation has been published by arrangement with I&T Digital Co., Ltd.
(Ian Books)

All rights reserved.

责任编辑:瞿洪斌 陈 静

装帧设计:王馨韬

责任印刷:洪中丽

书 名	学习的王道
作 者	(韩)成基善 著 佟晓莉 译
出 版	云南人民出版社
经 销	上海滇版图书有限公司
社 址	昆明市环城西路 609 号
邮 编	650034
网 址	ynrm.peoplespace.net
E-mail	rmszbs@public.km.yn.cn
开 本	890 × 1240 1/32
印 张	7
字 数	83 千
版 次	2005 年 5 月第 1 版第 1 次印刷
印 刷	上海长阳印刷厂
书 号	ISBN 7-222-04423-X
定 价	18.00 元

尊敬的读者:若您购买的我社图书存在印装质量问题,请与上海滇版图书
有限公司联系调换。

电话:(021)64666373 64454620



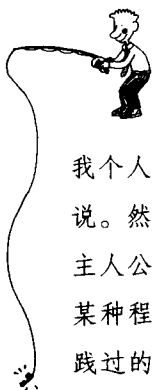
前 言

学习决定人生成败

看到那些社会成功人士,总感觉他们身上有着某些与众不同之处。每到此时,我不禁联想到:这些人在校读书时,究竟用什么样的方法学习?他们的学习方法,是否有什么特别之处?现在,本书将为各位揭晓这些问题的答案!本书记载的独特的学习秘诀,即是这些成功人士的“学习之道”。他们将自己的“独门秘笈”公布于众,相信会为那些正准备展翅翱翔的朋友们,插上一双金色的翅膀!

成功人士事半功倍的学习方法

现在,我以韩国 KBS 电视台二套介绍并播出的《玩在电视教科书学校——学习的王道》节目中介绍的内容,以及我在主持节目的过程中所积累的经验为素材,更进一步地阐述了何谓“学习的王道”。记得电视台刚开始播放该节目时,我对此还持有怀疑的态度:难道真能找到“学习的王道”?身为一名专门从事教育的学者,从



我个人的立场上考虑,“学习的王道”不过虚无缥缈之说。然而,随着该节目持续播出,我陆续见到了节目中的主人公——那些或在社会范围内,或在教育领域内取得某种程度成功的人物,逐渐了解到他们亲身经历过或实践过的独特的学习方法,也亲身感受到他们对日常生活的态度,我这才开始确信:在这些成功人士的手中,的确握着某些独特的东西。虽然他们在完全不同的领域,从事着彼此毫无关联的事情,然而,令人惊奇的是,他们的学习秘诀确实存在着某些共性。

不接受课外辅导的孩子,学习成绩更为优秀

本书中出现的各位“学习高手”,无任何一人接受过课外辅导。在筹划本书的过程中,我注意到了这个共同点,于是以韩国大学生为对象,进行了设问调查,没想到结果竟然大大出乎我的意料。

该项调查以汉城大学、东国大学、梨花女子大学、淑明女子大学、高丽大学、天主教大学等汉城市6大高校的471名大学生为调查对象,题目为“学习活动及学习态度”。调查结果显示,相对于接受过课外辅导的学生而言,没有接受过课外辅导的学生,其大学成绩以及对生活的适应程度均高于前者。

无课外辅导的学生,平均成绩为3.79分(满分4.3分),而接受课外辅导的学生则为3.56分,由此可见,前者的成绩



比后者平均高出 0.23 分。在自觉学习的态度及习惯培养方面,无课外辅导的学生,平均成绩为 2.97 分(满分为 5 分),另一方则是 2.80 分,前者显然高于后者。

此外,无课外辅导的学生,撰写报告的能力、对讲义理解的程度、从整体上阅读专业书籍的水平、参与讨论的能力以及毕业后对前途目标的认知能力等方面,均高于接受课外辅导的学生。

从上述结果可以看出,学习能力出众的学生,与其说智力超群,不如说是他们培养了正确的学习习惯。也就是说,学生们有必要从以应试为主的“填鸭式”教育中解脱出来,为自己营造一种独立的、自我主导型学习氛围。

韩国学生的学习,不能称之为学习?

记得从前,曾经听同事说过这样一件事,当时颇受震动。有一次,这位同事跟一位美国教研员聊天,同事不经意谈到韩国侨胞子女和韩国留学生的学业成绩非常优秀,并且向美国朋友问道:“你觉得韩国学生为什么学习很好?”哪知美国教研员竟然全盘否定,回答说“完全不是那么回事儿”,不禁令同事大吃一惊。问其理由,对方答道:

“韩国学生是因为下苦功夫,成绩才非常不错。但美国学生拥护的不是‘苦行僧’一样的学习,而是其他方式的学习,比如说放学后,做一些自己喜欢做的事情,并



通过这些事情发现自我,借此消磨课余时间。美国人认为,这才是真正的学习,而韩国学生却不懂这些。如果美国学生也像韩国学生一样拼命苦读,成绩一定也非常不错”。

从美国教研员这段话中不难看出,他认为韩国学生的学习,根本不能称之为“学习”。那么,究竟什么才是真正的学习?

韩国强制性的教育方式是,永远扼制学生的好奇心,千方百计使其全身心地专注于学习。

毋庸置疑,学生才是学习的主人,然而,现实却将学生变成学习的奴隶!所以,我们的孩子才时刻感觉到一种束缚,只想尽快从学习的苦海中解脱出来。于是,学习竟成了一件痛苦的事。

培养孩子自觉树立目标、发掘课题并埋头其中的能力,也就是说,培养其独立发掘潜在的学习乐趣,并在自我能力提高的过程中获得自信,充分领悟到自我能力开发的可能性——只有培养孩子自我主导型的学习方法,才能将他们从不幸中解救出来!

上述学习方法,与那些在短时间内便可以提高成绩的学习技巧有很大区别。因为自我主导型的孩子,拥有更广泛意义的能力,即独立设计人生并引导自己走向未来。

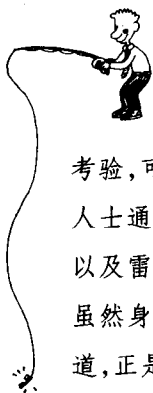


如果把“优秀的学习成绩”比喻成一条“大鱼”，如果各位家长或老师想教会孩子如何钓到这条“大鱼”，那就给他们仔细讲讲书中成功人士的“垂钓式学习法”吧！相信这样做的结果，绝对不只是让你的孩子提高成绩而已，它也会让孩子们对待生活的根本态度发生明显的变化！

父母不应把个人期望强加给子女

那么，父母应做的事情是什么？首当其冲的就是，应培养孩子自主学习的能力并注意监督。父母应注重培养孩子独立计划、自觉实践并自动做出评价的习惯，而不是让孩子事事依赖父母或老师。父母应努力创造孩子必需的学习环境及学习条件，而不是出钱供孩子参加课外辅导，迫使其连夜奔波于各个补习班之间。父母的作用在于引导孩子，同时努力营造一个环境，以便让孩子通过实践，独自领会到学习的意义以及生命的价值。如果父母对本应该由孩子独立完成的如做作业、穿衣、准备日常所需物品等行为实行“一包到底”，而仅仅在口头上拼命要求孩子用功学习，那么，孩子的自我主导性只能一日不如一日！像这样由父母一手造成的孩子的依赖性，只能将孩子的人生引入失败的境地。

本书中介绍的成功人士的学习秘诀，均经过现实的



考验, 可谓是“自我主导型”法则的一个总结。这些成功人士通过主动学习, 培养了自由且富有创意的思考方式以及雷厉风行的实践能力, 所以才取得了今日的成就。虽然身处不同领域, 但他们却异口同声表示: 学习的王道, 正是“自我主导型学习”, 即主动学习。

“学习”与“上学”, 正如同登山一样。如果因为路途险峻而完全依赖于他人, 就不可能登上顶峰。虽然途中充满险阻与痛苦, 但无论如何, 我们都应该凭借自己的想法, 依靠自己的双脚忍耐坚持; 同时, 我们还应该制定符合自身的“登山”计划, 勇敢地向前攀登! 只有经历这样的努力过程, 我们才会深切感受到登上顶峰时的巨大欢喜!

最后, 请允许我向 KBS 电视台金光必 CP、李尚运导演、《电视教科书‘玩在学校’》的所有制作成员以及出版社各位编辑致以最诚挚的谢意! 感谢各位给我机会, 让我对教育有一个全新的认识!

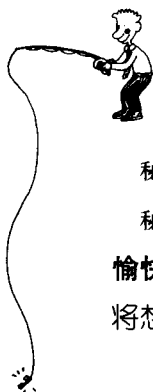
2004 年 6 月

成基善



目 录

第一章 成功人士的学习秘诀	/2
需要花费 10 小时的学习，1 小时之内就完成！	
跨越环境的阻隔，成为真正的胜者	
——徐珍葵女士的学习秘诀	/3
无论如何都要成功！	/5
永远不轻言放弃！	/11
秘诀一 必须明白学习是实现梦想的途径！	/11
秘诀二 充分发挥想象的威力吧！	/13
秘诀三 时间越短，越有利于集中精力	/16
无论应付什么考试，6 个月时间足矣！	
世界权威的心脏专家	
——宋明根医生的学习秘诀	/21
没有绝对正确的答案	/23
或许很难，但不是不可能	/29
秘诀一 满足好奇心是学习的第一步	/29
秘诀二 实现目标的“五阶段计划”	/32



秘诀三 提高学习效率的“休息法” /40

秘诀四 大声说出你的决心吧！ /43

愉快学习的同时，成绩自然提高的游戏规则

将想象付诸现实的机器人工学博士

——郑宇振的学习秘诀 /47

人生，最重要的是“要勇敢地站起来！” /49

学习也是游戏 /54

秘诀一 提高学习水平的“游戏规则” /54

秘诀二 提高学习效率的“提前思考法” /59

秘诀三 学数学靠背诵，学历史靠理解 /62

秘诀四 No problem!
——自我暗示的力量 /66

越快越出彩的“精通战略”

哈佛高材生

——金训静的学习秘诀 /71

朝着梦想飞奔！ /73

大量学习内容，一口气就能完成！ /78

秘诀一 一半答案都在目录之中 /78

秘诀二 记笔记，最有效的学习方法 /80

秘诀三 按计划学习，最有力的学习武器 /82

答案存在于高难科目与课本之外

毕业于斯坦福大学的 Rap 歌星

——李善雄的学习秘诀 /87



从“问题儿童”到斯坦福最优秀学生 /89

按照自己的方式学习! /94

秘诀一 理解有困难时就合上书本吧! /94

秘诀二 通过照明提高注意力 /97

秘诀三 音乐有助于学习 /100

寻找适合自己的方法，让学习变得趣味生动

青少年“守护神”

——姜智远律师的学习秘诀 /105

我是谁? /107

了解自身优势，看清未来之路 /112

秘诀一 差等生的才能 /112

秘诀二 勿被弱势科目纠缠 /116

秘诀三 不必看很多遍，看一遍即可! /118

同时被美国 10 所知名学府录取

把全世界当成大舞台的 17 岁少年

——朴元姬的学习秘诀 /123

从倒数后 3 名到美国名牌大学奖学金获得者 /125

同时被美国 10 所知名学府录取 /128

秘诀一 不经过英语强化训练，照样积累英语实力 /128

秘诀二 在实践中享受计划学习的乐趣 /132

秘诀三 制作“百宝囊”笔记本 /135

日本“奇迹学习法”每天 15 分，就能成英才!

席卷日本教育界的热潮

——阴山英男校长的教学秘诀 /145



一流学习高手决不会“只挖一口井”

日本最顶尖学习高手

——吉田敬义的学习秘诀

/157



第二章 “十阶段计划”

——借鉴成功人士的学习方法，使之为我
所用

/167

如何成为全国名列前茅的优秀学生？

/168

第一阶段 成绩，必须从原地起步

/169

第二阶段 在不算晚之前，寻找到未来之路

/172

第三阶段 像转动眼珠一样灵活运用知识

/175

第四阶段 关上电视、电脑和手机！

/178

第五阶段 增加睡眠时间

/181

第六阶段 吃早餐，为大脑补充能量

/184

第七阶段 只相信老师，跟着老师的步伐

/187

第八阶段 立刻终止补习班学习

/190

第九阶段 变竞争者为伙伴

/194

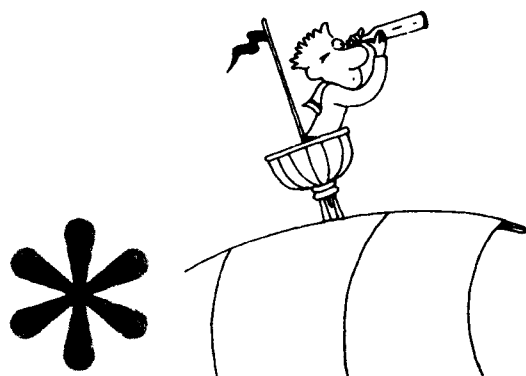
第十阶段 调节生物钟，使之与考试时间

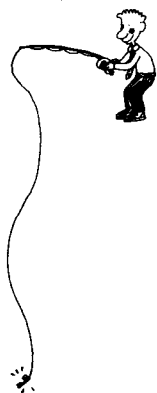
相吻合

/197

差等生思维 10 大误区及诊断

/200





第一章

成功人士的学习秘诀

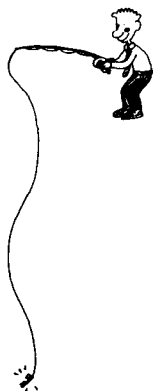




需要花费 10 小时的学习， 1 小时之内就完成！

跨越环境的阻隔，成为真正的胜者
——徐珍葵的学习秘诀

徐珍葵 1948 年出生。1976 年自愿加入美国陆军。1990 年攻读硕士学位。1996 年预编为少校。现正在哈佛大学研究生院(国际外交史东亚语言学专业)撰写博士论文。著有《我想成为希望的证据》、《希望再生希望》。



想象梦想成真的那一刻吧！

体验一下那种感觉吧！

任何人都可以“免费地”想象未来！任何人都可以！

如果各位心中有一个目标，千万不要放弃它哦！