



普通高等教育“十一五”国家级规划教材  
普通高等教育“十五”国家级规划教材  
高等院校学习指导课教材

# 学会学习


## ——大学生学习引论

XUEHUI XUEXI

教育部高等教育司组织编写

第2版

主编 王言根 副主编 屈林岩 宋毅

 教育科学出版社

Educational Science Publishing House



普通高等教育“十一五”国家级规划教材  
普通高等教育“十五”国家级规划教材  
高等院校学习指导课教材

# 学会学习

## ——大学生学习引论

XUEHUI XUEXI

教育部高等教育司组织编写

第2版

主编 王言根 副主编 屈林岩 宋 毅

编写人员 王言根 王端庆 叶学良 刘 朔  
连 榕 宋 毅 余国瑞 张笛梅  
陆根书 屈林岩 祖 晶

教育科学出版社  
· 北 京 ·

责任编辑 祖 晶  
版式设计 杨玲玲  
责任校对 张 珍  
责任印制 曲凤玲

### 图书在版编目 (CIP) 数据

学会学习: 大学生学习引论 / 王言根主编. —2 版. —北京: 教育科学出版社, 2008. 7

普通高等教育“十一五”国家级规划教材. 普通高等教育“十五”国家级规划教材. 高等院校学习指导课教材  
ISBN 978 - 7 - 5041 - 4233 - 7

I. 学… II. 王… III. 大学生—学习方法—高等学校—教材 IV. G642.46 G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 081183 号

---

出版发行	教育科学出版社		
社 址	北京·朝阳区安慧北里安园甲 9 号	市场部电话	010 - 64989009
邮 编	100101	编辑部电话	010 - 64989438
传 真	010 - 64891796	网 址	<a href="http://www.esph.com.cn">http://www.esph.com.cn</a>
经 销	各地新华书店		
制 作	北京金奥都图文制作中心	版 次	2003 年 7 月第 1 版 2008 年 7 月第 2 版
印 刷	山东新华印刷厂临沂厂	印 次	2008 年 7 月第 11 次印刷
开 本	787 毫米 × 1092 毫米 1/16	印 数	248 000—273 000 册
印 张	15.5	定 价	19.00 元
字 数	269 千		

---

如有印装质量问题, 请到所购图书销售部门联系调换。

# 前 言

本书是在2003年教育部高等教育司组织编写的《学会学习——大学生学习引论》一书基础上修订而成的。2003年版《学会学习》作为本、专科一年级新生使用的国家级规划教材，连同1999年版的《学会学习》累计发行50余万册，被上百所高校选用，受到教师、学生的肯定和好评，同时，大家也提出了不少中肯的意见和建设性的建议。为进一步提高教材质量，适应新的要求，我们对2003年版《学会学习》进行了修订。修订版沿袭了原版的编写思想和风格，在“突出特色，改进不足，打造精品”的思想指导下，对原版的结构体系作了适当调整，压缩了篇幅并对部分章节内容作了调整或更新；力图更加突出“学生是学习主体”的基本理念，更加突出大学生要学会学习的中心主题，更加突出大学生为什么学、学什么、怎样学的内容架构，更加突出应用于实践的针对性、适用性和可操作性；旨在引导和帮助大学生树立自主学习的学习观念，掌握科学的学习方法，学会运用学习策略，加强学习品格修养，培养和提高学习能力，以顺利完成大学学业，并为终身学习奠定良好基础。

本书由王言根教授任主编，屈林岩教授和宋毅同志任副主编。参加编写和修改的有（以执笔章次为序）：原教育部高等教育司王

言根教授（导言、第九章、学习名言选）；长沙学院屈林岩教授（第一、二章）；教育部高等教育司宋毅同志（第三章）；福建师范大学连榕教授（第四章）；华中农业大学余国瑞教授（第五、六章）；西安交通大学陆根书教授、刘朔老师（第七、十四章）；原《中国高等教育》杂志社张笛梅编审（第八章）；安徽工业大学王端庆教授（第十、十一章）；四川泸州医学院叶学良教授（第十二章）；教育科学出版社祖晶编审（第十三章）。

在本书编写过程中，长沙学院高等教育研究所王向红博士为本书有关内容提供了宝贵资料并协助做了部分工作。另外，还参阅了许多专家、学者的有关著作和研究成果，在此一并表示谢意！

由于编者水平有限，不当之处在所难免，恳请批评、指正。

编者

2008年3月

# 目 录

导言 大学生要学会学习 .....	1
<hr/>	
<b>上 篇</b>	
<hr/>	
第一章 学习的本质 .....	15
第一节 什么是学习 .....	15
第二节 学习的过程 .....	17
第三节 学习的基本规律 .....	20
第二章 现代学习观念 .....	27
第一节 终身学习观 .....	28
第二节 全面学习观 .....	31
第三节 自主学习观 .....	36
第四节 创新学习观 .....	38
第三章 大学学习目标 .....	42
第一节 大学学习目标概述 .....	42
第二节 大学学习目标的内容及体系 .....	44
第三节 大学学习目标的构建 .....	50

## 中 篇

第四章 智力因素与学习 .....	59
第一节 智力因素的概念 .....	59
第二节 智力因素与学习的关系 .....	63
第三节 智力因素的培养与开发 .....	65
第五章 非智力因素与学习 .....	72
第一节 非智力因素的概念 .....	73
第二节 非智力因素在学习过程中的作用 .....	75
第三节 良好非智力因素的培养 .....	78
第六章 文化素质与学习 .....	86
第一节 文化素质与大学文化素质教育 .....	87
第二节 文化素质对学习的作用 .....	90
第三节 文化素质的培养与提高 .....	93
第七章 学习风格与学习 .....	99
第一节 学习风格的概念与影响因素 .....	99
第二节 学习风格的自我评价 .....	104
第三节 转变学习风格 提高学习质量 .....	110
第八章 学习策略与学习 .....	114
第一节 概述 .....	114
第二节 认知策略和方法 .....	117
第三节 元认知策略和方法 .....	129
第四节 资源管理策略和方法 .....	131

## 下 篇

第九章 大学教学过程的基本特点与学习 .....	137
第一节 教学过程的概 念 .....	137
第二节 大学教学过程的基本特点 .....	139
第三节 大学学习的基本策略与要领 .....	143
第十章 大学课程结构的基本特点与学习 .....	150
第一节 大学的课程结构及其基本特点 .....	150
第二节 通识课的学习方法与要领 .....	153
第三节 基础课的学习方法与要领 .....	154
第四节 专业基础课的学习方法与要领 .....	156
第五节 专业课的学习方法与要领 .....	158
第六节 选修课的选课原则 .....	160
第十一章 大学教学组织形式的基本特点与学习 .....	162
第一节 大学教学组织形式及其基本特点 .....	162
第二节 理论传授性教学组织形式下的学习与要领 .....	164
第三节 技能训练性教学组织形式下的学习与要领 .....	167
第四节 社会实践性教学组织形式下的学习与要领 .....	170
第五节 研究探索性教学组织形式下的学习与要领 .....	172
第十二章 自学的方法与技巧 .....	176
第一节 概述 .....	176
第二节 科学用时与学习计划 .....	178
第三节 合理用脑与高效读书 .....	184
第四节 空间利用与社会学习 .....	187



<b>第十三章 学习的自我评价与调节</b> .....	194
第一节 自我评价与调节的概述 .....	194
第二节 自我评价与调节的原则 .....	198
第三节 自我评价与调节的内容与方法 .....	199
第四节 自我评价与调节能力的培养 .....	205
<b>第十四章 学习的改革</b> .....	208
第一节 学习改革的背景与发展趋势 .....	208
第二节 基于教学情景的学习改革策略 .....	212
第三节 基于学生的学习改革策略 .....	217
<b>附录 学习名言选</b> .....	226

## 大学生要学会学习

未来的文盲不再是目不识丁的人，而是那些没有学会怎样学习的人。

—— [美] 阿尔温·托夫勒

“学会学习”不只是方法论的命题，而且也是认识论的命题，是一种教育观念和学习观念。在现代意义上，这种教育观念和学习观念源于 20 世纪 70 年代。1972 年，联合国教科文组织发表了对现代教育的改革和发展具有重大影响的《学会生存——教育世界的今天和明天》一书，正式提出了“终身教育”的概念，指出：“教育应该较少地致力于传递和储存知识（尽管我们要留心，但不要过于夸大这一点），而应该更努力寻求获得知识的方法（学会怎样学习）。”1976 年，该组织在召开的第 19 次全体会议上通过的《关于成人教育发展的报告》中又进一步提出了“终身学习”的思想，从而为建立学习化社会开辟了道路。1979 年，国际著名学术团体罗马俱乐部发表名为《学无止境》的研究报告，报告从另一侧面尖锐地指出：“我们的学习方法令人震惊的落后，这种状况使个人和社会在对付全球问题所提出的挑战方面，都未能做好准备……学习的失败从根本上说是我们一切问题的根源。因为这种失败制约了我们对付其他问题的能力。”针对全球科技迅猛发展对人类的挑战，美国著名的未来学家阿尔温·托夫勒提出了一句影响深远的名言：“未来的文盲不再是目不识丁的人，而是那些没有学会怎样学习的人。”这更在思想上给予人们以极大的冲击和启迪，促进了世界各国教育特别是高等教育重新审视学习在人生和社会发展中的意义。在此过程中，“大学生必须学会学习”已越来越成为普遍的共识。有的学者甚至认为：学会学习必将成为“改变未来人生的力量”，是“你个人通向 21 世纪的交互式护照”。在学校教育中最重要的两个

科目应该是“学习怎样学习”和“学习怎样思考”。<sup>①</sup>“学会学习”的理念得以广泛传播并且得到社会各界人士的普遍认同，进而掀起了研究“学习”的热潮，“学习”改革便成为了当今世界各国教育中共同关注的热点之一。“教会学生学习”和“学会怎样学习”也即成为当今国际高等教育发展中最响亮的两旬口号！

“大学生要学会学习！”那么，何谓“会学习”？这是首先必须明确回答的问题。所谓“会学习”有以下几层意思。第一，“会学习”就是会根据自身的基础和主客观条件，计划、调控和评价学习，从而不断调整和优化自己的知识结构，适应进一步学习和社会发展的需要；第二，“会学习”就是会用最短的时间、尽量少的精力，以最快的速度获取尽可能多的知识和技能，会采用最适宜、有效的方法和策略，获得最好的学习效果；第三，“会学习”就是会把握学习的重点，不只是满足于获取某种知识，而是重点掌握思维过程和方法，也就是说，学习的目的不是重在得到“鱼”和“金子”，而是要学到“捕鱼”和“点金”之术；第四，会学习就是会把所学的知识应用到生产和社会需要的实践中去，并且会在实践中进一步学习，不断丰富和深化自己的知识。学到的知识不会应用，或者不善于在实践中应用，实质上不能算是“会学习”。

由此可见，所谓“学会学习”就是学会自主学习，学会学习方法，学会高效学习，学会学以致用。换言之，“学会学习”就是学会自主地选择学习目标，运用适宜的、科学的学习策略和方法，高效地进行学习，在获取更多知识的同时，习得获取知识的方法，并且能将获得的知识灵活地应用到实践中去。

为什么要学会学习？这是因为：

首先，学会学习是科技迅猛发展的客观要求。第二次世界大战结束以来，在电子技术（主要是计算机和电信）、生物技术、新材料和新能源等新兴技术的带动下，科学研究的规模迅速增加，科学家的队伍急剧扩大，以至“整个人类历史上90%以上的科学家与发明家都生活在我们这个时代。”<sup>②</sup>与此同时，新学科、新理论不断涌现，产生了大量的新知识。据学者测算，在人类业已掌握的全部知识中，约有3/4是近50年内取得的，在此之前的几千年内逐步积累起来的仅占1/4，使得“知识生产率已成为生产力、竞争力和经济成

<sup>①</sup> 珍妮特·沃斯，戈登·德莱顿. 学习的革命 [M]. 上海：上海三联书店，1998：序1，导论1.

<sup>②</sup> 联合国教科文组织. 学会生存——教育世界的今天和明天 [M]. 北京：教育科学出版社，1996：117.

就的关键因素”<sup>①</sup>（彼得·F·得鲁克语）。也就是说，在当今社会里，知识业已成为社会经济发展的驱动力。生产要素已不再仅仅是土地、劳动和资本，而主要是知识。知识这种独特的生产要素与传统的生产要素不同，它具有无限性和快捷性的特点，即它可以快速地、源源不断地被研究创新出来。由此，导致知识总量的空前增长，并呈现出以下两个显著的特点：

一是知识总量的递增速度愈来愈快。据美国科学家詹姆斯·马丁的推测：人类的知识在19世纪大约每隔50年翻一番，到20世纪初每30年翻一番，到50年代每10年翻一番，70年代每5年翻一番，而到20世纪末大约每3年就翻一番。另据预测，今天的科技知识只不过是2050年科技知识的1%，也即在今后50年内科技知识的总量将增加100倍。<sup>②</sup>新的发明与发现也从来没有像今天这样层出不穷。据统计，16世纪各种重大发现、发明不过26项；17世纪106项；18世纪156项；19世纪540项；到了20世纪的头50年就有961项；在60年代到70年代的10多年中，新的发明与发现比过去2000年的总和还多。

二是知识的陈旧周期愈来愈短。根据科学史对18世纪到20世纪11项重大科学发现项目的分析，科学技术由发明到应用的周期已愈来愈短。18世纪20年代发明的摄像机，从发明到应用经过了112年；19世纪60年代末发明的无线电直到20世纪初才付诸应用，用了35年；19世纪末发明的X光机，经过18年开始应用；20世纪20年代发明的雷达，15年后就付诸应用；以后速度更快，电视机12年，原子弹6年……如下页图所示：<sup>③</sup>

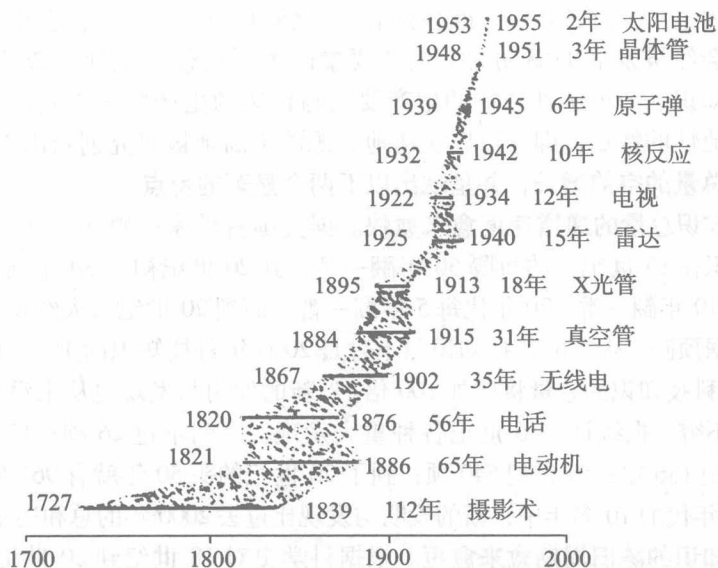
从中可以看出：一方面新知识、新技术、新发明、新创造日新月异迅速增长；另一方面发明到应用的周期日益缩短，造成知识的陈旧周期愈来愈短。知识陈旧就是通常所说的知识老化。所谓知识老化是指随着知识年龄的增加，知识本身将渐渐地失去作为科学性依据的价值，从而可供利用的机会愈来愈少。据统计：18世纪知识的陈旧周期为80—90年；19世纪到20世纪初知识的陈旧周期为30年；第二次世界大战及之后的50年间知识的陈旧周期降为15年；到20世纪末又进一步缩短为5—10年。

上述数据虽然未必十分精确，但新知识以异常的速度成倍增长，原有知识的陈旧周期日益缩短是确定无疑的。这种趋势与传统的教育制度、教育思想、学习观念、学习方法等产生了尖锐的矛盾。其主要表现是：

① 邓若海. 新的技术革命与我国农业现代化 [J]. 新华文摘, 1984 (2).

② 湖北省教育科学研究所. 迎接知识教育的教育创新 [M]. 武汉: 华中理工大学出版社, 1998: 106.

③ 联合国教科文组织. 学会生存——教育世界的今天和明天 [M]. 北京: 教育科学出版社, 1996: 118.



物理学上的发现与应用之间的（时间）间隔

1. 人的接受知识的能力与蓬勃增长的浩瀚的知识量之间的矛盾。德国未来学家哈根·拜因豪尔指出：今天一个科学家，即使夜以继日地阅读，也只能读完有关他本专业全部出版物的5%。有人计算，一个化学家如果每周阅读40小时，仅仅浏览一下世界上一年内发表的有关化学方面的论文和著作就要用48年。

2. 人的有限的学习年限与知识迅速老化之间的矛盾。R. 巴尔顿和 R. 凯普勒借用放射性物质衰变的“半衰期”概念描写知识老化现象。所谓“半衰期”是指发表的某一门类或科目的文章有一半以上变为无用的年限。例如，植物学文章的“半衰期”为10年，就是说今天这一领域的一半文章在10年以后就很少被他人利用和参考。根据他们的统计，生物医学的半衰期为3年，冶金学为3.9年，物理学为4.6年，化学为4.8年，社会学为5年，机械学为5.2年，生理学为7.2年，数学为10.5年，地质学为11.8年，地理学为16年……这就意味着一个大学生在他毕业走上工作岗位之后的几年，多则十几年之内，他所学的知识就将老化。

面对挑战，教育将采取何种对策，必然成为世人所密切关注的问题。普遍认为，以往在青少年时期接受教育，然后可以用上一辈子的时代已经结束，必须代之以终身教育。而且人人又都必须终身学习，以适应知识更新的需要。教育的目的已不能仅在于使学生获得现有的知识，而应当将重点放在培养和

开发学生的智能、教会学生怎样学习上。学生的学习目标亦不仅是“学会”，而更主要的是“会学”，以适应知识日新月异迅速增长的趋势。正如《学会生存》一书中所指出的：“我们再也不能刻苦地一劳永逸地获取知识了，而需要终身学习如何去建立一个不断演进的知识体系——学会生存。”<sup>①</sup>

其次，学会学习是知识经济时代的生存需要。通过以上分析，不难看出，随着科学技术的迅猛发展，人类即将全面跨入一个崭新的知识经济时代。所谓知识经济就是“以知识为基础的经济”（“经合组织”[OECD]定义）。在知识经济时代，知识将超越或取代土地、劳动和资本，成为首要的生产要素和最有价值的资源。经济的发展，财富的积累，将主要依赖于知识的生产、积聚、交换和消费。其他的生产要素也都必须依靠知识来更新和武装。“知识的生产率将日益成为一个国家、一个行业、一家公司竞争的决定因素”（彼得·F·德鲁克语）。而知识是人对事物的属性与联系的认识，是储存于个体头脑内的，它本身并不能直接作用于生产，需要以人作为载体。人可以通过学习，习得知识、占有知识、运用知识、发展和创新知识，从而达到发展自我、改造社会、创造财富的目的。从这个意义上讲，知识经济时代，也就是“学习化时代”。“这个时代充满残酷的替代选择，对于那些拥有新知识的人来说，新时代意味着一个充满机遇的世界；对于那些没有新知识的人来说，新时代意味着当旧工作消失，旧体制崩溃时，他们将面临失业、贫困、绝望的情景。”<sup>②</sup>在知识经济时代，如果知识就是力量、就是财富的话，那么，学习对于社会来说就是获得强盛和富足的手段，对于个人来说就是维持生计与创造新生活的手段。正如“经合组织”在一份报告中指出的那样：“今天，各种形式的知识在经济发展过程中起着关键的作用，对无形资产投资的速度远快于对有形资产的投资，拥有更多知识的人获得更高报酬的工作，拥有更多知识的企业是市场中的赢家，拥有更多知识的国家有着更高的产出。”就社会成员个体而言，要想在社会上立足，适应社会经济的发展，就必须不断地学习。“学习—学习—再学习”应成为21世纪流行的口号。学习的过程是丰富自我的过程，在某种意义上说也是集聚财富的过程，财富蕴藏在学习之中。一个人只有不断地学习，不断地丰富自我，才能拿到一张通往21世纪的“护照”，才能走上富裕之路，并为民族的强盛作出更大的贡献。否则，他就会成

<sup>①</sup> 联合国教科文组织. 学会生存——教育世界的今天和明天 [M]. 北京：教育科学出版社，1996：2.

<sup>②</sup> 珍妮特·沃斯，戈登·德莱顿. 学习的革命 [M]. 上海：上海三联书店，1998：1.

为时代的落伍者，甚至会被时代无情地淘汰。<sup>①</sup> 总之，不学习或者不会学习，社会就不能进步，国家就不能强盛，个人就不能成才发展，甚至难以生存。

再次，学会学习是大学学习阶段的重要目标。在大学主要学什么？传统的学习观认为，学习的目的无非是在现实生活中去再现已经学得的事实和原理的知识，为此，学习的目标往往仅限于通过学习后能记住多少知识或学会多少技能。这无疑是学习目标的一部分，但如前所述，在知识经济时代，由于知识的生产具有无限性和快捷性的特点，知识量的递增速度越来越快，同时知识的陈旧周期越来越短，“我们今天知道的东西，到明天就会过时”<sup>②</sup>。有关研究表明，在人的整个一生中，大学阶段只能获得需用知识的10%左右，而其余90%的知识都要在日后工作中不断学习才能取得。<sup>③</sup> 如果我们的学习目标仅仅在于积累事实、原理的知识的话，则一旦走上社会，面对新知识迅速增长和现有知识迅速老化的局面，必定茫然失措。为此，大学生必须摆脱传统学习观的影响，把提高个人适应能力列为第一目标，也就是说，在学习过程中要更注重学会思考、掌握学习的方法。因为“我们怎样学习比我们学习什么更重要得多。”<sup>④</sup> 也就是说，“形成一种独立的学习方法，要比获得知识更为重要”（卢梭语），<sup>⑤</sup> 正如爱因斯坦所说：“发展独立思考和独立判断的一般能力，应当始终放在首位，而不应当把获得的专业知识放在首位。”联合国教科文组织外联总干事纳伊曼在《世界高等教育的探索》一文中，更是直截了当地说：“在各级教育体系里，特别是在高等教育阶段，如果现在的人们估计用80%的时间来学习知识，用20%的时间来获得学习方法和研究方法的话，这种比例将一定要根本改变，这一点是很清楚的。我甚至可以说，这个比例应该倒过来。”

由此可见，“学会学习”是时代的命题，也是时代向我们提出的新要求。那么，大学生怎样才能“学会学习”呢？

1. 树立自主学习的学习观是“学会学习”的基础。所谓自主学习就是学生自己“主动地、有主见地学习”。<sup>⑥</sup>

自主学习首先是一种学习观念，这种学习观念是建立在“学生是认知主

① 湖北省教育科学研究所. 迎接知识经济的教育创新 [M]. 武汉: 华中理工大学出版社, 1998: 2-3, 203.

② 珍妮特·沃斯, 戈登·德莱顿. 学习的革命 [M]. 上海: 上海三联书店, 1998: 74.

③ 湖北省教育科学研究所. 迎接知识经济的教育创新 [M]. 武汉: 华中理工大学出版社, 1998: 184.

④ 同②, 171.

⑤ 桑新民. 学习理论与实践 [M]. 北京: 中央电视大学出版社, 2000: 171.

⑥ 林毓鎔. 大学学习学 [M]. 西安: 西安交通大学出版社, 1999: 165.



体”的认识基础上的，这是一种适应时代特点的、崭新的学生观和学习观。《学会生存》一书中指出：“未来的学校必须把教育的对象变成自己教育自己的主体。受教育的人必须成为教育他自己的人；别人的教育必须成为他个人自己的教育。”<sup>①</sup>因为学习是人类的一种实践活动，也是一种特殊的认识过程，在这个过程中存在着多种矛盾运动，其中知与不知（会与不会）的矛盾是根本性矛盾，人们通过学习由不知转化为知、由不会转化为会，由知之不多转化为知之较多、由会之不熟练转化为会之熟练，进而由知和会转化为能力和素质，这种转化主要是在人的大脑中进行的。所以一个人的学习活动，任何其他他人既不能代替，也不能强制，社会、家庭、学校、教师的作用，只能是引导、帮助和促进他的发展。因为从根本上讲，学生个体的发展，无论是知识的获取、智力的发展和能力的形成、思想品德的提高，都要通过学生自己的积极思考和主观努力才能得以实现。学生树立了自主学习的学习观，就具有了主人翁感，就能意识到自己是学习的主人，学习要靠自己艰苦的努力，从而才能在受教育过程中发挥主动性、积极性和创造性，同时，逐步增强自我教育的意识，进而才能不断探究学习的规律，达到驾驭学习、适应科技迅猛发展不断更新知识的需要。

在操作层面上，自主学习又是指学生应具有独立学习的能力，“即在整个学习过程中能够不断地进行自我识别、自我选择、自我培养和自我控制”。<sup>②</sup>也就是说，在学习过程中学生要能够做到：首先，对自己现有的学习基础、智力水平、能力高低、兴趣、爱好、性格特点、特长等有一个准确的评价；其次，在完成学校统一教学要求并达到基本培养规格的同时，能根据自身的具体条件，扬长避短，有所选择和有所侧重地制订进一步加强某方面基础、扩充某方面知识和发展某方面能力的计划，调整、优化自己的知识、能力结构；再次，按照既定计划主动地积极培养自己、锻炼自己，并且不断探索和逐步建立适合于自己又较科学的学习方法，掌握现代信息技术等学习手段，提高学习效率；最后，在实践中能不断修正和调整学习目标，在时间上进行合理的分配与调节，在思维方法及处理相互关系上经常注意总结、调整和完善，使之达到最佳效果。所以，无论从认识层面还是从操作层面讲，自主学习都是“学会学习”的重要基础。

2. 具有坚定明确的学习目标是“学会学习”的前提。爱因斯坦说过：“对于一个严肃认真的年轻人来说，尽可能准确无误地为自己确定所追求的目的

① 联合国教科文组织. 学会生存——教育的今天和明天 [M]. 北京：教育科学出版社，1996：200.

② 杜智敏. 学海导航 [M]. 北京：北京航空航天大学出版社，2000：12.



标，这是十分自然的事。”<sup>①</sup>所谓目标就是人们所追求的预想结果，也就是说，目标是一个人前进的方向。人生要是没有目标，没有一个自己所追求的理想，就等于在大海里航行而没有航向的帆船，随风漂转，最终必定要沉没海底。目标渺小，就做不成任何大事；目标高，期望高，劲头才会大，才可能获得大的成功。正如尼·布勒马所说：“无论你处于多么有利的地位，假如你没有目标，或者只有很渺小的目标，那你作为人，终究是脆弱的。只有心中有一个坚定的、值得你为之作出最大努力的目标，才有可能期待自己在精神和道德上也达到一定的高度。”<sup>②</sup>学习也是如此，学生尤其是大学生如果没有坚定明确的学习目标，就不可能有学习的热情。

另一方面学习活动是一种很复杂的智力活动，要求学习者在一定时间内摄取、储存大量信息，并且还要为今后更新知识奠定坚实的基础。因此，学习是一种艰苦的脑力劳动，需要具有锲而不舍的钻研精神和坚韧不拔的顽强意志。只有具有一定理想和奋斗目标的人才能“在学习和实践过程中无论遇到什么困难和挫折都不灰心丧气，不轻易改变自己决定的目标，从而努力不懈地去学习和奋斗，如此才会有所成就而达到自己的目的。”<sup>③</sup>（吴玉章语）所以，对于大学新生来说，迫切的任务之一就是要尽快确立新的学习目标，用新的目标激励自己不断进取、向前。

3. 掌握科学的学习方法是“学会学习”的关键。所谓“学会学习”，在某种意义上就是学会学习的方法。关于方法的作用，毛泽东同志曾经做过精辟的论述：“我们的任务是过河，但是没有桥或没有船就不能过，不解决桥和船的问题，过河就是一句空话，不解决方法问题，任务也只是瞎说一顿”<sup>④</sup>。工作是如此，学习也是如此，不解决学习方法问题，要搞好学习也只能是瞎说一顿。正如刘少奇同志所说：“要学到一点东西，必须依靠自己努力，方法也要弄对。只努力而方法不对，也学不到什么，自认为学到了，也是假的，靠不住的”<sup>⑤</sup>。故此，法国哲学家、数学家笛卡儿有句名言：“最有价值的知识是方法的知识。”

科学的学习方法不仅有助于在学习活动中少走弯路，有利于培养和提高各种学习能力（诸如：阅读能力、注意能力、观察能力、思维能力、想象能力、记忆能力以及听的能力、问的能力、记的能力等），提高学习效率，而

① 林毓琦. 大学学习学 [M]. 西安: 西安交通大学出版社, 1999: 40.

② 徐久刚. 成才名言一千条 [M]. 北京: 北京工业大学出版社, 1988: 69.

③ 同②.

④ 毛泽东著作选读. 上册 [M]. 北京: 人民出版社, 1986: 63.

⑤ 刘少奇选集: 上卷 [M]. 北京: 人民出版社, 1981: 411.