

学习力 决定 竞争力

Competitive Power Depends On Study Ability
二十一世纪国民学习力提高读本

王 晋 主编

陕 西 人 民 出 版 社

学习力决定竞争力

二十一世纪国民学习力提高读本

晋 王 : 编 主

安永成 : 编主副

青 李 烈 李 王 志 晋 : 编主兼

周水雷 领 读 烈 志 烈 : 主 要 参

(司 公 份 不 含 附) 参 要 收 林 育 宋

周志烈 荣 轩 翔 姬 余 : 编 参

学习力决定竞争力

二十一世纪国民学习力提高读本

主 编 王 晋

出版发行 陕西人民出版社 (西安北大街143号 邮编 710013)

印 刷 陕西华沐印刷科技有限责任公司

开 本 787mm×1092mm 16开 32.625印张

印 数 2000千

印 次 2000年1月第1次印刷

陕西人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

学习力决定竞争力/王晋主编—西安：陕西人民出版社，2007

ISBN 978-7-224-08029-2

I. 学… II. 王… III. 学习方法 IV. G791

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第046788号

学习力决定竞争力

二十一世纪国民学习力提高读本

主 编	王 晋
出版发行	陕西人民出版社 (西安北大街147号 邮编: 710013)
印 刷	陕西华沐印刷科技有限责任公司
开 本	787mm×1092mm 16开 17.875印张
字 数	300千字
版 次	2007年5月第1版 2007年5月第1次印刷
印 数	1-2000
书 号	ISBN 978-224-08029-2
定 价	28.00元

编委会成员

主 编：王 晋

副主编：孙永安

编 辑：蔡建春 唐 宏 李 虎 李 青

肖爱生 巩志成 赵 玲 雷水明

朱育林 刘爱芳（排名不分先后）

统 稿：余 敏 张玮荣 魏志刚

前言

当今社会已跨入信息化、科技高新化、社会全球化的时代，科技进步日新月异，科学技术作为第一生产力，人力资源作为第一资源，在经济社会发展中的地位日益突出。要适应时代发展的需求，必须不断加倍努力地学习，因此学习越来越受到人们的重视和关注。

学习力已经成为一个企业或组织，乃至一个国家最根本、最核心的能力，是企业或组织、国家一切“硬力量”和“软力量”的终极基础。无论是一个人，一个企业，还是一个城市，一个国家，不学习不行，学习的内容和方式不对也不行。因为这是一个创新的时代，一个学习的时代。

现代社会已进入到以人的发展为目的，以提高人的综合素质和综合能力为中心的时代，通过更新人的学习理念和学习行为，建立社会化、开放式的终身教育体系和网络，来加速知识更新，这对于培养和造就各行各业、各级各类人才，促进经济社会发展，构建和谐社会，推进全面建设小康社会的进程有着十分重要的意义。

现代社会是竞争无时不在，无处不在的社会，而学习力是决定竞争成败的重要因

素。学习力是一个组织或个人的生命力所在，是竞争力的根本，从本质上说，学习力是生产力，也是发展力，是现代社会绝不可忽视的一种推动可持续发展的内驱动力。学习力从主体上看，有团体学习力，也有个人学习力。团体学习力就是一个组织的学习力，即一个城市、一个单位、一个团队的具体学习力，它是由个体学习力决定的，是个体学习力的有机整合，在一个团体或社会组织中，人是主要因素，因此，建设学习型社会也好，建设学习型城市也好，建设学习型团队也好……最终都必须落实到每个人身上。也就是，培养学习型个人是基础的基础。

我们认识学习，不能只停留在学习是什么的层次上，我们还要认识到学习能够做些什么，怎样才能提高学习的效果。有关学习力的问题就是从竞争主体的角度对学习展开的分析，解决为什么学、学什么和怎样学的问题，对提高人的综合素质，提高人的社会生存能力和竞争力，促进人的全面发展有着十分现实的作用。

人在整个生命旅途中，不可能有足够多的时间、金钱、资源、精力、耐性和动机去做所有想做的事情，因此我们需要界定出哪些是非做不可，哪些是关乎全局，哪些是可做可不做，哪些是劳而无功的事，只有会学习的人，才会工作，才会生活。学习型社会要求每个社会成员在前所未有的程度上广泛参与社会发展的决策，要求每个社会人全身心地投入学习工作之中，要求时时刻刻把解决问题作为基本的学习理念，不断增强自身对社会的适应能力，实现真正意义上的自我超越，这就决定了每个新时代的公民，必须永不停歇地用自己的一生完成整个学习过程，用对待生命的态度对待学习，把学习上升到一种责任、一种觉悟、一种修养、一种境界来认识。

学习型社会是人类对于未来理想社会形态的理性判断和正确选择。每个人要想适应社会的不断变化和发展，惟有不断的学习和创新。今天的学习革命，就是要把传统的，以知识为中心的学习，转变为现代的，以能力为中心的学习，全面适应当今知识爆炸、知识共享、即时通讯、即时查询的时代变革。“学习力”新理念的提出，适应了知识经济和学习型社会的需要。而把学习力提升到国民竞争力的高度来阐述，其目的不仅要唤起广大民众对学习动力、学习毅力、学习能力的重视，更重要的是要变成全体国民的自觉行动。要增强自己的竞争力，唯一的途径就是要不断提升学习力。

本书结构合理、段落有序、内容丰富、观点新颖、文字通俗易懂、可读性强，不仅适合广大青少年学习，也适合社会其他群体和个人阅读、学习，帮助学习者塑造一个全新、成功的自我。

目录

理念篇

一、二十一世纪是学习的世纪 / 3

- (一) 学习时代的到来 / 4
- (二) 告别迷惘时代 / 9
- (三) 搭上学习的快列 / 10

二、树起学习力之大旗 / 19

- (一) 学习力的概念 / 19
- (二) 创造学习的动力 / 22
- (三) 提升学习力 / 24
- (四) 学习力的培养 / 28

三、学习力与公民素质 / 32

- (一) 认识素质 / 32
- (二) 学习力促进公民素质的提高 / 34
- (三) 学习力提升人生修养 / 39
- (四) 走素质学习之路 / 43

四、学习力与知识经济 / 49

Contents

- (一) 学习力是无形的资产 / 49
- (二) 认识知识经济 / 53
- (三) 学习力推动知识经济发展 / 55

认知篇

一、学习是公民的责任 / 63

二、学习是公民的自我再造 / 69

三、学习是一种享受 / 75

(一) 学习始于心动 / 75

(二) 学习开发你的潜能 / 79

四、学习让你快乐 / 92

五、学习是成功的阶梯 / 97

(一) 正确理解成功 / 97

(二) 学习是一种能力 / 102

(三) 做学习的成功者 / 104

目录

方法篇

一、改变用脑方式 / 113

- (一) 关于大脑 / 113
- (二) 动手兼动脑, 智慧难衰老 / 117
- (三) 启动你奇异的思维 / 120
- (四) 保持良好的心态 / 125

二、高效的时间利用 / 130

- (一) 合理安排时间 / 130
- (二) 把握好时间节奏 / 134
- (三) 利用好记忆的最佳时间 / 137
- (四) 在交流中学习 / 140

三、提高学习效率 / 143

- (一) 确定适合自己的学习类型 / 143
- (二) 休息是为了更好地学习 / 148

Contents

(三) 勤于动手很重要 / 153

(四) 学习少不了总结 / 158

四、学习技巧的突破 / 164

(一) 学习技巧 / 164

(二) 学习方法 / 169

(三) 你也可以一目十行 / 174

(四) 在共生中学习 / 176

五、学习手段的现代化 / 181

(一) 漫步Internet / 181

(二) 上网学习技巧 / 184

(三) 重估网络学习 / 190

(四) 网上学习新天地 / 193

实学篇

一、从社会中学做人 / 199

目录

(一) 必须重视立德，德行天下 / 200

(二) 善于立德，厚德载物 / 202

(三) 确定目标，放飞理想 / 206

(四) 学会宽容，贵在和谐 / 208

(五) 善思善悟，与时俱进 / 211

二、实践学习化生存 / 214

(一) 自强自立 / 215

(二) 遵守规则 / 219

(三) 时时反省 / 221

(四) 心存感恩 / 224

(五) 乐于助人 / 228

三、学做正确的事，正确地做事 / 230

(一) 相信你会做好事 / 230

(二) 做事要看清自己的分量 / 236

四、学会做学问的方法 / 246

(一) 你必须学习，才能有学问 / 247

Contents

(二) 学问是无价之宝 / 250

(三) 乐读高尚的书 / 252

(四) 善读“两部书” / 253

(五) 在书林中觅宝 / 254

(六) 长思座右铭 / 255

五、学会阅读，成就人生 / 257

(一) 阅读改变人生 / 257

(二) 又快又好的阅读法 / 259

(三) 克服阅读障碍 / 261

(四) 提高阅读水平 / 263

(五) 名人谈阅读 / 264

人生必读的20部修身处世经典 / 266

后记 / 271

理念篇

知识改变命运，学习造就人生。

无一事而不学，无一时而不学，

无一处而不学，成功之路也。

未来唯一持久的优势是有能力，

比你的竞争对手学习的更快。

读书所得，火烧不去、水冲不去、

贼偷不去，可以终身受益。

智慧是人生取之不尽、用之不竭的动

力源泉。

一、二十一世纪是学习的世纪

知识改变命运，学习造就人生。

张艺谋，原陕西国棉八厂辅助工，也就是在厂子里打杂的那种工作。在梳棉车间，工作环境很差，特别脏，棉絮飞扬。人出来之后，被棉絮全裹住了，完全看不清面目。空气中全是杂质和棉絮，戴三层口罩里面都是黑的。在这种恶劣的环境下，张艺谋开始了学习。用他的话说，那时候的想法很简单，就是学习一点知识，来填充自己比较空虚的时光。自己买了照相机，找了一些摄影书，开始钻研。1978年考上了北京电影学院……学习，使张艺谋的命运得到了改变，成为今天享誉全球的大导演。

这是中央电视台曾制作过的一组公益广告，他用纪实手法表现了社会的各个层面、各个角落，通过这些人的故事、他们的经验和感受，去传达“知识改变命运”这样一个命题。

今天，一个学习的时代，已悄然来到了我们身边。1994年，在意大利罗马举行了“首届世界终身学习会议”，提出了“终身学习是21世纪的生存理念”，强调如果没有终身学习的意识和能力，就难以在21世纪生存。

那么，对于学习，你做好准备了吗……





学习力 决定 竞争力

(一)学习时代的到来

一位哲人曾说过，当某一天清晨睁开眼睛时，你会惊讶地发现，你身边的世界已变了个样。这不是骇人听闻，一个快速发展的世界来到我们眼前，已是不争的事实。

在一次科技论坛上，中国科学院院长路甬祥针对中国将主要面临的挑战指出：科学技术能力（包括自主创新和吸收、消化、再创造能力）应尽快达到中等发达国家水准，到2010年，科技能力进入世界前10名。同时，他指出，文化教育水准与国民素质需大幅度提高，以凝聚大批优秀人才满足支援经济和社会发展所需的人力资源。路甬祥院长的话，准确地传达了这样一个信息：那就是，我国的科技在21世纪必须要赶上去，前提是文化教育水准与国民素质需大力提升。

这是一种挑战，这是一种忧虑，面对这种挑战，我们唯一可做的就是：学习！学然后知不足，学治愚。

1. 走在时代的前列

速度是新世纪发展的最大特点。中国科学院院士、中国工程院院士、中国光学事业的奠基人之一的王大珩指出，现在平均每五分钟科学界就有一项新发现，每三分钟物理学界就发现一种新的物质结构，每一分钟化学界就能找出一个新的反应式。

这是一种逼人的论断，对于这种论断，我们必须要有足够的认识。

首先，今天是知识爆炸的时代。知识不是呈现算术级数增长，也不是呈几何级数、指数级数增长，

