

◎ 李建勋 著

chengcai zhudao
shi jiating

成才主道 是家庭

——“北大”女孩培养记录



摇动摇篮之手，就是支配世界之手

CIS
CHINA INSTITUTE OF SCIENCE
中国出版集团



湖南科学技术出版社

chengcai zhudao
shi jiating

成才主道 是家庭

——“北大”女孩培养记录

李建勋 ■ 著



CBS | K 湖南科学技术出版社
PUBLISHED IN HONG KONG
中国出版集团

图书在版编目 (C I P) 数据

成才主道是家庭——“北大”女孩培养记录 / 李建勋著.
— 长沙 : 湖南科学技术出版社, 2014. 6
ISBN 978-7-5357-8185-7
I. ①成… II. ①李… III. ①家庭教育 IV. ①G78
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 108189 号

成才主道是家庭——“北大”女孩培养记录

著 者: 李建勋

责任编辑: 贾平静

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

湖南科学技术出版社天猫旗舰店网址:

<http://hnkjcs.tmall.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-84375808

印 刷: 衡阳顺地印务有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 湖南省衡阳市雁峰区园艺村 9 号

邮 编: 421008

出版日期: 2014 年 6 月第 1 版第 1 次

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 18.75

字 数: 300000

书 号: ISBN 978-7-5357-8185-7

定 价: 29.00 元

(版权所有·翻印必究)

序言

可贵的教育探索精神



刘道玉

今年元宵节过后，河北石家庄的杨文雅女士通过基金会联系到我，希望我能拨冗接待她，就孩子教育问题与我进行交流。在征得我的同意后，她在元宵节过后两天来到武汉，下榻在武汉大学附近的汉庭大酒店，说准备在此等候一周，目的就是“望素心之诚，祈得一缘”。作为终生都在关注教育问题的人，对于一个千里迢迢赶来的交流者，我怎能忍心让她周旋一周呢？于是，按照约定的时间，我们交流了一个下午和一个上午，看似意犹未尽，但她说不忍心再多占用一个耄耋老人的时间，更何况还处在料峭春寒的时节呢！我们约定，以后可以通过邮件经常交流，愿意与她讨论任何问题。临别时，我把自己的几本教育著作赠送给她，其中包括一本精装英文原版书《The Way to Happiness》。

过了一周，基金会又以邮件形式转给我一封信，信的署名者是湖南的李建勋先生，他自称是一位由教师转为公务员的学生家长。同时，随信还附上了电子版的一本书稿，书名是《成才主道是家庭》。这两件在短时间内出现的事看似偶然，但偶然寓于必然之中，说明家庭教育正困惑着众多的学生家长，也受到了广大学生家长的重视。直觉告诉我，家庭教育是当前教育中一个非常值得关注的问题。

正是由于这个原因，我对李建勋先生的这本书颇感兴趣，特别是他的醒目书名：《成才主道是家庭》，立即得到了我的认可与共鸣。因此，我同意为这本书写一篇序言，以抒发我的读后感想。我历来不喜欢由人捉刀，为了写这篇序言，我认真阅读了书稿的内容。虽然阅读书稿需要花费不少时间，但是阅读的过程，也是我进一步学习的过程，从中受到了许多的启发。对于作者的个别欠妥提法，后



来我们在面谈时，也坦诚地进行了交流，我提出了个人的一己之见。

与众多书著不同的是，这是一部亲历教育自己女儿试验的完整的记录，而且历时 18 年，是多么的难能可贵呀！总的来说，我认为这是一部有学术和使用价值的著作，非常愿意向广大的读者推荐，特别是广大学生家长有必要研读这本书，从中汲取有益的经验，学习他可贵的教育探索精神。

概括起来，这部书有五个方面值得引起我们的注意：

一、为人父母者，必须担负起教育子女的神圣职责。中外教育史均表明，一个国家的人才素质和文明的程度，在很大的程度上，决定于家庭教育的成效。一个不为人们所察觉的现象是，为什么同一分数段进入到同一所名校的学生，但后来才智和成就却表现出了巨大的差异呢？这其中就有家庭教育的区别。用法国启蒙思想家卢梭的话来说，最好的教育是在个人发展的前期，也就是家庭的教育，它是奠定一个人一生的基础。《欧孟仪型》是清末画家吴嘉猷的一幅名画，展现的是欧阳修和孟轲母亲教子的画卷。像这样的例子，在西方国家也屡见不鲜，如大发明家爱迪生，瑞士天才的数学家欧拉，英国数学家、物理学家麦克斯韦，德国 19 世纪的天才卡尔·威特，瑞士伯努利数学家族等，在他们获得巨大成功的背后，家庭教育功不可没。

可惜的是，我国当今在经济转型的过程中，却没有把握住教育的正确方向，教育产业化就是明显的误导。一段时期以来，教育广告、各类教学辅导班、奥数班、教学辅导资料、高考“秘笈”推销、家长学校等肆意泛滥，把教育非市场价值准则统统地排斥出局，这是导致我国教育问题丛生的根本原因。许多学生家长宁肯送孩子上培训班或请家庭教师，却又不肯花时间研究教育，肩负起教育孩子的责任。但是，李建勋先生是个例外，他坚持长期跟踪对女儿教育的试验，并写下了全程记录，其精神实在是令人敬佩！

二、家庭教育不是率性而为，必须自觉地以科学的教育理论和方法为指导。李建勋先生有着先天的有利条件，因为他是师范毕业



生，受过教育学和心理学的熏陶，又有从事 6 年教师工作的经历，这些都为他以女儿为对象进行教育试验提供了良好的条件。不止于此，在长期的试验过程中，他还参阅了大量的教育论著，实现了理论与实践的有机结合。看得出，作者深受弗洛姆和华生心理学的影响，也借鉴了戴尔·卡内基励志教育的经验，所以他的试验获得了成功。

三、教育是一块伟大的试验场地，最是需要躬耕的人。前苏联教育学家阿·波瓦利阿耶夫曾说：“教育是一块伟大的试验场地，发展个性、教育技术需随之改变。”纵观世界著名的教育家，他们既是哲学家又是教育改革的实践家，为了推行其教育理念，大多亲自创办了新型的学校。例如柏拉图学园、夸美纽斯试验学校、杜威实验中学、洪堡的柏林大学、罗素的比肯山学校、苏霍姆林斯基的帕夫雷什农村中学等。在现代的中国，除了陶行知创办晓庄师范外，既没有开展教育试验的教育学家，也没有躬耕教育试验园地的校长。虽然我国现在有众多民办（或私立）学校，但是实事求是地说，它们基本上没有办学的新思路，也不是为了试验某个特定的教育理念而创办的。正是由于这些原因，中国没有世界级的著名教育家，这是与一个拥有最多教育试验资源大国的地位极不相称的，应当引起我国教育界深刻的反思！

教育领域的确是一块伟大的、广阔的场地，试验的对象是多种多样的，可以是一所学校，或一个班级，或一门课程，或一个学生，或一个子女。我之所以赞赏《成才主道是家庭》这本书，是因为我很佩服李建勋先生进行教育试验的精神。西方一位哲人说过：“国家的命运与其说操纵在掌权者的手中，不如说掌握在父母的手里。”我真诚的希望，我国的学生家长们，各级学校的领导者们，广大的教师们，以及教育理论研究者们，积极地投入到这个伟大的试验场地里来，由此而涌现出大批的著名教育家来。

四、异见当尊重，创造最可贵。人类历史的不断发展，不是源于赞同或赞美，而是因为人们有“不从”的行为，有不从才会有创



造，才能不断地前进。教育的根本目的是培育自由的人，而只有对人云亦云的世俗观点、对权势人物说不，人才能成为自由的人。我高兴地看到，在李建勋先生的书中，多有异见或“不从”的观点，例如他提出的“外因主导内因”的观点，就与传统的内因决定论相悖。其实，外因与内因在一定的条件下，是能够互相转化的。我们不难为他的观点找到佐证，例如孟母三迁的故事，母爱使爱迪生成为大发明家；荷兰凡·高在画店打工的经历，激发了他对画画的兴趣，虽然 27 岁才开始学画，但执着的追求使他成为世界后印象派画作的代表人物。这些事例不都说明了外因的主导作用吗？

五、理论联系实际，创新是为了应用。教育既是一门理论学科，又是实践性很强的学科。创新理论创始人约瑟夫·熊彼特在弥留之际留下遗嘱：“行动——光有理论是不够的，只有行动起来，努力改变现状，才是真正对理想的拓荒。”《成才主道是家庭》这部书，正好体现了这个特点，具有普遍的实用性。他提出的关于孩子成长中常见的 17 个问题的解决方法，就是非常有实用价值的，值得广大学生家长们在实践中参考。

这部书的亮点，远不止我以上所谈的五方面，相信读者从中可以找到自己感兴趣的内容。更重要的是，希望更多的家长们，积极投身到教育实践的伟大场地中来，通过辛勤的耕耘，总结出你们自己教育子女的心得体会，以此催生出我国教育园地里百花盛开的景象！

受作者嘱托，却之不恭；读书稿有感，谨以为序。

2014 年 3 月 28 日

于武昌珞珈山寒成斋

(本序言作者系著名教育家、武汉大学原校长)

前言

外因主导内因



小时候曾经看过印度电影《流浪者》，里面的一句经典对白让我印象深刻：法官的儿子永远是法官，强盗的儿子永远是强盗。记得当时和社会舆论一起批评这句话，但随着年龄和见识的增长，越来越觉得它很有几分道理。

这并不是崇奉政治和社会学意义上的出身论、血统论。从公平、正义的理念出发，一个国家和社会应该尽可能营造平等的环境，消除各种歧视和特权，让每一个人都有均等的受教育和发展的机会。而出身论、血统论正是与上述理念背道而驰的，应当受到批判和唾弃。

这也并不是否认古今中外一些子辈跨越父辈身份和阶层的事实。在一个体制完善的国家或地区，这种“青出于蓝而胜于蓝”的现象并不稀罕。发明家爱迪生，来自一个农民和教师组合的家庭；而总统林肯的父亲，只是一名粗俗的林木工人。体制恶劣的环境里类似情况虽然少，但仍然存在。明初的文学家宋濂出生于贫困人家，而几乎同时的明朝开国皇帝朱元璋，父母都是赤贫的农民。

但是，这些事实并非历史和现实的普遍现象。更多的事实是，一个人的成长与其父母和家庭密切相关。受过教育的父母，通常其思维观念、行为习惯、价值取向等会不同于没有受过教育的父母，他们一般从事着智力程度较高的工作，其视野会比较开阔，其经历也会比较丰富，其人脉关系相对也更多。在对孩子的影响方面，他们不仅更有可能有财力供养孩子的教育，而且更有可能在诸多方面给孩子潜移默化的影响或者主动的培养教育，孩子成才的可能性当然要大些。思想家孔子的祖先为贵族，其父亲叔梁纥曾做过鲁国的陬邑大夫，尽管后来家道中落；历史学家司马迁的父亲司马谈“精



熟天文、史事，通晓诸子学术”，曾任朝廷的太史令（后司马迁继任这个职位）；音乐家莫扎特的父亲利奥波德是一个颇有才华的小提琴家和作曲家，也是一位悉心教子的好父亲，从莫扎特不满三岁开始就教他读书写字弹琴；哲学家、政治学家、经济学家密尔的父亲詹姆斯是历史学家、哲学家、经济学家，他完全依照自己的理想对儿子进行文化教育和思维训练，在密尔三岁时就教他希腊文，八岁时教他拉丁文并特别注重对儿子的思想引导，“使密尔在初期教育中，一开始就比同时代的人多占了25年的便宜”。

当代中国高等院校招生情况很能说明这一问题。据统计，目前在北京大学、清华大学等重点高等院校，来自农村的学生比例在5%~15%，其他则来自城镇，而尽管农村学生在整个高等院校学生中要占绝大多数。（当然这一现象包含着城乡贫富差距过大、教育资源分配不公平等问题）

相信《流浪者》里的那句话，最主要的原因还是在分析上述事实和亲身开展教育实践的同时，我发现了一个重要的教育学、心理学规律，那就是：在儿童教育领域，外因主导内因。

通常来讲，儿童的心智并不是成熟的，没有独立自主的特征，具有明显的可塑性、模仿性，基本受周边环境的左右。他天生并不具备是非判断能力。周边人物特别是父母的爱抚与憎恨、表扬与批评、奖励与处罚、支持与反对、容纳与排斥、崇尚与贬斥等行为、情感、价值和趋向，决定着孩子的行为、情感、愿望等方面的选择。犹如拖在车头后的车厢，孩子会在父母的带动和左右下前进。父母如果喜欢读书，又特别注意引导发展并且是用符合科学规律的方法来引导发展孩子的同样举动，孩子一定会成为爱读书的孩子；父母如果是强盗，他们对孩子的开始是偶然的后来是经常的偷盗行为给予漠视、支持乃至赞扬、犒赏，孩子不成为强盗的可能性十分小。我国古代著名哲学家墨子说：“染于苍则苍，染于黄则黄。”正是说明了外部环境对人的性格个性的关键主导作用。

我国的儿童心理发展学简单地依据某个哲学原理，认为内因是



变化的根据，儿童自己本身的变化才是变化的核心内容，是变化的主体，如果不通过儿童心理的内因、内部状况，教育等外部条件就无法起作用；外因只是变化的条件，只能一定程度地影响主体的变化；内因是第一位的，外因是第二位的。这种生硬的移花接木理论，违背了儿童心理发展规律，抹杀了千百年来儿童成长和发展的巨大事实。很大程度上，它误导了政治家和各类社会工作者，淡化了包括价值选择、社会风尚、人文氛围等内容的整个社会环境建设工作的重任；它尤其误导了广大教师特别是家长，不能充分看到教育的关键作用和神奇魅力。它就像空中的一团迷雾，遮挡了清澈、明亮、温暖的阳光。

20 世纪初的心理学行为理论的创始人华生说过：“给我一打健康、状态良好的儿童以及由我支配的养育环境，我保证将她们中的任何人培养成我所选定的某种专家——医生、律师、艺术家……当然，也可以是乞丐和小偷……”英国教育家尼尔曾说过：“问题少年是问题父母的产物。”马来西亚教育专家钟积成认为“好孩子，坏孩子，都是父母培养出来的”。他们从另一角度说明或印证了外因主导内因的教育原理。

外因主导内因的原理告诉我们，一个人的成功，绝不是他天生有多么聪明，而是后天教育和环境作用的结果。孩子的未来主要掌握在家长、教师等人的手中，也与孩子所处的社会环境关系很大。家庭作为孩子所处的最重要的外因，是孩子成才的主要通道。

外因主导内因的原理告诉我们，切不可忽视教育的规律和方法，切不可忽视教育过程中的价值和理念选择，切不可忽视教育者的思维和情感表现。

外因主导内因的原理告诉我们，应当更加重视社会大环境的优化。教育是民族之本，国家之纲。为了我们的孩子，对于国家的政治制度、法律实施、舆论导向、信仰崇尚、文化追求、社会保障等一切构成社会环境的各个要素，都要精心打造。法国哲学家爱尔维修说过：“人是环境的产物。”一片贫瘠、崎岖的土地，不可能生长



出娇艳、鲜美的花朵。

就像植物中的莲和藕，肢体上相连品质上又相斥的特征一样，外因主导内因原理既有跟身份论、血统论相同的地方，又有不一致的地方。这个不一致的地方就是原理中的外因往往不是固定不变的，不像身份、血统这些“一锤定音”终身不变的东西。无论是家长、老师、还是社会环境，都可以因实施一定的行为而发生一定程度的变化，表现出与其原来本质不同的一些特征，这些行为和特征会使作为内因的孩子呈现不一样的成长。前文列举的文学家宋濂，其父母虽为贫苦之人，但极为重视宋濂的教育，想方设法让宋濂就教于当时有名的学者梦吉、吴莱等人，完全不是一般贫苦人的眼光；林肯虽然出身伐木工人的家庭，可是其生母、继母都十分重视林肯的教育，不顾其父亲的阻挠而让他上学，其继母更加注重培养他宽容大度等优秀品质；爱迪生的家庭非常普通，父亲是农民，母亲只是一位小学教师，不过他母亲懂得教育的规律，而且极有爱心和耐心，当爱迪生被老师称为笨蛋的时候，她一直鼓励并告诉他：“即使世界上所有人都瞧不起你，妈妈都相信你。”

因此，作为父母，即便身处贫穷和卑微，但是只要勇于学习，不懈努力，注重自己行为的重塑和传递，高度重视孩子的教育，传播正能量，就可以把孩子培养成富有和尊贵的人。

外因主导内因的原理，也并不是说家长、教师、环境等外部因素决定着孩子将来一切的细节，并不是说孩子要成为哲学家，家长一定首先要是熟知概念、范畴、推理的“老夫子”。它只是说，如果外因付出了足够的、得法的努力，就可以成就出造福社会、荣耀家庭的良好内因。至于孩子成才的程度、类型等，往往不一定是父母等外因所能左右的，也是没有必要去左右的。

令人十分遗憾的是，这个重要的教育原理，在现实的中国还没有多少市场。它就如常年躺在超市角落货架上的商品，积满了灰尘，很少有人问津。在当今社会，除了学校教育的畸形化以及社会环境“污染”的日趋严重的现象，正在逐渐拨乱反正之外，单就家庭教育

来讲，已经陷入两大“误区”。

一是对教育的忽略和轻视。有的以为孩子的成长靠他自己，“树大自然直”，“儿孙自有儿孙福”，认识不到教育的神奇作用和魅力，对孩子的学习、生活放任自流，不闻不问；有的不注意自己的言行举止，不自觉地让不良的思想、道德、思维如“二手烟”一般伤害着孩子；有的认为家庭的富裕、自己的事业和职位比孩子的教育重要得多，起早贪黑忙于自己赚钱，在外奔波于各类事务之中。许多孩子一年到头看不到父母，有的甚至几年都看不到。曾经有报道说在城市打工的父亲去车站接多年未见的孩子，要借助手中的照片相认。（当然这类情况绝大多数都不是父母们主动而为，而是为基本生计迫不得已——这也是中国最严重的社会问题之一）他们不知道这是捡了芝麻，丢了西瓜；挖了铁矿，丢了金山。

二是对教育科学的无知、蒙昧。这类父母不是不重视孩子的教育，相反他们是相当重视，望子成龙，望女成凤，但是他们不知道教育的正确方法和途径，不了解教育的真谛，“缘木求鱼”，“南辕北辙”，以致让孩子离成才的道路越来越远。有的靠棍棒，经常用打骂、责怪、吓唬、命令等方式对待孩子；有的总是批评教训，全然不知孩子也是具有独立人格和尊严的人，尤其是需要不断激励的人；有的一味溺爱，过分迁就宠宠孩子，包办孩子的一切；有的只管孩子的学习成绩，把品德培养、思维训练、人文陶冶、身体锻炼等抛到一边；有的领着孩子今天上这个班补习，明天上那个班训练，让各种教辅资料充斥孩子的书包，剥夺他们基本的玩乐和休息时间，让孩子成为学习的“机器”……

两大误区阻碍了千百万孩子的健康成长，也阻碍了无数个家庭的幸福美满，更阻碍了一个国家的繁荣强盛。

虽然实证并不是检验真理的唯一标准和途径，然而，没有事实检验的真理一定是苍白的，缺少信服力的。应当说外因主导内因原理的发现，尽管也历经儿童认知和行为心理学的对照、分析、探讨，但最初观念的萌生和事后的证实，都源于大量古今中外的事实和自

己的实践。

女儿考上北大，无疑是我阐述原理最有说服力的例证。虽说它只是每年全国几千个样本（根据北大、清华招生录取情况）中的一个，但特殊性包含于普遍性，其中蕴含着许多共性的东西。（当然上北大并不意味着成才，而仅仅是迈上了一个促进成才的更大、更好的平台。）它使我更有信心和底气向世人陈述我的发现。

不过我并不想在本书中详细论证这个教育原理，而只想把自己的经验和做法呈现表述出来。因为我知道广大的家长们虽然需要理性的唤醒，但更需要实际操作的具体指引，更需要可以模仿和运用的实在方法。

当然，书中的经验和做法除了“实然”，还有“应然”。它们虽然不全是我曾经采用的做法，而是教育科学要求或者别人已经采取的好做法，但都是我认为重要的教育环节、举措和步骤。实际上，书中的“实然”，也并非都是我独特的发明创造，其中大部分，都是吸收和采纳先贤的智慧。

而世间的智慧，并不一定总是源自于浩瀚的典籍和宏大的讲坛，有时候竟源于日常生活中一些小小的细节。

还记得小时候，家后面有一块荒地，长满了各种杂草。有一天父母亲扶锄挥汗，除草翻土，将它变成了一块菜地。经过播种、施肥等步骤，一些日子以后，家里的餐桌上便多出了几种不同的新鲜蔬菜。同样的一块地方，不同的行为和选择便有了不同的收获——不过那时我还不能像现在这样理解，直到自己开始养育孩子，才开始明白他们改变外部环境行为的价值和意义，才渐渐认识到：构筑孩子的未来，首先应从父母的行为塑造和改变开始。

作者于 2012 年 9 月

目 录



Part 1 | 爱子有方

爱孩子是一切动物的本能，但如何爱，才是有智慧的人类思考和探讨的主题。吻合文明的基本价值，把握人性的特点和青少年成长的规律，会使父母之爱，呈现不一样的色彩、不一样的成效。

1. 教育知识导引的爱 /003
2. 家是“爱的港湾” /006
3. 爱的艺术和技巧 /014
4. 跟孩子平起平坐 /020
5. 爱屋及乌，爱子及嗜 /025

Part 2 | 没有赏识，便谈不上教育

每个人都在人性深处希求获得认可、肯定、欣赏。儿童尤其如此。现代教育实践表明，“鲜花”是比“荆条”更能激发孩子成长的工具，尽管后者有时候也不可缺少。家长只有改变心态和视角，才会不断发现孩子身上的“闪光点”，才可能实施赏识教育。

1. 好孩子是夸出来的 /033



2. 孩子优点的有无，决定于家长的“眼睛” /039
3. 赏识教育的窍门 /042
4. 一味地责骂只会毁掉孩子 /047
5. 无规矩不成方圆 /052
6. 天高任鸟飞 /063

Part 3 | 好的习惯是成功的一半

“习惯是人生的主宰”。对于正处于人性可塑性很强时期的孩子来说，一言一行，日积月累，渐次成胚，日久成型——一个个习惯逐渐演变固化成他的品格和个性。而每个人的人生，就是靠他的品格和个性演绎的。

1. 好习惯撑起好成绩 /070
2. 良习滋养健康之躯 /081
3. 寻找智慧之门的钥匙 /094
4. “人欲劳于形，百病不能成” /099

Part 4 | 多管齐下的教育方法

单一、单调的教育方式方法，无法承载人才培养的大业。围绕培养目标和孩子的个性，“因材施教”，“对症下药”，智慧地、耐心地选择和采用合适的、多元化的路径，会使家长获得丰硕的回报。

1. 喊口号激励法 /108
2. 短信提醒润无声 /111
3. 小纸条承载大道理 /113
4. 自我管理的好工具——励志日记 /120
5. “尺牋传情”，感动孩子 /128
6. 畅所欲言的家庭会议 /143
7. “精神晚餐” /147
8. 与孩子分享生活中人文的点点滴滴 /149
9. 架起跟老师联络的桥梁 /151
10. 言传身教最顶用 /153

Part 5 | 不要让孩子成为畸形人

生长于应试教育的体制中，并不意味着人们只能束手就擒。寻求对体制的适应与超越，让孩子智商突出、情商发达、身体健康、全面发展，家长有很大的作为空间。

1. “建筑人格长城的基础是道德” /159
 - ①尊重和关爱他人 /161
 - ②感恩 /162
 - ③诚实守信 /164
 - ④基本的是非和正义观念 /165
 - ⑤勤勉 /167
 - ⑥俭朴 /168
 - ⑦遵纪守法 /170
2. 聪明不全是天生的 /172
 - ①训练观察力 /177
 - ②训练专注力 /179
 - ③训练记忆力 /181
 - ④训练想象力 /183
 - ⑤训练思维力 /185





3. 让孩子“有两把刷子” /187
 - ①培养音乐特长 /188
 - ②培养美术特长 /189
 - ③培养舞蹈特长 /190
 - ④培养节目主持特长 /191
 - ⑤培养武术特长 /192
4. 情商才是最重要的生存能力 /194
 - ①自信心 /195
 - ②毅力 /197
 - ③开朗 /199
 - ④经受挫折的能力 /201
 - ⑤独立自主性 /202
 - ⑥勇敢 /204
 - ⑦意志力 /206

Part 6 | 怎样学习比学习什么更重要

怎样学习是一门科学。孩子学习成绩不理想，通常是在情感和意志等层面还存在缺陷，同时在学习的方法上也走了弯路。想单纯靠“补课”的方式来提高成绩，大部分人会是“缘木求鱼”。

1. 四十五分钟最关键 /213
2. “复习是学习之母” /216
3. 自主学习出尖子 /220
4. “学而不思则罔” /224
5. 做时间的主人 /230
6. “凡事预则立” /234
7. 喜欢睡懒觉的理科状元 /238
8. 查漏补缺是整个高三学习的核心战略 /245