

第一套日记体式会计职场考试励志小说系列之三

陈艳红 / 著

小艾 上班记8

2017

备考日记3 · 中级经济法

第三版

专家评语

小艾说得好，“把学习与积极情绪联系起来，并且运用科学的思维方法，让自己顺利通过，然后不断地重复，刺激自己的缘脑，让缘脑明白，学习是一件多么有趣的事情，从此以后，缘脑就会给你开绿灯，获得长期通行证，让你一路通畅，你就会发现自己越来越喜欢学习了！”

——刘永泽（中国会计学会副会长、中国内部控制研究中心主任、东北财经大学会计学院教授、博士生导师）

小艾寄语

天下武功，唯快不败；快速学习、快速阅读、快速获取信息是一种很重要的能力

真正的学霸是要学会找到一个高效的学习方法去提升自己做某件事的杠杆率；所以比尔·盖茨说：我总是会选择一个懒人去完成一份困难的工作，因为他会找到捷径

FE 东北财经大学出版社
Donghai University of Finance & Economics Press

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

第一套日记体式会计职场考试励志小说系列之三

陈艳红 / 著

小艾

州大学图书馆
藏书章

2017

备考日记3 · 中级经济法

第三版

FE 东北财经大学出版社
Dongbei University of Finance & Economics Press

大连

图书在版编目(CIP)数据

小艾上班记 8: 备考日记 3 · 中级经济法 / 陈艳红著. — 3 版.

— 大连: 东北财经大学出版社, 2017.8

ISBN 978-7-5654-2811-1

I. 小… II. 陈… III. 经济法 - 中国 IV. F23

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 157185 号

东北财经大学出版社出版

(大连市黑石礁尖山街 217 号 邮政编码 116025)

教学支持: (0411) 84710309

营 销 部: (0411) 84710711

总 编 室: (0411) 84710523

网 址: <http://www.dufep.cn>

读者信箱: dufep@dufe.edu.cn

大连图腾彩色印刷有限公司印刷

东北财经大学出版社发行

幅面尺寸: 170mm×240mm 字数: 456 千字 印张: 22.5 插页: 18

2017 年 8 月第 3 版

2017 年 8 月第 5 次印刷

责任编辑: 章北蓓

责任校对: 仲 果

封面设计: 冀贵收

版式设计: 钟福建

定价: 42.00 元

版权所有 侵权必究 举报电话: (0411) 84710523



小艾，原名陈艳红，中国注册会计师，曾在重庆万隆方正会计师事务所、香港建滔化工集团财务部、富士康科技集团全球账务中心、金蝶财务软件研发中心工作过，并创建了小艾财税俱乐部（www.xiaopai.org），热爱文学，也热爱会计本职工作，在天涯论坛上玩票似的写作，受到网友的热捧和追随，并拥有了众多的“小艾”迷。

小艾微信号：xiaoaicoco（扫描右侧二维码即可添加）

小艾会计QQ群：47365865（群主就是作者）

小艾QQ邮箱：16878977@qq.com

小艾新浪微博地址：<http://weibo.com/xiaoaicoco>



加小艾微信订阅号，xiaoaicoco，回复数字“0”或“礼包”二字，直接兑换小艾财税大礼包

《小艾上班记》会计系列书籍 会计人士的职业宝典



查看小艾系列书籍详情，请扫右边的二维码





小艾系列书籍增值服务——会计考试思维训练包

人们都说，这个世界上最可怕的事情是比你聪明的人比你还努力，于是大家都很努力，用尽所有的力气去拼。

可是我们有时候也不能瞎拼命，还是得讲究方法；否则，你再努力，也赶不上人家，因为人家同样也在努力。你只有掌握正确的思维方法，然后在这个基础上努力，你才有可能事半功倍，完美逆袭！

小艾中级系列书籍给大家介绍了很多思维方法，比如会计里的默写分录抄数字、倒轧等思维，在很多章节，如存货、固定资产、无形资产，甚至合并报表中都要用到。只要我们具备这种思维，就可以举一反三、触类旁通，学习起来就会轻松无比。再比如财务管理，有很多很复杂的公式，千万不要去死记，而是要在理解的基础上，巧妙地记忆；这样，考试时，你才能灵活自如地运用。经济法则主要以记忆为主，只要方法得当，考前一个月开始复习都有可能通过。

为了让自己对这些思维方法有更深的体会，你可以去小艾会计QQ群下载下列视频：



- 1 默写分录抄数字、倒轧思维训练1——以存货为例；
- 2 默写分录抄数字、倒轧思维训练2——以合并报表为例；
- 3 财务管理公式巧妙记忆1——回归线公式；
- 4 财务管理公式巧妙记忆2——目标现金余额随机模型公式；
- 5 财务管理公式巧妙记忆3——固定制造费用差异分析公式；





经济法全套课堂思维导图。

最后希望大家举一反三，触类旁通，顺利地通过中级会计职称考试。

凡是正版书籍上都有卡密，这是小艾财税礼包的兑换码！除了可以兑换考试礼包之外，还可以兑换其他实操礼包，比如：

小艾财税礼包兑换 12——1 000套常用会计财务 EXCEL 表格

小艾财税礼包兑换 16——全套财务报表

小艾财税礼包兑换 15——一份真实的来自税审现场的涉税咨询报告

.....

更多礼包等你来拿！

小艾系列书籍介绍

《小艾上班记》系列书籍以小说的形式诠释会计，在故事中学习，在学习中寻找乐趣；既有手工账，又有电子账；既有会计实践，又有考试经验，还有创业经历、职场哲学、生活/爱情哲学穿插其中。《小艾上班记》系列书籍在手把手教会读者做账、看账的同时，还让你在职场和生活中更加游刃有余。

一、会计考试

上了会计这条“贼船”，想不考试都难。会计考试有从业、初级、中级、注会等等，考试多且难，因此，好的学习方法变得尤其重要，它可以让你快速高效、一次性过关，从而节约大量的时间成本。

《小艾上班记》会计考试书籍，目前主要集中在会计中级领域，因为会计专业本科毕业，在学校专业课程学得好的同学，可以不考初级，直接考中级；当然后续我们还会涉及初级，主要是针对会计专业本科毕业但专业基础相对薄弱，或者是转行过来，或者是毕业很多年都没有摸过书，也没有从事会计相关行业的同学，这部分同学最好是先考初级，然后再考中级。

针对会计中级考试目前出版了4本（《小艾2》《小艾3》《小艾5》《小艾8》），这些书主要是在小艾长期学习及教学过程中形成的小艾四轮复习法的基础上撰写的，目前出版的主要是针对第一轮复习，如有时间，会慢慢完善后几轮的复习。

小艾会计考试系列如下表所示：

中级会计 职称考试	复习 阶段	复习目标	编号	书名	内容简介
中级 会计 实务	第一轮 复习	主要是以点 为主，在全 面复习每个 知识点的同 时，注重思维 方法的训练	小艾 2	《小艾上班记 2——奋斗如 歌——备考日 记——中级会 计实务》	本书是应广大读者的要求写的一部有关会计考试学习方法的书，作为一名会计，实践与理论缺一不可。我们在上班的同时，如果又能顺利地通过各种会计考试，岂不两全其美？本书以“中级会计实务”为例，向读者介绍了各种学习方法与思维技巧，你可以从中领悟，选一种最适合自己的。
	第二轮 复习	主要是以线 为主，通过 内在联系的 各章节串联 起来，同时 快速做题快 复习进度	小艾 3	《小艾上班记 3——小艾习 题精选——中 级会计实务》	《小艾2》记录了很多策略和方法，有小艾的，有杜老师的，还有其他人的，每一种方法策略都阐述得很详细。不同的人根据里面的方法，结合自己的实际情况都可以创新地形成一套属于自己的方法体系，然后再去实施。这就是所谓的在模仿中成长，在成长中创新，甚至超越。在《小艾3》中，小艾学习了杜老师的理念后，形成了一个实战方法体系，那么你学习了杜老师的理念后，形成的方法体系又是什么呢？你在模仿当中，是否也有所创新呢。
中级 财务 管理	第一轮 复习	主要是以点 为主，在全 面复习每个 知识点的同 时，注重思 维方法的 训练	小艾 5	《小艾上班记 5——水仙花 开——备考日 记2——中级 财务管理》	本书是一部有关中级财务管理考试学习的书。书中总结归纳了相关的知识点及解题思维模式还有相对应的练习题。小艾不是老师，小艾是你的朋友，老师是让你明白，小艾是让你醒来，老师是不断地往你的脑袋装什么，小艾更希望你心里能生长什么。在《小艾5》中，你能找到触动你的地方吗。
中级 经济法	第一轮 复习	主要是以点 为主，在全 面复习每个 知识点的同 时，注重思 维方法的 训练	小艾 8	《小艾上班记 8——速战速 决——备考日 记3——中级 经济法》	本书把经济法相关的知识点归纳成了119个知识点导图，只要把这些图背会，通过经济法考试基本上胜利在望。同时《小艾8》也是一本有关考试学习方法的书。书中杜老师向小艾传授了科学用脑的方法，包括如何快速阅读，如何简单记忆，以及如何让大脑保持旺盛的学习热情等



小艾四轮复习法简介：

第一轮复习，主要是以点为主

在全面复习每个知识点的同时，注重思维的训练（如果你是经常加班族，或经常出差族，或会计妈妈族，那么第一轮复习的启动时间最好是在新教材出来之前；虽然教材每年都会改一点，但是会计思维这些本质性的东西却不变），比如，倒轧、默写分录抄数字等思维方式，不管是存货，还是固定资产，甚至合并报表，在很多地方，我们都可以用到。只要我们对会计的本质及数字之间的联系摸得很透彻，做题时把题中的数字抄下来，答案就出来了，有些题甚至可以做到“秒杀”。在《小艾上班记2》中，对倒轧、抄数字的理念有详细的描写，需要大家慢慢领悟，然后举一反三，触类旁通。如果你在学习的过程中，对这种理念还是不清楚，可以加群讨论，在群文件中下载相关视频；具体操作是关注小艾微信公众号xiaoaicoco，回复“我要加群”四个字，获取相关QQ群号，群密码统一为5228（艾米暗语：吾爱艾吧，我们都爱小艾吧）。

第二轮复习，主要是以线为主

第一轮复习完后，有的同学就会发现，我怎么看了后面的忘了前面的；这很正常，我们的记忆就像一个沙漏，你一边把知识点往里面倒，沙漏一边把它全部漏出去。针对这种情况，只有两种办法可以解决。一种是加快速度，也就是我倒知识点的速度大于它漏出去的速度；它漏出去了，我又往里倒，而且倒的速度越来越快，让它来不及漏。这样，知识点就停留下来了。所以，那些“三天打鱼，两天晒网”，看书听课走神，速度很慢的同学，就很痛苦了，好不容易看了一点，结果全漏了。还有一种方法，就是把这些知识点全部串联起来，就像我们串珠子一样，这样，它就跑不掉了。最好是把这两种方法相结合。所以，我们第二轮复习的主要方式是串珠子，同时训练做题的速度技巧，加快复习进度。一般第二轮复习比第一轮复习速度要快很多，也会轻松很多。

第三轮复习，主要是以面为主

第二轮复习完后，我们就要突破跨章节习题，找出章节与章节之间的本质联系，并且学会根据内在联系把它们串联成一个面，同时开始实施“捡分”攻略；综合题、计算分析题、多选题、单选题、判断题，该如何突破，怎样把能捡到的分都捡到，这需要训练，训练完后，基本上能知道自己大概能捡多少分了。分数不是考完后才估分的，而是考前就开始估分了。一般考试正常发挥，不出意外，估分的标准差，不超过10分。比如，你估分为80分，那么你的考试成绩，就在70~90分之间。同时，你也知道自己的提分区，可以重点再突破一下，让自己的分数再提高一个档次，从而降低自己考试不通过的风险。

第四轮复习，整体把握

很多同学，到了临考几天就开始焦虑，有的还有考试焦虑症；最典型的表现就是一到考前就开始到处乱翻书，从第一页翻到最后一页，从最后一页再翻回第一页，翻来覆去，也不知道他到底看进去了多少。那情景，让人想起一句古诗“清风不识字，何故乱翻书”。还有的就是，到了要考试了，才发现自己还有好多东西没看；一听别人说，这个地方可能会考，赶紧看一下这个地方，那个地方可能会考，又赶紧看一下那个地方，就这样东一头，西一头乱撞，毫无章法。其实，到了考前最重要的是整体把握。比如，中级会计实务讲了什么，不就讲了一盘账吗？把各种经济业务全部做完，最后编制合并报表（当然，如果你没有经过前面的三轮复习，我这样说，你是一点感觉都没有的）。书要越看越薄，到了快要考试的时候，你内心的感觉应该是基本上都会了，没有什么看头了。也就是说，只要前面三个阶段你都做好了，最后只是巩固一下，顺便查漏补缺。如果你所在的地区是机考，那就应该练习操作一下机考系统，熟悉一下考试环境，模拟一下考试现场（你可以加小艾QQ群，加群方法：先关注小艾微信公众号 xiaoaicoco，然后回复“我要加群”四个字，获取群号，群密码为5228，免费申请一个机考账号）。

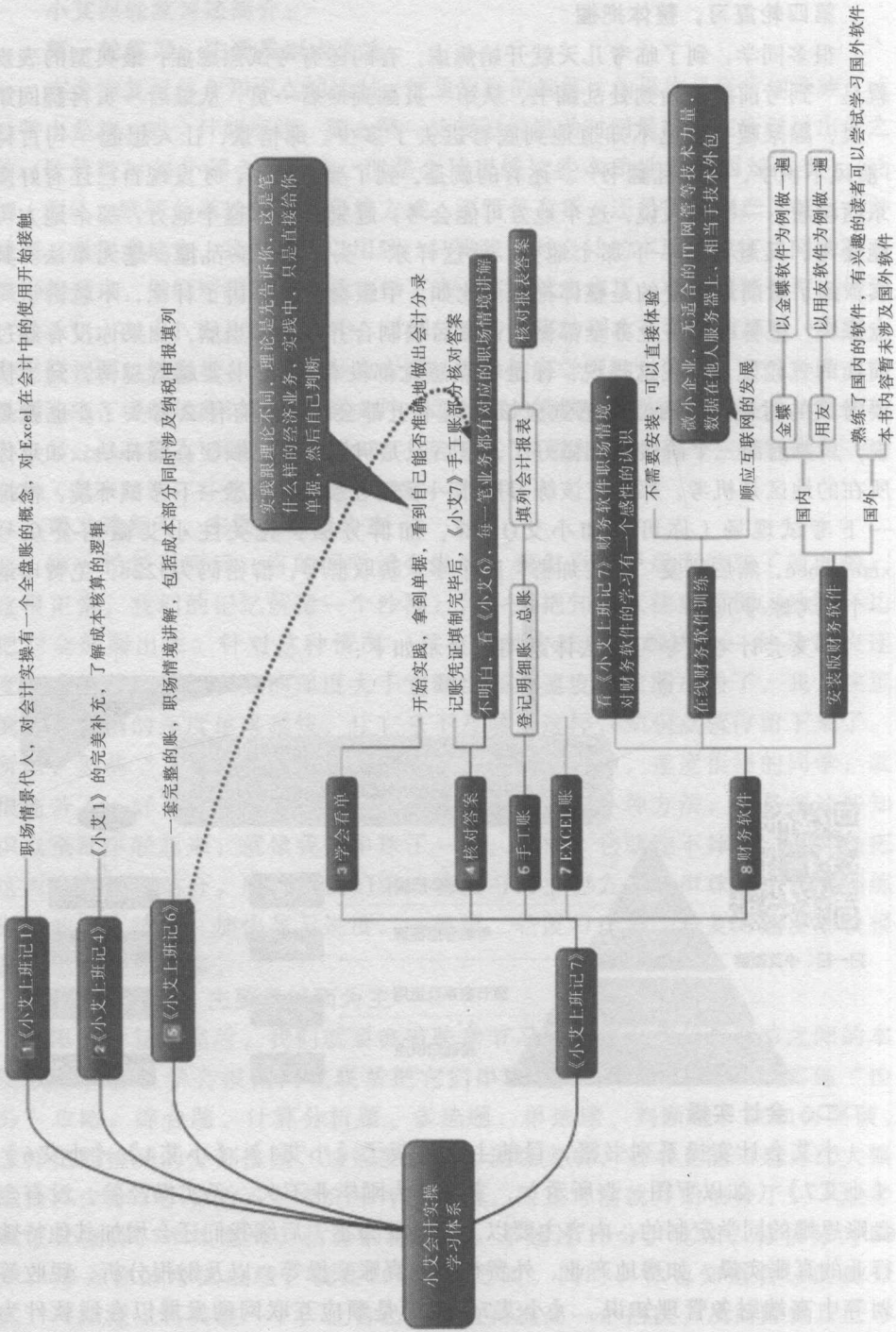
小艾会计考试学习方法体系用图表示如下：



二、会计实操

小艾会计实操系列书籍，目前主要出版了《小艾1》《小艾4》《小艾6》《小艾7》（如以下图、表所示），主要是为刚毕业不久，无实操经验，没有全盘账思维的同学定制的，内容主要以工业企业为主，后续我们还会增加其他特殊行业的真账实操，如房地产业、外贸行业的真账实操等，以及财报分析、税收筹划等中高端财务管理知识。《小艾7》主要是顺应互联网的发展以在线软件为例，后续将完善安装版软件。





学习目标	编号	书名	内容简介
全盘账务的处理, 包括手工账、Excel账和简单的财务软件账操作	小艾1	《小艾上班记——真账实操教你学会计》	本书是小艾写的第一本书, 主要记录了企业工商注册—建账—全盘账务处理的全过程, 同时也记载了一个会计成长的全过程。全书分为四个部分: (1) 通俗会计原理; (2) 一套服装批发企业的全盘账; (3) 一套简单咨询公司的账; (4) 一套Excel账。此书一出来, 深得广大艾迷的喜欢与追捧
	小艾4	《小艾上班记4——花开锦时——工厂会计真账实操》	《小艾1》一经出版, 便得到了广大艾迷的喜爱, 但由于篇幅所限, 里面未涉及生产成本核算等方面的内容。《小艾4》是《小艾1》的完美补充及升华, 主要是以工厂为背景, 重点讲述了生产成本的核算方法与流程以及成本控制的思维方式。利润=收入-成本费用, 这个会计恒等式是所有管理学的最高境界, 试问, 哪一位管理者所做的管理工作, 不是为了开源节流呢? 因此, 这个会计恒等式也是我们会计人员迈入管理的一个最佳途径, 因为我们从第一天接触它开始, 就具有了先天优势
	小艾6	《小艾上班记6——企业纳税真账实操》	本书讲述了一个企业会计人员从做账到纳税申报一气呵成的全过程, 杜老师告诉小艾, 要想成为一个优秀的税务会计人员, 必须具备5个方面的素质, 你知道小艾是怎么做到的吗? 跟随小艾, 一起同行吧
	小艾7	《小艾上班记7——生命需要我们努力——做账高手训练营》	本书主要写的是该如何学习财务软件, 同时通过手工账、Excel账与财务软件账的比较, 让读者对做账有个系统清晰的了解。书中比较侧重实操训练, 有真实单据、真实账本, 还有演示视频, 同时对职场生存及会计人生进行了探讨

三、职场生活

小艾系列书籍不仅仅是一套会计学习书籍, 也是一套会计成长的书籍。毕业5年, 这段时间是我们工作后的黄金学习成长期, 我们对自己应该有详尽的规划。就像书中主人公小艾一样, 也给自己一个5年规划, 即“毕业5年内, 把会计中级职称和注册会计师考过, 同时兼顾爱情婚姻, 顺利成家立业, 然后步入人生正轨(引用于《小艾2》)”, 5年后(二十七八岁), 这个时候再站





在职场上，你至少会有如下资本：

(1) 你已经有5年的会计工作经验（虽然工作经验也有质的区别，但是从量来说大家都是5年）；

(2) 你有中级会计职称和注册会计师证书；

(3) 你已婚已育（如果你是女生，这一条很现实，也很重要，因为大部分企业在同等条件下，已婚已育的绝对优先）。

小艾系列书籍找茬有奖活动

一本书的出版一般需要经过专业编辑的三审三校及质检部门的严格质量检查，但是还会有大大小小的错误，小艾系列书籍自然也不例外。由于小艾系列书籍通俗易懂，深得大家喜爱，有的读者就会不只读一遍，这样，相对于其他书籍，就更容易发现错误。针对此情况，小艾系列书籍特设以下奖励，来鼓舞大家给小艾找茬挑刺儿。

如果你在学习的过程中，发现下述错误，请发邮件至小艾邮箱(16878977@qq.com)。

❶ 错别字

❷ 准则制度陈旧

❸ 观点或逻辑错误

❹ 其他

格式分为7部分：书名、页码、行数、问题、建议及你希望获奖的书籍和你的真实姓名、邮寄地址及电话。

例：

❶ 书名：《小艾上班记6》

❷ 页码：第11页

❸ 行数：顺数第7行

❹ 问题：“何总”联系上文应该是“王总”（手机拍照附图更佳）

❺ 建议：“何总”二字应该改成“王总”二字

6 你希望获奖的书籍：

7 真实姓名、邮寄地址及电话：

忆考试时光的青葱岁月

提出的修正方案被采纳者将获得小艾系列书籍一本（目前已上市的小艾系列书籍中任挑），原则是，同一错误，谁先提出谁获得。

作为一名会计，从会计从业资格考试，到初级会计，到中级职称，再到注册会计师（CPA），一路走来，真可谓是一路风尘，一路坎坷，一路艰辛。

我也知道这条路走起来的，在这些考试中，记忆量真的是CPA考试的第一年，因为第一年就怀孕了，而我还剩最后一门没过，本想考取只争朝夕时间（CPA考试是有年限的，通过了才能成绩作废），家人劝我今年就算了，明年再战，可这路不斗不就这么简单，所以还是坚持一边上班，一边备考，一边带娃，直到考试结束为止。

那半年会考试的时间是2月20日，而我已经怀孕7个月，随时准备待产。在开考之前，家人跟我说：“你不甘心，就从头走下河滩吧，别折腾，就是中你不想考了，就直滚出来，我在外面等你。”当我怀孕将近10个月的大肚子已经难受时，确实吸引了很多目光，在众人的注视下，我特别不好意思，赶紧低头无意识地找到自己的座位坐下。这时，监考老师走了过去，对我说：“怀孕你还会来考什么证，就滚吧，别闹你。”（李阿姨说：此女老师有故事）

刚开始的时候，可能我有点紧张，双手在口袋里抓来抓去，有人从旁边不安，我就说：“别怕，加油！”考试考完下午，我被投进投人答错题，监考员干脆下来了。考试从下午两点一直考到五点半，整整考了三个半小时，中间还监考老师到监考下，去了一趟洗手间。这期间监考员都在走动，直到下课铃声响起，我立马交卷，交卷才开始加时，感觉还好嘛了，真舒服啊。

竟不一直在考场外等候，他见我考完出来，怕刀，我问到一半监考员在做什么，我笑着说：“这天气没那么好。”监考员说：“你滚吧，滚吧。”

其余考完后，我跟我老公说：“这路不用考了嘛，可果有一次，全班朋友说有一个，理科刚刚的考试，手里又抓来抓去了，以失败告终。我老公说，很多天了，出那只是每个时间都有和天书，但老公说，算了，既然有这么一个机会，那就干脆去考一下，算是对一个系统的复习吧。”

报名的时候，因为我不是心腹不在考场考试，不能直接考二试，而是考二试（那时心理咨询师最高考试就考二试，一题手类最好的，未开过考试）。



第三版前言

忆考试时光的青葱岁月

作为一名会计，从会计从业资格证，到初级职称，到中级职称，再到注册会计师（CPA），一路走来，真可谓是：活到老，学到老，考到老。

我也是这么一路走过来的。在这些考试中，记忆最深的是CPA考试的最后一年；因为那年我怀孕了，而我还剩最后一门没过，考试期限只剩两年时间（CPA考试是有年限的，超过5年则成绩作废），家人劝我今年就算了，明年再说，可是不甘心就这么放弃，所以还是坚持一边上班，一边备孕，一边准备注会考试的最后冲刺。

那年注会考试的时间是9月20日，而我已怀孕足月，随时准备待产。在进考场之前，爱人跟我说：“你不甘心，就进去走下过场吧，别拼命，要是中途不想考了，就直接出来，我在外面等你。”当我挺着将近10个月的大肚子走进教室时，确实吸引了很多目光。在众人的注视下，我特别不好意思，赶紧低着头轻轻地找到自己的座位坐下。这时，监考老师走了过来，对我说：“如果你等会儿要去洗手间，就举手，我陪你去。”（孕妇尿频，此女老师有经验）

刚开始的时候，可能我有点紧张，宝宝在肚子里踢来踢去，有点儿躁动不安。我轻声地说：“别怕，加油！”等试卷发下来，我慢慢地投入答题后，宝宝就平静下来了。考试从下午两点一直到五点半，整整考了三个半小时；中间还在监考老师的陪同下，去了一趟洗手间，这期间宝宝都没有动过。直到下课铃声响起，我起立交卷，宝宝才开始动弹，感觉好像睡了一觉刚醒来似的。

爱人一直在考场外等候，他说他非常紧张，怕万一我考到一半突然要生孩子怎么办。我笑着说：“我运气没那么背。”考试最后结果，我顺利飘过。

注会考完后，我想我这辈子应该不用考试了吧。可是有一次，我听朋友说有一个心理咨询师的考试，心里又蠢蠢欲动了，因为我一直喜欢心理学，很多年了，但都只是业余时间看看相关书籍，很零散地学习。既然有这么一个认证考试，那就干脆去考一下，算是做一个系统化的学习提升吧。

报名的时候，因为我不是心理学专业毕业的，不能直接考二级，而是要先考三级（那时心理咨询师最高考试级别是二级，一级主要是评的，未开放考试），



但我想直接考二级，因此，只能到资格审核相对宽松的外省报了一个名。

不知道是不幸还是万幸，期间我怀了二宝，好不容易报了个名，自然不想放弃，所以，还是坚持备考。考试的时间是11月份，那时我已有7个月的身孕，穿着一件大棉袄，裹得像个粽子，和考友们一起坐着高铁去武汉考试。

到了武汉，却发现，他们都在一个考场，我却在另一个考场，而我们订的是同一个酒店，我的考场离我住的地方还很远。换酒店，人生地不熟的，感觉太麻烦，于是，干脆决定还是第二天早点起来吧。

快吃晚饭的时候，同行的姐妹们建议出去走走，说武汉有个户部巷，是一条长150米的百年老巷，被誉为“汉味小吃第一巷”，好不容易来一趟，不去吃一下，太遗憾了。

我本来不想去了，可是禁不住她们的怂恿，再加上自己又嘴馋，于是，又和她们一起跑到户部巷，从街头一直吃到街尾。

逛到天黑了，她们竟然还说，黄鹤楼就在附近，我们去看看吧！明天考完试就要回去了，今天不看，就没有机会了。我说我不行了，走不动了，你们上去吧，我在下面等你们。

最后，由于天太黑，黄鹤楼看不清，她们很快就回来了。回到酒店，已经八九点了，太累了，洗漱一下躺在床上就睡着了，包包里带的课本、资料和试卷都没瞅一眼。

第二天不到六点，我就起床了，因为她们说这个地方不好打车，而且，还很堵，我有点儿紧张，怕万一误了考试。有时候人就是这样，越是早起，就越顺利。没想到一出来就打到车了，而且一路通畅；到了考场，时间还早，悠闲地吃了个早餐，进入考场。考试整整考了一天，考完当晚又坐高铁赶回家。考试结果，再一次顺利飘过。

家人都笑我说：“你一个人肯定过不了，肯定是宝宝帮你考过的。”我笑着说：“这是我和宝宝共同努力的结果。”

每当我看到某些考生因为怀孕而纠结要不要放弃考试而忧心忡忡的时候，我就会对她们说：“你为什么不换一种想法呢？你想别人，都是一个人在考试，孤军奋战，而你是两个人考试，同心协力，怕什么，摸摸肚子，对宝宝说一声‘宝贝，加油’！要知道，坚持是正确的，放弃也是明智的，只有纠结才是错误的。”

为什么有的人考注会（CPA）可以一年过，有的人考个会计证考几年都考不过？除了基础、智力，还有其他影响因素吗？我觉得心理因素占很大一部分，基础不扎实，可以多复习几遍；智力，其实大部分人都差不多，天才和蠢材都是极少数，而且大部分人也没有经过什么特别的大脑潜能开发；而心理因素真的就是因人而异，比如：有的人对学习很有兴趣，并且善于运用科学的思维方法，积极备考，而有的人一看到书脑袋就大，一听到考试头就痛，内心充满极大的

抗拒。

为什么我们会抗拒考试？这个问题一直困扰我。后来我慢慢地找到了答案。人脑最为原始的部分叫脑干，负责指挥人体的四肢和其他器官履行最基本的功能。许多低级脊椎类动物（乌龟与蜥蜴等）、爬虫类及鱼类也有脑干，所以这个分区又被称为“爬虫类脑”。脑干这个原始的脑部分区是完全没有学习功能的，它主要辅助人类本能地作出反应。我们一旦察觉到异物向自己飞来，就会本能地抬起双手保护头部，这就是脑干发出命令的结果。此外，在日常生活也随处可见脑干的指挥作用，例如有些人在图书馆总习惯性地坐在同一位置，我们在办公室或是自己的车上总会有意无意地留下一件私人物品，就好像动物划分领地一样。如果我们在学习时压力过大，或是感觉到竞争威胁，我们的脑干就会本能地活跃起来。我们的大脑一旦切换到这种应激状态，血液就会从大脑外部的其他分区流出，逐渐向内部聚集，最终集中于脑干部分。这时，这个毫无学习功能的脑部分区就会成为主导，我们会感到自己无法思考，也学不进新的东西，轻则学习效率下降，重则根本无法进入工作或学习状态。因此，我们要放松心情，轻松备考，轻松上阵。

接下来就是缘脑，从进化的角度来看，比脑干稍先进一级的脑部分区是缘脑。猴子、奶牛及海豚等哺乳类动物也有缘脑。这一脑部分区主要支配人的感觉和情绪，负责保持人体内环境的动态平衡。说得通俗易懂一些，就是让我们始终处于身心健康的状态。而且，缘脑也与长期记忆息息相关。

每当人脑接收到一条新信息时，缘脑就会首先被激活。因为它主要负责人体的生理及心理平衡，而人脑所有分区从本质上来说只有一个功能，那就是确保生命安全。因此，缘脑必须充当信息过滤器，将新的信息与既有经验进行分析比较。如果得出的结论是正面的，也就是说同类的信息曾经给我们带来积极的影响，那么缘脑就会开绿灯，允许这条信息传递到大脑皮层，等待进一步深度处理，我们也会从主观上感到愉悦，产生处理这条信息的动力。比如，你曾经成功地完成过一次产品展示，那么你在今后的工作中也自然会更加乐意接受此类任务。但如果你曾经有过一次失败的经历，那么缘脑在下次接收到同类信息时，或许就会亮起红灯，试图拦截这一信息，从而保护心理不再受到同样的负面影响。毕竟，心理上的稳定对于生存的意义也是不可小觑的。最后一种情况是，如果人脑接收到的信息没有太大的倾向性，既不是特别积极的，亦非完全消极的，那么它仍然能够通过缘脑的过滤与监控，顺利进入大脑皮层，但在这种情况下，大脑皮层无法得到强烈的刺激。这就意味着，这条信息不会给我们留下很深的印象，自然也无法进入长期记忆区域。

缘脑是严格依照既定的模式来完成工作的。只要成功过一次，就相当于获得了长期的通行证，因为心理上的积极反应对人类生存来说无疑是不可或缺的。



但从另一个角度来说，如果我们一直墨守成规，始终遵循既定的工作与学习模式，那么我们就永远学不到新知识，无法取得进步。我相信，每个人都曾经体验过改变有多么难。因此，每个人其实都在时刻与自己的习惯作斗争，试图挣脱惯性的束缚。回到学习的话题上来，缘脑的这种工作原理会使得我们越来越抗拒学习。小时候在学校里的种种不愉快经历已经让许多人在潜意识中把学习和消极情绪联系在一起了，这使得我们的缘脑在接收到新信息时，自动屏蔽了许多至关重要的内容，加大了我们工作与学习的难度。

缘脑固执有它固执的道理，在面临生命危险的时候，比如遇到老虎，这种过滤机制确实是非常有益的，它能够让我们停止无谓的思考，直接作出本能的反应，要不就冲上去制伏眼前这只老虎，要不就撒腿逃跑。如果没有这种过滤机制，我们的大脑就会不由自主地胡思乱想：“我是跑，还是不跑，我应该向哪个方向跑？有没有可能跟老虎谈谈，让它不吃我，或者，我把我篮子里刚刚采的果子给它吃，以后不要吃荤了，改吃素吧……”

因此，要多学习，并调整好心态，轻松地学习，把学习与积极情绪联系起来，并且运用科学的思维方法，让自己顺利通过，然后不断地重复，刺激自己的缘脑，让缘脑明白，学习是一件多么有趣的事情，从此以后，缘脑就会给你开绿灯，获得长期通行证，让你一路通畅，你就会发现自己越来越喜欢学习了。

在学习的过程中，还有很多科学的方法，比如，图片就比文字容易记住，那是因为图片能积极地调动你的右脑。

人生是一种体验，生命是一个过程。

昨天的痛苦，今天回忆起来是一种美好，昨天的奋斗，今天想起来是一种自豪。那今天的痛苦，明天回忆起来同样是一种美好，今天的奋斗，明天想起来也同样是一种自豪。

青葱岁月，美好年华，飘香的玉兰树下，我们拿着书，低着头，在进考场之前，拼命翻看，恨不得一口气把它直接吞到肚子里。

那粉红的笔记本，威严的监考老师，零碎的小纸条，还有那熟悉的上课铃声，紧张的考试氛围。

光阴荏苒，岁月如梭，推开记忆的大门，那些年，那些人，那些事，那些一起走过的青葱翠绿、花开馨香的岁月，在似水的流年里沉浮。

不要怕，跟准小艾，奋战中级，然后一起走过校园，走过考场，走过青春。

陈艳红

2017年5月