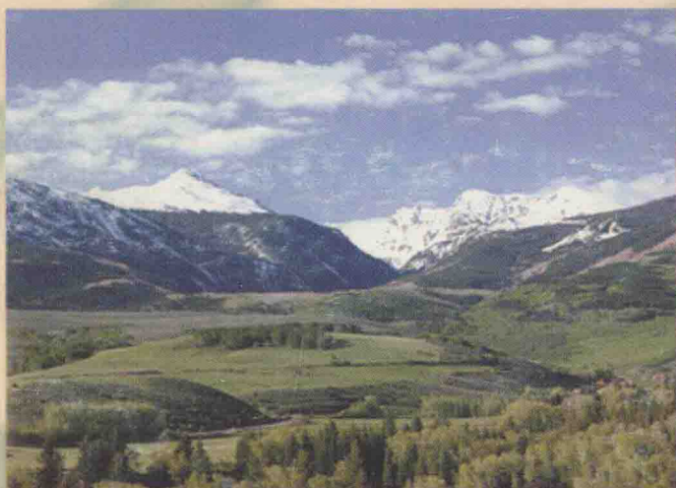


医学学习 方法导论

主编 胡永新 余启胜
高健群 詹泽群



中国环境科学出版社

封面设计 李健军



ISBN 7-80135-941-0



9 787801 359414 >

ISBN 7-80135-941-0/R · 093

定价：12.00元

医学学习方法导论

主 编 胡永新 余启胜
高健群 詹泽群
副主编 徐国华 周应福 涂 映
胡文立 袁 林
主 审 张兴荣

中国环境科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

医学学习方法导论/胡永新,余启胜,高健群,詹泽群主编. —北京:中国环境科学出版社,1999.12

ISBN 7-80135-941-0

I. 医… II. ①胡… ②余… III. 医药卫生人员—学习方法 IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 68576 号

中国环境科学出版社出版

(100062 北京海淀区普惠南里 14 号)

南昌市印刷五厂印刷

新华书店总店科技发行所发行 各地新华书店经售

*

1999 年 12 月第一版 开本 787 × 1092 1/32

1999 年 12 月第一次印刷 印张 9.25

印数:1—5000 册 字数 207 千字

ISBN 7-80135-941-0/R·093

定价:12.00 元

参编单位及作者

江西医学院 胡永新 余启胜 胡文立 袁 林 朱志朝
郑小燕 喻华宝 张兴荣 祝子瑞

江西省卫校 詹泽群

宜春地区卫校 高健群 谢天麟

南昌铁路卫校 徐国华 涂映

南 城 卫 校 周应福 吴小文

目 录

绪论	(1)
第一节 医学学习的概念	(1)
第二节 医学学习的目的	(4)
第三节 医学学习的条件及利用	(7)
第四节 医学学习的特点	(10)
第一章 医学学习方法的哲学理论基础	(13)
第一节 科学问题与科学实验	(13)
第二节 科学假说与科学理论	(22)
第三节 科学抽象与逻辑思维方法	(29)
第四节 创造性思维与创造力开发	(35)
第五节 系统思维和临床思维方法	(42)
第二章 医学学习的基本原则	(47)
第一节 理论联系实际的原则	(47)
第二节 系统性和循序渐进性相结合的原则	(51)
第三节 巩固性原则	(56)
第四节 量力性原则	(59)
第五节 科学性原则	(63)
第六节 知识积累与智能发展相结合原则	(68)

第三章 医学学习的基本方法	(73)
第一节 科学用脑的艺术.....	(73)
第二节 科学读书的方法.....	(76)
第三节 科学利用图书馆的方法.....	(80)
第四章 把握各医学环节学习的基本方法	(86)
第一节 制定学习计划.....	(86)
第二节 预习.....	(90)
第三节 听课.....	(93)
第四节 课堂笔记.....	(96)
第五节 复习.....	(98)
第六节 作业.....	(103)
第七节 技能训练.....	(105)
第八节 自学.....	(108)
第九节 考试.....	(113)
第五章 常用记忆方法	(119)
第一节 记忆的概述.....	(119)
第二节 回忆法.....	(129)
第三节 再认法.....	(133)
第四节 节省法.....	(134)
第五节 协同记忆法.....	(136)
第六节 理解记忆法.....	(140)
第七节 概括记忆法.....	(144)
第八节 数字记忆法.....	(149)
第九节 歌诀记忆法.....	(154)

第六章 医学技能学习的方法	(158)
第一节 技能的概述.....	(158)
第二节 模拟学习法.....	(162)
第三节 反复练习法.....	(164)
第四节 理解法.....	(166)
第五节 方式多样化练习法.....	(169)
第七章 基础课的学习方法	(171)
第一节 政治理论课的学习方法.....	(172)
第二节 语文及写作课的学习方法.....	(177)
第三节 英语的学习方法.....	(185)
第四节 医学基础课的学习方法.....	(193)
第八章 临床专业课的学习方法	(200)
第一节 临床专业理论课的学习方法.....	(201)
第二节 临床见习的学习方法.....	(205)
第三节 临床毕业实习的学习方法.....	(209)
第九章 医疗体育的学习方法	(215)
第一节 健身的方法.....	(216)
第二节 健美的方法.....	(222)
第三节 医用体育疗法.....	(226)
第十章 接受美育的方法	(231)
第一节 通过课堂学习接受美育的方法.....	(232)
第二节 通过艺术手段接受美育的方法.....	(234)

第三节	通过自然熏陶接受美育的方法·····	(238)
第四节	通过日常生活接受美育的方法·····	(240)
第十一章	医学学习的自我评价·····	(244)
第一节	学习的自我评价的概念和类型·····	(244)
第二节	学习的自我评价内容和方法·····	(245)
第三节	学习的自我评价的作用和意义·····	(247)
第十二章	医学学习的自我调节方法·····	(250)
第一节	张弛有度的方法·····	(250)
第二节	激发学习兴趣的方法·····	(254)
第三节	清除心理障碍的方法·····	(258)
第十三章	医学生适应学校生活的方法·····	(270)
第一节	集体生活·····	(270)
第二节	业余活动·····	(273)
第三节	公益活动·····	(278)
第四节	勤俭节约·····	(285)
后记 ·····		(287)

绪 论

医学学习是一种专业性的学习。从中学跨入医学院校后,同学们面临的教学方法和学习方法与中国相比均发生了很大的变化。如何尽快适应医学院校的学习与生活,完成从中学生到医学生的转变,建立合理的知识结构,加强技能和技巧的培养,这是摆在每一个医学生面前的重要课题。

第一节 医学学习的概念

一、什么是医学学习

学习,从广义的角度而言,是指动物和人的经验获得及行为变化的过程。可以说,凡是有行为方式的改变、对新的条件发生个体适应的地方就有学习。

狭义的学习则是专指学生获得知识和技能、提高智力与才能的过程,即所谓智育。

中学的主要任务是学好科学文化的一般基础知识,为他们升学或就业做好准备。他们所学的文化科学知识和读、写、算等基本技能,从理论上而言是一个现代化国家的公民应该具备的一般知识和技能。而医学学习是一种非常专业性的学习,职业倾向性也非常明确。这种职业倾向性也必然决定了医学学习的过程要往专业培养方向方面努力,而这种明确的专业性和职业倾向性,也将制约着医学学习的各个环节。

医学生在学习专业知识的时候,对本专业所包括的各门课程,都必须努力学习和掌握,要对各门课程之间的相互关系和内在联系力求融会贯通,而切不可凭个人的兴趣和爱好出发,偏重于某一门课程的学习而忽视另一门课程的学习。同时,还应广泛地摄取与专业有关联的知识。一个优秀的医学生不仅应当掌握本专业本学科的知识,而且还应当尽量开阔自己的知识面。随着当代科学知识的高度发展,出现了各门学科之间相互渗透,学科之间横向联系的趋势。这对医学生在知识的掌握上提出了更高的要求。当然,由于医学生在校学习的时间是有限的,不可能在每个领域里都掌握广博的知识,只能要求在和本专业关系比较密切的领域内,尽可能地扩大自己的知识面,以适应当代科学发展所提出的新要求。

医学学习又是一种艰苦的脑力劳动。一个人无论天赋条件如何优越,不刻苦努力学习,不掌握真本领,就不能取得事业上的成功。古往今来,凡是在科学上有所建树、在事业上有所成就的人,无不经过探索和坚韧不拔的学习。我国古代医药学家李时珍为了编写《本草纲目》踏遍名山大川,行万里路,请教了上万人,写了上千万字的笔记,刻苦钻研,历时 27 年才写出脚本,以后又不断丰富完善,一直奋斗到逝世。可见科学知识的获得,没有持之以恒、坚韧不拔的毅力和艰苦奋斗的精神是不可能的。

二、掌握医学学习的规律

对于一个医学院校的学生而言,尽快熟悉大学的学习特点与规律,是进入大学后的当务之急。在医学学习过程中,要处理好基础课与专业课、理论课与实验课、知识获取与能力培养的关系。

1. 基础课与专业课的统一。医学院校的基础课一般分为

公共基础课和专业基础课。公共基础课是为了帮助学生树立正确的世界观、道德观,掌握必要的语言工具和锻炼健康的体魄而开设的必修课。专业基础课是向学生讲授与他们所学专业密切相关的一些基础理论、基本知识与技能的课程。专业课则是医学生所学的本专业的理论、知识和技能的科学体系,在整个课程结构中它是标志培养对象专业特点的中心组成部分。这三类不同层次的课程,在医学学习中都占有一定的地位,是一个密切联系、有机统一的整体。一个重要的问题就是要正确认识和处理基础课与专业课的关系。俗话说,根深叶茂。因此医学生既要学好基础课,又要在此基础上学好专业课,并努力使这两方面的学习有机地统一起来。

2. 理论课与实验课的统一。在医学学习过程中,要克服轻视理论、轻视书本知识的倾向,切实加强基础理论知识的学习,用较多的时间把理论课学好。必须提倡钻研、认真学习的精神,并且不断地研究学习方法,把书读活读好,提倡学与思结合、理解与记忆结合、吸收与消化结合。但另一方面,实验、实习也是未来从事医疗和科研的需要,在实验课中,应当发挥主动精神,开动脑筋,勤于动手,要逐步摆脱对指导教师的过分依赖。通过实验课,既加深、巩固所学的理论知识,又通过实验操作、观察现象、测量数据、分析记录,培养动手能力、观察能力、思维能力和分析能力以及严谨的科学作风和独立从事科学实验的本领。

3. 知识与能力的统一。广博的知识是培养和发挥能力的基础。能力的培养,既激发求知的渴望,又会促进知识的积累。俗话说,无知则无能。不注意学习新知识,发展能力就会成为无源之水、无本之木。知识应是基础,能力是在知识的基础上形成的。在医学学习的过程中,首先是获取知识,然后才

是将知识在必要时提取应用,在不断应用中形成能力。由于医学生的生理、心理发展均达到一定的水平,并具备了一定的社会生活经验和中学学到的基础知识,在学习成才的最后阶段已具备了继续深造的能力基础,是进一步学习知识和培养能力的最好时机,确立目标,努力发展能力,把自己培养成全面发展的适合我国社会主义现代化建设需要的合格人才。

第二节 医学学习的目的

医学是一门救死扶伤的学科,它的最终目的是治病救人,服务社会、造福人类。它既与历史条件和社会时代联系,又与个人的主观愿望和主观努力密切相关。因此,只有适应时代的发展,满足社会的需要,实现事业的创造,才能正确地达到医学学习的目的。

一、适应时代的发展

1.适应时代对医学知识的要求。从某种意义上而言,当今世界的新技术革命,是脑力的革命和知识的革命,同时又是一次多学科、跨领域的革命。知识的创造周期、陈旧周期和物化周期不断缩短,医学知识也不例外。一方面,医学知识在短时间内急剧增长;另一方面,医学知识的发展出现了高度分化、高度综合的一体化趋势,并且综合的趋势已占主导地位,各类相关知识相互渗透、相互交错的趋势加强。为了适应现代医学科学技术的高速发展,医学生在医学学习过程中,要注意设计合理的知识体系,不仅要刻苦攻读目前开设的各门医学课程,而且要全面了解自己专业领域内的各类相关知识和未来发展趋势,不断学习新的医学知识,吸取世界上最新的医学科

技成果。同时,还应根据当前世界医学知识领域内出现的高分化、高综合的趋势,不仅要把自己培养成懂得专业知识的专长,而且要注意拓宽知识面,把自己的眼界扩大到相关的学科领域中去,扩展到人类实践的历史过程中去。

2.适应时代的竞争机制。新技术革命兴起的时代,一个最大的特点就是竞争。对于国家而言,竞争的胜负关键在于人才;对于个人来说,谁在人才竞争中立大志,谁就能成为高质量的人才。在改革开放的新形势下,社会为每个人提供了均等的环境、条件和机会,而谁能获得成功,则要看每个人的能力水平、素质水平和努力程度。对于在校进行医学学习的医学生们而言,就是要努力把自己塑造成为创造型、开拓型的人才,即思想解放、目光敏锐、勤于探索、不断进取、不尚空谈、注重实干、激流勇进、百折不挠,只有这样,才能适应改革开放新形势下的竞争。

二、满足社会的需要

我国十二亿人口中,有八亿多人口在农村,加之我们在经济发展水平上还比较落后,因而医疗卫生工作的各种客观条件与现实环境及普及的范围和水平与发达国家相比还存在不少差距。而且,随着医学模式的转变,传统的医学观、疾病观、健康概念、医学社会目标都发生了深刻的变化。医学生要使自己成为符合社会需要的合格医学人才,必须确立崇高的理想和追求。国家的强盛、民族的振兴、医学的发展、社会的需求,需要大批又红又专的医学人才。而当代医学生又正处于一个特殊的社会历史发展阶段,即实现国民经济和社会发展“九五”计划和2010年远景目标,经过15年的努力,使我国社会生产力、综合国力、人民生活水平再上一个大台阶,为实现下世纪中叶的第三步战略目标奠定坚实的基础。同学们求学

于 20 世纪之末，将毕业于下世纪之初，成才于未来的 21 世纪，是跨世纪的一代新人，也是支撑社会发展的栋梁之才，应以发展社会主义医学事业为己任，努力学习医学科学知识，把自己培养成无愧于社会、有益于人民的医学人才。

三、实现事业的创造

1. 事业的创造是艰苦的劳动过程。科学在于探索，事业在于创造。创造性的劳动是艰苦的，不是轻而易举的事。创造性的劳动过程包括创造性思维过程、创造性活动过程、创造性获取成果过程，其中包括了若干个阶段。事业的创造过程是一个复杂的新产品加工过程，要受创造者的主观条件和客观环境因素的影响。这一过程的阶段，也没有一成不变的固定模式。医学生正处于事业创造的准备阶段，是未来事业的创造者，今天的医学学习过程就是为了未来事业的创造做准备。因此，医学生在现阶段的医学学习过程中，就必须努力培养自己的创造性意识和提高自己的创造能力。

2. 必须把创造力的培养放在重要位置。所谓创造力就是对自己积累的知识和经验进行科学的加工和创造，产生出新的知识、新的思想、新的概念、新的成果和新的产品的能力。医学生在学习过程中要努力做到：(1) 努力掌握基础知识。扎实、宽厚的基础知识是创造力不可缺少的材料之一。目前有不少同学注重临床课程的学习而轻视基础课的学习，这对于创造力的培养是不利的。医学生们在校学习期间已进入了创造的初期，要刻苦攻读专业，继承前人丰富的知识成果，为今后的事业创造打下坚实的基础，(2) 要不断获取新知识，拓宽知识面。近十年来科学技术的新发现、新发明比以往二千年的总和还要多，而且每七至十年，人类知识的总量就要翻一番，而某些学科的知识三到五年就要翻一番。现在医学生们在校

所学的知识一般而言还相对稳定。这与日新月异的知识更新差距甚大。因此,医学的学习过程不仅要继承前人的知识,更要努力获得新的知识,拓宽知识面。(3)要培养创造性的学习方法。能力是在知识的基础上形成的,它表现出探索性和求新性。创造性的自觉能力包括时间的运筹、信息的搜集和掌握、查阅资料、利用图书馆和熟悉工具书等能力。(4)要努力参加实践活动。在校期间的临床实习、工作之后的临床实践都是重要途径,知识向才能的转化必须通过实践这一环节,这是一个不可缺少的重要因素。

第三节 医学学习的条件及利用

医学生进行医学学习的过程是通过教学的过程来实现的。而教学过程是按照一定的教学内容,通过一定的教学形式与教学方法来进行的。当学生开始学习一门新的学科时,常常由于好奇而多少有一定的求知欲,但随着学习深入而遇到种种困难,或缺乏满足这种学习需要的各种条件时,就可能逐渐对这门学科的学习丧失兴趣而持否定态度。因此,除了校园内良好的学习环境、学习风气、学习条件、学习设施等,掌握和利用好教与学这对相互制约的客观与主观因素是一个极其重要的方面。

一、掌握好教的客观条件

1.做好课堂讲授。教师在教学过程中起主导作用,在课堂讲授中要明确本学科在专业中的目的、任务、地位和作用,保证本门学科的科学性、系统性和思想性,在讲授方法上有一定的逻辑性和艺术性。

2.开展课堂讨论。在教师的指导下,学生运用所掌握的理论知识,分析问题,拓展思路,锻炼逻辑思维能力和口头表达能力,同时可检阅学生的学习效果和能力水平。

3.进行实验操作。有由教师操作的演示实验,引导学生认知尚未认知的新知识;有主要由学生操作的验证实验,来巩固、加深、强化所学的理论知识,还有大多为学生自己动手的设计性实验操作,这类实验能够探求新的知识,是培养学生具有初步科学研究能力的创造性实验。

4.开设专门习题课。在教师的直接指导下,学生将所学的知识应用于实践,初步将知识转化为技能。如习题演算、绘制图表、整理数据、分析难点、查阅资料等。

5.组织好现场观摩。通过直接观察,帮助学生进一步理解和掌握理论知识。如组织学生临床见习疑难病例、观察重大手术进展过程等。

6.搞好自学指导。学生在教师的指导下,通过自己的自学活动,积累了大量的信息,补充课堂知识的不足,教师要及时检查学生的自学情况,通过课堂提高、检查读书笔记、完成作业等情况,了解学生自学的深度和广度,以进行有目的的自学指导。

7.重视临床实习。临床实习能有力地促进专业知识和临床实际相结合,是一种综合性的活动,能为学生顺利地适应毕业后的临床医疗卫生工作打下一定的基础。同时也是对学校的教学质量的综合检验。因此,临床实习是医学生的一个重要学习环节。

8.进行科研训练。高等医学院校培养的专业人才,不仅要掌握一定学科领域的基础、专业理论知识和技能,而且要求能在本专业范围内承担某些科技发展所提出的任务,创造