

清华学子求学之路(三)

东方闻睿 编著

中国文化艺术出版社

清华学子求学之路(三)

东方闻睿 编著

出版社: 中国文化艺术出版社

书号: ISBN 7 - 5039 - 2053 - 3

版权所有: 焯子工作室

类别: 人生哲学 - 通俗读物

出版时间: 2004 - 11 - 23

字数: 27 万字

内容提要:

能考进清华大学, 关键是在于自己的努力。在中学时期能够做到听好课, 探索适合自己的学习方法, 加上有能够吃苦的精神, 所以才取得了最后的成功

第一部分
勤奋，可点石在金

超越自我

能考进清华大学,关键是在于自己的努力。在中学时期能够做到听好课,探索适合自己的学习方法,加上有能够吃苦的精神,所以才取得了最后的成功。

清华才子平凡中的不平凡

每一位考入清华园的学子,无一不是高中时代的佼佼者。作为优秀学生,他们和那些普通学生相比,有哪些不相同的地方呢?经过调查显示,他们在很多方面都比别人做得好。如果你也想像他们那么优秀,弄清他们在哪一点比一般人不同,或许就是成功的第一步。

一、学习有严密的计划

清华才子在学习过程中一旦发现以前所学的某方面知识生疏或遗忘,就会立即去复习,或者将该内容的复习纳入到自己近期的学习计划中。他们对一学期或一学年常有规划,一般对近期该做什么、怎么做。做到什么程度算做好都有安排。很多学生在学习过程中虽然发现学过的知识已生疏或遗忘了,但不会主动去复习。他们认为复习没用,最后还是会忘记,不如到临考试时再复习;或者认为老师又没让我复习,我干嘛多此一举呢?一般学生往往对一学期或一学年没规划,对近期该做什么、怎么做、做到什么程度算做好都不知道。他们认为能及时完成老师布置的作业就万事大吉了。

清华才子在中学时代就有理想,并能在学习过程中体现出来,也就是说他们的实际行动在向理想靠近。很多同学也有理想,只不过是口头上说说而已,而在实际的行动上并不能表现出来。

清华才子在学习计划中计划性强,强调自我反馈,功夫在平时都下到了,所以能分清本末,取舍分明,有主见。他们不打疲劳战,能注意自我保护,并力求做到事半功倍。因此,他们考前,显得很轻松。一般学生由于没有计划性或者说计划性很差,通常一忙就乱。他们不得不在考前加班加点,打疲劳战,认为考前临阵磨枪,不快也光(岂不知这样做即使取得一时的好成绩,但由于能力、悟性都没得到及时的培养、开发,为今后学习新知识埋下了隐患)。

清华才子一般能将老师的计划纳入自己的计划之中,如当老师要求同学们复习时,优秀学生早已开始复习甚至已经复习完了。一般学生是被纳入到老师的计划之中的,如当老师要求学生做什么,这些学生只能按老师的要求去硬着头皮安排复习时间和先后顺序等。

二、清华才子按老师的要求去做

清华才子们认为,老师的要求不是完全针对自己的。老师的出发点和目的都是为学生的未来好,并不会要求学生在表面上的绝对服从。自己现在应根据自己的实际情况,去决定对老师的要求执行还是不执行,或者只执行其中的一个部分,这并不会违背老师的意愿(他们并不是为了偷懒,而是为了更好地学习)。普通学生总把老师的要求当做任务来执行:一切按老师的要求做,以做完为标准,至于做的质量怎么样倒不是他们所关心的。他们一般认为,老师的话就是圣旨,不执行不行。他们怕批评、罚站、找家长,怕丢面子。他们是以完成任务。维护自己的面子为出发点去做的,

而不是为了自己的学习本身去做的。他们认为学生必须得听老师的,老师叫干什么,自己就得干什么。

三、清华才子对待课本、题目、知识有技巧

1. 清华才子从根本上弄透一个知识点,不仅能把它融入已有的知识中,使它们成为一个有机的整体,而且还能做到“知其然,亦知其所以然”。在学习过程中,他们通常都能去努力思考“怎么想起来这样的”、“这样做的目的、意图是什么”这两个问题。他们不会想当然地接受任何知识、现象。他们不仅寻求任何事物的因果关系,而且还认真体验在寻找因果关系时的心理感受过程,并不断地对这种体验进行总结。一般学生往往从感觉上去接受知识,很少去探索蕴藏在推理过程中必然存在的逻辑性。

2. 优秀学生能将课本读活,能从中读出“味”来。他们能从看书中发现自己的不足之处,并在学习过程中将它克服掉。一般来说,他们平时都能自觉地根据需要复习课本。一般学生很容易将书读死,在看书过程中心里常感到茫然,觉得课本枯燥无味,越看越不想看。因此,他们平时不愿意看书,即使老师要求看,也只是敷衍了事地看看而已。他们有时觉得打开课本什么都会,而合上课本又什么都不会。

3. 题目对于优秀学生来说,只有会做、不会做之分,很少有做过不知对错的。因此,在考完试后他们差不多马上就能知道自己能考多少分。一般学生常跟着感觉做题,做完不知对错。考试之后常感觉不错,但实际上并不怎么样。

4. 优秀学生在在学习过程中追求对知识的理解、领悟,力求将知识转化为自己的。做题时,他们注重知识的运用,并感受运用知识时的心理活动过程,力求探索或找到怎么想起来这样做的,并力争将一道题变成一个题型。他们做题时注重分析、思维的过程,尽可能地使自己的思维过程呈连续状态。他们追求“以不变应万变,尽得其机”的境界。一般学生看重分数,不考的知识他们一般不去看,认为看了不考等于白看,浪费时间。他们做题时,只是跟着感觉走,不存在有意识的知识运用,他们做题的目的或许是为了见多识广,做到熟能生巧,甚至希望能碰到考试题目。因此,他们平时会投入大量时间,做大量题目。

四、清华才子的课堂“拿来主义”

他们能充分利用课堂上的零碎时间,甚至挤出时间,主动出击,力争做到当堂知识当堂记住。当堂知识当堂吸收。他们力求弄透、弄精,力求与以前所学过的相关知识进行联系,并在听课过程中保持其思维的独立性。一般学生,在课堂上不能有效地利用时间,属于被动的、等待式的学习。老师说一句,他就听一句,然后就等着听老师讲的下一句。他们对本来能在课堂上记住的内容,不去记住,而是等待课后复习时再记,加重了自己课后的负担。

清华才子能从自己的思维圈而进入老师的思维圈。他们能够揣测老师的心理活动,了解老师思维的发生和辩证选择过程。他们能充分发挥自己的主体性,使自己的思维过程具有独立性,从而将老师的智慧转化为自己的智慧。一般学生只是顺着老师的思路听,处于被动地位。他们丧失了主体性,其思维活动是依附于老师的思维活动而存在的,不具有独立性。

清华才子有时被老师误认为其听课不认真,而事实上,他的大脑内部在快速运转,知识已进入大脑并在不断的加工。他的“不正常状态”,正是他认真学习的外在反映。也就是说,从本质上看,他们是真正的在认真听课。一般学生从外观上看,往往表现出非常虔诚的样子,很讨老师的喜欢。而事实上,此时他们的大脑处于半工作状态,低速运转,知识进入大脑的转化过程也不科学。不彻底。也就是说,从本质上看,他们的听课并不是真正意义上的认真。

五、清华才子能清楚的认识自己

大部分清华才子发现别人的长处就学习,发现别人的短处就自我提醒。他们能经常解剖自己。他们虽然相信人无完人,但能力争完善自己,尽力做到尽善尽美。一般学生往往拿自己的长处与别人的短处相比,常常感到自己还不错,自我欣赏,自我陶醉,不思进取。他们对自己的缺点,往往以世上没有十全十美的人为理由来加以原谅。

大部分清华才子能在失败时找出根本原因,并能在日常生活、学习中改正过来。他们逐渐形成了反馈意识,避免类似失误的再次出现。一般学生,在失败时往往能找出许多不该失败的理由(更多情况下是借口)。他们认为此次失败没什么了不起,只要下次注意一下或细心一下就行了,但下次往往又重犯旧错。

清华才子知道在学习中积累自我心理调节的方法。他们对别人取得成功的经验都想亲自试一试,以学得别人的长处。他们注意探索怎么学,喜欢将别人所说的类似于“好好学习”、“独立思考”、“知识的点、面、体演变”等空洞的说词转化为自己的至理名言。在听课过程中,他们能揣测老师的心理活动,并从每一位老师身上学到可贵的优点。总之,他们在学习过程中能基本上做到研究自己、研究学习、研究教育,从而让自己更为理智地学习。一般学生,很少去思考别的事,认为那些问题不是他所应该思考的。他们只知道学、学、学,但不知去探索怎么学,认为这不是课本上所写的,考试又不考这样的题,探索也是白探索。在学习过程中,理智成分少是他们共同的特点。

清华才子干什么都抱积极的心态,能积极参与。虽然他们也注重结果,但他们更重视过程,从不消极等待。他们希望大家都能学好,有水涨船高的思想。一般学生在处理各种事情时心态一般,易有嫉妒之心,不愿意帮助比自己差的同学,害怕别人赶上他。

六、清华才子的学习价值取向

清华才子认为进学校就必须搞好学习,学习是学生的本分,学习实质上就是为自己的将来投资,为自己的将来创造条件和机会,没有理由不好好学习。他们不计较学习的条件,没有条件创造条件也要学,能充分发挥自己的主观能动作用。一般学生也知道学习是在为自己学,但在其行动上却变了味:他们似乎是为家长而学,似乎是在完成家长或老师交付的任务。他们多学一点就会抱怨,好像吃了多大的亏。他们有时甚至还会与家长讨价还价,不满足条件就不学。

除此之外,清华才子还有许多优秀的地方,不再一一列举,从以上几方面,核对一下你自己,你做到了多少?如果你全都做到了,那么,只要你加上勤奋,你一样能像他们那样获得成功。如果还有很大的差距,那么就要加倍努力。

请感悟一下,自己从开始看该书到实践两个月后的这段时间中心理所经历的微妙的变化,并将

之描述下来。

神童的四大成才因素

纵观清华才子的成功之路,我们可以看到,要有好的学习,以下的四点十分重要:

1. 天赋
2. 学习态度
3. 学习方法
4. 个人努力

事实上,每个人的天赋相差并不大,因此,后三点在学习过程中就更为重要了,下面的论述或许会对你有着一定的认识作用。

一、成才两要素说

有的人说,天才就是百分之九十九的勤奋加上百分之一的天赋;有的人说,天才是百分之一的灵感加上百分之九十九的汗水;有许多人都说,天赋加勤奋,就一定可以获得成功;还有的人说,成功有三个要素,即天赋、勤奋和机遇。

“机遇”实际上是一种客观因素,它隶属于主观条件。因而,上述看法的共同点,就是认为有了主观上的天赋加勤奋,就可以成才。

上述看法,有一个共同特点,那就是都强调了“勤奋”在成才、成功中的主要地位和作用,这是正确的。但是,科学地说,仅靠天赋和勤奋是不能成才的,也是不能成功的。

我们认为,从主观因素上说,要成才,必须同时具备四个要素,或四个条件,这就是天赋、态度、方法和勤奋。这四个因素缺一不可。人才,特别是创造性人才,都是这四个条件同时具备、相结合、共同发生作用的结果。所以,仅有天赋和勤奋不能成才,仅有其中任何一个、两个或三个条件都不能成才。

“成功”与“成才”是不同的,二者的条件也是不一样的。“成才”是指成为人才,而“成功”则是指在事业上获得成就,获得成功。

二、天赋

在成才的四个主观要素——天赋、态度、方法和勤奋中,有的是先天因素,有的是后天因素,天赋是先天因素,态度、方法和勤奋则是后天因素。先天因素是重要的,后天因素则是决定性的。

什么是天赋呢?天赋就是天资。在本书中,天赋是指人的大脑先天具有的资质。天赋高就是在大脑先天结构上具有优势,就是在决定人的记忆力和思维力的大脑结构上具有优势。天赋作为人的大脑生来就具有的生理特点,可能是由遗传物质的特点所造成的,也可能是在胚胎发育时造成的,但前者往往是主要的。因而,天赋这种生理特点往往是遗传的。

从人的大脑天赋到人的才能,要经过两步,即两个发展阶段。第一个阶段是从天赋到大脑能力的阶段,这个阶段可以称为大脑开发阶段;第二个阶段是从大脑能力到人的才能阶段,这个阶段可以称为才能增长阶段。而且,单有大脑的结构天赋不可能决定人的大脑能力,大脑的能力是由先天条件和后天条件相结合的结果,是由后天条件去开发先天条件的结果。在这里,先天条件就是大脑的结构条件,就是天赋条件;后天条件就是社会环境因素、教育因素和个人的学习因素。同样,在第二阶段的过程中,单有大脑能力也是不能获得才能的。在这里,人的才能也是由两个基本条件决定的,一个是大脑能力条件,一个是后天条件,即环境的教育条件和个人的学习条件。人的才能正是这两个条件相结合的结果。

人一生下来,就应当对其大脑的天赋进行开发,甚至在出生前的胚胎阶段就应当进行大脑开发,即所谓“胎教”。有些人不认识后天条件对开发大脑的重大作用,甚至认为孩子本身必然会随年龄的增长而具有大脑能力的,这种观点是错误的。一个人的天赋再高,或者说大脑的天生结构资质再好,如果没有后天条件的开发,他也决不会有人的大脑能力。一个人的天赋仅仅是一种潜在的大脑能力,一种可能的大脑能力,只有经过后天条件的开发,才可能变成现实的大脑能力。而且,一个人的天赋越高,后天开发条件越好,那么,他的大脑能力就越好,即记忆力和思维力越强。

我们举一个非常简单的例子来说明这个问题。1920年,印度人辛格在狼窝里发现了两个“狼孩”,大的约七八岁,小的约两岁。小的第二年死去,大的活了下来,名叫卡玛拉。在卡玛拉的教育和培养上,辛格和他的伙伴付出了巨大的精力。卡玛拉两年后学会直立,6年后才艰难地学会独立行走,4年之中只学会了6个词,7年才学会45个词,只能勉强地说几句简单的话。她16岁时死去。据辛格估计,当时她的智力只相当于一个三四岁的普通孩子的智力。“狼孩”的事实有力地说明,人如果在早期脱离了人类的社会环境,得不到后天的教育和学习,他就会失去人固有的特点,失去人的脑力,失去人的记忆力和思维力。

自发现第一个“狼孩”到现在,几十年来,人们已经发现了好几十个由狼、狗、熊、豹等哺养过的孩子。他们回到了人间,但是,他们中都没有任何人恢复到人的脑力,他们中没有一个人能完全回归到人类社会,这是一件令人悲哀的事情。在这些孩子中,在动物那里的时间越长,回到人间的时间越晚,他们就越远离人类社会,就越没有人的脑力和人的能力。相反,在动物那里的时间越短,回到人间的时间越长,越能融入人类社会,他们的记忆力和思维力越能得到较好的恢复。这就无可辩驳地说明了:同样是人的大脑,同样的天赋,如果没有后天条件的开发,就不会具有人的记忆力和思维力,就会失去整个人生;而且,后天条件越好,开发得越好,开发得越早,开发的时间越长,被开发者的大脑就会越聪明,就会有更强的记忆力,更高的思维力。

因而,我们没有理由不重视对大脑的开发,特别是对孩子大脑的开发。对大脑的开发,就是将后天条件与先天的天赋条件相结合的过程。天赋条件越高,后天条件越好,经过开发后,被开发者就会越聪明,就会有更好的大脑能力。

三、勤奋

成才的决定性因素是勤奋,这可以说是科学家们的共同看法。

勤奋,在“大脑开发”过程中和“才能增长”过程中都起着重大作用。这也就是说,勤奋是“后天条件(一)”和“后天条件(二)”中的最基本的因素。没有勤奋,就不能使大脑的天赋素质得到有效的开发,就不能把大脑的潜在能力变为现实的大脑能力,即记忆力和思维力——识记记忆力和动作

记忆力(模仿记忆力)、推理思维力和想象思维力(即推理力和想象力)。同时,没有勤奋,就不能使记忆力变成知识、经验和技能,就不能使思维力变成智能。这也就是说,没有勤奋,就没有才能,更没有天才。

勤奋包括脑勤和体勤。一般说来,在成才的过程中,脑勤的作用是决定性的,但是,体勤也是重要的,甚至是非常重要的。没有脑勤,就不可能成才;没有体勤,也会严重地影响成才过程,甚至使人不能成才。

想成名,又不想经过勤奋,经过艰苦奋斗,这对于很多人来说,仅仅是一个梦。

那些卓越的科学家,没有一个不强调指出勤奋在成才中的重大作用。

爱因斯坦说:“在天赋和勤奋两者之间,我毫不迟疑地选择勤奋,她几乎是世界上一切成才的催产婆。”

达尔文强调自己没有过人的机智,他说:“我所完成的任何科学工作,都是通过长期的考虑、忍耐和勤奋得来的。”

马克思认为,在科学上面是没有平坦的大路可走的,只有那在崎岖小路的攀登上不畏劳苦的人,才有希望达到光辉的顶点。

居里夫人说过:“在捷径道路上得到的东西决不会惊人。当你在经验和诀窍中碰得头破血流的时候,你会知道:在成名的道路上,流的不仅是汗水,更多的是心血;他们的名字不是用笔而是用生命写成的。”

郭沫若说:“形成天才的决定因素应当是勤奋。”

钱三强说:“古今中外,凡成就事业,对人类有所作为的无一不是脚踏实地,艰苦攀登的结果。”

那些卓越的科学家,所以能在科学上做出巨大贡献,无一不是他们长期勤奋、顽强奋斗的结果。

卓越的物理学家牛顿,出身贫寒,自幼艰辛,但是,他少年发愤,终生奋斗,终于成为一代科学伟人。牛顿在学习和研究中常常废寝忘食。有一次,朋友来访,牛顿竟忘了朋友。朋友实在饿了就把牛顿准备好的烧鸡吃了。待牛顿研究告一段落出来,看到盘子里的骨头时,他大笑着说道:“哎呀,我还以为我没有吃饭,原来早已吃过了。”他的朋友也跟着大笑起来。还有一次,牛顿研究到深夜,便煮鸡蛋充饥,可是煮的却不是鸡蛋,而是把一块怀表煮“熟”了。最严重的是,牛顿与情人约会时,竟然错把情人的手指当做通条塞进烟斗,最后与情人分手,以致终身未娶。

中国卓越的科学家李四光、童弟周、华罗庚、钱学森、茅以升、吴有训、钱伟长、钱三强等,他们哪一个不是勤奋好学。长期奋斗而获得成功的!

这些卓越科学家的勤奋人生,永远是我们成才过程中的学习榜样。

四、态度

态度,就是在学习中的态度,在成才过程中的态度。

态度,是由两个基本因素构成的,或者说是由两个基本因素决定的,一个是性格特征,一个是品德特征。有什么样的性格,有什么样的心理特性,就有什么样的态度;有什么样的品德,就有什么样的态度。

人的性格特征,心理特性,健康的心理素质,对人的学习过程、成才过程有重要影响。在这里,特别是人的意志、毅力、热情等性格特征对成才过程有重大作用。

品德因素对人的学习过程。成才过程也有重要作用和影响,但是,人们普遍对这个问题认识不

足。

改造思想以成才,这未必是一个新题目,但是,这却是人们普遍忽视的问题。本书就是要真诚地大声呼吁,家长们、老师们和同学们,要重视思想修养、思想锻炼或者思想改造。今天,学生的思想素质远远不能适应人类社会进步事业的需要;面对挫折的适应能力,也远远无法适应当今社会激烈竞争和生存的需要;更不能适应毕业后参与社会工作的需要;而且也不能适应学生时期成才过程的需要。

每个人都希望过幸福的生活,但什么是幸福呢?幸福就是人的主观因素与客观因素相结合后的一种美好的自我感受。每个人的主观因素不同,客观因素也不同,因而,每个人的个人感受就不同,而且千差万别。幸福主要是包括三个基本方面:一是身体状况,二是物质条件,三是精神状态。一个身体多病的人,他常常为此而感到痛苦,这势必严重影响他生活的幸福。因而,健康的身体是幸福的一个基本条件。物质条件固然也是幸福生活的一个基本条件,但是,由于人们主观世界的差异,不同的人对物质条件、物质生活的认识往往并不一样。精神状态也是人们幸福生活的一个重要因素。虽然人人都承认这一点,但是,人们对这一点的认识差别太大了。而且,精神因素也包括得太广了。这种种精神因素都会从不同角度影响着人们的生活,决定着人们是否幸福。

在这里,没有别的办法,只有按以下方法去做:首先,应当充分认识品德修养在成才过程中的重要作用,并逐渐坚信不移;其次,才会在自己的人生成长过程中从认识上真正重视品德修养;然后,才会在实践中注意进行自我思想改造,加强品德修养;最后,你才会在自己成长过程中慢慢品味到品德修养,的确对提高才能、特别是提高智能有重要促进作用。

五、方法

学习应当是一个苦学与巧学相结合的过程。这两个方面都是非常重要的。只强调苦学,不重视巧学,是不正确的;同样,只强调巧学,不重视苦学,也是不正确的。光苦学,不巧学,不能成才;光巧学,不苦学,也不能成才。苦学,就是刻苦学习,勤奋学习;巧学,就是用科学的学习方法去学习。很多人讲学习的奥妙,成才的奥妙,奥妙是什么?其实,奥妙就是一个学习方法问题。

有的人说:读书没有定法,学习没有定法。这种说法具有片面性。对于一部分具体的学习方法而言,一个人一个方法,对此可以说学习无定法,仅此而已。“学习无定法”不仅对基本学习方法是不能成立的,同时对于某些具体的学习方法来说也是不能成立的。比如说,“在记忆的基础上加强理解,在理解的基础上加强记忆”,这一正确学习方法就是对一切都适用的学习方法。

学习、成才有没有近路?有没有捷径?有人认为,学习只有刻苦奋斗,勤奋,没有近路,没有捷径。这种意见是不正确的。应当客观地说,学习的确有近路,的确有捷径。学习方法就是学习的途径、道路。如果没有不同的道路,没有不同的途径,而只有一条道路,一条途径,那么,在这里就无所谓近路,无所谓捷径,因为没有比较。但是,学习方法是非常繁杂的,即使是同类的学习方法也是各式各样的。既然有不同的学习方法,就有一个比较,就有比较好的和比较差的,差的学习方法就是笨路,就是弯路。有弯路就有近路,有笨路就有捷径。近路、捷径就是好的学习方法,科学的学习方法。

所谓近路。捷径决不是投机取巧,科学与投机取巧完全不相容。走近路、走捷径的惟一解释,就是寻找科学的学习方法,并应用这种学习方法到学习实践中去。如果不研究学习方法,不寻求科学的学习方法,不找捷径,不走近路,而总是走弯路,走笨路,总是绕道走,那就永远也达不到目标,

永远也不能成才。有的人勤奋一生,但却始终不出科学成果,原因何在?主要就是一个方法问题。而掌握了科学的学习方法,再加上其他条件,就会事半功倍,就会以较快的速度达到目标,而成为人才。

“学会怎样学习”,这的确是一个非常重要的问题。“学会怎样学习”,有两个问题,一个就是以什么态度去学习,另一个就是以什么方法去学习。如果没有正确的态度和科学的方法,就永远也学不会怎样学习。

我们应当在学习态度上进行一场革命,同时也应当在学习方法上进行一场革命。

自我测查学习习惯与应试技能

一、学习习惯与应试技能自我测查的方法

第一步:仔细阅读每一道题,在每一道题左侧横线上填写“是”或“否”

第二步:依照表一的格式造表,将表中的“标准答案”改为“个人答案”,然后在“是”“否”两栏内分别填上自己所选的题号。

第三步:对照标准答案分析个人所选的答案。例如,“准备与应试”这部分内容,“标准答案”中答“是”的题目序号是3和6,如果受测者将这两道题答成“否”,说明受测者在写作应试的准备方面存有缺陷。其他部分测查内容的对照分析与此类似。通过自选答案与标准答案的对照分析,受测者就能比较客观地发现自己在学习习惯与应试技能方面存在的主要问题,从而为以后纠正不良学习习惯、提高应试技能提供了方便。

二、学习习惯与应试技能自我测查

1. 直到临考前的晚上,我才对需要复习的大部分功课进行突击。
2. 当准备应试的时候,我变得紧张、不安,或由于某些其他原因而难以学习。
3. 在参加论述题考试前,我阅读所有与考试内容有关的材料。
4. 我常常得反复读几遍,才能理解一份材料。
5. 在阅读中,我抓不住重点。
6. 在答论述题之前,我先把答案想好,写在草稿纸上。
7. 在阅读时,遇到生词或词义无法从上下文中推测确定,我就查字典。
8. 除了重要的引证之外,我用自己的话记笔记,而不照搬作者的原话。
9. 考试期间,我紧张不安,不能像平常那样从容应答。
10. 我在零星的纸片上记笔记,而不记在笔记本上。
11. 在阅读中,有时我记下纲要,画出简图,或将有代表性的观点画成图表。
12. 我实际上连一个完整的句子包括哪些部分都不知道。

13. 我常常需要有一定的压力才能学习。
14. 我定期复习。
15. 我的学习常常被来访者、电话以及娱乐活动打断。
16. 只有在完成指定的学习任务后,我才做其他事情,我把这作为一项制度。
17. 我常利用做作业的时间玩耍、约会、看电影、散步、读小说、看电视或听音乐。
18. 有时,当我坐下来学习时,才意识到自己对课外作业究竟是什么还不清楚。
19. 我用学校里所学的书本知识来帮助自己理解外部世界中的各种事情。
20. 我把听课笔记认真整理并妥善保存。
21. 在写论文时,我不知结论怎样写。
22. 我往往无意中将不重要的材料记在笔记本上,这些材料考试中根本用不上。
23. 开始写作前,我要拟提纲,或拟定一份写作计划。
24. 我是在阅读课完了以后才记笔记,而不是边读边记要点。
25. 交论文之前,我通常要花几天时间来进行推敲,以便在定稿前,能把论文修改得更好一些。
26. 有时我不能如期完成作业,或匆匆忙忙地应付一下便交上去。
27. 我不喜欢某些教师或课程,这影响了我的学习成绩。
28. 我常常发现,自己还没弄清读的究竟是什么,便已看了好几页了。
29. 我常常跳过阅读时所碰到的表格和图解。
30. 我把书上的重点或难点做上标记,以便复习时能对此格外留心。
31. 我有一个卡片簿或索引本,用来记录生词和词义。
32. 阅读过程中,在一章结尾,我经常停顿一下,以便归纳本章要点。
33. 当我在学习中遇到问题时,我会毫不犹豫地提出来跟老师进行讨论。
34. 看书时,有时我会自言自语读出声来。
35. 我感到教师对我很冷淡。
36. 即使我知道正确的答案,我也时常害怕在课堂上回答问题。
37. 我常常睡眠不足,因而上课时昏昏欲睡。
38. 碰到新词汇适用的场合,我就去应用它们。
39. 我有一个明确的学习计划表,列出了学习时间和地点。
40. 我在学习时好做白日梦。
41. 我在学习时常常坐不住,因而无法把精神集中起来。
42. 开始学习新功课之前,我对先前学过的材料进行复习。
43. 如果没有正当理由,我一定坚持执行自己的学习计划。
44. 有时,我边看电视边学习,或者一边听同房间的人谈话,一边学习。
45. 在某一课程上我花费时间过多,而在其他课程上时间则不够用。
46. 学习时,我常常站起来,来回走走,看看报纸,或吃点零食。
47. 我喜欢想出具体的例子来证明所学到的一般原理和规则。
48. 开学初,我静不下心来,难以认真考虑功课。
49. 有时,我在课堂上或坐下来学习时,才发现没带所需的课本、铅笔、笔记本或其他学习用品。
50. 我利用某一课程中所学的知识来理解其他学科的东西。
51. 有时,我对所学材料进行“过度学习”,就是说,当第一次能够正确背诵时,并不立即停止学习,还要再背几遍。

52. 我实在不知道一篇论文究竟应当怎样开头。
53. 我对自己的功课感到担忧。
54. 准备应试时,有时我试图把书本上的话一字不漏地记在脑子里。
55. 我习惯在间接光线下阅读,而不在书桌前借助直接光线阅读。
56. 在对某章内容详细阅读之前,我先把这一章的内容大体例览一遍。
57. 我感到老师是我的朋友。
58. 我发现自己的学校生活大多是有趣的。
59. 在多数情况下,我是带着某种材料仅仅记到考试结束这样的想法,为应付考试而学习的。
60. 我尽可能快地阅读,以便能迅速而准确地完成指定的作业。

表一 学习习惯与应试技能自我测查表的标准答案

归类 序号	测查内容	标准答案	
		答“是”的题目序号	答“否”的题目序号
A	一般性的学习习惯与学习方法	14、16、19、38、39、42、43、47、50、51	12、13、15、17、18、37、40、41、44、45、46、48、49、53、55
B	阅读习惯与技能	7、11、30、32、56、60	4、5、28、29、34
C	对学校的态度	33、57、58	27、35、36
D	记笔记和写论文	8、20、23、25、31	10、22、24、26、52
E	准备与应试	3、6	1、2、9、21、54、59

学习习惯与应试技能自我测查表的标准答案,是具有良好的学习习惯与应试技能的受测者所应选择的正确答案。

学贵在勤

“勤能补拙是良训，一分辛苦一分才”这是华罗庚的亲身体会，也是他从一个初中生而成为大数学家的真实写照。对清华的学生来说，“自强不息，厚德载物”的校训已漫透到一代代学子的精神中，深深地影响着每一位清华学子。

成事在勤，谋事忌惰

成事在人。这是俗语，也是真理。一件事、一项事业，人是最根本的因素。你用什么样的态度来付出，就会有相应的成就回报你。如果以勤付出，回报你的，也必将是丰厚的。所以，某种意义上讲“成事在勤”实不为过。所以，养成勤的习惯，对于每一个青年人来说都是必须的。

有人将人生比作一段旅程是因为人生的艰难曲折，人在旅途上，他的目的不仅仅是游山玩水，他肩负着人生的使命，他要向前走，不停地走，一直走到人生的终点，体味人生的意义，无怨无悔地走进坟墓。旅途上的食粮是勤奋。没有它，一个人不可能在人生路上走很远，即使能走远，也是碌碌无为的，走了很长的路，却依然两手空空。只有勤奋，才能走好人生的路，获得事业的辉煌。无论是天才做到的亦或是没有做到的事，勤奋都可以在生命里令你做到。圣贤不是天生的，都是勤奋造就的。

南宋的思想家和教育家朱熹，是个从小立志当孔子的人。在他读书时，一天上午，老师有事外出，没有上课，学徒们高兴极了，纷纷跑到院子里的沙堆上游戏、打闹。不大的天井里，欢声笑语，沸沸扬扬。这时候，老师从外面回来了。他站在门口，望着这群天真活泼的孩子们“造反”的情景，摇摇头，轻轻地笑了。猛然，他发现只有朱熹一个人没有参加孩子们的打闹，他正坐在沙堆旁，用手指聚精会神地画着什么。先生慢慢地走到朱熹身边，发现他正画着《易经》的八卦图呢！从此，先生更对他另眼相看了。

朱熹这样好学，很快成为博学的人。十岁的时候，他已经能够读懂《大学》、《中庸》、《论语》、《孟子》等儒家典籍了。孟子曾说：“人人都是可以成为尧舜那样的人”当朱熹无意中读到这句话时，他高兴得跳了起来。他自言自语地说：“是呀，圣人有什么神秘呢？只要主观努力，人人都能够成为圣人啊！”

高高在上的圣人其实并非可望不可及。治学之路就如同登山，唯有攀登不辍，才能一步步靠近峰顶。“高处不胜寒”的圣人们的成功其实亦是由勤奋得来的。《史记·孔子世家》记载：“孔子晚而喜《易》，序《彖》、《系》、《象》、《说卦》、《文言》，读《易》韦编三绝。曰：‘假我数年，若是，我于《易》则彬彬矣。’”孔子读《易经》竟然能把编联简册的牛皮翻断三次，可见其勤奋。不管你是一个凡人，还是一个圣人，“勤”在你成为圣人的努力过程中，始终不可缺少。

世上成功之事，缺了勤就会变得不易实现，如果有了勤，成功也就不会太难了。

伟大的劳动造就伟大的成就，而勤勉耕耘也就得出了丰硕的果实。

两部历史著作，都出自勤劳者之手。而纵观历史，到处都是勤劳者汗珠的闪光。历史是勤劳者的历史，由勤劳者来执笔。而现在，以至将来，都会是如此。青年人要养成“勤”的良好习惯。

因为千金唾手得，一勤最难求。

有这样一则令人欣赏的小故事：

从前有一位老农，临死的时候，他把他的三位儿子召集到床前，对他们说：“我老了，我很快就要离开你们了。我不知道你们能否在我去世之后比现在过得更好？我担心将来你们会受苦，因此，在我们家的那块地里，我埋下了一坛金子，这是我一辈子积攒得来的，我死后，你们就把它挖出来分了吧！”

当老人于几天后死去后，他的儿子们便一齐在老人所说的土地上挖金子，然而，令他们感到奇怪的是，他们翻遍了每一寸土地，却始终没有找到那坛金子。儿子们失望了。恰逢播种的季节，带着失落的心情，儿子们将那块地进行了耕种。

几个月过去了，收获的季节来临了。由于儿子们深翻了地，地里的庄稼获得了前所未有的大丰收。儿子们此时才恍然明白了老人的深意。

勤奋是一笔价值远远超过金子的财富，金子虽然珍贵，但金子是不会失而复得的。纵然你有黄金万两，但坐吃山空，你总会有穷困的一天。唯有勤劳才是永不枯竭的财源。这一点，我们应该牢牢记住。勤能使人走向成功，聪明的人，勤而努力它能成就大事业，而比较愚笨的人，如果能以勤为本，笨鸟先飞，同样是获得成功的赢家。记得《圣经》中有这样一句话：上帝给你打开一扇门，同时就要给你关上一扇窗。你应该记住，勤奋实际上是弥补你自己某一方面缺陷的良药。

古希腊有位演讲家，他的口才很好，每一次演讲都能吸引众多的听众。但他年青的时候却有口吃的毛病，经常受到大家的嘲笑。为了改正这一缺点，他坚持天天练习说话。有的时候就跑到山顶上，嘴里含着小石子，训练自己的口型，摸索发音的规律。但是勤奋不懈的努力使他改掉了口吃毛病的同时说出了一口流畅悦耳的话音，从而实现了做演讲家的梦想。

自身的缺点并不可怕，可怕的是缺少勤奋的精神。自身之拙，可能会成为我们成功路上的障碍。但伟人、名人就是在克服障碍后得到桂冠的。即使是太行、王屋二山那么大的障碍也会被我们用愚公移山的精神，用勤奋一点点的挖掉，如果我们始终不放弃理想的话。勤奋面前，再艰巨的任务都可以完成，再坚定的山也都会被“移走”，成事成功只有勤，踏实勤劳，才能获得真正的东西，从而助你走向成功。

青年人要勤，就要忌“懒”，忌“惰”。懒惰是人的本性之一，稍不留神就会流露出来。所以青年人要时刻提醒自己：“成事在勤，谋事忌惰”。因为人生短暂，懒惰如自杀。

勤奋的人瞧不起懒惰的人，心灵的恬静是勤奋的人始终追求的，而懒惰的人却是始终沉湎于肢体的舒适之中。怕吃苦怕受累是懒惰者的症状，一无所得，受人嘲笑是懒惰者的下场。

懒惰者，缺少的是行动，他们是思想的巨人，行动的矮子。而其实，幸运只给勤奋者，等待只会浪费时间，等不来生命。懒惰，其实就是否定自己。把自己的生命，一点点送入虚无，而不想做一次奋斗，拯救自己。懒惰作为一种浪费，浪费的是比任何东西都宝贵的生命。青年时期，正是人生的黄金时期，这时勤一些将来受益无穷，相反，若懒惰一些，后患也将无穷。一个成功的人，是不会有让任何机会让懒惰得逞的。

青年人只有养成勤奋的习惯，才能在事业上获得成功。

勤奋是成功的奠基石

天道酬勤。没有一个人的才华是予生俱来的。每一个成功者的背后，都有着一连串儿的让人精神为之振奋之事。在成功的道路上，除了勤奋，是没有任何捷径可走的，在每个成功者的身上，都可以看到勤劳可好的习惯。

鲁迅说得更清楚：“其实即使天才，在生下来的时候第一声啼哭，也和平常的儿童一样，绝不会就是一首好诗。”“哪里有天才，我是把别人喝咖啡的工夫用在工作上。”