

序

记忆及其他



今年是我的“如何学习系列”在问世十年后的又一个重要里程碑——关键卷目新版本的再度发行。现在是《如何学习》第五版，《增进记忆》、《有效阅读》、《提高你的写作能力》和《考场高手》的第四版，《组织起来》的第二版。（《做笔记》、《掌握时间》、《运用你的计算机》诸书在今年仍然适用，没有重加修订。）

所有作者都相信他们的作品将流传久远，我们也曾这样希望（或认为），而事实上其中的绝大部分作品却早早地就被放进了放置剩余物品的箱子。正当此时，“如何学习系列”却声誉良好地进入它的第二个十年，为此我深感自豪，尽管稍觉惊讶。

为什么我的这些书在已经出版的学习指导书中成为销量最佳的呢？为什么这些书至今仍为人们所广泛需要？不只是学生，还有他们的家长，这些家长非常需要这些书以便做好工作。因为，自 1988 年以来我一直论述和谈及的遍布全国的那种情形在事实上一直存在着，有些甚至是变得更坏：

1. 尽管美国学生在最近的考试得分方面有了适度提高，但相对于其他很多国家的学生来说，他们仍然得分偏低，尤其在自然科学和数学考试方面。
2. 当投票时，大多数家长都说改善我们的公共中小学校是国家的当务之急；同样是这些家长，他们认为公共中小学校在教育孩子方面没有做很好的工作。
3. 商界领袖们不断地抱怨，说那些想进入具有一定水平的工作单位的候选人，大多都几乎不会阅读、写作，不会加法，甚至乘法。很多人竟然不会填工作申请表！结果，商界正在花费数十亿元去培训雇员基本的技巧，人们都认为，他们在学校时本来应该学会这些技巧的。

诸如此类的情形将继续变得更坏，这几乎是

不可避免的。那就意味着，那些最影响学生学习能力的老问题，诸如过分拥挤的教室，资源的缺乏（尤其是电脑和其他的新科技的缺乏），够资格的教师数量不足等等，都将继续沉重地打击那些想要学习而又需要帮助的学生。

结果,不幸地,对我这套“如何学习系列”丛书的需求将会继续，因为这套书提供了确切的帮助——大多数学生和家长们都需要这种帮助。

读者是谁？

你们中的一部分人是学生，但并非我通常所认为的只是高中学生，还有学院学生（他们正在为进入更高学府而努力做准备）和初中生（这对于他们的学习动力与最终成功来说更为实际）。

阅读本书的人中有很多是成年人，他们正重返学校，一部分人离开学校已经有很长时间了。不管是谁，如果你现在能够学习老师以前从来没有教授过你的学习

技巧,你将能把工作做得更好,尤其是如果你懂得怎样去回忆起你在表述时所需要的关键要点,或知道如何去记起新客户的名字的时候。

几乎所有家长都为同一个问题所困扰:

“我怎样才能令吉尔在学校做得更好 她记不起我的生日,到下次三角法考试时她就更记不得了。”

在本书中,我将要简明地讲述并探讨特别是对你们每位来说的某些重要的因素。

如果你是个高中生

你将对本书的语言和编排格式特别地感到舒服——与之相关的简短的句子和章节,偶尔幽默的(令人期望的)标题和副标题,合于情理而决不令人讨厌的词汇。我与你一同用心灵撰写本书!

如果你是个初中生

如果你不能记住刚读过的任何内容,那么,对你来说,要领悟怎样学习并没有多大的益处,所

如果你是一位任何年龄的学生
如果你是个“传统”的大学生

授你的孩子如何学习的技巧，那意味着孩子没有学会如何去学习及如何去获取成功。

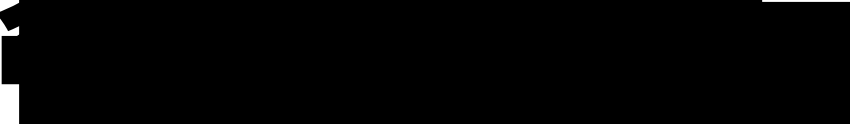
学校应该达成这些目标吗？完全应该。在美国，我们毕竟在初等和中等教育上花费了 2750 亿美元，平均每个学生每年达 6000 美元。既然耗资如此之巨，我们理应所获更丰，比可能的毕业人数、某些橄榄球赛所带来的狂欢庆贺以及一本年鉴所获得的更多。

父母能做什么？

热衷于教育的父母可能比学生还要多，因为打给我的第一个电话通常来自一个真诚而焦虑的家长，他问：“为了帮助我的孩子在学校做得更好，我能做些什么呢？”好的，答案就在这里。下面是任何年龄的学生的家长所应遵循的规则。

1. 确定一个家庭作业区域。摆脱分心的事物，有良好的照明，所有必需品都近在手边，容易取得。
2. 建立一个家庭作业守则。何时何地做家庭作业，每天都在同一时间、同一地方做。

3. 确定家庭作业优先权。明确地规定，做家庭作业优先于赴约，优先于看电视，优先于外出玩耍，优先于其他一切。
4. 使阅读成为习惯。这无疑是对孩子们说的，但也是对你们做家长的说的。对孩子不要专横粗暴。孩子们将不可避免地有样学样，而不会遵循你们所说的去做（你的所作所为是他的榜样，即使你说不要这样做）。所以，当你们自己在夜里观赏第八集电视连续剧时，却又唠唠叨叨的要孩子们去读书，你可曾想过那会给孩子们带来什么信息？
5. 关掉电视。或者，至少要严厉地限制在什么时候看电视和确定看多长时间的电视才是适当的。这可能是最必须严格遵守的一条规则。请相信我，我是一位 11 岁的孩子的父亲，我知道如何做得更好。
6. 跟老师交谈。猜测并找出你的孩子将要学习的东西，必要时跟老师联系。如果你不知道孩子们将要学什么，你就不能真正起到监督的作用。你甚至可能还要

7. 
8. 
9. 

界如何“感觉”。

10. 使孩子们相信真实。（这是对比较年长的学生说的。）是的，我承认，这几乎是关掉电视规则的延伸：领悟并相信真实的世界并不关心孩子们的年级，而只是根据孩子们所知道的和所能做的来量度他们。这是一门将减少很多眼泪（也许就是你的眼泪）的课程。小心地让你的天才孩子们知道，生活是不公平的。向他们传递这个信息，似乎永不嫌早。

这就是要教导他们具有顺应力和做事果断性格的原因，这样，他们就能够在跌倒后再爬起来，振作精神，弹去身上的灰尘，当失败时再作努力。这是极为重要的。

11. 如果你供得起，就为你的孩子购置台计算机以及他们所能掌握的所有软件。很多人一直说这个说了很多年（包括我自己），而这确实是不可避免的：你的孩子，不管年龄多大，为了生存于世，为了在校时和离校后能获得成功，都必须掌握计算机技术。现在甚至有了新的公

式来支持这样的说法：最近十年的研究表明，掌握了计算机技术的孩子将学得更多更快并在考试中获得更好的成绩。

12. 已经把电视机关掉了！

13. 上网。英特网是我们时代的一个最伟大的发明，是任何年龄段的学生的一个好得令人难以置信的学习工具。当孩子们不能在文摘书中找出哪怕是一点点有用的材料时，初中高中学生的家长就应该查找以下的网址：

www.schoolmork.org

www.sunsite.berkeley.edu/KidsClick

[www.Homework Central.com](http://www.HomeworkCentral.com)(a division of
www.bigchalk.com)

www.iln.net

www.tutor.com

你参与的重要性

一刻也不要低估你对孩子成功的投入的重要性。你对孩子教育的参与无疑地是孩子们最终获得成功的主要因素。足以令人惊讶的是，近三十年

来有关什么是影响在校孩子的每个研究结果都清楚地证明，只有一个因素每时每刻都是压倒性地影响着孩子，那就是家长的参与。不是学校的规模，不是在每个学生身上的花费，不是语言实验室的数目，不是有多少学生升上学院，不是有多少个伟大的教师（或令人讨厌的教师）是的，这些也是因素，但是没一样比得上你的参与。

所以，请你本人花点时间阅读本书吧（读本教程的其他所有书，尤其是《如何学习》一书），学习你的孩子将会学习的东西（和其他的科目——在本教程中你的孩子最为需要的特别书籍）。

你对孩子会有巨大的帮助，哪怕你本人不是一个聪慧的学生，哪怕你从来没有学过高深的学习技巧，现在你也能够与孩子们一道学习——那不但能帮助在校的孩子，对你的工作也有帮助，不管你从事的是什么职业。

如果你是个非传统的学生

如果你是在 25 岁、45 岁、65 岁或 85 岁时重返中学、大学或研究所，那末，你可能比其他人更需要本书所提供的帮助。为什么 因为你离开学校的

学时),金钱管理可能是另一个基本的技巧。

自我强化的对于准备不够充分的担忧。你可能自我深信对于学校的学习内容已是久未练习,十分荒疏了,你甚至已忘记了可以用强光来做什么了。这种担忧有些是有根据的,大部分则是没有根据的。

有根据的部分是,你正在重回学院的氛围,这种氛围你可能已十多二十年没有置身其中了。这种氛围与‘工作一天’的世界确是大不相同的(有关这点我将在下面的章节中再加讨论)。但请相信我,这不过是一种需要加以调节的事情,一个如果不是几个小时,便是数天的时间的问题而已。而我怀疑,你们中的很多人真正担忧的是,自己已不再是‘在精神上’上那所学校,不是以该学院的那种形式去‘思想’。或者,对于本书来说可能是更适切的说法是,你要在学校获得成功所需要的技巧生了锈了。

我认为,这些最后的担忧是没有根据的。你在外面思想和做事已多年,可能已获得成功,所以,认为学校将会是如此不同,那真正是荒谬的。学校不是这样的。放松自己吧。虽然你可能认为你的学习技巧已经生锈,但你可能在工作中每天都在运

18

酒

25

18

对他们怀有同样的敬畏，这是令人怀疑的。最坏的情况是，你会把教师看成与你是对等的同辈；最好的情况是，你会认为他们较为年轻，并非一定要像你那样成功和富有经验。无论如何，你可能都不会把你的学院教授看成是全能的了。

跟社会生活相比，学院生活会有很多差异。它比“现实”世界要缓慢，你的行动可能会比它的“标准进度”要迅速，这是有意义的。当你 18 岁的时候，没有课上的一个下午意味着一场飞盘的游戏，现在却可能意味着要补做一个星期待做的事，烹饪（和冷冻）一个星期的菜肴，和（或）撰写上个礼拜到期的四个报告。不管你自己如何兴奋地预期，都不要期望校园生活会在回应中加速。你将不得不大大减慢速度来顺应人们的习惯和秩序。

关于学习的某些随意的想法

学习不应该是痛苦的，肯定地说，也不是非得要令人厌烦的，尽管时常如此。当然，学习也不一定是令人愉快的，没有苦恼的。为了计算出结果，为了完成某个设计，你有时也确实不得不努力地干。这是实实在在的。

任何事情都并非容易地显现出来,都并非能容易地理解,这也是实实在在的。不明确的东西弥漫在我们的周围。告诉自己,那是正常的,要学会如何接受它。如果你竟然认为,你第一次学习某种东西就能透彻地理解,那你就是在跟自己开玩笑。慢慢地学习某种东西并非意味着你出了什么差错,事实上,那可能就是一个其他任何人都得慢慢地进行学习的科目。当某事显得令人疑惑时,一个好学生是不会感到惊慌的。他只是花费时间,遵循适用的任何步骤,保持自信,光明就必将照耀在
则。

家长们经常问我：“我怎样才能够激发我那十多岁孩子的情？”我最初的回答一般是这样：“如果我知道这个问题的答案，我早就带着很多财富退休了。”然而，我现在认为是有答案的，但这不是家长们能够做的，而是学生们不得不做出选择的。你是准备满怀兴致地、活泼地，还是无聊地、怨恨地度过学校的时光？

这实在非常简单。在学校里，你可以

岁月经年，我所做的对于我的生命与事业却并非没有价值，而且是实实在在的，我为此而颇感惊讶。