

《像科学家一样学习》

图书基本信息

书名：《像科学家一样学习》

13位ISBN编号：9787508464640

10位ISBN编号：7508464648

出版时间：2009-5

出版社：水利水电出版社

作者：姚建明

页数：219

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《像科学家一样学习》

前言

人存在于社会面临最大的问题就是生存。而学习是一种人类生存所必需的过程。学习是需要兴趣的，生存也一样，但生存更需要的是动力。有人就生存的动力作了总结，他们从个体到社会乃至整个宇宙被分为六种：第一种动力是渴望以自我的形式存在的推力。人们努力尝试以一个个体来生存，努力使自己变成一个独立的个体，让自己长久达到生存的最高境界。第二种动力是渴望以未来时代存在的推力。这包括两个方面：性和家庭单位，包括对小孩的养育。第三种动力是渴望以团体的一分子来存在，而个体本身也具有这个动机。第四种动力是以作为人类这个物种的形式生存。所有的人种加起来就是第四种动力。第五种动力是渴望为了所有的生命形态而生存的推力。这包括全部具有生命的东西，不管是动物或是植物，以及任何由生命直接引发的事物。这是个体自己努力生存以使得生命得以延续。第六种动力是渴望以物质宇宙的形式存在的推力。这也是来自个体的驱动力，是为了让物质宇宙的各个成分——物质（matter）、能量（energy）、空间（space）、时间（time）——我们称之为MEST——得以提高生存性。个体其实就具有一股想要物质宇宙生存的推动力。无论是个体的发展，还是社会共同的进步，好像都能在以上的六种推动力中有所体现。而且，你有没有感觉到，你的学习能力越强、你的知识越丰富，你所具有的推动力就越大，为社会、为人类也是为了你这个个体所作出的贡献也就越大，我们不就觉得更加欣慰吗？我们每个人都做过学生，都有过许许多多的老师。大家回忆一下自己的学生时代，我们在集中精力学习知识时，是不是犯过这样或那样的错误。我们有机会改正吗？我说有，这就是我写这本书的目的之一。现在强调的是“终身学习”，我们只要坚持它，就总有机会重新学习、重新开始。当然，不去重新开始、不去浪费时间，不是更好吗？这也是我写这本书的目的之一，将自己或其他人多年来好的学习经验总结起来，让其他人去借鉴和体会，以期大家在学习的过程中多走“直线”。在书中我特别强调了“三位一理”的学习理念，就是要提醒大家，学习是一个长久的、灵活的、可调节的过程，在这一过程中只要你充分把握好了：以学习者为中心，理清楚学习者、教育者和学习环境三者之间的关系，更重要的是坚持“终身学习”的学习理念，那学习绝对就是一件快乐的事情。“像科学家一样学习”。这能做到吗？想想很难，但也很容易，通过对科学家们的深入了解，我深深地体会到：科学家们都有要获得成功的坚定信念；科学家们即使“天资聪颖”，他们还是在刻苦、努力地学习；科学家们每个人都有自己学习的“高招”，有适合于自我学习的方法。科学家们懂得如何利用学习环境；科学家们知道如何获得别人更好的指导；科学家们了解认识世界的难度，但他们有更大的雄心；科学家们通过正确的学习，可以达到别人不能达到的高度和领域。这些都是靠“天才”吗？我不禁想起了许多个科学家在成功之后讲给大家的话：“成功是99%的努力加1%的天才”，还有爱因斯坦的明言“A+B+C”……类似介绍科学家的书真是太多啦。自己从小就读，在准备书稿的这段时间里更是读了许多。所以，自己在写作之初就力求要有“新意”，要使读者有真正的收获。如何办到呢？我从学习的基本过程谈起，从我们大家都熟悉的东西入手，让你感觉自己也能总结出一些学习体会和学习经验之后，再去看看科学家是怎样成长和学习的，是不是学习的境界会提高一步呢？科学家能取得他们相应的成就，我们也能够通过学习得到我们的收获。最后，让我们一起去快乐地学习吧！

《像科学家一样学习》

内容概要

《像科学家一样学习》是为了使大家能够去快乐地学习而编写的。学习是人类生存的必要手段和过程。终身学习是我们提倡的学习理念。在《像科学家一样学习》中你能看到在你的学习过程中所遇到的熟悉的东西，能了解到在学习过程中需要注意和总结的地方。通过介绍科学家的成长过程，你能体会到以学习者为中心的学习的重要性。能认识到必须要摆正学习者、教育者和学习环境三者之间的关系才能更好地学习。

无论你现在是学生、教育者还是其他人，都能从《像科学家一样学习》中有所收获。所以，《像科学家一样学习》的读者对象应该是全体的学习者，或者说是我们每一个人。因为，我们都需要终身地去学习，以适应人类的发展、社会的进步和自我的需要。

《像科学家一样学习》

书籍目录

序第一章 “三位一理”的学习理念 一、以学习者为中心 1.自信是开始学习的第一步 2.大目标与小目标 3.学习需要心态 4.把别人的变成自己的，用旧的消化新的 5.考试也需要学习 6.完整地认识自己 二、教师不是“红蜡烛” 1.教师的地位和作用在不断地变化 2.合格教师的“座右铭” 3.教师会永远年轻 4.课堂教学点滴 5.教师是黑暗中的一盏指路灯 三、书、书、书——环境的作用 1.见多识广 2.广义的书 3.人生也是一本书 4.自己的书 四、终身学习——最好的学习理念第二章 自己设计未来 一、离神越来越远的巴甫洛夫 1.世界上第一位诺贝尔生理学 and 医学奖获得者 2.主动地改变自己 3.巴甫洛夫：《给青年们的一封信》 二、两次诺贝尔奖得主鲍林 1.生物大分子研究的先驱 2.我早就是一名科学工作者了 3.《20世纪的科学怪杰——鲍林》一书的前言 三、伦琴从小就任性 1.伦琴发现了一种“看不见”的射线 2.我知道画画的人，但是不能告诉你 3.伦琴：《科学家：名副其实的理想家》——就任维尔茨堡 大学校长时的讲话 四、受神话故事。引导“的克里克 1.他的“别名”叫DNA 2.他读儿童百科全书长大 3.沃森和克里克 五、大家“公认”的天才坯子薛定谔 1.量子波动力学的创始人 2.他是品学兼优的学生 3.薛定谔：《科学思想泛论》 六、一定要提到的爱因斯坦 1.2005世界物理年为他而设立 2.爱因斯坦是一个复读生 3.爱因斯坦：《培养独立工作和独立思考的人》第三章 明师指路 一、酷爱大自然的达尔文 1.生物进化适者生存 2.哥哥朋友黑人教授都曾是他的老师 3.达尔文：《对我的智力的评估》 二、受博士指导的中学生——玻恩 1.晶格动力学之父量子力学的先驱 2.他和老师亦师亦友 3.玻恩：《我的见解》 三、与父亲一同下班回家的费米 1.他建立了第一座可控原子核裂变链式反应堆第四章 肥沃的土壤参考文献

第一章 “三位一理”的学习理念 学习是一种快乐。如果你发现你不能在学习中体验到快乐来，一般来讲会有两种可能。一个是你这个人出了问题，比如，你的智力跟不上学习的要求了；你的意志力不能克服不利的环境了；也可能是你根本就再也没有了“进取心”。另一种可能就是你的学习方法出了问题，也就是说你不会学习了，不知道如何利用自己的能力了，不清楚自己有没有潜力了或者是不清楚自己的潜力在哪里。对大多数人来说，是后者的问题。实际上，学习方法的好坏不仅影响到你的学习效果，而且还会影响到你的学习兴趣。我们都在说：兴趣是最好的老师。你对学习连兴趣都没有了，就更谈不上去享受学习的快乐了。我一直相信“天生我才必有用”的说法。大概有95%以上的人，是没有什么智力上的差异的，那留下的5%或者是天才或者是天生的愚智，应该不是我们本书谈论的范围。那在芸芸众生中为什么还会有各种各样不同的人呢？我们这样来看，首先，我们把每个人的智力看成一条高低相差不大的水平线，也就是说大家的“总智力水平”是相当的，但是这条“水平线”是有高低起伏的，有些人可能这方面比你突出，那他一定有其他方面不如你，这就是“天生我才必有用”。大家想想马拉多纳，他的球技可以说是世界一流，而他的人际交往能力却很是一般。我们一定比不了他的球技，但可以在人际交往方面比他做得更好。其次，我们一生中最难做到的事情就是充分地发现自己。你暂时没有突出的成绩或者是一时的“技不如人”，那可能是你根本就站在了错误的“起跑线”上，你还没有认识到自己的“长处”，还没有充分发掘自我。大家都在讲我们国家的“高考”制度是千军万马过独木桥，这样一过，无形中也加大了我们发掘自我的难度。我一直很欣赏法国高等教育的“选拔”方式，“高中”毕业后大家都可以进大学学习，但是在大学中每年都有差不多50%的淘汰率，而那些被淘汰者我认为并不是失败者，反而他们可能是幸运儿，想想看，可能你的优势在工程方面，可你阴差阳错地上了医学院，当然是你被淘汰了；但如果真的把你“淘汰”到一所技术学院，难道说你不是幸运儿吗；第三，天上不能掉“馅饼”，也不会有免费的午餐。如果你身上具有某一方面的天分，但是你没有很好地努力，或者你努力了而你的学习方法有问题，或者你不能够持续地学习新东西，你也不会有出色的成绩。学习的作用和目标，我想大家都是清楚的。“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉……”我们从很小就知道。而且，过去一直认为学习的目的是掌握知识，知识就是力量，现在的观点更进一步地告诉我们学习是一种能量储备，是你生存的必需。如果你不再认真地学习新东西，那就应了现在社会上说得最多的一句话“你不理才、才不理你”。学习方法各种各样，因人、因地、因时而异。学习的要求也会随社会的、家庭的和个人的变化而改变。但是，我认为在我们学习的过程中最最重要的就是要体现出“三位一理”的学习理念。“三位”就是学习中处于最重要地位的三个方面，即学习者、教育者和学习环境，可以把它们视为主体位、客体位和媒介位。如何理清三者的关系，把握好三者的地位和各自的作用，发挥好三者的合力效应就是我们要探讨的主要问题。“一理”就是“终身学习”的理念。人类在不断地进步，社会在不停地发展，知识在快速地更新，如果我们认识不到终身学习的必要性，那被社会所淘汰这个残酷的现实也就是必然的结果。

一、以学习者为中心 学习是一种过程，不是一种目的。通过学习我们可以增强自己的自信，培养自己适应社会的素质，锻炼自己解决各种问题的能力。大自然的规律就是适者生存，这对人类来说同样适用。所以，通过学习提高自己才是学习的根本要旨。而以学习者为中心就是体现我们学习的要旨。在“三位一理”的学习理念中，学习者永远是第一位的。但这只是在学习的目的中体现出来，而在学习的过程中，我们还是要结合学习者、教育者和学习环境三者的合力。

1.自信是开始学习的第一步 前面我们提到过：天生我才必有用。所以，我们大家都不可能无所事事地活在人世中。每个人都有过很多的人生理想，但它们中的大多数都没有实现。这其中一个很重要的原因就是缺乏自信，自己缺少成功的信念。实际上，每个人的世界都在他的头脑中，每个人都是生活在他自编的地图世界里。我们是凭着大脑里对世界的认知去处理每一件事的。因此，改变一个人头脑中的世界，这个人对这个世界中事物的态度便会有所改变。所以，树立成功的自信心是事业成功的第一步，也是学习开始的第一步。

古代马其顿国王、著名的军事统帅亚历山大从小非常自信，热爱学习，他有一个优秀的品质，就是充满了好奇心。他的老师是鼎鼎大名的亚里士多德。他受到老师的启发，对医学、自然现象、物理学、地理学以及动物学都非常感兴趣。他热爱亚里士多德甚于爱他的父亲，因为他觉得后者仅仅给予了他生命，而前者却满足了他很多的好奇心，教会他怎样做一个高贵的人。有一次，他在阅读《荷马史诗》时，亚里士多德问他：“亚历山大，你最大的愿望是什么？”亚历山大毫不犹豫地说：“我希望长大以后有我祖先们的业绩。我要率领大军，走到世界尽头。”亚历

《像科学家一样学习》

山大从小就对世界版图怀有好奇心。执政之初，一次他指着世界版图问他的大臣们：“马其顿的背后是什么？”大臣们告诉他：“是群山。”他又问：“群山的背后呢？”大臣们答道：“是海洋。”亚历山大问：“海洋的背后呢？”大臣们答不出来，都认为这个问题太怪了。而亚历山大自己喃喃自语道：“是亚细亚庞大的波斯帝国”。

《像科学家一样学习》

编辑推荐

“像科学家一样学习”。这能做到吗？想想很难，但也很容易，科学家们都有要获得成功的坚定信念；科学家们即使“天资聪颖”，他们还是在刻苦、努力地学习；科学家们每个人都有自己学习的“高招”，有适合于自我学习的方法。笔者在书中强调“三位一理”的学习理念，从我们大家都熟悉的东西入手，让你感觉自己也能总结出一些学习体会和学习经验之后，再去看看科学家是怎样成长和学习的，是不是学习的境界会提高一步呢？科学家能取得他们相应的成就，我们也能够通过学习得到我们的收获。最后，让我们一起去快乐地学习吧！在常人眼里著名科学家往往是“高高在上”，我们只知道成功以后的他们，对他们的成长过程则知之甚少，或根本就不去了解。

《像科学家一样学习》

精彩短评

- 1、每一本书都是作者珍贵的思想结晶！
- 2、怎样学习，要出自内心的。

《像科学家一样学习》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com