

《我们要自学》

图书基本信息

书名：《我们要自学》

13位ISBN编号：9787115374384

出版时间：2014-12

作者：张玳

页数：156

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

《我们要自学》

内容概要

内容简介：

自学者，英文称之为 autodidact，意为自己教育自己的人。大部分人都会在某个时刻走出学校，开始工作，也开启自学的人生。在自学的时候，没有制订好的教材，没有老师，没有同学，怎么来确保更高效的学习呢？这本书讲述的就是这样一套学习方法论，用于帮助你形成自己的学习和自学方法。除此之外，书中还介绍了一些利用信息技术来帮助学习的方法，助你成为一个更好的自学者。本书适合各个年龄段需要学习某项技能的读者。

《我们要自学》

作者简介

张玳
体验设计师，翻译人，前创业者。一个通过学习来找快乐和存在感的内向的人。曾在IxDC、ScrumGathering、芯世界社会创新周、深圳国际工业设计展等活动做演讲。译有《精益创业实战》《精益设计》《互联网思维的企业》等书。

书籍目录

| | |
|-----------------|----|
| 第1章 为什么要自学 | 1 |
| 1.1 什么是自学 | 1 |
| 1.2 自学让人自由 | 2 |
| 1.3 自学让人快乐 | 5 |
| 第2章 自学是否可能 | 9 |
| 2.1 没有普适 | 9 |
| 2.2 知识守恒 | 11 |
| 2.3 著名的自学者 | 12 |
| 第3章 自学与老师 | 15 |
| 3.1 教学的本质 | 16 |
| 3.2 老师的作用 | 17 |
| 3.2.1 制订计划 | 18 |
| 3.2.2 进度监测 | 24 |
| 3.2.3 持续反馈 | 28 |
| 3.2.4 心得技巧 | 31 |
| 3.2.5 示之以范 | 32 |
| 3.2.6 理念传输 | 35 |
| 3.3 如何评判老师好坏 | 36 |
| 3.3.1 教育和利益 | 36 |
| 3.3.2 因材施教 | 39 |
| 3.3.3 训练师和老师 | 41 |
| 第4章 自学的方法 | 44 |
| 4.1 从哪里开始 | 44 |
| 4.1.1 你的目标是什么 | 44 |
| 4.1.2 寻找入门级的材料 | 46 |
| 4.1.3 先上车再补票 | 47 |
| 4.1.4 快速建立信心 | 48 |
| 4.2 寻找学习资源 | 50 |
| 4.2.1 书籍和文章 | 50 |
| 4.2.2 多媒体资源 | 56 |
| 4.2.3 在线课程 | 57 |
| 4.2.4 新型工具 | 60 |
| 4.2.5 理性看待入门级材料 | 61 |
| 4.2.6 学习资源的局限性 | 62 |
| 4.3 制订学习计划 | 63 |
| 4.3.1 明确你的目标 | 64 |
| 4.3.2 串成时间线 | 66 |
| 4.3.3 调整学习方法 | 68 |
| 4.4 练习的方法 | 69 |
| 4.4.1 隔离薄弱点 | 69 |
| 4.4.2 抓整体，放细节 | 70 |
| 4.4.3 练后提升 | 71 |
| 4.4.4 脑内练习 | 72 |
| 4.4.5 形成知识体系 | 75 |
| 4.4.6 镜面法和锚点法 | 80 |
| 第5章 自学的难点 | 83 |
| 5.1 拖延症的问题 | 83 |

| | | |
|-------|------------------|-----|
| 5.2 | 窍门的问题 | 87 |
| 5.3 | 不切实际的希望 | 89 |
| 5.4 | 驱动和推动 | 91 |
| 5.5 | 整理和收纳 | 93 |
| 5.6 | 回归主流社会 | 96 |
| 第6章 | 自学的例子 | 101 |
| 6.1 | 学习英语 | 101 |
| 6.1.1 | 启蒙期 | 102 |
| 6.1.2 | 维持期 | 104 |
| 6.1.3 | 发展期 | 106 |
| 6.1.4 | 总结 | 108 |
| 6.2 | 学习画画 | 109 |
| 6.2.1 | 用初心来画准 | 109 |
| 6.2.2 | 用艺眼来画好 | 116 |
| 6.2.3 | 用想象来创作 | 119 |
| 6.2.4 | 总结 | 120 |
| 6.2.5 | 书籍推荐 | 121 |
| 6.3 | 学习钢琴 | 121 |
| 6.3.1 | 从GarageBand开始 | 122 |
| 6.3.2 | 方法和乐理充电 | 124 |
| 6.3.3 | 用《月光奏鸣曲》尝甜头 | 124 |
| 6.3.4 | 继续深入《D大调进行曲》 | 126 |
| 6.3.5 | 总结 | 127 |
| 6.3.6 | 活用资源 | 128 |
| 6.3.7 | 书籍推荐 | 129 |
| 跋 | 普适的道理和不普适的方法 | 131 |
| 附录 | 《精益创业实战（第2版）》译者序 | 134 |

《我们要自学》

精彩短评

- 1、还不错的一本书，不过也只是部分验证了自己的心得，没有多少新的观点。对自学具体科目的举例还蛮不错的。
- 2、通篇东拼西凑的东西不说，写书的思维真的非常混乱，小标题和内容基本不搭边。写自学不在本身上下功夫阐述，全是空话套话，拿别人的故事做例子。靠这本书来自学，老师们不用担心失业了。还没开始学，就想那么多，有用吗？不找普适跟着学找什么？书中很多观点自相矛盾，经不起推敲。真正自学者就是需要的是一个可行的方案，一张自学计划的使用说明书。别来那么多虚的东西。
- 3、要不断寻找合适自己的方法
- 4、终于抽出时间来看完了，五星给一个先~
- 5、张老师以自身为引，更多的是走进学习的过程，并在其中享受快乐，如果能触发“心流”，那便是不再好不过了。不过归根到底，再好的工具，再强的方法，如若自身不能发现其中的乐趣并坚持下去，那么一切都会是枉然。
- 6、大多数内容适合初级学习人。
- 7、推荐，今年正式开始读的第二本书。一年要是只能读50本，张玳同学的这本我们要自学绝对是我这样的拖延症和没目标患者的首选。因为要想要目标，才好开始一年！另外，棒棒哒，张玳大哥！你看小的评的好吗？
- 8、66读了我司张老师的大作，觉得可以当做儿童教育书籍，希望儿子不要被应试教育打败，也希望他有一天通过自学能觉得这个世界有时也还蛮有意思的。
- 9、很多方法，我们都用过，关键在于不断实践，不断优化，最后变成本能，学习的本能
- 10、很多方法其实在刘未鹏的暗时间里提到过，作者很多时候是结合自己的经历再次阐述。
- 11、书贵了
- 12、在thoughtworks经常听到张玳的大名，无缘相见。读读书，吸收吸收养分
- 13、体系挺好，可惜有点糙，没有一点是深入讲解的，不过可以理解，作者并不是这方面的专业人士。
- 14、自学这个主题，是我很期待的，学习的方式方法是进修的根源，冲着图灵社区出版，没试读就买下了，可是非常后悔，书薄不说，行文就像中学生作文，开头一个名人名言，没事整个孔子，隔壁老王老李什么的举例说事，非常典型的国式教条。
- 15、学习寻找自己的方法
- 16、自学无疑最重要的是时间，方法什么的只有在真正有时间开始学的时候才用的到。
- 17、立意高 时代需要不一样的声音 封面好（10步之外就被吸引到了）内容尚缺乏打磨 举得栗子挺有意思
- 18、薄薄的一本小书，两个晚上翻完了。很佩服作者这样一直有着明确的目标。自学的效果，方法合适之外，关键还是看人
- 19、自主的，自发性的学习
- 20、图灵社区3折买的，花了一个晚上和一个中午把它看完了。里面提到很多的观点，对于我来说，并不新鲜。例如，心流，之前也从某篇博文里了解到这个概念，甚至到维基里去稍微看看。这已经是我第二次看到相关心流的文章（书籍）。看到作者对于心流的理解，我想到自己初中的学习状态，当时我的学习效率特别高，只要集中精神，能很快进入一种全身心仿佛都留着“电流”的状态。当时不懂是怎么回事，只知道感觉很棒，无论是做题还是背诵课文都特别快，而且很有趣。印象最深刻的是，看历史课本时，看完一篇课文，脑海就会出现整篇课文的脉络，能不看课本大概复述整篇文章。做地理试卷，能3-5分钟搞定。很多很多的例子.....而且像这种高效学习的状态，我维持大概两年的时间。遗憾的是，因为当时的无知和一些原因，之后很长一段时间都无法进入这种状态。
- 21、觉得作者的个人经历读着更带劲
- 22、1、普适的道理，不普适的方法。观点很赞同，要看看。2、只能算作一个对自学有兴趣的人的入

《我们要自学》

门书，有一两个观点很有裨益，但深度及有效的实践方法还是不够。3、告诉我的，我会忘记；教给我的，我只能记住；让我参与，我才能学会——本杰明·富兰克林

23、学习方法论

24、没什么新鲜的东西。

25、主要看得是心得，还行，实验一下

26、余晟 推荐。对于作者说的用少量时间把学校的应付过去，然后用其他时间来做自己喜欢的事，这一点很是赞同。作者行文的逻辑思维很流畅，书后半部分自学的例子很值得没学过画，钢琴的我在脑内练习。但是这类书不能多看，更重要的是做事啦~

27、自学也有好的方法，给自己更多的鼓励，更快的反馈，会让坚持变得容易。

28、文风和《逻辑思维》有点像。理念不错，但似乎还是有点浮躁。

29、昨天下午在新书书架上借到这本书，略扫了一遍，了解到另外几本书。20150929

30、基本能力之学习能力书籍。这本书讲得一般般，蜻蜓点水，不是很细致，但可以构建出一个框架出来。

31、自学是很重要

32、很一般

33、作为一本书，划不来，网站看看还行

1、想了想还是挤出一篇书评来撑撑场子，好歹这也是人生第二次收到作者亲送的书，上一本是苏德送的《沿着我荒凉的额》，噢耶~书拿到手一个月了，忙的浑浑噩噩，腰疾反反复复，今天终于抽出几个小时在家里听着音乐踱来踱去看完了，一气呵成，不费力气。很怀念书里提到的“心流”状态，回想了一下从小的学习历程里常常也会有“心流”的状态，高中在理科课上默默埋头写自己的小说，中间上课下课换了老师都全然不知，更多的体验还是在练琴的时候，钻在曲子里面，几个小时出不来，往往是颈椎发出信号才能感觉时间的流逝。可是什么时候开始，这种状态发生的频次就越来越少了，日常工作想要隔绝外界，就会塞上耳机，但因为承担了太多沟通的工作，常常被打断，不停的取下耳机起身坐下塞上耳机，想要好好写一份报告，整一个研究，画一个漂亮原型图，就得等到别人都下班了晚上加班，可是晚上还会有手机有微信有电话.....说回自学。我这个小时候就被我爹成为#自制力崩溃#的人几乎就没有一项技能是自学而成的。钢琴是父亲手把手启蒙加上一个又一个逼死人的老师们棍棒下练就的。工作后做产品的一些技能也一直受教于同事们。自学过日语，拖拖拉拉搞了几年进度非常慢。自学过游泳，呛了几次水就打死也不下水。（如果做饭也是一项技能，好像是自学的耶）两年前所在的公司部门领导是个学术派，同时还是某高校的客座教授，有事没事就在部门里整读书会，监督大家多看书多输出总结并分享，拜他所赐，在那一年里，我啃了非常多的有的没的书，心理学类/医学类/科普类/社会学类，求知若渴，脑子里不停塞东西，可笑的是，教授某一天离开公司后，我也停下了，结论是：背后没人拿鞭子抽我，我就躺下了~可是同时我也是有极端探索精神的人，好奇的事情非常之多，不整明白今儿就不睡觉的不眠之夜也非常多。为什么不再认真往下走一步？写到这里还是忍不住表达一下对张老师以及我厂其他张老师之流的喜爱和感谢，大家都这把年纪了，还在争分夺秒搞学习的这种劲头实在是太流弊了，很庆幸自己正在逐渐受到大家的感染，我兴许还有救，老泪纵横。本书上市的时候，我买了六本送给我尚有学习之心的六个小伙伴儿，除了以实际行动表达对张老师的支持，也真心希望能帮到大家。毕竟对于我们这种比起出去跟人打交道更喜欢和自己相处、长期宅在家里#人机一体#的孩子们来说，与其宅在自己的世界里虚度时光，不如捡捡自己的兴趣点，好好学一门技能吧！！

2、看了张老师的书之后，我才发现我从没认真地想过自学也可以是一种系统的学习方式。如果仔细想想，我们漫长的学生时代是可以分为两部分的，区别也就是张老师书中讲的“教学”和“自学”。前学生时代以被教学为主，后学生时代则是自学的天下。至于我的后学生时代开始于什么时候，我觉得是初中，第一节睡过去的政治课。从那时开始逐渐发现课并不是要每一节都听，考试成绩并不取决于听课的认真程度。到了高中，这种补觉就发生在各种不想听、实在太困的课上了。而到了大学，就彻底进入自学状态，逃课这种事情大概每个人都做过，区别只是在数量上而已。对于自己喜欢的东西，我愿意花时间去学，去选课，去听，其他的就只有在期末考试前死记硬背些答案和公式，然后自求多福吧。到这里，张老师在书的最后一部分提供的如何应对考试大法就显得非常有用。张老师在书中提到的一些方法，我在过去读书和工作的过程中，很多都有用到，比如脑中练习、心流状态、自己的成就感这些。但从来都没想过这些也可以整理出来，帮助别人更加系统地、有效地自学知识。脑中练习是我初中玩篮球时，练习投篮的主要方式。那时候篮球和篮球场都是稀缺资源，想要在体育课上，找到半个球场，借到一个篮球，自由地练习投篮是很奢侈的事情。更多地时候，我是在大脑里想象自己站在3s区外的点上投篮。在大脑中想象篮筐的位置，投篮的角度和姿势，打板还是空心。上课溜号时经常就在一圈一圈地投篮，甚至能进入张老师提到的“心流”状态。这样练习的结果是我投篮一直都比较准，肯定没有每天练习的人命中率那么高，但还算不错。这个“心流”状态看似很神秘，但其实现在我还蛮经常能体验到。专心地解决某件事情时，研究一段代码怎么写的时候，都会有奇妙的时间飞逝感和快乐的成就感。虽然我这个人分心做很多事情的时候占到大多数，但是似乎是阅读带给了我这种浸入到某件事情中的能力。我还记得小学三四年级的时候，班上开班会，我偷偷地拿一本《世界49大迷》(<http://book.douban.com/subject/2032711/>)埋头在看，到老师突然叫我名字的时候，我脸上发热，头脑里满是对人类未解之谜的幼稚想象，而班会也要开完了。那时我就开始喜欢上了这种时间飞逝、浸入到书中的感觉。直至今日，投入地写一段代码、解决一个问题、看一本剧情紧张的小说，仍然可以给我带来这样的体会，让我无比欢喜。后学生时代在程序员的世界里是很难结束的。虽然总是被打击“你们永远是一小撮人”，但有一个估计是在中国有超过1000万的程序员，从这个角度来想，这个“一小撮”也是相当多人了。对于程序员来说，学新的技术、新的语言、新的框架、新的方法

《我们要自学》

，都不是什么了不得的事情，科技世界日新月异，除非自己不想做技术了，不然“活到老，学到老”是一个必然的事情，没什么可争议的。学习，不过是确定自己想学什么，上网找资料，想出一个点子，动手开始练习而已。习惯了这样的学习和网络上开阔的世界之后，就会习惯认为每样东西都可以通过自学来完成。我大概可以大言不惭的说现在谋生的工具，写代码，也勉强算是自学的。专业不是这个，朋友们写，我便也跟着写，感觉从代码到页面上实际能用的功能，是一个奇妙的过程。一个人到底能做到什么，做不到什么，或者是天赋到底被点在了哪里，从根本上说，并不是我们自己能够决定的。拿我画画这件事情来说，小时候我把所有能报的画画班报了个遍，简笔画、国画、素描，学了几个学期、一大圈下来，终究证明我确实在这方面，没有一点点天分。直到现在，画画仍然是鬼画符加幼儿园水平，但我早就不去挣扎了。于自学来说，不要强迫自己去做不喜欢的事情，不会有太高的成就感，反倒对学习这件事情生了厌恶，可就得不偿失了。具体的学英语这件事情上来说，张老师一直在说的“语感”，确实是个挺奇怪的东西。你说不好它是什么，也很难定义自己从何时何地就开始有了语感这么个东西。但确实有那么点感觉，语法没怎么学，上课也不太听，小城市的教学环境和英语环境大家都能够想象，但感觉就是奇怪地生长起来了。这种对语言的感觉，胜过了对正确搭配的死记硬背。总的来说，这是一本鼓舞人心的书。不长，不枯燥，有具体事例，给的就是让你能马上动手的办法。它让我觉得在生命不息，折腾不止的路上，我们这些自学成才的人并不是一个人，也不是野路子。有系统的方法，和无限的网络资源，只要自己想学，总还是有无数的奇妙事情在前方等着我。

章节试读

1、《我们要自学》的笔记-第51页

无差别阅读是一种愚蠢的读书方式，我应该依据书的内容，有选择的进行分类，哪些精读，哪些翻看

2、《我们要自学》的笔记-第68页

只需要看两个点……你学得快不快乐……你学得快不快……

3、《我们要自学》的笔记-第74页

脑内练习

4、《我们要自学》的笔记-第76页

最好验证学习情况的方法：分享与演讲，写作

5、《我们要自学》的笔记-第68页

好的学习方法判定：学的快不快乐；学的快不快

6、《我们要自学》的笔记-第22页

这时候，学校的作用就显示出来了。把……年轻人聚集在一起，推迟他们进入社会的时间。

7、《我们要自学》的笔记-第109页

如果你讨厌某个东西，可以思考一下是否是因为在启蒙期有阴影。如果有，则可以自己进行一些调整和反思，以更加客观的态度来看待。

8、《我们要自学》的笔记-第7页

“……我不管你是谁，现在水平如何，你曾经师从何处，甚至有没有学过，这些都无所谓。我关心的只是如何把我所相信的绘画方法教给你，帮助你学画。我关心的是实践而不是理论，因为我教画的目的是培养画家。”

9、《我们要自学》的笔记-第18页

自学的流程

制订计划

监测进度

持续反馈

10、《我们要自学》的笔记-第4页

《我们要自学》

虽然现在看来，这就是一个很基础的认证，但是对于我来说，却意义重大。它意味着我可以不走学校这套体系，仍然能闯出一条道路。

11、《我们要自学》的笔记-第66页

时间线方法

精益生产法（丰田生产法）

信息看板

《我们要自学》

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