

<<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

出版时间：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，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;像科学家一样学习&gt;&gt;

## 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。

## <<像科学家一样学习>>

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

本书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。

在本书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，都能从本书中有所收获。

所以，本书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。

## &lt;&lt;像科学家一样学习&gt;&gt;

## 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

## &lt;&lt;像科学家一样学习&gt;&gt;

## 章节摘录

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出快乐来，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，那他一定在其他方面不如你，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，

## <<像科学家一样学习>>

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>>

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:<http://www.tushu007.com>